



تاریخ	۴
آذر	۱۳۹۵
پنج شنبه	

با قانون زندگی کنیم

هرگاه کسی که سوار حیوان است با حیوان در جایی توقف کند، ضامن تمام خسارت هایی است که حیوان وارد می کند.

● ماده ۲۶۱ قانون مجازات اسلامی ●

صفحه	۴
شماره	
۱۸۳۰	
سال	
بیست و دوم	

اندیشه

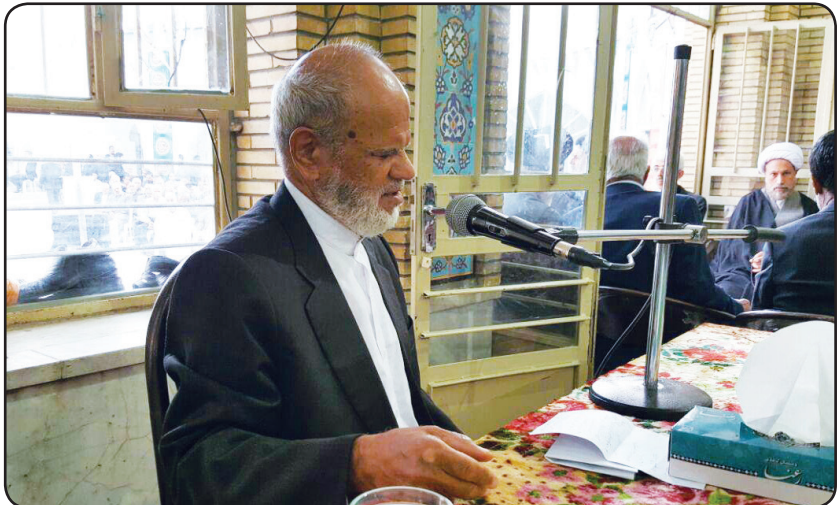


قسمت سوم

خورشید فروزان آسمان حکمت و فضیلت

گذری بر حیات پر بار علامه سید محمد حسین طباطبایی (رحمه الله علیه)

نویسنده: شکرالله جهان مبین / مدیر گروه معارف اسلامی دانشگاه آزاد اسلامی واحد جهرم / و بهره مند از محضر علامه طباطبایی در دهه ۱۳۴۰



قرآن مجید و به پیروی از سیره و روش اهل بیت عصمت و طهارت (علیهم السلام) از بین شاگردان خویش نفراتی برجسته را بر می گزینند و عنایت و توجهی مخصوص به آنان مبذول می دارند و آنان را تحت تربیت و ارشادات خاص خویش قرار می دهند و تا رسیدن به درجات اعلای عرفان و قرب الهی به آنان یاری می رسانند و در این وادی یکی از موفق ترین عالمان و عارفان مرحوم آیت الله حاج سید علی آقا قاضی بوده است که یکی از تربیت یافتگان و شاگردان سرشناس دوره دوم آموزش های عرفانی و سیر و سلوک معنوی قاضی، مرحوم حاج سید محمد حسین طباطبایی است که بیشترین داستان ها و حکایات ها درباره قاضی نیز از مرحوم علامه نقل شده است.

توصیه های آیت الله قاضی به علامه طباطبایی

۱. از نفس خود غافل نشوید
آیت الله امینی می نویسد: مرحوم استاد علامه می فرمودند: وقتی به نجف اشرف رسیدیم به محض ورود به بارگاه امیرالمؤمنین (علیه السلام) رو و عرض کردم یا علی من برای ادامه تحصیل به محضر شما شرفیاب شده ام ولی نمی دانم چه روشی را پیش گیرم و چه برنامه ای را انتخاب کنم، از شما می خواهم که در آنچه صلاح است مرا راهنمایی کنید.

ادامه دارد...

این میوه و سبزیجات را همراه دارو نخورید

قطعاً خوردن میوه و سبزیجات به همه ما توصیه می شود، اما خوردن تعدادی از میوه و سبزیجات همراه دارو اصلاً خوب نیست و تاثیر آن دارو را از بین می برد.
خوردن برخی مواد غذایی همزمان با دارو، بر عملکرد دارو در بدن تاثیر منفی می گذارد، یا از اثر آن می کاهد و یا باعث می شود دارو تاثیر خود را از دست بدهد. مواد غذایی که در این نوشتار به آن ها اشاره می شود، از جمله موادی هستند که خوردن آن ها به همراه دارو توصیه نمی شود.

۱- گریپ فروت

با وجود این که میوه گریپ فروت دارای ویتامین B۲ و فیبر و پتاسیم است، نوشیدن یک لیوان آب گریپ فروت ممکن است به تداخل این مواد با آنتی بیوتیک های مهم معده منجر شده و در نتیجه موجب افزایش غلظت دارو در خون شود. از این رو، توصیه می شود که در صورت مصرف دارو، از نوشیدن آب گریپ فروت خودداری شود و به جای آن از آب پرتقال که دارای مزایای مشابه به گریپ فروت است، استفاده شود.

۲- موز

برخی افراد در مصرف موز به علت دارا بودن پتاسیم زیاده روی می کنند، تا از خطرات سرطان و سکنه مغزی و بیماری های قلبی بکاهند. اما مصرف زیاد مواد غذایی سرشار از پتاسیم، ممکن است برای افرادی که از قرص های آرام بخش استفاده می کنند، مشکل ساز باشد. به ویژه برای کسانی که داروها را با هدف کاهش فشار خون مصرف می کنند. این مساله باعث افزایش میزان پتاسیم در بدن و در نتیجه افزایش تش قلب در این افراد می شود.

۳- اسفناج

به افرادی که داروهای رقیق کننده خون و ضد انعقاد خون مانند وارفارین و کوامدین مصرف می کنند، توصیه می شود که مصرف سبزیجات سبز رنگ به ویژه سبزیجات حاوی پتاسیم زیاد را کاهش دهند، زیرا این کار مانع از تاثیر مطلوب داروهای ضد انعقاد خون می شود.



دیابت از عوامل نابینایی و کاهش دید



چشم پزشکی ایران نیز گفت: در این کنگره، آخرین دستاوردهای علمی در زمینه تشخیص و درمان بیماری های چشمی از جمله شبکیه، مورد بحث و بررسی چشم پزشکان داخلی و خارجی قرار می گیرد.

اشرف از این کنگره به عنوان فرصتی ایده آل برای تبادل اطلاعات علمی و تجربی برای تشخیص و درمان بیماری های شبکیه نام برد و افزود: در برنامه پیش کنگره، چهار سمپوزیوم در زمینه راه های تشخیص و درمان بیماری های شبکیه که در منطقه بیشتر شایع است، برگزار می شود.

مسئول برنامه شبکیه در کنگره سالیانه چشم پزشکی ایران، از حضور ۷ مهمان خارجی از اروپا و آمریکا در کنگره خبر داد و گفت: این افراد از اساتید و محققان برجسته در زمینه شبکیه چشم هستند که قرار است در کنگره سخنرانی داشته باشند.

بیست و ششمین کنگره سالیانه چشم پزشکی ایران در روزهای ۲۲ تا ۲۵ آذرماه در سالن همایش های رازی برگزار می شود.

متخصص شبکیه چشم با تاکید بر اینکه بیماران دیابتی باید معاینات دوره ای را انجام دهند، افزود: بیماران مبتلا به دیابت باید علاوه بر مراجعه به متخصصان داخلی و غدد، معاینات دوره ای چشم پزشکی را نیز انجام دهند؛ به طوری که بعد از سن بلوغ، حداقل سالی یک بار معاینه چشم پزشکی شوند و اگر دچار اختلال دید بودند، این فاصله زمانی به ۶ و ۳ ماه کاهش دهند.

عضو هیئت علمی چشم پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز در مورد برگزاری کنگره سالیانه

عضو هیئت علمی چشم پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز، بر ضرورت معاینات چشم پزشکی بیماران دیابتی تاکید کرد و گفت: دیابت از عوامل بروز کاهش بینایی و نابینایی است.

به گزارش گروه علمی ایرنا از کنگره سالیانه چشم پزشکی ایران، دکتر حسین اشرف با بیان اینکه بیش از ۱۰ درصد جمعیت ایران به دیابت مبتلا هستند، افزود: دیابت همچنین از عوامل بروز بیماری های شبکیه چشم که می توانند منجر به نابینایی شوند نیز به شمار می رود.

وی اظهار کرد: اختلالات شبکیه در ستین بالا رخ می دهد و با توجه به اینکه جامعه ایران رو به سالمندی می رود، موارد اختلالات در شبکیه چشم رو به افزایش است.

اشرف همچنین از ضربه (تراوما) به سر به عنوان دیگر عوامل بروز اختلالات در شبکیه چشم نام برد و گفت: تغییر شیوه زندگی، کاملاً می تواند بر سرنوشت سلامت چشم بیمار دیابتی تاثیر گذار باشد.

بنیانگذار کمپانی تسلا برای ارسال بیش از ۴۴۰۰ ماهواره به مدار زمین از دولت آمریکا درخواست مجوز کرده است تا بتواند سراسر کره زمین را تحت پوشش اینترنت فوق سرعت قرار دهد.
به گزارش ایرنا از پایگاه اینترنتی دویچه وله، ایلان ماسک، بنیان گذار کمپانی های نظیر تسلا (پیششاز تولید خودروهایی الکتریکی) و اسپیس ایکس (نخستین کمپانی خصوصی فعال در حوزه فضا) و مینکر «شهر خورشیدی» (Solar City) می گوید که خواهد رویای اینترنت پرسرعت در همه نقاط کره زمین را از فضا محقق کند.
بر اساس طرحی که کمپانی اسپیس ایکس تدوین کرده است، سراسر زمین با قرار گرفتن چهار هزار ۴۲۵ ماهواره در مدار زمین تحت پوشش اینترنتی فوق سرعت با بهنای پانصد میلیاردی (دست کم یک گیگابایت بر ثانیه) قرار می گیرد. دولت آمریکا باید مجوز ارسال این ماهواره ها به فضا را صادر کند.
در صورت اجرای طرح ماسک، فیبرهای نوری، کابلها و دیگر روش های موجود برای انتقال داده ها در جهان از معادلات حذف و راهکارهای



اختلال خواب بر عملکرد کلیه تاثیر می گذارد

یک مطالعه تازه نشان می دهد کمبود خواب می تواند موجب وخامت عملکرد کلیه و نارسایی آن در بیماران کلیوی شود.
به گزارش ایرنا از پایگاه اینترنتی زی نیوز، نتایج مطالعه پژوهشگران آمریکایی نشان می دهد کمبود خواب با وخبم شدن عملکرد کلیه در مبتلایان به بیماری مزمن کلیه ارتباط دارد.

اگرچه شواهد زیادی دال بر شیوع اختلالات خواب در مبتلایان به بیماری مزمن کلیوی وجود دارد اما ارتباط آن با پیشرفت بیماری ناشناخته است. در این مطالعه، محققان دانشگاه ایلیون در شیکاگو الگوهای خواب ۴۲۲ بزرگسال مبتلا به بیماری مزمن کلیه را بررسی کردند.

برای اندازه گیری مدت زمان و کیفیت خواب شرکت کنندگان در مطالعه، یک مچ بند هوشمند در اختیار آنها قرار گرفت تا به مدت پنج تا هفت روز از آن استفاده کنند؛ علاوه بر این، وضعیت سلامتی آنها به طور متوسط در پنج سال پیگیری شد. این افراد در طول مدت پیگیری، به طور میانگین پنج تا شش ساعت خواب شبانه داشتند، ۷۰ نفر از آنها به نارسایی کلیه مبتلا شدند و ۴۸ نفر جان سپردند. پس از تنظیم فاکتورهای جمعیت شناختی، شاخص جرم بدن، فشار خون، دیابت، بیماری قلبی و عروقی و مبنای عملکرد کلیه، خطر ابتلا به نارسایی کلیه با هر ساعت بیشتر خوابیدن در شب، ۱۹ درصد کاهش یافت.
همچنین احتمال مرگ بیماری که دچار خواب آلودگی روزانه بودند، ۱۰ درصد بیشتر از سایرین بود.

علاوه بر این، ارتباط معناداری بین کیفیت خواب و خطر نارسایی کلیه وجود داشت، به عبارت دیگر، هر یک درصد افزایش در اختلال در روند خواب، خطر ابتلا به نارسایی کلیه را چهار درصد افزایش می داد.

