

### این صیفی جذاب را جایگزین آسپرین کنید



دانشمندان در دانه‌های گوجه فرنگی ماده‌ای را پیدا کردند که می‌تواند با پیشگیری از لخته شدن خون در بدن به گردش طبیعی خون انسان کمک کرده و به نوعی عملکرد قرص آسپرین را شبیه‌سازی کند. هم‌اکنون بسیاری از افراد در سراسر جهان روزانه آسپرین مصرف می‌کنند تا از لخته شدن خون پیشگیری کنند، این در حالی است که مصرف این دارو می‌تواند عوارض زیادی مانند خونریزی معده را به همراه داشته باشد. به گزارش صد آنلان، تحقیقات نشان می‌دهند دانه‌های گوجه فرنگی می‌توانند به‌عنوان جایگزین طبیعی آسپرین کاربرد داشته باشند.

**استفاده بیش از حد از آسپرین چه بلایی سرتان می‌آورد؟** گوجه فرنگی از جمله سبزیجات پرخاصیت است که اگر چه به صورت پخته و رب در غذا زیاد مورد استفاده قرار می‌گیرد، ولی مصرف آن به صورت خام بسیار مفیدتر است. گوجه فرنگی سرشار از ویتامین‌های C و A، اسید فولیک یا بنا کاروتن و مقدار کمی ویتامین‌های گروه B شامل B۱، B۲، B۳، B۵ و همچنین دارای مواد معدنی مختلف شامل کلسیم، فسفر، پتاسیم، فیبر، سدیم، گوگرد، کمی آهن، مس و روی نیز هست. دانشمندان در دانه‌های گوجه فرنگی ماده‌ای را پیدا کردند که می‌تواند با پیشگیری از لخته شدن خون در بدن به گردش طبیعی خون انسان کمک کرده و به نوعی عملکرد قرص آسپرین را شبیه‌سازی کند. هم‌اکنون بسیاری از افراد در سراسر جهان روزانه آسپرین مصرف می‌کنند تا از لخته شدن خون پیشگیری کنند، این در حالی است که مصرف این دارو می‌تواند عوارض زیادی مانند خونریزی معده را به همراه داشته باشد. آزمایشات نشان می‌دهند ۳ ساعت بعد از مصرف این ماده گردن خون بدن به حالت یکنواخت درمی‌آید و اثرات آن ۱۸ ساعت در بدن باقی می‌ماند. البته این یافته‌ها به این معنی نیستند که شما مجازید مصرف آسپرین را خودسرانه قطع کنید.



# این علائم نشان می‌دهد کیسه صفرا شما مشکل دارد

### بیماران مبتلا به میکروب معده چه میوه‌هایی بخورند؟



بیماران مبتلا به میکروب معده نمی‌توانند هر نوع غذایی را میل کنند. به گزارش بهداشت نیوز، میکروب معده یکی از بیماری‌های آزاردهنده‌ای است که برخی از آن رنج می‌برند و باعث می‌شود فرد مبتلا نتواند به طور عادی زندگی خود را به خصوص در هنگام خوردن غذا داشته باشد.

در این مطلب با مهم‌ترین میوه‌های سالم برای بیماران مبتلا به میکروب معده که به کاهش درد، نفخ و سوزش معده در آنها کمک می‌کنند، آشنا خواهیم شد.

**سیب**  
خوردن سیب باعث افزایش یک نوع باکتری مفید موجود در روده می‌شود که این افزایش به بهبود سریع عفونت در روده کمک می‌کند.

**انگور**  
انگور حاوی پلی فنول یعنی آنتی‌اکسیدان‌هایی است که فواید زیادی از جمله کاهش فشارخون، التهاب، سطح کلسترول و استرس اکسیداتیو برای سلامتی دارد. هنگامی که انگور می‌خوریم، پلی فنول‌ها وارد بدن و از طریق میکروبیوم روده توسط معده هضم می‌شوند که به درمان عفونت‌های روده کمک می‌کند.

**کلابی**  
کلابی یکی از میوه‌هایی است که سلامت معده را به میزان قابل‌توجهی حفظ کرده و شما را از شر عفونت‌های روده رهایی می‌بخشد؛ چراکه کلابی حاوی آنتی‌اکسیدان‌های قوی، ویتامین C و K و فیبر است؛ بنابراین خوردن آن باعث بهبود سلامت روده‌ها شده و علائم میکروب معده را برطرف می‌کند.

انبه برای بیماران مبتلا به میکروب معده مفید است، اما نباید در مصرف آن زیاده‌روی کرد، چراکه باعث اسهال و استفراغ می‌شود. کنتنتی است علی‌رغم فواید این میوه‌ها برای بهبود بیماری میکروب معده، مراجعه به پزشک هرگز نباید نادیده گرفته شود و این پزشک است که می‌تواند بهترین درمان را به شما ارائه کند.

این نکته توجه کنید که این تغییرات ممکن است به دلیل اختلال کیسه صفرا نیز ایجاد شود. جمع شدن رنگدانه‌های صفراوی با سنگ‌ها، باعث زرد یا قهوه‌ای شدن رنگ ادرار می‌شوند؛ در صورت بروز این علامت باید در اسرع وقت به پزشک یا اورژانس مراجعه کنید.

**۷. اسهال**  
اختلالات گوارشی ناشی از عملکرد نادرست کیسه صفرا یکی از دلایل ایجاد اسهال است؛ این علامت معمولاً همراه با تورم و درد شکم است که به تدریج در سراسر شکم پخش می‌شود.

**۸. تغییر در مدفوع**  
سنگ‌های صفراوی مخلوطی از صفرا، کلسترول و بیلی روبین هستند که با سفت شدن، مانع هضم غذا می‌شوند؛ از آنجا که این سنگ‌ها می‌توانند به طور قابل توجهی رشد کنند، بنابراین باعث انسداد مجاری می‌شوند و می‌توانند باعث تغییر رنگ در مدفوع شوند.

**۹. تب**  
تب که همراه با برخی اختلالات دستگاه گوارش ایجاد می‌شوند، ممکن است نشانه‌ای از ایجاد سنگ‌های صفراوی در کیسه صفرا یا عفونت در مجاری کیسه صفرا باشد. طبق تحقیقات انجام‌شده، حدود یک‌سوم بیماران مبتلا به مشکلات کیسه صفرا از این علائم رنج می‌برند.

**در صورت مشاهده این علائم به پزشک خود مراجعه کنید**  
لازم به ذکر است این علائم ممکن است نشان‌دهنده مشکلات سلامتی باشد که برخی از آنها حتی به کیسه صفرا ربطی ندارند. بنابراین عملکرد نادرست کیسه صفرا در صورت عدم درمان به موقع می‌تواند منجر به مشکلات جدی در سلامتی افراد شود. به همین دلیل در صورت بروز این علائم، مراجعه به پزشک برای درمان این بیماری ضروری است.

**۲. سوءهاضمه**  
این مشکل هنگامی ایجاد می‌شود که شیره صفرا به دلیل انسداد یا التهاب مجاری به درستی به روده نرسد که موجب می‌شود که هضم غذا سخت‌تر شده و شکم متورم شود. این درد معمولاً بعد از غذایه ویژه غذاهای دارای چربی زیاد) رخ می‌دهد.

**۳. حالت تهوع و استفراغ**  
حالت تهوع و استفراغ ناگهانی ممکن است نشان‌دهنده وجود سنگ کیسه صفرا یا التهاب کیسه صفرا باشد. اگرچه دلیل دقیق این علامت ناشناخته است، اما تحقیقات منتشرشده نشان می‌دهد که این حالت ممکن است به دلیل فیستول کوله سیستونودنال باشد.

**۴. بی‌اشتهایی**  
از دست دادن ناگهانی اشتها علامتی است که می‌تواند منجر به بروز بیماری‌های مختلف شود، اما اگر این مشکل به مدت طولانی رخ دهد، باید با پزشک مشورت کنید. باید توجه داشت که بی‌اشتهایی ممکن است به دلیل مشکل کیسه صفرا، مانند تشکیل سنگ کیسه صفرا یا التهاب مجاری صفراوی باشد.

**۵. یرقان**  
تجمع صفرا در کیسه صفرا می‌تواند باعث مشکلات کبدی و گوارشی شود که به مرور زمان باعث می‌شود پوست و سفیدی چشم‌ها رنگ زرد به خود بگیرند که به این وضعیت یرقان می‌گویند. همه این‌ها به این دلیل است که صفرا در خون باقی مانده و به راحتی به سلول‌ها و بافت‌های بدن می‌رسد. این احتمال هم وجود دارد که یرقان پس از جراحی کبد و صفراوی به دلیل آسیب یا نشت مجاری صفراوی ایجاد شود.

**۶. تغییرات در ادرار**  
اگرچه تغییرات در ادرار معمولاً مربوط به مشکلات کلیه است، اما باید به

مشکل در کیسه صفرا معمولاً به دلیل تغییر در ترکیب صفرا ایجاد می‌شود. در این مطلب با علائمی آشنا می‌شوید که نشان می‌دهد کیسه صفرا شما مشکل دارد. به گزارش بهداشت نیوز، وظیفه اصلی صفرا کمک به تجزیه چربی‌هاست. هنگامی که غذا به روده کوچک می‌رسد، کیسه صفرا منقبض می‌شود؛ سپس صفرا حرکت می‌کند تا عملکرد گوارشی خود را انجام دهد. با این حال، تغییرات گوناگون می‌تواند بر این فرایند تأثیر بگذارد و در نتیجه باعث بیماری شود.

**برای درک مشکلات کیسه صفرا چه چیزهایی را باید بدانید؟**  
بیماری‌های مرتبط با عملکرد صفرا معمولاً زمانی رخ می‌دهند که سنگ‌های صفراوی مانع عبور صفرا از مجاری می‌شود؛ این سنگ‌ها توسط موادی تشکیل می‌شوند که بر علت مصرف بیش از حد آنها اثبات‌شده و به تدریج سفت می‌شوند. توجه به این نکته مهم است که کیسه صفرا نقش مهمی در فرایند گوارش دارد؛ بنابراین ایجاد هرگونه تغییر در کیسه صفرا می‌تواند منجر به علائمی شود که بر کیفیت زندگی فرد تأثیر می‌گذارد. به همین دلیل بسیار مهم است که هوشیار بوده و به دنبال درمان به موقع برای اصلاح مشکل کیسه صفرا باشید.

**علائم احتمالی مشکل کیسه صفرا**  
**۱. درد شکم**  
درد شکم یکی از علائم هشداردهنده اصلی مشکل کیسه صفراست که به‌عنوان کولیک صفراوی شناخته می‌شود که این درد معمولاً در قسمت سمت راست بالای معده، درست زیر دنده‌ها قرار دارد. مطالعات انجام‌شده نشان می‌دهد که این درد معمولاً به دلیل انسداد مجاری صفراوی به دلیل تشکیل سنگ ایجاد می‌شود و اغلب پس از خوردن وعده‌های غذایی زیاد، درد آن شدیدتر می‌شود.

# کاهش قندخون با مصرف دمنوش گل گاوزبان



شود. **« خواص گل گاوزبان برای اعصاب**  
دمنوش گل گاوزبان موجب تقویت اعصاب و روان است و به درمان اختلال حواس کمک می‌کند. این داروی گیاهی نشاط‌آور است و این خاصیت شادای‌آور بودن گل گاوزبان می‌تواند به درمان افسردگی و استرس و اضطراب کمک کند. خاصیت آرام‌بخش بودن گل گاوزبان می‌تواند موجب درمان بی‌خوابی شود. **« خواص گل گاوزبان برای عفونت دستگاه ادراری**  
در دیگر خواص گل گاوزبان می‌توان به خاصیت ادرارآور بودن این گیاه دارویی اشاره کرد. خاصیت ادرارآور بودن گل گاوزبان به علت وجود مقادیر بالای سدیم و پتاسیم است. افزایش دفعات ادرار موجب رفع عفونت شده و از این طریق به درمان عفونت‌های دستگاه ادراری کمک می‌کند. از دیگر خواص دمنوش گل‌گاو زبان این است که به درمان التهاب و ورم کلیه و به درمان بی‌اختیاری ادرار کمک می‌کند. **« گل گاوزبان و فشارخون**  
در دیگر خواص گل گاوزبان درمان فشارخون بالاست؛ گل گاوزبان حاوی آنتی‌اکسیدان‌هاست و از طریق آنها موجب بهبود گردش خون می‌شود و این گیاه دارویی فشارخون بالا را درمان می‌کند. **« خواص عرق گل گاوزبان**  
از جمله مهم‌ترین خواص عرق گل گاوزبان خاصیت آرام‌بخشی طبیعی آن و کمک به درمان استرس و افسردگی است. از دیگر خواص عرق گل گاوزبان می‌توان به مواردی مانند درمان تورم بدن، درمان آرتریتر روماتوئید، کم‌خونی، درمان حالت تهوع و درمان

می‌تواند برای کبد سالم هم مضر باشد. از دیگر مضرات گل گاوزبان این است که می‌تواند احتمال خطر خونریزی در طول جراحی یا پس از آن را افزایش دهد، به همین علت به بیماران که عمل جراحی دارند، توصیه می‌شود که ۲ هفته پیش از عمل جراحی مصرف گل‌گاو زبان را قطع کنند. همچنین افسردگی که مبتلا به اختلال خونریزی هستند باید از مصرف گل گاوزبان خودداری و یا حداقل در مصرف این داروی گیاهی احتیاط کنند. گل گاوزبان ممکن است با برخی از داروهای شیمیایی از جمله داروهای ضدانعقاد و ضدبلاکت(مانند آسپرین، دیکلوفناک، پلاویکس، ایبوبروفن، هپارین، وارفارین، دالتاینر، انوکسپارین)، داروهای بی‌هوشی، داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی و داروهای افزایشنده تجزیه سایر داروها در کبد چرب اشاره کرد. گل گاوزبان به علت داشتن آلکالوئید برای نوزادان و کودکان ممنوع است. افسراط در مصرف گل گاوزبان می‌تواند موجب اختلالاتی در معده و دستگاه گوارش شود. معده درد و درد در افراد درگیر با سنگ کیسه صفرا نیز می‌تواند از عوارض زیاده‌روی در مصرف گل گاوزبان باشد.

**آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی**

برابر رأی شماره ۵۸-۲۳۱۱۰-۲۶۰۱۴۰۲/۲۲/۱۴۰۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کوار تصرفات مالکانه بلاعراض متقاضی خانم احترام آقائی نوروزانی فرزند عبدالرحیم بشماره شناسنامه ۸۴۴ صادره از کوار در یک باب خانه به مساحت ۱۷۹ مترمربع پلاک ۱۱۳۱۱ فرعی از ۲۳۹ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۵۱۴ فرعی از ۲۳۹ اصلی واقع در بخش نه فارس کوار خ کوه کهنه خ علیدوستی خریداری از مالک رسمی مع الواسطه آقای رضوان علیک به شماره ملی ۰۱۵۱۲۰۶-۱۰۵۳ در شش‌دانگ یک قطعه زمین 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 اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۴/۲۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۵/۸

**۴۰۲/م.الف-علیرضا کشوری- رئیس ثبت اسناد و املاک کوار**

**آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی**

برابر رأی شماره ۵۹-۲۳۱۱۰-۲۶۰۱۴۰۲/۲۲/۱۴۰۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز - ناحیه ۱ تصرفات مالکانه بلاعراض متقاضی خانم فرانک حیدری فرزند علیک به شماره شناسنامه ۴۲۶ و کدملی ۲۳۹۱۵۲۴۰۳۴ صادره از ممسنی در شش‌دانگ یک درب باغچه باتمام ساختمان به مساحت ۱۰۰۰ مترمربع پلاک ۴۷۸ فرعی از ۱ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک یک اصلی واقع در فارس بخش ۲۳ حوزه ثبت ملک شیراز ناحیه یک خریداری از مالک سهم ششماره ۱۰۵۹۲۳ مورخ ۱۳۹۱/۱۲/۱۳ دفترخانه ۳ شیراز 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 اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۴/۲۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۴/۲۵

**۳۸۷/م.الف-محسن مظفری نیا- رئیس ثبت اسناد و املاک**

**آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی**

برابر رأی شماره ۵۲-۲۳۱۱۰-۲۶۰۱۴۰۲/۲۲/۱۴۰۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز - ناحیه ۱ تصرفات مالکانه بلاعراض متقاضی شرکت فرآورده‌های لبنی رامک به شماره ملی ۰۱۵۱۲۰۶-۱۰۵۳ در شش‌دانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۵۰۱۸۲/۲۲ مترمربع پلاک ۴۷۹ فرعی از یک اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک یک اصلی واقع در فارس بخش ۲۳ حوزه ثبت ملک شیراز ناحیه یک خریداری از مالک سهم شاعی محمد کاظم نصیری طبق سند شماره ۱۰۵۹۲۳ مورخ ۱۳۹۱/۱۲/۱۳ دفترخانه ۳ شیراز 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 اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۴/۲۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۵/۹

**۲۳۵۶/م.الف-محسن مظفری نیا- رئیس ثبت اسناد و املاک**