



آزمایشات و مشاهدات ثابت کرده است که تمرکز بر روی خوردن دانه‌های خرما....



آزمایشات و مشاهدات ثابت کرده است که تمرکز بر روی خوردن دانه‌های خرما - هر روز و به طور پیوسته - به بدن و مغز کمک می‌کند تا ترشح هورمون‌ها را تنظیم کنند و باعث می‌شود انسان احساس سیری کرده و در نتیجه مقدار غذایی که مصرف می‌کند کاهش می‌یابد؛ یعنی خرما به تنظیم و کاهش وزن کمک می‌کند. در نتیجه برخی پژوهشگران معتقدند که خرما غذای شگفت‌انگیزی برای درمان چاقی است. در اینجا این سخن نبی اکرم (ص) را یادآور می‌شویم که فرمودند: (اهل خانه‌ای که خرما دارند گرسنه نمیشوند). {رواه مسلم}

خرما درماني براي وزن اضافه

نوشته شده توسط Administrator
چهارشنبه ، 15 خرداد 1392 ، 23:07 -

به قلم: عبد المائيم الكحل

www.kaheel7.com/fa