



### مصرف زیاد سویا خطر بروز بیماریهای تنفسی را کاهش می‌دهد

پژوهشگران استرالیایی در تحقیقات خود نشان دادند که مصرف میزان زیادی سویا در رژیم غذایی روزانه می‌تواند در برابر بیماریهای تنفسی یک نقش حفاظتی داشته باشد...

پژوهشگران استرالیایی در تحقیقات خود نشان دادند که مصرف میزان زیادی سویا در رژیم غذایی روزانه می‌تواند در برابر بیماریهای تنفسی یک نقش حفاظتی داشته باشد. محققان دانشگاه فناوری کاتین با آزمایش بر روی 278 بیماران متاثر از بیماری BPCO (بیماری ریوی مزمن مسدود کننده) بین 50 تا 75 سال و 340 فردی که از آسیبهای تنفسی رنج نمی‌بردند عادات غذایی هر دو گروه را بررسی کردند و کشف کردند که افراد سالم به طور متوسط 60 گرم در روز و افراد بیمار به طور متوسط 45 گرم در روز سویا مصرف می‌کردند. نتایج این تحقیقات نشان می‌دهد که مصرف زیاد سویا در رژیم غذایی می‌تواند خطر بیماری BPCO را کاهش دهد. براساس گزارش سایبرمد، این دانشمندان در این خصوص اظهار داشتند: "عادت به مصرف غذاهای برپایه سویا منجر به کاهش مشکلات تنفسی می‌شوند."