

هل يجب على مرضى الصداع النصفي في رمضان تجنب الكافيين؟ استشاري يجيب

24 فبراير، 2026



قال د. أسعد العرفة، استشاري طب الأسرة، إن تجنب مشروبات الكافيين لمرضى الصداع النصفي خلال شهر رمضان ليس بهذه البساطة كما يعتقد البعض.

وأوضح أن تناول كميات كبيرة من الكافيين قد يكون محفزاً لنوبات الصداع، إلا أن تناول كمية قليلة منه قد يكون مفيداً في بعض

الحالات، إذ يمكن أن يساهم في تقليل الالتهاب وبالتالي التخفيف من حدة الصداع.