

دبیر کمیته علمی کشوری کرونا اعلام کرد:

اوضاع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی؛ پر خطر ها حتما واکسن بزنند

دبیر کمیته علمی کشوری کرونا با بیان اینکه انتظار نمی‌رود امسال هم با افزایش شیوع آنفلوآنزا روبرو باشیم، در عین حال بر لزوم تزریق واکسن آنفلوآنزا برای کادر بهداشت و درمان و افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای تأکید کرد.



دبیر کمیته علمی کشوری کرونا در دیدار با اعضای کمیته علمی کشوری کرونا در تهران، با اشاره به افزایش شیوع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی، بر لزوم تزریق واکسن آنفلوآنزا برای کادر بهداشت و درمان و افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای تأکید کرد. وی افزود: با توجه به شدت بیماری همه‌گیر که در این سال با افزایش شیوع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی مواجه هستیم، توصیه می‌کنم افراد در معرض خطر حتماً واکسن آنفلوآنزا را تزریق کنند. وی سال گذشته هم که برای مدتی فصل ابتلا به آنفلوآنزا و کرونا همزمان شد، میزان شدت بالایی از ابتلا به آنفلوآنزا انداختیم و اکثر بیماران همان مبتلایان به کرونا بودند. او تأکید کرد: این موضوع در پزشکی یک اصل است که اگر گرفتاری با ویروس یا میکروبی خیلی شدید باشد، معمولاً اجازه نمی‌دهد ویروس یا میکروب دیگری خود را نشان دهد؛ بنابراین با توجه به شیوع بالای کرونا، ویروس آنفلوآنزا مانند گذشته شدت نخواهد داشت و امسال هم انتظار نمی‌رود با شدت بالایی از آن مواجه شویم.

دبیر کمیته علمی کشوری کرونا در دیدار با اعضای کمیته علمی کشوری کرونا در تهران، با اشاره به افزایش شیوع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی، بر لزوم تزریق واکسن آنفلوآنزا برای کادر بهداشت و درمان و افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای تأکید کرد. وی افزود: با توجه به شدت بیماری همه‌گیر که در این سال با افزایش شیوع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی مواجه هستیم، توصیه می‌کنم افراد در معرض خطر حتماً واکسن آنفلوآنزا را تزریق کنند. وی سال گذشته هم که برای مدتی فصل ابتلا به آنفلوآنزا و کرونا همزمان شد، میزان شدت بالایی از ابتلا به آنفلوآنزا انداختیم و اکثر بیماران همان مبتلایان به کرونا بودند. او تأکید کرد: این موضوع در پزشکی یک اصل است که اگر گرفتاری با ویروس یا میکروبی خیلی شدید باشد، معمولاً اجازه نمی‌دهد ویروس یا میکروب دیگری خود را نشان دهد؛ بنابراین با توجه به شیوع بالای کرونا، ویروس آنفلوآنزا مانند گذشته شدت نخواهد داشت و امسال هم انتظار نمی‌رود با شدت بالایی از آن مواجه شویم.

دبیر کمیته علمی کشوری کرونا در دیدار با اعضای کمیته علمی کشوری کرونا در تهران، با اشاره به افزایش شیوع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی، بر لزوم تزریق واکسن آنفلوآنزا برای کادر بهداشت و درمان و افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای تأکید کرد. وی افزود: با توجه به شدت بیماری همه‌گیر که در این سال با افزایش شیوع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی مواجه هستیم، توصیه می‌کنم افراد در معرض خطر حتماً واکسن آنفلوآنزا را تزریق کنند. وی سال گذشته هم که برای مدتی فصل ابتلا به آنفلوآنزا و کرونا همزمان شد، میزان شدت بالایی از ابتلا به آنفلوآنزا انداختیم و اکثر بیماران همان مبتلایان به کرونا بودند. او تأکید کرد: این موضوع در پزشکی یک اصل است که اگر گرفتاری با ویروس یا میکروبی خیلی شدید باشد، معمولاً اجازه نمی‌دهد ویروس یا میکروب دیگری خود را نشان دهد؛ بنابراین با توجه به شیوع بالای کرونا، ویروس آنفلوآنزا مانند گذشته شدت نخواهد داشت و امسال هم انتظار نمی‌رود با شدت بالایی از آن مواجه شویم.

دبیر کمیته علمی کشوری کرونا در دیدار با اعضای کمیته علمی کشوری کرونا در تهران، با اشاره به افزایش شیوع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی، بر لزوم تزریق واکسن آنفلوآنزا برای کادر بهداشت و درمان و افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای تأکید کرد. وی افزود: با توجه به شدت بیماری همه‌گیر که در این سال با افزایش شیوع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی مواجه هستیم، توصیه می‌کنم افراد در معرض خطر حتماً واکسن آنفلوآنزا را تزریق کنند. وی سال گذشته هم که برای مدتی فصل ابتلا به آنفلوآنزا و کرونا همزمان شد، میزان شدت بالایی از ابتلا به آنفلوآنزا انداختیم و اکثر بیماران همان مبتلایان به کرونا بودند. او تأکید کرد: این موضوع در پزشکی یک اصل است که اگر گرفتاری با ویروس یا میکروبی خیلی شدید باشد، معمولاً اجازه نمی‌دهد ویروس یا میکروب دیگری خود را نشان دهد؛ بنابراین با توجه به شیوع بالای کرونا، ویروس آنفلوآنزا مانند گذشته شدت نخواهد داشت و امسال هم انتظار نمی‌رود با شدت بالایی از آن مواجه شویم.

دبیر کمیته علمی کشوری کرونا در دیدار با اعضای کمیته علمی کشوری کرونا در تهران، با اشاره به افزایش شیوع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی، بر لزوم تزریق واکسن آنفلوآنزا برای کادر بهداشت و درمان و افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای تأکید کرد. وی افزود: با توجه به شدت بیماری همه‌گیر که در این سال با افزایش شیوع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی مواجه هستیم، توصیه می‌کنم افراد در معرض خطر حتماً واکسن آنفلوآنزا را تزریق کنند. وی سال گذشته هم که برای مدتی فصل ابتلا به آنفلوآنزا و کرونا همزمان شد، میزان شدت بالایی از ابتلا به آنفلوآنزا انداختیم و اکثر بیماران همان مبتلایان به کرونا بودند. او تأکید کرد: این موضوع در پزشکی یک اصل است که اگر گرفتاری با ویروس یا میکروبی خیلی شدید باشد، معمولاً اجازه نمی‌دهد ویروس یا میکروب دیگری خود را نشان دهد؛ بنابراین با توجه به شیوع بالای کرونا، ویروس آنفلوآنزا مانند گذشته شدت نخواهد داشت و امسال هم انتظار نمی‌رود با شدت بالایی از آن مواجه شویم.



۹ دلیلی که ممکن است عامل سرگیجه شما باشد

- ۱- کم آبی بدن
- ۲- کمبود آهن
- ۳- سرخ شدن چشم
- ۴- فشارخون غیر طبیعی
- ۵- مشکلات در پیچش گوش
- ۶- عوارض جانبی دارویی
- ۷- کاهش قند خون
- ۸- آنفلوآنزا
- ۹- سکتة مغزی

دبیر کمیته علمی کشوری کرونا در دیدار با اعضای کمیته علمی کشوری کرونا در تهران، با اشاره به افزایش شیوع آنفلوآنزا در دومین سال کرونایی، بر لزوم تزریق واکسن آنفلوآنزا برای کادر بهداشت و درمان و افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای تأکید کرد.

دگاه مطبوعات

ایران

پرسش مهر رئیس جمهور از دانش آموزان

در مسیر عشق

اقتصاد

تأکید بر توسعه زیرساخت‌های آموزشی کشور

معادله مسکن در نیمسال دوم

آفتاب

وضعیت معیشت در فرودگاه امام خمینی (ره) و مرز شلمچه

از موج ششم کرونا غفلت نکنید

همشهری

میزان آلودگی هوا در تهران

میزان آلودگی هوا در تهران

منتخب

مورد پیچیده واکسن بچه‌ها

اعتزازات شگفت انگیز

دنیای اقتصاد

معادله مسکن در نیمسال دوم

میراث مکرل

بهترین روغن های پخت و پز برای سلامت افراد مسن

گروه بهداشت و سلامت - انتخاب رژیم غذایی یکی از قوی ترین عوامل تعیین کننده بیماری است و می تواند به کاهش کلسترول LDL، در صورت مصرف در حالی که برای محافظت از قلب باید به هر قیمتی از مصرف برخی چربی ها اجتناب کرد برخی دیگر ممکن است به کاهش میزان کلسترول بد خون کمک کنند. کلسترول بالا یک وضعیت خطرناک است که باعث تخریب عروق خونی می شود و با تجمع چربی در رگها، باعث تنگ شدن و مسدود شدن آنها در طول زمان می شود. در صورت عدم درمان، التهاب مزمن و ترشح هورمون ها می تواند باعث انقباض رگ های خونی شود و خطر حمله قلبی و سکته را افزایش دهد. محققان موری بر روغن هایی که می توانند از این عارضه جلوگیری کنند، اشاره کرده اند. مقدار چربی مصرفی ماهانه طور روزانه می تواند باعث تشکیل لیپوپروتئین های چاقی پایین یا کلسترول بد LDL، در دیواره رگ های خونی شود. رژیم غذایی سرشار از چربی های اشباع و ترانس می تواند تعادل کلسترول خوب و بد را مختل کند. به عنوان مثال، کلسترول HDL برای حذف کلسترول اضافی از بافت ها و انتقال آن به کبد مورد نیاز است و می تواند به صورت صفراد مدیق دفع شود.

روغن کنجد

دانه های کنجد مملو از اسیدهای چرب امگا ۳ و امگا ۶ است که هر دو از نوع چربی پلی اشباع نشده هستند. آنها همچنین حاوی لیگانولین و فیتوسترول هستند که سلامت گیاهی که دارای اثرات کاهش کلسترول هستند. این مواد شیمیایی می توانند روم را کاهش داده و روند بهبود زخم را تسریع کرده و بر فشار اکسایشی و پتانسیل کند

روغن هسته انگور

این روغن حاوی مقادیر بالایی ویتامین E است که دارای خواص آنتی اکسیدانی بالایی بوده و ثابت شده که در کاهش سلول های آسیب دیده ناشی از رادیکال های آزاد بدن نقش دارد. خواص آنتی اکسیدانی روغن هسته انگور ممکن است به جلوگیری از آسیب پوست و علائم زودرس پیری ناشی از رادیکال های آزاد کمک کنند. اثبات شده است که همین خواص باعث افزایش تولید کلاژن و الاستین در پوست می شود.

روغن آفتابگردان

محتوای بالای اسیدهای چرب غیر اشباع و آنتی اکسیدان، بیماری های قلبی مفید است. میزان بالای چربی های اشباع نشده، پلی اشباع نشده می تواند به کاهش کلسترول "بد" کمک کند. همچنین مشخص شده است که این روغن رطوبت را حفظ می کند که می تواند از پوست در برابر آسیدهای بیشتر محافظت کند

اشتباهی که ویتامین D را بی فایده می کند

تأثیر خود را برای جذب خواص گسترده این ویتامین فعال کنید. این در حالی است که طبق اعلام مایو کلینیک - از معتبرترین مراکز و دانشگاه های علوم پزشکی جهان - افرادی که تا ۷۰ سال پایدروزانه ۶۰۰ یکای بین المللی (IU) ویتامین D مصرف کنند، پس از ۷۰ سالگی، این مقدار باید به ۸۰۰ (IU) افزایش یابد. اگر شما از کپسول ویتامین D برای رسیدن به میزان مصرف مورد نیاز خود بهره می برید، این علاقه است؛ اما علم می گوید شما باید این کپسول را با چیز دیگری مصرف کنید. همانطور که تغذیه آمریکایی می گوید در صورتی که شما مکمل ویتامین D را با گروه مهمی از غذاها ترکیب نکنید، به احتمال زیاد قادر نخواهید بود

تأثیر فراوانی را بر سلامت انسان دارد، اما این مسأله با اما واگرایی همراه است. شاید بر کسی اهمیت فراوان مصرف ویتامین D نپناه نباشد؛ اما آرازی در این خصوص وجود دارد تا بتوانید از این مکمل قدرتمند به درستی بهره مند شوید. استفاده از مولتی ویتامین با تعداد انگشت شماری از مکمل ها به شکل روزانه، به مانند یک پیروزی در حفظ و مراقبت از خود به نظر می رسد. این مسأله خصوصاً زمانی که شما ویتامین D را به عنوان یک نوع رژیم غذایی به حساب آورید، درست تر به نظر خواهد رسید. با این حال، یک متخصص تغذیه آمریکایی می گوید در صورتی که شما مکمل ویتامین D را با گروه مهمی از غذاها ترکیب نکنید، به احتمال زیاد قادر نخواهید بود

تعمیرات تخصصی
ظرفشویی، لباسشویی
ماکروفر، ساید

وحدی طهرانی تلفن: ۰۹۱۲۲۰۵۲۱۷۴

KishIslandIT