

برای پیشگیری از آلزایمر چه کنیم؟

بخش اجتماعی – عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر عنوان کرد: تاثیر نواختن و گوش دادن به موسیقی های خوب در درمان بیماری های پنهان چون آلزایمر و افسردگی اثبات شده‌است که خواندن همراه با موسیقی نیز تاثیر بسیار مثبتی در فعال نگه داشتن مدارهای مغزی دارد. به گزارش ایسنا، دکتر اکرم فرهادی، متخصص سلامت سالمندان و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر در همایش «برای پیشگیری از بیماری آلزایمر چه باید کرد؟» اظهار کرد: بیمار مبتلا به آلزایمر روانی نیست، اما متأسفانه گاه در رسانه ها و فیلم ها نشانه های بیماری را به شکل بیمار روانی نشان می دهند، هر چند بار منفی بیماری روانی نیز باید برداشته شود. وی با اشاره به تظاهرات بیماری آلزایمر گفت: یک سوال را چندین بار می پرسد، در کارها استقلال کافی ندارد، نمی تواند مدیریت کارهای همزمان را انجام دهد و در پیدا کردن شانه‌ها مشکل دارد. در موارد پیشرفت بیماری، فرد حتی نام فرزندانش را فراموش می کند و در عملکرد روزانه زندگی خود نیز دچار مشکل می شود. بیمار به مرور زمان دچار مشکلاتی شده و در سکوت و انزوا فرو می رود و در موارد پیشرفته تر حتی قادر به خوردن غذا هم نیست و در فاز انتهایی تنها احساسات فرد باقی می ماند.

وی خاطرنشان کرد: عوامل خطر بیماری آلزایمر شامل افزایش سن، جنسیت (زنها زمینه بیشتری برای ابتلا دارند)، و ژنتیک هستند. البته عامل ژنتیک ۵ درصد اثرگذاری دارد و نکته مهم این است که قدرت اختیار و رفتار افراد حتی می تواند بر ژن نیز غلبه کند.

فرهادی با بیان اینکه افسردگی یکی از بیماری هایی است که به خاطر آن به دکتر مراجعه نمی کنیم، یادآور شد: در حالی که این بیماری به تدریج باعث خلوشی مدارهای مغزی می شود، ما کمتر به آن توجه می کنیم. به مرور زمان تعاملات اجتماعی بیمار مبتلا به افسردگی کم شده و از جامعه کنار می رود و حتی می تواند به سمت اعتیاد برود. وی با اشاره به اینکه علائم بیماری های آلزایمر و افسردگی شبیه هم است، گفت: وقتی فرد تعلقات خود را از دست می دهد، به افسردگی مبتلا می شود. باید درباره افسردگی حرف بزنیم، و برای درمان اقدام کنیم. متخصص سلامت سالمندان اظهار کرد: یکی از راه های درمان این بیماری ها پیاده روی ۳۰ دقیقه ای روزانه است که سه نوبت پیاده روی ۱۰ دقیقه ای نیز می تواند جایگزین خوبی برای این فعالیت باشد. عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر با اشاره به اهمیت خواب کافی ادامه داد: در افراد بالای ۶۰ سال خواب یک مسئله بسیار جدی است. می دانیم که پس از یک شب بی خوابی فرآیند یادگیری و عملکرد مغز دچار اختلال می شود. همچنین داروهای خواب آور پس از ۳ ماه استفاده می تواند عملکرد معکوس داشته باشد. تعاملات اجتماعی حقیقی بسیار متفاوت از تعاملات مجازی است. زیرا در فضای مجازی فرصتی برای فعالیت های لذت بخشی چون دید و بازدید و تعاملات مثبت وجود ندارد. وی تاکید کرد: حضور بیش از حد در فضای مجازی موجب مشکلات تمرکز و توجه و در نهایت مشکل حافظه می شود. وقتی تمرکز از دست برود و فرد مشکل توجه پیدا شود، درگیر مشکلات حافظه می شود. هنگامی که توجه ما به سمت گذشته و آنچه پیش می آید (بندۀ) باشد نمی توانیم بر زمان حال تمرکز کنیم. اکرم فرهادی با ارائه برخی از راهکارها گفت: به خودتان حس خوب و القا مثبت درباره یک زندگی خوب و همراه با سلامتی داشته باشید و هیچوقت افزایش سن را مانعی برای کار و فعالیت خود ندانید. مغز خود را به جریان بیندازید، مسیرهای تکراری را عوض کنید و سعی کنید مغز خود را به چالش بکشید. این کارشناس بیان کرد: درمان دارویی قطعی برای بیماری های افسردگی و آلزایمر وجود ندارد، اما دمنوش زعفران با عوارض کمتر نسبت به داروهای شیمیایی می تواند تاثیر خوبی در درمان این بیماری داشته باشد. یکی از عوامل بروز بیماری های آلزایمر و افسردگی غم و غصه است. در طب سنتی غم دارای طبع سرد و شادی دارای طبع گرم است. دلیل توصیه دمنوش زعفران برای درمان بیماری آلزایمر نیز طبع گرم آن است. گفتنی است هر ۳ ثانیه یک نفر در جهان به مالمس (آلزایمر) مبتلا می شود و هم اکنون ۷۰۰ هزار نفر با بیماری آلزایمر در ایران زندگی می کنند.

{اجتماعی}

آبمیوه تلخ باز هم قربانی گرفت

باند تبهکار آغاز شد و پرونده سرقت ده ها میلیونی با صدور دستوری از سوی قاضی سیدجواد حسینی (معاون دادستان مرکز خراسان رضوی) در اختیار ماموران تجسس کلانتری پنجتن مشهد قرار گرفت چرا که رصدهای اطلاعاتی



و ردیابی های پلیسی بیانگر آن بود که اعضای این باند در لانه ای مجردی و در حوزه استحضاطی این کلانتری مخفی شده اند.

دقایقی بعد نیروهای تجسس به سرپرستی ستوان یکم نجاتی (رئیس دایره تجسس) وارد عملیات شدند و با کسب مجوزهای قضایی منزل مذکور را در خیابان پنجنتن شناسایی کردند اما زمانی که نیروهای انتظامی قصد محاصره مخفیگاه متهمان را داشتند، ناگهان با دو جوان موتورسوار برخورد کردند که یکی از آن ها بلافاصله با دیدن پلیس از محل گریخت ولی جوان ۲۳ ساله دیگر در محل دستگیر شد. این جوان که مورد سوال و جواب نیروهای انتظامی قرار گرفته بود، با بیان این که جوان فراری همان «ج» جوان ۲۵ ساله تحت تعقیب است، راز سرقت با شگرد آب میوه تلخ را لو داد و مشخص شد که آن ها با پول های سرقتی منزلی را در منطقه خواجه ربیع مشهد خریده اند! به همین دلیل گروه زنده ای از ماموران با هدایت مستقیم سروان مختاری فر (سرپرست کلانتری پنجتن) عملیات تخصصی را در دستور کار قرار دادند و مادر ۴۴ ساله «ج» را نیز که در خرید منزل با پول های سرقتی نقش داشت، دستگیر کردند

زورگیری از پیرزن و سرقت جواهراتش پس از تهدید با سلاح سرد

کردند که از پنجره ساختمان به پایین پرید و بعد از آن، ۲ نفر دیگر هم از در ساختمان خارج شدند که با اقدام سریع ماموران یکی از متهمان دستگیر، ولی ۲ متهم دیگر که تعدادی ابزار و ادواتی را به زمین پرتاب می‌کردند از محل گریختند.

این مقام انتظامی گفت: با حضور ماموران در محل، پیرزنی به ماموران مراجعه و اظهار داشت: در داخل منزلم در حال استراحت بودم که ۳ جوان با شکستن پنجره پشتی وارد ساختمان شدند و از من خواستند که کلیه طلا و جواهراتم را به آن‌ها بدهم، من در ابتدا مقاومت کردم، ولی سارقان با تهدید سلاح سرد کلیه طلا و جواهراتم را سرقت و از محل گریختند.

بخش اجتماعی – باند تبهکاران عشوه گر که به سرکردگی یک جوان، اموال مسافران را با خوردنن آب میوه های آلوده به قرص های خواب آوری می ربودند با تلاش گسترده پلیس مشهد درحالی دستگیر شدند که با پول های سرقتی، منزل مسکونی خریده بودند!

ماجرای باند تبهکاران عشوه‌گر زمانی در مشهد لو رفت که دو مرد مسافر طعمه دستبرد ۱۰۰ میلیونی اعضای این باند قرار گرفتند.

به گزارش رکنא، این دو مرد مسافر پانزدهم شهریور در هسته مرکزی شهر در حال گشت و گذار و خرید بودند که جوان ۲۵ ساله ای به نام «ج» به آن ها نزدیک شد. این جوان، بلافاصله با دو مرد مسافر سخن گت و اعتماد آن ها را جلب کرد. دقایقی بعد گفت و گو میان آن ها درحالی گل انداخت که «ج» مدعی بود می تواند به عنوان راهنما به مسافران کمک کند و آن ها را به مراکز تفریحی و خرید برردا مردان مسافر نیز که دیگر به او اطمینان پیدا کرده بودند، نشانی محل اسکان خود را در منطقه تفریحی طرقله به او دادند و قرار ملاقات گذاشتند اما مرد جوان که نقشه ای شیطانی را در سر می پروراند و با انگیزه دستبرد به اموال مسافران، باند تبهکاران عشوه گر را سرکردگی می کرد این بار، دو عضو دیگر باند را نیز همراه خود برد تا به راحتی نقشه شوم خود را اجرا کند. اعضای این باند که شگرد نخ نمای آب میوه آلوده را طراحی کرده بودند، در مسیر، آب میوه های پاکتی را به قرص های خواب آور آغشته کردند و وارد محل سکونت دو مسافر مذکور شدند. مسافران یاد شده که از دیدن «ج» خوشحال بودند زنان همراهش را به درون اتاق کردند. چند دقیقه بعد «ج» که موقعیت را برای اجرای نقشه پلید خود مهیا می دید، آب میوه های آلوده را به مسافران تعارف کرد و آن ها نیز بدون تامل آب میوه ها را سر کشیدند. هنوز نیم ساعت بیشتر از این ماجرا نمی گذشت که دو مسافر غریبه به حالت بیهووشی کف اتاق افتادند و دیگر چیزی نفهمیدند. در این میان اعضای باند تبهکاران عشوه گر که به هدف شوم خود رسیده بودند، چند میلیون تومان وجه نقد آنان را ربودند و از خانه بیرون آمدند اما یکی از زنان مدعی شد که آن ها پول های نقد زیادی را در ساک های مسافرتی خود داشتند بنابراین دزدان مذکور دوباره به منزل بازگشتند و حدود ۱۰۰ میلیون تومان وجه نقد دیگر را نیز از داخل اموال مسافران پیدا کردند و با سرقت پول ها به سمت مشهد به راه افتادند.

چند ساعت بعد دو مسافر که از یک حادثه هولناک جان سالم به در برده بودند به هوش آمدند و تازه متوجه ماجرای سرقت شدند. آنان با مشخصاتی که از «ج» داشتند بلافاصله به مشهد رفتند و با تسلیم شکوائیه قضایی از پلیس کمک خواستند.

این گونه بود که تلاش نیروهای انتظامی برای شناسایی و دستگیری اعضای این

وی اظهار کرد: پس از حضور ماموران در محل، جوانی ۲۵ ساله را مشاهده

بخش اجتماعی– رئیس کلانتری ۱۷۰ کهربزرگ از دستگیری یکی از سارقان طلاهای پیرزنی خبر داد که با ورود به عنف و تهدید با سلاح سرد، طلاهای پیرزنی را سرقت کرده بودند.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، سرهنگ ابراهیم شریفی مقدم بیان داشت: طی تماس تلفنی تعدادی از همسایه‌های پیرزنی با مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰، وقوع یک فقره درگیری بین پیرزنی با مرد جوانی در ساختمان مسکونی‌ای در محدوده کلانتری ۱۷۰ کهربزرگ اعلام شد و ماموران در اسرع وقت، به نشانی اعلامی اعزام شدند.

وی اظهار کرد: پس از حضور ماموران در محل، جوانی ۲۵ ساله را مشاهده



شدن محصول و جذب مشتریان بیشتر برای استفاده از آن کالا خواهد شد که این امر بیانگر به دنبال داشتن منافع برای تولیدکنندگان و مصرف کنندگان با رعایت این مهم خواهد بود. وی اظهار داشت: برخی استاندارد را یک گزینه و انتخاب می دانند در صورتی که استاندارد یک ضرورت است و تولید و مصرف بدون استاندارد بی معناست .

فرزام صفت خاطرنشان کرد: در شرایط تحریم استانداردها اولویت ماست و بایستی هرچه بیشتر به آن توجه داشته باشیم تا با تولید کالای رقابتی و کیفی بتوانیم نه تنها نیاز داخل را تامین بلکه در راستای صادرات غیرنفتی هرچه بیشتر حرکت کنیم.

وی گفت: اولین موردی که در برزندها مورد توجه واقع می شود، استاندارد است و بایستی

کیان امروز

اما همچنان دیگر اعضای باند تبهکاران عشوه گر فراری بودند تا این که سرهنگ عباس صارمی ساداتی به فرماندهی انتظامی مشهد منصوب شد. او که تاکید خاصی بر مبارزه با جرایم خاص و خشن دارد، به محض اطلاع از ماجرای باند سرقت از مسافران، بی درنگ دستور داد تا گروه تجسس، این پرونده را با کسب راهنمایی قضایی به طور ویژه پیگیری کنند، بنابراین شیوه عملیات تغییر کرد و نیروهای انتظامی با به کارگیری شگردهای تخصصی دریافتند که فرار «ج» به آبادان صحنه سازی است و این جوان، در منطقه همت آباد مشهد تردد می کند. نیروهای ویژه عملیاتی که با نظارت و فرماندهی مستقیم سرهنگ صارمی به عملیات پلیسی ادامه می دادند، ساعت ۲ بامداد هفدهم مهر در حالی که مکان احتمالی تردد «ج» را به محاصره درآورده بودند، این جوان را هنگام ورود به منزل مادرش دستگیر کردند و به مقر انتظامی انتقال دادند.

با دستگیری سرکرده این باند و اعترافات او سه زن دیگر عضو باند تبهکاران نیز در عملیات های جداگانه دستگیر و به مراجع قضایی معرفی شدند.

«ج» (سرکرده این باند) در بازجویی های پلیسی ضمن اعتراف به سرقت بیش از ۱۰۰ میلیون تومان وجه نقد از دو مسافر گفت: در هسته مرکزی شهر به دنبال مسافر می گشتم و خود را به عنوان راهنمای مسافران معرفی می کردم، متهم این پرونده اضافه کرد: برای آن که جلب توجه نکنم در ملاقات بعدی دو زن جوان را همراه خود می بردم تا نقشه خودم را به گونه ای اجرا کنم که کسی مشکوک نشود. وی درباره سرقت ۱۰۰ میلیونی نیز گفت: آن روز مقداری قرص خواب آور حل شده را با سرنگ داخل آب میوه ریختم و به دو مسافری خوراندم که به من اعتماد کرده بودند چون می دانستم افرادی که به مسافرت چند روزه می آیند، مبالغ زیادی پول برای خرید به همراه دارند. نقشه سرقت را با همدستی دوست دخترم و دو زن دیگر اجرا می کردم.

فرمانده انتظامی مشهد با تایید این خبر گفت: اعضای این باند با تلاش شبانه روزی نیروهای انتظامی مشهد و در راستای برخورد قاطعانه با جرایم خشن دستگیر شده اند و تحقیقات برای کشف سرقت های احتمالی دیگر آنان ادامه دارد. سرهنگ عباس صارمی ساداتی با بیان این که اگر اموال مسافران دیگری در نقاط مختلف کشور با این شیوه و شگرد مورد دستبرد قرار گرفته است به کلانتری پنجنتن مشهد مراجعه کنند، به مسافرانی که نیاز به راهنما دارند توصیه کرد، حتما از مراکز گردشگری و معتبر برای رفع نیازهای خود کمک بگیرند و به افراد ناشناس اعتماد نکنند.

رئیس پلیس مشهد همچنین به این گونه مجرمان توصیه کرد: دست از اعمال خلاف بردارند و راه درست زندگی را در پیش بگیرند چرا که هیچ مجرمی نمی تواند از جنگ قانون بگریزد و پلیس با تمام امکانات برای خدمت به مردم به مبارزه قاطعانه با جرایم و به ویژه سرقت ادامه می دهد.

تهدید با سلاح سرد

وی با اشاره به اینکه ارزش ریالی طلاهای سرقتی ۷۰ میلیون تومانی می‌باشد، ادامه داد: با تماس به موقع شهروندان با ماموران پلیس و همچنین حضور سریع و به موقع ماموران این کلانتری در محل، یکی از متهمان دستگیر شد و دستگیری ۲ متهم دیگر در دستور کار قرار دارد.

کلانتر محله کهربزرگ با بیان اینکه در بازرسی از متهم طلاهای سرقتی کشف شد، گفت: با تنظیم صورجلسه‌ای اموال سرقتی تحویل پیرزن شد. این مقام انتظامی در انتها گفت: شهروندان در صورت مشاهده هر مورد مشکوک یا هر موضوعی که نیاز به حضور پلیس دارد سریعاً با شماره ۱۱۰ سامانه پلیسی تماس بگیرند.

معاون هماهنگی و امور اقتصادی استاندار گیلان :

استاندارد یک ضرورت در تولید و مصرف است

خودمان را به روز نگاه داریم و بدنبال بهبودبخشی سیستم و پویایی آن باشیم.

غلامعلی جعفرزاده نماینده رشت در مجلس شورای اسلامی نیز با اشاره به تحریم های ناجوانمردانه و خلاف عرف بین المللی علیه کشورمان بیان کرد: راه برون رفت کشور از این شرایط، تولید است و برای استفاده بهینه از این ظرفیت، باید تولیدات مطمئن باشند و مردم بتوانند با آرامش ، از آنها استفاده کنند. وی ادامه داد: معیارها و مواردی که تولیدکنندگان بایستی در کالاها رعایت کنند ، استاندارد است و وقتی آرم استاندارد بر روی محصولی قرار بگیرد؛ سلامت و امنیت محصول را تضمین می کند . جعفرزاده اظهار کرد: کشورمان در ۴۰۰ کمیته فنی و تخصصی استانداردهای بین المللی عضو است و این جزو افتخارات ماست.

در این مراسم مدیرکل اسناد استاندارد کشور و دکتر جمالی نماینده مردم رودبار و عضو کمیسیون بهداشت مجلس هم مطالبی را در زمینه استاندارد مطرح کردند.

در این مراسم علی رضا خاکی فیروزز رییس مرکز تایید صلاحیت استاندارد ایران هم با بیان اینکه از سال ۱۹۷۰ یعنی ۴۹ سال پیش روزجهانی استاندارد در چهاردهم اکتبر و مصادف با ۲۲ مهر جشن روز استاندارد گرفته می شود به نقش و جایگاه بین المللی استاندارد در جهان و حتی طراحی سالانه پوستر این مناسبت که از ۱۶۳ کشور دنیا پوسترهای متعدد ارسال و ۵ طرح مورد پذیرش نهایی قرار می گرفت که یک طرح به عنوان پوستر نهایی در جهان انتخاب می شد از انتخاب یک پوستر در سال ۲۰۱۷ توسط رضا رحیمیان دانش آموخته گرافیک از دانشگاه آزاد مرکز تهران که این پوستر توانست مقام اول جهانی را کسب کند و همچنین انتخاب یکی از شهروندان محمد خدادادی از همدان که در ویدئو در سال ۲۰۱۹ انتخاب شده است افزود : گیلان با داشتن کارخانجات و واحدهای موفق در کشور در ایران حرفی برای گفتن دارد و اکنون افراد فرهیخته گیلان در کشور زبانزد هستند.

به گفته وی گیلان از دانش فنی و علمی بالایی برخوردار است تصریح کرد : دنیای امروز از تحولات شگرفی برخوردار است و همین ویدئو نقش بسیار عمیقتی در دانش پزشکی ، محیط زیست و غیره دارد که نقش استانداردها در این میان غیر قابل انکار است.

بیست و دوم همراه مصادف با روز جهانی استاندارد است. در حال حاضر ۶۲ آزمایشگاه همکار با ۶۰۰ نیروی متخصص با اداره کل استاندارد گیلان همکاری دارند.

