گوناگون

شناسایی ۱۰۷ بیمار جدید کرونایی در کشور

در شبانه روز گذشته ۱۰۷ بیمار مبتلا به کرونا در کشور شناسایی شد

به گزارش پیام آشنا به نقل از وبدا، بر اساس معیارهای قطعی تشخیصی ۱۰۷ بیمار جدید مبتلا به کووید ۱۹ در کشور شناسایی و۶۵ نفر از آنها بستری شدند. مجموع بیماران کووید ۱۹ در کشور به ۷ میلیون و ۵۶۱ هزار و ۸۰۸ نفر رسید.

در طول ۲۴ ساعت گذشته ۲ نفر از بیماران کووید ۱۹ در کشور جان خود را از دست دادند و مجموع جان باختگان این بیماری به ۱۴۴ هزار و ۷۰۶ نفر رسید.

تاکنون ۷ میلیون ۳۳۶ هزار و ۴۰۷ نفر از بیماران، بهبود یافته و یا از بیمارستان مرخص شده اند.

۱۵۳ نفر از بیماران مبتلا به کووید ۱۹ در بخش های مراقبت های ویژه بیمارستان ها تحت مراقبت قرار دارند.

تاکنون ۵۴ میلیون و ۸۱۸ هزار و ۱۹۲ آزمایش تشخیص کووید ۱۹ در کشور انجام شده است.

در حال حاضر، ۷ شهرستان در وضعیت نارنجی، ۱۰۱ شهرستان در وضعیت زرد و ۲۴۰ شهرستان در وضعیت آبی قرار دارند.

چگونه بدانیم ریزش موی سر غیر طبیعی است

یک متخصص پوست و مو در خصوص علل ریزش موی سر آقایان و خانم ها، توضیحاتی ارائه داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، آزاده گودرزی، در گفتگو با رادیو سلامت به علت های ریزش مو اشاره کرد و گفت: ریزش مو گاهی به دلایل ارثی و هورمونی است به خصوص در آقایان که شایع تر است. در طول زمان، افراد حجم موهایشان کم می شود و اصطلاحاً کف سر خالی می شود. هم در خانم ها هم در مردان، این اتفاق می افتد. به خصوص با وقتی که ریزش های ارثی یا هورمونی مو دارند ۲۴ ساعت گذشته، تا متخصص بدانند تنبلی نخمدان یا سطح هورمون مردانه در آنها بالاتر است یا خیر، سپس برحسب شرایط، زمینه و شدت ریزش مو درمان برایشان شروع می شود. وی ادامه داد: نوع دیگری از ریزش مو است که خیلی شایع تر است. ریزش موی افراد به این صورت است که از لحاظ حجم مو خوب است، اما دوره هایی موهایشان به شدت ریزش پیدا می کند و فرآیز از حالت عادی همیشگی است. این موضوع افراد را نگران می کند. همه افراد در دوران هایی، این ریزش مو را تجربه می کنند مثلا بعد از زایمان، یا افرادی هستند که به دنبال کاهش وزن یا استرس و اضطرابی به فاصله چند روز بعد از استرس، دچار ریزش مو می شوند. حتی در کروناها هم بعد از بیماری یا بعد از واکسن هم افرادی این ریزش مو را تجربه کردند. برای درمان آن آزمایشاتی انجام دادیم تا علت های دیگر مثل تیروئید یا کمبود ویتامین ها در ریزش مو تأثیرگذار است یا خیر. گودرزی بیان کرد: اگر فرد موهایش را نشسته باشد، روی یک ملحفه سفید موهایش را ژس کند، اگر در ۲۰ دقیقه، بیش از ۱۰۰ تار مو بریزد، ریزش موی آن فرد طبیعی نیست. وی در بلیغ به این پرسش که استرس در ریزش مو تأثیر دارد، گفت: بله صد درصد. هم استرس جسمی و هم استرس روحی، روی ریزش مو تأثیر دارد. حتی خیلی از داروها هم باعث ریزش مو می شوند و عوامل متعددی دارد. البته برای تشخیص علت ریزش مو باید معاینه انجام شود چون علت های خیلی زیادی دارد.

این متخصص پوست و مو افزود: در افرادی که شیمی درمانی انجام می دهند، خیلی مواقع، داروها باعث می شود موها به حجم قبلی برنگردند و داروهایی را می توان استفاده کرد تا روند ریزش را کم تر کرد و حجم موها را بهتر کرد؛ ولی بعضی از داروها برای کسانی که سرطان داشتند به خصوص سرطان سینه مجاز نیست که استفاده شود. پس باید با بررسی های دقیق تری شروع شود چرا که اینجا افراد برای ما از حجم موهایشان مهم تر است و خیلی کارها می شود. برایشان کرد تا درمان شوند. گودرزی در پایان اظهار کرد: مو زمانی که خشک نیست انرژی بیشتری نیاز است تا باز شود. بنابراین ما توصیه می کنیم که موهای گره خورده و خیس را نباید شانه کرد.

درمان پارکینسون با کشف جدید

دانشمندان مولکولی کلیدی در پیشرفت پارکینسون را شناسایی کردند و این کشف می تواند بالقاصله به فرصت های جدیدی برای توسعه داروسنجر شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از سایتک دیلی، محققان دانشگاه علوم و بهداشت اورگان آمریکا دریافتند که آنوزین، یک انتقال دهنده عصبی، به عنوان ترمزی بر روی دوپامین، یکی دیگر از انتقال دهنده های عصبی که در کنترل حرکتی نقش دارد، عمل می کند. این یافته ها نشان می دهد که آنوزین و دوپامین در یک سیستم پویایی فشاری-کشش در مغز عمل می کنند. محقق ارشد دکتر هینینگ ژونگ، دانشمند دانشگاه علوم و بهداشت اورگان می گوید: دو مدار عصبی وجود دارد؛ یکی که به کنش عمل کمک می کند و دیگری که مانع از عمل می شود.

دوپامین مدار اول را برای فعال کردن حرکت تقویت می کند و آنوزین ترمزی است که مدار دوم را تقویت می کند و تعادل را به سیستم می آورد. این کشف پتانسیل پیشنهاد راه های جدیدی را بالقاصله برای تولید داروجهت درمان علائم بیماری پارکینسون دارد.

بیماری پارکینسون یک اختلال حرکتی است که اعتقاد بر این است که در اثر از بین رفتن سلول های تولید کننده دوپامین در مغز ایجاد می شود. دانشمندان مدتها گمان می کردند که دوپامین تحت تاثیر پویایی مخالف-سیگنال های عصبی درجسم مخطط است. جسم مخطط، منطقه ای مهم از مغز است که حرکت همراه با پاداش، انگیزه و یادگیری را میانجیگری می کند. جسم مخطط همچنین اولین ناحیه مغزی است که در بیماری پارکینسون با از دست دادن سلول های تولیدکننده دوپامین تحت تأثیر قرار می گیرد. دکتر تیانی مائو، دیگر دانشمند دانشگاه علوم و بهداشت اورگان بیان کرد: مردم برای مدت طولانی گمان می کردند که باید این سیستم فشاری-کششی وجود داشته باشد. در تحقیق جدید، محققان برای اولین بار به وضوح و به طور قطعی آنوزین را به عنوان یک انتقال دهنده عصبی که در جهت مخالف با دوپامین عمل می کند، نشان دادند. در این تحقیق که روی موش ها انجام شد، از کاوشگرهای پروتئینی دستکاری شده ژنتیکی جدیدی استفاده شده است که به نمازگرای در آزمایشگاه های ژونگ و مائو ساخته شده اند. نمونه ای از این فناوری، ماه گذشته در تحقیقی که نتایج آن در مجله Nature Methods منتشر شده است، برجسته شد. قابل ذکر است، آنوزین همچنین به عنوان گیرنده ای که کافئین روی آن اثر می کند، شناخته شده است. مائو گفت: قهوه از طریق همان گیرنده ها در مغز را عمل می کند. نوشیدن قهوه، ترمز اعمال شده توسط آنوزین را بالا می برد. یافته های این تحقیق در مجله Nature منتشر شده است.

زنان و خانواده

بانوان در آستانه روز مادر از اهدای خون حمایت کنند

مدیرکل دفتر روابط عمومی و جذب و نگهداری اهدا

کنندگان خون سازمان انتقال خون ایران گفت: «چتر سرخ زندگی» در حمایت از بیماران نیازمند به خون از ابتدای زمستان تا کنون در سراسر کشور گشوده شده و مردم کشور با اهدای خون در این پویش زندگی بخش شرکت می کنند. اما هنوز سهم بلوان در این اقدام خداپسندانه اندک است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وزارت بهداشت، مدیرکل دفتر روابط عمومی و جذب و نگهداری اهدا کنندگان خون سازمان انتقال خون ایران افزود: ماه دی به سالروز ولادت بلو فاطمه زهرا(س) متبرک است و ۲۳ دی ماه روز ولادت دخت نبی اکرم(ص) و روز مادر است.

مژده نخلستانی پیشاپیش این روز را به همه زنان سرزمینمان تبریک گفت و افزود: ما در پویش چتر سرخ زندگی این فرصت را برای بلوان غنیمت می شماریم و از مادران دعوت می کنیم تا در حمایت از کودکان بیمار در این دو هفته باقی مانده از ماه دی که در میانه آن روز مادر قرار دارد، به نیت سلامتی همه کودکان اهدا کننده خون باشند. وی افزود: بسیاری از دریافت کنندگان خون و فرآورده های آن کودکان سرطانی، هموفیلی و تالاسمی هستند.

مدیرکل دفتر روابط عمومی و جذب و نگهداری اهدا کنندگان خون سازمان انتقال خون ایران همچنین از همه دختران کشورمان دعوت کرد تا با اهدای خون به نیت بزرگداشت و شکرگزاری سلامتی مادرانشان، خیر و برکت را به عنوان هدیه معنوی روز مادر به زندگی خود و خانواده شان دعوت کنند. وی تأکید کرد: مادران در حین زایمان یکی از گروه های مهم دریافت کننده خون هستند و این اقدام در واقع حمایت از مادران نیز به شمار می رود. نخلستانی داشتن ۱۸ سال تمام و بیش از ۵۰ کیلو وزن، را از شرایط عمومی اهدای خون دانست و از اهدا کنندگان دعوت کرد تا پس از صرف یک وعده کوچک غذا و صرف مایعات با در دست داشتن کارت ملی خود برای اهدای خون اقدام کنند. لازم به ذکر است که بلوان مراجعه کننده به مراکز اهدای خون مورد مشاوره و معاینه پزشک اهدا و سنجش هموگلوبین قرار می گیرند و اگر در شرایط منع اهدا باشند از اهدای خون معاف می شوند و در غیر این صورت به جمع اهدا کنندگان خون می پیوندند.

گفتنی است؛ هم اکنون شاخص اهدای بلوان در کشور نزدیک به پنج درصد است در حالی که در کشورهای توسعه یافته این رقم به ۵۰ درصد نیز می رسد.

انتقال سویه های جدید اُمیکرون از هر مبتلا به ۱۵ نفر

عضو کمیته علمی مقابله با کرونا با اشاره به آخرین اخبار و اطلاعات از دو زیر سویه جدید امیکرون، درباره درمان در این سوش ها، گفت: متأسفانه استفاده از آنتی رویاسین به عنوان داروی کرونا در بین برخی مردم رایج شده و قبل از مراجعه به پزشک اقدام به مصرف این دارو می کنند؛ در حالیکه آنتی رویاسین تنها در صورت بروز برخی عوارض عفونی، تجویز می شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، احمد طباطبایی، با اشاره به اینکه درحال حاضر برخی کشورها مدام درحال هشدار دادن درخصوص وضعیت کرونا هستند، گفت: این نشان می دهد که زیرسویه های XBB و BQ 1 در حال افزایش است و به دنبال این افزایش شیوع، طبیعی است که تعداد موارد بستری و به دنبال آن مرگ ومیر افزایش یابد.

انتقال سویه های جدید کرونا از هر مبتلا به ۱۵ نفر

او تاکید کرد: قبلا که ایتلاء سایر سویه های کرونا وجود داشت، ادعا می شد هر فرد مبتلا می تواند تا سه نفر را مبتلا کند اما اکنون در مورد امیکرون و این زیرسویه های جدید ادعا بر این است که هر یک فرد مبتلا می تواند ۱۵ تا ۱۶ نفر را به کرونا مبتلا کند و این افزایش شیوع طبیعتا تعداد موارد بستری و مرگ ومیر را افزایش می دهد. البته خوشبختانه مابه علت وسعت واکسیناسیون در کشورمان دیگر موارد افزایش ایتلاء مبتلا به آنچه که با سویه دلتا تجربه کردیم را شاهد نیستیم. در حال حاضر با توجه به فعالیت مدارس، ایجاد احساس امنیت در مردم و کاهش سطح رعایت پروتکل های بهداشتی و شیوع بیماری افزایش یافته است.

افزایش شیوع بیماری نسبت به دو هفته قبل

طباطبایی با اشاره به اینکه با استناد به آمار می توان گفت نسبت به دو هفته قبل شیوع بیماری افزایش یافته است، تصریح کرد: تاکنون همه موج های بیماری به مثل یکسان عمل نکردند به شکلی که دیدیم موج پنجم با سویه دلتا بیماری زایی، ایتلاء و مرگ ومیر شدیدی ایجاد کرد. شدت موج ها علاوه بر آنکه به ماهیت و قدرت آن سویه از ویروس مرتبط است به میزان رعایت افراد هم وابسته است.

علت افزایش کلی شیوع بیماری در کودکان

وی با اشاره به افزایش قدرت سرایت بیماری بویژه در کودکان، تصریح کرد: علت این افزایش کلی شیوع در کودکان شاید این باشد که درطول دوسال ایتلایی شیوع کرونا کودکان بیش از سایر افراد در خانه بودند و از کرونا و سایر ویروس های تنفسی دور بودند که این سبب شد ایمنی متقاطع را به دست نیاورند اما خوشبختانه شدت بیماری در کودکان کمتر است. وی افزود در حال حاضر ما علاوه بر دو زیرسویه جدید XBB و BQ 1 با آلودگی هوا هم مواجه شدیم و تعطیلی مدارس در شهرهای بزرگ به علت آلودگی هوا سبب شد که با کاهش موقت شیوع عفونت های تنفسی در کودکان مواجه شویم. آنفلوآنزا، رینوویروس، کرونا و... شامل عفونت تنفسی است ولی طبیعی است که هر کدام سهمی را به خود اختصاص می دهند.

تزریق واکسن را فراموش نکنید

وی درباره تزریق دزهای یادآور واکسن کرونا و اثرگذاری واکسن بر سویه های جدید XBB و BQ 1، بیان کرد: واکسن در پیشگیری از بیماری تاثیرگذار است ولی ادعایی مشابه آنچه که چین اعلام کرد که کرونای صفر خواهند داشت، در هیچ جایی محقق نخواهد شد. در کشور ما هم همینگونه بود که افرادی هم داشتیم که حتی چهار دز واکسن زده بودند، اما هم چنان به امیکرون مبتلا می شدند ولی این به معنای عدم کارایی واکسن نیست. ممکن است که ما واکسن اختصاصی برای XBB و BQ 1 نداشته باشیم اما واکسن هایی که بر اساس سایر زیرسویه ها ساخته شده بود می توانند از بروز عوارض شدید، بستری شدن در آی سی یو و مرگ ومیر جلوگیری کند. او تاکید کرد: بر این اساس تاکید می کنیم حتما افرادی که طبق اعلام وزارت بهداشت واجد دریافت دز یادآور واکسن کرونا هستند سریعا برای تزریق واکسن اقدام کنند. مردم باید بدانند دیگر نوع واکسن تزریقی فرقی ندارد، واکسن به تعداد کافی در مراکز واکسیناسیون وجود دارد. متأسفانه در زمان اوج کرونا گروه هایی ضدواکسن خیلی فعالیت کردند ولی ایشان از یاد ببریم که پس از گسترش واکسیناسیون در کشور به یکباره شاهد کاهش موارد بیماری بودیم.

برای دریافت دارو اصرار نکنید

عضو کمیته علمی کشوری مقابله با کرونا، ادامه داد: متأسفانه برخی به دلیل واهمه از بیماری به مراکز درمانی مراجعه می کنند و اصرار به دریافت داروی ضد کرونای رمدسویر دارند که این داروباید در مرکز درمانی و زیر نظر کادر درمان تزریق شود. مردم باید به دنبال این باشند که استفاده نابه جا از دارو را کنار بگذارند. متأسفانه استفاده از آنتی رویاسین (نوعی آنتی بیوتیک) به عنوان داروی کرونا در بین برخی مردم رایج شده است؛ به شکلی که قبل از مراجعه به پزشک اقدام به مصرف این دارو می کنند؛ درحالیکه آنتی رویاسین تنها در صورتی که برخی عوارض عفونی ایجاد شده باشد، تجویز می شود. متأسفانه مصرف بی رویه آنتی بیوتیک ها سبب شده مقاومت نسبت به آنتی بیوتیک های اصلی که در عفونت ها مؤثر است، ایجاد شود. تزریق سرم و سفارزولین نیز برای درمان کرونا جایگاهی ندارد. همچنین اصرار به لجام سی فی لسکن کار اضافه است و باید نهی شود. وی با تاکید بر لزوم استفاده از ملک عدم حضور در مجامع شلوغ و حفظ فاصله گذاری فیزیکی، اظهار کرد: متأسفانه برخی افراد حتی با وجود ایتلاء به بیماری از منزل خارج می شوند اما باید بدانند که فرد مبتلا تا پنج روز در خانه استراحت کند و به شرط علامت نداشتن از خانه خارج شود تا این اقدامات به تدریج باعث قطع زنجیره انتقال بیماری شود.

روزنه

معجون مرگ با کرونا و آلودگی هوا

آلودگی هوا بیماران کرونایی را زمین می زند

دکتر خوش خلق معتقد است: «افرادی که مشکل قلبی دارند اگر در مواجهه با ذرات مازوت قرار بگیرند، بیش از دو برابر احتمال سکته قلبی آنها افزایش پیدا می کند و افراد مسن و کسانی که بیماری زمینه ای دارند، بیشتر در معرض این احتمال قرار دارند. البته باید دقت کنیم همیشه سکته قلبی مطرح نیست بلکه بیماری های دیگری هم وجود دارد که افزایش پیدا می کنند؛ از جمله اینکه سیستم های لکتریکی بیش از دو برابر احتمال سکته قلبی آنها افزایش پیدا می کند و افراد مسن و کسانی که بیماری زمینه ای دارند، بیشتر در معرض این احتمال قرار دارند. البته باید دقت کنیم همیشه سکته قلبی مطرح نیست بلکه بیماری های دیگری هم وجود دارد که افزایش پیدا می کنند؛ از جمله اینکه سیستم های لکتریکی قلب بر اثر تحریک با آلودگی هوا ایجاد شود که باز هم افراد مسن و گروه های حساس احتمال بیشتری برای درگیری با این بیماری دارند». حالا شما تصور کنید فردی که با این آلودگی ها به مشکلات قلبی دچار شده اگر در معرض کرونا هم قرار بگیرد، درصد شدت یافتن بیماری کرونا در او چند برابر می شود. او توصیه می کند: «در حال حاضر افرادی که مشکل قلبی دارند یا دارای سابقه بیماری قلبی در نزدیکان و خانواده خود هستند، باید احتیاط بیشتری کنند. اگر کار ضروری ندارند از خانه بیرون نیایند یا اینکه در خانه از تصفیه کننده های هوا استفاده کنند و کمتر در جمع ها و جاهایی که هوا در آنجا نامطلوب است، شرکت کنند تا احتمال ابتلا به کرونا نیز در آنها کاهش پیدا کند».

آلودگی هوا می تواند اثر مستقیم بر افزایش آمار مرگ ومیرهای کرونایی داشته باشد

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام جم، این روزها خبر شیوع پیک هشتم کرونا در حالی دهان به دهان می چرخد که آلودگی هوا، نفس مردم را در پایتخت و شهرهای بزرگ بند آورده است و این شبهه را که آلودگی هوا می تواند تا حدود زیادی خطر کرونا را بیشتر کند، ایجاد کرده است. این ماجرا آنقدرها هم دور از ذهن نیست، زیرا پرواضح است که آلودگی هوا تاثیر مستقیم بر افزایش آمار بیماران قلبی و عروقی دارد. از سوی دیگر کرونا بیشترین آسیب را در دو سالی که گذشت روی همین بیماران گذاشت و نتیجه اینکه آلودگی هوا می تواند اثر مستقیم بر افزایش آمار مرگ ومیرهای کرونایی داشته باشد. آمار جهانی می گوید آلودگی هوا خودش به تنهایی می تواند عامل مرگ ومیر باشد و سالانه حدود هفت میلیون نفر در جهان بر اثر همین موضوع دچار مرگ زودرس می شوند. مرگ حدود ۸۰ هزار در این هفت میلیون نفر ناشی از بیماری های قلبی و عروقی است و ۲۰ درصدش مربوط به سایر ارگان هایی است که به دلیل آلودگی هوا درگیر می شوند. این مهم نشان می دهد تاثیری که آلودگی هوا روی سلامت جامعه گذاشته است، مشابه بیماری های شایعی همچون فشار خون، سیگاری بودن و نداشتن فعالیت فیزیکی است. رسول خوش خلق، متخصص قلب و عروق گفت: «آلودگی های گازی و سوختهای فسیلی که در حدود ۲.۵ میکرون است، بیشترین اثر را در ایجاد بیماری های قلبی و عروقی ایفا می کنند». او به این موضوع اشاره می کند که «در حال حاضر آلودگی های مازوت از همه خطرناک تر است. هر ۱۰ میکروگرم افزایش در ذرات معلق با سایز بیش از ۲.۵ میکرون می تواند هشت تا ۱۸ درصد افزایش بیماری های قلبی و عروقی و همچنین مرگ ومیر این بیماران را افزایش دهد که این ۱۸ درصد رقم بزرگی است. مواجهه با این ذرات چه به شکل حاد و چه به صورت مزمن باعث افزایش احتمال ایتلاء می شود».

کرونا و آلودگی هوا

کرونا از زمانی که سوکفلاش در دنیا پیدا شد، بیشتر گروه های حساس را تحت تاثیر قرار داد و شاید بیشترین آمار فوتی ها مربوط به کسانی بود که مشکلات قلبی و عروقی یا تنفسی داشتند. آمارهای وزارت بهداشت نشان می دهد آلودگی هوا به طور میانگین سبب افزایش حدود ۲۰ درصدی آمار قربانیان کرونا می شود. در واقع این تحقیق نشان داده آلودگی هوا زمینه مرگ ومیر تقریبا ۱۵ تا ۳۰ درصد افرادی را که در زمان شیوع کرونا کشته شده اند، فراهم کرده است. بر اساس گزارشی که وزارت بهداشت و درمان منتشر کرده است، تعداد قربانیان کرونا در ایران تا روز گذشته ۱۴۴ هزار و ۶۸۵ نفر برآورد شده است. با توجه به این آمار، اگر به طور میانگین در نظر بگیریم که آلودگی هوا مرگ ومیر ناشی از کرونا را ۲۰ درصد افزایش می دهد، می توان گفت از زمان شیوع کرونا در ایران آلودگی هوا شرایط را برای مرگ حدود ۲۹ هزار نفر از قربانیان کرونا مهیا کرده است.

اعتراف به مازوت سوزی در نیروگاه ها

اما در حالی دکتر خوش خلق از خطرناک بودن مازوت و افزایش بیماری های قلبی و عروقی بر اثر استنشاق این گاز و در نتیجه آن افزایش شدت بیماری کرونا در این گروه از افراد سخن به میان می آورد که سرپرست مرکز ملی هوا و تغییر اقلیم سازمان حفاظت محیط زیست ضمن تاکید بر عدم مازوت سوزی در تهران می گوید: «از بین ۱۶ نیروگاه بخاری در کشور ۱۴ نیروگاه مازوت سوزی دارند». ماریوش گل علیزاده هم به این نکته اشاره کرده که «تنها نیروگاه بعثت در منطقه ۱۶ تهران قابلیت مازوت سوزی دارد که از سال ۹۳ با حکم قضایی این بخش آن پلمپ شده است. مازوت در نیروگاه های بخاری با توسط صنایع سوزانده می شود اما صنایع ما در چند روز اخیر قطعی گاز نداشتند که بخواهند به سمت سوخت دوم و مازوت بروند. نیروگاه هایمان نیز مازوت سوزی نداشته اند». گل علیزاده با وجود تکذیب استفاده از سوخت مازوت توسط برخی مسئولان وجود آن را در بعضی نیروگاه های کشور تایید کرده و توضیح می دهد: «از ۱۶ نیروگاه بخاری در کشور ۱۴ نیروگاه مانند نیروگاه طوس در مشهد، مفتح در همدان، سهند بناب در تبریز، ایرانشهر در سیستان وبلوچستان، شهید منتظری در اصفهان، شهید منتظرقائم در البرز، شهید رجایی در قزوین و بندرعباس مازوت سوزی دارند». این مقام مسئول توضیح می دهد: «می توان گفت مصرف مازوت عامل ایجاد آلودگی هوا نیست اما می تواند در شهرهایی که در مجاورت نیروگاه ها هستند، تشدید کننده آلودگی هوا باشد. به این دلیل در سال های گذشته با وجود مصرف صرفا گاز، به علت وارونگی دما آلودگی ها داشتیم». و به این موضوع تاکید می کند که «ما هیچوقت مازوت سوزی در کشور را تکذیب نکردیم، تنها استفاده از سوخت مازوت در تهران را تکذیب می کنیم؛ چرا که واقعا چنین چیزی وجود ندارد».

بررسی مکرر رسانه های اجتماعی بر مغز جوانان تأثیر می گذارد

تأثیر رسانه های اجتماعی بر جوانان موضوع داغی است، زیرا بیشتر کودکان و نوجوانان می خواهند هر کاری را که دوستانشان انجام می دهند انجام دهند و والدین نگران تعیین محدودیت ها هستند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیس نت، یک مطالعه جدید به بررسی این موضوع پرداخت که آیا چک کردن مکرر شبکه های اجتماعی (فیس بوک، اینستاگرام و لسنپ چت) با تغییراتی در رشد عملکردی مغز در نوجوانان، در حدود سن ۱۲ سالگی، مرتبط است یا خیر. محققان دانشگاه کارولینای شمالی با استفاده از اسکن های مغزی موسوم به fMRI دریافتند که رجوع مکرر و بررسی رسانه های اجتماعی به طور معمول ممکن است با تغییراتی در حساسیت مغز نسبت به پاداش ها و تنبیه های اجتماعی مرتبط باشد. «اوانلزر»، نویسنده این مطالعه، می گوید: «ما می دانیم نوجوانی یکی از مهم ترین دوره ها برای رشد مغز است به ویژه در مناطق مغزی که به پاداش های اجتماعی پاسخ می دهند، روند رشد بسیار چشمگیر است.» جوایز اجتماعی به سایت های رسانه اجتماعی محدود نمی شود بلکه می توانند شامل بازخورد مثبت چهره به چهره از همسالان و یا حتی دریافت پول باشند. حتی لایک های فیس بوک نیز پاداش های اجتماعی هستند. تحقیقات دیگر نشان داده است که برخی از نوجوانان تقریباً دائماً از تلفن همراه خود استفاده می کنند و رسانه های اجتماعی خود را حداقل هر ساعت چک می کنند. برای این مطالعه سه ساله، محققان ۱۶۹ دانش آموز کلاس ششم و هفتم از مورد مطالعه قرار دادند. شرکت کنندگان گزارش دادند که چندین بار در روز سه پلتفرم رسانه های اجتماعی را بررسی می کنند که از کمتر از یک بار در روز تا بیش از ۲۰ بار متغیر است. محققان از این اطلاعات برای ساختن مقیاس استفاده کردند.

سپس شرکت کنندگان تحت اسکن مغزی fMRI قرار گرفتند. در طول این اسکن ها، به آنها نشانه ای نشان داده می شد تا بازخورد اجتماعی یک پاداش، یک مجازات یا خنثی در آنها مشاهده شود. آنها باید به سرعت دکمه ای را فشار می دادند که هدف ظاهر شد. سپس نوجوانان پاداش یا تنبیه اجتماعی دریافت می کردند. نظر گفت: «ما می توانیم از مغز آن ها عکس بگیریم و ببینیم کدام مناطق مغز با دیدن این پاداش های اجتماعی فعال می شوند و کدام مناطق مغز در طی این فرآیند پاسخ بیشتری بازخورد همتایان در حال تغییر هستند».

تلزر در ادامه افزود: «شرکت کنندگانی که در سن ۱۲ سالگی بیش از ۱۵ بار در روز رسانه های اجتماعی را چک می کردند، تفاوت هایی در نحوه رشد مغزشان در طول سه سال آینده مشاهده شد». تلزر گفت: «این مسئله نشان می دهد نوجوانی که به طور مداوم رسانه های اجتماعی خود را چک می کنند، نسبت به بازخورد همسالان خود حساس می شوند» وی گفت: «مغز آن ها در طی آن سال ها بیشتر و بیشتر به بازخوردهای پاداش اجتماعی که پیش بینی می کنند، پاسخ می دهد» چیزی که مشخص نیست این است که این مسئله برای آینده آنها چه معنایی دارد. به گفته تلزر: «این مسئله به طور بالقوه می تواند مغز را به سمت حساس شدن بیشتر و بیشتر به بازخورد اجتماعی سوق دهد و می تواند تا بزرگسالی ادامه یابد».

مینیمال
هایی برای زندگی

مینیمال
مینیمال هایی برای زندگی

لیدی ال هرگز زیبایی را بدون هیچ اثری از روشنایی و شادکامی نمی پذیرفت. هدف هنر نجات جهان نیست. بلکه آن است که دنیا را پذیرفتنی تر کند.

Minimalha

از کتاب لیدی ال
رومن گاری
ترجمه: مهدی غبرایی

Minimal Yaraes Barayeh Zendegi Minimalhaa MinimalFor.life

تازه های سلامت

علائم بیماری «سه گانه» کنونی را بشناسید

ترکیبی از کووید، آنفلوآنزا و ویروس سین سیتیال تنفسی (RSV) جیزی که به عنوان «سه گانه» امسال شناخته شده موجب افزایش موارد بستری در بیمارستان ها و مراکز بهداشتی است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث، ویروس سین سیتیال تنفسی مدتهاست که وجود دارد و در واقع هر ساله باعث حدود ۱۴ هزار مرگ در سالمندان می شود و بر اساس گزارش مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری ها (CDC)، برآوردهای اولیه برای فصل ۲۰۲۱ تا ۲۰۲۲ شامل ۵۰۰۰ مرگ مرتبط با آنفلوآنزا بود. این میزان کاهش قابل توجهی نسبت به سال های گذشته، قبل از کووید (۲۰۱۹ تا ۲۰۲۰ به میزان ۳۵ هزار مرگ) را ثبت کرده است.

با افزایش موارد عفونت در هر سه بیماری تنفسی، محافظت از خود مهمتر از همیشه است اما اگر احساس بیماری می کنید، چگونه می توانید دریابید که به کدام ویروس مبتلا شده اید تا بتوانید به دنبال درمان مناسب باشید؟ خوشبختانه، علائم در بین این سه بیماری تنفسی به اندازه کافی متفاوت است تا شما آن را نشناسایی کنید.

یک نکته مهم که باید به خاطر داشته باشید این است که امکان ابتلا به بیش از یک ویروس به طور همزمان وجود دارد و عفونت های همزمان در کودکان رایج است. اگر ترکیبی از علائم را می بینید و نمی توانید بیماری را تشخیص دهید، مراجعه به پزشک ایده خوبی است.

یکی از ساده ترین راه ها برای تشخیص آنچه شما یا فرزندتان به آن مبتلا شدید این است که به علائم بسیار خاص توجه کنید. به عنوان مثال، طبق گفته آکادمی اطفال آمریکا، کووید-۱۹ تنها یکی از سه عفونتی است که باعث از دست دادن ناگهانی بویایی و چشایی می شود.

کارشناسان بیمارستان مدیسینتیو یورک-پرسبیتریان بروکلین اظهار کردند: همه کسانی که به کووید مبتلا می شوند این مورد را تجربه نمی کنند اما در واقع حدود ۴۰ درصد از بیماران حس بویایی و تا ۵۵ درصد حس چشایی خود را از دست می دهند. با این حال، از دست دادن این حواس احتمالا ابتلا به کووید را تأیید نمی کند.

ویروس سین سیتیال تنفسی دارای یک علامت منحصر به فرد است و طبق گفته کلینیک کلیولند ایالات متحده، این تنها یکی از سه عفونتی است که باعث خس خس سینه می شود. از سوی دیگر، آنفلوآنزا یکی از سه عفونت با احتمال بیشتری است که باعث تب بسیار بالا (۱۰۴ درجه فارنهایت) می شود.

برخی از علائم جدی در نو مورد از عفونت ها مشترک هستند به عنوان مثال، هم کووید و هم آنفلوآنزا باعث سردردهای بسیار بد، گلودرد و از دست دادن اشتها می شوند اما ویروس سین سیتیال تنفسی معمولا این علائم را ندارد و در حالی که شناخته شده است که کووید باعث استفراغ یا اسهال می شود اما ویروس سین سیتیال تنفسی و آنفلوآنزا کمتر این علامت را نشان می دهند.

هر سه بیماری تنفسی علائم مشترکی دارند، از جمله خستگی و تنگی نفس، بنابراین تشخیص آنچه را بر این لباس دشوار است.