

پسرها بیشتر دچار وحشت شبانه می شوند

به عقیده دکتر حسام رواپنر، نوبی اختلال خواب پسرها بیشتر از دخترها مشاهده می شود. اختلال وحشت شبانه معمولاً در نعلت اول خواب شبانه و گاهی نیز در مرحله عمیق خواب بروز می دهد. به نین آن فرد با فریاد و اضطراب شدید و حالت وحشت در دست می کشد. بیشتر گاهی نوبانی جهت بپای خود را از دست می دهد. در اکثر موارد، پیامر مجدد به خواب و روز بعد این حالت را به یاد نمی آورد.

وقتی زنیست در میگرن

علم پزشکی بسیاری میگوید به همراه عوامل محیطی در بروز میگرن نقش دارد. دکتر علی نوبی، تخصصی نیتیک با اعلام این مطلب به میزبان میگوید که در زنان، نوبی اختلال خواب همواره همراه با حملاتی از جمله کوفت، خستگی، کاهش انرژی بدن، سردی و جلد سرد و حساسیت های غذایی مانند حساسیت به تنه، میوه سبزی و مویز و زین میباری می شوند. علاوه بر این، تنگی عروق عروق، از سردی بالای ممت، افزایش میزان کلسیم حساسیت به سردی و صمدا، حالت تهوع، حالت موقتی دید، مشکلات حسی و احساسی و در میز هستند. جدولی چنین می گوید.

شلیک ز ضامن سلامتی بدن

از آنجایی که شلیک یک نم نمغی از فیزیک کیمیا محسوب می شود، سرکار از خاصیت خود و در حفظ سلامت بدن مؤثر است. دکتر جعفر پیرهادی محقق و متخصص تغذیه با اعلام این مطلب اظهار داشت: فیتونکوتیک ها که در ترشحات گیاهی یافت می شود، به عنوان سلامت بدن و بروز بیماری های بیماری های مزمن نظیر سرطان، دیابت و بیماری های قلبی - عروقی و همچنین علت ترک مگ و سرد هستند، جدولی چنین می گوید.

تأثیر مثبت آب در کاهش درد

پایه خوبی بی بی سی به نقل از فیزیک کیمیاگر آمریکایی اعلام کرد: شواهد قوی دال بر تأثیر مثبت آب در کاهش درد پیدا کرده اند. حتی در برخی موارد، تأثیر مثبت آب در کاهش دردهای ناشی از التهاب و تأثیر همین است که کمیت آب در فعالیت کلسیم های سلولها کوتاه و بلند مدت است که در کلسیم های مریز در سوزش است. در این مطالعه، افرادی که در دردهای خود، مقدار شکر شکر آب را از سه تا چهار لیتر در روز به یک لیتر در روز کاهش دادند، در کاهش درد، به مقدار قابل توجهی کاهش یافتند. این مطالعه، به افرادی که در دردهای خود، مقدار شکر شکر آب را از سه تا چهار لیتر در روز به یک لیتر در روز کاهش دادند، در کاهش درد، به مقدار قابل توجهی کاهش یافتند.

روش نوین در کاهش دردهای حین زایمان

اکثر افرادی آب دردی به منظور تقاضای سطح سلامت ممان بارداری و جنین و نیز انجام زایمان بدون درد، صورت می گیرد. دکتر ابوطالب صامی فوق تخصص زنان و زایمان با اشاره به این اثرات مثبت این روش بر روی جنین می گوید: این روش که بر روی مادران باردار انجام می شود به صورت حرکات نرمشی و ورزشی در استراحت و تخصصی است که از سه ماه اول بارداری آغاز و تا هفت ماهگی ادامه می یابد.

صرف روی ای رشد جنین

استفاده از روی اکسید و سایر انواع ویتامین و نیز عناصر مختلفی همچون روی در زمان بارداری از بروز اختلالات جنینی و حتی رفتاری روی ز نوزاد نوزاد، جلوگیری می کند. به گفته دکتر عبی سرجمندی، رئیس مرکز تحقیقات سلولولی - مولکولی دانشگاه علوم پزشکی ایران، از جمله اختلالات جسمی و رفتاری جنین که پس از تولد، در صورت کمبود روی در بدن مادر پدیدار می آید، بیماری های ناشی از کمبود روی در جنین، پانکراتیت و فقر آهن و کمبود قدرت دفاعی ایمنی بدن و بروز اختلالات گری در جنس مؤنث و گوشه گیری در جلوس مگ ذکر شده است.

تاریخچه

با نهایت تأسف و تأثر درگذشت همسر عزیز و پرهی اندکبار شادروان حاج احمدداس (بزرگ خاندان اسد) را به اطلاع کلیه اقوام و آشنایان می رساند. به همین مناسبت مجلس ترحیمی روز دوشنبه ۱۳۸۶/۲۱/۱۸ ساعت ۱۶:۳۰ در مسجد حضرت ابوالحسن (عج) واقع در خیابان سپهری در شمالی برگزار می گردد. **خاندان های اسد، محمدحافظ، قربانی، میوبیباری، شریعتی و سایر خاندان های وابسته**

انالله و انا الیه راجعون

با نهایت تأسف و تألم درگذشت اندوهبار شادروان **مهندس منوچهر مقدالجلی** را به اطلاع و ایستگان و آشنایان می رساند. مجلس ختم آن مرحوم روز دوشنبه ۱۳۸۶/۲۱/۲۱ ساعت ۱۶:۳۰ در مسجد نور واقع در میدان فاطمی برگزار خواهد شد.

مانر: اقدس آش کش

همسر: انیسه محمدحادی فرزندان: مهربک و آروین و سایر خاندان های وابسته

به مناسبت سویم روز درگذشت مرحوم مقفور شادروان

مهندس سید محمد فقیه سبزواری، همسرش **مهندس سید محمد فقیه سبزواری** در روز یکشنبه ۱۳۸۶/۲۱/۲۱ ساعت ۱۰:۳۰ در مسجد توحید در مشهد، مسجد الرضا، انتهای سیمتری اول احمدآباد، روز یکشنبه ۱۳۸۶/۲۱/۲۱ متوقف می گردد.

خاندان فقیه سبزواری و فامیل های وابسته

گویند اصل آدمی خاک است و خاکی می شود کی خاک گردد آنکسی کو خاک این درگاه شد خاک بی آن کاریمانی مستقیم که در غمبارترین ایام، با یک یگانه شدند تا عروج زنده یاد یاسمن کم بویمان را به سوی کمال، سوگواری و صلوات پذیرا باشیم.

مرکز پذیرش کفای های ترحیم و تسلیت در روزنامه ایران

تلفن: ۰۲۷ - ۸۸۷۴۸۲۰۰ شمایل: ۰۱۱۸۸۷۶۹۰۰ **خیابان شهید قندی (پالیزی سابق)، کوچه هشتم، شماره ۴**

وزیر بهداشت خبر داد

تدابیر وزارت بهداشت برای پیشگیری از شیوع بیماریهای خطرناک



سوزولان از جامعه پزشکی کمک بگیرند. رئیس سازمان نظام پزشکی کشور نیز در این گشایش همایش پزشکان عمومی سراسر کشور تأکید کرد: جامعه پزشکی به عنوان بخشی از نخبگان جامعه می تواند همواره به عنوان نیروی توانمند علمی و فکری در جهت ارائه خدمات و ارتقای سطح علمی جامعه و ارتقای سلامت نظام سلامت کشور نقش خود را ایفا نمایند. وی بیان می کرد که امروزه به دلیل بروز مشکلات متعددی و برنامه ریزی های قطعی برخی پزشکان به دنبال کار کرده و برخی مناطق نیز از کمبود پزشک رنج می برند. تصریح کرد: در شرایط فعلی هر قدر فلوئید و مقررات شفاف تر باشد، بقیا مشکلات و نادردهای کشور کم می شود. دکتر سید شهاب الدین صفری، مدیرکل برنامه ریزی و توسعه منابع وزارت بهداشت گفت: تسهیلات و تسهیلات متمایل باشد، از میزان مشکلات کاهش می بردم و مردم نیز گناهی می شود.

حلقه مصلحت پزشکان عمومی

وزیر بهداشت در ادامه گفت گو با خبرنگاران، در محضر مصلحت سراسری و پیشه ای، یکبارگی و ارتقای سطح درآمد آنان را بیازند شرط جدی سوزولان دست اندکاران بخش های مختلف از جمله وزارتخانه های بهداشت و رفاه و تأمین اجتماعی، تخصص شورای اسلامی و انجمن های علمی و تخصصی و هماهنگی سازمانهای بیمه ای دانست و تأکید کرد: قطعاً وزارت بهداشت به تنهایی نمی تواند در این زمینه راهکارهای اساسی بیابد. وی گفت: وزارت بهداشت به ترهده های پزشکی و حل مشکلات و در این زمینه نیز فعالیت های جدی در دستگاه ها و نهادهای مختلف دولتی و اجرایی کشور صورت می دهد.

آزمون دستیاری پزشکی بموقع برگزار

دکتر لنگرانی درباره نتایج امتحان سراسری آزمون های دستیاری پزشکی در اعلام کرد: وزارت بهداشت با همکاری دستگاه های علمی و انتظامی این موضوع را پیگیری کرده و با متخلفان برخورد قاطعی و قطع خواهد کرد. وی همچنین تصریح کرد: طبق برنامه ریزی های صورت گرفته، آزمون دستیاری گروه های پزشکی نیز در ماههای اعلام شده تحت

به گزارش ایبنا، علی صرافانی، سرپرست

وزارت آموزش و پرورش، در همایش سراسری آزمون های دستیاری پزشکی در اعلام کرد: آزمون های گروه های پزشکی در سال گذشته مشکلات آموزشی و پرورشی رسمی باشد و اختلالات موجود برای وی افزود: با توجه به تنوع شرایط تحصیلی، وضعیت جسمی و محل زندگی آنها نباید در طراحی آزمون از راه دور برای کشور متناهی باشد. مخاطبان آزمون های عمومی استفاده شود. فانی، با اشاره به سیاست های جهانی مطرح

نظارت و کنترل دقیق برگزار می شود.

وزیر بهداشت در این حال خاطر نشان کرد: وزارت بهداشت و مجلس در تعامل سازنده با نخبه حقوق دانش اموزگان رشته های پزشکی و تخصصی سراسر کشور، در این زمینه راهکارهای اساسی بیابد. وی گفت: تسهیلات و تسهیلات متمایل باشد، از میزان مشکلات کاهش می بردم و مردم نیز گناهی می شود.

پیکرهای کیم

رئیس سازمان نظام پزشکی با اشاره به پیگیری های این نهاد سفی برای جلوگیری از تضرع حقوق دانش اموزگان رشته های پزشکی و تخصصی سراسر کشور، در این زمینه راهکارهای اساسی بیابد. وی گفت: تسهیلات و تسهیلات متمایل باشد، از میزان مشکلات کاهش می بردم و مردم نیز گناهی می شود.

تلفخ در آزمون دستیاری پزشکی را

رئیس سازمان نظام پزشکی با اشاره به پیگیری های این نهاد سفی برای جلوگیری از تضرع حقوق دانش اموزگان رشته های پزشکی و تخصصی سراسر کشور، در این زمینه راهکارهای اساسی بیابد. وی گفت: تسهیلات و تسهیلات متمایل باشد، از میزان مشکلات کاهش می بردم و مردم نیز گناهی می شود.

پست الکترونیکی روابط عمومی روزنامه ایران: E-mail: p_relation@icpi.ir

ایستگاه شهید محسن

ایستگاه شهید محسن ترمز هوین افتتاح شده است. با توجه به نیاز بسیاری از مسافران و آماده بودن ایستگاه، راه اندازی هر چه سریعتر آن ضروری است. **یک شهروند**

هدیه به جازبانان

هفته روز جازبانان است! اما حمایت از جازبانان نمی شود. هر هفته همین تعدادی روز مرا با ابراج کردن من در شرکت پرداختند. این شرکت در توسعه بنیاد جازبانان است. با این حال بدون کمترین احساس تهدید و مسؤلیت من وعده ای دیگر از جازبانان را افراخ کرده اند. **یک شهروند**

انتصاب واندانان شرکت واحد

از رانندگان شرکت واحد هشتم، روز ۱۶ و ۱۷ آبان ۸۲ تا ۸۴ همه رانندگان اتوبوس های شرکت در انتصاب و ندادن حق و حقوق جراج هایشان را روشن گذاشتند. اما هیچ کدام از رسانه های این پیام را انعکاس ندادند. حداقل صدای اعتراض ما را به گوش سوزولان برسانید. **یک شهروند**

چه قانونی از زمان فرسوت حمایت می کند

یک سال فرسوت خاوانه هشتم که حدود ۸ آبان سال حق بیمه می پردازم. ۱۰۰۰ یکن از این زمان به محسوس فرسود می آید. این فقط بازنشستگی دارد و زمان استعاده از امکانات درمانی و غیره محسوس نیست. واقعاً چه قانونی از ما رانده می شود که سراسر خانواده درمانی و هزینه حمایت خواهد کرد. در داخنت ادامه هیچ برام اعتباری نمی باشد. اما برای حمایت از خانواده چاره ای جز ادامه پرداخت بیمه ندارم. **یک شهروند**

ایران: این سوال حدود ۲۰۰۰ پرسش برای روابط عمومی سازمان آسپان

اما متأسفانه پاسخی دریافت نکردیم به ناچار سؤال بدون جواب ایستاد. **سازمان آسپان** **قطعی ری بی در پی** **محتاجت که از چهاره خسرو تا چهاره اسدی ضلع شمالی سراسر، خانرا، برقا هر شب از ساعت ۷:۳۰ تا ۱۰:۳۰ قطع می شود. متأسفانه اجامت پیلانی اهالی محل و همزادان در این باره هیچ پاسخی به فایده نداده است. با توجه به وجود در مانگاهها و مکانهایی آموزشی... در این منطقه، رفع هج سریع تر این اشکال و با دست کم ایجاب پاسخی قانع کننده برای مردم بیساز لارم است.**

حمایت از رزمندگان

کار گذشتند در مقدمه فداق، تبلیغات و تیزرهای آسپان در سطح ملی وجود داشت که از رزمندگانی که سال ها جبهه ها بودند و استیصال مانی می نوردند نماند. عدم توجه به این مسائل برای سراسر کشور وقت و مرم برکت. آنگدم بعد از گذشت سال ها هیچ اقدامی برای فرما صورت نگرفته و علت آن عدم موافقت سازمان برنامه و بودجه (سازمان برنامه) در خصوص اختصاص بودجه برای رزمندگان است. **چنانچه قطع ری بی در پی** **محتاجت که از چهاره خسرو تا چهاره اسدی ضلع شمالی سراسر، خانرا، برقا هر شب از ساعت ۷:۳۰ تا ۱۰:۳۰ قطع می شود. متأسفانه اجامت پیلانی اهالی محل و همزادان در این باره هیچ پاسخی به فایده نداده است. با توجه به وجود در مانگاهها و مکانهایی آموزشی... در این منطقه، رفع هج سریع تر این اشکال و با دست کم ایجاب پاسخی قانع کننده برای مردم بیساز لارم است.**

طرحی نیمه تمام

به فرزندتان آموزش دهید که چه وقتی پیاده تردد می کند و چه زمانی که با اتوبوس یا تاکسی به مدرسه می رود همه قوانین را رعایت کرده و بر چاره ای راهمایی و دستور پلیس توجه دارد. **میر عامل محترم شرکت قاسم ایران**

مدیر عامل محترم شرکت قاسم ایران

ببین چه سلیقه درگذشت پدر گرامیتان را به جنابعالی و خانواده محترم تسلیت عرض می نمایم.

خانواده محترم رضایی یزدی

با نهایت تأسف درگذشت پدر گرامیتان را تسلیت عرض نموده و بقای عمر جنابعالی و خانواده محترم را از درگاه احدیت مسألت می نمایم.

خانواده محترم رضایی یزدی

با نهایت تأسف درگذشت پدر گرامیتان را تسلیت عرض نموده و بقای عمر جنابعالی و خانواده محترم را از درگاه احدیت مسألت می نمایم.

خانواده محترم رضایی یزدی

با نهایت تأسف درگذشت پدر گرامیتان را تسلیت عرض نموده و بقای عمر جنابعالی و خانواده محترم را از درگاه احدیت مسألت می نمایم.

خانواده محترم رضایی یزدی

با نهایت تأسف درگذشت پدر گرامیتان را تسلیت عرض نموده و بقای عمر جنابعالی و خانواده محترم را از درگاه احدیت مسألت می نمایم.

خانواده محترم رضایی یزدی

با نهایت تأسف درگذشت پدر گرامیتان را تسلیت عرض نموده و بقای عمر جنابعالی و خانواده محترم را از درگاه احدیت مسألت می نمایم.