کلینیک گوش

دلتا کووید با آبریزش بینی

دکتر مهتاب ربانی اناری

متخصص گوش‌وحلق‌وبینی

ویروس دلتا کووید، چهارمین گونه از ویروس عامل کووید-۱۹ است که از سوی سازمان بهداشت جهانی اعلام شده. این ویروس نسبت به انواع اولیه قدرت سرایت بالاتری دارد که موجب نگرانی است.

این پنج علامت شایع‌ترین علائم گزارش‌شده از مناطقی است که دلتا در آنها غلبه یافته است: سردرد، گلودرد، آبریزش بینی، تب و سرفه طولانی. نکته مهم این‌که در ابتدای شیوع کووید-۱۹، آبریزش بینی جزو علائم نادر بیماری بود اما اکنون به جمع علائم شایع راه یافته است. لذا خصوصا در کودکان و با توجه به فصل گرما باید علائمی نظیر آبریزش بینی و سرماخوردگی ساده جدی گرفته شود. از آن سو علامت شایعی مانند اختلال بویایی اکنون به رتبه نهم لیست علائم سقوط کرده است.

تصویر دیگر بیماری دلتا کووید در کودکان ابتلا به تب و سرفه‌های خروسکی، گرفتگی صدا و تنفس دشوار است که باز هم با توجه به این‌که در تابستان، ویروس‌های زمستانی مولد خروسک و سرماخوردگی فعال نیستند باید بنا را بر کووید-۱۹ گذاشت. در مورد تاثیر واکسیناسیون بر این‌گونه کووید-۱۹ باید گفت که گرچه تاثیر واکسن‌ها بر آن کمتر است اما هنوز هم واکسیناسیون از بیماری شدید، بستری در بیمارستان و مرگ‌ومیر جلوگیری می‌کند. علت اثر کمتر واکسن‌ها در جلوگیری از ابتلا به آن است که بدن برای خنثی‌کردن این گونه جدید ویروس به سطوح بالاتری از پادتن نیاز دارد و ممکن است واکسن‌ها آن سطح پادتن را ایجاد نکنند اما هنوز هم موثرند و زنجیره انتقال را می‌شکنند. پس اکنون هر علامتی شبیه سرماخوردگی را باید کووید-۱۹ تلقی کنیم.

ماندگاری آنتی‌بادی کرونا در کودکان تا ۴ ماه

نتایج تحقیقات جدید نشان داد ماندگاری آنتی‌بادی کرونا تا چهار ماه بعد از بهبودی بدن کودکان ماندگار است.

محققان آمریکایی دریافته‌اند هیچ تفاوتی در پاسخ آنتی‌بادی، چهار ماه پس از بهبود کودکان وجود ندارد. نتایج این تحقیق به‌طور بالقوه به این معنی است که واکسیناسیون زیر ۱۲ سال ممکن است حتی در کودکان محافظت بیشتری در برابر کرونا ایجاد کند. محققان نتایج پاسخ‌های ایمنی کودکان و بزرگسالان مبتلا به ویروس را مورد مقایسه قرار دادند و مشخص شد همه کودکان، صرف نظر از سن در دو ماه و چهار ماه پس از عفونت، آنتی‌بادی‌هایی معادل یا کمی بالاتر از بزرگسالان داشتند.

مرکز کنترل بیماری ایالات متحده توصیه می‌کند که هر فرد ۱۲ ساله و بالاتر باید واکسن دریافت کند تا در برابر کووید-۱۹ محافظت شود. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که واکسیناسیون کودکان خردسال در برابر کووید-۱۹ می‌تواند میزان محافظت مشابه یا بیشتری نسبت به بزرگسالان ایجاد کند. /ایسنا

عکس: فارس

اثرات بازی‌ها بر روحیات و مزاج افراد را از دیدگاه طب سنتی بررسی کرده‌ایم

بازی درمانی با عناصر طبیعت

فاخره بهبهانی

دانش و سلامت

خلق و خو و روحیات هر فرد، متأثر از مزاج ذاتی که با آن متولد شده و شرایط محیطی و تربیتی از کودکی شکل می‌گیرد. قاعدتا تاثیرپذیری کودکان از حالات روحی به‌علت لطافت طبع بیشتر است و به همین دلیل در طب سنتی برای دور نگه‌داشتن بچه‌ها از احساسات ناخوشایند مثل ترس، استرس، خشم، اضطراب و... تأکید بسیاری شده است. در طب ایرانی راهکارهای زیادی نظیر راهکارهای غذایی، دارویی و برخی اعمال یداوی مانند ماساژ برای درمان و اصلاح مزاج و کسب آرامش به‌خصوص برای کودکان وجود دارد که یکی از این راهکارها استفاده از عناصر چهارگانه تشکیل‌دهنده طبیعت و بازی‌درمانی با این عناصر است. برای این‌که بدانیم این عناصر چه هستند و تا چه حد می‌توانند بر مزاج و روحیات فرد تاثیر مثبت بگذارند با دکتر ملیحه شفیعی، پزشک متخصص طب سنتی گفت‌وگو کرده‌ایم.

اعراض نفسانی یا حالات روحی و احساساتی که بر هر فرد وارد می‌شود از موارد مهم اصول ششگانه حفظ سلامتی از دیدگاه طب سنتی است. همان‌طور که وضع آب و هوا، خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها، وضعیت خواب و بیداری، میزان فعالیت، ورزش و تحرک بدنی و همین‌طور دفع مواد زائد بدن برای سلامت فردی اهمیت دارد، حالات روحی و روانی وارد بر فرد هم اثر بسیار قابل توجهی بر سلامت می‌گذارند که در اغلب موارد این اثر به‌مراتب بیشتر و محسوس‌تر است. در ادامه با برخی راهکارها و بازی‌های طب سنتی برای کنترل احساسات و کسب آرامش آشنا می‌شویم.

اگر کمی به طبیعت اطراف خود دقت کنیم درمی‌یابیم خالق حکیم و دانا به واسطه عناصر اصلی و چهارگانه طبیعت که حیات و زندگی انسان تا حد زیادی به آنها وابسته است تمام نیازهای جسمی و روحی ما را برآورده می‌کند.

> بازی‌های حرکتی گل‌بازی و کاشت نهال درست‌کردن آتش و زغال و آب‌بازی را در طبیعت‌گردی ساده و تفریحات دوره‌ای جدی بگیریم

بازی با آب برای چه مزاج‌هایی؟

یکی از عناصر اصلی تشکیل‌دهنده طبیعت عنصر آب است. بازی با آب و فعالیت‌هایی که در آنها از این عنصر استفاده می‌شود نقش بسیار موثری در ایجاد آرامش، رفع تنش و اضطراب به ویژه در بچه‌ها دارد. آب، طبیعت سرد و تر دارد و به همین جهت برای کودکان و افرادی که مزاج گرم و خشک دارند و مستعد اضطراب و خشم و پرخاشگری هستند مناسب است. نیاز به استفاده از آب در فصل‌های گرم و تابستان که عوارض گرمی و خشکی بیشتری بر بدن عارض می‌شود محسوس‌تر و ضروری‌تر است. در نتیجه آب‌بازی و آب‌تنی این روزها برای کودکان بسیار توصیه می‌شود. برای آب‌بازی باید شرایط را ساده و در دسترس کرده و نباید فقط به آب‌بازی در فضای باز اکتفا کرد. دوش‌های کوتاه روزانه با آب خنک و آب‌بازی در لگن‌های حمام به شرط مراقبت برای هدررفتن آب زیاد از جمله مواردی است که می‌توان از آنها استفاده کرد. این راهکار از توصیه‌های بسیار عالی برای رطوبت‌بخشی به افرادی است که خشکی مزاج دارند.

مزاج‌های مرتبط با خاک

دومین دسته از این بازی‌ها که کمک قابل‌توجهی به حذف تنش‌های منفی و کنترل احساسات و آرامش‌بخشی به افراد به خصوص کودکان می‌کند بازی با خاک است. خاک طبیعت سرد و خشک دارد. به همین جهت برای بچه‌ها و افرادی که گرم‌مزاج، عصبی و فعال هستند و اضطراب زیادی دارند یک راه حل ساده و فوق‌العاده اثربخش است.

خاک‌بازی و شن‌بازی در طبیعت، سفالگری و ساخت مجسمه‌های گلی، کاشت نهال در باغچه یا گلدان‌های کوچک یا ورزش‌های حرفه‌ای که در خاک انجام می‌شود مثل والیبال، فوتبال ساحلی و تنیس روی خاک همه از مواردی است که در این زمینه می‌توان از آنها استفاده کرد.

بازی‌های هوایی کدامند؟

سومین دسته بازی در گروه بازی‌های با عناصر طبیعت بازی با هواست. این دسته بازی‌ها که اغلب جزو بازی‌های تحرکی محسوب می‌شود برای بچه‌ها بسیار ضروری است. طبیعت هوا گرم و تر است و برای بچه‌ها و افرادی که مزاج سرد و خشک دارند مفیدتر است. کودکانی که بی‌حال و افسرده و درون‌ریز و ترسو هستند را باید بیشتر به انجام این قبیل فعالیت‌ها و بازی‌ها ترغیب کرد. بازی‌های تحرکی و بالا و پایین پریدن، کوهنوردی و بالارفتن از ارتفاعات، سرسره و تاب‌بازی، طناب‌بازی، بازی با بادبادک و بازی‌ها و ورزش‌های حرفه‌ای مثل صخره‌نوردی یا والیبال و بسکتبال را می‌توان جزو این دسته بازی‌ها تقسیم‌بندی کرد. انجام این نوع فعالیت‌ها می‌تواند افراد سردمزاج و افسرده را از عوارض ناشی از احساسات منفی دور کند.

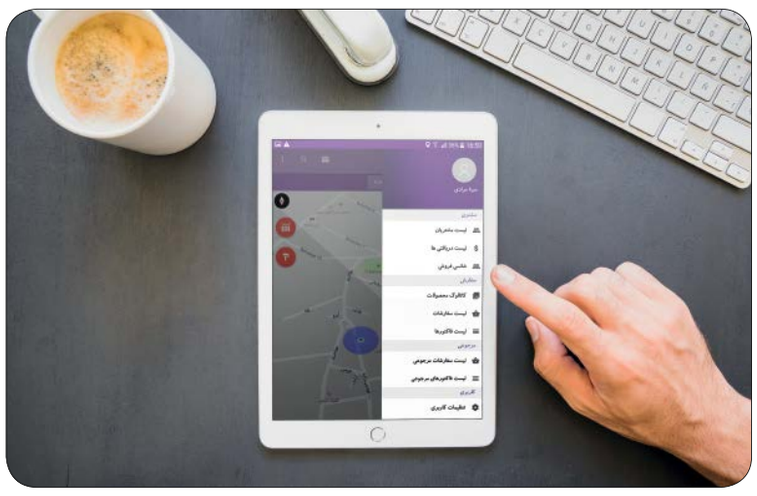
این مزاج‌ها آتش‌بازی کنند!

بازی با آتش چهارمین و آخرین دسته از گروه بازی‌های با عناصر طبیعت است. بازی با آتش هرچند کمتر ولی باید در برنامه بازی کودکان قرار گیرد. طبیعت آتش گرم و خشک است و آتش‌بازی در طبیعت و بازی با وسایل ایمن آتش‌بازی در محیط امن برای افراد سردمزاجی که بی‌حال و بی‌انرژی هستند و جنب و جوش زیادی ندارند مناسب‌تر است. این نوع بازی‌ها اگر تحت نظارت و با مدیریت صحیح انجام شود نیاز به هیجان را در افراد تامین می‌کند.

امروزه با توجه به سبک زندگی کنونی و حضور کمتر ما و به خصوص کودکان در طبیعت باید به این نکته توجه داشت که از اثرات شگفت‌انگیز عناصر طبیعی محروم نمانیم. با برنامه‌ریزی و مدیریت صحیح هنگام حضور در طبیعت به سادگی می‌توانیم از این چهار دسته بازی استفاده کرده و از آثار درمانی بی‌نظیر آن برای خود و کودکان‌مان بهره ببریم. بازی‌های حرکتی، گل‌بازی و کاشت نهال، درست‌کردن آتش و زغال و آب‌بازی را در طبیعت‌گردی ساده و تفریحات دوره‌ای جدی بگیریم تا به‌صورت طبیعی عوارض ناشی از احساسات منفی که به‌صورت روزمره با آن مواجهیم را به حداقل برسانیم. طبیعت آنچه برای سلامت جسمی و روحی ما لازم است را به ما هدیه می‌دهد به‌شرط آن‌که درست ببینیم و به صورت صحیح از آن بهره ببریم.

شرکت نرم‌افزاری «پرسین ویژه امین» مجموعه‌ای پیشرو در ارائه راهکارهای نرم‌افزاری برای مدیریت کسب‌وکارها و صنایع مختلف است

مدیریت کسب‌وکارها با پرشین ویژن



رقیه دهقانی

نشان ایرانی ۲

این روزها یکی از عمده‌ترین مشکلات سازمان‌ها و شرکت‌های بزرگ، استفاده از نرم‌افزارهای مجزا و جزیره‌ای برای بخش‌های مختلف و نبود سیستم یکپارچه مدیریتی است. شرکت نرم‌افزاری دانش بنیان «پرسین ویژه امین» با نام تجاری «پرشین ویژن» تولیدکننده و ارائه‌دهنده نرم‌افزارهای پخش مویرگی و مدیریت و برنامه‌ریزی سازمانی (ERP) با آخرین فناوری روز است.

هدف این شرکت ارائه بسته نرم‌افزاری است که با استفاده از آن می‌توانید فرآیند پخش مویرگی را در کسب‌وکار خود به‌آسانی کنترل کنید؛ همچنین کلیه فرآیندهای کسب‌وکار را زیر نظر داشته باشید تا بتوانید با استفاده از اطلاعاتی به‌روز درباره همه ابعاد سازمان خود، تصمیمات مدیریتی لازم را اتخاذ کنید. این شرکت دارنده رتبه یک شورای عالی انفورماتیک از امور نظام فنی و اجرایی سازمان برنامه و بودجه کشور برای تولید، ارائه و پشتیبانی نرم‌افزار است.

دکتر امین رفیع‌زاده، مدیرعامل شرکت «پرشین ویژن» در گفت‌وگو با جام‌جم درمورد ایده شکل‌گیری این شرکت دانش‌بنیان با اشاره به این‌که تحصیلات دانشگاهی را با حوزه الکترونیک مخابرات در مقطع کارشناسی شروع و سپس با مهندسی نرم‌افزار در مقطع کارشناسی ارشد ادامه دادم، می‌گوید: «درنهایت مقطع دکترا را در حوزه مدیریت به پایان رساندم در حالی که دغدغه‌ای از دوران کودکی همواره با من بود و آن نبود نرم‌افزاری جامع در صنعت پخش مویرگی بود. زیرا پدرم ۴۰ سال پیش مؤسس شرکت پخش مویرگی مواد غذایی و بهداشتی بود و می‌دیدم از لحاظ نرم‌افزاری همواره با مشکل مواجه بود، به‌طوری‌که حتی هنگام قطعی برق تمام داده‌ها پاک می‌شد و نرم‌افزار جامعی در دسترس نبود. به همین دلیل همواره می‌خواستم در جهت بهبود صنعت پخش مویرگی گامی بردارم. از این رو بعد از پایان تحصیلات تصمیم گرفتم گامی در جهت رفع این دغدغه برداریم و این موجب رسیدن به ایده تولید نرم‌افزار تخصصی پخش مویرگی شد. سال ۸۲ شروع به تولید این محصول کردم و اولین مشتری‌ام پدرم بود که از این محصول استفاده کرد. از آنجا که تمام نیازهای نرم‌افزاری صنعت پخش مویرگی و شرکت‌هایی از این دست را این نرم‌افزار برطرف می‌کرد، مورد استقبال شرکت‌های بزرگی مانند چی‌توز، مزمز، بیژن، سه‌نان، عقاب، ۲۰۲ و بسیاری از شرکت‌های دیگر که به‌صورت تخصصی در حوزه پخش مویرگی کار می‌کنند، قرار گرفت که خوشبختانه اکنون نیز از محصول ما استفاده می‌کنند. به‌مرور با گسترش نیاز شرکت‌ها، به فکر افتادیم تا در حوزه مدیریت منابع سازمان (ERP)، نرم‌افزار یکپارچه مدیریت منابع سازمانی را تولید کنیم که دغدغه آن یکپارچه‌بودن در حوزه پخش و تولید است. این سیستم سال ۹۲ تولید و در سال ۹۶ وارد بازار شد.

خدمات و محصولات «پرشین ویژن»

مدیرعامل شرکت «پرشین ویژن» در مورد خدمات و محصولات این شرکت می‌گوید: «ما دو بسته نرم‌افزاری داریم؛ یکی بسته نرم‌افزاری ام‌آی‌اس که به‌صورت تخصصی در حوزه پخش مویرگی عمل می‌کند و به‌عنوان کامل‌ترین نرم‌افزار پخش مویرگی کشور تعریف شده است، به‌طوری که ما اسم آن را کتاب قانون صنعت پخش گذاشته‌ایم. دیگری بسته نرم‌افزاری (ERP) است که پشتیبانی بخش‌های تولید، پخش و صادرات را برعهده دارد و محصولی دانش‌بنیان است.

امروزه یکی از ابروندهای مطرح در دنیا، بحث تحول دیجیتال است و ما هم این دغدغه را احساس کردیم و متوجه شدیم مدیریت سازمان‌ها در حال تحول از نسل قدیم به نسل جدید است. البته شیوع بیماری کرونا باعث شد سرعت حرکت به‌سمت تحول دیجیتال در دنیا چندبرابر شود، برای مثال در گذشته کسی به فکر دورکاری نبود و خیلی‌ها تصور نمی‌کردند که مدیری بتواند از داخل خانه منابع و نیروهای خود را مدیریت کند. در تمام این موارد نیاز به نرم‌افزارهایی است که بتواند با تکیه بر نوآوری و خلاقیت در طراحی و تولید، کنترل و مدیریت منابع سازمانی را راحت‌تر کند، پررنگ‌تر شد. تحقیقات شرکت پرشین ویژن در این حوزه باعث شد تا سال ۹۲ به سمت نرم‌افزاری برویم که بتواند تحت وب، امکان مدیریت نوین از هر مکان و در هر زمان را پشتیبانی کند و همچنین سیستم یکپارچه مدیریت از واردات مواد اولیه تا سیستم برنامه‌ریزی تولید، کنترل کیفی، انبارش محصول، فروش محصول، ارتباط با مشتریان و فروش فروشگاهی یا اینترنتی یکپارچه پشتیبانی کند. درنتیجه با تحقیق، مشاوره با تیم تخصصی و رصد نرم‌افزارهای روز دنیا توانستیم نرم‌افزار ERP را تولید کنیم. این نرم‌افزار مختص سازمان‌هایی است که به دنبال آن هستند که فرآیندهای سازمان‌شان را سیستمی کنند و تنها به یک نرم‌افزار برای مدیریت اتکا کنند.»

لزوم فرهنگ‌سازی در خصوص نرم‌افزارهای ERP

دکتر رفیع زاده تصریح می‌کند: «این حوزه به فرهنگ‌سازی نیاز دارد تا مدیران از کارایی چنین نرم‌افزارهایی اطلاع داشته باشند و بدانند تهیه این نرم‌افزار هزینه نیست، بلکه نوعی سرمایه‌گذاری است. زیرا می‌تواند هزینه‌های جانبی و هدررفت سرمایه‌های سازمان‌ها را کاهش دهد و همچنین می‌تواند پشتوانه تصمیم‌گیری‌های درست مدیران باشد.»

این فناور داخلی با ذکر مثالی ادامه می‌دهد: «برای مثال یکی از مشتریان محصول ما شرکتی در حوزه تولید دکوراسیون منزل و لوازم اداری بود. بعد از این‌که نرم‌افزار ما را نصب کرد، فرآیندها را درسیستم تعریف کرد و از حالت سیستم نرم‌افزاری جزیره‌ای قبلی خود که واحدهای حسابداری، تولید و منابع انسانی هرکدام با یک نرم‌افزار مختلف کار می‌کردند، به‌صورت سیستم یکپارچه درآمد. به این ترتیب توانست بخش مغایرت‌گیری بین سیستم‌ها را حذف کند و تازه بعد از آن متوجه شدند در فرآیند تولید ضعف دارند و ضایعاتی که سیستم یکپارچه ما از تولیدشان گزارش می‌داد، خارج از استاندارد بود. این نرم‌افزار کمک کرد تا فرآیند اشتباه در سازمان اصلاح شده و ضایعات‌شان پایین بیاید. مثال دیگر این‌که برخی از سازمان‌ها بعد از استفاده از نرم‌افزار ERP پرشین ویژن متوجه شدند متاسفانه سوءاستفاده‌هایی در فرآیند تولید و مصرف مواد اولیه وجود دارد و به‌نوعی رفتاری غیرمتعارف در آن سازمان انجام می‌شود. درنتیجه توانستند جلوی آن سوءاستفاده را بگیرند.»

برنامه‌هایی برای ادامه مسیر

دکتر رفیع‌زاده در مورد چشم‌انداز شرکت پرشین ویژن می‌گوید: «ما حدود سه چهار سال است که برای صادرات محصولمان در تلاش هستیم و خوشبختانه موفق شده‌ایم چند نسخه از نرم‌افزار ERP را به کشورهای همسایه صادر کنیم. البته با توجه به زمان و هزینه‌ای که برای این محصول صرف شده است، خروجی مناسب را هنوز ندیده‌ایم که علتش نبود حمایت‌هایی است که باید از سوی دولت اتفاق بیفتد. برند محصول ایرانی باید در بازار کشورهای خارجی تقویت شود و این مسأله‌ای نیست که شرکتی مثل پرشین ویژن بتواند به تنهایی این را رقم بزند. بلکه باید کمک دولتی شود تا تصویر برند محصولات ایرانی در کشورهای دیگر به تصویر مناسبی بدل شود تا وقتی می‌گوییم محصول ما تولید ایران است، از آن استقبال شود. اما در حال حاضر متأسفانه خیلی سخت به محصولات ایرانی اعتماد می‌کنند. واقعیت این است که در حوزه صادرات نرم‌افزار باید قوانین حمایتی وضع شود، این حمایت در حوزه کالا اتفاق افتاده اما حوزه صادرات فناوری اطلاعات دنیای دیگری است و به‌صورت تخصصی باید روی آن فکر و قانونگذاری شود. معضل دیگر شرکت‌های دانش‌بنیان در بحث قوانین نیروهای انسانی است. قوانینی که اکنون در حوزه جذب، استخدام و نگهداشت نیروها وجود دارد، بیشتر به درد حوزه کارگری می‌خورد تا حوزه افراد متخصص و باید تجدیدنظری روی این مسأله انجام شود.

مزیت‌های رقابتی نرم‌افزار ERP «پرشین ویژن»

مدیرعامل شرکت پرشین ویژن با بیان این‌که بسیاری از شرکت‌ها ممکن است ادعا کنند می‌توانیم برای هر سازمانی نرم‌افزار اتوماسیون ایجاد کنیم ولی نرم‌افزار ERP ما در واقع مهاجرت از اتوماسیون‌های سازمانی به هوش تجاری است، بیان می‌کند: «مهم‌ترین مزیت در استفاده از نرم‌افزار ERP پرشین ویژن این است که شما علاوه‌بر این‌که می‌توانید کل فرآیند سازمان را بهینه کنید، می‌توانید باتوجه به هوش تجاری که نرم‌افزار به شما می‌دهد، تصمیم دقیقی را در زمانی مناسب بگیرید. یکی دیگر از مزیت‌های محصول ERP، تخصصی‌بودن این نرم‌افزار در حوزه پخش مویرگی و حوزه تولید در کنار هم است. نرم‌افزارهای تولیدی بسیاری از شرکت‌ها به‌صورت تخصصی در حوزه تولید است و برخی دیگر از نرم‌افزارهای تولیدشده به‌صورت تخصصی مربوط به حوزه پخش مویرگی است. ولی نرم‌افزار تولیدشده توسط شرکت پرشین ویژن به‌صورت همزمان هر دو حوزه را پوشش می‌دهد. یکی دیگر از مزیت‌های این نرم‌افزار این است که در حوزه بهای تمام‌شده می‌تواند اطلاعات دقیقی بدهد؛ این‌که هر محصول با چه رقمی تولید شده و سود شرکت در هر حوزه چه مقدار است. به‌طورکلی می‌توان گفت دغدغه‌هایی که در سیستم‌های جزیره‌ای گذشته بوده است، با نرم‌افزار یکپارچه ERP به‌طور کامل رفع شده است. به‌طوری‌که نسل جدید مدیران به طور کامل می‌توانند از مزایای این سیستم بهره‌مند شوند.

راه‌های تماس با «پرشین ویژن»

www.persian.vision

info@persian.vision

PersianVisionCo

۰۲۱-۲۴۸۷۴

تهران، خیابان پاسداران، بهستان ۱۰ خیابان مفاخری، کوچه افخمی، کوچه افخمی‌زاده، پلاک ۶، ساختمان ویژن