

5 مورد از بهترین اپلیکیشن های سلامت برای iOS



5 مورد از بهترین اپلیکیشن های سلامت برای iOS



<https://iracode.com/ios-app-for-health/>



۰۹۱۲۴۱۰۴۵۳۵

## 5 مورد از بهترین اپلیکیشن های سلامت برای iOS



امروزه گوشی های هوشمند با امکانات بسیاری که دارند به عضو جدا نشدنی از زندگی روزمره ی افراد جامعه تبدیل شده اند.

برنامه های متنوع بسیاری در app store و google play store با هدف دستیابی کاربران به سلامتی و تناسب اندام توسعه داده می شوند که در این بین برخی از آنها به واقع عملکرد فوق العاده ای دارند و کاربران با استفاده از آنها می توانند اطلاعات بسیار مفیدی را در رابطه با وضعیت سلامتی خود دریافت کند.

طراحی اپلیکیشن پزشکی و حوزه سلامت همواره چالش برانگیز بوده و این اپلیکیشن ها شما را به سلامتی کامل نخواهد رساند اما به شما کمک می کند که زندگی سالم تری داشته باشید . در ادامه ی این مقاله به بررسی بهترین اپلیکیشن های حوزه سلامت در iOS خواهیم پرداخت.



### Everyday Health News - 1



## 5 مورد از بهترین اپلیکیشن های سلامت برای iOS



این اپلیکیشن با اشتراک گذاری روزانه ی محتوا، ابزارها و اطلاعات قابل اعتماد ، عملی و جذاب برای مخاطبان آنها برای زندگی سالمتر یاری می کند.

با کمک این اپلیکیشن و توصیه های مفید پزشکان متخصص ، به راحتی قادر به عیب یابی و اخذ تصمیمات صحیح در مورد وضعیت سلامتی خود خواهید بود. همچنین میتوانید تجربیات کاربران دیگری که در وضعیت پزشکی شما هستند را مشاهده و از آن استفاده کنید.

این اپلیکیشن اطلاعات مفیدی در مورد بیماری های مختلف مانند آسم ، دیابت ، سرطان ، درد های مزمن ، اختلالات گوارشی ، بهداشت احساسی ، بیماری های قلبی ، چاقی ، مشکلات خواب ، پوست و زیبایی ،بهداشت سالمندان ، ورم مفاصل و... در اختیار کاربران قرار می دهد.

### Lifesum-2



لایف سام یک اپلیکیشن کاربردی و مفید در زمینه تغذیه سالم است که کاربران را در داشتن انتخاب های غذایی بهتر ، بهبود رژیم تمرینی و دستیابی راحت تر به اهداف بهداشتی یاری می کند.

این اپلیکیشن با ارائه عادت های سالم و بهداشتی ساده و قابل تحمل مثل یادآوری نوشیدن آب به میزان کافی، عادات نادرست غذایی و کیفیت رژیم غذایی شما بازخورد می دهد ، شرح خلاصه ای از عادات تمرینی و غذایی شما ارائه داده و مطالبی را در مورد بدن شما در اختیارتان میگذارد که بدانید تا چه مرحله ای از ارتقای سلامتی خود پیش رفتید.



### iCare Health Monitor-3



## 5 مورد از بهترین اپلیکیشن های سلامت برای iOS



اپلیکیشن آی کر کاربر را قادر می سازد تا با کمک امکانات گوشی های هوشمند و سایر تجهیزات پشتیبانی کننده مثل بلوتوث ضربان قلب ، وضعیت فشار خون ، چربی خون ، اکسیژن خون ، بینایی رنگی ، شنوایی، ظرفیت ریه ، شاخص فیزیولوژیکی و ضربان تنفس و سایر اطلاعات مرتبط با بدن را کنترل کند و با یک تحلیل روند در کنار داده های روزانه ،اطلاعات کاملی از وضعیت کنونی بدن کاربر را ارائه دهد.

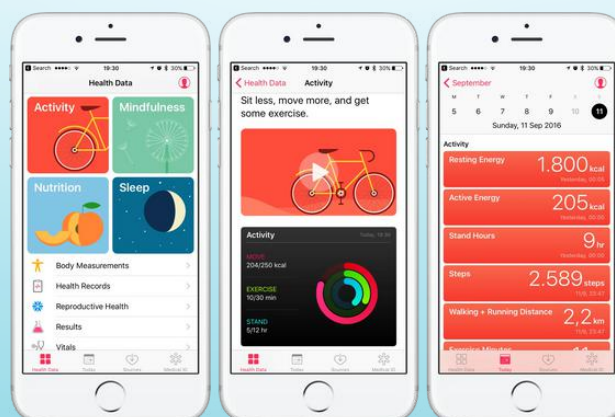
علاوه بر این کاربر می تواند با کمک بازی ها و برنامه های تمرینی این اپلیکیشن ، فعالیت بدنی خود را نیز کنترل کند.

### 4. iTriage Health



اپلیکیشن آی تریاژ ، اطلاعات و مطالب حوزه بهداشت که به طور مداوم توسط مدرسه پزشکی دانشگاه هاروارد بررسی می شوند را در اختیار کاربران می گذارد و می تواند به عنوان یک ابزار برای جستجو و یافتن علائم احتمالی و نشانه های بیماری های مختلف به همراه درمان های ساده برای آن ارائه کند.

با کمک این برنامه میتوانید به راحتی پزشک ، کلینیک ، مرکز رادیولوژی مورد نظر خود ، نزدیک ترین اورژانس و بیمارستان و... را پیدا کرده و نسبت به نوبت گیری از پزشکان اقدام کنید.



### Health-5

## 5 مورد از بهترین اپلیکیشن های سلامت برای iOS



این برنامه با چهار بخش متفاوت که نقش مهمی در سلامت کلی افراد دارند به آنها برای حفظ سلامت خود کمک می کند.

اپ Health با نشان دادن میزان فعالیت روزانه ، بهبود زمان خواب و بیداری ، کمک به تنش زدایی و متمرکز بودن و مدیریت تغذیه مناسب به کاربران برای حفظ سلامتی یاری میرساند. این برنامه بخش داده های حرکتی مثل مسافت طی شده و گام ها را از تلفن همراه دریافت کرده ، با معیار های سنجش ترکیب می کند و به طور خودکار انواع حرکات هدف دار در طول روز مثل میزان تمرین ، ایستادن و میزان کالری سوزی بدن را ثبت می کند و در اختیار کاربران قرار می دهد.