

مردان شاخص



سیروس امیرمکری

سیروس امیرمکری دستیار وزیر خزانه‌داری ایالات متحده آمریکا در زمینه موسسه‌های مالی و عضو هیات مدیره بانک ملی تعاونی مصرف کنندگان امریکا است. او از معدود مهاجران ایرانی‌تباری است که مدال افتخار جزیره ایز را اخذ کرده است. این مدال به پاس قدرانی از تلاش‌های مهاجرین در بسط فرهنگ و تمدن آمریکا توسط سازمان ملی ائتلاف اقوام آمریکا به مهاجرین برگزیده اعطا می‌شود. سیروس امیرمکری متولد ۱۳۴۳ خورشیدی در تهران است. وی از سال ۱۹۸۱ و پس از وقایع انقلاب اسلامی ایران، خصوصاً بحران گروگان‌گیری در سفارت آمریکا به آمریکا مهاجرت کرد و پس از یک سال شرکت در آکادمی ویلند (Wayland Academy)، به کالج هاروارد رفت و در سال ۱۹۸۶ با مدرک بیوشیمی فارغ‌التحصیل شد. پس از آن به تحصیل تاریخ در دانشگاه شیکاگو مشغول شد. در این دوره به تحصیل در تاریخ اسلام در عصر حاضر و قرون وسطی، علوم

دیپلماتیک (با تمرکز بر ایالات متحده آمریکا) و تفکرهای اسلامی پرداخت. او با دریافت کمک هزینه تحصیلی و فلوشیپ بنیاد ملون (Mellon Foundation) پایان‌نامه دکترای خود را با موضوع «ایدئولوژی و اثرات دراز مدت انقلاب اسلامی بر قانون اساسی ایران» نوشت. پس از اتمام دوره دکتری تاریخ به مدرسه حقوق دانشگاه شیکاگو پیوست و در سال ۱۹۹۵ از آنجا نیز با درجه دکترای حقوق فارغ‌التحصیل شد. او از علاقه‌مندان موسیقی کلاسیک و فوتبال می‌باشد.



معرفی برخی میوه‌های بهشتی

کدام میوه‌ها تاثیر بیشتری روی سلامت بدن می‌توانند بگذارند و خاصیت درمانی بیشتری دارند برخی میوه‌ها را به اصطلاح بهشتی می‌گویند چون خاصیت شفابخشی و درمان‌کنندگی دارند. سیب، انار، انجیر، خرما، زیتون، انگور خواص زیادی دارند و به میوه‌های بهشتی معروف می‌باشند. از بین این میوه‌ها سیب پرخاصیت‌تر است و ۳۰ گونه خوشبو و خوش طعم دارد و پوست آن معده را پاکیزه می‌کند. قند سیب قرمز از سیب سبز بیشتر است. سیب سبز برای درمان بیماری نقرس، جلوگیری از خون دماغ، از بین بردن تب مفید است. آب سیب ضد عفونی کننده و شستشو دهنده معده کودک می‌باشد. سیب فسفر دارد و وقتی صبح ناشتا خورده شود از اسهال جلوگیری می‌کند، همچنین درمان گرفتگی صدا و چاقی و مؤثر بودن برای کیسه صفرا و بیماری‌های دیابت از دیگر خواص مفید سیب است.

انار سرشار از ویتامین، پتاسیم ضد سرماخوردگی است و برای از بین بردن بوی دهان، تقویت کبد و خونسازی برای آن، درمان سرطان و فشارخون مفید است، همچنین انجیر برای تصفیه خون و بیماری‌های قلبی و عروقی، انگور با ویتامین‌های A, B, C، بلکه و مقداری منیزیم و کلسیم و آهن و فسفر پتاسیم آنها در واقع و غیره از دیگر میوه‌های بهشتی مفید محسوب می‌شوند.

پژوهشگران پس از تحقیقات فراوان روی بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی متوجه شدند با کمک گرفتن از داروهای ضد التهابی می‌توانند بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی را درمان کنند و در پیشگیری از این بروز این عارضه قدمی بردارند!

حدود صد سال از زمانی که اسکیزوفرنی به صورت علمی توضیح داده و شناخته شد، می‌گذرد اما با وجود پیشرفت‌های دانش پزشکی هنوز علت بیماری، راه پیشگیری و درمان موثر برای آن به طور دقیق روشن نیست.

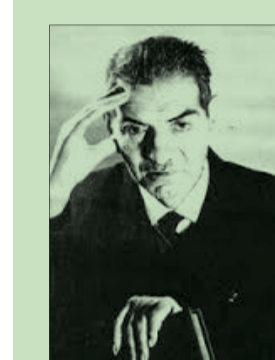
اساس درمان این بیماری در حال حاضر داروهایی هستند که با تغییر فعالیت عصبی-شیمیایی مغز علائم بیماری را سبک می‌کنند، اما این داروها هیچ‌کدام سبب درمان دائمی نمی‌شوند، در مواردی بی‌تاثیر هستند و عوارض جانبی آنها معمولاً چنان آزاردهنده و سنگین است که بیماران از ادامه درمان خودداری می‌کنند.

بیشتر این داروها که در دهه ۶۰ میلادی تولید شدند، در اساس تفاوت بنیادی با داروهای فعلی ندارند و فقط در دهه ۹۰ میلادی داروهایی با عوارض جانبی کمتر وارد بازار شدند.

اما اکنون محققان به نتیجه‌ای رسیده‌اند که قابلیت ایجاد تحولی بزرگ را در درمان این بیماری دارد. برای این تحقیق ۱۴ نفر از افرادی که احتمال ابتلای آنها به اسکیزوفرنی زیاد بود، انتخاب شدند؛ آنها برای علائمی مانند پارانو یا توهم به پزشک مراجعه کرده اما هنوز دچار مرحله سایکوز (روان پریشی) نشده بودند. معمولاً سرنوشته ۲۰ تا ۳۵ درصد این افراد به تشخیص قطعی اسکیزوفرنی ختم می‌شود.

محققان مغز این ۱۴ نفر را پت اسکن (PET scan) کردند به این صورت که ماده‌ای در رگ بیمار تزریق می‌شود و پرتوهایی که این ماده ساطع می‌کند، ردیابی می‌شود. با تجزیه و تحلیل نقاطی که این ماده در آن تجمع پیدا می‌کند، می‌توان فعالیت بافت‌های مختلف را ارزیابی و سلامت یا اختلال را شناسایی کرد.

اسکن مغز این افراد نشان داد که سلول‌های التهابی مغز (مایکروگلیا) در مغز این افراد فعالیت بیشتری دارند؛ سلول‌ها در واقع رفتارهای مغز



شهريار

در دیاری که در او نیست کسی یار کسی کاش یارب که نیفتند به کسی کار کسی

هر کس آزار من زار پسندید ولی نپسندید دل زار من آزار کسی

آخرش محنت جانکاه به چاه اندازد هر که چون ماه برافروخت شب تاریکی

سودش این بس که به هیچ‌ش بفروشد چوم هر که باقیمت جان بود خریدار کسی

مشاغل شاد را انتخاب کنید

آنها که روی اتومبیل‌های لوکس کار می‌کنند و چه آنها که ساختمان سازی می‌کنند، شبیه به دانشمندان می‌توانند ایده‌های خود را امتحان کنند. شبیه به باغبان‌ها، مهندسان هم باید کارشان را به صورت اجرایی دنبال کنند و به پایان برسانند. بیشتر از همه این محاسن، مهندسان همواره درآمد بسیار خوبی برای خرید هر آنچه دوست داشته باشند، کسب می‌کنند. برای همین همواره این شغل با تقاضای بالایی روبروست.

آرایشگری

اگر یک آرایشگاه و سلمانی خوب داشته باشید، کوتاه کردن مو کار سرگرم کننده‌ای خواهد بود. می‌توانید معاشرت لذت بخشی داشته باشید. اگر محیط کار با شما سازگار باشد، آرایشگری به معنای آن است که همه مشکلات خود را پشت در آرایشگاه ترک کنید. تحقیقات نشان می‌دهد آرایشگری حرفه‌ای فوق العاده شاد و فرح بخش است.

رسیدن به چرایی شاد بودن آرایشگری کار سختی نیست. بهترین کسب و کاری که روابط صمیمانه ایجاد می‌کند و با سازگاری با دوستان در طول روز درآمد خوبی هم به همراه خواهد داشت. مانند باغبانی، آرایشگران هم محصول و نتیجه کار خود را به عین می‌بینند و از ثمرات آن لذت خواهند برد.

معلمی

به گذشته برگردید که چه بچه شیطونی بودید. این معجزه است که بهترین معلم‌ها ما قادر به تحمل و رسیدگی به حدود ۲۰ کودک شلوغ و آزاردهنده بوده‌اند. بهترین معلمان فقط دانش‌آموزان خود را تحمل نمی‌کنند

همواره انتخاب شغل با دغدغه‌های مالی و ارتقا درجه تعریف شده است، در حالیکه امروزه علاوه بر درآمد خوب و اسم و منصب بالا، کاهش شادی به معطل بزرگی بدل شده است. چه مشاغلی شاد هستند؟ بگذارید چند شغل شاد را با هم مرور کنیم، شاید به این نتیجه رسیدید که تغییر شغل دهید!

باغبانی

تا بحال کسی را دیدید که موقع باغبانی عصبانی باشد؟ حتی پیدا کردن یک نمونه اش سخت است. باغبانی یکی از شادترین شغل‌های یدی در جهان است. باغبان‌ها نیازی به شنا کردن در پول ندارند، آنها شادترین شغل جهان دارند. دانستن دلایل این شادی بسیار ساده است. انواع مختلفی از باغبانی وجود دارد، اما در بیشتر قسمت‌ها، آنها اغلب وقت‌ها شکرگذارند که زمان خود را بیرون و در فصل‌های مختلف سال صرف می‌کنند. آنها همچنین شاهد تبدیل شدن گل‌های گلخانه‌ای به میوه هستند. این درست است که سختی‌های خود را دارند و همواره دست‌های کثیف و ظاهری نامرتب دارند ولی رضایت شغلی آنها بیش از این حرف‌هاست.

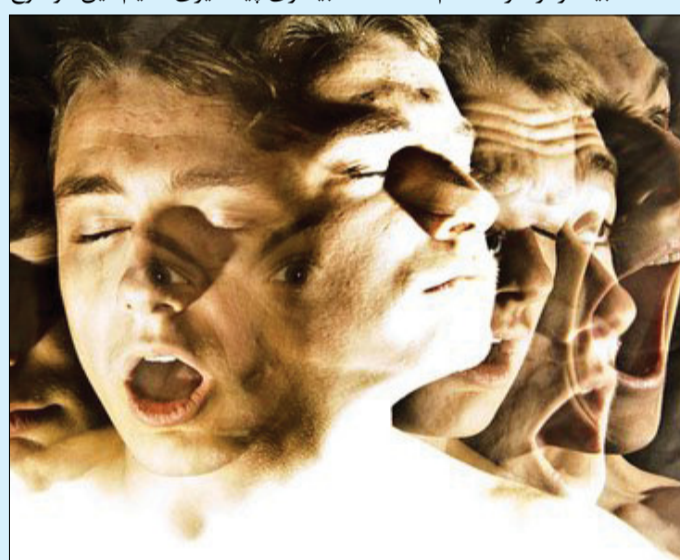
مهندسی

مهندسی در بین تمام مشاغل دنیا مقام نخست شادترین شغل را دارد. چرا؟ چون اغلب مهندسان عاشق شغل خود هستند. مثل باقی شغل‌های شادی برانگیز، مهندسان آغوش بازی برای شرایط سخت دارند و از چالش‌های پیش رو و حل مشکلات دشوار شغل خود لذت می‌برند. مهندسان در صنایع مختلف، چه

فراورده‌های ضد التهابی و کمک به بیماران اسکیزوفرنی

روانپزشکی مرکز تحقیقات بالینی امپریال کالج لندن این تحقیق را یک قدم واقعی در شناخت عفوالت‌ها پاک می‌کنند.

محققان مغز افراد مبتلا به اسکیزوفرنی و افراد سالم را نیز اسکن کردند و با این نتایج مقایسه کردند؛ این مقایسه نشان داد فعالیت التهابی در مغز افرادی که در خطر ابتلا به اسکیزوفرنی هستند و افرادی که مبتلا به این بیماری هستند، بیشتر از افراد سالم است.



باید به آزمایش گذاشته شود اما این یکی از مهمترین پیامدهای این تحقیق است.

هاویس می‌گوید: مایکروگلیاها مانند باغبانی هستند که گاهی در هرس و وجین کردن افراط می‌کنند و برخی شاخ و برگ‌های سالم و مهم را نیز قطع می‌کنند، از این رو باعث می‌شود برخی ارتباطات مهم شبکه عصبی مغز قطع شده و در نتیجه بیماری ایجاد شود. اما هنوز معلوم نیست چرا سیستم ایمنی مغز در برخی افراد فعالیت بیش از حد دارد.

بررسی‌های ژنتیکی نشان داده است که ژن‌ها در کنترل دستگاه ایمنی نقش دارند از این رو می‌توان یک زمینه ارثی را در نظر گرفت. علاوه بر این اسکیزوفرنی در افرادی که بستگان نزدیکشان این بیماری را دارند، بیشتر دیده می‌شود.

پیش از این نقش عوامل محیطی از جمله آلودگی هوا در ایجاد برخی بیماری‌های مزمن مغز مطرح شده بود، به جز این نقش استرس‌های شدید در دوران زندگی نیز هنوز به عنوان یکی از عوامل مطرح است.

پروفیسور استیون لوری رییس گروه روانپزشکی دانشگاه ادینبورو می‌گوید این تحقیق نشان می‌دهد امکان پیشگیری و درمان یکی از بدترین بیماری‌های نوع بشر امکان پذیر است.

هستند و بافت مغز را از سلول‌های عصبی آسیب دیده، رسوبات مواد و عفونت‌ها پاک می‌کنند.

محققان مغز افراد مبتلا به اسکیزوفرنی و افراد سالم را نیز اسکن کردند و با این نتایج مقایسه کردند؛ این مقایسه نشان داد فعالیت التهابی در مغز افرادی که در خطر ابتلا به اسکیزوفرنی هستند و افرادی که مبتلا به این بیماری هستند، بیشتر از افراد سالم است.

از این رو، دانشمندان فکر می‌کنند ممکن است به راهی برای تشخیص زودهنگام و حتی پیشگیری از این بیماری نزدیک شده باشند.

کارآزمایی بالینی با استفاده از آنتی بیوتیکی به نام ماینوسایکلین در حال حاضر آغاز شده است. این آنتی بیوتیک خاصیت ضد التهابی دارد و محققان می‌خواهند ببینند آیا با کاهش التهاب سلول‌های عصبی در مغز می‌توانند از این بیماری پیشگیری یا آن را درمان کنند.

اگر این موضوع به یقین تبدیل شود، در پیشگیری و درمان دیگر بیماری‌های روانپزشکی نیز تحولی ایجاد خواهد شد.

پیتر بلومفیلد نویسنده اصلی این تحقیق می‌گوید: نکته جالب ارتباط شدت التهاب با شدت علائم بود؛ در جریان تحقیق دو نفر از این چهارده نفر به اسکیزوفرنی یا بیماری‌های اسکیزوئید مبتلا شدند و اینها افرادی بودند که مایکروگلیای مغزشان بیشترین فعالیت را نشان می‌داد.

در صورتی که نتایج این تحقیق مهم و نویدبخش در مطالعات بزرگتر و تکرار شود، پزشکان برای اولین بار راهی برای شناسایی افرادی که در معرض ابتلا به اسکیزوفرنی هستند، خواهند داشت و می‌توانند درمان‌های پیشگیرانه را آغاز کنند. دکتر الیور هاویس رییس گروه

