

امروز		فردا	
۰۴:۰۵	اذان صبح	۰۴:۰۶	
۰۵:۲۳	طلوع آفتاب	۰۵:۲۴	
۱۱:۴۴	اذان ظهر	۱۱:۴۴	
۱۷:۰۵	غروب آفتاب	۱۷:۰۴	
۱۷:۲۲	اذان مغرب	۱۷:۲۱	

امروز		فردا	
۰۴:۰۵	اذان صبح	۰۴:۰۶	
۰۵:۲۳	طلوع آفتاب	۰۵:۲۴	
۱۱:۴۴	اذان ظهر	۱۱:۴۴	
۱۷:۰۵	غروب آفتاب	۱۷:۰۴	
۱۷:۲۲	اذان مغرب	۱۷:۲۱	

مشاور تغذیه

پاکسازی کبد

آیا با تغییر الگوی تغذیه می‌توان بیماری‌های کبدی را درمان کرد؟
سارا ارحتی، کارشناس ارشد تغذیه: کبد به عنوان یک ارگان مهم و حیاتی برای نظم بخشیدن به کار کلیه ارگان‌های بدن نیاز به پاکسازی و حفاظت و مراقبت دارد در واقع بدون پاکسازی و درمان هیچ بیماری امکان پذیر نخواهد بود.

مهمترین روش درمانی درباره کبد چرب و دیگر بیماری‌ها جویدن کافی لقمه‌های غذاست. هر لقمه غذا را به مدت حداقل ۷ ثانیه بجوید.

[illegible]

مشاور حقوقی

دیه در ماه های حرام

دیه آسیب دیدگی بر اثر تصادف در ماه های حرام چگونه محاسبه می شود؟
 (السما دهمبره) کارشناس ارشد جزا و جرم شناسی: دیه بمقدار مالی است که در شرع مقدس به موجب جنایت یا غریبه در نفس، عضو یا منفعت یا جنایات عامی در مواردی که به هر چپتی قصاص ندارد، مقرر شده است. به موجب ماده ۵۵۵ قانون مجازات اسلامی سال ۹۲ هر گاه کسی موجب فوت شخصی در هر یک از چهار ماه حرام که شامل محرم، رجب، یغعد، ذی الحجه یا در محدوده حرم مکه شود، خواه جنایت عامی باشد یا غیر عمد علاوه بر دیه نفس، یک سوم دیه نیز به مجازات او افزوده می شود. دیگر مکان ها و زمان های مقدس و متبرک که مشمول حکم تغلیظ (افزایش) دیه نیست. در حکم تغلیظ دیه فرقی میان بالغ و غیر بالغ، زن و مرد، مسلمان و غیرمسلمان نیست سقط جنین نیز پس از پیدایش روح مشمول حکم تغلیظ است. تغلیظ دیه در مواردی که عاقله یا بیت المال پرداخت کننده باشد نیز جاری است و در قتل عمدی که به دلیل نبود امکان قصاص یا نبود جواز آن دیه پرداخت می شود این حکم جاری است. تغلیظ دیه ویژه نقل نفس است و در جنایات بر اعضا و منافع جاری نیست.

پزشک خانواده

برگشت ادرار در کودکان

فرزندم دچار برگشت ادرار است. باید چه کار کنم؟

دکتر ناصر سیم فروش، متخصص اورولوژی: یکی از شایع ترین ناهنجاری های کودکان، بیماری های کلیه و از جمله آن ها بر پشت ادرست. مهم ترین موضوع در بر پشت ادر این است که ادرار عفونی نشود و باید بررسی های لازم در این زمینه انجام شود. اگر کودکی عفونت ادرار داشت باید سریع درمان شود. این کودکان باید تحت معاینه پزشکی قرار گیرند و تحت نظر باشند. در مواردی نیز مصرف آنتی بیوتیک شبانه ضروری خواهد بود. معمولاً تا هفت سالگی این مشکل کودکان به خودی خود برطرف می شود و نیاز به جراحی ندارد.

بهترین سن ختنه

بهترین سن ختنه پسران چه زمانی است؟

درباره بهترین زمان ختنه باید گفت بهترین سن، نوزادی است. طی مطالعاتی مشخص شده است عفونت ادراری در نوزادانی که ختنه شده اند، بسیار کمتر است. بنابراین کودکان را در نوزادی و با رینگ ختنه کنید.

زیات و نارسایی کلیه

حدود ۳ سال است که به دیابت مبتلا هستم. آیا احتمال ابتلا به نارسایی کلیه وجود دارد؟

در قدیم شایع ترین دلیل نارسایی کلیه، بیماری ها به ویژه بیماری های ویروسی بود. اما هم اکنون شایع ترین دلیل نارسایی کلیه، بیماری قند است بنابراین شما باید تحت مراقبت متخصص بیماری های کلیوی قرار بگیرید.

گزارش «سیستان و بلوچستان» از یک بازار محله در زاهدان

تقاطع مشکلات در جمع‌های کریم آباد

[illegible]

سید معبر فروشندگان

ظهور جمعه است و بازار کم کم می شلوغ می شود. هر چه بیشتر به ساعات بعد از ظهر نزدیک می شویم مشتری ها هم بیشتر می شوند گاری های میوه، سبزی و خرما مشتریان بسیاری را اطراف خود جمع کرده است و فروشنده ها سرگرم جواب دادن به آن ها هستند. صد و سیصد گاری های میوه، کتان و دیگران را کلافه کرد و عصر آن روز دقیقی باید منتظر باشند نشان و حرکت خودروهای مقابل بمانند و همین موضوع در روزهای

هپی و مرغ زنده

اهالی کریم آباد به خبرنگار ما می گوید: در هر نوع جنسی که بخواهی پیدا می شود و ما نیز آن قدر مناسب است که مشتریان زیادی در جلب می کند اما بوی ماهی تازه و مرغ زنده اینجا به فروش می رسد مشام هر رهگذری را «دیگی» یا بپایان این که بوی فاضلاب به دلیل میوه های خراب شده کنار خیابان امان ساکنان

خودجوش برای رهایی از زباله ها آن را داخل جوی آب هدایت یا کنار خیابان رها می کنند. یکی دیگر از اهالی منطقه کریم آباد می گوید: زباله های که توسط برخی از فروشندگان و کاسب ها در خیابان رها می شود با وزش پاد برانده می شود و حتی در خانه میمان می افتد. پس از آن تا خیابان را تمیزی خیابان راحت می شود جمعی از دیگر فرامی رسد و روز از نو و روزی از نو. «تاریبی» اعلام می کند:

برای نصب آینه های تمام قد، باید مطابق با اندازه های دقیق محل مدنظر آن تهیه شود.

کدبانو

نکاتی درباره جاکفشی

به‌طور معمول در کنار ورودی خانه و منزل، جالباسی و جاکشی قرار می‌گیرد تا دسترسی ساکنان و مهمانان به آن، هنگام ورود به خانه سهل و آسان باشد. از این رو شاید بتوان گفت جاکشی و جالباسی نخستین عناصر چیدمان داخلی منزل است که به چشم می‌آید و دیده می‌شود پس جاکشی یک جاکشی شیک و زیبا می‌تواند نظر بیننده را درباره چیدمان داخلی منزل تغییر دهد. جاکشی و جالباسی علاوه بر زیبایی که به چیدمان داخلی می‌دهد، به دلیل کاربردهای مختلف از جمله محلی برای نگهداری کفش ها و لباس های مهمان و افراد خانواده، داشتن فضایی مناسب برای نشستن مهمانان پوشیدن کفش‌ها و همچنین محلی برای نگهداری کلاه و غیره و دو نهایت مهمان تر

و نشاسته ذرت را بریزید و هم بزنیید تا کاملاً صاف و یک دست شود. در این مرحله ذرت را اضافه و مخلوط و در پیان درگندم و ادویه دلخواه را اضافه کنید. تخم‌مرغ را یکی یکی اضافه کنید و هم بزنید تا یک دست شود. در هر طرف مناسب، روغن بربزید

قاشق چای خوری زردچوبه و کمی عسل را مخلوط کنید تا خمیر شود و نو تا سه بار در روز به محل آسیب داده بزنید. استفاده از جوش شیرین یکی دیگر از راه های طبیعی درمان خستگی است که باید به صورت محلول جوش شیرین و آب گرم و قرار دادن پا در آن مورد استفاده قرار گیرد یا با یک قاشق چای خوری جوش شیرین، آب و لیمو و کمی آب مخلوط درست کنید. آن را در منطقه آسیب دیده بمالید و پاشمان کنید تا یک شب بماند صبح روز بعد آب کشی و با سنگ پا لایه برداری کنید. با استفاده از سرکه سفید نیز می توان میخچه را درمان کرد. قبل از رفتن پا به قسمت آب وانیاک یک قسمت سرکه کشن را در آب سه قسمت آب

طب سنتی

درمان میخچه

دلیل اصلی ایجاد میخچه در پا چیست و برای درمان آن در طب سنتی چه ابزارهایی وجود دارد؟

یوسف پور گیخا، کارشناس طب سنتی میخچه‌ها

دلیل اصلی ایجاد میخچه در پا چیست و برای درمان آن در طب سنتی چه راهکارهایی وجود دارد؟

«یوسف پور کیخا» کارشناس طب سنتی: میخچه از

از تخفیف ویژه برخوردار شوید
درج آگهی نیازمندی با
طرح و رنگ متمایز

تلفن: ۳۳۲۱۷۸۶۵-۶

