

الفحص المبكر عن الأمراض

هناك فحوصات كثيرة يجب علينا عملها. ولا تكون للمريض او من يتشكي من أعراض فقط. ايضا للأصحاء. هنا سأذكر الأهم منها وبإذن الله تفيدكم ولا نرى مكروها فيكم أو في أحبائكم

داء السكري

يبدأ الفحص عند عمر 45 سنة لكل الناس خصوصا يعاني من وزن زائد أو سمنة وفي أي عمر لمن يعاني من وزن زائد أو سمنة (كتلة الجسم لديه أكثر من 25) ولديه أمراض أو اسباب أخرى قد تؤدي لأصابته بالسكري وكذلك الاشخاص الذين لديهم ارتفاع بضغط الدم



ارتفاع ضغط الدم



يبدأ الفحص عند عمر 18 سنة. والقراءة الطبيعية للضغط 120/80 فأقل ويعاد كل سنتين اذا كان طبيعيا... للمزيد

تطبيق Spark Email



Spark تطبيق ادارة البريد الالكتروني

يعتبر تطبيق ادارة البريد الالكتروني Spark Email من افضل تطبيقات الايفون فهو يقدم للمستخدم العديد من الادوات الرائعة مثل فلترة الرسائل حسب اهميتها وكذلك امكانية تأجيل الرد على الرسائل والعديد من المميزات الاخرى.
يمكنك تحميل التطبيق **من هنا**.

وللمزيد من التطبيقات تفضل هنا