گوناگون

۱۰۰ هزار فرهنگی صاحب‌خانه می‌شوند

وزیر آموزش و پرورش با اشاره به تفاهم‌نامه وزارتخانه‌های آموزش و پرورش و مسکن و شهرسازی از خلعه‌دار شدن ۱۰۰ هزار فرهنگی خبر داد و گفت: بر اساس تفاهم‌نامه امضا شده، زمین‌های مناسب برای ساخت این خانه‌ها در ۱۸ استان تعیین شده است و این خانه‌ها تا پایان دولت تحویل داده می‌شود.

به گزارش پیام آشنا، رضامراد صحرائی در خصوص میزان آورده فرهنگیان نیز گفت: این آورده مطابق قانون تامین مسکن خواهد بود؛ اما بدنبال این هستیم تا آن بخش از سهم معلمان با کمک و مشارکت بانک‌ها به تدریج پرداخت شود تا فشار کمتری به این قشر وارد شود.

وی با بیان اینکه تلاشمان این است که در همین دولت این امر را به نقطه مطلوبی برسانیم اظهار کرد: طبق قانون تامین مسکن فرهنگیان، ۴۰ درصد مسکنی که ساخته می‌شود با اولویت فرهنگیان است؛ این قانون در کنار قانون جدید یک فرصتی ایجاد کرده تا بتوانیم مشکل تامین زمین در ۱۸ استان را حل کنیم؛ این در حالیست که مشکل مالیاتی استانهای دیگر نیز حل خواهد شد و به‌تدریج به این طرح ملحق خواهند شد.

صحرائی افزود: مقدمات تحویل زمین‌های مناسب در ۱۸ استان به معلمان با بهره‌گیری از قانون تامین مسکن فرهنگیان و قانون جدید انجام شده است و در مالیاتی استانها نیز به‌تدریج این مشکل برطرف می‌شود.

وزیر آموزش و پرورش تاکید کرد: امیدوارم مالیاتی معلمان بویژه معلمان جوان که اصلاحا از نظر وزارت مسکن دارای شرایط لازمه بوده و اصطلاحا فرم «چ» آنها سبز است نیز صاحب مسکن شوند.

برای داشتن قلب سالم به چه میزان ورزش نیاز داریم؟

ورزش از جمله مواردی است که می‌تواند به سلامت قلب کمک کند

به گزارش پیام آشنا به نقل از نشریه تخصصی مدیکال اکسپرس، ورزش منظم فواید زیادی برای بدن شما دارد، اما انجام بیش از حد آن گاهی اوقات منجر به پیامدهای منفی برای سلامتی می‌شود.

انجمن قلب آمریکا (AHA) حداقل ۱۵۰ دقیقه (حدود دو ساعت و نیم) تمرینات با شدت متوسط در هفته، ۷۵ دقیقه تمرینات شدید یا ترکیبی از هر دو را توصیه می کند. این دستورالعمل ها به عنوان معیاری برای حفظ سلامت قلب و بهزیستی کلی عمل می کنند.

انجام بیش از حد تمرینات بدنی می‌تواند مشکلات سلامتی را تشدید کند. آگاهی از محدودیت‌های فیزیکی شما کلیدی است و هر گونه نشانه ناراحتی باید در نظر گرفته شود.

همچنین درک سابقه خانوادگی‌تان بسیار مهم است. قبل از شروع هر ورزش، بررسی کنید که چه کسی در خانواده شما سابقه بیماری قلبی دارد. دانستن تاریخچه سلامت خانواده شما می‌تواند قضایی برای تصمیم گیری های آگاهانه در مورد برنامه های تمرینی شما ایجاد کند.

برای کسانی که در معرض خطر بالاتری هستند، مشورت با پزشک قبل از شروع هر برنامه ورزشی ضروری است. در حالی که فعالیت بدنی منظم به طور کلی مفید تلقی می شود، مهم است که تمرینات را با شرایط سلامت فردی تنظیم کرد.

پزشک می‌تواند توصیه‌های مختص خودتان را ارائه دهد و مطمئن شود که ورزش شما با نیازهای سلامت قلب و عروق شما همسو است.

برخلاف ترس‌های رایج، درصد حملات قلبی کشنده در حین ورزش نسبتا پایین است.

افراد بدون مشکلات پزشکی زمینه ای می تواند به طور کلی یک برنامه ورزشی سبک تا متوسط را بدون نیاز به مجوز پزشک شروع کنند. اما مهم است که میزان و شدت تمرینات بدنی خود را مدام مورد بررسی قرار دهند.

اگر شما یا یکی از نزدیکانتان علائمی از مشکلات قلبی را نشان می‌دهد، بسیار مهم است که فوراً از متخصصان مراقبت‌های بهداشتی کمک بگیرید تا از مداخله بوندنگام و مدیریت مؤثر اطمینان حاصل کنید.

ساعت‌های طولانی تماشای فیلم مانع رشد کلامی کودکان نوپا می‌شود

یک مطالعه جدید استدلال می کند که تلویزیون یا سایر رسانه ها می‌تواند رشد زبانی کودک را متوقف کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث دی نیوز، محققان اخیراً گزارش دادند کودکانی که ساعت‌ها در مقابل تلویزیون فیلم می‌بینند معمولاً از عبارات و جملات با کلمات کمتر استفاده می‌کنند.

متأسفانه، نتایج همچنین نشان می‌دهد که کودکان نوپا به طور متوسط نزدیک به نو ساعت در روز را صرف تماشای فیلم‌ها می‌کنند.

«سارا کوکرو»، محقق ارشد و استادیار روان‌شناسی در دانشگاه متدیست جنوبی در تگزاس، گفت: «در دو سال اول زندگی، زبان یکی از مؤلفه‌های اصلی رشد است که‌می‌تواند رسانه‌ها می‌توانند بر آن تأثیر بگذارند».

با این حال، محققان دریافتند، این تأثیر منفی زمانی که از فیلم‌ها برای اهداف آموزشی استفاده می‌شد، کمرنگ شد. چت و بدلویی با اعضای خانواده برای تقویت ارتباطات اجتماعی نیز این تأثیر را کاهش داد.

برای این مطالعه، محققان ۳۰۲ فرد مراقب از کودکان ۱۷ تا ۳۰ ماهه را مورد بررسی قرار دادند و به سؤالاتی در مورد کلمات، جملات فرزندشان و اینکه چقدر در روز با رسانه‌های مختلف وقت می‌گذرانند، پاسخ دادند.

میزان استفاده کودکان از رسانه با واژگان و طول بیان آنها مقایسه شد.

کوکر افزود: «والدینی که از رسانه‌های دیجیتال برای سرگرم کردن کودکان استفاده می‌کنند، باید این گونه قرار گرفتن در معرض آنها را محدود کنند یا سعی کنند با کودکان در هنگام استفاده از آن تعامل داشته باشند».

تحقیقات آتی تیم تحقیق بر روی لوح ودیوهایی که کودکان تعامل می‌کنند، نحوه استفاده از صفحه نمایش یا دیگران و تأثیر تعاملی ویدئوها بر رشد زبان تمرکز خواهد کرد.

زنان و خانواده

جایگاه زنان در جامعه و خانواده را باید توأمان ببینیم

عضو فهرست شورای وحدت در تهران گفت: باید جایگاه زنان در جامعه و خانواده را به صورت توأمان ببینیم؛ در عین حال که رسیدگی به بهداشت بانوان و توجه به بانوان معلول نیز مدنظر ما است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، لاله افتخاری عضو فهرست شورای وحدت تهران برای انتخابات مجلس دوازدهم در نشست خبری اظهار کرد: شورای وحدت بخشی از لیست خود را برای بانوان، در نظر گرفته است. من سه دوره نماینده مجلس بوده‌ام و دیگر بانوان ما در لیست شورای وحدت نیز در زمینه‌های مختلف تخصص دارند.

وی ادامه داد: باید جایگاه زنان در جامعه و خانواده را به صورت توأمان ببینیم؛ رسیدگی به بهداشت بانوان و توجه به بانوان معلول نیز مدنظر ما است.

افتخاری تاکید کرد: برای بانوان سرپرست خانواده و به ویژه برای ایجاد اشتغال آنان هم برنامه‌ریزی کردیم، همچنین جمع زیادی از جامعه ایثارگری ما نیز بانوان و همسران شهدا و جانبازان هستند که باید مورد توجه باشند؛ تجربه گذشتگان در خدمت مردم و به ویژه خانواده و بانوان خواهد بود.

افتخاری بیان کرد: دوران کرونا تجاربی چون دورکاری را به ویژه برای بانوان داشت که تجربه بسیار خوبی بود؛ این موضوع از جمله موضوعاتی است که برای تحکیم خانواده مدنظر ما قرار خواهد گرفت.

رئیس سازمان ثبت احوال: شناسنامه رأی‌دهندگان ممهور نمی‌شود

رئیس سازمان ثبت احوال با اشاره به قانون جدید انتخابات، گفت: شناسنامه رأی‌دهندگان ممهور به مهر انتخابات نمی‌شود اما سابقه رأی فرد رأی‌دهنده در پایگاه اطلاعات هویتی سازمان ثبت احوال ثبت می‌شود همچنین برای رفاه حال مردم همه ادارات ثبت احوال در کشور در روز انتخابات (۱۱ اسفند) فعال است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، هاشم کارگر قزوه؛ سازمان ثبت احوال کشور یکی از ارکان مهم در برگزاری انتخابات محسوب می‌شود و چند نوع فعالیت را دارد که شامل پیش از برگزاری انتخابات، حین برگزاری انتخابات و بعد از برگزاری انتخابات است.

وی ادامه داد: این سازمان قبل از برگزاری انتخابات در زمینه ثبت‌نام نامزدها نقش مهمی را بر عهده دارد؛ در مرحله ثبت‌نام از نامزدها ثبت احوال وظیفه احراز هویت نامزدها همچنین اعلام اطلاعات هویتی به دستگاه‌های ذیربط و در استعلام‌های هویتی نامزدها نقش مهمی را بر عهده دارد.

رئیس سازمان ثبت احوال کشور گفت: در مرحله بعدی که شامل برگزاری انتخابات در روز انتخابات است، با توجه به اینکه وزارت کشور و سازمان ثبت احوال از ارکان مهم ستاد انتخابات محسوب می‌شوند؛ در جهت سلامت برگزار شدن انتخابات، تسهیل و سرعت در برگزاری انتخابات و همین طور برای رفاه تسهیل در رأی دادن مردم برای شرکت در انتخابات وظایفی را بر عهده دارد.

احراز هویت رأی دهندگان با سرعت انجام می‌شود

وی تاکید کرد: در حین برگزاری انتخابات احراز هویت رأی دهندگان با سرعت لحاظ می شود و اصالت آنها تایید می شود تا رأی دهندگان بتوانند به راحتی و با اطمینان در انتخابات مشارکت داشته باشند.

در روز انتخابات تمام ادارات ثبت احوال در سراسر کشور فعال است

رئیس سازمان ثبت احوال گفت: در روز انتخابات تمام ادارات ثبت احوال در سراسر کشور فعال است تا اگر اشکالی در مدارک هویتی افراد باشد یا حتی نیاز به تعویض مدرک هویتی باشد، سریع اقدام شود.

وی با اشاره به اینکه احراز هویت و تایید اصالت هویت افراد در انتخابات از وظایف مهم ثبت احوال در روز برگزاری انتخابات است، گفت: این موضوع مهمترین اقدام است تا از سوء استفاده‌های احتمالی پیشگیری شود.

کارگر اضافه کرد: همچنین ثبت احوال تعداد افراد واجد شرایط را به مسؤولان ذیربط اعلام می‌کند و هویت رأی دهندگان در حوزه‌های انتخاباتی هم مهم است که ثبت احوال این وظیفه را نیز برعهده دارد.

ارائه مدارک دیگر هویتی برای رای دادن

رئیس سازمان ثبت احوال در توضیح استفاده از دیگر مدارک هویتی مورد نیاز برای شرکت در انتخابات پیش‌رو گفت: در قانون جدید انتخابات، علاوه بر شناسنامه و کارت ملی، برخی از مدارک هویتی دیگر مثل گواهینامه رانندگی هم مورد قبول واقع شده است. البته قراری که با مدارکی به جز کارت ملی و شناسنامه به صندوق رأی مراجعه می‌کنند هم همچون دیگران احراز هویت می‌شوند و سپس قادر به رأی دادن خواهند بود.

جشن ملی دیگری در راه است

کارگر تصریح کرد: حضور و شرکت در انتخابات ۱۴۰۲ نشان می‌دهد، مردم پای این انقلاب ایستاده‌اند و ملیهایشان برای کشورمی‌تپد.

رئیس سازمان ثبت احوال افزود: انقلاب اسلامی یکی از برکات و اتفاقات بزرگ در طول تاریخ اسلام بخصوص دوران معاصر بود که به آن لبیّ و حضور مردم رقم خورده است، در واقع در این راستا ایثارگری های بسیاری شاهد بودیم و خون های پاکی برای انقلاب داده شده است که اکنون باید در حفظ و نگهداری آن کوشا باشیم.

وی با بیان اینکه در راستای دفاع از میهن اسلامی وظیفه و بار سنگینی به دوش ما است که باید با تلاش از آن نگهداری و به آیندگان تحویل دهیم، گفت: از گذشته تا کنون اعتقاد و اتحاد مهمترین موضوعات در راستای رشد و شکوفایی کشور بوده است و هرگاه در این عرصه قوی تر عمل کرده ایم، موفق تر بوده ایم و دشمن به دنبال این است که این را از ما بگیرد چرا که ما به عنوان نسخه ای خاص در مقابل استکبار جهانی هستیم و به عنوان الگویی برای کسب استقلال و آزادی.

کارگر با اشاره به اینکه دشمن با هزینه های گزاف به دنبال تضعیف ما است، تاکید کرد: دشمنان به دنبال ایجاد یاس و نا امیدی در کشور هستند و با سیاه نمایی موضوعات و کوچک جلوه دادن موفقیت‌های ایران به دنبال مایوس کردن و ایجاد نارضایتی هستند

وی اعلام کرد: شرکت در انتخابات شرکت در یک جشن ملی است و همه مردم از همه اقشار و با هر سلیقه در این جشن بزرگ شرکت خواهند کرد و دشمنان را مایوس خواهند کرد.

مکث

خرید خدمتی‌ها همچنان قطره‌چکانی حقوق می گیرند

معلمان خرید خدمت در برزخ بلاتکلیفی

اگر بلاتکلیفی تصویری می‌داشت حتما معلمان خرید خدمات تصویر خوبی برای نشان دادن شمایل بلاتکلیفی بودند. این معلمان نیروهای غیررسمی آموزش‌وپرورش محسوب می‌شوند؛ درست اما این دلیل نمی‌شود که اوضاع‌شان تا این اندازه به هم ریخته باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام‌جم آنلاین، آمار دقیقی از این معلمان هم وجود ندارد اما جمعیتشان حدود ۲۶ هزار نفر برآورد شده و این برآورد مربوط است به آخرین جلسه وزارت آموزش‌وپرورش وزارمان اداری واستخدامی کشوردرست یک هفته قبل از آن؛ یعنی امسال که رئیس سازمان برنامه و بودجه به مجلس فراخوانده شده بود تا توضیح دهد چرا این معلمان از ابتدای سال تحصیلی، رتبی دریافت نکرده‌اند. درماه اسفند که ماه پرداخت عیدی‌ها و پاداش‌های پایان سال است، معلمان خرید خدمات تازه حقوق دو ماهشان را دریافت کرده‌اند و شب عید درحالی به خانه می‌روند که سه ماه حقوق طلب دارند. سیاهه مشکلات این ۲۶ هزارمعلم اما در وضعیت حقوق ومزایای آنها خلاصه نمی‌شود، چراکه قانون جدید مجلس مبنی بر این که «بسه کارگیری این نیروهامنوع است مگر این که درآزمون استخدامی پذیرفته شوند» پیش از هر چیز دست و پای آنها را در بوست گردو گذاشته است. ولی با این حال نگرانی اصلی موضوعی فراتر از اینهاست؛ این که نظام آموزشی کشور، معلمانی را به کلاس‌های درس می‌فرستد که به لحاظ اداری وضعیتی آشفته دارند، اوضاع مالی‌شان زیر خط فقر سیر می‌کند و از نظر روانی پرشکنند؛ آیا چنین نیروهایی می‌توانند منشأ تحول، آن هم تحول بنیادین درآموزش‌وپرورش شوند؟

قصه یک پریشانی

اما چرا معلمان خرید خدمات به این وضع وحال دچار شده‌اند؟ مگر این نیروها همان‌هایی نبودند که وقتی آموزش‌وپرورش از کمبود مزمن نیرو رنج می‌برد به کار گرفته شدند و هرطور که بود، اجازه ندادند فرآیند تعلیم و تعلم متوقف شود؟

بله، نیروهای خرید خدمات چنین قراری بودند اما در زمان وزارت یوسف نوری در آموزش‌وپرورش حوادثی روی داد که ورق را به ضرر این نیروها برگرداند که شرح آن از زبان علی فرهادی، معاون برنامه‌ریزی و توسعه منابع وزارت آموزش‌وپرورش شنیدنی است: «وزیر سابق آموزش‌وپرورش با سازمان اداری و استخدامی توافق کرده بودند که نیروهای خرید خدمات جذب نشوند و در مقابل ۵۳ هزار نفر با مجوز استخدام به کار گرفته شوند اما جذب این ۵۳ هزار نفر محقق نشد و فقط ۴۴ هزار نفر جذب شدند که این تعداد هم دیرتر از موقع به استخدام درآمدند. بنابراین استان‌ها اجازه شدند نیروهای خرید خدمات را به همکاری دعوت کنند در حالی که برای جذب آنها هیچ مجوزی نداشتیم»

دقت کنید! معاون وزارت آموزش‌وپرورش می‌گوید «مجوز نشدیم» این نیروها را دعوت به همکاری کنیم». پس طبیعی است نیروهایی که از سر ناچاری و اجبار به کار گرفته شده‌اند، نباید روزگار پسافتی داشته باشند. علی فرهادی تاکید دارد: «این نیروها بدون مجوز به کار گرفته شده‌اند» که مشکلات را مضاعف می‌کند چون حالا دیگر می‌دانیم در آموزش‌وپرورش به اندازه‌ای بی‌برنامگی حاکم است که ۲۶ هزار نفر می‌توانند بدون مجوز در آن فعالیت کنند. این قصه پریشانی عمیقی است که ریشه‌هایی قطور در گذشته نه‌چندان دور آموزش‌وپرورش دارد؛ وزارتخانه‌ای که همیشه تصمیمات موقتی را دردستور کار داشته تا مشکلات به صورت موقتی علاج شوند. حالا چه باک اگر این مشکلات تبدیل به موج شوند و به‌صورت نارضایتی معلمان خرید خدمات به ساحل امروز بکوبند. اکنون نیز معلمان خرید خدمات برای رسیدن به آرامش نسبی یک راه بیشتر ندارند؛ این که در آزمون استخدامی شرکت کنند؛ آزمونی که معلوم نیست در آن پذیرفته می‌شوند یا خیرخوب است این معلمان بخشی از گفت‌وگوی دبیرو سخنگوی آموزش‌وپرورش با تسنیم را بخوانند«معلمان خرید خدمات سال‌ها معلم بوده‌اند و مهارت لازم را از طریق تجربه و آموزش کسب کرده‌اند و در نقاط مختلف کشور به آموزش مشغول بوده‌اند. بنابراین هر سال سابقه آنها در مصاحبه، امتیاز محسوب می‌شود».

عمده مطالبات و واگویه‌های معلمان خرید خدمات

کمترین حق ما این است که در اولویت استخدام باشیم

به عنوان نیروی آموزش‌وپرورش باید بدون آزمون، رسمی شویم

چرا باید قبل از دریافت حقوق، برگه تسویه را امضا کنیم؟

چرا نیروهای تکمیل ظرفیت بعراحتی استخدام می‌شوند ولی ما نه؟

مابرخلاف سایر معلمان فقط هشت ماه از سال حقوق می‌گیریم

معلمان خرید خدمات ازسهمیه شیردرمدرسه محرومند

معلمان باردار با هروضعیتی ادامه کار می‌دهند

نیروهای خرید خدمات، مرخصی زایمان ندارند

کاربرد هوش مصنوعی در تشخیص زودهنگام سرطان‌ها

رئیس دانشگاه علوم پزشکی تهران با تاکید بر اهمیت استفاده از هوش مصنوعی در تشخیص زودهنگام بیماری‌ها و از جمله سرطان‌ها گفت: با استفاده از هوش مصنوعی می‌توان سرطان‌ها را درحالی که هنوز چندان پیشرفته نشده و درمان آن در زمان کمتر و با هزینه کمتری انجام می‌شود، کنترل کرد؛ همانطور که در بیمارستان امام خمینی (ره) تصاویر مغوگرافی تیوط هوش مصنوعی آنالیزمی‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، حسین قناعتی درباره اقدامات دانشگاه علوم پزشکی تهران در زمینه هوش مصنوعی اظهار کرد: هوش مصنوعی تغییرات زیادی را در زندگی بشر ایجاد کرده است، همانگونه که در حال حاضر با یک گوشی همراه تمام کارهای خود را انجام می‌دهیم در آینده نیز هوش مصنوعی در بسیاری از امور نقش آفرینی خواهد کرد؛ در حال حاضر کشور ما برخلاف اینکه در بسیاری از زمینه‌ها همچون «تلهٔ رتبه بالایی داشته، اما در زمینه هوش مصنوعی در دنیا زیر ۷۰ و در منطقه رتبه ۱۱ را دارد و باید در این زمینه تلاش بیشتری داشته باشیم؛ دانشگاه علوم پزشکی تهران طبق برنامه‌ریزی‌ها عمل کند تا بتواند هوش مصنوعی را به کار گیرد.

وی با تاکید بر اینکه در ایران از هوش مصنوعی در برخی زمینه‌ها استفاده عملیاتی شده است، گفت: در بیمارستان امام خمینی (ره) تصاویر مغوگرافی برای تشخیص سرطان سینه تیوط هوش مصنوعی آنالیز می‌شود و سپس رادیولوژیست آن را بررسی می‌کند که این کار موجب شد تا دقت کار و میزان آشکارسازی سرطان و همچنین بهره اقتصادی و اجتماعی قزاولش یابد؛ چراکه به عنوان مثال درصورت شناسایی و آشکارسازی زودهنگام سرطان در یک خانم که بیماری در مراحل اولیه قرار دارد، می‌توان آن را با هزینه کمتر و به صورت دائمی درمان کرد؛ اما در صورتی که این درمان دیرهنگام پیگیری شود و فرد در مراحل پیشرفته بیماری برای درمان مراجعه کند، باید میلیاردها تومان جهت درمان هزینه کرد و از طرفی هم در چنین شرایطی میزان موثر بودن هزینه‌ها چشمگیر نیست و مرگ و میرها قزاولش می‌یابد؛ بنابراین استفاده از هوش مصنوعی، یک سرمایه‌گذاری بزرگ است.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی تهران با تاکید بر اینکه از هوش مصنوعی در زمینه‌های دیگری نیز می‌توان استفاده کرد، گفت: هوش مصنوعی در زمینه‌های تجمیع اطلاعات، کمک به مدیریت، آنالیز داده‌ها، خود مراقبتی بیماران آزایمری، نگهداری و بررسی رشد کودک و بررسی رشد مادر باردار و مراحل مراقبت مادر باردار و کاربرد دارد و تاثیرگذار است. همچنین هوش مصنوعی می‌تواند در بیمارستان، بخش آی سی یو در کنار پرستار بصورت ۲۴ ساعته از بیماران مراقبت کند و هر نوع بی‌نظمی در ضربان قلب بیمار را سریع اطلاع دهد؛ در حالی که پرستار وقتی در آی سی یو ۱۰ بیمار دارد، رسیدگی همزمان به آنها مشکل است؛ بنابراین هوش مصنوعی در پزشکی تاثیرمهمی دارد.

وی افزود: هوش مصنوعی همچنین می‌تواند در زمینه تحقیقات دارویی کمک کند؛ چراکه برخی از تحقیقات ممکن است نیازبه ۱۰ سال زمان و هزینه‌های بالایی نیز داشته باشد ولی هوش مصنوعی می‌تواند هم این مسیر را کوتاه کند و هم درصورت وجود داشتن خطر، دستور توقف دهد که در این صورت در زمان و هزینه صرفه‌جویی می‌شود.

قناعتی ادامه داد: دانشگاه علوم پزشکی تهران در زمینه هوش مصنوعی برنامه‌ریزی‌های بسیار زیادی داشته و مسئولیت راهاندازی آن را به یک گروه در دانشکده‌های فناوری نوین واگذار کرده است که امیدواریم به یک مرکز جامع هوش مصنوعی در نظام سلامت تبدیل شود و بتواند هوش مصنوعی را در نظام سلامت رهبری و هدایت کند.

وی با تاکید بر اینکه هوش مصنوعی در زمینه‌های مختلف شناسایی سرطان کاربرد دارد، تصریح کرد: هوش مصنوعی در کمک به رادیولوژیست، ایتدا عکس رابررسی کرده و نقاط مشکوک را مشخص و اندازه‌گیری می‌کند؛ نقاطی که شاید اصلا به چشم رادیولوژیست دیده نشود و پس از بررسی حجم آن ضایعه سرطانی را مشخص می‌کند. در واقع این هوش مصنوعی می‌تواند آنچه انسان انجام می‌دهد را شناسایی و سپس اجرایی کند.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی تهران در پایان در پاسخ به این سؤال که آیا خطر جایگزینی هوش مصنوعی با نیروی انسانی وجود دارد یا خیر؟ گفت: به هرحال نگرانی‌های زیادی ممکن است وجود داشته باشد اما باید توجه کنیم که تکیه ما به هوش مصنوعی منطقی و معقول باشد نه در حد جایگزینی با نیروی انسانی.

مینیمال
هایی برای زندگی

یکی از ضعف‌های غمبار روح، و در عین حال یکی از ژرف‌ترین ظرافت‌های آن در این است که هستی آن جز به وساطت تن امکان‌پذیر نیست.

از کتاب قهرمان‌ها و گورها
ارنستو ساباتو
ترجمه: مصطفی مفیدی
انتشارات نیلوفر

تازه های سلامت

عدم مصرف گوشت ممکن است از خروپف جلوگیری کند

یک مطالعه جدید نشان می دهد که رژیم غذایی افراد می تواند بر خطر اختلال خواب موسوم به آینه اندادی خواب تأثیرگذارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسن نت، بر اساس یافته‌های منتشر شده، افرادی که رژیم غذایی سالم مبتنی بر مواد گیاهی و سرشار از سبزیجات، میوه‌ها، غلات کامل و آجیل دارند، کمتر دچار آینه خواب می‌شوند.

از سوی دیگر، افرادی که بیشتر گوشت می‌خورند یا دارند رژیم‌های گیاهی ناسالم سرشار از قند، کربوهیدرات و نمک دارند بیشتر در معرض خطر آینه خواب هستند.

«یوهانس ملاکو»، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه فلیندرز در آدلاید استرالیا، گفت: «این نتایج اهمیت کیفیت رژیم غذایی را در مدیریت خطر آینه اندادی خواب نشان می‌دهد».

محققان توضیح دادند، افراد مبتلا به آینه خواب اغلب با صدای بلند خروپف می‌کنند و تنفس آنها در طول شب متوقف می‌شود و باعث بیداری کوتاه مدت می‌شود.

به گفته محققان، آینه خواب می‌تواند خطر ابتلاء به فشار خون بالا، سکته مغزی، بیماری قلبی و دیابت نوع ۲ را در افراد افزایش دهد.

برای این مطالعه، محققان پاسخ‌های بیش از ۱۴۰۰۰ شرکت کننده را در یک نظرسنجی منظم در ایالات متحده در مورد سلامت و تغذیه تجزیه و تحلیل کرد.

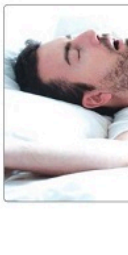
احتمال ابتلاء به آینه خواب در افرادی که رژیم غذایی شان مصدناً گیاهی بود، در مقایسه با افرادی که کمترین مقدار غذاهای گیاهی را در رژیم غذایی خود داشتند، ۱۹ درصد کمتربود.

با این حال، نتایج نشان داد افرادی که رژیم غذایی سرشار از غذاهای گیاهی ناسالم مصرف می‌کردند نسبت به افرادی که از غلات تصفیه‌شده، سبزمینی، نوشیدنی‌های شیرین، شیرینی‌ها، نسرها و غذاهای شور استفاده نمی‌کردند، ۲۲ درصد بیشتر در معرض خطر بودند.

محققان خاطرنشان کردند که رژیم غذایی گیاهی برای کاهش خطر آینه خواب در مردان مؤثرتر عمل می‌کند.

در عین حال، یک رژیم غذایی گیاهی ناسالم باعث افزایش بیشتر خطر آینه خواب در زنان شد.

ملاکو گفت: «توجه به این تفاوت‌های جنسی مهم است، زیرا این تفاوت‌ها بر نیاز به مداخلات غذایی شخصی برای افراد مبتلا به آینه خواب تأکید می‌کند».

ملاکو می‌گوید: «ممکن است یک رژیم غذایی گیاهی سالم التهاب و چاقی را کاهش دهد. اینها عوامل کلیدی در خطر بروز آینه خواب هستند. رژیم‌های غذایی سرشار از ترکیبات ضدالتهابی و آنتی‌اکسیدان‌ها، و عناصر غذایی با مضرات کمتر، می‌توانند بر توده چربی، التهاب و حتی توده عضلانی تأثیر بگذارند که همگی با خطر آینه خواب مرتبط هستند».

اکنون محققان قصد دارند ارتباط بین غذاهای فوق فرآوری شده و خطر آینه خواب و همچنین تعامل طولانی مدت بین رژیم غذایی و آینه خواب را مطالعه کنند.