

عدد خبر

۲ کشور

۲۳ میلیون

تغذیه

ایران و اوگاندا درصرد مصرف کنندگان آنتی بیوتیک در جهان هستند. مینو محرز، استناد عفونی دانشگاه تهران با بیان این مطلب گفته «میزان مصرف آنتی بیوتیک در ایران در حد فاجعه است که منجر به مقاومت میکروبی می شود و یکی از ۱۱ عامل تهدید کننده سلامت در دیاست.»

زن ایرانی در سن باروری هستند، اما سالانه کمتر از ۱/۵ میلیون نوزاد به دنیا می آیند. این خبر را علیرضا رئیس، معاون بهداشت وزارت بهداشت اعلام کرده و گفته «در دهه ۸۰، از ۱۰ میلیون مادری که در سن باروری قرار داشتند، سالانه ۲ میلیون نوزاد متولد می شد.»

دلایل مسمومیت زاشدن تخم مرغ

تخم مرغ سرشار از پروتئین، ویتامین ها و مواد معدنی ضروری است و از این نظر، یک منبع بسیار غنی غذایی است، اما برخی هم به مسمومیت هایی که ممکن است با مصرف این غذا رخ دهد، اشاره می کنند. البته خطر مسمومیت غذایی از تخم مرغ تا حد زیادی به نحوه نگهداری و آماده سازی آنها بستگی دارد. در واقع، تخم مرغ ماده ای نیست که بتواند باعث مسمومیت غذایی در افرادی شود که روزانه آن را مصرف می کنند، بلکه مصرف تخم مرغ های آلوده یا خام می تواند باعث مسمومیت شود. در توضیح بیشتر باید گفت که پخت ناکافی، آلودگی در محل پخت، آلودگی در زمان ذخیره سازی، استفاده از تخم مرغ های غیرپاستوریزه، نگهداری طولانی مدت آن در محیط خارج از یخچال، تمام شدن تاریخ مصرف محصول و خوردن تخم مرغ با دست های آلوده می تواند عامل بروز مسمومیت با این ماده غذایی شود.



رشد بیماری های کلیوی در کشور

معصومه هداوند، رئیس اداره بیماری های خاص و صعب العلاج وزارت بهداشت از رشد ۶ تا ۷ درصدی بیماری های کلیوی خبر داد و گفت: نارسایی های قلبی-عروقی، فشار خون و دیابت می توانند افراد را به سمت مشکلات کلیوی سوق دهند. حدود ۷ درصد از افرادی هم که دچار بیماری های کلیوی می شوند به پیوند کلیه نیاز دارند.



انجام اعمال ترمیمی رایگان در مناطق محروم

علیرضا صابری، دبیر انجمن جراحان پلاستیک و زیبایی ایران با بیان اینکه جراحان پلاستیک کشور تاکنون بیش از ۳۰ سفر به مناطق محروم انجام داده اند، گفت: اعمال ترمیمی از سوی این پزشکان در حوزه سوختگی، ناهنجاری های مادرزادی از جمله شکاف لب و کام و... به شکل رایگان برای نیازمندان ارائه شده است.

بیماری دست و پاگیر

ماجرای شیوع یک بیماری کمتر شناخته شده به نام «دست و پا و دهان» که با آبله مرغان اشتباه گرفته می شود



گزارش پروانه بندی روزنامه نگار

این روزها صحبت از شیوع یک بیماری است که خیلی ها اسم آن را هم نشنیده اند: بیماری «دست و پا و دهان» یا HFMD که کودکان را درگیر می کند. بیماری دست و پا و دهان در فصل های بهار و تابستان شیوع بیشتری دارد، چون ویروس ها در گرما به دلیل شرایط محیطی و تجمعات فصلی کودکان در مکان هایی مانند مهدکودک ها و پارک ها راحت تر منتشر می شوند. با این حال، امکان انتقال این بیماری در فصل سردتر هم وجود دارد. دلیلش هم گردش ویروس ها در تمام سال، شروع مدارس در پاییز و افزایش تماس کودکان با هم، ضعیف شدن سیستم ایمنی کودک با تغییر فصل و کاهش تهویه در فضاهای بسته است. با این حال اوج این بیماری بیشتر در فصل های گرم تر است.

مهم ترین علائم

- زخم های دهانی
- بروز ضایعات پوستی زیاد و آبدار در پشت دست و پا و ...
- تب

ویروس های ایجادکننده

- ویروس های کوکساکسی
- ویروس های اترو

راه های انتقال

- قطرات تنفسی
- ترشحات بینی و گلو
- تماس پوستی
- تماس با مدفوع

توصیه ها

- کودکان مبتلا را تا چند روز به مهد و مدرسه نفرستید.
- از مصرف آنتی بیوتیک خودداری شود.
- به کودک یاد بدهید از وسایل خود استفاده کند.
- به کودک بیاموزید به وسایل دیگران دست نزنند.
- در صورت وجود فرد مبتلا، اطراف ضدعفونی شود.
- اگر تب کودک بالای ۳۸،۵ درجه بود، به پزشک مراجعه کنید.
- در صورت مشاهده علائم کم آبی به پزشک مراجعه کنید.

دکتر پیام طبرسی
 متخصص بیماری های عفونی اطفال
 و رئیس بخش عفونی بیمارستان مسیح دانشوری؛
 شیوع بیماری دست و پا و دهان در فصل بهار و تابستان بود و الان دیگر دورانش تمام شده است. اواخر تابستان چند مورد ابتلا داشتیم، اما الان دیگر تمام شده و اگر هم مورد یا مواردی در این فصل مبتلا شوند به معنای شیوع بیماری نیست. این بیماری خطری ندارد و نیاز نیست خانواده ها نگران شوند. بیشتر بین کودکان مهدکودکی دیده می شود. چون کودکان در این سن به اسباب بازی های یکدیگر دست می زنند، یا آنها را در دهان خود می کنند و اگر کودکی آلوده باشد، می تواند ویروس را به گونه به دیگران منتقل کند. ضایعات پوستی این بیماری با ضایعات پوستی آبله مرغان فرق دارد و اینها هیچ ربطی به هم ندارند. ضایعات پوستی این بیماری دردناک نیست، خارش خاصی دارد و در مدت کوتاهی برطرف می شود. جای ضایعات هم با خراشیدن، روی پوست بدن کودک نمی ماند. بیماری ویروسی دست و پا و دهان، یک بیماری خفیف و خود محدودشونده است که نیاز به درمان دارویی خاصی ندارد. به خصوص آنتی بیوتیک، چرا که بیماری های ویروسی به هیچ عنوان با آنتی بیوتیک بهتر نمی شوند.

این مواد غذایی خواب آورند

- ماست یونانی با عسل:** افزودن ماست یونانی و عسل به روتین شبانه، نه تنها هوس شیرینی را برطرف می کند، بلکه یک خواب آرامبخش را نیز برای شما فراهم می کند.
- موز یا کره بادام:** موز سرشار از پتاسیم و منیزیم است که به طور طبیعی باعث شل شدن عضلات می شوند. همچنین حاوی تربیتوفان است که باعث افزایش خواب آلودگی می شود. کره بادام نیز چربی های سالم و پروتئین را به آن می افزاید و به شما کمک می کند احساس سیری کنید.
- شیر گرم یا دارچین:** شیر گرم از دیرباز به دلیل داشتن تربیتوفان به عنوان یک کمک کننده خواب در نظر گرفته شده است و همراه با دارچین که دارای خواص ضدالتهابی است می تواند به تثبیت سطح قند خون کمک کند.
- برش های کیوی:** این میوه سرشار از ویتامین های C و E، سروتونین و آنتی اکسیدان هاست که همگی به کیفیت خواب بهتر کمک می کنند.
- شکلات تلخ:** این ماده غذایی دوست داشتنی سروتونین نیز دارد که می تواند باعث آرامش و بهبود کیفیت خواب شود.
- چای بابونه:** چای بابونه حاوی آنتی اکسیدان هایی است که ممکن است باعث خواب آلودگی و کاهش بی خوابی شود.
- بلغور جوی دوسر:** ترکیبات بلغور جوی دوسر می تواند منجر به آرامش ذهن و بدن شود.
- نان تست غلات کامل یا کره آجیل:** کره آجیل، چه بادام درختی و چه بادام زمینی، چربی ها و پروتئین های سالم را اضافه می کند و بدون احساس سنگینی، شمارا برای مدت طولانی تری سیر نگه می دارد.

آگهی مزایده شماره: ۴۳۳۰/۰۳/۱ نوبت اول

هیأت اجرایی فروش املاک در نظر دارد تعدادی از املاک مزاد بر نیاز خود را با وضع موجود و با شرایط ذیل از طریق مزایده عمومی به فروش برساند. **متقاضیان محترم به منظور خرید اسناد مزایده مبلغ ۲,۰۰۰,۰۰۰ ریال (دویست هزار تومان) به شماره حساب ۰۰۷۴۴۴۱۰۰۰۳۱۴۱۱ نزد بانک سپه شعبه شهید ننگری کد ۱۵۰۷۰۴۸ به نام تنخواه گردان هزینه های معاونت مهندسی ودجا واریز و سپس با در دست داشتن فیش واریزی؛ جهت کسب اطلاعات بیشتر، بازدید از ملک و دریافت اسناد مزایده همه روزه بجز پنجشنبه ها و ایام تعطیل از ساعت ۸:۰۰ صبح الی ۱۶:۰۰ در دفتر هیأت واقع در: تهران، بزرگراه شهید سردار سلیمانی، خیابان بنی هاشم، خیابان شهید علیرضا نصیبی، پلاک ۱۰۸، طبقه دوم، واحد ۶، در شهرستان ها از ساعت ۸ تا ۱۳ از طریق شماره تلفن های ۰۲۱-۲۳۸۳۲۵۳۷ و ۰۲۱-۹۱۲۴۸۷۹۰۷۷ آقای سلیمانی تماس و سپس به دفاتر اعلامی مراجعه فرمایند. مهلت ارائه پیشنهادات پایان وقت اداری روز سه شنبه مورخ ۱۳/۰۹/۱۴۰۳ می باشد. بازگشایی پاکت ها ساعت ۱۰:۰۰ روز چهارشنبه مورخ ۱۴/۰۹/۱۴۰۳ انجام و نتایج آن به متقاضیان محترم اعلام خواهد شد.**

ردیف	شهر	پلاک ثبتی		کاربری/پهنه	مساحت عرصه (مترمربع)	مساحت اعیان (مترمربع)	قیمت پایه (ریال)	توضیحات	مبلغ سپرده تضمین شرکت در مزایده (ریال)	نشانی
		اصلی	فرعی							
۱	تهران	۱۵۹	۱۸۳۷	مسکونی	۲۲۴۲۲/۵۳	دارد	۳,۸۴۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	مجتمع مسکونی شامل ۱ بلوک ۵ طبقه ۲۷ واحدی، ۷ بلوک ۳ طبقه ۶ واحدی و ۸ بلوک ۲ طبقه ۴ واحدی بانضمام فضاهای خدماتی و مذهبی موجود و انشعابات مربوطه، ملک فاقد پروانه و پایان کار ساختمانی بوده و با وضعیت موجود واگذار می گردد.	۹۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	امین آباد ۶ کیلومتری شهر ری شهرک شهید فتحی
۲	لواسان	۱۹	۳۶۳	مسکونی	۵۶۶	-	۷۱۳/۱۶۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین با پروانه	۲۷,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	لواسان - منطقه گلندوک
۳	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۵۶	مسکونی	۲۴۱,۵	-	۱۵۵,۰۴۳,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۷,۸۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۴	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۶۸	مسکونی	۱۷۶,۴۴	-	۱۴۷,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۷,۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۵	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۶۹	مسکونی	۱۷۰	-	۱۲۴,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۶,۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۶	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۷۰	مسکونی	۱۷۰	-	۱۲۳,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۶,۲۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۷	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۷۲	مسکونی	۳۶۴,۵	-	۲۴۱,۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۱۲,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۸	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۶۰	مسکونی	۱۷۸,۲۲	-	۱۴۰,۹۸۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۷,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۹	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۵۹	مسکونی	۱۷۴,۲۲	-	۱۳۶,۷۷۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۶,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۱۰	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۵۸	مسکونی	۱۷۵,۵	-	۱۱۷,۷۶۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۶,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۱۱	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۵۷	مسکونی	۱۹۵	-	۱۳۰,۲۶۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۷,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۱۲	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۶۳	مسکونی	۲۴۶,۵	-	۱۵۹,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۷,۹۵۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۱۳	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۶۲	مسکونی	۱۸۰	-	۱۲۰,۸۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۶,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۱۴	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۶۱	مسکونی	۱۸۰	-	۱۲۱,۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۶,۲۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۱۵	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۷۳	مسکونی	۲۱۵	-	۱۵۸,۲۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۸,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۱۶	تبریز	۸۹۹۹	۶۹۶۴	مسکونی	۱۲۷	-	۸۳,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	بصورت یک قطعه زمین	۴,۲۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	تبریز، منظریه - بلوار نیایش - مجتمع طلائییه - کوی شورا
۱۷	ساری	۲۵۴	۳۴۵۴	مسکونی	۲۹۳	۶۷۴	۳۱۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	ساختمان دو طبقه کلنگی	۱۵,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	شهرستان ساری تقاطع خیابان جام جم و نهضت
۱۸	آباده	۲۲۷۹	۸	مسکونی	۲۹۵,۶۳	۳۷۶	۷۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	ساختمان دو طبقه کلنگی	۳,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	شهرستان آباده بلوار امام خمینی (ره)
۱۹	گنبد کاووس	۴۰	۲۶۱	زراعی	۱۰۲۰۵,۳۵	-	۱۶۲,۶۶۹,۸۵۰,۰۰۰,۰۰۰	زمین زراعی چسبیده به بافت شهر	۸,۲۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	گنبد کاووس روبروی روستای حاجیلر قلعه
۲۰	سبزوار	۳۱۰۴	۴	تجاری	۱۵۳,۷	۶۲۰	۱۱۱,۵۵۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	ساختمان با کاربری تجاری	۵,۶۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	سبزوار خیابان مدرس خیابان بسیج جنوبی
۲۱	اهواز	۵	۵۲۵۵	مسکونی	۳۰۰	۷۲۰	۳۷۲,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	ساختمان چهار طبقه هشت واحدی	۱۸,۶۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اهواز کیانپارس خیابان شهرپور غربی پلاک ۹۸

شرایط شرکت در مزایده عمومی:

- داشتن اهلیت قانونی
- دریافت، تکمیل، مهر و امضاء و ارسال اسناد شرکت در مزایده و برگ پیشنهاد قیمت؛ وفق شرایط تعریف شده در برگ شرایط عمومی مزایده
- ارائه چک تضمین بانکی و یا اصل فیش واریزی معادل ۵٪ قیمت پایه مزایده جهت تضمین شرکت در مزایده به حساب جاری شماره ۱۸۵۷۴۳۱۰۲۰۳۳۶۵۱ بانک سپه شعبه پاسداران کد ۷۷۰ بنام تنخواه گردان هزینه های معاونت مهندسی ودجا
- الزام به رعایت قانون منع مداخله کارکنان دولت در معاملات دولتی
- مزایده گزار در قبول یا رد یک یا کلیه پیشنهادات مختار می باشد و به پیشنهاد قیمت ناقص، مخدوش، مشروط یا فاقد تضمین ترتیب اثر داده نخواهد شد.
- در صورت عدم برنده شدن متقاضی؛ ظرف مدت ده روز کاری بعد از بازگشایی پاکت (وفق شرایط مندرج در اسناد مزایده)؛ مبلغ سپرده شرکت در مزایده مسترد خواهد شد.
- هزینه های چاپ آگهی (به نسبت) و گزارش هیئت کارشناسی بر عهده برنده مزایده خواهد بود.

شرایط پرداخت:		
شرایط پرداخت	نحوه پرداخت	توضیحات
فروش نقدی سه ماهه	۳۰ درصد همزمان با مبادعه نامه + ۶۰٪ تحویل ملک + ۱۰٪ انتقال سند	حداکثر تخفیف ۱۰٪ نسبت به قیمت کارشناسی برای کلیه املاک
اقساط ۶ ماهه	۳۰ درصد همزمان با مبادعه نامه + ۳۵٪ اقساط + ۵٪ انتقال سند	برای املاک تا سقف ۵۰ میلیارد تومان
اقساط ۹ ماهه	۳۰ درصد همزمان با مبادعه نامه + ۶۵٪ اقساط + ۵٪ انتقال سند	برای املاک ۵۰ تا ۲۰۰ میلیارد تومان