

نوزادان	
از زمان تولد تا ۶ ماهگی	۴۰۰ میلی گرم روزانه
از ۶ ماهگی تا یک سالگی	۶۰۰ میلی گرم در روز
کودکان	
۱-۵ سالگی	۸۰۰ میلی گرم روزانه
۶-۱۰ سالگی	۸۰۰-۱۲۰۰ میلی گرم روزانه
نوجوانان و جوانان	
۱۱-۲۴ سالگی	۱۲۰۰-۱۵۰۰ میلی گرم روزانه
آقایان	
۱-۲۰ سالگی	۱۰۰۰ میلی گرم روزانه
بیشتر از ۶۵ سالگی	۱۵۰۰ میلی گرم روزانه
خانمها	
۲۵-۵۰ سالگی	۱۰۰۰ میلی گرم روزانه
بیشتر از ۵۰ سالگی	خانمهایی که هورمون استروژن دریافت می کنند ۱۰۰۰ میلی گرم روزانه خانمهایی که هورمون دریافت نمی کنند ۱۵۰۰ میلی گرم روزانه
بیشتر از ۶۵ سالگی	۱۵۰۰ میلی گرم روزانه
خانم های حامله و بیمار	۱۵۰۰-۲۰۰۰ میلی گرم روزانه

پوکی استخوان، بیماری خاموش (علائم، تشخیص، درمان)

ناشر: انتشارات میرماه (۱۳۹۵-۲۲۷۲۲۹۰۱)

نویسنده: دکتر فرانیه ترکان

سال انتشار: ۱۳۹۵

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

گرافیک: مرگان باقرزاده مردانی

لیتوگرافی و چاپ: نقش جوهر

صحافی: افشین

قیمت: ۲۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۳۳-۲۷۲-۰۰



تمام حقوق مادی و معنوی این کتاب
برای نویسنده و ناشر محفوظ است.

تجریب: درانتیب- خیابان رضایی، کوی مرتضی عباسی، پلاک ۳، واحد ۲
تلفن: ۲۲۷۲۲۹۰۱ - ۲۲۷۱۹۵۲۳ - ۲۲۷۲۲۹۰۲ تلفاکس

سرشناسه	ترکان، فرانیه، ۱۳۴۸ -
عنوان و نام پدیدآور	پوکی استخوان، بیماری خاموش (علائم، تشخیص، درمان) - Osteoporosis (symptoms, diagnosis and treatment)
موضوعات نشر	تهران: میرماه، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	۱۶ ص: مصور (رنگی) ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
شابک	۲۰۰۰۰ ریال - ۲۷۲-۰۰-۳۳۳-۹۷۸-۶۰۰
وضعیت فهرست نویسی	افیا
موضوع	پوکی استخوانی
موضوع	Osteoporosis
موضوع	پوکی استخوانی - تشخیص
موضوع	Osteoporosis - Diagnosis
موضوع	پوکی استخوانی - درمان
موضوع	Osteoporosis - Treatment
موضوع	پوکی استخوانی - ورزش درمانی
موضوع	Osteoporosis -- Exercise therapy
رده بندی کنگره	۳۹۵: ۶۱۶/۷۱۶، ۶۱۶/۷۱۶، ۶۱۶/۷۱۶
رده بندی دیویی	۶۱۶/۷۱۶
شماره کتابشناسی ملی	۴۶۰۱۷۵۰