

منها مشاكل القلب.. "الخضيري" يكشف الأضرار المحتملة لحبوب التخسيس ويحذر من مخاطرها الصحية

9 فبراير، 2026



كشف د. فهد الخضيري أستاذ وعالم أبحاث طبية، عن الأضرار المحتملة لحبوب خفض الوزن المعروفة بحبوب التخسيس، محذراً من مخاطرها الصحية.

مواد كيميائية

وقال د. الخضيري عبر حسابه على منصة «إكس»، إن بعض حبوب التخسيس قد تكون مضافاً إليها مواد كيميائية تسبب الإسهال فقط، ما يؤدي إلى خروج الطعام مباشرة، مشيراً إلى أن ذلك قد يسبب جفاف الجسم واضطراب حركة الأمعاء، إذ تتعود على طرد الطعام الصحي وغيره عبر الإسهال، وهو ما قد يتحول إلى ضرر دائم.

فوائدها وقتية

وأضاف أنه لا ينصح باستخدام هذه الحبوب، مؤكداً أن فوائدها وقتية، وعند التوقف عنها تعود السمنة بشكل أشد من السابق، فضلاً عن

تسببها في اضطراب الهرمونات ونظام الهضم. وأوضح أن جميع من جربوا هذه الحبوب لم يستفيدوا منها سوى لمدة أسبوعين أو ثلاثة، ثم عاد الوزن مرة أخرى مع حدوث لخبطة عامة في وظائف الجسم.

وأشار د. الخضيرى إلى أن أضرار حبوب التخسيس تتنوع بين اضطرابات هضمية شائعة مثل الإسهال، الإمساك والغازات، ومشاكل صحية خطيرة تشمل أمراض القلب، النوبات القلبية، السكتات الدماغية، وسوء امتصاص العناصر الغذائية.

كما تشمل الأعراض الغثيان، آلام البطن، الدوخة، وتشوش الرؤية، مع خطر استعادة الوزن بعد التوقف، خاصة عند استخدام المنتجات غير المرخصة التي قد تحتوي على مواد محظورة.

أضرار حبوب التخسيس بالتفصيل

- اضطرابات الجهاز الهضمي: وتشمل الإسهال الدهني، البراز الزيتي، الغازات، الانتفاخ، وآلام البطن.
- مشاكل القلب والأوعية الدموية: قد تسبب بعض الحبوب زيادة خطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية، خاصة التي تحتوي على مادة «السيبوترامين» المحظورة.
- آثار نفسية وعصبية: مثل القلق، الأرق، والصداع.
- سوء الامتصاص: إذ تؤدي بعض الحبوب إلى ضعف امتصاص الفيتامينات والمعادن الضرورية للجسم.
- مخاطر المنتجات غير المرخصة: قد تحتوي على مواد خطيرة مثل «الإكستاسي» أو مواد ممنوعة تؤدي إلى دخول المستشفى.
- مشاكل أخرى: تشمل الإمساك، جفاف الفم، تشوش الرؤية، ونزيف مستمر في بعض الحالات.