

دانشتیی های پزشکی

دارچین، گیاه «جادویی آرام بخش»

انسولین در بدن می شود و در نتیجه بدن نیاز کمتری به این هورمون برای کنترل قند خون پیدا می کند. شماری از افراد مبتلا به بیماری قند گزارش داده اند که مصرف

واشنگتن: دارچین (نام علمی: Cinnamomum verum) درختچه ای است که از راسته لورالس (Laurales) تیره برگ بوها (Lauraceae) از جنس دارچین ها (Cinnamomum). دارچین، درختچه است کوچک و همیشه سبز که از همه بخش های آن بوی خوش استشمام می شود. گل های آن در فاصله ماه های بهمن تا اوایل فروردین ظاهر می شود. برگ این درخت سبز سیر و دارای گل هایی به رنگ سفید است. دارچین نخستین بار در سریلانکا یافت شد و پس از آن، تمام دنیا این چاشنی را شناختند و برای طعم بهتر غذاها از آن استفاده کردند.



یک قاشق چایخوری دارچین در روز تأثیر خوبی بر قند خون داشته است. همچنین برخی تحقیقات نشان دهنده تأثیر مثبت دارچین در کاهش فشار خون بوده است. دارچین خاصیت دیگری دارد و آن تقویت سیستم ایمنی بدن در مقابل بیماری ها است. می گویند اگر حس کردید که ضعیف شده اید و ممکن است مریض شوید، چای دارچینی را فراموش نکنید و حتی اگر سرما خورده اید یا ضعف شدید دارید، چای دارچین بهترین دارو است. برای این که بیشتر از طعم و خاصیت درمانی دارچین بهره ببرید، می توانید موقع دم کردن چای، مقداری از پوست آن را داخل قوری بریزید تا همراه با چای دم بکشد.

کشف پروتئین پیشگیری از پیری

است، اما این امیدواری وجود دارد که در آینده با بهره گیری از این دستاورد بتوان دارویی برای پیشگیری از سرطان و پیری تولید کرد. به گفته این پژوهشگران پروتئین «P-53» دارای دو عملکرد است که یکی از آن ها کمک به پیر کردن سلول و دیگری پیشگیری از رشد سلول سرطان است. پژوهشگران در آزمایشی که بر روی موش ها انجام دادند، متوجه شدند که در سلول طبیعی سالم، پروتئین «Bach-1» در فعالیت پروتئین «P-53» اختلال ایجاد می کند. آن ها به این دستاورد نیز رسیدند که در موشی که کار پروتئین «Bach-1» دچار اختلال شده، پیری سلول های رو به پیشرفت رفته است.

هویج و کاهش چربی خون

و کاهش اثر «کلسترول بد» - LDL خون در انسداد شریان ها می شود. همچنین، هویج در صورتی که قبل از غذا میل شود، موجب کاهش اشتها شده و در رژیم های لاغری کاربرد دارد.

واشنگتن- بنا بر تحقیقات صورت گرفته دانشمندان، هویج، چربی خون را ۱۰ تا ۲۰ درصد کاهش می دهد. هویج می تواند کلسترول خون را کاهش دهد. علاوه بر آن نوشیدن یک لیوان آب هویج، سبب کاهش سمیت

رئیس جمهوری آمریکا هر سال معادل چهارصد هزار دلار حقوق میگیرد. یعنی فی الواقع موجب ایشان برای یک دوره چهار ساله؛ یک میلیون و ششصد هزار دلار



باز میکشیم و هرچه میگردیم نمی توانیم شیر لاکردار را پیدا کنیم!!

پسرمان میگوید: مطمئن هستم که دیشب شیر خریده اید؟؟ لیوان خودمان را نشان میدهم و میگویم: البته باباجان! بین: همین حالا ما خودمان یک لیوانش را خورده ایم.

میگوید: پس کجا گذاشته ایش؟ میگویم: همینجا توی یخچال! و دوباره یخچال را باز میکنیم و هرچه بالا و پایین اش را نگاه می کنیم انگار این شیر لامذهب؛ آب شده است و رفته است زیر زمین!! پسرمان: یکی دو تا بیسکویت به نیش میکشد و راهش را میکشد و میرود دانشگاه. و ما می مانیم که خدایا! یعنی خانه مان جن دارد؟؟

دوباره شروع میکنیم بالا و پایین آشپزخانه را وارسی کردن و هی با خودمان میگویم یعنی چطور شد این شیر لعنتی؟؟؟ بعدش کفتری و دماغ؛ سوار ماشین مان میشویم و میرویم سرکارمان. نزدیکی های ظهر؛ عیال مان زنگ میزند و میگوید: مرد حسابی! چرا شیر را توی گنجه آشپزخانه گذاشته بودی؟؟؟

بیمه درمانی

از اداره بیمه های درمانی؛ یک نامه فدایت شوم برایمان آمده است که: آقای فلان بن فلان! باید به عرض مبارکتان برسانیم که از اول ماه مارچ؛ حق بیمه ماهانه شما از ۹۶۵ دلار به ۱۲۷۶ دلار افزایش پیدا کرده است.

بدین ترتیب؛ حضرات نشسته اند و چرتکه انداخته اند و هر ماه ۳۱۱ دلار ما را نقره داغ فرموده اند. دستمان هم بجایی بند نیست. تازه این بیمه شان هم سرشان بخورد. ما هر ماه باید ۱۲۷۶ دلار پول بیمه بدهیم اما اگر گذار مان به دکتر و آزمایشگاه و بیمارستان افتاد که دیگر اوایل! هزینه آنها آدمی را خانه خراب میکند.

نمیدانم فیلم SICKO ساخته مایکل مور را دیده اید یا نه؟ اگر این فیلم را دیده اید میدانید منظورمان از این عرایض مختصری که کردیم چیست.

بقول حضرت حافظ: تنت به ناز طبیبان نیازمند مباد.

در گرما گرم بزن بزن های انتخاباتی؛ آقای بوش؛ ولی فقیه کره زمین؛ تصمیم گرفته است به هر کدام از ما ششصد دلار ناز شست نقدی بدهد بلکه اقتصاد درب و داغان آمریکا جانی بگیرد و از این وضعیت قاراشمیشی که از سر صدقه سیاست های همین عالیجناب و شرکاء دچارش شده بیرون بیاید.

چه میدانم؛ شاید آقای بوش و شرکاء می خواهند سبیل مان را چرب بفرمایند شاید برویم به نامزدهای جمهوریخواهان رای بدهیم!! مسبوق هستید که سیاست پدر مادر ندار؟؟؟

در این میان؛ یکی از کاندیدا های جمهوریخواهان؛ پس از اینکه مبلغ ۶۳ میلیون دلار از جیب مبارک شان برای مبارزات انتخاباتی خرج کردند؛ از این بزن بزن ها کناره گرفتند (تعیین کنید طول و عرض جیب های مبارک این عالیجناب را)... حالا سؤالی که ما داریم این است:

ساندویچ قند....!!

دیشب جلوی محل کارم خیمه زده بودن و چایی میدادن! پسرکی که صاحب یک چهار چرخه نون خشکی بود توجهم رو جلب کرد... پسرک هی میرفت نزدیک خیمه و چند تا قند برمیداشت میریخت توی جیبش و میومد عقب... باز منتظر میشد که جلوی خیمه شلوغ بشه و توی شلوغی میرفت چند تا قند دیگه برمیداشت میریخت توی جیبش! سه چهار بار که این کار رو انجام داد اومد نشست بغل دیوار! پلاستیکی رو از توی جیبش در آورد و از توی اون تکه ای نون رو بیرون کشید! همونطور که نشست بود نون رو روی پاهایش باز کرد... از توی جیبش قندها رو در آورد و با وسواس لای نون چید و نون رو عین ساندویچ لوله کرد و شروع کرد به خوردن! لذتی که به پسرک از خوردن ساندویچ قند داشت داده بود از برق چشمانش و ولعش در گاز زدن معلوم بود... ساندویچش که تموم شد نرمه نون های روی زمین رو جمع کرد و گذاشت گوشه دیوار و رفت سمت خیمه! یه لیوان چای گرفت و دوباره برگشت کنار دیوار نشست و آرام آرام پوف کرد و خورد! چاییش که تموم شد لیوان یکبار مصرفش رو گذاشت توی جیبش و رفت سمت چهار چرخه و هلش داد و رفت... پسرک شامش رو خورده بود!... یک ساندویچ قند!

نقل از وبلاگ: تلخ نوشته های یک مشهدی

عجب هوش و حواسی؟؟

وقتی شب می خواهیم از سرکارمان به خانه برویم؛ عیال مان زنگ میزند و میگوید: حسن جان! قربان دستت! داری میآیی خانه لطفا برو سوپر مارکت یک گالن شیر بگیر.

ما هم امر عیال را اطاعت می کنیم و سر راه مان یک گالن شیر میخریم و میرویم خانه. فردا صبحش؛ کله سحر از خواب پا میشویم و سر و صورتی صفا میدهم و دوشی میگیریم و عطر و پودری به خودمان میمالیم و می آیم طبقه پایین تا صبحانه ای میل بفرمائیم و برویم دنبال کارمان.

اول می خواهیم نان و پنیر بخوریم. اما وقتی چشم مان به قیافه زار و نزار نان های عربی می افتد؛ از صرافت می افتیم و میرویم از توی یخچال یک لیوان شیر بر میداریم و بعدش می نشینیم پای کامپیوترمان تا بفهمیم دنیا دست کیست! همینطور که سرمان توی کامپیوتر است می بینیم که پسرمان از خواب پا شده است و لباس پوشیده است و می خواهد برود دانشگاه. صبح بخیری به ما میگوید و شروع میکند توی یخچال دنبال چیزی گشتن.

می پرسیم: دنبال چی میگردی الوین جان؟؟

میگوید: بابا! مگر شما دیشب شیر نخریده بودی؟؟

میگویم: چرا بابا جان! خریدیم. چطور مگر؟؟

میگوید: پس این شیر کجاست؟ من که هر چه توی یخچال میگردیم پیدا ایش نمی کنم.

از پشت کامپیوترمان پا میشویم و میرویم در یخچال را

Rosie McCann's Irish Pub & Restaurant

رستوران رُزی مک کنز در قلب «سَنَتانا رو»

محلی ایده آل برای صرف لذیذترین غذاها با مناسبترین نرخها



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



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



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!