

سکته نین دوشمنی

هفته‌ده هنج اولماسا اوج ساعت یول یئریماق سکته احتمالی نی آزالدار.



هفته‌ده هنج اولماسا اوج ساعت یول یئریماق سکته احتمالی نی آزالدار.

سکته دامارلارین توتولماسی و یا بیرتیلماسی نتیجه‌سینده عمله گلر. متعادل و منظم فعالیتلر اونون قاباغینی آلماقا چوخ کؤمک انلر. هفته‌ده هنج اولماسا 210 دقیقه یول یئرین خانیملاز تحرکلی اولمایان و یا داها آز زمان آغیر ورزش انلهین خانیملاردان، داها آز سکته معرضیندن اولورلار.

انگلیستانلی محققلرین بیلدیلر کی مرتب یول یئریماق سکته احتمالی نی آزالدیر. گونده‌لیق بیر ایکی ساعت یول یئریماق بیین سکته‌سی‌نین احتمالی نی اوچده ایکی‌یه یئندیریر و گونده اوج ساعت اونو اوچده بیره قدر یئندیریر.

لینک مطلب در سایت : <http://torki.tebyan-tabriz.ir/?MID=21&Type=News&id=960>