کودک از چه سنی می‌تواند ماهی بخورد؟

در تغذیه کودک زمان و سن مصرف مواد غذایی بسیار حائز اهمیت است و ماهی یکی از پراهمیت ترین موارد در تغذیه کودک است که باید در سن مناسب مصرف شود.
به گزارش نمناک، ماهی یک ماده غذایی سالم است که باید در رژیم غذایی کودکتان قرار بگیرد و معمولاً هم افراد از زمانی که شروع به دادن غذای جامد به کودک می‌کنند که معمولاً در سن ۶ ماهگی به بعد است، ماهی را هم در نظر می‌گیرند.
از آنجایی که ممکن است ماهی عامل ایجاد آلرژی باشد، به خاطر همین در استفاده از آن باید دقت کنید و کمی صبر داشته باشید تا مطمئن شوید که بدن کودکتان هیچ واکنشی نشان نمی دهد. به هر حال ماهی یک وعده غذایی مهم است، زیرا سرشار از مواد مغذی از جمله پروتئین و اسیدهای چرب می‌باشد، اما بسیار مهم است که از بعضی از انواع ماهی‌ها به کودک خود ندهید، زیرا حاوی سطوح غیر امنی از جیوه هستند که ممکن است به بدن کودک آسیب وارد کند.

آیا ماهی برای کودک سالم است؟

ماهی می تواند نقش بسیار مهمی در تعادل رژیم غذایی کودک داشته باشد، زیرا سرشار از مواد مغذی است و سلامت بدن او را تأمین می‌کند. در واقع ماهی یک منبع سالم از پروتئین‌ها و لیپیدهاست که منبع انرژی هم محسوب می‌شود و جذب ویتامین‌های محلول در چربی را بالا می‌برد.
ماهی حاوی اسید چرب امگا ۳ است که برای رشد مغزی، بینایی، سیستم ایمنی و سلامت قلب اهمیت بسیار زیادی دارد و حاوی ویتامین د، ویتامین ای، ویتامین ب۱، ویتامین ب ۳، ویتامین ب۶، ویتامین ب۱۲، کلسیم و آهن می‌باشد.

چه نوع ماهی برای کودک بهترین است؟

بعضی از انواع خاصی از ماهی‌ها حاوی متیل جیوه هستند که به مرور به مغز و سیستم عصبی کودک آسیب می‌زنند. اینکه بخواهید بدانید کدام نوع ماهی برای کودکتان مناسب است، باید به سطح جیوه آن دقت کنید.
متخصصان پیشنهاد می‌کنند که کودکان بین ۱ تا ۳ سال می‌توانند هر هفته یک الی ۲ وعده از بهترین انواع ماهی استفاده کنند. ماهی خوب و معمولی هم فقط باید یک بار در هفته استفاده شود؛ به طور مثال ماهی سالمون بهترین نوع ماهی است و می توانید ۲ بار در هفته از آن به کودک خود بدهید، زیرا سطح جیوه آن بسیار کم است، اما ماهی تُن یک نوع ماهی خوب و معمولی محسوب می‌شود و به اندازه یک بار در هفته باید آن را محدود کنید. از طرفی نباید از ماهی‌های بزرگ به کودک خود بدهید، زیرا جیوه بالایی دارد.

گرفتگی رگ‌های قلب چه علائمی دارد؟

بیماری قلبی یا تصلب شرایین قلبی یکی از بیماری‌های جدی در افراد میانسال و سالمند است؛ این بیماری در اثر تجمع پلاک در عروق کرونر ایجاد می‌شود. در حالی که باید در عروق خونی مقدار زیادی اکسیژن وجود داشته باشد، پلاک مانع از رسیدن اکسیژن به قلب می‌شود.
به گزارش بهداشت نیوز، عروق حالت صاف و کشسانی دارد و زمانی که پلاک بر روی دیواره‌های داخلی جمع می‌شود، آنها را سفت و باریک می‌کند. همین عامل جریان خون را در عضلات قلب کاهش می‌دهد و در نتیجه اکسیژن مورد نیاز به قلب نمی‌رسد. اگر پلاک شکسته شود منجر به حمله قلبی یا مرگ ناگهانی می‌شود.

علائم گرفتگی عروق قلب چیست؟

با توجه به عوارض ناگهانی ناشی از گرفتگی رگ‌های قلبی، شناخت علائم این بیماری ضرورت دارد.
شایع‌ترین علائم گرفتگی رگ‌های قلب عبارتند از:
احساس درد در قفسه سینه، احساس سیری، احساس سوزش در ناحیه قلب و قفسه سینه، احساس سنگینی و فشار در ناحیه قلب، ضعف بدن و یا سرگیجه و سوزش معده.

چند نباید مهم درباره نگهداری میوه و سبزیجات در کنار هم

در بعضی مواقع به دلیل خرید زیاد میوها و سبزیجات دچار مشکل برای نگهداری از آنها می‌شویم، اما همیشه استفاده از میوه های خوش‌رنگ و سبزیجات تازه لذت‌بخش‌تر است.
به گزارش نمناک، اتفاق بسیار بدی است که یک یخچال پر داشته باشید و بسیاری از خوراکی‌ها و خوردنی‌ها را داخلش قرار دهید، اما بعد از چند روز ببینید که همه آنها پلاسیده و خراب شده‌اند. در این قسمت به شما آموزش می‌دهیم که چگونه مواد گیاهی، میوه ها، سبزیجات و غیره را مدت زمان طولانی‌تری تازه نگه دارید.

پیاز را کنار سیب‌زمینی قرار ندهید

پیاز و سیب‌زمینی ترکیب بسیار خوش‌مزه‌ای هستند، اما نباید کنار یکدیگر نگهداری شوند. در غیر این‌صورت پیاز باعث می‌شود که سیب‌زمینی‌ها زودتر خراب شوند. بهتر است که سیب‌زمینی را مانند اسکواش در هوای باز و خنک و کمی تاریک نگه دارید تا تازه‌تر باقی بماند.
همچنین می‌توانید داخل کیسه پلاستیکی بگذارید، اما باید کمی هوا به آنها برسد. اگر می‌خواهید یک همسایه خوب برای پیاز پیدا کنید، آن چیزی نیست جز سیر. این دو ماده می‌توانند بدون این که عامل خراب شدن یکدیگر باشند، به خوبی در کنار هم دوام بیاورند. فقط بهتر است آنها را در فضایی قرار دهید که تهویه خوبی دارد.

خیار را تنها نگهداری کنید

بسیاری از میوه‌ها مانند گوجه‌فرنگی، موز و طالبی گاز اتیلن تولید می‌کنند؛ این گاز ماده‌ای است که باعث رسیدن میوه می‌شود و ممکن است سرعت تخریب و فسادش را افزایش دهد. خیار معمولاً به گاز اتیلن حساسیت زیادی دارد بنابراین باید محل جداگانه خودش را داشته باشد.
در غیر این‌صورت خیلی سریع خراب می‌شود، پس اگر می‌خواهید خیار را داخل یخچال بگذارید، آن را دور از میوه‌های دیگر گذاشته و فقط چند روز داخل یخچال نگه دارید.

اسکواش و کدو تنبل را کنار سیب و گلابی قرار ندهید

اسکواش و کدوتنبل باید جایگاه جداگانه خودشان را داشته باشند و گلابی هم همین‌طور؛ نباید آنها را کنار هم بگذارید. در غیر این‌صورت اسکواش رنگ زرد پیدا می‌کند و خراب خواهد شد. اسکواش و کدو تنبل باید در دمای بین ۱۰ الی ۱۳ درجه سیلیسیوس نگهداری شوند.
این دما، دمای خنکی است، اما به سرمای داخل یخچال نمی‌رسد. کدو تنبل‌ها و اسکواش‌های بزرگ معمولاً تا ۶ ماه هم دوام می‌آورند، به شرطی که انواع کوچک آنها را خریداری کنید.

ریشه سبزیجات را داخل کیسه بگذارید

سبزیجات ریشه‌دار مانند هویج، چغندر و پیاز مواد مغذی زیادی داخل خودشان دارند و ریشه آنها بخش مهمی است، زیرا مواد مغذی خاک را به خودش جذب می‌کند. برای اینکه ارزش غذایی آنها پایین نرود، می‌توانید آنها را داخل یک محیط خنک، تاریک و کمی مرطوب قرار دهید یا اینکه آنها را داخل یک کیسه پلاستیکی بگذارید، اما اگر بدون هیچ کیسه پلاستیکی داخل یخچال بگذارید، زودتر پوسیده می‌شوند.

تمشک‌ها را با سرکه بشویید

خوردن تمشک‌ها بسیار لذت بخش و راحت است، اما مشکل اینجاست که خیلی سریع کپک می‌زند. باید یاد بگیرید روش صحیح مراقبت از آنها را به کار بگیرید تا زمانی که قصد خوردن آنها را ندارید، بهتر است آنها را نشویید.
همچنین می‌توانید کمی سرکه را روی آن بریزید تا طول عمر بیشتری داشته باشند؛ به این صورت که یک فنجان سرکه را با سه فنجان آب ترکیب کنید و تمشک‌ها را داخلش قرار دهید و بعد از چند دقیقه بیرون بیاورید.
بعد از اینکه آنها را بیرون آوردید، باید اطمینان حاصل کنید که به طور کامل خشک شدند، زیرا تمشک با رطوبت میانه خوبی ندارد. می توانید آنها را روی دستمال کاغذی یا پارچه مخصوص میوه‌ها قرار دهید تا خشک شوند.

سیب‌ها را کنار پرتقال قرار ندهید

سیب‌ها نباید کنار پرتقال‌ها قرار بگیرند؛ میوه‌ها از خودشان گاز تولید می‌کنند که بالاتر اشاره کردیم. گاز اتیلن باعث خراب شدن سریع‌تر بعضی از میوه‌ها می‌شود. سیب را داخل یخچال قرار ندهید. پرتقال را هم داخل یخچال اما به دور از سیب بگذارید. در غیر این‌صورت هر دو سریع خراب می‌شوند. از طرفی پرتقال را نباید داخل کیسه پلاستیکی قرار دهید. در غیر این‌صورت زود کپک می‌زند.

موز را از بقیه میوه‌ها جدا کنید

موز میوه بسیار خوش‌مزه‌ای است، اما خیلی سریع می‌رسد و ترشیده می‌شود. راه حل اینجاست که موزهای رسیده را بیرون از یخچال و موزهای سفت را داخل یخچال بگذارید تا زودتر برسند.

آووکادو را کنار موز نگذارید

آووکادو میوه نسبتاً گرانی است و بسیار مهم است که از آن به درستی مراقبت کنید. اگر آووکادوی شما در حال رسیدن است آنها را کنار موز قرار ندهید. گاز آزادشده از موز باعث زودتر رسیدن آووکادو می‌شود. اگر می‌خواهید طول عمر آووکادو را افزایش دهید، آن را داخل یخچال بگذارید زیرا باعث می‌شود که فرآیند رسیده شدن آووکادو کندتر شود.

گوجه‌فرنگی‌ها را داخل یخچال قرار ندهید

اگر می‌خواهید گوجه‌فرنگی شما تازه باقی بماند، بهتر است آنها را داخل یخچال نگذارید. گوجه‌فرنگی در داخل یخچال ارزش غذایی خودش را از دست می‌دهد. پس آن را در دمای اتاق قرار دهید تا طعم خودش را حفظ کند.

سبزیجات و گیاهان معطر چطور؟

اگر می‌خواهید مقداری ادویه‌های گیاهی به غذا اضافه کنید و طعم آن را بهبود ببخشید، باید بدانید که چگونه آنها را تازه نگه دارید. می‌توانید ادویه‌ها را استفاده نکنید، بلکه خود گیاه را خریداری کنید. برگ این گیاهان را تازه نگه داشته و به طور کامل خشک کنید و سپس آنها را داخل یک ظرف شیشه‌ای یا فنجان بریزید و کمی آب داخلش بریزید و آنها را داخل فریزر بگذارید.
مثلاً گیاهانی مثل ریحان در دمای اتاق بهتر نگهداری می‌شوند، حتی می‌توانید آنها را داخل یک شیشه آب هم قرار دهید. بعد از اینکه رنگ آب عوض شد، آب آن را کنار گذاشته و از این سبزیجات تازه استفاده کنید. معمولاً تا دو هفته حالت تازگی خودشان را با این روش حفظ می‌کنند.

هر روز گوجه‌فرنگی بخورید!

یکی از توصیه‌های متخصصان تغذیه به افرادی که می‌خواهند الگوی غذایی سلامت‌محور داشته باشند، این است که روزانه حداقل یک عدد گوجه‌فرنگی مصرف کنند. گوجه‌فرنگی حجم بالایی از آنتی‌اکسیدان‌های قوی را در خود دارد. افزایش تعداد رادیکال‌های آزاد و فعالیت آنها در بدن، علاوه بر سرعت‌بخشی به روندهای پیری، می‌تواند خطر ابتلا به بیماری‌هایی مانند انواع سرطان یا بیماری‌های قلبی را افزایش دهد.
به گزارش بهداشت نیوز، گوجه‌فرنگی آنتی‌اکسیدان ارزشمندی با نام لیکوپن دارد که دریافت آن به تقویت سیستم ایمنی بدن و پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های قلبی کمک می‌کند. جالب است بدانید که جذب لیکوپن از طریق مصرف گوجه‌فرنگی پخته یا مصرف گوجه‌فرنگی همراه با یک منبع غذایی حاوی چربی افزایش پیدا می کند.

۱. افزایش دریافت پتاسیم با مصرف گوجه‌فرنگی

علاوه بر لیکوپن موجود در گوجه‌فرنگی، ترکیب ارزشمند دیگری با نام پتاسیم هم در آن وجود دارد و به همین دلیل هم متخصصان تغذیه گوجه‌فرنگی را جزو بهترین خوراکی‌ها برای حفظ سلامت قلب دسته‌بندی می‌کنند. دریافت پتاسیم کافی در طول روز به تنظیم فشار خون، کاهش خطر ابتلا به سکته مغزی یا بیماری‌های قلبی عروقی کمک می‌کند. از این‌رو، افرادی که در معرض بیماری‌های قلبی قرار دارند یا سابقه خانوادگی بیماری قلبی دارند، می‌توانند روزانه یک تا ۲ عدد گوجه‌فرنگی را به‌منظور حفظ سلامت سیستم قلبی عروقی به رژیم غذایی خودشان اضافه کنند.

۲. حفظ سلامت پوست با مصرف گوجه‌فرنگی

گوجه‌فرنگی سرشار از نوع خاصی از آنتی‌اکسیدان‌ها با نام «کاروتنوئید» است. تحقیقات فراوانی ثابت کرده‌اند که دریافت کاروتنوئیدها در روزهای گرم و آفتابی سال از پوست شما در برابر آسیب‌های ناشی از نور خورشید محافظت می‌کند. مطالعات فراوانی ثابت کرده‌اند که مصرف روزانه و منظم گوجه‌فرنگی در تابستان باعث پیشگیری از آفتاب‌سوختگی پوست و در نتیجه کاهش خطر ابتلا به تومورهای پوستی ناشی از پرتوهای فرابنفش خورشیدی از نوع UVB می‌شود.

۳. بهبود خلق‌وخو با مصرف گوجه‌فرنگی

نتیجه مطالعه گسترده‌ای که در سال ۲۰۱۳ در آمریکا منتشر شد، ثابت کرد که سالمندانی که حداقل در طول هر هفته بین ۲ تا ۶ عدد گوجه‌فرنگی مصرف می‌کنند، حدود ۴۶ درصد کمتر از سالمندانی که علاقه‌ای به مصرف گوجه‌فرنگی ندارند، در معرض خطر ابتلا به افسردگی خفیف تا شدید قرار می‌گیرند. محققان بر این باورند که به احتمال زیاد، لیکوپن موجود در گوجه‌فرنگی می‌تواند باعث بهبود خلق‌وخو شود.

۴. افزایش جذب آهن با مصرف گوجه‌فرنگی

گوجه‌فرنگی می‌تواند ماده غذایی ارزشمندی برای بیماران مبتلا به کم‌خونی هم باشد. ویتامین C موجود در گوجه‌فرنگی به افزایش جذب آهن غذا کمک می‌کند. زمانی که جذب آهن مواد غذایی توسط بدن افزایش پیدا می‌کند، هموگلوبین و میوگلوبین بیشتری در بدن ساخته می‌شود و درنتیجه اکسیژن‌رسانی به تمامی سلول‌های بدن با سرعت و کیفیت بیشتری انجام می‌گیرد. بهتر است بدانید که تقریباً هر یک لیوان گوجه‌فرنگی حدود ۲۷ درصد از نیاز روزانه بدن به ویتامین C را تأمین می‌کند.

دلایل پرحرفی کودکان

مشاور و مددکار اجتماعی کلانتری ۲۹ صدرا ؛ فائزه نامداری:

۱- حس کنجکاوی:
یکی از مهم‌ترین علت‌های پرحرفی کودکان، حس کنجکاوی و تمایل به داشتن همه چیز است. کودکان باهوش، زیاد سؤال می‌پرسند، اما این به این معنا نیست که ما باید به تمام سؤالات آنها پاسخ دهیم.
۲- ترس:
گاهی ترس کودکان نیز عامل پرحرفی می‌شود، این اتفاق بیشتر برای کودکانی که سن پایین دارند و برای کودکانی که شب‌ها ازتنهاخوابیدن در اتاقشان می‌ترسند، اتفاق می‌افتد.
۳- بیش‌فعالی:
بعضی از دلایل پرحرفی کودکان دلالت بر بیماری‌های روحی و روانی دارد. مشکل بیش فعالی در برخی موارد موجب پرحرفی کودک می‌شود.
۴- الگو گرفتن از والدین:
پرحرفی کودکان در برخی مواقع بخاطر تأثیرپذیری از والدین است. آنها پدر و مادرشان را الگو قرار می‌دهند و زیاد صحبت می‌کنند. بهترین راه مقابله با پرحرفی کودک در این مورد اصلاح رفتار والدین است که موجب تغییر رفتار کودک می‌شود.
۵- حسادت:
به دنیا آمدن فرزند جدید در خانواده موجب حسادت برخی از کودکان بالای سه سال می‌شود که می‌تواند عاملی برای زیاد صحبت کردن و جلب توجه والدین باشد.
۶- جلب توجه:
یکی دیگر از علت‌های پرحرفی در کودکان، نیاز به جلب توجه است. اگر والدین به فرزندشان به اندازه کافی توجه کنند و به طور اختصاصی برای او وقت بگذارند، این مشکل به وجود نمی‌آید.
۷- حرف زدن با خود:
معمولاً بچه‌ها در سنین پایین بلند بلند فکر می‌کنند و هرچه به ذهنشان می‌آید را به زبان می‌آورند، این رفتار بخشی از فرایند رشدی آنهاست. حرف زدن کودک با خودش به حل مسائل و کنترل نفس او کمک می‌کند.
۸- هوشیاری:
پرورش توان حرف زدن در سنین پایین، بر مهارت‌های رفتاری یا توانایی گفتاری و شنیداری و تقویت حس کنجکاوی کودک تأثیر می‌گذارد.
بهتر است که والدین هنگام حرف زدن کودک، دست بزنند یا به طریق دیگری شادی خود را نسبت به توانایی که در او در حال شکل گیری است، نشان دهند. به بیان دیگر هر چقدر کودکی زودتر شروع به صحبت کند، در پرورش استعدادهای شناختی و ارتباطی‌اش سریع‌تر رشد خواهد کرد.
زمانی که کودک خود را تشویق به صحبت کردن می‌کنید، همزمان او را به استفاده از استعداد طبیعی شنیدن نیز ترغیب می‌کنید.
توانایی کودک در تکلم یکی از نشانه‌های ارزیابی کودکان باهوش است، چراکه دیر به حرف افتادن کودکان یعنی حرف زدن پس از سه تا ۳/۵ سالگی، رشد مهارت‌های ارتباطی و شناختی کودک را با تأخیر مواجه می‌کند.

مرکز مشاوره آرامش پلیس فارس، واقع در پل حر، روبه‌روی کلانتری ۱۱ زند، آماده ارائه خدمات مشاوره‌ای رایگان در زمینه‌های روان‌شناسی، خانوادگی، اجتماعی، حقوقی، تربیتی، ازدواج و ... می‌باشد. تلفن پذیرش و نوبت‌دهی: ۰۷۱۳۲۲۲۷۰۰۶

همچنین سامانه تلفنی مرکز مشاوره آرامش پلیس فارس با شماره ۰۹۶۵۸۰ آماده ارائه خدمات مشاوره تلفنی در زمینه‌های مختلف خانوادگی، اجتماعی، ازدواج، تربیتی و... می‌باشد. شهروندان عزیز می‌توانند در صورت تمایل شماره ۹۶۵۸۰ را شماره‌گیری نموده و از خدمات مشاوره تلفنی استفاده نمایند.

امیدی جدید برای درمان دیابت نوع ۲ در پژوهش چینی‌ها

پژوهش جدید پژوهشگران دانشگاه نانجینگ در چین، امیدها را برای درمان دیابت نوع ۲ زنده کرده است.
به گزارش ایسنا و به‌نقل از آی‌ای، به گفته سازمان بهداشت جهانی، بیماری دیابت نوع ۲، وضعیتی که با ناتوانی بدن در تنظیم و استفاده مؤثر از قند مشخص می‌شود، بیش از ۹۵ درصد از افراد مبتلا به دیابت را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می‌دهد. این بیماری می‌تواند منجر به آسیب شدید عصبی و لطمه به عروق خونی شود و تشخیص زودهنگام آن برای پیشگیری بسیار مهم است.
در حالی که در حال حاضر هیچ درمانی برای دیابت نوع ۲ وجود ندارد، گروهی از پژوهشگران دانشگاه نانجینگ در چین رویکرد جدید و امیدوارکننده‌ای را برای رسیدگی به علت اصلی این بیماری ارائه کرده‌اند.
دیابت نوع ۲ معمولاً شامل تداخل انسولین است؛ انسولین هورمونی است که سطح قند خون را تنظیم می‌کند. این بیماری منجر به مقاومت به انسولین می‌شود، جایی که سلول‌های کبد، ماهیچه و چربی به خوبی به این هورمون پاسخ نمی‌دهند.
پژوهش‌های قبلی نشان می‌دهد که مقاومت به انسولین توسط گونه‌های فعال اکسیژن(ROS) که مولکول‌های ناپایدار تولیدشده توسط میتوکندری در سلول‌های ما هستند، ایجاد می‌شود. تولید بیش از حد ROS می‌تواند منجر به آسیب به دی‌ان‌ای، پروتئین و آرن‌ای و مرگ سلولی شود.
دانشمندان گروهی از داروها به نام «جداکننده‌های میتوکندری» را شناسایی کرده‌اند که می‌توانند تولید ROS را در منبع خود مهار کنند. این مهم است، چرا که درمان‌های سنتی مبتنی بر آنتی‌اکسیدان فقط می‌توانند به مولکول‌های ناپایدار که از قبل تشکیل شده‌اند، رسیدگی کنند.
روش دیگر برای کاهش تولید اضافی ROS شامل استفاده از نانوذرات پلاتین بسیار کوچک است که به دلیل خواص ضدمیکروبی، ضدسرطانی و آنتی‌اکسیدانی شناخته شده است. با این حال، اندازه کوچک آنها باعث می‌شود این نانوذرات خیلی سریع از کبد پاک شوند.
گروه پژوهشی دانشگاه نانجینگ این دو درمان را برای بازگرداندن حساسیت به انسولین و درمان مؤثر دیابت نوع ۲ ترکیب کردند.
این تیم با پوشاندن یک قالب با ذرات پلاتین و لایه‌ای از سیلیس، چیزهای موسوم به «نانو روبنده‌ها» را توسعه دادند.
آنها مطالعه خود را با استفاده از یک مدل حیوانی انجام دادند و نانو روبنده‌ها را روی موش‌های مبتلا به دیابت آزمایش کردند.
نتایج نشان داد که نانو روبنده‌ها به طور مؤثری به کبد سفر می‌کنند و محتوای چربی را کاهش می‌دهند و معمولاً به عملکرد کبد کمک می‌کنند و در درمان مقاومت به انسولین نیز امیدوارکننده هستند.
پژوهشگران بر این باورند که این پیشرفت می‌تواند تأثیر قابل‌توجهی در کاهش بروز دیابت نوع ۲ داشته باشد.

پژوهش روی نانو روبنده‌ها

براساس چکیده این مطالعه، دانشمندان نانوپوسته‌های سیلیسی زیست تخریب‌پذیر هدف قراردهنده کبد را طراحی کردند که با نانوذرات پلاتین همراه شده‌اند.
این نانوپوسته‌ها به‌عنوان گونه‌های اکسیژن فعال(ROS) و نانوحامل‌های توخالی عمل می‌کنند. آنها DNPME را که یک جداکننده میتوکندری است، در نانوپوسته‌ها قرار دادند و آنها را با یک لایه لیپیدی برای حذف طولانی مدت ROS در بافت کبد در موش‌های مبتلا به دیابت نوع ۲ پوشاندند.
این درمان با موفقیت توانست استرس اکسیداتیو، مقاومت به انسولین و اختلال در مصرف گلوکز را در شرایط آزمایشگاهی معکوس کند.
علاوه بر این، در مدل‌های موش مبتلا به دیابت، ناشی از رژیم غذایی پرچرب به طور قابل‌توجهی تغییر چرب(استئاتوز) کبدی و ظرفیت آنتی‌اکسیدانی را بهبود بخشید.
تغییر چرب یا استئاتوز(steatosis) فرآیندی از حفظ غیرعادی چربی‌ها در درون یاخته‌ها است؛ تغییر چرب نشانگر اختلال در روند عادی سنتز و حذف چربی تری‌گلیسیرید است.
تجویز داخل وریدی این درمان نیز اثرات درمانی بر چربی خون، مقاومت به انسولین، هیپرگلیسمی و نفروپاتی دیابتی را نشان داد و با معکوس کردن مقاومت به انسولین کبدی از طریق مهار طولانی مدت ROS، یک رویکرد امیدوارکننده برای درمان دیابت نوع ۲ ارائه کرد.
در حالی که تحقیقات بیشتری برای تأیید این یافته‌ها و تعیین کاربرد آنها برای انسان‌ها مورد نیاز است، مطالعه دانشگاه نانجینگ فرصت‌های جدیدی را برای مقابله با دیابت نوع ۲ فراهم می‌کند.
با پیشرفت‌های مداوم در حوزه پزشکی، امیدها برای بهبود درمان‌ها و نتایج برای افراد مبتلا به این بیماری شایع وجود دارد.

آگهی فقدان سند مالکیت بخش چهار شیراز

خانم رقیه جمالی با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۱۰۱ شیراز تنظیم گردیده است مدعی است که تعداد یک برگ سند مالکیت مربوط به سه دانگ پلاک ۱۶۵۲/۷۱۱۳۵ واقع در بخش ۴ شیراز که به نام رقیه جمالی ثبت و سند مالکیت بشماره چاپی ۹۴۷۶۲۴ ب ۱۴۰۰ صادر به علت جابجایی مفقود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند المثنی نموده است مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین نامه قانون ثبت آگهی می شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.
تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۳/۲۲
۳۷۰/م.الف– ناحیه ۱ – رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز – از طرف نصیب اله حیدری ارجلو

آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۷ فارس

آقای اسماعیل رادفر با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۲۷۹ شیراز تنظیم گردیده است مدعی است که تعداد یک برگ سند مالکیت مربوط به ۱۰۰۰ سهم مشاع از ۱۲۵۰۰۰ سهام شش دانگ پلاک ۶/۵۸ واقع در بخش ۷ فارس که به نام اسماعیل رادفر ثبت و سند مالکیت بشماره چاپی ۳۰۶۷۷۸ صادر و به علت آتش سوزی مفقود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند المثنی نموده است مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین نامه قانون ثبت آگهی می شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.
تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۳/۲۲
۳۶۹/م.الف– محسن مظفری نیا – رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز – ناحیه ۱

آگهی تحدید حدود عمومی قطعه ۲ بخش ۵ فارس شهرستان مرودشت سال ۱۴۰۲

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور

برابر مقررات مواد ۱۴ و ۱۵ قانون ثبت تحدید حدود رقبه مشروحه ذیل واقع در قطعه ۲ بخش ۵ فارس واقع در شهرستان مرودشت در تاریخ معین و در ساعت ۸ صبح در محل وقوع ملک بعمل خواهد امد.
پلاک ۲۴۹–اصلی قطعه ۲ بخش ۵ فارس آقای حسین قاسمی فرزند سلطان حسین نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۸۰۰۰ مترمربع واقع در قطعه ۲ بخش ۵ فارس مرودشت محل وقوع ملک روستای سلطان ولایت قطعه ۲ بخش ۵ فارس مرودشت
پلاک۳۲۰–اصلی قطعه ۲ بخش ۵ فارس آقای نگهدار شهریاری گرائی فرزند عزت اله نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین به مساحت ۱۸۶/۲۳ مترمربع که قبلا قسمتی از کانال متروکه بوده است واقع در قطعه ۲ بخش ۵ فارس مرودشت محل وقوع ملک قطعه ۲ بخش ۵ فارس مرودشت
پلاک۳۲۱–اصلی قطعه دو بخش ۵ فارس اقای عبدالعلی غلامزاده فرزند ملک نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین به مساحت ۱۹۲متر مربع که قبلا قسمتی از کانال متروکه شهرداری بوده است واقع در قطعه ۲ بخش ۵ فارس مرودشت محل وقوع ملک قطعه ۲ بخش ۵ فارس مرودشت
پلاک ۳۲۲–اصلی قطعه ۲ بخش ۵ فارس آقای سید حسن عباسی فرزند سید جواد نسبت به ششدانگ قسمتی از یک باب خانه به مساحت ۴/۲۹ مترمربع که قبلا قسمتی از کانال متروکه بوده است واقع در قطعه ۲ بخش ۵ فارس مرودشت
لذا به استناد مادتین۱۴و ۱۵ قانون ثبت به منظور تصرفات مالک فوق منتشر می گردد و به اطلاع مجاورین و صاحبان حقوق ارتفاقی می رساند تحدید حدود ۴ ساعت قبل از ظهر در تاریخ ۱۴۰۲/۴/۱۷در محل شروع و به عمل خواهد آمد.اعتراض نسبت به حدود طبق ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورتجلسه به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد و به استناد ماده ۸۶ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت معترض یا معترضین می بایست در مهلت مقرر در آگهی نسبت به نتظیم دادخواست به مراجع قضایی اقدام و گواهی لازم مشعر به طرح دعوی از مراجع صالحه اخذ و به این اداره تسلیم نمایند در غیر این صورت حق آنان ساقط می گردد.
تاریخ انتشار :۱۴۰۲/۳/۲۲
۱۵۱۰۱۶۲ : شناسه آگهی
رضا حقانی نیا – مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مرودشت