

## الفوائد النفسية للآيس كريم



كشفت دراسة جديدة عن سر فعالية الآيس كريم والمثلجات في تحسين مزاج الإنسان وزيادة شعوره بالسرور والنشوة، بعد أن ثبت أنه ينشط مراكز السرور والسعادة في الدماغ. وأشار العلماء إلى أن تناول المثلجات وخصوصاً الآيس كريم، يعتبر من أذمتع الحياة، كونها ترتبط بذكرىات مميزة من مراحل الطفولة وأوقات الإجازات والعطلات وبهجة الصيف والأوقات الجميلة.