

گوناگون

هشدار درباره خطرهای مواد آرایشی چشم و سرمه‌های غیر استاندارد

معاون اداره کل قرآوردنهای آرایشی و بهداشتی سازمان غذا و دارو، درباره مخاطرات استفاده نادرست از مواد آرایشی چشم و بمویزه سرمه‌های غیر استاندارد هشدار داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از سازمان غذا و دارو، بهروز اکبری گفت: مواد آرایشی چشم برای زیبایی یا پاکسازی اطراف چشم استفاده می‌شوند و در صورت استفاده درست، مشکلی ایجاد نمی‌کنند و توضیح داد: برخی قرآوردن‌ها به‌دلیل عدم رعایت بهداشت و استفاده از لوازم آرایشی نامناسب می‌شوند و استفاده از آنها می‌تواند منجر به عفونت و آسیب چشم شود. او تأکید کرد: هیچ قرآوردنی که برای ناحیه چشم طراحی نشده نباید استفاده شود. همچنین استفاده از سرمه‌های غیر استاندارد و استفاده از لوازم آرایشی حتی با دوستان نزدیک خطر انتقال میکروب و بروز عفونت را افزایش می‌دهد. اکبری گفت: استفاده از تسترهای در فروشگاه‌ها یکی از مسیرهای اصلی انتقال آلودگی است. زیرا افراد زیادی از یک محصول استفاده می‌کنند. او توصیه کرد: در صورت نیاز به تست، تنها از لایکاتوره‌های نو و یکبار مصرف استفاده شود. معاون اداره کل قرآوردنهای آرایشی و بهداشتی سازمان غذا و دارو، درباره سرمه نیز هشدار داد و گفت: بسیاری تصور می‌کنند سرمه به دلیل سنتی بودن بی‌خطر است، در حالی که این ماده در واقع مخفف غلظت ماندگاری کربل و سورمه حاوی فلزات سنگین و سنی در جمله سرب، کادمیوم و آرسنیک است. این ترکیبات قابلیت تجمع زیستی در بدن دارند و می‌توانند آثار زایل‌ناور و جدی برای چشم و سلامت فرد ایجاد کنند. اکبری بر لزوم استفاده از محصولات دارای مجوز سازمان تأکید کرد و گفت: نظارت بر قرآوردنهای آرایشی چشم با هدف جلوگیری از عرضه محصولات نامناسب انجام دارد.

ارتباط فواید ورزش با محل زندگی

بهبود سلامت روان، کاهش خطر بیماری‌های قلبی و کوچک کردن ساینز کمر، همگی از فواید شناخته‌شده ورزش منظم هستند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایندیپندنت، اما مطالعات جدید نشان می‌دهد برخی مزایایی که با تحرک به دست می‌آیند ممکن است فقط به دلیل محل زندگی کاهش پیدا کنند. متخصصان دریافته‌اند افرادی که به‌طور منظم ورزش می‌کنند اما در معرض هوای به‌شدت آلوده قرار دارند، به نظر می‌رسد فواید ورزش در کاهش مرمکوزین آن‌ها به نصف کاهش پیدا می‌کند. یک مطالعه از سوی متخصصان کالج دانشگاهی لندن (University College London)، که در نشریه پزشکی BMC Medicine منتشر شده است، داده‌های بیش از ۱۵ میلیون بزرگسال را که به‌مدت بیش از یک دهه در کشورهای هلند، انگلیس، ناپلین، چین، نامرک و آمریکا پیگیری شده بودند، تحلیل کرده است. داده‌های ورزشی این افراد در کنار میزان ریزش مویسوم به پیم ۲۵ (ذرات معلق ۲۵) ممکن است در ریه‌ها گیر کنند و وارد جریان خون شوند، بررسی شد. متخصصان دریافته‌اند افرادی که دست‌کم دو ساعت در نیم در هفته ورزش متوسط یا شدید می‌کنند، ۳۰ درصد کمتر از کسانی که ورزش نمی‌کنند در معرض خطر مرگ قرار دارند. اما اگر افراد این گروه بسیار فعال از نظر جسمی در منطقه‌ای با آلودگی بالای ریزش‌ها (بیش از ۲۵ میکروگرم در هر متر مکعب) زندگی کنند، این کاهش خطر به نصف محدود و ۱۲ تا ۱۵ درصد می‌رسد. فواید سلامت ناشی از ورزش برای افراد در مناطق با سطوح بالاتر آلودگی به ریزش‌ها کاهش بیشتری دارد. متخصصان دریافته‌اند برای کسانی که در معرض سطوح بالاتر از ۲۵ میکروگرم در هر متر مکعب قرار دارند، تأثیر ورزش در کاهش خطر سرطان «دیگر قوی نیست».

به گفته تیم پژوهشی، تقریباً نیمی (۴۶ درصد) از جمعیت جهان در مناطقی زندگی می‌کنند که میزان آلودگی بیش از ۲۵ میکروگرم در هر متر مکعب است و حدود یک‌سوم (۳۶ درصد) نیز در مناطقی زندگی می‌کنند که میانگین سالانه پیم ۲۵ از ۲۵ میکروگرم در هر متر مکعب قرار می‌گیرد. برای شرکت‌کنندگان این پژوهش که در انگلیس زندگی می‌کردند، میانگین سالانه پیم ۲۵ ۲۵ پیم تراژ این آستانه‌ها بود و حدود ۱۰ میکروگرم در هر متر مکعب اندازه‌گیری شد. با این حال، متخصصان گفتند میزان آلودگی ریزش‌ها «بسیار متغیر» است و اضافه کردند که «فراوانی ناگهانی» آلودگی در شهرهای انگلیس می‌تواند از ۲۵ میکروگرم در هر متر مکعب قرار رود. پژوهش «پوین گوت» محقق اصلی این پژوهش از دانشگاه ملی چنگ هسینگ ناپلین گفت: یافته‌ها نشان می‌دهد ورزش در محیط‌های آلوده نیز همچنان مفید است، اما بهبود کیفیت هوا می‌تواند این منافع برای سلامت را به میزان چشمگیری افزایش دهد. این تیم پژوهشی افزود: آثار منفی آلودگی را می‌توان با «بررسی کیفیت هوا، انتخاب مسیرهای پاک‌تر یا کاهش شدت فعالیت در روزهای آلوده» کاهش داد. پژوهش «هندو استیون» نویسنده دیگر این پژوهش از دانشکده علوم رفتاری و سلامت کالج دانشگاهی لندن گفت: مطالعه ما نشان می‌دهد هوای سنی می‌تواند تا حدی مانع فواید ورزش شود، هرچند آن‌ها را بین نمی‌برد. این یافته‌ها شواهد بیشتری از آسیب‌های است که آلودگی ریزش‌ها می‌تواند به سلامت ما وارد کند. او در ادامه افزود: ما متعجبیم هوای پاک و فعالیت بدنی هر دو برای سالمندی سالم و ضروری هستند و بنابراین، توصیه می‌کنیم تلاش‌های بیشتری برای کاهش سطوح آلودگی مضر برای سلامت صورت بگیرد.

زنان و خانواده

هشدار درباره پیامدهای آلودگی هوا بر سلامت مادر و جنین

سرشار از آنتی‌اکسیدان مانند برتقال، کیوی، هویج و سبزیجات برگ‌سبز و خودداری از انجام فعالیت‌های سنگین که باعث افزایش تنفس و ورود بیشتر آلودن‌ها به بدن می‌شود. همچنین توجه به علام هشداردهنده مانند تنگی نفس، سردرد شدید یا کاهش حرکات جنین ضروری است و در صورت بروز این نشانه‌ها باید فوراً به پزشک مراجعه شود. این عضو هیات علمی دانشگاه تأکید کرد: آلودگی هوا یک تهدید جدی برای سلامت مادر و جنین است؛ اما با رعایت توصیه‌های ساده و پایش سلامت، می‌توان از بسیاری از پیامدهای آن پیشگیری کرد.

در روزهای آلوده غذای چرب نخورید

دکتر مه‌تاب مقدم، مدیرکل بهداشت و تغذیه، گفت: در کاهش التهاب ریه و بهبود عملکرد تنفسی نقش مهمی دارد. وی همچنین بر مصرف آموئیدهای مفیدی چون زردچوبه و زنجبیل و نوشیدن مایعات کافی تأکید کرد و گفت: این موارد به دفع بهتر مواد مضر از بدن کمک می‌کنند. استفاده از شیر و لبنیات کم چرب و نوشیدن مایعات کافی در هنگام آلودگی هوا کمک‌کننده است. قلمی با هشدار نسبت به مصرف غذاهای چرب

دکتر مه‌تاب مقدم، مدیرکل بهداشت و تغذیه، گفت: در کاهش التهاب ریه و بهبود عملکرد تنفسی نقش مهمی دارد. وی همچنین بر مصرف آموئیدهای مفیدی چون زردچوبه و زنجبیل و نوشیدن مایعات کافی تأکید کرد و گفت: این موارد به دفع بهتر مواد مضر از بدن کمک می‌کنند. استفاده از شیر و لبنیات کم چرب و نوشیدن مایعات کافی در هنگام آلودگی هوا کمک‌کننده است. قلمی با هشدار نسبت به مصرف غذاهای چرب

مکث

۹۴ درصد بیماران HIV در ایران با درمان منظم دیگر ناقل ویروس نیستند

پزشکی، همگی نوزادان سالم به دنیا آوردند و هیچ موردی از انتقال ویروس از مادر به جنین گزارش نشده است. وی این دستاورد را خبر بسیار امیدوارکننده دانست و گفت: این موفقیت نشان می‌دهد که با تشخیص به موقع و درمان مناسب، می‌توان از انتقال بیماری جلوگیری کرد و آینده‌ای روشن برای بیماران و خانواده‌های آنان رقم زد. نامه‌های پوشش‌های اطلاع‌رسانی و افزایش آگاهی عمومی، موارد جدید ابتلا کاهش یابد و بیماران مبتلا نتوانند با درمان مناسب زندگی سالم و فعال داشته باشند.

به اطلاع می‌رساند همسر شما سر کلر خاتم فرشته قدوسی جهت اجرای دادگاه خانواده شهرستان کرج (۱۹ خانواده سابق) با مشخصات فوق‌الذکر به این دفتر مراجعه و تقاضای ثبت طلاق را نمودند. تلاش اینجانب جهت انصراف نامبرده از طلاق موثر واقع نشد لذا در اجرای قانون حمایت از خانواده به شما ابلاغ می‌گردد ظرف مدت یک هفته از تاریخ ابلاغ این ابلاغیه جهت اجرای دادنامه به دفتر خانه مراجعه نمایید و یا در صورت وجود مانع شرعی یا قانونی مراتب را کتبا اعلام نمایید. در غیر این صورت برابری مقررات و ضوابط شرعی و قانونی نسبت به اجرای دادنامه اقدام می‌گردد. ۲۰۶۴۰۸۰ زوج مجهول‌ال‌مکان میبایشد.

یک متخصص زنان و زایمان یا اشاره به آزارهای آلودگی هوا در روزهای اخیر، نسبت به پیامدهای این شرایط برای سلامت مادران باردار و جنین هشدار داد و خواستار توجه ویژه به توصیه‌های مراقبتی شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وب‌دکتر مه‌تاب مقدم، مدیرکل بهداشت و تغذیه، گفت: قرار گرفتن در معرض هوای آلوده می‌تواند با افزایش استرس اکسیداتیو و التهاب، خطر مشکلاتی مانند کاهش رشد جنین، افزایش احتمال زایمان زودرس و تشدید بیماری‌های تنفسی در مادر را افزایش دهد.

مکث

مکث

مکث

زندگی سالم و طولانی داشته باشند بلکه از انتقال بیماری به دیگران نیز جلوگیری می‌شود. وی با بیان اینکه خدمات درمانی در کشور کاملاً رایگان و محرمانه ارائه می‌شود، افزود: افراد می‌توانند حتی با نام مستعار به مراکز مشاوره و بیماری‌های رفتاری مراجعه کنند و بدون نگرانی از انگ اجتماعی یا قضاوت دیگران، تحت آموزش، مشاوره و تست قرار گیرند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وزارت بهداشت، به مناسبت روز جهانی ایدز، هنگامه نامداری تبار - رئیس اداره ایدز وزارت بهداشت - با اشاره به دستاوردهای کشور در زمینه کنترل HIV اظهار کرد: امروز آبی‌وی یک بیماری عفونی قابل کنترل است. اگر افراد به موقع تشخیص داده شوند و دارو مصرف کنند، نه تنها می‌توانند

به گزارش پیام آشنا به نقل از وب‌دکتر مه‌تاب مقدم، مدیرکل بهداشت و تغذیه، گفت: قرار گرفتن در معرض هوای آلوده می‌تواند با افزایش استرس اکسیداتیو و التهاب، خطر مشکلاتی مانند کاهش رشد جنین، افزایش احتمال زایمان زودرس و تشدید بیماری‌های تنفسی در مادر را افزایش دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وب‌دکتر مه‌تاب مقدم، مدیرکل بهداشت و تغذیه، گفت: قرار گرفتن در معرض هوای آلوده می‌تواند با افزایش استرس اکسیداتیو و التهاب، خطر مشکلاتی مانند کاهش رشد جنین، افزایش احتمال زایمان زودرس و تشدید بیماری‌های تنفسی در مادر را افزایش دهد.

مکث

مکث

مکث

به گزارش پیام آشنا به نقل از وزارت بهداشت، به مناسبت روز جهانی ایدز، هنگامه نامداری تبار - رئیس اداره ایدز وزارت بهداشت - با اشاره به دستاوردهای کشور در زمینه کنترل HIV اظهار کرد: امروز آبی‌وی یک بیماری عفونی قابل کنترل است. اگر افراد به موقع تشخیص داده شوند و دارو مصرف کنند، نه تنها می‌توانند

به اطلاع می‌رساند همسر شما سر کلر خاتم فرشته قدوسی جهت اجرای دادگاه خانواده شهرستان کرج (۱۹ خانواده سابق) با مشخصات فوق‌الذکر به این دفتر مراجعه و تقاضای ثبت طلاق را نمودند. تلاش اینجانب جهت انصراف نامبرده از طلاق موثر واقع نشد لذا در اجرای قانون حمایت از خانواده به شما ابلاغ می‌گردد ظرف مدت یک هفته از تاریخ ابلاغ این ابلاغیه جهت اجرای دادنامه به دفتر خانه مراجعه نمایید و یا در صورت وجود مانع شرعی یا قانونی مراتب را کتبا اعلام نمایید. در غیر این صورت برابری مقررات و ضوابط شرعی و قانونی نسبت به اجرای دادنامه اقدام می‌گردد. ۲۰۶۴۰۸۰ زوج مجهول‌ال‌مکان میبایشد.



به گزارش پیام آشنا به نقل از وزارت بهداشت، به مناسبت روز جهانی ایدز، هنگامه نامداری تبار - رئیس اداره ایدز وزارت بهداشت - با اشاره به دستاوردهای کشور در زمینه کنترل HIV اظهار کرد: امروز آبی‌وی یک بیماری عفونی قابل کنترل است. اگر افراد به موقع تشخیص داده شوند و دارو مصرف کنند، نه تنها می‌توانند

مکث

مکث

مکث

به اطلاع می‌رساند همسر شما سر کلر خاتم فرشته قدوسی جهت اجرای دادگاه خانواده شهرستان کرج (۱۹ خانواده سابق) با مشخصات فوق‌الذکر به این دفتر مراجعه و تقاضای ثبت طلاق را نمودند. تلاش اینجانب جهت انصراف نامبرده از طلاق موثر واقع نشد لذا در اجرای قانون حمایت از خانواده به شما ابلاغ می‌گردد ظرف مدت یک هفته از تاریخ ابلاغ این ابلاغیه جهت اجرای دادنامه به دفتر خانه مراجعه نمایید و یا در صورت وجود مانع شرعی یا قانونی مراتب را کتبا اعلام نمایید. در غیر این صورت برابری مقررات و ضوابط شرعی و قانونی نسبت به اجرای دادنامه اقدام می‌گردد. ۲۰۶۴۰۸۰ زوج مجهول‌ال‌مکان میبایشد.

به اطلاع می‌رساند همسر شما سر کلر خاتم فرشته قدوسی جهت اجرای دادگاه خانواده شهرستان کرج (۱۹ خانواده سابق) با مشخصات فوق‌الذکر به این دفتر مراجعه و تقاضای ثبت طلاق را نمودند. تلاش اینجانب جهت انصراف نامبرده از طلاق موثر واقع نشد لذا در اجرای قانون حمایت از خانواده به شما ابلاغ می‌گردد ظرف مدت یک هفته از تاریخ ابلاغ این ابلاغیه جهت اجرای دادنامه به دفتر خانه مراجعه نمایید و یا در صورت وجود مانع شرعی یا قانونی مراتب را کتبا اعلام نمایید. در غیر این صورت برابری مقررات و ضوابط شرعی و قانونی نسبت به اجرای دادنامه اقدام می‌گردد. ۲۰۶۴۰۸۰ زوج مجهول‌ال‌مکان میبایشد.

عباس صیوری
رئیس ثبت اسناد و املاک

عباس صیوری
رئیس ثبت اسناد و املاک