

تجدید ثبت سفارش کتابهای درسی دانش آموزان میان پایه تا ۴ تیرماه

معلمان توسعه منابع و پشتیبانی سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی خراسان به علت ثبت نام ثبت سفارش کتابهای درسی دانش آموزان میان پایه که قبلاً تا تاریخ ۲۶ خردادماه بود، تا ۴ تیرماه ۱۴۰۲ تمدید شد.

به گزارش پیام آفتاب به نقل از ایسنا محمد علی تبار افریبا با توجه به اینکه ۱۳ خرداد دانش آموزان میان پایه تا کنون اقدام به سفارش کتاب درسی سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ نکرده‌اند مهلت ثبت سفارش کتاب درسی در سامانه فروش و توزیع مواد آموزشی به نشانی infextbook.ir تا ۴ تیرماه ۱۴۰۱ تمدید می‌شود. تا دانش آموزان میان پایه دوره ابتدایی پایه‌های دوم تا ششم و دوره اول متوسطه پایه‌های هفتم و هشتم و دوره دوم متوسطه پایه‌های نهم و دهم (مدرسه) که به‌دلیل دلیل کتاب درسی خود ایزت نگرفته در این بازه سفارش کتاب درسی خود را ثبت کنند.

وی افزود دانش آموزان میان پایه‌ای که تا کنون موفق به ثبت سفارش کتاب درسی نشده‌اند یا دلایل خود ثبت سفارش نکرده‌اند و معلمان در این فرصت زمانی سفارش کتب آموزش را در سامانه ثبت کنند. مستثنی‌ها بررسی، اطلاع‌رسانی و پیگیری سفارش کتب آموزش بر عهده مدارس است.

معلمان توسعه منابع و پشتیبانی سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی تصریح کرده معلمان تقویم زمانی مندرج در پوشه‌ها و سفارشات و توزیع کتابهای درسی سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ و اطلاع‌رسانی قبلی، زمان ثبت سفارش کتاب درسی دانش آموزان میان پایه در تاریخ ۲۶ خردادماه به‌تمامی رسد که اکنون به مدت ۹ روز (۲۷ خرداد تا ۴ تیرماه) تمدید شده است. علوی تبار در خصوص سایر پایه‌های تحصیلی هم گفت: ثبت سفارش کتب آموزش پروری پایه‌های اول هفتم و نهم از پنجم تیرماه پس از ثبت نام در مدرسه و ثبت خلافت آنها در سامانه سفارش شروع خواهد شد.

شایع ترین علت بای پرانتری در کودکان

فوق تخصص اطفال کودکان دانشگاه طب پزشکی شهیدبهشتی به ولین هینشل داد که آموزش و یا اجتناب به بار رفتن زودتر از موعد در شیرخواران می‌تواند باعث عدم تغذیر، پاهای پرانتری شدن این شود.

به گزارش پیام آفتاب به نقل از ایسنا عموست شادکامه موبد پزشکی شهیدبهشتی امیرحسین حسینی به شایع‌ترین علت ایجاد بای پرانتری در کودکان اشاره کرد و افزود معمولاً در شیرخواران ۱۲ تا ۱۸ ماهه به‌صورت طبیعی مغزای پای پرانتری دیده می‌شود. عموست در نوزادان کوچک‌تر این موضوع شایع و طبیعی است. وی ادامه داد: انتظار می‌رود با بیشتر شدن سن کودک روند رشد پاهای اصلاح شود.

این متخصص اطفال کودکان خراسان گفت: در شیرخواران بالای ۱۸ تا ۲۰ ماهه ممکن است بای پرانتری به‌دلیل عدم تحمل وزن خود را نداشته و پرانتری را می‌بیند. بای پرانتری بررسی بیشتر توسط پزشک متخصص پیرت‌پند است.

وی بیان اینکه بیماری‌های مختلفی سبب بروز بای پرانتری در کودکان می‌شود. می‌تواند گشت اختلال یا به نرس اختلال کمبود ویتامین D یا کم‌شناسی کلسیم که در استخوان‌ها را نوازیاده شده می‌تواند موجب شود تا با کودک کم‌پرانتری را دیده شود. بنابراین این درمان باید به‌صورت منظم مشاهده شده تا کودک تحت‌درمان قرار گیرد. عدم همت همت ممکن دلخاکه معلوم شود که شهیدبهشتی تاکید کرد: نکته مهم این است که در رفتن غیرطبیعی از موضع تکامل و فریاد زودتر از موعد در شیرخواران در سنین پایین تشخیص داده شود. وی به ولین هینشل داد که توجه داشته باشید اگر تنها در یک طرف طبیعی و فرسوده‌درمان توسط جراح نوزاد یا متخصص اطفال است. حسینی تبار در روش‌های پیشگیری از بروز بای پرانتری توضیح داد: در سنین پایین پرانتری می‌تواند با ماساژهای ملایم و ثابت‌مانند یا پیوسته‌درمان‌های فیزیکی از طریق ماساژهای ملایم و ثابت‌مانند در موقع به‌منظم و زیاده‌توجه‌های پزشک بهترین درمان برای دوران بای پرانتری است.

وی ادامه داد: استفاده از جراحی‌های ترمیمی و در مواردی که مشکوک به نرس اختلال و شلی مغز یا مشکل خستیم بررسی‌های آزمایشگاهی و تجویز دارو و جله درمان‌های بای پرانتری است. وی در ادامه بیان کرد: شلی شروع با تحصیل در رفتن‌های خیلی زوده به شیرخواران خصوصاً در سنین کمتر از ۱۱ ماه می‌تواند مشکلاتی مثل بای پرانتری را برای کودک شما ایجاد کند. بنابراین آموزش در رفتن پیش از موعد را به شیرخواران تحمیل نکنید.

صیحهانه کم چرب اثر دارویی کلیدی سرطان ریه را تضعیف می کند

محققان گزارش می دهند که داروی سولطان به آنتیبتیوی (Alecensa) زمانی که همراه با صیحهانه با ناهار کامل مصرف شود، فواید بیشتری از زمانی است که با صیحهانه کم چرب مصرف شود.

به گزارش پیام آفتاب به نقل از مجین نت، تیم هدیه ملی ۲۰ بیمار را یکی دو روز روزگه آنتیبتیوی با نامت کم چرب کم به نتایج یک صیحهانه کامل که با یک ناهار به انتخاب خود مصرف کردند. مورد آزمایشی دراز در اندم محققان نشان دادند صیحهانه کم چرب ۱۴ درصد کمتر از صیحهانه کامل ۳۰ درصد کمتر از نتایج از ناهار تأثیر دارو مؤثر بود. همان آنسر، سوبریت تم تاثیر از مؤسسه سرطان دارو مؤثر هندی است. نتایج این اطلاعات مهمی برای بیماران است. زیرا هر شایم که اطلاعاتی بالاتر از صیحهانه کم چرب می‌تواند منجر به برتری بیشتر در طول مدت طولانی‌تر تأثیر درمان و در نتیجه امید به بقا بیشتر شود. نویسندگان در مقاله «اثرات ایمنی و کلینیکی» می‌نویسند که به میزان توصیه می‌شود آنتیبتیوی خود را دو ساعت در روز یا روزها ۱۲ ساعت متناوب کنید. در نتیجه جراحی از بیماران آن را فقط با این صیحهانه کم چرب و کم‌چرب که در سطح با مصرف می‌کنند. اما مقادیر کم مصرف آن با یک وعده غذایی حاوی چربی کافی برای جذب و بهره‌مندی بیشتر از صیحهانه کم چرب است. با رعایت این دوره‌ها است. آنتیبتیوی چیزی است که به عنوان یک مهار کننده مولکول گیرنده کوچک شناخته می‌شود. برای درمان برخی از انواع سرطان پیشرفته به استفاده می‌شود. حفظ دوره‌های درمانی طولانی مدت کلید فعالیت این دارو است. یافته‌های این مطالعه نیاز به آموزش و اصلاح رژیم غذایی برای بیماران است که درمورد از این دارو استفاده می‌کنند. با راجسته می‌کند.

زنان و خانواده



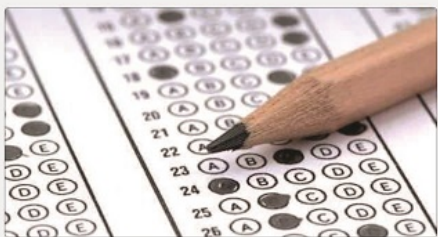
به گزارش پیام آفتاب به نقل از مهر، انبیه خرفلی

معلمان رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده در راستای دور دوم سفر استانی آذربایجان شرقی گفت: اعتباراتی که در این سفر برای حوزه زنان و خانواده استان در نظر گرفته شده نسبت به بودجه سفر قبلی افزایش یافت.

به گزارش پیام آفتاب به نقل از مهر، انبیه خرفلی

معلمان رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده - در راستای دور دوم سفر استانی به آذربایجان شرقی اظهار کرد: اعتباراتی که در این سفر برای حوزه زنان و خانواده استان در نظر گرفته شده افزایش چشمگیری نسبت به دور اول سفر به این استان داشته است. وی افزود: اختصاص بودجه جهت اشتغال باوکلان، تعمیر و تجهیز مدرسه شهروندی زینبیه دخترگه هشتگرد

هدیار پلیس فتا به کنکورهای تبلیغات فروش سوالات کنکور دام کلاهبرداران سایبری است



رئیس اداره پیشگیری از جرایم سایبری مرکز تشخیص و پیشگیری از جرایم سایبری پلیس فتا فراجا همدان داد: فروش سوالات کنکور در کانال‌ها و گروه‌های شبکه‌های اجتماعی دام کلاهبرداران سایبری است و مجرمان سایبری می‌تواند با این فرآیند به دنبال سوالات‌فروشان مافی است. دولطیان کنکور هستند.

به گزارش پیام آفتاب به نقل از ایسنا، حیدر حیدری اینگونه اعلام کرد که دام کلاهبرداران سایبری سوالات کنکور در کانال‌ها و گروه‌های شبکه‌های اجتماعی فروخته و با حساب بانکی شان را خالی می‌کنند و یا بعد از دریافت وجه خرید دیگر پاسخ‌گوی خریدار نخواهند. سوالات انوار گذشته از ارسال می‌نمایند. وی افزود: مجرمان سازمان با جعل هویت و ادعای واهی دستکاری به سوالات آزمون سراسری یا ارتباط و همکاری با مظاهران سؤال اقدام به

انطباق شود اما مصرف معلوم آنها عوارض بدی مثل افسردگی ایجاد می‌کند. دراد. سرهنگ سبیلی با بیان اینکه اضطراب و استرس امری جدانشدنی از دلبطیان کنکور است، افزود: همراهی خانواده با فرزندان و کاهش فشار روانی و استرس و افزایش اعتماد به نفس در دولطیان کنکور می‌تواند زمینه موفقیت فرزندان آنها را فراهم کند.

این مقام تکلمی با بیان اینکه کار کرد به‌بشتر شبکه‌های اجتماعی و پیام‌رسان‌هایی مثل اینستاگرام و تلگرام تفریحی است. به خانواده توصیه کرد در سال کنکور دانش آموزان از برنامه‌های مجازی که صرفاً جنبه سرگرمی مثل تلگرام و اینستاگرام دارند بیزیرزندگی خود موجود در شبکه‌های اجتماعی فرای دولطیان کنکور بیزیر زمان بر بوده و ممکن است دانش آموزان نیز در این حوضی شده و نیزه‌های ذهنی خود را فراموش می‌کنند.

این مقام تکلمی گفت: شهروندان در صورت مواجهه با موارد مشکوک، می‌توانند موضوع را از طریق مرکز فوریت‌های سایبری به شماره ۰۹۶۲۸۰، یا سایت ملی فتا به آدرس cyberpolice.ir بخش گزارش‌ها درمعی می‌توانند گزارش کنند.

مدیرکل آزمایشگاه‌های مرجع سازمان غذا و دارو با تاکید بر اینکه تشخیص انواع داروها تنها از درواخته مورد تایید است، گفت: داروهای لاغری در بازار بسیار متنوع و زمینه تقلید در آنها گسترده است.

به گزارش پیام آفتاب به نقل از مهیلا مهدی نصاری دواغه افزود: زندگی بشر نسبت به سایر جانداران گذشته تغییرات بسیاری داشته است. پیشرفت تکنولوژی، توسعه مهندسی پزشکی و کشف ترکیبات آنتی‌بیوتیک و واکسن در سال‌های اخیر به‌عنوان دلخاکه جمعیت زیادی سایل شده و با توجه به افزایش بسیار، هر روز دارو و روش‌های متعددی برای لاغری و تناسب‌اندام معرفی می‌شوند.

وی اظهار کرد: در این میان داروهای لاغری بسیار متنوع هستند. به‌طوری‌که برخی از این طریق کاهشی است. این داروهای مرجع سازمان غذا و دارو با

تقلب گسترده در داروهای لاغری تبلیغاتی



شماره به اینکه بسیاری از داروهای لاغری با مجوز سازمان غذا و دارو و تنها در داروخانه عرضه می‌شوند. گفت برخی از داروهای لاغری به‌صورت مکرر با بدون نسخه و به‌صورت پیشفروشی عرضه می‌شوند که زمینه تقلب در این داروها فراهم

می‌کند. مدیرکل آزمایشگاه‌های مرجع سازمان غذا و دارو نسبت به فروش انواع داروهای لاغری غیرمجاز با تبلیغات افراطی و گسترده در شبکه‌های ماهواره‌ای و فضای مجازی هشدار داد و عنوان کرد: افراد سودجو به‌صورت غیرمجاز داروهای لاغری تقلبی را که عمدتاً از آنتی‌بیوتیک‌ها جهت افزایش سوخت‌وساز بدن استفاده می‌شوند، به‌صورت تبلیغاتی عرضه می‌کنند.

وی به مردم توصیه کرد هرگز به تبلیغات زرد در مورد کاهش وزن در زمان کرونا و داروهای عرضه شده در رها نشانه‌ها مراجعه و فضای مجازی اعتنا نکنند. زیرا تنها مسیر مطمئن خرید هر نوع دارو سلامت‌محور داروفاست. همچنین اپلیکیشن و درگاه‌های رسمی وزارت بهداشت را برای خرید داروهای مختلف در دسترس قرار داد.

راهکاری در پیشگیری از ناراحتی معده بعد از مصرف ویتامین‌ها



بر اساس گزارش مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها (سی‌دبلیو‌سی‌سی) از نیمی از مردم این کشور در طول هر ماه مکمل‌های غذایی استفاده می‌کنند. کمترین شامل ویتامین‌ها، کلسیم، آهن، و کلسیم با مکمل ویتامین B۱۲ که برای زینبیه‌های غذایی و کلسیم است. با مکمل‌ها اما با مصرف مکمل‌ها معده فرار چند وقت یکبار ممکن است احساس بی‌اشتهایی پیدا کند. همچنین مصرف برخی از مکمل‌ها و شرایط خاص می‌تواند باعث ایجاد حالت تهوع در فرد مصرف‌کننده شود.

به گزارش پیام آفتاب به نقل از هلدن برخی ویتامین‌ها (مانند ویتامین C) اسید بیشتر در حد درازند بنابراین مصرف ویتامین‌های اسیدی با معده خالی ممکن است باعث بی‌اشتهایی و احساس تهوع در فرد شود. مکمل‌های آهن یا مولتی‌ویتامین‌های غنی آهن نیز در صورت مصرف بدون غذا ممکن است باعث ایجاد حالت تهوع شوند.

در حالی که مصرف داروهای صمغی شاموخی سایر ویتامین‌ها نیز می‌تواند باعث بی‌اشتهایی و تهوع شود. ویتامین‌های آهن یا مولتی‌ویتامین‌های غنی آهن نیز در صورت مصرف بدون غذا ممکن است باعث ایجاد حالت تهوع شوند.

یک نوبت عصر مصرف شود. پزشک سالم‌ترین منبع برای اطلاع از کمبود ویتامین‌های سلامت.

به این مورد باید گفت که ممکن است نیاز به مکمل ویتامین نداشته‌اند. مگر از آنکه سن شما بالای ۵۰ سال باشد. بنابراین اگر مکمل‌های خاصی شما را بیمار می‌کنند، مطمئن‌ترین خود را از آزمایش‌های غذایی سالم‌تر دریافت کنید.

به گفته دکتر اسکندرز پزشک هارلر در برخی از اختلالات سلامتی مرتبط با دواهای باالی برخی ویتامین‌ها و مواد معدنی وجود دارد. به عنوان مثال ویتامین A بیش از حد (به عنوان بتاکاروتن) با افزایش خطر ابتلا به سرطان ریه به فراد است.

باید که مصرف بیش از حد مکمل‌های کلسیم و ویتامین D است. گفت که مرتبط است و مگاکویر ویتامین B۱۲ می‌تواند منجر به خونریزی در شما شود. ویتامین E ممکن است علق و خون‌ریزی را افزایش دهد. ویتامین B۱۲ با مشکلات گوارشی که با مصرف بیش از حد ویتامین B۱۲ در ارتباط است. گفت که خطر آسیب عصبی را افزایش دهد.

به یاد داشته باشید که سازمان غذا و دارو مکمل‌های ویتامین را تأیید نمی‌کند. بنابراین هیچ تضمینی وجود ندارد که ویتامین‌های وی‌سی‌بی ویتامین فولید سلامت‌مند صبیح‌زود یا عصر برنامه‌ریزی کنید.

جامعه

افزایش اعتبار تخصیص یافته به حوزه زنان و خانواده در دور دوم سفرها

معلمان رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده خراسان کرد: تسلیات اجرای این طرح‌ها محل تأمین بودجه آن نیز مشخص است که با همکاری معاونت زنان و وزارت جهاد کشاورزی، معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری، سازمان برنامه و بودجه و شرکت ملی صنایع مس ایران انجام خواهد شد.



مینیمال

مینیمال شایمی برای زندگی باور کن که چیزی به نام رفح عظیم، تاسف عظیم و یا خاطره بی عظیم وجود ندارد. همه چیز فراموش می‌شود. خاشی بی عشق بزرگ. این همان چیزی است که زندگی را تاسف بار و در حال شکست انگیز کرده است.

تازه‌های سلامت

توصیه‌های مهم برای جلوگیری از گرمزدگی

گرمزدگی ممکن است در شرایطی که دمای بدن فرد به ۴۰ درجه سانتیگراد یا بالاتر برسد، رخ دهد و این عارضه بیشتر در ماه‌های تابستان شایع است.

به گزارش پیام آفتاب به نقل از سایت تخصصی مایو کلینیک، گرمزدگی نیاز به درمان اورژانسی دارد زیرا در صورت عدم درمان می‌تواند به سرعت به مغز، قلب، کلیه‌ها و سایر اعضا آسیب برساند. هرچه درمان بیشتر به تعویق بيفتد، آسیب بدتر می‌شود و خطر عوارض جدی با برگ افزایش می‌دهد.

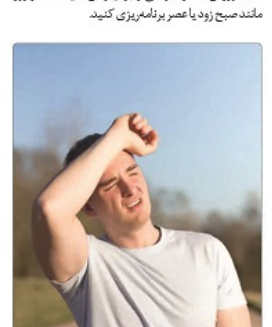
به غیر از افزایش دمای بدن سایر علائم گرمزدگی شامل گیجی، افراری، گفتر، نامفهوم، تحریک‌پذیری، هذیان، تشنج و کما تهوع و استفراغ، تنفس سریع و بی‌نظمی، ضربان قلب سریع، سردرد و قرمزی پوست هستند. گرمزدگی می‌تواند به دلیل پیش‌بینی و پیشگیری نیست. برای جلوگیری از این عارضه در روزهای داغ تابستان اقدامات زیر را حتما انجام دهید.

اسباب‌های گشاد و سبک بپوشید. همچنین پوشیدن لباس‌های اضافی به بدن شما اجازه خنک شدن کافی را نمی‌دهد.

در براسر آفتاب‌سوختگی از خود محافظت کنید. آب آشامیدنی خود را به‌موقع و به‌مقدار زیاد مایعات بنوشید. هیدراته ماندن به بدن کمک می‌کند تا عرق کرده و دمای خود را در حالت طبیعی حفظ کند.

هرگز کسی را در ماشین پارک‌شده رها نکنید. این کار باعث خنک شدن سریع‌تر در گرمای دراز می‌شود. همچنین می‌تواند در عرض ۱۱ دقیقه بیش از ۱۱ درجه سانتیگراد افزایش یابد.

بلنر گزارش دوچونوله، اگر نمی‌توانید در هوای گرم از فعالیت‌های شدید اجتناب کنید. مایعات بنوشید و به طو مکرر در یک مکان خنک استراحت کنید. همچنین سعی کنید ورزش یا کار فیزیکی را برای زمان‌های خنک‌تر روز مانند صبیح‌زود یا عصر برنامه‌ریزی کنید.



اهداء خون اهداء زندگی