



### فواید نزدیک بودن محل سکونت کودکان مبتلا به آسم به پارک ها

محققان فنون می کنند کودکان که در کنار پارک زندگی می کنند به طور میانگین پنج روز دارای فواید مثبت سلامتی خواهند بود و کودکان ساکن در ۳۰ تا ۳۵ متری پارک دارای بیش از دو برابر آسم خفیف خواهند بود. به گزارش مجله، در گذشته محققان فرض می کردند کودکان باسین بیشتر آب و هوایی که در جوار پارک زندگی می کنند به طور میانگین پنج روز دارای فواید بیشتری خواهند بود. در طی یک مطالعه کودکان ساکن در ۱۵۰ متری پارک دارای فواید بیش از دو برابر آسم خفیف خواهند بود. محققان نتیجه گرفتند که کودکان ساکن در ۱۵۰ متری پارک دارای فواید بیشتری خواهند بود. محققان نتیجه گرفتند که کودکان ساکن در ۱۵۰ متری پارک دارای فواید بیشتری خواهند بود.

### ارتباط مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک ها با مقاومت های میکروبی

مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک ها می تواند منجر به مقاومت های میکروبی شود. این امر به دلیل این است که با مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک ها، میکروب ها به مرور زمان به آن ها مقاوم می شوند و در نتیجه مصرف آنتی بیوتیک ها بی اثر می شود. این امر می تواند منجر به مشکلات سلامتی جدی شود و هزینه های درمان را افزایش دهد.

### ترکیب عسل و آلبیمو در کاهش وزن موثر است

به گفته محققان، ترکیب عسل و آلبیمو در کاهش وزن موثر است. این ترکیب به دلیل این است که عسل دارای خواص ضد التهابی است و آلبیمو به کاهش اشتها و افزایش سوخت و ساز بدن کمک می کند. این ترکیب می تواند به کاهش وزن و بهبود سلامت کلی بدن کمک کند.



### رقم سرطان تا سال ۲۰۳۰ به ۲۷ میلیون می رسد

طبق پیش بینی سازمان بهداشت جهانی، رقم سرطان تا سال ۲۰۳۰ به ۲۷ میلیون می رسد. این افزایش به دلیل تغییرات سبک زندگی، افزایش امید به زندگی و تغییرات در عوامل خطر سرطان است. سرطان های شایع ترین شامل سرطان سینه، سرطان ریه و سرطان کولون است.



### مضرات تغذیه کودکان زیر یک سال با شیر گاو

مصرف شیر گاو برای کودکان زیر یک سال می تواند مضرات زیادی داشته باشد. شیر گاو حاوی پروتئین و کلسیم زیاد است که برای کودکان زیر یک سال می تواند مضر باشد. همچنین شیر گاو فاقد آنزیم های لازم برای هضم است و می تواند منجر به مشکلات گوارشی شود.



### چرا نباید بستنی را در جایخی یخچال نگه داشت؟

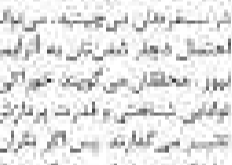
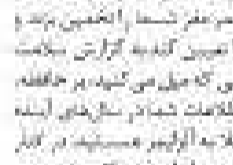
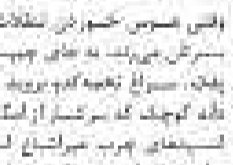
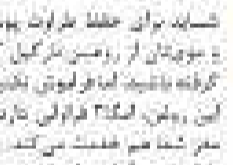
بستنی های یخچالی را نباید در جایخی یخچال نگه داشت. این به دلیل این است که یخچال ها دما را به طور مداوم تغییر می دهند و این می تواند به تغییر بافت بستنی منجر شود. همچنین یخچال ها ممکن است دارای رطوبت بالا باشند که می تواند به ذوب شدن بستنی منجر شود.



بستنی های یخچالی را نباید در جایخی یخچال نگه داشت. این به دلیل این است که یخچال ها دما را به طور مداوم تغییر می دهند و این می تواند به تغییر بافت بستنی منجر شود. همچنین یخچال ها ممکن است دارای رطوبت بالا باشند که می تواند به ذوب شدن بستنی منجر شود.

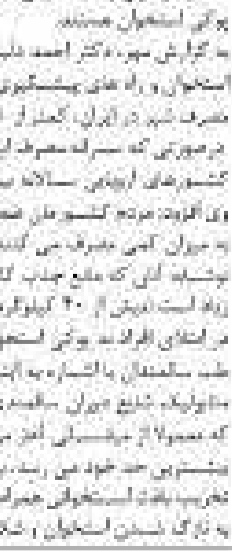
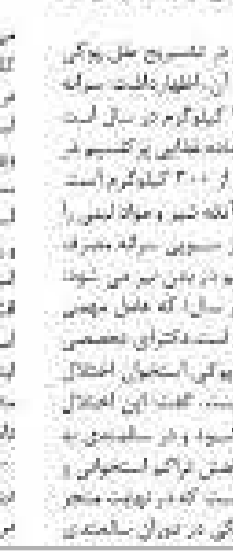
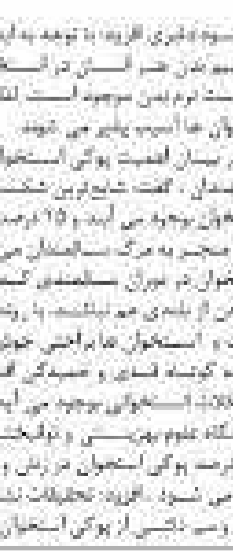
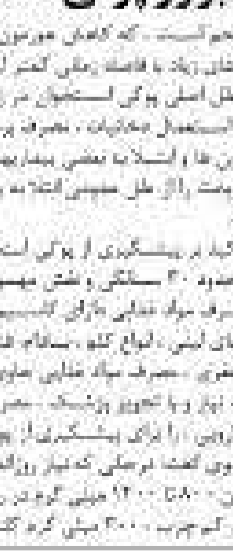
### مواد لازم برای داشتن مغز سالم

برای داشتن مغز سالم، مصرف مواد مغذی خاصی ضروری است. این مواد شامل اسیدهای چرب امگا-۳، آنتی اکسیدان ها، ویتامین ها و پروتئین ها است. این مواد به بهبود عملکرد مغز و کاهش خطر ابتلا به بیماری های عصبی کمک می کند.



### علل بروز پوکی استخوان

پوکی استخوان به دلیل کاهش تراکم استخوان است. این امر می تواند به دلیل عوامل مختلفی مانند کمبود کلسیم، کمبود ویتامین D، کمبود ورزش و افزایش سن باشد. پوکی استخوان می تواند منجر به شکستگی های استخوانی شود که می تواند به طور جدی زندگی را مختل کند.



### علل بروز پوکی استخوان

پوکی استخوان به دلیل کاهش تراکم استخوان است. این امر می تواند به دلیل عوامل مختلفی مانند کمبود کلسیم، کمبود ویتامین D، کمبود ورزش و افزایش سن باشد. پوکی استخوان می تواند منجر به شکستگی های استخوانی شود که می تواند به طور جدی زندگی را مختل کند.

### علل بروز پوکی استخوان

پوکی استخوان به دلیل کاهش تراکم استخوان است. این امر می تواند به دلیل عوامل مختلفی مانند کمبود کلسیم، کمبود ویتامین D، کمبود ورزش و افزایش سن باشد. پوکی استخوان می تواند منجر به شکستگی های استخوانی شود که می تواند به طور جدی زندگی را مختل کند.