

گزارش عینی «سیستان و بلوچستان»

آینده‌ای که از فنجان بیرون می‌آید!

گروه جامعه - تبلیغات جذاب و خوش‌رنگ و لعاب این روزها در فضای مجازی آن قدر گسترش و در میان بسیاری از خانواده‌ها نفوذ پیدا کرده‌است که به‌راحتی حتی افراد تحصیل‌کرده، اهل مطالعه و بزرگسالان را هم خام‌خود می‌کند. تبلیغاتی از جنس فریب و وعده‌های کاذب و دروغین با چاشنی خالی کردن جیب مشترکاتی که فریب آنها را می‌خورند.

آنچه امروزه در میان این تبلیغات متعدد بیشتر به چشم می‌خورد فعالیت مجازی و غیر قانونی رمالان و فال‌گیران اینترنتی و مجازی‌است. فالگیرانی که فقط با دانستن نام و سال تولد افراد، حتی نحوه وفات آنها را پیش بینی می‌کنند! شیوه کاری اکثر آنها این گونه‌است که با بیان کلماتی دلنشین، دنیایی از امید و آرزو را برای افراد رقم می‌زنند و گاهی هم با خبری ناگوار از آینده فرد را دچار افسردگی و اضطراب می‌کنند که کار را بدان جا می‌کشانند که برخی برای رهایی از این اضطراب به رمال و فالگیر دیگری مراجعه می‌کنند. به‌پیشنهادهایی از دوستانم در یک گروه مجازی فال قهوه شده‌ام. با دیدن تعداد افریب گروه که از ۴ هزار نفر گذشته بود تعجب کردم که همه اعضای کانال فال هایشان را اینترنتی یا وایز وچه به حساب مربوطه می‌گرفتند و پاسخ را تلفنی و یا به صورت متن تایپ شده دریافت می‌کردند. با اصرار زیاد برای دیدار با فالگیر آدرس را گرفتم و با وقت قبلی و بعد از ۱۵ هفته انتظار، بالاخره برای گرفتن فال قهوه ساعت ۲ راهی شدم. خانه فال گیر جایی اطراف کوه‌های زاهدان بود و مکانی رعب انگیز. در ورودی خانه با سه دوربین مدار بسته کنترل می‌شد. وارد که شدم در حیات‌خانه صفی طولانی پیش‌روی خود دیدم. در آن هوای سرد خانم‌ها و دختران جوان مشتاقانه پشت در ایستاده بودند تا نوبت به فال آن‌ها برسد. بعضی‌ها نیز عکس مردی را در دست داشتند. گویا فالگیر آقایان را ملاقات نمی‌کرد. از دختر جوانی که پشت سر من در صف ایستاده علت مراجعه‌اش را پرسیدم و گفتم: حرف هایش شاید ۶۰ درصد درست نباشد اما می‌آیم چون به شنیدن جملات مثبت او نیاز دارم. وقتی از آینده و موفقیت یا درباره بهبود ارتباطم با همسرم

مشاور تغذیه

فواید تخمه کدوتنبیل

از بین انواع تخمه‌ها، به نظر می‌رسد **تخمه کدوتنبیل چربی بیشتری دارد. اما مصرف آن برای کسانی که دارای چربی خون هستند ضرر دارد؟**

مسعود فیروزگوهی - مشاور و کارشناس تغذیه: چربی موجود در تخمه کدوتنبیل چربی مفید در بدن را افزایش می‌دهد و تأثیری بر کنترلرول منفی ندارد. همچنین استفاده از این تخمه خطر ابتلا به چاقی، دیابت، بیماری‌های قلبی و مرگ و میر زودرس را نیز کاهش می‌دهد. در عین حال که باعث افزایش و

پزشک خانواده

درمان گیاهی عفونت کلیه

نزدیک به ۳ ماه است که دچار عفونت کلیه شده‌ام. داروهای شیمیایی تجویز شده را هم مصرف کرده‌ام اما همچنان علایم و دردهای کلیه ادامه دارد. لطفاً راهنمایی کنید برای درمان عفونت کلیه در طب سنتی چه داروهایی توصیه شده‌است؟

افسانه براهویی نوظ- کارشناس طب سنتی: چندین راهکار درمانی برای عفونت کلیه در طب سنتی وجود دارد که افراد با توجه به طبع و دائقه خود می‌توانند یکی از این راهکارها را برای درمان به کار گیرند.

جامعه



متخصص نیز بیشتر است!

آسیب‌های روانی

روانشناس و مشاور خانواده درباره آسیب‌شناسی و رواج فال و فالگیری در فضای مجازی می‌گوید: خرافه قسمتی از اندیشه‌ها و باورهای انسان‌هاست که از راه سنت و فرهنگ‌های قدیمی به‌مارسیده‌است. «فرشته مباشری» درباره اینکه چرا معمولاً قشر تحصیل‌کرده به خصوص دختران جوان به این مسائل روی می‌آورند می‌گوید: جوانان برای اینکه نمی‌دانند در آینده چه اتفاقی برایشان پیش می‌آید به فال و فالگیری روی می‌آورند و این موضوع فقط مخصوص کشور ما یا کشورهای جهان سوم نیست. در کشورهای پیشرفته هم این موضوع در مواقعی از بحران‌های اجتماعی آنها وجود دارد. از طرفی در فضای مجازی هم می‌تواند مسیر را برای افراد کلاش، سودجو، فرصت‌طلب و افرادی که به نوعی از سادگی مردم سوءاستفاده می‌کنند باز کند و حضور فالگیران و رمالان با چهره‌های اجتماعی جدید در قالب فضای مجازی باعث شده‌است تا برخی نوجوانان و جوانان حتی برای سرگرمی به این جریان وارد شوند.یک پژوهشگر در حوزه اسلام هم می‌گوید: بین مقوله فال‌گیری، سحر، جادو و رمالی تفاوت‌هایی وجود دارد قرآن به سحر و جادو در سوره بقره، اعراف و یوسف اشاره می‌کند، ولی باید در نظر داشته باشیم که تمام مطالب مربوط به سحر و جادو در قرآن به زمان قبل از ظهور پیامبر اسلام(ص) برمی‌گردد. دکتر «مسعود سیدی» ادامه دهد: افرادی در جامعه هستند که مشکلات زندگی خود را به این موضوع ربط می‌دهند که این کار کاملاً نادرست است چراکه زندگی افراد به سحر و جادو بر نمی‌گردد، ساحران در مقابل افرادی که توکل به خداوند دارند و به او پناه می‌برند هیچ گونه قدرتی ندارند. وی با اشاره به سخن امام صادق (ع) که می‌فرمایند: «اثر فال بد» به همان اندازه‌است که آن‌ا

۵ گرم پروتئین و همچنین ۵ درصد از نیاز روزانه بدن به آهن را تأمین می‌کند. این ماده خوراکی بدون قند و منبعی غنی از منیزیم، روی، مس و سلنیوم است.

منبع سرشار منیزیم

تخمه کدوتنبیل حاوی منیزیم فوق‌العاده بالایی است دو قاشق غذاخوری از آن حاوی ۷۴ میلی گرم منیزیم در حدود یک چهارم از رژیم غذایی پیشنهادی روزانه است. منیزیم نقش بسیار مهمی در بیش از ۳۰۰ واکنش آنزیمی در بدن، از جمله سوخت و ساز مواد غذایی در بدن و ترکیب اسیدهای چرب و پروتئین ایفا می‌کند. نقش منیزیم در انتقال های عصبی – عضلانی و فعالیت و عدم فعالیت عضلات حائز اهمیت است. کمبود منیزیم که به ویژه در افراد مسن رایج است موجب مقاومت در برابر انسولین، سندرم

گشیز، و تخم شوید از هر کدام صد گرم که گویدبه شده باشد و هر بار یک قاشق غذاخوری از آن در ۵۰۰ سی سی آب جوشانده شود برای درمان انواع سنگ مثانه، سنگ صفرا و انواع روماتیسم مفید است.**آب لیموترش تازه:** آب لیموترش یکی از بهترین درمان‌ها برای سنگ کلیه و رفع درد ناشی از آن است. اسید استیک موجود در مرکباتی مانند لیموترش، سنگ کلیه را حل می‌کند. اما برای این کار فقط باید آب لیموترش تازه و طبیعی بنوشید و نوشیدنی‌های لیمویی مصنوعی چنین اثری ندارند. به این منظور، روز خود را با نوشیدن یک لیوان آب مخلوط شده با آب یک لیموترش تازه آغاز کنید. در هنگام درد شدید، چهار قاشق غذاخوری آب لیموترش را با یک لیوان آب مخلوط کنید و بنوشید. اگر بدنتان به این درمان پاسخ‌دهی طی ۲۰ دقیقه باید درد برطرف شود. علاوه بر این می‌توانید

سرپرستی زاهدان
تلفن آگهی و اشتراک:
تلفن مسئول تحریریه:
نمابر تحریریه:
تلفن‌های تحریریه:
تلفن و نمابر سرپرست دفتر:
شهرچاب خراسان

صاحب امتیاز
مدیر مسئول:
سردبیر:
دفتر مرکزی:
صندوق پستی:
تلفن:
نمابر شهرستان‌ها:
پایک:

موسسه فرهنگی هنری خراسان
محمد سعید احدیان
علی ولی زاده
مشهد، بلوار سازمان آب
۵۱۰-۹۱۷۳۵
۰۵۱-۳۷۶۴۴۰۰۰
۰۵۱ ۳۷۶۴۳۴۴
۳۰۰۰۹۹۹

امروز	فردا	امروز	فردا
۰۴:۵۹	۰۴:۵۹	۰۴:۵۹	۰۴:۵۹
۰۶:۲۱	۰۶:۲۱	۰۶:۲۱	۰۶:۲۱
۱۱:۳۶	۱۱:۳۷	۱۱:۳۷	۱۱:۳۷
۱۶:۵۱	۱۶:۵۱	۱۶:۵۱	۱۶:۵۱
۱۷:۰۹	۱۷:۱۰	۱۷:۱۰	۱۷:۱۰

امروز	فردا	امروز	فردا
۰۴:۵۹	۰۴:۵۹	۰۴:۵۹	۰۴:۵۹
۰۶:۲۱	۰۶:۲۱	۰۶:۲۱	۰۶:۲۱
۱۱:۳۶	۱۱:۳۷	۱۱:۳۷	۱۱:۳۷
۱۶:۵۱	۱۶:۵۱	۱۶:۵۱	۱۶:۵۱
۱۷:۰۹	۱۷:۱۰	۱۷:۱۰	۱۷:۱۰

اخبار

معاون دانشگاه علوم پزشکی زاهدان:

مرگ و میر مادران باردار ۵۲ درصد کاهش یافت

گروه جامعه- مرگ و میر مادران باردار در حوزه فعالیت دانشگاه علوم پزشکی زاهدان ۵۲ درصد نسبت به سال گذشته کاهش داشته است.معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان به خبرنگار ما گفت: با شروع اجرای طرح تحول نظام سلامت در حوزه بهداشت و راه اندازی و تجهیز پایگاه‌ها و مراکز خدمات جامع سلامت در حوزه این دانشگاه از ابتدای امسال تا ۲۰ دی ماه، میزان مرگ مادران باردار نسبت به مدت مشابه سال گذشته ۵۲ درصد کاهش داشته است. دکتر «سید مهدی طباطبایی» با بیان این که بحرانی‌ترین زمان برای تهدید سلامت مادر و نوزاد هنگام زایمان است، افزود: تشویق مادران به زایمان در بیمارستان مهم‌ترین دلیل کاهش مرگ و میر مادران باردار در حوزه دانشگاه علوم پزشکی زاهدان است. همچنین ارتقای آگاهی و عملکرد ماماها و افزایش تسهیلات زایمانی در زمینه مدیریت بیماری‌های موثر بر مرگ مادر، جلوگیری از فعالیت ماماها دوره ندیده، ساماندهی و پیگیری فعال وضعیت سلامت مادران باردار پرخطر از جمله اقدامات دیگری است که انجام آن باعث کاهش مرگ مادران باردار شده‌است.وی ادامه داد: خدمت رسانی مراقبان سلامت و بهورزان به مادران باردار یکی از عوامل مهم در کاهش مرگ و میر مادران در استان است به طوری که بهورزان و مراقبان سلامت برای خدمات‌دهی به مادران باردار، در صورت مراجعه نکردن مادر به مرکز در موعد مقرر، به صورت تلفنی یا از طریق داوطلبان سلامت با مراجعه به منازل وضعیت سلامت مادر را پیگیری می‌کنند.وی با بیان این که مرگ هر مادر باردار به منزله خاموش شدن چراغ یک خانواده است تصریح کرد: بیشترین علل مرگ مادران استان، بیماری‌های زمینه‌ای همراه با بارداری است که گاهی مادران بدون اطلاع از بیماری خود باردار می‌شوند و با تشدید مراحل بیماری در دوران بارداری عواقب خطرناکی از جمله ناتوانی یا مرگ برای مادران اتفاق می‌افتد. بنابراین مراجعه به مراکز خدمات جامع سلامت و ارزیابی سلامت مادر قبل از بارداری بسیار ضروری است و تأثیر زیادی در کاهش آمار مرگ و میر مادران دارد. شایان ذکر است مدیر کل دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، با ارسال نامه‌ای از اقدامات مطلوب دانشگاه علوم پزشکی زاهدان که منجر به قرار گرفتن این دانشگاه در رتبه دانشگاه‌های برتر در زمینه کاهش موارد مرگ مادران باردار شده‌است، قدردانی کرد.

محکومیت ۲ میلیارد ریالی برای قاچاقچی روغن تصفیه‌خودرو

ارباب افشلی- قاچاقچی روغن تصفیه‌خودرو به پرداخت ۲ میلیارد ریال جزای نقدی محکوم شد.سرپرست اداره کل تعزیرات حکومتی گفت: گمرک میرجاوه با ارسال گزارشی، قاچاق ۴۱۲ بشکه روغن تصفیه‌خودرو را در بازه‌های زمانی مختلف به وسیله یک دستگاه تریلی اعلام کرد. «محمدحسین اشرقی» افزود: با استعلام صورت گرفته مشخص شد پروانه صادراتی، مهر، سربرگ و فاکتور فروش جعلی و فاقد اعتبار بوده و در همین راستا پرونده مباحثرت در قاچاق کالا برای متهم در شعبه ویژه رسیدگی به تخلفات قاچاق کالا و ارز میرجاوه تشکیل شد.وی افزود: شعبه رسیدگی کننده با توجه به مدارک، مستندات و استعلامات صورت گرفته تخلف را محرز دانست و متخلف را به میزان ۲ میلیارد ریال جزای نقدی در حق دولت محکوم کرد.

سنگ صبور

پسرم بدون من درس نمی‌خواند!

پسرم کلاس چهارم است و تا زمانی که به او نگویم، تکالیفش را انجام نمی‌دهد. حتی عادت کرده‌است درس‌های خواندن را برایش توضیح بدهم تا یاد بگیرد.
زهرا عطاریان، مشاور و روانشناس، چون از ابتدا فرزندتان را عادت داده‌اید که کنارش بنشینید و در انجام تکالیف کمکش کنید او هم همین گونه پرورش یافته‌است بنابراین الان نمی‌توانید این رفتار و عادت او را به یک باره تغییر دهید. توصیه می‌کنم از روش‌های تدریجی استفاده کنید یعنی فعلاً کنارش بنشینید ولی در صورت امکان راهنمایی نکنید و به راهنمایی‌ها حداقلی بسنده کنید. در دفعات بعد سعی کنید دائم به پنهانه غذا پختن یا انجام کارهای دیگر از کنارش بلند شوید و دورادور عملکرد او را نظارت کنید. همین طور که ادامه می‌دهید، سعی کنید مدت حضور در کنارش را کاهش دهید تا خودش بتواند کارها را مستقل انجام دهد و شما فقط نظارت کلی داشته باشید. با معلم او نیز صحبت کنید تا در این زمینه حمایت‌تان کند مثلاً اگر زمانی فرا رسید که در نبود شما تکالیفش را انجام نداد دیگر سرافش نرودید تا بدون تکلیف به مدرسه برود و البته معلمش هم در جریان باشد تا به مرور عادت کند که در نبود شما هم می‌تواند و باید به تکالیفش رسیدگی کند.

از تخفیف ویژه برخوردار شوید

درج آگهی نیازمندی با

طرح و رنگ متمایز

دفتر پذیرش: زاهدان، خیابان مولوی، نبش مولوی ۲۱ تلفن: ۰۶-۳۳۲۱۷۸۶۵