

# برای سلامت استخوان‌های خود اقدام کنید.

از پیشرفت پوکی استخوان با مراقبت از عضلات و استخوان‌های تان، جلوگیری کنید.

به دلیل پوکی استخوان، در معرض خطر شکستگی استخوان هستید، بنابراین ضروری است برای جلوگیری از رخ دادن شکستگی استخوان‌ها با پزشک خود مشورت کنید.

۲۸ مهرماه  
روز جهانی پوکی استخوان



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی  
معاونت بهداشت  
مرکز مدیریت بیماری‌های غیرواگیر  
دفتر آموزش و ارتقاء سلامت



مرکز تحقیقات استخوان و بیروزر  
پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم



بنیاد بین‌المللی  
پوکی استخوان