

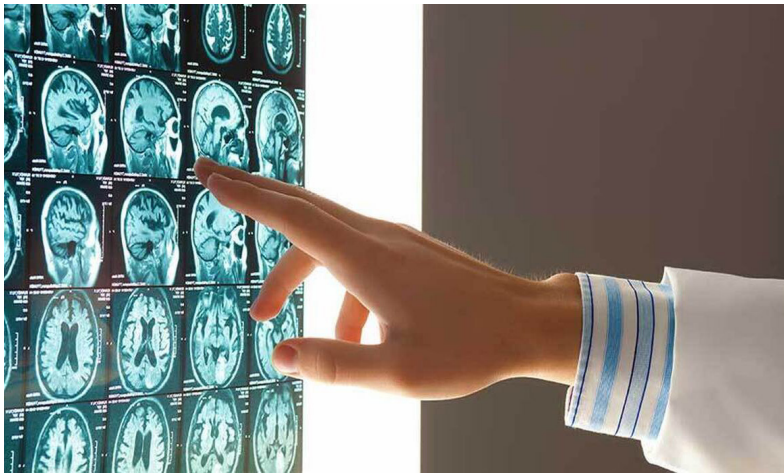
بر اساس تحقیقات جدید که در تایوان انجام شده، آلودگی هوا ممکن است به سلامت مغز در افراد مسن آسیب برساند. داده‌های یک مطالعه جدید منتشر شده توسط دانشگاه ملی «یانگ می‌نگ چیانو تونگ» نشان داد که آلودگی هوا ممکن است سیستم ایمنی بدن را از طریق بوییدن تحریک کند و باعث التهاب شود. این التهاب می‌تواند به سد خونی مغزی آسیب برساند و منجر به آسیب به رگ‌های خونی مغز شود و در نهایت بر سلامت عصبی تأثیر بگذارد. متخصصان با استفاده از مدل‌هایی برای تخمین سطوح آلودگی هوا در ۱۰ سال، ۴۱۲ بزرگسال ۶۰ ساله و بالاتر را که در مناطق روستایی و شهری زندگی می‌کردند، مورد مطالعه قرار دادند. آن‌ها همچنین تست‌های شناختی و اسکن MRI برای تجزیه و تحلیل تغییرات در ساختار مغز را انجام دادند.

مراجعه بیش از ۴ میلیون نفر به مراکز درمانی / ۸۵۹ هزار نفر بستری شدند



بیمار یا مصدوم نیز به مراکز درمانی تخصصی یا فوق تخصصی منتقل شدند. جمع بندی داده‌ها حاکی از این است که ۶۱۴ هزار و ۸۲۳ تن به اورژانس مراکز درمانی مراجعه کردند که منجر به بستری ۸۵۹ هزار و ۹۷۹ تن شد. در همین زمینه ۱۴۱۰ نفر با انجام احیای قلبی و ریوی موفق در مراکز درمانی به زندگی بازگشتند و ۱۰ هزار و ۲۷۵

وضعیت بروز سخته مغزی در ایران / اجرای برنامه «۷۲۴» در کشور برای نجات این بیماران



سال تا یک فرد صد و چند ساله است که در گزارش‌های مربوط به سخته مغزی ثبت شده است. بررسی نتایج مقابله‌ای پیک سنی سخته مغزی در دنیا و ایران مهم است چراکه متوسط سنی پیک سخته مغزی در دنیا ۷۵ تا ۸۰ و پیک سنی سخته مغزی در کشور ما نیز ۶۵ تا ۷۰ سال است.

وی درباره اجرای برنامه «۷۲۴» در کشور

در طرح سلامت نوروزی (از ۲۵ اسفند تا ۱۴ فروردین‌ماه) ۴ میلیون و ۶۱۴ هزار و ۸۲۳ تن به اورژانس مراکز درمانی مراجعه کردند که منجر به بستری شدن ۸۵۹ هزار و ۹۷۹ تن شد. بر اساس داده‌های جمع بندی شده از سوی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی درطول مدت اجرای طرح سلامت نوروزی که از ۲۵ اسفندماه آغاز شد و تا روز گذشته (۱۴ فروردین‌ماه) ادامه یافت، از ظرفیت ۳۴۰۸ پایگاه اورژانس کشور در قالب پایگاه‌های شهری، پایگاه جاده‌ای، پایگاه هوایی، پایگاه دریایی و ایستگاه‌های سلامت استفاده شد. در این مدت زمان ۴۵۳۱ لجستیک اورژانس، از جمله ۳۹۵۴ دستگاه آمبولانس سبک، ۶۸ اتوبوس آمبولانس، پنج شناور آمبولانس و ۵۲ بالگرد فعال بود. بر اساس داده‌های جمع آوری شده از سوی مرکز هدایت عملیات و بحران، معاونت درمان این وزارتخانه ۱۰۷۲ بیمارستان با ۱۵۲ هزار و ۵۰۲ تخت فعال در حالت آمادبیش بودند و در همین راستا نیز ظرفیت ۲۲ هزار و ۵۴۷ تخت بیمارستان ویژه، مراقبت‌های ویژه، بخش مراقبت‌های ویژه قلبی و... را حفظ کرد. همچنین با استفاده از ظرفیت سازمان انتقال

وضعیت بروز سخته مغزی در ایران / اجرای برنامه «۷۲۴» در کشور برای نجات این بیماران

دبیر انجمن سخته مغزی با بیان اینکه پنابر نتایج مطالعات مختلف، بروز سخته مغزی باینگر این است که بروز سخته مغزی در ایران حدود ۱۵۰ به ازای هر ۱۰۰هزار نفر در هر سال است، گفت: سن بروز سخته مغزی در ایران، حدود ۱۰ سال از متوسط جهانی کمتر است.

دکتر احسان شریفی‌پور در گفت‌وگو یی با بیان اینکه «سخته مغزی» دومین تا پنجمین علتی است که سبب مرگ‌ومیر مردمان کشورهای مختلف می‌شود و جزو علل اصلی ناتوانی به حساب می‌آید، اظهار کرد: براساس آمار و ارقام «سیمای مرگ ایران»، متأسفانه سخته مغزی پس از سخته قلبی سبب مرگ‌ومیر مردم کشور می‌شود. در یک ماه اول پس از سخته مغزی، حدود ۲۰ تا ۴۰ درصد مرگ‌ومیر داریم، یعنی از هر پنج نفری که سخته می‌کنند متأسفانه یک نفر جان خود را از دست می‌دهد.

روزنامه «نیوبرکپست» در گزارشی به ترفندی موسوم به تثبیت کردن یا نصب می‌پردازد که دکتر «ریک هانسون»، متخصص اعصاب و روان معرفی کرده است. دکتر هانسون می‌گوید که فرایند یادگیری دو مرحله دارد: فعال سازی و نصب. در مرحله فعال‌سازی، ما تجربه‌ای را چه خوب و چه بد از سر می‌گذاریم. سپس وارد مرحله تثبیت کردن می‌شویم؛ جایی که خاطره آن تجربه را در مغزمان ذخیره می‌کنیم.

هانسون توضیح می‌دهد: بدون این تثبیت – یعنی انتقال تجربه از حافظه کوتاه‌مدت به ذخیره بلندمدت – تجربیات مفید مانند احساس مراقبت شدن، لحظاتی خوشایندند اما پایدار نیستند و هیچ یادگیری، رشد یا تغییری به سمت بهتر شدن صورت نمی‌گیرد. این در حالی است که تجربه‌ای منفی به شکل خودکار «صب» می‌شوند. بنابراین اگر می‌خواهید تجربیات مثبت را تثبیت کنید، باید روی آن کار کنید.

روژنامه «نیوبرکپست» در گزارشی به ترفندی موسوم به تثبیت کردن یا نصب می‌پردازد که دکتر «ریک هانسون»، متخصص اعصاب و روان معرفی کرده است. دکتر هانسون می‌گوید که فرایند یادگیری دو مرحله دارد: فعال سازی و نصب. در مرحله فعال‌سازی، ما تجربه‌ای را چه خوب و چه بد از سر می‌گذاریم. سپس وارد مرحله تثبیت کردن می‌شویم؛ جایی که خاطره آن تجربه را در مغزمان ذخیره می‌کنیم.

هانسون توضیح می‌دهد: بدون این تثبیت – یعنی انتقال تجربه از حافظه کوتاه‌مدت به ذخیره بلندمدت – تجربیات مفید مانند احساس مراقبت شدن، لحظاتی خوشایندند اما پایدار نیستند و هیچ یادگیری، رشد یا تغییری به سمت بهتر شدن صورت نمی‌گیرد. این در حالی است که تجربه‌ای منفی به شکل خودکار «صب» می‌شوند. بنابراین اگر می‌خواهید تجربیات مثبت را تثبیت کنید، باید روی آن کار کنید.

ویتامین‌ها را چه زمانی مصرف کنیم؟



زمان مصرف برای ویتامین‌ها براساس نوع و نحوه جذب آن است اما هر زمانی که برای مصرف‌کننده مناسب است، می‌توان ویتامین‌ها را مصرف کرد. نتایج برخی مطالعات بیانگر این است مصرف مداوم ویتامین‌ها در زمان مشخصی از روز به پایدندی و جذب بهتر کمک می‌کند. ویتامین‌های C و گروه B که جزو ویتامین‌های محلول در آب محسوب می‌شوند، بهتر است با معده خالی مصرف شوند تا جذب حداکثری داشته باشند. این ویتامین‌های به دلیل اینکه آب حل می‌شوند، باید به صورت منظم مصرف شوند. مصرف ویتامین C خود در ابتدای روز می‌تواند از عملکرد سیستم ایمنی حمایت کند و خستگی را کاهش دهد. نور خورشید و عوامل دیگر می‌توانند سبب اکسیداسیون ویتامین C شوند و اثربخشی این ویتامین را کاهش دهند. با توجه به این شرایط، توصیه می‌شود ویتامین D در ابتدای روز مصرف شود. همچنین مصرف پروبوتیک‌ها همراه با ویتامین C می‌تواند به جذب بهتر این ویتامین کمک کند. ویتامین‌های گروه B به تبدیل غذا به انرژی کمک می‌کنند، بنابراین مصرف این ویتامین‌ها در صبح بیشترین اثربخشی را دارد. به دلیل اینکه ویتامین‌های گروه B در تولید انرژی نقش دارند، بهتر است صبح مصرف شوند تا اختلالی در خواب ایجاد نکنند. ویتامین‌های گروه B می‌توان همراه با غذا مصرف کرد اما این کار ضروری نیست. مصرف ویتامین‌های گروه B به صورت ترکیبی، مانند مکمل‌های B-complex، ایده‌آل است، چرا که این ویتامین‌ها در کنار هم بهتر عمل می‌کنند. استفاده از پروبوتیک‌ها

ایده‌ی خوبی است، زیرا ویتامین K به بدن کمک می‌کند ویتامین D بیشتری جذب کند. بهترین زمان برای مصرف همزمان ویتامین‌های D و K معمولاً صبح یا بعدازظهر در نظر گرفته می‌شود، زمانی که خورشید در آسمان است، زیرا نور خورشید اصلی‌ترین راه دریافت ویتامین D توسط انسان‌ها است. ویتامین A بهتر است همراه با وعده‌های غذایی حاوی چربی‌های سالم مانند روغن زیتون، آووکادو یا آجیل مصرف شود تا جذب آن بهینه شود. این ویتامین را می‌توان در هر زمانی از روز مصرف کرد، اما بهتر است هر روز در همان وعده غذایی (صبحانه، ناهار یا شام مصرف شود.

روزنامه صبح ایران / سال دهم - شماره ۱۶۷۱

۱۷ فروردین ماه ۱۴۰۴ / با ما همراه شوید

www.serajonline.com – @serajname

پزشکی – سلامت

۲

مزایای استفاده از هوش مصنوعی در حوزه‌های مختلف پرستاری



ربات‌های کمکی می‌توان به بیماران نیازمند توانبخشی در انجام تمرینات فیزیکی و پیگیری روند بهبود کمک کرد.

وی درخصوص این که هوش مصنوعی چگونه به پرستاران در روند مراقبت و درمان کمک می‌کند، به برخی تأثیرات کلیدی هوش مصنوعی در این حوزه اشاره کرد .

وی با اشاره به نقش هوش مصنوعی در تصمیم‌گیری بالینی گفت: سیستم‌های پشتیبان تصمیم‌گیری (CDSS) داده‌های بیمار را تحلیل کرده و به ارائه پیشنهاداتی برای تشخیص و درمان می‌پردازند.

دکتر قدیریان، مانیوتورینگ مستمر بیماران و پایش دائمی تغییرات حیاتی بیمار و هشدارهای به‌موقع را از دیگر مزایای کاربرد این فناوری درحوزه پرستاری برشمرد.

به گفته این عضو هیئت علمی، کاهش بار کاری از دیگر کاربردهای هوش مصنوعی است؛ به نحوی که تجهیزات یا ربات‌های هوش مصنوعی می‌توانند وظایف تکراری مانند گرفتن علائم حیاتی، کمک به تحرک بیماران و توزیع دارو را بر عهده ببرند.

وی ارتباط با بیماران را از دیگر کاربردهای هوش مصنوعی عنوان کرد و یادآور شد: چت‌بات‌های هوشمند می‌توانند اطلاعات اولیه مراقبتی را در اختیار بیماران قرار دهند و حجم مراجعات غیرضروری را کاهش دهند.

قدیریان با اشاره به استفاده از هوش مصنوعی در اتاق عمل و بخش‌های ویژه به عنوان دستیار پرستار تأکید کرد: هوش مصنوعی نمی‌تواند جایگزین پرستار و مهارت‌های ارتباطی، تصمیم‌گیری‌های بالینی انسانی و مراقبت‌های عاطفی پرستاران و ماماها شود.

وی از کاربردهای هوش مصنوعی در بخش‌های مذکور به پیش‌بینی شرایط بحرانی بیماران ICU از طریق تجزیه وتحلیل داده‌های مانیتورینگ، استفاده از ربات‌های کمکی در جراحی، استفاده از سیستم‌های هوشمند در اتاق عمل برای پرده‌زنی پزشکی اشاره کرد. بنابر اعلام دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، به گفته قدیریان، پروژه‌های متعددی برای استفاده از هوش مصنوعی در پرستاری و مامایی در این دانشکده در حال اجراست.

وی طراحی نرم‌افزارهای پشتیبان تصمیم‌گیری بالینی برای کمک به پرستاران و ماماها در تشخیص و مراقبت بهتر، به‌کارگیری چت‌بات‌های هوشمند برای راهنمایی بیماران و کاهش مراجعه‌های غیرضروری، توسعه شبیه‌سازهای آموزشی مبتنی بر AI برای آموزش مهارت‌های تشخیص پرستاری و مراقبت بالینی به دانشجویان پرستاری را برخی از پروژه های مذکور عنوان کرد.

قدیریان در خاتمه سخنان خود خاطرنشان کرد: به دنبال استفاده از ظرفیت‌های هوش مصنوعی برای افزایش کیفیت مراقبت‌های پرستاری و مامایی، کاهش خطاهای پزشکی و ارتقای سطح آموزش و پژوهش هستیم.

آگهی فقدان

طبق تقاضای شماره ۴۰۴۵۶۹۴ - ۱۴۰۳/۱۲/۱۵ و باستناد دو برگ استشهادیه مصدق پیوست که امضای شهود رسما گواهی گردیده فاطمه حاجی مدعی اند سند مالکیت ششدانگ آپارتمان قطعه ۳ طبقه دوم به مساحت ۱۸۱/۰۳ مترمربع شماره ۱۵/۲۴۶۷۵ اصلی بانضمام اتاق منضم قطعه ۳ به مساحت ۲۴/۲۲ مترمربع واقع در پشت بام بانضمام پارکینگ قطعه دو به مساحت ۱۲/۵ مترمربع واقع و بانضمام انباری قطعه ۱ به مساحت ۶/۹۳ متر مربع بخش دو کاشان به نام فاطمه حاجی بشماره چاپی ۴۶۲۵۷۶ شماره الکترونیک ۱۸۷۲۶ ۰۳۰۲۰۳۴۰۱۳۹۸۲۱ صادر و تسلیم شد که به علت جابجائی مقفود و تاکنون پیدا نگردیده تقاضای صدور سند المثنی را نموده اند که در جریان رسیدگی می باشد لذا طبق تبصره ۱ ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین نامه قانون ثبت مراتب آگهی تا هرکس مدعی انجام معامله نسبت به ملک مذکور یا وجود سند مالکیت نزد خود می باشد از تاریخ انتشار این آگهی لغایت ۱۰ روز به این اداره مراجعه و اعتراض خود را کتبا ضمن ارائه اصل سند مالکیت و سند معامله تسلیم نمایند تا مراتب صورت مجلس و اصل سند با ارائه سند مسترد گردد چنانچه ارائه نشود المثنی سند مالکیت مزبور صادر و به متقاضی تسلیم خواهد شد .

شناسه آگهی ۱۹۰۱۶۱۷

تاریخ انتشار : ۱۴۰۴/۱۰/۱۷

محمد علی ناظمی اشنی رئیس ثبت اسناد و املاک کاشان

آگهی فقدان

طبق تقاضای شماره ۴۰۴۵۲۸۷ - ۱۴۰۳/۱۲/۱۳ و باستناد ۲ برگ استشهادیه مصدق پیوست که امضای شهود رسما گواهی گردیده سید محسن طباطبائی نیا مدعی اند که سند مالکیت ششدانگ یک واحد آپارتمان قطعه ۷ طبقه اول به مساحت ۱۰۲/۰۳ مترمربع شماره ۱۵/۲۲۱۵۱ اصلی بخش دو کاشان بانضمام انباری قطعه ۷ طبقه همکف به مساحت ۲/۲۸ مترمربع و بانضمام پارکینگ قطعه ۵ طبقه همکف به مساحت ۱۰/۸ مترمربع به نام سید محسن طباطبائی نیا بشماره چاپی ۳۳۴۶۱۲ شماره الکترونیک ۰۶۶۱ ۰۳۰۲۰۳۴۰۱۳۹۷۲۰۳۰۲ صادر و تسلیم شد که به علت جابجائی مقفودگردیده و تقاضای صدور سند المثنی را نموده اند لذا طبق تبصره ۱ ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین نامه قانون ثبت مراتب آگهی تا هرکس مدعی انجام معامله نسبت به ملک مذکور یا وجود سند مالکیت نزد خود می باشد از تاریخ انتشار این آگهی لغایت ۱۰ روز به این اداره مراجعه و اعتراض خود را کتبا ضمن ارائه اصل سند مالکیت و سند معامله تسلیم نمایند تا مراتب صورت مجلس و اصل سند با ارائه سند مسترد گردد چنانچه ارائه نشود المثنی سند مالکیت مزبور صادر و به متقاضی تسلیم خواهد شد .

شناسه آگهی ۱۹۰۱۶۱۹

تاریخ انتشار : ۱۴۰۴/۱۰/۱۷

محمد علی ناظمی اشنی رئیس ثبت اسناد و املاک کاشان