

# خدمات التغذية

## تناول الطعام للحفاظ على صحتك

إن الطعام الذي تتناوله يلعب دورًا حيويًا في كيفية عمل جسمك وعقلك! يمكن لاختصاصيي التغذية لدينا مساعدتك من خلال تقديم توصيات واقعية تستند إلى الظروف المحيطة بك، وتقديم أفكارًا لإنشاء أسلوب حياة متوازن وإرشادك لاتباع عادات صحية في تناول الطعام.

## تفضل بزيارتنا لعلاج:

- النوع الأول والنوع الثاني من داء السكري ومرحلة ما قبل السكري
- ارتفاع مستوى الكوليسترول وضغط الدم وغيرها من حالات القلب
- خسارة الوزن أو زيادة الوزن
- الاضطرابات الهضمية وغيرها من حساسيات الطعام/عدم تحمل الطعام
- متلازمة القولون المتهيج (IBS) والارتجاع الحمضي والمشكلات الهضمية المتعلقة بالطعام



اتصل على الرقم 425-789-3789 أو تفضل بزيارة [chcsno.org](http://chcsno.org) للحصول على مزيد من المعلومات بخصوص خدماتنا.

# دعنا نساعدك في وضع أهداف واقعية للتغذية! يمكن لاختصاصيي التغذية لدينا:

- توفير أدوات تخطيط الوجبات والدعم
- تقديم توصيات بالأنظمة الغذائية الخاصة
- ملاحظة الحالات المزمنة ومعالجتها من خلال تغيير النظام الغذائي

تتوفر خدمات التغذية لتحديد المرضى من الكبار والأطفال الذين يتلقون إحالة من مقدّم خدمات الرعاية الأولية في CHC. بمجرد تلقي الإحالة، سيتواصل معك موظف تحديد المواعيد لتحديد موعد. تحدّث إلى مقدّم خدمات الرعاية الأولية لديك لتحديد ما إذا كانت زيارة اختصاصي التغذية مفيدة لك ولعائلتك أم لا!



## مراكز الصحة المجتمعية

+ الرعاية الطبية 🦷 رعاية الأسنان 🩺 الصيدلية  
🚶 العيادات دون موعد مسبق

EVERETT-COLLEGE + 🦷 🩺  
930 N Broadway

ARLINGTON + 🦷 🩺  
326 S Stillaguamish Ave

EVERETT-NORTH + 🦷 🩺  
1424 Broadway

EDMONDS + 🦷 🩺 🚶  
23320 Hwy 99

EVERETT-SOUTH + 🦷 🩺  
1019 112th St SW

EVERETT-CENTRAL + 🦷 🩺 🚶  
4201 Rucker Ave

LYNNWOOD + 🦷 🩺  
4111 194th St SW

اتصل لتحديد موعد على الرقم  
425-789-3789 بأحد مواقعنا.

إمكانية الحصول على الرعاية الطبية  
عالية الجودة وميسورة التكلفة.

[chcsno.org](http://chcsno.org)