

عاقبت انسان در مریخ



کلونی ساکنان ابدی

مریخ می تواند زمینه مستعدی برای بیماری های روانی باشد.

سازمان‌های پروازهای فضایی، باراک اوباما و حتی بازالدربین به‌طور جدی بحث‌هایی را برای اعزام انسان به سیاره غیرقابل سکونت مریخ طلی چند دهه آینده مطرح کرده‌اند، اما پس از آنکه این مستعمرگران به سیاره سرخ برسند، رخ چه خواهد داد؟

شرکت «مارس‌وان» امیدوار است استعمارگری

انسان بر روی سیاره دیگر را به یک واقعیت تبدیل کند و از طریق تلویزیون امکان مشاهده تمامی حرکات افراد اعزام شده را به زمینیان بدهد.

اما نشریه گاردین در گزارشی مدعی است ساکنان مریخ علاوه بر رویارویی با انجماد و محیط مملو از گردوغبار، با بسی بیثباتی روانی در این سیاره روبه رو خواهند شد.

انزوای کامل اجتماعی، محدودیت ابدی در زیستگاه ساخته شده توسط مارس‌وان، نظارت ۲۴ ساعته از طریق تلویزیون و فقدان خدمات بهداشت روانی موجب خواهد شد اشخاصی که برای زندگی همیشگی بر روی مریخ گزینش شده‌اند، کاملا با مشکل روانی مواجه شوند.

حتی فضانوردانی که می‌دانند سرانجام به خانه خود

باز می‌گردند، در خلا تنهای فضا افسرده و مضطرب می‌شوند.

تصور بودن در فضای کوچک به همراه تعدادی انسان و همچنین تأخیر در مخابره صدا مانع از آن می‌شود که این افراد با زمینیان تماس داشته باشند.آن‌ها همچنین نمی‌توانند آذانه بسر روی توپ نجات مریخ« نامگذاری شود، سیاره سفر کنند.

به نوشته گاردین، شرکت مارس‌وان یا پیامدهای

خطرات پرواز

امر می‌تواند منجر به سوخاخ شدن پرده صماخ شود.

دستگاه جدید Earplanes می‌تواند فشار را در گوش تنظیم کند. همچنین برای افراد مبتلا به سینوزیت مزمن، عمل جراحی جدیدی موسوم به ساینبلاستی با بالن می‌تواند پاسخ‌بهرگی باشد.

پرواز یک وحشت بزرگی

بررسی‌ها بر روی انتقال حیوانات در مسیرهای طولانی پرواز نشان داد که تنش می‌تواند دلیل ۴۰درصد مرگ در زمان ورود به مسیر پرواز باشد و اینکه هرچه سفر طولانی‌تر باشد، این خطر بالاتر است.

سفرهای طولانی به مسافران زمان کافی برای تفکر مجدد داده که می‌تواند آغازگر ماربپچی از واکنش‌های روانی و فیزیولوژیکی باشد. تفرکات اضطرابی ترشح آدرنالین را تحریک کرده که این هورمون کورتیزول را در کنار فشار و قند خون افزایش می‌دهد و منجر به تپش قلب و تنگی نفس می‌شود.

شوک حساسیت

حساسیت‌های شدید غذایی و بخصوص حساسیت به بادام‌زمینی می‌تواند در پروازهای طولانی خطرناک باشد. افراد دارای حساسیت بالا نیازبه به خوردن یک بادام‌زمینی برای واکنش آنفیلاکسی ندارند که در آن گلو متورم شده، پوست دانه زده و فشار خون به شدت پایین می‌آید. به گفته پزشکان حتی نزدیک شدن به آجیل برای افراد حساس می‌تواند به شوک آنفیلاکسی منجر شود. بادام‌زمینی از پروتئین‌های چسبناتی برخوردار است و از این‌رو تنها تنفس در هوای دارای این مواد می‌تواند شوک حساسیت را در پی داشته باشد.

دانش و پژوهش

danesh@kayhan.ir



بیماری به نام مگس‌پران

ایجاد می‌شود که به این عارضه مگس‌پران چشم می‌گویند. اگر دیدن سایه‌های ناشی از مگس‌پران در اینفو تکوناخت، تصاویر صاف و شفاف بر روی شبکیه افتاده به طوری که فرد بتواند به روشنی و وضوح این تصاویر را مشاهده کند اما گاهی بر اثر عوامل مختلف ممکن است این ماده نامنظم شده و از کارایی آن کاسته شود.

وی ادامه داد: مواردی همچون ضربه، پرش شدید یا شیرجه زدن محکم در آب می‌تواند باعث تیسیر زجاجیه شود در

این حالت سایه‌هایی مانند مو، مگس یا ریشه درخت در دید فرد

استرس سم تولید می‌کند!

استرس در زیر پوست نوعی ماده شیمیایی سمی تولید می‌کند که تأثیرات منفی فراوانی مانند پیری و چروک پوست و نیز آکنه‌های عصبی را ناشی می‌شود.

پزشکان در جدیدترین پژوهش دریافته‌اند که استرس در زیر پوست افراد تولید مواد سمی می‌کند.

گفتنی است، هورمون‌های استرس مانند کورتیزول که در بدن افراد ترشح می‌شود، سبب

یک متخصص جراح چشم گفت: عارضه مگس‌پران هنگامی خطرناک است که زجاجیه به شبکیه متصل بوده و جابه جایی آن موجب حرکت در شبکیه چشم شود در این صورت شبکیه ممکن است دچار کندیگی شده یا حتی پرده چشم پاره شود.

دکتر محمدرضا فرتوک‌زاده در گفت‌وگو با ایسنا با بیان اینکه دیدن سایه‌هایی به شکل مو،مگس یا ریشه درختان هنگام نگاه کردن مربوط به عارضه مگس‌پران در چشم می‌شود، گفت: موارد دیگری همچون ضربه، پرش شدید یا شیرجه زدن محکم در آب می‌تواند باعث ایجاد این ضایعه شود.

این متخصص جراح چشم اظهار داشت: داخل چشم انسان ماده ژله مانندى به نام زجاجیه وجود دارد. این ماده در شرایط طبیعی با حالتی یکنواخت، تصاویر اشیا در منطقه بیرونی به گونه‌ای صاف و شفاف بر روی شبکیه افتاده به طوری که فرد بتواند به روشنی و وضوح این تصاویر را مشاهده کند اما گاهی بر اثر عوامل مختلف ممکن است این ماده نامنظم شده و از کارایی آن کاسته شود.

وی ادامه داد: مواردی همچون ضربه، پرش شدید یا شیرجه زدن محکم در آب می‌تواند باعث تیسیر زجاجیه شود در این حالت سایه‌هایی مانند مو، مگس یا ریشه درخت در دید فرد

دانشمندان دریافته‌اند که استرس به دو نوع خوب و سمی تقسیم می‌شود. استرس خوب سبب چالش و بهبود عملکرد بخش‌های مختلف بدن می‌شود، اما استرس سمی سبب در معرض خطر قرار گرفتن بدن می‌شود. از دیگر عوارض استرس، التهاب در مغز و کاهش کارایی آن است. استرس به دلایل مختلفی

با افزایش سن و در سن بین ۶۰سالگی، زجاجیه در چشم نیز همانند سایر اندام‌های بدن دچار چین‌خوردگی شده و در نتیجه سایه‌هایی در دید افراد ایجاد می‌شود که مربوط به سالمندی آنهاست.

دکتر فرتوک‌زاده دیابت، فشارخون و خونریزی‌های داخل چشمی را از بیماری‌هایی دانست که می‌تواند باعث ایجاد مگس‌پران در چشم شود و افزود: ابتلا به این عارضه معمولا زمینه ارثی ندارد و اکتسابی است.

این فوق تخصص پیوند قرنیه، در پایان یادآور شد: مگس‌پران چشم به تنهایی درمان ندارد و معمولا با گذشت زمان از بین می‌رود اما چنانچه این ضایعه با دیدن جرقه‌های نور (flashing) همراه باشد پزشک متخصص به وسیله لیزر و مداوای شبکیه اقدام به درمان آن می‌کند.

وی ادامه داد: وجود نور در میدان بینایی بدون وجود محرک نورى واقعی را فلاشینگ یا جرقه جرقه نور همراه با سایه‌های مگس‌پران چشم گفت: ضایعه مگس‌پران هنگامی که زجاجیه به شبکیه متصل بوده وجابه جایی آن موجب حرکت در شبکیه چشم شود خطرناک می‌شود و در این صورت شبکیه ممکن است دچار کندیگی شده یا حتی پرده چشم پاره شود.

وی با اشاره به نقش کپولت جرقه‌ها بیشتر ظاهر می‌کنند.



می‌تواند به وجود بیابید مانند حوادث، مرگ یکی از عزیزان، استرس‌های کاری و شغلی و همین‌طور بیماری‌ها، اما افراد باید سعی کنند تا با استرس برخورد منطقی داشته باشند و از آن در جهت موفقیت و بهبودی استفاده کنند نه در جهت تخریب و آسیب روحی و جسمی.

وضعیت داروهای بیهوشی در ایران

هزینه برخی از درمان‌ها مانند بیهوشی را بپردازد ۴ سال است که به دنبال حمایت بیمه‌ها هستیم.

وی افزود: در جراحی اندام‌ها، شکم و اعمال جراحی چشم می‌توان بی‌حسی عمل را انجام داد در صورتی که با داروی بی‌حسی‌های این اعمال انجام می‌شود.

رئیس انجمن درد و بی‌حسی موضعی در ایران گفت: دردهای کمر، زانو و سردرد شایع‌ترین دردها هستند و پس از آن دردهای سرطانی قرار دارد این در حالی است که کنترل درد بسیار اهمیت دارد و دردهای حاد پس از عمل جراحی از چالش‌های پزشکی است چرا که در بسیاری موارد کنترل نمی‌شود.

وی گفت: دردهای مزمن شامل دردهای سیناتیک، سردردهای میگرنی، کمر دردهای شدید، دردهای سرطانی و غیره است که سال‌ها زمان می‌برد و فرد را دچار از کارافتادگی و معلولیت می‌کندوی با اشاره به اینکه از ۱۰ تا ۱۵ درصد افراد مبتلا به درد شده گفت: هر سال حدود ۲۴ نفر در دانشگاه‌های علوم پزشکی طی دوره ۱۸ ماهه آموزش‌های لازم را فرا می‌گیرند.

گفتنی است: ششمین کنگره سالانه و چهارمین کنگره بین‌المللی رژیونال آنستزی و درد از ۲۰ تا ۲۲ فروردین ماه برگزار می‌شود.

و بستری بیماران مدت زمان کمتری ببرد.

وی با اشاره به اینکه تغییرات

ارز مرجع بر روی داروهای بیهوشی اثر گذاشته گفت: وزارت بهداشت باید مدیریت کند و از منابع مالی به صورت منابع بیمه‌ای این موضوع را سرورسان دهد تا زمانی که دارو گران شد هزینه‌ای به سبد بیمار تحمیل نشود.

ایمانی گفت: در تأمین دردهای بیهوشی به دلیل تحریم‌های واردی دچار مشکل شدیم چرا که گران‌شدن دارو را به طور ملموس احساس کردیم

رئیس انجمن بیهوشی و درد ایران در مورد داروی استنشاقی هالوتان که باعث عوارض شده بود، گفت: این دارو سال‌ها استفاده می‌شود

و مانند سایر داروها دارای عوارض است اما اگر با مدیریت و شرایط مناسب استفاده شود امکان خطر کاهش می‌یابد.

وی افزود: بعضی از داروهای بیهوشی ممکن است دارای عوارض کبدی باشند و داروی جایگزین دیگری درصدمی از عوارض را ایجاد کند

بنابراین‌اگر اعلام کنیم فلان دارو عوارضی دارد و نباید مصرف شود مسئولان باید به صرفه نیست.

رئیس انجمن درد و بی‌حسی موضعی در ایران تصریح کرد: داروهای تولید داخل با شرایط حاضر و منابع مالی محدود کیفیت قابل قبولی دارند

ایمانی گفت: هنوز بیمه‌ها برخی تعرفه‌های ارتوبدی، جراحی، بیهوشی و… را پوشش ندادند و چون بیمار باید

می‌کنند که انگل‌های مغزخوار به اسفانه‌های علمی تخیلی تعلق دارند، اما متأسفانه **Naegleria fowleri** تنها میکروارگانیزی نیست که با پیدا کردن فرصت، به مغز انسان حمله می‌کند. این لاروها احتمالاً توسط انسان‌های مصرف‌کننده گوشت خوک خورده می‌شود. در انسان‌ها، راه این لاروها در مغز خاتمه می‌یابد و این موجودات کیست‌هایی را شکل می‌دهند که موجب درد بیماری neurocysticercosis به نام می‌شود.چنین موضوعی می‌تواند موجب ظهور حملات سریع و سردرد شده و سرانجام به مرگ بینجامد.

انگل
Toxoplasma gondii
این ارگانسیم تک‌سلولی می‌تواند فقط در شرایط فراهم

صفحه ۸

دوشنبه ۲۵ شهریور ۱۳۹۲

۱۰ ذیحده ۱۴۳۴ - شماره ۲۰۵۹۲

قند بیشتر چهره پیرتر

نتایج جدیدترین تحقیقات در آمریکا نشان می‌دهد، مصرف زیاد مواد قندی علاوه بر چاقی موجب می‌شود فرد پیرتر از سن واقعی‌اش به نظر آید.

در کتابی که به تازگی در آمریکا منتشر شد، آمده است که برخلاف آنچه تاکنون تصور می‌شد، مصرف زیاد مواد قندی گذشته از تمام عوارض جسمانی و چاقی که به دنبال دارد، موجب ایجاد چین و چروک در پوست و در نتیجه، افزایش سن ظاهری افراد نسبت به سن واقعی آنان می‌شود.

نویسندگان این کتاب که خود متخصص تغذیه و کارشناس بیماری‌های پوستی هستند، تأکید می‌کنند که مواد قندی موجب تخریب سلول‌های پوست و افزایش احتمال ایجاد خشکی و چروک روی آن می‌شود. هرچه سن افراد بیشتر می‌شود، تولید کلارن پوست کاهش می‌یابد و همین امر موجب تخریب پوست می‌شود. سوء تغذیه و تغذیه نادرست نیز این روند را تسریع می‌کند.

به گفته این محققان، افرادی که رژیم غذایی حایر مقادیر کم قند را در

پیش می‌گیرند، دستکم یک سال جوان‌تر از مصرف‌کنندگان مقادیر زیاد قند و یک و نیم سال جوان‌تر از بیماران قندی به نظر می‌آیند. از این گذشته، مصرف زیاد قند با تأثیر منفی آن بر پوست و ایجاد التهاب‌های پوستی رابطه مستقیم دارد. در این کتاب به علاقه‌مندان از قند توصیه شده است که به مدت ۳ روز رژیم غذایی خاصی را در پیش بگیرند. پایه اصلی این رژیم غذایی، مصرف غذاهای خالی از قند و گندم است. آنان در عوض بهتر است از غذاهای دارای مقادیر کم کربوهیدرات و سرشار از فرآورده‌های شیر و نیز میوه و ماهی‌های دارای امگا۳ مانند سالمون استفاده کنند که مصرف این ماهی برای مربوط کردن پوست مفید است. در این کتاب همچنین توصیه شده است که در بین وعده‌های غذایی، آجیل مصرف شود زیرا این مواد غذایی سرشار از پروتئین و ویتامین‌های تقویت تولید کلارن هستند. درباره نوشیدنی‌ها هم به این افراد توصیه شده است که جای سبزی که پوست را از عوارض ناشی از تابش اشعه فرابنفش حفظ می‌کند، مصرف کنند. این کارشناسان آمریکایی در این کتاب تأکید کردند که بعد از گذشت ۳ روز با برنامه غذایی یاد شده، جسم افراد علاقه‌مند به مواد قندی خالی از سموم می‌شود. آن گاه این افراد می‌توانند بار دیگر، با رعایت تعادل در مصرف، از مواد قندی استفاده کنند.

روبات فیزیوتراپ ایرانی به ۴ کشور صادر می‌شود

پژوهشگران مرکز رشد پارک علم و فناوری یزد روبات هوشمندی برای فیزیوتراپی مچ یا طراحی کردند که قادر است طول درمان و میزان درد را در بیماران تحت عمل جراحی کاهش دهد این روبات به مرحله تجاری رسیده و قرار است به کشورهای همسایه صادر شود.

ابراهیم بلور- مجری طرح در گفت‌وگو با مهر محور تحقیقات خود در صنایع توانبخشی دانست و گفت: به همین منظور پروژه‌های تحقیقاتی در زمینه ترمیم آسیب‌دیدگی‌های مفاصل اجرایی کردیم.

بلور، با بیان اینکه این روبات برای بیماران که تحت عمل جراحی قرار گرفته‌اند مورد استفاده قرار می‌گیرد، یادآور شد: این روبات قادر به حرکت در ۴ جهت است و با اتصال آن به تخت بیمار اعمال فیزیوتراپی را برای بیمار انجام می‌دهد.

مجری طرح، ساخت روبات فیزیوتراپ مفاصل زانو و لگن را از دیگر دستاوردهای این طرح تحقیقاتی دانست و خاطرنشان کرد: این روبات هوشمند به ترمیم تمام آسیب‌دیدگی‌های ناحیه زانو و لگن کمک می‌کند و به‌طور کامل محسوس طول دوره درمان و میزان درد بیمار را کاهش می‌دهد.

وی طول این روبات را یک متر، ارتفاع آن را ۳۰ و عرض آن را ۳۰ سانتیمتر ذکر کرد و ادامه داد: تنظیم زمان کار با این روبات از یک تا ۹۹ دقیقه تعیین شده است و این روبات قابل تنظیم برای طول ساق و ران ردهای سن ۱۰ سال

تا اولینالیستی با بیش از دو متر قد از ۳۰ تا ۶۰ سانتیمتر متغیر است. این محقق با تأکید بر اینکه این روبات تا ۳ هفته پس از عمل جراحی قابل استفاده است، اضافه کرد: این روبات یک فیزیوتراپ هوشمند است که از سیستم کنترل مرکزی کامپیوتری و قطعات مکانیکی تشکیل شده می‌تواند استفاده از رازنده، عمل فیزیوتراپی را انجام دهد.

بلور از تجاری‌سازی این روبات خبر داد و گفت: در حال حاضر این روبات به تولید صنعتی رسیده است و صادرات آن به کشورهای همسایه چون سوریه، عراق، تاجیکستان و پاکستان آغاز شده است.

مجری طرح با بیان اینکه در این مطالعات موفق به ساخت روبات فیزیوتراپ برای اندام تحتانی مفاصل لگن، زانو و مچ شدیم، خاطرنشان کرد: در فاز دوم این تحقیقات در تلاش هستیم تا روبات‌های هوشمند برای مفاصل اندام فوقانی چون مفاصل شانه، آرنج و دست مچ طراحی کنیم.

شادترین و غمگین‌ترین کشورهای جهان

سازمان ملل در جدیدترین گزارش خود درباره شادترین کشورهای جهان با بررسی ۱۵۶کشور مختلف، فهرست شادترین و غمگین‌ترین کشورهای دنیا را منتشر کرد.

در دومین گزارش سالانه «شادی جهانی» که از سوی سازمان ملل منتشر شد در بین ۱۵۶ کشور مختلف جهان کشورهای دانمارک، نروژ، سوئیس، هلند و سوئد بالاترین سطح شادی را داشته‌اند.

همچنین کشورهایی که در این فهرست در پایین‌ترین رده‌ها قرار گرفته‌اند شامل رواندا، بروندی، آفریقای مرکزی، بنین و توگو هستند که همه آنها در قاره آفریقا قرار دارند.

این گزارش که حاصل تلاش «شبکه راه حل‌های توسعه پایدار سازمان ملل» است براساس میزان رضایت کلی مردم از زندگی در سراسر جهان جمع‌آوری شده است.

در این گزارش آمده است در حالی که شرایط اقتصادی مورد بحث، است عوامل دیگری همچون امید به زندگی و حمایت‌های اجتماعی نیز باید مورد توجه باشند، درحقیقت شادی انسان‌ها بخش مهمی از ارزیابی‌ها از پیشرفت ملت‌هاست.

در این گزارش آمده است که بحران‌های اقتصادی در یونان، ایتالیا، پرتغال و اسپانیا و درگیری‌های سیاسی در برخی از کشورهای دیگر باعث کاهش شادی در میان مردم شده است.

همچنین در این گزارش کشورهای آمریکا، انگلیس، فرانسه و ژاپن به ترتیب با کسب رتبه‌های ۵۸،۳۲،۱۷ تا ۴۲ از این رقبات جا مانده‌اند و جزو شادترین کشورهای جهان یپان اتود،ی در این گزارش تأکید شده است.

در این گزارش‌های روانی از قبیل افسردگی، و اضطراب اصلی‌ترین عوامل کاهش شادایی در جهان هستند. همچنین در کشورهای غنی کمتر از یک سوم ساکنان آن‌ها که به چنین بیماری‌هایی مبتلا هستند، تحت درمان قرار دارند.

انگل‌های مغزخوار

می‌کنند و سرانجام به عضلات حیوان می‌رسند. این لاروها احتمالاً توسط انسان‌های مصرف‌کننده گوشت خوک خورده می‌شود. در انسان‌ها، راه این لاروها در مغز خاتمه می‌یابد و این موجودات کیست‌هایی را شکل می‌دهند که موجب درد بیماری neurocysticercosis به نام می‌شود.چنین موضوعی می‌تواند موجب ظهور حملات سریع و سردرد شده و سرانجام به مرگ بینجامد.

انگل
Toxoplasma gondii
این ارگانسیم تک‌سلولی می‌تواند فقط در شرایط فراهم



رایدکال‌های آزاد از بدن نقش دارند و از بروز سرطان، انواع عفونت‌ها و همچنین از پیری زودرس جلوگیری می‌کنند.نیزه منبع غنی از املاح معدنی همچون آهن، مس، کلسیم، پتاسیم، منگنز و منیزیم است.مصرف مس و آهن برای تولید گلبول‌های قرمز خون ضروری است و زیره از این نظر منبع غذایی مناسبی است. به علاوه می‌توان انواع ویتامین‌های ضروری همچون A.E.C را از این چاشنی گیاهی مفید دریافت کرد.

دانه «زیره»، اکسیر جوانی!

زیره به دلیل دارا بودن مقادیر قابل توجهی از ریزمغذی‌ها، املاح و مواد معدنی و انواع ویتامین‌ها و آنتی‌اکسیدان‌ها خواص تغذیه‌ای و درمانی فوق‌العاده‌ای دارد و مانع از پیری زودرس می‌شود.

زیره در مناطقی از اروپا، آفریقای شمالی و آسیا کشت می‌شود و پرورش‌دهندگان این گیاه پس از برداشت و خشک کردن، دانه‌های آن را می‌کوبند و از روغن دانه زیره ترکیبات شفابخش و مفید می‌گیرند. دانه‌های زیره منبع غنی از فیبر غذایی هستند و این ماده خوراکی حجم غذا را افزایش می‌دهد و با تسریع حرکت غذا در روده‌ها از بروز یبوست جلوگیری می‌کند.همچنین فیبر خوراکی تأثیر مطلوب روی مخاط جداره روده دارد و با این ویژگی از روده‌ها در برابر سرطان حفاظت می‌کند و همچنین از جذب مجدد نمک در روده می‌کاهد.

دانه زیره حاوی روغن‌های ضروری است که به دلیل دارا بودن ویژگی‌های آنتی‌اکسیدانی قوی و ضدنفخ بودن برای دستگاه گوارش بسیار مفید است.زیره همچنین حاوی مقادیر قابل ملاحظه‌ای از آنتی‌اکسیدان‌های فلاونوئید همچون «لوتین» و «کاروتن» و «کیتوتزانترین» است که در خارج کردن مولکول‌های مغرب