

کاهش تلفات کرونا در گرو همت جمعی

■ ویروس کرونا دور خیز خود برای خیز پنجم را از ابتدای تیر ماه از جنوب به مرکز کشور آغاز کرد و اکنون میزان مرگ و میر بیماران کرونایی از مرز ۵۵۰ نفر در روز گذشت در حالی که کاهش تلفات کرونا همیاری مردم را می طلبد.



ادامه رکوردهای پیاپی کرونا در بیک پنجم جهش دلنا با درصد سرایت پذیری بالا به تهدید تازه های بدل شده و این بیماری با جهش مکرر تهاجمی تر شده و انتقال پذیری اش افزایش می یابد، مردم اگر رعایت پروتکل های بهداشتی را نادیده بگیرند آمار مرگ و میر بالاتر می رود.

سیاه دانه به درمان کووید ۱۹ کمک می کند

بستری در بیمارستان تاثیر می گذارد، متوقف کند.» به گفته محققان، تیموکینون می تواند بلا جدای جلوگیری از آزاد شدن مواد شیمیایی پیش التهابی مانند ایترلوکین ها، سیستم ایمنی بدن را به خوبی کنترل کند. این نتایج نشان می دهد تیموکینون می تواند نقش بالقوه ای برای درمان بیماری های آلرژیک مانند آسم، گرمه، بیماری های آرتریک از جمله روماتیسم و آرترروز و حتی احتمالاً بیماری ام اس داشته باشد. در

فوائد «ریحان» در تقویت سیستم ایمنی بدن و کاهش درد

بسیارستانها بسیار مفید است. بدن را سم زدایی کرده و دمای بدن را حفظ می کند. به علاوه ریحان حاوی اسانس های فرار غنی از آنتی اکسیدان است که آنگیز محسوب می شوند، به این معنی که در آب حل نمی شوند و به قدری سبک و کوچک هستند که از طریق هوا و منافذ پوست عبور می کنند. تخم ریحان از سلامت روده ها حمایت می کند، قند خون را کاهش

به آن توجه شود. استفاده از ماسک و رعایت پروتکل های بهداشتی هم که از ابتدایی ترین اصول پیشگیری از خطر مسوری خاطر نشان می کند: به مسازات همه این محدودیت ها برای پیشگیری از وقوع موج پنجم، بالا بردن سرعت واکسیناسیون در کشور که این روزها به دلیل پاره ای از مشکلات به کندی انجام می شود، توجه کنند. موضوعی که در مناطق آلوده به واریانت های آفریقای جنوبی و هندی اهمیت بیشتری دارد. وی تاکید می کند: فارغ از توصیه به رعایت مسائل بهداشتی که در تمام طول مدت فراگیری ویروس کرونا بر آن تاکید شده، افزایش سرعت واکسیناسیون و گسترده گی آن در همه مناطق کشور با اهمیت ترین راهکار برای کنترل بیماری کروناست. این طور که به نظر می رسد در حال حاضر تنها راه ایمنی در برابر این ویروس، واکسیناسیون همه مردم جامعه است. تاکنون تاکنون ۱۳ میلیون و ۲ هزار و ۲۴۵ نفر ذر اول واکسن کرونا و سه میلیون و ۱۴۶ هزار و ۱۳۰ نفر نیز ذر دوم را تزریق کرده اند و مجموع واکسن های تزریق شده در کشور به ۱۶ میلیون و ۱۴۸ هزار و ۳۷۵ ذر رسید.

سنگینی در ابتلا به بیماری کرونا در جامعه وارد شده است، از مردم می خواهد نظام سلامت را با رعایت پروتکل های بهداشتی در کاهش تلفات بیماران کرونایی همراهی کنند، تا انجام واکسیناسیون عمومی و استمرار توجه به اصول بهداشتی بتوانیم با کرونا مقابله کرده و تحت کنترل در آوریم.

حمید سوری اپیدمیولوژیست نیز در این زمینه می گوید: ویروس کرونا همچنان در حال چرخش است و هر روز خیرهایی از جهش این ویروس در گوشه های از جهان شنیده می شود، ویروس های که تا امروز چهار واریانت متفاوت از آن شناسایی شده است: واریانت کلاسیک که از وهان چین زمانی که ویروس کرونا به اروپا و انگلیس، هندی و آفریقای جنوبی که در شهرهای جنوبی و جنوب شرقی کشور ما به دلیل تردهای زیاد گزارش شده است.

وی ادامه می دهد: مدتی است در استان های هرمزگان، فارس و بوشهر کانون های جدید از واریانت های آفریقای جنوبی و هندی ایجاد شده، به طوری که فوران ویروسی در این مناطق روی داده است. به همین دلیل تیم های واکنش سریع وارد عمل شده اند و برای کنترل ویروس تلاش می کنند.

توصیه های مهم برای جلوگیری از آفتاب سوختگی

گروه بهداشت و سلامت- متخصصان توصیه می کنند برای جلوگیری از آفتاب سوختگی حتی هنگام نشستن در سایه، از کرم ضد آفتاب استفاده کنید. آفتاب سوختگی معمولاً می تواند آسیب گذرا، خفیف و حتی شدید ایجاد کند. آفتاب سوختگی نوعی آسیب پوستی است که از تماس با اشعه فرابنفش (UV) ایجاد می شود. معمولاً بعد از آفتاب سوختگی، پوست چند روز پوسته پوسته می شود و بعد از چند هفته بهبود می یابد. به گفته متخصصان در موقی آفتاب سوختگی بیش از حد منجر به سرطان پوست می شود. با وجود تمام هشدارها، باز هم بسیاری از افراد، خود را در معرض اشعه های مضر و سوزاننده خورشید قرار می دهند. علی روشن، متخصص بیماری های پوستی اظهار کرد: افرادی که به طور مکرر در معرض آفتاب قرار می گیرند قطعاً دچار آفتاب سوختگی خواهند شد و این موضوع می تواند برایشان خطر ساز باشد. طی چند سال اخیر بسیار رایج شده که افراد، از سولار و آفتاب برای برن شدن استفاده می کنند که این موضوع باعث خواهد شد که در سال های آینده به انواع سرطان های پوستی دچار شوند. او افزود: در این بین ضد آفتاب می تواند مانع بزرگی برای بروز بیماری های خطرناک پوستی شود، به همین دلیل استفاده از ضد آفتاب در تمام فصول توصیه می شود. این متخصص بیماری های پوستی گفت: استفاده از ضد آفتاب باید پس از دوران شیر خوارگی و از سن شش ماهگی شروع شود. بر اساس تحقیقات صورت گرفته استفاده از ضد آفتاب برای نوزادان و کودکان ضرورت بیشتری دارد. فقط در سنین بالای ۷۰ سال دیگر نیازی به زدن ضد آفتاب نیست، زیرا خورشید دیگر تأثیرات مخرب نخواهد گذاشت و کیفیت از کرم های که حاوی ویتامین دی هستند، استفاده شود. گروهی از بیماری های حاد پوستی کهیر بوده که می تواند به ندرت بروز کرده و شدت بگیرد. تنها راهکار بزرگی برای بروز بیماری های خطرناک پوستی، استفاده به موقع ضد آفتاب و فاصله گرفتن از نور مستقیم خورشید است. در ادامه امیر هوشنگ احسانی، متخصص پوست و مو درباره تأثیرات مخرب نور آفتاب اظهار کرد: افرادی که ملام با نور خورشید سر و کار دارند در صورت مراقبت نکردن از پوست خود، به بیماری های خطرناکی مانند ملانوم (که می تواند در هر قسمتی از پوست بدن با نزدیکی یک خال پوستی ایجاد شود) دچار شوند. این نوع سرطان، از بدنه های رنگدانه ای تشکیل می شود که معمولاً قهوه ای یا مشکی رنگ است، هر چند ممکن است، به رنگ های دیگر نظیر قرمز یا سفید هم دیده شود. ملانوم وخیم ترین نوع سرطان پوست است که اگر افراد به آن بی توجهی کنند، جبران ناپذیر است. اسکلرودرمی هم نوعی بیماری پوستی است که از طریق نور آفتاب ایجاد می شود.

این متخصص پوست توصیه کرد: افراد تا حد امکان در معرض نور آفتاب قرار نگیرند و از لباس های مناسب استفاده کنید. برای محافظت بهتر از بدن به جای ضد آفتاب از کلاه و پیراهن های یقه دار استفاده کنید. افرادی که دارای پوست های سفید هستند باید از ضد آفتاب و لباس های پوشیده استفاده کنند تا کمتر در معرض نور خورشید قرار بگیرند.



درمانی به دلیل جذب ضعیف طبیعی

دستگاه گوارش وجود دارد. پیشرفت در زمینه توسعه دارویی مانند فناوری نانو، شناس غلبه بر این مانع را برای استفاده از آن به عنوان یک داروی خوراکی موثر فراهم کرده است. ثابت شده است که سیاه دانه در درمان فشار خون بالا، کلسترول بالا و دیابت هم موثر است.

رنگ بنفش یا قرمز در برگ ها دیده می شود.



تباستانها بسیار مفید است. بدن را سم زدایی کرده و دمای بدن را حفظ می کند. به علاوه ریحان حاوی اسانس های فرار غنی از آنتی اکسیدان است که آنگیز محسوب می شوند، به این معنی که در آب حل نمی شوند و به قدری سبک و کوچک هستند که از طریق هوا و منافذ پوست عبور می کنند. تخم ریحان از سلامت روده ها حمایت می کند، قند خون را کاهش

می دهند، به کاهش وزن کمک کرده و همچنین کلسترول را کاهش می دهد. بیش از ۶۰ نوع ریحان وجود دارد که ریحان کشمیری یکی از رایج ترین آنهاست. این گیاه دارای برگ های گرد بوده که اغلب نوک تیز است. این گیاه سبز روشن است، اگرچه در برخی از گونه ها

دکه مطبوعات

انتخاب بانی نو

انتخابات هیئت مدیره انجمن خیریه بانی نو برگزار شد. در این مراسم، آقایان...
مرکز آموزشی
 مرکز آموزشی تخصصی زبان و کامپیوتر در تهران.
سفر به اروپا
 تورهای مسافرتی به اروپا با قیمت های ویژه.

اقتصادش

سهم مناطق آزاد فقط ۲ درصد

میزان صادرات از مناطق آزاد فقط ۲ درصد است. این موضوع نیازمند توجه ویژه است.
مناطق آزاد
 گزارش از وضعیت مناطق آزاد تجاری-صنعتی کشور.

ایران

گفت و گوی رئیس - مکرون

رئیس جمهوری، در حین دیدار با رئیس هیئت مدیره شرکت ملی پخش در فرانسه.
سفر به اروپا
 تورهای مسافرتی به اروپا با قیمت های ویژه.

همیشه برای

خطر ورشکستگی صنعت برق

صنعت برق با خطر ورشکستگی مواجه است. نیاز به تدابیر فوری است.
مشاوران
 خدمات مشاوره تخصصی در زمینه های مختلف.

مرگ سعودی

فصلی برق سخته در روزهای گذشته باعث شد فصلی گرم تر برای تعطیلات تابستان باشد.

سفر به اروپا
 تورهای مسافرتی به اروپا با قیمت های ویژه.
مشاوران
 خدمات مشاوره تخصصی در زمینه های مختلف.

داروهای معجزه آسای کرونا

تیم تحقیقاتی موفق به کشف داروهای معجزه آسای کرونا شد.
مشاوران
 خدمات مشاوره تخصصی در زمینه های مختلف.

آیا افراد واکسینه شده می توانند ناقل دلنا کرونا باشند؟

ویروس را بین یکدیگر منتقل کنند، با این حال دکتر آدام لورینگ، متخصص بیماری های عفونی در دانشگاه میشیگان می گوید که افراد در این مورد زیاد مطالعه نکنند.

لورینگ در بیانیه خبری این دانشگاه گفت: این موضوع به وضوح در گزارش CDC در حالی است که واکسینه شده و نمي گويند و نمي گويند و روشن است. به عنوان مثال به گفته او هرچه تعداد افراد بیشتری واکسن دریافت می کنند، مطمئناً موارد پیشرفت بیشتری در تعداد روزافزون افرادی که واکسینه می شوند، مشاهده می شود؛ همچنین یک تست سواب بینی کرونایی می تواند میزان RNA ویروسی موجود در بینی فرد را اندازه گیری کند، اما نمی تواند میزان عفونت ویروس را تشخیص دهد.

رژیم غذایی کم کربوهیدرات به کلیه ها آسیب نمی رساند

برخی موارد عملکرد کلیه را بهبود بخشند. ایده این رژیم ها این است که پروتئین (مانند گوشت، ماهی و تخم مرغ) و چربی ها متابولیسم را افزایش داده و احساس سیری بیشتری ایجاد می کنند، در نتیجه کالری کمتری می توانند دریافت کنند.

پایین را که در افراد مبتلا به دیابت شایع است افزایش دهد. اما اخیراً مطالعات نشان داده اند که رژیم غذایی کم کربوهیدرات (کمتر از ۱۳۰ گرم در روز) و با پروتئین زیاد می تواند برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ مفید باشد.

آینده سم پوست بیمه راباورکن

بیمه وسایل نقلیه (ثالث و ثالث) - بیمه های بازرگانی و بائری - بیمه آتش سوزی حیوانات خارجی - بیمه عمر و تشکیل سرمایه - بیمه مسئولیت و مهندسی ساختمان

شماره تماس: ۰۹۹۰۰۳۸۵۰۲۰ - ۰۹۹۰۰۲۷۴۵۰۲۰

نماینده گی عذیره امون - کد: ۹۸۷۱