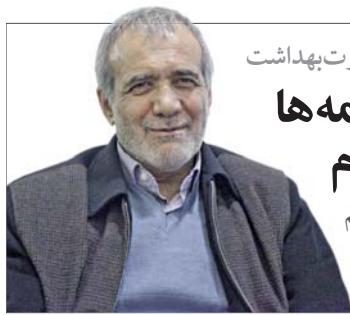


روی خط سپید

معاون ناظر و برنامه ریزی سازمان نظام پزشکی
نقش نهادهای صنفی را دست کم نگیریم

صفحه ۶



و اکنث پژوهیان به اظهارات معاون تحقیقات و فناوری وزارت بهداشت من مخالف جد اشن بیمه ها از وزارت بهداشت بودم

آقای ملکزاده گفته است من مخالف تجمعی بیمه ها هستم. در پاسخ باشد پکریم
قانون را مانو شتیم، چنگو نه است که به نظر ایشان مانتقد انجام آن هستیم ...
صفحه ۴



سال ۱۱ شماره ۷۰۸ دوشنبه ۲۳ آذر ۱۳۹۴ ۱۶ صفحه ۱۰۰ تومن

www.sepidonline.ir

رئیس مرکز روابط عمومی وزارت بهداشت
آمار مرگ و میر آنفلوآنزا در ایران بسیار پایین است

در تهران کسی با آنفلوآنزا فوت نکرده است

عباس زارع نژاد گفت: «مانگفته ایم که در ارتباط با آمار مبتلایان و افراد فوت شده، به مردم اطلاع رسانی صورت نگیرد، ولی اعلام کرد ایم که تنها مرجع صلاحیت دار اعلام آمار مبتلایان و فوت شده ها، مرکز مبارزه با بیماری های واکیر وزارت بهداشت می باشد و دکتر گویا، مدیر این مرکز، محدودیتی برای مصاحبه ندارد و آمار را به طور روزانه اعلام می کند... براساس آماری که تا دیروز به دست من رسیده، کسی در تهران فوت نکرده است و البته اگر در این یکی دوروز هم اتفاقی افتاده بود، قاعده ماباید اطلاع پیدامی کردیم...»

صفحه ۲

گفت و گوی «سپید» با رئیس انجمن تغذیه ایران



با اصلاح تغذیه ۶ درصد باریماری ها کم می شود

صفحه ۲

بالآخر چه کسی بخیه را کشید؟

محسنی ازهای: کسانی که علیه جامعه پژوهی
جو به راه اند اخنه اند، باید پاسخگو باشند

مدیریت اختلال شخصیت مرزی

شخصیت هم به لب مرز می رسد

صفحه ۱۲

دیر اجرایی دو مین کنگره بین المللی جراحی های چاقی و متابولیک
آمار اضافه وزن در ایران دو برابر میانگین جهانی است

صفحه ۴

یک چهارم دانشجویان
دانشگاه های علوم پزشکی
تهران قلیان می کشند

صفحه ۳

cograft®
Tacrolimus
0.5 & 1 mg capsules

تحت پوشش کامل بیمه ها

رایگان جهت بیماران پیوندی و غیر پیوندی

Is a step forward to long life

ZAHRAI PHARMACEUTICAL CO.

إنَّا لِهِ مَا لَيْسَ بِهِ لِجَنَاحٍ

جناب آقای دکتر فرامرز فلاحتی

بدین وسیله درگذشت پدر محترم و مؤمن حضرت عالی را از صمیم قلب تسلیت عرض می کنیم. برای آن مرحوم رحمت واسعه الهی و برای شما و سایر بازماندگان صبر جزیل از درگاه خداوند متعال خواستاریم.

حییب اله پیروی، سعید سمنانیان، امیر عباس فتاح زاده، ابوالقاسم موسوی، محمد رضا واعظ مهدوی

إنَّا لِهِ مَا لَيْسَ بِهِ لِجَنَاحٍ

جناب آقای بیژن رمضانی

مشاور محترم وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی در امور رسانه

بدین وسیله درگذشت همسر محترم و مؤمن حضرت عالی را از صمیم قلب تسلیت عرض می نمایم. برای آن مرحومه رحمت واسعه الهی و برای شما و سایر بازماندگان صبر جزیل از درگاه خداوند متعال خواستارم.

امیر عباس فتاح زاده

چهره‌ها

بایلنا: عضو هیات رئیسه مجلس در پاسخ به این سوال که به چه دلیل بدبانی تحقیق و تفحص از طرح تحول سلامت است، گفت: «ایکی از دلایل من و دیگر نمایندگانی که طرح تحقیق و تفحص را مضاکده اند، این است که چرا بود جمای هر برای هزینه در اختیار این طرح قرار گرفته، صرف ساخت و ساز و مسائل دیگری خارج از حوزه رامان می شود». عبدالراضامصری با شاربه آخرین وضعیت تحقیق و تفحص از طرح تحول سلامت در مجلس اظهار اشت: «از آنجاکه در این نامه قید شده که هیات تحقیق و تفحص باید طول شش ماه گزارش خورد اباه صحن ارائه کنند و در صورت عدم اتمام مرحله گزارش تحقیق و تفحص، این زمان تاشش ماقبل تعیین است»، احتمال دارد تحقیق و تفحص از طرح تحول سلامت به مجلس ننم نرسد». مصری در واکنش به اظهارات معاعون پارلمانی وزارت بهداشت که انجام این تحقیق و تفحص را «خودکشی سیاسی» و محکوم به شکست خوانده بود، تصریح کرد: «چنین صحبت هایی راه به جای نمی برد و این اظهار نظره انشان از موضوع ضعف آنها دراد».



کچهارم دانشجویان دانشگاه‌های علوم پزشکی تهران قلیان می‌کشنند

برندا: دیپر کل اتحادیه جهانی بیماری های ریوی با اتفاق از ارزان شدن ۳۰ درصدی سیگار ریک دهه اخیر، گفت «متاسفانه ۲۵ درصد دانشجویان دانشگاه های علوم پزشکی واقع ر تهران قلیان می کشند». سید محمد رضا مسجدی افروزد: «البته این آمار به معنای این بست که ۲۵ درصد دانشجویان هر روز سیگار یا قلیان مصرف می کنند. بلکه به معنای این است که تجربه مصرف این اقلام مضر را دارند و اگر ۱۰ درصد آنان نیز مصرف دخانیات را ادامه دهند، وحشتناک است.» مسجدی با اینکه رشد مصرف سیگار و دخانیات در دختران و پسران جوان نگران کننده است، تصریح کرد: «در حال حاضر میزان مصرف مواد دخانی در افراد تا ۱۵ ساله، هر روز بیشتر می شود و طبق مطالعات وزارت بهداشت ۱/۵ درصد دختران دخانیات مصرف می کنند.



ایلیات: عضو کمیسیون بهداشت مجلس گفت: «مشکلات و چالشی که امروز در جامعه به دلیل اختلاف فاحش در اندیشه و پرستار و همچنین پژوهشک و پژوهش و جودادار غیرقابل ترمیم است، پر از که افلاطون در مادها کاهی به صلب برابر می‌رسد و اگر این وضعیت اصلاح نشود، قطعاً با مشکلات اساسی رو به رومی شویم.»^۱ مصعد پژوهشکاران، شاره‌های مخربین و ضعیت تحقیق و تفحص از طرح تحول در مجلس اظهار داشت: «با توجه به اینکه تحقیق و تفحص از طرح تحول مربوط به نحوه هرینه کرد بودجه در این طرح است، به کمیسیون بر نامه بودجه ارجاع داده شد تا پس از بررسی به صحن علنی مجلس بیاند. البته مشکل اینجا است که وزارت بهداشت در اجرای این طرح در چارچوب قانون اقامه نکرده و مطمئن‌نمودن دولت در ادامه طرح با مشکلاتی رو به رو خواهد شد. لذا باید این پرمانعه‌ها را تحریج هایی که در این حوزه داردام می‌بینم که غیر ممکن است دولت بتواند بایران روش دریخت سلامت را به جای ببرد.» ■

یادداشت واردہ

تفاوت فرهنگی یا فاصله دانش تخصصی

روز شنبه که این سطور را می‌نویسم ۳۹۵ درجه نوبت بالرزاو همراه سرفه مکرار امام رابریده، سردرد شدید توانم با درد تمام بدان به مخصوص کمک و انداز تختانی بیقرارم کرده است. آبریزش خفیف بینی با تهوع و اسهال خفیف از ۷۲ ساعت قبل روی تخت میخکوبیم کرده، بی اشتباہی به قدری است که فقط چند لیوان آب آن هم جهت مصرف داروها در چند روز صرف شد و به علت ضعف شدید، طی مسافت چند متری از اتاق تا دستشویی طاقت فرساست. این علامت علی رغم مصرف ۴۰۰ میلی گرم بروفن ۳ بار در روز، استامینوفن ۶۰۰ میلی گرم ۴ بار در روز، فلوبیویر ۷۵۰ میلی گرم ۲ بار در روز... ادامه دارد. همکار مختص عفونی در تماس تلفنی بعد از شنیدن شرح حال گفته شکن نکن مبتلا به ویروس H1N1 هستی و وقتی علت قطعیت تشخیص را پر سیدم گفتند چون همه علامت مژاور و مینور رایج چادری و در ضمن ۲ بیماری بخش شما امروز نتیجه آزمایش مثبت داشته‌اند، من هم منتظرم دوره ۷ روزه بیماری به سلامتی سپری شود تا مجدد در خامت بیماران باشم. غرض از نوشته بالا آشنازی همکاران با شرح حال واقعی یک بیمار و در ضمن ذکر خاطراتی که شاید شنیدنش خالی از لطف نباشد، سال ۲۰۱۴ در یکی از بیماری‌های کانادا کاتال های متعدد تلویزیون از مثبت شدن آزمایش H1N1 فردی در یکی از مراکز درمانی خبر می‌داد و ضمن بر شمردن علامت بیماری از افاده باتاب الای در خواست می‌کرد برای معاینه مراجعت کنند، ضمناً گفته شد بیمار مبتلا یک روز قبل با پروازی از خارج از کشور وارد آن شهر شده و تمام مسافرین هوایپا حامل او به مدت یک هفته باید در منزل بمانند یا عایانه‌هند آمایش آن‌ها را مجا سیک نشانند انجام

در تهران کسی به دلیل آنفلوآنزا فوت نکرده است



شود-اتفاقاً یکی از مسافرین هوایپما کاپیتان تیم ملی کانادا بود که چند روز بعد مسابقه مهمی در پیش داشت، اوراهم از انجام مسابقه منع کردند. کاتالان‌های تلویزیونی از کافی بینود و اکسن و ینکنده دولت کانادا در تلاش است و اکسن لازم باشد از هر جای ممکن در اسوع وقت تهیه کند، بحث می‌کرند و انتقادهای شدیدی به این وضع داشتند. تمام ماجرا شاید ۷۷ تا ۱۰ روز طول بکشد، تمام واکسیناسیون به افراد در معرض خطر انجام شد گر ارشی از مرگ یا گسترش ابتلا پخش نشدو از این رسانه‌ای شدن و شفاف‌سازی اخیر از منافع مردم و بیماران نتیجه دیگری به بار نیامد، ولی ماجرا در کشور ما چه سیری طی کرد من اطلاع دقیقی ندارم ولی به نقل از فرزندم مصاحبه‌ای را وزیر و معاون بهداشتی ایشان، داشتند و ضمن انتقاد از به قول ایشان رسانه‌ای شدن موضوع گفته شد سال قبل ۸۶ نفر از این بیماری فوت شدند، خبر آن هم منتشر شد و امسال که کمتر فوت شدند خبر برای فروش و اکسن رسانه‌ای شده است (البته روز جمعه فرزند من به داروخانه شبانه‌روزی و نک- میدان طاطی - جمال‌زاده- کارگر، چهت تهیه و اکسن مراجعه کرد هیچ کدام و اکسن نداشتند) حال سوال من این است این دونوع برخورد با یک ماجراجوی واحد به اختلاف فرهنگی ما و کشورهای توسعه‌یافته مربوط می‌شود که توجیه آن مرگ سالیانه ۱۸ هزار نفر در تصادف خودروی ملی بامدیریت بوی نهفته است که بقیه مرگ و میرها کمرنگ و در نظر مسئولین کم‌اهمیت می‌کند یا این مبالغه مربوط به اختلاف دانش تخصصی مسئولان بهداشتی ما و آنها است، هر چه باشد تب بالا در این بیماری به مسکن‌های ساخت داخل جواب مناسب ننمی‌دهد و تمام مطالب بالا ممکن است ناشی از دانشیار دانشگاه علوم پزشکی اضافه محفوظ باشد. ■

ساهزمانی

■ شورای عالی سلامت وزارت بهداشت، درمان و

آموزش پزشکی، تشکیل اداره کل سلامت دهان را به تصویب رساند.

به گزارش خبرنگار سپید در هفتمین جلسه شورای عالی سلامت دهان که با حضور سیدحسن هاشمی وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، ایرج حیری‌چی قائم مقام وزارت بهداشت و اعضاً دیگر این شورا برگزار شد، با توجه به اینکه بخش قابل توجهی از نیازهای دندانپزشکی کشور و مشکلات سلامت دهان مردم در حوزه درمان رقم می‌خورد و در حوزه معاونت درمان ساختاری جهت پیگیری و اجرای امور وجود ندارد، مصوب شد که اداره کلی جهت راهبری و برنامه‌ریزی امور مربوط به سلامت دهان و دندانپزشکی در معاونت درمان وزارت بهداشت تشکیل شود و راضحی‌سین پور به عنوان مدیر این اداره کل پیشنهاد شد که مورد تایید اعضای شورا قرار گرفت. روال برگزاری جلسات شورای عالی سلامت دهان به صورت فصلی است ولی با توجه به اهمیت این موضوع، وزیر بهداشت از دیربازه شورا خواست که جلسه هشتم شورا در فاصله زمانی یک ماه آینده برگزار شود و در این جرای تصمیمات شورا به وی گزارش داده شود.

گفتنی است در این جلسه در خصوص خدمات بهداشتی و دندانپزشکی که به داشت آموزان سراسر کشور را هشده است هم بحث و تبادل نظر شدو تصمیماتی اتخاذ گردید. ■

۱۰ سال بانظام سلامت

کسری بود جهوز از راه بهداشت
عملکردار و زانس را تحت تاثیر
قرار داده است

فرزاد پناهی رییس مرکز فوریت‌های پیشکشی
کشور گفت: «کسری بودجه ۴۰۰ میلیارد
تومانی وزارت بهداشت در سال جاری عملکرد
اوپرایس و فوریت‌های پیشکشی را تحت تاثیر

فرارداده است»، ۱۲۸۴

اعتبارات طرح پژوهش خانواده
با هدف آن همخوانی ندارد

علیرضا زالی قائم مقام سازمان نظام پژوهشکی با
ابراز نارضایتی از اینکه اعتبارات طرح پژوهش
خانواده با هدف متعالی این طرح همخوانی
ندارد، بر لزوم طراحی ۲ بسته خدمتی متفاوت
برای اجرای پژوهش خانواده در شهرها و

روستاهات آنکه در ۱۳۸۹ میلادی به بیماران اراده‌مند شود»

زمان برطرف شدن نیاز کشور
به پژوهش متخصص
و حیدرستجوی وزیر بهداشت گفت: «ظرف
۲ سال آینده نیاز به پژوهش متخصص در کشور
مرتفع می‌شود.» ۱۳۹۰

۶۰

ستا: دبیر اجرایی دو مین کنگره بین المللی جراحی های چاقی و متابولیک با شاره به آمار سیار بالای ابتلاء چاقی در ایران گفت: «امتناسه امراض اضافه وزن در ایران ۲۰ برابر میانگین جهانی است. زیرا در حال حاضر ۳درصد جمعیت دنیا اضافه وزن دارند. در حالی که این رقم در کشور ما ۶۰ تا ۶۵ درصد جمعیت است.»^{۱۴} حمله راهنمایی برایان یتمنکه، ۲۰۰۰ ادرصد افزایی که چاقی پیش از حد ذاتی باشد، نمی تواند وزن خود پایین بیاورند. درخصوص تأثیر عمل های جراحی چاقی بر افرادی که چاقی مغرفت دارند، گفت: «درمان طبی چاقی های مردمی، جراحی است و اگر فردی یک و نیم برابر وزن ایده آل خود چاق باشد، میتواند چاقی رضی است.» عبدالحسینی افزو: «اگر یک فرد آسیایی و اروپایی در یک قド و وزن مشابه کنار یکدیگر قرار بیند، خطر دیابت و فشارخون رو فرد آسیایی بیشتر است. زیرا به ازای هر پنج کیلو اضافه وزن، ۸۴درصد ابتلاء در دیابت دارد. افاده اساساً نسبت مر شد.»^{۱۵}

ارس: مدیرعامل سازمان انتقال خون ایران از راه اندازی دو پالایشگاه تولید پلاسمای دارای خبر داد که: «در حال حاضر دو سوم داروهای مشتق از پلاسمای موردنیاز کشور با پلاسمای ایرانی تولید شود». علی‌اکبر پورفتح‌الله بایان اینکه این دو پالایشگاه تولید پلاسمای ایرانی بیش از ۴۰۰ هزار لیتر پلاسمای خواهند بود، اظهار داشت: «از طریق صنعت پلاسمای ایرانی به جای پلاسمای ایرانی را به خارج رای تولید دارو و ارسال کنیم می‌توانیم این اقدام را در کشور انجام داده و در کار آن تولید منطقه‌ای داشته باشیم به طوری که پلاسمای کشورهای منطقه را تبدیل به محصولات دارویی برای آنها کنیم». پورفتح‌الله از انجام مذکور اکرات در زمینه بومی سازی صنعت پلاسمای تولید منطقه‌ای داروهای مشتق از پلاسمای خبر داد. اعلام کرد: «شرکت‌های متعددی در این زمینه اعلام آمادگی کرد و امیدواریم بخش خصوصی بتواند ف. مست استفاده کند».

1/000/000/000/000

مهرب: مدیر عامل سازمان تامین اجتماعی با اشاره به اینکه تفاوت در پرداخت حق بیمه و استفاده از بودجه عمومی و مردمی از جمله چالش‌های تجمعی بیمه‌ها است، گفت: «در حال حاضر در سازمان تامین اجتماعی ماهانه هزار میلیارد تومان در بخش درمان هزینه می‌شود که با اجرای طرح تجمعی بیمه‌ها رونه به مشکل برخورد.» سید نوری خوش در مرور دامنه تجمعی بیمه‌ها گفت: «نمی‌توان احتمالی برای این امر درنظر گرفت اما تجمعی بیمه‌ها در مرور سازمان‌های بیمه‌گری که از محل بودجه عمومی تامین می‌شوند می‌تواند باعث ایجاد کارآمدی شود.» نوری خوش افزود: «در تامین اجتماعی سازمانی است که منابع آن از محل سرمایه‌گذاری مردم است. بنابراین این سازمان‌ها از دو جنس متفاوت هستند که امکان تجھیم آنها - حد دیدار، ۱۲

خبر

آماده نبودن زیر ساخت های احر ای طرح بز شک خانواده

خانه ملت: عضو کمیسیون بهداشت مجلس بانتقاد از توجیهی به آماده سازی زیرساخت های اجرای طرح پژوهش خانواده، گفت: «تاکنون به ترتیب پژوهش خانواده هیچ توجهی نشده است. ارسول خضری با اشاره به علت اجرانشدن طرح پژوهش خانواده در اکثر استان های کشور، گفت: «استسانه زیرساخت های لازم برای احرای طرح پژوهش خانواده به مخصوص در روستاهای تاکنون محقق نشده است، زیرا یکی از مهم ترین مسائل در این زمینه یکپارچه سازی بیمه ها، اختصاص منابع مالی و آموزش پژوهش خانواده بود که تاکنون محقق نشده است.» خضری افزود: «در حال حاضر پژوهش عمومی به نام پژوهش خانواده تعریف نمی شود، این درحالی است که برای اجرای طرح پژوهش خانواده باید اسناددار دهای چهانی در این خصوص توجه کرد؛ بنابراین به رغم اینکه این طرح از سال ۸۴ کلید خورد اما هنوز ترتیب پژوهش خانواده اجرای نشده است.»

زنگنه

وبدای مدیریل دفتر بهبود تعذیه جامعه وزارت بهداشت از اجرای برنامه بسیج ملی تعذیه باهدف اصلاح الگوی مصرف صحیح قند، نمک و چربی خبرداد: زهرا عبداللهی باعلامین خبر گفت: «این بر نامه طی دوهفته از تاریخ ۱۲۹ آذرماه ۱۳۲۱ ماه برگزاری شود». عبداللهی روزه: «برنامه های دفتر بهبود تعذیه جامعه در این خصوص بهمکاری مرکز سلامت محظی و کار، دفاتر سلامت، جمیعت، خاناده و مدارس، آموزش و ارتقاء سلامت، مرکز مدیریت بیماری های غیرواکسیکر و کلیه معاونت های بهداشتی دانشگاه های علوم پزشکی کشور و سازمان های برونویخشی (شهرداری، آموزش و پرورش، بهزیستی، سازمان ملی استانداری ان) اجر اخواهد شد».

سونامی بیماری‌های قلبی ایران را تهدید نمی‌کند

آن: رئیس انجمن ایتروفنستال کار دیولوژی ایران
گفت: «به دنبال توجه مردم به سلامتی خود و کنترل رسیک فاکتورهای سونامی بیماری‌های قلبی ایران را تهدید نمی‌کند.» ایرج فیروزی گفت: «در حال حاضر به دلیل افزایش اطلاع رسانی های عمومی، توجه جدی تر مردم به موضوع سلامتی و هم چینی وجود پرسکان، متخصصان و امکانات درمانی کافی در کشور؛ مراجعت زودهنگام در میان مردم شیوع قابل توجهی یافته است، بنابراین فکر نمی‌کنم طی سال‌های آینده با سونامی بیماری‌های قلبی در ایران مواجهه شویم. البته این به شرطی است که مردم همواره به فکر سلامتشان

واکنش مسعود پیشکیان به اظهارات معاون تحقیقات و فناوری وزارت بهداشت

من مخالف جداشدن بیمه‌ها از وزارت بهداشت بودم

نون یعنی پذیرد که اختلاف در آمدهای میان اصناف تالین
نمیتوانست باشد؟ آن‌ها وقوت کار قانونی انجام دادند
ما در بر این آن استیضاح؟ همه خواسته مازویک در قانونی
ست. مدریان و مستولی که قانون را باید بینند و عزم
اراده برای اجرای قانون ندارند و حرف مت می‌کنند از این
حرف هبزندگان بیشتر است خودشان نگاه و پر نامه هایی را
دارند اصلاح کنند. نه اینکه حرف هایی را بینند که از
روی عدم اطلاع است.

A portrait of a middle-aged man with short, grey hair and a well-groomed, light-grey beard. He has a gentle smile and is looking directly at the camera. He is wearing a dark grey or black zip-up jacket over a light blue button-down shirt. The background is an indoor setting with a white wall; to the left, a portion of a green potted plant is visible, and to the right, a vertical bookshelf filled with books is partially seen.

وزارت بهداشت گرفتند و ازان پس زیر مجموعه رفت کار، رفاه و تأمین اجتماعی قرار گرفت. اینکه وزارت بهداشت سیاست گذار است و در چوب قانون باید عمل کند و آنچه در حال حاضر امامی گیرد این ویزگی را ندارد. بر همین اساس برخی این وزارت خانه بک عده ای را سدره خود می دانند. سورد بیمه ها، دولت هم با مشکل مواجہ شده است. دولت بول دارد، بدهد. اگر کیمیه ها بول دارند بدهند، انمی دهنند؟ کسی جلوی آن هارانگرفته است؟ بول تا آن هاست و خودشان مشکل راحل کنند ما هیچ لغتی نداریم.

سپید: این تغییرات در دوره شما کلید خورد، آیا شما الف آن بودید؟

موضوعیه من ارتباطی ندارد. مجلس این کار را کرده تا مخالفت هم کردیم، قبول نکردند. انتظار داشتند تا نظری نکرند اما مجلس دعوا کنند.

سپید: پس شما مخالف این هستید که بیمه زیر نظر رفاه باید و بازگشت آن به زم مجموعه پژوهشکار داشته اید. دکتر ملکزاده برا این باور است که شنادار ابر جامعه بیز شک، استادهای ای. بر داشت

با توجه به اظهارات پیشین شمادور از ذهن نیست. آیا شما باین نگاه موافق هستید؟

من در برابر جامعه پژوهشکی ناستادم، این موضوع را قبول ندارم آنچه من همیشه تلاش کرده‌ام در برآورش قرار بگیرم بی‌عدالتی است. اگر وزارت بهداشت طبق قانون عمل می‌کرد و اگر تغییرات ایجاد شده منطقی و قانونی بود، من نقدی بر عملکردنشان نداشتم. کجا

آن زمان مخالف بودم، امباراوشی که الان در وزارت اشت شاهده‌هستیم، حتی مخالف آن هستیم که این‌ها هم گیرنده بیانشند، بجز اقانون را اجرانمی‌کنند. حرف این است: مجری قانون باید اقانون را اجراند. این‌ها مورد قانون بزننده راه اشتباهی رفتند و همین روند سارا با مشکل روپرکرده است. در حال حاضر پول آن

بدھی ۶ میلیاردی یک آقازاده به هلال احمر

خوبی نیز میان آنها ناجم شده است.

ضیایی در مورد علت اختلاف هلال احمر با «ر.» فرزند یکی از معنوان وزیری دولت احمدی نژاد گفت: «در واقع جمعیت هلال احمر تععدادی تجهیزات پژوهشکی از یک شرکت خارجی به مبلغ ۲ میلیون بورو و خریداری کرده بود که این مبلغ را به شرکت رشد داد تا این شرکت از این پروژه کمک شود. این پروژه

انسانیت



28 posts **14k** followers **5** following

 437 posts 31.3k followers 12 following

دکتر رزاش فیضزاده
وزیر بهداشت و درمان دولت جمهوری اسلامی افغانستان
آنچه در این مقاله آمده است از نظر انتقادی است و نه از نظر علمی و تحقیقی.
در این مقاله از اثباتات علمی و تحقیقی استفاده نشده است.
این مقاله در سه بخش اصلی به شرح زیر است:
۱- معرفت اولیه در مورد دکتر رزاش فیضزاده
۲- انتقاد از این مقاله
۳- انتقاد از این مقاله

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ Վարչական օրենսդրություն

Two white paper planes are shown flying towards each other from opposite sides against a solid blue background. The plane on the left is angled upwards and to the right, while the plane on the right is angled downwards and to the left, creating a sense of collision or meeting.

با روزنامه سپید در تلگرام همراه شوید

<https://telegram.me/sepidonline>

قیمت بازار (تومان)	ارز
۳۶۴۷	دلار
۴۰۲۸	یورو
۵۵۴۰	پوند
۹۹۸	درهم
۱۲۶۰	لیر ترکیه
۳۷۲۰	فرانک سوئیس

ویترین	
نامه نماینده کارگران به رئیس جمهور	
نمایندگان کارگران در نامه‌ای به رئیس جمهوری از وی خواستند که تمهداتی در پیش گیرده که دستمزد سال آینده کارگران با تعیین رقم دستمزد سال آینده ۱۲ میلیون کارگر ایرانی وارد مرحله تازی خواهد شد.	
نمایندگان کارگران می‌گویند با وجود عده دولتمردان مبنی بر کاهش نرخ تورم تا پایان سال، قدرت معیشت کارگران بهشدت کاهش یافته و افزایش تورم در سال آینده نیز امری غرقبالی‌بینی است. هرسال مذاکرات مزد نمایندگان گروههای کارگری، کارفرمایی و دولت در نتیجه‌های مختلف دوچابه‌وسه جایه موده بحث و بررسی قرار می‌گیرد در این جلسات تشکلهای کارگری بسته‌پذیرهای خود را برای افزایش حداقل مزد مشمولان قانون کار ارائه می‌کنند و در نهایت رقم دستمزد بر اساس دو مؤلفه نرخ تورم و میزان معیشت خانوار در شهر ای کار تعیین و تصویب می‌شود.	

کوچک و نقش آفرینی بزرگ راه توسعه از مسیر صنایع کوچک می‌گذرد



توسعه صنایع کوچک استراتژی مناسب برای توسعه کشورها

حسن جلال پور رئیس اتاق بازرگانی و کوچک می‌گوید: «صنایع کوچک مثل سفره‌های کوچک خانواری هستند. سفره‌هایی که بان و پسر و سبزی می‌توان بهن کرد. صنایع کوچک نیاز به سرمایه کلان ندارند با این حال بهشت اشتغالزا هستند و امکان ایجاد آن‌ها در اکثر مناطق کشور وجود دارد.

حال که خشکسالی در حال به زدن

معادلات در بخش کشاورزی است، صنایع کوچک می‌توانند سهم مهمی در جلوگیری از مهاجرت به کلانشهرها داشته باشند».

می‌توان ادعا کرد در دنیا نسخه‌ای بهتر از تقوت فعالیت بنگاه‌های خود و کوچک و متوجه

برای اشتغال‌زایی در دستور کار سیاست‌گذاران

اقتصادی قرار نگرفته است. برای کشورهای

در حال توسعه صنایع کوچک می‌تواند با ظرفیت بیش

استراتژی مناسبی برای رونق بخشی به اقتصاد ملی

مطرح شود. نمی‌توان انکار کرد بخشی از مشکل

رونق یافتن صنایع تولیدی در ایران به اختصار

راتنی اقتصاد کشور بازمی‌گردد چنانکه به علت

ساختار رانی کشور، بازدهی همه فعالیت‌های

بر اساس آمارهای موجود بیش از ۴ میلیون

و ۷۰۰ هزار از فارغ‌التحصیلان دانشگاه‌ها آمده

ورود به بازار کار هستند و این در حالی است

که در شرایط رکود حاکم، اقتصاد کشور آمده

پذیرش این تعداد نیروی کار نیست. برنامگی

است دلت به لحاظ درآمد و هزینه و رشد مداوم

هزینه‌ها نهم و دهم برای توسعه صنایع کوچک

که بی‌تر دیدمی‌توانست به اشتغال‌زایی قابل توجهی

منجر شود میراثی شوم از صنایع ورشکسته و

اقتصاد آسیب‌دیده را برای دولت پاددهم بر جای

همه و همه باعث شده دولت نتواند بدله خود

گذاشته که در دو سال گذشته و با وجود رکود

شدید اقتصادی حاکم هم به تحولی در شرایط

پیش نیجه‌ایده و مشکلاتی است که دولت در این

مدیریت تورم کمک کرده است.

دادن به صنایع کوچک می‌شود.

این سیاست بهره‌مند شود. برخی آمارها حکایت

از آن دارند که دلیل عدم پرداخت یارانه تولید به

بخش‌های صنعتی و تعدیل بیرونی‌های کار، بیش از

۶۰ هزار کارگاه تعطیل شده به سمت ورشکستگی

رفته‌اند. از همین روست که در حال حاضر پیشتر

شده و آن‌ها هم کار می‌کنند با ظرفیت بیش

از ۴ درصد نیست.

بحran برای صنایع کوچک

با وجود چنین نقص آفرینی بنگاه‌های خرد در

اقتصادهای بزرگ نباید، در کشور ما صنایع تولیدی

کوچک از وضعیتی کاملاً متفاوت برخوردارند.

از ۱۰ درصد نیست.

اهمیت فعال‌سازی واحدهای تولیدی

براساس آمارهای موجود بیش از ۴ میلیون

و ۷۰۰ هزار از فارغ‌التحصیلان دانشگاه‌ها آمده

ورود به بازار کار هستند و این در حالی است

که در شرایط رکود حاکم، اقتصاد کشور بسیاری از

تولیدگذگان دست از تولید کشیده و واحدهای

گذشته تلاش شده با ایجاد شهرک‌های صنعتی

در اقصی نقاط کشور در راستای رشد و توسعه

آن‌ها گام برداشته شود وضعیت امروز این بنگاه‌ها

نفر تا ۴۹ نفر نیروی کار گفته می‌شود و صنایع و

رکود دامن گیر فعال شده است بر فعالیت

واحدهای تولیدی کوچک هم حاکم شده و در

تعزیف صنایع کوچک و متوجه در آمریکا از

استانداردهای متفاوتی استفاده می‌شود جنانکه در

آن‌ها غریب‌فعال شده است. محمد رضا ضویی رئیس

موسسه مطالعات و پژوهش‌های بازرگانی خبر از

آن داده که بر اساس اطلاعات موجود، ۴۰ درصد

و از ۱۰ تا ۴۹ نفر را کسب و کار می‌شود

و این نتیجه کسوسوارهای را که کمتر از ۵۰۰ نفر

پرسنل داشته باشندش را کوچک‌نمایند. در آلمان

هم کسب و کارهای کمتر از ۱۰ نفر پرسنل را کوچک؛

و از ۱۰ تا ۴۹ نفر را کسب و کار می‌شود

می‌کنند. بارگفتگویی این استانداردهای به طور نسبی

زندگی که بیکاری و میزان ازدواج را در این

اقتصاد ایجاد کرده است. همان‌طوری که در این

جهانی می‌گذرد این انتشار نتیجه از این

وضعیت می‌باشد که در این اقتصاد ایجاد شده است.

آن‌ها در این اقتصاد ایجاد شده است.

یکی از عمل مقاومت آنتی بیوتیکی به همین دلیل است.

سپید:

صرف سرانه ماهی در کشور چطور است؟ سرانه مصرف ماهی و آبزیان در کشور به طور متوسط و سالانه بین ۵/۱ تا ۸ کیلوگرم است. این در حالی است که سرانه مصرف ماهی در کشورهای توسعه یافته از ۲۲ کیلوگرم در سال پایانی می شود و در برخی کشورها تا ۹۰ کیلوگرم در سال می رسد. دلیل این کمبود مصرف، یکی عالم اطلاع رسانی مناسب و دیگری فرهنگ سازی کم است. هر چند دسترسی ماهی آبزیان خوب است، اما بیشتر این آبزیان به دلیل عدم مصرف داخلی، صادر می شوند. سرانه مصرف ماهی در سلامت نوش مهمی دارد و این نیاز منفرد هنگ سازی و بالتفواری است.

سپید:

در راستای فرهنگ سازی این موضوع چه اقداماتی از سوی انجمن صورت گرفته است؟

رایزنی هایی را با صداوسیما شروع کردیم و الان یکی از ایرادات این است که پای بسیاری از غیر مختصان در عرصه تغذیه به این کار باز شده و رسانه ها از آنها استقبال می کنند. کسانی که از نظر مصالحیت کافی ندارند و برداشت های شخصی خود را در سرانه مطرح می کنند، یکی دیگران کارهای مالین است که تعاملی را با زیبازی شهرداری شروع کردم و قول هایی برای اطلاع رسانی از طریق بیلборدها و پیشای متوجه و اتوپوس هایی بی آرثی گرفتم.

سپید:

همراهی چاقی و سوئدیه در جامعه ماجنگو نه است؟ سوئدیه یعنی هر دو حالت اضافه وزن و کم وزن اطلاق می شود. آمار چاقی مالانه به شانه اروپا و بین ۱۷ تا ۲۰ درصد است. در جامعه شهری این مورد بیشتر است و بحث های زیر ساختی و فرهنگ سازی را مطببد و بحث های مداخله ای می خواهند. در بحث بیماری های غیر ایگری یکی از بخش هایی که می تواند باعث بروز بیماری های باشد، بحث عدم تحرک و اضافه وزن است که اگر این موضوع اصلاح شود، می تواند در جلوگیری از بسیاری از بیماری هایی که بر مبنای اضافه وزن شکل می گیرد موثر بششد.

سپید:

آیا انجمن در خصوص سوئدیه، برنامه ریزی خاصی برای سایر نقاط کشور هم انجام داده باقسط مختص

به پایخت است؟

این انجمن فقط اختصاصی به تهران ندارد و در ۱۱ مرکز اسلامی تشکیلاتی داریم که دارای بافت سازمانی انجمن است و طی یک سال اینده در تمام مرکز اسلامی ها، امکنی به نام «تاش» یا تاشکلات انجمن در شهرستان ها را سازمان دهی خواهیم کرد. اگر از این باره استفاده کنیم، می توانیم در سطح کشور اقدام کنیم و همکارانی که در استان ها حضور دارند می توانند وضعیت اجتماعی خود را رانده دهند که هر کدام مداخله خاص خود را خواهند داشت.



برای خمیر مرغ، میزان گوشت باقی مانده به اسکلت ملاک

نیست و برخلاف آنچه گفتند که باید از منغ کامل استفاده

شود، ملاک ضایعات دیگر و یا پوست است که به خمیر اضافه می کنند. با توجه به این اختلاف نظرها، به نظر من مسد

که تعامل بین سازمان های مشکلات ای است که در کشور داریم

و اقدامات موزایی که چندین مسئول انجام می دهند و هر کسی

نمتنظر دیگری است و پاس کاری هادر این میان انجام می شود.

و این عدم انسجام قانونی بین سازمان های ذیربط و جودار

باشد. بحث عدم تحرک و جودار

ارزیابی می کنند؟ عده ای معتقدند که این آرثی بیوتیک ها به

خرچه تغذیه مردم بر می گرد و دلیل بخشی از مقاومت

آرثی بیوتیکی ممکن است.

باید از منغ کاری های متفرقه و از ضایعات مرغ

تغییری ای است که در کارخانه های متفرقه و وزارت

خدمات ای این مسئول

می شود. مجوز سلامت خمیر مرغ را سازمان دامپزشکی

تbehیه می شود.

و این موضعیت مردم بر می گرد و دلیل بخشی از مقاومت

آرثی بیوتیکی ممکن است.

تصویر آرثی بیوتیک هادر ۲۰ مورد مدنظر است؛ یکی در پروژ

پیش با این نظریت باشند، بسیار سودمندتر از بزرگاری

کلاس است.

سپید: پس ماجراهی خمیر مرغ و تقلب هایی که در تولید آن

صورت گرفت را پطور برسی می کنید؟

XMIR مرغ مخصوص رایجی است که سال هاست در ایران

که تغییر می شود. این محصول از تخمیر اسکلت مرغ که

قسمی از بیانه می شود. اسکلت های

اساسی و وجود دارد. اولین بار امتر در دسترس بودن غذای کافی

در همه فصول سال، بار امتر دوم داشتن و پیش از این موضعیت اقتصادی

مناسب برای غذا، سوم داشن کافی و چهارم سلامت

جسمانی برای مصرف غذا است. در طرف دیگر بحث اینمی

غذا است. یعنی یک شهر وند پیش خودش فکر می کند که با

تجویز به داشتن آن مولفه و اعتمادی که به سیستم های نظریتی

دارد، می تواند غذای اینمی را تهیه و مصرف کند. در این قسمت

شهر وند ناشی نداند و نقش سیستم های نظریتی و وزارت

بهداشت پررنگ تر می شود. در مجرای رونمایی در کنار

نقاط مثبت و منفی و حاشیه هایی که داشت یک نکته مثبت

داشت و آن این که موفق شدیم طی سال های ۹۳ و ۹۴ حدود

۱۲ درصد مصرف رونمایی را در صنایع لبني را کاهش دهیم.

حدود ۱۴ درصد در صنایع لبني به جز شیر از رونمایی گیاهی

کارشناس تغذیه در کنار سایر پرسنل مدرسه به کار گرفته

نیمه دوم سال ۹۳ تاکنون حدود ۳۰۰ هزار تن کاهش واردات

رونمایی کارشناس تغذیه در مدارس می تواند سودمند باشد.

از طرف دیگر اگر خود دانش آموzan را همانند طرح همیار



Sitagliptin 25, 50 mg

Sitagliptin / Metformin



- Helps to make your body more sensitive to the insulin that you naturally produce
- Decreasing the amount of sugar that liver produces and the intestine absorbs
- Increasing insulin release

Beginning of Saveh Road, Yadegar Ave, Tehran 13716 16314, IRAN
Tel: (+9821) 6117 1510
Fax: (+9821) 6662 0175
E-mail: phdt@toliddaru.ir

Toliddaru
Pharmaceutical Company



سندرمداون و فیلم روز هشتم

روز هشتم اثر کارگردان بلژیکی «ازکو فان دورمل» ماجراهی همراهی دو مرد است. یکی «هری»، فردی که طلاق گرفته و دل تنوک کوکائش است و «جرج» که دچار سندروم داون است و از آسایشگاه روانی که در آنجا بستری است فرار کرده. سندرم یعنی مجموعه عالم‌بافی و ذهنی عارضه‌ای خاص، و «دان» نام پژوهشک انجکلیسی است که در حدود ۲۰۰۰ اسال قبل این مجموعه عالم‌را راکشنا نمود. علت این پیدا شدن بی نظمی در ترتیب کروموزوم است که در مراحل جنینی و هنگام تقویم سلوی رخ می‌دهد. کسانی که سندروم داون دارند در سلوول‌های بدن خود به جای ۴۶ کروموزوم ۴۷ کروموزوم دارند. به طور معمول، هر کوک در زمان لقاح اطلاعات ژنتیکی خود را به وسیله ۴۶ کروموزوم از والدین خود به اirth می‌برد: ۲۳ کروموزوم مادر و ۲۳ کروموزوم از پدر. اما در اکثر موارد بروز سندروم داون، کوک یک کروموزوم اضافه دریافت می‌کند و به جای ۴۷ کروموزوم به او منتقل می‌شود. این ماده اضافه ژنتیکی موجب تأخیر در رشد جسمانی و عقلانی کوک می‌شود. کروموزوم بخش سیار کوچکی از سلوول است که ژن‌ها در آن جمع شده و حاوی اطلاعاتی است که بدنه را شکل می‌دهد. به عنوان مثال رنگ پوست چشم، موها، و مؤنث یا مذکور بودن در همین بخش کوچک مشخص می‌گردد. کروموزوم اضافی در بدنه فردی که سندروم داون دارد در وال شکل گیری موارد باد شده تاثیری منهاد و موجب تغییرات بدنه و ذهنی می‌شود. افراد با سندروم داون تفاوت‌هایی با دیگران دارند. بخشن از این تفاوت‌ها مربوط به خصوصیات ظاهری افراد و بخشن دیگر مربوط به سرماخور دگر یعنی افراد اغلب به اندازه افراد عادی توافق نیستند اما استعداد آنان در انجام برخی از موارد اشتراحت کشیده می‌کند. افراد با سندروم داون مراد رشد ذهنی و جسمی را نسبت به دیگر افراد بتأخر بسیری می‌کنند، آن‌ها نسبت به هم سالان خود نشستن، راه رفتن، صحبت کردن بازی کردن و فعالیت‌های دیگر را بترمی‌آموزند. امام روزه‌ای کمک علم توان بخشی، می‌توان در سرعت رشد حرکتی و ذهنی کوک دان با سندروم داون بسیار مؤثر بود. از این رو با دیدن نیازهای توان بخشی این کوک دان از بدو تولد توجه نمود. در این بحث از میان افراد مبتلا کوک داده شده اند. این افراد با سندروم داون مانند کوک ارائه گردد، زمینه‌ای فراهم می‌کند تا کوک داده باشد. این افراد با سندروم داون حداکثر استعداد خود را بروز دهد. برنامه‌های مناسب آموزشی و مراقت‌های پژوهشکی است که بدون شک افراد با سندروم داون را راضو مفید و مؤثر خانواده و جامعه می‌سازند.

دانستن فیلم روز هشتم باتمرکز روی حالات جسمی و روانی جرج، بیمار مبتلا به سندروم دان، بیشتر به سفر قهرمانی می‌ماند و نهایتاً نقاب پایپرسونارا بهترین شکل ممکن به تصویر می‌کشد. امام روزه‌ای دلخیخت این فیلم به سایه‌ی آسانی گذاشت. جرج پسری است که همه ابعاد وجودی خود را زندگی می‌کند. سایه‌اش را باید فروخته و با آن زندگی می‌کند. شاید دلیل این است که معلول ذهنی است و در گیر قواین دست و پاگیر روابط اجتماعی نمی‌شود و اگر این طور بیو نبود مانند تمامی ما انسان‌های عاقل به راحتی و با عقل و منطق خود و بر اساس عرف جامعه، به سرکوب سایه خود می‌پرداخت و آن را نمایان نمی‌کرد.



اما هری کسی است که در پیمایش سفر قهرمانی بایهای خود آشنا می‌شود و آن‌ها را زیست می‌کند آن‌هم به موهبت وجود جرج. هری نتاب آدم حسابی بودن جامعه خود را به کناری می‌نهاد و سایه‌های خود را به چالش می‌کشد و به عمق می‌رود. جرج در واقع بخش زندگی هری است. او نسبتی است که به سایه‌اش توجه دارد و آن‌ها را زندگان نمایان نموده است. هری کسی است که این عقل مال‌اندیش حسابگر را به کناری نهاده و کمی خود را زیست کنیم.

دانستان‌های دنباله‌دار تلویزیونی با محوریت روپوش‌های سفید

۵ سریال با موضوع پزشکی



هیچگاه با کاهش مخاطب روپردازی شد و با کسب امتیاز ۸/۰ سیاری های زیادی در دنیا با تم پژوهشکی ساخته می‌شوند که «گریز آناتومی» و «دکتر هاوس» از پرینتندۀ ترین آنها هستند. محیط پیمارستان، شغل دراماتیک پژوهشکی و موقعیت قصه‌ای پیش از مدرن از داستانی با همین نام «بولنگاکف» است. می‌روند اما غالباً رغم جاذبه‌های پیش‌بستون تصمیم می‌گیرند به کلارادو اسپرینگز بازگردند و زندگی در این دهکده ادامه دهند. ماجراهای و حادث داستان در پژوهشک دهکده جنان این سریال کمدی و زیبا، بر اساس اتفاقات روزمره زندگی پرستاری جدی، وظیفه‌شناس، ضد اجتماعی و ارتباطی است. بیماران و همکارانش شکل گرفته است.

All Saints

این سریال در ایران نام «پرستاران» شهرت دارد. فیلم‌نامه‌های مجموعه «پرستاران» به صورت گروهی نوشته می‌شود و طبق ترتیب اول و آخر حدود ۱۵ نفر به عنوان نویسنده در آن همکاری دارند. نکه قابل ذکر این است که هر یک از بازیگران و حتی کادر فنی از مضمون قصه‌های هنگفتی که فیلم‌باری خواهد شد، پیش‌بستن. یکی از تهیه‌کنندگان این مجموعه در این درام داستان مرجو گوانی به نام «بارک شی اوون» است که مبتلا به اوتیسم است. اگرچه در قسمت‌های پیش‌بستن مساخته شده است، این سریال افت و خیزهای چندان ندارد و بیشتر محسوب می‌شود، اما باید گفت که کمتر از قاعده فیلم‌های وسترن نیتیم است. در اغلب فیلم‌ها و سریال‌های تاریخی و سریال‌های نویسنده شده است. در میان دهکده‌یک سریال وسترن محسنه‌های از تصادوپرایوب و گفتگوی بین یک‌پسر و یک‌زن است. در این دهکده همکاری و پیمانش تشکیل شده‌ایم با همین ساختار ساده، تا افضل ادامه پیامد کند. بازی‌های سیار قوی بازیگران و شخصیت پردازی فوق العاده بیماران و افرادی که شخصیت‌های فرعی داستان را تشكیل می‌دهند، نفع‌قوه سریال است. روی هر فرشتے‌یالی نیست که افت و خیز احساسی باهیجانی داشته باشد ولی از نظر آموزشی بی نظیر است.

Dr.Quinn,MedicineWoman

اگر دنیا یک سریال صد در صد آموزشی برای یادگیری مکالمات بین پژوهشک - بیمار بخصوص مکالماتی که بیشتر

چنین مشاوره روان شناسی داشته باشد هستند، بداند هیچ سریالی به گردای سریال WebTherapy نمی‌رسد. هر چند این سریال افت و خیزهای چندان ندارد و بیشتر

صونه‌های از تصادوپرایوب و گفتگوی بین یک‌پسر و یک‌زن است. در این دهکده همکاری و پیمانش

وسترن نیتیم است. در اغلب فیلم‌ها و سریال‌های تاریخی و سریال‌های نویسنده شده است. ولی در زندگی دارند و با افرادی که هر یکی به گونه‌ای قانون را

زیر پا می‌گارند، مبارزه می‌کند. بنابراین با توجه به این گفته شدی تو ان گفت این مجموعه، سریال متفاوت است که در برقراری ارتباط با مخاطبان و جلب رضایت آن های سیار موقعاً بوده است.

یکی از مهم‌ترین جذابیت‌های این مجموعه تلویزیونی این داستان سریال کمدی در بیمارستان اتفاقی افتاده در این دهکده است که در لغت اشاره به لباس مخصوصی است که

Scrubs

Scrubs که در لغت اشاره به لباس مخصوصی است که پزشکان جراح، ماماهای و پیوژه دانشجویان در کار آموزی دوره‌ان্তیم (پیش‌نامه درام کمدی) -پژوهشک

وسترن نیتیم است. در این دهکده همکاری و پیمانش

وسترن نیتیم است. در این دهکده همکاری و پیمانش

وسترن نیتیم است. در این دهکده همکاری و پیمانش

SavingHope

وسترن در عمل جراحی بیمارستان Zion-Hope واقع در تورنر در میان دهکده همکاری هریس «به کامای رو». این اتفاق باعث اشتفاق نامزد همکاری جراح از پیش‌بستن

برای کمک، به تم جراحی می‌پیوندند تا اکمک هم، مدیریت خسروی رانجات دهند. داستان کای این سریال داشتن امید در

بدترین اتفاقات و شرایط پژوهشکی است و اینکه باید پزشکان شجاع باشند و باشند و باشند و پیچیده ترین تصمیمات مقابله کنند و امید به زندگی را برای شخص نگه دارند.

TheMob Doctor

یک جراح جوان قفسه سینه به مفایع جنوب شیکاگو پهلوکار می‌شود و مجبور می‌شود که بعنوان پژوهشک مافیا برایان کار کند، در حالی که بطور تمام وقت در برجسته ترین بیمارستان شیکاگو نیمشغول به کار است.

Emergency Room

از اعضا سایق اینجنیون نویسنده گان آمریکاست با همکاری ۵ گروه نویسنده، نوشنی فیلم‌نامه این مجموعه تلویزیونی را

به عهده داشته است. جاپ است بداین‌باید این که ماجراهای این دهکده از دستاران کمالاً مشهود است و به همین علت این

در میان دهکده همکاری و پیمانش

در سال ۱۹۹۴ تا ۲۰۰۹ پیش شده است و داستان آن در این دهکده تکون است که پس از مرگ پدر به دهکده ای دور افتاده می‌رود. همه حادث در

دهه ۱۸۶۰ میلادی در این دهکده اتفاق می‌افتد. اگرچه اهالی این دهکده دکتر مایک را به عنوان یک پژوهشک نمی‌پذیرند، اما اوسعی می‌کنند با اینکه این دهکده تکون است که برای انجام

دانستان در مورد پژوهشک تازه‌قارن اتفاقی اتفاق می‌افتد. اگرچه این دهکده تکون است که برای انجام

اعتراف کند اما وقتی آن موقعیت را در وجود شخص دیگر بیند و خواهد کرد. در این شرایط بینده می‌تواند گریزگاری کند. درینجا

ترس از کسی و قضاوت شدن عوایض و نظراتش را دروز دهد. دکتر

«گری سولومون» از فیلم به عنوان یک دستیار درمانی استفاده می‌کند.

او فیلم‌ها را تحت عنوان فیلم‌های شفاهی شناخت و توصیف می‌کند. وی به

تصویف وضعیت یک پژوهشک بارگشت. سولومون می‌گوید، باور کنید، باز

Days of Win and Roses در بینند. در آن فیلم به موضوع نشان داده می‌شود که این اختلال چیزی زندگی را از کنترل زن و

شوهری با بازی چک لمون و لی ریمک خارج می‌سازد. آن بیمار نیام

را تماشا کرد و نزد پژوهشک بازگشت. بعد و خواسته شده تا

بتوانم سریع تر کمکش کنم، این یک مثال بسیار عالی از یک شکل از

سینما درمانی و یا فیلم درمانی بود، مفهومی که طی چند سال گذشته

نیم نگاه

دکتر سینما

علی کلانتری

کاری که یک فیلم باید بکند، این است که ما را از نظر هیجانی و

یا عاطفی شارژ کند. دکتر «گری سولومون» که در آمریکا به دکتر

سینما معقد است، معتقد است، حتی افراد سالم باید به فیلم به عنوان

مقوله‌ای درمانی بکنند. او پیشنهاد می‌کند مردم در حلول خود فیلم را

تماشا کنند و به صحنه‌هایی که از لحاظ عاطفی بر آنها تاثیر می‌گذارد،

توجه بیشتری کنند. این کار سبب رشد شخصیتی افراد می‌شود. لذت

بردن از یک فیلم و درک پیام‌هایی که می‌توانند به شناخت بینده از

حس و حال درونی اش و برای انتخاب‌های بهتر در زندگی واقعی

کنم کند. زیرا فیلم دیدن انسان را در موقعیتی قرار می‌دهد که به

بینده نمی‌تواند آن موقعیت را تجربه کند و آن حس را به خود خود

روح اینگیز سامی نژاد، نخستین هنرپیشه زن فیلم ناطق ایرانی به مام دختر لر (در نقش گلنار) است. که به شغل پرستاری شاغل داشت. او در تهران درس سالگی درگذشت. ■■■

۸۱



رادیو تهران نقل مکان کرد



ساختمان رادیو تهران از میدان ارگ به ساختمان شهادی رادیو جام جم منتقل شد. رادیو تهران، یکی از قدیمی‌ترین شبکه‌های رادیویی با ۷۵ سال سابقه‌ی تازگی از میدان پانزده خرداد ساختمان ارگ تهران - نقل مکان کرد. علی‌اکبر خدابخش - مدیر روابط عمومی معاونت صدا - خبر بالا را تأیید کرد و گفت بیش از یک هفته است که ساختمان رادیو تهران از میدان ارگ به ساختمان جام جم صداوسیما منتقل شده است. رادیو تهران از سال ۱۳۶۹ افتتاح شد و از آن زمان تا به حال در ساختمان ارگ به فعالیت خود ادامه داد. بخش اداری و برنامه‌سازی تولیدی رادیو تهران، بیش از یک هفته است که به ساختمان جام جم صداوسیما منتقل شده است و تنها بخش زنده رادیو تهران در ساختمان ارگ باقی مانده است که آن‌هم به‌زودی به ساختمان جام جم منتقل خواهد شد. در بدأ تأسیس رادیو تهران برای پخش برنامه‌های خود از یک استودیو در محل اداره بی‌سیم استفاده می‌کرد. در سال ۱۳۲۷ یک فرستنده در اختیار رادیو قرار گرفت و یک استودیویی کوچک در میدان ارگ برای پخش اخبار ساخته شد. ■



جشنواره موسیقی نواحی به تعویق افتاد

در حالی‌که زمان زیادی به برگزاری جشنواره موسیقی ایران نماده بود، تاریخ اجرای این برنامه به تعویق افتاد. قرار بود که استان کرمان از ۴ تا ۷ دی ماه میزبان رویداد نهضمن جشنواره موسیقی نواحی ایران به دیری انجام یابشد اما تاریخ این جشنواره بنا به دلایلی که هنوز اعلام شده به تعویق افتاده است. ایرج نعیمی‌بیان تأیید این خبر گفت: «تاریخ برگزاری جشنواره تغییر کرده اما قرار است جزیات این خبر را تا پایان این هفته اعلام شود. شرایطی پیش‌آمده که مجبور به اتخاذ این تصمیم شده‌ایم و به‌زودی در این‌باره اطلاع‌رسانی خواهیم کرد». قرار بود نهضمن جشنواره موسیقی نواحی ایران به‌هدف حفظ و انتقال ویژگی‌های آئینی موسیقی نواحی ایران به آیندگان، پاساره از نعمات قدیمی و موارث معنوی و سجادی‌بین نهضته در این موسیقی و فراهم‌سازی بستر مناسب برای به‌دست آوردن بازمانده‌های موجود و احیای انواع فرم‌های اجرایی موسیقی نواحی ایران می‌لاد فرخته حضرت محمد (ص)، امام جعفر صادق (ع) و هفته وحدت از ۴ تا ۷ دی ماه به دیری ایرج نعیمی‌بیان خواهیم در کرمان برگزار شود که به تاریخ دیگری موکول شد. ■



پیکر احمد منزوی سه‌شنبه تشییع می‌شود

مراسم تشییع پیکر استاد احمد منزوی سه‌شنبه ۲۴ آذر از مقابل مرکز دانش‌ال المعارف بزرگ اسلامی برگزار می‌شود. طبق اعلام مرکز دانش‌ال المعارف بزرگ اسلامی، مراسم تشییع پیکر استاد احمد منزوی، کتاب‌شناس و نسخه‌شناس فقد، ساعت ۸:۳۰ روز سه‌شنبه ۲۴ آذر در مرکز دانش‌ال المعارف بزرگ اسلامی واقع در نیاوران، کاشانک، نرسیده به آجودانیه برگزار و پیکر استاد منزوی هم در قطعه نام اوران پهشت‌هزار (س) به خاک سپرده خواهد شد. استاد منزوی از سال ۱۳۶۹ و پس از بازگشت از اقامت طولانی مدت در پاکستان، به مرکز دانش‌ال المعارف بزرگ اسلامی پیوست و آرزوی دیرینه خود را در گردآوری و تأثیف کتابی جامع، در شناسنامه اثار فارسی در همه جای جهان، کتابخانه‌های عمومی و شخصی با تمام وجود و سراف اوقات بسیار و سپرستی و مدیریت محققان و پژوهشگران به همین منظور، جامع عمل پوشاند. وی از خاندانی اهل علم و کتاب‌شناس پرخاست. پدرش علامه حاج شیخ آقابزرگ طهرانی، مؤلف دو داشنامه بزرگ‌الذریعه و طبقات اعلام الشیعه، بیش از نیم قرن، در راه شناسایی و معرفی میراث مکتوب عالم تشییع تلاش کرد. ■

یادداشت میهمان

اجرایی متفاوت از «فاوست» گوته



کارگردان نمایش «فاوست» به روایت

«شرق» می‌گوید با استفاده‌مان‌های از هند، زاین، چین و ایران اثر گوته را کاملاً به نمایش‌نامه‌ای شرقی تبدیل کرده است. میریم میر عابدی یکی از کارگردانان نمایش «فاوست» به روایت «شرق» درباره چگونگی شکل‌گیری این نمایش از ابتدا تا اجرا گفت: «این نمایش دو سال پیش به صورت کارگاهی آغاز شد و به این صورت که ما متن اصلی نمایش‌نامه «فاوست» نوشته گوته را به عنوان پایه کار در اختیار داشتیم اما آنچه مدیرمان بود اینکه این متن را به شکلی کاملاً متفاوت از هر نمایشی که تابه‌حال با این عنوان روی صحنه رفته است اجرا کنیم و نگاه تازه‌تری را ارائه دهیم». میر عابدی درباره تغییرات روی متن اصلی نمایش‌نامه گفت: «پرداختن به المان‌های ملل شرق و اعمال آن‌ها روی کارگاهی ویژگی‌های است که این نمایش را ز دیگر شکل‌های «فاوست» تمازیز می‌کند. ما در همه جای دنیا داشتنمانانی داریم که به دنبال علوم مواراء‌الطبیعه هستند و همین را دستمایه اصلی کار قراردادیم»، وی در ادامه گفت: «به عنوان مثال سحر و جادو که با اصطلاح کاتالگی بیشتر در هندوستان رایج است و یا اپرای معروف پکن از چین یا گونه‌ای از نمایش عروسکی ڈاپن به نام بوئراکو و حتی سیاه‌بازی فرنگی خودمان همه المان‌هایی هستند اما بخشی از آن‌ها «فاوست» به روایت شرقی را دارند که اگرچه هر کدام به تنهایی یک تئاتر مفصل و پر از جزئیات هستند اما بخشی از آن‌ها «فاوست» به روایت شرقی را تشكیل می‌دهند که توأم‌ترینیتی به مدد موسیقی و طراحی لباس شیوه‌های اجرا را کامل تر نمایند». ■



محسن دلیلی

فیلم سینمایی «داره صبح می‌شه»، به عنوان اولین فیلم بلند‌بلند‌اجنبی در مقام کارگردان، برای اولین بار در سی و سومین جشنواره فیلم فجر به‌نمایش درآمد. این فیلم چهار ایزوودی، با بازی روضا نوین‌هایی، مهندی احمدی، رعناء آزادی‌ور، بایک کریمی و تعدادی دیگر از بازیگران سینما، در پخش هنر و تجربه این موسیقی نواحی ایران به‌حضور داشت و نامزد دریافت سیمرغ بلورین بهترین فیلم هنر و تجربه شد. فیلمی که می‌توان گفت شعری در قاب دورین سینما است. یلدا جلی در اولین ساخته خود سیمرغ برآورد دارد تا پاچه‌روی، روابط خاص سینما را با «داره صبح می‌شه» همراهی کند. البته این باعث نشده که سلیمانی مخاطب سینما از چشم این کارگردان دور بماند و تا امروز، استقبال خوبی از این فیلم صورت گرفته است.

سپید: برای ابتدای گفت و گوی از شعار فیلم در جشنواره می‌شود. «هر وقت چیزی را داری و باز دلت برایش بپید، آن عشق است. چرا این شعار برای «داره صبح می‌شه» انتخاب شد؟

به هر حال «داره صبح می‌شه»، در رابطه با

چهار رقصه و از زبان کارگران فرهنگی هستند که در هر

سینمای ایران، کارگران کارگرانی در مقام این

فقم، سراغ فیلم‌های اجتماعی را جایز

برای من همیشه قصه‌های عاشقانه و همچنین

قصه‌هایی که به موضوعات اجتماعی

درمان تعبیر یا شاید بهترینش، البته از نظرمن،

تبدیل به شعار فیلم شد.

سپید: داره صبح می‌شه، اثری است که

تقریباً همه بازیگران کارگران را خوب انجام

داده‌اند و این را می‌توان از نقاط مثبت فیلم

دانست و قطعاً چنین فیلم پر بازیگری که

باید کترنی روی هر کدام از آنها بششد.

برای یک کارگردان فیلم اولی کار ساده‌ای

نیست. آیا در انتخاب بازیگران، گیشه

برایتان مهم بود؟

من در رابطه با انتخاب بازیگر برای

شخصیت‌های قصه، فقط و فقط از همه

جهت به مناسب بودشان فکر می‌کنم. کاه

ممکن است برای نقشی بازیگری مناسب

یاردهی از اجتماعی‌بکارگردان، قطع‌استانه‌گرایی

روز است یا نه، ممکن است بازیگری که اصلاً

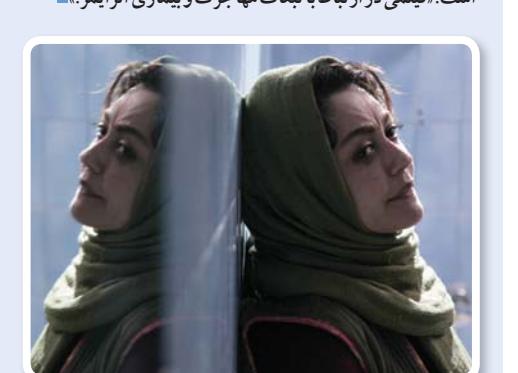
این ویژگی را نداشته باشد. به نظرم مهم این

است که یک بازیگر در جای درستش قرار

بگیرد.

سپید: چرا سراغ ساخت یک فیلم عاشقانه

عکس نوشته: فیلمبرداری فیلم سینمایی «کنش‌های کو؟»، ۳۴ جلسه، شامگاه ۲۱ آذرماه با فیلمبرداری سکانس‌های خیابانی، با حضور مجید مظفری به پایان رسید. رضا کیانیان، روضا نوین‌هایی، مجید مظفری، شقایق فراموشی، بهاره کیان‌افشار، مینا‌وحید و منصوره واگری، بازیگرانی هستند که در «کنش‌های کو؟» مقابله دارند. در خلاصه داستان این فیلم که علیرضا ضا زرین دست قرار گرفتند. در خلاصه داستان این فیلم که برخلاف برخی اخبار و شایعات، ارتقای با شیوه‌هایی بیشتر می‌گیرد، ممکن است قصه‌هایی از اتفاقات مرتبط با تبعات مهاجرت و بیماری آزادی‌رامید. ■



اشتراك
۳٪ تخفيف
تا پایان سال ۱۳۹۴

شماره پیامک ماست
۲۰۰۰۲۸

برای اشتراك هفته‌نامه «زندگی مثبت»، هزینه اشتراك یک ساله ۸۰,۰۰۰ تومان پس از کسر ۳۰ درصد تخفيف (يعني مبلغ ۵۶,۰۰۰ تومان را به شماره کارت شبکه شتاب) در وجه نشريه سلامت واريز و شماره فيش بانکي راه همراه با كد پستي رقمي به تلفن ۹-۱۰۰۲۸۸۷۳۵۷-۱۲۲۸۸۷۳۵۷-۱۳۹۴ اعلان نمایيد.
ارسال نشريه با پست مطبوعات صورت مي‌گيرد.
اعتبار قيمت ۴۰ و درصد تخفيف در داخل کشور و تا پایان سال ۱۳۹۴ برقرار است.
فيش بانکي را تا پایان دوره اشتراك نزد خود نگه داريد.
حداکثر ۲۰ روز پس از اعلام نشاني توسيع شما، اشتراك برقرار مي‌شود.

خوان

● سازمان ثبت احوال کشور در خصوص ضرورت و فوریت اخذ کارت هوشمند ملی اطلاعیه‌ای را صادر کرد. پیرو اطلاعیه‌های قبلی مؤکداً به اطلاع کلیه افرادی که به هر دلیل تاکنون موقوف به دریافت هیچ‌یک از کارت‌های شناسایی ملی یا کارت هوشمند ملی از سازمان ثبت احوال کشور نشده‌اند، ir رساند، سریعاً ضمن مراجعة به آدرس اینترنتی www.ncr.ir برای ثبت‌نام و دریافت کارت مذکور اقدام کنند. بدینهی است آثار تبعی عدم اقدام برای اخذ کارت هوشمند ملی به عهده مشمولین فرق‌الذکر یا نماینده قانونی آنها خواهد بود.

فرمانده انتظامی استان سیستان و بلوچستان از دستگیری شش شرور مسلح و عامل شهادت مأموران انتظامی در شهرستان زهک خبر داد. سردار حسین رحیمی تصریح کرد: «در این عملیات، یکی از عاملان اصلی شهادت مأموران انتظامی زهک دستگیر و تعدادی سلاح از جمله سلاح کلاشینکف مربوط به سرباز شهید نیروی انتظامی، مقادیری مهمات کشف شد.»

● فریمۀ فیروزفر مدیر ستاد توامندسازی زنان سرپرست خانوار تحقیق پوشش شهرداری تهران با اشاره به مرکز آموزش ساخت زبور آلات در خیابان ۱۷ شهریور گفت: «قصد داریم این مکان به مرکز زبور آلات برنده تبدیل شود و در حوزه زبور آلات به صورت شبکه‌ای فعالیت کنیم»، وی با اشاره به شبکه پوشش سرپرست خانوار شهرداری تهران اظهار گرد: «قصد داریم در حوزه زبور آلات، شبکه‌ای مشابه شبکه ایجاد شده در حوزه پوشش داشته باشیم که در نمایشگاه زنان و تولید ملی شرکت می‌کنند. زنان سرپرست خانوار، مراکز مهارت آموزشی کوثر و بدندها، به شکار، به شکار ما حفظ، داد، بند».

در پی سقوط یک خودرو به دریاچه سد کرج سه نفر مفقود شدند و یک تن نیز در کما است. عصر روز شنبه یک دستگاه خودرو و حامل خانواده پهارگاه فخره در دریاچه سد کرج سقوط کرد. در این حادثه پسر بیج ۱۰ ساله این خانواده قبل از سقوط خودرو به دریاچه، از خودرو به بیرون پرتاپ شده و از سرنوشت سه



گزارش میدانی سیدازو وضعت کارواش‌های خبابانی و بی‌توجهی مردم به قوانین بازدارنده

آسیب‌های حمام‌های خیابانی خودروها

سایه‌لر

د معیر نواحی ۱۲۳ گاهه شهر تهران ملزم به برخورد با مشتشوی خود در معابر عمومی هستند، تصریح می کند: ر حاشیه تمامی معابر، بزرگراهها و کانالهایی که امکان مشتشوی خود را جو دارند، تابلوهای ممنوعیت شستشو شده و شهر ندان با یاده این ممنوعیت توجه کنند. در هنگام شهر نشینی، مشتن خود را در کنار خیابان که گاهی اخلاقی های رانین به دنبال دارد، جایگاهی نداشته و خود هر و ندان باشد از آن استثنای کنند». وی در ادامه با اشاره به مامه شهرداری پرای رس پوشیده کردن انها و کانالهای هری تاکید می کند: «اجرای این طرح زمان بر است: اما مکتوون در برخی محله های پیاختخت این کار صورت گرفته عملاً امکان استفاده از آب جاری انها را برای شستن



رو آب و جارو می کنیم و به یک ساعت نکشیده با شستن ماشین هاشون خیابون رو کشف می کنیم و آشغال هاشون رو می ریزیم و می رن. براشون مهم نیست دارن برای ما مراحمت ایجاد می کنن، «به دو تابلوی شستشوی خودرو اکیدا منع» و خیابان پر از کف نگاه می کند. «بیشتر از ده بار به شهرداری گزارش دادیم، اون ها هم فقط میان تابلو نصب می کنن و یک برخوردی می کنن و می رن. تا الان که هیچ تأثیری نداشته». جارویی را از حیاط خانه اش می آورد و مشغول تمیز کردن پیاده رواز کف و پوره شوینده می شود. امشکل فقط این نیست، وقتی مواد شوینده وارد آب جوی می شه جدا از اینکه آب رو آلوده می کند، برای درخت هاشمشکل ایجاد می کنند و ریشه شون رومی پوسونه. مگه ما چندتار درخت داریم که باندوم کاریمون بخوايم همین هارو هم ازین ببریم؟

در همین زمینه معاون شهردار تهران با اشاره به اینکه شستن خودرو در کنار خیابان، سده عبوری برای عبور و مرور شهر و ندان محسوب می شود که ماموران اداره ساماندهی و رفع سد عبور شهرداری پاید با موارد شست خودرو کنار خیابان برخورد کنند، می گویید: «بیشترین نقش را در برخورد با چنین تناهنجاری هایی، شهر و ندان بر عهده دارند که می توانند با عدم سپرد خودروهای خود برای شستشویه این گروه افزای اراده زمینه حذف شستشوی خودرو در حاشیه معابر را فراهم کنند». عدلاللهی با تاکید بر اینکه ماموران رفع ولی الان تدبیل به پارکینگ و کارواش شده، هر روز خیابون

معلم عمومی از جمله پدیده های نوظهور در شهر تهران است. بعده سپیدمی گوید: «امتناسه اندر کناربرخی بزرگراه های شهر و معابری که کانال آب در آن جای دارد، این اتفاق به خصوص در روزهای تعطیل رخ می دهد که شهرداری طبق وظیفه خود با این معضل برخورد می کند. کارواش خیابانی خودرو با استفاده از آب کانال ها و انهر تهران، عدم تجمعه هاصح تاعصر در حاشیه بزرگراهی چون باقی استواری تشکیل می شود و افرادی به طور گروهی یا خانوادگی خودروهای مردم را می شویند. ماحصل این اتفاق به هجز مواردی که گفتم، ترافیک معابر رانیز رقم می زند».

شستن خودرو در کنار خیابان های تهران در حالی صورت می کیرد که در محلات مختلف شهر کارواش های نیمه مکانیزه و دستی فعال هستند. در کارواش های نیمه مکانیزه هزینه شستن خودرو و بین چهار تا هشت هزار تومان است که با تمیز کردن داخل خودرو و صندوق عقب به ۱۰ هزار تومان می رسد.

مواد شوینده روشه درخت هارا می پسند

یکی از اهالی محل که ورودی حیاط خانه اش درست کنار یکی از همین جوی های آب که چندین سال است به کارواش خیابانی تبدیل شده بازم شویادازین وضعیت گله دارد. «یک چمنی ارامش و آسایش این محله باز هم بود و لیلان تدبیل به پارکینگ و کارواش شده. هر روز خیابون

محمود افراخته شهردار ناجیه ۲ نیز با اشاره به اینکه است و شوی خودرو در معابر عمومی و بمویزه در خیابان‌هایی که تردد بالایی دارند و جزو شریان‌های اصلی محسوس می‌شوند منوع است، می‌گوید: «خراب شدن رساناً ساخت خیابان و آسفالت، ایجاد مردم احتمت برای عابران، جاد خطر تصادف برای عابر و سواره و آلوگی آب‌های طوح و آب‌هایی که برای آبیاری درختان استفاده می‌شود لایل این منوعیت است. امام‌آستانه‌نامه‌ای دلیل که جوی همیشه جاری است، مردم به‌مویزه رانندگاهی تاکسی‌ها نین نهرهای باری شست و شو استفاده می‌کنند. به طور عمد ان‌هایی که کاری خود را به این کار اختصاص می‌دهند، با جمجمه به نصب تابلوی منوعیت باشد مأمور راهبری پایا و با ریمه کرد ناین فضار امایریت کند. مابری حل این مشکل به نگاری‌های هم‌پلیس راهور داشته‌ام».

با وجود تمام این مشکلات هنوز این شکل از ماشین مستثن در شهر تهران رایج است و کسانی هستند که جمعیت می‌دهند ماشینشان را به جای کارواش در کنار می‌گذارند. بدین اتفاق مجبور باشند که به کسی بدنه‌ند. در بهترین حالت هم شستن ماشین به کسانی می‌سپارند که با حداقل هزینه این کار را انجام دهنند و پرایشان مهم نیست این کار هم نوعی تخلف به سباب می‌اید و بر احتیاط قانون شکنی می‌کنند. هر چقدر که فضای شهری را آلوگه کنند و به محیط زیست آسیب می‌خواهند.

روی یک تکه مقوای با خط درشت نوشته «کارواش، زان تاز آرمه جا» و آن را روای تابلوی «شیستشوی خودرو یکیاد منبع» چسبانده است. آب مفت است تصفیه شده نم نیست که بگوییم آب راهدار می دهیم. (البای نایابنی ای متن کرد که موقع شستن ماشین هالباش خیس نشود. دو ماشین از راهی رستند و می خواهند ماشین شان شسته شود.

ماشین اولی فقط روشنی دارد و ماشین دومی توشنی می خواهد. (باید از خداشونم باشه که ماشینشون روی شورم. ۲۰ هزار تومان از کارواش های خصوصی زیون ترمیم کیرم. ولی با همون کیفیت ماشین رومی شورم و نتل روزواول تحولی می دم. (باسطل بزرگ ماشین را بآب حالی می شوید و بعد از آن پارچه را بامداد شوینده خیس و ماشین را تمیز می کند. (باید از من به عنوان کارآفرین تقديربر شن تنوی کارواش های خصوصی قیمت بالا بپرای شستن رماشین می گیرن. هر تیکه از ماشین رومی هم یک کارگر تمیز که هنوباید به کاردو مشون ناعنمداد من به لذت همه مشون را مرمی کنم و یک سوم پول و انواره می کیرم. (با جاروی دستی نوچکی گرد و خاک داخل ماشین را تمیز می کند و بادستمال مداری گردگیری می کند. هم ماشین این بنده های خدا است. شاهمه به به ل گز: ماد»

سرف نمی کند ماشین را به کارواش برم
شستشوی خودروهای در کنار خیابان و بزرگراه ها
رژشت کرد چهره شهر، تبعات منفی بهداشتی متعار
ازد آن جمله می توان به رعوی مشاغل کاذب که از جر
بامدهای مشکلات اقتصادی و معیشتی در شهرها
شماره کرد. مشاغل کاذب ناهنجاری های مختلف را به
ارد اما ممکن است با مرور زمان کاهی به این مشکله
سادت کنیم؛ گرچه چیزی از این ناهنجاری ها کنمی شو
مان طور که این روزهای دین برخی که در حاشیه بزرگ
کاتال های آب به شستشوی خودروهای دید
پردازان، برای شهر و ندان عادی شده است اما مدری
مهربانی برآورده ادامات لازم را صورت داده است.
در همین راستا مجتبی عبداللّهی، معاون خدمات مشه
هرهاری تهران با بیان اینکه شغل شستشوی خودر

دروگ را در طبیعت بجوییم

ما تعداد زیادی محصول نداریم ولی
سعی داریم با کیفیت ترین ها را تولید کنیم



MYELLOBIOX[®] DIMETHYL FUMARATE

TREATMENT OF RELAPSING-REMITTING FORMS OF MULTIPLE SCLEROSIS.

Design by A. Ali

ولین و تنها تولیدکننده

CGMP دی متیل فومارات در خط دارای استاندارد منطبق بر اصول



*30 capsules containing
enteric coated microtablets of
Dimethyl fumarate 120 or 240 mg.*

lumidate 120 or 240 ml

شرکت باختر بیو شیمی
Office: (+98 21) 87540
e-mail: info@bbpharmacocom

توزیع توسط:



دکتر کارن میدتون، سرپرست مرکز تحقیق و ارزیابی محصولات بیولوژیک سازمان غذا و داروی آمریکا، می‌گوید: «بیماران با این اختلال ارشت خونریزی دهنده، باید برای به حداقل رساندن میزان خونی که از دست می‌رود تحت نظر پزشک باشند. تایید و نویزدی، گرینه درمانی جدیدی را برای درمان ایزووهای خونریزی در این بیماران در اختیار درمانگران قرار می‌هد.» اث بخش و امن و نه نیزه، د² مطالعه بالینی باش کت ۶۹

برنامه مطالعه پاییزی با سرکت ایرانچسی و ایمی تووندی، در مطالعه پاییزی با سرکت مهرگال مبتلا به بیماری ون ویلراند تحت بررسی قرار گرفت. این مطالعات نشان دادند که ونوندی، درمانی اثربخش و ایمن برای موارد ضروری کنترل اپیزوودهای خونریزی از نقاط مختلف بین مبتلایان به ون ویلراند است. در مطالعات مذکور، هیچ مورد جدی عارضه گزارش نشد و شایع ترین عارضه مشاهده شده در ۲ مطالعه برای داروی جدید ونوندی، خارش ژنرالیزه بود. ■
PRNewswire منع:

منبع: PRNewswire

ونوندی در درمان ییماری ون ویلبراند

فاکتور نوترکیب ون ویلبراند، با نام تجاری ونوندی (Vonvendi) برای تجویز در بزرگسالان بالای ۱۸ سال مبتلا به بیماری ون ویلبراند مورد تایید قرار گرفته است. ونوندی اولین فاکتور نوترکیب ون ویلبراند مورد تایید سازمان غذا و داروی آمریکاست که در صورت نیاز برای درمان و کنترل اپیزودهای خونریزی در بزرگسالان با تشخیص ون ویلبراند تجویز می‌شود. بیماری ون ویلبراند، شایع ترین اختلال ارثی خونریزی دهنده است که در حدود یک درصد از جمعیت آمریکا را گرفتار کرده است. مردان و زنان به میزان یکسان به این بیماری مبتلا می‌شوند و علت آن، فقدان یا کمبود فاکتور ون ویلبراند-پروتئینی که وجود آن برای روند طبیعی انعقاد خون ضروری است محسوب می‌شود. مبتلایان به بیماری ون ویلبراند ممکن است خونریزی شدید بینی، لثه‌ها و روده‌ها را تجربه کنند یا در چار خونریزی در مفاصل و عضلات شوند. زنان مبتلا به بیماری ون ویلبراند گاه خونریزی های شدید دوره را می تجربه که از مدت زمان طبیعی آن طولانی تر است.

درخواست قایید انسولین سریع الاثر آسپارت

درخواست تایید انسولین سریع الاثر آسپارت، برای درمان دیابت نوع ۱ و ۲ به سازمان غذا و داروی آمریکا ارائه شده است. انسولین سریع الاثر آسپارت، انسولین زمان مصرف و عده غذایی است که برای بهبود کنترل میزان گلوكز پس از مصرف غذا، در مبتلایان به دیابت نوع ۱ و ۲ تجویز می شود. این درخواست تایید، براساس نتایج به دست آمده از برنامه مطالعاتی (Onset)، با شرکت بیش از ۲ هزار بیمار مبتلا به دیابت نوع ۱ و ۲ صورت گرفته است. در برنامه مطالعاتی Onset، بیماران تحت درمان با انسولین سریع الاثر آسپارت، بهبود کنترل قند پس از صرف غذا و کاهش کلی هموگلوبین A1C را تجربه کردند. طبق مطالعه Onset، انسولین سریع الاثر آسپارت، اینمی مطلوبی دارد و از سوی بیماران به خوبی تحمل می شود. شایع ترین عارضه گزارش شده برای آن در مطالعات عبارت بود از هایپوگلیسمی. ■

تازه‌ها

ورود به بازار
آنتی بیوتیک
گوشی تک دوز

اتونومی (Otonomy)-یک شرکت متخصص در تولید و بازاریابی درمان‌های مبتکرانه برای بیماری‌های گوش-اخیری‌ها اعلام کرده که سازمان غذا و داروی آمریکا اتپیریو (Otipro), که سوسپانسیون‌گوشی سپیروفلوكسیاسین است را برای درمان بیماران خردسالی که بد دلیل اوتیت مدیاب دوطرفطی تیمپانوستومی لوله برای آنها تعییه شده، تایید کرده است. اتپیریو، یک آنتی‌بیوتیک تک‌دوز اوپلین داروی موردا تایید سازمان غذا و داروی آمریکا برای اندیکاسیون مذکور محسوب می‌شود. دیووید وبر، مدیر عامل شرکت اتونومی می‌گوید: «تایید اتپیریو، رخداد مهمی برای این شرکت و موقعیت قابل توجهی برای تکثیرلوژی انتقال داروی ما است که یک ژل حساس به دما را برای زیردههای دارو ترکیب می‌کند تا درمان تک‌دوز ابرای پزشک ممکن کند. اتپیریو در ۳ ماهه اول ۲۰۱۶ میلادی وارد بازار خواهد شد.» دکتر اریک کایر، می‌گوید: «به عنوان فردی که به طور معمول با کوکائین که از عغнет‌های پایدار گوش رنج می‌برند سر و کار دارد و سلامه صدما جراحی لوله‌گذاری انجام می‌دهد، از تایید اتپیریو به عنوان اوپلین فرآورده موردا تایید سازمان غذا و داروی این اندیکاسیون حمایت می‌کنم. داروی جدید اطمینانی راطی جراحی ایجاد می‌کند. زیرا آنچه بیوتیکی در درست دارایم که در فاز ۳ مطالعات بالینی میزان شکست درمانی



پس از جراحی را کاهش داده است.»
براساس اعلام آکادمی اتو لارنگولو
انجمان جراحی سر و گردن آمریکا، جر-
تیمپانوستومی قرار دادن لوله، یکی از
ترین جراحی‌های گوش کودکان است.
در کل سالانه نزدیک به یک میلیون جر-
تیمپانوستومی لوله در آمریکا انجام می‌ش-
د.
له بهمراه ای، دمان، او تسبیت مدبیان، باید

می شود. هدف از روان درمانی، ایجاد درک بهتر از خود، بهبود روابط بین فردی و درک عاطفی، تعدیل فشارهای غیر عملکردی و انباطی بهتر یامحیط است. حاصل دوره درمان ۳ ماه، ۲ جلسه در هفته است. دارو درمانی: روان درمانی برای بهبود رازمدت عملکرد شخصیت و کلی بیمار لازم است. داروها غلب برای مدیریت علامم و آسیبها مورد استفاده قرار می گیرند. دارو درمانی ممکن است به عنوان درمان همراه با روان درمانی در بیماران عالائم بی ثباتی خلقی و سایکوز مورد استفاده قرار گیرند. هنوز هیچ دارویی از سوی سازمان غذا و دارویی آمریکا به عنوان درمان اختصاصی اختلال شخصیت مرzi مورد تایید قرار نگرفته است. آئنی سایکوتیکها، تثیت کننده های خلقی، ضد افسردگی ها و مکمل های غذایی به صورت تایید شده ای درمان مبتلایان به اختلال شخصیت مرzi مورد استفاده قرار می گیرند. تثیت کننده های خلقی (توپیرامات، والپروات، لاموتریپین)، نسل دوم آئنی سایکوتیکها (الانزپین، آرپیپرازول) و اسید چرب امگا ۳ در مدیریت علامم خلقی و کلکاشی مبتلایان به اختلال شخصیت مرzi موثر دانسته شده اند. باظر می رسد که آئنی سایکوتیکها بر بهبود علامم شناختی مبتلایان به اختلال شخصیت مرzi نیز موثرند. آنها در درمان مشکلات شناختی و نوسانات عاطفی مفیدند. کاربرد این داروهای خیرابه دلیل عوارض ناخواسته از نظر چاقی، فشارخون بالا و دیابت ناشی از آنی سایکوتیکهای آتبیک؛ خوبای آلدوجی و سموومیت کلیوی احتتمالی ناشی از تثیت کننده های خلقی محدود شده است. مهار کننده های انتخابی از جذب سروتونین در کاهش شدت علاممی نظری خلق افسرده، اضطراب و عصیانیت به ویژه در شرایط وجود اختلال حلقوی قمز مرمن، موثرند. اثرات ضد افسردگی ها بر فشارهای تکانشی مشخص می شود. برخی از مطالعات بالینی نشان داده اند

مدیریت اختلال شخصیت مرزی

شخصیت هم به لب مرزمی رساند



در مبتلایان به اختلال شخصیت مرزی مشاهده می شود که می تواند نتیجه تخریب سلوک های عصی به دلیل تحریک اضافی و شدید باشد. یک مطالعه دیگر نشان داده که آمیگدال در اختلال شخصیت مرزی حساس تر از سایر افراد است.

درمان اختلال شخصیت مرزی

اختلال شخصیت مرزی، یک بیماری پیچیده و چندگانه است که معمولاً درمانی چندگانبه شامل درمان دارویی، روان درمانی و حمایت در منزل را می طبلد. درمان موثر معمولاً مقتصر می شود به پیش آگهی خوب و بیماران درمان را در حین حضور در جامعه دریافت خواهند کرد. در حالی که بسترهای غیر ضروری، وضعیت بیمار را خیمنتر می کنند.

روان درمانی: روان درمانی اثر خوبی روی درمان انواع مختلف اختلالات روان پزشکی نظر اختلال شخصیت مرزی دارد. روان درمانی نیاز به درمان حین بستری را کاهش می دهد؛ بایران به عنوان دانان اهل اختلال شخصیت مزد؛ د. نظر گ قهه ابتلا به اختلال شخصیت مرزی، اثرات منفی بر درمان بیماری روان پزشکی همراه خواهد داشت.

ظاهرات اختلال شخصیت مرزی

چهار ظاهر اصلی اختلال شخصیت مرزی عبارتند از بی ثباتی اعاطی، مشکلات هویتی، روابط منفی و آسیب به خود. تشخیص صحیح اختلال شخصیت مرزی اهمیت دارد زیرا تجویز درمان مناسب را امکان پذیر می کند. تشخیص اختلال شخصیت مرزی پس از ۱۸ سالگی و با استفاده از معیارهای DSM-5 یا معیارهای ICD-10 گذاشته می شود.

نتوری های مختلفی برای ابتلا به اختلال شخصیت مرزی مطرح هستند یکی از آن نتوری ها، تولید فراشی یافته که رتیزول به دلیل تحریک محور هپیوتالاموس هپیوفیز-آدرنال است که اغلب در موارد اضطراب مزمون رخ می دهد. سیستم لیپیک که شامل آمیگدال، هپیو کامپ و بخش فرونتال مغز است نیز با ابتلا به اختلال شخصیت مرزی مرتبط است. د. تصویر ۱۲، کاهش د. انترا: آمیگدال،

تیکا کلارکسون میگوید



همچنین، به عنوان عایق مانع از اتلاف سرمای کلاه اصلی شود. عمل سرد کردن با این هدف انجام می شود که جریان خون عروقی ناحیه جمجمه کاهش یابد. به طور تئوری، میزان داروی شیمی درمانی که به سلول‌های فوقیکول مو (ریشه مو) می رسد کاهش می یابد. در نتیجه تقسیم سلولی کند شده و این سلول‌ها کمتر تحت تاثیر شیمی درمانی قرار می گیرند. اثربخشی سیستم سرمایشی، در ۱۲۲ زن بیتلبا به بدیخیمی پستان در مرحله ۱ و ۲، که تحت شیمی درمانی قرار داشتند و رژیم شیمی درمانی مرتبط با ریزش مو مصرف یک کردن بررسی شد. ■

گلوبنیو اسپریس پیسی: GLOBENEWSWIRE منع

خبر

سازمان غذاداروی آمریکا، اخیراً اوریدین تری استات (Uridine triacetate) با نام تجاری ویستوگارد (Vistogard) را برای درمان اورژانس اوردوز نوع خاصی از داروهای شیمی درمانی، مورد تایید قرار داده است. این درمان اورژانس برای بزرگسالان و خردسالانی است که اوردوز درمان سلطان فلواوراسیل یا کاپیستایین را داشته‌اند یا کاسانی که طی ۴ روز پس از دریافت این درمان‌های ضدسرطان به مسمومیت شدید یا کشته‌دهنده دچار شده‌اند. تجویزی می‌شود ریجارد پاز دور، سرپرست اداره محصولات هما تولوڑی و انکولوڑی مرک تحقیق و ارزیابی دارویی سازمان غذا و دارویی آمریکا می‌گوید: «درمان سلطان فقط به انتخاب دارویی که بهترین اثربخشی و ایمنی مطلوب داشته باشد منحصر نمی‌شود. لازم است مطمئن باشیم که دوز صحیح دارو را در فواصل مناسب تجویز می‌کیم هر چند نادر، اوردوز دارویی ممکن است رخ دهد. تاییدیه اموروز در نوع خود اولین درمان برای مسمومیت‌های کشته‌داروهای شیمی درمانی است». «فلواوراسیل» به صورت اینفیوژن دریافت می‌شود و کاپیستایین (درمان خوارکی)، انواع مشابه شیمی درمانی هستند که دهه‌هاست برای درمان انواع شدید بد خیمی مانند بد خیمی پستان و سلطان‌های کوارشی تجویز می‌شوند. اوردوز فلواوراسیل و کاپیستاین نادر است: اماده صورت و قوع،



عوارض آن جدی و گاه کشنده‌اند. ویستو گارد که به صورت خوارکی مصرف می‌شود، تخریب و مرگ سلولی ناشی از شیمی درمانی باف‌اوپر اسیل را بلوک می‌کند. ویستو گارد باید بالا فاصله پس از وقوع اوردوز (چه علاوه بر روز کرد ه باشدند یا نه) و نیز در موارد مسمومیت شدید و کشنده تجویز شوند. اینمی و اثربخشی ویستو گارد، روی ۱۳۵ بزرگسال و خردسال تحت درمان در دو مطالعه بالینی که اوردوز فلواور اسیل یا کاپسیتاین را دریافت کرده بودند یا مسمومیت شدید و کشنده طی ساعت پس از دریافت فلواور اسیل (نه به دلیل اوردوز) را داشتند برسی شد. اهداف اولیه مطالعات، شانس بقای بیمار پس از روز یا امکان شروع مجدد شیمی درمانی ۳۰ پیش از گذشت روز بود. از بین بیمارانی که به دلیل اوردوز تحت درمان با ویستو گارد بودند، ۹۷٪ درصد پس از ۳۰ روز هنوز زنده بودند. آنها که به دلیل مسمومیت شدید و کشنده (و نه اوردوز) تحت درمان با ویستو گارد قرار داشتند، ۶۸٪ درصد پس از ۳۰ روز هنوز زنده بودند. در هر دوی مطالعات، ۳۳٪ از بیماران در کمتر از ۳۰ روز شیمی درمانی را مجدد آغاز کردند. ویستو گارد برای درمان عوارض غیراورژانسی و اکنش‌های ناخواسته مرتبط با مصرف فلواور اسیل یا کاپسیتاین توصیه نمی‌شود؛ زیرا ویستو گارد اثربخشی این داروها را کاوش می‌دهد.

ارتباط درمان محرومیت از آندروژن و افزایش خطر آلزایمر

میری مبارکہ سواب ریڈ و بی سری

براساس یافته‌های یک مطالعه جدید، بیش از ۹ ساعت خواب شبانگاهی به همراه نشستن زیاد روز می‌تواند ترکیبی سیار خطرناک برای سلامتی باشد. پژوهشگران به این نتیجه رسیدند فردی که بیش از ۹ ساعت در شب خوابیده و سیک زندگی غیرفعالی دارد، چهار برابر پیشتر از سایرین در معرض مرگ زودرس قرار دارد. البته این به شرطی است که عادت‌های ناسالمی نظری مصرف دخانیات یا مواد مخدر را داشته باشد. همچنین معیار زندگی کم تحرک در این مطالعه، نشستن بیش از ۷ ساعت در روز و نیز تحرک بدینی کمتر از ۱۵۰ دقیقه در هفته است. در این مطالعه، پژوهشگران با استفاده از اطلاعات بدست آماده‌ایزیک طرح ملی، به بررسی رفتارهایی مرتب‌با‌سلامتی بیش از ۲۳۰ هزار فرد بالای ۴۵ سال استرالیایی پرداختند. در این پژوهش، رفتارهایی که تأثیر سوء آبرسلامت مشخص است (نظیر مصرف دخانیات، تغذیه بدینوی تحرکی جسمی)، در کنار عوامل دیگری نظری نشستن زیاد و نیز کمیت خواب موربد بررسی قرار گرفت. ■
WebMD
منبع:

تازه‌ها

برچسب‌های بروفن، بدون خطر و موثر

امروزه ایپوپروفن بوسیله عده زیادی افراد برای رهایی از درد، کاهش تورم و تب استفاده می‌شود. اما همیشه عوارض جانبی آن، خصوصاً در زمانی که بیش از اندازه مصرف می‌شود، نگرانی‌های زیادی را بر مینگیرد. به همین دلیل، محققان برچسب‌های جدیدی را از این دارو ابداع کرده‌اند که دارو را با همان اندازه دقیق و بدون عوارض جانبی که در فرم خوارکی آن دیده می‌شود، به بدن بیمار مرساند. این پیچ بوسیله دانشمندان بریتانیایی روانه بازار خواهد شد. البته در حال حاضر پیچ‌های تجاری زیادی وجود دارد که برای کاهش درد استفاده می‌شوند، ولی حاوی عوامل ضد درد نیستند، حال برای نخستین‌بار است که ایپوپروفن هم از این راه وارد بدن خواهد شد.

محققان با همکاری کمپانی Medherant تو استندا مدقار قابل توجهی را ایپوپروفن روی یک ماتریس پالیمری قرار دهنده که پیچ را پوست بیمار می‌چسباند و به این ترتیب، دارو با میزان ثابتی در طول یک دوره ۱۲ ساعته وارد بدن می‌شود. محققان می‌گویند برچسب داروی آنها راه را برای دیگر محصولات ضد درد طولانی‌اثر جدید باز کرده که برای درمان وضعیت‌های مانند درد کمر، نورالژی و آرتربیت استفاده می‌شوند، بدون



آنکه مضرات بالقوه دوزهای خوراکی همان دارو را داشته باشند. محقق ارشد این مطالعه

پروژه نقشه‌زنی انسان ۲۵ ساله شد (۱)

دروگی که آموختیم



A magnifying glass icon, indicating a search function.

الرژی های
کودکی، نشانه ای
است از بیماری قلبی

نتایج یک مطالعه جدید پیشنهاد می کند که کودکان مبتلا به آسم، تب یونجه و اگرما، بیشتر از کودکان طبیعی، عوامل خطر بیماری های قلبی را در سنین جوانی یدک می کشند. این تحقیقات نشان داده که در میان کودکان مبتلا به این نوع اگرثی ها، میزان بیشتری از اضافه وزن و چاقی دیده می شود که عوامل خطری برای بیماری قلبی به شمار می روند. محققان همچنین دریافته اند که کودکان و نوجوانان مبتلا به آسم یا تب یونجه، احتمالاً دو برابر بیشتر از کودکانی که این نوع اگرثی ها را ندارند، با افزایش فشار خون یا افزایش کلسترول دست و پنجه نرم می کنند که همگی از عوامل خطر بیماری های قلبی هستند. نتایج Allergy & Clinical Immunology این مطالعه در نشریه منتشر شده است.

این داده‌ها پیشنهادی مکنند که بیماری‌های آرثیزیک می‌تواند اثرات مخربی روی دیگر جنبه‌های سلامت کودک داشته باشد. بنابراین شناسایی این اثرات مخرب ممکن است به پیشگیری از بیماری قلبی یا درمان بهموقع آنها کمک کنند. هرچند این مطالعه در راسته که ارتباطی میان کودکان مبتلا به وضعیت‌های عمومی آرثیزیک و افزایش خطر بیماری قلبی وجود دارد، یافته‌ها حاکی از یک رابطه علت و

A photograph of a young girl with blonde hair in pigtails, wearing a blue t-shirt, sitting cross-legged in a field of yellow flowers under a bright blue sky with white clouds. She is holding a white tissue to her nose, possibly blowing it. The image is framed by a thick black border.

در این مطالعه، محققان داده‌های حددود هزار کودک را در ایالات متحده آنالیز کردند که والدین آنها به پرسش شهابی در مورد وضعیت سلامت کودکانشان پاسخ داده بودند. از این داده‌هایی که دست آمده، محققان تخمین زندن که ۱۴ درصد از کودکان آمریکایی مبتلا به آسم هستند. همچنین تخمین زندن که ۷ درصد کودکان تب یونجه و ۱۲ درصد نیز اگرما دارند. مطالعه حاضر، نخستین مطالعه‌ای نیست که به ارتباط میان شرایط رایج آلرژی در کودکان و بزرگسالان و فوایش خطرپیماری قابلی عروقی پرداخته است. در مطالعه‌های قبلی نیز نشان داده شده بود که بزرگسالان مبتلا به اگرما با عوامل خطرپیماری‌های قبلی عروقی بیشتری مواجه هستند. این دسته از افراد در مقایسه با گروه کنترل، بیشتر مبتلا به چاقی، فشارخون بالا، کلسترول بالا و دیابت هستند. هنوز دلیل اصلی این ارتباط در کودکان مشخص نیست، امامکنیسم‌های چندی هستند که تمی توائدین ارتباط را توضیح دهن. شاید به دلیل اثرات مخرب التهاب است که در کودکان مبتلا به آلرژی رخ می‌دهد و نقش مهمی در برخی بیماری‌های مم دارد. دلیل دیگر آنهم شاید به خاطر فعالیت فیریبکی کمترین کودکان و میزان بیشتر چاقی در کودکان مبتلا به آسم و بیماری آلرژی است. ■

C. L. HARRIS

آفریقا بیانی برای تسهیل در هم رسانی اطلاعات و مشاوره های تخصصی و به کارگری نرم افزارهای علمی در سطح قاره آفریقا راه اندازی شده است. HGP **✓** **بیشینه سازی مشارکت اطلاعات.**

باورهای قدیمی رادر ارتباط با مشارکت یافته های بیو مدیکال تغییر داده است. هنگامی که فرآیند توالی یابی ژئون و نقشه نویسی آن شتاب گرفت، سیاست گذاری انتشار دست یافته های علمی به صورت عمومی در مدت زمانی کوتاه اعمال شد. طبق توافقنامه برمودا، گروه های اصلی مجری پروژه به صورت هماهنگ موافقت کردند که یافته های خود را در توالی ژئون طرف ۲۴ ساعت در پایگاه اطلاع رسانی پروژه قرار دهند. گستردگی اشتراک یافته ها چالش های متعددی را در پی داشت. از جمله آنها تحلیل علمی و منطقی حجم زیادی از اطلاعات و جایگاهی آن و همیظطرور چگونگی حفظ حریم خصوصی شرکت گذارندگان در پروژه بود. راهکارهای متعددی برای حل این مسائل در نظر گرفته شده است. اتحاد جهانی سلامت و ژئو میک، اتحادی بین المللی است که در سال ۲۰۱۳ به ثبت رسیده و هدف آن تبیین چارچوب های بین المللی برای به اشتراک گذاری قانونمند و مستحکم اطلاعات و یافته ها است. در این چارچوب ملاحظات اخلاقی، قانونی و تکنیکی در نظر گرفته شده است.» در شماره آینده، به دیگر درس های آموخته شده، اشاره خواهد شد. ■

همچنین وقوف به اهمیت نقش تک تک افراد در به انجام رسیدن کار و اشیاق آنان به مشارکت گذشتند دستاوردهای فردی به نفع جمع، از دیگر عوامل مهم در دستیابی به موفقیت است. یکی از پژوههایی که به صورت مشترک در ادامه HGP انجام شد، فهرست کردن توالی ژئون هایی در انسان است که سبب چesh های ژئنیک منجر به ایجاد سلطان می شوند، این پژوهه به نام پروژه ۱۰۰۰ ژئون شناخته می شود. پژوهه میکرون و بیوم انسان نیز از کارهای قابل توجهی است که توالی ژئون را در مطالعه جامعه های میکرون و بیوم انسان بکار ره است. یکی از اموان معุมول که در انجام تحقیقات علمی اشتلافی پژوه می کند، عدم تعامل شرکت گذارندگان به پذیرش اعضا جدید است. خوشبختانه تلاش های گوناگونی که در این مرور انجام شده، از جمله تبیین این واقعیت که تجمع اطلاعات و متابع به سود همگان است، سعد عاید کهنه رادر هم شکسته است برای مثال تا همین اواخر محققین علوم ژئنیک، آفریقایی دستاوردهای خود را تنها با همتایان آمریکایی یا اروپایی خود به اشتراک گذاشته و تعاملی به کار با دیگر دانشمندان آفریقا بیان نداشتند. اما کلید اصلی موفقیت در پژوهه مبتنی کارهای میراث انسانی و سلامت آفریقا همکاری و تشریک اطلاعات در منزم های قاره آفریقا بود. پژوهه اخیر با اعطای بورس از جانب استیتویی ملی سلامت ایالات متحده و بنیاد ولکام بریتانیا به ۲۴ کشور آفریقایی در سال های ۲۰۱۲ و ۲۰۱۳ تأمین مالی شده است. شبکه بیانفورماتیک H3ABioNet

نیمه همسان خود از سال ۲۰۰۰ به این سو یوده است. انجام چنین پروژه‌های بیولوژیک، چالشی بین یود که تحقق آن مشارکت گروه‌های علمی رنگونگان را از کشورهای مختلف و کار هماهنگ ایجاد اطلاعات بدست آمده را می‌طلبید. امروزه ای پژوهشگران جوان باور اینکه مسایلی که امروز من آنان را بخود مشغول کرده، سال پیش تی به ذهن نسل پیشین پژوهشگر نمی‌رسیده، بیمار دور از ذهن است. همچنین چشم اندازهای حقیقتی جدید و گستره‌های را که پژوهه ژئوم پیش چشمان ما فرار داده، می‌توان به آسانی از اطراف بردا. در حقیقت ما معتقدیم موقوفیت کنونی در انجام پژوهش‌های اdagمامی حاصل از ۶ درسی است که از HGP آموخته‌ایم.

ش درسی که آموخته‌ایم

✓ از مشارکت استقبال کنیم. پژوهه ژئوم سان تصور مارا از محققی که در تنهایی و انزوا ساختی می‌کشد تا پاسخ سوالات علمی اش را بد، دگرگون کرده است. همچنین تحقیق برپایه شفرض نیز عالم‌ردیمی شود. در مقابل، کشفیات پایه اطلاعات گردآوری شده انجام می‌شود که محققیات گسترشده‌تر را در پی دارد. پژوهه ژئوم سان. ۲ هزار پژوهشگر را در رده‌های علمی غاوت و رشته‌های گوناگون از نقاط مختلف همان گردد. هستیابی به موقوفیت، نیازمند هم‌قماران می‌باگان از تقدیر است.

جهه: آتوسا آرمین
ی پیش، مقاله‌ای به قلم اریک گرین، جیمز سون و فرانسیس کالینز در نشریه معتبر نیچر سر شد که به مناسبت ۲۵ سالگی پروژه نقشه انسان است. در این مقاله ارزشمند، داشتمند و بروزه چگونگی آغاز و پیشرفت آن اشاره کردند. ر. زیر، ترجمه آن آمده است.

پس از قرن از گذشت پروژه زنوم انسان، ر درس‌های فراوانی است که از آن می‌آورزم. سال پیش ما سه نفر عهده‌دار مستویت مرکز تاسیسی شدیم که در آن زمان «مرکز ملی انسان» نامیدیم شد. (این مرکز هم اکنون به نیتو ملی تحقیقات زنوم NHGRI نام گرفت) است). از آن پس به مدت ۱۳ سال کوشش کیم که توالي ۳ میلیارد جفت زن انسان را پیدا، (لاشی کیک از اشخاص تربیت مساتوردهای را در تاریخ علم رقم زد.

ما چندسال گذشتند پروژه زنوم انسان HGP (Human Genome project) ش روبرو بود که نقش آن در درمان بیماری‌ها می‌تواند باشد. امروز واضح است که این پروژه حقیقت‌بیومدیکال شتابی بسیاری بخشیده و تر راهی نونی در پژوهش‌های علمی به شمار می‌ید. HGP به عنوان اولین پروژه علمی که در می‌عظیم انجام شد، راه را برای پژوهش انسانشناسی ایجاد کرده است.

هوائی، کہ شمارا حاقد میں کند

آنکه مضرات بالقوه دوزهای خوراکی همان دارو را داشته باشد. محقق ارشد این مطالعه معتقد است، برای تختستن بار است که آنها توانسته اند با تولید پیچه هایی حاوی دوزهای موثر عوامل دارویی فعل، مانند آبیپر و فن، کمکی باشند برای بیمارانی که مبتلا به دردهای مزمن هستند. محققان قادر هستند تا دوز دارو و چسبندگی پیچ هارا که حاوی دیگر مواد دارویی فعل باشند، ارتقا دهنند تا راحتی و پیامد بیمار را بهبود دهند.

این تیم تحقیقاتی توضیح می دهند که دوز بارگیری دارو روی این پیچ ها تا ۵ الی ۱۰ برابر بیشتر از پیچ ها و ژلهای دارویی کثوفنی هم امکان پذیر است. علاوه بر این، چون پیچ به خوبی روی پوست می چسبد، حتی وقیعی دوز بارگیری دارو به سطح ۳۰ درصد وزن یا حجم پیچ می رسد، همچنان سرگای خود می ماند.

امروزه تعدادی ژل آبیپر و فن در دسترس هستند، اما محققان می گویند کنترل دوز از دارو با این ژلهای مشکل است و استفاده از آنها راحت نیست. همچنین، تعداد اندکی از پلیمرهای موجود هستند که خصوصیات مناسب را برای استفاده در این نوع از پیچ های پوستی دارند یعنی به پوست بچسبند و به راحتی هم جدا نشوند. البته این دستوارد فقط محدود به آبیپر و فن نمی شود و با داروهای دیگر هم قابل آزمایش هستند.

A close-up photograph showing the lower back and buttocks of a person wearing light blue pajama bottoms. The person is sitting, and their back is slightly curved. The skin tone is visible through the fabric of the pants.

مختلف یافت می شود. بعضی هوای سالم و تمیز و فیلتر شده تنفس می کنند و بعضی دیگر، از نوعی از دودها را وارد ریه های خودمی کنند که نزدیک برگراهها یا مرکز شهرهای شلوغ یافت می شوند. از سوی دیگر، این تیم تحقیقاتی موش ها را چاق کرده و تست های مختلفی را النجام چگونه متابولیسم آنها عمل می کند. پس از ۱۰ مغفه، اثرات تا حدودی شدند. موش هایی که باهوای آلوده حجم بیشتری راز چربی بدان نشان اطراف شکم و هم اطراف ارگان های در سطح میکروکوبی، خود سلولاً در بدن موش هایی که هوای آلوده ریز تنفس کرده بودند، حدود ۲۰ بودند. از آن پیشتر، به نظر می رسید نسبت به انسولین هم کمتر حساس او لین قدم به سوی دیابت. البته مکانیسم اصلی آن هنوز مورد اما آزمایش های حیواناتی بعدی پیش که آلودگی هوا آغازگر آبشاری از

برای کاهش گرم شدن هوای باید کرد؟



هیچ کنفرانسی دوای درد نیست

میر

اول آنکه این تعهدات بر پایه‌های واقعی بنا شده‌اند نه اینکه ادارات ملل متعدد بدون ارتباط با دنیا واقعی آنها را طرح کرده باشند. هر یک از دولتها در طراحی تعهدات خود براساس وضعیت سیاسی و سطح فناوری موجودشان آزادانه عمل کرده‌اند. مثلاً آنچه ایالات متحده تعهد کرده است، براساس درک مستولان آمریکایی از امکانات موجود در بین مقامات اجرایی بوده است. در طرح این تعهدات کسی فکر نکرده که تکنله‌های ممکن است به صورتی معجزه‌آسا لایحه‌ای را تصویب کند. دوم اما، نکته آنچه است که اگر فرض کنیم همه کشورهایی عده‌ای آنلاین به تعهدات خود پایین‌داشتند، انتشار گازهای گلخانه‌ای اساساً ۲۰۳۰ همچنان ادامه خواهد داشت و ما تا پایان قرن ۲۱ شاهد افزایش سه درجه‌ای دمای زمین هستیم. از یک طرف، خبر خوبی است چرا که بنا به درجات حرارت زمین ۴ درجه بیشتر شود. از طرف دیگر باید تلاش کنیم تا براساس توافق‌های دمای زمین ۲ درجه سردرد شود و این خطوطی است ناپذیرفتی طی دو فصل، کشورهای جهان تلاش کرددند تا بتوانند ساختار حمایتی را به توافق‌های خود اضافه کنند که امکان اجرای تعهدات آنها را فراهم می‌کند. آنها شفاقت پیشتری اعمال کردند تا بتوانند فرمید کشورها تا چه اندازه به گفته‌هایشان پایین‌داشته باشند. پیش‌بینی کردند که کشورهای امیدی ندانند. در دیارها ووند و دریاره روند بازیستی رسماً که به انجام تعهداتشان کمک کنند نیز به گفتگو برداختند.

ضمان اجرا تنها در دست دولتها

هیچ ضمیمنی برای اجرای آنها وجود ندارد، اما به گفته دیوید پیکنک، کارشناس سیاسی، موضوع آن است که نقطه شروع از جایی واقعی آغاز شده و قرار است با پیگیری‌های سیاسی و همکاری ادامه پیدا کند. بی‌شک، مذاکراتی مانند مذاکرات پاریسی می‌توانند در نهایت رسیم کنند و توافق قدرتمندی که ماحصل این کنفرانس باشد، قادر است تا تلاش‌های جاری در زمینه گازهای سوختی فیزیکی را تعقیب کند، اماهه این کنفرانس و نه هیچ کنفرانس دیگری نمی‌تواند تصمیم بگیرد دمای زمین در آخر چقدر کم شود. ■

منبع: Vox



الگوی جدید

هر کشوری توجه به شرایط داخلی، خودباید تضمیم بگیرد که چه برنامه‌ای برای کاهش گازهای گلخانه‌ای می‌توارد. داشته باشد. این ساختار پایین به بالا بهینه چیز کم‌امتنی نیست. از سال ۲۰۱۴ به این طرف، هر یک از مشترک‌کنندگان کنفرانس پاریس از جهاتی سیار متفاوت از کنفرانس‌های گذشته گذشتند که مذاکره کنندگان سعی می‌کردند سازمان ملل کرده است که برخی نکات مهم آنها به این ترتیب است: ایالات متحده تعهد می‌کند که میزان گازهای گلخانه‌ای خود را تا سال ۲۰۲۵ به ۴۲٪ کاهش دهد. اتحادیه اروپا تا سال ۲۰۳۰ به ۴۰٪ کاهش دهد. مذاکراتی مانند مذاکرات پاریسی می‌توانند در نهایت رسیم کنند و توافق قدرتمندی که ماحصل این کنفرانس باشد، قادر است تا تلاش‌های جاری در زمینه گازهای سوختی فیزیکی را تعقیب کند، اماهه این کنفرانس و نه هیچ کنفرانس دیگری نمی‌تواند تصمیم بگیرد دمای زمین در آخر چقدر کم شود. ■

منبع: CNN

خبر

بنامه‌های تعویض سوزن کافی نیست

تعداد معتادان تزریقی در مناطق غیرشهری رو به افزایش است، اما مطالعات نشان می‌دهند که میزان دسترسی معتادان تزریقی به برخانه‌های تعویض سوزن در مناطق روستایی و حاشیه شهرها به اندازه شهرها نیست. پیش‌بینی از برخانه‌های تعویض سوزن برای معتادان تزریقی که یکی از راههای مهار ایدز و هپاتیت سی به شمار می‌رود، همراه با توزیع نالکرسون است، ادارویی که قادر است اثرات مصرف پیش از حد هر وین و سکن‌های نارکوتیک را تعدیل کند. حققان در ریشه‌اند که ۹۶ درصد از برخانه‌های تعویض سوزن در ایالات ملی می‌باشد، اما همین دلیل در سراسر ایالات اخیر شکل می‌دهد که واحد ۲ خصلت اصلی مضاد است.

منبع: MedicalXpress

اکنون جهان امن‌تری برای زیستن است

سراسری دنیاست. همچنین در این زمان ۴/۸ میلیون نفر بر اثر حادثه جان خود را از دست دادند. این رقم به نظر باورنکننی می‌آید زیرا نشان دهنده یک کاهش ۳۱ درصدی نسبت به سال ۱۹۹۰ است که برای اولین بار این حادثه هاموربررسی قرار گرفت. در سال ۲۰۱۳، همهٔ ترین نوع حاده‌های از ۱۵ تا ۴۰ سال پیشترین آسیب را وارد کرده است که البته در این مورد هم تفاوت‌های منطقه‌ای دیده می‌شود. به عنوان مثال، حادثه رانندگی بود که همراه با این حادثه از آن بعد آن شدت خود را در حال گسترش صنایع خود بودند، حاضر به کاهش گازهای گلخانه‌ای نشده‌اند و میزان این گازها در سال‌های بعد از آن بشدت بالا رفت. درسی که گرفتیم آن بود که هیچ پیمان سازمان ملل نمی‌تواند کشورها برخلاف میلشان و اداره به تغییر سیستم مصرف انرژی کند. به همین دلیل، در سراسر دنیا شکل می‌دهد که سوی تغییر مدل خود حرکت کرد.

ترجمه: سیما اخلاقی

بر اثر حادثه خیز خوشی در دنیا منتشر شد. بر اساس مطالعه سازمان بهداشت جهانی (WHO)، جهان به مکان امن تری تبدیل شده است. حادثه همیشه یکی از علل اصلی ناقوانی یا مارگ بوده و احتمالاً خواهد بود. با این وجود، تحقیقات اخیر نشان داده است که طی ربع قرن گذشته آمار حادثه به میزان ۳۱ درصد کاهش یافته است. دکتر هاگرمن، مدیر گروه تحقیق از دانشگاه و اشتگن، در مطالعه‌ای دقیق علت حادثه و ۴۷ نوع حادثه را در داده رادربین ۱۸۸ کشور جهان و همچنین حادوث منجر به مرگ بررسی کرد. در آن از معیار DALYs (ناتوانی منطبق با سال‌های عمر) استفاده شده است. این معیار با جمع کردن تعداد سال‌های عمری که بر اثر حادثه از دست رفته و تعداد سال‌هایی که با ناتوانی سبزی شده محاسبه می‌شود. در سال ۲۰۱۳ پروردگاری در مطالعه ۹۷۳ میلیون نفر در حادثه زندگانه و نیازمند مراقبت‌های گوناگون شدند که معادل ۱۰ درصد بیماری‌ها در

استفاده از فناوری‌های ساده با روش‌هایی خلاصه، تخصص و درمان را به اقصی نقاط افغانستان رسانده است.

پیش از نیمه از مساحت افغانستان را کوهستان تشکیل می‌دهد

و موانع طبیعی یکی از مهم‌ترین چالش‌ها برای دسترسی به نقاط مختلف این کشور به حساب می‌آید.

مشکلات امنیتی هم رفت و آمد را در این کشور که با کمبود

جاده مواجه است، سخت‌تر و خطرناک تر می‌کند.

انستیتو طب اطفال فرانسه چند سالی است که از طریق ارتباط

اینترنتی و نرم‌افزارهای ساده «حضور از دور» یا Telepresence گاه حتی و Skype و Voo، سعی دارد کمبود پزشک متخصص

در آبادی‌های دور دست را جبران کند.

دکتر عزیز جان، متخصص اطفال، می‌گوید: «فلسفه این

بیمارستان این است که با توسعه فعالیش، به یک مرکز بهداشتی

گسترشده در منطقه آسیای مرکزی تبدیل شود. جایی که بتوانیم روی

بهبود سلامتی مردم و تربیت پزشک همراه میریض

در روشن می‌شویم. در روش معینه از دور، پزشک متخصص در یک طرف

و بیمار، همراه با پزشک عمومی در طرف دیگر را می‌بینند و معاينة

یک نرم‌افزار، به صورت ویدیویی یکدیگر را می‌بینند و معاينة

پزشکی توسط پزشک متخصص و با کمک پزشک همراه میریض

اجام می‌شود.

دکتر نعیم احمدیار، پزشک عمومی بیمارستان بامیان استفاده

از این روش را مفید می‌داند و می‌گوید: «مردم نمی‌توانند به

کابل بروند. چون راه دور است و مردم هم فیبرن و توانایی

پرداخت کرایه خودرو را ندانند و ناچارند مثلًا به شکسته‌بند

مراجعه کنند. ما اختلالات خیلی ططریکی از کار شکسته‌بندها

را دیده‌ایم. با روش پزشکی از دور، مشکلات تا اندازه‌ای حل

شده است.» ■

موفق نبودن رژیم‌های غذایی کم چرب و کم کربوهیدرات

محققان بر آن شدند تا به این بحث کهنه پاسخ دهند که آیا بارگزاری کنفرانس پاریس درباره تغییرات اقلیمی (کوب ۲۱) که روز قبل به پایان رسید، امیدهای فراوانی برای حل مشکلی که خطوات جدی برای کاهش زمین ایجاد کرده، جان گرفته است. همه مردم جهان امیدوارند تا بررسید به تفاوت برای کاهش گازهای گلخانه‌ای بقدیم عملی برای افزایش مداری که زمین برداشته شود. نظرات اما درین باره متفاوتند. بسیاری از کارشناسان عیقده دارند سهم کشورهای در حال توسعه در این مبارزه نباید تبعیت و دریافت وام شد و این کشورهای از سوی دیگر بی‌گزینند قدرت‌های بزرگ اقتصادی جهان مانند ایالات متحده و چین که پیش‌رنده سهم در آزادگی هوا را داشته‌اند باید با مهران متابع آنلاین خود و ارائه فناوری سبز به کشورهای دیگر کمک کنند تا این مشکل حل شود. با وجود شکست کنفرانس پاریس درباره تغییرات اقلیمی، کنفرانس ۱۹۹۲ روی و عملی شدن پروتکل کیوتو سال ۱۹۹۷، مشکل بی‌شک حل ناشدند این روزهای سیاستگذاری سالم است و ما از خود روند آن داشتیم. بسیاری از توافق‌های رمی‌لایه از این روزهای غذایی از دنیا نیز می‌گذارند که به وزن متناسب دست پیدا کنند. در مورد کاهش و وزن هیچ تفاوتی بین رژیم غذایی کم چرب و پرچرب وجود ندارد.» ■

دکتر کوید: «اما کم چرب می‌گردید همین که به میزان برچرب و یا کم چرب بودن غذا اهمیت بددهم به وزن دلخواه می‌رسیم، در حالیکه اینطور نیست و در پیش گرفتن یک غذایی سالم است و ما از خود روند آن لذت می‌بریم و چه الگوی تغذیه‌ای را می‌توانیم به طور روزانه یا هفتگی دنبال کنیم. در مورد کاهش و وزن هیچ تفاوتی بین رژیم غذایی کم چرب و پرچرب وجود ندارد.» ■

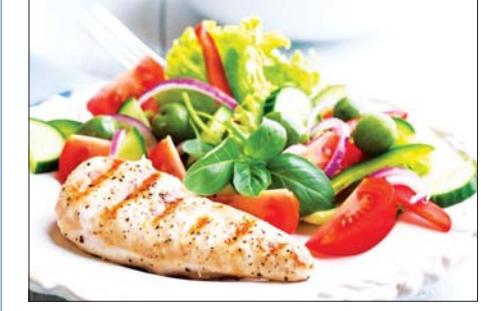
هدف کلی این مطالعه این نیست که بگوید رژیم غذایی

کم چرب در مقایسه با سایر رژیمهای داده است، هدف این است که

بگوید رژیم‌های غذایی تابه‌حال غالباً ناموفق بوده‌اند. ■

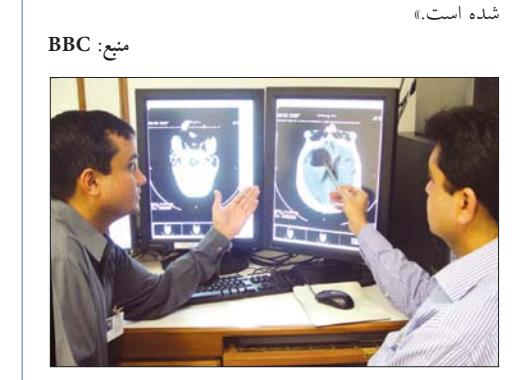
CNN

منبع:



برای کاهش گرم شدن دچار شکستگی شده بوده‌اند. میزان

منبع: BBC



براساس تحقیقی که در زورنال اروپایی Preventive

Cardiology چاپ شده است، عملکرد قلب بیمارانی

که دچار چاقی مفرط هستند، بعد از چاقی چاقی بهبود

می‌یابند. اما این اتفاق با مداخله در سبک زندگی آنها

نمی‌افکار. تأثیر این تحقیق می‌گوید چاقی چاقی ۲ ممکن

است خطر بیماری‌های قلبي و عروقی را در بیمارانی که

به چاقی مفرط دچار شکستند کاهش دهد.

تحقیق این مطالعه، مگنوس لینگکاکن می‌گوید: «چاقی

یک مشکل جهانی است که ارتباط نتکننگی با افزایش

بیماری‌های قلبي و عروقی دارد و خطر حمله و نارسایی

تازه‌ها

آیا استرس والدین روی کودک تاثیر می‌گذارد؟



با این صندلی باید درست بشینید

این روزها هجمان انواع و اقسام میزهای ایستاده و سایر راه حل ها برای تحرک بخشنیدن به بدن، نشان از رشد فراینده آکاهی از معایب نشستن زیاد و تایر آن بر سلامتی دارد اما شاید انتخاب یک صندلی مناسب راه حل ساده‌تر و سهل الوصول تری در این زمینه به شما باید.

شرکت آلمانی زامی لایف یک صندلی مجهز به منسوری راطراحی و توپلید کرده است که اگرچه درگاه اول ناراحت به نظر می‌اید اما کاربر را به نشستن تعال و گرفتن حالت بهتر برای بدن تشییع می‌کند. شرکت زامی لایف را کی از جراحان ارتودو و طراحی نیان نهاده است که در زمینه حالت بدن و مشکلاتی که از بد نشستن ناشی می‌شود، تحقیقات بسیاری انجام داده است. این شرکت می‌گوید، فرم منحنی و رو به بیرون این صندلی، کاربر را به نوعی نشستن فعال سوق داده و بدن را حالت بدون تحرک به حالت پویا مارد. دقیقاً مشاهده همان چیزی که هنگام نشستن روی توبهای پریزی اتفاق می‌افتد. شکل محدب صندلی همچنین یک منحنی پریزی را برای ستون فقرات به ارungan می‌آورد.

اما شاید نقطه قوت اصلی و مشخص این صندلی ها وجود مستورهای

فساری هستند که روی هر چهار پایه این صندلی تعبیه شده‌اند. این امکان وجود دارد که کاربر بتواند اپلیکیشن‌های متناسب را دانلود کرده و با استفاده از پلیوت، به نظارت وضعیت بدن و توزیع وزن با توجه به اطلاعات ارسال شده از چهار پایه بهزاد نماید. این اطلاعات به همراه مدت زمان نشستن و همچنین فعل بدن بدان مانع نشستن بدن آن شما با خود می‌شود.

دکتر کیم می‌گوید: «بعضی از افراد فکر می‌کنند که گریه کردن اولین شیوه‌ای است که نوزادان برای واکنش به شما یاد آورند.

این مخصوص بازی در حدود ۴/۳ کیلوگرم و بالغ از ۴۷ تا ۵۲ سانتی‌متر با تراکیت‌های متعددی از جوب و آلومنیوم تالویه ساخته شده و

به زودی در بازار فروش عرض خواهد شد.■

منبع: Gizmag



توضیه‌های مفید برای تسکین استرس کودک

یک کودک مفخر بر جه عالمی از خونشان می‌شود؟ دکتر کیم می‌گوید: «بعضی از افراد فکر می‌کنند که گریه استرس باعث می‌شود که در مراقبت از کودک خود به خوبی باید از خودتان مرابت کنید. غذاهای خوب بخورد، تا حد امکان خواب کافی داشته باشید (در حقیقت، وقتی که کودکان چرت می‌زنند شما هم چرت بزنید)، آب فراوان پیشی و تمرين کنید.

از دیگران کمک بگیرید: اگر واقعاً دچار فشار روحی و

اضطراب شدید هستید، از شخص قابل اعتمادی بخواهید

که به شما کمک کند. علاوه بر این، می‌توانید از یک فرد آموخته‌ی دانسته یک روانشناس پیشواهید که در مقابله با این فشار روحی به شما کمک کند.

با استفاده از پلیوت، به نظارت وضعیت بدن و توزیع وزن با توجه به اطلاعات ارسال شده از چهار پایه بهزاد نماید. این اطلاعات به همراه مدت زمان نشستن و همچنین فعل بدن بدان مانع نشستن بدن آن شما با خود می‌شود.

این رنگی را برای این شیوه را بروز علامت استرس در کودک

آن را نیز باید در نظر داشت که کودک نیز تحت تاثیر این

احساس‌ها خواهد بود. در یکی از تحقیقات انجام گرفته

محققان این موضوع را مورد بررسی قرار دادند که آیا

استرس والدین باعث شد تا در این مدت کوتاه وظیفه‌های

پر استرسی انجام دهند. پس از پایان این مدت کوتاه

محققان دریافتند که فرزندان این مادرها نیز دارای عالمی

از استرس هستند. در نتیجه، براساس نتایج این تحقیق

می‌توان گفت که استرس والدین می‌تواند به طور ناخواسته

باعث استرس کودکان نیز شود.

البته این را نیز باید گفت که همه استرس‌ها مضر

نیستند. مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری، استرس را به

می‌تواند منعکس کننده استرس شما باشد.■

توضیه‌های مفید برای کنترل استرس

WebMD

منبع: می‌تواند تهیه شود.



استرس مثبت: به اضطرابی گفته می‌شود که شدت در حال نظارت کودک را می‌توان به استرسی اشاره کرد که به هنگام ملاقات افراد

آن کم است و برای سلامتی فرد مضر نیست. برای مثال،

که والدین یا پرستار کودک را می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌تواند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

می‌دهد و تأثیر می‌گیرد. باز همانند می‌توانند که این گفتگو

ترجمه: مصطفی صداقت‌رسنی

