



دبیر اجرایی سسی و ششمین همایش سالانه انجمن روانپزشکان ایران در آستانه برگزاری این همایش گفت: این همایش در بیمارستان میلاد از ۲۳ لغایت ۲۶ مهر ۹۸ برگزار می‌شود، افزود: محور اصلی همایش امسال «روانپزشکی در روزهای بیم و امید» است که بر نگاه ویژه و تأکید روانپزشکی بر نقش عوامل اجتماعی در سلامت روان جامعه دلالت دارد. دکتر غلامرضا حاجتی بیان داشت: هنوز هم بسیاری از اختلالات روانپزشکی به دلیل ترس

از انگ بیماری، شرم بیمار و گاهی هم به دلیل تشخیص ناپای و بعضی از دلایل دیگر در مسیر درست درمان هدایت نمی‌شوند که این موضوع بار زیادی را به بیمار، خانواده و جامعه تحمیل می‌کند. وی عنوان کرد: هنوز بیمارانی با اختلال افسردگی داریم که ماهها و بلکه سالها به سمت درمان‌های روانپزشکی هدایت نمی‌شوند و هنوز در بعضی از اختلالات اضطرابی که شایع‌ترین اختلالات در جوامع و از جمله کشور ما هستند

شاهدیم که بیمار به صورت متعدد در مانگاه‌ها و کلینیک‌ها مراجعه می‌کند و تست‌ها و آزمایش‌های تشخیصی زیادی را انجام و سردرگم است. وی گفت: در نهایت این افراد درمان نشده و از سوی دیگر رنج بیماری را تحمل می‌کنند. این همایش از یک سو فرصتی است برای روانپزشکان که بتوانند به یافته‌های جدید علمی در حوزه روانپزشکی دست پیدا کنند همچنین از سوی دیگر فرصتی است که بتوانند با چالش‌های اجتماعی و عوامل اجتماعی در حوزه سلامت روان آشنایی بیشتری پیدا کنند.

کم‌خونی در بارداری باعث ایجاد چه بیماری‌هایی در کودکان می‌شود؟

مطالعات جدید محققان ریشه برخی از بیماری‌ها در کودکان را کم‌خونی مادران در دوران بارداری تشخیص داده‌اند. به گزارش تسنیم، اگر مادران باردار طی بارداری با کم‌خونی مواجه باشند ممکن است کودکانشان به بیماری‌هایی چون اوتیسم، بیش‌فعالی مبتلا شوند. محققان به این نتیجه رسیدند که آهن خون قبل از ۳۰ هفته در رشد مغز جنین موثر است و مادرانی که طی ۳۱ هفته بارداری با کم‌خونی مواجه‌اند احتمال مبتلا شدن کودکانشان به اوتیسم بیشتر است.

آفتاب یزد در گفتگو با جراح و متخصص چشم بررسی کرد

شالازیون چشم و راه درمان آن چیست؟

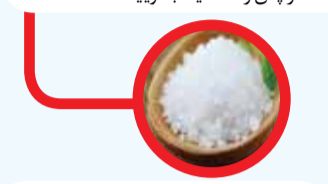
آفتاب یزد - فائزه مظفری: همه ما به خوبی می‌دانیم که چشم‌ها و پلک‌ها حساس و آسیب‌پذیر هستند. عفونت‌ها و سایر عوامل محیطی می‌توانند باعث مشکلات متعدد چشمی از جمله شالازیون شوند. واژه شالازیون از کلمه یونانی گرفته شده است. شاید شما هم دیده باشید کسانی را که توده‌های کوچکی یا بزرگ در نواحی چشم آنها به ویژه قسمت پلک چشمشان ظاهر شده باشد و وقتی می‌پرسید این چیست، می‌گویند گل‌مژه یا بیماری شالازیون است. با توجه به این نکته که چشم یکی از قسمت‌های مهم است که سلامتی و اهمیت سلامتی آن حائز اهمیت است آفتاب یزد درباره بیماری شالازیون با دکتر بهرام آزادی، جراح و متخصص چشم گفت و گو کرده است.



افراد مبتلا به شالازیون‌های بزرگ به دو دلیل باید درمان شوند که عبارت‌اند از اینکه شالازیون‌های بزرگ ظاهر ناخوشایندی دارند و از لحاظ زیبایی ظاهری مشکل ساز هستند، ضمن آنکه بهبودی خودبه‌خودی آن‌ها ممکن است چندین ماه طول بکشد و دیگر اینکه شالازیون‌های بزرگ به دلیل بالایی روی قرنیه فشار می‌آورند و با تغییر شکل استیگماتیسم و تاری دید می‌شوند. این جراح و متخصص چشم اظهار کرد: راه اصلی درمان بیماری شالازیون، جراحی آن است که با استفاده از بی‌حسی موضعی انجام می‌گیرد و روش دیگر نیز تزریق داروهای استروئیدی در داخل ضایعه در لبه پلک است که معمولاً در مواردی به کار می‌رود که تعداد زیادی شالازیون کوچک وجود دارد و نمی‌توان آنها را با جراحی خارج کرد. دکتر آزادی عنوان کرد: در برخی از افراد شالازیون مکرراً عود می‌کند که حتماً توسط چشم‌پزشک باید ویزیت شود زیرا گاهی اوقات بیماری‌های جدی چشمی مثل تومورهای بدخیم پلک به صورت شالازیون‌های مکرر ظاهر می‌کنند که تشخیص آنها از شالازیون معمولی فقط از عهده چشم‌پزشک برمی‌آید. وی در پایان گفت: اگر مستعد شالازیون هستید، تمیز نگه داشتن لبه پلک‌ها ممکن است از عود آن جلوگیری کند. می‌توانید با آب گرم و شامپو بچه رقیق شده لبه پلک‌هایتان را شستشو دهید. لبه بیرونی پلک‌هایتان را حداقل روزی یک بار ماساژ داده و تمیز کنید. همچنین توصیه می‌شود که دست‌هایتان را از آلودگی پاک کنید و از آرایش لبه پلک‌ها خودداری کنید.

نمک دریایی

نمک دریایی خاصیت آنتی‌سپتیک و ضد ویروسی دارد و به درمان سریع عفونت لب منجر می‌شود. مصرف نمک دریایی مانع گسترش ویروس تبخال می‌شود. کمی از نمک دریایی را روی موضع تبخال قرار دهید. یادتان باشد که بلورهای نمک باید روی تبخال بچسبند. نمک را پس از ۱۰ دقیقه بشویید.



گوجه فرنگی

آنتی‌اکسیدان‌های موجود در گوجه فرنگی برای تحریک بازسازی سلولی در مناطقی که تحت تأثیر زخم تبخال هستند، ایده‌آل است. مصرف گوجه فرنگی سرعت رشد میکروارگانیسم‌ها را کاهش می‌دهد. کمی از گوجه فرنگی زنده شده را برای ۳۰ دقیقه روی تبخال قرار دهید.



عصاره دانه گریپ فروت

دانه گریپ فروت خواص ضد ویروسی دارد و منجر به کاهش فعالیت منفی ویروس تبخال می‌شود. این عصاره دارای ویتامین سی است که به تعمیر پوست آسیب دیده کمک می‌کند و مانع ایجاد میکروارگانیسم‌ها می‌شود. کافیتست دوقطره از عصاره این دانه را روی منطقه آسیب دیده قرار دهید.



یخ

عملکرد یخ به این شکل است که محیطی نامناسب برای رشد ویروس تبخال ایجاد کرده و همچنین دردهای ناشی از تبخال را به خوبی کاهش می‌دهد. بهتر است از کیسه یخ استفاده کنید تا اینکه خود یخ را مستقیماً به کار ببرید. درمان با یخ را روزی سه بار و به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه انجام دهید.



شیر سرد

شیر دارای ماده‌ای به نام لیزین است که پس از جذب توسط پوست، ویروس تبخال را مهار می‌کند. از طرفی دمای سرد شیر نیز دردهای تبخال را کم خواهد کرد. پنبه را در شیر زده و کاملاً چندین بار در روز روی زخم بزنید. می‌توانید از همان لحظه که زخم‌ها تشکیل شده‌اند، از این مرهم استفاده کنید.



شیرین بیان

نشان داده شده که عناصر و ترکیبات موجود در شیرین بیان زمان بهبودی تبخال را سرعت می‌بخشد. به‌طور منظم شیرین بیان بخورید و یا مکمل‌های شیرین بیان مصرف کنید. می‌توانید کمی از پودر مکمل شیرین بیان را به صورت خمیر در آورده و چندین بار در روز به طور مستقیم روی محل زخم استفاده کنید.



چطور انتشار ویروس تبخال را کاهش دهیم؟

دو نوع ویروس هرپس سیمپلکس، شناخته شده است که نوع اول آن به نام "HSV" مسئول زخم‌های سرد و تبخال‌های ناشی از سرماخوردگی است. این نوع تبخال در اطراف دهان و با روی صورت ایجاد می‌شود. این ویروس مسری است و از طریق تماس مستقیم دو فرد با یکدیگر، به راحتی منتقل می‌شود. این ویروس معمولاً تا آخر عمر با فرد باقی می‌ماند. خوشبختانه تبخال یک عارضه جدی نیست و معمولاً بعد از چند روز از بین می‌رود. بهترین کار این است که علائم آن را در اسرع وقت درمان کنید چون خشک شدن ناحیه تاول زده، خطر انتقال ویروس تبخال را به دیگران کاهش می‌دهد.

بررسی تأثیر فیبرهای خوراکی مختلف بر باکتری‌های روده

محققان در مطالعه جدید به این موضوع پرداختند که چه منابعی از فیبر خوراکی و کدام مولکول‌های موجود در آن‌ها بیشترین فایده را برای میکروبیوم‌های روده دارند. به گزارش ایسنا، در این بررسی گروهی از محققان به این پرسش پاسخ داده و اظهار داشتند: فواید فیبر خوراکی برای بدن شناخته شده است. هرچند فیبر ترکیب پیچیده‌ای از عناصر مختلف است. علاوه بر این، فیبرهای موجود در منابع گیاهی مختلف به شیوه‌های متفاوتی فرآوری شده و ساختار مختلفی دارند. این درحالیست که اطلاعات کافی در مورد این تفاوت‌ها و اهمیت زیستی آنها وجود ندارد.

این بررسی محققان آزمایشاتی روی تعدادی موش انجام دادند. این موش‌ها در شرایط استریل پرورش داده شده به این مفهوم که از میکروبیوم روده خود برخوردار نبودند و ۲۰ گونه باکتری روده شایع را دریافت کردند. همچنین برای مدت چهار هفته با رژیم غذایی پایه در کنار فیبر مزاج تغذیه شدند. رژیم غذایی پایه حاوی میزان بالایی از چربی‌های اشباع و سطح پایینی از میوه و سبزیجات بود. محققان ۳۴ منبع غذایی مختلف حاوی فیبر و تأثیر آن روی باکتریوم روده را بررسی کردند.

فصل ارتباط دانه

اینترنت همیشگی + ۳ ماه اشتراک رایگان تماشاخونه

اینتک asiatech

91010000 | 1544

فصل ارتباط دانه

اینتک asiatech

91010000 | 1544

asiatech.ir

آگهی فراخوان مناقصه عمومی

نوبت اول

شماره مجوز: ۱۳۹۸/۳۹۱۷

شرکت مجتمع گاز پارس جنوبی در نظر دارد اقلیم مورد نیاز خود را با شرایط ذیل از طریق مناقصه عمومی تامین نماید:

شماره مناقصه	۹۸/۸۴۸
موضوع مناقصه	خدمات نگهداری از اماکن، اموال و تأسیسات کمپ‌های مسکونی شرکت مجتمع گاز پارس جنوبی
مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار	۶/۴۸۷/۰۰۰/۰۰۰ ریال
نوع تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار	تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار بصورت یکی از تضامین قابل قبول وفق آیین نامه تضمین شماره ۱۳۳۴۰۲/ت/۰۶۵۹۵۰۶ مورخ ۹۴/۹/۲۲ هیات وزیران می‌باشد.
مبلغ برآوردی مناقصه	۲۴۵/۹۱۰/۰۰۱/۵۶۵ ریال
آخرین مهلت بازگذاری و ارسال مستندات ارزیابی کیفی (رزومه)	۹۸/۰۷/۱۵ تاریخ تحویل اسناد به واجدین شرایط ۹۸/۰۸/۰۴
آخرین مهلت تحویل پلاکت پیشنهادات مالی	۹۸/۸/۲۱ تاریخ گشایش پلاکات پیشنهادات مالی ۹۸/۸/۲۱
آدرس مناقصه گزار	استان بوشهر - شهرستان عسلویه - شرکت مجتمع گاز پارس جنوبی - ساختمان اداری مرکزی ستاد - امور پیمانها

مناقصه گران می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر به سایت WWW.SPGC.IR مراجعه و یا با شماره تلفن‌های ۲۷۵۶-۲۷۷۱۳۱۳۷۶۱۰ تماس حاصل فرمایند.

روابط عمومی شرکت مجتمع گاز پارس جنوبی

فراخوان مناقصه عمومی یک مرحله ای

نوبت دوم

مناقصه گزار: شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران - مدیریت بازرگانی

موضوع مناقصه: چاپ ۱۲/۰۰۰/۰۰۰ بار نامه سه نسخه ای و فرم پروانه ورود به انبار

طی تقاضای شماره: TR-۹۸۰۰۷-DSS

تاریخ مهلت نشانی محل دریافت و تحویل اسناد کیفی مناقصه گران:

از کلیه تولید کنندگان مربوطه دعوت بعمل می آید حداکثر ظرف مدت دو هفته از تاریخ انتشار آخرین آگهی روزنامه با مراجعه به سایتهای MONACHESE.NIOPDC.IR ، HTTP://IETS.MPORG.IR ، بخش مناقصات ستاد نسبت به تکمیل فرم ارزیابی کیفی مربوطه به مناقصه گران اقدام و این فرم را به‌همراه سایر مدارک درخواستی به اداره خریدهای داخلی این شرکت واقع در تهران - خیابان ایرانشهر شمالی - روبروی پارک هنرمندان - جنب خیابان برادران شاداب- پلاک ۱- طبقه دوازدهم تحویل نمایند. تلفن های تماس: ۸۴۱۲۱۳۰-۸۸۳۲۷۰۸۵

مبلغ معامله: ۲۳۸۰۰۰۰۰۰ ریال و براساس بررسی میدانی و سوابق خرید قبلی برآورده شده است.

تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار: مبلغ ۴۰۰۰۰۰۰ ریال میباید که براساس این نامه تضمین دولتی قابل ارائه میباید.

شماره مجوز: ۱۳۹۸/۳۸۲۴ روابط عمومی شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران