

# دانشتهای پزشکی

سن مبتلایان به بیماری های قلبی و عروقی در ایران هشدار داد و پایین آمدن سن مصرف دخانیات را، مهم ترین عامل در بروز بیماری های قلبی و عروقی در ایران عنوان کرد. به گزارش منابع خبری جمهوری اسلامی دکترا «ایرج خسرونی» رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران گفت: سن ابتلا به بیماری های قلبی در ایران، از ۵۰ به حدود ۳۰ سالگی کاهش یافته که این مساله می تواند زنگ خطری برای تهدید سلامت نسل جوان جامعه ایران باشد. وی درخصوص علل کاهش سن ابتلا به بیماری های قلبی و عروقی در ایران گفت: میل به مصرف بیش از حد غذاهای آلوده، خوردن روغن جامد و چربی ها، مواد سرخ کردنی، نشاسته ها از مواردی است که موجب بالا رفتن کلسترول خون می شود. رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران، همچنین از استعمال دخانیات و مصرف غیراصولی برخی داروهای انرژی زا، به عنوان دیگر عوامل کاهش سن ابتلا به بیماری های قلبی و عروقی در ایران نام برد. خسرونی، اضطراب و استرس را عامل مکمل در تشدید بیماری های قلبی و عروقی دانست و گفت: با توجه به این که جمعیت زیادی از هرم سنی ایران را، جامعه جوان تشکیل می دهد، باید از همین حالا به فکر راهکارهایی بود تا مانع از تشدید بیماری های قلبی و عروقی شد. وی، پایین آمدن سن مصرف دخانیات در ایران را، مهم ترین عامل در بروز بیماری های قلبی و عروقی عنوان کرد و افزود: متأسفانه تجربه مصرف سیگار در ایران، دانش آموزان پسر مقطع راهنمایی را در بر گرفته و همین مساله می تواند در کاهش سن ابتلا به بیماری های قلبی و عروقی تاثیر گذار باشد.

رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران، با هشدار به والدین ایرانی در خصوص توجه به رفتار فرزندان خود، گفت: بین ۱۵ تا ۲۰ میلیون جوان داریم که در معرض انواع تهدیدها قرار دارند. براساس گزارش های قبلی تحقیقات و بررسی های جدیدی که تحت عنوان «مطالعات کاسپین» اخیراً با همکاری سازمان بهداشت جهانی در ایران صورت گرفته، فشار خون بیش از ۲۱ هزار دانش آموز ایرانی از ۲۳ استان مختلف ایران در یک دوره ۲ ساله مورد آزمایش قرار گرفت. مهم ترین شاخص های مرتبط با فشار خون نظیر شیوه زندگی شهری یا روستایی، باورهای اجتماعی، وضعیت اقتصادی خانواده و بالاخره خصوصی یا دولتی بودن محل تحصیل نیز در این مطالعه ثبت شده اند. نتایج حاصل از این مطالعه نشان می دهد گرچه پسران و دختران به طوریکسان در معرض ابتلا به بیماری های قلبی - عروقی هستند ولی نسبت بروز فشار خون بالا در میان پسران ایرانی بیشتر از دختران است. از جمله نکات حائز اهمیت که در این گزارش آمده است، وجود رابطه مستقیم میان کم تحرکی و بلند قد بودن با افزایش فشار خون است. به عبارت دیگر نوجوانان بلند قامت ایرانی که فعالیت بدنی کمتری دارند، نسبت به همسالان خود که کوتاه قد و پرتحرک هستند، زمینه بیشتری برای ابتلا به فشار خون دارند. براساس آخرین آمار سازمان بهداشت جهانی، سالانه در جهان «۷/۱ میلیون مرگ» به دلیل فشار خون بالا رخ می دهد. کلسترول نیز هر ساله «۴/۴ میلیون» مرگ را در جهان به دنبال دارد که حدود «۸ درصد» مرگ و میرها در دنیا است و «۲۱ درصد» بیماری های قلبی بر اثر چاقی رخ می دهد.

ورطه فلاکت و هلاک افتاده است. دوست جوان من. من هم همچون تو بعضی در گلو دارم و چون نمی توانم یا نمی خواهم گریه کنم؛ به دستاویز "طنز" بغض های در گلو مانده ام را فریاد می کنم. کاشکی مجالی و فرصتی بود تا بیشتر در این باره با هم گفتگو کنیم؛ اما چنین می پندارم که: انسان خردمند را؛ اشارتی بس است. بیشتر بنویس و بیشتر به من در تماس باش. شاد و سبز باشی و شاد و سبز بمانی.

رئیس انجمن سرطان های زنان: **از هر ۳۵ زن در ایران یک نفر به سرطان سینه مبتلا است**  
\* سن بروز سرطان سینه در ایران، ۱۰ سال پایین تر از آمارهای جهانی است. - رئیس انجمن سرطان های زنان در ایران واشنگتن - سرویس خبری ایران تایمز:

براساس آمارمنتشر شده، از بین هر سه زن یک نفر در طول زندگی خود دچار سرطان می شود و بعد از حوادث و بیماری های قلبی - عروقی، سرطان سینه شایع ترین علت مرگ و میر در زنان به شمار می رود. به گزارش منابع خبری جمهوری اسلامی دکترا «فاطمه قائم مقام»، رئیس انجمن سرطان های زنان ایران با بیان این مطلب گفت: میزان ابتلای زنان در ایران به سرطان سینه یک مورد از هر ۳۵ نفر است. وی افزود: این بیماری در سنین بالای ۵۰ سال شیوع بیشتری دارد که البته بروز سرطان سینه در ایران ۱۰ سال پایین تر از آمارهای جهانی است. این استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران، با بیان این که حدود «۷۰ درصد» موارد سرطان سینه توسط خود بیمار تشخیص داده می شود، گفت: شایع ترین علامت بیماری، وجود توده قابل تشخیص در سینه است که معمولاً دردناک نیست. وی ادامه داد: تغییر فرم پوست، حالت پرتقالی، وجود ترشحات خونی در نوک سینه ها، وجود غدد لنفاوی قابل لمس در ناحیه گردن و سینه ها از علائم این بیماری است. قائم مقامی دوباره روش های غربالگری بیماری گفت: عموماً سه روش متداول به این منظور وجود دارد، اولین آن معاینه سینه ها توسط خود شخص، بعد از هر دوره ماهیانه است که با لمس نوک انگشتان دست و حرکت دایره وار در جهت عقربه های ساعت به صورت ایستاده انجام می شود. وی تصریح کرد: مرحله دوم، معاینه فرد توسط پزشک به صورت منظم و هر شش ماه یک بار است و در نهایت توصیه می شود، زنان بالای ۴۰ سال بدون سابقه فامیلی ابتلا به سرطان سینه هر دو سال یکبار و بعد از ۵۰ سالگی یک بار با روش ماموگرافی معاینه شوند. رئیس انجمن سرطان های زنان ایران در پایان خاطر نشان کرد: در مواردی که یک یا دو نفر از اعضای نزدیک خانواده فرد، مبتلا به بیماری باشند، تست منظم ماموگرافی از سن ۳۰ سالگی به بعد توصیه می شود. در دومین گنگره سراسری سرطان سینه که اخیراً در تهران برگزار شد، اعلام شده بود شایع ترین سرطان در میان زنان ایرانی سرطان سینه است و از هر «۱۰ زن ایرانی یک نفر» مبتلا به سرطان پستان است. رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران:

**سن ابتلا به بیماری های قلبی در ایران از «۵۰ سال» به «۳۰ سال» کاهش یافته است**  
-با توجه به این که جمعیت زیادی از هرم سنی ایران را، جامعه جوان تشکیل می دهد، باید از همین حالا به فکر راهکارهایی بود تا مانع تشدید بیماری های قلبی و عروقی شد. -دکترا «ایرج خسرونی» واشنگتن - سرویس خبری ایران تایمز:

رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران، نسبت به پایین آمدن نبود. پشت سرم جنازه های عزیزترین عزیزان و رفیق ترین رفیقانم را جا گذاشتم. و امروز از خودم می پرسم آیا آن گلو دریدن ها و پیکارها و تحمل رنجهای نسل من؛ برای آن بود تا دیوی را از در برانیم و دیوان دیگری را بجای آن بنشانیم؟؟ شاید امروز؛ حکومتگران ایران "دارها برچیده خون ها شسته اند" اما چه کسی پاسخگوی نابودی سه نسل و ویرانی و بدنامی میهنی است که اینک در



حضرت آقا هستند و خیلی از حضراتی که کت و شلوار و کراوات دارند و موقع راه رفتن سوت های جاهلانه و مردانه میزنند خانم اند. بگمانم وقت ظهور حضرت امام زمان فرا رسیده است. مهدی بیا مهدی بیا!!!

**نامه ای از یک دوست**  
سلام گیله مرد. نمی دونم چی بگم. بگم تو شبیه منی یا من شبیه تو. می خوام قریون صدقه ات برم. اما از این کار خوشم نمی آید. از تو و حرفات لذت می برم چون خیلی شبیه افکار من است. اما مطمئن نیستم و نباش که فکر ما بهترین است. من در داخل ایران زندگی می کنم. اینجا هم به هر کسی می رسی آخوندها را به فحش می بندد. من اما بیشتر سکوت می کنم. چون بسیاری از فحش هایشان بیخود است. اما چون حرف مرا نمی فهمند ناچاراً سکوت می کنم و همچون بز اخوش فقط سر تکان می دهم. این روزها نطق من کور شده و فقط در ویلاگ است که می توانم نظم را باز کنم و با همجو تونی حرف بزم، اما صدای من می رسد آیا؟ اگر می رسد بگو: چگونه شما که از اول در گود بودی بعد از گذشت سی سال هنوز که هنوز است حرف می زنی. نق می زنی. فحش می دهی. و مقاله می نویسی. و یا هفت تیر می کشی. گیله مرد، گیله مرد!!! برای به سامان کردن این مملکت راه دیگری وجود ندارد آیا غیر از حرف (مدرس) و خشونت (میرزا کوچک خان) از هردوی اینها خسته شدم. هر دو گروه در صحبت هایشان فقط زشتی می بینند و پلشتی. اما من با تمام بعضی که از این حکومت دارم چیزهای خوبی را هم می بینم و زشتی ها را هم البته. تو نمیبینی؟ اگر از آن می گویم از این نیز می گویم. زیرا که اگر امثال تو را دوستی را ندانند تا تاریخ، تاریخ است با نخبگانی همچون خود دشمنی خواهند کرد... درد مملکت ما دشمنیست. با تمام اینها اما گیله مرد از تک تک حملات لذت ببرد و در طی این سال ها همه شان را خواندم. کلمه به کلمه. می خواهم بگویم باز هم بنویس اگر چه نوشتنت بهترین راه نباشد. و اما پاسخ گیله مردانه ما!!!

دوست نازنین من. ما سالهاست که بقول همشهری هایمان آردمان را بیخته و الک مان را هم آویخته ایم. روزی روزگاری ما هم همراه یک مشت آستین چرکین دیگر؛ گلوئی مان را پاره می کردیم که: این مباد آن باد! ما هم سالهای سال از «سازمان» مان کعبه ای ساختیم و از رهبران سازمان مان امامزاده ای. ما هم سالهای سال بر طبل "فرهنگ سلاح" کوبیدیم و از "سلاح فرهنگ" گریختیم. و امروز پیرانه سر و خسته و نومید وقتی به پشت سرمان نگاه می کنیم به خودمان میگویم: چه احقنق هایی بودیم ما!!! دوست نازنین من، من هم همچون شما نه از خشونت میرزا کوچک خان طرفداری میکنم و نه از مصلحت خواهی های مدرس. اما هرچه به زیر و بالای این حکومت نگاه میکنم، هیچ نقطه مثبتی در آن نمی بینم که آنرا در نوشته های خود بازتاب بدهم. من بیست و چند سال است که از ایران دورم و هنگامیکه میهنم را ترک میکردم؛ پشت سرم چیزی جز دریای خون و ویرانی

## حرف های صد تایک غاز .....

یک شرکت اسرائیلی؛ زمین های کره ماه را بفروش میرساند!! یک آقای یهودی که ۳۵ هکتار از زمین های کره ماه را از این شرکت خریده است؛ میگوید که ده هکتار برای خودش؛ ده هکتار برای خواهرش؛ و پنج هکتار هم خریده است تا در آن یک رستوران بسازد! حالا از کجا آن شرکت اسرائیلی زمین های کره ماه را صاحب شده است و دست به فروش شان زده است ما عقل مان بجایی قد ننیده؛ اما از آنجا که اسرائیلی ها در غصب زمین های دیگران سابقه و مهارت فراوانی دارند هیچ بعید نیست که فردا پس فردا مدعی بشوند که توی تورات آیه ای هست که از صد هزار سال پیش؛ حضرت باری تعالی مالکیت تمامی کره ماه را به قوم یهود واگذار فرموده است. از شما چه پنهان؛ ما هم دل مان می خواهد چند هکتاری زمین روی کره ماه داشته باشیم. البته قصد مان این نیست که بریم آنجا خیار و گوجه و زردک و بادنجان بکاریم؛ قصدمان این است که اگر دردی به تخته ای خورد و ما توانستیم به کره ماه مسافرت فرماییم؛ بریم آنجا ادعای پیغمبری بکنیم!! مگر کره ماه بی پیغمبر میشود جانم؟؟ چه کسی بهتر از خود ما؟؟ اگر ما پیغمبر شدیم؛ توی کره ماه؛ هر نوع قرشمال بازی؛ کچلک بازی؛ کلک بازی؛ کنس بازی؛ باجی خیرم ده بازی؛ گدا بازی؛ لات بازی؛ کولی بازی؛ قرشمال بازی؛ لباره بازی؛ لجر بازی؛ لربازی؛ و امام بازی را ممنوع خواهیم کرد. پیشاپیش بشما بگویم. یگوقت نگویید بشما نگفته بودی ها؟؟!! به قول معروف: بگویی و بدباشی؛ به از آن که نگویی و خر باشی .....

**آقا یا خانم؟؟**  
صبح اول وقت؛ یک آقایی؛ با یک کامیون گنده میآید توی پارکینگ فروشگاه مان. کامیونش از آن کامیون هایی است که قدی یک کشتی است. سی چهل تا چراغ دارد.

آقا از ماشین پیاده میشود و میآید توی فروشگاه مان. کلاهی به سر دارد و خاک آلود و خسته است. میگویم: good morning sir او هم در جواب سری تکان میدهد و لبخندی میزند و میروند سراغ قشه ها. وقتی میآید پای صندوق؛ می بینم صورتش مثل مرد هاست اما پستان هایش اندازه دو تا هندوانه است. جامی خورم. فی الواقع خجالت میکشم. می بینم که این بانوی محترم همه چیزش شبیه مردهاست به استثنای پستان هایش. میمانم معطل که مرد است یا زن؟! زن است یا مرد؟ وقتی می خواهم مابقی پولش را به دستش بدهم تنها می گویم Thank you. آخر من بیچاره نمیدانستم که آقاست یا خانم؟ چند وقت پیش یک آدمیزاد دیگری هم وارد فروشگاه مان شده بود. موهایش را به سبک و سیاق آقایان اصلاح کرده بود. مثل مردها لباس پوشیده بود و راه رفتش هم مثل مردها بود. صندوقدارمان گفت: good afternoon Sir یارو براق شد که: Sir؟؟!! صندوقدار مان وا رفت و گفت: I'm sorry راستش؛ این روزها ما توی بد انشر و منشری گیر کرده ایم. خیلی از خانم هایی که وارد فروشگاه مان میشوند؛ در واقع

## Rosie McCann's Irish Pub & Restaurant

# رستوران رُزی مک کنز در قلب «سَنَتانا رو»

محلی ایده آل برای صرف لذیذترین غذاها با مناسبترین نرخها



جشن ها و مراسم خود را در سالن مجلل «رُزی مک کنز» برگزار کنید.  
بیل کلینتون پرزیدنت سابق آمریکا برای صرف غذا رستوران «رُزی مک کنز» را انتخاب نمود شما چرا نه!



**Rosie McCann's**  
Irish Pub & Restaurant  
"Cead Mile Failte"  
100,000 Welcomes

**Check out our lunch specials!**

**Sat. & Sun. Brunch**

رستوران «رُزی مک کنز»  
در دو شعبه سن حوزه و سانتاکروز  
**(408) 247-1706**  
355 Santana Row #1060  
San Jose, CA 95128  
Monday - Thursday 11:00am to Midnight  
Friday & Saturday 11:00 to 2:00am  
Sunday 10:00am to Midnight