



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LİMON VE HAVUÇ HAMİLELERİN MİDE BULANTISINI ÖNLER

Limon ve Havuç hamilelerin mide bulantısını önler. Gebelik organizmada bazı değişiklikler yaptığı için, hamile kadınların sık sık mideleri bulanır. Bu mide bulantısının sebebi hem bünyesel, hem

ruhsaldır. C ve A vitaminleri kusmayı önler. Hamile kadınlarda bol bol limon, portakal, greyfurt ve havuç yemeleri önerilir.
