صبح ساحل

(سیاسی، اجتماعی، فرهنگی) از سال ۱۳۶۴

بنیانگذار:
شادروان
قاسم کرمی

■ روزنامه صبح ایران
انتشار همزمان در هرمزگان و سراسر ایران
■ صاحب امتیاز: شرکت تعاونی صبح ساحل
■ مدیر مسئول: **احسان کرمی**
■ سردبیر: علیرضا خورشیدزاده
■ چاپ: شرکت امیدنشر و چاپ ایرانیان (تهران،اول جاده ساوه،پلاک ۱۰۰)

■ تحریریه: ۳۲۲۲۶۷۵۱
■ نیازمندی‌ها: ۳۲۲۴۸۰۸۹ - ۳۲۲۴۵۵۷۹
■ توزیع بندرعباس: ۳۲۲۳۳۷۲۶ ■ آگهی‌ها:۳۲۲۴۱۴۶۲
■ فاکس شبانه‌روزی: ۳۲۲۲۱۸۰۵
■ صندوق پستی: ۴۱۱۱
■ دفتر مرکزی: بندرعباس، خیابان امام خمینی، جنب بانک رفاه

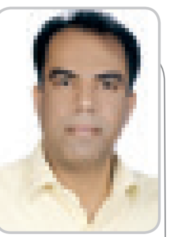
■ دوشنبه ۱۳ اردیبهشت ۱۳۹۵ ■ سال سی ویکم ■ شماره ۳۰۱۴ ■ ۲۴ رجب ۱۴۳۷

SOBHESAHEL - 2 May 2016 ■

Email : Info.Sobhesahel@Gmail.Com

سفره هایی که کوچک می شود

نگاه خبرنگار (۲۰۰)

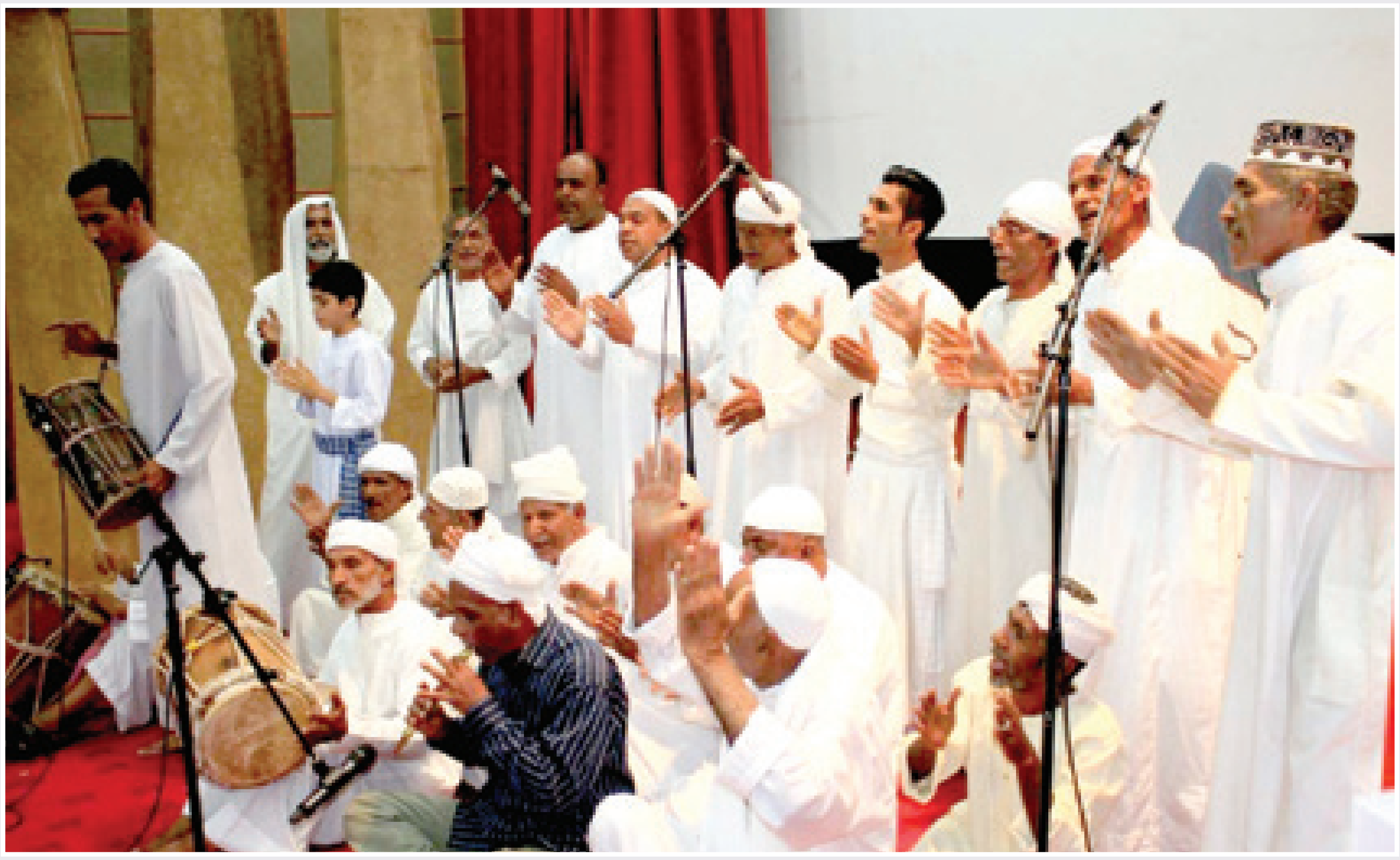


محمد خدا کریمی // گرانی این روزها بیداد می کند و هنوز آن و عده ها و امید های اقتصادی که برای سفره های مردم داده می شد، محقق نشده است. در واقع هنوز هم هر روز سفره های خانوارهای ضعیف و متوسط هر روز کوچک می شود و دلالان و واسطه گران گردانده های اصلی بازارهای مختلف اقتصادی هستند. از بازار خودرو گرفته تا بازار اقلام خوراکی که مردم هر روز با آن ها درگیر هستند، مانند میوه و سبزی، همچنان اسیر دست دلالان است و معلوم نیست چرا نظارت آنقدر قوی نیست که دست دلالان وسودجویان راازاقتصادکشورکوتاه کند. در میان جولان دلالان اما هر از گاهی کارخانه دار ها و تولیدکنندگان نیز برای سود بیشتر تخلفاتی انجام میدهند که به آنها رسیدگی نمی شود و ماجرا عملا به ضرر مردم به عنوان مصرف کننده است. در حالی که بارها و بارها از سوی مسئولین به مردم توصیه شده برای خرید کالاهای اساسی، قیمت مصرف کننده روی کالا را کنترل کنند و بالا تر از ان قیمت به فروشنده نپردازند و تخلفات احتمالی را به مرکز تخلفات قیمتی اطلاع دهند تا با فروشنده متخلف برخورد شود.دربندرعباس پایتخت اقتصادی کشورنیز چندگانگی نرخ میوه‌وتره‌بار همه را کلافه کرده است. مردم مانده‌آند که از کدام سوپرمیوه خرید کنند. سوپرمحله یا بازار روز ویا بازارچه‌های سطح‌شهر. اگر هم درقبال نرخ‌های متفاوت میوه‌وتره‌بار به فروشنده اعتراض کنی، تنها به این جمله بسنده می‌کند«گران خریده‌ام، گران می‌فروشم» همین الان سری به سوپرمیوه‌های سطح‌شهر بزنید .بارها شده شما با اطمینان از سوپر محله خرید کرده‌اید اما وقتی در راه بازگشت به اداره به چندمغازه سبزی‌فروشی هم سرزده‌اید، ناباورانه دیده‌اید که قیمت‌ها چقدر بایکدیگر متفاوت است. با خود فکر می‌کنید حتماً سوپرمحله از روی آشنایی، کلاه سرتان گذاشته وشما هم خبر ندارید. مانده‌اید چگونه این تفاوت قیمت‌ها را هضم کنید. فکرتان از این موضوع، مثل خوره به جان‌تان می‌افتد. حس بدی شما را آرام نمی‌گذارد. تاب نمی‌آورید، نزدیک غروب به همان سوپر میوه محله‌تان می‌روید. مردجوان شما را که می‌بیند لبخندمعناداری می‌زند و می‌پرسد، امری داشتید؟ باچهره‌ای درهم به او می‌گویید: نیامده‌ام پولی را که صبح دولاپهنا از من گرفتید وسبزی گران فروختید را پس بگیرم. آمده‌ام بگویم شما به عنوان یک کاسب، اعتماد مردم را اینقدر ارزان نفروشید.این یک طرف قضیه، آنچه ذهن شهروندان را بیش از پیش به خود مشغول ساخته اینکه برخی از سوپرمیوه‌ها، با قراردادن

یک تکه آهن‌ربا زیرترازوی دیجیتال، به نوعی ۲۰ ، ۳۰ گرم ویا هم بیشتر از وزن واقعی نشان می‌دهد. در واقع وزن سبزی ومیوه‌ها را بیش از آنچه هست، نشان می‌دهد. اینهم نوعی گران‌فروشی وتضعیف درحق مشتری است. واقعاً جای تعجب دارد که برخی از فروشندگان اینگونه کلاه سرمشتری می‌گذارند. نکته دیگری که بسیاری از شهروندان به هنگام خرید میوه وتره‌بار با آن روبرو شده‌اند اینکه نرخی که بر روی برچسب قیمت(اتیکت) درج شده با نرخی که هنگامی که روی ترازو قرار می‌گیرد، یکسان نیست وقتی اعتراض می‌کنی پاسخ می‌شنوی، «گران شده، وقت نشده برچسب قیمتش را تغییردهیم» واقعاً دراین سوپرمیوه‌ها چه می‌گذرد. موضوع نظارت چه می‌شود. اینهمه شعار می‌دهیم که نظارت جدی برعرضه مایحتاج عمومی مردم داریم، پس چرا جلو این‌کارها گرفته نمی‌شود؟ اتحادیه‌های صنفی چه وظیفه‌ای درقبال این گران‌فروشی‌ها و چندگانگی قیمت‌ها دارند؟برخی از مغازه‌داران واقعاً درحق مردم اجحاف می‌کنند. چرا نباید قیمت یک کالا درمراکزخرید یک منطقه ، یکسان باشد.؟دراین آشفته بازارنرخ یک کالا در هیچ نقطه ای از شهر یکسان نیست. نرخ یک فست فود با مواد مشابه در دو مغازه با یکدیگرمتفاوت است .در فروشگاه های مواد غذایی نیز چنین وضعیتی حاکم است .این روزها گلفروشی ها شلوغ است. چرا که درهفته بزرگداشت مقام معلم قرار داریم .(که جادارد یادی کنم ازهمه ی معلم ها به ویژه معلم کلاس اول خانم بیک زاده که خداوندیارو یاورش باشد) در این هفته گل فروش ها هرچه دوست دارند به خورد خلق الله می دهند چرا باید قیمت یک شاخه گل رز در گلفروشی های یک خیابان متفاوت باشد.؟ هزینه‌های درمان در ایران، به خودی خود آن‌قدر زیاد هست که با رعایت کامل قانون هم خیلی از خانواده‌ها به سختی از پس تامین هزینه‌ها برمی‌آیند. حالا در این شرایط، برخی تخلف‌ها و بی‌قانونی‌ها در حوزه دارو و درمان، قوز بالای قوز شده و هزینه‌های درمان را مضاعف کرده است.در داروخانه ها نیزقیمت داروهای بدون نسخه گران تر از قیمت در ج شده به دست مردم می رسد. هرچند سال هاست بر سر قانونی یا غیر قانونی بودن حق فنی کشمکش ادامه دارد اما داروخانه ها همچنان آن را از مردم دریافت می کنند.به جرات می توان گفت که گران فروشی در تمام بخش ها دیده می شود چرا با گران‌فروشان برخورد قاطع صورت نمی‌گیرد. و هزاران چراهای دیگر که مطمئناً نه گوش شنوایی وجود داردکه بشنود ونه اهرم قدرتمندی هست که با متخلفان برخورد کند واگر هم برفرض مثال وجود دارد، مقطعی است ومُسکنی است بر درد بی‌درمان مردم.

قـــاب آخـــر

■ نادر ناصری



گرامیداشت
روز
خلیج فارس
در بندرعباس

عامل انسانی؛ منشاء تلفات ۸۰ درصدی و سقوط فرهنگ رانند گی

وزیر راه و شهرسازی در پیامی به یک اجلاس « روانشناسی ترافیک و حمل و نقل؛ چالش‌ها و چشم‌اندازها» متذکر شده است که راننده ها در ایران عامل ۸۰ درصد از تلفات جاده ای هستند و این عامل تاکنون کمتر مورد توجه بوده است.

به گزارش جنوب ایران، در بخشی از پیام عباس آخوندی آمده است؛ « تجربه کشورهای پیشرو و در امر حمل و نقل، حاکی از نقش کارشناسان حوزه علوم‌انسانی (روانشناسان، جامعه‌شناسان، اساتید علوم ارتباطات، هنرمندان و...) در این خصوص است. در حالیکه در کشور ما تمرکز بیشتر روی مسایل سخت‌افزاری و نه نرم‌افزاری است. مباحث فنی و مهندسی ملاک قرار گرفته و به عامل انسانی اگر چه توجه شده، اما ناچیز بوده و منحصر به زمان بهره‌برداری و نه زمان ساخت پروژه‌ها بوده است. اگرچه در سال های اخیر از روند روبه رشد کشته های تصادفات در کشور کاسته شده است ولی همچنان آمارهای بسیار بالای تلفات در این عرصه نهیب دهنده این حقیقت تلخ است که فرهنگ رانندگی در ایران باید ماهیتا دگرگون شود.»

با توجه به اینکه در ارتباط با میزان بسیار بالای تلفات و خسارات مادی و انسانی وارده از ناحیه تصادفات بحث های زیادی در سطح کشور در قالب کنفرانس ها و گردهمایی ها صورت گرفته است ، باید تاکید شود که متاسفانه تاکنون نتیجه ای در خور و شایسته از آنها عاید نشده است. بنظر میرسد این پیام نیز همانند گذشته فقط جنبه یادآوری داشته و قادر به ایجاد تغییری ماهوی در وضعیت آماری تصادفات نداشته باشد. بویژه اینکه به اذعان متولیان بخش جاده ای و ترافیک در کشور شیوه یا نوع رانندگی ریشه در فرهنگ و آداب و رسوم هر قوم و ملتی دارد و تغییر آن نیز کاری بس مشکل و در مواردی نیز تغییر ناپذیر است. با اینحال اکثر جامعه شناسان و فرهیختگان براین باور هستند که برای ایجاد تغییر اساسی در وضعیت ناخوشایند ترافیک شهرها در ایران باید در راستای فرهنگ سازی برای رعایت مقررات و احترام به حقوق دیگران در هنگام رانندگی اقداماتی در عرصه های تربیتی و آموزشی انجام شود. این حقیقت تلخ نیز باید مورد تاکید قرار گیرد که در سنین بالا تغییر رفتار به هیچ وجه مورد انتظار نیست و همه تلاش ها و سرمایه گذاری ها در این مورد باید در آموزش و تربیت نسل های جوان و نوباوگان متمرکز شود. برای آحاد جامعه نیز در طول دو دهه اخیر رسانه های تاثیرگذار با کمال تاسف کمترین توجه را به این موارد داشته و حتی در مواردی بجای فرهنگ سازی برای بهبود رفتارهای غلط زندگی و ارتقای کیفیت رانندگی و بهبود آن برعکس عمل کرده است. رسانه های تصویری و در راس آن صدا و سیما می تواند همانند بعضی کشورهای منطقه با تهیه میان پرده هایی کوتاه و آموزنده بصورت مستمر و در همه کانال های تلویزیونی و رادیویی رفتارهای اصولی رانندگی و لزوم رعایت مقررات را بازگو نموده و به عموم مردم آمار بالای تصادفات و کشته ها را نهیب دهد. در این سال ها همچنین در شرایطی که بجز چند سال اخیر ، آمار کشته های جاده ای و داخل شهری در کشورمان روبه فزونی بود ، آموزش و پرورش و دانشگاه بصورت جزیره هایی جدا از جامعه و بی خبر از وضعیت تلخ این بخش ، تقریبا هیچ نوع آموزه ای به دانش آموزان در هیچ مقطعی اعم از مهد کودک ، امادگی ، دبستان ، راهنمایی و دبیرستان ارائه نکرده است.

حتی در دانشگاه ها نیز از نصب تابلو یا بنری که دعوت به رعایت حقوق افراد و رعایت مقررات در آن لحاظ شده باشد ، دریغ کرده اند. گویی جان انسان ها و بی سرپرست شدن افزون بر ۲۰ هزار خانواده هموطن آنان در جاده ها و داخل شهرها اثری بر قلب و روح آنان نداشته و ندارد، چراکه اگر اثری داشت ، حداقل در سطحی کوچک ظهور و بروز داشت. باید تاکید شود که غفلت ها وعدم توجه به جنبه های تربیتی و آموزشی در ارتباط با وضعیت نابهنجار و ناخوشایند ترافیک کشور متاسفانه وضعیتی را پدید آورده است که کاهش کشته های جاده ای به ۱۶ هزار و اندی نفر را یک موفقیت تلقی می کنیم!! یعنی اگر یک دهه پیش میزان تلفات انسانی در این بخش به بیش از ۳۰ هزار نفر می رسید امروزه کاهش آن به ۱۶ هزار نفر یک موفقیت محسوب می شود! این در حالی است که کشورهای دارای جمعیت های چند صد میلیونی تلفات ترافیکی به مراتب کمتری دارند. اگر در نظر داشته باشیم که اغلب کشورهای توسعه یافته در شرایط جمعیت برابر با ایران دارای آمار خودروهای در تردد به مراتب بیش از ایران دارند و آمار تصادفات و کشته های آنان نیز به مراتب کمتر بوده و حتی در سطح حداقلی قرار دارد، به عمق فاجعه پی می بریم که در کجای منحنی حوادث جاده ای در عرصه جهانی قرار داریم. حال که ادعای تمدنی غنی و عظیم باستانی در پهنه تمدن ایرانی داریم، لاجرم باید به فکر ارتقای وضعیت ناخوشایند بعضی جوانب در عرصه های گوناگون زندگی باشیم که در این میان اصلاح و ارتقای فرهنگ ترافیک از آن جمله است.

در زمینه ترافیک و اصلاح رفتارهای مخاطره آمیز و غلط کارهای خیلی زیادی برزمین مانده است که باید وزارت راه، سازمان های راهداری و ترافیک شهرها و نهایتا پلیس راهنمایی و رانندگی همفکری کرده و این خلا های مرگبار را پرکنند.

رئیس شبکه بهداشت و درمان حاجی‌آباد:

نگاه مردم کوهشا احمدی به همت والای منتخبین مردم در مجلس دهم است

رئیس شبکه بهداشت و درمان حاجی‌آباد گفت: منطقه کوهشا احمدی در نواحی شمالی هرمزگان قرار دارد و مردم این منطقه با مشکلات بسیاری به‌ویژه در حوزه بهداشتی روبه‌رو هستند و نگاه آنها به همت والای نمایندگان منتخب مجلس و مسئولین استانی است.

به گزارش فارس حسین اقتداربختیاری پس از پایان سفر یک‌روزه به بخش احمدی و حضور در جلسه شورای بهداشت این منطقه در در جمع خبرنگاران حاضر شد و از شروع بکار ساخت مرکز درمانی روستای کوهشای احمدی خبر داد و اظهار داشت: با بهره‌برداری از این مرکز درمانی و تخصصی گوشه‌ای از محرومیت مردم منطقه کوهشای احمدی در حوزه مسائل بهداشتی کاهش می‌یابد و خدمات‌رسانی به مردم محروم این منطقه به‌صورت مستمر ادامه خواهد داشت.وی همچنین موضوع پاکیزه نگه‌داشتن محیط زیست را از مهمترین مسائل بهداشتی در مناطق روستایی عنوان کرد و افزود: جمع‌آوری زباله‌ها، نظارت مستمر بر مواد غذایی و ضرورت تامین سلامت و امنیت مواد غذایی موضوعی است که در این جلسه مطرح شد که باید به آن توجه ویژه بشود و در این جلسه دهیاران موظف به اجرای این مسائل بهداشتی شدند.

رئیس شبکه بهداشت و درمان حاجی‌آباد در این بازدیدهای صورت گرفته، از عدم دستگاه اورژانس، نبود ساختمان و امکانات رفاهی مناسب و تجهیزات درمانی، نبود دندانپزشک در منطقه سرگز احمدی خبر داد و اظهار داشت: تلاش خواهیم کرد در سال ۹۵ به این منطقه توجه ویژه‌ای صورت پذیرد و نگاه مستضعفین کوهشا احمدی به همت والای منتخبین مردم در مجلس دهم و مسئولین استانی است.اقتداربختیاری در پایان هدف از مجموعه شبکه بهداشت و درمان، تامین و ارتقای سلامت مردم عنوان کرد و افزود: حضور بازرسان بهداشت محیط می‌تواند اطمینان مردم را از خرید مواد غذایی و مسائل بهداشتی افزایش دهد.

به گزارش فارس، تعداد سه مرکز درمانی در بخش احمدی وجود دارد که یک مرکز درمانی در مرکز بخش احمدی و دو مرکز دیگر در منطقه کوهشای جنوبی و شمالی قرار دارد.

منطقه کوهشا احمدی از توابع شهرستان حاجی‌آباد در نواحی شمالی استان هرمزگان قرار گرفته است و مردم این منطقه با مسائل و مشکلات بسیاری به‌ویژه در حوزه بهداشتی روبه‌رو هستند و نگاه مردم این منطقه به همت والای نمایندگان منتخب ملت در مجلس و مسئولین استانی است.

ساحل نشینان از سلامت روحی و روانی بهتری برخوردارند

به گفته محققان، افراد ساکن در کنار ساحل که دارای چشم انداز آب هستند کمتر در معرض استرس قرار دارند.

به گزارش مهر، محققان دانشگاه ایالتی میشیگان برای اولین بار به رابطه بین سلامت و چشم انداز آب، که محققان آن را فضای آبی می نامند، پی برده اند.آمبر پیرسون، عضو تیم تحقیق، در این باره می گوید: «افزایش مناظر فضای آبی ارتباط قابل توجهی با میزان کمتر اندوه و پریشانی روانشناختی دارد. اگرچه ما در مورد فضای سبز به چنین نتایجی دست نیافتیم.»

محققان در این مطالعه با استفاده از داده های گوناگون توپوگرافی به مطالعه چشم انداز فضاهای آبی و سبز پرداختند. فضای سبز شامل جنگل ها و پارک های پوشیده از علف بود.

محققان در این مطالعه برای اندازه گیری میزان استرس و پریشانی از شاخص کسلر موسوم به K۱۰ استفاده کردند. این شاخص، پیش بینی کننده درست و صحیح اضطراب و اختلال های رفتاری و اخلاقی است.

محققان این مطالعه دریافتند افراد ساکن در کنار سواحل، از استرس کمتری برخوردار هستند و آرامش روحی و روانی بیشتری دارند.

نرم افزار همه کاره همراه برای آسان کردن مسافرت

اگر برنامه ریزی بخش های مختلف یک سفر از جمله تهیه بلیط، خرید ارز، رزرو هتل، کرایه خودرو و ... برایتان دشوار است به زودی می توانید از برنامه همراهی برای برنامه ریزی سفر استفاده کنید.

به گزارش فارس به نقل از پی سی مگ، برنامه یاد شده که توسط گوگل در حال طراحی است قادر به جمع آوری همه اطلاعات مرتبط با موضوع سفر و سازماندهی اقدامات ضروری در این زمینه است.ظاهرا نسخه‌ای آزمایشی از این برنامه به طور محدود در حال بررسی و آزمایش است و راهنمایان محلی گوگل در حال استفاده از آن هستند. از جمله امکانات این برنامه می توان به فهرست کردن برنامه های سفر قبلی و آتی، ذخیره سازی آفلاین داده ها، اسکن کردن خودکار ایمیل های کاربران برای جمع آوری اطلاعات مرتبط، گردآوری داده های مرتبط به هر سفر به خواست کاربر و امکان برنامه ریزی دستی از جمله قابلیت های برنامه یاد شده است.برای استفاده از این برنامه کاربر بر روی مقصد مسافرت کلیک می کند تا اطلاعات مربوط به رزرو مقصد، فعالیت ها، تغذیه و نوشیدنی ها، حمل و نقل و .. را مشاهده کند. البته در این برنامه فعلا اطلاعات جاذبه های جهانگردی مقاصد مختلف گنجانده نشده است.

برنامه آزمایشی یاد شده فعلا تنها با آندروید سازگار است و ممکن است در آینده نسخه iOS آن هم عرضه شود. گوگل در مورد این خبر واکنشی از خود نشان نداده است.

کشف ۸۵ درصد تریاک جهان در ایــران

قائم مقام دبیر کل ستاد مبارزه با مواد مخدر با اشاره به رواج مصرف مواد در بین دانش آموزان، دانشجویان و کارگران گفت: ۲۰ درصد از کارگران کشور مصرف کننده مواد مخدر هستند.به گزارش مهر، علیرضا جزینی در دیدار دبیران شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر با آیت الله مکارم شیرازی با بیان اینکه برای مبارزه با مواد مخدر تلاش‌های فراوانی صورت می گیرد اما متناسب با حجم تهدید نیست، گفت: سیاست‌هایی که در مبارزه با مواد مخدر در دست اقدام است برگرفته از سیاست‌های مقام معظم رهبری است.

کشف ۶۱۷ تن مواد مخدر در سال ۹۴

وی در ادامه به کشفیات مواد مخدر در سال ۹۴ اشاره و بیان کرد: طی سال گذشته ۶۱۷ تن مواد مخدر با ۲۸۵ تن پیش ساز مواد که بیشتر آن صنعتی بود کشف شد.قائم مقام دبیر کل ستاد مبارزه با مواد مخدر افزود: همچنین در این مدت هزار و ۸۰۰ کیلو شیشه کشف و ۲۳۰ کارگاه تولید شیشه هم منهدم شد که این مقدار کشفیات نسبت به سال قبل افزایش داشته است.وی ادامه داد: ۷۹۰ هزار معتاد تحت درمان هستند اما متأسفانه میزان ماندگاری آن‌ها پایین است و بازگشت مجدد به اعتیاد درصد بالایی را به خود اختصاص می‌دهد.

فعالیت ۷ هزار مرکز ترک اعتیاد در کشور

جزینی به فعالیت ۷ هزار مرکز ترک اعتیاد در کشور که بیشتر آنها توسط مردم اداره می‌شود اشاره و بیان کرد: در حوزه دانش آموزی و دانشجویی و کارگری استعمال مواد مخدر وجود دارد و متأسفانه ۲۰ درصد کارگران کشور مصرف کننده مواد مخدر هستند.وی بر لزوم همکاری حوزه در راستای تبلیغ جهت فرهنگ سازی عدم استفاده از مواد مخدر اشاره و بیان کرد: تفاهم نامه‌ای در این زمینه با دفتر تبلیغات اسلامی امضاء شده تا طلاب در تبلیغات دینی خود بتوانند آموزش‌های لازم را به مردم ارایه دهند.وی به نبود پشتوانه جهانی برای کمک به ایران در زمینه مبارزه با مواد مخدر اشاره و افزود: ۸۵ درصد تریاک و ۳۵ درصد هروئین جهان در ایران کشف می‌شود و این درحالی است که کشور افغانستان که همسایه شرقی ایران است ۷ هزار تن تولید مواد مخدر دارد.

سلامت

ارتباط آکنه پوست و احتمال ابتلا به آلزایمر

طبق تحقیقات جدید پزشکی، آکنه روزاسه، که التهاب و قرمزی پوست است، با افزایش ریسک ابتلا به دمانس و بیماری آلزایمر مرتبط است.به گزارش مهر، تحقیقات محققان دانمارکی نشان می دهد ریسک ابتلا به زوال عقل و آلزایمر در افراد مبتلا به آکنه پوستی روزاسه در مقایسه با جمعیت عمومی کمی بیشتر است. اگرچه این محققان سریعاً تاکید می کنند که افراد مبتلا به آکنه نباید زیاد نگران این یافته ها باشند.دکتر الکساندر اگبرگ، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «بیماران مبتلا به آکنه پوستی روزاسه باید به خاطر داشته باشند که این نوع آکنه تضمینی بر ابتلا به آلزایمر نخواهد بود.»بیماری آکنه روزاسه با علائمی شبیه آکنه و قرمزی و التهاب پوست صورت ظاهر می شود. با وجود قابل درمان بودن این بیماری، هنوز درمان مشخصی برای آن وجود ندارد چراکه علت دقیق آن مشخص نیست.در این مطالعه، تیم تحقیق داده های بدست آمده از سیستم ثبت سلامت ملی دانمارک مربوط به سال ۱۹۹۷ تا ۲۰۱۲ را مورد بررسی قرار دادند. کل جمعیت این کشور که در حدود ۵.۶ میلیون نفر بودند، در این تحقیق حضور داشتند. در حدود ۸۲ هزار نفر مبتلا به آکنه روزاسه بودند.پژوهشگران دریافتند افراد مبتلا به این نوع آکنه در مقایسه با افراد فاقد این بیماری، ۷ درصد بیشتر در معرض ابتلا به هر نوع دمانس یا زوال عقل قرار داشتند، و ۲۵ درصد بیشتر با خطر ابتلا به آلزایمر مواجه بودند.همچنین داده ها نشان داد زنان بیش از مردان تحت تاثیر این بیماری هستند. زنان مبتلا به این نوع آکنه ۲۸ درصد بیشتر با خطر ابتلا به آلزایمر مواجه بودند، در حالیکه مردان ۱۶ درصد بیشتر در معرض خطر قرار داشتند.همچنین یافته ها نشان داد سن هم در این زمینه نقش دارد. ریسک ابتلا به بیماری آلزایمر در بیماران مبتلا به آکنه روزاسه به شکل قابل توجهی (۲۰ درصد) در افراد ۶۰ سال و مسن تر بیشتر بود. اگبرگ در باره رابطه این دو بیماری عنوان می کند: «برخی پروتئین ها و فرایندهای التهابی در پوست افراد مبتلا به آکنه روزاسه افزایش می یابد. این پروتئین ها با روند بروز زوال عقل، بخصوص آلزایمر، ارتبط دارند. با وجود این استدلال احتمالی، نمی توانیم علت دقیق آن را قاطعانه این مسئله عنوان کنیم.»

علمی

کشف ویتامینی که پیری را به تعویق می اندازد

محققان دریافتند ویتامین موسوم به «نیکوتین آمید ریبوسید» موجب احیای قابلیت های باززایی اندام شده و روند پیری را به تاخیر می اندازد.به گزارش مهر، محققانی از دانشگاه زوریخ و دانشگاه های کانادا و برزیل با استفاده از چندین نشانگر موفق به شناسایی زنجیره مولکولی ای شدند که می تواند نحوه عملکرد میتوکندری و نحوه تغییر آن با افزایش سن را تنظیم نماید.جان آیوورکس، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «نقش میتوکندری در متابولیسم بسیار زیاد به اثبات رسیده است، اما ما توانستیم برای اولین بار نشان دهیم که توانایی آن در عملکرد مناسب برای سلول های بنیادی مهم است.»تحت شریط عادی، این سلول های بنیادی با تولید سلول های جدید ویژه به بازسازی و ترمیم عضوهای اسیب دیده کمک می کنند.به گفته محققان این پژوهش، «ما اثبات کردیم که فرسودگی در سلول های بنیادی یکی از علل اصلی ترمیم ضعیف یا حتی نابودی برخی بافت ها یا عضوهای خاص است.»در ادامه این تحقیق عنوان می شود: «ما به یک موش دو ساله، که معادل سن پیری برای انسانهاست، ویتامین نیکوتین آمید ریبوسید دادیم. این ماده که تا حدودی نزدیک به ویتامین B۳ است، پیش ماده NAD+، مولکولی که نقش کلیدی در فعالیت میتوکندری ایفاء می کند، است. نتایج ما بسیار امیدبخش است: احیاء ماهیچه ای در موش های دریافت کننده NR به مراتب بهتر بود و نسبت به موش های دیگر عمر طولانی تری داشتند.»

فناوری

نوشیدنی ها و مواد غذایی که مانع جذب آهن می‌شوند

آهن یک عنصر اساسی است و کمبود آهن می تواند علائمی نظیر خستگی، سردردهای خفیف، سرگیجه و تنگی نفس را به همراه داشته باشد.به گزارش مهر، مطالعات نشان می دهند اکثر زنان دچار کم خونی یا آنمی هستند. کم خونی می تواند مشکلات جدی برای سلامت به همراه داشته باشد. طبق مطالعات مصرف برخی از مواد خوراکی می تواند با فرایند جذب آهن تداخل یابد که فرد دچار کم خونی باید در مصرف آنها اعتدال داشته باشد.طبق مطالعات چای سیاه و دم نوش های گیاهی می توانند ۵۰ تا ۷۰ درصد مانع جذب آهن شوند. اگر قادر به کنار گذاشتن چای نیستید، فقط آن را بین وعده های غذایی، و نه همراه با غذا، مصرف کنید.قهوه هم همانند چای، نوشیدنی دیگری است که می تواند موجب اختلال در جذب آهن بدن شود. از آنجائیکه قهوه و چای حاوی پلی فنول هستند به طور مستقیم در ممانعت از جذب آهن نقش دارند.مطالعات دیگری نشان می دهند که کاکائو هم می تواند تا حدود ۷۱ درصد مانع از جذب اهن شود. از اینرو در صورت ابتلا به کم خونی، میزان شکلات مصرفی تان را کاهش دهید.پروتئین های سویا و یا حتی محصولات سویا هم به طریقی مانع از جذب آهن می شوند چرا که سویا حاوی اسیدی موسوم به فیتات است. این اسید تمایل به پیوند با آهن دارد و از اینرو مانع از جذب آهن توسط بدن می شود. مواد خوراکی غنی از کلسیم نظیر شیر و سایر محصولات لبنی هم به بازدارنده های جذب آهن معروف هستند. افراد مبتلا به کم خونی باید در مصرف ماست، پنیر، کشک اعتدال را رعایت کنند.تخم مرغ هم حاوی پروتئینی است که با آهن پیوند خورده و مانع از جذب آن توسط بدن می شود.

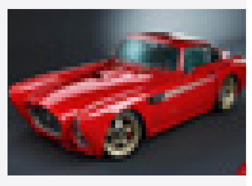
پزشکی

این شیرهای سرطان زا را نخورید

تحقیقات جدید نشان داد که شیرهای فرآوری شده یا غنی شده با مکمل ها به شدت سرطان زا است.به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان؛ تحقیقات انجام شده در نروژ نشان داد، افرادی که در روز سه فنجان شیر می نوشند سه برابر بیشتر از کسانی که تنها یک فنجان و یا حتی نصف فنجان شیر می نوشند در معرض ابتلا به سرطان سینه قرار دارند.بنابراین گزارش عوامل زیادی موجب شده که شمار مبتلایان به سرطان سینه در جهان افزایش یابد، شیر یکی از دلایل ابتلا به این بیماری است تا قبل از این تحقیق دانشمندان بر این باور بودند که شیر در سرعت پیشرفت این سرطان تاثیر می گذارد اما اکنون اظهار می کنند که این نوشیدنی در گسترش و ایجاد سرطان دخیل است.براساس گزارش ها سرطان سینه در فنلاند، سوئد، بریتانیا، کانادا و امریکا که مصرف شیر بالایی دارند، شایع تر از کشورهای دیگر است.دانشمندان در نتیجه تحقیقات دریافتند که هورمون ها و ترکیبات اضافه شده مصنوعی به شیر طبیعی در کارخانه ها خطر ابتلا به سرطان را افزایش می دهد، از جمله ترکیبات اضافه شده می توان مکمل های فرآوری شده ویتامین D را نام برد که به طور منظم به شیر و سایر فرآورده های لبنی اضافه می شود.در این تحقیق افرادی که از این ماده لبنی غنی شده با مکمل ویتامین D استفاده می کردند دو برابر مصرف کننده های شیر طبیعی به سرطان سینه مبتلا شدند.

خودرو

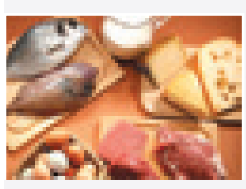
عجیب‌ترین فراری جهان



کمپانی گالوینگ آمریکا یکی از فعالان دنیای خودرو است که علاقه خاصی به ساخت معجون های عجیب و متفاوت دارد.به گزارش گروه وبگردی باشگاه خبرنگاران جوان، این بار گالوینگ به سراغ ایتالیایی ها رفته و پروژه اف-۳۴۰ کومپتیتزیونه را بر پایه فراری اف ۳۴۰ مکزیکو برلینتا ۱۹۵۲ ارائه کرده است. گالوینگ در این بروزرسانی که فقط محدود به چند عدد خواهد شد از یک موتور ۵.۴ لیتری ۱۲ سیلندر با ۴۷۶ اسب بخار خروجی استفاده می کند. فرماندهی این مجموعه نیز بر عهده یک جعبه دنده دستی ۶ سرعته خواهد بود.

خواندنی ها

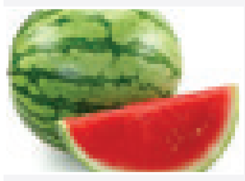
زیاد خوردن غذا راهکاری مناسب برای رفع کم‌خونی‌نیست



یک متخصص علوم زیستی و گیاهان دارویی گفت: کم خونی در تمام طبقات جامعه است, زیاد خوردن غذا برای رفع کم خونی کافی نیست و برای رفع کم‌خونی راهکاری مناسب نیست؛ اگر موادغذایی حاوی آهن با گوشت یا ویتامین C مصرف شود, آهن آنها بیشتر و بهتر جذب بدن می‌شود.به گزارش تسنیم, محمد دریایی درباره کم‌خونی اظهار داشت: کم‌خونی عارضه‌ای است, بسیار بد که زندگی را برای انسان غیر قابل تحمل می‌کند.به گفته وی شخص مبتلا به کم خونی همیشه خسته و کم انرژی, بسیار تحریک پذیر و عصبی است, تمرکز حواس برایش مشکل بوده و احساس کم حسی و بی‌حالی می‌کند.این متخصص علوم زیستی و گیاهان دارویی بیان داشت: افراد کم‌خون غالباً احساس مورمور شدن و احساس سرما در بدن دارند, کم اشتها می‌شود, پشت بدنشان درد می‌کند و بدنشان آمادگی پذیرش انواع عفونت را دارد و رنگ پریده می‌شود.دریایی ادامه داد: دلایل کم خونی در افراد بسیار زیاد است, سوءتغذیه, کمبود برخی ویتامین‌ها و مواد معدنی که در فرایند تولید و نگهداری خون سالم, نقش دارند. کمبود ویتامین B12 و فولیک اسید از نوع کم خونی فقط آهن است.وی افزود:کم خونی در تمام طبقات جامعه است, زیاد خوردن غذا برای رفع کم خونی کافی نیست و برای رفع کم‌خونی راه‌کاری مناسب نیست, کودکان, نوجوانان, دختران جوان و زنان باردار بیشتر در معرض کم خونی هستند. این متخصص علوم زیستی و گیاهان دارویی اضافه کرد: حدود ۵۰تا ۶۰ درصد از آهن موجود در مواد غذایی منشأ حیوانی دارد مانند گوشت گوسفند و گوشت پرندگان است و ۳۰ تا ۴۰ درصد آهن موجود در ماهی و جگر وجود دارد.دریایی خاطرنشان کرد: هویج, انواع لوبیا, حبوبات, مغز پسته, جعفری خام, مغز تخم کدو, نخود فرنگی و نخود خشک همه از آهن غنی هستند ولی آهن آنها جذب کمی در بدن دارد و اگر موادغذایی حاوی آهن با گوشت یا ویتامین c خورده شود, آهن آنها بیشتر و بهتر جذب بدن می‌شود.

علمی

خواص درمانی مصرف هندوانه



متخصص طب گیاهی با اشاره به خواص درمانی هندوانه، گفت: این میوه قند خون را تنظیم کرده و سبب رقیق شدن خون، تقویت کلیه و کبد می‌شود. محمد دریایی در گفت‌وگو با فارس، در رابطه با خواص درمانی هندوانه، اظهار داشت: این میوه به ویژه در فصل تابستان دارای املاح ویژه‌ای بوده و مصرف آن برای بدن می‌تواند بسیار مفید باشد.وی افزود: هندوانه به دلیل داشتن الکترولیت می‌تواند جایگزین مناسبی برای آب از دست رفته بدن باشد که از طریق تعریق، این آب از بدن دفع شده و کلیه‌ها را تحت فشار قرار داده است.متخصص طب گیاهی با اشاره به اینکه هندوانه دارای املاحی همچون سدیم، پتاسیم و کلسیم است، ادامه داد: این املاح عامل مؤثری برای رقیق شدن خون به شمار رفته و برای کلیه و کبد نیز بسیار مفید است.دریایی با بیان اینکه مصرف هندوانه سبب جلوگیری از بروز تشنگی به ویژه در فصل بهار و تابستان می‌شود، اضافه کرد: مصرف این میوه به دلیل تنظیم عملکرد کلیه‌ها، تعادل را در بدن حفظ می‌کند، همچنین فشار خون را کاهش داده و مزایای بسیار زیادی برای فرد مصرف‌کننده دارد.وی خاطرنشان کرد: افرادی که مزاج صفراوی و سودایی داشته باشند، می‌توانند هندوانه را با شیر مخلوط کرده تا صفرا و سودا در بدن آنها کم شود. متخصص طب گیاهی بیان داشت: هندوانه به دلیل آنکه دارای ماده‌ای به نام لیکوپن است، آنتی‌اکسیدان به شمار رفته و میوه‌ای ضدسرطان محسوب می‌شود، همچنین قند آن برای بدن مضر نیست.دریایی تصریح کرد: مصرف هندوانه قند خون را تنظیم می‌کند و مربای پوست آن نیز ضدنفخ است، البته افرادی که با مشکل نفخ شکم مواجه هستند، می‌توانند مقداری شربت سکنجبین بر روی هندوانه ریخته و آن را استفاده کنند.

علمی

توت فرنگی؛ قاتل سرطان

کارشناس تغذیه مرکز بهداشت صومعه‌سرا گفت: توت فرنگی منبع خوبی از فیبر، ویتامینC، فولات، پتاسیم و آنتی اکسیدان‌ها، املاح کلسیم، آهن و فسفر است و این مواد مغذی، افزایش سلامت قلب و کاهش خطر ابتلا به انواع سرطان را سبب می‌شوند.مریم اسدی در گفت‌وگو با (ایسنا) با بیان اینکه خوردن انواع میوه و سبزیجات از جمله توت فرنگی فواید زیادی دارد، اظهار کرد: با خوردن خوراکی‌های گیاهی، خطر بیماری‌های قلبی، دیابت و سرطان کاهش می‌یابد. مصرف مقادیر بالای میوه و سبزیجات برای سلامت پوست، مو، افزایش انرژی و کاهش وزن مفید است.اسدی اضافه کرد: آنتی اکسیدان‌ها و پتاسیم‌های بالای موجود در توت فرنگی باعث کاهش خطر لخته‌های خون خطرناک در مغز می‌شوند.وی با تاکید بر اینکه این میوه مغذی و پرفایده، فشار خون را کاهش می‌دهد، یادآور شد: توت فرنگی جزء ۲۰ میوه سرشار از آنتی اکسیدان است. توت فرنگی همچنین پاک کننده روده و مثانه است. توت فرنگی سرشار از ویتامین و فاقد چربی اشباع است و کالری کمی دارد.وی به تذکراتی در مورد مصرف توت فرنگی پرداخت و افزود: به علت تماس میوه‌ها با زمین، خاک و کود ممکن است آلوده شود که باید آن را شسته و سپس مصرف کرد.

برخی از افراد نسبت به توت فرنگی حساسیت دارند و ممکن است این حساسیت به صورت استفراغ یا ناراحتی‌های جلدی بروز کند.کارشناس تغذیه مرکز بهداشت صومعه‌سرا در پایان با بیان اینکه توت فرنگی به علت داشتن اسید سالیسلیک در بعضی از اشخاص، کبد و مثانه را تحریک کرده و جوش‌هایی شبیه کهیر ایجاد می‌کند، اظهار کرد: کسانی که معده‌ای حساس دارند یا مبتلا به بیماری‌های کهیر، اگزما و آسم هستند بهتر است از خوردن توت فرنگی پرهیز کنند.

تغذیه

فلفل قرمز به سلامت قلب کمک می کند

به گفته کارشناسان تغذیه، افزودن ادویه به غذا، به خصوص گرد فلفل قرمز می تواند به تقویت سلامت قلب و دوری از بیماری های قلبی کمک کند.

به گزارش مهر، شماری از مطالعات نشان می دهند فلفل قرمز می تواند ماهیچه های قلب را سالم و قوی نگه دارد. به گفته محققان، مصرف فلفل قرمز هیچ تاثیر مضری بر متابولیسم یا روند هضم غذا ندارد.

در گذشته این تصور وجود داشت که مصرف بیش از اندازه فلفل قرمز موجب سوزش معده یا ترش کردن می شود. اما در مطالعه جدید این نتیجه گیری حاصل شد که این ماده غذایی تند تاثیری بر پارامترهای متابولیک ندارد و در عوض موجب کاهش ضربان قلب در حال استراحت و کاهش فشار خون افرادی شد که از برنامه رژیمی ۴ هفته ای مصرف فلفل قرمز در رژیم غذایی شان پیروی کرده بودند.در این تحقیق به افراد اجازه داده شد روزی ۳۰ گرم مخلوط فلفل قرمز را همراه با رژیم غذایی عادی شان مصرف کنند. نتایج یک شبه حاصل نشد. در حقیقت تغییر قابل توجهی در وضعیت سلامت این افراد بعد از اولین هفته مصرف مشاهده نشد.

بعد از پایان دومین هفته، افرادی که از رژیم غذایی حاوی فلفل قرمز پیروی کرده بودند دارای عملکرد قلب بهتری بودند و ضربان قلب شان در حالت استراحت کاهش یافته بود.طبق این تحقیقات مردان بیش از زنان از فواید مصرف فلفل قرمز بهره مند می شوند.

جوایز قرعه کشی حساب های قرض الحسنه پس انداز بانک مسکن
• ۷۷ کمک هزینه واحد مسکونی هر یک به مبلغ ۵۰۰ میلیون ریال • ۱۷۷ دستگاه خودرو سواری پژو ۲۰۶
• ۲۷۷ کمک هزینه خرید صنایع دستی هر یک به مبلغ ۲۰ میلیون ریال و هزاران جایزه نقدی
مهلت افتتاح حساب و تکمیل موجودی تا پایان اردیبهشت ماه ۹۵ می باشد
بانک مسکن
مدیریت شعب هرمزگان