

برای خلاص شدن از

آلرژی‌های بهاری ((تب یونجه)) چه کنیم؟

فرحزاد جباری در خصوص آلرژی در فصل بهار اظهار کرد: آلرژی به این علت ایجاد می‌شود که سیستم ایمنی افراد با زمینه‌های ژنتیکی که دارند، مستعد پاسخ نابه‌جا نسبت به محرک‌های محیطی است.

وی با بیان اینکه علائم آلرژی می‌تواند مربوط به عوامل محرک محیط بیرون مانند گرده درختان، چمن‌ها و علف‌ها، عوامل محرک داخل منزل مانند حیوانات خانگی و پرندگان و یا در پاسخ به مواد غذایی، داروها و خاک فرش باشد، عنوان کرد: هر ماده غذایی ممکن است حساسیت‌زا باشد. برخی غذاها مانند لبنیات، شیر، تخم مرغ یا گندم حساسیت بیشتر و همچنین ارزش غذایی بیشتری دارند، بنابراین حذف آن‌ها ممکن نیست. این اهمیت دارد که مواد غذایی حساسیت‌زا را شناسایی و به بیمار کمک کنیم.

این استاد دانشگاه علوم پزشکی مشهد افزود: محرک‌های خارج از منزل که مربوط به گرده درختان و چمن‌ها است، به فصل ارتباط دارد. علائم بیماران مستعد از اواخر اسفند شروع می‌شود، در تابستان به اوج می‌رسد و در پاییز با بارندگی و سرد شدن هوا رو به بهبودی می‌رود. این علائم در هر کشوری بسته به پوشش گیاهی و شرایط آب‌وهوایی متفاوت است.

دکتر جباری بیان کرد: علائم آلرژی می‌تواند در قسمت‌هایی که محرک وارد بدن می‌شود و سیستم ایمنی را تحریک می‌کند، ایجاد شود. علائم می‌تواند در قسمت تنفسی فوقانی بیشتر در بینی به صورت عطسه، آبریزش، خارش و گرفتگی بینی همراه با خارش چشم، اشک

ریزش، خارش گوش و یا درد و خارش گلو باشد. علائم همچنین می‌تواند در قسمت‌های تنفسی تحتانی مانند ریه به صورت سرفه، تنگی نفس و آسم خود را نشان دهد.

این فوق تخصص آلرژی و ایمونولوژی بالینی ادامه داد: ممکن است علائم درگیری در پوست به صورت کهیر یا اگزما یا به صورت علائم گوارشی مانند دل درد، اسهال و دردهای شکمی بروز کند. در موارد شدید شوک آنافیلاکسی ایجاد می‌شود و این زمانی است که عامل محرک می‌تواند چند ارگان را با هم درگیر کند و باعث افت شدید فشار خون، تپش قلب، دردهای شکمی، کهیر منتشر و تنگی نفس شود که حیات فرد را تهدید می‌کند.

وی با اشاره به اینکه نوع درمان آلرژی به عاملی که ایجاد می‌شود و روند بیماری بستگی دارد، تصریح کرد: آلرژی زمینه ژنتیکی دارد، بنابراین فعلاً حذف عامل یعنی ژن در روند درمانی ممکن نیست و شاید در آینده نزدیک هم ممکن نباشد.

روش دیگر این است که عامل محرک را حذف کنیم. در خصوص غذاها و داروها حذف بهترین گزینه است، یعنی آن ماده غذایی مصرف نشود مگر اینکه ماده مهمی در زندگی فرد بوده و اهمیت غذایی بالایی داشته باشد. در این مورد پزشک می‌تواند به فرد کمک کند و حساسیت وی را از بین ببرد اما در مورد موادی که کمتر ارزشمند هستند، توصیه به قطع مصرف می‌شود.

این استاد دانشگاه اضافه کرد: در خصوص عوامل تنفسی به علت اینکه پراکندگی وجود دارد، خیلی موفق به قطع عامل نیستیم، بنابراین باید مکان جغرافیایی تغییر داده شود یا به عبارتی

چند خط سلامتی

ترکیبی گیاهی برای لاغری، تقویت سیستم

ایمنی و کاهش اضطراب

دوسین ترکیبی از سیاه دانه و عسل طبیعی است. برای درست کردن این معجون باید ۳ قاشق غذاخوری عسل طبیعی را با یک قاشق غذاخوری سیاه دانه کوبیده ترکیب کنید.

این معجون برای لاغری و سایر بیماری‌های عفونی کاربرد دارد. در معجون دوسین ترکیبات آنتی اکسیدان زیادی وجود دارد که به تقویت سیستم ایمنی کمک می‌کند.

خواص فوق العاده آب گوجه فرنگی

برای زیبایی

آب گوجه فرنگی خام، حاوی ویتامین‌ها و مواد معدنی بسیاری است و تنها چیزی است که برای سالم و زیبا ماندن به آن نیاز دارید!

یک پرسش، یک پاسخ

خوابیدن روی شکم چه ضررهایی برای سلامتی دارد؟

خوابیدن روی شکم به خودی خود «بد» نیست، اما ممکن است عواقب ناخوشایندی به دنبال داشته باشد. دراز کشیدن طولانی مدت روی شکم، فشار روی کمر، گردن و شانه‌ها را افزایش می‌دهد. با این حال، خوابیدن روی شکم برای افرادی که خروپف می‌کنند یا مشکل تنفس دارند، مفید است.

نکاتی برای خوابیدن روی شکم

اگر درد ندارید و می‌خواهید روی شکم بخوابید، با رعایت این چند نکته می‌توانید ستون فقرات را در موقعیت بهتری قرار دهید و خطر ابتلا به درد را کم کنید.

- از یک بالش نازک زیر سر زبر خود استفاده کنید یا اینکه اصلاً از بالش استفاده نکنید.
- یک بالش نازک زیر لگن‌تان قرار دهید.
- تشکی با فشار (سفتی) متوسط تا سافت انتخاب کنید.
- قبل از بلند شدن، در رختخواب حرکات کششی انجام دهید.

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۳۰۳۱۱۰۵۰۰۰۰۴۶ مورخ ۱۴۰۳/۰۱/۲۱ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نی‌ریز تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی معصومه کامرانی فرزند رضا به شماره شناسنامه ۱۵۵ صادره از نی‌ریز در شش‌دانگ یک باب ساختمان به مساحت ۱۰۷۵/۷۲ مترمربع پلاک ۸۰ فرعی از ۳۱۲۷ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۱ فرعی از ۳۱۲۷ اصلی واقع در نی‌ریز بخش ۲۲ فارس خریداری از مالک رسمی آقای رضا کامرانی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۹
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۲۵

محسن زواران حسینی
رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان نی‌ریز

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۳۰۳۱۱۰۳۳۰۰۰۹۱۷ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۳ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک زین دشت تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم رحله غنچی فرزند سزعیله بشماره شناسنامه ۱۱۷ به شماره ملی ۶۵۴۹۸۹۷۹۹۸ صادره از حاجی آباد در شش‌دانگ یک باب خانه به مساحت ۴۱۳/۹۱ مترمربع پلاک ۹ فرعی از ۶۱۰۵ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۶۱۰۵ اصلی قطعه ۸ بخش ۱۲ واقع در حاجی آباد خریداری مع الواسطه از مالک رسمی آقای طهماسب خسروی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۹
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۲۵

خلیل مراد خواه
رئیس ثبت اسناد و املاک زرین دشت

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۳۰۳۱۱۰۵۰۰۰۰۴۱ مورخ ۱۴۰۳/۰۱/۲۰ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نی‌ریز تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی معصومه روشن‌روانی فرزند میرزا عبدالحسین به شماره شناسنامه ۳۲۲ صادره از نی‌ریز در شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۰۶۱۴/۸۹ مترمربع پلاک ۱۲۵ فرعی از ۳۸۶۳ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۲ فرعی از ۳۸۶۳ اصلی واقع در نی‌ریز بخش ۲۲ فارس خریداری از مالک رسمی ورثه حسین غمگساران محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۹
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۲۵

محسن زواران حسینی
رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان نی‌ریز

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۳۰۳۱۱۰۵۰۰۰۰۵۴ مورخ ۱۴۰۳/۰۱/۲۶ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نی‌ریز تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم طاهره مختاری فرزند حسینیله به شماره شناسنامه ۲۷۱ صادره از نی‌ریز در شش‌دانگ یک درب باغ به مساحت ۳۲۶۶/۳۹ مترمربع پلاک ۱ فرعی از ۱۶۴۸۰ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۶۴۸۰ اصلی واقع در نی‌ریز بخش ۲۲ فارس که دو سهم از ۷ سهم سهام شش‌دانگ نیاز به تنظیم اظهارنامه می‌باشد خریداری از مالک رسمی آقای رضا مرادی ورثه حسن مرادی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۹
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۲۵

محسن زواران حسینی
رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان نی‌ریز

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۳۰۳۱۱۰۵۰۰۰۰۳۲ مورخ ۱۴۰۳/۰۱/۲۰ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نی‌ریز تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی حسین مظفری فرزند علی به شماره شناسنامه ۱۱۹۶۳۰۲۵۵ صادره از نی‌ریز در شش‌دانگ یک باب ساختمان به مساحت ۱۹۱/۶۰ مترمربع پلاک ۲ فرعی از ۲۷۶۹ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۱ فرعی از ۳۷۶۹ اصلی واقع در نی‌ریز بخش ۲۲ فارس خریداری از مالک رسمی آقای عباس و محمد رضا و فضل‌الله و شوکت و شهرت همگی نجف زاده محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۹
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۲۵

محسن زواران حسینی
رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان نی‌ریز

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۳۰۳۱۱۰۵۰۰۰۰۸۶ مورخ ۱۴۰۳/۰۱/۲۹ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نی‌ریز تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای ابوالفضل دادور فرزند جلیل به شماره شناسنامه ۱۷۵۶ صادره از شیراز در شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۹۰۰۳/۳۶ متر مربع پلاک ۶ فرعی از ۳۸۹۵ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۳۸۹۵ اصلی واقع در نی‌ریز بخش ۲۲ فارس خریداری از مالک رسمی با واسطه ابوالفضل دادور محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۹
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۲۵

محسن زواران حسینی
رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان نی‌ریز

اخبار سلامت

اعلام تعرفه خدمات روانشناسی و مشاوره سال ۱۴۰۳

این تعرفه‌ها به ازای هر ۴۵ دقیقه مشاوره تعیین شده است.

۱- تعرفه خدمات روانشناسی و مشاوره در سال ۱۴۰۳ برای کارشناس ارشد و دکتری تخصصی در صورت نشان ویژه سلامت حرفه‌ای معادل جدول زیر تعیین می‌شود (برای نام به روز)

مقطع تحصیلی	بخش دولتی	بخش خصوصی	بخش دولتی	بخش خصوصی
کارشناس ارشد	۱۲۰۰/۰۰۰	۱۶۰۰/۰۰۰	۱۲۰۰/۰۰۰	۱۶۰۰/۰۰۰
دکتری	۱۶۰۰/۰۰۰	۲۰۰۰/۰۰۰	۱۶۰۰/۰۰۰	۲۰۰۰/۰۰۰

هدیه یک دستگاه آمبولانس پیشرفته به جزیره قشم از سوی نیکوکار فرشاد خیری



میانگین سن فوت شدگان در سال ۱۴۰۲

میانگین سن فوت‌شدگان در کشور براساس اعلام مرکز رصد جمعیت کشور برابر با ۶۶.۲ سال است. در بین استان‌ها، بالاترین میانگین سن مربوط به استان گیلان با ۷۱.۳ سال و کمترین مربوط به استان سیستان و بلوچستان با ۵۰.۷ سال است. /باشگاه خبرنگاران

آگهی مجمع عمومی عادی و فوق العاده انجمن صنفی کارگری رانندگان حمل و نقل کالای شهرستان بختگان (نوبت دوم)

بدینوسیله از تمامی اعضای انجمن صنفی کارگری رانندگان حمل و نقل کالای بختگان (نوبت دوم) دعوت بعمل می‌آید در جلسه مجمع عمومی عادی و فوق العاده که رأس ساعت ۹ صبح روز جمعه مورخ ۱۴۰۳/۲/۲۸ به نشانی خیابان امام خمینی (ع) سالن آموزش و پرورش برگزار می‌گردد حضور بهم رسانند.

- الف) دستورکار جلسه مجمع عمومی عادی و فوق العاده
- ۱- ارائه گزارش عملکرد مالی سال ۱۴۰۲
- ۲- انتخاب هیئت مدیره
- ۳- انتخاب بازرسین انجمن
- ۴- تغییر ماده ۷ اساسنامه بند الف و ب

یادآوری کاندیدای هیئت مدیره و بازرس موظفند ۱۰ روز قبل از برگزاری مجمع عمومی اسناد و مدارک کاندیداتوری خود را تحویل واحد تشکلات کارگری و کارفرمایی نمایند.

انجمن صنفی کارگری رانندگان حمل و نقل کالای شهرستان بختگان

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۳۰۳۱۱۰۵۰۰۰۰۹۶ مورخ ۱۴۰۳/۰۱/۲۹ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نی‌ریز تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای حمیدرضا تمندار فرزند مصطفی به شماره شناسنامه ۱۴۱ صادره از نی‌ریز در موزای یک سهم مشاع از ۱۰ سهم سهام شش‌دانگ یک درب باغ به مساحت ۲۵۷۸۸ مترمربع پلاک فرعی از ۴۷۸۴ اصلی واقع در نی‌ریز بخش ۲۲ فارس خریداری از مالک رسمی خانم روحی وحیدی و فرخ وحیدی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۹
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۲۵

محسن زواران حسینی
رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان نی‌ریز