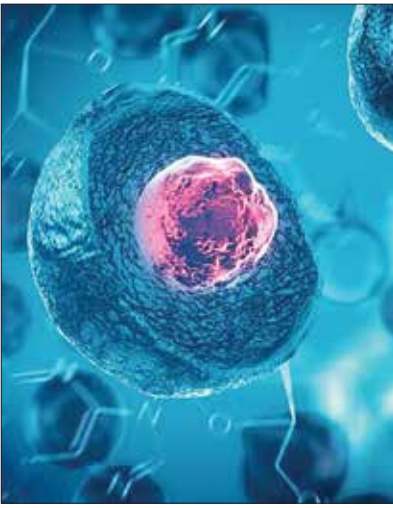


اهمیت توجه به آندومتریوز در زمان بلوغ دختران!

آندومتریوز ازجمله بیماری‌های شایع در زنان است که شیوع آن حدود ۱۰ درصد برآورد شده. دکتر عاطفه گرگین، جراح و متخصص زنان و زایمان و فلوشیپ لاپاراسکوپی پیشرفته، عضو تیم تخصصی کلینیک آندومتریوز مرکز درمان ناباروری ابن سینا درباره این بیماری گفت: بیماری آندومتریوز وقتی رخ می‌دهد که آندومتر، یعنی بافت پوشاننده جدار داخلی رحم، در دیگر نقاط لگن لانه‌گزینی و رشد کند. تخمدان‌ها، لوله‌های رحمی، رحم، روده، مثانه، کلیه، حالب و دیگر نقاط لگن، مانند روده باریک، آباندیس و دیواره لگن شایع‌ترین مناطقی هستند که می‌توانند محل رشد آندومتریوز باشند. دکتر گرگین درباره شیوع این بیماری توضیح داد: شیوع بیماری آندومتریوز در خانم‌هایی که در سنین باروری قرار دارند، بین ۶ تا ۱۰ درصد گزارش شده است. ۲۵ تا ۵۰ درصد خانم‌های نابارور به آندومتریوز مبتلا هستند و خطر بروز ناباروری در زنان مبتلا به این بیماری حدود ۳۰ تا ۵۰ درصد برآورد می‌شود.



وی درباره سن بیماری مذکور بیان کرد: این بیماری می‌تواند از زمان اولین قاعدگی دختران بروز یابد، اما بیشترین شیوع آن در سنین باروری، یعنی ۱۵ تا ۴۰ سالگی است. البته ممکن است در خانم‌هایی که در سنین پیش از یائسگی قرار دارند و همچنین در خانم‌های یائسه هم دیده شود.

عضو تیم تخصصی کلینیک آندومتریوز مرکز ابن سینا درباره راه‌های تشخیص بیماری آندومتریوز بیان کرد: نخستین گام، گرفتن شرح حال دقیق و کامل و معاینه است. معاینه و بررسی علائم بالینی می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشد و در خانم‌های متأهل، با معاینه می‌توانیم وجود ضایعات عمقی را بررسی کنیم. دیگر ابزار تشخیص آندومتریوز انجام سونوگرافی است که یک خدمت تشخیصی در دسترس برای عموم بیماران است، اما بسیار مهم است که یک سونوگرافی اختصاصی و توسط سونولوژیستی انجام شود که بااین بیماری آشناست و مهارت و تجربه کافی در شناسایی ضایعات عمقی آندومتریوز را داشته باشد. در خانم‌های متأهل امکان انجام سونوگرافی واژینال و داپلر وجود دارد و برای خانم‌های مجرد نیز سونوگرافی ترنس‌رکتال یا از طریق مقعد درخواست می‌شود. دکتر گرگین با تأکید بر اهمیت تشخیص زود هنگام آندومتریوز گفت: متأسفانه این بیماری معمولاً دیر تشخیص داده می‌شود و گاهی ممکن است ۷ تا ۱۰ سال پس از بروز علائم، شناسایی گردد.

برای حل جدول اعداد باید در هر مربع کوچک تر ۳ در ۳ هیچ عدد تکراری وجود نداشته باشد.

همچنین هیچ عددی در یک سطر یاستون مربع بزرگ ۹ در ۹ تکرار نشده باشد.

چهار خطر کم‌آبی در بدن

یکی از علل شایع تشنج این است که بدن شما الکترولیت‌های مورد نیاز خود را دریافت نمی‌کند و این مشکل معمولاً به دلیل کم‌آبی ایجاد می‌شود

تشنج

کم‌آبی طولانی‌مدت بدن می‌تواند باعث به‌وجودآمدن بیماری‌های کلیوی و عفونت‌های ادراری شود

کم‌حجمی خون

وقتی بدن شما آب کافی دریافت نمی‌کند، ممکن است باعث کاهش حجم خون و افت فشارخون شود

ضعف حافظه

یکی از مشکلاتی که کم‌آبی مداوم بدن برای فرد به همراه دارد از دست‌رفتن قدرت حافظه است.

در مسیر بهترین انتخاب

افزایش آگاهی درباره روش‌های زایمان طبیعی بدون درد، می‌تواند به بالا بردن اقبال مادران به این نوع از زایمان منجر شود

آنچه که باعث ترجیح زایمان سزارین بر زایمان طبیعی در مادران باردار می‌شود، تصور احساس دردی است که نسل‌به‌نسل و دهان‌به‌دهان، به مادران امروز رسیده است؛ احساسی که عامل اساسی و قابل توجهی از کاهش اقبال زایمان طبیعی در بین بانوان و جایگزینی سزارین برای آنهاست. اما شاید نداشتن آگاهی درباره روش‌های بدون درد و عارضه زایمان طبیعی است که ما را به چنین وضعیتی در اوج‌گرفتن آمار سزارین رسانده است. موضوعی که دکتر حدیث گیانی، متخصص زنان و زایمان هم بر آن تأکید دارد و در گفت‌وگو با جام‌جم، از آینده‌ای می‌گوید که روش‌های بدون درد زایمان طبیعی می‌تواند بیشتر در بین مادران و کادر درمان جایبفتد.



دکتر حدیث گیانی
تخصص زنان و زایمان
گروه جامعه

۹ چیزی به نام زایمان طبیعی بدون درد وجود دارد؟

زایمان در آب یکی از روش‌هایی است که تحمل مادران را در طول وضع‌حمل افزایش می‌دهد. زایمان در آب، به دوروش است. روش اول به این شکل است که مادر باردار هنگام دره‌های فعال زایمانی وارد آب شده و تحمل درد برایش آسان‌تر می‌شود؛ اما روش دوم زایمان در آب است که در این روش خانم باردار در آب می‌ماند و زایمان به‌طور کامل در آب انجام و نوزاد زیر آب متولد می‌شود. آنچه می‌می‌دانم این است که در حال حاضر، در بسیاری از بیمارستان‌ها، روش اول در حال انجام است.

۹ یعنی به چه شکل؟

به این صورت که جکوزی از آب گرم بر و مادر وارد آن می‌شود. گرمای آب باعث می‌شود که دردهای

انقباضات رحمی، کم و کمتر و آرامش نسبتاً خوبی به مادر داده شود، اما در نهایت و برای مراحل آخر زایمان، مادر به بیرون از آب منتقل می‌شود.

۹ و این تنها راه یک زایمان طبیعی بدون درد است؟

اما روش دیگر برای یک زایمان طبیعی بدون درد، زایمان اپیدورال است. در این روش، از مادری که در فاز زایمانی قرار گرفته است و انقباضات منظمی دارد، پرسیده می‌شود که زایمان بدون درد می‌خواهد یا نه؟ اگر پاسخ مثبت باشد، متخصص بیهوشی، وضعیت مادر را چک می‌کند و اگر ممنوعیتی نداشته باشد، می‌تواند بی‌حسی اپیدورال دریافت‌کند.

۹ چه ممنوعیت‌هایی مثلاً ممکن است وجود داشته باشد؟

البته که ممنوعیت‌های کم و بیهودی ممکن است

وجود داشته باشد. مثلاً این‌که چند ساعت قبل، آمپول‌های ضد انعقاد گرفته باشد، آسپرین مصرف کرده باشد، مشکل عفونت در محل تزریق پوست داشته باشد و به‌طورکلی، محدودیت‌های بیهودی برای یک مادر در آستانه وضع‌حمل.

۹ و خوب، این بی‌حسی اپیدورال، به مادر تزریق می‌شود و درد را کم می‌کند؟

این نوع از بی‌حسی، توسط یک سوزن خیلی باریک، شاید به اندازه یک تار موست که در قسمت پایین کمر وارد مایع نخاعی می‌شود و بی‌حسی تزریق می‌شود.

۹ چیزی شبیه به همان بی‌حسی در سزارین؟

به بی‌حسی در عمل سزارین، بی‌حسی اسپینال گفته می‌شود که در آن نوع از بی‌حسی، مادر دیگر نمی‌تواند پاهایش را تکان دهد و طی بازه زمانی دوساعته، از بین می‌رود، ولی در اپیدورال این

بی‌حسی قابل شارژ است و اگر مادر احساس کند که بی‌حسی کم شده و دردهایی احساس می‌کند، می‌توان آن را دوباره تزریق کرد. بدیهی است که یک زایمان طبیعی می‌تواند تا حدود ۱۰ ساعت طول بکشد و اگر بی‌حسی از بین برود، امکان دوباره تزریق وجود دارد. ویژگی بی‌حسی اپیدورال برای مادر این است که در عین این‌که باعث می‌شود انقباضات رحم را حس نکند، اما می‌تواند راه برود، حرکت کند و به‌طورکلی در فاز زایمان همکاری نماید و محدودیتی برایش وجود ندارد.

۹ و شما آن را به بیماران تان توصیه می‌کنید؟

بله، در حالت کلی اتفاق خوبی است. وقتی می‌شود هم یک زایمان طبیعی داشت و هم درد آن را کم کرد و یا حتی از بین برد، چراکه نه؟! عارضه‌های نسبتاً موقتی هم دارد که با سرم‌گرفتن و مانیتورینگ و...

قابل کنترل است. به‌طورکلی، این روش‌های زایمان بدون درد، نیاز به همکاری و آگاهی بیشتری از طرف مادران و فرهنگ جامعه دارد.

آگهی مناقصه عمومی
(نوبت اول)

قرارداد سازندگی

موسسه عمران ساحل در نظر دارد جر ثقیل‌های مربوط به پروژه تجهیز اسکله‌های ۱۶ و ۱۷ فاز ۲ بندر پتروشیمی پارس واقع در عسلویه را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید.

ردیف	نوع جر ثقیل	ظرفیت (تن)	طول دهانه (متر)	طول حرکت (متر)
۱	جر ثقیل سققی	۳	۱۳	۳۰
۲			۹	۵
۳			۹	۱۷

لذا از داوطلبان حائز شرایط شرکت در مناقصه فوق دعوت می‌شود از تاریخ ۱۴۰۳/۰۸/۱۴ تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۸/۲۴ برای دریافت اسناد و مدارک اولیه مناقصه، نامه اعلام آمادگی جهت شرکت در مناقصه را به آدرس ایمیل Askari.npc1617@gmail.com ارسال نمایند.

- اسناد مناقصه پس از تایید به صورت الکترونیکی ارسال می‌گردد.
- داوطلبان جهت دریافت هرگونه اطلاعات با شماره تلفن ۰۲۱-۳۳۲۱۹۲۱۲ داخلی ۴۴۲۷ آقای عسکری تماس حاصل فرمایند.
- ضمناً هزینه چاپ آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد.

آگهی دعوت

بدینوسیله به اطلاع کلیه اعضا و سهامداران **شرکت تعاونی مسکن پشتیبانی منطقه ۱** می‌رساند جلسه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده مورخ ۱۵/۰۸/۱۴۰۳ به دلیل به حد نصاب نرسیدن داوطلبین هیات مدیره و برابر دستور اداره تعاون، کنسل و مجدداً راس ساعت ۹ روز سه‌شنبه مورخ ۱۵/۰۸/۱۴ در محل تالار ونوس برگزار می‌گردد.

خواهشمند است جهت تصمیم‌گیری در خصوص دستورالت جلسه به شرح ذیل راس ساعت و تاریخ مقرر، حضور بهم رسانید.

ضمناً با استناد به ماده ۱۹ آیین‌نامه- تبصره ۳ ماده ۳۲ قانون بخش تعاون اقتصاد جمهوری اسلامی ایران هر یک از اعضای شرکت می‌تواند با استفاده از حق خود برای حضور و دادن رای در مجمع عمومی به یک نماینده تمام‌الاختیار خود از میان اعضا و یا خارج از اعضا واگذار نماید. (حضور غسبو و نماینده او نوأماً در مجمع ممنوع است) شایان ذکر است آن دسته از اعضا که واحد خود را دریافت و تسهیلات بانکی، دریافت نموده‌اند به موجب قانون بخش تعاون از عضویت خارج و وفق نامه شماره ۹۸۸-۹۰/۰۴/۱۲ حق ورود و شرکت در جلسات مجامع عمومی و دادن رای ندارند و همچنین اعضای محترم تعاونی که داوطلب تصدی سمت‌های مورد درخواست در دستور جلسه هستند، می‌توانند از تاریخ انتشار این آگهی به مدت حداکثر ۵ روز کاری با مراجعه به محل تعاونی، درخواست خود را در فرم مربوطه تکمیل و به هیات مدیره شرکت تحویل نمایند. لازم به ذکر است اعضای محترم که داوطلب تصدی سمت‌های مورد درخواست دستور جلسه هستند می‌بایست شرایط لازم وفق اساسنامه را داشته باشند.

(در دست داشتن برگ واگذاری و وکالت‌نامه جهت شرکت در جلسه الزامی می‌باشد.)

دستور جلسه:

- طرح و بررسی گزارشات هیات مدیره و بازرس تعاونی
- طرح و تصویب صورت‌های مالی و عملکرد تعاونی منتهی به سال ۱۴۰۲ و ۱۴۰۱
- تعیین تکلیف مطالبات و بدهی‌های تعاونی
- تصویب اسامع لغو عضویت اعضایی که امتیازات شامل (واحد و تسهیلات) دریافت نهمداند.
- انتخابات هیات مدیره (اصلی و علی‌البدل)
- انتخابات بازرسان (اصلی و علی‌البدل)

توضیح (درمجامع عمومی یک مرحله‌ای) هر عضو وکالت‌سه‌نفر از اعضا و هر غیر عضو وکالت‌یک‌نفر از اعضا را دارا می‌باشد.

هیات مدیره شرکت تعاونی مسکن پشتیبانی منطقه ۱

آگهی مناقصه عمومی (نوبت اول)

قرارداد سازندگی

موسسه عمران ساحل در نظر دارد آشغالگیرهای دانه ریز (Traveling Band Screen) و آشغالگیرهای میله‌ای (Bar Screen) مربوط به پروژه احداث تاسیسات آبیگری و تخلیه پساب پروژه آب شیرین کن شهید رئیسه‌علی دلواری واقع در شهر بوشهر را به شرح ذیل از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید.

Description	Qty	Type	Material
Traveling Band Screen	2	Center/Dual Flow	Base frame:SS316LL Mesh:Duplex SS
Bar screen	2	Mechanically cleaned Raked Bar screen	Bars:Duplex SS
Trash Rack	1		Rack:SS316 L

لذا از داوطلبان حائز شرایط شرکت در مناقصه فوق دعوت می‌شود از تاریخ ۱۴۰۳/۰۸/۱۴ تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۸/۲۴ برای دریافت اسناد و مدارک اولیه مناقصه، نامه اعلام آمادگی جهت شرکت در مناقصه را به آدرس ایمیل Akhoundi.swd70@gmail.com ارسال نمایند.

اسناد مناقصه پس تایید به صورت الکترونیکی ارسال می‌گردد.

داوطلبان جهت دریافت هرگونه اطلاعات با شماره تلفن ۰۲۱-۳۳۲۱۹۲۱۲ داخلی ۴۴۴۸ آقای آخوندی تماس حاصل فرمایند.

ضمناً هزینه چاپ آگهی بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.

۶	۱			۵		۹	۸
۸							۲
				۱	۲		
		۷			۳		
۲				۴		۲	
		۹					
			۷	۱			
۷					۱		
۱	۹			۳		۲	۴
						۷	۸
					۴	۸	
						۴	۶

۱	۳		۶		۴	۷		۶	۳	۱		۶		۴	۷
۲						۹			۲						۹
			۸	۱				۸				۸	۳		
		۴			۹					۱			۶		
۶			۵			۳					۹				۱
			۵		۶					۵			۷		
			۶	۷						۲		۵			
۴						۱					۷				۸
۹	۵		۳		۶	۸			۴	۹			۳		۵

۸	۷		۳			۲	۱
							۶
		۹	۶				
		۲			۳		
			۶				۵
۱		۴				۷	
				۴			
			۸				
					۷		
		۹	۸				
						۷	

			۶					۴	۷
									۹
		۸	۳						
							۶		
				۵					۱
							۷		
		۲		۵					
									۸
	۷							۴	۹
			۳						۵