

## راه‌های پیشگیری از جولان سرخک

خبرهایی از شناسایی مواردی از بیماری واگیر دار و تنفسی

سرخک منتشر شده است. بیماری‌ای که بیشتر مبتلایانش

کودک بوده و اطلاع از راه‌های پیشگیری اش مهم است

پزشکی

در چند روز گذشته اخباری مبنی بر شناسایی مواردی از ابتلا به سرخک در برخی از استان های کشور منتشر و انتشار این خبر باعث شد افراد زیادی نگران ابتلا به این بیماری شوند. به همین دلیل

به بررسی این بیماری و راه‌های پیشگیری و درمانش می‌پردازیم.

#### ● سرخک چیست؟

سرخک یکی از شایع‌ترین بیماری‌های واگیر وحاد تنفسی است که از طریق تماس مستقیم و غیر مستقیم با ترشحات دستگاه تنفس انتشار می‌یابد. به‌طور کلی سرخک یک بیماری دوره کودکی است که می‌تواند به صورت یک بیماری خطرناک در افراد بالغ و جوان درآید.

#### ● علایم سرخک را بشناسید

● ۱۰ تا ۱۴ روز بعد از آلوده شدن، ویروس سرخک می‌تواند به صورت نهفته بماند. در این مدت هیچ نشانه و علایمی از سرخک وجود ندارد دو بعد از آن دچار علایمی نظیر تب،سرفه خشک،آبریزش بینی، گلودرد، چشم‌های ملتهب و نوعی بثورات پوستی خواهید شد. این لکه‌ها در کودک کان ابتدا روی صورت و گردن ایجاد می‌شود و به مرور کل بدن را می‌پوشاند.

● سرخک در افراد بزرگ سالی که در کودکی واکسن سرخک

یا دیگر نمونه‌های ترکیبی را دریافت نکرده‌اند و سیستم ایمنی ضعیفی دارند هم اتفاق می‌افتد و البته علایم آن در بزرگ سالان کمی متفاوت است و شامل تب، جوش‌های پوستی در تمام بدن، آبریزش بینی، سرخی چشم، سرفه خشک، اسهال و درد گوش است. در برخی موارد این بیماری موجب عفونت گوش و گلودردهای شدید هم خواهد شد.

#### ● با واکسن پیشگیری کنید

● تنها راه پیشگیری از ابتلا به سرخک زدن واکسن است. معمولاً اولین دوز واکسن، بین ۱۲ تا ۱۵ ماهگی به نوزادان زده می‌شود و دوز دوم آن به‌طور معمول بین چهار تا شش سالگی تزریق خواهد شد.

● اگر شما بزرگ سالی هستید که در کودکی واکسن سرخک نزده‌اید یا سیستم ایمنی شما ضعیف است، ممکن است نیاز به واکسن سرخک داشته باشید.

اشپزی من

## فرنی رژیمی، کم شکر اما خوشمزه

فرنی یکی از دسرهای خوشمزه‌ای است که در ماه رمضان و هنگام افطار طرفدار زیادی دارد اما بعضی از افراد از خوردن این دسر خوشمزه به خاطر شکر زیاد آن خودداری می‌کنند. در ادامه به شما یک فرنی رژیمی خوشمزه و کم شکر را آموزش می‌دهیم.

#### طرز تهیه

● هفت فنجان شیر را اندازه کنید.

● دو فنجان از این هفت فنجان را در یک قابلمه نجسب با حرارت متوسط گرم کنید و حدود ۵ دقیقه روی شعله بگذارید. سپس بایک لیسک شیر را هم‌زنید.

● حالا ارد برنج را با دوسوم آب سرد مخلوط کنید تا یک ترکیب نرم به دست بیاید.

● شعله را کم و مخلوط آرد برنج را به شیر اضافه کنید.

● با حرکت مداوم مخلوط را هم‌زن کنید تا زمانی که ترکیب غلیظ شود و قل بزند. حدود ۲ تا ۳ دقیقه این کار را ادامه دهید.

● یک فنجان شیر سرد را اضافه کنید و به حرکت خود ادامه دهید تا دوباره فرنی سفت شود.

#### ● در هنگام شیوع بیماری چه کنیم؟

سرخک از حدود چهار روز قبل و چهار روز بعد از پدیدار شدن بثورات بسیار واگیر دار است، افراد مبتلا نباید در این مدت با افراد دیگر ارتباط برقرار کنند. بنابراین اگر در دوران کودکی واکسن دریافت نکرده‌اید، از افراد مبتلا کناره‌گیری کنید.

#### ● پیشگیری تنها راه درمان

هیچ درمان خاصی برای عفونت سرخکی که ایجاد شده وجود ندارد. فرد مبتلا تنها باید دوره بیماری را که معمولاً دو تا سه هفته طول می‌کشد، پشت سر بگذارد. بهترین درمان برای این بیماری جلوگیری از مبتلا شدن به آن است. با این حال زنان باردار، نوزادان و افراد دارای سیستم‌ایمنی ضعیف که در معرض ویروس قرار دارند می‌توانند تزریقی از آنتی‌بادی‌ها یا نام‌ایمونوگلوبولین سرم دریافت کنند.

#### ● وزارت بهداشت چه می‌گوید؟

رئیس اداره بیماری‌های قابل پیشگیری با واکسن وزارت بهداشت، درباره مقابله با شیوع سرخک در ایران، اعلام کرد: «واکسناسیون برای همه افراد رایگان است و صرف نظر از ملیت برای همه یکسان انجام می‌شود. همه کودکان باید در دو نوبت واکسن سرخک را تزریق کرده باشند پس اگر در هر سنی متوجه شدید واکسناسیون کودکان کامل نیست به مراکز بهداشتی مراجعه کنید.»

### دسر

### آنتی پلاستیک

«دونتلاور ساچه» یک عروسک مومی!

درباره بزرگ‌ترین زن طراح مد در جهان

که با جراحی‌های پلاستیک بی‌محابا، دیگر شبیه خودش نیست

«دونتلاور ساچه» را هر کسی که به اندازه کمی به صنعت مد علاقه داشته باشد، می‌شناسد. این خانم سرشناس، طراح مد ایتالیایی و صاحب فعلی شرکت ور ساچه است. اما شهرت این طراح مد نه تنها برای شرکت مدو طراحی‌های بی‌نظیرش است بلکه به خاطر عمل‌های زیبایی نابه‌جایی هست که انجام داده‌است.

صورت لاغر و پیشانی براق این غول صنعت مد، نشان می‌دهد در ناحیه پیشانی و گوشه چشم‌ها ز بوتاکس‌های پی‌درپی استفاده کرده‌است.

اگر به‌عکس‌های خانم ور ساچه با دقت نگاه کنید متوجه‌پوست غیر طبیعی اش خواهید شد. پوست صورت دونتلا در طول سال‌های طولانی، به‌دلیل جراحی‌های پلاستیک زیاد، بافت کاغذی پیدا کرده، اما باید بدانید این عمل‌ها فقط بخشی از ماجراست زیرا با دقتی بیشتر می‌فهمید در قسمت گردن و پایین صورت لیفتینگ صورت گرفته‌است.

به گفته عمران خان پزشک معروف جراحی پلاستیک، خانم ور ساچه در اغلب

بخش‌های صورت خود از پرکننده‌یازل استفاده

کرده‌است که این‌ژل‌ها در قسمت لب‌ها نمود

بیشتری دارند.

همه این عمل‌ها و کارهای زیبایی سبب شده

که صورت یکی از بزرگ‌ترین طراحان مد دنیا

به شکل عجیب و نافرمانی در بیاید.

«دونتلاور ساچه» هر چقدر آدم موفق و پولداری

باشد اما چهره بی‌روح و مومی‌اش یک جمله را

فریاد می‌زند «تامی‌توانید از جراحی‌های

زیبایی و تزریق‌های‌ژل غیر ضروری

خودداری کنید.»

### سلامت

## نشانه‌های آلرژی بهاری را بشناسید

بهار فصل رویایی خیلی از ماست اما این فصل زیبا با بوی گل و هوای عالی برای بعضی از افراد آن قدر هم جذاب نیست زیرا با آمدن این فصل دچار علایمی می‌شوند که انجام کارهای روزانه را برایشان سخت می‌کند.

علایمی که به آن‌ها حساسیت یا آلرژی بهاری می‌گویند. در ادامه به معرفی این نشانه‌ها می‌پردازیم.

● **عطسه** اول از همه باید بدانید آلرژی باعث تب، بدن در دیاخستگی شدید ناشی از ویروس نمی‌شود. پس اگر در این فصل به‌محض بیرون رفتن شروع به عطسه می‌کنید و هیچ کدام از علایم بالا را ندارید به احتمال زیاد دچار حساسیت فصلی هستید.

● **سرفه یا گلودرد** آلرژی‌های بهاری اغلب باعث ترشحات پشت حلق می‌شود. این ترشحات مداوم می‌تواند باعث سرفه یا حتی گلودرد هم شود.

● **خارش چشم** بیشتر علایم آلرژی توسط هیستامین‌ها ایجاد می‌شود. هیستامین‌ها مواد شیمیایی هستند که در بدن و هنگام مشاهده مهاجمی مانند گرده در ختان آزاد می‌شوند. هیستامین‌ها می‌توانند باعث تورم و التهاب در چشم‌ها شوند. بهار فصل آزاد شدن گرده در ختان است بر ای همین است که در این ماه ممکن است دچار خارش چشم شوید.

● **سردرد** مبتلایان به آلرژی اغلب دچار سردرد می‌شوند. به نظر می‌رسد افزایش التهاب و گرفتگی بینی به دنبال واکنش بدن نسبت به عامل آلرژی‌زا، برخی اعصاب صورت را تحریک می‌کند و مجموع این عوامل حتی به سردرد میگرنی ختم می‌شود.

● **پوست خشک و خارش‌دار** اگر در فصل بهار دچار خشکی پوست و خارش می‌شوید، احتمالاً دارید بخشی از حساسیت بهاری را تجربه می‌کنید. این علایم می‌تواند به‌دلیل بثورات پوستی به نام درماتیت آتوپیک که به نام آگزما نیز شناخته می‌شود، باشد.

● **گرفتگی و خارش گوش** علاوه بر سوزش چشم و گرفتگی بینی، گوش‌ها هم ممکن است در گیر حساسیت بهاری شوند. این حساسیت خودش را به صورت خارش و گرفتگی نشان می‌دهد و گوش‌ها را درگیر می‌کند. این عارضه می‌تواند ناشی از احتقان باشد.

مدرک کارشناسی اینجانب علی عرفانی نیکو فرزند حسن در رشته تکنولوژی مخابرات از دانشگاه صنعتی سجاد مفقود گردیده است از یابنده تقاضا می شود مدرک فوق را به آدرس جلال آل احمد۶۴ دانشگاه سجاد تحویل نماید. ۱۳۹۰/۰۵/۱۳/

برگ سبز موتور زینو مشکی ۲۰۰ سی سی مدل ۹۸ شماره انتظامی ۱۲۸-۲۴۸۴۴-۲ شماره تنه NBYADAKHEK1D01168 شماره ثبت ۵۱96NBVQ00440 شماره موتور ۱۴۰۰۱۶۱۶۱۵ بنام احمد رضا آخوندی مفقود و اعتبار ندارد ۱۳۰۰۱۶۱۶۱۵/

## مجموعه فرهنگی، ورزشی و تفریحی کارگران خراسان رضوی

در نظر دارد حق بهره‌برداری از سالن‌های ورزشی در شهرستان‌های استان خراسان رضوی را به صورت اجاره سالیانه به افراد واجد شرایط به بالاترین و مناسب‌ترین قیمت پیشنهادی واگذار نماید. متقاضیان جهت کسب اطلاعات بیشتر و اخذ اسناد و مدارک و به منظور شرکت در مزایده از تاریخ انتشار آگهی تا مورخ روز پنجشنبه ۱۴۰۱/۰۲/۰۱ به چاپ و تکثیر اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی و یا پایگاه ملی مناقضات به نشانی <http://iets.mporg.ir> مراجعه نمایند.

حداکثر مهلت تحویل اسناد و مدارک شرکت در مزایده پایان وقت اداری روز شنبه ۱۴۰۱/۰۲/۱۷ ساعت ۱۴:۱۵ (دفتر حراست اداره کل) می‌باشد و زمان بازگشایی پاکت‌های رسیده روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۱۸ ساعت ۸:۳۰ صبح دفتر مدیریت امور اجتماعی می‌باشد.»

-پارکینگ ورودی ساختمان یاس مجموعه ورزشی شهید برونسی

(شماره یک کارگران)

-فروشگاه ورزشی مجموعه ورزشی شهید برونسی (شماره یک کارگران)

- مجموعه ورزشی چندمنظوره سبزوار

- مجموعه ورزشی چندمنظوره چناران

- سالن طبقه اول ساختمان یاس مجموعه ورزشی شهید برونسی

(شماره یک کارگران)

- سالن رزمی شماره ۲ مجموعه ورزشی شهید برونسی

(شماره یک کارگران)

### مجموعه فرهنگی، ورزشی و تفریحی

### کارگران خراسان رضوی

**سند کمپانی، برگ سبز، کارت موتور و بیمه نامه و ...**  
**موتورسیکلت آباجی ۱۶۰ مدل ۹۸ رنگ مشکی**  
به شماره انتظامی ۱۳۹۱ ایران ۵۳۷۲۵ به شماره شاسی 160R8901476GIRAAW8913AG901476 شماره موتور 591233 بنام **محسن نوری شوراآب** مفقود و فاقد اعتبار است ۱۳۰۰۱۶۱۶۱۶۵۸/

**سند کمپانی، برگ سبز و کلیه مدارک خودرو سمند مدل ۱۳۸۱** به شماره انتظامی ۷۴-۹۶۳ و ۳۹ و شماره موتور ۰۳۸۰۸۱۰۰۳۸۰ و شماره شاسی ۸۱۲۰۱۲۲۵ به نام میلاد پهلوان زاده انگری مفقود و فاقد اعتبار می باشد ۱۳۰۰۱۶۱۶۱۶۲۸/

کارت مشخصات خودرو نوبوتا پاریس ۱۳۰۰ شماره انتظامی ایران ۱۳۰۱ سی ۷۵۲-۶۱ شماره موتور 2NZ4827756 شماره شاسی JTDWBW923981101045 مفقود و فاقد اعتبار است بنام اقدس سرزازنده باجگیران مفقود و فاقد اعتبار است ۱۳۰۰۱۶۱۶۱۲۱/

### آگهی دعوم مجمع عمومی عادی سالیانه (نوبت اول)

### شرکت تعاونی تولیدی باغداران روشنای کاهو

جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه (نوبت اول) شرکت تعاونی تولیدی باغداران روشنای کاهو راس ساعت ۱۰ روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۲۰ در محل دفتر شرکت واقع در بلوار خیام شمالی، نرسیده به میدان خیام، نبش خیام ۶۱، مجتمع مروراید طبقه ۴ واحد ۴۰۷ دستور جلسه ذیل تشکیل می گردد.
از کلیه اعضا دعوت می شود با همراه داشتن برگ سهام جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات دستور جلسه در این جلسه حضور بهم رسانند.
**دستور جلسه:**
۱- استماع گزارش هیئت مدیره ۲- استماع گزارش بازرس ۳- رسیدگی و اتخاذ تصمیم درباره ترانزاعه سال مالی ۱۴۰۰ بعلاوه متمم بودجه (مربوط به سال ۱۳۹۹ و ۱۴۰۰) ۴- تصویب بودجه جاری و عمرانی پیشنهادی برای سال مالی ۱۴۰۱ ۵- تصمیم گیری جهت اخراج تعدادی از سهامداران بدهکار برابر اساسنامه شرکت ۶- انتخابات هیئت مدیره و بازرس (اعضای اصلی و علی البدل)
**تذکر:** ۱- در صورتی که حضور عضوی در جلسه مذکور میسر نباشد می تواند حق رای خود را به موجب وکالتنامه به عضو دیگر یا نماینده تام الاختیار خود واگذار نماید.
در این صورت هر عضو علاوه بر رای خود تا ۳ رای با وکالت و غیرعضو فقط یک رای با وکالت می تواند داشته باشد.
عضو متقاضی اعطای نمایندگی می بایست به همراه نماینده خود تا تاریخ ۱۴۰۱/۰۲/۱۸ در محل دفتر شرکت از ساعت ۹ الی ۱۳ با همراه داشتن کارت شناسایی معتبر جهت اخذ ورقه ورود به مجمع به دفتر شرکت مراجعه نمایند.
۲- با توجه به انتخابات هیئت مدیره و بازرس، افرادی که تمایل به کاندیداتوری در سمت های مربوطه را دارند ظرف یک هفته از تاریخ انتشار آگهی می بایست به دفتر شرکت مراجعه و فرم مربوطه را تکمیل نمایند.

**مدیرعامل شرکت تعاونی روشنای کاهو- غلامعلی نیک فرجام**

۱۳۰۰۱۶۱۶۱۵۹/

**برگ سبز خودرو نیسان وانت**  
**به شماره انتظامی ۴۲ ایران ۳۴۲ ق ۴۹**  
**شماره شاسی NAZPL140TBN295874**  
**شماره موتور 591233 بنام محسن نوری شوراآب**  
**مفقود و فاقد اعتبار است** ۱۳۰۰۱۶۱۶۱۲۹۲/

**سند کمپانی، برگ سبز و کلیه مدارک خودرو سمند مدل ۱۳۸۱** به شماره انتظامی ۷۴-۹۶۳ و ۳۹ و شماره موتور ۰۳۸۰۸۱۰۰۳۸۰ و شماره شاسی ۸۱۲۰۱۲۲۵ به نام میلاد پهلوان زاده انگری مفقود و فاقد اعتبار می باشد ۱۳۰۰۱۶۱۶۱۶۲۸/

**کارت بازرگانی**  
**به شماره ۰۵۸۴۲۱۷ ایران ۱۰۳۸۰**  
**بنام شرکت نیرو سازان زال**  
**مفقود و فاقد اعتبار است** ۱۳۰۰۱۶۱۶۱۶۸۶/

برگ سبز پراید هاچ بک ۷۹ شماره انتظامی ایران ۱۲-۷۲۴۸-۲۱ شماره شاسی S1442279152598 شماره موتور ۰۰۱۷۵۳۸۱ بنام احسان خواجوی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۳۰۰۱۶۶۱۷۱/

**کارت خودرو پژو به نام سید علی نجیب سید علایی**  
به شماره انتظامی ۳۹۲ ایران ۵۵۳ ایران ۴۲ و شماره موتور ۱۳۳۸۹۰۱۹۱۱۲ و شماره شاسی NAAP41FD9BJ294783 مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۳۰۰۱۶۶۱۸۰/

برگ سبز پژو پارس XU7 خاکستری متالیک مدل ۹۳ ش انتظامی ایران ۳۶-۵۲۳-۶۶ شماره موتور 124K0560315 شماره شاسی NAAN01CA4EH195107 بنام امیر بنائی مفقود و اعتبار ندارد ۱۳۰۰۱۶۶۲۰۷/

**آگهی فقدان سند مالکیت**  
آقای سید محمود علوی نژاد با ارائه دو برگ استشهادیه گواهی شده و تقاضای کتبی جهت دریافت سند مالکیت المثنی نوبت اول به این اداره مراجعه و مدعی است یک فقره سند مالکیت به میزان یک دانگ و نیم از ششدانگ پلاک ۱۱۰۶ فرعی از ۲۴۸- اصلی بخش چناران به علت سهل انگاری مفقود گردیده است و برابر سیستم جامع املاک تمامت مورد ذیل دفتر ۴۷۹ صفحه ۱۳۳ ثبت ۶۹۱۶۳ بنام سید محمود علوی نژاد ثبت شده است شماره ۶۴۸۰۳۴ صادر و تسلیم گردیده است . سامانه جامع املاک بیش از این حکایتی ندارد . لذا به استناد ماده ۱۲۰ این نامه قانون ثبت املاک متذکر می گردد هر کسی نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای انجام داده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد باید ظرف مدت ۱۰ روز پس از انتشار آگهی به این اداره مراجعه و اعتراضی خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله تنظیم شده تسلیم نماید در غیر اینصورت پس از انقضای مهلت مقرر و عدم ارسال اعتراض سند مالکیت المثنی طبق مقررات صادر و به متقاضی تحویل خواهد شد .

**رئیس ثبت اسناد و املاک چناران-مرتضی ولایتی**

۱۳۰۰۱۶۶۱۷۰۱/

## مسابقات فوتسال

## جام رمضان

**یادواره شادروان حاج جعفر قهرمان**

با حمایت کارخانه مشهد دوام

**اهداء جوایز ارزنده به تیمهای برتر**

**۰۹۱۵۵۰۱۷۱۰۲ میرزایی**

**۰۹۱۵۲۰۱۰۵۱۱ سبزواری**

**محل برگزاری: سالن چند منظوره دانشگاه بیناواد طرقلبه**

**برگ سبز- سند کمپانی خودرو پراید صبا ۸۵**  
**شماره انتظامی ایران ۷۴-۳۷۲-۲۲**  
شماره موتور ۱۷۶۹۳۸۶ شماره شاسی S1412285279740 بنام انسیه جلال پور مفقود و فاقد اعتبار است ۱۳۰۰۱۶۱۵۹۵/

برگ سبز خودرو و لنز کروک شماره انتظامی ایران ۳۶-۴۲۱ سی ۶۶ شماره موتور 1GRA043311 شماره شاسی JTMHU09J4A5027693 بنام سیدمحمد موسوی قرقی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۳۰۰۱۶۶۱۶۸/

**برگ سبز، سند و کارت خودرو پژوآرد مدل ۸۳**  
به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۷۵۱-۶۸ و شماره موتور ۱۱۷۸۳۰۰۱۲۲۸۲ و شماره شاسی ۸۳۱۰۷۵۸۹ به نام زهره صادقی **مفقود و فاقد اعتبار می باشد** ۱۳۰۰۱۶۶۰۸۷/

**برگ سبز برگ کمپانی خودرو سواری ۴05 جی ال**  
ابکس مدل ۱۳۹۱ به شماره پلاک ۳۴۰۸۹ ایران ۱۲ و شماره موتور 124K0015793 شماره شاسی NAAM11CA3CR903394 بنام محمدرویش پورشورستانی مفقود گردیده اعتبار ندارد. ۱۳۰۰۱۶۶۱۰۱/