

# اخبار تصویری

سال ۵۸، شماره ۵۸، دی ماه ۹۳



دکتر دل پیشه و دکتر امین لو  
مسئول هیات امنای وزارت بهداشت



عکس یادگاری اعضای هیات امنای وزارت و دانشگاه علوم پزشکی ایلام در قلعه والی از جاذبه های گردشگری استان



دکتر دل پیشه در جلسه شورای مبارزه با مواد مخدر با حضور مسئولان ارشد کشوری و استانی این شورا



نامه انبارگران در تقدیر از خدمات رئیس دانشگاه



تودیع دکتر کریمیان و معارفه دکتر نظری در بیمارستان امام(ره)



دیدار و تقدیر از خانواده شهید جمشید عطایی ممتاز از کارکنان دانشگاه

### بسیج ملی کاهش مصرف نمک:

## میان وعده های سالم فعالیت سیستم عصبی و عملکرد مغز را در حد مطلوب نگه می دارد

در حال حاضر مصرف زیاد غذاهای چرب و سرخ شده انواع فست قوفا و نیز مصرف زیاد نمک از جمله مشکلاتی است که در انگیزه غذایی دانش آموزان وجود دارد. بر اساس گزارش مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دکتر زهرا عبداللهی، مدیر کل دفتر بهبود تغذیه جامعه با بیان مطلب فوق گفت: مصرف زیاد نمک زمینه را برای فشار خون بالا در بزرگسالی فراهم میکند. وی افزود: مصرف زیاد روغن و چربی علاوه بر بالا بردن چربی خون و بیماریهای قلبی و عروقی، به دلیل دریافت کاری زیاد سبب اضافه وزن و چاقی نیز میشود.

این تغذیه نمک با تأکید بر اینکه کودکان سن ۳ تا ۶ سالگی، بزرگسالان و زنان باردار باید کمتر از ۲ تا ۳ گرم نمک در روز مصرف کنند. همچنین مصرف نمک در غذاهای خانگی باید به حد مطلوب باشد. همچنین مصرف نمک در غذاهای خانگی باید به حد مطلوب باشد.

دکتر عبداللهی با تأکید بر اینکه کودکان سن ۳ تا ۶ سالگی، بزرگسالان و زنان باردار باید کمتر از ۲ تا ۳ گرم نمک در روز مصرف کنند. همچنین مصرف نمک در غذاهای خانگی باید به حد مطلوب باشد.



## سرطان معده تنها یکی از زاینه های مصرف زیاد نمک است

مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود.



مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود.

مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود.

## وجود ناخالصی ها در نمک باعث کاهش شوری و افزایش مصرف می شود

کاهش شوری و افزایش مصرف نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود.

کاهش شوری و افزایش مصرف نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود.

کاهش شوری و افزایش مصرف نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود. مصرف زیاد نمک می تواند به افزایش خطر ابتلا به سرطان معده منتهی شود.