



پیشگام

شماره ششم

مرداد ماه ۹۲



شما همچنین میتوانید با کلیک بر روی مطلب مورد نظر مستقیماً از همین صفحه به صفحه‌ی مطلب راه پیدا کنید

صفحه‌ی مطلب	عنوان مطلب
۱	<u>شیش!!!</u>
۲	<u>مهرانه</u>
۷	<u>کابینه</u>
۱۰	<u>حرف شما...</u>
۱۲	<u>اشک امیر</u>
۱۴	<u>وقت آزاد</u>
۱۶	<u>روغن نارنگی</u>
۱۸	<u>من و عرق</u>
۲۱	<u>این گوشت قرمز!!!</u>
۲۳	<u>زنگ علوم</u>
۲۶	<u>عروسک زنده</u>
۲۷	<u>سرنگ</u>
۳۰	<u>نقطه سر خط!</u>



خوب بازم سلام.

دوباره ما و دوباره هم شما!!!

پرشین مدیکال برای ششمین بار اومد با کلی حرف جدید...

بی مقدمه میریم سر اصل مطلب چون میخوایم مفید باشیم...

تو این شماره کلی به سرو وضع خودمون رسیدیم... کلی تغییر جدید دادیم که تا نینین باورتون همیشه! (حالا نه در این حد...)

تقریبا میشه گفت بعد از شش شماره داره کم کم چم و خم کار دستمون میاد. بخش های جدید و تقریبا ثابتی به مجله اضافه کردیم که با هر شماره کامل تر میشه یا بهشون اضافه میشه ...

در ضمن تو این شماره یا بهتره یگم از این شماره بیشتر مطالب اختصاص داده میشه به سلامت اجتماعی تا پزشکی تخصصی چون نظر خود شما این بود که مطالب و مباحث پیرامون سلامت اجتماعی از جذابیت بیشتری برخورداره البته ما از تازه های علمی هم به هیچ وجه غافل نموندیم...

در هر صورت تموم سعیمونو کردیم که خیلی بهتر باشیم. خصوصا که تو این شماره با تیم جدیدی کار میکنیم. دیگه حالا خودتون جلوتر میرین متوجه تغییرات میشین.

اما همکاران و هم تیمی های عزیز این شماره:

خانم مائده کریمی
آقای حمیدرضا زرگران پور
خانم سهیلا سام
آقای رضا جهانشاهی

تا شماره ی قبل کار ما با یک تیم متفاوت پیش میرفت که از این شماره دوستان جدیدی به ما ملحق شدند.

اما بخش های جدید:

مهرانه
سورنگ
گوجه فرنکی
جاده خوشبختی
کابینه
گزارش

موج مکزکی
زنگ علوم
در مورد هر کدام از قسمت ها هم ابتدای هر قسمت یه توضیح مختصر و مفید دادیم...



مهرانه نام یکی از بخش های جدید مجله شد که تو این بخش مطالبی پیرامون زندگی زنشویی و در واقع سایکولوژی زنشویی بیان میکنیم. بالاخره سلامت اجتماعی هم زیر مجموعه ی پزشکی حساب میشه...

مطالب این بخش در این شماره از پورتال ایران فروم گرفته شده...

1. زوجهای موفق در مسائل و مشکلاتی که پیش می آید با همدیگر همدلی داشته و آن را به صورت مختلف ابراز می دارند. همین احساس همدلی به جرات و شهامت آنان جهت مقابله با سختیها افزوده و نیروی روانیشان را افزایش می دهد. زوجهای موفق از دروغ گفتن به همدیگر خودداری کرده و در موارد لزوم حقیقت را به همسر خود خواهند گفت.

آنان به خوبی می دانند تبعات حقیقت گویی بسیار بهتر از دروغگویی می باشد. آنان می دانند دروغ می تواند باعث ایجاد بی اعتمادی و بدبینی همسر نسبت به او شود. دروغگویی و کتمان حقیقت از موارد کوچک شروع و به موارد بزرگ و مهمتر توسعه می یابد. دروغگویی به سطحی شدن روابط میان زوجین و نقش بازی کردن آنان برای هم منجر خواهد شد.

زوجهای موفق احساسات و نظریات خود را با گشاده رویی ابراز داشته و نسبت به یکدیگر خودانگیزه هستند. زمانی که زوجین احساسات خود را با همدیگر در میان می گذارند، اختلافاتشان کمتر شده و به تدریج همچون دو دوست به یکدیگر نزدیک می شوند و با همدیگر صحبت و درد دل می کنند. در میان گذاردن مشکلات و مسائل مشورت با همسر و مشورت با وی نوعی اهمیت دهی به او می باشد. او با این رفتار شایسته خود تلویحا به همسر خود اظهار می دارد که احتیاج به همفکری، اظهار نظر و حمایت او دارد و همین رفتار و ابراز احساسات باعث افزایش صمیمیت میان آنان می شود.

زوجهای موفق فعالانه برای کشف، درک و ارضای نیازهای مهم یکدیگر تلاش می کنند. آنان نیازهای جسمانی و روانی یکدیگر را به درستی تشخیص داده و با توجه به وضعیت یکدیگر آن نیازها را ارضا می نمایند. یک زن در طی دوران بارداری خود احتیاج بیشتری به دریافت محبت و کمک شوهر در انجام امور منزل دارد. در این زمان یک همسر دلسوز و هوشمند حتی قبل از آنکه همسرش نیاز خود را بیان دارد، این موضوع را درک می کند. ادراک این موضوع حتی می تواند پیش از انجام خواست برای طرف مقابل ارزش داشته باشد. ناراحتی و کلیه بسیاری از افراد این است که همسرشان درک و پذیرشی از نیازهای آنان ندارند. بی توجهی یک زن یا یک مرد در شناخت نیازهای طرف مقابل منجر به این می شود که میان زن و شوهر فاصله و اختلاف ایجاد بشود.

زوجهای موفق با همدیگر پذیرنده و سازگار هستند. بسیاری از زوجین با توقعات گوناگون و فراوان و آرزوهای متفاوت اقدام به ازدواج می کنند. اما مدتی نمی گذرد که متوجه می شوند اختلافاتی با همسرشان دارند. زوجهای سازگار می توانند نگرش و عادات خود را اصلاح کرده تا بهتر با همسر و خانواده وی کنار بیایند و سازگار شوند. سازگاری و انعطاف پذیری در بسیاری از مواقع می تواند تنشها و سختیهای موجود در فضای خانواده را کاهش دهد.



مثلاً هنگامی که همسر شما عصبانی و یا غمگین است، خونسردی شما می تواند در فروکش کردن این عصبانیت مؤثر باشد. در همین مسیر اگر زوجی بخواهد زندگی موفقیت آمیزی داشته باشد، در بسیاری از مواقع یکی از آنان باید خواست خود را تعدیل کرده یا حتی از آن بگذرد چرا که بسیاری از طلاقها صرفاً به دلیل پایداری طرفین بر سر خواست و نظریاتشان به وجود می آید.

در صورتی که زوجها زندگی موفق و توأم با تفاهمی داشته باشند، این امر در بیشتر فعالیتهای فردی و اجتماعی آنها تاثیر گذاشته و چنانچه مشکلی میان آنها باشد، فشار روانی حاصله از آن سایر فعالیتهای زوج را متاثر می سازد. اما به رغم تمام مشکلات و گرفتاریها، زوجین موفق با برنامه ریزی صحیح و با بالا بردن کیفیت زمانی که کنار همدیگر به سر می برند از کانون گرم خانوادگی بهره مند هستند.

2. نتایج بررسیهای پژوهشگران انگلیسی نشان می دهد که کلید یک ازدواج موفق و پایدار در این است که مردان در نظافت خانه به همسران خود کمک کنند. محققان مدرسه اقتصاد لندن در بررسیهای خود کشف کردند که راز یک زندگی زناشویی موفق در کارهای خانه نهفته است.

برپایه این بررسیها، مردانی که در برق انداختن کف پوش خانه و نگهداری از فرزندان به همسر خود کمک می کنند با کمترین میزان خطر جدا شدن مواجهند.

بی شک این خبر برای مردانی که ترجیح می دهند به جای کمک کردن در کارهای خانه، بقای زندگی خود را با خرید یک هدیه تضمین کنند چندان خوشایند نیست.

این محققان به منظور دستیابی به این نتایج سه هزار و 500 زوج انگلیسی دارای فرزندان متولد شده در دهه 70 را مورد بررسی قرار دادند و از آنها سؤالات دقیقی در مورد انجام کارهای خانه، نگهداری از بچه ها زمانی که آنها زیر پنج سال داشتند و خرید خانه پرسیدند.

این بررسیها نشان داد که بیش از نیمی از مردان هیچ کاری در خانه انجام نمی دادند. در حالی که یک چهارم مصاحبه شوندها اظهار داشتند که حداقل دو مورد از این تکالیف را انجام می دادند. یک چهارم بقیه نیز حداکثر سه یا چهار مورد از این کمکها را می کردند.

نتایج این بررسیها حاکی از آن است که حدود هفت درصد از زوجهای شرکت کننده پیش از آنکه فرزندان آنها به سن 10 سالگی برسند از هم جدا شدند و 20 درصد از زوجها نیز تا پیش از رسیدن تولد 16 سالگی فرزند خود جدا شده بودند.



سایر مردانی که در کارهای خانه به ویژه نظافت و نگهداری از فرزندان به همسر خود کمک می کردند ازدواج پایدارتری داشتند.

براساس گزارش تلگراف، این محققان در این خصوص توضیح دادند: "خطر طلاق در بین مادرانی که بیرون از خانه کار می کنند زمانی که مرد در کارهای خانه کمک و از بچه ها مراقبت می کند تا حد چشمگیری کاهش می یابد (آمار طلاق در بین زنانی که بیرون از خانه کار می کنند بسیار بالا است). در حالی که ازدواجهایی که در آن پدر کار نمی کند و تمام وقت خود را به کارهای خانه اختصاص می دهد به همان پایداری ازدواجهای سنتی است که در آن مرد باید بیرون از خانه کار کند و زن باید به کارهای خانه رسیدگی کند."

نتایج این تحقیقات نشان می دهد با توجه به اینکه انتظارات و توقعات زنان و مردان از سال 1975 تاکنون تغییر کرده است میان رفتار شوهران و ثبات زندگی زناشویی یک ارتباط مستقیم وجود دارد.

نتیجه اخلاقی این مقاله این که مامردان تمامی توانیم کف خانه بساییم-خانه را تمیز کنیم-طرف وکاسه بشقاب بشوریم-به بچه شیرخشک بدیم ویوشاک آنها را سروقت عوض کنیم، حالا حالاها از پرداخت مهریه معاف خواهیم بود.

بهتر است تحقیقات خوبی هم از راز ازدواج پایدار در ایران هم صورت بگیرد یا اگر صورت گرفته نتیجه به صورت یک پیام مهم فرهنگی به خانواده ها و مردم ابلاغ شود

3. چرا فکر می کنید تفاوت ها و اختلاف سلیقه ها ، محل آرامش در زندگی زناشویی هستند ؟ آیا شناخت ، از دل همین تفاوت ها حاصل نمی شود ؟ مگر نمی گویند "در سفر باید همدیگر را شناخت" ! مگر منظور از سفر، تغییر شرایط و ایجاد تفاوت ها نیست ؟ چه سفری بهتر از زندگی زیر یک سقف با فردی که با شما متفاوت است ؟ چه لذتی بالاتر از خلق تفاهم و کشف روابط ریاضی وار و چند مجهولی ! چه پازلی زیباتر از چیدن قوانین "۱۸۰ درجه متفاوت" کنار هم و ساختن قانون تفاهم و همدلی !

این راهکارها به شما کمک خواهد کرد تا عشق را زندگی تان بسازید

۱ - هر کدام از آدم ها ، راهی مخصوص به خود برای نفوذ دارد . هیچ دو آدمی مثل هم نیست . در سالهای اولیه ی آشنایی با همسرتان ، بی وقفه و شبانه روز سعی کنید این راه جادویی را برای نفوذ در دل همسرتان کشف کنید !



۲- روزهایی وجود دارد که همسران مثل همیشه شاداب و سر حال نیست . در این روزها بیشتر از قبل او را به حال خود واگذارید . مستقیم و بی حاشیه علت کسل بودنش را نپرسید . سعی کنید با یادآوری توانایی هایش به او عزت نفس دهید . مدام افکار و احساساتش را تحسین کنید ، هرچند خیلی هم با آنها موافق نیستید .

۳- هنگامی که یک نفر بهانه گیری می کند و جرو بحث را آغاز می کند ، یعنی عزت نفسش کم شده . انسانها در این شرایط اغلب حرف های منطقی و دلچسبی نمی زنند . سعی نکنید با حرف های منطقی و استدلالی جواب بی منطقی هایش را بدهید . با سعی صدر و بزرگواری به او عزت نفس بدهید . مطمئناً از حرف های بچکانه اش پشیمان خواهد شد .

فکر نکنید با فاکتور گرفتن از خواسته هایتان به زندگی خدمت کرده اید ؛ چون این نیاز در نهاد شما وجود دارد و تا برطرف نشود یا با صحبت و همدلی قانع نشود ، دست از سرتان بر نمی دارد .

۴- در زندگی بیشتر از آنکه به دنبال ارتباطات کلامی با همسران باشید ، به دنبال ارتباطات غیر کلامی بگردید ؛ زیرا بیشترین ارتباطات مثبت انسان از طریق «پیام های غیرکلامی» صورت می گیرد . بیشتر اهل عمل باشید تا حرف . دوست داشتن خود را عملاً نشان دهید ؛ هرچند به هیچ وجه نباید از ابراز محبت زبانی هم غافل شد .

۵- در هیچ جای زندگی به دنبال اثبات حقانیت خود نباشید . اینکه : "من بهتر از تو می گویم" یا "اگر حرف مرا گوش می دادی موفق می شدی" . تمام اینها به منزله ی سرزنش طرف مقابل است . در این حالت است که همسران ناخودآگاه شنوایی اش را از دست می دهد و صمیمیت ها کمرنگ می شود .

۶- خواسته ها و انتظارات معقولتان را به همسران بگوئید . فکر نکنید با فاکتور گرفتن از خواسته هایتان به زندگی خدمت کرده اید ؛ چون این نیاز در نهاد شما وجود دارد و تا برطرف نشود یا با صحبت و همدلی قانع نشود ، دست از سرتان بر نمی دارد . هیچ چیز بهتر از حرف زدن و ردوبدل کردن انتظارات نیست . مدعی خواسته هایتان نباشید ولی از مطرح کردنش هم نهراسید .



۱- شریک زندگی تان را با وجود تمام تفاوت ها و رفتارهایی که نمی پسندید ، بپذیرید ! نه اینکه او را بپذیرید و دوست بدارید ، با هزاران شرط و اگر و اما و تنها در این صورت است که "عشق" به سراغتان می آید و لذت از زندگی را به شما هدیه می دهد .

این اصل را فراموش نکنید که ازدواج ، برای رسیدن به تکامل است و باید رفتارهای نامناسب و به دور از موازین اخلاقی در روابط زناشویی حذف شود ، ولی حذف و رفع این شرایط ، منوط به دانستن اصول پیچیده ای است که اگر به خطا صورت گیرد ، نه تنها موثر نمی افتد ، بلکه هزاران هزار درجه بدتر هم می شود . پس بیاموزید و درست عمل کنید ، تا بیشتر از همه خودتان از زندگی لذت ببرید و به آرامش برسید .

۹- به همدیگر اعتماد داشته باشید ! هیچ چیز ویرانگرتر از بی اعتمادی و رسوخ شک و تردید در ستون های روابط زناشویی نیست . سعی کنید با صداقت و روراستی این ستون ها را خراب نکنید ، که اگر خراب شد ، پابرجا کردنش بسیار دشوار است .

مطمئن باشید اگر شرایط هموار باشد ، همسران از برآوردن نیازهایتان خوشحال می شود . البته شرایط را به گونه ای ترتیب دهید که اگر همسران نتوانست خواسته ی شما را برطرف سازد ، بتواند با زبانی گرم و صمیمی آن را به شما بگوید ؛ که اگر نکوید و در معذوریت بیافتد ، سیستم فکری اش مختل می شود و بهانه گیری می کند و حرف های کهنه را مرور می کند و ...

دوست داشتن خود را عملاً نشان دهید ؛ هر چند به هیچ وجه نباید از ابراز محبت زبانی هم غافل شد .

۷- شما نمی توانید ظرف ۲ تا ۳ سال ، شخصیت شکل گرفته در ۲۰ تا ۳۰ سال را مطابق میل خود سازید . اصلاً این کار از انسانیت به دور است ؛ چون هرکسی هر چه هست و هرچه می خواهد باشد ، بودنش را دوست دارد و در مقابل تغییر اجباری واکنش نشان می دهد . بیشتر از آنکه به دنبال تغییر در همسران باشید ، به دنبال تغییر در خودتان باشید . در این حالت مطمئن باشید طرف مقابل هم تغییر خواهد کرد .

۱- اگر به دنبال آرامش هستید ، یادآوری خاطرات تلخ و دردآور را در ذهنتان ممنوع کنید ! هیچ جذام و سرطانی بدتر از ذهن مملو از خاطرات مغشوش و زجرآور و کسل کننده نیست . آنقدر بهشان فکر نکنید تا از هجوم و غلبه بر ذهنتان خسته شوند . بگذارید پیروز این میدان شما باشید . به روزی برسید که اگر خواستید هم نتوانید لحظه ای از آن روزها را به خاطر آورید . اگر هم که به دنبال آرامش نیستید و می خواهید ذره ذره مغزتان را چکش خوری کنید ، هرروز ، روزی سه بار ، از سیر تا پیاز خاطرات دردآورتان را مرور کنید !

کابینه...



مژده ی بخش کابینه رو تو شماره پیش بصورت غیر مستقیم داده بودیم...

اگه شماره پیشو خونده باشین اونجا همه ی وزرای بهداشت بعد از انقلاب رو به صورت مختصر معرفی کرده بودیم و قرار بود تو هر شماره ی بعد که منتشر میشه زندگی نامه ی یکی از اون بزرگان رو بصورت کامل تر براتون بگیم...

خوب الوعده وفا!!! تو این شماره از اولین وزیر بهداشت بعد انقلاب یعنی دکتر کاظم سامی شروع میکنیم...

اولین وزیر بهداشت جمهوری اسلامی ایران کاظم سامی بود. وی تخصص روانپزشکی داشت و از ۲۸ بهمن ۵۷ تا ۱۵ آبان ۵۸، وزیر بود. با پیروزی انقلاب، سامی به عنوان اولین وزیر بهداری بعد از انقلاب، همزمان مسئولیت حدود ۳۰ واحد درمانی را هم به عهده گرفت. وی در انتخابات اولین دوره ریاست جمهوری نامزد شد و ۱۹ هزار رای آورد و پس از آن به عنوان نماینده مردم تهران وارد مجلس شد. سامی در آذر ماه سال ۶۷ در مطب خود به شهادت رسید...

دکتر کاظم سامی کرمانی در سال ۱۳۱۴ در شهر مشهد به دنیا آمد. پدر وی (غلامرضا) و مادرش (عصمت) نام داشتند که اهل کرمان بودند و جاذبه مذهبی مشهد آنها را به سوی خود کشیده بود. هجوم نیروهای روسی به مشهد - و سختی زندگی در آن روزها که موجب می شد وی در سنین پایین مجبور به کسب در آمد برای گذران زندگی شود - عشق به میهن و آرمان خواهی و مبارزه علیه استبداد رادر او زنده کرد. در دوران دبیرستان با مبارزات ملی شدن صنعت نفت آشنا شده و در این راه آغاز به مبارزه نمود.

او تحصیلات خود را در رشته پزشکی دانشگاه مشهد شروع کرده و بنا به دلایلی تقاضای انتقال به دانشگاه تهران را کرده سر انجام موفق به اخذ مدرک تخصص روانپزشکی می شود.

وی در سال ۱۳۴۹ ازدواج کرد و از وی دو فرزند دختر به یادگار مانده است.

فعالیت های بعد از کودتای ۲۸ مرداد ۱۳۳۲ او را فردی بار آورد که همیشه در جهت گردآوری گروه ها، احزاب و سازمان ها باشد، همیشه منافع ملی را بر منافع گروهی مقدم می شمرد و در این راه بزرگترین حربه او صداقت او بود.

زمانی که به خاطر طولانی شدن فعالیت های زیرزمینی، بسیاری از فعالان از میدان خارج شدند و نهضت مقاومت ملی به مرور از میان رفت، او از پا ننشست. هسته ای از جوانان و دانشجویان را برای روز مبادا حفظ کرد، به مطالعه واداشت و به جلسات مختلف کشاند و روح مبارزاتی را همچنان داغ نگه داشت.

کاینه...



سامی همواره بدون تظاهر مسئولیت‌های بزرگ را به عهده می‌گرفت. در این جریان ابتدا مشکل‌ترین و بی‌سروصداترین کارها را بر عهده گرفت که ارتباط و سازماندهی دانشجویان مقیم خارج از کشور بود.

سامی در کانون نشر حقایق اسلامی به مدد کوشش‌های استاد محمدتقی شریعتی راهی تقریباً مشابه کوشش‌های دینی بازرگان و طالقانی و همفکرانشان را در تهران پی گرفت.

تلاش برای به روز کردن اصول عقاید، پیراستن اسلام از خرافات و معرفی اسلام اصیل و متکی بر آزادی و عدالت و برادری، در جلسات منظم و هفتگی، تعقیب می‌شد. جلساتی که با پیشنهاد طاهر احمدزاده از زمستان سال ۱۳۲۳ سامانی تازه یافت.

کانون نشر حقایق اسلامی اما در تفاوتی معنادار با انجمن اسلامی دانشجویان آن روز، رویکردی نقادانه به مسائل اقتصادی- اجتماعی کشور داشت. تفسیرهای قرآن و نهج البلاغه استاد محمدتقی شریعتی و نیز طاهر احمدزاده در حقیقت سخنرانی‌هایی بودند که به ویژه جوانان مسلمان را تشویق به شرکت در مسئولیت‌های اجتماعی و مبارزات سیاسی می‌کردند.

از همین منظر بود که کاظم سامی، علی شریعتی، دل آسایی، نظام الدین قهاری، تاج الدینی، سرجمعی، برادران حکیمی، ممکن، خطیب، نیک نژاد، عرب زاده، فضل‌ی نژاد، صفویه، هراتی، سرایداریور، شاکری نژاد و بسیاری دیگر از دل کلاس‌ها و جلسات کانون به نهضت خدایرستان سوسیالیست و سپس جنبش انقلابی مردم ایران (جاما) پیوستند.

جناح رادیکال حزب مردم ایران در نخستین کنگره این حزب در خرداد ماه ۱۳۴۲ طرح مبارزه قهرآمیز با رژیم و تغییر مشی جبهه ملی را به وسیله دکتر کاظم سامی و دکتر حبیب الله پیمان مطرح می‌کنند که با مخالفت اکثریت روبه رو می‌شود و در نخستین کنگره حزب مردم ایران مورد قبول قرار نمی‌گیرد و لذا کار مخفی این گروه برای پایه گذاری جنبش انقلابی مردم ایران (جاما) آغاز می‌شود.

جاما در سال ۱۳۴۲ تاسیس و به جذب نیرو و گسترش فعالیت‌ها می‌پردازد و به زودی اکثر جوانان حزب مردم ایران و بعضی دیگر از فعالان وابسته به جبهه ملی در تهران و چند شهرستان جذب آن شده و با هدف براندازی نظام سلطنتی فعالیت می‌کنند.

کابینه...



با پیروزی انقلاب، سامی به عنوان وزیر بهداری در کابینه مرحوم مهندس بازرگان منصوب شد. دکتر سامی اولین وزیر بهداری بعد از انقلاب بود که ضمن قبول این پست، مسئولیت حدود ۳۰ واحد درمانی دیگر را به عهده گرفت و ضمن ادغام واحدهای مشابه و کاهش بوروکراسی و حذف مخارج زائد، منشاء خدمات ارزنده‌ای گردید. بیست و سوم تیر ماه سال ۱۳۵۸ (پنج ماه پس از انقلاب) دکتر سامی وزیر بهداری دولت انقلاب (حکومت موقت مهدی بازرگان) طرح « طب ملی » را در اجتماع مدیران بهداری‌های سراسر کشور که در شهر مشهد برگزار شده بود اعلام داشت که به موجب آن هزینه دکتر، دارو و درمان همه ایرانیان از سوی دولت تامین و تاسیس بیمارستان غیر دولتی غیر قانونی می شد. این طرح، مراجعه داوطلبانه مردم به مطب خصوصی پزشکان را در ساعات غیر اداری منع نمی کرد. در مقدمه طرح آمده بود که « تندرستی و درمان رایگان حق مردم است ». قبل از استعفای دولت موقت در ۱۴ آبان ۱۳۵۸ چندین بار استعفای خود را به خاطر نارسایی‌ها و کمبودها و دخالت‌های بی مورد، تقدیم مهندس بازرگان کرده بود، اما نهایتاً چند روز زودتر از ۱۴ آبان استعفا داد و مورد پذیرش دولت بازرگان قرار گرفت.

در ضمن این بخش تو این شماره به صورت تالیفی گردآوری شده و منبع خاصی نداره وگرنه نام منبعشو حتما ذکر میکردیم

در کابینه شماره بعد منتظر زندگینامه کامل دکتر موسی زرگر باشید....





1. سلام... لطفا مطالبی درباره ی روش های موثر مراقبت از پوست تو مجله تون بزارید...

جواب: حتما همین کارو میکنیم

2. بهتر نیست بیشتر به روانشناسی و سلامت اجتماعی پردازین؟ با شرایط امروز جامعه به بنظرم لازم تره

جواب: به دیده ی منت!!! اولی همشم که همیشه سلامت اجتماعی باشه از این شماره سلامت اجتماعی یکی از پایه های کارمون میشه...

3. در مورد خواص صابون پوست نارگیل توضیح بدید...

جواب: خواص چی؟؟؟؟!!! اگر همچین چیزی به پستمون خورد حتما میزاریم...

4. کتاب های مفید علوم زیستی رو معرفی کنید...

جواب: این جزو برنامه های آیندونه

5. با سایت های معروف حیطه ی علوم زیستی مصاحبه کنید

جواب: از همین شماره... ما رو دنبال کنید

6. بابا سرعت اینترنت که اینه حجم مجله ی شما هم این... همیشه که حجم رو پایین بیارین...

جواب: فکر کنم شما شماره های خیلی قبلتر مجله رو دانلود کردین... شماره قبلی 3 مگابایت حجم داشت!!!

7. از مسیر اصلی که زیست شناسیه منحرف شدین بچسبید به اصل جنس!!!

جواب: اصل جنس؟؟؟ فکر کنم ما الان تازه داریم اصل جنس رو به دست میاریم. چون اکثریت با تنوع موافقن نه یکنواختی...

حرف شما...



خوب این چند تا از پیشنهادات و انتقادات شما نسبت به ما بود. که البته لطف شما
رو نسبت به ما رو می‌رسونه.
این رو هم بدونید که تنها امید کار ما حمایت از طرف شماست.
امیدواریم که به حمایتتون ادامه بدید .
همچنین اگه موضوعی مورد نظرتون هست که دوست دارین درموردش تو مجله
بحث شه به سایت مجله مراجعه کنید و تو بخش پل ارتباطی عنوان کنید و یا برای
پیشنهادات هم میتونید از همین طریق اقدام کنید.

www.pmm.org.ir

www.myroommate.vcp.ir

Persian
Medical
Magazine



اشک امیر...



خوب تو این شماره میخوایم به داستان جالب و البته تامل برانگیز از امیر کبیر تعریف کنیم که به مسائل پزشکی ارتباط مستقیم داره...

بخونین و تامل کنین...

در سال ۱۲۶۴ قمری، نخستین برنامه ی دولت ایران برای واکسن زدن به فرمان امیرکبیر آغاز شد. در آن برنامه، کودکان و نوجوانانی ایرانی را آبله کوبی میکردند. اما چند روز پس از آغاز آبله کوبی به امیر کبیر خبر دادند که مردم از روی ناآگاهی نمیخواهند واکسن بزنند. به ویژه که چند تن از فالگیرها و دعانویسها در شهر شایعه کرده بودند که واکسن زدن باعث راه یافتن جن به خون انسان میشود. هنگامی که خبر رسید، پنج نفر به علت ابتلا به بیماری آبله جان باخته اند، امیرکبیر بی درنگ فرمان داد هر کسی که حاضر نشود آبله بکوبد باید پنج تومان به صندوق دولت جریمه بپردازد. او تصور می کرد که با این فرمان همه مردم آبله میکوبند. اما نفوذ سخن دعانویس ها و نادانی مردم بیش از آن بود که فرمان امیرکبیر را بپذیرند. شماری که پول کافی داشتند، پنج تومان را پرداختند و از آبله کوبی سرباز زدند. شماری دیگر هنگام مراجعه ماموران در آب انبارها پنهان میشدند یا از شهر بیرون میرفتند روز بیست و هشتم ماه ربیع الاول به امیرکبیر اطلاع دادند که در همه ی شهر تهران و روستاهای پیرامون آن فقط سیصد و سی نفر آبله کوبیده اند.

در همان روز، پاره دوزی را که فرزندش از بیماری آبله مرده بود، به نزد او آوردند. امیرکبیر به جسد کودک نگریست و آنگاه گفت: ما که برای نجات بچه هایتان آبله کوب فرستادیم. پیرمرد با اندوه فراوان گفت: حضرت امیرکبیر، به من گفته بودند که اگر بچه را آبله بکوبیم جن زده می شود. امیر فریاد کشید: وای از جهل و نادانی، حال، گذشته از اینکه فرزندت را از دست داده ای باید پنج تومان هم جریمه بدهی. پیرمرد با التماس گفت: باور کنید که هیچ ندارم. امیرکبیر دست در جیب خود کرد و پنج تومان به او داد و سپس گفت: حکم برنمیگردد، این پنج تومان را به صندوق دولت بپرداز چند دقیقه دیگر، بقالی را آوردند که فرزند او نیز از آبله مرده بود. این بار امیرکبیر دیگر نتوانست تحمل کند. روی صندوق نشست و با حالی زار شروع به گریستن کرد. در آن هنگام میرزا آقاخان وارد شد. او در کمتر زمانی امیرکبیر را در حال گریستن دیده بود. علت را پرسید و ملازمان امیر گفتند که دو کودک شیرخوار پاره دوز و بقالی از بیماری آبله مرده اند.

اشک امیر...



میرزا آقاخان با شگفتی گفت: عجب، من تصور میکردم که میرزا احمدخان، پسر امیر، مرده است که او این چنین های های میگرد. سپس، به امیرکبیر نزدیک شد و گفت: گریستن، آن هم به این گونه، برای دو بچه شیرخوار بقال و چقال در شان شما نیست. امیر سر برداشت و با خشم به او نگریست، آنچنان که میرزا آقاخان از ترس بر خود لرزید. امیر اشکبایش را پاک کرد و گفت: خاموش باش. تا زمانی که ما سرپرستی این ملت را بر عهده داریم، مسوول مرگشان ما هستیم. میرزا آقاخان آهسته گفت: ولی اینان خود در اثر جهل آبله نکوبیده اند امیرکبیر با صدای رسا گفت: و مسئول جهل شان نیز ما هستیم. اگر ما در هر روستا و کوچه و خیابانی مدرسه بسازیم و کتابخانه ایجاد کنیم، دعانویسها بساطشان را جمع می کنند. تمام ایرانیها اولاد حقیقی من هستند و من از این می گریم که چرا این مردم باید این قدر جاهل باشند که در اثر نکوبیدن آبله بمیرند...



وقت آزاد...



ضمیمه این شماره به داستانه...

Just for fun!!!

توهم...

یه بنده خدایی تعریف می‌کرد که یک شب موقع برگشتن از ده پدري تو شمال طرف اردبیل، جای این
که از جاده اصلی بیاد، یاد باباش افتاده که می‌گفت: جاده قدیمی با صفا تره و از وسط جنگل رد میشه

این طوری تعریف می‌کنه: من احمق حرف بابام رو باور کردم و پیچیدم تو خاکی، ۲۰ کیلومتر از جاده
دور شده بودم که یهو ماشینم خاموش شد و هر کاری کردم روشن نمیشد

وسط جنگل، داره شب میشه، نم بارون هم گرفت. اومدم بیرون یکمی با موتور ور رفتم دیدم نه
می‌بینم، نه از موتور ماشین سر در می‌ارم

راه افتادم تو دل جنگل، راست جاده خاکی رو گرفتم و مسیرم رو ادامه دادم. دیگه بارون حسابی تند
شده بود

با یه صدایی برگشتم، دیدم یه ماشین خیلی آرام و بی‌صدا بغل دستم وایساد. من هم بی‌معطلی پریدم
توش.

این قدر خیس شده بودم که به فکر این که توی ماشینو نیگا کنم هم نبودم. وقتی روی صندلی عقب جا
!!! گرفتم، سرم رو آوردم بالا واسه تشکر، دیدم هیشکی پشت فرمون و صندلی جلو نیست

خیلی ترسیدم. داشتم به خودم می‌اومدم که ماشین یهو همون طور بی‌صدرا راه افتاد

!هنوز خودم رو جفت و جور نکرده بودم که تو یه نور رعد و برق دیدم یه پیچ جلومونه

تمام تنم یخ کرده بود. نمی‌تونستم حتی جیغ بکشم. ماشین هم همین طور داشت می‌رفت طرف دره

تو لحظه‌های آخر خودم رو به خدا این قدر نزدیک دیدم که بابا بزرگ خدا بیمارزم اومد جلو چشمم

تو لحظه‌های آخر، یه دست از بیرون پنجره، اومد تو و فرمون رو چرخوند به سمت جاده

نفهمیدم چه مدت گذشت تا به خودم اومدم. ولی هر دفعه که ماشین به سمت دره یا کوه می‌رفت، یه

دست می‌اومد و فرمون رو می‌پیچوند

وقت آزاد...



از دور به نوری رو دیدم و حتی یک ثانیه هم تردید به خودم راه ندادم. در رو باز کردم و خودم رو انداختم بیرون. این قدر تند می‌دویدم که هوا کم آورده بودم. دویدم به سمت آبادی که نور ازش می‌اومد. رفتم توی قهوه خونه و ولو شدم رو زمین، بعد از این که به هوش اومدم جریان رو تعریف کردم.

وقتی تموم شد، تا چند ثانیه همه ساکت بودند، یهو در قهوه خونه باز شد و دو نفر خیس اومدن تو، یکیشون داد زد: ممد نیگا! این همون احمقیه که وقتی ما داشتیم ماشینو هل میدادیم سوار ماشین ما شده بود!!!



روغن نارنگی...



روغن زعفرانی رنگ نارنگی از پوست بیرونی این میوه به دست می آید. به گزارش «اسک»، استفاده از این روغن در تمامی سنین مفید است.



● خواص روغن نارنگی

- این عصاره به عنوان تمیزکننده و نشاط دهنده پوست در کرم و لوسیون ها مورد استفاده قرار می گیرد.
- استفاده از آن از ایجاد ترک های بارداری جلوگیری می کند.
- روغن نارنگی خاصیت مسکن دارد و برای کاهش درد قاعدگی، افزایش اشتها، قولنج و ناراحتی معده به کار برده می شود.
- برای درمان گرفتگی عضلات می توانید روغن نارنگی را با روغن بادام، کنجد و حتی شیر مخلوط و به آب حمام اضافه کنید. حمام کردن با این آب از درد عضلات شما می کاهد.
- برای رفع گرفتگی معده، چای حاوی چند قطره از روغن نارنگی را میل کنید.
- روغن جریان خون زیر پوست را افزایش می دهد.
- پزشکان طب سنتی برای آرام کردن کودکان و ایجاد خواب در آنان، این روغن طبیعی را توصیه می کنند.
- پس از استفاده از این روغن روی پوست در معرض نور خورشید قرار نگیرید.

روغن نارنگی...



- این عصاره در آرام کردن حمله های صرع، هیستری و تشنج و از بین بردن حالت های اضطراب و استرس کمک می کند.
- مصرف چند قطره از آن پس از صرف غذا باعث تحریک اسید معده در معده می شود و در نتیجه به هضم غذا کمک می کند.
- با خارج کردن سموم از بدن از طریق ادرار، مدفوع و عرق از بیماری جلوگیری می کند.
- چند قطره این روغن را روی دستمال مرطوب ریخته و برای ضدعفونی کردن اتاق و لوازم منزل از آن استفاده کنید.
- این روغن از فعالیت ویروسی، قارچی و عفونت های باکتریایی جلوگیری می کند.
- روغن نارنگی سیستم دفاعی بدن را تقویت می کند.



من و عرق!



یکی از مشکلات بزرگ ما تو فصل گرم تابستون عرق سوز شدنه... حتما پیش خودتون میکن خدا نصیب گرگ بیا بون نکنه!!!



ولی عرق سوز شدن راه چاره هم داره؟؟؟

نخوایم عرق سوز شیم کیو باید ببینیم؟؟؟!!!

اصلا راه چاره چیه؟؟؟

شما می توانید به توصیه های زیر عمل کنید تا از شر این خارش های پوستی خلاص شوید.

لباس های خنک بپوشید:

وقتی به منزل می رسید، لباس های تنگ و پلاستیکی را کنار بگذارید و لباس های نخی، گشاد و خنک بپوشید.

دوش آب سرد بگیرید:

دومین قدم این است که بخش هایی از پوستتان را که عرق سوز شده است، خنک کنید. برای این کار می توانید از باد سرد سشوار استفاده کنید یا دوش آب سرد بگیرید.

برای رهایی کامل محل عرق سوز را با گذاشتن تکه ای یخ برای مدت زیادی ایمن نمایید زیرا در این روش برون زدگی های عرق سوز که به شکل جوش یا تاول پیدا شدند با یخ بهبود می یابد اما این نکته را باید مد نظر داشت که نکه داری یخ در محل عرق سوز به صورت متناوب و در حد تحمل باشد و تا جایی که آثار سوزش تسکین یابد.

هوا به جای حوله:

همه ما عادت داریم بعد از حمام کردن با حوله پوست بدن را خشک کنیم، ولی این بار حوله را کنار بگذارید و اجازه دهید بخش هایی از بدنتان که عرق سوز شده، در معرض هوای آزاد خشک شود.

من و عرق!



کرم‌های ضد حساسیت:

اگر پوست شما حساس است و احساس خارش دارید، می‌توانید از کرم “هیدروکورتیزون” برای از بین بردن حساسیت استفاده کنید.

البته به این نکته توجه داشته باشید که هرکرمی برای شما مفید واقع نمیشود و حتی یک کرم ضد حساسیت هم میتونه برای شما حساسیت‌زا باشه.

پس حتما قبل استفاده از کرم از سازگاری برند با پوست خودتون مطمئن بشید...

لباس‌های تابستانه:

برای اینکه دوباره عرق‌سوز نشوید، در هوای گرم تابستان، تلاش کنید لباس‌های خنک‌تر و جنس نخی بپوشید. در ضمن تا می‌توانید لباس کمتری در تابستان به تن کنید.

هوای خنک و خشک:

بهترین درمان عرق‌سوز شدن پوست آن است که در محیطی خنک و بدون رطوبت قرار بگیرید، برای مثال در یک اتاق، کولر روشن کنید و رطوبت هوا را نیز تنظیم کنید. برخی از سیستم‌های خنک‌کننده هوشمند می‌توانند دما و رطوبت اتاق، خانه و محل کارتان را تنظیم کنند.

از پودر بچه استفاده کنید:

اگر شما از آن دسته افرادی هستید که زیاد عرق می‌کنید، می‌توانید از پودر بچه برای پیشگیری از عرق‌سوز شدن پوست بدنتان استفاده کنید. پودر بچه پوست شما را خشک نگه می‌دارد. پودرها عرق را به خود جذب کرده و علاوه بر آنکه سطح پوست را خشک نگه می‌دارند، از عرق‌سوز شدن مجدد پوست نیز جلوگیری می‌کنند.

من و عرق!



خوب اگه خلاصه بخوایم بکیم:

راه های رهایی از عرق سوز شدن اینه که لباس خنک بپوشید، روزی یک بار دوش بگیرید، بزارید بدنتون با هوا خشک بشه نه با حوله، از کرم های ضد حساسیت استفاده کنید، لباس های نازک و تابستونی بپوشین، در معرض رطوبت بیش از حد قرار نگیرین و نهایت امر میتونید از پودر بچه هم استفاده کنید

اگه درمورد عرق سوز شدن تجربه های مفید تری دارید حتما به سایت مجله سر بزینید و از طریق بخش پل ارتباطی تجربه ی خودتون رو همراه با ذکر نام و نام خانوادگی بفرستید تا برای شماره بعد تجربه ی شما به اسم خودتون تو مجله ثبت بشه.

همچنین اگه سوال خاص دیگه ای درباره ی این معضل دارین هم میتونین از همون طریق بالا اقدام کنید.

اگر مقاله و یا تحقیقی هم در این مورد دارین میتونین برای ما ارسال کنید (به همون طریق بالا) تا به صورت سریالی در هر شماره از مجله قسمتی از اون نوشته بشه.

این گوشت قرمز...



فکر کن که چاقو را بر می داری و قلب یکی از عزیزانت را می خراشی، چقدر ناراحت کنند است؟ گاهی با زبان بد تر از این کار را انجام می دهی.

به گزارش "بوتیا": این روزها نه دیروزها، کسی برای بدی و زشتی اسفند دود نمی کرد. این روزها را می گویم خیلی از افراد از زخم دیروزها شاکی اند. از زخم دستها و جراحاتی که به آنها وارد شده است، ناله نمی کنند بلکه زخم سنگینی روی دلشان افتاده است که آنها را رها نمی کند. فکر آنها شده است درمان زخم روی دلشان آنها فقط به این فکر می کنند که فکرشان از حرفهایی که شنیده اند خالی شود و از زخمهایی که خورده اند آسوده شوند. آنها فقط و فقط به این فکر می کنند که کاش آدمها مسئولیت زبانشان را بر عهده بگیرند و کاش هیچ یک از آدمهای روی زمین زخم زبان نداشته باشند و با زبانشان روح و روان کسی را آسیب نزنند



بعضی اوقات زخم هایی روی دلمان می ماند و التیام نمی یابد. آخر می دانید چیست؟ می گویند؛ زخم روی دل هیچ وقت ترمیم نمی شود. در مدرسه معرفت و مردانگی، فردی که هیچگاه روی دل کسی زخمی بر جا نگذارد، انسان واقعی است. نکته مهم اینجا است که اگر نمی توانیم زیبا سخن بگوییم بهتر است که زمان سخن گفتن کمی فکر کنیم، تا نیش زبانمان پنهان بماند و روح و روان اطرافیان را آزار ندهیم. تا بتوانند عادی به زندگی شان ادامه دهند.

بعضی اوقات حرفهای افراد طوری مته روح و روانمان می شود که هر چه قدر هم رفتارشان را در ترازو انصاف و وجدان می گذاریم، می بینم در حق مان بی انصافی شده است و مورد بی مهربی قرار گرفته ایم. در کنار اینها گاهی زخم خورده می شویم و دیگران نیز به جای مرهم گذاشتن، یک زخم زبان تازه می زنند

این گوشت قرمز...



حال آنکه با تمام این تفاسیر هر فردی می تواند با حرکت نابجای عصای کلام خود، وضعیتی ناخوشایند به وجود آورد و به جای شادمانی در دل دیگران اندوه و ناراحتی در باغچه دل اطرافیان بکارد.

هر انسانی واژه هایی دارد که زیبا هستند و تیرگی و ناامیدی را کلام از بین می برد. می توان آرامش و وقار کلمات را حفظ کرد و به کلام جانی بخشید تا واژه ها روح نواز باشند و جان مخاطب را نکیرند.

نکته حائز اهمیت این است که از فردی که که نیاموخته چگونه سخن بگوید، توقع نداشته باشیم که بر زخم دل ما مرهم بگذارد. بهترین راه این است که خودمان با گذشت زمان از خطای آن بگذریم و این را در نظر داشته باشیم که زمان احوال ما را بهبود خواهد بخشید. فقط یک نکته را به خاطر بسپاریم که از آموخته های گذشته برای زیبا کردن امروز استفاده کنیم، شاید دوری کردن از فردی که نمی خواهد شیوه سخن گفتنش را عوض کند، راهکاری مفید برای بهبود او و آرامش شما

تا می توانیم زبانمان را حفظ کنیم تا روزی خودمان زخم خورده نشویم و سعی مان این باشد که ما نیز به جرگه آدمهایی که زخم زبان دارند ، نپیونددیم

بهتر است در چار دیواری زندگی ، حرف زدن هایمان چارچوب داشته باشد. سقفی از دوستی و محبت. تا می توانیم زبانمان را حفظ کنیم تا روزی خودمان زخم خورده نشویم و سعی مان این باشد که ما نیز به جرگه آدمهایی که زخم زبان دارند ، نپیونددیم

در آخر اینکه کلام ، زبان، جملاتی که می گوئیم همه وهمه، زمانی که به حرکت در می آید می تواند یک صحرا را پر از گل سرخ نماید. پس یادمان باشد در بسیاری از روزهای خدا می توان زیبا سخن گفت. حتی در این ماههای مبارک که افراد روزه می گیرند ، تمرین خوبی است که فقط دهان از خوردنی ها نبندیم. می توان در این ماه های خوب ، زیبا سخن گفت و زخم روی دل نه تنها در این زمان بلکه در روزهای خوب زندگی می توانیم به افرادی . اطرافیانمان نگذاشت مراجعه کنیم که روی دلشان زخم بر جا گذاشته ایم واز آنها بخواهیم ما را ببخشند، شاید وجدانمان باردیگر آرامش را تجربه کند



زنگ علوم بخش تازه وارد به مجله پرشین میدیکال حساب میشه که از این پس تو هر شماره مطالبش آماده میشه تا در اختیار شما قرار بگیره...

تو این بخش (در هر شماره) یک مطلب علمی مفید درباره ی یکی از اعضای بدن رو قرار میدیم تا اطلاعات بهتر و بیشتری درباره ی اعضای بدن به دست بیارید.



چشم در حقیقت یک وسیله عبور دهنده اطلاعات به مغز از طریق حسگرهای موجود در درون خود به بخشی از مغز است که وظیفه آن تحلیل داده ها و به وجود آوردن تصویری است که ما می بینیم.

بلوغ چشم در 7 سالگی

در سن 7 سالگی رشد و تکامل چشم انسان کامل می شود به همین دلیل است که باید بیماری هایی پس از رسیدن به این سن و همچنین تنبلی چشم قبل از سن 7 سالگی شناسایی و درمان شوند. بلوغ کامل چشمی هر مقدار درمان نیز موثر نخواهد بود.

هزار بار پلک زدن در روز 15

پلک زدن اقدامی است که در طول روز بارها و بارها به صورت آگاهانه و یا بی اراده توسط انسان دانشمندان معتقد هستند که انسان در طول روز در حدود 15 هزار بار پلک می زند. صورت می گیرد این اقدام از آن جهت بسیار مهم است که در هر پلک زدن سطح چشم شما ضد عفونی شده و عوامل بیماری زایی که ممکن است بر روی سطح چشم شما وجود داشته باشند از بین می روند.



بینایی و مغز

حقیقت این است که آن چیزی را که ما می بینیم چشم نمی بیند و بلکه مغز ما است که آن را می بیند. چشم در حقیقت یک وسیله عبور دهنده اطلاعات به مغز از طریق حسگرهای موجود در درون خود به بخشی از مغز است که وظیفه آن تحلیل داده ها و به وجود آوردن تصویری است که ما می بینیم. بینایی چشم ها، با ارزش ترین حس برای شماست. لذا به خوبی از آنها مراقبت کنید.

جنس اشک

آیا می دانید که اشک انسان از چه چیزی درست شده است؟ در حقیقت اشک انسان از ترکیب 3 ماده آب، چربی و مخاط تشکیل شده است و همچنین دارای مواد ضد عفونی کننده نیز است. در صورتی که بدن انسان هر کدام از این 3 ماده را کم داشته باشد، بدن ناچار است با فشار به سایر بخش ها این مواد را تولید کرده و اشک که محصول نهایی ترکیب آنها است را تولید کند. در غیر این صورت چشم انسان خشک شده و از بین می رود.

چشم ها بعد از مغز، پیچیده ترین عضو بدن شما هستند.

چشم ها بیش از 2 میلیون بخش فعال دارند.

چشم ها در شرایط مناسب و صحیح می توانند روشنایی یک منبع نور را در فاصله 5/22 کیلومتری تشخیص دهند.

نزدیک به 85 درصد کل معلومات شما از طریق چشم ها به دست می آید.

چشم ها از 65 درصد مسیرهای منتهی به مغز استفاده می کنند.

چشم ها می توانند فوراً صدها ماهیچه و اندام را در بدن شما فعال کنند.

در طی یک عمر طبیعی، چشم ها می توانند مانند یک دوربین، 24 میلیون عکس از دنیای اطرافتان برای شما بگیرند.

ماهیچه هایی که از داخل، چشم های شما را حرکت می دهند، قوی ترین عضلات برای این کار هستند. این عضلات 100 برابر قوی تر از مقدار مورد نیاز هستند.



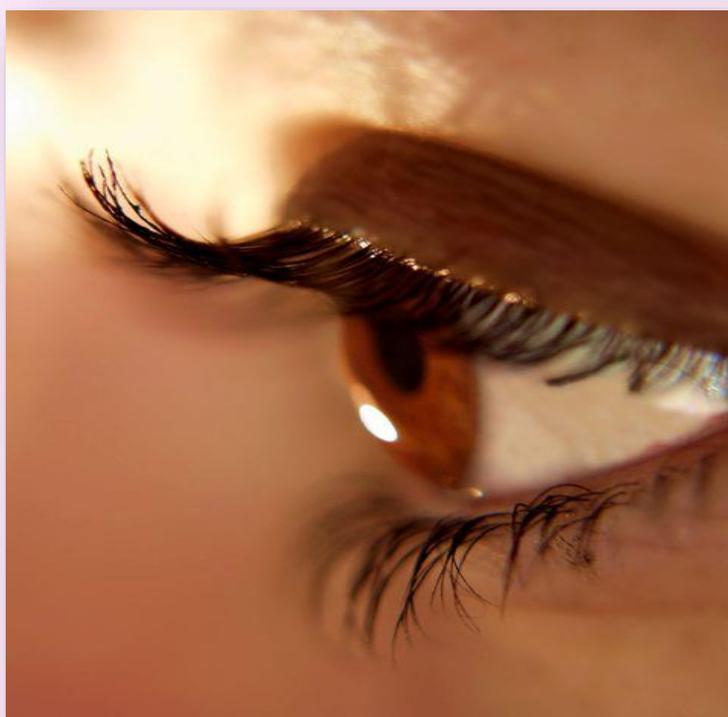
کره چشم افراد بزرگسال حدود 5/2 سانتیمتر قطر دارد. از کل سطح کره چشم، فقط یک ششم آن یعنی قسمت جلویی آن در معرض دید قرار دارد.

چشم‌ها تنها قسمتی از بدن هستند که می‌توانند در هر زمانی صد در صد فعال باشند، شب یا روز و بدون هیچ استراحتی.

پلک‌های چشم و ماهیچه‌های خارجی چشم نیاز به استراحت دارند، حالت لیز بودن و نرمی سطح چشم بایستی از نو تجدید شود، ولی خود چشم‌ها هرگز نیاز به استراحت ندارند.

با این همه، هر چند وقت یک بار به چشم‌هایتان استراحت دهید.

بینایی چشم‌ها، با ارزش‌ترین حس برای شماست. لذا به خوبی از آنها مراقبت کنید و در حفظ سلامتی آنها کوشا باشید.



عروسک زنده!



در استرالیا مؤسسه بیو جنریکا به تولید عروسک‌های جاندار موسوم به genpet اقدام کرده که این عروسک، یک پستاندار عقیم‌شده می‌باشد و به کمک علم مهندسی ژنتیک ساخته شده است. به این ترتیب که ترکیبی از ژن‌های خرگوش، شامپانزه و خوک با استفاده از القای خواب زمستانی، در جعبه نگهداری می‌شود و این جعبه، ضربان قلب و میزان تازگی آن را نشان می‌دهد.

این محصول در دو مدل، یکی با طول عمر یک سال و دیگری با طول عمر سه سال و در هفت مدل پهلوان (قرمز)، ماجراجو (نارنجی)، شاد (زرد)، آرام (سبز)، متین (آبی)، روحانی و رویایی (بنفش) ساخته شده است.

این موجود زنده طوری ساخته شده که حرکات محدودی مانند یک نوزاد داشته باشد به گونه‌ای که مدفوع بسیار مختصری داشته و به غذای کمی هم احتیاج دارد. قد آن حدود بیست سانتیمتر و قطرش هفت سانتیمتر است و جثه آن از این بزرگ‌تر نمی‌شود، کاملاً درد را حس می‌کند ولی نمی‌تواند اصوات بلند تولید کند. دارای خون عضله و استخوان است و پس از خروج از جعبه، ظرف بیست دقیقه بیدار شده و چشم‌هایش را باز می‌کند





سرنگ هم یکی از جدیدترین بخش های پرشین مدیکال که از این شماره آغاز به کار کرده. در سرنگ هر شماره شما نتایج یکی از آخرین تحقیقات های علمی آزمایشگاهی جالب رو میخوانید. بیشتر از این توضیح نمیدیم چون خودتون متوجه میشید:

سرنگ این شماره نتایج تحقیقات آزمایشگاهی بر روی پرواز روح پرداخته که امیدواریم براتون جالب و مفید باشه...

تحقیقات آزمایشگاهی دانشمندان به آنجا نرسیده است که بگوید چگونه این اتفاق می افتد فقط می داند وقتی که آن شروع می شود چه می شود در مغز چه می گذرد، مثل یک شاهدی طرف دانشمندان در طی تحقیقاتشان اغلب به کسانی برخوردند که در طول خواب قادر به این کار بوده اند. بنابراین آنرا در طول خواب تجربه کنندگان سنجیده اند. دانسته ها می گویند خواب از چهار دوره وبه عبارت خلاصه تر و کاربردتری تر به دو دوره تقسیم می شود: دوره اول خواب دوره ای است که در طی آن رویا دیدن اتفاق می افتد. در این دوره یک سلسله حرکات تند و هماهنگ در کره های چشمی قابل رویت است که در اصطلاح پزشکی به آنها REMS هم می گویند، نوع این حرکات هماهنگ با خواب یا رویایی است که سوژه در این مرحله می بیند. این حرکات تند چشمی در غیر از دوره اول خواب مشاهده نشده و تنها احتمال دارد در این مراحل برخی از حرکات کند و چرخشی در چشم ها پدیدار گردند. این دوره شاخص فعالیت های مغزی و پدیده های ذهنی مرتبط با آن است. اگر در اینجا تمام مراحل خواب را توضیح دهم، وقتی شرایط مغز را در طول پرواز روح مطرح کنم بهتر قابل تفکیک می شود.

و بعد مرحله دوم، در این زمان از رویا خبری نیست و مغز فعالیت های دیگری دارد. از حرکات تند و همسوی چشمی هم خبری نیست. این مرحله شامل سه دوره است که مقدار امواج دلتا آنها را از هم متمایز می کند.

و اما حالات مغز در پرواز روح: در این مرحله مغز امواج آلفایی به وفور دارد که یک یا دو دور کندتر از زمان بیداری است و انگار شخص در حال بیدار شدن است. حرکات تند چشمی و حرکات بدن وجود ندارد. ضربان قلب طبیعی و مقاومت پایه پوستی (BSR) و عکس العمل گالوانیک پوستی (GSRS) هیچ تغییری نمی کند.

خلاصه اینکه شرایطی که جسم و علی الخصوص مغز در این حالت دارند قابل مقایسه با هیچ یک از حالات بیداری، خواب و رویا دیدن نیست. در ضمن معلوم شده که پرواز روح و اغما ملازمتی با هم ندارند زیرا در حالت اغما مغز فاقد امواج آلفاست که در پرواز روح به وفور وجود دارد.



نوع امواج مغزی در هنگام پرواز روح حداقل در یک مورد (آزمایش شده) متفاوت بوده است: انکوسوان که یکی از افراد با قابلیت خاص در موضوعات ماورایی است وقتی به احساس خروج از بدن می‌رسید نتیجه گیری که از نوار مغزی اش می‌شد کرد این بود که حالت مهار یا انسداد امواج آلفا دیده می‌شود که در شرایطی مشاهده می‌شود که فرد به سوژه ای توجه و تمرکز کرده است. البته که ذهن شدیداً تمرکز یافته همان ذهنی است که حالت خلسه دارد یعنی هوشیاری وارد ناخودآگاه شده است و این با بیهوشی کاملاً متفاوت است. در بیهوشی همه چیز خاموش می‌شود و ورود ما به ناخودآگاه بدون هوشیاری انجام می‌شود به همین دلیل تصویر یا احساسی از آن لحظه نداریم.

خلاصه اینکه در هنگام پرواز روح ذهن حالتی شبیه به بیداری دارد اما فقط شبیه نه مثل آن.

حالا که از تحقیقات آزمایشگاهی گفتیم خوب است که از تحقیقات میدانی و آماری درباره پرواز روح هم مطلبی بیاورم. شخصی به نام اوسیس پژوهشی در زمینه پرواز روح (خروج از بدن) و رویا بینی انجام داده است که در آن آزمایش 304 نفر که تجربه پرواز روح داشته اند به سوالات متعددی پاسخ داده اند. در این آزمایش هر فرد که در این زمینه صاحب تجربه بوده به 96 پرسش جواب داده است. در ژوئیه 1978 اوسیس نتایج این تحقیقات را در خبرنامه انجمن پژوهش های روحی آمریکا منتشر کرد. سرتان را درد نیاورم. او در آخر اعلام کرد: "اکثر شرکت کنندگان می‌گویند خروج از بدن با خواب یا رویا و ESP (دریافتهای خارج از حسی مثل دوربینی) فرق دارد. فقط 4% گفتند که تصویر پردازی ذهن در زمان رویا دیدن شبیه به خروج از بدن است." شاید آنها تلاقی این دو را تجربه کرده بودند! خلاصه اینکه با وجود وجوه مشترک زیاد این دو تجربه، افراد مورد آزمایش تفاوت های بسیاری را درک کرده بودند؛ بنابراین به راحتی می‌توانستند آنها را از هم تشخیص دهند. همان تفاوت هایی که در بخش نشانه ها خواهیم گفت. چند آزمایش که منجر به اثبات پرواز روح شده است:

باز هم اوسیس و دونامک کورمیک که از پژوهشگران بزرگ در مسائل روحی است تحقیقات زیادی با آلکس تانوس یکی از افراد با استعداد در این موضوع انجام داده اند. در این بررسی ها در جلوی دوربینی که در آن اسلایدهای مورد آزمایش قرار می‌گرفتند، یک فشار سنج بسیار ظریف و حساس قرار گرفته بود. در این آزمایش تانوس می‌بایست پس از خروج از بدن، مشخصات اسلایدی را که به صورت اتفاقی در برابر دوربین قرار می‌گرفت، بیان کند. در زمانی که او جواب درست می‌داد، میزان فشاری را که این فشار سنج نشان می‌داد، بیشتر از واقعی بود که او جواب غلط می‌داد. آنها این اتفاق را اینگونه تفسیر کردند (که البته به نظرم درست است) در زمان خروج از بدن واقعا قسمتی از آگاهی یا روح فرد از جسم او خارج شده و با استقرار در برابر دوربین به رویت اسلاید می‌پرداخته و حضور آن، فشار سنج را بالا می‌برده است.



و آزمایش دیگر: در این آزمایش از چند حیوان کوچک که تربیت نشده بودند برای قسمت آزمایش استفاده شده است: در آن نشانه حضور کالبداختری تغییراتی است که در رفتار آن حیوانات بروز می کند. در این آزمایش روبرت موریس و همکارانش از دو بچه گربه استفاده کردند. این محوطه به 24 مربع تقسیم شده بود که اندازه آن 80 در 30 اینچ (203 در 76 سانتیمتر) بود. آقای بلوهاردی صاحب این بچه گربه ها (و تجربه کننده پرواز روح) در ساختمان دیگری قرار گرفته یک کیلومتر با این جعبه فاصله داشت. پیش فرض این تجربه این بود که اگرچه گربه ها کالبداختری صاحب خود (آقای بلوهاردی) را ببینند به سمت او حرکت کرده و در مربع های نزدیک به او قرار می گیرند. و کمتر هم میو میو می کنند، معیار قرار گرفتن یک بچه گربه در یک مربع، استقرار دودست حیوان در آن بود. تجربیات اولیه بسیار جالب و حیرت انگیز بود. در طول هشت دوره از کنترل که خروج از بدن انجام نشده بود بچه گربه ها 37 بار میو میو کردند. و در طی 8 دوره آزمایش خروج از بدن حتی یک بار میو میو نکردند. بهتر است گفته شود که احتمال تصادفی بودن صداها 200 به 1 و احتمال حرکت تصادفی (راستش از حرکت گربه ها چیزی نگفتند پس احتمالاً حرکت کردند!) بچه گربه ها 100 به 1 بود. تجربه آماری خوبی بوده است.

در اثبات نهایی پرواز روح آیه ای از قرآن می تواند قطعی بودن آنرا معلوم کند:

سوره زمر آیه 42: خداست که ارواح مردم را در هنگام مرگشان بطور کامل می گیرد و از آن که نمرده در حال خواب، پس آن روح را که مرگش را مسلم کرده ننگه می دارد و آن دیگری راتا مدتی معین روانه می دارد، و بی تردید در این نشانه هایی است برای گروهی که می اندیشند.



نقطه سر خط



نقطه سر خط!!!

خب... اینجا ته خط این شمارست.

خوشحالیم که تونستیم شماره ی ششم رو با موفقیت منتشر کنیم. تو این شماره دوستانی به ما اضافه شدن و تو کار به ما کمک شایان و قابل توجهی کردن. در صورتی که ما تو این شماره هیچ اسپانسر و حامی مالی نداشتیم.

و اما حیفه که تشکر ویژه از دوستانی که به ما پیوستند و تو این شماره کنار ما بودن نداشته باشیم...

سرکار خانم مائده کریمی یکی از دوستانی بود که تو این شماره به جمع ما پیوست و مسئول بخش های زنگ علوم و سورنگ بود و همچنین زحمت چند تا از قسمت های اطلاعات عمومی رو هم به عهده داشت.

خانم سبلا سام هم دوست عزیز دیگه ای بود که زحمت زیادی برای این شماره کشید، بخش مهرانه به عهده ی خانوم سام بود به علاوه ی چند قسمت اطلاعات عمومی

آقای رضا جهانشاهی هم یکی از عزیزانی بود که به کمک ما شتافت!!! که تعداد زیادی از بخش های اطلاعات عمومی به عهده ی ایشان بود.

آقای حمیدرضا زرگران پور هم که بنده باشم!!! مسئولیت هماهنگی ، پخش ، دیزاین و طراحی مجله رو عهده دار بودم و بخش های کابینه و وقت آزاد و چند مورد از اطلاعات عمومی هم به من سپرده شده بود.

همچنین یک تشکر ویژه هم از خانوم غزل مجاهد داریم که علاوه بر کمک بسیار قابل توجه در ضمیمه ی مجله که تیر ماه پخش شد ، تو این شماره هم ما رو تنها نداشتن.

از تمامی این دوستان بسیار ممنون و سپاسگزاریم.

نقطه سر خط



همچنین از تمامی دوستانی که تو این مدت به انتقاد و پیشنهاد به ما پرداختن و از تمامی کسانی که این مجله رو قابل دونستن و مطالعه کردن به دنیا ممنونیم.

امیدوارم که باز هم ما رو تنها نزارید و با پیشنهادات و انتقاداتتون به ما انگیزه بدین.

از تمامی دوستانی که پیشنهاد و انتقد خاصی دارن و یا علاقه دارند که با ما همکاری داشته باشند و یا اینکه مطلبشون با نام خودشون تو مجله منتشر بشه یا ایده ی خاصی برای ضمیمه ی مجله که شهریور ماه منتشر میشه دارند و یا حتی قصد تبلیغ در سایت مجله یا خود مجله رو دارند، دعوت میکنیم که از طریق بخش پل ارتباطی مجله با ما ارتباط برقرار کنند.

عزیزانی هم که ایده ی متفاوتی برای ایجاد بخش های جدید در مجله دارند (که خودشون هم عهده دار این بخش باشند) دعوت میکنیم که از همان طریق پل ارتباطی با ما در تماس باشند.

و اما همون طور که گفتیم ضمیمه ی شماره 2 مجله شهریور ماه پخش میشه که موضوعش هم بستگی به مطالب ارسالی دوستان داره که احتمالا از بین اونها برگزیده میشه و اون شماره با نام شخص برگزیده منتشر خواهد شد. اخبار تکمیلی از طریق پرتال و سایت مجله منتشر خواهد شد.

شماره ی هفتم هم که به یاری خدا با چند بخش تازه که فرصت نشد در این شماره پیاده کنیم و طراحی با کیفیت بیشتر و مطالب جذابتر، مهر ماه امسال منتشر خواهد شد.

خب... امیدواریم که مطالب این شماره برای شما مفید و جذاب واقع شده باشه و همچون قبل به حمایت از ما پردازین.

بازم ممنون

یا علی...

