

### ۲ دوز واکن فقط ۱۰ درصد ایمنی در مقابل اومیکرون ایجاد می کند

معون درمان وزارت بهداشت گفت با توجه به گسترش سویه اومیکرون، ترکیبی از افزایش موارد بستری و ایجاد یکپارچه جدید در هفته های آینده وجود دارد.

به گزارش پیام آشنا، سعید کریمی با اشاره به اینکه یک سویه اومیکرون در حال افزایش است، افزود: سرایت این سویه سبب پدیده و پرمیانگاری کشور ضمن آلودگی کامل بایست دستگاه ایمنی کشور و همچنین سبب پدیده پدیده میزبان کافی در دسترس داشته باشد و وی تصریح کرد: تنها تا زمانی ما رعایت نداشتن دستورالعمل های بهداشتی توسط مردم است و اگر شرایط بدون رعایت پروتکل های بهداشتی بدین منوال ادامه یابد، در هفته های آینده افزایش آمار بستری و مرگ و میرها خواهد بود.

کریمی به لزوم اهتمام مردم به واکسیناسیون تأکید کرد و اضافه کرد: مقولمت در برابر اومیکرون با تزریق دوز اول و دوم ۱۰ درصد است، اما دوز سوم سبب ایمنی تا مقولمت در برابر این سویه به ۸۰ درصد برسد.

### یکسوم مردم ایران به سندرم متابولیک مبتلا هستند

استاد دانشکده علوم پزشکی تهران گفت بر اساس بررسی های انجام شده در کشور، یک سوم از مردم ایران به سندرم متابولیک مبتلا هستند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ویدئو، علی رضا اسفغانی اظهار کرد: سندرم متابولیک مجموعه ای از چند بیماری است شامل قند نهای فشار خون بالا، میزان بالای قند کلاستر چربی خون و افزایش تری گلیسرید خون است و افرادی که دارای سندرم متابولیک هستند باید با دقت به موارد زیر عمل کنند. وی افزود: مطالعات نشان می دهد که میزان سندرم در برابر سندرم استریم در بخش های مرتبط های ویژه و مزین مرگ و میر در افراد مبتلا به سندرم متابولیک به ۱۶ درصد است. این سندرم سبب شونده بیشتر از سایر افراد است و دیده شده است که در بسیاری از موارد این بیماران وقتی در بخش های مرتبط های ویژه بستری می شوند، نیاز به دستگاه های کمک تنفسی داشته باشند. این فوین تخصص غدد و متابولیسم ضمن تأکید بر لزوم آگاهی رسانی به جامعه در مورد سندرم متابولیک، خاطر نشان کرد: شدت بیماری کرونید ۹۰ درصد از بیماران سندرم متابولیک به پیر است و باید تلاش کنیم تا چربی سندرم متابولیک از جمله دیابت، فشار خون بالا، پلاقی تنه ای و بیماری های خون را کنترل کنیم. اسفغانی یادآور شد: سندرم متابولیک به عنوان یک بیماری زاری خاصی ندراد و درمیان این عوالم خطر عصبی، اضافه وزن، کنترل فشارخون، قند خن و اختلال میزان چربی و شیوه زندگی به معنی درمان این بیماری است. وی گفت: در دوران کرونا دلیل توصیه ها به جامعه برای عدم حضور در جمعیت و تنگنا و غیره برای گروهی در مکان های مسقف و لزوم ماندن در خانه، زمینه های افزایش پلاقی و عدم تحرک فراهم است و پلاقی و عدم تحرک زمینه ساز دیابت و برخی بیماری های دیگر می شود. بنابراین شرایط کنونی زندگی افراد را با درام متوسط به ۶۰ درصد هم می رسد باید توجه داشت که موقعی بعد از بستری در بخش تشخیص وجود دارد مانند سندرم متابولیک، این سندرم در ۲۰ تا ۳۰ درصد مبتلایان پیش بینی می شود که تا سال ۲۰۳۰ تعداد مبتلایان به سندرم متابولیک به ۷۸ میلیون نفر برسد. در دوران کوید ۱۹ (سالهای ۲۰۲۰-۲۰۲۱)، ۲۰۰ تا ۲۰۰۰ نفر در بیمارستان سبقت جلوبهری از شیوه بیماری باعث عدم دسترسی مردم به خدمات بهداشتی و درمانی شدند. وی افزود: در سال ۱۴۰۲ میلادی ۱۵۲ میلیون مرد و ۱۰۵ میلیون زن مبتلا به سندرم متابولیک در ایران زندگی می کنند.

عمومی باشد، این جابجایی را برای درک عوالم این افزایش های بیشتر از سایر بهترین دهه های موجود ارائه می دهد. پیش بینی می شود که تا سال ۲۰۳۰ تعداد مبتلایان به سندرم متابولیک به ۷۸ میلیون نفر برسد. در دوران کوید ۱۹ (سالهای ۲۰۲۰-۲۰۲۱)، ۲۰۰ تا ۲۰۰۰ نفر در بیمارستان سبقت جلوبهری از شیوه بیماری باعث عدم دسترسی مردم به خدمات بهداشتی و درمانی شدند. وی افزود: در سال ۱۴۰۲ میلادی ۱۵۲ میلیون مرد و ۱۰۵ میلیون زن مبتلا به سندرم متابولیک در ایران زندگی می کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، گزارش سازمان جهانی بهداشت نشان می دهد در هر سال ۵۵ میلیون نفر در معرض خطر ابتلا به سندرم متابولیک در ایران زندگی می کنند. وی افزود: در سال ۱۴۰۲ میلادی ۱۵۲ میلیون مرد و ۱۰۵ میلیون زن مبتلا به سندرم متابولیک در ایران زندگی می کنند. وی افزود: در سال ۱۴۰۲ میلادی ۱۵۲ میلیون مرد و ۱۰۵ میلیون زن مبتلا به سندرم متابولیک در ایران زندگی می کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، گزارش سازمان جهانی بهداشت نشان می دهد در هر سال ۵۵ میلیون نفر در معرض خطر ابتلا به سندرم متابولیک در ایران زندگی می کنند. وی افزود: در سال ۱۴۰۲ میلادی ۱۵۲ میلیون مرد و ۱۰۵ میلیون زن مبتلا به سندرم متابولیک در ایران زندگی می کنند.

### ریسک سبک مغزی در زنان جوان بیشتر است

یک بررسی جدید نشان می دهد سبکتهای مغزی با وجودی که در بین جوانان شیوع یافته است، اما در زنان جوان بیشتر دیده می شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از اسپرسو، تحقیقات جدید محققان دانشگاه کالیفرنیا نشان می دهد که میزان ابتلا به سبکتهای مغزی در زنان جوان ۱۵ تا ۲۰ درصد بیشتر است. این سبکتهای مغزی شامل سبکتهای مغزی کوچک و بزرگ می شود. محققان در این مطالعه با استفاده از دستگاه های تصویربرداری مغزی، میزان سبکتهای مغزی در زنان جوان را بررسی کردند. نتایج این مطالعه نشان داد که میزان سبکتهای مغزی در زنان جوان ۱۵ تا ۲۰ درصد بیشتر است. این سبکتهای مغزی می تواند باعث مشکلات حافظه و تمرکز شود. محققان پیشنهاد می کنند که زنان جوان باید به سبک زندگی سالم و ورزش منظم توجه کنند.

### یک چر عه کتاب



بیش یادگیری

بیش یادگیری چیرگی در مهارت های تخصصی، پیش دستی در رقابتها و سرعت بخشیدن به بعتی کتاب بانگ نویسنده: اسکات بانگ مترجم: مرجان فیروزشاد انتشارات سیلکان

بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.



رئیس اداره مراقبت مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: آمار بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

### روزنه

### آغاز فاز تصادعی اومیکرون

### افزایش بستری ها تا دو هفته آینده!

به گزارش پیام آشنا به نقل از ماهنامه راهبردی، به عنوان این مطلب که اکنون در فاز تصادعی بیماری ۱۹ کرونا قرار گرفته و ادامه داد: البته در ابتدای این فاز هستیم و در طول هفته های آینده احتمالاً تعداد بسیار زیادی از افراد بیمار خواهند شد. به سمت پیک دیگری از بیماری میروم. اکنون در فاز تصادعی یک ششم هستیم. قاضی افزود: زمانی که تعداد ناشی بیماران بسیاری افزایش یابد پس از یک تا دو هفته آمار بیماران بستری نیز بالا می رود و متأسفانه بعد از آن شاهد افزایش آمار خواهد بود.

### بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

رئیس اداره مراقبت مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: آمار بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

### سونامی زوال عقل با پیر شدن جمعیت کشور



شیوخ بیماری زوال عقل (الزایمر) در کشورهای در حال توسعه با توجه به رشد سریع جمعیت سالمند بیشتر از توسعه دیگر است. در ایران هم با رشد سریع تعداد این قشر در جامعه احتمال ابتلا به این بیماری افزایش بیشتری خواهد داشت.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، گزارش سازمان جهانی بهداشت نشان می دهد در هر سال ۵۵ میلیون نفر در معرض خطر ابتلا به سندرم متابولیک در ایران زندگی می کنند. وی افزود: در سال ۱۴۰۲ میلادی ۱۵۲ میلیون مرد و ۱۰۵ میلیون زن مبتلا به سندرم متابولیک در ایران زندگی می کنند. وی افزود: در سال ۱۴۰۲ میلادی ۱۵۲ میلیون مرد و ۱۰۵ میلیون زن مبتلا به سندرم متابولیک در ایران زندگی می کنند.

### احتمال تزریق "پاستوکوک" در دوز سوم

بهداشت تصمیم گرفت که دوز سوم واکسن کرونا را به افرادی که قبلاً دوز دوم واکسن دریافت کرده بودند تزریق کند تا واکنس پاستوکوک پلاس نیز استفاده شد که این واکنس با پاستوکوک یک دوز واکنس پاستوکوک پلاس نیز استفاده شود.

### دانش آسوزان در لولویت واکنس پاستوکوک

واکنس پاستوکوک پلاس را باید دریافت کنند. به گزارش پیام آشنا به نقل از اسپرسو، تحقیقات جدید محققان دانشگاه کالیفرنیا نشان می دهد که میزان ابتلا به سبکتهای مغزی در زنان جوان ۱۵ تا ۲۰ درصد بیشتر است. این سبکتهای مغزی شامل سبکتهای مغزی کوچک و بزرگ می شود. محققان در این مطالعه با استفاده از دستگاه های تصویربرداری مغزی، میزان سبکتهای مغزی در زنان جوان را بررسی کردند. نتایج این مطالعه نشان داد که میزان سبکتهای مغزی در زنان جوان ۱۵ تا ۲۰ درصد بیشتر است. این سبکتهای مغزی می تواند باعث مشکلات حافظه و تمرکز شود. محققان پیشنهاد می کنند که زنان جوان باید به سبک زندگی سالم و ورزش منظم توجه کنند.

### تولید ماهانه ۵ میلیون دوز واکنس پاستور آماده تحویل به

وزارت بهداشت ۵ میلیون دوز واکنس پاستور آماده تحویل به وزارت بهداشت است. به گزارش پیام آشنا به نقل از اسپرسو، تحقیقات جدید محققان دانشگاه کالیفرنیا نشان می دهد که میزان ابتلا به سبکتهای مغزی در زنان جوان ۱۵ تا ۲۰ درصد بیشتر است. این سبکتهای مغزی شامل سبکتهای مغزی کوچک و بزرگ می شود. محققان در این مطالعه با استفاده از دستگاه های تصویربرداری مغزی، میزان سبکتهای مغزی در زنان جوان را بررسی کردند. نتایج این مطالعه نشان داد که میزان سبکتهای مغزی در زنان جوان ۱۵ تا ۲۰ درصد بیشتر است. این سبکتهای مغزی می تواند باعث مشکلات حافظه و تمرکز شود. محققان پیشنهاد می کنند که زنان جوان باید به سبک زندگی سالم و ورزش منظم توجه کنند.

بهداشت تصمیم گرفت که دوز سوم واکسن کرونا را به افرادی که قبلاً دوز دوم واکسن دریافت کرده بودند تزریق کند تا واکنس پاستوکوک پلاس نیز استفاده شد که این واکنس با پاستوکوک یک دوز واکنس پاستوکوک پلاس نیز استفاده شود.

باید همچنین راهبردی برای بعضی موقعیت های خاص طراحی شده و نه موقعیت های دیگر پس استفاده از آنها یک انتخاب است. نه حکم قطعی و دیگر این که پیش یادگیری خودگردان است. بعتی خودتان تصمیم می گیرید چه چیزی یاد بگیرید و چرا و چگونه می توانید. کلاً خودگردان باشید و در عین حال تصمیم بگیرید بهترین راه برای یادگیری هر چیزی شرکت در کلاس یا دانشگاه مشخصی است. همچنین می توانید با دنبال کردن سریع مراحل معرفی خود به یک کتاب خودخوان چیزی بیاورید منظور از خودخوانی این است که چه کسی در یازدهم راننده پروژه قرار دارد. نه این که پروژه کجا اتفاق می افتد.

### میتان



میتان طالب برای زندگی

افراد که به دنبال کشتن خون هستند اغلب بر ارتقای فرآیند سوخت و ساز بدن را افزایش دهیم؟

### تازه های سلامت

### چگونه در حالت نشسته هم سوخت و ساز بدن را افزایش دهیم؟

افراد که به دنبال کشتن خون هستند اغلب بر ارتقای فرآیند سوخت و ساز بدن را افزایش دهیم؟

### بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

رئیس اداره مراقبت مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: آمار بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

### بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

رئیس اداره مراقبت مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: آمار بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

### بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

رئیس اداره مراقبت مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: آمار بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

### بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

رئیس اداره مراقبت مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: آمار بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

### بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

رئیس اداره مراقبت مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: آمار بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

### بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

رئیس اداره مراقبت مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: آمار بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

### بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

رئیس اداره مراقبت مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: آمار بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

### بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

رئیس اداره مراقبت مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: آمار بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

### بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.

رئیس اداره مراقبت مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: آمار بیماران کرونا حکایت از ورود به فاز افزایشی دارند.