

مدیر کل ثبت احوال خبر داد:

خراسان شمالی در صدر آمار ازدواج در کشور

علی‌نیا - خراسان شمالی طی ۴ ماه نخست سال جاری رتبه نخست ازدواج و رتبه هفدهم طلاق را در کشور کسب کرده است. مدیر کل ثبت احوال خراسان شمالی روز گذشته در گفت و گو با خبرنگار ما با اشاره به این که در ۴ ماه نخست سال جاری ۳ هزار و ۳۶۱ واقعه ازدواج در استان به ثبت رسیده است، گفت: از این تعداد ۳۵۲ مورد از ازدواج روستایی و ۳ هزار و ۹ مورد شهری است. «زاهدی نیا» با

گیاهان دارویی



نرم کننده پوست

علوی - میوه، دانه و کپسول گیاه بوته ای «بامیه» از خانواده پنبیرک، خواص دارویی مختلفی دارد. یک کارشناس گیاهان دارویی به ذکر مهم ترین مواد موثر دارویی این گیاه پرداخت و گفت: بامیه دارای موسیلاژ، پکتین، ویتامین های A,B,C، املاح معدنی، چربی، پروتئین و کربوهیدرات است. «مسعود معماریانی»، بامیه را به واسطه دارا بودن این مواد دارویی نرم کننده و لطیف کننده پوست دانست و افزود: تخم بامیه نیز معرق، محرک قلب، ضد تشنج و تقویت کننده عمومی بدن است. به گفته وی مصرف روزانه ۵ تا ۱۰ گرم از میوه آن به شکل پخته برای موارد یادشده می تواند مناسب باشد.

سلامت نامه



ورم پا

تجمع آب در پاها به بیماری «ادم» یا احتباس آب در پا معروف و یکی از دلایل ورم کردن پاهاست. در چنین شرایطی، بدن آب زیادی را در خود نگه می دارد و گاهی آن را در پا، دست و حتی صورت ذخیره می کند. احتباس آب در بدن به دلایل مختلفی اتفاق می افتد. سفرهای هوایی طولانی و زیاد ایستادن از دلایل شایع این اتفاق است. کمپرس آب یخ باعث تنگ تر شدن رگ های خونی می شود و کند شدن جریان خون در ناحیه متورم، به کاهش تورم و درد کمک می کند.

گروه اجتماعی

حداقل ۳۰ نفر در انتظار رسیدن نوبت شان هستند، جمعیت به قدری زیاد است که باید به سختی جایی برای ایستادن پیدا کنی و از صندلی کافی برای نشستن بیماران در نوبت خبری نیست.

وجود ۲ پزشک در یک طبقه باعث تجمع بیش از حد بیماران در سالن انتظار شده است. شلوغی مطب متخصص زنان، انتظار در صف های طولانی و نبود نوبت دهی به موقع گلايه مندی هایی را برای بانوان ساکن بجنورد و همچنین افرادی که از دیگر شهرها برای ویزیت به مرکز استان می آیند به وجود آورده است؛ مشکلی که سال هاست برای زنان استان که حدود نیمی از جمعیت خراسان شمالی را تشکیل می دهند وجود دارد.

اکنون ۲۲ متخصص زنان در استان فعالیت می کنند.

ساعت های انتظار

یکی از بانوان باردار که مجبور است هر ماه به پزشک متخصص زنان مراجعه کند، با نارضایتی از روند نوبت دهی می گوید: هر ماه مجبورم برای معاینه به پزشک متخصص زنان مراجعه کنم و پزشک بعد از مراجعه نوبت مراجعه بعد را مشخص می کند.

«حیدری» می افزاید: با وجود این که زمان ویزیت از قبل مشخص می شود، اما بازهم باید در ساعت تعیین شده ای به مطب مراجعه کنم تا بتوانم برای معاینه به داخل اتاق پزشک بروم.

وی ادامه می دهد: با وجود این که ساعت ۱۷ برای نوبت دهی به مطب پزشک مراجعه کرده بودم، اما ساعت ۲۱ وارد اتاق شدم.

وی اضافه می کند: در شأن مرکز استان نیست

که بانوان برای ویزیت پزشک متخصص ساعت ها منتظر بمانند.

تا یک ماه وقت نداریم

یکی دیگر از بانوان بجنوردی که برای بیماری اش باید به پزشک متخصص زنان مراجعه می کرد با نارضایتی از وضعیت موجود نوبت دهی می گوید: ماه گذشته باید برای درمان بیماری ام نزد پزشک متخصص زنان می رفتم، اما زمانی که حضوری مراجعه کردم منشی پزشک با خونسردی گفت تا یک ماه آینده وقت نداریم.

وی تصریح می کند: با این شرایط و به خاطر وضعیت ناراحت کننده ای که داشتم مجبور شدم برای معالجه به مشهد مراجعه کنم. بیمار دیگری هم که به گفته خودش هر بار با کمک واسطه می

تواند از پزشک معالج خود نوبت بگیرد، اظهار می دارد: نوبت گرفتن از پزشکان متخصص زنان در بجنورد با دردسرهای زیادی همراه است و هر بار



انتظار طولانی در مطب پزشکان متخصص زنان

۲۲ متخصص برای نیمی از جمعیت استان

یکی از بانوان:

نوبت گرفتن از پزشکان متخصص زنان

در بجنورد با دردسرهای زیادی همراه است و هر بار با واسطه می توانم وقت بگیرم و گاهی اوقات نوبت گرفتن به ماه آینده موکول می شود

با واسطه می توانم وقت بگیرم و گاهی اوقات این نوبت گرفتن به ماه آینده موکول می شود.

یکی دیگر از بانوان می گوید: بیشتر بیمارانی که به پزشک متخصص زنان مراجعه می کنند، از شهرهای اطراف هستند و این باعث شده است بانوان مرکز استان به سختی بتوانند نوبت بگیرند.

«کاملی» می افزاید: تا زمانی که مشکل کمبود پزشک شهرهای مجاور برطرف نشود هم چنان باید ساعت ها معطل باشیم تا بتوانیم به پزشک مراجعه کنیم. یکی دیگر از بانوان بجنوردی می گوید: در گذشته گله مندی زیادی از انتظارهای طولانی داشتم، اما در حال حاضر از زمانی که با منشی یکی از پزشکان آشنا شده ام، بدون معطلی به راحتی می توانم وارد مطب شوم.

وی تصریح می کند: تا زمانی که منشی آشنا دارم مشکلی برایم به وجود نخواهد آمد و به راحتی می توانم به پزشکم مراجعه کنم.

نبود سیستم ارجاع

در همین رابطه، مدیر درمان دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی از فعالیت ۲۲ متخصص زنان در استان خبر می دهد و در پاسخ به این سوال که چه راهکاری برای رفع این مشکل وجود دارد و درباره علت زمان طولانی برای رسیدن نوبت بیماران در مطب های پزشکان متخصص زنان، می افزاید: میزان مراجعه ها به پزشکان متخصص زنان به دلایلی مانند نبود سیستم ارجاع زیاد است و اکثر بیماران در مرحله نخست به پزشک متخصص مراجعه می کنند به همین دلیل زمان طولانی برای رسیدن نوبت بیماران در مطب های پزشکان وجود دارد.

دکتر «یوسفی» ادامه می دهد: در حال حاضر بیشتر مادران برای کنترل وضعیت بارداری به پزشک متخصص زنان مراجعه می کنند این درحالی است که باید فقط در صورت تشخیص پزشک به متخصصان مراجعه کنند.

وی بیان می کند: برخی بیماران به دلیل نبود پزشک نازایی، مجبور هستند به پزشک متخصص زنان مراجعه کنند که این مراجعه ها باعث طولانی شدن نوبت بیماران دیگر می شود.

وی بیان می کند: سرویس دهی در بخش دولتی به گونه ای است که ۸۰ درصد مراجعه کنندگان به بخش خصوصی مراجعه می کنند که سبب توافیک در مطب متخصص زنان می شود.

مورد واقعه طلاق در استان به ثبت رسیده است که ۴۱ مورد روستایی و ۵۲۲ مورد طلاق شهری است، بیان کرد: در مدت مشابه سال گذشته ۶۱۳ مورد طلاق ثبت شد که در مقایسه با آمار سال جاری ۶ و نیم درصد کاهش یافت. وی بیشترین آمار کاهش طلاق را مربوط شهرستان مانه و سملقان یاد کرد و ادامه داد: به ازای هر ۶ ازدواج یک طلاق در استان به ثبت می رسد.

آشپزی



کیک اسفنجی ساده

■ **مواد لازم:** تخم مرغ ۷ عدد، شکر ۲۷۵ گرم، آرد ۳۰۰ گرم، آب سرد یک سوم استکان، بکینگ پودر یک قاشق چایخوری، عسل یک قاشق غذاخوری همراه با آب.

■ **طرز تهیه:** اول سفیده و زرده ها را جدا می کنیم و سفیده تخم مرغ را به حدی می زنیم که کاملاً پف کند و سفت شود. شکر را کم به سفیده اضافه می کنیم و به هم می زنیم و بعد زرده را اضافه می کنیم، پس از به هم زدن آن عسل را می افزاییم، سپس آرد را هم که در ظرفی جدا بار با بکینگ پودر الک کرده ایم، به آن اضافه می کنیم. قالب را چرب می کنیم و مواد را داخل آن می ریزیم و داخل فری که از قبل گرم کرده ایم به مدت ۴۵ دقیقه می گذاریم.

نکات خانه داری

نظافت اجاق گاز

برای نظافت اجاق گاز باید ظرف بزرگی را پر از آب گرم و شوینده کنیم. شبکه های اجاق گاز را برمی داریم و حدود ۲۰ دقیقه در ظرف آب گرم قرار می دهیم تا همه چربی ها و مواد غذایی چسبیده به آن شل شوند. ظرف را بعد از ۲۰ دقیقه خالی و دوباره پر از آب گرم و مواد شوینده می کنیم. شبکه گاز را با سم ظرفشویی می شویم تا همه چربی ها و مواد باقی مانده از آن جدا شوند. برای حذف لکه هایی که جدا نمی شوند، ۳ قاشق غذاخوری جوش شیرین و ۲ قاشق چایخوری آب را مخلوط می کنیم تا به شکل خمیر دربیاید. این خمیر را ۱۵ دقیقه روی لکه ها قرار می دهیم. شبکه را در آب گرم می شویم تا خمیر و مواد باقی مانده از آن جدا شود. سپس با یک پارچه تمیز خشک می کنیم.

شیر آلات بهداشتی ساختمان

سهند

اصالتی بی مانند

هم استانی عزیز

از جنابعالی دعوت به عمل می آید تا با حضور در یازدهمین

نمایشگاه تخصصی صنعت و ساختمان واقع در محل نمایشگاه های

بین المللی خراسان شمالی ، جاده ارکان ، سالن شماره یک ، غرفه

شرکت شیرآلات بهداشتی سهند از جدیدترین محصولات ما بازدید

نمائید و از تخفیفات ویژه نمایشگاهی بهره مند شوید .

CE

IAF

DAKKS

ISO 10002

ISO 10004

ISO 9001:2008

ISO 14001:2004

IRANIAN STANDARD

IRANIAN STANDARD

IRANIAN STANDARD

زمان بازدید: ۹ الی ۱۳ مرداد ۱۳۹۶ از ساعت ۱۶ لغایت ۲۲

نمایندگی انحصاری خراسان شمالی

... کاظم زاده ...

www.sahandtaps.com

آدرس: بجنورد-خیابان ۱۷ شهرویر جنوبی - مقابل درب پارکینگ اداره پست(کاشی عقیق)

شماره های تماس: ۰۹۱۵۳۸۶۲۵۶۶-۰۲۲۲۶۳۲۳۹-۰۵۸-۳۲۴۱۴۳۶۵

۹۶۰۸۸۶۲۳

JINYU TIRES

لاستیک حسام ساعدی

نماینده انحصاری و خدمات پس از فروش جینیو تایر

در خراسان شمالی

۰۹۱۵۵۸۴۲۵۹۲

۰۵۸ ۳۲۲۳۶۱۵۱

۰۵۸ ۳۲۲۸۲۴۲۲

۰۵۸ ۳۲۲۳۴۱۲۸

شعبه ۱: بجنورد- خیابان امام خمینی غربی-نبش خیابان هنر

شعبه ۲: بجنورد - بعد از ایران خودرو قنادزاده - مابین ناظر آباد ۷, ۹

۹۶۰۸۸۶۲۳