



تاریخ
۱۸
اسفند
۱۴۰۳
شنبه

## بهبود اختلال دوقطبی با رژیم کتوزیک!



بزرگتر و دقیق‌تر را دارد یا خیر.

علائم سلامت روان، از جمله عاطفه (بروز احساسات)، افسردگی، شیدایی، کیفیت زندگی و بهره‌وری در کار در ابتدا و در طول پیگیری مطالعه اندازه‌گیری شد. همچنین از شرکت کنندگان خون گرفته شد و تحت طیف‌سنجی تشدید مغناطیسی (MRS) قرار گرفتند که مانند MRI از میدان مغناطیسی و امواج رادیویی برای تجزیه و تحلیل ترکیب شیمیایی مغز استفاده می‌کند و اطلاعاتی در مورد متابولیسم، سطوح انتقال دهنده‌های عصبی و عملکرد سلول ارائه می‌دهد. آنها روزانه سطح گلوکز و کتون خود را دریافت می‌کردند.

به طور کلی، محققان دریافته‌اند که سطح روزانه کتون خون با تغییرات مثبت روزانه در خلق و خو، انرژی، تکانشگری و اضطراب مرتبط است، اما با سرعت فکر ارتباط ندارد. علاوه بر این، خوردن یک رژیم غذایی کتوزیک، تغییرات متابولیک مثبت معنی‌داری را ایجاد کرد. در ابتدا ۷۰٫۳ درصد از شرکت کنندگان دارای اضافه وزن یا چاق بودند. تغییر در رژیم کتو منجر به کاهش میانگین وزن بدن ۴٫۲ کیلوگرم و کاهش

میانگین شاخص توده بدنی(BMI) به میزان ۱٫۵ کیلوگرم بر متر مربع شد. ضمن اینکه میانگین فشار خون سیستولیک نیز کاهش یافت.

اسکن‌های MRS نشان داد که رژیم کتو تغییراتی در انتقال‌دهنده‌های عصبی تحریکی در نواحی مغز مرتبط با اختلال دو قطبی ایجاد می‌کند. انتقال دهنده‌های عصبی، پیام‌رسان‌های شیمیایی در مغز هستند که به سلول‌های عصبی (نورونها) در برقراری ارتباط کمک می‌کنند. انتقال دهنده‌های عصبی تحریکی مانند یک پدال گاز عمل می‌کنند و نورونها را تحریک می‌کنند، در حالی که انتقال دهنده‌های عصبی مانند یک ترمز عمل می‌کنند.

دکتر کمپبل گفت: ما نشانگرهای کاهش سمیت تحریکی را در دو ناحیه کلیدی مغز، شامل قشر کمربندی قدامی و قشر کمربندی خلفی که هر دو در اختلال دوقطبی دخیل هستند، مشاهده کردیم. نیاز فوری به مطالعات تکراری بزرگتر و کارآزمایی‌های بالینی تصادفی شده با دقت طراحی شده برای ایجاد این یافته‌ها وجود دارد.

درمان اختلال دوقطبی در حال حاضر شامل تجویز دارو و تغییرات در شیوه زندگی است که می‌تواند دفعات و شدت تغییرات خلقی را کاهش دهد. درمان‌های موجود برای برخی از افراد، مانند سایر شرایط سلامت روان، موثر نیستند. به همین دلیل است که یافته‌های این مطالعه، هرچند مقدماتی، دلگرم‌کننده هستند.

پروفسور دنیل اسمیت(Daniel Smith)، رئیس بخش روانپزشکی و رئیس بخش روانپزشکی مرکز علوم بالینی مغز دانشگاه ادینبرو می‌گوید: این ایده که یک بیماری روانی شدید مانند اختلال دوقطبی ممکن است به یک درمان متابولیک مانند رژیم کتو پاسخ دهد، چالش برانگیز و هیجان‌انگیز است.

تحقیقات اولیه و تمرکز بالینی پروفسور اسمیت بر بیماری اختلال دو قطبی است و مشتاقانه منتظر بررسی دقیق پیوندهای بین متابولیسم و بیماری روانی در چند سال آینده است.

گفتنی است که اوایل فوریه ۲۰۲۵، مرکز سلامت دانشگاه کالیفرنیا لی‌آنجلی اعلام کرد که در آستانه آغاز یک مطالعه آزمایشی چند مکانه است که به بررسی استفاده از رژیم غذایی کتوزیک در نوجوانان و بزرگسالان جوان مبتلا به اختلال دو قطبی می‌پردازد.

## سخن ماندگار

موفقیت یعنی انجام کارهای معمولی

به طرز فوق‌العاده

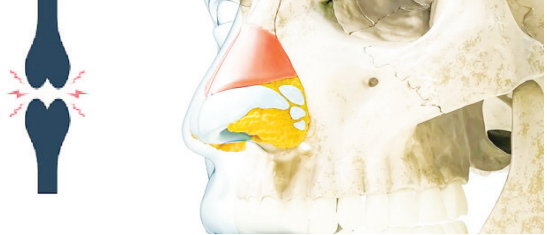
جیم ران

صفحه
۵
<div>شماره</div>
۴۱۵۶
<div>سال</div> <div>سی ام</div>

## آگهی



## درمان مفاصل آسیب‌دیده زانو با کمک غضروف بینی



آزمایشگاهی آنها گذشته بود و مشابه بسیاری از درمان‌های موجود بودند. گروه دوم ایمپلنت‌هایی را دریافت کردند که دو هفته از رشد آنها گذشته بود.

در حالی که هر دو گروه بهبودهایی را گزارش کردند، بیمارانی که پیوندهای غضروفی بالغ‌تر داشتند، حتی در سال دوم پس از عمل، پیشرفت نشان دادند. این بیماران نه تنها کیفیت بافت بهتری در محل کاشت داشتند، بلکه غضروف اطراف آنها نیز بهبود یافت. این رویکرد نوآورانه به ویژه برای بیمارانی که آسیب‌های غضروفی بزرگ یا پیچیده دارند و کسانی که در گذشته درمان‌های ناموفق داشته‌اند، مفید است.

در حالی که این مطالعه مستقیماً این روش را با درمان‌های سنتی مقایسه نکرده است، پرسشنامه‌های استاندارد نشان داد که بیمارانی که کاشت غضروف بینی دریافت کرده‌اند بهبود طولانی‌مدت بهتری را در عملکرد مفاصل و کیفیت کلی زندگی اپراز کردند.

علم ممکن است به زودی برای ورزشکاران و افراد فعالی که زمانی فکر می‌کردند تحرک خود را برای همیشه از دست داده‌اند، راهی برای بازگشت به صحنه ارائه دهد.

### نقش باکتری‌های روده نوزاد در ابتلا به «دیابت نوع یک»

آنتی‌بیوتیک‌ها بر رشد سلول‌های انسولین‌ساز را بررسی کردند. آنها دریافتند که مصرف این داروها در یک بازه زمانی ۱۰ روزه پس از تولد، تعداد این سلول‌ها را به‌شدت کاهش می‌دهد. سپس، آنها با بررسی تأثیر انواع مختلف میکروب‌ها، مشخص کردند که برخی میکروارگانیزم‌ها می‌توانند این اثرات منفی را خنثی کنند.یکی از این میکروب‌ها، قارچی به نام «کاندیدا دولیپنیسیس» بود که در بزرگسالان سالم وجود ندارد؛ اما ممکن است در نوزادان شایع‌تر باشد.

نتایج این مطالعه نشان دادند که موش‌های نوزادی که در معرض این قارچ قرار گرفتند، در بزرگسالی میزان انسولین بیشتری داشتند و کمتر به دیابت نوع ۱ مبتلا شدند. جالب‌تر اینکه در موش‌های بزرگسالی که قبلاً سلول‌های انسولین‌ساز آنها تخریب شده بود، افزودن این قارچ به میکروبیوم روده باعث ترمیم سلول‌های پانکراس و بهبود عملکرد متابولیکی شد. این یافته نشان می‌دهد که برخی میکروب‌های خاص نه‌تنها در دوران نوزادی، بلکه حتی در بزرگسالی نیز می‌توانند بر سلامت پانکراس و تولید انسولین تأثیر بگذارند.

از سوی دیگر، بررسی‌های بیشتر نشان داد که این قارچ از طریق تأثیر بر سیستم ایمنی بدن، باعث تقویت سلول‌های انسولین‌ساز می‌شود. پژوهشگران دریافتند که در موش‌هایی که فاقد میکروبیوم بودند، تعداد سلول‌های ایمنی موجود در پانکراس کمتر و عملکرد متابولیکی آنها ضعیف‌تر بود. اما زمانی که این موش‌ها در معرض قارچ کاندیدا دولیپنیسیس قرار گرفتند، تعداد سلول‌های ایمنی در پانکراس افزایش یافت و عملکرد متابولیکی آنها بهبود پیدا کرد.این کشف می‌تواند راه را برای استفاده از میکروب‌ها یا ترکیبات مشتق‌شده از آنها در درمان دیابت نوع ۱ هموار کند. اگر اثرات مشاهده‌شده در موش‌ها در انسان نیز تأیید شود، ممکن است در آینده بتوان با استفاده از این میکروب‌ها، عملکرد سلول‌های تولیدکننده انسولین را بازگرداند. با این حال، محققان هشدار می‌دهند که بسیاری از درمان‌هایی که در موش‌ها موفق بوده‌اند، در انسان نتایج مشابهی نداشته‌اند و هنوز مطالعات بیشتری لازم است.

#### آگهی مفقودی

سند کیمیايي پرايد ۱۳۱ رنگ سفيد به شماره موتور ۵۴۹۴۳۲۷ و شماره شاسی ۴۱۱۱۰۰F۱۱۶۳۳۴۰NAS و شماره شناسه وسيله نقلیه ۴۶۳۱۹IRPC۹۴۱۷۲AU۱۶۳۳۴۰ به نام اينجناب عباس سجادي همراز مفقود گرديده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

#### آگهی مفقودی

شناسنامه خودرو پژو پارس مدل ۱۴۰۱ رنگ سفید – روغنی پلاک ۷۳ ايران ۸۵۶ م ۹۶ شماره موتور ۱۳۹B۰۳۰۱۵۶۸ و شماره شاسی NAAN۱۸۱۴۶۶NH۴۳۲۱۶ به نام سيد علی اکبر موسوی به شماره ملی ۵۱۵۹۰۶۵۹۰۳ مفقود گرديده و از درجه اعتبار ساقط می باشد. ۴۶۳۲۰

#### «آگهی مزایده عمومی»

شرکت تعاونی مسکن کارکنان جهاد کشاورزی فارس در نظر دارد نسبت به فروش دو واحد تجاری و مسکونی واقع در فاز ۲ شهر جدید صدرا از پروژه ۳۰واحدی در حال احداث در زمین به شماره قطعه ۸۱۰/۴ پلاک ثبتی ۸/۱۲۰۲۰ از طریق مزایده به شرح ذیل اقدام نماید :

۱-موضوع و مبلغ برآورد اولیه مزایده : فروش دو واحد تجاری و مسکونی پروژه تجاری-مسکونی با مبلغ پایه واحد به شرح ذیل می باشد:
الف) مساحت تقریبی ۵۲ مترمربع همکف با ۲۶ مترمربع بالکن – بهای پایه هر متر مربع ۸۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال – بهای کل واحد تجاری ۲۸،۵۲۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال

ب) مساحت تقریبی مفید واحد مسکونی ۱۲۲ مترمربع – بهای پایه هر متر مربع ۲۳۵،۰۰۰،۰۰۰ ریال – بهای کل واحد مسکونی ۲۸،۵۷۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال

۲-نوع مزایده : عمومی

۳- نام و نشانی مزایده گزار: شرکت تعاونی مسکن کارکنان جهاد کشاورزی فارس به شماره ثبت ۱۶۳۱، شناسه ملی ۱۰۵۳۰۱۴۱۸۷۷، کد پستی ۷۱۶۳۷۱۴۱۱۳ به نشانی شیراز – خیابان انقلاب – کوچه ۴۹ – سمت راست درب اول به شماره تماس ۳۸۲۰۳۴۸۱

۴- تضمین شرکت در مزایده : واریز به حساب به میزان حداقل ۳۰٪ مبلغ برآورد اولیه هر واحد که می بایست از روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۸ ساعت ۸:۰۰ صبح لغایت روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۲۲ ساعت ۱۴:۰۰ به حساب شماره ۱۴۰۰۰۶۶۹۸۵۱۱۱۰۰۶۶۹۸۵۰۱ IR ۶۵۰۲۲۰۲۴۱۶۰۱۱۱۰۰۶۶۹۸۵۰۱ در بانک توسعه تعاون به نام شرکت تعاونی مسکن کارکنان جهاد کشاورزی فارس واریز گردد .

۵- شرایط: متقاضیان می توانند از ساعت ۸:۰۰ صبح لغایت ۱۴:۰۰ روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۸ تا چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۲۲ بجز ایام تعطیل، به دفتر شرکت تعاونی مسکن به نشانی اعلام شده مراجعه و نسبت به دریافت اسناد مزایده اقدام نمایند و سپس نسبت به تحویل کلیه مدارک در پاکت سر بسته حداکثر تا ساعت ۱۴:۰۰ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۲۲ به دفتر این شرکت مراجعه نمایند .

۶-شرکت تعاونی پس از بازگشایی پاکات و واریز ۵۰درصد بهای واحد توسط برنده مزایده، حدا کثر ظرف مدت دو هفته، نسبت به انجام مراحل انعقاد قرارداد اقدام خواهد نمود . مابقی بهای واحد طی سه قسط دریافت می گردد.

۷- سایر موارد و مشخصات در اسناد مزایده مندرج است .

۸- شرکت تعاونی در قبول و یا رد یک و یا تمام پیشنهاده‌ها مختار است .

**هیات مدیره شرکت تعاونی مسکن کارکنان جهاد کشاورزی فارس**



**فرماندهی انتظامی استان فارس**

**معاونت فرهنگی و اجتماعی**



**اداره مشاوره و مددکاری اجتماعی**

**سامانه صدای مشاور ۰۹۶۵۸۰**

**برای تصمیم گیری ها تأیید یا حمایت عاطفی به شدت به دیگران وابسته است.**



**حرفهایی که زده و کارهایی که انجام داده رو انکار میکنه**

**معتقده هیچوقت اشتباه نمیکنه**

**نشانه های فردی که از نظر عاطفی نابالغه:**

**وقتی از دست کسی ناراحته به جای اینکه مشکل رو با خود فرد بیان کنه با دیگران راجع بهش حرف میزنه**

**مرکز مشاوره معاونت فرهنگی واجتماعی فرماندیی انتظامی استان فارس**

**آدرس: شیرازپل حر-روبروی کلاستری ۱۱ازد**

**۰۷۱۳۲۳۲۷۰۰۶**