

الكشف عن سر جديد لكبح هرمون الجوع وإنقاص الوزن



????? ?????? ?????? ?? ?????????? ?????????????? ?????????????? ??????? ???????
????????? ?????? ?????? ?? ??? ?????????? ?????????? ?????????????????? ?????????????? ??
????????????????? ??? ?????????? ?????????? ?????? ?????????? ??? ??????? ??????????
????????.

وأجريت الدراسة التي أعدها باحثون من جامعة فيرجينيا بالولايات المتحدة، على 14 متطوعا

خضعوا لبرنامج تدريبي متنوع بعد صيام ليلي، وفقا لموقع "ساينس ألرت".

????????? ?????????????? ?????????? ?????????????????? ?????? ?????????????????? ??????????????????

????????????? ?????????????? ??? ?????????????????? ?????????????????? ?????????? ??????????????????

?? ?????????? ?????????????????? ?? ?? ??????????????????

????????????? ?????????????????? ?????????????????? ?????????????? ?? ?????????????????? ??????

????????????????? ?????????? ?????????????? ?????????? ?????? ?????? ?????????????? ??????????????????

????? ?????? ?????????????????????? ?? ?????? ?????????????????? ?????????????????? ??????????????????

????? ?????????? ????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ??????????
????? ?? ????? "?????" ?????? ??? ?????????? ?????? ??????? ?? ??? ??????
?????? ?????????? ?? ????????????? ?????? ?????????? ?????? ?????????????? ?? ??????
????????? ?????????? ????? ?????????????? ?????? ?????????? ?????? ?????????????? ?????????????? ?? ??????
???? ?????????? ????? ?????????????? ?????? ?????????????? ?????????????? ?????????????? ??????????????
????????????? ?????????????? ?????????? ?? "?????????" ????? ?? ?????? ?????? ??????????????
????????? ?? ?????????????? ?????????? ?????????? ?? ?????? ?????????? ?????????? ?????? ??????????
????????? ?????????? ?????? ?????????????? ?????? ?????? ??????????.