درمان‌های خانگی برای دردسرهای نیش حشرات

با گرم شدن هوا در معرض نیش حشرات قرار می گیریم؛ در این مطلب، نکاتی برای پیشگیری از وقوع آن را مرور و چند درمان خانگی هم به شما معرفی می کنیم

پزشکی

با گرم شدن هوا، مثل همیشه سر و کله حشرات پیدا و دردسرهای گزش دست و پا شروع می‌شود. این که در یک روز پر دردسر، در حالی که هوا گرم است و جوراب به پا دارید رد نیش شب قبل یک حشره روی پای‌تان بسوزد یا جای گزش روی دست بخارد، مشکل بزرگی است. اما می‌شود این دردسرها را مدیریت کرد. اولین راه پیشگیری است و بعد هم درمان‌های خانگی که در این مطلب به آن‌ها می‌پردازیم.

پیشگیری از نیش پشه‌ها

مثل هر مشکل دیگر، برای در امان ماندن از نیش پشه‌ها هم پیشگیری بهتر از درمان است؛ پس تا جایی که امکان دارد، در نزدیکی آب‌های راکد سکونت نکنید. هر چیزی را که احتمال دارد آب در آن جمع شود و راکد بماند، خالی نگه دارید. آب حوض‌های کوچک را یک بار در هفته عوض کنید و زمانی که از استخر کوچک کودکان استفاده نمی شود، آب آن را تخلیه کنید. همچنین باید چمن‌ها و گیاهان نزدیک منزل خود را کوتاه و مرتب نگه دارید. سطل زباله خانه را مرتب خالی کنید و چند روز یک بار بشویید. برای پنجره‌هایتان توری نصب کنید تا مانع از ورود پشه‌ها شوید.

درمان‌های خانگی برای نیش پشه‌ها

معمولاً یک واکنش خفیف و محدود در عرض چند روز از بین می‌رود. اما چند درمان خانگی می‌تواند به تسریع این فرایند و کاهش ناراحتی ناشی از آن کمک کند.

✓ **سیر و پیاز بخورید**

مالیدن این گل روی جای نیش به سرعت درد و التهاب ناشی از نیش را کاهش و پوست ملتهب را تسکین می‌دهد.

✓ **مخلوط جوش شیرین و سرکه**

از ترکیب این دو ماده خمیری را تهیه کنید و روی پوست خود قرار دهید.

✓ **کمپرس آب سرد**

از کمپرس آب سرد روی ناحیه آسیب دیده، مسکن‌های خوراکی، کرم استروئیدی یا پماد بی‌حسی موضعی می‌توانید به منظور تسکین ناراحتی استفاده کنید. به‌منظور درمان ورم ناشی از نیش حشرات یا یک واکنش آلرژیک موضعی جدی‌تر ممکن است به مصرف آنتی هیستامین‌ها یا مسکن‌های خوراکی نیاز داشته باشد.

✓ **استفاده از پماد**

با مشورت دکتر، می‌توانید از پماد هیدروکورتیزون برای نیش حشرات با مقدار ۰/۵ یا یک درصد استفاده کنید و در صورت دسترسی نداشتن، لوسیون کالامین یا خمیر جوش شیرین را چندین بار در روز به محل نیش یا گزش بزنید تا علایم شما برطرف شود. به‌یاد داشته باشید خاراندن پوست یا ترکیدن تاول ممکن است باعث ورود باکتری‌ها و ایجاد عفونت شود.

✓ **عسل و درمان نیش حشرات**

عسل ممکن است خواصی داشته باشد که برای درمان زخم‌ها مفید است. استفاده از عسل قادر است به کاهش التهاب و جلوگیری از عفونت کمک کند. همانند آلوئه ورا، استفاده از عسل روی پوست هم ممکن است به تسکین ناحیه گزش کمک کند.

بعد از انجام موارد بالا اگر علایم بدتر شد یا بهبود نیافت، بهتر است سریع به پزشک عفونی مراجعه کنید.

✓ **علایم را جدی بگیرید**

در بیشتر موارد نیش عنکبوت سمی نیست و فقط علایم جزئی مانند قرمز شدن پوست، تورم و درد در محل ایجاد می‌کند. اما نیش برخی از عنکبوت‌ها یک مشکل اورژانسی واقعی به حساب می‌آید. علایمی مانند سفت شدن قفسه سینه، مشکلات تنفسی، مشکلات بلع یا ورم صورت ممکن است بر اثر حساسیت به نیش عنکبوت ایجاد شود، در چنین مواردی فوری به اورژانس مراجعه کنید.

سالمندی

نکات مهم برای سلامت سالمندان

۱) پیاده‌روی و نرمش را فراموش نکنید
۲) وسایل ضروری مثل عینک و... را در یک جای ثابت قرار دهید
۳) بازی‌های فکری و جدول را در برنامه روزانه‌تان بگذارید
۴) روزی ۸ لیوان آب بنوشید
۵) در حمام و سرویس از کف‌پوش پلاستیکی استفاده کنید تا سر نخورید
۶) هر شب ساعت معینی بخوابید
۷) چکاپ در فواصل معین را جدی بگیرید
۸) سعی کنید روابط اجتماعی‌تان را توسعه دهید و تنها نباشید
۹) با مشورت پزشک از عصا استفاده کنید
۱۰) داروهای‌تان را در یک جعبه مخصوص هفتگی بگذارید تا فراموش نکنید

بیشتر بدانیم

فواید روغن زیتون، از پیشگیری از سرطان تا سلامت قلب

سلامت

زیتون منبع غنی از ویتامین و مواد معدنی به حساب می‌آید؛ از ویتامین E که یک آنتی اکسیدان بسیار قدرتمند است تا آهن، مس، کلسیم، سدیم و... اسید اولئیک به عنوان اصلی‌ترین اسید چرب موجود در زیتون، با بهبود سلامت قلب مرتبط است و می‌تواند سطح کلسترول را تنظیم و از کلسترول بد در برابر اکسیداسیون محافظت کند. زیتون به بهبود سلامت استخوان‌ها کمک می‌کند، با داشتن آنتی اکسیدان و اسید اولئیک از بروز برخی سرطان‌ها مثل سینه و روده بزرگ جلوگیری می‌کند، حاوی فیبر فراوانی است و به هضم غذا هم کمک می‌کند. اما بد نیست بدانید روغن زیتون هم فایده‌های زیادی دارد. بسیاری از فایده‌هایی که درباره زیتون به آن‌ها اشاره شده، در روغن زیتون هم موجود است. در ادامه فواید روغن زیتون را با هم مرور می‌کنیم:

۱. روغن زیتون سرشار از چربی‌های تک غیر اشباع سالم است.
۲. روغن زیتون سرشار از آنتی اکسیدان‌هاست.
۳. روغن زیتون به دلیل وجود ویتامین E و اولئیک اسید می‌تواند مثل ایبوپروفن، خاصیت ضد التهابی داشته باشد.
۴. روغن زیتون می‌تواند از سکته مغزی جلوگیری کند.
۵. روغن زیتون می‌تواند برای سلامت قلب مفید باشد.
۶. روغن زیتون می‌تواند از آلزایمر جلوگیری کند.
۷. روغن زیتون خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می‌دهد.
۸. روغن زیتون می‌تواند خواص ضد سرطانی داشته باشد.
۹. روغن زیتون می‌تواند به درمان آرتریت روماتوئید کمک کند.
۱۰. روغن زیتون خواص آنتی باکتریال دارد.
۱۱. روغن زیتون برای رشد مجدد موها مفید است.

آشپزی من

ترفند

نکاتی جذاب درباره پنیرهای لبنه

استفاده از پنیر دیگر تنها منحصر به سفره صبحانه نیست و کاربردهایی در تهیه غذا و دسر هم دارد. برای مثال پنیر لبنه یکی از همین پنیرهاست که در ایران آن را با گردو، سبزی و... می‌خوریم اما در لبنان ترکیب پنیر لبنه با روغن زیتون، نخود و باقالی پخته‌شده یک صبحانه پرانرژی است که می‌تواند فرد را تا عصر سیر نگه‌دارد. در این مطلب می‌خواهیم از تفاوت پنیرهای لبنه، ماسکارپونه و خامه‌ای با یکدیگر بگوییم.

لبنه، پنیری نرم و لطیف است که در انواع وعده‌های غذایی کاربرد دارد، از صبحانه گرفته تا میان‌وعده و دسر. علاوه بر این، می‌توانید از این پنیر مقوی و کم کالری در انواع ساندویچ‌ها و غذاها استفاده کنید. این پنیر بر خلاف پنیرهای چرب‌تر مانند ماسکارپونه، پایه خامه‌ای ندارد و از ماست تهیه می‌شود. به همین دلیل، می‌توانید در رژیم‌های غذایی خود آن را بگنجانید. اصلی‌ترین فرق پنیر لبنه و ماسکارپونه، مواد اصلی تشکیل‌دهنده آن‌هاست. پنیر لبنه از ماست چکیده تهیه می‌شود، اما پنیر ماسکارپونه، پایه خامه‌ای دارد. شاید بپرسید پس فرق پنیر خامه‌ای با ماسکارپونه چیست؟ پاسخ ساده است: پنیر ماسکارپونه خیلی چرب‌تر از پنیر خامه‌ای است، همین! بنابراین در غذا و دسرهایی که به ماسکارپونه نیاز است می‌توان از پنیر لبنه که سالم‌تر و کم کالری‌تر است استفاده کرد. در برخی دستورها هم می‌توان این دو پنیر را به نسبت مساوی با هم مخلوط و از آن استفاده کرد تا هم طعم اصلی حفظ شود، هم کالری مناسبی وارد غذا شود.

شماره پیامک زندگی سلام
۲۰۰۰۹۹۹

سند کمپانی و برگ سبز خودرو کوئیک R به شماره انتظامی ۳۶ ایران ۲۶۸ ق ۸۴ و شماره موتور M15/8898503 و شماره شاسی NAS841100L1043030 بنام مجتبی طاهریان مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۲۰۵۷۱۴/ف

برگ سبز خودرو تیبا ۲ مدل ۹۶
به شماره پلاک ایران ۷۴-۶۹۹ س ۱۴
به شماره موتور M15/۸۴۸۸۷۰۵ به شماره شاسی NAS۸۲۱۱۰۰H۱۱۲۰۶۱۵ بنام ثمینه عارف کیا
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۲۰۵۷۳۴/م

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ مدل ۱۳۹۶
به شماره انتظامی ۲۶ ایران-۵۵۵ ج ۴۶
و شماره موتور ۱۶۶B۰۰۱۷۹۶۱
و شماره شاسی NAAP۴۱FEXHJ۰۱۸۱۹۲
زهرا ملکشی مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۲۰۵۷۶۷/و

اینجانب محمدعلی داروغه
مالک خودرو پراید
به شماره انتظامی ۵۶ب۶۱۵ایران ۳۶
شماره بدنه s1412280713846
و شماره موتور 00241349
به علت فقدان اسناد فروش (برگ سبز و سند کمپانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به شرکت ایران خودرو مراجعه کنید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۱۴۰۲۰۵۷۲۵/ر

اینجانب صاحب ذکائی مالک خودرو GLX-XU7 مدل ۹۶
نقره ای متالیک به شماره انتظامی ۷۴ایران ۴۷۸ب۷۶
به شماره شاسی NAAM11VE0HK000422
و شماره موتور 124K105666
به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی و برگ سبز تقاضای رونوشت المثنی سند اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۱۴۰۲۰۵۷۵۸/ف

یک فاکتور سیلندر سمند تیپ ایکس ۷ نوع سوخت: بنزین تعداد محور: ۲ شماره موتور ۳۲۹۰۸۲۴۰۰۶۳ به شماره شاسی ۸۲۲۴۰۶۶۳ بشماره انتظامی ایران ۳۶-۵۸۳ ط ۸۸ حجم سیلندر: ۱۸۰۰ مدل ۱۳۸۲ رنگ کرم بژ متالیک بنام درمحمد تیموری رضائی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۲۰۴۷۸۱/م

پاسپورت عراقی اینجانب حمیده شوای حاوی مفقود و فاقد اعتبار است
از یابنده خواهشمند است به کنسولگری عراق تحویل دهد. ۱۴۰۲۰۵۷۵۶/م

برگ سبز خودرو پیکان وانت سفید مدل ۸۸
به شماره انتظامی ۱۷۴ایران ۳۳۴ی۴۸
شماره موتور 11488007100
شماره شاسی NAAA36AA29G839821
بنام حسن عباسیان مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۲۰۵۷۸۳/ف

برگ سبز و سندکمپانی .کارت ماشین و کلیه مدارک پژو 405جی ال ایکس مدل ۱۳۸۳ به شماره انتظامی ۱۲ - ۴۹۸ ب ۶۲ و شماره موتور 12483093863 و شماره شاسی 83043520 به نام غلام عباس صمدی مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۲۰۵۷۹۵/ل

برگ سبز- سند کمپانی و سند سفید (سند رسمی) موتورسیکلت
رادیستون طرح ویو کویرموتور مدل ۹۰ بنام علیرضا بخت آزمای امندانی به شماره پلاک ۷۷۸-۶۹۱۹۸ به شماره موتور state۱۲۵N۳C*۱۰R۰۹۳۱۶ به شماره شاسی N۳C***۱۲۵R۹۰۰۲۵۰۸۵ مفقود وفاقد اعتبار است ۱۴۰۲۰۵۷۲۷/م

برگ سبز خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۱۳۹۸
به شماره انتظامی ۲۶ ایران -۹۳۵ ب ۱۷
و شماره موتور ۳۵۷۴۳۰۵
و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۹۴۹۸۶۵۰
صید مراد صفری مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۲۰۵۷۳۱/و

برگ سبز و سند کمپانی خودرو تیبا مدل ۱۳۸۹
به شماره انتظامی ۱۲ - ۱۴۷ و ۳۱
و شماره موتور 8001115 و شماره شاسی S5810089000813 به نام فیروزه خسروی رقیه آباد
مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۲۰۵۷۹۹/ل

سند کمپانی و برگ سبز خودرو سمند
به شماره انتظامی ایران ۴۲-۵۵۵ ط ۷۹ به شماره موتور ۱۴۷H۰۵۱۷۲۹۳ و شماره شاسی NAACJ1JEXLF۶۶۳۴۹۷ بنام زهره جعفری
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۲۰۵۷۸۴/م

سند کمپانی برگ سبز و بیمه نامه کوئیک ۱۴۰۱مشکی به شماره انتظامی ایران ۷۴-۵۵۷س۶۷
وشماره موتور M15/9807785
وشماره شاسی NAS841100N1167375
به نام علی معاونی مفقودوفاقد اعتبار است ۱۴۰۲۰۵۷۳۹/ف

دانشنامه کارشناسی (رشته تحصیلی حقوق قضایی گرایش علوم ثبتی) مرکز علمی کاربردی شهرداری مشهد
بنام سارا غفوریان تیماجی کد ملی ۰۹۴۲۰۴۶۹۰۰
شماره دانشجویی: ۹۰۱۳۷۰۷۲۲۲۳۰۰۴۵
نام پدر: محمد جواد مفقود وفاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۱۰۰۹۰۰۶/ف

برگ سبز خودرو ۲۰۶-SDبه شماره انتظامی ۷۴ ایران ۴۴۱ ی ۶۲ و شماره موتور 13389007563 و شماره شاسی NAAP41FD6AJ285439 بنام امین صالح آباد مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۲۰۵۶۴۰/ف

سند کمپانی، برگ سبز، کارت ، بیمه نامه و کارت سوخت خودرو پراید نوک مدادی مدل ۸۴ به شماره پلاک ایران ۵۹۴-۱۲ ج ۸۵ به شماره موتور ۰۱۳۱۳۸۰۰ به شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۴۶۷۷۲۴۳ بنام ریحانه هراتی نژاد مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۲۰۵۷۳۵/م

صفحه آرایی
واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان سفارش می‌پذیرد
۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰
layout@khorasannews.com

برگ سبز و سند و پلاک خودرو پارس بنام رضا رضائیان
به شماره انتظامی 58ایران 953 م 53
و شماره موتور 164B0253156
و شماره شاسی NAAN11FE5LH281383
مفقود و فاقد اعتبار می باشد ۱۴۰۲۰۵۷۵۵/ب

سند مالکیت وبرگ سبز وبرگ کمپانی رنو ۵ به شماره انتظامی ۳۲-۶۵۹ب۷۷ وشماره موتور 043637 وشماره شاسی 241354 به نام ابوالفضل تقی پور مفقود شده وفاقد اعتبار است. ۱۴۰۲۰۵۷۸۵/ش

برگ سبز خودرو پراید ۱۳۱SE مدل ۹۵ رنگ سفید
به شماره پلاک ایران ۳۶-۲۱۸ م ۵۴ به شماره موتور M13/۵۷۰۹۲۶۸ به شماره شاسی NAS۴۱۱۱۰۰G۳۶۰۸۸۹۲ بنام ابراهیم خداشاهی
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۲۰۵۷۷۶/م

برگ سبز و سند کمپانی خودرو تیبا مدل ۱۳۸۹
به شماره انتظامی ۱۲ - ۱۴۷ و ۳۱
و شماره موتور 8001115 و شماره شاسی S5810089000813 به نام فیروزه خسروی رقیه آباد
مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۲۰۵۷۹۹/ل

شرکت کشاورزی و صنایع غذایی ناب آتیه راشد (سهامی خاص)
آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی سالیانه شماره ثبت ۸۰۰۱۷ و شناسه ملی ۱۴۰۱۰۶۷۶۸۶۱
جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه شرکت کشاورزی و صنایع غذایی ناب آتیه راشد مربوط به عملکرد سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ ، در ساعت ۱۵ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۰۳ در محل دفتر مرکزی شرکت واقع در استان خراسان رضوی ، شهر مشهد ، به آدرس بلوار فکوری ، فکوری ۱۷ ، پلاک ۱۷ برگزار می گردد . بدینوسیله از کلیه سهامداران ، وکیل یا قائم مقام قانونی صاحب سهم و همچنین نماینده یا نمایندگان اشخاص حقوقی دعوت می گردد تا در جلسه مذکور حضور بهم رسانند . **دستور جلسه مجمع :** استماع گزارش هیات مدیره
استماع گزارش بازرس قانونی- بررسی و تصویب صورتهای مالی سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ -انتخاب بازرس قانونی و حسابرس برای سال ۱۴۰۲ و تعیین حق الزحمه - انتخاب روزنامه کثیرالانتشار جهت درج آگهی های شرکت برای سال ۱۴۰۲ - تعیین حق حضور اعضا غیر موظف هیئت مدیره - تصمیم گیری پیرامون سایر مسائلی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی می باشد .
هیئت مدیره شرکت کشاورزی و صنایع غذایی ناب آتیه راشد ۱۴۰۲۰۵۷۳۲/ر