



سومین همایش بین‌المللی «سیره نبوی در طب» در شیراز برگزار می‌شود

مدیر گروه معارف دانشکده پزشکی شیراز از برگزاری سومین همایش بین‌المللی سیره نبوی در طب و نخستین همایش دانشجویی در شیراز خبر داد. همایش خبیرنگار تسنیم از شیراز، حجت‌الاسلام عبدالرضا محمودی در جمع خبرنگاران از برگزاری سومین همایش بین‌المللی سیره نبوی در طب و نخستین همایش دانشجویی با همین موضوع در شیراز خبر داد و اظهار داشت: دانشگاه علوم پزشکی شیراز از تاریخ ۲۱ آذرماه امسال به مدت سه روز میزبان اساتید طب اسلامی خواهد بود. وی گفت: به دنبال اعلام فراخوان این همایش ۳۰۴ مقاله از نقاط مختلف کشور دریافت شد که مورددرسی اولیه قرار گرفت و از این تعداد ۳۷ مقاله در قسمت دانشجویی، ۲۵ مقاله برای سخنرانی، ۵۷ مقاله به‌صورت پوستر چاپی و ۱۵۷ مقاله به‌صورت پوستر الکترونیکی پذیرفته شد.

مدیر گروه معارف دانشکده پزشکی شیراز با اشاره به این‌که عناوین هفت‌گانه همایش شامل تبیین بیماری و سلامت، آموزش پزشکی، درمان، اخلاق، تغذیه، تحلیل احادیث پزشکی و نقش و جایگاه تمدن اسلامی است، خاطر نشان کرد: تعدادی از اساتید که در این حوزه سابقه فعالیت داشته‌اند هم از حوزه و هم دانشگاه به این همایش دعوت‌شده‌اند.

حجت‌الاسلام محمودی افزود: تلاش ما این است که متخصصان دو رشته یعنی هم علمای حوزه و هم متخصصان پزشکی بتوانند کار مشترکی را انجام دهند درعین‌حالی‌که از افراطو تقریظ جلوگیری شود.

وی بیان کرد: در حال حاضر کشور ما در زمینه مطالب علمی و همین‌طور طب سنتی دارای آفاتی است که در همایش سیره نبوی در طب این موضوع را موردبررسی قرار می‌دهیم.

مدیر گروه معارف دانشکده پزشکی شیراز گفت: در این همایش به دنبال این موضوع نیستیم که رشته طب نبوی را در دانشگاه ایجاد کنیم بلکه ما به دنبال زمینه‌سازی برای استفاده از سیره نبوی در طب هستیم و راه‌های چگونگی استفاده از سیره نبوی در طب برای ما اهمیت دارد.

وی بیان کرد: باید در تمام ابعاد زندگی پیامبر(ص) را به‌عنوان یک سرمشق و الگو قرار دهیم چرا‌که پیامبر دارای شناسنامه عظیم و روشن قرآن کریم است.

تاریخ
۲۰
آذر
۱۳۹۶
دوشنبه

نمایشگاه «نقاشی و سنگ‌های نیمه قیمتی کیمیا» در شیراز آغاز می‌شود

نگارخانه استاد غلامی تالار حافظ اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی فارس، ۲۰ آذرماه جاری با حضور تهمینه میلانی، میزبان

آیین گشایش نمایشگاه «نقاشی و سنگ‌های نیمه قیمتی کیمیا» می‌شود.

به گزارش خبرنگار مهر، در این نمایشگاه که به مدت ۳ روز دایر خواهد بود، ۹ اثر نقاشی و ۱۹ گوه‌رسنگ تراش‌خورده کیمیا فولادفر، بانوی هنرمند در معرض نمایش علاقه‌مندان قرار می‌گیرد؛ سبک نقاشی‌ها، برگرفته از سورئال بوده و با سبک رنگ و روغن به تصویر درآمده‌اند.

سختگوی شورای شیراز:

عدد ماشین‌ها در خیابان‌های شیراز بیش از عابران است



سالم ممکن نیست، خاطر نشان کرد: توسعه پایدار به‌عنوان یک اصل کلیدی، برای پیشرفت سلامتی و محیطی، شناخته‌شده‌است؛ موفقیت، مساوات، سلامتی و محیط بهتر، عناصر مرتبطی برای دستیابی به یک آینده بهتر به شمار می‌روند.

ناصری با اشاره به اعلامیه سازمان ملل در خصوص محیط و توسعه و نگرانی‌ها برای نقش انسان‌ها در توسعه پایدار گفت: یکی از اقدامات محیط‌زیست حفظ منابع و صرفه‌جویی در مصرف منابع آب است ولی ما هنوز راهکار جامعی در ابعاد مختلف بهره‌وری از منابع طبیعی مان نداریم.

رفع مشکل آنتن‌دهی تلفن همراه در فارسی تا پایان امسال

برخی حساسیت‌ها در همین زمینه سبب شد که تاکنون چندین آنتن بی‌تی‌اس را از سطح شهر شیراز جمع‌آوری کنیم که همین امر خود سبب بروز اختلال در آنتن‌دهی و ایجاد مشکلاتی در شبکه ارتباطی تلفن همراه خواهد شد.

روزگار گفت: هم‌اینک مجوز نصب ۲۵ آنتن بی تی اس جدید در سطح شهر شیراز را دریافت کرده‌ایم که امیدواریم با نصب و راه‌اندازی آن‌ها مشکلات ارتباطی تلفن همراه در شیراز به‌طور کامل رفع شود.

وی از شهروندان خواست با توجه به اینکه بحث خطرناک بودن تشعشع‌های آنتن‌های بی تی اس در هیچ کجا و از سوی هیچ مجموعه‌ای ثابت و اعلام‌نشده، در زمینه نصب این آنتن‌ها شرکت مخابرات منطقه فارس را یاری کنند.

مدیر مخابرات منطقه فارس گفت: هم‌اینک در استان فارس چهار میلیون و ۳۰ هزار تلفن همراه، همراه اول داریم که از نظر ضریب نفوذ در کلان‌شهر شیراز ۱۷۰ درصد و در کل استان ۹۸ درصد است. روزگار افزود: ضریب نفوذ تلفن ثابت و اینترنت ADSL نیز در این استان به ترتیب ۳۲ درصد و ۳۶ درصد است.

<p>آسیب‌رسانی به ارگان‌های بدن کمک می‌کنند.</p> <p>۷. غذاهای سرخ‌شده:</p> <p>غذاهای سرخ‌شده، به دلیل وجود روغن‌های هیدروژنه در آن‌ها و ارزش تغذیه‌ای ناپیزشان، خطر ابتلا به سرطان و سایر مشکلات مربوط به‌سلامت بدن را افزایش می‌دهند. خوردن میزان زیادی اسیدهای چرب ترانس بالا می‌تواند منجر به ایجاد التهاب و بروز سرطان شود.</p> <p>۸. چپیس سیب‌زمینی:</p> <p>بیشتر افراد چپیس سیب‌زمینی را بدون اینکه حتی اندکی به مزایا یا مضرات آن فکر کنند، به هر میزان که بخواهند مصرف می‌کنند اما خوردن دانه این خوراکی شور، بسیار خطرناک است. آن‌ها اشباع از روغن‌های هیدروژنه، رنگ‌های مصنوعی، طعم‌دهنده‌ها و مواد نگهدارنده هستند و اغلب حاوی عنصر شیمیایی سرطان‌زایی به نام آکریمالیدنند. به‌جای چپیس می‌توانید به‌نوبت، مقداری سبزیجات خام و یا ذرت بوداده مصرف کنید (البته نه ذرتی که در مایکروویو تهیه‌شده باشد).</p> <p>۹. غذاهای رژیمی آماده:</p> <p>متأسفانه تعداد زیادی از غذاهای رژیمی و کم‌چرب آماده، درعین‌حال که چربی کمی دارند، اما به‌جای چربی دارای مقدار زیادی شکرند. در اکثر مواقع، تولیدکنندگان به‌منظور کم‌کالری کردن این مواد، از شکر مصنوعی استفاده می‌کنند و همان‌طور که می‌دانید، شیرین‌کننده‌های مصنوعی به علت غیرطبیعی بودن موادی که دارند، ریسک ابتلا به سرطان را بالا خواهند برد.</p> <p>۱۰. گوشت فرمز:</p> <p>امروزه اکثر افراد در رژیم غذایی خود گوشت قرمز را به میزان زیاد مصرف کرده، سبزیجات کافی نمی‌خورند. محققان طی مطالعات خود، ارتباطی بین مصرف گوشت قرمز و سرطان روده بزرگ یافته‌اند. آن‌ها گفته‌اند که می‌توان خطر ابتلا به سرطان را با خوردن فقط نیم کیلوگرم گوشت کمتر کاهش داد.</p> <p>۱۱. آرد سفید:</p> <p>نان سفید (نانی که سیوس گندم آن به‌طور کامل گرفته‌شده باشد) آسیب زیادی به‌سلامت انسان می‌زند زیرا پوست گندم که حاوی مواد مغذی بسیاری است از آن جدا می‌شود. به‌بیان‌دیگر، آرد سفید تقریباً نشاسته خالص است و سایر مواد معدنی لازم برای بدن مانند فسفر و منیزیم که دردانه‌های گندم و سایر غلات فرآوری نشده وجود دارد، در آرد سفید وجود ندارد.</p> <p>غلات تصفیه و فرآوری شده‌ای مانند آرد سفید، مقدار نشاسته را در رژیم غذایی افزایش می‌دهند و اگر می‌خواهید با سرطان مبارزه کنید، باید غذاهایی مصرف کنید که نشاسته کمتری داشته باشند تا سلول‌های سرطانی و تومورها را دفع کنند. نخوردن آرد سفید ممکن است کاری سخت باشد زیرا آرد سفید در بیشتر نان‌ها و بیسکویت‌ها وجود دارد؛ بنابراین باید غذاهایی را انتخاب کنید که به میزان زیاد فرآوری نشده باشند. در این صورت می‌توانید خطر ابتلا به سرطان را در خود کاهش داده، کیفیت زندگی‌تان را زیاد کنید.</p> <p>پیروی از رژیم غذایی سالم می‌تواند طول عمرتان را بیشتر کرده، به شما احساس بهتر و انرژی بیشتری بدهد. عادات غذایی خود را تغییر دهید تا زندگی بهتر و طول عمر بیشتری داشته باشید.</p>	
--	--

۱۱ غذای سرطان‌زایی که مصرف می‌کنید



تجزیه می‌شود. این ماده یک عنصر شیمیایی سرطان‌زاست و باعث ایجاد سرطان کبد و پروستات می‌شود.

۴. نوشابه‌های گازدار و رژیمی:

قندهای مصنوعی منبع خوبی برای تغذیه سلول‌های سرطانی به شمار می‌روند و اگر چیزی وجود داشته باشد که در افزایش میزان قند دریافتی، سهم زیادی داشته باشد، همین نوشابه‌های گازدارند.

به‌رغم سرطان عموم، نوشابه‌های رژیمی می‌توانند حتی بدتر از نوشابه‌های عادی باشند. کسانی که از میان شیرین‌کننده‌های مصنوعی، نوشابه‌های رژیمی را برای مصرف انتخاب می‌کنند، خطر ابتلا به امراض مرتبط با چاقی را در خود افزایش می‌دهند و امراض مرتبط با چاقی نیز خطر بروز سرطان‌های پستان، روده بزرگ، کلیه، رحم و لوزالمعده را افزایش می‌دهند.

۵. گوجه‌فرنگی کنسروی (رب گوجه‌فرنگی):

گوجه‌فرنگی‌های خام حاوی میزان زیادی مواد مغذی ازجمله لیکوپین هستند که با سرطان مبارزه می‌کنند؛ بنابراین، مصرف گوجه‌فرنگی خام برای حفظ سلامت بدن مفید است؛ اما این گفته فقط درباره خود گوجه‌فرنگی صدق می‌کند، قبل از اینکه به‌صورت رب تبدیل به کنسرو شود.

در طول روند کنسروسازی، گوجه‌ها در معرض ماده‌ای به نام «بی.بی.آ» قرار می‌گیرند. این ماده به دلیل خاصیت اسیدی زیادش بیشتر مواد مغذی خود را از دست می‌دهد. علاوه بر این، بی.بی.آ در کنار بیماری‌های قلبی و مشکلاتی که برای دستگاه تناسلی ایجاد می‌کند، درصد ابتلا به سرطان را نیز بالا می‌برد.

۶. ماهی سالمون پرورشی:

مصرف ماهی سالمون نیز مانند گوجه‌فرنگی واقعاً برای سلامت بدن مفید است اما به شرطی که پرورشی نباشد و به‌دوراز آلاینده‌ها صیدشده باشد. بیش از ۶۰ درصد از ماهی‌های سالمون مصرفی در آمریکا پرورشی‌اند؛ معنای این جمله آن است که این ماهی‌ها مملو از آنتی‌بیوتیک‌ها، هورمون‌ها و سموم دفع آفات‌اند این عناصر شیمیایی، با کاهش امکان جذب اسیدهای چرب آک‌ا، به رادیکال‌های آزاد در ایجاد خسارت و

خبر



صفحه
۴
شماره
۲۱۲۲
سال
بیست و سوم

در شش‌ماهه نخست امسال صورت گرفت؛

اختصاص پنج میلیارد ریال به فعالان صنعتی فارس با محوریت بسیج سازندگی

جانشین فرمانده سپاه فجر استان فارس گفت: در شش‌ماه نخست امسال افزون بر پنج میلیارد ریال تسهیلات به فعالان صنعتی در قالب تسهیلات اقتصاد مقاومتی با محوریت بسیج سازندگی سپاه فجر به فعالان تولیدی و صنعتی اختصاص‌یافته است.

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی شرکت شهرک‌های صنعتی فارس، نشست تعامل و هم‌اندیشی صنعتگران مستقر در شهرک صنعتی بزرگ شیراز با جانشین فرمانده سپاه فجر با محوریت تحقق اقتصاد مقاومتی برگزار شد.

در این نشست سردار گزنی تحقق اقتصاد مقاومتی تولید و اشتغال به‌عنوان یک هدف مهم در کشور باید سرلوحه همه نهادهای حاکمیتی و نیز فعالان بخش خصوصی قرار گیرد.

وی ادامه داد: با تعامل و هماهنگی بین دستگاه‌های اجرایی می‌توان مسائل و مشکلات فعالان صنعتی را حل کرد.

مدیرعامل شرکت شهرک‌های صنعتی استان فارس نیز در این نشست از اختصاص مشوق‌های ویژه سرمایه‌گذاری برای ۴۱ شهرک و ناحیه صنعتی استان خبر داد و گفت: این مشوق‌ها باهدف تحقق اقتصاد مقاومتی تولید و اشتغال تا پایان امسال اعمال می‌شود.

احد فتوحی افزود: بین ۶۰ تا ۹۰ درصد مشوق برای شهرک‌های صنعتی استان برای نخستین‌بار در نظر گرفته‌شده است.

در این نشست هم‌اندیشی که به همت سازمان بسیج کارگری سپاه فجر استان فارس و هیئت‌مدیره شرکت خدماتی شهرک صنعتی بزرگ شیراز برگزار شد برخی از فعالانه تولیدی و صنعتی نیز به ارائه مسائل و مشکلات خود پرداختند.

نرخ بالای سود تسهیلات بانکی مشکلات بیمه و مالیات و نحوه اخذ مالیات از سوی اداره امور مالیاتی، قاچاق کالا و محصولات و نیز موانع و مشکلات صادراتی از مهم‌ترین مشکلاتی بود که فعالان صنعتی مطرح کردند.

در پایان این نشست تابلو ورودی شهرک صنعتی بزرگ شیراز که به نام شهدای بسیج کارگری نام‌گذاری شده است رونمایی شد.

توصیه طلایی محققان به افرادی که دنبال کاهش وزن هستند

تحقیقات اخیر نشان می‌دهد که ورزش کردن به‌تنهایی نمی‌تواند موجب کاهش وزن افراد شود و برای کاهش وزن باید در کنار ورزش رژیم غذایی مناسبی در پیش گرفته شود.

به گزارش جام جم آنلاین به نقل از تسنیم، یافته‌های محققان نشان می‌دهد که برای کاهش وزن ورزش به‌تنهایی جوابگو نیست.

تحقیقات گروهی از محققان انگلیسی نشان می‌دهد که نداشتن رژیم غذایی مناسب در کنار ورزش کردن می‌تواند اثر مفید تحرک بدنی را خنثی کند.

به گفته این محققان، این مسئله حداقل درباره زنان به‌طورکلی صادق است چراکه نتایج بررسی‌ها نشان می‌دهد که زنانی که در هفته سه روز را به ورزش می‌پردازند اما رژیم غذایی آن‌ها همچنان به شکل قبل است موفق به کاستن از وزن خود نمی‌شوند.

محققان در این بررسی، تعدادی از زنان را به دو گروه تقسیم کردند؛ گروه اول شامل ۳۴ زن ۱۸ تا ۳۲ ساله بود که از آن‌ها خواسته شد به مدت ۴ هفته و هر هفته ۳ روز ورزش کنند و گروه دوم شامل ۳۶ زن در رده سنی مشابه بودند که از آن‌ها خواسته شد به مدت ۸ هفته و هر هفته سه روز ورزش کنند.

نکته قابل‌توجه دراین‌بین عدم کاهش وزن در میان زنان هر دو گروه بود البته ورزش موجب افزایش حجم عضلانی در برخی از این زنان شده بود.

نتایج این بررسی نشان می‌دهد که ورزش کردن به‌تنهایی نمی‌تواند موجب کاهش وزن افراد شود و برای کاهش وزن باید در کنار ورزش رژیم غذایی مناسبی در پیش گرفته شود.

