

پنر روز

بیماری هایی که آن‌ها را با آنفلوآنزا اشتباه می‌گیریم



با فرارسیدن پاییز و زمستان، فصل شیوع آنفلوآنزا هم شروع می‌شود. به همین دلیل است که با وجود زیبایی‌های پاییز و زمستان، خیلی‌ها دل خوشی از این روزهای سرد سال ندارند. به ویژه افراد آسیب‌پذیرتری مثل کودکان، سالمخوردگان و کسانی که بیماری‌های ریوی مثل آسم دارند، علائم رایج آنفلوآنزا یعنی تب شدید، دردهای عضلانی، حالت تهوع و سرفه خشک می‌تواند برای آن‌ها دردسرساز شود. اما هر علامت شبیه آنفلوآنزایی نشان‌دهنده بیماری آنفلوآنزا نیست. بسیاری از دیگر بیماری‌ها هم می‌توانند علائم مشابهی را ایجاد کنند.

سرماخوردگی

سرماخوردگی هم باعث سرفه و حالت تهوع می‌شود، اما ویروس‌های عامل سرماخوردگی با ویروس‌های آنفلوآنزا متفاوت هستند. آنفلوآنزا شدیدتر از سرماخوردگی است، در حالی که سرماخوردگی معمولاً بیشتر از آنفلوآنزا طول می‌کشد (سرماخوردگی ۷ تا ۱۰ روز و آنفلوآنزا ۳ تا ۵ روز طول می‌کشد) و باعث گرفتگی و آبریزش بینی می‌شود. این‌ها علائمی هستند که در تئوری برای این بیماری‌ها ذکر می‌شوند، اما زندگی حقیقی همیشه مطابق تئوری پیش نمی‌رود و ممکن است کسی که در ظاهر سرماخوردگی دارد، در حقیقت مبتلا به آنفلوآنزا باشد. تنها راه تشخیص دقیق بیماری، مراجعه به پزشک است.

گلودر میکروبی

تب و احساس ناخوشی عمومی هم از نشانه‌های گلودر میکروبی هستند. اما تفاوت این عفونت با آنفلوآنزا، گلودر شدیدی است که با ظاهر شدن نقاطی قرمز و گاه سفیدرنگ روی لوزه‌ها همراه می‌شود. بسیاری از ویروس‌های عامل سرماخوردگی می‌توانند باعث گلودر میکروبی هم شوند. اگر تصور می‌کنید احتمالاً به گلودر میکروبی مبتلا شده‌اید، به پزشک مراجعه کنید چون در صورت ابتلا به این بیماری باید آنتی‌بیوتیک مصرف کنید.

مونونوکلئوز

مونونوکلئوز گرچه بیماری فصلی‌ای نیست اما علائمی شبیه به آنفلوآنزا دارد. این بیماری که عامل آن ویروس اپشتین‌بار است، معمولاً باعث تب، حالت تهوع، گلودر و التهاب غدد لنفاوی کردن و دیگر نقاط بدن می‌شود. از هر ۱۰ نفر، ۹ نفر در مقطعی از زندگی خود به این ویروس مبتلا می‌شوند. وقتی در معرض این ویروس قرار بگیرید، هر چه سن‌تان کمتر باشد، با شدت کمتری بیمار می‌شوید. ممکن است بجهای به این ویروس مبتلا شده باشد و شما اصلاً متوجه نشده باشید چون بجهای زیاد بیمار می‌شوند و مونونوکلئوز هم بیماری شدیدی نیست. اما اگر در دوران نوجوانی یا بزرگسالی به این بیماری مبتلا شوید، نشانه‌های آن شما را گرفتار رختخواب خواهد کرد. علت اینکه در میان افراد بزرگسال کمتر کسی را مبتلا به این بیماری می‌بینیم این است که بیشتر ما قبلاً آن را گرفته‌ایم.

ویروس پیوسته یاخته تنفسی

ویروس پیوسته یاخته تنفسی نوعی عفونت مجرای تنفسی است که ممکن است شبیه به سرماخوردگی یا آنفلوآنزا به نظر برسد و از طریق سرفه و عطسه به راحتی منتقل می‌شود. نشانه‌های این بیماری عبارتند از تب، گرفتگی بینی، سرفه‌های پارس مانند، دشواری در تنفس و بی‌حالی. این ویروس بیشتر، کودکان را در سال‌های ابتدایی زندگی‌شان درگیر می‌کند. اگر فرزندان چنین نشانه‌هایی دارد، فوراً به پزشک مراجعه کنید.

سینه‌پهلو

آنفلوآنزا بیماری خطرناکی است اما به خودی خود تقریباً هرگز باعث مرگ نمی‌شود. سینه‌پهلو باکتریایی، یک عفونت ثانویه است که می‌تواند با آنفلوآنزا همراه شود. یک حالت رایجی که بیشتر افراد آن را تجربه کرده‌اند این است که کسی که به آنفلوآنزا مبتلا شده شروع به بهتر شدن می‌کند که ناگهان با موج دوم بیماری مواجه می‌شود و دوباره حالت وخیم می‌شود. این در واقع همان سینه‌پهلو باکتریایی است. اگر تب‌تان برطرف شود اما دوباره برگردد، یعنی بعد از طی شدن دوره آنفلوآنزا، دچار سینه‌پهلو شده‌اید. علاوه بر تب، دیگر نشانه سینه‌پهلو، سرفه‌ای است که ابتدا خشک است اما به تدریج تبدیل به سرفه خلط‌دار می‌شود و اغلب با خلط یا خون همراه است. در این صورت باید فوراً به پزشک مراجعه کنید. ممکن است لازم باشد آنتی‌بیوتیک مصرف کنید. سینه‌پهلو ویروسی هم می‌تواند جدا از آنفلوآنزا اتفاق بیفتد. این نوع سینه‌پهلو معمولاً خفیف‌تر از سینه‌پهلو باکتریایی است و علائمی مثل سرفه، گرفتگی بینی و حالت تهوع دارد.

وردپرس ۵/۰ با تغییرات جدید منتشر شد

وردپرس، سازنده پرطرفدارترین سیستم مدیریت محتوا (CMS) دنیا، ساعتی پیش از نسخه ۵.۰ پلتفرم خود پرده برداشت. آخرین به‌روزرسانی وردپرس یکی از بزرگترین به‌روزرسانی‌های این پلتفرم طی سال‌های اخیر بوده و ویرایشگر بلوک محوری را معرفی کرده که مدیریت محتوا را از همیشه آسان‌تر می‌کند.

آخرین نسخه وردپرس که به افتخار Bebo Valdés، موزیسین کوبایی سبک جاز Bebo نام‌گذاری شده، دارای ویرایشگر جدیدی به نام ادیتور گوتنبرگ است که هر بخش از محتوا را در بلوکی مجزا قرار می‌دهد. در این صورت تولیدکنندگان محتوا می‌توانند در مورد محل قرارگیری محتوا و نحوه نمایش آن به‌بیننده تصمیم بگیرند. این موضوع باعث خلق یک سیستم ویزی ویگ (WYSIWYG) بسیار انعطاف‌پذیر شده که کاربر در لحظه تایپ می‌تواند خروجی را در شکل و شمایل نهایی خود مشاهده کند. همچنین وردپرس اعلام کرده که اگر شما خواستار استفاده از HTML یا CSS باشید هم بلوک‌ها برایتان مشکل ساز نخواهند شد.

هر بلوک می‌تواند شامل پاراگراف‌ها، تصاویر، نقل‌قول‌ها، گالری‌های عکس، صدا، فهرست‌ها، فایل‌های embed و دهها صورت دیگر محتوا باشد. برای افرادی که مشغول طراحی سایت هستند هم امکان ساخت بلوک‌های قابل ویرایش فراهم شده تا در لحظه نیاز، بدون احتیاج به برهم زدن المان‌های ظاهری سایت قادر به اضافه کردن محتوای جدید باشند.

لازم به گفتن نیست که بعضی کاربران وردپرس، از نسخه جدید با آغوش باز استقبال خواهند کرد چرا که ممکن است پلاگین‌های قدیمی با نسخه ۵.۰ سازگاری نداشته باشند.

اما با این وجود وردپرس تا دسامبر ۲۰۲۱ اجازه می‌دهد که از طریق یک پلاگین، همچنان از ادیتور کلاسیک استفاده کنید. از دیگر ویژگی‌های برجسته این نسخه می‌توان به سازگاری با PHP ۷.۳، پشتیبانی از جاوا اسکریپت ۱۸ و تم جدید Twenty Nineteen اشاره کرد.

سلطانی فر:

ایران بدنبال نتیجه تاریخی در المپیک ۲۰۲۰ است



وزیر ورزش و جوانان بر برنامه ریزی، نظارت و حمایت برای حضور قدرتمندانه ایران در المپیک توکیو و کسب نتیجه تاریخی تأکید کرد.

به گزارش ایرنا از وزارت ورزش و جوانان، جلسه ستاد عالی بازی‌های المپیک و پارالمپیک با حضور مسعود سلطانی فر وزیر ورزش و جوانان و سیدرضا صالحی امیری رییس کمیته ملی المپیک و دیگر اعضا برگزار شد.

وزیر ورزش و جوانان برگزاری منظم جلسات ستاد عالی بازی‌های المپیک و پارالمپیک را مورد تأکید قرار داد و اظهار داشت: با برگزاری منظم جلسات از این پس نظارت‌های ویژه‌ای هم صورت خواهد گرفت تا با ایجاد شرایط بهتر در زمینه حمایت‌های مختلف از رشته‌های پر امید کاروان قدرتمندی را با نظارت قوی راهی المپیک توکیو کنیم.

سلطانی فر هدف کاروان ورزشی ایران در بازی‌های المپیک را کسب بهترین نتیجه در مجموع رده بندی مدال‌ها دانست و تصریح کرد: ابتدا فدراسیون‌های ویژه و پر امید باید با قدرت سهمیه‌ها را بدست آورند تا فرصت پیش‌تری برای آماده‌سازی به منظور حضور قدرتمندانه در المپیک بوجود آید. در این بین هدف گذاری ما کسب بهترین نتیجه در بازی‌های المپیک توکیو است.

وزیر ورزش و جوانان اهمیت بازی‌های المپیک را مورد توجه قرار داد و اظهار داشت: باید برای کسب نتیجه تاریخی در بازی‌های المپیک متمرکز شویم و برای تحقق این مهم جلسات ستاد عالی آغاز شده و نقل کار ما هم در سال ۹۸ خواهد بود تا بتوانیم در هشت رشته پر امید مدال‌های خوبی را برای کسب یک نتیجه تاریخی به‌ارمغان آوریم.

سلطانی فر گفت: جلسات این ستاد تا پایان سال به‌طور مرتب برگزار خواهد شد و در هر جلسه هم یک یا ۲ فدراسیون مورد تحلیل و بررسی قرار می‌گیرند و در قالب یک برنامه ۱۶ ماهه؛ نظارت، حمایت و هدایت کاروان ایران را صورت خواهیم داد.

**برنامه هدف دار و زمان بندی شده کمیته ملی المپیک** همچنین در این جلسه شاهرخ شهنزایی دبیر کل کمیته ملی المپیک پس از اولین جلسه ستاد عالی بازی‌های المپیک ۲۰۲۰ گفت: برای المپیک توکیو یک برنامه هدف دار با زمانبندی کامل خواهیم داشت.

شهنزایی افزود: این اولین جلسه ستاد در خصوص المپیک

۲۰۲۰ بود که کارشناسان وزارت ورزش و جوانان گزارش بسیار خوبی در مورد رشته‌هایی که امید کسب مدال آنها بالا است، ارائه دادند و ارزیابی‌های مقدماتی انجام شد. قرار بر این شد رشته‌هایی که بر حسب تجربه و اطلاعاتی که داریم، امید کسب مدال آنها بالا است، از هفته آینده به‌طور ویژه جلساتی با مسئولین فدراسیون‌ها و مربیان آنها برگزار و کارشناسی آنها آغاز شود. دبیر کل کمیته ملی المپیک تصریح کرد: بعد از اینکه مشخص شد چه افرادی شانس کسب مدال دارند، به‌طور ویژه آنها مورد حمایت قرار می‌گیرند که قبلاً این نگاه تخصصی در ابتدای

راه وجود نداشت. وی خاطر نشان کرد: رشته‌های مختلف برای کسب سهمیه ایستگاه‌هایی دارند که باید هم از طرف ما و هم از طرف تیم‌های فنی خود فدراسیون‌ها به‌طور دقیق بیان شود که چه رشته‌ای در چه زمانی و در چه کشوری می‌تواند کسب سهمیه کند تا بتوانیم به‌طور دقیق برای آنها برنامه‌ریزی کنیم.

شهنزایی با بیان اینکه بخش دوم جلسه ستاد به بررسی مسابقات جهانی ساحلی اختصاص داشت، ادامه داد: این مسابقات برای اولین بار در جهان در سال ۲۰۱۹ برگزار خواهد شد که زیر مجموعه اتحادیه کمیته‌های ملی المپیک

روس‌ها دلار کشتی‌گیران ایران را بالا کشیدند!



جایزه نقدی از آن کشتی‌گیران ایران شود. اما روسیه به خلاف تعهد و اعلام قبلی و در اقدامی غیر اخلاقی و غیر حرفه‌ای از دادن جایزه به کشتی‌گیران ایران با این بهانه که این موضوع در بخشنامه مسابقات نیوده خودداری کرد و اعتراض کادر فنی و کشتی‌گیران ایران نیز به جایی نرسید تا محمی و فروتن دست‌خالی به ایران بازگردند! فدراسیون کشتی ایران نیز در حال پیگیری این موضوع است تا بتواند حق ضایع شده و کشتی‌گیر ایران را از فدراسیون کشتی روسیه بگیرد. بدالله محبی در گفتگو با ایسنا با اعلام این مطلب اظهار کرد: روس‌ها در جریان مسابقات اعلام کردند با پیشنهاد حامی مالی جام روسا قصد دارند در جهت هیجان دادن به این رقابت‌ها، مسابقات انفرادی را در اوزان ۹۷ و ۱۲۵ کیلوگرم با جایزه دلاری برگزار کنند اما متأسفانه دیده کردند و زیر حرفشان زدن و پیگیری ما نیز به جایی نرسید. البته فدراسیون کشتی پیگیری این موضوع شده است.

پزشکان انگلیسی هشدار دادند

افزایش بیماری‌های ریوی به دلیل تشدید آلودگی هوا و آنفلوآنزا

نگرانی‌ها در مورد سلامت عمومی در انگلیس که با شیوع آنفلوآنزا در زمستان به خطر می‌افتد و نیز نسبت به توانایی سرویس سلامت همگانی این کشور برای مقابله با آن شده است. چرا که یافته‌ها حاکی از آن است که در فصل زمستان افراد مبتلا به بیماری‌های تنفسی ۶۲ درصد بیشتر نسبت به دیگر فصل‌ها می‌میرند. یک متخصص ریه در این ارتباط می‌گوید: سرویس سلامت همگانی انگلیس (NHS) تقریباً هر زمستان برای مقابله با موج افراد مبتلا به بیماری‌های ریوی که با اورژانس‌ها مراجعه می‌کند دچار مشکل می‌شود. وی با تأکید بر این که دولت انگلیس اقدامات کافی برای مقابله با این مشکل صورت نداده است، افزود: این افزایش تا حدودی قابل پیش‌بینی است، زیرا آب و هوای سرد می‌تواند سیستم ایمنی بدن را تضعیف و افراد را مستعد ابتلا به ویروس‌هایی که در گردش هستند، کند.

متخصصان ریه عوامل متعددی را برای افزایش بیماری‌های ریوی و مراجعه به بخش اورژانس بیمارستان‌ها تعیین کرده‌اند که از این میان می‌توان به افزایش تعداد سالخوردگانی که به دلیل بیماری‌های ریوی یا دیگر مشکلات سلامت ضعیف می‌شوند، افزایش بیماری‌های ریوی به دلیل آلودگی هوای داخلی و خارج از خانه و افزایش توان سویه‌های مختلف ویروس آنفلوآنزا و دیگر ویروس‌ها در فصل زمستان اشاره کرد. هم چنین فقدان سرمایه

بخش‌های اورژانس بیمارستان‌های انگلیس از افزایش تقریباً دو برابری مراجعان مبتلا به بیماری‌های ریوی در دهه اخیر به دلیل شیوع فزاینده آنفلوآنزای شدید و افزایش آلودگی هوا خبر دادند.

به گزارش ایسنا، در عین حال کمبود متخصصان ریه به این معنی است که خدمات می‌توانند ناقص صورت گرفته‌ و برخی تیم‌های بخش بیمارستان‌های تنفسی نیز بیش از حد درگیر شوند. این رشد روزافزون در حال اضافه کردن فشاری قابل توجه به بیمارستان‌ها به خصوص در ماه‌های زمستان بوده و درخواست‌ها را برای اتخاذ استراتژی‌های جدید به منظور مقابله با مشکلی که به اقتصاد انگلیس ۱۱ میلیارد پوند ضرر وارد کرده، برانگیخته است. بررسی داده‌ها نشان می‌دهد سال گذشته ۹۱۳ هزار و ۶۴۶ نفر به دلیل بیماری‌های ریوی از جمله ذات‌الریه، آنفلوآنزا، بیماری مزمن انسدادی ریه (COPD) و آسم به بخش‌های اورژانس بیمارستان‌های انگلیس مراجعه کرده‌اند که نسبت به سال ۲۰۱۱ افزایش تقریباً دو برابری داشته است. هم چنین برخی داده‌ها از دسامبر سال ۲۰۱۶ میلادی نشان می‌دهد ۲۲ هزار و ۴۹۲ مراجعه‌کننده‌ای مشکلات تنفسی به بخش اورژانس بیمارستان‌های انگلیس صورت گرفته است که بیش از سه برابر ۲۰ دلیل رایج دیگر مراجعه به این بخش است. این یافته‌ها باعث تشدید



رقیب بوگاتی شیرون از آستین لوتوس بیرون می‌زند!



ظاهراً با گذشت لوتوس با طوفان شدیدی همراه خواهد بود چرا که در خبرها آمده این خودروساز در حال کار روی یک پروژه بسیار مرموز می‌باشد. این پروژه تولید یک هایپرکار الکتریکی با قیمت ۲.۵ میلیون دلار است. اوتوکار گزارش داده این پروژه با کد امگا شناخته می‌شود و فرآیند توسعه آن به خوبی پیش می‌رود به گونه‌ای که لوتوس در حال برنامه‌ریزی برای معرفی نسخه مفهومی آن در سال آینده است. این هایپرکار الکتریکی جدیدی ظاهراً از قوای محرکه سفارشی‌ای سود خواهد برد و اوایل دهه میلادی آینده روانه بازار خواهد شد.

جیلی که مالک جدید لوتوس است به تبدیل برند بریتانیایی به یک نماد تکنولوژی و پرفورمنس علاقه‌مند است. این گروه چینی همچنین مالک ولوو، پوستر، لینک اند کو، کمپانی الکتریکی لندن، پروتون و... است. هدف لوتوس امگای موردبیط تولید قدرت بیش از ۱۰۰۰ اسب بخاری است. این قوای محرکه می‌تواند از نسل بعدی مجموعه باتری‌ها با تراکم قدرت بیشتر به منظور کاهش وزن خودرو سود ببرد. هرچه باشد با محصولی از لوتوس طرف خواهیم بود.

با استفاده از چند پیشرفته الکتریکی سیستم چهار چرخ محرک ایجاد خواهد شد. این قوای محرکه محدود حرکتی کافی برای بیش از ۴۰۰ کیلومتر را ایجاد خواهد کرد.

اگر خبر تولید هایپرکار لوتوس درست باشد، بنابراین به قوی‌ترین و شاخص‌ترین محصول تاریخ این برند خاطره‌انگیز تبدیل خواهد شد و رقیبی سرسخت و چالش‌برانگیز برای خودروسازانی همچون بوگاتی، کوونیک زگ و ریماک به شمار خواهد رفت.