

نسخه یک متخصص درگفت و گو با «خراسان جنوبی»

دل درد

زهرآخسروی - مدت هاست هر از گاهی دردهای کلافه کننده سراغش می آید، خودش معتقد است نیازی به پزشک معالج ندارد چرا که با هر بار سوزش سردل، مقداری عرق نعناع یا قرص و شربت های معمولی را مصرف می کند و پس از مدتی درد آرام می شود و دوباره روز از نو روزی از نو! شاید باور بسیاری از افراد این است که ترش کردن یا سوزش سردل آن قدر مهم نیست که برای درمان آن، راه مطلب پزشک و داروخانه را در پیش بگیرند بلکه معتقدند با هر آن چه در خانه یافت می شود، می توان آن را درمان کرد اما واقعیت این است که در صورت درمان نکردن این بیماری احتمال بروز مشکلات حادتری وجود دارد.

• زخم معده

یکی از شهروندان با اشاره به دردهای مزمن معده که به اثر سوزش سر دل، سرآفرزندش آمده بود، می گوید: بعد از مراجعه به پزشک و انجام آندوسکوپی مشخص شد فرزند ۱۹ ساله ام به دلیل خوردن بیش از حد برخی مواد غذایی تند و گازدار مانند چیپس، نوشابه و... به زخم معده مبتلا شده است. «حسینی» می افزاید: ابتدا پس از سوزش سردل یا به اصطلاح ترش کردن برای درمان از عرق نعناع یا دیگر مواد دارویی معمولی استفاده می کردیم که در کوتاه مدت این موضوع نتیجه بخش بود اما با توجه به طولانی شدن دردها و مصرف مداوم مواد غذایی گازدار و تند این موضوع حادث و غیر قابل تحمل شد و پس از مراجعه به پزشک و انجام آزمایش ها، متوجه شدیم فرزندم به زخم معده مبتلا شده است. بانویی هم با گلایه از دردهای ناحیه جناقی سینه در برخی مواقع به ویژه هنگام مصرف چای می گوید: ابتدا گمان می کردم دلیل دردهایم بر اثر بیماری قلبی است اما با مراجعه به پزشک متوجه شدم دلیل آن مشکلات معده و ترش کردن است. به گفته «مالدار»، گاهی بعد از در معده با خوردن گیاهان دارویی مانند آجقویا عرق نعناع بهتر می شوم اما اگر به



قول معروف کار ده استخوان برسد از داروهایی مانند انیتیدین یا شربت آلومینیوم ام. جی. اس استفاده می کنم.

• علت سوزش سردل

یک متخصص داخلی با اشاره به این که سوزش سردل به دلیل بالا رفتن اسید معده و شل شدن محل اتصال مری به معده رخ می دهد، می گوید: در این حالت اسید معده، انتهای تحتانی مری را می سوزاند در نتیجه سوزش سردل یا همان ترش کردن ایجاد می شود که برخی مواقع افراد ترش کردن را در گلو حس می کنند و برخی هم حس نمی کنند. دکتر «همراز» سوزش سردل را یک مشکل شایع مطرح می کند که احتمال دارد حدود ۷۰ تا ۸۰ درصد اجتماع آن را به نوعی حس کنند و می افزاید: چنان چه فرد رعایت نکند مبتلا به زخم و التهاب مری و در صورت طولانی شدن به بیماری های حادتر و مزمن گرفتار می شود. وی سوزش سردل و پشت استخوان جناغ به شکل خطی از بالا به پایین یا از پایین به بالا در مسیر مری، بازگشت مقداری آب گرم در دهان بعد از خوردن چای و بیسکویت و... را از علائم ترش کردن می داند و می افزاید: این حالت ممکن است با خوردن غذا کمتر و در مواقعی با خوردن ترشجات بیشتر شود.

• راه های درمان

او پرهیز از مصرف غذاهای بسیار تند، داغ و ترش را توصیه و اضافه می کند: گاهی نوشابه های گازدار سبب آروغ زدن بیشتر و افزایش گاز سر معده می شود. البته نمی توان مسائل دیگری مانند استفاده افراد چاق از گن های شکمی، سفت بستن کمربند، خوابیدن بلافاصله بعد از غذا خوردن، پایین بودن بالش زیر سر، سیونیت مزمن، پرخوری، خوردن چربی، چای و شیرینی زیاد را در بروز این مشکل نادیده گرفت. وی ورزش کردن را اولین قدم برای درمان سوزش سردل یا ترش کردن می داند چرا که سبب سفت شدن اتصالات و ورزش شده عضلات بدن می شود و ادامه می دهد: علاوه بر ورزش، مصرف پروتئین ها بر عکس شیرینی ها شلی سر معده را بهتر می کند. همچنین با مصرف برخی داروها مانند رانیتیدین، امپرازول و پنتوپرازول نیز اسید معده کم می شود بنابراین فرد سوزش سر معده را حس نمی کند. به گفته وی، مصرف خودسرانه برخی داروهای تجویزی برای درمان این مشکل در کوتاه مدت منعی ندارد اما در صورت مصرف بیش از حد احتمال بروز عارضه وجود دارد و چنان چه فرد در طولانی مدت درمان نشود بیماری خطرناک می شود.

عطاری

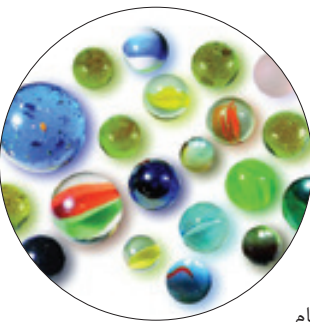
علف هفت بند مرغان؛ تب بر



علف هفت بند مرغان برای دفع کرم انگلی آسکاریس مفید است. مدیر مجتمع تحقیقات گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی استان با اشاره به این که «علف هفت بند مرغان» گیاهی متعلق به خانواده علف هفت بند با ساقه های کوتاه، خرنده و پر گره و بند بند است، به «خراسان جنوبی» گفت: در گویش محلی این گیاه بندکو و سفره مور شک نامیده می شود و ریشه آن خاصیت حشره کشی دارد. «پویان» با بیان این که مصرف دانه این گیاه مسهل و قوی آور بوده و مقداری سمی و برای دفع کرم انگلی آسکاریس مفید است، افزود: همچنین علف هفت بند مرغان، تب بر است و برای بیماری های پوستی، آفتاب زدگی، ترمیم رحم، سوزاک، ورم روده فراخ و قطع خون ریزی رحمی موثر است. به گفته وی، این گیاه در حاشیه مزارع بیشتر مناطق استان می روید.

نوستالژی

تیله بازی



در گذشته های نه چندان دور، فرقی نمی کرد روزهای گرم تابستان باشد یا سرمای سرد زمستان، بعد از تعطیلی مدرسه، پسر ها که از بازی و امکانات تفریحی امروزی مانند تلویزیون، سینما، گوشی های تلفن همراه و... خبری نبود، راهی کوچه های محله می شدند و با جمع های صمیمی و در گروه های چند نفره به بازی های مورد علاقه شان می پرداختند. یکی از این بازی ها تیله بازی یا به اصطلاح عامیانه در خراسان جنوبی تشله بازی بود، یک نوع بازی با گوی های شفاف و شیشه ای با اشکال و رنگ های متنوع درونی که گاهی حتی رنگی هم مانع بازی کرد نشان نمی شد و آن ها را ساعت ها با شور و هیجان سرگرم نگه می داشت و تا غروب آفتاب هم سراغی از خانه نمی گرفتند. ایام عید و تابستان اوج پرداختن به این بازی سرگرم کننده بود.

خبر

کاهش ۷۰ درصدی معاملات مسکن



زهرآخسروی - خرید و فروش مسکن نسبت به سال گذشته ۶۰ تا ۷۰ درصد کاهش یافت. رئیس اتحادیه مشاوران املاک بیرجند با اشاره به افزایش ۱۰۰ تا ۱۵۰ درصدی قیمت مسکن نسبت به مدت مشابه سال گذشته به «خراسان جنوبی» گفت: میزان معاملات پاییز در مقایسه با نیمه اول امسال ۱۵ تا ۲۵ درصد کاهش یافته است. «اربابی» از آرامش نسبی در بازار کنونی خبر و ادامه داد: باتوجه به افزایش قیمت ها در چند ماه اخیر، کشتی برای افزایش قیمت بیشتر مد ویزه در خراسان جنوبی وجود ندارد. وی تاکید بر این که قیمت یک ملک را افراد خبره، عرف منطقه و قیمت روز تعیین می کند، ادامه داد: ۸۰ درصد کارشناسان املاک کارشناس واقعی نیستند و ۱۵ درصد معماران و مهندسان با تجربه ۲۰ تا ۳۰ ساله در این زمینه مورد تایید هستند.

مشاور

پرداخت دیه



با پدر و پسری نزاع کردم، پدر از من شاکی شده است و برای جراحات وارد شده به او ۳/۵ درصد محکوم به پرداخت دیه شده ام. من هم از پسر شکایت کردم و دادگاه او را به پرداخت ۵/۵ درصد دیه محکوم کرده است. آیامی توان ۳/۵ درصد را از ۵/۵ درصد دیه کم کرد، مابه التفاوت به من پرداخت شود یا طرفین باید هر کدام جداگانه دیه را پرداخت کنند؟

محمدی - مدیر خدمات الکترونیک قضایی شماره یک بیرجند: چون دوبرونده جداگانه است، هر کدام از طرفین باید دیه را به طور کامل پرداخت کنند اما چنان چه پرنده هاجداگانه نبوده شخص از پدر و پدر از این شخص شاکی بود، در این حالت نفری که بیشتر محکوم شده است باید مابه التفاوت دیه را پرداخت می کرد.

خوانندگان محترم روزنامه خراسان جنوبی می توانند سوال های حقوقی خود را در تماس با تحریریه روزنامه مطرح کنند تا پاسخ آن ها را از کارشناسان جویا شویم.

همشهریان گرامی

به منظور رفع نیازهای روزمره شما تعداد زیادی آگهی در نیازمندیهای خراسان جنوبی چاپ میشود از آن جایی که وظیفه این رسانه اطلاع رسانی به منظور سهولت در داد و ستد می باشد، لذا مسئولینی درباره محتوای آگهی ها ندارد. لطفا هنگام داد و ستد، با روشهای مقتضی، اطمینان لازم را از صحت ادعای آگهی دهندگان به دست آورید.

به یک نفر سالن دار و یک نفر نیروی خدماتی کمک اشیز برای کار در اشیز خانه قسمت فود برای شیفت شب نیازمندیم ۰۹۱۵۲۶۴۴۵۹۵	فرهنگی و آموزشی	تدریس ریاضی توسط استاد خانم ۰۹۱۵۹۶۵۳۹۸۲	خدمات شهری	تعمیر یخچال، فریزر، یاباشویی ظرفشویی و کولر آبی در منزل شهریاری ۰۹۱۵۱۶۴۳۷۷۸	پخش تراکت، سابقه بخش ۲ هزار تراکت، خدماتی، اطلاع رسانی شروع ۰۹۳۷۴۰۹۲۹۰۸	سرویس و نصب اجاق گاز روکار و توکار، هود، دفر، توکار، بخاری در محل یا تضمین کار۰۹۱۰۸۷۷۹۵۶۵۰۸	درستی عمو علی فقط و فقط ۳۵۰۰ تومان ۰۹۱۵۸۶۳۵۶۱۰	نقاشی به روز با کادری مجرب کیفیت عالی سرعت کار اجرت توافقی ۰۹۹۰۰۹۲۷۰۹۵۷	جوشکاری سیار - تعمیرات درب و پنجره و ساخت در محل کار ۰۹۱۵۹۶۴۸۶۵۲
یه یک نیرو کابینت ساز تیمه ماهر یا ماهر نیازمندیم ۰۹۱۰۱۲۷۸۰۷۲	تدریس ریاضی ۰۹۱۵۱۶۳۸۴۴۲	اتجام کلیه امور خدماتی شرکت گل باران ۰۹۱۵۵۲۰۶۴۴۰	حمل بار یا نازترین قیمت وانت پیکان - تمام نقاط ۰۹۱۵۹۳۶۲۸۹۸	نقاشی ساختمان پذیرفته میشود اجرای انواع رنگ درجه یک و... ۰۹۱۵۳۶۳۶۴۵	خدمات فنی صالح تعمیرات تخصصی انواع لوازم در اسرع وقت ۰۹۰۳۵۰۱۶۰۸۶	خدمات فنی امین تعمیرات کپچ آبگرمکن و... نازلترین قیمت۰۹۱۵۹۶۰۵۸۷۸	واتن نیشان جابجا نمودن آتاثیه منزل ۰۹۱۵۹۶۳۹۵۳۸	تعمیر یخچال و فریزر در منزل - ناصری نژاد ۰۹۱۵۳۶۳۵۰۱۵	تعمیر یخچال در محل دلخواه - کاظمی مهرشهر ۰۹۱۵۵۶۲۶۰۳۴
آژانس با رنگ خور بالا به تعدادی راننده نیازمند است ۰۹۹۰۵۶۳۷۲۸۳	تیر اندازی ابتدای بلوار معلم - معلم ۲ ۰۹۳۰۴۳۳۰۹۵۵ - ۲۳۲۱۸۱۰۵	انواع نقاشی ساختمان و ضد زنگ پذیرفته میشود برادران خسروی۰۹۱۵۰۶۱۷۶۶۵	گچ خاک و گچ کاری ساختمان پذیرفته میشود همراه با مدرن ترین طرح ها اعم از ابزار آوین نور مخفی و... دارای گواهینامه مهارت ۰۹۱۵۸۶۱۲۵۵۰۰ - ۰۹۱۲۴۳۱۲۴۵۱	نقاشی ساختمان اجراع انواع رنگها پلاستیک متری ۵۰۰۰ آکرلیک متری ۱۶۰۰۰ روغنی درب پنجره متری ۱۵۰۰۰ ۰۹۹۰۹۲۷۰۹۵۷	نقاشی ساختمان مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک ۵۰۰۰ رنگ آکرلیک ۱۶۵۱۲ و پنجره از ۱۶۵۱۲ ۰۹۱۵۱۶۳۴۴۰۷	نقاشی ساختمان مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک ۵۰۰۰ رنگ آکرلیک ۱۶۵۱۲ و پنجره از ۱۶۵۱۲ ۰۹۱۵۱۶۳۴۴۰۷	آرایش بردیا - اصلاح با تخفیف ۵ هزار تومان - قفاری - روبروی شهرداری ۰۹۱۵۶۶۴۶۸۰۹۱۵۶۶۶۴۶۸۰	تعویض روغن یوسفتی ۰۹۱۵۱۶۳۳۸۶۵	کاشیکاری و سرامیک کاری و سنگ کاری تضمینی، در کی۰۹۱۵۸۶۱۱۳۸۴
به تعدادی راننده تمام وقت جهت کار در آژانس نیازمندیم ۰۹۱۹۶۹۰۹۹۵۲	تدریس عربی تضمینی کنکور پرداخت شهریہ پس از درصد دلخواه ۰۹۱۵۷۸۰۱۲۷۰	تدریس عربی توسط سلطانی دبیر و مدرس دانشگاه ساعتی ۳۰ تومان ۰۹۱۵۷۸۰۱۲۷۰	خان نشین نارین سال ۱۳۹۸ با بهترین و زیباترین دکور عزیزان میهمانان خود باشید تولید و توزیع خان نشین پشתי های سنتی و ترمه رومیزی چمدان سنتی، سرویس جهیزه ۲۰ متری شرقی دوم مدرس ۰۹۱۵۸۶۴۳۲۱۲	گروه بلگا پتینه - برادران طالبی بهترین پوشش داخلی ساختمان و بهترین جایگزین رنگ و گچ و بهترین دیواری و... پتینه قابل اجرا بر کلیه سطوح و... شبانه روزی ۰۹۲۳۰۱۷۱۶۴۹۰۰ - ۰۹۱۵۹۶۶۰۰۱	کروه بلگا پتینه - برادران طالبی بهترین پوشش داخلی ساختمان و بهترین جایگزین رنگ و گچ و بهترین دیواری و... پتینه قابل اجرا بر کلیه سطوح و... شبانه روزی ۰۹۲۳۰۱۷۱۶۴۹۰۰ - ۰۹۱۵۹۶۶۰۰۱	خشکشویی سبیده پلیسه دامن رنگرزی لباس پتو روفرشی روتختی انواع البسه پذیرفته می شود ادرس خ مفتاح بین ۹ و ۹ ۰۹۱۰۵۴۶۷۷۳ - ۳۲۲۵۱۲۲۶۱	پلاستیک قائم تولید انواع نایلون، نایلکس پلاستیک فونداسیون کیسه زیاله، پلاستیک شیرینگ و کاور فرش، پلاستیکهای کشاورزی ۰۹۱۵۳۶۱۴۵۶۸۰۰ - ۰۹۱۵۶۶۹۲۲۴	تعمیر یخچال و فریزر در منزل - ناصری نژاد ۰۹۱۵۳۶۳۵۰۱۵	تعمیر یخچال در محل دلخواه - کاظمی مهرشهر ۰۹۱۵۵۶۲۶۰۳۴
نیروی خادم در گلخانه نیازمندم ۰۹۱۵۷۴۰۰۷۸۸	تدریس خصوصی ریاضی و زبان ابتدایی، راهنمایی، دبیرستان ۱۰ سال سابقه ۰۹۱۵۷۵۵۱۵۱۳	موزن ترمه آماده ارائه تشریفات، انواع لباس عروس های جدید شاین، ساتن، تاج های ملکه ای و دسته گل عروس و هم سفره ای آینه ای و پاکس انتهای توحید ۰۹۱۵۶۰۴۷۲۰۵	حمل بار و آتاثیه منزل با قیمت مناسب به داخل شهر و تمام نقاط کشور با کامیون مسقف جک ۸ تن اتاق ۶ متر جابجایی داخل شهر از ۷۰ تا ۷۰ هزار ۰۹۱۵۶۲۷۲۵۴۵۰۰ - ۰۹۱۵۷۲۰۴۴۱۰	نظافت منزل راه پله پیلوت بیل زنی باغچه پذیرفته میشود با مناسبترین قیمت ۰۹۹۱۵۱۵۴۰۴۸	خودرو لوکس اجاره ای قابل توجه عروس و دامادهای خوب خراسان جنوبی خودرو لوکس ام وی ام لاکچری مدل ۹۷ با راننده بسیار خوب و... ۰۹۱۵۹۶۲۰۹۵۳	جولوندی امیرمهدی تعمیر جلوبندی میزان فرمان تعلیق و فنربندی رفع کجی و لاستیک سایب و کشیدم فرمان کمک فنر - تنظیم ر فنق اکسل مدیریت صحرارکد نیش عدل ۳۰ ۰۹۱۵۶۶۴۶۲۱۶	نقاشی ساختمان با کادری مجرب - اجرای رنگ پلاستیک روغنی، آکرلیک، مولتی کالر پلی استر کاری، پتینه کاری گچ کاری، شابلون طرح کاغذ دیواری و... - توافقی ۹۹۰۹۲۷۰۹۵۷۰۰ - ۰۹۱۵۲۲۸۸۰۵۴	فروش یک عدد ترمیل مکانیکی قیمت توافقی ۰۹۳۸۰۳۱۶۹۳۴	نهای زرشک فروشی ونهال عناب ونهال های میوه ای به طور کلی و جزئی ۰۹۱۵۷۵۵۶۵۳۳
انواع کیسه های خالی شما را خریدارم کیسه های آردی، شکری، سبوسی، دان مرغی، کیسه های بزرگ گاهی وغیره ۰۹۹۰۲۳۲۱۷۶۷	انواع کیسه های خالی شما را خریدارم کیسه های آردی، شکری، سبوسی، دان مرغی، کیسه های بزرگ گاهی وغیره ۰۹۹۰۲۳۲۱۷۶۷	انواع کیسه های خالی شما را خریدارم کیسه های آردی، شکری، سبوسی، دان مرغی، کیسه های بزرگ گاهی وغیره ۰۹۹۰۲۳۲۱۷۶۷	انواع کیسه های خالی شما را خریدارم کیسه های آردی، شکری، سبوسی، دان مرغی، کیسه های بزرگ گاهی وغیره ۰۹۹۰۲۳۲۱۷۶۷	انواع کیسه های خالی شما را خریدارم کیسه های آردی، شکری، سبوسی، دان مرغی، کیسه های بزرگ گاهی وغیره ۰۹۹۰۲۳۲۱۷۶۷	انواع کیسه های خالی شما را خریدارم کیسه های آردی، شکری، سبوسی، دان مرغی، کیسه های بزرگ گاهی وغیره ۰۹۹۰۲۳۲۱۷۶۷	انواع کیسه های خالی شما را خریدارم کیسه های آردی، شکری، سبوسی، دان مرغی، کیسه های بزرگ گاهی وغیره ۰۹۹۰۲۳۲۱۷۶۷	انواع کیسه های خالی شما را خریدارم کیسه های آردی، شکری، سبوسی، دان مرغی، کیسه های بزرگ گاهی وغیره ۰۹۹۰۲۳۲۱۷۶۷	انواع کیسه های خالی شما را خریدارم کیسه های آردی، شکری، سبوسی، دان مرغی، کیسه های بزرگ گاهی وغیره ۰۹۹۰۲۳۲۱۷۶۷	انواع کیسه های خالی شما را خریدارم کیسه های آردی، شکری، سبوسی، دان مرغی، کیسه های بزرگ گاهی وغیره ۰۹۹۰۲۳۲۱۷۶۷

تلفن دفتر مرکزی: ۳۲۴۴۵۰۹۰

ارسال پیامک ۳۰۰۰۴۹۳۴۹۳

با درج آگهی رنگی و طراحی شده در روزنامه خراسان جنوبی از تخفیف ویژه برخوردار شوید

خودرو
املاک
لوازم منزل
لوازم مستعمل