

The Viet Nam Post

Entertainment

VOLUME 43 * ISSUE #

1607

March 24, 2023

10515 Harwin Dr., Suite 100-120, Houston, TX 77036 * Tel.: 713-777-4900, 713-777-2012, 713-777-8438, 713-777-VIET * Fax: 713-777-4848
Website: thevietnampost.com * E-mail: info@thevietnampost.com

TRUNG TÂM ĐIỀU TRỊ SUY GIẢN TĨNH MẠCH

BÁC SĨ NGUYỄN ĐÌNH CHIỂU - MD

713.244.9944

3100 Wilcrest Dr. Suite 130, Houston, TX 77042



- Trên 20 năm kinh nghiệm về ngành giải phẫu
- Tốt nghiệp Tiến sĩ Y khoa tại UTMB
- Tốt nghiệp Giải Phẫu Toàn Khoa tại Cleveland Clinic Affiliated Hospital
- Tốt nghiệp chuyên khoa tim, phổi, mạch máu tại University of Rochester, Vanderbilt và Yale Universities
- American Board Certified Surgeon

Điều Trị Tại Văn Phòng,
Không Đau, Về Trong Ngày

Hầu hết các chi phí
do bảo hiểm chi trả

Nhận Bảo Hiểm-MediCare-MediCaid

- Giãn tĩnh mạch (Varicose Vein)
- Giải phẫu thẩm mỹ
- Căng da bụng - Căng da mặt
- Sửa ngực - Hút mỡ - Sửa móng
- Giảm cân 20lbs trong vòng 21 ngày



*Hình ảnh kết quả sau khi điều trị

Chuyên điều trị suy giãn tĩnh mạch



Triệu chứng:

- Chân nặng, mỏi đau, nhức, tê buốt, sưng, khô, ngứa, ghê lở, chảy máu, nhiễm trùng
- Cảm giác châm chích ở chân như có kiến bò
- Chuột rút, chân không yên
- Da chân đổi màu
- Vết thương không lành



THE HUYNH LAW FIRM PLLC.

TỔ HỢP LUẬT SƯ CHUYÊN VỀ TAI NẠN & THƯƠNG TÍCH

THAM KHẢO MIỄN PHÍ

Không cần nói chuyện với bất cứ ai, chúng tôi sẽ giúp từ A-Z.

- ✓ Kéo xe ✓ Mướn xe ✓ Sửa xe
- ✓ Điều tra bảo hiểm người lái bên kia
- ✓ Tiên bác sĩ



KHÔNG THẮNG KHÔNG TRẢ TIỀN



- TAI NẠN XE CỘ
- TAI NẠN XE 18 BẢNG, XE BUS
- TAI NẠN XE MOTORCYCLE / XE ĐẠP
- TAI NẠN NGƯỜI ĐI BỘ
- TAI NẠN TÀU BÈ
- TAI NẠN XE LỬA
- TAI NẠN TRONG CHỖ LÀM
- TAI NẠN TRƯỢT TẾ CHỖ CÔNG CỘNG
- TAI NẠN HÒA HOẠN / CHÁY NHÀ
- TAI NẠN CÁ NHÂN
- APARTMENT RAPE / SHOOTING
- TỬ THƯƠNG PHI PHÁP

LS. Sarah Huynh Ý-Nhi

6100 Corporate Dr, Ste 110, Houston, TX 77036

(281) 702-8128

HONG KONG FOOD MARKET

SPECIALS FOR THE WEEK OF MARCH

THU 23	FRI 24	SAT 25	SUN 26	MON 27	TUE 28
--------	--------	--------	--------	--------	--------

<p>\$0.69lb JACK FRUIT MÍT TƯƠI</p> <p>\$21.99cs PREMIUM YOUNG COCONUT DỨA THÁI TUỔI LOẠI #1 9CT</p> <p>\$0.99lb ORO BLANCO GRAPEFRUIT BƯỚC ỚI</p> <p>\$0.99ea GREEN LEAF LETTUCE XÀ LÁCH XANH</p> <p>\$0.99lb SHELLHON CÁI BÈ XANH</p> <p>\$1.19lb TAIWANESE SPINACH RAU ĐÈN XANH</p> <p>\$0.79lb OPO SQUASH TRÁI BẦU</p> <p>\$5.99lb FRESH OYSTER MUSHROOM NẤM HẢO HƯƠNG</p>	<p>\$4.99lb GOLDEN DRAGON FRUIT THANH LONG VÀNG</p> <p>\$1.99ea AVOCADO FLORIDA JUMBO BÓ TRÁI LỚN</p> <p>2 for \$1.00 GREEN ONION HÀNH LÁ</p> <p>\$1.99lb ASPARAGUS MĂNG TÂY</p> <p>\$2.99lb YOUNG BEAN LEAVES LÁ ĐẬU NON</p> <p>\$2.59lb RED SPINACH RAU ĐÈN ĐỎ</p> <p>\$2.99lb THAI OKRA MƯỠNG THÁI</p> <p>\$0.45lb JUMBO YELLOW ONION CÚ HÀNH VÀNG</p>	<p>\$12.99ea TNI INSTANT COFFEE 3 IN 1 CAFE HÒA TÂN TNI 88STICKS</p> <p>\$8.99ea VEGETABLE SEASONING GIA VỊ CHAY TINH KHIẾT 17.6OZ</p> <p>\$25.99ea THAI JASMINE RICE GẠO THƠM THÁI LAN 2023 25LBS</p> <p>\$25.00cs FISH SAUCE SQUID BRAND NƯỚC MẮM 725MLX12</p> <p>\$2.49 LIVE CRAWFISH WHOLE SACK ONLY</p>	<p>\$4.99lb RIVERBARB FISH CÁ HE</p> <p>\$9.99lb BLACK GROUPEY STEAK CÁ BÓNG MŨ CÁT KHÚC</p> <p>\$3.99lb SPANISH MACKEREL CÁ THU ÀO</p> <p>\$5.99lb LING FISH CÁ BỚP</p> <p>\$9.99lb BAILER SNAILS ỐC GIÁC</p> <p>\$7.99lb DRIED CROAKER FISH WT CHILI KHÓ CÁ ĐÙ MUỐI ỚT</p> <p>\$5.99lb AMBERJACK FISH STEAK CÁ CÀM CÁT KHÚC</p> <p>\$6.99lb RED FISH CÁ CHẤM ĐUỐI</p>
--	---	---	---



SỨC KHỎE & ĐỜI SỐNG

Nguyên nhân khiến bạn cảm thấy uể oải mỗi khi bị cúm

Các nhà khoa học cho biết tế bào thần kinh sẽ truyền tín hiệu đến não để thông báo về sự lây nhiễm cúm của cơ thể. Sau đó, não phản ứng lại bằng cách phát sinh các triệu chứng.

Theo trang *News Click*, khi bị cảm cúm, mọi người thường không muốn ra khỏi giường, chán ăn, uể oải, đau nhức cơ thể, đau họng... Tình trạng này là do não nhận được tín hiệu từ tế bào thần kinh, sau đó gây ra các triệu chứng của bệnh cúm.

Cách nào làm phát sinh triệu chứng bệnh

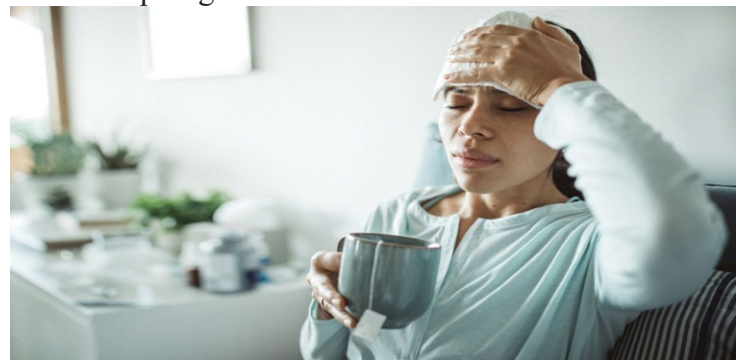
Trong nghiên cứu đăng trên tạp chí *Nature* ngày 8/3, các nhà khoa học đã báo cáo về hiện tượng cơ thể người cảm thấy uể oải khi mắc bệnh cúm.

Qua quá trình nghiên cứu những con chuột bị cúm, họ đã phát hiện ra các tế bào thần kinh sẽ truyền tín hiệu đến não để thông báo về sự lây nhiễm. Sau đó, não phản ứng lại những tín hiệu này bằng cách phát sinh ra các triệu chứng.

Nhóm nghiên cứu cũng nghĩ rằng sự tồn tại của các tế bào thần kinh tương tự kết nối với những bộ phận trong cơ thể có thể cho não biết về các bệnh nhiễm trùng khác.

Không những vậy, tế bào thần kinh chính là tế bào não, có khả năng nhận tín hiệu từ bên ngoài và các bộ phận khác của cơ thể. Những tín hiệu này sẽ được truyền đến não dưới dạng xung.

“Không rõ bằng cách nào mà bộ não nhận thức được có một bệnh nhiễm trùng trong cơ thể. Các nhà khoa học thường nghĩ những phân tử truyền tin từ vị trí nhiễm trùng sẽ đi chuyển qua dòng máu đến não, khuếch tán vào đó để kích hoạt trực tiếp chương trình hành vi bệnh tật”, tác giả Stephen Liberles - trường Y Harvard, Boston - nhận xét về kết quả nghiên cứu.



Ảnh minh họa

Các phân tử truyền tin mà ông Liberles đề cập ở trên là prostaglandin. Các loại thuốc aspirin và ibuprofen được sử dụng rộng rãi giúp ngăn chặn quá trình sản xuất prostaglandin cũng có tác dụng ngăn chặn bệnh tật. Đây giống như một gợi ý rằng prostaglandin là các phân tử truyền tin quan trọng kích hoạt hành vi bệnh tật. Tuy nhiên, các nhà khoa học vẫn chưa biết chính xác cách thức những

hóa chất này tác động tới não.

Nghiên cứu trước đây đưa ra một số gợi ý rằng PGE2 - một loại prostaglandin được tạo ra để đáp ứng với nhiễm virus - có thể di chuyển qua máu để đến não (nơi nó tương tác với các tế bào não).

Dựa vào điều này, các nhà nghiên cứu đã biến đổi gene những con chuột thiếu thụ thể PGE2 trong hệ thống thần kinh trung ương. Kết quả, những con chuột vẫn cư xử giống như chúng bị ốm với tất cả triệu chứng của bệnh cúm là chán ăn, ít cử động hơn bình thường.

Kết quả này chứng minh PGE2 được phát hiện bởi hệ thống thần kinh ngoại biên (vì những con chuột biến đổi gene không có thụ thể trong hệ thống thần kinh trung ương). Hệ thống thần kinh ngoại biên là nơi chứa các tế bào thần kinh bên ngoài não và tủy sống.

Sau đó, nhóm nghiên cứu đã chuyển sang tìm vị trí chính xác mà PGE2 được phát hiện trong cơ thể. Với sự trợ giúp của một số công cụ di truyền, họ đã tập trung vào một cụm tế bào thần kinh ở phía sau cổ họng, nơi kết nối não với đường hô hấp trên (bao gồm khoang mũi, hầu, thanh quản và khoang miệng). Nhờ đó, họ phát hiện ra những con chuột thiếu thụ thể ở các khu vực này sẽ không biểu hiện triệu chứng ngay cả khi chúng bị nhiễm virus cúm.

Ý nghĩa của nghiên cứu

Những phát hiện trên mang lại một số ý nghĩa nhất định cho các nhà khoa học. Chúng cho thấy không chỉ có prostaglandin hoạt động như các phân tử truyền tin di chuyển xuống não để thông báo về sự nhiễm trùng, mà các tế bào thần kinh cũng làm điều tương tự thông qua việc truyền tín hiệu. Tức là ngay cả khi không có hoặc bị chặn, những tín hiệu của sự lây nhiễm vẫn có thể được truyền đi bởi các tế bào thần kinh.

“Việc phát hiện ra con đường ngoại biên này đã định hình lại hiểu biết của chúng ta về cách thức lây nhiễm virus cúm, ảnh hưởng đến hệ thần kinh để gây ra hành vi bệnh tật. Các phân tử nhỏ như prostaglandin nổi tiếng là khó nghiên cứu”, bà Elia Tait Wojno - nhà miễn dịch học tại Đại học Washington, Seattle - nói.

Một phát hiện thú vị khác mà nghiên cứu đưa ra là ngay cả việc chặn con đường PGE2 thực hiện trong giai đoạn lây nhiễm sau này cũng không làm giảm các hành vi bệnh tật của cơ thể. Theo các nhà khoa học, đây có thể là do sự tồn tại của một con đường khác khi quá trình lây nhiễm tiến triển. Nhóm nghiên cứu cũng phát hiện ra việc ngăn chặn con đường PGE2 sẽ giúp tăng khả năng sống sót của những con chuột. Điều này cũng có thêm những phát hiện trước đó rằng việc ngăn chặn con đường tổng hợp PGE2 giúp cải thiện cơ hội sống sót của những con chuột bị nhiễm cúm. ■

Virus H3N2 có nguy hiểm đến tính mạng không?

Theo *The Business Standard*, cúm H3N2 là loại virus không gây nguy hiểm đến tính mạng. Tuy nhiên, nếu bệnh nhân có bệnh nền kèm theo, khả năng tử vong vì virus này vẫn rất cao.

The Business Standard thông tin số ca nhập viện vì virus cúm đang gia tăng đột biến ở Ấn Độ. Tính đến ngày 9/3, quốc gia này đã có 3.038 trường hợp nhiễm các phân nhóm cúm khác nhau, bao gồm cả virus cúm H3N2. Bên cạnh đó, Ấn Độ cũng ghi nhận 2 trường hợp tử vong vì virus cúm H3N2 ở Karnataka và Haryana.

Theo các chuyên gia y tế, H3N2 là virus cúm thường lưu hành ở lợn và lây nhiễm sang người.

Trong các loại cúm mà được phát hiện ở Ấn Độ - bao gồm cúm A (H1N1pdm09), cúm A (H3N2), cúm B (Victoria) - H3N2 là phân nhóm chiếm ưu thế và gây ra nhiều ca nhập viện nhất.

Chính phủ Ấn Độ cho biết đa phần bệnh nhân nhập viện vì virus H3N2 đều có triệu chứng sốt và ho. Khoảng 27% các bệnh nhân có biểu hiện khó thở, 16% thở khò khè, 16% bị viêm phổi, 6% bị co giật, 10% cần thở oxy và 7% cần chăm sóc tại ICU.

Trước sự gia tăng đột biến các ca bệnh mắc virus cúm H3N2, bác sĩ Dhiren Gupta của Bệnh viện Ganga Ram ở Delhi nhận định 2 năm qua, trẻ em không bị mắc bệnh cúm là vì quá trình phong tỏa, hạn chế tiếp xúc để phòng, chống dịch Covid-19.

Hiện tại, sau đợt dịch Covid-19, cuộc sống đã trở lại bình thường. Khi không còn các biện pháp phòng, chống dịch nghiêm ngặt như trước, virus H3N2 đã bùng phát đột ngột và làm gia tăng số ca mắc bệnh ở trẻ em.

Ông Gupta cho biết trẻ em và những người đang có bệnh nền là đối tượng dễ bị tổn thương và ảnh hưởng nặng nề nhất bởi virus cúm theo mùa.

“H3N2 là loại virus trôi dạt kháng nguyên và đột biến nhẹ nhưng không nguy hiểm đến tính mạng. Trường hợp bệnh nhân có bệnh nền kèm theo thì khả năng tử vong vẫn rất cao. Song, việc vaccine phòng H3N2 ở Ấn Độ đang kém hiệu quả và tỷ lệ tiêm chủng năm nay cũng rất thấp”, ông Gupta nói.

Đối với lo ngại sự gia tăng của virus cúm có thể dẫn đến một đợt dịch mới như Covid-19; ông Tarun Sahani - cố vấn cấp cao về nội khoa - Bệnh viện Apollo khuyên người dân bình tĩnh, không hoảng sợ.

Ông cho biết số ca nhập viện vì virus cúm hiện tại không phổ biến lắm. Trong số những người mắc bệnh cúm, chỉ khoảng 5% trường hợp được báo cáo là phải nhập viện.

Tuy nhiên, ông Tarun Sahani khuyên người dân cần thực hiện các biện pháp phòng ngừa tương tự như phòng, chống dịch Covid-19 để tránh lây nhiễm. ■

Cho Thuê Phòng
Room For Share

051-2049/1617

CHO SHARE PHÒNG

Nhà mới khu Hk4. Tiện cho FRWY và chợ VN. Ưu tiên có việc làm. Dư 2 phòng cho share \$450 và \$400. Nhà trống dọn vào anytime. Bao điện nước, Internet.

Xin liên lạc:
832-788-9606
832-382-6392

043-2048/1616

PHÒNG CHO THUÊ

Khu Bellaire & Hwy 6, nhà có phòng Master Bedroom mới và đẹp. Lối đi ngoài riêng biệt, bao điện nước và Internet. Khu an ninh, đầy đủ tiện nghi, yên tĩnh, giá \$600.

Xin liên lạc Cô Linda:
832-794-8083

036-2047/1615

PHÒNG CHO SHARE

Nhà gần chợ Hk4, cách 10' lái xe, có 2 phòng cho share, 1 phòng \$400. Bao gas, nước, giặt, sấy, internet. Chỗ ở thoáng mát, có nhiều chỗ đậu xe.

Xin liên lạc:
832-618-0818

012-2042/1612

NEW - PHÒNG CHO SHARE

Phòng cho thuê, 1 người \$350, 2 người \$500. Bao máy giặt sấy, internet và nấu ăn. 11810 Lima Dr, phía sau Walmart và Nhà thờ Ngôi lời nhập thể.

Xin liên lạc Chú Lước:
832-512-4508

980-2040/1608

CHO SHARE PHÒNG

Cho share hai phòng đầy đủ tiện nghi. Bao điện nước, internet, có máy giặt sấy. Khu Northwest cách chợ Hong Kong 3, 5' lái xe. Dành cho nữ độc thân, du học sinh.

Xin liên lạc:
832-970-6868
832-299-0939

008-2043/1611

CHO SHARE PHÒNG

Khu HWY6 - Bellaire (gần kế HEB-Mỹ Hoa). Đủ tiện nghi, phòng master rộng. Lối đi sân vườn và bếp riêng, giặt, sấy, Wifi, điện, nước. \$450/tháng.

Xin liên lạc:
832-606-0491
915-588-9070

021-2043/1613

PHÒNG CHO THUÊ

Nhà trên đường Eldridge (Bellaire & Beechnut), bao điện nước, Internet. Cần biết thêm chi tiết Text/Voice/Message.

Xin liên lạc:
713-922-2463

040-2047/1615

PHÒNG CHO SHARE

Gần chợ Mỹ Hoa, \$350/tháng. Nhà sạch sẽ, khu yên tĩnh. Ưu tiên độc thân, không hút thuốc.

Xin liên lạc Lily:
281-701-1066

996-2042/1610

NEW - PHÒNG CHO SHARE

Nhà khu yên tĩnh, ít người, dư 1 phòng cho share. \$400 đủ tiện nghi, sạch sẽ, đường Beechnut và Dary Ashford, ưu tiên nam, ít nấu ăn.

Xin liên lạc Dung:
832-231-1164

994-2042/1610

CHO SHARE PHÒNG

Nhà dư phòng cho thuê ở Gessner & W.Airport, gần BWY Sam Houston. Bao điện nước, giặt sấy, có internet. Nhà rộng, sạch sẽ, không nấu ăn. \$400 một tháng.

Xin liên lạc:
713-367-5069

004-2042/1610

CHO THUÊ PHÒNG

Nhà khu Beechnut Landing góc Synott Beechnut (gần chợ Mỹ Hoa), có phòng trống cho thuê. Tiện nghi đầy đủ. Sạch sẽ, An ninh.

Xin liên lạc cô Mai:
832-768-4380

022-2045/1613

SHARE ROOM

Nhà khu Hwy6 and Old Richmond, nhà mới, khu yên tĩnh, Free Wifi, máy giặt sấy mới. Cho độc thân.

Xin liên lạc:
713-422-3924

985-2041/1609

NEW - CHO SHARE PHÒNG

Nhà dư 2 phòng, cho share \$400/tháng. Bao điện nước, rác. Gần chợ VN Mỹ Hoa, chợ HEB, trường học.

Xin liên lạc:
206-973-9315 * 206-288-9354

997-2042/1610

NEW - PHÒNG CHO SHARE

Phòng thường cho share \$350, phòng master \$500. Đầy đủ tiện nghi, giặt sấy, internet. Có thể đi bộ ra chợ Hong Kong, Tân Bình.

Xin liên lạc:
832-277-4568

991-2042/1610

PHÒNG CHO SHARE

Phòng rộng cho thuê độc thân, nhà khu Eldridge View gần chợ Mỹ Hoa. Có sẵn giường, tủ lạnh nhỏ, máy giặt sấy, wifi.

Xin liên lạc:
713-815-5934

999-2042/1610

MỚI 2.1.23 - CHO SHARE PHÒNG

Nhà dư 2 phòng. Trên lầu và dưới lầu. Bao điện nước, gas, khu tốt, gần chợ Mỹ Hoa.

Xin liên lạc:
832-289-7619 * 832-247-6959

971-2039/1607

CHO SHARE PHÒNG

Share phòng khu Sugarland, quiet, sạch sẽ, friendly. Phòng \$450, Nữ only.

Xin liên lạc chị Christy:
713-330-6021

(Bạn không bắt máy, please leave message. Thanks)

976-2039/1607

SHARE PHÒNG

Nhà khu Hwy6 & 529, 1 phòng master \$600, 2 phòng cho share. Bao điện nước, giặt sấy, Internet, khu an ninh, \$330/tháng. Northwest.

Xin liên lạc:
713-314-7091

Rao Vặt

968-2039/1607

CẦN BÁN

Cần bán gấp xe Lexus ES 330, year 2006. Đã chạy 94k Mile, giá bán \$6,500. Southwest.

Xin liên lạc Andy:
405-546-8257

975-2054/1623

CẦN MUA

Cần tìm mua 1 chiếc xe cũ, hoặc P/U Truck, chạy hoặc không chạy:

Xin Gọi:
832-661-0342

974-2039/1607

NHẬN GIỮ TRẺ CÓ LICENSE

Nhận giữ trẻ mọi lứa tuổi, nhà rộng, sạch sẽ, thoáng mát, yêu thương trẻ, chăm sóc chu đáo. Nhà ở Gessner & W.Airport gần Bwy Sam Houston.

Xin liên lạc:
713-367-5069

969-2039/1607

NHẬN GIỮ TRẺ

Nhận giữ trẻ mọi lứa tuổi, nhà gần chợ Mỹ Hoa 7507 San Benito Dr, Houston, TX 77083. Nhà mới và rộng, có phòng ngủ riêng cho trẻ. Hai người trông nom, có license coi trẻ.

Xin liên lạc:
Linda: 832-794-8083
Hiệp Đỗ: 713-261-4172

Vui Cười

AI GIÀ HƠN

Bé Phương hỏi mẹ:
– Sao có người tóc bạc, có người tóc đen hả mẹ?

Mẹ:

– Người già hơn nên tóc bạc.

Bé Phương lại hỏi:

– Thế nào là già hơn hả mẹ?

Mẹ:

– Ai sinh ra trước thì già hơn chứ sao?

Bé Phương làm lạ hỏi:

– Thế sao con sinh nhật con trước sinh nhật của bà mà tóc bà lại bạc trắng vậy?

SỨC KHỎE & ĐỜI SỐNG

Những suy nghĩ sai lầm về bệnh đậu mùa khi

Theo trang Health Digest, bệnh đậu mùa khi đã được kiểm soát gần một năm qua. Tuy nhiên, hiện nay, một số lầm tưởng về căn bệnh này vẫn còn xuất hiện phổ biến.

Chia sẻ với trang *Health Digest*, bác sĩ y khoa Vincent Hsu - chuyên gia về bệnh truyền nhiễm - chuyên viên kiểm soát lây nhiễm tại AdventHealth, đã chỉ ra các lầm tưởng phổ biến xung quanh bệnh đậu mùa khi.

Xu hướng nghĩ không cần tiêm vaccine

Bác sĩ Hsu cho biết lầm tưởng đầu tiên mà ông thường nghe là đợt bùng phát bệnh đậu mùa khi đã qua và không còn nguy cơ lây nhiễm.

“Mặc dù đợt bùng phát bệnh đậu mùa khi đã lắng xuống và nguy cơ lây nhiễm cũng thấp hơn, nó vẫn có những ca lây nhiễm từ người này sang người khác. Điều này dẫn đến thực trạng mọi người sẽ có xu hướng nghĩ bản thân không cần phải tiêm vaccine đậu mùa khi nữa. Chúng ta nên biết đợt bùng phát vẫn chưa được loại bỏ, những người có nguy cơ mắc bệnh đậu mùa khi cần tiêm phòng để giảm nguy cơ về sau”, ông Hsu nói.

Không có triệu chứng là chưa mắc

Bác sĩ Hsu cho hay lầm tưởng mà ông thường nghe về bệnh đậu mùa khi là nếu một người không nhận thấy các triệu chứng sau khi họ tiếp xúc với bệnh đậu mùa khi, điều đó nghĩa là họ chưa mắc phải nó. Tuy nhiên, ông Hsu giải thích rằng các triệu chứng không phải lúc nào cũng xuất hiện ngay lập tức.

“Người bệnh có thể mất 3 tuần hoặc hơn để phát triển các triệu chứng của bệnh đậu mùa khi. Đặc biệt, khoảng thời gian trước và trong khi các triệu chứng xuất hiện là thời điểm bạn có nguy cơ lây truyền bệnh cho người khác cao nhất”, ông Hsu nhấn mạnh.

Lầm tưởng về sự lây lan của bệnh đậu mùa khi

Bác sĩ Hsu đề cập đến những lầm tưởng liên quan đến các triệu chứng và sự lây truyền của bệnh đậu mùa khi. Ông cho biết mọi người thường lầm tưởng là một cá nhân không thể truyền bệnh đậu mùa khi nếu họ không có triệu chứng.

“Gần đây, chúng tôi đã phát hiện thêm việc lây truyền bệnh đậu mùa khi có thể xảy ra ngay trước khi xuất hiện các triệu chứng như sốt hoặc phát ban. Tuy nhiên, chúng tôi chưa thấy bằng chứng lây truyền nếu bạn không bao giờ phát triển triệu chứng nào sau đó”, ông Hsu khẳng định.

Bệnh đậu mùa khi không lây qua đường tiếp xúc thông thường

Bác sĩ Hsu cho biết điều hoang đường cuối cùng mà ông thường nghe là bệnh đậu mùa khi có thể lây nhiễm qua việc tiếp xúc thông thường. Theo ông Hsu đây không phải là trường hợp có thể xảy ra lây nhiễm.

“Bệnh đậu mùa khi lây lan qua việc tiếp xúc cá

nhân gần gũi, thường là da kề da và quan hệ tình dục, chứ không phải qua tiếp xúc thông thường. Mọi người cần theo dõi chặt chẽ những diễn biến mới nhất được cung cấp thông qua các nguồn đáng tin cậy như cơ quan y tế công cộng địa phương và CDC. Điều này sẽ giúp xóa bỏ những lầm tưởng và kiểm soát sự lây lan của bệnh đậu mùa khi”, ông Hsu nói.

Bác sĩ Hsu đưa ra lời khuyên nếu bạn thuộc nhóm có rủi ro cao mắc đậu mùa khi, hãy chú ý đến các nguồn tiếp xúc gần. Những triệu chứng như sốt, khó chịu, nhức đầu, phát ban có thể là dấu hiệu đầu tiên của bệnh đậu mùa khi. Vì vậy, bệnh nhân cần nói chuyện ngay với bác sĩ chăm sóc sức khỏe và đi xét nghiệm. ■

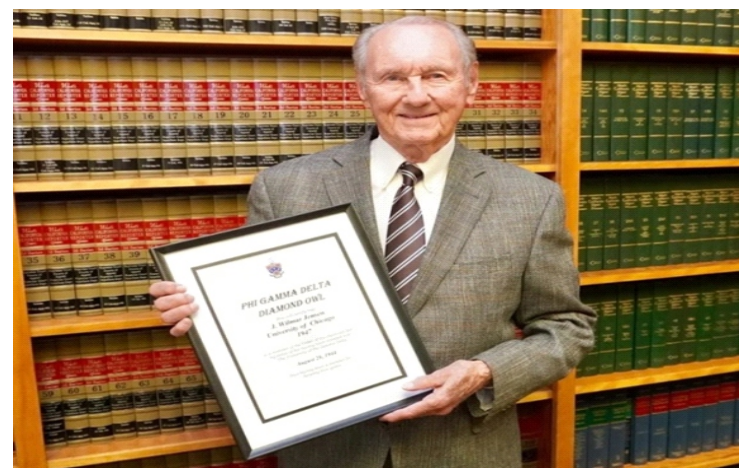
Đi làm ở tuổi 80

Wilmar Jensen vượt qua kỳ thi luật sư của California, bắt đầu hành nghề năm 1953. Bước sang tuổi 95 ông vẫn chưa có ý định nghỉ hưu.

Sau đại dịch Covid-19, nước Mỹ lập kỷ lục về số lao động trẻ bỏ việc nhưng cũng xuất hiện một xu hướng khác là “cuộc trở về vĩ đại” của những người ở độ tuổi “cô lai hy” tái gia nhập thị trường lao động, theo Martha J. Deevy, Giám đốc Trung tâm tuổi thọ Stanford.

Carmine Rende, kỹ sư dự án 85 tuổi, vừa chuyển từ Florida về Illinois. Ông đánh giá cao sự kích thích về mặt tinh thần mà công việc mang lại cho mình ở độ tuổi 80. Mãi tới gần đây, ông mới nghỉ hưu do bị bệnh.

Trong phần lớn sự nghiệp, Rende làm cho người khác nên ông không có nhiều tiếng nói trong các dự án. Tuy nhiên khi làm ông chủ, ông có thể cân nhắc và lựa chọn những gì cảm thấy hứng thú. Khách hàng thường xuyên của ông có chuỗi khách sạn Four Seasons và Ritz-Carlton. Vì vậy, ông đi chuyển khá nhiều và may mắn đi đến những nơi nổi tiếng như Anguilla, Cayman Islands, Jamaica và Saint Martin.



Wilmar Jensen, 95 tuổi, nhận giải thưởng khi làm thành viên của Hội nam sinh đại học trong 75 năm. Ảnh nhân vật cung cấp.

Martha J. Deevy tin rằng khao khát làm việc của

người cao tuổi sẽ còn tiếp tục. Đa số những người từ 65 đến 84 tuổi nhận thấy họ đủ sức khỏe để làm việc. Song, họ muốn làm theo cách khác và linh hoạt hơn. Một số trường đại học đã cung cấp những khóa học dành riêng cho người lao động và người nghỉ hưu trong độ tuổi 50, 60 để giúp họ bước vào giai đoạn tiếp theo của sự nghiệp.

Sự linh hoạt và tự chủ đã giúp Jensen ở lại ngành luật trong 7 thập kỷ. Ngoài ra, còn phải kể đến việc tiếp xúc với các khách hàng khác nhau.

Ông bắt đầu với tư cách luật sư biện hộ như nhiều luật sư trẻ khác. Tuy nhiên, ông rất ghét nó và chuyển sang lĩnh vực lên kế hoạch bất động sản, ủy thác và chứng thực di chúc. Con trai của ông nối nghiệp bố năm 1987. Ông tiết lộ có những lần khách hàng tưởng ông đã qua đời vì lâu không gặp. Họ choáng váng khi nhìn thấy Jensen.

Ông đưa ra ba lời khuyên để bắt đầu công việc và có sự nghiệp lâu dài. Đầu tiên, xác định muốn làm gì, lý tưởng nhất là thứ mà bạn yêu thích. Thứ hai, hãy làm việc chăm chỉ. Thứ ba, duy trì quan hệ tốt với gia đình.

Ở tuổi 77, John Van Horn vẫn làm việc từ 40 đến 50 tiếng mỗi tuần ở vai trò biên tập viên cho một tạp chí nhỏ. Ông cũng chưa bao giờ nghĩ đến việc nghỉ hưu hay làm ít hơn. “Tôi tận hưởng những gì đang làm, vì sao phải dừng lại”, ông đặt câu hỏi. Van Horn xem công việc là một phần cuộc sống, tương tự như gia đình, thú vui hay du lịch.

Nhớ lại cảnh cha mình sa sút thể nào sau khi nghỉ hưu, Van Horn quyết định tiếp tục làm việc để duy trì sức khỏe. Ông không muốn bị trượt dài cho tới khi qua đời.

Tâm lý chung của những người lao động cao tuổi là họ sẽ không háo hức muốn làm việc nếu phải trả lời người nào khác. “Tôi không muốn làm cho bất kỳ ai cả”, Jensen chia sẻ.

Khi Nina Shilling, 84 tuổi, rời phòng khám trị liệu tư nhân tại New York và chuyển đến Seattle gần 15 năm trước, bà không chắc sự nghiệp của mình sẽ thay đổi ra sao. Bà cân nhắc làm việc cho một phòng khám nhưng khá mâu thuẫn vì không rõ ở tuổi 70 có còn muốn đi lại hay làm theo yêu cầu của người khác không.

Bà không lo lắng xuống. Từ góc độ nhà tuyển dụng, họ không phải lúc nào cũng chào đón người cao tuổi, theo Louise Aronson, bác sĩ lão khoa và giáo sư y khoa tại Đại học California. Có những quốc gia quy định độ tuổi nghỉ hưu bắt buộc, ngay cả khi họ sống thọ. Bà gọi nó là điều điên rồ. Một số ông chủ già định thuê người cao tuổi sẽ tốn kém hơn và họ cũng chậm chạp hơn so với người trẻ.

Giáo sư Aronson lập luận, tuyển dụng những người có kỹ năng khác nhau và độ tuổi khác nhau mang lại lợi ích lớn. Chẳng hạn, người già có xu hướng ra quyết định đúng đắn hơn khi tiếp nhận cùng một loại thông tin. Các nhóm có sự khác biệt tuổi khác cũng có xu hướng làm việc hiệu quả hơn.

Bà Aronson cho rằng, ấn định độ tuổi nghỉ hưu không có ý nghĩa. Khi làm vậy, họ đang làm tổn hại một bộ phận và đánh mất mọi cơ hội cho cộng đồng, cá nhân. ■

NEW Bán Tiệm Nail
I-10 EAST
Cần sang tiệm Nails, hoạt động trên 10 năm ở I-10 East. Rent + Cam \$1,593, hợp đồng còn dài. Có 5 bàn, 5 ghế, có Wax Facial. Tiệm rộng 1,000 sqft. Khu mix, khách dễ.
Ai thật lòng muốn mua xin liên lạc: 832-692-3077

GẤP Bán Tiệm Nail
SPRING 249 LOUETTA
Tiệm lớn, vấn đề sức khỏe, cần bán gấp. Giá đặt biệt. Tiệm rộng 2,400 sqft. Có 17 ghế, 12 bàn. Rent + Cam \$5,900. 4 năm rent và 5 năm option.
Anh Chị nào thật lòng mua xin liên lạc: 832-209-0380

Bán Tiệm Nail
NEW! NEW! NEW!
Nail Lux of Texas cần bán. Tiệm trong shopping center lớn có nhiều parking. Tiệm rộng 2,200 sqft có 18 ghế làm chân và 10 bàn làm nail, có hai phòng waxing, 2 restrooms. Tiệm mới, đẹp, có nhiều supplies. Chủ mới vô không cần sửa gì hết. Rent everything \$7k. Income mùa hè \$40k - \$42k/tháng mùa vắng \$28k - \$30k/tháng. Cần bán gấp, ai thật lòng mua giá cả thương lượng.
Xin gọi: 713-498-3454 * 832-913-9370
(Không kịp nghe phone, xin để lại lời nhắn)

NEW Bán Tiệm Nail
HOUSTON 77037
Tiệm rộng trên 1,700 sqft, có 4 bàn nails, 3 ghế spas, 1 phòng facial wax, 1 phòng ăn, tủ lạnh, TV đầy đủ, tiền rent rất rẻ \$1,500/tháng. Khu vực Airline và 45 North (gần Beltway 8).
W. Dyna, Houston TX 77037.
Gọi (hoặc text message) chị Pinky số: 346-297-6018

NEW Bán Tiệm Nail
NEW! NEW! NEW!
Nail Lux of Texas cần bán. Tiệm trong shopping center lớn có nhiều parking. Tiệm rộng 2,200 sqft có 18 ghế làm chân và 10 bàn làm nail, có hai phòng waxing, 2 restrooms. Tiệm mới, đẹp, có nhiều supplies. Chủ mới vô không cần sửa gì hết. Rent everything \$7k. Income mùa hè \$40k - \$42k/tháng mùa vắng \$28k - \$30k/tháng. Cần bán gấp, ai thật lòng mua giá cả thương lượng.
Xin gọi: 713-498-3454 * 832-913-9370
(Không kịp nghe phone, xin để lại lời nhắn)

Bán Nhà Hàng
KHU VỰC SOUTH 45
Chủ có Business khác, cần bán gấp nhà hàng khu vực South 45, gần đại học Houston. Hoạt động 8 năm, rộng 3,000 sqft. Bán cơm, bún, phở, đồ xào. Tiền sale năm 2022 là 1 triệu 600,000. Giá bán \$350,000.
Xin vui lòng liên lạc Tài: 832-434-9905

NEW Bán Tiệm Nail
32 FM 1960 WEST HOUSTON, 77090
Chủ chuyển sang bang khác. Cần bán tiệm nail Stars Nail & Spa 32 PM 1960 West Houston, TX 77090. Tiệm rộng 1,100 sqft, có 6 ghế, 5 bàn với vị trí và doanh thu tốt. Giá bán \$38,000.
Xin vui lòng gọi: 832-907-6990 (English only)

NEW Bán Nhà Hàng Phở
930 S MASON RD, KATY
Cần sang nhà hàng phở ở Katy trên đường 930 S Mason Rd. Nhà hàng đang hoạt động tốt, good location, rộng trên 3,000 sqft.
Cần biết thêm chi tiết xin vui lòng gọi: 281-769-3679

NEW Bán Nhà Hàng
DOWNTOWN, HOUSTON
Cơ hội tốt cho người Việt muốn kinh doanh nhà hàng. Cần bán một nhà hàng, địa điểm tốt tại Downtown Houston. đông khách, doanh thu cao.
Xin vui lòng liên lạc: 832-277-1648 * 832-348-6896

NEW Bán Tiệm Nail
BEAUMONT, TX
Bán tiệm Nail trong khu Shopping Center. Xung quanh có Tiệm tóc, Tiệm giặt, Nhà hàng hải sản. Tiệm rộng 1,100 sqft. Tiền rent \$1,800. Mua hoặc hùn vốn. Giá bán: \$35,000.
Xin vui lòng liên lạc Hiền: 832-877-9951

NEW Bán Nhà Hàng Phở
930 S MASON RD, KATY
Cần sang nhà hàng phở ở Katy trên đường 930 S Mason Rd. Nhà hàng đang hoạt động tốt, good location, rộng trên 3,000 sqft.
Cần biết thêm chi tiết xin vui lòng gọi: 281-769-3679

NEW Bán Nhà Hàng
DOWNTOWN, HOUSTON
Cơ hội tốt cho người Việt muốn kinh doanh nhà hàng. Cần bán một nhà hàng, địa điểm tốt tại Downtown Houston. đông khách, doanh thu cao.
Xin vui lòng liên lạc: 832-277-1648 * 832-348-6896

SỨC KHỎE & ĐỜI SỐNG

Cà phê ảnh hưởng đến mắt như thế nào?

Hiện các nhà nghiên cứu vẫn chưa có câu trả lời chắc chắn liệu cà phê ảnh hưởng tích cực hay tiêu cực đến mắt. Mọi người nên đi khám thường xuyên, tập thể dục để bảo vệ mắt.

Chỉ cần gõ câu hỏi “Liệu cà phê có gây mù lòa không?” lên mạng, bạn sẽ thấy nhiều bài báo với tiêu đề gây hoang mang và hiểu lầm.

Theo *Healthline*, nhiều bài báo tham khảo số liệu thống kê từ một nghiên cứu đăng tải trên Thư viện Y học Quốc gia (Mỹ) năm 2012 của các nhà nghiên cứu tại Bệnh viện Brigham and Women, trường Y Harvard và các trung tâm nghiên cứu khác ở khu vực Boston.

Trong nghiên cứu này, các nhà nghiên cứu phát hiện những người trưởng thành uống từ 3 tách cà phê chứa caffeine/ngày trở lên có nguy cơ mắc bệnh tăng nhãn áp cao hơn 66% so với những người không uống cà phê.

Nhiều hãng tin giải thích sai khiến người tiêu dùng nghĩ cà phê gây ra bệnh tăng nhãn áp hoặc mù lòa. Tuy nhiên, kết quả của nghiên cứu không chứng minh mối quan hệ nhân quả giữa cà phê và bệnh về mắt.

Các nhà khoa học cần nhiều nghiên cứu hơn để hiểu sâu hơn về mối liên hệ này. Một số nghiên cứu khác thậm chí cho rằng cà phê có thể có lợi cho thủy tinh thể và võng mạc.



Uống quá nhiều cà phê có làm hỏng thị lực không?

Mối quan hệ giữa việc uống cà phê và thị lực rất phức tạp. Hơn nữa, cà phê ảnh hưởng đến mỗi người theo những cách khác nhau.

Nghiên cứu trên Thư viện Y học Quốc gia (Mỹ) năm 2012 của các nhà nghiên cứu tại Bệnh viện Brigham and Women, trường Y Harvard và các trung tâm nghiên cứu khác ở khu vực Boston cho thấy uống một lượng lớn cà phê có thể làm tăng nguy cơ mắc bệnh tăng nhãn áp, đặc biệt nếu bạn có tiền sử gia đình.

Bệnh tăng nhãn áp xảy ra khi dây thần kinh thị giác bị tổn thương. Đây là nguyên nhân gây mù lòa cao thứ hai trên toàn thế giới, với hầu hết trường hợp các bệnh xảy ra ở các nước đang phát triển. Loại bệnh tăng nhãn áp phổ biến nhất, bệnh tăng nhãn áp góc mở nguyên phát, dẫn đến tình trạng nhãn áp cao mạn tính trong mắt bệnh nhân.

Caffeine ảnh hưởng đến mắt như thế nào?

Một số nghiên cứu của bệnh viện, đại học Hàn Quốc cho thấy cà phê chứa caffeine có thể làm tăng áp lực trong mắt. Nó cũng có thể làm tăng mức độ của homocysteine, một loại axit amin có liên quan đến nguy cơ mắc bệnh tăng nhãn áp.

Nghiên cứu trên cũng cho thấy caffeine làm co mạch máu trong mắt và làm giảm lưu lượng máu. Lưu lượng máu giảm có thể làm tăng nguy cơ bị tổn thương thần kinh thị giác do bệnh tăng nhãn áp.

Ai có nguy cơ mắc bệnh tăng nhãn áp?

Các yếu tố khiến mọi người dễ mắc bệnh tăng nhãn áp bao gồm:

- Trên 40 tuổi
- Có tiền sử gia đình
- Người gốc châu Phi, châu Á hoặc Tây Ban Nha
- Có nhãn áp cao
- Bị chấn thương mắt trước đó
- Mắc một số bệnh như tiểu đường, chứng đau nửa đầu, huyết áp cao, bệnh ảnh hưởng đến tuần hoàn
- Dây thần kinh thị giác mỏng
- Có giác mạc mỏng phần trung tâm
- Sử dụng steroid lâu dài
- Bị viễn thị hoặc cận thị

Cà phê có thể ngăn ngừa mù lòa?

Một số bằng chứng cho thấy uống cà phê có liên quan đến việc giảm nguy cơ đục thủy tinh thể. Đục thủy tinh thể là những mảng mờ trên thủy tinh thể. Đây là nguyên nhân hàng đầu dẫn đến mù lòa trên toàn thế giới.

Mặc dù các nhà khoa học vẫn đang nghiên cứu về mối liên hệ này, họ cho biết caffeine có thể ức chế quá trình oxy hóa trong thủy tinh thể.

Một nghiên cứu về loài gặm nhấm năm 2019 đã tìm thấy bằng chứng cho thấy caffeine và một chất hóa học gọi là pyrocatechol được tạo ra trong quá trình rang hạt cà phê có thể là thành phần bảo vệ thủy tinh thể.

Nghiên cứu mới của một số trường đại học ở Italy cho thấy caffeine cũng có thể chống viêm võng mạc và là ứng cử viên trong việc điều trị bệnh võng mạc.

Trong một nghiên cứu vào 2/2023, các nhà nghiên cứu phát hiện hấp thụ lượng caffeine cao hơn có liên quan đến giảm nguy cơ khô mắt. Tuy nhiên, họ không chứng minh được mối liên hệ khi họ điều chỉnh dữ liệu và xem xét các tình trạng sức khỏe của người tham gia trong quá khứ.

Làm thế nào để đảm bảo sức khỏe mắt?

Để duy trì sức khỏe của mắt khi già đi, hãy xem xét các những lời khuyên sau:

- Khăm mắt thường xuyên dựa theo lịch trình khuyến cáo của Hiệp hội nhãn khoa Mỹ.
- Có chế độ ăn uống cân bằng và tập thể dục thường xuyên để ngăn ngừa bệnh tiểu đường.
- Ăn nhiều rau có màu xanh đậm và cá nhiều chất béo.
- Tìm hiểu xem bạn có tiền sử gia đình mắc bệnh về mắt hay không.
- Bảo vệ mắt khi chơi thể thao và các hoạt động có

nguy cơ gây chấn thương mắt cao.

- Đeo kính râm khi ra nắng.
- Tránh hút thuốc hoặc cố gắng bỏ thuốc nếu bạn đang hút.
- Thường xuyên nghỉ giải lao khi sử dụng thiết bị điện tử để đỡ mỏi mắt. ■

Bốn loại thực phẩm không healthy như bạn tưởng

Chuyên gia dinh dưỡng Shen Xiabing cho biết có một số loại thực phẩm khiến nhiều người lầm tưởng chúng lành mạnh nhưng thực tế không chứa nhiều dinh dưỡng, quá nhiều calo. Những thực phẩm này không tốt cho sức khỏe, kém lý tưởng cho việc giữ gìn vóc dáng.

1. Bột yến mạch

Loại bột yến mạch Shen Xiabing nhắc đến là loại đã qua sơ chế, nghiền vụn hoặc xay nhuyễn thành bột. Theo ông, nếu loại bột ăn liền này chứa đường và các chất phụ gia thì có thể coi chúng như “bột yến mạch giả”, không được đánh giá cao về giá trị dinh dưỡng. Nguyên tắc để chọn mua yến mạch là càng nguyên mẫu càng tốt. Nên ưu tiên loại cán dẹt thay vì đã xay xát thành bột, khó kiểm soát chất phụ gia.

2. Bánh mì nguyên cám

Ngày càng nhiều người theo đuổi lối sống, chế độ ăn healthy nên bánh mì nguyên cám cũng được ưu tiên hơn so với các loại bánh mì trắng thông thường. Bánh mì nguyên cám thường có màu sẫm, kém mịn hơn so với bánh mì làm từ bột mì trắng. Tuy nhiên, nắm bắt tâm lý chuộng đồ healthy nên nhiều nơi cũng làm bánh mì có màu sẫm sau đó dán nhãn nguyên cám. Để lựa chọn được đúng bánh mì nguyên cám, Shen Xiabing khuyên đọc kỹ nhãn mác, nên mua loại có tỷ lệ thành phần lúa mì trên 51%. Nếu các thành phần của bánh mì không được ghi rõ ràng, hãy mạnh dạn bỏ qua.

3. Rau củ quả sấy khô

Chuyên gia cho biết so với khoai tây chiên, snack... rau củ quả sấy khô có phần lành mạnh, ít calo hơn. Tuy nhiên, xét về thành phần và giá trị dinh dưỡng, chúng cũng chứa nhiều đường, chất phụ gia, chất bảo quản không lý tưởng để tiêu thụ thường xuyên, không thể thay thế rau củ quả tươi.

4. Nước ép trái cây

Theo Shen, nước ép trái cây thực chất là một cốc nước đường. Trong quá trình vắt/ép trái cây, toàn bộ trái cây tiếp xúc với không khí khiến viatmin, phytochemical bị oxy hóa, làm giảm đáng kể giá trị dinh dưỡng nhưng toàn bộ lượng đường không hề bị hao hụt. Thậm chí, nếu bạn uống nước ép ngoài hàng còn có thể có thêm đường trắng. Vì vậy, chuyên gia khuyến khích nên ăn quả thay vì chỉ uống nước ép để bảo toàn được nhiều dinh dưỡng nhất có thể. ■

NEW **Bán/Cho Thuê Tiệm Bánh**
BELLAIRE BLVD
Tiệm bánh rộng hơn 2,300 sqft với đầy đủ trang thiết bị trên đường Bellaire, cần bán hoặc cho thuê.
Ai qua tâm vui lòng liên hệ: 832-319-7689

NEW **SANG TIỆM DRY CLEAN**
MEDICAL CENTER
Sang tiệm Dry Clean và Sữa đồ. Tiệm ở Medical Center, tiệm hoạt động trên 30 năm. Chủ về hưu, tiền rent rẻ.
Xin liên lạc: 832-352-9477

NEW **Nhà Cho Thuê**
ELDRIDGE & BELLAIRE
Nhà Eldridge và Bellaire, cách Hong Kong 4 – 6 phút. Nhà 4 phòng ngủ, 2.5 tắm, 2 garages. Nhà có tủ lạnh, máy giặt sấy, Sofa, bàn ăn, tivi. Khu yên tĩnh, nhà 2,500 sqft. Giá \$1,900+ deposit.
Xin liên lạc: 832-387-2247 * 281-793-9630

NEW **Bán Tiệm ALTERATIONS**
KHU GALLERIA
Nghĩ hưu, cần sang tiệm sửa Quần Áo, Khu Galleria, tiệm đông khách, hoạt động trên 25 năm.
Xin vui lòng liên lạc: 713-977-3755

NEW **SANG TIỆM PHARMACY**
COOK & BELLAIRE
Cần sang tiệm Pharmacy Tiệm hoạt động 20 năm có lượng khách ổn định từ nhiều văn phòng Bác Sĩ, Nha Sĩ và nhiều khách từ bên ngoài. Vị trí Cook & Bellaire. Vì muốn về hưu nên cần sang với giá rất mềm. Đảm bảo một năm sẽ lấy lại vốn. Nếu ai quan tâm sẽ được coi Doanh thu khi muốn mua tiệm.
Ai quan tâm xin liên hệ: 832-766-4449

NEW **Nhà Cho Thuê**
GẦN HONG KONG 4
Nhà cho thuê khu Southwest. Nhà rất gần chợ Hong Kong 4, có 3 phòng ngủ, 2 phòng tắm. Patio sau vườn rộng rãi. Nhà mới sơn sửa sạch sẽ.
Xin liên lạc: 832-898-3142

KIM MÔN
Goldengate Restaurant
Equipment Co.
Công ty chúng tôi đặc biệt chuyên sản xuất tất cả các loại Dụng Cụ về Bếp Nhà Hàng nhiều kinh nghiệm trong nhiều năm qua.
Chúng tôi cung cấp nhanh chóng, chất lượng cao và kỹ thuật vừa lòng khách hàng.
Chúng tôi cũng cung cấp Dịch Vụ Bảo Trì sau khi quý khách đã mua hàng của bốn hiệu - luôn cả lắp ráp và sửa chữa.
Hầu hết các sản phẩm của bốn hiệu đều được chấp thuận bởi State Health Department.
9330 Summerbell Ln, Houston, TX 77074
Tel.: 713-228-2155 * Fax: 713-228-2156

XUỞNG CHẾ TẠO LÒ BẾP NHÀ HÀNG
金門爐頭廠
Bellaire
Bissonnet
9330 Summerbell
Beltway 8
9330 Summerbell Ln, Houston, TX 77074

NEW **Nhà Cho Thuê**
CONROE, NORTH HOUSTON
Nhà mới cho thuê, 3 phòng ngủ, 2 phòng tắm, sạch sẽ. Khu an ninh, có sofa, bàn ăn, máy giặt, máy sấy, ... gần trường tiểu học. Ở thành phố Conroe, North Houston. Giá \$1,970/tháng
Thích vui lòng liên lạc Hùng: 936-689-9681

NEW **Nhà Cho Thuê**
45 NORTH (KHU NORTHWEST)
Nhà cho thuê hoặc share phòng:
3 Phòng ngủ - 2 Phòng tắm - 2 Garages
Nhà ở 45 North (Khu Northwest)
Xin liên lạc: Kim: 281-818-3656
Nguyễn Anh: 281-818-3655

SỪ TÂM

Cưới chồng hào môn, người phụ nữ có hôn lễ thua kém cả nhà nghèo và bước ngoặt khiến bố chồng tỷ phú phải thay đổi suy nghĩ

Không được gia đình chồng ủng hộ kết hôn, Trần Kỳ Kỳ có một đám cưới chỉ vài bàn tiệc, gia đình cô cũng chẳng nhận được quà cưới từ nhà thông gia.



Cuộc hôn nhân của đôi vợ chồng Hoắc Chấn Hoàn qua 40 năm vẫn hạnh phúc

Ở Hong Kong, gia tộc họ Hoắc là một trong những gia đình giàu có và quyền lực bậc nhất. Hoắc Anh Đông - người đứng đầu họ Hoắc cũng là một người bạn thân của Vua cờ bạc Hà Hồng Sân. Ông có 3 người vợ nhưng cả gia sản chỉ để lại cho con cái vợ cả.

Tình yêu 10 năm mới được cưới

Hoắc Chấn Đình là con trai cả của Hoắc Anh Đông. Vợ ông chính là Hoa hậu Chu Linh Linh. Đám cưới của cặp đôi này được Hoắc Anh Đông ủng hộ nhiệt tình và tổ chức với quy mô cực lớn. Nhà họ Hoắc tặng thông gia quà cưới trị giá 10 triệu đô la Hong Kong. Đám cưới có đến 360 bàn tiệc với 4 nghìn khách.

Tuy nhiên, cậu con trai thứ hai là Hoắc Chấn Hoàn và vợ Trần Kỳ Kỳ lại không được như thế.

Trong một bữa tiệc, Hoắc Chấn Hoàn gặp được nữ diễn viên trẻ trung và xinh đẹp tên Trần Kỳ Kỳ. Cả hai người chẳng mấy chốc mà ở bên nhau. Thế nhưng trái với chuyện chấp nhận con trai cả và con dâu Hoa hậu, tỷ phú Hoắc Anh Đông quyết phân đôi mối quan hệ này.

Về lí do, Hoắc Chấn Đình đầu tư vào thể thao, đi theo con đường này nên việc kết hôn với ngôi sao nữ có lợi cho sự phát triển sự nghiệp của ông. Trái lại, Hoắc Chấn Hoàn làm kinh doanh, cuộc sống kín đáo được chừng nào thì hay chừng đó. Bởi vậy, Hoắc Anh Đông phân đôi quyết liệt chuyện của con trai thứ dù cặp đôi yêu nhau nhiều năm.

Điều mà vị tỷ phú này không ngờ tới chính là Hoắc Chấn Hoàn tỏ rõ thái độ nếu không phải Trần Kỳ Kỳ thì ông sẽ không kết hôn. Con trai gắng đến cùng, bậc làm cha đành chấp nhận.

Đến năm 1981, sau 10 năm yêu nhau, cặp đôi Hoắc Chấn Hoàn và Trần Kỳ Kỳ mới được kết hôn.

Trái ngược với đám cưới người con trai cả lừng lẫy, đến con trai thứ, vì không ưng ý nàng dâu mà họ Hoắc thậm chí chẳng gửi tặng quà cưới đến nhà họ Trần. Về quà tặng con dâu, họ cũng chỉ trao một chuỗi vòng cô bằng đá quý mà thôi.

Đối với các cô gái, đám cưới là sự kiện cả đời nhưng Trần Kỳ Kỳ lại chịu thiệt thòi rất nhiều. Hôn lễ con tỷ phú nhưng chỉ có vài bàn tiệc, gia đình hai bên ăn uống vội vàng. Dù như vậy nhưng cô dâu chú rể đều rất hạnh phúc. Hoắc Chấn Hoàn không yêu cầu một hôn lễ to lớn và

linh đình, cái ông muốn chỉ là hai bên gia đình cùng dùng bữa với nhau.

Sự kiện khiến bố chồng chấp nhận nàng dâu

Dù đám cưới có thể coi là thấp kém hơn so với cả nhà bình thường nhưng sau kết hôn, cặp đôi vô cùng hạnh phúc. Họ đã có 10 năm tìm hiểu và đám cưới này là trái ngọt cho những tháng ngày chờ đợi.

Kết hôn xong, Trần Kỳ Kỳ từ bỏ sự nghiệp diễn xuất, an nhàn ở nhà chăm sóc chồng rồi sinh con. Nữ diễn viên này cũng học tập làm sao để trở thành một người vợ nhà hào môn đúng tiêu chuẩn.

Thời gian sau kết hôn, Trần Kỳ Kỳ vẫn không được bố mẹ chồng coi trọng hay yêu thương. Nói chung điều này cũng không trách móc được, ngay từ ban đầu nhà họ Hoắc đâu có chấp nhận con dâu. Họ đồng ý đám cưới chỉ vì con trai một mực "làm căng" với bố mẹ mà thôi.

Suốt những tháng ngày tiếp theo, Trần Kỳ Kỳ vẫn rất ngoan ngoãn, làm tròn nhiệm vụ của một nàng dâu nhà giàu. Cuối cùng, vì một bước ngoặt mà cuộc đời Trần Kỳ Kỳ thay đổi.

Theo đó, vào năm 1986, hai vợ chồng Hoắc Chấn Hoàn cùng hai cậu con trai nhỏ đến Quảng Châu tham dự một cuộc họp. Tại lối vào khách sạn, một tài xế mệt mỏi đã đập nhảm chân ga và lái thẳng về phía Trần Kỳ Kỳ cùng hai con.

Để bảo vệ con, họ Trần đã đẩy chúng ra ngoài còn mình trực tiếp bị xe đụng ngã xuống, vỡ xương chậu. Ca phẫu thuật sau đó kéo dài đến 6 tiếng giúp Trần Kỳ Kỳ giữ được mạng sống. Hai đứa con an toàn không chút thương tổn còn mẹ chúng lại suýt mất đi tính mạng của mình.

Khi nghe tin con dâu gặp nạn, Hoắc Anh Đông đã gác lại công việc, tức tốc bay đến bệnh viện để thăm. Hạnh động này cũng chính là lời khẳng định của nhà họ Hoắc việc hoàn toàn chấp nhận cô con dâu thứ hai.

Gần như mất đi cả mạng sống, Trần Kỳ Kỳ mới nhận được sự công nhận và ủng hộ từ vị cha chồng tỷ phú đầy quyền lực.

Tuy vậy, dù vị thế có thay đổi thế nào thì Trần Kỳ Kỳ vẫn luôn là một người con dâu tốt, hiếu kính với bố mẹ chồng, chăm sóc chồng và quan tâm đến con cái.

Trần Kỳ Kỳ cũng có được tình yêu tuyệt đối của chồng mình. Sau bao nhiêu năm bên nhau, Hoắc Chấn Hoàn chưa từng có tin đồn liên quan đến người phụ nữ nào. Dù ra ngoài làm việc, ông cũng nắm chặt tay vợ, hơn 40 năm qua, tình yêu vẫn son sắt như ngày đầu. ■

Yêu anh nhân viên hội chợ bắt chấp sự phản đối của gia đình, cô gái nhận cái kết ngọt ngào

Ban đầu, có những lời không hay đến tai cô gái trẻ về anh bạn trai ngoại quốc của mình song tất cả chúng đều không khiến cô thay đổi tình yêu của mình.

Tình yêu luôn là một thứ gì đó ngọt ngào và đẹp đẽ trong tâm trí mỗi người. Khi hai trái tim cùng một nhịp đập, hai người dù có ở nơi đâu, đang làm gì thì cuối cùng cũng nghe theo cảm xúc của mình mà về bên nhau.

Dù có chuyện gì xảy ra, ai nói gì đi chăng nữa, những người trong cuộc cũng sẽ làm tất cả để bảo vệ tình yêu của họ, giống như câu chuyện của cô gái dưới đây.

Bobbie Muir, 24 tuổi, đến từ Whitburn, miền Đông Lothian, nước Anh đã kể lại chuyện tình yêu điên cuồng của cô với chồng mình, Alex Tincu.

Anh từ Romania sang Anh làm việc, hai người đã có dịp gặp mặt vào năm cô 17 tuổi, lúc ấy cô đang đi chơi

cùng với bạn học của mình tại một hội chợ. Tình cờ anh là nhân viên ở đây. Anh chính là người đã khiến Bobbie phải thốt lên rằng: "Anh ấy thổi bay tâm trí tôi và ngay khi bước vào cuộc đời tôi thì đã thay đổi nó tốt hơn".

Bobbie còn thừa nhận cô cảm thấy Alex rất hấp dẫn ngay từ giây phút đầu gặp gỡ, cô đã pha trò và nói đùa với những người bạn nhưng không ngờ họ lại hét lên rất to với Alex.

Họ sau đó đã có cơ hội làm quen đối phương và có những ấn tượng tốt dành cho nhau. Sau khi buổi hội chợ kết thúc, Bobbie ra về nhưng 2 người vẫn giữ liên lạc. Một thời gian sau, họ đã hẹn hò và chính thức có mối quan hệ yêu đương.

Tuy nhiên, Bobbie lại bị phản đối kịch liệt từ những người xung quanh bao gồm gia đình và bạn bè khi họ biết rằng Alex không phải người Anh. Bạn bè cho rằng hai người không phù hợp với nhau vì Alex chuyên làm việc trong môi trường náo nhiệt, ồn ào.

Không ít trong số đó còn có những lời nói và bình luận mang tính phân biệt chủng tộc dành cho Alex. Còn điều mà mẹ cô lo ngại là cô thua anh tận 8 tuổi. Tất cả họ đều cảnh cáo Bobbie phải cẩn thận trước đối phương.

Những kẻ lừa đảo thậm chí đã nhắn tin kể về chàng trai này một cách lộ bịch. Tất cả đều nhằm mục đích ngăn cản cô gái 17 tuổi bắt đầu bước vào mối quan hệ với một anh chàng ngoại quốc, bình thường, kém nổi bật và còn không quá rành tiếng Anh.

Chia sẻ về điều này, cô thừa nhận cô nghĩ tất cả những điều đó không phải là vấn đề. Cô cảm thấy khó chịu trước những lời đàm tiếu không hay của mọi người. Cô còn cho rằng đó là những kẻ "hèn hạ" và "nhỏ nhen".

Cặp đôi đã cùng xây dựng một tổ ấm hạnh phúc

"Tôi thực sự không mong đợi điều này. Những bình luận vợ vẫn đó không quan trọng với tôi chút nào. Họ đang tỏ ra thông minh nhưng thực chất tôi nghĩ họ đang ghen tỵ với những thứ chúng tôi có", Bobbie nói.

Ngược lại, cô luôn cảm thấy hạnh phúc vì mọi điều hoàn hảo diễn ra giữa họ. Hơn ai hết, cô gái trẻ mới cảm nhận được Alex tốt với mình đến thế nào. Anh chân thành, thấu hiểu và luôn lắng nghe cô. Đó là những gì mà Bobbie chưa từng gặp được ở bất cứ ai cả. Vì sự ám áp đó mà cô bắt chấp tất cả, cãi lời gia đình để đến với anh.

Cặp đôi có những buổi hẹn hò lãng mạn tại McDonald's và 6 tháng sau, vào một ngày tháng 9 năm 2016, Bobbie chủ động cầu hôn Alex. Đám cưới của họ diễn ra 2 năm sau đó.

Đến nay cặp đôi có với nhau ba người con: Drew 5 tuổi, Bico 3 tuổi và Montana 1 tuổi. Được biết, vốn tiếng Anh của Alex đã được cải thiện rất nhiều. Giờ đây anh đã có thể chuyển đổi giữa các cụm từ tiếng Anh sang tiếng mẹ đẻ của mình. Những năm qua, ngày nào của Bobbie cũng rất hạnh phúc bên cạnh ông chồng yêu vợ và chăm sóc cô từng chút một.

Những đứa trẻ của họ cũng đã và đang học tiếng Rumani. Gia đình nhỏ cũng đã dự định sẽ trở về quê hương của Alex.

"Thật là một giấc mơ khi được gặp gia đình anh ấy. Chúng tôi đã muốn làm điều đó trong một thời gian dài", Bobbie chia sẻ.

Thế mới nói, cuộc hôn nhân và mối quan hệ tình cảm nào cũng sẽ phải trải qua những nốt thăng trầm. Nhưng nhờ vậy, các cặp đôi mới có cơ hội hiểu và trân trọng nhau hơn. Đến một ngày chúng ta sẽ nhận ra người ở bên cạnh không cần là người có thể thay đổi thế giới, mà là người sẵn sàng đồng hành cùng ta vun đắp, bảo vệ cho tình yêu của hai người. ■

Advertisement for Exxon & Deli gas station in Beaumont, TX. Includes phone number 832-877-9951.

Advertisement for 'Lời Nguyên' featuring an image of Jesus and text about faith and prayer.

Advertisement for 'Lời Nguyên' featuring an image of a man and text about prayer and faith.

Large advertisement for THIM HING Sandwich restaurant. Includes address (10905 Bellaire Blvd, Houston, TX), phone number (281-564-1692), and a list of menu items like Bánh Mì, Giò Heo, and Gà Ham.

SỪ TÂM

Gia đình siêu tiết kiệm chưa từng mua đồ mới trong suốt 20 năm

Bằng việc sử dụng đồ cũ, người mẹ này tiết kiệm được tới hàng trăm bảng Anh mỗi năm cho gia đình của mình.

Theo Daily Mail, Angela Morton, một người mẹ hai con đang sống cùng gia đình tại miền nam xứ Wales, đã không mua những món đồ thời trang xu hướng trong suốt 20 năm qua, thậm chí cô còn mua đồ lót từ các cửa hàng đồ cũ.

Ngoài việc mua sắm cho bản thân, Angela còn thuyết phục thành công chồng và các con của mình làm điều tương tự. Với cô, đó là cách để cả gia đình họ trở nên "độc nhất vô nhị", vậy nên người mẹ này đã lùng sục khắp các cửa hàng từ thiện và các chợ bán đồ cũ trực tuyến như eBay hoặc Vinted để mua lại những món quần áo đã qua sử dụng.

"Tôi ước tính mình tiết kiệm được vài trăm bảng mỗi năm nhờ mua hàng secondhand" - Angela cho biết.

Chia sẻ về gia đình mình, Angela cho hay: "Các con tôi đã mặc quần áo cũ hoặc quần áo may thủ công trong ít nhất là 10 năm qua và chưa bao giờ cảm thấy khó chịu vì việc đó. Quả thật là khi còn nhỏ bọn trẻ không biết gì cả, nhưng khi trưởng thành, cả hai vẫn rất thích phong cách cổ điển.

Con trai tôi yêu thích phong cách của những năm 70, 80 và đặc biệt thích thú khi được mua đồ cũ. Chúng tôi xem việc mua sắm này như một kỳ nghỉ của gia đình", Angela nói thêm.



Ben, 17 tuổi, con trai của Angela cũng có sở thích mua đồ cũ giống mẹ

Thói quen này đã giúp người phụ nữ tiết kiệm được không ít tiền cho gia đình. Chẳng hạn như trước đây, Angela đã "săn" được ba chiếc túi xách của thương hiệu đắt tiền Vivienne Westwood và Stella McCartney với giá chỉ khoảng 96 bảng Anh, trong khi giá trị thực tế của những chiếc túi này khi mua mới có thể lên đến 800 bảng.

Tuy nhiên, tiết kiệm chỉ là một trong những lợi ích mà thói quen này mang lại, còn lý do thật sự là vì Angela đã có một nỗi ám ảnh với đồ cũ từ năm 19 tuổi, hay nói đúng hơn là sở thích thời trang cổ điển.

"Tôi yêu thích không khí của những năm 50, 60 từ khi

còn bé, đặc biệt là về quần áo và âm nhạc. Chưa bao giờ tôi thấy mình hợp với phong cách hiện đại, và tôi cũng không muốn mình trông giống mọi người", Angela trả lời trong một cuộc phỏng vấn.

Kể từ khi khám phá được đam mê của bản thân, cô hầu như chỉ mua sắm tại các cửa hàng từ thiện và các chợ đồ cũ. Người mẹ này cũng khẳng định rằng 97% tủ quần áo của cô là đồ đã qua sử dụng.

Đôi khi, Angela sẽ mua một số đôi tất mới và các món đồ lót mới từ thương hiệu thời trang bền vững, nhưng thực tế, hầu hết đồ lót cô dùng đều được mua từ cửa hàng đồ cũ, với điều kiện là chúng còn nguyên nhãn mác và chưa qua sử dụng.

Giờ đây, ngoài việc thỏa mãn đam mê, Angela nhận ra rằng lối sống của cô cũng có một ý nghĩa khác, đó là giảm thiểu ảnh hưởng của thời trang nhanh đến môi trường. Cô luôn hy vọng có thể truyền lại kiến thức của mình cho gia đình và mọi người để giúp họ đưa ra những lựa chọn sáng suốt hơn khi mua quần áo.

Chính vì thế, Angela đã giúp những người xung quanh mua sắm đồ cũ bằng cách chia sẻ những mẹo mà mình thường dùng, chẳng hạn như theo dõi các trang web bán đồ đã qua sử dụng hoặc trao đổi quần áo với bạn bè.

Bằng cách thực hiện từng thay đổi nhỏ và không khắt khe với bản thân, người mẹ này tin rằng bất kỳ ai cũng có thể tạo ra sự khác biệt lớn bắt đầu bằng việc mua sắm đồ cũ. ■

Cô dâu sốc trước những 'vị khách không mời mà đến' trong đám cưới ngoài trời

Đối với những ai yêu thích đi bộ đường dài, cắm trại hay ngắm nhìn sự hùng vĩ của thiên nhiên thì việc tổ chức đám cưới trong công viên quốc gia là điều tuyệt vời.

Điểm đặc biệt nổi bật của tiệc cưới ngoài trời là được hoà mình vào môi trường tự nhiên, trong lành. Nhưng, đi kèm với đó là những khoảnh khắc bất ngờ không thể lường trước. Đám cưới của đôi trẻ đến từ Mỹ là một ví dụ như vậy.

Vì muốn trải nghiệm những điều thú vị, đôi trẻ đến từ Mỹ đã chọn cách tổ chức đám cưới ngoài trời ở Công viên quốc gia Glacier. Đó là giấc mơ thành hiện thực của họ. Tuy nhiên, bất ngờ xảy ra giữa đám cưới khiến tất cả ngỡ ngàng.

Khi hai người đang trao nhau lời thề nguyện trước sự chứng kiến của người thân, bạn bè thì tiếng kêu lớn phía bên kia bờ sông làm gián đoạn. Một con gấu đang chiến đấu với nai sừng tấm. Nhiếp ảnh gia Stanton Giles đã ghi lại đoạn video và chia sẻ lên TikTok thu hút hơn 48 triệu lượt xem. Âm thanh của nước, tiếng la hét của động vật và tiếng kêu sặc của quan khách đường như thu hút sự chú ý

của cô dâu, chú rể và cả nhiếp ảnh gia hướng đến hiện trường.

"Kể từ khi là nhiếp ảnh gia, tôi đã chứng kiến nhiều cảnh tượng bất ngờ nhưng đây là khung cảnh điên rồ nhất. Một con gấu xám tấn công nai sừng tấm ngay gần nơi diễn ra đám cưới.

Thú thực, tôi bị phân tâm giữa việc hoàn thành cảnh quay chú rể đọc lời thề và cuộc chiến của gấu. Nhưng là người làm nhiệm vụ quay phim đám cưới, tôi phải hoàn thành cảnh quay của chú rể rồi mới hướng máy quay về phía gấu và nai sừng tấm", Giles cho biết.

Sự việc kết thúc khi con gấu hạ gục nai sừng tấm, kéo nai vào bụi rậm. Lễ cưới tiếp tục diễn ra. Một số vị khách bị sốc sau những gì tận mắt nhìn thấy. Họ đã có trải nghiệm đầy đủ về thiên nhiên hoang dã ở Glacier.



Cô dâu lấy tay che miệng khi bất ngờ chứng kiến cảnh tượng gấu tấn công nai

Theo Insider, công viên quốc gia này là pháo đài của các loài động vật lớn ở Bắc Mỹ. Nơi đây tự hào là nơi sinh sống của một trong những quần thể gấu xám lớn nhất.

Về phía chú rể, anh chia sẻ rằng mình không hối tiếc vì đã chọn công viên quốc gia để tổ chức đám cưới.

"Đây là trải nghiệm thế giới hoang dã đáng kinh ngạc. Chúng tôi đã chọn cách bỏ trốn mọi sự ồn ào để hòa mình giữa lòng thiên nhiên ở Glacier. Chúng tôi biết mình đang làm gì. Chúng tôi luôn tôn trọng thiên nhiên và động vật hoang dã", chú rể cho biết.

Để chuẩn bị cho đám cưới ở công viên quốc gia, cô dâu chú rể đã phải lên kế hoạch cẩn thận và làm chi tiết từng bước để giúp trải nghiệm chỉ có một lần trong đời diễn ra suôn sẻ.

Theo tờ Brides, đám cưới trong công viên quốc gia có quy mô nhỏ, chỉ tối đa 50 người. Người tổ chức đám cưới phải tìm hiểu về các loại giấy phép, địa điểm nộp và đúng thời gian quy định. Ở Mỹ, hầu hết các công viên đều yêu cầu giấy phép nộp trước ít nhất 30 ngày.

Giấy phép sẽ bị từ chối nếu đám cưới gây thiệt hại cho tài nguyên, can thiệp bất hợp lý vào các hoạt động của công viên, tạo khung cảnh không an toàn hay thiếu lành mạnh cho khách mời hoặc nhân viên, xung đột với những sự kiện khác.

Ngoài ra, các đôi cần phải quan tâm đến điều kiện thời tiết, chọn công viên có phong cảnh yêu thích hay nhiếp ảnh gia chuyên nghiệp... ■

Văn phòng BẢO HIỂM John Milton Nguyen

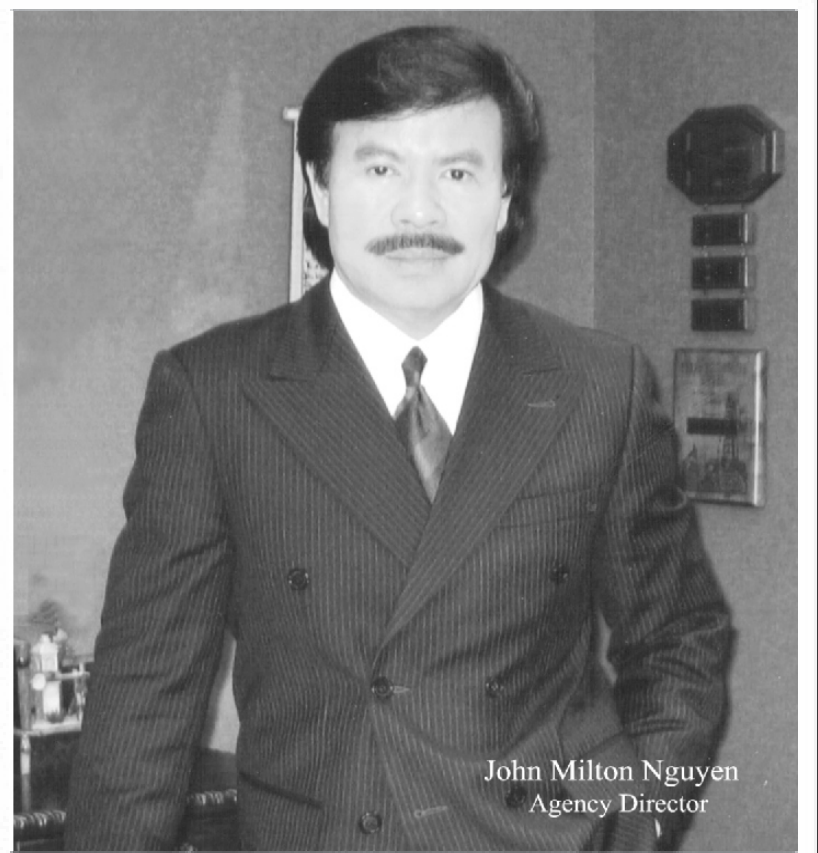
11738 Wilcrest Dr Houston, TX 77099

281-495-3493

johnmiltoninsurance@gmail.com

Chỉ một cuộc gọi, sẽ có nhiều hãng Bảo Hiểm để chọn giá. Trong vòng vài phút, có 5 tới 7 hãng nổi tiếng, có giá ngay cho quý khách. Xin gọi ngay để tiết kiệm từ: \$200, \$300, \$400...?

Xe, Nhà, Lướt, Nhân Thọ, Sức Khỏe, Cơ Sở Thương Mại



John Milton Nguyen Agency Director



810 Highway 6 S # 100 Houston TX. 77079

14614 Falling Creek S # 100 Houston, TX. 77068

14090 Southwest Freeway #102 Sugarland TX, 77478

24044 Cinco Village Center Blvd. S # 150 Katy, Tx. 77494

Chuyên Đảm Trách Mọi Dịch Vụ Về Địa Ốc

- * Mua - Bán nhà mới hay cũ
* Mua - Bán đất đai, cơ sở thương mại
* Tìm apartment
* Nhận Housing

Đặc Biệt:

- * Có Chương Trình giúp và hướng dẫn cho quý vị mua nhà lần đầu.



281-709-7999

Đừng để mất nhà! Đừng để mất nhà! Mất nhà sẽ bị BAD CREDIT. Hãy gọi cho Holly gấp để được tư vấn.



HOLLY NGO Realtor - Consultant

Mọi chi tiết tham khảo xin liên lạc: HOLLYNGO Direct line: 281-709-7999 * Fax: 281-598-9139

HollyNgo_Realtor@Yahoo.com

THỦ TỤC NHANH CHÓNG - TẬN TÂM



NATIONAL ASIAN PACIFIC CENTER ON AGING

Trung Tâm Quốc Gia Châu Á Thái Bình Dương Về Người Cao Niên (NAPCA) là một tổ chức phi lợi nhuận, chuyên cải thiện chất lượng cuộc sống của người cao tuổi Việt Nam và gia đình họ. Chúng tôi điều hành một Trung Tâm Hỗ Trợ Cao Niên NAPCA dành cho Người Lớn Tuổi và Người Chăm Sóc và có sẵn bằng 5 ngôn ngữ khác nhau. Trong chuyên mục này, chúng tôi muốn chia sẻ một số câu hỏi quan trọng mà chúng tôi nhận được từ độc giả. Hy vọng quý vị sẽ thấy chúng rất hữu ích.

Q&A #1
Tôi có thể nhận những loại trợ cấp an sinh xã hội nào khi tôi được 62 tuổi? Nó khác nhau như thế nào với tuổi 65?

Quý vị có thể bắt đầu thu thập trợ cấp hưu trí an sinh xã hội khi quý vị đến 62 tuổi. Số tiền bảo hiểm hàng tháng sẽ giảm 8% mỗi năm nếu quý vị bắt đầu nhận được lợi ích sớm hơn so với tuổi nghỉ hưu đầy đủ (FRA). Tuy nhiên, quý vị sẽ nhận được 100% lợi ích hưu trí của mình một khi quý vị đạt đến độ tuổi nghỉ hưu đầy đủ và số tiền sẽ tăng theo cùng một năm ngoài FRA cho đến khi quý vị bước sang tuổi 70.

Q&A #2
Tôi sẽ nộp đơn xin trợ cấp hưu trí an sinh xã hội khi tôi đủ tuổi nghỉ hưu. Tôi có công dân Hoa Kỳ và đã có 40 tín chỉ làm việc. Vợ tôi vẫn là người có thể xanh và chưa bao giờ làm việc ở Mỹ. Cô ấy có đủ điều kiện nhận bất kỳ khoản trợ cấp nào khi tôi nghỉ hưu mặc dù cô ấy không phải là công dân không?

Cô ấy không cần phải có công dân Hoa Kỳ để nhận trợ cấp. Thường trú nhân hợp pháp đủ điều kiện nhận Hưu trí An sinh Xã hội nếu họ từ 62 tuổi trở lên và họ đã làm việc và đóng thuế An sinh Xã hội trong ít nhất 10 năm hoặc 40 quý.

Nhưng vì cô ấy không đi làm nên vợ của quý vị có thể nhận trợ cấp An sinh xã hội cho người phối ngẫu lên tới 50% trợ cấp của quý vị. Sau khi quý vị bắt đầu nhận Hưu trí An sinh Xã hội, cô ấy sẽ đủ điều kiện nhận trợ cấp khi cô ấy tròn 62 tuổi. Tuy nhiên, nếu cô ấy có thể đợi đến tuổi Hưu trí toàn phần thì mức hưởng hàng tháng sẽ cao hơn.

Q&A #3
Medicare là gì và ai có thể nhận được?

Medicare là một chương trình bảo hiểm y tế dành cho những người từ 65 tuổi trở lên. Medicare trợ giúp chi phí chăm sóc sức khỏe, nhưng không bao trả tất cả các chi phí y tế hoặc chi phí chăm sóc dài hạn.

Medicare nguyên thủy bao gồm Phần A và Phần B.

Phần A là Bảo hiểm bệnh viện giúp chi trả cho dịch vụ chăm sóc nội trú tại bệnh viện hoặc trong thời gian giới hạn tại cơ sở điều dưỡng lành nghề (sau khi nằm viện), và một số dịch vụ chăm sóc sức khỏe tại nhà và chăm sóc cuối đời.

Phần B là Bảo hiểm y tế giúp chi trả cho các dịch vụ của bác sĩ và nhiều dịch vụ và vật tư y tế khác mà bảo hiểm bệnh viện không chi trả.

Các phần khác của Medicare là Phần C và Phần D.

Phần C được gọi là các chương trình Medicare Advantage và được cung cấp bởi các công ty tư nhân và được Medicare chấp thuận. Nhiều chương trình Advantage bao gồm bảo hiểm thuốc và các phúc lợi bổ sung.

Phần D là Bảo hiểm thuốc theo toa giúp thanh toán cho các loại thuốc theo toa.

Q&A #4
Bây giờ tôi 65 tuổi và không có tín dụng quý làm việc. Tuy nhiên, vợ tôi có 40 tín chỉ và cô ấy sẽ xin nghỉ hưu sớm khi bước sang tuổi 62 vào năm tới. Tôi có thể đăng ký Medicare Phần A ngay bây giờ không? Nó có miễn phí không?

Tùy thuộc vào tình trạng cư trú/quốc tịch của quý vị và quý vị sống ở tiểu bang nào; quý vị có thể đủ điều kiện nhận Phần A miễn phí hoặc chi phí thấp ngay bây giờ. Hoặc quý vị có thể đợi cho đến khi vợ quý vị tròn 62 tuổi để nhận Phần A miễn phí. Vui lòng liên hệ với chúng tôi nếu quý vị muốn chúng tôi giúp quý vị.

Q&A #5
Sự khác biệt giữa Medicare và Medicaid là gì?

Medicare và Medicaid đều là các chương trình chăm sóc sức khỏe của chính phủ, nhưng chúng rất khác nhau. Medicare thường dành cho những người từ 65 tuổi trở lên hoặc những người bị khuyết tật đủ điều kiện. Medicaid là một chương trình do tiểu bang quản lý dành cho những người có thu nhập và nguồn lợi tức hạn chế. Ví dụ: quý vị trên 65 tuổi, đã kết hôn và sống ở CA. Chồng của quý vị thu nhập hàng tháng dưới \$2106 và tài sản của quý vị dưới mức tiêu chuẩn của tiểu bang, quý vị sẽ đủ điều kiện nhận Medicaid dành cho người lớn tuổi ở CA.

Một số người đủ điều kiện nhận cả Medicare và Medicaid. Những người này được coi là “đủ điều kiện nhận cả hai” và thường đủ điều kiện tham gia các chương trình Medicare đặc biệt.

Nếu quý vị có thêm câu hỏi liên quan đến những điều trên hoặc xung quanh các chủ đề về Medicare, Medicaid, Đạo luật Chăm sóc Giá cả phải chăng hoặc các vấn đề khác, quý vị có thể liên hệ với chúng tôi theo 3 cách. Chúng tôi sẽ trả lời tất cả các câu hỏi của quý vị một cách kịp thời.

Gọi cho đường dây Trung Tâm Hỗ Trợ Cao Niên của chúng tôi tại: 1-800-582-4336 (Tiếng Việt)
Địa chỉ email: askNAPCA@napca.org
Địa chỉ gửi thư: NAPCA Senior Assistance Center, 1511 Third Avenue, Suite 914, Seattle, WA 98101
Trang mạng: www.NAPCA.org

Sự khởi đầu của các thử nghiệm lâm sàng

Cách đây hàng nghìn năm, các vị danh y trên thế giới đã tiến hành thử nghiệm lâm sàng những loại thuốc mới hoặc phương pháp điều trị mới cho một căn bệnh nào đó trên cơ thể người nhằm xác định mức độ hiệu quả của chúng, cũng như tìm ra các tác dụng phụ tiềm ẩn.



Một bác sĩ đang theo dõi tác dụng phụ của vaccine sau khi tiêm phòng cho trẻ em ở Paris (Pháp) vào năm 1890

Những thử nghiệm lâm sàng này được chia thành hai nhóm chủ yếu: nghiên cứu quan sát và nghiên cứu thực nghiệm. Đối với nghiên cứu quan sát, các nhà khoa học sẽ theo dõi một nhóm người để xem điều gì xảy ra với họ. Trong nghiên cứu thực nghiệm, các nhà khoa học chỉ định phương pháp điều trị cho bệnh nhân, sau đó mới tiến hành theo dõi họ.

Những thiết kế nghiên cứu như vậy đã diễn ra trong nhiều thế kỷ nhằm tìm ra các phương pháp điều trị bệnh khác nhau cho con người. Sau đây là một số thời điểm quan trọng trong lịch sử của thử nghiệm lâm sàng.

Thử nghiệm có nhóm đối chứng

Một trong những nghiên cứu quan sát sớm nhất đã diễn ra ở Trung Quốc gần 1.000 năm trước.

Trong cuốn Bản thảo Dược liệu (Ben Cao Tu Jing) được biên soạn năm 1061, Song Su – nhà khoa học, nhà quản trị, nhà ngoại giao và nhà chiến lược quân sự nổi tiếng đời nhà Tống – đã ghi lại một cuộc thử nghiệm nhân sâm với nội dung như sau:

“[...] Để đánh giá tác dụng của nhân sâm Sơn Đông chính hãng, hai tình nguyện viên đã tham gia một thử nghiệm chạy cùng nhau. Một người được cho uống nhân sâm, trong khi người còn lại thì không. Sau khi họ chạy khoảng 1.500 – 2.500m, người không uống nhân sâm thở gấp và nhịp thở nhanh, trong khi người uống sâm có hơi thở đều và êm”, Song Su viết.

Nghiên cứu quan sát này cũng là ví dụ đầu tiên được ghi lại về nhóm đối chứng, hay nhóm kiểm soát (control group).

Nhóm đối chứng có thể là những bệnh nhân hoàn toàn không được điều trị, những bệnh nhân điều trị theo cách thức cũ so với một phương pháp điều trị mới, hoặc người uống giả dược không có tác dụng chữa bệnh. Nhóm đối chứng là một trong những nền tảng quan trọng của các thử nghiệm lâm sàng hiện đại.

Thử nghiệm chéo

Rễ cây đại hoàng đã được sử dụng như một loại thuốc nhuận tràng trong hơn 5.000 năm, bao gồm cả ở Anh vào thế kỷ 18.

Caleb Parry, bác sĩ làm việc tại thành phố Bath nước Anh, muốn biết liệu cây đại hoàng trồng tại địa phương có tốt như loại đất tiên hơn trồng ở Thổ Nhĩ Kỳ hay không.

Năm 1786, ông thực hiện một nghiên cứu, trong đó ông cho bệnh nhân sử dụng đại hoàng trồng ở Anh và Thổ Nhĩ Kỳ vào những thời điểm khác nhau. Sau đó, ông so sánh các triệu chứng của mỗi bệnh nhân khi ăn từng loại đại hoàng. Ông kết luận rằng chúng mang lại hiệu quả điều trị bệnh ngang nhau.

Đây là nghiên cứu đầu tiên được biết đến về một thử nghiệm chéo. Trong đó, những người tham gia sẽ tiếp nhận một phương pháp điều trị tại những thời điểm khác nhau.

Ngày nay, các nhà khoa học phát hiện rễ và thân cây đại hoàng có tác dụng nhuận tràng là do chúng chứa nhiều hợp chất anthraquinones.

Thử nghiệm ngẫu nhiên

Bệnh tê phù (Beriberi) có thể ảnh hưởng lâu dài đến hệ thần kinh và tim của con người, xuất hiện phổ biến ở Đông Nam Á vào đầu thế kỷ 20. Năm 1905, một đợt bùng phát căn bệnh này đã xảy ra tại Bệnh viện tâm thần Kuala Lumpur, Malaysia.

Vào thời điểm đó, William Fletcher là một bác sĩ phẫu thuật tại địa phương. Ông nhận thấy đây là cơ hội tuyệt vời để tiến hành một thí nghiệm [nghiên cứu này ngày nay bị đánh giá là hơi thiếu đạo đức].

Các bệnh nhân được đánh số một cách ngẫu nhiên. Những người mang số chẵn sẽ ở một khu vực tách riêng và hằng ngày ăn gạo lứt – loại gạo mới chỉ tách vỏ trấu, chưa xát bỏ lớp cám gạo. Trong khi những bệnh nhân mang số lẻ ăn gạo trắng thông thường.

Đến cuối cuộc thử nghiệm, 15% bệnh nhân ăn gạo trắng chết vì bệnh tê phù và các bệnh nhân còn lại vẫn sống sót do ăn gạo lứt. Điều này cho thấy, gạo lứt có tác dụng ngăn chặn sự tiến triển của bệnh tê phù một phần nào đó.

Đây là một trong những nghiên cứu thử nghiệm lâm sàng ngẫu nhiên đầu tiên, trong đó một nhóm bệnh nhân được lựa chọn ngẫu nhiên để tiếp nhận phương pháp điều trị. Tính ngẫu nhiên là một yếu tố rất quan trọng trong việc thiết kế các thử nghiệm lâm sàng hiệu quả.

Ngày nay, chúng ta biết rằng nguyên nhân gây bệnh tê phù là do cơ thể bị thiếu hụt thiamine (vitamin B1), và chế độ ăn gạo trắng có thể không cung cấp đủ lượng thiamine cần thiết.

Thử nghiệm ngẫu nhiên có đối chứng

Austin Bradford Hill, nhà dịch tễ học và nhà thống kê người Anh, đã tiến hành thử nghiệm ngẫu nhiên có đối chứng đầu tiên vào năm 1948 nhằm điều trị bệnh lao phổi.

Ông quyết định để cho các bệnh nhân được điều trị bằng thuốc kháng sinh streptomycin kết hợp với nghỉ ngơi trên giường bệnh, hoặc chỉ đơn giản là nằm tĩnh dưỡng trên giường bằng cách sử dụng một bảng số ngẫu nhiên [thông qua đó mỗi bệnh nhân sẽ được gán với một số ngẫu nhiên cụ thể].

Các điều tra viên không biết bệnh nhân điều trị theo phương pháp nào trong số hai phương pháp trên, và chi tiết của cuộc thử nghiệm được lưu giữ trong những phong bì niêm phong. Từng bệnh nhân cũng không biết họ đang tham gia thử nghiệm.

Sử dụng phong bì niêm phong là cách thức mà ngày nay chúng ta dùng để che giấu phân bố (allocation concealment) trong thử nghiệm lâm sàng.

Việc đảm bảo rằng các điều tra viên và cả bệnh nhân đều không biết phương pháp điều trị mà họ đang tiếp nhận được gọi là điều trị “giấu kín”, hoặc “mù đôi”. Đây là những đặc điểm tiêu chuẩn của các thử nghiệm ngẫu nhiên có đối chứng.

Ngày nay, thử nghiệm ngẫu nhiên có đối chứng trở thành “tiêu chuẩn vàng” trong nghiên cứu y học, cụ thể là trong việc thiết kế các thử nghiệm lâm sàng. ■

SCAN QR CODE



The Vietnam Post

“TỜ BÁO VIỆT NGỮ ĐƯỢC ĐỌC GIẢ YÊU THÍCH HƠN 30 NĂM NAY”



OR VISIT US AT: 10515 Harwin Dr, Suite 100-120, Houston, TX 77036
www.thevietnampost.com (713) 777-4900 * (713) 777-8438 * (713) 777-2012

H MART



HOUSTON & KATY WEEKLY SALE MAR. 24th - MAR. 30th, 2023

CUSTOMER SERVICE

Customer_care@hmart.com

TOLL FREE T. 877.427.7386 / For events, coupons & exclusive deals, subscribe at www.hmart.com, and Visit our Facebook, Twitter, Pinterest & Instagram to stay up to date on special offers!



JOIN MARKET EATERY FOOD HALL!

Have a great idea for a restaurant, we have the perfect busy location for you.



Follow us @hmartofficial



NÂNG TẦM BÁNH KÉP HÀNH LÁ LÊN MỘT CÁCH HOÀN HẢO.

Sẵn sàng để lạc lối trong các lớp bánh vỏ bánh giòn chưa? Sẽ thấy các lớp gói bánh dưới một góc nhìn hoàn toàn mới khi bạn làm những chiếc bánh kẹp hành lá kiểu này, không chút áp lực.

ELEVATE AND PERFECT WITH DUMPLING WRAP SCALLION PANCAKES

Ready to get lost in layers of crispy, flaky goodness? See dumpling wrappers in a whole new light when you make these no-mess, no-pressure Chinese scallion pancakes!



California Clementine Quýt Cali 2 LB/BAG \$3.99	Green Onion Hành Lá BUN 3\$1 FOR	Jumbo Blueberry Quả Việt Quất Lớn 9.8 OZ/PKG \$5.99	Green Kiwi Kiwi Xanh 2 LB/PKG \$4.99
Packaged Corn Bắp Trái 4 PCS/PKG \$4.99	Oriental Sweet Potato Khoai Lang 10 LB/BOX \$16.99	Chinese Broccoli Cải Rò LB \$1.29	Round Tomato Cà Chua LB \$0.79
ROCKIT Miniature Apple Táo Miniature 3 LB/PKG \$7.99	Tong Ho Rau Tân Ô LB \$1.29	VINTAGE SWEETS Navel Orange Cam Navel 6 PCS/PKG \$4.99	Okra Đậu Bắp 1 LB/PKG \$3.99

Everyday is a day to celebrate with

H MART GIFT CERTIFICATES

MÓN QUÀ TUYỆT VỜI NHẤT
 Một sự tri ân dành cho khách hàng yêu quý của chúng tôi!

H MART SMART APP

Ứng dụng mới của H Mart. Tải xuống ngay hôm nay và tận hưởng mua sắm hơn bao giờ hết.

ỨNG DỤNG THÔNG MINH CỦA H MART! TẢI NGAY!
 Bạn đã là thành viên Thẻ thông minh? Liên kết thẻ của bạn và shopping không cần có thẻ. Bạn chưa phải là thành viên Thẻ thông minh? Đăng ký ngay bây giờ trong ứng dụng của chúng tôi!

Download on the App Store | GET IT ON Google Play

MEAT at unbeatable low prices

U.S.D.A. CHOICE Fresh Beef Chuck Eye Roast Thịt Bò Tươi LB \$7.99	Marinated Beef Ribeye Roll Bulgogi Thịt Bò Ướp Sẵn LB \$7.99	Marinated Sliced Pork CT Butt Cốt Lét Ướp Sẵn LB \$5.99
Marinated Boneless Chicken Breast Bulgogi Ưc Gà Ướp Sẵn LB \$4.99	Frozen Pork Single Belly Chunk Ba Rọi Đông Lạnh LB \$3.99	Fresh Chicken Drumstick Đùi Gà Tươi FAMILY PACK/LB \$0.99

SMART CARD MEMBER ONLY

6 달배한 베지밀 에이 FRI/SAT/SUN ONLY H MART SMART CARD ONLY LIMIT 2 DR. CHUNG'S FOOD Organic Mixed Grains Vegemil A Sữa Đậu Nành Vegemil 6.42 FL OZ X 24 EA/BOX \$13.99	10 FRI/SAT/SUN ONLY H MART SMART CARD ONLY LIMIT 2 ORGANIC FARM Organic Mixed Grains Bột Ngũ Cốc 10 DIFFERENT KINDS OF GRAINS/3 LB \$8.99
FRI/SAT/SUN ONLY H MART SMART CARD ONLY LIMIT 2 ORION Marine Boy Bánh Orion Cẩu Bé Thủy Thủ SEAWEED TASTE/21.16 OZ \$8.99	FRI/SAT/SUN ONLY H MART SMART CARD ONLY LIMIT 2 SAJO Canned Hot Pepper Tuna Các Ngừ Hộp ớt Cay 5.29 OZ X 4 CANS/PKG \$6.99

SEAFOOD at shockingly low prices

FRI/SAT/SUN ONLY Live Dungeness Crab Cua Bê Sống LB \$9.99	TONGTONGBAY Frozen Unagi Kabayaki Lươn Nướng Sẵn Đông Lạnh 8 OZ/PKG \$9.99	Head-on Patagonian Pink Shrimp Tôm Hồng Nguyên Đầu 10-20'S/LB \$6.99
FRI/SAT/SUN ONLY Live Abalone Bào Ngự Sống PRODUCT OF KOREA/EA \$5.99	TONGTONGBAY Frozen Short Neck Clam Meat Thịt Ngêu Đông Lạnh 1 LB/PKG \$5.99	Frozen Norwegian Mackerel Cá Nục Na Uy 400-600'S/LB \$1.99

SUNLEE Buddha Jasmine Rice Gạo Thơm Hiệu Ông Phật 25 LB \$24.99	DATU PUTI Soy Sauce Nước Tương ORIGINAL/WITH CALAMANSI 25.36 FL OZ \$3.49	584 NHA TRANG Anchovy Fish Sauce Nước Mắm Nhì Cà Com 18 FL OZ \$4.49	BARRIO FIESTA Ginisang Bagoong Sautéed Shrimp Paste Sa Tế Tôm REGULAR/SWEET - 8 OZ \$2.99	LION & GLOBE Peanut Oil Dầu Đậu Phộng 66.7 FL OZ \$17.99	H MART Seedless Frozen Jackfruit Mít Không Hạt Đông Lạnh 1 LB \$3.99	MOTOMOTOYAMA Seaweed Wafer Bánh Kẹp Rong Biển 1.4 OZ FOR \$2.49	LIAN WHA FOODS Cadina Crunchy Corn Layers Snack Bắp Giòn Tán CHEESE/GRILLED CORN - 1.8 OZ \$1.99
ABC Assorted Jelly Fruit Bites Thạch Trái Cây 52.9 OZ \$4.99	SHUI LIAN WAN Yogurt Sữa Chua Trái Cây ORIGINAL/MANGO/STRAWBERRY 9.47 FL OZ \$2.49	STONYFIELD Organic Milk Sữa Hôp WHOLE/FAT FREE/LOW FAT/REDUCED FAT - 1.89 L \$4.99	GOOD2GROW Flavored Juice Nước Trái Cây Nhiều Loại Hương Vị SELECTED VARIETIES - 6 FL OZ 2\$5 FOR	KÜHAUS Tower Cool Mist Humidifier with Remote Control Máy Làm Am Không Khí WHITE(S L)/EA - \$79.99 \$49.99	LACENA Griddle Chảo Chiên XL(40 CM)/EA - \$42.99 \$31.99	HELLO HOME Hello Bear Slipper Dép Bê Trong Nhà WOMEN'S(PINK/BLUE) - M/L MEN'S(BLACK/GREEN) - XL/XXL \$5.99 PAIR	HELLO HOME Check Puppy/Bear Towel Khăn Tắm 40 X 80 CM (PINK/WHITE/GREEN+BLUE)/EA \$5.99/10.99

- | | | | | | |
|---|--|---|--|--|--|
| CARROLLTON
2625 Old Denton Rd. #200, Carrollton, TX 75007 | HOUSTON BLALOCK
1302 Blalock Rd. Houston, TX 77055 | PLANO
3320 K Ave. Plano, TX 75074 | HOUSTON BELLAIRE
9896 Bellaire Blvd. Houston, TX 77036 | AUSTIN
11301 Lakeline Blvd. Austin, TX 78717 | KATY
23119 Colonial Pkwy. Katy, TX 77449 |
|---|--|---|--|--|--|

During the editing process there may be mistypes or misprints. Each branch may be subject to limited availability, as well as their sale prices. Some products may be sold out. If the product is not listed as a boxed sale item, it cannot be purchased as a boxed unit. All H Marts accept every major credit card.