علم و زندگی

رابطه رنگ پر طاووس و ساختار چشم انسان

یک گروه از محققان چینی نشان داده اند که رنگ قهوه ای مایل به زردی که به صورت یک منحنی تقریباً دایره وار، روی پر طاووس نر به چشم می خورد، مشابه ساختاری است که همین رنگ را در عدسی چشم انسان تولید می کند. نتایج این تحقیق می تواند به ساخت بلورهای فوتونیک مصنوعی که کاربردهای متنوعی در فناوری دارد، بینجامد.

جذب ویتامین D برای درمان پوکی استخوان

به گزارش خبرگزاری آسا از میلان، مصرف زیاد ویتامین D در درمان بیماری پوکی استخوان نقش مؤثری دارد. اگرچه نور خورشید منبع مهمی در جذب ویتامین D است، اما به تنهایی در درمان پوکی استخوان کافی نیست. زنان برای جلوگیری از ابتلا به پوکی استخوان در دوران یائسگی علاوه بر جذب نور خورشید نیاز به استفاده از داروهای مناسب که کمبود هورمون استروژن را جبران می کند، دارند.

از شیرین کردن طالبی و کرمک خودداری کنید

پزشکان تغذیه و داروسازی تأکید می کنند که حتی المقدور از شیرین کردن گرمک و طالبی با شکر باید خودداری کرد. به گفته دکتر محمود اسدآبادی، متخصص علوم تغذیه دانشگاه اصفهان، استفاده از شکر که یک نوع قند مصنوعی است و جز سوختن کاذب در بدن نقش دیگری ندارد، نه تنها مفید نیست، بلکه از تأثیر واقعی و درمانی گرمک و طالبی هم کم می کند.

کاهش وزن سریع و تشکیل سنگ کیسه صفرا

به گزارش پایگاه اینترنتی «بی.بی.سی» کاهش وزن سریع و استفاده از رژیم های سخت لاغری، احتمال تشکیل سنگ کیسه صفرا را افزایش می دهد. دو عامل کلسترول و اسیدهای صفراوی در تشکیل سنگ های صفراوی نقش اصلی را ایفا می کنند و اجرای رژیم های سخت لاغری باعث افزایش غلظت این مواد در خون شده و زمینه تشکیل سنگ های صفراوی را ایجاد می کند.

مصرف شیر برای جلوگیری از ابتلا به دیابت

محققان دانشگاه هاروارد دریافتند مصرف روزانه ۳-۲ فنجان شیر بدون چربی یا کم چرب، خطر ابتلا به دیابت نوع دوم را تا ۲۰ درصد کاهش می دهد. بالا بودن وزن مهمترین عامل ابتلا به دیابت نوع دوم است و مصرف شیر کم چرب علاوه بر تأمین نیازهای تغذیه ای فرد، اثر چاق کننده چربی موجود در شیرهای کامل و پرچرب را از بین می برد و وزن شخص را کاهش می دهد.

خواب زیاد باعث لاغری می شود

پژوهشگران عقیده دارند یک ساعت خواب اضافه در شب به کاهش وزن کمک می کند. به طوری که هنگام خواب ماده ای شیمیایی به نام لپتین در بدن آزاد می شود که مقدار چربی بدن را کنترل می کند. در حالی که کم خوابی بر روی هورمون هایی که به سوزاندن چربی در طول روز کمک می کند، تأثیر می گذارد.

بچه های نخست خانواده باهوشترند

به اعتقاد پژوهشگران نروژی، بچه های اول خانواده باهوشترند. به طوری که این بچه ها هم در کودکی بهتر درس می خوانند و هم در بزرگسالی در بازار کار موفق تر هستند. از سوی دیگر فرزندان کوچک خانواده پیشرفت تحصیلی کمتری دارند و در بزرگسالی بیشتر جذب مشاغل نیمه وقت می شوند.

مجازات متخلفان دفترچه های بیمه اعلام شد

تدابیر سازمان های بیمه گر برای کاهش سوء استفاده از دفترچه های درمانی

گروه اجتماعی، داریوش آرمان: سوء استفاده های کلان و خسارات سنگین ناشی از سوء استفاده از دفترچه های درمانی، سرانجام مسؤولان و دست اندرکاران سازمان های بیمه گر را واداشت برای حل این معضل ریشه دار، تدابیر و برنامه های جدی و راهگشا برای به حداقل رساندن سوء استفاده های مختلف از صندوق متعلق به بیمه شدگان ارائه کنند.

صدور کارت هوشمند به جای دفترچه بیمه، تشکیل پرونده سلامت برای تمامی بیمه شدگان، تأیید نسخه های گرانقیمت و بررسی دقیق هزینه های پرداختی برای درمان و داروی بیمه شدگان و تشدید مجازات های قانونی از مهم ترین اقداماتی است که در دستور کار سازمان های بیمه گر قرار دارد.

استفاده از دفترچه بیمه دیگران حرام است

مدیر عامل سازمان بیمه خدمات درمانی در گفت وگو با خبرنگار اجتماعی «ایران» ابتدا از فتوای تمامی مراجع تقلید مبنی بر حرام بودن استفاده از دفترچه درمانی دیگران سخن به میان آورده و می گوید: جعل، سوء استفاده های مختلف از دفترچه های درمانی و خسارات ناشی از این قبیل تخلفات، همواره یکی از دغدغه های ذهنی مسؤولان و دست اندرکاران سازمان های بیمه گر بوده است.

دکتر ابوالقاسم موسوی در ادامه با اشاره به این که آمار و ارقام دقیقی از تعداد دفترچه های جعلی و موارد مختلف سوء استفاده در دست نیست، خاطرنشان می کند، در حال حاضر با توجه به تصویب قانون جدید از سوی مجلس، در سال جاری سازمان بیمه خدمات درمانی موظف به صدور ۲۳ میلیون جلد دفترچه روستایی، شش میلیون و نهصد هزار جلد دفترچه کارکنان دولت، یک میلیون و ششصد هزار جلد دفترچه سایر اقشار و ششصد هزار جلد دفترچه خویش فرما است.

حال آن که هم اکنون دوازده میلیون جلد دفترچه بیمه خدمات درمانی، ۲۳ میلیون فقره کارت بستری روستایی و پنج میلیون و چهارصد هزار فقره کارت بستری شهری در اختیار مردم قرار دارد. وی در ادامه تصریح می کند: با تصمیمات اتخاذ شده از امسال، سازمان بیمه خدمات درمانی جمع آوری کارت های روستایی را در دستور کار قرار داده و به تمامی آنان دفترچه بیمه می دهد. از این رو هفته ای یک میلیون دفترچه بیمه برای روستاییان تهیه می کنیم. ضمن آنکه برای به حداقل رساندن تخلفات و کاهش خسارت ها نیز برنامه های خاصی در دستور کار داریم.

دکتر موسوی تأیید نسخه های گرانقیمت - که برخی از افراد پس از تهیه داروها به قیمت دولتی آنها را به قیمت بسیار زیاد در بازار آزاد به دلالان می فروشند- راه اندازی سامانه دفترچه ای با درج شماره ملی و سایر نشانه های خاص، تشکیل پرونده بیماری و تعیین میزان هزینه های درمان و داروهای مصرفی، الکترونیکی کردن دفترچه ها و صدور کارت هوشمند، تشکیل پرونده سلامت و اعمال سیاست های تشویقی، برای صاحبان دفترچه های کم مصرف، تهیه صورتحساب هزینه های دولت برای تمامی بیمه شدگان، مکانیزه شدن سیستم های بیمه گری را از مهم ترین تدابیر برای کاهش این قبیل تخلفات بر می شمارد. او در عین حال از جمع آوری دفترچه های درمانی و جایگزین شدن کارت هوشمند برای تمامی بیمه شدگان در آینده ای نزدیک خبر می دهد.

مجازات های سوء استفاده از دفترچه درمانی

معاون وزیر رفاه و تأمین اجتماعی در ادامه با اعلام خبر دستگیری و متلاشی شدن چندین شبکه جاعلین و سوء استفاده کنندگان دفترچه های درمانی در سراسر کشور درباره مجازات های صاحبان متخلف دفترچه ها و سوء استفاده کنندگان می گوید: در صورت مشاهده استفاده از دفترچه غیر، برای نخستین بار دفترچه مزبور ضبط و توقیف شده و چند ماه به حالت تعلیق درخواهد آمد ضمن آنکه تمامی هزینه های صورت گرفته از صاحب دفترچه دریافت خواهد شد و سرانجام پس از اخذ تعهدات قانونی لازم و درج موضوع در پرونده، دفترچه بازگردانده می شود. چنانچه این اتفاق برای دومین بار رخ دهد جرایم و مدت تعلیق دفترچه دو برابر شده و برای سومین مرحله نیز دفترچه فرد متخلف برای همیشه توقیف و او به دادگاه معرفی می شود.

دکتر موسوی درباره جاعلان دفترچه بیمه ها نیز گفت: این افراد به اتهام جعل و دخل و تصرف در اسناد و اوراق بهادار دولتی تحویل مقامات قضایی شده و طبق قانون مجازات می شوند.

علل گرایش به سوء استفاده از دفترچه های درمانی

مدیر کل تأمین اجتماعی تهران بزرگ نیز معتقد است سوء استفاده از دفترچه های درمانی موضوع تازه ای نیست و همواره به عنوان یکی از چالش های اساسی و دغدغه های مسؤولان سازمان تأمین اجتماعی مطرح بوده است. مجید روزیفراخ در تشریح علل شیوع این قبیل موارد توضیح می دهد: برخوردار نبودن بخش قابل توجهی از مردم کشور از خدمات درمانی یکی از مهم ترین دلایل گرایش به سوء استفاده از دفترچه های درمانی سایر افراد است و تا زمانی که این معضل به شکل ریشه ای و بنیادی حل نشود متأسفانه بروز این قبیل موارد اجتناب ناپذیر خواهد بود.

وی تنوع ارائه خدمات درمانی رایگان به واسطه ارائه دفترچه بیمه تأمین اجتماعی و کثرت دفترچه ها در دست بیمه شدگان را نیز از دلایل دیگر تمایل زیاد افراد غیر بیمه در سوء استفاده ها می داند.

به اعتقاد وی کمبود سیستم ها و دستگاه های نظارتی و کنترلی و آسان بودن مراحل دریافت دفترچه برای بیمه شدگان اجباری و ضعف فرهنگی برخی از بیمه شدگان نیز از دیگر علل بروز این قبیل مشکلات هستند.

به گفته روزیفراخ متأسفانه برخی از اعضای صندوق بیمه تأمین اجتماعی هنوز به این باور نرسیده اند که صاحبان اصلی این صندوق خود بیمه شدگان هستند و هر نوع خسارات ناشی از سوء استفاده ها به طور مستقیم به تمامی بیمه شدگان باز می گردد.

شیوه های پیشگیری از تخلفات

مدیر کل تأمین اجتماعی استان تهران سپس به بیان شیوه های پیشگیری از این قبیل تخلفات پرداخته و اظهار می دارد: تحت پوشش قرار دادن تمامی افرادی که تاکنون از خدمات بیمه درمانی بهره مند نبوده اند و نیز ارائه کارت هوشمند به جای دفترچه های بیمه و فرهنگ سازی و ایجاد حس اعتماد در بیمه شدگان مبنی بر تعلق سازمان به آنها از مهم ترین راهکارها است.

برقراری سیاست های تشویقی برای بیمه شدگانی که به هر دلیل از دفترچه بیمه درمانی خود استفاده نکرده و یا حداقل استفاده را برده اند و به کارگیری سیستم های کنترلی و نظارتی از سوی سازمان های بیمه گر و استفاده از حق قانونی سازمان برای برخورد جدی با متلخفان از دیگر پیشنهادات مدیر کل تأمین اجتماعی تهران بزرگ برای به حداقل رساندن سوء استفاده ها و تخلفات است.

کارت هوشمند جایگزین دفترچه های درمانی می شود

سلامت ایران

۸۷۶۹۰۷۵

پست الکترونیکی روابط عمومی روزنامه ایران:
E_mail: p_relation@icpi.ir

رعایت حقوق بشر در بازداشتگاهها

برای دفاع از موکلم به فرچک ورامین رفتم. در محل جدید مجتمع قضایی؛ متأسفانه بازداشتی ها را در توالت یک در دو متر نگه می داشتند. هم ارباب رجوع توالت نداشتند هم شش نفر بازداشتی در وضع بسیار بدی بودند. آیا ما این چنین حقوق بشر را رعایت می کنیم.
دکتر گلپایگانی

زمان وداع، آخرین جمعه

برای اینکه مردم از آقای خاتمی خداحافظی کنند، بهترین زمان آخرین جمعه ریاست جمهوری ایشان است و بهترین مکان، محل نماز جمعه تهران. قابل پیش بینی است که خداحافظی باشکوهی خواهد بود.
چند تماس

لایحه ای معطل در مجلس

مدتها بود اخبار مجلس حاکی از این بود که مجلس به دولت فشار می آورد که چرا دولت لایحه نظام هماهنگ را به مجلس نمی سپرد. اما اکنون بیش از سه ماه است که این لایحه به مجلس رفته اما در آنجا به دست فراموشی سپرده شده است. اینکه قبلاً این همه اصرار داشتند و حالا هیچ کاری نمی کنند چه علتی می تواند داشته باشد. درحالی که همه کارمندان با مشکلات عدیده روبرو هستند.
بیگدلی

شعار تک نرخی شدن سود بانکی

این روزها از تک نرخی شدن سودهای بانکی می نویسید. اما وقتی به بانکی مراجعه می کنیم در عمل چنین چیزی وجود ندارد و مسؤولان بانکها چنین خبری را تکذیب می کنند.
موسوی

نابودی شهر تهران

چرا شهرداری کمر به نابودی شهر تهران بسته است، طی سالهای گذشته تعدادی برای رفع سد معبر چه از مأموران چه از دستفروشان کشته شده اند، این همه هزینه برای زیباسازی شهر صرف می شود، اما از طرفی شاهد مسائلی هستیم که با عملکرد گذشته در تضاد است برای مثال میدان فرهنگ یوسف آباد را به میدان سیداسماعیل تبدیل کرده اند. یک گوشه میدان دکه مرغ فروشی، گوشه دیگر دکه سبزی فروشی و ....
اینجا شهر است و باید قاعده خاصی برای خیابان و پیاده رو وجود داشته باشد. ده که نیست هرکسی هرکجا خواست بایستد و کاسبی کند.
موسوی

کمبود بیمارستان های قلب

مسؤولان شورای شهر ادعا می کنند که همه مشکلات عدیده و چندین ساله مردم را حل کرده اند. گویا در این چند سال پس از انقلاب هیچ کس نتوانسته مشکلات مردم را حل کند، تعداد بیمارستان قلب بیشتری موردنیاز جامعه ما می باشد. زیرا بیماری و ایستهای قلبی بسیار زیاد شده همچنین بالا بردن کیفیت این گونه بیمارستانها هم از جمله نکات مهم است.
جهانگیری

رسیدگی به مراکز بهزیستی خصوصی

مراکز بهزیستی خصوصی نیاز به نظارت دارد. در بهزیستی «نمونه» رفتار مناسبی نسبت به مددجویان وجود ندارد. هیأتیت در این مرکز روز به روز درحال گسترش است و این مسائل کار و زندگی کردن در اینگونه مراکز را دشوار کرده است.
گوهری

سرویس بهداشتی برای مترو

از مسؤولان می خواهیم به جای اینکه در مترو تلویزیون چند اینچ بگذارند یک سرویس بهداشتی یا حداقل یک سرویس آب خوری بگذارند. قطعاً بیشتر به درد مردم می خورد.
محبوب

«جوابیه روابط عمومی شهرداری منطقه یک»: عطف به پیام مندرج در صفحه ۶ آن روزنامه مردمی مورخ ۸۴/۲/۳۱ با عنوان «شاهکار شهرداری و آموزش و پرورش» جهت اطلاع و تنویر افکار عمومی به استحضار می رساند که طبق بازدید انجام شده به دلیل مشخص نبودن نشانی ملک مذکور امکان بررسی بیشتر نبوده است. لذا خواهشمند است مشخصات ملک را جهت بررسی و اقدام لازم به روابط عمومی شهرداری منطقه یک ارسال نمایید. در ضمن لازم به ذکر است در صورت تحویل اعتراض اهالی به کمیسیون بند ۲۰ رای صادر می شود و شهرداری نسبت به جلوگیری از ادامه فعالیت واحدهایی که مزاحمت برای اهالی دارند اقدام خواهد کرد.

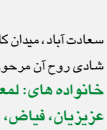
ترحیم

با کمال تأسف درگذشت **استاد کریم امامی**، افتخار و عزیز خانواده امامی را طی بیماری سخت و جانگدازی به اطلاع همه خادمان و دوستداران کتاب می رساند. مراسم ترحیم آن بزرگوار روز سه شنبه ۲۱ تیر ۸۴ ساعت ۱۸ تا ۲۰ در سالن اجتماعات ساختمانهای سامان ونک «خیابان ملاصدرا، خیابان شیراز، خیابان سامان» برگزار می شود. بنا به خواست آن مرحوم هزینه بقیه مراسم صرف امور خیریه خواهد شد.

همسر: کلی امامی

فرزندان: هدیه و هستی امامی

برادران: رحیم، شاهرخ، محسن و حسین امامی و خانواده های وابسته



بازگشت همه به سوی خداست

با نهایت تألم و تأثر درگذشت آقای **ناصر لمعه** را به اطلاع عموم دوستان و آشنایان محترم می رساند. به همین مناسبت مجلس یادبود آن مرحوم روز سه شنبه ۸۴/۴/۲۱ از ساعت ۱۸ تا ۱۹/۳۰ در مسجد جامع الرسول (ص) واقع در سعادت آباد، میدان کاج منعقد خواهدشد. حضور سروران عزیز باعث شادی روح آن مرحوم و تسلی خاطر بازماندگان می گردد.

خانواده های: لمعه، نجابت، محمد حسینی، قزوینیان، عزیزیان، فیاض، احمدی، قربانی، ویژه و سایر دوستان و بازماندگان

تسلیت

جناب آقای مهندس سید عباس خوشنویس
مدیر عامل محترم شرکت مهندسین مشاور آب ورزان

مصیبت وارده، درگذشت مادر همسر گرامیتان را به جنابعالی و خانواده محترمتان تسلیت عرض نموده، از درگاه خداوند متعال برای آن مرحومه رحمت واسعه و برای بازماندگان محترم صبر و شکیبایی مسألت داریم.

هیات مدیره و کارکنان آب ورزان

جناب آقای سید علی اصغر باستانی

با نهایت تأثر و تأسف درگذشت خواهر گرامیتان را تسلیت عرض نموده، از خداوند متعال برای آن عزیز از دست رفته غفران الهی و برای بازماندگان صبر و شکیبایی مسألت داریم.

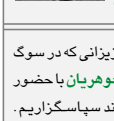
گروه تولیدی اشی مشی، محبوبی

جناب آقای مهندس طاهری نخست
نماینده مدیریت طرح آزاد راه قزوین ـ رشت

با نهایت تأسف و تأثر، درگذشت برادر گرامیتان را تسلیت عرض نموده، از پیشگاه خداوند متعال برای جنابعالی و خانواده محترم سعادت و تندرستی مسألت نموده و خود را در غم شما شریک می دانیم.

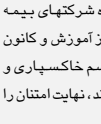
ازطرف شرکت اس.دی.ام. و دستگاه نظارت هراز راه

یادبود



اگر تو از چشمانم پنهان باشی، دل، تو را باز در دورهای دور می یابد. دو سال از کوچ مظلومانه پرستوی زیبایمان «رضا» گذشت، بی آنکه چاره ای برای دلتنگی هایمان بیابیم. به یاد مهربانی های بی دریغش هزینه مراسم سالگرد صرف کمک به کودکان دردمند خواهدشد.

فاطمه و ابوالقاسم کابلی، فرانک و رضا، روشنک و علیرضا، یاسمن



یا فاطمه ـ اشفعی لی

ای کاش که باز آئی من پای تو بوسم

۲۱ تیرماه بیست و یکمین سالگرد درگذشت مرحوم مغفور **حاج آقا مصطفی علی نژاد** را گرامی می داریم.

خانواده علی نژاد

تشکر و اعتذار

بدین وسیله از همگی خویشان، دوستان و عزیزانی که در سوگ درگذشت شادروان **استاد دکتر محمد ولی جوهریان** با حضور شریف خود موجب تسلی خاطر ما گردیده اند سپاسگزاریم. همچنین از کلیه کارکنان و دست اندرکاران صنعت بیمه کشور خصوصاً مدیران عامل و اعضاء هیأت مدیره شرکتهای بیمه مرکزی ایران، دانا، آسیا، البرز، نوین و مرکز آموزش و کانون بازنشستگان بیمه ایران که در برگزاری مراسم خاکسپاری و ترحیم آن روانشاد شرکت و همکاری نموده اند، نهایت امتنان را ابراز می داریم.

خانواده جوهریان

تسلیت

جناب آقای صامت

مدیریت محترم عامل شرکت کاشی کویر ایران

بدین وسیله عروج ملکوتی مادر گرامیتان را صمیمانه تسلیت عرض نموده، طول عمر جنابعالی و بازماندگان و شادی روح پرفتوح آن مرحومه را از درگاه حضرت احدیت مسألت دارم.

سامان پخش، فودازی

تسلیت

سرکار خانم اکبریان
و خانواده محترم

مصیبت وارده را به شما و خانواده محترمتان تسلیت می گویم.

جمشید مهری اردستانی

جناب آقای مهندس محمد سعید حکمی

مصیبت وارده را به شما و خانواده محترم تسلیت عرض نموده و بقای عمر بازماندگان را از خداوند متعال مسألت می نماییم.

هیأت مدیره شرکت نیروز

جناب آقای حسن صامت
مدیر عامل محترم شرکت آرمان سامان

با نهایت تأسف و تأثر رحلت والده مکرمه را به جنابعالی، اخوان گرامی و خانواده های محترم صامت و عزادار تسلیت عرض نموده، از خداوند متعال برای آن مرحومه رحمت و مغفرت و برای کلیه بازماندگان صبر و شکیبایی مسألت می نماییم.

هیأت مدیره و کارکنان
شرکت آرمان سامان

جناب آقای دکتر عطایی
قائم مقام محترم ریاست بیمارستان الغدیر

با نهایت تأسف مصیبت وارده به جنابعالی و خانواده محترم را تسلیت عرض نموده، از خداوند بزرگ برای آن مرحوم علو درجات و برای بازماندگان صبر و شکیبایی آرزومندیم.

هیا ت مدیره، ریاست، پزشکان و کارکنان بیمارستان الغدیر

جناب آقای دکتر سعیدی
ریاست محترم هیأت مدیره شرکت سیمان کردستان

مصیبت وارده را به جنابعالی تسلیت گفته از خداوند منان برای شما و خانواده گرامیتان صبر و شکیبایی آرزومندیم.

شرکت ساختمانی چاتسر

جناب آقای مهندس حمیدرضا خدیوی
مدیر کل محترم دفتر تخلیه و بهبود
جایگاه دام جهاد کشاورزی استان خراسان رضوی

با نهایت تأسف درگذشت خواهر گرامیتان را خدمت شما تسلیت عرض نموده، از درگاه خداوند بزرگ برای آن مرحومه غفران و رحمت واسعه و برای بازماندگان صبر و عافیت مسألت دارم.

شرکت افرند توسکا، احمد فکوری

جناب آقای دکتر حجت اله صیدی

مصیبت وارده را به جنابعالی و خانواده محترم تسلیت عرض نموده، سلامتی و بقای عمر بازماندگان را از خداوند متعال مسألت داریم.

شرکت سیمان سپاهان

خانواده محترم اعظمیان

خبردرگذشت غم انگیز دوست و همکارمان جناب **اعظمیان** موجب نهایت تأثر و تأسف دوستداران و ارادتمندان گردید. باآرزوی صبر و سلامتی برای بازماندگان بویژه همسر و فرزندان آن مرحوم و رحمت واسعه الهی برای آن روانشاد مراتب همدردی و تسلیت ما را پذیرا باشید.

شرکت توياما ـ ماسائو ـ توکیو ژاپن
TOYAMA-MASAO

بازگشت همه به سوی اوست
خانواده محترم اعظمیان

احتراماً با نهایت تأثر و تألم درگذشت پدر و همسر گرامیتان را تسلیت عرض نموده، از پیشگاه خداوند متعال برای آن خانواده محترم سعادت و تندرستی مسألت نموده و خود را در غم شما شریک می دانیم.

ازطرف اتحادیه فرش دستبافت ایران
رئیس هیأت مدیره سید احمد شبیری
توکیو ـ ژاپن