

آریقلاماق ایسته‌سز صوبحانه‌این ناهار آراسیندا هئج نه ینمه‌یین

آمریکالی تغذیه متخصصلری تأکید ائله‌دیلر صوبحانه‌این ناهار آراسیندا غذا ینماق سیزن آریقلاماق اوچون بوتون چالیشماقلاریزی هدره وئیر.

سلامت نیوز: آمریکالی تغذیه متخصصلری تأکید ائله‌دیلر صوبحانه‌این ناهار آراسیندا غذا ینماق سیزن آریقلاماق اوچون بوتون چالیشماقلاریزی هدره وئیر.

سلامت نیوزون ایسنادان نقل اولان گوزاریشینه گؤره، بو متخصصلر دئییرلر آریقلیق رژیمي اولان خانیملار صوبحانه‌این ناهار آراسیندا بیر دفعه یا چوخ غذا ینسه‌لر ایسته‌دیقلاری کیمی آریقلا یا بیلمزله. حال بوکي بو وعده‌نی حذف ائله‌ماق آریقلاماغا گؤزه‌گلیم اثری وار.

دؤکتور آن‌مک‌تیرنان « فرد هوچینسون » سرطان مرکزی‌نین تغذیه و آریقلاما متخصصلریندن، کؤک یا ایضافه وزنی اولان 50 دن 75 پاشا قدر 123 آروادین اوستونده موطالیعه‌ده بو نتیجه‌یه چاتیب.

یونایتدپرسین گوزاریشینه گؤره، بو آراشدیرمانین نتیجه‌لری کی قراردی آمریکانین دیابت انجومنی مجله‌سینده چاپ اولسون دئییر کی صوبحانه‌ده سالیم عدالار ینیلر و ناهاراجن هئج زاد ینمیلر، 11 کیلوپاجن آریقلاپیرلار.



لینک مطلب در سایت : <http://torki.tebyan-tabriz.ir/?MID=21&Type=News&id=217>