

مطالعه جدیدی در اروپا پرسش هایی درباره خواص مصرف شیر ایجاد کرد

پزشکان می گویند شیر زیاد بنوشید تا استخوان هایی محکم داشته باشید و سلامتی تان نیز تنظیم شود.

ولی مطالعه جدیدی که در ژورنال پزشکی انگلیس منتشر شد نشان داد مردان سوئدی که میزان مصرف شیر بالایی دارند در سنین پایینی می میرند و در میان زنانی نیز که شیر زیادی مصرف می کنند شکستگی استخوان بیشتر دیده می شود.

پژوهشگران این مطالعه گفتند یافته های آنها می تواند پرسش هایی را که درباره توصیه های مربوط به مصرف شیر صورت می گیرد توجیه کند با این حال تحقیقات بیشتر در این زمینه ضرورت دارد زیرا که ارتباطی که در این تحقیق کشف شده است احتمالاً تصادفی باشد.

برای انجام این مطالعه، اطلاعات مربوط به 61 هزار زن 39 تا 74 ساله برای مدت بیست سال و اطلاعات مربوط به زنان 45 تا 79 برای مدت 11 سال مورد بررسی قرار گرفت.

شرکت کنندگان در این بررسی جزئیات اطلاعات مربوط به رژیم غذایی و شیوه زندگی، وزن، سیگاری بودن یا نبودن، تمرینات ورزشی، سطح آموزش و وضع تاهل خود را ارائه کردند.

تا زمان پایان این مطالعه حدود بیست و پنج هزار و پانصد نفر از اعضای این گروه فوت کردند و 22 هزار نفر نیز دچار شکستگی استخوان شدند.

پژوهشگران این مطالعه اعلام کردند مصرف بالای شیر نه تنها باعث پایین آمدن خطر شکستگی استخوان نشد بلکه «با افزایش احتمال مرگ افراد ارتباط پیدا کرد.»

در میان زنان این گروه، از هر هزار نفر 180 نفر که روزانه سه لیوان یا بیشتر شیر می خوردند در طول دوره ای ده پزشکان می گویند شیر زیاد بنوشید تا استخوان هایی محکم داشته باشید و سلامتی تان نیز تنظیم شود.

ولی مطالعه جدیدی که در ژورنال پزشکی انگلیس منتشر شد نشان داد مردان سوئدی که میزان مصرف شیر بالایی دارند در سنین پایینی می میرند و در میان زنانی نیز که شیر زیادی مصرف می کنند شکستگی استخوان بیشتر دیده می شود.

پژوهشگران این مطالعه گفتند یافته های آنها می تواند پرسش هایی را که درباره توصیه های مربوط به مصرف شیر صورت می گیرد توجیه کند با این حال تحقیقات بیشتر در این زمینه ضرورت دارد زیرا که ارتباطی که در این تحقیق کشف شده است احتمالاً تصادفی باشد.

برای انجام این مطالعه، اطلاعات مربوط به 61 هزار زن 39 تا 74 ساله برای مدت بیست سال و اطلاعات مربوط به زنان 45 تا 79 برای مدت 11 سال مورد بررسی قرار گرفت.

شرکت کنندگان در این بررسی جزئیات اطلاعات مربوط به رژیم غذایی و شیوه زندگی، وزن، سیگاری بودن یا نبودن، تمرینات ورزشی، سطح آموزش و وضع

تا هل خود را ارائه کردند.

تا زمان پایان این مطالعه حدود بیست و پنج هزار و پانصد نفر از اعضای این گروه فوت کردند و 22 هزار نفر نیز دچار شکستگی استخوان شدند. پژوهشگران این مطالعه اعلام کردند مصرف بالای شیر نه تنها باعث پایین آمدن خطر شکستگی استخوان نشد بلکه «با افزایش احتمال مرگ افراد ارتباط پیدا کرد.»

در میان زنان این گروه، از هر هزار نفر 180 نفر که روزانه سه لیوان یا بیشتر شیر می خوردند در طول دوره ای ده ساله مردند. این در حالی است که میانگین متوسط مرگ و میر اعضای گروه صرف نظر از عامل مصرف شیر حدود 126 نفر در هر هزار نفر بود.

کارل مایکلسون عضو دانشگاه اوپسالا گفت در میان زنانی که روزانه یک لیوان شیر یا کمتر می خوردند نرخ پزشکان می گویند شیر زیاد بنوشید تا استخوان هایی محکم داشته باشید و سلامتی تان نیز تنظیم شود. ولی مطالعه جدیدی که در ژورنال پزشکی انگلیس منتشر شد نشان داد مردان سوئدی که میزان مصرف شیر بالایی دارند در سنین پایینی می میرند و در میان زنانی نیز که شیر زیادی مصرف می کنند شکستگی استخوان بیشتر دیده می شود.

پژوهشگران این مطالعه گفتند یافته های آنها می تواند پرسش هایی را که درباره توصیه های مربوط به مصرف شیر صورت می گیرد توجیه کند با این حال تحقیقات بیشتر در این زمینه ضرورت دارد زیرا که ارتباطی که در این تحقیق کشف شده است احتمالاً تصادفی باشد.

برای انجام این مطالعه، اطلاعات مربوط به 61 هزار زن 39 تا 74 ساله برای مدت بیست سال و اطلاعات مربوط به زنان 45 تا 79 برای مدت 11 سال مورد بررسی قرار گرفت.

شرکت کنندگان در این بررسی جزئیات اطلاعات مربوط به رژیم غذایی و شیوه زندگی، وزن، سیگاری بودن یا نبودن، تمرینات ورزشی، سطح آموزش و وضع تاهل خود را ارائه کردند.

تا زمان پایان این مطالعه حدود بیست و پنج هزار و پانصد نفر از اعضای این گروه فوت کردند و 22 هزار نفر نیز دچار شکستگی استخوان شدند. پژوهشگران این مطالعه اعلام کردند مصرف بالای شیر نه تنها باعث پایین آمدن خطر شکستگی استخوان نشد بلکه «با افزایش احتمال مرگ افراد ارتباط پیدا کرد.»

در میان زنان پزشکان می گویند شیر زیاد بنوشید تا استخوان هایی محکم داشته باشید و سلامتی تان نیز تنظیم شود.

ولی مطالعه جدیدی که در ژورنال پزشکی انگلیس منتشر شد نشان داد مردان سوئدی که میزان مصرف شیر بالایی دارند در سنین پایینی می میرند و در میان زنانی نیز که شیر زیادی مصرف می کنند شکستگی استخوان بیشتر دیده می شود.

پژوهشگران این مطالعه گفتند یافته های آنها می تواند پرسش هایی را که درباره توصیه های مربوط به مصرف شیر صورت می گیرد توجیه کند با این حال تحقیقات بیشتر در این زمینه ضرورت دارد زیرا که ارتباطی که در این تحقیق

کشف شده است احتمالاً تصادفی باشد. برای انجام این مطالعه، اطلاعات مربوط به 61 هزار زن 39 تا 74 ساله برای مدت بیست سال و اطلاعات مربوط به زنان 45 تا 79 برای مدت 11 سال مورد بررسی قرار گرفت.

شرکت کنندگان در این بررسی جزئیات اطلاعات مربوط به رژیم غذایی و شیوه زندگی، وزن، سیگاری بودن یا نبودن، تمرینات ورزشی، سطح آموزش و وضع تاهل خود را ارائه کردند.

تا زمان پایان این مطالعه حدود بیست و پنج هزار و پانصد نفر از اعضای این گروه فوت کردند و 22 هزار نفر نیز دچار شکستگی استخوان شدند.

پژوهشگران این مطالعه اعلام کردند مصرف بالای شیر نه تنها باعث پایین آمدن خطر شکستگی استخوان نشد بلکه «با افزایش احتمال مرگ افراد ارتباط پیدا کرد.»

در میان زنان این گروه، از هر هزار نفر 180 نفر که روزانه سه لیوان یا بیشتر شیر می خوردند در طول دوره ای ده ساله مردند. این در حالی است که میانگین متوسط مرگ و میر اعضای گروه صرف نظر از عامل مصرف شیر حدود 126 نفر در هر هزار نفر بود.

کارل مایکلسون عضو دانشگاه اوپسالا گفت در میان زنانی که روزانه یک لیوان شیر یا کمتر می خوردند نرخ مرگ و میر 110 به یک هزار بود.

وی گفت در میان زنانی که سه لیوان یا بیشتر در طول روز شیر مصرف می کردند احتمال مرگ نود درصد بیشتر، احتمال شکستگی استخوان ران 60 درصد بیشتر و احتمال سایر شکستگی ها 15 درصد بیشتر بود.

به گزارش خبرگزاری فرانسه از پاریس، این تحقیق نشان داد که محصولات تخمیری شیر از قبیل پنیر یا ماست باعث پایین آمدن احتمال مرگ و میر و شکستگی استخوان به ویژه در زنان می شود. این گروه، از هر هزار نفر 180 نفر که روزانه سه لیوان یا بیشتر شیر می خوردند در طول دوره ای ده ساله مردند. این در حالی است که میانگین متوسط مرگ و میر اعضای گروه صرف نظر از عامل مصرف شیر حدود 126 نفر در هر هزار نفر بود.

کارل مایکلسون عضو دانشگاه اوپسالا گفت در میان زنانی که روزانه یک لیوان شیر یا کمتر می خوردند

