

من بی‌مایه که باشم که خریدار تو باشم  
حیف باشد که تو یار من و من یار تو باشم  
تو مگر سایه لطفی به سر وقت من آری  
که من آن مایه ندارم که به مقدار تو باشم  
خوشتن بر تو نیندم که من از خود نپسندم  
که تو هرگز گل من باشی و من خار تو باشم



صفحه  
۶  
شماره  
۲۷۴۸  
سال  
بیست و پنجم

## ادبی و هنری

### بهار ریاضی

**شعر طنز کرونایی با لهجه کازرونی**  
**کاکه کرونا خ هیجی نی**

ما کازرنیا تکیم، شیر تو جنگیم ب خدا  
انگیلیس شیکس دادیم کاکه کرونا خ هیجی نی  
دل مو پیرشونی بن، خون دلنی بن، وا پُر تو وُل  
ول سی جر جیکر داریم کاکه کرونا خ هیجی نی

بازاری، آهانگرون، مصله، کوزگرون، بالو...  
گمیز و چاهایی ام کاکه کرونا خ هیجی نی  
بچه زرنگ شهریم کی می تون به چی بگه!  
صد بتر اینا دیدیم کاکه کرونا خ هیجی نی

سار صورت مو می شوریم، تاید می زنیم آ دس مو  
سی که شهر پاک بیکنیم کاکه کرونا خ هیجی نی  
او که کوزنگولو بی وا مٹ چوله تپرمو می ز  
دید خ دمش چیدیم کاکه کرونا خ هیجی نی

پش آ پشت هم می دیم مٹ که تنکو تیکو  
ویمیسیم نوشون میدیم کاکه کرونا خ هیجی نی  
ای بخوا له مو کنه نمی داریم، قاره می دیم  
همه مو یکی میسیم کاکه کرونا خ هیجی نی

از مو خوب برسین، کازرنیا خیلی خوتن  
ب خدا گنا داریم کاکه کرونا خ هیجی نی  
بادرا اش شو بوگو طیب خونه دُرس کنن  
تا نمیریم، بیبینیم کاکه کرونا خ هیجی نی

حال فریدون اومه علم علی تو دس سن  
یا علی (ع) اشش بیکنیم کاکه کرونا خ هیجی نی  
تا بسازه به دوست مریض خونه سی شهرمو!  
همه مو دعاش کنیم کاکه کرونا خ هیجی نی



### محمد رئیس

می شکم  
همچون جوانه‌های ترد  
بی اختیار  
صبح  
ظهر  
شب  
چون بیایی  
نمازم را

فراوانی  
چیزی را ثابت نمی کند  
در کوی ما  
هر صد عشق  
یکی واقعی ست...



### رها اسفندیاری

سخت است ولی به جای این شهر بخند  
بر ناله آشنای این شهر بخند  
ای مرگ برای آخرین باریسا  
اندازی گریه‌های این شهر بخند

\*  
لبخند دوباره روی لب برمی گشت  
مهتاب به آسمان شب برمی گشت  
خوشبخت‌ترین زن جهان من بودم  
تاریخ اگر کمی عقب برمی گشت

\*  
کی خواب خوش و خیال راحت دارد  
وقتی که کلام دل صراحت دارد  
این شهر اگر به روی خود می آورد  
اندازه بودنش جراحی دارد

\*  
از تشنه نشان رودگر می گیرم  
از هرچه تهی سراغ برمی گیرم  
افتاده دوباره اتفاقی تازه  
من شانه‌به‌شانه توگر می گیرم

\*  
هر کوه نشانی از شکفتن دارد  
با حجم سیاه غصه گفتن دارد  
دنیا چمدان آخرش را می بست  
اینجا همه چیز بوی رفتن دارد

\*  
دیوار سکوت بین ما افتاده است  
هرچند زبان گریه کردن ساده است  
عمری است برای کشتن عاشق‌ها  
پیوسته طناب دارها آماده است

\*  
زخمی شده باور تلاشم ای عشق  
از فاصله غصه می تراشم ای عشق  
ای نقطه امتداد رؤیا بر گرد  
بگذار همیشه با تو باشم ای عشق

### رضا شایسته‌نیا

شب به آغوش سرد پنجره‌ها وام می‌داد آسمانش را  
مرد در وسعت سیاهی شب دوره می‌کرد داستانش را

چشم او روی روی آینه‌ها مرگ را در خودش ورق می‌زد  
دشنه دردهای بی درمان بوسه می‌داد استخوانش را

باغ شب شوره‌زار گریه مرد در فلق زرد و در شفق خون بود  
هق‌هق گریه‌های دائم مرد برده از کف دگر امانش را

ولگد کوب عقده‌های قدیم زیر شب چکمه‌های وحشی مرگ  
در وجودش چشید هی تف کرد طعم خوابه دهنانش را

هق‌هق مرد و رقص منته شب در کبودی نیمه مهتاب  
انجماد سیاه‌رنگ زمین یخ گرفته تمام جانش را

گریه مرد و رقص اشک اتفاقی پر از ناپایدها  
اتفاقی که موج می‌انداخت دامن درد بیکرانش را

درد تلفیق گریه و خندست اشک گرم و صدای فقههه مرد  
شب به فانوس درد آذین بود تا مزین کند جهانش را

**منتظر داستان و اشعار شما هستیم**

لطفاً مطالب خود را با درج شماره تلفن به دفتر روزنامه یا آدرس الکترونیکی ذیل ارسال نمایید. ضمانت روزنامه در ویرایش مطالب ارسال، آزاد است و مطالب ارسال برگشت داده نمی‌شود.

tolou.news@yahoo.com

کارشناس (این شماره) سرویس ادبی - هنری: **تلیه خوری**

## رفع بوی بد دهان



بوی بددهان یک مسئله مهم است زیرا می‌تواند برای کسانی که مبتلا هستند اضطراب ایجاد کند.

بوی بد دهان را می‌توان به موارد واقعی و غیرواقعی تقسیم کرد. ۸۵ درصد موارد بوی بددهان واقعی است، به این معنی که از داخل دهان می‌آیند. موارد باقیمانده به دلیل اختلالات مری، بینی، گلو، سینوس‌ها، ریه‌ها یا معده اتفاق می‌افتد. آنها به‌ندرت به دلیل شرایط پزشکی اساسی مانند کتواسیدوز یا نارسایی کبد ایجاد می‌شوند. موارد غیرواقعی زمانی اتفاق می‌افتد که فرد احساس بوی بددهان کند که توسط شخص دیگری قابل تشخیص نیست.

**بیوفیلیم**

بیوفیلیم شایع‌ترین علت هالیتوز است. این یک غشا ضخیم و چسبنده است که زبان، لثه و دندان را در برمی‌گیرد. این می‌تواند سفید، زرد و یا قهوه‌ای مایل به زرد باشد. بیوفیلیم از بقایای مواد غذایی، باکتری‌ها، قندها، سلول‌های مرده، پروتئین‌ها و مواد باکتری قابل هضم تشکیل شده است. بیوفیلیم تولید می‌شود در قسمت پشت زبان، در شکاف بین لثه و دندان و زیرخط لثه مشاهده می‌شود. بوی حاصل از بیوفیلیم‌ها هنگامی که پروتئین‌ها از اسیدهای آمینه جدا می‌شوند تولید می‌شوند. این اسیدهای آمینه سپس تجزیه می‌شوند و بو ایجاد می‌کنند.

**غذایها**

شدت بوی بددهان می‌تواند در طول روز متفاوت باشد زیرا غذاهای خاصی وجود دارد که می‌تواند آن را بدتر یا تشدید کند. غذاهایی مانند پنیر، سیر، پیاز، ماهی و برخی از گوشت‌ها می‌توانند در بوی بددهان مؤثر باشند. سیر و پیاز حاوی روغن‌های تند هستند که می‌تواند بازم کند و این می‌تواند باعث بوی بددهان شود.

باین حال، برخی از غذاها نیز وجود دارند که می‌تواند به بهبود بوی بددهان می‌تواند ترکیبات بد بو و اسیدهای چرب را ایجاد کند. این امر به‌ویژه در پشت خلفی زبان که در آن می‌توان مقادیر زیادی از باکتری‌هایی که به‌طور طبیعی وجود دارند یافت می‌شود. این به دلیل موقعیت مکانی آنهاست که به آنها اجازه می‌دهد بدون دست‌خوردگی و خشک باقی

بمانند.

این یک زیستگاه ایده آل برای باکتری‌های بی‌هوازی است که تحت پوشش سلول‌های مرده و مواد غذایی باقی‌مانده شکوفا می‌شود. این باکتری‌ها به دلیل دارا بودن ترکیبات گوگرد فرار مانند متیل مرکاپتان، سولفید هیدروژن و غیره می‌توانند بویی شبیه به تخم‌مرغ فاسد ایجاد کنند.

**ورم لثه**

ورم لثه هنگامی رخ می‌دهد که شکاف بین لثه و دندان ملتهب شود. این به‌عنوان پاسخ به بیوفیلیم یا پلاک متصل به سطوح دندان اتفاق می‌افتد. در مراحل اولیه لثه می‌توان با بهداشت دهان و دندان معکوس شد. در ورم لثه، لثه‌ها می‌توانند دردناک، قرمز و متورم شوند.

لثه‌ها به‌خصوص بعد از مسواک زدن یا نخ دندان به‌راحتی خونریزی می‌کنند زیرا تحریک و ملتهب می‌شوند. لثه‌های متورم به نظر می‌رسد که براق هستند. همچنین ممکن است زخم وجود داشته باشد. لثه می‌تواند باعث بوی بددهان شود.

**بیماری پرپروتئال پیشرفته**

بیماری پرپروتئال پیشرفته یک دلیل شناخته شده از هالیتوز شدید است. تجمع فرآورده‌های زباله از باکتری‌های واقع در ناحیه خیراندیشی بوی ناخوشایندی ایجاد می‌کند. نشان داده شده است که بیماران مبتلا به این مشکل دارای بوی بددهان شدید هستند.

از بین بردن پلاک نشان داده شده است که بورا در دهان بهبود می‌بخشد. این کار با استفاده از پوسته پوسته شدن و آبکشی دهان با آنتی‌بیوتیک انجام می‌شود.

**مواد غذایی بین‌دندانی**

مواد غذایی بین‌دندانی می‌تواند در دندان‌های از دست‌رفته، فاصله دندان‌ها، دندان‌های کج مشاهده شود. مواد غذایی به دام افتاده در معرض باکتری قرار گرفته و فرارهای ناخوشایند را آزاد می‌کنند. بسته‌بندی مواد غذایی همچنین می‌تواند به یک واکنش پرپروتئال موضعی منجر شود که در آن درد تسکین یافته با تمیز کردن ناحیه با استفاده از یک برس یا نخ وجود دارد.

**پروتزهای آکرلیک**

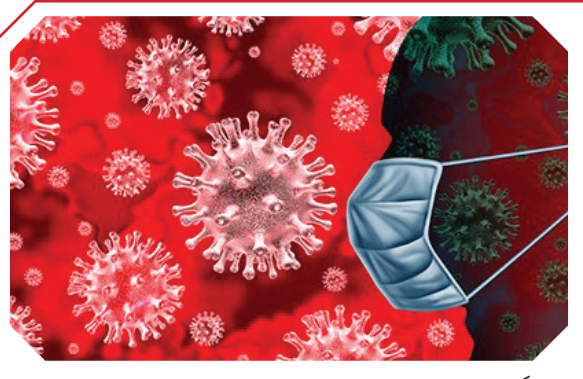
پروتزهای آکرلیک یا دندان‌های کاذب که از پلاستیک ساخته شده‌اند، ممکن است دلیل بوی بددهان باشد. مراقبت از پروتز شامل تمیز کردن و از بین بردن پروتزها هر شب است. عدم انجام این کار ممکن است در نتیجه باکتری‌ها باعث بدخوردگی از دهان یا پلاستیک شود. مواد پلاستیکی که برای ساخت پروتز استفاده می‌شود متخلخل است.

سطح اتصالات همچنین ممکن است در قالب‌بندی با آناتومی شکم دهان نامنظم باشد. همه این‌ها عواملی هستند که باعث افزایش مخمر و اجتناس باکتری‌ها و در نتیجه بوی بددهان می‌شوند.

**اختلالات بینی، سینوس‌ها و لوزه‌ها**

اختلال در بینی و سینوس‌ها می‌تواند باعث بوی بددهان شود زیرا هوای خارج شده از سوراخ بینی بوی ناخوشایندی دارد که از دهان سرچشمه می‌گیرد. این بو ممکن است در صورت وجود اجسام خارجی یا عفونت سینوس ایجاد شود. برای مثال، در رینوزینوزیت مزمن، هالیتوز اغلب یک علامت شایع است. اختلال در لوزه‌ها همچنین می‌تواند یکی از موارد بوی بددهان باشد.

## ویروس کرونا با قسمت‌های مختلف بدن چه می‌کند؟



کرونا ویروس باعث بیماری تنفسی می‌شوند، بنابراین معمولاً ابتدا ریه‌ها درگیر می‌شوند.

علائم اولیه ویروس کرونا شامل تب، سرفه و تنگی نفس است. این‌ها به‌محض دو روز یا تا ۱۴ روز پس از مواجهه با ویروس ظاهر می‌شوند. اما آسیب در سایر قسمت‌های بدن به‌خصوص در هنگام بیماری جدی نیز می‌تواند ایجاد شود.

یک نکته واضح است که در موارد جدی، ویروس می‌تواند تأثیر مخربی بر کل بدن داشته باشد و نه فقط روی ریه‌ها.

آنچه در حال حاضر می‌دانیم در مورد چگونگی کرونا ویروس جدید که اکنون COVID-19 نام گرفته است در سیستم‌های مختلف بدن تأثیر می‌گذارد.

**تأثیر COVID-19 بر ریه‌ها**

مانند سایر موارد ویروس کرونا از جمله بیماری‌های SARS، MERS و سرماخوردگی COVID-19 یک بیماری تنفسی است، بنابراین معمولاً ابتدا ریه‌ها مبتلا می‌شوند.

علائم شامل تب، سرفه و تنگی نفس است. این‌ها به‌محض ۲ روز یا تا ۱۴ روز پس از مواجهه با ویروس ظاهر می‌شوند.

شدت COVID-19 از علائم خفیف یا بدون علائم تا بیماری شدید یا بعضاً کشنده متفاوت است. داده‌های مربوط به بیش از ۱۷۰۰۰ مورد گزارش شده در چین نشان داد که تقریباً ۸۱ درصد موارد خفیف بوده است. بقیه شدید یا بحرانی بودند.

به نظر می‌رسد افراد مسن و افراد با بیماری مزمن پزشکی با خطر بالاتر برای ایجاد بیماری شدید هستند.

این تغییر در نحوه تأثیر COVID-19 بر ریه‌ها نیز نشان می‌دهد. بعضی افراد فقط ممکن است علائم تنفسی جزئی داشته باشند، درحالی که دیگران دچار ذات‌الریه غیر خطرناک هستند؛ اما زیرمجموعه‌ای از افرادی وجود دارند که به آسیب شدید ریوی مبتلا می‌شوند.

دکتر لورا ایوانز، عضو انجمن مراقبت‌های بحرانی گفت: آنچه ما اغلب در بیماران که به‌شدت مبتلا به COVID-19 هستند می‌بینیم، شرایطی است که ما آن را سندرم دسترس حاد تنفسی یا ARDS می‌نامیم. فقط با COVID-19 اتفاق نمی‌افتد. تعدادی از حوادث می‌تواند آن را آغاز کند، از جمله عفونت، تروما و سپسیس.

این‌ها باعث آسیب به ریه‌ها می‌شود که منجر به نشت مایعات از رگ‌های خونی کوچک در ریه‌ها می‌شود. مایع در کیسه‌های هوایی ریه‌ها یا آلئول‌ها جمع می‌شود. این باعث می‌شود که ریه‌ها انتقال اکسیژن از هوا به خون را دشوار کنند.

در یک مطالعه اخیر از ۱۳۸ بیمار بستری شده برای COVID-19 دریافتند که به‌طور متوسط، ۵ روز پس از نشان دادن علائم، افراد در تنفس دچار مشکل شده‌اند. ARDS به‌طور متوسط ۸ روز پس از علائم ایجاد می‌شود. درمان ARDS شامل اکسیژن اضافی و تهویه مکانیکی، با هدف جذب اکسیژن بیشتر به خون است.

**اندام‌های دیگر مبتلا به COVID-19**

برخی از بیماران بستری شده با COVID-19 نیز دچار آسیب حاد کلیه شده‌اند. گاهی نیاز به پیوند کلیه است. این اتفاق در SARS و MERS نیز رخ داده است.

در حین شیوع SARS، دانشمندان حتی ویروس ایجادکننده این بیماری را در لوله‌های کلیه پیدا کردند. «شواهد کمی» وجود دارد که نشان می‌دهد ویروس مستقیماً باعث آسیب کلیه شده است.

آسیب کلیه ممکن است به دلیل تغییراتی باشد که در طول عفونت کرونا ویروس اتفاق می‌افتد. هنگامی که شما پنومونی دارید، اکسیژن کمتری در گردش است و این می‌تواند به کلیه‌ها آسیب برساند.