



سردار رادان در جمع خبرنگاران چهارمحال و بختیاری
حضور خودروهایی ششوی در جاده‌ها
نگران‌کننده است

صفحه ۲



امام جمعه موقت شهرکری
تربیت دینی در کنار تحصیل در دانشگاهها
دیدنی است

صفحه ۳

استاندار چهارمحال و بختیاری:

سفرهای استانی دولت موجب تصمیم‌گیری واقع‌بینانه می‌شود

صفحه ۲



داروخانه‌های آنلاین؛
راهی برای سودجویی
از اطلاعات بیماران

صفحه ۲

منطقه‌ای که امروز شاهد هستیم

قاسم غفوری

غرب آسیا همچنان به عنوان کانون اصلی تحولات جهانی شناخته می‌شود چنانکه طوفان الاقصی نشان داد که ادعای غرب مبنی بر اهمیت نداشتن این منطقه ادعایی واهی و صرفاً فریبی برای کم رنگ سازی توجه ملت‌های منطقه از توطئه‌های غرب است. با تمام این تفاسیر نگاهی بر روند تحولات منطقه بیانگر حقیقتی است و آن آنکه دوگانه جدید «مقاومت و تسلیم» بر منطقه حاکم شده است و امروز جریان مقاومت یعنی تسلیم نبودن در برابر زورگویی، زیاده‌خواهی و دخالت‌های آمریکا، یک جریان واضح در منطقه است.

هر چند که آمریکا همچنان از نظر تجهیزات و ادوات نظامی در صدر قرار دارد اما این تفکر در میان بسیاری از کشورها و ملت‌ها در جهان از جمله در غرب آسیا ایجاد شده است که وابستگی به آمریکا و نیز حضور نیروهای آمریکایی در کشورشان جز ویرانی و بحران و ناامنی پیامدی به همراه ندارد چنانکه حضور ۲۰ ساله آنها در افغانستان و عراق و نیز سالها اشغالگری آنها در سوریه گواهی بر این حقیقت است. در همین حال جنگ یمن و میلیاردها دلار هزینه برای سعودی در جنگی که آمریکایی‌ها محور آن بودند، نیز ناتوانی آمریکا در حمایت از متحدانش را نشان داد که حلقه تکمیلی آن نیز جنگ اوکراین بوده است.

ادامه در صفحه ۲

ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ

جناب آقای مهندس خدایار باقری
سرپرست محترم اداره کل و شورای هماهنگی راه و شهرسازی استان
جناب آقای حمیدرضا منتظری
سرپرست محترم سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان

توفیق خدمتگزاری به مردم را تبریک عرض نموده، رجای واثق داریم حضور شما عزیزان در این مسئولیت‌ها موجب نشاط و تحرک بیش از پیش دستگاه‌های تحت مدیریت خواهد گردید. به رغم اینکه استان چهارمحال و بختیاری تابلی تمام‌نمای خدمات نظام جمهوری اسلامی است، اما هنوز هم از عمق محرومیت، نگاه‌های منطقه‌ای برخی مسئولین، توزیع ناعادلانه فرصت‌ها و ثروت‌ها و... رنج می‌برد.

بسر این اساس روزنامه زردکوه حسب رسالت شرعی و قانونی خود ضمن پوشش و تبلیغ خدمات دولت‌های مختلف، حمایت از مدیران متعهد، متخصص و اثرگذار، نسبت به انعکاس نقاط قوت، ضعف، فرصت‌ها و تهدیدات بخش‌های دولتی و خصوصی غفلت نورزیده است، به طوری که اخیراً اساسی‌ترین نقش را در انعکاس عدم رعایت تشریفات قانونی در امور پیمان‌ها، توزیع ناعادلانه اعتبارات، عدم توجه به مناطق کمتر توسعه یافته استان، تمرکز بر نقاط خاصی از استان و اتلاف اعتبارات در سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی و راه و شهرسازی استان را ایفا کرده است.

بنابراین انتظار می‌رود با بهره‌گیری از قانون استفاده متوازن از امکانات کشور و توزیع عادلانه و رفع تبعیض و ارتقای سطح مناطق کمتر توسعه یافته و تحقق پیشرفت و عدالت در سطح استان، توازن در توزیع عادلانه پروژه‌ها، اعتبارات، امکانات را برقرار و به بی‌عدالتی‌ها، تبعیض‌های ناروا، بی‌انضباطی‌های مالی، عدم توجه به مناطق کمتر توسعه یافته و محروم و... پایان داده و مسیر را برای خدمت‌رسانی و استفاده حداکثری از فرصت‌های موجود آماده به توجه به شایسته‌سالاری نیروی انسانی، فارغ از دیدگاه‌های قوم‌گرایی، اصلاح و متحول نمودن رویه‌های قبل در دولت مردمی فراهم فرمایید و این خواسته بجا و بحق مورد اجابت قرار گیرد.

روزنامه زردکوه مکلف به حمایت، پشتیبانی و قدردانی از خدمات نظام جمهوری اسلامی و مدیران توانمند در امر خدمت به صاحبان اصلی انقلاب که همان مردم هستند می‌باشد و همانند گذشته رسالت شرعی، قانونی و رسانه‌ای خود را در انعکاس کاستی‌ها و ضعف‌ها تا حصول نتیجه و رفع آن ادامه خواهد داد. والسلام

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی:

خودکفایی ایران در تولید کاغذ صنعت نشر / صادرکننده کاغذ می‌شویم



وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در جشن خودکفایی کاغذ نشر گفت: طی دو سال عقب‌ماندگی چنددهه‌ای جبران شده است و طبق برنامه ترسیم شده، کشور باید به صادرکننده کاغذ تبدیل شود و منطقه را پوشش دهد. مراسم جشن خودکفایی در تولید کاغذ ایرانی صبح جمعه با حضور محمد مهدی اسماعیلی وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی برگزار شد.

اسماعیلی صبح جمعه در این مراسم با اشاره به بازدید دو سال قبل از کارخانه چوب و کاغذ اظهار داشت: امروز در نقطه‌ای ایستادیم که تمامی ۱۵۵ میلیون جلد کتاب درسی فرزندان ایران اسلامی در کارخانه چوب و کاغذ تأمین می‌شود. وی با اظهار اینکه امروز فقط جشن تأمین کاغذ کتاب درسی نداریم، بلکه بخش مهمی از حوزه نشر نیز به این نقطه خودکفایی رسیدند، افزود: در برنامه کاری خود عنوان ملی شدن صنعت نشر را قرار داده بودیم و در اوایل دولت میزان تولید داخلی پنج هزار و ۵۰۰ تن و نیاز آموزش و پرورش ۵۵ هزار تن بوده است. وی با اشاره به تشکیل کارگروه کاغذ و نشر در دولت از حضور و پای کار آمدن منیر معاون رئیس‌جمهور نیز تقدیر کرد و گفت: رئیس‌جمهور نیز در دیدارهای مختلف پیگیر تولیدات کاغذ ایرانی هستند.

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی با بیان اینکه مجموعه وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی با اشاره به اینکه بسته کاملی را در حوزه کتاب جلو می‌بریم، گفت: با دستور رئیس‌جمهور برای تمامی طرح‌های عمرانی کتابخانه‌ای تأمین اعتبار می‌شود. وی گفت: حوزه نشر باید از مظاهر خوداتکایی و خودباوری باشد و ملی شدن صنعت نشر در دستور کار قرار دارد. وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی با انتقاد اینکه تفکری حوزه فرهنگی را دچار عقب‌ماندگی کرده بود، گفت: چرخه مدیریت در اقتصاد کتاب و فرهنگ را تغییر می‌دهیم و وظیفه تسهیل‌گری و حمایت را در حوزه‌های مختلف فرهنگی از جمله کتاب، موسیقی، فعالیت‌های دینی، قرآنی و غیره را داریم.

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی با اشاره به اینکه بسته کاملی را در حوزه کتاب جلو می‌بریم، گفت: با دستور رئیس‌جمهور برای تمامی طرح‌های عمرانی کتابخانه‌ای تأمین اعتبار می‌شود. وی گفت: حوزه نشر باید از مظاهر خوداتکایی و خودباوری باشد و ملی شدن صنعت نشر در دستور کار قرار دارد. وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی با انتقاد اینکه تفکری حوزه فرهنگی را دچار عقب‌ماندگی کرده بود، گفت: چرخه مدیریت در اقتصاد کتاب و فرهنگ را تغییر می‌دهیم و وظیفه تسهیل‌گری و حمایت را در حوزه‌های مختلف فرهنگی از جمله کتاب، موسیقی، فعالیت‌های دینی، قرآنی و غیره را داریم.

آگهی دعوت مجمع خانه مطبوعات استان چهارمحال و بختیاری

آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی موسسه خانه مطبوعات استان چهارمحال و بختیاری به شماره

ثبت ۱۱۳ و شناسه ملی ۱۰۳۴۰۰۰۶۱۴۸

بدینوسیله از اعضای خانه مطبوعات دعوت به عمل می‌آید تا در جلسه مجمع عمومی این خانه که به صورت الکترونیک در مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۸ ماه از ساعت ۱۰ الی ۱۲ برگزار می‌شود، شرکت فرمایند.

دستور جلسه:

- انتخاب هیات مدیره برای مدت سه سال ۲- انتخاب بازرسان برای مدت یک سال
- بر این اساس، اعضای اصلی خانه مطبوعات استان که برای انتخاب هیات مدیره و بازرسان کاندیدا هستند از ۱۴۰۲/۰۹/۱۴ لغایت ۱۴۰۲/۰۹/۲۲ مهلت دارند با مراجعه به سایت www.khanematboat.ir و ورود با نام کاربری خود برای ثبت نام اقدام فرمایند.
- ثبت آرای اعضا نیز از طریق سایت مذکور در تاریخ یاد شده با استفاده از نام کاربری و رمز عبور قابل انجام است. اعضای محترم همچنین می‌توانند اطلاعات دیگر مربوط اعم از نحوه برگزاری، زمان انصراف از نامزدی، اسامی کاندیداهای بازرسی و ... را در سایت خانه مطبوعات به نشانی ذکر شده دنبال فرمایند.

طرح عملیات فاقد برخورد با خودروهایی فاقد معاینه فنی
دودزا ، خودروهایی فرسوده
در جهت کاهش آلودگی هوا
پی‌رامون مواد ۱۷/۳۱ و ۳۲
قانون هوای پاک ۶۰۶

پلیس راهنمایی و رانندگی استان چهارمحال و بختیاری
اداره آموزش و فرهنگ ترافیک

E-mail : zardkoo1@yahoo.com
E-mail : zardkoobakhtiyari@yahoo.com
Site: www.zardkooobnews.com
Telegram: https://telegram.me/zardkooobnewspaperw

نشانی دفتر شهرکرد: خیابان شریعتی - کوچه ۵۵ پلاک ۱۲
همزمان: ۰۹۱۳۳۸۱۳۳۷۳ • شماره: ۰۹۱۳۳۸۱۳۳۷۳ • تلفن: ۳۳۲۲۳۰۰۰ و ۳۳۲۲۰۸۰۰ • فکس: ۳۳۲۲۰۸۰۰ • پ. م: ۱۹۸
چاپ و لیتوگرافی: قم/شاخه سبز • تلفن: ۰۹۱۹۲۰۲۸۶۶۰ • لیتوگرافی: ارغوان • تلفن: ۳۳۲۴۳۱۹۳

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: علی یوسف پور
مطالب و نوشته های زردکوه لزوماً دیدگاه گردانندگان آن نمی باشد.

داروهایی که به کلیه های تان آسیب می زنند

بیشتر داروهای تجویزی توسط کلیه ها از بدن دفع می شوند و همین طور خیلی از داروهای بدن نسیخه شما چه مشکل کلیوی داشته باشید و چه نه بهر حال مهم است که در مورد داروهایی که مصرف می کنید با پزشکتان حرف بزنید، اینکه چقدر از این داروها استفاده می کنید و هر چند وقت یکبار. شاید لازم باشد دوز داروی مصرفی تان تغییر داده شود تا دچار عوارض جانبی آن مثل مسمومیت و آسیب کلیوی نشوید.

شما باید نرخ تقریبی فیلتراسیون گلوبولین خود را به عنوان معیار اصلی عملکرد کلیه بدانید. همچنین باید نسبت آلبومین ادرار به کراتین را نیز بدانید که شاخصی از آسیب کلیوی است. هر زمان که پزشک شما دستور آزمایش خون می دهد باید نرخ تقریبی فیلتراسیون گلوبولین در آن نشان داده شود. نسبت آلبومین به کراتین ادرار نیز برای ارزیابی کلیه ها در بیماران که دیابت نوع اول و دوم دارند ضروری است.

شما باید این اعداد را بدانید؛ زیرا بیماری مزمن کلیوی یکی از قوی ترین ریسک فاکتورها برای بیماری قلبی است. خیلی از داروهایی که توسط افراد سین بالا مصرف می شود از طریق کلیه ها دفع می شوند و در برخی موارد می توانند بیماری کلیوی ایجاد کرده یا مشکل کلیوی موجود را بدتر کنند.

افرادی که مستعد آسیب های کلیوی ناشی از مصرف دارو هستند شامل افراد ۶۵ سال به بالا، آنهایی که بیماری کلیوی دارند، افرادی که کم آب می نوشند، آنهایی که فشارخون پایین دارند و کسانی که بیماری های زمینهای مثل دیابت دارند یا عمل قلب انجام داده اند می شود. قبل از مصرف دارو، چه داروهای بدون نسخه و چه مکمل های گیاهی، ابتدا باید با پزشک یا دکتر داروساز مشورت کنید و خودتان هم به اندازه کافی از منابع معتبر اطلاعات به دست بیاورید.

در بعضی از موقعیت ها مثل زمانی که ممکن است به شیمی درمانی نیاز داشته باشید تا زندگی تان نجات پیدا کند، حتی داروهایی که ممکن است به کلیه ها آسیب بزنند هم باید مصرف شوند و جای تردیدی وجود نخواهد داشت. اگر هر گونه نگرانی از این جهت دارید باید درموردش با پزشک معالجتان مشورت کنید و خوبی ها و بدی های مصرف این نوع داروها را بسنجید.

کارشناسان هشدار می دهند اینکه دارویی را می توانید بدون نسخه پزشک هم تهیه کنید دلیل نمی شود داروی بی خطری باشد. خیلی از این دسته داروها ترکیبی از چند داروی دیگرند و لازم است اطلاعات دارویی آن را دقیقاً چک کنید تا مطمئن شوید برای شما منع مصرف ندارد.

برخی از داروهایی که می توانند بر کلیه ها اثر بگذارند:

داروهای مسکن معمولی
بیشتر داروهای مسکن بدون نسخه دو نوع هستند: داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی و استامینوفن. داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی، درد را تسکین می دهند، تب را کاهش می دهند و علامت سرماخوردگی معمولی را کنترل می کنند. توانایی این داروها در کاهش التهاب اغلب باعث می شود مؤثرتر از استامینوفن باشند که برای درمان دردهای خفیف تا متوسط و پایین آوردن تب به کار می رود.

نمونه هایی از داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی: آسپرین، ناپروکسن و ایبوپروفن. داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی تجویزی معمولاً برای درمان دردهای ناشی از آرتروز، گرفتگی های قاعدگی و سر دردها به کار می روند. استامینوفن نیز شامل برندهای مثل تایلنول و استامین می شود. بعضی از داروهای مسکن تجویزی که معروف ترند شامل کدئین، اوکسی کدون، هیدروکودون و متادون می شوند.

داروهای مسکن معمولی چگونه بر کلیه ها اثر می گذارند؟
اگر گیگاه از داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی استفاده کنید معمولاً ضربان قلب و ریتم قلب فقط دستور مصرف شود. اما اگر از این داروها طولانی مدت استفاده نمایید، می تواند با کاهش جریان خون به سمت کلیه ها به آنها آسیب بزند. یا اگر آنها را زمانی مصرف کنید که بدنتان دهیدراته است یا فشارخونتان پایین است، می تواند آسیب حاد به کلیه وارد کند. تمامی داروهای مسکن بدون نسخه باید طبق دستورالعمل روی محصول مصرف شوند، اما نه بیشتر از ۱۰ روز متوالی برای درد یا بیشتر از ۳ روز متوالی برای تب. اگر علائم ادامه داشتند حتماً باید با پزشک مشورت کنید.

استفاده طولانی مدت از دوزهای بالای این دسته از داروها با کاهش جریان خون در کلیه ها باعث آسیب مزمن کلیوی خواهد شد. دوز مصرفی ایبوپروفن تجویز نشده نباید بیشتر از ۴۰۰ میلی گرم هر ۶ ساعت باشد. دوز مصرفی ناپروکسن تجویز نشده نیز نباید بیشتر از ۲۲۰ میلی گرم هر ۸ ساعت باشد.

آنتی بیوتیک ها

آنتی بیوتیک ها داروهایی هستند که باکتری های عامل عفونت را از بین می برند. این داروها به صورت خوراکی، موضعی و یا تزریقی مصرف می شوند و انواع موضعی آنها اثر چندانی بر درون بدن نمی گذارند. آنتی بیوتیک ها بیشترین مصرف را برای درمان گلودردهای استرپتوکوکی و عفونت های مجاری ادراری دارند. این داروها برای تمام

عفونت ها ضروری نیستند و فقط باید با تجویز پزشک مصرف شوند. برخی از رایج ترین آنتی بیوتیک ها شامل پنی سیلین، آموکسی سیلین، سیپروفلوکساسین، دوکسی سایکلین و آزیترومایسین می شوند.

آنتی بیوتیک ها چگونه بر کلیه ها اثر می گذارند؟

اگر بیماری کلیوی داشته باشید باید پیش از شروع مصرف آنتی بیوتیک بدانید عملکرد کلیه های تان چگونه است. این آگاهی به شما و پزشکتان کمک می کند دوز مصرفی آنتی بیوتیکتان را مشخص کنید. بعضی از داروها که برای درمان ویروس ها به کار می روند می توانند به کلیه ها آسیب بزنند؛ بنابراین خیلی مهم است که طی دوره مصرف آنها، مثلاً آسکلوویر، همیشه بدنتان هیدراته باشد. اگر بدنتان دهیدراته شود، دارو در کلیه ها تجمع کرده و کریستال های تشکیل می دهد که جلوی دفع مناسب ادرار را می گیرند. بعضی از افراد ممکن است به آنتی بیوتیک در کلیه های خود اثری داشته باشند. این واکنش گاهی فقط در کلیه ها است ولی گاهی می تواند باعث تب و بثورات پوستی هم بشود. چنین واکنشی در کلیه ها ناشی از التهاب و تحریک است. اگر بعد از مصرف هر آنتی بیوتیکی تغییری در میزان دفع ادرار تان به وجود آمد باید حتماً به پزشکتان اطلاع بدهید. آنتی بیوتیک ها اگر طبق دستور مصرف نشوند یا در دوزهای بالا مصرف شوند می توانند خطرناک بوده و مشکلاتی ایجاد کنند. افرادی که عملکرد کلیه های تان کاهش یافته باید نسبت به سایرین دوز کمتری آنتی بیوتیک مصرف کنند.

ملین ها

ملین ها معمولاً برای رفع یبوست و پاک سازی روده ها پیش از کولونوسکوپی استفاده می شوند. داروهایی که برای آماده سازی پیش از کولونوسکوپی به کار می روند باید توسط پزشک تجویز شوند و معمولاً به صورت خوراکی هستند (قرص، کپسول، پودر، مایع یا سوسپانسیون). معمول ترین ملین ها شامل بیزاکودیل، سنا و دوکوزات می شوند.

ملین ها چگونه بر کلیه ها اثر می گذارند؟

ملین ها در صورتی که طبق دستور مصرف شوند برای افرادی که مشکلات کلیوی ندارند بی ضررند. اما برای کسانی که بیماری کلیوی دارند مهم است که آب و مایعات فراوان بنوشند و بدن را هیدراته نگه دارند. دهیدراته شدن بدن می تواند موجب آسیب به کلیه ها شود؛ چون جریان خون در کلیه ها را کاهش می دهد. گاهی استفاده زیاد از ملین ها می تواند باعث سنگ کلیه شود. اگر برای درمان یبوست نیاز دارید چندین بار در هفته ملین مصرف کنید حتماً با مشورت پزشکتان باشد.

مواد حاجب

مواد حاجب یا خوراکی اند یا تزریقی و برای تست های تشخیصی مثل سی تی اسکن و ام آر آی و آنژیوگرافی به کار می روند تا تصاویر بهتری جهت تشخیص و درمان به دست بیاید. مثلاً حاجب های یدار برای سی تی اسکن و حاجب های گادولینیم برای ام آر آی استفاده می شوند.

فرهنگ سازی و توسعه سلامتی در سطح جامعه

فشارخون
تحت تاثیر چه عواملی است؟

iecbahdasht.gov.ir

فشارخون را به همراه سایر عوامل خطرناک مانند چاقی، دیابت، کلسترول بالا، بیماری های قلبی، بیماری های کلیوی، حاملگی و وقفه نفسی حین خواب از عوامل هستند که می توانند احتمال بروز فشارخون بالا را بیشتر کنند. بارداری هم از عواملی است که می تواند در برخی خانمها باردار افزایش فشارخون را به همراه داشته باشد.

فشارخون را به همراه سایر عوامل خطرناک مانند چاقی، دیابت، کلسترول بالا، بیماری های قلبی، بیماری های کلیوی، حاملگی و وقفه نفسی حین خواب از عوامل هستند که می توانند احتمال بروز فشارخون بالا را بیشتر کنند. بارداری هم از عواملی است که می تواند در برخی خانمها باردار افزایش فشارخون را به همراه داشته باشد.

راهکارهای بیشتر تغذیه ای برای کنترل فشارخون

iecbahdasht.gov.ir

فشارخون را به همراه سایر عوامل خطرناک مانند چاقی، دیابت، کلسترول بالا، بیماری های قلبی، بیماری های کلیوی، حاملگی و وقفه نفسی حین خواب از عوامل هستند که می توانند احتمال بروز فشارخون بالا را بیشتر کنند. بارداری هم از عواملی است که می تواند در برخی خانمها باردار افزایش فشارخون را به همراه داشته باشد.

فشارخون
تحت تاثیر چه عواملی است؟

iecbahdasht.gov.ir

فشارخون را به همراه سایر عوامل خطرناک مانند چاقی، دیابت، کلسترول بالا، بیماری های قلبی، بیماری های کلیوی، حاملگی و وقفه نفسی حین خواب از عوامل هستند که می توانند احتمال بروز فشارخون بالا را بیشتر کنند. بارداری هم از عواملی است که می تواند در برخی خانمها باردار افزایش فشارخون را به همراه داشته باشد.

پرفشاری خون

فشارخون طبیعی چیست؟

iecbahdasht.gov.ir

فشارخون را به همراه سایر عوامل خطرناک مانند چاقی، دیابت، کلسترول بالا، بیماری های قلبی، بیماری های کلیوی، حاملگی و وقفه نفسی حین خواب از عوامل هستند که می توانند احتمال بروز فشارخون بالا را بیشتر کنند. بارداری هم از عواملی است که می تواند در برخی خانمها باردار افزایش فشارخون را به همراه داشته باشد.