گوناگون

همه گیری مجدد کرونا در ایران تکذیب شد

وزیر بهداشت: همه‌گیری مجدد کرونا در کشور را تکذیب کرد

به گزارش پیام آشنا، بهرام عین‌اللهی در واکنش به همه‌گیری مجدد کرونا در کشور گفت: سویه جدیدی از اگزیکرونا در کشور نداریم. وی افزود: کرونا از وضعیت همه‌گیری یا پاندمی به وضعیت بک‌گیری یا اندمی تبدیل شده که شبیه به آنفلوآنزا است.
وزیر بهداشت گفت کرونا همیشه تهدید بود.

درآمد ۱۰۰۰ میلیارد تومانی از غربالگری غیراستاندارد جنین

سخنگوی وزارت بهداشت: از درآمد ۱۰۰۰ میلیارد تومانی ناشی از غربالگری غیراستاندارد جنین خبر دادند.

به گزارش پیام آشنا، به نقل از مهر، بعد از ماجرای محدودیت در تولید و توزیع کیت‌های غربالگری جنین که با واکنش و سخنگوی وزارت بهداشت همراه شد، حالا پدرام پاک آئین در مازندران اظهار نظر پیرامون غربالگری جنین مدعی شده که ذی ذخائن غربالگری غیر استاندارد جنین، سالانه ۱۰۰۰ میلیارد تومان درآمد داشته اند که حالا از این درآمد بی نصیب مانده‌اند. وی ضمن تکذیب مواد ذخائن دارای ناهنجاری بعد از اجرای قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت، گفت: سازمان‌های اکتشافی وزارت بهداشت، هیچ گونه افزایش در مواد ذخائن دارای ناهنجاری را از زمان اجرای قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت به این سو نشان نمی‌دهد. پاک آئین از افزودن ذی ذخائن غربالگری غیر استاندارد جنین، سالانه بیش از ۱۰۰۰ میلیارد تومان درآمد از این محل کسب می‌کردند که با اجرای قانون حمایت از خانواده و استانداردسازی غربالگری جنین، این سود از دست رفته می‌باشد.
پیش از این نیز، سخنگوی وزارت بهداشت با اشاره به این مطلب که از نظر وزارت بهداشت غربالگری جنین با رعایت استانداردها ممنوع نیست، گفته بود: در حال حاضر کیت‌های تشخیصی غربالگری با دقت کافی در اختیار مردم قرار می‌گیرد و کماکان برای کمک به سلامت مادر و جنین، از توزیع کیت‌های غیر استاندارد و غیر دقیق جلوگیری می‌شود.
در همین حال حسین قاسمی رئیس دانشگاه علوم پزشکی بهران، راهکارهای مقابله با سقط غیرقانونی را نیازمند روزرسانی‌های علمی، عدول کرد و گفت با اقدامات مفید فروش احکام شرعی، عوارض و عواقب سقط و مشاوره روان‌شناسی حمایت از خانواده‌ها و به کارگیری روش‌های قطعی می‌توانیم از سقط جنین پیشگیری کنیم. وی با اشاره به نقش غربالگری در سقط جنین، افزود بهتر است از افراط و تفریط در این امر پرهیز کنیم و فرزندان سالمی به دنیا آوریم که برای خانواده و جامعه و پدر و مادر باشند.

آزون بر یک میلیون نفر تحت پوشش صندوق بیماری‌های صعب العلاج قرار گرفتند

مدیر کل دفتر خدمات تخصصی سازمان بیمه سلامت ایران گفت: یک میلیون و ۸۹۰ هزار نفر از بیماران سخت درمان تحت پوشش صندوق بیماری‌های صعب‌العلاج قرار گرفتند.

به گزارش پیام آشنا، به نقل از ایرنا، محمد اسماعیل کاملی افزود: این اقدامی بسیار بزرگ بود که صندوق برای حمایت از بیماران صعب‌العلاج ذیل سازمان بیمه سلامت شکل شد، ضمن اینکه اطلاعات ۱۰۲ گروه بیماری نیز وارد سامانه‌های بیمه سلامت شدند که از این مدلد ۵۱ گروه بیماری دارای بسته خدمتی مشخصی هستند که مزیت‌های آنها در دارند دارای تعریفه رایگان است.
وی تاکید کرد: انتظار داریم با هدف خدمات دهی بهتر به مراکز پیشرو در این خصوص با بیمه سلامت عقد قرارداد کنند بیش از ۵۰ هزار مرکز تشخیصی درمانی در کشور طرف قرارداد با سازمان بیمه سلامت هستند که مدلد آن در حوزه‌های مختلف متفاوت است.

یکی دیگر از مضرات دودسیگار برای کودکان

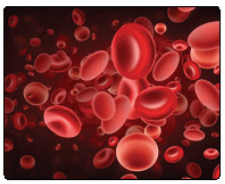
درباره زیان‌های سیگار بارها شنیدیم اما احتمالا از تاثیر دود آن (دود دست دوم) بر افزایش سطح سرب در بدن کودکان و نوجوانان کم‌تر می‌دانیم.

به گزارش پیام آشنا به نقل از نشریه تخصصی «کلوسیشن» دود دست دوم بر سلامت کودکان و نوجوانانی که در معرض آن قرار می‌گیرند، اثرات زیان‌باری دارد. به عقیده سرب برای کودکان بسیار مضرتر از نوجوان و افراد مسن‌تر است چرا که بدن کودکان در حال رشد سریع است و تاثیر ناملایمات این ماده بر کودکان در حال رشد می‌تواند شدید شود. متخصصان در آمریکا نقدهای ملی این کشور در مورد میزان سرب خون و قرار گرفتن کودکان و نوجوانان ۶ تا ۱۹ ساله در معرض دود سیگار را از سال ۲۰۱۵ تا ۲۰۱۸ میلادی بررسی و تحلیل کردند. آنها میزان سرب و متابولیت نیکوتین را در گروه‌های تحت آزمایش اندازه‌گیری کردند. هنگام استشمام دود، فرآیند شیمیایی ماده‌ای به نام «کوتینین» در بدن تولید می‌شود. میزان کوتینین در بدن نشان می‌دهد که چه میزان در معرض دود تنباکو بوده‌اید. با توجه به نتایج تحقیق مزبور در گروه‌هایی که بیشتر در معرض دود سیگار قرار داشتند، میانگین سرب خون نیز بیشتر از گروه‌هایی بود که کمتر در معرض دود سیگار بودند.

چرا جلوگیری از جذب سرب در بدن مهم است؟
به گزارش ایسنا، دکتر خلاف بسیاری از سموم دیگر در صورت کاهش میزان قرار گرفتن در معرض سرب، مقدار این ماده در بدن رقیق نمی‌شود. همچنین بدن به طور طبیعی نمی‌تواند این سم را دفع کند. سرب در استخوان‌ها جمع و در خون ترشح می‌شود و تنها راه آزمایش بررسی آن مصرف نارمولهای خوراکی است. قرار گرفتن در معرض سرب سبب ایجاد مشکلات عصبی متعدد و شدیدی از جمله آسیب اعصاب، مشکلات شناختی و از دست دادن هوش و ضعف حافظه می‌شود. وممکن است موجب اختلالات مغزی مانند بیماری آلزایمر و اسکیزوفرنی شود. از دیگر عواملی که ممکن است میزان سرب در خون کودکان را افزایش دهد برخی لوازم خانگی روزمره از جمله برخی ظروف سرامیکی است. یعنی از آنمورد مقدار آلیاژی‌ها، محصولات رنگ مو و لوازم آرایشی نیز حاوی سرب هستند. محققان می‌گویند یافته‌های پژوهش‌های جدید، خطر قرار گرفتن در معرض سرب را گوشزد کرد و کاهش دهد آنها با تحقیق در مناطق محلی می‌گویند در این مورد آگاهی رسانی بیشتری کمک به نظر آن‌ها، پژوهش‌هایی از این دست به درک بهتر از خطر قرار گرفتن کودکان در معرض دود سیگار کمک می‌کند.

زنان و خانواده

ترکیب قرص‌های ضدبارداری و مُسکن‌ها خطر لختگی خون را افزایش می‌دهد



انواع خاصی از قرص‌های پیشگیری از بارداری خطر کمی برای لخته شدن خون دارند. اکنون یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که برخی از مُسکن‌های رایج می‌توانند این خطر را افزایش دهند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیرنت، این مطالعه که روی ۲ میلیون زن دانمارکی انجام شد، نشان داد زنانی که از قرص‌های ضدبارداری یا سایر داروهای ضد بارداری حاوی استروژن استفاده می‌کردند، در معرض خطر لخته به لخته خون در پاها یا ریه‌ها بودند.
اما محققان به یافته دیگری هم پی بردند، زمانی که این زنان از داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی یا NSAID نیز استفاده کردند، از جمله مُسکن‌های رایجی مانند ایبوپروفن و نابروکسن، خطر لخته شدن خون در طول هفته‌ها افزایش یافت.
کارشناسان تاکید کردند که خطر لخته‌شدن خون بسیار کم است.
برخی از داروهای ضد بارداری هورمونی - به ویژه آنهایی که دارای مقادیر بالاتر استروژن هستند - مدتهاست با افزایش اندکی در خطر لخته شدن خون مرتبط هستند. استروژن می‌تواند سطح پروتئین‌های خاصی را که لخته ایجاد می‌کند در خون افزایش دهد.
در همین حال، NSAID ها نیز با خطر لخته شدن خون مرتبط هستند. اما در مورد اینکه آیا استفاده همزمان از کنترل بارداری و NSAID خطر را افزایش می‌دهد یا خیر، اطلاعات کمی وجود دارد.
محققان سوئدی پزشکی ۲ میلیون زن ۱۵ تا ۴۹ ساله را که بین سال‌های ۱۹۹۶ تا ۲۰۱۷ در دانمارک زندگی می‌کردند، تجزیه و تحلیل کردند. در این دوره، تنها بیش از ۸۷ نفر برای اولین بار دچار ترومبوآمبولی وریدی - لخته خون در ورید یا پا یا ریه‌ها - شدند.
به طور کلی، این مطالعه نشان داد که استفاده از NSAID به تنهایی یا افزایش خطر لخته شدن خون در مقایسه با دوره‌هایی که زنان از مُسکن‌ها استفاده نمی‌کردند، مرتبط بود. به طور مسأله، این خطر در میان زنانی که از داروهای کنترل بارداری حاوی استروژن استفاده می‌کردند، هم افزایش یافت.
اما وقتی این دو با هم ترکیب شدند، خطر لخته شدن خون افزایش قابل توجهی را نشان داد.
دکتر امالی میدی، سرپرست این مطالعه در انجمن سرطان دانمارک در کپنهاگ، می‌گوید: «جنس جالب این است که خطر مصرف هرمان بیشتر از مجموع خطرات مصرف فردی است.»

معوقات معلمان تا پایان شهریور پرداخت می‌شود

وزیر آموزش و پرورش از به کارگیری معلمان بازنشسته سال ۱۴۰۱ به مدت ۲۴ ساعت در هفته خبر داد و گفت تا پایان شهریور کل معوقات سالانه معلمان را پرداخت خواهیم کرد

به گزارش پیام آشنا به نقل از تسنیم، رضا مراد صحرایی -وزیر آموزش و پرورش - با اشاره به اینکه مشکل نیروی انسانی را با جدیت پیگیری می‌کنیم، گفت: مطابق تصوره ۲ ماده واحده قانون منع به کارگیری بازنشستگی، کارمندان بازنشسته پیش از یکسوم زمان کاری را نمی‌توانستند کار کنند اما در مورد معلمان با تصویب به کارگیری معلمان بازنشسته سال ۱۴۰۱ به مدت ۲۴ ساعت در هفته این امکان فراهم شد تا بتوانیم از ظرفیت معلمان باتجربه بازنشسته بیشتر استفاده کنیم. وی با اشاره به مصوبه حق‌التدریس ماهانه افزود: تا پایان شهریور کل معوقات سالانه معلمان را پرداخت خواهیم کرد.
همچنین ۶۵ درصد معلمان معترض به رتبه‌بندی، به یک رتبه بالاتر رتبه‌ها یافتند و رتبه‌بندی جدید از اول مهر امسال اعمال خواهد شد.
صحرایی تصریح کرد: هر اتفاق خوبی در هر ساختاری اگر قرار است بیفتد، محل شروع آن مدرسه و عامل آن مدیر مدرسه است. مدیر مدرسه عامل بسیاری از پیشرفت‌های فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی کشور می‌تواند باشد، چرا که اینده در مدرسه، برنامه‌ریزی می‌شود.
وزیر آموزش و پرورش گفت: رهبر معظم انقلاب فرمودند سه عامل برنامه‌ریزی دقیق و شفاف، تلاش و مجاهدت؛ و تطرات و مراقبت در کنار هم هر نتیجه‌ای را ممکن می‌کنند و هر برنامه‌ای را به نتیجه می‌رساند. وی اظهار کرد: ماموریت ما پرورش دانش‌آموزی است که در ۶ ساحت تربیتی، این ویژگی‌ها را پیدا کند چرا که تحقق چشم‌انداز ایران در گرو تحقق چشم‌انداز ما است. تحول است که برای تحقق آن باید تلاش شود. صحرایی با تاکید بر نقش و جایگاه مهم مدیر و معلم در تحقق سند تحول بنیادین خاطرنشان کرد: شهدای مدافع حرم، نوجوانانی که به پیله‌روی اربعین در کربلا رفتند یا دانش‌آموزانی که در مراسم پیاده‌روی جاماندگان اربعین حسینی حضور یافتند و به ارائه خدمات به مردم پرداختند، همه این‌ها را معلمان تربیت کرده‌اند. کاری که آموزش و پرورش در زمینه فرهنگ‌سازی انجام می‌دهد، راه‌هیچ تهدیدی نگذرده و اثر هم کاری کرده با مشارکت و همکاری آموزش و پرورش کرده‌است.
وزیر آموزش و پرورش از آمادگی کامل این وزارتخانه برای آغاز سال تحصیلی خبر داد و تاکید کرد آماده انتقال از مهری پرتنشاط و پرامید هستیم.

مینیمال
هایی برای زندگی
چه کوتاهدست عشق،
چه درازست فراموشی.
@ Minimalha
پابلو نرودا
ترجمه: بیژن الهی
@ Minimalhaw.Saraye.Zendegi @ Minimalha @ MinimalforLife

روزنه

کیک و شکلات‌هایی که موجب بیماری قلبی می‌شوند

برخی از افزودنی‌های غذایی، مورد استفاده در شکلات‌ها و کیک‌ها ممکن است خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش دهند

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث، افزودنی‌های غذایی طعم، ظاهر، کیفیت و ماندگاری مواد غذایی را قوی شده یا بهبود می‌بخشند، اما مصرف منظم آن می‌تواند مجرا به عوارض جانبی نامطلوب مانند اختلالات گوارشی، آسم، چاقی و دیابت شود.
نتایج تحقیق جدید نشان داده است که اثرات خاصی از افزودنی‌های E، افزودنی‌های غذایی که معمولا در شیرینی‌ها، کیک‌ها، دسرها، شکلات، نان، مارگارین و غذاهای آماده استفاده می‌شوند، می‌تواند خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی را افزایش دهد.
نتایج برخی از تحقیقات نشان دادند که استفاده از افزودنی‌ها می‌تواند باکتری روده را مختل کند که به نوبه خود باعث افزایش التهاب می‌شود. این مواد ابتلا به مشکلات قلبی عروقی را افزایش می‌دهند و جدیدترین مطالعه محققان خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی را با افراد گرفتن در معرض این مواد افزودنی ارزیابی کردند. گروه تحقیق، ۹۵ هزار و ۴۴۲ بزرگسال فرانسوی را که بخشی از یک مطالعه کوهورت بین سال‌های ۹ ۲ تا ۲۱ ۲ بودند، پیگیری کردند.
طی دو سال اول پیگیری، شرکت‌کنندگان حداقل سه (و حداکثر ۲۱) رکورد آنلاین ۲۴ ساعته رژیم غذایی را تکمیل کردند. سپس هر ماه غذایی و نوشیدنی مصرف شده در سطح برند یا سه یا گونه دقیق داده شد. ماموا افزودنی آن شناسایی شد. به گفته محققان، آزمایش‌های آزمایشگاهی نیز برای ارائه داده‌های کمی انجام شد.
همچنین از شرکت کدگل خواسته شد ماهر کوفه و نوع بیماری قلبی عروقی (CVD)، مدل حماطلبی یا سکته را گزارش کند. این مواد با بررسی سوابق پزشکی آن تایید شد. مرگ و میر مربوط به بیماری قلبی عروقی از طریق علت ثبت مرگ تایید شد.
پس از میانگین هفت سال، شرکت کدگذاری کدمصرف بالای سلول کل (E۴۶۸-E۴۶)، سلول (E۴۶) و کربوکسی متیل سلولز (E۴۶۶) را ثبت کردند، در معرض خطر ابتلا به بیماری قلبی عروقی، به نوع بیماری عروق کرو قلب بودند.
افزایش مصرف افزودنی‌های E۴۷۱ و E۴۷۳ خطرات بالای مشکلات قلبی عروقی را نشان داد. در بین افزودنی‌ها E۴۷۱ خطر بیشتری برای بیماری قلبی عروقی و بیماری‌های عروق مغزی را نشان نداد، در حالی که E۴۷۳ خطر ابتلا به بیماری قلبی عروقی و بیماری عروق کرو قلب را افزایش داد. این گروه همچنین با مصرف بالای E۳۲۹ خطر ابتلا به بیماری عروق کرو قلب را افزایش داد.
اگرچه مطالعات گسترده بیشتری برای تایید یافته‌ها مورد نیاز است، محققان امیدوارند این مطالعه به ارزیابی مجدد مقررات در مورد استفاده از افزودنی‌های غذایی در صایع غذایی برای محافظت از مصرف‌کدگل کمک کند.
آنان گفتند: «در همین حال، چنین مقام بهداشت عمومی توصیه کردند که مصرف غذاهای فوق‌فرآوری‌شده را به عنوان راهی برای محدودکردن قرار گرفتن در معرض افزودنی‌های مواد غذایی بحث‌انگیز، محدود کند.»

شایع ترین و مهم ترین عوامل پیری پوست را می‌شناسید؟

پیری پوست با گذر زمان و به صورت تدریجی اتفاق می‌افتد ولی عواملی وجود دارد که باعث می‌شود پیری پوست زودتر به سراغ شما بیاید.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تسناک، هیچ کدام از ما دوست نداریم با دیدن چین و چروک و علائم دیگر پیری پوست مواجه شویم بخصوص اگر این علائم زودتر از انتظار ظاهر شوند. برای همین همیشه سعی در جلوگیری از آنها داریم. پیری پوست بنا به دلیل مختلفی رخ می‌دهد که بستگی به دلیل عاملت عامل غذایی - بهداشتی و آرایشی - روحی و روانی دارد. در این بخش مهم ترین دلایل پیری پوست را برایتان شرح می‌دهیم.

بلای لوازم آرایشی روی پوست

استفاده بیش از حد لوازم آرایشی موجب چین و چروک و پیری زودرس پوست می‌شود. مصرف بیش از حد معمول لوازم آرایش ضمن ایجاد حساسیت، لک، جوش و آکنه در پوست باعث چروک شدن آن و پیری زودرس در افراد به خصوص خانم‌ها می‌شود. لوازم آرایشی متنلف با نوع پوست هر فرد (خشک، معمولی و چرب) باید انتخاب شود؛ همچنین توجه به کیفیت این لوازم جهت پیشگیری از بروز حساسیت‌های پوستی، آکنه و جوش و لکه‌های صورت ضروریست. همچنین مصرف مواد حاوی رنگدانه همچون رژ لب و رژگونه از جمله عوامل ایجاد حساسیت‌های پوستی است. کرم‌های گرمیم تبریز به دلیل مانع شدن از تنفس پوست و میزان بالای مواد شیمیایی داخل آن، مواد پرضرری هستند که مصرف آنها عوارض بسیاری را به دنبال خواهد داشت.

تاثیر مخرب سیگار و پیری زود رس

کشیدن سیگار باعث ایجاد چین و چروک در پوست شده و آن را نحیف و خراب می‌سازد؛ همچنین رنگ پوست و بیش از همه چهره شما را کدر می‌کند. سیگار بعد از گذشت مدتی و در حدود سن ۲۰ تا ۴۰ سال شما را حدود ۲۰ سال پیرتر نشان می‌دهد.
سیگار کشیدن در حقیقت با ایجاد تنفیر رانی باعث از بین رفتن کلاژن پوست که وظیفه حفظ قابلیت ارتجاعی پوست را بر عهده دارد، می‌شود و بدون داشتن این خاصیت ارتجاعی، پوست قادر نخواهد بود به حالت اولیه خود باز گردد و در نتیجه چین و چروک‌های ایجاد شده در سطح پوست باقی می‌مانند. همچنین نیکوتین موجود در سیگار باعث باریک شدن رگ‌های خونی شده و این امر از جریان مناسب خون در مویرگ‌ها جلوگیری می‌کند. مویرگ‌هایی که در حقیقت مسئول تغذیه پوست هستند و زمانی که قادر نباشند وظیفه خود را به نحو درست انجام دهند، چین و چروک‌ها و علائم بیشتر و عمیق‌تر پیری زودرس در سطح پوست به وجود می‌آید.

استفاده از نی عادت مخرب برای پوست

اگر برای جلوگیری از جرم گرفتن و خراب شدن دندان‌هایتان و یا برای اجتناب از لب زدن به بطری و قوطی نوشیدنی‌ها، مایعات را با نی می‌نوشید، باید بدانید که این کار باعث ایجاد خطوط پیری زودرس در کنار لب‌هایتان خواهد شد. جمع کردن لب‌ها برای استفاده از نی باعث ایجاد چین و چروک در کنار های دهانتان می‌شود. لازم به یادآوری است که کشیدن سیگار نیز همین حالت را ایجاد می‌کند.

سرخ کردنی‌ها از غذاهای پیر کننده

پوست

هر خوراکی که سرخ شده باشد، حاوی بالاترین مقدار مواد التهابی است. از سوی دیگر باید از مصرف هر خوراکی حاوی اسیدهای چربی "ترانس" خودداری کنید؛ به این دلیل که باعث افزایش میزان کلسترول بد و کاهش میزان کلسترول خوب می‌شود. برچسب اطلاعات مواد غذایی را بخوانید، و هر خوراکی حاوی روغن جامد یا روغن‌های گیاهی هیدروژنه شده را نخرید.

مصرف شیرینی‌ها و پیر شدن پوست

این خوراکی‌ها نیز حاوی ترکیب‌های محرک بوده و روند پیری سلول‌ها را تسریع می‌کند. دلیل آن تبرز شکر و چربی غیر طبیعی موجود در آنهاست. این ترکیبها عامل اصطلاحا رزیش پوست هستند.

پیری زودرس پوست با غذاهای فرآوری شده

هات داگ‌ها، انواع سوسیس و کالباس، گوشت‌های نمک سود و هر غذای فرآوری شده به دلیل نمک و نگه نارنده‌های زیادی که دارد، عاملی برای تسریع روند پیری سلول‌ها به ویژه سلول‌های پوست است. شاخص‌ترین ترکیب مضر این خوراکی‌ها "نیترات" است. این ماده زمینه ساز ابتلا به سرطان است.

تاثیر بی‌خوابی بر روی پوست

با کم خوابی، فرصت بازسازی و ترمیم از پوست گرفته می‌شود و پوست دچار مشکلاتی خواهد شد که مهمترین آثارش در قسمت پوست زیر چشم نمایان خواهد شد. زیرا این ناحیه، ضعیف‌ترین و حساس‌ترین پوست را دارد و از پوست بقیه نواحی بدن بسیار نازک‌تر است. کمبود خواب، نابرهای سیاهی را زیر چشم ایجاد می‌کند، این دایره‌ها کدر و به صورت متورم و پف کرده خواهند بود و هم چنین چین و چروک‌هایی به وجود خواهد آمد که خطوط نسبتا عمیقی را زیر چشم ایجاد می‌کنند. کم‌خوابی هم چنین می‌تواند روی جوش و آکنه هم تاثیر گذارد. ولی کمبود خواب به خودی خود نمی‌تواند دلیل به وجود آمدن آکنه شود. عارضه پف چشم بسیار متداول است و توضیح خاصی ندارد. حلقه‌های متورم و سیاه دور چشم معمولاً نشانه بی‌خوابی است. وقتی ما خسته هستیم مایعات در دور چشم جمع می‌شوند.

فرسیدن آب کافی به بدن از عوامل پیری پوست

عدم دریافت کافی آب منجر به خشکی، عدم طراوت پوست، کسالت و بی‌حوصلگی می‌شود. آب عامل بسیار موثر در جوان ماندن پوست مصرف آب به مقدار کافی در روز است. همچنین دفع به موقع مواد زاید از طریق کلیه موجب سرحالی افراد تبرز می‌شود.

نقش منفی استرس بر پیر شدن پوست

استرس با خیالی از مسائل بهداشتی و سلامتی در ارتباط است. برای مثال فشار خون بالا و میگرن ممکن است علائمی باشند که در زندگی ما وجود دارند. اما آیا می‌دانستید که یکی از اولین جلوه‌هایی که استرس نشان داده می‌شود، پوست ما است؟ پوست بزرگترین عضو ما است. مثل خیلی از مردم، شاید فکر کنید که پوست یک مانع است برای بیرون نگهداشتن تاثیرات منفی و داخل نگهداشتن تاثیرات مثبت. اما پوست یک عضو پر مشغله از ارتباطات مستقیم و غیر مستقیم با مغز است.

تازه‌های سلامت

پارکینسون احتمالا از روده شروع می‌شود

شواهد جدید به دست آمده از مطالعه موش‌ها از این نظریه حمایت می‌کند که بیماری پارکینسون می‌تواند از روده شروع شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیکال نیوز، محققان مرکز پزشکی دانشگاه کامبیا ایروبگ در شهر نیویورک اخیرا مطالعه‌ای را بر روی موش‌ها انجام دادند تا ببینند آیا می‌توانند درباره چگونگی ارتباط بیماری پارکینسون و تغییرات در روده اطلاعات بیشتری کسب کنند. بیماری پارکینسون باعث تغییرات عصبی می‌شود که در مهارت‌های حرکتی تأثیر می‌گذارد و در نهایت ممکن است مجرب‌ها از دست دادن توانایی رفه رفتن شود. محققان معتقد بودند که یک پروتئین مرتبط با پارکینسون از طریق روده سلول‌ها قبل از اینکه علائم بارز این بیماری مشخص شود، افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد.
در حالی که محققان می‌دانند که بیماری پارکینسون بر مغز تأثیر می‌گذارد، نمی‌دانند که آیا ممکن است به جای این که بیماری از مغز منشأ گرفته باشد، از طریق یک بافت سیستم ایمنی از روده شروع شود. برخی از مطالعات ارتباط بین میکروبیوم روده و پارکینسون را نشان می‌دهد. محققان دانشگاه کامبیا اکسون در یک مطالعه جدید، این بخش از تحقیقات را گسترش دادند.
بیماری پارکینسون، نوعی اختلال حرکتی، می‌تواند باعث تحلیل سلول‌های عصبی شود. هنگامی که این اتفاق می‌افتد، افراد مبتلا به این بیماری ممکن است دچار سفتی، لرزش و سایر حرکات غیرقابل کنترل شوند. پزشکان پس از دید سایر علائم فیزیولوژیکی علائم، بیماری را تشخیص می‌دهند. فیل از تجربه مشکلات حرکتی، علائم دیگری وجود دارد که لزوما با بیماری پارکینسون مرتبط نیستند.
بر اساس تحقیقات موجود، در این مرحله از بیماری، افراد ممکن است برخی از مشکلات زیر را تجربه کنند:
• اختلال رفتار خواب REM
• افسردگی
• اضطراب
• یبوست.
به گفته نویسندگان این مطالعه، بیماری از افرادی که به پارکینسون مبتلا می‌شوند، یبوست و سایر علائم گوارشی را تا ۲ سال قبل از بروز علائم حرکتی گزارش کرده‌اند.
نویسندگان گزارش می‌دهند «یبوست تقریبا در ۷ درصد از بیماران مبتلا به پارکینسون دیده می‌شود.»
آلفا-سوکانین، پروتئینی که در بدن یافت می‌شود، در افراد مبتلا به بیماری پارکینسون به اشتباه تاخورده می‌شود و این تا شدن نادرست به پیشرفت بیماری مجرب می‌شود. پروتئین ناشناخته اشتباهی که روی اووروزهای مغز علقه می‌شود را می‌تواند در روده نیز باشد، که باعث شد محققان به این فکر کنند که آیا سیستم ایمنی در ایجاد بیماری نقش دارد یا خیر.
پروفسور «دیوید سولزبر» نویسنده این مطالعه، گفت: «کون بیماران پارکینسون اغلب حاوی سلول‌های ایمنی است که برای حمله به نورون‌ها آماده شده‌اند. اما مشخص نیست که آنها کجا و چه زمانی آماده می‌شوند.»
محققان موش‌ها را به مدت ۶ هفته تحت نظر گرفتند. آنها ابتدا به بررسی علائم ناراحتی معده، وزن موش‌ها را نیز پیگیری کردند. در پایان دوره ۶ هفته‌ای نظارت بر موش‌ها، محققان سلول‌های عصبی روده موش‌ها را برای ارزیابی آسیب بررسی کردند.
۲۵ درصد از موش‌های نطرای زن آنالی پس از نزدیق آلفا-سوکانین بیمار باقی ماندند. به گفته محققان، این موش‌ها نرخ به کاهش وزن کردند که بین ۲۲ تا ۲۴ روز پس از نزدیق اتفاق افتاد. موش‌هایی که کاهش وزن داشتند با روز ۲۹ دوباره وزن خود را به دست آوردند. با این حال، محققان گفتند که این موش‌ها یبوست را تجربه کردند. دانشمندان متوجه این عارضه جانبی فقط در موش‌هایی با زن آنالی شدند که کاهش وزن را نیز تجربه کردند. این امر باعث شد تا محققان به این نتیجه برسند که نزدیق آلفا-سوکانین عمده‌ای زن آنالی در موش‌ها پتانسیل ایجاد مشکلات روده را دارد.
در حالی که این یافته‌ها دلیل دیگری برای بلور اینکه پارکینسون ممکن است از روده شروع شود نشان می‌دهد، دانشمندان هیچ تغییری در مغز موش‌ها مشاهده نکردند. آنها امیدوارند روزی این تحقیق را گسترش دهند.