

الخصيري يوضح تأثير المحليات الصناعية على الأيض والسمنة

20 أبريل، 2026



دعا المتخصص في أبحاث السرطانات الدكتور فهد الخصيري إلى الاعتدال وتقليل استهلاك المحليات الصناعية بشكل كبير، محذراً من آثارها الصحية المحتملة عند الإفراط في استخدامها.

وأشار إلى دراسة أوروبية نُشرت في مجلة *Frontiers in Public Health* شملت نحو 124 ألف شخص، جرى تتبعهم لمدة 10 سنوات، تناولوا خلالها أنواعاً من المحليات الصناعية مثل الأسبارتيم والسوربيتول والاستيفيا.

وأظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط بين استهلاك مشروبات الدايت وزيادة خطر تراكم الدهون حول الكبد، بما يعرف بمتلازمة الكبد الدهني، إضافة إلى احتمال مساهمتها في اضطرابات التمثيل الغذائي، وزيادة مقاومة الإنسولين، والسمنة، فضلاً عن التأثير على نفاذية الأمعاء.

وشدد الخصيري على أهمية الاعتدال في استهلاك هذه المنتجات، والحد منها قدر الإمكان حفاظاً على الصحة العامة.