پەتاتەی سورەوەکراو مەترسی تووشبوون بە شێرپەنجەی مەمك زێددەکات

چەند ساڵێکە ئاماژەدەکرێت کە شێرپەنجەی مەمکی ئافرەت (لەتەمەنی لاوی دا) پەیوەندی بە شێوەی خۆراك خواردنەوە هەیە . پێشتر ئاماژەی پێکراوە کە ڕێژەیەکی بەرزی چەوری نێوخۆراك پەیوەندی بە شێرپەنجەی مەمکەوە هەیە .

توێژیارە ئەمێریکاییەکان توێژینەوەیەکییان لە Brigham and Women s Hospital in Bosten and Harvard Medical School **ئەنجامداوە کە** 2000 **ژنی لە خۆگرتبوو.**

بە پێی ئەنجامی توێژینەوەکان ئەو ئافرەتانەی لە تەمەنی منداڵیدا 3 – 5 **ساڵان هەفتانە ژەمێك پەتاتەی سوورەوەکراوی ئامادەکراویان خواردووە لە دواڕۆژدا مەترسی تووشبونیان لە** 27٪ **زێدی کردووە کە تووشی شێرپەنجەی مەمك ببن.**

ئەنجامی ئەم توێژینەوەیە پاڵپشتێکە بۆ ئەو تیۆریانەی کە ئاماژەیان دەکرد کە شێرپەنجەی مەمك پەیوەنی بە جۆری ئەو خۆراکەوە هەیە کە لەو تەمەنە دا دەخورێت .

ئەم زانیاریانە لەو دایکانە وەرگیراوە کە لە مەڕ خواردنی پەتاتەی سورەوەکراوی منداڵەکانیانەوە دواون و بۆتە بنچینەی توێژینەوەکە .

هەندێك پسپۆری ئەم بوارە پێیان وایە کە باسەکە پەیوەندی بە هۆرمۆنەوە هەیە ، واتە ڕێژەیەکی بەرز لە هۆرمۆن لە نێو خانە چەورییەکاندا کۆدەبێتەوە و کە یارمەتیدەرە بۆ دەرکەوتنی ئەم جۆرە شێرپەنجەیە .

سەرچاوە

1– ڕۆژنامەی (Aftonbladet) سویدی ڕۆژی 18ی ئاوگوستی 2005 .