

## پوسیدگی؛ شایع ترین بیماری دهان و دندان

گر بخواهیم روی یکی از شایع‌ترین و فراگیرترین بیماری‌های دهان و دندان در کشورمان دست بگذاریم، بهتر است به پوسیدگی‌های دندان اشاره کنیم؛ نوعی بیماری که در مراحل اولیه هیچ نشانه‌ای ندارد و همین باعث پیشرفت آن می‌شود. درواقع اگرچه پیش از این پیشرفت و این‌که پوسیدگی به صلب رسد، آن را رسیدگی و پوسیدگی (درمان کنیم، به مقدار قابل توجهی در هزینه درمان صرفه جویی و به ماندگاری دندان کمک کرده‌ایم؛ اتفاقی که البته در بین کسانی که با چنین مشکلی روبه‌رو هستند به میزان بسیار کمی جدی گرفته می‌شود، چون با وجود توصیه‌های مکرر و تذکرات متعدد، بیشتر افراد، زمانی به دندانپزشکی مراجعه می‌کنند که پوسیدگی‌های دندان به مرحله هشداری در درسیده است، درصورتی‌که شاید اگر به «گیر غذایی» یعنی ماندن غذا در لابه‌لای دندان و ضرورت استفاده از نخ دندان و خلال دندان وقت کنیم، متوجه شویم که این پدیده، نشانه اولیه برای بروز پوسیدگی دندان است. جدی گرفتن کلاه‌های سیاه و قهوه‌ای رنگ روی دندان‌ها هم یکی دیگر از علائم هشدار پوسیدگی است. اگر در زمان مناسبی به آن وقت کنیم، از پیشروی پوسیدگی، به میزان قابل توجهی جلوگیری خواهد شد. اما در واقعیت چه اتفاقی می‌افتد؟ بیمار زمانی به دندانپزشکی مراجعه می‌کند که پوسیدگی به آخرین مرحله یعنی درد رسیده است و با خوردن شیرینی یا قرار گرفتن دندان در برابر دماهای متغییری گرم و سرما، واکنش نشان می‌دهد. به همین دلیل است که توصیه ما برای پیشگیری از چنین اتفاقی و برای جلوگیری از شیوع گسترده پوسیدگی دندان در بین افراد جامعه، یک‌پاک‌بای منظم به‌صورت شش‌ماه یک‌بار است که به‌واسطه رادیوگرافی OPG، ارزیابی مناسبی از وضعیت کلی دندان برای پزشک ترسیم می‌شود و متخصص می‌تواند به‌موقع توجه خطر پوسیدگی و با مرحله پیشرفته آن گردد. در این میان، شاید است بداند که هرچه پوسیدگی دندان بیشتر باشد، عمر مفید دندان کاهش پیدا می‌کند و فرد در سنین پایین‌تری باید رو به درمان‌هایی نظیر ایمپلنت که هزینه‌های بسیار زیادی دارد بیاورد. درواقع، به نظر می‌رسد که با وجود پیشرفت‌های علمی و روش‌های متعدد درمان دندان‌های آسیب‌دیده، انجام معاینه‌های منظم برای پیشگیری از بروز بیماری‌ها، همچنان راه‌حلی بهتر نسبت به سایر روش‌ها و درمان‌ها باشد.



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 یا ستون مربع بزرگ ۹ در ۹ تکرار نشده باشد.

				Δ				
		Δ	ϕ	Λ	μ			
				q			l	
	γ						Λ	
ρ	Δ	Λ				ϕ	μ	γ
	q						κ	
	ρ			γ				
			ρ	l	κ	γ		
				ϕ				

				᠔				
		᠕	᠑	᠑	᠑			
				᠕			᠑	
	᠑						᠕	
᠑	᠕	᠑				᠑	᠑	᠑
	᠔						᠑	
	᠑			᠑				
			᠕	᠑	᠑	᠑		
				᠑				

پياز خام با داشتن تركيبات سولفور آنتي-باكتريال قوي، باكتري هاي مضر دهان را از بين مي برد و براي سلامت لثه مفيد است.

سبزیجات ترد مانند هویج، کرفس، بروکلی و کدو، به علت داشتن ویتامین A برای مینای دندان مفید هستند.

اسیدهای موجود در سیب، هنگام جویدن، باکتری‌های دهان را از بین برده و دندان‌ها و لثه‌ها را تمیز می‌کنند.

**چای سبز**

به دلیل وجود پلی فنول ها در چای سبز، این نوشیدنی در از بین بردن بوی بد دهان تاثیر گذار است.

**لبخند به سلامت نوزاد با بهداشت دهان و دندان**

در روز دندانپزشک بررسی کرده ایم که درمان بیماری های دهان و دندان از رسیدگی های ضروری پیش از بارداری به شمار می رود

سلامت دهان و دندان، فقط آن مسأله‌ای نیست که باعث لبخند زیباتر شما می‌شود؛ بلکه آن‌قدر مهم و بااهمیت است که می‌تواند در

بی‌توجهی به سلامت دهان و دندان در دوره بارداری، موضوع شایعی است؛ شاید چون تغییرات هورمونی سبب رخوت و بی‌دقتی مادر به موضوعی مانند سلامت دندان‌ها می‌شود. برای همین هم

فوق‌بیهوشی به اتفاق متخصصان دهان و دندان، رسیدگی به سلامت دندان‌ها را از ضروریات دوران پیش از بارداری می‌دانند: «درواقع بهتر است که پیش از تصمیم به بارداری آگاهانه، مادر از سلامت و رسیدگی به دندان‌هایش مطمئن باشد؛ چراکه دوره بارداری، وقت مناسبی برای درمان‌های دندانپزشکی نیست.» این را دکتر بابک عباسی، دندانپزشک می‌گوید. او معتقد است که پروسه درمان‌های دندانپزشکی، روند مناسبی برای شرایط جسمانی مادر باردار نیست؛ نمونه‌اش عکس تخصصی دندان با عنوان OPG است که به دلیل دوز بالای اشعه، نمی‌توان آن را در دوره بارداری انجام

«در دوران بارداری، ممکن است فرد با التهاب لثه یا زینوییت لثه مواجه شود؛ نوعی بیماری که لثه دچار عفونت و بر اثر آن قرمز رنگ، متورم و با بوی بد دهان همراه می‌شود و ممکن است گاهی این عفونت سرایت کند و مناطق بیشتری را در بدن بگیرد.» این را دکتر عباسی به جام جم می‌گوید و توضیح می‌دهد که یکی از عوارض این عفونت دندانانی، زایمان زودرس است؛ برای همین است که متخصصان دهان و دندان توصیه می‌کنند که اگر چنین اتفاقی برای فرد باردار افتاد بهتر است به صورت اورژانسی و در سه ماهه دوم

بهبتر است که  
پیش از تصمیم به  
بارداری، مادر از  
سلامت و رسیدگی به  
دندان‌هایش مطمئن  
باشد؛ چرا که  
دوره بارداری  
وقت مناسبی برای  
درمان نیست

## عقونتهای دردسرساز

بیماری برای او و جنینش شود و این اتفاقا دردسرهایی جدی برای مادر و فرزند به وجود می آورد.»

## جنین آسیب پذیر

اما برخی از دخلت‌های دهان و دندان‌ری در دوران بارداری مادر، می‌تواند سلامت جنین را نیز به خطر بیندازد. پیش از افتادن تریش، مصرف برخی از داروها مانند تراسیکلین است که ممکن است دندان‌های جنین را در آینده به رنگ زرد و تیره تغییر دهد؛ «اما از این مهم‌تر، وزن کم جنین هنگام تولد است که می‌تواند ناشی از عفونت‌های دهان و دندان باشد. عفونتی که اجازه وزن‌گیری کافی به جنین نمی‌دهد. در واقع، عفونت‌های جنین برای رشد نرمال طبیعی جینی هستند و ممکن است مانند یک مادر با سویدگی دندان، به دندان‌ها و مژگن کمتر از حالت عادی و در انتظار به دنیا بیاید.» «موضوعی که دکتر عباسی، این اتفاق را مسأله باهمینی برای پیشگیری از بیماری‌های دهان و دندان در دوره بارداری می‌داند.



## آگهی مناقصه عمومی

نوبت دوم

**دستگاه مناقصه‌گزار: مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی بوعلی**

**موضوع مناقصه: انتخاب شرکت جهت مشاوره طراحی کلیه نقشه‌های بیمارستان ۸۰ تختخوابی جدید بوعلی**

**مبلغ سپرده شرکت در مناقصه: ۲,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال واریز فیش نقدی با ضمانت‌نامه بانکی**

**مهلت مراجعه برای اطلاع از شرایط مناقصه و بازدید محل: تا پایان وقت اداری روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۱**

**محل دریافت اسناد مناقصه: تهران، میدان امام حسین(ع)، اول خیابان ملاموند بیمارستان بوعلی، دفتر حراست، تلفن: ۲۳۳۸۰۲۶-۲۳۳۸۰۲۶**

**مهلت ارائه تا یاات: تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۳ مدارک لازم جهت دریافت اسناد مناقصه: ارائه مدارک شناسایی متقاضی ارائه فیش واریزی به مبلغ ۲,۰۰۰,۰۰۰ ریال به حساب ۰۰۹۹۰۷۵۵۰۰۸ نزد بانک ملی شعبه بوعلی کد ۱۲۶ به‌نام بیمارستان بوعلی (غیر قابل استرداد) بیمارستان در رد قبول یک یا همه پیشنهادات مختار و هزینه آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد.**

**امور قراردادها: بیمارستان بوعلی**



## آهک

### مناقصه عمومی

#### شرکت صنایع هویما سازی ایران



در نظر دارفران داد خدمات خود شامل (طبخ و توزیع غذای، آبدار، خانه ها، نخیلات، فضای سبز، خدمات نگهداری و مراکز سیاحتی و زیارتی - میهمان ناهای داخل شرکت)، فرار داد های آب و سبک و سنگین را از طریق مناقصه یکساله به پیمانکار حقوقی واجد شرایط واگذار نماید.

مقتضای این می توانست جهت بازایی و دریافت استناد مناقصه در روز دوشنبه ۱۴۰۱/۰۱/۲۵ و سه شنبه ۱۴۰۱/۰۱/۲۶ به محل اتصال شرکت واقع در منطقه ۳ آزادراه ۱ تهران (تهران / اراک) معلوم، (به شرکت صنایع هویما سازی ایران (هسا)، معاونت پشتیبانی عمومی - مدیریت باز و تاز گانی می مراجعه نمایند.

**مدارک مورد نیازها:** صورت مالی مالی حسابرسانی شده سال ۱۴۰۰، روزنامه رسمی « آگهی آخرین تغییرات »، اساسنامه « به پیمانده صلاحیت اداءه کار »، و رومه کاری.

هوا چنای آهکی به عهده برده مناقصه می باشد.

شمار تماس: ۰۲۱-۴۵۲۳۸۰۳۷

روابط عمومی شرکت صنایع هویما سازی ایران - هسا



## آهوی مناقصه عمومی

### (نوبت دوم)

موسسه عمران ساحل در نظیر دارد خرید ۱۰۰۰ عدد بولت M56 به طول ۱۷۰ سانتی متر به همراه مهره و واشر با پوشش گالوانیزه با مترمایل ASTM F1554 Gr. 55 مربوط به پروژه تجهیز و تغییر کاربری اسکله‌های ۱۵-۱۶ بندر شهید رجایی واقع در استان بوشهر را در مناقصه عمومی و انگار نماید. لازم به ذکر است شرکت‌ها حتماً می‌بایست در وندور لیست MOP یا NPC باشند.

ثبت درگیده شرکت:

لذا از داوطلبان حائز شرایط شرکت در مناقصه فوق دعوت می‌شود از تاریخ ۱۳۹۴/۰۱/۱۹ تا ۱۳۹۴/۰۱/۲۴ برای دریافت اسناد و مدارک کتبی مناقصه، مستأصله، اعلام اعلام آگهی شرکت شرکت در مناقصه اسناد و آدرس ایمیل [Tollabi.npc1617@gmail.com](mailto:Tollabi.npc1617@gmail.com) ارسال نمایند. اسناد مناقصه پس از تایید به صورت الکترونیکی ارسال می گردد.

♦ داوطلبان جهت دریافت هرگونه اطلاعات با شماره تلفن ۰۲۱-۳۳۲۱۹۲۱۳ تا ۱۵-۳۳۲۱۹۲۱۳ آقای مهندس سلاهی تماس حاصل فرمایید.

♦ ضمناً هزینه چاپ آگهی بر عهده پرتو نموده‌های می باشد.

## آگهی مناقصه عمومی (تیمد اول)

**موسسه نوین سازهان وابسته به قرارگاه سازندگی خاتم الانبیا (ع)**

در نظر دارد طبق مشخصات مندرج در اسناد، مناقصه عمومی برگزار نماید.

**موضوع مناقصه:** اجرای عملیات اسکلت بتنی ایستگاه راه آهن جاپاهاز

پیمانکاران واجد شرایط می توانند ضمن واریز مبلغ ۲ میلیون ریال به حساب ۵۱۵۱۷۱۸۲۰۰۵ بانک سپه به نام موسسه نوین سازهان نسبت به خرید و دریافت اسناد مناقصه به آدرس: تهران، کیلومتر ۱۸ جاده مخصوص کرج روبروی خیابان دارو بخش، خیابان آذران مراجعه نمایند.

«تلفن: ۰۲۱۶۴۰۱۹۲۴۴۰۰ آقای مهندس اسماعیلی

**مهلت تحویل پیشنهادها:** تا تاریخ ۱۳۹۴/۲/۰۱ است.

«ضمائم نامه جهت شرکت در مناقصه مبلغ ۵۰۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال می باشد.

**شرایط شرکت کنندگان جهت دریافت اسناد و پاکت:**

« سابقه کار در عملیات بتنی و اخذ حداقل نمره پیش ارزیابی جهت دریافت اسناد

« داشتن توانایی مالی جهت اجرای موضوع مناقصه

**هزینه آگهی بر عهده برنده مناقصه می باشد.**



نوبت اول

شرکت پالایش نفت بندر عباس  
(سهامی عام)

# آگهی مناقصه عمومی

با اخذ سپرده

**درخواست شماره: RHP-7302508370-T20**

**موضوع آگهی: خرید حمام آلترا سونیک**



برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت این شرکت مراجعه نمایید.

**WWW.BAORCO.IR**

روابط عمومی و امور بین الملل

[illegible]

تکراری وجود نداشته باشد.

نشده باشد.

سودوکو ۴۸۴۸

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