

سندروم دید برفکی یک بیماری کمتر شناخته شده

سندروم دید برفکی یک اختلال عصبی است که هنوز علت آن ناشناخته است و باروش هایی چون تحریک مغناطیس می توان آن را درمان کرد



زیب سادات کسنوی | روزنامه نگار

سندروم دید برفکی چیست؟

تحقیقات نشان داده است که سندروم دید برفکی یک اختلال عصبی است، به این معنی که مراکز پردازش در مغز، بینایی شمارا تحت تاثیر قرار می دهد.

افراد مبتلا نقاط سفید یا سیاه یا نقاط شفاف را در قسمتی از میدان بینایی یا کل آن می بینند. مبتلایان به این بیماری معمولاً چیزی شبیه به «برفک» می بینند که بسیار شبیه نویز بصری یا برفک صفحه تلویزیون است. بسیاری از افراد دچار این سندروم، انواع دیگری از اختلالات بینایی مانند پراکنده دیدن نور، تصویر، مگس پران و مشاهده رد نور هم دارند. به تازگی مشخص

شده است که این بیماری آن قدرها که مردم فکر می کنند هم نادر نیست.

علائم

همان طور که گفته شد علامت اصلی سندروم دید برفکی، شامل سوسوزدن مداوم نقاط در سراسر میدان بینایی است. دیگر علائم در افراد باهم متفاوت است، اما تا ۷۵ درصد افراد مبتلا به سندروم دید برفکی حداقل سه مورد از علائم زیر را هم گزارش کردند.

- ✓ پالینوپسی یا دیدن تصویر اجسام پس از ناپدید شدن
- ✓ حساسیت به نور
- ✓ اختلال دید در شب

اضافه کردن سالاد به سوپ

استفاده از سبزیجات در سوپ، کاری رایج است، اما بعضی آشپزهای خاورمیانه ای توصیه می کنند خود را به سبزیجات خاصی محدود نکنیم. می توانید از زیتون یا کاهو هم استفاده کنید. با این حال باید به خاطر داشت که این ترفند تنها برای سوپ های پوره ای به کار می رود.

ادویه در قهوه

خاورمیانه به داشتن ادویه در غذا معروف است، اما کمتر کسی می داند که ادویه در قهوه هم یکی از ترفندهای مردم این سرزمین برای داشتن طعمی متفاوت است. در خاورمیانه قهوه به شکلی ویژه دم می شود. ابتدا قهوه و ادویه هایی را که خوب آسیاب شده اند با آب مخلوط می کنند و حرارت می دهند و بعد از خنک شدن، دوباره آن را گرم می کنند.

جوش شیرین در لوبیا

در خاورمیانه حبوبات از محبوبیت زیادی برخوردار است و یکی از صبحانه های



مطالعات بسیاری درباره علت اصلی این بیماری وجود دارد. همچنین مبتلایان دلایل زیادی را به دید برفکی خود نسبت می دهند، اما مشخص کردن دلیلی که در همه افراد مشترک است، دشوار است. تا به حال این بیماری با ضربه مغزی و ضربه به سر مرتبط می کنند، اما این بدان معنا نیست که هر فرد مبتلا به سندروم دید برفکی تجربه یکسانی را در ابتلا به این بیماری داشته است. بنابراین تا به امروز علت سندروم دید برفکی تا حد زیادی ناشناخته است.

درمان

تاکنون هیچ درمان قطعی برای درمان سندروم دید برفکی ثابت نشده است. محققان می گویند داروهایی که از میگرن پیشگیری می کند، مانند داروهای ضد افسردگی یا داروهای ضد درد، به طور مداوم این بیماری را بهبود نمی بخشد یا بدتر نمی کند. از سال ۲۰۲۱ تحریک مغناطیسی ترانس کرانیال (TMS) به عنوان یک درمان در دست بررسی است. پژوهش هان نشان می دهد که ممکن است این تحریک مفید باشد. (TMS) از میدان های مغناطیسی برای تحریک نورون های مغز استفاده می کند.)

آشپزی من

ترفندهای غذایی در خاورمیانه

رایج در برخی کشور های این منطقه مانند مصر، لبنان، سوریه و اردن، خوراک باقالی است. آشپزهای خاورمیانه ای توصیه می کنند لوبیا را پیش از پخت در مخلوط آب و جوش شیرین خیس کنید و سپس آن را آب بکشید. اگر در حین پخت، جوش شیرین را اضافه کنید، سرعت پخت بیشتر می شود، اما ممکن است لوبیاها مزه صابونی پیدا کند.

دارچین پای ثابت غذاها

دارچین یکی از محبوب ترین ادویه های دنیاست. به دلیل عطر شیرینش از آن در تهیه بسیاری از شیرینی ها استفاده می شود. این ادویه یکی از اجزای اصلی غذاهای خاورمیانه ای است و آشپزها آن را به غذاهای گوشتی و انواع میان وعده ها اضافه می کنند. در دستور پخت اسپاگتی سوریه ای، سس دارچین و سیب زمینی وجود دارد.

تغذیه

چرا با نوشیدن قهوه خسته می شویم؟

چه با شیر، چه تلخ و چه با شکر؛ قهوه یکی از محبوب ترین نوشیدنی های گرم در جهان است طوری که هر آلمانی به طور متوسط در سال ۴۵۰ فنجان قهوه می نوشد. برای بسیاری از مردم، قهوه بخشی از شروع روز است، چون کافئین موجود می تواند کسالت را از بدن دور کند، اما گاهی اوقات این روند کاملاً برعکس است؛ به طوری که شما با نوشیدن قهوه احساس خستگی می کنید، اما چرا! این اتفاق می افتد؟

کافئین، گیرنده های آدنوزین را در مغز مسدود می کند

ریتم شبانه روزی بدن ما تعیین می کند که چه زمانی بیدار باشیم و چه زمانی بخوابیم. نور، تاریکی، هورمون ها و مولکول ها روی این روند تاثیر دارند، اما در این زمینه، مولکول آدنوزین نقش مهم تری ایفا می کند. آدنوزین به گیرنده های خاصی در مغز متصل می شود و بنابراین اثر خواب را نشان می دهد. کافئین این گیرنده ها را مسدود می کند، بنابراین آدنوزین نمی تواند به آن ها متصل شود. قهوه این گونه ما را هوشیار می کند. با این حال، محققان فرض می کنند که بدن سعی می کند این اثر را جبران کند. این بدان معناست که در حالی که کافئین به گیرنده ها متصل می شود، بدن آدنوزین بیشتری تولید می کند. بنابراین، پس از نوشیدن قهوه، برخی از ما خواب آلود می شویم و احساس خستگی می کنیم.

می خواهید خواب آلودگی را با قهوه جبران کنید

اگر در رختخواب فقط از این پهلوی به آن پهلوی بچرخید و به اندازه کافی نخوابید، در طول روز خسته و خواب آلود خواهید بود. تلاش برای از بین بردن خستگی با مصرف قهوه می تواند به چرخه منفی منجر شود. کسانی که احساس خواب آلودگی می کنند، قهوه بیشتری می نوشند تا بیشتر احساس بیداری کنند، اما مصرف قهوه در این شرایط می تواند خواب را مختل و شمارا بیش از پیش خسته کند. بزرگ سالان سالم نباید بیش از ۴۰۰ میلی گرم کافئین در روز مصرف کنند؛ یعنی حدود چهار فنجان قهوه.

کم آبی ناشی از مصرف قهوه

کافئین دارای اثر ادرار آور است؛ یعنی اگر قهوه می نوشید، باید بیشتر ادرار کنید. در نتیجه، کسانی که زیاد قهوه می نوشند، به دلیل تکرر ادرار در معرض خطر کم آبی بدن قرار دارند. کم آبی خفیف می تواند منجر به خستگی شود.

قهوه می تواند بر قند خون تاثیر بگذارد

نوشیدن قهوه در صبح می تواند به مقاومت به انسولین کمک کند و تاثیر منفی بر تحمل گلوکز بدن داشته باشد. نوشیدن قهوه در صبح باعث می شود بدن گلوکز کمتری را تحمل کند. در نتیجه نوشیدن قهوه همراه با صبحانه باعث افزایش قند خون می شود. هنگامی که قند خون دوباره کاهش می یابد، می تواند احساس خستگی ایجاد کند.

منبع: دویچه وله

واحد صفحه آرایی روزنامه خراسان
سفارش می پذیرد
۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰
layout@khorasannews.com

برگ سبز پرایدGLXمدل ۸۶رنگ سفید
شماره انتظامی ۱۲ ایران ۵۹۷۳۴
شماره شاسی S1412286604931
شماره موتور 2136512پنام نگار مالکی
مفقود و فاقد اعتبار است
۱۳۰۱۰۰۳۲۵۹/۱۲/۱۴۰۱

کارت و برگ سبز کیا ایروس ۲۰۰۸ نقره ای متالیک
cc ۳۸۰۰ شماره انتظامی ایران ۴۴-۳۳۴۴ ۴۱
G6DAUS367176
و شماره موتور ۶۷۶۱۲-۴۲ و شماره شاسی ۸۲۴۸۶۹۵۵
شماره شاسی NAX33605890010667
به نام سید عبدالله شکست مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۰۱۰۰۳۲۲۲/۱۲/۱۴۰۱

برگ سبز و سند کمپانی خودرو پراید صبا به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۴۱۷ می ۸۶ و شماره موتور 328016
و شماره شاسی S1412288093244
پنام محسن ریاضی طهرانی مفقود و فاقد اعتبار است
۱۳۰۱۰۰۳۲۲۵/۱۲/۱۴۰۱

برگ سبز خودرو 206TU3 مدل ۱۳۹۴ رنگ سفید
با شماره انتظامی ایران ۱۲-۹۲۱۰۶۶ و شماره شاسی 165A00119411
و شماره موتور NAAP03EE67210375
به نام محمد نامور مفقود و فاقد اعتبار میباشد.
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۶/۱۲/۱۴۰۱

سند کمپانی خودرو پراید ۱۳۲ مدل ۸۷
به شماره پلاک ۷۴-۸۲۲ ج ۲۹ به شماره موتور ۲۶۲۸۸۹۶
و شماره شاسی ۵۱۴۲۲۲۸۷
مفقود و فاقد اعتبار است
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۹/۱۲/۱۴۰۱

گواهی می شود فاکتور بلوک سیلندر
به شماره ۵۰۳۳۲۲۷
شماره موتور ۷۴۴۲۷۵
مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد
۱۳۰۱۰۰۳۲۴۴/۱۲/۱۴۰۱

کارت گارانتی ، کارت و سند تراکتور مدل ۲۸۵ به شماره سریال E00345A1
شماره موتور LFW3643S
شماره شاسی D24474
پنام محمد اسدی مفقود و فاقد اعتبار ایست.
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۳/۱۲/۱۴۰۱

بروانه کسب گراه ماشین الات و راه سازی و ساختمانی
با پراپتور وحید جمیلی فاز با کد ملی ۸۲۴۹۱-۹۲۰۰
فرزند علی اکبر در تاریخ ۱۳۰۱/۱۰/۲۰ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد
۱۳۰۱۰۰۳۲۵۱/۱۲/۱۴۰۱

برگ سبز خودرو پژو SLX۵۰۳ سفید به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۳۴۴۳۸۴ و شماره موتور 167625
و شماره شاسی NAAM31FEXHK152295
پنام محمد اسدی مفقود و فاقد اعتبار است
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۰/۱۲/۱۴۰۱

اعلام مفقود نامه فک رهن و سند کمپانی فاکتور فروش
چک ۱/مدل ۱۳۹۸ شماره انتظامی ۱۴ ایران ۵۱۱ ن ۸۵
و شماره شاسی 10273620KB NAKNF7520KB
موتور HFC4GB23DK0001001 پنام زهرا حاجی زاده مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۲/۱۲/۱۴۰۱

برگ سبز و کارت خودرو 131TEX مدل ۹۲ شماره انتظامی ایران ۳۶-۵۳۹۱
شماره موتور ۲۸۶۱۷۴۴
شماره شاسی NAS411100D1257529
پنام حجت خوداتلو مفقود و فاقد اعتبار است
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۹/۱۲/۱۴۰۱

اینجناب حسن سبحانی مالک خودرو هیوندای توسان
به شماره انتظامی 26 و 124 ایران 55
شماره بدنه KMHJN81DDAU196471
و شماره موتور G6BAA745709
به علت فقدان اسناد فروش رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد طرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سامند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد.
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۷/۱۲/۱۴۰۱

برگ سبز پراید ۱۱۱ مدل ۹۵رنگ آبی فنتی
شماره انتظامی ۱۴ ایران ۲۷۹۰۳۶
شماره شاسی NA431100G5876057
شماره موتور M13/5658955 پنام سید احمد موسوی مفقود و فاقد اعتبار است
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۰/۱۲/۱۴۰۱

خودرو دنا پلاس مشکی به شماره انتظامی ایران ۱۲-۲۲۲۱۱۴ و شماره شاسی NAAG61HU2NE62797
و شماره موتور 153H0062117
مفقود شده در صور مشاهده با شماره ۹۱۶۶۵۹۶۰۶- پنام حامد فرهادی
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۲/۱۲/۱۴۰۱

برگ سبز خودروی پراید SE ۱۲ مدل ۹۴
به شماره پلاک ۳۶-۳۸۶ و ۵۲ به شماره موتور ۵۳۹۸۷۰
شاسی 181437100F1814371 پنام مصطفی ساریخانی مفقود و فاقد اعتبار ایست.
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۳/۱۲/۱۴۰۱

سند کمپانی و برگ سبز خودرو ام وی ام فوهدای متالیک
به شماره انتظامی ۴۱ ایران ۳۲ به شماره شاسی: NATEBAFB7F1024465
و شماره موتور MVMA472FG046705
مفقود گردیده و فاقد اعتبار می باشد
۱۳۰۱۰۰۳۲۵۱/۱۲/۱۴۰۱

شرکت سرمایه گذاری و توسعه معادن شرق
دارنده سابق پروانه بهره برداری بشماره ۲۷۹۰۳ مورخ ۱۳۹۰/۱۰/۱۸ مربوط به محدوده معدنی به شماره شناسایی کاداستر ۲۱۶۵۱۷، نظر به اینکه محدوده فوق الذکر در مزایده ۲-۱۴۰۰ برنده داشته و بر اساس گزارش کارشناس رسمی دادگستری بابت موضوع ماده ۲۱ قانون معادن هزینه ای برآورد گردیده، لذا می بایست در صورت اعتراض به نظر کارشناسی، ظرف مدت ۱۰ روز از انتشار این آگهی، یا در دست داشتن مدارک شناسایی معتبر، به آدرس بلوار خیام، تقاطع ارشاد سازمان صنعت، معدن و تجارت خراسان رضوی، طبقه سوم اتاق ۳۱۱ مراجعه فرمایید. در غیر اینصورت ادامه فعالیت برای برنده مزایده بلامانع بوده و هیچ اعتراضی از جنابعالی مسموع نخواهد بود.
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۴/۱۲/۱۴۰۱

جناب آقای صادقی باقری کته تلخ
دارنده سابق پروانه اکتشاف به شماره ۱۳۷۹۵۱۱ مورخ ۱۳۹۳/۰۲/۲۱ مربوط به محدوده معدنی به شماره شناسایی کاداستر ۲۱۸۳۳۵، نظر به اینکه محدوده فوق الذکر در مزایده ۲-۱۴۰۰ برنده داشته و بر اساس گزارش کارشناس رسمی دادگستری بابت موضوع ماده ۲۱ قانون معادن هزینه ای برآورد گردیده، لذا می بایست در صورت اعتراض به نظر کارشناسی، ظرف مدت ۱۰ روز از انتشار این آگهی، یا در دست داشتن مدارک شناسایی معتبر، به آدرس بلوار خیام، تقاطع ارشاد سازمان صنعت، معدن و تجارت خراسان رضوی، طبقه سوم اتاق ۳۱۱ مراجعه فرمایید. در غیر اینصورت ادامه فعالیت برای برنده مزایده بلامانع بوده و هیچ اعتراضی از جنابعالی مسموع نخواهد بود.
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۴/۱۲/۱۴۰۱

خودرو ۲۰۶ مدل ۸۹ به شماره پلاک ایران ۳۶-۳۸۵ س ۸۵۶۰۹۵ به همراه برگ سبز و سند و کارت به شماره شاسی NAAP03ED2AJ125678
موتور ۲۱۹۸۲-۱۴۱۸۹۰۲
در محدوده دکتر حسینی جنوبی مفقود و فاقد اعتبار است
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۶/۱۲/۱۴۰۱

سند کمپانی و برگ سبز پراید سواری به شماره انتظامی ۷۴-۵۱۷۹۱۵
موتور ۷۰۰۱۷۲۱۰ و شماره شاسی S1412278587008
به نام جواد حصار نوی مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۸/۱۲/۱۴۰۱

اینجناب حلیم سارانی مالک خودرو پژو SLX96
شماره انتظامی ایران ۸۵-۵۹۴۲۳۴
و شماره شاسی NAAM۳۱E3HK151134
و شماره موتور 181B0042477
به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی و برگ سبز تقاضای رونوشت المثنی سند اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هرکس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سامند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد.
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۷/۱۲/۱۴۰۱

جناب آقای سید علی آرام
دارنده سابق پروانه اکتشاف به شماره ۲۱۳۷۹ مورخ ۱۳۹۰/۰۷/۱۱ مربوط به محدوده معدنی به شماره شناسایی کاداستر ۱۶۳۳۳۹، نظر به اینکه محدوده فوق الذکر در مزایده ۲-۱۴۰۰ برنده داشته و بر اساس گزارش کارشناس رسمی دادگستری بابت موضوع ماده ۲۱ قانون معادن هزینه ای برآورد گردیده، لذا می بایست در صورت اعتراض به نظر کارشناسی، ظرف مدت ۱۰ روز از انتشار این آگهی، یا در دست داشتن مدارک شناسایی معتبر، به آدرس بلوار خیام، تقاطع ارشاد سازمان صنعت، معدن و تجارت خراسان رضوی، طبقه سوم اتاق ۳۱۱ مراجعه فرمایید. در غیر اینصورت ادامه فعالیت برای برنده مزایده بلامانع بوده و هیچ اعتراضی از جنابعالی مسموع نخواهد بود.
۱۳۰۱۰۰۳۲۳۶/۱۲/۱۴۰۱