

### اجرای برنامه «سلامت خانواده» در ۱۸۲ شهر

معاون بهداشت وزارت بهداشت با اشاره به اجرای برنامه سلامت خانواده در ۱۸۲ شهر کشور، در بین حال و روز بزرگترین شهیار شرق سلامت تا پایان سال میلادی خواهد بود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا حسین فریدینی با اشاره به اینکه برنامه سلامت خانواده در فروردین تا ۵۹ شهریور شروع و سپس به ۹۲ شهر رزقا رفت و هم‌اکنون در ۱۸۲ شهر کشور در حال اجراست، بیان کرد در حال حاضر برنامه در ۱۸۲ شهر با جمعیت ۱۱ میلیون و ۶۰۰ هزار نفر اجراست هرچند که در مناطقی مانند خراسان‌شهرها باید فعالیت‌ها را تکمیل کرد. او بیان اینکه در شهرهای مختلف در شهرهای و ورزشگاه‌های بزرگ کشور از جمله دانشگاه‌ها، باشگاه‌ها، مراکز و زمین‌های ورزشی برای اجرای برنامه در حال اجراست. او بیان کرد که در ۱۸۲ شهر کشور در حال حاضر برنامه در ۱۸۲ شهر کشور در حال اجراست. او بیان کرد که در ۱۸۲ شهر کشور در حال حاضر برنامه در ۱۸۲ شهر کشور در حال اجراست.

به گفته وی، در استان‌هایی که پوشش برنامه سلامت خانواده کامل بود بحث انجام به منظور دوم و سوم به شکل جدی مطرح می‌شود. معاون بهداشت وزارت بهداشت در خصوص تخصیص بودجه ۱۴۰۲ برنامه سلامت خانواده تصریح کرد، بودجه که برای اجرای طرح برنامه در نظر گرفته‌شده هنوز به شکل کامل تخصیص نیافته است برای سال ۱۴۰۲ نیز راهی پیش‌بینی نشده است که تا قطعی نشود نمی‌توان اعلام کرد.

### همسران و کودکان آزار دیده ۱۳۳ تناس بگیرند

همسران و کودکان آزار دیده از جمله گروه‌های آسیب‌پذیری هستند که برای دریافت خدمات لازم می‌توانند با سامانه فریاد زاری تماس بگیرند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از سازمان بهزیستی کشور، ۱۱ گروه آسیب پذیر زنان و دختران آسیب دیده اجتماعی، افراد دارای اختلال خلقی، خادان افراد با سند یا عدم وجود سند، مبتلایان به اختلال هیبت جنسی، دختران و پسران دارای اختلال در منزل، افراد با شرایط بحرانی ویژه زوجین متقاضی طلاق، کودکان خیابان و کار، همسران آزار دیده، مبتلایان و افراد دارای معلولیت آزار دیده و کودکان آزار دیده در تماس با خط ۱۱۳، خدمات لازم از بهر جهت اطلاع داده شد. رئیس انجمنی با هدف بهبود وضعیت خانواده از سال ۱۳۸۶ تاسیس شد و تاکنون ۲۲۰۰۰۰ نفر در چهارده کودک‌آزاری، همسر آزار، زنان و دختران در معرض آسیب و مجازات و کودکان، معلولان، افراد دارای اختلال خلقی، خادان، کودکان خیابان و کار، همسران آزار دیده، مبتلایان و افراد دارای معلولیت آزار دیده در تماس با خط ۱۱۳، خدمات لازم از بهر جهت اطلاع داده شد.

روزی از اعضای با هدف بهبود وضعیت خانواده از سال ۱۳۸۶ تاسیس شد و تاکنون ۲۲۰۰۰۰ نفر در چهارده کودک‌آزاری، همسر آزار، زنان و دختران در معرض آسیب و مجازات و کودکان، معلولان، افراد دارای اختلال خلقی، خادان، کودکان خیابان و کار، همسران آزار دیده، مبتلایان و افراد دارای معلولیت آزار دیده در تماس با خط ۱۱۳، خدمات لازم از بهر جهت اطلاع داده شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیکال نیوز، در حال حاضر شهرداری و دوچرخه داره که نشان می‌دهد برخی از بیماران غلای غلای خالص، مانند رژیم مدیترانه ای، رژیم پالو، رژیم غذایی DASH و رژیم گیاهی، می‌توانند به محافظت از سلامت قلب کمک کنند.

محققان دانشگاه کالیفرنیا جنوبی اکنون دریافته اند که رژیم غذایی فستینگ (تقلید از روزه درای) در

### زنان و خانواده

### مشارکت ۳۵ درصدی زنان در غربالگری دیابت و فشار خون

مدير كل دفتر مدیریت بیماری‌های غیروابگیر وزارت بهداشت گفت: تا ۲۰٪ از زنان شرکت‌کنندگان در غربالگری دیابت و فشار خون در این افراد می‌تواند که به آنها جلوگیری از بروز دیابت و پر فشاری خون در آنها جلوگیری کند.

به گزارش پیام آشنا، کوروش اعتماد افروید پیش از ۵ میلیون ایرانی در پوشش ملی سلامت در مرحله پیش از ابتلا به پر فشاری خون و بیش از یک میلیون

### دارو رسانی درب منزل به جای ایترنتی

رئیس سازمان غذا و دارو گفت: تعیین دستورالعمل دارو رسانی درب منزل در دستور کار قرار دارد تا این امر اساسی داروی سالم از طریق داروخانه نیز نظر سازمان از مسیر سالم به دست بیماران می‌رسد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از پدید، سید حسرت محمدی در همایش معاونین غذا و دارو دانشگاه‌ها و دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور با بیان اینکه اساساً با فروش اینترنتی دارو به شکل موجود، مخفیانه، تصدیق کرد، در سایر مستقیماً با سلامت مردم در ارتباط است و با دارو و محصولات قابل قیاس نیست چرا که دارو نیاز به کنترل‌های خاص و دقیق دارد.

وی افزود در حال حاضر فروش اینترنتی دارو غیرقانونی است و داروهای تقلبی، بی‌علاج و غیر ایمن در دسترس فضای مجازی و بدون اینکه بدین‌گونه این فرآورد در دست مردم به دست مصرف کننده می‌سد. ناظران‌های سختی روی دارو رسانی در منزل است که مستقران‌های اینترنتی داروهای قاچاق در دسترس فضای مجازی و بدون اطلاع مردم می‌رسند.

رئیس سازمان غذا و دارو از برود خواست که به هیچ وجه از دست‌های ناآمن که سازمان غذا و دارو تا این لحظه هیچ یک از آنها را تایید نکرده است اندر تهیه کنند. در صورت خرید مسئولیت بر عهده بیمار است. وی با اشاره به اینکه تسهیلات دارو رسانی در منزل در صورت تایید برای والدین شیدا و مجازات بالای ۵ درصد اجرائی شده است، گفت: در حال تعیین دستورالعمل دارو رسانی در منزل هستیم تا دسترسی مردم به دارو در منزل مرتب‌تر می‌گردد.

### روژه

### رژیم فستینگ برای حفظ سلامت قلب و عروق مفید است

یک رژیم غذایی سالم راهی شناخته شده برای کمک به حفظ سلامت قلب و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیکال نیوز، در حال حاضر شهرداری و دوچرخه داره که نشان می‌دهد برخی از بیماران غلای غلای خالص، مانند رژیم مدیترانه ای، رژیم پالو، رژیم غذایی DASH و رژیم گیاهی، می‌توانند به محافظت از سلامت قلب کمک کنند.

محققان دانشگاه کالیفرنیا جنوبی اکنون دریافته اند که رژیم غذایی فستینگ (تقلید از روزه درای) در

### مشارکت ۳۵ درصدی زنان در غربالگری دیابت و فشار خون

مدير كل دفتر مدیریت بیماری‌های غیروابگیر وزارت بهداشت گفت: تا ۲۰٪ از زنان شرکت‌کنندگان در غربالگری دیابت و فشار خون در این افراد می‌تواند که به آنها جلوگیری از بروز دیابت و پر فشاری خون در آنها جلوگیری کند.

### دارو رسانی درب منزل به جای ایترنتی

رئیس سازمان غذا و دارو گفت: تعیین دستورالعمل دارو رسانی درب منزل در دستور کار قرار دارد تا این امر اساسی داروی سالم از طریق داروخانه نیز نظر سازمان از مسیر سالم به دست بیماران می‌رسد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از پدید، سید حسرت محمدی در همایش معاونین غذا و دارو دانشگاه‌ها و دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور با بیان اینکه اساساً با فروش اینترنتی دارو به شکل موجود، مخفیانه، تصدیق کرد، در سایر مستقیماً با سلامت مردم در ارتباط است و با دارو و محصولات قابل قیاس نیست چرا که دارو نیاز به کنترل‌های خاص و دقیق دارد.

وی افزود در حال حاضر فروش اینترنتی دارو غیرقانونی است و داروهای تقلبی، بی‌علاج و غیر ایمن در دسترس فضای مجازی و بدون اطلاع مردم می‌رسند.

رئیس سازمان غذا و دارو از برود خواست که به هیچ وجه از دست‌های ناآمن که سازمان غذا و دارو تا این لحظه هیچ یک از آنها را تایید نکرده است اندر تهیه کنند. در صورت خرید مسئولیت بر عهده بیمار است. وی با اشاره به اینکه تسهیلات دارو رسانی در منزل در صورت تایید برای والدین شیدا و مجازات بالای ۵ درصد اجرائی شده است، گفت: در حال تعیین دستورالعمل دارو رسانی در منزل هستیم تا دسترسی مردم به دارو در منزل مرتب‌تر می‌گردد.

### مصرف اندک کربوهیدرات برای مبتلایان به دیابت نوع ۱ مفید است

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که رژیم غذایی کم کربوهیدرات به افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ کمک می‌کند تا قند خون خود را کنترل کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسین نت، سوزیانا استرن ایگزتون، محقق ارشد این مطالعه و متخصص زنان در دانشگاه کورنبریگ سوند، می‌گوید: «این مطالعه نشان می‌دهد که یک رژیم غذایی کم کربوهیدرات متوسط سطح قند خون را کاهش می‌دهد و بیماران می‌توانند قند خون خود را در محدوده هدف نگه دارند، که در کاهش خطر آسیب اعضای بدن برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ مفید است»

در دیابت نوع ۱، تولید انسولین کمی تولید می‌کند یا اصلاً انسولین تولید نمی‌کند تا قند خون بتولید به عنوان انرژی وارد سلول‌ها شود. بدون انسولین قند خون افزایش می‌یابد و می‌تواند باعث آسیب جدی به اندام‌ها شود.

محققان خاطرنشان کردند که برای ایمنی، هر فردی که دیابت نوع ۱ دارد تغییرات عمده در مصرف کربوهیدرات را در نظر می‌گیرد، ابتدا باید با ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود مشورت کند. این موضوع به ویژه برای کودکان مبتلا به دیابت نوع ۱ سابق است.

### مصرف اندک کربوهیدرات برای مبتلایان به دیابت نوع ۱ مفید است

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که رژیم غذایی کم کربوهیدرات به افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ کمک می‌کند تا قند خون خود را کنترل کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسین نت، سوزیانا استرن ایگزتون، محقق ارشد این مطالعه و متخصص زنان در دانشگاه کورنبریگ سوند، می‌گوید: «این مطالعه نشان می‌دهد که یک رژیم غذایی کم کربوهیدرات متوسط سطح قند خون را کاهش می‌دهد و بیماران می‌توانند قند خون خود را در محدوده هدف نگه دارند، که در کاهش خطر آسیب اعضای بدن برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ مفید است»

در دیابت نوع ۱، تولید انسولین کمی تولید می‌کند یا اصلاً انسولین تولید نمی‌کند تا قند خون بتولید به عنوان انرژی وارد سلول‌ها شود. بدون انسولین قند خون افزایش می‌یابد و می‌تواند باعث آسیب جدی به اندام‌ها شود.

### مصرف اندک کربوهیدرات برای مبتلایان به دیابت نوع ۱ مفید است

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که رژیم غذایی کم کربوهیدرات به افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ کمک می‌کند تا قند خون خود را کنترل کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسین نت، سوزیانا استرن ایگزتون، محقق ارشد این مطالعه و متخصص زنان در دانشگاه کورنبریگ سوند، می‌گوید: «این مطالعه نشان می‌دهد که یک رژیم غذایی کم کربوهیدرات متوسط سطح قند خون را کاهش می‌دهد و بیماران می‌توانند قند خون خود را در محدوده هدف نگه دارند، که در کاهش خطر آسیب اعضای بدن برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ مفید است»

در دیابت نوع ۱، تولید انسولین کمی تولید می‌کند یا اصلاً انسولین تولید نمی‌کند تا قند خون بتولید به عنوان انرژی وارد سلول‌ها شود. بدون انسولین قند خون افزایش می‌یابد و می‌تواند باعث آسیب جدی به اندام‌ها شود.

### مصرف اندک کربوهیدرات برای مبتلایان به دیابت نوع ۱ مفید است

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که رژیم غذایی کم کربوهیدرات به افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ کمک می‌کند تا قند خون خود را کنترل کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسین نت، سوزیانا استرن ایگزتون، محقق ارشد این مطالعه و متخصص زنان در دانشگاه کورنبریگ سوند، می‌گوید: «این مطالعه نشان می‌دهد که یک رژیم غذایی کم کربوهیدرات متوسط سطح قند خون را کاهش می‌دهد و بیماران می‌توانند قند خون خود را در محدوده هدف نگه دارند، که در کاهش خطر آسیب اعضای بدن برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ مفید است»

در دیابت نوع ۱، تولید انسولین کمی تولید می‌کند یا اصلاً انسولین تولید نمی‌کند تا قند خون بتولید به عنوان انرژی وارد سلول‌ها شود. بدون انسولین قند خون افزایش می‌یابد و می‌تواند باعث آسیب جدی به اندام‌ها شود.

محققان خاطرنشان کردند که برای ایمنی، هر فردی که دیابت نوع ۱ دارد تغییرات عمده در مصرف کربوهیدرات را در نظر می‌گیرد، ابتدا باید با ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود مشورت کند. این موضوع به ویژه برای کودکان مبتلا به دیابت نوع ۱ سابق است.

### مصرف اندک کربوهیدرات برای مبتلایان به دیابت نوع ۱ مفید است

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که رژیم غذایی کم کربوهیدرات به افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ کمک می‌کند تا قند خون خود را کنترل کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسین نت، سوزیانا استرن ایگزتون، محقق ارشد این مطالعه و متخصص زنان در دانشگاه کورنبریگ سوند، می‌گوید: «این مطالعه نشان می‌دهد که یک رژیم غذایی کم کربوهیدرات متوسط سطح قند خون را کاهش می‌دهد و بیماران می‌توانند قند خون خود را در محدوده هدف نگه دارند، که در کاهش خطر آسیب اعضای بدن برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ مفید است»

در دیابت نوع ۱، تولید انسولین کمی تولید می‌کند یا اصلاً انسولین تولید نمی‌کند تا قند خون بتولید به عنوان انرژی وارد سلول‌ها شود. بدون انسولین قند خون افزایش می‌یابد و می‌تواند باعث آسیب جدی به اندام‌ها شود.

### مصرف اندک کربوهیدرات برای مبتلایان به دیابت نوع ۱ مفید است

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که رژیم غذایی کم کربوهیدرات به افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ کمک می‌کند تا قند خون خود را کنترل کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسین نت، سوزیانا استرن ایگزتون، محقق ارشد این مطالعه و متخصص زنان در دانشگاه کورنبریگ سوند، می‌گوید: «این مطالعه نشان می‌دهد که یک رژیم غذایی کم کربوهیدرات متوسط سطح قند خون را کاهش می‌دهد و بیماران می‌توانند قند خون خود را در محدوده هدف نگه دارند، که در کاهش خطر آسیب اعضای بدن برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ مفید است»

در دیابت نوع ۱، تولید انسولین کمی تولید می‌کند یا اصلاً انسولین تولید نمی‌کند تا قند خون بتولید به عنوان انرژی وارد سلول‌ها شود. بدون انسولین قند خون افزایش می‌یابد و می‌تواند باعث آسیب جدی به اندام‌ها شود.

### مصرف اندک کربوهیدرات برای مبتلایان به دیابت نوع ۱ مفید است

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که رژیم غذایی کم کربوهیدرات به افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ کمک می‌کند تا قند خون خود را کنترل کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسین نت، سوزیانا استرن ایگزتون، محقق ارشد این مطالعه و متخصص زنان در دانشگاه کورنبریگ سوند، می‌گوید: «این مطالعه نشان می‌دهد که یک رژیم غذایی کم کربوهیدرات متوسط سطح قند خون را کاهش می‌دهد و بیماران می‌توانند قند خون خود را در محدوده هدف نگه دارند، که در کاهش خطر آسیب اعضای بدن برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ مفید است»

در دیابت نوع ۱، تولید انسولین کمی تولید می‌کند یا اصلاً انسولین تولید نمی‌کند تا قند خون بتولید به عنوان انرژی وارد سلول‌ها شود. بدون انسولین قند خون افزایش می‌یابد و می‌تواند باعث آسیب جدی به اندام‌ها شود.

محققان خاطرنشان کردند که برای ایمنی، هر فردی که دیابت نوع ۱ دارد تغییرات عمده در مصرف کربوهیدرات را در نظر می‌گیرد، ابتدا باید با ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود مشورت کند. این موضوع به ویژه برای کودکان مبتلا به دیابت نوع ۱ سابق است.

### مصرف اندک کربوهیدرات برای مبتلایان به دیابت نوع ۱ مفید است

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که رژیم غذایی کم کربوهیدرات به افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ کمک می‌کند تا قند خون خود را کنترل کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسین نت، سوزیانا استرن ایگزتون، محقق ارشد این مطالعه و متخصص زنان در دانشگاه کورنبریگ سوند، می‌گوید: «این مطالعه نشان می‌دهد که یک رژیم غذایی کم کربوهیدرات متوسط سطح قند خون را کاهش می‌دهد و بیماران می‌توانند قند خون خود را در محدوده هدف نگه دارند، که در کاهش خطر آسیب اعضای بدن برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ مفید است»

در دیابت نوع ۱، تولید انسولین کمی تولید می‌کند یا اصلاً انسولین تولید نمی‌کند تا قند خون بتولید به عنوان انرژی وارد سلول‌ها شود. بدون انسولین قند خون افزایش می‌یابد و می‌تواند باعث آسیب جدی به اندام‌ها شود.

### مصرف اندک کربوهیدرات برای مبتلایان به دیابت نوع ۱ مفید است

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که رژیم غذایی کم کربوهیدرات به افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ کمک می‌کند تا قند خون خود را کنترل کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسین نت، سوزیانا استرن ایگزتون، محقق ارشد این مطالعه و متخصص زنان در دانشگاه کورنبریگ سوند، می‌گوید: «این مطالعه نشان می‌دهد که یک رژیم غذایی کم کربوهیدرات متوسط سطح قند خون را کاهش می‌دهد و بیماران می‌توانند قند خون خود را در محدوده هدف نگه دارند، که در کاهش خطر آسیب اعضای بدن برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ مفید است»

در دیابت نوع ۱، تولید انسولین کمی تولید می‌کند یا اصلاً انسولین تولید نمی‌کند تا قند خون بتولید به عنوان انرژی وارد سلول‌ها شود. بدون انسولین قند خون افزایش می‌یابد و می‌تواند باعث آسیب جدی به اندام‌ها شود.