هفته سلامت گوارش







Your Digestive Health:
A Healthy Gut From the Start

May 27 - June 02, 2023

گوارش سالم: روده سالم از ابتدا

۶ لغایت ۱۲ خرداد ۱۴۰۲

- رژیم غذایی و میکروب‌های مفید ساکن در دستگاه گوارش (میکروبیوتای روده ای) در ایجاد اختلالات گوارشی نقش اساسی داشته و لذا توجه به این عوامل خصوصا از دوران کودکی از مهم ترین توصیه‌ها برای داشتن یک دستگاه گوارش سالم است.

- به مجموعه‌ی میکروب‌هایی که در بدن ما زندگی می‌کنند میکروبیوتا گفته می‌شود و به مجموعه ژنهای میکروب‌ها میکروبیوم گفته می‌شود.

- اختلالات گوارشی ازشایع‌ترین مشکلات سلامتی بوده که همه ساله افراد بسیاری را در جهان دچار مشکل می‌کنند.

- اصلاح رژیم غذایی و سبک زندگی با کاهش ایجاد بیماری‌های گوارشی، تخفیف علائم گوارشی و کاهش ویزیت‌های پزشکی ناشی از بیماری، نقش مهمی در کاهش ایجاد بیماری، هزینه‌های درمان و بهبود کیفیت زندگی فرد خواهد داشت.

- بعضی از میکروب‌ها که آنها را "پاتوژن" می‌نامیم باعث ایجاد بیماری در بدن ما می‌شوند اما این میکروبیوتا، نه تنها خطرناک و بیماری‌زا نیستند بلکه فعالیت‌های سودمند بسیاری را نیز برای ما انجام می‌دهند از جمله هضم و جذب در دستگاه گوارش و عملکرد درست سیستم ایمنی.

- با داشتن یک رژیم غذایی درست و فعالیت بدنی کافی می‌توان از خیلی از اختلالات گوارشی پیشگیری کرد.

abidi SINCE 1946
Orchid Pharmed Sky's the Limit
ASACOL On Target for Remission
شرکت داروسازی سپیداج SEPIDAJ PHARMACEUTICAL Co. www.sepidaj.com