

翻译成汉语

研究成果显示：这些人的体重变化表前称一下自己的体重，为了保证可靠性，只有哪些至少连续7天以上称过体重的人才会被纳入分析。对这些志愿者的跟踪调查时间最现出清晰的模式，即周末之后体重升高，在工作日体重减轻（周五达到最低点）。研究人员还意外地发现，体重减轻者和体重增加者在体重波动模式上存在着明显不同。体重减轻者会表现出较强的补偿模式，即在周末之后体重立即下降，这一下降趋势直至周五结束；而体重增加者每天的体重都会存在差异，他们在工作日的体重并无明显减轻。

