



کیمیایی از بیمارستان مرخص شد

مسعود کیمیایی از بیمارستان مرخص شد. به گزارش همشهری، کیمیایی که در چند روز اخیر به‌علت مشکلات تنفسی راهی بیمارستان شده بود، پس از انجام اقدامات پزشکی و رفع کسالت، عصر روز شنبه از بیمارستان تندیس مرخص شد و به خانه بازگشت. کیمیایی که آخرین مراحل پیش تولید فیلم تازماش را سپری می‌کند پس از چند روز استراحت قرار است سراغ انتخاب مکان‌های فیلمبرداری و تکمیل گروه بازیگران، «عشق در انفرادی» برود.

سریال

شکوفه‌های گیلاس

بعد از هزار و یک شب

تصویربرداری سریال جدیدی با بازی هدیه تهرانی و محسن کیایی آغاز شده است. به گزارش همشهری، سریال «شکوفه‌های گیلاس» به کارگردانی علی احمدی و تهیه‌کنندگی مصطفی کیایی شروع شده، این سریال یکی از پرازیرگرتین سریال‌های شبکه نمایش خانگی معرفی شده است.

هدیه تهرانی پس از مدت‌ها حضور نداشتن در فیلم یا سریال این روزها با سریال «هزارویک‌شب» ساخته مصطفی کیایی در شبکه نمایش خانگی است.

محسن کیایی، هم در «هزارویک‌شب» حضور دارد و هم در فیلم «کفایت مذاکرات». رعنا آزادی‌ور، نازنین بیاتی، مهسا طهماسبی و کاظم مسیاحی از دیگر بازیگران سریال «شکوفه‌های گیلاس» هستند که گفته شده یک‌دام اجتماعی است و در ۹ قسمت تولید می‌شود.

تندرستی

سبک زندگی

مبارزه با سرطان با قارچ

یک مطالعه انتشار یافته در مجله Nutrients نشان داده که چطور ترکیبات موجود در قارچ ممکن است با تأثیرگذاری بر التهاب، فعالیت سلولی و مسیرهای مرتبط با توسعه سرطان، از دفاع طبیعی بدن پشتیبانی کنند.

قارچ‌ها به بدن کمک می‌کنند تا استرس اکسیداتیو، یکی از عوامل نامحسوس در خطر ابتلا به سرطان در درازمدت را مدیریت کند. سرطان اغلب از سال‌ها اختلال در رفتار سلولی ناشی می‌شود. قارچ‌ها آنتی‌اکسیدان‌ها، بتا‌گلوکان‌ها و ترکیبات محافظتی را ارائه می‌دهند که به حفظ این رفتار در مسیر درست کمک می‌کنند. به نظر می‌رسد قارچ‌ها بر مسیرهای خاصی که با استرس و پاسخ التهابی مرتبط هستند، تأثیر می‌گذارند. آنها استرس را از بین نمی‌برند، اما تأثیر آن را کاهش می‌دهند و باعث می‌شوند محیط داخلی بدن کمتر آشفته باشد تا بتواند وظیفه محافظتی خود را افزایش دهد. کنترل استرس از این جهت مهم است که این وضعیت روانی، یکی از عوامل بروز سرطان در انسان است.

هشدار کارشناس

واقعیت تلخ مصرف شکر در ایران

دکتر آزاده امینیان فر، متخصص تغذیه و رژیم‌درمانی نسبت به مصرف بالای شکر و مواد غذایی قندی در جامعه ایرانی هشدار داد و گفت: سرانه مصرف شکر در ایران حدود ۲۸ تا ۲۹ کیلوگرم در سال برای هر نفر است که بیش از ۵۰ درصد بالاتر از میانگین جهانی و بیش از دو برابر حد توصیه‌شده سازمان جهانی بهداشت است. او گفت: بخش عمده این شکر از طریق نوشیدنی‌های شیرین، شیرینی‌ها، کیک‌ها، بیسکویت‌ها و سایر محصولات صنعتی وارد بدن می‌شود و مصرف بیش از حد آن با مشکلاتی مانند چاقی شکمی، مقاومت به انسولین، دیابت نوع ۲، سندرم تخمدان پلی‌کیستیک، اختلالات چربی خون و بیماری‌های قلبی-عروقی ارتباط مستقیم دارد. وی به راهکارهای کاهش مصرف شکر اشاره کرد و گفت: کاهش تدریجی مصرف قند و شیرینی‌جات، جایگزینی نوشیدنی‌های شیرین با آب، توجه به برچسب‌های مواد غذایی، استفاده از فیبرهای طبیعی و خرید هوشمندانه می‌تواند تمایل به مصرف مواد شیرین را کاهش دهد.

سینما حقیقت به بالندگی رسیده است
سیدعباس صالحی، وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی: جشنواره بین‌المللی «سینماحقیقت» اکنون در نوزدهمین سال برگزاری خود ایستاده است؛ دوره‌ای که می‌توان آن را سن بالندگی یک رویداد دانست؛ رویدادی که نه در عدد سال‌های برگزاری‌اش، بلکه در روح جست‌وجوگر و نگاه رو به آینده آن می‌توان حمیت جوانی را دید. ر ایرنا



سریع و خشن با آقای گل جهان

کریس رونالدو کنار وین دیزل می‌درخشد؟



گزارش

ناهدید پیشور | روزنامه‌نگار | وقتی جان هیوستون تصمیم گرفت فیلم «فرار به سوی پیروزی» را بسازد سراغ بهترین ستاره‌های فوتبالت دهه ۷۰ میلادی رفت. در رأس شان پله بازیکن جام جهانی‌ای که انگلیسی‌ها فاحش شددند، آرد بیس، بازیکن تیم ملی آرژانتین بودند. به این ترتیب یکی از موفق‌ترین فیلم‌های فوتبالی جهان جلوی دوربین رفت و فوتبالیست‌های مشهور هم در آن نقش خودشان را بازی کردند. در این سال‌ها اما شاهد حضور فوق‌ستاره‌های فوتبالت در نقش‌هایی اغلب فانتزی، تاریخی هستیم. از دیوید بکهام تا زلاتان و حالا هم کریس رونالدو که قرار است در فیلم تازه محبوب‌ترین سری فیلم‌های اکشن بازی‌کند. «سریع و خشن» با حضور رونالدو احتمالاً باید نسخه‌ای متفاوت نسبت به فیلم‌های قبلی این مجموعه باشد.



هنوز به‌صورت رسمی تأیید نشده که این ستاره فوتبالت در یازدهمین فیلم «سریع» ظاهر خواهد شد، اما دیزل چندی پیش گفته بود که شخصیت پل واکر، یعنی پرایان اوکائو ممکن است در فیلم آخر بازگردد. او تابستان امسال گفته بود فیلم آخر آوریل ۲۰۲۷ اکران خواهد شد و او با استودیو یونیورسال «با نشده بود. با این حال، برادران واکر با کمک جلوه‌های کامپیوتری در ۲۵۰ نما به جای برادر فقید خود ظاهر شدند تا فیلم به نتیجه برسد.

پستی در اینستاگرام به حضور این بازیکن حرفه‌ای فوتبالت در فیلم پایانی این مجموعه اشاره کرد. این ۲ با هم عکسی گرفتند و هر ۲ با هم دست دادند و رونالدو درنظر گرفته است. این بازیگر با ستاره مشهور فوتبالت در اینستاگرام عکسی مشترک منتشر کرد نوشته است. دیزل در توضیح این پست نوشت: «همه می‌پر سیدند، آیا او در میان اسطوره‌های «سریع» حضور خواهد داشت... باید به شما بگویم که این واقعی است. ما برای او نقشی نوشته‌ایم...» هر چند

احتمالاً کریستیانو رونالدو قرار است به خانواده «سریع و خشمگین» بپیوندد. وین دیزل می‌گوید در فیلم بعدی «سریع و خشمگین» یک نقش برای کریستیانو رونالدو درنظر گرفته است. این بازیگر با ستاره مشهور فوتبالت در اینستاگرام عکسی مشترک منتشر کرد تا اشاره‌ای به احتمال حضور این ورزشکار در این مجموعه کرده باشد. وین دیزل، بازیگر و تهیه‌کننده مجموعه محبوب «سریع و خشمگین» با انتشار

«زوتوپیا ۲» تنها در ۱۷ روز به فروش جهانی یک میلیارد دلار رسید. «زوتوپیا ۲» با این فروش دومین فیلم هالیوودی است که امسال به این رکورد دست می‌یابد. فیلم دیگر «لیلو و استیج» با فروش ۱۰۰۳ میلیارد دلار بود. نکته جالب توجه این است که «زوتوپیا ۲» در واقع تنها ۲۳۶ میلیون دلار در داخل آمریکا فروخت و بخش بیشتر موفقیت خود را مدیون چینی‌هاست که به تنهایی نزدیک به ۵۰۰ میلیون دلار برای نمایشش هزینه کرده‌اند.

«زوتوپیا ۲» از دیوار چین عبور کرد

«زوتوپیا ۲» تنها در ۱۷ روز به فروش جهانی یک میلیارد دلار رسید. «زوتوپیا ۲» با این فروش دومین فیلم هالیوودی است که امسال به این رکورد دست می‌یابد. فیلم دیگر «لیلو و استیج» با فروش ۱۰۰۳ میلیارد دلار بود.

نکته جالب توجه این است که «زوتوپیا ۲» در واقع تنها ۲۳۶ میلیون دلار در داخل آمریکا فروخت و بخش بیشتر موفقیت خود را مدیون چینی‌هاست که به تنهایی نزدیک به ۵۰۰ میلیون دلار برای نمایشش هزینه کرده‌اند.

در حالی که «زوتوپیا ۲» عنوان نهمین فیلم پر فروش سال را در آمریکا کسب کرده احتمالاً استقبال چینی‌ها موجب می‌شود تا دیزنی صرفاً به دلیل این استقبال، چراغ سبز ساخت فیلم سوم را بدهد. از سال ۲۰۲۰ چین عملاً درهای خود را به روی هالیوود بست و معدود فیلم‌های خوش‌شانسی که از دیوار بزرگ چین عبور کردند، فروش چندان بالایی نداشتند. پر فروش‌ترین فیلم هالیوودی امسال در چین «تولد دوباره دنیای ژوراسیک» با ۷۹ میلیون دلار بود.

«زوتوپیا ۲» دنباله انیمیشن محبوب «زوتوپیا» است که در آن جودی و نیک، به ترتیب با صداپیشگی جنیفر گودوین و جیسون بیتمن، بازگشته‌اند.

جرد بوش، مدیر ارشد خلاقیات انیمیشن والت دیزنی و بایرون هاوارد، «زوتوپیا ۲» را براساس فیلمنامه‌ای نوشته بوش کارگردانی کرده‌اند تا سه کاوش در دنیای جذاب حیوانات انسان‌نما بپردازد. ۲ شخصیت اصلی این انیمیشن این بار با یک «آفی گودال» مرزوب با صداپیشگی کی‌وی کوان، برنده اسکار برای فیلم «همه‌چیز، همه‌جا، به یکباره» روبرو می‌شوند.

مادران مبتلا به آنفلوآنزا شیردهی را قطع نکنند

مرگان مظلوم، مشاور شیردهی انجمن علمی ترویج تغذیه با شیر مادر ایران گفت: ابتلا به بیماری‌های میکروبی ازجمله آنفلوآنزا که یک بیماری ویروسی است باعث تولید آنتی‌بادی در بدن مادر و انتقال آن از طریق شیر به کودک می‌شود. بنابراین بهترین راه محافظت شیرخوار، ادامه شیردهی است.

نکته

آرش نیاوندی: روزنامه‌نگار

۳ علامت کمتر شناخته‌شده

سرطان پروستات

سرطان پروستات یکی از شایع‌ترین انواع سرطان است. با این حال بسیاری از علائم اولیه سرطان پروستات خاموش هستند یا به راحتی با پیری یا سایر شرایط غیرسرطانی مانند بزرگ‌شدن خوش‌خیم پروستات اشتباه گرفته می‌شوند. سرطان پروستات جز دیده شدن خون در ادرار ۵ علامت دیگر دارد که نباید نادیده گرفته شوند.

در بیشتر موارد، سرطان‌های اولیه پروستات بدون علامت هستند، به همین دلیل است که روش‌های غربالگری سالانه شامل آزمایش خون (آزمایش PSA) و معاینه رکتوم (DRE) توصیه می‌شود. معمولاً در سن ۴۵ سالگی، اما حتی زودتر برای برخی از مردانی که پرخطر درنظر گرفته می‌شوند. حتی زمانی که مردان مطمئن نیستند که آیا علائم احتمالاً با سرطان مرتبط هستند یا خیر، ضروری است که علائم قابل توجه را نادیده نگیریم که ممکن است نشان‌دهنده یک بیماری قابل درمان متفاوت باشد.

دفع ادرار با جریان ضعیف

شایع‌ترین علامت این بیماری که معمولاً دیده می‌شود، تغییر در نحوه ادرار کردن، حتی قبل از مشاهده خون است. از آنجا که غده پروستات در اطراف مجرای ادرار قرار دارد، حتی یک تومور کوچک نیز می‌تواند به مجرای ادرار فشار وارد کند. مواردی که باید مراقب بود به این شرح هستند: مشکل در شروع ادرار، توقف و تداوم ادرار با کاهش مقدار جریان ادرار، احساس خالی نشدن مثانه هنگام ادرار کردن.

تکرر ادرار

علامت مهم دیگر تکرر ادرار و دستشویی‌رفتن در زمان شب است؛ وضعیتی که می‌تواند یک علامت باشد. این وضعیت ممکن است ناشی از فشاری باشد که پروستات در حال رشد بر مثانه وارد می‌کند. در این حالت اندازه پروستات کاهش می‌یابد و در نتیجه باعث می‌شود که فرد بیشتر به دستشویی برود.

ناراحتی مداوم در ناحیه کمر، لگن یا ران

علائمی مثل درد کمر، ناراحتی لگن یا ران و درد در قسمت بالای ران گاهی اوقات ممکن است نشان‌دهنده وجود سرطان در اعصاب یا استخوان‌های مجاور، با توجه به پیشرفت بیماری باشد. اگر درد در این اعضا با وجود درمان منظم ادامه یابد، باید به پزشک مراجعه کنید.

خبرهایی که نمی‌پسندید

ترک موقت شبکه‌های اجتماعی، افسردگی، اضطراب و بی‌خوابی را کاهش می‌دهد

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که دورشدن از شبکه‌های اجتماعی، حتی فقط برای یک هفته، ممکن است به کاهش اضطراب، افسردگی و مشکلات خواب کمک کند. بعد از مطالعات مشخص شد که علائم اضطراب، افسردگی و بی‌خوابی به‌ترتیب ۱۶/۴ درصد، ۲۴/۸ درصد و ۱۴/۵ درصد کاهش داشته‌اند.

روش نوین برای نجات بیماران

ایران در فهرست کشورهای پیشرفته درمان عفونت‌های میکروبی با «پیوند مدفوع» قرار گرفت



گزارش

مریم سرخوش | روزنامه‌نگار | یک روش درمانی جدید که شاید در نگاه اول غافلگیرکننده و حتی ناخوشایند باشد، اما امروز به یکی از جدی‌ترین امیدهای پزشکی تبدیل شده است: «پیوند مدفوع» روشی نوین برای نجات بیماران مبتلا به عفونت‌های مقاوم که در معدود کشورهای دنیا انجام می‌شود و ایرانی‌ها هم چندسالی است در جمع کشورهای پیشرو این حوزه قرار گرفته‌اند. چندین بیمار هم با مقاومت بالای آنتی‌بیوتیکی و ریسک ابتلا به بیماری‌های خطرناک، به‌سود کامل بدون گزارش عارضه جدی با عفونت‌داشته‌اند. عباس یادگار، متخصص باکتری‌شناسی پزشکی و عضو هیأت علمی پژوهشگاه گوارش و کبد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در گفت‌وگو با همشهری به نکات جالبی درباره این خدمت نوین پزشکی اشاره می‌کند که در ادامه می‌خوانید.

پیوند مدفوع چگونه عمل می‌کند؟

پیوند مدفوع یکی از پروژه‌های مهم این مرکز است که از سال ۲۰۱۲ میلادی آغاز شده است. هدف، انسان از بدو تولد با میکروب‌ها در تعامل است و این میکروب‌ها ساکنان طبیعی دستگاه گوارش، دهان و سایر اندام‌ها هستند. بدون این میکروب‌ها، حیات انسان ممکن نیست؛ چرا که نقش حیاتی در هضم غذا، تولید ویتامین‌ها، تقویت سیستم ایمنی و متابولیسم دارند. در شرایطی مانند مصرف بالای آنتی‌بیوتیک یا ابتلا به بیماری‌های زمینه‌ای، تعادل میکروبی بدن به هم می‌ریزد و فرد در معرض بیماری‌های مختلفی از جمله عفونت‌ها، دیابت، سندرم روده تحریک‌پذیر، بیماری‌های التهابی روده و حتی برخی سرطان‌ها قرار می‌گیرد. در پیوند مدفوع، میکروبیوم یک فرددهنده سالم پس از طی مراحل آزمایشگاهی، به‌صورت سوسپانسیون آماده و از طریق کولونوسکوپی وارد دستگاه گوارش بیمار می‌شود.

برای کدام بیماران انجام می‌شود؟

در حال حاضر، پیوند مدفوع برای درمان عفونت مقاوم کلسترییدیوئید دیفیسیل (RCDI) انجام می‌شود؛ باکتری بی‌هوازی‌ای که به‌ویژه در بیمارستان‌ها شایع‌تر است و با علائمی مانند اسهال شدید و افت کیفیت زندگی همراه است. مطالعه‌ای ۱۴ ساله نشان داده شیوع این عفونت در کشور حدود ۱۶ درصد است و بسیاری از بیماران به درمان‌های آنتی‌بیوتیکی پاسخ نمی‌دهند. در چنین شرایطی، بیمار به عنوان کاندیدای دریافت پیوند مدفوع شناخته می‌شود و ورود میکروبیوم سالم به دستگاه گوارش، جلوی رشد و تولید سم این باکتری را می‌گیرد.

۳۵ بیمار

مبتلا به عفونت مقاوم کلسترییدیوئید دیفیسیل در کشور با پیوند مدفوع درمان شده‌اند، بدون گزارش عفونت یا عارضه جدی. این روش مورد تأیید سازمان غذا و داروی آمریکا (FDA) است.

پیوند مدفوع جایگزین آنتی‌بیوتیک‌نرایی نیست، اما به‌عنوان یک درمان مکمل، نقش بسیار مهمی در آینده پزشکی دارد.

جوامع پزشکی دنیا از مؤثر بودن پیوند مدفوع در درمان اختلالات افسردگی و اضطراب، بیماری‌های الزایمر، ام‌اس و پارکینسون و حتی اتیسم در کودکان امید می‌دهند.