



کودکان دارای بستگان مبتلا به افسردگی، ۳ برابر بیشتر افسرده می‌شوند

یک روانپزشک گفت: کودکانی که یکی از بستگان درجه یک آنها مبتلا به افسردگی باشد، سه برابر بیشتر از سایر کودکان مبتلا به این اختلال می‌شوند. دکتر مهدی ثابتی افزود: اختلال افسردگی در کودکان به عوامل ژنتیکی - زیستی و روانی- اجتماعی بستگی دارد و ۴۰ تا ۵۰ درصد این اختلال زمینه‌های خانوادگی دارد.

سلامت و ایمنی غذا

مرگ بر اثر مصرف جگر خام آلوده



شاهین کواشکی یکی از بیماری‌های مشترک بین انسان و دام است که توسط باکتری باسیلوس حاجی‌محمدی مسموم می‌شود. اگرچه فرم پوستی بیماری شایع است سبب ابتلا انسان شود. علائم فرد مبتلا عمدتاً شامل اسهال، استفراغ و درد در است که امکان دارد با گلودرد یا اختلال در بلع همراه شود. در صورت عدم درمان به موقع مرگ بیمار محتمل است.

دکتر بهادر حاجی‌محمدی
پارسی‌انجمن علمی بهداشت و ایمنی مواد غذایی ایران



عقودت‌های زنان

عقودت‌های زنان (مثل رحم و تخمدان‌ها) را درگیر می‌کند و می‌تواند باعث عوارضی مثل چسبندگی، ناپاوری و آبسه و عقودت شدید لگنی شود

بیشک همه افراد در طول زندگی خود چند بار نیاز به مراجعه به پزشک دارند و اغلب این مراجعات زمانی صورت می‌گیرد که فرد دچار مشکل یا بیماری شده است، اما بهترین حالت وقتی است که فرد در شرایطی که هنوز بیماری یا مشکلی ندارد تحت نظر یک پزشک باشد که شناخت کلی از وی و بدنش داشته باشد تا هم بررسی‌های پزشکی دوره‌ای را برایش انجام دهد و هم در مواقع بیماری یا شناخت قبلی که از وی دارد، او را درمان کند. مهم‌تر از همه این موارد، آن است که بیماری‌هایی را که صعب‌العلاج یا گشوده هستند در صورت تشخیص زودرس به خوبی قابل درمان‌اند و هدف اصلی از تاکید به معاینات دوره‌ای و آزمایش‌های دوره‌ای همین مورد سوم است؛ یعنی ریشه‌کنی بیماری‌های خفزان را که در مراحل اولیه و زمانی که هنوز قابل درمان کامل هستند.

بررسی‌های پزشکی دخترانه از دوران بلوغ

ویزیت با بررسی‌های پزشکی دخترانه معمولاً پیش

آنچه خانم‌ها از زمان مراجعه به پزشک و معاینات دوره‌ای باید بدانند

بررسی‌های پزشکی زنانه چرا و چه وقت؟



پونه شیری سلامت

همه افراد از نبود تولد تحت معاینه یک متخصص کودکان قرار می‌گیرند و در سال‌های اولیه زندگی تا سن بلوغ معمولاً توسط متخصص اطفال یا پزشکان عمومی معاینه و درمان می‌شوند. اما اوضاع بعد از سن بلوغ، به ویژه برای دخترها کمی فرق می‌کند؛ به عبارتی مساله سلامت آنان حساس‌تر و مهم‌تر می‌شود؛ چراکه دختران نوجوان امروز مادران نسل بعد خواهند بود و به همین دلیل سلامت و توانی آنها برای تأمین سلامت نسل بعد و جامعه اهمیت دارد. این مقدمه را گفتیم تا به اهمیت و ضرورت بررسی‌های دوره‌ای زنان تا سال‌های پس از یائسگی پی ببریم. این که انجام معاینات و بررسی‌ها در چه مواردی و با مشاهده چه نشانه‌هایی از اهمیت بیشتری برخوردار می‌شود را در گفت‌وگو با دکتر آمنه لاهوتی، متخصص زنان و نازایی بررسی خواهیم کرد.

از ادواج جدی گرفته نمی‌شود تا جایی که ممکن است مراجعه به متخصص زنان در فواصل چند سال یکبار صورت بگیرد. در حالی که همه دختران نوجوان از همان ابتدای بلوغ بهتر است تحت بررسی دوره‌ای متخصص زنان یا در مناطقی که متخصص زنان در دسترس نیست، تحت نظر پزشک عمومی حادق یا پزشک خانواده خود باشند. به‌ویژه باید توجه داشت زمانی که مشکلاتی مثل درد شکم، بی‌نظمی قاعدگی، ترشح غیرطبیعی (همراه با درد، سوزش یا خارش یا ترشح غیرشفاف) از واژن وجود دارد باید به پزشک مراجعه شود و طبیعتاً پس از ادواج و برقراری رابطه جنسی اهمیت این موضوع بیشتر خواهد شد.

عقودت‌های دوران یائسگی

عقودت‌های دوران یائسگی (مثل رحم و تخمدان‌ها) را درگیر می‌کنند و می‌توانند باعث عوارضی مثل چسبندگی، ناپاوری و آبسه و عقودت شدید لگنی شود

عقودت‌های دوران یائسگی

عقودت‌های دوران یائسگی (مثل رحم و تخمدان‌ها) را درگیر می‌کند و می‌تواند باعث عوارضی مثل چسبندگی، ناپاوری و آبسه و عقودت شدید لگنی شود



مشکوک وجود داشته باشد، این بررسی‌ها یا تشخیص پزشک حتی در سنین پایین‌تر انجام خواهد شد.

پیشگیری جدی از سرطان دهانه رحم

بررسی دهانه رحم (پاپ اسمیر) در زنان سالم ۲۱ سالگی یا از یک سال بعد از ادواج شروع می‌شود. با مشخص شدن نقش ویروس پاپیلوما در ایجاد سرطان دهانه رحم، می‌توان وجود این ویروس را هم در همان تست پاپ اسمیر بررسی کرد. در این صورت اگر پاپ اسمیر و تست ویروس پاپیلوما منفی باشد، زمان تکرار پاپ اسمیر پنج سال بعد خواهد بود.

مراجعات ماهانه در بارداری

زنان مراجعه کنند، زمانی که تصمیم به بارداری دارند، یعنی حداقل از سه ماه قبل باید تحت نظر متخصص زنان بوده و یکبار آزمایشات برایشان انجام شود. در این دوره باید مصرف اسیدفولیک را شروع کنند و هم در تمام دوران

آگهی مزایده املاک (نوبت دوم)
نظر به حکم محکومیت صادره موضوع پرونده اجرائی کلاسه شماره: ۸۱/۱۹۷۵۵ اجرای احکام دادسرای نظامی تهران، بدینوسیله اعلام می‌گردد مال توقیف شده غیر منقول محکوم علیه به استناد ماده ۵۳۹ اجرای محکومیت‌های مالی قانون اوقاف توقیف شدگی موقوف سال ۱۳۹۴ با مشخصات ذیل از طریق مزایده عمومی به بالاترین قیمت پیشنهادی به فروش خواهد رسید.
متقاضیان می‌توانند جهت دریافت اوراق و اسناد شرکت در مزایده از تاریخ نشر آگهی نوبت دوم به مدت ۱۰ روز کاری از ساعت ۹ الی ۱۴، با ارائه اصل اعلامیه بانکی مبنی بر واریز مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰۰ ریال به حساب شماره: ۶۱۵۸۸۰۰۱۸۰۵۰۴ بدنام عواید قرارگاه پشتیبانی ستاد آجا به نشانی: تهران، خیابان دکتر شریعتی، چهارراه شهید قدوسی، ستاد ارتش ج ۱۱، ایران، اداره قوانین و امور حقوقی مراجعه نمایند.
تلفن تماس: ۰۲۱-۸۴۱۱۰۹۷-۸۴۱۱۰۹۷ از ساعت ۹ الی ۱۴
متقاضیان می‌توانند از محل ملک به آدرس اعلامی ذیل بازدید فرمایند:

آگهی برگزاری مناقصه عمومی شماره ۱۸۹۵۴/پ/پ
هویتار جمهوری اسلامی ایران
نوع مناقصه: عمومی - یک مرحله ای
مناقصه گزار: هویتار جمهوری اسلامی ایران به آدرس: تهران - فرودگاه مهرآباد - ادارات «هما» - ساختمان پشتیبانی - واحد امور میمان و رسیدگی پشتیبانی - اتاق ۳۰۱ - تلفن‌های تماس: ۴۴۴۴۱۴۵-۴۴۴۴۱۴۵
موضوع مناقصه: انعام خدمات حمل و نقل عمومی کارکنان هویتار جمهوری اسلامی ایران «هما» از نقاط مختلف شهر تهران و حومه به ادارات مرکزی واقع در فرودگاه مهرآباد و بالعکس بر اساس برنامه زمانبندی شده سرویس‌ها
مدت قرارداد: به مدت یکسال شمسی (از تاریخ ۱۳۹۸/۰۹/۰۴ تا لغات ۱۳۹۹/۰۹/۰۳)
محل خرید اسناد و ارائه پیشنهادات: سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد)
نحوه دریافت اسناد مناقصه: ناظران می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه به صورت ذیل اقدام نمایند.
بازارچه به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس www.setadiran.ir از تاریخ ۱۳۹۸/۰۵/۲۶ لغات ساعت ۱۹ روز چهارشنبه مورخ ۱۳۹۸/۰۶/۱۳
مهلت تحویل پیشنهادات: حداکثر تا ساعت ۱۹ روز یکشنبه مورخ ۱۳۹۸/۰۶/۲۱
تاریخ و محل گشایش پاکات: ساعت ۱۰ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۸/۰۷/۰۱ از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد)، حضور پیشنهاددهندگان در روز گشایش پاکات قیمت اعلامی است.
میزان تضمین فرآیند از جاع کار: برابر ۲۳۲۳۱۵۰۰۰۰ ریال (نه شرح مندرج در بند ۵ برگ شرایط مناقصه)
میزان تضمین انجام تعهدات: ۱۰٪ مبلغ پیشنهاد قیمت
توجهی‌ها:
رعایت کلیه شرایط عمومی و خصوصی مندرج در اسناد مناقصه الزامی است. هزینه چاپ آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد.
داشتن سابقه کاری مرتبط از زمان نامی حداقل ۵ سال الی می‌باشد.

حل سودوکو ۳۳۷۹
حل سودوکو ۳۳۸۰

برای حل جدول اعداد باید در هر مربع کوچک‌تر ۳ در ۳ عدد تک‌رقمی وجود نداشته باشد. همچنین هیچ عددی در یک باسطنیله مربع بزرگ‌تر ۹ در ۹ تکرار نشده باشد.
سودوکو ۳۳۸۰