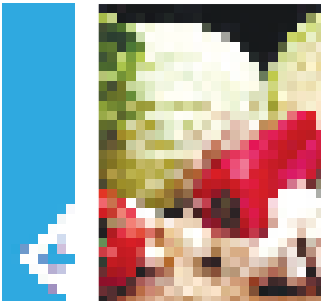


رژیم غذایی در هوای آلوده

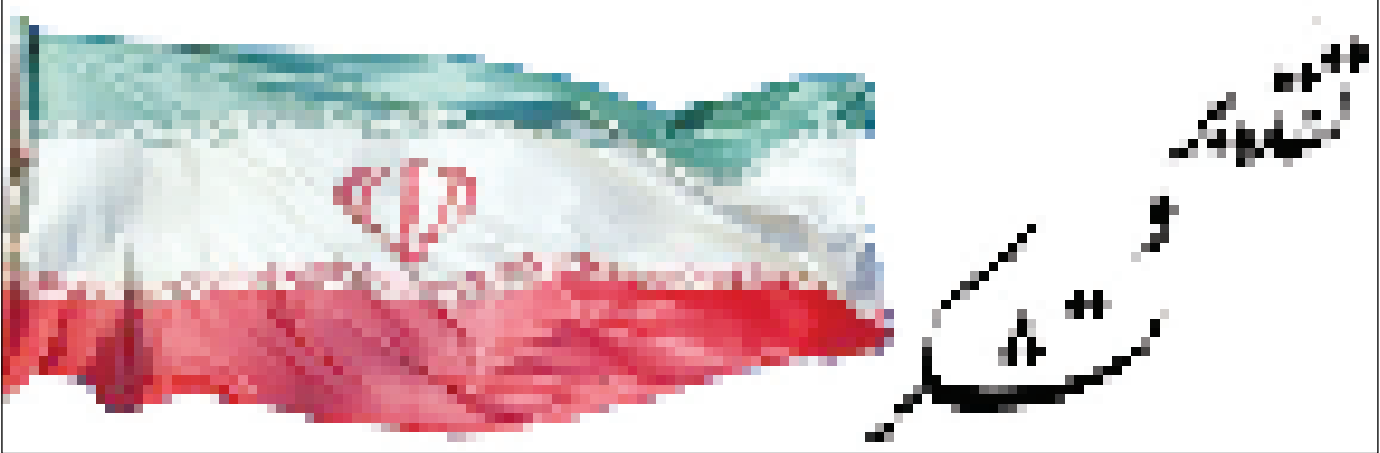
نفس تهران همچنان بالا نمی‌آید، آلودگی هوا که این روزها جان شهروندان تهران و چند کلان شهر را تهدید می‌کند، حالا کار را به جایی رسانده که همه چشم بر آسمان دوخته‌اند تا نعمتی بر زمین بیارد و ریه‌های آلوده را نجات دهد. به گفته پزشکان متخصص، کودکان، سالمندان، بیماران قلبی، بیماران تنفسی و زنان باردار در زمره افراد پرخطر قرار دارند و در روزهایی که سطح مواد آلاینده جوی از استاندارد بالاتر می‌رود باید از تردد در مراکز شهری خودداری کنند. اما وقتی هوا آلوده است چه باید کرد؟ آیا می‌توان با تغییر رژیم غذایی از میزان تاثیر آن بر سلامت کاست؟ روزهایی که سطح آلودگی هوا به مرحله بحرانی می‌رسد خوردن میوه و سبزیجات تازه که محتوی ویتامین‌های مختلف هستند توصیه می‌شود. ویتامین‌ها با رادیکال‌های آزاد مقابله می‌کنند و بدن را در مقابل حمله آنها مقاوم می‌سازند. همچنین مصرف نمک را بسیار محدود کنید. کودکان را به خوردن سیر، پیاز و تره‌فرنگی عادت دهید. هر چند ممکن است بوی این مواد آزاردهنده باشد اما این سبزیجات محتوی میزان زیادی گوگرد هستند، بنابراین می‌توانند از موکوس (مخاط) دستگاه تنفسی محافظت کنند.

بوی بد دهان چراغ قرمز نارسایی کلیه

نتایج یک بررسی نشان می‌دهد؛ نارسایی مزمن و پیشرفته کلیه می‌تواند افزایش سطح اوره و pH بزاق، رنگ‌پریدگی مخاط ، خشکی ، بوی بد و التهاب دهان را در پی داشته باشد. به گزارش ایستا ، در این مطالعه که به منظور تعیین تظاهرات دهانی و تغییرات بیوشیمیایی بزاق در بیماران مبتلا به نارسایی مزمن و پیشرفته کلیه توسط دکتر «کتایون برهانی مجابی»، استادیار بیماری‌های دهان و دندان دانشکده دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی قزوین انجام شد، آمده است؛ تغییرات بزاقی در مبتلایان به نارسایی مزمن و پیشرفته کلیه که تحت درمان با همودیالیز هستند، زمینه‌ساز بروز مشکلات دهانی دندانی است. این مطالعه به صورت مورد و شاهدی بر روی ۲۰ بیمار مبتلا به نارسایی مزمن و پیشرفته کلیه تحت درمان همودیالیز بیمارستان بوعلی سینای قزوین و ۲۰ فرد سالم داوطلب به عنوان گروه شاهد انجام و برای تمام افراد آزمایش اوره ، pH و کلسیم بزاق انجام شد. رنگ پریدگی پوست و مخاط، شکایت از خشکی دهان، بوی بد دهان، التهاب دهان، تغییرات حس چشایی و پروتئگاری پانورامیک نیز در دو گروه بررسی و داده‌ها با آزمون‌های آماری تی و آنالیز واریانس تجزیه و تحلیل شدند.



■ مقام محترم ریاست محترم جمهوری اسلامی ایران
جناب آقای دکتر محمود احمدی نژاد



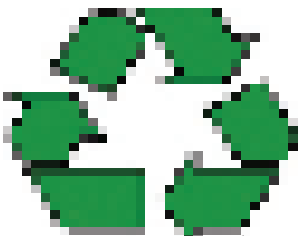
محضر مبارک حضرات والا مقام محترم ریاست محترم جمهوری اسلامی ایران جناب آقای دکتر محمود احمدی نژاد، وزیر محترم کشور سردار مصطفی محمد نجار، استاندار محبوب استان هرمزگان جناب آقای حاج حسین هاشمی تختی، نماینده محترم ولی فقیه و امام جمعه بندرعباس و نماینده مردم استان هرمزگان در مجلس خبرگان رهبری حضرت آیت...غلامعلی نعیم آبادی، نماینده محترم مردم بندرعباس در مجلس شورای اسلامی حضرت حجت الاسلام سید مصطفی ذوالقدر، نماینده محترم مردم بندرعباس و مجلس شورای اسلامی جناب آقای حاج محمد آشوری، نماینده محترم مردم بندرعباس در مجلس شورای اسلامی جناب آقای حاج محمد امین فرج زاده،

از تلاش و همت حضرات عالی در برآورده نمودن انتزاع سیاهو از فین و الحاق آن به بخش مرکزی بندرعباس که خواسته دیرین مردم منطقه سیاهو بوده صمیمانه قدر دانی و تشکر می نمایم.

خانواده های معظم شهدا، رزمندگان، ایثارگران، بسیجیان ، جانبازان، فرهنگیان، نخبگان، کشاورزان و کسبه منطقه سیاهو،شورای اسلامی مرکز سیاهو ،شورای اسلامی روستای درگز،شورای اسلامی روستای زاکین،شورای اسلامی روستای خرسین،شورای اسلامی روستای تلگردو،شورای اسلامی روستای سغ،شورای اسلامی روستای هماک پایین،شورای اسلامی روستای تلسورو،شورای اسلامی روستای میروئیه،شورای اسلامی روستای جزرآباد،شورای اسلامی روستای تی تنگ،شورای اسلامی روستای بنگلایان،شورای اسلامی روستای ماشاری،شورای اسلامی روستای سیخران.

شورای اسلامی روستای زورکان،شورای اسلامی روستای نامدر ،شورای اسلامی روستای جغددر ،شورای اسلامی روستای آقاسین بالا-شورای اسلامی روستای دهرز،شورای اسلامی روستای طیفکان ،شورای اسلامی روستای فور خورج شورای اسلامی روستای کورکان شورای اسلامی روستای پتکن ان شورای اسلامی روستای رود شور شورای اسلامی روستای کوه .

شورای اسلامی روستای دو کوه ،شورای اسلامی روستای کولوچان، شورای اسلامی روستای سلرد،شورای اسلامی روستای دق فینو، شورای اسلامی روستای پاکم ،شورای اسلامی روستای آب شور ،شورای اسلامی روستای ماشاکار ،شورای اسلامی روستای سرخاء بالا، شورای اسلامی روستای زردانو کانون دوست داران توسعه منطقه سیاهو .



قبل از خرید به

مصرف کمتر فکر کنید

مصرف کمتر یعنی زباله

کمتر



سازمان بازاریافت و مدیریت پسماند
شرهزاری بندرعباس

آگهی حصر وراثت

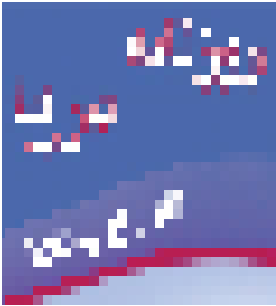
آقای کیوان تراهی دارای شناسنامه شماره ۳ موالید به شرح دادخواست به کلاسه ۱۰۸/۸۸ از این شورا درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که ششادوردان جعفر تراهی شناسنامه ۶۲۲ در تاریخ ۸۰/۲/۲۶ اقامتگاه خود بدورد زندگی گفته ورئه حین القوت آن مرحوم منحصر است به :
۱-کیوان تراهی ف جعفر به ش ش ۳ موالید متولد ۱۳۳۰ صادره از ح ۲ میناب پسر متوفی
۲-کبری تراهی ف جعفر به ش ش ۴۹ متولد۱۳۳۲ صادره از ح یک میناب دختر متوفی
۳-فاطمه تراهی ف جعفر به ش ش ۲۳ متولد ۱۳۳۹ صادره از ح یک میناب دختر متوفی
۴-صغری تراهی ف جعفر به ش ش ۱۱ م متولد ۱۳۳۵ صادره از ح یک میناب دختر متوفی
۵-تیمور تراهی ف جعفر به ش ش ۱۳۳ متولد ۱۳۴۰ صادره از ح یک میناب پسر متوفی
۶-آمنه تراهی ف جعفر به ش ش ۹۰ متولد ۱۳۴۱ صادره از ح یک میناب دختر متوفی
۷-سهری تراهی ف جعفر به ش ش ۱۲۸ موالید متولد ۱۳۶۴ صادره از ح یک میناب دختر متوفی
اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مبرور را در یک نوبت یح در پی ماهی یک مرتبه آگهی می نماید تا هر کسی اعتراضی دارد ویا وصیتنامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ نشر نخستین آگهی ظرف سه ماه به شورا تقدیم دارد والا گواهی صادر خواهد شد .

دفتر شورای حل اختلاف ولیعصر

رای دادگاه

شماره درخواست: ۸۹۱۰۴۶۷۶۱۰۴۰۰۲۲۲۸۹۱۰ شماره پرونده: ۸۸۰۹۸۷۶۱۰۴۰۰۷۵۱ شماره بایگانی: ۸۸۰۷۶۲۲۸۹۱۰ بنام خدا- در خصوص دادخواست تقدیمی خواهان خاتم مریم اسدی بخوانی فرزند علی ۲۶ ساله خانه دار ساکن بندرعباس با وکالت معاضدت آقای آرش اکبری ساکن بندرعباس بطریقت خواننده آقای حسین صادقی جغدزی فرزند عبدالله ۳۷ ساله شغل آزاد مجهول المکان به خواسته صدور گواهی عدم امکان سازش جهت اجرای صیغه طلاق به لحاظ وقوع خواهان در عسر و حرج شدید و غیر قابل تحمل و عدم پرداخت نفقه بواسطه ترک منزل و اعتیاد به مواد مخدریا توجه به جامع محتویات پرونده از جمله فتوئی مصدق نکاحنامه رسمی شماره ترتیب ۱۶۴۳۹ صادره از دفتر رسمی ثبت ازدواج شماره ۱۹ حوزه ثبتی بندرعباس وجود علقه زوجیت دائم سبب عقد نکاح مجرز و با عنایت به شرح مفاد دادخواست تقدیمی و اظهارات خواهان و وکیل وی در دادگاه بدین شرح که خواهان و خوانده در تاریخ ۱۳۸۱/۲/۳۰ با هم ازدواج می نمایند و ثمره این ازدواج یک فرزند دختر بنام نازنین متولد ۱۳۸۲/۲/۲۱ و خوانده بیش از سه سال است زندگی مشترک را رها نموده و به مکان نامعلومی رفته وهیچ اطلاعی از وی در دسترس نمی باشد و نفقه و مخارج زوجیه اش را پرداخت نموده که موجب وقوع خواهان در عسر و حرج شدید و غیر قابل تحمل گردیده و خواهان درجهت اثبات ادعای خود متمسک به گواهی گواهان گردیده که دادگاه قرار استماع شهادت شهود را صادر و در جلسه دادگاه از شهود تعرفه شهید تحقیق و استطلاع نموده که موادی گواهان حکایت از صدق مدعای خوانده دارد خوانده علیرغم ابلاغ از طریق انتشار آگهی در دادگاه حاضر نشده و لایحه ارسال نکرده و وکیل نیز معرفی ننموده و در نتیجه دفاعی از قبل دعوی مطروحه بعمل نیاورده است و از طرفی داوران طرفین نیز مصلحت آنها را طلاق دانسته اند لذا دادگاه با عنایت به مراتب یاد شده و به استناد مواد ۱۳۱۳-۱۳۱۵-۱۳۱۷-۱۳۱۸-۱۳۲۱-۱۳۲۳-۱۳۲۴ قانون مدنی دوام زوجیت طرفین موجب وقوع خواهان در عسر و حرج شدید و غیر قابل تحمل می داند علینذا بر اساس ماده واحده قانون اصلاح مقررات طلاق و آئین نامه اجرائی آن و نظریه قانده فقهی لاضررولاهضرار فی الاسلام و اینکه شارع حکیم تکلیف به مآلایطاق نمی فرماید و به موجب آیه شریفه ۷۸ سوره مبارکه حج ویا عنایت به مواد ۱۲۹ و ۱۱۳۰ قانون مدنی ضمن صدور گواهی عدم امکان سازش خوانده را به مطلقه نمودن خواهان محکوم می نماید نوع طلاق با توجه به اینکه خواهان (زوجه)یک عدد مسکه بهار آزادی از مهریه خود را به ششوریش(خوانده) درقبال طلاق بذل نموده و دادگاه از طرف زوج قبول بذل نموده است از قسم بائن ونوع خلع می باشد زوجیه حسب نظریه پزشکی قانونی و اقرار باردار نمی باشد زوج درخواست حضانت فرزند مشترک بنام نازنین را نموده لذا دادگاه حضانت فرزند موصوف را به خواهان واگذار و محول می نماید و نفقه فرزند مذکور به عهده خواهان می باشد خواهان در این پرونده مدعی مطالبه هیچ نوع حق و حقوق مالی خود نشده است لذا دادگاه از این جهت مواجه با تکلیف نیست بدیهی است چنانچه خوانده داوطلبانه بیه دفتر ثبت طلاق جهت اجرای حکم مراجعه ننماید به این امر ملزم خواهد شد و اگر الزام او ممکن نگردد طلاق با تصمیم دادگاه و بنحو یک طرفه صورت خواهد گرفت رای صادره غیابی است و ظرف بیست روز پس از ابلاغ واقعی به خوانده قابل واخواهی در همین دادگاه و پس از آن ظرف بیست روز قابل اعتراض و تجدید نظر خواهی در دادگاه محترم تجدید نظر استان هرمزگان می باشد.

رئیس شعبه چهارم دادگاه عمومی حقوقی بندرعباس



مفقودی

برگ سبز گمرکی به شماره پروانه گمرکی ۳۰۶۰۹۵۶ به نام مصطفی سعید فر با تعداد ۱۱۵۰ کیسه برنج در تاریخ ۸۹/۷/۲۰ در بندرلنگه مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد

مفقودی

برگ سبز گمرکی به شماره ۳۱۰۴۲۷۹ به نام مصطفی سعید فر با تعداد ۱۷۲۵ کیسه برنج در مورخه ی ۸۹/۷/۲۰ در بندرلنگه مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد

جدول

۱۱۲۵

افقی:

- ۱-صاعقه-مکانیه
- ۲-مرگ-نمناک شدن-غال نیک
- ۳-روغن مار-دورویی-سینمای سوخته -آب آذی
- ۴-تکه پارچه کهنه-بهانه
- ۵-خواست عرب -از نقاشان نامی ایران
- ۶-ابر زمین -شب آخر ماه قمری
- ۷-روشنبایی ها-گذرگاه -زمین ترکی -از شهرهای کرمان
- ۸-کاربراتور-بندباز
- ۹-عدد قهرمان-باب روز -روده-خمیدگی
- ۱۰-کرایه دادن-خاندان
- ۱۱-لقب کشور-برزیل-برنده تنها
- ۱۲-مفتش -یوشاک گشاد بی آستین
- ۱۳-ضربه سر-فرزند پسر-دندان آذری -حرف ندا
- ۱۴-نوعی غربال -سهم مهلک -گمان بردن
- ۱۵-فیلمسی با بازی حمید گودرزی- دوری و فراق

عمودی:

- ۱-آرتولوژی -خالص و بی غل و عش
- ۲-مخترع پیل بری-کم تجربه-عضو یرکار بدن
- ۳-لخت و برهنه -بذله گو- پایین رفتن آب دریا- فرمان خودرو
- ۴-به پایان رساندن-رنگ موی گیاهی
- ۵-از اثرهای معروف فریدون مشیری -رود آرام
- ۶-برنده -نفس خسته
- ۷-دل آزار کهنه-علامت مغفولی-سادر وطن- حق الشرب
- ۸-پایمر بت شکن-سیاه امپراطوران عثمانی
- ۹-گدا-عقیده و نظر-حرص -لحظه کوتاه
- ۱۰-دست مالیدن-فگار
- ۱۱-اثر رطوبت -عنوان اثری از امام خمینی

