

نمی‌توانیم برای آلودگی فعلی هوای تهران کاری کنیم

■ ایستنا: معاون عمرانی استاندار تهران با بیان اینکه جلسه ساماندهی موتوسیکلت‌ها در سازمان محیط‌زیست برگزار شده‌از بررسی نتایج این جلسه و تشکیل جلسه بررسی وضعیت موتوسیکلت‌ها در استانداری خبر داد.
محمدرضا محمودی با اشاره به آخرین بررسی وضعیت موتوسیکلت‌های پایتخت گفت: یک جلسه کارشناسی در سازمان محیط‌زیست در رابطه با ساماندهی موتوسیکلت‌ها برگزار و مقرر شده، نتایج این جلسه به استانداری اعلام شود.
این در حالی است که تاکنون نتایج این جلسه اعلام نشده است. وی تصریح کرد: جلسه بررسی ساماندهی وضعیت موتوسیکلت‌ها به زودی در استانداری برگزار می‌شود. وی با اشاره به وضعیت فعلی آلودگی هوای تهران نیز گفت: هنوز گزارشی مبنی بر اضطراری بودن هوای تهران اعلام نشده است که در خصوص آن تشکیل جلسه بدهیم.
معاون عمرانی استاندار تهران با بیان اینکه در حال حاضر مبنای آلودگی هوای تهران خودرو نیستند و این آلودگی مربوط به ذرات معلقی است که از کشورهای عربی به سمت ایران می‌آید و کاری نمی‌توان برای آن انجام داد، اضافه کرد: برای حل مشکل ذرات معلق هوای تهران قرارداد یک میلیارد دلاری که سازمان محیط‌زیست با کشورهای عربی منعقد کرده باید پاسخگو باشد.
بنابراین در حال حاضر برای بحث آلودگی هوای تهران و ذرات معلق آن کاری نمی‌توانیم، انجام دهیم. وی ادامه داد: در صورتی که ذرات معلق براساس نظرات کارشناسان برای سلامتی شهروندان مضر و نیاز به تعطیلی باشد در این صورت تصمیم‌گیری می‌کنیم.

جمعیت سالخورده کشور حدود سه برابر شده است

■ ایستنا: جمعیت سالخورده کشور طی ۳۰ سال گذشته (۸۵- ۱۳۵۵) ۲/۹ برابر شده و این مقیاس از ۸۰۰ هزار نفر به بیش از ۲/۲ میلیون نفر یعنی حدود سه برابر افزایش یافته است.
براساس گزارش بررسی ویژگی‌های اقتصادی و جمعیتی سالمندان در ایران (گذشته، حال و آینده) که از سوی مرکز آمار ایران انجام شده است، افزایش جمعیت سالمندان در مناطق روستایی کشور متفاوت از مناطق شهری بوده به‌طوری‌که این جمعیت از یک میلیون نفر در سال ۱۳۵۵ به ۱/۸ میلیون نفر در سال ۱۳۷۵ رسیده است.
نسبت سالمندان در مناطق روستایی بیشتر از مناطق شهری است که علت آن مهاجرت جمعیت جوان روستایی به شهرهاست و پیش‌بینی جمعیت سالمند کشور نشان می‌دهد که در تمام استان‌های کشور جمعیت سالمندان طی ۱۵ سال پیش‌بینی (۱۴۰۰-۱۳۸۵) همواره روند افزایشی خواهد داشت.
همچنین جمعیت سالمندان مرد بین سال‌های ۱۳۸۵ تا- ۱۳۹۰ در اکثر استان‌ها بیشتر از زنان سالمند بوده است اما در سال‌های ۱۳۹۰ تا- ۱۴۰۰ تعداد زنان سالمند در تمام استان‌ها بیشتر از مردان سالمند خواهد بود که حاکی از زنده شدن جمعیت سالمند در سال‌های آتی است.

افزایش تعداد دانشگاه‌های ایران در اتحادیه بین‌المللی دانشگاه‌ها

■ شرق: با اضافه شدن دانشگاه علوم‌ورفنگ به عنوان یکی از دانشگاه‌های خصوصی پژوهش‌محور در اتحادیه بین‌المللی دانشگاه‌ها (International Association of Universities) ایران با داشتن ۲۵ دانشگاه در این اتحادیه، بالاترین رتبه را در منطقه خاورمیانه به دست آورده است.
نامجو، معاون طرح و برنامه دانشگاه علم و فرهنگ با اعلام این‌خبر تاکید کرد: «مجمع‌نام‌برده را می‌توان معتبرترین سازمان بین‌المللی دانشگاهی قلمداد کرد که زیرمجموعه سازمان فرهنگی- آموزشی ملل متحد - یونسکو- است. از مهم‌ترین اهداف مجمع، ایجاد همسویی و هماهنگی جهانی در آموزش عالی کشورهای مختلف در راستای گسترش امکانات و ارتقای اهداف آموزش عالی و بهره‌برداری عالی و بهینه‌ای از امکانات نرم‌افزاری آموزش عالی در سطح جهان است.»
از مهم‌ترین خدمات (IAU) به دانشگاه‌های عضو، برگزاری کنفرانس‌ها و نشست‌هایی در زمینه آموزش عالی و پژوهش در ارتباط با مسایلی جهانی ومنطقه‌ای است. شرکت دانشگاه‌های عضو در این‌گونه کنفرانس‌ها زمینه آشنایی بیشتر ریسمان دانشگاه‌های کشور با آخرین دستاوردها و چالش‌های پیش روی آموزش عالی در سطح جهان را فراهم می‌آورد. تاکنون دانشگاه‌های بسیاری از سراسر جهان به عضویت این اتحادیه درآمده‌اند. از میان ۶۵۰ دانشگاه عضو، ۴۰ درصد اروپایی، ۲۳ درصد آسیای و از اقیانوسیه، ۱۳ درصد از خاورمیانه، ۱۱ درصد از آفریقا، هشت درصد از آمریکای شمالی و پنج درصد از آمریکای لاتین و جزایر کاراییب است.
استماع سخنرانی‌ها و گزارش‌ها، مطالعه نشریه‌ها و کتاب‌های ارایه شده در حاشیه کنفرانس‌ها و همچنین انجام گفت‌وگوهای متعدد با دیگر اعضای شرکت‌کننده و ملاقات با صاحب‌نظران و نظریه‌پردازان آموزش عالی در دیگر کشورهای جهان، موجب به روز شدن اطلاعات مسوولان دانشگاه‌های کشور شده و مقدمات لازم را برای بومی‌سازی راهبردهای آموزش عالی جهانی در کشور فراهم می‌کند.

شرق، محمدحسین نجاتی: «بیماری ام‌اس در ایران به شکل عجیبی در حال رشد است.» این هشدار نایبریس انجمن ام‌اس ایران است که با استناد به آمار شفافی از مبتلایان به این بیماری به شرق می‌گوید: از نظر اپیدمیولوژی، تعداد مبتلایان به ام‌اس در ایران باید پنج تا ۳۰ نفر در هر صد هزار نفر باشد، اما متأسفانه با شیوع این بیماری، این آمار در تهران به ۵۰ نفر در هر صد هزار نفر رسیده که مشابه با آمار کشورهای اروپایی است. بعد از تهران این آمار در اصفهان ۲۲ نفر در هر صد هزار نفر است که به آمار انگلیس نزدیک شده است. اگرچه به گفته پروفیسور پاکدامن، رئیس انجمن مغز و اعصاب ایران به‌رغم دستاوردهای علمی بسیاری که در تحقیقات و کنگره‌های بین‌المللی به دست آمده است هنوز معلوم نیست که چرا این بیماری بروز می‌کند و در حال افزایش است اما افزایش فشارهای عصبی یا به تعبیر دیگر عصبانی بودن بیش از حد مردم در کلان‌شهرها راه را برای ابتلا به این بیماری هموارتر کرده است.

بیماری اسکلروز چندگانه یا ام‌اس یک بیماری «خودایمنی» است که در آن، بدن به سلول‌های خود آسیب وارد می‌کند به گونه‌ای که سیستم ایمنیتی به سیستم مرکزی اعصاب حمله کرده و نواحی از مغز و نخاع پاک و محو می‌شود. این حالت ممکن است علایم فیزیکی، روحی و روانی فراوانی را سبب شود و اغلب پیشرفت آن در ناتوانی‌های فیزیکی و ادراکی است. این بیماری اغلب در سنین بین ۲۰ تا ۴۵ سالگی بروز می‌کند و در بین زنان شایع‌تر است و میزان شیوع آن بین دو و ۱۵۰ نفر در هر صد هزار نفر است که بستگی به کشور و جمعیت خاص آن دارد. ام‌اس برای اولین بار در سال ۱۸۶۸ توسط جین مارتین چارکات، متخصص اعصاب فرانسوی معرفی شد. این بیماری علاجی ندارد، اما ثابت شده است چندین معالجه می‌تواند برای آن مفید واقع شود. در حال حاضر در کشور بیش از ۵۰ هزار

شرق: پلیس برای قهوه‌خانه‌ها برنامه دارد و این برنامه این‌گونه است که در ورود خانم‌ها به قهوه‌خانه‌ها و چایخانه‌هایی که به مشتریان قلیان می‌دهند ممنوع می‌شود.
بنابر این اگر آقایان می‌خواهند از بیستیم تیر به قهوه‌خانه‌ای بروند که قلیان هم دارد، باید تنها بروند.
رییس پلیس تهران خبر این ممنوعیت را اعلام کرده است.
گرچه پیش از این هم ورود زنان به چایخانه‌ها ممنوع بود، اما سردار سلاجدی‌نیا از «درخواست‌های مکرر مردم به ویژه خانواده‌ها و دریافت گزارش‌های متعدد درباره وضعیت قهوه‌خانه‌ها و چایخانه‌ها» خبر می‌دهد و می‌گوید، در زمانه از نقای امنیت اخراقی و با هماهنگی مراجع قضایی، از بیستیم تیرماه امسال ورود بانوان به چایخانه‌ها و قهوه‌خانه‌هایی که با قلیان از مشتریان خود پذیرایی می‌کنند، ممنوع خواهد بود.
گرچه چند روز قبل فاطمه آید عضو فراکسیون زنان مجلس خبر از دستگیری افرادی داده بود که به یک استخر زنانه حمله کرده بودند، اما فرمانده انتظامی تهران این موضوع را تکذیب کرد: «شایعه کرده بودند که یک استخر زنانه از سوی ارادل و لوپاش مورد حمله قرار گرفته که این موضوع تکذیب می‌شود و چنین حادثه‌ای اتفاق نیفتاده بود.»
تهران نزدیک به ۴۰۰ قهوه‌خانه دارد؛ قهوه‌خانه‌هایی که برخی از آنها البته قلیان سرو نمی‌کنند و تنها غذا و خوراکی به مشتریان ارایه می‌دهند. سردار ساجدی‌نیا می‌گوید: در برخی قهوه‌خانه‌ها که نام دبزی‌سرا گرفته‌اند، قلیان سرو می‌شود و به این ترتیب حدود ۴۰ درصد

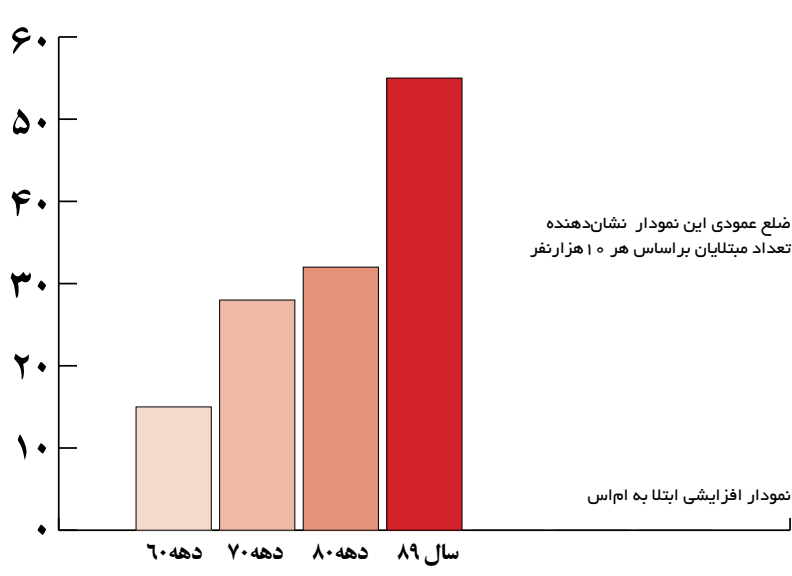
بیمار مبتلا به ام‌اس وجود دارد و ایران جزو کشورهایی است که شیوع بالایی از این بیماری را دارد.
همچنین هم اکنون در کشور ۵۲/۹ نفر در هر صد هزار نفر مبتلا به ام‌اس هستند. متوسط جهانی ابتلا به این بیماری سه نفر در هر صد هزار نفر است که بر همین اساس تعداد مبتلایان به ام‌اس در ایران نباید بیش از دو هزار نفر می‌بود.
در این رابطه، پروفیسور پاکدامن با بیان اینکه ابتلا به بسیاری از بیماری‌های مغز و اعصاب ارتباط مستقیمی با افزایش سن و مشکلات و فشارهای ناشی از زندگی شهری دارد، معتقد است:

بیماری اسکلروز چندگانه یا ام‌اس یک بیماری «خودایمنی» است که در آن، بدن به سلول‌های خود آسیب وارد می‌کند به گونه‌ای که سیستم ایمنیتی به سیستم مرکزی اعصاب حمله کرده و نواحی از مغز و نخاع پاک و محو می‌شود. این حالت ممکن است علایم فیزیکی، روحی و روانی فراوانی را سبب شود و اغلب پیشرفت آن در ناتوانی‌های فیزیکی و ادراکی است. این بیماری اغلب در سنین بین ۲۰ تا ۴۵ سالگی بروز می‌کند و در بین زنان شایع‌تر است و میزان شیوع آن بین دو و ۱۵۰ نفر در هر صد هزار نفر است که بستگی به کشور و جمعیت خاص آن دارد. ام‌اس برای اولین بار در سال ۱۸۶۸ توسط جین مارتین چارکات، متخصص اعصاب فرانسوی معرفی شد. این بیماری علاجی ندارد، اما ثابت شده است چندین معالجه می‌تواند برای آن مفید واقع شود. در حال حاضر در کشور بیش از ۵۰ هزار

ضلع عمودی این نمودار نشان‌دهنده تعداد مبتلایان براساس هر ۱۰ هزارنفر

با توجه به افزایش امید به زندگی در ایران، آمار مبتلایان به بیماری‌های مغز و اعصاب بیشتر شده است. به عنوان نمونه شیوع بیماری آلزایمر در ۶۰ سالگی یک درصد، در ۸۰ سالگی ۳۰ درصد و به ام‌اس سالگی به ۲۵ درصد در جهان می‌رسد؛ به‌گونه‌ای که در این مقطع سنی از هر سه نفر در جهان یک نفر به آلزایمر مبتلاست.

از سوی دیگر، متخصصان مغز و اعصاب علایم بیماری ام‌اس را بسته به اینکه چه منطقه‌ای از سیستم اعصاب مرکزی گرفتار شده باشد، بسیار متغیر می‌دانند. چنانکه تاکید دارند: «الگوی



نمودار افزایشی ابتلا به ام‌اس

ورود خانم‌ها به قهوه‌خانه‌های با قلیان ممنوع

چایخانه‌های شمال تهران که با عنوان «دبزی‌سر» فعالیت و با قلیان سرویس‌دهی می‌کنند شامل طرح ممنوعیت ورود بانوان می‌شوند.

احتمال ورشکستگی قهوه‌خانه‌داران

یکی از اعضای هیات مدیره صنف قهوه‌خانه‌داران درباره این طرح پلیس به «شرق» می‌گوید: به نظر می‌رسد این تصمیم نیروی انتظامی بر اساس بازرسی‌هایی که داشته‌اند، گرفته شده که معتقدند در برخی موارد شوونات رعایت نشده و نوع پرخوردها زنده بوده است. محمدرضا راستی رحیمی می‌گوید: در صورت اجرایی شدن این طرح قهوه‌خانه‌ها صد درصد با مشکل روبه‌رو می‌شوند، چراکه بخش عمده درآمدشان از قلیان است و بعضی‌ها هم برای قلیان می‌آیند و هم غذا می‌خورند؛ به گفته او، این اقدامات حساب نشده است و عواقب آن پیش‌بینی نشده است. دو سال پیش نیز وزارت بهداشت اعلام کرد: قلیان‌ها باید جمع شوند، اما این کار عواقبی داشت که بعدا متوجه آن شدند، زیرا وقتی ممنوعیت اعمال شود، جوان‌ها به سمت مواد مخدر می‌روند یا در محافل خصوصی و بدون نظارت، قلیان مصرف می‌کنند که این بدتر است. مدیر یکی از قهوه‌خانه‌های مرکز تهران نیز می‌گوید:

نایب‌رییس انجمن «ام.اس» خبر داد

رشد عجیب بیماری «ام.اس» در ایران

بیماری ام‌اس از فردی به فردی دیگر متفاوت است و این علایم حتی در یک فرد خاص در طول سیر بیماری تغییر می‌کند. اختلالات بینایی، تلسری دید، دوبینی، اختلالات تعادل، لرزش، عدم تعادل در راه رفتن، سرگیجه، ضعف و کمرختی اندام‌ها، اختلال در انجام حرکات موزون، تکرر ادرار، فوریت در ادرار کردن، دفع ناقص مثانه یا دفع غیرارادی از علایم شایع این بیماری است. همچنین پس از ابتلا، در برخی افراد ممکن است یک حمله صورت گیرد و حمله بعدی سال‌های بعد انجام شود ولی در برخی دیگر ممکن است یک حمله صورت گیرد و پشت سر هم حمله‌های دیگر بروز کند.

شیوع ام‌اس در میان جوانان نگران‌کننده است

افزایش بیماری ام‌اس در حالی مطرح است که متخصصان، شیوع این بیماری را در بین جوانان بسیار نگران‌کننده توصیف کرده‌اند. در این رابطه جمشید لطفی، رییس انجمن ام‌اس ایران به «شرق» می‌گوید: از ۵۰ هزار نفر مبتلا به ام‌اس در ایران، جوانان بیشترین افرادی هستند که با این بیماری دست و پنجه نرم می‌کنند و جوان‌بودن جمعیت به‌عنوان یکی از عوامل گسترش این بیماری در کشور مطرح است.

لطفی همچنین با توضیح اینکه ام‌اس، زنان را بیشتر از مردان گرفتار می‌کند، توضیح می‌دهد: «چهار نوع بیماری ام‌اس وجود دارد که به ترتیب خوش‌خیم، بدخیم، عودکننده و فروکش‌کننده و پیش‌رونده نامیده می‌شوند.» از سوی دیگر، روزانه بین ۱۵۰ تا ۲۰۰ مورد سکنه مغزی در تهران رخ می‌دهد که نشانگر افزایش بیماری‌های مغز و اعصاب در کلان‌شهرهای کشور است و این در حالی است که حدود ۸۰ درصد بیماران یا به علایم بیماری توجهی نمی‌کنند یا با علایمی غیراختصاصی مانند افتادن قند خون و استرس عصبی، علایم سکنه مغزی را توجهی کرده و پیگیری نمی‌کنند.

جولگیری از ورود یک قشر خاص به یک مکان عمومی شرا و قلوبنا تخلف است.

محمدحسین شاملو، حقوقدان و مستشار دادگاه کیفری استان تهران نیز درباره تصمیم پلیس اظهار کرد: آزادی رفت و آمد و خرید و فروش تا جایی که مخل شرع اسلام نباشد در قانون اساسی پیش‌بینی شده و ممنوعیتی وجود ندارد. او به «شرق» می‌گوید: البته در برخی قهوه‌خانه‌ها بیم اختلاط و فساد می‌رود، اما هر چیزی را که نخواهیم منع کنیم با سلیقه شخصی امکان پذیر نیست بلکه باید قانون مصوب شود؛ الان در رابطه با ممنوعیت ورود خانم‌ها به قهوه‌خانه‌ها قانونی نداریم، شاملو تاکید کرد: طبق قانون نیروی انتظامی موظف به نظارت بر اماکن است تا مرتکب تخلف نشوند و جرمی در آنها صورت نگیرد، ما ممنوعیت شرعی و قانونی برای ورود زنان به قهوه‌خانه‌ها نداریم، اما گاهی مسایلی منکرانی در برخی از قهوه‌خانه‌ها شاهد هستیم که در شأن زنان نیست از این رو پلیس باید بر وضعیت قهوه‌خانه‌ها نظارت کند بنابر این با توجه به اینکه این وضعیت در همه قهوه‌خانه‌ها وجود ندارد، نیروی انتظامی باید بعد نظارتی‌اش را تقویت کند و این کار را از طریق نصب دوربین مدارسته نیز می‌تواند انجام دهد. سرو قلیان در قهوه‌خانه‌ها پیش از این هم خرساز شده بود البته تفعات قبل، بحث بر سر ضررهای قلیان بود که وزارت بهداشت، استفاده از قلیان در سفره‌خانه‌ها و قهوه‌خانه‌ها را ممنوع اعلام کرد و پس از مدتی نیز از این تصمیم منصرف شد.

استفاده از ظرفیت‌هایی که در اختیار دارند با رویکرد ایجابی جهت اجرای این قانون برنامه‌ریزی کنند».
همچنین کارمان دانشجو که در شامگاه دوشنبه، ۱۸ بهمن در جمع مدیران و کارکنان وزارت علوم، تحقیقات و فناوری در دانشگاه شهید بهشتی سخن می‌گفت، با استناد به مصوبه شورای‌عالی انقلاب فرهنگی تاکید کرد: دانشجویان زن و مرد باید در گروه‌های مجزا به کار گروهی بپردازند و از آمایشگاه‌ها، سالن تشریح، اتاق کامپیوتر و اتاق مطالعه به صورت جداگانه یا در صورت امکان در نوبت‌های خاص استفاده کنند.
وزیر علوم مصوبه شورای‌عالی انقلاب فرهنگی را یک قانون لازم‌الاجرا دانست و افزود: باید در محیط‌های دانشگاهی و بخش اداری آن از اختلاط «غیرضروری» زن و مرد جلوگیری شود، مگر اینکه جداسازی به تعطیل کار منجر شود.



خلیج فارس
استانبول
مدیترا نه
روسیه
آسیا سیرپار سه

بهترین هتل های 5 ستاره A و B

ترکیه
استانبول
مدیترا نه
روسیه
آسیا سیرپار سه



خلیج فارس
استانبول
مدیترا نه
روسیه
آسیا سیرپار سه

فول چارتر

ترکیه
استانبول
مدیترا نه
روسیه
آسیا سیرپار سه



خلیج فارس
استانبول
مدیترا نه
روسیه
آسیا سیرپار سه

سفرنامه مجری حرفه ای تورهای زیر:

استرالیا ، برزیل + آرژانتین
آفریقا شرقی + مالدیو + هند + تایلند + فیلیپین
یونان ، ایتالیا ، فرانسه + آلمان
مالزی ، سنگاپور + تایلند
سفر به کلبه سواحل مدیترا نه
هولاند + آمریکا + کانادا + انگلیس

شیوع بیماری ام‌اس در زنان دو برابر مردان است

دکتر فرامرز امیری*

■ در قرن ۲۱ با شیوع بیماری‌هایی چون سکنه مغزی و ام‌اس روبه‌رو بوده‌ایم و امروزه با توجه به تغییر روش زندگی شهرنشینی و عوارض ناشی از آن به ویژه عدم رعایت رژیم غذایی و فعالیت‌های مناسب و استرس‌های زندگی شهری زمینه برای بروز بیماری‌های مختلف از جمله بیماری‌های مغز و اعصاب فراهم شده است. با این حال به نظر می‌رسد جدا از زمینه‌های ژنتیکی که معمولاً قابل تعدیل و تغییر نیست با رفع عوامل خطرزای اصلی یعنی مصرف سیگار، موادمخدر، الکل و کنترل بیماری‌هایی چون دیابت، فشارخون و چربی خون بالا می‌توان از شیوع این بیماری‌های جولگیری کرد. همچنین برای کنترل بیماری‌های جسمی به ویژه بیماری‌های مغز و اعصاب فراهم‌سازی شرایط روحی و روانی و کنترل عوامل هیجانی ضروری است، چرا که تاثیر بیماری‌های روحی بر بیماری‌های جسمی دوسویه است. بیماری‌های جسمی سبب بروز علایم روحی و روانی و بیماری‌های روحی سبب تشدید علایم بیماری‌های جسمی می‌شوند. در رابطه با ام‌اس باید گفت تازی دید ناگهانی یک‌چشم که حداکثر تا یک روز ادامه یابد مهم‌ترین علامت بروز ام‌اس است و خواب‌فکنی و سوزن‌سوزن شدن اعضا از دیگر علامت‌های این بیماری است.

با ناگهانی به بپژوش‌های میدانی صورت‌گرفته در میان گروه‌های مبتلاشده به این بیماری می‌توان کرد:
باید گفت شیوع بیماری ام‌اس در زنان دو برابر مردان است، البته نمی‌توان دلایل ارثی بودن را برای این بیماری برشمرد، چرا که این عارضه، اتکسالی است و اصولا بیماری ارثی محسوب نمی‌شود که علت ایجادکننده آن به‌طور مشخص معلوم نیست اما علل متفاوتی برای آن در نظر می‌گیرند که مهم‌ترین آنها عفونت‌های ویروسی است. سن شیوع این بیماری بین دهه دوم تا دهه پنجم زندگی است و ابتلا به این بیماری در سنین زیر ۱۵ سال و بالای ۵۴ سال غیرطبیعی است که ضعف عضلات یا ضعف در راه رفتن و همچنین ضعف در عضلات حلق که به صورت اختلال در تکلم بروز می‌کند از دیگر علامت‌های ابتلا به این بیماری است. در خانم‌ها علائم‌ها به عوامل تشدیدکننده بیماری است که این عوامل در دوران حاملگی تخفیف می‌یابد و باید گفت ام‌اس مفعی برای باردارشدن زنان نیست. استرس و اضطراب موجب افزایش علامت‌های این بیماری و کاهش پاسخ به درمان می‌شود و باید توجه داشت این افراد باید از فعالیت‌های فیزیکی‌ای که منجر به تعریق می‌شود، دوری کنند، چرا که این بیماران به گرما حساسند اما فعالیت‌های فیزیکی‌ای معمولی برای این افراد مفعی ایجاد نمی‌کند. برای این بیماران رژیم غذایی خاصی توصیه نمی‌شود اما پیشنهاد می‌شود این بیماران از غناهای دریایی و روغن‌های گیاهی بیش از حد معمول استفاده کنند. در کنار همه این مسایل، سیر این بیماری در ایران بسیار خوش‌خیم‌تر از کشورهای غربی است و به نظر می‌رسد ترس و واهمه بیش از حد درباره این بیماری که در بین مردم ایران رواج یافته به علت شیوع زیاد این بیماری در کشورهای غربی است اما باید در نظر داشت در ایران نسبت به غرب سیر این بیماری هم خوش‌خیم‌تر و هم شیوع آن کمتر است. درمان این بیماری با درمان علامتی است که موجب تخفیف علامت‌های این بیماری شده و در سیر بیماری تاثیر ندارد و به کمک مصرف مواد مسکن و کورتون‌ها انجام می‌شود یا درمان اختصاصی است که با کمک مصرف اینترفرون‌ها جلو پیشرفت بیماری گرفته شده و موجب بهبود فرد می‌شود. از جمله مشکلاتی که در حال حاضر بیماران ام‌اس با آن دست و پنجه نرم می‌کنند گرانی داروهای این بیماری است که تا به حال مبتلایان به ام‌اس از پائنه دارویی برای تهیه داروهای خود برخوردار بوده‌اند و امیدواریم تخصیص این پائنه‌ها ادامه پیدا کند. نکته جالب دیگر در رابطه با ام‌اس این است که به ادعان بسیاری از متخصصان مغز و اعصاب در سراسر دنیا شیوع ام‌اس در میان افراد بالغوش بیشتر از سایر افراد است. پژوهش‌های میدانی در این رابطه این موضوع را ثابت کرده است.

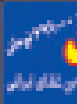
* متخصص بیماری‌های مغز و اعصاب



خلیج فارس
استانبول
مدیترا نه
روسیه
آسیا سیرپار سه

بهترین هتل های 5 ستاره A و B

ترکیه
استانبول
مدیترا نه
روسیه
آسیا سیرپار سه



خلیج فارس
استانبول
مدیترا نه
روسیه
آسیا سیرپار سه

فول چارتر

ترکیه
استانبول
مدیترا نه
روسیه
آسیا سیرپار سه



خلیج فارس
استانبول
مدیترا نه
روسیه
آسیا سیرپار سه

سفرنامه مجری حرفه ای تورهای زیر:

استرالیا ، برزیل + آرژانتین
آفریقا شرقی + مالدیو + هند + تایلند + فیلیپین
یونان ، ایتالیا ، فرانسه + آلمان
مالزی ، سنگاپور + تایلند
سفر به کلبه سواحل مدیترا نه
هولاند + آمریکا + کانادا + انگلیس