

محققان دانشگاه گیاهان دارویی صربستان دریافتند فیتوشیمیایی های استخراج شده از پوست انار در پیشگیری از بیماری کووید۱۹ موثر هستند.به گزارش مهر، محققان دریافتند فیتوشیمیایی هایی نظیر اسیدالانژیک، اسید گالیک، پنیکالائین ویونیکالین استخراج شده از پوست انار دارای قابلیت مهار کروناویروس هستند.محققان در این مطالعه تأثیرات عصاره پوست انار را بر فرایند جایگیری کروناویروس در سلول های میزبان بررسی کردند.در این مطالعه، چهار عصاره استخراج شده از انار بر روی چهار پروتئین منتخب موردهدف کروناویروس آزمایش شدند.نتایج نشان داد ترکیبات عصاره انار پتانسیل بسیار خوبی در تعامل با اهداف پروتئینی موردنظر داشته و می توانند از ورود ویروس به سلول میزبان جلوگیری نمایند از اینرو گزینه های خوبی برای آزمایشات بعدی هستند.درحال حاضر محققان معتقدند انار و آب انار یک گزینه طبیعی با طیف وسیعی از خواص ضدویروسی و ضدباکتریایی هستند.

همه ما این خرافه را درباره کردن موهای سفید شنیده ایم که اگر یکی را بیرون بیاورید حتما دو تار دیگر به جای آن رشد می کند.خوب، شما خوشحال خواهید شد که بشنوید این موضوع درست نیست؛ رندی شوایلر، متخصص زیبایی می گوید: وقتی موی خود را می چینیم، پیازه آن در جای خود می ماند و در نهایت موی دیگری رشد می کند

# روش های جالب برای نداشتن موهای سفید

♦ گروه سلامت //

انجام برخی از روش ها باعث جلوگیری از بروز موهای سفید در افراد خواهد شد.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان به نقل از العالم، شما می دانید که آن روز فرا خواهد رسید و ممکن است برخی از آن ترس داشته باشند و آرزو کنند که دیرتر بروز کند، اما یک روز ایستاده و در آینه نگاه می کنید؛ موهای جوگندمی خودنمایی می کند، در حالی که شما هنوز در اواخر دهه بیست یا اوایل سی سالگی هستید. ممکن است تعجب کنید، اما بگذارید واقعیتی را بگوییم که مایه دلگرمی شما باشد. ظهور موهای خاکستری و جوگندمی شدن آن در سنین پایین بسیار رایج است و به این معنی نیست که شما پیر شده اید.

ممکن است بیشتر تعجب کنید، اگر به شما بگوییم که تاخیر در سفیدی موها به عوامل زیادی از جمله نژاد، ژنتیک و حتی استرس مربوط می شود. بگذارید بیشتر در مورد ماهیت موهای خاکستری و تغییر و تحولی که در این حالت رخ می دهد آشنا شویم. در این گزارش نظر کارشناسان در مورد امکان ایجاد تاخیر با توقف در روند سفیدی موها را مرور می کنیم.

♦ چرا موها سفید می شوند؟

به گفته جیل ویبل متخصص پوست، موهای ما هنگامی که در شکم مادر هستیم دارای رنگ سفید است، اما هنگامی که سلول های رنگدانه ای تشکیل می شوند، موهای ما رنگ طبیعی خود را از دست می دهند، چه این رنگ سیاه و چه قهوه ای باشد یا بور و هر رنگ دیگر که این موضوع به میزان توزیع، نوع و مقدار ملانین موجود در لایه میانی ساقه مو بستگی دارد.او افزود: ملانوسیت ها همچنان ملانین را به کراتین مو وارد می کنند و رنگ مویی که ما با آن به دنیا آمده ایم شکل می گیرد که به مرور زمان، آنزیمی به نام تلومراز روند تولید ملانین را کند می کند و این موضوع باعث سبک شدن و کم رنگ شدن مو می شود.

♦ موهای سفید از چه زمانی نمایان

♦ نژاد شما نقش مهمی در ظهور موهای



می شوند؟

خاکستری دارد

ممکن است همه ما در سن سی سالگی احساس کنیم که به اندازه کافی برای ظهور موهای خاکستری بزرگ نشده ایم، اما اغلب از دهه سی این روند شروع می شود، البته این زمان برای همه صدق نمی کند.آلن بومن متخصص پوست و مو می گوید: تعیین اینکه موهای شما از چه زمانی شروع به سفیدی می کنند، بیشتر از سن به عوامل ژنتیکی بستگی دارد.او افزود: ریزش مو و بروز موهای سفید نیز عمدتاً در نتیجه عوامل ژنتیکی است. شما می توانید به والدین یا پدر بزرگ و مادر بزرگ خود نگاه کنید تا متوجه شوید که در آینده موهایتان به چه شکلی خواهد بود؛ بنابراین می توانید از والدین خود در مورد زمان ظهور اولین موهای خاکستری آن ها سوال کنید.

♦ موهای سفید ابتدا در کدام ناحیه مو ظهور می کند؟

مطمئناً اینگونه نیست که یک روز از خواب بیدار شده و ببینید که موهایتان کاملاً تغییر رنگ داده است، بلکه این یک روند تدریجی است. موهای خاکستری ابتدا در اطراف شقیقه های شما ظاهر می شوند و به آرامی آن ها را بر می کنند سپس به سمت بالا و اطراف پوست سر شما حرکت می کنند.

♦ کندن موهای سفید میزان آن را بیشتر نمی کند

همه ما این خرافه را درباره کندن موهای سفید شنیده ایم که اگر یکی را بیرون بیاورید حتما دو تار دیگر به جای آن رشد می کند.خوب، شما خوشحال خواهید شد که بشنوید این موضوع درست نیست؛ رندی شوایلر، متخصص زیبایی می گوید: وقتی موی خود را می چینیم، پیازه آن در جای خود می ماند و در نهایت موی دیگری رشد می کند. در حقیقت، ممکن است خوش شانس باشید و جای موهایی که بیرون آورده اید موی سفید رشد نکند.

با این حال، کندن این موها می تواند خطرناک باشد. کندن زیاد مو به فولیکول های مو آسیب می رساند، به این معنی که ممکن است موی دیگری جایگزین آن نشود؛ بنابراین رشد

موهای سفید بهتر از نداشتن مو است!

♦ استرس می تواند منجر به تسریع روند سفیدی مو شود

ممکن است ما نخواهیم باور کنیم که استرس در زندگی ممکن است باعث سفیدی مو شود، اما آیا واقعاً این امکان وجود دارد؟ بومن می گوید، گاهی اوقات ممکن است که استرس، مانند بسیاری از عوامل دیگر زندگی، تأثیر عمده ای بر سلامت موهای ما داشته باشد. استرس به تنهایی باعث نمی شود که موهای شما یک شیه سفید شوند، اما در افرادی که استعداد ژنتیکی بیشتری برای سفیدی زودرس مو دارند، می تواند روند کار را تسریع کند.

♦ عوامل دیگری نیز وجود دارند که در ظهور موهای سفید تأثیر می گذارند

سن و ژنتیک تنها مواردی نیستند که هنگام سفید شدن اهمیت دارند. فاکتورهای دیگری نیز در زندگی شما وجود دارند که می توانند باعث شوند این اتفاق سریع تر رخ دهد. به عنوان مثال، رژیم غذایی، استرس، کمبود خواب، دارو، سیگار کشیدن و... همه می توانند در ظهور موهای سفید تأثیر بگذارند.

♦ راهی برای توقف پیری و سفیدی مو

باور کنید یا نکنید، ممکن است سفید شدن موهای شما متوقف شود یا حداقل سرعت آن کاهش یابد. برخی از بهترین عناصر مفید برای مقابله با افزایش سن و سفیدی مو شامل کافئین و نیاسینامید است که به عنوان خاصیت ضد پیری در پوست شناخته شده اند. بهترین توصیه برای خانم ها و آقایانی که می خواهند علائم پیری و سفیدی را کاهش دهند، تمرکز روی ساخت موهای بهتر است که این کار را می توانید با بهبود رژیم غذایی، اجتناب از سایر موارد بهداشتی و کنار آمدن صحیح با استرس انجام دهید.افزودن ویتامین های مو به رژیم غذایی، یا تقویت مو با لیزر درمانی، ماینوکسیدیل موضعی یا درمان های پلاسما ی غنی از پلاکت نیز ممکن است خوب باشد.

## عوارض خطرناک دخالت در تاریخ تولد

♦ گروه سلامت //

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، نسبت به دخالت والدین در تاریخ تولد نوزاد که ممکن است منجر به بروز عوارض ماندگار، ناتوانی و حتی مرگ فرزند آنها شود، هشدار داد.

به گزارش مهر، پریچهر پورانصاری، با اشاره به اینکه طول دوره بارداری در انسان ۲۸۰ روز یا ۴۰ هفته است، گفت: اغلب زنان باردار که کاندید زایمان طبیعی هستند، در فاصله ۳۹ تا ۴۰ هفته زایمان می کنند اما در حدود ۱۰ درصد آنان ممکن است حاملگی فراتر از ۴۰ هفته ادامه پیدا کند که حداکثر تا ۴۲ هفته باید انجام شود.

این فلوشیپ زنان و زایمان، افزود: گاهی به دلایل مختلفی نظیر بیماری، نداشتن شرایط زایمان طبیعی، مشکلات مادر و جنین و مواردی از این قبیل زایمان به تجویز پزشک به صورت برنامه ریزی شده انجام می گیرد. اما این زایمان برنامه ریزی شده نیز در پایان ۳۹ هفتگی حاملگی توصیه می شود و هرگز قبل از ۳۹ هفته توصیه نمی شود.

به گفته پورانصاری، بچه هایی که زودتر از ۳۹ هفته تمام و بدون اندیکاسیون یا مورد اورژانسی متولد می شوند، معمولاً در معرض یکسری عوارض به ویژه عوارض تنفسی و سندرمی به نام دیسترس تنفسی قرار می گیرند که این سندرم اغلب در نوزادانی که بین ۳۷ هفته تا ۳۹ هفته متولد می شوند بروز می کند.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، با اشاره به اینکه عوارض تنفسی ایجاد شده گاهی منجر به بروز عوارض ماندگار در نوزاد می شود اظهار کرد: گاهی این دیسترس تنفسی بسیار مقاوم به درمان است و به درمان های رایجی که برای این نوزادان انجام می شود پاسخ نداده و متأسفانه منجر به مرگ نوزاد می شود.

پورانصاری ضمن هشدار به والدین تأکید کرد: از دخالت و دستکاری در زمان زایمان مگر در موارد اورژانسی که ادامه حاملگی برای جان مادر و جنین خطر دارد باید جدا اجتناب کرد.

این فلوشیپ زنان و زایمان بیمارستان شهدای تجریش، با بیان این مطلب که زایمان زودتر از ۳۹ هفته به هیچ وجه توصیه نمی شود گفت: متأسفانه این روزها باب شده والدین می خواهند تاریخ تولد فرزندشان را یک زمان و روز خاصی قرار دهند که اگر سن بارداری کمتر از ۳۹ هفته کامل باشد اصلاً کار پسندیده ای نیست و کاملاً غیر علمی است و اصلاً توصیه نمی شود.

وی در پایان ضمن هشدار به والدین، خاطرنشان کرد: عوارض تنفسی که در نوزادان نارس ایجاد می شود علاوه بر اینکه ممکن است باعث بروز عوارض ماندگار و ناتوانی در نوزاد شود، بار اقتصادی سنگینی برای خانواده و اجتماع در بر خواهد داشت و گاهی نیز ممکن است منجر به مرگ نوزاد شود.

ادعای روسیه:

## واکسن کرونا ی روسی ۹۱.۴ درصد موثر است



♦ گروه سلامت //

روسیه پس از اعلام نتایج پیشگامانه واکسن کرونا ی دانشگاه آکسفورد، ادعا کرد که واکسن کرونا ی این کشور ۹۱.۴ درصد در پیشگیری از ابتلا به کرونا موثر است و هزینه آن برای هر بیمار کمتر از ۲۰ دلار است.

به گزارش روزنامه دیلی میل، طبق اعلام صندوق سرمایه گذاری مستقیم روسیه، واکسن کرونا ی این کشور به نام «اسپوتنیک ۵» بیش از ۹۰ درصد کارایی دارد و قیمت آن برای هر دوز کمتر از ۱۰ دلار آمریکا (۷ پوند) است.

البته این نتایج موقتی و به روز شده از طریق یک بیانیه مطبوعاتی اعلام شد و هنوز هیچ اطلاعاتی از نتایج آزمایشات بالینی منتشر نشده است. واکسن کرونا ی روسیه توسط مرکز تحقیقات ملی اپیدمیولوژی و میکروبیولوژی N F Gamaleya در مسکو ساخته شده است.

این ادعای روسیه پس از آن منتشر شد که دانشگاه آکسفورد اعلام کرد واکسن کرونا ی این دانشگاه که با همکاری شرکت داروسازی «آسترانکا» ساخته شده است، ۹۰ درصد در پیشگیری از ابتلا به کرونا موثر است.

واکسن کرونا ی دانشگاه آکسفورد را که بر اساس یک ویروس اصلاح شده سرماخوردگی (آدنوویروس) از شامپانه ها ساخته شده است، به آسانی می توان ذخیره و در دمای یخچال بین ۲ تا ۸ درجه سانتی گراد منتقل کرد. اکنون محققان روسی اعلام کرده اند که واکسن این کشور را که بر اساس یک آدنوویروس انسانی ساخته شده است نیز می توان در این دماها ذخیره کرد.

یک دوز واکسن اسپوتنیک ۵، ۱۰ دلار (هفت پوند) هزینه دارد، این در حالی است که انتظار می رود هر دوز واکسن آکسفورد تنها دو پوند هزینه داشته باشد، با این وجود واکسن روسیه از واکسن های مبتنی بر آر.ان.ای شرکت فایزر و مدرنا ارزان تر است. قیمت واکسن کرونا ی شرکت فایزر برای هر دوز ۱۴۰.۸۰ پوند و واکسن کرونا ی شرکت مدرنا برای هر دوز ۲۴ پوند اعلام شده است.

انتظار می رود که واکسن کرونا ی روسیه تا فوریه ۲۰۲۱ به بازار عرضه شود و این کشور امیدوار است که سالانه ۵۰۰ میلیون دوز از این واکسن را تولید کند.