روزنامه
سیستان و بلوچستان

اوقات شرعی به افق زاهدان
امروز: اذان صبح: ۴:۲۴ طلوع آفتاب: ۵:۵۰ اذان ظهر: ۱۲:۳۲ غروب آفتاب: ۱۹:۱۴ اذان مغرب: ۱۹:۳۲
فردا: اذان صبح: ۴:۲۵ طلوع آفتاب: ۵:۵۰ اذان ظهر: ۱۲:۳۲ غروب آفتاب: ۱۹:۱۳ اذان مغرب: ۱۹:۳۱

آب و هوای زاهدان
امروز ۳۷ ۲۲
فردا ۳۷ ۲۲

روزنامه سیستان و بلوچستان؛رتبه هشتم نشریات استانی
سرپرستی زاهدان: خیابان مولوی-نبش مولوی ۲۱
تلفن آگهی‌واشتراک: ۳۳۲۱۷۸۶۶ ۰۵۴
تلفن مسئول تحریریه: ۳۳۲۱۷۸۶۹ ۰۵۴
نمابر تحریریه: ۳۳۲۱۷۸۶۴ ۰۵۴
تلفن‌های تحریریه: ۳۳۲۱۷۸۶۲-۳ ۰۵۴
تلفن ونمابر سرپرست دفتر: ۳۳۲۱۷۸۶۵ ۰۵۴

صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان
مدیر مسئول: محمد سعید احدیان
سردبیر: علی ولی زاده
دفتر مرکزی: مشهد، بلوار سازمان آب
صندوق پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
چاپخانه: شهرچاپ‌خراسان

تلفن: ۳۷۶۳۴۰۰۰ - ۰۵۱
نمابر شهرستان‌ها: ۳۷۶۷۴۳۳۴ ۰۵۱
پیامک: ۲۰۰۰۰۹۹۹
www.khorasannews.com
e-mail:info@khorasannews.com

سه شنبه ۱۶ مرداد ۱۳۹۷ .۲۴ ذی القعده ۱۴۳۹ . شماره ۱۱۸۵

از سوی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان اعلام شد

مهم ترین علت مرگ و میر در استان

گروه جامعه | معاون دانشگاه علوم پزشکی از بیماری های غیر واگیر به عنوان مهم ترین علت مرگ و میر در استان خبر داد.

«پسرم ۲۳ ساله بود و بیماری خاصی نداشت. شب بعد از عروسی خواهرم خوابید، و دیگر بیدار نشد. پس از آن که او را به بیمارستان منتقل کردیم اعلام کردند دلیل فوت او در خواب حمله قلبی بود. هنوز برایم سوال است چرا پسرم در این سن کم باید دچار حمله قلبی می شد؟ نمی دانستم او بیماری قلبی دارد و همیشه خودم را سرزنش می کنم که چرا قبل آن به پزشک مراجعه نکرده بودیم تا متوجه بیماری او شویم». این اظهارات مادر داغ دیده ای است که فرزند خود را بر اثر سکته قلبی از دست داده است، در حالی که هیچ گاه گمان نمی کرد فرزندش بیمار باشد اما او را در ۲۳ سالگی از دست داد. تصویر بیماری در استان تغییر کرده است. خوشبختانه بیماری های واگیر کنترل شده است اما با نوعی دیگر از بیماری ها که غیر واگیر است مواجه ایم. بیماری هایی که سالیانه جان هزاران نفر را می گیرد بدون آن که با خبر باشند، به گفته معاون اجتماعی و فرهنگی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان متاسفانه در سیستان و بلوچستان، مرگ و میر بر اثر بیماری های غیر واگیر به ناآگاهی بسیاری از مردم بر می گردد چون از بیماری خود اطلاع ندارند و چکاپ های لازم را انجام نمی دهند.

مرگ های ناگهانی

«مریم. س» یکی از شهروندان زاهدانی به خبرنگار ما می گوید: پدرم سن چندانی نداشت، ولی فشار خون ارثی داشت و هر چه سنش بالاتر می رفت باید بیشتر مراقبت می بود اما متاسفانه رعایت نمی کرد و قرص هایش را مرتب نمی خورد تا این که یک شب در خواب فوت کرد. در منزل دستگاه فشار سنج داشتیم، اگر پدرم به توصیه پزشک گوش می داد و هر لحظه فشار خونش را چک می کرد شاید این اتفاق نمی افتاد و بیشتر عمر می کرد.

یکی از پزشکان می گوید: بارها در این بیمارستان و از مردم شنیدم که می گویند بیمارمان با پای خودش به بیمارستان آمد اما پزشکان ناوارد او را کشتند. این در حالی است که آن ها دلیل مرگ او را نمی دانند و تصور می کنند همه بیماری ها علائمی از خود بروز می دهند.وی که نمی خواهد نامش ذکر شود بیان می کند: دلیل بسیاری از مرگ های ناگهانی که فرد از آن بی اطلاع است شاید بیماری هایی چون فشار خون، چربی خون، سرطان، دیابت و ... باشد که فرد بیمار نسبت به آن بی توجهی می کند.

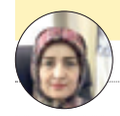
معاون دانشگاه علوم پزشکی زاهدان: حوادث ترافیکی استان آمار بسیار بالایی دارد، در حوزه دانشگاه علوم پزشکی زاهدان سال گذشته ۱۱ هزار بیمار در بیمارستان بستری شدند که مربوط به حوادث ترافیکی بود که هزینه های زیادی برای دانشگاه داشت

یک پزشک: دلیل بسیاری از مرگ های ناگهانی که فرد از آن بی اطلاع است شاید بیماری هایی چون فشار خون، چربی خون، سرطان، دیابت و است

دلیل ۷۶ درصد مرگ و میرها

معاون اجتماعی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان به خبرنگار ما می گوید: ۷۶ درصد مرگ و میرها بر اثر بیماری های غیر واگیر رخ می دهد. آمار استان هم اگر بیشتر از این نباشد به طور قطع کمتر نیست، به همین دلیل حساسیتی میان مسئولان ایجاد شده است تا درباره بیماری غیر واگیر بیشتر کار کنند. هدف ما این است که سلامت را اجتماع محور کنیم، برای خود مراقبتی از برنامه آموزشی گروهی، چهره به چهره، تجمیع خانم ها در کانون ها، رسانه ها و دیگر ظرفیت های جامعه کمک می گیریم.

مشاور حقوقی



اکرم فرخ
وکیل پایه یک دادگستری

تغییر نسخه قرارداد با مشتری پس از تکمیل

در یکی از قرار دادهایی که با مشتری بستم به اشتباه یک جای خالی سفید مانده و پر نشده است و در آن جا می توان یک کلمه بر ضرر من نوشت. یک نسخه از قرار داد نزد من و نسخه دیگر نزد مشتری است. مشتری راضی به باز نویسی نمی شود. آیا اگر مشتری جای خالی را پر کند ممکن است به من ضرر برساند؟ آیا اگر این کار را انجام دهد می توانم ادعا کنم نسخه قرارداد نزد او جعل شده است؟

، : در صورتی که ادعایی برای جعل مبایعه نامه داشته باشید باید بتوانید آن را اثبات کنید. ولی امضای مبایعه نامه به منزله این است که متن بالای امضا با توافق و رضایت شما بوده است که باید به دقت مطالعه و امضا شود.

امضای قرارداد بدون مطالعه

۲۳ سال پیش با یک نفر قرارداد بستم تا با پول خودش برای مغازه من وسیله بخرد و با هم کار کنیم قرارداد را نخوانده امضا کردم. در یکی از بندهای قرارداد آمده است که از تاریخ تحریر این قرارداد دو نفر بالسویه در سر قفلی شریک هستند. بعد از ۲۳ سال شریکم به من دادخواست داده است که سند رسمی اجاره با او منعقد کنم، در حالی که قصد نداشتم سرقفلی ام را به او بفروشم. آیا راهی برایم وجود دارد؟

پاسخ: تقصیر از جانب شما بود که قرارداد را نخوانده امضا کردید. به دلیل این که انتهای متن قرارداد امضا شده است به منزله این است که شما متن قرارداد را خوانده و امضا کرده اید و ادعای شما پذیرفته نخواهد شد.

کدبانو

تمیز کردن فر

تمیز کردن سینی فر: سینی فر را خارج کنید و آن را داخل سینک پر از محلول آب و صابون قرار و اجازه دهید ۲۰ دقیقه در این محلول باقی بماند. سپس با اسفنج شروع به پاک کردن مواد غذایی باقی مانده روی آن کنید. در صورتی که تکه های سوخته مواد غذایی به سینی چسبیده است استفاده از سرکه می تواند در از بین بردن سریع آن موثر باشد.

تمیز کردن توری فلزی فر: این توری ها به طور معمول چربی بسیاری را به خود جذب می کنند و تمیز کردن آن زمان بیشتری می گیرد. اما به سادگی می توانید از محلول آب و صابون برای از بین بردن چربی فر استفاده کنید. فقط باید آن را مدت زمان بیشتری در محلول نگهداری و سپس با یک فرچه زبر تمیز کنید.

تمیز کردن فضای داخلی فر: پیش از شست و شوی فضای داخلی فر بهتر است با استفاده از جارو برقی خرده نان ها و خرده مواد غذایی که در طول پخت و پزها به طور معمول داخل فر باقی مانده است جمع کنید. شست و شوی فضای داخلی فر: می توانید به جای استفاده از مواد شوینده شیمیایی از آب گرم، سرکه یا لیمو و جوش شیرین استفاده کنید و معجزه این پاک کننده های طبیعی را در پاک کردن فر خود ببینید. یک چهارم فنجان سرکه و دو فنجان آب گرم را با یک قطره مایع ظرف شویی ترکیب کنید و محلول حاصل را داخل بطری بریزید و به سطح مورد نظر اسپری کنید، سپس روی سطح اسپری شده جوش شیرین بپاشید و اجازه دهید محلول مدتی روی سطح باقی بماند و با اسفنج به نسبت نرم و دستمال خشک سطح را کامل تمیز کنید. استفاده از نوشابه های گازدار هم به خوبی سطح مورد نظر را برق می اندازد اما بعد از استفاده با آب، فضای داخلی را بشویید و خشک کنید.

تمیز کردن درب شیشه ای فر: از محلول آب و سرکه استفاده و با استفاده از اسفنج سطح آن را تمیز و با یک دستمال خشک کنید. سپس مانند شیشه معمولی با استفاده از روزنامه و شیشه شوی های صنعتی سطح آن را برق بیندازید.

آشپزی

خورشت لوبیا سبز و هویج مجلسی

مواد لازم برای پنج نفر:
لوبیا سبز نیم کیلوگرم، گوشت مغز ران گوسفند نیم کیلوگرم، پیاز متوسط سه عدد، سیر یک حبه، گوجه فرنگی سه عدد، رب گوجه فرنگی سه قاشق غذا خوری، روغن مایع سه قاشق غذا خوری، هویج پنج تا شش عدد، نمک، فلفل قرمز، زردچوبه، پودر یا چوب دارچین

طرز تهیه:
پیاز را ریز خرد و سرخ کنید، یک حبه سیر به آن اضافه کنید و تفت دهید تا طلایی شود. نیمی از پیاز داغ را برای انتهای خورشت کنار بگذارید.

گوشت خورشتی را بند انگشتی خرد و به پیاز داغ اضافه کنید و تفت دهید تا رنگ آن تغییر کند. سپس مقداری زردچوبه به گوشت اضافه کنید و کمی تفت دهید و در انتها آب جوش به آن بیفزایید، حرارت را کم کنید و اجازه دهید گوشت بپزد. یک قاشق غذا خوری روغن در یک ماهی تابه بریزید، رب را در روغن تفت دهید، گوجه ها را رنده و درون رب سرخ کنید. در انتها نمک، زردچوبه، فلفل و کمی پودر دارچین به آن اضافه کنید، کمی تفت دهید و از روی حرارت بردارید.

لوبیا سبز را پس از شستن به صورت بند انگشتی خرد کنید، سپس آن را با یک قاشق آب لیمو و یک قاشق نمک، به آب جوش بیفزایید و اجازه دهید ۱۵ دقیقه بجوشد. لوبیا سبز را در آب کش بریزید تا آب آن کامل گرفته شود، سپس با کمی کره سرخ و به خورشت اضافه کنید.

هویج را به صورت نگینی خرد و به خورشت اضافه کنید تا بپزد. بعد از حدود سه ساعت چاشنی خورشت (رب و گوجه فرنگی تفت داده شده) را به همراه نیمی از پیاز داغ که کنار گذاشته بودید به خورش بیفزایید.

سپس نمک و محلول زعفران را به خورشت اضافه کنید و پس از این که جا افتاد یک قاشق غذا خوری آب لیموی تازه به آن بیفزایید و پس از پنج دقیقه از روی حرارت بردارید. خورشت لوبیا سبز و هویج آماده است، می توانید روی آن را با هویج پخته قالب بزنید و با سیب زمینی سرخ شده تزیین و با پلو سرو کنید.

معاون دانشگاه علوم پزشکی زاهدان خبر داد:

نظارت برای کنترل هپاتیت

گروه جامعه | افراد آسیب پذیر، کودکان کار و زباله گردها برای کنترل هپاتیت، مورد توجه قرار گرفتند و بازرسان بهداشت محیط نظارت های ویژه و پیشگیرانه بر آرایشگاه های استان دارند.معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان به خبرنگار ما گفت: هپاتیت عفونی نوعی بیماری واگیر است، هشت نوع آن شناسایی شده است. مهم ترین عوامل عفونی هپاتیت که از راه آب و غذا منتقل می شود، ویروس های نوع A و E و مهم ترین ویروس هایی که از طریق خون، ترشحات خونی، بزاق، نزدیکی جنسی، اعتیاد تزریقی، مواجهه کارکنان بهداشتی درمانی با بیماران و انتقال مادر به نوزاد و امثال آن منتقل می شود شامل ویروس های نوع B و C است. دکتر سید «مهدی طباطبایی» اظهار کرد: ابتلا به هپاتیت های ویروسی از معضلات مطرح شده از سوی سازمان جهانی بهداشت است که آموزش و اطلاع رسانی از راهکارهای پیشگیری از این بیماری است.وی ادامه داد: برنامه مراقبت مادران باردار با مشارکت فعال داوطلبان سلامت با محوریت حذف انتقال بیماری هپاتیت از مادر به کودک یکی از اقدام های موفق پیشگیری از این چرخه انتقال بوده است. با اجرای کمپین اطلاع رسانی، بیماریابی و غربال گری هپاتیت در بیمارستان های استان و اجرای برنامه های آموزشی گام های موثری برای آگاه سازی و اطلاع رسانی مردم برداشته شده است.

وی تصریح کرد: برای مبارزه با هر نوع بیماری باید جامعه نگر بود و برای کنترل و ریشه کنی هپاتیت زباله گردها، کودکان کار و افراد آسیب پذیر جامعه باید مورد توجه قرار گیرند که لازمه این حرکت مشارکت نهادها و سازمان های مختلف با حوزه سلامت است.وی اظهار کرد: تزریق واکسن هپاتیت برای گروه هدفی که بیشتر از دیگر گروه ها با خطر انتقال این بیماری مواجه هستند، شامل آرایشگران، پرستاران و زندانیان با برنامه و به صورت دوره ای اجرا می شود و نظارت های ویژه بازرسان بهداشت محیط دانشگاه علوم پزشکی زاهدان بر رعایت اصول بهداشتی آرایشگاه های (مردانه و زنانه) در استان انجام می شود.

مدیر کل حفاظت محیط زیست اعلام کرد:

ارزیابی زیست محیطی برداشت آب از دریا

گروه جامعه | طرح برداشت آب از دریا در کارگروه ارزیابی زیست محیطی استان بررسی شد.مدیر کل حفاظت محیط زیست به خبرنگار ما گفت: کارگروه ارزیابی زیست محیطی استانی طرح تأسیسات برداشت آب از دریا برای تامین و انتقال آب شرب و صنعت استان های نوار شرقی کشور با حضور نمایندگان دستگاه های مربوطه و مجریان طرح برگزار شد. «نیره پورملایی» ادامه داد: طرح های آب شیرین کن بر اساس مصوبه ۲۴ اسفند ماه ۹۵ شورای عالی حفاظت محیط زیست مشمول ارائه گزارش های ارزیابی بر اساس شرح خدمات مصوب است. وی تصریح کرد: احداث تاسیسات آب شیرین کن بر اساس مطالعات مکان یابی انجام شده در ناحیه شرقی بندر چابهار برای تامین آب شرب و مورد نیاز صنعت در استان های شرقی کشور پیش بینی شده است. وی افزود: اعلام نظر قطعی با این طرح پس از بررسی آن در کارگروه های فنی و کمیته ارزیابی سازمان متبوع مقدور خواهد بود.

سیستان و بلوچستان
نیازمندیهای عمومی

هم استانی های گرامی
به منظور رفع نیازهای روزمره شما تعداد زیادی آگهی در نیازمندیهای استان چاپ میشود از آن جایی که وظیفه این رسانه اطلاع رسانی به منظور سهولت در داد و ستد می باشد، لذا مسئولیتی درباره محتوای آگهی ها ندارد. لطفا هنگام داد و ستد، با روشهای مقتضی، اطمینان لازم را از صحت ادعای آگهی دهندگان به دست آورید.

خدمات شهری سیستان و بلوچستان
آشپزخانه قدس
انواع غذاها با کیفیت عالی
۰۹۱۵۹۴۱۲۷۴۸
خدمات کامپیوتری پدیده
ارایه انواع خدمات تکثیر و چاپ
آدرس:زابل- رو به روی دانشکده پرستاری
تولیدی و نمایشگاه مبل حمید
عرضه مستقیم انواع مبل راحتی،استیل
۰۹۲۱۵۴۰۰۹۱۷
فالیشویی مکانیزه اعتماد
شستشوی انواع موکت فرش، قالی و قالیچه
۳۳۵۰۶۴۸۹-۰۹۳۹۵۴۱۲۲۴۰
پخت شیرینی خانگی
ارایه شیرینی خانگی با بهترین کیفیت
۰۹۳۹۱۶۰۱۹۵۲
صنایع دستی هامون
انواع کیف ، عروسک، رومیزی و...
۰۹۱۵۹۴۳۵۳۲۳
انواع جوشکاری، سبک سازی ساخت آلاچیق و ... پذیرفته می شود ۰۹۳۰۴۳۸۷۷۶۵
فروشگاه باطری پارسیان ارائه دهنده انواع باطری های اتمیک ایرانی و خارجی
آدرس: خیابان قدس - نبش قدس ۱۴
۰۹۱۵۲۸۱۴۴۷۱
تزئینات داخلی هوم دیزاین
کناف،پارکت،پرده،کاغذ دیواری، سقف کاذب و ...
آدرس: زاهدان -خیابان معلم نبش معلم ۱۰
۳۳۴۴۹۰۷۸
رنگ آمیزی انواع اتومبیل
رنگ آمیزی خودروهای ایرانی و خارجی سبک و سنگین
آدرس: زاهدان زیباشهر خیابان صدرا نبش صدرا ۱۶
۰۹۳۶۴۱۶۵۶۴۴
سرویس انواع دستگاه های تصفیه آب
۰۹۱۵۹۳۹۹۵۸۵
فروشگاه لوازم یدکی امیر
تعمیر و تنظیم موتور انواع خودروهای داخلی و خارجی
آدرس: زابل -ضلع غربی میدان امام (ره)
سامانه خدمات رسانی آنلاین کارابامبا
خدمات فنی، تعمیرات، نظافتی، آموزشی و ...
آدرس: زاهدان -تقاطع مصطفی و شریعتی جنب کالای خواب
شرکت سهیل گستر فردوس
برگزاری کنفرانس خبری، برگزاری انواع کمپین تبلیغاتی،ارائه خدمات عکاسی و فیلم برداری
۰۹۱۵۵۴۲۵۵۷۲
خدمات فنی گلزاری
سیم کشی ساختمان و رفع اتصالی برق، نصب پمپ آب و آبگرمکنگازی پذیرفته می شود.
۰۹۱۵۰۲۵۰۱۱۸
پیتزا و زغالی برگر هلیا
انواع پیتزا و ساندویچ
آدرس: زیباشهر نبش بهارستان۲
۰۵۴۳۳۲۹۱۵۷۹
مرغ و ماهی گلشاهی
مجهز به دستگاه برش مرغ
آدرس:خاش، خیابان انقلاب۱۲
ترکیب رنگ کامپیوتری اتومبیل ساعدی
آدرس: شهرک کارگاهی بلوار کار نبش کار ۵
گاوصندوق ایران کاوه
فروش انواع گاوصندوق نسوز
آدرس: بین فلکه شرکت نفت و فلکه سیلو جنب اداره دخانیات
شهاب الکتریک
اجاره انواع باند، ریسه ساده و بلوطی-پرژکتور -لامپ رفص نور و...
۰۹۱۱۴۰۵۱۰۷۴
خیاطی پارسین
دوخت شیک ترین شلوار با پارچه اعلا دراسرع وقت
آدرس: خیابان معلم، معلم۳۴
روبروی مدرسه قدس
۰۹۱۵۱۴۱۱۳۷۷
روکش چرم و ابزار دور سقف
آدرس: زابل- خیابان طالقانی ۲۸ روبروی کارخانه یخ
۰۹۳۸۶۳۷۹۳۷۱
تولیدی پلوک دهوار سراوان
آدرس: سراوان، شهر محمدی و روستای آسیبیج
خدمات فنی حاضر
نصب و تعمیر انواع اسپیلت، یخچال و لوله گذاری داخلی
آدرس:خیابان امام خمینی ۵۲
حجاب سرای گوهر عفاف
عرضه کننده مانتو عربی، چادر، مقنعه و ...
۰۹۱۵۸۴۲۸۴۲۲
خدمات کامپیوتری سیستان سیستم
آدرس: زاهدان،خیابان میرحسینی- تقاطع خیابان فرهاد
۰۹۳۹۸۰۵۹۰۳۲
آموزش ساخت عروسک های روسی
۰۹۳۸۹۸۷۷۴۰۱
سیم کشی ساختمان های اداری و شخصی، نورپردازی نما، سقف های کناف، رابیتس وکابینت آشپزخانه، اجرای آسمان مجازی و...
۰۹۱۵۴۹۸۰۲۰۷
بتن آماده اجرای سقف و اسکلت بتن
۰۹۱۵۶۴۲۵۳۰۳
خدمات وتاسیسات مبین
نصب و تعمیر انواع آبگرمکن، پمپ آب، تانکر آب،کولر،لوله کشی آب وفاضلاب و ...
۰۹۱۵۱۴۰۶۳۷۶
ارائه تابلوهای تبلیغاتی
۰۹۳۸۸۸۸۳۰۰۵
امدادخودرو یدک کش جرثقیل
۰۹۱۵۱۴۳۱۸۳۴
گازرسانی سپهرام گاز
زاهدان۰۹۱۵۷۴۴۸۵۸۰
ایزوگام و قیرگونی محمدی
۰۹۳۸۶۱۸۸۸۱۵

۰/۹۷۰۲۸۷۸۳