مرکز مشاوره بیماریهای رفتاری در "قشم" و "رودان" راه اندازی می شود

مرکز مشاوره بیماری های رفتاری با ارائه خدمات مشاوره ای رایگان پیرامون ایدز ،هپاتیت و بیماری های آمیزشی در قشم و رودان راه اندازی می شود.کارشناس پیشگیری از HIV مرکز بهداشت استان در این ارتباط گفت :با توجه به نقش مراکز مشاوره در پیشگیری از گسترش ایدز، دو مرکز مشاوره در شهرستان قشم و رودان به زودی راه اندازی می شود.دکتر "مریم ذاکری" افزود : درمراکز مشاوره به هرگونه سئوالی در زمینه بیماری های رفتاری به صورت تلفنی و حضوری پاسخ داده می شود و اطلاعات ارائه شده در این مراکز به صورت محرمانه خواهد ماند.

"ذاکری "خاطر نشان کرد :درصورت نیاز و درخواست مراجعه کننده آزمایشات مربوطه به صورت رایگان انجام خواهد شد و درصورت مثبت بودن فرد تحت درمان های موجود قرار خواهد گرفت .وی با بیان اینکه سه مرکز مشاوره فعال درهرمزگان وجود دارد، بیان کرد : مراکز مشاوره بندرعباس، کیش و میناب در استان فعال است .کارشناس پیشگیری از HIV مرکز بهداشت استان آموزش و اطلاع رسانی را ازبرنامه های مهم پیشگیری از HIV دانست و افزود : رسانه ها نقش مهمی در این استراتژی خواهند داشت و رسانه ها با معرفی مراکز مشاوره می توانند مردم را به این مراکز جهت پاسخگویی ومشاوره هدایت کنند.

توسط مرکز بهداشت بندرعباس :

هشت مرکز عرضه مواد غذایی متخلف تعطیل گردید

مرکز بهداشت شهرستان بندرعباس، ۸ باب از مراکز تهیه و توزیع و فروش مواد غذایی متخلف در این شهرستان را تعطیل نمودند .

به گزارش روابط عمومی مرکز بهداشت شهرستان بندرعباس؛ ۸ باب مرکز تهیه و توزیع و فروش مواد غذایی شامل کبابی ، خوار و بار فروشی ، میوه فروشی در شهر بندرعباس به علت عدم رعایت موازین بهداشتی اعم از بهداشت فردی ، بهسازی محل و بهداشت مواد غذایی و وسایل کار از سوی بهداشت محیط مرکز بهداشت شهرستان بندرعباس تعطیل گردید .

در این زمینه مرکز بهداشت شهرستان بندرعباس از متصدیان اماکن عمومی و مراکز تهیه و توزیع خواست تا نسبت به رعایت بهداشت فردی کارکنان، شرایط ساختمانی، محل و استفاده از وسایل و ابزار کار مناسب مطابق با آئین نامه های وزارت بهداشت و اصول نگهداری مواد غذایی اقدام نمایند . در غیر اینصورت این مرکز طبق مقررات اقدام خواهد کرد .

"اوریون" شایعترین علت ناشنوایی یکطرفه اکتسابی کودکان

یکی از دلایل کاهش شنوایی می تواند بیماری اوریون باشد، به این صورت که اوریون می تواند با درگیری حلزون گوش باعث شدیدترین کاهش شنوایی به خصوص کاهش شنوایی یک طرفه در کودکان شود .

سلامت نیوز: کاهش یا قطع ناگهانی شنوایی می تواند به علل مختلفی باشد، البته تعریف قابل قبول این حالت، کاهش شنوایی ۳۰ دسی بل یا بیشتر در طول ۱۲ ساعت می باشد که یکی از دلایل این کاهش شنوایی در کودکان می تواند بیماری اوریون باشد.

دکتر ابراهیم رزم پا متخصص گوش، حلق و بینی در گفت و گو با خبرنگار ایسنا، واحد علوم پزشکی ایران؛ ضمن بیان مطلب فوق گفت: مشخصه بیماری ، کاهش شنوایی در تمام فرکانس های شنیداری می باشد و معمولا بیمار هنگام صحبت با تلفن متوجه آن می شود و گاه بیمار صداهای پوپ مانندی می شنود و حتی برخی مواقع با این صدا از خواب بیدار می شود.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران تصریح کرد: یکی از دلایل کاهش شنوایی می تواند بیماری اوریون باشد، به این صورت که اوریون می تواند با درگیری حلزون گوش باعث شدیدترین کاهش شنوایی به خصوص کاهش شنوایی یک طرفه در کودکان شود .

به گفته وی، اوریون شایع ترین علت ناشنوایی یک طرفه اکتسابی در کودکان است، البته اغلب این بیماران در معرض شرایط پراسترس نیز قرار داشته اند. این متخصص گوش، حلق و بینی در ادامه تغییرات محیطی (مانند اعمال جراحی ، استرس و مسافرت)، بیماری ویروسی، اختلالات ایمونولوژیک را از دیگر علل کاهش شنوایی دانست و افزود: حدود دو سوم بیماران مبتلا به ناشنوایی عصبی ممکن است بدون درمان مشخص کاملا بهبود یابند و تجویز دارو در دیگر بیماران هم از جمله راه های درمانی محسوب می شود.

کارشناس مبارزه بیماریهای واگیر مرکزبهداشت استان تاکید کرد:

تشخیص به موقع موثرترین روش پیشگیری از سل است

سل یک بیماری عفونی واگیر است که در اثر میکروبی به نام باسیل سل ایجاد می شود.

این میکروب معمولاً (یعنی در ۸۰ درصد موارد) ریه ها را مبتلا می کند ولی می تواند موجب ابتلای اعضای دیگر بدن مانند استخوانها ، مفاصل، مغز، کلیه، پوست و ... نیز شود. بیماری سل از گذشته های دور در کشورهای مختلف دنیا وجود داشته و هنوز هم یک مشکل جهانی به حساب می آید. امروزه سل بیش از هر بیماری عفونی دیگری موجب مرگ و میر انسان ها می شود. یک سوم مردم جهان(یعنی حدود ۲ میلیارد نفر)بدون آنکه احساس بیماری کنند، میکروب سل را به صورت نهفته در بدن خود دارند.

کارشناس مبارزه بیماریهای واگیر مرکز بهداشت استان در گفتگو با سرویس سلامت روزنامه دریا با اشاره به راههای انتقال گفت: سل به طور عمده یک بیماری قابل انتقال از راه هواست. هنگام عطسه، سرفه، حرف زدن و خندیدن توسط بیمار مبتلا به سل ریوی قطراتی ریز حاوی میکروب سل در هوا به حالت معلق باقی می مانند. اگر فردی سالم در هوای آلوده به این قطرات ریز، تنفس کند میکروب سل وارد ریه های او خواهد شد.اما برای انتقال بیماری تماس طولانی و نزدیک با بیمار لازم است. میکروب سل از راه استفاده از ظروف غذا خوری و لباس و ملحفه انتقال نمی یابد. بیماری سل در محیط های شلوغ ، کوچک، بدون تهویه مناسب، کم نور و مرطوب بیشتر انتقال می یابد.

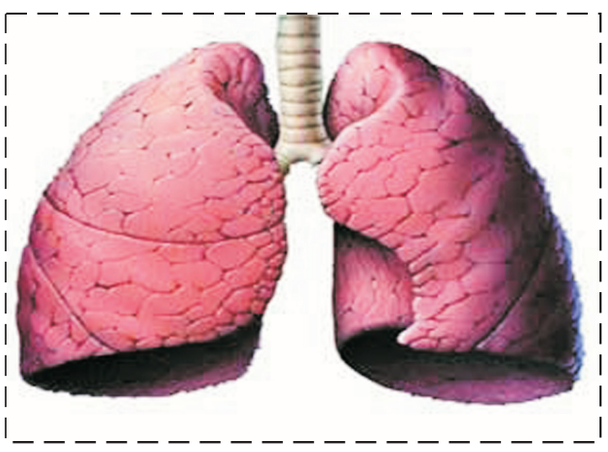
"مسعود دادرس" با اشاره به ورود میکروب سل به بدن اظهارکرد:اغلب افراد پس از ورود میکروب به ریه ها هیچگاه بیمار نمی شوند زیرا سیستم دفاعی بدن آن ها، میکروب را مهار کرده و از تکثیر آن و ایجاد بیماری جلوگیری می کند. در واقع میکروب سل به حالت نهفته و غیر فعال در بدن آنان وجود دارد و این افراد علائم بیماری را نداشته و میکروب را به دیگران انتقال نمی دهند.

از هر ۱۰ نفری که میکروب سل در بدن آن ها وجود دارد تنها یک نفر در طول عمر خود ممکن است به بیماری فعال سل مبتلا شود.این موضوع به علت ضعیف شدن سیستم دفاعی بدن و به دنبال آن فعالیت مجدد و تکثیر میکروب اتفاق می افتد و در این حالت بیماری می تواند از ریه ها به نقاط دیگر بدن نیز گسترش یابد.

"دادرس" در پاسخ به این پرسش که چه افرادی بیشتر در معرض خطر ابتلا به بیماری سل هستند،یاد آور شد: اگر چه همه افراد بشر استعداد ابتلا به سل را دارند، اما کودکان کم سن،افراد سالمند، افراد مبتلا به بیماری دیابت(مرض قند)، سوء تغذیه، سرطان ها، نارسایی مزمن کلیه یا ایدز و همچنین افرادی که داروهای ضعیف کننده سیستم دفاعی بدن(نظیر کورتون و داروهای ضد سرطان) استفاده می کنند،بیشتر از سایرین در معرض خطر ابتلا به بیماری سل هستند.

وی ادامه داد: افراد مبتلا به سل ریوی که در آزمایش میکروسکوپی خلط آنان میکروب سل مشاهده می شود و در اصطلاح مبتلا به«سل ریوی مسری» هستند عفونت زا محسوب می شوند، زیرا با هر عطسه یا سرفه تعداد زیادی میکروب را در هوا پراکنده می کنند.

این کارشناس، سرفه مداوم به مدت ۲ هفته یا بیشتر که می تواند با خلط همراه باشد یا نباشد شایعترین علامت بیماری سل دانست و افزود: اگر چه بیماری سل بسته به محل گرفتاری در بدن متفاوت است، اما علائم سل ریوی (که شایعترین شکل بیماری است) عبارتند از: سرفه مداوم (به مدت ۲ هفته یا بیشتر) که می تواند با خلط همراه باشد یا نباشد (شایعترین علامت)، تب(که در عصرها بیشتر است)، کاهش وزن، عرق کردن شبانه، بی اشتهایی، خستگی زودرس و ضعف عمومی و گاهی در مواردی که بیماری دیر تشخیص داده می شود، درد قفسه سینه، تنگی نفس و خلط خونی. افراد دارای علائم مشکوک به سل به ویژه سرفه مداوم باید سریعاً به پزشک مراجعه کنند.



وی بابیان اینکه بیماری سل معمولا از طریق آزمایش میکروسکوپی خلط تشخیص داده می شود، یاد آورشد: بیماری سل معمولا از طریق آزمایش میکروسکوپی خلط تشخیص داده می شود. هر چند که گاه از کشت خلط، عکسبرداری قفسه سینه و برخی آزمایشات دیگر نیز ممکن است کمک گرفته شود.

کارشناس مبارزه بیماریهای واگیر مرکز بهداشت استان بیماری سل را قابل درمان دانست واضافه کرد: امروزه بیماران با درمان دارویی به راحتی بهبود می یابند. البته طول مدت درمان حداقل ٦ ماه می باشد و مصرف منظم و کامل دارو شرط اصلی موفقیت درمان سل است.

لازم به ذکر است که داروهای سل یکبار در روز و به طور ناشتا مصرف می شوند. البته لازم به ذکر است که اغلب بیماران ۲ هفته پس از آغاز درمان موثر دیگر نمی توانند بیماری را به دیگران منتقل کنند. خدمات تشخیصی و درمانی سل در کلیه ی مراکز بهداشتی درمانی و خانه های بهداشت کشور «به طور رایگان» ارائه می شود.

وی با اشاره به راهبرد داتس (DOTS) گفت : داتس(DOTS) فرآیندی است که طی آن بیمار مبتلا به سل داروهای روزانه خود را با نظارت مستقیم و مشاهده ی کارمند بهداشتی ی ا فرد آموزش دیده مصرف می کند. به این ترتیب از قطع خود سرانه ی خوردن دارو به دلیل طولانی بودن دوره ی درمان جلوگیری می شود. این راهبرد به عنوان موثرترین اقدام در کنترل سل شناخته شده است و ضمن حمایت و تشویق بیمار برای ادامه ی درمان، بروز عوارض دارویی احتمالی را به موقع شناسایی کرده و تکمیل دوره ی درمان را تضمین می کند.

"دادرس " خطرهای قطع خود سرانه ی درمان و یا مصرف نامنظم و ناکامل داروهای ضد سل رامضر دانست و خاطرنشان کرد: بازگشت مجدد بیماری، عدم بهبود بیماری، مقاوم شدن میکروب های سل نسبت به داروهای موجود، تداوم انتقال بیماری به دیگران (هر فرد مبتلا به سل ریوی در صورت عدم درمان می تواند سالانه بطور متوسط میکروب بیماری را به ۱۰ تا ۱۵ فرد سالم انتقال دهد)، پیشرفت بیماری و مرگ وی راه های پیشگیری از سل را اینگونه تشریح کرد:

۱-تشخیص به موقع و درمان کامل بیماران (که موثرترین روش پیشگیری از ابتلای اطرافیان به سل محسوب می شود)

۲-بررسی افراد خانواده و کسانی که با بیمار تماس نزدیک داشته اند(به ویژه کودکان زیر ٦ سال) از نظر ابتلا به سل

۳-تزریق واکسن ب ث ژ به کلیه ی نوزادان در بدو تولد جهت جلوگیری از ایجاد اشکال شدید و کشنده ی بیماری سل در سنین کودکی

امروزه طول مدت زمان درمان سل شش ماه می باشد و مصرف منظم و کامل دارو شرط اصلی موفقیت درمان سل است. گفتنی است؛ داروهای سل یك بار در روز و به صورت ناشتا مصرف می شوند

٤-داشتن رفتارهای سالم و بهداشتی نظیر تغذیه مناسب، پوشاندن دهان و بینی با دستمال در هنگام سرفه و عطسه، خودداری از ریختن آب دهان و خلط روی زمین و خودداری از مصرف سیگار

٥-درمان پیشگیرانه ی دارویی برای افراد در معرض خطر بیشتر ابتلا به سل (مانند کودکان زیر ٦ سال در تماس با بیمار مبتلا به سل ریوی مسری و افراد مبتلا به ویروس ایدز)

کاهش سرطان سینه با پیاده روی

یک ساعت پیاده روی کردن در روز با سرعت بالا می تواند خطر ابتلا به سرطان سینه را کاهش دهد. به گزارش سلامت نیوز؛ تحقیقات جدید نشان می دهد افرادی که به طور مرتب پیاده روی می کنند با احتمال کمتری بعد از رسیدن به یائسگی به سرطان سینه دچار می شوند. هم چنین برای شروع این کار هیچ وقت دیر نیست و هر زمان زنان شروع به این کار کنند می توانند از فواید آن بهره مند شوند. با بازبینی اطلاعات پزشکی نزدیک به ۱۰۰ هزار زن که به سن یائسگی رسیده اند، محققان متوجه شدند، زنانی که هر روز نزدیک به یک ساعت پیاده روی می کنند، با احتمال ۱۵ درصد کم تر از زنان دیگر به سرطان سینه دچار می شوند. البته افرادی که پیاده روی نمی کردند اما فعالیت بدنی کافی داشتند احتمال ابتلا به سرطان را نزدیک به ۱۰ درصد کاهش دادند.

دکتر هیتر الیاسن که در این تحقیقات شرکت داشته است در این باره گفت: فاکتورهای خطر زیادی است که زنان باید به دقت به آن ها توجه داشته باشند، که از جمله آن ها می توان به سابقه خانوادگی یا سن رسیدن به یائسگی را اشاره کرد. کمبود فعالیت بدنی هم یکی از فاکتورهایی است که باید به دقت مورد توجه قرار گیرد. هیچ گاه برای شروع به ورزش کردن دیر نیست.

مطالعات نشان می دهد هر زمان که زنان شروع به فعالیت بدنی و ورزش کردن کنند خطر ابتلا به سرطان سینه کاهش پیدا می کند. در آخرین تحقیقات دکتر الیاسن و همکارانش در دانشگاه هاروارد مطالعه‌ای را روی ۹۵ هزار و ۳۹٦ زن به مدت ۲۰ سال انجام دادند.آن ها متوجه شدند حتی بعد از در نظر گرفتن فاکتورهایی مانند وزن بالا ،ورزش کردن می تواند تاثیر زیادی در کاهش احتمال ابتلا به سرطان سینه داشته باشد.

ام.اس.ان.بی.سی، خبر آنلاین

عفونت ها علت پنهان خستگی

همیشه دلیل خواب آلوده بودن و خستگی، کمبود خواب یا کار زیاد نیست. دلایل بسیاری وجود دارد که می تواند سبب شود شما همیشه احساس خستگی کنید. در اینجا به ۴ مورد اشاره می کنیم.

۱) عفونت ها،گرچه عفونت ها علایم ظاهری بسیاری دارند اما گاهی ممکن است عفونتی در بدن شما در حال گسترش باشد، بدون آنکه شما متوجه آن باشید یا پزشک تشخیص داده باشد. مثلا در بیماری مربوط به سیستم ایمنی عفونت ممکن است خود را به شکل خستگی شدید بروز دهد. در بیماری بروسلوز هم که توسط باکتری بروسلا آبورتوس از گوسفند، اسب یا گاو آلوده یا حتی شیر آنها به انسان منتقل می شود، نشانه عفونت خستگی مفرط و خواب آلودگی است.۲) آلرژی ها،جالب است بدانید هیستامین و دیگر ترکیب های شیمیایی که بدن برای مقابله با آلرژی ترشح می کند، خواب آورند. از سوی دیگر سرفه، عطسه ناشی از بوییدن یک گل یا التهاب دستگاه تنفسی به دلیل ورود هاگ ها به درون بینی سبب بی خوابی می شود. به همین علت تمامی داروهای مقابله با آلرژی خواب آورند. قبل از مصرف این داروها با پزشکتان مشورت کنید.

۳)کم خونی،اصلی ترین کار گلبول های قرمز رساندن اکسیژن از ریه ها به دیگر ارگان ها است. وقتی فردی دچار کمبود گلبول قرمز می شود یا اختلالی در عملکرد گلبول ها پیش می آید فرد دچار کم خونی شده و در ضمن به قدری احساس خستگی می کند که از انجام کارهای معمول برنمی آید. یک آزمایش ساده خون می تواند نشان دهد فرد دچار کم خونی است یا خیر. در صورت مثبت بودن جواب باید به دنبال دلیل کم خونی گشت. یک خون ریزی داخلی یا تغذیه نادرست می تواند دلیل این دو باشد.

٤) به هم ریختگی هومورنی در زنان، کاهش هورمون استروژن اغلب م وارد می تواند سبب کاهش وزن و خستگی و کاهش میل جنسی و اشتیاق در کل شود. البته باید گفت کمبود یا زیاد ترشح شدن هورمون مهم دیگری در بدن می تواند همین نتایج را به دنبال داشته باشد. خوشبختانه یک تست ساده هورمون می تواند این موضوع را روشن کرده و پزشک با تجویز آمپول یا قرص یا پماد سبب تنظیم هورمون مربوطه در بدن شود.

منبع: ریدرزدایجست-اکتبر ۲۰۱۰

مراقب چاقی کودکان خود باشید

چاقی دوران کودکی، اغلب، پدیده‌ای خوش‌خیم نیست این باور که کودکان چاق، خود به خود به وزن طبیعی بر می‌گردند، درست نیست.

به گزارش وب دا، به نقل از انجمن علمی ترویج تغذیه کودکان ایران، هرقدر مدت زمانی که کودک در وزن بیش از حد طبیعی باقی می ماند، بیشتر باشد، احتمال آن که این وضعیت تا زمان نوجوانی و بزرگسالی ادامه یابد، بیشتر خواهد بود.

براساس این گزارش، گرچه فقط ۱۵ درصد از کودکان زیر یک ساله چاق، تا سنین بزرگسالی نیز چاق باقی می مانند، اما وقتی چاقی تا سنین پیش مدرسه ادامه یابد، حدود ۳۰ درصد این کودکان، تبدیل به بزرگسالان چاق می شوند.

انجمن علمی ترویج تغذیه کودکان ایران، عوارض چاقی را شامل مسائل روانی و اجتماعی، رشد زودرس، مشکلات تنفسی و قلبی و عروقی و مشکلات متابولیک عنوان کرده و درخصوص درمان چاقی خاطرنشان کرده است: درمان چاقی اغلب امری دشوار است که شامل آموزش، اصلاح رفتار کودک، ورزش و رژیم غذایی مناسب است و نباید نیازهای تغذیه‌ای کودک برای رشد و تکامل، فدای درمان چاقی شود.

این انجمن، برخی از توصیه های تغذیه ای مفید برای درمان چاقی را محدود کردن مصرف موادی مانند چیپس و غذای سرخ کرده و جایگزین کردن آنها با برنج، سیب زمینی، ماکارونی یا نان در وعده های غذایی و محدود کردن دفعات مصرف میان وعده‌ها و مصرف سبزی در تمام وعده‌های غذایی عنوان کرده است.

همچنین محدود کردن مصرف شیرینی‌ها و غذاهای غنی از قند و جایگزینی آنها با میوه‌های تازه یا خشک شده و غلات با شیر از جمله توصیه‌های تغذیه‌ای برای درمان چاقی عنوان شده است.

سازمان مدیریت و نظارت بر تاکسیرانی بندرعباس

در اجرای طرح هدفمندی یارانه ها مالکین محترم تاکسیهای درون شهری بندرعباس با مراجعه به سایت WWW.Taxibnd.com اطلاعات مورد نیاز را تکمیل نمایند

روابط عمومی سازمان مدیریت و نظارت بر امور تاکسیرانی بندرعباس

رونوشت آگهی حصر وراثت

خانم زینب قلندری دارای شناسنامه شماره ۱۱۸۰ به شرح دادخواست به کلاسه ۸۹/٤٤۸ از این شورا درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان شریفه قلندری بشناسنامه ۱۹ در تاریخ ۸۸/۱۰/۲۰ اقامتگاه دائمی خود بدرود زندگی گفته ورثه حین الفوت آن مرحوم منحصر است به

۱ -محمدرسول سالاری به ش ش ٤-۱۷۰۷۵۷-۳۳۸ پسر متوفی۲ -معصومه سالاری به ش ش ۲-۱۵۰۷۰۵-۳۳۸ دختر متوفی۳ -مسعود سالاری به ش ش ۲۹۰ همسر متوفی٤ - زینب قلندری به ش ش ۱۱۸۰ مادر متوفی اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می نماید تا هر کسی اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ نشر نخستین آگهی ظرف یک ماه به شورا تقدیم دارد والا گواهی صادر خواهد شد.

قاضی شورای حل اختلاف بندرعباس

گهکشان شبکه مروارید

نصب انواع سیستم های امنیتی ودوربین های مداربسته تحت شبکه
طراحی و پیاده سازی شبکه های Fibr-Lan-Wan-Wireless
تامین و نگهداری انواع سرور و pc
تعمیرات تخصصی فکس اسکنرو پرینتر

بندرعباس بلوار امام خمینی حد فاصل میدان اتوتاج و ۱۷ شهریور مجتمع کامپیوتر هرمز طبقه اول ۲۱۹ تلفکس ۲۲۴۱۷۷۵

ثبت شرکت

شرکت خدمات اداری خورشید گنو

• ثبت وتغییرات انواع شرکت و موسسه • انجام امور اداری شرکتهای خصوصی به صورت پیمانی
• پلمپ دفاتر قانونی • تحریر دفاتر قانونی • اخذ کارت بازرگانی • ثبت رتبه بندی شرکتها • اخذ کد اقتصادی

ثبت شرکت یا تغییرات در شهرستانهای مجاور بندرعباس انجام می شود.

بندرعباس - میدان ۱۷ شهریور مجتمع ستاره شهر-طبقه سوم-پلاک۱٦ تلفکس : ۲۲۳۸۸۳۸ همراه : ۰۹۱۷۱۵۸۲۹٦۲/۰۹۱۷۳٦۸۰۹۳٦

فروش اقساطی لب تاپ و کامپیوتر

موج نو

اقساط بلند مدت بدون چک اقساط
با گارانتی ۲ سال تعویض قطعات

چهار راه فاطمیه
پاساژ طباطبایی طبقه دوم
۲۲۳۹۵۲۲-۲۲۲۵۱٦۵-۲۲۳۵۲۳۳

مفقودی

کارت پایان خدمت بنام غلام قادر برگ بید فرزند محمد به شماره شناسنامه ۱ صادره از جاسک متولد ۱۳۵۸ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

پذیرایی ، عالی ترین سرویس و احترام گذاشتن به میهمانان امتیاز ما نیست، تعهد ما محسوب می شود.

آشپزخانه و غذای آماده خلیج فارس

۰۹۱۷۳٦۱۹۵۲۸ ۲۲۳۹۳٦۰-۱ بلوار سید جمال الدین -خیابان شهید کازرونی نبش کوچه رحیل ۵