[illegible]

[illegible]

[illegible]

Phoca PDF

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

وی تصریح کرد: با افزایش سن، توانایی بدن در جذب کلسیم موجود در مواد غذایی خورده شده از طریق روده‌ها کاهش می‌یابد. از این رو لازم است با مصرف بیشتر مواد غذایی حاوی کلسیم، کمبود کلسیم مورد نیاز بدن جبران شود.

مدیر گروه پیشگیری و مبارزه با بیماریهای معاونت بهداشت خاطر نشان کرد: میزان کلسیم مورد نیاز برای زنان زیر 50 سال و مردان زیر 70 سال روزانه 1000 میلی گرم و برای زنان بالای 50 سال و یا زنان یائسه و مردان بالای 70 سال 1200 میلی گرم است.

مقام مسئول فوق در پایان ابراز امیدواری کرد جمعیت تحت پوشش نیشابور، فیروزه، زبرخان و میان جلگه با افزایش اطلاعات، و با مراجعه به مراکز خدمات جامع سلامت و کنترل سلامتی خود گام مهمی در ارتقای سلامت جامعه بردارند.

برای آگاهی از وضعیت کلسیم دریافتی بدن ، لطفا به سوالات در لینک زیر پاسخ دهید.

https://osteoday.ir/calcium/

2 / 2

Phoca PDF