



چرا از ایمان طبیعی  
بهترین انتخاب  
است؟ (۱۸)



در تابستان مراقب  
از حال رفتن ناگهانی  
باشید. (۱۹)



نیوپنتهان قندهای  
مصنوعی  
(۲۰)



دفع دردناک و  
مدفوع سخت  
(۲۱)

تلفات زمین



دکتر مهدی خواجوی  
پورد تخصصی جراحی مغز و  
اعصاب

## خانم‌های در ستین باروری، فصل گرما و خونریزی مغزی

خون در مغز ما به وسیله سیاهرگ‌های بزرگی جمع‌آوری و از مغز برگردانده می‌شود که به این سیاهرگ‌ها «سینوس» وریدی، می‌گویند. یکی از عوارض دهیدریشن (کمبود آب طولانی در بدن) ایجاد لخته در این سیاهرگ‌های بزرگ است که به دنبال ایجاد لخته در این سیاهرگ‌ها، مسیر خروجی خون در مغز بسته می‌شود و با افزایش فشارخون در مغز، موریگ‌ها آسیب می‌بینند و فرد دچار خونریزی مغزی می‌شود و احتمال مرگ یا فلجی کامل یک سمت بدن او وجود دارد.

چرا خانم‌های ستین باروری باید به این مطلب توجه خاص‌تری داشته باشند؟ چون برخی خانم‌ها در ستین باروری از قرص‌های ضدبارداری (ال‌دی) استفاده می‌کنند که انعقادپذیری خون را زیاد می‌کنند و ترکیب این قرص‌ها با نرسیدن آب به مدت طولانی به بدن می‌تواند ترمیم‌سینوس وریدی مغز (بسته شدن سیاهرگ‌ها) و خونریزی مغزی مرگبار بدهد.

پس اولاً همزمان با این داروها حداقل ۸ لیوان آب در روز بنوشید و اگر به هر دلیلی برای مدت طولانی نمی‌توانید آب بنوشید و همزمان قرص ضدبارداری هم مصرف می‌کنید، با پزشک زنان خود برای پیدا کردن راهی جایگزین برای پیشگیری از بارداری مشورت کنید.

شخصاً شاهد مرگ تعداد زیادی از زنان جوان به علت این عارضه به‌رغم جراحی اورژانس مغز آنها بوده‌ام، پس این توصیه را در فصول گرم سال جدی بگیرید.

## شب اوتیسم با همکاری مجله بخارا، انجمن اوتیسم ایران، انتشارات ققنوس و گروه مهر نوادر خانه اندیشمندان علوم انسانی

# درکم کن!

سید و پنجاه و نهمین شب‌بخارا به اوتیسم اختصاص داشت و دوشنبه بیست و پنجم تیر ماه با همکاری مجله بخارا، انجمن اوتیسم ایران، انتشارات ققنوس و گروه مهر نوادر خانه اندیشمندان علوم انسانی برگزار شد... (ص ۲۲)



© محسن سنگ

# SiderAL

مکمل خوراکی آهن لیپوزومال حاوی ویتامین  
فاقد گلوتن - محصول کشور ایتالیا



- اجزای تشکیل دهنده
- آهن پیروفسفات به صورت آهن لیپوزومال
- مزایای مکمل آهن سیدرال
- دارای جذب بسیار بالا
- بدون ایجاد عوارض گوارشی
- دارای طعم مطلوب
- فاقد گلوتن و مناسب برای افراد مبتلا به سلیاک

