



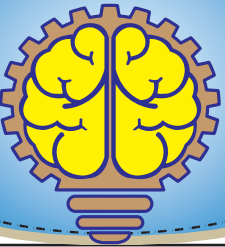
تاریخ
۳۰
مهر
۱۳۹۶
یک‌شنبه

ضرب‌المثل‌های جهان

ضربات کوچک، درختان عظیم بلوط را از جای بر می‌کند

صفحه
۵
شماره
۲۰۸۴
سال
بیست و سوم

اندیشه



انگلیس

زندگی‌نامه ۱۱ شهید انقلاب شهرستان جهرم

مجیدرضا جهان مهین مدیر مرکز جهرم‌شناسی

مادر قهرمان؛ نوزاد شهیدش را که در خون دست وپا می‌زد به روی دست گرفته و شاید فریاد زده باشد: «خدایا این قربانی را از من پذیرا باش!».

دست تقدیر ربوبی که شهد شهادت را به کودک هشت ماهه چشاند نام او را در ردیف سرخ جامگان نهضت حضرت امام(ره) ثبت کرد و مظلومانه همچون علی‌اصغر امام حسین – علیه السلام – به سوی معبود پر کشید.

کوچک‌ترین گل پرپر دوران انقلاب شهرستان جهرم محمد اسدی از علی اصغرها‌ی شهید انقلاب است که شهادت او گواه پیوستگی انقلاب ما به انقلاب عاشورااست.
پیکر معصوم کوچک‌ترین شهید انقلاب شهرستان جهرم در گلزار شهدای روستای موسویه (دهزیر) جهرم دفن گردید.

شهید منصور محبوبی فرد

– شهید منصور محبوبی فرد فرزند کرم علی در تاریخ ۱۳۴۱/۱۰/۲۰ در جهرم متولد شد. دبستان را در مدرسه قائم مقام با رتبه اولی سپری نمود. مقطع راهنمایی را در مدرسه دکتر شیرازی (شهید منصور محبوبی فرد) و دبیرستان را تا سال دوم رشته علوم تجربی در دبیرستان دکتر علی شریعتی (شهید مطهری) طی نمود.

وی از کودکی دارای اعتقادات ناب دینی بود و با شرکت در مجالس مذهبی به ویژه مجالس مرحوم آیت‌الله آیت اللهی (ره) امام جمعه فقید جهرم، ایمان و آزادیگی را سر لوحه‌ی زندگی خود ساخت. این شهید بزرگوار علاوه بر درس در هنر نقاشی و خط نیز ممتاز بود.

ایشان اخلاق بسیار خوبی داشت و در راهپیمایی‌ها شرکت می‌کرد و اعلامیه‌های حضرت امام(ره) را توزیع می‌نمود. و با دوستان و همکلاسی‌های خود موجبات آتش کشیدن ماشین‌های نظامیان و یا شکستن شیشه‌های خودروهای آن‌ها شده بود و در یکی از شب‌ها که منصور، سرگرم توزیع اعلامیه و انجام فعالیت‌های انقلابی بود، مورد گلوله دژخیمان قرار گرفت اما از آن مهلکه جان سالم به در برد.

سرانجام منصور در شب ۲۹ محرم پس از شرکت در مغل هر روزه‌اش، حسینیه کوی علی پهلوان، (حسینیه آیت‌الله آیت اللهی) و پس از استماع سخنان آنتنین مبارز نستوه آیت‌الله آیت اللهی(ره) به همراه مردم در خیابان با شاد به نظامیان حمله نمودند و مردم به طور وسیعی با نظامیان درگیر شدند. نظامیان آن‌ها را به گلوله بستند و در این حین منصور محبوبی فرد ضمن درگیری با مزدوران پهلوی به وسیله‌ی گلوله تفنگ ۳ژ چلادان در تاریخ ۱۳۵۷/۱۰/۸ در بلوار سعدی (شهید باهنر) به درجه رفیع شهادت می‌رسد. سپس به سردخانه‌ی بیمارستان جهرم منتقل می‌شود

آلرژی‌های پاییزی خطرناک هستند؟

خِسِ خِسِ سینه را جدی بگیرید



مصرف غذاهای پرادویه به افراد مبتلا به آلرژی مناسب نیست. به افراد مبتلا به آلرژی فیلتردار توصیه می‌شود در معرض باد مستقیم کولر قرار نگیرند و استفاده از ماسک‌های فیلتردار می‌تواند مانع ورود گرد و ذرات ریز به ریه شده و از تشدید علایم پیشگیری کند.

عرشی هشدار داد: برای بهبود علائم آلرژی حتماً باید عواملی که در منزل منجر به بروز آلرژی می‌شوند را شناسایی و سپس کنترل کرد، به‌همین سبب از وسایل خواب دارای پرّ، پشم و کاموا نباید استفاده شود. به علاوه این که در کف منزل موکت و قالی نباید روی هم انداخته شوند، زیرا در این صورت با رشد حشرات در منزل آلرژی ایجاد می‌شود.

این فوق تخصص متذکر شد: اگر آلرژی خفیف باشد و فقط به صورت تک سرفه و آبریزش بینی مختصر همراه باشد با مصرف یک آنتی هیستامین مانند سیتیریزین می‌توان علائم عارضه را کاهش داد اما اگر یک ماده هست که در داخل منزل (مایت و سوسک) باعث پیدایش آلرژی در فرد شده است دیگر مصرف دارویی مانند سیتیریزین فایده ندارد. این دارو تنها علائم ظاهری را کنترل می‌کند و فقط در موارد بسیار خفیف قابل استفاده است. بنابراین اگر مصرف داروهای آنتی هیستامین باعث کاهش علائم می‌شود افراد می‌توانند مصرف کنند و عارضه خاصی را به دنبال ندارد. این داروها عوارض جانبی خاصی ندارند ولی باید به این نکته توجه شود که داروی آنتی‌هیستامین خواب‌آور است و توصیه می‌شود در ساعات پایانی شب مصرف شوند.

عرشی اظهار داشت: برخی از درمان‌های طب سنتی که سرفه را کاهش می‌دهند مانند گل بنفشه، پنیرک و پیچک وحشی قابل قبول هستند چرا که سرفه را آرام کرده و خلط را رقیق می‌کند بخصوص در سرماخوردگی‌ها و آسم گزینه‌های مناسبی هستند اما تحقیق علمی که ثابت شده باشد در این خصوص موجود نیست و به جرأت می‌توان گفت این روش‌ها تنها تسکین دهنده است و هیچ‌گاه نقش درمانی و کنترل کننده ندارد.

این فوق تخصص ایمونولوژی بالینی و آلرژی علت اکثر مبتلایان به آلرژی را ارثی دانست و گفت: درصد بالایی از بیماران به صورت ارثی درگیر این عارضه هستند.

وی در پایان افزود: اگر ثابت شود که یک ماده غذایی خاص در فرد ایجاد علامت می‌کند، برای مثال فردی با خوردن تخم مرغ کبیر می‌زند مسلماً دیگر نباید غذاهایی که دارای تخم مرغ هست را مصرف کند، لازم به ذکر است افراد دقت داشته باشند تنها به ماده غذایی که حساسیت دارند دوری کنند و نباید مصرف مواد غذایی دیگر را از ترس علائم آلرژی کنار بگذارند، چرا که در این صورت درگیر سوءتغذیه نیز می‌شوند. افراد آلرژی‌ها را جدی بگیرند چرا که همین عارضه به نسبت ساده می‌تواند موجب مرگ شود آمار نشان می‌دهد حدود ۱۵۰ نفر در هر سال در آمریکا به علت آلرژی جان خود را از دست می‌دهند متأسفانه این آمار در ایران موجود نیست اما تأکید می‌شود بیماران مراقب مواد حساسیت‌زا باشند.

خوراکی‌های خطرناک برای روح و روان جنین!

برخوردار هستند.

متیوتین یکی از ضروری‌ترین اسید آمینه‌ها برای سلامت بدن است که به ساخت و تعمیر سلول‌های بدن کمک می‌کند و باید در زنجیره خوراکی افراد وجود داشته باشد، کمبود این ماده می‌تواند به کبد آسیب برساند و سبب گرفتگی شریان‌های بدن شود، همچنین از دست دادن بافت چربی بدن، ایجاد ضایعه‌های پوستی، ضعف و استرس نیز از جمله دیگر مشکل‌های سلامتی ناشی از کمبود اسید آمینه متیوتین است.

کارشناسان با مطالعه بر روی افراد مبتلا به اختلال اسکیزوفرنی و مشاهده میزان بالای اسید آمینه متیوتین در بدن آن‌ها دریافتند یک رابطه مستقیم بین این ماده و بروز اختلال عصبی در مغز وجود دارد.

در ادامه پژوهش‌ها دانشمندان روزی سه بار متیوتین را به موش‌های باردار تزریق کرده و دریافتند نوزادان به دنیا آمده دارای اختلال‌های عصبی مشابه بیماری اسکیزوفرنی در انسان‌ها شده‌اند.

براین اساس کارشناسان به مادران توصیه می‌کنند مواد غذایی به اندازه کافی و استاندارد استفاده کنند و به ویژه درطول روز حتماً از میوه و سبزی‌های تازه برای حفظ سلامت بدن خود استفاده کنند.

کارشناسان توصیه می‌کنند در صورت وجود یک یا چند عضو خانواده مبتلا به اختلال اسکیزوفرنی قبل از اقدام به بارداری والدین با پزشک متخصص مشاوره انجام دهند.

تغذیه مادر در دوران بارداری اهمیت زیادی دارد، زیرا زیاده‌روی در مصرف برخی مواد غذایی می‌تواند سبب تشکیل هسته اولیه بیماری‌های مرگبار در جنین شود.

به گزارش جام جم آنلاین به نقل از باشگاه خبرنگاران، براساس جدیدترین پژوهش‌ها، مصرف بیش از حد گوشت، ماهی و دانه‌های آجیل در دوران بارداری می‌تواند خطر ابتلای نوزاد در سال‌های پس از تولد به اختلال روانی اسکیزوفرنی را هموار کند.

کارشناسان با بررسی بروی موش‌های آزمایشگاهی دریافتند حجم اضافه مصرف آمینواسیدها در بدن آن‌ها سبب ایجاد اختلال روانی شده است.

یک نوع اسید آمینه ضروری برای ترمیم و بازسازی بافت‌های بدن به نام متیوتین در محصولاتی همچون ماهی، لبنیات و دانه‌های آجیل وجود دارد که می‌تواند سبب تشکیل هسته اولیه اختلال اسکیزوفرنی در بدن جنین در دوران بارداری شود.

این پژوهش توسط دانشمندان دانشگاه کالیفرنیا آمریکا انجام شده و براساس آن پژوهشگران امیدوار هستند نسل جدیدی از داروهای کنترل‌کننده اختلال‌های عصبی را طراحی کنند.

براساس این پژوهش مواد غذایی حاوی متیوتین با بیشترین درصد شامل مرغ و ماهی است و سایر مواد خوراکی از جمله گوشت قرمز، تخم مرغ، سویا و لوبیا از سطح پایین‌تری از این اسید آمینه

