**راهنمای نگارش و ارسال مقالات به سایت**



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| حیطه | زيرشاخه | جزئيات |  |
| [ ]  **سبك زندگی سالم** | [ ]  تغذيه سالم |  |  |
| [ ]  فعاليت فيزيكي و ورزش |  |  |
| [ ]  سلامت معنوی | [ ]  سلامت روانی[ ]  اضطراب[ ]  استرس [ ]  افسردگی |  |
| [ ]  محيط زندگی سالم | [ ]  خانه سالم[ ]  محيط كار سالم[ ]  محيط تحصیل سالم |  |
| [ ]  خواب |  |  |
| [ ]  خانواده سالم | [ ]  فرزند سالم[ ]  همسر سالم[ ]  بارداری سالم |  |
| [ ]  **عوامل خطر بيماري ها** |  [ ]  عوامل خطر بيماري هاي قلبی و عروقي | [ ]  پر فشاری خون[ ]  دیابت[ ]  اختلالات چربی خون[ ]  چاقی[ ]  سیگار[ ]  اعتیاد |  |
|  [ ]  بیماری های دریچه­ای قلب |  |  |
|  [ ]  عوامل خطر سرطان ها |  |  |
|  [ ]  عوامل خطر بيماري هاي ريوي |  |  |
|  [ ]  عوامل خطر بيماري هاي گوارشي |  |  |
| [ ]  **آشنايی با بيماري ها** |  [ ]  بیماریهای قلبی | [ ]  آريتمي قلبی(اختلالات ريتم قلب) |  |
| [ ]  بيماري هاي عروق كرونر(عروق خونرسان قلب) | [ ]  علائم شایع بیماری های قلبی |
| [ ]  نارسايي قلب |  |
|  [ ]  سكته هاي مغزي |  |  |
|  [ ]  بیماریهای عروق محیطی | [ ]  بیماری­های شریان­های محیطی[ ]  بیماریهای وریدی |  |
|  [ ]  سرطان ها |  |  |
| [ ] **آشنایی با روش های تشخیص** |  |  |  |
| [ ] **آشنایی با روش های درمانی** |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| تصویر اصلی:*(در ایمیل هم به صورت جداگانه ارسال شود)**(حداقل طول 2048پیکسل)* |  |
| عکس های مرتبط:*(در ایمیل هم به صورت جداگانه ارسال شود)* |  |
| موضوع مقاله: |  |
| زیرگروه مقاله:*(از جدول موضوعات انتخاب شود)* |  |
| KeyWords:*(20 کلمه)* |  |
| خلاصه مقاله: |  |
| متن کامل مقاله:*(حداکثر 300 کلمه)* |  |
| توضیحات متا:*(حداکثر 150 حرف)* |  |
| نویسنده متن: |  |
| [ ]  سرتيترها کاملا مشخص شده باشد |
| [ ]  نقل قول ها يا مطالبي که بالاترين اهميت را در متن دارند مشخص شوند*(داخل TextBox قرار داده شوند یا Indentation آنها تنظیم گردد)* |
| [ ]  براي هر عکس Caption مناسب انتخاب و ارسال گردد |
| [ ]  در هر پاراگراف سعي کنيد کمتر از 15 جمله بکار ببريد تا خوانايي مقاله افزايش يابد |
| [ ]  جملات بهتر است کمتر از 20 کلمه داشته باشند |
| [ ]  در هر مقاله ترجيحا بيش از 300 کلمه بکار برده نشود |