

“الخصيري” يكشف خطورة كتم العطس.. ويوضح فوائده الصحية

19 أبريل، 2026



حذر فهد الخصيري من كتم العطس أو منعه، مؤكداً أن ذلك قد يؤدي إلى مضاعفات صحية نتيجة ضغط الهواء المحبوس داخل الجسم.

وأوضح أن أبرز الأضرار تشمل تمزق طبلة الأذن، وتلف الأوعية الدموية في العين أو الأنف، إضافة إلى التهابات الأذن الوسطى والجيوب الأنفية، وفي حالات نادرة قد يحدث تمزق في الحلق أو مشاكل تنفسية.

وأشار إلى أن العطس آلية دفاعية طبيعية لطرد الجراثيم، لافتاً إلى أن من الأفضل تركه يحدث بشكل طبيعي مع تغطية الفم والأنف لتقليل انتشار العدوى.