



[illegible][illegible]

Age Group	Number of People
1-20	100
21-30	90
31-40	80
41-50	70
51-60	60
61-70	50
71-80	40
81-90	30
91-100	20

- $\frac{1}{2}$ (0.5)
- $\frac{1}{4}$ (0.25)
- $\frac{1}{8}$ (0.125)
- $\frac{1}{16}$ (0.0625):
 - 101.3° (38.5) °C
 - $\frac{1}{2}$
 - $\frac{1}{4}$
 - $\frac{1}{8}$

- 在消毒前，应先将被消毒物品表面的污垢、灰尘、油脂等清洗干净，并用清水冲洗干净，然后才能进行消毒。

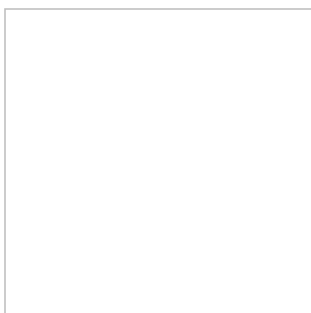
- 消毒时，应将消毒剂均匀地喷洒或擦拭在被消毒物品表面，确保消毒剂能够充分接触到被消毒物品表面。消毒后，应等待消毒剂充分发挥作用，然后再进行下一步操作。

- 消毒剂的浓度应根据被消毒物品的材质和污染程度而定。常用的消毒剂有含氯消毒剂、过氧乙酸、碘伏等。含氯消毒剂（如84消毒液）的浓度一般为0.5%~1%，过氧乙酸的浓度为0.1%~0.2%，碘伏的浓度为0.5%~1%。消毒时，应严格按照说明书的要求进行配制和使用。

- 消毒时，应注意个人防护。操作人员应穿戴好防护用品，如口罩、手套、护目镜等，避免消毒剂对皮肤和黏膜造成伤害。消毒过程中，应保持室内空气流通，避免消毒剂挥发对人体造成危害。消毒后，应对被消毒物品进行通风处理，确保消毒剂完全挥发。

- 消毒后，应对被消毒物品进行清洁，去除残留的消毒剂。清洁时，应使用清水或生理盐水进行冲洗，确保消毒剂完全清除。

- 消毒过程中，应做好记录，包括消毒时间、消毒人员、消毒物品名称、消毒剂名称和浓度等。记录应完整、准确，以便日后查阅。



消毒过程中，应严格按照操作规程进行，确保消毒效果。消毒后，应对被消毒物品进行清洁，去除残留的消毒剂。消毒过程中，应做好记录，包括消毒时间、消毒人员、消毒物品名称、消毒剂名称和浓度等。

- 消毒过程中，应严格按照操作规程进行，确保消毒效果。消毒后，应对被消毒物品进行清洁，去除残留的消毒剂。消毒过程中，应做好记录，包括消毒时间、消毒人员、消毒物品名称、消毒剂名称和浓度等。

- **Environnement** : L'habitat est principalement composé de maisons individuelles en pierre ou en brique, avec des toits en tuiles. Les zones urbaines sont plus denses, tandis que les zones rurales sont plus dispersées. Le climat est méditerranéen, avec des étés chauds et secs et des hivers doux et humides. Les paysages sont variés, allant des plaines fertiles aux zones montagneuses escarpnées.
- **Économie** : L'économie est principalement basée sur l'agriculture, en particulier la culture de la vigne et de l'olivier. Le tourisme est également un secteur important, attirant des visiteurs pour ses paysages pittoresques et son patrimoine culturel. Les services, y compris le commerce et l'éducation, jouent également un rôle significatif.
- **Éducation** : Le système éducatif est structuré en niveaux primaires, secondaires et supérieurs. Les écoles sont généralement bien équipées, mais il existe des disparités entre les zones urbaines et rurales. Les universités sont situées dans les principales villes, offrant des programmes dans divers domaines.
- **Transport** : Le réseau de transport comprend des routes nationales et régionales, ainsi que des lignes de chemin de fer. Les transports publics sont disponibles dans les zones urbaines, mais moins développés dans les zones rurales. Les véhicules personnels sont largement utilisés pour se déplacer.



- **2010-2011** **2011-2012** **2012-2013** **2013-2014** **2014-2015** **2015-2016** **2016-2017** **2017-2018** **2018-2019** **2019-2020** **2020-2021** **2021-2022** **2022-2023** **2023-2024** **2024-2025** **2025-2026** **2026-2027** **2027-2028** **2028-2029** **2029-2030** **2030-2031** **2031-2032** **2032-2033** **2033-2034** **2034-2035** **2035-2036** **2036-2037** **2037-2038** **2038-2039** **2039-2040** **2040-2041** **2041-2042** **2042-2043** **2043-2044** **2044-2045** **2045-2046** **2046-2047** **2047-2048** **2048-2049** **2049-2050** **2050-2051** **2051-2052** **2052-2053** **2053-2054** **2054-2055** **2055-2056** **2056-2057** **2057-2058** **2058-2059** **2059-2060** **2060-2061** **2061-2062** **2062-2063** **2063-2064** **2064-2065** **2065-2066** **2066-2067** **2067-2068** **2068-2069** **2069-2070** **2070-2071** **2071-2072** **2072-2073** **2073-2074** **2074-2075** **2075-2076** **2076-2077** **2077-2078** **2078-2079** **2079-2080** **2080-2081** **2081-2082** **2082-2083** **2083-2084** **2084-2085** **2085-2086** **2086-2087** **2087-2088** **2088-2089** **2089-2090** **2090-2091** **2091-2092** **2092-2093** **2093-2094** **2094-2095** **2095-2096** **2096-2097** **2097-2098** **2098-2099** **2099-2100** **2100-2101** **2101-2102** **2102-2103** **2103-2104** **2104-2105** **2105-2106** **2106-2107** **2107-2108** **2108-2109** **2109-2110** **2110-2111** **2111-2112** **2112-2113** **2113-2114** **2114-2115** **2115-2116** **2116-2117** **2117-2118** **2118-2119** **2119-2120** **2120-2121** **2121-2122** **2122-2123** **2123-2124** **2124-2125** **2125-2126** **2126-2127** **2127-2128** **2128-2129** **2129-2130** **2130-2131** **2131-2132** **2132-2133** **2133-2134** **2134-2135** **2135-2136** **2136-2137** **2137-2138** **2138-2139** **2139-2140** **2140-2141** **2141-2142** **2142-2143** **2143-2144** **2144-2145** **2145-2146** **2146-2147** **2147-2148** **2148-2149** **2149-2150** **2150-2151** **2151-2152** **2152-2153** **2153-2154** **2154-2155** **2155-2156** **2156-2157** **2157-2158** **2158-2159** **2159-2160** **2160-2161** **2161-2162** **2162-2163** **2163-2164** **2164-2165** **2165-2166** **2166-2167** **2167-2168** **2168-2169** **2169-2170** **2170-2171** **2171-2172** **2172-2173** **2173-2174** **2174-2175** **2175-2176** **2176-2177** **2177-2178** **2178-2179** **2179-2180** **2180-2181** **2181-2182** **2182-2183** **2183-2184** **2184-2185** **2185-2186** **2186-2187** **2187-2188** **2188-2189** **2189-2190** **2190-2191** **2191-2192** **2192-2193** **2193-2194** **2194-2195** **2195-2196** **2196-2197** **2197-2198** **2198-2199** **2199-2200** **2200-2201** **2201-2202** **2202-2203** **2203-2204** **2204-2205** **2205-2206** **2206-2207** **2207-2208** **2208-2209** **2209-2210** **2210-2211** **2211-2212** **2212-2213** **2213-2214** **2214-2215** **2215-2216** **2216-2217** **2217-2218** **2218-2219** **2219-2220** **2220-2221** **2221-2222** **2222-2223** **2223-2224** **2224-2225** **2225-2226** **2226-2227** **2227-2228** **2228-2229** **2229-2230** **2230-2231** **2231-2232** **2232-2233** **2233-2234** **2234-2235** **2235-2236** **2236-2237** **2237-2238** **2238-2239** **2239-2240** **2240-2241** **2241-2242** **2242-2243** **2243-2244** **2244-2245** **2245-2246** **2246-2247** **2247-2248** **2248-2249** **2249-2250** **2250-2251** **2251-2252** **2252-2253** **2253-2254** **2254-2255** **2255-2256** **2256-2257** **2257-2258** **2258-2259** **2259-2260** **2260-2261** **2261-2262** **2262-2263** **2263-2264** **2264-2265** **2265-2266** **2266-2267** **2267-2268** **2268-2269** **2269-2270** **2270-2271** **2271-2272** **2272-2273** **2273-2274** **2274-2275** **2275-2276** **2276-2277** **2277-2278** **2278-2279** **2279-2280** **2280-2281** **2281-2282** **2282-228**

$\frac{1}{n} \sum_{i=1}^n x_i = \bar{x}$

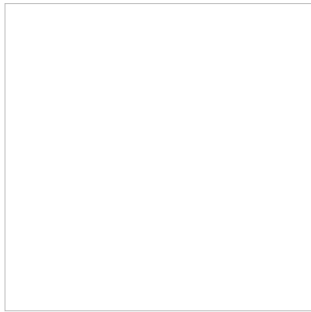
- [illegible]

1. 本計畫旨在探討我國目前之環境教育政策與實施現況，並分析其成效與問題，以作為未來政策調整之參考。
 2. 研究範圍包括：(1) 環境教育政策之演進與現況；(2) 環境教育實施之現況；(3) 環境教育成效之評估；(4) 環境教育問題之分析。
 3. 研究方法包括：(1) 文獻分析法：蒐集與環境教育相關之政策文件、學術論文、報告等，進行分析與整理；(2) 訪談法：邀請相關領域之專家學者，就環境教育政策與實施現況進行訪談；(3) 問卷調查法：針對一般民眾，進行環境教育認知與參與情況之調查。
 4. 研究結果顯示：(1) 我國環境教育政策已趨於完善，但仍存在政策落實不足之問題；(2) 環境教育實施現況良好，但成效有待提升；(3) 環境教育成效評估尚無統一標準，難以進行準確評估；(4) 環境教育存在認知度低、參與度不高、資源不足等問題。
 5. 建議未來應加強政策落實，提高環境教育成效，並加強資源投入，以推動環境教育之發展。

環境教育政策與實施現況	環境教育成效評估與問題分析
環境教育政策之演進與現況，環境教育實施之現況，環境教育成效之評估 (文獻分析法，訪談法，問卷調查法)	3 環境教育政策之演進與現況 145 ° (63 °)
環境教育政策之演進與現況，環境教育實施之現況，環境教育成效之評估 (文獻分析法)	160 ° (71 °)
環境教育政策之演進與現況 (文獻分析法：訪談法，問卷調查法)	165 ° (74 °)
環境教育政策之演進與現況	160 ° (71 °) 環境教育問題之分析

	145 ° (63 °)
	165 ° (74 °)

1



- 40 ° (4 °)
- 0 ° (-18 °)
- ()

2

90 ° (32 °)

1
-
-

● 環境問題の解決には、政府と民間の協力が不可欠

環境問題は、単に自然環境を保護するだけでなく、社会経済の持続可能な発展を確保するための重要な課題である。政府と民間の協力が不可欠である。

- 環境問題は、単に自然環境を保護するだけでなく、社会経済の持続可能な発展を確保するための重要な課題である。政府と民間の協力が不可欠である。
- 環境問題は、単に自然環境を保護するだけでなく、社会経済の持続可能な発展を確保するための重要な課題である。政府と民間の協力が不可欠である。
- 環境問題は、単に自然環境を保護するだけでなく、社会経済の持続可能な発展を確保するための重要な課題である。政府と民間の協力が不可欠である。
- 環境問題は、単に自然環境を保護するだけでなく、社会経済の持続可能な発展を確保するための重要な課題である。政府と民間の協力が不可欠である。
- 環境問題は、単に自然環境を保護するだけでなく、社会経済の持続可能な発展を確保するための重要な課題である。政府と民間の協力が不可欠である。

環境問題は、単に自然環境を保護するだけでなく、社会経済の持続可能な発展を確保するための重要な課題である。政府と民間の協力が不可欠である。

- 環境問題は、単に自然環境を保護するだけでなく、社会経済の持続可能な発展を確保するための重要な課題である。政府と民間の協力が不可欠である。
- 環境問題は、単に自然環境を保護するだけでなく、社会経済の持続可能な発展を確保するための重要な課題である。政府と民間の協力が不可欠である。
- 環境問題は、単に自然環境を保護するだけでなく、社会経済の持続可能な発展を確保するための重要な課題である。政府と民間の協力が不可欠である。

[illegible][illegible]

1. 2019年12月31日，公司总资产为1,000,000,000.00元，净资产为500,000,000.00元，营业收入为1,200,000,000.00元，净利润为100,000,000.00元。

- [illegible]

[illegible]

- [illegible]

■■■■■ ■■■■ ■■■■ ■■■■ ■■■■

- [illegible]

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □

□ □ □ □ □ □ □ □ □ ?

[illegible]

- **Environnement** : L'habitat est principalement constitué de zones bâties, avec une forte densité de population dans les zones urbaines. Les zones rurales sont moins développées, avec une population plus faible et une infrastructure moins avancée.
- **Économie** : L'économie est principalement basée sur l'agriculture, avec une forte dépendance aux produits agricoles. Les zones urbaines ont une économie plus diversifiée, avec une forte présence de services et de commerce.
- **Société** : La société est principalement composée de populations autochtones, avec une forte culture traditionnelle. Les zones urbaines ont une population plus diversifiée, avec une forte présence de migrants et de réfugiés.
- **Éducation** : Le niveau d'éducation est généralement faible, avec une forte proportion de la population vivant dans des zones rurales où l'accès à l'éducation est limité.
- **Santé** : Le système de santé est généralement faible, avec une forte proportion de la population vivant dans des zones rurales où l'accès aux soins de santé est limité.

[illegible][illegible]

	• 2019 年 1 月 1 日起，所有企业应按照规定进行纳税申报，并按照规定期限缴纳税款。逾期申报或缴纳税款的，将依法加收滞纳金，并处以罚款。情节严重的，还将依法移送司法机关处理。 • 2019 年 1 月 1 日起，所有企业应按照规定进行纳税申报，并按照规定期限缴纳税款。逾期申报或缴纳税款的，将依法加收滞纳金，并处以罚款。情节严重的，还将依法移送司法机关处理。 • 2019 年 1 月 1 日起，所有企业应按照规定进行纳税申报，并按照规定期限缴纳税款。逾期申报或缴纳税款的，将依法加收滞纳金，并处以罚款。情节严重的，还将依法移送司法机关处理。
--	---

2019 年 2 月 1 日起，所有企业应按照规定进行纳税申报，并按照规定期限缴纳税款。逾期申报或缴纳税款的，将依法加收滞纳金，并处以罚款。情节严重的，还将依法移送司法机关处理。

2019 年 2 月 1 日起，所有企业应按照规定进行纳税申报，并按照规定期限缴纳税款。逾期申报或缴纳税款的，将依法加收滞纳金，并处以罚款。情节严重的，还将依法移送司法机关处理。

2019 年 2 月 1 日起，所有企业应按照规定进行纳税申报，并按照规定期限缴纳税款。逾期申报或缴纳税款的，将依法加收滞纳金，并处以罚款。情节严重的，还将依法移送司法机关处理。

2019 年 2 月 1 日起，所有企业应按照规定进行纳税申报，并按照规定期限缴纳税款。逾期申报或缴纳税款的，将依法加收滞纳金，并处以罚款。情节严重的，还将依法移送司法机关处理。

- **Договоры о предоставлении информации** заключаются на срок не более 12 месяцев с даты подписания. Если в течение этого срока информация не будет предоставлена, договор считается расторгнутым. В случае необходимости продления договора, стороны должны уведомить друг друга за 30 дней до окончания срока действия договора.
- **Порядок предоставления информации** устанавливается в приложении к договору. Информация предоставляется в электронном виде, подписанная электронной подписью уполномоченного лица. В случае необходимости предоставления информации в бумажном виде, стороны должны согласовать этот вопрос отдельно.
- **Ответственность за нарушение обязательств** устанавливается в соответствии с законодательством Российской Федерации. В случае нарушения обязательств, стороны должны возместить убытки, причиненные нарушением.
- **Решение споров** осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации. В случае возникновения спора, стороны должны обратиться в арбитражный суд.
- **Заключение договора** осуществляется в двух экземплярах, один из которых остается у каждой из сторон. Договор вступает в силу с момента подписания.
- **Договор** подписывается и скрепляется печатью уполномоченных лиц. В случае отсутствия печати, договор считается недействительным.
- **Договор** действует до момента подписания нового договора. В случае подписания нового договора, старый договор считается расторгнутым.

[illegible]

- 2010年10月，中国国务院发布《关于深化医药卫生体制改革的意见》，提出“建立覆盖城乡居民的基本医疗卫生制度，为群众提供安全、有效、方便、价廉的医疗卫生服务”。这一政策旨在解决当时存在的“看病难、看病贵”问题，推动医疗卫生事业全面发展。
- 2012年，中国启动了“国家基本药物制度”，旨在规范药品生产流通秩序，保障基本药物供应，减轻群众用药负担。这一制度对提升基层医疗服务水平起到了积极作用。
- 2013年，中国启动了“公立医院改革试点”，探索建立现代医院管理制度，提高医疗服务效率和质量。这一改革试点为后续全面推开公立医院改革积累了宝贵经验。
- 2015年，中国启动了“分级诊疗制度建设”，旨在引导患者有序就医，缓解大医院人满为患的问题。这一制度通过建立基层医疗卫生机构与上级医院之间的转诊机制，优化了医疗资源配置。
- 2017年，中国启动了“家庭医生签约服务”，旨在为居民提供连续、综合、协调的医疗卫生服务。这一服务模式通过家庭医生团队为居民提供健康管理、疾病诊治、康复护理等服务，提升了基层医疗卫生服务的可及性和质量。
- 2019年，中国启动了“互联网+医疗健康”行动计划，旨在推动医疗卫生事业与信息技术深度融合，提升医疗服务效率和质量。这一计划通过发展远程医疗、移动医疗、智慧医疗等新模式，为人民群众提供更加便捷、高效的医疗卫生服务。
- 2020年，中国启动了“新型冠状病毒肺炎疫情防控工作”，在党中央的坚强领导下，全国上下众志成城，最终取得了疫情防控的重大战略成果。这一疫情防控工作充分体现了中国社会主义制度的优越性和中国政府的强大执行力。

[illegible][illegible]

☐ ■■■■ ■■■■ ■■■■ ■■■■ ■■■■ ■■■■ ■■■■ ■■■■

(<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/nausea-and-vomiting>) ■■■■ |

[illegible]

- [illegible]

Diarrhea (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/diarrhea>)

[illegible]

● **Prevention of constipation** is important. Patients should be encouraged to eat a diet high in fiber and fluids. Patients should also be encouraged to walk and exercise. Patients should be encouraged to take a stool softener if they are not having a bowel movement.

● **Management of constipation** is important. Patients should be encouraged to eat a diet high in fiber and fluids. Patients should also be encouraged to walk and exercise. Patients should be encouraged to take a stool softener if they are not having a bowel movement.

- **Stool softeners**
- **Stool softeners**
- **Stool softeners** (lactulose, polyethylene glycol, docusate, senna, bisacodyl, etc.)
- **Stool softeners** (lactulose, polyethylene glycol, docusate, senna, bisacodyl, etc.)

● **Stool softeners** (lactulose, polyethylene glycol, docusate, senna, bisacodyl, etc.)

● **Stool softeners** (lactulose, polyethylene glycol, docusate, senna, bisacodyl, etc.)

Constipation

● **Constipation** is a common side effect of chemotherapy. Patients should be encouraged to eat a diet high in fiber and fluids. Patients should also be encouraged to walk and exercise. Patients should be encouraged to take a stool softener if they are not having a bowel movement.

- **Constipation** is a common side effect of chemotherapy. Patients should be encouraged to eat a diet high in fiber and fluids. Patients should also be encouraged to walk and exercise. Patients should be encouraged to take a stool softener if they are not having a bowel movement.

- **2000-2005** **2006-2010** **2011-2015** **2016-2020** **2021-2025** **2026-2030** **2031-2035** **2036-2040** **2041-2045** **2046-2050** **2051-2055** **2056-2060** **2061-2065** **2066-2070** **2071-2075** **2076-2080** **2081-2085** **2086-2090** **2091-2095** **2096-2100** **2101-2105** **2106-2110** **2111-2115** **2116-2120** **2121-2125** **2126-2130** **2131-2135** **2136-2140** **2141-2145** **2146-2150** **2151-2155** **2156-2160** **2161-2165** **2166-2170** **2171-2175** **2176-2180** **2181-2185** **2186-2190** **2191-2195** **2196-2200** **2201-2205** **2206-2210** **2211-2215** **2216-2220** **2221-2225** **2226-2230** **2231-2235** **2236-2240** **2241-2245** **2246-2250** **2251-2255** **2256-2260** **2261-2265** **2266-2270** **2271-2275** **2276-2280** **2281-2285** **2286-2290** **2291-2295** **2296-2300** **2301-2305** **2306-2310** **2311-2315** **2316-2320** **2321-2325** **2326-2330** **2331-2335** **2336-2340** **2341-2345** **2346-2350** **2351-2355** **2356-2360** **2361-2365** **2366-2370** **2371-2375** **2376-2380** **2381-2385** **2386-2390** **2391-2395** **2396-2400** **2401-2405** **2406-2410** **2411-2415** **2416-2420** **2421-2425** **2426-2430** **2431-2435** **2436-2440** **2441-2445** **2446-2450** **2451-2455** **2456-2460** **2461-2465** **2466-2470** **2471-2475** **2476-2480** **2481-2485** **2486-2490** **2491-2495** **2496-2500** **2501-2505** **2506-2510** **2511-2515** **2516-2520** **2521-2525** **2526-2530** **2531-2535** **2536-2540** **2541-2545** **2546-2550** **2551-2555** **2556-2560** **2561-2565** **2566-2570** **2571-2575** **2576-2580** **2581-2585** **2586-2590** **2591-2595** **2596-2600** **2601-2605** **2606-2610** **2611-2615** **2616-2620** **2621-2625** **2626-2630** **2631-2635** **2636-2640** **2641-2645** **2646-2650** **2651-2655** **2656-2660** **2661-2665** **2666-2670** **2671-2675** **2676-2680** **2681-2685** **2686-2690** **2691-2695** **2696-2700** **2701-2705** **2706-2710** **2711-2715** **2716-2720** **2721-2725** **2726-2730** **2731-2735** **2736-2740** **2741-2745** **2746-2750** **2751-2755** **2756-2760** **2761-2765** **2766-2770** **2771-2775** **2776-2780** **2781-2785** **2786-2790** **2791-2795** **2796-2800** **2801-2805** **2806-2810** **2811-2815** **2816-2820** **2821-2825** **2826-2830** **2831-2835** **2836-2840** **2841-2845** **2846-2850** **2851-2855** **2856-2860** **2861-2865** **2866-2870** **2871-2875** **2876-2880** **2881-2885** **2886-2890** **2891-2895** **2896-2900** **2901-2905** **2906-2910** **2911-2915** **2916-2920** **2921-2925** **2926-2930** **2931-2935** **2936-2940** **2941-2945** **2946-2950** **2951-2955** **2956-2960** **2961-2965** **2966-2970** **2971-2975** **2976-2980** **2981-2985** **2986-2990** **2991-2995** **2996-3000** **3001-3005** **3006-3010** **3011-3015** **3016-3020** **3021-3025** **3026-3030** **3031-3035** **3036-3040** **3041-3045** **3046-3050** **3051-3055** **3056-3060** **3061-3065** **3066-3070** **3071-3075** **3076-3080** **3081-3085** **3086-3090** **3091-3095** **3096-3100** **3101-3105** **3106-3110** **3111-3115** **3116-3120** **3121-3125** **3126-3130** **3131-3135** **3136-3140** **3141-3145** **3146-3150** **3151-3155** **3156-3160** **3161-3165** **3166-3170** **3171-3175** **3176-3180** **3181-3185** **3186-3190** **3191-3195** **3196-3200** **3201-3205** **3206-3210** **3211-3215** **3216-3220** **3221-3225** **3226-3230** **3231-3235** **3236-3240** **3241-3245** **3246-3250** **3251-3255** **3256-3260** **3261-3265** **3266-3270** **3271-3275** **3276-3280** **3281-3285** **3286-3290** **3291-3295** **3296-3300** **3301-3305** **3306-3310** **3311-3315** **3316-3320** **3321-3325** **3326-3330** **3331-3335** **3336-3340** **3341-3345** **3346-3350** **3351-3355** **3356-3360** **3361-33**

■■■■■■■■ ■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■ ■■ ■■■■■■ ■■■■■■ ■■■■ ■■■■■
 ■■■■■ ■■■■■ ■ ■■■■■■ ■■■■■■■■■■ ■■■■■ (■■■■ ■■■ ■■■■■■■■
 ■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■ ■■■■) | ■■■■■■■■■■■■■■■■■■■■:

- [illegible]

■■■■■ ■■■■■) ■■■■■ ■■■■■

- **Environnement** : L'impact de l'environnement sur la santé humaine est un sujet d'actualité. Les polluants atmosphériques, les produits chimiques et les perturbateurs endocriniens sont des exemples de facteurs environnementaux qui peuvent affecter la santé.
- **Alimentation** : Une alimentation équilibrée et saine est essentielle pour maintenir une bonne santé. Les aliments riches en fibres, en vitamines et en minéraux sont recommandés. Les aliments transformés et riches en sucres ajoutés sont à limiter.
- **Activité physique** : L'activité physique régulière est bénéfique pour la santé. Elle aide à maintenir un poids santé, à améliorer la circulation sanguine et à réduire le stress.
- **Santé mentale** : La santé mentale est tout aussi importante que la santé physique. Le stress, l'anxiété et la dépression sont des problèmes de santé mentale courants. Il est important de prendre soin de sa santé mentale en pratiquant des techniques de relaxation et en cherchant de l'aide si nécessaire.
- **Prévention** : La prévention est la clé pour éviter les maladies. Les examens médicaux réguliers, les vaccinations et les tests de dépistage sont des moyens efficaces de prévenir les maladies.

[illegible]

-  |
-  |
-  |

Eating Well After Your Stem Cell Transplant - Last updated on July 11, 2023
Memorial Sloan Kettering Cancer Center