

استشاري قلب يوضح أسباب شرب أكثر من 3 لترات ماء يوميًا

17 مايو، 2026



قال استشاري أمراض القلب وقسطرة الشرايين، الدكتور خالد النمر، إن شرب كميات كبيرة من الماء تتجاوز 3 لترات يوميًا بشكل متكرر قد يعود لعدة أسباب صحية مختلفة.

وأوضح أن من أبرز هذه الأسباب التعرض للشمس والعمل في درجات حرارة مرتفعة، أو الإصابة بالسكري غير المتحكم فيه، إضافة إلى تأثير بعض الأدوية مثل الليثيوم ومدرات البول وبعض أدوية علاج السكري.

وأشار إلى أن من الأسباب المحتملة أيضًا بعض الاضطرابات النفسية مثل العطاش النفسي، وكذلك مرض السكري الكاذب الناتج عن نقص هرمون ADH أو ضعف استجابة الكلى له، فضلاً عن ارتفاع مستوى الكالسيوم في الدم.