



مصرف زیاد برنج سفید ارتباط مستقیم با افزایش خطر ابتلا به دیابت دارد

کارشناسان بهداشتی هاروارد در يك مطالعه جديد به ارتباط نگران کننده و جدی بين مصرف زیاد برنج سفید و افزایش خطر ابتلا به دیابت نوع دوم پی برده‌اند.

سلامت نیوز : کارشناسان بهداشتی هاروارد در يك مطالعه جديد به ارتباط نگران کننده و جدی بين مصرف زیاد برنج سفید و افزایش خطر ابتلا به دیابت نوع دوم پی برده‌اند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا، بیماری دیابت نوع دوم در برخی از کشورها در شرف تبدیل شدن به يك اپیدمی است. دکتر کیوئی سان از متخصصان دانشکده بهداشت عمومی دانشگاه هاروارد در این باره اظهار داشت: ما در آزمایشات اخیر خود دریافته‌ایم که برنج سفید به احتمال زیاد خطر ابتلا به دیابت نوع دوم را به ویژه در جوامعی مثل مردم آسیا که از این ماده غذایی زیاد مصرف می‌کنند، تشدید می‌کند.

سان تاکید کرد: با این حال مردم باید روی تمام مواد غذایی که در طول روز مصرف می‌کنند کنترل دقیق داشته باشند و در مراقبت از تغذیه خود نباید فقط روی يك غذای خاص متمرکز نشوند.

شرح این آزمایشات در مجله [#171طب انگلیس](#) ارائه شده است.