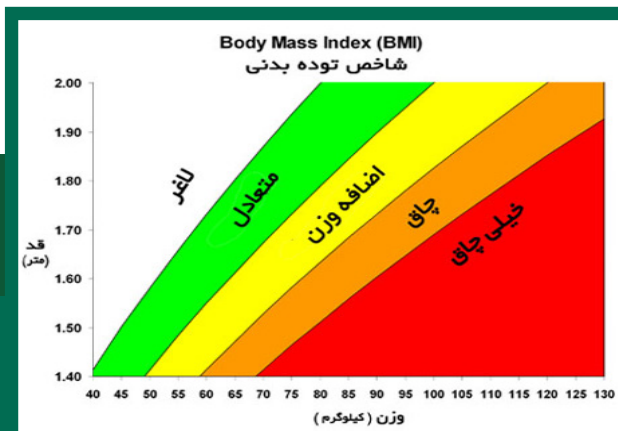


شاخص توده بدنی (BMI)



شاخص توده بدنی (BMI) اندازه گیری چربی بدن براساس وزن و قد افراد است.

+ برای اکثر مردان و زنان بالغ بالاتر از ۲۰ سال و برای کودکان بالای دو سال کاربرد دارد.

+ BMI نسبی بهترین روش ارزیابی چربی بدن است.

+ در BMI عواملی مانند سن، جنس، قومیت و توده عضلانی در نظر گرفته نمی شوند.

+ شاخص توده بدنی برای افراد بالای ۲۰ سال با استفاده از طبقه بندی وزنی استاندارد، که برای همه سنین و برای مردان و زنان یکسان است، تفسیر می شود.

+ از آنجا که BMI چربی بدن را به طور دقیق اندازه گیری نمی کند، نباید به عنوان یک ابزار پزشکی از آن استفاده شود.

+ اگر BMI فرد خارج از محدوده سالم BMI باشد، سلامتی اش به طور قابل توجهی در معرض خطر است.

+ BMI ممکن است با میزان متفاوت چاقی در هر جامعه ای به دلیل تفاوت های موجود در ژن افراد مطابقت نداشته باشد.

+ یک فرد ممکن است شاخص توده بدنی بالایی داشته باشد، ولی برای تشخیص این که آیا اضافه وزن او خطر آفرین است یا خیر، پزشک نیاز به ارزیابی های بیشتر از جمله موارد زیر نیاز دارد: اندازه گیری ضخامت پوست، ارزیابی رژیم غذایی، فعالیت بدنی، سابقه خانوادگی و سایر غربالگری های پزشکی

فرمول BMI با محاسبه متریک برابر است با وزن با واحد کیلوگرم تقسیم بر مربع قد با واحد متر.

تعیین گروه خونی



در سال ۱۹۰۱ میلادی کارل لندشتاینر، ایمونولوژیست آلمانی برای نخستین بار، وجود آنتی ژن های گروه خونی بر روی گلبول های قرمز و نیز آنتی بادی هایی علیه همان آنتی ژن ها را در سرم انسان ثابت نمود. او دریافت که نوعی ترکیب شیمیایی در خون افراد مختلف متفاوت است. لندشتاینر، ابتدا گلبول های قرمز را از سرم جدا کرد و سپس به مطالعه نتایج حاصل از مخلوط کردن سرم و گلبول های قرمز افراد مختلف پرداخت. وی دریافت که سرم بعضی از افراد قادر به آگلوتینه کردن گلبول های قرمز برخی دیگر از افراد می باشد، اما بر روی گلبول های قرمز همه افراد مؤثر نیست. در تجزیه و تحلیل نتایج، او فهمید که می توان افراد را از نظر گروه های خونی به گروه هایی تقسیم نمود:

گروه خونی A: آنتی ژن نوع A را در سطح گلبول قرمز خود دارند و در پلاسما خونشان نیز آنتی کور B (ضد آنتی ژن B) را دارا هستند
گروه خونی B: آنتی ژن نوع B را در سطح گلبول های قرمز خود دارند و در پلاسما خونشان نیز آنتی کور A (ضد آنتی ژن A) را دارند.

گروه خونی AB: آنتی ژن نوع A و B را در سطح گلبول های قرمز خود دارند و در پلاسما خونشان نیز هیچ یک از آنتی کورها را ندارند.

گروه خونی O: هیچ یک از آنتی ژن ها را در سطح گلبول های قرمز خود ندارند ولی هر دو آنتی کور را دارا هستند.

گروه های خونی	A	B	AB	O
سلول های خونی (آنتی ژن)				
پلاسما (آنتی کور)				
	آنتی ژن A	آنتی ژن B	آنتی ژن A و B	بدون آنتی ژن
	آنتی کور b	آنتی کور a	بدون آنتی کور	آنتی کور b و a

«عمومی کردن علم، یکی از مهم ترین راهبردهای پیشرفت»
کشورهای عقب مانده است



ویژه نامه جشنواره حرکت

انجمن علمی دانشجویی زیست شناسی (ژنوم) :: دانشگاه سیستان و بلوچستان

بهار ۹۸ :: سال دهم :: شماره ۱۴ :: رایگان

صاحب امتیاز: انجمن علمی دانشجویی زیست شناسی

مدیر مسئول: سیدامجد امیری

سرمدبیر: شکوفه خیاطی

دبیر هیئت تحریریه: طه اکسیر

گرافیکست و صفحه آرا: سیدامجد امیری

ویراستاران: شکوفه خیاطی و ثمین یوسفی

هیئت تحریریه: طه اکسیر، سیدامجد امیری، سارا بخشی، شکوفه خیاطی،

رومینا کیخا و زهرا لکزیایی

شماره مجوز: ۹۶۲/۷۰۱/۲۶۰۲



دانشگاه سیستان و بلوچستان
معاونت فرهنگی و اجتماعی



آنفلوآنزا چیست؟!!



آنفلوآنزا یک بیماری ویروسی است. ویروس های آنفلوآنزای (آ) و (ب) بیماری را ایجاد می کنند. ویروس نوع (آ) معمولاً عامل ایجاد کننده ی شیوع سالیانه ی آنفلوآنزا است.

علائم بیماری چیست؟

از مواجهه با ویروس تا ایجاد علائم یک تا چهار روز طول می کشد. ابتدا خشکی گلو، آبریزش بینی و احساس زخم در گلو ایجاد می شود و سه تا چهار روز بعد علائمی مانند تب، سرفه، درد بدن، سردرد و خستگی ایجاد می شود. در آنفلوآنزا تهوع و استفراغ یا اسهال دیده نمی شود. زمان شیوع بیماری اواخر پاییز و اوایل زمستان است.

پیشگیری:

با تزریق واکسن به صورت هر ساله، می توان از ابتلا به آنفلوآنزا پیشگیری کرد.

بسیاری از افراد می توانند به این طریق از ابتلا به آنفلوآنزا در امان باشند. واکسیناسیون در این افراد توصیه می شود:

- کودکان ۶ ماه تا ۲ سال
- افراد بالای ۵۰ سال
- افراد مبتلا به آسم، بیماری مزمن قلبی و ریوی یا اختلال سیستم ایمنی بدن
- زنان باردار در فصل شیوع بیماری
- تماس نزدیک فرد با بیمار مبتلا به آنفلوآنزا مانند اعضای خانواده یا کارکنان مراکز درمانی

پروفسور محمود بهزاد پدر علم زیست شناسی ایران

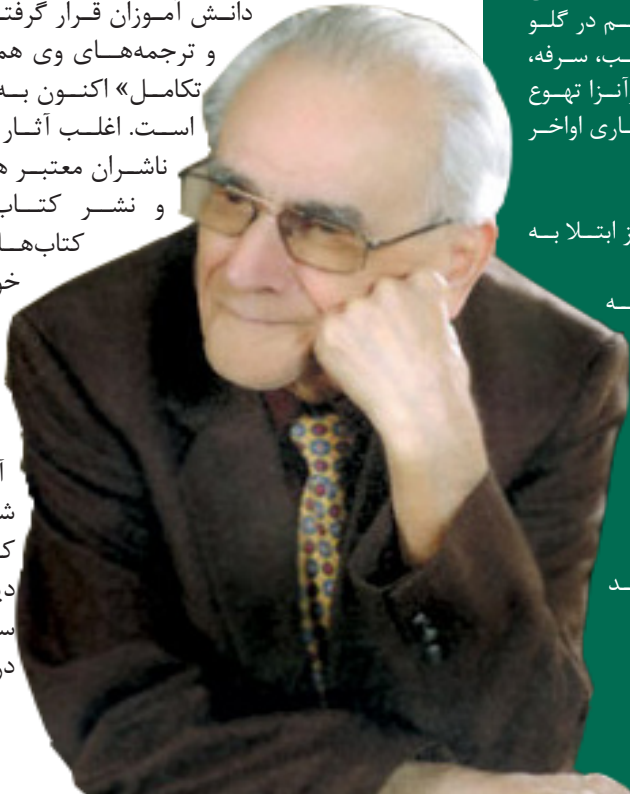


از وی به چاپ رسیده است. تا روزهای پایانی عمر نیز با همکاری انجمن داروسازان، مجله «حکمت» حاوی آخرین اطلاعات پزشکی و داروسازی را در رشت منتشر می کرد. به گفته نزدیکان و آنانی که بهزاد را می شناختند، او ایمان داشت که عمومی کردن علم، یکی از

مهم ترین راهبردهای پیشرفت کشورهای عقب مانده است و تا زمانی که علم و اندیشه علمی از دیوارهای حیاط دبیرستانها، دانشگاهها و مراکز علمی - تحقیقاتی فزاتر نرود و به متن فرهنگ و زندگی روزمره مردم وارد نشود، نمی توان چندان به بالندگی و پیشرفت کشور، آن هم به مفهوم مدرن آن، امید بست.

در سال ۱۳۴۱ مأمور تأسیس سازمان کتابهای درسی شد و مدت دو سال ریاست این سازمان را به عهده داشت. با تلاش او همه ی کتابهای درسی ایران (از دوره ی ابتدایی تا پایان دوره متوسطه) تدوین و تألیف شد و با رسم الخط واحدی به چاپ رسید. در سال ۱۳۶۰ به زادگاه خود بازگشت و همکاری خود را با انجمن داروسازان گیلان آغاز کرد و با بیش از ۶۰ سال تدریس در زمینه های مختلف زیست شناسی، فیزیولوژی و ژنتیک به عنوان «پدر زیست شناسی نوین ایران» معروف شد. استاد دکتر بهزاد پرکارترین نویسنده و مترجم کتابهای علمی در ایران است. تعداد تالیفها و ترجمه های او به ۹۸ جلد کتاب می رسد که ۶۳ کتاب را به تنهایی و ۳۵ کتاب دیگر را به یاری همکاران دانشمند خود تألیف و ترجمه کرده است. آثار او عموماً مورد استقبال و توجه دانش پژوهان، دانشجویان و دانش آموزان قرار گرفته و برخی از تالیفها

و ترجمه های وی همانند «داروینیسیم و تکامل» اکنون به چاپ دهم رسیده است. اغلب آثار استاد بهزاد توسط ناشران معتبر همانند بنگاه ترجمه و نشر کتاب، شرکت سهامی کتابهای جیبی، امیرکبیر، خوارزمی، نیل، کتاب فروشی مرکزی و نیز انتشارات دانشگاهها چاپ و منتشر شده است. علاوه بر آثاری که نام برده شد و نیز کتابهایی که با همکاری دیگر استادان منتشر ساخته، صدها مقاله در زمینه های مختلف



برای ارتباط با انجمن علمی دانشجویی زیست شناسی و تیم نشریه نورون
ای دی های زیر را دنبال فرمایید:



@Biology_usb



@Biologysociety

