

“الخضيري” يكشف فوائد “المرّة”.. ويحدد جرعاتها للأطفال والكبار

23 أبريل، 2026



أوضح أستاذ وعالم أبحاث طبية فهد الخضيري أن المرّة تُستخدم في الطب البديل كمطهر طبيعي ومعزز لصحة الفم والحلق، مشيراً إلى دورها في تخفيف أعراض البرد والسعال، والمساعدة في التئام الجروح، إضافة إلى خصائصها المضادة للالتهابات. وبيّن أن الجرعة المناسبة تبلغ نحو جرام واحد يومياً للأطفال، وجرامين للبالغين، لافتاً إلى أنها مصنّفة ضمن ممارسات الطب البديل والتكميلي، ومجازة وفق ما ورد في مراجع هذا المجال.