

شهر، شهرستان  
مدیریت عباس پور | ۰۹۱۵۳۰۰۷۳۴۶ | شهروندان

کوهسنگی | بهشتی | ۳۸۴۶۳۷۱۱ | ۳۸۴۶۳۷۱۲ | مجهز به انواع کامیون، کامیونت مسقف، نیسان (بوش سراسری مشدم)

احمد آباد | سناباد | ۳۸۴۶۳۷۱۰ | ۳۸۴۶۲۵۲۵ | سنباد

## ویلا شهر

اول جاده شاندیز (الاس کاران)  
املاک بیواران  
نجرازداده  
۰۹۱۵۱۱۳۱۰۴۳  
۳۵۵۱۱۲۸۱-۲

## خرید و فروش جاده شاندیز

ویلا شهر زعفرانیه درخت بید  
جلدک، منطقه آزاد و سوران  
۰۹۱۵۳۱۴۰۸۵۷  
۳۵۵۱۱۴۴۰-۱

## جلدک-صفی آباد

چاهشک خردباریم  
تسویه یک روزه لشکری  
۰۹۱۵۰۲۲۰۹۲

موسسه عدالت کسترهارستان  
حمایت ایتم  
۳۳۸۶۵۲۶۵

## جرثقیل-لیفتراک

جرثقیل دوستان  
شبانه روزی  
جرثقیل سبک و سنگین  
۰۹۱۴۰۲۱۲۷۰-۷۶۷

## املاک مشهد

## زمین

صفی آباد-جلدک  
جاهاشک خردندقی یک روزه  
طوطیان  
۰۹۱۵۰۲۱۳۷۸۷

## خسروی بار

### اولين باربرى

### در خراسان

۳۲۲۲۲۲۳۳۳

۳۲۲۵۳۳۳۳

۳۵۰۹۹۳۳۳

۳۸۷۸۲۰۰۴

### شهر-شهرستان

خانه شکوفه های بهشتی  
نگهداری ایتمام  
۳۸۶۷۶۲۱۰

## حمل و نقل



## اتوبار و وانت بار

کار گر حرفه ای  
حمل ساید، گاو، مندوگ، جاچایی آثاث  
(وات، خاور) ۰۹۱۵۰۴۰۴۸

## کار گر تک

حمل ساید، گاو، مندوگ، جاچایی آثاث  
(وات، خاور) ۰۹۱۵۶۹۵۳۲۳۰

## خریدار لوازم منزل

حتی خرد ریز  
و چینی جات  
بدون تعطیلی - یاسین

۰۹۱۵۳۷۷۹۰۰۴

۳۷۲۳۵۰۲۴

## لوازم و اثاثه



## خرید و فروش لوازم

خریدار لوازم منزل  
حتی خرد ریز  
و چینی جات  
بدون تعطیلی - یاسین

۰۹۱۵۳۷۷۹۰۰۴

۳۷۲۳۵۰۲۴

## تعمیر لباسشویی و ظرفشویی



فقط لباسشویی  
۰۹۰۱۶۱۸۶۵۶

تعمیر در محل، فوری

## اطمینان

سطرش ۳۴ ساعته

دقیقت

برداشت آنلاین

سرعت

دیجیتال پیشنهاد

آسایش

۳۷۰۱۰

نمایندگی

نیازمندیهای خراسان

با ۳۵۰ موضع گوناگون، پاسخگوی

تمامی نیازهای روزانه شما

## سم پاشی



علوم تحقیقات زیست محیطی

با گواهینامه پایر / علوم پزشکی

سپاهانی / مبارزه با جوادگان

۰۹۱۵۰۲۱۵۸-۳۲۲۲۱۸۳

۰۹۱۴۰۲۱۵۰۵۱

آنلن

## آنلن آسمان

ارزانت از همه جا

نسب و تنظیم انواع آتنن تلویزیون

گیرنده بیتیا، فروش و سبب LED

پایه دیواری تلویزیون

تمام سطح شهر بدون تعطیلی سریع

سیار فوری ۰۹۱۵۰۱۰۴۳۰

قسماً آباد و بیل آباد آزادگان

و احمد آباد

۰۹۱۵۴۰۳۶۰

فدووس، فرامرز، سعدی، سنباد،

سیدی، گوهنگی، ۰۹۱۴۰۱۶۸۸-۳۵۴۸۳۵۴

دانشگاه ۰۹۱۴۰۱۶۸۸-۳۵۴۸۳۵۴

## چقدر از فشار خون می‌دانید؟

منبع: ایرنا



توصیه به فشار خونی ها



حتماً استنگاه فشار خون در خانه

● پیگیری درمان تا حصول نتیجه

داشته باشد



اندازه گیری فشار خون از چه

سنی و درجه فوایصلی



هر ماه با

دست کم هر دویسه ماه



چک کردن از سن

۳۵ سالگی



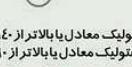
افراد مبتلی

کشک در اولین مردم



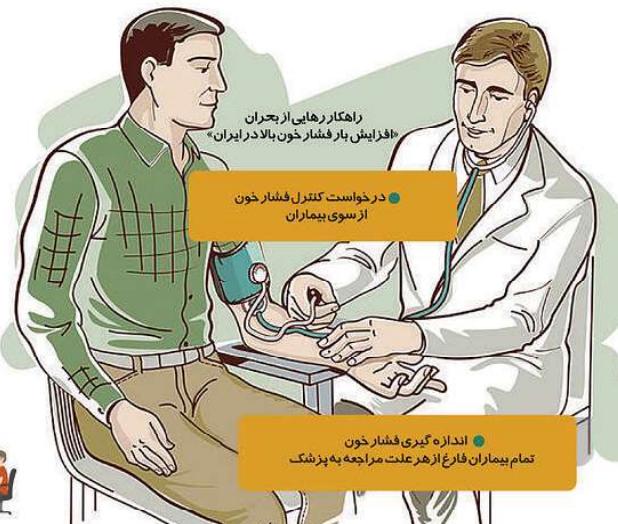
سیستمیک معادل

یا الاترزا ۱۴ میلی متر جیوه



دیاستولیک معادل

یا الاترزا ۹ میلی متر جیوه



● درخواست کنترل فشار خون

● از سوی بیماران

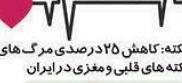
تمام بیماران فارغ از همه علت مراجعة به پزشک



دوعلت مهمی خبری

● جدی گرفته نشدن فشار خون بالا توسعه مردم

● عدم توجه کافی پزشکان



● توجه این دو نکته: کاهش ۰۲۵ درصدی مرگ های ناشی از

سکته های قلبی و مغزی در ایران



● علام فشار خون بالا

● بی حالی

● سردرد

● خستگی عمومی

## عوامل خطر ایجاد فشار خون بالا



رژیم غذایی



صرف الکل



اضافه وزن و چاقی



صرف بالای نمک



چربی خون بالا



منطقه محل سکونت



سکِ زندگی



رژیم



آلودگی هوا



استرس و فشارهای ناشی از آن



مرگ سالانه

۳۳ هزار ایرانی

زیر ۵۵ سال



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی



به دلیل

ستکه های قلبی و مغزی

۱۴۰

۹۰

۱۳۹

۹۰

۱۲۹

۸۰

۱۲۹

۸۰

۱۲۹

۸۰

۱۲۹

۸۰

۱۲۹

۸۰

۱۲۹

۸۰

۱۲۹

۸۰

۱۴۰

۹۰

۱۳۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹

۹۰

۱۲۹