



اليوم العالمي للنوم



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

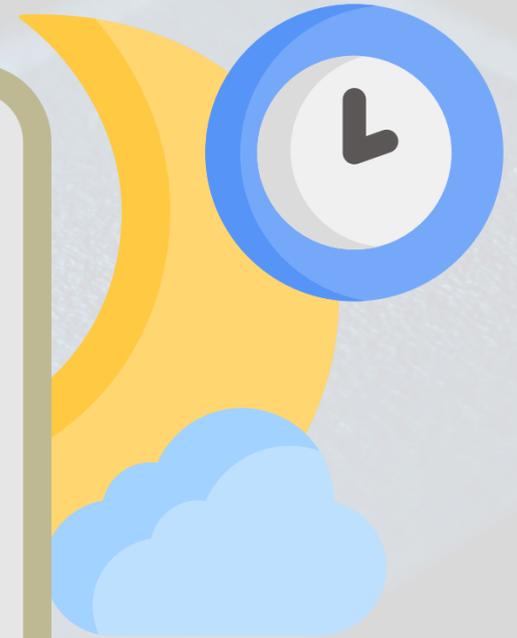
المدينة الطبية الأكاديمية | IAU . AMC

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahd University Hospital



اضطراب النوم قد يكون
مؤشراً على وجود بعض
الأمراض، مثل السكري
وضغط الدم المرتفع، ومرض
القلب والأوعية الدموية.

يهدف يوم النوم العالمي
لرفع مستوى الوعي في
النوم لكونه
أساس احتياج الكائنات الحية،
ويلعب النوم دوراً مهماً في
صحة الفرد





جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

المدينة الطبية الأكاديمية | IAU . AMC

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahd University Hospital

اليوم العالمي
للنوم



حرمان النوم المزمن يؤثر على جوانب متعددة من حياتك

