

مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریها در ایالات متحده:

مصونیت ناشی از واکسن کرونا با گذشت زمان کاهش می یابد

داده های جدید مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریها در ایالات متحده نشان می دهد: مصونیت ناشی از واکسن کووید-۱۹ ممکن است با گذشت کاهش پیدا کند.



گروه بهداشت و سلامت - مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریها در ایالات متحده داده های جدیدی منتشر کرد که نشان می دهد: سه واکسن کرونا وایروس تایید شده در این کشور در برابر سویه دلتا کرونا اثر بخشی کمتری برخوردار است اما همچنان می تواند از بروز نوع شدید بیماری در بسیاری از موارد جلوگیری کند. داده ها نشان می دهد: در ۴۲۰۰ نفر از اعضای کادر درمان در هشت شهر ایالات متحده که واکسن مدلزا، فایزرسیو ان تک و جانسون اند جانسون تزریق کرده اند، تزریق واکسن پیش از شیوع نوع دلتا مانع از بروز نوع شدید بیماری در ۹۱ درصد موارد بوده است.

چگونه از کبد محافظت کنیم؟

بهداشت هیپاتیت های نوع B و C با ۳۲۵ میلیون مورد ابتلا، عامل مرگ ۱.۲ میلیون نفر در سراسر جهان در سال است. مطالعات نشان می دهد هیپاتیت C عامل اصلی بروز سرطان کبد و سیروز کبدی است. محققان توصیه می کنند که افراد به صورت دوره ای آزمایش هیپاتیت دهند تا بیماری در مراحل اولیه شناسایی شود.

تتوزین مطالعات نشان می دهد ابزار تنو می تواند عامل بروز کزاز، ایدز، هیپاتیت و سل باشند که همگی کبد را تحت تاثیر قرار می دهند.

رژیم غذایی زمانی که غذای فرآوری شده، سرخ شده، چرب و شور می خورید، کبد را به طور کامل مورد حمله قرار می دهد.

شکر کبد از یک نوع شکر به نام فروکتوز برای تولید چربی استفاده می کند. زمانی که میان فروکتوز وارد شده به بدن زیاد باشد، منجر به تجمع چربی و بیماری های چربی کبدی می شود. بنابراین نشان می دهد مصرف بیش از حد

نشانی می دهد آفت کش های خانگی و صنعتی برای کبد مضر هستند، به ویژه زمانی که در محیط بسته استفاده می شوند. بنابراین بهتر است هنگام استفاده از انواع حشره کش، رنگ و اسپری و به طور کلی مواد بودار از ماسک استفاده کنید و پنجره ها را باز نگه دارید.

سوموم مطالعات محققان جان هایکینز نشان می دهد انواع سوموم که در سبزیجات و میوه استفاده می شوند برای کبد بسیار مضر هستند. محققان توصیه می کنند که میوه و سبزی خوب شسته شود و از مصرف میوه شسته جدا اجتناب شود.

هیپاتیت تاکنون پنج ویروس اصلی هیپاتیت شناخته شده است که به عنوان هیپاتیت A، B، C، D و E شناخته می شوند. احتمال سیروز کبدی و سرطان در نوع B و C بیشتر است. هیپاتیت نوع A و E معمولاً اثر مصرف آب و غذای آلوده ایجاد می شوند. هیپاتیت B، C و D معمولاً نتیجه تماس با مایعات آلوده بدن هستند.

به گزارش سازمان جهانی بهداشت و پیشگیری از بیماریها در ایالات متحده، مضر هستند، به ویژه زمانی که در محیط بسته استفاده می شوند. بنابراین بهتر است هنگام استفاده از انواع حشره کش، رنگ و اسپری و به طور کلی مواد بودار از ماسک استفاده کنید و پنجره ها را باز نگه دارید.

این متخصص تغذیه و رژیم درمانی اضافه کرد: افرادی که در قسمت های مختلف بدن آن ها به دلایل گوناگون التهاب وجود دارد با مصرف مغزها می توانند التهاب را کاهش دهند. یکی از ویژگی های خوب تخمه آفتاب گردان این است که می تواند در کاهش التهاب بیماری های قلبی و عروقی موثر باشد.



مواد غذایی حاوی فلاونوئید فشار خون را کنترل می کنند

موز و پرتقال، گلابی، هلو، زردآلو، انواع آجیل و حبوبات، سنوباد، سبزیجات و ادویه جات حاوی این ماده غذایی هستند.

فلاونوئیدها توسط میکروبیوم روده تجزیه می شوند. نتایج این مطالعه با بررسی ۹۰۴ داوطلب نشان می دهد افرادی که روزانه از مواد غذایی حاوی فلاونوئید استفاده می کنند، فشار خون پایین تری دارند.

مصرف روزانه ۵۰۰ میلی گرم از این ماده غذایی برای سلامتی کافیتست. محققان احتمال می دهند خاصیت ضد التهابی و بهبود

نشانی می دهد آفت کش های خانگی و صنعتی برای کبد مضر هستند، به ویژه زمانی که در محیط بسته استفاده می شوند. بنابراین بهتر است هنگام استفاده از انواع حشره کش، رنگ و اسپری و به طور کلی مواد بودار از ماسک استفاده کنید و پنجره ها را باز نگه دارید.

این متخصص تغذیه و رژیم درمانی اضافه کرد: افرادی که در قسمت های مختلف بدن آن ها به دلایل گوناگون التهاب وجود دارد با مصرف مغزها می توانند التهاب را کاهش دهند. یکی از ویژگی های خوب تخمه آفتاب گردان این است که می تواند در کاهش التهاب بیماری های قلبی و عروقی موثر باشد.

موز و پرتقال، گلابی، هلو، زردآلو، انواع آجیل و حبوبات، سنوباد، سبزیجات و ادویه جات حاوی این ماده غذایی هستند.

فلاونوئیدها توسط میکروبیوم روده تجزیه می شوند. نتایج این مطالعه با بررسی ۹۰۴ داوطلب نشان می دهد افرادی که روزانه از مواد غذایی حاوی فلاونوئید استفاده می کنند، فشار خون پایین تری دارند.

مصرف روزانه ۵۰۰ میلی گرم از این ماده غذایی برای سلامتی کافیتست. محققان احتمال می دهند خاصیت ضد التهابی و بهبود

موز و پرتقال، گلابی، هلو، زردآلو، انواع آجیل و حبوبات، سنوباد، سبزیجات و ادویه جات حاوی این ماده غذایی هستند.

فلاونوئیدها توسط میکروبیوم روده تجزیه می شوند. نتایج این مطالعه با بررسی ۹۰۴ داوطلب نشان می دهد افرادی که روزانه از مواد غذایی حاوی فلاونوئید استفاده می کنند، فشار خون پایین تری دارند.

مصرف روزانه ۵۰۰ میلی گرم از این ماده غذایی برای سلامتی کافیتست. محققان احتمال می دهند خاصیت ضد التهابی و بهبود

در حال حاضر بحث در باره دز تقویتی واکسن کرونا و ناپس از چند ماه از جمله مسائل مورد بررسی پژوهشگران است. با این حال فریق دز سو و واکسن کرونا را اغلب کشورها توصیه نکرده اند چرا که محققان هنوز به این نتیجه نرسیده اند که دریافت دز تقویتی، باعث پایین آمدن آمار ها خواهد شد.

کارشناسان این مرکز اظهار داشتند: این روند واکسنیاسیون باید با احتیاط تفسیر شود زیرا اثر بخشی واکسن ممکن است با گذشت زمان کاهش یابد. در بین افرادی که به طور کامل واکسن شده اند، مصونیت ناشی از واکسن در مدت ۱۴ تا ۱۱۹ روز پس از واکسنیاسیون به ۸۵ درصد رسیده است. از ۱۲۰ تا ۱۴۹ روز پس از واکسنیاسیون، مصونیت به ۸۱ درصد رسیده و پس از آن به ۷۳ درصد کاهش پیدا کرده است.

همچنین بنابر گزارش شبکه خبری بی بی سی، تحقیقات تازه در انگلیس روی کسانی که هر دو دز واکسن های کرونا فایزر و آسترانکا را دریافت کرده اند نشان می دهد که اثر بخشی آنها به مرور کاهش می یابد. این یافته ها نتیجه پژوهش موسسه تحقیقاتی ژونی کرونا است که یکی از بزرگترین موسسات در این زمینه است.

مصرف شیرینی است. استفاده بی رویه از مکمل های گیاهی بدون تجویز پزشک برخی افراد تصور می کند هر نوع مکمل گیاهی هیچ صدمه ای به بدن وارد نمی کند. این باور کاملاً اشتباه است و گاهی مصرف نادرست و افراطی یک مکمل گیاهی می تواند منجر به بیماری هیپاتیت یا نارسایی کبد شود. بنابراین تمام داروهای مکمل های گیاهی باید تحت نظر پزشک و با وسواس مصرف شوند.

چاقی و اضافه وزن چاقی منجر به تجمع چربی در کبد و کبد چرب غیر الکلی می شود. ممکن است باعث تورم کبد شود. بنابراین کاهش وزن اولین قدم در جهت سلامتی کبد است.

مصرف بیش از حد ویتامین A معمولاً بدن از طریق مصرف میوه و سبزیجات، به ویژه آنهایی که رنگ نارنجی و زرد دارند، ویتامین A مورد نیاز خود را تأمین می کند. مطالعات نشان می دهد مصرف بیش از حد

مصرف بیش از حد ویتامین A معمولاً بدن از طریق مصرف میوه و سبزیجات، به ویژه آنهایی که رنگ نارنجی و زرد دارند، ویتامین A مورد نیاز خود را تأمین می کند. مطالعات نشان می دهد مصرف بیش از حد

مصرف بیش از حد ویتامین A معمولاً بدن از طریق مصرف میوه و سبزیجات، به ویژه آنهایی که رنگ نارنجی و زرد دارند، ویتامین A مورد نیاز خود را تأمین می کند. مطالعات نشان می دهد مصرف بیش از حد

مصرف بیش از حد ویتامین A معمولاً بدن از طریق مصرف میوه و سبزیجات، به ویژه آنهایی که رنگ نارنجی و زرد دارند، ویتامین A مورد نیاز خود را تأمین می کند. مطالعات نشان می دهد مصرف بیش از حد

مصرف بیش از حد ویتامین A معمولاً بدن از طریق مصرف میوه و سبزیجات، به ویژه آنهایی که رنگ نارنجی و زرد دارند، ویتامین A مورد نیاز خود را تأمین می کند. مطالعات نشان می دهد مصرف بیش از حد

مصرف بیش از حد ویتامین A معمولاً بدن از طریق مصرف میوه و سبزیجات، به ویژه آنهایی که رنگ نارنجی و زرد دارند، ویتامین A مورد نیاز خود را تأمین می کند. مطالعات نشان می دهد مصرف بیش از حد

نوشیدن آب کافی می تواند از نارسایی قلبی جلوگیری کند

گروه بهداشت و سلامت - طبق تحقیقات ارائه شده در کنفرانس ESC، ۲۰۲۱، هیدراته ماندن در طول زندگی می تواند خطر ابتلا به نارسایی قلبی را کاهش دهد. دکتر ناتالیا دمیتریوا از موسسه ملی قلب، ریه و خون، می گوید: مطالعه ما نشان می دهد که حفظ هیدراتاسیون خوب می تواند از تغییرات در وزن قلب که منجر به نارسایی قلبی می شود جلوگیری کرده یا حداقل آن ها را کند کند. یافته ها نشان می دهد ما باید به میزان مایعات که روزانه مصرف می کنیم توجه کنیم و اگر متوجه شدیم که نوشیدنی کم داریم، اقدامی انجام دهیم. توصیه های مصرف مایعات روزانه از ۱.۶ تا ۲.۱ لیتر برای زنان و ۲ تا ۳ لیتر برای مردان متفاوت است. با این حال نظر سنجی های جهانی نشان داده است بسیاری از افراد حتی این میزان را هم ندارند. سدیم سرم اندازه گیری دقیق وضعیت هیدراتاسیون است: وقتی مردم مایعات کمتری می نوشند، غلظت سدیم سرم افزایش می یابد، سپس بدن تلاش می کند تا آب را حفظ کرده و فرآیندهایی که تحت این شرایط در ایجاد نارسایی قلبی نقش دارند، فعال می شود. دکتر دمیتریوا گفت: طبیعی است که فکر کنیم هیدراتاسیون و سدیم سرم باید بسته به میزان آب مصرفی ما در روز تغییر کند، اما این غلظت سدیم سرم در بازه زمانی طولانی در حد محدودی باقی می ماند که به احتمال زیاد به مصرف مایع معمول نیاز است. این مطالعه بررسی کرد که آیا غلظت سدیم سرم در میانسانی با عنوان معیاری برای عادات هیدراتاسیون، می تواند ۲۵ سال بعد پیشرفت نارسایی قلبی را پیش بینی کند یا خیر؟ محققان همچنین ارتباط بین آب رسانی و ضخیم شدن دیوارهای محفظه پمپاژ اصلی قلب (بطن چپ) موسوم به هیپرتروفی بطن چپ را که پیش زمینه تشخیص نارسایی قلبی است، مورد بررسی قرار دادند. این تجزیه و تحلیل در ۱۵ هزار و ۷۹۲ بزرگسال در مطالعه خطر آترواسکلروز در جوامع (ARIC) انجام شد. شرکت کنندگان ۲۴ تا ۶۶ سال مورد مطالعه بوده و از ۲۰۰۷ تا ۲۰۲۰ سالگی در پنج جلسه مورد ارزیابی قرار گرفتند.

شرکت کنندگان بر اساس میانگین غلظت سدیم سرم در بازه دیدهای مطالعه یک و دو (انجام شده در سه سال اول) به چهار گروه تقسیم شدند: ۱۳۵-۱۳۹، ۱۴۰-۱۴۵، ۱۴۶-۱۴۹ میلی مول در لیتر. برای هر گروه سدیمی، محققان نسبت افرادی را که در پنج جلسه (۲۵ سال بعد) دچار نارسایی قلبی و هیپرتروفی بطن چپ شده بودند، تجزیه و تحلیل کردند.

غلظت بالای سرم سدیم در میانسانی با نارسایی قلبی و هیپرتروفی بطن چپ ۲۵ سال بعد همراه بود. سدیم سرمی پس از تعدیل سایر عوامل مرتبط با ایجاد نارسایی قلبی از قبیل سن، فشار خون، عملکرد کلیه، کلسترول خون، گلوکز خون، شاخص توده بدن، جنسیت و سابقه استعمال سیگار با نارسایی قلبی و هیپرتروفی بطن چپ ارتباط معناداری داشت. هر ۱ میلی مول بر تریلی غلظت سدیم در میانسانی با ۱/۲ و ۱/۱۱ احتمال افزایش هیپرتروفی بطن چپ و نارسایی قلبی به ترتیب ۲۵ سال بعد همراه بود.

خطرات هر دو هیپرتروفی بطن چپ و نارسایی قلبی در سن ۷۰ تا ۹۰ سالگی هنگامی افزایش می یابد که سدیم سرمی در دوران میانسانی از ۱۴۲ میلی مول بر لیتر فراتر رود.

دکتر دمیتریوا گفت: نتایج نشان می دهد هیدراتاسیون خوب در طول زندگی می تواند خطر ایجاد هیپرتروفی بطن چپ و نارسایی قلبی را کاهش دهد. علاوه بر این یافته های ما نشان می دهد که سدیم سرم بیش از ۱۴۲ میلی مول در لیتر خطر عوارض جانبی در قلب را افزایش می دهد. این میزان سدیم در محدوده طبیعی است و در نتایج آزمایش های غیر طبیعی برجسته گذاری نمی شود، اما می تواند توسط پزشکان در طول معاینات فیزیکی منظم برای شناسایی افرادی که مایعات معمول مصرف می کنند، مورد استفاده قرار گیرد.

خطرات هر دو هیپرتروفی بطن چپ و نارسایی قلبی در سن ۷۰ تا ۹۰ سالگی هنگامی افزایش می یابد که سدیم سرمی در دوران میانسانی از ۱۴۲ میلی مول بر لیتر فراتر رود.

خطرات هر دو هیپرتروفی بطن چپ و نارسایی قلبی در سن ۷۰ تا ۹۰ سالگی هنگامی افزایش می یابد که سدیم سرمی در دوران میانسانی از ۱۴۲ میلی مول بر لیتر فراتر رود.

خطرات هر دو هیپرتروفی بطن چپ و نارسایی قلبی در سن ۷۰ تا ۹۰ سالگی هنگامی افزایش می یابد که سدیم سرمی در دوران میانسانی از ۱۴۲ میلی مول بر لیتر فراتر رود.

خطرات هر دو هیپرتروفی بطن چپ و نارسایی قلبی در سن ۷۰ تا ۹۰ سالگی هنگامی افزایش می یابد که سدیم سرمی در دوران میانسانی از ۱۴۲ میلی مول بر لیتر فراتر رود.

دکه مطبوعات

اقتصاد کیش روزنامه

روزنامه اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و ورزشی

تأسیس: ۱۳۷۵

مطالعات مراکز طرف قرار داد سال ۹۹ پرداخت شد

اقتصاد کیش روزنامه

روزنامه اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و ورزشی

تأسیس: ۱۳۷۵

تاکید امام جمعه کیش بر علمی بودن طرح های عمرانی

اقتصاد کیش روزنامه

روزنامه اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و ورزشی

تأسیس: ۱۳۷۵

یک دولت منهای یک وزارتخانه

اقتصاد کیش روزنامه

روزنامه اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و ورزشی

تأسیس: ۱۳۷۵

آغاز دولت مردمی برای ساختن ایران قوی

اقتصاد کیش روزنامه

روزنامه اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و ورزشی

تأسیس: ۱۳۷۵

دانش های جدید

اقتصاد کیش روزنامه

روزنامه اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و ورزشی

تأسیس: ۱۳۷۵

دانش های جدید

آینده سهم توست بیمه را باور کن

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

شماره تماس: ۰۹۹۰۰۳۸۵۰۲۰ - ۰۹۹۰۰۲۷۴۵۰۲۰

نماینده گی عریزه امون کد: ۹۸۷۱