

خبر

انتقال توله پلنگ بیمار خراسان شمالی به تهران

توله پلنگی که چند روز پیش در حاشیه روستای «استاد» از توابع شهرستان فاروج مشاهده شد و توسط مردم به اطلاع یگان حفاظت محیط زیست خراسان شمالی رسید، پس از انتقال به بجنورد و مراقبت، به تهران منتقل شد. به گزارش ایسنا، این توله پلنگ حدوداً ۱۰ ماهه به علت ضعف و بی‌حالی توسط کارشناسان حیات وحش اداره کل حفاظت از محیط زیست استان زنده گیری و برای امور درمانی و مراقبت های دامپزشکی به بجنورد منتقل شده بود اما اکنون به تهران انتقال داده شده است.رضا شکاربان در ادامه از مردم علاقه مند به حیات وحش درخواست کرد در صورت مشاهده گونه های جانوری از نزدیک شدن به آن‌ها خودداری کرده و گزارش آن را به ادارات حفاظت محیط زیست یا شماره ۱۵۴۰ اطلاع دهند.

مدارس کشور در ۲۷ و ۲۸ اسفند تعطیل نیست

معصومه نجفی پازوکی، معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش درباره آخرین روز تحصیلی سال ۱۴۰۱، اظهار کرد: سال تحصیلی تا روز ۲۸ اسفند ادامه دارد و تعطیلی دانش آموزان از ۲۹ اسفند شروع می‌شود. به گزارش همشهری آنلاین، اوگفته: آن چیزی که نگاه وزیر آموزش و پرورش و معاونانش است، این بوده که با توجه به اینکه لحظه‌های بچه‌ها، طلایی‌ترین دوره عمرشان است، اگر برای این لحظه‌ها برنامه نداشته باشیم و با تعطیلات بی‌مورد تعطیل کنیم یعنی سرمایه عمر این بچه را می‌سوزانیم لذا اصلا بحث تعطیلی را نداریم و تا ۲۸ اسفند، فرایند یادگیری ادامه دارد.نجفی پازوکی تصریح کرد:فرایند یادگیری در سال ۱۴۰۱، تا ۲۸ اسفند در جریان است و معلمان سر کلاس درس حاضر هستند.

درمان تومورهای سز طانی با یک باکتری مهندسی شده

تومورهای سرطانی به شیوه‌های مختلفی می‌توانند از واکنش سیستم ایمنی بدن بگریزند و به همین خاطر درمان این بیماری مستلای دشوار است.حالا دانشمندان توانسته‌اند یکی از باکتری‌های رایج روده را به‌گونه‌ای مهندسی کنند که قابلیت شناسایی و ایلودستمان تومورهای سرطانی از داخل را داشته باشد.به گزارش دیجیتاون، دانشمندان پیش‌تر متوجه شده بودند که برخی باکتری‌ها می‌توانند در داخل تومورها زنده بمانند. حالا پژوهش جدید محققان دانشگاه کلمبیا نشان داده است که با مهندسی ژنتیک می‌توان از این باکتری‌ها برای شناسایی و حذف تومورها به کمک سلول‌های ایمنی استفاده کرد.یکی از روش‌های گریز تومورها از سیستم ایمنی با جلوگیری از دخالت سلول‌های ایمنی در فرایند کموتاکسی است. سلول‌های ایمنی با کمک همین فرایند تومورها را شناسایی می‌کنند.فرایند کموتاکسی با کمک سیتوکین‌ها انجام می‌شود که پروتئین‌های ریزی با قابلیت اطلاع‌رسانی به سایر سلول‌های ایمنی هستند.

یکی از این سیتوکین‌ها با نام کموکین CXCL۱۶ بیشتر در تحقیقات برای مقابله با سرطان مؤثر شناخته شده بود، اما انتقال CXCL۱۶ به داخل محیط تومور تاکنون ممکن نشده بود.حالا دانشمندان با کمک یک گونه مهندسی‌شده از باکتری E. coli که معمولا در روده پیدا می‌شود، توانسته‌اند راهی برای انجام این کار پیدا کنند. آن‌ها این باکتری را به‌گونه‌ای تغییر دادند تا بتواند به سلول‌های بیمار در بدن حمله کند. پس زمانی که باکتری وارد تومور شده، این قابلیت فعال می‌شود و کافت سلولی رخ می‌دهد.با کمک کافت سلولی، کموکین CXCL۱۶، سلول‌های T یا همان گلبول‌های سفید را به کار می‌گیرد تا به مبارزه با سرطان بپردازند. دانشمندان در این روش از کموکین دیگری به نام CCL۲۰ هم استفاده می‌کنند که جذب لنفوسیت‌هاست. لنفوسیت‌ها نوعی گلبول سفید به‌همراه سلول‌های دندریتیک هستند که مسئولیت آغاز پاسخ ایمنی را بر عهده دارند.محققان می‌گویند ترکیب این دو کموکین اثر درمانی این روش را افزایش می‌دهد و پاسخ ایمنی قدرتمندتری را علیه تومور ایجاد می‌کند که پیش‌تر در دسترس نبود. آزمایش‌های فعلی روی موش‌ها نشان داده است که این درمان علاوه بر تومورهایی که دارو مستقیما به آن‌ها رسیده است، می‌تواند برای تومورهای دورتر هم مؤثر باشد. به‌علاوه، در این روش باکتری‌ها آسبسیبی به بافت‌های سالم وارد نمی‌کنند.پژوهشگران حالا تلاش دارند تا این روش را برای آغاز آزمایش‌های بالینی روی انسان بهبود ببخشند. نتایج تحقیقات آن‌ها در مجله Science Advances منتشر شده است.

تومورهای سرطانی به شیوه‌های مختلفی می‌توانند از واکنش سیستم ایمنی بدن بگریزند و به همین خاطر درمان این بیماری مستلای دشوار است.حالا دانشمندان توانسته‌اند یکی از باکتری‌های رایج روده را به‌گونه‌ای مهندسی کنند که قابلیت شناسایی و ایلودستمان تومورهای سرطانی از داخل را داشته باشد.به گزارش دیجیتاون، دانشمندان پیش‌تر متوجه شده بودند که برخی باکتری‌ها می‌توانند در داخل تومورها زنده بمانند. حالا پژوهش جدید محققان دانشگاه کلمبیا نشان داده است که با مهندسی ژنتیک می‌توان از این باکتری‌ها برای شناسایی و حذف تومورها به کمک سلول‌های ایمنی استفاده کرد.یکی از روش‌های گریز تومورها از سیستم ایمنی با جلوگیری از دخالت سلول‌های ایمنی در فرایند کموتاکسی است. سلول‌های ایمنی با کمک همین فرایند تومورها را شناسایی می‌کنند.فرایند کموتاکسی با کمک سیتوکین‌ها انجام می‌شود که پروتئین‌های ریزی با قابلیت اطلاع‌رسانی به سایر سلول‌های ایمنی هستند.

یکی از این سیتوکین‌ها با نام کموکین CXCL۱۶ بیشتر در تحقیقات برای مقابله با سرطان مؤثر شناخته شده بود، اما انتقال CXCL۱۶ به داخل محیط تومور تاکنون ممکن نشده بود.حالا دانشمندان با کمک یک گونه مهندسی‌شده از باکتری E. coli که معمولا در روده پیدا می‌شود، توانسته‌اند راهی برای انجام این کار پیدا کنند. آن‌ها این باکتری را به‌گونه‌ای تغییر دادند تا بتواند به سلول‌های بیمار در بدن حمله کند. پس زمانی که باکتری وارد تومور شده، این قابلیت فعال می‌شود و کافت سلولی رخ می‌دهد.با کمک کافت سلولی، کموکین CXCL۱۶، سلول‌های T یا همان گلبول‌های سفید را به کار می‌گیرد تا به مبارزه با سرطان بپردازند. دانشمندان در این روش از کموکین دیگری به نام CCL۲۰ هم استفاده می‌کنند که جذب لنفوسیت‌هاست. لنفوسیت‌ها نوعی گلبول سفید به‌همراه سلول‌های دندریتیک هستند که مسئولیت آغاز پاسخ ایمنی را بر عهده دارند.محققان می‌گویند ترکیب این دو کموکین اثر درمانی این روش را افزایش می‌دهد و پاسخ ایمنی قدرتمندتری را علیه تومور ایجاد می‌کند که پیش‌تر در دسترس نبود. آزمایش‌های فعلی روی موش‌ها نشان داده است که این درمان علاوه بر تومورهایی که دارو مستقیما به آن‌ها رسیده است، می‌تواند برای تومورهای دورتر هم مؤثر باشد. به‌علاوه، در این روش باکتری‌ها آسبسیبی به بافت‌های سالم وارد نمی‌کنند.پژوهشگران حالا تلاش دارند تا این روش را برای آغاز آزمایش‌های بالینی روی انسان بهبود ببخشند. نتایج تحقیقات آن‌ها در مجله Science Advances منتشر شده است.

اعلام ساعت کاری داروخانه‌های هلال‌احمر در ایام نوروز

وحید سلیمی، سخنگوی جمعیت هلال احمر درباره ساعت کار دارو خانه‌های در تعطیلات نوروز گفت: در روزهای تعطیل نوروز داروخانه‌های این جمعیت در ۳۴ شهر کشور در نوبت کاری صبح و عصر از ساعت ۹ تا ۱۲ و تا ۱۵ تا یکشنبه در داروخانه‌ها در روزهای غیر تعطیل ایستاد، او تاکید کرد: این داروخانه‌ها در روزهای غیر تعطیل فروردین ۱۴۰۲، به روال عادی خود، همچون گذشته آماده خدمت‌رسانی به هموطنان هستند.سلیمی افزود:

داروخانه مرکزی هلال احمر در تهران نیز در ایام تعطیلات نوروز از ساعت ۸ صبح الی ۱۲ دایر خواهد بود و در روزهای غیر تعطیل ایام نوروز از ساعت ۳۰/۷ صبح تا ۳۰/۱۶ ارائه خدمت خواهد کرد. همچنین داروخانه مرکزی شماره ۲ (تهرانپارس) روزهای غیر تعطیل از ساعت ۳۰/۷ صبح تا ۱۳ فعال خواهد بود.لازم به ذکر است که داروخانه مرکزی هلال احمر دوشنبه ۲۹ اسفندماه ۱۴۰۱ به دلیل ابتار گردانی تعطیل است. داروخانه مرکزی شماره ۲ (تهرانپارس) نیز روز یکشنبه ۲۸ اسفند ماه (از ظهر) و روز دوشنبه ۲۹ اسفندماه ۱۴۰۱ به دلیل ابتار گردانی تعطیل خواهد بود.

جامعه

روایت پلیس از چالش‌های سفرهای نوروزی

پراید؛ مقصر بزرگ تصادفات جاده‌ای



خواهند کرد.»

وی افزود: «در نوروز گذشته بیش از ۱۱۰۰ تصادف بازم هم نگران‌کننده بود. ۶۰ درصد حوادث در ۳۰ کیلومتری ورودی شهرها بوده است. از مجموعه تلفات نوروز گذشته ۵۰ درصد به دلیل شدت حادثه در دم و نیمی نیز در حال انتقال و در طول درمان جان باختمند. سال گذشته ۳۵ درصد از حوادث ما ناشی از خستگی از راه بوده است و این زمینه نیازمند توجه جدی است که امسال با کاهش ۱۰ کیلومتری سرعت در تمامی محورهای مواصلاتی و جاده‌ای شاهد کاهش تصادفات باشیم.»

سردار هادیانفر گفت: «۶۷ فروند بالغرد نیز در این ایام آماده باش هستند و طرح نوروز امسال با شعار «نشاط بهاری، امنیت در سفر و پرهیز از خطر» برگزار خواهد شد.»

وضعیت تصادفات چگونه است؟

سردار محمدحسین حمیدی، رئیس پلیس راهنمایی و رانندگی تهران بزرگ، با اشاره به آمار تصادفات اعلام کرد: «به طور میانگین روزی هزار و ۷۰۰ فقره تصادف در تهران رخ می‌دهد که البته در روزهایی که بارندگی هست، این عدد بیش‌تر نیز می‌شود. همچنین میانگین روزانه ۷۰ فقره تصادف شهری تهران داریم. البته هر دو روز سه نفر در تصادفات پایتخت جان خود را از دست می‌دهند.

در ۱۰ ماهه سال ۱۴۰۱ تعداد ۴۶۲ نفر در تصادفات شهری تهران جان خود را از دست دادند که البته این عدد در ایام گذشته ۵۸۸ نفر بود. در سال گذشته ۶ هزار و ۳۷۸ نفر راننده پرخطر را در سطح شهر تهران شناسایی کردیم که عمدتاً خودرو بودند و با

وزارت بهداشت نیز در جدیدترین به‌روزرسانی نقشه رنگ‌بندی کرونا در کشور از افزایش تعداد شهرهای قرمز، نارنجی و زرد و کاهش تعداد شهرهای آبی خبر داد. حسین فرشی‌دی در گفت‌وگو با ایسنا، درباره وضعیت کرونا در کشور و پیش‌بینی‌های روند بیماری در تعطیلات نوروز، گفت: موارد کرونا با شیعی ملایم در حال افزایش است. البته در حال حاضر میزان بستری‌هایمان آنقدر نیست که حالت اضطرار اعلام کنیم، اما توصیه می‌کنیم که مردم میزان رعایت پروتکل‌های بهداشتی را بیشتر کنند.

احتمال افزایش موارد ابتلا به کرونا در ایام نوروز

در حالی که روند افزایش به خود گرفته است که در آستانه سال نو قرار داریم و رسم و رسوم و مناسبت های سال نومی تواند بر شیوع بیشتر آن دامن بزند. مسئولان نیز در اظهاراتشان به این موضوع تاکید کردند.

دیروز سیداحمد طباطبایی درباره شرایط بیماری پس از تعطیلات نوروز، به ایسنا گفت: متأسفانه پس از هر اتفاق مهم با تعطیلی و مناسبت‌های مختلف در کشور، با افزایش موارد بیماری مواجه شده‌ایم و احتمالاً تکرار مجدد این سناریو دور از ذهن نباشد چرا که حساسیت برای رعایت نکات بهداشتی نسبت به گذشته کاهش چشمگیری یافته است و تعداد کسانی که هنوز ماسک می‌زنند انگشت‌شمار شده است.

سعید کریمی معاون درمان وزارت بهداشت گفته موارد بیماری در کشور با شیب ملایمی در حال افزایش است. در عین حال بنا‌توجه به اینکه در تعطیلات نوروزی تجمعات و دورهمی‌ها افزایش می‌یابد و در مقابل میزان رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی کمتر می‌شود، احتمال افزایش کرونا بالا می‌رود.

وزیر بهداشت نیز به تازگی درباره امکان شیوع دوباره کرونا در سفرهای نوروزی افزود: ما آماده باش کامل داریم. یکی از کارهای مهم نوروزی مربوط به اورژانس کشور است که سال گذشته هم گزارش بسیار خوبی در این زمینه منتشر شد.

۱۱ بیمار مبتلا به کرونا جان خود را از دست دادند

روز گذشته وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی آخرین آمار ابتلا، بهبودیافتگان و جان‌باختگان ناشی از بیماری کرونا را در کشور اعلام کرد. این وزارت‌خانه آمار جدید ابتلا به ویروس کرونا را در ۲۴ ساعت منتهی به ظهر دیروز، جمعه بیست‌وششم اسفندماه— به شرح زیر اعلام کرد:

در این بازه زمانی، بر پایه جدیدترین نتایج آزمایش‌های کرونا در کشور، ۸۱۵ نفر مبتلای جدید شناسایی شد که با احتساب این تعداد، مجموع مبتلایان به کرونا در کشور تا امروز به هفت میلیون

خبر

راهکارهایی برای رهایی از تله افسردگی

علائم ابتلا به افسردگی از فردی به فرد دیگر متفاوت هستند؛ اما نقطه مشترک تمام آنها، بدتر شدن خلق و خوی و تداوم این چرخه معیوب است که باید با اتخاذ راهکارهایی، از وقوع آنها جلوگیری کرد.

بنابر اعلام دفتر آموزش وارتقای سلامت وزارت بهداشت شش مشکل رفتاری افراد افسرده و نحوه کنار آمدن با آنها برای جلوگیری از وخامت افسردگی بیشتر شامل موارد زیر است:

عدم فعالیت بدنی؛ هنگامی که افسرده باشید، بعید است که از یک برنامه ورزشی منسجم و منظم پیروی کنید. این در حالی است که ورزش می‌تواند درمانی فوق‌العاده و مفید برای درمان افسردگی باشد و به عنوان یک ضد افسردگی قدرتمند عمل کند و آنهم به خاطر افزایش سطح سروتونین و دوپامین؛ دو ماده شیمیایی که منجر به فروکش کردن علائم افسردگی می‌شوند. شنا، یوگا، ایروبیک و حتی پیاده روی ورزش‌های مفرحی هستند که شما را از دام افسردگی نجات می‌دهند. برای داشتن انگیزه می‌توانید با یکی از دوستان یا آشنایان خود به کلاس‌های ورزشی بروید.

مصرف قند بالا؛ افسردگی معمولا میل به تنقلات و خوراکی‌های شیرین را بالا می‌برد. مصرف تنقلات شیرین، در کوتاه مدت حس خوبی به افراد می‌دهد، اما کمتر از دو ساعت باعث می‌شود گلوکز خون به شدت پایین آید. از مصرف زیاد قند دوری کنید. همیشه راه عاقلانه، به اندازه مصرف کردن است.

دوری از جمع: این رایج ترین علامت افسردگی است. در واقع انزوای اجتماعی مسیر بیماری را وخیم تر می‌کند و در واقع پاسخی است به استرس و درگیری‌های ذهنی فرد افسرده. راه حل برون رفت از این معضل، قرارگیری تدریجی در معرض اجتماع و از طریق دوستان و خانواده است. لیستی از افرادی که قرار است مجدداً با آنها ارتباط برقرار کنید را تهیه و برای تماس با آنها برنامه ریزی نمایید.

نشخوار فکری؛ یک جزء مهم افسردگی است و شامل تفکر بیش از حد در مورد تمام شکست‌ها، از دست دادن‌ها و … می‌شود. نشخوار فکری در واقع یک فرایند سمی است که منجر به استفاده زیاد از عبارت «تقصیر خود من است» توسط فرد افسرده می‌شود. قبل از آنکه افکار منفی بر شما غلبه کند، خود را از دست آنها خلاص کنید. افکار منفی می‌تواند باعث ایجاد توهم شود و رویدادهای عادی را برای افراد غیرقابل تحمل کند. انجام فعالیت‌های مثبت نیز می‌تواند نشخوار فکری را به تأخیر بیندازد.

گریش به مصرف الکل؛ مصرف و یا سوء مصرف الکل از نشانه‌های بارز افسردگی است و معمولا سیر آن را وخیم‌تر می‌کند. الکل می‌تواند منجر به افزایش اضطراب در فرد افسرده شود و اثرات منفی روی سیستم عصبی مرکزی داشته باشد. با پزشک یا درمانگر روانی خود در رابطه با عادات آشامیدن الکل صحبت کنید. معمولا تجویز داروهای ضد افسردگی و ضد اضطراب شما را از این عادت دور می‌کند.

افکار منفی؛ افراد افسرده تصور می‌کنند که حتی با انجام دادن کارهای متفاوت و سعی در بهبود اوضاع فعلی نیز، احساس خوبی به آنها دست نخواهد داد.

بنابراین تلاشی هم نمی‌کنند در این صورت از انجام هرگونه فعالیتی باز می‌مانند. پروراندن افکار منفی دام بزرگی است که باعث تشدید افسردگی و در نتیجه منفل شدن کامل فرد می‌شود. منتظر روی دادن اتفاقات منفی نباشید. اگر تلاش و کوشش کنید، شانس رسیدن به نتایج مثبت و سازنده را از دست نخواهید داد.

انتقال مصدومان تصادف اتوبوس و پژو به بیمارستان

صادق محمودی، سرپرست سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر از تصادف میان یک دستگاه اتوبوس مسافری با خودروی سواری پژو ۴۰۵ در استان مازندران خبر داد و در این‌باره به خبرنگار ایسنا گفت: حوالی ساعت ۱۱:۲۵ صبح دیروز، ۲۶ اسفندماه خبر برخورد اتوبوس با خودروی سواری پژو ۴۰۵ در محور هراز، منطقه زیارباغ قبل از تونل تکاور به سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر اطلاع داده شد که در پی آن تیم‌های امداد و نجات از پایگاه آمل-رینه به محل اعزام شدند.

وی با بیان اینکه اورژانس نیز امدادگران خود را به محل اعزام کرده بود، گفت: تیم‌های امداد و نجات همزمان با امداد‌رسانی به مصدومان اقدامات خود برای رهاسازی و انتقال مصدومان را آغاز کردند. به گفته سرپرست سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر، حدود ۴۹ نفر در جریان این تصادف دچار حادثه شدند که از این تعداد هف ت تن دچار مصدومیت شدند. پنج نفر از مصدوم شدگان خدمات درمانی را در محل دریافت کرده و دو تن دیگر نیز به بیمارستان منتقل شدند. محمودی با بیان اینکه علت این حادثه از سوی کارشناسان پلیس راهنمایی و رانندگی بررسی و اعلام خواهد شد؛ گفت: امدادگران جمعیت هلال احمر سپس از پایان ماموریت خود به پایگاه بازگشتند.