

تاثیر ورزش منظم روی مغز

@psychnewsir



بهبود یادگیری و
افزایش کارایی مغز



پیشگیری از بروز
آلزایمر



تقویت حافظه و
بهبود عملکرد روزانه



کاهش ریسک ابتلا به
استرس و افسردگی



تشویق هیپوفیز به
ترشح اندروژین



پیشگیری از به وجود آمدن
ضایعه مغزی و پیشگیری از
سگته مغزی



تولید سلول‌های جدید در
مغز و پیشگیری از
پارکینسون

واحد ارتقاء سلامت بیمارستان ثار...