

خبر پزشکی

کندن موهای سفید خطر ابتلا به زخم و عفونت را افزایش می دهد



دین موهای سفید برای همه انسان ها اتفاق ناخوشایندی است. برخی سعی دارند این موها را بکنند و از بین ببرند اما اینکار مشکلات زیادی برایشان به وجود می آورد. اینکته برای اولین بار متوجه شوید تعدادی تار موی سفید لایبای موهای تان در آمده، احتمالاً ناراحت تان می کند و دوست دارید که این مو های سفید را بکنید تا به طور موقت مشکل را برطرف کنید، اما متوجه می شوید که این مو دوباره رشد کرده است. وقتی که فولیکول های مو با کمبود سلول های تولید کننده ملانین مواجه شوند، تولید رنگدانه در آن ها متوقف می شود و مو ها سفید می آیند و این کاملاً طبیعی است و برای همه اتفاق می افتد؛ اما از آن جایی که از این اتفاق خوشحال نیستید و دوست دارید که این موها را از بین ببرید، در این مطلب قصد داریم بگوییم که اگر موهای سفید را بکنید، چه اتفاقی می افتد.

دوباره همان موها رشد می کنند

کندن موهای سفید باعث می شود که به طور موقت از شر آن ها خلاص شوید؛ اما این مو دوباره رشد می کند و در نهایت به حالت طبیعی و قبل خود برمی گردد و همان رنگ سفید روی موهای تان ظاهر خواهد شد؛ زیرا فولیکول آن دیگر رنگدانه تولید نمی کند.

خطر ابتلا به زخم یا عفونت را افزایش می دهد

کندن مو های سفید یا هر موی دیگری از ریشه خطر ابتلا به عفونت یا زخم را افزایش می دهد، زیرا فولیکول مو آسیب دیده و حتی ممکن است باعث شود که مو در آن ناحیه دیگر رشد نکند.

آیا راه امن تری برای کم کردن موهای سفید وجود دارد؟

خبرهیچ راهی وجود ندارد که خطر ابتلا به عفونت یا زخم را در پی نداشته باشد؛ اگر هم می خواهید این کار را انجام دهید، باید خیلی مراقب باشید و آن را با قیچی جدا کنید و قبل از رشد، دوباره با قیچی آن را کوتاه کنید، نه این که بخواهید آن را از ریشه بکنید. شاید اگر یک بار این کار را انجام دهید، مشکل خاصی ایجاد نشود اما اگر به طور مرتب این کار را تکرار کنید، ممکن است در همین قسمت کجلی بگیرید.

منبع:صناعت

تدبیر طب ایرانی برای آلرژی های فصل بهار



نیاز بدن را تأمین می کند مثل آش جو، سوپ جو، آش سماق، آش انار، انواع خورش ها و سمنو می تواند به حل این مشکل کمک کند.

وی افزود: مصرف شربت هایی مانند سکنجبین، شربت لیمو و البالو، افزودن زرشک، سماق و رب انار به غذاها، کاهش مصرف غذاهای پرآبویه و سرخ کردنی و محرک مانند شکلات، قهوه و نسکافه و کاهش مصرف غذاهای گوشتی به ویژه گوشت گاو و گوساله از دیگر سفارش های طب ایرانی در فصل بهار است.

این متخصص طب ایرانی تصریح کرد: کاهش مصرف غذاهای گوشتی به ویژه گوشت گاو و گوساله، کاهش مصرف غذاهای دیرهضم مانند فست قودها و انواع شیرینی های مصنوعی و مصرف گیاهان و سبزی های مفید فصل بهار مثل کنگر، ربواس، اسفناج و خرفه مورد سفارش طب ایرانی است.

اخباری تأکید کرد: انجام ورزش سبک روزانه، کاهش فعالیت های بدنی شدید در طول روز در کنار خواب معتدل و اجتناب از زیاد خوابی و کم خوابی از تدبیرهایی است که در طب ایرانی برای پیشگیری از بیماری به آن سفارش شده است.

یک متخصص طب ایرانی گفت: آلرژی فصلی مثل عطسه، آبریزش بینی، خارش گلو، خارش پوست و کهیر، دمل ها و جوش های پوستی از مشکلات شایع فصل بهار است که با رعایت برخی از اصول ساده زندگی و تغذیه سالم می توان از ابتلا به بیماری های این فصل و همچنین از ابتلا به آلرژی فصلی پیشگیری کرد. مرضیه اخباری در گفتوگو با ایسنا، اظهار کرد: مصرف غذاهای ایرانی سبک که انرژی و مواد مورد

ارتباط در اجتماع بودن با عملکرد شناختی



بیرون رفتن در اجتماع ممکن است با عملکرد شناختی مرتبط باشد. به گزارش ایسنا به نقل از مدیکال اکسپرس، بر اساس نتایج تحقیقات جدید، میزان پویایی افراد در جامعه خود، میزان رفت و آمد افراد در خارج از خانه و اطراف، ممکن است با عملکرد شناختی آنان مرتبط باشد.

در تحقیق روی ۷۰۱۶ بزرگسال سیاه و سفید ۵۲ ساله و بالاتر که پرسشنامه های مختلف را تکمیل کردند، پویایی بیشتر در جامعه به طور قابل توجهی با عملکرد شناختی بهتر مرتبط بود، اگرچه این ارتباط کم بود؛ آنجایی که خطر بالاتر بیماری قلبی عروقی تصلب شرایین هم با محدودیت های حرکتی و هم با

اما آنان دریافتند که اینطور نیست. در واقع، این ارتباط در افراد با خطر کم تصلب شرایین قوی تر بود.

امیلی بی لویتان، محقق مسئول، از دانشگاه آلاباما در دانشکده بهداشت عمومی بیرمنگام آمریکا، گفت: این تحقیق شواهد بیشتری را ارائه می دهد که سلامت شناختی و جسمی ما به هم مرتبط هستند.

این یافته نشان می دهد که ما باید رویکردی جامع داشته باشیم که هم سبک زندگی و هم معیارهای مرسوم سلامت را مورد توجه قرار دهد.

یافته های این تحقیق در مجله the American Geriatrics Society منتشر شده است.

کاهش شناختی مرتبط است، محققان فرض کردند که ارتباط بین تحرک و خطر بالای تصلب شرایین قوی تر است،

نوبت اول

فراخوان مناقصات عمومی یک مرحله ای شرکت توزیع نیروی برق آذربایجانغربی



شرکت توزیع نیروی برق آذربایجانغربی در نظر دارد مناقصات عمومی یک مرحله ای به شرح جدول ذیل را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقسه از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد مناقسه گران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس: www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقسه گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقسه محقق سازند.

توضیح: فقط شرکت هایی مجاز به شرکت در مناقسه خواهند بود که دارای تاییدیه صلاحیت از سازمان برنامه و بودجه در رشته نیرو و تاییدیه صلاحیت ایمنی از اداره کار و رفاه اجتماعی باشند. تاریخ انتشار مناقسه در سامانه: روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۳۱ آخرین مهلت زمانی دریافت اسناد مناقصات از سایت: ساعت ۱۹ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۰۷ مهلت زمانی ارسال پیشنهاد: ساعت ۱۹ روز پنجشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۱۷ زمان بازگشایی پاکت های ارزیابی کیفی: ساعت ۸ (هشت صبح) روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۱۹ زمان بازگشایی پاکت های الف و ب: ساعت ۱۰ (ده صبح) روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۲۳

Table with 4 columns: شماره تجدید مناقسه, موضوع مناقسه و شماره فراخوان, مبلغ کل تضمین شرکت در مناقسه (به ریال), نوع اعتبار. It lists various bidding opportunities for electricity distribution services in different regions.

اطلاعات تماس دستگاه مناقسه گذار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقسه و ارائه پاکت های الف: آدرس: ارومیه - بلوار ارتش - سرایان گمنام - ارتش، شرکت توزیع نیروی برق استان، تلفنخانه ۳۱۱۰۴۰۰ - ۰۴۴ - تلفن کارشناس مناقصات ۰۴۴۲۲۲۲۲۲۲۲ - مرکز تماس: ۱۴۵۶ دفتر ثبت نام: ۸۸۹۶۹۳۷۷ - ۰۲۱ - ۰۴۴۲۲۲۲۲۲۲۲۲ - بخش ثبت نام / پروفرال تامین کننده / مناقسه گر - موجود است. ضمناً فراخوان مناقسه در سایت های اطلاع رسانی معاملات صنعت برق (شرکت توانیر) و سایت شرکت توزیع نیروی برق آذربایجانغربی و سایت ملی مناقصات به ترتیب به آدرس های: www.tavanir.org.ir, www.waepd.ir, www.setadiran.ir قابل مشاهده است.

شاسه آگهی: ۱۷۱۹۷۸۹ اداره مناقصات و قراردادهای شرکت توزیع نیروی برق آذربایجانغربی

جدول

شماره ۷۴۹۶

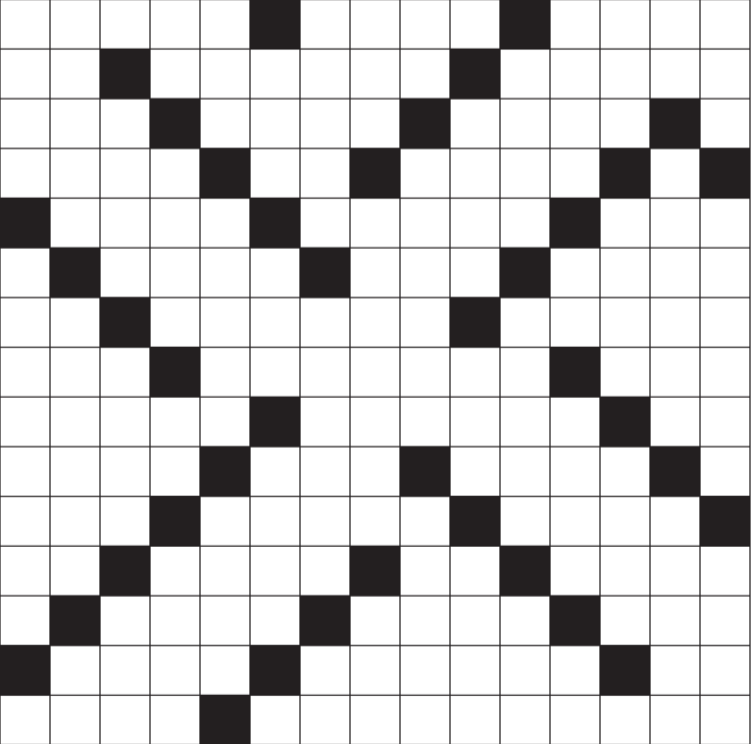
افقی

- ۱- از انواع قمر مصنوعی است- از فرآورده های دامی - از شهرهای آذربایجان غربی ۲- نوعی چراغ نفتی - مغناطیس - سازه از باطلاق آمده ۳- پارچه روپوشی - کج و خمیده - حرف سوال برانگیز ۴- صبر زرد - دریای عرب- راننده کشتی ۵- رییس قبیله - لقب رستم دستان به معنی قوی و نیرومند ۶- خاک سرد سنگ انداز - کابوس خانمها - خویشتندی داشتن ۷- محل نگهداری اسناد - جواب طفره آمیز - حرف همراهی ۸- بیماری واگیر - یکی از جاننده های ذاتی هر کسی است- زن برادر شوهر ۹- امر به آمان - به تیرش مرد آزاده هند به خدا پیوست- در میان ۱۰- پوشاک تن - راه گم کرده ۱۱- آب جوشیده انگور ۱۱- از شهرهای استان کرمان ۱۲- ناشکری نعمت- سر و سامان ۱۲- بهره و نصیب- حرف تنفر - گرز آهنین - سازه از باطلاق آمده ۱۳- کشیدنی ناخوش- دها و زیرکی - فروغ و روشنی ۱۴- خمیری در انگلیسی - در بند است- شهری در مازندران ۱۵- علم هیات- شکسته و خرد شده

عمودی

- ۱- مریسی کودک- نامیدی و بی بهرگی - بسیار مومن و پارسا ۲- تعجب خانمها - محاکمه - پایتختی در شرق مدیترانه ۳- روکار عمارت- پراکنده کننده - خشک و یخ بسته ۴- نمایش با ساز و آواز - عدد قمری - شفقت و مهربانی - فلز زینتی ۵- غذای مجردی - سختی و ناگواری وضع و حال - همان مادر است ۶- قاچ زین - سخت شدن گرما - دو رگه ۷- تعجب خانمها - هوو - ناشکری نعمت ۸- غسل و انگبین - نویسنده روسی کتاب آبیهای بهاری - مادر ترک زبان ۹- در زمان عرب بر سر حرفی می شنیدند و آن را تبدیل به نون میکنند - تخمین و تعیین قیمت- کیسه بی سر و ته ۱۰- کوبیدن و شکستن - تکوین جودان ماند - قبول خواهش ۱۱- چه بسیار - گردن نهادن - لقبی در هند ۱۲- گل ته جوی - یار دیرین کره - سوپ میهنی - شهر بلقیس ۱۳- ادوات و تجهیزات- یکطرف پیشانی - از سبزیهای خوردنی ۱۴- دندانهای نیش- شاعر مشهور انگلیسی - گل ته جوی ۱۵- جهانگرد - فیثکدان معروف المانی و مخترع میزان الحراره حیوه ای

- ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵



حل جدول شماره قبلی

