گوناگون

ماندگاری ویروس کرونا تا فصل بهار

رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت، گفت: پیش بینی شده است تا ماه آوریل بیماری ویروس کرونا در دنیا وجود داشته باشد و باید آمادگی های لازم را کماکان داشته باشیم.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، محمدمهدی گویا با بیان اینکه ویروس کرونای جدید باعث ایجاد عفونت در دستگاه تنفسی انسان می کند و معمولاً علائم آن به شکل سرماخوردگی ساده بروز می کند، افزود: ویروس کرونا از سال های گذشته شناسایی و تاکنون، ۶ گونه از این ویروس که در انسان ایجاد بیماری می کرد، شناخته شده است.

رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت در خصوص ویروس کرونای جدید که دو ماه از ظهور آن می گذرد، گفت: ظاهراً مخزن این ویروس از حیوانات از جمله خفاش، آبزیان و مارها بوده است. اما در حال حاضر، به نظر می رسد مخزن اصلی این ویروس، خفاش باشد، گرچه در حال حاضر شرایط آن متفاوت شده و ویروس از انسان به انسان انتقال پیدا می کند.

وی توصیه کرد برای جلوگیری از ابتلاء به عفونت لازم است، دستها با هر تماسی که با قرد مشکوک به بیماری داریم، با آب و صابون شسته شود و اگر دچار علائم سرفه، آبریزش بینی و عطسه شویم با دستمال جلوی بینی و دهان‌مان را گرفته و پاک کنیم و دستمال را در کیسه پلاستیکی گذاشته و در سطل زباله قرار دهیم. این دو اقدام، نقش بسیار زیادی در پیشگیری از ابتلای این بیماری در افراد دارد.

رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت با اشاره به اینکه تاکنون هیچ موردی از ابتلاء به ویروس کرونا در کشور مشاهده نشده است و تنها اُمور مشکوک به این بیماری داشتیم که خوشبختانه همگی منفی بوده است، افزود: این موضوع به آن معنا نیست که در آینده موردی نخواهیم داشت و البته به محض مشاهده موردی از این بیماری، حتماً به مردم اطلاع رسانی خواهد شد، چرا که مردم باید بدانند که احتمال ابتلای به این بیماری وجود دارد و حتماً باید نکات بهداشتی را رعایت کنند.

گویا خاطرنشان کرد: آنقدر توانا هستیم که بتوانیم به خوبی این بیماری را کنترل کنیم، اما لازم است مردم مراقب باشند و تاکید می کنم که شستشوی مکرر دستها حرف اول را می زند و رعایت آداب تنفسی از جمله استفاده از دستمال جلوی بینی و دهان حتماً اعمال شود، زیرا این موارد بهترین راه پیشگیری به ویروس کرونا است.

بیماران دیابتی روزانه تست قند خون بگیرند

فوق تخصص غدد درون ریز و متابولیسم گفت: بیماران دیابتی به ویژه بیماران مبتلا به دیابت تیپ یک، باید روزانه چندین بار نسبت به سنجش قند خون اقدام کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از فارس، علیرضا استقامتی- فوق تخصص غدد درون ریز و متابولیسم، در خصوص باورهای درست و نادرست در مورد بیماری دیابت گفت: در کوتاه مدت، بیماری دیابت عارضه خاصی را بر اقدام‌های بیماران تحمیل نمی کند اما اگر کنترل قند خون به درستی صورت نگیرد، عوارض مختلفی در بلند مدت در کمین بیماران است که جبران آن هم برای بیمار، دشوار و شاید غیرقابل جبران باشد و هم برای نظام بهداشت و درمان، هزینه های زیادی را به بار می آورد.

به گفته استقامتی معاینات دوره‌ای پزشکی برای بیماران دیابتی، برای بررسی سلامت اندام‌هایی همچون چشم، قلب و کلیه ضروری است و در این خصوص بیماران دیابتی باید اهتمام و توجه لازم را داشته باشند.

وی با تأکید بر ضرورت سرمایه گذاری برای توسعه آموزش بیماران دیابتی تصریح کرد: مهمترین راه برای رهایی از عوارض بیماری دیابت، توانمندسازی بیماران است. این یک واقعیت غیرقابل انکار و یک ضرورت است که بیماران دیابتی باید توانمندی‌های خود را برای مدیریت این بیماری افزایش دهند و این موضوع از طریق آموزش محقق می شود.

استقامتی در رابطه با فرهنگ‌سازی برای تغییر سبک زندگی مردم گفت: دیابت تیپ دو، ناشی از سبک زندگی نامناسب خصوصا در زندگی شهری و ماشینی است. استفاده زیاد از غذاهای پر کالری و فست فودها، کاهش فعالیت بدنی و تحرک، استرس، تغذیه نامناسب و بسیاری از مولفه‌های مرتبط با سبک زندگی، بر افزایش شیوع دیابت اثرگذار هستند.

وی با تأکید بر این نکته که بلوغ غلط باید از ذهن دیابتی ها پاک شود، اضافه داد: با توجه به شیوع دیابت در جهان و در کشور ما باید سطح آگاهی مردم نسبت به این بیماری افزایش پیدا کند. اطلاعات، فرهنگ و آگاهی هایی که منکی بر دانش و علم روز است، باید به درون خانواده‌ها انتقال پیدا کند. ضمن اینکه باید با خرافات، باورها اطلاعات نادرست و مطالب غیرواقعی، مقابله کرد.

استقامتی در خصوص سنجش قند خون تصریح کرد: بیماران دیابتی، خصوصا بیماران مبتلا به دیابت تیپ یک، باید روزانه چندین بار نسبت به سنجش قند خون اقدام کنند و خوشبختانه با در دسترس بودن دستگاه های تست قند خون خانگی، انجام این موضوع کاملا تسهیل شده است.

تنگی نفس و سرفه اولین علائم سرطان ریه هستند

نتایج مطالعه جدید نشان می‌دهد تنگی نفس و سرفه می توانند از علائم اولیه سرطان ریه باشند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، در این مطالعه محققان دانشگاه اکستر انگلستان گزارش پزشکی ۲۷،۷۹۵ فرد مبتلا به سرطان ریه در بین سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۷ را بررسی کردند.

در طول یک دوره ۱۷ ساله، تیم تحقیق دریافت افزایش در میزان سرفه و تنگی نفس از علائم اولیه ای بود که پزشکان در زمان مراجعه به پزشک گزارش کرده بودند.

«ویلی همیلتون»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «ما در این مطالعه دریافتیم بیولوژی اولیه سرطان ریه نظیر سرفه خونی و از دست دادن اشتها دیگر از علائم اولیه سرطان ریه نیستند و پزشکان باید در مورد خطرات سرفه و تنگی نفس هم آگاه باشند.»

به گفته محققان، سرطان ریه در افراد سیگاری بسیار شایع است اما افراد غیرسیگاری هم از این بیماری مصون نیستند. تشخیص زودهنگام این بیماری منجر به تسریع روند درمان می‌شود.

یک جرعه کتاب

کتاب: شناخت موسیقی مردم‌پسند
نویسنده: روی شوکر
مترجم: محسن الهامیان
نشر: ماهور

پیام آشنا: «موسیقی مردم‌پسند» برچسبی گسترده است که سبک‌های گوناگون، عناوین ضبط‌ها و خرده‌دسته‌بندی‌های مرتبط با آنها را نیز دربر می‌گیرد. منظور از موسیقی مردم‌پسند، موسیقی‌ای است که با تولید انبوه برای بازاری گسترده فراهم می‌آید و ژانرهای گوناگونی را شامل می‌شود.

نویسنده در این اثر بر موسیقی مردم‌پسند کشورهای غربی مانند راک آن رول، راک، پاپ، دنس، تا هیپ‌هاپ و R & B تمرکز دارد. قلمرو این ژانرها عمدتا ایالات متحده و کانادا، کشورهای مشترک‌المنافع و نیوزلند است.

سؤال اصلی او در این کتاب این است که در موسیقی مردم‌پسند معنا چگونه تولید می‌شود؟ آیا این معنا حاصل کار تولیدکنندگان تنها است یا مخاطبان نیز در ایجاد آن سهمی دارند؟ واضح است که معناها یا برداشت‌های فرهنگی گوناگون نتیجه مجموعه پیچیده‌ای از تمایل‌ها و برخوردها میان تمام عوامل هستند. پس، مسئله معنا در موسیقی مردم‌پسند نمی‌تواند تماماً در یک سطح، برای نمونه تولیدکنندگان، متن‌ها یا شنوندگان پاسخ داده شود. پاسخ، زمانی قانع‌کننده خواهد بود که به ماهیت تولید توجه شود، نکته‌ای که دربردارنده سیاست فرهنگی حکومت، متن‌ها و آفرینندگان‌شان، مصرف‌کنندگان موسیقی و موقعیت اجتماعی آنها می‌شود. مهم‌تر از همه، لازم است از تباط متقابل این عوامل نیز درنظر گرفته شود. نویسنده در این کتاب بعد از تبیین مبنای نظری، به زمینهٔ اقتصادی و فن‌آوری، صنعت موسیقی، موسیقی و فن‌آوری و نیز سیاست‌های فرهنگی دولت خواهد پرداخت. سپس به ماهیت متن‌ها و روش‌های فرهنگی تولید آنها نیز می‌پردازد.

کتاب حاضر منعکس‌کننده تأکیدهای جاری در مطالعات موسیقی مردم‌پسند است و در آن به نقش فن‌آوری، سیاست‌های جنسیتی و موسیقی، روند ساخته شدن موسیقی و گستره کسب موفقیت در آن، محبوبیت کنونی موسیقی رقص/الکترونیک، و موفقیت‌های بی‌اندازه موسیقی کاتری توجه بیشتری شده است.

ذوعلم خبرداد: بنای دستکاری در کتب درسی «تاریخ» نداریم

رئیس سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی درباره حذفیات کتب درسی به‌ویژه در فارسی گفت: عبارت حذفیات درست نیست، باید گفت تغییرات و اصلاحات که در جریان تدوین کتب درسی در دوره های گذشته اتفاق افتاده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، حجت الاسلام علی ذوعلم درباره مکلف کردن وزارتخانه‌های آموزش و پرورش و علوم، برای گنجاندن توطئه‌های آمریکا در کتابهای درسی اظهار کرد: آمریکا جایاتی در طول تاریخ مرتکب شده است. وی افزود: توطئه تفرقه بین مسلمانان که همچنان استمرار دارد؛ تفرقه بین شیعه و سنی، حوزه و دانشگاه، دولت و ملت. دوره هشت ساله دفاع مقدس که اگر حمایت آمریکا نبود قطعا این جنایت رخ نمی داد. توطئه حمایت از رژیم جعلی و کودک کش صهیونیستی از جمله توطئه‌های آمریکاست. توطئه افامه داد: جنایت آمریکا در توطئه تجزیه کشور ما در اوایل انقلاب. توطئه فرهنگی عمیق برای جذب منزهای ما و هویت زدایی انقلاب اسلامی و اسلام سنیزی با تشکیل داعش و اقدام تروریستی برای شهادت سردار سلیمانی از دیگر توطئه هاست. کشور ما در حال رشد و تعالی است و آنها شاهد ایستادگی کشور ما برای خنثی سازی این توطئه ها هستند. رئیس سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی در ریوی، برای درمان زخم‌ها مفید است. جوانه‌های گیاه بامبو دارای خواص آنتی اکسیدانی هستند که برای جلو گیری از سرطان و تقویت سیستم ایمنی بدن بسیار مفید هستند.

مضرات یامبو:

گونه‌های غیربومی بامبوها می‌توانند حامل بیماری و آفاتی باشند که در محل بومی خود بروز پیدا نکنند و با تغییر اقلیم و ورود به یک اقلیم جدید به عنوان میزبان آفات و بیماری‌ها عمل کنند.

نکاتی برای نگهداری از گیاه بامبو:

نکات مهمی که در مورد این نوع بامبو لازم است در نظر گرفته شود، نور کافی و آب تازه است و نیاز به رسیدگی خاصی ندارد. البته بامبو برای رشد، خاک نمی خواهد. حتی می توان آن را در خاک های زِله ای نگهداری کرد اما برای رشد بهتر لازم است از تقویت‌کننده های مایعی استفاده شود که به آب بامبو اضافه می کنند و گل قروشی ها آن را «غذای بامبو» می نامند. بامبوها گیاهان بسیار حساسی هستند و در صورت کوچکترین تماسی با مواد شیمیایی مثلا مواد شوینده، نگهداری در هوای گرم، عدم تهویش آب قرار گرفتن در مجاورت نور زیاد و گاهی بیماری، کم کم زرد می شوند و از بین می روند به همین دلیل ظرف یا گلدانی که در آن نگهداری می شود باید ماهی یک بار شسته شود و قبل از آنکه گیاه در آن قرار گیرد، کاملا خشک شود. اگر نگاه بسالا را مدنظر قرار بدهید و بامبو را در دمای ۱۵ تا ۲۵ درجه سانتیگراد و دور از نور مستقیم خورشید و باد مستقیم کولر نگه دارید و رطوبت لازم را برای آن فراهم کنید پس از مدت ۵ تا ۷ ماه شاهد قد کشیدن عجیب این گیاه پیچ خورده و سرسبزی آن خواهید بود. بامبو برعکس بقیه گیاهان، نگهداری می شود؛ یعنی وقتی نور گستری که آن برسد بیشتر در جستجوی نور قد می کشد و در تماس با نور زیاد و گرما از ناخل می پوسد. تمیز نگه داشتن آب بامبو و تهویش هفتگی اثر بسزایی در سلامت گیاه دارد. مقدار آب نیز باید تا اندازه ای باشد که تقریبا تا ۵/۲ سانتیمتر بالاتر از انتهای پایینی ساقه قرار بگیرد.

دو عامل برای زرد شدن بامبو مطرح است: نور مستقیم یا بیش از حد و آب لوله کشی مورد استفاده برای گیاه که حاوی مقدار بیش از حد نمک یا فلوراید است. اگر گیاهتان زرد شده و رشد آن متوقف شده است، آن را از تابش مستقیم نور آفتاب دور کرده و آب آن را تنها از آب قیلتر شده یا آب معدنی طبیعی تامین کنید تا دوره پیدا و جدیدی را آغاز کند.

رئیس سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی درباره حذفیات کتب درسی به‌ویژه در فارسی گفت: عبارت حذفیات درست نیست، باید گفت تغییرات و اصلاحات که در جریان تدوین کتب درسی در دوره های گذشته اتفاق افتاده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، حجت الاسلام علی ذوعلم درباره مکلف کردن وزارتخانه‌های آموزش و پرورش و علوم، برای گنجاندن توطئه‌های آمریکا در کتابهای درسی اظهار کرد: آمریکا جایاتی در طول تاریخ مرتکب شده است. وی افزود: توطئه تفرقه بین مسلمانان که همچنان استمرار دارد؛ تفرقه بین شیعه و سنی، حوزه و دانشگاه، دولت و ملت. دوره هشت ساله دفاع مقدس که اگر حمایت آمریکا نبود قطعا این جنایت رخ نمی داد. توطئه حمایت از رژیم جعلی و کودک کش صهیونیستی از جمله توطئه‌های آمریکاست. توطئه افامه داد: جنایت آمریکا در توطئه تجزیه کشور ما در اوایل انقلاب. توطئه فرهنگی عمیق برای جذب منزهای ما و هویت زدایی انقلاب اسلامی و اسلام سنیزی با تشکیل داعش و اقدام تروریستی برای شهادت سردار سلیمانی از دیگر توطئه هاست. کشور ما در حال رشد و تعالی است و آنها شاهد ایستادگی کشور ما برای خنثی سازی این توطئه ها هستند. رئیس سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی در ریوی، برای درمان زخم‌ها مفید است. جوانه‌های گیاه بامبو دارای خواص آنتی اکسیدانی هستند که برای جلو گیری از سرطان و تقویت سیستم ایمنی بدن بسیار مفید هستند.

مضرات یامبو:

گونه‌های غیربومی بامبوها می‌توانند حامل بیماری و آفاتی باشند که در محل بومی خود بروز پیدا نکنند و با تغییر اقلیم و ورود به یک اقلیم جدید به عنوان میزبان آفات و بیماری‌ها عمل کنند.

نکاتی برای نگهداری از گیاه بامبو:

نکات مهمی که در مورد این نوع بامبو لازم است در نظر گرفته شود، نور کافی و آب تازه است و نیاز به رسیدگی خاصی ندارد. البته بامبو برای رشد، خاک نمی خواهد. حتی می توان آن را در خاک های زِله ای نگهداری کرد اما برای رشد بهتر لازم است از تقویت‌کننده های مایعی استفاده شود که به آب بامبو اضافه می کنند و گل قروشی ها آن را «غذای بامبو» می نامند. بامبوها گیاهان بسیار حساسی هستند و در صورت کوچکترین تماسی با مواد شیمیایی مثلا مواد شوینده، نگهداری در هوای گرم، عدم تهویش آب قرار گرفتن در مجاورت نور زیاد و گاهی بیماری، کم کم زرد می شوند و از بین می روند به همین دلیل ظرف یا گلدانی که در آن نگهداری می شود باید ماهی یک بار شسته شود و قبل از آنکه گیاه در آن قرار گیرد، کاملا خشک شود. اگر نگاه بسالا را مدنظر قرار بدهید و بامبو را در دمای ۱۵ تا ۲۵ درجه سانتیگراد و دور از نور مستقیم خورشید و باد مستقیم کولر نگه دارید و رطوبت لازم را برای آن فراهم کنید پس از مدت ۵ تا ۷ ماه شاهد قد کشیدن عجیب این گیاه پیچ خورده و سرسبزی آن خواهید بود. بامبو برعکس بقیه گیاهان، نگهداری می شود؛ یعنی وقتی نور گستری که آن برسد بیشتر در جستجوی نور قد می کشد و در تماس با نور زیاد و گرما از ناخل می پوسد. تمیز نگه داشتن آب بامبو و تهویش هفتگی اثر بسزایی در سلامت گیاه دارد. مقدار آب نیز باید تا اندازه ای باشد که تقریبا تا ۵/۲ سانتیمتر بالاتر از انتهای پایینی ساقه قرار بگیرد.

دو عامل برای زرد شدن بامبو مطرح است: نور مستقیم یا بیش از حد و آب لوله کشی مورد استفاده برای گیاه که حاوی مقدار بیش از حد نمک یا فلوراید است. اگر گیاهتان زرد شده و رشد آن متوقف شده است، آن را از تابش مستقیم نور آفتاب دور کرده و آب آن را تنها از آب قیلتر شده یا آب معدنی طبیعی تامین کنید تا دوره پیدا و جدیدی را آغاز کند.

تازه های سلامت

عوارض چاقی در دختران را بشناسیم

دختران چاق در دوران کودکی یا خطرات و بیماری‌های گوناگونی از جمله بلوغ زودرس، نرسیدن به جهش قد مشخص شده، کم کاری غدد جنسی و رویش موهای زائد در صورت و بدن مواجه هستند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی افزود: نوزادان از جمله دخترها اگر با شیر مادر تغذیه نشوند و غذای کمکی آنها نیز که بعد از ۶ماهگی آغاز می شود از کمیت و کیفیت متناسب برخوردار نباشد، اضافه وزن و چاقی پیدا می کنند. سید ضیاء مطهری ادامه داد: این کودکان چاق از همان ابتدا در معرض بیماری های مختلفی قرار خواهند گرفت و چنین عادات غذایی و اختلالات تغذیه ای از جمله پرخوری را به فرزندان خود و از آن طریق به نوه های دختری منتقل خواهند کرد. وی گفت: متاسفانه مادران عادات غذایی خود را به فرزندانشان از جمله دختر بچه امروز و مادر آینده نیز منتقل می سازند و گرایش به بیش خوردن، عادت به طعم شوری و شیرینی و یا بدخوری و استفاده زیاد از روغن ها و چربی ها و ناخنک زدن‌های بی جا را از نسل کنونی به آیندگان فردا منتقل می کنند. عضو انجمن پیشگیری از چاقی ایران تصریح کرد: مادران باید به فرزندان خود اجازه دهند که با طعم طبیعی غذاها آشنا شوند و با تهیه غذا به شیوه آب پز، بخارپز، فریز آنها را به غذاهای پرچرب و در روغن غوطه ور و پر از نمک عادت ندهند، زیرا آنها هیچ نیازی به شکلات، بستنی، چیپس و غذاهای آسان و قابل دسترس ندارند.

وی افزود: بذر تمام بیماریهای قلبی، عروقی، فشارخون بالا و غیره در دوران نوزادی و کودکی کاشته می شود و اگر زنان مبتلا به مجموعه ای از بیماری هایی که در حال حاضر از آنها رنج مـی برند، دوران کودکی، نوجوانی و جوانی خود را به خاطر آورند، ریشـه همه مشکلات کنونی را در گذشته خود باز خواهند یافت.

این متخصص تغذیه خاطرنشـان کرد: دختران چاق بـه علت اختـلالات چربی و فشـارخون، اختلالات انعقادی و التهابات مزمن در معرض خطر جدی قرار دارند، صافی کف پا، مشکلات اسکلتی، افزایش خطر شکسـتگی استخوان در کودکان چاق شایعه است و عدم دریافت کافی مـواد غذایی مفید در وعده های اصلی و میان وعده ها در دختر بچه ها و سوق یافتن آنها به مصرف بیش از اندازه غذاهای پرچرب، شیرین، شـور و نوشـابه های رنگارنگ و انواع غذاهای آسان دسترس و دسرهای فاقد موادمغذی لازم و سرشار از انـرژی متراکم و علم هولو علم های زیانبار، در درجه اول ناشی از اشتباهات پدر و مادر و در مراحل بعدی نتیجه عملکرد مهربانانه مادربزرگ ها و پدربزرگ ها، دایی، خاله، عمه و عموها است. مطهری تأکید کرد: جهت نشـان دادن مهر و علاقه به این غنچه های زندگی، آنها را به فضاهای باز برده تا، به جست و خیز و بازی و تفریح بپردازند و بدین وسیله عضلات بدن آنها قوی تر و اسـتخوان های بدنشان متراکم و مستحکم تر و روحیه آنها شاد و بشـاش‌تر شود. این استاد دانشگاه ادامه داد: کاهش زمان استراحت، به خصوص لمدادن و چشم دوختن به برنامه های تلویزیونی و گرایش به بازی‌های رایانه ای را هم برای دختران خود و دستور کار خود قرار دهید و کاهش استفاده از کربوهیدرات های تصفیه شده و جایگزینی آنها با کربوهیدرات های پیچیده با افزایش مصرف نان های سبوس دار، غلات کامل یا جوانه زده و حبوبات همراه با حذف یا کاهش مصرف شیرینی، کیک، بیسکویت، کلوچه و شیرینی های خشک که با مارگارین یا روغن های جامد حاوی اسیدهای چرب ترانس تهیه شده اند، ضروری است.

گلکده

آیا نگهداری از گل بامبو خوش شانسی می آورد؟

بامبو گیاهی است از خانواده‌های علوفه، گراس، کرامینه یا گندمیان که گیاه شانسان آن را زیرمجموعه خانواده (bambus-odiuc) قرار داده و جزو علفهای غول‌پیکر به شمار آورده اند. بامبو در زبان فارسی به نی، خیزران شهرت دارد.

گل بامبو و شانس

به گزارش پیام آشنا به نقل از بیتوته، می گویند که بامبو شانس می‌آورد. امابلد تعداد آن قرد باشدا برای شانس آوردن باید تعداد بامبوهایی که در خانه نگهداری می‌کنید سه، پنج و ـ به هر حال قرد باشد ـ در غیر این صورت بدشانسی می‌آورد. شاید همین خرافه که در ایران نسبت به بعضی کشورهای آسیای شرقی سابقه کوتاه‌تری دارد یکی از عوامل رونق بازار قروش این نوع گیاه خاص باشد. البته باید گفت که این خرافه در بعضی از کشورها ریشه‌های کهنی دارد!

خواص گل بامبو برای سلامتی

بامبو برای درمان اختلالات معده، برای بیماران مبتلا به آسـم، برای درمان اختلالات مربوط به قاعدگی، برای درمان کرم‌های روده‌ای، برای درمان اختلالات ریوی، برای درمان زخم‌ها مفید اسـت. جوانه‌های گیاه بامبو دارای خواص آنتی اکسیدانی هستند که برای جلو گیری از سرطان و تقویت سیستم ایمنی بدن بسیار مفید هستند.

مضرات یامبو:

گونه‌های غیربومی بامبوها می‌توانند حامل بیماری و آفاتی باشند که در محل بومی خود بروز پیدا نکنند و با تغییر اقلیم و ورود به یک اقلیم جدید به عنوان میزبان آفات و بیماری‌ها عمل کنند.

نکاتی برای نگهداری از گیاه بامبو:

نکات مهمی که در مورد این نوع بامبو لازم است در نظر گرفته شـود، نور کافی و آب تازه است و نیاز به رسیدگی خاصی ندارد. البته بامبو برای رشد، خاک نمی خواهد. حتی می توان آن را در خاک های زِله ای نگهداری کرد اما برای رشد بهتر لازم است از تقویت‌کننده های مایعی استفاده شود کـه به آب بامبو اضافه می کنند و گل قروشـی ها آن را «غذای بامبو» می نامند. بامبوها گیاهان بسیار حسـاسی هستند و در صورت کوچکترین تماسی با مواد شیمیایی مثلا مواد شوینده، نگهداری در هوای گرم، عدم تهویش آب قرار گرفتن در مجاورت نور زیاد و گاهی بیماری، کم کم زرد می شوند و از بین می روند به همین دلیل ظرف یا گلدانی که در آن نگهداری می شود باید ماهی یک بار شسته شود و قبل از آنکه گیاه در آن قرار گیرد، کاملا خشک شود. اگر نگاه بسـالا را مدنظر قرار بدهید و بامبو را در دمای ۱۵ تا ۲۵ درجه سـانتیگراد و دور از نور مسـتقیم خورشید و باد مسـتقیم کولر نگه دارید و رطوبت لازم را برای آن فراهم کنید پس از مدت ۵ تا ۷ ماه شاهد قد کشیدن عجیب این گیاه پیچ خورده و سرسبزی آن خواهید بود. بامبو برعکس بقیه گیاهان، نگهداری می شود؛ یعنی وقتی نور گستری که آن برسد بیشـتر در جسـتجوی نور قد می کشد و در تماس با نور زیاد و گرما از ناخل می پوسـد. تمیز نگه داشتن آب بامبو و تهویش هفتگی اثر بسزایی در سلامت گیاه دارد. مقدار آب نیز باید تا اندازه ای باشد که تقریبا تا ۵/۲ سانتیمتر بالاتر از انتهای پایینی ساقه قرار بگیرد.

دو عامل برای زرد شدن بامبو مطرح است: نور مستقیم یا بیش از حد و آب لوله کشـی مورد استفاده برای گیاه که حاوی مقدار بیش از حد نمک یا فلوراید است. اگر گیاهتان زرد شده و رشد آن متوقف شده است، آن را از تابش مستقیم نور آفتاب دور کرده و آب آن را تنها از آب قیلتر شده یا آب معدنی طبیعی تامین کنید تا دوره پیدا و جدیدی را آغاز کند.

کاوش

"آنفلوآنزا" کشنده‌تر از کروناست!

به نظر می‌رسد چینی‌ها بیشتر از اینکه درگیر کرونا باشند، درگیر یک جنگ تمام عیار رسانه‌ای شـدند که در آن "ترس" برجسته‌سازی شده است؛ اما کرونا خطرناک‌تر از آنفلوآنزا نیست و اتفاقاً آنفلوآنزا کشنده‌تر از کرونا است!

به گزارش پیام آشنا به نقل از تسنیم، «کرونا» نوعی ویروس شـایع اسـت که باعث ایجاد عفونت در بینی، سینوس‌ها یا دستگاه تنفسـی فوقانی می‌شود؛ بیشتر ویروس‌های کرونای خفرناک نیسـتند؛ هر چند برخی مثل «ویروس مرس» کُشـنده هستند. ویروس مرس از خانواده کرونا در سـال ۲۰۱۲ در عربستان سعودی و سپس در کشورهای دیگر در خاورمیانه، اقریقا، آسیا و اروپا ظاهر شـد که در اثر آن حـدود ۸۵۸ نفر جان خود را از دسـت دادند؛ با وجود نزدیک بودن مرس، بسیاری از ما حتی نامش را هم نشنیده‌ایم!

اعلام وضعیت هشدار توسط سازمان بهداشت جهانی

در اوایـل سـال ۲۰۲۰، به‌دنبـال شـیوع بیمـاری در دسامبر ۲۰۱۹ در چین، سازمان بهداشت جهانی یک نوع جدید کرونا ویروس را شناسایی کرد؛ بیشتر ویروس‌های کورو به همان شیوه ویروس‌های سرماخوردگی، یعنی از طریق سرفه و عطسه، دست زدن به دست یا صورت قرد آلوده یا لمس کردن وسـایل افراد آلوده منتقل می‌شوند هر قرد به طور متوسط حداقل یک بار در زندگی خود به یک عفونت کورو ویروسی مبتلا می‌شود؛ سازمان جهانی بهداشـت با توجه به مرگ‌ومیرهای ناشی از این ویروس وضعیت اضطراری اعلام کرد است.

جنگ بیولوژیکی مسبوق به سابقه

جنگ بیولوژیکی به معنی استفاده از عوامل بیولوژیکی اعم از باکتری‌ها، ویروس‌ها، قارچ‌ها و قراردهدهای آنها به منظور اهداف خصمانه برای کشـتن یا ناتوان کردن انسـان‌ها، جانوران یا گیاهان اسـت. حمله بیولوژیکی مسـبوق به سابقه است؛ "شیرواشی" ژاپنی که در جریان آزمایش‌های پزشکی جان ۳۰۰۰ نفر از آدم را گرفت، همان شخصی است که در سـال ۱۹۵۵ دولت آمریکا اعتـراف کرده که به او پیشنهاد داده در قبال در اختیار قرار دادن اطلاعات مربوط به تحقیقات به آنها حق مصونیت از تعقیب دهد.

ادعای شیوع از آزمایشگاه‌های بیولوژیکی چین

اتهامـات بیولوژیکی یکـی از راهبردهـای تبلیغاتی کشورهاسـت؛ مثلا در حمله‌ی سال ۲۰۰۳ آمریکا به عراق بسـیار بر روی تسلیحات این چنینی مانور داده شـد. در جریان پیدایش و توسعه «کرونا»، رسانه‌های آمریکایی مدعی شـده‌اند که کرونا بصورت عمدی یا ناخواسته توسط آزمایشگاه پیشرفته‌ای در ووهان شکل گرفته است؛ نیویورک تایمز مدعی شده که شیوع ویروس می‌تواند به یک آزمایشـگاه نظامـی در ووهان مرتبط باشد؛ تنها منبع خبر این روزنامه برای طرح ادعایش نیز یک افسـر سابق اطلاعاتی اسرائیل اسـت! رادیو تگزاس هم مدعی شد که اداره بیولوژیکی چین در این حادثه نقش داشته است؛ منبع بیان کننده این ادعا هم همان شخصی است که در سـال ۲۰۱۷ در رادیو اسپوتنیک روسـیه مدعی شده بود مسـکو در حال انتقال توفانی سلاح‌های شیمیایی به کشورهای مسلمان است. ادعای دیگری هم مطرح شده که می‌گوید محققان کانادایی این ویروس را برای انجام یک‌سری آزمایش‌ها به چین فروخته‌اند! منشـأ این ادعا به قـردی باز می‌گردد که سابقاً توسط ناتو مسئولیت تبلیغاتی در قسمت سوریه و روسیه را بر عهده داشته است. قرضیه‌ای که ویروس کرونا را با انجـام آزمایش های بیولوژیکی مرتبط می‌داند، حدود ۶۰۰۰ بار در تیس‌بوک به اشتراک گذاشته می‌شود در سال ۲۰۰۳ هم این قرضیه مطرح شد که داده، حدود ۶۰۰۰ بار در تیس‌بوک به اشتراک گذاشته آیا بین بیماری سارس و تلاش‌های چین رابطه‌ای وجود دارد؟ در مقابل، دانشـمندان روسی گفته‌اند که ایالات متحده این ویروس را ایجاد کرده است و این امر باعث بی‌ثباتی اقتصاد چین و در عین حال سـود کلان برای شرکت‌های داروسازی آمریکا خواهد شد.

کرونا خطرناک‌تر از آنفلوآنزا نیست

در حالی تصاویر رسانه‌ای به‌صرعت در حال مخابره است و کشورها در حال اتخاذ تدابیر امنیتی هستند که برخی معتقدند این بیماری خطرناک‌تر از آنفلوآنزا نیسـت و اتفاقاً آنفلوآنزا کشنده‌تر از کروناسـت؛ از سوی دیگر برخی گزارش‌های رسـمی حکایت از این دارد که اکثر مرگ‌ها در سنین بالای ۶۰سال رخ داد که به نظر می‌رسد در گیر بیماری‌هـای دیگری هم بوده‌اند؛ بایـد بدانید در ایالات متحده آمریکا در فصل آنفلوآنزا ۸۳ درصد مرگ‌های رده سنی ۶۵ سال به علت این بیماری بوده است.

جنگ رسانه‌ای علیه چین

به نظر می‌رسد چینی‌ها بیشتر از اینکه درگیر کرونا باشند، درگیر یک جنگ تمام عیار رسـانه‌ای شـدند که در آن "ترس" برجسته‌سازی شده است؛ مثلاً کاربری در فضای شبکه اجتماعی شـروع به مدل‌سازی کرده و نمودار را هم نشان می‌دهد که بر اساس آن ۱۱ میلیون نفر ممکن است درگیر این بیماری شوند و احتمال مرگ ۸۰۰ هزار نفر وجود دارد.

مردم دروغ را باور می‌کنند

در پایان بهتر اسـت از ۳۰ اکتبر سال ۱۹۳۸ یاد کنیم که در آن، اورسـن واز از رادیو اعلام کرد که مریخی‌ها به نیویورجـی حمله کرده‌اند؛ در آن زمان بسـیاری از شنوندگان رادیو که خبر را باور کرده بودند، وحشت‌زده از خانه‌های خود خارج شدند اما بعداً مشخص شد این اخبار ساختگی بوده است. بی‌تردید شیوع و مقابله با هر بیماری مُسری که می‌تواند پیامدهای جانی برای جوامع انسانی داشته باشد، باید جدی گرفته و برای ریشه‌کنی آن تدبیر شود اما برجسته‌سازی ترس و باورمندی آن توسـط مردم که گاهاً از ترفندهای تبلیغاتی جریانات و کشـورهای سودجو اسـت، موجب خدشه‌دار شدن امنیت روانی جامعه می‌شود که در قضیه‌ی کرونا توان قلج‌کردن اقتصاد کشور چین را خواهد داشت و مهم‌تر از همه باید به این سـوال اندیشید که آیا می‌توان علت برجسته‌سـازی این خبر در مقطع زمانی را مرتبط با "معامله قرن" دانست؟

باجامعه همراه باشید

صفحه "جامعه" با رویکردی متفاوت از گذشته با مطالب متنوع در حوزه های جامعه‌شناسی، روانشناسی، سلامت، تغذیه، دکوراسیون، باغبانی، آموزه های قرآنی، معرفی کتاب، مشاوره و مدیریت خانواده، مسائل حقوقی و قضایی و هزاران موضوع جذاب و خواندنی دیگر، میهمان خانه هایتان است.

امید که بتوانیم با همراهی شما یاران همیشگی پیام آشنا در راستای ارتقای سبک زندگی گام بردارید.

نظرات، دیدگاه و انتقادات سـازنده خـود را با ما در میان بگذاریـد. از مطالب صاحبان قلم در حـوزه های اجتماعی استقبال می شود.

شماره تماس: ۳۲۵۵۳۸۳۸

قربونِ دَسِّت، اون شیر آبُ ببند.