

استشاري قلب يحذر من تقليل السمن: يرفع الدهون ويهدر النعمة

15 أبريل، 2026



دعا استشاري أمراض القلب الدكتور خالد النمر إلى التخلي عن عادة صبّ السمن على يد الضيف أثناء تقليله، مشيرًا إلى أنها ممارسة غير مستحبة لعدة اعتبارات.

وأوضح النمر في تغريدة بحسابه على منصة إكس أن هذه العادة لا تمت بصلة لهدي النبي صلى الله عليه وسلم، كما أنها غير صحية نظرًا لما تسببه من ارتفاع في مستويات الدهون الثلاثية والكوليسترول عند تناول السمن مع الشحوم.

وأضاف أن إكرام الضيف يمكن أن يتحقق بطرق متعددة دون الحاجة إلى

هذه الممارسة، لافتًا في الوقت ذاته إلى ما تنطوي عليه من هدر وإسراف في النعم، وهو ما يتنافى مع القيم الداعية إلى الاعتدال وعدم التبذير.