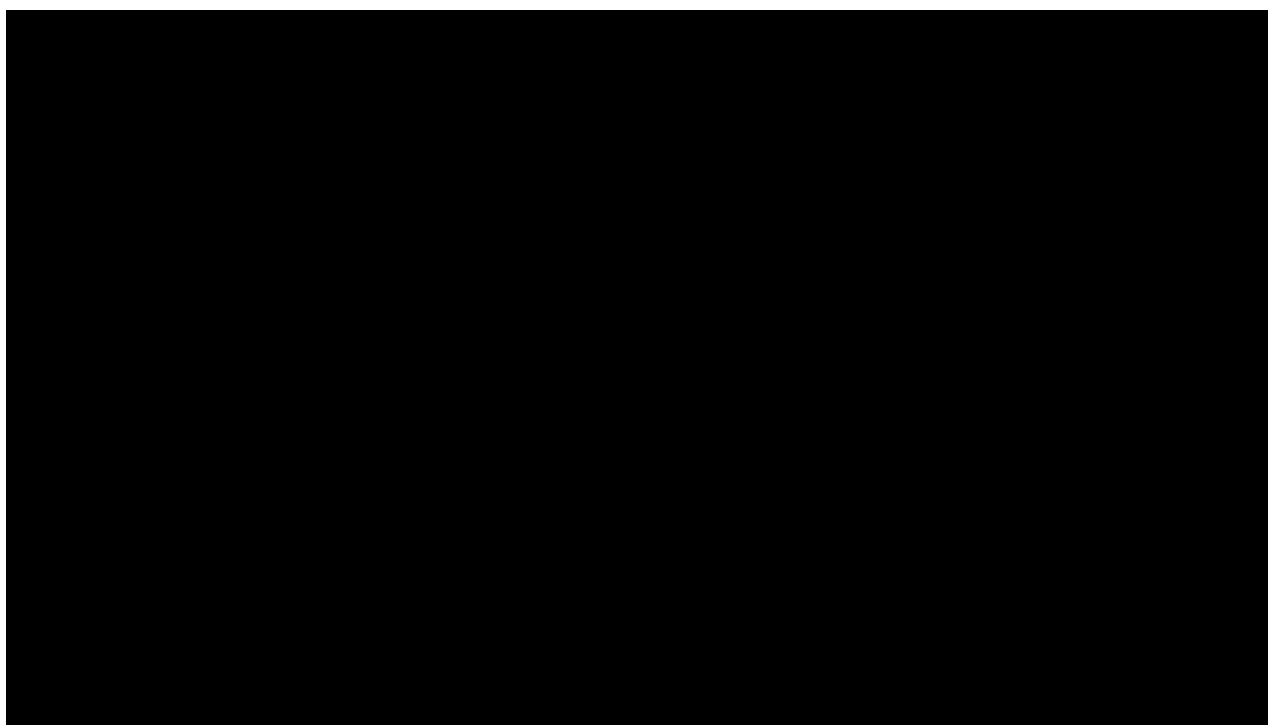


د. حميرة بادشا

استشارية روماتيزم في دبي

فيتامين د

فيتامين د



يجب الحصول على ما يكفي من فيتامين (د) والاحتياج اليومي هو 1000 وحدة دولية. عادة ما يتم الحصول على هذا التعرض في الشمس لحوالي 15 دقيقة يوميا للأشخاص ذوي الجلد الفاتح اللون جدا. المزيد من جلود المصطبغة قد يجدون صعوبة في امتصاص فيتامين D وقد تحتاج للمكملات أو الأطعمة المحصنة. لماذا الجميع في مدينة دبي المشمسة في دولة الإمارات العربية المتحدة (الإمارات العربية المتحدة) يعانون من نقص في فيتامين (د)؟؟

زيارة الموقع: www.drbadshamedical.com

رعاية متخصصة لالتهاب المفاصل والذئبة وأمراض المناعة.