

روزنامه کثیرالانتشار سراسری ارک

*** سه شنبه**
*** ۳۰ خرداد ۱۳۹۶**
*** ۲۰ ژوئن ۲۰۱۷**
*** سال: بیست و هفتم**
*** شماره (سای): ۴۱۳۴**
*** ایر می یندینجی ایل**

*** صفحه ۵**



سرویس خبری روزنامه ارک- نائیب رئیس انجمن رادیوتراپی و انکولوژی از بروز سالیانه حدود ۸۵ هزار مورد جدید سرطان در کشور خبر داد.

به گزارش حوزه بهداشت و درمان گروه علمی پزشکی باشگاه خبرنگاران جوان؛ بهرام مفید در ارتباط با سرطان پروستات و برگزاری کارگاهی در این زمینه اظهار کرد: این سرطان در آمریکا، اروپا و کشورهای دیگر به عنوان دومین سرطان شایع در مردان شناخته می شود و در کشور ما رتبه چهارم را دارد. وی افزود: دلایلی همچون شهرنشینی، وجود هوای ناسالم، آلودگی هوا، تغذیه نامناسب، استفاده از قند، شکر، نوشابه، گرم کردن مواد غذایی با مایکروویو، نداشتن فعالیت فیزیکی، استاندارد نبودن غذاهای مصرفی، استفاده بیش از حد از گوشت و مصرف کم گیاهان باعته شده تا میزان سرطان در کشور ما با روند افزایشی همراه باشد.

قیمت قربانی حج ۹۶اعلام شد

سرویس خبری روزنامه ارک- سازمان حج و زیارت قیمت هر رأس قربانی حج را ۴ میلیون و ۸۰ هزار ریال تعیین کرد.

به گزارش آنا، در اطلاعیه این سازمان آمده است: حجج بیت‌الله الحرام، از ۳۰ خرداد تا ۱۵ تیرماه می‌توانند با واریز مبلغ چهار میلیون و ۸۰هزار ریال به حساب سیبا شماره ۰۱۳۹۷۲۴۹۲۰۰۹ به نام حساب متمرکز وجوه قربانی حج تمتع ۱۳۹۶، نسبت به پرداخت هزینه قربانی خود اقدام کنند.

قربانی پنجمین عمل واجب از مناسک حج توسط هر حاجی باید انجام شود که برای این منظور و با توجه شرایط ذبح در عربستان، سازمان حج و زیارت تسهیلاتی را با همکاری بانک توسعه اسلامی برای انجام قربانی توسط ذابحان منتخب ایرانی فراهم کرده است.طبق اعلام سازمان حج، اعزام زائران ایرانی به عربستان از اول مردادماه امسال آغاز می‌شود. حدود ۸۶ هزار زائر ایرانی در حج تمتع حضور خواهند داشت.



بیش از ۱/۶ میلیون نفر اتباع خارجی در ایران زندگی می کنند

سرویس خبری روزنامه ارک- مرکز آمار ایران اعلام کرد: بیش از یک میلیون و ۶۰۰ هزار نفر اتباع خارجی در ایران زندگی می کنند که بیشترین اتباع خارجی متعلق به کشور افغانستان با یک میلیون و ۵۸۳ هزار و ۹۷۹ نفر است.

به گزارش ایرنا، بر اساس نتایج سرشماری عمومی نفوس و مسکن ۱۳۹۵ و نتایج جدول جمعیت برحسب جنس، سن و تابعیت از مجموع افراد ساکن در ایران در زمان سرشماری ۳۴ هزار و ۵۳۲ نفر تابعیت کشور عراق و ۱۴ هزار و ۳۲۰ نفر تابعیت کشور پاکستان را داشته‌اند.

بررسی نتایج جداول جمعیت برحسب جنس، سن و تابعیت در نقاط شهری و روستایی نیز نشان می‌دهد بخش عمده‌ای از جمعیت با تابعیت افغانستان در نقاط شهری ایران زندگی می‌کنند. بر این اساس، یک میلیون و ۲۴۲ هزار نفر و ۳۳۲ نفر با تابعیت افغانستان در نقاط شهری و ۳۴۰ هزار و ۹۶۸ نفر در نقاط روستایی ساکن هستند.

استان تهران حدود یک سوم از افراد افغان را در خود جای داده است. استان کردستان از این نظر با داشتن ۱۸ نفر که تابعیت افغانستان دارند رتبه آخر را به خود اختصاص داده است.

همچنین نتایج سرشماری نشان می دهد، ۷۱۳ نفر تابع کشور ترکیه و ۲۰هزار و ۸۴۴ نفر تابع دیگر کشورها در ایران زندگی می کنند.

درمان خانگی از فرق سر تا انگشت پا

کنترل سرفه

یکی دو قطعه شکلات میل کنید. محققان دریافته اند توبرومین شکلات در فرونشاندن سرفه های سمج بسیار موثرتر از کدئین عمل می کند و عوارضی همچون خواب آلودگی و بیوست را هم به همراه ندارد.

برای این که سرفه های آزاردهنده ای که شب ها شما را از خواب بیدار می کنند آرام کنید، قبل از خواب، ۲قاشق عسل (توجه: از به کار بردن این درمان برای نوزادان زیر یک سال جدا خودداری کنید) به همراه ۵۰۰ میلی گرم ویتامین Cاستری میل کنید.

انواع غیر اسیدی ویتامین Cمعده را تحریک نمی کنند و سیستم ایمنی را در مراحل ابتدایی سرفه ها تقویت می کنند. این دارو مخصوصا برای بچه ها موثر است و آنها را ازسرفه های شبانه خلاص کرده و خواب آنها را هم تقویت می کند.

کاهش تب

دم کرده گل زیرفون یکی از بهترین تب برها است. مواد موجود در این گیاه هیپوتالاموس را وادار می کنند تا دمای بدن را بهتر کنترل کند، عروق خونی را متسع می کند و تعریق بدن را افزایش می دهد.

یک کاس سوپ خوری زیرفون خشک را در یک فنجان آب داغ بریزید و بگذارید ۱۵ دقیقه بماند، سپس جرعه جرعه از آن بنوشید. اگر تب دارید بهتر است روزی ۵-۴ فنجان از این دم کرده بنوشید و اگر بعد از یک روز تب شما پایین نیامد حتما به پزشک مراجعه کنید.

اگر تبان بالای ۳۸ درجه است یک دوش ولرم بگیرید که خیلی سریع دمای بدن را تا حدود دمای آب پایین می آورد. تا زمانی که تبتان به حدود ۳۸ و پایین تر برسد خود را شست وشو دهید سپس از دم کرده زیرفون بنوشید تا تبتان پایین تر بیاید.

تسکین سوزختگی

اگر پوستان را با فر یا ماهی تابه و سوزانده اید بهترین تسکین دهنده شما ژل آلورااست. این مسکن و ضد التهاب با تشکیل لایه ای محافظروی پوست از تحریک عصب های ناحیه آسیب دیده آن توسط هوا مانع می شود.

کاهش نفخ شکم

روزی ۲ کپسول پوشش دار روغن نعنا بخورید. نعنا باکتری های مسئول نفخ شکم را از بین می برد و ماهیچه های معده ای- رود ای را در حالت استراحت قرار می دهد. پوشش کپسول از بازر شدن آن در معده و افزایش ناراحتی هایی از قبیل سوزش و سوء هاضمه مانع می شود. نعنائی این کپسول ها در قسمت های پایین تر لوله گوارشی جایی که شما را به ستوه آورده- آزاد می شوند.

رفع بوی بد پا

هر شب به مدت ۳۰ دقیقه پاهایتان را در تشتی حاوی محلول آب و سرکه(مقدار آب باید دو برابر مقدرا سرکه باشد) قرار دهید تا باکتری های مولد بوی بد کشته شوند. همچنین می توانید یک چای غلیظ و سیاه درست کنید و وقتی خنک شد در تشتی مناسب بریزید و پاهایتان را در آن قرار دهید. تانن چای باکتری ها را از بین می برد و منافذ پوست پا را می بندد، بنابراین پوست پا به مدت طولانی تری خشک می ماند و چون باکتری ها محیط مرطوب را برای رشد ترجیح می دهند دیگر روی پای شما جایی نخواهند داشت. نتایج این درمان را حداکثر بعد از یک هفته مشاهده خواهید کرد.

توجه: اگر پاهایتان زخم شده تا بهبودی کامل از این درمان استفاده نکنید.

کوتاه کردن سرماخوردگی

مصرف ویتامین Cقبل از ابتلا به سرماخوردگی مدت و شدت بیماری سرماخوردگی را کاهش می دهد. یک لیمو ترش را در یک لیوان آب جوشپچکانید و یک قاشق عسل طبیعی به آن اضافه کنید. این نوشیدنی تقویت کننده سیستم ایمنی است و بافت گلو را پوشش می دهد. بخار این نوشیدنی هم برای باز کردن سینوس ها مفید است. نوشیدن ۳-۲۲ لیوان از آن در طول روز به سرماخوردگان توصیه می شود.

آزاد کردن گرفتگی گردن

کند شدن گردش خون و لنت اطراف بافت ماهیچه ای منجر به گرفتگی عضلانی می شود. برای برگرداندن جریان خون به حالت طبیعی و رفع گرفتگی عضله از اثر متقابل گرما و سرما- جریان سریع آب داغ و بلافاصله آب سرد- استفاده می شود. برای این منظور زیر دوش سرد و ابتدا ۲۰ ثانیه آب داغ را روی عضله گذردن خود باز کنید تا سرعت گردش خون افزایش یابد سپس بلافاصله ۱۰۰ ثانیه آب سرد را در محل گرفته شده باز کنید تا عروقتان تنگ شوند. این کار را ۳۳ بار انجام دهید.

خانمه خرو پف

اگر بیشترهنگامی که به پشت می خوابید، خرخر می کنید، بهتر است یک توپ تنیس را در جیبی که از یک تی شرت کهنه بریده اید بگذارید و این جیب محتوی توپ تنیس را محکم به پشت لباس خوابتان بدوزید.

از این به بعد با پوشیدن این لباس خواب وضعیت ناراحت تان مجبورتان می کند فاقد این که بیدار شوید، غلت بزنید و به پهلو بخوابید. سکوت مطلق برقرار شد!

غلبه بر بی خوابی

قبل از رفتن به رخت خواب یک مشت گیلاس از یخچال بردارید و نوش جان کنید. گیلاس ملو از ملاتونین، هورمون مسئول القای خواب است.

بعد از خوردن گیلاس ها یک دوش آب گرم بگیرید تا بدن؛ ذهن و عضلاتتان ریلکس شوند. بالشت تان را هم با رایحه های ملایمی مثل یاس و سنبلعطر کنید. رایحه خوش باعث القای خواب می شود.

بروکلی در درمان دیابت نوع ۲ موثر است

تغییرات ژنی مرتبط با دیابت نوع ۲ استفاده کردند.

در این پژوهش که بر روی ۹۷ نفر شرکت کننده و در طول یک آزمایش کنترل شده ۱۲ هفته ای انجام شد، محققان به بیماران بروکلی تجویز کردند و شاهد کاهش ۱۰ درصدی گلوکز بودند که برای کاهش مشکلات بینایی، و دیابت و خون کافی بود. تمام شرکت کنندگان دارای اضافه وزن و سطح بالای گلوکز خون بودند.

دوز مصرفی بروکلی برای این بیماران معادل حدود ۵ کیلوگرم (۱۱ پوند) به صورت روزانه بود اما محققان می گویند می توان آن را به صورت پودر در آورد و به غذا یا نوشیدنی اضافه کرد.

طبق آمار به دست آمده بالغ بر ۳۰۰ میلیون نفر در جهان و ۲۹ میلیون نفر تنها در آمریکا به دیابت نوع ۲ دچار هستند و این رقم در حال افزایش است.

دیابت نوع ۲ (Diabetes mellitus type 2) که ۵۲٪ سابق بر این آن را دیابت شیرین غیرواسته به انسولین (NIDDM) یا دیابت بزرگسالان می‌نامینند، نوعی اختلال در سوخت و ساز بدن است که در آن بدن قادر به تولید انسولین کافی یا استفاده از این هورمون برای تنظیم سطح گلوکز خون نیست. این پژوهش در Science Translational Medicineمنتشر شده است.



سرویس خبری روزنامه ارک- محققان طی انجام یک پژوهش جدید دریافتند کلم بروکلی حاوی ترکیباتی است که می‌تواند به بیماران دیابت نوع ۲ در جهت کنترل سطح قند خون کمک کند.

به گزارش ایسنا و به نقل از ساینس آلرت، آنها بر این باورند که از این طریق می‌توان روش‌های درمانی جدیدی را برای میلیون‌ها بیمار مبتلا به دیابت توسعه داد.

در آزمایش‌های اولیه‌ای که بر روی موش‌ها انجام گرفت مشخص شد سبزیجاتی مانند بروکلی و جوانه‌ها حاوی ماده ای به نام سولفورافان (sulforaphane) هستند که می‌تواند در کاهش سطح گلوکز در خون موثر باشد.

محققان دانشگاه گوتنبرگ سوئد، در این پژوهش از مدل‌های کامپیوتری برای شناسایی

مردن ۲۵۵
آگهی احضار متهم

شماره بایگانی شعبه : ۹۵۰۷۵۸

در پرونده کیفری در خصوص شکایت شاکی آقای قربانعلی کاظم زاده علیه آقای میرزاق قریشی فرزند: تقی به اتهام مزاحمت تلفنی، بعلت معلوم نبودن محل اقامت نامبرده و تجویز ماده ۳۴۴ قانون آئین دادرسی دادگاههای عمومی و انقلاب در امور کیفری مراتب یک نوبت در روزنامه آگهی، نامبرده مکلف است به روز چهارشنبه مورخه: ۱۳۹۶/۰۵/۱۸ ساعت ۱۰/۰۰ صبح جهت رسیدگی در دادگاه حاضر و از اتهام انتسابی دفاع نمایند در صورت عدم حضور در موعد مقرر دادگاه راسا رسیدگی و حکم غیابی صادر خواهد نمود.

دادرس شعبه ۱۰۱ دادگاه کیفری دو شهرستان مردن
جعفر عباس نژاد

شماره بایگانی شعبه : ۹۵۰۷۵۸

بدین وسیله در اجرای ماده ۱۷۴ قانون آئین دادرسی کیفری مصوب ۱۳۹۲ به آقای ۱- احمد آبدلان ۲- آقای احمد علیرضائی مجدآبادی ابلاغ میشود که در خصوص شکایت حسین نوری علیه شما مبنی بر مشارکت در کلاهبرداری طرف یک ماه از تاریخ انتشار جهت دفاع از خود در این دادیاری حاضر شوید. بدیهی است عدم حضور منجر به اتخاذ تصمیم مقتضی از سوی این دادیاری خواهد شد.

دادایار شعبه دوم دادیاری دادسرای عمومی و انقلاب شهرستان مردن - محمد ارفعی

شماره بایگانی شعبه : ۹۶۱۰۲۷

بدین وسیله در اجرای ماده ۱۷۴ قانون آئین دادرسی کیفری مصوب ۱۳۹۲ به آقای ۱- احمد آبدلان ۲- آقای احمد علیرضائی مجدآبادی ابلاغ میشود که در خصوص شکایت حسین نوری علیه شما مبنی بر مشارکت در کلاهبرداری طرف یک ماه از تاریخ انتشار جهت دفاع از خود در این دادیاری حاضر شوید. بدیهی است عدم حضور منجر به اتخاذ تصمیم مقتضی از سوی این دادیاری خواهد شد.

دادایار شعبه دوم دادیاری دادسرای عمومی و انقلاب شهرستان مردن - محمد ارفعی

شماره بایگانی شعبه : ۹۵۰۵۳۴

پرونده کلاسه: ۹۵۰۹۹۸۴۱۵۳۶۰۰۱۶۳ شعبه ۱۰۱ دادگاه کیفری دو شهر مردن (۱۰۱ جزائی سابق)

تصمیم نهائی شماره: ...

شاکی: آقای زین العابدین مهدیلوی فرزند: قوچعلی به نشانی: اذربایجانشرقی - مردن - روستای تازه کند آخوند

متهم: آقای بهنام صلح طلب به نشانی: اذربایجانشرقی - مردن - خ سردار ملی کوی آبیاری- ۱۰ پلاک ۱۶
اتهام : مزاحمت تلفنی

رای دادگاه

در خصوص اتهام آقای بهنام صلح طلب فرزند: حسینیعلی مبنی بر ایجاد مزاحمت تلفنی نسبت به شاکی آقای زین العابدین مهدیلوی فرزند: قوچعلی، دادگاه توجهها به جمیع اوراق و محتویات پرونده، شکایت شاکی خصوصی، نتیجه استعلام و اخذ پرینت مکالمات تلفنی متهم از شرکت مخابرات همراه اول و عدم حضور متهم در دادگاه جهت انجام تحقیقات و دفاع از خود علیرغم ابلاغ قانونی، بزه انتسابی به ایشان را محرز و مسلم دانسته و مستندا به ماده ۶۱۴ از کتاب پنجم تعزیرات قانون مجازات اسلامی و مواد ۶۶ و ۷۰ و بند ب از مواد ۸۳ و ۸۶ از قانون مذکور متهم را به پرداخت نه میلیون ریال جزای نقدی به نفع صندوق دولت بدل از پنج ماه حبس تعزیری محکوم می نماید که در صورت عجز از پرداخت جزای نقدی مجازات حبس اجرا خواهد شد. رای صادره غیابی بوده و ظرف مدت بیست روز پس از ابلاغ قابل واخواهی در این شعبه از دادگاه بوده و ظرف مدت بیست روز دیگر قابل تجدیدنظر در محاکم محترم تجدیدنظر استان می باشد.

دادرس شعبه ۱۰۱ دادگاه کیفری ۲ شهرستان مردن
جعفر عباس نژاد

مردن ۲۵۸
آگهی مزایده مال غیرمنقول(نوبت اول)

در اجرای ماده ۱۱۴ قانون اجرای احکام مدنی به موجب پرونده اجرائی ۹۶۰۴۷۸ ح شداننگ یک قطعه زمین مفروزی با سند عادی واقع در محدوده اراضی کشکسرای منطقه معروف به تپه در موقعیت جغرافیایی X=۵۴۷۳۳۷- Y=۴۵۷۱۷۱ ملکی آقای جعفر آشفته که در تصرف محکوم علیه میباشد در قبال طلب بانک مهر اقتصاد با معرفی محکوم علیه توقیف پس از طی تشریفات قانونی به کارشناس رسمی دادگستری ارجاع وی محل استقرار ملک را آدرس فوق بصورت باغی با حدود اربعه شمالا محدود به نهرآب عمومی، شرقا محدود به ملک داود زرنالی، جنوبا محدود به راه عمومی ۶ متری و ملک حبیبه حاجی پور، غربا محدود به قاسم ستاری به مساحت ۵۰۰ مترمربع ارزش هر متر را با در نظر گرفتن جمیع شرایط و عوارض و شرایط توپوگرافی و کیمیایی محل و کیفیت خاک زراعی ارزش کل ملک را به مبلغ پایه ۱۵۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال ارزشی نموده است که روز پنجشنبه مورخه: ۱۳۹۶/۰۴/۲۲ ساعت ۹الی ۱۱ صبح از طریق مزایده در دفتر اجرای احکام مدنی دادگستری مردن بفروش خواهد رفت مزایده از قیمت پایه شروع به بالاترین و آخرین قیمت پیشنهادی از جانب خریدار واگذار خواهد شد ۱۰٪ قیمت پیشنهادی فی المجلس دریافت برای بقیه بمدت یکماه مهلت داده خواهد شد که در صورت انصراف یا عدم پرداخت مزایده تجدید سپرده واریزی بنفع دولت ضبط خواهد شد طالبین جهت کسب اطلاعات بیشتر و بازدید از مال مورد مزایده می توانند پنج روز قبل از موعد مزایده به دفتر اجرای احکام مدنی مردن مراجعه ودرجلسه مزایده شرکت نمایند .

مدیر اجرای احکام مدنی دادگستری مردن

مصباحی



آگهی مفقودی

کارت هوشمند خودروی باری ماک

F۷۱۱ST بشماره کارت **۱۹۸۵۵۴۴** و به

پلاک ۶۷ع۱۱۵ - **ایران ۱۵ مفقود**

گردیده از درجه اعتبار ساقط می باشد.

مشتاق حسین - مردن - ۲۶۱

آگهی مفقودی

کارت هوشمند رانندگی بشماره:

۱۱۴۵۱۱۴ بنام **حمزه مشتاق حسین**

مفقود گردیده از درجه اعتبار

ساقط می باشد.

مشتاق حسین - مردن - ۲۶۲