

طبيب يكشف طرق الوقاية من التسمم الغذائي خلال موسم الحج

25 مايو، 2026



حذر طبيب الأسرة الدكتور عبدالله الغامدي، من مخاطر التسمم الغذائي خلال موسم الحج، مؤكداً أن الحفاظ على الصحة يعد عاملاً أساسياً لإتمام المناسك بأمان وسلامة.

وأوضح الغامدي، عبر حسابه على منصة "إكس"، أن الوقاية من التسمم الغذائي تبدأ بتجنب شراء الأطعمة المكشوفة من الباعة المتجولين، مع ضرورة التأكد من طهي الطعام جيداً قبل تناوله.

كما شدد على أهمية غسل الفواكه والخضروات بالماء النظيف، وعدم الاحتفاظ بالطعام المطهي في درجة حرارة الغرفة لأكثر من ساعتين، لتفادي نمو البكتيريا المسببة للتسمم الغذائي.