گوناگون

مبتلایان روزانه کرونا به کمتر از ۲۰۰ نفر رسید

بنابر اعلام وزارت بهداشت، در شبانه‌روز گذشته ۹ بیمار کرونایی در کشور فوت شدند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وبداد، بر اساس معیارهای قطعی تشخیصی، تا روز ۳۱ اردیبهشت‌ماه ۱۴۰۱، ۱۵۹ بیمار جدید مبتلا به کووید ۱۹ در کشور شناسایی و ۲۸ نفر از آنها بستری شدند.

مجموع بیماران کووید ۱۹ در کشور به ۷ میلیون و ۲۲۹ هزار و ۷۴۱ نفر رسید.

در طول ۲۴ ساعت گذشته، ۹ بیمار کووید ۱۹ جان خود را از دست دادند و مجموع جان باختگان این بیماری به ۱۴۱ هزار و ۲۷۱ نفر رسید.

تا کنون ۷ میلیون و ۳۲ هزار و ۲۱۲ نفر از بیماران، بهبود یافته و یا از بیمارستانها ترخیص شده‌اند.

۶۹۳ نفر از بیماران مبتلا به کووید ۱۹ در بخش‌های مراقبت‌های ویژه بیمارستانها تحت مراقبت قرار دارند.

تا کنون ۵۱ میلیون و ۹۶۹ هزار و ۶۲۴ آزمایش تشخیص کووید ۱۹ در کشور انجام شده است.

در حال حاضر ۰ شهرستان در وضعیت قرمز، ۰ شهرستان در وضعیت نارنجی، ۲۵۵ شهرستان در وضعیت زرد و ۱۹۳ شهرستان در وضعیت آبی قرار دارند.

آنتی بیوتیکی برای درمان کرونا

بر اساس نتایج یک تحقیق جدید آنتی‌بیوتیک مقرون به صرفه‌ای که عفونت‌های تنفسی را درمان می‌کند، ممکن است بتواند بر کووید۱۹ نیز فائق آید.

به گزارش پیام آشنا به نقل از پایگاه علمی استادی، محققان فرانسوی می‌گویند کلوفوکتول تکثیر ویروس و علائم درگیری ریه را در موش کاهش می‌دهد.

محققان این تحقیق در یک بیانیه رسانه‌ای اعلام کردند خواص ضد ویروسی و ضد التهابی کلوفوکتول مرتبط با مشخصات ایمنی و فارماکوکینتیک منحصر به فرد آن دلیل محکمی برای پیشنهاد کلوفوکتول به عنوان یک گزینه درمانی مقرون به صرفه برای درمان بیماران کووید ۱۹ است.

واکسن‌ها توانسته‌اند تا حد زیادی این همه‌گیری را مهار کند. با این حال هنوز هم نیاز بسیار به داروهایی وجود دارد که بتواند کرونا را در کسانی که به آن مبتلا می‌شوند درمان کند. باید توجه داشت ایمنی ممکن است کاهش یابد و دسترسی به واکسن کووید نیز همچنان یک مشکل بزرگ در سراسر جهان به حساب می‌آید همچنین حفاظت کمتر واکسن‌ها نسبت به سویه‌های جدید بر نیاز احتمالی به پشتیبان دارویی تاکیدمی‌کند.

استفاده از داروهای که از قبل امتحان خود را پس داده، ممکن است مسیر سریع‌تری برای استفاده بالینی داشته باشد زیرا بی‌خطر بودن این داروها برای افراد اثبات شده و تایید به دولت را دریافت کردهاند. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد کلوفوکتول ممکن است یک درمان موثر برای استفاده در آینده نزدیک باشد.

واکسن‌های کووید بستری شدن در بیمارستان و مرگ‌ومیر را کاهش می‌دهد اما انتقال ویروس را کنترل نمی‌کند این موضوع باعث می‌شود داروهای مقرون‌به‌صرفه همچنان یک ضرورت باشد.

این گروه فرانسوی به مجموعه‌ای از ۱۹۴۲ داروی تایید شده دسترسی پیدا کرد تا مولکول‌هایی را که فعالیت ضد ویروسی علیه سارس کوو ۲، ویروسی که باعث ابتلا به کووید ۱۹ می‌شود از خود نشان می‌دهد را مشخص کند.

آن‌ها کلوفوکتول را بر اساس قدرت ضد ویروسی آن انتخاب و ایده خود را روی موش‌های آلوده آزمایش کردند. جوندگان آزمایشگاهی که کلوفوکتول به آن‌ها داده شد، بار ویروسی کمتری نشان دادند به بیان دیگر، آن التهابی آنان کاهش یافته و بیماری روی کمتری داشتند.

بر این اساس محققان نتیجه گرفتند در نهایت هزینه نسبتا پایین این دارو نشان می‌دهد این دارو یک گزینه بالینی بالقوه برای درمان بیماران کووید ۱۹ در موارد ابتلای ضعیف به بیماری است.

نتایج این تحقیق در مجله PLOS Pathogens چاپ شده است.

"آدنوویروس" فرضیه اصلی هپاتیت شدید در کودکان

مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریهای ایالات متحده اعلام کرد: آدنوویروس فرضیه اصلی در بروز هپاتیت شدید در کودکان این کشور است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از رویترز، مقامات بهداشت و درمان ایالات متحده اعلام کردند: عفونت با آدنوویروس، ویروس شایع دوران کودکی، فرضیه اصلی در بروز موارد اخیر ابتلا به هپاتیت حاد با منشا ناشناخته در کودکان است که منجر به فوت دستکم شش بیمار در این کشور شده است.

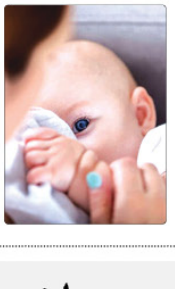
مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریهای ایالات متحده اعلام کرد به بررسی این موضوع ادامه می دهد که آیا ۱۸۰ مورد شناسایی شده در ۱۲۶ ایالت و منطقه، این کشور از اکثر گذشته نشان دهنده افزایش مورد ابتلا به هپاتیت کودکان است یا اینکه الگوی فعلی به دلیل بهبود روند تشخیص بیماری مشخص شده است.

این مرکز در ماه آوریل به پزشکان هشدار داد تا نسبت به علائم هپاتیت در کودکان که می تواند به کبد آسیب برساند و منجر به نارسایی کبد شود، دقت داشته باشند.

مقامات مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریهای ایالات متحده اظهار کردند در حدود نیمی از کودکانی که طی ماههای اخیر بیماری هپاتیت حاد در آنها تشخیص داده شده، نوعی آدنوویروس نیز مشاهده شده است. هرچند این مرکز همچنان در حال بررسی علت دقیق این بیماری است.

زنان و خانواده

پوشش بیمه‌ای مادران باردار بدون بیمه



معاون بیمه‌ای سازمان بیمه سلامت، از پوشش بیمه‌ای مادران باردار فاقد بیمه و حمایت‌های مالی از هزینه‌های درمان ناباروری خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، مهدی رضایی گفت: بر اساس مصوبات شورای عالی بیمه، مادران باردار فاقد بیمه درمانی تا دوران شیردهی نوزاد به مدت دو سال تحت پوشش بیمه رایگان قرار می‌گیرند. همچنین فرزندان آنها تا ۵ سالگی تحت پوشش بیمه پایه قرار خواهند گرفت.

وی درباره پوشش بیمه‌ای مادران باردار فاقد بیمه درمانی و اینکه قرار است از چه زمانی اجرایی شود، افزود: بر اساس سیاست‌های جمعیتی و حمایت از خانواده‌هایی که مشتاق فرزندآوری هستند این سیاست‌ها اتخاذ شده است.

رضایی گفت: این طرح مصوب شورای عالی بیمه شده است که به زودی ابلاغ خواهد شد و مشکلی برای اجرا وجود ندارد.

وی در پاسخ به پرسشی مبنی بر اینکه سازمان بیمه سلامت چه میزان از هزینه‌های زوجین نابارور را پوشش می‌دهد، افزود: بر اساس مصوباتی که وجود دارد ۹۰ درصد هزینه‌های زوجین نابارور در همه بخش‌ها اعم از ویزیت، دارو، تجهیزات، آزمایش‌ها، تصویربرداری و خدمات تخصصی که عمده هزینه‌های نابارور را شامل می‌شود، بر اساس تعرفه‌های دولتی و عمومی تحت پوشش قرار می‌دهیم. البته اخیراً تسهیلات بیشتری هم قائل شدیم و بنا داریم از تعرفه‌های دولتی و عمومی در بخش خیریه و خصوصی با فرانشیزهای متفاوت‌تر را هم تحت پوشش قرار دهیم.

معاون بیمه‌ای سازمان بیمه سلامت ایران گفت: بیمه شدگان روستایی و بیمه همگانی که تحت پوشش بیمه رایگان هستند، بدون قید نظام ارجاع، تحت پوشش قرار دارند، یعنی نیازی نیست برای خدمات ناباروری لزوماً از طریق نظام ارجاع مراجعه کنند.

۱۰ درصد بزرگسالان ایران دارای کارت اهدای عضو هستند

مدیرعامل انجمن اهدای عضو ایرانیان گفت: حدود ۱۰ درصد بزرگسالان در ایران دارای کارت اهدای عضو هستند و این میزان در حال افزایش است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، کتایون نجفی‌زاده در نوزدهمین جشن نفس که همزمان با روز ملی اهدای عضو در سالن همایش‌های برج میلاد برگزار شد، گفت: خانواده‌های اهدای عضو افرادی هستند که در سخت‌ترین لحظات به کمک بیماران می‌آیند و قهرمانانی زندگی‌بخش هستند.

مدیرعامل انجمن اهدای عضو ایرانیان ادامه داد: در دو سال کرونا جشن اهدای عضو برگزار نشد اما امروز تیم‌های اهدای عضو و پیوند در کنار هنرمندان و ورزشکاران حضور دارند و جشن با حال و هوای خاصی برگزار می‌شود.

وی افزود: سال ۱۳۹۹ ما با شاخص اهدای عضو ۱۴.۲ رتبه نخست آسیا را داشتیم که این آمار با شیوع کرونا افت شدید پیدا کرده و تا شاخص ۷ رسید. البته در سال گذشته مجددا به رتبه ۱۰ رسیدیم، اما باز هم این میزان کم است و همچنان باید افزایش پیدا کند.

نجفی‌زاده با اشاره به شایعات مختلف در حوزه اهدای عضو، گفت: همیشه افراد شایعه‌ساز تب و تاب در جامعه ایجاد می‌کنند که اهدای اعضای افراد مبتلا به کرونا یکی از این موارد بود. این درحالی است که کار تیم‌های پیوند در این دو سال سخت‌تر شد. باید توجه کرد که به هیچ عنوان اهدای عضو از افراد مبتلا به کرونا صورت نمی‌گیرد.

وی گفت: در سال ۱۳۶۸ فتوای اهدای عضو از سوی امام خمینی(ره) صادر شد و این فتوا دو سال بعد هم توسط رهبری تایید شد و نقطه عطفی برای ما بود. با این فتوا حتی قبل از تصویب قانون هم پیوند عضو در کشور آغاز شد.

نجفی زاده با اشاره به اهمیت کارت اهدای عضو اظهار کرد: اگر اتفاقی برای ما رخ دهد و خانواده از خواسته ما اطلاع نداشته باشند احتمال رضایت به اهدا ۴۸ درصد، البته داشتن کارت جنبه فرهنگ سازی دارد و دریافت آن با ارسال کد ملی به ۳۴۳۲ و مراجعه به سایت ehdacenter.ir امکان پذیر است. همچنین افراد می‌توانند در قالب یک ویدئو خواسته قلبی خود را در سامانه اهدای عضو ثبت کنند. وی گفت: حدود ۱۰ درصد بزرگسالان در ایران دارای کارت اهدای عضو هستند و این میزان در حال افزایش است. اکنون روزانه حدود ۳۰۰ تا ۳۵۰ نفر هم کارت اهدای عضو دریافت می‌کنند که البته این میزان باید بیشتر باشد.

مدیرعامل انجمن اهدای عضو ایرانیان بیان کرد: طرح خانواده اهدای عضو در دستور کار قرار دارد و در آینده اجرا می‌شود و افراد می‌توانند به صورت خانوادگی کارت اهدای عضو داشته باشند.

وی گفت: اولین جشن نفس با هدف امید بخشی برای بیماران در لیست انتظار و در مقیاس کوچک‌تر برگزار می‌شد اما کم کم این جشن رشد پیدا کرد و در جای جای ایران شاهد برگزاری جشن نفس و تقدیر از خانواده‌های اهدا کننده هستیم.

محض اطلاع

تأثیر منفی تغییرات آب‌وهوایی بر میزان خواب

بیشتر تحقیقاتی که به تاثیر تغییرات آب‌وهوایی بر زندگی انسان می‌پردازند، بر چگونگی تاثیر رویدادهای آب‌وهوایی شدید بر پیامدهای سلامت اقتصادی و اجتماعی در مقیاس وسیع متمرکز شده است؛ با این حال تغییرات آب‌وهوایی ممکن است تأثیر زیادی بر فعالیت‌های اساسی روزانه انسان داشته باشد؛ از جمله مجموعه‌ای از پیامدهای رفتاری، روان‌شناختی و فیزیولوژیکی که برای بهزیستی ضروری است. در تحقیق جدیدی محققان گزارش کردند افزایش دمای محیط بر خواب انسان در سراسر جهان تاثیر منفی می‌گذارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیکال نت، یافته‌های این گروه تحقیقاتی نشان می‌دهد تا سال ۲۰۹۹ دمای غیرپهینه زمین ممکن است بین ۵۰ تا ۵۸ ساعت خواب را برای هر فرد در سال کاهش دهد. علاوه بر این آنان دریافتند که تاثیر دما بر کاهش خواب خصوصا برای ساکنان کشورهای کم‌درآمد و همچنین افراد مسن و زنان به طور قابل توجهی بیشتر است.

کلتون مینور، محقق دانشگاه کینهاگ دانمارک، در این خصوص می‌گوید: نتایج ما نشان می‌دهد خواب، یک فرآیند احیاگر ضروری برای سلامت و بهزیوی انسان ممکن است بر اثر هوای گرم‌تر، کم شود. به منظور اتخاذ تصمیمات آگاهانه پیشران در مورد سیاست آب‌وهوایی لازم است که طیف کاملی از تاثیرات احتمالی آب‌وهوایی آینده را که از انتخاب‌های انتشار گازهای گلخانه‌ای اجتماعی امروزی گسترش می‌یابد درنظر بگیریم.

مدت‌هاست که روشن شده روزهای گرم باعث افزایش مرگ و میر و بستری شدن در بیمارستان و همچنین بدتر شدن عملکرد انسان می‌شود اما مکانیسم‌های بیولوژیکی و رفتاری زیربنای این تاثیرات به خوبی شناخته نشده است. داده‌های اخیر از ایالات متحده نشان می‌دهد کیفیت خواب فردی در طول دوره‌های هوای گرم کاهش می‌یابد اما هنوز چگونگی تاثیر نوسانات دما بر تغییرات نتایج خواب افرادی که در قواع آب‌وهوای جهانی زندگی می‌کنند، نامشخص باقی مانده است.

مینور بیان می‌کند: در این تحقیق ما اولین مدرک در مقیاس سیاره‌ای را ارائه می‌دهیم که دمای گرم‌تر از حد متوسط خواب انسان را تحلیل می‌برد مانشان می‌دهیم که این تحلیل بیشتر با تاخیر در هنگام خواب افراد و با تمثل هنگام بیدار شدن در هوای گرم اتفاق می‌افتد.

برای انجام این پژوهش محققان از داده‌های ناشناس جهانی خواب که از مهچندهای ردیابی خواب مبتنی بر شتاب‌سنج جمع‌آوری شد، استفاده کردند. این داده‌ها شامل هفت میلیون ثبت خواب شبانه بیش از ۴۷ هزار بزرگسال در ۶۸ کشور در تمام قارهها به جز قطب جنوب بود. اندازه‌های مربوط به نوع مهچندهای مورد استفاده در این تحقیق از قبل با معیارهای مستقل از خواب و بیداری مطابقت داشت.

نتایج این تحقیق نشان داد در شب‌های بسیار گرم(بیش از ۳۰ درجه سانتیگراد یا ۸۶ درجه فارنهایت) خواب به طور متوسط کمی بیش از ۱۴ دقیقه کاهش می‌یابد. نیز با افزایش دما احتمال خوابیدن کمتر از هفت ساعت نیز بالا می‌رود.

مینور اظهار کرد: بدن ما برای حفظ دمای پایدار مرکزی خود را تطبیق می‌دهد؛ همان چیزی که زندگی ما به آن بستگی دارد. با این حال هر شب بدن ما بدون اینکه بیشتر ما آگاهانه بدانیم، کار قابل توجهی انجام می‌دهد.

بدن با گشاد کردن رگ‌های خونی و افزایش جریان خون در دست‌ها و پاها گرما را از مرکز ما به محیط اطراف می‌فرستد.

وی افزود: برای اینکه بدن ما یتواند گرما را منتقل کند، محیط اطراف باید خنک‌تر از ما باشد.

مطالعات کنترل شده اولیه در آزمایشگاه‌های خواب نشان داد زمانی که دمای اتاق خیلی گرم یا خیلی سرد است، هم انسان و هم حیوانات بدتر می‌خوابند اما این تحقیق با نحوه عملکرد افراد در دنیای واقعی محدود شد؛ آنان دمای محیط خواب خود را تغییر می‌دهند تا راحت‌تر باشند.

در تحقیق کنونی محققان دریافتند در روال‌های معمول زندگی افراد در سازگاری با دمای سردتر بیرون نسبت به شرایط گرم‌تر بسیار بهتر به نظر می‌رسند.

مینور می‌گوید: در فصل‌ها جمعیت‌شناسی و شرایط آب‌وهوایی مختلف دمای گرمتر بیرون از خانه به طور ملموم خواب را تحلیل می‌برد و با افزایش آن میزان کاهش خواب نیز به تدریج افزایش می‌یابد.

یکی از مشاهدات مهم این تحقیق این بود که به نظر می‌رسد مردم کشورهای در حال توسعه بیشتر تحت تاثیر این تغییرات قرار می‌گیرند. این احتمال وجود دارد که شیوع بیشتر تهویه مطبوع در کشورهای توسعه یافته نقش داشته باشد اما محققان نتوانستند دلیل آن را به طور قطعی شناسایی کنند؛ زیرا اطلاعاتی در مورد دسترسی به تهویه مطبوع میان افراد نداشتند.

محققان خاطرنشان کردند: از آنجایی که شواهد قانع‌کننده‌ای دال بر تاثیر نابرابر گرم شدن دما بر کاهش خواب در سطح جهان کشف شده، تحقیقات جدید باید به ویژه جمعیت‌های آسیب‌پذیرتر به خصوص آن‌هایی را که در گرم‌ترین و از نظر تاریخی فقیرترین مناطق

جهان زندگی می‌کنند، در نظر بگیرد.

در کار آینده گروه تحقیقاتی مایل است با دانشمندان آب و هوای جهانی، محققان خواب و اراله‌دهندگان فناوری همکاری کند تا حوزه تحلیل‌های خواب و رفتار جهانی را به سایر جمعیت‌ها و زمینه‌ها تعمیم و گسترش دهد.

علاوه بر این آنان علاقه‌مند به تحقیق روی تاثیر افزایش دمای هوای بیرونی بر نتایج خواب جمعیت‌های محیوس واقع در آب‌وهوای گرم هستند که شاید دسترسی محدودی به تهویه مطبوع داشته باشند.

این تحقیق توسط آژانس آموزش عالی و علوم دانمارک و صندوق تحقیقات مستقل دانمارک حمایت شده است.

یافته‌های این تحقیق در ۲۰ مه در مجله One Earth منتشر شد.

ارزشیابی کیفی-توصیفی دانش آموزان ابتدایی تا ۱۲ خرداد ادامه دارد

معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش گفت: ارزشیابی کیفی توصیفی دانش آموزان ابتدایی تا ۱۲ خرداد ماه ادامه دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، رضوان حکیم زاده درباره زمان و چگونگی ارزیابی دانش آموزان ابتدایی توضیح داد: براساس دستورالعمل ارزشیابی ابلاغ شده از سوی مرکز سنجش و پایش آموزش و پرورش، دانش‌آموزان از اول تا ۱۲ خردادماه در ارزشیابی نوبت دوم پایانی سال تحصیلی شرکت می‌کنند و پایان زمان آموزش براساس مصوبات موجود ۳۱ اردیبهشت ماه است.

وی افزود: دانش‌آموزان در این فاصله زمانی ایام امتحانات برای شرکت در ارزشیابی به مدرسه مراجعه می کنند و دیگر لزومی برای حضور در مدارس وجود ندارد. معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش خاطرنشان کرد: با توجه به تجربه ۲ سال گذشته در این دستورالعمل توصیه شده که معلمان برای پایه‌های اول تا پنجم حتما در کنار سایر ابزارهای ارزشیابی توصیفی، از آزمون کتبی هم در دروس ریاضی و فارسی در دوره اول ابتدایی و درس ریاضی، فارسی و علوم در دوره چهارم و پنجم استفاده کنند تا بتوانیم ارزیابی دقیق‌تری داشته‌باشیم.

حکیم‌زاده یادآور شد: همچنین امتحانات دانش آموزان پایه ششم براساس مصوبات قبلی شورای عالی آموزش و پرورش و آیین‌نامه‌های موجود به صورت هماهنگ منطقه‌ای آزمون کتبی برگزار می‌شود.

نمره‌ای برای دانش‌آموزان ابتدایی منظور نمی‌شود

وی همچنین با بیان اینکه اعلام نتایج دانش آموزان به صورت کیفی توصیفی است، گفت: برای دانش آموزان ابتدایی نمره وجود نداشته و همچنان هم نخواهیم داشت، باید بین رویکرد ارزشیابی توصیفی و نظام نمره‌گذاری تفکیک قائل شد.

معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش افزود: روش اعلام نتایج کیفی توصیفی، هیچ تغییری پیدا نمی‌کند و به هیچ وجه معلمان نباید نمره‌ای را برای دانش آموزان منظور کنند. حکیم‌زاده ادامه داد: آزمون ابزار امتحان است اما به این معنا نیست که نتایج به صورت نمره باشد، نتایج همچنان به صورت کیفی توصیفی در ۴ سطح خیلی خوب، خوب، قابل قبول و نیازمند تلاش اعلام می شود. وی یادآور شد: همچنین نتیجه نهایی براساس نتایج ارزشیابی در طول سال تحصیلی، فعالیت دانش آموزان و ارزشیابی پایانی به صورت کیفی و توصیفی در کارنامه دانش‌آموز درج می‌شود.

دریافت کارنامه، یک هفته تا ده روز پس از پایان امتحانات

معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش تاکید کرد: دریافت کارنامه یک هفته تا ده روزپس از پایان امتحانات است و در اختیار خانواده‌ها قرار می گیرد. حکیم زاده افزود: زمان اعلام نتایج ممکن است به صورت منطقه‌ای متفاوت باشد اما معمولا در خرداد ماه اعلام می شود.

امتحانات در روزهای تعطیلی عمومی آلودگی هوا، برگزار نمی‌شود

وی همچنین درباره شرایط برگزاری امتحانات در روزهای تعطیلی احتمالی به دلیل آلودگی هوا در کشور اظهار کرد: اگر دستورالعمل عمومی وجود داشته باشد که در روز خاصی به دلیل آلودگی هوا باید مدارس تعطیل باشد، تمام فعالیت مدارس اعم از امتحان و آموزش تعطیل می‌شود. معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش عنوان کرد: امتحانات دانش‌آموزان در دوره ابتدایی از اول خردادماه برگزار می‌شود و تعداد دروس آزمون‌های کتبی هم بسیار کم است، بنابراین مدارس برنامه را به گونه‌ای تنظیم کنند که مشکل خاصی در این راستا ایجاد نشود.

دوره‌های جبران تثبیت و یادگیری رایگان است

حکیم‌زاده همچنین درباره آغاز مرحله دوم طرح جبران تثبیت و یادگیری اظهار کرد: برنامه این طرح تنظیم شده و به محض اتمام امتحانات دانش آموزان به منظور دریافت نتایج ارزشیابی نوبت دوم پیش بینی شده که مرحله دوم این طرح از اول تیر ماه آغاز شود. وی با بیان اینکه جزئیات مرحله دوم طرح جبران تثبیت و یادگیری به زودی در دستورالعملی به مدارس ابلاغ می‌شود، گفت: دوره‌های آموزشی دوره طرح تثبیت و یادگیری رایگان است و دانش آموزان برای شرکت در کلاس‌ها نباید هزینه‌ای بپردازند.

بر اساس این گزارش، آموزش دانش آموزان پس از شیوع ویروس کرونا از اسفند ماه سال ۹۸ در فضای مجازی تداوم یافت. آموزش مجازی هرچند که در این مدت از عقب ماندگی تحصیلی دانش آموزان جلوگیری کرد اما به گفته مسوولان و کارشناسان آموزش و پرورش نتوانست جایگزین آموزش حضوری شود.

معاونت آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش برای به حداقل رساندن افت تحصیلی دانش آموزان، طرح جبران و تثبیت یادگیری در تابستان را به ادارات کل استان‌ها ابلاغ کرد تا به این واسطه مشکلات یادگیری دانش آموزان رفع شود.

مینیمال
هایی برای زندگی

مینیمال هایی برای زندگی
ما از ترس طرد شدن مدعی شدیم کسی هستیم که نبودیم. ترس از طرد شدن تبدیل به ترس از مطلوب نبودن شد. سرانجام ما به کسی تبدیل شدیم که در حقیقت نیستیم. تبدیل به رونوشتی شدیم از باورهای مادر، پدر، جامعه و مذهب.
- دون میگوئل روئیز | چهار میثاق |
ترجمه: دل آرا قهرمان

تازه های سلامت

عوامل تشدید کننده خطر زوال عقل

بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت (WHO)، در حال حاضر زوال عقل هفتمین علت مرگ و میر در سراسر جهان و یکی از علل اولیه ناتوانی و وابستگی در میان سالمندان است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تایمزآو اینديا، زوال عقل یک بیماری خاص نیست بلکه مجموعه‌ای از شرایط است که بر حافظه، تفکر و توانایی های اجتماعی تاثیر می گذارد. آلزایمر و سکته مغزی شایع ترین علل زوال عقل هستند.

در حالیکه در حال حاضر هیچ درمانی برای زوال عقل وجود ندارد، متخصصان چندین عامل پیش‌بینی کننده را برای آن فهرست کرده‌اند تا از خطر ابتلا به این بیماری در دوران بعدی زندگی جلوگیری کنند. به تازگی در یک مطالعه به همین موضوع اشاره و مشخص شده که سلامت عروق نقش مهمی در کنترل عملکرد مغز ایفا می کند.

اهمیت سلامت عروق

بیماری های عروقی بیماری هایی هستند که بر رگ های خونی تاثیر میگذارند که اکسیژن و مواد مغذی را در سراسر بدن جابجا و مواد زائد را از بافت ها دفع می کنند. این بیماریها می تواند از بیماری شریان ها، سیاهرگ ها و رگ های لنفاوی تا اختلالات خونی را که بر گردش خون تاثیر می گذارد، دربرگیرد. بیشتر مشکلات عروقی به دلیل تجمع پلاکی است که از چربی و کلسترول تشکیل شده است.

"فشار خون بالا" همچنین می تواند سلامت عروق را تحت تاثیر قرار دهد زیرا به شریان ها آسیب رسانده و جریان خون و اکسیژن به قلب را کاهش میدهد.

علاوه بر این، "دیابت" با تعدادی از مشکلات عروقی مانند رتینوپاتی، بیماری های چشمی، نفروپاتی مرتبط با کلیه و تصلب شرایین مرتبط است.

به همین دلیل است که اهمیت دارد سلامت عروق مورد بررسی قرار گیرد زیرا می تواند به بروز بیماری های مختلف مرتبط با قلب منجر شود. همچنین نتایج یک مطالعه جدید نشان داد که تحلیل رفتن سلامت عروق می تواند احتمال ابتلا به زوال عقل را در آینده افزایش دهد.

بیماری عروقی می تواند بر گردش خون در مغز تاثیر بگذارد و باعث آسیب جبران ناپذیر به سلول ها شود. همچنین فشار خون و قند خون بالا خطر زوال عقل را طی ۱۰ سال آینده برای افراد ۶۰ ساله افزایش می دهد.

چگونه خطر زوال عقل را کاهش دهیم؟

برای کاهش خطر زوال عقل و بهبود سلامت مغز هرگز دیر نیست. خودداری از استعمال سیگار، فعالیت ذهنی، جسمی و اجتماعی، رعایت یک رژیم غذایی متعادل و کنترل سطح کلسترول و فشار خون، همگی میتوانند به حفظ سلامت مغز همزمان با افزایش سن کمک کنند.

باجامعه همراه باشید

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 می شود.
شماره تماس: ۳۲۵۵۳۸۳۸