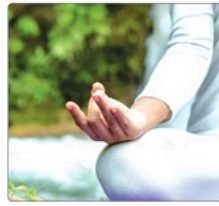


زن و خانواده

یوگا برای مغز زنان در معرض خطر آلزایمر مفید است



یک مطالعه جدید نشان می‌دهد یوگا سلامت مغز زنان را تقویت می‌کند.

استرس بهبود سلامت مغز، عملکرد ذهنی حافظه و کاهش التهاب و بهبود تعاف پذیری عصبی مفید است.

تیم تحقیق زنان راه نو گروه تقسیم کرد یک گروه به مدت ۱۲ هفته در جلسات فیزیکی گردانیدنی یوگا با تمرکز بر حرکات و تمرینات استقامتی شرکت کردند در حالی که گروه دیگر بحث و آموزش تئوری تئوریات فرار کردند.

Advertisement for 'Mintal' (منیمال) featuring a portrait of a man and text describing its benefits for cognitive health.

تأثیر مصرف لبنیات کم چرب در کاهش و کنترل فشار خون. فشار خون بالا بیماری شایعی است که به دلیل عوارض جدی که ایجاد می‌کند یکی از مشکلات مهم سلامت است.

تأثیر مصرف لبنیات کم چرب در کاهش و کنترل فشار خون. به گزارش پیام آستانه به نقل از دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، در بسیاری از موارد عمل اصلی سکنه‌های مغزی، خوردن لبنیات کم چرب است.

رئیس سازمان غذا و دارو اعلام کرد تامین داروهای بیماران صعب‌العلاج در داروخانه‌های منتخب



رئیس سازمان غذا و دارو با بیان اینکه تگرفی برقراره تامین داروی بیماران صعب‌العلاج در داروخانه‌های منتخب اعلام کرد.

ایم تعطیلات را مشخص کنند به طور معمول داروخانه‌ها در ایام تعطیلات فعال هستند و اگر داروخانه تعطیل باشد باید به داروخانه دیگر به‌عنوان جایگزین معرفی کنند.

رئیس سازمان غذا و دارو با بیان اینکه تگرفی برقراره تامین داروی بیماران صعب‌العلاج در داروخانه‌های منتخب اعلام کرد.

کمبود آهن عاملی برای ابتلا به کووید طولانی

سارس-کووید-۲۰۱۹، سند کم‌تفرد به فقر در معرض ابتلا به کووید طولانی قرار دارد از طرفی به گزارش مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های آمریکا به طور متوسط کمتر از یک نفر از هر ۱۰ نفر کووید طولانی را تجربه می‌کند.

دکتر «ایمی هلسون»، متخصص در این زمینه می‌گوید اگرچه شواهد به‌سزاست اما نشان می‌دهد که کمبود آهن می‌تواند به ابتلا به کووید طولانی منجر شود.

سالارهای کوچک خانه

سختی‌هایی که متحمل شده‌اند تلاش‌هایی کردند که فرزندشان به جهت رفاهی در شرایط ایده‌آل باشد، در نتیجه فرزند بیش از آنچه هست بری خود نشده‌اند.

سختی‌هایی که متحمل شده‌اند تلاش‌هایی کردند که فرزندشان به جهت رفاهی در شرایط ایده‌آل باشد، در نتیجه فرزند بیش از آنچه هست بری خود نشده‌اند.

کتاب در فرزندشان می‌شوند اینتر و پدر و ماری که سبک تربیتی‌شان براساس فرزندسالاری شکل گرفته، روان‌شناس و مشاور در این خصوص می‌گوید.

چش

بزه‌های جنسی کودکان آه‌ن در خون راه عبور عملی است. ابتلا به کووید طولانی شش‌سالی کرده است.

پیش

به گزارش پیام آستانه به نقل از نیویورک پست، بزه‌های جنسی در دانشگاه کمبریج نشان می‌دهد که فقر آهن می‌تواند موجب التهاب و کم‌خونی شود.

چند نکته درباره مضرات نوشیدنی‌های انرژی‌زا

فرزندسالاری، معضلی است که از دید بسیاری از خانواده‌ها بی‌توجهی هم‌چون نیست، خانواده‌هایی که لگام زندگی را به دست کودکان‌شان می‌سوزند و اقتدار خود را زیر سوال می‌برند.