

لماذا تُعد حمية الفودماب الأكثر توصية لمرضى القولون العصبي؟.. استشاري يجيب

2 يونيو، 2026



أكد استشاري الجهاز الهضمي الدكتور عبدالله الذيابي أن ما يُعرف بـ"نظام الطيبات" يُعد اجتهدًا شخصيًا لا يستند إلى أدلة أو أبحاث علمية موثوقة تدعمه في مجال علاج اضطرابات الجهاز الهضمي.

وأوضح أن مرضى القولون العصبي يحتاجون إلى أنظمة غذائية مبنية على أسس علمية واضحة، مشيرًا إلى أن حمية الفودماب منخفضة التخمير تُعد من أكثر الأنظمة الغذائية التي خضعت للدراسة والبحث في هذا المجال.

وبدّ أن الحمفة منخضة الفودماب أثبتت فاعليتها لدى شريحة واسعة من المصابين بالقولون العصبي في تخفيف الأعراض وتحسين جودة الحياة، مقارنة بالأنظمة غير المبنية على توصيات علمية دقيقة.