



عضو کمیته بیمه سلامت گفت: مصرف سیگار توانایی دهان را برای مقابله با عفونت محدود کرده و فرد را در مقابل باکتری‌هایی که از طریق سیگار کشیدن تکثیر می‌شوند، بی‌دفاع می‌کند.به گزارش مهر، محمد دریجانی افزود: هنگامی که دهان شما قادر به مبارزه با عفونت نیست، پلاک و باکتری‌های راید می‌شوند. این امر منجر به بروز مشکلات مختلفی از جمله زرد شدن دندان‌ها تا افتادن آن‌ها و نیاز به انجام روت کانال می‌شود.وی ادامه داد: سیستم ایمنی دفاعی

مصرف سیگار توانایی دهان را برای مقابله با عفونت محدود می‌کند

می‌دهد. غدد بزاقی ممکن است ملتهب شوند. همچنین احتمال بروز لکوپالاکیا یا تکه‌های سفید داخل دهان افزایش می‌یابد. دریجانی گفت: کاشت ایمپلنت‌های دندانی در افراد سیگاری احتمال موفقیت کمتری دارد. از دست دادن استخوان ممکن است در فک و جود داشته باشد و مدت زمان بیشتری طول می‌کشد تا پس از عمل جراحی بهبود یابد. این مسئله به ویژه مشکل ساز است، زیرا احتمالاً نیاز بیشتری به انجام جراحی دهان و دندان برای رفع مشکلات مربوط به سیگار کشیدن وجود دارد.

آفتاب یزد در گفتگو با متخصص زنان، زایمان و نازایی بررسی کرد

فیروز رحمی چیست و چگونه در مان می‌شود؟

وی در پاسخ به این پرسش که "درمان فیروز رحمی به چه صورت است"، بیان کرد: زنانی که به فیروز رحمی دچار هستند، اما نشانه‌های آن را ندارند، ممکن است به درمان نیاز نداشته باشند. این متخصص توضیح داد که رشد این تومور توسط هورمون‌های استروژن و پروژسترون تحریک می‌شود و بعد از سن یاسگی چون میزان این هورمون‌ها پایین می‌آید، در نتیجه این تومور کوچک می‌شود. این بیماری در خانم‌های سیاه پوست، دو برابر شایع‌تر از خانم‌های سفیدپوست است، ولی هنوز علت قطعی آن مشخص نشده‌است. خوشبختانه علم‌رغ درصد بالای ابتلا، این تومور یک تومور خوش‌خیم محسوب می‌شود.

دکتر ظفر دوست اضافه کرد: زنانی که درد یا دیگر نشانه‌های بیماری فیروز رحمی در آنها مشاهده می‌شود ممکن است درمان‌هایی از قبیل درمان دارویی و درمان با جراحی برای آن‌ها مفید باشد. این متخصص فلوشیپ نابرووری و نازایی اظهار داشت: در افراد مبتلا به فیروز رحمی درمان دارویی ممکن است چندان باعث فروکش کردن نشانه‌های فیروز رحمی شوند و حتی از رشد آن جلوگیری کنند یا آن را کند سازند. اما هنگامی که بیمار دارو را کنار می‌گذارد، بافت فیبری اغلب بار دیگر رشد می‌کنند. وی ابراز داشت: جراحی نیز برای برای درمان فیروز رحمی به چند صورت انجام می‌شود که عبارت‌اند از برداشت بافت فیبری و گذاشتن بخش‌های سالم رحم که به آن میومیکتومی می‌گویند، بریدن رگ‌های خون رسان به بافت فیبری باعث فروکش کردن رشد آن‌ها می‌شود و برداشت رحم (هیستروکتومی) که تنها راه اطمینان بخش برای درمان فیروز رحمی است.

دکتر ظفر دوست در پایان گفت: راهکار مشخصی برای پیشگیری از این بیماری وجود ندارد، اما اجتناب از مصرف هورمون‌های زنانه ممکن است رشد فیبرویدها را کمتر کند. هورمون استروژن موجود در قرص‌های ضدبارداری با دوز کم چندان خطر مهمی ندارند، اما استروژن با دوز زیاد ممکن است باعث بزرگ شدن فیبرویدها در این افراد شود لذا توصیه می‌شود که اگر مصرف قرص ضد بارداری برایتان مضر بود، به فکر استفاده از سایر روش‌های جلوگیری از بارداری باشید تا سلامتتان به مخاطره نیفتد.

دانشمندان موسسه پزشکی "ویل کرنل"، آزمایشگاه ملی "ارگون"، دانشگاه "شیکاگو" و دانشگاه "نگراس در استین" نیز در این تحقیق شرکت داشته‌اند. آنها می‌گویند جهش کروماتوپروس می‌تواند بر توانایی ما بر کنترل آن تأثیر بگذارد. به نظر می‌رسد این مطالعه بزرگترین تجمع توالی ژنتیکی کروماتوپروس باشد که تاکنون در ایالات متحده انجام شده است. یک دسته بزرگتر از توالی‌های ژنتیکی در اوایل ماه سپتامبر منتشر شد و نشان داد جهش ایجادکننده تغییر در ساختار "پروتئین سنبله" موجود روی سطح کروماتوپروس می‌تواند مسئول گسترش نامتناسب آن سویه خاص از ویروس کرونا باشد.کی ویروس شانس در دسترس تئوری ملی آلرژیک و بیماری‌های عفونی (NIAID) به نام "دیوید مورنز" مطالعه اخیر را بررسی کرده و گفته است که باقیمت آن نشان می‌دهد که به احتمال زیاد این ویروس همین‌طور که جمعیت را در می‌نورد، توانایی انتقال خود را افزایش داده است که ممکن است پیامد‌هایی در توانایی مادر کنترل آن داشته باشد و کروماتوپروس ممکن است خود را با فاصله‌گذاری اجتماعی و ماسک زدن سازگار کند. وی گفت: پوشیدن ماسک، شستن دست‌ها و همه اینها مانع انتقال یا سرایت ویروس است، اما این ویروس با توجه با جهش‌های ژنتیکی‌ای که انجام می‌دهد از نظر تئوری می‌تواند از این مانع عبور کند.

بدن در فرد سیگاری ضعیف می‌شود. گردش خون در دهان افراد سیگاری به شدت کاهش می‌یابد. همچنین ذرات موجود در تنباکو همچنین می‌تواند دندان‌ها را دچار سایش کرده و پوشش محافظتی مینای دندان را از بین ببرد.وی اظهار کرد: نه تنها سیگار، بلکه حتی تنباکو بدون دود نیز می‌تواند به دندان آسیب برساند و مضرات دیگری بر سلامت دهان داشته باشد. سیگار کشیدن، خطر ابتلا به سرطان دهان از جمله سرطان زبانه را افزایش



● فیروز رحم (Uterine fibroids) رشد بیش از اندازه بافت رحم در زنان در سن بچه داری است. در این بیماری سلول‌های ماهیچه‌ای و دیگر بافت‌هایی که دیواره رحم را می‌سازند، غده‌های غیرسرطانی درون دیواره رحم و بیرومن آن را می‌سازند

● به نظر می‌رسد فیروز رحمی پیی آمد عوامل زیادی است که بر هم اثر می‌گذارند. این عوامل ممکن است ژنتیکی، هورمونی، محیطی یا ترکیبی از همه اینها باشد

● بیشتر زنان مبتلا به فیروز رحمی نازا نیستند و می‌توانند بچه دار شوند. برخی زنان مبتلا به فیروز رحمی ممکن است نتوانند به طور طبیعی باردار شوند. اما با پیشرفت‌های که در درمان نابرووری رخ داده است، ممکن است برخی از این زنان باردار شوند

سقط جنین یا زایمان پیش رس باشد. این متخصص زنان و زایمان و نازایی ادامه داد: بیشتر زنان مبتلا به فیروز رحمی نازا نیستند و می‌توانند بچه دار شوند. برخی زنان مبتلا به فیروز رحمی ممکن است نتوانند به طور طبیعی باردار شوند. اما با پیشرفت‌های که در درمان نابرووری رخ داده است، ممکن است برخی از این زنان باردار شوند.

جهش کروماتوپروس می‌تواند ماسک زدن و فاصله اجتماعی را بی‌اثر کند

پوشیدن ماسک، شستن دست‌ها و همه اینها مانع انتقال یا سرایت ویروس است، اما این ویروس با توجه با جهش‌های ژنتیکی‌ای که انجام می‌دهد از نظر تئوری می‌تواند از این مانع عبور کند. همین‌طور که واکسن‌های بالقوه کرونا به دسترس عمومی نزدیک می‌شوند، به نظر می‌رسد کروماتوپروس نیز در حال پیشرفت است

ژنتیکی می‌شوند و خیلی از آنها قابل توجه نیستند." جیمز موسر" نویسنده این مطالعه از بیمارستان متدیست هوستون می‌گوید: جهش ویروس کرونا در ایالات متحده بسیار فعال است. قابل ذکر است که ویروس‌های خانواده کروماتوپروس مانند "SARS-CoV-۲" نسبتاً پایدار هستند، زیرا دارای یک مکانیسم تصحیح هستند که طی تکثیر فعال باقی می‌ماند، اما هر جهش مانند ریختن یک تاس است و از آنجا که انتقال این ویروس در ایالات متحده بسیار فعال است و در حال حاضر هر روزه شاهد دهها مزار ابتلای جدید است، هیچ فرصتی برای جهش یا تنظیمات افزایش شدت برای انسان نداشته است. همچنین

به گفته دانشمندان، ویروس کرونا قابلیت این را دارد که با ماسک و رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی سازگار شود و کارایی آنها را تحت تأثیر قرار دهد و حتی آنها را بی‌اثر کند.به گزارش ایسنا، طبق نتایج یک مطالعه جدید، ویروس کرونا که به بیماری کووید-۱۹ منجر می‌شود، ممکن است به نحوی جهش یافته باشد که مسری‌تر شده باشد. علاوه بر این، طبق گفته‌های "دیوید مورنز" یک ویروس‌شناس و مشاور ارشد "انستیتی فایونجی" مدیر استستوی ملی آلرژیک و بیماری‌های عفونی آمریکا (NIAID)، جهش‌های تصادفی کروماتوپروس جدید که در این مطالعه ذکر شده است، احتمالاً در واکنش به تلاش‌های جلوگیری‌کننده در مقیاس جمعی مانند استفاده از ماسک و رعایت فاصله اجتماعی بوده باشند.این مطالعه که هنوز منتظر بررسی همتا در این زمینه‌ها به دلیل وارد شدن ضربه، عمل جراحی یا بیماری نبوده است. محققان خاطرنشان کردند: مشخص نیست چرا افراد مبتلا به فشار خون بالا خود به خود دچار خونریزی بینی می‌شوند اما از آنجایی که فشار خون بالا به رگ‌های خونی آسیب می‌رساند می‌تواند یکی از دلایل آن باشد.

پیشگیری از کووید-۱۹

با ترکیب چند پادتن

پژوهشگران در بررسی جدیدی نشان داده‌اند که ترکیبی از پادتن‌های به دست آمده از بیماران مبتلا به کووید-۱۹ می‌تواند به شناسایی و مسدود کردن مستقیم عفونت کروماتوپروس کمک کند و جلوی ورود آن را به سلول‌های بدن بگیرد. هر یک از انواع پادتن، این کار را به صورت متفاوتی انجام می‌دهند. به گزارش ایسنا، پژوهشگران در بررسی خود نشان دادند که دوزهای کمی از این پادتن‌ها می‌تواند با پیشگیری از تکثیر کروماتوپروس در ریه‌ها، از همسترهایی که در معرض کروماتوپروس قرار می‌گیرند، در برابر عفونت محافظت کنند. مزیت چنین ترکیبی این است که شاید بتواند از جهش‌های طبیعی کروماتوپروس که طی دوره همه‌گیری آن برای فرار از درمان رخ می‌دهد، پیشگیری کند. از آنجا که طی دوره همه‌گیری کروماتوپروس، تفاوت‌هایی در دستگاه‌های دفاعی آن کشف شده است، شاید استفاده از ترکیب پادتن‌ها بتواند به خنثی‌سازی طیف وسیعی از این تنوع ویروسی منجر شود.به نظر می‌رسد که حضور پادتن‌ها علاوه بر پیشگیری از ورود ویروس به سلول‌های میزبان بتواند فعالیت‌هایی برای مقابله با عفونت سلول‌های ایمنی انجام دهد که کار باکتری‌ویروس را انجام می‌دهند. پژوهشگران در مقاله این بررسی نوشتند: ما باور داریم که شاید استفاده از چندین مکانیسم متمایز و مکمل بتواند مزایای بیشتری را برای کاربردهای بالینی فراهم کند.پژوهشگران توانستند نحوه عملکرد پادتن‌ها در سطح مولکولی را به واسطه بررسی‌های میکروسکوپی تغییرات صورت گرفته در دستگاه‌های دفاعی ویروس تعیین کنند. آنها در این پروژه، ساختار مولکولی و مکانیسم عفونت انواع کروماتوپروس و ویروس‌های دیگر را مورد بررسی قرار دادند. یکی از نو پادتن کشف شده می‌تواند علاوه بر پیشگیری مستقیم از تعامل ویروس با گیرنده میزبان، دستگاه‌های دفاعی را در یک ساختار غیرفعال قفل کند؛ همین ترتیب کروماتوپروس نمی‌تواند با غشای سلول میزبان ترکیب شود.



یک چهارم شهروندان بالای ۲۰ سال تهرانی فشار خون بالا دارند

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با استناد به نتایج یک پژوهش گفت: شیوع بیماری فشار خون بالا در جمعیت بالای ۲۰ سال تهران، ۲۳ درصد است؛ یعنی تقریباً از هر ۴ نفر، یک نفر دارای فشار خون بالا هستند.به گزارش ایرنا، هنگامه عبدی افزود: این نتایج تأکید می‌کند که اقدامات لازم برای شناسایی به موقع موارد فشار خون بالا و اقدامات پیشگیرانه تغییر سبک زندگی و درمان صحیح و کافی بیماری فشار خون بالا ضرورت دارد.

توصیه

ارتباط چرت نیمروزی با مشکلات قلبی - عروقی

محققان دریافته‌اند که چرت نیمروزی بیش از ۶۰ دقیقه در روز با افزایش ریسک بیماری قلبی و مرگ مرتبط است.به گزارش مهر، محققان بیش از ۲۰ مطالعه مربوط به ارتباط بین چرت روزانه و خطرات احتمالی سلامت را با وجود بیش از ۳۱۳ هزار شرکت‌کننده بررسی کردند.نتایج نشان داد در مقایسه با افرادی که خواب نیمروزی نداشتند، افرادی که به طور مرتب هر روز بیش از ۶۰ دقیقه می‌خوابیدند ۳۴ درصد بیشتر با احتمال ابتلا به بیماری قلبی- عروقی و ۳۰ درصد با ریسک بالاتر مرگ به هر علتی روبرو بودند. همچنین مشخص شد چرت نیمروزی، فراغ از هر مدت زمانی، با ۱۹ درصد افزایش ریسک مرگ مرتبط است. این ارتباط در زنان و افراد مسن بسیار قوی‌تر بود.نتایج نشان داد چرت نیمروزی کمتر از ۴۵ دقیقه ممکن است موجب بهبود سلامت قلب در افرادی شود که خواب کافی شبانه ندارند. محققان معتقدند هنوز علت دقیق تأثیر چرت نیمروزی بر بدن مشخص نیست اما برخی مطالعات نشان می‌دهد که چرت نیمروزی طولانی با میزان بالای التهاب در بدن که فاکتور پرخطر برای سلامت قلب بوده مرتبط است. سایر تحقیقات چرت نیمروزی را با فشارخون بالا، دیابت، و سلامت ضعیف کل بدن مرتبط می‌دانند.

هشدار

فشارخون بالا عامل خونریزی مکرر بینی

تحقیقات گروهی از محققان در کره نشان می‌دهد افراد مبتلا به فشار خون بالا بیشتر در معرض خونریزی بینی هستند و این خونریزی‌ها اغلب به اندازه‌های جدی می‌شود که لازم است فرد به پزشک مراجعه کند. به گزارش ایسنا، در این بررسی محققان به ارزیابی اطلاعات بیش از ۷۰ هزار بزرگسال در مدت ۱۴ سال پرداختند. آنان شرکت‌کنندگان در مطالعه را به دو گروه تقسیم کردند: گروهی که دچار فشار خون بالا بودند و گروهی که به این عارضه دچار نبودند. این بیماران از سلامت کامل برخوردار بوده و هیچ یک از داروهای رقیق‌کننده خون که احتمال خونریزی را افزایش می‌دهد مصرف نمی‌کردند. در پایان مطالعه، محققان دریافته‌اند افراد مبتلا به فشار خون بالا ۴۷ درصد بیشتر خود بخود دچار خونریزی بینی شده‌اند و خونریزی بینی بیماران به دلیل وارد شدن ضربه، خاطر نشان کردند: مشخص نیست چرا افراد مبتلا به فشار خون بالا خود به خود دچار خونریزی بینی می‌شوند اما از آنجایی که فشار خون بالا به رگ‌های خونی آسیب می‌رساند می‌تواند یکی از دلایل آن باشد.

یافته

آغوش والدین

مسکن نوزادان است

یافته‌های اخیر محققان نشان می‌دهد تماس پوست والدین با نوزادان تازه متولد شده کمک می‌کند تا نوزادان با درد کنار بیایند و هنگام تزریق یا واکسیناسیون درد کمتری را تجربه کنند. به گزارش ایسنا، محققان فعالیت مغزی نوزادان را به طی این مطالعه تحت آزمایش خون قرار گرفته بودند را کنترل کردند. بعضی از آنها در هنگام آزمایش بدون لباس و تنها با پوشک و برخی دیگر با لباس کامل در آغوش والدینشان بودند و باقی نوزادان در آن هنگام در دستگاه مخصوص نوزادان موسوم به انکوباتور بودند. سپس محققان با استفاده از الکترودهای روی سر، پاسخ درد مغز ۲۷ نوزاد تازه متولد شده تا ۹۶ روزه را اندازه‌گیری کردند. محققان دریافته‌اند نوزادانی که بدون هیچ لباسی در تماس نزدیک با پوست والدین خود قرار داشتند در هنگام آزمایش و یا تزریق احساس درد کمتری تجربه می‌کردند. محققان دریافته‌اند که فعالیت بیشتری در مغز نوزادان تازه متولد شده در واکنش به درد هنگامی که والدین آنها را از طریق لباس در آغوش داشتند، وجود داشت. پاسخ اولیه مغز به درد، بدون در نظر گرفتن نحوه نگهداری کودک یکسان نبود، اما گذشت زمان و در اثر تماس پوست با پوست این حالت کمتر شد. پروفیسور "بکا پیلا ریدل" از دانشگاه یورک کانادا گفت که این پاسخ نشان می‌دهد لمس والدین بر میزان برداشتن درد در مغز نوزادان تأثیر زیادی دارد. درد ممکن است یکسان باشد اما نحوه مغز کودک در برداشتن واکنش به آن درد به تماس بدن او با بدن و پوست والدین بستگی دارد. یافته‌های ما از این مفهوم پشتیبانی می‌کند که نگر داشتن نوزاد تازه متولد شده در مقابل پوست والدین برای رشد آنها مهم است. با این حال، این اولین مطالعه برای بررسی واکنش واقعی مغز به درد است.

نکته

آیا خرمالو سلامتی شما را تهدید می‌کند؟

خرمالو میوه‌ای پاییزه که طرفداران زیادی دارد و علاوه بر طعم خوب این میوه خواص درمانی فراوانی برای آن ذکر شده است. این میوه به دلیل طعم ترکیبی از خرما و الو خرمالو نامیده شده است. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، گیاه این میوه گلدار دو لپه‌ای است که حدود ۴۵۰-۵۰۰ گونه درخت همیشه سبز دارد، خرمالو مختص به مناطق گرمسیر کشور است و فروش خوبی هم به علت تقویت سیستم ایمنی بدن از سوی کاسبان دارد. خرمالو برخلاف باور عموم کالری بسیار پایینی دارد. خرمالو دارای ویتامین A، ویتامین C، ویتامین E، ویتامین B، فیبر، منگنز، مس، منیزیم، پتاسیم و فسفر است. از جمله ترکیبات ارگانیک این میوه می‌توان به کاتچین، گالاتکاجین، اسید بوتولینیک و کاروتنوئیدی اشاره کرد. خرمالو دارای ۶۰ تا ۷۰ کیلو کالری انرژی، ۷۵۵ گرم آب، ۵۹ گرم فیبر، ۲۳ گرم قند، ۷۶ میلی گرم ویتامین C، ۱۱ میلی گرم پتاسیم، ۱۱ میلی گرم منیزیم و ۰۱۵ میلی گرم آهن است. خرمالو خرمالو که باید به آن توجه کرد عبارتند از:

۱- جلوگیری از ابتلا به سرطان: وجود آنتی اکسیدان‌ها در این میوه موجب جلوگیری از ابتلا به سرطان می‌شود.

۲- کنترل قند خون: به علت تنظیم سطح قند خون برای افراد مبتلا به دیابت بسیار مناسب است.

۳- سلامت ریه

۴- حفظ سلامت قلب: پایین آوردن میزان کلسترول بد خون موجب جلوگیری از خطر حمله قلبی می‌شود.

۵- بالا بردن قوه بینایی: به علت وجود ویتامین A مصرف خرمالو موجب تقویت قوه بینایی خواهد شد.

۶- از یسین رفتن خستگی: وجود پتاسیم فراوان در خرمالو موجب از بین رفتن خستگی می‌شود.

۷- کنترل فشار خون

۸- درمان آسم: مصرف این میوه همراه با یک قاشق غذاخوری عسل در درمان آسم و سرفه خلطی تأثیر می‌گذارد.

۹- جلوگیری از ابتلا به سرما خوردگی و آنفلانزا: وجود ویتامین C در خرمالو باعث تقویت بدن و در نتیجه جلوگیری از ابتلا به سرماخوردگی و آنفلانزا می‌شود.

۱۰- درمان زخم معده: فیبر موجود در خرمالو موجب درمان زخم معده می‌شود. بر اساس گفته متخصصان مصرف این میوه در دوران بارداری و شیردهی مفید است اما استفاده مداوم و فراوان از خرمالو در دوره بارداری موجب اضافه وزن زیادی می‌شود و سلامت مادر و جنین را به خطر می‌اندازد.

افراد دارای فشار خون پایین در مصرف میوه خرمالو مدارا کنند؛ چرا که مصرف مداوم این میوه موجب کاهش ناگهانی فشار خون می‌شود.

مصرف خرمالوی گس موجب یبوست در برخی افراد می‌شود همچنین استفاده از خرمالوی کال هم در مواردی آلرژی به دنبال دارد. علاوه بر آن مصرف مداوم و فراوان این میوه موجب پوسیدگی دندان‌ها خواهد شد.

تازه‌ها

ارتباط ابتلا به تب دانگی با مصونیت در برابر کووید-۱۹

نتایج یک بررسی نشان می‌دهد تب دانگی می‌تواند در برابر بیماری کووید-۱۹ مصونیت ایجاد کند.به گزارش ایسنا، محققان در مطالعه‌ای که به تحلیل شیوع کروماتوپروس در برزیل پرداخته بودند، دریافته‌اند: بین گسترش کروماتوپروس و شیوع پیشین بیماری تب دانگی ارتباط وجود دارد به گونه‌ای که قرار گرفتن در معرض این بیماری می‌تواند در برابر کووید-۱۹ مصونیت ایجاد کند. در این بررسی آمده است: قطعی در برزیل که میزان پایین‌تری از شیوع کروماتوپروس و رشد کمتری از موارد ابتلا را تجربه کرده‌اند پیش از این شاهد شیوع شدید بیماری تب دانگی بوده‌اند.به گفته محققان در صورت اثبات صحت این یافته می‌توان گفت که عفونت تب دانگی با مصون‌سازی با واکسن موثر و ایمن بیماری تب دانگی می‌تواند میزانی از حفاظت ایمنی در برابر کروماتوپروس ایجاد کند. محققان اظهار داشتند که نتایج بدست آمده بسیار جالب توجه است زیرا مطالعات قبلی نشان داده است در خون افرادی که آنتی بادی تب دانگی وجود دارد ممکن است به اشتباه وجود آنتی بادی‌های بیماری کووید-۱۹ نشان داده شود حتی اگر هرگز به ویروس کرونا آلوده نشده باشند.به گفته محققان این نشان می‌دهد تعامل اپیتولینوژیک بین دو ویروس پشتیبانی می‌کند که پیش از این پیش‌بینی نشده بود زیرا این دو ویروس از خانواده‌های کاملاً متفاوتی هستند هرچند لازم است تحقیقات بیشتری در این رابطه به منظور تأیید این ارتباط انجام گیرد.

فراخوان مناقصه عمومی دو مرحله ای
مناقصه گزار: شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران - مدیریت بازرگانی
موضوع مناقصه: خرید تعداد ۶۰۰۰۰ عدد دیب برنجی
طی تقاضای شماره: TR- ۹۸۰۱۵ -DSS

تاریخ مهلت و نشانی محل دریافت و تحویل استعلام کیفی مناقصه گران:
از کلیه تولیدکنندگان مربوطه دعوت میگرددحداکثر ظرف مدت دو هفته از تاریخ انتشار آگهی روزنامه با مراجعه به بخش مناقصات ستاد در سایت، **MONAGHSEH.NIOPDC.ir** و همچنین سایت **HTTP://IETS.MPORG.ir** نسبت به تکمیل فرم ارزیابی کیفی مربوط به مناقصه گران اقدام و این فرم را بهمهراه سایر مدارک در خواستی به اداره خریدهای داخلی این شرکت واقع در تهران- خیابان ایرانشهر شمالی-روبه روی پارک هنرمندان- جنب خیابان برداران شاداب- پلاک ۱- طبقه دوازدهم تحویل نمایند. تلفن های تماس: ۰۸۵-۸۸۳۲۷۰۸۵-۹۹۶۰۸۴۱۲

مبلغ معامله حدوداً ۹۰۰۰۰/۰۰۰/۱۸۰۰۰ ریال و بر اساس بررسی میدانی برآورد شده است.

تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار: مبلغ ۹۰۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می باشد که بر اساس آئین نامه تضمین در معاملات دولتی قابل ارائه میباشد.

روابط عمومی شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران

شماره مجوز: ۱۳۹۹/۳۴۱۵

آگهی مناقصه عمومی

شهرداری کرج در نظر دارد با توجه به بودجه مصوب شورای اسلامی شهر پروژه مندرج در جدول ذیل را از طریق مناقصه عمومی به پیمانکاران واجد شرایط واگذار نماید.

ردیف	شرح عملیات	مبلغ اعتبار به ریال	مبلغ سپرده به ریال	صلاحت
۱	خرید البسه انفرادی عملیاتی آتش نشانی (شاور-اورکت-چکم- فلش هود- فیس دستگاه تنفسی) به تعداد ۶۵	۲۸/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۱/۴۰۰/۰۰۰/۰۰۰	ارائه اساتنامه مرتبط با موضوع و با داشتن سوابق کاری مرتبط

۱- سپرده شرکت در مناقصه به یکی از روشهای ذیل ارائه گردد. ضمانت نامه بانکی معادل مبلغ فوق که به مدت ۹۰ روز اعتبار داشته و قابل تمدید باشد و یا واریز فیش نقدی به مبلغ فوق به حساب ۹۴۸۶ ۹۴۸۶ ۷۰۰ ۷۸۶ ۷۰۰ بانک شهر ۲- برندگان نفر اول و دوم مناقصه هرگاه حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به ترتیب ضبط خواهد شد. ۳- شهرداری کرج در رد یا قبول هر یک از پیشنهادهای متناظر است. ۴- مبلغ ۵۰۰/۰۰۰ ریال به عنوان هزینه خرید استان به حساب ۷۸۵۳۱۳۷۹۵ ۷۰۰ ۰۰۰ ۷۸۵۳۱۳۷۹۵ نزد بانک شهرداری واریز و رسید آنرا ارائه نمایند. ۵- متقاضیان میتوانند از تاریخ انتشار آگهی جهت خرید اسناد مناقصه به اداره امور قراردادهای و پیمانها واقع در میدان توحید- بلوار بلبل شهرداری کرج طبقه هفتم مراجعه نمایند. ۶- در هر صورت مدارک مندرج در اسناد مناقصه ملک فروش است و متقاضی عقد قرارداد خواهد بود. ۷- توضیح اینکه به غیر از سپرده شرکت در مناقصه کلیه اسناد و مدارک مربوط به پیمانکاران شرکت در مناقصه نزد شهرداری باقی می ماند. ۸- لازم به ذکر است هنگام خرید اسناد معرفی نامه معهور به مهر و امضای مدیرعامل، روزنامه آخرین آگهی تغییرات اعضای شرکت، کد اقتصادی الزامی می باشد. ۹- شرکت کنندگان در مناقصه می‌بایست کلیه فرما و اطلاعات مورد درخواست شهرداری را تکمیل و به همراه سایر اسناد مناقصه در پاکت مربوطه قرار دهند. ۱۰- سایر اطلاعات و جزئیات در اسناد مناقصه مندرج است. ۱۱- پیشنهادات می‌بایست در پاکتهای مجزا (الف-ب-ج) لک و معهور به مهر شرکت شده و پس از الصاق هولوگرام بر روی پاکت ج تا پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخ ۹۹/۷/۲۷ به آدرس کرج- میدان توحید- بلوار بلبل دبیرخانه شهرداری کرج تحویل داده شود. ۱۲- پیشنهادات رسیده در مورخ ۹۹/۷/۲۱ در کسبوسون عالی معاملات شهرداری کرج (دفتر شهردار) مطرح و پس از بررسی و کنترل برنده مناقصه اعلام خواهد شد. در ضمن هزینه چاپ آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد. جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۳۵۸۹۲۴۱۸ - ۳۵۸۹۲۴۴۰ - ۲۴۴-۰۲۶ تماس و یا به سایت www.karaj.ir مراجعه نمایند.

اداره امور قراردادها و پیمانها - شهرداری کرج