

روزنه

انجام موفقیت آمیز ۵۴ پیوند مغز استخوان در یزد



پدر انکولوژی و پیوند مغز استخوان کشور گفت: در حال حاضر ۵۰۰ پزشک خون و انکولوژی در کشور فعال هستند و انقلاب بزرگی در این حوزه ایجاد شده است. پروفیسور اردشیر قوام زاده در بیست و چهارمین کنگره سراسری مدیکال انکولوژی و هماتولوژی ایران در یزد گفت: وضعیت پزشکی در ایران از بسیاری کشورهای دیگر مطلوب تر است و رشته انکولوژی در سالهای اخیر پیشرفت های چشمگیر و کم نظیری در ایران داشته است. دبیر اجرایی این کنگره «دکتر محمد فرات یزدی» هم از انجام موفقیت آمیز ۵۴ پیوند مغز استخوان تاکنون در یزد خبر داد و گفت: طبق آمار در ۲۰ سال گذشته بقای بیماران سرطانی به ۷۰ درصد رسیده است و این امر مرهون پیشرفت در غربالگری و تشخیص بموقع این بیماری است. بیست و چهارمین کنگره سراسری مدیکال انکولوژی و هماتولوژی ایران از ۲۸ تا ۳۰ آبان در محل هتل سیب و نار یزد در حال برگزاریست.

بررسی روند مرمت مسجد جامع علیا شهر احمدآباد اردکان

به منظور پیگیری روند مرمت مسجد جامع علیا شهر احمدآباد اردکان، مجاهد کرباسی، رئیس اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی شهرستان اردکان، به همراه حمیدرضا تقوی، شهردار احمدآباد، از بخش های مختلف این بنای تاریخی بازدید کرد و اقدامات انجام شده در پشت بام مسجد را مورد ارزیابی قرار داد. به گزارش روابط عمومی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان یزد، در این بازدید، ضمن بررسی جزئیات عملیات مرمتی، رئیس اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی اردکان بر ضرورت اجرای دقیق مداخلات حفاظتی مطابق اصول فنی تأکید کرد و برای تأمین بخشی از مصالح مورد نیاز مرمت نیز قول مساعد داد.

شرح خدمات پروژه فوق شامل جمع آوری کف فرش فرسوده بام، اجرای مجدد کف فرش با ملاط نیمچه کاه، سبک سازی بام به منظور کاهش بار وارد بر سازه، اصلاح کنوهای پشت بام و اصلاح شیب بندی برای هدایت صحیح آب های سطحی و ... است. عملیات مرمتی این بنا توسط هیئت امنای مسجد، با هدف جلوگیری از نفوذ رطوبت و افزایش دوام سازه تاریخی در حال انجام است. مسجد جامع علیا احمدآباد با قدمت صفویه و مساحت ۲۲۰ مترمربع با شماره ۱۰۸۱۶ در فهرست آثار ملی ایران به ثبت رسیده است.

دوچرخه سواری نسخه طب ایرانی برای بیماران دیابتی



یزد که زمانی شهر دوچرخه ها بود، امروز در کنار رتبه اول دیابت، عنوان کم تحرک ترین استان کشور را هم دارد؛ حالا یک متخصص طب ایرانی، همان نسخه قدیمی را راهی تازه برای ارتقای سلامت و کنترل دیابت معرفی کرده است.

به گزارش فارس از یزد، سلامتی مردم استان یزد چندسالی است به دلایل مختلف وضعیت مطلوبی نداشته و رتبه نخست ابتلا به دیابت کشور را در کارنامه دارد. روزگاری کوچه پس کوچه های این شهر پر از دوچرخه بود و مردمانش باتکیه بر تحرک و سادگی، سلامت و سبک زندگی دیرینه خود را حفظ می کردند. اما رویکردهای جدید به زندگی، آرام آرام دوچرخه ها را به حاشیه و کم تحرکی را به صدر رفتارهای روزمره آورده است که نتیجه ای جز رشد نگران کننده دیابت و چاقی به همراه نداشته است.

کنترل قند خون با دوچرخه سواری

سید علی خدایی، متخصص طب ایرانی با تأکید بر دوچرخه سواری به عنوان یکی از مؤثرترین فعالیت های بدنی برای بیماران دیابتی گفت: این ورزش نه تنها در کنترل قند خون نقش دارد بلکه با افزایش سوخت و ساز بدن، باعث کاهش وزن، بهبود عملکرد قلب و عروق و تقویت عضلات پا می شود. وی اظهار داشت: دوچرخه سواری به طور منظم، به بدن کمک می کند تا انسولین را کارآمدتر مصرف کند، جریان خون در اندام های تحتانی را افزایش و از ورم پاها جلوگیری نماید. خدایی همچنین به اثر روانی این ورزش اشاره و افزود: حرکت هماهنگ بدن و ذهن در هنگام رکاب زدن، استرس و افسردگی را کاهش می دهد و روحیه بیماران را تقویت می کند.

فرهنگ دوچرخه سواری به یزد بازگردد

این متخصص طب ایرانی تأکید کرد: دوچرخه سواری برای بیماران دیابتی، فقط یک فعالیت تفریحی نیست بلکه می تواند به عنوان وسیله ای برای رفت و آمد روزانه هم به کار گرفته شود. به باور وی، استفاده از دوچرخه در مسیرهای شهری فرصتی برای ادغام ورزش با زندگی روزمره است و به ویژه در شهری مانند یزد، با بافت مناسب و مسیرهای قابل دسترسی، انتخابی منطقی و فرهنگ ساز محسوب می شود.



دوچرخه سواری برای بیماران دیابتی، فقط یک فعالیت تفریحی نیست بلکه می تواند به عنوان وسیله ای برای رفت و آمد روزانه هم به کار گرفته شود. به باور وی، استفاده از دوچرخه در مسیرهای شهری فرصتی برای ادغام ورزش با زندگی روزمره است و به ویژه در شهری مانند یزد، با بافت مناسب و مسیرهای قابل دسترسی، انتخابی منطقی و فرهنگ ساز محسوب می شود.

رعایت اصول ایمنی و درمانی فراموش نشود

خدایی با هشدار نسبت به بی توجهی بیماران در زمان ورزش گفت: افرادی که قند خون بسیار بالا یا پایین دارند، یا افت مکرر قند را تجربه می کنند باید پیش از شروع ورزش با پزشک مشورت کنند. وی افزود: پایش منظم قند خون در حین فعالیت، تغذیه مناسب و تنظیم زمان استراحت از اصول حیاتی برای بهره برداری سالم از دوچرخه سواری است. یزد امروز در نقطه ای ایستاده است که بازگشت به تحرک می تواند مسیر تازه ای برای سلامت بگشاید. دوچرخه سواری، میراث فرهنگی این شهر، اکنون در قالب یک پیشنهاد علمی بازمی گردد تا هم میراث گذشته را زنده کند و هم آینده ای سالم تر برای بیماران دیابتی رقم بزند؛ راهی ساده، کم هزینه و بومی برای احیای نشاط و تندرستی مردمان یزد که توجه به آن اثرات مثبتی به همراه دارد.



آیین رونمایی از مقبره شهید گمنام آرمیده در استانداری یزد و وداع با پیکر مطهر شهید گمنام تازه تفحص شده، همراه با اقامه روضه شهادت حضرت فاطمه زهرا (س) با حضور نماینده ولی فقیه در استان، استاندار یزد و جمعی از مردم و مسئولین