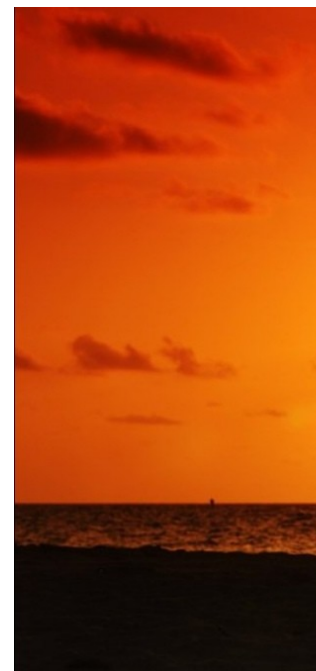


توژیندوواییکی نو د ریخستوو ک ماهنانی یگا شوازی بیرکردنوو باشر بکات



توژیندوواییکی نو د ریخستوو ک ماهنانی یگا ب ماوی 50 خولک و 3 جار ل هفتاییکدا دتوانت بیرگت باشر بکات.

توژیندوواییک ک ل گفاری (Medicine Behavioral of Journal) باوکراوتوو، لیسر 86 کس
نجامدراو ک ب تواوی کاریان کردوو ل برناماییکی هشت هفتایی یگادا، د ریخستوو ن
کسان یگایان کردوو ل ماوی لککینوو کدا کاری باشریان کردوو ل نرک زانستییکاندا،
نمیش ئوو نیشان ددات ک یگا بیرکردنوو باشر بکات.

بگوایی دکتار کارن دی سولیفان، پزشکی دروونی، یگا چندين سوودی تندرستی هئی، لوان
باشرکردنی تندرستی دروونی، هروها ئم توژیندووایی جی سروسومان نیی، وتیشی، یگا متریسی
تووشیون ب نخشی مشک کم دکا توو.

سولیفان وونیکردوو ک توژیندوواییک بشک ل جستییکایی ئدایی ک ئاماژ ب سوودیکی زیاتر
دکات ل کارکردنی زانستیدا بیهی کاریگری ماهنان لیسر دوو نرک، ماهنانی دوو نرک وات

هه‌و‌دان به ئه‌نجامدانی دوو شت له یه‌ک کاتدا.

تو‌ژینه‌و‌که ئه‌و‌ی سه‌لما ندوو که ها‌ه‌نا نی دوو ئه‌رک کاریگه‌رییه‌کی ئه‌ره‌نی به‌چووک به‌ مامناو‌ه‌ندی هه‌یه له چ‌ه‌ندین شیکردنه‌و‌ی که‌سا نی به‌ته‌مه‌ن که که‌مبوونه‌و‌ی زانسته‌یان هه‌یه.