

طالع سلوع روزنامه	 تاریخ ۲۴
	 تیر ۱۴۰۵
	 چهارشنبه
گوناگون 	 صفحه ۶
	 شماره
	 ۴۵۳۱
	 سال
	 سی و یکم

ضرب‌المثل‌های جهان

آدم پول پیدا می‌کند

پول، آدم را پیدا نمی‌کند

ایرانی

نیم قرن فعالیت پخت نان قندی (نان یوخه) در کازرون



نمی‌تواندجایگاه آن را فرو بریزد و روزبه روز به تعداد مشتری‌هایش افزوده می‌شود.

وی به سفارش مشتری‌هایش درسراسر استان اشاره کردودامه داد: علاوه برمشرتی های همین شهرستان بگذرهای دیگر ازجمله شیراز، داراب، فسا، مرودشت ونورآباد و...برای خرید نان یوخه بصورت روزانه ویاهفتگی سفارش می‌گیرم.

وی درپایان درپاسخ به سؤال خبرنگار ما ازاینکه باتوجه به قدمت نیم قرن در پخت نان قندی (یوخه) بصورت سنتی وکیفیت بالای آن که در این شهرستان زیانزد است آیا تاکنون از مسئولان انتظارحمایت داشته‌اید و یا مسئولی از مغازه شما سر کشی داشته؟ گفت: درطول این مدت که دراین شغل مشغول هستم رنگ و رخ هیچ مسئولی را نه برای سرکشی ونه برای حمایت ندیده‌ام ونبده هم هیچ توقعی هم ازآنان ندارم درصورتی که نان یوخه بنده بهترین سوغاتی این شهرستان بحساب می‌آید.

خطرات پنهان مسمومیت با فلزات سنگین در محصولات آرایشی و بهداشتی سنتی

به‌صورت تدریجی و بدون علامت واضح بروز می‌کند، اظهار کرد: این مواد می‌توانند در اثر مصرف مکرر از طریق پوست یا مخاط جذب شده و به مرور زمان در بدن تجمع یابند؛ موضوعی که خطر بروز عوارض مزمن را افزایش می‌دهد.

این عضو هیأت علمی دانشکده داروسازی شیراز، نبود برچسب استاندارد و مجوزهای بهداشتی معتبر در برخی محصولات سنتی را از مهم‌ترین عوامل افزایش خطر برای مصرف‌کنندگان دانست و تصریح کرد: طبیعی یا معدنی بودن یک ماده، به‌تنهایی نشان‌دهنده ایمن بودن آن نیست و بسیاری از فلزات سنگین نیز منشأ طبیعی دارند. وی با اشاره به نقش داروسازان در ارتقای آگاهی عمومی، افزود: آموزش مبتنی بر شواهد

و آگاهی‌بخشی درباره انتخاب محصولات دارای مجوز، می‌تواند نقش مؤثری در پیشگیری از مصرف فرآورده‌های پرخطر داشته باشد و در صورت مشاهده علائم مشکوک به مسمومیت مزمن، مراجعه به پزشک برای بررسی‌های تخصصی ضروری است. دکتر راشدی‌نیا در پایان تأکید کرد: استفاده از محصولات آرایشی و بهداشتی دارای مجوز و استاندارد، مهم‌ترین راهکار برای کاهش خطر مواجهه با فلزات سنگین است و لازم است باور نادرست «طبیعی بودن مساوی بی‌خطر بودن است» با نگاه علمی و آگاهانه جایگزین شود.

تغییر تصور دانشمندان از سازمان‌دهی مغز نایبانیان



اجرای این مطالعه از نظر سازمان‌دهی نیز بسیار گسترده بود، زیرا لازم بود شرکت‌کنندگان نابینا از سراسر لهستان جذب و هماهنگ شوند. در مجموع، ۲۴ فرد نابینای مادرزادی برای انجام تصویربرداری‌های عصبی به لایپزیگ سفر کردند. همچنین ۲۴ فرد بینا که از نظر سن و جنس با گروه نابینا همسان‌سازی شده بودند، در این پژوهش شرکت کردند. همانند مطالعات پیشین، مشاهده شد که قشر بینایی در افراد نابینا ضخیم‌تر به نظر می‌رسد. اما نکته مهم این بود که میزان میلینه‌شدن در قشر بینایی افراد نابینای مادرزادی کمتر است و همین موضوع می‌تواند علت ضخیم‌تر دیده شدن این ناحیه باشد. شواهد روشنی مبنی بر تغییر در فرایند هرس عصبی پیدا نشد. هرچند نمی‌توان نقش آن را کاملاً رد کرد. نتایج نشان می‌دهد کاهش میلینه شدن عامل اصلی تفاوت‌های ساختاری مشاهده شده در مغز افراد نابینا است.

کاهش مقدار میلین می‌تواند بر نحوه دیده شدن مرز بین ماده خاکستری و ماده سفید در تصاویر ام‌آر‌آی نیز اثر بگذارد و در نتیجه باعث شود قشر مغز در این تصاویر ضخیم‌تر به نظر برسد.

تحلیل‌های بیشتر نشان داد این تغییرات تنها به قشر بینایی محدود نیست و به ماده سفید مغز که وظیفه انتقال اطلاعات میان نواحی مختلف مغز را بر عهده دارد، نیز گسترش می‌یابد.

در مقابل، پژوهشگران تفاوت مشابهی را در نواحی مرتبط با شنوایی یا لامسه مشاهده نکردند. این یافته نشان می‌دهد تغییرات توصیف‌شده به طور مستقیم با نبود تجربه بینایی مرتبط هستند.

محمدحسین هاشمی کشکولی: حاج ابراهیم پاکدامن ازچهره های ماندگار باسابقه بیش از نیم قرن در پخت نان قندی (نان یوخه) درشهر کازرون بانام نان قندی ولی عصر (عج) فعالیت دارد.

وی در گفت و گویی با اشاره به سالروز تولد و محل تولد خود اظهار کرد: درسال ۱۳۲۵ در شهرستان فسا دیده به جهان گشودم و پس از گذشت سال ها در دوران جوانی بدنبال کار و کوشش بودم تا بتوانم کمک حال گوشه‌ای از نیازهای خود و خانواده مان باشم.

وی گفت: به هردری می‌زدم وبه دنبال کارمی گشتم، به نتیجه نرسیدم، تااینکه به شیراز رفتم ودر خیابان داریوش شیرازدر نانوالی پخت نان قندی (یوخه) ابتدا بصورت مجانی مشغول بکارشدم ومدتها مجانی کارکردم وسیی کردم دراین کارخبره شوم.

آقای پاکدامن به مسافرت خود به کازرون وماندگارشدن خودش در این شهر اشاره کرد و گفت: بخاطر اینکه با حاج محمود توانگر نسبت فامیلی داشتم باعث شد با حمایت ایشان به این شهر سفر کنم و ابتدا درچندجا در شیرینی پزی مشغول بکار شدم تا اینکه در سال ۱۳۴۸ این مغازه کوچک را خریدم و با نصب کوره وغیره به فعالیت در پخت نان قندی مشغول شدم والان بیش ازنیم قرن هست که به کسب روزی حلال در پخت نان قندی (یوخه) باطرحی زیبا ومشرتی پسند مشغول بکارهستم.

وی افزود: درطول این مدت توانستم به بیش ازدهها نفرآموزش دهم که الحمدالله آنهایی که علاقه مندبه این کاربودنددراین شهروشهرهای دیگر مشغول به کارند.

آقای پاکدامن درپاسخ به سؤال خبرنگار ما مبنی براینکه باتوجه به پیشرفت تکنواژوی ودستگاه های پخت نان یوخه بصورت ماشینی چرا شما هنوز بصورت سنتی کارمی کنیداظهارکرد: کاریوخه پزی بصورت سنتی مثل نان سنگگ که صدها سال هم بگذرد نان‌های ماشینی

عضو هیأت علمی دانشکده داروسازی دانشگاه علوم پزشکی شیراز با اشاره به احتمال وجود فلزات سنگین در برخی محصولات آرایشی و بهداشتی سنتی، تأکید کرد: طبیعی بودن یک فرآورده، تضمینی برای ایمنی آن نیست و مصرف محصولات فاقد مجوز می‌تواند سلامت افراد را در معرض خطر قرار دهد. به گزارش روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز و به نقل از وبدا، دکتر مرضیه راشدی‌نیا متخصص سمن‌شناسی و عضو هیأت علمی دانشکده داروسازی دانشگاه علوم پزشکی شیراز، با بیان اینکه بسیاری از افراد محصولات سنتی را به دلیل منشأ طبیعی آن‌ها بی‌خطر می‌دانند، گفت: برخی فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی سنتی ممکن است حاوی فلزات سنگینی مانند سرب، جیوه، آرسنیک و کادمیوم باشند که مصرف مداوم آن‌ها می‌تواند در بلندمدت سلامت افراد را تهدید کند.

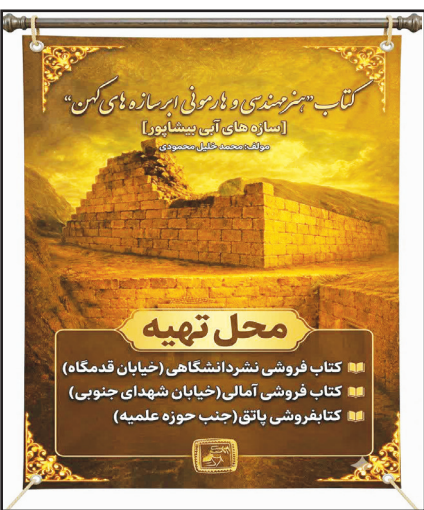
وی با اشاره به برخی از این فرآورده‌ها افزود: سرمه‌های سنتی، برخی رنگ‌های موی گیاهی، تاتوهای گیاهی، پودرهای سنتی مورد استفاده برای پوست و برخی کرم‌های روشن‌کننده فاقد مجوز، از جمله محصولاتی هستند که در صورت تولید غیراستاندارد یا استفاده از مواد اولیه نامناسب، احتمال آلودگی آن‌ها به فلزات سنگین وجود دارد. دکتر راشدی‌نیا با تأکید بر اینکه مسمومیت ناشی از فلزات سنگین معمولاً

بی‌حاشی باشد که مصرف مداوم آن‌ها می‌تواند در بلندمدت سلامت افراد را تهدید کند.

وی با اشاره به برخی از این فرآورده‌ها افزود: سرمه‌های سنتی، برخی رنگ‌های موی گیاهی، تاتوهای گیاهی، پودرهای سنتی مورد استفاده برای پوست و برخی کرم‌های روشن‌کننده فاقد مجوز، از جمله محصولاتی هستند که در صورت تولید غیراستاندارد یا استفاده از مواد اولیه نامناسب، احتمال آلودگی آن‌ها به فلزات سنگین وجود دارد.

دکتر راشدی‌نیا با تأکید بر اینکه مسمومیت ناشی از فلزات سنگین معمولاً

معرفی کتاب: هنر مهندسی و هارمونی ابرساز‌های کهن



سندرم ترک ناگهانی داروهایی که بیماران آن‌ها را «بی‌خطر» می‌پندارند



در مصرف مداوم، بلکه در قطع ناگهانی و بدون برنامه آن نهفته است. نقش داروساز در این زمینه، شناسایی بیماری‌ای است که مصرف طولانی‌مدت این دسته داروها را دارند و ارائه آموزش پیشینی درباره ضرورت قطع تدریجی به‌جای توقف ناگهانی. تنظیم برنامه کاهش پلکانی دوز، تحت نظارت تیم درمان، می‌تواند از بروز علائم برگشتی یا سندرم ترک جلوگیری کند و از مصرف بی‌رویه و طولانی‌تر از حد نیاز پیشگیری نماید. این مداخله ساده اما مؤثر، یکی از حوزه‌هایی است که دانش تخصصی داروساز می‌تواند تفاوت محسوسی در کیفیت مراقبت از بیمار ایجاد کند.

در نهایت، آگاهی از این پدیده نه‌تنها بیمار را از تجربه ناخوشایند و غیرضروری بازگشت علائم مصون نگه می‌دارد، بلکه از سوءتفاهم بالینی و ادامه بی‌دلیل درمان نیز جلوگیری می‌کند. مشاوره دارویی دقیق در لحظه تجویز و در طول درمان، پلی است میان مصرف ایمن دارو و پرهیز از پیامدهای ناخواسته قطع ناگهانی آن.

معاون بهداشت وزارت بهداشت:

مراجعه کمتر مردان به مراکز سلامت، مهم‌ترین چالش حوزه سلامت مردان است

دومین علت مرگ در کشور است، گفت: بخش زیادی از قربانیان این حوادث را مردان تشکیل می‌دهند و این موضوع ضرورت توجه بیشتر به سلامت این گروه را نشان می‌دهد.

معاون بهداشت وزارت بهداشت همچنین مصرف دخانیات را یکی از مهم‌ترین عوامل خطر ابتلا به سرطان‌ها، بیماری‌های قلبی و بیماری‌های مزمن تنفسی عنوان کرد و خواستار اجرای جدی‌تر سیاست‌های کنترل مصرف دخانیات، به‌ویژه در میان نوجوانان و جوانان شد.

تغییر شیوه ارائه خدمات، مراجعه مردان را افزایش می‌دهد دکتر رئیس با اشاره به افزایش استقبال مردان از خدمات مشاوره سلامت روان طی سال‌های اخیر اظهار داشت: تجربه خدمات تلفنی و غیرحضوری نشان می‌دهد اگر شیوه

ارائه خدمات متناسب با شرایط و نیاز مردان تغییر کند، میزان مراجعه آنان نیز افزایش خواهد یافت.

وی استفاده از فناوری‌های نوین، خدمات آنلاین و ظرفیت هوش مصنوعی را از راهکارهای مؤثر برای توسعه خدمات سلامت مردان برشمرد.

کاهش نرخ باروری و سالمندی جمعیت از دغدغه‌های جدی کشور است

معاون بهداشت وزارت بهداشت در بخش دیگری از سخنان خود با اشاره به روند سالمندی جمعیت کشور گفت: کاهش نرخ باروری، افزایش

سن ازدواج و طولانی شدن فاصله ازدواج تا تولد نخستین فرزند، از مهم‌ترین عوامل کاهش جمعیت جوان کشور است و ادامه این روند می‌تواند پیامدهای گسترده‌ای برای نظام سلامت و توسعه کشور به همراه داشته باشد.

وی تأکید کرد: سیاست‌های جمعیتی باید با رویکردی علمی و حمایت از تشکیل خانواده و فرزندآوری دنبال شود.

پیشگیری، کلید حفظ سلامت مردان

دکتر رئیس با تأکید بر اهمیت فرهنگ‌سازی در زمینه خودمراقبتی گفت: انجام معاینات دوره‌ای، ترک دخانیات، فعالیت بدنی منظم، تغذیه سالم و مراجعه به‌موقع به مراکز سلامت، مهم‌ترین راهکارهای حفظ سلامت مردان و کاهش بار بیماری‌های غیرواگیر در کشور است.



بیشاپور، تنها یک شهر تاریخی نیست؛ بلکه کلاس درسی بزرگ از نبوغ مهندسان ایرانی در دوران ساسانی است. در طول سال‌ها پژوهش در این شهر، همیشه به دنبال پاسخ این پرسش بودم که نیاکان ما چگونه با دانش آن زمان، سازه‌های آبی عظیم و بی‌نقصی را طراحی کرده‌اند که قرن‌ها استوار مانده‌اند.

حاصل این سال‌ها جست‌وجو و تلاش در کتاب هنر مهندسی و هارمونی ابرساز‌های کهن (سازه‌های آبی بیشاپور) گردآوری شده است. این اثر نتیجه یک همکاری علمی صمیمانه با اساتید برجسته‌ای از ایران و دانشگاه‌های معتبری چون ساینزرای ایتالیا و دانشگاه علم و صنعت ایران است.

در این کتاب تلاش کرده‌ام با زبانی علمی اما روشن، پرده از رازهای مهندسی این سازه‌ها بردارم. برای مستندسازی دقیق یافته‌ها، از نقشه‌های میدانی، تحلیل‌های علمی و حتی بازسازی‌های رایانه‌ای کمک گرفته‌ام تا شما بتوانید در هر صفحه، نبوغ مهندسی ایران باستان را به چشم ببینید. انتشارات آبتوس نیز این اثر را با کیفیت نفیس (چاپ رنگی و جلد گالینگور) به چاپ رسانده است تا یادگاری ارزشمند برای علاقه‌مندان به تاریخ و مهندسی این سرزمین باشد. این کتاب تنها گزارشی از گذشته نیست؛ تلاشی است برای پاسداشت دانش بومی‌مان و پیوندی میان تجربه گذشتگان و نگاه نسل امروز.

امیدوارم مطالعه این اثر، برای شما نیز الهام‌بخش باشد.

بسیاری از بیماران بر این باورند که چون داروهایی مانند مهارکننده‌های پمپ پروتون (PPI) که ترشح اسید معده را کم می‌کنند بدون نسخه در دسترس‌اند یا برای مدت طولانی مصرف شده‌اند، قطع ناگهانی آن‌ها فاقد پیامد است.

به گزارش روابط عمومی دانشکده داروسازی دانشگاه علوم پزشکی شیراز و به نقل از وبدا، این تصور، در حالی که از منظر داروسازی بالینی می‌تواند ناقص و در برخی موارد گمراه‌کننده باشد، زیرا بدن در پاسخ به مصرف مزمن برخی داروها، مکانیسم‌های تطبیقی فیزیولوژیک ایجاد می‌کند که قطع ناگهانی دارو، این تعادل را برهم می‌زند و منجر به بروز علائمی می‌شود که گاه شدیدتر از مشکل اولیه تلقی می‌شود. در مورد PPIها، مصرف طولانی‌مدت موجب کاهش پایداری ترشح اسید معده و به‌دنبال آن، افزایش جبرانی سطح گاسترین در خون می‌شود. با قطع ناگهانی دارو، این گاسترین بالا برای مدتی باقی می‌ماند و محرک تولید بیش‌ازحد اسید معده می‌گردد؛ پدیده‌ای که با عنوان «افزایش برگشتی ترشح اسید» شناخته می‌شود.

نتیجه آن، بازگشت یا حتی تشدید علائمی مانند سوزش سردل و نارسایی گوارشی است که بیمار آن را عود بیماری اولیه تصور می‌کند و اغلب به مصرف خودسرانه مجدد دارو یا افزایش دوز روی می‌آورد، بدون آنکه از ماهیت گذرا و قابل مدیریت این پدیده آگاه باشد.

این الگو، اختصاصی به PPIها نیست. کورتیکواستروئیدهای خوراکی مصرف‌شده در دوره‌های طولانی، بتابلاکرها، برخی داروهای ضداضطراب و آرام‌بخش، و حتی برخی مسکن‌های اپیوئیدی نیز در صورت قطع ناگهانی، می‌توانند طیفی از واکنش‌های ترک را از خفیف تا شدید ایجاد کنند.

آنچه این داروها را در ذهن عموم «بی‌خطر» جلوه می‌دهد، غالباً در دسترس‌بودن آسان، نبود نیاز به نسخه در برخی موارد، یا سابقه مصرف طولانی بدون بروز عارضه محسوس است؛ در حالی که خطر واقعی، نه

معاون بهداشت وزارت بهداشت با اشاره به پایین بودن میزان مراجعه مردان به مراکز ارائه خدمات سلامت، این موضوع را مهم‌ترین چالش حوزه سلامت مردان دانست و تأکید کرد: بسیاری از بیماری‌های شایع در مردان با انجام مراقبت‌های پیشگیرانه و مراجعه به‌موقع قابل پیشگیری یا درمان هستند.

به گزارش روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز به نقل از وبدا، دکتر علیرضا رئیس در هشتمین کنگره بین‌المللی سلامت مردان که در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی برگزار شد، با قدردانی از برگزارکنندگان این کنگره، نقش این رویداد علمی را در ارتقای سلامت مردان و توسعه برنامه‌های پیشگیرانه کشور مهم ارزیابی کرد.

وی با بیان اینکه سلامت مردان بر سلامت خانواده و جامعه تأثیر مستقیم دارد، گفت: مردان به دلیل اشتغال در مشاغل سخت، قرار گرفتن بیشتر در معرض حوادث و بی‌توجهی به انجام مراقبت‌های دوره‌ای، بیش از سایر گروه‌ها در معرض بیماری‌ها و مرگ‌های زودرس قرار دارند. **مردان کمتر از زنان از خدمات سلامت استفاده می‌کنند**

معاون بهداشت وزارت بهداشت با اشاره به فعالیت بیش از ۳۵ هزار مرکز خدمات جامع سلامت در کشور اظهار داشت: مهم‌ترین چالش حوزه سلامت مردان، مراجعه کمتر آنان به مراکز بهداشتی برای دریافت خدمات پیشگیرانه است. بسیاری از مردان تصور می‌کنند تا زمانی که علامتی از بیماری نداشته باشند، نیازی به مراجعه ندارند، در حالی که این تصور نادرست است و موجب تشخیص دیرهنگام بیماری‌ها می‌شود.

دکتر رئیس افزود: آمارها نشان می‌دهد امید به زندگی مردان کمتر از زنان است و بخش قابل توجهی از این اختلاف به سبک زندگی، حوادث، مصرف دخانیات و مراجعه دیرهنگام برای دریافت خدمات سلامت بازمی‌گردد.

حوادث رانندگی و دخانیات از مهم‌ترین تهدیدهای سلامت مردان

وی با بیان اینکه حوادث رانندگی پس از بیماری‌های قلبی و عروقی