روزنامه طلوع

تاریخ ۲۶ فروردین ۱۳۹۶ شنبه

صفحه ٤

شماره ۱۹۳۰

سال بیست و سوم

خبر

استان فارس میزبان ششمین قطار گردشگری عقاب طلایی

به گزارش روابط عمومی میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری فارس، مسافران این قطار، از اتباع آمریکا، اروپا و آسیاست که طی مدت ۱۰ روز سفر خود به ایران، از جاذبه های گردشگری شهرهای شیراز، سعادت شهر، خراسان، کرمان، یزد، اصفهان، شوش، کاشان، اراک و تهران بازدید خواهند کرد.

گفتنی است که این گروه ساعت ۲۱ روز پنج شنبه ۲۴ فروردین ماه، شیراز را به مقصد اصفهان ترک و پس از بازدید از اصفهان، در ادامه از جاذبه های شهرهای شوش، کاشان و اراک دید می کنند و در تاریخ ۲۹ فروردین ماه، از طریق مرز ریلی سرخس از کشور خارج می شوند.

فرمانده انتظامی شهرستان لامرد:

حضور داعش در لامرد شایعه است

فرمانده انتظامی شهرستان لامرد گفت: هیچ سند و شواهدی دال بر حضور افراد وابسته به گروهک تکفیری داعش در این شهرستان وجود ندارد. به گزارش ایسنا منطقه فارس، سرهنگ علی‌رضا نوشاد ظهر پنجشنبه ۲۴ فروردین در جمع خبرنگاران گفت: طی روزهای گذشته شایعاتی در فضای مجازی مبنی بر حضور افرادی وابسته به گروهک داعش در فضای مجازی منتشر شد.

وی گفت: هفته گذشته یک کیف در خیابان ۲۲ بهمن لامرد پیدا شد که احتمال وجود مواد منفجره در آن مطرح شد و پلیس با اعمال محدودیت‌های ترافیکی، کیف را مورد بررسی کارشناسی قرار داد و هیچ اثری از مواد منفجره یا مورد مشکوکی نیافت.

فرمانده انتظامی شهرستان لامرد با بیان اینکه مردم باید بدانند مطالب منتشر شده در فضای مجازی، تأثیری مستقیم بر زندگی افراد دارد، ممانعت از انتشار مطالب فاقد سند معتبر و تنش‌زا را خواستار شد و گفت: متأسفانه برخی از مطالب منتشر شده در فضای مجازی، تشویش اذهان عمومی را نشانه رفته و هدف قرار داده است.

وی با تأکید بر اینکه اخبار مستند را باید از طریق مجاری رسمی و رسانه‌های دارای مجوز و شناخته شده و قابل اعتماد دنبال کرد، گفت: انتشار برخی خبرها جز ایجاد بی‌اعتمادی، ملتهب کردن فضا و تشویش اذهان عمومی، هدفی را دنبال نمی‌کند. نوشاد از تصمیم اتخاذ شده برای نصب دوربین‌های نظارت تصویری در شهر لامرد خبر داد و گفت: تعداد ۱۲ دوربین تا قبل از انتخابات در مراکز و نقاط حساس و معابر مختلف شهر لامرد نصب می‌شود و تاکنون اقدامات اولیه برای این مهم با همکاری شهرداری انجام شده است.

فرماندهی انتظامی شهرستان لامرد وضعیت امنیت این شهرستان را خوب ارزیابی و خاطرنشان کرد: فرهنگ مردم شهرستان و اشتغال جوانان این شهرستان سبب شده تا میزان وقوع جرایم در این منطقه پایین بوده و لامرد همواره از شهرهای بسیار امن فارس باشد. نوشاد یادآور شد: سال گذشته تنها شاهد وقوع ۵۷ فقره سرقت بودیم که ۵۰ فقره از آنها کشف شده است.

اعضای هیئت اجرایی دوازدهمین دوره انتخابات ریاست جمهوری شهرستان شیراز مشخص شدند

به گزارش پایگاه اطلاع رسانی و روابط عمومی فرمانداری شیراز، حیدر عالیشوندی فرماندار شیراز ضمن تسلیت به مناسبت وفات حضرت زینب(س) اظهار داشت: برای حضور حداکثری و مشارکت مردم در انتخابات به عنوان یک فریضه الهی که همانا مورد تأکید مقام معظم رهبری است، همه امکانات لازم را در جهت برگزاری یک انتخابات پر شور و مردمی در کمال آرامش و رعایت حق الناس به کار خواهیم گرفت؛ چرا که این امر مهم، در تعیین سرنوشت یک ملت هوشیار و فهیم نقش اساسی دارد. وی گفت: در اجرای ماده ۳۹ قانون انتخابات ریاست جمهوری و ماده ۱۴ آئین نامه جلسه انتخاب معتمدین اصلی و علی البدل هیئت اجرایی دوازدهمین دوره انتخابات ریاست جمهوری شهرستان شیراز، با دعوت از ۳۰ نفر از معتمدین منتخب و رسیدن به حدنصاب اعضا، پس از رأی گیری به‌صورت مخفی، افراد ذیل انتخاب شدند:

اعضای اداری هیئت اجرایی دوازدهمین دوره انتخابات ریاست جمهوری شهرستان شیراز:

فرماندار و رئیس هیئت اجرایی: دکتر حیدر عالیشوندی.

نماینده دادگستری: محمد فرهادی پور.

نماینده دادستان: بیژن کشاورز.

رئیس ثبت احوال شهرستان شیراز: سید عباس هاشمی.

هیئت نظارت بر انتخابات استان و شیراز: احمد رنجبر.

هیئت نظارت بر انتخابات استان و شیراز: حمید رضا حقیقت.

اعضای اصلی معتمدین هیئت اجرایی دوازدهمین دوره انتخابات ریاست جمهوری شهرستان شیراز:

۱- محمد نمازی.
۲- غلامحسین ظفر آبادی.
۳- محمد حسین گلریز خاتمی.
۴- مهدی قاسمی.
۵- حجت الاسلام محمد مهدی جاوید.
۶- محمد رضا دیهیمی.
۷- محمد جواد سلمان پور.
۸- اسدالله اسماعیل پور.
۹- غلامعلی حق شناس.

و اعضای علی البدل هیئت اجرایی معتمدین هیئت اجرایی دوازدهمین دوره انتخابات ریاست جمهوری شهرستان شیراز عبارت اند از:

۱- بصیر هاشمی.
۲- کورش استوار سنگری.
۳- لطف الله شیبانی.
۴- بهرام دوکوهکی.
۵- امیر رئوف.

انفجار در پمپ گاز احمدآباد شیراز

فرمانده انتظامی شهرستان شیراز گفت: انفجار مخزن سوخت خودرو پژو ۴۰۵ در یکی از جایگاه‌های پمپ گاز این سرهنگ یوسف ملک‌زاده گفت: ساعت ۱۴ و ۲۰ دقیقه بعدازظهر چهارشنبه ۲۳ فروردین، یک انفجار در پمپ گاز یکی کلا نشهر ، ۲ زخمی و یک کشته بر جای گذاشت.

به گزارش ایسنا منطقه فارس به نقل از پایگاه خبری پلیس فارس، از نقاط جنوب شیراز گزارش شد.

وی گفت: مأموران انتظامی بعد از حضور در محل مشاهده کردند که یک دستگاه خودرو پژو ۴۰۵ هنگام سوخت‌گیری، در جایگاه منفجر شده است؛ این انفجار مجروحیت ۲ نفر را به دنبال داشت.

فرمانده انتظامی شهرستان شیراز تصریح کرد: بر اثر اصابت ترکش‌های آهنی حاصل از انفجار این خودرو، سه خودروی دیگر نیز در آتش سوخت و به بخش‌هایی از جایگاه آسیب وارد شد.

ملک‌زاده بیان کرد: تحقیقات بیشتر برای یافتن علت دقیق وقوع حادثه توسط کارشناسان در دست بررسی است.

اگرچه علت وقوع حادثه به شکل رسمی از سوی دستگاه‌های مرتبط اعلام نشده است، اما شنیده‌ها حاکی از غیراستاندارد بودن کپسول گاز خودروی پژو (عامل وقوع انفجار) است. براساس اعلام شاهدان این حادثه، راننده خودروی پژو از صحنه حادثه گریخته است. به گزارش اورژانس فارس، بر اثر این انفجار، سه نفر مصدوم شده بودند که ۲ نفر از آنان به دلیل شدت جراحات وارده روانه بیمارستان سوختگی شده‌اند.

گزارش اعلامی پلیس فارس حاکی از فوت یکی از مصدومان این حادثه انفجار بر اثر شدت جراحات وارده است.

جذب بیش از یک هزار سواد آموز ناحیه چهار شیراز

رئیس آموزش و پرورش ناحیه چهار شیراز گفت: هدف طرح عظیم سوادآموزی، ارتقای دانش و آگاهی و رشد فرهنگ جامعه است.

به گزارش اداره اطلاع رسانی و روابط عمومی آموزش و پرورش فارس، هدایت الله نوروزی در جلسه شورای پشتیبانی سوادآموزی شهرستان شیراز که با حضور معاون سوادآموزی اداره کل، رؤسای نواحی چهارگانه شیراز و جمعی از کارشناسان نواحی چهارگانه شیراز برگزار شد، گفت: طرح عظیم سواد آموزی هدفی بلندتر از خواندن و نوشتن داشته و آن هم، ارتقای دانش و آگاهی و رشد فرهنگ جامعه می باشد. وی هدف اصلی از برگزاری این جلسه را بررسی مشکلات سوادآموزی در سطح شهرستان و بحث و تبادل نظر برای یافتن راهکارهای تقویت شورای سوادآموزی عنوان کرد.

نوروزی ابزار دانایی را آموختن و تلاش عنوان کرد و گفت: حضرت امام (ره) با همین نگاه فرمان تأسیس نهضت سواد آموزی را دادند و مردم ایران نیز عزم ملی و فرهنگی کردند تا شعار پیامبر «ز گهواره تا گور دانش بجوی» را محقق سازند.

رئیس آموزش و پرورش ناحیه چهار شیراز گفت: طرح عظیم سوادآموزی، هدفی بلندتر از خواندن و نوشتن داشته و آن هم، ارتقای دانش و آگاهی و رشد فرهنگ جامعه می باشد.

وی افزود: درک والای امام(ره) این گونه بود که دین بدون علم ملعبه دست سودجویان می شود، چرا که دین بدون دانش، یعنی انحراف و اگر خواهان جامعه ای مقتدر و سالم باشیم، باید تعهد و تخصص را در کنار هم قرار دهیم.

نوروزی گفت: یکی از مقدس‌ترین آرمان های انقلاب، تشکیل نهضت سواد آموزی بود؛ چرا که جهل و نادانی عامل استثمار و عقب ماندگی انسان هاست و در آیین و مذهبی که تعلیم و تعلم عبادت است، محرومیت از خواندن و نوشتن بخشودنی نیست و امیدواریم که بتوانیم در حوزه سواد آموزی شاهد تحول و شکوفایی هرچه بیشتر باشیم.

متخصص گوش و حلق و بینی مطرح کرد

روش‌های پیشگیری از عفونت گوش میانی

واکسن‌های موثر برای پیشگیری از عفونت گوش را بشناسید

یک متخصص گوش و حلق و بینی گفت: عفونت گوش میانی در کودکانی که از نظر ایمنی سالم هستند اغلب گذرا است و عارضه‌ای ندارد.

به گزارش خبرگزاری فارس، پدرام برقعی، متخصص گوش و حلق و بینی در خصوص واکسن‌هایی که برای پیشگیری از عفونت گوش میانی توصیه می‌شود اظهار کرد: اصولاً دو نوع واکسن برای پیشگیری از عفونت‌های گوش میانی تجویز می شود که یک مورد، واکسن پنوموکوک است که در سیستم واکسیناسیون کشوری ما هنوز وارد نشده اما در ایران موجود است. واکسن پنوموکوک در کشورهای دیگر اجباری است که دو دوز به کودک به فاصله چند ماه داده می‌شود و سپس هر ۵ سال یک بار تکرار می‌شود.

وی ادامه داد: استفاده از این نوع واکسن در کشور ما که اجباری نیست و معمولاً برای کسانی که زمینه عفونت گوش میانی دارند یا بیماری در خانواده آن ها شایع است، یا کودکی که مرتباً دچار سرماخوردگی می‌شود، استفاده می شود.

وی اضافه کرد: واکسن روی عفونت ریوی و منژیت‌ها نیز مؤثر هستند. این واکسن به افرادی که قصد سفر به کربلا یا حج را دارند هم توصیه می‌شود.

این متخصص گوش، حلق و بینی در ادامه بیان کرد: دومین واکسن، واکسن هموفیلوس است که در چند سال اخیر وارد واکسیناسیون کشوری ما شده است و به صورت پنتاوالان همراه واکسن سه گانه و هپاتیتB به کودکان داده می‌شود.

وی با بیان اینکه یکی از نشانه‌های عفونت گوش میانی و عفونت گوش خارجی که در هر دو مورد مشترک است، درد گوش است، اظهارداشت: اما عفونت گوش خارجی همراه ترشح و درد بسیار شدید است به طوری که به شخص اجازه دست زدن به لاله گوش را نمی‌دهد؛ اما عفونت گوش میانی و درد گوش به دنبال سرما خوردگی اتفاق می‌افتد.

وی تصریح کرد: این نوع درد، شب ها بیشتر است که با مصرف دارو و با گذشت زمان، معمولاً عفونت بهبود می‌یابد، عفونت گوش میانی در کودکانی که از نظر ایمنی سالمند، اغلب گذراست و عارضه‌ای ندارد.

برقعی در برنامه رادیویی سلامت گفت: در کشورهای پیشرفته دنیا اجازه آنتی‌بیوتیک‌درمانی حتی در مواردی که عامل بیماری باکتری است، داده نمی‌شود. در این کشورها پزشک به فواصل کوتاه، بیمار را معاینه می کند و اگر لازم باشد برای کنترل تب، داروی تب بر تجویز می کند. با معاینه دو روز یک بار کودک توسط پزشک، سیر و روند بیماری کنترل می‌شود.

این متخصص گوش حلق و بینی تصریح کرد: معمولاً ۹۷-۹۸ درصد این عفونت‌ها بهبود می‌یابند. در سیر بیماری ممکن است پرده گوش پاره شده و ترشحات خارج شوند و سوراخ هم طی چند روز بسته شود. این متخصص گوش و حلق و بینی در پایان اظهارداشت: در کشور ما این امکان وجود ندارد، بنابراین در مواقع لزوم، آنتی‌بیوتیک تجویز می‌شود و بعد از دوره درمان با آنتی بیوتیک، پزشک بیمار را معاینه می کند.

از گوجه فرنگی تا هندوانه

مواد غذایی که نباید در یخچال نگهداری شوند

قرار دادن یک سری از مواد غذایی درون یخچال، یکی از اشتباهات خانم‌ها در خانه داری است. بهتر است بدانید که مواد غذایی زیر را نباید درون یخچال قرار دهید.

میوه‌های هسته دار

میوه‌های هسته‌دار مانند کیوی، زردآلو، انبه، آلو، هلو و همچنین گوجه فرنگی، در صورت نگهداری در یخچال کال می‌مانند و مواد غذایی آن ها از بین می‌رود.

گوجه فرنگی

در یخچال مزه گوجه فرنگی خراب می‌شود و سرمای یخچال مانع از رسیدن و خوشمزگی آن می‌شود. گوجه فرنگی را در یک سبد در آشپزخانه نگهداری کنید.

نان

نان در یخچال رطوبت خود را از دست می‌دهد و جویدن آن مشکل می‌شود، پس بهتر است که در خارج از یخچال نگهداری شود.

سیب زمینی

سیب زمینی را باید در جای خنک، خشک و تاریک نگهداری کرد، زیرا در یخچال نشاسته آن خیلی زود به قند تبدیل می‌شود. سیب زمینی را در کیسه پلاستیک نگهداری نکنید، بلکه در یک قوطی مقوایی که به خوبی در جریان هوا باشد بگذارید.

ریحان

ریحان در یخچال بوی خود را از دست می‌دهد و بوی مواد غذایی دیگر را می‌گیرد. بهترین شکل نگهداری آن در آشپزخانه و داخل یک لیوان آب است. برای نگهداری طولانی مدت ریحان توصیه می‌شود که آن را فریز کنید.

کره بادام زمینی

کره بادام زمینی در صورت نگهداری در یخچال و در ظرف در باز رطوبت خود را از دست می‌دهد و سفت می‌شود.

قهوه

قهوه دانه و پودر را نیز نمی‌توانید در یخچال نگهداری کنید. دانه‌های قهوه به جای خنک، تاریک و خشک نیاز دارند اما اگر می‌خواهید برای مدت طولانی قهوه را نگهداری کنید، در یک کیسه بدون هوا بریزید و در فریزر بگذارید. در این صورت برای یک ماه می‌توانید آن را ذخیره کنید.

عسل

عسل در یک ظرف در بسته برای همیشه تازه می‌ماند، به همین دلیل نگهداری آن در یخچال کار بیهوده‌ای است. به علاوه نگهداری آن در یخچال باعث شکرک زدن آن می‌شود که خوردن آن را مشکل می کند.

روغن زیتون

روغن زیتون در یخچال تند می‌شود و بهتر است آن را در جای خنک و تاریک نگهداری کنید.

آووکادو

آووکادو را نیز باید خارج از یخچال نگهداری کنید زیرا هوای سرد مانع از رسیدن آن می‌شود.

هندوانه

هندوانه نبریده را داخل یخچال نگذارید، زیرا در درجه حرارت اتاق آنتی‌اکسیدان‌های آن حفظ می‌شوند. در یخچال ماده بتاکاروتن آن که در بدن به ویتامین A تبدیل می‌شود از بین می‌رود به همین دلیل در یخچال نباید نگهداری کرد مگر آن که بریده شده باشد که در این صورت باید روی آن را بپوشانید.

کدو حلوایی

کدو حلوایی را نیز نه در یخچال بلکه باید در جای خشک و تاریک و در جریان هوا قرار دهید.

موز

موز یکی از مواد غذایی مفید برای بدن است که باید خارج از یخچال نگهداری شود تا به تدریج با درجه حرارت اتاق برسد.

سیر

گذاشتن سیر در یخچال به خرابی و فاسد شدن آن می‌انجامد. در یخچال ظاهر آنها تغییر نمی‌کند اما وقتی می‌برید متوجه می‌شوید که فاسد شده‌اند.

پیاز

این سبزی در صورت نگهداری در یخچال خراب می‌شود و باید آن را در خارج از یخچال و در معرض جریان هوا نگهداری کنید اما اگر پوست آن را می‌گیرید در داخل یک ظرف در یخچال بگذارید.

آیا ژن «جغد شب» دارید!

«شبها مثل جغد بیدارم»؛شاید این جمله را از خیلی‌ها که شبها بر خلاف صبح کاملاً سرحال و پرانرژی هستند شنیده باشید. تحقیقات جدید حالا نشان داده که این مسئله می‌تواند به خاطر یک نوع جهش ژنتیکی باشد!

یک گروه تحقیقاتی در دانشگاه راکفلر نیویورک اخیراً کشف کرده‌اند که یک نوع تغییر در ژن (CRY۱) باعث به تعویق افتادن ساعت بیولوژیکی در بدن می شود.

کسانی که این جهش ژنیتکی معروف به «جغد شب» را دارند، چرخه ساعت «شب زنده داری شان» طولانی تر است که باعث می‌شود تا دیروقت زمانی که همه خوابند بیدار و پرانرژی باشند.

از هر ۷۵ نفر در جهان یک نفر می تواند دارای این جهش ژنیتیکی باشد. اکثر موجودات زنده، از جمله انسان ها با چرخه ۲۴ ساعته طبیعی و ریتم شبانه روزی زندگی می کنند. این ساعت های داخلی تعیین می کند که آیا شما ترجیح می دهید زودتر بیدار شوید یا دیرتر. چیزی که دانشمندان آن را کرنوتایپ می نامند. ساعت بیولوژیک بدن، ساعت شبانه روزی بدن است که به مغز فرمان می دهد که هر شب چه وقت بخوابد و صبح چه وقت از خواب بیدار شود.

در مقایسه با افراد صبح خیز، کسانی که خود را جغد شب می‌دانند، تقریباً دوبرابر بیشتر از بی خوابی رنج می برند و حدود دو سوم احتمال آپنه یا قطع تنفس در هنگام خواب برای آن ها وجود دارد. در مقابل کسانی که خود را افراد صبح‌شناسایی می‌دانند، به احتمال کمتر به خواب بالای ۸ ساعت و پیاده روی خواب نیاز داشته باشند همچنین کمتر عرق می کنند. همچنین تحقیقات نشان داده است که مردم صبح نسبت به جغدهای شب لاغرتر هستند.

ریتم شبانه روزی ما مبنای ژنتیکی روشنی دارد. در شروع این چرخه، سلول ها پروتئین هایی به نام فعال کننده می سازند که در طول یک شبانه روز، مهارکننده های خود را تولید می کنند که به تدریج فعال کننده ها را کاهش می دهد؛ بنابراین دیگر هیچ مهار کننده ای هم تولید نمی شود و در این صورت فعال کننده ها بالاترین میزان قدرت خود را به‌دست می آورند و این چرخه دوباره شروع می شود.

در این تحقیق دانشمندان متوجه یک جهش تک نقطه ای در ژن پروتئین CRY۱ به عنوان یک مهارکننده شدند؛ یعنی تنها یک حرف در این کدگذاری ژنتیکی نابجاست. همین تغییر کافی است که فعالیت مهارکننده از حد بگذرد و با فرونشاندن طولانی‌مدت فعال کننده ها، موجب امتداد چرخه شبانه روزی تا دست کم نیم ساعت شود.

محققان هشدار می دهند؛

سیگار کشیدن والدین عامل ایجاد تغییرات ژنی در کودک

طبق نتایج یک مطالعه جدید، بین سیگارکشیدن والدین و تغییرات ژنتیکی مرتبط با شایع ترین نوع سرطان در دوره کودکی، ارتباط وجود دارد.

به گزارش خبرنگار مهر، در مطالعه قبلی ارتباط بین سیگار کشیدن والدین، به‌خصوص پدران، با «لوسمی لنفوبلاستیک حاد» (ALL) دوره کودکی به اثبات رسیده بود، اما این مطالعه برای اولین بار رابطه بین سیگار کشیدن والدین را با تغییرات ژنی خاص در سلول های تومور سرطان نشان می دهد.

این مطالعه شامل ۵۵۹ بیمار ALL در دوره کودکی در کالیفرنیا بود.

آدام دی اسمیت، سرپرست تیم تحقیق در دانشگاه کالیفرنیا، در این باره می گوید: «نرخ درمان ALL کودکی تا ۹۰ درصد است اما بازماندگان این بیماری با افزایش ریسک ابتلا به سرطان دوم، بیماری قلبی و سایر مشکلات سلامت ناشی از تأثیرات شیمی درمانی مواجه هستند.» به گفته اسمیت، «تحقیق ما متمرکز بر تلاش برای یافتن فاکتورهای پرخطر لوسمی دوره کودکی بود تا بتوان روزی از این بیماری پیشگیری کرد.»