

هشدار متخصصان حوزه سلامت  
در پی افزایش روند چاقی در جامعه



## همه گیری چاقی در راه است!

صفحه ۸

گزارش هفته نامه «سلامت»  
از کمبود دوز دوم واکسن  
کرونا در کشور

## چه خبر از دوز دوم واکسن؟!

با وجود اینکه روند واکسیناسیون کرونا در کشور  
سرعت گرفته، خبرها از توقف توزیع دوز دوم  
واکسن هادراکز بهداشتی و سردرگمی مردم برای  
تزیق دوز دوم واکسن حکایت دارد... صفحه ۲

اثرات اینفو دمی کووید-۱۹  
بر سلامت روان شناختی و  
تردید در تاثیر واکسن

## اینفو دمی چیست؟

با همه گیری کووید-۱۹ جهان با مشکلاتی روبرو  
شد که در مقایسه با سایر موارد بیماری های همه گیر  
بی نظیر بود. چنین رویکردی به دلیل اطلاعات  
اشتباهی که در چند سیستم عامل برای بیشتر مردم  
در دسترس بود، وجود آمد... صفحه ۳

بررسی اعتیاد به عشق و  
اعتیاد به رابطه جنسی از نگاه  
دکتر بهنام اوحدی روان پز شک

## آیا اعتیاد به عشق اختلال روانی است؟

اعتیاد به عشق از نظر علمی الگویی است از شیدایی  
شدید و روابط و سوا سو گونه به همراه تمایلی برای  
بیچارگی و ناامیدی در رابطه کسی که  
دچار اختلال اعتیاد به عشق است، همواره در طلب  
هجوم هیجانی و جنسی از یک رابطه جدید است اما  
نمی تواند این احساس را پایدار نگاه دارد... صفحه ۴

به مناسبت ۱۲ ژوئن (۲۲  
خرداد)، روز جهانی «کبد چرب»

## درد خاموشی «کبد»

«کبد چرب» بیماری مزمن و جدی است که در  
اثر اختلال متابولیک اتفاق می افتد. این بیماری  
که ارتباط مستقیم با مصرف زیاد غذاهای چرب  
و شیرین و بی تحرکی دارد، به عنوان بیماری  
دنیای مدرن شناخته می شود... صفحه ۶

به بهانه ۲۴ تا ۳۱ خرداد، که  
هفته جهانی «سلامت مردان»  
نامگذاری شده

## معضلات آینده ما جمعیت مردان سالمند

یکی از معضلات آینده ما جمعیت مردان سالمندی  
است که علاوه بر آشفتگی روانی، مشکلات جسمی  
بسیاری هم خواهند داشت و نظام های حمایتی  
کشور مانند بیمه به ویژه بیمه تکمیلی، برای دوران  
سالمندی باید بیشتر مهیا باشند اما متأسفانه هیچ گونه  
آمادگی در نظام حمایتی وجود ندارد... صفحه ۱۰

گزارش «هزینه های  
محیط زیستی بیت کوین» از  
زبان ۳ دانشمند ایرانی

## بالاخره بیت کوین خوب است یا بد؟

رمزارها تآوری هستند که جای خود را به  
سرعت در نظام پولی و سیاسی و اجتماعی جهان  
باز می کنند. از همه جنبه های آن گذشته، تاثیر بیت  
کوین بر محیط زیست کره زمین امروز به تدریج  
مورد توجه قرار می گیرد... صفحه ۱۴

به بهانه اول ذی القعدة (۲۲ خرداد)،  
ولادت حضرت معصومه (س) و روز ملی دختران

# دختران، فرشتگان کوچک سرنوشت ساز

تربیت کودکان همیشه یکی از مهم ترین دغدغه های هر پدر و مادری به شمار می رود که اگر بدون آگاهی انجام  
شود یا فقط بر اساس رساندن فرزندان مان به آنچه خود نتوانسته ایم به آن دست یابیم باشد و بخواهیم آنها زندگی  
نزیسته ما را زندگی کنند، چنین تربیتی قطعاً موفقیت آمیز نخواهد بود و مشکلات زیادی از جمله نارضایتی  
فرزندان را به دنبال خواهد داشت چون لزوماً خواسته های ما با علایق فرزندان مان یکسان نیست... صفحه ۱۱



## واکسن کرونا و سوالاتی که ذهن را درگیر می کنند

دانشمندان در حال تولید انواع واکسن برای کووید-۱۹ هستند. هدف  
تمام واکسن ها آموزش سیستم ایمنی بدن برای شناسایی و مسدود  
کردن ویروس عامل کووید-۱۹ است اما آیا در صورت وجود چنین  
واکسنی مردم مایل به دریافت آن خواهند بود؟... صفحه ۱۵



## مهم ترین نکات در انتخاب محصولات ضد آفتاب چه ضد آفتابی بزنیم؟

فرقی نمی کند که اهل خرید آفتاب باشید یا خرید حضوری،  
چرا که در هر صورت انتخاب یک محصول ضد آفتاب مناسب  
می تواند کار در دروس ساز و دشواری باشد. سوالات زیادی  
در باره محصولات ضد آفتاب وجود دارند که اگر با آنها آشنا  
باشید، تازه کار برایتان سخت تر هم می شود؛ مثلاً محصولات  
شیمیایی را انتخاب کنیم یا مینرال؟... صفحه ۱۳



## راه های حفظ محیط زیست از خرید تا پخت و پز مواد غذایی در آشپزخانه انرژی کمتری هدر بدهید!

این روزها مساله حفظ محیط زیست به چالشی بحث برانگیز  
در میان تمامی مردم جهان تبدیل شده است. بسیاری از افراد  
گمان می کنند که فقط با مصرف پلاستیک کمتر یا کاشت  
نهال می توانند به حفظ محیط زیست کمک کنند... صفحه ۷