info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۳۸۹
دوشنبه / ۱۷ مهر / ۱۴۰۲
۲۳ / ربیع الاول / ۱۴۴۵
09 / October / 2023

صاحب امتیاز: موسسه همگانان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۲۸۳۸-۳۲۵۳۴۴۲۳-۲۲۵۴۴۲۳-۰۲۶ فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی ۵۸/۲۳
چاپ: کارگر

امروز با حافظ

بیا که با سرِ زلفت قرار خواهم کرد
کـه گـر سَرَم برود برندارم از قدمت
زحالِ ما دلت آگه شود مگر وقتی
که لاله بردمد از خاکِ کشتگانِ غمت

مسعود سعدسلمان

خواندنی

اگر سپهر بگردد ز حال خود تومگرد
وگر زمانه نسازد تو با زمانه بساز

اذان گرگرد — اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۴:۴۴	۰۶:۰۸	۱۱:۵۳	۱۷:۳۷	۱۷:۵۶

برگه

اگر چگونه مُردن را یاد بگیری، چگونه زیستن را نیز فراخواهی گرفت...

میچ آلبوم

اشاره

واردات مشروط چای آغاز شد
قیمت انواع چای ایرانی و خارجی را ببینید

رئیس سازمان چای در مورد تاثیر طرح واردات چای به کشور به ازای خرید چای داخلی بر قیمت چای بیان کرد: در بازار به اندازه کافی چای وجود دارد و سرریز واردات سال گذشته برای امسال را هم داریم، بنابراین در تامین چای هیچ مشکلی وجود ندارد و بازار متعادل است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از همشهری آنلاین، سندیکای کارخانجات چای شمال کشور اعلام کرد بر اساس دستور وزیر جهاد کشاورزی، قانون ثبت سفارش چای برای طرح واردات چای به ازای خرید چای داخلی آغاز شد. طبق این طرح، به ازای واردات ۲ کیلوگرم واردات چای خارجی باید یک کیلوگرم چای داخلی خریداری شود.

رئیس سازمان چای درباره جزئیات این خبر به همشهری آنلاین گفت: سال گذشته به دلیل واردات بیش از حد نیاز چای به کشور و تخصیص ارز غلط به تجار، یکسری مشکلات در صنعت چای به وجود آمد و شاهد رکود در این صنعت بودیم.

حبیب جهانساز ادامه داد: اگر ما بخواهیم امسال میانگین واردات چای را متناسب با میانگین واردات چای در ۵ سال قبل رعایت کنیم قطعا باید واردات کمتری نسبت به سال قبل داشته باشیم. بر این اساس، بعد از جلسات متعددی که ما برگزار کردیم وزیر جهاد کشاورزی دتا نگاه تجار باید لبتدا به تولید داخل باشد و آنها لبتدا نیاز بازار را از تولید داخل تامین کنند و بعد به سمت واردات چای خارجی بروند.

جهان ساز با بیان اینکه نیاز سالانه کشور به چای خشک حدود ۱۰۰ هزار تن است که نزدیک به ۳۰ درصد آن از طریق تولید داخل تأمین می‌شود، افزود: ما در حال کشور ۱۷۰ کارخانه تولید چای داریم و قرار معاش بالغ بر ۹۰۰ روستا و ۵۰ هزار چایکار به تولید چای وابسته است و اگر از تولید داخلی حمایت نشود ممکن برنج چای تولیدی روی دست تولیدکنندگان می‌ماند و آنها متضرر می‌شوند.

رئیس سازمان چای با تاکید بر اینکه دستور جدید وزیر جهاد کشاورزی به رونق صنعت چای و گردش مالی کارخانجات چای کمک می‌کند، ادامه داد: بر اساس این دستور، تجار باید لبتدا چای داخلی را خریداری کنند تا چایکاران یک مقدار از بحران خارج شوند و کارخانه‌ها بتوانند برگ سبز را خریداری و به موقع بفروشند تا مطالبات چایکاران را پرداخت کنند.

جهانساز با بیان اینکه قرارداد قیمت چای به دستور جدید وزیر جهاد کشاورزی ربطی ندارد، ادامه داد: البته چای وارداتی تابع نوع ارز است که مسئولان قول داده‌اند با این دستور تغییر چندانی در قیمت بازار ایجاد نشود و تا آنجا که من اطلاع دارم قیمت چای وارداتی از لحاظ داری تغییر نکرده و چند ماهی است که از تلاز نوم تامین می‌شود.

رئیس سازمان چای در مورد قیمت چای داخلی هم گفت: چای ایرانی با قیمت منلسبی در بازار موجود است به طوری که در حال حاضر هر کیلو چای داخلی با توجه به کیفیت و ارقام محصول از ۷۰ هزار تا ۲۵۰ هزار تومان قیمت دارد که قیمت چای ممتاز درجه یک ۲۵۰ هزار تومان است. البته اگر چای فروری و طهمدر و بسته‌بندی شده باشد، قیمت آن بالاتر است اما قیمت در کارخانجات و مراکز عمده‌فروشی پایین‌تر است.

قیمت چای خارجی در بازار

در حال حاضر هر کیلو چای خارجی فله‌ای در بازار بیش از ۴۰۰ هزار تومان است.

در مغازه‌های مرکز شهر تهران، هر کیلو چای فله‌ای ممتاز خارجی ۴۲۵ هزار تومان.

چای کلکته شکسته ۵۴۵ هزار تومان

چای سیلان ۴۴۵ هزار تومان

کلکته باروتی ۳۷۰ هزار تومان

و کلکته کله مورچه ۲۷۰ هزار تومان است.

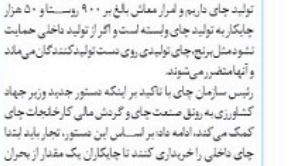
قیمت چای بسته‌بندی بیشتر است:

چای ارل گری شهرزاد ۵۰۰ گرم ۲۴۵ هزار تومان

چای سیلان شاهسوند ۴۵۰ گرم ۲۲۵ هزار تومان

چای سیاه هندوستان فلمیلا ۴۵۰ گرم ۲۲۵ هزار تومان

و چای سیاه معطر مخصوص احمد ۵۰۰ گرم ۳۱۲ هزار تومان است.



گزارش روز

شبکه‌های یگانه در به در به دنبال بهانه از زاهدان تا متروی تهران
دست خالی دروغ پردازان

آنچه امسال در سالگرد آغاز انتفاضه پاییزی در شهرهای ایران اتفاق افتاد بسیار دور از انتظار رسانه‌های یگانه و در واقع سکاندارن جبهه تبلیغاتی ضد جمهوری اسلامی بود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایران، نامیدی از خیابان‌های تهران و دیگر شهرها اما باعث نشد تا این رسانه‌ها از فرصت‌ها و پتانسیل‌هایی که تصور می‌کردند در استان‌های مرزی مانند سیستان و بلوچستان وجود دارد، چشم‌پوشی کنند.

تکرار ناکامی در سیستان و بلوچستان

«سالگرد جمعه خونین زاهدان» کلیدواژه پرتکرار رسانه‌های خارجی فارسی‌زبان در روزهای منتهی به پایان هفته گذشته بود؛ عبارتی با بار هیجانی قوی تا شاید پس از ناکامی این رسانه‌ها برای کشاندن عده‌ای به خیابان و راندارندی آشوبی دیداره در سالگرد درگذشت «مهسا امینی»، لااقل سیستان و بلوچستان دیداره به هم بریزد.

جمعه گذشته به عنوان سالگرد رخداد تلخی که هشتم مهرماه امسال گذشته در سیستان و بلوچستان اتفاق افتاد، مدت‌ها برنامه‌ریزی شده بود تا تجمعاتی برگزار شود و یا لااقل به نماز جمعه ترک کردند. دیواره آدرس آشوب در این استان، از هیچ تلاشی فروگذار نکردند. با این حال، فراخوان به سمت خیابان یا پمپاژ اخبار جعلی کارگر نیفتاد و زاهدان بنا بر اعلام مقام‌های استانی، وضعیتی عادی را گذراند.

دادستان سیستان و بلوچستان خبر داد اوضاع شهر زاهدان عادی و تصاویر تردد آدمی لبه‌ی لب مردم به خوبی شرایط را مدیریت کردند و در فراخوان‌ها شرکت نکردند. نمازگزاران در مسجد مکی حاضر شدند و بعد از اقامه نماز مسجد را ترک کردند. این در حالی بود که تمامی تلویزیون‌هایی چون «ایران اینترنشنال» در جمعه هفته گذشته و دنبال کردن اخبار در شبکه‌های اجتماعی آن تصویری از اوضاع زاهدان و برخی دیگر از شهرهای استان القا می‌کرد که این شهرها در حال سقوط‌اند و معترضان نیروهای امنیتی را از سراه خود برداشته‌اند.

از نظر حجمی نیز رسانه‌های معارض در روزهای پایانی هفته گذشته بخش قابل توجهی از محتوای خود را وقف بحران‌سازی در سیستان و بلوچستان کردند. به عنوان نمونه ایران اینترنشنال روز جمعه هفتم مهرماه (۲۹ سپتامبر)، از ۱۵۲ پست کلنل تلگرامی خود، ۶۴ پست یعنی در واقع ۴۲ درصد از محتوای خود را به وقایع زاهدان اختصاص داد.

دیگر رسانه‌های یگانه نیز البته با شدت و حدت متفاوت به وقایع زاهدان پرداختند. به عنوان مثال «بی‌بی‌سی فارسی» از ۶۳ پست تلگرامی خود در روز جمعه هفتم مهرماه ۱۷ پست یعنی حدود یک چهارم محتوای خود را مشخصاً به مسائل زاهدان اختصاص داد.

یکی از نمونه‌ترین محورهای این رسانه‌ها به بازخوانی حوادث سال گذشته زاهدان و تکرار روایت‌های پیشین از رویدادهای سال گذشته اختصاص داشت.

بی‌بی‌سی فارسی در گزارشی تصویری حوادث و رویدادهای زاهدان را کاملاً یک‌طرفه روایت و در گزارش خود همچنان بر گزارش‌هایی چون «خشونت نیروهای امنیتی» تأکید کرد. تازه‌ای این شبکه در این باره نوشت: «۸ مهر ۱۴۰۱، تعداد زیادی از نمازگزاران اهل سنت در زاهدان که هنگام خروج از مصلای بزرگ این شهر شعارهایی علیه جمهوری اسلامی سرداده‌اند، در اقدام مستقیم نیروهای امنیتی کشته و زخمی شدند. لهذا این فاجعه با حسدی بود که به این روز از جمعه خونین زاهدان نفریدند»

بی‌بی‌سی در گزارشی مدعی شد «در ماه‌های گذشته زاهدان هر جمعه شاهد تظاهرات ضد حکومتی بوده و حکومت هم در این مدت به تصفیه نیروهای بلوچ از دستگاه‌های اداری و دانشگاهی سیستان و بلوچستان ادامه داده است».

تأکید بر امنیتی بودن فضای زاهدان از دیگر محورهای برجسته در این رسانه‌ها بود. این رسانه‌ها لقاب «استاد» به گزارش‌های کامل تلگرامی «حق‌وش» مدعی حضور گسترده و سنگین نیروهای امنیتی به ویژه در اطراف مسجد مکی و مصلای زاهدان شدند. بخشی از محتوای منتشر شده در این زمینه به پیدیوهایی از سوی کاربران اختصاص داشت که زمان و مکان آن مشخص نبود. شبکه‌ها و کانال‌های فارسی‌زبان یگانه، تصاویر و گزارش‌هایی از روز جمعه زاهدان و برخی از شهرهای استان سیستان و بلوچستان منتشر کردند که حتی گاه شدیدترین واقایع بلیز پارسال به نظر می‌آمد این حال تحولات سیستان هم با وجود خبرسازی‌های متعدد درباره بازداشت ده‌ها نفر در سالگرد «جمعه خونین»، به نتیجه مورد نظر نرسید و روزهایی مانند گشتماری هم عملاً به شکست انجامید.

تلاش برای باقتن همزادی برای مهسا امینی؛ این بار آرمیتا گراوند

«آرمیتا گراوند، دانش‌آموز ۱۵ ساله تیرانیده در متروی شهداء اهل کرمانشاه و دانش‌آموز کلاس یازدهم هنرستان دولتی عروسانوفی در منطقه ۱۱ تهران»؛ این مشخصات دختر نوجوانی بود که ایران اینترنشنال بعد از حادثه‌ای که روز یکشنبه نهم مهرماه برایش اتفاق افتاد در اخبار خود تکرار می‌کرد؛ همین مهسا امینی و همزبان او با پیشه‌ای از مناطق کُردنشین.

«ایندیپندنت فارسی» در پستی تلگرامی با انتشار ویدیویی نوشت: تصاویری که کاربران شبکه‌های اجتماعی روز چهارشنبه ۱۲ مهر منتشر کرده‌اند حاکی از نارضایتی‌ها در حمایت از آرمیتا گراوند در خیابان‌های شهر سنندج است.

در دست نبودن هیچ مدرک و دلیلی برای وقوع حادثه‌ای غیرطبیعی برای آرمیتا گراوند باعث شد تا ایران اینترنشنال فراتحلوی را در این زمینه اعلام دارد. در این زمینه «شاهد علوی» عضو تحریریه ایران اینترنشنال در یک از پخش‌های خبری این شبکه اعلام داشت: «همیشه کسانی بودهاند که با از خودگذشتگی و رعایت همه جوانب امنیتی کمک کردهاند تا حقیقت افشا شود. هنوز امیدواری وجود دارد که کسانی از کادر بهیارستان یا مردم داخل شهر و پیدیوهایی را برای روشن شدن ماجرا منتشر کنند. به گزارش ایران این رسانه‌ها البته منتظر نماندند و «مرخود حجاب‌فان» را آرمیتا در وگن مترو» را به عنوان پیش‌فرض اخبار خود قرار دادند و نوشته «صدای امریکا» پس از انتشار اظهارات والدین آرمیتا گراوند، مقابل دومین رسانه حکومت ایران و واکنش‌های گسترده‌ای که آن را «اعترافات اجباری» و «اعترافات تلویزیونی» داشته، یک وکیل دادگستری نیز اعلام کرده که «خبرنویسی که نشان می‌دهد او از ورزشکاران زن حرفه‌ای در رده نوجوانان است.

برخی از این رسانه‌ها هم اظهارات «رضا پهلوی» را انتشار دادند از جمله ایندیپندنت فارسی به عنوان رسانه نزدیک به سلطنت‌طلبان به نقل از وی آورد: «آرمیتا چون مهسا دختر ایران است جان فرزندان خود در روز و هر لحظه در خطر است.»

جمع‌بندی

یک سال تلاش برای ماهی‌گیری از آب گل‌آلود آشوب تنایجش را در فضاهای اخیر برای رسانه‌های فارسی‌زبان خارجی آشکار ساخت که چیزی بیش از ناکامی نبود. شکست پروژه بازگشت آشوب به خیابان‌های ایران در زاهدان هم تکرار شد تا در ادامه تلاقی این رسانه‌ها برای یافتن به مطالبه کارفرمایان لبن‌ای‌ها، گران جنگ روانی و تبلیغاتی، سرنوشت دختری نوجوان به اصلی‌ترین دستمایه جولان‌سازی شبکه‌های فارسی‌زبان یگانه تبدیل شود.

مکث

این غذاها ۴۰ سال به بالاها را بیمار می کند

متخصصان طب سنتی تاکید می کنند که با افزایش سن، حرارت بدن افت پیدا کرده و منجر به کاهش توان و نیروی اعضا و دستگاه‌های مختلف بدن می‌شود و از سوی دیگر رعایت نکردن برخی نکات در مصرف مواد غذایی، منجر به بروز مشکلات سلامتی در این گروه‌های سنی است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از پایگاه خبری وزارت بهداشت، بازه‌های زمانی ۳۰ سال اول نوران رشد و نمو، ۳۰ تا ۴۰ سال نوران جوانی، ۴۰ تا ۶۰ سال دوره میان‌سالی و بعد از ۶۰ سالگی دوره کهنسالی در نظر گرفته می‌شود و نوران میانسالی به بعد یعنی سن ۴۰ سال به بالا قت حرارت بدن اتفاق می‌افتد. یعنی حرارت بایه بدن کاهش پیدا می‌کند که در منابع طب ایرانی به آن حرارت غریزی گفته می‌شود. آمارها نشان می‌دهد که ۴۴ درصد جمعیت کشور مبتلا است و به همین دلیل ضرورت دارد که آنها نسبت به تغییرات ساختاری بدن و رعایت اصول صحیح تغذیه آگاهی بیشتری داشته باشند.

بابک دلش‌فرد، پزشک متخصص طب ایرانی درباره این افت تمای بدن به چند نکته اشاره کرد و گفت: اگر بخواهیم در این باره ساده و قابل درک صحبت کنیم، همان قت حرارت پایه بدن یا متابولیسم بدن است که منجر به کاهش توان و نیروی اعضا و دستگاه‌های مختلف بدن می‌شود. این دوره از میان‌سالی آغاز و تا ۶۰ سالگی روز آن فاحش‌تر و علائمش بارزتر می‌شود و شرایطی را برای فرد ایجاد می‌کند که ضرورت دارد عزیزان سالمند با توجه به این مسئله یکسری نکات و تدابیر را بیشتر رعایت کنند.

وی افزود: یکسری موارد توصیه‌های عمومی است که همه افراد باید به آن‌ها توجه داشته باشند اما در مورد سالمندان اهمیت آن بیشتر است، به‌خصوص نکاتی در مورد بیماری‌های دستگاه گوارش و تدابیری که مختص این بازه سنی است.

دلش‌فرد با بیان این که از دیدگاه طب‌ایرانی و حکمای بزرگ همچون ابن‌سینا حفظ‌الصحه با دانش نگاه‌داشت تندرستی مقدم هرکار دیگری است، تاکید کرد: حتی در حوزه درمان هم اول از همه به اصول پیشگیری و اصلاح سبک‌زندگی و مخصوصاً تغذیه می‌پردازیم و بعد از آن مراتب مختلف درمان طی می‌شود یعنی حفظ سلامتی هم هدف است و هم وسیله درمان. این اصول که به «استه ضروریه» معروف است شامل وضعیت هوا، خورشی‌ها و آشامیدنی‌ها، خواب و بیداری، ورزش و تحرک بدن، وضعیت روحی و روانی و بحث ورود و خروج مواد با احتیاس و استفراغ می‌شود که هرکدام مباحث مختلفی دارد و اصول مشترکی است برای حفظ سلامتی همه افراد.

تحرک، مهم‌ترین بخش سبک‌زندگی

دلش‌فرد با بیان این که اولین و مهم‌ترین بخش سبک‌زندگی تحرک است، گفت: برای این که عملکرد همه اعضای بدن در حالت طبیعی خود باشد و سلامت اعضای بدن حفظ شود باید همه افراد به این اصل توجه داشته باشند. حتی سالمندان نیز از این قضیه مستثنی نیستند اما انتظار و توقعی که از این گروه سنی داریم همانند جوانان و حتی میانسالان نیست.

وی ادامه داد: نکته مهم با توجه به شرایط این گروه سنی این است که ورزش آنها در فواصل زمانی مختلف روز انجام شود و یک حرکت بدنی معتدلی را داشته باشند. یکی از رایج‌ترین توصیه‌هایی که می‌توان به این گروه سنی کرد پیاده‌روی ملایم است بخصوص برای کسانی که محدودیت‌های حرکتی دارند این گروه‌ها می‌توانند در فواصل زمانی بینهٔ آبی ده دقیقه‌ای در طول روز ورزش کنند تا مشکلی برایشان ایجاد نشود و توصیه ما این است که افرادی که محدودیت حرکتی دارند به هر صورتی که برایشان مقدور است حتی در حالت نشسته به مرار کشیده حرکات کششی آنچنان دهند تا حرارت مختصری در بدنشان ایجاد شود این خیلی به سلامت بدنشان کمک می‌کند.

این متخصص طب ایرانی بیان کرد: سالمندان اگر به دلیل مشکلاتی همچون ضعف قوای بدنی و دردهای مفصلی که به قتضای سن به آن دچار می‌شوند تحرکشان کم شود، بیشتر از سایر گروه‌های سنی به بیماری‌های گوارشی همچون سوءهاضمه و یبوست مبتلا می‌شوند چرا که افت حرارت بدن که به صورت طبیعی و تدریجی با بالا رفتن سن اتفاق می‌افتد، با کم شدن تحرک بدنی تشدید می‌شود به دلیل اینکه از نظر مزاجی سالمندان مزاج سرد و خشکی دارند که با یکسری رطوبت‌های اضافه در دستگاه گوارش و قسمت‌های مختلف بدن همراه است و علت اصلی این مسئله هم نقصان حرارت در دستگاه گوارش است.

ادویه‌ها چه بلایی سر تان می‌آورند؟

دلش‌فرد با اشاره به این نکته که قبل از این که بدانیم چه چیزهایی می‌توانیم بخوریم و چه چیزهایی نباید بخوریم بحث چگونگی اهمیت دارد، یعنی رفتار ما در اصلاح تغذیه و رژیم غذایی می‌تواند کمک بیان کرد: یکسری نکات کلیدی و در عین حال پیش پا افتاده وجود دارد که در بسیاری موقع رعایت نمی‌شود. در این خصوص به دو نکته مهم باید توجه کنیم. اول این که موقع غذا خوردن باید در کمال آرامش غذا را به خوبی و به دور از عجله و استرس و هیجانات روحی و روانی بجوییم و حواسمان به غذا باشد، نه این که در حین غذاخوردن مشغول کارهای دیگری باشیم. زیرا در پروسه جذب غذا اثر منفی می‌گذارد. در سالمندان که مشکلات دندانی هم دارند تاثیرات منفی آن بیشتر است.

وی افزود: نکته دوم پرهیز از هرمخوری است. یکی از مشکلات رایج ما سفره‌های رنگین است، این که همواره غذا نوشیدنی و سالادهای مختلف و نمرهای رنگارنگ مصرف می‌شود و باعث ایجاد نفخ در هضم غذا می‌شود که خود زمینه‌ساز بیماری‌های دیگر است و به دلیل افت حرارت بدن سالمندان مشکلات بیشتری برایشان ایجاد می‌کند. بنابراین به طور کلی در سالمندان از نیم ساعت قبل تا یک ساعت بعد از غذا حتی الامکان از خوردن نوشیدنی‌ها سالاد و نمرو - پرهیز شود.

این پزشک متخصص طب‌ایرانی ادامه داد: خود سالمندان هم در بسیاری موارد اذعان می‌کنند که ما با درهمخوری دچار مشکل می‌شویم، بنابراین این گروه باید بیشتر از بقیه باید رعایت کنند. علاوه بر این یک نکته‌ای هم هست که بیشتر مختص سالمندان است اینکه به دلیل ضعف دستگاه گوارش باید، وعده‌های غذایی تقسیم شود و حجم غذا در هر وعده کاهش پیدا کند. در عین حال کیفیت غذا بالا باشد. ما به بعضی مقاطع سنی گاهی توصیه می‌کنیم که مدتی نهار را حذف کنند یا سبک مصرف کنند اما به دلیل ضعف قوای جسمی سالمندان نمی‌توانیم این توصیه را به آن‌ها داشته باشیم اما وعده‌های غذایی که حجم سنگینی دارند مناسب آن‌ها نیست.

دلش‌فرد تاکید کرد: به طور کلی خوردن فستفود برای همه افراد به خصوص سالمندان ممنوع است اما در عوض بسیاری از انواع آبگوشت‌ها برایشان مفید است البته با ادویه کم و همچنین بعضی از سوپ‌ها مثل سوپ برنج و جو که با گوشت جوجه و کبک و گوشت‌های سبک پخته باشد مفید است.

وی افزود: افراط در ادویه برای سالمندان مشکل‌آفرین است برخی از مواد غذایی همچون سیر و پیاز و زنجبیل در طب‌ایرانی به دارو نزدیک هستند و مصرفشان به خصوص به طور خام توصیه نمی‌شود و در سالمندان ایجاد مشکل می‌کند، توصیه می‌شود از اینگونه مواد غذایی به صورت معتدل در غذاها استفاده شود. در صورتی که مشکل نفخ دارند غیر از عمل به توصیه‌ها، استفاده از زیره سبز در غذا و بعد غذا توصیه می‌شود.

رسانه چه خبر

تمدید مهلت ثبت‌نام دانش‌آموزان غیرایرانی در مدارس

روابط عمومی سازمان ملی مهاجرت: روابط عمومی سازمان ملی مهاجرت از تمدید مهلت ثبت‌نام دانش‌آموزان اتباع خارجی در سامانه سهما به مدت یک هفته خبر داد. دانش‌آموزان دارای کد یکتا که تاکنون موفق به ثبت درخواست در سامانه سازمان ملی مهاجرت (سهما) نشده‌اند، می‌توانند با مراجعه به سامانه سهما قسمت دانش‌آموزی نسبت به ثبت درخواست اقدام کنند. از آنجایی که این مهلت قابل تمدید نخواهد بود والدین دانش‌آموزان در فرصت باقی مانده نسبت به ثبت نام در سامانه سهما اقدام کنند. از مدیران ادارات اتباع خارجی استان‌ها، ادارات آموزش و پرورش استان‌ها و شهرستان‌ها و همچنین مدیران مدارس تقاضا می‌شود موضوع را به نحوه شایسته به دانش‌آموزان دارای شناسه یکتا که هنوز موفق به ثبت نام نشده‌اند و متقاضی ثبت‌نام در مدارس هستند، اطلاع‌رسانی کنند.

دیابت روند پیشرفت سرطان خون را تسریع می کند

مدیسن نت: بر اساس یک مطالعه جدید، دیابت ممکن است پیشرفت سرطان خون موسوم به مولتیپل میلوما را تسریع کند و بر زنده ماندن فرد تأثیر بگذارد. دکتر «اروی شاه»، متخصص میلوم مولتیپل در مرکز سرطان لاسون کانرینگ نیویورک و نویسنده این مطالعه، گفت: «ما از مطالعات قبلی می‌دانستیم که بیماران مبتلا به مولتیپل میلوما و دیابت نرخ بقای کمتری دارند» مولتیپل میلوما سرطان سلول‌های پلاسما در مغز استخوان است. برای این مطالعه، محققان سوابق سلامت الکترونیکی بیش از ۵۲۰۰ بیمار مبتلا به مولتیپل میلوما را که در دو مرکز پزشکی دانشگاهی تحت درمان بودند، بررسی کردند. بازده درصد مبتلا به دیابت بودند. میزان بقای بیماران مبتلا به میلوما که دیابت نیز داشتند نسبت به افراد بدون دیابت کمتر بود. وقتی محققان این موضوع را بر اساس نژاد تقسیم کردند، بیماران سفیدپوست مبتلا به میلوما و دیابت نسبت به افراد بدون دیابت نرخ بقای کمتری داشتند. با این حال، آنها این شرایط را در بیماران سیاه پوست مشاهده نکردند. شاه گفت: «چیزی که ما انتظار نداشتیم در اینجا ببینیم این بود که دیابت در وقوع یا پیامدهای بقای بدتری در میان افراد سفیدپوست مبتلا به میلوما همراه بود، اما نه افراد سیاه پوست» شاه در ادامه افزود: «به طور کلی، خطر ابتلا به دیابت در افراد با افزایش سن افزایش می‌یابد، بقای کلی با افزایش سن کاهش می‌یابد» محققان گفتند که بیماران جوان‌تر ممکن است درمان‌های مولتیپل میلوما را بهتر از افراد مسن‌تر تحمل کنند. محققان همچنین رشد تومور را در مدل‌های موش دستکاری شده ژنتیکی بررسی کردند. آنها دریافتند که تومورهای مولتیپل میلوما در موش‌های دیابتی سریع‌تر از گروه کنترل غیر دیابتی رشد می‌کنند. محققان دریافتند یک سیگنال مرتبط با سلولین در موش‌های دیابتی بیش از حد فعال شده است. سطوح بالاتر سلولین مرتبط با دیابت ممکن است رشد سرطان را تسریع کند. شاه امیدوار است در آینده درمان‌هایی را شناسایی کند که توسعه مولتیپل میلوما و همچنین مسیر سیگنال دهی بیش فعال سلولین را در بیماران مبتلا به مولتیپل میلوما و دیابت متوقف کند. او همچنین در حال بررسی این موضوع است که آیا ایجاد تغییرات در میکروبیوم و رژیم غذایی ممکن است نتایج سرطان را بهبود بخشد یا خیر.

گیاه معطری که شما را باهوش‌تر می کند

هلث: رزماری، گیاه معطری که هزاران سال است که توسط انسان استفاده می‌شود اما آنها از برخی فواید آن بی‌خبر مانده‌اند. نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که رایحه رزماری می‌تواند عملکرد شناختی را بهبود بخشد و افراد را سریع‌تر و دقیق‌تر کند. رزماری گیاهی بسیار محبوب در منطقه مدیترانه است که افراد غذاهای زیادی با برگ‌های تازه آن طبخ می‌کنند. عصاره رزماری نیز از دیرباز توسط انسان‌ها استفاده شده است و قدمت آن به تمدن‌های مصر باستان باز می‌گردد. برای این تحقیق، ۲۰ نفر در معرض مقادیر مختلف ۱، ۸ ۰ سینئول، جزء اصلی رزماری قرار گرفتند. نتایج نشان داد که هرچه شرکت‌کنندگان پس از انتشار رزماری، ۱، ۸ ۰ سینئول بیشتری در جریان خون خود داشته باشند، در آزمون‌هایی شناختی سریع‌تر و دقیق‌تر عمل می‌کنند. محققان توضیح دادند: در اینجا برای اولین بار نشان می‌دهیم که عملکرد در کارهای شناختی بعطور قابل توجهی با غلظت ۱، ۸ ۰ سینئول جذب شده پس از فرار گرفتن در معرض عطر رزماری مرتبط است و با غلظت‌های بالاتر بهبود می‌یابد. علاوه بر این، اثرات را نتایج سرعت و دقت مرتبط شد که نشان می‌دهد این رابطه یک معادله سرعت و دقت را توصیف نمی‌کند. ۱، ۸ ۰ سینئول فرار همچنین در بسیاری از گیاهان معطر دیگر مانند خلیج، اسطنبول، مریم گلی و اکالیپتوس یافت می‌شود. گیاهان از اساس برای دفاع در برابر گیاه‌خواران و شکارچیان گیاه‌خوار استفاده می‌کنند. ترکیب رزماری همچنین خلق و خوی افراد را کمی بهتر می‌کند. شاید به این دلیل که بوی آن مورد پسند همه افراد نیست. دکتر مارک مک‌نای، محقق ارشد این تحقیق، گفت: فقط رضایت با سطوح ۱، ۸ ۰ سینئول و بخطور جالبی با برخی از نتایج عملکرد شناختی رابطه معناداری داشت که منجر به این پیشنهاد جالب شد که خلق و خوی مثبت می‌تواند عملکرد شناختی را بهبود بخشد.