

طبيب تب

### واکسن بزنیم؟

🗒 از اواخر بهمن ۱۳۹۹ که واکسیناسیون کادر درمان به‌عنوان اولین اولویت در ایران شروع شد، سؤالات و نگرانی‌ها درباره‌ایمن بودن واکسن کووید-۱۹ درآهان شکل گرفت. تفاوتی نداشت گیرنده واکسن پزشک بود یا خیر؛ تقریبا هر شخصی برای دریافت واکسن مراجعه می‌کند، می‌پرسد آیا این کار خطر و عارضه‌ای دارد؟ مطالب منتشر شده و اغلب بدون پشتوانه علمی در فضای مجازی نیز نگرانی‌ها را تشدید می‌کرد. بیماری کووید- ۱۹ یک بیماری جدید محسوب می‌شود که تظاهرات بالینی و آزمایشگاهی کوتاه‌مدت و بلندمدت متعددی دارد و هنوز هم مطالب جدیدی در این باره گزارش و منتشر می‌شود، قطعاً درمان و پیشگیری این بیماری نیز جزو موارد مورد بحث و اختلاف مجامع علمی است. با توجه به خطری که این ویروس برای بشریت به وجود آورده، کارخانه‌های داروسازی از ابتدای همه‌گیری به تکاپو افتادند که واکسن مؤثری برای مبارزه با آن تولید کنند و سازمان جهانی بهداشت نیز برای اکثر واکسن‌های معرفی شده، مجوز اضطراری صادر کرد.

در حالت عادی و در شرایط استاندارد، یک فرآورده دارویی چند مرحله طولانی آزمایشی رو طی می‌کند تا به بازار عرضه شود، با این حال مواردی وجود دارد که پس از چند سال از معرفی آن، به علت بروز عوارض مهم، از چرخه تولید خارج شده‌اند. قطعاً در مورد واکسنی که به صورت فوری تجوز تولید گرفته است، این نگرانی بیشتر خواهد بود. خوشبختانه تا به حال میزان عوارض جدی واکسن‌ها حداقل و نادر بوده‌است و در مقایسه با عوارض بیماری کووید-۱۹ قابل اغماض است. پس تا زمانی که واکسنی دارای مجوز معتبر است، در تزریق آن مردد نباشید و به محض این‌که نوبت به شمارسید اقدام کنید! 🗒



### تقویت باکتری‌ها با مصرف دوز بالای آنتی بیوتیک

بررسی‌ها نشان می‌دهد: استفاده از دوزهای بالاتر داروهای آنتی بیوتیک به منظور غلبه بر مقاومت باکتریایی در روند درمان بیماران، ممکن است به تقویت برخی باکتری‌ها منجر شود.

محققان انگلیسی دریافته‌اند درحالی‌که دوزهای بالاتر آنتی بیوتیک سرعت

## باور رایج نادرست درباره ناباروری را در گفت‌وگو با دکتر بهزاد قربانی، روانپزشک بررسی کرده‌ایم

# اسیر باورهای غلط ناباروری نشو

🗒 «ناباروری به پایان رسیده‌است» این یک شعار نیست؛ بلکه با توجه به توسعه دانش و فناوری‌های موثر در درمان ناباروری و ارائه روش‌های متنوع برای هر نوع ناباروری و حتی در صورت نبود اسپرم و تخمک، واقعیتی انکارناپذیر است. با وجود این پیشرفت‌ها، آمارها نشان می‌دهد همچنان حدود ۴۰ درصد زوج‌های کشور با مشکل ناباروری مواجه‌اند و این یعنی از هر پنج زوج، یک زوج تمایل به فرزندآوری دارند اما به حمایت برای درمان نیز نیاز دارند. زوج‌های نابارور از یک سو با فشارهای روانی، عاطفی، خانوادگی و اجتماعی ناباروری دست به گریبانند و از دیگر سو،



پونه شیرازی

سلامت

#### 🗒 زمان فرزنددارشدن همیشه دست‌ماست؟

گمان عمومی بر این است که بعد از ازدواج هر زمان بخواهیم می‌توانیم صاحب فرزند شویم و در واقع می‌توانیم زمان بچه‌دارشدن را خودمان تعیین کنیم. در حالی‌که واقعیت این است هر زمان اراده کنیم لزوماً نمی‌توانیم صاحب فرزند شویم.

#### 🗒 وقتی قاعدگی منظم دارم یعنی از نظر باروری مشکلی ندارم!

ما گمان می‌کنیم حتماً بچه‌دار می‌شویم زیرا هر یک از زوجین تصور می‌کنند از نظر کارکرد سیستم باروری سلامت هستند. برای مثال خانم چرخه قاعدگی منظم دارد و مرد هم مشکلی از حیث سلامت جنسی در خود نمی‌بیند. در حالی‌که بسیاری از افراد با همین ویژگی‌ها ممکن است قدرت باروری

نداشته باشند.

#### 🗒 همیشه فرصت داریم صاحب فرزند دوم هم بشویم!

بسیاری از زوج‌هایی که به‌طور طبیعی صاحب یک فرزند شده‌اند، گمان می‌کنند هر زمان اراده کنند صاحب فرزند دوم یا سوم هم خواهند شد. به‌همین علت اقدام برای تولد فرزند دوم را خیلی به‌تعویق می‌اندازند. در حالی‌که داشتن یک فرزند به این معنا نیست قطعاً به‌طور طبیعی صاحب فرزند دوم یا سوم هم خواهید شد.

#### 🗒 سقط جنین برایم همیشگی است

یک زوج اگر یکی دو بار دچار سقط می‌شوند، گمان می‌کنند

مقاوم‌شدن باکتری‌ها را کمتر می‌کند اما از سوی دیگر باعث می‌شود آمادگی کلی باکتری‌ها بیشتر شود به این معنی که سرعت تولیدمثل آنها بیشتر می‌شود.

به گفته محققان بررسی انجام‌شده نشان داد تجویز دوزهای بالاتر آنتی بیوتیک می‌تواند مشکل ساز باشد و در نهایت باکتری‌هایی مقاوم‌تر ایجاد کند. در



هزینه‌های درمان مانعی جدی برای آنهاست. به همین علت هم مرکز فوق تخصصی درمان ناباروری و سقط مکرر این سینا به مناسبت روز ملی جمعیت، پویش «جمعیت، خانواده و فرزندآوری؛ حمایت از زوج‌های نابارور» را از ۲۵ تا ۳۰ اردیبهشت برگزار کرده‌است و در این تاریخ زوجین نابارور مراجعه‌کننده به این مرکز رایگان ویزیت می‌شوند. به مناسبت برگزاری این پویش و از آنجا که لازمه رسیدن به ایستگاه پائینی ناباروری، داشتن آگاهی و رهاکردن ذهن از باورهای نادرستی که ریشه در باورهای غلط و غیرعلمی و منسوخ‌شده دارد، پای صحبت‌های دکتر بهزاد قربانی، روانپزشک و عضو هیات علمی پژوهشگاه و مرکز درمان ناباروری ابن سینا نشستیم تا مروری بر «باور غلط در ناباروری داشته باشیم.

در بارداری‌های بعدی هم حتما دچار سقط می‌شوند. در حالی‌که یک خانم ممکن است دو تا سه بار هم دچار سقط شود اما در بارداری‌های بعدی به‌طور طبیعی دوران بارداری‌اش را طی کند و صاحب فرزند شود.

#### 🗒 ناباروری همان نازایی است!

خیلی‌ها ناباروری را یک مشکل زنانه تلقی می‌کنند و بعضی‌ها هم از لفظ نازایی استفاده می‌کنند. درحالی‌که ناباروری می‌تواند علت زنانه، مردانه یا مشترک داشته‌باشد. پس لفظ نازایی را باید با ناباروری جایگزین کنید.

#### 🗒 حتما خواست خدا بوده که بچه‌دار نمی‌شویم

ناباروری را برخی حکمت خدا می‌دانند و تصور می‌کنند

سال‌های اخیر در چند مطالعه در مورد خطرات تجویز بیش از حد آنتی بیوتیک در نسخه دارویی و استفاده بیش از حد در پرورش دام هشدار داده‌شده‌است و بنابر اعلام مرکز کنترل بیماری ایالات متحده از هر سه نسخه تجویز آنتی بیوتیک یک مورد ضروری نیست. / ایسنا

خداوند هر زمان صلاح بداند، بچه‌دار می‌شویم. حکمت خداوند به جای خود اما این تصور به این معناست که ما با یک بیماری روبه‌رو باشیم و آن را حکمت خدا بدانیم و برای درمانش اقدامی انجام ندهیم. به این ترتیب زمان‌های طلایی برای درمان ناباروری از دست می‌رود.

#### 🗒 دعانویس‌های کاربلد

#### مشکل ناباروری را می‌توانند حل کنند!

برخی نیز برای فرزندآوری به استفاده از مواد غذایی خاص یا نسخه‌هایی از عرقیات و استفاده از سحر و جادو پناه می‌برند. این تصورات بر اساس پناه‌آوردن به افسانه‌ها و امور غیرپزشکی است و هزینه‌های سنگینی را هم پرداخت می‌کنند. گاهی زوجین زمان طلایی درمان ناباروری را با این اقدامات پوچ و بی‌اثر از دست می‌دهند.

#### 🗒 همه فامیل حواس‌شان هست

#### که ما بچه‌دار نمی‌شویم

برخی زوج‌های نابارور گمان می‌کنند دوستان و آشنایان تمام حواس‌شان به مسأله بچه‌دارشدن آنهاست، درحالی‌که این‌طور نیست و غالباً مردم مشغول زندگی خودشان هستند. این دسته از زوج‌ها به همین دلیل نسبت به‌افراد دور و برشان حس بدی پیدا می‌کنند و از ارتباط‌گرفتن با دیگران کناره می‌گیرند.

#### 🗒 اگر کسی بفهمد نابارورم از خجالت آب می‌شوم

برخی زوج‌های نابارور نوعی احساس سرافکندگی، گناه و نوعی خودمقصربینی پیدا می‌کنند. به‌همین دلیل بسیاری از زوج‌ها موضوع ناباروری‌شان را پنهان می‌کنند. درحالی‌که ناباروری هم مثل سایر بیماری‌هاست نه افراد در آن مقصرند و نه این‌که باید نسبت به آن دچار شرم شوند.

#### 🗒 اگر بچه‌دار می‌شدیم مشکلات رابطه‌ام با

#### همسرم حل می‌شد!

برخی زوج‌های نابارور گمان می‌کنند اگر بچه‌دار شوند همه مشکلات‌شان حل خواهدشد. این در حالی است که در بسیاری از موارد ما هم مشکل داریم و تمام مشکلات‌شان را معطوف به فرزندآوری خود می‌دانند. در واقع این‌طور نیست و بچه‌دارشدن نمی‌تواند بسیاری از اختلافات میان زوجین را برطرف کند. 🗒

گیاه‌پزشکی، تاییدیه انجمن ارگانیک و تاییدیه موسسه خاک و آب را دارد.»

#### چالش‌های فعالیت استارت‌آپی در حوزه کشاورزی

مدیرعامل شرکت سبزگستر، یکی از مهم‌ترین چالش‌های فعالیت استارت‌آپی در حوزه کشاورزی را آشنانبودن بسیاری از کشاورزان با مفاهیم رایج در کشاورزی می‌داند و می‌گوید: «خیلی‌ها برای مثال نمی‌دانند عدد pH خاک به چه معناست و سال‌های سال می‌گذرد و به فکر آتالیز خاک زمین کشاورزی‌شان نمی‌افتند. همین باعث می‌شود انواع کودها را به زمین بدهند و هیچ نتیجه‌ای هم نگیرند. زیرا به‌دلیل عدم توازن pH خاک و قلیایی‌شدن آن توانایی جذب عناصر از دست رفته است.»

رحیمی ابوخیلی در ادامه می‌افزاید: «مشکلات زیادی در اثر افزایش استفاده از کودهای شیمیایی برای زمین‌های کشاورزی ایجاد می‌شود که یکی از آنها شوری خاک است و متأسفانه خیلی به آن توجه نمی‌شود. با این حال اما بسیاری از افراد در مقابل کودهای جدید مقاومت دارند و سرسختانه از کودهای شیمیایی حمایت می‌کنند و نمی‌توانند باور کنند چنین محصولی وجود دارد که هم می‌تواند تمام عناصر مورد نیاز محصولات را تامین کند و هم آلودگی و خطری برای سلامتی به وجود نیآورد. شاید زمان زیادی لازم باشد تا بتوانیم این را در جامعه و کشاورزان جا بیندازیم. این در حالی است که متأسفانه حتی قانع‌کردن جهاد کشاورزی هم سخت و زمان‌بر بود اما بالاخره انجام شد.» 🗒

### راه‌های ارتباط با «سبزگستر جنگل پارسیان»

jangalMarket.ir



jangalMarket



۰۲۱۲۱۹۳۷۶۴

۰۹۱۹۲۲۲۸۰۲۲



کرج، میدان استاندارد، بلوار امام خمینی، مرکز رشد موسسه تحقیقات خاک و آب کشور

مهدی رحیمی ابوخیلی، مدیرعامل شرکت سبزگستر جنگل پارسیان می‌گوید: «شرکت ما از سال ۹۲ فعالیت خود را در زمینه تسهیل فرآیند محصولات ارگانیک آغاز کرده است. باید در نظر داشته باشیم بیش از ۹۹ درصد محصولات کشاورزی قابل استفاده هستند و یعنی حتی ضایعات آنها می‌تواند مجدداً به کار برود.

عناصری که برای رشد محصولات مختلف کشاورزی نیاز است در ضایعات کشاورزی پیدا می‌شود و ما در تمام مدتی که بخش پژوهشی کارمان را انجام می‌دادیم تلاش کردیم تا ضایعات مربوط به محصولات کشاورزی مختلف را یک به یک بررسی کنیم تا ارزش‌شان را بسنجیم و بدانیم هرکدام چه عناصر قابل استفاده‌ای در خود دارند؟ همچنین سعی کردیم فرآیند های پیچیده‌ای را بررسی کنیم که استخراج این عناصر را از ضایعات ممکن می‌ساخت.

در این مسیر ضایعات کارخانه‌های متنوعی از قبیل قهوه، چیپس، نیشکر، پوست پسته و بسیاری از محصولات دیگر را آنالیز کردیم و

## «شرکت سبزگستر جنگل پارسیان» با انجام پژوهش و آزمایش‌های علمی، محصولات کشاورزی ارگانیک و سالم را ارائه می‌دهد

# محصولات غذایی سالم با کود طبیعی کیسول جنگل

🗒 بخش اعظم غذای روزانه ما را محصولات کشاورزی تشکیل می‌دهد و سالم و ارگانیک بودن آنها قطعاً از دغدغه‌های مهم این روزهای همه ماست. عوارض جانبی استفاده از کودهای شیمیایی که به محصولات کشاورزی افزوده می‌شود تا عناصر مورد نیاز را به گیاهان کشت‌شده برساند در سال‌های اخیر مورد انتقاد زیادی واقع شده و از طرفی هزینه‌های فراوانی را هم بر دوش کشاورزان می‌گذارد. استفاده از کودهای دامی هم مسائل و معضلات خاص خود را دارد و بر همین اساس مدتی است تحقیق و پژوهش درباره کودهای طبیعی در دنیا رایج شده‌است. محققین «شرکت سبزگستر جنگل پارسیان» با شناسایی این دغدغه عمومی سعی کرده‌اند پس از تحقیقات گوناگون به راهکاری برای حل این

مسأله مهم در حوزه کشاورزی برسند.

## مزایای کودهای کیسول جنگل

#### 🗒 هزینه کمتر کشاورز و باغدار تا ۷۰ درصد

کودهای تولیدی در مقایسه با کودهای شیمیایی، هزینه‌های کشاورزان را بسیار کاهش می‌دهد. زیرا به‌صورت کیسول‌های جنگل و در ابعاد یک گالن ۲۰ لیتری برای هر هکتار مناسب است که در مجموع هزینه تمام‌شده‌اش برای زمین‌های کشاورزی به‌طور متوسط حدود سه تا چهار میلیون تومان است. با این مبلغ می‌شود زمین را برای مدت یک سال کود داد. در حالی‌که مصرف کودهای شیمیایی و دامی به‌طور میانگین حدود ۱۰ تا ۱۲ میلیون تومان برای هر زمین هزینه در بر دارد. قیمت محصولات کیسول جنگل در مقایسه با نمونه‌های مشابه خارجی هم بسیار پایین‌تر است.

#### 🗒 حمل‌ونقل و استفاده آسان‌تر

چون نمونه مایع کودهای سبزگستر در مقایسه با نمونه‌های شیمیایی کوچک‌تر هستند حمل‌ونقل‌شان هم راحت‌تر است، هزینه کمتری نیاز دارد و برای مصرف هم فقط کافی است آن را در مخزن آبیاری حل کنند که این روش هزینه‌های مربوط به کارگر را هم حذف می‌کند.

#### 🗒 بی‌خطر برای سلامتی انسان و محیط زیست و منابع آب

بسیاری از کودهای شیمیایی آلودگی‌ها و خطرات زیادی برای محیط زیست، حیوانات و در نهایت محصولات کشاورزی ایجاد می‌کند