



نقشه برداری از مغز جنبه درمانی ندارد

می‌شوند و این موضوع به سیستم بیمارگونه بهداشت و درمان کشور ربط دارد و باید مشکل آن را در آموزش، اداره بیمارستان و نظام سلامت جستجو کرد. ششمین همایش بین المللی نقشه برداری مغز ۱۷ تا ۱۹ مهرماه در دانشگاه شهید بهشتی برگزار می‌شود. به گفته زارعی، این همایش بر انجام تحقیقات مشترک با کشورهای مختلف در حوزه نقشه برداری مغز و اختصاص بودجه برای انجام این تحقیقات بسیار کمک می‌کند و در حاشیه همایش کارگاههای تخصصی نیز برپا است.

دنیای جنبه درمانی ندارد، این علم رادیولوژی نیست و نباید با ام آر ای و غیره اشتباه شود، مشاهده می‌شود که برخی پزشکان با ادعاهای عجیب و بدون آگاهی کافی، برای انجام نقشه برداری مغز از بیماران هزینه می‌گیرند که درست نیست. وی ادامه داد: در حال حاضر تمام خدمات پزشکی برعهده دانشگاه‌های علوم پزشکی است در حالی که باید دانشگاه‌ها به آموزش و پژوهش بپردازند. زارعی تصریح کرد: بیماران بیش از حد ام آر ای و اسکن

رئیس پژوهشکده فناوری‌های نوین پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در آستانه برگزاری ششمین همایش بین المللی نقشه برداری مغز ایران گفت: نقشه برداری از مغز مجموعه‌ای از تکنولوژی‌های جدید است که کمک می‌کند مسائل مغز را برای شناخت بیماری‌هایی مانند افسردگی، اسکیزوفرنی، پارکینسون و صرع بهتر درک کنیم که در آینده در درمان بیماری‌ها موثر است. مجتبی زارعی گفت: نقشه برداری از مغز در هیچ جای

آفتاب گفت و گو

آفتاب یزد در گفت و گو با روانپزشک بررسی کرد

با بیماری افسردگی چه باید کرد؟

احساسات سرکوب شده می‌تواند درهای جسمی را تشدید کند.

دکتر غلامیان ابراز داشت: افراد افسرده ممکن



فزاینده دارد. این در حالی است که حدود نیمی از مبتلایان به افسردگی یا از بیماری خود بی‌خبرند یا بیماری آن‌ها چیزی دیگر تشخیص داده شده است. افسردگی یک بیماری اختصاصی نیست بلکه

در تمام سنین و همه نژادها، هم در زنان و هم در مردان ظاهر می‌شود. احساس گرفته بودن و یا خستگی غیر عادی گاهی زیاد عجیب نیست، بخشی از زندگی است. اما اگر مدتی مدید هیچ چیزی روی شما تاثیر نداشته باشد و یا انگیزه‌های در شما ایجاد نکند، می‌تواند دلایل این باشد که شما دچار اختلال افسردگی شده‌اید. با توجه به اهمیت موضوع آفتاب یزد در اینبار با دکتر فائزه غلامیان، روانپزشک گفت و گو کرده است.

درمان آن اقدام کرد. این روانپزشک اظهار کرد: افسردگی به تشخیص زودهنگام و اقدامات درمانی مناسب نیاز دارد. چنانچه این بیماری در مراحل اولیه تشخیص داده شود، فرد بسته به تجویز پزشک از طریق دریافت دارو، شرکت در جلسات روان‌درمانی یا حتی تغییرات سبک زندگی به میزان قابل توجهی بهبود خواهد یافت. اما اگر هیچ اقدامی جهت مداخله این بیماری انجام نپذیرد، می‌تواند پیامدهای فاجعه‌باری را نه تنها برای خود فرد بلکه برای همه اعضای خانواده رقم بزند. وی عنوان کرد: بیماری افسردگی قابل درمان است و با تجویز دارو توسط پزشک متخصص

مواد شیمیایی که داخل مغز بر اثر ابتلا به بیماری افسردگی جابه جا شده، مجدداً سر جای خودش باز خواهد گشت و بهبودی فرد حاصل خواهد شد. دکتر غلامیان اظهار کرد: در برخی اوقات برای شخص مبتلا به بیماری افسردگی، درمان غیر دارویی مانند روان‌درمانی توصیه می‌شود و برای بهبودی فرد ضروری است.

این روانپزشک ابراز داشت: در صورتی که افراد به برخی از بیماری‌ها مانند کم کاری تیروئید و لوپوس مبتلا شوند، خود را به شکل افسردگی می‌پندارند و باید به پزشک جهت درمان مراجعه کرد. وی تصریح کرد: مصرف داروهای افسردگی نباید به صورت خودسرانه قطع شود و پس از مصرف یک دوره دارو که پزشک تجویز کرده با نظر وی دوز دارو کاهش و سپس قطع خواهد شد. دکتر غلامیان اضافه کرد: در صورتی که افراد به صورت خودسرانه مصرف داروهای افسردگی را قطع کنند، احتمال عود مجدد بیماری افزایش می‌یابد. این روانپزشک در پایان گفت: برای درمان بیماری افسردگی، مصرف گیاهان دارویی از لحاظ علمی تأیید نشده لذا مناسب است با توجه به اینکه وی داروهای تجویز شده توسط روانپزشک، در مطالعات علمی صورت گرفته، برای بهبودی از آنها بهره برند.

گرفت، بلکه یک بیماری مزمن است که باید برای درمان آن اقدام کرد. این روانپزشک اظهار کرد: افسردگی به تشخیص زودهنگام و اقدامات درمانی مناسب نیاز دارد. چنانچه این بیماری در مراحل اولیه تشخیص داده شود، فرد بسته به تجویز پزشک از طریق دریافت دارو، شرکت در جلسات روان‌درمانی یا حتی تغییرات سبک زندگی به میزان قابل توجهی بهبود خواهد یافت. اما اگر هیچ اقدامی جهت مداخله این بیماری انجام نپذیرد، می‌تواند پیامدهای فاجعه‌باری را نه تنها برای خود فرد بلکه برای همه اعضای خانواده رقم بزند. وی عنوان کرد: بیماری افسردگی قابل درمان است و با تجویز دارو توسط پزشک متخصص

مواد شیمیایی که داخل مغز بر اثر ابتلا به بیماری افسردگی جابه جا شده، مجدداً سر جای خودش باز خواهد گشت و بهبودی فرد حاصل خواهد شد. دکتر غلامیان اظهار کرد: در برخی اوقات برای شخص مبتلا به بیماری افسردگی، درمان غیر دارویی مانند روان‌درمانی توصیه می‌شود و برای بهبودی فرد ضروری است.

این روانپزشک ابراز داشت: در صورتی که افراد به برخی از بیماری‌ها مانند کم کاری تیروئید و لوپوس مبتلا شوند، خود را به شکل افسردگی می‌پندارند و باید به پزشک جهت درمان مراجعه کرد. وی تصریح کرد: مصرف داروهای افسردگی نباید به صورت خودسرانه قطع شود و پس از مصرف یک دوره دارو که پزشک تجویز کرده با نظر وی دوز دارو کاهش و سپس قطع خواهد شد. دکتر غلامیان اضافه کرد: در صورتی که افراد به صورت خودسرانه مصرف داروهای افسردگی را قطع کنند، احتمال عود مجدد بیماری افزایش می‌یابد. این روانپزشک در پایان گفت: برای درمان بیماری افسردگی، مصرف گیاهان دارویی از لحاظ علمی تأیید نشده لذا مناسب است با توجه به اینکه وی داروهای تجویز شده توسط روانپزشک، در مطالعات علمی صورت گرفته، برای بهبودی از آنها بهره برند.

زنجبیل

زنجبیل گیاهی پر قدرت شامل آنتی اکسیدان‌ها و ۱۴ ترکیب بیواکتیو می‌باشد که می‌تواند باعث بهبود عملکرد فعالیت‌های شناختی مغز و همچنین مقابله با آسیب‌های ناشی از استرس شوند. علاوه بر این مطالعات نشان داده است که زنجبیل می‌تواند بر میزان سروتونین تاثیر گذاشته و اضطراب را مانند داروهای بنزودیازپین کاهش دهد.



زردچوبه

زردچوبه ادویه‌ای است که تقریباً در همه غذاهای ایرانی پیدا می‌شود. «کورکومین»، ترکیب بیواکتیو موجود در زردچوبه می‌تواند با اضطراب و افسردگی مبارزه کند و همین طور میزان سروتونین و دوپامین موجود در سرن را افزایش دهد. به گفته محققین زردچوبه می‌تواند مانند داروی "Prozac" عمل کند اما بدون عوارض جانبی.



سرکه سیب

سرکه سیب بیشتر از یک سرکه معمولی می‌تواند بر سلامتی افراد اثر گذار باشد. این سرکه می‌تواند به صورت مستقیم بر میزان قند خون تاثیر بگذارد و همچنین به فرد در حفظ انرژی و جلوگیری از خستگی کمک بسیاری کند. علاوه بر این سرکه سیب حاوی مواد معدنی ضروری مانند پتاسیم بوده که ارتباط مستقیمی با میزان انرژی فرد دارد.



ماچا

"ماچا" به دلیل دارا بودن "L-Theanine" می‌باشد. یک ماده آرام بخش می‌باشد. "L-Theanine" "باند فرکانس موج آلفا در مغز را افزایش می‌دهد که باعث ایجاد احساس آرامش بدون خواب آلودگی می‌شود. ماچا سرشار از آنتی اکسیدان‌ها و ویتامین‌ها و مواد مغذی بوده و برای مبارزه با خستگی و افزایش انرژی افراد مفید است.



چهار ماده مقابله کننده با استرس



همه انسان‌ها در طول زندگی خود احساس غم و از دست دادن یا نبود چیزی را داشته‌اند. اما خوشبختانه برای رفع چنین مشکلی یک راه حل طبیعی و در عین حال خوشمزه وجود دارد. به گزارش خبر آنلاین، به همین دلیل به جای نوشیدن سومین لیوان قهوه برای افزایش انرژی یا از بین بردن استرس، می‌توان از این مواد برای مبارزه با خستگی، اضطراب و استرس استفاده کرد.

ترک سیگار خطر سرطان مثانه در زنان را کاهش می‌دهد

در حالیکه مکانیسم‌های بیولوژیکی ارتباط بین سرطان مثانه و سیگار کشیدن مشخص نیست، اما نتایج مطالعه نشان می‌دهد که زنان در هر گروه سنی باید سیگار را ترک کنند و حتی کسانی هم که مدت‌های طولانی سیگار می‌کشیدند باز هم از فواید ترک سیگار بهره خواهند برد.

بین زنان پائین‌تر تأکید دارد. محققان دریافته‌اند در مقایسه با افرادی که هیچوقت سیگار نکشیده بودند، افرادی که سابقاً سیگاری بودند دو برابر با ریسک ابتلا به سرطان مثانه روبرو بودند و سیگاری‌های کنونی هم بیش از سه برابر با این ریسک مواجه بودند. محققان عنوان می‌کنند

سرطان مثانه است. در حالیکه سرطان مثانه در مردان شیوع بیشتری دارد، اما پیامدهای آن برای زنان به مراتب بدتر است. وی در ادامه می‌افزاید: «مطالعه ما بر اهمیت پیشگیری اولیه (عدم استعمال سیگار از ابتدا) و پیشگیری ثانویه (ترک سیگار) در پیشگیری از سرطان مثانه در

نتایج مطالعات نشان می‌دهد ترک سیگار خطر ابتلا به سرطان مثانه را در زنان پس از سون پائین‌تر کاهش می‌دهد. به گزارش مهر، به گفته محققان، بیشترین میزان کاهش خطر سرطان مثانه در ۱۰ سال اول ترک سیگار مشاهده می‌شود و در سال‌های بعد روند این کاهش، کمی کمتر می‌شود. «پوتی بانو لی»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: «سیگار کشیدن فاکتور پرخطر بسیار مهمی برای

تاثیر بیشتر ورزش منظم بر بهبود پارکینسون

ورزش منظم به مدت ۶ ماه در منزل تاثیر بیشتری بر بهبود بیماری پارکینسون نسبت به تاثیر دارویی دارد. به گزارش ایسنا، پژوهشگران شرکت‌کنندگان را به دو گروه تقسیم کردند و به هر یک از گروه‌ها برنامه انگیزشی با پاداش ارائه شد. گروه کنترل فقط تمرینات کششی انجام دادند، در حالی که به گروه آزمایشی حداقل ۳۰ مرتبه در هفته تمرین دوچرخه ثابت در خانه و حداقل ۳ مرتبه ورزش هنگی داده شد. دوچرخه‌های ورزشی گروه آزمایش به بازی‌های انگیزشی مجهز شده بود تا این برنامه برای شرکت‌کنندگان سرگرم کننده‌تر و چالش برانگیزتر شود. به عنوان مثال، شرکت‌کنندگان در برابر گروهی از دوچرخه‌سواران رقابت می‌کردند که این بازی با سیستم ضربان قلب افراد هماهنگ بود. شرکت‌کنندگان با انگیزه ۳ مرتبه در هفته و به مدت ۶ ماه، ورزش دوچرخه‌سواری را انجام دادند. نتایج این تحقیق نشان داد بیماران از نظر قلبی و عروقی و حرکتی به طور قابل توجهی بهتر شده بودند که این مورد از ویژگی‌های قابل توجه در این تحقیق بود. این نتایج تأثیری بیشتر از تاثیر چندین دارو در درمان بیماری پارکینسون داشت. دکتر نیکولین وان اظهار کرد: از انجام تمرین‌های ورزشی توسط افراد مبتلا به پارکینسون بسیار خوشحال شدیم و این ورزش تاثیر زیادی بر ناتوانی حرکتی آنها داشت. این تمرین دوچرخه‌سواری در خانه انجام می‌شود و بیماران به راحتی می‌توانند آن را انجام دهند. پروفسور باس بلوم محقق اصلی این تحقیق اظهار کرد: نتیجه این مطالعه بسیار مهم است و در آینده بر تاثیرگذاری دوچرخه‌سواری طولانی مدت بر کند شدن پیشرفت بیماری تحقیق خواهد شد. این تحقیق الهام‌بخش دیگر تحقیقات در زمینه تاثیر ورزش بر بهبود سایر بیماری‌ها خواهد بود.



**هیات بدوی رسیدگی به تخلفات اداری**  
**سازمان انتقال خون ایران**  
**سرکار خانم نرگس کاکادز فولی**

نظر به اینکه پرونده جنابعالی به علت غیبت غیر موجه در هیات بدوی رسیدگی به تخلفات اداری سازمان انتقال خون ایران مورد بررسی قرار گرفته و منجر به صدور موارد اتهام شده است، و نشانی صحیحی از شما در دسترس نمی‌باشد به این وسیله اطلاع داده میشود حداکثر ظرف مدت سسی روز پس از انتشار این آگهی به دفتر هیات بدوی رسیدگی این سازمان واقع در تهران بزرگراه شیخ فضل ا... نوری - تقاطع بزرگراه شهید همت جنب برج میلاد بلوک C طبقه همکف مراجعه و ضمن دریافت ابلاغیه مژبور نسبت به ارائه لایحه دفاعیه اقدام نمایید. بدیهی است در صورت عدم مراجعه پرونده به صورت غیابی رسیدگی و منتج به صدور رأی خواهد شد

م الف: ۲۰۴۱

**آگهی فراخوان مناقسه عمومی دو مرحله ای همراه با ارزیابی کیفی**

مناقسه شماره ۹۴۱۰۴۶۱ - WSD

شرکت نفت و گاز پارس در نظر دارد خرید ۲ست شیرالات و قطعات بدکی مربوطه مورد نیاز خود را با برگزاری مناقسه عمومی و دو مرحله ای طبق شرایط زیر از طریق یک شرکت واجد صلاحیت تأمین نماید.

شرایط و مدارک لازم جهت دریافت استعلام ارزیابی کیفی: (الف) داشتن تجربه کافی و مرتبط با موضوع کار (ب) اسامی، اظهارنامه ثبت شرکت و آخرین آگهی تغییرات (مندرج در روزنامه رسمی) (ج) ارائه کد اقتصادی، شناسه ملی (د) صورت های مالی حسابرسی شده مربوط به حداکثر سه سال گذشته از کلیه اشخاص حقوقی واجد شرایط دعوت می گردد بلافاصله پس از چاپ آگهی اول و حداکثر پنج روز کاری پس از انتشار آگهی نوبت دوم تا پایان ساعت اداری، به نشانی اینترنتی lac.poc.ir و یا www.poc.ir قیمت سامانه مناقصات مراجعه نموده و پس از اخذ کد کاربری و رمز عبور نسبت به دریافت اسناد اقدام نمایند.

لازم به توضیح است که پس از ارزیابی کیفی مناقسه گران، اسناد مناقسه میان مناقضین واجد شرایط توزیع خواهد شد. بدیهی است ارائه مدارک هیچگونه حقی را جهت مناقضین برای شرکت در مناقسه ایجاد نخواهد کرد. (نظر به اینکه به استناد بخشنامه معاون محترم پژوهش و فناوری وزارت نفت، به شماره ۹۷/۱۳۹۳ مورخ ۱۳۹۷/۵/۱۰، کلیه خرید های شرکت های تابعه وزارت نفت در تمامی سطوح معامله بایستی از طریق

شماره مجوز: ۱۳۹۸/۳۷۰۳

روابط عمومی

**فصل ارتباط دایه**

**ایترنت همیشه**

**۳ ماه اشتراک رایگان تماشاخونه**

اسامه تأمین الکترونیکی کلای صنعت نفت (EP) صورت پذیرد، انعقاد قرارداد و انجام خرید صرفاً با تأمین کنندگانی که نام آنها در فهرست بلند سامانه مذکور قرار دارد، امکان پذیر است. بنابراین مناقسه گر موظف به انجام تشریفات لازم جهت قرار گرفتن در فهرست سامانه مذکور تا تاریخ انعقاد قرارداد بوده و هرگونه تبعات ناشی از عدم رعایت مقررات فوق، منوجه مناقسه گر خواهد بود.

آخرین مهلت ارسال پاسخ استعلام ارزیابی کیفی: دو هفته پس از آخرین مهلت دریافت اسناد استعلام ارزیابی کیفی به نشانی تهران، خیابان دکتر قاضی، نبش خیابان پروین اعتصامی، پلاک یک، شرکت نفت و گاز پارس، طبقه همکف، مناقصات

تاریخ و محل تحویل اسناد مناقسه: متعاقباً به اطلاع واجدین شرایط خواهد رسید.

آخرین مهلت تحویل پیشنهاد و تاریخ گشایش پیشنهادها: طبق تاریخ های مندرج در اسناد مناقسه.

لازم به ذکر است پیشنهادهای ارائه شده توسط مناقسه گران می بایست حداقل تا ۳ ماه از تاریخ تحویل پیشنهاد مالی معتبر باشد.

در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر، مناقضین می توانند به وب سایت شرکت نفت و گاز پارس به آدرس www.poc.ir یا سایت www.shan.ir مراجعه و یا با شماره تلفن ۰۲۱-۸۲۷۲۶۰۴ تماس حاصل نمایند.

asiatech.ir | 91010000 | 1544

asiatech