



تاریخ	۱۴
آبان	۱۳۹۷
دوشنبه	

به مناسبت یوم‌الله ۱۳ آبان صورت گرفت؛

حضور شهردار شیراز در مراسم راهپیمایی روز مبارزه با استکبار جهانی



همزمان با سراسر کشور مراسم راهپیمایی ۱۳ آبان، روز دانش‌آموز و مبارزه با استکبار جهانی، با حضور شهردار شیراز، جمعی از مدیران و کارکنان مجموعه شهرداری، روحانیون، مسئولان و دیگر اقشار مردم برگزار شد. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از پایگاه اطلاع‌رسانی شهرداری شیراز، در آستانه چهلمین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی مراسم راهپیمایی ۱۳ آبان با حضور شهردار شیراز، جمعی از مدیران و کارکنان مجموعه شهرداری، روحانیون، مسئولان و دیگر اقشار مردم در ورودی بست شهید آیت‌الله دستغیب حرم مطهر شاهچراغ (ع) برگزار شد. در این مراسم منوچهر منگی وزیر اسبق امور خارجه ایران سخنرانی کرد و در انتهای این مراسم قطعنامه راهپیمایی یوم‌الله ۱۳ آبان «روز ملی مبارزه با استکبارستیزی» قرائت شد.

صفحه	۴
شماره	۲۳۷۴
سال	بیست و چهارم

خبر



فرمانده یگان حفاظت راه و شهرسازی فارس خبر داد:

رفع تصرف نزدیک به ۶۳ هزار مترمربع از اراضی ملی در فارس



انجام شده از طرف یگان حفاظت و همکاری معاونت املاک و حقوقی اداره کل راه و شهرسازی فارس و ادارات راه و شهرسازی شهرستان‌های فارس پس از اخذ حکم از محاکم قضایی میزان ۶۲۸۷۸ متر از اراضی ملی در سطح استان رفع تصرف شد. وی متذکر شد: یگان حفاظت اداره کل راه و شهرسازی فارس وظیفه حفظ و حراست از زمین‌های دولتی را بر عهده داشته و با متصرفان غیرقانونی برخورد قاطع خواهد کرد و به‌طور مستمر بر اراضی ملی نظارت و گشت‌زنی دارد.

مهدوی‌نژاد تصریح کرد: یگان حفاظت اداره کل راه و شهرسازی فارس هیچ‌گونه دخل، تصرف، تجاوز و ساخت‌وساز غیرمجاز را به افراد سودجو و فرصت‌طلب را نمی‌دهد.

فرمانده یگان حفاظت راه و شهرسازی فارس از شهروندان درخواست کرد در صورت مشاهده و یا اطلاع از تصرفات غیرقانونی اراضی ملی مراتب را به یگان حفاظت از اراضی اداره کل راه و شهرسازی فارس افزود: در راستای حفظ حقوق بیت‌المال در زمینه املاک و با اقدامات

در چهل و نهمین جلسه کمیسیون اقتصاد و سرمایه‌گذاری شورا؛ فرصت‌های سرمایه‌گذاری در منطقه ۵ شیراز بررسی شد

چهل و نهمین جلسه کمیسیون اقتصاد و سرمایه‌گذاری شورا به ادامه بررسی فرصت‌های سرمایه‌گذاری منطقه ۵ شیراز پرداخت.

بنی زمانی افزود: در این جلسه همچنین ۱۴ فرصت سرمایه‌گذاری منطقه ۵ شهرداری ارائه و در کمیسیون تصویب شد.

وی ادامه داد: سازمان سرمایه‌گذاری باید به بررسی کارشناسی این فرصت‌ها و مذاکره با متقاضیان بپردازد و پس از تهیه بسته سرمایه‌گذاری، هیئت‌مدیره سازمان سرمایه‌گذاری اقدام به تأیید و تصویب بسته‌ها کند.

رئیس کمیسیون اقتصاد و سرمایه‌گذاری شورای اسلامی شهر شیراز همچنین عملکرد شهرداری منطقه ۵ در حوزه شناسایی و اقدامات صورت گرفته بر روی فرصت‌های سرمایه‌گذاری را مثبت ارزیابی کرد.

پنج اشتباه بزرگ بهداشتی را بعد از ۳۰ سالگی مرتکب نشوید



زبیدی از میوه‌ها و سبزیجات، برافزایش متابولیسم بدن تأثیر دارد.

عدم مراجعه به پزشک:

غریبالگری مشکلات سلامتی بعد از سن ۳۰ سالگی ضروری است از جمله فشارخون بالا و کلسترول بالا. در حالی ایدئال زنان باید غریبالگری را از سن ۲۰ سالگی به بعد شروع کنند. برنامه غریبالگری پانل چربی شامل کلسترول تام، آل دی آل، اچ دی آل و تری‌گلیسرید ضروری است. اگر همه چیز نرمال باشد، شما نیازی به تکرار این تست‌ها تا ۵ سال ندارید، در غیر این صورت با مشورت پزشک یک برنامه درمانی شامل رژیم غذایی، ورزش، کاهش وزن و در پاره‌های موارد دارویی ضروری است.

پرهیز از سلامت پوست:

آکنه بزرگسالان یک مشکل بهداشتی مخصوص زنان بالای ۳۰ سال است و از طریق استرس، رژیم غذایی و عوامل هورمونی خود را نشان می‌دهد. بزرگ‌ترین اشتباهات زنان برای درمان آکنه در این سنین، متوسل شدن به مواد شیمیایی طراحی شده برای پوست نوجوانان است. در عوض استفاده از پاک‌کننده‌های ملایم پوست، کرم ریتینوئید و یا لوسیون‌ها می‌تواند مفید باشد. در غیر این صورت باید با متخصص پوست در تماس بود. البته استفاده از کرم‌های ضد آفتاب را نیز نباید فراموش کرد. آسیب‌های خورشید از ۳۰ سالگی به بعد باعث افزایش چین‌چروک‌های پوستی می‌شود. کرم‌های ضد آفتاب با فاکتور محافظت از خورشید حداقل ۳۰ باید برای کاهش اثرات اشعه ماوراءبنفش خورشید به‌طور مداوم استفاده شود.

سیگار کشیدن:

جامعه سرطان آمریکا اعلام کرده که ۱۸ درصد از زنان بین سن ۲۵ تا ۴۴ سال سیگار می‌کشند و این در حالی است که سیگار بر همه جنبه‌های سلامتی تأثیرات منفی دارد. مطالعاتی که نتایج آنها در مجله لانست و در سال ۲۰۱۲ به چاپ رسید، نشان داد که ترک سیگار در زنان قبل از سن ۴۰ سالگی، خطر مرگ‌ومیر ناشی از بیماری‌های مرتبط با دخانیات را تا ۹۰ درصد کاهش می‌دهد؛ بنابراین اگر هنوز سیگار می‌کشید و در سن ۳۰ سالگی هستید، بهترین زمان برای استفاده از برنامه‌های ترک سیگار پیش روی شما است.

سلامت



میله مول در (لیتر) باشد، دیابت نوع دو تشخیص داده می‌شود؛ اما انجام تست قند خون دوم در حالت ناشتا ضروری است تا تشخیص درست داده شود. باید بدانید که بعد از ۴۵ سالگی پزشکان احتمال ابتلا به دیابت را در همه افراد در نظر می‌گیرند، چون ممکن است که یک فرد مبتلا، سال‌ها بدون بروز علائم زندگی کند. در این دوره خاموش بیماری، قند خون بالا بدون علامت و در خفا به بدن آسیب می‌زند و عوارض آن بروز می‌کند؛ بنابراین لازم است ۴۵ سالگی، انجام تست قند خون برای تشخیص دیابت را جدی‌تر بگیرید.

آزمایش چربی خون برای کنترل کلسترول

کلسترول بخشی از چربی‌های ضروری برای عملکرد خوب بدن ما محسوب می‌شود، اما مازاد آن بخصوص بعد از ۴۵ سالگی باعث افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی مانند سکنه قلبی، مغزی و غیره می‌شود. برای اینکه بدانید کلسترول خونتان در چه وضعیتی است، باید همانند تشخیص قند خون، آزمایش خون (به‌صورت ناشتا) بدهید. در این آزمایش میزان LDL(کلسترول بد) تان اندازه‌گیری می‌شود. میزان ایدئال این نوع کلسترول باید زیر ۱.۵ گرم در لیتر باشد. درعین‌حال لازم است که میزان HDL یا کلسترول مفید نیز بالای ۰.۴ گرم در لیتر برای آقایان و ۰.۵ گرم در لیتر برای خانم‌ها باشد.

آزمایش چربی همچنین میزان تری‌گلیسرید را نیز بررسی می‌کند که باید کمتر از ۱.۵ گرم در لیتر باشد.

اگر در جواب آزمایش چربی خون می‌شود. با انجام آزمایش خون می‌توانید به میزان قند خونتان واقف شوید. اگر میزان قند خون زیر ۱.۱۰ گرم در لیتر (۶۶ میلی مول در لیتر) باشد نه پای دیابت در میان است و نه وضعیت پیش دیابت. در این صورت می‌توانید یک تا سه سال بعد آزمایش بررسی قند خون را تکرار کنید.

اگر جواب آزمایش بین ۱.۱۰ گرم در لیتر و ۱.۲۵ گرم در لیتر (۶۸ و ۶۶ میلی مول در لیتر) در نشان دهد مرحله قند خون خفیف یا پیش دیابت تشخیص داده می‌شود. در این صورت لازم است که یک سال بعد نیز آزمایش دهید. اگر میزان قند خون بالاتر و یا برابر ۱.۲۶ گرم در لیتر (۷۰ میلی مول در لیتر) باشد، دیابت نوع دو تشخیص داده می‌شود؛ اما انجام تست قند خون دوم در حالت ناشتا ضروری است تا تشخیص درست داده شود. باید بدانید که بعد از ۴۵ سالگی پزشکان احتمال ابتلا به دیابت را در همه افراد در نظر می‌گیرند، چون ممکن است که یک فرد مبتلا، سال‌ها بدون بروز علائم زندگی کند. در این دوره خاموش بیماری، قند خون بالا بدون علامت و در خفا به بدن آسیب می‌زند و عوارض آن بروز می‌کند؛ بنابراین لازم است ۴۵ سالگی، انجام تست قند خون برای تشخیص دیابت را جدی‌تر بگیرید.

آزمایش غفونت‌های منتقله آمیژی برای سیفلیس

اگر تغییری در زندگی جنسی شما بروز کرده باشد، پزشک درخواست آزمایش برای بررسی غفونت‌های منتقله آمیژی را می‌دهد. افرادی که رفتارهای جنسی پرخطر دارند و از کاندوم استفاده نمی‌کنند، باید منسله را با پزشک در میان بگذارند، چون ممکن است بدون اینکه متوجه باشند دچار بیماری‌های مقاربتی شده باشند. هپاتیت C با انجام آزمایش خون ساده و توسط پزشک عمومی نیز تشخیص داده می‌شود بنابراین لازم است که این مشکلات هر چه زودتر تشخیص داده شوند، چون اکثر غفونت‌های منتقله آمیژی به‌تنهایی درمان نمی‌شوند. بیماری‌هایی که با انجام آزمایش خون تشخیص داده می‌شوند شامل سیفلیس و ایدز هستند. دیگر بیماری‌های این دسته، با آزمایش ادرار یا نمونه‌برداری از ترشحات واژینال قابل تشخیص هستند.

تست هپاتیت C

نتایج بررسی‌های اخیر نشان داده است که انواع بیماری هپاتیت به‌ویژه هپاتیت C بیش از ایدز قربانی می‌گیرد. هپاتیت C با انجام آزمایش خون ساده و توسط پزشک عمومی نیز تشخیص داده می‌شود. در این صورت وجود آنتی‌بادی مقابله‌کننده با ویروس هپاتیت در سرم خون وجود دارد. باین‌حال این آنتی‌بادی‌ها با سرعت در خون ظاهر نمی‌شوند و گاهی تا هشت هفته طول می‌کشد که آنتی‌بادی‌ها در خون دیده شوند؛ بنابراین لازم است که در صورت مشکوک بودن به بیماری، آزمایش تجدید شود. به‌طورکلی توصیه می‌شود که بعد از سن ۴۵ سالگی اهمیت ویژه‌ای به سلامت‌تان بدهید و بدون اینکه بدن را در موقعیت‌های پرخطر قرار دهید، دست به اقدام بزنید.

اجاره منازل مبله بدون مجوز ممنوع است پلمپ ۱۲۷ واحد منزل مبله بدون مجوز در فارس



معاون قضایی و پیشگیری از جرم دادگستری استان فارس هشدار داد: کسانی که بدون اخذ مجوز از مراجع ذی‌صلاح مبادرت به اجاره دادن منازل مبله و تبلیغ در این خصوص می‌کنند، تحت تعقیب قضایی قرار خواهند گرفت. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی دادگستری فارس، احمد رحمانیان بایان اینکه در بعضی از منازل مبله جرائم امنیتی و یا منافی اخلاق و عفت عمومی به وقوع می‌پیوندد اظهار کرد: بر اساس پرونده‌های قضایی تشکیل شده در این خصوص، در برخی از این قبیل منازل اموال مسافرین و مستاجرین به سرقت رفته و یا با نصب دوربین مداربسته مخفی از حریم خصوصی آنها تصویربرداری و سپس مورد سوءاستفاده قرار گرفته شده است.

این مقام قضایی ضمن هشدار به عموم هموطنان نسبت به پرهیز از اجاره این قبیل منازل اعلام کرد: به‌منظور برخورد با منازل مبله غیرمجاز در شش‌ماهه نخست سال جاری برحسب دستور مرجع قضایی ۱۲۷ واحد منزل مبله غیرمجاز پلمپ، ۳۵۰ خط تلفن که مبادرت به تبلیغ و جذب مسافر می‌کردند قطع و ۲۱۱ نفر که بدون اطلاع از ضوابط و مقررات مربوطه در این خصوص فعالیت داشتند توجیه و از آنان تعهد گرفته شد.

برگزاری همایش آسیب‌شناسی افسردگی دانشجویی در دانشگاه پیام نور شیراز



همایش آسیب‌شناسی افسردگی دانشجویی و روش‌های زندگی سالم در سالن شهید مطهری دانشگاه پیام نور شیراز برگزار شد.

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی دانشگاه پیام نور شیراز، به همت کانون همیاران سلامت، همایش آسیب‌شناسی افسردگی دانشجویی و روش‌های زندگی سالم در سالن شهید مطهری دانشگاه پیام نور شیراز برگزار شد. در این همایش رهگذار عضو هیئت‌علمی دانشگاه آزاد به تشریح جنبه‌های مختلف افسردگی در دانشجویان، راه‌های جلوگیری از این افسردگی و همچنین چگونگی داشتن یک زندگی سالم توأم با شادی، امید و انگیزه پرداخت. سلامتی‌خواه دبیر کانون همیاران سلامت دانشگاه پیام نور

دبیر شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر فارس اعلام کرد:

حمایت ستاد مبارزه با مواد مخدر از پایان‌نامه‌های دانشجویی



دبیر شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر استان فارس گفت: ستاد مبارزه با مواد مخدر ریاست جمهوری از پایان‌نامه‌های دانشجویی که در زمینه راهکارهای مبارزه با مواد مخدر و پیشگیری از اعتیاد تهیه شود، حمایت می‌کند.

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر فارس، محمدرضا ابراهیمی بهره‌گیری از تحقیقات، پژوهش‌ها و پایان‌نامه‌های دانشجویی مرتبط با عرصه مبارزه با مواد مخدر را از رسالت‌های اصلی ستاد مبارزه با مواد مخدر برشمرد و افزود: ایجاد پیوند بیشتر از پیش میان دانشگاهیان و دانشجویان با ستاد مبارزه با مواد مخدر و جهت‌دهی به تحقیقات و مطالعات دانشجویان به‌سوی مهم‌ترین مسائل اجتماعی و برای بهره‌گیری از توان علمی و پژوهشی آنها جهت انجام پژوهش‌های کاربردی برای حل بهتر مسائل اجتماعی و نیز گسترش تعاملات با محیط‌های علمی به‌طور جد دنبال می‌شود.

وی اضافه کرد: ۶۸ عنوان اولویت مصوب پایان‌نامه‌های دانشجویی در مقاطع کارشناسی ارشد و دکتری از سوی دفتر تحقیقات و آموزش ستاد مبارزه با مواد مخدر ریاست جمهوری تعیین و ابلاغ شده است.

دبیر شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر فارس اظهار کرد: عناوین پیشنهادی شامل عرصه‌های حقوقی و امور مجلس، درمان و حمایت‌های اجتماعی، فرهنگی و پیشگیری و توسعه مشارکت‌های مردمی و سازمان‌های مردم‌نهاد است.

ابراهیمی بیان کرد: دانشجویان می‌توانند با مراجعه به سایت www.dchq.ir و همچنین تماس با شماره‌های ۰۷۱۳۶۳۳۲۱۱۵ و ۰۷۱۳۶۳۳۲۱۱۶ داخلی شماره یک از موضوعات اعلام شده برای پایان‌نامه‌های خود استفاده کرده و از حمایت مالی ستاد مبارزه با مواد مخدر در این زمینه بهره‌مند شوند.