صبح ساحل

(سیاسی، اجتماعی، فرهنگی) از سال ۱۳۶۴

بنیانگذار: شادروان قاسم کرمی

- صاحب امتیاز: شرکت تعاونی صبح ساحل
- مدیر مسئول: احسان کرمی
- سردبیر: علیرضا خورشیدزاده
- چاپ: شرکت امیدنشرو چاپ ایرانیان (تهران، اول جاده ساوه، پلاک۱۰۰)
- تحریریه: ۳۲۲۲۶۷۵۱ (داخلی ۱۱۰)
- نیازمندی‌ها: ۳۲۲۴۸۰۸۹ - ۳۲۲۴۵۵۷۹
- توزیع بندرعباس: ۳۲۲۳۳۷۲۶ (داخلی ۱۰۷)
- آگهی‌ها: ۳۲۲۴۶۷۵۱ - ۳۲۲۴۱۴۶۲ (داخلی ۱۰۵)
- فاکس شبانه روزی: ۳۲۲۲۱۸۰۵ صندوق پستی: ۴۱۱۱
- دفتر مرکزی: بندرعباس، خیابان امام خمینی، جنب بانک رفاه

دوشنبه ۲۵ بهمن ۱۳۹۵ ■ سال سی ودوم ■ شماره ۳۱۵۵ ■ ۱۵ جمادی الاولی ۱۴۳۸

SOBHESAHEL - 13 Feb 2017

Email : Info.Sobhesahel@Gmail.Com

وقتی باران می بارد...

محمد خداکریمی//

از باران گفتن و مسایل و مشکلات مختلف آن بسیار تکراری شده است. اینکه اگر باران ببارد چه می شود، باران ببارد، برق قطع می شود. باران ببارد، تلفن قطع می شود. باران ببارد،شاهد آبگرفتگی معابر می شویم .باران ببارد، سقف خانه های قدیمی فرو می ریزد . باران ببارد چنان می شود و چنان نمی شود و خیلی از گرفتاری ها دیگر که متوجه مردم شهرها وروستاها می شود.

همین که باران می بارد زوایای پیدا و پنهان شهرها برای متولیان شهری ومسوولان روشن می شود که چه گلی به سر شهر زده اند..دیروز، باران چند ساعته در بندرعباس ، تمام شهر را به هم می ریزد. زندگی عادی مردم از مدار خارجمی شود. تاکسی ها به پارکینگ ها هدایت می شوند تا مردمی که برای خرید و انجام کارهای مختلف به مرکز شهر سفر کرده اند، برای بازگشت به خانه ها یشان، مدت زمان زیادی در ایستگاه های تاکسی و اتوبوس به انتظار وسیله نقلیه ای سپری کنند. در روزهای بارانی،کسب و کار هم از رونق می افتد. مدارس هم نیمه تعطیل می شوند و بسیاری از خانواده ها، فرزندان خود را به مدرسه نمی فرستند. وقتی باران می بارد، چهره واقعی معابر و پیاده روهای شهر رونمایی می شود. خورها به تلاطم می افتند.وقتی باران می بارد، شبکه فاضلاب شهری دچار اختلال می شود.

در این موقع است که می توان در خصوص اجرای طرح فاضلاب شهرقضاوت کرد که اجرای این طرح چقدر موفقیت آمیز بوده است. باران که می بارد بدلیل غیر استاندارد بودن معابر، تمام زیر ساخت های شهری و شبکه های زیرزمینی بهم می ریزد. وقتی باران می بارد، شاهد بروز اتفاقات تلخی هم می شویم .این نعمت خداوند وقتی می بارد، آمار تصادفات درون شهری افزایش مي یابد.

وقتی باران می بارد، کسی حوصله سرکار رفتن ندارد. باران چهره شهر را شاداب و گردو غبار ازتن آن می شوید. طراوت و تازگی ارمغان باران است.باران که می بارد. پیرمرد و پیرزن روستایی از یك طرف شادمان ریزش نعمت خداوند، از سویی دیگر چشم به سقف خانه دارند که همچون آوار روی سرشان نریزد. در شهرهایی مثل بندرعباس دربافت فرسوده هم همین وضعیت دیده می شود. باران که می بارد فعالیت های روزمره کند و حتی تعطیل می شود. اما داستان واقعی از لحظه ای آغاز می شود که باران قطع شده و جوی پایدار حاکم می شود.

اهالی محله، با بیل و کلنگ بدست روانه کوچه ها می شوند تامعابر مسدود شده را بازگشایی کنند. شهرداری وظیفه دارد تا با تجهیزات و ادوات مختلف کوچه ها و معابر رابرای تردد ساکنان منطقه بازگشایی کند..

شهرداری بندرعباس اگر بتواند معابر اصلی را در کوتا هترین زمان برای تردد بازگشایی کند هنر کرده است وقتی مسیری یا کوچه ای بدلیل آبگرفتگی مسدود و تردد غیرممکن می شود.

مردم چون خوب می دانند منتظر شهرداری نمی نشینند وخود دست به کار می شوند .مردم ، نیک می دانند اگر دست روی دست بگذارند، کسی، مشکل آنها را حل نمی کند. پس چه بهترکه خودشان، آستین را بالا بزنند وارد گودشوند و مشکل راحل کنند.اگر به دنبال بارندگی تلفن منزل و یا محل کار شما قطع شد ، به دلیل سیستم بسیارخوب مخابرات استان باید ماه ها از کار و زندگی باز بمانیدتا شاید روزی روز گاری این مشکل شما برطرف شود.

مردم بندرعباس باید شکرگزار خداوند باشند که ۹ ماه از سال ، هوای گرم مهمان خانه های آنهاست .آیا شما که ساکن بندرعباس هستید، می توانید تصورکنید که این شهر ۹ ماه از سال را در دمای صفر درجه واندکی بالاتر سپری کند، با این وضعیت شهری، محال است، کسی خود را جای مردم ساکنان شهرهای سردسیر وبارانی تصور کند، مطمئن باشید اگر اینگونه شود، زندگی مردم از این که هست سخت تر خواهد شد.

این گوشه ای از زندگی ماست وقتی که باران می بارد.

هرمز

چشم انداز خلیج فارس

وقایع نگار صبح ساحل/ «فرشید اسماعیلی» از دریانوردان بندرلنگه تا چهره اول دربی پایتخت

شب آبی ایران با ستاره هرمزگانی

اختصاصی صبح ساحل//

دیروز بعداز ظهر دربی ۸۴ پایتخت بین دو تیم استقلال و پرسپولیس به عنوان وبترین اصلی فوتبال ایران در حالی با برتری آبی پوشان آن هم با ۳ گل زیبا به پایان رسید که بخش اعظم موفقیت یاران «علیرضا منصوریان» به گواهی بسیاری از کارشناسان فوتبال کشور مدیون آمادگی، چالاکی و البته بازی فوق العاده «فرشید اسماعیلی» بازیکن هرمزگانی این تیم بود.

بعد از گل اول پرسپولیس که در دقیقه ۵ بازی بوسیله «سروش رفیعی» بدست آمد کمتر کسی فکر می کرد شوت سرکش و غیر قابل مهار «فرشید اسماعیلی» آنگونه «بیرانوند» ملی پوش را مبهوت کند و استقلال را به بازی برگرداند.

در واقع در بازی دیروز برگ برنده استقلال بدون شک «فرشید» بود که توانست با برگرداندن ورق بازی هم ترمز قدرت تهاجمی قرمزها را بکشد و هم بمب روحیه آبی پوشان برای یک بازی طوفانی باشد آنگونه که بعد از گل زیبایش، با پاس گلی استثنایی زمینه گل دوم توسط علی قربانی را فراهم کرد واین پایان کار این جوان برومند بندر لنگه ای نبود چرا که تا پایان بازی آنقدر با فضاسازی های حرفه ای بازیکنان مستقیم خود را از بازی خارج کرد که پرسپولیس گل سوم را نیز خورد و هرچند در لحظات پایانی سید جلال حسینی گل دوم قرمزها را زد اما آنکه از استقلال پیروز در آمد میدان بود تا موفقیت دربی ۸۴ را به پای بازیکن هرمزگانی خود در تاریخ دربی های قرمز و آبی ثبت کند.

پسر موفق بندر لنگه ای

متولد دی ماه ۱۳۷۲ بندرلنگه است، او از ۸ سالگی فوتبال خود را در تیم دریانوردان بندرلنگه آغاز کرد و خیلی زود با استعداد شگرف خود تیم های نوجوانان وجوانان دریانوردان را به تسخیر تکنیک و توانایی بالای خود در آورد، او بعد از این دوره با عقد قرارداد ۳ ساله به تیم فجر سپاسی شیراز پیوست تا ضمن گذراندن دوره سربازی آغاز فوتبال حرفه ای خود را از نماینده استان فارس شروع کند، نمایش عالی او در لیگ فوتبال و در فجر سپاسی خیلی سریع باعث شد تا پرویز مظلومی سرمربی تیم فوتبال استقلال او را به جمع آبی پوشان دعوت کند و این در شرایطی بود که همان زمان پرسپولیسی ها نیز با پیشنهاد ۳۰۰ میلیونی خواستار جذب او شده بودند، «فرشید» بر سر دوراهی به قرار خود با پرویز مظلومی وفادار ماند و با نصف همین مبلغ استقلالی شد. امسال دومین سال حضور فرشید در استقلال است و منصوریان از همان آغاز فصل این بازیکن هرمزگانی را جزو موثرترین یاران خود معرفی کرده و به فرشید میدان داد، که البته پاداش این اعتماد و میدان دادن را فرشید در دربی ۸۴ بخوبی تقدیم منصوریان کرد و در پیروزی شگفت انگیز استقلال بیش از همه موثر بود.

افسوس برای فوتبال هرمزگان

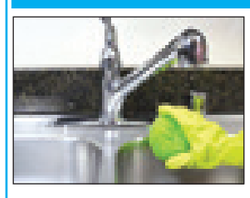
در شرایطی که فوتبال هرمزگان در گیرودار بی برنامگی حداکثر توانش به حضور نیم بند دو تیم شهرداری و استقلال در لیگ دسته دوم کشور تقلیل یافته، ظهور چنین بازیکن ارزنده ای از این سامان بار دیگر به ما گوشزد می کند که قدر داشته های خود را نمی دانیم.

هواداران استقلال در هرمزگان به خیابان ریختند

گزارش خبرنگاران صبح ساحل از سراسر استان حاکیست دیشب و بعد از پیروزی تیم فوتبال استقلال تهران مقابل حریف سنتی خود پرسپولیس هواداران این تیم با حضور در خیابان ها تیم مورد علاقه خود را تشویق نموده و ابراز هواداری کردند.

این اتفاق در سطح شهر بندرعباس تقریبا در اکثر محلات و بخصوص در خیابان های اصلی و بلوار ساحلی در قالب حضور با خودروهای حامل پرچم و بادبادک های آبی بیشتر به چشم می خورد.

مواد طبیعی که می‌توانید جایگزین وایتکس کنید!



سینک ظرفشویی، ظروف استیل و سبدهای آبکش بعد از مدتی براقی خود را از دست می‌دهند. برای اینکه باز مثل روز اول براق شوند، بعد از شست‌وشو کمی روغن زیتون روی پنبه بمالید...

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، در این مطلب به بررسی چند راه ساده برای تمیزکردن وسایل می‌پردازیم.

روغن زیتون برای تمیزکردن استیل

سینک ظرفشویی، ظروف استیل و سبدهای آبکش بعد از مدتی براقی خود را از دست می‌دهند. برای اینکه باز مثل روز اول براق شوند، بعد از شست‌وشو کمی روغن زیتون روی پنبه بمالید و سطح آن را با روغن مالش دهید. بعد با یک دستمال حوله‌ای آن را پاک کنید و از برقی که می‌زند، لذت ببرید.

نمک برای تمیزکردن اتو

کف همه اتوها بعد از مدتی کار کردن کدر می‌شود و لک می‌افتد. برای تمیزکردن این لکه‌ها، اتو را بدون بخار روشن کنید. روی یک پارچه نمک بپاشید و پارچه را اتو کنید. کف اتوی شما مثل روز اول تمیز می‌شود.

روغن بچه برای تمیزکردن دست

بعد از کار کردن با رنگ، دستتان طوری لک می‌افتد که تا چندبار حمام نروید و روزی چند بار دستتان را نشویید، پاک نمی‌شود. برای پاک کردن لکه رنگ از روی دست می‌توانید از روغن بچه استفاده کنید. روغن را به دستتان بمالید و بعد از پاک شدن با آب و صابون بشویید.

علائم معده خشک و مرطوب

عضو انجمن علمی طب سنتی گفت: همه مشکلات بدن مانند ریزش مو و هر بیماری دیگر از مغز تا شست پا را می‌توان با معده مرتبط دانست.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، نعمت‌الله مسعودی عضو انجمن علمی طب سنتی گفت: بیماری‌های معده به چند دسته تقسیم می‌شوند؛ سوءمزاج یکی از مشکلات اساسی معده است که به ٤ دسته سوءمزاج گرم، سرد، ترکیبی و خشک تقسیم‌بندی می‌شود و متخصص طب سنتی بر اساس علائم بیماری و شرایط بیمار، درمان را انجام می‌دهد. وی اضافه کرد: اما بیماری‌های اعضای دیگر بدن نیز می‌تواند روی معده اثرگذار باشد. یعنی مشکل ازجای دیگری است اما اثرخود را روی معده می‌گذارد و این نشان از ارتباط نزدیک معده با تمام اعضای بدن دارد. مثلا ممکن است فردی سردرد یا مشکل کلیه داشته باشد و به استفراغ‌های متعدد دچار شود. مسعودی در خصوص علایم معده مرطوب، گفت: مثلا کسی که بعد از مصرف غذاهای آبکی احساس می‌کند که مشکی در داخل معده است‌اش یا اینکه در دهان احساس رطوبت زیادی می‌کند و موقع خواب بزاق دهانش سرازیر می‌شود، همچنین سیری‌ناپذیر بودن از علایم یک معده مرطوب است. عضو انجمن علمی طب سنتی علایم معده خشک را این چنین گفت: اشتهای کاذب، ضعف هضم، عطش زیاد اما رفلکس معده بیماری دیگری است که علت آن را ضعف دریچه ورودی معده (ضعف دهانه معده) می‌دانیم که در این مشکل اسید به سمت بالا برگشت می‌کند. این حالت معمولا بعد از خوردن غذای زیاد یا خوابیدن روی غذا ایجاد می‌شود. وی ادامه داد: معده، خانه تمام بیماری‌هاست؛ در طب سنتی معده به حوضی تشبیه شده که بیماری یا سالم بودن آن روی تمام اعضای دیگر اثرگذار است. تمامی مشکلات بدن مانند ریزش مو و هر بیماری دیگر، از مغز سر تا انگشت شست پا را می‌توان با معده مرتبط دانست. مسعودی گفت: به دلیل اهمیت معده در سلامت کل بدن توصیه می‌شود که کوچکترین علایم همچون سوزش مختصر و سنگینی سردل جدی گرفته شود. بیماری‌ها اگر زود تشخیص داده شود درمان آنها بسیار راحت است اما اگر سهل‌انگاری شود درمان سختی خواهند داشت مثلا سرطان معده یک نوع سوءمزاج مستحکم است که به راحتی درمان نمی‌شود.

برگزاری مراسم بزرگداشت انقلاب شکوهمند اسلامی در دارالقرآن برق منطقه ای هرمزگان

به مناسبت فرارسیدن دهه پرفروغ فجر انقلاب اسلامی و همزمان با سالروز یوم الله ۲۲ بهمن، با حضور دکتر گل زاده «معاون طرح و توسعه» و «مسئول امور فرهنگی، دینی، و امور قرآنی برق منطقه ای» مراسم بزرگداشتی به همین مناسبت در دارالقرآن ولایت بهارستان این اداره با همراهی قرآن آموزان و والدین آن ها برگزار گردید. در این مراسم، دکتر گل زاده ضمن تشریح حرکت الهی امام(ره) در پیروزی جبهه حق علیه باطل عنوان داشت، دهه فجر و یوم الله ۲۲ بهمن تنها منحصر به کشور ایران نبوده بلکه تمام ملت های آزادی خواه و مستضعفان جهان، این حرکت انقلابی و ظلم ستیزی بزرگ را که از شاخصه های بی بدیل انقلاب اسلامی در جهان است سرلوحه خود قرار داده اند؛ ایشان افزودند، امروزه نسل جدید انقلاب با تدبیر و بصیرت در تمام عرصه های علمی و عملی سعی در معرفی عملی دستاوردهای انقلاب اسلامی به جهانیان دارد و همین امر مسئولیت انقلابی مسئولین و والدین را دوچندان می کند تا با معرفی الگوهای قرآنی به بشر تشنه صلح و امنیت، پیغام آور معنویت، دوستی و انسانیت برگرفته از آموزه های اهل بیت(علیهم السلام) و جهت گیری های الهی- سیاسی امام راحل(ره) به جهانیان باشند. شایان ذکر است، در این مراسم یک دوره رقابت قرآنی نیز برگزار شده و در پایان نیز با حضور اولیاء و قرآن آموزان و در فضایی آکنده از معنویت، نماز جماعت مغرب و عشاء برگزار گردید.

خواندنی

مصرف برنج خیس کرده از ریسک سرطان و بیماری قلبی می کاهد

محققان توصیه میکنند قبل از خوردن برنج، یک شب آن را در آب خیس کنید تا احتمال افزایش ریسک بیماری قلبی، دیابت و سرطان کاهش یابد.

به گزارش مهر، به گفته محققان دانشگاه کوئینز بلفاست انگلستان، مواد شیمیایی ناشی از سموم صنعتی و کودهای شیمیایی موجود در خاک موجب آلودگی برنج می شوند و از اینرو سلامت میلیون ها نفر را به خطر می اندازند.

یافته های جدید آشکار ساخته است خیساندن برنج در آب در طول شب میزان ماده سمی آرسنیک را تا ۸۰ درصد کاهش می دهد.

در این تحقیق، تیم مطالعه به سرپرستی اندی مهارگ سه شیوه پخت برنج را مورد آزمایش قرار دادند.

در روش اول، از دو قسمت آب به همراه یک قسمت برنج استفاده شد و آب در طول پخت کاملا بخار شد. در دومین روش، پنج قسمت اب با یک قسمت برنج بود که آب اضافی بیرون ریخته شد و میزان آرسنیک موجود تقریبا نصف شد. در روش سوم، برنج به مدت یک شب در آب خیسانده شد که در این حالت میزان ماده سمی تا ۸۰ درصد کاهش یافت.

تغذیه

مصرف میوه و سبزی در حفظ سلامت روان هم موثر است

یک مطالعه تازه نشان می دهد که مصرف انواع میوه و سبزی به عنوان بخشی مهم در رژیم غذایی سالم، نه تنها موجب سلامت جسم است، بلکه در سلامت روان نیز نقش زیادی دارد و این تاثیر حتی در کوتاه مدت ملموس است.

مصرف میوه و سبزی در حفظ سلامت روان هم موثر است

به گزارش ایرنا از پایگاه اینترنتی مدیکال نیوز تودی، محققان دانشگاه اوتاگو نیوزیلند که نتایج مطالعه خود را در مجله PLOS One منتشر کردند، با بررسی وضعیت یک گروه از جوانان دریافتند افرادی که در مدت دو هفته هر روز میوه و سبزی به مقدار زیاد مصرف کرده بودند، انگیزه و نشاط بیشتری پیدا کردند.

میوه و سبزی به عنوان بخشی از رژیم غذایی سالم، می توانند به کاهش خطر چاقی، دیابت نوع ۲، بیماری قلبی، سکته مغزی و برخی انواع سرطان ها کمک کنند و براساس اعلام وزارت کشاورزی آمریکا، بزرگسالان روزانه باید حدود دو فنجان میوه و حدود دو تا سه فنجان از انواع سبزی مصرف کنند.مطالعات متعدد در سال های اخیر نشان داده است که جذب میوه و سبزی همچنین سلامت روانی را بهبود می بخشد.

در تازه ترین تحقیق که دو هفته طول کشید، ۱۷۱ دانشجوی ۱۸ تا ۲۵ ساله شرکت داشتند و به سه گروه تقسیم شدند.

یک گروه الگوی غذایی معمول خود را ادامه داد، گروه دیگر روزانه دو وعده میوه و سبزیجات تازه اضافی (شامل هویج، کیوی، سیب و پرتقال) دریافت کرد و به گروه سوم هزینه نقدی میوه و سبزی و یادداشتی برای یادآوری اهمیت مصرف بیشتر میوه و سبزی داده شد.

از ابتدا تا پایان مطالعه، شرکت کنندگان تحت کنترل بررسی شرایط روانی اعم از خلق و خو، نشاط، انگیزه، علائم افسردگی و اضطراب، و سایر شاخص های سلامت روانی و تندرستی قرار گرفتند. محققان متوجه شدند ارائه میوه و سبزیجات اضافی به شرکت کنندگان در مدت دو هفته باعث ارتقای سلامت روانی و نیزافزایش انگیزه، نشاط و شکوفایی آنها شد، اما در دو گروه دیگر این علائم مشاهده نشد.

پزشکی

علائم پارگی شبکیه چشم

یک متخصص شبکیه گفت: شب کوری، کندگی و اختلال شبکیه، تومور رتنوپلاستوم و تخریل ماکولا از جمله بیماری‌های شبکیه چشم است.

این متخصص شبکیه با اشاره به اینکه چسباندن شبکیه به وسیله گاز یکی از راه های درمان پارگی شبکیه است، اظهار کرد: جهت درمان یک حباب کوچک گاز توسط پزشک به داخل چشم تزریق می شود، طوریکه حباب گاز وارد داخل چشم شده و برای ثابت ماندن به شبکیه فشار وارد می کند که این امر منجر به بسته شدن پارگی شبکیه می شود و از نشت مایع به پشت شبکیه جلوگیری می کند.

فخیری بیان کرد: باکل اسکر یکی از شایع ترین روش‌های درمانی پارگی پرده شبکیه چشم است که در این عمل از لیزر استفاده می شود. وی به روش جراحی ویترکتومی اشاره و افزود: در عوارض‌های همچون کشش بیش از حد شبکیه و بزرگی سوراخ آن و خونریزی داخل چشم از این روش جراحی استفاده می شود.

به گفته این متخصص شبکیه، در عمل جراحی ویترکتومی اول باید زجاجیه را به وسیله تیغه گیوتین از چشم خارج کرده تا کشش شبکیه از بین رود سپس سرم نمکی استریل را به داخل چشم تزریق می کنیم، گاهی از روش باکل اسکلر جهت چسباندن شبکیه در این عمل استفاده می شود.

فخیری یادآور شد: بعد از انجام اعمال جراحی شبکیه با تجویز پزشک استفاده از قطره ضد التهاب و آنتی بیوتیک به مدت دو هفته باعث بهبود چشم می شود و جهت کنترل وضعیت شبکیه باید به متخصص مراجعه شود.

سلامت

راهکارهای کاهش استرس در زندگی

اجتناب از استرس برای هیچ کس به طورکامل امکان پذیر نیست. اما می توان با پیروی از برخی راهکارها در زندگی روزمره احتمال بروز استرس را کاهش داد.

به گزارش مهر، محققان توصیه می کنند برای کاهش استرس در زندگی راهکارهای زیر را درپیش بگیرید.

- به طورمنظم ورزش کنید؛ درصورت امکان هرروز.
- در قالب یک برنامه غذایی منظم، وعده های غذایی مغذی بخورید- به قدرکافی بخوابید- ورزش کششی یا تمارین ریلکسیشن انجام دهید و نفس عمیق بکشید مواردی را که نمی توانید کنترل کنید کنار بگذارید و بیش از اندازه نگران مشکلات کوچک نباشید.
- خود را تا حدامکان برای چالش های قریب الوقوع آماده کنید- نگرش مثبت خود را حفظ کنید- دوستی داشته باشید که با او در مورد احساسات تان صحبت کنید- خودتان را بیش از اندازه درگیر تعهدات نکنید و در مواقع ضروری از «نه» گفتن نهراسید- اهداف تان را تعیین کنید، اما نسبت به آنها واقع گرایانه باشید- زمانی را به تفریح و سرگرمی اختصاص دهید.

فناوری

با گجت «پیف پیف» خوشبو بمانید

یک شرکت ژاپنی دستگاه جدیدی ساخته که درصورتی که بدن فرد بوی نامطبوعی بدهد، به او اعلام میکند.

به گزارش مهر به نقل از نیواطلس، این دستگاه که KunKun یا «پیف پیف» نام دارد درحقیقت یک حسگر کوچک است که برخی بوها را تشخیص می دهد. دیاستیل، آمونیا، اسید ایزووالریک و دو ماده نوننال شیمیایی(که اصولا به بوی روغن خوراکی مانده، بوی عرق بدن شباهت دارد) و همین طور Kareishuu، بویی که ژاپنی ها به افراد سالمند نسبت می دهند و Midoru shishuu، بویی که ژاپنی ها به افراد میان سال خصوصا مردها نسبت می دهند، از جمله بوهایی هستند که این دستگاه ردیابی می کند.

کاربر این دستگاه را نزدیک قسمتی از بدن نگه می دارد که تصور می کند بوی نامطبوعی دارد و پس از مدت کوتاهی نتیجه را دریافت می کند. این دستگاه اجزای تشکیل دهنده بو و همچنین شدت آن را در یک برنامه موبایلی نمایش می دهد.هیروشی آکیاما در مرکز نوآوری تجاری کونیکا مینولتا این دستگاه را ساخته است.

سلامت و تغذیه

مصرف روزانه آسپرین از سقط جنین مکرر پیشگیری می کند

یافته جدید محققان نشان می دهد گاهی اوقات مصرف روزانه دوز پایین آسپرین می تواند از بروز سقط جنین مجدد پیشگیری کند.

به گزارش مهر، به گفته تیم تحقیق موسسه ملی سلامت کودک و رشد انسان در آمریکا، گاهی اوقات به نظر می رسد مصرف روزانه آسپرین به حفظ جنین زنان دارای میزان بالای التهاب که قبلا دچار سقط جنین شده اند کمک کند.

این محققان اذعان داشته اند که این شیوه در حال حاضر درحال آزمایش و بررسی بر روی زنانی است که در گذشته سقط جنین داشته اند.

تیم تحقیق به سرپرستی لیندزی جاردا، بالغ بر ۱۲۰۰ زن ۱۸ تا ۴۰ سال را که سابقه سقط جنین داشتند مورد بررسی قرار داد.محققان میزان پروتئین واکنشی CRP) C) را در خون زنان مورد آزمایش قرار دادند. وجود این ماده در خون نشانه التهاب گسترده در بدن است ک تصور می شود آسپرین با آن مقابله می کند.

سپس به زنان به طورتصادفی روزانه دوز پایین آسپرین (۸۱ میلیگرم) یا دارونما داده شد.یافته ها نشان داد در گروه زنان دارای CRP بالا، نرخ تولد نوزاد زنده در بین زنانی که دارونما مصرف کرده بودند ۴۴ درصد بود، درحالیکه در بین زنانی که روزانه آسپرین دریافت کرده بودند این نرخ زنده زایی ۵۹ درصد بود.همچنین به نظر می رسد آسپرین موجب کاهش سطح CRP در گروه زنان دارای CRP بالا در هفته های ۸، ۲۰ و ۳۶ بارداری شد.

درمان

مصرف روغن ماهی به مقابله با آسم کمک می کند

مصرف روغن ماهی که غنی از اسیدهای چرب اِمگا-۳ است ممکن است برای بیماران مبتلا به بیماری های التهابی نظیر آسم مفید باشد.

به گزارش مهر، یافته های محققان دانشگاه روچستر نیویورک نشان می دهد محصولات حاوی اسیدچرب اِمگا-۳ می تواند منجر به کاهش تولید IgE شود؛ IgE آنتی بادی ای است که موجب بروز واکنش های آلرژیک و علائم آسم در افراد مبتلا به نمونه های خفیف آسم می شود.

اسیدهای چرب امگا-۳ بعد از هضم تبدیل به واسطه های خاصی می شوند که بدون توقف عملکرد سیستم ایمنی، التهاب را متوقف می نمایند.

مطالعات قبلی نشان داده بودند که برخی اسیدهای چرب موجود در روغن ماهی موجب تنظیم عملکرد سلول های B می شوند. در مطالعه جدید، تیم تحقیق نمونه خون ۱۷ بیمار را جمع آوری کرده و سلول های ایمنی Bشان را در لابراتوار تفکیک کرد تا تاثیر محصولات خالص امگا-۳ بر IgE و سایر مولوکل های تشدیدکننده این بیماری را بررسی کنند.نتایج نشان داد تمامی افراد تا حدودی به اسیدهای چرب اِمگا-۳ واکنش نشان دادند و کاهش در میزان آنتی بادی IgE مشاهده شد.

ورزش

ورزش برای کنترل وزن کافی نیست

متخصصان سلامت معتقدند که ورزش کردن به تنهایی و بدون رژیم غذایی سالم برای کاهش یا کنترل وزنِ ایده‌آل، کافی نیست.

به گزارش ایسنا، «لارا دوگاس» استادیار علوم بهداشت عمومی در دانشگاه لویولا شیکاگو گفت: در بررسی عوامل بروز چاقی آنچه که واقعا لازم است بررسی شود، نوع مواد خوراکی مصرفی افراد است. به طور مثال بررسی‌های پیشین خطر چاقی را با مصرف خوراکی‌های پرکالری و نوشیدنی‌های حاوی مواد قندی مرتبط دانسته است.در عین حال در مطالعه جدید متخصصان آمریکایی مدعی شدند مقدار ساعتی که افراد در هفته صرف ورزش کردن می‌کنند در کیفیت کنترل وزن افراد نقشی ندارد.در حقیقت تعدادی از افراد که بیش از دیگران ورزش می‌کردند در مدت دو سال انجام مطالعه وزن بیشتری پیدا کرده‌اند در حالی که گروهی که کمتر از دیگران ورزش می‌کردند در مدت زمان انجام مطالعه وزن خود را از دست داده‌اند.به گفته دوگاس، یافته‌ها حاکی از آن است که فعالیت جسمی به تنهایی برای پیشگیری از افزایش وزن کافی نیست.هرچند مشخص نیست که چرا ورزش کردن به تنهایی به کاهش وزن کمک نمی‌کند و بلکه گاهی منجر به افزایش وزن هم می‌شود اما یکی از دلایل این تاثیرگذاری می‌تواند افزایش اشتها به دنبال ورزش کردن باشد.به گزارش لایوساینس، با وجود نتایج به دست آمده در این مطالعه محققان همچنان به افراد توصیه می‌کنند که فعالیت جسمی کافی داشته باشند و در کنار آن سایر فاکتورها و الگوهای سلامتی از جمله تغذیه را نیز در سبک زندگی خود بگنجانند.این متخصصان تاکید کردند: نتایج این مطالعه به معنای ترک ورزش و بیهوده دانستن آن نیست و بدون شک ورزش و تحرک بدنی، مزایای بسیاری برای سلامت جسم و روان دارد.

هشدار

آلودگی هوا ریسک ابتلا به دیابت را افزایش می دهد

طبق نتایج یک مطالعه، میزان بالای آلودگی هوا ممکن است ریسک ابتلا به دیابت نوع۲ را در کودکان افزایش دهد.به گزارش مهر، مایکل گوران، سرپرست تیم تحقیق ازدانشگاه کالیفرنیا جنوبی در این باره می گوید: «قرارگیری در معرض میزان بالای آلودگی در دوران کودکی موجب افزایش ریسک چاقی و همچنین ابتلا به دیابت نوع۲ می شود.»وی در ادامه می افزاید: «به نظر می رسد کیفیت پایین هوا عامل تشدید کننده چاقی و دیابت در کودکان است.»در این مطالعه، محققان ۳۱۴ کودک چاق یا دارای اضافه وزن اسپانیولی را که در منطقه لس آنجلس بودند مورد بررسی قرار دادند. کودکان در آغاز مطالعه بین ۸ تا ۱۵ سال سن داشته و مبتلا به دیابت نبودند.

محققان دریافتند به مرور زمان و تا سن ۱۸ سالگی، کودکانی که در مناطق دارای آلودگی بالا زندگی کرده بودند، سلول های لوزالمعده تولیدکننده انسولین شان موسوم به سلول های بتا ۱۳ درصد از حالت عادی کارآمدی کمتری داشت. انسولین هورمونی است که به حفظ سطح مناسب قندخون کمک می کند.

کودک من

عوارض زایمان، کودک را در معرض ریسک ابتلا به اوتیسم قرار می دهد

یافته های محققان نشان می دهد کودکانی که بلافاصله قبل یا در طول زایمان در معرض مشکلات زایمان قرار می گیرند در معرض احتمال بالای ابتلا به اوتیسم قرار دارند.

به گزارش مهر، از جمله عوارض و مشکلات زایمان که بالاترین ارتباط را با اختلال اوتیسم دارند عبارتند از آسفیکسیا (کمبود اکسیژن در طول فرایند زایمان) و پری- اکلامپسیا (وجود علائم فشارخون بالا و علائم اسیب به سایر اعضای بدن).سایر موارد و مشکلات بارداری که مرتبط با اوتیسم هستند عبارتند از جداشدن زودهنگام جفت از رحم، چرخش عرضی جنین، سخت زایی/ اندازه یا موقعیت غیرطبیعی جنین، و بندناف پایین افتاده.

در این مطالعه، محققان گزارشات سلامت ۵۹۴،۶۳۸ کودک متولدشده در بیمارستان های کالیفرنیای جنوبی را از سال ۱۹۹۱ تا ۲۰۰۹ بررسی کردند. در طول این مدت ۶۲۵۵ نفر از این کودکان مبتلا به اوتیسم تشخیص داده شدند که ۳۷ درصدشان عوارض زایمان را تجربه کرده بودند.

محققان دریافتند کودکانی که در معرض مشکلات زایمان قرار داشتند در مقایسه با سایر کودکانی که این شرایط را تجربه نکرده بودند، ۱۰ درصد بیشتر در معرض ابتلا به اوتیسم قرار داشتند. این ریسک برای نوزادانی که از قبل از وضع حمل در معرض مشکلات بارداری قرار داشتند ۲۲ درصد بود.مطالعه نشان داد کودکانی که هم قبل و هم در طول زایمان در معرض این مشکلات بودند ۴۴ درصد بیشتر از سایر کودکان در معرض ریسک اختلال اوتیسم بودند.