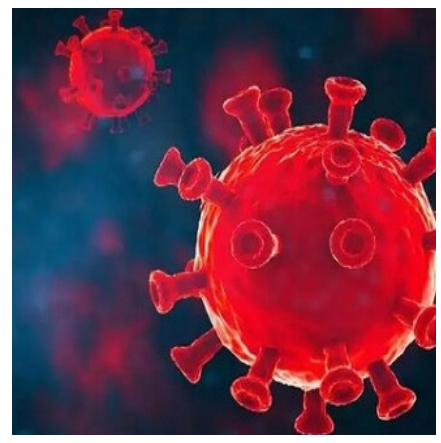
علامتی که به تازگی به علائم ابتلا به امیکرون پیوست

برخی از افرادی که در بریتانیا به ویروس کرونا سویه امیکرون مبتلا شده‌اند، گزارش کردند که علامت زنگ زدن گوش را تجربه می‌کنند. برنامه ردیابی «علائم کووید زوئی» اکنون این علامت را به ۲۰ مورد از شایع‌ترین موارد گزارش شده در ابتلا به امیکرون افزوده است، فهرستی که هر هفته به روز می‌شود.

سلامت

زیرسویه جدید کرونا در چین شناسایی شد



زیرسویه جدید کووید(یکی در چین و دیگری در بریتانیا) پیدا شده است. زیر سویه جدید امیکرون که در چین شناسایی شده، از سویه امیکرون BA.1.1 تکامل یافته و اولین بار در یک بیمار مبتلا به یک مورد خفیف کووید در شهر سوژو هم‌مرز با شانگهای کشف شد. زیرسویه جدید که در بریتانیا یافت شده است، XE نام دارد نوترکیبی از سویه‌های BA.1 و BA.2 سویه امیکرون است.

تخمین زده شده است که حدود ۱۰ درصد بیشتر از BA.2 قابل انتقال است. با این حال این رقم ممکن است تغییر کند، زیرا تا ۲۲ مارس تنها ۶۳۷ مورد ابتلا با این زیرسویه جدید در بریتانیا شناسایی شده است؛ بنابراین داده‌های کافی برای دانستن اینکه XE چقدر مسری است، در این مرحله کافی نیست.

باید منتظر موج‌های جدیدی از عفونت باشیم؛ البته به این معنا نیست که مانند ژانویه جهش‌های فوق‌العاده‌ای خواهیم داشت، اما در حال حاضر تعداد موارد در برخی از مناطق ایالات متحده مانند شمال شرق افزایش یافته است؛ بنابراین همه باید آماده باشیم. بیشتر به این دلیل که زیر متغیر بسیار مسری BA.2 امیکرون سویه غالب است. همچنین به این دلیل که شاهد ظهور سویه‌های فرعی جدید در بریتانیا و چین هستیم.

منبع: ایسنا

اینفوگرافیک

هوای تازه

آسیب‌های روانی دوری از مدرسه؛

اختلال جدی در رابطه والدین با کودکانشان در دوران کرونا

یک روانشناس و کارشناس حوزه آموزش‌وپرورش درباره تاثیرات بیماری کرونا و تعطیلات طولانی مدت مدارس بر سلامت روان دانش آموزان توضیحاتی ارائه کرد و گفت: اگر این بیماری ادامه‌دار باشد تا کی می‌توانیم جلوی حضور دانش‌آموزان در مدرسه را بگیریم؟. اکنون دانش‌آموزانی داریم که ۹ ساله شده‌اند و هنوز به مدرسه نرفته‌اند و این می‌تواند پیامدهای جبران ناپذیری داشته باشد.

عباس فرجی در این باره اظهار کرد: در دوران پاندمی کووید ۱۹، «پساکرونا»، یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های نظام‌های آموزشی در تمام دنیا بوده است؛ به عنوان روان‌شناس و مشاور در آموزش و پرورش در دوران این پاندمی، اختلال جدی در رابطه والدین با کودکانشان برایم بسیار پررنگ بود.

وی افزود: تقریبا هر روز اولیایی به دفاتر مشاوره مراجعه و روی موضوع آموزش فرزندانشان تاکید می‌کنند، اینکه «فرزندشان پس از همه‌گیری کرونا درس نمی‌خواند.» جمله بسیار آشنایی برای من و همکارانم است. در اغلب اوقات در پاسخ به والدین می‌گویم «خب چه اشکالی دارد درس نخواند؟» و با چهره بهت‌زده و تعجب‌آور پدر و مادرها روبه رو می‌شوم.

این روانشناس و کارشناس حوزه آموزش‌وپرورش ادامه داد: نحوه مواجهه والدین با این جمله به این معناست که گویی این مشاور به اصطلاح "در باغ نیست". البته حق هم می‌دهم چنین تصوری داشته باشند؛ چرا که معتقدم سلامت روان دانش‌آموز از درسش با اهمیت‌تر است، اما شوربختانه نگاه کلان آموزش و پرورش به دانش‌آموزان چنین تاثیری گذاشته که آموزش بر همه چیز تقدم دارد. کافی است روی جملات تاکیدی مسئولین آموزش و پرورش دقت کنیم تا متوجه شویم تا چه اندازه روی بحث آموزش تاکید می‌کنند.فرجی با بیان اینکه این در حالی است که تهدید جدی این پاندمی، سلامت روان دانش‌آموزان است گفت: اغلب اولیاء این اعتقاد را دارند که «ما هیچ انتظاری از فرزندمان نداریم جز اینکه درسش را بخواند.» در تصور این دست از والدین، بچه خوب، کسی است که درس بخواند و نمرات عالی کسب کند، اما در حقیقت این‌طور نیست و معتقدم دانش‌آموز خوب، دانش‌آموزی است که بتواند کارکردهای مختلفی به عهده بگیرد.

وی افزود: این اولیاء وقتی به دفاتر مشاوره مراجعه می‌کنند مستاصل هستند و شروع به بازگو کردن عیوب فرزند خود - آن هم در حضور خودش- می‌کنند. عمده مشکلاتی که از سوی این والدین مطرح می‌شود این است که درس نمی‌خواند، دیر می‌خوابد، دائم سرش در گوشی است، با دوستانش زیاد وقت می‌گذراند، گیم بازی می‌کند و امثالهم؛ تقریبا در همه موارد مراجعات به دفاتر مشاوره، موضوع "درس نخواندن"، سر آغاز هر گفت‌وگویی است و نشان می‌دهد موضوع درس دانش‌آموز تا چه اندازه برای اولیاء اهمیت دارد.

این روانشناس و کارشناس حوزه آموزش‌وپرورش با تصریح این مطلب که به زعم بنده چنین دیدگاهی توسط آموزش و پرورش به خانواده‌ها تزریق شده و رفتار بیمارگونه‌ای را شکل داده است گفت: وقتی در جلسات مشاوره، والدین در بیان نکات منفی فرزند خود زیاده‌روی می‌کنند، وارد عمل شده و می‌خواهم ویژگی‌های مثبتش را نیز بشمارند. با این حال باز به حرف خودشان برمی‌گردند و تاکید می‌کنند که «اگر درس بخواند من هیچ چیزی از او نمی‌خواهم، من فقط انتظار دارم درسش را بخواند، همین». سوال اینجاست که اگر به عنوان یک مادر، اعضای خانواده بگویند «هیچ چیزی از تو نمی‌خواهیم جز اینکه خوب غذا درست کنی» چه احساسی به تو دست می‌دهد؟ و اینجاست که مادر دانش‌آموز حسابی جا می‌خورد و می‌گوید «بهم بر می‌خورد، کلی ویژگی‌های دیگر دارم و غذا پختن تنها وظیفه‌ام نیست.» به همین دلیل است که تاکید دارم فرزند شما کلی نقش دیگر دارد و درس خواندن یکی از آنهاست نه تنها وظیفه‌اش.

فرجی در ادامه گفت: در واقع وقتی یک چیز تا این اندازه اهمیت پیدا می‌کند، حساسیت برانگیز می‌شود و در نتیجه یک اختلال را شاهد خواهیم بود و باید یاد بگیریم نقش‌های متعدد فرزند خود را ببینیم و بپذیریم. این مقدمه به این جهت بود که بگویم پاندمی کووید ۱۹ باعث شده نقش‌های دانش‌آموزان فقط به درس خواندن محدود شود؛ در حالی که ما در حال حاضر بحران‌های روانی زیادی را در دانش‌آموزان شاهدیم که درس خواندن در اولویت چندم هم قرار نمی‌گیرد.

وی با بیان این مطلب که «دانش‌آموز خوب، دانش‌آموزی نیست که فقط نمره ریاضی و علوم را ۲۰ بگیرد؛ دانش‌آموز خوب، دانش‌آموزی است که بتواند در یک جامعه نقش درستی را ایفا کند و از سلامت روانی بهره ببرد، حتی اگر نتواند نمرات لازم را در دروس خاصی کسب کند» گفت: لذا وقتی دانش‌آموزی به مدرسه می‌آید برای آن است که بتواند یاد بگیرد در جامعه نقش درستی ایفا کند، به هر صورت انسان یک موجود اجتماعی است و ما بیشترین تعاملات خود را در مدرسه می‌آموزیم. دوری دو ساله دانش‌آموزان از مدرسه مهم‌ترین آسیبی که به دانش‌آموزان زده این است که بچه‌ها به شدت از نظر تعاملات روانی و اجتماعی دچار اختلال شده‌اند.این مشاور و روانشناس در آموزش و پرورش افزود: بسیاری از کشورها برای مقابله با اثرات روانی کووید ۱۹ بودجه‌های بزرگی را برای این امر اختصاص داده‌اند، مثلا «قانون طرح نجات آمریکا که در مارس ۲۰۲۱ تصویب شد، شامل ۱۷۰ میلیارد دلار بودجه برای مدارس بود، بسیاری از مدارس این بودجه را برای استخدام کارکنان بهداشت روان از جمله روانشناسان و مشاوران استفاده کرده‌اند. سایر بودجه‌های فدرال و ایالتی نیز برای آموزش روانشناسان تخصیص داده شده. به عنوان مثال، در نوادا که از لحاظ تاریخی رتبه آخر را در سلامت روان ایالات متحده داشته است دانشگاه نوادا، لاس وگاس، کمک هزینه‌ای برای آموزش مشاوران مدارس در نظر گرفت تا در زمینه ارتقای سطح علمی مشاوران مدارس به‌کار برده شود.»

فرجی در ادامه به بیان چند نقل قول دیگر پرداخت و گفت: دکتر آرتور سی. ایوانز جونیور، مدیر عامل انجمن روان‌شناسی آمریکا (APA) معتقد است حتی اگر کووید ۱۹ عقب نشینی کند، ما همچنان با پیامدهای روانی آن دست و پنجه نرم خواهیم کرد. او معتقد است که پیامدهای روانی چنین اتفاقی حداقل هفت تا ۱۰ سال آینده ادامه خواهد داشت و در برخی موارد تا آخر عمر همراه افراد باقی خواهد ماند. به گفته ایوانز در سال گذشته افزایش تعداد کودکانی که به مراکز اورژانس خدمات روانی مراجعه می‌کنند از مرز ۱۰۰ هزار نفر گذشت. او می‌گوید شاهد افزایش چهار برابری اضطراب و افسردگی در میان دانش آموزان هستیم.

وی افزود: این وضعیت در بزرگسالان هم مشهود است و بررسی‌ها نشان داده شده است که «میزان اضطراب و افسردگی در بین بزرگسالان آمریکایی بین آوریل ۲۰۲۰ و آگوست ۲۰۲۱ حدود چهار برابر بیشتر از سال ۲۰۱۹ بوده است. بر اساس همین گزارش بیشترین میزان افزایش اضطراب و افسردگی در میان والدینی بوده که فرزندشان از مدرسه دور بوده‌اند.»

این مشاور و روانشناس در آموزش و پرورش با اشاره به اینکه با این اوصاف وقتی می‌گوییم موضوع "آموزش"، در اولویت چندم درخصوص بازگشت دانش‌آموزان به مدارس است، بیراه نگفته‌ایم اظهار کرد: با تمام این اوصاف ذکر این نکته هم بسیار حائز اهمیت است که بازگشت به مدرسه بعد از دو سال آن هم بعد از پشت سر گذاشتن چنین پاندمی بزرگی می‌تواند اضطراب‌زا باشد. تقریبا در تمامی مطالعات انجام شده در خصوص بازگشایی‌ها، نیمی از والدین و دانش‌آموزان از اضطراب ناشی از بازگشایی شکایت داشته‌اند.فرجی افزود: شخصاً شاهد گفت‌وگوی یکی از اولیاء با مدیر مدرسه بودم که می‌گفت نمی‌خواهد فرزند خود را به مدرسه بفرستد، چراکه معتقد است بعد از پشت سر گذاشتن بیماری کرونا در زمستان حاضر نیست دوباره فرزندش به مدرسه بیاید.

وی با طرح این پرسش که «اگر این بیماری ادامه‌دار باشد تا کی می‌توانیم جلوی حضور دانش‌آموزان را به مدرسه بگیریم؟» گفت: اکنون دانش‌آموزانی داریم که ۹ ساله شده‌اند و هنوز به مدرسه نرفته‌اند و این می‌تواند پیامدهای جبران ناپذیری داشته باشد. تمام بررسی‌ها نشان می‌دهند که بیشترین آسیب را دختران به علت دور بودن از مدارس دیده‌اند.این روانشناس در پاسخ به این سوال که «چگونه افراد می‌توانند دوباره در محیط‌های اجتماعی احساس ایمنی داشته باشند؟» گفت: دکترالن هندریکسن، روانشناس بالینی در مرکز اضطراب و اختلالات دانشگاه بوستون در این باره اینگونه پاسخ داده است که «بارها و بارها با افرادی که از اضطراب اجتماعی رنج می‌کشند مواجه شده‌ام آن‌ها می‌گویند من کار زیادی برای پیشگیری از همه‌گیری کرونا انجام داده‌ام تا بتوانم ایمنی جسمی خود را تامین کنم، اما از نظر روانی احساس می‌کنم نمی‌توانم در جمع، حاضر شوم و دچار هراس می‌شوم. من به آن‌ها می‌گویم که اعتماد اجتماعی مانند یک ماهیچه است، اگر در گذشته در جمع حاضر می‌شدید و به راحتی ارتباط می‌گرفتید الان هم می‌توانید این کار را انجام دهید، همانطور که یک ماهیچه که مدت‌ها از آن استفاده نکرده‌اید ضعیف می‌شود، ولی با کمی تمرین و ورزش دوباره فعال می‌شود.»

فرجی ادامه داد: ابتدا شاید احساس نا خوشایندی داشته باشید، اما رفته رفته می‌توانید با تقویت خود به ترس‌ها غلبه کنید. سعی کنید زمانی را در بیرون از خانه سپری کنید، از فضاهای باز شروع کنید، جاهایی که شلوغ هستند، اما سرپوشیده نیستند و به‌تدریج خودتان را به محیط‌های بسته عادت بدهید. هر چقدر در محیط‌های اجتماعی قرار بگیرید به همان اندازه راحت‌تر می‌توانید جمع را بپذیرید.وی با تاکید بر اینکه به هر صورت به عنوان یک روانشناس معتقدم راهی جز بازگشایی نداریم، چون هر قدر دیرتر اقدام کنیم به همان اندازه مشکلات روانی را افزایش خواهیم داد اظهار کرد: همین حالا هم وضع روانی جامعه چندان رضایت‌بخش نیست و مدت نوبت‌دهی به مراجعین گاهی از چند ماه می‌گذرد. با طولانی‌تر شدن مدت جدایی دانش‌آموزان از مدرسه کنترل شرایط قطعا از دست خارج خواهد شد.این مشاور و روان‌شناس در آموزش و پرورش افزود: در واقع اگر مثال ماهیچه بدن را در نظر بگیریم اگر مدت زیادی از آن استفاده نشود به مرحله‌ای خواهیم رسید که آن ماهیچه را از دست خواهیم داد، لذا سلامت روان هم همین‌طور است و اگر مدت طولانی ارتباط خود را با بیرون قطع کنیم بازگشت دوباره به حالت نرمال بسیار سخت خواهد بود و گاهی غیر ممکن است.

منبع:ایسنا

معاون بهداشت وزارت بهداشت:

۱۶۴ بیمار مبتلا به سرخک در کشور شناسایی شد

معاون بهداشت وزارت بهداشت با تأکید بر لزوم تزریق واکسن ام‌ام‌آر، تعداد موارد شناسایی شده سرخک در کشور را ۱۶۴ نفر اعلام کرد.

کمال حیدری، در حاشیه اجلاس روسای دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور که به صورت ویدئوکنفرانس برگزار شد، درباره شیوع سرخک در کشور گفت: جمهوری اسلامی ایران در سال گذشته موفق به اخذ گواهی حذف سرخک از سازمان جهانی بهداشت شد، اما متأسفانه همزمان با این رویداد، در کشور همسایه‌مان افغانستان بیماری سرخک شایع شد و از طرفی، با توجه به مسائل سیاسی کشور افغانستان و مهاجرت عده زیادی از شهروندان افغانستانی به کشورمان و پراکندگی آن‌ها در نقاط و شهرهای مختلف، برای ما دغدغه خاطر ایجاد کرده است، زیرا در استان‌های مختلف مواردی از این بیماری گزارش شد و به دلیل حساسیتی که در مورد این بیماری وجود دارد، به طور ویژه به آن پرداختیم.وی درباره شمار مبتلایان به سرخک در کشورمان، بیان کرد: تاکنون حدوداً ۱۶۴ نفر در کشورمان به این بیماری مبتلا شده‌اند، باید توجه شود که سرخک، واگیردار است و احتمال اینکه به افراد بیشتری سرایت کند زیاد است؛ لذا هر کسی که روند واکسیناسیون «ام‌ام‌آر» را تکمیل نکرده، حتماً به مراکز بهداشت در سراسر کشور مراجعه کند. امیدواریم که با وجود تلاش هایمان برای مهار این بیماری، مجدداً درگیر نشویم.وی افزود: در این راستا، به تمام دانشگاه‌های علوم پزشکی هشدار دادیم که در جهت مقابله با این موضوع که تهدیدکننده موفقیت‌مان در عرصه ریشه‌کنی سرخک در کشور است، اقدامات لازم را انجام داده و در زمینه تکمیل واکسیناسیون اتباع غیر ایرانی حتماً برنامه‌ریزی کنند، مخصوصاً در مناطقی که محل تجمع تبعه غیر ایرانی است، پوشش واکسیناسیون ام‌ام‌آر فراهم شده و به صورت فعال واکسیناسیون صورت می‌گیرد.

معاون بهداشت وزارت بهداشت ادامه داد: همچنین به بخش دولتی و خصوصی دستور آمادگی داده‌ایم تا در صورت مراجعه افراد مبتلا مراقبت و آزمایشات لازم سریعاً انجام شود.وی گفت: اتباع افغانستانی که قصد رفت و آمد به کشورشان را دارند، توجه داشته باشند که حتماً واکسیناسیونشان را کامل کرده باشند، زیرا در حال حاضر در کشور افغانستان این بیماری شایع است.

آگهی فقدان سند مالکیت پلاک ۲۹/۵۳۸ واقع در عسلویه

نظر به اینکه آقای عبدالکریم کریمی به پیوست چند برگ استشهادیه محلی با اعلام مفقودی یک جلد سند مالکیت به شماره سریال ۲۴۳۴۲۳ ب ۹۸ دفتر املاک الکترونیکی ۱۳۹۸۲۰۳۲۴۰۹۴۰۰۱۳۹۱ مربوط به خانه مشتمل بر مغازه دوممیز هفت هزارم دانگ از ششدانگ پلاک ۲۹/۵۳۸ درخواست صدور المثنی را نموده است. لذا مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین نامه قانون ثبت اعلام می شود که هرکس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای نموده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد، ظرف مدت ده روز پس از انتشار این آگهی به اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان عسلویه مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت و یا سند معامله تسلیم نماید. چنانچه ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد و یا در صورت اعتراض اصل سند معامله ارائه نشود اداره ثبت المثنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد شد.

تاریخ انتشار آگهی: ۱۴۰۷/۰۷/۱۷

شماره: ۱۲ م الف

یعقوب محمدی_ رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان عسلویه

۱۴۰۱۰۱۰۰۱۶

آگهی تحدید حدود قانون ساماندهی و حمایت از تولید و عرضه مسکن مصوب ۱۳۸۸

نظر به اینکه املاک مشروحه ذیل در اجرای مقررات قانون الحاق موادی به قانون ساماندهی و حمایت از تولید عرضه و مسکن مصوب ۱۳۸۸/۱۲/۰۲ از طرف بنیاد مسکن انقلاب اسلامی شهرستان دیر به نمایندگی از طرف متقاضیان درخواست صدور سند مالکیت نموده و تصرفات مالکانه وبلامعارض و بلامنازع متقاضیان در اجرای بند ۲ از ماده یک قانون منجر به صدور رأی گردیده است لذا با توجه به عدم سابقه تحدید حدود آنها در اجرای بند ب از ماده ۷ آئین نامه اجرایی قانون فوق الذکر جهت اطلاع عموم الصاقی و عملیات تحدید حدود به شرح تاریخ تعیین شده ذیل در محل با حضور نماینده بنیاد مسکن و صاحبان املاک و مجاورین به عمل خواهد آمد و عدم حضور مانع انجام عملیات تحدید حدود نخواهد شد.

۱- پلاک ۲۱۰۵/۲۸۵۵ خانم زینب برنا ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۴۳۳/۰۵ متر مربع واقع در بردستان

تحدید حدود ۱۴۰۱/۰۲/۱۱

لذا بدینوسیله اعلام میدارد اشخاصی که نسبت به اصل ملک اعتراض دارند از تاریخ الصاق یا انتشار این آگهی و اشخاصی که نسبت به تحدید حدود و حقوق ارتفاقی اعتراض دارند از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدید حدود ظرف مدت بیست روز باید اعتراض خود را به صورت مکتوب به اداره ثبت اسناد و املاک دیر تسلیم نماید و ظرف یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض به ثبت دیر دادخواست خود را به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت اسناد و املاک دیر تسلیم نماید رسیدگی به اینگونه اعتراضات در دادگاه خارج از نوبت خواهد بود. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض در موعد مقرر و یا تحویل گواهی عدم تقدیم دادخواست به اداره ثبت اسناد و املاک دیر عملیات ثبتی با رعایت مقررات خواهد شد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۷/۰۷/۱۷

شماره: ۱ م الف

محمد رمضانی زاده_رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان دیر

۱۴۰۱۰۱۰۰۱۴

آگهی فقدان سند مالکیت ۱۷۰۶/۵۶ بخش ۵ دیر

خانم ها محدثه فخرایی و فاطمه قاسمی و صادق فخرایی که به موجب گواهی حصر وراثت به شماره ۱۴۰۰۳۹۳۹۰۰۰۱۱۰۹۵۱۶-۱۴۰۰/۰۶/۲۰ صادره از شعبه دوم شورای حل اختلاف دیر با تسلیم استشهاد محلی مدعی است یک جلد سند مالکیت به مقدار ۳۳۵۲ سهم مشاع از ششدانگ زمین مزروعی به پلاک ۱۷۰۶/۵۶ به مساحت ۲۸۵۹۲ متر مربع واقع در بی بی خاتون بخش ۵ دیر که در دفتر جلد ۵۴ صفحه ۳۰۸ ذیل ثبت ۵۹۷۸ به نام آقای حسین فخرایی ثبت و صادر و تسلیم گردیده و میزان ۳۰۰۰ سهم مشاع از ۶۳۵۲ سهم از ۲۸۵۹۲ سهم از ۹۲۲۹۰ سهم از ششدانگ پلاک مذکور طی سند قطعی شماره ۴۴۵۹۲ مورخ ۱۳۹۱/۰۸/۲۱ دفتر ۱۵ دیر به پیام قندیل کنگانی انتقال قطعی یافته است که سند مالکیت اولیه به علت جا به جایی مفقود گردیده و در خواست صدور المثنی سند مالکیت را نموده لذا مراتب طبق اصلاح تبصره یک اصلاحی ماده ۱۲۰ آئینامه قانون ثبت اعلام میشود که هرکس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای نموده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد تا ده روز پس از انتشار این آگهی به اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان دیر مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت و یا سند معامله تسلیم نماید چنانچه ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود المثنی سند طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد شد./ک

تاریخ انتشار آگهی: ۱۴۰۷/۰۷/۱۷

شماره: ۲ م الف

محمد رمضانی زاده- رئیس اداره ثبت اسناد واملاک شهرستان دیر

۱۴۰۱۰۱۰۰۱۵

مراحل شست و شوی سبزی را بهتر بشناسید

سبزی یکی از فسادپذیرترین محصولات کشاورزی محسوب می شود که ممکن است در مزرعه، با مدفوع حیوانات و یا جریان فاضلاب ها و دیگر آلاینده ها آغشته شود، بنابراین به سادگی می تواند باعث بیماری در انسان شود.

برای جلوگیری از مبتلا شدن به انگل ها و یا بیماری های روده ای می بایست سبزی هایی را که می خواهیم به صورت خام مصرف کنیم، به روش زیر سالم سازی کرده و بعد مصرف کنیم:

مرحله۱

پاکسازی: ابتدا سبزی ها را به خوبی پاک کرده، سپس با آب تمیز شست و شو می دهیم تا مواد زائد و گل و لای آن برطرف شود.

مرحله۲

انگل زدایی: بعد از پاکسازی سبزی، یک ظرف پنج لیتری را پر از آب کنیم و به ازای هر لیتر آب، ۳ تا ۵ قطره مایع ظرفشویی داخل آن بریزیم و هم بزنید. سپس سبزیرا داخل کفاب قرار دهیم و بعد از ۵ دقیقه سبزی را از داخل کفاب خارج کرده و با آب سالم کامل شست و شو دهیم تا تخم انگل ها و باقیمانده مایع ظرفشویی از آن جدا شود.

مرحله۳

گندزدایی: برای ضدعفونی و از بین بردن میکروب ها، یک گرم (نصف قاشق چایخوری) پودر پرکلرین ۷۰ درصد را در ظرف ۵ لیتری پر از آب ریخته، کامل حل کنیم تا محلول گندزدایی کننده به دست آید سپس سبزی انگل زدایی شده را برای ۵ دقیقه در این محلول قرار دهید تا میکروب های آن از بین بروند.

اگر پودر پرکلرین در دسترس نباشد می توانیم از هر ماده گندزدایی کننده مجاز دیگری که در داروخانه ها و مغازه ها وجود دارد طبق دستور العمل مصرف آن استفاده کنیم.

مرحله۴

شست و شو: سبزی ضدعفونی شده را مجدد با آب سالم بشوییم تا باقیمانده کلر از آن جدا شود و سپس مصرف کنیم.

منبع: بهداشت نیوز