

گروه بهداشت و سلامت –

احتمالا تاکنون در مورد روانشناسی کودکان و نوجوانان زیاد شنیده‌اید؛ اما می‌توان حدس زد که عبارت روانشناسی پیری برای شما چیز جدیدی باشد و در مورد آن چیزی نشنیده باشید. رشته روانشناسی دارای تخصص‌های مختلفی است که روانشناسان می‌توانند برای کمک و ارائه درمان و خدمات به گروه‌های خاص مانند سالمندان، کودکان و غیره بر روی گرایش‌های مختلف آن تمرکز کنند.

ژورسایکلوژی یا روانشناسی سالمندی، تخصصی در روانشناسی حرفه‌ای است که دانش و روش‌های روانشناسی را برای درک و کمک به سالمندان و خانواده‌های آن‌ها به کار می‌گیرد تا بتوانند، رفا رفاه زندگی خود را حفظ کنند و بر مشکلات جاری خود غلبه نمایند.

چرا روانشناسی پیری مهم است؟

بهرتر است که در مورد اهمیت روانشناسی پیری بیشتر بدانید؛ زیرا ممکن است شما یا کسی که دوستش دارید، به آن نیاز داشته باشید. همان‌طور که گفتیم، ژوروسایکلوژی تخصصی در روانشناسی است که بر درک، درمان و بهبود سلامت روان افراد مسن تمرکز دارد.

اختلالات سلامت روان، افسردگی و پیری، اضطراب و بیماری‌های مزمن مرتبط با افزایش سن، همگی نشان می‌دهد که افراد مسن نیاز به مراقبت‌های روان‌شناختی

بهبود زندگی در دوران پیری با کمک روانشناسی سالمندی

■ **تمرکز اصلی بسیاری از گرایش‌های روانشناسی بر روی تغییرات شناختی، رفتاری و رشدی در طول عمر انسان است؛**
با این وجود روانشناسی یالینی در ارتباط با چالش‌های پیش روی افراد در دوران سالمندی، آموزش‌های محدودی دارد. همین امر نشان دهنده اهمیت گسترش رشته‌ای است که بر چالش‌های این دوران متمرکز باشد.

مناسب به دوران زندگی خود را دارند. روانشناسی پیری، افراد مسن را برای درمان انواع اختلالات، چالش‌ها و نگرانی‌های مربوط به دوران سالمندی مانند بازنشستگی و جابجایی محل

کم است؛ با توجه به افزایش جمعیت سالمندان در سال‌های آتی، این تعداد باید افزایش پیدا کند.

اضطراب و افسردگی در سالمندان

باتوجه‌به‌افزایش‌جمعیت‌سالمندکشور ایران،اهمیت‌این‌رشته‌بیشترنمایان‌می‌شود؛هم‌برای‌افراد مسن‌جامعه‌و‌خانواده‌ایشان‌که‌بفتو‌اننداز‌خدمات‌و‌ان‌در‌مانی‌پیری‌استفاده‌کنندوهم‌برای‌دولت‌که‌در‌برنامه‌ریزی‌های‌خود‌بده‌دنبال‌آموزش‌نیروی‌متخصص‌در‌زمینه‌روانشناسی‌سالمندی‌باشد.

زندگی تشویق می‌کند.

سالمندان، خانواده ایشان و مراقبینشان می‌توانند با کمک گرفتن از روانشناسان حوزه پیری، خدمات روان درمانی و راهنمایی‌هایی را برای مدیریت بهتر زندگی خود در سسال‌های پیری دریافت کنند.

طول عمر انسان با پیشرفت‌های پزشکی و فناوری افزایش یافته است؛ به‌همین دلیل تقاضا برای بررسی روند پیری نیز افزایش پیدا کرده است. در حال حاضر تعداد روانشناسان حوزه روانشناسی سالمندی در کشور بسیار

تغییرات شناختی منفی در افراد مسن، خود را به دلایل مختلفی از جمله بازنشستگی، مشکلات مالی، مسائل حمل و نقل، مشکلات مسکن، جابجایی محل زندگی و کاهش سلامت جسمانی نشان می‌دهد. اصلی‌ترین اختلال روانی که افراد مسن را تحت تأثیر قرار می‌دهد، افسردگی است.

افسردگی می‌تواند منجر به کاهش علاقه به سرگرمی‌ها یا فعالیت‌های همیشگی، انزوا و حتی خودکشی در موارد وخیم شود. طبق

در مقایسه با زمانی که شرکت کنندگان دارونما مصرف می‌کردند.

«الندی جونز»، استناد فیزیولوژی کاربردی در دانشگاه اکستر، گفت: «تحقیق‌مادر‌در‌حال‌حاضر‌شواهد‌زیادی در مورد خواص افزایش عملکرد نیترات رژیم غذایی، که معمولا در آب چغندر یافت می‌شود، ارائه کرده است.»

مطالعات قبلی افزایش نیترات در بافت‌ومایع‌بدن‌راپس‌از‌مصرف‌نیترات رژیم غذایی نشان داده بود. با استفاده از دیساک در مطالعه جدید، محققان قادر بودند نشان دهند که مصرف نیترات در آب چغندر برای مدت دو سال انتخاب شدند.

آگهی تصمیمات شرکت بازرگانی روشن کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۸۹۶ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۵۳۹۰

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۳۰۱۰۱۰۱۸ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای ماثاله آقا محمدی کهگی با کد ملی ۰۳۸۱۳۱۸۱۵۱ به سمت مدیر عامل و رئیس هیات مدیره، آقای رضامحمدی با کد ملی ۰۳۸۱۳۴۶۴۳۱ به سمت نایب رئیس هیات مدیره، آقای حسین محمدی معین با کد ملی ۰۳۸۰۸۲۷۰۰۷ به سمت عضو هیات مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.
۲- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهد آور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادهای عقود اسلامی با امضاء مدیر عامل همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.
۳- آقای پژمان نوروزی به شماره ۲۵۹۵۸۳۹۶۹ به عنوان بازرس اصلی و آقای شاهرخ حسن زاده به شماره ملی ۰۸۴۱۰۸۷۵۴ به عنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال مالی انتخاب شدند.

رحمانی –سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت سر مایه گذاری آینده ساز کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۱۳۰ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۷۲۹۹

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۳۰۱۰۱۱۰۲۳ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱-ترازنامه و حساب سودوزیان سال منتهی به ۱۳۹۹/۱۲/۳۰ به تصویب رسید.
۲-موسسه حسابرسی ددش و همکاران با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۱۷۱۲۷۱ به عنوان حسابرس و بازرس اصلی و موسسه حسابرسی ایران مشهود با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۳۳۲۹۷۳ به عنوان حسابرس و بازرس علی البدل برای مدت یکسال انتخاب شدند.
۳-روزنامه کثیرالانتشار اطلاعات جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.
رحمانی –سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت سر مایه گذاری آینده ساز کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۱۳۰ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۷۲۹۹
به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۳۰۱۰۸۰۱۸ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱.ترازنامه و حساب سود و زیان سال منتهی به ۱۴۰۰/۱۲/۲۹ به تصویب رسید.
۲.موسسه حسابرسی ددش و همکاران با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۱۷۱۲۷۱ به عنوان حسابرس و بازرس اصلی و موسسه حسابرسی سامان پندار با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۵۲۵۶۹ به عنوان حسابرس و بازرس علی البدل برای مدت یکسال انتخاب شدند.

۳.روزنامه کثیرالانتشار اطلاعات جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.
رحمانی –سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

بهداشت و سلامت

معمولا این علائم با بیماری‌های جسمانی دوران سالمندی، هم‌زمان می‌شوند. روانشناسان حوزه پیری، عوامل استرس زایی که باعث ایجاد اضطراب در زندگی افراد مسن شده‌اند را از گذشته تا حال شناسایی می‌کنند؛ زیرا دانش کافی و لازم برای ارزیابی و درمان این اختلالات را دارند.

بیماری‌های مزمن

روانشناسان اغلب با افراد مسنی که از بیماری‌های مزمن رنج می‌گیرند، کار می‌کنند. بر اساس گزارش APA، حدود ۸۵ درصد از افراد مسن در آمریکا حداقل یکی از بیماری‌های مزمنی مانند آرتریت، فشارخون بالا، بیماری قلبی، دیابت، کاهش شنوایی، آب مروارید یا سکنه مغزی را تجربه می‌کنند.

زمانی که بیماری مزمن در فرد مسن تشخیص داده شود، پزشک درمان تحت نظر روانشناس را برای کمک به فرد توصیه می‌کنند تا با کمک حرفه‌ای، فرد بتواند با زندگی همراه با بیماری سازگار شود. در این صورت می‌توان گفت که روند درمان بیماری مزمن فرد سالمند به یک هدف درمان مشترک تحت نظر پزشک و روانشناس تبدیل می‌شود.

بیماران اغلب به مواجهه با واقعیت‌های سخت زندگی، ناتوانی در مزمن، دچار افسردگی می‌شوند. افسردگی اغلب درمان پزشکی را مختل می‌کند. روانشناسان حوزه پیری، افراد مسن را نسبت به بیماری‌های مزمن و عوارض آنها،

مسائل اجتماعی، زیست محیطی و حتی شبکه‌های اجتماعی آگاه و راهنمایی می‌کنند. روانشناسان سعی می‌کنند از این طریق به سالمندان کمک کنند تا بتوانند با شرایط خود سازگار شده و درمان خود را پیگیری کنند.

زوال عقل

افراد مسنی که از بیماری آلزایمر یا زوال عقل رنج می‌برند، معمولا علائم اضطراب و افسردگی را نیز از خود بروز می‌دهند. طبق تحقیقات کارشناسان انجمن آلزایمر آمریکا، حدود ۴۰ درصد از افراد مبتلا به آلزایمر از افسردگی شدید نیز رنج می‌برند. بیماران که مبتلا به آلزایمر هستند، کمتر در مورد افسردگی خود حرف می‌زنند؛ همین امر روانشناسان حوزه سالمندی را با چالش‌های خاص خود روبرو می‌کند.

طبیب دستورالعمل‌های موسسه ملی سلامت روان آمریکا، جهت تشخیص افسردگی در بیماران مبتلا به آلزایمرس باید دو یا چند مورد از علائم زیر را در یک دوره دو هفته ای از خود نشان دهند:

انزوی اجتماعی
اختلال در خواب
حرکات کند و حرکات هیجانی کچ خلقی و زودرنجی
فروزدگی و خستگی
احساس بی ارزشی
افکار تکرار شونده در مورد مرگ
بهبود زندگی در دوران پیری با

کمک روانشناسی سالمندی
روانشناسی سالمندی برای چه کسانی مفید است؟
هر فرد سالمندی می‌تواند از خدمات روان درمانی پیری استفاده کند. به عنوان یک فرد سالمند ممکن است خودتان یا یکی از افرادی که می‌شناسید به این خدمات نیاز داشته باشید. برای تشخیص این امر به علائمی که در ذهن و جیستان وجود دارد، دقت کنید. حواستان می‌باشند. برای تشخیص این امر به بروز بیماری‌های مزمن، زوال عقل و آلزایمر، افسردگی و اضطراب در سنین بالا باشد.

همان‌طور که در این مقاله به طور مفصل گفتیم؛

دوشنبه ۱۰ بهمن ۱۴۰۱ ، ۸ رجب ۱۴۴۴ ، ۳۰ ژانویه ۲۰۲۳ ، شماره ۴۱۴۴ ، صفحه ۹

روانشناسی سالمندی، شاخه‌ای در روانشناسی است که به سلامت روان سالمندان و مطالعه روند پیری می‌پردازد. به عبارت دیگر ژورسایکلوژی یا افزایش سن و سلامت افراد مسن سوار دارد.

بسا توجه به افزایش جمعیت سالمند کشور ایران، اهمیت این رشته بیشتر نمایان می‌شود؛ هم برای افراد مسن جامعه و خانواده ایشان که بتوانند از خدمات روان درمانی پیری استفاده کنند و هم برای دولت که آموزش نیروی متخصص در زمینه روانشناسی سالمندی باشد.



ویتامین A دوستدار قلب شما

گروه بهداشت و سلامت–ویتامین A ممکن است از قلب در برابر برخی عوارض جاقی محافظت کند.

تحقیقات نشان می‌دهند در مدل حیوانی موش، چاقی ناشی از رژیم غذایی اختلال بیشتری در رن‌های دخیل در عملکرد قلب را در صورت همراه شدن با کمبود ویتامین A با استفاده از رویکرد ترکیبی رژیم غذایی و ژنتیکی نشان داده است.

این مطالعه در مجله آمریکایی فیزیولوژی–قلب و فیزیولوژی گردش خون منتشر شده است.

نتیجتهای مستقر در دانشکده پزشکی هانوفر آلمان، در مدل حیوانی موش با کمبود ویتامین A چاقی را مشاهده کردند. پس از ۲۰ هفته، محققان قلب و متابولیسم موش‌های سالم را با موش‌های چاق با سطح کافی ویتامین A مقایسه کردند. موش‌های چاق با کمبود ویتامین، ژن‌هایی را در قلب سرکوب کردند که با استخراج انرژی از چربی و استخراج انرژی مرتبط است. مسیر گلکز و فرآیندهای تولید مولکول حامل انرژی آدنوزین تری فسفات همه این مناطق برای عملکرد متابولیک حیاتی هستند. محققان نوشتند: «مطالعه ما نقش ویتامین A را در حفظ بیان ژن پرانرژی قلب شناسایی می‌کند که می‌تواند اختلال عملکرد میتوکندری و تقیاضی را در چاقی ناشی از رژیم غذایی کاهش دهد.

همان‌طور که می‌دانید، دو نوع ویتامین A وجود دارد:

ویتامین A موجود در گوشت قرمز، مرغ، ماهی و لبنیات که وقتی وارد بدن می‌شود، به‌صورت مستقیم جذب می‌شود. ویتامین A موجود در برخی میوه‌ها و سبزی‌ها مثل اسفناج که وقتی وارد بدن می‌شود، ابتدا بدن باید آن‌ها را طی فرآیندی پردازش کند تا قابل جذب شود.

در صورتی قصد مصرف مکمل‌های ویتامین A را دارید با یک متخصص در این خصوص مشورت کنید، تا سلامت قلبی‌خود را افزایش دهید.

آگهی تصمیمات شرکت بازرگانی پترواکسیر کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۹۷۳۵ و شناسه ملی ۱۴۰۰۲۱۹۲۱۸

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۱۰۸۰۸۱۶، ماده ۴۰ اساسنامه رابشرح ذیل به مدیر عامل تفویض نمود:

۱) نمایندگی شرکت در برابر اشخاص و کلیه ادارات دولتی و موسسات خصوصی
۲) افتتاح حساب و استفاده از آن بنام شرکت نزد بانکها و موسسات (۳ دریافت مطالبات شرکت و پرداخت دیون آن از اصل و بهره مترفعات ۴) تعهد، ظهر نویسی قبولی، پرداخت و اخواسات اوراق تجارتي (۵) مباردت به تقاضا و اقدام برای ثبت هر گونه علامت تجارتي (۶) تحصیل اعتبار از بانک‌ها و شرکتها و موسسات و هر نوع استقرار و اخذ وجه بهره مبلغ و بهره مدت و بهره میزان بهره و کارمزد و یا هر گونه شرایطی که مقتضی باشد(۷) اقامه هر گونه دعوی و دفاع از هر گونه دعوی با تسلیم به دعوی یا انصراف از آن اعم از حقوقی و کیفری و داشتن تمام اختیارات مراجعه به امر

دادرسی از حق پژوهش، فرجام‌فصلحه، تعیین وکیل سازش ادعای جعل نسبت به سند طرف و استرداد سند تعیین داور یا یا بدون اختیار صلح و بطور کلی استفاده از کلیه حقوق و اجرای کلیه تکالیف ناشیه از قانون داری تعیین وکیل برای دادرسی و غیره و یا بدون حق توکیل و توکیل در لو کرار تعیین مصدق و کارشناس اقرارخواه در ماهیت دعوی و خواه به امری که کاملا قاطع دعوی باشد دعوی خسارت استرداد دعوی جلب شخص ثالث و دفاع از دعوی ثالث اقدام به دعوی متقابل و دفاع از آن تامین مدعی به تقاضای توقیف اشخاص و اموال از دادگاههای اعطای مهلت برای پرداخت مطالبات شرکت ، درخواست صدور برگ اجرایی و تعقیب عملیات اجرایی و اخذ محکوم چه در دادگاه و چه در ادارات و دوائر ثبت

اسناد(۷) تهیین میزان استهلاکها(۸) تنظیم خلاصه صورت داریی و قروض شرکت هر شش ماه یکبار و تحویل آن به بازرس شرکت (۹) تنظیم صورت داریی و دیون شرکت پس از انقضای سال مالی و همچنین ترازنامه و حساب عملکرد و حساب سود و زیان شرکت طبق ماده ۲۳۲ لایحه قانونی اصلاح قسمتی از قانون تجارت (۱۰) پیشینهاد هر نوع اخذ تسخه علاوه بر پنج در صد اندوخته موضوع ماده ۱۴۰ و ۳۳۸ لایحه قانونی اصلاح قسمتی از قانون تجارت (۱۱) پیشینهاد تقسیم سود بین صاحبان سهام (۱۲) پیشینهاد اصلاح اساسنامه در مواردی که مفید تشخیص داده شود.
رحمانی –سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت پرسیکا کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۷۵۱۷ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۳۴۴۵

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۳۰۱۰۱۰۲۳ و تأییدیه مدیر امور فرهنگی و آموزشی سازمان منطقه آزاد کیش به شماره ۱۲۲۴۶/۱۳۸۰/۱۴۰۱ مورخ ۱۴۰۱/۱۰/۲۲۰ موارد ذیل به موضوع شرکت الحاق گردید.

تهیه تنظیم مشاوره و اجرای برنامه‌های تبلیغاتی و انجام دادن سایر خدمات برای معرفی و فروش کالا یا خدمات مربوط ، عقد قرارداد و شرکت در مزایادت و مناقضات دولتی و خصوصی مرتبط با موضوع تبلیغات پس از اخذ مجوز از مراج ذیصلاح و قانون جاری کشور و سازمان منطقه آزاد کیش و ماده مربوطه در اساسنامه به نحو فوق اصلاح گردید.

رحمانی –سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

وجیده امیرزاده مشاور بیمه ای شما ۰۹۱۲۲۱۱۸۶۳۲ موبایل و واتس آپ

