



• زندگی‌سلام  
• چهارشنبه  
• ۱۶ آذر ۱۳۰  
• شماره ۳۳۲۰

## سلامت

# معایب و محاسن

# شامپوهای بدون سولفات

## شامپوهای حاوی سولفات با تمیز کردن بیش از اندازه،روغن های ضروری موی سر را از بین می برند و باعث خشک شدن و شکنندگی آن می شوند

زیب سادات کسنوی | روزنامه نگار



بدن می‌پردازیم.

### سولفات چیست؟

سولفات‌ها نمک‌هایی هستند که از واکنش اسید سولفوریک با دیگر مواد شیمیایی به وجود می‌آیند. آن‌ها سورفکتانت هستند، به این معنی که خواصی شبیه شوینده‌ها دارند و به‌عنوان عوامل کف‌کننده و پاک‌کننده عمل می‌کنند.

### تأثیر سولفات بر سلامت مو

پوست سر شماروغن های طبیعی به‌نام سبوم ترشح می‌کند که برای سلامت موها حیاتی هستند و از کراتین موها و فولیکول های آن‌ها در برابر آسیب محافظت می‌کنند. سبوم یک لایه ضدآب روی سطح تارهای و متشکیل می‌دهد تا از آسیب به کراتین جلوگیری کند. شامپوهای حاوی سولفات به‌از بین بردن سلول های مرده، چربی از آدو هر گونه آلودگی

کمی راتجربه می‌کنند یا دچار هیچ عارضه‌ای نمی‌شوند.

### چه کسانی دنبال محصولات

بدون سولفات باشند؟

### ✓ افراد مبتلا به بیماری پوستی

فردی که پوست سر یا موهای حساسی دارد ممکن است خشکی شدید ناشی از سولفات را تجربه کند. افراد مبتلا به بیماری های پوستی مانند اگزما، روزاسه یا پسوریازیس هم ممکن است پس از استفاده از محصولات حاوی سولفات دچار خارش، قرمزی و ترک‌خوردگی پوست سر شوند. این افراد باید از شامپوی بدون سولفات استفاده کنند.

### ✓ افرادی که موهای خشک و وز دارند

کسانی که به‌طور طبیعی موهای خشک، مجعد یا وز دارند بهتر است از محصولات حاوی سولفات دوری کنند. سولفات‌ها می‌توانند به‌دلیل افزایش اصطکاک ناشی از حذف روغن های طبیعی و رطوبت باعث افزایش خشکی و وز موها شوند.

### ✓ افرادی که از مواد شیمیایی برای مو استفاده می‌کنند

استفاده از شامپوی بدون سولفات به کسانی که موهای خود را رنگ می‌کنند یا به‌طور مرتب آن‌ها را صاف یا فر می‌کنند، توصیه

می‌شود. چرا که این فرایندهای شیمیایی آسیب‌پذیری موها را افزایش می‌دهد و یافتن راه‌هایی برای جلوگیری از خشکی بیشتر موها به حفظ سلامت آن‌ها کمک می‌کند.

### • معایب استفاده از شامپوی بدون

### سولفات

### ✓ شامپوی بدون سولفات کف ایجاد نمی‌کند

سولفات ها خاصیت ساخت کف را دارند. شامپوی بدون سولفات کف نمی‌کند. این موضوع پیش‌بینی تمیز بودن یا تمیز نبودن موهای شما را دشوار می‌کند.

### ✓ شستن مو دشوار است

سولفات ها به عنوان سورفکتانت می‌توانند کثیفی های گیر کرده در موها را از بین ببرند. با استفاده از شامپوی بدون سولفات ممکن است لازم باشد از شامپوی بیشتری برای شستن موهای خود استفاده کنید.

### ✓ باعث ریزش موی می‌شود

بیشتر شامپوهای بدون سولفات فقط در صورت استفاده در مقدار مشخص مناسب هستند. بنابراین، استفاده نادرست از آن می‌تواند باعث ریزش موی زیادی شود.

## پیش‌بینی سکنه‌های نیامده!

هوش مصنوعی جدیدی از روی اسکن پرتوی ، خطر مرگ بر اثر بیماری های قلبی را پیش‌بینی می‌کند



علم هر روز در حال پیشرفت و رو کردن فناوری های جدیدی است که می‌تواند خطر بیماری و مرگ را در انسان ها کاهش دهد. محققان سیستمی را به‌وسیله هوش مصنوعی ساخته‌اند که با استفاده از یک اسکن پرتوی ایکس خطر سکنه یا حمله قلبی در ۱۰ سال آینده بیمار را پیش‌بینی می‌کند. اهمیت ساخت این سیستم وقتی بیشتر می‌شود که بدانید سکنه و بیماری های قلبی جزو شایع ترین علل مرگ در ایران و جهان است و با پیش‌بینی این خطر می‌توان این آمار را کم کرد. در این مطلب درباره این سیستم بیشتر خواهید خواند.

### ◀ ساز و کار تشخیص دهنده

دکتر جیکوب وایس محقق ار شد سیستم جدید تشخیص دهنده درباره فناوری آن می‌گوید: «ما نشان دادیم که یک اسکن پرتوی ایکس از سینه می‌تواند چیزی فراتر از یک اسکن معمولی باشد. ما با این رویکرد می‌توانیم نوعی ارزیابی کمی داشته باشیم تا اطلاعات تشخیصی و پیش‌بینی خود از آینده را در اختیار پزشکان و بیماران قرار دهیم.» این فناوری به بیماران کمک می‌کند تا درمان های لازم را شروع کنند. بیماران قلبی معمولاً می‌توانند با مصرف برخی داروها، سطح کلسترول خون خود را پایین بیاورند و تا ۲۵ درصد از بروز سکنه یا حملات قلبی جلوگیری کنند.

### ◀ قابلیت پیش‌بینی با یک اسکن

سیستم پیش‌بینی ساخته شده توسط دکتر وایس و همکارانش تنها با مجموعه‌ای از اسکن‌های پرتوی ایکس تحلیل می‌کند. این مدل با نام CXR-CVD می‌تواند خطر مرگ بر اثر بیماری های قلبی عروقی را پیش‌بینی کند. محققان این الگوریتم را با حدود ۱۵۰ هزار اسکن پرتوی ایکس از سینه آموزش دادند و آن را روی حدود ۱۱ هزار نفر آزمایش کردند. نتیجه این بود که رابطه نزدیکی میان پیش‌بینی هوش مصنوعی از آینده داوطلبان و بروز مشکلات قلبی عروقی در طول سالیان بعدی وجود داشت. دکتر وایس می‌گوید: «مدت‌هاست فهمیده‌ایم که پرتوی ایکس اطلاعات بسیار بیشتری را نسبت به روش های تشخیصی سنتی به دست می‌آورد، اما از این اطلاعات استفاده نکرده بودیم چون روش مناسب و قابل اطمینانی برای انجام این کار نداشتیم. پیشرفت‌های هوش مصنوعی حالا این مسئله را محقق کرده است.» یافته‌های مقدماتی این پژوهش در اجلاس سالانه انجمن رادیولوژی آمریکای شمالی ارائه شده است. این نتایج هنوز در یک مجله علمی به چاپ و تأیید نرسیده است.

منبع: دیجیاتو

## کبر

## کیک هویج و کدو حلوائی، مخصوص عصرهای سرد پاییز

۴-در یک کاسه بزرگ، پنیر خامه‌ای و کره را با سرعت متوسط به مدت یک دقیقه مخلوط کنید تا کرم رنگ شود. شکر قهوه‌ای را اضافه کنید و یک دقیقه دیگر با سرعت متوسط مخلوط کنید. حالا وانیل را اضافه کنید و به آرامی هم بزنید. در همین حین پودر قند را به تدریج به مواد خیس اضافه کنید.
۵-سطح کیک را با خامه‌ای که تهیه کرده‌اید، خامه‌کشی کنید. حالا می‌توانید کیک را به ظرف سرومنتقل کنید.

به مواد خشک اضافه کنید. به هم‌زدن ادامه دهید تا مواد به‌طور یکدست مخلوط شوند. هویج و سیب رنده شده را در این مرحله با هم مخلوط کنید.

۳-خمیر را داخل قالب بریزید و آن را به‌طور یکنواخت پخش کنید. حالا قالب را داخل فر قرار دهید. ۲۵ تا ۳۰ دقیقه صبر کنید تا کیک پزد. یک خلال دندان در مرکز کیک فرو کنید و اگر خمیر به آن نچسبید یعنی کیک شما آماده است. کیک را از فر خارج کنید. کیک که خنک شد، وقت خامه‌کشی است.

### طرز تهیه:

۱-یک قالب فر را با کاغذ روغنی بپوشانید و کنار بگذارید. سپس، فر را روشن و روی دمای ۳۵۰ درجه فارنهایت (۱۷۷ درجه سانتی‌گراد) تنظیم کنید. تا فر گرم می‌شود در یک کاسه بزرگ، آرد، بیکینگ پودر، جوش شیرین، دارچین و نمک را با هم ترکیب کنید و کنار بگذارید.
۲-در یک کاسه بزرگ، شکر، جوز هندی و تخم‌مرغ را با همزن بزنید. وانیل و پوره کدوتنبل را با روغن مخلوط کنید. باتر میک را به‌طور متناوب



### مواد لازم برای ۱۲ برش:

- آرد: دو فنجان
- پودر دارچین: نصف قاشق چای خوری
- بیکینگ پودر: دو قاشق چای خوری
- جوش شیرین: یک قاشق چای خوری
- جوز هندی: یک چهارم قاشق چای خوری
- روغن کنجد: یک‌دوم فنجان
- شکر: یک فنجان
- شکر قهوه‌ای: یک فنجان
- تخم‌مرغ: سه عدد
- وانیل: یک قاشق چای خوری
- پوره کدو حلوائی: یک و یک‌چهارم فنجان
- باتر میک: یک‌دوم فنجان
- هویج رنده شده: دو فنجان
- سیب قرمز (بدون پوست رنده‌شده): یک عدد
- پنیر لبنه: ۲۲۰ گرم
- کره پاستوریزه: شش قاشق غذاخوری
- پودر قند (الک شده): دو و یک‌دوم فنجان

برگ سبز و سند کمپانی خودرو مزدا ۳۲۳ اف ال مدل ۱۳۸۳ به شماره انتظامی ایران ۳۲-۷۴۱-۵۹ بشماره موتور ZM۶۴۹۲۸۰ رنگ پژو مالیک به شماره شاسی BGBASDZDA۲۲۷۴۵ بنام محمد اسماعیل شهبسوزی بلوچ مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۲۱/

**سند کمپانی و برگ سبز موتور هاتف مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ۷۷۵۷۸۸۸۷** به شماره موتور 01500C5062413 و شماره شاسی NC5150Z9583329 بنام علی بیگ زاده مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۹۰/

چون آقای حیدرعلی غلامی مالک کامیون مدل ۱۳۵۶ به شماره انتظامی ۴۲-۱۹۳-۹۸ به شماره شاسی ۱۴۷۳۴۸۵ و شماره موتور ۰۰۲۷۷۰۳ به علت فقدان سند تقاضای سند المثنی نموده است. لذا چنانچه هر گونه ادعایی در مورد خودروی مذکور وجود دارد طرف مدت ۱۵ روز از تاریخ نشر آگهی یا در دست داشتن مدارک کافی به دفتر فروش شرکت ایران خودرو دیزل واقع در تهران کیلومتر ۸ جاده ساوه مراجعه نمایند.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۲۹۰/

**آگهی تجدید مزایده کتبی**
**کشتارگاه شهرداری بیدخت**
**شهرداری بیدخت** در نظر دارد نسبت به واگذاری کشتارگاه شهرداری واقع در بیدخت از طریق مزایده اقدام نماید.
لذا متقاضیان میتوانند جهت کسب اطلاعات بیشتر به شهرداری بیدخت مراجعه نمایند و شرکت در مزایده از تاریخ ۱۴۰۱/۰۹/۱۶ لغایت پایان وقت اداری ۱۴۰۱/۱۰/۰۳ می باشد.

**محمد رضا علی اکبری بیدختی**
**شهردار بیدخت**
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۵۱۱/

**برگ سبز وسند مالکیت خودروی ماکسیما سفید-** 
**بنام علی اسفهر فرمانی دیزل**
به شماره موتور ۱۴۷۹۱۰۱۰۶۶۴ به شماره شاسی NAACR۱H5VC۴۵۱۱۷۰۴ بنام بهاره خدابخشی طبقه مفقود شده و فاقد اعتبار است
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۶۷/

**کارت سوخت و برگ سبز خودروی پراید بنام ابراهیم شریعت**
به شماره انتظامی ۴۲ ایران ۵۴۵ ط ۴۹ و شماره موتور ۲۸۰۳۴۱۱ و شماره شاسی ۸۸۳۳۲۷ NAAN01CA48E713132 مفقود و فاقد اعتبار می باشد.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۲۲/

برگ سبز خودرو سواری دانگ فنگ H30 TU5-A مدل ۹۷ به شماره انتظامی ۷۴-۵۷۴ ن ۵۲ به شماره موتور FA17380037906 به شماره شاسی AAE4CFZ3JX092931 بنام ربابه سیاح بازخانه مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۹۹/

**سند کمپانی جک SS مدل ۱۳۹۷ به شماره انتظامی ۹۹۷ ب ۴۴ ایران ۳۶** و شماره شاسی NAKSH7324GB156918 و شماره موتور HFC4GA31DG0003061 بنام صمد فتحی مفقود و اعتبار ندارد.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۴۵/

**انتشار آگهی**
آگهی اجرای مواد ۸۷و۶۴ آتین نامه اجرائی قانون الحاق مواد ی قانون ساماندهی و حمایت از تولید وعرضه مسکن مصوب ۱۳۸۸
برابر رای شماره ۳۹۶-۳۰۶-۱۴۰۱۶۰۳۰۴۰۱ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک فریمان تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای حسین انصاری فرزند الله وردی بشماره شناسنامه ۲۹۲۸ صادره از فریمان در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۸۳۵۳۲/۵۸ مترمربع بلاک ۱ فرعی از ۲۹۰ اصلی واقع در بخش ۱۳ از محل مالکیت رسمی متقاضی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراضی و دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراضی طبق مقررات سند مالکیت نامبرده صادر خواهد شد. تاریخ انتشار ۱۴۰۱/۰۹/۱۶
فرعی ولایتی
رئیس ثبت اسناد و املاک چناران
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۴۶/

**برگ سبز و سند کمپانی نیبا ۱**
شماره انتظامی ایران ۲۶-۴۷۵-۶۸ و شماره موتور ۸۲۲۹۶۸۳ و شماره شاسی NAS811100F5857638 بنام صدیقه نوبایی مفقود و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۵۷/

**کلیه مدارک خودرو پژو پارس بنام آرام حسینی نیا**
به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۳۷۳-۷۸ و شماره موتور ۰۴۵۳۱۱-۱۲۴۸۷۰۹ و شماره شاسی NAAN01CA48E711312 مفقود و فاقد اعتبار می باشد.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۲۲/

سند کمپانی و برگ سبز و کارت تراکتور نیوهلند مدل T6090 به شماره موتور ۰۰۱۴۴۷۲۷۳ و شماره شاسی ZGBK۰۶۴۰۹ بنام شرکت مدبر کشت توس مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۵۷/

**برگ سبز خودرو رپو مدل ۹۰**
**شماره انتظامی ایران ۳۶-۴۸۱-۵۸**
**شماره موتور ۱۱۰۲۹۳۸**
**شماره شاسی NAS610022B1204624**
بنام حسین ترابی نانی مفقود و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۴۱/

برگ سبز خودرو تویوتا مدل ۲۰۱۰ به شماره انتظامی ایران ۱۲-۵۲۳-۹۹ به شماره موتور ZZ3255310 به شماره شاسی JTD8R4ZE9A9036961 بنام محمدحسین معمارزاده طهرانی مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۵۰۷/

**اینباتب محسن خراسانی به باغی مالک خودرو پژو GLX۴۰۵**
**نقره ای متالیک ۸۵**
**شماره انتظامی ایران ۳۶-۹۸۴-۲۶**
**شماره شاسی ۱۲۸۵۷۶۶۳**
**شماره موتور ۱719907**
بنام رحیم نصری
**مفقود و فاقد اعتبار میباشد**
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۹۸/

**وکالتنامه ها و برگ سبز خودرو بنام سجاد ملک پور**
به شماره انتظامی ۳۰ ایران ۵۶۸-۳۵۵ و شماره موتور ۰۰۲۴۶۸۲۰۰ و شماره شاسی ۵۱۴۴۲۳۷۵۱۲۹۱۰۰ **مفقود و فاقد اعتبار می باشد**
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۲۰/

**کارت خودرو پراید ۱۳۲ مدل ۹۷ سفید شماره انتظامی ۱۲۴ ایران ۲۷۷-۴۶**
شماره شاسی NAS421100J1240061 شماره موتور M13/6109572 بنام زهرا هلاتت نژاد و گواهینامه ۴۲۶۹۶۰۵۲۹۴-۵۲۹۴-۵۲۹۴ مفقود و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۲۹/

**برگ سبز وسند مالکیت سواری پراید مدل ۸۸ به شماره پلاک ۷۸-۱۲۵۹۹۲** و شماره موتور ۲۹۷۲۷۰۶ و شماره شاسی S14122889900090 بنام قربان علی آسوده مغاللو مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۲۲/

برگ سبز خودرو پیکان وانت مدل ۱۳۹۰ به شماره انتظامی ایران ۳۲-۱۴۴ م ۸۲ به شماره موتور ۰۱۶۲۴۱-۱۱۴۹۰۱ به شماره شاسی AAAA۴۶AA۴CG۲۲۴۳۷۷ بنام محمود عماد عشقی مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۲۲/

**برگ سبز و کارت پلاک تراکتور تیپ EXPLORER95**
مدل ۱۳۸۹ به شماره پلاک ۵۷۸ ک ۷۳ ایران ۱۲ به شماره موتور ۱۰۰۴۷ شماره شاسی ۱۲۰۲۶ بنام احمد علی نادری مفقود گردیده و اعتبار ندارد.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۲۳/

سند کمپانی و برگ سبز خودرو کامیونت- ون زامیاد تیپ PADRA+Z۲۴PAM مدل ۱۴۰۱ به شماره انتظامی ایران ۱۲-۸۱۳-۱۲ به شماره موتور ۰۸۲۴۸۷۴۱۲۸M به شماره شاسی NAZPF۱۰۴۲N۰۶۵۱۵۰۵ بنام سیدمحمود حسینی مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۹۸/

**برگ سبز و کارت خودرو پراید ۱۳۸۵**
به شماره انتظامی ۶۸۳ ص ۲۲ ایران ۱۲ و شماره شاسی S141228526038 شماره موتور 1719907 بنام رحیم نصری
**مفقود و فاقد اعتبار میباشد**
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۹۸/

**وکالتنامه ها و برگ سبز خودرو بنام سجاد ملک پور**
به شماره انتظامی ۳۰ ایران ۵۶۸-۳۵۵ و شماره موتور ۰۰۲۴۶۸۲۰۰ و شماره شاسی ۵۱۴۴۲۳۷۵۱۲۹۱۰۰ **مفقود و فاقد اعتبار می باشد**
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۲۰/

**برگ سبز پراید ۱۴۱**
شماره انتظامی ایران ۱۲-۵۲۳-۱۴ و شماره موتور 3371859 شماره شاسی 1482289317353 به نام روح الله استارمی مفقود و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۲۷/

پروانه کسب به کدشناسایی صنفی ۰۲۸۱۵۲۲۰۸۵ کدعضویت ۱۱۲۷۵ تاریخ صدور ۰۹/۰۶/۱۳۹۳ تاریخ انقضا ۰۹/۰۶/۹۸ مربوط به اتحادیه صنف مشاورین معاملات املاک بنام صادق گرچی ازغندی مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۸۸/

**سه برگ سند سفید موتورسیکلت شوکا ۱۲۵ مدل ۱۳۹۳**
به شماره انتظامی ۳۵۸۹۶ \_ ۷۷۲ به شماره موتور ۰۲۵۳۰۸ و شماره تنه ۹۳۴۲۹۸۳ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۷۷/

**اینباتب بهنار صالح زهی مالک خودرو پژو پارس ۸۵**
**شماره انتظامی ایران ۸۵-۴۶۹-۸۶**
**شماره شاسی ۱۹۳۵۷۶۶۶**
**اوشماره موتور ۶۲۶۴۴**
به شماره ۱۴۴۸۵ به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی و برگ سز تقاضای رونوشت اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هرکس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در بیکان شهر ساختمان سند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقر اقدام خواهد شد.
۱۳۰/۱۲/۱۹۷۳۹۷/