

یادداشت

ایمپلنتی برای دیابتی ها

علیرضا پرهیز

جراح دهان، فک و صورت



ایمپلنت ها، وسایلی کمکی هستند که در قسمت های مختلف بدن بسته به نیاز افراد کار گذاشته می شوند. معروف ترین آنها ایمپلنت های دندان‌ی هستند که در کنار آنها هم ایمپلنت های مختلف

بدن مانند ایمپلنت های دست، پا و... وجود دارد. دیابتی ها به صرف ابتلا به این بیماری، ممنوعیت های زیادی دارند و باید مراقب باشند تا با کوچک ترین کاری دچار عفونت و مشکلات بعد از آن نشوند. شاید عمل ایمپلنت را درمانی فانتزی و ولاکچری تصور کنید اما همین عمل پیشرفته دندان‌ی برای عده ای از بیماران درمانی حیاتی به شمار می رود که می تواند کیفیت زندگی آنها را تا حد قابل قبولی ارتقا دهد. اگر مبتلا به دیابت هستید، نگران نباشید، شما هم می توانید از انواع ایمپلنت ها استفاده کنید، بدون اینکه دچار عفونت یا مشکل دیگری شوید. شما می توانید به راحتی و با حفظ شرایطی، آن را انجام دهید. ایمپلنت هایی که در نواحی فک و صورت مورد استفاده قرار می گیرند، در کنار جنبه زیبایی شناختی ای که دارند، زندگی بیماران را هم تا حد زیادی بهبود می بخشند. یکی از این موارد، استفاده از ایمپلنت در درمان فک ازین رفته بیماران است که بر اثر تصادفات و حوادث ناگهانی یا بر اثر ابتلا به بیماری خاصی، فک خود را از دست داده اند. کاشت ایمپلنت در این افراد می تواند زندگی دوباره ای به آنها بخشد و حتی میانگین سنی آنها را هم نسبت به قبل افزایش دهد.

یکی از شایع ترین ایمپلنت هایی که کاربرد زیادی هم دارد، ایمپلنت های دندان‌ی هستند که مقاومت آنها نسبت به دندان های مصنوعی بالاتر است و سالمندان با استفاده از آنها محدودیت های دندان مصنوعی را از بین می برند و می توانند از آن بهره مند شوند. اگر مبتلا به دیابت هستید و قصد استفاده از ایمپلنت را دارید، بدانید بیماری شما باید کنترل شده باشد در غیر این صورت، کاندیدای خوبی برای عمل ایمپلنت نخواهید بود.



سلامت

ایدنز هم واکسن دار شد

ایدنز هیچ واکسنی ندارد که بتواند مانند واکسن آنفلوآنزا شما را در برابر بیماری ایمن کند. اگر اعتیاد از نوع تزریقی دارید، به تازگی به دندان پزشکی رفته اید یا رفتاری پرخطر داشته اید، شاید وقت آن رسیده باشد که در آزمایشی، سلامت خود را محک بزنید. اما برای اینکه مانع ابتلا به این ویروس مهلک شوید، به تازگی واکسنی برای این امر ساخته شده که خیال شما را نسبتا راحت می کند که کمتر در معرض ویروس HIV قرار بگیرید. محققان کانادایی و کنیایی دو گروهی هستند که روی این پروژه فعالیت می کنند و به تازگی هم خبرهای خوشی منتشر کرده اند. آنها براساس واکسن آبله مرغان موفق به ساخت واکسنی شده اند که نتایج امیدوارکننده ای را روی ۴۴ زن نشان دادند. درواقع این واکسن کمک می کند بدن در درازمدت ایمنی بالایی در برابر ویروس HIV پیدا کند. این واکسن در حال حاضر در مرحله تست آزمایشگاهی قرار دارد. به گزارش standardmedia، محققان سال هاست به دنبال ساخت واکسن ضایدنز بوده اند و چندبار هم نمونه هایی از این دست تولید کرده بودند که همگی با شکست مواجه شدند، به طوری که نتوانستند مقدار ایمنی لازم در برابر ویروس HIV را در بدن ایجاد کنند. اما حالا خبرهای تازه ای هم به گوش می رسد که ایتالیایی ها واکسن ایدنز ساخته اند که تا ۹۰ درصد می تواند فرد را در برابر ویروس HIV مصون کند. اگر این خبر درست باشد، انقلاب بزرگی در دنیا شکل می گیرد و افراد زیادی در مقابل این ویروس مقاوم می شوند.

طبق آخرین آماری که سازمان بهداشت جهانی در انتهای سال ۲۰۱۷ ارائه کرده، حدود ۳۶/۹ میلیون نفر در جهان از این بیماری رنج می برند که ۱/۸ میلیون نفر از آنها کودکان زیر ۱۵ سال هستند. به طور تقریبی ۱/۸ میلیون نفر در سال ۲۰۱۷ در دنیا مبتلا به ویروس HIV شدند که روزانه پنج هزار مورد جدید را شامل می شود. این درحالی است که حدود ۳۵ میلیون نفر هم به خاطر ابتلا به ویروس HIV جان خود را از دست می دهند. از ابتدای شناخت این بیماری، بیش از ۷۰ میلیون نفر آلوده به این میکروب بوده اند. در این بین، آفریقای جنوبی با ۷/۲ میلیون نفر مبتلا، بالاترین آمار بیماران مبتلا به ایدنز را دارد.



آب و هوای زمین در طول تاریخ تغییرات بسیاری را تجربه کرده است. فقط در طول ۶۵۰ هزار سال گذشته زمین هفت دوره یخبندان را تجربه کرده که آخرین آن مربوط به هفت هزار سال پیش است. بیشتر این تغییرات آب و هوایی به دگرگونی های بسیار کوچک در مدار زمین مربوط می شود که مقدار انرژی خورشیدی که سیاره ما دریافت می کند را تغییر می دهد. به گزارش climate.nasa روند گرم شدن فعلی زمین از اهمیت خاصی برخوردار است، زیرا در اغلب موارد احتمالا بیش از ۹۵ درصد نتیجه فعالیت بشر از اواسط قرن بیستم است و با سرعتی که در طول دهه ها تا هزاران سال پیش بی سابقه است، ادامه دارد.

ماهواره های مدار زمین و سایر پیشرفت های تکنولوژیکی دانشمندان را قادر می سازد تا تصاویر بزرگ از اقلیم های مختلف زمین جمع آوری کنند که اطلاعات کاملی را درباره سیاره ما و آب و هوای آن ارائه می دهد. این اطلاعات جمع آوری شده در طول سال ها سیگنال هایی را تغییر آب و هوا را نشان می دهد. تله های طبیعی که اکسید کربن و گازهای دیگر را در خود به دام می اندازند، در اواسط قرن نوزدهم شناسایی شدند. توانایی آنها در تاثیر انتقال انرژی مادون قرمز از طریق جو زمین، مبنای علمی بسیاری از ابزارهایی است که توسط ناسا طراحی و ساخته شده و بعد به جو زمین فرستاده شده است. هیچ ابهامی وجود ندارد که افزایش سطح گازهایی گلخانه ای باعث افزایش دمای زمین می شود. تصاویری که از هسته های یخی در گرینلند، قطب جنوب و یخچال های کوهستانی گرفته شده است نشان می دهد آب و هوای زمین به تغییرات میزان گازهایی گلخانه ای در جو زمین واکنش نشان می دهد. همچنین شواهدی هم در رسوبات اقیانوس ها، صخره های مرجانی و لایه های سنگ های رسوبی وجود دارد. این شواهد نشان می دهد گرم شدن زمین درحال حاضر تقریبا ۱۰ برابر سریع تر از متوسط گرم شدن زمین بعد از دوره یخبندان است.

از اواسط قرن ۱۹ درجه حرارت سطح زمین به طور متوسط ۱/۶۲ درجه فارنهایت (۰/۹ درجه سانتیگراد) افزایش یافته است، تغییری که عمدتاً به وسیله افزایش دی اکسید کربن و انتشار سایر گازهای گلخانه ای در جو زمین به وجود آمده است. بیشترین گرمایش در ۳۵ سال گذشته رخ داده است. سال ۲۰۱۶ رکورد گرم ترین روز سال را تا امروز دارد. اقیانوس ها بیش از همه این افزایش گرما را جذب کرده اند و عمق ۷۰۰ متر از اقیانوس ها از سال ۱۹۶۹ گرمای بیش از ۰/۴ درجه فارنهایت را تجربه کرده اند. ادامه این وضعیت بسیار خطرناک

آیا می دانید

فسیل زنده

گیاه «تومبو» نوعی فسیل زنده است که در صحرای نامیبیا و آنگولا زندگی می کند. خانواده هایی از این گیاه منقرض شده اند و شاید به جرات بتوان گفت که از تنها بازماندگان آن است. این گیاه، تنه کوتاهی دارد که تقریباً باعث شده روی زمین پخش باشد و تنها از دو برگ تشکیل شده است. به گزارش owlcation، بررسی هایی که روی آن انجام گرفته نشان می دهد قدمت این گیاه به ۴۰۰ تا ۱۵۰۰ سال پیش برمی گردد.

زندگی



عکس: وحید سرابی، فرهیختگان

اجرای ارکستر رتوریک - سی و چهارمین جشنواره موسیقی فجر

گزارش

گازهای گلخانه ای همچنان به روند گرم شدن زمین کمک می کنند

انسان علیه انسان



است. اگر اقیانوس ها خیلی گرم شوند، گیاهان و حیواناتی که در آن زندگی می کنند یا باید با شرایط کنار بیایند یا بمیرند. جلبک ها و پلانکتون ها در انتهای زنجیره غذایی اقیانوس ها قرار دارند و شامل انواع مختلف حیوانات، گیاهان و باکتری هایی می شوند که در اقیانوس ها شناورند. سایر حیوانات کوچک مانند کریل که نوعی میگو کوچک است، از پلانکتون ها تغذیه می کنند. ماهی ها و حتی نهنگ ها از کریل ها تغذیه می کنند.

به گزارش climatekids جمعیت کریل ها در برخی اقیانوس ها ۸۰ درصد کاهش پیدا کرده است، فکرمی کنید چرا؟ چون کریل ها دوست دارند در آب های سرد رو به یخ زندگی کنند. با ادامه این وضعیت مشخص است چه بلایی بر سر موجودات دریایی دیگر و کل این اکوسیستم خواهد آمد. در این میان از زمان آغاز انقلاب صنعتی اسیدیته آب های سطح اقیانوس های جهان حدود ۳۰ درصد افزایش یافته است. این افزایش نتیجه بالا رفتن میزان دی اکسید کربن جو است که به

دلیل فعالیت انسان ها روی کره زمین تولید و بعد بخشی از آنها توسط اقیانوس ها جذب می شوند. این اتفاق باعث شده است مقدار دی اکسید کربن جذب شده توسط لایه بالایی اقیانوس ها در حدود دو میلیارد تن در سال افزایش یابد.

علاوه بر تغییراتی که در اقیانوس ها شاهد هستیم، جرم صفحه های یخ در گرینلند و قطب جنوب نیز کاهش یافته است. داده های تجربی ناسا و آزمایش های آب و هوایی نشان می دهد بین سال های ۱۹۹۳ تا ۲۰۱۶ گرینلند به طور متوسط ۲۸۱ میلیارد تن از یخ های خود را از دست داده است، در حالی که قطب جنوب طی مدت مشابه حدود ۱۱۹ میلیارد تن از یخ های خود را از دست داده است. آمارها نشان می دهد میزان تلفات یخ در قطب جنوب در دهه اخیر سه برابر شده است. در این میان یخچال ها تقریباً در همه جای جهان از جمله ماهواره ای نشان می دهد میزان پوشش برف بهار در نیمکره شمالی طی پنج دهه گذشته کاهش یافته است و برف تا قبل از نخستین برف زمینی ذوب می شود. در این میان اندازه و ضخامت یخ درای قطب شمال طی چند دهه گذشته سریعاً کاهش یافته است. این یک شاخص جهانی است که هرچه سطح یخ دریاها در قطب شمال و جنوب بیشتر تحت تاثیر گرما باشد، جهان تغییرات آب و هوایی را بیشتر احساس خواهد کرد. براساس گزارش ها سطح دریاهای یخی قطب شمال بین سال های ۱۹۸۱ تا ۲۰۱۰ ۱۲/۸ درصد کاهش داشته است. همه چیز به این موارد ختم نمی شود. موضوع دیگر این که در طول قرن گذشته سطح جهانی آب دریاها هشت اینچ یعنی بیش از ۲۰ سانتیمتر افزایش یافته است. این امر باعث افزایش رویدادهای وابسته به دریا می شود، مثل افزایش توفان های شدید و سونامی.



صاحب امتیاز: دانشگاه آزاد اسلامی - **مدیر مسئول:** محمد امین ایمانچانی
قائم مقام: علی خضریان - **سردبیر:** مسعود فروغی - **مدیر هنری:** امید بهزادی
مدیر بازرگانی: فرهاد جمالوندی - **مدیر چاپ و توزیع:** احمد شیرازیان
دفتر مدیر مسئول: ۰۲۱-۶۶۴۸۰۱۲ - **تحریریه:** ۰۱۸۲-۶۶۷۱۰۱۸۰ - **فکس:** ۰۵۱-۶۶۷۱۰۵۱-۶۶۴۸۰۴۷
روابط عمومی: ۰۲۱-۶۶۷۱۰۴۹۹ - **سازمان آگهی ها:** ۰۱۸-۶۶۴۸۰۴۷
چاپ: سازمان چاپ دانشگاه آزاد اسلامی - **توزیع فرهیختگان:** ۰۱۲-۶۶۴۸۰۱۲ - **نشانی:** خیابان حافظ، بعد از پل دوم حافظ، روبه روی ساختمان بورس، ساختمان فرهیختگان، طبقه سوم

عجایب

پنیری در دل نخل



فرهیختگان این روزها که هوا سرد شده بسیاری سفر به شهرهای جنوبی را ترجیح می دهند تا بتوانند گرمای دلنشینی را تجربه کنند. پس اگر سری به استان های جنوبی شامل خوزستان، سیستان و بلوچستان، شیراز، بوشهر و هرمزگان زدید، خرما یادتان نرود. اما در کنار خرما، محصول دیگری از درخت نخل را هم می توانید امتحان کنید. حتی اگر گیاهخوار هم باشید، غذاهایی هستند که بتوانند کمبود پروتئینی را که باید از منابع حیوانی به دست آورید، جبران کنند. یکی از غنی ترین این منابع مغز خرماست که به آن پنیر نخل هم می گویند. در تاریخ آمده «مایان های باستان که در حدود سال ۲۶۰۰ قبل از میلاد در آمریکای میانه زندگی می کردند، از مغز خرما استفاده می کردند. درختان خرما هم انواع مختلفی دارند و یکی از منابعی که کمتر به عنوان غذا شناخته شده، نخل سابال است که در فلوریدا، کاستاریکا و برزیل آن را به عنوان یک غذای رسمی می شناسند و به دلیل دشوار بودن عملیات برداشت آن، قیمت بالایی دارد. بهترین بخش درخت نخل، زمانی است که برای اولین بار برداشت می شود؛ اما گیاه آن دوباره بعد از دو یا سه سال رشد کرده و خودش را بازسازی می کند. شاید تصور کنید تنها می توان از خرماهای درخت نخل به عنوان غذا استفاده کرد، غافل از اینکه مغز دایره ای شکل آن به قلب نخل یا پنیر نخل مشهور است هم یکی از غنی ترین خوراکی هایی است که می توان از نخل گرفت. ظاهر آن شباهت زیادی به مارچوبه دارد و طعم آن شیرین و گس است. پنیر نخل بافتی بسیار ترد به رنگ شیری دارد و به خاطر پایه گیاهی ای که دارد، جزء گیاهان طبقه بندی می شود و از آن در غذاهای مختلفی چون پیتزا و سس و حتی به عنوان چاشنی می توان استفاده کرد که غالباً در شیشه یا قوطی به صورت خام بسته بندی می شود. برای تهیه پنیر نخل، سر درخت نخل را می زنند و برگ ها و تنه آن را که به آن لیف می گویند، آنقدر جدی می کنند تا به وسط نخل یا همان پنیر نخل برسند. در فصل هایی که بارندگی بیشتر باشد، طعم پنیر نخل شیرین تر است و مزه دلنشینی تری پیدا می کند. معمولاً از هر درخت نخل، بسته به بزرگی و کوچکی آن بین ۳ تا ۱۰ کیلوگرم پنیر نخل به دست می آید که همه خواص خرما را هم در خود دارد.

به گزارش mercola، با وجود شیرینی کمی که در پنیر نخل احساس می شود، قندهم در آن وجود دارد. کربوهیدرات ها به گلوکز تبدیل می شوند برای ذخیره انرژی به کار می روند. این ماده مغذی همچنین ویتامین B۶ زیادی دارد که ۱۸ درصد نیاز روزانه را برطرف می کند. پنیر نخل می تواند پتاسیم مورد نیاز ما را تأمین کند که بدن قادر به تولید آن نیست. پتاسیم به تنهایی با متعادل کردن نمک مصرفی، فشار خون را کاهش می دهد و از طرفی، مقدار مورد نیاز ویتامین A و E، مس، منگنز و سلنیوم را برای بدن تهیه می کند. ویتامین C به عنوان یک آنتی اکسیدان قوی به شمار می رود، ویتامین B۳ و کلسیم برای تقویت استخوان ها، فاسفر نیز برای حفظ سلامت استخوان ها مفید است. برای درمان زخم ها و جراحات های بدن نیز باید به سراغ روی برویم. این محصول درخت نخل منبعی غنی از فیبر است. مصرف مقدار کافی فیبر در تمام عمر به بدن در دفع مواد زائد کمک می کند. اگر غذایی که می خورید فیبر کافی داشته باشد، می توانید ویتامین ها و مواد معدنی غذاهای مصرفی هم بهره مند شوید. مصرف پنج گرم فیبر در روز نکایت می کند.

فراسو

دست ها مجرم را لو می دهند

پلیس و کارآگاهان گاهی در شناسایی مجرمان بازمی مانند و به هر شیوه ای متوسل می شوند تا این افراد را از مردم عادی تشخیص دهند. شاید از نظر شما مجرمان تفاوتی با دیگر افراد نداشته باشند اما دانشمندان نظر دیگری دارند، به طوری که به نوعی فناوری جدید دست پیدا کرده اند که با استفاده از شباهت دست های آنها می توانند مجرمان را شناسایی کنند. آنها از ترکیب الگوهای عروق خونی، چروک های پوستی، جای زخم، خالکوبی ها و رنگدانه ها به عنوان شاخص های کلیدی برای شناسایی افراد استفاده می کنند. پیش از این در دادگاه ها از فناوری هایی با قابلیت تهیه تصاویری از دست ها برای شناسایی متجاوزان به کودکان استفاده می کردند. این پروژه ترکیبی از شاخص های سخت و شاخص های نرم بود که به منظور دستیابی به ارزیابی هویت واقعی افراد به کار می رفت. به گزارش «دیلی میل» دست هر آدمی، به دلیل تنوع ژنتیکی، عوامل محیطی و حتی اتفاقاتی که برای آن بروز می کند، تفاوت های آناتومیک متفاوتی با دست دیگر آدم ها دارد. اما این اولین باری است که محققان تمام عواملی را که در این میان نقش داشتند، بررسی کرده اند و از آناتومی، علم ژنتیک، انسان شناسی، اطلاعات بیولوژیک و تجزیه و تحلیل در راه اندازی چنین سیستمی استفاده کرده اند. با این سیستم، بخشی از محدودیت های پیش روی نیروهای پلیس برداشته می شود و جنبه ایمنی آن بالاتر می رود. بودجه ساخت این سیستم ۲/۲ میلیون دلاری برای پنج سال آینده تأمین شده و محققان دانشگاه «لنکستر» و «وندی» از حالا مشغول ساخت این سیستم هستند.

