

چند راه کار برای تسکین علائم آنفلوآنزای معده

ورم معده و روده یا «گاستروانتریت» ویروسی که اغلب با عنوان «آنفلوآنزای معده» نامیده می‌شود، یک عفونت شایع است که می‌تواند موجب اسهال، حالت تهوع و استفراغ شود. به گزارش ایسا، در دایره المعارف پزشکی ADAM چند راه کار مفید توصیه شده که به شما کمک می‌کند در صورت ابتلا به این عفونت چگونه علائم آن را تسکین دهید و بهبود پیدا کنید.

به گزارش سایت اینترنتی مای هلت دیلی نیوز، بر اساس این دستور العمل توصیه می‌شود که برای جبران مایعات از دست رفته بدن در کودکان و افراد بالغ باید از نوشیدنی‌های ورزشی مثل کاتورا استفاده شود. در مورد کودکان باید از محصولاتی که مخصوص خود آنها و متناسب با سن‌شان تهیه شده، استفاده شود. از خوردن آب میوه‌ها و سودا و نوشابه‌های قندی پرهیز کنید چون اسهال را تشدید می‌کنند. مایعات زیاد را یک باره ننوشید بلکه بهتر است با فاصله نیم ساعت تا یک ساعت و به مقدار کمتر در هر نوبت مصرف کنید. نوزادان در این شرایط باید به خوردن شیر مادر یا شیر خشک ادامه دهند و افراد بالغ نیز باید از غذاهای کم چیم و در عین حال ساده و سبک استفاده کنند. هرگز از داروی ضد اسهال استفاده نکنید تا زمانی که دکتر برایتان آن را تجویز کند.



اضافه وزن، موجب ضعف استخوانی در نوجوانان می‌شود

پزشکان هشدار دادند:نوجوانانی که اضافه وزن دارند، علاوه بر این که میزبان بسیاری از مشکلات بهداشتی و سلامتی خواهند بود، دچار ضعف استخوانی نیز می‌شوند.

به گزارش ایسا، مطالعه روی ۱۴۳ نوجوان ۱۴ تا ۱۸ ساله و مبتلا به اضافه وزن نشان داد است :نوجوانانی که دارای فاکتورهای خطر از مثل سطح پایین کلسترول خوب هستند، توده استخوانی کمتری نسبت به همسالان سالم خود دارند. کاهش توده استخوانی در واقع شاخصی از ضعف استخوان‌ها است.

به گزارش مجله اینترنتی ساینس دیلی، دکتر نورن پولوک، متخصص و بیولوژیست استخوان در دانشگاه علوم بهداشتی جورجیا ضمن انتشار نتایج بررسی‌های خود در مجله متخصصان اطفال خاطر نشان کرد: در نوجوانانی که دچار اضافه وزن هستند، سایر فاکتورهای خطر از مثل افزایش سطح چربی در خون، افزایش فشار خون و نیز افزایش اندازه دور کمر نیز مشاهده می‌شود.

به گفته این متخصص و دستیارانش، به خاطر داشته باشید که چربی کل بدن موجب تحلیل استخوانی نمی‌شود اما آنچه روی استخوان‌ها تاثیر منفی دارد در واقع چربی است که دور شکم تجمع می‌کند و عامل اصلی بروز دیابت و بیماری‌های قلبی است.



تجلیل از بازرگانان فعال ، مسؤلین گمرک واداره بندر بندرلنگه

عیدالحسین اسدیپور/عکس:محمدعقیل کوخوردی

شهرستان بندرلنگه یکی از مهمترین بنادر جنوب کشور که در غرب استان هرمزگان است . سابقه استفاده از مزیت های این شهر به عنوان بندر به دوران هخامنشیان بر می گردد،ناگفته نماند که بندر گوگانا که از بنادر اصلی تجاری خلیج فارس در زمان هخامنشیان بوده نام همین بندر بوده است و بندرلنگه جنوبی ترین مرز ساحل خشکی خلیج فارس است از این رو این بندر کمترین فاصله را با سایر کشورها وبنادر حاشیه جنوب خلیج فارس دارد .

بازرگانان و تجار عزیز که بعد از حدود یکسال کار و تلاش و همت مضاعفی که از خود نشان دادید و صرف خدمت به ملت عزیز ایران نمودید و به پیام رهبر معظم انقلاب لبیک گفتید.وی اضافه کرد : همگی در این مکان جمع شده ایم که با یکدیگر همکاری و گفتگو کنیم که چگونه شهرمان بندرلنگه را به رونقی دوباره برسانیم که مثل روزگار گذشته بندرآباد مثل گذشته که در زمان های دور داشت و از بنادر معتبر جهانی نام گوناگانا محسوب می شد و به عروس بنادر ایران و بندر مروارید معروف بود .

محمد خوریان مدیر شعبه شرکت کشتیرانی حمل و نقل بین المللی آرمین گفت:این تحول افق روشنی برای این شهر بوده و بعد از مدتها رکود و سکون باز دیگر امروز شاهد تکرار تاریخ به سود بندرلنگه هستیم و اکنون بندرلنگه فعالیتهای تجاری آن رو به گسترش و ما خواهان آنیم که خلیج فارس و فاصله کوتاه بندر تا کشورهای مذکور بندر را از لحاظ ارتباطات دریائی درجاگاه ویژه ای قرار داده است و بندرلنگه امروز شهر رانک و خاموش استان هرمزگان به قول امام جمعه بندرلنگه شهر قفل شده سال های که هنوز نتوانسته خاطره دوران پر رونق و فعال این بندر مهم اقتصادی



■ **روند تحولات اقتصادی در شهرستان بندرلنگه به یکی از آرزوهای دیرینه مردم این سامان تبدیل شده که طی دو دهه اخیر همچنان دست نخورده باقی مانده است**

■ **ما با توجه به موقعیت جغرافیایی که بندرلنگه دارد و با وجود پتانسیل های ارزشمندی چون کوتاهی فاصله دریایی با بنادر دبی و کیش ،هم مرزی با پروژه عظیم ملی بندر عسلویه ،زمینه مناسب جهت سرمایه گذاری و رونق بیش از پیش برای بندرلنگه را فراهم کند**

برکت تلاش مجاهدان سازندگی در نظام اسلامی حرکت شتابانی را به سمت قله بالندگی طی کرده اند و بندرلنگه که یک شهر تاریخی با سابقه ۲۵۰۰ ساله است در مقایسه با همتایان در عرصه های گوناگون امری قطعی است.

پس از آن آرکشت سرکیسیان مدیر عامل شرکت کشتیرانی و حمل و نقل بین المللی آرمین گزارشی از عملکرد این شرکت ارائه نمود و گفت: این شرکت افتخار دارد که در کشور هایی چون ایتالیا چین ، تایلند ، تایوان ،دبی نمایندگی دارد و شرکت



ایران را از یادها پیرد .سال های که رکود و سکون را در بندر تجربه کرده و پیامدهای آن را به نظاره نشسته است شهری با پتانسیل زیاد برای رشد و از انزوا در آمدن آن در عزای سالهای بی مهری و فراموشی.شهری که روزی عروس خلیج فارس و بندر مروارید ایران بوده اما امروز چه ؟! روند تحولات اقتصادی در شهرستان بندرلنگه به یکی از آرزوهای دیرینه مردم این سامان تبدیل شده که طی دو دهه اخیر همچنان دست نخورده باقی مانده است و امروز مزیت های نسبی منطقه بندرلنگه از جمله قرارگیری بر سر راه اصلی بندرلنگه دو استان بوشهر، عسلویه و همچنین بندرلنگه- شیراز در نزدیکی ترین فاصله معادن در دسترس بودن گاز و نفت و دیگر معادن موقعیت استثنایی را برای این تحولات صنعتی و اقتصادی فراهم نموده است و در این راستا شرکت کشتیرانی و حمل و نقل بین المللی آرمین آستین همت بالا زده تاخاط کانتینری در بندرلنگه راه اندازی نماید .

به همین منظور مراسم ویژه ای جهت تجلیل از بازرگانان فعال و مسئولین اداره کل گمرک بندرلنگه و اداره بندر و انبارهای عمومی با حضور حجت الاسلام قاندی رئیس اداره تبلیغات اسلامی بندرلنگه ایوب خادمی معاون اداره بندر، مهاجری معاون، رتوفی نماینده واردات و صادرات حاج ابراهیم حاجی زاده نماینده واردات کالا و جمعی از بازرگانان و اقتدار مختلف مردم ، شهاب شریفی نژاد رئیس شورای شهر، مبارک پور رئیس شورای شهرستان و آرکشت سرکیسیان مدیر عامل شرکت کشتیرانی و حمل و نقل بین المللی آرمین با شکوه خاصی برگزار شد .

محمد خوریان مدیر شعبه شرکت کشتیرانی حمل و نقل بین المللی آرمین در بندرلنگه ضمن تشکر از خوش آمدگویی به مسئولین و بازرگانان و تجار گفت:گردهمایی که امشب صورت گرفته میزبان آن شرکت کشتیرانی آرمین نیست بلکه خود شما هستید و شما و دست اندرکاران و مسئولین

تخفیف ویژه

طراح سیستم

مجموعه نرم افزارهای جامع و یکپارچه

مالیران :سیستم جامع مالی **شهد:** سیستم یکپارچه بازرگانی و فروشگاه **امین:**سیستم یکپارچه حسابداری و بانکداری قرض الحسنه

پنمانسیت بیست و چهارمین سالگرد تاسیس شرکت طراح سیستم به تمامی خریداران تا پایان دیماه تخفیف ویژه ۱۰ تا ۲۰ درصدی اعطا می گردد .
بندرعاصی : آزادگان ۲۷ پلاک ۵ تلفن ۰۹۱۷۱۶۳۵۲۵۱ خا کسارنژاد-۰۹۱۷۳۶۸۶۶۶
Email:omid.khaksarnezhad@gmail.com زیر دست- تلفنکی ۰۷۶۱۳۳۳۱۹۲۲ ۳۳۵۴۴۸۱