



زنگ خطر فشار خون بالا با بی حسی صورت

پزشکان نسبت به احساس ضعف و بی حسی در صورت و ارتباط آن با بالا بودن فشارخون هشدار دادند. سردرد شدید، درد قفسه سینه و وجود خون در ادرار از جمله علائم فشارخون بالا هستند.

سلامت و ایمنی غذا

سلامت و کیفیت گوشت چرخ کرده



دکتر امیرحسین غازی



دکتر ونوقی

اختلالات رشدی زبان از یک سالگی به بعد، اختلالات ارتباطی از ۹ ماهگی، اختلالات بلع از ابتدای تولد و اختلالات گفتاری از دو سالگی قابل بررسی است

توجه به تغذیه ایمن و بهداشتی گوشت چرخ کرده، از دست دادن پروتئین و جذب آهن، از دست دادن ویتامین B12، از دست دادن کلسیم و منیزیم، از دست دادن آب و املاح و کمبود آب است.



هر فردی که لکنت، مشکل گفتاری صدا و شتابان گویی دارد باید به گفتار درمانگر مراجعه کند

صداموداری؟



دانش سلامت

تأخر زنی نداشته باشید که مبتلا به نوعی اختلال گفتاری یا شنوایی-گفتاری باشد یا از اختلالات رشدی مثل اوتیسم نیز، برخوردار باشد.

با مراجعه زودهنگام به گفتار درمانگران در صورتی که زود شروع شود در مکتب مشکلی ندارد و با افزایش اعتماد به نفس به مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی دست یابد.

کرتزی و بی حسی در دست‌ها نیز از علائم نازک فشارخون است. تنگی تنفس، حالت تهوع، احساس گزبنی نیز از دیگر علائم شایع هشداردهنده این عارضه است.

تمرین‌های گفتاردرمانی در خانه بی‌شک ضروری است که تمرین‌های گفتاردرمانی با کودکانی که دچار اختلال گفتاری هستند، علاوه بر کلینیک‌های گفتاردرمانی در خانه نیز به‌طور مرتب به کمک والدین صورت بگیرد.

گفتاردرمانی را به تأخیر نیندازید بی‌شک مداخلات زود هنگام باعث کاهش طول مدت درمان شده و از هزینه‌های اضافی بر خانواده و جامعه جلوگیری خواهد کرد.

متخصص گفتاردرمانی به مهارت‌های کلامی و زبانی کودک توجه کرده و آن را با توجه به جنبه‌های دیگر رشد کودک بررسی می‌کند.

مشکل نوشتن و خواندن در مدرسه کودکانی که در سنین مدرسه در نوشتن و خواندن دچار مشکل هستند نیز باید از حیث مشکلات گفتاری تحت بررسی قرار بگیرند.

کاهش پرخوری با رژیم مدیترانه‌ای. Includes image of fruits and text about diet benefits.

چرانوشیدن آب پرتقال در وعده صبحانه مضر است؟. Includes image of orange juice and text about health benefits.

چرا لاغر نمی‌شوم؟. Includes image of a scale and text about weight loss and diet.

خبر سلامت. چرانوشیدن آب پرتقال در وعده صبحانه مضر است؟. Includes image of orange juice and text about health benefits.

حل سودوکو ۳۳۹۶. Includes a 10x10 grid and solution for a crossword puzzle.

سودوکو ۳۳۹۷. Includes a 10x10 grid and solution for a crossword puzzle.

سودوکو ۳۳۹۸. Includes a 10x10 grid and solution for a crossword puzzle.

قبل از انتقال گوشت چرخ کرده به داخل فریزر خانگی، باید مقدار مشخص و محدودی از گوشت چرخ کرده داخل هر عدد کیسه پلاستیکی گذاشته شود.

برای جلوگیری از آلودگی گوشت چرخ کرده، باید مقدار مشخص و محدودی از گوشت چرخ کرده داخل هر عدد کیسه پلاستیکی گذاشته شود.