

چند خط سلامتی

خواص فوق العاده آب گوجه فرنگی

برای زیبایی

آب گوجه فرنگی خام، حاوی ویتامین ها و مواد معدنی بسیاری است و تنها چیزی است که برای سالم و زیبا ماندن به آن نیاز دارید!

این علائم نشان می دهد که مشروب تقلبی مصرف کرده اید

علائم اولیه مشابه مصرف مشروبات الکلی عادی و غیر رسمی است اما به تدریج فرد دچار سردرد، کاهش سطح هوشیاری، دل درد، بوی خاص دهان که با بوی الکل تفاوت دارد، کاهش بینایی، تهوع و استفراغ می شود. اگر به هر دلیلی افراد مشروبات تقلبی مصرف کردند، در صورت بروز چنین علائمی به سرعت به مرکز درمانی مراجعه کنند تا بررسی های اولیه صورت بگیرد. آنها نباید منتظر بروز علائم شدیدتر و تأخیری شوند چون نکته مهم این است که زمان طلایی برای اقدامات درمانی از دست نرود.

دکتر شاهین شادنیا می گوید: هیچ روشی برای تشخیص الکل تقلبی وجود ندارد و تمام روش هایی هم که در فضای مجازی برای تشخیص آنها عنوان می شود شاید تا حدودی کمک کننده باشند اما درباره هیچ کدام قطعیت برای تشخیص وجود ندارد.



یک پرسش، یک پاسخ

مرگ شبانه؛ چرا بعضی هادر خواب می میرند؟

نتایج تحقیقات نشان می دهد احتمال وقوع مرگ در طول خواب نسبتاً کم است مگر اینکه فرد به یک بیماری خاص مبتلا باشد. به گزارش یورونیوز، دلایل متعددی وجود دارد که می تواند باعث مرگ کسی در خواب شود اما معمولاً سه بخش بدن هستند که در این زمینه نقش کلیدی ایفا می کنند: «قلب، ریه و مغز»

دفتر نی ریزان فارس

از ۷ صبح تا ۸ شب

یکسره باز است

(پنجشنبه ها تا ۱۳:۳۰)

آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۲۲ فارس - نی ریز

چون خانم عشرت صحراگرد فرزند عباسعلی احدی از ورثه عباسعلی صحراگرد طبق انحصار وراثت ۱۴۰۰/۱۲۳۹۰۰۰۲۴۸۶۹۲۱ شعبه هشتم شورای حل اختلاف نی ریز با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر خانه اسناد رسمی شماره ۶۳ نی ریز تنظیم گردیده است مدعی هستند که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به ششدانگ یک درب باغ به مساحت ۸۹۵۰ مترمربع تحت پلاک ۴۲۲۱ واقع در نی ریز بخش ۲۲ فارس که در ذیل ثبت ۱۰۴۰۶ دفتر ۱۰۹ صفحه ۵۱۷ به نام مورث ایشان آقای عباسعلی صحراگرد ثبت و سند مالکیت به شماره چایی ۸۸۴۶۳۶ الف ۷۷ صادر گردیده است. به علت جا به جایی منزل مفقود شده است و نامبرده تقاضای صدور سند المثنی نموده است. مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی میشود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۲/۱۶

محسن زوران حسینی

رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نی ریز

تندرستی

زیر نظر: د. دکتر حسینی پیشاهنگ پزشک عمومی و مجده نیک منش کارشناس ارشد تغذیه

باورهای نادرست درباره داروهای اعصاب و روان

حضور متخصص اعصاب و روان در درمانگاه تخصصی

پزشک و با دستور و دوز و مدت زمان درست باشد می توان این عوارض را کنترل کرد یا به کمترین میزان رساند.

بیشتر عوارض این داروها در موارد مصرف ناصحیح دارو اتفاق می افتد. البته همه داروها عوارض دارند که به ندرت ممکن است اتفاق بیفتد اما اتفاق افتادن آن یک قاعده نیست و میزان عوارض داروهای اعصاب و روان نسبت به سایر داروها بصورت معنی داری بیشتر نیست.

نکته مهم این که هر دارو در صورتی تجویز می شود که مزایای آن از مضرات آن بیشتر باشد یا جلوی عواقب شدیدی گرفته شود. بنابراین توصیه می شود در صورت نیاز به مصرف داروهای اعصاب و روان حتماً با مراجعه به پزشک و مشورت با او و آگاهی از مزایا و عوارض آن، دارو مصرف شود تا عواقب وخیم عدم مصرف دارو رخ ندهد.

شبهه بهداشت و درمان نی ریز: به آگاهی همشهریان گرامی می رساند، روانپزشک محترم جناب آقای دکتر آرش منصوری متخصص اعصاب و روان در روزهای شنبه، یکشنبه و دوشنبه در درمانگاه تخصصی بیمارستان شهدا پذیرای بیماران است.

جانبی بسیار بیشتری از داروهای اعصاب و روان را به خود و جامعه تحمیل می کنند.

نمونه روشن آن، مصرف داروهای آنتی بیوتیک در موارد غیر ضروری مثل عفونت های حاد ویروسی یا بیماری های خود محدود شونده است که باعث مقاومت دارویی و عوارض کبدی و کلیوی و غیره می شود.

مصرف مکمل ها بدون تجویز پزشک هم ممکن است عوارضی داشته باشد. چون هم گاهی اعتیاد آور هستند و هم عوارض وخیم کبدی و کلیوی و آسیب های مغزی را به دنبال دارند.

همین افراد اما از مصرف داروهای اعصاب و روان تجویز شده توسط پزشک با وجود فواید فراوان و جلوگیری از عوارض بسیار سرباز می زنند.

از دلایل مهم این کار، تصورات نادرست نسبت به داروهای اعصاب و روان و باورهای غلط در مورد اعتیاد آور بودن یا عوارض وخیم آن و نگرانی از اضافه وزن و غیره است.

هر چند این عوارض در برخی داروهای اعصاب و روان وجود دارد اما اولاً بیشتر داروهای تجویزی اعصاب و روان چنین مشکلاتی را ندارند یا میزان آن بسیار اندک است و دوم تعداد کمی از داروها که این عوارض را دارند در صورتی که توسط پزشک دارای صلاحیت تجویز شوند و مصرف آن زیر نظر



دکتر آرش منصوری / متخصص اعصاب و روان

همانطور که ما به بیماری های جسمی دچار می شویم ممکن است دچار مشکلات ناشی از بیماری های اعصاب و روان نیز بشویم.

معمولاً برای بیماری های جسمی انواع درمان های دارویی یا غیر دارویی (جراحی و ...)

مورد نیاز می شود. اما بعضی مردم برای مصرف داروهای اعصاب و روان دچار نگرانی می شوند و با وجود نیاز، از مصرف دارو خودداری می کنند و علاوه بر تحمل رنج زیاد، به خود آسیب های زیاد و گاه غیر قابل برگشتی می زنند.

این در حالی است که خیلی از مردم خودسرانه داروهای زیادی را بدون تجویز پزشک و بدون هیچ نگرانی مصرف می کنند در حالی که عوارض

اطلاعیه مهم و فوری

قابل توجه کسبه و صاحبان پروانه های کسب و کار

بنا به اجرای مفادی از دستورالعمل قوانین تسهیل مجوزهای کسب و کار، تمامی دارندگان پروانه کسب می بایست الزاماً تا ۲۵ اردیبهشت ماه سال ۱۴۰۳ مجوزهای الکترونیکی (شناسه یکتا) را از طریق درگاه ملی مجوزهای کشور به آدرس www.mojavez.ir به صورت رایگان دریافت کنند و پروانه کسب کاغذی را به شناسه یکتا تبدیل نمایند، بدیهی است در صورت عدم اخذ شناسه یکتا در مهلت مقرر مجوزهای کاغذی فاقد اعتبار بوده و صاحبان مجوز از کلیه خدمات دولتی و غیردولتی مرتبط محروم خواهند شد.

اتاق اصناف شهرستان نی ریز

آگهی مناقصه شهرداری مشکان

۴۱۱۴۳

سپرده شرکت در مناقصه که در اسناد مناقصه درج گردیده به حساب سیبیا ۰۴۰۰۴۵۵۳۴۰۰۴۰۵۵۶۴۵۵ نزد بانک ملی شعبه مشکان واریز و اصل رسید را به همراه سایر اسناد در پاکت مربوطه تحویل شهرداری نمایند.
۳- به پیشنهادات مخدوش، ناخوانا، فاقد سپرده و ارسال پس از مهلت مقرر ترتیب اثر داده نمی شود.
۴- در صورتی که برندگان اول-دوم-سوم مناقصه به ترتیب با اعلام کتبی شهرداری حاضر به انجام تعهد و امضاء قرارداد نشوند سپرده شرکت در مناقصه به نفع شهرداری ضبط می گردد.
۵- هزینه درج آگهی ها بعهد برنده مناقصه می باشد.
۶- سایر شرایط در اسناد مناقصه ذکر گردیده است.

شهرداری مشکان

نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۹
نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
شهرداری مشکان در نظر دارد کلیه عملیات مربوط به خدمات شهر، حفظ و نگهداری و آبیاری فضای سبز، رانندگی وسایط نقلیه راهسازی (لودر- مینی لودر- کامیون)، نگهداری و سرایداری و نیروی تأسیسات را به مدت یک سال در قالب مدیریت پیمان به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید. لذا از شرکتهای دارای صلاحیت از اداره رفاه، کار و امور اجتماعی دعوت بعمل می آید در صورت تمایل ضمن اخذ اسناد حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۲/۲۵ پیشنهادات خود را در پاکت سربسته تحویل واحد دبیرخانه شهرداری نمایند.

۱- شهرداری در ردیاقبول پیشنهادات مختار است.
۲- متقاضیان می بایست ضمانتنامه بانکی و یا مبلغ

تبلیغات در

فضای مجازی نی ریزان فارس

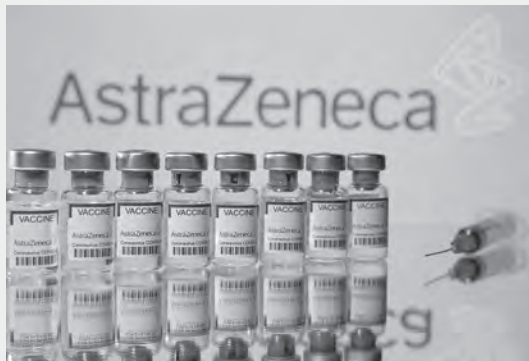
شامل تلگرام، واتس آپ، اینستاگرام و سایت هورگان

۰۹۳۰ ۷۳۱ ۱۸۰۸

اخبار سلامت

آسترانکا سرانجام تأیید کرد

واکسن کووید این شرکت ممکن است خون را لخته کند



آسترانکا، غول صنعت داروسازی، تأیید کرده است واکسن کووید این شرکت با نام تجاری کوویشیلد (Covishield) که در سطح گسترده ای استفاده شده، ممکن است عوارض جانبی نادر از جمله لخته خون و کاهش پلاکت خون ایجاد کند.

کوویشیلد را این شرکت بریتانیایی- سوئدی با همکاری دانشگاه آکسفورد بریتانیا ساخت و مؤسسه سرم هند تولید کرد.

این واکسن در سطح گسترده ای در بیش از ۱۵۰ کشور، از جمله بریتانیا و هند، تزریق شد. ارصد

نسخه ای که ژاپنی ها برای افراد عصبانی پیچیدند

محققان ژاپنی به افراد عصبانی توصیه کردند به جای آنکه عصبانیت خود را متوجه دوستان و عزیزان خود کنند، افکار خشم آلودشان را روی برگه ای بنویسند و سپس به سطل زباله بیندازند.

محققانی که روی این موضوع تحقیق می کردند، گفتند: انتظار داشتیم که این روش بتواند تا حدودی خشم افراد را کاهش دهد اما برخلاف تصور متوجه شدیم که توانست خشم افرادی را که به آن عمل کرده اند، تقریباً به طور کامل از بین ببرد.

به گفته محققان، پژوهش آنها نشان داد، انداختن فیزیکی برگه ای که روی آن افکار منفی خشمناک نوشته شده است می تواند منجر به آرامش شود در حالی که صرف نوشتن این افکار و نگهداری برگه چنین نتیجه ای در بر نداشته است. / اعتماد آنلاین

وزارت بهداشت:

کمبود «ید» و کاهش IQ کودکان؛

تبلیغات «نمک دریا» پایه علمی ندارد

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت ضمن هشدار نسبت به تبلیغات گمراه کننده و فاقد پایه علمی سودجویان در زمینه نمک های تصفیه نشده از جمله نمک دریا، سنگ نمک و نمک های رنگی، در عین حال عوارض ناشی از کمبود «ید» در بدن را یادآور شد و بر لزوم مصرف کم اما «بیدار» نمک تأکید کرد.

یورونیوز:

کودکان آسیب های آنلاین را

نمی گویند!

مطالعه جدید نشان می دهد کودکان برای محافظت از خود در برابر آسیب های آنلاین به «غریزه» تکیه می کنند

بسیاری از کودکانی که در گروه مورد بررسی شرکت داشتند، گفتند که برای صحبت با بزرگسالان در مورد خطرات محیط آنلاین مشکل دارند.

این یافته ها حقیقتی ناخوشایند را نشان می دهد که چگونه کودکان هنگام حرکت در دنیای دیجیتال به حال خود رها می شوند و آسیب پذیری آن ها بیشتر می شود.

بسیاری از ۴۸۳ کودک از ۱۵ کشور در تحقیق سازمان غیر دولتی هلندی یوروچیلد گفتند ترجیح می دهند فعالیت های آنلاین خود را برای خودشان نگه دارند و با بزرگسالان در مورد خطراتی که در فضای آنلاین با آن ها روبرو هستند صحبت نکنند.

برخی دیگر گفتند تهدیدهای آنلاین را به والدین و مراقبان خود نمی گویند و فیلتر می کنند. آزار و اذیت سایبری، محتوای خشونت آمیز، تجربیات منفی سلامت روان، سوءاستفاده جنسی آنلاین، آسیب ها و تهدیداتی است که کودکان ترجیح می دهند درباره آنها با بزرگترها صحبت نکنند.

