

خبرها از عالم علم

هشدار درباره افزایش بیماری های قلبی و عصبی

در مناطق پسر و صدا

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران با هشدار نسبت به پیامدهای جدی آلودگی صوتی در شهرهای بزرگ، تاکید کرد: سر و صدای ناشی از ترافیک، بوق خودروها و فعالیت‌های صنعتی نه‌تنها آرامش شهروندان را سلب می‌کند، بلکه در درازمدت زمینه‌ساز بروز بیماری‌های قلبی، عصبی و اختلالات روانی می‌شود.

به گزارش ایسنا، دکتر صابر مرادی حنیفی – متخصص بهداشت حرفه‌ای و ایمنی کار و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران در تعریف آلودگی صوتی افزود: هرگونه صدای ناخواسته و خارج از محدوده استاندارد که باعث ناراحتی و آزدگی افراد شود، آلودگی صوتی محسوب می‌شود. صداهای ناشی از ترافیک سنگین، کارگاه‌های صنعتی و بوق‌های پی‌دربی خودروها از عمده‌ترین منابع این آلودگی هستند.

وی با بیان اینکه در فضاهای شهری، آلودگی صوتی در مقایسه با محیط‌های صنعتی تأثیرات متفاوتی دارد، ادامه داد:صداهای ناگهانی، بلند و تکرار شونده در شهرها می‌توانند باعث اضطراب، استرس، اختلال خواب و حتی رفتارهای پرخطرانه شوند.

مرادی حنیفی با تاکید بر اینکه زندگی در مناطق پرصدا می‌تواند یکی از فاکتورهای افزایش فشار خون و مشکلات قلبی و روانی باشد، افزود: این اثرات معمولاً به مرور و در مواجهه طولانی‌مدت با صداهای بالای حد مجاز بروز می‌کنند؛ حتی کودکان و نوجوانانی که در معرض صداهای بیش از حد مجاز هستند دچار کاهش تمرکز و ضعف حافظه می‌شوند.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران با تاکید بر ضرورت کنترل منابع صوتی در شهرها گفت:ایجاد دیوارهای جاذب صوت در مسیرهای پرتراфик، توسعه کمربندهای فضای سبزی با درختان متراکم و استفاده از مصالح ساختمانی جذب‌کننده صدا از راهکارهای مؤثر در کاهش آلودگی صوتی هستند.

او همچنین به موضوع فرهنگ‌سازی در استفاده از بوق اشاره و بیان کرد: بوق خودرو و ابزارى هشداردهنده است اما در برخی موارد متأسفانه تبدیل به وسیله‌ای برای تخلیه عصبانیت شده است. اصلاح این رفتار اجتماعی از مهم‌ترین گام‌های کنترل آلودگی صوتی در کلان‌شهرها است. مرادی درباره استانداردهای صوتی گفت:بر اساس استانداردهای ملی ایران، میزان مجاز صدا در محیط‌های صنعتی باید کمتر از ۸۵ دسی‌بل در هشت ساعت کاری باشد تا از آسیب شنوایی جلوگیری شود. در محیط‌های شهری نیز حد مجاز بین ۴۵ تا ۵۵ دسی‌بل در طول روز و کمتر از ۴۵ دسی‌بل در شب تعیین شده است.

این متخصص بهداشت حرفه‌ای و ایمنی کار با بیان اینکه قرار گرفتن طولانی‌مدت در معرض صداهای بالاتر از ۸۵ دسی‌بل می‌تواند به سلول‌های شنوایی گوش آسیب برساند و باعث افت دائمی شنوایی شود، افزود: در محیط‌های شهری این حد معمولاً کمتر است، اما اثرات روانی و عصبی آن بیشتر مشاهده می‌شود.

مرادی حنیفی در ادامه به وضعیت کلان‌شهرها اشاره کرد و گفت: در شهرهایی مانند تهران، به دلیل تراکم خودروها، موتورسیکلت‌های فرسوده و وجود کارگاه‌های صنعتی در محدوده‌های مسکونی، میزان صدا در بسیاری از مناطق بالاتر از حد مجاز است. در برخی نقاط پرتراфик، شدت صوت به بالای ۷۰ دسی‌بل می‌رسد که این رقم برای سلامت انسان خطرناک تلقی می‌شود.

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
برابر رای شماره ۱۴۰۴/۳۰۱۰۵۸۰۵۵۰۰ مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۳۰ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بالامعارض متقاضی خاتم گیلدا اکبری شیرازی فرزند علی بشماره شناسنامه ۱۳۹۲ صادره از شمشیران به شماره ملی ۰۵۱۱۵۳۳۳۴ در سه دانگ شناع از شش‌دانگ یک قطعه زمین مشجر بدون درج اعیانی با کاربری کشاورزی به مساحت ۱۰۹۹/۸۳ مترمربع درقسمتی از پلاک ۸۹ اصلی واقع در هومن آبرسد خریداری عم الواسطه از مالک رسمی آقای امراله صفری محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب درنوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید طرف مدت یکماه ازتاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع تقاضای تقدیم نمایند بدیهی است و در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۱۱/۰۸
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۴/۱۱/۲۵
م/الف ۳/۹۸۲/۱۸۷۲-ش

رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتقرقی

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
برابری رای شماره ۱۴۰۴/۳۰۱۰۵۸۰۵۵۴۹۹ مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۳۰ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بالامعارض متقاضی خاتم ویکتور اکبری شیرازی فرزند علی بشماره شناسنامه ۸۵۵ صادره از شمشیران به شماره ملی ۰۵۱۰۴۵۵۱۳ در سه دانگ شناع از شش‌دانگ یک قطعه زمین مشجر بدون درج اعیانی باکاربری کشاورزی به مساحت ۱۰۹۹/۸۳ مترمربع درقسمتی از پلاک ۸۹ اصلی واقع در هومن آبرسد خریداری عم الواسطه از مالک رسمی آقای امراله صفری محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید طرف مدت یکماه ازتاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع تقاضای تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۱۱/۰۸
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۴/۱۱/۲۵
م/الف ۴/۹۸۲/۱۸۷۳-ش

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
برابر رای شماره ۱۴۰۴/۳۰۱۰۵۸۰۵۵۴۷۷ مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۷ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بالامعارض متقاضی خاتم زهرا صومعه فرزند محمدحسن بشماره شناسنامه ۲۵۷۴صادره از شهرری به شماره ملی ۰۴۹۱۲۳۹۹۷۱در شش‌دانگ یکک قطعه زمین محصور بدون درج اعیانی با کاربری کشاورزی به مساحت ۳۳۰ مترمربع در پلاک ۱۱فرعی از ۸۷ اصلی واقع در گلگنگک خریداری عم الواسطه از مالک رسمی آقای برهان حاج مهدی (از محل سهم الارث ورشه صلیه حاج مهدی امحرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید طرف مدت یکماه ازتاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع تقضای تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۱۱/۰۸
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۴/۱۱/۲۵
م/الف ۶/۱۰۱۶/۱۸۷۵-ش

رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتقرقی

یک فوق تخصص گوارش و کبد مطرح کرد؛

علائم پنهان سرطان مری؛ خطر نوشیدن مداوم چای داغ



فوق تخصص گوارش و کبد بالغین با هشدار نسبت به مصرف چای داغ گفت:نوشیدن مداوم چای و مایعات با دمای بالا یکی از عوامل مهم و اثبات‌شده در افزایش خطر ابتلا به سرطان مری است و متأسفانه این عادت در کشور ما بسیار شایع است.

به گزارش ایسنا، دکتر آرمان عبدی فوق‌تخصص گوارش و کبد بالغین و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی همدان با اشاره به اینکه سرطان مری از بیماری‌های دستگاه گوارش است، افزود: بسیاری از بیماران تا مراحل پیشرفته متوجه بیماری‌ری خود نمی‌شوند، زیرا علائم اولیه یا خفیف است یا با مشکلات ساده گوارشی اشتباه گرفته می‌شود.

وی توضیح داد:مصرف مداوم مایعات بسیار داغ، به‌ویژه چای، باعث آسیب حرارتی مکرر به مخاط مری می‌شود، این آسیب‌های تکرار‌شونده به‌مرور زمان می‌توانند منجر به التهاب مزمن، تغییرات سلولی و در نهایت افزایش احتمال بروز سرطان مری شوند. به گفته این فوق‌تخصص گوارش، وقتی این عامل در کنار سایر ریسک فاکتورها مانند سیگار، تغذیه ناسالم، رفلاکس معده و فشار روانی مزمن قرار می‌گیرد، خطر ابتلا به بیماری به طور قابل‌توجهی افزایش می‌یابد.

♦ استرس؛ عامل پنهان اما مؤثر در بیماری‌های گوارشی

وی با تاکید بر نقش استرس در بیماری‌های گوارشی اظهار داشت: استرس مزمن باعث تضعیف دستگاه ایمنی بدن می‌شود، یکی از وظایف اصلی سیستم ایمنی، شناسایی و حذف سلول‌های غیرطبیعی است که به طور روزانه در بدن ایجاد می‌شوند. زمانی که سیستم ایمنی تحت‌فشار استرس

آگهی مزایده اموال منقول

آگهی مزایده اموال منقول (ماشین آلات شرکت صنایع سپار تحریر آسیا) پرونده اجرائی کلاسه ۱۴۰۴۰۰۰۰ به موجب پرونده اجرائی کلاسه ۱۴۰۴۰۰۰۰۰ له : بانک رفاه کارگران و علیه شرکت صنایع سپار تحریر آسیا شماره ثبت ۱۴۸۵ شناسه ملی: ۰۲۳۳۲۹۰۰۱ و سهند روشنی نام پدر: محمد علی تاریخ تولد: ۱۳۷۸/۰۷/۳۳ شماره ملی: ۰۱۰۹۷۱۵۱۳ و سعید روشنی نام پدر: محمد علی تاریخ تولد: ۱۳۶۵/۰۱/۲۹ شماره ملی: ۰۰۷۸۱۲۴۸۲۴ شماره شناسنامه ۶۶۱۷ و ستاره روشنی نام پدر: محمد علی تاریخ تولد: ۱۳۷۷/۰۲/۳۰ شماره ملی ۰۰۲۱۱۱۶۰۷۵ ، بابت قرار داد بانکی شماره ۲۰۰۴ – ۱۳۳۹ – ۷۳۳۹۸۱ – ۴ مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۱ ، بستانکار جهت وصول مطالبات خود درخواست بازداشت ارزیابی و مزایده اموال منقول (ماشین آلات شرکت صنایع سپار تحریر آسیا به نشانی شهرک صنعتی چشت آباد – خیابان نسترن ۲ – خیابان سرو) را نموده که ارزیابی ماشین آلات شرکت مذکور به شرح ذیل میباشد : ضمناً کارشناسی ذیل با توجه به مشخصات فنی: کارایی: میزان استهلاک و موقعیت و سایر جهات موثر اعلام میگردد.

۱- مجموعه شماره یک اکسترودر خط تولید پلاستیک کیسه ای (PP TUBULAR FILM MAKING MACHINE)

سریال NO110311-SZJP550 ساخت چین – مارک SHANZHANG – شامل مجموعه رول کن و تابلو برق و سیستم کنترل و کلیه متعلقات مربوطه – جمعاً به مبلغ ۲۴۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

۲- مجموعه شماره دو اکسترودر خط تولید پلاستیک کیسه ای (PP TUBULAR FILM MAKING MACHINE)

سریال NO20141219_ SZJP55 ساخت چین مارک SHANZHANG شامل مجموعه رول کن و تابلو برق و سیستم کنترل و کلیه متعلقات مربوطه – جمعاً به مبلغ ۲۴۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

۳- مجموعه شماره سه اکسترودر خط تولید پلاستیک کیسه ای (PP TUBULAR FILM MAKING MACHINE)

ساخت چین – بدون پلاک مشخصات شامل مجموعه رول کن و تابلو برق و سیستم کنترل و کلیه متعلقات مربوطه – جمعاً به مبلغ ۲۴۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

جمع ارزش سه ردیف مجموعه دستگاهها به مبلغ ۷۲۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال (هفتاد و دو میلیارد ریال) میباشد مزایده از ساعت ۹ الی ۱۲ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۲۰ (بیستم بهمن ماه سال یک هزار و چهارصد و چهار) در محل اداره ثبت اسناد و املاک ایوانکی از مبلغ ارزیابی (پایه) شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقدا فروخته خواهد شد و چنانچه روز مزایده مصادف با تعطیل رسمی غیر مرتبه گردد مزایده روز اداری بعد از تعطیل در همان محل و ساعت انجام می شود و حقوق دولتی و حق مزایده طبق مقررات وصول خواهد شد. مزایده حضوری است و شرکت در جلسه برای عموم آزاد و منوط به پرداخت ده درصد از مبلغ پایه کارشناسی به حساب سپرده ثبت و تحت شناسه واریز اعلامی و حضور خریدار یا نماینده قانونی او در جلسه مزایده است. لذا خریدار یا خریداران میبایست تا قبل از شروع وقت مزایده اصل فیش واریزی مبلغ واریزی ودیعه ده درصد نام خود را به همراه درخواست کتبی به حیوان اجرای ثبت اسناد ایوانکی تحویل نمایند. ضمناً برنده مزایده مکلف است ما به التفاوت مبلغ فروش را ظرف مدت پنج روز از تاریخ مزایده به حساب صندوق ثبت تودیع نماید و در صورتی که ظرف مهلت مقرر مانده فروش را به حساب سپرده ثبت واریز نکند مبلغ مذکور قابل استرداد نبوده و به حساب خزانه واریز خواهد شد.در این صورت عملیات فروش از درجه اعتبار ساقط و مزایده تجدید میگردد و هزینه های قانونی برابر مقررات وصول خواهد شد- این آگهی پس از تأیید نماینده فرایند مزایده و ارسال آگهی در سایت آگهی های سازمان ثبت قرار خواهد گرفت و به منزله انتشار آگهی در روزنامه کثیر الانتشار محلی است. ضمناً چنانچه روز مزایده تعطیل رسمی اعلام گردد مزایده روز اداری بعد از تعطیلی در همان زمان و مکان مقرر برگزار خواهد شد.

۲۱۰۴۸۵۹م/الف۱۸۷۱-ش

آگهی اعلام تصمیم واحد ثبتی مبنی بر عدم افراز پلاک ثبتی ۳۰ فرعی از ۶۲ اصلی
نظر به اینکه آقای قاسم زمانی یکی از مالکین مشاعی شش‌دانگ پلاک ثبتی ۳۰ فرعی از ۱۲۲ اصلی واقع در دشتک حوزه ثبتی دماوند برابر درخواست وارده شماره ۲۱۶۷ مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۰۱ تقاضای افراز سهم مشاعی خود از شش‌دانگ پلاک ثبتی ۳۰ فرعی از ۱۲۲ اصلی را داده است و بعلت معلوم نبودن اتفاقگاه سایر شرکا به پیوست یک نسخه از تصمیم واحد ثبتی به شماره ۲۷۸۷۱ مورخ ۱۴۰۴/۱۰/۲۸ مبنی بر عدم امکان افراز پلاک ثبتی فوق جهت صدور آگهی ارسال میگردد، لذا بدینوسیله بااستناد ماده ۶ آیین نامه قانون افراز و فروش املاک مشاع و همچنین به اشخاصی که در پلاک مذکور ذینفع هستند اعلام میدارد که افراز سهمی خواهان طی نامه شماره ص/ ۱۴۰۴/۲۱۶۷ مورخ ۱۴۰۴/۹/۱۹ شهرداری دماوند امکان پذیر نبوده که بدینوسیله آگهی می گردد که کلیه افراد ذینفع می توانند طبق ماده ۲ قانون افراز و فروش املاک مشاع چنانچه اعتراضی دارند ظرف مدت ۱۰ روز پس از رویت مراجع قضایی مراجعه نمایند.

م/الف ۱۰/۱۰۵/۱۸۷۵-ش

سرپرست ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتقرقی

جدول

شماره جدول ۷۸۹۵

← افقی

۱-بها هم برابر و همسنگ شدن - اثری نوشته جان اشتاین بک۲-روسی زنان - با تکرار آن دهان شیرین نمی‌شود - امید است هیچ زنی سر آن نرود ۳-واحد سلج - شهادت- خشکی - حرف همراهی ۴-چاره درد - مته - زن صاحب جمال ۵-چراغ پایه‌دار - جاوید و ماندگار - تو در تو ۶-ویران کننده - بزرگداشته شده - کتاب گورکی ۷-رهبر سرخ جامگه - شوخی و ساختمانی - یکی از دو العاس بزرگ و معروف- کم و اندک۹-گریز از ترس- بالادست- کوچ کننده ۱۰-نخسته و پشت به آن داده - نویی جامه نیکو - شیرینی شاختی۱۱-کاغذ کبی - دریایی منشعب از دریای سیاه - حیوان اهلی ۱۲-دفتر حسابهای دیوانی - بیماری پوستی - وسبیله نقلیه طولانی ۱۳-پل کش- ندادکننده - اجیر شده - عزت جاهلانه ۱۴-سرباز زدن - ماه میلادی - خطای عمربعد ۱۵-همسایه شمالی - یاقوت معروف

→ عمودی

۱-تعویض کردن - کنایه از این دنیا ۲-سرو و ته شده - نظیر و مانند - چکر و ریم زخم ۳-سبوس میهنی - مری کودک بزرگان -اجاره بها - آسیب و آفت۴-از اجسام معدنی بلوری شکل - دوش انداز - در میان ۵-نشان و رونق - اصل و سبب- جای پراشوب۶-از سازه‌های سیمی - از گیاهان خوشرشتی - مرد سنگ انداز ۷-خوراکی از گوشت گوساله - راه رام کرده - عریان است۸-پیمای از غیب- آه در بساط ندارد - آغاز شب۹-ورفته - سروته شده - برنج فروش ۱۰-خوراک خوش خروگوش - گرد - کم و اندک ۱۱-غرزند ادم - عمل ناپسندی از کاسب خدانشناس ۱۲-نوعی شرکت- عشق و محبت- کوبیدن و شکستن ۱۳-از پستانداران خوش پوست- گردو غبار - هنگام زاده شدن - حرف همراهی ۱۴-مرد جوان - علم و دانش ذاتی - سلطان دویای جنگل ۱۵-سرشماری کردن - به پایان رسیده

♦ تشخیص زودهنگام، شانس درمان قطعی

عبدی تصریح کرد: در صورت تشخیص زودهنگام، سرطان مری می‌تواند کاملاً درمان‌پذیر باشد و حتی در برخی موارد بدون نیاز به جراحی‌های سنگین کنترل شود، اما در مراحل پیشرفته و پخش‌شدن سلول‌های سرطانی، درمان بسیار دشوار و گاهی تنها تسکینی خواهد بود.

♦ سیگار، الکل و تغذیه نامناسب

وی سیگار را یکی از مهم‌ترین عوامل خطر سرطان مری دانست و افزود:مصرف الکل نیز نقش مهمی در بروز سرطان‌های دستگاه گوارش دارد و در حال حاضر هیچ میزان بی‌خطری برای مصرف الکل تعریف نشده است. این متخصص گوارش و کبد بالغین در ادامه مطرح کرد:همچنین مصرف زیاد مواد غذایی مانده، دودی و ترشی‌ها به دلیل وجود نیتریته‌ها، خطر ابتلا به سرطان مری را افزایش می‌دهد.

بنابر اعلام ویبا، عبدی در پایان تاکید کرد: پرهیز از نوشیدن چای داغ، اصلاح سبک زندگی، کنترل وزن، تغذیه سالم، مدیریت استرس و مراجعه به‌موقع به پزشک در صورت بروز علائم هشداردهنده، می‌تواند نقش مؤثری در پیشگیری از بیماری‌های گوارشی و به‌ویژه سرطان مری داشته باشد.

♦ درمان خودسرانه؛ عامل تاخیر در تشخیص

این متخصص گوارش با هشدار

نسبت به درمان خودسرانه گفت: متأسفانه برخی بیماران با مصرف خودسرانه داروهای گوارشی یا مراجعه دیرهنگام، باعث تاخیر در تشخیص بیماری می‌شوند، دارو ممکن است علائم را کاهش دهد، اما بیماری زمینه‌ای را درمان نمی‌کند و تشخیص را به تعویق می‌اندازد.

کدام عوامل ریسک سرطان را افزایش می دهد



فوق تخصص خون و انکولوژی، به عوامل کلیدی مؤثر بر افزایش ریسک ابتلا به سرطان اشاره کرد. به گزارش مهر، مریم دقربان گفت: شیوع و بروز سرطان در دنیا در حال افزایش است و می‌توانیم این سونامی را به کل جهان تعمیم دهیم. بروز سرطان متأسفانه در ایران بسیار بالاست، اما باید در نظر داشته باشیم که جامعه ما نیز جوان است.

وی ادامه داد: تلاش ما باید بر این باشد که آموزش‌های مراقبتی را به جمعیت جوان و سایر اقشار جامعه ارائه دهیم تا در صورت بروز بیماری، تشخیص زودتر و درمان راحت‌تری صورت پذیرد.

این فوق تخصص خون و انکولوژی تاکید کرد: علاوه بر فاکتور ارثی که نقش پررنگی دارد، فاکتورهای محیطی و اکتسابی که در طول زندگی اضافه می‌شوند، در بروز سرطان مؤثر هستند.

باقریان در ادامه به عوامل کلیدی مؤثر بر افزایش ریسک سرطان اشاره کرد و افزود: مصرف دخانیات، چاقی، کم‌تحرکی، استفاده خودسرانه از داروها بدون نظارت پزشک، رژیم غذایی حاوی غذاهای چرب و پرکالری و به ویژه غذاهای فست‌فودی، ثابت شده است که می‌توانند در طولانی مدت در بروز سرطان‌ها، به ویژه سرطان‌های دستگاه گوارش که شیوع بالایی در کشور دارند، نقش داشته باشند.

وی با اشاره به اهمیت غربالگری و تشخیص زودهنگام سرطان ها، گفت: خوشبختانه برخی از سرطان‌های شایع مانند سرطان پستان در خانم‌ها، روش‌های غربالگری مشخصی دارند که در ایران و جهان جدی گرفته می‌شود. آموزش معاینات شخصی و شناسایی علائم هشدار، به بیمار کمک می‌کند تا زودتر به درمان برسد.

این فوق تخصص خون و انکولوژی با بیان اینکه از واژه «سرطان» نترسید، افزود: دانستن علائم هشدار و روش‌های پیشگیری و مراقبتی، هم می‌تواند بیمار را نجات دهد و هم اگر در آینده سرطانی رخ دهد، تشخیص در مراحل پایین‌تر درمان را بسیار راحت‌تر کرده و طول عمر فرد را افزایش می‌دهد.

وی بر شناخت علائم سرطان‌های شایع تاکید و تصریح کرد: سرطان پستان در خانم‌ها و آقایان، سرطان‌های دستگاه گوارش (شناسایی اختلالات و ناراحتی‌های طولانی مدت گوارشی) و همچنین هرگونه توده در هر نقطه‌ای از بدن اهمیت دارد. از این رو، غربالگری‌های مربوط به سرطان پستان، دهانه رحم و دستگاه گوارش را جدی بگیرید و هرگاه هر یک از این علائم به صورت طولانی‌مدت ادامه یافت، حتماً به پزشک مراجعه کرده و از مشورت تخصصی بهره‌مند شوید.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران، در گفتگو با رادیو سلامت اظهارداشت: عدم مصرف دخانیات، کاهش مصرف غذاهای فراوری‌شده، تحرک کافی و کنترل وزن، اساسی‌ترین راه‌های پیشگیری از بروز بسیاری از سرطان‌ها هستند.