نکته

نگاهی به خواص دارویی گل سر شور

## سرت را گل بگیر!

فریده تهرانی
خبرنگار چاردیواری

گل سر شور یکی از گل‌هایی است که در متون طب سنتی از آن با عنوان طین یاد می‌شود که در گروه خانواده داروهای با منشاء معدنی قرار دارند و به علت خاصیت طبیعی بودن، مناسب‌ترین انتخاب برای حفظ سلامت، نشاط و شادابی موهاست و خواص فراوانی برای پوست دارد.

### گل سر شور چیست؟

در طب سنتی بحثی به نام طین (گل) وجود دارد. خاک نیشابوری یا خراسانی، معروف به گل سرشور یکی از مهم‌ترین طین‌هایی است که سفید و خوشبو با طعمی خوب و کمی شور است که طبیعت آن مانند سایر طین‌ها سرد و خشک است. خاک سفید، خاک سبز (نرم‌کننده پوست سر و برطرف‌کننده شپش)، خاک زرد (مصارف درمانی) از دیگر طین‌هایی هستند که برای شست‌وشو استفاده می‌شوند.

### خواص گل سر شور برای موها

**ترمیم موها بعد از آسیب دیدگی**

درمانگران طب سنتی معتقدند که گل سر شور خاصیت ترمیم‌کنندگی دارد. اگر ساقه مو آسیب ببیند، می‌توانید از آن استفاده کنید، زیرا گل سر شور اثر ترمیم‌کنندگی نیز دارد و می‌تواند بسیاری از آسیب‌های وارد شده به ساقه مو را برطرف کند.

با این گل دوباره ساقه موهای خود را ترمیم کنید و زیبایی را به موهای خود بازگردانید. برای ترمیم موها بعد از آسیب دیدگی دو تا سه قاشق از این خاک را درون ظرفی بریزید و به‌تدریج به آن آب اضافه کنید و آن را به آرامی مخلوط کرده تا قوام پیدا کند و به صورت گل درآید؛ این مخلوط را ۲۰ تا ۳۰ دقیقه روی سر بگذارید و سپس آن را به آرامی بشویید.

**از بین بردن موخوره**

ترکیب گل سر شور و آب خیسانده گل ختمی برای درمان موخره و افزایش نرمی پوست سر موثر است. گل ختمی را به مدت یک روز در آب خیس کرده و بعد از صاف کردن این آب را با خاک گل سر شور مخلوط کرده و از آن برای شست‌وشوی سر استفاده کنید.

**افزایش سرعت رشد مو**

شست‌وشوی سر با گل سر شور به تقویت مو کمک می‌کند، برای رشد بهتر موها از گل سر شور استفاده کنید. دو تا سه قاشق از این خاک را درون ظرفی بریزید و به‌تدریج به آن آب اضافه کنید و آن را به آرامی مخلوط کرده تا قوام پیدا کند و به‌صورت گل درآید؛ این مخلوط را ۲۰ تا ۳۰ دقیقه روی سر بگذارید و سپس آن را بشویید.

**درمان جوش و خارش پوست سر**

برای درمان جوش سر، خارش پوست سر و... گل سر شور و ماست را ترکیب کرده و به آن به‌تدریج آب را اضافه کرده تا خمیری یک دست و مناسب به دست آید.

مکث

آیا عسل فاسد می‌شود؟

# بهترین زمان مصرف عسل

لیلا ونکی
خبرنگار چاردیواری

**آیا عسل هم فاسد می‌شود؟ شاید خیلی از ما تصور کنیم عسل به دلیل خواص شگفت‌آوری که دارد فسادناپذیر هم هست؛ به خصوص این‌که در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی چنین نکته‌ای به مخاطبان القا می‌شود که عسل طبیعی هیچ‌گاه فاسد نخواهد شد.**

درنگ

## اما آیا واقعا عسل فسادناپذیر است؟

عسل تاریخ انقضا ندارد. این جمله‌ای است که معمولا زنبورداران و فروشندگان در جواب این سؤال مشتریان که عسل را تا چه مدت می‌توان نگهداری کرد، می‌دهند.

اما از طرفی معمولا همین مشتری هنگامی که از در مغازه عسل‌های بسته‌بندی شده را می‌خرد، روی آن تاریخ انقضایی دو ساله درج شده که باعث می‌شود این سؤال برای افراد زیادی پیش بیاید که بالاخره آیا عسل خراب می‌شود یا نه؟ واقعیت این است که جواب این سؤال هم خیر است و هم بله. عسل طبیعی اگر شرایط مساعد را داشته باشد و در شرایط مناسب هم نگهداری شود هرگز فاسد نمی‌شود اما اگر این شرایط را نداشته باشد قطعا تخمیر و فاسد می‌شود. در ادامه به بررسی این موارد می‌پردازیم.

برش

## تاریخ انقضای عسل

به گفته متخصصان تغذیه، واقعیت این است که عسل هم مانند هر ماده طبیعی دیگری تاریخ انقضا دارد. طی نگهداری عسل به‌تدریج و با گذشت زمان، ترکیبی سمی به نام هیدروکسی متیل فورفورال در این محصول زیاد می‌شود و هرچه مدت زمان نگهداری و دمای محیط بیشتر باشد بر میزان این ترکیب افزوده می‌شود. در نتیجه هر عسل تاریخ مصرف مشخصی دارد و نباید خارج از این محدوده زمانی استفاده شود. ملاک تشخیص عسل تقلبی از طبیعی را پارامترهایی که در استاندارد تعریف شده تعیین می‌کند و برخلاف باور عامه مردم و مطالبی که در مورد چگونگی تشخیص عسل تقلبی از عسل اصل منتشر می‌شود، صرفا یک آزمایشگاه معتبر می‌تواند به شکل علمی، ترکیبات عسل را مورد سنجش قرار داده و نوع اصل را از تقلبی متمایز کند و تاکنون هیچ روش خانگی برای سنجش این موضوع تایید نشده است. عسل‌های کهنه، رست بسته، کریستاله یا شکرک‌زده‌ای که اغلب به‌صورت خانگی یا توسط عرضه‌کنندگان، حرارت داده می‌شود تا به حالت رقیق و روان اولیه تغییرشکل دهد قطعا حاوی میزان بالایی ترکیب سمی است که هر چقدر دما بالاتر باشد، واکنش تشکیل این ترکیب سریع‌تر انجام می‌شود.

ذره‌بین

## از کجا بفهمیم عسل خراب شده است؟

عسل به‌علت برخی از ویژگی‌هایی که دارد عملا در طولانی‌مدت فاسد نمی‌شود، اما این شرایط تا زمانی برقرار است که تعادل ترکیبات عسل طبیعی به‌هم نخورد و به شیوه درست نگهداری شود، در غیر این صورت عسل نیز ممکن است خراب شود.

مهم‌ترین نشانه خراب شدن عسل را می‌توان ترش شدن آن و حالت آبکی پیدا کردن عنوان کرد. در نتیجه اگر عسل شما طعم ترش و نامطبوعی، درست مانند ترشی داشت، باید بدانید که عسل شما خراب شده‌است.

از طرف دیگر رطوبت بیش از حد مهم‌ترین عامل خراب شدن یا همان ترش شدن عسل است که به علت‌های متفاوتی ممکن است اتفاق بیفتد.

عسل طبیعی برای ماندگاری طولانی‌مدت باید رطوبتی کمتر از ۱۸ درصد داشته باشد و هر چه این مقدار بیشتر شود احتمال این‌که عسل تخمیر و ترش شود نیز بیشتر می‌شود.

چگونه می‌توان سرپرستی کودکان بدسرپرست را به عهده گرفت؟

## فرزندم باش

محمد زمانی
خبرنگار چاردیواری

به سرپرستی گرفتن کودکان بدسرپرست به معنای برعهده داشتن مسئولیت نگهداری، مراقبت و تامین نیازهای روزانه کودکانی است که از سوی والدین یا سرپرست‌شان به‌درستی مراقبت نمی‌شوند و شاید حتی به آنها آسیب رسانده باشند. به عبارتی این عمل، با هدف مراقبت از این کودکان و جلوگیری از وقوع آسیب به آنها انجام می‌شود.

### شرایط به سرپرستی گرفتن کودکان بدسرپرست

کودکان بدسرپرست باید دارای یکسری شرایط باشند تا بتوان سرپرستی آنها را به عهده گرفت و اطلاع از این شرایط برای خانواده میزبان حائز اهمیت است. به‌همین خاطر در این بخش از مقاله به شرایط کودکان بدسرپرست برای به سرپرستی گرفتن پرداخته می‌شود که به شرح زیر است:

سن کودک تا ۱۸ سال تمام شمسی باشد. کودک باید مشمول یکی از بندهای ماده ۸ قانون حمایت از کودکان و نوجوانان مصوب ۱۳۹۲ یا یکی از بندهای ماده ۳ قانون حمایت از اطفال و نوجوانان مصوب سال ۱۳۹۹ باشد. ماده ۸ قانون مذکور مصوب ۱۳۹۲ بیان می‌کند: «سپردن سرپرستی افراد موضوع این قانون درصورتی مجاز است که دارای یکی از شرایط ذیل باشند:

الف. امکان شناخت هیچ‌یک از پدر، مادر و جد پدری آنان وجود نداشته باشد.

ب. پدر، مادر، جد پدری و وصی منصوب از سوی ولی‌قهری آنان در قید حیات نباشد.

ج. افرادی که سرپرستی آنان به موجب حکم مراجع صلاحیت‌دار به سازمان سپرده شده و تا زمان دو سال از تاریخ سپردن آنان به سازمان، پدر یا مادر یا جد پدری و وصی منصوب از سوی ولی‌قهری برای سرپرستی آنان مراجعه ننموده باشند.

د. هیچ‌یک از پدر، مادر و جد پدری آنان و وصی منصوب از سوی ولی‌قهری صلاحیت سرپرستی را نداشته باشند و به تشخیص دادگاه صالح این امر حتی با ضم امین یا ناظر نیز حاصل نشود.»؛ بنابراین سپردن کودکانی که امکان شناسایی والدین آنها وجود دارد یا یکی از پدر، مادر، جد پدری و وصی منصوب از سوی آنها زنده است، وجود ندارد.

در ماده ۳ قانون حمایت از اطفال و نوجوانان مصوب سال ۱۳۹۹ نیز شرایط مختلفی برای سپرده‌شدن این کودکان در نظر گرفته که از جمله آن به طور خلاصه می‌توان به مواردی مانند بی‌توجهی و سهل‌انگاری سرپرست در انجام وظایف قانونی و شرعی نسبت به کودکان، ابتلای هریک از والدین یا سرپرست به بیماری‌های روانی یا بیماری‌های جسمی واگیر صعب‌العلاج یا اعتیاد، خشونت مستمر یا زندانی‌شدن اولیا، سرپرستان قانونی، قوادی یا دائر یا اداره‌کردن مراکز فساد و فحشا اشاره کرد.