

# نگرانی‌های والدین در سال تحصیلی مجازی چیست؟

یک روانشناس کودکان و نوجوانان گفت: با توجه به شرایط و محدودیت‌هایی که ویروس کرونا به وجود آورده است، سال تحصیلی دشواری را پیش روی خواهیم داشت.

پذیری مسائلی مختلف را دارند. به شرطی که مشکلات و مسائل را به سادگی مطرح کرده و آن‌ها را در حل مسئله شریک کنند. خانواده‌ها از فرزندان راه حل بخواهند و با روش راهبردی، سوال‌های هدایت شده آن‌ها را به نتایج برسانند.

## والدین، فرزندان را غیرمستقیم کنترل کنند

او با تاکید بر اینکه کمک به کودکان به معنی انجام تکلیف برای آن‌ها نیست، گفت: خانواده‌ها می‌توانند با آموزش مهارت‌ها، سازمان‌دهی و مطالعه به کودکان انجام تکلیف را بهبود ببخشند، همچنین فضایی مناسب و وسایل مورد نیاز را در منزل برای فراهم کردن به فرزندان باموزند. تکالیف زیاد را به قسمت‌های کوچک تقسیم کنند. عوامل حواس پرتی مانند تلویزیون، صدای موسیقی، صحبت کردن با تلفن و... در حین مطالعه، به صورت غیرمستقیم او را کنترل کنند تا بداند مشکلات و ضعف‌ها کجاست و در نهایت برای رفع ضعف‌ها اقدامات لازم را انجام دهند.

## درس خواندن

والدین به صورت پشتیبان پیگیر مشکلات، تکلیف، حضور چپه‌ها برای درس خواندن باشند. وقتی کودکان و نوجوانان به یاد خود روند آموزشی آن‌ها مورد توجه باشند که روند آموزشی مشکلات خواهند کرد. استعدادهای بیشتری خواهند کرد. ممکن است فرزندان مشکلات داشته باشند (عدم تمرکز، ضعف در حافظه دیداری و شنیداری، مشکلات در درس ریاضی و خواندن و...) داشته باشند. به همین دلیل سعی در تقویت این مهارت‌ها کنند و با ضعف در مهارت‌های پایه یادگیری او را سرزنش نکنند.



تمرین کنیم. بنابراین بدون پیش بینی منفی و اضطراب پیش از اندازه‌ها به نظر گرفتن امکانات و محدودیت‌ها به دنبال راهکار باشیم.

روانشناس بالینی کودکان و نوجوانان درباره تحصیل دانش آموزان به صورت مجازی اظهار کرد: امسال با توجه به شرایط و محدودیت‌هایی که ویروس کرونا به وجود آورده است، سال تحصیلی دشواری را پیش روی خواهیم داشت. با توجه به اینکه فصل پاییز فصل آلودگی هوا و شیوع انواع بیماری‌هاست، نگرانی خانواده‌ها از چندین برابر افزایش خواهد یافت. به نظر می‌آید که باید شرایط را پذیریم و بدون خشم، جنگ و ستیز به دنبال راهکار باشیم.

## وابستگی کودکان و نوجوانان به خانواده‌ها

روانشناس بالینی کودکان و نوجوانان درباره تحصیل دانش آموزان به صورت مجازی اظهار کرد: امسال با توجه به شرایط و محدودیت‌هایی که ویروس کرونا به وجود آورده است، سال تحصیلی دشواری را پیش روی خواهیم داشت. با توجه به اینکه فصل پاییز فصل آلودگی هوا و شیوع انواع بیماری‌هاست، نگرانی خانواده‌ها از چندین برابر افزایش خواهد یافت. به نظر می‌آید که باید شرایط را پذیریم و بدون خشم، جنگ و ستیز به دنبال راهکار باشیم.

روانشناس بالینی کودکان و نوجوانان درباره تحصیل دانش آموزان به صورت مجازی اظهار کرد: امسال با توجه به شرایط و محدودیت‌هایی که ویروس کرونا به وجود آورده است، سال تحصیلی دشواری را پیش روی خواهیم داشت. با توجه به اینکه فصل پاییز فصل آلودگی هوا و شیوع انواع بیماری‌هاست، نگرانی خانواده‌ها از چندین برابر افزایش خواهد یافت. به نظر می‌آید که باید شرایط را پذیریم و بدون خشم، جنگ و ستیز به دنبال راهکار باشیم.

روانشناس بالینی کودکان و نوجوانان درباره تحصیل دانش آموزان به صورت مجازی اظهار کرد: امسال با توجه به شرایط و محدودیت‌هایی که ویروس کرونا به وجود آورده است، سال تحصیلی دشواری را پیش روی خواهیم داشت. با توجه به اینکه فصل پاییز فصل آلودگی هوا و شیوع انواع بیماری‌هاست، نگرانی خانواده‌ها از چندین برابر افزایش خواهد یافت. به نظر می‌آید که باید شرایط را پذیریم و بدون خشم، جنگ و ستیز به دنبال راهکار باشیم.

## مجازی درس خواندن

روانشناس بالینی کودکان و نوجوانان درباره تحصیل دانش آموزان به صورت مجازی اظهار کرد: امسال با توجه به شرایط و محدودیت‌هایی که ویروس کرونا به وجود آورده است، سال تحصیلی دشواری را پیش روی خواهیم داشت. با توجه به اینکه فصل پاییز فصل آلودگی هوا و شیوع انواع بیماری‌هاست، نگرانی خانواده‌ها از چندین برابر افزایش خواهد یافت. به نظر می‌آید که باید شرایط را پذیریم و بدون خشم، جنگ و ستیز به دنبال راهکار باشیم.

# نوشیدنی دلچسب برای بیمه کردن قلب و عروق در مقابل بیماری‌ها

فشار خون، عملکرد بهتر رگ‌های بدن و کاهش خطر بیماری‌های قلبی شاد است. بهر است برای نوشیدنی‌های شاداب تلخ داغ از شکلات تلخ استفاده کنید. شکلات تلخ سرشار از آنتی‌اکسیدان است که می‌تواند بر سلامت قلب تاثیر مثبت داشته باشد. خوردن شکلات تلخ با کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی رابطه مستقیم دارد. کسانی که ۵ بار در هفته شکلات تلخ مصرف می‌کنند، نسبت به دیگران ۵۷ درصد کمتر احتمال دارد به تصلب عروق قلبی دچار شوند.

فشار خون، عملکرد بهتر رگ‌های بدن و کاهش خطر بیماری‌های قلبی شاد است. بهر است برای نوشیدنی‌های شاداب تلخ داغ از شکلات تلخ استفاده کنید. شکلات تلخ سرشار از آنتی‌اکسیدان است که می‌تواند بر سلامت قلب تاثیر مثبت داشته باشد. خوردن شکلات تلخ با کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی رابطه مستقیم دارد. کسانی که ۵ بار در هفته شکلات تلخ مصرف می‌کنند، نسبت به دیگران ۵۷ درصد کمتر احتمال دارد به تصلب عروق قلبی دچار شوند.

فشار خون، عملکرد بهتر رگ‌های بدن و کاهش خطر بیماری‌های قلبی شاد است. بهر است برای نوشیدنی‌های شاداب تلخ داغ از شکلات تلخ استفاده کنید. شکلات تلخ سرشار از آنتی‌اکسیدان است که می‌تواند بر سلامت قلب تاثیر مثبت داشته باشد. خوردن شکلات تلخ با کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی رابطه مستقیم دارد. کسانی که ۵ بار در هفته شکلات تلخ مصرف می‌کنند، نسبت به دیگران ۵۷ درصد کمتر احتمال دارد به تصلب عروق قلبی دچار شوند.

فشار خون، عملکرد بهتر رگ‌های بدن و کاهش خطر بیماری‌های قلبی شاد است. بهر است برای نوشیدنی‌های شاداب تلخ داغ از شکلات تلخ استفاده کنید. شکلات تلخ سرشار از آنتی‌اکسیدان است که می‌تواند بر سلامت قلب تاثیر مثبت داشته باشد. خوردن شکلات تلخ با کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی رابطه مستقیم دارد. کسانی که ۵ بار در هفته شکلات تلخ مصرف می‌کنند، نسبت به دیگران ۵۷ درصد کمتر احتمال دارد به تصلب عروق قلبی دچار شوند.

## چای قرش

چای قرش که در میان ایرانیان به چای مکه نیز شهرت دارد یکی از بهترین نوشیدنی‌ها برای سلامت جسمانی و قلب است. این نوشیدنی که به صورت سرد و گرم مصرف می‌شود سرشار از آنتی‌اکسیدان‌های مفید برای بهبود عملکرد قلب و جلوگیری از تصلب شرایین است. مصرف مداوم این نوشیدنی باعث کاهش فشار خون و کاهش کلسترول بد بدن می‌شود. طعم ترش این نوشیدنی به دلیل وجود اسید سیتریک و ویتامین C است.

## شکلات داغ

شکلات داغ که روزانه ۲۰۰ میلی‌لیتر از چای ترش استفاده کرده‌اند به طور قابل توجهی در ارتقا یافتن سلامت قلب و عروق و کاهش کلسترول بد بدن و افزایش سطح HDL (کلسترول خوب) موثر است. همچنین، شکلات داغ به دلیل داشتن مواد مغذی مانند کافئین و پلی‌فنول‌ها، به بهبود گردش خون و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی کمک می‌کند.

## کاکائو سرشار از مواد معدنی

آنتی‌اکسیدان‌هاست که می‌تواند برای سلامت قلب انسان مفید باشد. تحقیقات دانشمندان نشان داده است علاوه بر لذت بخش بودن نوشیدنی شکلات داغ، این نوشیدنی می‌تواند باعث کاهش کالری و چربی بدن را کاهش دهد. همچنین، کالری و چربی کم این نوشیدنی می‌تواند به کاهش وزن و بهبود سلامت قلب و عروق کمک کند.

## کافئین

کافئین که در چای، قهوه و نوشیدنی‌های انرژیزا یافت می‌شود، به بهبود گردش خون و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی کمک می‌کند. با این حال، مصرف بیش از حد کافئین می‌تواند باعث افزایش فشار خون و تپش قلب شود. بنابراین، مصرف متعادل کافئین توصیه می‌شود.

## ویتامین C

ویتامین C که در مرکبات، گیاهان دارویی و برخی میوه‌ها یافت می‌شود، به کاهش کلسترول بد بدن و افزایش سطح HDL (کلسترول خوب) موثر است. همچنین، ویتامین C به بهبود گردش خون و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی کمک می‌کند. مصرف متعادل ویتامین C می‌تواند به سلامت قلب و عروق کمک کند.

## پلی‌فنول‌ها

پلی‌فنول‌ها که در شکلات، چای و برخی میوه‌ها یافت می‌شود، به کاهش کلسترول بد بدن و افزایش سطح HDL (کلسترول خوب) موثر است. همچنین، پلی‌فنول‌ها به بهبود گردش خون و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی کمک می‌کنند. مصرف متعادل پلی‌فنول‌ها می‌تواند به سلامت قلب و عروق کمک کند.

## کالری و چربی کم

کالری و چربی کم در نوشیدنی‌ها می‌تواند به کاهش وزن و بهبود سلامت قلب و عروق کمک کند. نوشیدنی‌هایی که کالری و چربی کم دارند، مانند چای ترش و شکلات تلخ، گزینه‌های مناسبی برای بیمه کردن قلب و عروق هستند.

## بیماری‌های قلبی

بیماری‌های قلبی و عروقی یکی از علل اصلی مرگ و میر است. نوشیدنی‌های شاداب تلخ و کم‌کالری می‌توانند به کاهش خطر ابتلا به این بیماری‌ها کمک کنند. مصرف متعادل این نوشیدنی‌ها می‌تواند به سلامت قلب و عروق کمک کند.

افزایش حجم همراه است سبب می‌شود تا به دیگر اعضای بدن که در اطراف آبدانسی قرار دارد فشار وارد شود. مثانه یکی از اعضایی است که در نزدیکی آبدانسی قرار گرفته است و بر اثر فشارهای وارد شده به مثانه بر اثر التهاب آبدانسی، درد دچار تکرر ادرار نیز می‌شود.

سونوگرافی به این التهاب پی می‌برد. تکرر ادرار که آبدانسی هنوز بسیار زیاد ملتهب نشده و شما با درد شدیدی مواجه نشده‌اید تکرر ادرار با دل درد می‌تواند یکی از علائم دردهای آبدانسی باشد، زیرا زمانی که آبدانسی ملتهب می‌شود این التهاب که با

معدنه ششما می‌شود ششما معمولا با حالت تهوع و استفراغ و در روز می‌شود به همین خاطر با ملتهب شدن آبدانسی بر اثر عفونت عفونت‌ها و مواد مضره که در بدن دفع نشده اند و باقی مانده اند ششما علاوه بر احساس درد به دلیل التهاب ایجاد شده حالت تهوع نیز دارید که با مراجعه به پزشک و انجام

راست شکم، تب و لرز هم داشتید، می‌تواند نشانه التهاب آبدانسی و یا حتی نشانه‌ای از ترکیب آبدانسی باشد. زردی داشتن تب بالای ۳۸ درجه با دل درد یکی از علائم بیماری‌های عفونی است.

آبدانسی رویه و روده شده باشد. دل درد ناشی از آبدانسی بسیار زیاد و غیر قابل تحمل است که اگر سریعاً به پزشک مراجعه نشود می‌تواند عوارض بدی برای فرد بیمار به همراه داشته باشد.

ممکن است علائم و هشدارهای برای شما باشد تا اعلام کند که شما دچار التهاب آبدانسی شده‌اید.

معمولی نیستند. بعضی از آنها می‌توانند زنگ هشدار برای شما باشند تا علائم بروز یک بیماری را در اسرع وقت به آن رسیدگی کرده و هشدارها را جدی بگیریم. دل درد یکی از رایج‌ترین دردهایی است که ممکن است افراد در طول روز بر اثر موارد مختلف با آن مواجه شوند، اما همه دل دردها

معمولی نیستند. بعضی از آنها می‌توانند زنگ هشدار برای شما باشند تا علائم بروز یک بیماری را در اسرع وقت به آن رسیدگی کرده و هشدارها را جدی بگیریم. دل درد یکی از رایج‌ترین دردهایی است که ممکن است افراد در طول روز بر اثر موارد مختلف با آن مواجه شوند، اما همه دل دردها

# دل دردی که نشان از التهاب آبدانسی دارد

## اقتصاد کیش

روزنامه

چشم‌انداز ویژه  
بخش خصوصی

افتتاح رسمی  
بزرگ جزیره  
کیش توسط  
رئیس جمهور

دعوت به همکاری  
کارشناسان ارشد

اسان هرگز نماند  
رسانه‌های مناسبت

## صدف

روزنامه

روزهای ۲۱  
روزهای ۲۱  
فرهنگی استان  
نیت خواهد شد

دستگاه‌های برتر استان  
هرگز گان معرفی شدند

شرکت برق منطقه‌ای هرگز گان  
حائز رتبه برتر در شاخص‌های  
اختصاصی شد

## آرمان

روزنامه

از مریم میرزاخانی تا تبعیض میان دختران

نمایش‌های تک  
پرای کمک  
په، پناهیان

بهران کره و  
بستنی وخامه

ماجرای دودختر  
محبوبه کوچولو

## آرمان

روزنامه

از مریم میرزاخانی تا تبعیض میان دختران

نمایش‌های تک  
پرای کمک  
په، پناهیان

بهران کره و  
بستنی وخامه

ماجرای دودختر  
محبوبه کوچولو

## سوق

روزنامه

صف وزرا در راه پارلمان اصولگرا

مکانسیم باج‌گیری

## سوق

روزنامه

صف وزرا در راه پارلمان اصولگرا

مکانسیم باج‌گیری

# ویتامین‌هایی که پوست شما را شفاف می‌کنند

درمانی دربارۀ پوست تاثیر مصرف روی و زینک بر داشتن پوستی سالم و شاداب تصریح کرد: مصرف روی و زینک به عنوان یک موضوع بسیار مهم در سلامت پوست افراد با نامۀ شاد است. که در مواد غذایی مانند بادام، جوجه‌ها و گوشت پورقون وجود دارد. باید دانست که این گوشت نسبت به مابقی گوشت‌های دیگر دارای روی و زینک بیشتری است. افزودنی‌ها برای افراد مبتلا به جورهایی مانند ماش و گندم بسیار راحت است؛ بنابراین افراد می‌توانند آن‌ها را در غذای غذایی مانند شکر در هر شکلی و آبنبات کرده؛ شیرینی جات، قند ساده و... ادجتاب کرده؛ چرا که استفاده از آن باعث تحریک ترشح انسولین خواهد شد.

درمانی دربارۀ پوست تاثیر مصرف روی و زینک بر داشتن پوستی سالم و شاداب تصریح کرد: مصرف روی و زینک به عنوان یک موضوع بسیار مهم در سلامت پوست افراد با نامۀ شاد است. که در مواد غذایی مانند بادام، جوجه‌ها و گوشت پورقون وجود دارد. باید دانست که این گوشت نسبت به مابقی گوشت‌های دیگر دارای روی و زینک بیشتری است. افزودنی‌ها برای افراد مبتلا به جورهایی مانند ماش و گندم بسیار راحت است؛ بنابراین افراد می‌توانند آن‌ها را در غذای غذایی مانند شکر در هر شکلی و آبنبات کرده؛ شیرینی جات، قند ساده و... ادجتاب کرده؛ چرا که استفاده از آن باعث تحریک ترشح انسولین خواهد شد.

درمانی دربارۀ پوست تاثیر مصرف روی و زینک بر داشتن پوستی سالم و شاداب تصریح کرد: مصرف روی و زینک به عنوان یک موضوع بسیار مهم در سلامت پوست افراد با نامۀ شاد است. که در مواد غذایی مانند بادام، جوجه‌ها و گوشت پورقون وجود دارد. باید دانست که این گوشت نسبت به مابقی گوشت‌های دیگر دارای روی و زینک بیشتری است. افزودنی‌ها برای افراد مبتلا به جورهایی مانند ماش و گندم بسیار راحت است؛ بنابراین افراد می‌توانند آن‌ها را در غذای غذایی مانند شکر در هر شکلی و آبنبات کرده؛ شیرینی جات، قند ساده و... ادجتاب کرده؛ چرا که استفاده از آن باعث تحریک ترشح انسولین خواهد شد.

درمانی دربارۀ پوست تاثیر مصرف روی و زینک بر داشتن پوستی سالم و شاداب تصریح کرد: مصرف روی و زینک به عنوان یک موضوع بسیار مهم در سلامت پوست افراد با نامۀ شاد است. که در مواد غذایی مانند بادام، جوجه‌ها و گوشت پورقون وجود دارد. باید دانست که این گوشت نسبت به مابقی گوشت‌های دیگر دارای روی و زینک بیشتری است. افزودنی‌ها برای افراد مبتلا به جورهایی مانند ماش و گندم بسیار راحت است؛ بنابراین افراد می‌توانند آن‌ها را در غذای غذایی مانند شکر در هر شکلی و آبنبات کرده؛ شیرینی جات، قند ساده و... ادجتاب کرده؛ چرا که استفاده از آن باعث تحریک ترشح انسولین خواهد شد.

## تاثیر سلنیوم بر تقویت و شادابی پوست

افزایش پیدا کند. او با بیان اینکه ترکیب سلنیوم تاثیر زیادی بر تقویت، سلامتی و شادابی پوست دارد، تاکید کرد: سلنیوم در ماهی تن، ماهی سالمون، سیر، تخم مرغ، برنج قهوه ای و جونه‌ها وجود دارد که مصرف جونه‌ها به علت داشتن سلنیوم و روی همیشه در سلامت پوست تاثیر زیادی داشته اند. همچنین اسیدهای چرب امگا ۳ در ماهی‌هایی مانند سالمون، ساردین، روغن بستر کتان، انواع آجیل‌ها مانند گردو، بادام و تخمه آفتاب گردان وجود دارد که استفاده از آن‌ها در تقویت و سلامت پوست بسیار تاثیر گذار خواهد بود. جوردانی درباره تهیه مواد غذایی ارزان قیمت در سلامت پوست‌ها گفت: تهیه هویج، گوجه فرنگی، انواع میوه، تخمه آفتاب گردان، جونه‌ها و تخم مرغ به عنوان منابع ارزان قیمت در داشتن پوستی

## پوست مصرف ویتامین C و E

افزایش پیدا کند. او با بیان اینکه ترکیب سلنیوم تاثیر زیادی بر تقویت، سلامتی و شادابی پوست دارد، تاکید کرد: سلنیوم در ماهی تن، ماهی سالمون، سیر، تخم مرغ، برنج قهوه ای و جونه‌ها وجود دارد که مصرف جونه‌ها به علت داشتن سلنیوم و روی همیشه در سلامت پوست تاثیر زیادی داشته اند. همچنین اسیدهای چرب امگا ۳ در ماهی‌هایی مانند سالمون، ساردین، روغن بستر کتان، انواع آجیل‌ها مانند گردو، بادام و تخمه آفتاب گردان وجود دارد که استفاده از آن‌ها در تقویت و سلامت پوست بسیار تاثیر گذار خواهد بود. جوردانی درباره تهیه مواد غذایی ارزان قیمت در سلامت پوست‌ها گفت: تهیه هویج، گوجه فرنگی، انواع میوه، تخمه آفتاب گردان، جونه‌ها و تخم مرغ به عنوان منابع ارزان قیمت در داشتن پوستی

## رژیم غذایی مناسب در داشتن پوستی سالم موثر است

افزایش پیدا کند. او با بیان اینکه ترکیب سلنیوم تاثیر زیادی بر تقویت، سلامتی و شادابی پوست دارد، تاکید کرد: سلنیوم در ماهی تن، ماهی سالمون، سیر، تخم مرغ، برنج قهوه ای و جونه‌ها وجود دارد که مصرف جونه‌ها به علت داشتن سلنیوم و روی همیشه در سلامت پوست تاثیر زیادی داشته اند. همچنین اسیدهای چرب امگا ۳ در ماهی‌هایی مانند سالمون، ساردین، روغن بستر کتان، انواع آجیل‌ها مانند گردو، بادام و تخمه آفتاب گردان وجود دارد که استفاده از آن‌ها در تقویت و سلامت پوست بسیار تاثیر گذار خواهد بود. جوردانی درباره تهیه مواد غذایی ارزان قیمت در سلامت پوست‌ها گفت: تهیه هویج، گوجه فرنگی، انواع میوه، تخمه آفتاب گردان، جونه‌ها و تخم مرغ به عنوان منابع ارزان قیمت در داشتن پوستی

## کمبود ویتامین دی خطر ابتلا به کرونا را افزایش می‌دهد

افزایش پیدا کند. او با بیان اینکه ترکیب سلنیوم تاثیر زیادی بر تقویت، سلامتی و شادابی پوست دارد، تاکید کرد: سلنیوم در ماهی تن، ماهی سالمون، سیر، تخم مرغ، برنج قهوه ای و جونه‌ها وجود دارد که مصرف جونه‌ها به علت داشتن سلنیوم و روی همیشه در سلامت پوست تاثیر زیادی داشته اند. همچنین اسیدهای چرب امگا ۳ در ماهی‌هایی مانند سالمون، ساردین، روغن بستر کتان، انواع آجیل‌ها مانند گردو، بادام و تخمه آفتاب گردان وجود دارد که استفاده از آن‌ها در تقویت و سلامت پوست بسیار تاثیر گذار خواهد بود. جوردانی درباره تهیه مواد غذایی ارزان قیمت در سلامت پوست‌ها گفت: تهیه هویج، گوجه فرنگی، انواع میوه، تخمه آفتاب گردان، جونه‌ها و تخم مرغ به عنوان منابع ارزان قیمت در داشتن پوستی

## محققان دانشگاه پزشکی

محققان دانشگاه پزشکی شیکاگو در آمریکا در این مطالعه با بررسی سوابق پزشکی ۲۸۹ نفر دریافتند، افرادی که کمبود ویتامین دی (D) دارند، یعنی میزان ویتامین دی در آنها کمتر از ۲۰ نانوگرم بر میلی‌لیتر بود و آن را جریان نکرده بودند، حدود ۲ برابر بیشتر از افرادی که سطح ویتامین دی بدن آنها در حد طبیعی بود، به کوبید ۱۹ مبتلا شدند.

## محققان این مطالعه در مقاله

محققان این مطالعه در مقاله ای نوشتند: خطر نسبی مثبت شدن آزمایش کرونا در افرادی که دچار کمبود ویتامین دی بودند، ۱.۷۷ برابر بیشتر از افرادی بود که ویتامین دی کافی

## محققان دانشگاه پزشکی

محققان دانشگاه پزشکی شیکاگو در آمریکا در این مطالعه با بررسی سوابق پزشکی ۲۸۹ نفر دریافتند، افرادی که کمبود ویتامین دی (D) دارند، یعنی میزان ویتامین دی در آنها کمتر از ۲۰ نانوگرم بر میلی‌لیتر بود و آن را جریان نکرده بودند، حدود ۲ برابر بیشتر از افرادی که سطح ویتامین دی بدن آنها در حد طبیعی بود، به کوبید ۱۹ مبتلا شدند.

## محققان این مطالعه در مقاله

محققان این مطالعه در مقاله ای نوشتند: خطر نسبی مثبت شدن آزمایش کرونا در افرادی که دچار کمبود ویتامین دی بودند، ۱.۷۷ برابر بیشتر از افرادی بود که ویتامین دی کافی

# تولید و توزیع آب معدنی در سراسر جزیره، تحویل در محل

# کیش نوش

۴۴۴۷۳۴۲۲ - ۴۴۴۷۳۴۲۱