

استلانت

فصلنامه علمی فرهنگی و هنری
شماره ۲۱ = زمستان ۱۳۹۹ - قیمت: ۵۰۰۰ تومان



خنده، کاتالیزور روابط
با رژیم دارویی خود بیستراشنا شوید
جذام، دشوارتر از مرگ
درباب نوید و کووید
آمدنم بعد چه بود؟

۱۴۰۰ سانه مبارک



ریتالین

فصلنامه علمی / فرهنگی ریتالین - شماره ۲۱ - زمستان ۱۳۹۹

صاحب امتیاز:

ملیکا کلاهدوزان

شماره ثبت:

۸۵-۳-۲۴۱

مدیر مسئول:

فاطمه حدادی

سر دبیر:

کیمیا مجیدی ایرج

صفحه آرا و طراح جلد:

مهدی لطیفی

ویراستار:

شیدا شهپرست

تدوین پادکست:

علیرضا رشیدی

اعضای هیئت تحریریه به ترتیب حروف الفبا:

طاها صافی



کیمیا مجیدی ایرج



مهدیه احمدی



فاطمه صافی



هانیه محمدپور



مهسا آل مؤمن



سارا صالحیان فر



آرمان نصر اصفهانی



علی خوچیبانی



عارف عارفان



مهتا سادات یداللهی



صبا رشیدی



اعضای تیم تهیه پادکست به ترتیب حروف الفبا:

مهرروز اشرفی



فاطمه سعادت خواه



نوشین اعتمادی



شقایق سعیدی



آذین الهی



شایان شیرانی



زهرا تمیزی فر



زهرا صالحی



لادن دیانی



نگین صالحی



شیما زارع



مرضیه کمالی اصل



با تشکر ویژه از سرکارخانم دکتر یگدانه، سرپرست محترم کمیته پژوهش های دانشکده داروسازی و سرکارخانم سلطانی، معاونت محترم فرهنگی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان.





ساز و سازگاری

فهرست مطالب

سخن سردبیر..... ۴

سرمقاله ۵

علمی

خنده بر هر درد بی درمان دواست! ۸

نگاهی به چند اختراع برتر سال ۲۰۲۰ ۱۱

جدام، دشوارتر از مرگ! ۱۴

با رژیم دارویی خود بیشتر آشنا شوید! ۱۶

English language teaching section ۲۰

فرهنگی

زبان مادری، زبان فرهنگ و هویت ۲۵

خنده، کاتالیزور روابط! ۲۶

باشگاه پنج صبحی ها ۲۸

معرفی فیلم هشت نفرت انگیز (The Hateful Eight) ۳۰

در کمیته پژوهش های دانشکده ی داروسازی چه می گذرد؟ ۳۱

در باب نوید و کووید ۳۴

قوانین طبیعت انسان ۳۵

معرفی فیلم انجمن شاعران مرده ۳۷

از در دلتنگی ها ۳۸

همنشینی با مهتاب ۳۹

آمدنم بهر چه بود؟ ۴۰





باصدای مهرروز اشرفی

سخن سردبیر

"دلخوشی ها کم نیست!"

تا به حال هر چه که در وصف زمستان شنیده ام، فضای غم باری را برایم توصیف کرده اما بقول سهراب: "دلخوشی ها کم نیست!". صبح بیدار شدن و دیدن یک منظره ی پر از برف جلوی پنجره و دلپذیر بودن تابش آفتاب موقع راه رفتن با پاهای یخ زده توی برف قطعاً فقط با همین فصل اتفاق می افتد. اما همه ساله به این روزها که می رسیم، همه خسته از فصل سرمایند و فقط چشم به آمدن بهار دوخته اند؛ این خاصیت انسان است؛ همیشه دلش برای چیزی که در راه است پرپر میزند و از چیزی که الان در دست دارد زده شده است. چندی بعد هم که از گرما دلزده شد، دلش هوای سوز و سرمای زمستان و لباس های گرم توی کمدهش را می کند. این فصل هم چه خوب، چه بد به پایان رسید. شما را نمیدانم اما من همیشه حال و هوای خوش و تب و تاب قبل از یک اتفاق زیبا بیشتر دلگرم می کند تا لحظه لحظه ی جریان آن اتفاق. امسال از همان سالهاست. از آن سالهایی که زمستان با آنهمه کم لطفی انسان ها، حال خوش آخرین روزهای پیش از بهار را ۱ روز بیشتر به لحظات ما هدیه می کند.

در این شماره، سعی بر آن داشته ایم که هم آهنگ با جهان حرکت کرده و با نگاهی به تقویم مناسبت های جهانی، قلم به دست بگیریم و بنویسیم. در بخش علمی، متناسب با روز جهانی خنده، جذام و اختراعات و اکتشافات، و در بخش فرهنگی نیز به مناسبت روز جهانی زبان مادری و مذهب، در زمستان و همچنین در وصف روزهایی که می گذرانیم، هیئت تحریریه قلم خویش را بر وزن ذوق خود رقصاندند. همچنین به سان سنت هر فصل، بخش هایی شامل معرفی سایت، فیلم و کتاب نیز در این شماره گنجانده است.

امیدوارم در سلامت کامل سال ۱۳۹۹ را به پایان رسانده و وارد سال نو شوید و بیست و یکمین ریتالین را در نوروز مطالعه کنید و کلام آراینده، در این بهار که از دیدار نزدیکان خود بی بهره اید، به مهمانی وجود ارزشمند خویش بروید.

دیگرگاهی است که افتاده ام از خویش به دور

شاید این عید به دیدار خودم هم بروم

قیصر امین پور

کیمیا مجیدی ایرج

سردبیر نشریه علمی فرهنگی ریتالین

صفحه ۴



باصدای نوشین اعتمادی



سرمقاله

مثل همیشه بی مقدمه بروم سر اصل مطلب انگار دارم این همه مدت "بودن" را خواب می بینم. چقدر ذوق پشت هر کاری بود، چقدر شادی می بارید از زمین و زمان. نمی خواهم غرولند کنم. نه اصلاً... فقط می خواهم اینجا، داخل بیست و یکمین نشریه ی ریتالین، برای آن کسانی که چند سال بعد از ما دارند کارهای نشریه رو پیش می برند بماند که چه گذشت در این سال گم شده، سال ۱۳۹۹ که دیگر دارد جمع می کند تا برود و آن هم به خاطره ها بپیوندد. آنقدر گذشته که همه ی سال های قبلش در ذهنم تار شده... شاید خاصیت بزرگسالی همین باشد... قطعاً این قرنطینه مزایایی هم داشته؛ خیلی ها فرصت پیدا کردند کمی با خودشان خلوت کنند، انگار دنیا از تکاپو برای چند هفته ایستاد؛ هم ترسناک بود هم جالب!

کمی راجع به حس و هوای این سن برایتان بگویم. یادم می آید قبل ترها اگر کسی چیزی را فراموش می کرد، تعجب می کردم! اگر می گفت وقت ندارم، حرص می خوردم! الان رسیدم به همه ی آن فراموشکاری ها و آنقدر پی مشغله ها دویدم که به خیلی ها گفتم "بیخشید وقت ندارم!..." به نظرم خیلی مهم است که به چه کسی بگوییم وقت ندارم و برای چه کسی وقتمان را خالی نگه داریم.

قبل ترها فکر می کردم سرمقاله نوشتن کار بزرگتر هاست، آن سال آخری ها. میتوانم بگویم در این چند سال خیلی فرق کرده ام. دانشگاه به شما چیزی را هدیه می کند که شما می خواهید؛ این مهم ترین دست یافته ی من طی این ۴-۵ سال بود.

مطمئنم این سرمقاله با سرمقاله هایی که تا به حال خوانده اید، فرق دارد. بیشتر دلنوشته هست ولی بد هم نیست. خودم دوستش دارم.

امیدوارم آخرین فصل نامه ی سال ۱۳۹۹ را در سلامت کامل مطالعه کنید که این روزها چیزی مهم تر از این نیست.

زمستان ۱۳۹۹

فاطمه حدادی مدیر مسئول نشریه ی علمی فرهنگی ریتالین





عکس : زهرا شیاسی



علمی

- خنده بر هر درد بی درمان دواست!
- نگاهی به چند اختراع برتر سال ۲۰۲۰
- جذام، دشوارتر از مرگ!
- با رژیم دارویی خود بیشتر آشنا شوید!
- English language teaching section -



خنده بر هر دردی درمان دواست!

(به مناسبت ۱۱ ژانویه، روز جهانی خنده)



- تئوری تحریک (arousal) می گوید که اگر افراد در یک موقعیت استرس زا بخندند، حالات تحریک جسمی آنها کاهش می یابد. این تئوری پیشنهاد می دهد که خنده تعامل پیچیده ای از ذهن و بدن بین شناخت و احساس را نشان می دهد و ریشه در مغز و سیستم عصبی دارد. زیگموند فروید (Freud) همچنین خندیدن را مکانیسمی دانست که می تواند حملات دیگری را مسدود کند و باعث کاهش واکنشهای عاطفی منفی یا احساسات ناخوشایند شود.

- نظریه ی ناهماهنگی می گوید خنده از فرآیندها، موقعیت ها و یا افکار پراکنده ای که از دانش یا منطق عمومی مردم دور است، نشأت می گیرد. این تئوری بیان می کند که مردم وقتی می خندند که با شرایطی خلاف انتظاراتشان مواجه می شوند. در واقع این نظریه بر جنبه های منطقی، زبان شناسی و شناختی تأکید دارد.

- تئوری برتری (superiority) می گوید که خنده زمانی رخ می دهد که مردم فکر می کنند که از دیگران برتر هستند. همچنین بیان شده که خنده باعث افزایش اعتماد به نفس نیز می شود.

پنج دیدگاه بزرگ در مورد خنده را می توان از نظر پزشکی و درمانی خلاصه کرد:

(۱) خنده واقعی یا خود به خودی (۲) خنده شبیه سازی شده (۳) خنده تحریک شده (۴) خنده القا شده (۵) خنده بیمارگونه.

- خنده های خود به خودی با اراده آزاد فرد ارتباطی ندارد و توسط محرک های مختلف (بیرونی) و احساسات

کلمه خنده ، از hliehhan در انگلیسی قدیمی آمده است که از صداهای خنده پیروی می کند. خنده ممکن است با ادامه منظم هجاهای ساخته شده با مصوت های کوتاه مانند "Ho-ho" ، "ha-ha" و "he-he" در انگلیسی نشان داده شود. خنده یک واکنش فیزیکی است که در انسان و برخی دیگر از گونه های اولیه مشاهده می شود و معمولاً ریتمیک و صدادار است؛ همچنین یک ویژگی عمومی در افراد است که به طور غریزی هنگام مکالمه اجتماعی با یکدیگر اتفاق می افتد.

در برخی موارد، خنده ممکن است ناشی از حالت های احساسی متضاد مانند خجالت، عذرخواهی یا گیجی باشد؛ مانند خنده های عصبی.

سن، جنس، تحصیلات، زبان و فرهنگ از جمله عوامل مؤثر بر تجربه خندیدن یک فرد در موقعیت های مختلف هستند.

طبق گفته ی دکتر میلئوس (Miletus) در قرن چهارم، کلمه ی "gelos" در زبان یونانی به معنای خنده بوده که ریشه ی آن، "Hele" به معنای سلامتی است. فیلسوفان در قرن شانزدهم خندیدن را مانند ورزش بدنی می دانستند؛ کانت (Kant) در قرن هجدهم، خنده را عامل مؤثری بر حفظ تعادل در سلامت جسمی به حساب می آورد. اسپنسر (Spencer) در قرن نوزدهم معتقد بود که خنده به کاهش تنش و بازیابی سلامتی کمک می کند.

نظریه های مرتبط با خنده سه دسته تئوری تحریک، اختلاف و برتری را مطرح کرده اند:

جسمی مورد استفاده قرار گرفت. در قرن ۲۰، استرس به معنای فشار روانی و تنش است که مردم از خارج دریافت می کنند(۱).

کاهش عملکردهای شناختی یکی از علائم اولیه زوال عقل است که یکی از مهمترین بیماری ها در افراد مسن به شمار می آید. این حالت با اختلالات حافظه، محاسبات و پیش بینی های غلط و گمراهی همراه است و در نهایت منجر به اختلال در مراقبت های شخصی و عملکردهای اجتماعی می شود. دمانس میتواند با سایر اختلالات روانی مثل افسردگی، اختلالات خواب، توهم و هذیان همراه باشد. به دلیل این تغییرات تحلیل برنده و بیماری های مزمن، افراد مسن ریسک بیشتری برای کیفیت زندگی پایین تر دارند. همچنین تغییراتی که منجر به تخریب عملکردهای بیولوژیکی و روانشناختی در افراد مسن میشود، با افزایش سن بیشتر میشود. خنده میتواند باعث کاهش شدت این علائم شود.

افسردگی یک بیماری شایع در افراد مسن است که بر جنبه های مختلف زندگی خانوادگی تأثیر می گذارد. مطالعات اخیر نشان داده اند افسردگی درمان نشده، منجر به افزایش بیماری و ناتوانی، خودکشی و مرگ و میر می شود(۲). در این بیماری انتقال دهنده های عصبی در مغز مانند نوراپی نفرین، دوپامین و سروتونین کاهش می یابد و در مدار کنترل خلق مغز مشکلی ایجاد می شود. خنده می تواند فعالیت دوپامین و سروتونین را تغییر دهد. علاوه بر این، اندورفین ترشح شده توسط خنده می تواند به درمان روحیه افسرده کمک کند.

یکی از روش های غیر پزشکی کاهش استرس، خندیدن و قرار گرفتن در محیط های دلپذیر است. خنده با کاهش سطح هورمون های استرس زا در خون، می تواند اثرات استرس را کاهش دهد؛ همچنین باعث کاهش غلظت سرمی کورتیزول، اپی نفرین، هورمون

مثبت ایجاد می شود. گزارش شده است که خنده های خود به خودی باعث انقباضات معمول عضلات اطراف حفره (کاسه) چشم می شود.

خنده های شبیه سازی شده توسط شخص و بدون دلیل خاصی، خود به خود تحریک می شوند و بنابراین ناشی از شوخ طبعی، سرگرمی، سایر محرک ها یا احساسات مثبت نیست.

خنده تحریک شده در نتیجه تماس فیزیکی یا رفلکس به برخی از عوامل خارجی مثل قلقلک، حرکات خاص صورت یا بدن و یا با فشار دادن استخوان های خنده اتفاق می افتد.

خنده القا شده ناشی از اثرات داروهای خاص یا موادی مثل الکل، کافئین، آمفتامین، شاهدانه، لیزرژیک اسید (Lysergic acid)، دی اتیل آمید یا LSD، نیتروس اکساید یا گاز خنده می باشد.

خنده پاتولوژیک در اثر صدمات به سیستم عصبی مرکزی ناشی از بیماری های عصبی مختلف موقتی یا دائمی یا به دلیل برخی اختلالات روانپزشکی ایجاد میشود. خنده پاتولوژیک بدون هیچ محرک خاصی ایجاد شده و با تغییرات عاطفی در ارتباط نیست. طول و شدت این خنده تحت کنترل ارادی فرد نیست و گاهی اوقات با گریه پاتولوژیکال همراه است.

تأثیرات روانشناختی خنده

در جامعه ی مدرن، رقابت شدید و تعامل اقتصادی- اجتماعی کیفیت زندگی را تحت تأثیر قرار داده و بر سلامت روان اثر منفی دارد.

استرس زمانی اصطلاحی رسمی شد که هان سلی (Hansselye)، پزشک کانادایی برای اولین بار تئوری سندرم سازگاری عمومی را بر اساس نتایج انواع مختلف آزمایشات حیوانی ارائه داد. ریشه کلمه استرس از "stringer" در لاتین به معنی "سفت کردن" است. این کلمه در قرن هفدهم برای توصیف فشار یا تنش



رشد و ۳،۴-دی هیدرونیل استیک اسید (یکی از کاتابولیت های عمده دوپامین) می شود. به طور خاص، مشخص شده است که سروتونین با ورزش مداوم یا یوگا فعال می شود. از آنجا که ورزش یا یوگا انرژی و نشاط بدن را افزایش می دهد و سروتونین را در خون فعال می کند؛ بنابراین خنده با افزایش نبض و ظرفیت ریه ها و کمک به سیستم گوارش، تأثیر مشابه ورزش یا یوگا دارد. بنابراین، با افزایش غلظت دوپامین و سروتونین خون ممکن است خنده درمانی در کاهش افسردگی به عنوان یک درمان جایگزین غیر دارویی بسیار مؤثر باشد.

خنده درمانی

اخیراً، علاقه به درمان غیر تهاجمی و غیر دارویی افزایش یافته، خنده درمانی در رسانه ها رشد کرده و بسیاری از محققان مطالعات مختلفی در مورد خنده انجام داده اند. علاوه بر این، خنده درمانی به آماده سازی های تخصصی مانند امکانات و تجهیزات مناسب احتیاج ندارد، به زمان و مکان بستگی ندارد و به راحتی قابل دسترس و مورد قبول است. خنده درمانی از نظر فیزیولوژیکی سطح هورمون های استرس را کاهش می دهد، سطح هورمون های تقویت کننده سلامت مانند اندورفین را افزایش می دهد و با افزایش تعداد نفوسیت های T (از طریق فعال شدن سلولهای کشنده طبیعی)، بوسیله ی IgM و IgA، IgG سیستم ایمنی بدن را تقویت می کند. همچنین حافظه، تفکر خلاق و حل مسئله را افزایش داده و تعامل بین فردی و ارتباطات را بهبود می بخشد. علاوه بر این خنده درمانی بر کاهش فشار خون هم مؤثر است.

مدت زمان زیادی طول کشید تا خنده به یک درمان پزشکی شناخته شده تبدیل شود. اگرچه این کار با بقراط و ارسطو آغاز شد، اما خنده درمانی همچنان تا قرن بیستم پذیرفته نشد.

از سال ۱۹۷۰، خنده به عنوان یک درمان مکمل و جایگزین در نظر گرفته شده و استفاده از این روش به سرعت گسترش یافته است؛ بطوری که در سال ۱۹۹۸، به پیشنهاد دکتر مادن کاتاریا، پزشک بنیانگذار یوگای خنده، روز ۱۱ ژانویه را "روز جهانی خنده" نام نهادند. در حال حاضر، چندین باشگاه خنده درمانی در سراسر جهان وجود دارد که در آنها مردم جمع می شوند تا عمداً بخندند. این خنده های ساختگی به تدریج در تشریح "هورمون های ضد استرس و شادی مؤثر واقع می شوند.

طبق تعریف AATH (American Association for Therapeutic Humor)، خنده درمانی به فعالیتی گفته می شود که با استفاده از تجربیات و عبارات جالب توجه، سلامت و رفاه بیمار را ارتقا می بخشد. بنابراین، خنده درمانی می تواند مجموعه ای از درمان های شناختی - رفتاری باشد که به سالم سازی روابط جسمی، روانی و اجتماعی کمک می کند و کیفیت زندگی را چند برابر بهبود می بخشد(۱).

منابع:

۱. Yim J. Therapeutic benefits of laughter in mental health: a theoretical review. The Tohoku journal of experimental medicine ۲۰۱۶; ۲۳۹(۳): ۲۴۳-۲۴۹.
۲. Ko HJ, Youn CH. Effects of laughter therapy on depression, cognition and sleep among the community-dwelling elderly. Geriatrics & Gerontology International ۲۰۱۱; ۱۱(۳): ۲۶۷-۲۷۴.



نگاهی به چند اختراع برتر سال ۲۰۲۰ (به مناسبت ۱ مارس، روز جهانی اختراعات و اکتشافات)



باصدای فاطمه صافی



آرمان نصراصفهانی

ورودی ۹۵ داروسازی

همانطور که اطلاع دارید سال گذشته با همه گیری ویروس کرونا همراه بود و به همین دلیل اکثر اختراعات حوزه سلامت، مربوط به مشکلات ناشی از این ویروس می‌شد. با این حال اختراعات جدید و منحصر به فرد زیادی نیز شکل گرفت. در این مطلب با توجه به روز جهانی اختراعات و اکتشافات (۱ مارس)، قصد داریم چند مورد از مهم ترین اختراعات این سال پر فراز و نشیب را خدمت شما معرفی کنیم :

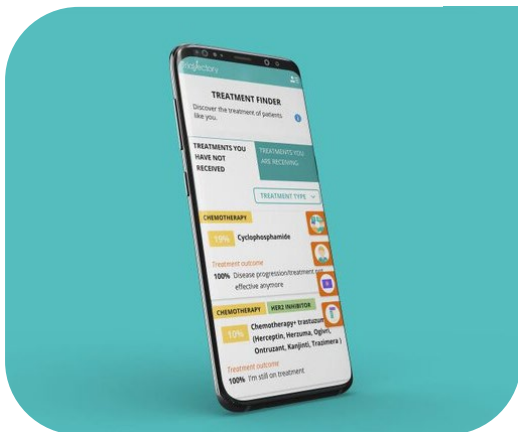
ویلچر هوشمند "لوسی" (LUCI)



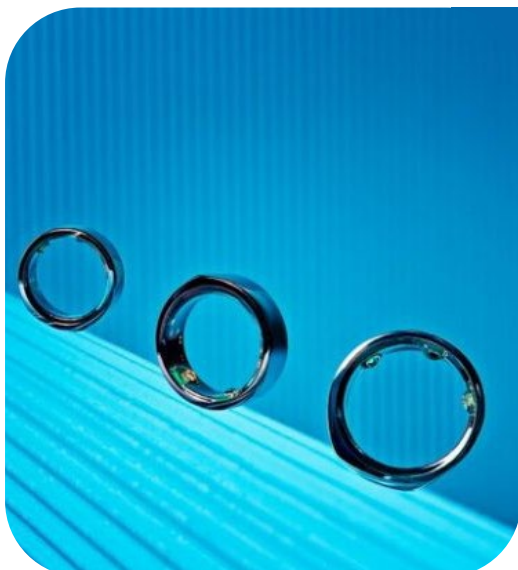
این ویلچر، که نخستین نمونه در نوع خود است، به نرم افزار و سخت افزار پیشرفته‌ای مجهز شده که به اتصال حسگر موجود در آن با فضای ابری کمک می‌کنند؛ همچنین سخت‌افزار لوسی که به چرخ‌های این ویلچر متصل شده است، از افتادن و برخورد آن با موانع پیشگیری می‌کند. از ویژگی‌های این ویلچر هوشمند می‌توان به سیستم پیشگیری از سقوط، دکمه مخصوص شرایط اضطراری، جلوگیری از برخورد لوسی با موانعی مانند دیوار، انسان، حیوانات یا وسایل خانه، سیستم هشدار و ارتباط در فضای ابری اشاره کرد. ویلچر لوسی به بیمار و مراقبان او کمک می‌کند که ارتباط بیشتری با جهان اطراف خود برقرار کنند. این دستگاه مجهز به رادارهای صوتی، فراصوتی و فرسرخ می‌باشد که در ویلچرهای دیگر این موارد کمتر و یا به ندرت دیده می‌شود.

اندام مصنوعی "Martin Bionics Socket-Less Socket"

اندام مصنوعی که در آن به جای اتصالات پلاستیکی قالب دار، از بند و شیرازه استفاده شده است. این اندام برخلاف موارد پیشین که بسیار سخت و غیر قابل انعطاف بودند؛ باعث راحتی و بالا بردن کیفیت زندگی فرد می شود. قیمت این اندام ها مشابه نمونه های قدیمی تر می باشد. از ویژگی های مهم این اختراع، قدرت چسبندگی و اتصال مناسب آن به بدن است (اصطلاح بغل کردن اعضای بدن به آن اطلاق می شود). از جمله برتری آن نسبت به نمونه های پیشین، کم کردن درد و فشار وارده به لگن و شکم حین نشستن می باشد؛ همچنین امکان ورزش کردن بدون آسیب رسی به اندام ها نیز میسر می گردد. این دستگاه باعث افزایش کارایی ماهیچه های مختلف بدن شده و سلامت اندام های فرد را بهبود می بخشد.

سرویس "TrialJectory"

اختراعی نوین است که برای مطابقت کاربران با آزمایشات بالینی و انجام درمان های سرطان از هوش مصنوعی استفاده می کند. به عبارت دیگر این سرویس لیستی از درمان های پیشرفته مورد نیاز را طبق تشخیص دقیق انکولوژیست برای فرد پیشنهاد و پیش آگهی وضعیت بیمار را با توجه به شرایط او به طور دقیق بررسی می کند. این اختراع، عوارض ناشی از داروهای مختلف جهت بررسی های وضعیت سرطان را نیز کاهش می دهد.

حلقه "اورا" (Oura)

حلقه "اورا" (Oura) نام فناوری دیگری است که از زمان شیوع کرونا بسیار محبوب شده است. شرکت "اورا" موفق به توسعه حلقه های هوشمندی شده که کاربران می توانند با در دست کردن آن از شرایط خود مانند دمای بدن، ضربان قلب و تعداد تنفس آگاه شوند. این حلقه های کوچک ۲۷۰ یوندی، دائماً دمای بدن کاربر را اندازه می گیرند و می توانند پیش از بروز علائم آشکار کووید-۱۹ مبتلا به آن را تشخیص و اطلاع دهند و حتی در مواردی که فرد اصلاً مشکوک به ابتلا نبوده، دقیقاً مشخص می کند که چه هنگام به ویروس کرونا درگیر شده است. به گزارش محققان دانشگاه های سانفرانسیسکو و سن دیه گوی کالیفرنیا، این حلقه ی هوشمند توانسته علائم بسیار خفیف کووید-۱۹ را در بیش از سه چهارم افرادی که جواب آزمایش کوویدشان مثبت شده است، پیشاپیش ردیابی کند.

"Vocera Smartbadge"



اختراعی که ممکن است در این شرایط شلوغی بیمارستان ها بسیار کاربردی باشد، دستگاهی موسوم به "Vocera Smartbadge" است که توسط پزشکان و کارکنان مراقبت‌های بهداشتی استفاده شده و به آنها امکان می‌دهد تا با استفاده از "دستورات فعال شده با صدا" با سایرین درکادر درمان بیمارستان ارتباط برقرار کنند. در حال حاضر کادر درمان هنگام مراقبت از بیماران در لحظات حساس، در صورت نیاز به تماس با دیگر پزشکان و پرستاران باید کاری را که انجام می‌دهند متوقف کنند، اما به کمک دستگاه Vocera Smartbadge که می‌تواند به لباس آنها متصل شود دیگر نیاز به توقف کار نیست؛ چرا که این وسیله به پزشکان اجازه می‌دهد تا با استفاده از دستورات فعال شده با سایر اعضای کادر درمان صحبت کنند. "برنت لنگ"، مدیر عامل شرکت Vocera می‌گوید: «با استفاده از این وسیله، کادر درمان دیگر هرگز مجبور نیستند کاری که انجام می‌دهند را متوقف کنند و دستکش‌ها را در آورده و دست خود را درون جیب انداخته تا برای تماس با همکاران، تلفن خود را در بیاورند!»

"AlterEgo"



دستگاه نوینی به نام "AlterEgo" است که محققان ام.آی.تی توسعه داده‌اند و می‌تواند کاربران را بدون لمس صفحه کلید یا باز کردن دهان، قادر به برقراری ارتباط با رایانه کند. محققان یک دستگاه پوشیدنی ساخته‌اند که سیگنال‌های عصبی و عضلانی را هنگام بیان ذهنی اندازه‌گیری می‌کند و کلمه‌ای که کاربر در ذهنش برای گفتن آماده کرده است را تشخیص می‌دهد. زمانی که کاربر می‌خواهد کلمه‌ای که در ذهنش است را بیان کند، الکترودهای این گجت سفید رنگ، سیگنال‌های ذهنی کاربر را جمع‌آوری می‌کنند. پس از آن، این سیگنال‌ها به رایانه‌ای که از شبکه‌های عصبی برای تشخیص کلمات استفاده می‌کند، ارسال می‌گردند و کلمه‌ای که در ذهن کاربر بوده، توسط این دستگاه شنیده و تشخیص داده می‌شود.

منابع:

www.gadgetnews.net
www.luci.com
www.martinbionics.com
www.TrialJectory.com
www.independentpersian.com

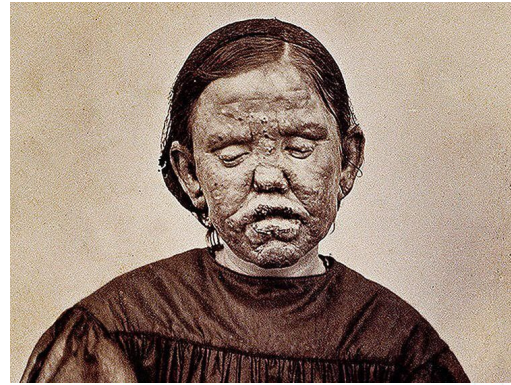
جذام، دشوارتر از مرگ!

(به مناسبت ۲۷ ژانویه، روز جهانی کمک به جذامیان)



صبا رشیدی

ورودی ۹۷ داروسازی



بیماری پوستی در نظر گرفته می شود. در صورت عدم درمان، جذام ممکن است پیشرفت کند و باعث آسیب دائمی به پوست، اعصاب، اندام ها و چشم ها شود. آسیب بافت ممکن است به دلیل مایکوباکتریوم لپرا باشد. بیشترین خسارت ناشی از واکنش های ایمنی و ازدیاد حساسیت ثانویه می باشد.

بیماران جذام از نظر میزان آلودگی به مایکوباکتریوم لپره، به ۲ گروه تقسیم می شوند:

۱- خفیف (Paucibacillary) که میزان باکتری در بدنشان کمتر از ۱ میلیون است. در این بیماران تست اسمیر پوستی منفی می شود. بیمار دارای ۵ یا تعداد کمتری ضایعه پوستی است. اکثر بیماران جذامی در این دسته قرار دارند.

۲- شماره ۲ نوع شدید بیماری است که شیوع باکتری در آن بیشتر از ۱ میلیون است و کمتر مشاهده می شود. بیمار جذامی درد شدیدی در ناحیه زخم احساس می کند و دلیل آن نفوذ مایکوباکتریوم به درون بافت های مختلف بدن است که در نتیجه خوردگی استخوان، غضروف و پوست را شاهد هستیم. فاکتورهای بیماری زایی باکتری شامل پوشش مومی و اسیدهای مایکولیک است. یکی از شایع ترین مسائلی که افراد از آن شکایت دارند نیز توهم حرکت مورچه ها زیر پوست در نواحی زخم می باشد.

بیشترین شیوع جذام مربوط به آسیا، آفریقا، تاحدودی آمریکای مرکزی و جنوبی و اقیانوسیه است. کشورهای هند، برزیل و اندونزی از نظر شیوع جذام در رأس هستند. این کشورها حدود ۸۵ درصد موارد تشخیص داده شده ی جذام را دارا می باشند. هم چنین در ایران مشخص شده است که خط سیر مناطق جذام خیز از خراسان شروع و پس از گذشتن از مازندران، گیلان، زنجان و آذربایجان، به کردستان و کرمانشاه منتهی می گردد.

بیماری در هر سنی ممکن است حادث گردد، اما بیشترین شیوع سنی آن در بزرگسالان و جوانان است. به طوری که در مناطق بومی، بروز سنی بیماری در سنین ۲۰ تا ۳۵ سالگی، به اوج می رسد. در بعضی از نژادها بیماری در مردان بیشتر از زنان است و نوع

روز جهانی کمک به جذامیان، مصادف با ۲۸ ژانویه ۱۹۴۵ یکی از مناسبت های بین المللی مرتبط با سازمان بهداشت و یادآور توجه بیشتر به بخش کوچکی از افراد جامعه است که با بیماری جذام روزگار سپری می کنند. این روز، با تلاش و کوشش شاعر و روزنامه نگاری فرانسوی به نام رانول فولرو در سال ۱۹۵۲ میلادی به ثبت رسید و از سال ۱۹۵۴، روز ۲۸ ژانویه به عنوان «روز جهانی کمک به بیماران جذامی» در تقویم جهانی ثبت گردیده و همگام با جهانیان در تقویم ایران نیز هشتم بهمن ماه به عنوان روز کمک به جذامیان نامیده شد.

در این روز در سراسر دنیا همایش ها و مراسم هایی همراه با برنامه های آموزشی در مورد نحوه جلوگیری از شیوع بیماری جذام و آگاهی بخشی راجع به آن برگزار می گردد. همچنین در کشورهای مختلف هزینه ای برای کمک به جذامیان در درمان جمع آوری می شود. ما نیز بر آن شدیم تا در این شماره از نشریه ریتالین به ارائه اطلاعات جامع و در عین حال کوتاه و مفید درباره ی این مسئله بپردازیم.

جذام یا بیماری هانسن، عفونت مزمن ناشی از مایکوباکتریوم لپرا (M. leprae) یا مایکوباکتریوم لپروماتوز (M. lepromatosis) است. در اروپا، بیشتر موارد جذام از خارج وارد می گردد، با این حال گاهی اوقات یک مورد در یکی از کانون های بومی قدیمی تشخیص داده می شود. در اواخر قرن بیستم توجه از بیماری جذام به سل و عفونت های نقص ایمنی انسانی تغییر یافت، به موجب آن برنامه جذام WHO با اعتقاد به برص (نوعی بیماری پوستی که در آن لک های سفید به دلیل از دست رفتن رنگدانه پوست به وجود می آیند) که از بین رفته است، کاهش یافت. موضوع مهم در رابطه با این بیماری این است که تشخیص دیر هنگام پزشک منجر به از دست رفتن بافت های بدن می شود.

جذام در درجه اول، بیماری اعصاب محیطی، پوست و مخاط، به ویژه دستگاه تنفسی فوقانی است. ضایعات پوستی معمولاً اولین علامتی است که مشاهده می گردد و بنابراین یکی از دلایلی است که به عنوان یک

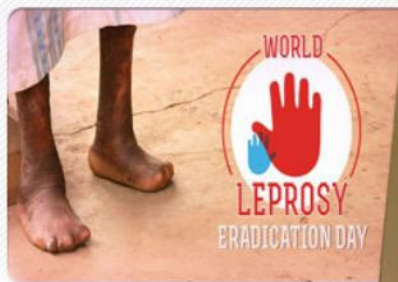
های عصبی می‌شوند. استفاده از داروی تالیدوماید (Thalidomide) نیز برای درمان غده‌ها و ضایعات پوستی به کار می‌رود. تالیدوماید نباید به هیچ عنوان توسط زنان باردار استفاده شود زیرا موجب نقص در جنین می‌شود.

داپسون (Dapsone) نخستین دارویی بود که برای درمان جذام مورد استفاده قرار گرفت و همیشه با حداقل یک داروی دیگر همراه است. این دارو با جلوگیری از سنتز اسید فولیک موجب جلوگیری از ازدیاد ارگانیزم در بدن می‌شود. دو مورد از داروهای مکمل برای کنترل جذام، ریفامپین (Rifampin) و کلوفازیمین (Clofazimine) هستند. ریفامپین یکی از داروهای اصلی مورد استفاده در درمان سل است و کلوفازیمین یک آنتی بیوتیک است که توسط مکانیسم‌های ناشناخته اثر می‌کند. هر سه دارو به صورت

لیپوماتوز بیماری در مردان، ۲ برابر زنان عارض می‌گردد. تأثیر فقر، در بروز آن به اثبات رسیده است. از نظر شغلی، اکثریت جذامیان ایران را کشاورزان تشکیل می‌دهند اما در بین بیماران جذامی، کارمند، مهندس، کارگر و... نیز به چشم می‌خورد. شایان ذکر است که حساسیت نژادی نسبت به جذام را نمی‌توان از دیگر عوامل بیماری مجزا نمود؛ بنابراین اگر جذام در منطقه‌ای شایع‌تر است، ممکن است به علت دخالت عوامل زیست‌شناسی، اقتصادی، اجتماعی و همچنین منشأ نژادی و قومی باشد.

جذام، روند زمانی خاصی ندارد و علی‌رغم طولانی بودن دوره‌ی نهفتگی، باعث همه‌گیری یا طغیان نمی‌شود و حتی با صنعتی شدن بعضی از کشورهای که این بیماری در آن بومی بوده، از میزان بروز آن کاسته شده است.

روز جهانی جذام



خوراکی مصرف می‌شوند و دوز و طول مدت استفاده از دارو بستگی به مواردی از جمله، مرحله‌ی بیماری، کودک یا بزرگسال بودن بیمار و میزان باکتری لپره در بدن دارد. درمان چند دارویی بیماری، بین ۶ ماه تا ۲ سال طول می‌کشد. مایکوباکتریوم لپره به بسیاری از آنتی بیوتیک‌ها مقاوم است اما به داپسون حساس است. داپسون در دهه ۱۹۴۰ کشف شد و از آن زمان برای درمان جذام استفاده می‌شود. سازمان بهداشت جهانی، درمان چند دارویی را برای جذام پیشنهاد می‌کند که شامل داپسون، ریفامپین و کلوفازیمین است

منابع:

<http://www.who.int/lep/diagnosis/en/>
<http://leprosymailinglist.blogspot.com/2013/12/lml->
http://www.searo.who.int/entity/global_leprosy_progra
<https://www.who.int/lep/research/WHOenl-guide.pdf>

انسان، تنها مخزن بیماری است. همچنین میمون مانگابی (Mangabey) که نوعی میمون دنیای جدید است به صورت طبیعی آلوده می‌شود.

راه‌های انتقال بیماری عبارتند از دستگاه تنفس، دستگاه گوارش، پوست، از طریق رحم مادر به نوزاد، تماس با حیوان‌ها، حشرات و خاک محیط اطراف. واکسن ب‌ت‌ژ به میزان قابل قبولی از بدن در برابر خوره حفاظت می‌کند. ظاهراً این واکسن بین ۲۶ تا ۴۱ درصد (برای نمونه‌های کنترل شده) و ۶۰ درصد برپایه‌ی مشاهدات مطالعه شده، مؤثر بوده که دو بار تزریق آن بهتر از یک بار جواب می‌دهد. البته همچنان تلاش‌ها برای بدست آوردن واکسن‌های بهتر ادامه دارد. استفاده از آنتی بیوتیک‌ها نیز برای سرکوب عفونت مؤثر است و استفاده‌ی طولانی مدت بین ۶ ماه تا یک سال از ۲ یا چند آنتی بیوتیک توصیه می‌شود. البته آنتی بیوتیک نمی‌تواند زیان‌های عصبی جذام را برطرف نماید.

داروهای ضد التهاب شامل استروئیدها مانند داروی پردنیزولون (Prednisolone) باعث کنترل درد و آسیب

با رژیم دارویی خود بیشتر آشنا شوید!



کیمیا مجیدی ایرج

ورودی ۹۷ داروسازی



مهتاسادات یداللهی

ورودی ۹۷ داروسازی

(معرفی سایت علمی "Drugs.com")

در این شماره، شما را با یکی از سایت های اصلی و معتبر برای کسب اطلاعات دارویی آشنا می کنیم. این سایت، یک اپلیکیشن با ویژگی های مشابه نیز دارد که برای هر دو سیستم عامل اندروید و iOS قابل استفاده است و امکان دستیابی به نکات مهمی درباره ی داروهای مختلف اعم از توضیحات کلی دارو، نکات مصرف برای بیماران، عوارض جانبی، اشکال دارویی، اطلاعات فارماکوکینتیکی و فارماکودینامیکی دارو را به کاربر داده است. به علاوه در بخشی از آن بیماری های مختلف، علائم آنها و داروهای تجویزی برای درمان هر یک از آنها نیز آمده است.

در این مقاله ابتدا به معرفی بخش های اصلی سایت و محتوای هر بخش می پردازیم و سپس به صورت کاربردی یک دارو را سرچ می کنیم تا اطلاعاتی که پس از سرچ دارو در سایت، در اختیار بیمار قرار می گیرد را به شما نشان می دهیم و امیدواریم بتوانیم شما را به یکی از کاربران سایت تبدیل کنیم. پس از ورود، ابتدا صفحه ی اصلی سایت که در تصویر زیر قابل مشاهده است، را خواهید دید. در ادامه به صورت مفصل در مورد تمام بخش های آن صحبت خواهیم کرد.

بخش اول: Drugs A-Z

در صورتی که داروی خاصی مد نظرتان است و برای یافتن اطلاعات و نکات این دارو به سایت مراجعه کرده اید، لازم است در ابتدا با سرچ نام دارو در صفحه اصلی سایت، به صفحه ی اختصاصی مربوط به نکات دارو هدایت شوید. این سایت حتی مسیری را برای جستجوی داروهایی که املای درست نامشان را نمی دانید، پیش رویتان گذاشته است؛ کفایت حرف اول نام دارو را پیدا کرده و آن را انتخاب کنید، سپس سایت، لیستی از داروهایی که با آن حرف شروع می شوند را برای شما نمایش خواهد داد و یافتن نام دارو را برای شما بسیار آسان خواهد کرد و اینگونه با کلیک بر روی نام دارو به راحتی به صفحه ی اختصاصی مربوط به داروی موردنظرتان هدایت می شوید.

یکی از نکات مثبت درباره ی این سایت این است که لزوماً نباید داروساز باشید تا بتوانید از آن استفاده کنید! این سایت، اطلاعاتی، مناسب هر قشر از مخاطبانش دارد. پس از کلیک بر روی یکی از حروف الفبا می توانید از طریق لینک "Consumers Leaflets"، راهنمایی ها و اطلاعات لازم که به صورت عمومی برای بیمار آمده است (مانند نکات مصرف و ...) را بیابید. همچنین در همین صفحه از طریق لینک "Professional Monographs" اطلاعات را به صورت تخصصی تر، برای کادر درمان نیز می بینید.



بخش دوم: Pill Identifier

چنانچه بسته بندی قرصتان را گم کرده اید و نمیدانید دارویی که در دست دارید چیست، نگران نباشید! می توانید با ورود به این بخش از سایت، از نام آن اطلاع یابید. البته به محض ورود به این بخش، سایت به شما اطلاع می دهد که "این بخش مربوط به اشکال دارویی است که در کشور آمریکا تولید می شوند." بنابراین هنگام مطالعه ی این بخش، لازم است به این نکته و تفاوت های ساخت دارو و فرمولاسیون ها در کشور ما و کشور آمریکا نیز توجه داشته باشید. پس از اطلاع پیدا کردن از این موضوع، با کلیک بر گزینه ی "Accept" به صفحه ی اصلی این بخش راه پیدا می کنید. در این بخش، دو راه برای سرچ داروی خود و پیدا کردن اطلاعات آن پیش روی شماست: راه نخست این است که با وارد کردن کد حک شده روی دارو (متشکل از حرف، عدد، یا هردوی آنها)، رنگ دارو و شکل دارو، سایت اطلاعات داروی شما را پیدا کند. راه دوم این است که در بخشی پایین تر از همین صفحه، می توانید تنها با وارد کردن نام دارو، به شکل داروی خود و دیگر اطلاعات روی جعبه ی آن دست پیدا کنید.

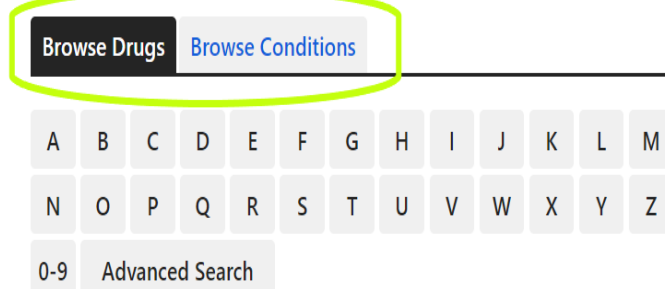
بخش سوم: Interactions Checker

شاید بتوان این قسمت را مهم ترین قسمت از یک سایت اطلاعات دارویی دانست و عمدتاً سایت هایی از این دست، این قسمت را شامل می شوند. در این قسمت شما می توانید یک لیست از داروهای مصرفی خود ایجاد کنید و پس از آن، سایت به شما اطلاع می دهد که کدامیک از داروهایتان با دیگری تداخل دارند. پس از تهیه ی لیست دارویی خود، با کلیک بر گزینه ی سرچ، سایت به شما دو دسته اطلاعات می دهد: در بخش "Consumer" اطلاعات عمومی، برای بیماران است که در آن، شدت تداخلات داروها باهم و همچنین توصیه هایی برای بیماران مصرف کننده مثل شرایط ضرورت مشورت با کادر درمان اطلاع داده شده است و در بخش "Professional"، که مربوط به افراد متخصص در حوزه ی درمان است، به اطلاعات تخصصی تر نظیر علل ایجاد تداخل، علائم آن و نحوه ی پایش بیمار اشاره شده است. یکی از ویژگی های مثبت این سایت این است که بیمار می تواند پس از ساختن لیست داروهای مصرفی خود، آن را در سایت ذخیره کرده و برای خود، حساب شخصی ایجاد کند؛ که این ویژگی، خصوصاً برای افرادی که مدت زمان زیادی داروهای ثابتی مصرف می کنند مانند سالمندان و یا افراد دیگر با بیماری های خاص بسیار ارزشمند است.

بخش چهارم: News & Alerts

در این بخش هم اخبار و مقالات مختلف دارویی و پزشکی، اخبار مربوط به پیدایش داروهای جدید و کارآزمایی های بالینی انجام گرفته برای آنها نوشته می شود. این اطلاعات هم نظیر سایر اطلاعات سایت برای بیماران و متخصصان کادر درمان سطح بندی شده اند و قطعاً از کمک کننده ترین بخش ها برای به روز رسانی اطلاعات داروسازان است. پس از بررسی کامل نوار بالای صفحه ی اصلی سایت، به بررسی قسمت های مهم دیگر موجود در صفحه که در تصویر، قابل مشاهده است، می پردازیم.

در بخش Browse Drugs باز هم می توانید با جستجوی داروی موردنظرتان، پروفایل مربوط به آن را مشاهده کنید. در بخش Browse Conditions این امکان به شما داده می شود که با جستجوی نام یک بیماری یا شرایط پاتولوژیک، اطلاعات مربوط به آن بیماری نظیر داروهای رژیم درمانی را مشاهده کنید.



Browse A-Z: Drug, Treatment, Condition or Class

پس از یافتن و انتخاب نام بیماری، چنانچه اطلاعات درباره ی آن بیماری کامل باشد، شما شاهد پنج قسمت در مورد بیماری موردنظر خود خواهید بود: Health Guide، Disease References، Q & Care Notes، Medication List A که به پرسش و پاسخ درباره ی آن بیماری مربوط می شود. این بخش ها را در تصویر مربوطه مشاهده می کنید.

در قسمت های Health Guide و Disease Reference، توضیحات مختلف و نسبتاً تخصصی تری در مورد بیماری اعم از ماهیت آن، علائم، نحوه ی تشخیص، طول دوره ی بیماری، ریسک فاکتورها، پیشگیری و درمان و بهترین زمان برای مراجعه به یک متخصص ذکر شده است. در قسمت Care Notes هم تقریباً همین اطلاعات اما این بار به صورت غیر تخصصی تر و برای اطلاع دهی به بیمار مطرح شده است. در این قسمت علاوه بر اطلاعات قبلی، به بیمار گفته شده که در چه شرایطی بهتر است برای رفتن به بیمارستان، با اورژانس تماس بگیرد.

در قسمت Medication List لیستی از داروهای مورد استفاده برای این بیماری عنوان شده و این داروها درجدولی، از نظر موارد مختلف با یکدیگر مقایسه شده اند.

در صورتی که بیماری خاصی مدنظرتان نیست و تنها می خواهید دو دارو را با یکدیگر از جهات مختلف مقایسه کنید، همانطور که در تصویر قابل مشاهده است، می توانید در صفحه ی اصلی و اولیه ی سایت، به قسمت Compare Drugs وارد شده و نام هر تعداد دارو را وارد کنید تا مقایسه ی آنها را با یکدیگر مشاهده کنید. همانطور که خواهید دید، در این بخش داروها از نظر کلاس دارویی، عوارض جانبی، اشکال دارویی، اسامی تجاری، طول عمر، سطح خطر برای مصرف در دوران بارداری، تداخلات دارو-دارو و غذا-دارو و همچنین احتیاطات و موارد منع مصرف با هم مقایسه شده اند.

The screenshot shows the Drugs.com homepage with the 'Compare Drugs' icon circled in green. Below the navigation bar, there are sections for 'Browse Drugs', 'Browse Conditions', and 'Browse by Site Section'. The 'Browse by Site Section' includes links for 'Drugs A-Z', 'Side Effects Checker', 'Dosage Guidelines', 'Manage your Meds', 'Mobile Apps', 'Health Professionals', 'Medical News', 'FDA Alerts', 'New Drugs', and 'More'.

Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

Medically reviewed by Drugs.com. Last updated on Oct 26, 2020.

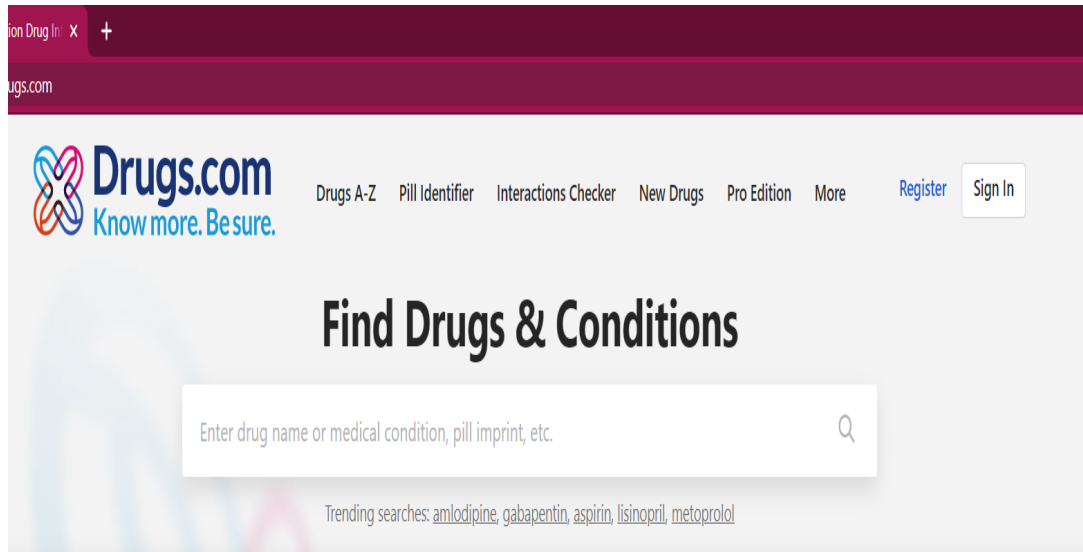
Health Guide Disease Reference Care Notes Medication List Q & A

What is Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)?

Attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD), usually first diagnosed in childhood, can appear in a variety of forms and has many possible causes. People with ADHD probably have an underlying genetic vulnerability to developing it, but the severity of the problem is also influenced by the environment. Conflict and



حال که بخش های اصلی سایت به تفصیل توضیح داده شدند، به صورت کاربردی، یک دارو را در سایت سرچ می کنیم تا ببینیم که سایت چگونه اطلاعاتش را برای استفاده در اختیار کاربر قرار خواهد داد.



پس از اینکه شما نام داروی خود را در سایت پیدا و سرچ کردید، در صفحه ی اول، اطلاعات عمومی دارو را مشاهده می کنید؛ به عنوان مثال با کلیک بر علامت بلندگویی که در کنار نام داروی خود می بینید، می توانید تلفظ صحیح نام دارو را بشنوید. پایین تر از این قسمت، در همین صفحه، نام های ژنریک و تجاری دارو عنوان شده است. پس از آن، اطلاعات لازم برای مصرف کننده ی دارو بیان شده است؛ مانند معرفی دارو، هشدارهای مهم در حین مصرف، نکات مهم قبل از مصرف و روش صحیح مصرف آن. همچنین در ادامه برای بیمار توضیح داده شده است که در صورتی که به هر دلیلی فراموش کرد یکی از دوزهای دارو را مصرف کند، بقیه ی دوزها را چگونه و با چه روندی باید مصرف کند تا در پروسه ی درمانی تداخلی ایجاد نشود. پس از آن، توصیه های لازم برای شرایطی که اووردوز در مصرف دارو صورت گرفته، بیان شده است و در نهایت نیز عوارض جانبی مصرف دارو برای بیمار و همچنین داروهایی که روی مصرف این دارو تأثیرگذارند، ذکر شده است.

نکته ی مثبتی که در بیشتر قسمت های سایت به چشم میخورد این است که در کنار اطلاعاتی که به کاربر داده است، به مشورت با پزشک یا سایر اعضای کادر درمان نیز تأکید کرده و با استفاده از این موضوع منع مصرف خودسرانه دارو را بیان کرده است. در آخر این بخش، سؤالات متداول مصرف کنندگان دارو را نیز می بینید که کمک می کند تا آگاهی شما نسبت به دارویتان تکمیل شود.

پس از قسمت آگاهی بخشی به مصرف کننده، اطلاعات تخصصی تر مانند عوارض جانبی کامل تر، موارد منع مصرف، احتیاطات دوران بارداری و شیردهی، اشکال دارویی، مکانیسم اثر دارو، تصاویر مربوط به این دارو در کشور آمریکا، تداخلات این دارو با سایر داروها، مقایسه ی این دارو با سایر داروهای جایگزین، اصلاح دوز برای هر گروه از بیماران با شرایط متفاوت، قیمت گذاری این دارو، کلاس دارویی و دسته بندی آن ذکر شده است.

حال شما نیز با تمام قسمت های کاربردی سایت Drugs.com آشنا شوید و زین پس می توانید بعد از دریافت هر رژیم دارویی، پاسخ تمام سوالات و ابهامات خود را در این سایت پیدا کنید. پس شروع کنید؛ بیشتر بدانید تا مطمئن تر باشید.



مرضيه كمالي

ارشد بيوشيمي

English language teaching section



(This section is designed to improve your English language learning in the Pharmaceutical industry).

About the main source of this section (book): **English for the Pharmaceutical Industry** has been specifically developed for people who need to communicate effectively in English in the pharmaceutical **industry**. The book will equip learners with the linguistic skills and specialist vocabulary necessary to understand daily situations in a work environment.

Note: This section contains audio files (two podcasts).

Explanation 1: An R& D meeting takes place, in which John answers questions about a new chemical substance (podcast 1).

Written form of podcast 1:

John: Thanks to all of you for coming at such short notice. This will be more a **brainstorming session** to **start off**. What do you think you will need to know about the new **substance** before we can **get to work** on our new project?

Hilda: First of all, could you tell us what kind of formulation we could develop from this **NCE**?

John: Well, we **firmly** believe we may have a good substance to help us develop a **time-release patch** form of **Mensamint**TM. Are there any other questions?

Frank: Yes, I'd be interested in knowing more about the **bioavailability** of this NCE.

Marcus: I am sure there must be some information available on the toxicity of the substance. Am I right?

Janet: Are you in a position to answer the question about what kind of **time frame** we are talking about for the first in-**man study**?

Brian: In your opinion, are we in a position to make this new dosage



form with our current technology?

John: ... Wait a minute! I'll be happy to answer all your questions - but one at a time! OK, Frank, what did you want to know?

Glossary 1: Synonyms

<p>Brainstorming Session: A way of developing new ideas, through a discussion in which several people make lots of suggestions and the best ones are chosen.</p>	<p>Start Off: To start doing something – to make something start to exist or happen – to make something begin.</p>
<p>Substance: A particular type of liquid, solid, or gas – general words for materials.</p>	<p>Get to Work: To start doing something.</p>
<p>NCE: New chemical entities.</p>	<p>Firmly: Unwaveringly, firm, steadfastly, securely, hard.</p>
<p>Time-release: Denoting something, especially a medicine, that releases an active substance gradually.</p>	<p>Patch: Cover, piece, phase – patterns and arrangements.</p>
<p>Mensamint™: Is a new dosage form of mensadent™ (obtainable with physician's prescription only). It uses the newly synthesized active substance mensagitatum (Latin origin: the mind moves/ animates).</p>	<p>Bioavailability: The proportion of a drug or other substance that enters the circulation when introduced into the body and so is able to have an active effect.</p>
<p>Time Frame: The period of time during which something happens or must happen – general periods of time – periods of success.</p>	<p>Man Study: Study on humans.</p>



Explanation 2: Janet, a chemist, and Brian, a pharmacologist, meet to talk about the brainstorming meeting (podcast 2).

Written form of podcast 2:

Janet: I'm not **convinced** that we will be able to **come up** with a **viable** patch form of MensamintTM. I'm afraid we are still running tests to **find out** what kinds of **side effects** are possible. What do you think about the **situation**?

Brian: It's true that we don't have a complete answer to that question yet. We'll need **a bit** more time. But it seems to me that it's the time needed to develop the patch form that we have to worry about. I'm sure that some other dosage forms would work just as well or maybe even better.

Janet: What did you **have in mind**?

Brian: Well, developing a patch would take anything from six months to a couple of years. I think we should **consider** either a gel tablet or a pill. We already have the technology for both. Of course, even a liquid form would be better than a patch.

Janet: And Brian, **regarding** drops or syrup - we don't have the technology perfected yet - but we're working on it. We should be able to come up with an answer in about four weeks.

Brian: That's good news, Janet. Let's get together with Dr Steinmetz in Production and see what he thinks. Then we can present our ideas



for other dosage forms to John at the next meeting.

Janet: That's a great idea. I'll call Dr Steinmetz right away and get back to you later.

Glossary 2: Synonyms

Convinced: Certain that something is true.	Come up: To move something towards a place – applying and interviewing for jobs – general words meaning to happen.
Viable: Possible and able to be done.	Find out: To discover a fact or piece of information.
Side effect: An effect of a medicine that is not intended and could be unpleasant – general words for results and outcomes.	Situation: General words relating to jobs and work.
A bit: Slightly or a little.	Have in mind: To intend or want to do something.
Consider: To think about something carefully before making a decision or developing an opinion.	Regarding: Concerning a particular subject.
Right away: Immediately – happening or done quickly and suddenly.	Get back: To return something to a place.

Sources:

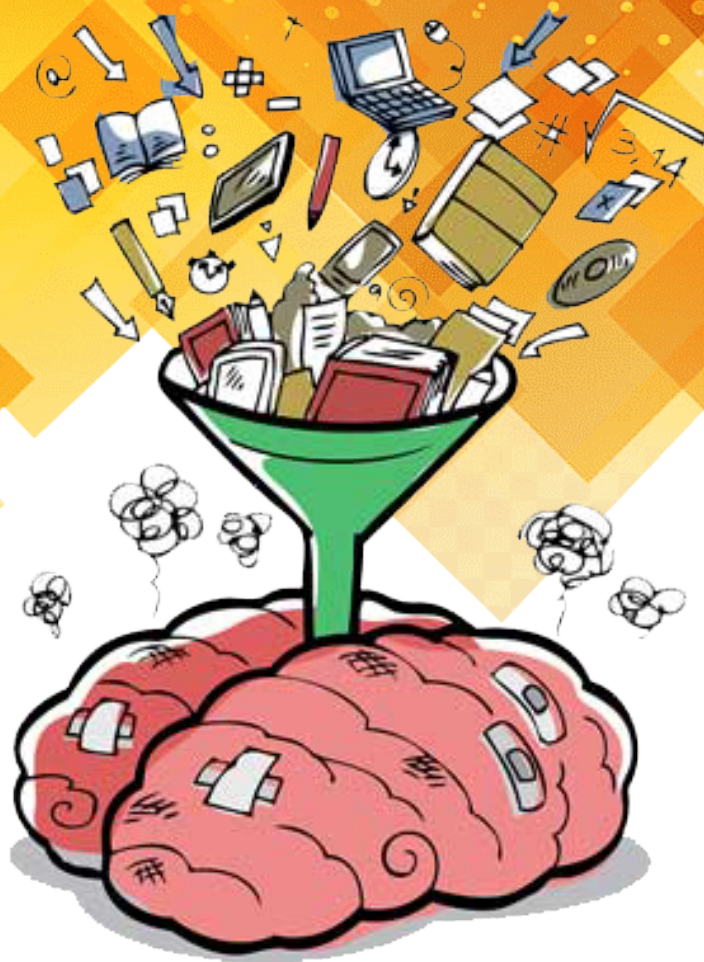
Book: Michaela Bücheler, Kathy Jaehnig, Gloria Matzig, Tanya Weindler, (2014), English for the Pharmaceutical Industry (Express series), Oxford University Press is a department of the University of Oxford. It furthers the University's objective of excellence in research, scholarship, and education by publishing worldwide in Oxford New York.
Dictionary: Macmillan Dictionary (Online Cellphone Application).



تراک ۶



تراک ۵



فرهنگی

- زبان مادری، زبان فرهنگ و هویت
- خنده، کاتالیزور روابط!
- باشگاه پنج صبحی ها
- معرفی فیلم هشت نفرت انگیز (The Hateful Eight)
- در کمیته پژوهش های دانشکده ی داروسازی چه می گذرد؟
- در باب نوید و کووید
- قوانین طبیعت انسان
- معرفی فیلم انجمن شاعران مرده
- از در دلتنگی ها
- همنشینی با مهتاب
- آمدنم بهر چه بود؟



زبان مادری، زبان فرهنگ و هویت

(به مناسبت ۲۱ فوریه، روز جهانی زبان مادری)



باصدای عارفان



علی خوچیانی

ورودی ۹۶ داروسازی

عواطف و احساسات بین هر قومی با زبان مادری آن‌ها پیوند دارد و سروده می‌شود. دور بودن از زبان مادری یعنی از دست دادن و عدم درک بخش بزرگی از عواطف و احساسات قوم خود؛ همچون لالایی‌ها، سوگندنامه‌ها، داستان‌ها و ...

زبان مادری شاخصی برای هویت فرهنگی هر شخص می‌باشد. کودک با استفاده از زبان مادری اش با والدین، خانواده، نزدیکان و منسوبان، فرهنگ، تاریخ، هویت و دینش ارتباط برقرار می‌کند. زبان مادری، کودک را با فرهنگ جامعه‌ای که از آن برآمده وهیوتی که در آن شکل گرفته است پیوند می‌دهد. کودکی که زبان مادری اش را نداند از اثرگذارترین و کارآمدترین ابزار، که می‌تواند با استفاده از آن در دامان فرهنگ تربیت یابد، محروم می‌ماند.

هر انسانی از بدو تولد، هویت مادر خود را به همراه دارد و هنگام متولد شدن از مادر فرهنگ، زبان، کشور، هویت و شخصیتش شروع به شکل‌گیری می‌کند. مادر یعنی معنای کامل برای مهم‌ترین کلماتی که شخصیت هر شخص به آن وابسته است؛ زبان مادری، سرزمین مادری و ... به طور کلی کیستی ملی هر شخصی وابسته به زبان مادری اوست.

زبان‌های موجود در هر کشوری پرچمی برای نمایاندن فرهنگ آن کشور هستند. در کشور ما نیز از زمان کوروش کبیر تا به امروز ایجاد ارتباط و حفظ زبان‌های مادری با این وسعت و تنوع از بلوچ و ترک و لر و فارس گرفته تا گرج و ارمنی و عرب و ... بسیار دشوار به نظر می‌رسید، اما اراده و تعصب هر قوم نسبت به زبان مادری خود سبب شد که از گذشته تا به امروز هویت اقوام مختلف حفظ شود و زبان فارسی بین مردم کشور برای ارتباط کلی بین آن‌ها به زبان پایه‌ی کشوری تبدیل شده و نظم و ساختار این هویت بزرگ حفظ شود.

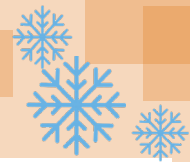
حفظ زبان مادری یعنی حفظ اصالتی که به وسیله‌ی آن می‌توان خود را به کشورها و اقوام مختلف معرفی کرد. پس باید برای حفظ آن تلاش کرده و هویت و اصالت خود را از دست ندهیم.

«زبان» بلندترین پرچمی است که بر تارک فرهنگ هر ملتی استوار نشسته و نماد هویت هر تباری است که به گوهری بودن اصالت خویش باور داشته باشد. زبان چنان ققنوسی است که شالوده‌ی هر شخص را در خود جای داده! «ملتی که ققنوس خود را آتش می‌زند خود را می‌سوزاند.» و این ققنوس چیزی نیست جز فرهنگ و هویت که بارزترین جلوه‌ی آن زبان است، پس نادیده گرفتن هویت یعنی نابودی خود.

وقتی از حفظ، تقویت و توسعه فرهنگی یک جامعه سخن به میان می‌آید، زبان نیز، به عنوان عاملی اساسی مطرح می‌گردد؛ چرا که زبان در حکم رشته‌ای است که همواره فرهنگ گذشته و حال را به هم پیوند داده است.

بخشی از میراثی که نوزاد با خود به دنیا می‌آورد اندوخته‌هایی از زبان مادری است. بر این اساس که او به صدای مادر و پدرش زودتر و بیشتر از هر کس دیگری واکنش نشان می‌دهد. زبان کودک، زبانی ساده و پیش‌پا افتاده نیست؛ بلکه آکنده از هیجان، احساسات، تصاویر و تخیلات است. بنابراین، وقتی بیان می‌شود شایسته است با کودک به زبان خودش سخن گفت. این بدان معنا نیست که به ساده‌ترین شکل ممکن با او سخن گفته شود، منظور همان زبان مادر او می‌باشد. رشد مغزی، عاطفی و هیجانی کودک در سال‌های اولیه زندگی، یعنی تا پایان دوره ابتدایی، مرهون بهره‌مندی از زبان مادری است. نخستین مفهوم‌سازی‌های کودک از خود و جهان اطراف بر پایه زبان مادری اش شکل می‌گیرد. به همین ترتیب، کودک نخستین تجربه‌های عاطفی و شناختی خود از جهان را هم با زبان مادری ابزار می‌کند.

هر شخص از هر قبیله و قومی که باشد، دارای هویت و گوهری به نام زبان مادری بوده که باعث پیوند قلب‌های آن قبیله و قوم به یکدیگر می‌شود. در همین راستا هر آن کس که از این نعمت دور شود و توانایی سخن گفتن و یا نوشتن به زبان مادری خود را نداشته باشد، همیشه در حسرتی برای بهره‌جستن از زبان مادری خویش خواهد بود؛ زیرا عمیق‌ترین



باصدای سارا صالحیان



نگین صالحی

ورودی ۹۸ داروسازی



خنده، کاتالیزور روابط!

(به مناسبت ۱۱ ژانویه، روز جهانی خنده)



آخرین باری که خندیدین کی بوده؟ آخرین باری که سعی کردین بخندین کی بوده؟ و آخرین باری که واقعا و از ته دل خندیدین چطور؟ این خندیدن می تونه به خاطر ویدیویی باشه که توی اینستاگرام دیدین، مسخره بازی و شوخی با دوستاتون که تهش غش غش خندیدین یا حتی زورکی باشه به جوک های نه چندان بامزه ی بعضی اساتید! همونطور که می بینین ما از خنده به عنوان نوعی ارتباط غیرکلامی به صورت روزمره استفاده می کنیم.

خنده ما را به هم نزدیک تر می کند

دکتر دانبار، رئیس گروه تحقیقات علوم اعصاب اجتماعی و تکاملی در بخش روانشناسی تجربی در دانشگاه آکسفورد، خنده های اجتماعی را فعالیتی می داند که به پیوند گروهی کمک می کند و ممکن است بخش مهمی در تکامل حیوانات بسیار اجتماعی باشد. نتایج آزمایش های دکتر دانبار و گروهش نشان می دهد که خنده نه تنها نقش مهمی در ارتباطات اجتماعی و غیرکلامی داشته ، بلکه ویژگی هایی را نیز فراهم کرده که پیوند گروهی را تشویق و از ما در برابر درد جسمی و حتی روانی محافظت می کند.



خندیدن با دیگران ارزشمند تر از خندیدن به تنهایی است

خنده ی مشترک یکی از مؤثرترین ابزارها برای تازه نگه داشتن روابط و هیجان دادن به آنهاست. همانطور که به اشتراک گذاشتن احساسات، رابطه را قوی و پایدار می کند؛ خندیدن با یکدیگر باعث شادی و نشاط می شود. شوخ طبعی قدرتمند و مؤثر برای بهبود کینه ها ، اختلاف نظرها و آزارها است. گنجاندن شوخ طبعی بیشتر در تعاملات روزمره، می تواند کیفیت ارتباط شما با همکاران ، اعضای خانواده ، دوستان و حتی روابط عاشقانه تان را بهبود بخشد.

- استفاده از شوخ طبعی و خنده به شما امکان می دهد:
- رها تر باشید و کمتر در دام مشکلات بیافتید.
- از حالت دفاعی خارج شده و همچنین به شما کمک می کند قضاوت ها ، انتقادها و تردیدها را فراموش کنید.
- ترس هایی که شما را عقب نگاه داشته و مانع از رسیدن به خواسته هایتان هستند را کنار می زند؛ در نتیجه نهایتاً قادر می شوید احساسات واقعی خود را ابراز کنید.





پس متوجه شدیم که خنده با فراهم کردن احساس ارتباط بیشتر با یکدیگر، مزایای اجتماعی برای ما فراهم می‌کند. به همین دلیل بسیاری از افرادی که سخنرانی می‌کنند با شوخی به بحث وارد می‌شوند. اگر همه با هم بخندند، یک پیوند جمعی ایجاد می‌گردد که راحتی و آرامش بیشتری برای صحبت با دیگران در اطرافمان ایجاد می‌کند.

وقتی افراد با هم می‌خندند این سیگنال را می‌فرستند که جهان بینی مشابهی دارند. از همین روست که خنده را به "چسب روابط انسانی" تشبیه می‌کنند؛ این باعث می‌شود حس ارتباط گرفتن با یکدیگر نیز افزایش پیدا کند.

نتایج تحقیقات نشان داده که در فیلم‌های مختلف، میزان خنده‌ی مشترک افراد، تأثیرات شگفت‌انگیزی بر حس شباهت و برقراری ارتباط به کسی که با او فیلم می‌بینند دارد؛ که این خود، میزان علاقه و تمایل افراد را به ارتباط گرفتن با فردی که با او فیلم دیده‌اند، افزایش می‌دهد. (پس اگر با شخص مورد نظر رفتین سینما، فیلم کمدی ببینین !!:))

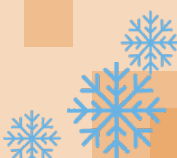
چجوری می‌تونیم بیشتر بخندیم!؟

- فیلم یا نمایش تلویزیونی خنده دار تماشا کنید.
- صفحات مجازی خنده دار را دنبال کنید.
- در اجتماعات و دورهمی‌های کوچک یا بزرگ، دنبال افراد بامزه بگردید.
- یک شوخی خوب یا یک داستان خنده دار را به اشتراک بگذارید.
- قسمت کتاب‌های طنز را در کتابفروشی‌ها بررسی کنید.
- با دوستان خود بازی‌های مفرح انجام دهید.
- با حیوانات خانگی وقت‌گذرانده و بازی کنید.
- به کلاس "یوگای خنده" بروید.
- با کودکان وقت بگذرانید.
- هر از گاهی کاری احمقانه انجام دهید.
- برای فعالیت‌های سرگرم‌کننده وقت بگذارید (به عنوان مثال بولینگ، گلف کوچک، کارائوکه).



سخن پایانی:

اگر بتوانیم به طور مداوم از خنده در زندگی خود استفاده کنیم، تأثیر مثبتی بر روابط و رفاه ما خواهد داشت. اگر یاد بگیریم که زندگی را کمتر جدی بگیریم، آرامش بیشتری خواهیم داشت و دیگران هم در اطراف ما راحت‌تر خواهند بود. پس جوک‌های بیشتری بگویید و کمی بیشتر بخندید! خنده بهترین درمان است.





باصدای فاطمه صافی



هانیه محمدپور

ورودی ۹۴ داروسازی

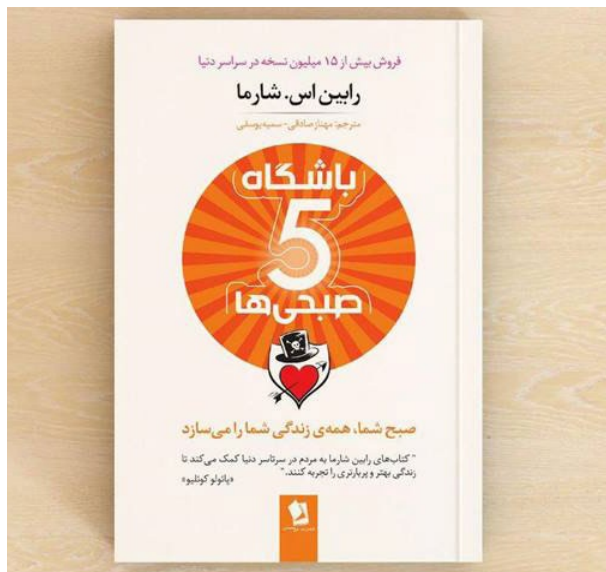
معرفی کتاب

باشگاه پنج صبحی ها (The 5 A.M Club)

داستان طی می کند بسیار جالب است. میلیاردر موفق به هیچ عنوان رمز را کف دست آن ها نمی گذارد بلکه آن ها را چند روزی به جزیره خودش دعوت می کند و به همراه آن ها سفری طولانی را در پیش می گیرد. هر جای این سفر پر از نکته و رمز و راز است که با خواندن کتاب می توانید به این نکات ارزنده پی ببرید.

رابین شارما، نویسنده کانادایی کتاب، یکی از موفق ترین، شاخص ترین و مشهورترین نویسندگان حوزه رهبری، مدیریت زندگی شخصی و انگیزشی است که تاکنون بالغ بر ۱۲ کتاب در همین حوزه ها منتشر نموده که جزو برترین و شناخته شده ترین کتب این حوزه می باشند. او همچنین بنیانگذار و مدیرعامل مؤسسه آموزشی است که رسالتش آموزش رهبری و مدیریت کسب و کار است و شارما لیدرشپ اینترنشنال نام دارد. مطلب جالب اینجاست که او تا ۲۵ سالگی، یک وکیل دادگستری بود که نتوانست آرامش و رضایت دلخواهش را در این شغل به دست آورد و تصمیم گرفت نویسندگی را امتحان کند. پس از موفقیت دومین کتابش، او به کل دنیای وکالت و قانون را رها کرد و تمام وقت خود را بر روی نویسندگی گذاشت اما نمی دانست که چه استعدادی در ارائه و سخنرانی دارد. او هم اکنون یکی از سخنرانان برتر جهان در زمینه رهبری و تسلط شخصی است که به تازگی یکی از مربیان برتر رهبری در جهان شناخته شده است.

توضیح رابین شارما درباره کتاب باشگاه پنج صبحی ها: باشگاه پنج صبحی ها، بر اساس مفهوم و روشی است که برای بیش از بیست سال برای کارآفرینان برتر، مدیران ارشد شرکت های بسیار معروف، سوپرستارهای ورزشی، افراد برتر حوزه موسیقی، و اعضای سلطنتی تدریس می کنم. من این کتاب را در مدت بیش از چهار سال در ایتالیا، آفریقای جنوبی، کانادا، سوئیس، روسیه، برزیل و جزیره موریتیوس نوشته ام. گاهی نوشته های این کتاب، خیلی راحت به ذهنم می آمدند و گاهی برای ادامه دادن کتاب، با سختی هایی روبه رو می شدم. گاهی اوقات، می خواستم پرچم سفید را بالا ببرم و تسلیم شوم



"در این زمانه که همه چیز به صورت تصاعدی در حال تغییره، عوامل حواس پرتی بسیار زیادن و برنامه زندگی همه پر و شلوغه، بیدار شدن در ساعت پنج صبح و اجرای برنامه صبحگاهی، حکم پادزهر در برابر موندن در حد متوسط را داره. دیگه نیاز نیست صبح ها عجله کنید. تصورش را بکنید که همین یک فاکتور چه تاثیر مثبتی روی روز شما می ذاره. شیمی مغز ما در اوایل صبح متفاوت عمل میکنه. بخش پیشانی مغز ما که مسئولیت نگرانی یا تجزیه و تحلیل مسائل را بر عهده داره، در ابتدای صبح موقتاً غیرفعال. در این بازه زمانی، دوپامین و سروتونین به مقدار زیادی در بدن ترشح می شه و همین موضوع باعث می شه که سرشار از انرژی و آرامش بشیم. این بهترین راه برای شروع یک روز خارق العاده ست." کتاب باشگاه پنج صبحی ها از آثار ارزشمند و پرفروش حوزه رشد و توسعه فردی است و تاکنون افراد زیادی آن را مطالعه کرده و از مطالب بی نظیر آن بهره برده اند. اثربخشی این کتاب به حدی است که باعث شده است که به عنوان یکی از معروف ترین کتاب های حوزه رشد و توسعه فردی تبدیل شود. اساتید بهره وری و رشد فردی بر این باور هستند که این کتاب بی نظیر آقای رابین شارما این شایستگی را دارد که به عنوان یکی از کتاب های مرجع در دانشگاه ها تدریس شود.

این کتاب با یک روایت اصلی شروع می شود که رابین شارما در حین روایت، درس ها و نکات مهم خودش را به مخاطب یادآوری می کند. در داستان ما سه شخصیت اصلی ایفای نقش می کنند که این سه شخصیت، یک کارآفرین افسرده و سرخورده، یک هنرمند درمانده و در جستجوی خلاقیت و یک میلیاردر بسیار موفق هستند. این سه نفر در یک سمینار بهینه سازی فردی با یکدیگر آشنا می شوند. در این سمینار اتفاقات جالبی رخ می دهد و باعث می شود که سر صحبت بین این سه نفر باز شود. این صحبت مقدمه را برای ارتباط بین این سه نفر فراهم می کند و در نهایت میلیاردر موفق وقتی می بیند که این دونفر تشنه تغییر و موفقیت هستند، تصمیم می گیرد که رمز موفقیت خودش را به آن ها بگوید. مسیری که



- درجه ی کاری که شما به دنیا ارائه می دهید معرف میزان احترامیست که برای خودتان قائلید. آنهایی که عزت نفس بی نهایت برای خودشان قائلند، به خود اجازه نمیدهند که کار متوسط ارائه دهند؛ چون قدر و منزلتشان را تنزل میدهند.

- یادتان باشد که ثبات قدم برای هر نوع تعالی ضروریست. دقیقاً در همان لحظه ای که حس می کنید دیگر نمی توانید ادامه دهید، فرصتی عالی نهفته است برای شکل دادن سطحی کاملاً نو از قدرت اراده ی شما.

- تمام نوابغ بزرگ واقعاً عاشق بازی کردن بودند. آنها درک می کردند که تفریح کردن شکل قدرتمندی از بازیابی قدرت است. تمام آنها فعالیت های فرح بخش داشتند که باتری هایشان را از نو شارژ می کرد. زمانی را که شما به دور از کار صرف می کنید، تلف نشده است بلکه یک الزام است. این کار فضایی را به شما خواهد داد برای پرورش ایده هایی که برای شما ثروت سازند. پس، کمتر کار کنید تا کار بیشتری را به انجام برسانید.

- بهبودهای هر روزه ی کوچک و به ظاهر ناچیز، وقتی به طور مستمر انجام گیرند، به مرور زمان نتایج حیرت انگیزی در بر خواهند داشت. پیروزی های کوچک هر روزه و بهینه سازی های اندک، مطمئن ترین راه برای رسیدن به یک زندگی پرافتخارند.

و گاهی این مسئولیت پذیری، من را به ادامه دادن تشویق می کرد. تمام تلاش خودم را در نگارش این کتاب کرده ام و خالصانه از تمام افرادی که در سراسر دنیا به من کمک کرده اند تا کتاب باشگاه پنج صبحی ها را تکمیل کنم، سپاسگزارم. من از صمیم قلب این کتاب را تقدیم شما می کنم. دنیا به قهرمانان بیشتری نیاز دارد و شما این قهرمان را در درون خودتان دارید. پس دیگر منتظر نمانیم و از همین امروز شروع کنیم.

قسمت هایی از متن کتاب:

- تمام تغییرات در ابتدا، دشوار، در میانه راه، پرهرج ومرج و در انتها، زیبا هستند. تمام کارهایی که حالا برایتان راحت است، زمانی برایتان سخت بوده است. با تمرین مداوم، بیدارشدن همراه خورشید به روال عادی جدید و خودکار زندگی شما تبدیل خواهد شد.

- تعداد زیادی از افراد با قابلیت، به سندروم تمرکز شکسته مبتلایند، چون زندگی حرفه ای و شخصیشان را با کلی ابزار الکترونیکی، حواس پرتی دیجیتال و هیاهوی سایبری پر کرده اند. اگر می خواهید جزو برنده ها باشید، لطفاً استادان بزرگ تاریخ رو الگو قرار بدهید و تمام لایه های پیچیدگی رو از روزهایتان پاک کنید. همه چیز را ساده کنید. به حالتی تبدیلشان کنید که مقاومت کمتری در مقابل حرکت به جلو نشان دهند.

کتاب باشگاه پنج صبحی ها، مناسب افرادی است که می خواهند برنامه ریزی کنند تا به پیشرفت برسند. شما با خواندن این کتاب یاد خواهید گرفت که از ساعت های شروع روزتان که با ارزش ترین زمان های روز هستند، بهترین استفاده را بکنید.

"پیروزی در ابتدای روز آغاز میشه و اولین ساعات روز زمانیه که قهرمان ها ساخته میشن."





باصدای طاها صافی



شایان شیرانی

ورودی ۹۸ داروسازی

سال ساخت : ۲۰۱۵

ژانر فیلم : جنایی / درام / راز آلود

افتخارات : نامزد ۳ جایزه اسکار و برنده ۱ اسکار

کارگردان : کوینتین تارانتینو

بازیگران : ساموئل جکسون / کورت راسل / تیم راث /

جنیفر جیسون لی



معرفی فیلم هشت نفر ت انگیز (The Hateful Eight)

را به خورد دیزی بدهد. در این هنگام جو گیج یکی از افراد تیم نجات دهنده ی دیزی لب به اعتراف گشوده و خود را مسئول مسموم کردن قهوه معرفی می کند. اسوالد که خودش را مأمور اجرای اعدام جا زده بود هفت تیر کوچکی را از زیر پالتوی خود بیرون کشیده و به پای کریس شلیک می کند و خود نیز در اثر شلیک کریس از پای درمی آید. مردی که تا کنون ناشناس مانده و در زیر کف کلبه پنهان شده است همزمان به سرگرد شلیک کرده و او را به سختی مجروح می کند. همینجا فیلم به عقب برگشته و شرحی از آنچه امروز صبح در استراحتگاه گذشته است را نشان می دهد. برادر جوان دیزی به همراه سه آدمکش دیگر با یک دلیجان به استراحتگاه وارد شده و منتظر ورود خواهر اسپرش و جان روث شکارچی می شوند. اما با اضافه شدن غیرمنتظره ی سرگرد جایزه بگیر و کریس کلانتر، اوضاع آنگونه که می خواهند پیش نمی رود.....

«هشت نفر ت انگیز» معنای واقعی یک تجربه ی منحصر به فرد است. از آنهایی که عشق سینما را در وجودتان می جوشاند. شخصیت های وراج، مغرور و دوست داشتنی تارانتینویی، یک کلبه ی تک افتاده، کیلومترها برف و یخ، قصه گویی منظم و میخکوب کننده، موسیقی تسخیرکننده ی موریکونه، خشونت شوک آور و خلاقیت های جزئی اما مهمی که نویسنده در الگوهای قدیمی اش ایجاد نموده، «هشت نفر ت انگیز» را به یکی دیگر از آثار به یادماندنی تارانتینو تبدیل کرده است.

طورکه کولاک برف هر لحظه شدیدتر می شود، دلیجان موفق می گردد خود را به یک استراحتگاه بین راهی برساند. سپس مردی مکزیکی به نام "باب" که خود را در غیاب صاحب استراحتگاه مسئول آنجا معرفی کرده به کمک آن ها می آید. جان روث که همواره از غافلگیر شدن توسط افراد گروه تبهکاران برای آزادی دیزی نگران است شروع به تفتیش و ضبط سلاح مسافران دلیجان قبلی که پیش از آن ها به استراحتگاه رسیده اند می کند. فضای داخل کلبه به دلیل سیاه پوست بودن سرگرد، شدیداً علیه او است. مشخص می شود که یکی از مسافرانی که در استراحتگاه حضور دارد و سرگرد، همدیگر را از زمان جنگ های داخلی آمریکا می شناسند. در حین مشاجره میان مسافر و سرگرد، شخصی در قهوه جوش سم می ریزد. جان روث و کالسکه چی از آن خورده و به طرز دل خراشی می میرند. سرگرد با دیدن این صحنه سریعاً دست به کار شده و تمام مردان حاضر را جلوی دیوار به خط می کند. سرگرد به همراه کریس شروع به تحقیق برای مشخص کردن قاتل می نمایند. اینجاست که او حقایقی را در مورد آن مرد مرموز مکزیکی که خود را دوست صاحب استراحتگاه معرفی کرده بازگو می کند و بعد از اینکه ثابت می کند او دروغ گویی بیش نبوده و به احتمال بسیار صاحب استراحتگاه و چند نفر دیگر را امروز صبح کشته است، او را به قتل می رساند. سرگرد دو نفر مرد باقی مانده را تهدید می کند که اگر نگویند چه کسی مسبب مسموم کردن قهوه است همه آن

تقدیر و تحسین ها از فیلم «هشت نفر ت انگیز» (The Hateful Eight) با افتخار این فیلم را به عنوان «هشتمین فیلم» کوئنتین تارانتینوی نویسنده و کارگردان معرفی می کنند. از زمان غافلگیر کردن دنیا با نخستین فیلم قدرتمند خود، «سگ های انباری» (Reservoir Dogs) ، حدود ۳۰ سال قبل، تاکنون تارانتینو بر اساس برنامه ریزی های خود فعالیت کرده است و هرگز سعی نکرده با تولید سریع فیلم های پشت سرهم نام خود را بر سر زبان ها بیندازد.

داستان فیلم :

جان روث یک جایزه بگیر است که زن تبهکار قاتلی به نام "دیزی دومرگ" را که برای زنده و مرده اش ده هزار دلار پاداش در نظر گرفته اند، با یک دلیجان به شهر صخره سرخ در ایالت وایومینگ می برد تا آنجا وی را به دار بیاویزند. راه پوشیده از برف و کولاکی شدید بوده است از همین روی کالسکه چی برای رسیدن به سرپناه بسیار عجله دارد اما مجبور می شود کالسکه را برای مرد سیاه پوستی به نام "سرگرد مارکوس وارن" نگاه دارد. جان روث پس از سوال و جواب وسواس گونه و شناختن سرگرد، او را سوار کالسکه می کند تا دوباره در میانه راه غریبه ای دیگر، که خود را "کریس مانیکس" معرفی می کند، در جاده می بیند. غریبه از آن ها درخواست دارد که او را به صخره سرخ ببرند. پرسش های جان روث دوباره شروع شده و کریس مانیکس اظهار می کند که برای تحویل گرفتن سمت کلانتری به شهر صخره سرخ می رفته که اسبش در راه تلف شده است. همان





باصدای زهرا تمیزی فر



ملیکا کلاهدوزان

ورودی ۹۶ داروسازی

در کمیته پژوهش های دانشکده ی داروسازی چه می گذرد؟

فراخوان طرح های پژوهشی

کمیته در اواخر دی ماه پانزدهمین فراخوان طرح های تحقیقاتی را اطلاع رسانی کرد.

Rx

پانزدهمین فراخوان طرح های تحقیقاتی

مصلحت ارسال پروپوزال : ۲۵ دی ۱۳۹۹

فایل ورد پروپوزال به ایمیل کمیته ارسال و در سایت پژوهشگاه ثبت شود

iphsrc1@gmail.com
Researches.mui.ac.ir

مرکز اصلی طرح باید از دانشجوین دانشکده داروسازی اصفهان باشد
طرح پژوهش نباید پایان نامه دانشجویی و بخش ارکان باشد
جهت اطمنان بیشتر به کمیته پژوهش های دانشجویی مراجعه نمایید

lphsrc

وبینار ناگفته های پایان نامه

فعالیت بعدی کمیته در این فصل برگزاری سومین جلسه از مجموعه وبینار های "ناگفته های پایان نامه" با محوریت گروه فارماسیوتیکس بود که در تاریخ ۹ اسفند ماه برگزار شد. در این جلسه سرکار خانم دکتر لادن دیانی، دستیار تخصصی گروه فارماسیوتیکس به عنوان ارائه دهنده و اساتید محترم سرکار خانم دکتر عرفانه قسامی، سرکار خانم دکتر وجیهه اکبری و سرکار خانم دکتر آزاده طاهری به عنوان اساتید مدعو حضور داشتند. در واقع مجموعه برنامه های ناگفته های پایان نامه، مانند جلسه ی دفاع مجازی بوده و دانشجویان را به صورت ملموس با چالش ها و مباحث علمی پایان نامه درگیر میکنند.

کمیته پژوهش دانشجویان دانشکده داروسازی برگزار می کند:

وبینار ناگفته های پایان نامه

دکتر لادن دیانی

دکترای داروسازی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان ۱۳۹۰ تا ۱۳۹۶
دستیار تخصصی فارماسیوتیکس دانشگاه علوم پزشکی اصفهان سال ورود ۱۳۹۶
مقالات چاپ شده :

- Chemical constituents and biological activities of two Iranian Cystoseira species
- Poly (methyl vinyl ether-co-maleic acid) for enhancement of solubility, oral bioavailability and anti-nestoporotic effects of raloxifene hydrochloride
- Production of a new platform based on fumed and mesoporous silica nanoparticles for enhanced solubility and oral bioavailability of Raloxifene HCl. IET Nanobiotechnology
- Phytochemical standardization, formulation and evaluation of oral hard gelatin capsules from Pinus eldarica bark extract

با حضور اساتید:

دکتر عرفانه قسامی
دکتر وجیهه اکبری
دکتر سید مصطفی قبادیان
دکتر آزاده طاهری
دکتر علی جهانپان
دکتر پروجنی

زمان: شنبه ۹ اسفندماه ۱۳۹۹ ساعت ۱۶ تا ۱۸

مجموعه وینار های آشنایی با استارت آپ و کارآفرینی در داروسازی

اولین برنامه ی زمستانه ی کمیته ی پژوهش، مجموعه وینارهای آشنایی با استارت آپ و کارآفرینی در داروسازی بود که از تاریخ ۵ تا ۲۵ بهمن ماه برگزار شد. این برنامه در سه بخش مقدماتی، انتقال تجربیات و تکمیلی برنامه ریزی شده بود. هدف از این برنامه، آشنایی دانشجویان با استارت آپ های حوزه ی علوم پزشکی و به ویژه داروسازی بود. که در مرحله ی مقدماتی، اساتید محترم، جناب آقای دکتر آیدین پرنیا، جناب آقای مهندس محسن دوستکام و سرکار خانم مهندس مرضیه احمدی درباره ی راه اندازی استارت آپ، کارآفرین و کارآفرینی در داروسازی و معرفی اکوسیستم فناوری دارویی در ایران صحبت نمودند.



ویینار آشنایی با استارت آپ و کارآفرینی در داروسازی

همراه با آموزش بوم کسب و کار

99/11/04

دکتر آیدین پرنیا
 دانش آموخته پزشکی، مشاور استارت آپ های سلامت دیجیتال
 بنیان گذار و مدیر آزمایشگاه نوآوری سلامت دیجیتال مدلین
 مدرس کارگاه های کارآفرینی در دانشگاه های علوم پزشکی

مهندس محسن دوستکام
 مدیر عامل شتاب دهنده هنام
 شتاب دهنده هنام به عنوان بستر جامع کسب و کار های دارویی فعالیت می نماید.

مهندس مرضیه احمدی
 مدیر جذب شتاب دهنده هنام
 شتاب دهنده هنام به عنوان بستر جامع کسب و کار های دارویی فعالیت می نماید.

دکتر مهدی طلعتی
 مسئول فنی شرکت بهتا دارو و آفرینش این شرکت در رابطه با تولید فرآورده های سام و طبیعی و سازگار با محیط زیست و انسان فعالیت میکند.

دکتر مهاله حامدی فر
 مدیر عامل شرکت دانش بنیان سیناژن
 این شرکت با هدف تولید محصولات بیوتکنولوژی نوین تاسیس گردیده است

دکتر رامین فاضل
 مدیر عامل شرکت دانش بنیان لیوژن فارمد
 این شرکت بسیاری از خدمات کنترل کیفیت داروهای بیوتکنولوژی و خدمات پیشرفته آزمایشگاهی را به دیگر شرکت ها ارائه میدهد.

دکتر کوروش خسروی دارانی
 عضو شورای شهر اصفهان
 دبیر منطقه ویژه علم و فناوری استان اصفهان
 رئیس مرکز پژوهش های شورای شهر اصفهان

در بخش انتقال تجربیات، در خدمت جناب آقای دکتر مهدی طلعتی (مسئول فنی شرکت بهتا دارو آفرینش)، سرکار خانم دکتر مهاله حامدی فر (مدیریت شرکت دارویی سیناژن) و جناب آقای دکتر رامین فاضل (مدیریت شرکت لیوژن فارمد) بودیم که این عزیزان تجربیات خود را در راه شروع و راه اندازی یک استارت آپ دارویی و زیست فناوری، در اختیار ما قرار دادند. در بخش تکمیلی در خدمت جناب آقای دکتر کوروش خسروی دارانی بودیم. مباحث تدریس شده در بخش تکمیلی و انتهایی برنامه، شامل تدوین بوم کسب و کار و مدیریت اکوسیستم فردی بود.



ویینار آشنایی با استارت آپ و کارآفرینی در داروسازی

برگزار کننده	زمان	سخنران	عنوان
	شنبه ۴ بهمن ۱۵-۱۷	دکتر آیدین پرنیا	۱- گام های راه اندازی یک کسب و کار نوپای سلامت ۲- چگونه یک استارت آپ سلامت عالی راه اندازی کنیم؟ ۳- رکن اول، یک ایده عالی ۴- رکن دوم، یک تیم فوق العاده ۵- رکن سوم، یک محصول بی نظیر ۶- رکن چهارم، یک اجرای بی نقص
	یکشنبه ۵ بهمن سه شنبه ۷ بهمن ۱۵-۱۷	مهندس مرضیه احمدی مهندس محسن دوستکام	۱- کارآفرین و کارآفرینی در داروسازی ۲- فرآیند جذب سرمایه در مراحل رشد استارت آپ ها ۳- معرفی اکوسیستم فناوری دارویی در ایران ۴- هنر ارائه در معرفی ایده استارت آپ ۵- بررسی بازار دارویی ایران و آنالیز برآورد هزینه ها ۶- مالکیت فکری در فضای دارویی ایران
	دوشنبه ۱۲ بهمن ۱۵-۱۷	دکتر مهدی طلعتی	۱- نوآوری های تولید دارو در حوزه ی گیاهان دارویی ۲- بیان تجربیات در تاسیس شرکت و فعالیت در صنعت
	سه شنبه ۱۳ بهمن ۱۵-۱۷	دکتر رامین فاضل	۱- نوآوری های تولید دارو در حوزه ی بیوتکنولوژی ۲- بیان تجربیات در تاسیس شرکت و فعالیت در صنعت
	چهارشنبه ۱۵ بهمن ۱۴-۱۶	دکتر مهاله حامدی فر	۱- نوآوری های تولید دارو در حوزه ی بیوتکنولوژی دارویی ۲- بیان تجربیات در تاسیس شرکت و فعالیت در صنعت
	شنبه ۱۸ بهمن ۱۸-۲۰	دکتر کوروش خسروی دارانی	"دوره تکمیلی" تدوین بوم مدل کسب و کار
	یکشنبه ۱۹ بهمن ۱۸-۲۰	دکتر کوروش خسروی دارانی	مدیریت اکوسیستم کارآفرینی فردی




وبینار
**“آشنایی با آزمون تخصص داروسازی،
 منابع آزمون و مصاحبه”**

مدرس: دکتر پدram معصوم زاده
 زمان: چهارشنبه ۲۰ اسفندماه
 ساعت: ۱۶-۱۴



وبینار آشنایی با آزمون تخصص رشته داروسازی

با نزدیک شدن آزمون تخصص و سوالات متعدد دانشجویان، تغییر شرایط مصاحبه ی آزمون و همه گیری ویروس کرونا، کمیته ی پژوهش تصمیم به برگزاری وبینار “آشنایی با آزمون، منابع و مصاحبه ی آزمون تخصص داروسازی” گرفت و این وبینار را در تاریخ چهارشنبه ۲۰ اسفند ماه با حضور جناب آقای دکتر پدram معصوم زاده، دستیار تخصصی گروه فارماسیوتیکس برگزار کرد.



وبینار
آشنایی با نرم افزار

Pr **PREMIERE**

مدرس: آقای پویا دهقانی

زمان: ۲۱ اسفند ماه ۹۹
 ساعت: ۱۰ الی ۱۴

هزینه : ۲۵ هزار تومان

وبینار آشنایی با نرم افزار ادوبی پریمیر

آخرین برنامه ی کمیته در این فصل، کارگاه “آشنایی با نرم افزار ادوبی پریمیر” در تاریخ پنج شنبه ۲۱ اسفندماه بود که با هدف ارتقای توانایی های فردی دانشجویان در بحث تولید محتوا برنامه ریزی شده بود و توسط جناب آقای دکتر پویا دهقانی تدریس شد.



باصدای شیما زارع



فاطمه سعادت خواه

ورودی ۹۷ داروسازی



در باب نوید و کوید

کوویزیکی در راه است، آسان! پس همانا در نوید به خط شوید که وقت اندک است. [هرچند در روایت دیگری نقل است که شیخ، ناگهان و بی‌اطلاع، از شاگردان فرومایه‌ی خود، کوویز گرفتندی. والله اعلم]

چون روز کوویزک رسید، مریدان به نوید هجوم آوردند و نوید، اِروَر دادندی و مریدان شکایات پیش شیخ بردندی و شیخ نعره کشان، جامه دریدن کردندی!

روز دگر، نوید با ضربات بسیار شیخ، آدم شدندی و آزمونک آغاز گشتندی. مریدان، حیرت زده از هرآنچه که بود، جواب را جستجو کردندی! جزوه‌ها گشتندی، گوگل را شخم زدندی، یاران و ملازمان با وفای خویش را صدا کردندی، گروه‌ها زدندی و دوستی‌ها محکم‌تر گشتندی اما جواب پیدا نشدندی! مریدان باز در پیوی شیخ رفتندی که: «ای شیخ، این چه بود تو با ما کردی؟».

شیخ چو این اوضاع بدید، پوزخندزان گفت: «ملالی نیست. آسان‌تر گیرم تا رستگار شوید».

آزمونک بعد، مریدان، مجهز و زره‌پوش، جزوه‌ها در برابر خویش گشوده و گوشی به دست آماده، آزمون را چنان دادندی وصف ناشدنی! همگان در مرتبت اول. شیخ چو دید همانانی که حضورشان تمثالی بود از رفورگی، کنون در ردیف اول قرار گرفته‌اند، به حیرت فرو برفت و انگشتان بگزید!

شیخ ماسک زدندی و الکل به دست، به خانه‌ی خدا روان گشتندی. دو رکعتی نماز گزاردندی، دست‌ها به سوی خداوندگار اسرار دراز کردندی و ناله کنان شب و روز طریقتی جستجو می‌کردندی.

تا سرانجام سحرگهان، در خواب و بیداری، به سرش ندا آمدی: «یا شیخ، هر پرسش را تایم‌دار بنما! و راه بازگشت را بسته بگذار»

.....

شیخ نیز راه و رسم الهی پیشه کردندی و طرق امدادهای غیبی بر مریدان خویش بیست. آزمونک بعد، مریدان جامه دریدندی و فریاد کشیدندی و اظهار عجز کردندی اما به پاسخ دست نیافتندی و چنین شد که شیخ کف زنان و رقص کنان شکر پروردگار به جای بیاورد و مریدان را در مسیر طریقت، راه و رسمی جدید بیاموخت!

دفتر اول کویدک، حکایات مکتب‌خانه

آورده‌اند که در روزگاران قدیم، مکتب‌خانه‌ای بود با شیخی از شیوخ بالارته و شاگردانی بسیار! شیخ از عالمان و عارفان زمان خویش بود و شاگردان را راه و رسم طریقت می‌آموخت. سال‌ها بدین منوال بگذشت تا روزی خفاشکی خرد، موجودکی نافرجام برجان آدمیان همجوار گرداندی کووید نام!

شیخ چو دید، موجودک نحس و نامیمون، شهر را جولانگاهی دیده وصف ناشدنی و هر آن شاگردان معترض گشتندی و هراس از سلامت خویش دارندی، آنان را فراخوانده و بدیشان بگفت: «حال که چرخ گردون و اختر افلاک، این کوویدک بی چشم و رو را بر جان آدمیان چیره گردانده، صلاح آنست که به خانه‌های خویش فرو روید و چند صباحی بیاسایید. چون اوضاع مساعد گشت شمارا فراخواندمی!»

مریدان نیزهمان کردند که شیخ فرمان داده بود! روزها تاخت کنان، از پی هم گذشتندی ولیک دیو چندسرچندشاخ، ملک خویش را گسترده‌تر ساختندی و همچون ضحاک بی چشم و رو، یکایک در جان کاهه‌ها و رستمان و پیر و طفل رخنه کردندی و برای مارهای خویش، غذا ساختندی! نه کسی توان سرکوبش را داشت نه سلاحی برآن کار می‌نمود! شیخ چو اوضاع را اینگونه دید، پیک‌ها بفرستاد و مریدان خویش فراخواندندی: «دل‌هایمان زین اوضاع آزرده‌خاطر گشته و چشم‌هایمان اشکبار. تا نفسی هست، لپتاپ‌ها بگشایید تا دیدار تازه کنیم که صحبت یاران خوش است!».

مریدان، گروهی دل‌نگران، گروهی مطرب و گروهی بیخیال، دنیا را در پیش گرفته بودند. همگان لپتاپ‌ها گشودندی، اسکای‌روم را باز کردندی که ناگه شیخ پدیدار شدند و صدایش گوش فلک افلاک را خراشیدندی: «هان ای شاگردان فرومایه، تا به کی خورد و خواب بیهوده؟! تا به کی عیش و نوش و مستی؟! تا کجا بی‌خیالی طی کردن؟ حال که گردش روزها بر وفق مراد نبوده و مجال حضور نیست، زین پس، مجازانه شما را راه طریقت نمایانم و فایلکی چند گذارم! زنه‌ار که در دل آنان تکالیفی است نهان، بخوانید و پاسخ گوید که صلاح همگان در این بُود». شاگردان، مات و مبهوت، چندی به صفحه‌ی دستکتاب خویش خیره شدند، به حیرت فرو رفتندی و بر سر زدندی که ای چرخ فلک، این چه بود که تو با ما کردندی؟!

چون فایل‌های شیخ رو به اتمام گذاشتندی، شیخ به فکر فرو رفتندی که حال فرصت سوال و جواب است و چوب دگر به کار نیاید. به مریدان اطلاع دادندی که "خود را آماده کردندی چون





باصدای نویسن اعتمادی



علی خوجیانی

ورودی ۹۶ داروسازی

معرفی کتاب

قوانین طبیعت انسان

مشخصات کتاب:

انتشارات: نسل نو اندیش

نویسنده: رابرت گرین

مترجم: فاطمه باغستانی

تعداد صفحات: ۶۵۶

سال انتشار شمسی: ۱۳۹۹

سال انتشار میلادی: ۲۰۱۸

روش های درخشانی برای خودسازی، موفقیت و دفاع از خود، چه در محل کار، چه در روابط و چه در شکل دادن به دنیای اطراف شما ارائه می دهد.

قوانین طبیعت انسان، یعنی آنچه که در ذات و طبیعت آدمی از خلقت تا به امروز نهادینه شده است. ما در ویژگی های مختلفی مشترک هستیم از جمله حسادت، شجاعت، ضعف، عشق، غم، شادی، دلبری، خودشیفتگی و... . گرین با دقت و ظرافت، ویژگی های انسان را بررسی کرده و راه حل برخورد با تیپ شخصیت های سمی را نیز به شما خواهد گفت؛ اینکه حسادت و خیر را در افراد تشخیص دهید و بتوانید حس حسادت را مهار کنید، از پشت نقاب، افراد مختلف را شناسایی و سپس حرف درست را از حرف های بی پایه و اساس تشخیص دهید. تمام فصول کتاب با داستانی از شخصیت های تاریخی جهان شروع می شود، از هیتلر و استالین گرفته تا ملکه الیزابت اول. سپس به بررسی و تحلیل شخصیت شان می پردازد و طبیعت انسان ها را به نمایش می گذارد. در قسمت بعدی به توضیح کلی و ایجاد کسب مهارت برای تشخیص این ویژگی ها پرداخته و در آخر، خود مخاطب را هدف قرار داده و نحوه برخورد و تثبیت این ویژگی ها را آموزش می دهد.

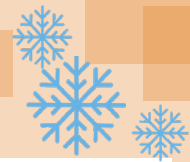
برشی از کتاب:

قانون خردگریزی

شما دوست دارید خود را مسلط بر سرنوشت خود بدانید و آگاهانه تلاش می کنید روند زندگی را به بهترین شکل ممکن تحت کنترل داشته باشید؛ اما به شدت ناآگاهید که هیجانات چقدر عمیق بر شما تسلط دارند. آن ها شما را به سوی ایده

کتاب «قوانین طبیعت انسان»، کتابی نوشته ی رابرت گرین با ترجمه ی فاطمه باغستانی است. رابرت گرین استادی راهنما، برای میلیون ها خواننده به شمار می آید. او خرد و فلسفه باستان را با متون ضروری، برای جویندگان قدرت، تفاهم و تسلط منتقل می کند. در کتاب «قوانین طبیعت انسان» وی به مهم ترین موضوع پیش روی همگان می پردازد. درک حرکات و انگیزه های افراد حتی وقتی خودشان از آن بی اطلاع باشند! شناخت سایه های شخصیتمان و آنچه به دور از فهم و درک ماست، ایجاد تثبیت و توازن بین روابط اجتماعی ما با دیگران و شناخت تیپ های شخصیتی مختلف افراد برای کسب آرامش درونی و ایجاد حس همدلی؛ از جمله مطالبی بوده که در کتاب رابرت گرین بیان شده است.

ما حیواناتی اجتماعی هستیم و زندگی اکثرمان به روابط با دیگر افراد وابسته است. درک علت رفتار مردم، مهم ترین ابزاری است که می توانیم در اختیار داشته باشیم و بدون آن استعدادهای دیگر نمی توانند ما را بیش از پیش به جلو برانند. گرین با ترسیم ایده ها و نمونه های «پریکلز»، «ملکه الیزابت اول»، «مارتین لوتر کینگ جونیور» و بسیاری دیگر، به ما می آموزد که چگونه خود را از احساسات مان جدا کرده و در کنترل آن ها استاد شویم، چگونه همدلی را به بینش تبدیل نموده و پشت ماسک مردم؛ باطن رفتارشان را ببینیم. چگونه میان حس زنانگی و مردانگی شخصیتمان توازن برقرار کرده تا در انتخاب عشق با احساساتی تثبیت شده عمل کنیم و در نهایت چگونه برای توسعه حس همدلی خود در برابر پیروی از عادت های مرسوم مقاومت کنیم. «قوانین طبیعت انسان»



مدیسون پی گرفت. گرین قبل از نویسنده شدن، شغل های بسیار زیادی را تجربه کرد. او در سال ۱۹۹۵ به شکلی جدی نویسندگی را به عنوان شغل خود در نظر گرفته و اولین کتابش را سه سال بعد به انتشار رساند. رابرت گرین به همراه نامزدش که فیلمساز است، در لس آنجلس زندگی می کند. او دانشجوی بودیسم بوده و به پنج زبان نیز تسلط دارد.

در بین چندین کتابی که به تحلیل و مطالعه شان مشغول بوده ام، به جرأت می توان گفت که کتاب "قوانین طبیعت انسان" ، بهترین و کامل ترین کتابیست که با آن مواجه شده ام. این کتاب تمام نیازهای شما را جهت تثبیت رفتاری و اخلاقی و رسیدن به خودشناسی رفع خواهد کرد. خواندن آن را نه یکبار، بلکه چندین بار پیشنهاد می کنم.

هایی سوق می دهند که نفستان را آرام می کند. آن ها موجب می شوند در پی شواهدی باشید تا به خودتان اثبات کنید خواسته ها و باورهایتان درست است. هیجانانگیز است. هیجانانگیز می شوند شما بر اساس حالات فعلی خود همان چیزی را ببینید که می خواهید و این انفصال از حقیقت، منشأ تمام تصمیمات بد و الگوهای منفی است که زندگی ما را شکار می کند. منطق گرایی توانایی مقابله با تأثیرات هیجانی است و معنایش این است که به جای واکنش نشان دادن، بیندیشیم ذهن خود را نسبت به رویدادها باز کنیم و به احساسات صرف توجهی نکنیم. این به طور طبیعی رخ نخواهد داد، بلکه قدرتی است که باید آن را به دست آوریم و خبر خوب این است که ما بیشترین ظرفیت را برای این مسئله مهم داریم.

درباره نویسنده:
رابرت گرین، زاده ی ۱۴ می ۱۹۵۹، نویسنده ی آمریکایی است. گرین در لس آنجلس بزرگ شد و به دانشگاه برکلی کالیفرنیا رفت و سپس تحصیلات خود را در دانشگاه ویسکانسین-

WWW.NASLENOWANDISH.COM

THE LAWS OF HUMAN NATURE

ROBERT GREENE

قرار است کارآموز هنر طبیعت انسان شوید

نخست
این قوانین شما را به مشاهده‌گری استراتژیک و آرام‌تر تبدیل خواهد کرد تا مردم را بکاویید و از تمام هیجانانگیز آزاردهنده‌ای که نیرویشان را می‌گیرد، رهایی یابید.

دوم
این قوانین به شما کمک خواهند کرد که تفسیری ماهرانه از سرنخ‌ها و نشانه‌هایی داشته باشید که مردم مدام با زبان بدن و کلام از خود بروز می‌دهند، به‌طوری‌که توانایی خوبی در قضاوت شخصیت آن‌ها خواهید داشت.

سوم
این قوانین شما را تقویت خواهند کرد که تیپ‌های شخصیتی سمی را بشناسید و اجازه ندهید در مسیر شما قرار گیرند.

چهارم
این قوانین اهرم‌های دقیق و واقعی را آموزش خواهد داد تا به‌راحتی دیگران را تحت تأثیر قرار دهید و در آن‌ها نفوذ کنید.

پنجم
این قوانین به شما قدرت خواهد داد تا الگوهای منفی خود را تغییر دهید.

ISBN 62220113-X

www.naslenowandish.com
Email: info@naslenowandish.com
Tel: (+98-21)88942247-9
قیمت: ۹۹۹۰۰ تومان





باصدای لادن دیانی



شقایق سعیدی

ورودی ۹۴ داروسازی



معرفی فیلم انجمن شاعران مرده

(Dead Poets Society)

رنگ و بوی دیگری به خود می‌گیرد. قوانین سرد و خشک مدرسه شکسته شده و شور و اشتیاق جایگزین آن می‌شود. او دیدگاهی نو و روشنفکرانه به ادبیات دارد و این دیدگاه به زندگی او باورهای مهمی بخشیده است. جان کیتینگ با بر ملا کردن رازی به نام "انجمن شاعران مرده" نگاه برخی دانش آموزانش را به زندگی تغییر می‌دهد.

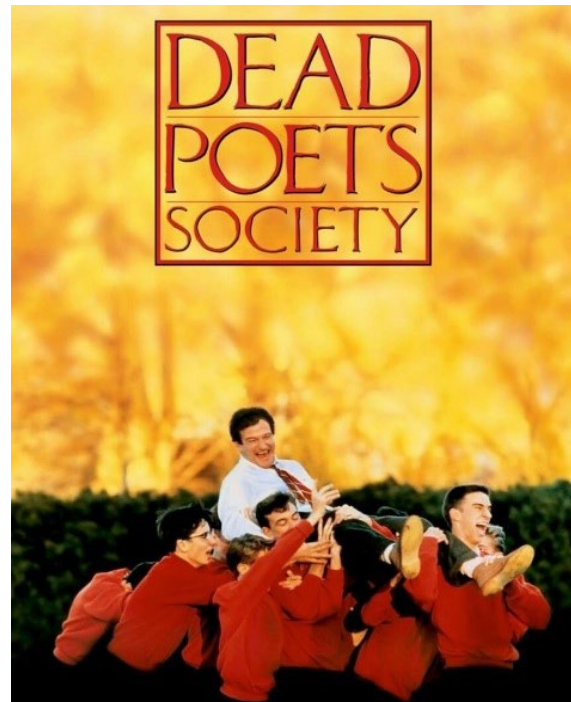
با اینکه این فیلم بر یک شخصیت واحد تمرکز نداشته و داستان را همراه با چند شخصیت پیش می‌برد، هرکدام از شخصیت‌ها به طور دقیق طراحی شده و طبق ساختار خاصی به هر یک از آنها پرداخته می‌شود. در واقع تک تک آنها آنطور که باید و شاید در این فیلم ظاهر شده‌اند. این یعنی بخشی از هنر نویسندگی این فیلم، برقراری تعادلی خاص میان شخصیت‌های اصلی و مکمل است.

تعدادی از دیالوگ‌های این فیلم:

- "همه‌ی ما نیاز مبرم داریم که تأییدمان کنند، ولی شما خودتان باید به باور مهم و یگانه‌ای که در درون‌تان هست، ایمان داشته باشید! حتی اگر دیگران به شما بقبولانند که آن باورها عجیب و غیرمعقولند یا بگویند "این خیلی بد است". حالا من از شما می‌خواهم که هر کس به شیوه‌ی خودش راه برود. به شیوه‌ی خودتان گام بردارید، بدون تقلب یا راهنمایی. هر جوری که دلتان می‌خواهد، چه به شما غرور ببخشد و چه شما را احمق جلوه دهد."

- "دم را غنیمت بشمارید؛ به این دلیل که ما خوراک کرم‌ها هستیم بچه‌ها. چون ما چه باور داشته باشیم چه نداشته باشیم، تک‌تکمان روزی در این اتاق از نفس زدن باز می‌ایستیم، جسممان سرد خواهد شد و خواهیم مرد. زندگی‌تان را خارق‌العاده کنید."

- "ما شعر نمی‌خوانیم یا شعر نمی‌گوییم چون شعر زیباست؛ بلکه ما شعر می‌خوانیم یا شعر می‌گوییم چون ما عضوی از نوع بشر هستیم و نوع بشر سرشار از شور و اشتیاق است. پزشکی، حقوق، تجارت یا مهندسی، همه این‌ها برای بقای زندگی لازمند. اما شعر، زیبایی، افسانه و عشق، چیزهایی هستند که ما به خاطر آنها زنده می‌مانیم."



« رویا هر چقدر هم قشنگ باشه، فقط یک رویاست. آن چه حقیقت داره تو هستی. پس خودت رو در عالم هستی پیدا کن نه در رویای خام خود. »

فیلم انجمن شاعران مرده به کارگردانی پیتر ویر (Peter Weir) در سال ۱۹۸۹ ساخته شد. این فیلم که در ژانر خانوادگی و اجتماعی و محصول کشور آمریکا است، به مدت ۲ ساعت و ۸ دقیقه می‌باشد و پیش از چاپ رمان "انجمن شاعران مرده" نوشته‌ی "ان اچ کلاین بام"، به اکران در آمد.

امتیاز این فیلم در IMDb، ۸/۱ است و شاید مهم‌ترین افتخار آن، محبوبیت بین تماشاگران و منتقدان باشد. این فیلم توانست رضایت بالای مخاطبان را جلب کند و به لیست فیلم‌های شاهکار سینمای جهان وارد شود.

تام شولمن (Tom Schulman) در جشنواره‌ی اسکار، جایزه بهترین فیلم نامه را برای این فیلم بدست آورد. همچنین رابین ویلیامز (Robin Williams) در بخش بهترین بازیگر مرد و ویر برای بهترین کارگردانی نامزد دریافت جایزه در این جشنواره شدند. ویر جزو یکی از کارگردانان گزیده کار و البته حرفه‌ای سینما است که یکی از فیلم‌های موفق او به نام Witness (شاهد)، برنده‌ی جایزه‌ی اسکار بهترین فیلمنامه‌ی غیر اقتباسی است. رابین ویلیامز بازیگر نقش اول این فیلم نیز از بازیگران و کمدین‌های پرافتخار بوده که تا پیش از مرگ، جوایز زیادی را کسب کرد.

داستان فیلم درمورد عده‌ای از دانش‌آموزان سال اولی کالج ولتن است که تعدادی از آنها به اصرار خانواده‌هایشان مشغول به تحصیل هستند. در شروع سال تحصیلی جدید، با استخدام معلم جدیدی به نام جان کیتینگ (رابین ویلیامز) که خود سالها قبل، از همین مدرسه فارغ‌التحصیل شده، به یکباره همه چیز

دلنوشته ها



صبا رشیدی

ورودی ۹۷ داروسازی

از در دلتنگی ها

به نام خداوند دوری ها و دوستی ها
دیگانه‌هایست که مادری، فرزندش و پدری پسرش را به آغوش نکشیده است.
دیرزمانی است دوستی از سر عشق و صفا، دستارِ همدل خود را نقش کرده
قربیب به یک سال است که دیگر خون خواهر و برادری به جوش نمی افتد تا روحشان برای یکدیگر پر بکشد و
مدید زمانی است که محبت هایمان، رنگ واقعیت را به مجازی سپرده است و طپش واقعی قلبمان،
تصویری مصنوعی، تهی از احساس، به روی نکه ای فلزا!
دیگر صدای قلب مادرم را، هنگامی که سر بر سینه اش می سپردم، حس نمی کنم. دیگر زمزمه های پدرم آنگاه
که پیشانی اش را می بوسیدم، نمی شنوم و دیگر نوای گرم آیت الکرسی مادر بزرگ، که وقتی می خواستم از او دور
شوم می خواند، به گوشم نمی رسد.
مادرم می گوید دیگر مدرسه رنگ و بویی ندارد چون صدای کودکانی که ساگردانش در آن به گوش نمی رسد و
مدرسه هم، ساختمانی بی روح و بی احساس، شبیه به ساختمان های دیگر شده است.
او می گوید دیگر ساگردانی ندارد که هنگام آمدن و رفتن به مدرسه گریه پوچرند و او نیز آنها را با عشق در آغوش
کشد.
کودکان دیگر بازی کردن، دودیدن، خندیدن و سرود همگانی خواندن در مدرسه را فراموش کرده اند.
به راستی که همه چیز رفته رفته اصل خویش را از دست می دهد، مجازی پر واقعیت غالب شده و حقیقت
جایگاه خود را گم کرده است! در این آشفته بازار چه باید کرد؟
باید با بهترین کلام ها و سخن ها عشق و محبتمان را بنویسیم و بفرستیم؛ احساسات ناب خود را به تصویر
بکشیم
و باید با تمام ذوق و علاقه، همه ی آنچه در سینه داشته، به آنان که دوستشان داریم ابراز کنیم...



با صدای عارف عارفان





علی خوجیانی



ورودی ۹۶ داروسازی

همنشینی با مهتاب

رها کردن هر چیزی در زندگی نقطه ی عطفی دارد...

یک نقطه بین داشتن و نداشتن! سمتی شاید پر از امید و نور باشد و سمت دیگرش سرشار از نبودن ها و تاریکی... در میانه ی تمام جمع ها، میان تمام دل مشغولی ها، میان ذهنی لبریز از افکار بیهوده؛ تنها هدایتگر ما روح و قلب مان است! نه منطق می فهمد و نه عقل...

بارها و بارها برایمان پیش آمده که خود را در اوج قدرت نظاره گر بوده باشیم، از آن حال خوب های لعنتی که هر سال، دل برای بودن دوباره در آن لحظات تنگ شود و از نداشتنش پُرشویم! پُر از حس گناه و پوچی... انگار نه انگار چند ساعت پیش، در دل، پروانه های امید و روشنایی در حال پَر زدن بوده اند ولی حال وجودت، سرگردان، در دستان باد، در آسمانی بی رنگ، بی هدف به هر سمتی می رود....

حال دل چیست؟

نمی دانم..

اولین باریست که در زندگی سوالی برای همیشه بی جواب می ماند، اولین باریست که با تمام وجود سردرگمم. سردرگم میان افکار پوچ، سردرگم میان هزاران سوال بی جواب!

حداقل برای من

شاید برای اولین بار است که با چشم،

و تمام وجود نظاره گر شکست و نرسیدن هستم، نرسیدن به آنچه در آرزویم بود...

ذهنم منجمد شده، یخ بسته...

درونش تمام، کولاک است و برف...

چرا که هر آنچه در پی آن بود، آن نبود...

و اما دلمان

در اطرافش آسمان ابریست.

هر از چندگاهی،

رعد و برقی

و به دنبالش

آهی بلند

و بارانی برای نم دادن به گونه ها...

اطراف دلمان آسمان ابریست...

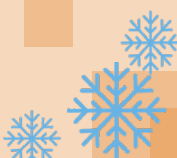
هنگام عبور

چتری به همراه داشته باشید

و یا وجودی برای همدلی...



باصدای آذین الهی





باصدای آذین الهی



مهديه احمدی

ورودی ۹۶ داروسازی



(به مناسبت روز جهانی مذهب در ماه ژانویه)

آمدنم بهر چه بود؟

همه ی ما به تعریف و معنی آن اندیشیده ایم؛ مذهب! فارغ از اعتقاداتمان، مذهب از نظرم همان غریبه ی آشنایی بود که گاه عامل آرامش شد و گاه باعث رنجش!

آرام بودیم چون فطرت خود را در او یافتیم و اما گاه، به هزار و یک دلیل از آن گریزان شدیم؛ یکی از آن هزار دلیل، این بود که تحمل دسته ای جز خود را نداشتیم، تاختیم و تاختیم چون گمان کردیم "مرز" میان "ما" و "آنها" قطعی است و آن چه باور نداریمش، همه، از بیخ و بن غلط است. هر کدام در دایره ای فرضی که خود به آن وجود داده بودیم روی اعتقاداتمان پافشاری کردیم .

گوش ها بسته و دهان ها گشوده ؛ شاید چون تحمل چیزی جز آنچه از لحظه ی تولد پذیرفته بودیم ، نداشتیم. به گمانم از یاد برده بودیم همه در جست و جوی حقیقتیم . از یاد برده بودیم کعبه و کلیسا ، مسجد و کنیسه ، نماز و نیایش همه و همه نمادی بودند که درس عشق بیاموزیم ، نه آنکه در چاه تاریک ذهن های بسته بمانیم . آمده بودیم که باور؛ راه رهایی مان باشد، راهی باشد تا صلح بیاموزیم زیرا آنجا که آوای صلح پیچید ، آنجا که مردمانی از هر قوم و ملیت و مذهب حقیقت فطرتشان را آموختند ، پیام آور عشق شدند و مصداق بارز انسان.

در جستجوی حقیقت ، محتاطانه به احوالشان سرکی کشیدیم. آخر قرار بود میزان و معیار ما باشیم . کنجکاو شدیم تا بدانیم چه چیز غیرمعمول شده که این گونه تاج انسانیت بر سر گذاشته اند . گوهر معرفت را در وجودشان دیدیم ، همان "در گرانی که به هرکس ندهندش" ^{۳*} پرده ها برداشته شده بود. تکلیف همان عشق بود و بس.

قرن ها طول کشید تا بدانیم بشر هزاره ی سوم میان تمام باید و نبایدها ، پیشرفت های خیره کننده و آهن پاره های شناورش در آسمان، نیازمند است هویت خود را در خلقت به صحیح ترین شکل ممکن بیان کند! نیازمند انسانیت

است تا روح محبوس شده اش را تسلی دهد ؛ نه آنکه بدون خروج از پيله ی تعصباتش تنها امر و نهی کند . مرزهای خط کشی نشده را دور بریزید. "من و تو" را دم در گذاشته و در را به رویشان قفل کنید . نگاهتان را از جلوی پای برداشته تا دور دست را نیز ببینید ؛ نیامدیم تا بگوییم بهترینیم، آمدیم بر جهان رنگ صلح بیاشیم. زنجیرهای روح را باز کنید که "در دین جای هیچ پافشاری نیست." ^۳ و آنچه که از اعماق دل پدید می آید منحصر به هیچ دین و مسلکی نیست! همان ندای آرام سرشت من و شما که حکم می کند به عشقی فارغ از تمام آنچه آموخته ایم !به سکوت وادارش نکنید. حقیقت، ماورای دیده های ماست.

۱-مولانا

۲-ذبیح الله قاسمی

۳-لا اکره فی الدین آیه ی ۲۵۶ سوره ی بقره



بهار نارنج

بهار را گذاشته ام

پشتِ گیسوان تاب خورده ات

لای چین های دامن

تو بیایی؛ شیشه ی عطر بهار می شکند.

ماهی قرمز تنگ دل من جان دوباره می گیرد

شکوفه های بهار نارنجت را آورده ای؟!

باران های ناگهانی ات که بزند

پشت هر پنجره، دلی بی قرار می شود.

آخرین دانه های ساعت شنی بی تاب تر از


هر زمان فرو می ریزد.

گویی بهار نزدیک است...

زهرا صالحی



باصدای سارا صالحیان



به صحرا رو که از دامن غبار غم پنهانی
به گلزار آبی کز بلبل غزل گفتن بیاموزی

حافظ شیرازی