



نیکوتین سیگار الکترونیکی عامل تشدید برونشیت

نتایج یک بررسی حاکی است نیکوتین موجود در سیگارهای الکترونیک، خطر برونشیت مزمن را افزایش می‌دهد. دود سیگار الکترونیک حاوی نیکوتین، نتهای روند پاکسازی مخاطر در مجرای تنفسی راماتوقف می‌کند، بلکه خطر برونشیت مزمن را افزایش می‌دهد. متخصصان سلامت معتقدند استعمال سیگار الکترونیکی نسبت به سیگار عادی میزان بیشتری از نیکوتین را وارد مجرای تنفسی می‌کنند.^{۱۰}



صرف روزانه تمشک آبی، خطر بیماری قلبی را کاهش می‌دهد

محققان پی برند مصرف روزانه ۱۵ کرم تمشک آبی به کاهش خطر بیماری قلبی-عروقی کمک می‌کند. آینه کاسیدی، سرپرست تیم تحقیق دریان با راه می‌گوید: مطالعات قبلی نشان داده اند افرادی که به طور مرتبت تمشک آبی مصرف می‌کنند، با کاهش خطر ابتلاء مشکلاتی نظری دیابت نوع ۲ و بیماری قلبی-عروقی مواجه هستند. لذا گفته شد، تمشک آب، حاوی مقادی بلاتکیات طبیعی، مخصوص به آنتیسیاپتیک است. /مهر

۲۳ خرداد، روز جهانی آلبینیسم است؛
روزی که برای حمایت از مبتلایان
به این بیماری نامگذاری شده است

وارثان زال



۱۳۰ نویسنده مصادف با ۲۳ خرداد به نام روز جهانی آگاهی از آلبینیسم نامگذاری شد. هرسال هم شعاری برای این روز انتخاب می‌شود. شعار امسال هم «همچنان استوار بایست» انتخاب شده است. درواقع، این روز فرستی برای همبستگی مبتلایان به آلبینیسم درجهان است تا زایین طریق و باایجاد آگاهی در مردم بتوانند علاوه بر این که از حمایت آنها برخوردار می‌شوند، از حقوقی که به عنوان یک فرد در جامعه منظور آشنایی و آگاهی بیشتر مردم برخوردار نداید، بهرهمند شوند. علائم آلبینیسم معمولاً در پیوست، آلبینیسم به گروهی از اختلالات زننده ای اطلاق می‌شود که در آن یا مقادیر کم یا یهیچ نزدکانه ملانینی تولید نمی‌شود. نوع و میزان ملانین تولید شده در بدن، زنگ پوست، مو و چشم‌ها را تعیین می‌کند. این رزگدانه نقش مهمی در تشکیل اعصاب ایفا می‌کند و از این راست که مبتلایان به آلبینیسم غالباً از مشکلات مربوط به بینایی رنج می‌برند.

اویلن بار ۱۸ دسامبر ۲۰۱۴ بود که به جهان با پیماری آلبینیسم هرسال مردم دنیا زاده ای مختلفی دارند و بازنگ پوست و مو و چشم متفاوتی در دنیا زندگی می‌کنند. اما برخلاف تضادهایی که در انواع نژادهای دیده می‌شود، برخی از مردم جهان هستند که با قیمه تقاضا و بیشتری دارند و موها و صورت سفیدی دارند. به این افراد در اصطلاح عامیانه «زال» و در اصطلاح علمی به این پیماری «آلبینیسم» می‌گویند. بسیاری از مردم جهان از این پیماری اطلاع چندانی ندارند و همین امر باعث ایجاد تعیض هایی میان آنها و دیگر افراد جامعه شده است و بسیاری آنها را در کنند و اغلب این پیماران از نظر اجتماعی و حتی درمانی طرد شده هستند. ظاهر این پیماران به گونه‌ای است که باورها و افسانه‌های بی‌پایه و اساسی را به آنها نسبت می‌دهند و به دلیل انگاهی که به آنها زاده می‌شود، گاهی طرد می‌شوند. به منظور بالا بودن آگاهی مردم درباره این بیماری روز ۱۳۰ نویسنده مصادف با ۲۳ خرداد را به نام آگاهی نسبت به پیماری آلبینیسم نامگذاری کردند.

<p>سگی که قریانی اکتشافات فضایی شد</p> <ul style="list-style-type: none"> - پشت سر-هم - حرف ندا^(۱) ضربهای در بدینمیتوں - عمیق ترین قسمت دریا - عددي دورقی^(۲) آشکارا ساختن - موضوع آب گوارا - حاجت^(۳) پیمانه درونه - غطام عروسی^(۴) از دودهای زمین شناسی - پژشك عصر سامانی. <p>عمودی: (۱) آزرده - اولتیماتوم - پشت گرمی^(۲) گل انار - مسافر در راه مانده (۳) حیله گر - مکث - از خواهان برونته^(۴) راندن مراحم - کوشش و فعالیت - قوهای مایل به سبز^(۵)</p>	<p>باشگاه‌های فوتبال ایتالیا^(۶) داستانی نوشته علی موزنی - شهر جنوبی ایتالیا - گزگاه^(۷) گوسفند عربی - فرزند کیومرت، نخستین شاه ایران - باجناق^(۸) وابستگی - چشم عرب - آلیازی از مس و نیکل^(۹) طلا - نوعی ماهی دریای خزر - فیلمی از مسعود کیمایی^(۱۰) پارچه توری - پل پیروزی - پوستین^(۱۱) سازی زخم‌های - ایالتی در آمریکا -^(۱۲) شهری در آلمان^(۱۳) درخت گرسی بر - نوعی پخت برنج - مبارک^(۱۴) فام - آشنایی - خبر دادن^(۱۵) نشانه جمع</p>	<p>مردانه - آلووده به ننگ^(۱۶) نیستی - واضح و آشکار - واحد نظامی کوچکتر از گردان^(۱۷) بنیانگذار - زدودن - مفلاج^(۱۸) شکبیابی - تاکنون - سراینده بهارستان^(۱۹) ضرب المثل که بیانگر عدم تناسب است - دومین رقم از سمت راست عدد^(۲۰) درازگوش - هم پیمان شدن چند گروه سیاسی - قابل شنیدن.</p>	<p>سریعی سواعات قم - از بر ردههای علامه دهدخا^(۲۱) تراوش کردن - لقب شیطان - سرعت بخشیدن^(۲۲) نفس خسته - نوعی لباس مردانه و زنانه - فدراسیون بین المللی شنا^(۲۳) همسایه کوبا - مسجد مراورید در این شهر هند است - بهره و ماء^(۲۴) شهرستانی در استان اصفهان - واحد وزن تقپی برادر با^(۲۵) گرم - اشاره به دور^(۲۶) از واجبات نماز - نوعی موشک نظامی - شاعر بافقی^(۲۷) زاییدن - زنگ گردن چهارپا - نوعی طرح لباس زنانه^(۲۸) نوعی برنج مرغوب شمال کشور - دهم محروم</p>
---	---	--	---

دانستنی‌های سلامت

تحقیقات نشان می دهد ریزش مو در فصل تابستان نسبت به سایر فصول بیشتر است. به گزارش جام جم، متخصصان پوست و ممبران باور هستند که فولیکول موکه در طول سال وظیفه تولید مو را به عهده دارد در فصل گرما قدرت عمل چندانی ندارد و همین موضوع می تواند به افزایش ریزش مو منجر شود. از سوی دیگر، گرما سبب فعلی شدن برخی هورمون های بدن مانند تستوسترون می شود که خود عامل اصلی ریزش اثری موی سراس است. قرار گرفتن بیش از اندازه در معرض اشعه یو وی نیز می تواند به موها آسیب جدی وارد کند. به این صورت که رطوبت موبه مرور کم می شود و کوتیکول موکم کم از بین می رود که این امر خود باعث خشکی، شکنندگی و آسیب دیدگی موها می شود. به همه این موارد، چرب شدن پوست سرو بسته شدن منافذ آبرسان به ریشه مو در اثر تعریق تابستانه نیز باید اضافه شود.

در بی درج پیامی در ۳۱ اردیبهشت ۱۳۹۸ با عنوان «موش - مراحمت» سپریست روابط عمومی و امور بین الملل شرکت ساماندهی صنایع و مشاغل شهرداری تهران با ارسال نمابری اعلام کرد: طی هماهنگی‌های لازم با اداره ساماندهی آن منطقه مقرر شد ضمن شناسایی معضلات اعم از جمجمه‌واری زباله و لاکریوبی آنها به خصوص در نقاط سرپوشیده و زیر پل‌های عرضی و نیز صدور اخطار به واحدهای صنفی مرتبط با مواد غذایی مختلف، نسبت به اجرای عملیات کنترل و مبارزه با موش اقدام و گزارش به صورت مصور و مکتوب به شرکت ارائه شود.

دکتر مجتبی امیری، متخصص پوست و موتووصیه می‌کند: در فصل گرما از شامپوها و محلول‌هایی که این تاثیرات را کم می‌کنند، استفاده دارد و لیکوئید دارای کمپلکس کافئین می‌تواند راه حل مناسبی برای محافظت از موها در فصل تابستان باشد. وی می‌افزاید: این دسته از محصولات درمانی علاوه بر رساندن کمپلکس کافئین به فولکولهای و ابرکردن فرآیند مخرب تستوسترون روی موها، با عصاره نعنای موجود در خود می‌توانند سبب خنک شدن پوست سرشده و با آبرسانی به لایه‌های زیرین، شادابی و طراوت را در فصل تابستان به پوست سر بازگردانند. این متخصص تاکید می‌کند: ریزش ارثی موی سر از شایع‌ترین دلایل ریزش موی آفایان است که دلیل آن هم ترشح بیش از حد هورمون تستوسترون در آنهاست که اتفاقاً در فصل تابستان به دلیل گرما افزایش می‌یابد. از این رو کمپلکس کافئین می‌تواند عامل بازدارنده‌ای برای ریزش ارثی تشديد شده در فصل تابستان باشد.

NCERT Solutions

NCERT Books & Study Material

حل جدول عادی شماره ۵۴۰۲

第10章