

یادداشت

دکتر ایرج خسرو نیا رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران

نیازهای امروز دنیای پزشکی



این روزها در پزشکی با پدیده تازه‌ای مواجهیم. واقعیت این است که متاسفانه در سال‌های اخیر، شاهد کاهش استقبال برای گذراندن دوره‌های تخصص و فوق تخصص پزشکی هستیم. ختص به کشور ایران نیست، بلکه راجع است و بسیاری از ظرفیت‌های فوق تخصص از متقاضی

این درحالی است که ما به تقویت طب اخلی که مادر پزشکی است نیز نیاز داریم و باید این رشته تقویت شود. همچنین در بسیاری از کشورهای دیگر به همین دلیل است که در بیمارستان‌ها به اصطلاح «هاسپیتالیست» تربیت می‌کند که به نوعی یک متخصص جامع در بیمارستان محسوب می‌شود و تمام بخش‌های داخلی و تخصصی، آی‌سی‌یو، س‌سی‌یو، اندوسکوپی، آس‌وی و ... را تحت نظارت و مدیریت درمانی خود دارند. درواقع هاسپیتالیست، یک متخصص داخلی آموزش‌دیده است و در صورت تشخیص و ضرورت، بیمار را به پزشکان فوق تخصص راجع می‌دهد. حال همه این نیازها و ضرورت‌ها را در کنار واقعیت قرار دهید که ما در دانشگاه‌های ایران، بشنای این‌ها عنوان نداریم.

برای همین است که توجه به پرورش نیروهای متخصص فوق‌متخصص از یک طرف و راه‌اندازی رشته طب بیمارستانی در دانشگاه‌های مادر، از طرف دیگر، ضرورتی است. توصیه‌ها برای این روزهایی دنیای پزشکی به همین دلیل امیدواریم که مسئولان این توصیه (امور) توجه قرار دهند تا با تقویت رشته دندانپزشکی راه‌اندازی رشته هاسپیتالست از سردرگمی بیماران و صرف هزینه‌های فراوان بابت تغییر پزشک معالج و رفتن سراغ فوق تخصص‌های متنوع جلوگیری شود. باید توجه کرد که تلاش برای تربیت دانش‌آموختگان رشته تخصصی طب بیمارستانی به جای ایجاد رشته‌های موازی، یکی از هدف‌های مهم در پیشرفت آینده کشور باشد.

۴ علامت کمبود پروتئین در بدن



میبود پروتئین می‌تواند به پوست مو آسیب بزند، چراکه در شرایط میبود، بدن آنها را در اولویت بین تری قرار می‌دهد.



کمبود پروتئین ابتدا باعث کاهش وزن می‌شود اما در بلندمدت، با کاهش افت متابولیسم، سبب افزایش وزن خواهد شد.



با کمبود پروتئین، بدن از پروتئین عضلات برای تامین نیازهای حیاتی‌اش استفاده می‌کند.



شکستگی استخوان

ریه‌های یاب‌کورنی، یکی از عارضه‌های مصرف سیگار الکترونیک است

ریه‌ها را بخار نکنید!



سرتاپا مضر

تحقیقات ثابت کرده است که انواع سیگارها، از سیگارهای سنگین تا سبک و سیگارهای الکترونیک، نه تنها برای ریه ص بلکه برای همه بدن مضر هستند؛ چنانچه تأثیراتشان از ریزش مو تا تارید دید و گرفتگی عروق و... دیده شده است. اما دکتر جباری از ویژگی های اختصاصی و منحصر به فرد سیگارهای الکترونیک می گوید: «ماده اولیه ویپها، فنول است؛ ماده ای که بر اثر حرارت، بخاری شیبیه به دود سیگار می افتد و می تواند همان احساس رضایت را در فرد ایجاد کند». وی همچنین می گوید: «در سیگارهای الکترونیک، بیشتر از سیگار چنانچه بی مطالعه طولانی مدت در انگلیسی انجام

روزنه‌های امید برای بهبود

آگاهی نسبت به مضرات ویپ یا همان سیگار الکترونیک و به دنبال آن ترک استعمال آن، می‌تواند ریه را دوباره به حالت قبل برگرداند؟ سؤالی که دکتر جباری، استاد دانشگاه شهید بهشتی به آن پاسخ می‌دهد: «واقعیت این است تخریب‌هایی

اسلام علیک السلام بنی ہوسے



بجانب شجر برکت و کرامت

هدیه دوره ششم مدیریت شهری به مناسبت دهه کرامت



مترو مشهد به «حرم مطهر» رسید

[illegible]

حل سودو کو ۴۸۷۲

Y	Δ	Λ	F	Ψ	Σ	q	Y	I	V	F	Δ	Λ	Ψ	Σ	I	q	Y	F	V	Δ
Σ	q	F	Y	I	V	Δ	Λ	Ψ	I	Y	Σ	F	V	q	Ψ	Λ	Δ	I	Y	Σ
I	Y	Σ	q	Δ	V	I	Λ	F	Σ	q	Λ	Δ	Y	I	F	V	Σ	Ψ	q	Λ
Ψ	Σ	Y	Δ	V	I	Λ	q	F	Ψ	F	V	Λ	q	I	Δ	Σ	Y	Δ	Σ	Y
Λ	I	Δ	Σ	q	F	Y	Ψ	V	q	Σ	Δ	V	Ψ	Y	Λ	I	F			
F	V	q	Λ	Y	Ψ	Σ	I	Δ				I	Λ	Y	Δ	Σ	F	V	Ψ	q
Y	Δ	I	V	F	Σ	q	Y	Σ	V	q	Ψ	Λ	q	I	F	Δ	Σ	Y		
q	F	V	Ψ	Σ	Y	I	Δ	V				Y	Δ	Λ	q	I	Ψ	F	V	
Δ	Ψ	Σ	I	Λ	q	F	V	Y	Y	I	F	Σ	Δ	V	q	Λ	Y			

برای حل جدول اعداد باید در هر مربع کوچک تر ۳ در ۳ هیچ عدد تکراری وجود نداشته باشد.

همچنین هیچ عددی در یک سطر یا ستون مربع بزرگ ۹ در ۹ تکرار نشده باشد.

[illegible]

		۳					۷						۶		
	۶		۱		۹						۲		۱		۷
۵			۴									۵			۲
	۲		۹		۸		۷			۷		۱		۹	۲
		۱				۹					۸			۵	
	۹		۵		۳		۲			۴		۳		۵	۹
۱				۷				۵		۷			۴		۱
	۴		۸		۱		۹				۲		۵		۸
		۵				۴					۶			۹	