

۵ نذی سبز

- سال نهم
- شماره ۱۱۳۴
- یکشنبه
- ۲۱ آذر ماه ۱۳۸۹
- ۶ محرم ۱۴۳۲
- ۱۲ دسامبر ۲۰۱۰

دربا

تأثیر قرص های روان گردان بر سلامت روانی و اجتماعی افراد۱۵ تا ۳۰ سال

بر اساس نتایج آخرین تحقیقات در مورد قرص های اکستازی ،این ماده با تأثیر بر نرون های حاوی سردتوتین و آکسون ها باعث اختلال در حواس شده و آثاری چون تغییر در ادراک بینایی، زبانی، تغییرات گفتاری، اختلال درسیستم دفاعی بدن را در دو یا چهار دقیقه پس از مصرف ایجاد می کند و باعث کاهش خواب، کاهش توان و تمایل به انجام کارهای فکری، بدنی و خستگی می شود.

تحقیقات به عمل آمده نشان می دهد مصرف اکستازی که دارویی نشاط آور است موجب بروز شادی ویا آندوه بسیار زیاد در مصرف کننده می شود، اکستازی که مصرف آن در بین جوانان افزایش یافته با اینکه در ردیف داروهای غیر قانونی است ولی از آنجا که از فرمول ساده ای برخوردار است در تمامی کشورها از جمله ایران نیز تولید می شود.

مصرف اکستازی همانند آمفتامین موجب بروز حمله قلبی وهمچنین موجب اعتقاد خون و در نتیجه مسدود شدن عروق خونی می شود.



مصطفی رئیس دانشجوی رشته علوم اجتماعی دانشگاه پیام نور بندرعباس

چه میوه هایی چربی سوزند؟

آری،بعضی ها میوه هاند دارند و باعث چاقی می شوند و بعضی دیگر بالعکس لاغر می کنند اما آیا تاکنون درباره میوه های که چربی را بسوزانند شنیده اید و این میوه ها را می شناسید؟ یک سری مواد غذایی وجود دارد که به نام " غذاهایی با کالری منفی " (معروف هستند، این مواد غذایی نسبت به سایر مواد، انرژی بیشتری برای هضم خود نیاز دارند، یعنی بدن انرژی بیشتری برای هضم آنها می سوزاند و در عین حال بدن نمی تواند کالری زیادی از آنها برای خود ذخیره کند، پس علاوه بر اینکه باعث سوخت چربی ها می شوند، کمتر به چربی تبدیل شده و ذخیره می شوند، مواد غذایی دارای چربی پروتئین،کربوهیدرات،کالری،ویتامین و املاح هستند، ویتامین ها بهایات های بدن را تحریک می کنند تا آنریم تولید کنند که این آنریم ها باعث تجزیه و مصرف انرژی موجود در غذاها می شوند، بنابراین غذاهایی با کالری منفی، غذاهای غنی از ویتامین و املاح هستند که نه تنها باعث مصرف انرژی حاصل از خود می شوند،بلکه انرژی اضافی موجود در طی عمل هضم را مصرف می کنند که البته مصرف اینگونه مواد غذایی زمانی در کاهش وزن مؤثر است که غذاهای پرکالری و فاقد مواد مغذی مثل انواع تنقلات، چیپس و ... را مصرف نکنید.

مواد غذایی با کالری منفی (یاچربی سوز شامل انواع مختلفی از میوه ها و سبزی ها است که شامل مواد غذایی زیر می باشد:از سبزی ها:ماچوچه – فخنجر – کلم – کلم بروکلی – هویج گل کلم – کرفس – کاسنی – قلفل قرمز – خیار – شاهی – سیر – لوبیا سبز – کاهو – پیاز – تربچه – اسفناج – شلغم و کدو سبز است.از میوه ها:سیب – زغال اخته – طالبی و گرمک – گریپ فروت – لیمو ترش – انبه – پرتقال – هلو – آناناس – تمشک – توت فرنگی – گوجه فرنگی – نارنگی و هندوانه است.

مقدمه:

گیاهان دارویی با توجه به اینکه جزئی از فرهنگ ملل جهان بحساب می آیند در سالهای اخیر بیشتر مورد توجه محافل علمی و پزشکی و داروسازی قرار گرفته اند. داروهای شیمیایی بواسطه اثرات زیان بخش و جبران ناپذیری که بر پیکره آدمی بر جای می گذارند روز به روز بوسیله داروهای گیاهی جایگزین می شوند و در این چند ساله این روند سرعت چشمگیری پیدا کرده است. برای تولید داروهای گیاهی ابتدا باید گیاهان دارویی شناخته شوند و روابط اکولوژیکی آنها با محیط زنده و غیر زنده بررسی شود تا بتوان برنامه ریزی دقیقی جهت کشت و اهلی کردن و توسعه آن ارائه نمود.

گونه دارویی مورتلخ از گیاهان پرمصرف و با اهمیت استان هرمزگان است که از گذشته های دور در درمان بیماریهای مختلف مصرف می شوند و حتی به کشورهای حوزه خلیج فارس و دریای عمان و پاکستان به صورت سنتی صادر می گردند. وجود رویشگاههای اندک، پراکنش محدود، تراکم بسیار کم، کاربرد بسیار زیاد و سنتی و نقشه که این گیاهان در اقتصاد خانوارهای روستایی دارد باعث هجوم بی رویه و قطع غیر اصولی آنها شده است. بنابراین ضروری است که در خصوص کشت، اهلی کردن و زراعت این گونه با ارزش، برنامه ریزی دقیق و مدونی صورت پذیرد که برای نیل به این هدف باید ابتدا خواشنشها و نیازهای اکولوژیکی گیاهان به طور دقیق مورد بررسی قرار گیرد.

تاریخچه شناسایی گونه دارویی مورتلخ

گیاه مورتلخ اولین بار در سال ۱۹۵۲ توسط ریشینگر و اسفندیاری به عالم گیاهشناسی معرفی گردید.

منشا و پراکنش:

الف) پراکنش گونه دارویی مورتلخ در ایران و جهان گونه دارویی مورتلخ در جنوب ایران و کنسور عمان پراکنش دارد. در ایران از استانهای خوزستان، فارس، هرمزگان، کرمان و سیستان و بلوچستان گزارش شده است .

ب)مناطق پراکنش گیاه دارویی مورتلخ در استان هرمزگان این گیاه از ارتفاع ۲۰۰-۶۰۰ متر از سطح دریا در مناطق کوههای پردی و گاوست بستنک، تنگزاغ، سرچاهان، زادهحمود، دق فینو، سیرمند، چاه شنبه گاوپندی، ارتفاعات بشاگرد، بیران بشکاردان رودان و گنو در استان هرمزگان رویش دارد(تصویر ۱) .

گیاهشناسی

این گیاه مرکب به شاخه گیاهان گلدار ، رده دولیه ایها، و خانواده نغاع می باشدگیاهی پایا، بوته ای در پایه چوبی، بر ساقه یا شاخه های تقریبا در هم سبز مات یا پوشیده از کرکهای پنبش مانند سفید، غده پوش و دارای کرکهای خیز چون غده های پایک دار با بدون پایه، به ارتفاع ۴۰-۲۰۰ سانتی متر. ساقه متعدد، بسیار متشعب، بر شاخه یا شاخه های ایستاده، چوبی، در انتها غالیا باینکولی متراکم و برگدار، پوشیده از کرکها و غده های متراکم، در بالا

سبز مایل به سفید، برگ فراوان، متقابل یا دسته ای، خطی تا خطی-سرنیزه ای، در سطح پشتی پوشیده از کرکهای پشمی سفید، در رو پوشیده از کرکهای پشم مانند متراکم و سبز مایل به خاکستری، زیر، کامل یا در حاشیه لوله شده، دمیرگی کوتاه.

گل آبی مایل به سفید یا آبی متمایل به بنفش، مجتمع در گل آذین ساده یا متشعب، مرکب از چرخه های نزدیک به هم و دارای ۶-۴ گل، برانته تخم مرغی وسیع یا کم و بیش مدور، دملگ فرعی ایستاده-گسترده، کاسه لوله ای یا لوله ای استکانی، قیفی شکل، غده پوش-پر زدار، لب بالایی آن سه دندان ای، دندان میانی آن کوتاhter از کناریها، همه دندانها ها دارای نوک بلند، جام دارای لوله ایستاده، برهنه، شکم دار، در داخل بدون کرک، لب بالایی خمیده و داسی شکل، نیمه پایین بساک عقیم.

ترکیبات و موارد استفاده گونه دارویی مورتلخ

تعداد ۸۱ ترکیب در اسانس برگ گیاه مورتلخ که از کوه پردی بستک در استان هرمزگان جمع آوری شده بود مورد شناسایی قرار گرفته است. ترکیبات عمده این اسانس اسپائولول، دلتا کادینن، لینالول، آلفا ترینیل استات، آلفا کادینول، بتا اودوسول، کونول و لینالیل استات هستند .

در استان هرمزگان از برگ گیاه مورتلخ جهت درمان برخی از بیماریها استفاده می کنند. برگها را پس از جمع آوری و تمیز کردن، در سایه خشک نموده و جهت مصارف زیر نگهداری می کنند.

۱-درمان ناراحتی های گوارشی چون سنگینی و سوزش معده، اسهال، استفراغ و سوءمیت برگ گیاه به صورت پودر در آورده همراه با آب مصرف می کنند.

۲-رفع شکم درد، دل درد و کاهش چربی و قند خون، به اندازه یک مشت برگ پودر شده را در یک لیتر آب می جوشانند و به مدت ۱-۲ بار یک لیوان جوشانده مصرف می کنند.

۳-رفع درد مفاصل و استخوان درد، سردرد، التیام زخم و عرق گردیدگی، مقداری برگ تازه گیاه را کوبیده و نرم کرده، آن را روی موضع درد می بندند .

وضعیت زمین شناسی مناطق پراکنش گیاه دارویی مورتلخ در استان هرمزگان

این گیاه از نظر زمین شناسی در سازندهای آهک و مارهای میوسن و آهکهای آسماری جهرم دیده می شود. سازند آسماری جهرم بعلت دارا بودن لایه های ناقوام و اعمال فشارهای تکنوتیکی دارای درز و شکافهای زیادی بوده که نقش به سزایی در استقرار گونه های گیاهی و ذخیره رطوبت مورد نیاز آنها دارد. این سازند از لحاظ سنگ شناسی شامل آهک دولومیت، آهکهای رسی و شیل است.

مشخصات فیزیکی و شیمیایی خاک رویشگاه گونه دارویی مورتلخ

به طور کلی خاک رویشگاههای گونه دارویی مورتلخ دارای مشخصات زیر میباشد:

هدایت الکتریکی خاک رویشگاه بین ۰/۷۱ تا ۰/۳۱/ میلی مونس بر سانتی متر، اسیدیتته خاک بین ۸/۴۶ تا ۸/۲۱/ مواد خشتی شونده بین ۵۵/۴۳ تا ۴۶/۸۱ درصد، کربن مواد آلی بین ۰/۶ تا ۰/۱۲۴ درصد، میزان تناسیم قابل

جذب بین ۱۹۶ تا ۲۰ بی بی ام، پافت خاک لومی شنی، میزان رس بین ۷۲ تا ۵۱، میزان سیلت بین ۴۴ تا ۲۲، میزان رس بین ۶ تا ۴ درصد، فافد گچ، میزان کربنات صفر، میزان بی کربنات ۲ بین ۱/۴ ، میزان کلر ۳/۶ تا ۰/۸ و میزان سولفات منب بین ۲/۵ تا ۱ میلی اکی والان در لیتر، سدیم بین ۱/۸ تا ۰/۴، کلسیم بین ۴/۶ و منیزیم بین ۹/۳ تا ۴ میلی اکی والان در لیتر می باشد(جدول ۱).

ایستگاههای موجود در منطقه پراکنش گونه دارویی مورتلخ از نظر طبقه بندی دومارتن همگی در اقلیم گرم و خشک قراز می گیرند.

بارندگی

در مناطق پراکنش گونه دارویی مورتلخ بیشترین میزان بارندگی ثبت شده ۳۵۵/۱ میلیمتر و کمترین میزان ۸/۰۲۱ میلیمتر می باشد. بعلت اینکه ایستگاههای مذکور پایتتیز از مناطق پراکنش گونه های یا شده است، بالطبع مناطق بنطق مذکور از میزان بارندگی بیشتری برخوردار می باشند.

از نظر توزیع فصلی بیش از ۵۰ درصد بارندگی سالانه در فصل زمستان، بیش از ۱۵ درصد در ماههای آخر فصل پاییز و حدود ۱۰ درصد در فصل بهار ریزش می کند و همچنین به علت قرار داشتن استان در مسیر جریانهای موسمی رگبارهای شدید تابستانی نیز در اکثر مناطق استان بوسوق می یبوند که حدود ۵ درصد بارندگی سالانه را شامل می شود.

بعلت قرار گرفتن استان در در کنار ساحل، اختلاف متوسط حداکتر و حداقل دما نسبتا کم می باشد. همچنین بعلت قرار گرفتن استان در عرض یابین در اکثر ماههای سال از هوایی گرم برخوردار است. جدول ۲ بارمترهای مختلف درجه حرارت (میانگین، متوسط حداکتر، متوسط حداقل، حداکتر مطلق، حداقل مطلق) تعدادی از ایستگاههای موجود در نزدیکی مناطق پراکنش گونه را ارائه می نماید.

فوتولوژی گونه دارویی مورتلخ

در منطقه کوه سرچاهان با ۸۰۰ متر ارتفاع از سطح دریا طول دوره رویشی حدود ۱۳۰ روز و دوره خزان وجود ندارد. شروع رویشی برگها از هفته چهارم دی ماه است و در اسیری شدن ۲۰۰ روز (هفته سوم بهمن ماه) برگدهی به اوج خود می رسد.

شروع گلدهی از هفته اول اسفند ماه آغاز شده و در هفته دوم اسفند ماه به اوج خود می رسد. در هفته بعد بذر دهی آغاز شده و در ظرف مدت ۲۰ روز به اوج بذر دهی خواهیم رسید. در هفته چهارم فروردین ماه بذور شروع به ریزش کرده و ریش کامل بذور در هفته اول اردیبهشت ماه خواهیم داشت.

با افزایش ارتفاع از سطح دریا تا حدود ۱۱۰۰ متر (منطقه کوه تنگ زاغ)، دوره رویشی تقریبا یک هفته به تاخیر می افتد و شروع رویش برگها از هفته اول بهمن ماه آغاز شده که پس از سیری شدن کمتر از یک ماه (هفته چهارم بهمن ماه) برگدهی به اوج خود می رسد. شروع گلدهی از هفته دوم اسفند ماه آغاز شده و در هفته سوم اسفند ماه به اوج خود می رسد. دو هفته بعد بذر دهی

هر معتاد ۱۱ نهاد را درگیر می کند

یک معتاد حداقل ۱۱ نهاد و سازمان مانند خانواده، پزشکان، زندان، پلیس، دادگستری و ... را درگیر خود می‌کند. به گزارش فارس، حسن کریمی در همایش یک روزه ایبز در تالار ابن‌سینای دانشگاه علوم پزشکی اسفهان با اشاره به اینکه مجاورت ایران با کشورهای مثل افغانستان که تولید سالانه مخدر خود را از ۲ هزار تن به ۸ هزار تن رسانده، اظهار داشت: نزدیکی ایران با چنین کشوری خطر ورود مواد مخدر را دو چندان کرده است. وی بیان داشت: شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر کارهای زیربنایی و جسورانه زیادی انجام داده که به جرات می‌توان به ایجاد تغییر نگرش به معتاد به شکل بیمار نه مجرم، در اختیار قرار دادن سرنگ آزاد برای معتادان، ایجاد مکان‌های برای درمان این افراد و تولید شربت تیراک به عنوان برگزیده این اقدامات اشاره کرد.

فرمانده نیروی انتظامی آستان اسفهان از وجود ۹۷۵ مرکز درمانی و ۴۶ کمپ نگهداری از معتادان خبرداد و خاطرنشان کرد: دولت هیچ وقت مستقیم از معتادان حمایت و پشتیبانی نمی‌کند بلکه باید تشکل‌های مردمی به طور جدی برای کنترل معتادان وارد شوند.

آغاز شده و در ظرف مدت یک ماه به اوج بذر دهی خواهیم رسید

(هفته چهارم فروردین ماه). در هفته اول اردیبهشت بذور شروع به ریزش کرده و ریزش کامل بذور در هفته دوم اردیبهشت ماه خواهیم داشت.

با افزایش ارتفاع از سطح دریا تا حدود ۱۴۰۰ متر (منطقه کوه سیرمند)، طول دوره رویشی تغییر نمی کند ولی شروع دوره رویشی یک هفته به تعویق می افتد.

مورتلخ



که بدین ترتیب آماده شده اند در گلدان که خاک آن با مخلوط کردن ۱/۳ خاک باغچه و ۱/۳ ماسه ، ۱/۳ کود حیوانی پوسیده تهیه گردیده کاشته می شود. سپس بطور روزانه تا سبز شدن بذور گلدها آنها آبیاری می گردند. بعد از سبز شدن دور آبیاری را باید کنترل نمود تا رطوبت بیش از حد در گلدان باعث بوته میری نگردد. ب) دامنه ارتفاعی مناطق پراکنش گیاه دارویی مورتلخ در استان هرمزگان دامنه ارتفاعی مناطق پراکنش گیاه دارویی مورتلخ در استان هرمزگان از ارتفاع ۲۱۰۰-۶۰۰ متر از سطح دریا می باشد. کمترین ارتفاع در کوه بیران بشکاردان رودان با ارتفاع ۶۰۰ متر و بیشترین ارتفاع در کوه پردی بستنک با ارتفاع ۲۱۰۰ متردیده می شود.

تهیه:
عبدالحمید حاجبی
عضو هیئت علمی مرکز تحقیقات کشاورزی و منابع طبیعی
محمد امین سلطانی پور
عضو هیئت علمی مرکز تحقیقات کشاورزی و منابع طبیعی

وضعیت تکثیر گونه دارویی مورتلخ

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده نوبت سوم

فدینوسبیله به اطلاع اعضاء محترم جدید و قدیم **شرکت تعاونی مسکن فرهنگیان بندرکنه** می رساند جلسه مجمع عمومی فوق العاده نوبت سوم **شرکت تعاونی راس ساعت ۱۸ روز دوشنبه مورخ ۸۹/۹/۲۹ در محل بندرلنگه سالن شهید اسدیپور** تشکیل می گردد. لذا از عموم اعضاء دعوت می شود تا در ساعت مقرر در محل مذکور حضور بهم رسانند.

با توجه به حساسیت قابل ملاحظه این مجمع و بر اساس **جلسه مورخ ۸۹/۹/۱۶ هیئت مدیره امتیاز این مجمع برای هر یک از حاضرین ۳۰۰ در نظر گرفته شده است**. از آنجایی که برخی از موضوعات جلسه مربوط به اعضای پروژه قدیم (زمینهای واگذاری در کوی فرهنگیان) می باشد، پیشنهاد می شود این اعضاء نیز به صورت فعال در جلسه شرکت نمایند . توضیح اینکه با هر تعداد شرکت کننده جلسه رسمیت پیدا خواهد کرد .

دستور جلسه :

- ارائه گزارش هیئت مدیره و بازرسان ؛
- ارائه گزارش از شکایات و پرونده های حقوقی مربوط به زمینهای قدیم؛
- انطباق اساسنامه مورد عمل شرکت تعاونی با آخرین اصلاحات قانون بخش اقتصاد جمهوری اسلامی ایران و تغییر در موضوع فعالیت شرکت ؛
- تصمیم گیری در خصوص نحوه پرداخت دیون شرکت از محل رای صادره در زمینه پرونده قضائی شرکت زرین دشت لمزان (آقای محمدی) مربوط به پروژه قدیم ؛
- تصمیم گیری در خصوص نحوه ی واگذاری ۹۰ واحد مسکونی پروژه مسکن مهر در دهه ی مبارک فجر ۸۹ ؛
- تصمیم گیری در خصوص پرداخت دیون شرکت به سایر بانکها به منظور اخذ تسهیلات جدید جهت اعضای متقاضی وام ؛
- تصمیم گیری در خصوص نحوه ی لغو عضویت اعضائی که اقساط خود را در موعد مقرر پرداخت ننموده اند .

بااستناد ماده ۱۹ ایین نامه نحوه ی تشکیل مجامع عمومی و ماده ۲۸ اساسنامه شرکت تعاونی هر یک از اعضای تعاونی می تواند استفاده از حق خود برای حضور در مجمع عمومی را به یک نماینده تام الاختیار از میان اعضاء (با تنظیم وکالتنامه موجود در دفتر تعاونی و یا خارج از اعضاء) با تنظیم وکالتنامه در دفتر اسناد رسمی) واگذار نمایند لیکن هیچکس نمی تواند در شرکتهای تعاونی علاوه بر رای خود بیش از ۳ رای با وکالت داشته باشد .

- *برای خرمی ریش نیست دیره- نیست دیره شرکت تعاونی مسکن فرهنگیان بندرکنه*

آب، جان جهان در گدازی هستی است

- *روابط عمومی آب وفاضلاب روستایی هرمزگان*