

חלב ומוצריו

הבריאות, סקר הרגלי תזונה של 3,240 נשים וגברים בגילאי 25-64. מניתוח נתוני המחקר נמצא, שהנבדקים השמנים בעלי מסת גוף (BMI) של 30 ומעלה, צרכו פחות מ-460 מ"ג סידן ליום, בעוד שהנבדקים הרזים בעלי מסת גוף של 20-25, צרכו יותר מ-530 מ"ג סידן ליום.

החוקרים חישובו שהסיכון להשמנה היה נמוך ב-22 אחוז בנבדקים אשר צרכו כמות גבוהה של סידן, לעומת נבדקים שצרכו כמות נמוכה של סידן. עוד נמצא כי משקל הגוף היה גבוה יותר בקרב נבדקים, שצרכו פחות מ-900 גרם חלב ליום, לעומת נבדקים שצרכו יותר מ-1000 גרם חלב ליום.

"ממצאי המחקר בישראל ומחקרים נוספים בעולם מצביעים על ההשפעה החיובית של סידן ומוצרי חלב", הסביר ד"ר דרור דיקר, ממלא מקום מנהל מחלקה פנימית ד' בבית החולים "השרון", "תזונה עשירה בסידן מפחיתה את שומן הגוף, ותורמת לשמירה על משקל גוף תקין".

דיעות אחרונות 2003.10.16

מחקר ישראלי: חלב מסייע להפחתה במשקל

מחקר ישראלי מגלה כי צריכת חלב ומוצרים, מסייעת להפחתה במשקל. החוקרים מצאו כי ככל שצריכת הסידן היתה גבוהה יותר, הסיכון להשמנה הופחת.

צריכה מוגברת של סידן ממוצרי חלב מסייעת להפחתה במשקל, כך מצאו חוקרים ישראלים מבית החולים השרון ומשרד הבריאות. הממצאים הוצגו בכנס האיגוד האירופאי לרפואה פנימית, שנערך לאחרונה בברלין.

המחקר, שנערך ע"י ד"ר דרור דיקר וד"ר יוליה בלניק ממחלקה פנימית ד' בבי"ח השרון, ד"ר דורית ניצן קלוסקי, ראש שירות המזון ותזונה במשרד הבריאות ורבקה גולדשמידט מהמרכז לבקרת מחלות במשרד

כנף מתכת בית העמק

תכנון וביצוע מבני תעשייה ורפתות

רפת בית העמק 2003 ל-480 חולבות,
כולל פתרון קצה יבש משולב בסככה.



04-9960492 פקס • 04-9565588 טל • www.kanaf-m.co.il