info@payamdaily.ir

پیام آشنا

نخستین روزنامه صبح البرز

شماره ۲۰۸۲

یکشنبه / ۵ تیر / ۱۴۰۱

۲۶ / ذوالقعده / ۱۴۴۳

26 / June / 2022

صاحب امتیاز: موسسه هنگامان اندیشه زمان

مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری

نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کافون کارشناسان رسمی دادگستری

تلفن: ۳۲۵۳۲۸۳۸-۳۲۵۳۲۴۲۴-۰۲۶ فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱

امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸/۲۳

چاپ: کارگر

مکث

وقتی صاحبخانه‌ها «فقط زوج» می‌پذیرند!

اول رفتیم سراغ سایت هایی که آگهی املاک می گذاشتند. چند روزی طول کشید تا از شوک قیمت ها بیرون بیاییم. این عددها چرا همه یک صفر زیادی دارند؟ ما اصحاب کهفیم؟ اینجا کهکشان راه شیری است؟ چاره ای نداشتیم وقت کم بود و ما باید خیلی زود از مرحله انکار می گذشتیم. اینجا یک کلمه ها و ترکیب های تازه، دلمشگیرمان شدند. منظورم همان عبارت «فقط زوج»، «خانواده نهایت سه نفر» و «خانواده فقط بچه بزرگ» هستند. عملیات جستجوی خانه به خانه آغاز شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از فلرس، همه چیز از یک عبارت ساده شروع شد: «فقط زوج» البته بیشتر که می گشتیم، عبارت های دیگری هم خودنمایی می کردند: «خانواده نهایت ۲ نفره»، «خانواده فقط بچه بزرگ»، «بدون فرزند» صاحبخانه به همسرم گفته بود می خواهد خانه‌ای که ما در آن زندگی می کردیم را بفروشد. گفته بود ناچار است. وگرنه دلش نمی آید ما را با سه تا بچه که آخری شان هم تازه دو ماهه شده بود، آلاخون والاخون کند. آدم خوبی بود. می دانستیم که راست می گوید. چند سال بود مستاجرش بودیم و دومی و سومی را خدا در همین خانه به ما داده بود. اول رفتیم سراغ سایتهایی که آگهی املاک می گذاشتند. چند روزی طول کشید تا از شوک قیمت ها بیرون بیاییم. این عددها چرا همه یک صفر زیادی دارند؟ ما اصحاب کهفیم؟ اینجا کهکشان راه شیری است؟چاره ای نداشتیم وقت کم بود و ما باید خیلی زود از مرحله انکار می گذشتیم. به مرحله پذیرش در سوک قیمت های مسکن که رسیدیم، یک بار دیگر رفتیم سراغ آگهی ها اینجا بود که کلمه ها و ترکیب های تازه، دوباره دلمشگیرمان شدند. منظورم همان عبارت «فقط زوج» و معادل هایش هستند. ماجرا وقتی درام شد که خیلی از مالکین اولش نتوشته بودند که خانه را به آدم بچه‌دار یا بیش از یک بچه‌دار، نمی دهند. اما وقتی تماس می گرفتیم، می فهمیدیم ورود خانواده با بیش از سه عضو به آن ساختمان ممنوع است! در جو چهه پیش می رفتیم هم آگهی های اینترنتی را می گشتیم هم به بنگاه های مسکن سر می زدیم. بعضی از مشاورین املاک همان اول که مبلغ رهن و اجاره منظورمان را می شنیدند و از تعداد فرزندانمان باخبر می شدند، می گفتند: «ایران مبلغ با این تعداد بچه، آقا شما اصلا نگردید!» بعضی هایشان راهنمایی می کردند: «شما کلا محله تون رو عوض کنین. بروین یه جای دیگه. اینجا خودتون رو معطل نکنین». بدنگال خدا نمی دانستند که ما داریم در محله های مختلف دنبال خانه می گردیم و پایبند یک خیابان و یک ناحیه نیستیم. گزینه‌هایی هم پیدا می شد که ما نمی پسندیدیم بیشتر مناسب آدم مجرد بودند تا زندگی با سه بچه. یا اینکه درب و داغان و نامناسب برای یک زندگی آبرومندانه. یک مورد هم بود که پسندیدیم و تا پای معامله رفتیم. صبح روزی که برای قولنامه قرار گذاشته بودیم، همسرم برای محکم کاری زنگ زد به املاکی تا همه چیز را چک کند. آخرش پرسید: «مالک می داند که ما سه تا بچه داریم؟»

– سه تا؟ مگر نگفته بودید یکی؟

کلشف به عمل آمد که آقای مشاور املاک تعداد فرزندان را اشتباه متوجه شده بوده و آمار غلط به اطلاع صاحبخانه رسانده.

– پس بذارین من دوباره با مالک صحبت کنم.

خودمان حدس می‌زدیم که معامله‌ای پاتخواهد گرفت و باید دوباره عملیات جستجو را ادامه دهیم.

– آقا من شرمنده ام. مالک گفت از طرفش عذرخواهی کنم و خدمتتون بگم که همسایه های این ساختمون حساسند. مورد قبلی که چند تا بچه داشته، این قدر همسایه ها به مالک زنگ زدن و از سروصدا شکایت کردند که بنده خدا مجبور شده سر سال بلندشون کنه. خلاصه ببخشید.

بعد از یک وقفه کوتاه، ملوریت را از سر گرفتیم از قضا آن شب خانه پدرم مهمان بودیم. مهمان دیگری هم آنجا بود که می گفت در شراکت با چند نفر، یک ساختمان مسکونی ۱۰ واحدی ساخته اند و قرار است بزودی برای اجاره، آگهی بدهند. می گفت هر پنج مالک با هم توافق کرده اند که واحدها را فقط به آدم بزرگسال بدهند و بچه توی ساختمان نیاید که بعدش ماجرا درست نشود. گفتم پس آدمی که بچه دارد، باید چه کار کند؟ خندید و گفت: «خب باید مستاجر شود! دولت وام بدهد، خانه بخرد و خوش آقای خوش باشد!» یکی دو روزی خیمه زده بودیم روی سایتهای آگهی مسکن که به محض اینکه فایل جدیدی آمد، بررسی اش کنیم و اگر مناسب مان بود، با قید دو فوریت پیگیری کنیم. تا اینکه دو یکی از همین روزهای گوشی به دستی، دیدم در یکی از گروه های دوستانه پیامی آمد.

«سلام دوستان. ما به لطف خدا خونه خریدیم و داریم جابجا می شیم. صاحبخونه مون گفته خودمون براش مستاجر پیدا کنیم. خونه ندار و بچه دارا اتاق رو بردار و بیار که بهتر از اینجا جایی پیدا نمی کنی! صاحبخونه منصف، بچه دوست، صبور، با اخلاق. خونه هم خوبه. قدیمیه. اما سرویس و آشپزخونه ش بازسازی شده. دلبازه و از همه مهم تر حیاط خانه مناسب فوتبال و دوچرخه بازیه»

پیامش را که خواندم، دیگر همه چیز رفت روی دور تند. نفهمیدم که چطوری شماره اش را توی گوشی پیدا کردم و زنگ زدم و خلاصه انداخته ماجرا.

امروز که آقای صاحبخانه مهربان آمده بود دستگیره در را درست کند، خیلی شرمنده شدم. یک ساعتی وقت گذاشت تا آن دستگیره قدیمی را سر پا کند. وقتی کارش داشت تمام می شد، فاطمه سادات دوید جلو و گفت: «عموا محمدحسین چند بار به این دستگیره آویزون شده». محمدحسین آویزان دستگیره شده بود، اما دستگیره خودش از پایه خراب بود. آقای صاحبخانه رو کرد به محمدحسین و گفت: «شکالی نداره عمو. بازم آویزون شو. بازم بازی کن. هر کاری دلت می خواد بکن. این خونه مال شماست». همیشه همین را می گوید: «این خونه مال بچه هاست». توی این یک سال، هروقت سر مسائل مالی با همسرم صحبت می کنند، یادآوری می کند که «خانمت و بچه هات برکت این ساختمون هستن. من بخاطر اونها باهات راه میام. کاری ندارم که اون بیرون چی گرون شده و چی ارزون»!

گزارش روز

خطر زیرپای شهروندان

فرونشست‌ها از حاشیه‌ها به مناطق شهری تهران رسیده‌اند. جدیدترین آمارها از نقشه فرونشست‌ها نشان می‌دهد که هم‌اکنون مناطق ۱۷، ۱۶، ۱۸ و ۱۰ در مرز فرونشست قرار گرفته‌اند. تراکم جمعیتی، البته نشان می‌دهد که خطر در این محدوده‌ها بالاست. در حاشیه تهران نیز می‌توان از ورامین نام برد که حالا اغلب زمین‌های کشاورزی آن منطقه از بین رفته است. در واقع یکی از آسیب‌های فرونشست که کمتر مورد توجه قرار می‌گیرد، نابودی زمین‌های کشاورزی است که چون آبخوان‌ها از بین رفته، زمین دیگر قابلیت کشت ندارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایران، معصومه آمیخ- رئیس اداره ترازیابی دقیق و تداخل‌سنجی رادری سازمان نقشه‌برداری کشور با بیان این مطلب به گتر ریل راه‌آهن تهران- مشهد از این منطقه اشاره کرده و می‌گوید که وضعیت این منطقه خطرناک است.

او می‌گوید: البته ما خطر این منطقه را طی نامه‌نگاری‌ها به سازمان راه‌آهن اعلام کرده‌ایم. آنها نیز متوجه این موضوع هستند و به ما پاسخ دادند که در این محدوده، سرعت لکوموتیوها را پایین می‌آورند. این منطقه از نظر آنها محدوده خطر بود. اما بعدها ما با اماری که استخراج کردیم به این نتیجه رسیدیم که این منطقه فرونشست است و ممکن است باعث شکست خطوط ریلی بشود که می‌دانیم کوچک‌ترین انحرافی در ریل‌ها چه فاجعه‌ای ممکن است به بار بیاورد. البته مسئولان راه‌آهن نسبت به این خطر آگاهند و همکاری خوبی هم با ما داشته‌اند اما بازهی باید مداوم باشد.

شهروندان اما همچنان با این نگرانی مواجهند. اگر سرعت قطار کم نشده و یا این ترفند از سوی لکوموتیوران فراموش شود، چه اتفاقی خواهد افتاد؟ اصلا آیا همین کاهش سرعت می‌تواند جلوی فاجعه را بگیرد؟ آمیخ می‌گوید: شرکت راه‌آهن باید در این زمینه تصمیم‌گیری کند. اما مسلماً بهتر است که خطوط از این منطقه جابه‌جا شود.

براساس آخرین آمارها هم‌اکنون نرخ فرونشست در ورامین در مناطق کشاورزی و حاشیه شهر حدود ۲۳ سانتیمتر تخمین زده می‌شود. آمار فرونشست در ۴ منطقه شهری تهران البته کمی متغیر است اما حدوداً بین ۱۸ تا ۲۰ سانتیمتر است. این کارشناس می‌گوید: آمارها نشان می‌دهد طبقاً نرخ بیشینه در حال کاهش است اما در برخی از مناطق تهران ما می‌بینیم که طی یکی دو سال آمار فرونشست دوباره شده است و معلوم نیست به چه علتی این اتفاق افتاده است. به هرحال اگر سازهای آسیب دیده، قبل از بروز فاجعه باید ترمیم شود.

او ادامه می‌دهد: در جلسات منظمی که با مدیریت شهری داشته‌ایم این اخطارها را داده‌ایم و آنها در جریان این گزارش‌ها هستند. تا آنجا که مطلع هستم کار گروه کم‌آبی به‌طور جداگانه برای هر استان سیاست‌هایی را ابلاغ کرده است. ملاّاثر شهر تهران بحث آبیاری فضای سبز مطرح است که دیگر با آب شرب و چاه انجام نمی‌شود و از آب فاضلاب استفاده می‌کنند. شهرداری هم پیگیر این موضوع است. حتی از سوی قوه قضائیه هم این موضوع درحال پیگیری است.

او ادامه می‌دهد در مجموع نسبت به ۴ سال پیش، نرخ بیشینه کاهش یافته اما در برخی نقاط افزایش هم داشته‌ایم. البته این کاهش نرخ معلوم نیست به خاطر مدیریت آب زیرزمینی اتفاق افتاده یا به اعتقاد برخی زمین شناسان از مرگ آبخوان‌هاست. یعنی دیگر آبی نمانده که بخواهد استفاده شود چون لایه‌های خاک به‌هم فشرده شده و دیگر زمین نمی‌تواند پایین‌تر برود. وزارت نیرو می‌تواند در این زمینه روشنگری کند. البته در بعضی استان‌ها اعلام کردهاند که به خاطر بارندگی برخی آبخوان‌ها سیراب شده‌است.

خطر فرونشست‌ها در کمین شهرهای نیز هست. آنطور که آمیخ می‌گوید: اگر فرونشست در شهرها رخ دهد باعث از بین رفتن جاده‌ها و خیابان‌ها می‌شود. به‌طوری که این گسیختگی‌ها هم‌اکنون در برخی جاده‌های مواصلاتی جنوب تهران به وضوح دیده می‌شود و وزارت راه باید مدام این شکاف‌ها را ترمیم کند. در بازدیدهای همکاران ما مشخص شد در مناطق مسکونی هم ترک‌های ناشی از فرونشست‌ها بوپژه در نقاطی که اختلاف جابه جایی وجود دارد، خطراتی را برای سازه ایجاد می‌کند. در بین مناطق شهری، اصفهان وضعیت وخیم‌تری دارد.

اعلام مناطق پرخطر با ذکر جزئیات محدوده‌ها شاید راهکار مناسبی برای جلوگیری از تراکم بالای مناطقی باشد که با خطر فرونشست مواجهند. با این همه برخی‌ها از ذکر این مناطق شانه خالی می‌کنند. جالب اینکه برخی از شهروندان در تماس با سازمان نقشه‌برداری قبل از خرید خانه جویای وضعیت فرونشست در منطقه مورد نظرشان می‌شوند. و این یعنی مردم حق دارند و مایلند که از خطراتی که در انتظارشان است باخبر شوند!

خطر فرونشست‌ها البته محدود به زیرساخت‌های حمل‌ونقل و ساختمان‌های عمومی و مسکونی نیست. آثار تاریخی که بعضاً ثبت جهانی هم دارند، درپی تشدید پدیده فرونشست دچار ترک خوردگی، شکستگی و آسیب شده‌اند.

کارشناسان معتقدند که پدیده فرونشست یک پدیده جهانی است و اغلب کشورها از جمله امریکا، چین، ژاپن و مکزیک با آن دست و پنجه نرم می‌کنند. اگرچه نرخ فرونشست در ایران بسیار بالاست اما این به معنای نبود این پدیده در دیگر کشورها نیست. فرونشست در امریکا سابقه ۶۰ ساله دارد و در آریزونا ۱۲ سانتیمتر تخمین زده می‌شود. درحالی که تکنولوژی پیشرفته وجود دارد و کنترل آب مرتب انجام می‌شود. در ایران اما به دلیل اقلیم خشک و بیابانی، کشت محصولات آب بر و نبود مدیریت پایدار در بحث آب این شرایط بغرنج‌تر است.

تهران به مرز وزشکستگی اکولوژیکی رسیده

در تهران چه خبر است؟ وضعیت پایتخت در مقایسه با دیگر کلانشهرها بهتر است یا بدتر؟ محمد درویش- فعال محیط زیست در ابتدا به آمار سازمان زمین‌شناسی که در سال ۲۰۰۵ منتشر شده اشاره کرده و می‌گوید که براساس این آمار بخش‌هایی از تهران به صورت نقطه‌ای تا ۳۶ سانتیمتر هم در سال دچار فرونشست می‌شوند. البته عمده این فرونشست‌ها در جنوب غربی تهران سمت دشت شهریار و معین‌آباد ورامین (جنوب شرقی تا ۲۵ سانتیمتر است). این عدد بسیار بالاست و خطرآفرین را هم برای ایستگاه راه‌آهن ایجاد کرده است.

او با اشاره به پدیده‌ای به نام لوفبازیی در دشت ورامین می‌گوید: چاه‌های پیزومتری در منطقه برای تراز آب زیرزمینی قرار دارد که لوله‌های آن چاه‌ها از سطح خاک بالا آمده و نشان می‌دهد که انگار لوله‌ها در حال رشد هستند درحالی که زمین پایین رفته است.

درویش با بیان اینکه در ایران الان اصفهان بدترین وضعیت را دارد، می‌گوید: «ویژه جنوب شهر اصفهان (دشت مهیار) که با پدیده فرونشست شدید مواجه شده است. در غرب هم زرین شهر، شمال موبرچه‌خورت و در شرق اطراف فرودگاه هم همین وضعیت را دارند. البته آمارهایی که بعد از سال ۲۰۰۵ منتشر شده تا توجه به اینکه چاه‌های غیرمجاز بسته شده است، ممکن است کمتر باشد. اما این خبر خوبی نیست چون دیگر آبی باقی نمانده که سفره‌ها برای از دست دادن داشته باشند. فرونشست در تهران نشان می‌دهد این کلانشهر به مرز ورشکستگی اکولوژیکی رسیده است. چراکه در اصل ظرفیت زیستی تهران برای ۳ میلیون نفر است

بستن چاه‌های غیرمجاز اگر چه اتفاق مثبتی است اما باید بدانیم آنطور که کارشناسان می‌گویند حتی اگر همه چاه‌های برداشت آب هم بسته شود، باز ۸ قرن طول می‌کشد تا وضعیت آب‌های زیرزمینی به ۷۰ سال گذشته برگردد.

پیشروی فرونشست‌ها از غرب به شرق تهران

پدرام قودجانی- رئیس مرکز عملیات اضطراری سازمان پیشگیری و مدیریت بحران شهرداری تهران در پاسخ به این ابهام از نصب جی‌پی‌اس‌هایی خبر می‌دهد که برای بررسی میزان فرونشست محدوده دشت اطراف تهران و همین طور در نقاط مختلف شهر و استان نصب شده است. او می‌گوید: ۱۲ سنسور جی‌پی‌اس یا «وقوعیاب میزان فرونشست» را نسبت به هم شناسایی می‌کنند.

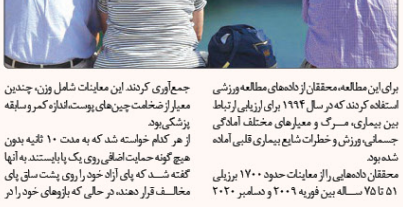
داده‌هایی که از اواخر سال ۹۵ تا ۱۴۰۰ به دست آمده نشان می‌دهد که در دشت اطراف تهران و جنوب غربی استان تا حوالی منطقه ۱۰، فرونشست‌ها تأثیراتی روی شریان‌های اصلی مثل پل‌ها، خطوط راه‌آهن و مترو نشان داده است.

قودجانی علت افزایش فرونشست در پهنه دشت‌های جنوب غربی تهران را به خاطر بافت نرم، کاشورزی و برداشت آب زیرزمینی می‌داند و می‌گوید که در مناطق شهری از منطقه ۱۰ به بالا، (نیمه مرکزی شهر تهران) به علت بافت سخت و سنگلاخی، میزان فرونشست صفر است.

فرونشست حالا از جنوب و جنوب غربی تهران حرکت کرده و در حال پیشروی به سمت مناطق مرکزی و شرق تهران است. دستگاه‌های متولی آب و محیط زیست کشور از سال تنش شدید آبی و خشکسالی بی‌سابقه در کشور خبر می‌دهند و این یعنی تغذیه از سفره‌های زیرزمینی افزایش می‌یابد و خطر فرونشست‌ها بیشتر می‌شود.

اشاره

تست حفظ تعادل میزان طول عمر را پیش بینی می کند



به نظر آسان می رسد اما ایستادن روی یک پا به مدت ۱۰ ثانیه می تواند سخت تر از آن چیزی باشد که فکرمی کنید

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسن نت، یک مطالعه جدید نشان می دهد که توانایی یا عدم توانایی شما در انجام این کار ممکن است پیش بینی کند که آیا احتمال مرگ شما در دهه آینده بیشتر است یا خیر به همین دلیل است که یک تیم بین المللی از محققان می گویند این آزمایش ۱۰ ثانیه‌ای باید بخشی از بررسی های معمول سلامت برای همه افراد میانسال و مسن باشد.

دکتر «کلادیو آرلوچو»، سرپرست تیم تحقیق از کلینیک ورزشی پزشکی در ریودوژانیرو برزیل، خاطرنشان کرد: «حفظ تعادل، برخلاف تناسب اندام هوازی، قدرت عضلانی و انعطاف پذیری، تا دهه ششم زندگی فرد به طور معقولی حفظ می شود. سپس به سرعت از بین می رود.»

برای این مطالعه، محققان از داده‌های مطالعه ورزشی استفاده کردند که در سال ۱۹۹۴ برای ارزیابی ارتباط بین بیماری، مرگ و معیارهای مختلف آمادگی جسمانی، ورزش و خطرات شایع بیماری قلبی آماده شده بود.

محققان داده‌هایی را از معاینات حدود ۱۷۰۰ برزیلی ۵۱ تا ۷۵ ساله بین فوریه ۲۰۰۹ و دسامبر ۲۰۲۰ جمع‌آوری کردند. این معاینات شامل وزن، چندین معیار از ضخامت چین‌های پوست، اندازه کمر و سابقه پزشکی بود.

از هر کدام خواسته شد که به مدت ۱۰ ثانیه بدون هیچ گونه حمایت اضافی روی یک پا بایستند. به آنها گفته شد که پای آزاد خود را روی پشت ساق پای مخالف قرار دهند، در حالی که بازوهای خود را در کنار خود نگه داشته و نگاه خود را مستقیماً به جلو ثابت کرده بودند. آنها تا سه بار با هر دو پا تلاش کردند. تقریباً از هر پنج نفر یک نفر نمی‌توانست این کار را انجام دهد. احتمال شکست با افزایش سن بیشتر بود و تقریباً در فواصل پنج ساله از سن ۵۱ سالگی به بعد دو برابر می‌شد.

نویسندگان خاطرنشان کردند احتمال شکست در مسن‌ترین افراد گروه ۱۱ برابر بیشتر از افرادی است که ۲۰ سال جوان‌تر بودند.

هیچ تفاوت واضحی در علل مرگ بین کسانی که می‌توانستند و کسانی که نمی‌توانستند آزمایش را کامل کنند وجود نداشت. اما نسبت مرگ و میر در میان کسانی که شکست خوردند تقریباً ۱۳ درصد بیشتربود.

این مطالعه نشان داد افرادی که در آزمایش شکست خورده بودند بیشتر در معرض مشکلات سلامت از جمله چاقی، بیماری قلبی، فشار خون بالا، پروفایل چربی خون نامناسب و دیابت نوع ۲ بودند.

قابل توجه

تزریق ژل چیست و چه فواید و معایبی دارد؟

چقدر درباره جراحی‌های زیبایی و تزریق ژل اطلاعات دارید؟ این عمل برای لایه‌برداری و جوانسازی صورت تجویز می‌شود و زیبایی را چند برابر می‌کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از شرق، فواید تزریق ژل تنها به زیبایی محدود نیست بلکه با این کار درد و عارضه خاصی حس نمی‌کنید و می‌توانید تمام حالات چهره را بدون مشکل نشان دهید مثلاً راحت بخندید، گریه کنید، حرف بزنید و... اما با مصرف داروهای ضد پیری احتمال دارد فعالیت عضلات صورت شما دچار اختلال شود. عوارض تزریق ژل هم تنها به بعضی بیماری‌های خاص مربوط می‌شود. در ادامه با هم بررسی می‌کنیم

تزریق ژل چیست؟

تزریق ژل، یعنی وارد کردن مواد شیمیایی مانند انواع ویتامین، اسید هیالورونیک و مواد حجم‌دهنده که عیب و نقص‌های صورت را می‌پوشانند و پیری را به تعویق می‌اندازند به طور کلی این کار خطر ندارد و اگر به شکل اصولی در مراکز درمانی مجهز انجام شود آسیب‌رسان نیست. در صورتی که اگر مواد مورد استفاده باکیفیت باشد و با درجه بالایی به بافت پوست نفوذ کند سریع‌تر تأثیر آن را مشاهده می‌کنید.

چرا پزشک عمل تزریق ژل را توصیه می‌کند؟

همان طور که اشاره کردیم فواید تزریق ژل کم نیست و برای ترمیم چروک‌های پوست صورت به کار برده می‌شود. نواحی چون دور چشم، گونه‌ها، پیشانی و لب بیشترین کاربرد ژل را به خود اختصاص می‌دهند. دلایل زیر ثابت می‌کنند که چه زمانی استفاده از ژل به پوست لازم است.

ظهور چین و چروک‌های نامحسوس در پوست

وقتی که پوست شل شود، لکه داشته باشد و استحکام و کشسانی خود را از دست بدهد با استفاده از ژل می‌توان آن را ترمیم کرد.

ایجاد تغییرات پوستی به خاطر افزایش سن

وقتی سن بالا برود، پوست روند طبیعی خود را طی می‌کند و ممکن است افتادگی و چروک‌های عمیق‌تر در آن شکل بگیرد. تزریق ژل یکی از بهترین راهکارهایی است که می‌تواند چروک‌ها را پر کند و نقش مهمی در زیبایی پوست خود داشته باشید.

خشکی و کم‌آبی پوست

گاهی اوقات روی پوست خطوط نامطلوبی شکل می‌گیرد که نتیجه خشکی بیش از حد بدن است. وقتی آب بدن تا حدی کم باشد که نتوان آن را جبران کرد علائم آن به شکل ترک روی پوست ظاهر می‌شوند که خوشبختانه ژل این مشکل را حل می‌کند.

چربی زیاد پوست

یکی دیگر از دلایلی که پزشک ژل تجویز می‌کند چربی زیاد است که می‌تواند آکنه یا جوش‌های بزرگ و بدفرم روی پوست ایجاد کند. این مسئله باعث می‌شود شفافیت پوست از بین برود و ظاهری کدر و نامتقارن را آن به وجود می‌آورد. حتی کمبود ویتامین و مواد معدنی مورد نیاز هم در آسیب به پوست تأثیر گذار است که باژل می‌تواند ترمیم کنید.

چه زمانی استفاده از ژل ممنوع است؟

عمل برداشت چروک‌های پوست تأثیر منفی ندارد اما در بعضی موارد ممنوع است و احتمال دارد با «عوارض تزریق ژل» مواجه شوید:

حساسیت به داروهایی که پزشک بعد از عمل تجویزمی کند

بیماری‌های مربوط به غدد درون‌ریز مزمن

بیماری‌های عفونی و التهابی

بارداری و شیردهی

انکولوژی و تومور

با توجه به نکاتی که عنوان شد تزریق ژل ریسک زیادی ندارد و نیاز نیست نگران باشید. همچنین اگر به فواید تزریق ژل توجه کنید می‌بینید که این عمل نه تنها باعث لایه‌برداری و جوانسازی پوست می‌شود بلکه در زیبایی حتی شخصیت تأثیرگذاری می‌گذارد. بنابراین از ابتدا با تجویز پزشک جلو برویم تا هم از عوارض تزریق ژل دور بمانید هم به چهره مطلوب و مورد علاقه خود برسید.

خواندنی

مجموعه‌ای است هر ورق
گل ز حسن تو
مرغ چمن چرا به همین بوی
و رنگ ساخت

جلی

فال روز

امروز با حافظ

آن چه او ریخت به پیمانه ما نوشیدیم
اگر از خمر بهشت است وگر باده مست
خنده جام می و زلف گره گیر نگار
ای بسا توبه که چون توبه حافظ بشکست

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۴:۰۵	۰۵:۵۱	۱۳:۰۹	۲۰:۲۶	۲۰:۴۷

برگه

حرف نزدن دلهره‌ای بود و حرف‌زدن و درست فهمیده‌نشدن دلهره‌ای دیگر.

ژان کریستف

رسانه چه خبر

۳۵۷ شهر کشور در وضعیت آبی کرونا

وبدا: براساس اعلام وزارت بهداشت، همانند هفته‌های گذشته، هیچ یک از شهرهای کشور در وضعیت قرمز و نارنجی شیوع کرونا نیستند. اساس آخرین به روز رسانی‌ها، همانند هفته‌های گذشته، هیچ یک از شهرهای کشور در وضعیت قرمز و نارنجی شیوع کرونا نیستند. همچنین تعداد شهرهای با وضعیت زرد از ۱۰۶ به ۹۱ شهر کاهش و تعداد شهرهای با وضعیت آبی از ۳۴۳ به ۳۵۷ شهر افزایش یافت.

پرداخت مطالبات و معوقات پرستاران پیگیری می‌شود

ایرنا: سخنگوی ستاد ملی مقابله با کرونا: پیگیری پرداخت مطالبات و معوقات پزشکان، پرستاران و بیمارستان‌ها را از سوی وزارت بهداشت، دفتر ریاست جمهوری و سازمان برنامه و بودجه، به عنوان یکی از مصوبات جلسه وزرشنبهٔ این ستاد اعلام کرد.

روند پیشرفت سرطان سینه در شب سریع‌تر است

هلث دی نیوز: یک مطالعه شگفت‌انگیز در سوئیس نشان می‌دهد که وقتی بیماران مبتلا به سرطان سینه می‌خوابند، سلول‌های تومور ممکن است بیدار شده و از طریق جریان خون پخش شوند. به گفته محققان دانشگاه بازل، سلول‌های سرطانی در گردش که بعداً گسترش (متاستاز) می‌یابند، به طور مداوم ایجاد نمی‌شوند. «نیکولا آستو»، سرپرست این مطالعه، می‌گوید: «وقتی فرد مبتلا به سرطان، خواب است، تومور بیدار می‌شود.» وی افزود: «تحقیق ما نشان می‌دهد که فرار سلول‌های سرطانی در گردش از تومور اصلی توسط هورمون‌هایی مانند ملاتونین کنترل می‌شود که ریتم روز و شب ما را تعیین می‌کند.» سالانه حدود ۲.۳ میلیون نفر در سراسر جهان به سرطان سینه مبتلا می‌شوند. محققان خاطرنشان کردند وقتی سرطان آنها به موقع تشخیص داده می‌شود، بیماران معمولاً به خوبی به درمان پاسخ می‌دهند. اما در صورت گسترش سرطان که زمانی رخ می‌دهد، که سلول‌ها از تومور اصلی جدا شده و از طریق جریان خون پخش شوند، به گفته محققان دانشگاه بازل، سلول‌های سرطانی در گردش که بعداً گسترش (متاستاز) می‌یابند، به طور مداوم ایجاد نمی‌شوند. «نیکولا آستو»، سرپرست این مطالعه، می‌گوید: «وقتی فرد مبتلا به سرطان، خواب است، تومور بیدار می‌شود.» وی افزود: «تحقیق ما نشان می‌دهد که فرار سلول‌های سرطانی در گردش از تومور اصلی توسط هورمون‌هایی مانند ملاتونین کنترل می‌شود که ریتم روز و شب ما را تعیین می‌کند.» سالانه حدود ۲.۳ میلیون نفر در سراسر جهان به سرطان سینه مبتلا می‌شوند. محققان خاطرنشان کردند وقتی سرطان آنها به موقع تشخیص داده می‌شود، بیماران معمولاً به خوبی به درمان پاسخ می‌دهند. اما در صورت گسترش سرطان که زمانی رخ می‌دهد، که سلول‌ها از تومور اصلی جدا شده و از طریق رگ‌های خونی به نقاط دیگر بدن بروند، درمان دشوارتر است. محققان کشف کردند که تومورها سلول‌های در گردش بیشتری را زمانی که فرد بیمار خواب است تولید می‌کنند. سلول‌هایی که شبها تومور را ترک می‌کنند نیز سریع‌تر تقسیم می‌شوند و بنابراین پتانسیل بیشتری برای تشکیل تومورهای جدید نسبت به سلول‌های در گردشی دارند که تومور اصلی را در طول روز ترک می‌کنند. در مرحله بعد، محققان باید دریابند که چگونه می‌توان از این یافته‌ها برای بیشترین استفاده از درمان‌های سرطان موجود استفاده کرد. آستو همچنین می‌خواهد بررسی کند که آیا سایر سرطان‌ها نیز مانند سرطان سینه رفتار می‌کنند و آیا اگر بیماران در زمان‌های مختلف درمان شوند، درمان‌های موجود می‌توانند موفقیت‌آمیزتر شوند.

داروی «رایاماسین» پلاک‌های مرتبط با آلزایمر را افزایش می‌دهد

سایتس دیلی: محققان دریافتند که تجویز داروی رایاماسین در موش ها با افزایش پلاک های بتا آمیلوئید که نشانه بارز بیماری آلزایمر است، مرتبط است. رایاماسین برای درمان بیماران پیوند عضو و سرطانی تأیید شده است. با این حال، محققان دانشگاه تکزاس مشاهده کردند که پس از درمان رایاماسین، پروتئینی به نام Trem۲ (گیرنده محرک بیان شده در سلول های میلوئید ۲) به طور چشمگیری کاهش می یابد. Trem۲ که در میکروگلیا وجود دارد سلول های ایمنی در مغز و نخاع هستند. «منصور بهت»، نویسنده ارشد این مطالعه، گفت: «Trem۲ گیرنده‌ای است که روی سطح میکروگلیا قرار دارد و این سلول‌ها را قادر می‌سازد بتا آمیلوئید را ببلعد و تجزیه کنند از دست دادن Trem۲ در میکروگلیا، عملکرد حیاتی تخریب آمیلوئید را مختل می‌کند که به نوبه خود باعث ایجاد پلاک‌های β-آمیلوئید می‌شود.» نکته مهم این است که این مطالعه روش جدیدی را برای افزایش Trem۲ در میکروگلیا هم نشان داد. هنگامی که محققان ژنی به نام Tsc۱ را از میکروگلیا حذف کردند، افزایش قابل توجهی در سطح Trem۲ و کاهش پلاک‌های β-آمیلوئید مشاهده شد. تحقیقات قبلی نشان داده است که از دست دادن Tsc۱ منجر به فعال شدن مسیر سیگنال دهی mTOR (هدف رایاماسین) می‌شود. در مقابل، رایاماسین این مسیر را مسدود می‌کند. بهت گفت: «ما انتظار داشتیم که از دست دادن Tsc۱، فقط در میکروگلیا و نه در سلول‌های عصبی یا سایر سلول‌ها، عواقب منفی داشته باشد زیرا مهار mTOR با رایاماسین کاربردهای درمانی در برخی از مدل‌های بیماری دارد. اما برعکس این اتفاق افتاد. بنابراین، سرکوب Tsc۱ تنها در میکروگلیا برای افزایش جذب بتا آمیلوئید می‌تواند یک هدف دارویی بالقوه باشد.» یافته‌های این مطالعه ممکن است دلیلی برای توقف آزمایش رایاماسین بر روی افراد در معرض خطر ابتلاء به بیماری آلزایمر بدهد. رایاماسین ممکن است از نظر سرکوب سیستم ایمنی و به عنوان یک سرکوب کننده تومور فوایدی داشته باشد. اما در شرایطی که تأثیر منفی بر بیان Trem۲ یا سایر پروتئین‌های حیاتی دارد، ممکن است اثر مضری داشته باشد. محققان هشدار می‌دهند که فواید رایاماسین در آلزایمر مرتبط با بتا آمیلوئید باید با دقت بیشتری مورد مطالعه قرار گیرد.