

تحقق ساماندهی تابلوهای تبلیغاتی، ناهنجاری سیما و منظر شهری را اصلاح خواهد نمود



به توافق شهرداری با نهادهای انقلاب اسلامی،اداره کل اطلاعات،فراجا و سپاه پاسداران انقلاب اسلامی نمود، لذا به مدیریت شهری مهلت چند ماهه برای تنظیم توافقتنامه،برنامه مشترک فرهنگی و کارشناسی قرارداد های جاری را ارائه داد.

رئیس کمیسیون نظارت و حقوقی شورای اسلامی شهر افزود:دستگاه قضایی استان و دادستان محترم مرکز استان با ابلاغ مکاتبات رسمی به مدیریت شهری و شورای اسلامی شهر، شهردار را موظف به نهایی نمودن ساماندهی،اجرای آئین نامه و رعایت مقررات در احراز مالکیت تبلیغات تجاری برای سازه های تبلیغات شهری نمود و هر گونه تعلل مدیریت شهری در ساماندهی،جمع آوری و رعایت مقررات موضوعه را مشمول ترک فعل می‌دانند.

در راستای گرامیداشت هفته پدافند غیرعامل:

نشست تخصصی و مانور پدافندی در منطقه چالوس برگزار شد

سالن همایش منطقه به حضور مدیر منطقه ، فرماندار ، دادستان ، رئیس اداره اطلاعات و جمعی از کارکنان دستگاههای اجرایی شهرستان برگزار شد.امانی ضمن خوشامد گویی و ارائه گزارش عملکرد منطقه در زمینه اقدامات انجام شده مطابق اصول و راهبردهای پدافند ی ، به نیازها و الزامات پیش رو اشاره کرد..

امانی در این نشست با اشاره به بیانات مقام معظم رهبری گفت : پدافند غیرعامل مانند مصون‌سازی بدن از بیماری‌ها است و باید به صورت مداوم و پایدار انجام شود تا در برابر تهدیدات مختلف آمادگی کامل داشته باشیم .در نتیجه، پدافند غیرعامل نه تنها یک ابزار دفاعی مهم است، بلکه نقش کلیدی در حفظ امنیت و پایداری جامعه دارد. با استفاده از این استراتژی‌ها، می‌توانیم جامعه‌ای مقاوم‌تر و ایمن‌تر داشته باشیم.

در ادامه محمد شریفی فرماندار شهرستان چالوس طی سخنانی اظهار داشت اهمیت پدافند غیر عامل و نقش و تلاش مدیر و کارکنان شرکت پخش فراورده های نفتی در غرب مازندران یوزه شهرستان چالوس که در ایام تعطیل وغیر

نشست هم‌اندیشی بازار آب و شرکت آبفای یزد برگزار شد

یزد-سید محمد جواد عرفان فر: دکتر محمد فاتحی، قائم مقام شرکت آبفای یزد در این دیدار با اشاره به تلاش‌های این شرکت از دهه ۷۰ شمسی برای راه‌اندازی سیستم‌های جمع‌آوری و تصفیه پساب، مهم‌ترین مساله امروز آن را فرهنگ‌سازی برای بهره‌برداری از آب‌های غیرمتعارف به ویژه در بخش مصرف صنعتی دانست. دکتر عباس فقیه خراسانی، مدیر بازار آب یزد نیز در این

کلمه استخوان محکم بودن را به یاد می آورد. ماده اصلی که سختی و شکل استخوان را به وجود می آورد، کلسیم است. ذخیره شدن کلسیم در استخوان قبل از تولد آغاز می شود و تا سن ۳۰ سالگی ادامه می یابد. در ۳۰ سالگی استخوان های یک فرد سالم به بیشترین سختی خود می رسد. اگر فعالیت بدنی وجود نداشته باشد، یا غذای حاوی کلسیم کم مصرف شود، به تدریج تراکم استخوان ها کم شده و استخوان ها شکننده می شوند. به این حالت پوکی استخوان می‌گویند.پوکی استخوان یک تهدیدجدی است وپیشگیری و تشخیص زودرس اولین قدم مبارزه با آن است .

در راستای ارتقا سواد سلامت مردم و پیشگیری از بروز پوکی استخوان، دانشگاه علوم پزشکی مازندران از سال گذشته پویش ویتامین دی اول ماه راه اندازی کرده است و بر اساس این پویش از شهروندان می خواهند تا در اولین روز هر ماه یک عدد قرص ویتامین دی پنجاه هزار واحد میل کنند.

در گزارشی که می‌خوانید روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی مازندران در راستای اطلاع‌رسانی و ارتقاء سطح آگاهی مردم دیار همیشه‌سبز مازندران نسبت به میزان سلامتی خود و حفظ این گوهر ارزشمند، آنچه را که باید در باره چگونگی مراقبت از خود در باره بیماری خاموش پوکی استخوان بدانیم را مورد بررسی قرار داده‌است.

بیماری خطرناک قرن:

استئوپروز از بیماریهای خطرناک قرن محسوب می شود که در صورت پیشرفت آن عوارض نامطلوبی چون شکستن استخوان ها، زمین گیر شدن فرد و در نهایت در مراحل بسیار پیشرفته حتی مرگ بیمار مبتلا را هم به دنبال خواهد داشت.

شدت گسترش و پیامدهای نامطلوب بیماری پوکی استخ است که روز به‌روز بیشتر می‌گردد. از به عنوان روز جهانی پوکی استخوان نامگذاری کرده اند. کارشناسان اتخاذ سبک زندگی ناسالم مانند بی تحرکی و کم تحرکی، دریافت ناکافی کلسیم و ویتامین D ، مصرف دخانیات و مشروبات الکلی را از علل مهم بروز پوکی استخوان در انسان به عنوان ارمغان ناخوشایند زندگی پرهیاهو و پیچیده ماشینی در دنیای امروز ذکر می کنند.

پوکی استخوان بیماری شایع اما پنهان

در مازندران:

پوکی استخوان که از بیماری های نوپدید و پیامد زندگی ماشینی هزاره سوم است، سازمان بهداشت جهانی را بر آن داشته است تا درباره گسترش روزافزون این بیماری و تبدیل آن به یک معضل بزرگ برای جوامع هشدار دهد.
پوکی استخوان دراصلحاح پزشکی استئوپروز از زمان شروع کاهش تراکم استخوان ها دربدن فرد مبتلا تا بروز اولین نشانه ها و علایم آن روندی تدریجی دارد و این موضوع درکنار عوارض و هزینه های سنگینی که به مبتلایان، خانواده آنان و بطور کلی ارگان های بهداشتی، درمانی جوامع تحمیل می کند سبب شده که از

اخبار

برق رسانی به طرح نهضت ملی

مسکن گلستان در کمتر از ۲۵ روز

مدیرعامل شرکت توزیع برق گلستان از برق رسانی به طرح نهضت ملی مسکن استان در کمتر از ۲۵ روز خبر دادو گفت: برای اجرای این پروژه ۱۱ میلیارد و ۳۵۰ میلیون تومان اعتبار در نظر گرفته شد.

سید احمد موسوی در جمع خبرنگاران با اشاره به اینکه اسمال چهار ماه گرم و سخت داشتیم اظهار کرد: استان گلستان نسبت به سایر استان‌ها از وضعیت مناسب‌تری برخوردار بود.وی ناترازی برق در کشور حدود ۲۰ هزار مگاوات اعلام کرد و افزود: این عدد در استان هزار و ۵۸۰ مگاوات بود.

مدیرعامل شرکت توزیع برق گلستان گفت: طی دو سال اخیر هزار و ۶۰۰ میلیارد تومان کار عملیاتی در استان انجام شد. وی با اشاره به اینکه طرح برق رسانی به طرح نهضت ملی مسکن در کمتر از ۲۵ روز انجام شد، یادآور شد: برای اجرای این پروژه ۱۱ میلیارد و ۳۵۰ میلیون تومان اعتبار در نظر گرفته شد. وی خاطر‌نشان کرد: علی‌رغ تمام مشکلاتی که وجود دارد تلاش داریم برق مطمئن و پایدار برای شهروندان خود تأمین کنیم و خدمت بی منت به همشهریان ارائه دهیم.

^{فرمانده سپاه گرگان خیرداد؛}

کمک ۵۰۰ میلیون تومانی بسیجیان گرگان به جبهه مقاومت

فرمانده سپاه گرگان از کمک ۵۰۰ میلیون تومانی بسیجیان گرگان به جبهه مقاومت خبرداد.

سرهنگ پاسدار، محمود علیخانی ظهر دوشنبه در جمع خبرنگاران از برگزاری ویژه برنامه هفته استکبار ستیزی در گرگان خبر داد و اظهار کرد: این برنامه‌ها همزمان با سراسر استان از روز ۸ آبان همزمان با سالروز شهادت محمدحسین فهمیده آغاز و تا روز ۱۳ آبان ادامه دارد.

وی با اشاره به اینکه در این ایام بیش از ۲۵۰ برنامه عمومی در سطح شهرستان گرگان برگزار می‌شود، افزود: ۴۸ برنامه هم به صورت ویژه در این ایام اجرایی خواهد شد.

فرمانده سپاه گرگان از نواخته شدن زنگ استکبارستیزی و مقاومت در سطح مدارس گرگان با محوریت بسیج دانش‌آموزی و معاونت پرورشی در این ایام خبر داد و گفت: برگزاری یادواره ۱۷۵ شهید دانش‌آموز، پوشش همکلاسی مهربان با محوریت حمایت از دانش‌آموزان نیازمند، عطف‌افشانی گلزار شهدای دانش‌آموز گرگان با حضور دانش‌آموزان از برنامه‌های ایام ۱۳ آبان است.

وی راهپیمایی شکوهمند و ضد استکباری ۱۳ آبان را از مهمترین برنامه هفته بسیج دانش‌آموزی اعلام کرد و افزود: در این راهپیمایی دانش‌آموزان دیروز که در دفاع مقدس نقش آفرینی کرده بودند در کنار دانش‌آموزان امروز قرار خواهند گرفت و به میانه می آیند تا باری دیگر به دشمن ثابت کنند که ایران اسلامی همچنان ایستاده است.

علیخانی در ادامه اشاره‌ای هم به کمک ۵۰۰ میلیون تومانی بسیجیان گرگان به جبهه مقاومت کرد و افزود: این کمک‌ها علاوه بر پایگاه بسیج از طریق کمیته امداد و نهادهای مردمی جمع‌آوری می‌شود.

وی یادآور شد: در ۱۷ آبان توانستیم ۲۰۰ نفر از دانش آموزان گرگانی را به اردوهای راهیان نور اعزام کنیم که طی برنامه ریزی های انجام شده ۲۰۰ نفر دیگر هم در آذر ماه اعزام خواهند شد.

توصیه ها متخصصان دانشکاه علوم پزشکی مازندران در باره بیماری پوکی استخوان و راهکارهای مقابله با آن:

ضرورت توجه جدی تر به مخاطرات بیماری شایع اما پنهان در مازندران



شیوع پوکی استخوان در زنان چهار برابر مردان است و زنان بالای ۶۰ سال بیشترین مبتلایان به این بیماری را تشکیل می‌دهند.

پوکی استخوان بر اثر تخریب بافت استخوانی ایجاد می‌شود، توده استخوانی هر فرد در سن ۳۰ تا ۳۵ سالگی به بیشترین حد خود می‌رسد و پس از این سن، کم شدن توده استخوان به صورت یک روند طبیعی آغاز می‌شود.

دکتر صفری عربی، با بیان اینکه شیوع دقیق پوکی استخوان در ایران مشخص نیست، یادآور شد: افزایش جمعیت سالمندان، تغییر الگوی زندگی و شهرنشینی در شیوع پوکی استخوان در دهه‌های اخیر جهان تاثیر به سزایی داشته است.

وی با بیان اینکه شیوع اختلال کاهش توده استخوانی در سالمندان و به ویژه زنان بعد از سنین یائسگی بسیار بالا است، گفت: کاهش تراکم و قدرت استخوان در مردان آهسته‌تر از زنان اتفاق می‌افتد اما در ۶۵ تا ۷۰ سالگی، زنان مردان با یک سرعت استخوان‌های خود را از دست می‌دهند.

معاون بهداشت و درمان دانشگاه علوم پزشکی مازندران، تشخیص به موقع پوکی استخوان را بسیار مهم خواند و انجام معاینه بالینی و گرفتن شرح حال و بررسی عوامل خطر ابتلا به پوکی استخوان در تمامی خانم‌های ۵۰ بالای سال و مردان بالای ۷۰ سال توصیه می‌شود.

ارتباط مصرف دخانیات و مواد مخدر با پوکی استخوان
به گفته معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران،تحقیقاتی که در این خصوص انجام شده است نشان می‌دهد مصرف دخانیات و همین‌طور الکل می‌تواند در کاهش تراکم استخوان موثر باشد. بنابراین ما به کسانی که به هر دلیلی عادت به مصرف این مواد دارند توصیه می‌کنیم که آنها را کنار بگذارند. تحقیقات نشان می‌دهد که مصرف الکل و دخانیات سرعت استخوان سازی را کاهش می‌دهد و مصرف الکل و مواد مخدر نیز می‌تواند استخوان‌ها را ضعیف می‌کند.

برای پیشگیری از پوکی استخوان و یا



پزشکی مازندران و مسئول درمانگاه استنوپاد بیمارستان امام خمینی در این باره گفت: در تمام جوامع دنیا وقتی سن متوسط جامعه بالا می رود پوکی استخوان بیشتر در خانم های بالای ۵۰ تا ۶۰ سال و به ندرت در آقایان رخ می دهد. درمانگاه استنوپاد مرکز تحقیقات ارتپدی مستقر در بیمارستان امام خمینی ساری وابسته به دانشگاه علوم پزشکی مازندران از آذرماه سال ۱۴۰۱ شروع به ارائه خدمات گسترده در زمینه تشخیص پوکی استخوان و شروع درمان و نیز آموزش بیمارانی که با شکستگی ناشی از پوکی استخوان به این مرکز درمانی مراجعه کردند، انجام داده است.

به گفته دکتر شایسته آذر هدف از راه اندازی این مرکز شناسایی عارضه پوکی استخوان، آگاه سازی و بهینه نسبت به این بیماری قبل از مستولی شدن آن و درمان بیماری و همچنین ارائه خدمات به بیماران مبتلا به پوکی استخوان و در کنار درمان شکستگی اعمال اقدامات برای جلوگیری از شکستگی مجدد است.

وی اظهار کرد: بانوان بالای ۶۰ سال، افراد مصرف کننده طولانی مدت کورتون، افرادی که با ضرات کم انرژی دچار شکستگی شدند می توانند با مراجعه به درمانگاه استنوپاد مرکز آموزشی درمانی امام خمینی(ره) ساری از راه مرکز تخصصی بررسی و درمان پوکی استخوان استان مازندران با تعرفه دولتی خدمات دریافت کنند.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مازندران گفت: پس از اخذ عکس تراکم استخوان بانوجه به جواب عکس های اخذ شده دارو درمانی انجام می شود و روند درمان ۲ ساله پیگیری می شود.
راهکارهای کاهش پوکی استخوان در دوران سالمندی:
معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران در این باره گفت:آمارهای دقیقی از مبتلایان به پوکی استخوان در استان وجود ندارد.

دیدار با اشاره به ماده ۳۸ قانون برنامه هفتم توسعه که بر اساس آن وزارت نیرو مکلف شده در سال اول اجرای این قانون، بازار مبادله آب‌های نامتعارف را ایجاد و مشوق‌های سرمایه‌گذاری در این موضوع را فراهم کند، از آمادگی بازار آب یزد برای گسترش به سوی کارگرایی آب‌های نامتعارف خبر داد. در پایان این نشست، نحوه تعاملات بعدی میان بازار آب و شرکت آبفای یزد مورد بحث و بررسی قرار گرفت.