"همیشه بهار" گیاه ضد حساسیت است

گل همیشه بهار با جلوگیری از آزاد شدن هیستامین (واکنش بدن به عوامل خارجی حساسیت زا)خاصیت ضد حساسیت دارد .
همیشه بهار دارای پیش ساز ویتامینAو ویتامین Eاست .

این گیاه ویژگی ضد التهاب و ترمیم کنندگی سوختگی داردواز سرمازدگی ،اگزماو جوش های صورت جلوگیری می کند . همیشه بهار از ترک پوست دست وپاجلوگیری و میخچه و زگیل رابر طرف می کند . این گیاه از آفتاب سوختگی پیشگیری و درمان کننده خوبی برای کاهش التهاب ودرد حاصل از گزیدگی حشرات است .

همیشه بهار به درمان زخم های واریسی ، بواسیر وجراحات پوست کمک می کند . این گیاه به درمان رکود و تنبلی دستگاه گوارش کمک و فشار خون را کاهش می دهد .

گل همیشه بهار به رفع التهاب و درمان زخم معده کمک می کند و آرام بخش و تقویت کننده است.

علائم چهره ارثی است

تغییری که به هنگام شادی ، حزن یا عصبانیت در چهره هر فرد مشاهده می شود ، نسل به نسل منتقل می گردد .

به گزارش بی بی سی ، یک گروه محققان دریافته اند تظاهرات چهره در خانواده ها تشابه دارد و لذا این تظاهرات ارثی هستند . برای انجام این مطالعه محققان تغییرات چهره گروهی از داوطلبانی را که از زمان تولد نابینا بوده و صورت افراد خانواده خود را ندیده بودند و نیز چهره بستگانشان را مورد بررسی قرار دادند و با مقایسه نتایج تغییر چهره این افراد به هنگام غم ، شادی ، خشم و نفرت دریافتند با آنکه این نابینایان صورت افراد خانواده خود را ندیده بودند ، تظاهراتی کاملا مشابه با آنها داشتند ، این شباهت به ویژه در مورد هیجانات منفی مشهود بود .

محققان این تغییرات را نوعی امضای چهره تلقی کرده آن را ارثی می دانند . این محققان در تلاشند ژن های مسبب این تظاهرات را تعیین کنند .

به من قول بده که می توانی

به من قول بده که می توانی:

- با خودت مهربان باشی.
- یک لحظه را برای فکر کردن برای خودت در نظر بگیری.
- شاد و خوشحال باشی.
- موقع کار و فعالیت متوجه خودت باشی.
- به آئینه نگاه کنی وببینی که زیبا هستی.
- قوی ومحکم باشی.
- روح و روانت را پرورش دهی.
- به دنبال وحی والهام باشی.
- این واقعیت را درک کنی که بعضی مواقع رویاها به واقعیت می پیوندند .
- باور داشته باشی که فرشته ای داری که از تو محافظت می کند .
- در خشش و گرمی نور خورشید را به صورت خود احساس کنی .
- بخندی ودر صدد خنداندن دیگران باشی.
- همواره امیدوار باشی .
- هر آنچه را دوست داری با تمام وجودت دوست داشته باشی.

و مهمتر از همه این که :

- **به من قول بدهی آن طور باشی که دوست داری من برای تو باشم .**

تاثیر عصاره تام شیر خشت-بیلی ناستر برنوزادان

از روش های درمان زردی ،می توان به روش نور درمانی و تعویض خون اشاره کرد که تعویض خون به عنوان راه آخر جهت کاهش شدید بیلی روبین مورد استفاده قرار می گیرد .کاهش بیلی روبین توسط نور درمانی کاملا ثابت شده است

زردی یکی از علائم شایع در دوران نوزادی می باشد . بطوری که نزدیک به ٦٠ در صد از نوزادان رسیده و ٨٠ درصد از نوزادان نارس بدان مبتلا می شوند .

اهمیت زردی نوزادان به خاطر عوارض خطرناک افزایش بیلی روبین برروی مغزوبروز عقب ماندگی های ذهنی است .از روش های درمان زردی ،می توان به روش نور درمانی و تعویض خون اشاره کرد که تعویض خون به عنوان راه آخر جهت کاهش شدید بیلی روبین مورد استفاده قرار می گیرد .کاهش بیلی روبین توسط نور درمانی کاملا ثابت شده است .

در طب سنتی رایج ،برای کاهش میزان زردی نوزادان از شیر خشت استفاده می شود که مشکل اساسی در مصرف آن ،احتمال انتقال آلودگی های میکروبی این فراورده طبیعی می باشد .لذا شرکت سبحان دارو پس از انجام کنترلهای کمی وکیفی و میکروبی اقدام به تولید قطره خوراکی شیر خشت به نام بیلی ناستر نموده است . در مطالعه بالینی صورت گرفته در دانشکده داروسازی اثر بخشی آن بر روی زردی نوزادان مورد بررسی قرار گرفت .

به دلیل اینکه این فراورده از ماده اولیه طبیعی شیر خشت تهیه شده ،برای جلوگیری از آلودگی های میکروبی احتمالی همراه ماده اولیه ،این قطره خوراکی -بیلی ناستر -عاری از آلودگی های میکروبی تهیه شدوبعد در مطالعه بالینی بر روی نوزادان مبتلا به زردی استفاده گردید .

قطره خوراکی شیر خشت به دو گروه ١٠٠ نفری از نوزادان مبتلا به شیر خشت همراه با نور درمانی ،وبه گروه کنترل همان مقدار از قطره فاقد شیر خشت (که هیچ اثری در کاهش بیلی روبین نداشت) همراه با نور درمانی تجویز شد .

روند کاهش بیلی روبین که در اثر مصرف قطره شیر خشت خوراکی -بیلی ناستر -ونور درمانی ،ایجاد شده در مقایسه با گروه کنترل (بدون دریافت ماده موثر شیر خشت) ،تا ٣ روز اول خیلی سریع می باشد و تفاوت آشکار بین دو گروه بر قرار است بعد از ٢/٥ روز از شروع درمان توسط قطره شیر خشت و نور درمانی ٨٨ درصد نوزادان ودر گروه کنترل فقط ٢١ درصد نوزادان درمان شدند .

قطره شیر خشت بیلی ناستر در دو جنس مختلف (دختر-پسر)و گروههای سنی مختلف (زیر یک ماه)و گروههای وزنی از نظر آماری تفاوت مشخصی نداشت و روند کاهش بیلی روبین در نوزادان مشابه بوده است .

با توجه با تاثیر خوب قطره شیر خشت بر کاهش قابل توجه میزان بیلی روبین خون می توان از فراورده های استاندارد آن -بیلی ناستر -در درمان زردی نوزادان استفاده نمود .

نتایج این پژوهش نشان می دهد کاربرد قطره خوراکی شیر خشت به همراه نور درمانی باعث می شود نیازی به تعویض خون یا تجویز داروهای دیگر نباشد و منجر به کاهش مدت زمان بستری شدن نوزاد در بیمارستان می گردد .

بمناسبت روز جهانی بدون دخانیات

دود سیگار با دارا بودن بیش از ۴۰۰۰ ماده سمی از طریق مکانیسم های مختلف باعث بروز بیماری سرطان می شود

طی یکسال آینده دخانیات ٤ میلیون نفر را به کام مرگ خواهد کشاند . این رقم تا سال ٢٠٣٠ به ١٠ میلیون نفر در سال افزایش می یابد که بیش از هر عامل دیگری علت مرگ ومیر خواهد بود . از این تعداد ٧ میلیون مورد در کشورهای با درآمد کم و متوسط ،که زمانی مصرف سیگار در آنها بندرت دیده می شد ، رخ خواهد داد .در بیشتر جوامع به همان نسبت که افراد تحصیل کرده و موفق از سیگار روی برمی گردانند مصرف آن در بین افراد کم درآمد گسترش می یابد .

دود سیگار با دارا بودن بیش از ٤٠٠٠ ماده سمی از طریق مکانیسم های مختلف باعث بروز بیماری سرطان می شود،عمده ترین مواد موجود در دود سیگار عبارتند از:

١ -**نیکوتین**:ضربان قلب را افزایش داده وباعث افزایش فشار خون می شود .

٢-**منواکسید کربن** : باعث کاهش اکسیژن خون می شود.

٣ -**دوده**:در ریه ها انباشته شده و شامل مواد سرطانی می باشد .

٤ -سموم مهم دیگر شامل آمونیوم،کادمیوم و بنزوپیرون می باشد .

از شایع ترین بیماریهایی که با استعمال دخانیات در ارتباط هستند می توان موارد زیر را ذکر کرد .

بیماریهای قلبی ،عروقی،انواع سرطانها بویژه سرطان معده ،ریه ،کلیه ،مثانه،خون ومری،سکته مغزی،بیماری های بدخیم تنفسی ،بیماریهای پوستی ،زایمان زودرس وسقط جنین حملات قلبی وسرطان ریه در افراد سیگاری ٢٠ برابر بیشتر از افراد غیر سیگاری است .

روشهای پیشگیری از اعتیاد به سیگار

١ -قدرت (نه گفتن)در برابر خواسته های غیرمنطقی دیگران را در خود تقویت کنید .

٢ -در دوران جوانی ونوجوانی از حضور درمکان هایی که سیگار مصرف می شود خود داری کرده وسعی کنید با افراد سیگاری رفت وآمدنداشته باشید .

٣ -برای درمان بیماریهای جسمی وروانی خود سعی کنید از روشهای منطقی و مناسب مانند مشاوره با پزشک و روانشناس استفاده کنید .

٤ -خانواده باید پناهگاه و محیط امن و آسایش برای فرزندان باشدو والدین گرامی باید به طور غیر مستقیم بر رفت و آمد ها ودوستان فرزند خویش نظارت و کنترل داشته باشند .

منابع :مهار اپیدمی(دولتها واقتصاد کنترل دخانیات)جزوات منتشر شده سلامت محیط وکاربه مناسبت هفته مبارزه با دخانیات

اسفندیار پور-کارشناس بهداشت روان
مرکز بهداشت شهرستان بندر عباس

بیماریهایی که از طریق آب منتقل می شوند

منابع و مخازن آب از جمله رودخانه ها، کانال آبها، دریاچه ها و سدها بویژه در مناطق گرمسیری، محلی مناسب برای انتشار این گونه بیماریها می باشند.

این نوع مخازن آب زمینه را برای رشد میزبانهای واسط انگلی مانند حلزونها، ماهیها، گیاهان آبزی، ناقلین بیماریها مانند پشه ها و سایر حشرات گزنده فراهم می سازند.

این بیماریها علیرغم کوشش مسئولین برای بهسازی آب به خصوص در مناطق گرمسیری، ممکن است ایجاد شوند. در نتیجه قبل از بر طرف ساختن آلودگی آب باید به وضعیت بهداشت محیط مردم رسیدگی شده و آموزشهای لازم را به آنها بدهند تا از آلودگی آب جلوگیری شود. تدوین استانداردهای آب آشامیدنی کلیفرم در سال ١٩١٤ به این حقیقت تأکید کرد که شیوع بیماریهای میکروارگانیسمی منتقله از آب می تواند بعد از کنترل منابع، صاف سازی، کلرزنی کاهش یابد.

بیماریهای باکتریایی:
شامل وبا، حصبه یا تیفوئید، اسهال باسیلی یا دیسانتری باسیلی، اسهال مسافرین، لپتوسپیروزیس.

بیماریهای پروتوزوئری:
شامل آمیبیاز و اسهال آمیبی، ژیاردیازیس.

بیماریهای ویروسی:
شامل بیماریهای ناشی از ویروسهای کوکساکی، آکوویروسها، گاسترو آنتریت ویروسی، پولیو و هپاتیت.

بیماریهای ناشی از کرمها:
شامل شیستوزومیازیس یا بیلهارزیازیس، درماتیت شیستوزومی، آسکاریازیس، اکی نوکوکوس(هیداتید)، تب گینه، بیماریهای ناشی از کرمهای قلابدار.

بیماریهای باکتریایی:

وبا: عامل مولد وبا باسیل گرم منفی ویبریوکلرا و بیوتیپ التور آن می باشد. این گونه منحصراً انگل انسان بوده و پس از تکثیر یافتن در روده انسان نوعی آنتروتوکسین تولید می کند که با اثر گذاشتن بر اپیتلیوم روده موجب دفع شدید آب و الکترولیتهای بدن می گردد که از نظر بالینی با اسهال آبکی فراوان مشخص شده و در نتیجه دفع شدید آب و عدم جبران آن، مرگ پیش می آید. در جوامعی که منابع و مخازن آب از آلودگی محافظت می شوند وبا به راحتی منتشر نمی شود. کودهای انسانی که برای باروری زمینهای زراعی به کار میروند اگر آلودگی وبا داشته باشند در صورت راه یافتن به جریانهای آب در انتقال بیماری مؤثر می باشند.

این بیماری معمولاً از طریق آشامیدن آب آلوده به مدفوع انسان منتقل می شود و همچنین غذای آلوده و تماس مستقیم با اشخاص بیمار نیز در گسترش بیماری مؤثرند. مصرف حلزون صدف دارکه در آب شیرین زندگی می کند، در صورتی که خوب پخته نشده باشد، همچنین مرغ و ماهی وسایرپرندگانی که در نواحی آلوده به وبا پرورش یابند ممکن است در شیوع بیماری مؤثر باشند. بیماری وبا در سالهای اخیر از خاور دور به خاور نزدیک منتقل گشته و می تواند از طریق ناقلین بیماری و افرادی که در دوران کمون به سر می برند به کشورهای اروپایی نیز سرایت کرده و اپیدمی های وسیعی ایجاد نماید.

با رعایت بهداشت فردی و عمومی و همچنین ممانعت از آلودگی منابع آب بوسیله مدفوع می توان از شیوع این بیماری پیشگیری کرد. واکسیناسیون علیه بیماری ارزش و کارایی کمتری نسبت به مسأله بهداشت دارد.

حصبه یا تیفوئید: عامل مولد بیماری سالمونلا تیفی یا باسیل تیفوئید میباشد. انسان تنها میزبان طبیعی آن بوده و انتقال بیماری از طریق آب و غذای آلوده به مدفوع و ادرار اشخاص بیمار مانند شیر، کنسرو گوشت که به خوبی پخته نشده باشد و صدفهای خوراکی و سبزیها، همچنین تماس مستقیم یا غیر مستقیم با افراد بیمار و ناقلین صورت می گیرد.

باکتری مولد بیماری پس از ورود به بدن (ازراه دهان) از طریق سیستم لنفاوی وارد جریان خون شده و ایجاد سپتی سمی می کند سپس وارد کیسه صفرا و کلیه و روده ها می شود.

در مرحله اول بیمار دچار تب بالارونده، بی قراری، سردرد و ناراحتی شدید شده و سپس بیماری با ظهور دانه های سرخ رنگ و شروع اسهال تشدید می شود که در صورت سوراخ شدن جدار روده و خونریزی و عدم درمان بیمار موجب مرگ می شود.

در تعداد کمی از بیماران پس از بهبودی باسیل تیفوئید در کیسه صفرا و کلیه آنها باقی مانده و به رشد خود ادامه می دهد، در نتیجه این افراد برای مدتی طولانی و حتی تا آخر عمر خویش عامل بیماری را از طریق مدفوع و ادرار دفع می نمایند.

پاراتیفوئید یا شبه حصبه: مولد بیماری سالمونلا پاراتیفی A وB و C می باشد. شبه حصبه معمولاً از طریق آب و غذای آلوده به خصوص شیر، تخم مرغ و لبنیات و همچنین افراد ناقل سرایت می کند. سالمونلا پاراتیفی A درانسان نوع B در حیوان ونوع C اغلب در انسان تولید بیماری می نماید که ابتلا به پاراتیفی C در آمریکا متداول می باشد. با از بین بردن راههای انتقال میتوان به پیشگیری بیماری کمک نمود.

اسهال باسیلی یا دیسانتری باسیلی: عامل بروز، انواع شیگلاها از جمله شیگلا دیسانتری، شیگلا فلکسنری، شیگلا بویدی و شیگلا سونئی می باشند. این عفونت گاهی از طریق آب آلوده به مدفوع انسان مبتلا به شیگلوز منتقل می شود ولی عامل اصلی انتقال آن مگس می باشد، و همچنین از راه مصرف مواد غذایی که به وسیله افراد ناقل آلوده شده اند.

خطرناکترین نوع، شیگلا دیسانتری یا شیگلا شیگه ای می باشد که اگزوتوکسین تولید کرده و حالات شدیدی از درد شکم، تب، خستگی واسهال خون آلود ایجاد می کند و اغلب کشنده است. شیگلا سونئی نسبتاً بی خطر بوده و بیشتر در کودکان ایجاد بیماری می نماید.

شیگلا معمولاً در آب یافت نمی شود ولی اپیدمی های ناشی از مصرف آب آشامیدنی آلوده به آن هم گزارش شده است.

با توزیع آب سالم و عاری از عوامل عفونت زا و همچنین مبارزه با مگس و رعایت بهداشت فردی میتوان از شیوع اسهال جلوگیری کرد.

اسهال مسافرین: عامل بروز این بیماری به درستی شناخته نشده است و بعضی از انواع اشرشیاکلی بیماریزا یا بندرت شیگلا می توانند مولد آن باشند.

راه ابتلای به این عفونت احتمالاً مشابه ابتلای به اسهال باسیلی بوده و آب آلوده در بعضی مواقع ممکن است عامل انتقال بیماری باشد. اسهال شیرخواران را از این نوع اسهال می دانند.

لپتوسپیروزیس: این بیماری بوسیله لپتوسپیراها که از دسته اسپیروکتها بوده و شکل مارپیچی و متحرک دارند، منتشر می گردد. ازنظر سرولوژیکی به تیپهای مختلف تقسیم بندی می شوند.

لپتوسپیراها معمولاً باعث بیماری سگ، موش، خوک، و سایر مهره داران می گردند و می توانند در مجرای ادرار میزبان ناقل یا بیمار بهبود یافته زندگی نموده و تکثیر نمایند.

سپس از طریق ادرار از بدن میزبان خارج می شوند. این باکتریها در آبهای خنثی یا قلیایی (نه اسیدی) برای مدتی طولانی زنده می مانند و همچنین در استخرها و رودخانه ها با جریان ملایم که محل رفت وآمد حیوانات آلوده می باشند، بسر می برند و در نتیجه افرادی که در این آبها شنا کرده و یا ماهیگیری و کشتیرانی می کنند بیشتر در معرض خطر ابتلا قرار دارند.

لپتوسپیراها از طریق دهان، سوراخ بینی، ملتهمه چشم و پوست خراشیده به بدن انسان نفوذ کرده و ایجاد بیماری می کنند. کارگرانی که در کشتارگاهها و فاضلابهای محل عبور موشها کار می کنند بیشتردرمعرض خطر ابتلا می باشند. با تصفیه معمولی آب می توان این باکتری را از بین برد. لپتوسپیروزیس از یک تب ملایم تا یک بیماری خطرناک متغیر می باشد.

علایم بالینی در انسان در ارتباط با سروتیپ ایکتروهموراژیا موجب بیماری ویل همراه با تب، یرقان، خونریزی و اختلالات کلیوی می گردد که میزان مرگ ناشی از آن بالاست.

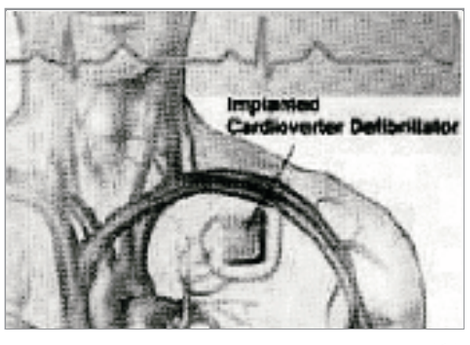
علف چای

علف چای یکی از گیاهان مورد استفاده در طب سنتی است و درمان بیماریهایی چون افسردگی و اختلالات مثانه است .

این گیاه در آلمان برای درمان اضطراب، اختلالات خواب و افسردگی ،پروانه تولید گرفته است .

در مطالعات اثرات جانبی این گیاه ،افراد مورد مطالعه ،از خشکی دهان ، سرگیجه،اغتشاش مشاعر ، یبوست یا سایر خلل معده ای و روده ای شکایت داشته اند .

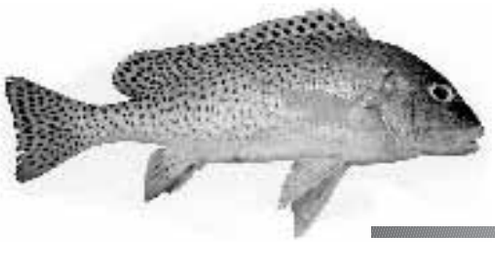
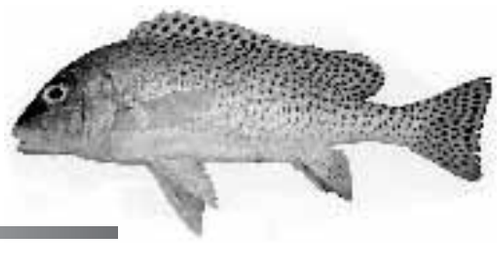
فوائد باتری های قابل کاشت برای بیماران قلبی



دفیبریلاتورهای قابل کشت و بازگردانده ضربان قلب (ICDs)به افزایش طول عمر بیماران قلبی و بهبود کیفیت زندگی آنها ، کمک می کنند .

این نتیجه یک مطالعه جدید است که توسط محققان دانشگاه پنسیلوانیا انجام شده است . محققان همچنین دریافته اند بیماران دارای ICD، ابزاری که به همگام ایست قلبی ، یک شوک الکتریکی نجات بخش را به قلب منتقل می کند ، ابزار رضایت بیشتری دارند . در این مطالعه سطح رضایت احساسی ، جسمی و بهبود علمی بیماران با کاشت دفیبریلاتور افزایش یافت و مسایلی از قبیل رانندگی ، برداشتن اشیاء سنگین و فعالیت جنسی از نگرانی های این افراد بود که لازم است پزشکان در این باره به بیماران آگاهی های لازم را بدهند.

موسسه دانا حساب لنگه
★ ارائه کلیه خدمات حسابداری و مالی ★ تنظیم دفاتر قانونی و اظهارنامه ی مالیاتی
★ نصب و راه اندازی سیستم های مالی ★ مشاوره ی حسابداری و مالی
آدرس ، بندرلنگه بلوار انقلاب پاساژ صدیقی، طبقه همکف
تلفن ۲۲۴۲۳۵۵ همراه ۰۹۱۷۷۶۲۰۸۵۰


بیایید طراوات و شادابی را با مصرف
آبزیان به روحمان هدیه دهیم

روابط عمومی اداره کل شیلات هرمزگان