

گروه بهداشت و سلامت – نتایج مطالعات دانشمندان نشان داده که فاکتورهای تغییرپذیر سبک زندگی مانند کیفیت و مدت زمان خواب ممکن است تأثیر بیشتری بر سطح هوشیاری صبحگاهی نسبت به عوامل ژنتیکی داشته باشند. این نتایج نشان می دهد که مداخلات انجام شده در سطح فردی و اجتماعی بسا هدف قرار دادن فاکتورهای غیر ژنتیکی می تواند به کاهش پیامدهای منفی مرتبط با اختلال هوشیاری کمک کند.

متیسو واکر نویسنده مطالعه و از محققان دانشگاه کالیفرنیا گفت: امیدواریم یافته های ما به اطلاع رسانی بیشتر و بهینه سازی هوشیاری کمک کند. ایسن موضوع به ویژه در زمینه آموزش که هوشیاری بودن برای کسب دانش در کلاس درس ضروری است، بسیار مهم است. نتایج نشان می دهد که تغییر ساعت آغاز کلاس های درس و اجتناب از صبحانه با شاخص گلیسمی بالا ممکن است منجر به هوشیاری

مطلوب هنگام صبح شود. **اختلال در هوشیاری و عوامل خطر**

اینرسی خواب به مرحله ای از اختلال در هوشیاری و عملکرد اشاره دارد که بین خواب و بیداری رخ می دهد و می تواند بین چند دقیقه تا چند ساعت پس از بیدار شدن ادامه پیدا کند. اگرچه این یک پدیده رایج است اما می تواند تأثیر عمیقی بر بهره وری و ایمنی افراد داشته باشد. به طور خاص، اینرسی خواب می تواند بر سطح ایمنی کارگران در مشاغل خطرناک تأثیر بگذارد یا تصمیم گیری کارکنان بخش خدمات اضطراری از جمله کادر درمان و آتش نشانان را مختل کند که در نتیجه می تواند ایمنی دیگران را تحت تأثیر قرار دهد. علاوه بر این کاهش سطح هوشیاری در طول روز به دلیل خواب ناکافی با کاهش بهره وری و افزایش خطر تصادفات رانندگی همراه است. هرچند، ششواهد علمی کافی در مورد عوامل موثر بر سطح هوشیاری پس از

بیدار شدن از خواب وجود ندارد.

در این بررسی، محققان عوامل مرتبط با تغییرات روزانه در سطح هوشیاری صبحگاهی را ارزیابی کردند. آنها تأثیر خواب شب قبل، فعالیت بدنی در روز قبیل، ترکیب غذایی صبحانه و سطح قند خون بعد از صبحانه را بر هوشیاری صبحگاهی ارزیابی کردند.

محققان در بررسی انجام شده ارتباطی بین مدت زمان خواب و زمان خواب با سطح هوشیاری صبحگاهی

بر اساس یافته های جدید محققان:

با این راهکارها هوشیاری خود را در طول روز افزایش دهید

■ **اختلال هوشیاری پس از بیدار شدن می تواند بر عملکرد شناختی و حرکتی تأثیر منفی بگذارد.**

پیدا کردند. به طور خاص، زمانی که یک فرد بیشتر از حد معمول بخوابد یا دیرتر از زمان معمول خود از خواب بیدار شود، بیشتر احتمال دارد که صبح روز بعد سطح بالاتری از هوشیاری را نشان دهد.

همچنین نتایج بررسی ها حاکی از آن است سطح بالاتر فعالیت بدنی در روز قبل با افزایش سطح هوشیاری صبحگاهی همراه بود. هرچند، سطح فعالیت بدنی طی ساعاتی از روز با پیدا کرد. به تقریباً ۸۰ درصد افزایش یافت، در حالی که آنزیم هایی که ژنوتیپ های کم خطر داشتند، ۳۰ درصد افزایش یافتند. سماوات با اشاره به اینکه خطر مسمومیت کبدی تنها با سطح بالای مکمل های چای سبز و نه با نوشیدن چای سبز مرتبط است، گفت: ماهوز تا پیش بینی اینکه چه کسی می تواند به طور ایمن عصاره چای سبز را بدون بالا مصرف کند فاصله زیادی داریم. تغییرات در

آمایش چای سبز مینه سو تا را انتخاب کردند، زیرا این یک مطالعه بزرگ و خوب طراحی شده بود. کارآزمایی یک ساله کنترل شده با دارونما شامل بیش از ۱۰۰۰ زن یائسه بود و داده ها در ۹،۶، ۳ و ۱۲ ماه جمع آوری شده بود. تجزیه و تحلیل محققان نشان داد که علامت اولیه آسیب کبدی در زنان با یک تغییر در ژنوتیپ کاتکول-O-متیل ترانسفراز (COMT) تا حدودی بیشتر از حد طبیعی است و به مدت با تغییر در ژنوتیپ پرویدین ۵-دی فسفو-گلوکوورونوزیل ترانسفراز A ۱ ۴ (۴A۱ UGT) پیش بینی می شود. به طور متوسط، شرکت کنندگانی که ژنوتیپ UGT ۴A۱ داشتند، پس از ۹ ماه مصرف مکمل چای سبز، آنزیمی که نشان دهنده

است مزایای سلامتی قابل توجهی برای کسانی داشته باشد که می تواند با خیال راحت آن را مصرف کنند.

بسا استفاده از داده های حاصل از آزمایش چای سبز مینه سو تا، یک مطالعه بزرگ در مورد تأثیر چای سبز بر سرطان سینه، تیم تحقیقاتی بررسی کردند که آیا افرادی که دارای تغییرات ژنتیکی خاص هستند، پس از یک سال مصرف روزانه ۸۳۳ میلی گرم از یکی از آنتی اکسیدان های غالب در چای سبز، موسوم به اپی گالو کاتچین گالات (EGCG) که به نام کاتچین شناخته می شود، بیشتر از دیگران علامت استرس کبدی را نشان می دهد. همچنین نتایج کبدی را احتمال زنتیکی مورد نظر را انتخاب کردند، زیرا هر کدام سنتر آنزیمی را که EGCG را تجزیه می کند، کنترل می کند. آن ها

آسیب رساندن عصاره چای سبز به کبد برخی افراد

استرس کبدی بود، تقریباً ۸۰ درصد افزایش یافت، در حالی که آنزیم هایی که ژنوتیپ های کم خطر داشتند، ۳۰ درصد افزایش یافتند. سماوات با اشاره به اینکه خطر مسمومیت کبدی تنها با سطح بالای مکمل های چای سبز و نه با نوشیدن چای سبز مرتبط است، گفت: ماهوز تا پیش بینی اینکه چه کسی می تواند به طور ایمن عصاره چای سبز را بدون بالا مصرف کند فاصله زیادی داریم. تغییرات در

این یک ژنوتیپ به طور کامل تغییرات آنزیم های کبدی را در میان شرکت کنندگان در مطالعه توضیح نمی دهد. توضیح کامل احتمالاً شامل تعدادی از تغییرات ژنتیکی مختلف و احتمالاً تعدادی از عوامل غیر ژنتیکی است.

سماوات در ادامه افزود: با این حال، ما فکر می کنیم که قطعه مهمی از پازل را شناسایی کرده ایم و گامی در جهت پیش بینی اینکه چه کسانی می توانند با خیال راحت از مزایای سلامتی عصاره چای سبز بدون بالا برخوردار باشند، برداشته ایم.

و ضروری است. عرشی اظهار کرد: همچنین لازم است در صورت علامت دار بودن، نسبت به مراجعه به پزشک اقدام کرده و از مصرف خودسرانه دارو و خود درمانی پرهیز و توصیه می شود تا رفع علامت های حاد بیماری، از حضور در محل کار و مدرسه اجتناب شود.

سال جاری داشته باشیم. در این راستا آموزش های بهداشت فردی و اجتماعی با تأکید بر استفاده از ماسک خصوصاً در اماکن بسته و بدون تهویه، شستشوی مرتب دست ها، تهویه مناسب اماکن بالاخص اماکن تجمعی و انجام واکسیناسیون آنفلوآنزا در گروه های هدف و اولویت دار بسیار ضروری است.

موج است که موج اولیه بروز بیماری معمولاً در ابتدای فصل پاییز، موج دوم معمولاً با شدت کمتر از موج اولیه در طی ماه های بهمن و اسفند و موج سوم در اردیبهشت سال بعد رخ می دهد. وی ادامه داد: با توجه به گذر از پیک بزرگ موج اولیه و روند کاهشی فعلی آن، از هم اکنون باید آمادگی جهت بروز موج دوم در بهمن ماه

گروه بهداشت و سلامت –

سرپرست مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت گفت: به دنبال شیوع آنفلوآنزا که از اواخر مهر شروع شد و اوضاع آن با وجود موج اولیه خود رسید، هم اکنون در سیر نزولی پیک بروز اولیه قرار داریم.

شهامت عرشی افزود: بروز سالیانه آنفلوآنزا به طور معمول در دو ماه

بهداشت و سلامت



محققان عوامل مرتبط با تغییرات روزانه در سطح هوشیاری صبحگاهی را ارزیابی کردند.

آنها تأثیر خواب شب قبل، فعالیت بدنی در روز قبل، ترکیب غذایی صبحانه و سطح قند خون بعد از صبحانه را بر هوشیاری صبحگاهی ارزیابی کردند.

محققان مشاهده کردند: مصرف سطح بالاتری از هوشیاری صبحگاهی همراه بود. در مقابل، صبحانه حاوی پروتئین بالا با سطح هوشیاری کمتری مرتبط بود.

میزان اکسیژنی که مغز انسان مصرف می کند چقدر است؟

گروه بهداشت و سلامت – محققان دانشگاه پنسیلوانیا در مطالعه اخیر خود از روش جدیدی برای شناسایی مصرف اکسیژن در مغز خبر دادند. مغز انسان برای حفظ عملکردهای مختلف خود به تأمین بی وقفه اکسیژن نیاز دارد. به همین دلیل است که مغز شبکه ای از رگ های خونی ظریف دارد که مولکول های اکسیژن را به سلول های مغز منتقل می کند. یکی از شاخص های مهم فعالیت مغز، میزان متابولیسم مغزی مصرف اکسیژن (CMRO ۲) است که نشان می دهد مغز در هر لحظه چقدر انرژی مصرف می کند. از آنجایی که میزان متابولیسم مغزی مصرف اکسیژن، یک شاخص اساسی آسیب شناسی بافت تحت شرایط پایدار مانند موارد ناشی از سرطان، آسیب مغزی تروماتیک و سکته است، تعیین کمیست مستقیم میزان متابولیسم مغزی مصرف اکسیژن یک هدف اساسی در نورولوژی است. علاوه بر این، نظارت یو یا بر آن در طول فعالیت عصبی می تواند مکانیسم های متابولیکی را که زیربنای پاسخ های عملکر دی مغز هستند، روشن کند. برخی از روش های فعلی به ارائه اطلاعات در مورد زمان نسبی رویدادهای متابولیک و پاسخ های عروقی نیاز دارند. اخیراً محققان دانشگاه پنسیلوانیا یک رویکرد نوری جدید برای درک بهتر میزان متابولیسم مغزی مصرف اکسیژن در طول فعالیت مغزی ایجاد کردند. این روش از دو کاوشگر فسفر تریایی درشت مولکول استفاده می کند که با موفقیت برای نظارت بین زمان واقعی میزان متابولیسم مغزی مصرف اکسیژن و جریان خون مغزی (CBF) در یک مدل حیوانی بالینی مورد استفاده قرار می گیرد. این روش به طور مستقیم گرادبان اکسیژن در مغز را اندازه گیری می کند. گرادبان اکسیژن با تفاوت در غلظت اکسیژن بین شریان های خونی مغز (داخل عروقی) و ناحیه اطراف سلول های مغز (برون عروقی) تعیین می شود. هنگامی که سلول های مغز از دسترس مغز محروم می شوند و اکسیژن بیشتری نیاز دارند، این گرادبان تندتر می شود. بنابراین، میزان متابولیسم مغزی مصرف اکسیژن ممکن است با استفاده از این گرادبان که هم چنین حاوی اطلاعاتی در مورد میزان اکسیژن مصرفی است، محاسبه شود. پروفوسور سرگئی ای وینوگرادوف محقق اصلی این مطالعه، گفت: بیشتر رویکردهای فعلی برای ردیابی دینامیکی میزان متابولیسم مغزی مصرف اکسیژن بر اساس اندازه گیری اشیاع اکسیژن هموگلوبین و جریان خون مغزی است، به طوری که دینامیک میزان متابولیسم مغزی مصرف اکسیژن به طور ذاتی با پویایی جریان خون مغزی مرتبط می شود. ما می خواهیم روشی غاری از این محدودیت ایجاد کنیم. مهم، گام مهم، روشی برای سنجش تفاوت بین سطوح اکسیژن خارج عروقی و داخل عروقی به طور همزمان بود. یک کاوشگر فسفر تایی به نام Oxyphor PIR ۴ در خون قرار داده شد و Oxyphor PIG ۴ مستقیماً در ناحیه بین عروق خونی قرار داده شد. از آنجایی که دو Oxyphors رنگ های متفاوتی دارند، محققان می توانند همزمان سیگنال های هر دو کاوشگر را با وضوح زمانی هفت هرتز با استفاده از لیزر مجزا اندازه گیری کنند. آن ها محاسبه و ردیابی لحظه ای میزان متابولیسم مغزی مصرف اکسیژن را در طی تحریک عملکر دی مغز با استفاده از این روش در یک مدل پیش بالینی نشان دادند. محققان همچنین جریان خون مغزی را به طور همزمان با میزان متابولیسم مغزی مصرف اکسیژن با استفاده از لیزر سوم و تکنیکی به نام تصویربرداری کتر است لکه لیزری با موفقیت اندازه گیری کردند. پروفوسور سرگئی ای وینوگرادوف، محقق اصلی این مطالعه، گفت: طرح ما فرضی را برای مشاهده تغییرات در متابولیسم مغز در زمان واقعی، به طور مستقیم و مقایسه همزمان پاسخ های عروقی با پاسخ های متابولیسمی ارائه می دهد. همانطور که فنآوری توسعه می یابد، ما پیش بینی می کنیم که این روش برای آزمایش داروها و سایر عوامل متابولیسم مغز به طور گسترده در دسترس باشد. این باید امکان بررسی دقیق تر مدل های متابولیسم را فراهم کند.

آگهی تصمیمات شرکت بیمه ایران معین (سهامی عام)

ثبت شده به شماره ۲۰۵۷ و شناسه ملی ۱۰۸۱۱۳۶۹۷۰
به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی سالیانه ۱۴۰۱،۰۴،۲۹ و ۱۴۰۱،۰۶،۲۳ تأییدیه بیمه مرکزی جمهوری اسلامی ایران به شماره ۱۴۰۱/۱۶۷۵ مورخ ۱۴۰۱،۰۶،۲۳ و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۱،۰۷،۱۹ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

- صورت های مالی منتهی به ۱۴۰۰،۱۲،۲۹ به تصویب رسید.
- شرکت سهامی بیمه ایران با شناسه ملی ۱۰۱۰۳۸۵۷۴۲، شرکت توسعه کسب و کار سبا با شناسه ملی ۱۰۱۰۳۸۵۷۴۲، شرکت ایده های تجارت و هوشمند سیستم با شناسه ملی ۱۰۱۰۳۱۳۳۲۹، شرکت ساختمان بیمه ایران با شناسه ملی ۱۰۳۲۰۲۶۶۳۲۹، شرکت مدیریت مراکز اقامتی مهر سیاحت سبا با شناسه ملی ۰۵۹۳۲۸، بعنوان اعضای اصلی هیئت مدیره، شرکت سبا سوادئین با شناسه ملی ۱۰۱۰۱۷۷۵۷۱ و موسسه حقوقی حافظان سرمایه سبا معین با شناسه ملی ۱۴۰۰۵۷۸۵۸۶ بعنوان اعضای علی البدل برای مدت دو سال انتخاب شدند.
- به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مذکور: آقای مجتبی حیدری با کد ملی ۰۰۷۵۰۳۵۹۱، به نمایندگی از شرکت مهر سیاحت سبا به سمت مدیر عامل و نایب رئیس هیئت مدیره (عضو موظف)، آقای حمید دیان ت پی با کد ملی ۰۰۷۵۷۲۹۹۹، به نمایندگی از شرکت توسعه کسب و کار سبا به سمت رئیس هیئت مدیره (عضو غیر موظف)، آقای سید مهدی احمدی با کد ملی ۰۰۵۱۱۶۲۸۰، به نمایندگی از شرکت ایده های تجارت هوشمند سیستم و خانم غلامحسین معین با کد ملی ۰۴۷۳۳۲۶۷۱، به نمایندگی از شرکت بیمه ایران به سمت اعضای هیئت مدیره (غیر موظف) برای مدت دو سال انتخاب شدند.
- کلیه اوراق و اسناد بهادار و تعهد آور از قبیل چک، سفته، برات، قراردادها و عقود اسلامی با امضای مدیر عامل و یکی از اعضای هیئت مدیره متفقاً همراه با مهر شرکت معتبر است، کلیه مکاتبات و مراسلات عادی با امضاء مدیر عامل و مهر شرکت و یا نماینده مجاز معرفی شده از طرف ایشان معتبر می باشد.
- هیئت مدیره اختیارات خود بشرح بندهای ۲) (به استثنا نصب و عزل مدیر عامل) و ۳) و ۱۱ و ۱۳ از ماده ۳۹ اساسنامه را به مدیر عامل تفویض نمود.
- سازمان حسابرسی بعنوان حسابرس مستقل و بازرس قانونی شرکت برای سال ۱۴۰۱ انتخاب گردید.
- روزنامه کثیرالانتشار اقتصادی تعادل و دنیای اقتصاد جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.

رئیس اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تغییرات شرکت فانوس سواحل کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۷۴۲۹ و شناسه ملی ۱۴۰۰۵۲۰۶۱۱۳
به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۱،۰۵،۲۹، مرکز اصلی شرکت از آدرس قبلی به نشانی: جزیره کیش، بلوار ایران قساز، صنعتی، قطعه ۵X، طبقه اول، واحد ۲، کد پستی شماره ۷۹۴۱۶۵۹۶۷۹ تغییر یافت و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

رئیس اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تاسیس شرکت پایا تجارت خودرو کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۶۶۳۲ و شناسه ملی ۱۴۰۱۱۵۷۸۰۲
با عنایت استعلام اخذ شده از مدیریت محترم بازرگانی سازمان بر اساس بند ۷ ماده ۷ ضوابط ثبت شرکتها به شماره ۱۴۰۱،۳۸۰۱۱۱۱۰۲ مورخ ۱۴۰۱،۰۷،۱۱ و استعلام از معاونت امور شهری و زیست محیطی به شماره ۱۴۰۱،۳۸۰۱۱۰۹۹۴ مورخ ۱۴۰۱،۰۷/۱۰ مورخ ۱۴۰۱،۰۷/۱۰ و استعلام از مدیریت محترم سرمایه گذاری سازمان منطقه آزاد کیش به شماره ۱۴۰۱/۳۸۰۱۱۲۱۹۶ مورخ ۱۴۰۱/۰۷/۲۰ خلاصه اساسنامه و اظهارنامه شرکت که در تاریخ ۱۴۰۱/۰۷/۲۰ تحت شماره ۱۶۶۳۲ در این اداره به ثبت رسیده جهت اطلاع عموم به شرح ذیل در روزنامه رسمی و کثیرالانتشار آگهی میشود.
۱. موضوع شرکت: خرید فروش واردات صادرات کلیه کالاها ی مجاز بازرگانی، ارایه کلیه خدمات تجاری، شرکت در مناقضات، انجام کلیه امور پیمانکاری، و سرمایه گذاری مرتبط با خدمات و قطعات خودرو، خرید و فروش سهام برای خود شرکت، ترخیص کالا از گمرکات داخلی و خارجی، اخذ و اعطای نمایندگی و ایجاد شعب در داخل و خارج از کشور، اخذ وام و تسهیلات ریالی و ارزی از بانکها و موسسات مالی و اعتباری داخلی و خارجی و اخذ ضمانت نامه بانکی و اعتبار استادی پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیصلاح و قانون جاری کشور و سازمان منطقه آزاد کیش.

- مرکز اصلی شرکت: جزیره کیش، فاز یک صنعتی، بلوار ایران، خیابان اصلی، ساختمان پارس، قطعه ۵X۴، طبقه دوم، واحد ۱۴، کد پستی ۷۹۴۱۶۵۸۳۷
- میزان سرمایه شرکت: سرمایه شرکت مبلغ ۱۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال منقسم به ۱۰۰ سهم با نام عادی ۱۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریالی که مبلغ ۳۵۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال آن به موجب گواهی شماره ۱۰۱۰/۱۱۵۲/ب د مورخ ۱۴۰۱،۰۳/۳۱ بانک دی شعبه کیش به حساب شرکت ااریز گردیده است و مابقی در تعهد سهامداران می باشد.
- مدت اعتبار شرکت: از تاریخ ثبت بمدت نامحدود.
- مدبران شرکت: آقای سید امیر حسین حسینی نصر با کد ملی ۰۰۲۱۲۰۶۴۲۲، به سمت مدیر عامل و عضو هیئت مدیره، آقای محمد مهدی حسینی با کد ملی ۰۰۱۸۲۷۷۸۱۰، به سمت رئیس هیئت مدیره، آقای محمد خلجی با کد ملی ۰۰۷۷۹۴۷۶۱، به سمت نایب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.
- دارندگان حق امضاء: کلیه اسناد و اوراق بهادار و بانکی با امضاء مدیر عامل و رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر خواهد بود و سایر نامه های اداری با امضاء مدیر عامل و یکی از اعضای هیئت مدیره و مهر شرکت معتبر می باشد.
- اختیارات مدیر عامل: طبق مفاد اساسنامه.
- اولین بازرسان: آقای رسول علومی عباس آباد با کد ملی ۱۳۸۱۹۳۱۶۶۴ بعنوان بازرس اصلی و آقای محمد جمالی با کد ملی ۳۴۹۰۳۲۰۷۸۶ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال انتخاب شدند.
- روزنامه کثیرالانتشار اقتصاد کیش بعنوان روزنامه کثیرالانتشار جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.

رئیس اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت فروشگاه های زنجیره ای گلدریان منطقه آزاد کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۱۲۲۰ و شناسه ملی ۱۴۰۰۳۹۵۷۶۲۹
به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۱،۰۲،۰۸، تراژنامه و حساب سود و زیان شرکت منتهی به ۱۴۰۰،۰۱،۰۱، به تصویب رسید.

رئیس اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

وجیده امیرزاده مشاور بیمه ای شما ۰۹۱۲۲۱۱۸۶۳۲ موبایل و واتس آپ