

قطع ۲ پا با سندروم شوک سمی؟

سندروم شوک سمی بیماری است که در اثر عفونت باکتریایی رخ می دهد و با علایمی چون تب، مشکلات گوارشی، التهاب کبدی و... همراه است

زینب سادات کسنوی | روزنامه نگار



به تازگی توثیتی درباره یک بیماری که ممکن است با رعایت نکردن بهداشت در دوران قاعدگی رخ دهد، در فضای مجازی بسیار باز نشر شده است. یک کاربر در این توثیت نوشته به تازگی متوجه شده‌ام‌ اگر نوار بهداشتی یا تامپون خود را در زمان مناسب تعویض نکنید، ممکن است دچار بیماری شوید که مجبور باشید دو پای خود را قطع کنید. در این رشته توثیت از این بیماری به نام سندروم شوک سمی یاد شده است. در ادامه به بررسی این بیماری و عوارض در ست و غلطش خواهیم پرداخت.

سندروم شوک سمی چیست؟

سندروم شوک سمی (TSS) یک وضعیت پزشکی نادر اما جدی ناشی از یک عفونت باکتریایی است. این سندروم وقتی ایجاد می شود که باکتری استافیلوکوکوس اورئوس وارد جریان خون می شود و سمومی را تولید می کند. در بعضی از بیماران این باکتری ها از طریق بریدگی پوست مانند زخم یا سوراخ وارد بدن می شوند. موارد دیگر مربوط به استفاده از تامپون هاست. با این حال، گاهی اوقات شوک سمی پس از یک آسیب نسبتاً خفیف، مانند خونریزی، کبودی یا کشیدگی عضلانی ایجاد می شود، یا ممکن است که هیچ علت مشخصی نداشته باشد.

پای باکتری ها در میان است

عفونت معمولاً وقتی اتفاق می افتد که باکتری از طریق منفذی در پوست مانند یک برش، زخم یا جراحت های دیگر وارد بدن شود. در حالی که باکتری استافیلوکوکوس اورئوس می تواند به سندروم شوک سمی منجر شود، نمی توان آن را تنها دلیل دانست. باکتری دیگری به نام استرپتوکوک پیوژنز (GAS) هم می تواند عامل TSS باشد. این سندروم گاهی اوقات، سندروم شوک سمی استرپتوکوک یا شوک شبه سمی (TSSS) نامیده می شود. این باکتری می تواند از طریق زخم پوستی یا باکتری رشد یافته در گلو وارد بدن شود و در بافت های عمیق و جریان

خون پخش و به مرور زمان می تواند به TSS منجر شود.

علائم

۱- تب کردن یا بالا رفتن دمای بدن (تا ۳۸/۹)
۲- کاهش فشار خون به کمتر از ۹
۳- ضایعات پوستی پراکنده و خشک و پوسته پوسته شدن
۴- مشکلات گوارشی (اسهال، استفراغ)
۵- مشکلات عضلانی مثل درد شدید عضلانی و بالا رفتن کراتین فسفو کیناز به ۲ برابر نرمال
۶- پایین آمدن پلاکت های خونی
۷- التهاب کبدی
۸- درگیر شدن سیستم عصبی با علایمی مثل گیجی، سردرد گمی، کاهش هوشیاری
۹- منفی شدن نتایج آزمایش مربوط به بیماری های لیئوسپیروز، سرخک، ریکتتیا
۱۰- کم خون شدن غشای مخاطی مثل دهان، واژن و...

ارتباط قاعدگی و سندروم شوک سمی

این بیماری فقط مختص خانم ها نیست و همه افراد خطر ابتلا به آن را دارند (این باکتری ها از راه زخم ها هم وارد بدن می شوند) اما خانم هایی که از تامپون یا کاپ قاعدگی

استفاده می کنند، اگر به بهداشت خود توجه نکنند، در معرض خطر بیشتر خواهند بود. دانشمندان مطمئن نیستند که چرا استفاده از کاپ قاعدگی گاهی به ابتلا به این بیماری منجر می شود. برخی بر این باورند که کاپ قاعدگی و تامپون اگر به مدت طولانی در محل قرار بگیرد، باکتری را به خود جذب می کند. همچنین ممکن است که الیاف کاپ قاعدگی جداره داخلی واژن را بخراشد و منافذی ایجاد کند که باکتری ها از آن ها وارد جریان خون شوند.

چگونه پیشگیری کنیم؟

اگر به خوبی بهداشت قاعدگی را رعایت کنید، نیازی نیست نگران سندروم شوک سمی باشید. هنگام استفاده از تامپون و کاپ قاعدگی به زمان طلایی مصرف آن توجه کنید. کاپ قاعدگی را هر ۸ ساعت تخلیه کنید. (طبق نظر FDA آمریکا، این زمان می تواند تا ۱۰ ساعت هم ادامه پیدا کند اما بهتر است هر ۸ ساعت انجام شود) در ضمن تامپون ها را بهتر است هر ۴ تا ۶ ساعت تعویض کنید. در ضمن بهتر است از تامپون هایی که جاذبه خیلی بالایی دارند استفاده نکنید.

اشیازین من

پلوسبزیجات، پرفیبر و مقوی



www.hamakstan.net

مواد لازم برای ۵ نفر

- برنج: ۳ پیمانه
- نخود فرنگی: نیم پیمانه
- نخود پخته
- شده: نیم پیمانه
- سیب زمینی
- بزرگ: ۱ عدد
- پیاز بزرگ: ۱ عدد
- هویج: ۱ عدد
- گوجه

• فرنگی: ۲ عدد

• زیره: ۱ قاشق

• غداخوری

• نمک: به میزان دلخواه

• زردچوبه: به میزان دلخواه

• زعفران: به میزان دلخواه

• روغن: به میزان لازم

طرز تهیه:

۱- نخود را از شب قبل خیس کنید و بعد از این که آبش را عوض کردید بگذارید تا خوب بپزد.
۲- پیاز را نگینی خرد کنید و در روغن تفت دهید.
۳- هویج، سیب زمینی، زعفران نگینی نسبتا درشت خرد کنید.
۴- هویج، سیب زمینی، ادویه ها، نمک، گوجه و همچنین نخود فرنگی و نخود پخته را اضافه کنید و خوب همه را با هم تفت دهید.
۵- برنج را با آب و نمک بگذارید تا به جوش بیاید و زمانی که با ناخن خرد شدن را آیکش کنید.
۶- ته قابلمه را ته دیگ دلخواه بگذارید.
۷- مواد را لابه لای برنج آیکش شده بریزید و در پایان هم کمی زعفران آب کرده و پودر زیره اضافه کنید.
۸- در قابلمه را بگذارید و اجازه دهید تا برنج به خوبی دم بکشد. حدودا ۴۵ دقیقه برای دم کشیدن برنج زمان نیاز دارید.

چرا باید کشک بخوریم؟

با کاهش مصرف لبنیات در جامعه می توان کلسیم لازم بدن را با کشک تامین کرد

هر وقت اسم میان وعده می آید، ذهن مان به سراغ چیپس و پفک و تنقلات ناسالم می رود، حتی در بهترین حالت اگر دنبال خوراکی های سالم باشیم، میان وعده هایی مثل میوه و آجیل را در برنامه غذایی خود می گذاریم اما کمتر کسی کشک را به عنوان یک میان وعده سالم انتخاب خواهد کرد. در حالی که کشک های تنقلاتی جدید منبع خوبی برای تامین کلسیم بدن هستند. آن هم در شرایطی که مصرف شیر و مواد لبنی به دلیل قیمت بالا در جامعه کم شده است.

ارزش غذایی در هر ۱۰۰ گرم	
انرژی	۱۰۵ تا ۱۲۰ کالری
پروتئین	۱۵ تا ۲۱ گرم
چربی	۳ تا ۱۱ گرم
کربوهیدرات	۶۱ تا ۷۷ گرم
آب و نمک	۶ تا ۱۰ گرم
کلسیم	۴۳۰ میلی گرم

درمان پوکی استخوان

کشک یکی از اعضای خانواده لبنیات است که کمتر به آن توجه شده است. کلسیم کشک های تنقلاتی جدید از شیر هم بیشتر است برای همین مهم ترین مصرف در مانی کشک، پیشگیری از بروز یا پیشرفت بیماری پوکی استخوان است؛ میزان مناسب کلسیم، فسفر و نسبت این دو ماده مغذی در تر کیب کشک، موجب پیشگیری از پوکی استخوان می شود.

بهبود عملکرد مغز

مصرف کشک یک روش موثر برای حفظ آرامش اعصاب است و به بهبود عملکرد مغز کمک می کند. همچنین کشک برای کاهش استرس و اضطراب بسیار مفید است.

کمک به تناسب اندام و لاغری

حدود ۵۵ درصد کشک را پروتئین و آمینو اسیدها تشکیل می دهد و همه ما به خوبی با اهمیت این ماده غذایی برای کمک به تناسب اندام و بدن سازی، آشنایی داریم. مصرف کشک می تواند یک منبع عالی برای دریافت پروتئین مورد نیاز باشد و به همین دلیل به تناسب اندام شما کمک می کند. همچنین کشک هیچ گونه مواد قندی ندارد، پس برای افرادی که به دنبال رژیم غذایی سالم هستند، مفید است.

با خوردن کشک شما احساس سیری خواهید کرد و اشتهای شما کاهش می یابد برای همین است که متخصصان تغذیه این ماده غذایی را برای لاغری توصیه می کنند.

بالا بردن قدرت سیستم ایمنی بدن

همه ما به خوبی می دانیم که برای جلوگیری از مبتلا شدن به بیماری های مختلف، باید قدرت سیستم ایمنی بدن بالا باشد. کشک خشک

دارای میکروارگانیزم های

زنده است.

این میکروارگانیزم ها

برای سلامت بدن بسیار

ضروری هستند و وجود

آن ها باعث بالا رفتن قدرت

سیستم ایمنی بدن می شود.

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده نوبت اول

شرکت تعاونی مسکن مهر کانون کارندهای فنی ساختمان استان خراسان رضوی

جلسه مجمع عمومی فوق العاده شرکت تعاونی مسکن مهر کانون کارندهای فنی ساختمان خراسان رضوی راس ساعت ۱۵ روز یکشنبه مورخ ۱۳۳۳/۱۱/۱۴ در محل پروژه واقع در شهر جدید گلپار انتهای فروردین ۱۴ مجتمع پامچال بلوک ۲ واحد ۷ بر گزار می شود از کلیه اعضای محترم دعوت می شود با در دست داشتن ورقه سهم یا دفتر جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در این جلسه حضور بهم رسانند.
اعضای محترمی که امکان حضور آنها در جلسه مذکور مقدور نمی باشد می توانند حق رای خود را به موجب وکالت نامه کتبی به فرد دیگری واگذار نمایند در این صورت تعداد آرای وکالتی هر عضو حداکثر سه رای و هر فرد غیر عضو تنها یک رای خواهد بود.

اعضای متقاضی اعطای نمایندگی به همراه وکیل مورد نظر باید از ساعت ۹ صبح تا ۱۲ روزهای دوشنبه، سه شنبه و چهارشنبه به محل دفتر شرکت به نشانی فوق مراجعه تا پس از تایید وکالت نامه های مزبور توسط مقام مجاز ورقه ی ورود به مجمع برای فرد نماینده صادر گردد.

دستور جلسه:

۱- طرح و تصویب انحلال شرکت

۲- تعیین مکان تصفیه

هیأت مدیره شرکت تعاونی مسکن مهر کانون کارندهای فنی ساختمان استان خراسان رضوی

۱۳۳۰۰۰۲۰۱۲

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده (نوبت اول)

جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده نوبت اول شرکت تعاونی تولیدی توزیعی نیکوکاران مبتکر توس به شماره ثبت ۳۱۳۶۴ در ساعت ۱۵ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۲۴ واقع در بلوار نماز، نماز ۲۳ با دستور جلسه ذیل تشکیل می گردد.

لذا از کلیه اعضای محترم دعوت می شود با همراه داشتن کارت شناسایی معتبر جهت تصمیم نسبت به موضوعات دستور جلسه در این مجمع حضور به هم رسانند .

دستور جلسه:

۱- تصمیم گیری در خصوص اصلاح مصوبه فروش در مورد زمین ز کربا در پی مباحث طرح شده قبلی.

۲- ارائه پیشنهادات کارشناسی شده مستند به بند ۵ مجمع عمومی مورخه ۱۴۰۱/۶/۴ و تصمیم گیری لازم در ارتباط با آن.

تذکر:

آن دسته از اعضای محترم که حضورشان در جلسه مجمع مقدور نمی باشد می توانند حق رای خود را در مجمع عمومی به موجب وکالت نامه کتبی به فرد دیگری واگذار نمایند.در این صورت هر عضو علاوه بر رای خود حداکثر تا سه رای با وکالت و غیر عضو فقط یک رای وکالتی می توانند داشته باشند .

برای ورود به جلسه مجمع و اعطای وکالت، عضو بایستی به همراه نماینده خود با همراه داشتن مدارک شناسایی معتبر در تاریخ ۲۰ و ۲۳ / ۱۱ از ساعت ۹ الی ۱۲ به محل دفتر شرکت تعاونی واقع در طبقه قوانی کانون بازنشستگان مراجعه و فرم لازم را تکمیل کند .

هیئت مدیره

برگ سبز خودرو نیبا ۲ مدل ۹۵
شماره انتظامی ایران ۲۳-۱۸۷-۹۴
شماره موتور ۲۸۵۷۷۳
شماره شاسی NAS821100G1046933
بنام سید اوالفضل موسوی یوانی مفقود و فاقد اعتبار است
۱۳۰۱۰۰۰۴۱۸۷/۱۴۰۱۰۰۰۴۱۸۷

کلیه مدارک خودروی پیکان وانت مدل ۱۳۹۳
به شماره انتظامی ۳۶ تا ۷۳۳ ایران ۳۶
شماره شاسی NAA46AA0EG406750
وشماره موتور 118F0105304 بنام امیر حیدری
مفقود و فاقد اعتبار میباشد
۱۳۰۱۰۰۰۴۳۲۲/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲

برگ سبز خودرو یوز۲۰۷ MC مدل ۱۴۰۱ مشکی
به نام محمدمهتی قوشخانه شماره پلاک ۱۲ ایران ۸۶م۱۵۳80091705215
شماره موتور۵80۱0091705215
شماره شاسی۵۸AR۲۳۴E۹N۲۲۹۰۱۳
مفقود و فاقد اعتبار است . باشد.
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲

برگ سبز خودرو تیبیا صندوقدار ۵لاک
شماره انتظامی ۱۲ ایران ۷۶۳ ۹۸۸ و شماره موتور 8046713و شماره شاسی 58046713و شماره شاسی SFG15T21805380 بنام گل حسین یساول یاشی مفقود و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۰۰۰۴۳2۲/۱۴۰۱۰۰۰۴۳2۲

برگ سبز خودرو دیگنیتی تیب ۷1AS DXK6471AS
مدل ۱۴۰۱ به شماره انتظامی ایران ۲۳-۲۲۵۶۵ ۱۷
به شماره موتور SFG15T21805380 به شماره شاسی NAGD1AA48N1002909 بنام زهرا روشن مفقود شده و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲

برگ سبز خودرو جک اس ۳ سفید رنگ مدل ۱۳۹۷
شماره پلاک ۲۶-۷۷۲-۲۶ به شماره موتور HFC4GB3DK0000100 به شماره شاسی NAKSG7429JB113113 بنام زهره رجب زاده مفقود شده و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲

سند کارخانه و برگ سبز سواری بنز
به شماره پلاک ۲۶-۷۷۲-۲۶ به شماره موتور ۱۰۰۵۵۲۱۸ و شماره شاسی ۱۰۰۸۲۵۶۳ بنام میثم وحیدی مفقود و اعتبار ندارد.
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲

برگ سبز پراید ۱۴۱۱ مدل ۸۵ نقره ای متالیک
شماره انتظامی ۲۶-ایران ۲۳۹-۱۴
شماره شاسی S1482285147958
شماره موتور 1490237 به نام منصور ابراهیم زاده بامی مفقود و اعتبار ندارد.
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸

برگ سبز وسند مالکیت و اسناد فروش خودرو سواری پراید سایپا تیب ۱۳۳SE
مدل ۱۳۹۸ به شماره پلاک ۴۲۶ ط ۶۴ ایران ۴۲ به شماره موتور 6219927 M13/شماره شاسی NAS421100K1250864 بنام حسن مجرد مفقود گردیده و اعتبار ندارد.
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲

برگ سبز-سند کمیانی و سند قطعی خودرو پراید ۱۱۱ به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۴۷۷ و ۷۵
و شماره موتور 3927718و شماره شاسی 5430089044962 بنام امیر حسین افهمی مفقود و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸

برگ سبز،سندو سندکمیانی خودرو MVM315
نرابی کلاکوب به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۸۸۷و ۸۶
و شماره موتور MVM477HJ075946
و شماره شاسی NATFBAMD1J1065000
مفقود و فاقد اعتبار می باشد
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸

برگ سبز خودرو تیبیا بنام رسول ملک نژاد
به شماره پلاک ۲۶-۵۹۷-۳۲ به شماره موتور ۱۱۱۲۷۶۶۲۴۸۰
و شماره شاسی ۷۶۴۶۶۳۲۹
بنام مسلم کیان مهر مفقود و اعتبار ندارد.
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۶/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۶

برگ سبز و کارت خودرو پراید بنام زهرا شهرسانی
به شماره پلاک ۲۹ ایران ۱۶۳ ۲۸ و شماره موتور ۴۱۲۳۴۵۱
و شماره شاسی ۵۱۴۱۲۲۹۰۷۶۹۵۰۸
مفقود و فاقد اعتبار می باشد.
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲

گواهی میشود فاکتور بلوکه سیلندر به شماره ۵۰۳۲۳۴۶۷
و شماره موتور ۷۴۳۷۵-۱۲۴۸۶ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲

برگ سبز موتور سیکلت تیزک مدل کار ۱۳۹۴
رنگ پشمی به شماره انتظامی ۶۱۴۱۲-۷۷۳ به شماره شناسایی NCV#0125A9429587 به شماره موتور 0124NCV167853 بنام جواد مؤمن مفقود شده و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۶/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۶

برگ سبز خودرو سایپا S
مدل ۱۴۰۱ به شماره انتظامی ایران ۱۲-۹۱۷ و ۵۱ به شماره موتور ۸۵۳M۱۵/۹۷۸۴۸۵۳ به شماره شاسی NAS۵۱۱۰۰۵۵۷۶۰۵۲۱ بنام غلامحسن اکبری سلطان آباد مفقود شده و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸

برگ سبز-سند کمیانی و سند قطعی خودرو پراید ۱۱۱ به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۴۷۷ و ۷۵
و شماره موتور 3927718و شماره شاسی 5430089044962 بنام امیر حسین افهمی مفقود و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸

برگ سبز،سندو سندکمیانی خودرو MVM315
نرابی کلاکوب به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۸۸۷و ۸۶
و شماره موتور MVM477HJ075946
و شماره شاسی NATFBAMD1J1065000
مفقود و فاقد اعتبار می باشد
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸

برگ سبز و سند کمیانی خودرو پراید س۱۴ آی مدل ۱۳۸۸
نقره ای با شماره انتظامی ایران ۲۶-۲۳۳۰۹۸ و شماره شاسی 139BO153080 و شماره موتور 148228304306 و شماره موتور ۲۱۲۶۶۲۷ به نام محمد یوسف آبادی مفقود و فاقد اعتبار میباشد.
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸

برگ سبز وسند کمیانی خودرو یوز یارس بنام محمد هاشم یختیاری به شماره انتظامی ۴۲ ایران ۵۴۷ ح ۶۸
و شماره موتور ۸۲۲۴۶-۸۲۲۴۹۰
و شماره شاسی NAAN21CA0AK784050
مفقود و فاقد اعتبار می باشد
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲

برگ سبز وسند کمیانی خودرو پراید سایپا ۱۴۱ آی مدل ۱۳۸۸
نقره ای با شماره انتظامی ایران ۲۶-۲۳۳۰۹۸ و شماره شاسی 139BO153080 و شماره موتور 148228304306 و شماره موتور ۲۱۲۶۶۲۷ به نام محمد یوسف آبادی مفقود و فاقد اعتبار میباشد.
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۸

برگ سبز سواری یوز۲۰۷ مدل ۹۵
به شماره پلاک ایران ۱۲-۷۷۸ و ۸۷ و شماره موتور 0013156B167 و شماره شاسی NAAP41FD5DG9077E41NAAP به نام محسن محمدی به شماره ملی ۰۶۵۰۷۸۶۲۴۴۰ مفقود و فاقد اعتبار است.
۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲/۱۴۰۱۰۰۰۴۳۲۲