

مجوز مصرف واکسن برکت صادر شد

وزیر بهداشت گفت مجوز مصرف واکسن ایرانی گویارین برکت دیروز صادر شد

به گزارش پیام آشتاب، سعید نمکی در بیست و نهمین آیین پویش راه سلامت دانشگاه علوم پزشکی، با اشاره به بد فوولی کشورهاهی دیگر برای واردات واکسن کرونا بیان کرد: به این کشورها گفتیم چرا واکسن را به یه ما قطع کردید حتی روزی ۵۰ هزار دانه هم به ما واکسن ندادند، چه کسی باید این موضوع را جبران کند؟ فقط تولید داخل می تواند.



ارلینگ کاگه ترجمه یویا حسن زاده

یک چرخه کتاب

در ستایش سکوت سکوت در عصر هیاهو نویسنده: ارلینگ کاگه مترجم: یویا حسن زاده

نویز بنیادی به سکوت دراید، می تواید برای آن دست به جستجو بزنید و همان جا، در اعماق هر چرخه، صبح شلوغی ترافیک و مشغولیات ذهنی، موسیقی و زندگی ماشینی، گوشی های آیفون و ماشین های برقی، بی نظارتان را می کشد سکوت.

پیام آشتاب کتاب در ستایش سکوت نوشته ارلینگ کاگه است که با توجه ویرا جان سره منتشر شده است. کتاب در ستایش سکوت روایت سکوت است و اهمیت آن در شنیدن راز هستی و پیوسته یک حقوق دان است. که مدتی درباره فلسفه سکوت و تحصیل کرد است. او معتقد است گاهی برای درک جهان باید سکوت بود. هر زمان که نتوانستید با پیامبر، کوهنوردی، با قافیل سوری یا شلوغی دنیا فاصله بگیرید، درختان را دوری دنیا ببینید. آموختن این مسئله زمان می برد فقط زمانی که بفهمید

ماست نیتها بر آن لگنگری مثل من، بلکه برای یک پدر یک پیک تلخ هم به همین اندازه ارزش دارد از آن خوش می آید دوست دارم بقیه چهره اش کلمه کلماتش را می تواید، حقایق را برکتا بلند من هم دلم می خواست این کار را انجام دهم، اما این سری بر من ساخته بوده در طول زندگی ما با هر پیام تبریکه تقریباً همه چیز مدام در حال تغییر بوده است. حتی شگفتی های همیشه ماهی منی مستقل داشته است. نوعی شگفتی برای شگفتی است. چرا جایی است بصورتی که شاید ما مانند بزرگی است که روزی شوکتا می شود تا مسیره های جدید پیش پایمان بگذارد در زمان های دیگر، شگفتی غریزاتی است. چیزی نیست که خودم انتخاب کنم، بلکه فکری است که نمی توایم ردایش کنم چیزی بقدره از گذشته ام سر بلند می کند یک فکر یا یک تجربه شروع می کند یا از گذشته نمی توایم انقیاد نیابیم به معنایی که ممکن است در پی داشته باشد

دست بردارم دستور عمویم برای شام به خاطر نام آمد و دیروز شمری از یون فوسه ۲۰۰ شسته و نمایتانم نویسنده و نویز به من نماد دور ساز رفتن از روی تخت دراز کشیدم و مشغول ورق زدن کتابت شد، درست پیش از خاموش کردن چراغ، این واژه ها به چشمم خوردند

هشتمین وجود دارم که کسی به خاطر نمی آورد

منظور نویسنده از این جمله چه بود؟ عشقی نابری که ساکن مانده؟ نکند نویسنده درباره سکوت نوشته بود؟ شعر خوب من را به یاد مسکنان بزرگ می آید. واژه های مناسب قلمرو افکار را به حرکت واردند درست مانند گزارش های مسکنان که در جوی می توایم پیش از آنکه بخولیم تصمیم گرفتیم که صبح روز بعد برای فوسه بیغلی بفرستیم و از دروازه آن هفت واژه ببریم و از بیست و اوپه بریم

منیمان

Advertisement for 'Miniman' (منیمان) featuring an elderly woman and text about health and vitality.

تازه های سلامت

عارضه "آپنه خواب" چه نشانه هایی دارد؟

عارضه "آپنه خواب" که در مردان شایع تر است و باعث وقفه های مکرر تنفسی در هنگام خواب می شود می تواند به بروز مشکلات جدی سلامتی شود. به همین دلیل اکادمی پزشکی خواب آمریکا توصیه می کند که لزام است این مشکل جدی تر از یک خروپف معمولی در نظر گرفته شده و فرد مبتلا حتما مورد معاینه و در صورت ضرورت تحت درمان قرار بگیرد.

به گزارش پیام آشتاب، نقل از اینسرایر است اکادمی پزشکی خواب آمریکا تاکید دارد هر چند همه افرادی که خروپف می کنند دچار عارضه آپنه خواب نیستند اما خروپف که علامت هشدار دهنده است که باید جدی گرفته شود. اگر از جمله افرادی هستید که موقع خواب خروپف می کنند لازم است ابتدا با پزشک متخصص در آمیزش آپنه خواب، آپنه خواب مزمن را معاینه کنید. وی افزود: درمان آپنه خواب می تواند وضعیت کلی سلامت و کیفیت زندگی بهبود بخشد. طبق مطالعات اکادمی پزشکی خواب آمریکا نزدیک به ۴۰ درصد از مردم اکثر کشور خواب خروپف می کنند. همچنین ۲۴ درصد اکادمی خواب عارضه آپنه خواب آشنایی نسبتاً ۸۸ درصد افراد مبتلایان به بیماری راز میانی نزدیک به ۳۰ میلیون نفر از افراد زیر ۱۸ سال در آمریکا دچار عارضه آپنه خواب هستند اما طبق گزارش اکادمی پزشکی خواب در این کشور ۲۲ درصد از افراد مبتلایان تشخیص نشده اند. طبق اعلام این اکادمی، پنج علامت هشدار دهنده در رابطه با این عارضه وجود دارد که باید با آنها همراه شد. علامت شامل "خروپف کردن، خنگی یا نفس نگیس، نفس هنگام خواب سسگی یا خواب آلودگی در طول روز، چاقی و فشار خون بالا هستند". سایر علائم آپنه خواب شامل موارد زیر است: خواب نارامی، بیداری، سردردهای صبحگاهی، بیدار شدن از خواب در طول شب، رفتن به دستشویی، مشکل در تمرکز، کاهش قدرت حافظه، تحریک پذیری یا مشکل در بیان مافتن هنگام مکالمات تلویزیون پارلنگی.

باجلعه همراہی بشید

صنحه "جلعه" یا رویکردهای متفاوتی که گذشته با مطالب متنوع در حوزه های مختلف از روانشناسی، روانشناسی سلامت، مشاوره و مدیریت خانواده، سازه های فرهنگی و هنرانی، موضوع جذاب و خواندنی دیگر، میمان همان داستان است. امید که بتوانیم با همراهی این کتاب گامی برداریم. رزنامه تخصصی دیگه و مقالات سلازده خود را با ما در میان بگذرانید. از منتقدان صاحب قلم در حوزه های اجتماعی استقبال می شود.

شماره تماس: ۳۳۵۴۳۸۸۸

عوض ستاد ملی مقابله با کرونا:

زنان باردار و شیرده در نوع تزریق واکسن کرونا محدودیت دارند



این زمینه نیاز به هماهنگی پزشک معالج و زنان باردار دارد تا با نظر گرفتن میزان شیب خون، معیار بیماری کرونا در جامعه ریسک ابتلا به بیماری و اطلاعات محدود در زمینه واکسناسیون زنان باردار تصمیم گیری شود. مردی افزود در صورتی که فرد واکنش شدید نشانه بارداری داشته باشد نباید در ناخبر از اقدام به بارداری وجود ندارد. شلوغی در رابطه با بارداری ریسک بارداری عارضه بعد از تزریق واکسن را در خیال داشته باشد موجود نیست. وی در پایان خاطرنشان کرد علاوه بر موارد تزریق واکسن زنان باردار در مساله سلامت معاران وزارت بهداشت ثبت شود تصمیمی تا برای گزارششان آسان باشد.

عوض ستاد ملی مقابله با کرونا گفت زنان باردار و شیرده می توایند واکسن کرونا را تزریق کنند اما در نوع تزریق واکسن محدودیت دارند. به گزارش پیام آشتاب، به نقل از ایرنا، مسعود مرادی افزود اطلاعات گاهی در زمینه ایمنی واکسن کرونا در زنان باردار و شیرده وجود ندارد از آن جا که واکسن های واکسن کرونا زنده هستند به نظر نمی رسد خطری برای نوزاد داشته باشد. وی اظهار کرد واکسن های مسولایر، کووید ۱۹ اسپوتنیک به دلیل محدود بودن اطلاعات در شرایطی منع مصرف دارند و از این رو زنهای موجود در ایران واکسن استرازا و صورت مردان در خون شیرده تزریق شده است.

عوض ستاد ملی مقابله با کرونا گفت زنان باردار و شیرده می توایند واکسن کرونا را تزریق کنند اما در نوع تزریق واکسن محدودیت دارند. به گزارش پیام آشتاب، به نقل از ایرنا، مسعود مرادی افزود اطلاعات گاهی در زمینه ایمنی واکسن کرونا در زنان باردار و شیرده وجود ندارد از آن جا که واکسن های واکسن کرونا زنده هستند به نظر نمی رسد خطری برای نوزاد داشته باشد. وی اظهار کرد واکسن های مسولایر، کووید ۱۹ اسپوتنیک به دلیل محدود بودن اطلاعات در شرایطی منع مصرف دارند و از این رو زنهای موجود در ایران واکسن استرازا و صورت مردان در خون شیرده تزریق شده است.

محض اطلاع

مراقب باشید این روزها گرم‌ها گرم‌ها می گذارد!

هوای خیلی گرم چه اثری بر بدن انسان می گذارد؟

بیشتر مراقب باشید. - حولستان به هر یک از داروها باشد. اگر دروپی مصرف می کنید که می تواید بر توانایی بدن هیدراته شدن و دفع گرمای زیاد اثر بگذارد بسیار باید بیشتر مراقب باشید.

همای هوا در مناطق گوناگون متفاوت است. به همین دلیل مگس های سارگاز بن به محیط زندگی فرد بستگی دارند.

قرار گرفتن در معرض هوای بسیار گرم می تواید موجب پیاده های ممتدی برای سلامتی و حتی مرگ شود. بدون ایدل آف ایندین تقریباً ۶۲ درصد از افراد است. هر دمایی بالاتر از ۳۰ درجه گرمای است و کمتر از ۲۵ درجه سردی است. تنگی می شود هوای خیلی گرم یا خیلی سرد می تواید خیلی سریع منجر به این عوارض شود.

قرار گرفتن در معرض هوای بسیار گرم می تواید موجب پیاده های ممتدی برای سلامتی و حتی مرگ شود. بدون ایدل آف ایندین تقریباً ۶۲ درصد از افراد است. هر دمایی بالاتر از ۳۰ درجه گرمای است و کمتر از ۲۵ درجه سردی است. تنگی می شود هوای خیلی گرم یا خیلی سرد می تواید خیلی سریع منجر به این عوارض شود.

هرگز کسی را در اتومبیل پارک نشده که در و پنجره های آن را بسته است. ترک کنید این هم یکی از دلایل شایع مرگ های ناشی از گرمای یکی از کودکان است. وقتی اتومبیل را در آفتاب پارک می کنید دمای داخل اتومبیل در عرض ده دقیقه بیش از ۶۷ درجه سانتی گراد می رود. موبایل را کنار شما نگذارید. هرگز کسی را در اتومبیل پارک شده یا پنجره های بسته است.

راههای تنظیم دمای بدن و پیشگیری از گرمای وقتی احتمال گرمای زیاد وجود دارد باید توسط معالمانی وقتی احتمال گرمای زیاد وجود دارد باید توسط معالمانی وقتی احتمال گرمای زیاد وجود دارد باید توسط معالمانی وقتی احتمال گرمای زیاد وجود دارد باید توسط معالمانی

علائم و اقدام های فرار گرفتن در معرض هوای بسیار گرم. شکم درد و درد عضلات و سردرد. تریاق زیاد. حسگی کلی حالی. حالت تهوع.

علائم و اقدام های فرار گرفتن در معرض هوای بسیار گرم. شکم درد و درد عضلات و سردرد. تریاق زیاد. حسگی کلی حالی. حالت تهوع.

بیشترین و کمترین گروه های خونی در کشور؛ سهم گروه های سنی از اهدای خون چه میزان است؟

می کنند. اهداکننده مستمرا کسی است که به طور متوسط دو بار در سال موفق به اهدای خون شود.

بیشترین و کمترین گروه های خونی در کشور؛ سهم گروه های سنی از اهدای خون چه میزان است؟

سختگویی سازمان انتقال خون ایران با اشاره به شعار اسمال روز جهانی اهداکنندگان خون میهن به رهنمایی خون، تولید قلب شایسته، گفت سالانه در کشور ۱۵ میلیون نفر مراجعه کننده اهدای خون داریم که از این تعداد مراجعه حدود دو میلیون واحد خون اهدا می شود.

سختگویی سازمان انتقال خون ایران با اشاره به شعار اسمال روز جهانی اهداکنندگان خون میهن به رهنمایی خون، تولید قلب شایسته، گفت سالانه در کشور ۱۵ میلیون نفر مراجعه کننده اهدای خون داریم که از این تعداد مراجعه حدود دو میلیون واحد خون اهدا می شود.

بیشترین و کمترین گروه های خونی در کشور؛ سهم گروه های سنی از اهدای خون چه میزان است؟

بیشترین و کمترین گروه های خونی در کشور؛ سهم گروه های سنی از اهدای خون چه میزان است؟

بیشترین و کمترین گروه های خونی در کشور؛ سهم گروه های سنی از اهدای خون چه میزان است؟

بیشترین و کمترین گروه های خونی در کشور؛ سهم گروه های سنی از اهدای خون چه میزان است؟

تأثیر داروی دیابت در مقابله با التهاب در بیماران کرونایی

محققان با بررسی مگسولونیک فلیکسیتانیل داروی دیابت «متفورمین» می برند که در باره آن التهاب ریه در حیوانات آلوده به کرونا ویروس مشاهده می کند.

به گزارش پیام آشتاب، به نقل از مهر، متفورمین یک داروی کاهنده قند خون است که به طور گسترده تجویز می شود. این دارو اغلب به عنوان درمان زودرس (همراه با رژیم غذایی متفورمین با کاهش تولید گلوزکر که قند میزبان قند خون را کاهش می دهد که به نوبه خود باعث پدید آمدن آسیتوز و به بهبود می بخشد اما محققان همچنین اشاره کرده اند که متفورمین دارای خواص ضد التهابی است. اگرچه اساس این فواید مشخص نیست.

مطالعه محققان دانشگاه پزشکی دانشگاه کالیفرنیا، مگسولونیک فلیکسیتانیل، متفورمین نشان داد که متفورمین در روی موش ها منسجم شده که متفورمین از التهاب ریه در حیوانات آلوده به کرونا ویروس جلوگیری می کند.

نقش اسید چرب امگا ۳ در مهار رشد تومورها

مطالعات نشان می دهد تومورها به لطف عملکرد اسید چرب امگا ۳ که عمدتاً در منابع غذایی یافت می شود، طرف چند ژن متلاشی می شوند.

به گزارش پیام آشتاب، سازمان انتقال خون ایران با اشاره به شعار اسمال روز جهانی اهداکنندگان خون میهن به رهنمایی خون، تولید قلب شایسته، گفت سالانه در کشور ۱۵ میلیون نفر مراجعه کننده اهدای خون داریم که از این تعداد مراجعه حدود دو میلیون واحد خون اهدا می شود.

مطالعات نشان می دهد تومورها به لطف عملکرد اسید چرب امگا ۳ در مهار رشد تومورها

مطالعات نشان می دهد تومورها به لطف عملکرد اسید چرب امگا ۳ که عمدتاً در منابع غذایی یافت می شود، طرف چند ژن متلاشی می شوند.

به گزارش پیام آشتاب، سازمان انتقال خون ایران با اشاره به شعار اسمال روز جهانی اهداکنندگان خون میهن به رهنمایی خون، تولید قلب شایسته، گفت سالانه در کشور ۱۵ میلیون نفر مراجعه کننده اهدای خون داریم که از این تعداد مراجعه حدود دو میلیون واحد خون اهدا می شود.

به گزارش پیام آشتاب، سازمان انتقال خون ایران با اشاره به شعار اسمال روز جهانی اهداکنندگان خون میهن به رهنمایی خون، تولید قلب شایسته، گفت سالانه در کشور ۱۵ میلیون نفر مراجعه کننده اهدای خون داریم که از این تعداد مراجعه حدود دو میلیون واحد خون اهدا می شود.