

عضو کمیته ملی مبارزه با کرونا هشدار داد:

«ابتلای خانوادگی به کرونا» در پی بی توجهی به هشدارهای بهداشتی

عضو کمیته ملی مبارزه با کرونا گفت: در مکان‌هایی که فضای بسته باشد و تعداد زیادی افراد حتی با ماسک حضور داشته باشند، باز هم خطر ابتلا به کرونا به شدت وجود دارد.



متبلایان بیشتر شده است، خیلی از متبلایان بدون علائم و کم علامت هستند. اما در برخی موارد نیز بیماران با علامت شدید وجود دارند و بیماری در آنها کشنده است، بنابراین نمی‌توانیم بگوییم که بیماری ضعیف‌تر شده است. عضو کمیته ملی مبارزه با کرونا تصریح کرد: این ویروس است که در حال حاضر باعث بیماری در افراد می‌شود، همان ویروس است اما با توجه به دلایلی که گفتم تعداد بیشتری را نیز مبتلا می‌کند.

بیماری کووید ۱۹ موثر است، در دنیا نداریم معطالات اولیه روی یک سری از داروها نشان داده است که می‌تواند موثر باشد، اما به صورت صد درصد نیست و هنوز هیچ دارویی برای درمان این بیماری در دنیا نداریم؛ بنابراین بهترین راه برای جلوگیری از ابتلا به این بیماری پیشگیری است. وی در پاسخ به این سوال که آیا در حال حاضر شدت بیماری نسبت به اسفند و فروردین ماه بیشتر شده است، گفت: در حال حاضر تعداد

چین امید می‌شد تکیه آنها بر مشکلات ریزی بود، اما بعد که به صورت پاندمی دنیا را گرفتار کرد، دیدیم که علائم پوستی، گوارشی و ... در بیماران دیده می‌شود و این به دلیل تغییر ماهیت ویروس نیست، بلکه به دلیل این است که هر چه تعداد افراد مبتلا بیشتر باشد، اشکال مختلف بالینی را در بیماران بیشتری می‌بینیم. محرز درباره داروی بیماری کرونا گفت: در حال حاضر هیچ دارویی که بتوانیم بگوییم برای

مراحل تشخیص و درمان کبد چرب

سایر مواد غذایی که در تهیه آن‌ها از شکر استفاده شده است پر هیزم می‌شوند، اما در برخی موارد نیز بیماری کبد چرب تشدید شود. همچنین غذاهای فریز شده، زودپز شده، تری‌ش جات، رب، غذاهای شور، چای پر رنگ، ادویه جات تیار شد، قست فودها، شیرینی جات، پنک، چیپس، شکلات، بیسکویت، سرخ کردن‌ها و نوشابه‌های گازدار به خصوص اسکال می‌توانند وضعیت کبد چرب را وخیم تر کنند. اولیایی تصریح کرد: بهترین میان وعده برای افراد مبتلا به کبد چرب، مصرف میوه است. البته باید در مصرف میوه هم جانب تعادل را رعایت کرد؛ چرا که میوه‌ها حاوی قند هستند و مصرف افزایش آنها می‌تواند وضعیت کبد چرب را بدتر کند. از جمله مواد خوراکی که برای کبد چرب مناسب هستند، می‌توان به میوه‌هایی مانند چای سبز، آبله زغال اخته، شاتوت، توت فرنگی، تمشک، پرتغال، گریپ فروت، سیب، گلابی، زنجبیل زرد چوبه، لیموترش (یک لیموترش در یک لیوان ولرم به صورت ناشتا) اشاره کرد. همچنین عرقیات مانند کاسنی، شاتره و خارشتر می‌توانند برای پیشگیری و درمان کبد چرب بسیار مفید باشند. از مهم ترین گیاهان دارویی موثر برای پیشگیری و درمان این بیماری، می‌توان به خار مریم و ماده سیلیلمارین اشاره کرد که نقش مهمی در حفاظت از کبد دارند. اولیایی در پایان تصریح کرد: ورزش یکی از ضروریات برای افراد مبتلا به کبد چرب محسوب می‌شود. فعالیت ورزشی باید به طور منظم و مستمر باشد. باید به این نکته توجه داشت در شروع فعالیت نباید فشار زیادی به بدن وارد شود و به تدریج باید شدت مدت آن اضافه شود.

گروه تغذیه و سلامت - یک متخصص تغذیه گفت: به طور معمول در مراحل اولیه‌ی بیماری کبد چرب، علائمی را در افراد مبتلا مشاهده نمی‌کنیم اما به مرور زمان علائم‌های عمومی بیماری نمایان می‌شود. شهاب اولیایی رژیم شناس و متخصص تغذیه گفت: در واقع به تجمع چربی در سلول‌های کبدی، کبد چرب گفته می‌شود. شرایطی که به جای سلول‌های واقتی کبد، چربی قرار می‌گیرد و به مرور زمان باعث اختلال در عملکرد کبد می‌شود. افراد مبتلا به این بیماری با دو نوع اصلی کبد چرب یعنی الکلی و غیر الکلی رو به رو هستند که هر کدام با روش‌های مختلفی باعث تجمع چربی در سلول‌های کبدی می‌شوند. این رژیم شناس و متخصص تغذیه مطرح کرد: کبد چرب معمولاً بدون علامت است، به خصوص در مراحل اولیه‌ی این بیماری. علائمی را در افراد مبتلا مشاهده نمی‌کنیم، اما به مرور زمان اختلال در عملکرد کبد شروع شده و علائم‌های عمومی بیماری نمایان می‌شود. در واقع خستگی، بی‌قراری، حساسیت غیرطبیعی یا درد حساس به لمس یا فشار در سمت راست شکم، بزرگی کبد، بی‌اشتهایی، ضعف مفرط، تهوع، کاهش وزن، کاهش تمرکز، تیرگی پوست (مخصوصاً در ناحیه گردن و زیر بغل) و همچنین وجود ضایعات پوستی تیره رنگ می‌تواند از علائم‌های کبد چرب باشد. اولیایی در ادامه افزود: به طور معمول بیماری کبد چرب در معاینات و آزمایشات خون که شامل تست‌های عملکرد کبد هستند تشخیص داده می‌شود و در مراحل بعدی تصویر برداری‌هایی مانند سونوگرافی، سی‌تی اسکن و ام‌آر‌آی برای تشخیص کبد چرب استفاده می‌شود.

تابستان، صندل نپوشید

در خصوص نپوشیدن صندل در فصل تابستان به این معنی نیست که در هیچ شرایطی از صندل نمی‌توان استفاده کرد و باید آن‌ها را دور بیندازید؛ بلکه می‌توان هنگام قدم زدن در کنار ساحل و در زمان رفتن کنار استخر، در محل و مسافت‌های کوتاه از صندل استفاده کرد.



صندل‌ها فشار زیادی به تاندون‌ها وارد می‌کنند، پوشیدن صندل احتمال بروز تاندونیت یا همان التهاب تاندون همراه با پارگی های میکروسکوپی را افزایش می‌دهد. صندل‌ها باعث کشیدگی بیش از حد عضلات می‌شوند؛ استفاده از صندل باعث احساس درد در ناحیه پشت ساق پا می‌شود. صندل‌ها باعث تغییر در راه رفتن و کوتاه تر شدن گام‌ها می‌شوند. همین موضوع باعث بروز کمردرد، درد مفاصل پا، لگن و ران‌ها می‌شود. پوشیدن صندل برای خانم‌های باردار، مبتلایان به دیابت، هنگام ورزش و پیاده روی‌های طولانی و افراد مستین ممنوع است. صندل البته با توجه به مطالب گفته شده

گروه تغذیه و سلامت - پوشیدن کفش مناسب در فصل تابستان همچون لباس برای محافظت از پاها که به عنوان قلب دوم شناخته شده است، اهمیت دارد. با شروع فصل تابستان و گرمای شدید، نوع پوشش افراد مطابق با این فصل تغییر می‌کند و تلاش می‌کنند تا گرما را برای خود قابل تحمل‌تر کنند. در این میان انتخاب کفش مناسب به دلیل اهمیت پا به عنوان قلب دوم انسان بسیار مهم است. بنابراین در انتخاب کفش نباید فقط زیبایی ظاهری کفش اهمیت داد؛ زیرا زیبایی کفش دلیل بر استاندارد بودن و مرغوبیت آن کفش نیست. باید به این نکته توجه داشت که پوشیدن صندل برای خانم‌های باردار، افراد دیابتی، افراد مسن و کسانی که پیاده‌روی طولانی می‌کنند، توصیه نمی‌شود. بسیاری از افراد در فصل تابستان نسبت به انتخاب کفش مناسب برای محافظت از پا به عنوان قلب دوم انسان کمتر توجه می‌کنند. باید بدانید بر خلاف تصور موجود، صندل در تابستان توصیه نمی‌شود؛ زیرا به دلیل باز بودن آن نوع کفش، از پاها هیچ محافظتی نمی‌شود. همچنین اکثر صندل‌ها کفی نازکی دارند و به همین دلیل می‌تواند باعث انتقال ضربه موقع راه رفتن از کف پا به زانو شوند و

د که مطبوعات

اقتصاد کیش

مدیر عامل محترم جامعه بازرگان و بازرگانان کیش

هر روزگان در وضعیت فریضه یا هشدار؟!؟

کتاب آقای اقتصاد

بهداشت و درمان نیازمند باری خیران

کتاب آقای اقتصاد

بهداشت و درمان نیازمند باری خیران

آرامش

کتاب آقای اقتصاد

آرامش

رونمایی از قانون مالیات خانه‌های خالی

کتاب آقای اقتصاد

رونمایی از قانون مالیات خانه‌های خالی

آفتاب

کتاب آقای اقتصاد

آفتاب

مراقب بازیگران جدید بورس باشید

کتاب آقای اقتصاد

مراقب بازیگران جدید بورس باشید

دمنوش‌هایی که در کنار فوائد درمانی باعث بروز مشکلاتی می‌شوند

دمنوش‌هایی مانند به، لیمو، بهار نارنج، به، چای ترش، چای کوهی، رازنام، زعفران، دارچین و ... از جمله دمنوش‌های شادابی و آروم‌ساز هستند و قبل خواب، باعث آرامش افراد می‌شود که نباید از مصرف آن‌ها غافل شوید. **تأثیر مصرف قهوه بر کاهش احتمال ابتلا به بیماری‌های قلبی** شایع‌ترین دمنوش که با نوشیدن بیش از اندازه قهوه در طول روز باعث آسیب به سیستم ایمنی بدن و سلامت جسمانی خودتان می‌شود. قهوه یک نوشیدنی پرطرفدار در میان افراد است که نوشیدن بیش از ۴ فنجان آن در طول روز برای سیستم ایمنی بدن خطرناک خواهد بود. البته قهوه اسپرسو، حاوی کافئین زیادی نیست و برای مصرف می‌تواند مناسب باشد. اما زیاده روی در مصرف آن به هیچ عنوان جایز نیست. بدترین زمان نوشیدن قهوه قبل از خواب است که باعث بیدار ماندن طولانی مدت خواهد شد. همچنین متخصصان تغذیه و رژیم درمانی به هیچ عنوان مصرف این نوشیدنی پس از ظهر را در دوران بارداری توصیه نمی‌کنند. قهوه‌ای که بدون اضافه کردن شیر و شکر مصرف می‌شود با عنوان قهوه تلخ شناخته شده است که طبق تحقیقات علمی نوشیدن آن باعث تقویت سیستم ایمنی بدن و پیشگیری از مشکلات گوناگون خواهد شد. متخصصان

مدعی هستند که منیزیم موجود در قهوه مقدار زیادی آهن، فیر، منیزیم، کلسیم، آنتی اکسیدان و ویتامین A است. دمنوش زیره دارای خواص فراوانی برای بدن از قبیل کاهش وزن، تقویت سیستم ایمنی، کاهش وزن، سلامت پوست، ضد استرس و ضد افسردگی، تقویت حافظه، درمان اختلالات تنفسی، درمان بی‌خوابی، پیشگیری از ابتلا به دیابت، ضد ویروس و ضد باکتری، پیشگیری از ابتلا به سرطان، بهبود کنترل خون، تقویت استخوان‌ها، افزایش ادرار و سم زدایی می‌شود. **خواص و مضرات دمنوش گل کاوزبان را بشناسید** گل کاوزبان دارای طبع گرم و تر بوده و بعد از شام به عنوان یک نوشیدنی خوش مزه کاربرد دارد. این نوشیدنی به شدت آرامش بخش است و برای کاهش استرس و اضطراب توصیه می‌شود. در موارد دیگر این گیاه می‌توان به افزایش شادی و نشاط، بهبود تپ‌های سریع و آبله مرغان، درمان بیماری‌های دهان یا افت‌دهانی، بهبود مسگ کلیه، دفع سنگ مثانه، درمان جوش بهبود سرماخوردگی و ... اشاره کرد. متخصصان عقیده دارند که مصرف بیش از حد گل کاوزبان برای همه گروه‌های سنی و جنسیتی، زنان باردار و شیرده توصیه نمی‌شود و استفاده بیش از حد آن منجر به بروز سم کبدی خواهد شد.

استفاده زیاد از رنگ مو چه عوارضی دارد؟

برای شوره سر است که باعث گرم کردن مغز، کاهش حافظه و افزایش نور چشم می‌شود. همچنین برای چربی کف سر توصیه می‌شود افراد را پایه رنگ کردن موهای خود قرار دهند. اگر حتماً راه مدت ۵ دقیقه بچوشانیم در کنار حفظ خواص آن باعث کمتر شدن رنگ دهی خواهد شد. از فواید درمانی حنا می‌توان به درمان سردرد و میگرن، درد مفاصل، خونی، دفع سموم قوی، تنظیم فشار خون، رفع بو بدن، رفع پشه دندان، درمان جوش‌های دهان، درمان کچلی، رفع مشکلات پوستی، رشد ناخن، درمان گرفتگی، تسکین درد اعصاب و

اختلالات هورمونی رنگ موهای شیمیایی و دکلمر در حال انجام است. استفاده کمتر از رنگ موها باعث جلوگیری از ضربه به بافت مغز خواهد شد. **عواقب استفاده زیاد از رنگ‌های شیمیایی** رنگ موهای گیاهی پیچیده بوده و ثبات کمتری دارند که افراد در صورت علاقه می‌توانند از عطرهای قدیمی و بسا تجربه آنها را خریداری کرده و سپس استفاده کنند. البته باید به نسبت متعادل و بسیار کم آنها را مصرف کرد. استفاده مکرر از رنگ‌های شیمیایی می‌تواند باعث ایجاد حساسیت، خشک‌شدن موها، تحریک پذیر شدن موها، سرطان، راش یا ضایعات داخلی، جذب بافت پوست شده و به مغز که اولین عضو ریه بدن است نفوذ می‌کند. و به این صورت تأثیرات مخربی بر مغز خواهد گذاشت. تحقیقات جدید در زمینه سرطان زا بودن، اثرباث ناسمان هورمونی



کیش نوش

تولید و توزیع آب معدنی در سراسر جزیره ۵، تحویل در محل

۴۴۴۷۳۴۲۲ - ۴۴۴۷۳۴۲۱