دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

به گزارش روابط عمومی معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی نیشابور مدیر اداره نظارت بر مواد غذایی و آشامیدنی اظهار داشت : پوکی استخوان یک مشکل بهداشتی رو به رشد در بسیاری از کشورهای جهان است به طوری که ۳۰ درصد زنان و ۸ درصد مردان در این گروه سنی را تحت تاثیر قرار داده و در حالی که افزایش توده استخوانی تا حد زیادی به عوامل ژنتیکی بستگی دارد، عوامل دیگری همچون افزایش فعالیت بدنی و کاهش مواجهه با عوامل خطر مانند سیگار کشیدن و مصرف زیاد الکل و همچنین تغذیه مناسب نیز در تقویت توده استخوانی نقش دارد .

مهندس مریم کلاهدوز افزود : مصرف کافی کلسیم ویتامین D و پروتئین در رژیم غذایی برای دستیابی به حداکثر توده استخوانی در طول رشد اسکلتی و جلوگیری از تحلیل استخوان در افراد مسن ضروری است، چراکه کلسیم، فسفات و ویتامین
.هستند ضروری استخوان طبیعی عملکرد و ساختار برای D

1 / 2

Phoca PDF

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Phoca PDF