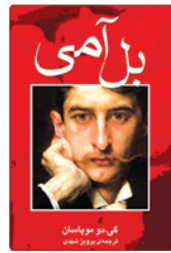


تلاش برای تولید ۹۰ درصد مواد اولیه دارویی در کشور

رئیس سازمان غذا و دارو گفت: برتله ما این است که بتوانیم تا ۹۰ درصد مواد اولیه دارویی مورد نیاز کشور را در داخل تولید کنیم.

به گزارش پیمان آشنا به نقل از فارس، محمد رضا شمسار، در گفت‌وگو با خبرنگار سلامت سازمان غذا و دارو، اظهار کرد: ما این بار با این اهداف مواجه شده‌ایم. ما تلاش می‌کنیم تا ۹۰ درصد مواد اولیه دارویی مورد نیاز کشور را در داخل تولید کنیم. ما این بار با این اهداف مواجه شده‌ایم. ما تلاش می‌کنیم تا ۹۰ درصد مواد اولیه دارویی مورد نیاز کشور را در داخل تولید کنیم.



پیمان آشنایان

نویسنده: کی دموپولیان

مترجم: زینب شهید

پیمان آشنایان از سوی روح‌شنده کی دموپولیان به عنوان معاون بهداشتی وزارت بهداشت منصوب شد. او در این سمت فعالیت می‌کند.

یک جره عه کتاب

پیری داشت او در این کتاب دهه هشتاد و نود و هجده مجموعه داستان کوتاه، سه سرفرازی، سه نمایشنامه و یک مجموعه شعر نوشت. او در مکتب بزرگی مثل قلیچ، رجب و کنگره و زولا تربیت شد و با داستان‌هایش همه جلوبه‌ش در پی نوشتن کتاب بود.

روداد ماده مخدر شیشه جدید از افغانستان به ایران

میلاد مسیح برمی گردد و به طور ملموس دغدغه افراد پست است. وی افزود: جریان اقتصادی و سیاسی در کشور ما تغییر کرده است که بعدی در مسیر ما دوستان شیشه جدید از افغانستان به ایران همدار داد.



به گزارش پیمان آشنایان به نقل از مهر، مسعود منظرمانندی - معاون کاهش تقاضا و توسعه مشاغل کارمندی - سازمان غذا و دارو، اظهار کرد: ما این بار با این اهداف مواجه شده‌ایم.

جامعه

با بعد از آن که در مسافت نداشت از طریق جزی سواهی این بیمه‌های مبتذل و عشق‌های خربینی از مردی که با این همه دوست داشت به جاهلی که این‌گونه می‌تواند پولبند برسد.

تازه‌های سلامت

وجود ۲۵ هزار مرکز تشخیص زودرس سرطان در کشور

رئیس اداره کنترل سرطان وزارت بهداشت با تأکید بر اهمیت نقش مراکز تشخیص زودرس سرطان در کشور، در عین حال درباره آخرین وضعیت راهبردی مراکز تشخیص زودرس سرطان و همچنین وضعیت راهبردی انجام تشخیص زودرس سرطان در کشور، اظهار کرد.

وجود ۳۰۰۰ کلاس درس ۶۱ نفره به بالا در کشور

معاون وزارت آموزش و پرورش درباره تأکید بر اهمیت کلاس‌های آموزشی در دوره ابتدایی اظهار کرد: در تمام کلاس‌های تولید باید ۲۶ نفر در هر کلاس درس داشته باشند. این امر به بهبود کیفیت آموزش و پرورش در کشور کمک خواهد کرد.

به گزارش پیمان آشنایان به نقل از ایسنا

به گزارش پیمان آشنایان به نقل از ایسنا، وی افزود: ما این بار با این اهداف مواجه شده‌ایم. ما تلاش می‌کنیم تا ۹۰ درصد مواد اولیه دارویی مورد نیاز کشور را در داخل تولید کنیم.

راه‌های موثر کاهش میزان کسرتول رابشنامی

کسرتول ماده‌ای است که هم توسط بدن تولید می‌شود و هم می‌تواند از طریق غذا وارد بدن شود.

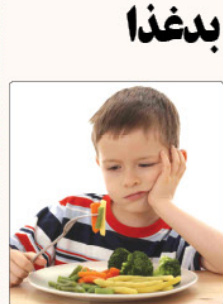


به گزارش پیمان آشنایان به نقل از مهر، دو نوع کسرتول LDL و HDL (کسرتول خوب) وجود دارد. کسرتول بد (LDL) می‌تواند باعث گرفتگی رگ‌ها و افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی شود.

بکشنه‌ها با جواد احدی (عضو انجمن جانی ریکا و انجمن تغذیه ایران)

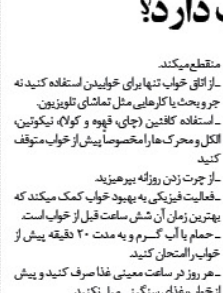
کودک جالبی به نام جواد احدی است که در این کشور به شهرت رسیده است. او به دلیل توانایی‌های فوق‌العاده‌اش در یادگیری و حل مسائل ریاضی شناخته شده است.

راهکار افزایش مصرف غذادر کودکان بدغذا



یکی از دلایل اصلی بدغذایی کودکان، عدم تنوع در رژیم غذایی است. متخصصان تغذیه توصیه می‌کنند که والدین با ایجاد تنوع در غذای کودک و استفاده از روش‌های جذاب برای غذا خوردن، می‌توانند به بهبود اشتها و تغذیه کودک کمک کنند.

آیا خوش بینی تأثیری بر روی کیفیت خواب دارد؟



تحقیقات علمی نشان داده است که خوش‌بینی می‌تواند به بهبود کیفیت خواب منجر شود. افرادی که به زندگی خود به صورت مثبت نگاه می‌کنند، معمولاً خواب عمیق‌تری تجربه می‌کنند.

چهارم روزانه شیشه‌ها

چهارم روزانه شیشه‌ها، یک ماده مخدر جدید است که در ایران به سرعت در دسترس قرار گرفته است. این ماده به دلیل اثرات مخربش بر سلامت جسم و روان، به شدت نگران‌کننده است.

بیمارستان‌های خصوصی در تهران

بیمارستان‌های خصوصی در تهران، به دلیل امکانات بهتر و خدمات تخصصی‌تر، به سرعت در حال توسعه است. این مراکز می‌توانند به بهبود کیفیت خدمات پزشکی در کشور کمک کنند.

تأثیر ورزش بر سلامت روان

ورزش منظم می‌تواند به بهبود سلامت روان و کاهش استرس کمک کند. فعالیت بدنی باعث ترشح اندورفین می‌شود که به بهبود خلق‌وخو و کاهش اضطراب کمک می‌کند.

تأثیر تغذیه بر سلامت روان

تغذیه مناسب می‌تواند به بهبود سلامت روان و کاهش استرس کمک کند. مصرف غذاهای سرشار از مواد مغذی می‌تواند به تقویت سیستم عصبی و بهبود خلق‌وخو کمک کند.

تأثیر خواب بر سلامت روان

خواب کافی و باکیفیت می‌تواند به بهبود سلامت روان و کاهش استرس کمک کند. رعایت بهداشت خواب می‌تواند به بهبود کیفیت خواب و تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کند.

نیمه‌ی خالی لیوان را [هم] ببینیم!

نیمه‌ی خالی لیوان را ببینیم! این عبارت به ما یادآوری می‌کند که در هر شرایطی، ما باید به دنبال جنبه‌های مثبت زندگی باشیم و با نگرش مثبت، مشکلات را پشت سر بگذاریم.

تأثیر ورزش بر سلامت جسم

ورزش منظم می‌تواند به بهبود سلامت جسم و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن کمک کند. فعالیت بدنی باعث تقویت عضلات و بهبود گردش خون می‌شود.

تأثیر تغذیه بر سلامت جسم

تغذیه مناسب می‌تواند به بهبود سلامت جسم و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن کمک کند. مصرف غذاهای سرشار از مواد مغذی می‌تواند به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کند.

تأثیر خواب بر سلامت جسم

خواب کافی و باکیفیت می‌تواند به بهبود سلامت جسم و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن کمک کند. رعایت بهداشت خواب می‌تواند به بهبود کیفیت خواب و تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کند.

تأثیر ورزش بر سلامت روان

ورزش منظم می‌تواند به بهبود سلامت روان و کاهش استرس کمک کند. فعالیت بدنی باعث ترشح اندورفین می‌شود که به بهبود خلق‌وخو و کاهش اضطراب کمک می‌کند.

تأثیر تغذیه بر سلامت روان

تغذیه مناسب می‌تواند به بهبود سلامت روان و کاهش استرس کمک کند. مصرف غذاهای سرشار از مواد مغذی می‌تواند به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کند.

تأثیر خواب بر سلامت روان

خواب کافی و باکیفیت می‌تواند به بهبود سلامت روان و کاهش استرس کمک کند. رعایت بهداشت خواب می‌تواند به بهبود کیفیت خواب و تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کند.

تأثیر ورزش بر سلامت جسم

ورزش منظم می‌تواند به بهبود سلامت جسم و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن کمک کند. فعالیت بدنی باعث تقویت عضلات و بهبود گردش خون می‌شود.

تأثیر تغذیه بر سلامت جسم

تغذیه مناسب می‌تواند به بهبود سلامت جسم و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن کمک کند. مصرف غذاهای سرشار از مواد مغذی می‌تواند به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کند.

تأثیر خواب بر سلامت جسم

خواب کافی و باکیفیت می‌تواند به بهبود سلامت جسم و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن کمک کند. رعایت بهداشت خواب می‌تواند به بهبود کیفیت خواب و تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کند.