

گفت و گو با دکتر شهرام آگاه متخصص گوارش

رضا احدی و عارضه کبدی

صفحه ۳

بیماری اش را مخفی کرد
وازد درمان تهاجمی سر باز زد
مرگ به سبک
دیوید بویی



خیلی‌ها می‌گویند دیوید بویی حق داشت
از آخرین روزهای زندگی خود در مقابل
خبر نگارها یا پنهان کردن بیماری اش
محافظت کند. او سلطان کبد داشت که
به رویه‌هایش هم رسید و بود به خوبی
می‌دانست در بهترین حالت درمانی تنها ۱۶
درصد شانس بهبود دارد... صفحه ۷-۶



گفت و گو با آزیتا حاجیان
در حوالی سالروز تولدش
چهره‌ام آرام است
دردکم غوغاست

صفحه ۵

پیریشنی از دکتر شهرام
فیر و زبخش متخصص ریه

کدام سرفه را جدی بگیریم؟

سرفه مکانیسم دفاعی برای حفاظت از دستگاه تنفس تحتانی است؛ مثلا وقتی گرد و خاک وارد مجاری هوایی می‌شوند انسان با مکانیسم سرفه و عطسه مانع از ورود اجسام ریز معلق در هوا به ریه می‌شود. اما علت سرفه فقط ورود جسم خارجی به ریه نیست و بسیار متنوع تر است... صفحه ۱۹

توصیه متخصصان تغذیه

سیگاری‌ها کدو حلوایی بخورند

این سبزی مملو از آنتی‌اکسیدان‌های مختلف به خصوص ویتامین C و E است. بنابراین در شرایطی که هوا آلوده است یا خوراکی‌هایی را مصرف کرده‌اید که رادیکال آزاد وارد بدن می‌کنند (مثلا غذاهای سرخ شده و انواع فست‌فود)، مصرف این سبزی کمک فراوانی به بدن می‌کند... صفحه ۳۳

پیریشنی از دکتر محمدعلی زحل متخصص ریه

پکیج و شومینه آسم می‌آورند؟

برخی وسایل گرمایشی مانند شومینه و بخاری و پکیج، بیش از حد آکسیژن می‌سوزانند و کاهش آکسیژن هوا در شرایطی که تهویه مطبوع وجود نداشته باشد می‌تواند سبب کمبود این گاز در هوا و بروز مشکلات تنفسی مثل تنگی نفس در افراد دودپوه بویژه کودکان شود که به آسم یا نارسایی‌های تنفسی منتهی‌شوند. از سوی دیگر هر شعله‌ای که در خانه روشن است... صفحه ۱۱

سلامت بخوانید سلامت بمانید



@salamatweekly



www.salamat.ir



@salamatweekly