



تاریخ
۱۴
مرداد
۱۴۰۴
سه‌شنبه

چربی حیوانی، سیستم ایمنی بدن را در مقابل سرطان فلج می‌کند



(long-chain acylcarnitines) درون سلول‌های CTL و NK تجمع می‌یابند. بنابراین، این مولکول‌ها با میتوکندری سلول‌ها (بخش‌هایی از سلول که انرژی تولید می‌کنند) تداخل ایجاد می‌کنند و باعث می‌شوند سلول‌های ایمنی قدرت خود را از دست بدهند و نتوانند به طور مؤثر با سلول‌های سرطانی مبارزه کنند.

در مقابل، این متابولیت‌های مضر در موش‌هایی که چربی‌های گیاهی مصرف می‌کردند، تجمع نیافتند و سلول‌های CTL و NK آنها فعال ماندند و توانستند تومورها را جستجو و به آنها حمله کنند. ضمن اینکه رژیم غذایی مبتنی بر روغن پالم یا افزایش فعالیت ۳ c-Myc که تولید و استفاده از انرژی را تنظیم می‌کند، به حفظ عملکرد سلول‌های ایمنی NK کمک کرد.

لیدی لینچ (Lydia Lynch)، محقق ارشد این مطالعه گفت: مطالعه ما نشان می‌دهد که منبع چربی غذایی، نه خود چربی، عامل اصلی مؤثر بر رشد تومور در موش‌های چاق است. ما دریافتیم که رژیم‌های غذایی پرچرب مشتق شده از چربی خوک، گاو یا کره حیوانی، ایمنی ضد تومور را به خطر می‌اندازند و رشد تومور را در چندین مدل تومور موش‌های چاق تسریع می‌کنند. در عین حال، رژیم‌های غذایی مبتنی بر روغن نارگیل، روغن پالم یا روغن زیتون این اثر را بر موش‌های چاق ندارند. وی افزود: یافته‌های ما پیامدهایی برای پیشگیری از سرطان و مراقبت از افرادی که با چاقی دست و پنجه نرم می‌کنند، دارد.

این مولکول‌ها در سلول‌های CTL باعث اختلال متابولیک عمیق در میتوکندری‌ها شدند و عملکرد ضد توموری آنها را فلج کردند. این

امر همچنین تولید عاملی (IFN-γ) را که در نهایت زرادخانه کشته‌ده سرطان آنها را غیرفعال کرد، مختل کرد.

محققان همچنین سلول‌های NK انسانی را از افراد چاق آزمایش کردند و اختلال عملکرد میتوکندری و ایمنی مشابهی را یافتند که نشان می‌دهد یک محرک مستقیم مرتبط با چربی وجود دارد که بر توانایی سیستم ایمنی در مبارزه با رشد سرطان تأثیر می‌گذارد.

لینچ می‌گوید: این یافته‌ها اهمیت رژیم غذایی را در حفظ سیستم ایمنی سالم برجسته می‌کند. مهمتر از همه، آنها نشان می‌دهند که اصلاح چربی در رژیم غذایی ممکن است نتایج را در افراد چاق تحت درمان سرطان بهبود بخشد و پیشنهاد می‌شود که چنین اقداماتی باید به عنوان یک مداخله غذایی باقوه برای چنین بیمارانی از نظر بالینی ارزیابی شوند. چاقی هنوز هم یک عامل کلیدی در خطر ابتلا به سرطان است، اما این تحقیق نشان می‌دهد که نقش همه چربی‌ها برابر نیست و به نظر می‌رسد رژیم غذایی نقش فعال‌تری نسبت به آنچه قبلاً تصور می‌شد، ایفا می‌کند.

ضرب‌المثل‌های جهان

گربه ای که دستکش دارد

هرگز نمی تواند موش شکار کند

یونانی

غذای بیمارستان‌ها سلامت را تضعیف می‌کند!

کردند و هم در شاخص تغذیه سالم «PHDI» امتیاز ۳۰ تا ۴۴ از ۱۵۰ را کسب کردند.

بیشتر کالری‌ها از غذاهای با منشأ حیوانی مانند گوشت قرمز و لبنیات، غلات تصفیه شده، قندهای افزوده و چربی‌های حیوانی تأمین می‌شد و کمتر از ۲۰ درصد کالری‌ها از غذاهای گیاهی سالم مانند حبوبات، آجیل و سبزیجات تأمین می‌شد.

این مطالعه همچنین کمبودهای تغذیه‌ای را آشکار کرد. میزان مصرف پروتئین در خانه‌های سالمندان کمتر از ۷۳ درصد از مقادیر توصیه شده بود که خطرات از دست دادن عضلات، ضعف و تأخیر در بهبودی را برجسته می‌کند. ریزمغذی‌ها (ویتامین‌های گروه B، ویتامین C، پتاسیم، منیزیم، کلسیم، آهن و روی) به طور بحرانی پایین و کمتر از ۶۷ درصد مقادیر توصیه شده بودند. در حالی که نمک و چربی‌های اشباع شده بسیار زیاد بودند.

از نظر زیست‌محیطی نیز غذاهای با منشأ حیوانی ارائه شده، حدود ۷۵ درصد از تأثیرات زیست‌محیطی را ایجاد می‌کردند، اگرچه آنها فقط حدود ۳۳ درصد از وزن و کالری غذا و حدود ۶۰ درصد از پروتئین را تشکیل می‌دادند.

گوشت به تنهایی مسئول حدود ۳۸ درصد از انتشار گازهای گلخانه‌ای و حدود ۴۵ درصد از تأثیر استفاده از زمین بود. لبنیات دومین عامل بزرگ بود. حبوبات و آجیل که پروتئین‌های پایدارتری هستند، کمتر از یک درصد از کل غذا را از نظر وزن تشکیل می‌دادند.

پنجم از تأمین انرژی در تمام مؤسسات را تشکیل می‌داد که بسیار کمتر از ۸۰ درصد توصیه شده توسط رژیم غذایی سلامت سیاره‌ای است. در عین حال، غلات تصفیه شده بیش از ۲۰ درصد از کالری و گوشت قرمز ۱۰ تا ۱۷ درصد را تشکیل می‌دادند که منجر به کیفیت کلی پایین رژیم غذایی شد. غذاهای با منشأ حیوانی، یعنی گوشت قرمز و لبنیات نیز از عوامل اصلی تأثیرات منفی زیست‌محیطی، از جمله انتشار گازهای گلخانه‌ای، تغییر کاربری زمین و آلودگی آب بودند.

البته این مطالعه محدودیت‌هایی نیز داشت. برای مثال فقط پنج مؤسسه انتخاب شدند که حجم نمونه کمی است و همچنین آنها به صورت تصادفی انتخاب نشده بودند. محققان آنچه مردم واقعاً می‌خورند را اندازه‌گیری نکردند، فقط آنچه برای آنها سرو می‌شد را اندازه‌گیری کردند. آنها همچنین عوامل مهمی مانند روش‌های پخت و پز و تخمین‌های ساده‌شده زیست‌محیطی را حذف کردند (غذاهای ترکیبی بر اساس مواد تشکیل‌دهنده تجزیه شدند، اما ممکن است برخی از تأثیرات فرآوری دست کم گرفته شده باشد). با این وجود، یافته‌های این مطالعه نیاز به تغییر بر برجسته می‌کند.

دکتر ناتالی لمبرشت، اپیدمیولوژیست تغذیه و محقق سیستم‌های غذایی از دانشگاه استنفورد و نویسنده ارشد این مطالعه گفت: ابتکاراتی با هدف احیای اعتبار غذای بیمارستان‌ها انجام شده است. نتایج ما نشان می‌دهد که غذایی که در مراکز درمانی سرو می‌شود، در صورت مصرف طولانی‌مدت، خطری برای سلامتی دارد، زیرا رژیم‌های غذایی ناسالم عامل اصلی بیماری‌های مزمن هستند. این امر به شکل ویژه نگران‌کننده است، زیرا مؤسسات مراقبت‌های بهداشتی باید الگویی برای رژیم‌های غذایی سالم باشند.

وی افزود: علاوه بر این، ما دریافته‌ایم که خدمات غذایی آنها به تخریب محیط زیست و تغییرات اقلیمی کمک می‌کند که این امر نیز سلامت را تهدید می‌کند.

طبق یک مطالعه جدید، غذای بیمارستانی که شهرت بدی پیدا کرده است، واقعا از نظر علمی بد است و می‌تواند سلامت را تضعیف کند. به گزارش وبستا، غذاهای بیمارستانی مدت‌هاست که دستمایه شوخی بوده‌اند، اما تحقیقات جدید نشان می‌دهد که آنها واقعا ممکن است خطری برای سلامتی ایجاد کنند، زیرا رژیم‌های غذایی بی کیفیت در بیمارستان‌ها و خانه‌های سالمندان از استانداردهای اولیه تغذیه‌ای برخوردار نیستند.

هر کسی که در بیمارستان بستری بوده یا در طول وعده‌های غذایی به ملاقات کسی در بیمارستان رفته باشد، می‌تواند گواهی دهد که غذای بیمارستان می‌تواند دل انگیز نباشد. آنچه که اغلب بی‌رنگ و غیر قابل تشخیص است، مدت‌هاست که در مراکز درمانی ارائه می‌شود و شهرت بدی برای خود پیدا کرده است.

تحقیقات جدید توسط موسسه تحقیقات پوتسدام (PIK)، بیمارستان دانشگاهی شاریته(Charité) در برلین و دانشگاه استنفورد، کیفیت غذای سرو شده در بیمارستان‌ها و خانه‌های سالمندان آلمان را بررسی کرده است. محققان به عنوان اولین مطالعه جامع در نوع خود، همچنین ردپای زیست‌محیطی غذای ارائه شده در این موسسات را تجزیه و تحلیل کردند.

دکتر لیزا پورترت، نویسنده مسئول و محقق در PIK و شاریته می‌گوید: ما دریافتیم که وعده‌های غذایی حاوی غذاهای گیاهی سالم بسیار کمی مانند سبزیجات، میوه‌ها، غلات کامل و حبوبات و شامل غلات تصفیه‌شده بسیار زیاد، قندهای افزوده، نمک و چربی‌های اشباع‌شده هستند. این امر منجر به تأمین ناکافی مواد مغذی و کیفیت پایین رژیم غذایی بیمارستانی می‌شود.

محققان برنامه‌ها و دستور العمل‌های غذایی را از دو بیمارستان و سه خانه سالمندان در سراسر آلمان جمع‌آوری کردند. آنها کیفیت غذا را با استفاده از شاخص تغذیه سالم-HEI ۲۰۲۰ (۲۰۲۰-HEI) که میزان مطابقت غذا با دستورالعمل‌های غذایی را ارزیابی می‌کرد و شاخص رژیم غذایی سلامت سیاره‌ای(PHDI) که میزان مطابقت آن با رژیم غذایی که از سلامت انسان و سیاره زمین پشتیبانی می‌کند را اندازه‌گیری می‌کرد، اندازه‌گیری کردند.

محققان همچنین مواد مغذی ارائه شده را با مقادیر غذایی توصیه شده مقایسه کردند. آنها برای اندازه‌گیری تأثیر زیست‌محیطی، تأثیر تهیه غذا را از طریق عواملی مانند استفاده از زمین، انتشار گازهای گلخانه‌ای و مصرف آب بررسی کردند.

شاخص تغذیه سالم(HEI-۲۰۲۰) بر اساس ۱۳ مؤلفه غذایی، امتیازی از ۱۰۰ نمره ارائه می‌دهد که به «کفایت»(مصرف غذاهایی مانند میوه‌ها، سبزیجات، غلات کامل، لبنیات، پروتئین و چربی‌های سالم) و «اعتدال»(محدود کردن مصرف غلات تصفیه‌شده، نمک، چربی‌های اشباع‌شده و قندهای افزوده) طبقه‌بندی می‌شود. هرچه امتیاز بالاتر باشد، با دستورالعمل‌های غذایی همسوز است.

شاخص تغذیه سالم سیاره‌ای(PHDI) نیز در سال ۲۰۱۹ برای همسوزایی بهتر اهداف تغذیه و پایداری معرفی شد. این شاخص از مجموع ۱۵۰ امتیاز و بر اساس ۱۶ مؤلفه غذایی امتیازدهی می‌شود. این مؤلفه‌ها که از توصیه کمیسون غذا، سیاره و سلامت EAT-Lancet گرفته شده‌اند، به مؤلفه‌های کفایت، اعتدال، بهینگی و نسبت طبقه‌بندی می‌شوند. این چارچوب برای تغذیه جمعیت جهانی و در عین حال به حداقل رساندن آسیب‌های زیست‌محیطی طراحی شده است.

مؤسسات مورد بررسی محققان از نظر کیفیت رژیم غذایی، هم در شاخص تغذیه سالم «HEI-۲۰۲۰» امتیاز ۳۹ تا ۵۷ از ۱۰۰ را دریافت

آگهی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای ۴۴۲۹/۰۴۰۰۳۱۱۰۲۴۰۰۴۰۶۶۰ مورخه ۱۴۰۴/۰۳/۲۶ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز ناحیه دو تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم زهره ماندگاری فرزند حسین به شماره شناسنامه ۲۵۰۰۳۳۷۸۲۶ و کدملی ۰۲۳۷۸۲۶۲۵۰۰ در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۵/۲۲۵ مترمربع به پلاک فرعی ۱۳۶۱۴ از ۲۰۶۸ اصلی مفروز و مجزا شده از قسمتی از پلاک ۲۴۶۷ فرعی از ۲۰۶۸ اصلی واقع در بخش چهار شیراز خریداری از مالک رسمی عبدالرحیم حاصلی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضائی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول:۱۴۰۴/۰۵/۱۴	تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۴/۰۵/۲۹	۴۷۳۵۶/۱۹۷۴۷۴۰	۸۹۸م الف
مجتبی فغار – رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز ناحیه ۲			

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۲۹۸۶/۰۳۱۱۰۲۰۰۲۹۸۵ و ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۲۰۰۲۹۸۴ و ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۲۰۰۲۹۸۳ و ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۲۰۰۲۹۷۸ و ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۲۰۰۲۹۷۹ و ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۲۰۰۲۹۷۶ و ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۲۰۰۲۹۸۱ و ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۲۰۰۲۹۸۲ و ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۲۰۰۲۹۷۷ و ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۲۰۰۲۹۷۵ مورخ ۱۴۰۴/۰۴/۰۵ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کازرون تصرفات مالکانه متقاضی مراد قربان پور فرزند مرتضی به شماره شناسنامه ۳۰۱۲۹ کدملی ۲۹۹۵۶۸۳۷۰ صادره از کازرون و آقای بهروز قربانپور فرزند مرتضی شماره شناسنامه ۴۰۲۸۴ کدملی ۲۲۷۷۰۴۲۳۷۰ صادره از کازرون و خانم زهرا قربان پور فرزند مرتضی به شناسنامه ۴۶۶۰۷ کدملی ۰۶۸۵۵۶۴۲۳۷۰ و خانم نیره قربان پور فرزند مرتضی به شناسنامه ۳۰۱۳۰ کدملی ۲۹۹۵۷۶۲۳۷۰ صادره از کازرون و خانم زینب قربان پور فرزند مرتضی به شماره ملی ۲۳۷۱۷۵۹۰۲۳۷۰ صادره از کازرون و آقای ساسان قربان پور فرزند مرتضی به شماره شناسنامه ۴۲۶۱۰ کدملی ۰۴۲۸۵۴۶۲۳۷۰ صادره از کازرون و خانم فیروزه قربان پور فرزند مرتضی به شناسنامه ۴۰۲۸۵ کدملی ۴۰۲۳۸۵۲۳۷۰ صادره از کازرون آقایان نسبت به ۲ سهم مشاع از ۷۷ سهم سهام ششدانگ و خانها ۱ سهم مشاع از ۷۷ سهم سهام ششدانگ و آقای شاکر طالبیان فرزند طالب بشناسنامه ۳۴۶۱۰ کدملی ۳۴۴۶۳۶۲۳۷۰ صادره از کازرون نسبت به ۲۲ سهم مشاع از ۷۷ سهم ششدانگ و خانم سکینه طالبیان به شناسنامه ۲۲۵۸۹ کدملی ۲۲۶۰۳۱۲۵۸۰ صادره از کازرون نسبت به ۱۱ سهم مشاع از ۷۷ سهم ششدانگ و خانم حکیمه طالبیان فرزند غلامرضا به شناسنامه ۲۲۵۹۰ کدملی ۲۲۶۰۴۸۳۷۰ صادره از کازرون نسبت به ۱۱ سهم مشاع از ۷۷ سهم سهام ششدانگ و آقای باقر طالبیان فرزند غلامرضا به شناسنامه ۹۴۳۷ کدملی ۲۲۶۰۴۴۳۵۲۳۷۰ اصلی مفروز و مجزا شده از بلاک ۶۲۳ اصلی قطعه ۲ واقع در بخش هفت فارس کازرون خریداری از مالک رسمی خریداری شده از سهم متقاضیان محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضائی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول:۱۴۰۴/۰۵/۱۴	تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۴/۰۵/۲۹	۴۷۳۶۴/۱۹۷۴۷۳۹	۵۴۹م الف
رضارحبی زاده – مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کازرون			

علمی



صفحه
۶
شماره
۴۲۶۴
سال
سی ام