

لوجی (انحراف چشم)

استرابیسم یکی ازشایع ترین مشکلات چشمی به خصوص در کودکان است و در دوران کودکی اگر درمان نشود، باعث اختلال دید دائمی خواهد شد. معاینه به موقع کودک شما و درمان صحیح آن می تواند سبب بهبودی وی برای تمام عمر شود.

دید خوب

دید خوب نتیجه یک کار گروهی است که در آن کره چشم عضلات چشمی و مغز باید با هم همکاری کنند. عضلات چشمی کنترل حرکات چشم را به عهده دارند ، چشم مثل یک دوربین عکاسی تصاویر را با دقت دریافت کرده و آنها را به مغز می فرستد. مغز مسئول تفسیر سه بعدی است که بدین وسیله دید عمق ایجاد می شود.

چشم ها چگونه کار می کنند؟

برای داشتن دید خوب، هر دو چشم باید توانایی حرکت داشته و بتوانند تصویری واضح روی شبکیه ایجاد کنند . عضلات چشمی با کشیدن چشم در جهات مختلف ، کره چشم را در جهتی قرار می دهند که سعی در دیدن آن داریم. کار قسمت های دیگر چشم تنظیم تصویر روی شبکیه بوده و شبکیه این تصاویر را به مغز می فرستد.

ادامه دارد...

فشار خون بالا به طور معمول در اثر افزایش فشار وارده از جریان خون به دیواره رگهای خونی بروز می کند . فشار خون بالا گاهی کشنده بی سر و صدا نامیده می شود چرا که بیشتر در مراحل انتهایی هیچ علامتی ندارد .

توجه داشته باشید که فشار خون به طور طبیعی در اثر استرس و فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری بدنی بالا می رود . اما فردی که دچار بیماری فشار خون است به هنگام استراحت فشار خونس بالا تر از حد طبیعی قرار دارد .

علائم شایع

بیشتر اوقات برای این بیماری علامتی وجود ندارد مگر اینکه بیماری شدید باشد . سردرد ، خواب آلودگی ، گیجی ، کرختی و مورمور شدن دست ها و پاها ، سرفه خونی، خونریزی از بینی و تنگی نفس شدید از علائم فشار خون بحرانی است .

علت ناشناخته

بیشتر علت های بروز این بیماری ناشناخته است. تعداد کمی از موارد زیر در اثر بیماری مزمن کلیه ، تنگ شدن سرخرگ آئورت ، اختلال در بعضی از غدد درون ریزو تصلب شرائین رخ می دهد .

عوامل تشدید کننده بیماری

سن بالای ۶۰ سال ، چاقی ، سیگار کشیدن ، استرس ، وابستگی به الکل ، رژیم غذایی حاوی نمک یا چربی اشباع شده زیاد و پشت میز نشینی از مهم ترین عوامل تشدید کننده بیماری هستند .

عوامل ژنتیکی
سابقه خانوادگی فشار خون بالا ، سکته مغزی، حمله قلبی یا نارسایی کلیه ، مصرف

ترک آنی، 'بهترین' روش خلاصی از سیگار

در این تحقیق با بیش از ۱۹۰۰ سیگاری و ترک سیگار کرده گفتگو شده است بر اساس نتایج یک تحقیق، ترک یکبارہ سیگار بہتر از روش های برنامه ریزی شده بہ موفقیت می انجامد. بہ نوشتہ "بریتیش میدیکال ژورنال"، یک نشریہ پزشکی در بریتانیا، محققان کالج لندن در گفتگو با بیش از ۱۹۰۰ فرد سیگاری و ترک سیگار کردہ، راہ های خلاصی از سیگار را مورد مطالعہ قرار دادہ اند. محققان متوجہ شدہ اند کہ دو سوم سیگاری هایی کہ بہ یکبارہ آن را ترک کردہ اند موفق شدہ اند حداقل بہ مدت شش ماہ سیگار نکشند . در مقابل، تنها کمتر از نیمی از کسانی کہ بہ روش های برنامه ریزی شدہ اقدام بہ ترک سیگار کردہ اند، در این راہ موفق بودہ اند. محققان احتمال می دهند کسانی کہ

روش های برنامه ریزی شدہ را پیش می گیرند احتمالاً کمتر در مقابل وسوسہ سیگار کشیدن احساس قدرت می کنند. سیگار بہتر از روش های برنامه ریزی شدہ کہ " انگیزہ " سیگاری ها قبل از ترک آن، درجات مختلفی دارد کہ بہ تصمیم گیری برای ترک سیگار منجر می شود.

بہ نظر می رسد انگیزہ ترک سیگار در کسانی کہ یکبارہ آن را کنار می گذارند بسیار بالاتر از کسانی است کہ می خواهند در آیندہ ای نامشخص آن را ترک کنند. این تحقیق نشان می دہد کہ ۶۵ درصد از موارد ترک سیگار بدون برنامه، حداقل بہ مدت شش ماہ موفقیت بہ ہمراہ داشتہ است . در مقابل، ترک با برنامه سیگار نہا ۴۵ درصد بہ موفقیت انجامیدہ است. بطور سنتی تصور می شد بہترین روش غلبہ بر عادت سیگار کشیدن، طی کردن

زیرا احتمال حملہ قلبی یا سکتہ مغزی زیاد می شود .

سکتہ مغزی ، حملہ قلبی ، نارسایی احتقانی قلب و ورم ریه و نارسایی کلیہ از عوارض احتمالی این بیماری هستند ،

درمان

بررسی های تشخیصی ممکن است شامل آزمایش خون ، نوار قلب، آئزیوگرافی (عکس برداری از عروق با کمک تزریق مادہ حاجب و تاباندن اشعہ ایکس) و نیز سایر عکسبرداری ها باشد . اہداف درمان با توجہ بہ ویژگی های هر فرد تعیین خواهند شد .

بنابراین ممکن است شامل کم کردن وزن، ترک دخانیات ، برنامه ورزشی مناسب و تغییر شیوہ زندگی برای کاهش استرس باشند . باید گرفتن فشار خون خود را فزاید و روزانہ فشار خون را اندازه گیری کنید .

داروها

در صورتی کہ اقدامات محافظہ کارانہ اثر نداشته باشند ، با استفادہ از داروهای ضد فشار خون می توان فشار خون را پایین آورد. از مصرف داروهای سرماخوردگی و سینوزیت خودداری کنید . این داروہا حاوی آفدرین و پسوافدرین هستند کہ باعث افزایش فشار خون می شوند .

رژیم غذایی

رژیم غذایی کم نمک و در صورت اضافہ وزن ، رژیم لاغری مناسب نیز توصیه می شود . فعالیت در زمان ابتلا بہ این بیماری طبیعی ہمراہ با برنامه ورزشی حداقل ۳ بار در ہفتہ از سوی پزشکان توصیه می شود .

ژنتیک و درمان افسردگی

به تازگی در سایت (news today medical) مقاله ای منتشر شده که بنا بر پژوهش های موسسه (AHRQ Research agency for Healthcae) کافی برای تأیید اثربخشی بالینی این تست وجود ندارد. در گزارش های اولیه آمده بود که تست ژنتیک می تواند چگونگی متابولیسم داروهای SSRI را در افراد و در نتیجه کاربرد درمانی آنها مشخص کند ولی پژوهش های جدید ارتباطی میان این آزمایش و بهبود پیامدهای بالینی بیماران پیدا نکرده اند.



آزمایش ژنتیک می تواند در تعیین برنامه درمانی برای افسردگی کمک کننده باشند.



-به وضعیت بدن خود هنگام راه رفتن توجه کنید . صاف راه بروید ، شانه ها عقب ، شکم تو .

لاغری و سلامتی

غذایی که امروزه می خورید ، تاثیر آن را فردا می بینید . سلامتی و تناسب اندام به موادی بستگی دارد که مصرف می کنیم . -از زیاد خوردن خودداری کنید و غذاهای خود را خالص کنید

-دست کم روزی شش لیوان آب بنوشید . -هر وقت توانستید ، دست کم دو یا سه کیلومتر راه بروید . -الکل و مواد زیان آورد دیگر را مصرف نکنید .

اخبار سلامتی

مداوای زخم معده با عصاره های گیاهی

✓ برخی از عصاره های گیاهی برای از بین بردن میکروب عامل زخم معده مؤثرند . محققان کشورمان می گویند، استفاده از عصاره ه های آبی و الکلی نعناع و شیرین بیان تاثیر بسزایی دراز بین بردن میکروب هلیکوباکتر پیلوری دارند و می توان با استفاده از مواد موثراین گیاهان به ترکیبات جدیدی برای درمان زخم های معده و دوازدهه دست یافت .

♦♦♦

ارتباط چاقی

با کاهش میانگین هوش

✓ دریانویز : تحقیق تازه ای نشان داد میان چاقی و کاهش میانگین هوش در میان افراد چاق ارتباط زیادی وجود دارد .به گزارش پایگاه اینترنتی الجزیره، این رابطه به شکل معکوس نیز جواب می دهد و نشان دهنده میانگین هوش به طور نامعقول باعث بروز مشکلات بهداشتی و جسمی می شود . فشار خون و ابتلا به بیماری های قلبی افزایش می یابد و چاقی یکی از دلایل اصلی مرگ زود رس نیز به شمار می روند .

تازگی این تحقیق در این است که برای اولین بار نشان داد چاقی و میانگین هوش با یکدیگر در ارتباط هستند . محققان با بررسی ۲۲۲۳ فرد ۳۲ تا ۶۲ ساله، به این نتایج دست یافتند .

♦♦♦

دارویی جدید

در درمان استئوآرتریت

✓ داروی ناپروکسینود Naproxcinod که برای درمان غلایم استئوآرتریت پیشنهاد شده است هم اکنون در حال گذراندن فاز سوم مطالعات بالینی است .

Nicoxپیش بینی کرده است که در سه ماهه اول سال ۲۰۰۹ میلادی ، داروی جدید ناپروکسینود را به بازارهای آمریکا و اروپا عرضه خواهد کرد . این شرکت مدعی است که FDAاین انجام مطالعات بیشتر بر روی ناپروکسینود برای اثبات بی عارضه بودن آن برای سیستم قلبی – عروقی را لازم نمی داند .

♦♦♦

وسیله ای جدید

برای ترمیم ستون فقرات

✓ وسیله جدیدی به نام(PEEK Box System) در آمریکا ساخته شده که برای جایگزینی مهره های آسیب دیده ستون فقرات به راه می رود . این وسیله موافقت اولیه FDA (سازمان غذا و داروی آمریکا) را دریافت کرده و در حال گذراندن مراحل تایید کامل است.

این وسیله از ماده ای به نام (پلی اتر تراکتون (PEEK) ساخته شده است که تاکنون به کار می رفته، شباهت ساختمانی بیشتری به استخوان اسفنجی دارد.

مشاور املاک پرسپرسی

خرید - فروش - رهن و اجاره

تجاری و مسکونی

بندعباس - انتهای رسالت شمالی - آزادشهر - خیابان سپاه

همراه: ۰۹۱۷۱۶۱۳۱۷۶-۰۹۱۷۲۶۳۶۶۴- عرب

تلفن: ۳۵۵۱۷۸۱-۳۵۵۱۷۸۰

خیاطی نسترن دوخت بندر

دوخت لباسهای مجلسی نامزدی ، عقد ، عروسی ماتنو شلوار و لباسهای بچه گانه

دوخت انواع ماتنو ۶۰۰۰ تومان

دوخت انواع ماتنو و لباس برای خانواده های تحت پوشش کمیته ۳۰ درصد تخفیف

آدرس : فلکه برق - جنب ایستگاه هدیش جنب آرایشگاه

دختر بندری - خیاطی نسترن دوخت بندر
تلفن: ۲۲۳۱۳۳۶

شرکت فنی - خدماتی

تولیدی مهر آذین

طراحی ساخت نصب

۱- دکوراسیون (پروفیل - نئون) ، کابینت (MDF - HPL) .
هود
۲- دیوارهای پیش ساخته (ساندویچ پل) اتاقهای پیش ساخته (پولی استاترن - پولی یورتان - پولی استایر (پلاچوب) و ساخت ویلا
۳- سقف کاذب و دیوار پوش (PVC) ،پارتیشن ، کف پوش(HDF)
۴- تاسیسات الکتریکی و پروژه های عمرانی

۵- ساخت میزهای اداری و کنفرانس
۶- خدمات حفظ و نگهداری فضای سبز
۷- تامین نیروی انسانی
۸- نظیف و سالم سازی محیط اداری

بندرعباس : رسالت شمالی - روبه روی فروشگاه اتکا
کوچه شهید خلیل افروغ

تلفن : ۶۶۶۹۶۶۷ - ۰۹۱۷۳۶۱۲۹۵۱

آژانس تاکسی تلفنی شبانه روزی ذوالفقار

با يك تماس مشترك ما بشويد

بندر عباس: بلوار مصطفی خمینی -

پشت ۴۵۰ واحدی اوقاف

تلفن : ۶۶۶۷۹۴۵۷-۶۶۶۴۱۷۵

همراه: ۰۹۱۲۴۴۰۹۵۵۰

آرایشگاه گیسو آرا

انواع لایتها ، انواع کوپ و پیژاژ ، تاتو ابرو ، آرایش گرم ، آرایش خلیجی ، اروپایی ، لبثانی ، اصلاح شمع ، اپیلاسیون ، مایکپور، نقش حنا

همراه با تخفیف ویژه برای عروسی خانمها

با مدیریت خانم کریمی با ۱۳ سال سابقه کاری

بندرعباس - خ رسالت - روبروی اتکا - پشت پارک صفا- جنب کابینت سازی مهدی - تلفن: ۶۶۶۱۶۰۸



بندعباس عقد ، عروسی ، لباس شب و غیره پذیرفته می شود

بندعباس: به مدیریت: خانم کریمی

آدرس: بندرعباس - خ رسالت - روبروی اتکا - پشت پارک صفا- جنب کابینت سازی مهدی - تلفن: ۶۶۶۱۶۰۸

خیاطی مه پوشان

دوخت شیکترین

لباس های شب ، نامزدی ، ماتنو و شلوار با مدیریت خانم بلوچی پور

آدرس : خیابان بهادر جنوبی - اول کوچه کارگزاری - پاساژ ستایش - طبقه اول

مژده

حاکم های مشکل پوسته

شما که می خواهید بهترین باشید

موسسه آرایش و زیبایی عروس نخل

افتخار دارد با کادر مجرب و حرفه ای با

۲۳ سال سابقه در خدمت زیبایی شما باشیم

برای اولین بار کاشت نگین روی موی

طبیعی شما(دائم)

آدرس جدید: خیابان دانشگاه ساختمان رازی طبقه فوقانی بانک تجارت طبقه ششم

۰۹۱۷۱۱۱۹۶۳۶-۶۶۶۴۵۸۳

آرایشگاه تهران

هرسال همراه با جدیدترین متدهای روز

دارای دیپلم گرمی و زیبایی پوست و مواز لندن دیپلم رنگ وهای لایت و مش از اووال پاریس

بندرعباس: کوی آزادگان (آزدگان ۲۵)
تلفن: ۳۳۳۳۷۵۹-۳۳۴۲۱۸۶



روابط عمومی سازمان اتوبوسرانی بندرعباس و حومه

لطفاً هنگام سوار و پیادو شدن از ایستگاه های تعیین شده در سطح شهر استفاده کنید