

گوناگون

افزون به ۵۱ میلیون قطعه کارت هوشمند ملی صادر شد

سخت‌گیر سیستم ثبت اصول گشت کارت کتب ۵۱ میلیون و ۲۰۰ هزار و ۴۱۱ قطعه کارت هوشمند ملی صادر و به معنای...

به گزارش پیام آشنا، سیفاله اورتوی با بیان اینکه ۶۱ میلیون و ۱۲۲ هزار و ۵۷۹ نفر مراحل تکمیل ثبت‌نام کارت هوشمند ملی را انجام داده‌اند افزود از این تعداد کارت هوشمند ملی صادر شده...

ایورتوی افزود از اسفند سال ۹۶ با مشکل تعیین بدهت کارت موجه شدیم و از آغاز سال ۹۷ با شرکت‌های متولی که چاقچه دولتی متولی تعیین و تولید آن است، وارد مذاکره شده و قرار شد که بدهت کارت ابری ملی به مبلغ خارجی باشد در نهایت آزمایشات طولانی انجام شد...

ایورتوی افزود کارت هوشمند ملی برای احراز هویت افراد، با استفاده از کارت، بین دو طرف گشت احراز هویت انجام می‌دهد و هر جا که لازم شد، کارت هوشمند احراز هویت تمام و هویت ارسالی زبانی شود...

راهاندازی سامانه شاسایی کودکان کار در کارگاه‌های تزئینی

سرپرست دفتر امور آسیب‌دیدگان اجتماعی سازمان بهزیستی کشور گفت در حال تعیین مدل و سامانه‌های شنیت با کودکان کار در کارگاه‌های تزئینی از طریق کارگاه‌سازی مردمی شنیتایی کنیم

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، احمد علی‌گو افزود شنیتایی کودکانی که در کارگاه‌های تزئینی به کار گرفته شده‌اند، سخت است اما در جملعه هر کسی به نوبه خود در کارگاه‌های مردمی امکان است تا ممکن است با کودکان کار مواجه شود که می‌تواند درباره دیگر اطلاعاتی کند تا اقدامات حمایتی برای کودکان انجام شود...

سرپرست دفتر امور آسیب‌دیدگان اجتماعی سازمان بهزیستی کشور افزود شنیتایی کودکانی که در این سامانه با پایان سال آماده شود و اولین میزان کاهش بدهت بچه‌های پیشدانشی کودکان کار و خیابان کودکان کار و خیابان درز زبانی داشته باشد بدهت بچه‌ها نیز به مبلغی شورای اسلامی، رقم رسد و بودجه ۱۲۴ میلیارد تومان برای شنیتایی کودکان کار و خیابان در نظر گرفته شد...

سرپرست دفتر امور آسیب‌دیدگان اجتماعی سازمان بهزیستی کشور گفت متوجه کودکان کار و خیابان موضوع انفرادات شنیتایی در این سال، صرفه یعنی کودکان کار در تمام کشور شنیتایی می‌شود...

سرپرست دفتر امور آسیب‌دیدگان اجتماعی سازمان بهزیستی کشور گفت متوجه کودکان کار و خیابان موضوع انفرادات شنیتایی در این سال، صرفه یعنی کودکان کار در تمام کشور شنیتایی می‌شود...

سرپرست دفتر امور آسیب‌دیدگان اجتماعی سازمان بهزیستی کشور گفت متوجه کودکان کار و خیابان موضوع انفرادات شنیتایی در این سال، صرفه یعنی کودکان کار در تمام کشور شنیتایی می‌شود...

از دست دادن دندان عقل به افزایش حس چشایی کمک می‌کند

مطالعه‌های نشان می‌دهد از دست دادن دندان عقل منجر به افزایش حس چشایی می‌شود

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، یافته‌های نتایج مطالعه قبلی را به چالش می‌کشد. مطالعات قبلی فقط اثرات نامساعد بر حس چشایی پس از کشیدن دندان عقل اشاره داشته و به طور کلی اعتقاد بر این است که این اثرات با گذشت زمان از بین می‌روند...

ریچارد دوتوی، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه پنسیلوانیا در این باره می‌گوید این مطالعه جدید به ما نشان می‌دهد که عملکرد چشایی می‌تواند بین زمان جراحی جماری و تا ۲۰ سال بعد کمی بهبود یابد...

شکرت کنندگان از نظر توانایی تشخیص طعم‌های شیرین، شور، ترش یا تلخ مورد آزمایش قرار گرفتند برای هر چهار نوع حس چشایی، گروهی که دندان عقل نشان را کشیده بودند از گروه کنترل بهتر عمل کردند. محققان به این نتیجه رسیدند افرادی که دندان خود را می‌کشند در طعم متوسط ۱۰ تا ۱۳ درصد در طولانی مدت در توانایی چشایی نشان بهبود حاصل می‌شود. محققان دو توضیح احتمالی در این برهان ارائه می‌دهند...

بر اساس این گزارش، احتمال دوران است که آسیب عصبی ناشی از کشیدن دندان عقل ممکن است باعث حساسیت بیشتر به درمها شود. به گفته محققان، این عصب منقبض می‌شود و به بهبود عملکرد ناشی از کشیدن دندان بر عملکرد چشایی، مطالعه بیشتر لازم است.

یک جرعه کتاب



سر سختی: قدرت اشتیاق و پشتکار نویسنده: آنیلا داووت مترجم: سیدمه‌سماه (سیمین) سیدی نشر نوین

پیام آشنا: سر سختی: قدرت اشتیاق و پشتکار اثر آنیلا داووت است. آنیلا داووت در کتاب سر سختی: قدرت اشتیاق و پشتکار را به عنوان یکی از کتاب‌ها معرفی می‌کند...

این کتاب به سرعت وارد لیست پرفروش‌ترین‌های نیویورک تایمز و امروز شد و از بهترین کتاب‌های کسب و کار است.

مدیر کل امور دارویی سازمان غذا و دارو خبر داد: ورود ۳ میلیون دوز واکسن کرونا به کشور در روزهای پیش رو خبر داد



مدیر کل امور دارویی سازمان غذا و دارو از ورود ۳ میلیون دوز واکسن کرونا به کشور در روزهای پیش رو خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، سیدحیدر محمدی در گفتگویی ویژه خبری شبکه دو سیمه گفت در حالی که همه‌دنیاباری تأمین دارو دچار مشکلاتی هستند، ما متفکر داریم که جزو یکی از تولیدکنندگان واکسن در دنیا هستیم...

گرفتند. سبب می‌شود تا اواخر تیرماه، در تزریق واکسن کرونا به یک سرعت نسبی برسیم و بعد از آن برقیقتاً بتوانیم واکسن کووید را در یک بخش بزرگ عرضه کنیم و پس از آن حداقل ماهی ۴۵ میلیون کووید واکسن کووید را برکت دریافت خواهیم کرد.

مدیر کل امور دارویی سازمان غذا و دارو تاکید کرد خوش‌بین هستیم که سرعت تزریق واکسن کووید در کشور به روزانه ۲۵۰ هزار دوز برسد. وی ادامه داد: در حال حاضر ۲۵ میلیون دوز واکسن کووید را برکت گرفته‌ایم که این تعداد تا پایان تیرماه به ۴ میلیون دوز می‌رسد و تا...

چگونه از فواید سبزیجات بیشتر بهره‌ا ببریم؟



آیا در طول روز به اندازه کافی سبزیجات مصرف می‌کنید؟ سبزیجات غیرنشاسته‌ای منبع مواد مغذی و پودرهای طبیعی قوی هستند که بدن شما را برای بهبود عملکرد و تقویت سیستم ایمنی بدن تقویت می‌کنند...

به گزارش پیام آشنا به نقل از تی‌ان‌تی، رنگ سبزیجات، علامتی است که نشان می‌دهد یک سبزی دارای طیف گسترده‌ای از فیتونوترینت‌هایی است که فراتر از تغذیه و بعضی از سبزیجات رنگی، فعالیت‌های شناختی و آنتی‌اکسیدانی در بدن دارند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تی‌ان‌تی، رنگ سبزیجات، علامتی است که نشان می‌دهد یک سبزی دارای طیف گسترده‌ای از فیتونوترینت‌هایی است که فراتر از تغذیه و بعضی از سبزیجات رنگی، فعالیت‌های شناختی و آنتی‌اکسیدانی در بدن دارند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تی‌ان‌تی، رنگ سبزیجات، علامتی است که نشان می‌دهد یک سبزی دارای طیف گسترده‌ای از فیتونوترینت‌هایی است که فراتر از تغذیه و بعضی از سبزیجات رنگی، فعالیت‌های شناختی و آنتی‌اکسیدانی در بدن دارند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تی‌ان‌تی، رنگ سبزیجات، علامتی است که نشان می‌دهد یک سبزی دارای طیف گسترده‌ای از فیتونوترینت‌هایی است که فراتر از تغذیه و بعضی از سبزیجات رنگی، فعالیت‌های شناختی و آنتی‌اکسیدانی در بدن دارند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تی‌ان‌تی، رنگ سبزیجات، علامتی است که نشان می‌دهد یک سبزی دارای طیف گسترده‌ای از فیتونوترینت‌هایی است که فراتر از تغذیه و بعضی از سبزیجات رنگی، فعالیت‌های شناختی و آنتی‌اکسیدانی در بدن دارند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تی‌ان‌تی، رنگ سبزیجات، علامتی است که نشان می‌دهد یک سبزی دارای طیف گسترده‌ای از فیتونوترینت‌هایی است که فراتر از تغذیه و بعضی از سبزیجات رنگی، فعالیت‌های شناختی و آنتی‌اکسیدانی در بدن دارند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تی‌ان‌تی، رنگ سبزیجات، علامتی است که نشان می‌دهد یک سبزی دارای طیف گسترده‌ای از فیتونوترینت‌هایی است که فراتر از تغذیه و بعضی از سبزیجات رنگی، فعالیت‌های شناختی و آنتی‌اکسیدانی در بدن دارند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تی‌ان‌تی، رنگ سبزیجات، علامتی است که نشان می‌دهد یک سبزی دارای طیف گسترده‌ای از فیتونوترینت‌هایی است که فراتر از تغذیه و بعضی از سبزیجات رنگی، فعالیت‌های شناختی و آنتی‌اکسیدانی در بدن دارند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تی‌ان‌تی، رنگ سبزیجات، علامتی است که نشان می‌دهد یک سبزی دارای طیف گسترده‌ای از فیتونوترینت‌هایی است که فراتر از تغذیه و بعضی از سبزیجات رنگی، فعالیت‌های شناختی و آنتی‌اکسیدانی در بدن دارند.

سر سختی: قدرت اشتیاق و پشتکار را به چه کسانی پیشنهاد می‌کنیم؟ کتاب سر سختی: قدرت اشتیاق و پشتکار اثر آنیلا داووت است. آنیلا داووت در کتاب سر سختی: قدرت اشتیاق و پشتکار را به عنوان یکی از کتاب‌ها معرفی می‌کند...

منتهای هابی بی‌اری زندگی



نامت، مگانم را در می‌گوید نامت در چاهم گز می‌گوید کتاب وصف گل سویی موهجرات انشی

تازه‌های سلامت

۳ امگا ۳ به تسکین سردردهای میگرنی کمک می‌کند

نتایج مطالعه نشان می‌دهد خوردن مقدار زیادی ماهی روغنی و مغزچربی اجلی که معمولاً از اسید چرب امگا ۳ هستند می‌تواند درد شدید میگرن را تسکین دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از دیلی میل، مطالعات نشان می‌دهد مصرف اسیدهای چرب امگا ۳ به توقف میگرن کمک می‌کند. این اسید در غذاهایی مانند ماهی آزاد، ساردین و مغزچربی اجلی یافت می‌شود.

محققان دریافت‌کننده کمالی که سردرد ملامم دارند در صورت داشتن رژیم غذایی حاوی مقادیر زیاد ماهی روغنی مانند ماهی آزاد و سایر غذاهای غنی از اسیدهای چرب، درد کمتری خواهند داشت.

نتایج این مطالعه نشان داد شرکت کنندگانی که امگا ۳ بیشتری می‌خورند سردردهای کم شدت تر و کوتاه‌تری دارند.

تحقیقات قبلی حاکی از آن بود که اسیدهای چرب امگا ۳ اثرات کاهش درد در همه همراه هستند، در حالی که اسیدهای چرب امگا ۶ ممکن است درد را تشدید کند.

محققان دانشگاه کارولینای شمالی معتقدند درد وعده‌های روغنی باشد. محققان ادعا می‌کنند که یک رژیم غذایی سالم باید حداقل شامل دو وعده ماهی در هفته، از جمله یک وعده ماهی روغنی باشد.

تحقیق جدید شامل ۱۸۲ نفر بود که بین ۵ تا ۲۰ روز ۲ تا ۳ بار در هفته ماهی روغنی می‌خورند. محققان دریافت‌کننده کمالی که سردرد ملامم دارند در صورت داشتن رژیم غذایی حاوی مقادیر زیاد ماهی روغنی مانند ماهی آزاد و سایر غذاهای غنی از اسیدهای چرب، درد کمتری خواهند داشت.

نتایج این مطالعه نشان داد شرکت کنندگانی که امگا ۳ بیشتری می‌خورند سردردهای کم شدت تر و کوتاه‌تری دارند.

تحقیقات قبلی حاکی از آن بود که اسیدهای چرب امگا ۳ اثرات کاهش درد در همه همراه هستند، در حالی که اسیدهای چرب امگا ۶ ممکن است درد را تشدید کند.

محققان دانشگاه کارولینای شمالی معتقدند درد وعده‌های روغنی باشد. محققان ادعا می‌کنند که یک رژیم غذایی سالم باید حداقل شامل دو وعده ماهی در هفته، از جمله یک وعده ماهی روغنی باشد.

تحقیق جدید شامل ۱۸۲ نفر بود که بین ۵ تا ۲۰ روز ۲ تا ۳ بار در هفته ماهی روغنی می‌خورند. محققان دریافت‌کننده کمالی که سردرد ملامم دارند در صورت داشتن رژیم غذایی حاوی مقادیر زیاد ماهی روغنی مانند ماهی آزاد و سایر غذاهای غنی از اسیدهای چرب، درد کمتری خواهند داشت.

نتایج این مطالعه نشان داد شرکت کنندگانی که امگا ۳ بیشتری می‌خورند سردردهای کم شدت تر و کوتاه‌تری دارند.

تحقیقات قبلی حاکی از آن بود که اسیدهای چرب امگا ۳ اثرات کاهش درد در همه همراه هستند، در حالی که اسیدهای چرب امگا ۶ ممکن است درد را تشدید کند.

Advertisement for 'HABIBI' featuring a salmon and avocado dish. Text includes 'با چلعه همراه باشید' and 'مطالعه "جلمعه" با رویکردی متفاوت از گذشته با مطالب منبع در حوزه‌های سلامت، روانشناسی، سلامت تقدیه دکوراسیون بافانی، آموزه‌های قرآنی، معرفی کتاب‌ها و نشر و مدیریت خانواده سلامت حنونی و قضایی و هزاران موضوع جذاب و خواندنی دیگر. میمان خانه باهاتان است. امید که با توست با همراهی ما باران همگنی پیام آشنا در راستای ارتقای سبک زندگی گرم‌تر، در میان سلامت دیدگاه و تقدیات سلامت خود را با ما در میان بگذرانید. از مطالب صاحبان قلم در حوزه‌های اجتماعی استقبال می‌شود.

شماره تماس: ۰۲۱۵۵۲۳۸۸