



تاریخ
۲۵
خرداد
۱۳۹۶
پنج‌شنبه

## نابودی بیش از یک هزار لیتر عرقیات غیر قابل مصرف در میمند فیروز آباد

کارشناس مسئول بهداشت محیط شبکه بهداشت شهرستان فیروزآباد اعلام کرد: یک هزار و ۲۰۰ لیتر عرقیات غیر قابل مصرف در بخش میمند از توابع این شهرستان کشف و معدوم شد.

به گزارش روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی شیراز، سلطان‌علی هوشیارافزود: این عرقیات که شامل گلاب، یونجه، نعناع و خارشتر بود پس از نمونه گیری و تأیید آلودگی میکروبی و شیمیایی آنها از سوی کارشناسان بهداشت محیط شهرستان فیروزآباد، جمع آوری و معدوم شد. او گفت: شهروندان می‌توانند در صورت مشاهده هرگونه تخلف بهداشتی در زمینه‌های مختلف، با سامانه ۱۹۰ تماس بگیرند و مراتب تخلف را اعلام کنند.

بخش میمند از توابع شهرستان فیروزآباد در ۱۰۰ کیلومتری جنوب غرب شیراز قرار دارد.

در کارگروه اوقاف و امور خیریه و منابع طبیعی فارس مطرح شد؛

## رفع اختلاف اراضی چهار شهرستان فارس

شهر شدید و محمدی، شوراب و خسروآباد سروستان باتوجه به اختلاف نظر کارشناسان و حریم موقوفات توسط کارگروه شهرستان سروستان مشخص و ظرف یک هفته به کارگروه استان جهت تصمیم‌گیری نهایی ارسال گردد.

جعفریان در ادامه به تصمیم‌گیری نهایی در خصوص اراضی و رفع اختلافات شهرستان فراشبند اشاره کرد و گفت: در این کارگروه شش ققره پلاک های امامزادگان فراشبند، امامزاده شهید، دهرم و نوجین آبنبدو، خور پلاک و نارک پلاک و قنات باغ مقرر شد نقشه‌های مربوط به حریم توافق شده توسط منابع طبیعی استان به شهرستان فراشبند ارسال

گردد. در پایان در این کارگروه مشترک مقرر شد از این پس به منظورسرعت بخشیدن در بررسی رفع اختلافات اراضی شهرستان‌ها حداکثر ظرف یک هفته کارگروه شهرستان

در ادامه این جلسه همچنین اراضی پلاک‌های شهرستان کازرون و فیروزآباد بررسی و مقرر شد. در شهرستان کازرون در خصوص چهار پلاک شهرستان سروستان مقرر شد در خصوص پلاک های امامزادگان

مدیرکل ثبت فارس عنوان کرد؛

## صدور هر جلد سند مالکیت گامی در کاهش معضلات جامعه



فرایندها طی سال های اخیر برای رسیدن صدور هر جلد سند مالکیت، گامی ریشه ای در کاهش معضلات مربوط به امنیت اجتماعی و حفظ و حراست از منافع اشخاص حقیقی و حقوقی است. به گزارش روابط عمومی، مهدی اقبال در جمع معاونین و کارشناسان این اداره‌کل افزود: سازمان ثبت اسناد با قدرت و جدیت هر چه بیشتر در راستای تحقق سند دار نمودن املاک مراجعین گام برداشته و مکانیزه گردیدن

مدیرکل ثبت اسناد و املاک فارس گفت: صدور هر جلد سند مالکیت، گامی ریشه ای در کاهش معضلات مربوط به امنیت اجتماعی و حفظ و حراست از منافع اشخاص حقیقی و حقوقی است. به گزارش روابط عمومی، مهدی اقبال در جمع معاونین و کارشناسان این اداره‌کل افزود: سازمان ثبت اسناد با قدرت و جدیت هر چه بیشتر در راستای تحقق سند دار نمودن املاک مراجعین گام برداشته و مکانیزه گردیدن

## تأثیرات مصرف زنجبیل بر بدن

بخش تر از نوشیدن یک فنجان چای زنجبیل داغ زیر پتوی گرم نیست. زنجبیل را در آب داغ رنده کنید و مقداری آب لیمو و عسل اضافه کنید.

**آنتی هیستامین طبیعی**

زنجبیل برای کسانی که مشکل آلرژی دارند می‌تواند جایگزین برخی از داروهای پزشکی باشد. روزانه چند فنجان چای زنجبیل می‌تواند عطسه‌ها و زکام‌های حساسیتی را درمان کند.

**برای همیشه جوان**

بر اساس آزمایشاتی که روی حیوانات انجام شده است به این نتیجه رسیده‌اند که زنجبیل می‌تواند از زوال عملکرد مغز در اثر بالا رفتن سن جلوگیری کرده و مانع از بیماری آلزایمر می‌شود. از فواید دیگر زنجبیل در این زمینه تقویت مهارت‌های حافظه در زنان مسن است.

**تسکین درد عضلات**

اگر در عضلات احساس درد می‌کنید یا دیشب بد خوابیده‌اید کمی روغن ضروری زنجبیل در وان حمام بریزید. یا این که زنجبیل آسیاب شده را گرم کنید و روی قسمت‌های آسیب دیده بمالید. خوردن چای زنجبیل در آغاز دوره قاعدگی هم دردهای عضلانی و بدن درد را کاهش می‌دهد.

**درمان دیوم**

برای درمان هر نوع تهوع باید از زنجبیل استفاده کرد. زنجبیل شدت و تکرار استفراغ را کاهش می‌دهد و بهترین درمان طبیعی برای حالت تهوع است.

## بیماری تیروئید و روزه‌داری

تیروئید

پرکاری تیروئید یک غده پروانه ای شکل است که در جلوی گردن قرار دارد. این غده هورمون تیروکسین (T۴) و تری یدو تیروئین (T۳) را تولید و به داخل خون ترشح می کند. این هورمون ها تولید انرژی را در بدن برعهده دارند. تیروئید افراد سالم به میزان کافی هورمون می سازد و در اعمال مهم بدن اثر می گذارد. این هورمون ها سوخت و ساز بدن از جمله آنکه چه مقدار کالری مصرف و چه مقدار احساس گرما کنیم را تنظیم می کنند. تیروئید همچنین وزن افراد را تنظیم می کند.

**پرکاری تیروئید**

اگر فعالیت غده تیروئید زیاد شود یا تنظیم کننده های غده تیروئید مانند هیپوفیز، به این غده فشار بیاورند و باعث تولید زیاد هورمون شوند، پرکاری تیروئید بروز می کند.

صفحه
۴
شماره
۱۹۸۰
سال
بیست‌وسوم

## خبر



رییس شورای هماهنگی جبهه اصلاحات فارس تأکید کرد؛

## لزوم تقویت نهادهای مدنی و تشکل‌های سیاسی و اجتماعی در کشور

انتخابات تن دهند. اقلیت باید به برنامه اکثریت احترام گذاشته و در این مدت بتوانند با جامعه هدف ارتباط تنگاتنگ باشند که پیروزی‌های اخیر بخشی از دستاوردهای ارتباط با جامعه مدنی بوده و نباید از این مهم غافل شد. رییس دوره‌ای شورای هماهنگی جبهه اصلاحات فارس در ادامه تأکید کرد که این خواست به منزله این نیست که پشتیبانان فکری و سیاسی و انتخاباتی دکتر روحانی در خارج از گود سمت‌های اجرایی فقط نظارگر باشند، بلکه انتظار جامعه اینست که دکتر روحانی زمینه حضور پشتیبانان فکری و سیاسی و انتخاباتی خود را در سمت‌های اجرایی فراهم نماید و در چنین بستری فعالین سیاسی اصلاح طلب هم تلاش نمایند بین حضور خود در قدرت و ماندن در نهادهای مدنی و احزاب توازن برقرار نمایند تا احزاب سیاسی و نهادهای مدنی همچنان پویا با جامعه مدنی در ارتباط بوده تا بتوانند به رسالت مهم خود به عنوان حلقه واسط جامعه مدنی و قدرت عمل نمایند.

جمیله کریمی در ادامه با اشاره به این که انتخابات و فضای رقابت بعد از اعلام نتایج به ایستگاه آخر رسیده، گفت: باید تلاش شود تا تعامل و گفتگو در حوزه مصالح ملی و محلی جایگزین رقابت‌های انتخاباتی گردد. وی در پایان از فعالین سیاسی مرودشت خواست که آغازگر این تعامل با رقیبای دیروز خود گرد که البته هر دو جریان پیروز برای توسعه و پیشبرد امور رقیب باید به قواعد بازی بعد از شهر باشند.

ظرفیت بالای خردمندی و مدنیت خود را اثبات رساندن، سخنگو ستاد انتخاباتی دکتر روحانی در استان فارس درایت، فراگیری، تعامل مثبت و سعه صدر و تجارب ارزنده معافیان رئیس ستاد انتخاباتی دکتر روحانی در فارس را به عنوان عامل مهمی در ساماندهی نیروهای ستادی و ایجاد فضای با نشاط انتخاباتی خصوصاً انگیزه مشارکت اقشار مختلف مردم در ستادهای دکتر روحانی در فارس مورد تأکید قرار داد و گفت که راهبری ایشان و همراهی مردم و فعالین سیاسی و شخصیت‌های فرهیخته استان و هماهنگی و تعامل مثبت بین تمامی گروه‌ها باعث شد که استان فارس افتخار کسب رتبه برتر کشور در کسب آرای آقای دکتر روحانی در جمع کلان شهرها را به خود اختصاص دهد.

جمیله کریمی در ادامه از احزاب متحرکه تحولات در جامعه نام برد و گفت برای تداوم برنامه‌های اصلاحی و امتداد روند عقلانیت گروه‌ها باعث شد که استان فارس افتخار کسب رتبه برتر کشور در کسب آرای آقای دکتر روحانی در جمع کلان شهرها را به خود اختصاص دهد. جمیله کریمی در ادامه از احزاب متحرکه تحولات در جامعه نام برد و گفت برای تداوم برنامه‌های اصلاحی و امتداد روند عقلانیت گروه‌ها باعث شد که استان فارس افتخار کسب رتبه برتر کشور در کسب آرای آقای دکتر روحانی در جمع کلان شهرها را به خود اختصاص دهد.

آغاز شده در کشور باید نگاهها به تقویت نهادهای مدنی و تشکلات سیاسی و اجتماعی معطوف گردد و ما نباید به عنوان جریان پیروز تصورمان این باشد که همه به سوی سمت‌های اجرایی بروند و احزاب و نهادهای مدنی را خالی بگذاریم. دبیر جمعیت زنان مسلمان نواندیش منطقه فارس با مهم برشمردن تعامل کلان شهر شیراز با کسب رتبه برتر در بین کلان شهرهای کشور

رییس شورای هماهنگی جبهه اصلاحات فارس گفت: در کشور باید نگاهها به تقویت نهادهای مدنی و تشکل‌های سیاسی و اجتماعی معطوف گردد.

جمیله کریمی که در جمع اعضای این شورا و فعالین ستاد دکتر روحانی در شهرستان مرودشت سخن می‌گفت با گرمی داشت یاد شهدای حادثه تروریستی ۱۷ خرداد گفت، تروریست‌های تکفیری باید بدانند که این ملت در همان دهه ۶۰ که نهادهای امنیتی، نظامی و انتظامی کشور هنوز تثبیت نشده بود و از طرف دیگر کشور درگیر جنگ تحمیلی بود ترورهای کور منافقین نتوانست خللی در اراده این ملت بزرگ ایجاد کند تا چه رسد به امروز که ایران در منطقه به عنوان قدرت برتر حضور دارد و ملت هم با حضور چشمگیر خود در انتخابات همبستگی بزرگ ملی خود را به نمایش گذاشته‌اند، بی شک

این حرکت‌های کور تکفیری ها نمی‌تواند در اراده مصمم مردم ایران خللی ایجاد نماید. وی در ادامه، پیروزی قاطع دکتر روحانی در کشور را مروهون رشد آگاهی مردم و توجه آنها به برنامه‌های اقتصاد نظام مند به عنوان حرکتی عاقلانه در حل مشکلات معیشتی مردم و ایمان به شفافیت و پویایی گفتمان اصلاحی به عنوان روشی کارآمد در پاسخگویی به مطالبات مردم دانست و گفت: در این حرکت مردم فارس خصوصاً کلان شهر شیراز با کسب رتبه برتر در بین کلان شهرهای کشور

## نوشیدن گلاب چه فوایدی دارد؟

۳. برای درمان آگزما، التهاب پوستی و آکنه و نیز اسکار، بریدگی‌ها و زخم‌ها می‌توان از گلاب به صورت موضعی استفاده کرد.

۴. گلاب مرطوب کننده، نرم کننده، خنک کننده، هیدراته کننده و بازسازی کننده پوست است.

۵. برای رنگ دهی طبیعی به لب‌ها می‌توان از گلبرگ‌های گل محمدی استفاده کرد.

۶. از گلاب به عنوان تونر در درمان آفتاب سوختگی می‌توان کمک گرفت.

۷. اثرات ضدباکتریال و ضد قارچی گلاب بر روی پوست به اثبات رسیده است.

۸ اثرات تغذیه کننده و مرطوب کننده گلاب باعث افزایش کیفیت موها می‌شود.

**آیا خوردن گلاب عوارض جانبی دارد؟**

گلاب صنعتی که در سوپرمارکت‌ها به فروش می‌رسد، به علت قیمت پایین‌تر و دسترسی آسان‌تر بیشتر خریداری می‌شود. این نوع گلاب به علت دارا بودن مواد افزودنی و نگهدارنده ها ممکن است عوارضی داشته باشد. به عنوان نمونه مشکلات گوارشی در صورت مصرف گلاب صنعتی مشاهده شده است. در نتیجه نوشیدن آن توصیه نمی‌شود. ولی مصرف گلاب طبیعی در مقادیر کم (مثلا ۲-۳ قاشق غذاخوری) مشکلی ایجاد نمی‌کند و فواید متعددی دارد. البته برخی مطالعات مصرف گلاب تا ۲ فنجان در روز را بی خطر عنوان می‌کنند.

**طرز تهیه جوشانده گلاب**

برای تهیه جوشانده گلاب یک مشت از گل‌های محمدی را در آب جوش بریزید و بگذارید ۱۰ دقیقه بجوشد. سپس آن را صاف کنید. و مصرف نمایید. در صورت استفاده از گلبرگ‌های صورتی و قرمز گل محمدی، جوشانده معطرتری خواهید داشت.

**تهیه گلاب در خانه**

گل‌های محمدی را تازه تازه بچینید. گل برگ‌های آن را جدا کرده و سپس بشویید. آن‌ها را در ظرفی بریزید و آن‌قدر آب مقطر در آن بریزید تا در آن غوطه ور شود. این ترکیب را روی حرارت خیلی ملایم بگذارید تا بجوشد. آن‌قدر بجوشد تا حجم آب نصف شود و گل‌ها کاملاً سفید شوند و رنگ خورا را به آب بدهد. یا اینکه بگذارید ترکیب آب مقطر و گل‌های محمدی برای مدت ۲ روز در ظرف شیشه‌ای جلوی نور خورشید خیس خورد. سپس عصاره گلودرد و سایر بیماری‌های دستگاه تنفسی و درون یک بطری تمیز بریزید.



عنوان شربت سرفه و نیز برای درمان رفلاکس اسفاده کرد.

۵. مصرف مداوم گلاب به صورت خوراکی و موضعی اثرات متعددی مانند بهبود هضم معدی، کاهش نفخ، دردهای شکمی و یبوست می‌شود و می‌توان از آن به عنوان ملین استفاده کرد.

۶. گلاب در درمان التهاب‌های پوستی، آلرژی و بهبود زخم‌ها مؤثر است.

۷. گلاب همچنین باعث کاهش قند خون می‌شود.

۸. دم کرده گلاب برای آبرسانی به بدن مفید است، طبع معتدلی دارد و در فصل تابستان باعث خنکی می‌شود.

**اثرات گلاب بر چشم**

گلاب تازه را می‌توانید به عنوان قطره چشمی استفاده کنید. زیرا باعث پیشگیری و درمان لکه‌های تیره در چشم و پف کردگی چشم می‌شود. همچنین برای تمیز کردن و خنک کردن چشم، ترکیبات طبیعی بی نظیری دارد.

**تأثیر گلاب بر پوست**

گل محمدی و گلاب دارای ترکیباتی است که برای محافظت از پوست مناسب می‌باشند. پوست را نرم می‌کند و درخششی سالم و طبیعی را برایتان به ارمغان می‌آورد. ترکیبات آنتی‌اکسیدانی گلاب باعث قوی شدن سلول‌های پوست و القای تولید مثل در سلول‌های بافت پوستی می‌شود. گلاب دارای ویتامین‌های A،C،E،B است. در زیر تأثیرات گلاب بر روی پوست را فهرست وار عنوان می‌کنیم.

۱. به جای بسیاری از پاک‌کننده‌های شیمیایی می‌توانید از گلاب استفاده کنید.
۲. گلاب باعث متعادل کردن PH پوست می‌شود.