

سلامت و ایمنی غذا

خطر در کمین شکارچیان گراز



دکتر بهادر حاجی محمدی

تریپشلا با کرم یا زله از طریق مصرف گوشت خوک و گراز منتقل می‌شود...

همونق خواری در خوک و گراز در انتقال آلودگی مؤثر است؛ به‌طوری که از مردار یکدیگر تغذیه کرده و گاهی هنگام نزاع دم همدیگر را دریده می‌خورند...

گراز در استان مازندران آلوده به کرم تریپشلا بودند. همچنین آزمایش‌ها خون ۳۴۶ نفر از ساکنان استان مازندران که حداقل یک بار سابقه مصرف گوشت گراز را داشتند...



داروهای کورتونی، خشکی چشم می‌آورد

به گفته محققان، ریسک ابتلا به خشکی چشم با افزایش سن بیشتر می‌شود و زنان بیش از مردان دچار این مشکل می‌شوند...



برخلاف تصور عامه، توتون مورد مصرف در قلیان حاوی نیکوتین و برای خانم‌ها نیز اعتیادآور است

قلیان بدون رتوش



پونه شیری دانش سلامت

اگر پدر یا مادری به‌قدرت دختر نوجوان یا جوان شان سیگار می‌کشد به شدت به‌هم می‌ریزند و ابراز ناراحتی و مخالفت می‌کنند...

مصرف قلیان به دلیل زمینه فرهنگی دیرینه در منطقه مدترانه شرقی و به‌ویژه ایران پذیرفته شده است اما طی سال‌های اخیر و با ورود تنباکوی میوه‌ای، الگوی سنتی مصرف...

Two 10x10 magic squares with numbers 1-100.

حل سودوکو ۳۳۵۶

A 10x10 grid for a Sudoku puzzle.

سودوکو ۳۳۵۷

A 10x10 grid for a Sudoku puzzle.

برای حل جدول اعداد باید در هر مربع کوچک ۳ در ۳ هیچ عدد تکراری وجود نداشته باشد. همچنین هیچ عددی در یک سطر یا ستون مربع بزرگ ۹ در ۹ تکرار نشده باشد.

ضدآفسرگدی، قرص‌های ضدبارداری، داروهای هورمونی و داروهای مربوط به اضطراب، پارکینسون و فشارخون بالا...

چهره واقعی قلیان را ببینید

باورهای اشتباهی به شرح زیر در ارتباط با مصرف قلیان وجود دارد که باید اصلاح شود؛ اشتباه اول: می‌گویند عبور دود قلیان از داخل آب موجب کاهش سموم دود می‌شود...

مرگ با قلیان با برچسب تفریح یافتن!

درصد زیادی از خانواده‌هایی که شاهد قلیان کشیدن فرزندانشان به بهانه تفریح یا تفتن هستند از این واقعیت آگاه نیستند که هر وعده مصرف قلیان به‌طور متوسط معادل کشیدن ۱۰ تا ۲۰ نخ سیگار است و حجم دودی که از طریق آن وارد بدن می‌شود...

Advertisement for 'Her and Eda Qalyan' featuring a hookah image and text: 'هر وعده قلیان مساوی با ۷ تا ۱۰ سیگار'.

اگر مشکل کاهش تمرکز دارید، بخوانید!

مواد غذایی جنبه‌های مختلف سلامت ما را تحت تأثیر قرار می‌دهد. یکی از این جنبه‌ها تمرکز، حافظه و قدرت ذهنی ماست. اگر به دنبال افزایش ظرفیت‌های ذهنی‌تان هستید...

اعترافات یک روزنامه‌نگار چاق

کمک دانه چیا به کاهش وزن

حتما به خاطر دارید که هفته گذشته به استقبال عید نوروز رفیقیم تا به کمک راهکارهایی از شر برفش از اضافه وزنمان خلاص شویم...