

سلامت نامه



رابطه سرطان های دستگاه گوارش فوقانی و پوسیدگی دندان

گروه اجتماعی- خطر ابتلا به سرطان های دستگاه گوارش فوقانی با پوسیدگی دندان و رعایت نکردن بهداشت دهان افزایش می یابد. یک پزشک فوق تخصص گوارش و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با اعلام این مطلب افزود: مصرف زیاد نوشیدنی های داغ، استعمال سیگار، کاهش مصرف سبزیجات و میوه های تازه، پیروی از اصول اشتباه تغذیه و وزن نامناسب خطر ابتلا به سرطان مری را افزایش می دهد.

دکتر «محمدجواد پورنقی» افزود: علاوه بر نوشیدنی های داغ، مصرف غذاهای داغ نیز در طول زمان می تواند با آسیب حرارتی به مخاط مری زمینه ابتلا به سرطان را فراهم کند.

وی با بیان این که سرطان مری از نظر بافت شناسی به دو گروه آدنوکارسینوم و سلول های سنگ فرشی (SCC) تقسیم می شود، تصریح کرد: با بهبود شرایط تغذیه به نظر می رسد، شیوع سرطان های سلول سنگ فرشی تثبیت می شود و نوع آدنوکارسینوم کاهش می یابد.

وی اظهار کرد: ترش کردن های طولانی مدت می تواند تغییراتی را در مخاط انتهای مری ایجاد کند که به این تغییر مخاط مری، بارت اطلاق می شود.

وی توضیح داد: ترش کردن های طولانی مدت عامل خطری برای ایجاد مری بارت و این تغییر مخاط فاکتور خطری برای سرطان مری از نوع آدنوکارسینوم محسوب می شود.

خبر

۲ مدرسه خیرساز امروز افتتاح می شود

علوی- ۲ مدرسه که با مشارکت خیران ساخته شده است امروز در روستاهای «صنر قجر» و «بند یغمور» بجنورد به بهره برداری می رسد. مدیر کل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس خراسان شمالی با بیان این مطلب به خیرنکار ما، مدرسه خیرساز «قصر قجر» را ۴ کلاسه و مدرسه «بند یغمور» را یک کلاسه دانست.

«فلاح»، از افتتاح یک مدرسه خیرساز دیگر یک شنبه در مانه و سملقان خبر داد.

وی جندی پیش اعلام کرده بود: ۲۲ پروژه با ۷۶ کلاس درس و حدود ۷ هزار و ۸۰۰ متر مربع زیربنا با مشارکت خیران در حال اجراست که تا مهر امیدواریم حداقل ۱۵ پروژه خیرساز با ۴۴ کلاس درس آماده بهره برداری شود و اکنون بخشی از این پروژه ها افتتاح شده و برخی در دست بهره برداری است.

دغدغه هادرباره انتظار طولانی برای تاکسی

ایستگاه های گلایه



علوی

قصه توقف تاکسی های زرد عمومی بجنورد در ایستگاه ها برای تکمیل ظرفیت کم کم دارد نخ نما می شود. گلایه های مداوم مسافران از این وضعیت نتوانست آبی بر این آتش نا به سامانی بریزد. مسئولان و مدیران شهری هم هر یک به فراخور اختیاراتی که داشتند برخی هماهنگی های لازم را انجام دادند اما همه آن ها بی سرانجام شد و این رشته مانند برخی دیگر از مشکلات شهری مرکز استان همچنان سر دراز دارد و راه به جایی نبرده است.

یکی نبود زیرساخت های لازم برای گسترش حمل و نقل عمومی را از علت های به وجود آمدن این وضع اعلام و دیگری رهایی از این شرایط را منوط به سامان دهی تاکسی های تلفنی ذکر می کند.

خلاصه هر سر ماجرا به گره کوری وصل می شود که باز کردن آن همت والایی می طلبد و در این بین شهروندان خسته از این معضل چندین ساله، رنج انتظار برای استفاده از اتوبوس را به جان می خرنند و برخی هم از خیر پول شان می گذرنند و استفاده از تاکسی های اینترنتی را به

انتظارهای طولانی برای تکمیل شدن ظرفیت تاکسی ترجیح می دهند. به گفته برخی از شهروندان، منتظر ماندن و نشستن در تاکسی ها در ایستگاه ها برای این که ظرفیت شان تکمیل شود، کار بیهوده ای است و با صرف کمی هزینه به راحتی و در مدت زمان کمی می توانیم از تاکسی های اینترنتی استفاده کنیم.

«خالقی» شهروندی است که در خیابان طالقانی غربی سکونت دارد و می گوید: برای رفت و آمد به محل کارم ناچار هستم از وسایل نقلیه عمومی استفاده کنم و از آن جایی که ممکن است اتوبوس کمی دیرتر بیاید یا بین مسیر در ایستگاه های مختلف توقف کند، ترجیح می دهم از تاکسی زرد استفاده کنم اما آن قدر در روزهای گرم تابستان ناچار بودم زیر آفتاب داغ برای آمدن تاکسی منتظر بمانم که ترجیح دادم از تاکسی های اینترنتی استفاده کنم و بسیار راحت تر

از قبل هستم. وی ادامه می دهد: تاکسی های خطی این مسیر مسافران خود را در ایستگاه هایی ماند «شیر آب» سوار می کنند و دیگر جایی برای مسافران بین مسیر وجود ندارد.

مسافر دیگری که در خیابان فردوسی در انتظار آمدن تاکسی است، بیان می کند: حدود ۱۵ دقیقه است که این جا منتظر هستم اما هر تاکسی که عبور می کند، مسافر دارد و هیچ یک جای خالی حتی برای سوار کردن یک مسافر ندارند. وی این معضل چندین ساله، رنج انتظار برای استفاده از اتوبوس را به جان می خرنند و برخی هم از خیر پول شان می گذرنند و استفاده از تاکسی های اینترنتی را به

دانشجویی هم که در یک ایستگاه خیابان طالقانی شرقی سوار تاکسی شده، از این وضعیت گلایه مند است و بیان می کند: تاکسی های شهرهای دیگر این چنین عمل نمی کنند بلکه چرخشی هستند و پس از گذشت مدت کوتاهی اگر مسافری در ایستگاه نبود حرکت می کنند تا مسافران بین ایستگاه را سوار

کنند و کمتر پیش می آید که ظرفیت شان در طول مسیر پُر باشد اما در این جا باید مدت طولانی در تاکسی منتظر باشیم که مسافری از راه برسد. «حیدری» ادامه می دهد: بارها پیش آمده است که عجله داشتم و سوار تاکسی شدم اما از آن جایی که ظرفیت تاکسی خالی بوده، حرکت نکرده و آن قدر راننده منتظر مسافر مانده که اتوبوس خط واحد رسیده و مسافرانم را سوار و حرکت کرده است اما تاکسی همچنان در ایستگاه، منتظر یک مسافر

■ صف انتظار

ساعت ۱۰ صبح است و حدود ۷ تاکسی در ایستگاه میدان شهید پشت سر هم در انتظار مسافر هستند و تعدادی از رانندگان که می بینند در این ساعت از مسافر چندانی خبری نیست دور هم مشغول صحبت کردن هستند. وقتی به آن ها می گویم چرا حرکت نمی کنند تا در مسیر مسافران را سوار کنند، یکی با اعتراض می گوید: آن وقت خرج زن و بچه و استهلاک خودروی ما را چه فردی خواهد داد؟ او ادامه می دهد: در مرکز شهر توقف کرده ایم ولی مسافر به سختی گیر می آید چه برسد به این که بخواهیم در طول مسیر بنزین مصرف کنیم و به دنبال مسافر باشیم.

با یک حساب سرانگشتی می بینیم که آن ها نیز حرف حساب می زنند و چندان بیراه نمی گویند اما مشکل اساسی جای دیگری است.

■ تاکسی ها باید خطی، گردش و ویژه باشند

«شافعی» سرپرست سازمان حمل و نقل

آشپزی



مواد لازم

سینه مرغ کامل یک عدد، گردو ۱۰۰ گرم، پیاز بزرگ یک عدد، نمک، فلفل و سماق به مقدار لازم، رب انار یا آلوچه یک قاشق غذا خوری، آب نارنج، نمک، فلفل و سماق مخلوط می کنیم و چند ساعت قاشق غذا خوری.

جوجه کباب ترش

طرز تهیه

سینه مرغ را به قطعات دلخواه برش می زنیم و گردو را خرد و پیاز را رنده می کنیم. مرغ خرد شده را با سبزی، پیاز، گردو، رب مورد نظر، آب نارنج، نمک، فلفل و سماق مخلوط می کنیم و چند ساعت

استراحت می دهیم.

بعد می توان آن ها را سیخ کشید و روی آتش کباب کرد در این روش حرارت باید کم باشد زیرا اگر زیاد باشد روی گوشت می سوزد و مغز آن ممکن است خام بماند. داخل تابه نیز می توان آن را پخت. به این ترتیب که یک تابه نجیب را کمی چرب می کنیم، جوجه ها را سیخ می کشیم و داخل تابه می گذاریم تا با حرارت مناسب سرخ شوند.

مشاوره حقوقی

شرط عقدنامه

علوی- خوانندگان عزیز روزنامه خراسان شمالی می توانند



سوالات حقوقی خود را طی تماس با دفتر روزنامه مطرح کنند تا پاسخ آن ها را از کارشناسان جویا شویم. در این شماره «بی. ان. داور» وکیل پایه یک دادگستری به سوال یکی از خوانندگان درباره شرط عقدنامه پاسخ می دهد.

در زمان ازدواج به صورت لفظی و کتبی قید کردیم که هر مالی با ملکی که همسر به دست می آورد من در آن شریک باشم و به عنوان مهر به ام محسوب شود، می خواستم بدانم آیا این شرط درست و اکنون که همسر من را کسب کرده است می توانم بخشی از مهر به ام را دریافت کنم؟

خیر مالی که هنوز وجود ندارد و فرض و احتمال بر این است که در زمان آینده خریداری خواهد شد، نمی تواند به عنوان مهریه در نظر گرفته شود و چنین شرط مبهمی باطل است. این گونه شرط ها به دلیل ابهام داشتن، باطل هستند مگر این که زمان مشخصی برای آن ها تعیین شود.



در بازدید میدانی شهردار و جمعی از اعضای شورای شهر انجام شد؛

بررسی مشکلات ساکنان مسکن مهر کوی وحدت شیروان

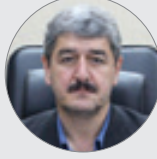


منطقه ارائه می شود. وی تصریح کرد: قبول داریم سرویس دهی خط واحدهای این منطقه ضعیف بوده است و دستور پیگیری موضوع و برگزاری جلسه فوری با رانندگان و مسئولان سازمان حمل و نقل عمومی شهر را داده ایم.

شهردار شیروان با بیان این که اعلام کرده ایم هدف اصلی سازمان حمل و نقل عمومی شهرداری برای تاکسی های زرد، خدمات دهی به تمام نقاط شهر است گفت: اگر به این نتیجه برسیم خدمات دهی توسط تاکسی های خطی عمومی در این منطقه انجام نمی شود حتما از خودروهای شخصی و ویژه برای فعالیت در این خط استفاده خواهیم کرد. «شاهرخی» با بیان این که برای رفع مشکل جمع آوری زباله ها قول مساعد می دهیم تا این مشکل برطرف شود و اگر نیاز باشد از یک پیمانکار مجزا برای این منطقه استفاده خواهیم کرد، گفت: در شرایط فعلی ایجاد فضای سبز در کوی وحدت بر عهده راه و شهرسازی است و حاضرم در راستای تحویل درخت و نهال همکاری لازم داشته باشیم و به زودی یک سری لوازم ورزشی و بازی پارک را در این منطقه نصب خواهیم کرد.



رئیس شورای اسلامی شهر شیروان هم در این جلسه با تشکر از مردم و خبرنگاران که پیگیر مشکلات این منطقه بودند، ابراز کرد: با توجه به این که این منطقه تازه تاسیس بوده و کمی از شهر نیز فاصله دارد



شهردار شیروان در جمع اهالی مسکن مهر گفت: در صورتی که بودجه عمومی شهر به صورت مساوی بین مناطق تقسیم شود، قطعاً بسیاری از مشکلات حاشیه های شهر برطرف می شود و به دنبال تحقق این مهم هستیم.

دکتر «شاهرخی» افزود: اگر ادارات ذی ربط همکاری کنند و منطقه کوی وحدت به درستی تحویل شهرداری شود، قطعاً خدمات خوب و به روزی به این

رئیس کمیسیون فرهنگی شورای اسلامی شهر

شیروان نیز در حاشیه این بازدید و در جمع مردم اظهار کرد: اعتبارات فعلی شهرداری جواب گوی تأمین نیازهای عمومی شهر نیست و با توجه به نگاه ویژه شهرداری و شورا به منطقه کوی وحدت، از استاندار محترم تقاضا داریم تا ضرب الاجلی را برای اعتبار دهی به دستگاه های دخیل در تأمین زیرساخت های این منطقه برای رفع مشکلات اهالی

صادر کنند. دکتر «علی عاقل» با تشکر از ادارات آب و فاضلاب و راه و شهرسازی و ادارات خدمات رسان و همچنین نیروی انتظامی برای برقراری امنیت در این منطقه افزود: تأمین بیشتر امنیت کوی وحدت می طلبد تا یک کلانتری در این منطقه احداث شود و شهرداری نیز آماده همکاری لازم در این زمینه است. وی با اشاره به آغاز سال تحصیلی و همچنین آغاز فعالیت مدرسه کوی وحدت تصریح کرد: شهرداری و شورا آمادگی دارند تا به صورت ویژه در بخش آموزش

مختلف شورا خبر داد و گفت: مشکلات ساکنان از طریق این نماینده به اعضای شورا و شهردار منتقل می شود تا برای رفع آن ها برنامه ریزی های لازم صورت پذیرد.

«اسکندریان» تأکید کرد: پیگیری های زیادی در کنار اقدامات اداره ها و فاضلاب شهری شیروان در خصوص رفع مشکل فاضلاب مسکن های مهر کوی وحدت از طریق اجرای طرح اگو صورت گرفته است.

نایب رئیس شورای اسلامی شهر شیروان نیز در این

بازدید در پاسخ به درخواست یکی از ساکنان مبنی بر جمع آوری مرکز خرید و فروش ضایعات ورودی مسکن مهر ابراز کرد: طرح ساماندهی مراکز خرید و فروش ضایعات سطح شهر و آیین مورد ورودی مسکن مهر به صورت ویژه در دستور کار قرار گرفته و انشاء... به زودی مشکلات در این زمینه برطرف می شود.

«حسن اسکندریان» با اشاره به اهتمام شهرداری برای رفع مشکلات شهروندان و اهالی مسکن مهر افزود: تابلوهای آدرس دهی و نامگذاری بولوار و خیابان ها و کوچه های مسکن مهر با توجه به این که در بخش فعالیت شهرداری نبوده اما برای رفاه حال ساکنان نصب شده است و طی روزهای آینده پس تصویب نام در شورای نامگذاری خیابان ها و معابر، نام کوچه و معابر نیز درج خواهد شد.

وی از حضور نماینده منطقه کوی وحدت در جلسات مختلف شورا خبر داد و گفت: مشکلات ساکنان از طریق این نماینده به اعضای شورا و شهردار منتقل می شود تا برای رفع آن ها برنامه ریزی های لازم صورت پذیرد.

«اسکندریان» تأکید کرد: پیگیری های زیادی در کنار اقدامات اداره ها و فاضلاب شهری شیروان در خصوص رفع مشکل فاضلاب مسکن های مهر کوی وحدت از طریق اجرای طرح اگو صورت گرفته است.

