



تاریخ
۲۱
اسفند
۱۳۹۷
سه‌شنبه

پوست شفاف و جوان با چند توصیه ساده

آسیه گشتاسبی، کارمند شبکه بهداشت

یک متخصص پوست و مو با تأکید بر اینکه مصرف غذاهای نامناسب و غفلت از مصرف میوه، سبزیجات و لبنیات منجر به عدم توانایی پوست در مقابله با عوامل بیرونی می‌شود، گفت: ورزش، تغذیه مناسب و مصرف روزانه آب که باعث شفافیت پوست می‌شود، بسیار حائز اهمیت است.
یک متخصص پوست بایبان اینکه گذر سن، آفتاب و سیگار از عوامل پیری پوست است، گفت: برای خودمراقبتی از پوست باید به دو مسئله مهم سیگار و آفتاب توجه کرد. افراد باید به دلیل تابش اشعه ماوراءبنفش از پوشیدن لباس‌های بدون آستین به‌ویژه در کودکانی که رنگ پوست روشن دارند و در جنوب کشور یا ارتفاعات مانند دماوند که آفتاب شدیدتر است، پرهیز کنند. همچنین افراد سیگاری نیز باید سیگار را ترک کنند، چراکه این عوامل باعث پیری زودرس پوست می‌شوند. این متخصص پوست و مو بیان کرد: میزان معمول مصرف روزانه آب باید

۱۲ لیوان و حدود ۲ تا ۳ لیتر باشد که به‌صورت آب، چای و آب موجود در میوه و غذا جذب بدن می‌شود.
درخصوص مصرف انواع کره‌ها و ماسک‌ها برای پوست بیان کرد: این کره‌ها چندان در جوان‌نگه‌داشتن پوست تأثیری ندارد، چراکه پوست قوام خود را از عوامل بیرونی می‌گیرد، درصورتی‌که این کره‌ها فقط بر لایه‌های بالایی پوست تأثیر دارند؛ اما شکست پوست از قسمت زیرین پوست است.

افراد نباید از پمادهای کورتن‌دار بدون مشاوره پزشک استفاده کنند و همچنین باید از مواد حساسیت‌زا مانند مواد شیمیایی و لوازم‌آرایش اجتناب کنند و در ستین کمتر از ۲۰ سال، مواد رنگی را برای پوست استفاده نکنند، زیرا منجر به شکندگی پوست در سن ۳۰ سالگی و حساسیت که عمده بیماری پوست است، می‌شود.
۷/۱۹۱۴

فواید زایمان طبیعی برای نوزاد

الهام سهراب پور، پروانه رستمی، نوشین درستکار، مریم خسرویان، لیلا توکلیان

تکامل جنین؛ وقتی رشد جنین کامل می‌شود، زایمان طبیعی انجام می‌شود. کاهش مشکلات تنفسی؛ هنگامی‌که کودک از دهانه واژن با فشار عبور می‌کند، مایع آمنیوتیک از ریه نوزاد خارج می‌شود. دریافت باکتری‌های محافظت‌کننده؛ هنگامی‌که نوزاد از مجرای زایمان عبور می‌کند، باکتری‌های محافظت‌کننده را برمی‌دارد. این باکتری‌ها وارد روده نوزاد می‌شوند و سیستم ایمنی را شکل می‌دهند.

عبور از مجرای زایمان، سیستم قلبی-عروقی جنین را تحریک می‌کند و باعث گردش خون بهتر و آماده‌سازی او برای تولد می‌گردد. در طی زایمان طبیعی، نوزاد از امواج هورمونی در کانتکول آمین‌ها استفاده می‌کند. این هورمون‌ها باعث می‌شوند نوزاد هوشیار شود و با مادر خود ارتباط برقرار کند.

هورمون اندورفین در جفت و بندناف موجود است. این هورمون باعث می‌شود نوزاد بتواند خارج از رحم زندگی کند و راحت‌تر زایمان رخ دهد.
منبع: کتاب کیستتر

غربالگری

زهرا اعتمادی، زهرا پورخورشید، سید محمد حسینی

غربالگری نوزادان در سال ۱۹۶۰ و با ابداع تست گاتری آغاز شد. اساس این تست رشد یک باکتری خاص در محیط‌های کشت معمولی در حضور مقادیر بالای فیلل آلانین در نمونه خون نوزاد است. افزایش این ماده در خون نوزاد منجر به ایجاد بیماری فیلل کتونوری (نوعی عقب‌ماندگی ذهنی) می‌شود. تا سال‌ها، فیلل کتونوری، کم‌کاری مادرزادی تیروئید و چند بیماری محدود دیگر، تنها بیماری‌هایی بودند که در برنامه‌های غربالگری گنجانده می‌شدند.

در سایر کشورها نیز از ۵ تا ۳۰ بیماری در غربالگری نوزادان مدنظر قرارگرفته‌اند. مزایای غربالگری گسترده نوزادان این است که از عدم‌تشخیص یا تشخیص دیرنهنگام بیماری‌ها اجتناب شده و از بسیاری از موارد مرگ‌ومیر یا معلولیت شدید ممانعت به عمل می‌آید. بیماری‌هایی که از طریق غربالگری تشخیص داده می‌شوند به‌سادگی و با اصلاح رژیم‌های غذایی قابل‌درمان و کنترل هستند. غربالگری نوزادان در بهبود پیش‌آگهی بسیاری از اختلالات متابولیک مفید و مؤثر شناخته شده است. باین‌وجود هنوز بر سر طیف بیماری‌هایی‌که باید غربالگری شود اختلاف‌نظر وجود دارد (این امر ناشی از عدم وجود آمار کافی در این زمینه است.

برخلاف روش‌های رایج غربالگری، MS/MS یک ماده واحد را اندازه نمی‌گیرد، بلکه مجموعه‌ای از متابولیت‌ها را شناسایی و تعیین مقدار می‌کند. ارزشیابی‌ها روی مقدار کمی خون که از کف پای نوزاد روی یک کاغذ صافی مخصوص گرفته می‌شود توسط سیستم MS/MS انجام شده و می‌تواند ۴۵-۶۰ ماده مختلف و نسبت میان آنها را اندازه‌گیری کرده و اطلاعات کافی جهت تشخیص حدود ۶۰ بیماری متابولیک ارائه دهد. البته تفسیر این اطلاعات بسیار پیچیده و سخت است. پروتکل‌های غربالگری نوزادان باید سریع، مقرون‌به‌صرفه و قابل انجام برای تمام نوزادان در سراسر کشور باشد. بیماری‌هایی‌که در این غربالگری مورد تشخیص قرار می‌گیرند، عبارت‌اند از:

اختلالاتی که بر اساس اندازه‌گیری جرم مولکولی مواد با استفاده از تکنیک MS/MS مشخص می‌شوند.

اختلالاتی که بر اساس خاصیت ایمنی مواد مشخص می‌شوند.

آگهی فقدان سند مالکیت

مریم ترنج یا تسلیم دو برگ استشاده‌یه که در دفترخانه ۳۴۳ شیراز تنظیم شده مدعی است که تعداد ۱ جلد سند مالکیت به شماره چاپی ۷۱۱۲۲۰۹ به ۹۷ مربوط به چهاردانگ اعیان به پلاک ۲۰۷/۱۳۴۱۴ واقع در بخش ۴ شیراز که به علت اسباب کشتی مفقود گردیده و نامبرده تقاضای صدور المثنی سند مالکیت نموده مراتب طبق اصلاحیه تبصره یک ماده ۱۱۰ آیین نامه قانون ثبت آگهی می شود 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 ارایه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارایه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.
۲/۲۲۳۳۴ م الف
۲۹۸۹۱/۱۸۶۶۸

آگهی فقدان سند مالکیت
امید قاسمی یا تسلیم دو برگ استشاده‌یه که در دفترخانه ۱۴۶ شیراز تنظیم شده مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت به شماره چاپی ۹۳۹۳۲۹ سری الف ۹۴ مربوط به ششدانگ یک دستگاه آپارتمان به پلاک ۲۰۸۳/۶۶۴۰ واقع در بخش ۴ شیراز که ذیل ثبت ۵۷۳۸۶۱ در صفحه ۱۷۳ دفتر ۲۰۴۵ املاک به نام امید قاسمی ثبت و سند مالکیت صادر و به علت سهل انگاری مفقود گردیده و برابر سند رهنی شماره ۴۵۴۴-۹۵/۲/۱۳-۹۵ دفتر ۹۵/۲ دفتر ۹۵/۲ شیراز در رهن بانک سینا و سند رهنی شماره ۹۵/۲/۱۳-۹۵ دفتر ۴۰۲ شیراز در رهن بانک مسکن می باشد و برابر دستور شماره ۹۶/۲/۲۰-۹۶/۲۱۳-۹۶/۱۲۰۰۹۹۲۱۳-۹۶/۱۲۰۰ نامه شعبه ۴ اجرای احکام حقوقی شیراز بازداشت است و نامبرده تقاضای صدور المثنی سند مالکیت نموده مراتب طبق اصلاحیه تبصره یک ماده ۱۱۰ آیین نامه قانون ثبت آگهی می شود 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 ارایه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارایه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.
۲/۲۲۳۳۳ م الف
۲۹۸۸۹/۱۸۶۶۷

جانبخش اسفندیاری نیا – رییس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو شیراز

سخن بزرگان

تولد و مرگ اجتناب ناپذیرند، فاصله این دو را زندگی کنیم.

سانتابان

صفحه
۵
شماره
۲۴۷۶
سال
بیست و چهارم

سلامت



آبله‌مرغان

تهیه‌کننده:

گشتاسب اژدری سرپرست مبارزه با بیماری‌های منطقه بهداشت و درمان قائمیه

فضل‌اله پرون کاردان بهداشت محیط مرکز جامع سلامت انارستان

سوسن جمالی بهوزر خانه بهداشت انارستان

روز است. ضایعات پوستی که نشانه اصلی بیماری‌اند، عبارت‌اند از: ماکولوپاپول‌ها، وزیکول‌ها و یا دلمه‌های خشک شده در مراحل مختلف بهبود. این ضایعات طی ساعت‌ها تا روزها از ماکولوپاپول‌ها تا وزیکول تکامل می‌یابند تا سایر مناطق بدن را درگیر سازند. شدت آنها از فردی به فرد دیگر متفاوت است. بچه‌های کوچک‌تر وزیکول‌های کمتری نسبت به افراد مسن دارند.

درمان طبی آبله‌مرغان در یک میزبان طبیعی، جهت جلوگیری از عوارض قابل‌اجتناب این بیماری انجام می‌شود. بهداشت مناسب شامل حمام روزانه مفید است.

با مراقبت دقیق از پوست به‌ویژه با کوتاه کردن ناخن‌ها می‌توان از عفونت‌های ثانویه پیشگیری کرد.

می‌توان خارش را توسط پانسمان‌های موضعی و یا تجویز داروهای ضد خارش کاهش داد. برای کاهش خارش، حمام گرفتن با آب ولرم و پانسمان مرطوب بهتر از محلول‌های خشک‌کننده هستند. ضمناً درمان دارویی با داروهای ضدویروس مانند اسیکلوویریا نظر پزشک انجام می‌شود.

توصیه می‌شود که کودکان مبتلا از زمان ظهور راش‌ها به مدت ۶ روز و تا زمانی که همه ضایعات پوستی دلمه نبسته‌اند به مدرسه، مهدکودک و یا مراکز عمومی فرستاده نشوند.

منابع:

راهنمای بالینی پرستاران (بیماری عفونی در کودکان)، نویسنده تاراواکر، ترجمه دکتر عباس عباس زاده، فریبا برهانی و مژگان فلکی
* بارداری و زایمان ویلیامز، ترجمه دکتر بهرام قاضی جهانی وروشنک قطبی
۷/۱۹۳۴

آگهی مناقصه ۴۴–۹۷

نوبت اول: ۹۷/۱۲/۲۱

نوبت دوم: ۹۷/۱۲/۲۸

شهرداری صدرا در نظر دارد عملیات اجرای دیوار مالون- بلوار جانبازان شهر صدرا از طریق

مناقصه عمومی به بخش خصوصی واگذار نماید.لذا از کلیه شرکت های واجد شرایط دعوت به

عمل می آید در صورت تمایل پس از چاپ آگهی نوبت دوم جهت خرید اسناد تا آخر وقت اداری تاریخ ۹۸/۱/۷ به

آدرس: شهرداری ، بلوار پاسداران ، ساختمان شماره ۱، امور قرارداد ها شهرداری مراجعه نمایند. در صورت نیاز به

اطلاعات بیشتر شماره تلفن ۰۷۱۳۶۴۰۳۴۹۵ آماده پاسخگویی می باشد.

۱- مبلغ برآورد اولیه:۷۵۵/۷۱۲/۵۴۳ ریال.

۲- تعیین اعتبار از محل منابع داخلی می باشد.

۳- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه ۵۳۹/۰۰۰/۰۰۰ ریال می باشد که به صورت ضمانت نامه بانکی با اعتبار حداقل سه ماهه یا فیش واریزی نقدی به حساب جاری ۱۰۰۸۳۰۶۷۰۰۸۸ شعبه صدرا بنام سپرده شهرداری صدرا باشد.

۴- واریز مبلغ ۷۰۰/۰۰۰ ریال به حساب ۱۰۰۸۰۵۸۹۱۴۱۲ نزد بانک شهر جهت خرید اوراق مناقصه

۵- به پیشنهادات مبهم، مشروط، مخدوش و فاقد سپرده و خارج از موعد مقرر ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۶- سپرده نفرات اول ، دوم و سوم در صورتی که حاضر به انعقاد قرارداد نشوند به نفع شهرداری ضبط خواهد شد.

۷- هزینه درج آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد .

۸- شهرداری در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار خواهد بود.

۹- سایر شرایط و جزئیات در اسناد مناقصه مندرج است.

۱۰- آخرین مهلت ارائه پیشنهادات تا ساعت ۱۰ صبح ۹۸/۰۱/۱۹ می باشد.

۱۱- بازگشایی پاکات رأس ساعت ۱۴ مورخ ۹۸/۰۱/۲۰ در ساختمان مرکزی شهرداری انجام می پذیرد.

امور قراردادها- شهرداری صدرا

آگهی تحدید حدود اختصاصی

عملیات تحدید حدود اختصاصی ششدانگ یکدرب باغ واقع در شهر نورآباد مسنی روستای بران علیا قطعه ۹ بخش ۷ فارس تحت پلاک ۲۵۴۱ فرعی از ۳۳۲ اصلی منتهخه از ۳۳۰ الی ۳۳۲ اصلی به مساحت ۵۵۶/۲۱ مترمربع ملکی حاجت گودرزی فرزند مهدقلی که تقاضای انتشار تحدید حدود اختصاصی را نموده وقت تحدید حدود در روز سه شنبه مورخه ۱۳۹۸/۱/۲۰ تعیین و عملیات تحدید حدود از ساعت ۸ صبح همان روز در محل وقوع ملک به عمل خواهد آمد. اینک به وسیله این آگهی از منقاضی و کلیه صاحبان املاک مجاور طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می شود که در وقت مقرر در محل حضور بهم رسانند و اخواهی نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی طبق ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورجلسه تحدید حدود به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد. ضمناً مترض ملک می توانند طبق تبصره ۲ ماده واحده قانون تعیین پرونده های اعتراضی ثبت طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت محل دادخواست خود را به مراجع قضایی محل وقوع ملک تقدیم و رسید آن اخذ و تحویل اداره ثبت نماید والا حق او ساقط خواهد شد.
۷/۱۸۸۹ م الف
۹۷/۱۲/۲۱

سیدمصطفی حسینی – رییس اداره ثبت اسناد و املاک نورآباد

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۳۹۷۰۳۱۱۰۳۵۰۰۵۶۲۸ مورخه ۱۳۹۷/۱۰/۲۸ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز – ناحیه ۳ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای بهرام شمس فرزند لطیف به شماره شناسنامه ۱۱۴۸۲ صادره از شیراز کد ملی ۴۲۱۱۲۲-۲۲۹۲۰ نسبت به ششدانگ راه پله به مساحت ۴/۰۵ مترمربع به پلاک ۸/۳۹۲۰۴ مفروز و مجزی شده از پلاک ۱۱/۱۳ واقع در شیراز گویم بهارستان روبروی رستوران سروناز جنب نان/ سنگگی کدپستی ۷۱۹۴۱۱۳۱۱۱ خریداری از مالک رسمی آقای مصطفی باقری محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
۲/۲۱۳۷۰ م الف

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۱۲/۰۵ ۲۹۶۷۶/۱۸۲۴۸

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۱۲/۲۱

شاپور زارع شبیانی- رییس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه سه شیراز