

خارش پوست، جدیدترین نشانه ابتلا به ویروس کرونا

دانشمندان انگلیسی خارش پوست را به عنوان جدیدترین نشانه ابتلا به کووید ۱۹ معرفی کردند. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، خارش پوست به عنوان جدیدترین نشانه ابتلا به ویروس کرونا شناخته شدبر این اساس، دانشمندان کالج سلطنتی لندن اعلام کردند از هر یازده نفری که به ویروس کرونا مبتلا شده اند، یک نفر خارش پوستی داشته است. از همین رو باید از این به بعد خارش پوستی را نیز یکی از نشانه‌های ابتلا به کووید ۱۹ دانست.دانشمندان این دانشگاه در تحقیقات خود ۲۰ هزار مبتلا به کرونا در انگلیس را مورد بررسی قرار دادند. یافته‌های این محققان نشان داد ۹ درصد مبتلایان عوارضی مانند خارش پوست نشان داده اند. همچنین ۸ درصد نیز دارای عوارض پوستی شده اند. این دانشمندان از وزارت بهداشت انگلیس خواستند خارش پوست را به عنوان یکی از علائم ابتلا به ویروس کرونا معرفی کنند. پیش‌تر این وزارتخانه سه علائم تب، سرفه‌های مداوم و از دست دادن حس بویایی یا چشایی را از نشانه‌های ابتلا به کووید ۱۹ معرفی کرده بود. محققان دریافتند راز طول عمر بیشتر، عدم استعمال سیگار و داشتن فعالیت‌های اجتماعی در سنین سالمندی است. به گزارش مهر، محققان دانشگاه اتاگو نیوزیلند عنوان می‌کنند افراد می‌توانند با انجام برخی کارها بر روند پیری کنترل داشته باشند.«پورام باراک»سرپرست تیم تحقیق در این باره می‌گوید: «انتخاب عدم استعمال سیگار و تعهد به حفظ فعالیت‌های اجتماعی بهترین راه دلشن روند پیری موفق است.»وی در ادامه می‌افزاید: «شرکت در فعالیت‌های اجتماعی به معنای رفتن به بیرون از خانه و تعامل با افراد دیگری به جز افراد خانواده و حضور در فعالیت‌های نظیر کنسرت یا بازی گلف است.» محققان در این تحقیق، داده‌های مربوط به ۲۹۲ فرد ۱۰۰ ساله را که فاقد هرگونه بیماری‌های مزمن شایع نظیر دیابت، افسردگی، زوال عقل و فشارخون بالا بودند بررسی کردند.نتایج نشان داد مشارکت اجتماعی و حضور در فعالیت‌های اجتماعی در هرگروه سنی مفید است. به فعالیت‌های اجتماعی که ورزش موجب بهبود شولهد قبلی نشان داده بودند که ورزش موجب بهبود سلامت و افزایش طول عمر می‌شود اما مطالعه جدید نشان می‌دهد در بین گروه‌های دارای تحرک فیزیکی بالا حضور در فعالیت‌های اجتماعی هم بسیار در کاهش ریسک ابتلاء به زوال عقل مؤثر است.

درمان‌های خانگی تبخال؛ از سیر تا سرکه سیب

روش‌های طبیعی برای خلاص شدن از شر تبخال

آب لیموترش
لیموترش یک ضدعفونی‌کننده طبیعی و سرشار از ویتامین C است که برای مقابله با ویروس تبخال مؤثر عمل می‌کند. سه مرتبه در روز چند قطره لیموترش را روی تبخال بزنید و منتظر خشک شدن تبخال باشید. همچنین توصیه می‌شود مقداری لیموترش را در آب ولرم حل کرده و میل کنید تا سیستم ایمنی بدنتان تقویت شده و زودتر از شر این مزاحم بدشکل خلاص شوید.
جوش شیرین
جوش شیرین یکی از آن دست موادی است که همیشه باید در منزل داشته باشید. خواص بالای این پودر سفید در هر زمینه‌ای مشکل‌گشا است و برای خشک کردن تبخال نیز مؤثر عمل می‌کند. یک قاشق‌چای خوری جوش شیرین را مقداری آب ولرم خمیر کنید. سپس روزانه دو مرتبه آن را روی تبخال قرار دهید و بعد از نیم ساعت بشویید.
چند توصیه کلی و جدی
یادتان باشد که تبخال ایجاددهید محلول به دمای قابل تحمل برسد و یک گلوله پنبه را به سر باز می‌کنند. بنابراین در مواقعی که دچار تبخال می‌شوید باید نکاتی را مدنظر داشته باشید:
بعد از بهبودی، مسواک و هر وسیله دیگری که با تبخال در تماس بوده است را دور بیندازید.
مکمل ویتامین C و زینک (روی) مصرف کنید.
استفاده موضعی از زل آلوتِه ورا باعث افزایش روند ترمیم پوست شده و ایجاد جای زخم ناشی از جراحات را کاهش می‌دهد
لیوان و دیگر لوازم شخصی‌تان را با کسی به اشتراک نگذارید.
دست به تبخال نزنید و تلاش نکنید تاول‌ها را بترکانید. صبور باشید و بدانید که از بین رفتن تبخال چند روز طول می‌کشد.
روی لب‌هایتان بالم لب ضد آفتاب بزنید تا از اشعه‌ی آفتاب در امان باشید.
دست‌هایتان را به طور مرتب شستشو دهید.
دست‌هایتان را به چشم‌ها نزنید و اگر از لنزهای تماسی استفاده می‌کنید بااحتیاط عمل کنید.
به نوزادان و افرادی که سیستم ایمنی آسیب‌پذیری دارند نزدیک نشوید.
اگر با وجود رعایت بهداشت و استفاده از روش‌های طبیعی ذکر شده بعد از چند روز هیچ بهبودی در تبخال‌تان مشاهده نکردید به پزشک مراجعه کنید. متخصص پوست دارو و پمادهایی تجویز می‌کند که شما را از شر تبخال نجات می‌دهد.

تبخال همان تاول‌های ریز و درشت گوشه لب‌ها، دهان یا حتی لثه‌ها است که بی‌موقع سراغ آدم را می‌گیرد و چند روزی را درگیر خود می‌کند. در واقع تبخال از ویروسی به نام ‘هرپس سیمپلکس’ ایجاد و به راحتی پخش می‌شود.تبخال؛ این زخم‌های کوچک و نازیبا معمولاً با احساس سوزش و خارش و سوزن سوزن شدن همراه است و در عین بی‌ضرر بودن گاهی در بخش‌های دیگر بدن نیز پخش می‌شود و به طور کلی نیز ریشه‌کن نمی‌شود. این ویروس پس از آلوده کردن اولیه، در سلول‌های عصبی صورت به طور نهفته باقی می‌ماند و در مواقعی که سیستم ایمنی ضعیف می‌شود و یا دچار استرس و شرایطی از این دست می‌شوید سر باز می‌کند. بنابر گزارش انجمن سلامت جنسی آمریکا، بیش از نیمی از آمریکایی‌ها ناقل این ویروس هستند. برای از بین بردن این تاول‌های مزاحم روی صورت روش‌های طبیعی و مؤثری وجود دارد که شناختشان خالی از لطف نیست.

کمپرس گرم
گذشتن کمپرس گرم به طور مستقیم با ویروس تبخال مقابله نمی‌کند اما به عقیده متخصصان، گرما باعث کاهش درد و ورم زخم‌های ناشی از ویروس هرپس می‌شود. ابتدا یک لنگه جوراب را تا نصفه با برنج پر کنید. سپس آن را به مدت یک دقیقه در ماکروویو گرم کنید و کمپرس را با دقت روی تبخال‌ها بگذارید. البته حواستان به دمای آن باشد چون ممکن است صورت‌تان را بسوزانید. این روش را دو بار در روز تکرار کنید تا تبخال از بین برود.
نشانه‌شد زرت
استفاده از خمیر نشانه‌شد زرت برای کاهش تبخال مؤثر است. این ماده باعث خشک شدن تبخال شده و خارش آن را کاهش می‌دهد. نشانه‌شد زرت همچنین پوست را نرم می‌کند و روند بهبودی را سرعت می‌دهد.
ابتدا مقدار کمی نشانه‌شد زرت را با آب خمیر کنید و سپس آن را روی تبخال بگذارید. اجازه دهید این خمیر به مدت ۱۵ دقیقه روی ناحیه مورد نظر بماند و سپس بشویید. این کار را هر روز دو مرتبه تکرار کنید.
سیر خام
سیر خام یکی از درمان‌های سنتی برای از بین بردن عفونت ناشی از ویروس هرپس سیمپلکس محسوب می‌شود. نتایج برخی از پژوهش‌ها نشان می‌دهند که خواص ضدعفونی‌کنندگی سیر برای از بین بردن چندین لاله از تبخال مؤثر عمل می‌کند. برای شروع یک حبه سر را بکوبید و سپس با یک قاشق روغن زیتون مخلوط کنید. سپس آن را روزانه دو تا سه مرتبه روی تبخال قرار دهید.
ریشه شیرین‌بیان
«گلیسریریک اسید» موجود در ریشه شیرین‌بیان حاوی ترکیباتی است که از انتشار تبخال جلوگیری می‌کنند. به همین دلیل نیز دم کرده گیاه شیرین‌بیان برای از بین بردن تبخال توصیه می‌شود.

یافته محقق ایرانی دانشگاه کانادا؛
موسیقی تعداد دفعات حملات صرع را کاهش می‌دهد
مطالعه جدید بالینی نشان می‌دهد که آهنگ‌های موتزارت تعداد دفعات حمله صرع را در بیماران مبتلا به این بیماری کاهش می‌دهد.
به گزارش مهر، دکتر «مرجان رفیعی»، سرپرست تیم تحقیق در مؤسسه مغز دانشگاه تورنتو کانادا، در این باره می‌گوید: «در طول ۱۵ تا ۲۰ سال گذشته، ما دریافته ایم که چقدر گوش دادن به یکی از قطعات موسیقی موتزارت در افراد مبتلا به بیماری صرع موجب کاهش تعداد دفعات حمله در این بیماران می‌شود اما نمی‌دانیم که آیا تأثیر آن در همه افراد به یک اندازه است.»

دعوت به همکاری یک شرکت مهندسی فعال در زمینه پستهای برق جهت تکمیل کادر فنی خود به تعدادی مهندس برق با حداقل ۵ سال سابقه کار در پستهای برق جهت کار در اهواز نیاز دارد

متقاضیان می‌توانند رزومه خود را به ایمیل و یا واتساپ ذیل ارسال نمایند
Parsianhvahvaz@gmail.com / ۰۹۲۲۱۴۱۹۲۵۶ / ۰۶۱-۳۴۴۵۸۰۲۳

موسسه حقوقی و دآوری میزان عدل

ارائه خدمات حقوقی

رسیدگی به دعاوی حقوقی از طریق مرجع دآوری

متخصص در حوزه روابط کار

دعاوی ثبت احوال ، تغییر نام و نام خانوادگی

تلفن: ۰۹۲۲۰۱۷۰۸ تلفن: ۳۲۲۰۱۷۰۷ همراه: ۰۹۳۶۸۷۸۹۰۰۱-۰۹۱۶۵۳۰۶۳۰۰

آدرس: اهواز ، چهارراه آبادان ، بلوار آیت ...، پهنایی (ره) بین خیابان های شهید صدر السادات (سیروس) و نادری طبقه دوم ، طبقه فوقانی ستاد بازسازی عتبات عالیات

لیزر جدیدترین ومدرن ترین درمان هموروئید (بواسیر)

دکتر جهانی‌های

مطب: خیابان سلمان فارسی

خیابان قنادان زاده

مجتمع پزشکی سجاد

دکتر سرمست

کلینیک بیمارستان مهر

شیفت عصر

دکتر مهدی زاده

مطب: کیانپارس

خیابان اسفند شرقی

ساختمان اسفند

۳۲۲۲۷۸۵۱

۰۹۳۹۵۷۷۴۷۶۳

۳۲۲۲۱۹۸۵-۳۳۳۳۰۲۸۰

چند خوراکی برای تقویت سیستم ایمنی بدن

در شرایط شیوع کرونا و لزوم داشتن سیستم ایمنی قوی برای جلوگیری از ابتلا یا مهار عفونت در صورت بروز بیماری، تقویت سیستم ایمنی بدن بیش از پیش اهمیت یافته است. به گزارش ایسنا، هیچ گونه داروی معجزه آسا یا غذای بخصوصی وجود ندارد که بتواند سیستم ایمنی بدن شما را ناگهان تقویت کند و شما را در برابر کرونا محافظت کند. با این حال، روش‌های دیگری وجود دارند که شما می‌توانید با آن‌ها از خودتان محافظت کنید و به سیستم ایمنی بدنتان بیشترین شانس را برای انجام وظیفه خود در برابر یک بیماری تنفسی بدهید. در ادامه چند روش برای تقویت سیستم ایمنی بدن به نقل از بایوکلینیکال ساینس آورده شده است:

ویتامین C:
ویتامین C یک آنتی اکسیدان ضروری و یکی از شناخته‌شده‌ترین مواد مغذی می‌توانند درد مفاصل را مهار کنند. محمدرضا حاجی حیدری متخصص طب سنتی در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان، درباره بیماری‌های اسکلتی، اظهار کرد: بیماری‌های اسکلتی عضلانی یکی از شایع‌ترین بیماری‌هایی است که افراد برای بهبود وضعیت جسمانی خود در هر زمان به پزشک مراجعه می‌کنند. او افزود: درد مفاصل یکی از بیماری‌های شایع و مهم در طب سنتی ایران است که امروزه با علائم بالینی مانند سائیدگی مفصلی به خصوص در زانو‌ها التهاب مفصل در بیماری نقرس، بیماران روماتیسمی و عفونت مفصلی دیده می‌شود. حاجی حیدری با بیان اینکه امروزه استئوآرتریت یا سائیدگی مفصلی به خصوص در زانو یکی از بیماری‌های شایع و مهم در سنین میانسالی و کهنسالی است، تأکید کرد: این بیماری باعث ناتوانی در راه رفتن و اختلال در انجام کارهای روزانه می‌شود، در طب سنتی ایران یکی از علت‌های درد و ورم مفاصل عدم رعایت سبک زندگی سالم است. او تصریح کرد: رعایت تغذیه مناسب از اصول مهم پیشگیری و درمان درد مفاصل است و استفاده زیاد از غذاهای سرد به خصوص در افراد بلغمی مزاج باعث شروع و تشدید دردهای مفصلی می‌شود، به همین علت توصیه می‌شود افرادی که دچار مشکلات گوارشی و سردی معده و سوءهاضمه هستند قبل از هر اقدامی، دستگاه گوارش خود را درمان کنند. این متخصص طب سنتی با اشاره به روش‌های درمان درد مفاصل، اظهار کرد: برای درمان التهاب و درد مفاصل به خصوص آرتروز زانو، با توجه به اینکه علت عمده آنها از سردی و تجمع مواد سرد است، لازم است تا از داروهای موضعی مانند روغن سیاه دانه، روغن بایونه، روغن تخم کنار و روغن قسط روزی حداقل دو تا سه بار به صورت موضعی استفاده شود. حاجی حیدری ادامه داد: بیماران مبتلا به درد مفاصل از مصرف ماست دوغ، مایعات و سالا شیرازی همراه غذا پرهیز کرده و ماست را در فاصله دو