

Ky dokument nuk është prova. Prova janë bajtët e ruajtur: HTML-ja e faqes, pamja e saj, dhe zinxhiri i hash-eve që i lidh. Kjo dëshmi është paraqitja e tyre, e prodhuar automatikisht. Verifikohet me kodin më poshtë **pa na pyetur ne**.

ARTIKULLI

TITULLI	Pse zemërohemi kur jemi të uritur
ADRESA	https://ekonomiaonline.com/pse-zemerohemi-kur-jemi-te-uritur-2/
BURIMI	ekonomiaonline.com
GJENDJA	edited

KOHA

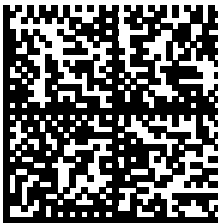
KAPUR NGA NE	7 shtator 2026, 03:45:32 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 900 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
KOHA E PORTALIT	nuk jepet <i>Ky portal nuk e deklaroi datën dhe nuk e shkruan as të dukshme. Mbetet vetëm ora jonë e kapjes.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	4764ac1325c34e02eb5461adeeb74b9b5d90774af05db86fe0df47abec98dcf7
TEKSTI	da75c1bac1a230c6b6575df51e7220c3f8479e9a09631be8c9129b617634d71c
PAMJA	0b3e1f531655caf8b5c46da12d4008d62841322256419d904553a8273c2f4495

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	0876855001b04093c845529a4d3e7e545a8e0c425b5f2fbc0188c2593853e9c7
E MËPARSHMJA	—
RRËNJA MERKLE	54dd2333b6815cc9ee49b1eacc7ddb168ecd2c0e9855c2b5b6b06fa16afbc7fc
ANKORIMI	submitted — dërguar, ende pa bllok <i>Deri te blloku, kjo provon integritetin, jo kohën.</i>



SKANOJE PËR TA VERIFIKUAR

Kodi të nxjerr te eksploruesi i STAMLES. Ai regjistër nuk është yni: nëse serveri ynë bie nesër, vula mbetet aty ku është.

Faqja tregon njërin nga tri gjendjet — **nuk u gjet**, **në radhë**, ose **e konfirmuar** me bllokun, rrënjën Merkle dhe transaksionin në Polygon. Krahazo hash-in që gjen atje me atë të shtypur më lart: nëse përputhen, kjo kapje ekzistonte para asaj ore, dhe ne nuk mund ta kishim ndryshuar pas saj.

https://scan.stamles.eu/verify/0876855001b04093c845529a4d3e7e545a8e0c425b5f2fbc0188c2593853e9c7

PAMJA E FAQES

Renderuar nga HTML-ja jonë e ruajtur, jo nga rrjeti. **Riprodhon kopjen tonë, jo pamjen e atëhershme:** stilet dhe imazhet e largëta mund të mos ekzistojnë më ose të kenë ndryshuar.

Motori: chromium-stored · dritarja 1280×1024 px



-
-
-

E Hënë

07 Sht 2026

- [Ekonomi](#)
- [Politikë](#)
- [Nacionale](#)
- [Komuna](#)
- [Lifestyle](#)
- [Sport](#)
- [Kalendari](#)
- [Video](#)

Kërko...

Pse zemërohem kur jemi të uritur



-

Prishtinë | 06 Sht 2026 | 06:00 | Nga Ekonomia Online

Nuk është e pazakontë që edhe kur jemi të qetë zemëroheni kur kemi uri.

Me kalimin e kohës që nga vakti i fundit, sasia e ushqyesve fillon të bjerë, e ndjekur nga fillimi i nervozizmit për shkak të urisë.

Karbohidratet, proteinat dhe yndyrat ndahen në sheqerna të thjeshtë, aminoacide dhe acide yndyrore të lira.

Me kalimin e kohës, sasia e këtyre lëndëve ushqyese zvogëlohet.

Kur glukozja e gjakut bie në një nivel kritik, truri e percepton atë si një situatë kërcënuese për jetën.

Truri është i varur nga glukozja, dhe kur niveli i tij i gjakut të bjerë, gjërat e thjeshta do të bëhen të vështira.

Ju nuk do të jeni në gjendje të përqendroheni, do të bëni gabime në situata banale, ose do të filloni të flisni të shkëputur. Përveç kësaj, do të bëheni të zhgënjyer dhe irritues dhe do të shqetësoheni nga gjithçka.

Kur niveli i glukozës në gjak bie në kufirin e poshtëm, truri “urdhëron” organe të caktuara të sintetizojnë hormonet që e rritin atë. Një nga këto hormone është adrenalina, një hormon stresi, i cili lëshohet në rrjedhën e gjakut në të gjitha situatat stresuese.

Një arsye tjetër pse uria shoqërohet me zemërimin është se ata të dy kontrollohen nga të njëjtat gjene.

Një gjen i tillë është neuropeptidi Y, i cili lëshohet kur jemi të uritur.

Ky neuropeptid vepron në receptorë të ndryshëm në tru, përfshirë atë që quhet receptori Y1.

Përveç kontrollit të urisë, ata rregullojnë edhe zemërimin dhe agresionin.

shpërndaje

-

Të ngjashme



- [07 Sht 2026 |](#)

[Pse vaji i kokosit është zgjidhja e çdo problemi me flokët?](#)



• [07 Sht 2026 |](#)

[Çrregullimet psikologjike vijnë nga gjumi, ja çfarë duhet të bëni](#)



• [07 Sht 2026 |](#)

[Ujë me mjalte me kanellë vlen shumë në mëngjes](#)



• [07 Sht 2026 |](#)

[Problemët dhe stresi i përditshëm dëmtojnë shëndetin – Mësoni cilat janë pasojat](#)



• [07 Sht 2026 |](#)

[Spinaqi ndihmon shëndetin e syve](#)



• [07 Sht 2026 |](#)

[Tri arsye pse po ju duket se asgjë nuk po ju bën të lumtur](#)



• [06 Sht 2026 |](#)

[Dashuria të shëndoshë, thotë një studim serioz](#)



• [06 Sht 2026 |](#)

[Largoni rrudhat në fytyrë përmes këtyre veprimeve](#)



• [06 Sht 2026 |](#)

[Mos gaboni të flini me grim, ja sa dëme i shkaktoni fytyrës](#)

[SHEFAQ TË TJERA](#)

Lajme më të

• **FUNDIT**

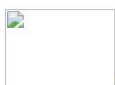
• **23:46 - Ky është zyrtari policor, djemtë e të cilit dyshohet se sulmuan komandantin e NJSO-së**

• **21:44 - Sulmohet kapiteni i Policisë Besart Ahmeti – sherri nisi për parking në qendrën tregtare, përfshihet edhe IPK**

- [21:35 - Një 7-vjeçar goditet nga vetura në Ferizaj, shoferi ikën nga vendi i ngjarjes](#)
- [19:20 - Sveçla: Nderim për pjesëtarët që dhanë jetën në krye të detyrës](#)
- [18:40 - Kurti në 27-vjetorin e Policisë: Falë punës së tyre, krimi s'ka vend në Kosovë](#)
- [18:31 - Haxhiu: Nga 176 kadetët e parë në Vushtrri, Policia e Kosovës u rrit në mbi 9 mijë zyrtarë](#)
- [17:58 - Edhe 10 ditë deri te verdikti, më 16 shtator Specialja shpall aktgjykimin për ish-krerët e UÇK-së](#)
- [17:49 - Java e ardhshme vazhdon me temperatura mbi 30 gradë](#)

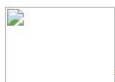
[Të gjitha të ditës](#)

VIDEO



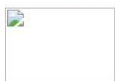
Video

[Sveçla: Nderim për pjesëtarët që dhanë jetën në krye të detyrës](#)



Video

[Kurti në 27-vjetorin e Policisë: Falë punës së tyre, krimi s'ka vend në Kosovë](#)



Video

[Haxhiu: Nga 176 kadetët e parë në Vushtrri, Policia e Kosovës u rrit në mbi 9 mijë zyrtarë](#)



Video

[Kadrijaj: Nuk do të qeverisim me Kurtin, gjashtë kushtet tona janë për interes të Kosovës](#)



Video

[Qehaja: 1 shtatori do të duhej t'i zinte nxënësit me tekste shkollore, mësimi tërëditor e ardhmja e shumë shkollave](#)

Kult



[Heidi Lushtaku heq mbiemrin e burrit nga rrjetet duke ngritur dilema](#)



[Për çka “s’mund të ankohet” Rina Balaj?](#)



[Soni shfaqet plot stil, mahnit me paraqitjen e fundit](#)





[Santiana publikon pamje më shoqëri të një mashkulli, situata duke serioze](#)



[Bebe Rexha marton vëllain, e ‘djeg’ ndejën nën ritmet e muzikës popullore shqiptare](#)

Adresa:
Rr. "Mark Isaku", Nr. 12, B2, Prishtinë, Republika e Kosovës

Redaksia:
049 289 299

Marketingu:
049 174 555

Email:
[\[email protected\]](#) [\[email protected\]](#)

[Impressum](#)

[Themeluar nga Faton Osmani](#)

Arkivi i lajmeve

[Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)
[Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)
[Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)
[Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)

2017 [Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)

2018 [Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)

2019 [Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)

2020 [Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)

2021 [Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)

2022 [Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)

2023 [Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)

2024 [Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)

2025 [Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator Tetor Nentor Dhjetor](#)

2026 [Janar Shkurt Mars Prill Maj Qershor](#)
[Korrik Gusht Shtator](#)

Regjistrohuni për të shkarkuar dhe shfrytëzuar videot në kualitet të lartë.

[Kyçu Regjistrohu](#)

Menu

- [Ekonomi](#)
- [Politikë](#)
- [Video](#)
- [Sport](#)
- [Opinione](#)
- [Nacionale](#)
- [Lifestyle](#)
- [Kult](#)
- [Arte](#)
- [Komuna](#)
- [Siguri](#)
- [Kalendari](#)
- [Kuriozitete](#)
- [Turizëm](#)
- [Botë](#)
- [Rajon](#)
- [Histori](#)

- [Barcaleta](#)
- [Psikologji](#)
- [Intervista](#)
- [Teknologji](#)
- [Femra](#)
- [Shpalljet](#)
- [Karriera](#)

-
-
-

 Agjencia e Lajmeve Ekonomia Online është anëtare e Këshillit të Medieve të Shkruara të
© Ekonomia Online ShPK (KMSHK)



Kyçu

Email Adresa

Fjalëkalimi

☐ Kyçu [Kam harruar fjalëkalimin!](#) Nuk kam llogari ende! [Krijo llogari të re.](#)

Pamja këtu është e ri-koduar për ta futur në dokument. Artefakti autoritar është skedari WebP i ruajtur, dhe hash-i i tij është ai i shtypur te faqja e parë — pra dallimi është i verifikueshëm, jo i fshehur.