

گروه بهداشت و سلامت - مردها بیشتر احتمال دارد که در سنین پایین‌تر نسبت به زن‌ها دچار بیماری‌های مزمن شوند و علت آن نیز متفاوت بودن سبک زندگی و فاکتورهای بیولوژیکی و اجتماعی می‌باشد، مثلاً سیگار و الکل و مواد مخدر، استرس، هورمون‌ها، متابولیسم، ژنتیک، نداشتن تحرک بدنی، رژیم غذایی ناسالم و اهمیت ندادن به چکاپ‌های منظم.

معمول‌ترین مشکلات سلامتی در میان آقایان چیست؟ متوسط طول عمر مردان در آمریکا ۷۶ سال است که ۵ سال کمتر از متوسط طول عمر زنان متحده سال می‌باشد. این عده‌ها می‌توانند نشان‌دهنده که خوب است تغییرات لازم را در جهت سلامتی بهتر و طول عمر بیشتر انجام دهید.

بیماری قلبی: ریسک فاکتورهای مربوط به بیماری‌های قلبی بسته به سطح کلسترول خون، رژیم غذایی، فعالیت بدنی و سیگار کشیدن یا نکشیدن متفاوت است. مطالعه‌ای توسط انجمن قلب آمریکا نشان می‌دهد ۵۱.۲ درصد از مردان ۲۰ سال به بالا دچار نوعی بیماری قلبی هستند. چکاپ‌های رو تین می‌توانند به پیشگیری از بیماری‌های قلبی کمک کنند. داشتن رژیم غذایی سالم، ورزش منظم و مدیریت استرس نیز از دیگر عوامل مؤثر در این زمینه است.

دیابت: در سال ۲۰۱۳ تا ۲۰۱۶ ۲۰۱

گزارش شد که بیش از ۱۳.۷ میلیون مرد به دیابت دچار هستند. دیابت یک بیماری جدی است که اگر تحت مداوا قرار نگیرد می‌تواند مشکلات بینایی، آسیب کلیوی، آسیب عصبی، سکنه مغزی و بیماری قلبی ایجاد کند. دو نوع دیابت وجود دارد؛ اما این دو علامت مشابه زیادی دارند: تارگی دید، تکرر ادرار، احساس تشنگی، احساس گرسنگی، خستگی و بریدگی‌ها و زخم‌هایی که به‌درستی خوب نمی‌شوند. اگر شک دارید ممکن است دیابت داشته باشید، برای بررسی به پزشک مراجعه کنید.

سکنه مغزی: از سال ۲۰۱۳ تا ۲۰۱۶، بالای ۳ میلیون مرد از سکنه مغزی در میان مردان در ایالات متحده آمریکا گزارش شد. سکنه مغزی ناشی از یک لخته خون است که راه رسیدن اکسیژن و مواد مغذی به مغز را مسدود می‌کند. سکنه مغزی باعث آسیب مغزی نشده و ممکن است منجر به محدودیت در حرکات فیزیکی، از دست دادن حافظه و مشکل در تکلم شود. برخی از فاکتورهای دخیل در سکنه مغزی شامل فشارخون بالا، دیابت، چاقی، مصرف تنباکو و الکل و داروهای غیر مجاز و نداشتن فعالیت بدنی می‌شوند.

بیماری کبدی: در سال ۲۰۱۸ تقریباً ۴ میلیون و ناصد هزار نفر در ایالات متحده دچار نوعی بیماری کبدی بودند. اگر بیماری کبدی داشته باشید بدانتنا به‌سختی می‌تواند غذا را هضم کرده و مواد مغذی آن را

عاطفی.

اجتناب رفتاری: اجتناب رفتاری اجتناب یادوری گزینی جسمی یا فیزیکی از افراد، مکان‌ها، صداها یا اشیاء می‌شوند. از علامت‌های سندرم استرس پس از سانحه یا پی‌اچ‌اس‌دی می‌توان به اجتناب فرد از محرک‌هایی که آن واقعه را تداعی می‌کنند، خاطرات مزاحم که زندگی روزمره و الگوی مزاحم را مختل می‌کنند، نوسانات خلقی و تغییرات رفتاری اشاره کرد. حدود ۷۰ درصد جمعیت جهان با رویدادهای آسیب‌زننده در زندگی مواجه شده و هفت درصد به اختلال استرس پس از سانحه دچار می‌شوند.

یکی از نشانه‌های اصلی استرس پس از سانحه، اجتناب یا گناه‌گیری است. دو نوع اجتناب مرتبط با پی‌اچ‌اس‌دی عبارتند از: اجتناب رفتاری و اجتناب عاطفی.

رایج‌ترین مشکلات سلامتی در میان آقایان

■ **مردها به دلیل داشتن جثه بزرگ‌تر و بدنی عضلانی‌تر نسبت به زنان، جنس قوی‌تر به شمار می‌روند. اما در حوزه سلامت و بیماری‌ها ماجرا کمی متفاوت است.**

جذب نموده و از مواد اضافی و سموم خلاص شود. برخی از معمول‌ترین بیماری‌های کبدی شامل هپاتیت ویروسی، سیروز، سرطان مجرای صفرا، بیماری کبد الکلی و سرطان کبد می‌شوند. عدم مصرف الکل و ترک سیگار می‌تواند ریسک ابتلا به عوارض کبدی را کاهش دهد.

بیماری مزمن انسدادی ریه و دیگر بیماری‌های تنفسی بیماری مزمن انسدادی ریه عبارتی پزشکی است که برای برونشیت مزمن و امفیوزما به کار می‌رود. علائم برونشیت مزمن شامل تنگی نفس، سرفه، افزایش موکوس و مدام صاف کردن گلو می‌شود. علائم امفیوزما نیز شامل تنگی نفس و کاهش تدریجی ظرفیت فرد برای فعالیت از دست دادن حافظه و مشکل در تکلم می‌شود. برخی از فاکتورهای دخیل در سکنه مغزی شامل فشارخون بالا، دیابت، چاقی، مصرف تنباکو و الکل و داروهای غیر مجاز و نداشتن فعالیت بدنی می‌شوند.

بیماری مزمن انسدادی ریه و دیگر بیماری‌های تنفسی بیماری مزمن انسدادی ریه عبارتی پزشکی است که برای برونشیت مزمن و امفیوزما به کار می‌رود. علائم برونشیت مزمن شامل تنگی نفس، سرفه، افزایش موکوس و مدام صاف کردن گلو می‌شود. علائم امفیوزما نیز شامل تنگی نفس و کاهش تدریجی ظرفیت فرد برای فعالیت از دست دادن حافظه و مشکل در تکلم می‌شود. برخی از فاکتورهای دخیل در سکنه مغزی شامل فشارخون بالا، دیابت، چاقی، مصرف تنباکو و الکل و داروهای غیر مجاز و نداشتن فعالیت بدنی می‌شوند.

بیماری مزمن انسدادی ریه و دیگر بیماری‌های تنفسی بیماری مزمن انسدادی ریه عبارتی پزشکی است که برای برونشیت مزمن و امفیوزما به کار می‌رود. علائم برونشیت مزمن شامل تنگی نفس، سرفه، افزایش موکوس و مدام صاف کردن گلو می‌شود. علائم امفیوزما نیز شامل تنگی نفس و کاهش تدریجی ظرفیت فرد برای فعالیت از دست دادن حافظه و مشکل در تکلم می‌شود. برخی از فاکتورهای دخیل در سکنه مغزی شامل فشارخون بالا، دیابت، چاقی، مصرف تنباکو و الکل و داروهای غیر مجاز و نداشتن فعالیت بدنی می‌شوند.

اختلال استرس پس از سانحه چگونه یک فرد را تحت تاثیر قرار می‌دهد؟

متوسل می‌شود. برای نمونه فردی که با تعرض مواجه شده است، به روش دفاعی اجتناب عاطفی روی می‌آورد. روش‌های مقابله‌ای و دفاعی اجتنابی گاهی نیز به شکل سوء مصرف الکل، مواد مخدر یا اختلال در خوردن بروز می‌کند.

خاطرات مزاحم: عوامل و نشانه‌های مداخله‌گر و مزاحم از جمله نشانه‌های بسیار در اختلال پی‌اچ‌اس‌دی است که معمولاً به شکل تجربه خاطرات مزاحم یا کابوس‌ها ظاهر می‌شوند. افراد مبتلا به اختلال پی‌اچ‌اس‌دی معمولاً نفوذ ناخواسته این خاطرات را نمی‌توانند کنترل کنند. این خاطرات مزاحم اغلب با تحریکات حسی مانند بو، تصاویر یا صداهایی که تداعی کننده محل آسیب‌دیدگی هستند از راه می‌رسند.

نوسانات خلقی: افراد مبتلا به پی‌اچ‌اس‌دی اغلب با نوسانات خلقی مواجه‌اند و در کنترل احساساتشان مشکل دارند. آن‌ها با افکار منفی دربارت خودشان و جهانی که در آن زیست می‌کنند، دست به گریبانند و همین امر موجب احساس ترس و بیگانگی از دیگران می‌شود و تا حد زیادی تمایل آن‌ها برای مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی را کاهش می‌دهد. علاوه بر این، افراد مبتلا به پی‌اچ‌اس‌دی ممکن است واکنش پذیری هیجانی بالاتری نشان دهند. این موضوع می‌تواند به تحریک‌پذیری، انفجار خشم، رفتار بی‌پروا و همچنین وحشت‌زدگی منجر شود.

تغییرات رفتاری: تغییرات رفتاری مرتبط با استرس مزمن، اضطراب، افسردگی و ترس اغلب با

بهداشت و سلامت



مردها معمولاً کمتر در مورد درگیری‌های ذهنی خود حرف می‌زنند که دلایل گوناگونی دارد، از جمله ترس. هر ساله ۶ میلیون مرد دچار افسردگی و عوارض روحی مرتبط با آن می‌شوند. مراجعه به روانپزشک، ورزش منظم و نوشتن، از روش‌های ثابت شده مؤثر برای کاهش علائم افسردگی و اضطراب‌اند.

پوست باشد. یک معاینه کلی از تمام بدن توسط متخصص پوست توصیه می‌شود. سرطان پوست در صورتی که زودتر شناسایی شده و تحت درمان قرار بگیرد، احتمال بهبود بیماری بسیار بالا خواهد بود.

سرطان پروستات: پروستات غده کوچکی در سیستم تناسلی مردانه است، اما می‌تواند تبدیل به یک مشکل جدی شود. به طور متوسط یک‌هشتم مردان دچار سرطان پروستات می‌شوند که یک بیماری با-روند

ویتامینی که با خطر حمله قلبی همراه است

گروه بهداشت و سلامت - بسیاری از افراد، مکمل ویتامین B3 مصرف می‌کنند و در مولتی ویتامین‌ها گنجانده می‌شود همچنین برای تقویت سلامت به برخی از غذاها مانند غلات نیز اضافه می‌شود. نتایج تحقیقات جدید نشان می‌دهد قرص ایزن‌زین برای سالم ماندن و کاهش کلسترول مصرف می‌کنند ممکن است منجر به حملات قلبی بیشتر شود. ویتامین B3 که در برخی غذاها مانند غلات نیز وجود دارد، می‌تواند مقدار زیادی ماده شیمیایی به نام PY4 را در بدن ما بسازد. این ماده شیمیایی می‌تواند رگ‌های خونی ما را منتهب کند و خیر بدی برای قلب است، زیرا می‌تواند باعث مشکلات جدی مانند سکنه شود. دانشمندان در کلینیک کیولند متوجه این مشکل با ویتامین B3 شدند. بسیاری از کشورها این ویتامین را به مواد غذایی مانند آرد و غلات اضافه می‌کنند، زیرا به سیستم عصبی و رشد اندام‌ها و بافت‌هایی مانند کبد، پوست، مو و سلامت چشم‌ها کمک می‌کند.

شما می‌توانید ویتامین B3 را به تنهایی یا از طریق ویتامین‌ها خریداری کنید. به شما کمک می‌کند سالم بمانید و برای مدت طولانی‌تری جوان به نظر برسید، اما نتایج تحقیقی نشان داد که برخی افراد بیش از حد از این ویتامین مصرف می‌کنند و PY4 بیش از حد دارند. دکتر استلنی هازن، محقق ارشد این تحقیق گفت: اثرات ناسیج (نوعی ویتامین B3) همیشه تا حدودی یک پارادوکس بوده است. علیرغم کاهش کلسترول با ناسیج، مزایای بالینی آن همیشه کمتر از حد انتظار بوده است. سروس سلامت ملی بریتانیا می‌گوید که ما معمولاً ویتامین B3 کافی را از چیزهایی مانند گوشت، ماهی، تخم مرغ و آرد گندم دریافت می‌کنیم و مصرف بیش از حد یک نوع ویتامین می‌تواند منجر به بیماری کبد شود.

آگهی افزایش سرمایه شرکت نوین فناوران (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۳۵۹۱ و شناسه ملی ۱۴۰۰۷۴۵۵۳۴۴

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۱ و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۵ و استخدام از مدیر نظارت بر خدمات و مراکز گردشگری به شماره ۱۴۰۲/۳۸۰۱۱۵۵۶۳۲ مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۰ و تأییدیه سازمان هواپیمایی کشوری به شماره ۲۴۱۰۲۲۹۶۴۰ مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۶ تصمصمات اتخاذ گردید:

۱- خانم سارا افریقی به کد ملی ۰۰۶۶۱۵۵۶۱۷ به سمت مدیر عامل (خارج از اعضا و سهامداران)، آقای سید حسین خاب نما به کد ملی ۰۰۳۳۹۰۸۴۴۱ به سمت رئیس هیئت مدیره، خانم کتیر سکنیه بهزادپور به کد ملی ۰۰۳۳۹۰۸۴۴۱ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره، آقای غلامعباس بهزادپور به کد ملی ۰۰۸۲۱۰۴۹۳۱ به سمت عضو هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

۲- کلیه اوراق اسناد بهادار و تعهد آور بانکی از قبیل چک، سفته، بروات و هر گونه سندی که برای شرکت ایجاد تعهد نماید با امضاء آقای سید حسین خاب نما همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشد.

رضا والی پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی افزایش سرمایه شرکت نوین فناوران (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۳۵۹۱ و شناسه ملی ۱۴۰۰۷۴۵۵۳۴۴

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۱ و تأییدیه مدیریت فناوری اطلاعات و ارتباطات به شماره ۱۴۰۲/۳۸۰۱۱۴۲۸۰ مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۹ به موضوع شرکت موارد ذیل الحاق گردید:

«موضوع فعالیت در تجارت الکترونیک زمینه (دستگاههای پوز بانکی) و ارائه خدمات فناوری اطلاعات در زمینه (خدمات نرم افزاری و سخت افزاری در خصوص دستگاههای پوز بانکی) و ارائه خدمات اجرایی و فنی مهندسی و عملیاتی در زمینه موضوع فعالیت شرکت (کلیه موارد فوق در صورت نیاز پس از اخذ مجوز های لازم)» و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

رضا والی پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت مهندسی پیشرو فن (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۰۷۷۴ و شناسه ملی ۱۴۰۰۳۶۶۹۴۸۹

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۰۷ و تأییدیه مدیریت فناوری اطلاعات و ارتباطات به شماره ۱۴۰۲/۳۸۰۱۱۴۲۸۰ مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۹ به موضوع شرکت موارد ذیل الحاق گردید:

«موضوع فعالیت در تجارت الکترونیک زمینه (دستگاههای پوز بانکی) و ارائه خدمات فناوری اطلاعات در زمینه (خدمات نرم افزاری و سخت افزاری در خصوص دستگاههای پوز بانکی) و ارائه خدمات اجرایی و فنی مهندسی و عملیاتی در زمینه موضوع فعالیت شرکت (کلیه موارد فوق در صورت نیاز پس از اخذ مجوز های لازم)» و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

رضا والی پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت مهندسی پیشرو فن (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۰۷۷۴ و شناسه ملی ۱۴۰۰۳۶۶۹۴۸۹

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۰۷ و تأییدیه مدیریت فناوری اطلاعات و ارتباطات به شماره ۱۴۰۲/۳۸۰۱۱۴۲۸۰ مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۹ به موضوع شرکت موارد ذیل الحاق گردید:

«موضوع فعالیت در تجارت الکترونیک زمینه (دستگاههای پوز بانکی) و ارائه خدمات فناوری اطلاعات در زمینه (خدمات نرم افزاری و سخت افزاری در خصوص دستگاههای پوز بانکی) و ارائه خدمات اجرایی و فنی مهندسی و عملیاتی در زمینه موضوع فعالیت شرکت (کلیه موارد فوق در صورت نیاز پس از اخذ مجوز های لازم)» و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

رضا والی پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش

گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش

روزنامه