

آفتاب یزد گزارش می دهد

هایفو چیست؟



آفتاب یزد؛ پوست هر کس منحصر بفرد است و شرایط پوست ما می تواند بیانتگر واکنش در برابر شرایط مختلف باشد. پوست ما بسته به ترکیبات مختلف،

داند همیشه جوان بمانند می توانند از این روش از ۳۰ سالگی که شروع شل شدن پوست است بهره مند شوند. اصولاً شلی و افتادگی خفیف تا

ویژگی های ژنتیکی خاص خود را دارد و باتوجه به شرایط محیطی عکس العملهای متفاوتی را بروز می دهد. خوشبختانه بی نظمی های بافت ماند چین و چروک، پیری زودرس، جای زخم، آکنه، برآمدگی و لکه های آفتاب و سلولیت همه با جوانسازی پوست قابل اصلاح است. بطور کلی، جوانسازی و جوانسازی یک روش درمانی آرایشی است که هدف آن بازگرداندن ظاهر زیبا، جوان و با طراوت به چهره افراد است. یکی از روش های جوانسازی پوست، هایفو تراپی است لذا با توجه به اهمیت موضوع آفتاب یزد در اینباره به دکتر حمید وحیدی، متخصص پوست و مو گفتگو کرده است. وی در اینباره می گوید: هایفو به معنی امواج اولتراسوند با فرکانس بالاست. در این روش از انرژی میکرو امواج فراصوت متمرکز برای منقبض کردن الیاف کلاژن و تحریک رشد کلاژن جدید به منظور ایجاد یک لیفت طبیعی، بدون عمل جراحی و نقابت پس از عمل استفاده می شود. الیاف کلاژن به استحکام ساختارهای مختلف بدن کمک می کند و همچنین از جذب شدن و تحلیل رفتن ساختارهایی مانند پوست جلوگیری می کند. دکتر وحیدی خاطر نشان کرد: هایفو تراپی به معنی پوست نفوذ می کند بدون اینکه هیچ زخمی یا قرمزی پوست ایجاد شود و اصولاً ارزش و اهمیت این روش در همین ویژگی منحصر بفرد است که سطح خارجی پوست کاملاً دست نخورده باقی می ماند. علت این پدیده آن است که انرژی این امواج آنچنان بالا نیست که بتواند در نقطه برخورد با سطح پوست باعث سوختگی شوند. این متخصص پوست و مو ابراز کرد: در هایفو تراپی مدت زمان شلیک امواج اولتراسوند به هر یک از نقاط هدف فقط کسری از ثانیه است و نقاط مجاور بعدی بلافاصله یکی پس از دیگری توسط دستگاه هایفو تراپی هدف شلیک قرار می گیرند به همین دلیل سطح بیرونی کاملاً سالم و بدون عارضه باقی می ماند زیرا تمام اتفاقات زیر پوست رخ می دهد. وی در پاسخ به این پرسش که اثرات هایفو تراپی چگونه است" بیان کرد: در همان لحظه انجام هایفو معمولاً بیمار کشیده تر شدن پوست را احساس می کند ولی نتایج بعد از ۳ ماه بیشتر مشخص می شود و روند بهبودی طی شش ماه آینده نیز ادامه دارد و فرد شاهد اثرات بیشتری در زمینه سفت شدن ولیفت شدن صورت و گردن خواهد بود. دکتر وحیدی توضیح داد: افرادی تمایل

دارند همیشه جوان بمانند می توانند از این روش از ۳۰ سالگی که شروع شل شدن پوست است بهره مند شوند. اصولاً شلی و افتادگی خفیف تا متوسط نتیجه بهتری نسبت به افتادگی های بیشتر می دهد. در افرادی که افتادگی زیاد دارند و تمایل به انجام عمل جراحی لیفت ندارند می توان از روشهای ترکیبی مثل تزریق چربی به همراه ارف فرکشنال و هایفو استفاده کرد تا نتایج به مراتب بهتری بدست آید. همچنین افرادی که می خواهند وزن کم کنند و نگران شل شدن صورت و گردن هستند می توانند از این روش استفاده کنند. این متخصص پوست و مو در پاسخ به این پرسش که "آیا روش هایفو هیچ خطری ندارد"، می گوید: تکنولوژی هایفو با سونوگرافی یکی است اما تنظیمات و نیز تاثیرات این دو با هم متفاوت است. لذا از ایمن بودن این روش یک جلسه هایفو کشیده شدن ابروها، گونه ها، خط فک مشاهده می شود. عمق خط خنده کاهش می یابد، افتادگی گوشه لبها کمتر می شود، خطوط پنجه کلاغی دور چشم صاف تر می شوند، همچنین شلی گردن و غبغب تا حدودی اصلاح می شود و دکتر وحیدی متذکر شد: خانمهای باردار، داشتن زخم یا تیتال فعال در محل مورد درمان، وجود پروتز فلزی یا استنت قلبی، بیماریان سرعی، دیابتی های نمی توانند از روش هایفو برای جوانسازی پوست استفاده کنند. این متخصص پوست و مو، مزایا انجام روش هایفو را اینگونه تشریح کرد: لیفتینگ بسیار قوی تنها با یک جلسه، عدم آسیب بافتهای پیرامون، عدم نیاز به استراحت و مراقبتهای خاص قبل و بعد از انجام پروسه، وابسته نبودن به تیپهای پوستی، وابسته نبودن به فصل از جمله مزایای هایفو است. وی ابراز داشت: شستشو با آب سرد و استفاده از مرطوب کننده و ضد آفتاب، تنها مراقبت مورد نیاز پس از هایفو تراپی است و نیاز به مراقبت های خاصی دیگر نیست. دکتر وحیدی مطرح کرد: پس از انجام هایفو تراپی، معمولاً بجز مختصر قرمزی که طی یکساعت از بین می رود و گاه مختصر تورم که آنهم طی چند ساعت محو می شود اتفاق دیگری نمی افتد و در بعضی موارد ممکن است پوست ناحیه به لمس حساس شود که آنهم یکی دوره روز خوب می شود. این متخصص پوست و مو بیان کرد هایفو تراپی مزایایی مانند لیفت و سفت شدن پوست گونه، لیفت فک و چانه، کاهش چروک و خطوط عمودی گوشه های لب، بهبود خط چانه و رفع غبغب، سفت شدن پوست و لیفت پیشانی، لیفت و بالا کشیدن ابرو و بهبود و صاف شدن بافت پوست را برای افراد در پی دارد.

آفتاب یزد بررسی کرد

عوامل بروز سنگ کلیه در کودکان چیست؟



باشد می تواند منجر به افزایش جذب اگزالات رودهای و افزایش دفع کلیوی آن و در نتیجه ایجاد سنگ کلیه شوند.

* مصرف زیاد پروتئین حیوانی، خطر سنگ کلیه را افزایش می دهد

این فوق تخصص کلیه کودکان ادامه داد: مصرف میوهها و سبزیجات که حاوی پتاسیم بالا هستند نیز می تواند منجر به قلیایی شدن ادرار و در نتیجه خطر سنگ کلیه در کودکان شود و بالعکس مصرف زیاد پروتئین حیوانی، خطر سنگ کلیه را افزایش می دهد. وی افزود: دفع زیاد اگزالات در ادرار در اثر سوء جذب چربی یا افزایش مصرف غذاهای حاوی اگزالات مثل چای، اسفناج، توت فرنگی، کاکائو یا اجیل می تواند باشد. مصرف زیاد نمک یا کلرید سدیم نیز می تواند به افزایش دفع ادراری کلسیم و تشکیل سنگ کلیه منجر شود. دکتر آسفنبدیار تصریح کرد: برخی از بیماری های ارثی مثل پرکاری غده پاراتیروئید نیز می تواند منجر به دفع کریستال های زیادی در ادرار شده سبب بروز سنگ کلیه در کودکان شود. این فوق تخصص کلیه کودکان ابراز کرد: داشتن اختلالات ساختمانی سیستم ادراری در یک سوم از کودکان مبتلا به سنگ کلیه علت تشکیل سنگ می باشد که باعث انسداد و کاهش جریان ادراری می شوند مخصوصاً اگر این انسدادها و اختلالات سیستم ادراری منجر به عفونت ادراری یا میکروبهایی شوند که حاوی آنزیمی باشند که منجر به تجزیه اوره به اورهیمینوم و بی کریبات شوند، در نهایت حتی می تواند منجر به تشکیل سنگهای بزرگ و اصطلاحاً شاخ گوشتی شوند. وی با بیان این نکته که " کریستال های برخی داروها و سموم نیز می توانند منجر به تشکیل سنگ کلیه شوند"، بیان کرد: از علل دیگر ایجاد سنگ کلیه کودکان داشتن مشکلاتی مانند تنگی محل اتصال حالب به لگنچه کلیه، کلیه های نعل اسبی یا درجه پیشابراه خلفی است.

دکتر دلیرانی: بیماری سنگ کلیه به دلیل افزایش وجود برخی از مواد در داخل ادرار مانند کلسیم، اگزالات، اسید اوریک و سیستین می باشد که وقتی ادرار افراد از این مواد اشباع شود، احتمال ابتلا به بیماری سنگ کلیه افزایش می یابد

دکتر آسفنبدیار، افزایش چاقی، مصرف زیاد سدیم و مصرف کم آب و کلسیم و مصرف زیاد آنتی بیوتیکها از مهمترین علل ابتلا به سنگ در کلیه کودکان است

برخی از عوامل بروز سنگ کلیه در کودکان، خارج از کلیه هستند مانند داشتن بیماری التهابی روده، بیماری سیستیک فیبروز و... که اگر کودک مبتلا باشد احتمال ابتلا به بیماری سنگ کلیه در وی افزایش می یابد

دکتر آسفنبدیار، افزایش چاقی، مصرف زیاد سدیم و مصرف کم آب و کلسیم و مصرف زیاد آنتی بیوتیکها از مهمترین علل ابتلا به سنگ در کلیه کودکان است

کودکانی که به هر دلیلی شایعات نخاعی در آنها وجود دارد به دلیل عدم تخلیه مناسب ادرار از مثانه و بروز عفونت های ادراری مکرر و دفع زیاد کلسیم ادراری ناشی از بی حرکتی بیشتر از دیگران در معرض ابتلا به سنگ کلیه هستند. این فوق تخصص کلیه کودکان توضیح داد: در نوزادان سنگ کلیه با دردهای شکمی غیر اختصاصی، عفونت ادراری یا علامت سیستم ادراری مثل تکرر ادرار، سوزش ادرار و وجود خون در ادرار تشخیص داده می شود و دردهای شدید که به نام «ناله کولیک» شناخته می شود، تنها در بچه های بزرگتر دیده می شود.

دکتر آسفنبدیار در پاسخ به این پرسش که "راههای تشخیص سنگ کلیه در کودکان چیست"، اظهار کرد: برای تشخیص سنگ کلیه در کودکان علاوه بر شرح حال کودک، رژیم غذایی وی و سابقه خانوادگی سنگ کلیه و بیماری های دیگر کودک و داروهای مصرفی وی کمک کننده خواهد بود، به علاوه آزمایش ادرار و خون در نهایت سونوگرافی سیستم ادراری و برخی موارد سی تی اسکن بدون ماده حاجب برای تشخیص به کار می روند.

سنگ های کوچک، امکان دفع خود به خودی بالایی را دارند

این فوق تخصص کلیه کودکان، راههای چگونگی درمان سنگ کلیه در کودکان را اینگونه تشریح کرد: از نظر درمانی سنگ های کوچک یعنی زیر ۵ میلی متر، امکان دفع خود به خودی بالایی را دارند اما سنگ هایی که دارای سایز بزرگتری هستند، انجام سنگ شکن یا استفاده از روش های اورولوژیک تنها در درمان آنها است. وی مطرح کرد: مطالعات تصویربرداری می تواند در مورد اندازه، محل و تعداد سنگهایی که باعث ایجاد علامت می شوند، به متخصص اورولوژی کمک کند. گاهی اوقات تصویربرداری با اشعه ایکس ساده از شکم برای مشخص کردن سنگ در ناحیه کلیهها یا مجرای ادرار کافی است. دکتر آسفنبدیار افزود: سونوگرافی کلیه و مثانه (RBUS) ممکن است در یافتن و مشخص کردن سنگ کمک کند و هر گونه علامت انسداد را مشخص نماید. اگر اشعه ایکس برای تشخیص کافی نباشد، یک سی تی اسکن شکم و لگن انجام می شود. این آزمایش تقریباً می تواند انواع سنگ های ادراری را تشخیص دهد. از روش های دقیق به پزشک شما اجازه می دهد بهترین روش درمانی را برای کودک انتخاب کنید. این فوق تخصص کلیه کودکان در پایان گفت: برای پیشگیری از تشکیل سنگ کلیه در کودکان مصرف مایعات کافی، کاهش مصرف نمک، استفاده از برخی داروها مانند پلی سیترات پتاسیم و همچنین در مورد برخی از سنگها رژیم غذایی مخصوص ممکن است، تجویز شود.

آگهی استعمال ارز یابی کیفی خرید خدمات مشاور

شرکت آب و فاضلاب استان یزد در نظر دارد عملیات مشروحه ذیل که از محل اعتبارات عمرانی تامین اعتبار شده را به روش QCBS به مشاور واجد شرایط واگذار نماید. کلیه مشاوران واجد شرایط مندرج در اسناد می توانند جهت دریافت اسناد ارزیابی کیفی از طریق درگاه مناقصه سامانه تدارک الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir اقدام فرمایند. کلیه مراحل برگزاری انتخاب مشاور از طریق درگاه سامانه تدارک الکترونیکی دولت (ستاد) انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه متحقق سازند. اطلاعات تماس دفتر ثبت نام در سایت سامانه ستاد (www.setadiran.ir) موجود و شماره تماس مرکز پشتیبانی و راهبری سامانه ۰۲۱-۴۱۹۲۲۴-۲۱ می باشد.

ردیف	کد فراخوان در سامانه ستاد	موضوع عملیات	مدت اجرا (ماه)
۱	۲۰۹۹۰۰۵۷۸۰۰۰۱۳	خرید خدمات بازرسی فنی کالا و تجهیزات طرح پروژه آبرسانی به مجتمع های روستایی شهرستان تفت، مهریز و میناب	۳۶

برنامه زمانبندی:

- تاریخ انتشار مناقصه در سامانه ستاد: از ساعت ۱۴:۰۰ مورخ ۹۹/۱۰/۲۹
- مهلت دریافت اسناد: از زمان انتشار تا ساعت ۱۴:۰۰ مورخ ۹۹/۱۱/۶
- آخرین مهلت ارائه پیشنهاد: ساعت ۱۴:۰۰ مورخ ۹۹/۱۱/۱۳
- پاکت های ارزیابی کیفی در کمیسیون مربوطه بازگشایی و پس از تعیین امتیاز اطلاع رسانی خواهد شد
- جهت دریافت اطلاعات بیشتر شماره تلفن ۳۱۶۴۱۲۴ و ۳۱۶۴۱۵۴-۰۲۵ اعلام می گردد.

فراخوان تجدید مناقصه یک مرحله ای عمومی (شماره ۱۷۰-۹۹)

اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان قم در نظر دارد نسبت به برگزاری مناقصه به شرح ذیل از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت اقدام نماید.

ردیف	موضوع	مبلغ برآورد (ریال)	مبلغ تضمین شرکت در مناقصه (ریال)
۱	بهبودی و روکش آسفالت بخشی از محور فردوجه مزرعه وسف	۱۴,۲۱۰,۰۰۰,۰۰۰	۷۱۱,۰۰۰,۰۰۰
۲	بهبودی و روکش آسفالت بخشی از محورهای روستایی دهستان قمرود	۱۷,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۸۵۵,۰۰۰,۰۰۰

محل و زمان افتتاح پیشنهاد ها: از ساعت ۰۹:۰۰ روز یکشنبه مورخ ۹۹/۱۱/۱۹ در محل سالیان جلسات اداره کل برگزار می گردد.

جهت کسب اطلاعات بیشتر متقاضیان می توانند به پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات به نشانی www.setadiran.ir یا تلفن ۰۲۱-۳۷۷۸۰۰۴۶۶-۷ مراجعه و یا با شماره تلفن ۰۲۱-۳۷۷۸۰۰۴۶۶-۷ تماس حاصل فرمایند.

ارائه پاکت الف به آدرس: قم - انتهای بلوار عمار یاسر - بلوار تعاون - مجتمع ادارات - اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای شماره تماس: ۰۲۵۳۷۷۵۵۸۳

مرکز تماس سامانه ستاد ایران جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: (شماره پشتیبانی سامانه: ۰۲۱۴۱۹۳۴)

کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه متحقق سازند. تاریخ انتشار مناقصه در سامانه ۹۹/۱/۵۱ می باشد.

نوع تضمین شرکت در مناقصه، ضمانت نامه بانکی یا واریز وجه مهلت زمانی دریافت اسناد: از ساعت ۰۸:۳۰ روز چهارشنبه مورخ ۹۹/۱/۵۱ تا ساعت ۱۴:۳۰ روز سه شنبه مورخ ۹۹/۱/۱۸ مهلت زمانی ارائه پیشنهادها: تا ساعت ۱۴:۳۰ روز شنبه مورخ ۹۹/۱/۱۸ در سامانه ستاد بارگذاری گردد.

شماره آگهی: ۱۵۸۵۵۵۵۵

اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان قم

آگهی فراخوان ارزیابی تأمین کنندگان مالی برای اجرای محور ایذه - کارون – فرخسهر، مشمول و دارای مجوز ماده واحد قانون اصلاح ماده (۵۶) قانون الحاق موادی به قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت (مصوب سال ۱۳۸۷)

شرکت ساخت و توسعه زیربنای حمل و نقل کشور در نظر دارد برای تأمین بخشی از نیاز مالی پروژه محور ایذه - کارون - فرخسهر، از تسهیلات مالی که در چارچوب آیین نامه اجرایی ماده واحد قانون اصلاح ماده ۵۶ قانون الحاق موادی به قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت مصوب ۱۳۸۷ (به شماره ۵۰۹۱۳۵۶۹۴۵۴ هـ مورخ ۰۶/۲۰/۱۳۹۲) توسط تأمین کننده مالی فراهم می شود، استفاده نماید.

۱. موضوع فراخوان: تأمین مالی برای تکمیل احداث پروژه ایذه - کارون - فرخسهر
 ۲. بازپرداخت تسهیلات در یافتنی، بازپرداخت اصل و سود تسهیلات پس از طی شش ماه از اتمام عملیات اجرایی با تضمین سازمان برنامه و بودجه کشور بوده و طی مدتی که سازمان یاد شده اعلام می نماید بازپرداخت خواهد شد.
 ۳. محاسبه سود، دریافت و بازپرداخت تسهیلات در چارچوب قانون عملیات بانکی بدون ربا مصوب ۱۳۶۲ و اصلاحات بعدی آن و با رعایت عقود اسلامی مندرج در آن خواهد بود.
 ۴. تأمین کننده مالی بایند مستداتی اعم از (۱) وجه نقد یا اسناد مالکیت با قابلیت نقدشوندگی (۲ یا ۳) تأیید اعتبار غیرمشرروط یا سوهی بانک ها یا مؤسسات مالی و اعتباری معتبر (۴) بالاترین درآمد خالص سه سالانه در اظهارنامه مالیاتی در یکی از پنج سال گذشته (۵) ارزش دارایی های ثابت (متقول و غیر متقول) (که دال بر توانایی او در تأمین مالی تسهیلات تعهد شده می باشد را برای بررسی ارائه کند.
 ۴. شرکت ساخت و توسعه زیربنای حمل و نقل کشور پس از دریافت مدارک و مستندات نسبت به ارزیابی پیشنهادات اقدام و از طریق شرایط جهت حضور در فرایند انتخاب سرمایه گذار بر اساس شرایط و مقررات مربوطه دعوت بعمل می آورد.
 ۵. از علائقندگان دعوت می شود برای دریافت فرم های درخواستی و اطلاعات مربوطه و اطلاعات بیشتر از تاریخ انتشار این آگهی به مدت ده روز با همراه داشتن معرفی نامه رسمی به طبقه ششم اطاق ۶۱۴ این شرکت به نشانی بزرگراه مدرس خیابان شهید وحید دستگردی (ظرف) خیابان شهید فرید افشار - تقاطع بلوار ارش غربی مراجعه نمایند.

شماره م. الف: ۳۴۴۵

وزارت راه و شهرسازی
شرکت ساخت و توسعه زیر بناهای حمل و نقل کشور

آگهی مناقصه عمومی دو مرحله ای همراه با ارزیابی کیفی مناقصه گران

توضیحات:
 - زمان بارگشایی پاکت ها: روز جمعه بازگشایی پاکت الف و ب اعلام خواهد شد.
 - نمونه فرم ارزیابی کیفی بر روی سایت شرکت به آدرس www.npc-ir قابل مشاهده است.
 - پاکت پیشنهادی مناقصه گری کتموده خواهد شد. حد نصاب امتیاز ارزیابی کیفی (۶۰)
 امتیاز را کسب نمایند.
 - لازم است مناقصه گران اصل مدارک - پاکت الف (تضمین فرایند ارجاع کار) خود را تا قبل از جلسه بازگشایی پاکت ارزیابی کیفی به آدرس تهران- میدان ونک - خیابان ملاصدرا - خیابان شریازجویی - کوچه سرو- پلاک ۲۷-دیروخانه کمیسیون مناقصات ارسال نمایند (ظرف نامی) ۰۲۱-۸۸۶۰۷۰۲۲
 - مدت اعتبار پیشنهادات: ۶۰ روز می باشد.
 - چنانچه قبلاً عضو سامانه ستاد نشده اند جهت انجام مراحل عضویت با شماره های: مرکز تماس: ۰۲۱-۴۱۹۳۲۲ و ۰۲۱-۴۱۹۳۲۳
 - ثبت نام: ۸۸۹۹۳۲۷ و ۸۸۹۹۳۲۸ تماس حاصل فرمایید و یا به آدرس اینترنتی سامانه مناقصات مراجعه نمایند.

شماره مجوز: ۱۳۹۹،۵۲۱۱