

برای سلامت استخوان‌های خود اقدام کنید.

سلامت استخوان‌هایتان را با تغذیه مناسب حفظ کنید.

در رژیم غذایی خود کلسیم، پروتئین، ویتامین D و سایر مواد غذایی مغذی برای استخوان را بگنجانید.

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-روز
پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم



بنیاد بین‌المللی
پوکی استخوان