

ویتامین D می تواند پروتئین های سمی آلزایمر را کاهش دهد

فوائد ویتامین D بسیار زیاد است. تحقیقات نشان می‌دهد که این ویتامین نقش مهمی در جنبه‌های مختلف سلامت، از تقویت سیستم ایمنی گرفته تا کمک به مقله با پاره‌های مضر ایفا می‌کند.

به گزارش مهر به نقل از ساینس دات، در سال‌های اخیر، مطالعات متعددی نشان داده‌اند که سطح پایین ویتامین D با افزایش خطر اختلال شناختی و زوال و این حال، آنچه هنوز نامشخص است، ممکن است از مغز در مانی‌های سطح ویتامین D سالم ممکن است بیماری‌ها مانند آلزایمر با افزایش خطر دریاقتند که سطح ویتامین D در ساقان پرتوتین می‌تواند یک هنگام افزایش سن افراد مرتبط است.

حدود ۱۶ سال بعد، حدود ۴۳۰ نفر از همان گروه در اسکن توموگرافی پت (PET) مغز شرکت کردند و علائم تائو یا آمیلوئید بتا دیده‌های پروتئینی که مدت‌هاست در بیماری آلزایمر نقش دارند، در آنها زیادی شد.

اما نتایج نشان می‌دهد که مطمئناً این یک احتمال است - و چیزی است که محققان می‌توانند در آزمایش‌های آینده آن را آزمایش کنند.

رییس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه یک اهواز - بهزاد مردانی

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۵/۰۵/۱۰
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۵/۲۷

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۵/۱۰
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۵/۲۵
رئیس ثبت اسناد و املاک رودهن - حسین علی زاده
۹۷۰-ش

مالون می گوید: یکی از دلایل پنهان ماندن افسردگی مردان این است که نشانه‌هایش با ویژگی‌هایی اشتباه گرفته می‌شود که جامعه آنها را تحسین می‌کند. مردی که بیش از حد کار می‌کند، فردی پرتلاش تلقی می‌شود. مردی که احساس‌نااستحار بر روزه می‌دهد، قوی به نظر می‌رسد. تحریک‌پذیری و کم‌حوصلگی‌اش به حساب استرس نسبت داده می‌شود. انزواطلبی‌اش به حساب

به گزارش مهر به نقل از مدیسن نت، مطالعه شامل بیش از ۱۶۰۰۰ بزرگسال، ۶۰ سال به بالا، بود که به طور تصادفی به دو گروه تقسیم شدند: مصرف روزانه مولتی‌ویتامین، مکمل عصاره کاکائو، هر دو یا دارونما. پس از سه سال، افرادی که روزانه مولتی‌ویتامین مصرف می‌کردند، سلامت عملکردی به طور قابل

نویسنده اصلی، «بایو بکل»، دانشجوی فوق دکترای موسسه پیشگیری جورجیا، گفت: «آنچه این مطالعه را منحصر به فرد می‌کند، تمرکز ما بر سلامت

در این کشورها بسیاری از مردان زمانی برای درمان مراجعه می‌کنند که پیامدهای افسردگی مانند از دست دادن زندگی مشترک، شغل یا رابطه با فرزندان آشکار شده است.

مصرف روزانه مولتی ویتامین در حفظ تحرک
سالمندان موثر است

عملکردی، چگونگی احساس و عملکرد واقعی افراد در زندگی روزمره شان است- نه فقط پیشگیری از بیماری‌های عمده»
او در یک پیاپی خبری افزود: «این یافته‌ها نشان می‌دهد که برای افراد مسن، مصرف روزانه مولتی‌ویتامین می‌تواند یک افزودنی مفید و کم‌خطر به سبک زندگی سالم برای حمایت از سلامت جسمی با افزایش سن باشد، اگرچه جایگزینی برای رژیم غذایی خوب یا ورزش نیست.» قبل از مصرف هرگونه مکمل مشورت با پزشک بسیار مهم است.

وی با بیان انجام یک مطالعه علمی و تحقیقاتی بر روی بیماران مبتلا به، سکت قلبی در بیمارستان هاجر، اظهار کرد: در این پژوهش، بیماران بر اساس وضعیت وزنی به سه گروه شامل افراد با وزن طبیعی، افراد کم‌وزن و افراد دارای اضافه‌وزن یا چاقی، از جمله BMI بالاتر از ۲۵، تقسیم‌بندی شدند.

این متخصص قلب و عروق با تأکید بر اهمیت پیشگیری از بیماری‌های قلبی-عروقی، تصریح کرد: کنترل فشار خون و قند خون، ترک سیگار، کاهش وزن، رعایت رژیم غذایی سالم و افزایش فعالیت بدنی از مهم‌ترین اقداماتی است که باید مورد توجه قرار گیرد.

زمانی فرد، کم‌تر حرکتی را یکی از عوامل اصلی افزایش وزن دانست و معطوف‌نشان کرد؛ با توجه به شرایط زندگی امروز و مشاغل نشسته، بسیاری از افراد در معرض افزایش وزن قرار دارند؛ بنابراین توصیه می‌شود افراد در هفته دست‌کم دو تا سه نوبت پیاده‌روی داشته باشند و وزن خود را به محدوده طبیعی BMI نزدیک کنند.

جدول

شماره جدول ۸۰۰۰

افقی

- ۱- پایتخت کرواسی - از قصور تاریخی تهران به جا مانده از دوران قاجاریه ۲- دامنه دادن - یاری با مسافر ۳- دران شونستی - خانه اسان نخستین - سرباز زدن - اسب آذنی ۴- کودک از خود راضی - ناکاننده - زمانی بی آغاز - رسول خدا ۵-م و اندوه - خطیب انقلابی - فراوسنی - اکسید اپراتیوم ۶- عجز و همن - بسلام خندان - اسب سفید ۷- اهله قیل و هنر - بلام گردادین - نفس بلند ۸- کوچک و بزرگ ان را - می خلید فارس بچوبید - آنچه که بر عهده کسی - در باشد ۹- از گناهان کبیره ۱۰- رازدار مرگ کربلا - سگ فضاورد - نمایش بزرگ انگیز ۱۰- روشنه نیکو - آینده - عنوان دیگر حا ۱۱- تبسم آهسته سیستان قدیم - شبیه و نظیر ۱۲- رفتن شطرنجی - سنگ آسمان - دیروز - امر به حق ۱۳- شهری در آلمان - گاهی از مرحله می شوند - شهری در استان ادب پرور - زمین شوره زار ۱۴- کوه های بلند شمال غرب کشور - محاکمه شهری - در گلستان با منسوجات کتانی و ابریشمی معروف - کوه پنهان

عمودی ↓

- ۱- عهد و روزگار - عملیات پیروزمندانه رزمندگان اسلام با رمز یا (هراش) در نخستین صاغت سال ۳- شنبه انسان - یکان سیار ۳- سراسر و باطنی - خوی و عادت - اسب آردی ۴- ناساز نیست - خراب شطرنجی - تا گردید طفل کی نوشد - زیبای افسانه یی ۵- شهر خرما - خوی با نظر ۶- ید - مرکز شهرستان فریدن ۷- طرف ماست بود - قاره زرد - بزرگ و قوی ۸- میکل ۹- روشهای نیکو - به تنهایی - نفس بلند ۱۰- شهری در آذربایجان ۱۱- از حواس پنجگانه و جوامعردی ۱۲- طرف سرکه - آواز کار - شیر درنده ۱۳- خوک وحشی - شریف و بداندیبه - خاکستر ۱۴- غارت - پادشاه واحد ۱۵- که در اساطیر یونانی بخاطر انتقامجویی از برادرش مشهور است - واحد سطح ۱۶- ستاره ای در دب اصغر - بخشش و عطا - نوعی از درخت صنوبر - جالبزی ۱۷- نینیل ۱۸- بنای درخت کش - امپراتور خونخوار رومی - وقت و هنگام - بها ۱۹- از ۱۴- نود نغی ایران - از گلهای همیشه سباز گلدانی ۱۵- شهری در گلستان با منسوجات کتانی و ابریشمی معروف - شامت کنونی

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۵/۱۰
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۵/۲۵
رئیس ثبت اسناد و املاک رودهن - حسین علی زاده
۹۵۷/۰۵-ش

اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۵/۱۰

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۵/۲۵

رئیس ثبت اسناد و املاک، مهدی حسن علی‌آدم

۹۵۸/۰۵

[illegible]

م/الف ۹۷۳/۵۲۳-ش
رئيس ثبت اسناد و املاك دماوند - سعيد كريمي ثالث
تاريخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۵/۲۵
تاريخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۵/۱۰

WWW.AFARINESH-DAILY.COM