



اما موضوعی به‌تازگی مطرح شده که از همه عوارض قلبی متفاوت‌تر است. «فرادید» چند روز پیش از پدیده جالبی خبر داد. اینکه خیلی از ما، به‌خصوص در همان یکی دو ماه اول قرنطینه که زندگی‌هایمان را به‌خوبی از نو شروع و رها کرده‌ایم، رفتاری برایمان ایجاد کرده یا خودمان حس کردیم که یک‌کسبه پیر شدیم! هنوز چند ماهه از قرنطینه نگذشته بود که احساس می‌کردم مغزمان خسته و فرسوده شد و تاب آورش بر ما آسان نبود. خیلی‌ها حساب معمول و برای دل‌داری به خودشان این حس و حال را به حساب بزرگ‌نمایی و یا تلقین گذاشتند. حالا با گذشت چند سال از آن دوران، پژوهشی جدید نشان داده این حس فقط یک توهم یا بزرگ‌نمایی نبوده و زندگی در ماه‌های اول همه‌گیری، واقعاً مغز ما را پیر کرده است؛ حتی مغز کسانی که هرگز به کرونا مبتلا نشده‌اند! ما چرا از آنجایی شروع شد که یک تیم پژوهشی به رهبری دکتر «علیرضا اسمعیل‌نژاد» که دانشگاه ناتینگهام با کمک هوش مصنوعی، اسکن مغز و آمار و ارقام، با استفاده از پیش‌روش از دوران کرونا برپرسی کردند. آن‌ها با گروه‌ها مقایسه می‌کردند. یک گروه که مغزشان دو بار پیش از همه‌گیری،

اسکن شده بود و گروهی که یک بار پیش از کرونا وارد دوم، سپس از آن اسکن گرفته بودند، نتیجه جالب بود. در گروه دوم، نشانه‌هایی از پیری زودرس مغز مشاهده شد. مثلاً کاهش حجم ماده خاکستری و سفید که معمولاً با بالا رفتن سن اتفاق می‌افتد، نکته مهم اینجاست حتی کسانی که هرگز کرونا نگرفته بودند نیز چنین تغییراتی را در مغزشان نشان دادند، یعنی خود تجربه زندگی در دوران کرونا تا تمام نشد، پیری زودرس، استرس را با اختلال‌های روزمره به‌تنه‌های فشار زیاد به مغز وارد کرده‌است.

یوه پژوهشگران گفته‌اند این یافته‌ها نشان می‌دهد حتی بدون ابتلا به بیماری، دوران همه‌گیری تأثیر مخربی بر سلامت مغز در افراد ایمن‌سال و سالمند داشته است. از سوی دیگر، کسانی که به‌کرون مبتلا شده بودند، در آزمون‌های شناختی مانند سرعت پردازش ذهنی، عملکرد ضعیف‌تری داشتند. یعنی بیماری علاوه بر تأثیر جسمی، می‌توانست توانایی‌های شناختی مغز را تحت تأثیر قرار دهد. البته نگرانی زیادی نیست، اختلاف‌ها مابین سبب مغز و دو گروه وجود ندارد. چه‌باید

است: نه پنج سال، تازه، این تغییرات ممکن است همیشگی  
انباشد، یعنی خود دانشمندان هم هنوز نمی دانند این  
تغییر برگشت پذیر هست یا نه! نکته دیگر هم اینکه ممکن  
است بعضی از کسانی که در تحقیق به عنوان «مبتلا نشده»  
شناخته شده اند، در واقع کرونا را بی سروصدا گرفته و پشت  
سر گذاشته باشند، چون اگر یادمان باشد آن روزها تست کرونا  
کم بود، علائم هم عجیب و غریب بود و بعضی وقت ها نمی شد  
تشخیص داد! در واقع کرونا گرفته و بیماری ساده ای را پشت  
سر می گذارد.

در حال این مطالعه مثل یکی از آن قطعات پازلی است که نشان می‌دهد بحران‌های جهانی، حتی اگر مستقیم بدن ما را درگیر نکنند، می‌توانند تأثیرات عمیقی بر ذهن و سلامت روان ما بگذرانند. اگر قرار باشد از آن دوران درسی گرفته شود، شاید یکی‌اش همین باشد که مغز و روان ما بیشتر از چیزی که فکر می‌کنیم به مراقبت نیاز دارند. پس در جهان امروز که بحران‌ها انگار تمامی ندارند و کرونا می‌رود و «تب دیگری» جایش را می‌گیرد و جای دیگری از جهان ویروس‌ها شناخته‌شده شیوع پیدا می‌کند، حواستان به این اعضا و روان و مغزتان باشد.



با این همه لپ‌تاپ، تبلت و گوشی که دوروبرمان هستند، دیگر کم پیش می‌آید کسی را ببینیم که دفتر و قلمی در دست داشته باشد و چیزی بنویسد. انگار نوشتن با دست، برای همیشه به کمد خاطرات

رفته است. اما حالا خبر رسیده که همین هنر فراوانش شده، حسابی برای معز مفید است. پژوهشگران دانشگاه‌های پرینستون و UCLA نشان داده‌اند کسانی که با قلم و کاغذ یادداشت می‌نویسند، بهتر یاد می‌گیرند و مفاهیم را عمیق‌تر درک می‌کنند. چرا؟ چون مغز آن‌ها فقط شنیده‌ها را تکرار نمی‌کند؛ بلکه اطلاعات را مثل کد نویسی، به زبان خودش بازنویسی می‌کند. تازه، نوشتن دستی تمرکز را هم بالا می‌برد؛ چون خبری از اعلا‌ها و تویف‌ها یا مزاح نیست که حواس‌مان را پرت کنند. پس شاید وقتش رسیده در میان این همه فناوری، یک‌بار با بگر به قلم و کاغذ برای فهمیدن بهتر، فرصت بدھیم.



## واکسن نخ دندان

تا همین دیروز از نخ دندان در نهایت برای پاک کردن خرده‌های غذا از لای دندان استفاده می‌کردیم، اما حالا به لطف دانشمندان، این نخ باریک نقشی در خط مقدم سلامت ایفا می‌کند. پژوهشگران توانسته‌اند عناصر و اکسن را به نخ دندان متصل کنند و ویروس، بدون درد و استفاده از سوزن و اکسپنه کنند. «نوبت «بخش درمانی» آن‌ها در برابر یک ویروس کشنده می‌گردد. آنتی‌بادی‌های در بزاق، مدفوع و مایع مغزی- نخاعی آن را در ناحیه‌های حتماً ایجاد می‌کند. به بیان ساده‌تر، نخ دندان می‌تواند ویروس را از دهان و گلو پاک کند و اکسن‌های مخاطی سستی در دستیار

بشماره ثبت ۱۱۳۲۱ و شناسه ملی ۱۰۳۸۰۲۷۰۲۷۷ ثبت شرکتهای مشهد

۷- سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی است

### تذکرہ مهم :

۱- سهامداران محترمی که قصد شرکت در مجمع را دارند از تاریخ ۱۴۰۴/۵/۱۳ لغایت پایان وقت اداری مورخ ۱۴۰۴/۵/۱۳ می توانند از طریق تماس تلفنی با امور سهام شرکت به شماره ۰۵۱۳۸۴۱۸۱۸۸ و ۰۵۱۳۸۴۱۸۱۹۹۰ ثبت نام نمایند. بدیهی است در روز مجمع تا قبل از شروع رسمی جلسه نیز با در دست داشتن اصل کارت سهام و کارت ملی، امکان ثبت نام خواهد بود.

بدیهی است حضور سهامداران محترم در مجمع منوط به ارائه کارت ورود به جلسه خواهد بود.

۲- آن دسته از سهامداران محترمی که امکان حضور در مجمع را ندارند، می توانند مجمع مذکور را بصورت آنلاین از طریق پیوند <https://www.aparat.com/ehya.co/live> مشاهده نمایند.

## هیئت مدیره شرکت احیاء صنایع خراسان

پذیرش غیر حضوری آگهی روزنامه قدس

37088



### نگهی مناقصه (نوبت اول) مناقصه عمومی دو مرحله ای (همراه با ارزیابی کیفی)

**مشخصات مناقصه:**

### مشخصات مناقصه:

[illegible]

## آگهی مناقصه عملیات

**نویید لولای برنجی به روش ریخته‌گری تحت فشار**

شرکت آرايه ها، معماری، رضوی، در نظر دارد جهت عملیات تولید لوله‌ای

### برنجی به روش ریخته گری تحت فشار را از طریق مناقصه عمومی

به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید. واجدین شرایط می توانند جهت

درج آگهی به مدت ۷ روز جهت ارسال پاکات به دبیرخانه شرکت به

آدرس مشهد کیلومتر ۱۴ جاده کنه بیست شرکت آرایه های معماری

رضوی اقدام نمایند: تلفن تماس ۰۵۱۳۲۴۸۰۲۴۱

کارت ملی متعلق به آقای حامد کریم پور  
چلمه سنگ با کد ملی ۰۹۴۵۵۶۷۳۳۲ متولد  
۱۳۶۷/۰۸/۲۰ فرزند حسین پایان اعتبار  
۱۴۰۹/۰۴/۱۱ در تاریخ ۱۴۰۴/۰۳/۰۱ مفقود  
گردیده و فاقد اعتبار می‌باشد.

آگهی مفقودی

برگ سبز خودروی سواری پراید هاج یک مدل ۱۳۸۹ به رنگ نوک مدادی متالیک به شماره موتور ۳۵۲۴۱۵۲ به شماره شاسی ۵۴۳۰۰۸۹۰۱۵۲۸۲ به شماره پلاک انتظامی ۳۶ ۴۷۹۷۴ به مالکیت احسان پرور رحیمی رحیم آبادی مفقود گردیده واز درجه اعتبار ساقط میباشند. تربت جام

برگ سبز، سند کمپانی، سند محضری خودرو  
پیرایدی جی تی ایکس ای مدل ۱۳۸۶ به رنگ سفید  
روغنی پلاک ۵۲۲ ۹۶۲ ایران به شماره موتور  
۱۸۴۸۳۷۹ به شماره شاسی ۳۱۴۶۷۰۳۱۴۲۸۶۰  
به مالیکت مسعود نگاهی مفقود گردیده وازدرجه  
اعتبار ساقط است.

١٤٠٤٠٦٨٤٠

140406A5D