

Dùng nước chanh để trị bệnh hen suyễn

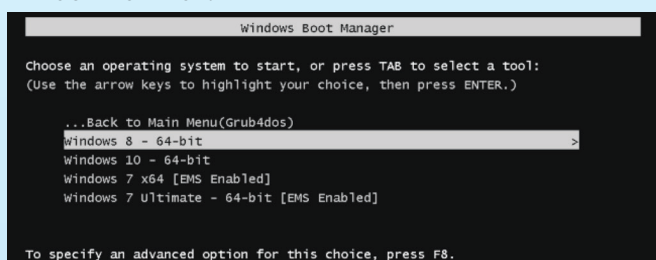


Các thống kê cho thấy có hơn 300 triệu người trên toàn thế giới bị hen suyễn, trong đó phần lớn là trẻ em. Tổ chức Dị ứng Thế giới (WAO) cho rằng con số này sẽ tăng lên mỗi năm, đặc biệt tại các nước có thu nhập thấp.

► xem tiếp trang 10

Tạo Flash USB chứa nhiều bộ cài đặt Windows hoặc Linux

Nếu bạn đang có nhiều bộ cài đặt Windows như Windows XP/7/8/10 (cả 64 lẫn 32-bit đều được) hoặc Linux thì việc ghi chúng ra từng đĩa DVD hoặc làm mỗi bộ Flash USB độc lập thì rất tốn kém và bất tiện khi phải di chuyển thường xuyên. Để giải quyết vấn đề này, bạn có thể tạo ra một chiếc Flash USB chứa tất cả các bộ cài đặt Window và Linux.



► xem tiếp trang 2

Những nghi vấn khi dùng Pin trên Smartphone

Pin là vấn đề nan giải phát sinh từ khi Smartphone ra đời cho tới nay, làm cho các nhà sản xuất điện thoại phải liên tục đổi mới dù hiệu quả mang lại cũng khá cao. Có rất khá nhiều câu chuyện liên quan tới pin. Bài viết sau đây sẽ cùng bạn tìm ra câu trả lời chính xác nhất.

Sạc điện thoại qua đêm sẽ làm chết nguồn hồng máy

Smartphone của bạn thực sự thông minh hơn bạn nghĩ. Tất cả các nhà sản xuất ngày nay đã tích hợp một

► xem tiếp trang 4

Bước đầu nghiên cứu thành công keo dán vết thương từ vật liệu nano tại Việt Nam

1. Vết thương hở và cơ chế làm lành vết thương:

Khi mô hoặc cơ quan bị thương, đa phần là vết thương hở, thì việc khép miệng vết thương ngay lập tức là rất cần thiết nhằm làm hạn chế sự mất máu ngăn vi khuẩn xâm nhập. Các phương pháp hiện tại như khâu bằng chỉ, dán bằng keo dán phẫu thuật... chưa mang lại hiệu quả như mong muốn do độ dính chưa cao, dễ xô lệch, viêm nhiễm.

► xem tiếp trang 6

Trong số này:

- Bước đầu nghiên cứu thành công keo dán vết thương từ vật liệu nano tại Việt Nam Trang 6
- Điều gì xảy ra khi bạn ăn tỏi mỗi ngày Trang 11
- Ho ra máu (hemoptysis) không thể nào xem thường Trang 12



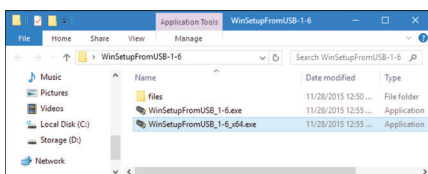
► *Tiếp theo trang 1*

Tạo Flash USB chứa nhiều bộ cài đặt Windows hoặc Linux

Việc tạo ra một chiếc Flash USB chứa nhiều bộ cài đặt Windows là công việc khá dễ dàng, chúng ta sẽ làm điều đó bằng cách sử dụng một công cụ nhỏ miễn phí và thông minh có tên là WinSetupFromUSB, bạn có thể tải về tại địa chỉ <http://www.winsetupfromusb.com>.

Bên cạnh việc tạo một Flash USB chứa nhiều bộ cài Windows, bạn cũng có thể “nhồi nhét” thêm vào đó các bộ cài Linux hoặc bộ công cụ diệt virus miễn sao Flash USB còn dung lượng để chứa chúng. Bạn có thể tham khảo thông tin từ liên kết ở trên để biết thêm các tính năng của WinSetupFromUSB. Lưu ý đặc biệt, công cụ này chỉ hoạt động với tập tin ISO chứa bộ cài Windows chính thống từ Microsoft. Nếu bạn có một tập tin ISO kép bao gồm cả hai phiên bản 32-bit và 64-bit của Windows, bạn sẽ không thể sử dụng nó.

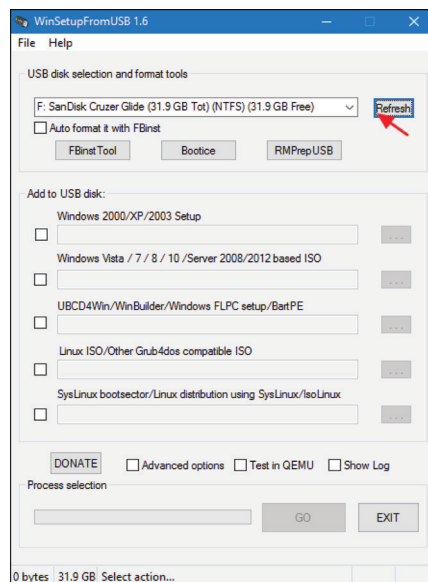
Lưu ý tiếp theo là bạn phải có một chiếc Flash USB với dung lượng đủ lớn để có thể chứa nhiều bộ cài Windows. Tốt nhất là từ 16 đến 32GB.



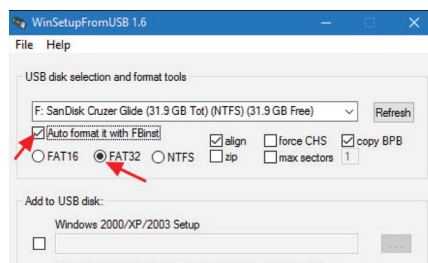
WinSetupFromUSB là phần mềm dạng di động, chạy độc lập, không cần cài đặt, do đó khi bạn tải về, bấm đúp vào tập tin zip để trích xuất các tập tin thực thi của ứng dụng vào một thư mục mới.

Nếu bạn đang dùng Windows 64-bit, chạy file thực thi có chữ x64. Nếu bạn đang dùng Windows 32-bit, bạn chạy file còn lại.

Nếu bạn đã cắm ổ đĩa Flash USB vào máy tính thì khi bạn khởi động WinSetupFromUSB, nó sẽ liệt kê tên của Flash USB trong hộp ở trên cùng của cửa sổ. Nếu bạn chưa cắm Flash USB vào máy tính thì bạn cần phải nhấp vào Refresh để WinSetupFromUSB tiến hành nhận dạng Flash USB mà bạn cắm sau đó.

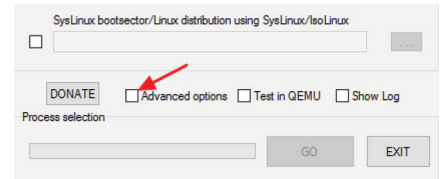


Tiếp theo, bạn đánh dấu chọn vào ô “Advanced Options”.

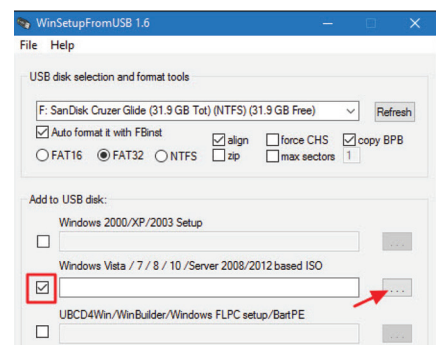


Từ cửa sổ Advanced Options hiện ra, bạn đánh dấu chọn vào ô “Custom menu names for Vista/7/8/10/Server Source”.

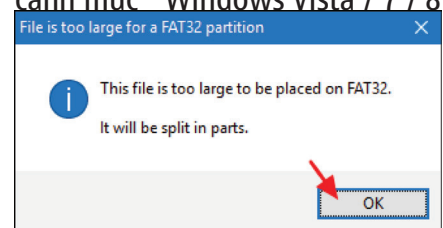
Tùy chọn này sẽ giúp tạo ra một menu cho phép lựa chọn hệ điều hành cần cài đặt.



Bây giờ đến phần nào quan trọng nhất. Bạn sẽ thêm các phiên bản Windows vào đĩa Flash USB. Lần đầu tiên bạn thêm một cái gì đó vào ổ đĩa Flash USB (và chỉ là lần đầu tiên), bạn đánh dấu chọn vào ô “Auto format it with FBinSt”. Điều này cho phép WinSetupFromUSB định dạng ổ đĩa một cách thích hợp để khởi động bởi vì các máy tính hiện nay có thể sử dụng BIOS hoặc UEFI. Sau đó chọn tùy chọn “FAT32” hoặc “NTFS” tùy theo ý thích của bạn.

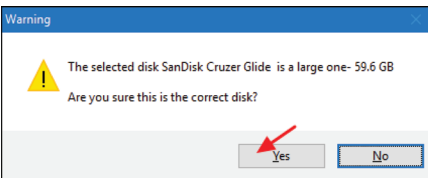


Tiếp theo, bạn sẽ chọn tập tin ISO chứa bộ cài Windows đầu tiên. Đánh dấu chọn vào hộp kiểm bên cạnh mục “Windows Vista / 7 / 8 / 10 / Server 2008/2012 based ISO”.

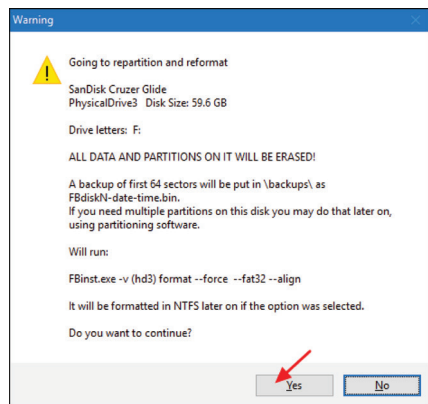


► / 10 /Server 2008/2012 based ISO
 " và sau đó nhấp vào nút duyệt ("...") bên phải của nó rồi chọn tập tin ISO tương ứng.

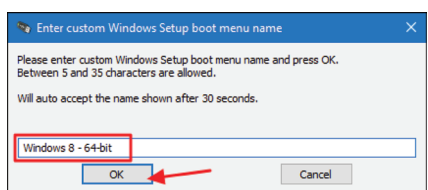
Nếu bạn chọn định dạng cho Flash USB là FAT32 thì khi gặp tập tin ISO có dung lượng lớn, WinSetupFromUSB sẽ hiện thông báo yêu cầu bạn xác nhận có muốn chia nhỏ dung lượng của tập tin ISO hay không, bạn cứ nhấn OK để xác nhận. Sau cùng, nhấn nút GO để tiến hành chép nội dung của tập tin ISO chứa bộ cài Windows vào Flash USB.



Nếu Flash USB của bạn có dung lượng quá lớn, WinSetupFromUSB sẽ hiện thông báo cảnh báo, bạn nhấn "Yes" để xác nhận.

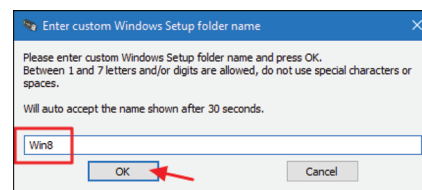


Nếu tùy chọn định dạng tự động được kích hoạt (điều này tùy thuộc vào tập tin ISO đầu tiên mà bạn chép vào Flash USB), bạn

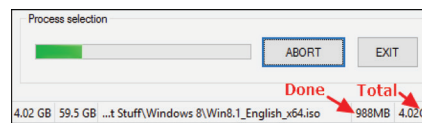


cũng sẽ nhận được một cảnh báo cho bạn biết rằng ổ đĩa sẽ được định dạng và bất cứ thứ gì trên đó sẽ bị xóa. Nhấn "Yes" để tiếp tục.

Lúc này, WinSetupFromUSB sẽ định dạng ổ đĩa và sau đó bật lên một cửa sổ để bạn có thể nhập tên thư mục tùy chỉnh cho các tập tin ISO (tên này có độ dài từ 1 đến 7 ký tự). Nếu bạn không nhập bất cứ điều gì trong 30 giây, nó sẽ tự động đặt tên theo mặc định.



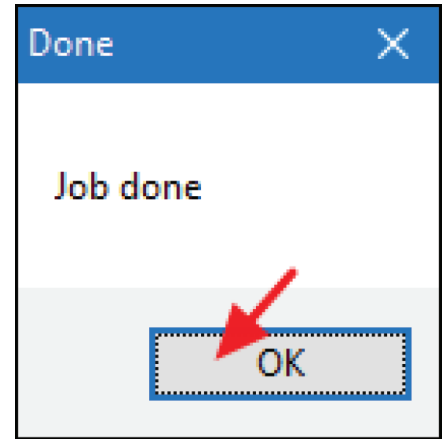
Một cửa sổ tương tự sẽ xuất hiện cho phép bạn nhập một tên tùy chỉnh sẽ xuất hiện trong trình đơn khởi động. Thời gian này, Tên này có độ dài từ 5 đến 35 kí tự, bạn có 30 giây để gõ tên mới trước khi tên mặc định được sử dụng tự động.



Tại thời điểm này, WinSetupFromUSB sẽ bắt đầu tạo các thư mục, thêm các tập tin ISO vào ổ đĩa USB của bạn, và thêm các tùy chọn trình đơn khởi động. Điều này có thể mất vài phút và bạn có thể theo dõi quá trình này trong thanh trạng thái của cửa sổ. Khi quá trình hoàn tất, bạn nhấn "OK" từ cửa sổ hiện ra là xong.

Lúc này, bạn sẽ quay về cửa sổ làm việc chính của WinSetupFromUSB. Bạn có thể thoát khỏi chương trình hoặc bạn có thể tiếp tục thêm các tập tin

ISO khác vào đĩa khởi động của bạn. Bạn sẽ thêm ISO bổ sung bằng cách sử dụng quá trình tương tự, nhưng có một vài điều cần lưu ý khi bạn làm điều đó:



- Khi bạn thêm tập tin ISO khác vào ổ đĩa khởi động đã có, bạn sẽ không chọn tùy chọn "Auto format it with FBinst". Nó sẽ không được mặc định khi bạn quay lại cửa sổ (hoặc khi bạn khởi động lại chương trình), tùy chọn này chỉ dùng cho tập tin ISO đầu tiên mà thôi.

- Bạn vẫn cần phải bấm vào tùy chọn "Advanced Options" và kích hoạt "Custom menu names for Vista/7/8/10/Server Source" mỗi khi bạn thêm một tập tin ISO mới. Nếu bạn không làm bước này thì tên của bộ cài đặt vừa thêm sẽ không xuất hiện trong trình đơn khởi động của Flash USB.



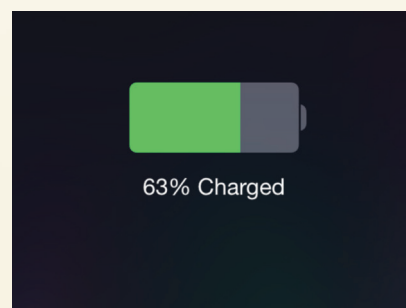
NHỮNG NGHI VẤN KHI DÙNG PIN TRÊN SMARTPHONE



Với công nghệ mới này, hiệu ứng nhớ pin không còn nữa. Bạn có thể sạc bất kì khi nào bạn cảm thấy cần thiết, không phải đợi đến lúc pin cạn sạch. Trên trang hỗ trợ của Apple đã nhấn mạnh điều này và giải thích rằng chỉ những dòng máy cũ dùng pin Niken thì mới phải xả pin. Bạn có thể xem để hiểu thêm về quy trình xả điện của pin Li-ion qua đoạn video tại địa chỉ rút gọn: <http://bit.ly/1ShpHc3>

con IC để quản lý dòng điện và khi pin đầy thì máy sẽ tự động ngắt điện, không nhận dòng điện vào nữa. Cách đây khoảng 10 năm thì tình trạng chết nguồn do sạc còn diễn ra nhưng giờ đây không còn nữa. Trừ khi bạn xả điện thoại không chính hãng không có cơ chế ngắt nguồn.

tháng 7/2013. Cô gái này đang dùng iPhone 5 trong lúc sạc và đã bị điện giật tử vong. Tuy nhiên, việc điều tra sau đó cho thấy cô này dùng sạc giả giá rẻ, không phải hàng chính hãng được Apple chấp thuận và đó mới là nguyên nhân gây ra sự cố đáng tiếc.



Nên sạc đầy máy 8 tiếng trong 3 lần đầu sử dụng



Một kỹ thuật viên của Apple và bộ phận hỗ trợ kỹ thuật của nhà mạng AT&T (nhà mạng bán được rất nhiều máy Android ở Mỹ) đã khẳng định việc sạc qua đêm sẽ không gây tác hại gì cả. Chỉ cần bạn đừng cắm sạc liên tục từ ngày này qua ngày khác, từ đêm này qua đêm khác là được.

Không dùng điện thoại khi đang sạc

Khi đang sạc điện thoại, bạn hoàn toàn có thể sử dụng máy một cách bình thường. Hiểu lầm này xuất phát từ những bài báo nói về việc điện thoại phát nổ hoặc bị điện giật khi vừa dùng vừa sạc. Đơn cử như tình huống của cô tiếp viên hàng không người Trung Quốc tên Ma Ailun hồi

Chỉ sạc pin khi nào pin cạn sạch (máy tắt nguồn hoàn toàn)

Vào cái thời khoảng chục năm trước khi mà các thiết bị di động còn dùng pin NiMH và NiCd thì điều này hoàn toàn đúng. Bạn buộc phải xả hết pin từ 100% xuống 0% thì mới có thể giữ được lượng điện tích mà pin có thể lưu trữ. Đây gọi là hiệu ứng "memory" và nó được áp dụng để góp phần thông báo chính xác cho bạn biết dung lượng pin còn lại là bao nhiêu trong những lần sử dụng sau đó.

Ngày nay, smartphone, tablet và thậm chí là cả laptop đều đã chuyển hết sang dùng công nghệ pin Li-ion.



(Còn nữa)

Duy Luân (Theo MakeUseOf)

CHUNG KẾT HỘI THI

“GIÁO VIÊN GIỎI ỨNG DỤNG CÔNG NGHỆ THÔNG TIN TRONG CÔNG TÁC GIẢNG DẠY TRÊN ĐỊA BÀN TỈNH ĐỒNG NAI LẦN THỨ VII NĂM 2016”

Để tiếp tục phong trào nâng cao nhận thức và đẩy mạnh hơn nữa việc ứng dụng công nghệ thông tin (CNTT) trong nhà trường, đổi mới phương pháp dạy và học theo hướng giáo viên tự tích hợp CNTT vào từng môn học. Giáo viên chủ động tự soạn, tự chọn tài liệu và phần mềm để giảng dạy ứng dụng CNTT. Đồng thời, qua đó cũng tìm ra những giáo viên tiêu biểu ứng dụng CNTT hiệu quả nhất để trao giải thưởng nhằm khuyến khích, động viên.

Ngày 23/5/2016, Sở Giáo dục và Đào tạo phối hợp Sở Khoa học và Công nghệ cùng các Sở, ban ngành phối hợp cùng tổ chức phát động phong trào Hội thi “Giáo viên giỏi ứng dụng CNTT trong công tác giảng dạy trên địa bàn tỉnh Đồng Nai lần thứ VII năm 2016”.

Vào ngày 15/7/2016, Ban Tổ chức đã tổ chức thi Vòng 1 của Hội thi “Giáo viên giỏi ứng dụng CNTT trong công tác giảng dạy trên địa bàn tỉnh Đồng Nai lần thứ VII năm 2016” được diễn ra tại Trường Đại học Lạc Hồng, nội dung thi bao gồm những kiến thức cơ bản về mạng máy tính, tin học văn phòng và một số ứng dụng như Adobe Presenter, Lecture Maker, vào thiết kế bài giảng của các giáo viên. Ở phần thi này có hơn 540 thí sinh là Quý Thầy, cô giáo của các Trường Tiểu học, Mầm non, Mẫu giáo trên địa bàn tỉnh tham dự.



Hình ảnh Quý Thầy, cô đang thực hiện thi Vòng 1

Ngày 05 - 06/8/2016, Sở Giáo dục và Đào tạo phối hợp với Sở Khoa học và Công nghệ tổ chức

Vòng 2 xếp hạng Hội thi “Giáo viên giỏi ứng dụng CNTT trong công tác giảng dạy trên địa bàn tỉnh Đồng Nai lần thứ VII năm 2016”. Đồng chí Huỳnh Lệ Giang - Giám đốc Sở Giáo dục và Đào tạo là Chánh giám khảo của hội thi.

Tham dự Vòng 2 có 166/541 là các thí sinh đạt điểm cao phần thi nhận thức về kỹ năng ứng dụng công nghệ thông tin đối với công tác giảng dạy của các Thầy, cô giáo (Vòng 1), trong đó: Khối Tiểu học có 106/345 thí sinh, Khối Mầm non và Mẫu giáo có 61/206 thí sinh. Quý Thầy, cô giáo sẽ bước vào phần thi thuyết trình thông qua việc sử dụng phần mềm Microsoft Powerpoint,



Hình ảnh Quý Thầy, cô đang thực hiện thi Vòng 1

Thí sinh Đào Thị Tâm - Giáo viên Trường Tiểu học Lê Hồng Phong, huyện Xuân Lộc đang trình bày bài thi Con gà

Quý Thầy, cô sẽ chủ động lựa chọn các phần mềm khác nhau, phù hợp để tự thiết kế bài giảng. Tại mỗi Hội đồng thi, các thí sinh đã thể hiện khả năng thiết kế của mình, các bài giảng rất sinh động, đã thu hút được sự quan tâm của Ban Giám khảo.

Nguyễn Hoài Nam

Chuyên viên Sở KH&CN Đồng Nai



Bước đầu nghiên cứu thành công keo dán vết thương từ vật liệu Nano tại Việt Nam

Nguyên nhân vết thương chậm lành:

- Không được làm sạch đúng cách
- Nhiễm trùng
- Vết thương không được tưới máu đầy đủ (Bishop, 2008).

Tốc độ lành nhanh chóng và phục hồi của mô là một trong những yếu tố quan trọng góp phần vào sự thành công của ca phẫu thuật.

Để giải quyết vấn đề này đã có nhiều giải pháp được đưa ra như: cải tiến về kỹ thuật mổ, lựa chọn đường mổ thích hợp, kỹ thuật đóng da, cải tiến chất lượng chỉ khâu thích hợp, sử dụng kháng sinh thế hệ mới, tuy nhiên vẫn chưa giải quyết triệt để được vấn đề. Nếu không được xử lý và điều trị đúng cách, vết thương rất khó lành lại.

Khâu vết thương hiện nay là phương pháp được lựa chọn chủ yếu và hiệu quả. Khâu chỉ dùng ở các vết thương có mô mềm như gan, lách, thận, phổi hoặc da... tuy nhiên nó cũng có những hạn chế như kỹ thuật phức tạp, cố định hai mép gây đau đớn, không hoàn toàn tiệt trùng để viêm nhiễm.

Ngành y học còn có nhiều biện pháp cầm máu, như dùng băng gạc, dùng chất đông máu.. để cố định thành mạch máu. Như trong tiểu phẫu, sau giai đoạn xử lý vết thương sẽ tiến hành khâu bằng chỉ tan hoặc không tan, làm vết thương khép miệng.

Tuy nhiên các biện pháp này rất khó duy trì lâu dài

Những năm gần đây ngành hóa sinh học đã có bước đột phá lớn về sản phẩm y học đó là keo dán da sinh học. Đây là bước tiến mới trong y học đã được ứng dụng ở nhiều nước nhằm hạn chế tối đa sự nhiễm khuẩn và mang lại sự tiện lợi cho người bệnh. Keo dán da là một phương pháp đóng kín vết hở da, cho phép nó gắn vào đường mổ và

khép dính hai mép vết mổ lại. Đồng thời tạo ra một lớp màng bảo vệ cho vết thương và giữ ẩm vùng này, tạo ra hàng rào ngăn cản nguồn nhiễm từ bên ngoài và tạo ra hiệu quả kháng khuẩn. Nó đảm bảo phù hợp mô về mặt sinh học và cơ học ở da người, chịu được lực căng của mô. Từ đó kiểm soát vết mổ tốt hơn trong thời kỳ hậu phẫu. Thao tác kỹ thuật sử dụng keo dán da đơn giản và nhanh chóng ngay cả trong những trường hợp vết thương dài

2. Một số dòng sản phẩm keo dán vết thương trên thị trường:



Hình 1. Floseal - chất cầm máu cho vết thương (nguồn thông tin từ công ty Baxter)

Thrombin

Hiện nay trên thị trường có một số sản phẩm được sử dụng như chất cầm máu cũng giải quyết được một phần vấn đề trong lành vết thương. Các chất cầm máu sinh học như Thrombin khi tương tác với fibrinogen trong máu sẽ thúc đẩy sự hình thành cục máu đông fibrin. Thrombin là một loại enzyme tinh chiết từ động vật hoặc có nguồn gốc tái tổ hợp, như thrombin- JMI, Evithrom và Recothrom, hay kết hợp với gelatin (như Floseal). Khi gặp máu, gelatin sẽ nở ra, ngăn chảy máu trong khi thrombin thì làm tăng tốc độ hình thành cục máu đông. Tuy nhiên hợp chất này có thể gây ra các biến chứng nghiêm trọng.

Keo fibrin:

Một sản phẩm khác sử dụng rộng rãi, là keo fibrin. Keo fibrin thường bao gồm hai thành phần chính là thrombin và fibrinogen, tạo thành một chất gel dính hình thành các crosslinked khi trộn.

Bovine collagen, Porcine gelatin, Oxidized regenerated cellulose hay Polysaccharide spheres là các chất cầm máu có bán sẵn trên thị trường.

Keo dán Dermabonds:

Bên cạnh đó các chất kết dính mô cũng rất phát triển. Chất bịt kín và dán mô là một hỗn hợp các chất lỏng hoặc bán lỏng sử dụng trên vết rạch mô nhằm giúp vết thương khép miệng, cầm máu. Chúng bao gồm các chất tự nhiên hoặc hóa chất tổng hợp, hoặc kết hợp cả hai. Thông thường chúng ở dạng monome, tiền polyme, hoặc các polyme không có liên kết ngang, mà trải qua trùng hợp hay crosslinking phản ứng để tạo thành mạng lưới kết dính không hòa tan, khi sử dụng trên mô. Một ví dụ về loại keo dán này là keo dán Dermabonds (Bruns TB & Worthington JM, 2000). Là chất lỏng dính da tại chỗ được thiết kế để chữa vết rách và để đóng vết mổ phẫu thuật. Bản chất Dermabonds là monomeric (2-octyl cyanoacrylate) Đây là hợp chất mạnh được sử dụng linh hoạt để thay thế kim trong lựa chọn để làm lành vết thương. Loại keo này cho kết quả tốt như mong đợi về sự liền sẹo tốt, vững, không có trường hợp nào toác vết mổ, không có trường hợp nào nhiễm trùng vết mổ. Bệnh nhân vận động dễ dàng sau mổ, rửa được vết mổ ngay ngày hôm sau mổ, tắm được sau 1 tuần. Không phải thay băng hàng ngày, không có cảm giác đau tại vết mổ. Kết quả sau sử dụng là vết mổ dính lành tốt và sẹo mổ nhỏ đẹp, mang tính thẩm mỹ cao. Giảm thiểu tối đa sẹo trong phẫu thuật và sự bất tiện của quá trình hậu phẫu như tắm rửa, thay băng chăm sóc vết thương như khi khâu bằng chỉ.

3. Các nghiên cứu hiện đại về keo dán sử dụng vật liệu nano trên thế giới:

Các loại keo dán sinh học cũng như vật liệu thay thế cho khoảng mô bị khuyết đã được nghiên cứu và ứng dụng rất nhiều, tuy nhiên việc sử

► dụng các vật liệu kích thước nano thì chỉ mới được nghiên cứu gần đây.

Tháng 12 năm 2011, Akhilesh K. Gaharwar & cs, đưa ra kết quả nghiên cứu nanosilica tăng cường các hoạt tính sinh học và kết dính của hydrogel đối với mô mềm cũng như các bề mặt cứng với các đặc tính thích hợp cho các ứng dụng chỉnh hình, sọ và răng. Năm 2014, các nhà khoa học từ trường đại học Sorbonne Pháp đã thành công trong việc tổng hợp nên dung dịch hạt nano silica và dung dịch hạt nano sắt từ chứa nước làm cầu nối để kết dính các vết thương sâu trong da và gan một cách nhanh chóng và hiệu quả (Meddahi-Pellé & cs 2014)



Hình 2. Dán vết thương bằng Dermabond (Bruns TB, Worthington JM, 2000)

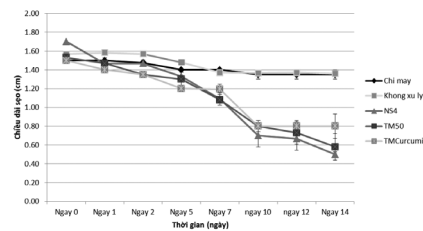
Các nghiên cứu cũng cho thấy khả năng kết dính của nano oxit sắt từ Fe₃O₄, ZnO, nano bạc dựa vào khả năng hấp phụ, khả năng kháng khuẩn, chất kết dính, đóng vết thương, cầm máu.

4. Nghiên cứu về keo dán vết thương tại Đại học Thủ Dầu Một:

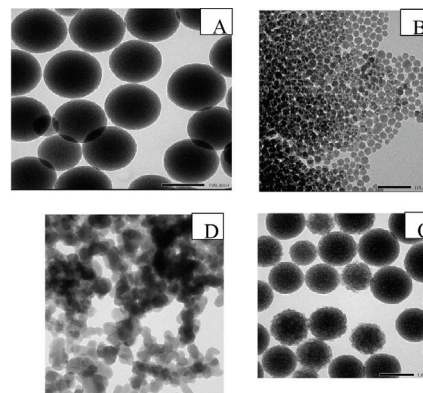
Đầu tháng 8 năm 2016, nhóm các nhà nghiên cứu của phòng thí nghiệm Y sinh, Khoa Tài nguyên môi trường, Đại học Thủ Dầu Một đã công bố bước đầu nghiên cứu thành công keo dán vết thương từ vật liệu nano silica. Keo dán vết thương này có thành phần chính là các nanosilica có kích thước 20-20 nanomet và các chiết xuất dược liệu. Kết quả nghiên cứu ban đầu trên mô hình động vật cho thấy keo dán có độ kết dính tốt đối với vết thương trên da, giảm thời gian lành vết thương và đặc biệt làm giảm hơn 80% kích thước sẹo. Các kết quả này rất khả quan và làm tiền đề cho các nghiên cứu sâu hơn để đưa đến khả năng ứng dụng trong y học. Sắp tới, ĐH Thủ Dầu Một sẽ tiếp tục cộng tác với các trường ĐH và viện nghiên cứu khác như ĐH Y Dược,

ĐH Khoa học Tự nhiên để triển khai các nghiên cứu sâu hơn về cơ chế và lâm sàng với sản phẩm keo dán nano trên vết thương.

Tuy ở bước đầu nhưng việc thành công của nghiên cứu này cũng cho thấy khả năng phát triển về mảng vật liệu nano trong y học tại Việt Nam.



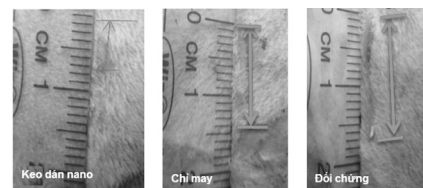
Hình 4. Ảnh hưởng của keo dán nano đến kích thước sẹo, ảnh từ ĐH Thủ Dầu Một



Hình 3. Ảnh hiển vi điện tử các hạt nanosilica với nhiều kích thước được tổng hợp để ứng dụng trong keo dán vết thương, ảnh ĐH. Thủ Dầu Một)

- A. NT1 mẫu hạt NS1 (d = 140 nm)
- B. NT4 mẫu TM (d = 30 nm)
- C. NT2 mẫu hạt NS3 (d = 100 nm)
- D. NT3 mẫu hạt NS4 (d = 20 nm)

Hình 5. Seo vết thương trên thỏ khi ứng dụng keo dán nano, ảnh từ ĐH Thủ Dầu Một



Tài liệu tham khảo

1. Abdel-Misih, Sherif R.Z.; Bloomston, Mark (2010), "Liver Anatomy", Surgical Clinics of North America 90 (4): 643-53.
2. Aggarwal BB, Shishodia S, Takada Y, et al (2005), "Curcumin suppresses phorbol ester-induced matrix metalloproteinase-9 expression by inhibiting the PKC to MAPK signaling pathways in human

astrogloma cells", Biochemical and Biophysical Research Communications . p.1017-1025

3. Ahmad Bitar, Nasir M. Ahmad, Hatem Fessi, Abdelhamid Elaissari, Silica-based nanoparticles for biomedical applications (2012). "Drug Discovery" Today, Volume 17, Issues19-20, p 1147-1154.

4. Akhilesh K. Gaharwar, Christian P. Rivera, Chia-Jung Wu, Gudrun Schmidt,(2011), "Transparent, elastomeric and tough hydrogels from poly(ethylene glycol) and silicate nanoparticles", Acta Biomaterialia, Volume 7, Issue 12, p 4139-4148.

5. B Shokri, M. Abbasi Firouzjah, S. Hosseini (2009), " FTIR analysis of silicon dioxide thin film deposited by Metal organic-based PECVD", Shahid Beheshti university, Tehran, IR.

6. Bruns TB, Worthington JM (2000), Using tissue adhesive for wound repair: a practical guide to dermabond. Am Fam Physician. Mar 1;61(5):1383

7. Chattopadhyay I, Biswas K, Bandyopadhyay U, Banerjee RK (2004), "Turmeric and curcumin Biological actions and medicinal applications", Current Science . P.87 :44-50.

8. Cheppudira B, Fowler M, McGhee L, Greer A, Mares A, Petz L, Devore D, Loyd DR, Clifford JL(2013), "Curcumin: a novel therapeutic for burn pain and wound healing". Expert Opin Investig Drugs. P.1295-303.

9. Clark, R.A.F., 1996. "Wound Repair: Overview and General Considerations. In: Molecular and Cellular Biology of Wound Repair", Plenum Press, New York, p3-50.

10. Coulombe, P.A., (1997), "Towards a molecular definition of keratinocyte activation after acute injury to the stratified epithelia". Biochem. Biophys. Res. Commun., p236: 231-238.

TS. Nguyễn Thị Liên Thương^{1*}, Đặng Huỳnh Thanh Tâm², PGS. TS. Phan Bách Thắng³
¹Đại học Thủ Dầu Một, ²Đại học Công nghiệp thực phẩm, ³Đại học Khoa học tự nhiên tp Hồ Chí Minh



QUY TRÌNH CHĂN NUÔI DÚI MỐC LỚN (RHIZOMYS PRUINOSUS BLYTH, 1851) TẠI TRUNG TÂM ỨNG DỤNG CÔNG NGHỆ SINH HỌC ĐỒNG NAI

1. Địa điểm chăn nuôi:

Lựa chọn địa điểm: Vị trí xây dựng chuồng trại phải phù hợp với quy hoạch sử dụng đất của địa phương. Cách xa đường giao thông, khu dân cư, khu công nghiệp.

Trong trại chăn nuôi dúi cần trồng cây xanh xung quanh nhằm tăng cường khả năng chống nóng, góp phần cải thiện tiểu khí hậu chuồng nuôi.



Hình 1: Phôi cảnh bên ngoài chuồng nuôi

2. Thiết kế chuồng trại, kho và thiết bị chăn nuôi:

2.1. Diện tích chuồng nuôi:

Diện tích khu chuồng trại từ 100 m² đến 200 m² - nuôi với quy mô nhỏ lẻ, diện tích từ 300 m² - 1000 m² - nuôi với quy mô công nghiệp. Chuồng nuôi chọn nơi cao ráo, yên tĩnh, tránh nơi ẩm ướt và có nhiều tiếng ồn.

Chuồng nuôi bố trí thành các khu riêng biệt như sau: Khu nuôi dúi đẻ; Khu nuôi dúi giống; Khu nuôi dúi con; Khu nuôi dúi thương phẩm; Khu nuôi dúi bệnh.

2.2. Thiết kế chuồng trại:

Kiểu chuồng: Có thể chọn 2 kiểu chuồng

- Thiết kế chuồng nuôi theo từng ô diện tích 50 cm x 80 cm x 70 cm.

- Thiết kế chuồng nuôi chồng lên nhau theo kiểu tủ thuốc bắc diện tích 40 cm x 40 cm x 25 cm

- Chuồng nuôi cần kín và tránh ánh nắng trực tiếp, có hệ thống làm mát xung quanh khi nhiệt độ cao, nhiệt độ chuồng nuôi duy trì ở nhiệt độ từ 25 - 30°C.

- Nền chuồng: nền đổ bê tông dày 7 cm - 10 cm.

- Mái chuồng: Mái lợp bằng lá dừa hoặc bằng tôn lạnh, nếu lợp bằng tôn cần có lớp cách nhiệt bên trong nhằm giảm nhiệt độ chuồng nuôi.



Hình 2: Phôi cảnh bên trong chuồng nuôi theo kiểu từng ô

2.3. Thiết kế kho:

Kho chứa thức ăn và nguyên liệu phải đảm bảo thông thoáng, không bị dột, tạt nước khi mưa gió để đảm bảo không bị ẩm mốc.

Tủ chứa thuốc thú y, thuốc sát trùng phải đảm bảo thông thoáng.

2.4. Thiết bị chăn nuôi:

Dụng cụ vệ sinh chuồng trại, thu gom và chứa chất thải: Dụng cụ phải được làm bằng kim loại, hợp kim hoặc bằng nhựa.

Trang bị bảo hộ lao động: Trang bị bảo hộ lao động riêng biệt cho công nhân trại.

3. Con giống:

Nguồn gốc con giống: Con giống phải có nguồn gốc rõ ràng, được cấp giấy vận chuyển và mua bán của cơ quan kiểm lâm.



Hình 3: Dúi cái giống

Chất lượng con giống phải đảm bảo: Con giống khỏe mạnh, không bị bệnh, dị tật, lông mượt, mắt mũi nhanh nhẹn, tinh tường, hoạt bát, có thân hình thon chắc, khỏe mạnh, các chi không khiếm khuyết, các núm vú bình thường đều nhau đối với dúi cái, tinh hoàn lộ rõ, to và cân đối đối với con đực.

Độ tuổi con giống: 3 – 4 tháng tuổi.

Cân nặng: 400 g – 500 g/con.



Hình 4: Dúi đực giống

4. Vệ sinh chăn nuôi:

Định kỳ phun thuốc sát trùng trong các dãy chuồng nuôi và xung quanh chuồng nuôi ít nhất hai tuần một lần bằng virkon, cloramin B (5%), novacide, vôi. Mỗi tháng sử dụng 1 loại sát trùng khác nhau để tránh sự kháng thuốc, 2 tháng lặp lại thuốc đã sử dụng.

Sát trùng chuồng trại vào các thời điểm: trước khi nuôi 10 ngày; sau mỗi đợt nuôi; khi chuyển đàn.



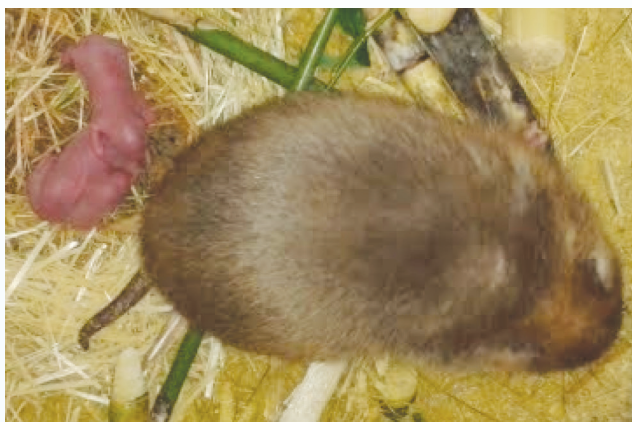
5. Kỹ thuật chăm sóc nuôi dưỡng:

5.1. Chăm sóc giai đoạn dúi sơ sinh:

Giai đoạn dúi sơ sinh nuôi chung với dúi mẹ, cho bú tự do.

Tập cho dúi ăn tre bánh tẻ và mía mềm từ ngày thứ 30 và cho ăn tự do đến khi cai sữa vào 45 ngày tuổi.

Trong giai đoạn dúi mẹ nuôi con, cần tách dúi mẹ lên khu nuôi dúi đẻ, tránh ồn ào và người lạ vào xem dúi đẻ, dùng bìa car ton dày kín chuồng nuôi để tránh con vật lạ vào chuồng nuôi ảnh hưởng đến dúi con.



Hình 6: Dúi con sơ sinh

5.2. Chăm sóc giai đoạn dúi từ 2 tháng tuổi – 6 tháng tuổi:

Nuôi dúi mới tách mẹ sau 45 ngày tuổi, nuôi tập trung với số lượng 5 dúi/ô chuồng. Thức ăn sử dụng cho dúi: tre bánh tẻ, mía, cỏ voi, bắp, khoai lang, khoai mì... Ngoài ra còn có bổ sung xương heo hoặc xương bò đã nấu chín. Không cần cung cấp nước uống cho dúi. Khẩu phần ăn tùy thuộc vào từng đối tượng như bảng 1.

Cách chế biến thức ăn: Mía, cỏ voi, tre loại bỏ phần ngọn non, chặt đoạn dài 15 – 20 cm. Khoai lang, khoai mì, rửa sạch, cắt đoạn 5 – 6 cm. Bắp để nguyên trái hoặc tách thành từng hạt. Hàng ngày cho dúi ăn từ 1 – 2 lần, buổi sáng từ 7 giờ – 8 giờ, buổi chiều từ 17 giờ – 18 giờ.

TT	Nội dung	ĐVT	Số lượng
I	Giai đoạn 1,5 - 3 tháng tuổi		
1	Mía	kg	0,06
2	Tre	kg	0,14
3	Bắp	kg	0,005
II	Giai đoạn 3-6 tháng tuổi		
1	Mía	kg	0,08
2	Tre	kg	0,21
3	Bắp	kg	0,01
4	Khoai mì	kg	0,01
II	Giai đoạn 6-9 tháng tuổi		
1	Mía	Kg	0,12
2	Tre	Kg	0,3
3	Bắp	Kg	0,01
4	Khoai mì	Kg	0,01

Bảng 1: Lượng thức ăn sử dụng hàng ngày cho dúi
Hàng tuần dọn dẹp vệ sinh chuồng nuôi định



kỳ, hốt phân trong chuồng nuôi và xách từng con dúi lên kiểm tra sức khỏe (kiểm tra ký sinh trùng ngoài da, kiểm tra ngoại chấn thương do ghép đôi, kiểm tra mắt dúi...). Định kỳ hàng tháng xịt hantox ngăn ngừa ký sinh trùng và uống nistatin 2g/kg ngăn ngừa nấm đường ruột.

5.3. Chăm sóc giai đoạn dúi sinh sản:

Bình thường dúi đực và dúi cái nhốt riêng chuồng.

Khi dúi cái có biểu hiện động dục tiến hành ghép đôi dúi đực với dúi cái.

Dúi đực và dúi cái quấn quýt nhau và chịu giao phối thì để nguyên như vậy, nếu thấy dúi đực và dúi cái cắn nhau thì thay dúi đực khác.

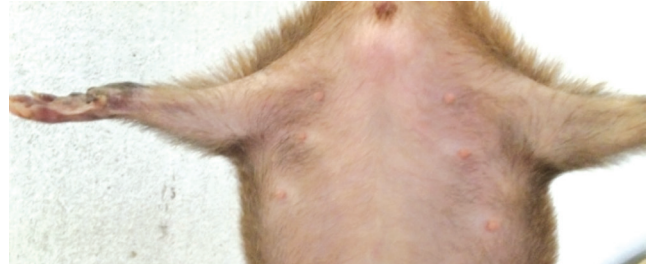
Ghép đôi dúi đực và dúi cái trong 10 ngày thì tách ra.

Sau thời gian ghép đôi cần thường xuyên theo dõi biểu hiện mang thai trên dúi cái.



Hình 8: Dúi giao phối

Khi dúi có biểu hiện mang thai là bụng to, bụng thường lệch về một bên, vú căng tròn, màu hồng, cần tách dúi cái lên khu đẻ, các ô chuồng nuôi dúi để cần được bố trí tại nơi yên tĩnh nhiều hơn. Trong giai đoạn dúi mẹ nuôi con không dọn dẹp vệ sinh trong chuồng nuôi, thời gian theo dõi từ lúc mang thai đến khi dúi sinh là 45 ngày.



Hình 9: Dúi mang thai

Dúi mang thai ngoài thức ăn chính là tre và mía cần bổ sung thêm thức ăn chứa chất tinh như bắp, khoai lang, khoai mì. Ngoài ra cần chú ý bổ sung thêm canxi cho dúi bằng mẫu xương heo hoặc xương bò cho dúi gặm, dúi mang thai cần bổ sung thức ăn cho dúi 2 lần/ngày, quan sát lượng thức ăn dúi ăn hàng ngày nếu hết cần bổ sung thêm.

Dúi con 45 ngày tuổi thì tách mẹ nuôi riêng. Dúi mẹ sau khi tách con, dưỡng lại dúi mẹ trong 7 - 10 ngày, sau đó quan sát biểu hiện động dục và cho giao phối lại với dúi đực.

► **Tiếp theo trang 1**

Dùng nước chanh để trị bệnh hen suyễn

Nghiên cứu cho thấy trái chanh sần có trong nhà bếp của bạn lại là phương thuốc đơn giản để trị bệnh hen suyễn.

Công dụng của chanh

Chúng ta đều biết chanh rất giàu chất chống oxy hóa và Vitamin C, được chứng minh giúp chống lại vi trùng, vi khuẩn và các chất gây dị ứng. Nó cũng tăng cường hệ miễn dịch. Đó là lý do tại sao chanh được sử dụng trong nhiều năm để xử lý các vấn đề về răng, nhiễm trùng, bệnh thấp khớp, rối loạn hô hấp, khó tiêu, táo bón và huyết áp cao.

Nước chanh tươi chứa Axit citric. Đây là loại axit cung cấp chất dinh dưỡng quan trọng cho cơ thể con người. Nó cũng tăng cường và làm sạch phổi, trong đó đặc biệt quan trọng đối với những người bị hen suyễn vì nó giúp họ dễ thở hơn. Các chất chống oxy hóa được tìm thấy trong chanh cũng giúp ngăn chặn các chất gây dị ứng xâm nhập vào hệ thống hô hấp, từ đó hạn chế việc phát sinh các cơn hen suyễn.

Viện Công nghệ Technion của Israel đã đăng tải một nghiên cứu cho thấy, Limonene (một hợp chất tìm thấy trong dầu cam quýt) có thể giúp ngăn ngừa bệnh hen suyễn ở trẻ em do tiếp xúc với bức xạ tia cực tím. Các chuyên gia cũng phát hiện ra rằng Limonene có tác dụng như ozone

trong việc lọc sạch các hóa chất gây viêm đường hô hấp và làm tổn thương phổi ở cả người và động vật.

Sau đây là ba cách dùng chanh trong chế độ ăn hàng ngày của bạn:

- Uống nước chanh trong suốt cả ngày

Vắt một trái chanh vào một bình nước và uống hỗn hợp này trong suốt cả ngày thay vì nước bình thường. Chanh có tính chất sát trùng nên có thể tiêu diệt vi khuẩn xấu trong bình nước, từ đó giúp bạn dễ thở hơn

- Bắt đầu một ngày với chanh và nước ấm

Thay vì uống cà phê buổi sáng, bạn hãy bắt đầu một ngày với một cốc nước ấm được vắt thêm một nửa quả chanh. Thức uống lành mạnh này sẽ giúp bạn cảm thấy sáng khoái trong suốt cả ngày. Bằng cách này, bạn sẽ tránh được tình trạng sa sút năng lượng xảy ra với hầu hết mọi người sau khi hiệu ứng caffeine không còn nữa.

- Sử dụng chanh nguyên chất để thay thế cho các loại nước chấm và nước sốt

Nước chanh có thể được sử dụng trong món rau xà lách trộn giấm, làm nước sốt cho các món cá hoặc thịt gà. Bằng cách này, bạn sẽ dùng nó thường xuyên hơn như một phương thuốc chống lại bệnh hen suyễn.

Lưu Trường (Theo Healthy and Natural Life)

Điều Gì Xảy Ra KHI BẠN ĂN TỎI MỖI NGÀY?

Tỏi là loại thực phẩm ngon và phổ biến, được nhiều người yêu thích. Các món ăn muốn ngon và đậm đà hương vị thì không thể thiếu tỏi.

Theo Đại học của Trung tâm y tế Maryland, một người lớn khỏe mạnh có thể tiêu thụ khoảng 4 tép tỏi mỗi ngày, mỗi tép tương đương 1 g.

Dù bạn tiêu thụ tỏi dưới hình thức nào, như bột, ăn sống, nấu chín, dầu tỏi, chúng đều mang lại những lợi ích đáng ngạc nhiên cho sức khỏe.

Trị mụn trứng cá:

Theo Medical Daily, ít người biết rằng tỏi là một trong những dược phẩm điều trị mụn tại chỗ tự nhiên có hiệu quả cao. Hợp chất hữu cơ allicin trong tỏi có khả năng cản trở sự hoạt động của các gốc tự do và tiêu diệt vi khuẩn.

Ở dạng phân hủy, allicin chuyển hóa thành axit sulfenic, tạo phản ứng nhanh với các gốc tự do, giúp phòng ngừa sẹo mụn, các bệnh ngoài da và dị ứng.

Hỗ trợ trị rụng tóc:

Hàm lượng lưu huỳnh cao của tỏi có chứa keratin, chất tạo protein cho tóc và phục hồi tóc. Một nghiên cứu năm 2007 trên tạp chí Da liễu Ấn Độ phát hiện một loại gel có chứa tỏi giúp điều trị hiệu quả bệnh rụng tóc và kích thích tóc mọc nhanh hơn.

Trị cảm cúm thông thường:

Bổ sung tỏi hàng ngày giúp cơ thể chống lại cơn cảm lạnh thông thường. Theo nghiên cứu đăng

trên tạp chí Advances In Therapy, việc bổ sung tỏi mỗi ngày giúp cung cấp nhiều allicin, làm giảm đến 63% nguy cơ bị cảm cúm.

Đặc biệt điều này có thể làm giảm hơn 70% thời gian bị cảm, như từ 5 ngày có thể giảm xuống còn 1,5 ngày.

Giảm huyết áp:

Ăn tỏi mỗi ngày giúp cơ thể duy trì mức huyết áp ổn định. Các loại hoạt chất trong tỏi có khả năng làm giảm huyết áp tương tự như các loại thuốc chuyên dùng khác.



Theo ước tính đăng trên tạp chí Khoa học về dược phẩm Pakistan, khoảng 600-1.500 mg chiết xuất tỏi mang lại hiệu quả trong 24 tuần như loại thuốc Atenolol mà người cao huyết áp thường sử dụng.

Ngoài ra, do tỏi có chứa polysulfides, các phân tử lưu huỳnh giúp kích thích việc sản xuất các tế bào nội mạc, làm giãn cơ trơn và giãn mạch máu, giúp kiểm soát huyết áp.

Ngăn ngừa nguy cơ mắc bệnh tim mạch:

Tỏi có thể làm giảm nguy cơ

mắc các bệnh tim mạch bằng cách giảm tổng số cholesterol xấu LDL trong cơ thể. Vandana Sheth, phát ngôn viên của Viện dinh dưỡng và chế độ ăn (Mỹ) cho biết tỏi làm giảm sự hoạt động của enzyme tạo ra cholesterol chính có trong gan.

Ăn tỏi thường xuyên còn giúp làm tan các cục máu đông, giảm nguy cơ tai biến, nhồi máu cơ tim ở người bệnh.

Tăng cường năng suất luyện tập:

Tỏi có tác dụng làm tăng năng suất và giảm sự mệt mỏi do tập thể dục. Theo kết quả nghiên cứu đăng trên tạp chí dược lý và sinh lý học Ấn Độ, những người bị bệnh tim uống dầu tỏi trong 6 tuần sẽ giảm nhịp tim tới 12%.

Cải thiện hệ xương

Tỏi có chứa nhiều chất dinh dưỡng hữu ích cho hệ xương như kẽm, mangan, vitamin B6, vitamin C.

Risa Groux, chuyên gia dinh dưỡng của trang ChazzLIVE cho biết: "Tỏi có chứa lượng mangan cao, trong đó bao gồm các enzyme và chất chống oxy hóa cần thiết cho sự hình thành xương, các mô liên kết, chuyển hóa xương và sự hấp thụ canxi".

Ngoài ra, tỏi còn làm chậm quá trình loãng xương ở phụ nữ bằng cách làm tăng lượng nội tiết tố estrogen. Theo kết quả nghiên cứu đăng trên tạp chí Phytotherapy Research, dầu tỏi có chứa nhiều chất dinh dưỡng giúp phát triển hệ xương khỏe mạnh.

ĐQG (tổng hợp từ nhiều nguồn)



Ho ra máu (Hemoptysis) không thể nào xem thường

I) Ho ra máu là gì, tầm quan trọng: Ho ra máu là một chứng báo hiệu một tình trạng bệnh lý nghiêm trọng cần phải chẩn đoán xử lý sớm tránh tái phát nhiều lần nữa. Một khi ho ra máu ồ ạt trên 300ml, khiến bệnh nhân có thể ngộp thở, chết đột ngột, không cứu kịp.



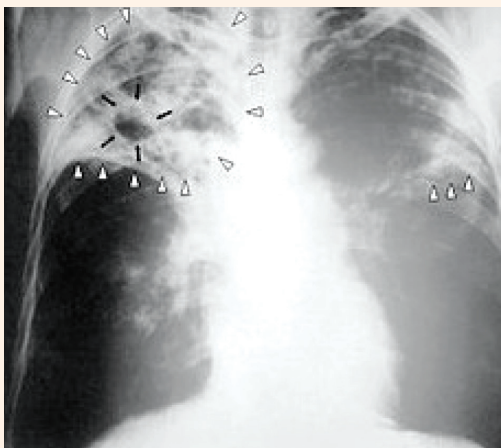
Ho ra máu là một tình trạng chảy máu từ đường hô hấp dưới thanh quản, hoàn toàn khác hẳn với ói ra máu là xuất huyết đường tiêu hóa máu cần được phân biệt rõ vì nguyên nhân và điều trị hoàn toàn khác hẳn nhau.

Ói ra máu thường là xuất huyết rất nhiều trong đường tiêu hóa (dạ dày và ruột) đa số bệnh nhân muốn ngất, mặt tái, vã mồ hôi trái hẳn với ho ra máu; bệnh nhân ho nhiều máu nhưng vẫn tỉnh, không có cảm giác ngất. Trong khi đó ói ra máu, sau ói ra máu một vài tiếng, sẽ luôn kèm theo đi tiêu ra máu phân sệt đen như: Dầu hắc, mùi rất hôi.

Trường hợp chảy máu cam cũng dễ phân biệt không có ho, bệnh nhân tỉnh và máu chỉ chảy ra ra bằng đường mũi.

II) Nguyên nhân gì thường gây ho ra máu:

A) Nguyên nhân thường gặp nhất:



1) Lao phổi: Là một căn bệnh gây ra chứng chứng ho ra máu nhiều nhất ở nước ta chiếm đến 60 % bệnh nhân. Đa số bệnh nhân có tình trạng sút cân, ăn uống kém nhiều tháng, đau ngực khó thở, sốt nhẹ về chiều. Chụp X quang phổi sẽ thấy tổn thương ở phổi, điển hình phổi có hang ở đỉnh phổi gây ra loét nhâm mạch máu gây ra ho ra máu. Bệnh nhân cần xét nghiệm để xác định và điều trị sớm, đúng phác đồ, theo dõi hàng tháng.

2) Ung thư phổi: Đa số gặp những người nghiện thuốc lá mãn tính, có đau ngực khó thở ho ra máu thường ít. Chụp X quang thấy hình ảnh khối u ở phổi, không phải hang điển hình của bệnh lao phổi. Tuy vậy, cũng có nhiều hợp, chụp X quang phổi hình ảnh không rõ, khó phân biệt chính xác với lao phổi. Lúc ấy, Bs phải nội soi khí quan sinh thiết khối u mới xác định đúng căn bệnh.



Ung thư phổi nguyên phát chiếm 23 % các trường hợp ho ra máu

Ung thư phổi thứ phát là ung thư tiêu hoá, tiết niệu di căn đến phổi (Đặc biệt là vú, thận, ruột và di căn thực quản).

3) Giãn phế quản: Cũng gặp ở những người nghiện thuốc lá mạn tính đã đến giai đoạn viêm tắc phổi mạn tính hay không. Ho ra máu thường nhiều tái phát, hình ảnh X quang không rõ phải chụp các nhánh cuống phổi có tiêm chất cản quang mới xác định đúng vị trí, nhiều trường hợp ho ra máu tái phát dai dẳng phải cắt bỏ vùng giãn phế quản mới cầm máu hết luôn được.

4) Mọi nhiễm trùng ở phổi như là: Viêm phế

quản, viêm phổi, phế quản phế viêm, abces phổi: Bất cứ nhiễm trùng nào ở phổi đều có thể gây ra ho ra máu. Nếu X quang ở viêm phế quản là bình thường còn viêm phổi, phế viêm đều có hình ảnh tổn thương đặc hiệu trên phổi. Abces phổi có sốt trung bình dai dẳng, khạc đàm có mủ lẫn máu, đau ngực, khó thở, hình ảnh phổi tổn thương đặc hiệu có mức nước nằm ngang (ở abces phổi)

B) Những nguyên nhân khác ít gặp hơn:

1) Thuyên tắc phổi hay nhồi máu phổi:

Một thuyên tắc phổi là có nghẽn đột ngột của một động mạch phổi do cục máu đông từ viêm tĩnh mạch mạn tính ở chân. Nhồi máu phổi là chứng đau ngực đột ngột (đau ngực màng phổi trong đặc biệt, nghĩa là cơn đau được cảm nhận như là bệnh nhân thở vào và ra), ho, sốt nhẹ, thở nhanh, nhịp tim nhanh và khó thở (thở hụt hơi thở, mà không gắng sức); chụp X quang thường không thấy gì, chẩn đoán dựa trên tiền sử trước đây bệnh viêm tắc tĩnh mạch chân, loại trừ các nguyên nhân thường gặp khác.

Chụp X quang phổi có thể thấy hình tổn thương kinh điển: Vết mờ hình tam giác nếu tắc một nhánh nhỏ. Tắc động mạch phổi rất hay xảy ra ở những người có tổn thương ở tim, ở những người sau khi đẻ nằm lâu, người mới mổ, người nằm lâu do điều trị một căn bệnh mạn tính nào đó, người bị ung thư phổi.

2) Bệnh tim như: Hẹp van hai lá (bị hẹp van hai lá đó dẫn vào tâm thất trái) có thể dẫn đến rất nhẹ ho ra máu hồng, đờm bọt với dấu vết nhẹ của máu. Các triệu chứng khác liên quan đến suy thất trái bao gồm khó thở khi nằm xuống, khó thở về đêm kịch phát.



Các bệnh khác làm tăng áp lực tiểu tuần hoàn như suy tim trái do cao huyết áp: Người bệnh ho ra

máu kèm theo khó thở, đôi khi khi lên cơn hen tim, hay nặng nhất là phù phổi cấp. Không nên chẩn đoán vội vàng nguyên nhân ho máu do phổi trước khi khám toàn diện bệnh nhân, nhất là xét nghiệm, khám lâm sàng về tim mạch.

3) Rối loạn đông máu: Các dấu hiệu khác của bệnh rối loạn đông máu bao gồm chảy máu cam (chảy máu mũi), ban xuất huyết (xuất hiện các tổn thương, vết bầm tím vàng trên da do vỡ mạch máu), rong kinh (kinh nguyệt dài quá mức hoặc nặng) và tiểu ra máu.

4) Biến chứng khi dùng thuốc chống đông máu:

Thông thường các loại thuốc theo quy định là thuốc chống đông để ngăn chặn phòng ngừa sự hình thành các cục máu đông. Thường dùng để điều trị các rối loạn huyết khối tắc mạch

5) Bệnh nấm Aspergillosis: Là một nhiễm nấm ở phổi gây ra bởi loại nấm Aspergillus fumigatus. Bệnh này tương đối hiếm, ngoại trừ ở những bệnh nhân có hệ miễn dịch bị tổn thương. Điều đó có thể khiến cho loại nấm xâm nhập vào các mạch máu ở phổi, gây ho ra máu khá nặng.

6) Ho ra máu không rõ nguyên nhân (vô căn)

Khoảng 15 đến 30 % các trường hợp ho ra máu được chẩn đoán và các nguyên nhân thật sự vẫn chưa chắc chắn.

Ho ra máu vô căn nên là một chẩn đoán loại trừ, sau khi xét nghiệm đầy đủ loại trừ mọi nguyên nhân khác.



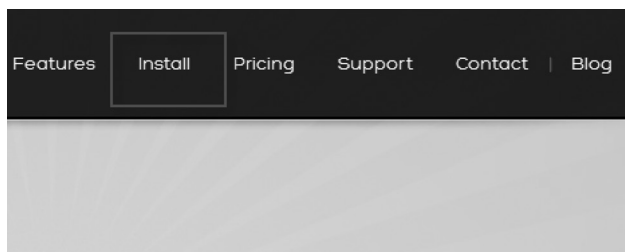
III) Kết luận: Ho ra máu là triệu chứng báo nguy trong đó bệnh lao phổi chiếm đa số (60%) ở nước ta, sau đó mới là ung thư phổi ở những người nghiện thuốc lá mãn tính, giãn phế quản, bệnh lý tim mạch.



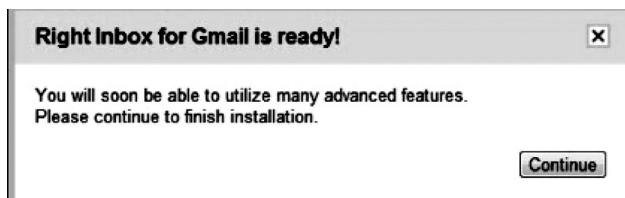
Tạo lịch trình gửi email theo thời gian tùy ý trong Gmail

Gmail luôn có khả năng đồng bộ nhiều tính năng hấp dẫn mà có thể bạn chưa biết và một trong những tính năng đáng chú ý nhất là khả năng tạo một email, sau đó gửi tại một thời gian quy định tùy ý. Đồng thời có thể lưu lại một bản “dự thảo” để gửi tiếp đến một địa chỉ khác nếu cần thiết.

Để bắt đầu tiến trình thiết lập thời gian gửi email, bạn truy cập vào trang chủ Right Inbox tại địa chỉ <http://www.rightinbox.com/> và nhấp vào liên kết Install từ menu trên cùng bên phải rồi thực hiện theo các bước hướng dẫn cài đặt trình duyệt cụ thể trên màn hình để cài đặt các phần mở rộng. Đặc biệt, Right Inbox có thể làm việc tốt với cả Firefox và Chrome.



Một khi bạn đã hoàn thành việc cài đặt, điều hướng đến Gmail, bạn sẽ nhận được thông báo nhắc nhở kết thúc quá trình cài đặt ngay Inbox từ Gmail. Lúc này bạn nhấp vào Continue.

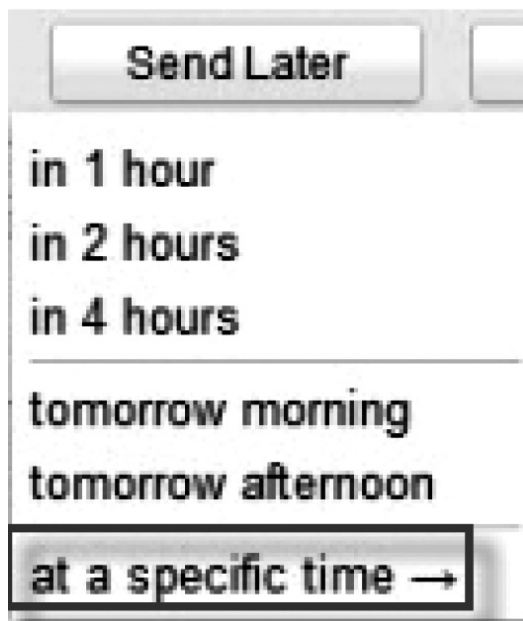


Tiếp theo, bạn nhấp vào nút Compose Mail để viết một email đến một người nào đó. Khi hoàn tất, click vào nút Send Later ở phía trên cùng của thư điện tử để xác nhận gửi sau khi nhập thời gian.



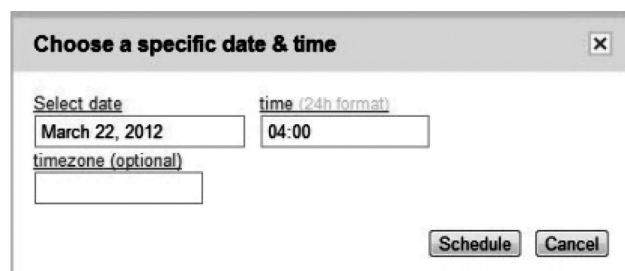
Lúc này, một trình đơn mới xuất hiện và liệt kê đề nghị để gửi email của bạn như trong giờ hoặc ngày hôm sau. Nếu bạn chọn một trong các gợi ý trên, email sẽ được sắp xếp và gửi một cách chính xác. Ngoài ra, để xác định ngày và thời gian tùy ý của

riêng bạn, nhấp vào tùy chọn cuối cùng trên menu



At a Specific Time.

Một popup sẽ xuất hiện, bạn nhập ngày vào khung Select date và thời gian vào khung Time mà bạn muốn email gửi, sau đó nhấp vào Schedule để



kết thúc. Như vậy là công việc của bạn đã hoàn tất, email của bạn sẽ được gửi đúng thời gian thiết lập.

Right Inbox là một ứng dụng miễn phí và đang trong quá trình thử nghiệm phiên bản beta. Có thể nói đây là ứng dụng rất cần thiết cho người sử dụng Gmail, đặc biệt là cần phải lên lịch gửi lời chúc mừng sinh nhật, chúc tết cho bạn bè, người thân trước thời hạn để tránh tình trạng đến lúc đó không nhớ. Bạn cũng có thể tự gửi email nhắc nhở thời gian quy định làm một công việc nào đó của bản thân.

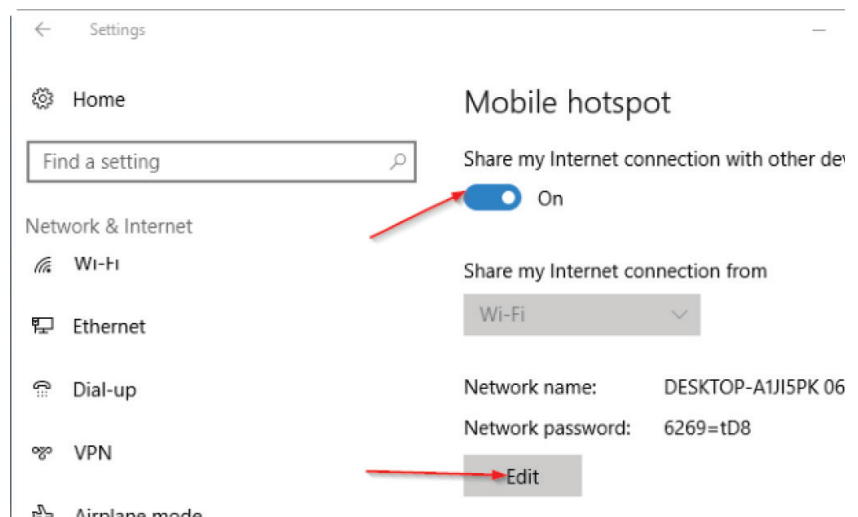
TT

Sử dụng Mobile hotspot trong Windows 10

Mobile hotspot, virtual hotspot hoặc Wi-Fi hotspot là một tính năng sẵn có trong Windows 10, nó cho phép bạn chia sẻ kết nối internet (qua mạng 3G/4G) của máy tính cho 8 thiết bị khác cùng sử dụng dưới dạng sóng WiFi.

Mặc dù Windows 10 đã hỗ trợ mobile hotspot ngay từ những phiên bản thử nghiệm đầu tiên của hệ điều hành này, tuy nhiên, việc bật tắt tính năng này lại cực kỳ rắc rối vì bạn phải làm thông qua các dòng lệnh Command Prompt. Bạn sẽ không thấy tùy chọn bật hoặc tắt tính năng này trong phần Settings cũng như trong Control Panel.

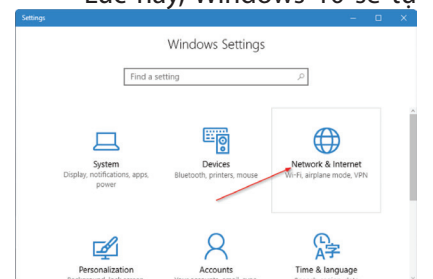
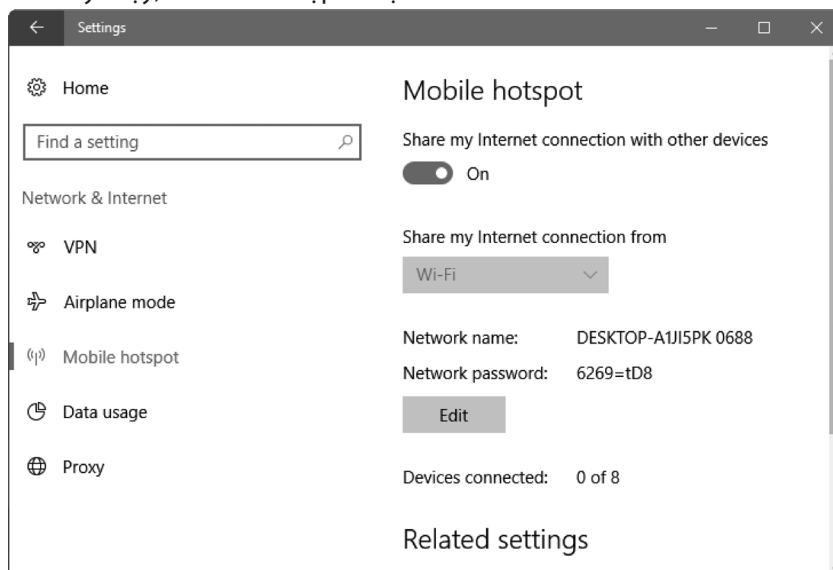
Tuy vậy, với bản cập nhật



cần phải dùng đến Command Prompt hoặc sử dụng các công cụ của bên thứ ba để tạo mobile hotspot. Cách thực hiện như sau :

Internet connection with other devices thành ON.

- Lúc này, Windows 10 sẽ tự



động gán một tên mạng cũng như một mật khẩu mạnh cho hotspot di động của bạn. Nếu bạn muốn thay đổi mật khẩu mặc định hoặc tên của hotspot di động, nhấp vào nút Edit, sau đó nhập tên hoặc mật khẩu mà bạn muốn sử dụng.

- Để kết nối vào hotspot di động của bạn, chọn tên của hotspot di động trên thiết bị mà bạn muốn kết nối và sau đó nhập mật khẩu mà bạn đã thiết lập. Bạn nên tắt tùy chọn Allow another device to turn on mobile hotspot để không cho phép các thiết bị đang kết nối tự động bật hotspot di động trên máy tính.

Windows 10 Anniversary (Build 14379 trở về sau, bản này dự kiến sẽ phát hành vào ngày 02/8/2016), Microsoft đã bổ sung thêm một cách giúp bạn dễ dàng thiết lập điểm truy cập di động trong Windows 10. Bạn có thể tạo một mobile hotspot trong Settings, nghĩa là bạn sẽ không

- Vào menu Start > Settings hoặc bạn có thể sử dụng tổ hợp phím Windows logo + R.

- Từ cửa sổ Settings vừa hiện ra, bạn nhấn chuột vào biểu tượng Network & Internet.

- Chọn mục Mobile hotspot trong khung bên trái. Bật nút trạng thái trong mục Share my

Võ Xuân Vỹ



DINH DƯỠNG NGĂN NGỪA VI KHUẨN HP TRONG DẠ DÀY

Theo tổ chức Y tế Thế giới (WHO) Vi khuẩn Hp (Helicobacter pylori) là tác nhân hàng đầu gây Ung thư dạ dày. Các nhà khoa học Đức gần đây cũng đã tìm thấy mối liên hệ giữa những tổn thương do vi khuẩn Hp gây ra trong dạ dày với sự hình thành, phát triển của các tế bào Ung thư dạ dày sau thời gian dài nhiễm khuẩn Hp.

Cũng giống như nhiều loại sinh vật khác, vi khuẩn Hp có nhiều chủng khác nhau. Trong đó, người ta đặc biệt quan tâm tới các loại vi khuẩn Hp có chứa yếu tố độc tính CagA và VacA vì những chủng Hp đó có khả năng gây Viêm loét dạ dày tá tràng, Ung thư dạ dày cao gấp nhiều lần so với những chủng Hp không có hai gen kể trên. Dựa vào yếu tố CagA và VacA, người ta cũng phân chia thành các khu vực nhiễm Hp trên thế giới. Tại Việt Nam và Nhật Bản nằm trong khu vực nhiễm loại vi khuẩn Hp có chứa CagA và VacA nên chủng vi khuẩn Hp ở Việt Nam có độc tính cao hơn chủng Hp ở các nước châu Âu.

Vi khuẩn Hp có thể tồn tại ở nhiều nơi trong cơ thể người, không phải chỉ tồn tại trong môi trường dạ dày. Các nhà khoa học đã tìm thấy chúng ở trong các mảng bám trên răng, trong các khoang, hốc của cơ thể như khoang miệng, đường ruột... Chính vì vậy, chúng cũng dễ dàng lây nhiễm theo nhiều con đường khác nhau trong đó phổ biến nhất là đường từ miệng – miệng và đường ăn uống.

Do đó sử dụng các loại thực phẩm chứa nhiều thành phần ức chế các tế bào ung thư sẽ giúp tăng cường sức đề kháng cơ thể và nâng cao thể trạng. Một số thực phẩm thường gặp giúp chống Ung thư dạ dày như:

Tỏi: một loại gia vị giúp cho món ăn thơm ngon hơn, tỏi còn có tác dụng tốt cho rất nhiều bệnh: cảm cúm, viêm xoang, viêm mũi dị ứng... Ngoài ra, tỏi còn có tác dụng chống ung thư

rất quan trọng, tỏi được công nhận là thực phẩm chống ung thư. Tỏi có thể làm giảm hàm lượng nitrit bên trong dạ dày cùng với việc làm giảm sự tổng hợp của amoni nitrit nên có tác dụng chống ung thư.



Nấm: theo nghiên cứu của các nhà khoa học, nấm đen và nấm trắng có chứa polysaccharides có khả năng chống ung thư rất cao. Các loại nấm và thực phẩm của nấm giàu chất xơ thô và calcium – một loại caxi thực phẩm không chỉ có hiệu ứng chống ung thư mà còn có tác dụng cải thiện khả năng miễn dịch cho cơ thể.

Đậu phụ: Theo nghiên cứu của các nhà khoa học tại bệnh viện Đại học quốc gia Seoul và Trung tâm kiểm soát ngăn ngừa dịch bệnh Hàn Quốc thì ăn đậu phụ mỗi ngày sẽ giúp giảm được đến 90% nguy cơ mắc bệnh Ung thư dạ dày. Một thành phần chính của đậu phụ chính là đậu tương. Chất isoflavon trong protein của đậu nành có tác dụng ngăn chặn các tế bào ác tính phát triển cũng như gây ra các cơ chế tự hủy ở tế bào này. Ngoài ra, isoflavon còn giúp kiểm chế khuẩn helicobacter pylori – tác nhân hàng đầu gây bệnh



ung thư dạ dày. Và theo nghiên cứu cũng chỉ ra rằng đậu nành giúp giảm nguy cơ ung thư vú và ung thư tuyến tiền liệt.

Mầm cải xanh: mầm cải tươi có chứa nhiều chất sulforaphane – loại hóa chất sinh học tự nhiên sản xuất ra các enzyme chống lại quá trình oxy hóa. Theo các nhà khoa học Nhật Bản cho thấy ăn 70gam mầm cải non mỗi ngày có thể ngăn ngừa bệnh viêm loét dạ dày và cả ung thư dạ dày.



Mầm cải xanh có chứa nhiều chất sulforaphane hơn cả bông cải, khi các nhà khoa học thử nghiệm cho 25 người ăn mầm cải thì trong cơ thể họ có đủ lượng enzyme. Chất này giúp loại bỏ sự viêm nhiễm, giảm sưng và giảm được nguy cơ viêm loét dạ dày, ung thư dạ dày.

Hành tây: có chứa chất quercetin gỗ sồi là một loại chất chống ung thư tự nhiên, ăn hành có thể làm giảm được hàm lượng nitrit dạ dày. Các nhà nghiên cứu khoa học đã chỉ ra rằng tỷ lệ mắc bệnh ung thư dạ dày ở những người thường xuyên ăn hành thấp hơn 25% và tỷ lệ tử vong của ung thư dạ dày thấp hơn 30%.



Vũ Thanh Minh
– Tổng hợp từ nhiều nguồn

Phát hành vào ngày 20 hàng tháng
Tổng biên tập: PGS.TS. Phạm Văn Sáng - Phó Tổng Biên Tập: ThS. Nguyễn Văn Liệt
Thư Ký: KS. Lê Phát Hiển - CN. Nguyễn Hùng Cường (Biên tập chính)
Điện thoại: 0613.822.297 - Fax: 0613.825.585 - Email: nostdn@vnn.vn
GPXB số: 03/GP.STTTT do Sở Thông Tin và Truyền Thông tỉnh Đồng Nai
cấp ngày 03/3/2016. Số lượng in 5.100 bản. In tại CTY TNHH in L.B.T (ĐT: 061.393.8888)



KHOA HỌC & ỨNG DỤNG



SỞ KHOA HỌC VÀ CÔNG NGHỆ - LIÊN HIỆP CÁC HỘI KHOA HỌC VÀ KỸ THUẬT ĐỒNG NAI
1597 Phạm Văn Thuận - TP. Biên Hòa - ĐT: 061.3822297 - Fax: 061.3825585 - Email: nostdn@vnn.vn