

<b>عدد خیر</b>	۲۵/۵ هزار
<b>۲۸۵۸ مزاحم</b>	تلفنی در هفته گذشته، با اورژانس استان تهران تماس گرفته‌اند. این در حالی است که از دوازدهم تا هجدهم خردادماه، نزدیک ۶۰هزار تماس با مرکز دیسیپ اورژانس استان تهران برقرار شده است. به‌عبارت دیگر، از هر ۲۰تماسی که با این مرکز برقرار شده، یک مورد آن را مزاحمان تشکیل داده‌اند.

<b>تکنه روز</b>	
-----------------	--

### آیا فشار خون، صبح‌ها بالاتر است؟

الگوهای فشار خون در بین افراد متفاوت و اغلب در طول روز در نوسان هستند و عوامل گوناگونی مانند فعالیت جسمی، زمان مصرف دارو و سلامت عمومی می‌توانند بر آن مؤثر باشند.به گزارش همشهری آنلاین، معمولاً فشارخون شمار در هنگام خواب در پایین‌ترین حد خود قرار دارد و زمانی که بیدار می‌شوید، افزایش می‌یابد. افرادی که دارای این الگوی رایج تغییر فشار خون هستند «دیبِر» (dipper) یا «افت‌کننده» نامیده می‌شوند و معمولاً جوان و سالم هستند. اما ۲ دسته دیگر از الگوهای تغییر فشارخون دیگر در طول شبانه‌روز وجود دارند که کمتر شایع هستند:

۱ «غیر افت‌کننده‌ها» (non dippers) افرادی هستند که فشارخون آنها در شب و روز تفاوت چندانی با هم ندارد.فشار خون آنها در طول روز و شب ثابت است.

۲ «افت‌کننده‌های معکوس» (reverse dipper) افرادی هستند که فشارخون آنها در شب‌هنگام خواب بیشتر و در روز هنگام بیداری پایین‌تر است.

#### عوارض همیشگی مکمل‌های بدنسازی

استفاده نادرست مکمل‌های استروئیدی، عوارض مختلفی می‌تواند داشته باشد. به‌گفته سعید آراسته، متخصص اورولوژی، در سال‌های اخیر استفاده از این مکمل‌ها افزایش یافته و برای رشد عضله در مردان استفاده می‌شود، اما می‌تواند عوارض جدی دائمی و جبران‌ناپذیری را به همراه داشته باشد.

# بیماری‌هایی که خاطره شدند

## به‌بهانه انتشار تصویری از مردم دوره قاجار با برخی اختلالات ژنتیکی و ناهنجاری‌های حین تولد

<b>گزارش</b>	<b>گروه تندرستی</b>
--------------	---------------------

تصاویر جالبی از دوره قاجار، این روزها فضای مجازی را پر کرده است؛ عکس‌هایی که گفته می‌شود از آرشبو کاخ گلستان لو رفته و نکات جالبی از حوزه‌های مختلف اجتماعی و سیاسی

برخی بیماری‌های وابسته به واکسن، از جمله آبله، فلج اطفال، سرخک و سرخچه مادرزادی، گزاز نوزادان، جذام و مالاریا هستند. ۲۳سال است که در ایران موارد بومی بیماری فلج اطفال گزارش نشده است.

حصه، سل، دifterی، سیاه سرفه و اور یون هم در گذشته به‌شدت شیوع داشته و اکنون تحت کنترل است.

میزان ابتلا به هیپاتیت B هم از ۲درصد جامعه در سال ۱۳۷۰، طی سال‌های اخیر نصف شده است. شیوع هیپاتیت‌سی از طریق شناسایی و بیماریابی کاهش پیدا کرده است.

الزام غربالگری تالاسمی در زوج‌ها، هنگام ازدواج آمار تولد کودکان مبتلا به تالاسمی مازوو در برخی استان‌ها را به صفر رسانده است.

گواتر یا کم‌کاری تیروئید هم از جمله بیماری‌هایی بود که جمعیت قابل توجهی از ایرانی‌ها تا پیش از دهه ۶۰ ابتدای بالایی به آن داشتند و حتی نوزادان با کم‌کاری تیروئید هم متولد شدند. اما با افزوده شدن ید به نمک آمار بومی این بیماری در کشور کاهش پیدا کرده است.

	مرگ نوزادان و کودکان زیر ۵سال در کشور از حدود ۲۰درصد در دهه ۶۰ به ۵درصد رسیده است. بیماری‌های ژنتیک نوزاد با امکان انجام آزمایش‌های تشخیصی در مرحله بارداری هم کاهش پیدا کرده است.
اجرای طرح کشوری آزمایش NIPT در غربالگری ناهنجاری‌های کروموزومی در ۳ ماهه اول بارداری هم باعث شده که شایع‌ترین نقایص کروموزومی ازجمله سندرم داون، تریزومی ۱۳، تریزومی ۱۸ و همچنین سایر ناهنجاری‌های کروموزومی جنسی مدیریت شود.	

**تکنه:** توسعه شبکه بهداشت و غربالگری‌های پیش از ازدواج و بارداری، آمار بسیاری از بیماری‌ها و اختلالات حین تولد در کشور را کاهش داده و در برخی موارد به صفر رسانده است.

## خبرهایی که نمی‌بینید

#### رتبه‌بندی انبارهای غذایی

انبارهای مواد غذایی و نوشیدنی‌ها، به‌صورت مداوم رصد و شرایط بهداشتی انبارها کنترل و رتبه‌بندی می‌شود. به‌گفته عبدالعظیم بهفر، سرپرست اداره کل امور فرآورده‌های غذایی و آشامیدنی سازمان غذا و دارو، همه این انبارها باید مجوزهای بهداشتی داشته باشند و تحت ارزیابی قرار بگیرند.

<b>یاکار شناسی</b>	<b>آرش نهاوندی؛ روزنامه‌نگار</b>
--------------------	----------------------------------

### سرم‌های تقویتی ارزش درمانی دارند؟

مردم تا دچار ضعف و بیماری می‌شوند، دوست دارند از سرم و سرم‌های تقویتی استفاده کنند. حتی خودشان نژد دکتر می‌روند و به او توصیه و سفارش می‌کنند که برایشان سرم تقویتی بنویسد؛ چون حال ندارد!خبر ابرخی ادعاها مطرح شده که اساساً این سرم‌های تقویتی ارزش درمانی ندارد. اما ماجرا چیست؟ گفت‌وگویی با دکتر خدیجه رحمانی، متخصص تغذیه انجام داده‌ایم تا بر ایمان در این مورد بیشتر بگویند.

**سرم تقویتی با ویتامین سی و ب کمپلکس ارزش درمانی دارد یا نه؟**

نیاز به سرم یا عدم‌نیاز به سرم به تشخیص فرد نیست و پزشک باید آن را تشخیص دهد. در صورت نیاز به سرم هم به الگوی غذایی وی توجه می‌شود و اینکه آیا در الگوی غذایی وی کمبود ویتامین سی و ب کمپلکس وجود دارد یا خیر. اگر کمبود وجود داشته باشد، قطعاً این سرم مؤثر خواهد بود. اما اگر کمبودی وجود نداشته باشد، تأثیری ندارد؛ بنابراین نیاز به سرم کاملاً به شرایط فرد برمی‌گردد و اصلاً تشخیص با خود فرد نیست که بگوید من احساس ضعف می‌کنم، پس باید این سرم را بزنم تا تقویت بشوم. این موضوع مبنای علمی ندارد.

**چه زمانی پزشک تشخیص می‌دهد که این سرم تزریق شود؟**

زمانی که آب بدن کاهش پیدا کند و در واقع بدن دچار کمبود آب شده باشد، علامتی بروز پیدا می‌کند که پزشک آن را تشخیص می‌دهد و در نهایت در صورت لزوم، تزریق سرم را تجویز می‌کند. پزشک بنابر شرایط تغذیه‌ای و کمبودهای ویتامین فرد، دستور تزریق ویتامین سی و ب کمپلکس داخل سرم را می‌دهد. اگر فرد کمبود ویتامین داشته باشد، قطعاً این سرم مؤثر است. اما اگر از نظر تغذیه‌ای با ویتامینی کمبود نداشته باشد، این سرم تقویتی تأثیری ندارد.

**آیا این سرم تأثیر تقویتی دارد؟**

تأثیر تقویتی در صورتی است که کمبود ویتامین‌ها وجود داشته باشد. اگر این کمبود وجود نداشته باشد، تزریق سرم ویتامین سی و ب کمپلکس تأثیری ندارد.

**تزریق این سرم برای بی‌حالی تجویز می‌شود؟**

علامت بی‌حالی یا علائم کمبود ویتامین‌ها متفاوت است. در زمان بی‌حالی فرد، باید در ابتدا الگوی غذایی وی را بررسی کرد. اگر الگوی غذایی وی نشان دهد که این ویتامین‌ها را مصرف نمی‌کند، قطعاً تزریق این سرم مؤثر است و به وضعیت فرد کمک می‌کند.

### آگهی مناقصه عمومی

**شرکت تولید رنگ سایپا** در نظر دارد موارد مورد نیاز ذیل را از طریق مناقصه عمومی به واجدین شرایط واگذار نماید.
متقاضیان جهت اطلاع بیشتر به آدرس وب سایت شرکت به نشانی WWW.KSWCO.COM مراجعه فرمایید.

۱- خرید و تامین غذای پرسنل ۲۹۵ پرس
سایت تهران
۲- خرید و تامین گوشت ران گوسفندی ۲/۵ کیلوگرم و سینه مرغ بدون پوست ۲/۵ کیلوگرم
جهت هر دو سایت ۷۱۴ بسته ۴۵۲ بسته سایت خرمشهر و تعداد ۲۶۱ بسته تهران

### آگهی مزایده عمومی

**بیمارستان شهید دکتر چمران** در نظر دارد یک باب مغازه جهت تعمیرات لوازم خانگی و الکتریکی واقع در شهرک بعثت خود را از طریق مزایده عمومی به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید.
متقاضیان می‌توانند جهت دریافت اسناد مزایده از تاریخ آگهی به مدت ۱۰ روز کاری به نشانی: تهران- میدان نوبنیاد- خیابان شهید لنگری- خیابان شهید فخری‌زاده (صنایع سابق) - بیمارستان شهید دکتر چمران- معاونت آحاد- مدیریت امورقراردادها- به شماره تلفن: ۲۷۹۵۱۴۷۵-۲۷۹۵۱۴۷۵ مراجعه نمایند.
ضمناً هزینه انتشار آگهی بر عهده برنده مزایده می‌باشد.

## آگهی مزایده

شماره ۲۰۰۰/۱۴۰۳/ه. ف

یک سازمان دولتی در نظر دارد املاک زیر را از طریق مزایده عمومی به فروش برسانند.
متقاضیان محترم می‌توانند از تاریخ انتشار آگهی مزایده تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۲۳ همه روزه (غیر از تعطیلات رسمی) از ساعت ۸:۳۰ الی ۱۴:۰۰ برای کسب اطلاعات و خرید اسناد مزایده به دفتر فروش به نشانی: تهران، میدان آرژانتین، خیابان شهید عماد مغنیه پلاک ۷ واحد ۹ با شماره تماس ۰۲۱۸۸۸۸۲۱۸۸ - ۰۲۱۸۸۸۷۸۵۹۹ یا در خصوص املاک مندرج در ردیف‌های یکم الی سیزدهم به نشانی: استان خوزستان، شهرستان اهواز، خیابان لشکر، ابتدای بلوار قدس (میدان توپ)، نمایندگی هیأت اجرایی با شماره تماس ۰۶۱-۲۳۳۶۶۹۱۵ مراجعه نمایند.

ردیف	موضوع مزایده	مساحت (مترمربع)	پلاک ثبتی	قیمت پایه مزایده (ریال)	آدرس	ملاحظات
۱	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری مختلط (اداری، انتظامی، درمانی)	۲۴۶۲۵۶/۹۳	۱۱۴/۰۶۲۷۹	۶,۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۲	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری تجاری محله	۱۱۰۹/۱۵	۱۱۴/۰/۸۰	۱۹۳,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۳	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری تجاری محله	۱۴۷۳/۴۷	۱۱۴/۰/۷۶	۲۴۸,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۴	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری تجاری محله	۱۲۲۸/۵۷	۱۱۴/۰/۱۸۴۷	۱۸۹,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۵	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری تجاری محله	۶۰۷/۱۵	۱۱۴/۰/۳۲۸	۹۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۶	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری تجاری محله	۱۸۵۷/۸۱	۱۱۴/۰/۸۹۸	۲۴۷,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۷	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری تجاری محله	۷۹۶/۹۷	۱۱۴/۰/۱۵۳۸	۱۳۱,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۸	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری تجاری محله	۱۴۳۶/۵۴	۱۱۴/۰/۱۷۵۰	۲۴۶,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۹	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری بازار روز محله	۱۳۶۱/۶۴	۱۱۴/۰/۸۹۲	۱۵۱,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۱۰	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری درمانی محله	۵۷۲/۴۵	۱۱۴/۰/۱۵۳۹	۳۸,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۱۱	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری درمانی محله	۶۸۲/۵۸	۱۱۴/۰/۱۸۶	۴۷,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۱۲	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری درمانی محله	۵۱۷/۸۷	۱۱۴/۰/۲۸۸۷	۳۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۱۳	ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری درمانی ناحیه	۴۸۳۱/۴۱	۱۱۴/۰/۳۰۶۹	۲۷۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز، مهرشهر	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده
۱۴	فروش عرصه و اعیان تعداد ۳۶۶ قطعه زمین با کاربری‌های مختلط (مسکونی، تجاری) برابر نقشه تفکیکی	مجموعاً ۸۲۳۳۹/۹	-	۸۷۱,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	سیستان و بلوچستان، شهرستان خاش	نوبت اول از مرحله اول با وضعیت موجود و با توجه به شرایط و مشخصات مزایده

«**هیأت فروش**»

## آگهی مزایده عمومی فروش سهام شرکت پالایش نفت امام خمینه (ره) شازند

شماره ۱۴۰۳/۰۱

**بانک رفاه کارگران** در نظر دارد نسبت به فروش ۴۹/۳۵ درصد از سهام شرکت پالایش نفت امام خمینی(ره) شازند (سهامی عام) به تعداد ۵۹,۹۵۹,۶۳۶,۱۲۸ سهم به ارزش ۱,۵۴۲,۱۰۱,۸۸۱,۵۷۶,۰۳۲ ریال از طریق برگزاری مزایده عمومی به اشخاص حقیقی و حقوقی ذیصلاح اقدام نماید.

متقاضیان خرید سهام مزبور می‌توانند از تاریخ انتشار این آگهی حداکثر تا پایان وقت اداری روز **شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۲۶** با در دست داشتن معرفی‌نامه کتبی مشتمل بر درج شماره شناسه ملی (اشخاص حقوقی) به همراه کد ملی (اشخاص حقیقی) در ساعات اداری به اداره سرمایه‌گذاری و امور مجامع شرکت‌ها بانک، به آدرس: تهران، بلوار کشاورز، روبه‌روی بیمارستان پارس، ساختمان بانک رفاه کارگران، اداره سرمایه‌گذاری و امور مجامع شرکت‌ها بانک مراجعه و اسناد مزایده را دریافت نمایند (شماره‌های تماس: ۰۲۱۴۱۳۷۳۳۱۰۴ - ۰۲۱۴۱۳۷۳۳۱۰۴)

### شرایط شرکت در مزایده:

**۱- ارزش پایه معامله و شرایط پرداخت** ثمن معامله به شرح جدول ذیل به اطلاع متقاضیان می‌رسد.

نام شرکت	پالایش نفت امام خمینی (ره) شازند
سرمایه ثبت شده	۱۲۱,۴۸۷,۳۷۷,۹۵۱,۰۰۰
تعداد سهام قابل واگذاری	۵۹,۹۵۹,۶۳۶,۱۲۸
قیمت پایه کل سهام قابل واگذاری	۱,۵۴۲,۱۰۱,۸۸۱,۵۷۶,۰۳۲
مبلغ سپرده شرکت در مزایده	۱۵,۴۲۱,۰۱۸,۸۱۵,۷۶۰
شرایط واگذاری (۱)	<b>تماماً نقد و یکجا</b>
(۱) قیمت پایه به ازای هر سهم معادل ۲۵,۷۱۹ ریال در نظر گرفته شده است و اولویت واگذاری با خریدارانی است که قیمتی بالاتر را برای کل بلوک سهام قابل واگذاری پیشنهاد نمایند.	

**۲- سپرده شرکت** در مزایده معادل ۱ درصد ارزش کل سهام قابل واگذاری می‌باشد که می‌بایستی بصورت وجه نقد واریزی به حساب شماره ۵۰۰۰۰۱۴ به نام اداره حسابداری نزد شعبه پردیس بانک رفاه کارگران یا ضمانتنامه بانکی معتبر، غیر از بانک رفاه کارگران با اعتبار سه ماهه بصورت عندالمطالبه قابل تمدید و بی قید و شرط ارائه گردد. حق فروشنده جهت بررسی، قبول یا رد و درخواست اصلاح متن ضمانتنامه در مهلت محدود، محفوظ و متقاضی مکلف به رعایت آن است.

**۳- متقاضیان** می‌بایست پیشنهادات خود را نسبت به کل سهام عرضه شده، حداکثر تا پایان وقت اداری **روز پنجشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۳۱** به نشانی اعلام شده فوق تحویل و رسید دریافت نمایند. بدیهی است به پیشنهاداتی که بعد از موعد مقرر واصل گردد ترتیب اثر داده نخواهد شد.

**۴- شرکت** در مزایده به معنی اطلاع و آگاهی کامل متقاضی نسبت به شرایط شرکت بوده و خریدار با شرکت در مزایده کلیه اختیارات خصوصاً خیار غبن ولو فاحش را از سوی خود سلب و اسقاط می‌نماید.

**۵- چنانچه** برنده مزایده ظرف مهلت مقرر از تاریخ ابلاغ توسط مزایده‌گذار نسبت به امضای قرارداد تدوین شده توسط حوزه حقوقی بانک و پرداخت کامل ثمن معامله اقدام ننماید، هیچگونه ادعایی نسبت به سپرده شرکت در مزایده نخواهد داشت و مزایده‌گذار می‌تواند ضمانت‌نامه بانکی ارائه شده را به نفع خود ضبط نماید.

**۶- پاکت‌های** مزایده در **ساعت ۱۰:۰۰ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۴/۰۹** در سالن جلسات بانک واقع در تهران، خیابان ولیعصر(عج)، نرسیده به میدان ونک، ساختمان بانک رفاه کارگران مفتوح خواهد گردید. حضور پیشنهاددهندگان یا نماینده قانونی آن‌ج در جلسه با ارائه مدارک شناسایی یا معرفی‌نامه معتبر، مجاز می‌باشد. در جلسه مزبور صرفاً خریداران حائز رتبه‌های اول و دوم معرفی گردیده و برنده نهایی متعاقباً اعلام خواهد شد.

**۷- استرداد** سپرده شرکت در مزایده برنده دوم (وجه نقد/ ضمانتنامه بانکی معتبر- وفق بند ۲) منوط به انعقاد قرارداد و تسویه کامل ثمن معامله توسط برنده اول مزایده می‌باشد. سپرده شرکت در مزایده سایر مزایده‌گران پس از برگزاری جلسه مزایده مسترد می‌گردد.

**۸- فروشنده** در رد یا قبول هر یک از / کلیه پیشنهادات واصله مختار است.