



یک متخصص پوست و مو در بیمار راههای درمان اثرات جوش بر روی صورت اظهار داشت: درمان جای جوش بر اساس شدت آن متفاوت است و در برخی موارد به جراحی‌های زیبایی، تراش عمیق پوست و لیزرهای مختلف نیازند.

میر هوشنگ آحمسانی، متخصص پوست و مو در گفتگو با فارس گفت: اگر جای جوش بر روی بینی یا صورت به شکل نقاط قرمز یا قهوه‌ای باشد، با درمان فرورفتگی فکری باشد این روش‌ها پاسخگو نیست و باید به جراحی‌های زیبایی، تراش عمیق پوست و لیزرهای مختلف متوسل شد.

آحمسانی با اشاره به اینکه آکنه یا جوش پس از سن بلوغ به علت ترشح هورمون‌های جنسی از غدد غشی و فوق کلیه در افراد ناهم می‌شود گفت: جوش‌های زیاد پوست‌های پوشتی، وجود میکروب روی پوست، اختلال در هورمون‌ها و همچنین برخی عوامل محیطی از جمله تغییر سبزیجات، سیگار، مصرف زیاد آرایش و چرب کردن زیاد پوست می‌تواند از دیگر فاکتورهای مؤثر در بروز جوش باشد.

آحمسانی خاطر نشان کرد: اثرات جای جوش بر روی صورت یا بدن در بسیاری از موارد به دلیل دستکاری جوش‌ها قاشی می‌باشد. این امر می‌تواند نیز به دلیل التهابات زیاد و عمق نفوذ بافت‌های زیرین پوست، جوش‌ها به خودی خود بر روی پوست جا می‌گذراند.

این متخصص پوست و مو در صورت ناشی از جوش‌ها می‌تواند تغییر در رژیم غذایی و به صورت گوناگون اضافه‌باشد که شامل آکنه (خفیف، متوسط و یا شدید بودن آن) می‌شود.

وی افزود: معمولاً جوش‌هایی که التهاب، ترشح و چرک زیادی دارند بافت‌های زیرین را تحریک می‌کند که باعث ایجاد فرادانه‌های می‌شود و درمان این نوع جوش‌ها است اما برخی جوش‌ها نیز پوستی هستند یا التهاب می‌کنند که معمولاً با پراچی گانگنه‌های با تغییر رنگ قهوه‌ای روی پوست به صورت نقطه‌ای که بسیار راحت‌تر به درمان جواب می‌دهند، پدید می‌آید.

آحمسانی با تاکید بر لزوم خوددرمانی افراد از تخلیه جوش‌های ویروسی گفت: این جوش‌ها باید توسط پزشک تخلیه شوند. حال آنکه برای جوش‌های چرکی و التهابی باید بطور جدی از تخلیه آن خودداری کرد.

این متخصص پوست و مو در آخر تصریح کرد که ریسک جای گانگنه‌های جوش معمولاً نود درصد سینه و پشت می‌تواند حتی بیشتر از صورت باشد که درمان آن نیز به مراتب سخت‌تر از درمان آن‌ها روی صورت خواهد بود.

**داریجین سدی در برابر پیشرفت پارکینسون**

روزنامه ایران نوشت: داریجین تغییرات مغز را در بیماران مبتلا به بیماری پارکینسون منکوس یا متوفف می‌کند. دانشمندان مغز و اعصاب در مرکز پزشکی دانشگاه ران پی‌ریزنده آدیوه رایجی که در تهیه آلوپان و شسرتینی به‌کار می‌رود تغییرات بیوشیمیکی، سلولی و ژنومیکی مغز را که در بیماری پارکینسون اتفاق می‌افتد، منکوس می‌کند.

نتایج این مطالعه که در مجله فارماکولوژی بیه‌جواب رسیده نشان داد موش‌هایی که از داریجین تغذیه کرده بودند پیوسته پیوسته‌های پارکینسونی در مغز آنها تولید می‌شدند. محققان در این مطالعه به منظور بررسی محافظت از مغز و جلوگیری از پیشرفت بیماری کفک می‌کند.

پارکینسون حدود ۱۲ میلیون نفر را در ایالات متحده و کانادا تحت تأثیر قرار می‌دهد و در مردان نسبت به زنان بیشتر است.

## معاون جدید آموزشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام معرفی شد



به حضور رئیس دانشگاه معاونین حوزه‌های مختلفه اعضا، هیات علمی و کارکنان دانشگاه علوم پزشکی ایلام از خدمات دکتر ولزاده تقدیر و دکتر مجید رضایی طابوریانی به عنوان معاون جدید آموزشی معرفی شد. به گزارش خبرنگار داد که دکتر علی دل پیشه در این آیین تودیع و پذیرش ضمن تشریح برنامه‌های پیش‌بینی‌شده فرارمشتن عید سعید فطر به مردم استان اظهار داشت: طرح تحول سلامت نظام اساسی با استاندار محترم ایلام در حال اجرایی شدن است که ما به‌عنوان مدیران دانشگاه در این راستا تعهد داریم که با پیوستن به سر فضاهای فیزیکی خود و تلاشگر در همان سمت است.

دکتر ولزاده در سخنانش از تلاش‌های خود در خدمات‌دهی و توسعه و همچنین بسیاری از خدمات پزشکی و آموزشی در راه خدمت به سیستم آرزوی محرب و ارزنده‌ای داریم که بسپاید از توان و تخصص آنان برای رشد و پیشرفت دانشگاه استفاده کنیم. دکتر دل پیشه با بیان اینکه ما در حوزه سلامت به زیرساخت‌های بیست‌ساله برای خدمت به مردم نیاز داریم افزود: مدرن‌سازی اساسی با استاندار محترم ایلام در حال اجرایی شدن است که ما به‌عنوان مدیران دانشگاه در این راستا تعهد داریم که با پیوستن به سر فضاهای فیزیکی خود و تلاشگر در همان سمت است.

دکتر ولزاده در سخنانش از تلاش‌های خود در خدمات‌دهی و توسعه و همچنین بسیاری از خدمات پزشکی و آموزشی در راه خدمت به سیستم آرزوی محرب و ارزنده‌ای داریم که بسپاید از توان و تخصص آنان برای رشد و پیشرفت دانشگاه استفاده کنیم. دکتر دل پیشه با بیان اینکه ما در حوزه سلامت به زیرساخت‌های بیست‌ساله برای خدمت به مردم نیاز داریم افزود: مدرن‌سازی اساسی با استاندار محترم ایلام در حال اجرایی شدن است که ما به‌عنوان مدیران دانشگاه در این راستا تعهد داریم که با پیوستن به سر فضاهای فیزیکی خود و تلاشگر در همان سمت است.



سال ۵۳، شماره ۵۲، مرداد ماه ۹۳  
**گوناگون**

### چهار عادت غلط روزانه که سلامتی را تهدید می‌کند



معاون جدید آموزش دانشگاه علوم پزشکی ایلام نیز به عنوان دیگر سخنران این آیین تودیع و معارفه ضمن تقدیر از اعتماد رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام از خدمات‌دهی خود در حوزه سلامت و همچنین بسیاری از خدمات پزشکی و آموزشی در راه خدمت به سیستم آرزوی محرب و ارزنده‌ای داریم که بسپاید از توان و تخصص آنان برای رشد و پیشرفت دانشگاه استفاده کنیم. دکتر دل پیشه با بیان اینکه ما در حوزه سلامت به زیرساخت‌های بیست‌ساله برای خدمت به مردم نیاز داریم افزود: مدرن‌سازی اساسی با استاندار محترم ایلام در حال اجرایی شدن است که ما به‌عنوان مدیران دانشگاه در این راستا تعهد داریم که با پیوستن به سر فضاهای فیزیکی خود و تلاشگر در همان سمت است.

دکتر ولزاده در سخنانش از تلاش‌های خود در خدمات‌دهی و توسعه و همچنین بسیاری از خدمات پزشکی و آموزشی در راه خدمت به سیستم آرزوی محرب و ارزنده‌ای داریم که بسپاید از توان و تخصص آنان برای رشد و پیشرفت دانشگاه استفاده کنیم. دکتر دل پیشه با بیان اینکه ما در حوزه سلامت به زیرساخت‌های بیست‌ساله برای خدمت به مردم نیاز داریم افزود: مدرن‌سازی اساسی با استاندار محترم ایلام در حال اجرایی شدن است که ما به‌عنوان مدیران دانشگاه در این راستا تعهد داریم که با پیوستن به سر فضاهای فیزیکی خود و تلاشگر در همان سمت است.

### زمانی که عساکر زن ضر دارد

محققان عنوان می‌کنند: ۴۰ ساله‌ها روزانه در فیر اندر وارد جود که سلامتی آنان را تهدید می‌کند و این در حالی است که مردم این نژاد غلط‌نویس با این عادت‌ها زندگی می‌کنند.

مسئول‌زین همیشه خوب نیست  
مسواک زدن بعد از صرف غذاهای اسیدی به ویژه میوه‌ها و آبمیوه‌ها می‌تواند باعث تضعیف مینای دندان شود. که به مرور زمان باعث تغییر در رنگ دندان‌ها نیز می‌شود.  
راهنکار: حداقل ۴۰ دقیقه بعد از صرف میوه‌ها و آبمیوه‌ها مسواک بزنید و اجازه دهید کمیوسه موجود در غنا جذب دندان‌هایتان شود.  
باز کردن بطریقه آوسیل  
آلودگی هوا به هنگام ساعت‌های شلوغی در صبح در سطح خیابان‌ها و اتوبان‌ها تا ۱۰ برابر افزایش پیدا می‌کند. دود حاصل از سوخت‌های دیزلی می‌تواند منجر به ابتلا به سرد و سرد و سرطان و حمله قلبی شود.  
راهنکار: تا حد امکان به ویژه هنگام صبح خود را در معرض هوای آزاد قرار ندهید و از سیستم تهویه استفاده کنید.  
ظروف پلاستیکی در مایکروفر  
قرار دادن غذا در داخل ظروف پلاستیکی و مایکروفر به هنگام راهار ۱۰۰ درصد افزایش خطر سرطان را به همراه می‌آورد. همچنین می‌تواند منجر به غلغای نهما در غشای بینی و بینی و تحریک هورمون‌های بدن نیز می‌شود.  
راهنکار: از ظروف پلاستیکی برای گرم کردن غذا در داخل مایکروفر استفاده کنید و با احتیاط از ظروف پلاستیکی در منزل سردی برای گرم کردن و از ظرف‌های پلاستیکی اجتناب کنید.  
پرسی‌اسپیل بعد از ساعت ۱۰ شب به وسیله نخلن همراه  
تخریب‌های دستگاه‌های الکترونیکی مانند گسائنی که از نخلن همراهشان بعد از ساعت ۱۰ شب برای انجام کاری و اینترنت استفاده می‌کنند به هنگام صبح با حالت خواب و خستگی از خواب بیدار می‌شوند. این امر می‌تواند منجر به کاهش سطح خواب و کم‌خوابی می‌تواند باعث افزایش احتمال ابتلا به مریه مزمن شود.  
راهنکار: محل کار خود را در خارج از اتاق خواب و استراحت خود قرار دهید و در صورت امکان آن را بعد از ساعت ۱۰ شب خاموش کنید.

### تشنه ساختن: باید در حوضه آموزشی‌های تخصصی زیرساخت‌های لازم را فراهم نمائیم

دکتر ولزاده در سخنانش از تلاش‌های خود در خدمات‌دهی و توسعه و همچنین بسیاری از خدمات پزشکی و آموزشی در راه خدمت به سیستم آرزوی محرب و ارزنده‌ای داریم که بسپاید از توان و تخصص آنان برای رشد و پیشرفت دانشگاه استفاده کنیم. دکتر دل پیشه با بیان اینکه ما در حوزه سلامت به زیرساخت‌های بیست‌ساله برای خدمت به مردم نیاز داریم افزود: مدرن‌سازی اساسی با استاندار محترم ایلام در حال اجرایی شدن است که ما به‌عنوان مدیران دانشگاه در این راستا تعهد داریم که با پیوستن به سر فضاهای فیزیکی خود و تلاشگر در همان سمت است.

دکتر ولزاده در سخنانش از تلاش‌های خود در خدمات‌دهی و توسعه و همچنین بسیاری از خدمات پزشکی و آموزشی در راه خدمت به سیستم آرزوی محرب و ارزنده‌ای داریم که بسپاید از توان و تخصص آنان برای رشد و پیشرفت دانشگاه استفاده کنیم. دکتر دل پیشه با بیان اینکه ما در حوزه سلامت به زیرساخت‌های بیست‌ساله برای خدمت به مردم نیاز داریم افزود: مدرن‌سازی اساسی با استاندار محترم ایلام در حال اجرایی شدن است که ما به‌عنوان مدیران دانشگاه در این راستا تعهد داریم که با پیوستن به سر فضاهای فیزیکی خود و تلاشگر در همان سمت است.

### معاونین دانشگاه علوم پزشکی ایلام معرفی شدند

به حضور رئیس دانشگاه معاونین حوزه‌های مختلفه اعضا، هیات علمی و کارکنان دانشگاه علوم پزشکی ایلام از خدمات دکتر ولزاده تقدیر و دکتر مجید رضایی طابوریانی به عنوان معاون جدید آموزشی معرفی شد. به گزارش خبرنگار داد که دکتر علی دل پیشه در این آیین تودیع و پذیرش ضمن تشریح برنامه‌های پیش‌بینی‌شده فرارمشتن عید سعید فطر به مردم استان اظهار داشت: طرح تحول سلامت نظام اساسی با استاندار محترم ایلام در حال اجرایی شدن است که ما به‌عنوان مدیران دانشگاه در این راستا تعهد داریم که با پیوستن به سر فضاهای فیزیکی خود و تلاشگر در همان سمت است.

دکتر ولزاده در سخنانش از تلاش‌های خود در خدمات‌دهی و توسعه و همچنین بسیاری از خدمات پزشکی و آموزشی در راه خدمت به سیستم آرزوی محرب و ارزنده‌ای داریم که بسپاید از توان و تخصص آنان برای رشد و پیشرفت دانشگاه استفاده کنیم. دکتر دل پیشه با بیان اینکه ما در حوزه سلامت به زیرساخت‌های بیست‌ساله برای خدمت به مردم نیاز داریم افزود: مدرن‌سازی اساسی با استاندار محترم ایلام در حال اجرایی شدن است که ما به‌عنوان مدیران دانشگاه در این راستا تعهد داریم که با پیوستن به سر فضاهای فیزیکی خود و تلاشگر در همان سمت است.

## سرپرست جدید مرکز بهداشت شهرستان ایلام معرفی شد



مدیریت و توسعه منابع دستگاه علوم پزشکی ضمن تقدیر از خدمات و تلاش‌های شبانه‌روزی همکاران خاطر نشان کرد: اگر در هر مجموعه‌ای تعامل، لگسوزی و همکاری صمیمانه شکل گیرد، شرایط ماندگار اعضای خانواده در مجموعه حاکم خواهد شد و ارائه خدمت‌های آن نیز و پیامدهای آن می‌گردد.

وی با اشاره به اینکه خانواده متعال کسانکی که خدمت‌گزارانه و مستولانه‌ای به مردم تقدیم کنند را پائش و جزای نیک خواهد بخشید، اظهار داشت: در حوزه سلامت استان و خصوصاً مرکز بهداشت شهرستان ایلام خوشبختانه دیدگاه خدمتگزارانه به مردم در اولویت اصلی برنامه‌ها و خدمات قرار گرفته است. رئیس پیشین مرکز بهداشت شهرستان ایلام ابرار نمود چالش‌ها و وجود مشکلات در هر مجموعه و سازمانی قابل پیش‌بینی امری طبیعی است و در این مرکز کارکنان تلاش‌ها و خدمات‌گزارانه‌ای برای غلبه بر مشکلات بکار بسته اند که علاوه بر رفع رخدغه‌ها و مشکلات توسعه‌دهنده بسیاری از شاخص‌ها را نسبت به گذشته ارتقاء بخشید.

دکتر آفریده دامنه داد انتخاب دکتر شریفی برای تصدی ریاست مرکز بهداشت شهرستان ایلام اقدامی شایسته و از روی درایت است زیرا ایشان در زمینه بهداشت و درمان شهرستان‌های سیروان توانست‌تر از حد انتظار ظاهر شود و منشأ خدمات بسیار بارز و شاخصی باشد.

سرپرست جدید مرکز بهداشت شهرستان ایلام نیز به عنوان دیگر سخنران این آیین تودیع و معارفه گفت: خاندان دار شاکرم فرصتی دست داده تا بتوانم تا این سمت جدید به مردم شریف شهرستان ایلام خدمتگزار می‌نمایم.

دکتر علیرضا شریفی تصریح نمود: قطعاً در هر مجموعه‌ای مدیران مسئول تعامل کارکنان نمی‌تواند هیچ برنامه و هدفی را به سر انجام برساند و بنابراین ایجاب می‌کند که همکاری و تعامل ارزنده کارکنان و تلاشگر مرکز بهداشت شهرستان ایلام بتواند ارائه‌دهنده خدمات کنی.

وی خدمات و اقدامات کرد آفریده در سمت رئیس پیشین مرکز بهداشت شهرستان ایلام را قابل تقدیر عنوان کرد و از تلاش‌های ایشان برای ساماندهی برنامه‌ها و اهداف تعیین شده در کنار کارکنان این مرکز که توانستند منشأ خدمات چشمگیری به مردم باشند و نقیاً بنده نیز از این ظرفیت و تعالی‌ات ایشان نهایت بهره‌ا را خواهم برد. دکتر شریفی یادآور شدند: مسئولیت و طبقه و رسالتی است که شاید در بین مدیران با دیدگاه‌ها و سلیقه‌های متفاوت دست به دست دادند اما خدمت به مردم و جلب رضایت‌های آنان هیچگاه متوقف نخواهد شد. در پایان از این با اهداف عالی سیاسی از خدمات‌دهنده آفریده به عنوان رئیس پیشین مرکز بهداشت شهرستان ایلام تقدیر و حکم مسئولیت و سرپرستی این مرکز که دکتر علیرضا شریفی اعطاء شد.

بامت ایجاد ظرفیت‌های مالی مناسب و چشمگیری خواهد شد. ابرار داشت: مرکز بهداشت شهرستان ایلام این ظرفیت‌ها را در درگاه حتی در سطح کشور نیز مطرح کرده که البته این مهم در سایه تلاش کارکنان و وجود امکانات و زیرساخت‌های لازم خواهد بود.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایلام اضافه کرد: ضرورت بر این حکم نمود که در جود دکتر آفریده در سمت معاونت مدیریت و توسعه منابع دانشگاه بهره‌مند گردیم و لذا تعیین متعین و تدویم مسیر راهبردی‌های، ما را بر آن داشت که از پزشکی جوان و کارآموز به نام دکتر شریفی برای تصدی رئیس مرکز بهداشت شهرستان ایلام بهره‌گیریم. وی با اشاره به این مطلب که رضایت‌خاندان در رضایت‌مندی مردم هدف نهایی است، تصریح نمود: اگر همه در این نهایت تلاش خود را به کار بگیریم، بی‌شک می‌توانیم به این دستاورد ارزنده دست یابیم.

در ادامه نیز دکتر امیر آفریده رئیس اسبق مرکز بهداشت شهرستان ایلام و معاون فعلی

با حضور معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و جمعی از مسئولان و کارکنان مرکز بهداشت شهرستان ایلام، سرپرست جدید این مرکز معرفی شد.

به گزارش خبرنگار داد، در آیین این تودیع و معارفه معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایلام اظهار داشت: مدیریت‌ساز و پرورش افراد باایالت و صاحب‌اندیشه و درایت یکی از مسائل مهم و پر اهمیت است که حصول آن دستاورد‌های ارزنده‌ای برای استان خواهد داشت.

دکتر داصری در ادامه داد: مدیر سارای در دانشگاه علوم پزشکی محقق گردید، این مدیران هستند که مجموعه را به سوی موفقیت و بالندگی راهنمون خواهد ساخت و خوشبختانه این امر در دانشگاه به خوبی شکل گرفته و نیزه‌ها و میوه‌ها در میان همچون دکتر آفریده و دکتر شریفی نمونه‌هایی از این مدیر سارای است.

وی در بخش دیگری از سخنانش خود با بیان اینکه همراهمی و تعامل کارکنان مجموعه