

Những món ăn khiến bạn bị sẹo lồi

Những món ăn khiến bạn bị sẹo lồi như rau muống, thịt gà, đồ nếp... Hãy tham khảo để tránh những vết sẹo lồi khiến bạn thiếu tự tin.

Rau muống

Theo nhận định và kinh nghiệm của ông cha ta thì ăn rau muống rất dễ để lại sẹo lồi, vì thế bạn nên kiêng không ăn rau muống trong thời kỳ vết thương chưa lành, hoặc chưa khỏi hẳn. Trong rau muống có các chất làm sẹo lồi. Nếu vết thương rất sâu, cần làm đầy nhanh chóng thì rau muống là một loại thực phẩm rất tốt để tái tạo tế bào mới.



Những món ăn khiến bạn bị sẹo lồi nên tránh (Ảnh minh họa)

Thịt gà

Thịt gà là thức ăn bổ dưỡng, ngon miệng, tuy nhiên không phải ai cũng “thân thiện” với món ăn này, nhất là những người có vết thương hoặc những vết sẹo lồi mới hình thành.

Thịt gà khiến cho vết thương bị ngứa, lâu lành vì vậy nhất thiết bạn nên kiêng kỵ để hạn chế vết sẹo lồi to hơn.

Đồ nếp

Khi bị sẹo lồi, thịt gà là món ăn mà bạn nên tránh xa. Đồ nếp có tính nóng, dẻo nên dễ gây mưng mủ, sưng và đặc biệt là khiến vết thương lâu lành hơn. Vì vậy, đây là món ăn mà bạn nên kiêng trong thời gian chữa sẹo lồi.

Hải sản

Hải sản là món ăn "có hại" đối với những người đang có vết thương ngoài da hay vết thương đang trong thời kì lên da non. Việc ăn hải sản trong thời kì này sẽ khiến bạn bị ngứa ngáy, khó chịu và có thể sẽ tăng sinh khả năng gây sẹo lồi trên da.

Trứng

Theo quan niệm, trứng làm cho vùng da khi liền sẹo có màu trắng hoặc bị loang lổ, không tiếp màu với vùng da bình thường xung quanh. Vì vậy, khi vết thương đang liền da không nên ăn trứng.

Theo GDVN