



دلایل جوییدن ناخن از کودکان تا بزرگسالان

ناراحتی و نگرانی تشدید می شود. او جوییدن ناخن ها را نشانه ای از وجود اضطراب دانست که عامل اصلی آن مثل تمام رفتارهای بیمارگونه، جنبه روانی دارد. رئیس بیمارستان اعصاب و روان استاد محری گفت: احساس ناامنی و بی اعتمادی نسبت به محیط اطراف و خانواده، محیط زندگی محدود و دارای قوانین سخت یا مرتب مورد انتقاد قرار گرفتن، مقایسه دایمی با خواهر و برادرها، احساس تنهایی کردن، نگران و عصبی بودن، مسایل داخل خانواده، اختلالات و دعوی دایمی بین والدین، از علت های اضطراب است. این متخصص اعصاب و روان در زمینه یادگیری این افراد، افزود: وجود فرد یا افرادی که ناخن می جوند باعث می شود تا کودک از او به عنوان یک الگو و مدل تقلید کند؛ از سویی گاهی کمبود مواد معدنی مانند ویتامین A هم باعث عصبی شدن کودک می شود. او در زمینه اقدامات درمانی در این افراد، ادامه داد: در این مورد هم مانند تمام مسایل دیگر کودک، باید ابتدا دلایل آن را بیابیم و سپس با رفع آن دلایل، مشکل کودک برطرف شود؛ متخصصان معتقدند که در سن سه تا چهار سالگی بهتر است پدر و مادر به این عادت توجه زیادی نشان ندهند. رئیس بیمارستان اعصاب و روان استاد محری، توصیه کرد: برای حل مساله از اقداماتی مانند تنبیه، ترساندن و سرزنش کردن که باعث شدت یافتن حس

جوییدن ناخن عادت بسیاری از مردم، از کودکان گرفته تا بزرگسالان است و در صورت درمان نشدن، ممکن است تا بزرگسالی ادامه پیدا کند. به گزارش وب دا در شیراز، یک متخصص اعصاب و روان در بیمارستان استاد محری، گفت: جوییدن ناخن عادت بسیاری از مردم، از کودکان گرفته تا بزرگسالان است و از میان عادت های عصبی، رایج تر است که در صورت درمان نشدن، احتمال ادامه آن تا بزرگسالی وجود دارد. دکتر مجتبی نقشوریان گفت: عادت جوییدن ناخن، پس از سن سه تا چهار سالگی دیده می شود، در مواردی نادر در سن خیلی پایین و نزدیک ۱۵ تا ۲۰ ماهگی هم دیده شده است؛ این اختلال در بین دختران کمتر از پسران است و در هنگام

پیشگیری از خشکی، خارش و اگزما در پاییز

گرفتن بدون استفاده از مواد پاک کننده با آب ولرم و چرب کردن با لوسیون های بدن یا روغن هایی که مخصوص چرب کردن پوست های خشک است می تواند به این افراد کمک کند. صابون ها و مواد پاک کننده ای که حالت اسیدی و قلیایی بالا دارند برای افرادی که دچار اگزما پوستی هستند مفید نیست، و بهتر است از صابون هایی با PH خنثی و معادل



PH پوست استفاده شود. خارش یکی از علائم مهم خشکی پوست است. افرادی که مبتلا به آلرژی و اگزما آتوپیک هستند به دلیل شرایط جوی فصل پاییز بیشتر به این مشکل دچار می شوند. **پیشگیری از تشدید خشکی پوست، خارش و اگزما در پاییز** این متخصص بیماری های پوست و مو برای پیشگیری از تشدید خشکی پوست، خارش و اگزما در پاییز مهمترین نکته را دوری از مواد حساسیت زا دانست و گفت: این افراد سعی کنند کمتر و در مواقع ضروری از خانه خارج شده و اگر دچار آسم و یا تنگی نفس نیستند از دستگاه های بخور مرطوب سرد در محل زندگی استفاده کنند. به دلیل سرد شدن هوا توصیه می شود افراد لباس های کلفت و به ویژه لباس های پشمی بپوشند و برای کاهش اگزما و خارش پوست بهتر است در صورت استفاده، زیر لباس هایی با الیاف نایلون و پلاستیک لباس های نخی پوشیده شود.

تأثیر بی خوابی بر میکروب های روده

نتایج مطالعات نشان می دهد کاهش مدت زمان خواب، موجب تغییر در فراوانی گونه های باکتری روده می شود، که این تغییر در میکروب های روده با سلامت متابولیسمی انسان ارتباط دارند. تغییر در ترکیب و تنوع میکروب های روده با بیماری هایی نظیر چاقی و دیابت نوع ۲ در انسان مرتبط است. این بیماری ها با بی خوابی مزمن نیز ارتباط دارند. محققان دانشگاه اوپسالا سوئد مطالعه خود را بر روی ۹ شرکت کننده سالم مرد با وزن عادی انجام دادند تا دریابند محدود کردن خواب به حدود ۴ ساعت در شب برای دو روز متوالی در مقایسه با مدت زمان خواب عادی

علت مزه و بوی بد دهان چیست؟

افراد باید مزه و بوی بد دهان در هنگام صبح را جدی بگیرند و به دنبال علت آن باشند. نحوه درمان عارضه مزه بد دهان با علت یابی دقیق مشخص می شود. سید محمد صادق غفوری پزشک عمومی و عضو انجمن متخصصین گوش و کید ایران گفت: مزه و بوی بد دهان در بسیاری از مواقع علل متفاوتی دارد که باید ریشه یابی شود.



۱. اولین و اصلی ترین علت بروز بو و مزه بد دهان بیماری های دهان و دندان است که غالباً از عفونت های دهان و لته نشات می گیرد. ۲. عفونت های سینوس صورت یا سینوزیت از دیگر علل ایجاد مزه بد در دهان است. برگشت ترشحات سینوس ها به حفره دهان و بینی هنگام خواب دلیل دیگری برای بروز این عارضه محسوب می شود. ۳. رفلاکس یا برگشت اسید معده باعث ایجاد بو و مزه بد دهان در هنگام صبح می شود که کمتر مورد توجه است.

دندانپزشک و درمان های آنتی بیوتیکی معمولاً برطرف می شود و در صورت رفلاکس و برگشت اسید معده، استفاده از داروهای ضد اسید هنگام شب قبل از خواب و انجام تست های تکمیلی مربوط به معده تحت نظر پزشک موثر خواهد بود. اصلاح روش تغذیه ای افراد تا حدود زیادی می تواند در درمان این عارضه مفید باشد. افراد بهتر است وعده های غذایی خود را به طور منظم مصرف کنند و به جای وعده های غذایی سنگین از میان وعده های متعدد استفاده و همچنین تا ۲۰ الی ۳۰ دقیقه پس از صرف غذا باید از دراز کشیدن خودداری کنند.

درمان نشدن رفلاکس معده در دراز مدت موجب ایجاد زخم های مری و تغییر در ساختار بافت سلول های آن می شود که این مسئله در طولانی مدت ممکن است به سرطان مری منجر شود. **درمان مزه و بوی بد دهان** نحوه درمان عارضه مزه بد دهان با علت یابی دقیق مشخص می شود. عفونت دندان و دهان با مراجعه به

اخبار کازرون

جلسه هم اندیشی سیاسی نیروهای مسلح شهرستان



به میزبانی مرکز عقیدتی سیاسی آموزش ۰۷ ارتش برگزار شد؛ **جلسه هم اندیشی سیاسی نیروهای مسلح شهرستان** در این جلسه که با حضور جمعی از مسئولین عقیدتی سیاسی های نیروهای مسلح شهرستان همراه بود، حجت الاسلام کیانی گفت: علت اصلی تشکیل این جلسه بررسی آسیب ها، تهدیدات و شناسایی نقاط ضعف و قوت فعالیت های فرهنگی- اجتماعی و سیاسی نیروهای مسلح شهرستان است که باید مطابق اهداف سازمانی تعیین شده با رده های بالاتر باشد. وی در ادامه با بیان اینکه افزایش سطح بصیرت کارکنان نقش بسیار مؤثری در واکسیناسیون نیروهای مسلح در برابر خدعه ها و ترفندهای جنگ نرم و دام های پهن شده برای به دام انداختن نیروهای مسلح دارد، بر برگزاری دوره ای این جلسات تأکید کرد.

سرویس خبری/سعید خسروی: به گزارش دریافتی روزنامه طلوع از روابط عمومی مرکز آموزش ۰۷ کازرون، جلسه هم اندیشی سیاسی مسئولین عقیدتی سیاسی و نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در نیروهای مسلح شهرستان کازرون به میزبانی عقیدتی سیاسی مرکز آموزش ۰۷ کازرون در دفتر ریاست عقیدتی سیاسی این مرکز برگزار شد.

حجت الاسلام کیلانی مسئول نهاد نمایندگی ولی فقیه در تیپ تکاور امام سجاد (ع) نیز با بیان اینکه جنگ نرم دشمن در این زمان به رویارویی بین زبان و نژاد فارسی و زبان و نژاد عربی می پردازد، افزود: برخی افراد هم از روی نا آگاهی به این مسائل دامن می زنند، حال آنکه از سوی دین معین شده تقوای اشخاص است. در ادامه دیگر روحانیون حاضر در جلسه نیز به بیان نکاتی درباره ملاک برتری افراد را نه تنها نژاد و رنگ پوست و زبان

بازدید مدیر کل کمیته امداد امام خمینی استان فارس از اداره کمیته امداد خشت و کنار تخته

محمد بذرافشان مدیر کل کمیته امداد امام خمینی استان فارس به منظور دیدار با کارکنان، مددجویان و طرح های خودکفایی از کمیته امداد امام خمینی اداره خشت و کنار تخته سرکشی کرد. به گزارش دریافتی روزنامه طلوع از روابط عمومی کمیته امداد امام خمینی شهرستان کازرون، پرویز شفیعی با اعلام این خبر گفت: این بازدید به منظور ارزیابی عملکرد و فعالیت های کمیته امداد امام خمینی اداره خشت و کنار تخته صورت گرفت. در طی این بازدید از طرح های خوداشتغالی و خودکفایی، بیماران زمین گیر، خانواده ایتم و مسکن در حال ساخت مددجویان در یک فضای صمیمی و چهره به چهره دیدار و از نزدیک مسائل و مشکلات موجود بررسی و دستور پیگیری و رفع مشکلات صادر شد.



برگزاری مراسم یادبود مدافع حرم و فرمانده سابق تیپ تکاور امام سجاد(ع)

به گزارش رسیده از روابط عمومی و تبلیغات تیپ تکاور امام سجاد (ع)، مجلس یادبود فرمانده سابق تیپ تکاور امام سجاد(ع) و مدافع حرم سردار محمد حسینی در مسجد الزهراء شهر کازرون برگزار شد. در این مراسم که با حضور فرماندهان نظامی، انتظامی، بسیجیان و خانواده های معظم شهدا برگزار شد، قاریان قرآن به تلاوت کلام الله مجید و مداحان به مرثیه سرایی و روضه خوانی پرداختند. جمعه بالاده محمد حسینی را از جمله رزمندگان مخلصی خواند که با ضمن ابراز همدردی با خانواده این فرمانده سابق پای صحبت های حجت الاسلام بهرامی امام جمعه بالاده نشستند. وی با بیان احادیث و روایات، همگان را به

حضور تیم کازرون برای اولین بار در مسابقات قهرمانی مینی والیبال کشور

مسابقات مینی والیبال قهرمانی کشور به میزبانی استان مازندران (رامسر) برگزار می شود. به گزارش دریافتی روزنامه طلوع از پایگاه خبری روابط عمومی هیئت والیبال، مسابقات مینی والیبال قهرمانی کشور متولدین ۱۳۸۲ در بخش آقایان ۱۷ آبان ماه ۱۳۹۵ به میزبانی شهرستان رامسر در مجتمع ورزشی شهید چمران این شهرستان برگزار خواهد شد که در این میان از استان فارس ۳۶ تیم به رامسر اعزام می شوند و تیم هیئت والیبال کازرون یکی از ۳ تیم اعزامی به رامسر خواهد بود. سید اسدالله زهرایی رئیس هیئت والیبال شهرستان کازرون در این خصوص خاطر نشان کرد: این موفقیت حاصل تلاش چند ساله اخیر کادر پرتوان هیئت والیبال اداره ورزش و جوانان کازرون و مربیان زحمتکش و دلسوز می باشد، باید توجه کنیم که این نونهالان امروز آینده سازان فردای ایران اسلامی هستند. وی آرزوی سلامتی و سربلندی تمامی والیبالیست ها را از درگاه باری تعالی خواستار شد. قائم عابدی مربی تیم مینی والیبال کازرون در خصوص



اعزام تیم به مسابقات بیان کرد: تیم کازرون پس از کسب سهمیه در استان، تلاش را دوچندان کرد تا بتواند نماینده شایسته ای برای استان به خصوص شهرستان کازرون در کشور باشد. به گفته او به منظور حضور موفق و پرقدردت در مسابقات مینی والیبال کشور، تمرینات و برنامه های آماده سازی تیم در حال برگزاری است. وی افزود: این نونهالان از پتانسیل های بسیار خوبی برخوردارند و کازرون نشان داد که می تواند یک قطب در جذب جوانان و نوجوانان و پرورش استعداد های آنان در سطح استان و کشور و راه یابی به اردوی تیم ملی باشد. امید است با کسب نتایج درخشان در این مسابقات بتوانیم برای جامعه ورزش شهرستان افتخار آفرینی کنیم. اعضای تیم اعزامی به رامسر ایستاده از راست: سیداسدالله زهرایی(رئیس هیئت والیبال)،