

۵ دمنوش برای درمان عفونت ادراری

عفونت ادراری یک بیماری جدی است که باید در مان شود؛ در غیر این صورت می‌تواند بر کلیه‌ها تاثیر بگذارد

طب سنتی



وقتی کسی مبتلا به عفونت ادراری می‌شود مقدار تولید ادرار کم می‌شود و معمولاً کدرو دارای بوی بسیار نامطبوع و گاهی همراه با خون است. عفونت ادراری در زنان شایع‌تر است و برای کمک به درمان آن می‌توان از داروهای گیاهی استفاده کرد. به طور کلی، عفونت توسط باکتری‌هایی ایجاد می‌شود که موفق می‌شوند از دیگر نقاط بدن به دستگاه ادراری برسند. آن‌ها در داخل

۱ دمنوش ریشه گل ختمی

گل ختمی عملکرد باکتری‌ها را کاملاً کنترل می‌کند. همچنین قادر است از گسترش عفونت به دیگر اندام‌ها جلوگیری کند. از آن برای سم زدایی مثانه و التیام مجاری ادراری آسیب دیده استفاده می‌شود که منجر به افزایش تولید ادرار هم می‌شود.

روش تهیه

دو قاشق غذاخوری ریشه گل ختمی را با ۲۰۰ میلی لیتر آب داغ دم کنید و بگذارید ۱۰ دقیقه بماند و سپس بنوشید. می‌توان آن را گرم یا سرد نوشید و طعم آن را با یک قاشق چای خوری عسل بهتر کرد.



۲ دمنوش بابونه

بابونه همه کاره برای مجاری ادراری هم مفید است. عصاره‌های موجود در این گل با باکتری‌هایی که به مجاری ادراری حمله می‌کنند، مبارزه می‌کند. نقش اصلی آن آرام کردن و آرامش سیستم عصبی و آرام کردن آثار عفونت در بدن است.

روش تهیه

برای تهیه دمنوش بابونه، کافی است که یک قاشق چای خوری گل بابونه خشک و ۲۵۰ میلی لیتر آب داغ را با هم مخلوط کنید، سپس روی آن را ببندید، ۱۰ دقیقه بگذارید و صاف کنید و بنوشید.



۴ دمنوش دانه کدو تنبل

این دمنوش در مبارزه با عفونت‌های مجاری ادراری فوق العاده است. برای بیماری‌های کلیوی مانند سنگ کلیه توصیه می‌شود. این دمنوش به ویژه در از بین بردن باکتری اشریشیا کلی موثر است.

روش تهیه

برای تهیه این دمنوش یا چای ۱۵ عدد تخمه کدو تنبل خشک و یک لیتر آب سرد کافی است. مخلوط را روی حرارت قرار دهید تا به جوش بیاید و هر روز صبح ناشتا بنوشید.



غذای اصلی

انجیرین من

باقالی تازه و ادویه معطر

۱- ابتدا باقالی‌ها را تمیز کنید و بشویید، سپس آن‌ها را درون یک ظرف پر از آب بریزید و اجازه دهید

یک شب خیس بخورد. این کار باعث می‌شود که باقالی‌ها پف کند و حجیم‌تر شود.

۲- پس از این که باقالی‌ها را به خوبی خیس کردید، آن‌ها را آبکشی کنید و درون یک قابلمه بزرگ بریزید. قابلمه را تا نیمه پر از آب کنید و روی حرارت زیاد قرار دهید. در ادامه فلفل‌های تند را هم به باقالی‌ها اضافه کنید.

۳- پس از این که آب به نقطه جوش رسید، حرارت زیر قابلمه را ملایم‌تر کنید و اجازه دهید باقالی‌ها به آرامی بپزد و طعم فلفل‌ها را جذب کند. هر چه زمان پخت باقالی‌ها بیشتر باشد، در پایان باقالی خوشمزه‌تری خواهید داشت.

۴- پخت کامل باقالی‌ها حدود ۲ تا ۴ ساعت زمان لازم دارد و بستگی به این دارد که با چه حرارتی باقالی‌ها را بپزید. در صورتی که کمبود وقت داشته باشید و بخواهید باقالی‌ها سریع‌تر پخته شود می‌توانید از زودپز استفاده کنید.

۳ دمنوش جعفری

جعفری در فرایند سم‌زدایی بسیار عالی است. این سبزی همچنین در از بین بردن باکتری‌هایی که دستگاه ادراری را آلوده و عملکرد کلیه‌ها و مثانه را مختل می‌کند، بسیار عالی است.

روش تهیه

دو قاشق چای خوری برگ جعفری تازه و ۲۰۰ میلی لیتر آب کافی است. جعفری تازه خرد شده را در آب جوش بریزید. بگذارید ۱۰ دقیقه بماند. در حالی که گرم است صاف کنید و بعد از هر وعده غذا ای بنوشید.



۵ دمنوش ابریشم ذرت

ابریشم ذرت به طور کلی به عنوان ابزاری برای کاهش یا از بین بردن کامل مشکلات سلامت دستگاه ادراری شناخته می‌شود. این دمنوش حاوی مقدار زیادی آنتی‌اکسیدان و عناصر مفید است که به طور موثر عوامل عفونت را از بین می‌برد.

روش تهیه

برای تهیه این دمنوش، یک قاشق ابریشم ذرت خشک و ۲۰۰ میلی لیتر آب کافی است. ابریشم ذرت را به مدت ۳ دقیقه در آب بجوشانید و بگذارید خنک شود.



سلامت

فواید روغن هسته سنجد

روغن هسته سنجد به عنوان یکی از روغن‌های گیاهی خواص بسیار زیادی دارد و منبع غنی مواد معدنی، ویتامین‌های گروه A و C است. این روغن به موجب بر خورداری از خاصیت روشن‌کنندگی و ضد باکتریایی کمک شایانی به جوان‌سازی پوست می‌کند. روغن هسته سنجد سرشار از ویتامین‌های گروه A و E و C است. به طور کلی سنجد حاوی مواد معدنی، ویتامین‌های گروه E، B1، B2، B6، پروتئین، بتاکاروتن، فیبر خوراکی، استرول‌های گیاهی، منگنز، مس، سلنیوم و آهن است. وجود مواد معدنی و مغذی متعدد در سنجد، آن را به یک ابر غذا تبدیل کرده است. روغن هسته سنجد، یک منبع گیاهی سرشار از امگا ۳، ۶ و ۹ است. این منبع خوراکی و گیاهی سرشار از اسیدهای چرب غیر اشباع است.

خواص درمانی روغن هسته سنجد

- ✓ تسکین دهنده درد
- ✓ آب‌رسان و لایه بردار قوی پوست
- ✓ پیشگیری‌کننده و درمان‌کننده خشکی چشم
- ✓ تقویت‌کننده قوای ذهنی
- ✓ پیشگیری از آلزایمر و زوال عقل
- ✓ کاهش دهنده قند خون
- ✓ درمان‌کننده یوکی استخوان



خواص گیاهان

چگونه از موهای رنگ شده مراقبت کنیم؟

معمولاً همه خانم‌ها سالی چند بار موهایشان را رنگ می‌کنند. رنگ کردن باعث می‌شود موهای شما دچار آسیب جدی شود و شما باید برای کم کردن این آسیب‌ها از موهایتان مراقبت کنید. در ادامه به معرفی این راه‌های مراقبتی خواهیم پرداخت.
❖ شامپو زدن مو: قبل از رنگ کردن مو حداقل یک روز کامل موهایتان را نشویید. پس از آن، سعی کنید فقط دو تا سه بار در هفته شامپو بزئید تا رنگ موهای تان ثابت بماند. در روز هایی که شامپو نمی‌زنید، همچنان می‌توانید از نرم کننده استفاده کنید.

❖ **چه شامپویی بزئیم؟** انتخاب نوع شامپو برای موهای رنگ شده بسیار مهم است. از شامپو و نرم کننده بی‌رنگی استفاده کنید که حاوی سولفات نباشد، شامپوهای حاوی سولفات موهای شما را کدر می‌کند.

❖ **آب می‌تواند آسیب برساند!** آب گرم می‌تواند رنگ را سریع‌تر از بین ببرد. پس موهای خود را با آب ولرم بشویید. همچنین در هنگام شنا مراقب کلر باشید. کلر موجود در آب استخر می‌تواند رنگ موهای شما را تغییر دهد. قبل از این که وارد استخر شوید، موهای خود را خیس کنید و حالت دهید و یک کلاه شنای محکم بپوشید.

❖ **اجازه ندهید آفتاب روی موهایتان بنفاید!** بیرون رفتن در یک روز آفتابی عالی است، اما آفتاب برای موی شما سم است. نور شدید خورشید می‌تواند رنگ موی شما را کدر و بی‌روح کند. سعی کنید برای محافظت از موهایتان، روغن مو حاوی فیلترهای UVA و UVB بزئید.
❖ **رطوبت رسانی به مو:** موهای رنگ شده رطوبت بیشتری لازم دارد. رطوبت رسانی به مو باعث می‌شود موهای شما شفاف و سالم بماند. در خانه به مقدار مساوی آووکادو، روغن بادام و روغن ویتامین E را مخلوط کنید. آن را روی موهای مرطوب بمالید و بگذارید ۱۰ دقیقه خیس بخورد. با این روش به صورت طبیعی آب مورد نیاز را به موهای خود می‌رسانید.

بیشتر بدانیم

بهترین اندازه برای خواب

همیشه این سوال وجود دارد که چند ساعت و بین چه ساعت‌هایی بهترین زمان خواب است؟ برای بزرگ‌سالان خواب کمتر از ۶ ساعت کم‌خوابی و خواب بیشتر از ۹ ساعت را پر خوابی می‌گویند (که هر دو باعث کاهش طول عمر می‌شود) کسانی که کمتر از ۷ ساعت می‌خوابند سه برابر بیشتر از دیگران دچار سرماخوردگی می‌شوند. در ادامه به فعالیت‌های بدن در زمانی که شما در حال استراحت هستید اشاره می‌کنیم:

- بین ۹ تا ۱۱ شفاف‌سازی بدن توسط آنتی‌اکسیدان‌ها
- بین ۱۱ تا شب از بین بردن سموم توسط کبد (که از این به بعد بدن باید در خواب کامل باشد)
- بین ۱ تا ۳ سم‌زدایی در کیسه صفرا
- بین ۳ تا ۵ از بین بردن سموم در ریه
- بین ۵ تا ۷ دفع مواد زائد از روده بزرگ

اگر در بین ۱۰ شب تا ۵ صبح خواب نباشید اولین اتفاق که می‌افتد بدن انسان پاک‌سازی نمی‌شود و سموم در بدن باقی می‌ماند و نتیجه آن انواع و اقسام بیماری‌هاست.

سند کمپانی و برگ سبز خودرو سواری سیستم برابرد تب
جی.تی ایکس مدل ۱۳۸۳ رنگ مشکی-متالیک به شماره موتور 00636017 و به شماره شاسی 81412282179578 و شماره شاسی MVM372GDD033717 و شماره رانی NATEBACA0D1007693 به نام حمید علافان شرقی مقدم مفقود و در درجه اعتبار ساقط است. ۰۶۰۶۰۶۹/۱۴۰۰/۱۴۰۰

برگ سبز و برگ کمپانی خودرو سواری سایبا ۱۱۱۵X مدل ۱۳۹۰ به شماره پلاک ۷۹۷۶ ط ۲۲ ایرن ۴۲ و شماره موتور 4166443 و شماره شاسی S3412290926393 بنام محسن بی غم مفقود گردیده اعتبار ندارد. ۰۶۰۶۰۶۸/۱۴۰۰/۱۴۰۰

سند کمپانی و برگ سبز پراید مایا GTX به شماره انتظامی مدل ۱۴۲ ط ۱۱ ایرن ۲۲ شماره شاسی S1412283201889 شماره موتور 00653614 بنام محمد قلی شعبان پور مفقودو اعتبار ندارد. ۰۶۰۶۰۹۱۶/۱۴۰۰/۱۴۰۰

اینجناب مرتضی میرزا دوستی مالک خودرو پیکان وات به شماره انتظامی ۴۲ ایرن - ۸۹۴ ۲۳۵ و شماره شاسی 36AAG863737 NAAAA شماره موتور 11488043902 به علت فقدان اسناد فروش(برگ سبز وسند کمپانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد طرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط و مقررات اقدام خواهد شد. ۰۶۰۶۰۶۹/۱۴۰۰/۱۴۰۰
--

اینجناب سیدروح ... حسینی مالک خودرو سواری پژو رور ۵۲۰۰ نفره ای متالیک بشماره انتظامی ۱۲- ۳۶۹ و ۷۵ به شماره موتور 11889032569 و شماره شاسی 297058FPM8BH27058 مدل ۸۹ به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی و برگ سبز تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد طرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید.بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۰۶۰۶۰۹۰/۱۴۰۰/۱۴۰۰

کلیه اسانه و برگ سبز مربوط به خودرو هیوندایسانافه شماره انتظامی ایران ۳۶-۴۴۵۸۳۵ و شماره موتور M13/6391344 و شماره شاسی kmhsh81dp9u403958 به نام مهروز شاکر اسکندری مشهدی مفقود و فاقد اعتبار میباشد. ۰۶۰۶۰۹۴/۱۴۰۰/۱۴۰۰

برگ سبز پراید ۱۱۱ مدل ۹۸ سفید شماره انتظامی ایران ۲۶- ۷۸۶ ط ۳۲ شماره موتور M13/6391344 و شماره شاسی NAS431100K1076413 بنام علی تقی پور مفقود و اعتبار ندارد. ۰۶۰۶۰۹۴/۱۴۰۰/۱۴۰۰

برگ سبز سند کمپانی کارت و پلاک موتور سیکلت دایچی مدل ۸۹ رنگ قره ای ش انتظامی ایران ۷۶۳- ۵۱۲۶ شماره موتور ۱61FMJ۱9750 و شماره شاسی N2C۰۰۰۱35D8910432 بنام ناصر اکبری نژاد فوج مفقود و فاقد اعتبار است. ۰۶۰۶۵۸۶/۱۴۰۰/۱۴۰۰
--

اینجناب مصطفی صدیقی مالک خودرو پژو پارس به شماره انتظامی ایران ۳۶- ۳۱۸ ط ۱۳ و شماره شاسی 21VE1GH343812 و شماره موتور 124K1218238 به علت فقدان اسناد فروش(سند کمپانی و برگ سبز و کارت سوخت) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد طرف مدت ۱۰ مدت روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط و مقررات اقدام خواهد شد. ۰۶۰۶۵۸۸/۱۴۰۰/۱۴۰۰
--

آگهی موضوع ماده ۴قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی برابر رأی شماره ۴۳۵۰-۱۴۰۰/۱۰/۲۰-۱۴۰۰/۱۰/۲۰ به کلاسبه پرونده شماره ۱۳۹۹-۵۶۲ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک منطقه دو بجنورد تصرفات مالکانه بلااعراض متقاضی آقای /خانم یوسف نبازی مقدم فرزند حسن به شماره شناسنامه ۲۵۷۰۴ صادره از بجنورد و آقای مجید لژگی فرزند منوچهر به شماره شناسنامه ۲۲۲صادر از بجنورد هر کدام به السویه در دانگ مشاع از ششدانگ یک باب کارگاه به مساحت ۲۹۴/۸۶مترمربع از پلاک ۸۳۱۰ فرعی از۱۵۵اصلی واقع در اراضی کهنه کند بخش دو بجنورد خریداری از مالک رسمی آقایان برات و مهدی و نورالله شهرت همگی صفایی قهرمانلو محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف 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:۱۴۰۰/۱۲/۰۱ تا تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۰/۱۲/۱۶

احمد اصغری شیروان- رئیس ثبت اسناد و املاک

م/الف/۱۲۷۹۱۲۱۷

سند کارخونه خودرو هاج بک۱۱15E مدل ۱۳۹۴ شماره پلاک ۹۴۴ص ۴۲ ایرن ۵۲ شماره موتور ۵۴۵۹۷۴ شماره شاسی ۵۲۱۰۵۲۱۰۵۲۱ بنام مهدی گندمکار مفقود و در درجه اعتبار ساقط می باشد. ۰۶۰۶۰۶۹/۱۴۰۰/۱۴۰۰

برگ سبز و کارت خودرو پژو۴۰۵ جی ال ایکس مدل ۲۹ به شماره انتظامی ۱۲ ایرن ۹۵۹۶- ۶۲ شماره موتور ۲۲۵۲۷۹۰۸۶۹۱ و شماره شاسی ۷۹۲۱۰۵۲۱ به نام محمد صداتی پشواک مفقودو فاقد اعتبار می باشد. ۰۶۰۶۰۶۰۰۱/۱۴۰۰/۱۴۰۰
--

اگهی دعوت مجیع عمومی عادی سالبانه شرکت تعاونی مسکن کارکنان شبکه بهداشت و درمان درگز نوبت اول درمورخه ۱۳۰۱/۱/۱۱ روز پنج شنبه ساعت ۱۰ درمحل نماز خانه شبکه بهداشت ودرمان درگز تشکیل میگردد ازاعضا تعاونی دعوت بعمل می آید درجلسه مذکور حضور بهم رساننددرصورتیکه حضور عضوی میسر نباشد می توانند به موجب وکالتنامه کتبی یک هفته قبل ازبرگزاری مجمع(وکیل و موکل) نفر و غیر عضو وکالت یک نفرحق رای خود واگذار نمایند)ضمنا اعضای که تمایل به کاندیداتوری سمت هیات مدیره و بازرس دارند از تاریخ انتشار اگهی دعوت به مدت یک هفته جهت ثبت نام و ارائه مدارک به دفتر شرکت مراجعه نمایند.

دستور جلسه :

- گزارش کتبی هیات مدیره و بازرسین
- تصویب صورت های مالی سال ۱۳۹۶ تا ۱۴۰۰
- تصویب بودجه پیشنهادی در سال ۱۴۰۱
- انتخاب اعضای اصلی و علی البدل هیات مدیره برای مدت ۳ سال
- انتخاب اعضای اصلی و علی البدل بازرسین برای مدت یکسال مالی

هیات مدیره

۰۶۰۶۰۷۰/۱۴۰۰/۱۴۰۰