

فهرست

- ۲..... سخن سردبیر
- ۳..... گزارش عملکرد کمیته تحقیقات دانشجویی
- ۳..... معرفی واحد همایش و کنفرانس
- ۴..... دعوت به همکاری پژوهشی
- ۵..... معرفی رشته های کارشناسی ارشد
- ۵..... پدر جذامیان ایران
- ۶..... لیست همایش ها
- ۷..... روانشناسی
- ۸..... ابزار پزشکی
- ۹..... تازه ترین یافته های علم پزشکی
- ۱۰..... زیبایی
- ۱۰..... طب اسلامی
- ۱۱..... به من بگو چرا؟
- ۱۲..... معرفی نرم افزار
- ۱۳..... خواندنی های پزشکی
- ۱۴..... پیام تبریک

به سلام پرانرز از طرف برو به هار کمیته
تحقیقات دانشجویی به تمام هم دانشگاه ها
عزیزم
ما تو ریک دعوت کاملاً رسرو در عین حال
دوستانه از هم شما عزیزان دعوت میکنیم که به
جمع ما بیونید و ما رو از استعدادتون بهره مند
کنید اگر دوست دلرید جز برگزیدگان و افسرد
موفق باشید به کمیته تحقیقات به سررینید
ضرر نمیکنید !!

منظر توخ هستیم

از همیخ الانخ به جمع پرتلاشو
پرو هشر ما خوش آمدین

مدیر مسئول: لایلا حسینی
سردبیر: نرجس حشمتی فر
هیات تحریریه
(به ترتیب الفبا):
فاطمه اهتمام
نسرین سدید
فاطمه دارینی
حسین طبسی
مهسا میلانی
طراحی و صفحه آرایی:
فاطمه اهتمام
با تشکر از:
دکتر رضا فروزان
(سرپرست کمیته تحقیقات دانشجویی)

تیراژ:

نشانی: سبزوار - جنب پلیس
راه - دانشگاه علوم پزشکی
سبزوار، معاونت تحقیقات و
فناوری، کمیته تحقیقات
دانشجویی
تلفن: ۰۵۷۱-۴۴۴۶۰۷۰
داخلی ۲۴۳



سخن سردبیر

الهی موجود نفس های جوانمردانی، حاضر ذاکرانی،

از نزدیک نشانت می دهند و برتر از آنی، و دورت می پندارند و نزدیک تر از جانی.

الهی در دل ما جز محبت مکار و بر این جان ها جز الطاف و مرحمت مدار و بر این کشت ها جز باران رحمت مبار.

در گذر زمان، سال های تحصیل می گذرد و اوقات دوستی می سپرد. مجامع دانشجویی که فرصتی برای شکوفایی

استعدادهای دانشجویان در زمینه های گوناگون است. مجالی برای بودن در جوار دوستان فراهم می آورد.

دومین شماره ی نشریه ی خبری کمیته تحقیقات دانشجویی، با حفظ رویکرد قبلی و آشنایی بیشتر دانشجویان با

فعالیت های کمیته تحقیقات دانشجویی به نکات مفیدی برای دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سبزوار پرداخته

است. ضمن تشکر از همه ی همکاران، امیدواریم این شماره توجه مخاطبان را به خود جلب کند و انگیزه ای برای

همکاری با ما، در شماره های بعدی باشد.

نرجس حشمتی فر

سردبیر نشریه علمی - خبری کمیته تحقیقات دانشجویی



فعالیت های کمیته تحقیقات دانشجویی در سه ماهه اخیر



- ← برگزاری دومین جشنواره تابستانی که در این جشنواره بیش از ۱۰ کارگاه آموزشی در زمینه های پژوهشی و آموزش نرم افزار برگزار گردید.
- ← برگزاری مسابقات پروپوزال نویسی و انتخاب نام برتر برای نشریه خبری کمیته تحقیقات دانشجویی
- ← انتشار اولین شماره از نشریه خبری (بولتن)
- ← برگزاری ۲ جلسه شورای پژوهشی
- ← پذیرش مقاله دانشجویی در شانزدهمین کنگره بهداشت محیط ایران (تبریز)
- ← پذیرش تعداد ۴ مقاله در چهاردهمین کنگره سالیانه دانشجویان علوم پزشکی کشور و پنجمین کنگره بین المللی سالیانه دانشجویان علوم پزشکی کشور (مازندران)
- ← اعزام دانشجویان پذیرفته شده به چهاردهمین کنگره سالیانه (مازندران)
- ← ارسال مقالات دانشجویان به سیزدهمین سمینار کشوری دانش و تندرستی (شاهرود)



معرفی واحد همایش ها و کنفرانس ها

واحد همایش و کنفرانس
 پژوهشی شون آشنا می شین و پزشکی مشهد-زاهدان-زابل- واحد همایش و کنفرانس هماهنگی همچنین با افراد سرشناس علمی هم بیرجند-گناباد-سبزوار-شاهرود- های لازم جهت اعزام دانشجویان آشنا می شین و می تونید با بجنورد پژوهشگر به همایش مورد نظر را دانشجویهای سایر دانشگاهها همکاری *شبکه منطقه غرب: دانشگاه علوم انجام داده و همچنین زمینه را برای علمی داشته باشید و خیلی موارد پزشکی کرمانشاه-همدان-لرستان- ارایه ی مقالات علمی دانشجویان در دیگه که باید خودتون بیاین و قزوین-ایلام-کردستان-زنجان قالب کنفرانس فراهم می نماید. تجربش کنید. *شبکه منطقه شمال: دانشگاه علوم

وظیفه:
 من و دوستانم تو این واحد شمارو از کمیته های تحقیقات دانشجویی مازندران-گلستان-سمنان-اردبیل همایش های دانشجویی باخبر می سراسر کشور در ۶ شبکه منطقه ای *شبکه منطقه جنوب: دانشگاه علوم کنیم. به شرح زیر تقسیم شده اند: پزشکی شیراز-اهواز-بندرعباس- اگر علاقه مند بودید برای شرکت در *شبکه منطقه تهران: دانشگاه های چهارم-فسا-بوشهر-یاسوج همایش ها ثبت نامتون می کنیم البته علوم پزشکی تهران-شهیدبهبشتی- لیست همایش های داخلی و خارجی اول پژوهشگرارو!!! آزاد-شاهد-ارتش-بقیه ا...- که قراره تو سال ۱۳۹۲ برگزار بشه رو می تونید از سایت دانشگاه بخش مقالاتتون رو به جشنواره های بهزیستی-مدرس علوم پزشکی اصفهان-اراک-کاشان *شبکه منطقه مرکز: دانشگاه های سراسر کشور ارسال می کنیم.

اهداف:
 شما با رفتن به همایش های مختلف -کرمان-رفسنجان-یزد-شهرکرد- علاوه بر ارایه ی مقالاتتون با مقالات قم پژوهشگرای دیگه و ایده های *شبکه منطقه شرق: دانشگاه علوم

یادمان باشد!

یادمان باشد عفونت HIV در غالب موارد ۲۲ روز پس از تماس اولیه قابل تشخیص است هر چند که اکثرا به بیماران توصیه می شود تا ۱۲ هفته پس از رفتارهای پرخطر برای انجام آزمایش منتظر بمانند. خطر انتقال طی ۳ ماه پس از عفونت اولیه احتمالا در بیشترین حد است. اگرچه اکثر بیماران مبتلا به عفونت حاد HIV علامتدار هستند ولی این بیماری اغلب اوقات تشخیص داده نمی شود.

آزمایش:
RNA nucleic acid amplification طی ۱۴-۷ روز عفونت را شناسایی می کند ولی به دلیل هزینه بالا (۷۵ دلار) تنها در زنان معرض خطر و در دوره پری ناتال برای رد عفونت نوزاد مورد استفاده قرار می گیرد.

ادمی بصیرت است نه به صورت، انسبایت به کمال است نه به جمال. جان آشنایان

دعوت به همکاری پژوهشی



اینجانب حسن ناعمی لیسانس بهداشت عمومی و کارشناس ارشد مدیریت دولتی با ۲۵ سال سابقه خدمت (۱۱ سال سابقه اجرایی و مدیریتی در حوزه بهداشت و ۱۵ سال سابقه مدیریتی ، آموزشی و تدریس و پژوهشی در حوزه آموزش) در خدمت دانشجویان گرامی بوده و می باشم . دانشجویان را بعنوان منابع انسانی و سرمایه های فکری بکر جامعه میدانم که نیاز به پرورش و شکوفایی استعداد های آنان در محیط دانشگاه می باشد و لازم است علاوه بر تقویت بنیه های مذهبی و اعتقادی در زمینه های علمی و پژوهشی نیز تواناییهای خود را نشان دهند و سعی کنند با فراگیری مطالب علمی و کسب تجارب لازم، خود را توانمند برای شغل آینده و مسوولیتهایی که در انتظار آنان می باشد نمایند.

اینجانب در طی سالهای گذشته که در خدمت دانشجویان بوده ام همواره مشاوره های لازم را در خصوص مسائل آموزشی و پژوهشی در اختیار دانشجویان عزیز قرار داده ام و اکنون نیز آمادگی آن را دارم تا راهنمای شما در اجرای طرحهای پژوهشی باشم. در طی سالهای قبل در خدمت دانشجویان بهداشت عمومی ، پرستاری و مامایی بوده ام و در حال حاضر در حوزه معاونت تحقیقات و فناوری حضور دارم و حضورم در دانشکده بهداشت شنبه ۲۰-۱۸، دوشنبه ۲۰-۱۸ و سه شنبه ۱۶-۱۴ میباشد. طرحهای پژوهشی که تاکنون با همکاری دانشجویان انجام شده است عبارتند از:

- * بررسی مقایسه ای عوامل خطر استروک در بیماران بستری با اولین حمله استروک و حمله مجدد در بیمارستان واسعی سبزوار در سال ۱۳۹۲.
- * بررسی عوامل موثر بر گرایش دانشجویان به انجام پژوهش در دانشگاه علوم پزشکی سبزوار در سال ۹۱
- * بررسی دیدگاه های کارشناسان شاغل در مراکز بهداشتی-درمانی نسبت به آموزشهای ضمن خدمت انجام شده
- * بررسی مقایسه ای روند رشد قبل و بعد از شروع تغذیه تکمیلی در کودکان زیر یکسال مراجعه کننده به مراکز بهداشتی -درمانی شهر سبزوار در سال ۸۹
- * بررسی میزان رضایتمندی مراجعان از دریافت خدمات در مراکز بهداشتی-درمانی شهری شهرستان
- * بررسی میزان شیوع عفونتهای ادراری و عوامل مرتبط با آن در کودکان زیر دو سال شهر سبزوار در سال ۸۷
- * میزان آگاهی دانش آموزان دبیرستان های شهر درگز در مورد بیماری ایدز و راه های انتقال آن
- * بررسی میزان آگاهی و عملکرد بهورزان شاغل در خانه های بهداشت در مورد برنامه مبارزه با سل در سبزوار در سال ۸۲
- * بررسی تأثیر اجرای طرح ادغام سل در نظام بهداشتی درمانی و راهکار DOTS بر روند بیماریابی سل و بهبود بیماران مسلول در شهرستان سبزوار

عناوین پیشنهادی

برای شروع یک پژوهش

- * بررسی میزان آگاهی زنان نسبت به رعایت بهداشت فردی در میزان سلامت آنها
- * بررسی علل و ریسک فاکتور ها در زایمان های با آپگاری پائین
- * بررسی تاثیر مذهب بر فاصله گذاری مناسب بین فرزندان در خانواده ها
- * بررسی شیوع عوارض تنفسی در نوزادان ترم و ارتباط آن با سزارین انتخابی
- * بررسی میزان مرگ و میر نوزادان نارس در مدت سه سال گذشته در بیمارستان مبینی
- * بررسی تاثیر مذهب بر رفتار والدین با کودک
- * بررسی رعایت اخلاق حرفه ای در دانشجویان بهداشت دانشگاه علوم پزشکی سبزوار
- * بررسی علل اختلالات رشد در کودکان زیر ۲ سال علی الخصوص در روستاها
- * مقایسه رشد کودکان متولد شده با سزارین با کودکان متولد شده بطور طبیعی در سال اول زندگی
- * بررسی تاثیر مذهب بر تغذیه کودک با شیر مادر

معرفی دوره کارشناسی ارشد

* رشته پرستاری مراقبت های ویژه

critical care Nursing (M.Sc)

پرستاری مراقبت های ویژه یک شاخه اختصاصی از رشته پرستاری است که از طریق بهینه سازی مراقبت های پرستاری از بیماران بد حال و نیازمند به مراقبت های ویژه ، را فراهم می سازد .

رسالت رشته (Mission)

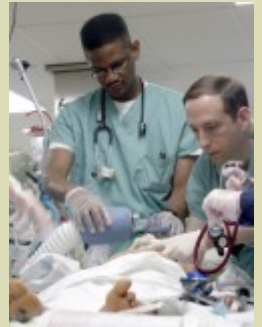
* بهینه نمودن روند ارائه پرستاری به بیماران بدحال از طریق طراحی و اجرای مداخلات

* بکارگیری ابزارها و روش های مدیریتی جهت ارتقاء عوامل موثر بر مراقبت پرستاری و کاهش میزان مرگ و میر ، عوارض و ناخوشی بیماران بدحال

* ارائه مشاوره به مدیران و سیاست گذاران نظام سلامت

شرایط و نحوه پذیرش در رشته:

داوطلبان برای ورود به دوره کارشناسی ارشد نا پیوسته پرستاری مراقبت های ویژه علاوه بر صلاحیت



نکات پرستاری

در افرادی که PT طولانی دارند، بهتر است از انفوزیون جلوگیری کرد. ولی اگر تزریق انجام شد، محل تزریق را باید با ملایمت و بدون فشار نگر داشت. زیرا فشار باعث کبودی ناحیه می گردد. پس از فشار بر روی محل تزریق جلوگیری شود.

آسان ترین است و در بین ناپذیری خود را از همه برتر می شمارد. اشتباه

پزشک و ادیب و پدر جذامیان ایران

نویسنده شاعر و پزشک توانای معاصر آذربایجان، استاد دکتر محمد حسین مبین در سال ۱۳۰۶ شمسی در یکی از محلات قدیمی تبریز به نام چرنداب یا به عرصه هستی گذاشت. تحصیلات ابتدایی را در دبستان معرفت تبریز و کلاس شش و دوره دبیرستان را در دبستان و دبیرستان پهلوی آنروز در کرمان به پایان رساند. آنگاه بعد از شش سال اقامت در کرمان به تبریز مراجعت و با اخذ دیپلم طبیعی از دبستان فردوسی در سال ۱۳۲۸ وارد دانشکده پزشکی تبریز شد و در سال ۱۳۳۴ به دریافت دکترای پزشکی نایل آمد.

وی پس از طی خدمت نظام وظیفه در سال ۱۳۳۷ به استخدام وزارت بهداشتی درآمد و خدمات پزشکی، اجتماعی خود را با بیماریابی جذام در آذربایجان شرقی آغاز کرد.

و پس از یک سال فعالیت در امر بیماریابی در سال ۱۳۳۸ به عنوان کفیل آسایشگاه جذامیان باباباغی تبریز به ادامه فعالیت پرداخت. در سال ۱۳۴۱ با استفاده از بورس تحصیلی سازمان بهداشت جهانی برای طی دوره آموزشی علمی و عملی جذام، رهسپار کشورهای اروپایی اسپانیا و پرتغال و آفریقایی، نیجریه و

های عمومی باید شرایط ذیل را داشته باشند .

* دارا بودن مدرک کارشناسی در رشته پرستاری مورد تایید وزارت بهداشت ، درمان و آموزش پزشکی
* سلامت کامل جسم و روان
* موفقیت در آزمون ورودی

موقعیت شغلی در ایران:

در کشور ما با این که پرستاران جایگاه واقعی خود را نیافته اند و در چند سال اخیر نیز با تعداد قابل توجهی فارغ التحصیل رشته پرستاری از دانشگاه آزاد و دانشگاه های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی-درمانی روبرو هستیم اما هنوز مراکز بهداشتی-درمانی به پرستارانی متخصص، مجرب و توانمند نیازمندند .

چون پرستاران علاوه بر کار در بیمارستان ها و مراکز بهداشتی-درمانی می توانند در صنعت برای مراقبت از سلامت و بهداشت کارکنان صنایع مختلف، در سازمان تربیت بدنی و مراکز ورزشی به عنوان یکی از اعضای اصلی تیم مراقبت پزشکی و در آموزش و

پرورش فعالیت نمایند. حتی یک پرستار می تواند به طور مستقل فعالیت کند، یعنی با تاسیس مرکز بهداشتت خصوصی به ارزیابی وضعیت سلامت افراد جامعه بپردازد یا مهد کودک دایر کند. در واقع بازار کار خوبی برای فارغ التحصیلان این رشته وجود دارد.

به طور کلی فارغ التحصیلان این رشته در مقطع کارشناسی به عنوان پرستار در کلیه بخشهای بیمارستانها و درمانگاهها (به طور مثال در بخش تنظیم خانواده و بهداشت مادر و کودک) و مربی دروس علمی پرستاران، مربی بهداشت مدارس و تدریس کودک یاری و زیست شناسی در مدارس انجام وظیفه می کنند. فارغ التحصیلان مقطع کارشناس ارشد می توانند به عنوان مدرس نظری در دانشکده ها و مربی آموزشی در بیمارستانها مشغول بکار شوند. لازم به ذکر است در صورتی که فارغ التحصیلان گرایش های مختلف مایل به کار در آن قسمت نباشند، می توانند در بیمارستان، کاربالینی (کار با بیمار) انجام دهند.

مالی گردید. پس از این دوره به ایران مراجعت و بعنوان رئیس آسایشگاه باباباغی مشغول به خدمت شد. در سال ۱۳۴۸ با ادغام سازمان بهداشتی و دانشگاه تبریز به دانشگاه منتقل و با اغتنام فرصت با اخذ تخصص در رشته بیماریابی پوست و آموزشی از دانشگاه تبریز توفیق یافت. در بخش پوست دانشکده پزشکی بیمارستان بابک (هفتم تیر) به عنوان عضو هیئت علمی به خدمات علمی - پزشکی خود ادامه داد. استاد دکتر مبین، خدمت به جذامیان را از وظایف انسانی و پزشکی خود شمرده و در سال های دراز خدمت خود همواره در فکر آنها بوده و از مساعدت آنها فروگذار نکرده است.

از بهمن سال ۱۳۵۳ به عنوان عضو افتخاری انجمن کمک به جذامیان ایران و چند سالی نیز به عنوان رئیس انجمن کمک به جذامیان آذربایجان به این قشر محروم و مظلوم خدمت کرده است. چنانکه هر جا بحثی از جذام و جذامی به میان میاید نام این انساندوست قرین صحبت می گردد. ایشان نه تنها در انجمن حمایت از جذامیان بلکه در بقیه مجامع خیریه نیز از آن جمله : کمیته امداد امام، انجمن خیریه نوبر تبریز، هیئت حمایت

از مستمندان و هیئت عیادت از بیماران فعالانه حضور داشته و همکاری می نماید. در سال ۱۳۵۵ به عضویت هیئت تحریریه مجله پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز انتخاب و هم اکنون نیز به این همکاری ادامه می دهد. استاد در آبان ماه ۱۳۶۷ به افتخار بازنشستگی نائل آمد، معذالک خدمات خود را به عنوان رئیس مرکز بررسی و تحقیق بیماریابی پوست آذربایجان شرقی و بیمارستان جذامیان باباباغی تبریز کماکان ادامه می دهد. بیمارستان جذامی باباباغی در سایه تلاش خستگی ناپذیر وی پیشرفت قابل توجهی در بعد کمی و کیفی یافته و عزتگاه متروک جذامیان به مرکز فعال تحقیق و بررسی جذام و درمان نگهداری جذامیان تبدیل شده است .

در زمینه تعلیم و آموزش بیماریابی پوست به مرکز مجهز علمی و عملی مبدل شده و دانشجویان علوم پزشکی ، دانشجویان علوم انسانی و پیراپزشکی از امکانات آموزشی این مرکز استفاده کرده و عده زیادی از دانشجویان پزشکی پایان نامه های تحصیلی خود را با راهنمایی و همکاری ایشان تدوین و تهیه می کنند .



گزیده همایش های آبان ماه ۱۳۹۲

دومین همایش بررسی ضوابط شرعی در پزشکی



برگزار کننده: دانشگاه علوم پزشکی ارتش
زمان برگزاری: ۹ الی ۹ آبان ۱۳۹۲
ارسال خلاصه مقالات: ۱۳۹۲/۶/۱
مکان برگزاری: تهران

چهارمین کنگره سراسری رفتارهای پرخطر



برگزار کننده: دانشگاه علوم پزشکی زاهدان
زمان برگزاری: ۹ الی ۹ آبان ۱۳۹۲
مکان برگزاری: زاهدان

کنگره بین المللی تازه های غدد درون ریز و متابولیسم



برگزار کننده: پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی تهران
زمان برگزاری: ۱ الی ۳ آبان ۱۳۹۲
ارسال خلاصه مقالات: ۱۳۹۲/۳/۲
مکان برگزاری: تهران، تالار امام مجتهد بیمارستانی امام خمینی
همایش همزمان: پنجمین همایش تازه های دیابت

ششمین همایش سراسری اختلالات خواب



برگزار کننده: انجمن پزشکی خواب ایران
زمان برگزاری: ۱۵ الی ۱۷ آبان ۱۳۹۲
مکان برگزاری: تهران

چهاردهمین کنگره پژوهشی سالیانه دانشجویان علوم پزشکی کشور

The 14th Research Congress of Iranian Medical Sciences Students
The 5th International Student Congress on Medical Research in Iran



برگزار کننده: دانشگاه علوم پزشکی مازندران
زمان برگزاری: ۷ الی ۱۰ آبان ۱۳۹۲
مکان برگزاری: ساری
همزمان: پنجمین همایش بین المللی دانشجویان علوم پزشکی ایران

چهارمین همایش سراسری طب و قضا

برگزار کنندگان: سازمان پزشکی قانونی دانشگاه شیراز، دانشگاه علوم پزشکی شیراز
زمان برگزاری: ۸ الی ۹ آبان ۱۳۹۲
ارسال خلاصه مقالات: ۳۱ مرداد ۱۳۹۲
مکان برگزاری: شیراز، خیابان قصرالدشت سالن پیام



چهارمین کنگره بین المللی پزشکان شمالغرب کشور

برگزار کنندگان: موسسه سلامت و توسعه پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز
زمان برگزاری: ۱ الی ۳ آبان ۱۳۹۲
مکان برگزاری: تبریز، فرهنگسرای غدیر

4th International Scientific Congress of Azerbaijanian Physicians
21 - 23 October 2014 in Tabriz - IRAN

ششمین کنگره سرطان پستان

برگزار کنندگان: پژوهشکده سرطان پستان، انستیتو کانسر مجتمع بیمارستانی امام خمینی
زمان برگزاری: ۱۵ الی ۱۷ آبان ۱۳۹۲
ارسال خلاصه مقالات: ۳۱ مرداد ۱۳۹۲
مکان برگزاری: تهران



همایش های پیش رو
دومین کنگره ملی آموزش بیمار برگزار کننده: مرکز تحقیقات ضایعات مغزی و نخاعی دانشگاه علوم پزشکی تهران
زمان برگزاری: ۱۸ الی ۲۰ دی ۱۳۹۲
ارسال خلاصه مقالات: ۱۵ آبان ۱۳۹۲
محل برگزاری: تهران، مرکز همایش های بین المللی بیمارستان امام خمینی
<http://www.patient-education.ir>

سومین همایش کشوری پژوهش در توسعه سلامت
برگزار کننده: دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر
زمان برگزاری: ۲۸ الی ۳۰ بهمن ۱۳۹۲
ارسال مقالات: ۳۰ آبان ۱۳۹۲
مکان برگزاری: بوشهر
<http://www.bhlsc.bums.ac.ir/>

نهمین همایش پژوهشی دانشجویان دانشگاه های علوم پزشکی شرق کشور
برگزار کننده: دانشگاه علوم پزشکی بیرجند
زمان برگزاری: ۶ الی ۸ اسفند ۱۳۹۲
ارسال خلاصه مقالات: ۳۰ آذر ۱۳۹۲
مکان برگزاری: بیرجند
<http://arcmss9.bums.ac.ir/>

ششمین کنگره علمی انجمن رادیولوژی دهان، فک و صورت ایران
برگزار کننده: انجمن علمی رادیولوژی دهان، فک و صورت ایران
زمان برگزاری: ۳۰ بهمن الی ۲ اسفند ۱۳۹۲
ارسال مقالات: ۳۰ آبان ۱۳۹۲
محل برگزاری: تهران، هتل المپیک
<http://iaomfr.com/>

چهار پرسش برای تشخیص بیماری افسردگی

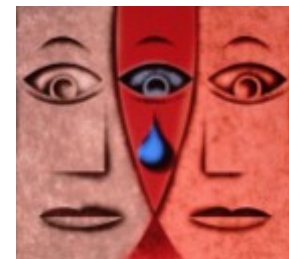
اندوه، بی‌انگیزگی، خستگی و بدبینی؛ این موارد، علائم بیماری افسردگی هستند. اکنون پژوهشگران موسسه علمی ماکس پلانک، آزمونی کوتاه طرح کرده‌اند که بر اساس آن می‌توان با پاسخ به ۴ پرسش تا حدودی به تشخیص این بیماری دست یافت. تست‌های بسیاری در اینترنت برای پاسخ به این سوال موجود است که آیا یک نفر دچار افسردگی است یا خیر. در بیشتر این آزمون‌ها، حدود ۲۰ سوال در رابطه با وضعیت روحی فرد پرسیده می‌شود که بر اساس پرسش‌نامه افسردگی «بک» (Beck-Depressions-Inventar)



طلاق خطر مرگ زودرس را در مردان

افزایش می‌دهد

به گفته محققان طلاق علاوه بر مشکلات روحی، مشکلات جسمی فراوانی را برای مردان به وجود می‌آورد. محققان آمریکایی می‌گویند مردانی که ازدواجشان به جدایی ختم می‌شود، بیش از دیگران در خطر مرگ زودرس، مصرف مواد مخدر و افسردگی قرار دارند و اغلب از حمایت‌های اجتماعی نیز بی‌بهره‌اند. محققان آمریکایی می‌گویند مردان مطلقه و مجرد به دلیل رفتارهای پرخطر پس از جدایی، ۳۹ درصد بیشتر از مردان متاهل در معرض خطر خودکشی قرار دارند. دکتر دانیل فلیکس از دانشگاه نبراسکا، محقق این پروژه در این مورد گفت: پزشکان باید مشکلات سلامتی مرتبط با طلاق را در مردان شناسایی



کنند. به گفته این محقق بد خوابی، دردهای شکمی مزمن، مصرف بیش از اندازه الکل و همچنین مشکلات اجتماعی در برخورد با رییس و همکاران از مشکلات مردان مطلقه است. به گفته محققان تصویر رایج در بسیاری از فرهنگ‌ها و رسانه‌ها، مردان را افرادی محکم، مقاوم و انعطاف‌پذیرتر از زنان نشان می‌دهد. اما در حقیقت مردان در برابر مشکلات روانشناختی و اتفاقات بد زندگی مثل طلاق، ورشکستگی، جنگ و از دست دادن عزیزان به شدت تحت تأثیر قرار می‌گیرند. نتایج این تحقیق در نشریه (Mens Health) منتشر شده است.

اما پژوهشگران در عین حال تأکید می‌کنند که چنین آزمونی نمی‌تواند جای یک تشخیص نهایی را بگیرد. به گفته آنان، این کار وظیفه یک روان‌پزشک یا یک روان‌پزشک است.

خواهر و برادر بیشتر، احتمال طلاق کمتر در آینده

نتایج یک پژوهش نشان می‌دهد هر چه تعداد خواهر و برادرهای فرد بیشتر باشد، کمتر امکان دارد که وی طلاق را در بزرگسالی تجربه کند. بر اساس این مطالعه، بزرگ‌شدن در خانواده پرجمعیت اعتماد، همکاری و دیگر مهارت‌ها و ارزش‌هایی را که به بهبود روابط در بزرگسالی کمک می‌کند، تقویت می‌کند.

تحلیل شرایط خانوادگی ۶۰ هزار بزرگسال توسط محققان دانشگاه اوهایو نشان داد به ازای هر برادر یا خواهر، احتمال طلاق تا دو درصد کاهش یافت و افرادی هم که دارای هفت یا تعداد بیشتری برادر و خواهر بودند، ازدواج‌های باثبات‌تری داشتند. به گفته دونا باییت-زهر، خانواده‌ها با هر دختر یا



مصرف تنقلات در گسترش افسردگی نقش دارد

محققان دانشگاه فنلاند شرقی، رژیم غذایی، وزن و علائم افسردگی بیش از ۲۰۰۰ مرد را طی ۱۳ سال مورد بررسی قرار دادند. محقق این تحقیق Anu Ruusuunen اظهار کرد: این تحقیق این فرضیه را که رژیم غذایی نه تنها در از بین بردن افسردگی بلکه در پیشگیری از آن نیز مهم است را تأیید می‌کند. نتایج نشان می‌دهد: رژیم غذایی غنی از سبزیجات، میوه‌ها، غلات سبوس‌دار، مرغ،

ماهی و پنیر کم چرب میزان افسردگی و علائم آن را کاهش می‌دهد. همچنین مصرف قهوه نیز در کاهش افسردگی موثر است. اما مصرف مقدار زیاد سوسیس، گوشت‌های فرآوری‌شده، تنقلات و دسرهای نوشیدنی‌های شیرین، مواد غذایی صنعتی، نان سفید و سیب‌زمینی پخته فرآوری شده موجب افزایش افسردگی و علائم آن می‌شود.

نتایج تحقیقات اخیر محققان دانشگاه هاروارد نشان می‌دهد که افراد در صبح صداقت بیشتری دارند.

نتایج تحقیقات وسیع روان‌شناسان و متخصصان رفتارشناسی نشان می‌دهد که معمولاً افراد در ساعات اولیه روز تمایلی به فریب دیگران ندارند، همچنین تحقیقات کارآگاهان قضایی نشان می‌دهد که آمار قتل، دزدی و دیگر رفتارهای غیراخلاقی در صبح بسیار کمتر است.

در ادامه تحقیقات آمده است که یکی از مهم‌ترین علل ارتکاب جرم، خستگی روحی و جسمی است و سرحال بودن باعث می‌شود که افراد کنترل بیشتری روی رفتار و افکار خود داشته باشند و اشتباه تصمیم نگیرند.

خشم از دید قرآن

از نظر قرآن دو نوع خشم وجود دارد خشم مفید و متعادل و خشم مخرب و ناپهناجر خشم متعادل، راهی برای رسیدن به هدف در مواقع لزوم است و خشم مخرب را باید درمان کرد. قرآن کریم با توصیه به صبر و پاسخ‌گویی با عمل نیک و با وعده بهشت و پاداش اخروی، به وسیله سفارش به بخشش و عفو، یادآوری قدرت و خشم خداوند و ... به درمان بیماری سلامتی سوز خشم و عصبانیت پرداخته است. که به ترتیب در سوره شوری، آیه ۴۳، فصلت، آیه ۳۴، آل عمران، آیات ۱۳۳ و ۱۴۲، شوری، آیات ۳۶ و ۳۷ و نور، آیه ۲۲ بیان شده است.

سالانه بیماران زیادی در اثر حملات قلبی فوت می‌کنند، بدون آنکه فرصت رسیدن به خدمات درمانی را داشته باشند. هر چند به طور مرتب علایم یک حمله قلبی توضیح داده می‌شود، هنوز هستند بیمارانی که در این زمینه تعلل می‌کنند و خود را دیر به مرکز درمانی می‌رسانند، حالا یک وسیله قابل کاشت در بدن طراحی شده که **AngelMed Guardian®** نام دارد و به کاربران آن درباره حمله قلبی بالقوه از طریق ترکیب ارتعاشات، زنگ قابل شنیدن و هشدارهای بصری هشدار می‌دهد. آنچه این دستگاه را متمایز می‌کند، ترکیبی از حالات هشدار است. هشدار ارتعاشی دو مزیت عمده دارد؛ اول آنکه وسیله نمی‌تواند مانند یک دستگاه قابل حمل پشت سر گذاشته شود و دوم آنکه هشدار ارتعاشی نسبت به دیگر هشدارها راحت‌تر و بهتر احساس می‌شود. مثلاً شاید بیماری لباس زیاد پوشیده باشد یا سنگینی گوش داشته یا در یک محیط شلوغ باشد، بنابراین هشدار صوتی را نشنود، پس هشدار ارتعاشی بهتر عمل می‌کند.

محققان آمریکایی دستگاه اسکنر دستی غیرتهاجمی طراحی کرده‌اند که عملکردی مشابه دستگاه سی تی اسکن داشته و می‌تواند خونریزی مغزی را به سرعت تشخیص دهد. پیشرفت‌های فراوانی در حوزه فناوری کلاه ایمنی برای سربازان و دوچرخه و موتورسواران صورت گرفته است، با این حال ورزشکاران به ویژه فوتبالیست‌ها با خطر آسیب‌های مغزی و خونریزی در حین مسابقات مواجه هستند. کلید اصلی پیشگیری از صدمات جدی مغزی یا حتی مرگ مصدوم، تشخیص زودهنگام خونریزی و آسیب مغزی است. دستگاه اسکنر دستی **Infrascanner 2000** از فناوری مادون قرمز نزدیک برای تشخیص هماتوم (خونریزی) در مغز استفاده می‌کند. نور جذب شده توسط دو نیمه مغز با کمک اسکنر دستی اندازه‌گیری می‌شوند؛ مغز سالم دارای جذب متقارن نور است و هرگونه تفاوت جذب نور در دو ناحیه مغز می‌تواند نشانه‌ای از وجود هماتوم باشد. دستگاه اسکنر دستی **Infrascanner 2000** با دو باتری سایز **AA** کار می‌کند و فروش آن به زودی در آمریکا آغاز می‌شود که می‌تواند برای تشخیص زودهنگام خونریزی مغزی ورزشکاران در میدانی ورزشی یا سربازان در میدان جنگ مورد استفاده قرار بگیرد.

ایمپلنت‌های هوشمند جایگزین تزریقات دردناک می‌شوند

استفاده از ایمپلنت‌هایی که انرژی مورد نیاز را بوسیله سلول‌های مهندسی ساز تأمین می‌کنند، یکی از روش‌های نوین برای مصرف دوزهای دارویی در بیماری‌های مزمن محسوب می‌شوند. خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، مبتلایان به دیابت یا بیماران دچار کم‌خونی خطرناک نیازمند مدیریت برنامه تزریقات روزانه هستند. ایمپلنت‌ها قادر به نظارت بر مواد سمی درون بدن بصورت لحظه‌یی هستند، داده‌های طولانی مدت از وضعیت سلامت فرد تهیه می‌کنند، هشدار لازم جهت مصرف بموقع داروها را اعلام کرده و حتی روند مصرف داروها را مدیریت کنند.

آشکارساز مواد سمی مورد آزمایش قرار گرفتند. سیستم انسولین بر روی موش‌های مبتلا به دیابت مورد آزمایش قرار گرفت و با ارسال نور آبی از طریق فیبر نوری به ایمپلنت، سلول‌ها درون ایمپلنت وادار برای تولید یک پروتئین برای تحریک تولید انسولین شدند؛ برای تشخیص سموم نیز سلول‌های مهندسی ساز در حضور فلزات سنگین نور سبز منتشر می‌کنند. آزمایشات مختلفی برای توسعه و کاربردی شدن ایمپلنت‌های هوشمند مورد نیاز است؛ نتایج این دستاورد در مجله **Nature Photonics** منتشر شده است.

سرنگ هوشمند برای مقابله با بیماری‌های قابل انتقال از راه خون

محققان انگلیسی برای مقابله با خطر استفاده از سرنگ‌های دست دوم، سرنگ هوشمندی را توسعه داده‌اند که با تغییر رنگ بدنه، نسبت به عدم استفاده مجدد از سرنگ هشدار می‌دهد. یکی از مشکلات مهم حوزه سلامت در هند، استفاده از سرنگ‌های استفاده شده است و بسیاری از زباله جمع‌کن‌ها با جستجو در مراکز دفن زباله، اقدام به جمع‌آوری سرنگ‌های دست دوم و فروش آنها به مراکز درمانی می‌کنند. نتایج یک مطالعه نشان می‌دهد از پنج میلیارد تزریق سالانه در این کشور، دست کم ۲.۵ میلیارد تزریق بدلیل استفاده از سرنگ‌های

دست دوم بسیار ناایمن هستند و این یک خطر بالقوه برای ابتلای افراد به بیماری‌های قابل انتقال از راه خون مانند اچ‌آی‌وی یا هیپاتیت محسوب می‌شود. «دیوید سوان» از محققان دانشگاه هادرسفیلد در تلاش برای کاهش خطرات استفاده از سرنگ‌های استفاده شده و نجات جان هزاران بیمار، سرنگ هوشمند **ABC** را ابداع کرده است. در این سرنگ هوشمند از جوهری استفاده شده است که به دی‌اکسید کربن حساس است؛ زمانی که سرنگ در بسته بندی استریل قرار دارد، بدنه آن به شکل شفاف دیده می‌شود و هنگام استفاده، مهر و موم سرنگ شکسته شده و رنگ بدنه تغییر می‌کند که بعنوان هشدار برای عدم استفاده مجدد از سرنگ است. تفاوت یک سرنگ استریل خارج از بسته بندی با یک سرنگ شسته شده با کمک جوهر هوشمند مشخص می‌شود و بدنه سرنگ استفاده شده که در معرض هوا قرار گرفته است، به رنگ قرمز در می‌آید. در صورت استفاده از سرنگ **ABC** تنها در پنج درصد تزریقات هند، پس از پنج سال از ۷۰۰ هزار عفونت پیشگیری شده و ۱۳۰ میلیون دلار در هزینه‌های پزشکی صرفه جویی می‌شود. طرح سرنگ هوشمند **ABC** بعنوان یک راه حل خلاقانه برای حل مشکل جهانی، بعنوان یکی از فینالیست‌های جایزه **Index2013** انتخاب شده است.



مناطق مغزی حساس به پردازش اطلاعات اجتماعی پیچیده در زمان شنیدن صدای خنده ناشی از شادی یا قلقلک فعال می شوند که این فعالیت در زمان شنیدن خنده تمسخرآمیز دیده نمی شود.

زینت انسان سه چیز است ۱- علم ۲- محبت ۳- آزادی. افلاطون

بینایی

در دنیا، تقریباً ۲۸۴ میلیون نفر مشکلات بینایی دارند؛ بیش از ۳۹ میلیون نفر نابینای مطلق، ۲۴۵ میلیون نفر کم بینا یا دچار اختلال بینایی مانند مشکلات انکساری درمان نشده (نزدیک بینی، دوربینی و آستیگماتیسم) هستند. هر ۵ ثانیه یک نفر به تعداد نابینایان افزوده می شود. پیش بینی می شود تعداد افراد نابینا در سال ۲۰۲۰ به ۷۶ میلیون نفر برسد. هزینه اقتصادی سالانه پیشگیری از نابینایی در جهان حدود ۲۸ میلیارد دلار تخمین زده می شود.

پودر کاکائو برای افراد چاق مفید است

مطالعات اخیر محققان دانشگاه ایالتی پنسیلوانیا نشان می دهد که پودر کاکائو باعث می شود تا بدن افراد چاق، نظارت بهتری روی بیماری های التهابی مانند دیابت داشته باشد. کاکائو علاوه بر دیابت در درمان کبد چرب نیز موثر است و این اثربخشی در افراد چاق بیشتر به چشم می خورد.

تنظیم قند خون

محققان موسسه واکسن و ژن درمانی دانشگاه علوم پزشکی اورگان آمریکا می گویند: واکسن اچ آی وی که بر روی میمون ها آزمایش شده، حرکت این ویروس را متوقف کرده است. واکسن جدید طراحی شده برای مقابله با بیماری (SIV) که در میمون معادل بیماری ایدز (HIV) است، با موفقیت ویروس را از بدن حیوانات آلوده پاکسازی کرده و راه را برای آزمایش واکسن (HIV) بر روی انسان هموار ساخت.

بررسی کروموزومی نشان داده

است که چرا برخی افراد بیشتر

مستعد سرماخوردگی هستند

پژوهشگران علوم پزشکی می گویند نتایج یک آزمایش کروموزومی جدید نشان داده است افرادی که بخش انتهایی مولکول های آنها یا به اصطلاح تلومرهای آنها کوتاه تر است، بیشتر مستعد سرماخوردگی هستند.



تشخیص زودهنگام شدت سرطان پروستات با آزمایش ژنتیکی جدید

دانشمندان دانشگاه کلمبیا در حال تولید یک آزمایش ژنتیکی هستند که به اندازه گیری شدت و تهاجمی بودن سرطان پروستات کمک می کند.

به گزارش سرویس علمی خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، اغلب یک مشی «منتظر بمان و صبر کن» در مورد تومورهای پروستات مورد استفاده بوده چرا که این تومورها می توانند به کندی رشد کرده و برای بیمار مشکلی ایجاد نکنند.

اما اکنون محققان آزمایشی ایجاد کرده اند که سه ژن را در تومور بررسی می کند. اگر

هیچکدام از آنها وجود نداشته باشد، سرطان تهاجمی خواهد بود. کار آزمایشی های اولیه نشانگر نویدبخش بودن این آزمایش بوده و در صورت موفقیت پژوهشهای بزرگتر، محققان امیدوارند بتوانند در پنج سال آینده آنرا در دسترس قرار دهند.

ترور تومورهای سرطانی با نانوذرات

محققان مؤسسه تحقیقات کاربردی پلیمر فرانسهوفر آلمان شیوه جدیدی ابداع کرده اند که به نمایش مواد حاوی نانوذرات با قابلیت کشتن انتخابی سلول های تومور می پردازد.

به گزارش سرویس علمی خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، محققان از آگریزا

یا وزیکولهای چربی نامحلول در آب به عنوان حامل های دارویی کوچک ۲۰۰ تا ۲۵۰ نانومتری استفاده کردند. محققان اکنون توانسته اند کارایی رویکرد خود را در آزمایشات آزمایشگاهی اثبات کنند.

محققان از لحاظ زیستی در بدن پس از استقرار قابل تخریب و تجزیه هستند. از پلیمرها برای تثبیت نانوپوشش استفاده می شود که از مولکولهای بسیار خاص و به رسمیت شناخته شده توسط سلولهای تومور برخوردارند. این پوشش نانوذرات که متخصصان آن را ویزکول می نامند، از ساختاری شبیه سلول برخوردارند.

دانشمندان این حامل ها را با دوکسوروبیسین که یکی از عوامل ضد سرطانی مورد استفاده در شیمی درمانی است، پر کردند. سدیسم تترادسیل سولفات نیز که نوعی سورفاکتانت است، به جذب بهتر این عامل فعال کمک می کند. محققان اکنون توانسته اند کارایی رویکرد خود را در آزمایشات آزمایشگاهی اثبات کنند. دانشمندان از گونه سرطان گردن رحم و سرطان روده بزرگ برای چهار آزمایش درون آزمایشگاه استفاده کرده و دریافتند که هر کدام واکنش کاملاً متفاوتی به دوکسوروبیسین نشان می دادند. برای مثال سلولهای سرطان روده بزرگ به این مواد حساس بودند در حالیکه سلولهای سرطان گردن رحم چنین حساسیتی نداشتند.

امام (ع) می فرماید:

- انجیر بوی دهان را برطرف می سازد و استخوان را تقویت می کند و به پیاز مو نشاط و قدرت می دهد و دردها را بدون دارو از بین می برد.

امام صادق علیه السلام :

مردم هیچ آبادی ای از سه گروه بی نیاز نیستند که در کار دنیا و آخرت خویش به ایشان پناه بَرند و چون آنان را نداشته باشند، شوربخت باشند:

فقیه دانا و پرهیزگار، امیر نیکوکار و فرمان ردا، و طبیب آگاه و مورد اعتماد.

گاه انسان در مقابل بعضی ها از هوشی خود احساس شرم میکند.

بایوست این میوه دندان هایتان را سفید کنید

موجود در پوست موز ، مثل ، پتاسیم ، منیزیم و منگنز جذب دندانهای شما می شوند و آنها را سفید می کنند. هر موز نه تنها ضرری برای شب قبل از خواب این کار را دندانهای ما ندارد بلکه برای انجام دهید تا دندانهایتان کم دندانهای ما مفید هم هست کم سفید شوند. پوست موز زیرا پوست موز سرشار از مواد برای مدت بیشتری هم می معدنی و ویتامین های مختلف تواند روی دندانهایتان بماند. است و علاوه براین روش *نکته: شما می توانید بسیار ارزانی برای سفید کردن باقیمانده پوست موزها را برای استفاده های بعدی در فریزر *دستورالعمل: از یک موز نگهداری کنید. اگرچه رنگ رسیده استفاده کنید موز را آن عوض می شود اما باز هم از انتها پوست بکنید تا همه قابل استفاده است. قبل از رشته هایش کنده شود. زیرا امتحان کردن روشهای موز رسیده بیشترین میزان مختلف سفید کردن دندان پتاسیم را دارد. حتما درباره آنها تحقیق کنید قسمت داخلی پوست موز را زیرا برخی از این روشها ممکن حدود دو قیفه به آرامی روی است به دندانهایتان آسیب سطح دندانهایتان بمالید. برسانند. به این ترتیب مواد معدنی

جلوگیری از سفیدی مو با خوردن شکلات

تحقیقات جدید نشان می دهد: خوردن شکلات به نسبت استفاده از نرم کننده ها و درمان های دیگر موجب جوانی مو می شود. با اشاره به یافته های پژوهشی جدید در این مورد اظهار کردند: شکلات حاوی رنگدانه ای به نام ملانین است که از سفید شدن مو جلوگیری می کند و به موها رنگ می دهد. بر اساس یافته های پژوهشی، موهای نازک و سست نشانه کمبود آهن است و خوردن پروتئین اضافی به رفع این مشکل کمک می کند. محققان معتقدند آهن موجب افزایش استحکام موها می شود و تنها ماده معدنی است که حامل اکسیژن در سراسر بدن است و موها را مستحکم می کند و موجب تغذیه آن می شود.

انتقال بیماری

امام صادق (ع) فرمود روشنائی هائی هست که اگر از یک بیمار بر یک شخص سالم بتابد ممکن است آن شخص سالم را بیمار کند. مرکز تحقیقات پزشکی و زیست شناسی شوری اعلام کرد: اولاً از سلول های بیمار اشعه ساطع می شود و ثانیاً نوعی از این اشعه به گونه ای است که هرگاه حتی بدون کوچکترین تماس بر سلول های سالم بتابد آنها را بیمار خواهد کرد.

خواص انار شیرین

امام صادق علیه السلام : بر شما باد انار شیرین . آن را بخورید؛ چرا که هیچ دانه ای از آن به معده مؤ منی در نمی آید، مگر این که بیماری ای از آن ریشه کن می کند و شیطان و سوسه را از او دور می سازد.

امام صادق علیه السلام : انار را با پیه آن بخورید؛ چرا که معده را می پالاید و ذهن را افزون می کند.

خواص عدس

امام صادق علیه السلام : در حالی که پیامبر خدا در جای نماز خویش نشسته بود، مردی از انصار به نام عبدالله بن تیّهان نزد ایشان آمد و گفت: ای پیامبر خدا! من بسیار در محضر تو می نشینم و بسیار از تو می شنوم؛ اما نه دلم نازک می شود و نه اشکم فرو می ریزد. پیامبر (ص) به او فرمود: ((ای پسر تیّهان! بر تو باد عدس . آن را بخور؛ چرا که دل را نازک میکند و اشک را شتاب می دهد. و هفتاد پیامبر، دوام سودمندی آن را از خدا خواسته اند)).

امام صادق علیه السلام : مردی نزد پیامبر خدا از سنگدلی ، اظهار ناراحتی کرد. به او فرمود: ((بر تو باد عدس ؛ چرا که دل را نازک می کند اشک را شتاب می دهد)).

تأثیر انگور در از میان رفتن اندوه

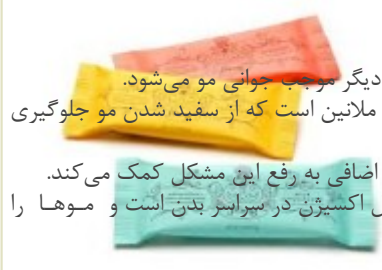
امام صادق علیه السلام : هنگامی که آب فرو نشست و استخوان های مردگان ،

پدیدار شد. نوح ، این را بدید و بدین سبب ، بسیار، آشفته و اندوهگین شد. سپس خداوند عزوجل به او وحی کرد: ((این ، کاری است که خود با خویش کرده ای ! تو خود آنان را نفرین کرده ای !)).

گفت : پروردگارا! من از تو آموزش می طلبم و به درگاه تو، توبه می کنم . سپس خداوند (عزوجل) به او وحی فرستاد: ((انگور سیاه بخور تا اندوهت از میان برود)).

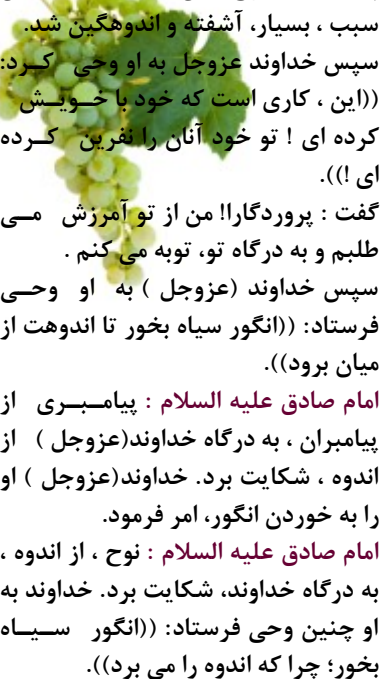
امام صادق علیه السلام : پیامبری از پیامبران ، به درگاه خداوند(عزوجل) از اندوه ، شکایت برد. خداوند(عزوجل) او را به خوردن انگور، امر فرمود.

امام صادق علیه السلام : نوح ، از اندوه ، به درگاه خداوند، شکایت برد. خداوند به او چنین وحی فرستاد: ((انگور سیاه بخور؛ چرا که اندوه را می برد)).



تحقیقات جدید نشان می دهد: خوردن شکلات به نسبت استفاده از نرم کننده ها و درمان های دیگر موجب جوانی مو می شود.

انتقال بیماری



خواص انار شیرین

امام صادق علیه السلام : بر شما باد انار شیرین . آن را بخورید؛ چرا که هیچ دانه ای از آن به معده مؤ منی در نمی آید، مگر این که بیماری ای از آن ریشه کن می کند و شیطان و سوسه را از او دور می سازد.

شاید شما هم شنیده باشید هنوز هم خیلی از مردم اعتقاد دارند پنیر باعث کم‌هوشی و به اصطلاح خنگی می‌شود و بر همین اساس از خوردن آن اجتناب می‌کنند و در ضمن مانع خوردن این ماده مغذی توسط خانواده و بخصوص فرزندان خود می‌شوند. برخی هم معتقدند خانم‌های باردار باید از خوردن پنیر خودداری کنند. به نظر شما این عقاید تا چه حد می‌تواند درست باشد؟ به طور کلی پنیر ماده‌ای سرشار از پروتئین و کلسیم است و مقادیر زیادی هم فسفر دارد. به علاوه محتوی درصدی از تمام مواد مغذی موجود در گوشت است و از این رو گیاهخواران به جای گوشت از پنیر استفاده می‌کنند.

در این میان افراد زیادی اعتقاد دارند، پنیر باعث کاهش هوش می‌شود، در پاسخ به این افراد باید گفت پنیر حاوی ماده‌ای به نام تیرامین است که این ماده می‌تواند در صورت عبور از سد خونی مغز وارد مغز شود و کاهش عملکرد ذهنی فرد را در پی داشته باشد، هرچند در عمل باعث کاهش هوش فرد مصرف‌کننده نمی‌شود چراکه در بدن ما آنزیم خاصی وجود دارد که به محض تماس با پنیر آن را تجزیه می‌کند و در صورتی که نقصی در عملکرد این آنزیم وجود نداشته باشد و مقادیر پنیری که فرد می‌خورد بیش از ظرفیت خنثی‌سازی این آنزیم نباشد، این آنزیم براحتی می‌تواند از پس مقادیر معمول تیرامین برآید و مانع ورود این ماده به مغز شود. در این میان از آنجا که آنزیم تجزیه‌کننده تیرامین پنیر برای فعالیت خود به مس نیاز دارد، بنابراین اگر بتوانیم مقادیر مورد نیاز مس را در اختیارش قرار دهیم می‌توانیم از کارایی بیشتر آن بهره ببریم. این کار را می‌توان با خوردن گردو همراه پنیر انجام داد. در واقع از آنجا که گردو حاوی مس است می‌توان از این طریق، مس مورد نیاز را تامین کرد. مساله دیگر تعادل کلسیم و فسفر بدن است. اگر این تعادل به هم بخورد یعنی مقدار کلسیم بدن از فسفر بیشتر شود کلسیم اضافی می‌تواند باعث کاهش فسفر در دسترس سلول‌های مغزی شود. این در حالی است که سلول‌های مغزی به کاهش فسفر حساس هستند و این مساله می‌تواند باعث کاهش عملکرد سلول‌های مغزی شود. این در حالی است که پنیر هر دو ماده معدنی کلسیم و فسفر را دارد ولی میزان کلسیم آن بیشتر است و در صورت مصرف بیش از اندازه آن، این تعادل به هم می‌خورد و مقدار کلسیم از فسفر بیشتر می‌شود. گردو تا حدی هم حاوی فسفر است که با مصرف آن می‌توانید به فسفر مورد نیاز خود دست پیدا کنید و این تعادل را به حالت اول باز گردانید. پس این مشکل نیز با مصرف گردو قابل حل است.

اما دلیل اصلی وجود باورهای اشتباهی مبنی بر مصرف پنیر از آنجاست که این ماده غذایی از جمله لبنیاتی است که اگر صبح به عنوان صبحانه مورد استفاده قرار گیرد باعث افت فشار خون و به اصطلاح فرد دچار سردی می‌شود. البته این افت فشار آنقدر نیست که فرد آن را احساس کند ولی اثر خود را می‌گذارد. به این ترتیب طی زمانی که این افت فشار رخ می‌دهد خون کمتر به سلول‌های بدن از جمله سلول‌های مغزی می‌رسد و این باعث می‌شود تا چند دقیقه یا چند ساعت اول، مغز تا حدی قدرت تجزیه و تحلیل کمتری داشته باشد و فرد به نظر کمی کم‌هوش به نظر برسد ولی این قضیه موقت است و با برگشت فشارخون به حد طبیعی خود این مساله نیز برطرف می‌شود. در این میان اگر بخواهید ماده‌ای بخورید که از خاصیت سودایی پنیر بکاهد، بهترین گزینه همان گردو است که به مقدار کافی گرم است و می‌تواند خاصیت سودایی پنیر را تعدیل کند.

IQ بالاتر به معنی هوش بیشتر است؟!

IQ بالا درست مثل قد بلند برای بازیکن بسکتبال است. یک بسکتبالیست خوب علاوه بر قد بلند باید خصوصیات دیگری نیز داشته باشد و فقط قد بلند نیست که موفقیت بازیکن بسکتبال را تضمین می‌کند. به همین ترتیب تفکر عالی فقط توسط IQ تعیین نمی‌شود. ۷۰ درصد از مردم جهان IQ معادل ۸۵ تا ۱۱۵ دارند در حالی که تنها ۱ درصد از مردم جهان IQ بالای ۱۴۵ دارند. آزمون‌های IQ برای اندازه‌گیری برخی از استعداد‌های فکری خاص مانند منطق، استدلال انتزاعی، قدرت یادگیری و ظرفیت حافظه فعال (یعنی این که چقدر اطلاعات را می‌توانید به خاطر بسپارید) بسیار مناسب است، اما وقتی نوبت اندازه‌گیری این توانایی‌ها برای تصمیم‌گیری درست در زندگی واقعی می‌رسد، این آزمون ضعف‌های خود را نشان می‌دهد. این بدان علت است که این آزمون نمی‌تواند توانایی اشخاص در تحلیل اطلاعات یا قدرت شناخت شواهد گمراه‌کننده را مورد ارزیابی قرار دهد.

در مطالعه‌ای، استانیویچ و ریچارد وست از دانشگاه جیمز مادیسون در هاریسون بورگ ویرجینیا دریافتند که هیچ رابطه‌ای بین بهره هوشی و توانایی فرد برای اجتناب از برخی تله‌های تفکر شهودی وجود ندارد.

استدلال‌های منطقی و انتزاعی به خوبی توسط آزمون‌های IQ قابل اندازه‌گیری هستند، اما بیشتر محققان اتفاق نظر دارند که به طور کلی رابطه بین بهره هوشی و تصمیم‌گیری درست ضعیف است. استثنا آن هنگامی است که به افراد اخطار می‌شود که ممکن است نسبت به جهتگیری تفکرشان آسیب‌پذیر باشند، در این صورت آنهایی که IQ بالاتری دارند، بهتر عمل می‌کنند. این بدان علت است که افراد باهوش معمولاً بیشتر از دیگران دلیل و برهان نمی‌آورند، اما اگر دلیلی بیاورند این کار را بهتر از دیگران انجام می‌دهند.

IQ نشان‌دهنده توانایی بیشتر برای شناخت‌های پیچیده در مقابل مسائل جدیدی است که در پیش روی شما قرار می‌گیرند، اما این که ما این توانایی را در کجا به کار می‌بریم خود سوال دیگری است. فکر خود را مانند چراغ قوه تصور کنید. IQ شفافیت نور چراغ قوه را اندازه‌گیری می‌کند، اما این که نور چراغ قوه را روی چه چیزی می‌اندازید نیز مهم است. بعضی از افراد نور چراغ را به آن روی سکه نمی‌اندازند که این مساله می‌تواند علل مختلفی همچون مدفون بودن نظریه‌ها در اعماق ذهن، اجتناب از آنچه ممکن است دردسرساز شود یا عجله کردن بیش از حد داشته باشد. در چنین رفتارهای اشتباهی هر چه نور چراغ قوه قوی‌تر باشد باز هم فرقی نخواهد کرد.

به نظر می‌رسد حتی کسانی که هوش بسیار بالایی دارند نیز ایمن نیستند. مطالعه‌ای که روی اعضای Mensa (مجمع افراد با IQ بالا) در کانادا در اواسط دهه ۱۹۸۰ نشان داد که ۴۴ درصد آنها به طالع بینی معتقدند، ۵۱ درصد چرخه زیستی و ۵۶ درصد موجودات فضایی را باور دارند. این نظریه که IQ روش ضعیفی برای محاسبه تفکر منطقی است بدون مخالف نیست. به نظر مخالفان از آنجایی که افراد با IQ بالا میل به زندگی طولانی‌تر و کسب مهارت‌های بیشتر دارند، می‌توان نتیجه گرفت که افراد باهوش منطقی‌ترند. آنها می‌خواهند دانش بیشتری کسب کنند تا بتوانند تصمیمات بهتری اتخاذ کنند.

موی دماغ !!

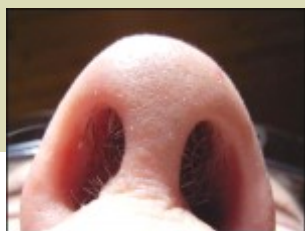
بر اساس یافته‌های پزشکی احتمال ابتلا به آسم در افرادی با موهای بینی کم پشت، سه برابر بیشتر از کسانی است که موهای بینی پرپشتی دارند.

وظیفه اصلی موهای بینی پالایش مواد اضافی هوایی است که تنفس می‌کنیم. موهای بینی همانند فیلتر هوای اتاق عمل می‌کنند. آنها ذرات گرد و غبار، ویروس‌ها، باکتری‌ها و مواد سمی را به دام می‌اندازند تا ما در بازدم یا عطسه آنها را بیرون بدهیم.

تراکم بیشتر موهای بینی می‌تواند یک مزیت باشد.

موی بینی صرفاً نخستین خط دفاعی بینی در برابر عوامل نامطلوب خارجی است. پشت آنها مژک‌ها قرار دارند، رشته‌های مو بین بسیار کوچکی که مدام به عقب و جلو حرکت می‌کنند. این مژک‌ها گرد و خاک و مولکول‌های مضر احتمالی را به سمت گلو جارو می‌کنند. در آنجا این مواد به شکل قطره کوچکی از مخاط جمع می‌شوند که ما آن را سرفه می‌کنیم یا قورت می‌دهیم. در صورت قورت دادن، اسید معده بخش اعظم این مواد مضر را نابود خواهد کرد.

بهتر است بدانید کندن ناگهانی موهای بینی کار خطرناکی است. از آنجایی که بینی محیط استریلی نیست این کار می‌تواند منجر به بروز عفونت‌های ناخوشایندی شود.



معتقدم که سر نوشت انسان را تنها محبت معلوم میکند و بس. شکسپیر

مجله علمی خبری بازنه‌ساز - سال اول - شماره دوم بهار ۱۳۹۲

ویراستیار چیست؟



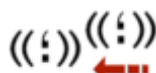
طور یکباره در کل متن
*امکان نادیده گرفتن یک مورد
غلط و عدم اصلاح آن
*امکان نادیده گرفتن یک مورد
غلط و عدم اصلاح آن در کل متن

اصلاح نویسه های متن:

با استفاده از این ویژگی نرم افزار می توانید همه نویسه های (کاراکترهای) متن را استاندارد کنید. اگر نویسه ی غیر استاندارد یافت شد، با معادل استاندارد آن جایگزین می شود.

*اصلاح انواع حرف «ک»
*اصلاح انواع حرف «ی»
*تبدیل ارقام عربی به معادل فارسی.

*اصلاح نویسه ی نیم فاصله
*اصلاح اعراب
*حذف نیم فاصله های تکراری



اصلاح نشانه گذاری

این بخش از نرم افزار، غلط های نشانه گذاری را تشخیص داده و اصلاح می کند. این غلطها بر اثر اشتباه در نمادگذاری علائم زیر پدید می آیند:

- * نقطه
- * ویرگول
- * نقطه ویرگول
- * علامت سوال
- * علامت تعجب
- * نقل قول
- * پرانتز
- * گیومه



تبدیل تقویم و تاریخ

نرم افزار «ویراستیار» افزونه ای برای مایکروسافت ورد است که برای استفاده کاربران فارسی زبان طراحی شده است. از قابلیت های ویراستیار می توان به اصلاح خطاهای املایی، اشتباهات ویرایشی و نشانه گذاری، و نیز استانداردسازی متون فارسی اشاره کرد.

غلط یاب املایی



غلط یاب املایی ویراستیار از کارایی بالا و سرعت مناسبی برخوردار است. از موارد کارکرد غلط یاب می توان به موارد زیر اشاره کرد:

*اصلاح املائی واژه ها
*ارائه ی لیستی از واژه های صحیح پیشنهادی

*اصلاح انواع غلط های فاصله گذاری
*چسبیدن واژه های متوالی به هم
*درج فاصله ی اشتباه میان کلمه
*اصلاح کاربرد نابجای فاصله به جای شبه فاصله

*تلفیق درج اشتباه فاصله و چسبیدن واژه های متوالی
*تشخیص و اصلاح واژه های با پسوند

*تشخیص و اصلاح تکرار متوالی کلمه

*اصلاح غلط های ناشی از هم آوایی

*امکان افزودن واژه های جدید به واژه نامه

*امکان اصلاح یک مورد غلط به



پیش پردازش املائی متن

در پیش پردازش املائی موارد زیر می توانند تصحیح شوند:

ها: اصلاح فاصله گذاری «ها» در انتهای واژه ها

می: اصلاح فاصله گذاری «می» در ابتدای واژه ها

ه: تبدیل «ه» به «ه ی»

ب: تبدیل «ب» متصل به ابتدای واژه ها به «به»

اصلاح فاصله گذاری پسوندها

این بخش از نرم افزار قابلیت تشخیص و تبدیل عبارات های تاریخ را فراهم می کند. عبارات های تاریخ در هریک از دسته بندی های زیر قابل تشخیص و تبدیل به یکدیگر هستند.

گونه های مختلف نوشتار تاریخ به صورت عددی و نوشتاری با ارقام انگلیسی و فارسی.

گونه های مختلف نوشتار تاریخ به زبان انگلیسی

قابلیت تصحیح برخی اشتباهات در درج تاریخ



تبدیل بینگلیش

با این بخش می توان واژه های بینگلیش (واژه های فارسی که با حروف انگلیسی نوشته شده اند - بینگلیش) را به معادل (یا معادل های) فارسی آنها تبدیل کرد. بینگلیش نویسی در حوزه اینترنت بسیار پر کاربرد بوده و اگر چه ورود استانداردهایی مانند یونیکد و همچنین تلاش جامعه فارسی زبان اینترنت در اشاعه زبان فارسی، از تمایل کاربران در بینگلیش نویسی کاسته است، اما هنوز متون فارسی بسیاری را می توان یافت که با نویسه های انگلیسی نوشته شده اند.

با استفاده از این قابلیت، کاربر می تواند این گونه متن ها را به فارسی روان تبدیل کند.

تکرار حروف در واژه ها بینگلیش استفاده از حروف بزرگ (در ابتدا و انتهای واژه ها)، اعداد و نویسه های ویژه در واژه ها

استفاده از واژه های انگلیسی استفاده از نویسه ی X برای تایپ حرف «خ»

تبدیل اعداد



این بخش از نرم افزار قابلیت تشخیص و تبدیل اعداد را فراهم می کند. اعداد در هر یک از دسته بندی های زیر قابل تشخیص و تبدیل به یکدیگر هستند.

عدد طبیعی یا اعشاری با رقم های انگلیسی

عدد صحیح با نوشتار فارسی

عدد اعشاری با نوشتار فارسی

عدد کسری با نوشتار فارسی

دیگر قابلیت های افزونه

علاوه بر موارد یاد شده این افزونه دارای قابلیت های دیگری است که در زیر به چند نمونه از آنها اشاره می کنیم.

قابلیت تکمیل خودکار کلمات

قابلیت به روز رسانی لغت نامه ها

وجود راهنمای داخل برنامه

برای دریافت اطلاعات بیشتر

درباره ی این افزونه به سایت

مراجعه فرمایید.

<http://www.virastyar.ir>

در جهان ۲۰۱۲

پیوند زدن دست به پا



موهای غیرقابل شانه زدن

یقین است اگر همه آلم برای آسمان ساخته شده باشد انسان برای چیزی از عالم ساخته شده است. دیلیس

یکی از بیماری های عجیب و کمتر شناخته شده دنیا به نام 'سندروم موهای غیرقابل شانه' است. این بیماری در افرادی وجود دارد که توانایی شانه کردن موی خود را ندارند این بدین معنی است که موهای آن ها به قدری گوریده و ژولیده می شود که هیچ شانه ای نمی تواند آن ها را از هم جدا کند. این بیماری از سال ۱۹۰۰ شروع شده است و تا به حال چندین نفر را به خود مبتلا کرده است. در موردی از این بیماری یک خانم اهل ایندیانا دو ماه و نیم موهای خود را بی وقفه درون روغن زیتون گذاشت و در تمام این مدت با سوزن لا به لای هر کدام از موها را گشود تا بالاخره توانست بیماری خود را درمان کند.

به دنیا آمدن نوزادی با دو سر در

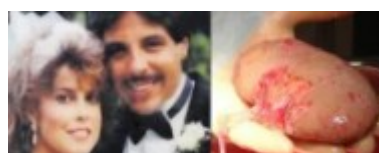
دزفول

مسوول روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی دزفول روز دوشنبه در گفت و گو با خبرنگاران اعلام کرد: یک زن ۳۰ ساله در سومین بارداری خود نوزادی با دوسر زایمان کرد که نوزاد متولد شده دارای دوسر، یک قلب، دوریه، و دوستون فقرات است و دارای یک لگن می باشد.



فریدون جعفریانفر افزود: حاصل این زایمان یک دوقلوی به هم چسبیده است که درجه چسبندگی آنها بالاست.

پس گرفتن کلیه پس از طلاق



یک زوج انگلیسی پس از آنکه از هم طلاق گرفتند دست به کاری بسیار عجیب زدند. 'ریچارد باتیستا' مردی است که اول ازدواج به همسرش یک کلیه اهدا می کند و این عمل موفقیت آمیز جان همسرش را نجات میدهد اما ازدواج آن ها را نجات نمی دهد از این

نابینایی که با یک دندان بینا شد

مارتین جونز ۴۲ ساله ۱۰ سال پیش هنگام کار در یک کارگاه اوراقی و به دلیل پاشیدن آلومینیوم در چشمانش بینایی خود را از دست داد. اما چند ماه پیش با یک عمل جراحی واقعا عجیب بینایی خود را دوباره بدست آورد. او طی این حادثه دچار ۳۷ درصد سوختگی شد، چشم چپش تخلیه و چشم راستش بینایی خود را از

رو آن ها پس از گذشت ۸ سال طلاق می گیرند. پس از طلاق این مرد تقاضا کرد که همسر سابقش باید کلیه یا هزینه آن را به او بازگرداند.

در انتها به نظر می رسید که همسر او هزینه کلیه را که نزدیک به ۱.۵ میلیون دلار بود به او بازگردانده است.

پسر بچه هندی از شر "دوقلوی انگلی خود در قفسه سینه رهایی یافت"



پسر هندی پس از ۸ سال از شر "دوقلوی انگلی" خود در قفسه سینه رهایی یافت

دیپاک کومار پسر هشت ساله از کشور هند که از بدو تولد دارای دو پا و یک باسن اضافی در ناحیه قفسه سینه خود بود پس از یک جراحی ۴ ساعته از شر این اعضای انگلی که در حال رشد بود خلاصی یافت.

این پسر بچه که در سراسر جهان با نام مستعار "پسر اختابوس" شناخته شده است با پاهایی که در قفسه سینه او رشد کرده بود و دوقلو رشد نیافته او بود متولد شده بود.

خبر مشکل این پسر برای اولین بار در

دست داد. متخصصان ابتدا سعی کردند با سلول های بنیادی نابینایی او را برطرف کنند، چون این عمل موفقیت آمیز نبود آنها روش جدیدی را به کار گرفتند. ابتدا یکی از دندان های مارتین را کشیدند و بعد آن را فرم دادند و تراشیدند تا بتوانند یک عدسی مصنوعی روی آن سوار کنند. پس از آن پزشکان سه ماه دندان آقای جونز را به گونه های وی پیوند زدند تا رگ های خونی و بافت زنده در آن به جریان



جناب آقا دکتر مسلم

انتصاب جناب عالی به سمت ریاست دانشکده و علوم پزشکی سبزووار تبریک

عرض نموده و آرزو مندیم در سایه دلسوزی جناب عالی شاهد پیشرفت هر چه

بیشتر این مجموعه در تمام عرصه های علمی پژوهشی و آموزشی باشیم.

موفقیت و سر بلندی شما را از درگاه خداوند متعال مسئلت داریم.

اعضای کمیته تحقیقات دانشجوئی