یک متخصص کودکان:

اختلالات ناشی از خواب در کودکان شایع‌تر از بزرگسالان است

نوزادان هفت تا ۱۲ ماهه را برای تغذیه شبانه بیدار نکنید. یک متخصص کودکان با بیان این که اختلالات ناشی از خواب در میان کودکان شایع‌تر از بزرگسالان است، خاطرنشان کرد: ۴۴ درصد کودکان دچار اختلالات خواب هستند.

به گزارش خبرنگار ایسنا، دکتر شبنم جلیل القدر در حاشیه پنجمین کنگره اختلالات خواب اظهار کرد: بسیاری از مشکلات خواب در کودکان ما به عادات غلط خواب برمی‌گردد. نوزادان از ۷ تا ۱۲ ماهگی، نباید از ۱۲ تا۵ صبح از خواب بیدار شوند و در این ساعات احتیاجی به تغذیه شبانه ندارند.

این که معمولا نوزاد را برای دادن شیر در طول ساعات شب از خواب بیدار می‌کنند بیشتر به تقویت عادات ناصحیح در شیوه خواب می‌انجامد.

وی اضافه کرد: اختلالات خواب در کودکان بیشتر از بزرگسالان دیده می‌شود. ۴۴ درصد کودکان مشکل خواب دارند که۲۵ درصد آن شدید است. در حالی که ۱۹ تا ۲۰ درصد بزرگسالان در کشور به بی‌خوابی مزمن دچار هستند.

یک متخصص تغذیه:

برای جبران کم آبی بدن در فصل تابستان از انواع میوه‌ها استفاده کنید

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز گفت: میوه نقش مهمی در سلامت بدن دارد و به همین دلیل لازم است مصرف روزانه ۲ تا ۴ واحد از انواع میوه‌ها در برنامه غذایی افراد قرار گیرد. دکتر رضا امانی در گفت‌وگو با ایسنا، اظهار کرد: میوه‌ها دارای ارزش تغذیه‌ای بسیار زیادی هستند و باید حتما در برنامه غذایی روزانه افراد قرار گیرند. میوه‌ها به دلیل دارا بودن ویتامین C و املاحی مانند پتاسیم و ترکیبات آنتی‌اکسیدانی بسیار برای بدن مفید هستند. وی افزود: در فصل تابستان و با گرم شدن هوا، مقدار زیادی آب و املاح بدن مانند پتاسیم از طریق تعریق از بدن دفع می‌شود و برای جبران آن، باید از انواع میوه‌ها استفاده کرد.

امانی تصریح کرد: رنگدانه‌های کاروتینوئید منابع مهم آنتی‌اکسیدان به شمار می‌آیند که مصرف آنها در پیش‌گیری از آسیب‌های ناشی از سموم، روند اکسیداسیون چربی‌های مضر، پیش‌گیری از روند سرطان‌زایی و بیماری‌های قلبی و عروقی موثر است. عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز خاطرنشان کرد: ویتامین C موجود در میوه‌ها علاوه بر اثر آنتی‌اکسیدانی در افزایش توان سیستم دفاعی بدن و پیش‌گیری از ابتلا به بیماری‌ها موثرند. مصرف میوه‌های حاوی ویتامین C در کاهش ابتلا به آنفلوآنزا نیز نقش موثری دارد. این متخصص تغذیه ادامه داد: میوه‌ها دارای مقادیری فیبر محلول هستند و به همین دلیل می‌توانند در کاهش چربی و قند خون موثر باشند. در الگوی تغذیه‌ای سالم مصرف ۲۰۰ تا ۴۰۰ گرم میوه در روز توصیه می‌شود.

همچنین بهتر است در مصرف میوه‌ها، تنوع نیز رعایت شود. امانی گفت: هنگام خرید میوه باید به تازه بودن آن توجه شود؛ هرچه میوه پررنگتر باشد، دارای ارزش غذایی بیشتری است. وی با اشاره به فواید مصرف توت، افزود: میوه توت دارای بیشترین میزان آنتی‌اکسیدان در مقایسه با دیگر میوه‌هاست و به همین دلیل مصرف آن توصیه می‌شود. عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز تاکید کرد: روزانه باید مصرف ۲ تا ۴ عدد میوه در برنامه غذایی قرار گیرد. همچنین پیش از مصرف، باید میوه‌ها با دقت بیشتری شسته شوند و می‌توان در این زمینه از شوینده‌های مناسب هم استفاده کرد.

آشنایی با انتقال خون

قسمت دوم

-خونگیری :

اهداکننده خون ، روی تخت دراز کشیده وخونگیر آموزش دیده با وسایل استریل و یکبار مصرف محل خونگیری را ضد عفونی و ۴۵۰ سی سی از وی خون دریافت می کند که زمان خونگیری بین ۵ تا ۱۰ دقیقه طول می کشد . این اطمینان را به اهداکننده می دهیم که اهدای خون هیچ مشکلی برای سلامت دهنده خون ایجاد نمی نماید.

-استراحت و پذیرایی : در این مدت خونگیر از شما مراقبت می نماید و با آب میوه و شیرینی از شما پذیرایی می گردد .

توصیه های پس از اهدای خون

– پس از اتمام خونگیری دست خود را بالا نگهدارید و با گاز استریل محل خونگیری را به مدت ۳دقیقه فشار دهید.

– برای بلند شدن از تخت خونگیری از دستی که خونگیری به عمل آمده استفاده نکنید.

– پس از اهدای خون به مدت ۱۰تا۱۵ دقیقه روی تخت خونگیری استراحت نمایید و بدون اجازه کارشناس از تخت بلند نشوید.

– برای جبران حجم از دست رفته خون در ۴ساعت اول مایعات بیشتری بنوشید.

– تا ۲۴ساعت از انجام ورزش و فعالیتهای سنگین مانند کار در ارتفاعات بالا و رانندگی با وسایل نقلیه سنگین خودداری نمایید .

– تا یک ساعت پس از اهدای خون سیگار نکشید .

– تا ۲۴ ساعت از وارد کردن و فشار آوردن وحمل بار با دستی که خونگیری شده خودداری نمایید

در صورت بروز هریک از این موارد .....

اگر بعد ازخروج از انتقال خون دچار خونریزی از محل خونگیری شدید بازوی خود را بالا نگه دارید و توسط گاز استریل به محل خونگیری فشار وارد نمایید.

در صورت کمی کبودی در محل خونگیری اگر دردی احساس نمی کنید اهمیتی نداشته و بعد از چند روز کبودی برطرف می گردد.

در صورتی که از محل ورود سوزن مختصری درد احساس نمودید از کمپرس گرم استفاده نموده واز مسکن های معمولی جهت بهبود استفاده نمایید.

در صورتی که دچار ضعف یا سرگیجه شدید سریع روی زمین دراز کشیده و پاهایتان را بالاتر از تنه قرار دهید و اگر در حالت نشسته قرار دارید سر خود را بین دو زانو قرار دهید.

در صورت تداوم علایم بعد از اقدامات توصیه شده با مرکز انتقال خون تماس بگیرید.

همیشه به یاد داشته باشید .....

اگر طی ۲هفته پس از اهدای خون ، دچار هر نوع بیماری بویژه بیماریهای عفونی همانند ،آنفولانزا ،یرقان و یا هرنوع بیماری های منتقله از راه خون شدید حتما با شماره تلفن ۲۲۲۸۰۳۲ پزشک مشاور انتقال خون تماس بگیرید و وی را در جریان امر قرار دهید.

غذاهایی که بهتر است بعد از اهدای خون مصرف گردد ؟

برای جبران خونی که اهدا کرده اید بهتر است حتی المقدور در همان روز از نوشیدن چای و قهوه خودداری نمایید.

از موادی مانند گوشت قرمز ، ماهی ، جگر ، حبوبات، زرده تخم مرغ، پسته و بادام ، اسفناج وجعفری ، مرکبات وگوجه فرنگی استفاده نمایید. بدین ترتیب ذخایر آهن بدن شما سریع تر جایگزین می شوند.

روابط عمومی اداره کل انتقال خون استان هرمزگان www.horbto.ir

استقبال گسترده شهروندان هرمزگانی از قانون جدید راهنمایی رانندگی

اولین قبض جریمه ۲میلیون ریالی در هرمزگان صادر شد

رییس پلیس راهنمایی رانندگی فرماندهی انتظامی استان هرمزگان در نشست مشترک خود با فرمانده قرارگاه پلیس راه، استقبال گسترده و همچنین تعامل خوب شهروندان هرمزگانی از قانون جدید راهنمایی و رانندگی را ستود و اظهار داشت: در اجرای قانون جدید راهنمایی و رانندگی که یک قانون مترقی و پیشگیرانه است، از تاریخ اجرای آن (دهم اردیبهشت) شاهد استقبال گسترده شهروندان هرمزگانی از این قانون هستیم .

به گزارش خبرنگار روزنامه دریا؛ سرهنگ" تیمور سپهوند " با اشاره به بازخورد میدانی این طرح از موعد اجرا ، افزود: در مدت ۱۸روز از اجرای طرح تاکنون هیچ راننده ای مرتکب تخلفی که منجر به نمره منفی شود نگردیده که این امر نشان از رویکرد تعاملی شهروندان باپلیس در اجرای طرح است.

وی در ادامه بیان داشت: پلیس راهور در راستای نهادینه شدن طرح جدید در هفته اول رویکرد خود را مبتنی بر ارشاد و راهنمایی گذاشت و از هفته دوم برخورد با متخلفین را اجرایی نمود.

به گفته وی؛ طرح برخورد با سه تخلف شامل تجاوز به گذرگاه عابر پیاده، عدم رعایت حق تقدم عابرین پیاده و همچنین استفاده از مواد روانگردان، مشروبات الکلی و مواد مخدر با رویکرد قانون جدید اجرایی شد که طی این مدت ۷۵۹ مورد برای متخلفین ناشی از تجاوز به گذرگاه و ۱۵۱مورد برای عدم رعایت حق تقدم عابرین پیاده اعمال قانون شده است که خوشبختانه در مود سوم یعنی مصرف مواد موردی در استان مشاهده نشده است.

رییس پلیس راهنمایی رانندگی همچنین از ساماندهی تقاطع های دارای چراغ در سطح شهر بندرعباس خبر داد و گفت : برای اجرای این طرح درپنج نقطه شهر شامل؛ چهارراه دانشگاه، رسالت، مطهری ، صاحب الزمان و جهانبار، پلیس از همه ظرفیت های خود به همراه یگان ویژه استفاده نموده است تا انضباط لازم را در خصوص رعایت گذرگاه عابر پیاده و توقف خودروها پشت خط اعمال گردد.

به گفته سپهوند؛ برخورد با موتورسیکلت سواران متخلف از دیگر اقدامات تشدید شده پلیس در اجرای طرح جدید است که با جدیت در حال اجراست .

وی توسعه کلاس های آموزشی ، ارسال کتابچه قانون جدید به کلیه ادارات و توجیه رانندگان را از دیگر اقدامات پلیس راهور اعلام کرد و بیان داشت: برای اجرای این قانون تعامل حداکثری با شهروندان در دستور کار پلیس قرار دارد و با نگاه همه جانبه ، نهادینه شدن طرح را دنبال می کند.

سپهوند همچنین گفت: خوشبختانه آمار تلفات ناشی از سوانح رانندگی در کل استان هرمزگان در فروردین ماه امسال نسبت به مدت مشابه سال قبل با هفت کشته ، تغییری نداشته است.

ایده طراحی کلاه ایمنی مناسب اقلیم استان را دنبال می کنیم

رییس پلیس راهنمایی و رانندگی استان هرمزگان همچنین در فراز دیگری از سخنان خود گفت: ایده طراحی کلاه ایمنی مناسب با اقلیم استان را دنبال می کنیم تا شرایط بهتر برای استفاده از این وسیله ضروری مهیا شود.

سرهنگ " سپهوند" افزود: برابر بررسی های انجام شده ، بیشترین متوفیان حوادث رانندگی با موتورسیکلت، ناشی از ضربه های شدید به ناحیه سر و گردن است که این امر اهمیت استفاده از کلاه ایمنی را به خوبی نشان می دهد.

وی تصریح کرد: آنچه هم اکنون به عنوان کلاه ایمنی در بازار عرضه می شود برای اقلیم گرم استان هرمزگان مناسب نیست ضمن اینکه نوع پوشش آن نیز به گونه ای است که شعاع دید راننده را کم می کند.

به گفته سپهوند؛ این عوامل باعث شده است استقبال به استفاده از این وسیله ضروری در جامعه کمرنگ باشد که باید برای آن فکری کرد.

سپهوند با تاکید بر طراحی کلاه ایمنی مناسب با شرایط اقلیمی در کنار امکان استفاده آسان از آن، بیان داشت: بر این اساس باید شرکت های سازنده مدلی را طراحی کنند که موارد مذکور در آن رعایت گردد تا امکان استفاده بیشتر از آن فراهم شود.

اگرچه بیشترین ماده واحده قانون جدید به مقررات درون شهری برمی گردد اما در بحث برون شهری نیز مفاد مهمی دارد که با جدیت در دستورکار پلیس راه قرار گرفته است

رییس پلیس راهنمایی و رانندگی استان همچنین با اشاره به تشدید برخورد با موتورسیکلت سواران متخلف در اجرای قانون جدید راهور ،گفت: در این قانون دارا بودن تجهیزات ایمنی و گواهینامه به همراه سایر نکات قانونی در استفاده از موتورسیکلت به جد مورد توجه پلیس است و علاوه بر اعمال قانون ، توقیف نیز پیش بینی شده است .

اولین جریمه ۲میلیونی ریالی در هرمزگان صادرشد

فرمانده قرارگاه پلیس راه فرماندهی انتظامی استان هرمزگان نیز در این نشست از صدور اولین قبض جریمه ۲میلیونی ریالی دراجرای قانون جدید راهنمایی و رانندگی، خبر داد و گفت: این جریمه در خصوص تخلف استفاده از مواد رونگردان و مخدر برای یک راننده عمومی اعمال شد.

سرهنگ "علی مجیدزاده" افزود: به دنبال احراز این تخلف فرد یادشده ملزم به پرداخت جریمه به مبلغ مذکورگردید و سایر اقدامات قانونی درخصوص این تخلف نیزاعمال شد.

وی خاطر نشان کرد: اگرچه بیشترین ماده واحده قانون جدید به مقررات درون شهری برمی گردد اما در بحث برون شهری نیز مفاد مهمی دارد که با جدیت در دستورکار پلیس راه قرارگرفته است.

به گفته مجیدزاده؛ یکی از مهمترین بخش های این قانون این است که اگر رانندگی در حالت مستی و مصرف داروهای روانگردان و افیونی صورت گیرد، برای وسایل نقلیه شخصی ۱۰ امتیاز منفی و برای وسایل نقلیه عمومی ۲۰ امتیاز منفی در پی دارد.

وی اضافه کرد: همچنین جریمه ۲میلیون ریالی و توقیف گواهینامه به مدت شش ماه از جمله مجازات های این تخلف است که اولین مورد آن در یکی از محورهای مواصلاتی استان اعمال شد.

فرمانده قرارگاه پلیس راه استان در همین رابطه از نتایج انجام تست رانندگان خبر داد و گفت: متوسط انجام تست سلامتی رانندگان ۲۰نفر در روز است که تا کنون از ۱۰۰ نمونه انجام شده نتایج آزمایش ۴۲ نفر صادر که تست شش نفر آنان مثبت بوده است .

وی تاکید کرد: پلیس بدون کمترین اغماضی مراحل اعمال قانون در خصوص این عده را در دست اقدام دارد.

سرهنگ مجیدزاده همچنین از انجام ۴هزار و ۵۱۶ مورد اعمال قانون در خصوص تخلف عدم استفاده از کمربند ایمنی ،۳۷۱مورد کلاه ایمنی و حدود ۶۰۰مورد حمل مسافر در قسمت بار خبر داد که در مدت اجرای طرح جدید عملیاتی شده است.

وی در همین رابطه از توقیف ۴۳۰خودروی دارای برچسب شیشه دودی خبرداد و گفت: این میزان توقیف از ۲هزار و ۱۱۵مورد اعمال قانون بوده است که در محورهای مواصلاتی استان انجام شده است.

فرمانده قرارگاه پلیس راه استان در خاتمه با اعلام اینکه در فروردین ماه امسال ۳۷نفر در سوانح رانندگی جان خود ا از دست داده اند، افزود: این میزان در مقایسه با مدت مشابه سال گذشته ۳۶ درصد کاهش داشته است که انتظار می رود با نهادینه شدن قانون جدید شاهد کاهش سوانح و تلفات ناشی از حوادث رانندگی باشیم.

آوای دریا

۲۲۴۳۷۳۴
۲۲۴۶۳۸۴

ساماندهی تاکسی ها و اتوبوسها

ساماندهی ناوگان حمل و نقل عمومی بعد از چندین سال هنوز به سرانجام نرسیده است . سرفلکه ۱۷ شهریور حدوداً ساعت ۵ تا ۶:۳۰ بعداز ظهر ترافیک سنگین تاکسی ها است و تاکسی زیادی ایستاده اند ولی در این ساعت مسافر نیست اما ساعت ۹:۳۰ دقیقه شب مسافر زیاد است اما تاکسی نیست . می خواستم از مسئولین تقاضا کنم برای این مشکل چاره ای بیندیشند که در این ساعت تاکسی یا اتوبوس باشد و طوری ساماندهی کنند تا ساعت ۱۱ شب اتوبوس باشد . چون به مسافربرهای شخصی نمی شود اطمینان کرد و امنیت ندارد .

حافظی

آنتن دهی همراه اول و ایرانسل

در روستای باغان جاسک آنتن دهی خط های همراه اول و ایرانسل بسیار ضعیف است برای تماس گرفتن با جواب دادن تلفن ها باید کیلومترها از منزل دور شویم یا به بالای پشت بام ها برویم . از مسئولان مربوطه خواهشمندیم در این مورد اقدام نمایند .

علی بهروجه

کمبود فضای سبز و پارک

با توجه به کمبود فضای سبز و پارک در شهر بندرعباس پارک زرون که قبلاً از رونق خوبی برخوردار بود الان تبدیل به محل توقف خودروها شده است در صورتی که باید به این پارکها رسیدگی شود که از رونق نیفتند و محلی برای تفریح شهروندان باشد نه محل توقیف خودروها .

نجملی

جریمه شدم اما

متاسفانه برخورد برخی از افسران راهنمایی و رانندگی به خصوص افسران پلیس راه با مردم مناسب نیست و وقتی می خواهی از آنها سوالی را بپرسی با حالتی طلب کارانه و بسیار بد که در شأن یک افسر پلیس نیست با مردم برخورد می کنند. چند روز پیش خودروی مرا به دلیل دودی بودن شیشه آن در جاده بندرعباس – میناب و در نزدیکی روستای نوبند توسط گشت پلیسی که در محل حاضر بود توقیف کردند. در آنجا به دلیل اینکه از این موضوع شوکه بودم از افسر نپرسیدم که برای ترخیص خودروی خود چه اقدامی باید انجام دهم.

وقتی به خانه که در روستای گوربند است رسیدم، به پیشنهاد پدرم به ایستگاه پلیس راه گوربند مراجعه کردم تا از شیوه ترخیص خودروام بپرسم که بعد از اینکه افسری که خودرو را متوقف کرده بود را پیدا کردم و در حال صحبت با او بودم که شخصی بنام س–ن که او نیز افسر پلیس راه بود از داخل کیوسک بیرون آمد و شروع به ناسزا گفتن کرد. پدرم که از این موضوع ناراحت شده بود وقتی که به او گفت من اسم شما را از روی اتیکت یادداشت کرده ام و اقدام می کنم، اتیکت را از روی لباسش کند و به سمت صورت پدرم پرتاب کرد و دوباره شروع به گفتن حرفهای بسیار زشتی کرد.

می خواستم از مسئولین انتظامی استان بپرسم که آیا برای پرسیدن یک سوال باید به افراد بی احترامی شود؟ آیا یک افسر پلیس راه به دلیل اینکه فکر می کند هیچ کس او را زیر نظر ندارد باید به افرادی که حتی مسن هستند اینگونه بی احترامی کند؟

از مسئولین تقاضا داریم با این فرد که بسیاری از رانندگانی که در این مسیر تردد می کنند، از او ناراضی هستند و شخصی که حتی نمی داند چگونه با مردم باید رفتار کند، برخورد نمایند تا درس عبرتی باشد برای دیگر کسانی که با مردم رفتار مناسبی ندارند.

ایوب قاسمی از روستای گوربند

بیمارستان تامین اجتماعی پزشک ندارد

بنده سه هفته است که هر روز صبح ساعت ۵ به این بیمارستان مراجعه می کنم تا بتوانم یک نوبت بگیرم اما هر بار که می روم نگهبان می گوید نوبت تمام شده و دکتر بیشتر از این تعداد را ویزیت نمی کند . می خواستم بپرسم مگر ساعت ۵ صبح چند نفر بیمار می آید که پزشک نمی تواند ویزیت کند . این بیمارستان پزشک کافی ندارد و بیمه شدگان فقط حق بیمه را ماهیانه پرداخت می کنند و از خدمات خبری نیست .

یک مراجعه کننده

بازارچه امام حسین رونق ندارد

متاسفانه بازارچه امام حسین که چندین سال است افتتاح شده است تاکنون رونق چندانی ندارد و حتی قدرت جذب اهالی منطقه را هم نداشته و اکثر اهالی و ساکنین برای خرید به مرکز شهر می روند . بهتر است این بازارهای محلی رونق بگیرد تا بار ترافیک در مرکز شهر کاهش یابد .

کمالی

آبیاری بلوارها

از فضای سبز درخواست داریم با توجه به گرمای بیش از حد هوا در فواصل زمانی کمتر به بلوارها و فضای سبز خیابانی آب بدهند چرا که طی روزهای اخیر اکثر فضاهای سبز شهری خشک و رنگ پریده شده است .

یک شهروند

نشست قائم مقام حمایت از حقوق با مسئولان و کارکنان سازمان بازرگانی

قائم مقام سازمان حمایت از مصرف کنندگان در سفرش به بندرعباس با رئیس سازمان بازرگانی و مسئولان این سازمان دیدار کرد .

به گزارش روابط عمومی سازمان بازرگانی هرمزگان؛ در این نشست عبدلی زاده رییس سازمان بازرگانی هرمزگان ، درخصوص فعالیت این سازمان در حوزه نظارت و بازرسی در سال ۸۹ بیان داشت : سازمان در سال گذشته تعداد ۱۱۳۴ پرونده مربوط به قاچاق (سیگار) به ارزش ۶۱۸۰۵۵۹۴۴ ریال تشکیل و جهت صدور رأی به اداره تعزیرات حکومتی فرستاده شد .

عبدالمجید عبدلی زاده افزود : برگزاری گشت مشترک با اداره تعزیرات حکومتی سه روز در هفته پس از اجرای قانون هدفمندسازی یارانه ها همواره استمرار داشته که در این گشت های مشترک ۱۳ حکم تعطیلی و ۳۹ مورد حکم نصب پارچه در محل صادر شده است .

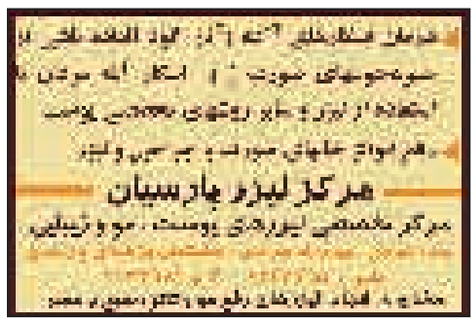
وی با اشاره به بازرسی های صورت گرفته یادآور شد : در این مدت ۱۸۵ هزار و ۶۳۳ واحد صنفی مورد بازرسی قرار گرفته اند که منجر به تشکیل ۱۴ هزار و ۴۵۸ پرونده تخلف گردید .

این مسئول استانی به عودت هزینه اضافه دریافت شده از مشترکین تلفن ثابت به مبلغ ۲۳۹ میلیون و ۷۳ هزار به ۱۲۱۷ مشترک و استقرار بازرسان سازمان در نمایندگی های خودرو به منظور دریافت شکایات مردمی و رسیدگی سریع به شکایات و شناسایی کارگاه های غیرمجاز نصب LPG و برخورد با واحدهای متخلف از طریق اتحادیه و اماکن نیروی انتظامی اشاره کرد .

رییس سازمان بازرگانی استان ادامه داد : در سال ۸۹ این سازمان حائز مقام برتر کشوری در نصب صندوق مکانیزه POS در کشور شد و همچنین دو سال پیاپی مقام اول در ارزیابی کشوری حوزه ستاد خبری را به خود اختصاص داد است .

عبدلی زاده افزود : یکی دیگر از خدمات سال گذشته سازمان خط تلفن ۱۲۴ به سه خط افزایش یافت و اداره مشارکت های مردمی به سیستم نرم افزاری تلفن گویا ۲۴ ساعته مجهز شد تا در ایام تعطیل و ساعات غیراداری پاسخگوی شکایات مردمی باشد .

به گفته وی در سال گذشته در مجموع تعداد ۹ هزار و ۸۴۲ گزارش مردمی در ستاد خبری به ثبت رسیده که به تفکیک ۶ هزار و ۱۸۸ مورد به صورت تلفنی ، ۷۳۶ مورد حضوری و ۲ هزار ۹۱۸ مورد آن ها گزارشات کتبی است .



رییس سازمان بازرگانی هرمزگان :

مصوبات کمیسیون نظارت بر اصناف قانونی و لازم الإجراست

دومین جلسه کمیسیون نظارت براصناف شهرستان بندرعباس در محل سازمان بازرگانی تشکیل شد که با مصوباتی در خصوص واحدهای صنفی نان روغنی ، اغذیه فروشان و رستوران داران ، طلافروشان چهار راه مرادی و اتحادیه قناد ، آبمیوه و بستنی به کار خود پایان داد .

به گزارش روابط عمومی سازمان بازرگانی هرمزگان ؛ عبدلی زاده اظهار داشت : مجمع امور صنفی و اتحادیه های صنفی نظارت بیشتری بر واحدهای صنفی داشته باشند و چنانچه واحد صنفی فاقد پروانه کسب باشد جهت دریافت پروانه کسب آن را ارشاد و راهنمایی کنند و در صورت عدم دریافت پروانه کسب برابر ضوابط و به استناد ماده ۲۷ قانون نظام صنفی با آن برخورد شود .

وی در ادامه با تشکر از مشارکت اصناف در طرح آمار گیری واحدهای صنفی در خصوص آزمون هیئت مدیره ها گفت : آزمون هیئت مدیره در مورخ ۹۰/۲/۱۹ برگزار شد و ما شاهد استقبال خوبی از سوی هیئت مدیره اتحادیه های صنفی بودیم هر چند که استان هرمزگان قبل از اجرای این طرح ، در سالهای گذشته از هیئت مدیره اتحادیه های صنفی و مدیران اجرایی اتحادیه های صنفی آزمون قانون نظام صنفی بعمل آورده است .

رییس کمیسیون نظارت بر اصناف در این جلسه با اشاره به نرخنامه جدید مشاورین املاک خاطرنشان کرد : در خصوص نرخ خدمات مشاورین املاک با توجه به استعلامات انجام شده از استانهای کشور و تشکیل جلسات کارشناسی نرخ خدمات مشاورین املاک در بیست و دومین جلسه کمیسیون نظارت بر اصناف شهرستان بندرعباس (۸۹/۱۲/۱۵) به تصویب رسید که با توجه به پایان سال اجرایی شدن آن به سال جاری موکول گردید و نرخنامه جدید توسط مجمع امور صنفی به اتحادیه مشاورین املاک و مستغلات ابلاغ شد .

وی تأکید کرد : نرخی که توسط کمیسیون نظارت به تصویب رسیده است قانونی و لازم الإجراست .

این جلسه مصوباتی نیز به همراه داشت که اهم آن برگزاری انتخابات اتحادیه لوازم التحریر و کتاب و روزنامه شهرستان بندرعباس در راستای اجرای تبصره ۲ ماده ۲۲ قانون نظام صنفی می باشد که مقرر گردید انجمن نظارت بر انتخابات اتحادیه های صنفی مقدمات برگزاری انتخابات اتحادیه مذکور را فراهم نماید و استانداری ومجمع امور صنفی نسبت به معرفی نمایندگان خود به انجمن نظارت اقدام نمایند.

حیات سبز (۱)

رادیو اکتیو طبیعی و سلامت انسان :

مصالح ساختمانی به عنوان منبع اصلی یک گاز رادیواکتیو دیگر بنام تورون (حاصل فروپاشی توریم) محسوب می شوند . منبع زمین شناسی اصلی دیگر تشعشعات اشعه گامای خشکی های کره زمین بوده که بطور عمده از فروپاشی پتاسیم ، اورانیوم و توریوم طبیعی حاصل می شود این عناصر بطور گسترده در گسل ها ، خاک ها و مصالح ساختمانی پراکنده شده اند . بیشترین حالت قرار گیری در معرض گازهای رادیواکتیو رادون و اشعه های سطح خشکی ها ، نتیجه درخانه ماندن یا به عبارت دیگر زندگی در محل های سرپوشیده مانند منازل است . بعنوان مثال در بریتانیا افراد فقط ۸ درصد وقت خود را در بیرون از منازلشان می گذرانند ، در نتیجه تا حد بسیار زیادی در معرض تشعشع قرار دارند . بیشترین تشعشع رادون از مصالح ساختمانی بوده و این در حالی است که بیشترین مقدار تجمع آن در زمین زیر ساختمان هاست .

مواردی که دارای رادیواکتیو طبیعی هستند ، در مواد غذایی هم وجود دارند مثل هسته پرتوزا (پتاسیم –۴۰) منبعی اصلی برای درمان از طریق اشعه X بشمار می رود . یکی از خوراکی هایی که دارای حدود ۵۰ درصد رادیواکتیو طبیعی در خود است یعنی بیش از حد میانگین ، صدف ها هستند . راه دیگری که از طریق آن ، بدن انسان در معرض تشعشعات قرار می گیرند اشعه های کیهانی هستند که با افزایش عرض و ارتفاع جغرافیایی، مقدار آن نیز بیشتر می شوند . به این صورت ، ساکنان قطب ها و کوهستان ها، خدمه هواپیماها و مسافران دائمی سفرهای هوایی دوز بالاتری از تشعشعات کیهانی را دریافت می کنند . اشعه X و مواد رادیواکتیوی که برای تشخیص بیماری ها بکار می روند ، خود بزرگ ترین عامل آلودگی انسان محسوب می شوند .

اثرات مواد حاوی رادیواکتیو بر سلامت انسان :

تشعشعات رادیواکتیو دارای قابلیت تغییر مولکول های مهم در بافت های انسانی و نیز ایجاد تغییرات شیمیایی در DNA (که مهمترین ماده در اختیار دارنده کنترل ساختمان و وظایف سلول های سازنده بدن انسان است) هستند همچنین می توانند به اثرات سوء زیست شناختی در بدن انسان ،شامل گسترش سلولی غیر عادی منجر شوند و برخی از این اثرات حتی تا مدتی پس از قرار گیری بدن در معرض تشعشع ، اثرات خود را نشان نمی دهند.

بیشترین حجم گازی که طی عمل دم وارد بدن می شود ، قبل از آن که فرصتی برای فروپاشی وجود داشته باشد ، دوباره طی فرآیند بازدم از بدن خارج و بافت ها را تحت تاثیر قرار می دهد . با این حال ، بر اثر فروپاشی رادون ، ذرات بسیار ریز جامد رادیواکتیو شامل پولونیم ۲۱۸ تولید می شود که به آئروسول های طبیعی ، گرد و غبار ، دود و ذرات آب می چسبند . در نتیجه این امکان بوجود می آید که درون شش ها و ریه ها به دام بیفتد و تشعشعات خود را وارد سلول های غشای مخاط ، ماهیچه ها و دیگر بافت های تنفسی کنند .

مجید وفادار مدیرکل محیط زیست

سازمان بهزیستی

والدین عزیز:

با سنجش به موقع شنوایی فرزندتان سلامتی و شادابی را به او هدیه دهید

روابط عمومی سازمان بهزیستی استان هرمزگان

آبا بتن ساحل
سهامی خاص
ثبت ۹۵۱۳
تولید بتن آماده
با رعایت استانداردهای آئین نامه بتن ایران (آبا)
عضو سازمان نظام مهندسی استان هرمزگان
دارای پروانه اشتغال به کار مهندسی از سازمان نظام مهندسی استان هرمزگان
حمل اتصال بتن خودرو (دکل)
حمل اتصال بتن کشتی (زیبیری)
پاسکول - ۴ تنی دیجیتال
آزمایشگاه کنترل کیفیت بتن و مصالح