

برگزاری مسابقات آزاد قهرمانی پینگ پونگ در لامرد



به گزارش روابط عمومی اداره ورزش و جوانان لامرد، مسابقات آزاد قهرمانی پینگ پونگ در دو رده سنی بزرگسال و زیر ۱۶ سال با حضور پرشور علاقه مندان به این رشته ورزشی پنجشنبه ۹ دی ماه در سالن پینگ پونگ لامرد برگزار شد.

در این دوره از مسابقات ۱۳ بازیکن بزرگسال و ۱۲ بازیکن در رده سنی زیر ۱۶ سال نفر از شهرهای لامرد، مهر، گله دار و غلامرودشت حضور داشتند. در رده سنی زیر ۱۶ سال امین خسروی از لامرد، علی جعفری از لامرد، امیرحسین احمدی از گله دار و امیر حسین حسینی از لامرد به ترتیب مقام های اول تا چهارم را کسب کردند.

همچنین در رده سنی بزرگسال هادی دلگشا از لامرد مقام اول را کسب کرد و عباس غلامی از گله دار، اسماعیل راستی از غلامرودشت و علی غلامزاده از لامرد مقام های دوم تا چهارم را از آن خود کردند. محمود درخشسان رئیس هیئت پینگ پونگ لامرد سرداور و مهدی قنبری مسول کمیته مسابقات هیئت پینگ پونگ لامرد کمک داوری این دوره از مسابقات را بر عهده داشتند. در پایان نیز ۵۰ درصد حق شرکت به نفرات اول تا سوم اهدا گردید و نفر چهارم نیز از پرداخت حق شرکت معاف شد.

برگزاری دومین هفته لیگ فوتبال لامرد

به گزارش روابط عمومی اداره ورزش و جوانان لامرد، دومین بازی های هفته لیگ فوتبال لامرد در حالی برگزار شد که دو بازی به دلیل بارندگی در روز جمعه لغو شد و با سه روز تاخیر در روز سه شنبه ۸ دی ماه برگزار شد. در اولین روز این بازی ها تیم استقلال و آرش به مصاف هم رفتند که این بازی با داوری جابر جعفری با نتیجه مساوی ۱-۱ به پایان یافت. در بازی دوم تیم پیام شهرداری با نتیجه ۲-۱ تیم شاهد را شکست داد، مصطفی صفایی داوری این بازی را بر عهده داشت. بازی معوقه ستاره جنوب و وارثان با نتیجه ۳-۲ به سود ستاره جنوب و داوری آرمین پهرامی پایان یافت. تیم اتحاد چاه کور نیز با دو گل زده و یک گل خورده از تیم شهدای چاهورز سه امتیاز بازی را از آن خود کرد، داوری این بازی را سعیدمحمدرضا خدابپرست بر عهده داشت.

قابل ذکر است بازی های هفته دوم در حالی برگزار شد که هموز هیچ اسپانسرری برای این لیگ پیدا نشده است. بازی های هفته سوم در روز های پنجشنبه و جمعه این هفته برگزار خواهد شد.

تحویل یک دستگاه آمبولانس تویوتا هایس به اورژانس ۱۱۵ لامرد



تقویت ناوگان آمبولانس های مرکز مدیریت حوادث و فوریت های پزشکی شهرستان لامرد به گزارش روابط عمومی شبکه بهداشت و درمان شهرستان لامرد، به منظور امداد رسانی بهتر و در راستای اهداف عالی دولت یازدهم و به منظور عملی نمودن طرح تحول نظام سلامت، ۱ دستگاه آمبولانس تویوتاهایس برای استفاده در پایگاه های اورژانس ۱۱۵ توسط دانشگاه علوم پزشکی فارس به مرکز مدیریت حوادث و فوریت های پزشکی شهرستان لامرد تحویل شد.

با توجه به فرسوده شدن برخی از آمبولانس های این مرکز یک دستگاه آمبولانس جدید از طریق دانشگاه علوم پزشکی فارس به این مرکز اختصاص یافت. وی در ادامه افزود: با تحویل این آمبولانس تا حدی از مشکلات و کمبودهای شهرستان لامرد کاسته شده است. این آیین با حضورابراهیم کرامت فر رئیس شبکه بهداشت و درمان لامرد و به همراه احمدی معاون اجرایی و کشاورزی مسئول نقلیه شهرستان لامرد در پایگاه اورژانس ۱۱۵ از خودرو بازدید و از زحمات پرسنل اورژانس تقدیر و تشکر کردند.

آگهی مفقودی

بدینوسیله اعلام میگردد سند موتور سیکلت تلاش ۱۲۵ مدل ۱۳۹۴ به شماره شاسی ۹۴۳۱۱۵۲ شماره موتور ۱۱۴۶۱۶۴ به رنگ مشکی پلاک ۷۱۱۹۳ ایران ۶۹۵ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد

با این ۷ اشتباه در معرض سرماخوردگی قرار می گیرید

(دهان، بینی یا چشم ها) تماس پیدا می کند، میکروب ها به سادگی وارد بدن شده و شما را بیمار می کنند. بنابراین بهتر است خیلی صورتتان را دستمالی نکنید، بخصوص با دست های کثیف و آلوده.

اصرار دارید با همه دست بدهید. همه ی ما در روابط اجتماعی و کاری دست می دهیم، اما بهتر است بدانید همین کار مودبانه می تواند زمینه را برای انتقال میکروب ها فراهم کند. شما از کجا می دانید چند ثانیه قبل دوست یا همکارتان در دستش عطسه یا سرفه نکرده باشد و یا بدتر از آن بینی اش را نگرفته باشد. بنابراین لازم نیست با هر غریبه و آشنایی دست بدهید. بخصوص اگر خودتان را مستعد سرماخوردگی می دانید، عذرخواهی کرده و از این کار خودداری کنید.

به عقیده ی محققان، حدود ۸۰ درصد بیماری ها از طریق دست دادن و یا تماس دست با دهان انتقال پیدا می کنند.

از خوابتان می زیند اگر به اندازه ی کافی نمی خوابید و برای هر کاری از خواب تان می زیند، باید بدانید که بدن تان را در معرض بیماری ها قرار می دهید. محققان **American Academy of Sleep Medicine** خواب کمتر از شش ساعت در شب، بدن را آماده ی پذیرش بیماری می کند. به عقیده ی این محققان احتمال بیماری با هر یک ساعت کمبود خواب بیشتر می شود.

محققان مشاهده کردند افرادی که به طور منظم فقط شش ساعت در شب می خوابند، به میزان ۴۰ درصد بیشتر در معرض سرماخوردگی قرار می گیرند. همچنین در افرادی که کمتر از پنج ساعت در شب می خوابند، این احتمال به ۴۵ درصد می رسد. خودتان را در معرض میکروب ها قرار می دهید

از اینترفرون تا ایزوترینوئین

داروهایی که عوارض پوستی می آورند



عامل ریزش مو نیز می شود. البته شدت ریزش مو می تواند آسبیبی نیست که در پی مصرف داروهای شیمی درمانی، مو و ناخن دچار آن می شوند. داروهای هورمونی

داروهای پیشگیری از بارداری، تستوسترون و استروژن آنابولیک به دلیل اینکه حاوی هورمون هستند، می توانند به موها آسیب بزنند. قرص های نسل ۱ و ۲ که حاوی هورمون پروژسترون هستند نیز می توانند عامل ریزش مو باشند. قرص های نسل سوم عوارض کمتری بر مو می گذارند. تستوسترون و استروئیدهای آنابولیک از طرفی می توانند عامل افزایش رشد موهای زائد دست و پا باشند. اثر این داروها با قطع مصرف از بین می رود و موها مجددا رشد خواهند کرد. کورتیکوئیدها هم در برخی افراد می تواند زمینه ساز ریزش مو سکه ای یا سراسری باشد.

برخی از داروهای پرمصرف داروهای ضدافسردگی، ضدانعقاد خونها، داروهای ضد فشار خون، ضد التهاب ها، داروهای ضد تشنج، ضد التهاب های غیراستروئیدی، داروهای درمان کننده تیروئید و مهارکننده های بتا، داروهای کاهنده کلسترول و داروهای ضد مالاریا و برخی دیگر از داروهای شایع هم می توانند باعث ریزش مو یا تغییر رنگ و بافت و ساختار مو شوند. در صورتی که بعد از چند هفته یا ماه مصرف این داروها دچار تغییراتی در مو شدید با متخصص مشورت کنید. تتراسایکلین یکی از این داروهاست که برای درمان آکنه و برخی عفونت ها تجویز می شود اما می تواند باعث افزایش حساسیت پوست به نور آفتاب و سفید شدن ناخن ها و به ندرت جدا شدن ناخن از پوست ناخن شود.

بهترین کار این است که هنگام مصرف این داروها تا جای ممکن از مواجهه مستقیم با نور خورشید خودداری کنید و از کرم ضد آفتاب برای پوست و لاک های تیره برای ناخن یا از دستکش استفاده کنید تا اشعه ماورای بنفش خورشید تاثیر کمتری بر پوست

درست است که شما بدون چشم مسلح قادر به رویت میکروب ها نیستید، اما باید بدانید که آنها همه جا هستند، یعنی روی دستگیره ی در، نرده ی پله ها، گوشی همراه، روی فرمان ماشین و همه جا. این سطوح آلوده با میکروب هستند، بنابراین لازم است که قبل از غذا خوردن دست هایتان را با دقت بشویید.

اگر در تماس با همکار بیمار هستید و یا فرزندان بیمار است، به طور مرتب دست هایتان را شستشو دهید. یادتان باشد که همیشه قبل از آشپزی، دست هایتان را به دقت بشویید.

زمانی که بیمار هستید نیز کار می کنید همه ی ما وظایفی داریم که مجبوریم در طول روز انجام دهیم. داشتن یک رییس یا صاحبکار سختگیر این مشکل را بدتر می کند. متأسفانه ما در دنیای زندگی می کنیم که رفتن به سر کار در روزهای ناخوشی و با حال خراب، نشان دهنده ی وظیفه شناسی و سخت کوشی است.

اما واقعیت این است که هر کارمندی که با حال خراب به محل کار خود می رود باعث می شود که در طی چهار ساعت، میکروب ها ۵۰ درصد بیشتر مناطق محیط کار را آلوده کنند. در واقع این کار نه تنها به سلامت خود فرد آسیب می زند، بلکه سلامت کارمندان دیگر را نیز به خطر می اندازد.

دست ها را با دقت تمیز نمی کنید زمانی که دست ها را می شویید، حروف الفبا را از الف تا ی زبیر تکرار کنید، اکثر افراد بزرگسال دست ها را سریع و بدون دقت کافی شستشو می دهند. در حالی که این کار نه تنها به بهبود بهداشت کمکی نمی کند، بلکه خطر سرماخوردگی و بیماری را افزایش می دهد. به عقیده ی متخصصان حوزه ی سلامت، شستشوی صحیح دست ها عبارت است از استفاده از صابون و شستشوی آن با آب آن هم به مدت حداقل ۲۰ ثانیه.

بگذارد. این داروها همچنین می توانند عامل ریزش مو و تغییر رنگ یا ساختار مو باشند.

داروهای افت فشار خون و آرتریت گروهی از داروهای فشار خون می توانند باعث تشدید بیماری پسوریازیس شوند و عامل بدشکلی های ناخن و تغییر رنگ و ضخیم شدن ناخن و جدا شدن آن از بستر باشند. داروهای مهارکننده های پروتئاز که برای مبتلایان به ایدز یا در طول شیمی درمانی تجویز می شوند نیز می توانند عامل تغییر رنگ ناخن و پدیدار شدن خطوط قهوه ای روی آن شوند. داروهای ضد مالاریا که برای درمان برخی عفونت های التهابی پوست و التهاب مفاصل در لوپوس یا آرتریت روماتوئید تجویز می شوند نیز می توانند همین عارضه را در دنبال داشته باشند.

ایزوترینوئین ایزوترینوئین یکی از موثرترین داروهای ضد آکنه است که گاهی در درمان آکنه های مقاوم به آنتی بیوتیک مورد استفاده قرار می گیرد و مصرف این داروها باعث نازک شدن و قرمز شدن پوست سر انگشتان می شود و احتمال فرو رفتن ناخن در گوشت و بروز التهاب را بیشتر می کند. در چنین شرایطی گاهی پزشک دوز مصرفی دارو را کاهش می دهد.

از اینترفرون تا ایزوترینوئین داروهای گیاهی هم بی عارضه نیستند دکتر محمد فصبیحی دستچردی، متخصص عفونی و معقق طب سنتی، در طب سنتی معمولا طبیب ابتدا مزاج بیمار را شناسایی می کند. مزاج افراد به ۴ گروه سرد و خشک، گرم و خشک، سرد و تر و گرم و تر دسته بندی می شود. داروهای گیاهی معمولا با توجه به نوع مزاج فرد تجویز می شود و در این شرایط معمولا بدون عارضه هستند اما در صورتی که دارویی بدون توجه به مزاج تجویز شود، می تواند به شدت عارضه دار باشد.

یکی از شایع ترین عوارضی که در طب سنتی در صورت بی توجهی به مزاج و دوز مصرف ایجاد می شود، عوارض پوستی و از جمله جوش ها و لک های پوستی است. از آنجا که اغلب افراد به اشتباه فکر می کنند داروهای گیاهی، بی عارضه هستند و به هر میزان می توان از آنها استفاده کرد و مصرفشان به مشورت با متخصص نیاز ندارد، بی رویه و بدون مشورت از آنها استفاده می کنند و به همین دلیل دچار عوارض بسیاری می شوند، بنابراین همیشه توصیه می شود برای مصرف دارو با متخصص مشورت کنید و هرگز دارویی را که باعث بهبود حال یک فرد شده، برای بهبود بیماری خود مصرف نکنید.

تشریح اهداف صندوق حمایت از تحقیقات عنوان شد

توجه و حمایت از آموزش و تحقیقات با پرداخت تسهیلات در استان فارس

استان فارس به محورهای جدید فعالیت صندوق صفا اشاره کرد و افزود: توجه ویژه به آموزش یکی از محورهای جدید و مورد تأکید صندوق محسوب می شود که در این راستا با پرداخت تسهیلات به شرکت های تولیدی در اعزام گروه ها برای آموزش به خارج از کشور و نیز ارائه خدمات آموزشی به نیروها خدمت می کند.

وی تحقیقات مورد نیاز صنایع را محور دیگر فعالیت های صندوق عنوان کرد و گفت: در این زمینه شرکت هایی که از دانشگاه ها و مراکز تحقیقاتی، پژوهش های کاربردی مطالبه کنند هزینه های آن ها به شکل تسهیلات توسط صندوق حمایت از تحقیقات و توسعه صنایع الکترونیک پرداخت می شود. رضازاده با بیان اینکه توسعه بازار، شرکت در نمایشگاه ها، کسب تأییدیه های بین المللی و مشارکت و همکاری شرکت های داخلی با

رئیس و اعضای ستاد مدیریت بحران گفتند:

آماده باش نیروهای امدادی برای خدمات رسانی احتمالی در باران



فرماندار لامرد به عنوان رئیس ستاد مدیریت بحران و راستیابار رئیس اداره راه و شهرسازی به همراه بینوا سرپرست جمعیت هلال احمر به عنوان اعضای این ستاد از آماده باش نیروها و اکیپ های امدادی برای خدمات رسانی احتمالی در باران خبر دادند.

لامرود - پس از آغاز بارندگی، دقایقی قبل با عبدالرضا منصوری فرماندار تماس تلفنی برقرار کردیم که وی در خصوص آماده باش نیروها و اکیپ های امدادی مختلف ابراز داشت: با توجه به پیش بینی های سازمان هواشناسی و اطلاعیه مدیریت بحران استان فارس مبنی بر احتمال بارش سیل آسا در جنوب استان فارس در روز یکشنبه، آماده باش اعضای ستاد مدیریت بحران به آن ها ابلاغ شد و آن ها نیز از آمادگی کامل برخوردار هستند که در صورت نیاز و با بروز حوادثی از جمله سیل، طغیان رودخانه ها و آبگرفتگی معابر و منازل، اعضای ستاد مدیریت بحران از جمله راه و شهرسازی و جمعیت هلال احمر خدمات را به مردم ارائه نمایند.

مهندس علیرضا راستیابار در گفتگوی تلفنی با خبرنگار ما ابراز داشت: روزانه با هر وضعیت آب و هوایی، کنشیک در اداره مستقر است و همچنین دو اکیپ امدادی ۱۰ نفره، یکی در روستای دهنو که بخش های غلامرودشت و چاه ورز و یکی نیز در روستای رکن آباد مستقر است که بخش های مرکزی و اشکنان را پشتیبانی می کنند و برای خدمات رسانی همیشه بصورت آماده باش هستند. رئیس اداره راه و شهرسازی شهرستان لامرد اضافه کرد: همچنین دو گشت راهداری نیز در روزهای بارانی در این دو محدوده مشغول به فعالیت هستند.

وی اضافه کرد: براساس گزارش های مردمی و همچنین گشت راهداری، اکیپ های امدادی ما خدمات مختلفی از جمله راهگشایی، ایمن سازی، آبگرفتگی معابر را در هر نقطه از شهرستان و در هر زمان و ساعتی انجام می دهند.

محسن بینوا سرپرست جمعیت هلال احمر نیز در گفتگویی تلفنی از آماده باش نیروی های امدادی این جمعیت گفت و اظهار کرد: از روز پنج شنبه با توجه به اعلام بارندگی و پیش بینی هواشناسی و ابلاغ فرمانداری در خصوص آماده باش، تمام نیروهای امدادی و نجاتگران این جمعیت در آماده باش کامل به سر می برند.

سخنگوی کمیسیون فرهنگی مجلس در زمان فتنه ۸۸: دشمن با نفوذ در انتخابات در صد تغییر رفتار نظام است



به گزارش خبرگزاری فارس ستار هدایت خواه در مراسم گرامیداشت حساسه ۹ دی که با حضور باشکوه آحاد مردم در سالن اجتماعات معلم شهر لامرد برگزار شد، اظهار داشت: ۹ دی عنوان روز بصیرت نام گذاری شده است و بصیرت یعنی اینکه چشم و دل بینا باشد و بدون آن هیچ کس حق را نخواهد شناخت و یکی از نشانه های داشتن بصیرت توجه به حساسه ۹ دی است.

وی گفت: دشمنان انقلاب اسلامی در دوران هشت سال جنگ تحمیلی و حتی پس از ارتحال امام خمینی (ره) تلاش کردند نقشه های شوم خود را علیه انقلاب اسلامی پیاده کنند ولی موفق نشدند از سال ۱۳۶۸ به صورت دقیق تر بنیادها و اندیشه های آمریکایی چگونگی براندازی نرم نظام جمهوری اسلامی را طرازی کردند. دبیر و سخنگوی کمیسیون فرهنگی مجلس در زمان فتنه ۸۸ با اشاره به اینکه سخت ترین تحریمها ۲۵ خرداد ماه ۱۳۸۹ در سالور راهپیمایی فرقه سبز از سوی غربی ها علیه کشور انجام شد، ادامه داد: چند ماه پیش از برگزاری انتخابات سال ۸۸ اعلام کردند که وای اگر تقابل شود و شبکه بی بی سی فارسی شروع به کار و به صورت زنده حوادث سال ۸۸ را پخش کرد. وی در مورد سران فتنه با اشاره به اینکه فتنه تمام نشده و امروز در قالب جریان نفوذ بنا دارند فتنه دیگری طراحی کنند و باید بسیار مراقب باشیم، نیز بیان داشت: حصر اوج رأفت جمهوری اسلامی است و خسارت هایی که این ها به کشور وارد کردند، مستحق اشد مجازات است.

هدایت خواه با اشاره به اینکه فتنه گران بزرگ ترین ویژگی جمهوری اسلامی که مردم سالاری بود از زیر سؤال بردن و همان روز که گفتند نه غزه، نه لبنان می دانستیم که این تفکر شیطانی است، ابراز داشت: در دوره آخر زمان هستیم و دشمن تلاش می کند با نفوذ در انتخابات ۹۴ ابتدا رفتار نظام جمهوری اسلامی در مقابل خود را تغییر دهد.