



تاریخ	۱۷
مرداد	
۱۳۹۸	
پنجشنبه	

سخن بزرگان

جامعه‌ای فرزنگه و سعادت می‌یابد که خواندن، کار روزانه‌اش است.

سقراط

صفحه	۵
شماره	۲۵۸۲
سال	بیست‌ونهم

سلامت



عروق قلبی دارند، گفت: ما نباید بی‌خیال این افزایش فشار باشیم؛ درحالی‌که وظیفه ما این است که نگذاریم فشارخون بالا برود.

این متخصص قلب و عروق در پاسخ به این پرسش که «آیا فشارخون علامتی دارد؟»، ابراز داشت: خیر؛ چراکه فشارخون برخلاف تصور مردم علامتی ندارد و وقتی این موضوع روی می‌دهد روی کلیه، بینایی، قلب و عروق و مغز تأثیر می‌گذارد و علامت‌دار می‌شود. اسکندری افزود: فشارخون یک یافته کمی است و باید حتماً میزان آن اندازه‌گیری شود؛ اینکه فکر کنیم فشارخون ما بالاست؛ به دلیل اینکه مثلاً سردرد داریم، اساساً پایه علمی ندارد و باید میزان آن اندازه‌گیری شود.

بیماری خطرناکی که علامتی ندارد!

این متخصص قلب و عروق اظهار داشت: چون ما زمان بالا رفتن فشارخون را نمی‌دانیم؛ در نتیجه بیماری‌ها که دچار فشارخون هستند باید مرتب دارو مصرف کنند. اسکندری یادآور شد: این نوسان ممکن است شروع فشارخون باشد و گاهی بالا برود یا به دنبال بروز استرس در فرد این حالت وجود داشته باشد و بعد از پایان استرس چه‌بسا فشارخون طبیعی باشد. وی باین بیان اینکه این بیماران ریسک بالاتری از حوادث

متخصص قلب و عروق باین بیان اینکه فشارخون علامتی ندارد، گفت: با توجه به اینکه زمان بالا رفتن فشارخون را نمی‌دانیم؛ بیماری‌ها که دچار این بیماری هستند باید به‌طور مرتب دارو مصرف کنند.

به گزارش جام جم آنلاین، رامین اسکندری در گفتگو با فارس درباره «پرفشاری و نوسان فشارخون و نقش آن در ایجاد بیماری‌های قلبی»، اظهار داشت: فردی که دچار پرفشاری خون است، در معرض بیماری‌های قلبی است و این پرفشاری می‌تواند در قلب یا مغز باشد. وی ادامه داد: تأثیر بالا بودن فشارخون در عروق مغزی بیشتر است. در زمان‌های ابتدایی که فشارخون شروع می‌شود، نوسان دارد و گاهی میزان فشارخون نرمال و برخی اوقات بالا می‌رود.

گلی که سرطان را تارومار می‌کند!

قرار می‌دهد که بافت‌های لنفوی را می‌سازند و رونوی می‌دارد.

این ترکیب با بالا بردن سطح گونه‌های واکنشی اکسیژن (ROS)، مولکول‌های ناپایداری را که می‌توانند برای سلول‌ها سمی باشند، ناپایدار می‌کنند.

گونه‌های واکنشی اکسیژن همچنین به‌عنوان عوامل بالقوه ضد باکتریایی موردبررسی هستند و از آنجا که در حال حاضر مقادیر آن‌ها در بافت سرطانی نسبت به سلول‌های سالم بیشتر است، این ترکیب بر آن فشار می‌آورد.

«جان فوسی» یکی از محققان این مطالعه می‌گوید: این تحقیق تنها به این دلیل مهم است که ما روشی برای تولید «پارتنولید» یافته‌ایم که می‌تواند آن را برای محققان قابل‌دسترس‌تر کند، بلکه به این دلیل که ما توانسته‌ایم خواص دارویی آن را برای از بین بردن سلول‌های سرطانی بهبود بخشیم. اکنون به‌وضوح روشن است که پارتنولید توانایی راهیابی از گل بابونه گاو به آزمایشگاه را دارد. مراحل بعدی آزمایش این ترکیب در حیوانات زنده و در نهایت روی انسان خواهد بود.



بابونه گاو با نام علمی «Tanacetum parthenium» یک گونه از سرده مینا و از گیاهان دارویی است که در درمان میگرن و بعضی بیماری‌های التهابی استفاده قرار می‌گیرد. این گل فوق‌العاده تب‌بر است و برای رفع سردرد خوب است.

بابونه گاو در نواحی مرتفع ایران از جمله در بلندی‌های بالای ۲۵۰۰ متر در استان کهگیلویه و بویراحمد و در روستای لینگ سوادکوه با ارتفاع ۲۰۰۰ متر در استان مازندران می‌روید.

عصاره به‌دست‌آمده از این گیاه دارویی، از سرشاخه‌های گل‌دار آن به دست می‌آید. ماده مؤثر موجود در این عصاره «پارتنولید» است که تأثیرات ضدالتهابی، ضد اسپاسمی و ضد میگرنی دارد و اکنون نیز خاصیت ضد سرطانی آن کشف شده است.

صدها سال است که از گل بابونه به‌عنوان داروی سنتی برای درمان میگرن و دردهای دیگر مورد استفاده قرار می‌گیرد، هرچند که سودمند بودن آن در این رابطه محل پرسش است.

به گزارش جام جم آنلاین از ایسنا، دانشمندان دانشگاه بیرمنگام به‌تازگی کشف کرده‌اند که گل بابونه گاو دارای یک ترکیب ضد سرطان است.

گل بابونه گاو یا مخلصه (Feverfew) یک گل رایج با فراوانی بالا است که به‌راحتی در همه‌جا از یک باغچه خانگی گرفته تا گلخانه‌های فروشگاه‌ها دیده می‌شود.

صدها سال است که از این گل به‌عنوان داروی سنتی برای درمان میگرن و دردهای دیگر مورد استفاده قرار می‌گیرد، هرچند که سودمند بودن آن در این رابطه محل پرسش است.

اما اکنون محققان دانشگاه بیرمنگام یک ترکیب از برگ‌های این گیاه را مهندسی کرده‌اند که ممکن است یک قاتل بالقوه و نیرومند سرطان باشد.

ترکیب موردنظر «پارتنولید» (parthenolide) نام دارد و سال‌هاست که این نوع تحقیقات در مورد آن در حال انجام است.

دانشمندان دانشگاه بیرمنگام به دنبال اثبات ضد سرطان بودن این ماده بودند و موفق هم شدند، اما در نهایت دریافتند که تهیه مقادیر مفید از این ترکیب سخت و گران بود.

بابونه گاو و گیاهان مرتبط با آن دارای پارتنولید زیادی هستند، بنابراین تیم تحقیقاتی دانشگاه بیرمنگام به دنبال یافتن بهترین کاندیدای استخراج این ترکیب افتاد و پس از چند آزمایش دریافت که بهترین میزان این ترکیب خود بابونه گاو است که دارای بالاترین سطح از این ماده است.

سپس محققان موفق به استخراج این ترکیب از این گل، تصفیه آن و تبدیل آن به مشتقات جدیدی شدند که کاندیداهای خوبی برای داروهای ضد سرطان هستند.

از میان ۷۶ نسخه‌ای که استخراج شد، سرانجام این گروه یکی از مواردی را ارائه داد که سازگاری زیستی خوبی دارد، به این معنی که می‌تواند با سلول‌های زنده واکنش نشان دهد و از نظر دارویی از بسیاری از خصوصیات بهتری برخوردار باشد.

این ترکیب برای مقابله با نوعی سرطان به نام لوسمی مزمن لنفوی (CLL) به کار گرفته شد و در آزمایشاتی که بر روی سلول‌های سرطانی کشت شده، به نظر مؤثر می‌رسد. لوسمی مزمن لنفوی یکی از انواع سرطان خون است. این نوع لوسمی، سلول‌های لنفوی یا لنفوسیت‌ها را تحت تأثیر

اتفاقی که هنگام نوشیدن آب کرفس در بدن شما اتفاق می‌افتد!



بینایی وابسته به سن مانند آب‌مروارید کمک می‌کند. خطر سرطان را کاهش می‌دهد

کرفس حاوی لوتئولین است و محققان دریافتند که این عنصر سلول‌های سرطانی را تضعیف کرده و آنها را به درمان حساس‌تر می‌کند. کرفس برای مدت طولانی در طب چینی به‌عنوان یک عامل ضد سرطانی مورد استفاده قرار می‌گرفت.

غذای اسیدی را خنثی می‌کند کرفس از نظر عناصر آهن، منیزیم و سدیم حاوی عناصر قلبی بسیار خوبی است. به‌عبارت‌دیگر، می‌تواند غذاهای اسیدی را خنثی کند و از این طریق به ما کمک می‌کند تعادل pH سالم در بدن ما حفظ شود.

مصرف زیاد غذای اسیدی می‌تواند باعث بروز انواع مشکلات سلامتی مانند زوال استخوان، سنگ کلیه و مشکلات کبدی و قلبی شود و از آنجا که بسیاری از مواد غذایی که هر روز می‌خوریم اسیدی است، اضافه کردن آب کرفس به رژیم غذایی شما می‌تواند برخی از این موارد را از ساختن آن متوقف کند.

تعادل مایعات را تنظیم می‌کند کرفس از نظر پتاسیم بسیار سرشار است و این ماده معدنی در بسیاری از فرآیندهای بدن ما نقش بسزایی

کرفس دارای فیبر زیادی است و باعث می‌شود احساس سیری کنیم. به همین دلیل است که ما نمی‌توانیم مقدار زیادی از آن بخوریم. هنگامی که آب کرفس را می‌گیریم، فیبر آن از بین می‌رود و به همین دلیل می‌توانیم یک لیوان از آن را مصرف کنیم. با توجه به اینکه کرفس کاملاً مملو از ویتامین‌ها، مواد معدنی و سایر مواد خوب است، این آب‌میوه فقط یک نوشیدنی نیست بلکه به نوشیدنی عالی برای رژیم غذایی است.

قند و کالری آب کرفس بسیار کم است برخلاف سایر آب‌میوه و سبزیجات، قند و کالری یک لیوان آب کرفس نسبت به آب هویج کمتر است. لطفاً در نظر داشته باشید که فیبر برای بدن ما بسیار مهم است و هرگز از آب کرفس به‌جای وعده غذایی استفاده نشود.

از مشکلات بینایی جلوگیری می‌کند کرفس از نظر ویتامین A بسیار سرشار است و این ویتامین نقش اساسی در بینایی دارد. از سطح چشم در برابر باکتری‌ها و ویروس‌ها محافظت می‌کند. ویتامین A همچنین به جلوگیری از بروز مشکلات

بانوان



معجزه دامن را از یاد نبرید شاید فکر کنید که دامن را تنها در خانه می‌توان به تن کرد، اما این مدل لباس گزینیه خوبی برای زیرمانتو شما هم می‌تواند باشد. البته به جنس و قد دامناتان هم دقت کنید. قد دامناتان باید تا روی مچ پا و جنس آن باید نازک و خنک باشد. البته این استایل رسمی نبوده و برای موقعیت‌های کژوال و گشت‌وگذارهای روزانه مناسب است.

خوبی این مدل شلوار آن است که می‌توانید آن را هم با مانتوهای کوتاه و هم با مانتوهای بلند ست کنید. علاوه بر آن، پوشیدن لباس‌های تنگ و پلاستیکی در فصل تابستان فرد را در معرض انواع بیماری‌های میکروبی و قارچی قرار می‌دهد، به‌خصوص کودکان و افراد مسن را که پوست حساسی دارند. لباس‌های رنگ روشن بپوشید از آنجا که شما چندلایه لباس، از تی‌شرت گرفته تا مانتو و شلوار، روی هم می‌پوشید، بهتر است که تمام آنها را به رنگ‌های روشن انتخاب کنید. رنگ‌های روشن نور خورشید را منعکس می‌کنند، از این‌رو شما گرما را کمتر احساس خواهید کرد. رنگ‌ها سفید، شیرس، کرم، بژ و نخودس در تابستان به خنک ماندن بدن کمک کرده و بهترین انتخاب برای شما خواهند بود.

خانم‌ها در تابستان چگونه لباس بپوشند؟

روی کفشتان را می‌پوشانند، استفاده کنید. این استایل، یکی از محبوب‌ترین ترندهای تابستان امسال است. سعی کنید که مانتو و پیراهنی که زیر آن به تن می‌کنید، با هم هماهنگی داشته باشد. البته جامپ سوئیت هم از دیگر گزینه‌هایی است که می‌توانید آن را جایگزین پیراهن کنید. شلوارهای گشاد به تن کنید هرچقدر هم که شلوار پایتان نازک و نخی باشد، باز در صورت تنگ بودن، شما را در گرما کلافه خواهد کرد. از این‌رو بهتر است که برای تابستان به سراغ شلوارهای گشاد بروید.

دقت کنید، انتخاب مانتویی مناسب است؛ اما یک مانتوی تابستانی چه ویژگی‌های باید داشته باشد؟ مانتویی برای این فصل مناسب است که سبک، گشاد و در رنگ‌های روشن باشد. به‌عنوان مثال پانچو مدلی است که در تابستان روانه بازار می‌شود. این مانتو در قسمت زیر بغل گشاد بوده، از این‌رو از تعریق شما و احساس گرما جلوگیری می‌کند. از پیراهن برای زیرمانتو استفاده کنید از آنجا که پوشیدن شلوارهای تنگ به همراه بلوز در زیرمانتو سخت است، شما می‌توانید به‌جای شلوار، از پیراهن‌های بلندی که تا

اگر شما هم می‌خواهید روزهای گرم تابستان را ساده‌تر پشت سر بگذارید و تا حد ممکن از گرما و عرق کردن به دور باشید، به نکاتی که در ادامه در مورد لباس پوشیدن در تابستان برای تان آورده‌ایم، توجه کنید. برترین‌ها: با فرارسیدن تابستان، روزها گرم‌تر و طولانی‌تر می‌شوند که خود چالش برای لباس پوشیدن است. این چالش بیشتر برای خانم‌هایی است که در طول روز بیرون از خانه به سر می‌برند، از این‌رو باید به سبک لباس پوشیدن خود تغییراتی دهند. اگر شما هم می‌خواهید روزهای گرم تابستان را ساده‌تر پشت سر بگذارید و تا حد ممکن از گرما و عرق کردن به دور باشید، به نکاتی که در ادامه در مورد لباس پوشیدن در تابستان برایتان آورده‌ایم، توجه کنید. پارچه‌های نخی، پنبه‌ای، لینن، گاباردین و

نوبت اول مورخ: ۹۸/۰۵/۱۷
سازمان ساماندهی مشاغل شهری و فرآورده‌های کشاورزی شهرداری شیراز در نظر دارد بهره‌برداران از تعدادی غرف عرضه مستقیم انگور، انار و گردو واقع در بلوار شهید رجایی روبروی ایستگاه آتش نشانی به شرح ذیل را از طریق حراج حضوری واگذار نماید. لذا از اشخاص حقیقی و حقوقی واجد شرایط دعوت بعمل می‌آید جهت اخذ اسناد مزایده و کسب اطلاعات بیشتر از مورخ ۹۸/۰۵/۱۷ تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۹۸/۰۵/۲۳ به واحد مناقصه و مزایده سازمان ساماندهی مشاغل شهری و فرآورده‌های کشاورزی شهرداری شیراز واقع در میدان ولی عصر (عج)، ابتدای بلوار مدرس، کوچه ۶۳ فرعی ۶۳/۱، سازمان ساماندهی مشاغل شهری و فرآورده‌های کشاورزی مراجعه و در صورت نیاز با شماره تلفن ۰۷۱-۳۷۲۵۰۷۳۷-۲۲۹-۲۲۷ واحد مالی (مزایده و مناقصه) تماس حاصل فرمایید و یا به سایت سازمان به آدرس http://organizing.shiraz.ir مراجعه نمایید. * مدت اجاره غرفه: به مدت ۳ ماه می‌باشد. * شرکت کنندگان می‌بایست سبدها شرکت در حراج حضوری به شرح ذیل را به صورت ضمانت نامه معتبر بانکی (با اعتبار سه ماهه) یا فیش واریزی به حساب ۷۰۸۵۴۹۲۸۷ بانک شهر (نامی شعب) بنام سازمان ساماندهی مشاغل شهری و فرآورده‌های کشاورزی شهرداری شیراز واریز نمایند. * هزینه درج دو نوبت آگهی به عهده برنده حراج حضوری می‌باشد. * سازمان در رد یک یا تمام پیشنهادها مختار است در این صورت سبدها مسترد خواهد شد. * برنده حراج می‌بایست در زمان تعیین برنده نسبت به پرداخت ۵۰٪ مبلغ کل اجاره سه ماهه برابر پیشنهاد ارائه شده اقدام و ۵۰٪ باقی مانده را طی یک فقره چک به سر رسید ۴۵ روز بعد پرداخت نماید. * شرکت کنندگان می‌بایستی اصل فیش واریزی نقدی (مهلت واریز سبدها شرکت در مزایده حداکثر تا پایان وقت اداری روز قبل از تشکیل جلسه کمیسیون می‌باشد) و اصل کارت ملی یا شناسنامه را جهت شرکت در حراج حضوری به همراه داشته باشند. * زمان برگزاری جلسه جهت حراج حضوری روز پنجشنبه مورخ ۹۸/۰۵/۲۴ راس ساعت ۱۰:۳۰ به آدرس: میدان ولی عصر ابتدای بلوار مدرس کوچه ۶۳ فرعی ۶۳/۱ ساختمان سازمان خواهد بود.

روزنامه طلوع آگهی و مشترک می‌پذیرد ۴۲۲۲۹۲۴۶ - ۳۲۳۴۴۷۷۲

آقای بهمن قنبری به شماره ملی ۳۲۷۰۴۴۴۹۵ به شرح دادخواست به کلاس ۹۸۰۴۶۶ ش ۴ از این دادگاه درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان فرهاد قنبری به شماره ملی ۳۲۷۰۴۴۳۳۰ در تاریخ ۱۳۹۱/۱۱/۹ در اقامتگاه دایمی خود بدورد زندگی گفته ورته حین الفت وی عبارتند از: ۱- پیکر چراغی فرزند خانی ش ملی ۲۲۹۹۵۵۲۱۲۱ - ۱۳۱۳ صادره از حوزه شیراز زوجه متوفی ۲- اسمعیل قنبری فرزند فرهاد ش ملی ۳۲۷۰۳۲۶۷۶۱ - ۱۳۴۴ صادره از حوزه کازرون پسر متوفی ۳- کاظم قنبری فرزند فرهاد ش ملی ۲۳۷۰۴۴۴۵۰۹ - ۲۳۷۰ صادره از حوزه کازرون پسر متوفی ۴- علی قنبری فرزند فرهاد ش ملی ۳۲۷۱۷۶۴۷۷۹ - ۱۳۳۱ صادره از حوزه کازرون پسر متوفی ۵- قاسم قنبری فرزند فرهاد ش ملی ۳۲۷۰۳۲۶۷۴۳ - ۱۳۴۳ صادره از حوزه کازرون پسر متوفی ۶- رمضان قنبری فرزند فرهاد ش ملی ۳۲۷۱۸۱۰۷۸۹ - ۱۳۳۷ صادره از حوزه کازرون پسر متوفی ۷- کریم قنبری فرزند فرهاد ش ملی ۳۲۷۱۸۱۰۷۷۰ - ۱۳۳۵ صادره از حوزه کازرون پسر متوفی ۸- بهمن قنبری فرزند فرهاد ش ملی ۳۲۷۰۴۴۴۴۹۵ - ۱۳۵۳ صادره از حوزه کازرون پسر متوفی ۹- زری قنبری فرزند فرهاد ش ملی ۳۲۷۱۸۱۰۴۵ - ۱۳۳۳ صادره از حوزه کازرون دختر متوفی ۱۰- مهری قنبری فرزند فرهاد ش ملی ۳۲۷۱۷۵۵۸۰۱ - ۱۳۳۰ صادره از حوزه کازرون دختر متوفی ۱۱- قمر قنبری فرزند فرهاد ش ملی ۳۲۷۰۳۲۶۷۵۱ - ۱۳۴۱ صادره از حوزه کازرون دختر متوفی اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می‌نماید تا هرکسی اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او می‌باشد از تاریخ نشر آگهی به مدت یک ماه به این شورا مراجعه و تقدیم نماید والا گواهی صادر خواهد شد. ۸/۵۰۸ م/۳۴۵ الف

آگهی حراج حضوری ۹۸-۳۹۵

نوبت دوم مورخ: ۹۸/۰۵/۱۹ شیراز نوین

ردیف	نوع فعالیت	تعداد هر دهنه غرفه	مترتاز هر دهنه غرفه (مترمربع)	سپرده شرکت در مزایده (ریال)
۱	غرفه عرضه مستقیم انگور، انار و گردو (غرفه شماره ۱ الی ۶ واقع در بلوار شهید رجایی روبروی ایستگاه آتش نشانی)	۶	۱۲	۱۰/۰۰۰/۰۰۰

اداره کل ارتباطات و امور بین الملل شهرداری شیراز

شماره آگهی: ۵۶۰۷۳۶ ۳۱۲۷۶

۹۸۳/م الف