علائمی که از تنبلی تخمدان در زنان خبر می دهند

تنبلی تخمـدان از بیماری های شـایع در خانم‌ها اسـت که بیشتر به دلیل ارثی بودن در خانـواده و فامیـل رخ می‌دهد. عمده ترین نشانه این بیماری، عادت ماهیانه دیر به دیر و بعضی وقت‌ها هر چند ماه یکبار است.سندرم تخمـدان پلـی کیسـتیک (PCOS) نوعی اختلال هورمونی است که در میان زنان در سن باروری شـایع است. زنانی که تنبلی تخمدان دارند، بیش از حد طبیعی هورمون‌های مردانه تولید می‌کنند. ایـن نامتعادل‌بودن هورمون‌ها باعث می‌شـود زنـان عـادت ماهیانه‌ی خود را نداشته باشـند. این زنان سـخت‌تر باردار می‌شوند. تنبلی تخمدان همچنین باعث رشد موهای زائد روی صورت و بدن و کمترشدن موهای سر می‌شود. علت دقیق تنبلی تخمدان مشخص نیست. تشـخیص و درمان به موقع ممکن اسـت خطـر عـوارض طولانی مدت مانند دیابـت نوع ۲ و بیماری هـای قلبی را کاهش دهد. بسیاری از زنان و دختران متوجه نیستند که به تنبلی تخمدان مبتلا هستند. اگر یک یا دو قاعدگی را پشـت سر گذاشته اید (و می دانید که باردار نیستید) و مانند نوجوانی دوباره قاعدگی تان نامنظم شـده است، آسان اسـت که همه چیز را به اسـترس ربط دهید، اما ممکن است اتفاق جدی تری مانند سندرم تخمدان پلی کیستیک (PCOS)، مشکلات سلامتی پنهان ناشی از عدم تعادل هورمونی و بوجود آمدن یک سری کیست های کوچک در تخمدان در جریان باشد. پنج تا ۱۰ درصد از زنان در سنین باروری تحت تأثیر این بیماری قرار دارند، اما کمتر از نیمی از زنان تشخیص داده می شوند. این بدان معناست که میلیون ها زن مبتلا به تنبلی تخمدان هسـتند و حتی آن را نمی دانند. برای روشـن کردن این بیماری خامـوش، در اینجا شـایع ترین نشـانه های اختلال هورمونی را برای شما قرار داده ایم. اگر هرکدام از این علائم را تجربه کردید، آنها را با متخصص زنان یا پزشک عمومی خود در میان بگذارید و ارزیابی کنید.

۱–چرخه قاعدگی نامنظم

چرخه قاعدگـی غیر قابل پیش بینی یا نبودن چندین دوره قاعدگی یکی از ویژگی های بارز تنبلی تخمدان اسـت. چرخه قاعدگی ما ماننـد یک علامـت حیاتی اسـت. این به ما می گوید که آیا سـوخت و سـاز بـدن ما در وضعیت خوبـی قرار دارد ؛ اگـر بیش از حد لاغر باشـید ، اضافه وزن یا اسـترس دارید ، می تواند چرخه های شما را از بین ببرد. داشتن دوره‌های قاعدگی نامنظم یا زیاد، پرش از چند قاعدگی می تواند نشانه عدم تعادل هورمونی مانند تنبلی تخمدان باشد. هنگام بی نظمی های قاعدگـی مانند این موارد باید برای بررسـی بیشتر به پزشک مراجعه کنید.

۲–رشد مو در مکان های غیر منتظره

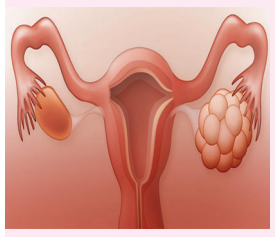
در تنبلی تخمدان ، تخمـدان ها مقادیر زیـادی از نوع هورمون هایی به نام آندروژن تولید می کنند که رشد مو را تحریک می کنند. ما در مورد موهای سر شما صحبت نمی کنیم. موها در مکان های غیرمنتظره مانند در اطراف نوک پسـتان ، روی سینه ، قسمت داخلی ران و شکم (مکان هایی که زنان معمولاً رشد مو زیادی ندارند) رشد می کنند.

۳–بروز جوش و آکنه

مقادیر بـالای آندروژن نیز باعث ایجاد آکنـه می شـود. هورمون ها تولید سـبوم را تقویـت می کنند و ترکیـب روغن اضافی و بافت پوست قدیمی منافذ پوست را می بندد. باکتری‌هایی که روی سبوم شکوفا می شوند، التهاب ایجاد می کنند.

۴–یک حلقه تیره در اطراف گردن

ممکن اسـت علت این کار را گردنبند ارزان قیمت بدانید که حلقه ای روی پوسـت شما باقی مانده است، اما تنبلی تخمدان باعث



تیرگی سرسـختانه پوست پشـت گردن شما می شـود. این یک تغییر رنگ تیره است که از بین نمی رود. رنگدانه ها و تغییرات بافت پوست نیز می توانند در زیر بغل و اطراف ناحیه تناسلی ظاهر شوند.

۵–بزرگ شدن بدون دلیل شکم

افزایـش وزن غیر قابل توضیح و مداوم ، به ویژه در اطراف شـکم ، نشانه ای از اختلال هورمونی اسـت. اگرچه کاملاً مشخص نیست که چرا افزایش وزن یک علامت اسـت ، اما به نظر می رسد مقاومت به انسولین در این امر نقش دارد. با تنبلی تخمدان می توانید در متابولیسم قند خون که به مقاومت انسولین معروف است ، مشکل داشته باشید. وقتی مقاومت به انسولین دارید، لوزالمعده شما باید بسیار سخت کار کند و مقدار زیادی انسولین درست کند تا قند خون شما پایین بیاید. این امر به افزایش وزن و چاقی شکم مرتبط اسـت. (زنان مبتلا به تنبلی تخمدان در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به دیابت هستند).

۶–مشکل در باردار شدن

عـدم تعـادل هورمونـی در توانایی تخمک گذاری بدن که برای وقوع بارداری ضروری است، اختلال ایجاد می کند. بنابراین جای تعجب نیست که تنبلی تخمدان یکی از رایـج ترین دلایل ناباروری اسـت. در واقع، طبق بنیاد PCOS، این مسـئول ۷۰ درصد از مشکلات ناباروری در زنانی است که در تخمک گذاری مشکل دارند.

دلیل اهمیت بالای استفاده از نخ دندان چیست؟

بر طبق تحقیقات انجام شده مشخص شد بسیاری از افراد چندان اهل رعایت بهداشت دهان و دندان نیستند. مطالعه‌ی چاپ شده در مجله پریودنتولوژی اگوست ۲۰۱۸ نشان داد که فقط ۳۲ درصد آمریکایی‌ها هر روز نخ دندان می‌کشند، در حالی که ۳۲ درصد دیگر هرگز نخ دندان نمی‌کشند. بنابراین اگر به تمیز کردن بین دندان‌هایتان خیلی اهمیت نمی‌دهید باید بدانید که تنها نیستید؛ اما آیا واقعا نیاز است که حتما نخ دندان بکشید؟ ما برای پاسخ به این سؤال نظر متخصصان دندانپزشکی را اینجا آورده‌ایم. با ما همراه باشید.

حالا اهمیت استفاده از نخ دندان چیست؟ «تیم یافولا» رئیس انستیتوی ملی تحقیقات دندان و جمجمه و صورت می‌گوید: به زبان ساده، نخ دندان موجب تمیز شدن بین دندان‌ها، جایی که مسواک به آن‌ها نمی‌رسد، می‌شود. در واقع هدف این است که در ایجاد پلاک‌های دندانی یعنی همان پوشش چسبنده‌ی متشکل از باکتری‌ها و ذرات غذا که بر روی سطح دندان‌هایتان می‌چسبند، اختلال ایجاد کنید.

«سالی کرام»، پریودنتیست مستقر در واشنگتن دی سی و سخنگوی انجمن دندانپزشکی آمریکا، نیز در این باره می‌گوید: مسواک زدن پلاک دندان‌هایتان را از خارج و داخل پاک می‌کند؛ اما در جایی که دندان‌هایتان همدیگر را لمس می‌کنند جایی است که مسواک نمی‌توان به خوبی و کامل آن‌ها را از بین ببرد اینجاست که نخ دندان باید کارش را به خوبی انجام دهد. در صورت پاک نکردن پلاک از بین دندان‌ها، انواع علائم می توانند کم‌کم شروع شوند؛ بیایید یک نگاهی به آن‌ها بیندازیم:

لثه‌های خونین و نفس بدبو؛ پلاک طولانی‌مدت می‌تواند باعث التهاب لثه (ژنژیویت) شود. دکتر یافولا می‌گوید: شروع التهاب لثه ممکن است به کوتاهی ۲۴ ساعت باشد، به همین دلیل استفاده از نخ دندان یک بار در روز توصیه می‌شود.

علائم اولیه التهاب لثه شامل تورم در لثه‌ها و حساس شدن آن‌هاست به نحوی که هنگام مسواک زدن یا نخ دندان کشیدن دچار خونریزی می‌شود و فرد به طور مداوم دچار بدبویی در تنفس است.

خبر خوب؟ دکتر کرام می‌گوید: التهاب لثه با انجام تمیزکاری‌های مکرر حرفه‌ای توسط دندان‌پزشک (جرم‌گیری) و مراقبت‌های بهداشتی بیشتر و بهتر در منزل مانند مسواک زدن و نخ دندان کشیدن قابل برگشت است و لثه‌ها دوباره سفت و صورتی می‌شوند و خونریزی ندارند.

لق شدن دندان‌ها: از بین بردن التهاب لثه در همان ابتدای به وجود آمدنش بسیار مهم است تا پیشرفت نکند و به یک بیماری جدی‌تر یعنی پریودنتیت منجر نشود.دکتر یافولا می‌گوید: زمانی که پلاک به سرعت از بین نرود، کلسیم بزاق را جذب می‌کند و خیلی زود سفت و سخت می‌شود که در این صورت فقط با ابزارهای تمیزکننده دندانپزشکی پاک می‌شود. اگر این پلاک‌های سفت و سخت شده یا همان جرم دندان به مدت طولانی در جای خود باقی بماند، می‌تواند منجر به پریودنتیت (تخریب استخوان اطراف دندان) شود. پریودنتیت یک بیماری التهابی است که می‌تواند باعث دور شدن لثه از دندان و از بین رفتن استخوان محافظ دندان شود. در نهایت این که پریودنتیت شدید منجر به شل شدن و از دست دادن دندان می‌شود. یک یا دو شب نخ دندان نکشیدن موجب افتادن دندان‌هایتان نخواهد شد، بنابراین در اینجا می‌توانید نفس راحتی بکشید. پریودنتیت به تدریج اتفاق می‌افتد، آن هم به دلیل عدم رعایت بهداشت دهان و دندان در طول زمان.

دکتر یافولا در این باره می‌گوید: پریودنتیت ممکن است ماه‌ها یا سال‌ها طول بکشد، اگرچه این اتفاق از بیماری به بیمار دیگر متغیر است. با این حال التهاب لثه و پریودنتیت واکنش التهابی بدن در برابر پلاک و جرم است و برخی از افراد بیشتر از دیگران مستعد التهاب هستند. طبق مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها (CDC)، سیگار کشیدن، دیابت، تغییرات هورمونی زنان، استرس، وراثت، دندان‌های کج و برخی داروها می‌توانند خطر ابتلا به بیماری‌های لثه را افزایش دهد.

پوسیدگی و حفره‌های دندانی: دهان ما دارای میکروبیوم‌های زیادی است که به طور معمول از سطح بالایی از باکتری‌های خوب و سطح پایینی از باکتری‌های بد تشکیل شده است.دکتر کرام می‌گوید: این توازن از میکروارگانیسم‌های خوب و بد وقتی که دچار بیماری پریودنتال می‌شوید برعکس می‌شود. یعنی مقدار باکتری‌های مضر که باعث التهاب و عفونت می‌شوند افزایش می‌یابد و این باکتری‌های مضر و حال به هم زن می‌توانند مرواریدهای سفید شما را نیز پوسیده کنند.

دکتر کرام می‌گوید: این باکتری‌ها قند موجود در رژیم غذایی شما را تخمیر کرده و اسیدی ایجاد می‌کند که باعث سوراخ شدن دندان می‌شود.

بیماری‌ها و مشکلات جدی در سلامتی: وضعیت دهان شما تنها چیزی نیست که در هنگام تجمع باکتری‌های بد در معرض خطر باشد. دکتر کرام می‌گوید: التهاب ناشی از تجمعات باکتریایی و بیماری پریودنتال وارد جریان خون می‌شود، جایی که می‌تواند به سایر قسمت‌های بدن حرکت کند و منجر به مشکلات سیستمی از جمله بیماری قلبی و احتمالا دیابت شود و شما را در معرض خطر بیشتر حمله قلبی و سکته مغزی قرار دهد. با اشاره به اینکه حتی مواردی وجود داشته است که عفونت‌های دندان درمان نشده باعث ایجاد آبسه در مغز شده‌اند. بنابر این همان‌طور که می‌بینید بهداشت دهان و دندان صرفا موجب حفظ و نگهداری دندان‌های شما نمی‌شود بلکه سلامت عمومی‌تان را نیز حفظ می‌کند.

ضد و نقیض‌های نخ دندان! اکنون یک موضوع جالب وجود دارد: اگرچه رعایت بهداشت مناسب دهان و دندان جای فکر ندارد و متخصصان دندانپزشکی همه برای تمیز کردن دندان‌ها متفق‌القول هستند، اما برخی هنوز در مورد نیاز به نخ دندان یا عدم استفاده از آن حرف دارند. یک بررسی چاپ شده در نشریه پریودنتولوژی بالینی در ژانویه ۲۰۱۵ شواهد متناقض و ضعیفی را برای استفاده از نخ دندان به عنوان وسیله‌ای برای جلوگیری از التهاب لثه، به دلیل عدم کارایی، نشان داد. سه ماه بعد، بررسی دوم در همان ژورنال گزارش داد شواهد ضعیفی از نقش نخ دندان در کاهش پلاک و التهاب لثه وجود دارد که نامشخص و یا خیلی کم اثر است. و اما پاسخ دکتر یافولا؟ وی می‌گوید: نتایج مطالعات متفاوت است و تحقیقات بیشتری در این مورد لازم است، به ویژه در مورد اینکه آیا نخ دندان تأثیری در پیشرفت بیماری لثه و پوسیدگی دندان دارد یا نه. همان‌طور که گفته شد، استفاده از نخ دندان راهی کم‌خطر و کم‌هزینه برای تمیز کردن قسمت‌هایی از دندان است که مسواک شما نمی‌تواند به آن برسد. ما در این خصوص بحثی نداریم.

۵ اشتباه رایج در استفاده از نخ دندان + راهکار؛ اگر نخ دندان موجب درد و مشکل در بین دندان‌هایتان می‌شود ممکن است نشانه‌ی این باشد که این کار را اشتباه انجام می‌دهید. راهنمای متخصصان در این باره را در ادامه بخوانید.

جلوی آینه نخ دندان می‌کشید؛ دکتر ایافولا می‌گوید: هماهنگی دست و چشم هنگامی که تصویر معکوس می‌شود بسیار دشوار است؛ بعضی از افراد این حرکت را با احساسشان راحت‌تر از دیدن می‌توانند انجام دهند. این تمرین کمی طول می‌کشد اما به زودی برای اکثر افراد بسیار طبیعی و راحت می‌شود، به خصوص اگر به الگوی نخ دندان کشیدن یعنی اول فک بالا بعد فک پایین و آن هم از چپ به راست پایبند باشید و از آن منحرف نشوید.

نخ دندان را بین نوک انگشتان خود نگه می‌دارید؛ این موقعیت می‌تواند باعث خارج شدن نخ از دستتان شود. دکتر کرام می‌گوید: پیچیدن نخ به دور انگشتان کنترل آن را آسان‌تر می‌کند. اگر به دلیل آرتروز یا کمبود مهارت در انجام این کار مشکل دارید، با دندان‌پزشک خود صحبت کنید.

از نخ دندان خیلی کوتاه استفاده می‌کنید

دکتر یافولا می‌گوید: طول نخ دندان با نخ استفاده نشده که به دور انگشتان میانی و حلقه‌ی هر دو دست می‌پیچد، باید حداقل ۱۸ اینچ (۴۵ سانتی‌متر) باشد. کنترل و استفاده از یک قطعه نخ طولانی‌تر نسبت به یک قطعه کوتاه، آسان‌تر است.

لثه‌هایتان را می‌برید

دکتر یافولا می‌گوید: این اتفاق می‌تواند باعث درد و آسیب به بافت ظریف بین‌دندانی شود. بهتر است از حرکت اره‌ای و آرام برای نخ دندان کشیدن استفاده شود، نه اینکه نخ دندان را بین دندان‌هایتان محکم و به صورت ضربه‌ای پایین بکشید. در ضمن اگر دندان‌هایتان خیلی به هم چسبیده است، از بین انواع نخ دندان، نوع نازک‌تر آن را انتخاب کنید.

کناره دندان هایتان را نادیده می‌گیرید؛ دکتر کرام می‌گوید: در خط لثه، نخ دندان را به شکل C در برابر دندان خود خم کنید و آن را به سمت بالا و پایین حرکت دهید و به آرامی کنار هر دندان را مالش دهید.

با این توضیحات واقعاً چقدر بد است اگر نخ دندان نکشید؟ دکتر یافولا می‌گوید: هدف این است که هر روز پلاک بین دندان‌ها پاک شود، خواه با نخ باشد یا با روش‌های دیگر بین‌دندانی؛ اما اگر هرگز بین دندان‌هایتان را تمیز نکنید، باید بدانید که با آتش بازی می کنید! دکتر یافولا می‌گوید: هیچ کس بی‌عیب و کامل نیست و دقیقاً مانند رژیم گرفتن یا ورزش، با یک روز جا انداختن این کار صدمه‌ای نخواهد دید. در واقع، برخی از افراد هم هستند که خیلی خوش‌شانس هستند و با وجود اینکه هرگز نخ دندان نمی‌کشند دهان و دندان‌های سالمی دارند. با همه‌ی این‌ها یک دندان‌پزشک تقریباً همیشه می‌تواند تشخیص دهد کسی را که به طور منظم نخ دندان نمی‌کشد. معمولاً ناديده گرفتن نواحی بین دندانی علائم واضحی دارد، گاهی اوقات پلاک یا جرم است و گاهی اوقات یک بیماری جدی‌تر مانند التهاب لثه یا پریودنتیت. بیایید صادق باشیم؛ زمانی که برای نخ دندان کشیدن لازم است معادل تماشای دو فیلم اینستاگرام است. پس در انجام آن کوتاهی نکنید.

سردردهای میگرنی، احتمال ابتلا به زوال عقل را افزایش می‌دهند

بنابر داده‌های شرکت تحلیلی آمریکایی IQVIA و بررسی محققان بریتانیایی، بین سردردهای میگرنی و انواع سـردردهای دیگر با زوال عقل ارتباط مستقیمی وجود دارد. محققان بریتانیایی با استفاده از پایگاه داده‌های تحلیل بیماری‌ها که به وسیله شرکت IQVIA آمریکا جمع آوری می‌شود و شـامل تجویزهای دارویی، تشخیص بیماری‌ها و اطلاعات جمعیتی و پزشکی است، به بررسی ارتباط بین انواع سردردها و دردهای میگرنی و احتمال ابتلا به زوال عقل پرداختند.

در این بررسی، بیمارانی که در بریتانیا بین سال‌های ۱۹۹۷ و ۲۰۱۶، معاینه و بیماری میگرن در آنها تشخیص داده شده بود، مورد توجه قرار گرفتند. وضعیت این بیماران ۱۲ ماه قبل از تشخیص و ۱۲ ماه پس از تشخیص در نظر گرفته شد. همچنین آنها ۶۰ تا ۸۰ ساله بودند و البته آنها هنگام تشخیص میگرن هیچ نوع علایمی از زوال عقل یا نقص شناختی خفیف از خود نشان نداده بودند.

محققان بریتانیایی همین بررسـی را در بیمارانی که به سردردهای میگرنی مبتلا نبودند هم انجام دادند. سـپس با اسـتفاده از اطلاعات مربوط به سن، جنسیت، و دیگر بیماری‌های احتمالی مانند دیابـت، هیپرلیپیدمی و بیماری‌های قلبی–عروقی، سکته‌های مغزی، حملات ایسکمی گذرا، افسـردگی، ضربه‌های مغزی، اختلالات رفتاری ناشی از مصرف الکل، صرع، بیماری پارکینسون و پوکی استخوان، مدل آماری رگرسیون لجستیک آمـاده کردند. این مدل آماری نوعی تحلیل برای متغیرهای وابسته دوسویی مانند بیماری یا سلامت، مرگ یا زندگی است.

در ایـن بررسـی ۳۷۲۷ نفر فـرد مبتلا به میگرن و ۳۷۲۷ نفر فردی که سردردهای میگرنی تجربه نکرده بودند، شرکت داشتند. نتیجه بررسی نشـان داد که افراد مبتلا به سردردهای میگرنی در خطر ابتلا به زوال عقل و آلزایمر هستند و این خطر در زن‌ها به مراتب بیش از مردها وجود دارد. فرضیه‌های متعددی در خصوص علت این ارتباط وجود دارد که از آنها می‌توان گفت، سردردهای میگرنی موجب دردهای مزمن می‌شوند و این دردها روی حافظه فرد اثر منفی گذاشته و او را در خطر زوال عقل قرار می‌دهد. از آنجایی که سردردهای میگرنی زن‌ها بیشتر از مردهاست، آنها بیشتر در خطر زوال عقل قرار دارند. محققان همچنین بین پوکی استخوان و صرع و زوال عقل، ارتباط مثبت یافته‌اند. البته این تحقیق دو مشکل اساسی دارد. یکی از این مشکلات این است که بیشتر سردردهای میگرنی در بزرگسالان جوان مشاهده می‌شود و این بررسی روی افراد ۶۰ تا ۸۰ ساله انجام شده است و دیگر اینکه سردردهای ناشی از ضربه‌های مغزی به اشتباه سردردهای میگرنی فرض شده است که می‌تواند در نتیجه بررسی اثر منفی بگذارد. محققان بریتانیایی می‌گویند برای شناسایی علت دقیق ارتباط مثبت بین سردردهای میگرنی و زوال عقل باید بررسی‌های بیشتری انجام دهند.

کم خوابی خطر سرطان را ۳ برابر افزایش می‌دهد

نتایج یک پژوهش جدید که در نوع خود نخسـتین اسـت بیانگر آن است که خواب کوتاه ریسک بروز دیابت نوع دوم و سرطان را به میزان قابل توجهی افزایش می‌دهد.

این پژوهش تأکید می کند، بزرگسـالان مبتلا به فشـار خون بالا یا دیابت نوع ۲ که کمتر از ۶ ساعت در شب می‌خوابند، خطر مرگ ناشی از بیماری قلبی یا سکته مغـزی را دو برابـر می کند. محققان باور دارند، کسانی که سابقه بیماری قلبی یا سکته مغزی دارند و کمتر از ۶ ساعت می‌خوابند، خطر مرگ بر اثر سرطان را دست کم سه برابر افزایش می‌دهند. براسـاس آمارهای موجود ۴۵ درصد از جمعیت آمریکا فشـار

خون بالا در مرحله ۲ یا دیابت نوع ۲ و ۱۴ درصد بیماری قلبی دارند. یک مطالعه جدید نشان می دهد، خواب کمتر از شش ساعت می‌تواند خطر مرگ و میر ناشی از بیماری‌های قلبی یا سرطان را به ۲ برابر یا حتی سه برابر افزایش دهد به خصوص اگر افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن باشند. این تیم از کالج پزشکی ایالت پنسیلوانیا می گویند که پزشکان همچنین باید روال خواب منظم و کافی را برای بیماران خود که از بیماری‌های مزمن رنج می‌برند توصیه کنند. با این حال، یک مطالعه در سال ۲۰۱۵ از مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها نشان داد که حدود ۵۰ درصد از بزرگسالان آمریکایی کمتر از ساعت‌های توصیه شده می‌خوابند.

ماز... به کسی نگو!

گروه آموزشی ماز به عنوان نخستین برگزارکننده کلاس و آزمون آنلاین در زمینه کنکور در کشـور طی ۷ سـال گذشته توانسته اسـت به طور پیوسته در هر سـال تعدادی از رتبه‌های تک رقمی کنکور را به خود اختصاص دهد.

با خدمات ماز یک گام از کنکور جلوتر هستید

این گروه آموزشی که تالیف پرفروش‌ترین کتابهای حوزه کنکور را نیزدر کارنامه خود دارد، با اجرای الگوی خاص خود که به نام تاکسـونومی بلوم شـناخته شده است و مطابق روند برگزاری کنکور و سئوالهای مطرح شده، دانش‌آموزان خود را در مقایسه با سایر رقبا یک گام جلوتر پیش برده به گونه ای که سـئوالات کنکور برای دانش آموزان ماز قابل پیش بینی بوده و در نهایت این موسسه بخش قابل توجهی از رتبه های برتر کنکور را به خود اختصاص داده است.

آزمون ماز با الگوی طراحی سئوالات کنکور (تاکسونومی بلوم) طراحی می شود

دکتر فـرزام فرهمندنیا عضو هیئـت مدیره گروه آموزشـی ماز بـا بیان این مطلب در جمـع خبرنگاران تصریح کرد: آزمون‌های برگزار شـده توسط این گروه آموزشـی بـا درنظرگرفتـن بالاترین اسـتانداردهای آموزشـی طراحی شـده و همانطور که عنوان شـد به دلیل الگوی خاص طراحی شده توسط این مجموعه به جرات می توان گفت آزمون ماز تنها آزمون در کشـور است که سئوالات کنکور را قبل از برگزاری پیش بینی می کند و در عین حال به منظور بالابردن سطح آمادگی دانش‌آموزان و بهره وری بیشـتر، سئوالات آزمون ماز قبل از برگزاری به هیچ عنوان در دسـترس افراد قرار نخواهد گرفت که همین نکتـه نیز یکی از مزیت های آزمون ماز است.

دکتر فرهمندنیا در بخش دیگری از سخنان خود با اشـاره به وضعیت اقتصادی جامعه خاطرنشان کرد: به منظور رعایت عدالت آموزشی این مجموعه با هزینه ای نازل‌تر از سـایر مراکز به دانش آموزان خدمات رسانی خواهـد کرد که این مبلغ برای کل خدمات ارایه شـده بسیار پایین تر از مؤسسات مشابه خواهد بود.

طی ۷ سال گذشته همهٔ رتبه‌های یک رشته تجربی مازی بودند

این عضو هیئـت مدیره گروه آموزشـی ماز تعداد دانش آموزان این مرکز را در سراسر کشور ۵۰ هزار نفر عنوان کرد و گفت: اگر به سـوابق شـرکت کنندگان و رتبه‌های برتر کنکور در چند سـال اخیر مراجعه کنید متوجه می‌شـوید که رتبه‌های برتر کنکور در این چند سال همگی از دانش‌آموزان ماز بودند. در واقع ما در ماز مثل سـایر گروه های آموزشی به دنبال تبلیغ نبودیم چرا که شـرکت کنندگان در کنکور بدون تبلیغ ماز را انتخاب کرده اند و نتیجه آن هم امروز قابل مشـاهده اسـت وهیچ رتبه زیر صد کنکوری را در کشـور پیدا نمی‌کنید که ماز را نشناسد و امروز دانش‌آموزان ماز با رتبه‌های درخشانی که کسب می کنند بهترین سفیران ماز هستند.

ماز مؤلف پرفروش ترین کتاب‌های کنکور در سطح کشور

دکتر فرهمندنیا همچنین با اشـاره به شعار اصلی مجموعه ماز گفـت: در حال حاضر دانـش آموزان ماز اسـتفاده از خدمات این مجموعه را بـرای خود نوعی بـرگ برنـده در برابر سـایر رقبا می دانند و حتی در بسـیاری موارد دیده شده که اسـتفاده از خدمات ماز را از دوسـتان و آشنایان خود مخفی می کنند و همین موضـوع ما را به جمله «ماز، به کسـی نگو!» به عنوان شعار اصلی مجموعه رساند.

کمترین هزینهٔ ممکن: گامی برای عدالت آموزشی

وی در ادامـه ضمـن ابراز تاسـف از نحوه تبلیغات سـوئی که در حوزه کنکور از سوی برخی مراکز انجام می‌شـود گفت: متاسـفانه امـروز با مسـئله‌ای به نام پیشنهاد پرداخت پول به رتبه های برتر کنکور جهت تبلیغ برخی مراکز و مؤسسات کنکوری روبرو هستیم امـا در گروه ماز تلاش مـن و همکارانم بر این موضوع اسـتوار بوده اسـت که مصاحبه های کاملا تصویری با دانش آموزان برتر خود داشته باشیم که در حال حاضر نیـز بیش از ۳۰۰ مصاحبه تصویری با رتبه های زیر ۱۰۰ کنکور در وبسایت مجموعه قابل بازیابی و تماشا است که رضایت دانش آموزان را از خدمات و شیوه های ارایه شده توسط گروه آموزشی ماز اثبات می کند.

۵۰هزار دانش آموز در سراسر کشور از خدمات ماز استفاده می کنند

دکتـر فرهمندنیا در پایان با اشـاره به فعالیت این مجموعـه در حوزه کتـاب های تالیفـی کنکور گفت: کتاب‌هایی که توسط گروه آموزشی ماز تهیه شده‌اند به عنوان پرمخاطب‌ترین کتاب‌ها در زمینه کنکور مطرح هسـتند به عنوان مثال کتاب زیست‌شناسـی ماز که تالیف بنده و همکارانم اسـت در حال حاضر به عنوان پرفروش‌ترین کتاب کنکور در کشور شناخته می‌شود و امیدواریم با کمک و یـاری خداوند در صورت تامین بودجه مـورد نظر چاپ کتاب‌های ماز را در انتشـارات خود مؤسسه راه‌اندازی نماییم. «۲۶۰-۴۲۳»