

د. حميرة بادشا

استشارية روماتيزم في دبي

فيتامين د

فيتامين د 



Fehler bei der Konfiguration des Videoplayers

Fehler 153

Video auf YouTube ansehen

Weitere Informationen

Fehler 153

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.