AckySHINE.com

Sababu na madhara ya tatizo la kukosa choo

By SW - Melkisedeck Shine · April 15, 2022

Baini Siri za Kuwa na Afya Bora na Utimamu · #Karibu AckySHINE · #SMS, Vichekesho, Mahusiano, Biashara na Ujasiriamali, Afya, Chemsha Bongo, Dini pamoja na Vitabu kwenye PDF

Tatizo la kukosa choo (constipation) ni tatizo ambalo limekuwa likiwakumba watu wengi sana katika dunia, watu wamekuwa wakiteseka bila kujua nini chanzo cha tatizo hili na vipi kuliondoa tatizo hili na wengine wamekuwa wakilipuuzia bila kujua madhara ambayo wanaweza kuyapata kutokana na tatizo hili.

Tatizo hili hutokea pale mtu anakula vizuri lakini unakata siku tatu hadi nne bila kupata choo. Ukiona unakula kutwa mara tatu na unakaa siku mbili hadi tatu huendi chooni au unatoa choo kigumu kama mbuzi hilo ni tatizo kwako.

Tafiti zinaonyesha mtu anaweza kupoteza maisha kama atakosa choo kwa siku tano hadi saba mfululizo.Watu wengi hulidharau tatizo hili lakini linamadhara makubwa tofauti na wanavyofikiria. Zifuatazo ndizo sababu za kukosa choo;

Yafuatayo ndiyo madhara yatokanayo na kokosa choo;