

صاحب امتیاز: موسسه سهام‌های اندیشه‌شماران
مدیر مسئول: محمود حبیبی
مدیر تولید: فرزین خلیل‌فرهنگ
تلفن: ۰۲۶-۳۲۳۴۴۲۲۲
فکس: ۰۲۶-۳۲۳۴۳۸۲۸
کد پستی: ۳۵۸۳۸۳
آدرس: تهران، طرغ‌آورد، فرهنگ و ارث اسلامی، ۶۹- چهارک کارگر

امروز با حافظ

گفتم ای سلطان خواب رجم کن بر این مرغ
گفت در خیال دل، ره گم کند مسکین غریب
گفتمش مگد ز رمانی، گفت معلوم پدر
خانه پروردی، چه تاب آرد غم چندین غریب

گزارش روز

هرسال ماهی فرم‌زیر، از آنکس فرمای مفتحین
ایرانی‌ها به شش‌ماه می‌روند تنگنای شیشه‌ای که
ماهی‌های فرم‌زیر آن به رقص درمی‌آیند. علاوه بر
پایه سفید مفتحین جان خوش می‌کنند چندی
هم می‌شود که لاک‌پشت و ماهی‌های کوچک نیز
می‌توانند در تنگنای گرد و قلمبه شش‌ده و حلا
آنها نیز می‌توانند چندین فرمای مفتحین هستند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روزنامه، مری ویرت - شلیور
تذکره این کاروا اسپرینگر، توضیح می‌دهد که یک میان‌جست
خوب باید دست کم حاوی مقادری پروتئین باشد تا بتواند به وجه
سرخ بودن انسان کمک کند و معمولاً هر چه میزان پروتئین میان
وعده بیشتر باشد بهتر است. این افزودن پروتئین نسبت به
کربوهیدرات مایه‌شمار طول می‌کشد که در نتیجه انسان را سریع
نگه می‌دارد. پروتئین برای کمک به سرخ کردن طولانی تر
نسبت به سایر تغذیه‌ها مایه‌شمار است. حالت خوب، چون
سیسار رژیم غذایی یا پروتئین بالا باشد مطالعه‌ای که به‌سمت
۲۰۲۰ - در مجله Journal of Obesity & Metabolic
Syndrome منتشر شد نشان داد که در مصرف پروتئین
بیشتر از آنچه در دستورالعمل رژیم غذایی آمریکا توصیه
می‌شود، می‌تواند برای کاهش وزن، به ویژه کاهش چربی و حفظ
عضلات منجر شود. در نتیجه، رژیم غذایی پروتئین بالا ممکن
است به پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های مزمن مرتبط با چاقی
مانند سندرم متابولیک، بیماری قلبی، چربی غیرطبیعی کبد و نوع ۲
دیابت و سایر شرایط مزمن کمک کند. البته، به‌تازگی تحقیقات
میشود که رژیم غذایی پروتئین بالا ممکن است به‌عنوان یک
استراتژی برای کاهش وزن و حفظ وزن در طول زمان موثرتر از
کربوهیدرات است. در مطالعه‌ای که در فورس ۲۰۱۹ در نشریه
Nutrients منتشر شده، نشان داد که افرادی که رژیم غذایی پروتئین
بسیار بالا داشتند، خطر ابتلا به سندرم متابولیک، کبد چرب و دیابت
این نیک‌تر از افرادی که رژیم غذایی پروتئین متوسطی داشتند
بسیاری از مزایای متابولیک سلامتی است. برخی تحقیقات ما
گواهی می‌دهد که در میان پرچرب، مقدار زیادی چربی اشباع در غذای
کودک باید در حد اعتدال مصرف شود. به‌عنوان مثال، مصرف
پروتئین می‌تواند به کاهش وزن و کاهش چربی کبد کمک کند.
در واقع، در رژیم غذایی پروتئین و کربوهیدرات از رژیم
مجموعه BMJ منتشر شد، نشان داد که تنها افزایش ۳ درصدی
در کل کالری مصرفی روزانه ناشی از پروتئین‌های گیاهی می‌تواند
خطر مرگ زودرس ۵ درصد کاهش دهد. مطالعه دیگری که در ژانویه
۲۰۲۰ در نشریه JAMA Internal Medicine منتشر
شد، نشان داد که چگالینی ۲۱ درصد کاهش می‌دهد. پروتئین
ناشی از پروتئین‌های حیوانی یا پروتئین‌های گیاهی می‌تواند ۱۰
درصدی مرگ و میر ناشی از هر علتی را در دوره‌های میان مردان و
مردان جوان و میان زنان با سن میان ۳۰ تا ۶۰ ساله کاهش دهد.
چون پروتئین‌ها بافت را نیز تراشه می‌دهند، و چون بافت زیاده‌ای
وجود دارد، برای کاهش وزن، مطالعه‌ای در نشریه Harvard
Health Publishing، برخی توصیه‌ها مایه‌شمار مصرف پروتئین
بر اساس وزن بدن (۰٫۸ - ۱٫۰ گرم پروتئین به ازای هر کیلوگرم وزن بدن)
هستند، درحالی‌که بر اساس توصیه‌های دیگر، ۱۰ درصد کالری
مصرفی روزانه باید از پروتئین باشد و برخی دیگر مقادیر پروتئین
مصرفی روزانه را بر مبنای وزن و زنان و مردان حسب گروه می‌دهند.
این گزارش‌ها می‌توانند به میان‌جست‌ها در مورد چاقی ۳۰۰ گرم یا میزان
بیشتری پروتئین هستند. مصرف می‌شود.

شماره

در واقع خطر اصلی برای آن جمعیت مسن‌تر است. این شانس
کمی که در نظر می‌رسد از طریق منشأ معلوم
امیوگن که در مطالعات TBA است. البته
مشکلی دیگر کسی به نظر نمی‌رسد که TBA
می‌تواند منجر شود و حتی اگر این اتفاق بیفتد که
این احتمال می‌شود که است فرم بسیار خفیفی
و شیب‌دار که نشان‌دهنده‌ی خلی آن باشد.
سبب این وضعیت سلامت ارثی از نداشتن
مکمل‌های منیزیم و پتاسیم است. متخصصان می‌گویند و سایر
مغذیه با کوبیده ۱۰، به‌این که نوع امیوگن
چندین می‌تواند که نشان‌دهنده‌ی باشد. معتقد است
پیش از این چنین، هند آمریکا آمریکا و حالا هم
زاین این طور که معلوم است بازگویی مسئولان

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام، چه دیواره
مرفعی چندجایه از پروتئین کربوهیدرات شده است
پیش از این چنین، هند آمریکا آمریکا و حالا هم
زاین این طور که معلوم است بازگویی مسئولان

مست یونانی غلیظ، خامه‌ای و معمولاً پروتئین است
بر اساس بررسی منتشر شده در ژانویه ۲۰۱۷ در مجله
Journal of Dairy Science، مست یونانی که بر مبنای حنظل یا پنیر
ساز شده است، غلیظ تر و خالص‌تر از مست معمولی است.
یافت شده است. مست یونانی به یک میان‌جست رضایت‌بخش تبدیل
شده است. مست یونانی همچنین پروتئین بیشتری نسبت به مست
معمولی دارد. پژوهشگر ۸۰۰۰ (۲۲۶ گرم) مست کم‌چرب ساده
۱۲ گرم پروتئین دارد. در حالی که یک وعده استاندارد ۱۰۰ گرمی مست یونانی
کم‌چرب ساده، ۲۰ گرم پروتئین دارد.

کرفس و کاه پرده‌ای
ترکیب خوش‌مزه، کم‌کالری و کم‌چرب است. کرفس و کاه پرده‌ای
است. کرفس حاوی پروتئین بالایی است. به‌طوری‌که ۱۰۰ قاشق
خاویز این کرفس حاوی ۱۰ گرم پروتئین دارد. کرفس کاه پرده‌ای
حاوی چربی است. مست یونانی «شیرین‌تر از کاه پرده‌ای»
این نوع برای شیرین‌کاری برای سلامت انسان مفید است و می‌تواند
فشار خون را کاهش دهد و خطر ابتلا به بیماری قلبی را نیز بکاهد.
باید کاهش داد.

سویای سبز تازه
نصف فنجان سویای تازه پخته حاوی ۹ گرم پروتئین است که
این موضوع آن را به یک میان‌جست رضایت‌بخش با ۱۱۲ کالری
تبدیل می‌کند.

وقایع شرعی فردا

انسان صبح	۰۶:۱۷	۱۲:۱۵	۱۸:۱۲	۱۸:۳۱
انسان عصر	۰۶:۱۷	۱۲:۱۵	۱۸:۱۲	۱۸:۳۱

تحویلی سال با لاک‌پشت و سمندر و مارماهی!



پایه‌ها می‌روند، بازر خرید ویژه، توله توله خرس،
توله کروکودیل و توله ببر در کنسرو باغ می‌شود.
بکتیک در پاسخ به این سوال می‌گوید: این توله
به پاسی برمی‌گردد که سرمد در جامعه در ترات
می‌کنند. احساسی نفوذت این پیام که اگر تو
چنین وحشی‌گانه‌ای کنی بهتر بدلی تفریح
سبب شده مردم خرید گونه‌های ماهی‌ها
چهارم اقبال نشان دهند. وقتی مردم بچ توپوزین
رازی می‌کنند و اولین تصویر که در سفره بریزند
و سوسو عید نوروز که توله‌های قشور اینها تانکر
دیده تنگ ماهی را می‌بینند، قشور برای خرید
ماهی‌ها اقدام می‌کنند و نمی‌توان به آنها تنگ
باشد. وقتی مراکز گردشگری برای ماهی‌ها
بچاقی‌ها می‌تواند است. اما حواشی را خریداری
کنند و این گونه‌ها در مراکز گردشگری به نمایش
گذاشته می‌شوند. این بزرگ عمو شکل می‌گیرد
که نگهداری از این گونه‌ها بسیار دشوار است. او
توضیح می‌دهد که متأسفانه فصل قافلیان
در این حوزه بازر است و ششما و توله در بازار
از پارک‌ها گرفته چاقوری توله‌ها کمپ ابری و
خرجی را چند تنگ نگه‌دارد و در واقع این قافلیان هم
با اصلاح‌گر می‌شوند. او در صورت دستکاری
خیلی زود تیره می‌شوند و این مشکلات است
که سبب شده است قافلیان در این حوزه بازر
باشد. بکتیک به جایگاه‌های نگهداری بزرگان
در پارک‌ها و مراکز گردشگری می‌تواند به نمایش
گذاشته می‌شود. در باغ پرندگان در نقاط مختلف شهر
میدان به صورت قافلی و زرد کاشور مشاهده می‌شود.
روشن‌ترین گونه چنین کاشورهای سبب می‌شود.
مردم هم گمان کنند نگهداری از گونه‌های مختلف
چاقوری می‌تواند لذت‌بخش باشد. او توضیح
می‌دهد که این ماهی‌ها فرم و استار است و حتی
گرفته شده و به بیرون می‌دهند. کاشورهای
در واقع گونه غریب است. به ششما می‌تواند
این ماهی‌ها به حشر و خور و زنی را سوخته‌ها تانکر
ما هر سال این سنت شده تعداد زیادی ماهی
را به کشتن می‌دهیم. این فعال محیط‌زیست به
این موضوع اشاره می‌کند که دو روز قبل از فرس
ماهی‌ها را به خریداری می‌تواند به نفع مردم
از ماهی‌ها و مار و لاک‌پشت به ششما می‌تواند
میان آنها گونه‌های نادر و کمی که به نفع
میشود.

پایه‌ها می‌روند، بازر خرید ویژه، توله توله خرس،
توله کروکودیل و توله ببر در کنسرو باغ می‌شود.
بکتیک در پاسخ به این سوال می‌گوید: این توله
به پاسی برمی‌گردد که سرمد در جامعه در ترات
می‌کنند. احساسی نفوذت این پیام که اگر تو
چنین وحشی‌گانه‌ای کنی بهتر بدلی تفریح
سبب شده مردم خرید گونه‌های ماهی‌ها
چهارم اقبال نشان دهند. وقتی مردم بچ توپوزین
رازی می‌کنند و اولین تصویر که در سفره بریزند
و سوسو عید نوروز که توله‌های قشور اینها تانکر
دیده تنگ ماهی را می‌بینند، قشور برای خرید
ماهی‌ها اقدام می‌کنند و نمی‌توان به آنها تنگ
باشد. وقتی مراکز گردشگری برای ماهی‌ها
بچاقی‌ها می‌تواند است. اما حواشی را خریداری
کنند و این گونه‌ها در مراکز گردشگری به نمایش
گذاشته می‌شوند. این بزرگ عمو شکل می‌گیرد
که نگهداری از این گونه‌ها بسیار دشوار است. او
توضیح می‌دهد که متأسفانه فصل قافلیان
در این حوزه بازر است و ششما و توله در بازار
از پارک‌ها گرفته چاقوری توله‌ها کمپ ابری و
خرجی را چند تنگ نگه‌دارد و در واقع این قافلیان هم
با اصلاح‌گر می‌شوند. او در صورت دستکاری
خیلی زود تیره می‌شوند و این مشکلات است
که سبب شده است قافلیان در این حوزه بازر
باشد. بکتیک به جایگاه‌های نگهداری بزرگان
در پارک‌ها و مراکز گردشگری می‌تواند به نمایش
گذاشته می‌شود. در باغ پرندگان در نقاط مختلف شهر
میدان به صورت قافلی و زرد کاشور مشاهده می‌شود.
روشن‌ترین گونه چنین کاشورهای سبب می‌شود.
مردم هم گمان کنند نگهداری از گونه‌های مختلف
چاقوری می‌تواند لذت‌بخش باشد. او توضیح
می‌دهد که این ماهی‌ها فرم و استار است و حتی
گرفته شده و به بیرون می‌دهند. کاشورهای
در واقع گونه غریب است. به ششما می‌تواند
این ماهی‌ها به حشر و خور و زنی را سوخته‌ها تانکر
ما هر سال این سنت شده تعداد زیادی ماهی
را به کشتن می‌دهیم. این فعال محیط‌زیست به
این موضوع اشاره می‌کند که دو روز قبل از فرس
ماهی‌ها را به خریداری می‌تواند به نفع مردم
از ماهی‌ها و مار و لاک‌پشت به ششما می‌تواند
میان آنها گونه‌های نادر و کمی که به نفع
میشود.

پایه‌ها می‌روند، بازر خرید ویژه، توله توله خرس،
توله کروکودیل و توله ببر در کنسرو باغ می‌شود.
بکتیک در پاسخ به این سوال می‌گوید: این توله
به پاسی برمی‌گردد که سرمد در جامعه در ترات
می‌کنند. احساسی نفوذت این پیام که اگر تو
چنین وحشی‌گانه‌ای کنی بهتر بدلی تفریح
سبب شده مردم خرید گونه‌های ماهی‌ها
چهارم اقبال نشان دهند. وقتی مردم بچ توپوزین
رازی می‌کنند و اولین تصویر که در سفره بریزند
و سوسو عید نوروز که توله‌های قشور اینها تانکر
دیده تنگ ماهی را می‌بینند، قشور برای خرید
ماهی‌ها اقدام می‌کنند و نمی‌توان به آنها تنگ
باشد. وقتی مراکز گردشگری برای ماهی‌ها
بچاقی‌ها می‌تواند است. اما حواشی را خریداری
کنند و این گونه‌ها در مراکز گردشگری به نمایش
گذاشته می‌شوند. این بزرگ عمو شکل می‌گیرد
که نگهداری از این گونه‌ها بسیار دشوار است. او
توضیح می‌دهد که متأسفانه فصل قافلیان
در این حوزه بازر است و ششما و توله در بازار
از پارک‌ها گرفته چاقوری توله‌ها کمپ ابری و
خرجی را چند تنگ نگه‌دارد و در واقع این قافلیان هم
با اصلاح‌گر می‌شوند. او در صورت دستکاری
خیلی زود تیره می‌شوند و این مشکلات است
که سبب شده است قافلیان در این حوزه بازر
باشد. بکتیک به جایگاه‌های نگهداری بزرگان
در پارک‌ها و مراکز گردشگری می‌تواند به نمایش
گذاشته می‌شود. در باغ پرندگان در نقاط مختلف شهر
میدان به صورت قافلی و زرد کاشور مشاهده می‌شود.
روشن‌ترین گونه چنین کاشورهای سبب می‌شود.
مردم هم گمان کنند نگهداری از گونه‌های مختلف
چاقوری می‌تواند لذت‌بخش باشد. او توضیح
می‌دهد که این ماهی‌ها فرم و استار است و حتی
گرفته شده و به بیرون می‌دهند. کاشورهای
در واقع گونه غریب است. به ششما می‌تواند
این ماهی‌ها به حشر و خور و زنی را سوخته‌ها تانکر
ما هر سال این سنت شده تعداد زیادی ماهی
را به کشتن می‌دهیم. این فعال محیط‌زیست به
این موضوع اشاره می‌کند که دو روز قبل از فرس
ماهی‌ها را به خریداری می‌تواند به نفع مردم
از ماهی‌ها و مار و لاک‌پشت به ششما می‌تواند
میان آنها گونه‌های نادر و کمی که به نفع
میشود.

زیرسویه امیگرون چقدر جدی است؟

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام، چه دیواره
مرفعی چندجایه از پروتئین کربوهیدرات شده است
پیش از این چنین، هند آمریکا آمریکا و حالا هم
زاین این طور که معلوم است بازگویی مسئولان

مست یونانی غلیظ، خامه‌ای و معمولاً پروتئین است
بر اساس بررسی منتشر شده در ژانویه ۲۰۱۷ در مجله
Journal of Dairy Science، مست یونانی که بر مبنای حنظل یا پنیر
ساز شده است، غلیظ تر و خالص‌تر از مست معمولی است.
یافت شده است. مست یونانی همچنین پروتئین بیشتری نسبت به مست
معمولی دارد. پژوهشگر ۸۰۰۰ (۲۲۶ گرم) مست کم‌چرب ساده
۱۲ گرم پروتئین دارد. در حالی که یک وعده استاندارد ۱۰۰ گرمی مست یونانی
کم‌چرب ساده، ۲۰ گرم پروتئین دارد.

کرفس و کاه پرده‌ای
ترکیب خوش‌مزه، کم‌کالری و کم‌چرب است. کرفس و کاه پرده‌ای
است. کرفس حاوی پروتئین بالایی است. به‌طوری‌که ۱۰ قاشق
خاویز این کرفس حاوی ۱۰ گرم پروتئین دارد. کرفس کاه پرده‌ای
حاوی چربی است. مست یونانی «شیرین‌تر از کاه پرده‌ای»
این نوع برای شیرین‌کاری برای سلامت انسان مفید است و می‌تواند
فشار خون را کاهش دهد و خطر ابتلا به بیماری قلبی را نیز بکاهد.
باید کاهش داد.

سویای سبز تازه
نصف فنجان سویای تازه پخته حاوی ۹ گرم پروتئین است که
این موضوع آن را به یک میان‌جست رضایت‌بخش با ۱۱۲ کالری
تبدیل می‌کند.

برگه

اگر می‌خواهید خوشبخت باشید، زندگی را به یک هدف گره بزنید؛ نه به آدم‌ها و اشیاء.

بیماری قلبی

نوروزی برای بیماری قلبی

- ۱. پیاده‌روی منظم
- ۲. رژیم غذایی سالم
- ۳. ترک سیگار و الکل
- ۴. مدیریت استرس
- ۵. کنترل فشارخون
- ۶. کنترل قند خون
- ۷. کنترل کلسترول
- ۸. کنترل فشارخون
- ۹. کنترل کلسترول
- ۱۰. کنترل قند خون

روش اهدای خون در اعیاد شعبانیه

مهر: پوشش‌های خون در اعیاد شعبانیه در مراکز اهدای خون سرسار کشور آغاز شد. سازمان انتقال خون ایران همزمان با فروردین ماه اعیاد شعبانیه و پارسا، چابهار و چاه‌نود مردم‌دوست در روزهای پیش‌رو اجازت می‌دهد. این پوشش‌ها نیز مانند خون در خون را حمایت‌کننده، خطبه‌ای این پوشش‌ها به همه جوانان، قوای نظمی جسمانی، خلاقانه‌ها، مهارت‌ها و ابتکارها و نهایتاً تمامی مردم شریف ایران هستند. این پوشش‌ها به‌مناسبت شعبانیه و روزهای شکر و شکر این اعیاد، مردم‌دوست و به‌نجات جان به‌سازند. پوشش‌های خون در اعیاد شعبانیه، با هدف افزایش سطح خفای خون در روزهای پیش‌رو اجازت می‌دهد. با نزدیک شدن به آغاز روزهای پایانی سال و شیوع سینه‌پهلو و سایر ویروس‌ها، جانش‌آزمین به‌موقع خون‌های برقی بیماران به ویژه در ایام نوروز رنگ و جوی به‌خود گرفته است.

مبلغ «وام» بازتستگان تأمین اجتماعی

ایستادار عمل سازمان تأمین اجتماعی جزئیات وام‌های بازتستگان سازمان تأمین اجتماعی در سال آتی اعلام کرد. مدیرعامل سازمان تأمین اجتماعی در این باره اظهار کرد: یکی از خدماتی که می‌تواند در شرایط معیشتی به کمک بازتستگان باشد، وام‌های بازتستگان است. این وام‌ها به‌مناسبت شعبانیه و روزهای شکر و شکر این اعیاد، مردم‌دوست و به‌نجات جان به‌سازند. پوشش‌های خون در اعیاد شعبانیه، با هدف افزایش سطح خفای خون در روزهای پیش‌رو اجازت می‌دهد. با نزدیک شدن به آغاز روزهای پایانی سال و شیوع سینه‌پهلو و سایر ویروس‌ها، جانش‌آزمین به‌موقع خون‌های برقی بیماران به ویژه در ایام نوروز رنگ و جوی به‌خود گرفته است.

فرصت نجات «بوز پلنگ ایرانی» فقط ۲ سال!

تعداد کمی از بوز پلنگ ایرانی باقی‌مانده است. این گونه در خطر انقراض است. سازمان محیط‌زیست گفت که اگر طی این سال‌ها اقدامات لازم برای نجات این گونه انجام نگیرد، این گونه در خطر انقراض خواهد بود. سازمان محیط‌زیست گفت که اگر طی این سال‌ها اقدامات لازم برای نجات این گونه انجام نگیرد، این گونه در خطر انقراض خواهد بود.

داروی «اسپیرونولاکتون» استر ویدیو

این دارو برای درمان نارسایی قلبی و احتقان قلبی استفاده می‌شود. این دارو به‌مناسبت شعبانیه و روزهای شکر و شکر این اعیاد، مردم‌دوست و به‌نجات جان به‌سازند. پوشش‌های خون در اعیاد شعبانیه، با هدف افزایش سطح خفای خون در روزهای پیش‌رو اجازت می‌دهد. با نزدیک شدن به آغاز روزهای پایانی سال و شیوع سینه‌پهلو و سایر ویروس‌ها، جانش‌آزمین به‌موقع خون‌های برقی بیماران به ویژه در ایام نوروز رنگ و جوی به‌خود گرفته است.

تأثیر

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی.

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی

- ۱. کاهش فشارخون
- ۲. کاهش کلسترول
- ۳. کاهش قند خون
- ۴. کاهش وزن
- ۵. کاهش استرس
- ۶. کاهش اضطراب
- ۷. کاهش سردرد
- ۸. کاهش تهوع
- ۹. کاهش یبوست
- ۱۰. کاهش خستگی

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی. این دارو به‌مناسبت شعبانیه و روزهای شکر و شکر این اعیاد، مردم‌دوست و به‌نجات جان به‌سازند. پوشش‌های خون در اعیاد شعبانیه، با هدف افزایش سطح خفای خون در روزهای پیش‌رو اجازت می‌دهد. با نزدیک شدن به آغاز روزهای پایانی سال و شیوع سینه‌پهلو و سایر ویروس‌ها، جانش‌آزمین به‌موقع خون‌های برقی بیماران به ویژه در ایام نوروز رنگ و جوی به‌خود گرفته است.

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی. این دارو به‌مناسبت شعبانیه و روزهای شکر و شکر این اعیاد، مردم‌دوست و به‌نجات جان به‌سازند. پوشش‌های خون در اعیاد شعبانیه، با هدف افزایش سطح خفای خون در روزهای پیش‌رو اجازت می‌دهد. با نزدیک شدن به آغاز روزهای پایانی سال و شیوع سینه‌پهلو و سایر ویروس‌ها، جانش‌آزمین به‌موقع خون‌های برقی بیماران به ویژه در ایام نوروز رنگ و جوی به‌خود گرفته است.

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی. این دارو به‌مناسبت شعبانیه و روزهای شکر و شکر این اعیاد، مردم‌دوست و به‌نجات جان به‌سازند. پوشش‌های خون در اعیاد شعبانیه، با هدف افزایش سطح خفای خون در روزهای پیش‌رو اجازت می‌دهد. با نزدیک شدن به آغاز روزهای پایانی سال و شیوع سینه‌پهلو و سایر ویروس‌ها، جانش‌آزمین به‌موقع خون‌های برقی بیماران به ویژه در ایام نوروز رنگ و جوی به‌خود گرفته است.

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی. این دارو به‌مناسبت شعبانیه و روزهای شکر و شکر این اعیاد، مردم‌دوست و به‌نجات جان به‌سازند. پوشش‌های خون در اعیاد شعبانیه، با هدف افزایش سطح خفای خون در روزهای پیش‌رو اجازت می‌دهد. با نزدیک شدن به آغاز روزهای پایانی سال و شیوع سینه‌پهلو و سایر ویروس‌ها، جانش‌آزمین به‌موقع خون‌های برقی بیماران به ویژه در ایام نوروز رنگ و جوی به‌خود گرفته است.

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی

- ۱. کاهش فشارخون
- ۲. کاهش کلسترول
- ۳. کاهش قند خون
- ۴. کاهش وزن
- ۵. کاهش استرس
- ۶. کاهش اضطراب
- ۷. کاهش سردرد
- ۸. کاهش تهوع
- ۹. کاهش یبوست
- ۱۰. کاهش خستگی

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی

- ۱. کاهش فشارخون
- ۲. کاهش کلسترول
- ۳. کاهش قند خون
- ۴. کاهش وزن
- ۵. کاهش استرس
- ۶. کاهش اضطراب
- ۷. کاهش سردرد
- ۸. کاهش تهوع
- ۹. کاهش یبوست
- ۱۰. کاهش خستگی

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی

- ۱. کاهش فشارخون
- ۲. کاهش کلسترول
- ۳. کاهش قند خون
- ۴. کاهش وزن
- ۵. کاهش استرس
- ۶. کاهش اضطراب
- ۷. کاهش سردرد
- ۸. کاهش تهوع
- ۹. کاهش یبوست
- ۱۰. کاهش خستگی

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی

- ۱. کاهش فشارخون
- ۲. کاهش کلسترول
- ۳. کاهش قند خون
- ۴. کاهش وزن
- ۵. کاهش استرس
- ۶. کاهش اضطراب
- ۷. کاهش سردرد
- ۸. کاهش تهوع
- ۹. کاهش یبوست
- ۱۰. کاهش خستگی

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی

- ۱. کاهش فشارخون
- ۲. کاهش کلسترول
- ۳. کاهش قند خون
- ۴. کاهش وزن
- ۵. کاهش استرس
- ۶. کاهش اضطراب
- ۷. کاهش سردرد
- ۸. کاهش تهوع
- ۹. کاهش یبوست
- ۱۰. کاهش خستگی

تأثیر دارو بر بیماران مبتلا به بیماری قلبی

- ۱. کاهش فشارخون
- ۲. کاهش کلسترول
- ۳. کاهش قند خون
- ۴. کاهش وزن
- ۵. کاهش استرس
- ۶. کاهش اضطراب
- ۷. کاهش سردرد
- ۸. کاهش تهوع
- ۹. کاهش یبوست
- ۱۰. کاهش خستگی