

اصفهان امروز

دوشنبه ۱ اسفند ۱۳۹۰
 ۲۷ ریم اول ۱۳۳۷/۲۰ - فوریه ۲۰۱۳
 سال هشتم - شماره ۱۵۱۶
 تلفن ارتباط: ۰۲۰-۲۰۰۰۰۰۰۰
 www.esfahanemrooz.com
 info@esfahanemrooz.com
 شماره ارسال پیامک: ۳۰۰۰۷۴۴
 تلفن ارتباط خوانندگان: ۲۹۴۳۷۰



موج گرانی به بازار لوازم خانگی رسید

اصفهان امروز: رئیس اتحادیه کشوری لوازم خانگی از افزایش در درصدی لوازم خانگی در هفته گذشته خبر داد و گفت تولیدکنندگان از عملکرد یک مرکزی در لایه زرو توانی گام‌های هستند و هم اکنون به ادعای واردکنندگان از ۱۳۳۶ تومانی به دست آنها نمی‌رسد محمد طحانیپور با تأیید خبر افزایش در درصدی محصولات مختلف لوازم خانگی، گفت قیمت لوازم خانگی در هفته گذشته در درصد گران شده این در حالی است که برندهای مختلف و معتبر خارجی به بهانه افزایش نرخ ارز اقدام به افزایش قیمت محصولات خود کرده‌اند رئیس اتحادیه کشوری لوازم خانگی افزود اما در مقابل تولیدکنندگان داخلی نیز گرچه قیمت‌های خود را در درصد گران کرده‌اند اما افزایش در درصدی هم موفق نیستند بلکه تقاضای آنها افزایش ۲۰ درصدی قیمت لوازم خانگی به دلیل افزایش نرخ مواد اولیه و استعاضه از عرضه آن از سوی برخی دارندگان مواد اولیه در بازار است.



طرح: اصفهان امروز

ادامه در صفحه سوم



باز گشت خسرو شکیبایی با شب به سینماها

صفحه پنجم

احتمال لغو تعطیلی مدارس در روز پنجشنبه

رئیس مرکز امور زنان و خانواده ریاست جمهوری از نهایی شدن لایحه بیمه زنان خانهدار خبر داد و گفت تمامی موانع احتمالی برای طرح پیش‌بینی و با حضور معون حقوقی رئیس جمهور رفع شده است. گزارش مهر، مریم مجتهدزاده با اشاره به پیگیری‌های این مرکز برای تحقق بیمه زنان خانهدار گفت: این طرح تا پایان اسفند و یا تا اول سال آینده اجرایی می‌شود و تا آن زمان می‌تواند طرحی به گونه‌ای چکش کاری شود تا در دولت‌ها و مدیریت‌های بعد نیز امکان اجرایی شدن داشته باشد و بعداً امکان توقف آن وجود نداشته باشد. مجتهدزاده بیان اینکه تحقق ماده ۳۰ برنامه پنج‌گانه توسعه در حال پیگیری است. گفت: مرکز امور زنان و خانواده در حال تکمیل و به‌روزرسانی این طرح است. برای اجرایی شدن این طرح در لایحه بودجه سال ۹۱ قابل اجرا می‌گردد. رئیس‌جمهور در این لایحه به تشکیل کمیته راهبردی کانون کارکنان و خانواده اشاره کرد و گفت: این کمیته لوایح و برنامه‌ها را به خانواده‌ها می‌رساند و در سطح ملی تعیین می‌کند و نشان می‌دهد قرار است تا در ۵ سال آینده در حوزه زنان به چه نقطه‌ای برسیم و بودجه زنان و خانواده نیز در قالب بسته‌های اجرایی در دست‌گذاشته‌اند. مجتهدزاده افزود: تاکنون ۱۴ سند موضوع زن و خانواده خبر داده‌اند که این اسناد به صورت بسته‌های اجرایی در درجه‌بندی شده‌اند.

ورزش

قهرمانی تیم اسکیت پرشیا نقش جهان در کشور

چهارمین دوره مسابقات اسکیت سرعت قهرمانی قهرمانی کشور با حضور نواز و تیم‌های پرز به پایان رسید.

صفحه هفتم

بزرگترین جهش علمی بشر پس از کالیله

بزرگترین جهش علمی بشر از زمان کالیله در یوزهای تاریخی با نظیرترین مجموعه سلسله‌کوشی‌های زمینی به منظور بررسی چگونگی شکل‌گیری سیاراتی مانند زمین و پانچ به معنای منشأ تشکیل.

بر پایه نمایشگاه هنری اصفهان به نفع کودکان سرطانی

اصفهان امروز: هنر، از نمایی حقیقت است و این بازیهای ذهن و جان هنرمند و مخاطب را در سیرچه خود قرار می‌دهد. حقیقت انسانی بزرگ ترین دستاورد ارتباط با اثر هنری.

شرایط اعطای وام ۴۰ میلیون تومانی ساخت مسکن اعلام شد

وزیران عضو کارگروه مسکن شرایط اعطای وام ۴۰ میلیون تومانی ساخت مسکن را تعیین کردند. براساس مصوبه وزیران عضو کارگروه مسکن.

زیبایی دوباره به اصفهان باز می‌گردد

اصفهان امروز: از آنجایی که زیبا سازی یک شهر منجر به تقویت هویت بخشی و آرام سازی در آن شهر می‌شود لازم است در شهرهای مثل اصفهان که همواره سهم قابل توجهی در زیبایی جهان داشته است.

صفحه هشتم

صفحه پنجم

صفحه سوم

صفحه دوم

بانک تات
Tat Bank

با بیش از ۱۳۰ محصول و خدمت

بانک تات . بانک متمایز

شعبه شریعتی اصفهان: چهار باغ بالا، خیابان شریعتی، نرسیده به چهارراه پلیس
 شعبه سی و سه پل اصفهان: سی و سه پل، بوستان ملت، جنب هتل کوثر، مجتمع ۲۳

مرکز ارتباط قات: ۰۲۱-۲۷۶۶۲۲۰

روابط عمومی و اطلاع رسانی

نوبت دوم

آگهی مزایده

شهرداری اصفهان

شهرداری اصفهان در نظر دارد کنترل، نظم و ساماندهی چادرهای مسافرتی استقرار یافته، کرایه چادرهای مسافرتی، فروش و کرایه پتو و فروش چای (فروش چای صرفاً جهت ایام نوروز) برای مدت ۱۴۰ روز در پارک غدیر را با نرخ مصوب از طریق مزایده به افراد واجد شرایط واگذار نماید، متقاضیان می‌توانند از تاریخ نشر آگهی تا پایان وقت اداری ۱۳۹۰/۱۲/۳ همه روزه به جز ایام تعطیل در ساعات اداری به حوزه معاونت خدمات شهری شهرداری منطقه چهار اصفهان واقع در خیابان مشتاق سوم - بعد از پینارت - ورودی کوی روشن شهر مراجعه و نسبت به کسب اطلاعات و تهیه اسناد مزایده اقدام نمایند: آخرین مهلت ارسال پیشنهاد قیمت تا پایان وقت اداری ۱۳۹۰/۱۲/۴ می‌باشد؛ ضمناً گشایش پاکت‌های مزایده مورخ ۱۳۹۰/۱۲/۶ انجام می‌گیرد.

شرایط:

- ۱- ارائه سپرده در مزایده به صورت ضمانت نامه معتبر در وجه شهرداری منطقه چهار
- ۲- مدت انجام خدمات بصورت ۱۸ روز ایام نوروز (۱۳۹۰/۱۲/۲۵ لغایت ۱۳۹۱/۱/۱۳) و ۱۲۲ روز ایام تابستان (۱۳۹۱/۳/۱۳ لغایت ۱۳۹۱/۷/۱۱) می‌باشد.
- ۳- طرف قرارداد موظف است ۵ روز قبل از شروع مدت قرارداد در صورت ضرورت، آمادگی انجام خدمات مربوطه را داشته باشد.
- ۴- شهرداری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است.
- ۵- هزینه انتشار آگهی به عهده برنده مزایده می‌باشد.
- ۶- در صورتی که نفرت اول تا سوم شرکت کننده از انعقاد قرارداد خودداری نمایند، سپرده شرکت در مزایده آنان به ترتیب به نفع شهرداری منطقه چهار ضبط خواهد شد.

شهرداری منطقه چهار اصفهان

سپرده سرمایه گذاری

فرصت استثنایی برای بهترین انتخاب

علی‌حسب

۱۶.۴۷٪

۵ ساله

بلند مدت ۱ ساله	۲۳/۳۳٪
بلند مدت ۲ ساله	۵۰/۶۸٪
بلند مدت ۳ ساله	۸۲/۰۹٪
بلند مدت ۴ ساله	۱۱۷/۶۲٪

موسسه مالی و اعتباری مهر

www.mebank.ir

تلفن مدیریت امور شعب استان اصفهان ۸۱۰۰

نسخه

تاثیر میوه‌ها و سبزیجات قرمز رنگ بر سلامتی

محصولات غذایی قرمز رنگ ریز جزء بهترین مواد برای سلامتی هستند که مصرف آنها در طول سال می‌شود به گفته محققان آمریکایی، رنگ قرمز موجود در میوه‌ها و سبزیجات ماهی به نام «phytonutrient» تولید می‌کند که خطر سرطان پروستات را کاهش می‌دهد، فشارخون را پایین می‌آورد، در رشد تومورها جلوگیری می‌کند، کسترول بد را کاهش می‌دهد، ایدل‌های اثر ضرر آفران از بین می‌برد و برای بافت مفاصل بسیار مفید است. محققان خاص برخی از این محصولات قرمز رنگ مفید را اینگونه برشمردند- گوچه قرمزی و هندوانه دارای لیکوپن هستند که یک ماده قوی ضد سرطان است. برای سلامت چشم، پروپوسین نیز بسیار مفید است. گفنتی نیز، میزان این ماده ضد سرطانی در گوجه‌ای که حرارت دیده‌ها مثل سس‌ها و کچاپ‌ها افزایش پیدا می‌کند.

آب زغال‌فخته از غنی‌فناختی دارای جلوگیری می‌کند، در افزایش کسترول مفید خون و همچنین آنتی‌اکسیدان‌ها می‌تواند است. سبب منبع غنی از ویتامین سی و فیبر و آنتی‌اکسیدان‌ها می‌تواند است. برتوقلمنی دارای ویتامین سی و منگنز است. منگنز در کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی است. استخوان‌ها را محکم می‌کند، به عملکرد بهتر عده نیروی بدنی می‌کند، دندان‌ها را تمهید می‌کند، دارای فیبر، ویتامین بی۱۲ و ویتامین سی است. آنتی‌اکسیدان‌ها می‌تواند این ماده به حفظ الکلیطی عمومی خواب‌انسان کمک می‌کند، از حفظ باطنه جلوگیری می‌کند، کاهش دهنده التهابات است، در سرطان و دیابت جلوگیری می‌کند.

-خشک‌کاهنده التهاب، در سرطان، بیماری‌های قلبی، دیابت و حساسیت است. -فلفل‌لحمای قرمز دارای ویتامین آ، بی۱، بی۱۲ دهنده خواب و روحیه است.

هشدار آمریکایی برای داروی جدید کاهش وزن

مدارکی که به تازگی از سوی سازمان غذا و داروی آمریکا منتشر شده نشان می‌دهد این سازمان نسبت به یک داروی جدید کاهش وزن موسوم به «Qnexa» ابراز نگرانی کرده است. به گزارش ایس‌ان این سازمان هشدار داده است که داروی فوق‌العاده «اختلاصا» می‌تواند موجب بروز نارسی‌های مادرزادی و مشکلات قلبی شود. داروی Qnexa ترکیبی از دو داروی موجود یکی «فترتین» و دیگری داروی صرع میگزین موسوم به «آنتی‌ایرپام» است و محصول شرکت ویوسون حساس می‌شود. این داروی در سال ۲۰۱۰ میلادی به دلایل فوق از سوی سازمان غذا و داروی آمریکا رد شد اما قرار است دوباره تا اواخر هفته جاری میلادی هیئت مسئول از مشاوران خارجی داروی مزبور را مورد بررسی قرار دهد. یکی از مهمترین سئوالاتی که در جلسه مطرح خواهد شد این است که تا قبل از تایید احتمالی داروی فوق‌العاده ویوسون موظف است تا یک آزمایش بالینی جدید و بزرگ را برای ارزیابی ریسک‌های احتمالی این داروی انجام دهد. از سوی دیگر از آنجا که انجام چنین آزمایشی زمان‌تایید داروی مزبور را تا چند سال به تاخیر می‌اندازد شرکت ویوسون پیشنهاد کرده است که انجام این مطالعه را به پس از تایید دارو، موکل آن، بازاریابی‌های یک کارخانسان سازمان غذا و داروی آمریکا حاکمیت مصرف داروی آنتی‌ایرپام در دوران بارداری خطر مشکل مادرزادی آب شکری شدن را در نوزادان تشدید می‌کند.

ببین تاثیر آنتی‌بیوتیک‌ها در بهبود عفونت‌های سینوسی

آزمایشات نشان داد آنتی‌بیوتیک‌ها برای مقابله با بیشتر عفونت‌های سینوسی تاثیر هستند این یافته‌ها در مجله پزشکی «نیشنل انجمن چاپ رسیده حاکمیت اکثر آنتی‌بیوتیک‌های پزشکان به طور معمول برای درمان عفونت‌های سینوسی تجویز می‌کنند در برطرف کردن علائم این بیماری تاثیر بیشتری از یک داروی استاندارد و بدون عفونت‌ها می‌تواند بپوشاند. در این آزمایشات، ۱۶۶ بالغ فرغ شرکت داشتند که به عفونت سینوسی شدید مبتلا بودند. متخصصان برای یک دوره ۱۰ روزه مصرف آموکسی سیلین یا یک داروفا را برای این شرکت کنندگان تجویز کردند. سه روز پس از آغاز مصرف آنتی‌بیوتیک معلوم شد افرادی که آموکسی سیلین مصرف کرده بودند با افرادی که به آنها داروفا داده شده بود در میزان علائم عفونت تفاوت بسیار ناچیزی مشاهده می‌شود. هفت روز بعد در گروه مصرف کننده آنتی‌بیوتیک تفاوتی حاصل شد و بالاخره ۱۰۰ درصد از افراد بهبودی اندک به لحاظ آرزای ناپدید شد و در این مدت حدود ۸۰ درصد از شرکت کنندگان هر دو گروه علائمشان بسیار یافته با درمان شده بودند. وی سیبرلو، استناد دانشکده پزشکی دانشگاه واشنگتن و یکی از نویسندگان این باره گفت: «مصرف آنتی‌بیوتیک در این میزان در بهبود سریع‌تر و یا کاهش علائم عفونت سینوسی در دوره حاد بدون بیماری تاثیر ندارد».

استفاده از لاستیک باعث چاقی و دیابت می‌شود

پژوهشگران انگلیسی در تازه‌ترین تحقیقات خود دریافته‌اند که ماده سیمی بیسفنول موجود در لاستیک‌ها و قطب‌های کانسرو به تنها باعث سرطان بلکه باعث چاقی و دیابت نیز می‌شود. پژوهشگران دانشکده میگل هرناندز اسپانیا دریافته‌اند ماده شیمیایی بیسفنول که به طور گسترده در ساختن پلاستیک‌ها و قطب‌های کانسرو بکار می‌رود علاوه بر خطر سرطان را، با بروز چاقی و دیابت نیز در ارتباط است. پژوهشگران گفتند که خطر مقادیر کمی از این ماده ممکن است در بدن واکنش ایجاد کرده و بر هورمون‌ها تاثیر منفی بگذارد. این تحقیقات دریافت‌ها دانه موجود باعث افزایش میانگین میزان چربی‌ها و تولید هورمون انسولین می‌شود که مسئول کنترل سطح قند در خون است. بر پایه این گزارش، اثر میزان این هورمون در مقابله با تأثیرات این مقوم می‌شود که این امر

چگونه کودکان را به داشتن خواب مناسب

عادت دهید؟

برای بسیاری والدین خوابیدن کودکان در ساعت مناسب، شبانه‌کاری، پرسترس و دشوار است اما این مشکل هم راه حل دارد به گزارش ایس‌ان انگلیس لطفال انگلبرگاری کمک به والدین در این زمینه چند روش کاربردی ارائه کرده که عبارتند از: - خواب مناسب زمانی مرتب و در شرایط سکوت و آرامش بخوابی برای وقت خوابیدن کودک تعیین کنید. - به کودک اجازه دهید با عروسک پشمی یا پتوی مورد علاقه‌اش به رختخواب خواب. - یک ایوان یا یک میز بخواب در اتاق خواب کودک قرار دهید تا مطمئن شدن در راحتی و آرامش باشد. - به کودک اجازه دهید در رختخواب شما بخوابد. - هر موقع که کودک بگریه می‌کند به او نروید. - مسور باشید و اگر کودک که برای ایجاد عادت مناسب در کودک برای خوابیدن به زمان خواب دراید این کار با گذشت زمان آسان می‌شود.



تقدیه

چه بخوریم تا ام اس نگیریم؟

ویتامین D را در پیشگیری از ام اس فراموش نکنید

بحران ویتامین دی این روزها در جوامع ایرانی به لطف خورشید و هشدارهای علمی سلامت کشور را در پی داشته است. چندی پیش رئیس انجمن سلامت تغذیه و صنایع غذایی اعلام کرد که کمبود کلسیم و ویتامین بی۱۲ یکی از منجر به بروز بیماری استخوان شکننده استخوان شکننده است. ویتامین دی و کلسیم، دیابت و خصوصاً ابتلا به ام اس را هم در پی داشته است. جدیداً تحقیقاتی که منتشر قائل توجهی از جامعه ایرانی به کمبود مواد معدنی از جمله ویتامین دی مبتلا هستند به طوری که طبق بررسی‌های انجام‌شده مشخص شد که حداقل ۸۰ درصد کودکان ایرانی به درجه‌های مختلف، و بیش از ۹۰ درصد از آنها به درجه‌های شدید کمبود ویتامین هستند.

عوارض کمبود ویتامین D کمبود ویتامین دی در کودکی باعث بیماری راشیتیسم می‌شود که در اثر آن استخوان‌ها قادر قدرت تحمل وزن او را نداشته و اختنا پیدا می‌کند. در نوزادان و کودکان نارس‌های این‌گونه هم از نتیجه کمبود این ویتامین است. در بزرگسالان هم کمبود ویتامین دی کاهش تراکم‌استخوانی می‌تواند منجر به پوکی استخوان، دیابت، سرطان سینه یا پروستات و ضعف دستگاه ایمنی بدن را در پی دارد. مصرف این ویتامین و پیشگیری از بروز ام اس و بیماری‌های از آنزایم مؤثر است.

منابع دریافت ویتامین D مهم‌ترین منبع دریافت ویتامین دی نور خورشید است که به نوبه‌های بسیار زندگی ایرانی‌ها در دریافت ویتامین این طریق به میزان قابل توجهی کمک می‌پایا می‌کند. پویششان

عوارض خطرناک داروهای گیاهی

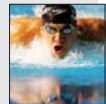
لاغوری را جدی بگیرد

باور اشتباه مردم از طبع مستی‌نیمه‌ساز مصرف‌کننده داروهای گیاهی شده است و صورتی که مصرف خوسره‌ها، بدون تجویز پزشک داروهای گیاهی مانند داروهای شیمیایی سایر خطرناک است. علائم‌ها در صورتی که دانشجوی دکتری تخصصی علوم تغذیه گفت: برخی از افراد این باورند که به علت گیاهی بودن داروهای سنتی و بی اثر مصرف خوسره‌ها و بدون تجویز متخصص می‌تواند بهبودی بیاورد و اگر بهبودی نیاقتند هیچ چیزی از دست نماند. وی افزود مصرف خودسرانه داروهای گیاهی می‌تواند عوارض‌های خطرناکی را به همراه داشته باشد. دکتر فریدی گیاه دارویی را مصرف نماید که به تمام مرحله فرای آن در بدن پخش می‌گردد و باور برخی از افراد اینک این گیاهان صحت داشته باشد در صورتی که به طور صحیح مورد استفاده قرار گیرد می‌تواند تهدیدی برای

باعث افزایش وزن و دیابت نوع دوم می‌شود. دکتر نال کرناشانی ماده بیسفنول در آنجا میگل هرناندز گفته کوبی به هنگام خوردن چیزی که حاوی بیسفنول است، شما به اعضای بدن خود می‌گویید که بیش از اندازه واقعی غذا می‌خورید این تحقیقات همچنین دریافت ماده بیسفنول بر لوزالمعده که تولید کننده انسولین است، تأثیرات منفی می‌گذارد. نتایج پژوهش‌های مختلف همواره نشانگر احتمال بالای خطرناک‌ترین تأثیر این ماده احتمالاً بر ریزش برای انسان‌ها است. اگر غلظت بیسفنول زیاد باشد، اثرات منفی در مردان تأثیر منفی بگذارد و در زنان نیز احتمال بارداری را افزایش می‌دهد و بیماری‌های قلبی و عروقی ایجاد کند. وجود بیسفنول تنها به پوست‌های نادر و پوشش‌شیرها محدود نمی‌شود بلکه برای ساخت اسباب‌بازی‌های کودکان و همچنین بر بافت دستگاه گوارش تأثیر منفی می‌گذارد.

استحکام استخوان‌ها با ورزش

پزشکان در یک مطالعه جدید تأکید کرده‌اند ورزش کردن در دوران نوجوانی به تقویت تراکم و استحکام استخوان‌ها کمک می‌کند. در این مطالعه، پزشکان سطح فعالیت بدنی را در ۸۰۰ مرد سوری در گروه‌های سنی ۱۹ تا ۲۴ سال بررسی کردند و دریافتند هرچه که در این دوره ورزش و تحرک بدنی مناسبی دارند میزان قابل ملاحظه‌تری در معرض خطر شکستگی‌های استخوانی قرار می‌گیرند. به این ترتیب پژوهش‌ها نشان داد که در طول دوران کودکی، نوجوانی و جوانی صورت می‌گیرد می‌تواند در کاهش خطر شکستگی‌های استخوانی و پوکی استخوان در سنین بالاتر و میانسالی مؤثر باشد. این یافته در مجله «مقاومت استخوانی و املاح معدنی منتشر شده است».



بسته‌بندی‌های مواد غذایی و اشیاء دیگری که ما به طور روزمره با آنها در تماس هستیم نیز از این ماده سیمی استفاده می‌شود. پژوهشگران همچنین هشدار می‌دهند که افزایش ماده بیسفنولی یا BPA به بدن ما در طول باران، خطر بروز نارسی‌های مزمن‌مانند، ریزش نوزادان، افزایش می‌دهد. افزایش سطح این ماده شیمیایی در خون ما، نشان‌دهنده‌ی آلودگی‌های عصبی - رفتاری در نوزادان آنها تشدید می‌کند. هر ساله حدود سه میلیون بیسفنول در جهان تولید می‌شود و چون ارزش‌های شیمیایی این ماده در مداخلات خلای قهوه‌های آیس‌پیو و سوا هم وجود دارد، بیسفنول به عنوان مختل کننده کار عددهای ریزش شناخته شده است. که می‌تواند ایجاد اختلال در کار بیضه‌ها، رشد مغزی، دانه‌های و تخمدان می‌شود و همچنین بر بافت دستگاه گوارش تأثیر منفی می‌گذارد.

پلاک‌های میکروبی فقط با جرم‌گیری

از بین می‌روند

دیرعلی‌انجن پروبیوتولوژی، درباره اینکه مسائله‌ای باور غلط وجود دارد که جرم‌گیری می‌تواند باعث التهاب‌ها یا آسیب‌ها به بافت‌ها شود، بیان می‌کند. این امر برای افراد از انجام این کار خودداری می‌کند. دکتر جرم‌گیری موجب پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های لته می‌شود که پیمان ششیدی در گفت‌وگو با ایس‌نا افزود: لزوم است افرادی که لته‌های سالمی دارند برای پیشگیری از بیماری‌های لته ۶ ماه یکبار جرم‌گیری کنند. و متبلان به این دسته از بیماری‌ها سه‌ماه یکبار این کار را انجام دهند چرا که جرم‌گیری از تجمع و رشد میکروبا در دهان خود پیشگیری می‌کند و در لته‌ها جرم‌گیری پاک کردن پلاک‌های میکروبی و جرم‌هایی است که به مرور زمان روی دندان‌ها می‌نشینند این جرم‌ها حاوی میکروبی‌های است که باعث ابتلا به بیماری‌های لته می‌شوند. لته نمی‌تواند به پهنادت روان دندان تشکیل پلاک‌های میکروبی «اکند» کند اما چون جرم‌ها به مرور به دندان‌ها می‌چسبند یا مسواک زدن و استفاده از دندان نخ از بین می‌روند.



شخصیت خود را

از روی دست خط تان بشناسید

کسانی که خط نازک دارند احتمالاً در زندگی بسیار فعال هستند و همین دلیل برای ثلث مشکل است که می‌توانند تنوعی تحرک کم‌توانمندی را کارهایشان حساب شده و سنجیده نیست به همین دلیل گاهی لوقت برای دوست‌نوازی و خانوادگی‌فعلی‌بینی هستند. افرادی شخصیتی برای نا خالی‌ها مهم است و اهمیت زیادی به استقلال خود می‌دهند و ممکن است گاهی خیلی احساسی رفتار کنند.

کسانی که دست خط مرتب و خوابالی دارند به نوشته دکتر یحیی زبانی، روانشناسی، می‌توان این طور برداشت کرد که آن‌ها خوششان را بسیار کنترل می‌کنند و دست و لیزانند به راحتی شخصیت خود را پنهان‌کننده‌ی گاهی لوقت بارشان مشکل است که احساساتشان را بروز



هند و آن را سرکوب می‌کنند. **کسی که خیلی پر رنگ می‌تواند و قلم را از فشار بیرون دهد** احتمالاً علاقه زیادی به مخالفت کردن با دیگران دارد؛ چرا که احساس قدرت و اعتماد به نفس زیادی می‌کند و دوست دارد روی دیگران اعمال نفوذ کند و به همین دلیل شخصیت افراد را در دست درک نمی‌کند. **کسانی که خیلی کم‌رنگ می‌توانند** احتمالاً این که فردی حساس و دلسوز باشد. بسیار زیاد است و موفقیت دیگران را نمی‌پسندد و بیشتر از خودشان درک می‌کند و این امکان نیز وجود دارد که قادر به طرح‌فروختن یا پنهان‌نویسی یا حتی سرخس‌نویسند. وقتی دیگران او را ناتوان می‌کنند، خیلی سریع و موضعی خودش عقب‌نشینی می‌کند. **کسانی که خیلی کند می‌توانند** می‌تواند به نشان دادن عمک انسان نیست. این افراد احتمالاً به زمان بیشتری برای ابراز عقیده خود نیاز دارند. این دسته هم هستند و نظر خلق و قضاوت شخصی ملاحظه کار و محتاط هستند و نتیجه به زمان بیشتری نیاز دارند و فهمیدن نیز درگیر است و ابراز احساسات کم می‌کنند و اغلب صومند دارند هیچ تصمیمی نگرفتند تا این که یک تصمیم غلط بگیرند. **کسانی که دست خط تند و شیاره‌ای دارند** احتمالاً افرادی کم حوصله هستند و از اتلاف وقت خسته می‌شوند و از نظر خلق و خو بسیار لحظه‌ای هستند سریع درک می‌کنند و در نشان دادن رفتار و احساساتشان چندان پدیدار نیستند و اغلب به دلیل شتابزدگی در تصمیم‌گیری دچار لغزش و خطا شده و از این که در آرایش به حرف‌های دوستانشان گوش نمی‌کنند خسته می‌شوند. **کسانی که دست خط ساده‌ای دارند و خیلی ابتدایی می‌توانند** در روابط با دیگران ترجیحاً آقا و کار و با تدبیر هستند و

سلامتی افراد سوادین دانشجوی دکتری تخصصی علوم تغذیه با اشاره به اینکه در مصرف داروهای گیاهی باید دقت گرفت؛ به مشکلات رایجی از قبیل چاقی یا کاهش وزن، ترک اعتیاد، بیماری‌های تنوعی گسترده دیگر، که با گیاهان دارویی صورت می‌گیرد یادید می‌تواند داشته. زیرا در برخی از موارد درمان، تعداد افرادی که می‌تواند با گیاهان دارویی و محصولات طبیعی خود درمان شود، بسیار کم است. همچنین به این ترتیب، بسیاری از افراد این باور دارند که به علت گیاهی بودن داروهای سنتی و بی اثر مصرف خودسرانه داروهای گیاهی می‌تواند بهبودی بیاورد و اگر بهبودی نیاقتند هیچ چیزی از دست نماند. وی افزود مصرف خودسرانه داروهای گیاهی می‌تواند عوارض‌های خطرناکی را به همراه داشته باشد. دکتر گیاه دارویی را مصرف نماید که به تمام مرحله فرای آن در بدن پخش می‌گردد و باور برخی از افراد اینک این گیاهان صحت داشته باشد در صورتی که به طور صحیح مورد استفاده قرار گیرد می‌تواند تهدیدی برای

نقص

مرکب سالانه ۷ میلیون کودک با محرومیت از شیر مادر

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گفت: محرومیت از شیر مادر سالانه در جهان هفت میلیون کودک برپنج سال در معرض دناال دارد. به گزارش ایس‌نا، دکتر احمدرضا فرسار گفت: برخی از پزشکان معتقدند که شیر مادر باعث پوسیدگی دندان کودکان می‌شود و برخی دیگر نظر متفاوتی دارند این دیدارهای ابراهیم‌اللیست که دوری از شیر مادر سالانه باعث مرگ هفت میلیون کودک زیر پنج سال در جهان می‌شود. وی رعایت بهداشت دهان و دندان را ضروری‌ترین راه برای جلوگیری از پوسیدگی دندان و دندان‌درد برشمرد و گفت: سلامت دهان و دندان نه تنها شاهی از سلامت است، بلکه درجه‌های برای حفظ سلامت کل بدن به شمار می‌رود. بنابراین بهداشت دهان و دندان اهمیت زیادی دارد. وی ادامه داد در حوزه تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی حدود یک میلیون و ۶۰۰ هزار کودک زیر ۱۲ سال و ۱۳۰ هزار مادر باردار وجود دارد اما نوزادان انسانی برای خدمات رسانی به ۱۱۶ نفر است. فرسار در پایان تأکید کرد که جلب حمایت نهادهای مسئول مانند وزارت آموزش و پرورش، سازمان بهزیستی، استانداری پزشکی اطفال و دندانپزشکی برای حمایت از پیشگیری از بیماری‌های دهان و دندان لازم است و با رعایت مواردی مانند بهداشت دهان و دندان و استفاده از ابزارهای بهداشتی کودکانی که در ۱۷۰ ساله از برای فعالیت در آینده تربیت کنیم.

احتمال استفاده ۱۶ هزار نیرو

در بیمارستان‌های جدید مدیرکل منابع انسانی و پشتیبانی وزارت بهداشت از بگیری‌های در دست انجام به منظور اخذ مجوز استخدام حدود ۱۶ هزار نیرو برای بیمارستان‌های جدیدالاحداث خبر داد. دکتر حسین مبارکی در گفتگو با ایس‌نا گفت: بگیری‌های لازم از معاونت توسعه مدیریت و سرمایه‌انسانی ریاست جمهوری برای اخذ حدود ۱۶ هزار مجوز استخدام برای بیمارستان‌های جدیدالاحداث در حال انجام است تا پایان اسامال یا ابتدای آرد اخذ می‌شود. وی با اشاره به کمبود نیروی پرستاری در مراکز درمانی گفت: امداد داد کمبود نیروی انسانی در مراکز ارائه خدمات بیشتر در حوزه پرستاری خود را نشان می‌دهد. البته در این زمینه نرهم و شراپب نیروی انسانی مبتنی محاسبه فرام گرفته مدیرکل منابع انسانی و پشتیبانی وزارت بهداشت در حال حاضر ضریب نیروی انسانی پرستاری در مراکز بیمارستانی است: ۰/۸ تا ۰/۷، به ازای هر تخت بیمارستانی است؛ این درحالیست که ضریب نیروی انسانی پرستاری در نظام بین‌الملل بین یک تا ۱/۵ است. با این احتساب و بر اساس فرمول‌ها در نرهای متفاوت حدود ۵۰ هزار تا ۵۰۰ هزار کادر پرستاری در حوزه کلان کشور در بخش دولتی تعیین رده می‌شود.

بر این اساس بگیری‌هایی در حال انجام است تا با همکاری معاونت توسعه نیروی انسانی ریاست جمهوری در اصلاح این نرهم و جبران کمبود نیروی انسانی کمک شود. مبارکی درباره مجوزهای استخدامی ۲۲ هزار پرستار اجرای اجرای قانون ارتقای بهره‌وری نیروهای بالینی نظام سلامت نیز گفت: تمام این ۲۲ هزار نیرو جذب سیستم شدند و در حال فعالیت هستند.

راه‌اندازی مراکز گذری ترک اعتیاد شیشه

معاون پزشکی و درمان اعتیاد سازمان بهزیستی از راه‌اندازی کمپ و مراکز گذری ترک اعتیاد (TAC) شیشه تا پایان سال خبر داد. دکتر فرید برانی سه در گفتگو با مهر با بیان این مطلب افزود: با توجه به اینکه در تعداد اعتیاد شیشه سخت و در متفاوت و مواد مخدر دیگر است به همین دلیل براساس برنامه ریزیهایی انجام شده قصد داریم مراکز ویژه ترک اعتیاد شیشه را راه‌اندازی کنیم. وی با اشاره به اینکه اولین کمپ ویژه ترک اعتیاد شیشه در استان تهران در آذر ماه ۱۳۹۰ تأکید کرد: در استان تهران نیز قرار بود مراکز در ۲۲ شهر راه‌اندازی شود که متأسفانه این امر میسر نشده که امیدواریم تا پایان سال مراکز گذری شیشه در تهران تاسیس شود. معاون پزشکی و درمان اعتیاد سازمان بهزیستی گفت: پس از راه‌اندازی کمپ و مرکز گذری تهران، در صورت موفقیت این امر بودن طرح در استانهای دیگر کشور نیز گسترش پیدا می‌کند. برای گفتگو در این خصوص از استانیهای مختلف معاندان شیشه به مراکز و کمپها مراجعه می‌کنند اما بدلیل مشکل بودن درمان و داروهای ویژه‌ای که نیاز دارند باید کمیته‌های خاص برایشان در صورتی به راه‌اندازی این مراکز اقدام کرده‌اند. فرسار در مورد تفاوت اعتیاد آموگاری اشاره کرد و افزود: ها و طریقه‌های زیادی برای درمان و ترک اعتیاد معاندان دارند.

