

## عنوان مقاله:

راه های پیشگیری از بیماری ms در دوران ابتدایی

## محل انتشار:

چهاردهمین کنفرانس بین المللی پژوهش های مدیریت و علوم انسانی در ایران (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسندگان:

محمد رضا صائمی فر - دانشجوی کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان پردیس رسول اکرم اهواز. اهواز. ایران.

آرمین مهران فر - دانشجوی کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان پردیس رسول اکرم اهواز. اهواز. ایران.

حسین طالب قصابی - دانشجوی کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان پردیس رسول اکرم اهواز. اهواز. ایران.

## خلاصه مقاله:

بیماری ms یا اسکلروز چندگانه، یک بیماری ناشناخته علت است که باعث تخریب عصبهای مغز و نخاع شود. در حال حاضر، هیچ درمانی برای این بیماری وجود ندارد، اما پیشگیری و کنترل آن میتواند باعث کاهش شدت علائم و کاهش احتمال پیشرفت بیماری شود. برخی از عفونتها میتوانند باعث تضعیف سیستم ایمنی بدن شوند و ریسک بروز بیماری ms را افزایش دهند. به همین دلیل، مهم است که از عفونتها مانند آنفولانزا و سرماخوردگی جلوگیری شود. مصرف مکملهایی مانند ویتامین ، اسید فولیک و امگا-۳ میتواند به حفظ سلامت سیستم عصبی و ایمنی بدن کمک کند و بیماری ms را پیشگیری کند. پیشگیری از بیماری ms در دوره ابتدایی میتواند با حفظ سلامت عمومی بدن، کاهش استرس، محافظت از خود در برابر عفونتها و مصرف مکملهای غذایی انجام شود. این موارد میتوانند به حفظ سلامتی بدن کمک کرده و ریسک بروز بیماری ms را کاهش دهند. ما در این مقاله قصد داریم این بیماری را بررسی کنیم و راه های پیشگیری از آن را به خصوص در دوره ابتدایی ارائه می دهیم.

## کلمات کلیدی:

بیماری ms، دوره ابتدایی، راه های پیشگیری، کاهش استرس

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1895116>

