گوناگون

۱۸ هزار دوز واکسن کرونا در شبانه‌روز گذشته تزریق شده است

در شبانه‌روز گذشته ۱۸ هزار و ۲۳۱ دوز واکسن کرونا در کشور تزریق شده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وزارت بهداشت، تا کنون ۶۴ میلیون و ۶۵۱ هزار و ۸۲۱ نفر دوز اول، ۵۸ میلیون و ۶ هزار و ۶۷ نفر دوز دوم و ۲۷ میلیون و ۷۶۲ هزار و ۹۲۴ نفر، دوز سوم واکسن کرونا را تزریق کرده‌اند و مجموع واکسن‌های تزریق شده در کشور به ۱۵۰ میلیون و ۴۲۰ هزار و ۸۱۲ دوز رسید.
در شبانه‌روز گذشته ۱۸ هزار و ۲۳۱ دوز واکسن کرونا در کشور تزریق شده است.

بازماندگان سرطان با ریسک بالاتر مشکلات قلبی روبه‌رو هستند

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد بازماندگان سرطان که از بیماری جان سالم به در برده اند، در آینده بیشتر در معرض مشکلات قلبی هستند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث دی نیوز، محققان دریافتند که در مقایسه با سایر افراد، بازماندگان سرطان ۴۲ درصد بیشتر در معرض خطر بیماری قلبی قرار دارند که به احتمال زیاد به دلیل آسیب ناشی از درمان سرطان است.
دکتر روبرتا فلوریدو، سرپرست تیم تحقیق از دانشکده پزشکی جانز هاپکینز در مریلند، گفت: «برخی شیمی‌درمانی‌ها می‌توانند به قلب آسیب برسانند و پرتودرمانی در منطقه قفسه سینه نیز می‌تواند بر قلب تأثیر بگذارد. بنابراین ممکن است این روش‌های درمانی در درازمدت خطر ابتلاء به بیماری‌های قلبی عروقی را افزایش دهند.» محققان مشاهده کردند خطر نارسایی قلبی بعد از سرطان بالا بود: ۵۲ درصد. خطر سکته نیز ۲۲ درصد افزایش یافت. با این حال، خطر بالاتری برای حمله قلبی یا بیماری عروق کرونر وجود نداشت. برای این مطالعه، محققان داده‌هایی را در مورد بیش از ۱۲۴۰۰ مرد و زن جمع‌آوری کردند که بخشی از مطالعه بررسی خطر بیماری‌های قلبی عروقی از سال ۱۹۸۷ تا ۲۰۲۰ بودند. از بین شرکت‌کنندگان، بیش از ۳۲۰۰ نفر در این مدت به سرطان مبتلا شدند. این مطالعه نشان داد افرادی که در بالاترین خطر ابتلاء به بیماری قلبی قرار داشتند، بازماندگان سرطان سینه، ریه و روده بزرگ بودند. سرطان‌های خون و لنفاوی نیز خطر بیماری قلبی را افزایش می‌دهند. از سوی دیگر، در مورد سرطان پروستات چنین نبود. فلوریدو گفت: «این سرطان به ندرت با درمان‌های تهاجمی که می‌تواند بر قلب تأثیر بگذارد، درمان می‌شود.» وی افزود: «مشکلات قلبی ممکن است در طول درمان سرطان یا ماهها یا سال‌ها پس از آن ایجاد شود.» فلوریدو می‌گوید: «این واقعیت که شما در طول شیمی درمانی به نارسایی قلبی مبتلا نشدید به این معنی نیست که ۱۰ تا ۱۵ سال بعد هم نخواهید شد. شما همیشه در معرض خطر بیشتری برای ابتلاء به نارسایی قلبی نسبت به بیمارانی هستید که این درمان‌ها را دریافت نکرده‌اند.» وی افزود: «در عین حال، بازماندگان سرطان باید اقدامات مناسبی برای کاهش خطر بیماری قلبی خود انجام دهند.» این یافته‌ها نشان می‌دهد که بازماندگان بزرگسال سرطان ممکن است به تشخیص و نظارت بیشتر برای بیماری‌های قلبی عروقی و نارسایی قلبی و استراتژی‌های پیشگیری از نارسایی قلبی نیاز داشته باشند.

چرا بهبودیافتگان از کرونا به درد معده و روده مبتلا می‌شوند؟

ورود عفونت به ناحیه روده عواقب جدی دارد زیرا میکروبیوم ناحیه روده را تغییر می‌دهد و ممکن است باعث التهاب، اسهال، سوءهاضمه و درد غیرطبیعی حین غذا خوردن شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث، در حالی که معمولا تب، سرفه شدید، گلودرد و لرز به عنوان علائم اصلی کووید۱۹ شناخته می‌شود، ویروس با روش‌های بیشتری بر بدن انسان از جمله اختلال در عملکرد طبیعی روده و معده تاثیر می گذارد.
بر اساس گزارش ایندیان اکسپرس تعداد زیادی از بیمارانی که یا از این بیماری بهبود یافته‌اند یا از آن رنج می‌برند، مشکلات روده و معده را تجربه کرده‌اند. راشی چودری، مربی ورزش بیماران مبتلا به دیابت، اظهار کرد: تعداد زیادی از بیماران در مرحله پس از کووید۱۹ مشکلات روده و معده را تجربه می کنند. چودری در توضیح دلیل احتمالی حمله ویروس به معده بیماران گفت: علی‌رغم اینکه کووید۱۹ عمدتا یک بیماری تنفسی در نظر گرفته می‌شود، این عفونت بر عملکرد روده و معده نیز تاثیر می گذارد. وی افزود: دلیل اصلی این مشکل تمایل ویروس برای اتصال به گیرنده‌های پروتئینی به نام ACE۲ است که به تعداد زیاد در روده انسان وجود دارد. ورود عفونت به ناحیه روده عواقب جدی دارد زیرا میکروبیوم ناحیه روده را تغییر می‌دهد و ممکن است باعث التهاب، اسهال، سوءهاضمه و درد غیرطبیعی حین غذاخوردن شود. چودری بیان کرد: وجود ویروس در قسمت روده می‌تواند باعث شکم‌درد به دلیل التهاب اعصاب روده شود. دلیلی که این مشکل را بدتر می‌کند، این واقعیت است که ماندگاری ویروس در قسمت روده در مقایسه با دستگاه تنفسی طولانی‌تر و ممکن است هفته‌ها بعد از خارج شدن ویروس از سیستم تنفسی ادامه داشته باشد.

چگونه روده خود را تقویت کنیم؟
تنها راهی که چودری برای مبارزه با تاثیر ویروس کشنده بر روده پیشنهاد کرده، تقویت میکروبیوتای روده است.
در ذیل چند پیشنهاد برای کمک به بیماران برای احساس بهتر ارائه شده است.
حذف تمام غذاهای فرآوری شده از رژیم غذایی می‌تواند به بهبود مشکل روده کمک زیادی کند. با وجود اینکه مصرف غذاهای سریع و فرآوری شده حتی در مواقع عادی مشکل‌ساز است اما کسانی که از مشکلات روده رنج می‌برند، باید به هر قیمتی از غذاهای فرآوری شده اجتناب کنند.
مصرف مقدار زیادی سبزیجات و میوه‌ها نیز می‌تواند درد ناشی از التهاب در قسمت روده را تسکین دهد.
نوشیدن مقدار کافی آب و مایعات همیشه روشی مفید است و می‌تواند به بیمارانی که از بیماری‌های پس از کووید رنج می‌برند، کمک کند. مایعات به حذف سموم از داخل بدن همچنین به تامین اکسیژن بیشتر به اندام‌ها کمک خواهد کرد.

زنان و خانواده

دستور رئیس جمهور برای پرداخت تسهیلات ویژه ازدواج به دهه شصتی‌ها

معاون امور زنان و خانواده رئیس جمهوری با اشاره به مشکلات ازدواج جوانان دهه شصتی، از دستور رئیس جمهوری به منظور درنظر گرفتن تسهیلات ویژه‌ای علاوه بر وام ازدواج همگانی، برای زوجین دهه شصتی خبر داد.

به گزارش پیام آشنا، انسیه خزعلی در صفحه توییتر خود با اشاره به هفته ملی ازدواج، نوشت: "به مناسبت هفته ازدواج، مشکلات جوانان دهه شصتی را در هیئت دولت مطرح نمودم و ریاست محترم جمهور دستور دادند که تسهیلات ویژه برای زوجین دهه شصتی، علاوه بر وام ازدواج همگانی، در نظر گرفته شود. در نیمه دوم سال ۱۴۰۰ این وام با همکاری معاونت روستایی، تنها خاص روستائیان بود."
بر اساس این گزارش، مبلغ وام ازدواج در سال ۱۴۰۱، برای هر یک از زوجین ۱۲۰ میلیون تومان و برای دختران کمتر از ۲۳ سال و پسران کمتر از ۲۵ سال ۱۵۰ میلیون تومان تعیین شده است.
پیش از این، به مناسبت هفته روستا و عشایر مقرر شده بود به تمام زوج‌های دهه شصتی روستایی و عشایری که از آغاز هفته روستا و عشایر سال گذشته (از ۱۵ مهر ۱۴۰۰) تا پایان سال ۱۴۰۰ ازدواج کنند؛ جمعا ۱۰۰ میلیون تومان (هر کدام ۵۰ میلیون تومان) تسهیلات تعلق گیرد.

تجهیز ۱۲ آزمایشگاه تشخیص آبله میمونی

رییس انستیتوپاستور ایران با اعلام تجهیز ۱۲ مرکز آزمایشگاهی در کشور جهت تشخیص آبله میمونی، گفت: باتوجه به لزوم آمادگی شبکه آزمایشگاهی تشخیص مولکولی کشور جهت تشخیص به‌هنگام موارد مشکوک احتمالی، انستیتو پاستور ایران کیت غربالگری ارتوپاکس ویروس را طراحی کرد و تیم پاسخ سریع انستیتو پاستور برای آمادگی جهت پاسخ به اپیدمی‌های احتمالی این بیماری شکل گرفته است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، رحیم سروری در همایش علمی آبله میمونی، با بیان اینکه در حال حاضر شبکه بین‌المللی انستیتو پاستور شامل ۳۳ عضو است که همکاری خوبی در حوزه‌های تحقیقاتی و بهداشتی با یکدیگر دارند، گفت: بعد از جنگ اول جهانی و مباحثی که در کشور ما می‌گذرد، به جنگ دوم جهانی می‌رسیم، در ۱۲۹۸ مقارن با ۱۹۲۰ انستیتو پاستور ایران افتتاح می‌شود. انستیتو پاستور ایران به عنوان موسسه تحقیقاتی، تولیدی، آموزشی و خدماتی با هدف تامین بهداشت، سلامت جامعه و کنترل و پیشگیری از بیماری‌های واگیر فعالیت می‌کند و افتخار این را داشته که در طول یکصد سال اخیر خدمات مفیدی را ارائه کند. سروری ادامه داد: در ۵۰ سال اول بخش‌های متنوعی در انستیتو پاستور شکل گرفته است؛ اعم از مایه‌کوبی، واکسیناسیون، اپیدمیولوژی، بخش‌های تشخیصی ویروس‌ها، باکتری‌ها و...
وی با اشاره اقدامات انجام شده در تاریخ فعالیت انستیتو پاستور در کشور، افزود: اولین اقداماتی که در حوزه پیشگیری از بیماری در انستیتو پاستور اتفاق افتاد، مایه‌کوبی آبله بود. در بحث هاری در ۱۳۰۱ بخش ضدهاری در انستیتو پاستور شکل می‌گیرد.
در زمینه عامل سل اقدامات وسیعی رخ می‌دهد. در زمینه بیماری‌هایی مانند حصبه که در آن زمان شیوع بالایی داشته، اقدامات خوبی انجام می‌شود. همچنین ۵ اپیدمی مربوط به وبا را انستیتو پاستور مدیریت کرده و واکسن شکل گرفته و استفاده می‌شود. این اقدامات ماندگار انستیتو پاستور است. در عین حال طاعون در کردستان شیوع می‌یابد که در این زمینه اقدام می‌شود و همچنان هم این مناطق به صورت مستمر رصد می‌شوند. در زمینه بیماری تب راجعه هم از جمله مواردی است که انستیتو پاستور اقدام کرده و همچنان هم تب‌های راجعه آندمیک را دنبال می‌کند. وی با بیان اینکه بعدها در انستیتو پاستور اقدامات خوبی در زمینه آبله اعم از آبله انسانی، گاوی و مرغان برای تشخیص افتراقی انجام شد، گفت: بعدها با تولید و واکسیناسیونی که در آبله انجام شد، از اقدامات خوب انستیتو پاستور ایران است. به نوعی می‌توان گفت یکی از متولیان ریشه‌کنی آبله در منطقه خاورمیانه شرقی ایران است. در آن زمان واکسن‌های آبله تولیدی انستیتو پاستور ایران در عراق، افغانستان و مصر استفاده شد. حتی برای فرانسه هم ارسال شد. رقمی حدود ۲۵۰ میلیون کودک از ۲۲ کشور واکسن‌های آبله تولید شده از سوی انستیتو پاستور را استفاده کرده‌اند. در بحث جذامیان هم آن زمان با کمک برخی کشورها در مشهد و تبریز و ... مجذومین استقرار یافتند. موضوع پالایش آب شرب تهران هم از مشکلاتی بود که وجود داشت و بسیار مهم بود. بعدها قنات‌ش را با توصیه‌های دانشمندان انستیتو پاستور پالایش کرده و آنالیز انجام دادند تا زمانیکه لوله‌کشی اتفاق افتاد. رئیس انستیتو پاستور ایران، با بیان اینکه یک مرکز تولیدی در کرج داریم که ظرفیت‌های تولیدی مفیدی دارد، گفت: همچنین یک مرکز پرورش حیوانات آزمایشگاهی خوبی در آنجا ایجاد شده که ناوگان و ظرفیت بسیار خوبی در سطح کشور است. در زمینه تولید واکسن پاستوکووک پلاس هم دیدیم که دانشمندان ما توانستند با همکاری دانشمندان کوبایی واکسن خوبی را تولید کنند.
سروری گفت: در اضطراری که امکان دادن واکسن به ایران از طریق کووکس نبود، لزوما باید انتقال تکنولوژی ساخت واکسن کرونا به کشور انجام می‌شد که به خوبی انجام شد و نقش خوبی در کشور ایفا شد. در زمینه واکسن پنوموکوک و روتاویروس هم که در دست راه‌اندازی است و آن را از طریق مجلس و وزارت بهداشت پیگیری می‌کنیم. وی با بیان اینکه سیاست فعلی انستیتو پاستور ایران، تحقیقات کاربردی در زمینه تشخیص و ارائه روش‌های کنترل بیماری‌ها است، گفت: انستیتو پاستور ایران مرکز همکار سازمان جهانی بهداشت در حوزه هاری است. همچنین آزمایشگاه مرجع کشوری هستیم. آزمایشگاه همکار مرجع در هپاتیت، ایدز، سل و آنفلوآنزا هستیم و در تشخیص بیماری‌ها و تعقیب مستمر بیماری‌های نوپدید و بازپدید نیز انستیتو پاستور نقش ایفا می‌کند. در عین حال شبکه آزمایشگاهی کووید۱۹ نیز از سوی انستیتو پاستور راه‌اندازی شد که بیش از ۵۰۰ آزمایشگاه در طول دوره وانفسای کووید متصل شدند. وی با بیان اینکه در دوم خرداد ماه ۱۴۰۱، آزمایش تشخیص مولکولی آبله میمونی در انستیتو پاستور ایران راه‌اندازی شد، گفت: باتوجه به لزوم آمادگی شبکه آزمایشگاهی تشخیص مولکولی کشور جهت تشخیص به‌هنگام موارد مشکوک احتمالی، انستیتو پاستور ایران کیت غربالگری ارتوپاکس ویروس را طراحی کرد و تیم پاسخ سریع انستیتو پاستور برای آمادگی جهت پاسخ به اپیدمی‌های احتمالی شکل گرفت. در حال حاضر ۱۲ مرکز به عنوان مراکز اصلی در نقاط مختلف کشور برای تشخیص آبله میمونی تجهیزات شدند. وی گفت: از ابتدای خرداد ماه سال جاری بررسی نمونه‌های مشکوک آبله میمونی در آزمایشگاه پاسخ سریع انستیتو پاستور در حال انجام است. تا امروز در ۸۱ نمونه تست غربالگری آبله میمونی انجام شده است. ۳۷ نمونه غربالگری هم در مراکز دیگر اتفاق افتاده است. وی تاکید کرد: پیشگیری و کنترل بیماری‌های واگیر جزو تکالیف اصلی ماست که همچنان آن را دنبال می‌کنیم.

بدانیم

آیا استرس می‌تواند موجب سکته مغزی شود؟

افراد وقتی استرس دارند زیاد می‌شنویم که می‌گویند: «دارم سکته مغزی می‌کنم!» اما آیا واقعا استرس می‌تواند موجب سکته مغزی شود یا این فقط یک بزرگنمایی است؟ بله، استرس می‌تواند احتمال سکته مغزی را بالا ببرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تبیان، سکته مغزی یکی از علت‌های شایع مرگ و ناتوانی در دنیاست و برای هرکسی و در هر سنی می‌تواند رخ دهد. مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها (CDC)، فشارخون بالا، بیماری قلبی، کلسترول بالا، دیابت و سیگار کشیدن را شایع‌ترین علت‌های سکته مغزی می‌داند؛ اما سکته مغزی دلایل کمتر شایعی هم دارد که باید بدانید.

کوکائین
استفاده از کوکائین می‌تواند:
. رگ‌های خونی را فشرده و مسدود کرده و جریان خون به سمت مغز را کاهش داده یا ببندند.
. ضربان قلب و فشارخون را بالا ببرد و سبب خونریزی در مغز شود.
دیگر مواد مخدر هم می‌توانند سبب سکته مغزی شوند، مثلا ماریجوانا و متامفتامین و هروئین. مصرف زیاد نوشیدنی‌های انرژی‌زا نیز می‌تواند ریسک سکته مغزی را افزایش دهد.

سوراخی در قلب
همه‌ی افراد با یک سوراخ ریز در قلب متولد می‌شوند. با رشد جنین در رحم مادر، این منفذ اجازه می‌دهد خون از سمت راست قلب به سمت چپ آن جریان داشته باشد. در شرایط رشد نرمال، این سوراخ بلافاصله بعد از تولد بسته می‌شود. سپس نوزاد شروع می‌کند به استفاده از ریه‌ها برای تنفس.
اما در یک چهارم افراد این سوراخ بسته نمی‌شود. خیلی وقت‌ها این منفذ باز مشکلاتی ایجاد می‌کند. برخی از افراد هرگز نمی‌دانند که سوراخی در قلبشان دارند؛ اما این نقص ساختاری یکی از علت‌های کمتر شایع سکته مغزی است.
خونی که از دهلیز راست به دهلیز چپ نشت می‌کند می‌تواند سبب تشکیل لخته خون شود. این لخته به سمت مغز حرکت کرده و سبب سکته مغزی می‌شود.

لخته خون در پاها و لگن
گاهی لخته خون در رگ‌های خونی پاها و لگن تشکیل می‌شود. این اتفاق می‌تواند ناشی از آسیب، بی‌تحرکی، مصرف قرص‌های جلوگیری از بارداری، هورمون درمانی یا اختلالات لخته خون باشد. زنان باردار نیز احتمال دارد به این عارضه دچار شوند که به آن ترومبوز رگ‌های عمقی (DVT) می‌گویند. این لخته‌ها می‌توانند تکه‌تکه شده و عروق تغذیه‌کننده‌ی مغز را مسدود نمایند.

قرص‌های پیشگیری از بارداری
قرص‌های پیشگیری از بارداری با دوزهای بالایی از استروژن می‌توانند ریسک سکته مغزی را به دنبال داشته باشند. خصوصا خانم‌هایی که فشارخون بالا دارند، چاق هستند و یا سیگار می‌کشند بیشتر در معرض این عارضه‌اند. قرص‌های پیشگیری از بارداری هورمونی می‌توانند مکانیسم‌های تشکیل لخته‌خون را در بدن فعال کنند.

پارگی در رگ گردن
آسیبی در گردن یا برخی از عوارض می‌توانند سبب پارگی در دیواره‌ی شریان در گردن شوند. بعد از شکافته شدن بافت، خون به بیرون نشت کرده و لخته خون تشکیل می‌دهد. اگر این لخته به اندازه کافی بزرگ باشد می‌تواند جریان خون را به سمت مغز بند بیاورد یا کاهش دهد. پارگی رگ گردن، علت یک پنجم موارد سکته مغزی در افراد زیر ۶۰ سال می‌باشد.
پارگی رگ گردن معمولا به عمل جراحی نیاز ندارد. بدن شما می‌تواند در عرض چند هفته یا چند ماه این پارگی را ترمیم کند. پزشک ممکن است یک داروی رقیق‌کننده‌ی خون تجویز کند تا به این ترمیم کمک نماید. در دوره‌ی نقاهت نباید فعالیت سنگین انجام دهید.

درمان سرطان سینه
گاهی درمان‌های سرطان سینه می‌توانند موجب تشکیل لخته خون شوند.

آیا استرس علت کمتر شایع سکته مغزی است؟
زندگی با اضطراب و استرس مداوم می‌تواند فشارخونتان را بالا ببرد. فشارخون بالا به مرور زمان می‌تواند به رگ‌های خونی آسیب بزند و سبب سکته مغزی بشود.
استرس به اندازه‌ی دیگر ریسک فاکتورهای حوادث قلبی و عروقی (مثلا دیابت و فشارخون بالا و سیگار) موجب سکته مغزی نمی‌شود. توضیح دادن و سنجیدن استرس کار سختی است، اما چیزی که خیلی خوب می‌دانیم این است که استرس اثرات منفی بر این ریسک فاکتورها داشته و فشار زیادی به قلب وارد می‌کند.

هرچند امکان ندارد بتوانیم استرس و اضطراب را به طور کامل از زندگی حذف کنیم، اما توصیه‌های زیر کمک می‌کنند جلوی استرس و اضطراب زیاد را بگیرید:
. زیاد ورزش و استراحت کنید.
. به تغذیه سالم اهمیت بدهید.
. با دوستان و خانواده ارتباطتان را حفظ کنید، حتّی اگر مجازی باشد.
. نگرانی‌های خود را با یک دوست قابل اعتماد یا یک مشاور در میان بگذارید.
. هر روز موضوعی برای خندیدن و شاد بودن پیدا کنید
. برای سرگرمی‌های مورد علاقه‌تان و چیزهایی که به شما لذت می‌دهند بیشتر وقت صرف کنید.
. ورزش‌های کششی انجام دهید و تکنیک‌های تنفس عمیق را یاد بگیرید.
. هر روز برای خودتان وقت بگذارید، حتی اگر چند دقیقه باشد.
. وقتی احساس می‌کنید استرس و تنشتان در حال افزایش است، چند دقیقه‌ای مکث کرده و از زاویه دیگری به موقعیتتان نگاه کنید.
. به خودتان این اجازه را بدهید تا به درخواست‌هایی که استرستان را زیاد می‌کنند نه بگویید.
. برای تسکین استرس سراغ الکل و سیگار نروید.
. اگر فکر می‌کنید استرستان زیاد است و خودتان قادر به کنترلش نیستید به یک روانشناس یا درمانگر مراجعه کنید.

شهریه ثابت مدارس غیردولتی اعلام شد

رئیس سازمان مدارس و مراکز غیردولتی و توسعه مشارکت‌های مردمی وزارت آموزش و پرورش گفت: حداقل شهریه ثابت مدارس غیردولتی ۴ میلیون و حداکثر شهریه ۳۵ میلیون و ۶۰۰ تومان مشخص شده است.

به گزارش پیام آشنا، احمد محمودزاده درباره میزان شهریه مدارس اظهار کرد: شهریه ثابت و فوق برنامه هر مدرسه به طور جداگانه در سامانه www.mosharekatha.ir اعلام شده است.
وی افزود: هر مدرسه باید تابلو میزان شهریه را از آموزش و پرورش منطقه دریافت و در مدرسه نصب کند و به این صورت دیگر نیازی به مراجعه خانواده در سامانه نیست، والدین می توانند با مراجعه به مدرسه ثبت نام دانش آموزان را کامل کنند.
رئیس سازمان مدارس و مراکز غیردولتی و توسعه مشارکت‌های مردمی وزارت آموزش و پرورش خاطرنشان کرد: همچنین خانواده‌ها می‌توانند برای پرداخت شهریه با مدارس به توافق برسند که بخشی را درهنگام ثبت نام و مابقی را در فرآیند سال تحصیلی انجام دهند.
محمودزاده ادامه داد: شهریه هر مدرسه با مدرسه دیگر و هر استان با استان دیگر متفاوت است، به همین دلیل هم افزایش شهریه به صورت درصدی اعمال نشده و متناسب با عملکرد مدارس به دنبال افزایش شهریه هستیم. وی یادآورشد: امسال درنظر داشتیم که شهریه مدارس با رقم های بالا افزایش چندانی پیدا نکنند و مدارس با میزان شهریه پایین فعالیت‌های آموزشی و پرورشی بهتری داشته باشند.

هزینه های کلاس فوق برنامه اختیاری است
معاون وزیر آموزش و پرورش عنوان کرد: در سامانه شهریه فوق برنامه دانش آموزان هم مشخص شده است، البته شهریه کلاس‌های فوق برنامه و هرگونه خدمات دیگر مانند هزینه های مربوط به ایاب و ذهاب، لباس فرم و تغذیه اختیاری و متفاوت با شهریه ثابت است.
محمودزاده با بیان اینکه شهریه ثابت برای همه مدارس لازم الاجراست، افزود: سایر هزینه‌ها در مدارس اختیاری است و خانواده ها می توانند پرداخت نکنند همچنین اینکه مدارس نمی توانند هزینه ای با عنوان کمک های مردمی از اولیا دریافت کنند. وی همچنین درباره تفاوت الگوی شهریه امسال به سال‌های گذشته اظهار کرد: امسال ۳۵ امتیاز از صد امتیاز به فرآیندها و فعالیت‌های آموزشی و پرورشی مدارس تعلق گرفت که البته برای سال تحصیلی آینده این فرآیند و الگو تغییراتی خواهد داشت.
معاون وزیر آموزش و پرورش ادامه داد: برای سال تحصیلی آینده، اجرایی سازی سند تحول بنیادین با توجه به شاخص های بررسی شده در قرارگاه و هم امتیاز رویکردهای پرورشی، تربیتی و آموزشی افزایش می یابد.

تأخیر در ورود به سامانه به حجم بالای کاربران مربوط می‌شود
وی درباره تأخیر در ورود کاربران به سامانه اعلام شهریه مدارس توضیح داد: سامانه www.mosharekatha.ir در خدمت همه موسسان، مدیران و اولیا دانش آموزان برای مشاهده میزان شهریه هر مدرسه قرار دارد، احتمال دارد با توجه به اینکه حجم ورود به این سامانه زیاد است، وارد شدن با کندی همراه شود اما مشکلی از نظر مسائل فنی وجود ندارد.
بر اساس این گزارش، سایت مشارکت‌ها مدارس غیردولتی، سایتی برای ارائه خدمات الکترونیکی به مدارس غیر دولتی با هدف سامانده‌ی به مشارکت‌های مردمی به روی کار آمده است.
در این سامانه خدمات مختلفی همچون استعلام شهریه مدارس، ثبت نام دوره های ضمن خدمت و... به صورت غیرحضوری ارائه می‌شود.

مینیمال هایی برای زندگی

مینیمال هایی برای زندگی
قبلاً گفته بودم که استعاره خطرناک است. عشق هم با یک استعاره شروع می‌شود. به دیگر سخن، عشق زمانی آغاز می‌شود که یک زن اولین حرفش را وارد حافظه‌ی شاعرانه‌ی ما می‌کند
از کتاب بار هستی
میلان کوندرا

تازه های سلامت

ارتباط بین آلودگی خاک و بیماری‌های قلبی‌عروقی

بر اساس نتایج یک مطالعه، آفت کش‌ها و فلزات سنگین در خاک ممکن است اثرات مضری بر سیستم قلبی عروقی داشته باشند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ساینس دیلی، پروفسور «توماس مونزل» از مرکز پزشکی دانشگاه ماینتس آلمان، می‌گوید: «آلودگی خاک نسبت به هوای کثیف خطر کمتری برای سلامتی انسان دارد. اما شواهد جدید نشان می‌دهد که آلاینده‌های موجود در خاک ممکن است از طریق مکانیسم‌های مختلفی از جمله التهاب و اختلال در ساعت طبیعی بدن به سلامت قلب و عروق آسیب برساند.» آلودگی هوا، آب و خاک عامل حداقل ۹ میلیون مرگ در سال است. بیش از ۶۰ درصد از بیماری‌ها و مرگ و میرهای مرتبط با آلودگی ناشی از بیماری‌های قلبی عروقی مانند بیماری ایسکمیک مزمن قلب، حمله قلبی، سکته مغزی و اختلالات تپش قلب (آریتمی) است. این مقاله روابط بین آلودگی خاک و سلامت انسان را با تمرکز ویژه بر بیماری‌های قلبی عروقی برجسته می‌کند. آلاینده‌های خاک عبارتند از فلزات سنگین، آفت کش‌ها و پلاستیک‌ها. محققان بیان می‌کنند که خاک آلوده ممکن است با افزایش استرس اکسایشی در رگ‌های خونی، با ایجاد التهاب، و با ایجاد اختلال در ساعت بدن (ریتم شبانه‌روزی) منجر به بیماری‌های قلبی عروقی شود. خاک آلوده ممکن است از طریق استنشاق گرد و غبار صحرا، ذرات کود یا ذرات پلاستیک وارد بدن شود. فلزات سنگین مانند کادمیوم و سرب، پلاستیک‌ها و سموم آلی (به عنوان مثال در آفت کش‌ها) نیز می‌توانند به صورت خوراکی مصرف شوند. آلاینده‌های خاک به رودخانه‌ها می‌روند و آب کثیفی ایجاد می‌کنند که ممکن است مصرف شود. آفت کش‌ها با افزایش خطر ابتلاء به بیماری‌های قلبی عروقی مرتبط هستند. در حالی که کارکنان در صنایع کشاورزی و شیمیایی با بیشترین قرار گیری در معرض این آلاینده‌ها مواجه هستند، عموم مردم ممکن است سموم دفع آفات را از طریق غذا، خاک و آب آلوده مصرف کنند. کادمیوم یک فلز سنگین است که به طور طبیعی به مقدار کم در هوا، آب، خاک و غذا وجود دارد و همچنین از منابع صنعتی و کشاورزی به دست می‌آید. غذا منبع اصلی کادمیوم در افراد غیر سیگاری است. نتایج یک مطالعه کره‌ای نشان می‌دهد کره‌ای‌های میانسال با میزان بالا کادمیوم در خون، با افزایش خطر سکته و فشار خون بالا روبرو هستند. سرب یک فلز سمی طبیعی است که با آلودگی محیطی از طریق استخراج، ذوب، ساخت و بازیافت ایجاد می‌شود. مطالعات ارتباط بین سطوح بالای سرب خون و بیماری‌های قلبی عروقی، از جمله بیماری عروق کرونر قلب، حمله قلبی و سکته مغزی را در زنان و در افراد دیابتی نشان داده‌اند. مطالعات بیشتر نشان داده است که خطر مرگ ناشی از بیماری‌های قلبی عروقی مرتبط با قرار گرفتن در معرض آرسنیک، یک متالوئید طبیعی که سطح آن می‌تواند به دلیل فرآیندهای صنعتی و استفاده از آب آلوده برای آبیاری محصولات افزایش یابد، افزایش می‌یابد. خطرات احتمالی گرد و غبار آلوده در هوا هم وجود دارد. گرد و غبار بیابانی می‌تواند مسافت‌های طولانی را طی کند و تحقیقات نشان داده است که ذرات خاک در چین و مغولستان با افزایش احتمال حمله قلبی در ژاپن مرتبط است. تعداد مراجعات به بخش اورژانس قلبی عروقی در ژاپن در روزهایی که در معرض گرد و غبار آسیایی قرار گرفته بودند، ۲۱ درصد بیشتر بود. تحقیقات نشان داده است که ذرات نانو و میکروپلاستیک‌ها می‌توانند به جریان خون برسند و این احتمال وجود دارد که به اندام‌ها بروند و باعث التهاب سیستمیک و بیماری قلبی متابولیک شوند. پروفسور مونزل گفت: «مطالعات بیشتری در مورد اثر ترکیبی چند آلاینده خاک بر بیماری‌های قلبی عروقی مورد نیاز است، زیرا ما به ندرت در معرض یک عامل سمی به تنهایی قرار می‌گیریم. تحقیقات در مورد اینکه چگونه نانو و میکروپلاستیک ممکن است باعث شروع و تشدید بیماری‌های قلبی عروقی شود، ضروری است. استفاده از ماسک صورت برای محدود کردن قرار گرفتن در معرض گرد و غبار بادی، تصفیه آب برای حذف آلاینده‌ها و خرید مواد غذایی پرورش یافته در خاک سالم، معقول به نظر می‌رسد».

باجامعه همراه‌باشید

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 برداریم.
نظرات، دیدگاه و انتقادات سازنده خود را با ما در میان بگذارید. از مطالب صاحبان قلم در حوزه های اجتماعی استقبال می‌شود.

شماره‌تماس: ۳۲۵۵۳۸۳۸