

نعم، هذا صحيح، فلكي تتكاثر الفيروسات تحتاج إلي وسط حمضي. أغلب المفاكهة والخضار تزيد من قلوية الدم، وبالتالي يصبح الدم وسطا غير ملائما لتكاثر الفيروسات.

ويعد عصير البرتقال والبندورة من أقوى الأطعمة التي تزيد من قلوية الدم. وبالتالي علينا تناول المفاكهة والخضار وخاصة عصير البرتقال والبندورة لنقلل من فرص اصابتنا بالفيروسات ومنها انفلونزا الخنازير.