

احتمال شدید بودن علائم ابتلا به زیرسویه اُمیکرون

نتایج بررسی های اولیه از سوی متخصصان در ایالات متحده نشان داده است که همزمان با گسترش زیرسویه اُمیکرون (۲.BA) در شماری از کشورها، مطالعات آزمایشگاهی حاکی از شدید بودن علائم عفونت ناشی از این زیرسویه است.

به گزارش جام جم آنلاین به نقل از ایسنا، نتایج بررسیهای اولیه نشان می دهد: ۲.BA زیرسویه اُمیکرون نه تنها سریعتر از سویه اصلی گسترش می‌یابد، بلکه ممکن است باعث بروز نوع شدیدتر بیماری شود و به نظر می‌رسد قادر به خشتی کردن برخی از سلاح‌های کلیدی در برابر بیماری کووید-۱۹ است.

مطالعات انجام شده در ژاپن نشان می‌دهد که زیرسویه ۲.BA ممکن است ویژگی‌هایی داشته باشد که به اندازه سویه های پیشین کووید-۱۹، از جمله دلتا توانایی ایجاد نوع شدید بیماری را داشته باشد و به نظر می‌رسد مانند سویه اُمیکرون تا حد زیادی از مصونیت ایجاد شده از طریق واکسن ها فرار کند.

تزریق دُر یادآور مصونیت ایجاد شده را بازیابی می کند و احتمال ابتلا به بیماری پس از عفونت را حدود ۷۴ درصد کمتر می کند.

به گزارش شبکه خبری اس ان ان، زیرسویه ۲.BA همچنین به برخی از روشهای درمانی از جمله داروی آنتی بادی سوتروویماب (sotrovimab) که در حال حاضر علیه اُمیکرون استفاده می‌شود، مقاوم است.

.....

داروهای جدید وارد فهرست دارویی و بیمه‌ای کشور می‌شود

معاون وزیر بهداشت و رئیس سازمان غذا و دارو از باز شدن فهرست دارویی و بیمه‌ای کشور خبر داد و گفت: یک نوع داروی بیماران SMA به عنوان اولین دارو پس از سه سال وارد این فهرست شد.

به گزارش جام جم آنلاین به نقل از خبرگزاری صدا و سیما، دکتر بهرام دارابی با اشاره به اینکه پیش از انقلاب شرکت‌های چند ملیتی در کشور دارو را تولید می‌کردند که پس از انقلاب همه آن‌ها از ایران رفتند، گفت: جوانان متخصص به سرعت ورود کردند و توانستند نیازهای کشور را با تولید داخل پاسخ دهند، به طوری که در جنگ تحمیلی نیز به خوبی این موضوع را مدیریت کردیم و علیرغم تمام مشکلات در زمان جنگ درمورد دارو دچار بحران نشدیم.

ظرفیت شرکت‌های داروسازی ۲ برابر تولید موجود وی افزود: یکی از بركات انقلاب اسلامی خودکفایی در تولید یک سری از محصولات با فناوری بالاست و صنعت داروسازی یکی از رشته‌های ویژه و خاصی است که خوشبختانه امروز از لحاظ عددی ۹۷ درصد داروهای مورد نیاز شامل سالانه ۵۰ میلیارد عدد دارو را تولید می‌کنیم که البته ظرفیت شرکت‌های داروسازی در برابر این رقم است.

رئیس سازمان غذا و دارو با تاکید بر اینکه‌کیفیت دارو به‌عنوان یک بحث ویژه و خاص دنبال می‌شود، تصریح کرد: اگر می‌خواهیم به کیفیت مطلوب در تولیدات داروهایمان بپردازیم نیازمند اقدامات خاصی است که یکی از این مسیرها صادرات است، وقتی که شرکت‌های ما می‌توانند داروی خود را به اقاص دنیا صادر کنند یعنی توانست‌اند تمام مراحل کمی و کیفی را طی کنند، بنابراین اگر این مسیر را باز کنیم حتما شاهد نتایج مثبت آن خواهیم بود.

وی خاطرنشان کرد: تولیدکنندگان داخلی طی این سال‌ها اکثر نیاز کشور را برطرف کرده‌اند، اما مطمئنا در مورد ارتقاء کیفیت باید کارهای بیشتری انجام بگیرد که این موضوع در برنامه ما وجود دارد.

دکتر دارابی با اشاره به اینکه در تولید داروهای داخلی حداقل‌های کیفی کشورهای اروپایی و غربی رعایت می‌شوند، عنوان کرد: داروهای تولیدی داخل کیفیت لازم را دارند چنانچه درمورد واکسن‌های داخلی اصلا نمی‌توان به کیفیت آن شک کرد و به زودی مجوزهای بین المللی را نیز دریافت خواهند کرد.

وی ادامه داد: در خصوص یک سری داروهای خاص، ویژه بیماران مزمن و با صعب العلاج که مدام نوع خاصی از دارو را مصرف می‌کنند، سیستم بیولوژیک بدن جوری است که وقتی با آن ارتباط پیدا کند نباید آن را قطع کرد ما هم این را قبول داریم و در این خصوص سعی میکنیم وقتی درمان با یک نوع خاصی از دارو شروع شده بتوانیم آن را تامین کنیم. معاون وزیر بهداشت درخصوص نرخ بالای برخی داروهای وارداتی توضیح داد: به دلیل حمایت از دارویی که در داخل کشور تولید می‌شود، یارانه دارو به نوع مشابه وارداتی تعلق نمی‌گیرید، البته برنامه‌های خوبی در بودجه ۱۴۰۱ با صحبت‌هایی که در کمیسیون تلفیق صورت گرفته است مدنظر داریم تا بتوانیم هم به لحاظ بیمه‌ای و هم به لحاظ تهیه برای بیماران اجرایی کنیم.

داروهای جدید بیماران صعب‌العلاج وارد فهرست دارویی و بیمه‌ای می‌شوند

وی در پایان از بازنگری در فهرست دارویی و بیمه‌ای خبر داد و گفت: با همکاری نهادهایی همچون شورای عالی بیمه و معاونت درمان، فهرست داروهای تحت پوشش بیمه بروز رسانی و برخی داروها از این فهرست حذف و برخی داروهای جدیدتری وارد لیست بیمه خواهد شد تا بتوانیم دغدغه بسیاری از بیماران و پزشکان حل کنیم، مستافانه طی ۳ سال گذشته فهرست دارویی کشور بسته شده بود و اجازه ورود داروهای جدید ن داده بودند که مشکلاتی را ایجاد کرده بود، درحال حاضر این فهرست را باز کرده‌ایم تا داروهای جدید و مخصوصاً داروهای بیماران صعب‌العلاج را وارد فهرست کنیم که یکی از آن‌ها داروی بیماران SMA است که با دستور رئیس‌جمهور وارد فهرست می‌شود.

.....

آگهی تحدید حدود قانون ساماندهی و حمایت از تولید و عرضه مسکن مصوب ۱۳۸۸

نظر به اینکه املاک مشروحه ذیل در اجرای مقررات قانون الحاق موادی به قانون ساماندهی و حمایت از تولید عرضه و مسکن مصوب ۱۳۸۸/۱۲/۰۲ از طرف بنیاد مسکن انقلاب اسلامی شهرستان دیر به نمایندگی از طرف متقاضیان درخواست صدور سند مالکیت نموده و تصرفات مالکانه ولامعارض و بلامنازع متقاضیان در اجرای بند ۲ از ماده یک قانون منجر به صدور رای گردیده است لذا با توجه به عدم سابقه تحدید حدود آنها در اجرای بند ب از ماده ۷ آئین نامه اجرایی قانون فوق الذکر جهت اطلاع عموم الصاقی و عملیات تحدید حدود به شرح تاریخ تعیین شده ذیل در محل با حضور نماینده بنیاد مسکن و صاحبان املاک و مجاورین به عمل خواهد آمد و عدم حضور مانع انجام عملیات تحدید حدود نخواهد شد.

۱-پلاک ۲۰۳/۱۵۵ از آقای محمد مومنی شش‌دانگ یکپایخانه به مساحت ۳۴/۳۲۲ متر مربع واقع در دیر

تحدید حدود ۱۴۰۰/۱۲/۲۴

لذا بدینوسیله اعلام میدارد اختصاصی که نسبت به اصل ملک اعتراض دارند از تاریخ الصاق با انتشار این آگهی و اشخاصی که نسبت به تحدید حدود و حقوق ارتقاقی اعتراض دارند از تاریخ تنظیم صورت‌مجلس تحدید حدود ظرف مدت بیست روز باید اعتراض خود را به صورت مکتوب به اداره ثبت اسناد و املاک دیر تسلیم نماید و ظرف یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض به ثبت دیر دادخواست خود را به مرجع ذصلاح قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت اسناد و املاک دیر تسلیم نماید رسیدگی به اینگونه اعتراضات در دادگاه خارج از نوبت خواهد بود. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض در موعد مقرر و یا تحویل گواهی عدم تقدیم دادخواست به اداره ثبت اسناد و املاک دیر عملیات ثبتی با رعایت مقررات خواهد شد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۰/۱۲/۰۱ شماره: ۲۱۵

محمد رضانی زاده-رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان دیر

به ازای هر ۴ دانش آموز، یک نفر مبتلا به «چاقی» و «اضافه وزن»



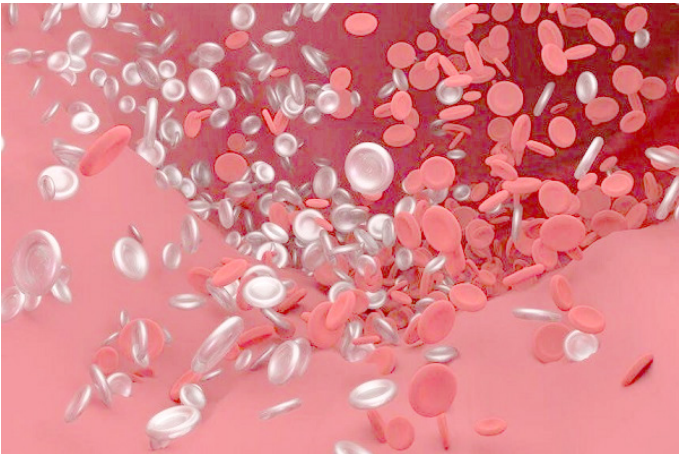
آموزش‌وپرورش بابیان اینکه ما از ظرفیت مدارسمان نیز می‌توانیم استفاده کنیم اظهار کرد: به دنبال این هستیم که به‌زودی دستورالعمل مربوطه را ابلاغ و از طریق ثبت‌نام و صدور کارت شناسایی برای دانش‌آموزان و خانواده‌شان، امکان ورود به اماکن ورزشی را تسهیل می‌کنیم، البته به دنبال هیئت‌امنایی شدن مجموعه‌های ورزشی هم هستیم که خود مردم بر سرکار بیایند و مدیریت کنند.

ستاری‌فرد افزود: این آمادگی و تقاضا را داریم که سایر دستگاه‌ها به‌ویژه وزارت ورزش و شهرداری‌ها به ما کمک کنند و اماکن و زیرساخت‌های ورزشی‌شان را آخر هفته‌ها در اختیار دانش‌آموزان و خانواده‌شان قرار دهند تا به توسعه ورزش همگانی کمک کنیم. به دنبال ترویج سنت حسنه وقف آموزشی هستیم تا از ظرفیت مردمی برای توسعه ورزش دانش‌آموزی بهره‌مند شویم. ۳۳ هزار معلم ورزشی داریم و تعداد معلمان ما شش برابر کل پرسنل وزارت ورزش و جوانان است.

وی با اشاره به اینکه خانواده‌ها به‌صورت رایگان وارد مجموعه‌ها می‌شوند و هزینه‌ای از آن‌ها اخذ نمی‌شود، یک هدف اجرای طرح آزادسازی اماکن ورزشی را افزایش فعالیت و تحرک دانش‌آموزان دانست و گفت: طی هشت سال گذشته نرخ چاقی دانش‌آموزان رشد داشته و به ازای هر چهار دانش‌آموز یک دانش‌آموز مبتلا به چاقی و اضافه‌وزن است و از حیث ورزش و چاقی خانواده‌ها، بیش از ۶۵ درصد مادران مبتلا به

.....

آنتی‌بادی‌های سرکش لخته‌های خون در مبتلایان به کووید-۱۹ ایجاد می‌کند



نتایج یک مطالعه جدید نشان می‌دهد آنتی بادی‌های سرکش مرتبط با ابتلا به کووید-۱۹ شدید ممکن است در ایجاد لخته‌های خون در برخی افراد آلوده به این ویروس دمت داشته باشند. به گزارش جام جم آنلاین به نقل از ایرنا، داده‌های این مطالعه نشان می‌دهد، بیماران مبتلا به کووید-۱۹ شدید که لخته‌های خونی خطرناک ناشی از این ویروس را داشتند، نسبت به افرادی در این بیماری که لخته شدن خون را تجربه نکردند، سطوح بالاتری از آنتی‌بادی‌های آنتی فسفولید مانند ایمونوگلوبولین G در خونشان وجود داشت.

به گفته محققان «موسسه ملی قلب، ریه و خون»، این آنتی بادی‌ها در میان افراد مبتلا به اختلالات خودایمنی مانند لوپوس رایج هستند و می‌توانند در واکنش به عفونت‌های ویروسی و سایر واکنش‌های ایمنی نیز فعال شوند. آنتی بادی ها، پروتئین‌هایی هستند که توسط سیستم ایمنی برای مبارزه با ویروس‌ها تولید می‌شوند. «ریسبا پرتورپیوس»، محقق در مقاله‌ای که ماه ژانویه در مجله گاردین منتشر شد، نوشت: «کووید-۱۹ شدید نه تنها یک بیماری ربوی است، بلکه به طور قابل‌توجهی بر جریان خون و سیستم‌های لخته شدن خون نیز تأثیر می‌گذارد».

پرتورپیوس و همکارانش که در مطالعه محققان «موسسه ملی قلب، ریه و خون» شرکت نداشت، در تحقیقات خود به تشکیل میکرولخته قابل توجه در خون بیماران مبتلا به کووید-۱۹ حاد و طولانی مدت پی بردند. پرتورپیوس که استاد علوم فیزیولوژیکی در دانشگاه «استلنبوش» در آفریقای جنوبی است، می‌گوید: وجود این میکرولخته‌ها یا لخته‌های خونی کوچک می‌تواند برای شناسایی افراد در معرض خطر ابتلا به کووید طولانی مدت استفاده شود.

کووید-۱۹ مبتلا می‌شدند و اغلب به دستگاه کمک تنفسی نیاز داشتند. آن‌ها افزودند که ایمونوگلوبولین G به سیستم ایمنی بدن کمک می‌کند تا پاتوژن‌های خطرناکی مانند ویروس‌ها را تشخیص دهد، به آن‌ها واکنش نشان دهد و آن‌ها را به خاطر بسیار. آن‌ها گفتند که به طور معمول، این ویژگی‌ها به محافظت از بدن در برابر ابتلا به بیماری و عفونت کمک می‌کند. به گفته محققان، با این حال، در برخی موارد، این واکنش می‌تواند بیش از حد افزایش یابد یا تغییر کرده و بیماری را بدتر کند.

آن‌ها گفتند وقتی ایمونوگلوبولین G را از نمونه‌های خون جمع آوری شده در بیماران مبتلا به کووید-۱۹ حذف کردند، شاخص‌های «چسبندگی رگ‌های خونی» کاهش یافت. برعکس، زمانی که آن‌ها همان آنتی بادی‌های ایمونوگلوبولین G را به نمونه‌های خون جمع آوری شده از افراد سالم اضافه کردند، یک پاسخ التهابی رگ خونی را مشاهده کردند که می‌تواند منجر به لخته شدن شود.



با ما بهتر دیده شوید

را بخوانید

۰۷۷۳۳۵۳۴۸۷۲

محققان می‌گویند اگر نمی‌توانید شب‌ها به اندازه کافی بخوابید

سعی کنید گاهی در طول روز چرت بزنید

چُرَت زدن را دست کم نگیر!



نمی‌کند، بَنکس پیشنهاد دیگری دارد که مخصوصا برای علاقه‌مندان به قهوه هیجان‌انگیز خواهد بود. او می‌گوید: «یکی از افراد تیم تحقیقاتی ما، سال گذشته در نشریه ساینس آلرت مقاله‌ای در مورد «ناپوچینو» منتشر کرد که موضوع آن اساسا در مورد نوشیدن یک فنجان قهوه قبل از چُرَت زدن بود؛ زیرا کافئین موجود در قهوه از تجمع ترکیبی شیمیایی به نام «آدنوزین» در مغز جلوگیری کرده و به شما کمک می‌کند که بخوابید. بنابراین نوشیدن قهوه قبل از چُرَت زدن باعث می‌شود وقتی از خواب بیدار می‌شوید سرحال باشید.

بَنکس می‌گوید: یک‌فرد معمولی صبح‌ها افزایش شدید ترشح کورتیزول یا همان هورمون استرس را دارد تا به حرکت درآید. این چیز بسیار عادی است. بنابراین ما در واقع صبح‌ها نیازی به نوشیدن قهوه نداریم اما مردم قهوه نوشیدن صبحگاهی را دوست دارند زیرا احساس می‌کنند کمی کیسل هستند.» در عوض، مصرف کافئین در حوالی ظهر به شما کمک می‌کند تا بعدازظهر خوبی را پشت سر بگذارید، بدون این‌که شما

را در طول شب بیدار نگه دارد. بَنکس می‌گوید: «مانند بسیاری از صفات متغیر دیگر در گونه ما، این مسأله دامنه وسیعی دارد زیرا برخی افراد هستند که به‌طور طبیعی می‌توانند با خواب بسیار کوتاه‌تری زندگی کنند. شما می‌توانید این موضوع را هم مانند محدودده‌های نرمال قد یا وزن طبیعی و ژنتیکی افراد درنظر بگیرید.»

البته نوشیدن قهوه و کمتر خوابیدن فقط برای به حداکثر رساندن بهره‌وری از زمان نیست. برخی افراد هنگام خواب دچار بی‌خوابی یا اضطراب می‌شوند و بعید است دانستن این موضوع که سلامتی فرد بدون داشتن خواب کافی به خطر می‌افتد، به آرام کردن صدها در ذهن افراد کمک کند. بنابراین مطمئن باشید وقتی از یک برنامه خواب عادی پیروی کنید، مغز توانایی عجیبی برای بازگشت به عقب دارد و درواقع بسیاری از مشکلات شما که ریشه‌اش کمبود خواب است بهبود خواهد یافت.

پس هر وقت احساس کردید چُرَت زدن شما ممکن است موجب اتلاف‌وقت شود، به یاد داشته باشید که دقیقا برعکس است. رزافع اگر بتوانید کمی چرت بزنید خواهید دید که بهره‌وری‌تان به‌طرز چشمگیری افزایش خواهد یافت.

چرت زدن، کمک‌کننده است اما کافی نیست

ما نمی‌توانیم فقط با چُرَت زدن، نیاز خود را به خواب کامل کنیم. مغز ما حداقل به یک چرخه خواب طولانی‌تر در شبانه‌روز نیاز دارد تا بتواند همه اطلاعات را در خود نگه دارد. زیرا اگر نتوانید به‌طرز چشمگیری افزایش خوابید، مشکلات شما که ریشه‌اش کمبود خواب است دو‌چیز اصلی است: حرکت سریع چشم یا خواب رم(REM) و خواب غیررم.

خواب غیررم بیشتر به سه مرحله تقسیم می‌شود: مرحله اول، که فقط چند دقیقه طول می‌کشد و آن زمانی است که شما تازه به خواب می‌روید. مرحله دوم، خواب سبک است که در آن دمای بدن‌تان کاهش می‌یابد و حرکت چشم متوقف می‌شود. این مرحله از خواب در ابتدای شب ۱۰ تا ۲۵ دقیقه ادامه دارد اما هر چه بیشتر بخوابید طولانی‌تر می‌شود.مرحله سوم، موج‌آهسته‌خواب است که غالبا در نیمه اول شب رخ می‌دهد. این همان خوابی است که برای سرحال بودن و تازه شدن در صبح به آن نیاز دارید.

خواب رم با خواب آرام و ساکن غیررم بسیار متفاوت است. اگر شما در خواب لگد بزنید، داد و بیداد کنید یا هر نوع حرکت دیگری انجام دهید، احتمالا در این بخش از خواب، یعنی خواب رم خواهید بود. این همان بخش از خواب است که در آن رویا می‌بینید.

همه مراحل خواب غیررم به‌دلایل مختلف مهم هستند اما تصور می‌شود مرحله سوم آن به شکل ویژه‌ای در ترمیم و بازیابی مغز و همچنین به‌طور کلی حفظ خواب نقش داشته باشد. مهم‌تر از همه این است که مجموع این مراحل در هر چرخه خواب، بنامید اما فراموش نکنید که طول مدت چُرَت زدن واقعا مهم نیست. نکته اصلی این است افرادی که به اندازه کافی در طول شب نمی‌خوابند باید در روز بیشتر چُرَت بزنند.

اگر یک چُرَت ساده به‌قدر کافی شما را خوب حال نمی‌کند، چرت زدن می‌تواند نام‌های جالبی داشته باشد و می‌توانید از استراتژی‌های خاصی برای چرت خود استفاده کنید؛ اگر دوست دارید آن را «چُرَت‌قدرتی» بنامید اما فراموش نکنید که طول مدت چُرَت زدن واقعا مهم نیست. نکته اصلی این است افرادی که به اندازه کافی در طول شب نمی‌خوابند باید در روز بیشتر چُرَت بزنند.

ناپوچینو را امتحان کن

تکمیل این دوره خواب بزرگ‌تر کمک کند.