

## بارندگی ها آغاز می شود

**نسل فردا:** سازمان هواشناسی با صدور هشدار زرد رنگ آورده است: وقوع رگبار باران، زعد و برق، وزش باد شدید موقت، برخی نقاط گرد و خاک، با احتمال بارش تگرگ چهارشنبه (۹ خردادماه) در شمال آذربایجان غربی، از ارتفاعات استانهای آذربایجان شرقی، اردبیل، مازندران و سمنان پیش‌بینی می‌شود.حاکمیت این شرایط جوی پنج‌شنبه( ۱۰ خردادماه) در شمال استان‌های آذربایجان غربی و آذربایجان شرقی، ارتفاعات استانهای مازندران، سمنان و اردبیل، جمعه( ۱۱ خردادماه) در شمال آذربایجان غربی، شنبه (۱۲ خردادماه) در شمال استان‌های آذربایجان غربی، آذربایجان شرقی و اردبیل و یکشنبه(۱۳ خردادماه) در ارتفاعات آذربایجان غربی و آذربایجان شرقی دور از انتظار نیست.

### یادداشت

## چگونه رفتار کردن با فرزندان اول

### با تولد فرزند دوم

اشرف کمالی / گروه جامعه
news@naslefarda.net

با تولد فرزند اول در خانواده شور و شوقی در خانواده ایجاد می‌شود و کودک از بدو تولد گل سرسید خانواده می‌شود و تمام توجهات به سمت کودک می‌باشد که معمولاً از هر دو خانواده این توجه و محبت صورت می‌گیرد از ابتدا تمام کارها و رفتارها برای خانواده جذاب و دوست داشتنی است و کودک از ابتدا مورد توجه و محبت قرار می‌گیرد و دارای اعتماد به نفس بالایی می‌شود و سالیان ایل جلب توجهی ادامه دارد کودک همیشه نمی‌تواند تنها باشد و پدر و مادر دوست دارند فرزند دیگری داشته باشند و اینجاست که این حکومت ضعیف شده و با آمدن فرزند دوم تمام توجهات از کودک کم‌تر شده و به سمت کودک جدید می‌رود اما این تغییرات باعث می‌شود کودک از خود واکتش مجلس نشان بدهد و حتی کودک کوچکتر از مورد آزار و اذیت قرار دهد که بالطبع خانواده هم مان ممکن است کودک را دعوا کنندو این رفتار می‌تواند کودک را لجباز تر پر خاشگر و عصبانی وازخود واکتش های منفی نشان دهد بهترین کار والدین این است که ذهن افراد خانواده را آماده کنند که با آمدن فرزند جدید به میزان قابل توجه کنند تا کودک به تولد کودک جدید واکتش منفی نشان ندهد

ابتدا باید دقت داشته باشیم که فرزند اول توان نیازمند نیایی از توجه و علاقه است تااطمینان پیدا کند که بچه دوم و جدید جایگزین او نخواهد شد.فرزند اول فرصت بیشتری را با پدرش تنها باشد و اوقات فراغت بیشتری را با پدر بگذراند باید بدانید که اختلاف نسبی خیلی کم ( کمتر از سه سال ) بین بچه ها، همیشه می‌تواند باعث به وجود آمدن برخورد ها و اختلافاتی بین بچه ها شود، چرا که هر دو نیاز شدید و فراوانی به توجه والدین دارند. پس، در صورتی که اختلاف سن بین فرزند اول ثان با فرزند دوم کمتر از سه سال است، اطمینان حاصل نمایید که وقت کافی در اختیار بچه اول قرار می‌دهید تا او احساس کمبود پیدا نکند. به خصوص ، او نیاز خواهد داشت که اوقات زیادی را با پدرش به تنهایی به سر ببرد. اگر لازم می‌دانید که تخت یا اتاق جدیدی را برای ورود فرزند دوم‌تان تهیه کنید، این تغییرات را دست کم چهار تا شش هفته قبل از به دنیا آمدنش صورت دهید. به این ترتیب، احتمالش خیلی کم خواهد بود که فرزند اولتان در رابطه با این تغییر و تحولات احساس ناراحتی پیدا کند و حس حسادتش تحریک شود. به هر صورت، هر گونه تغییر و تحولی را که لازم می‌دانید صورت دهید و بیه هیچ وجه این تحولات نباید بداند یا به دنیا آمدن بچه جدید انجام شود.والدین باید در زمان بارداری مادر، کودک خود را برای ورود عضو جدید به خانواده آماده کنند. قبل از تولد باید به کودک اول، توضیحاتی داده شود. در طول ۹ ماه بارداری مادر، بهترین فرصت برای آماده سازی ذهن کودک ایجاد می‌شود. والدین کم کم باید به کودک خود بگویند که برایش می‌خواهند یک خواهر کوچکو یا به برادر کوچکو بیاورند و قرار هست که با یکدیگر بازی کنند و پارک بروند. باید به صورت غیر مستقیم به کودک خود اطمینان بدهند که قرار نیست خواهر یا برادرش جای او را بگیرد و قرار هست هر دو در کنار همدیگر باشند و همدیگر را دوست داشته باشند و با هم بازی کنند فرزند اولتان را برای تشویق کنید که بعد از به دنیا آمدن بچه دوم، کمکتان کند. تا اومح از مرحله شیر خوردن بیرون بیاید و بزرگ شود خواندن کتاب ها و قصه هایی که در زمینه تولد فرزند جدید است، می‌تواند به آماده شدن کودک شما و کم کردن احساسیت هایش کمک کند. نحوه آموزش

کودکان زیر ۷ سال به صورت غیر مستقیم است. پس تاثیر گذارترین روش آموزش، می‌تواند کتاب خواندن و یا تعریف کردن قصه باشد. برای بالا بردن جذابیت داستانتان می‌توانید از عروسک های انگشتی نیز استفاده کنید و یا از خود کودک هم در بازی مشارکت بخواهید. مشارکت کودک می‌تواند فکر او را برای برخورد صحیح با خواهر یا برادر کوچکش خلاق کند. خرید اسباب بازی جدید هم میتواند مفید باشد ومدتی اورا سرگرم کند. اگر فرزند اولتان ، بدخلاتق و وابسته تر از همیشه به نظر رسید، فافلگیر و شوکه نشودید. او نیاز دارد که ابراز وجود کند و اطمینان یابد که جایش در خانواده هنوز ایمن است. با گذشت زمان و ملاحظاتی خاص شما، فرزند اولتان به جای حسادت نشان دادن از خودش، در رابطه با نقش جدیدش در خانواده، حس تسلط و کنترل پیدا می‌کند و خودش را با وضعیت جدید سازگار و منطقی می‌سازد.

## جامعه

## NasleFarda.net

naslefardaonline

@naslfarda

در یابوفایی / گروه جامعه
news@naslefarda.net

بر کسی پوشیده نیست که در سال‌های اخیر هجمه به جامعه پزشکی و پیراپزشکی افزایش یافته و بعضاً نوعی لج و لجبازی بین این قشر و بیماران به ویژه در مراکز درمانی دولتی در حال عادی سازی است. صرف نظر از برخی تحلیلهای درست یا نادرست، علت ایجاد تنش های مختلف میان بیماران و این قشر چیست و چه کسی یا کسانی مقصر این نگاه‌های نازینیا بین جامعه و کادر درمان هستند؟
ملک فاضلی نماینده سراوان و عضو کمیسیون بهداشت مجلس شورای اسلامی در این خصوص طی گفتگویی با ما، توضیحاتی را ارائه داد که در ادامه می‌خوانید:

### در یکی دو سال گذشته یعنی تقریباً از زمان بعد از ششویع

**کرونا، اغلب شاهد بد خلقی های جامعه پزشکی و پیراپزشکی و به موازات آن تنش بین بیماران و آن هاست تا جایی که حتی متأسفانه منجر به ضرب و شتم می‌شود. به نظر شما چه عوامل مهم و اثر گذاری باعث چنین پدیده نازیبیایی در سیستم درمانی کشور مان شده است؟**

ببینید، در تاریخ ایران از این سینا و رازی به بعد، یک تقدسی برای جامعه پزشکی قائل بودند و علنش هم این بود

## جزئیات پرونده کوه خواری در لواسان

**نسل فردا:** اصغر جهانگیری سخنگوی قوه قضاییه درباره کوه‌خواری در لواسان گفت: جلوگیری از تصرف غیر قانونی از مأموریت‌های قوه قضاییه است و در این راه از تمام ظرفیت‌های خود استفاده کرده و کمک دستگاه‌های دیگر را هم گرفته است. سخنگوی قوه قضاییه ادامه داد: بیش از ۲۰ هزار پرونده در خصوص اراضی ملی و منابع طبیعی رسیدگی شده و منجر به محکومیت بیش از ۲۰ هزار تن شده است. ۳۹۰۲ مورد بنا و مستحدثات غیرمجاز در نتیجه اجرای حکم قضایی تخریب شده است. از طرفی ۵۱۹۳ مورد اراضی ملی تصرف شده اعلام شده است.

### عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس شورای اسلامی:

# نه کادر در مان انگیزه دار ند، نه بیماران تقصیر

که هم پزشک و کادر پزشکی که مراقبت از سلامت جامعه را انجام می‌دانند به وظیفه انسانی و الهی و تعهد خودش عمل می‌کرده و همین موضوع باعث می‌شده تا جامعه احترام خاصی نسبت به پزشک

و پرستار و ضامنین سلامت، داشته باشد. متأسفانه اخیراً به چند دلیل به ویژه در سال‌های نزدیک موضوع متفاوت شده است: اولاً میزان پرداختی به پزشک یا کادر پیراپزشکی در ایران متناسب با آنچه در نقاط دیگر دنیا، حتی کشورهای جهان می‌شود، نیست. خب این موضوع به صورت ناخودآگاه انگیزه خوش اخلاقی، تلاش ومانندگاری در کشور را کم‌رنگ می‌کند. از آن طرف هم متأسفانه جایی که باید احترام پزشک را پایه ریزی کنید یعنی

آن چه که من در طول چهار سال در مجلس دیدم، نگاه احترام آمیزی به صورت کل نبوده. البته خیلی از نمایندگان احترام می‌نودند ولی نگاه‌های بعضی از نمایندگان متأسفانه فقط برای اینکه مثلا دو درصد از پزشکان زیرمیزی می‌گیرند، با این نگاه تقدس پزشکی را زیر سوال می‌برند. بعد از آن طرف هم با توجه با اراز ۴۲۰۰ تومانی که از دوسال پیش تا الان به حدود ۷۰۰ هزار تومان رسیده است، یعنی اینکه در جامعه به تبعش نیروی انسانی که کارمندا است کاهش پیدا می‌کند و در نهایت چون تحت فشار

چهارشنبه ۹ خرداد ۱۴۰۳
سال سی و سوم | شماره ۲۳۶۴
۲۹ می ۲۰۲۴ | ۲۰ ذی القعدة ۱۴۴۵



تصویر: پارسا

غیره مقصرند نه بیمار و همراه و خانواده اش. **آیا چنین وضعیتی پیشتر از این ها قابل پیش بینی و پیش گیری نبود؟**
از نظر من نماینده و پزشک، مجلس دو وظیفه در طول این چهارسال داشنت، در ابتدای کار باید مشکل کرونا را حل می‌کرد که کوتاهی کرد، یعنی بعد از اینکه روزانه ۵۰۰ کشته دادیم و آکسین را وارد کشور کردیم، دوم، باید به ارز این مملکت احترام می‌گذاشت و اجازه نمی‌داد که افسار گسیخته از ۴۰۰۰ هزار تومان به نزدیک ۷۰ هزار تومان برسد و الان هم مدام ۱۰ تومان بالا و پایین برود که باز هیچ تاثیر مثبت ماندگاری در زندگی مردم ندارد.

**بنابراین انتظار داشته باشیم که کماکان این تشنجات و ضرب و شتم علیه کادر درمان واز آن طرف افت کیفیت خدمات پزشکی و نامهربانی ها نسبت به بیمار و همراهش ادامه دار خواهد بود؟**

## افزایش اعتبار بلیت اقسشار خاص

نسل فردا: اعضای شورای شهر تهران یک فوریت طرح بلیت و کرایه بلیت در شهر تهران برای اقسشار خاص برای سال ۱۴۰۳ را روی میز بررسی قرار دادند و جعفر تشکری هاشمی رییس کمیسیون حمل نقل در تشریح جزئیات این طرح گفت: براساس این طرح بلیت اقسشار خاص مثل ایثارگران، دانشجویان و افراد تحت پوشش کمیته امداد و بهزیستی و...سقف کارت بلیت شان افزایش می‌یابد.وی افزود: سقف مبلغ در سال گذشته ۳۰۰ هزار تومان بود و پیش بینی شده ۳۰۰ هزار تومان سالانه به ۴۰۰ هزار تومان در سال جدید افزایش یابد تا قدرت خرید بلیت به اندازه سال گذشته باشد و این افزایش قیمت بلیت در سال جدید جبران شود.

### یافته‌ها

### خداحافظی با شوره سر

### با لیموترش

پرسا جامدی / گروه ترجمه
news@naslefarda.net

با کمی جستجو در اینترنت به راحتی می‌توانید با فواید لیموترش برای مبارزه با شوره سر آشنا شوید. در ادامه تمام اطلاعات لازم در مورد فواید لیمو برای درمان شوره سر و نحوه استفاده بی‌خطر و صحیح و آن را ارائه داده‌ایم. البته توصیه ما این است که قبل از موارد ذکر شده حتماً آنها را ابتدا تست کنید و در صورت نداشتن حساسیت مجاز به استفاده می‌باشید.

#### علت شوره سر چیست؟

شوره سر سر تنها محدود به یک علت نمی‌باشد و عوامل متعددی ممکن است در ایجاد این عارضه دخیل باشند؛ از جمله:

۱. **استفاده از مقدار کمی شامپو:** استفاده نکردن و یا استفاده از مقدار خیلی کم شامپو باعث تجمع چربی‌ها در پوست سر و در نتیجه شوره سر می‌شود. پس ممکن است علت استفاده از شامپوی کم و یا استفاده از شامپویی باشد که به قدری قوی نیست که تمام چربی‌های مو و پوست سر را از بین ببرد.

۲. **پوست سر مستعد خشکی است:** یکی از علل شوره سر، خشکی پوست است. کلا پوست بدنتان خشک است؟ پس یکی از علل شوره سر تان خشکی پوستتان است. برای حل این مشکل باید از شامپوی ابرسان استفاده کنید.

۳. **داشتن آلرژی:** از محصول جدید و یا خاصی استفاده می‌کنید؟ ممکن است به یکی از ترکیبات آن محصول حساسیت داشته باشید. این مورد درمایت تماسی در نظر گرفته می‌شود و علائم آن شامل خارش، سوزش و درد پس از استفاده است.
۴. **داشتن یک وضعیت پزشکی:** این مورد درمایت سبورهای نامیده می‌شود. این وضعیت به صورت قرمزی و پوسته پوسته شدن روی پوست سر و سایر نواحی سر شار از سبوس (روغن) آن ظاهر می‌شود. ممکن است در نواحی ذکر شده احساس خارش، تحریک و پوسته پوسته شدن داشته باشید.

۵. **مبتلا بودن به عفونت مخمری:** شوره سر می‌تواند ناشی از یک عفونت قارچی به نام مالاسزیا باشد. این قارچ معمولاً در پوست سر وجود دارد، جایی که از روغن‌های ترشح شده توسط فولیکول‌ها تغذیه می‌کند. اکثر افراد نسبت به این قارچ حساسیتی ندارند اما برخی افراد دچار حساسیت می‌شوند.

۶. **دیگر عوامل عبارتند از:** برس نژدن مو، فصل زمستان، سن، هورمون‌ها، استرس، سیستم ایمنی ضعیف، آرایش‌های، بیماری‌هایی که سیستم عصبی را تحت تأثیر قرار می‌دهند مانند پارکینسون و سایر بیماری‌های مرتبط با پوست مانند پسوریازیس، آکنه، روزاسه و آگزما که منجر به درمایت سبورئیک می‌شود.

آیا لیمو برای درمان شوره سر مفید است؟

بله، آ لیمو ترش برای درمان شوره سر مفید است. لیمو به دلیل دارا بودن اسید سیتریک، می‌تواند به درمان خشکی و شوره سر کمک کند. اسید سیتریک سطح pH پوست سر را متعادل می‌کند. از آنجایی که لیمو دارای خاصیت ضدمیکروبی می‌باشد، به مهار رشد قارچ در پوست سر کمک می‌کند. بعلاوه، لیمو سر شار از ویتامین B است. ویتامین B به کاهش خطر ابتلا

به بیماری‌های مرتبط با پوست مانند درمایت سبورهای، یکی از علل اصلی شوره سر است، کمک می‌کند. در نتیجه، لیمو مشکل شوره سر را به صورت اصولی حل می‌کند و بهترین درمان طبیعی برای شوره سر است و در بسیاری از محصولات آرایشی و بهداشتی مورد استفاده قرار می‌گیرد.
به روش‌های زیر می‌توانید از لیمو برای درمان شوره سر استفاده کنید:

#### ۱. لیمو+ ماست

لیمو و ماست اثریم‌ها و اسیدهایی دارند که به درمان شوره سر کمک می‌کنند. تنها کافیست ۲ قاشق غذاخوری ماست را با یک قاشق غذاخوری آب لیمو ترکیب کنید. قبل از ماساژ دادن ترکیب آماده شده به پوست سر، آنها را با هم مخلوط کنید. حالا با سیاست‌های پوست سر مالیده و اجازه دهید حدود ۲۰ دقیقه بماند و بعد آن را کاملاً بشویید. می‌توانید دو بار در هفته این کار را تکرار کنید.

#### ۲. لیمو+ عسل

خواص ضدمیکروبی عسل نیز مانند لمبو باعث توقف فعالیت قارچ‌ها در زیر پوست می‌شود. در کل عسل خاصیت هیدراته و مرطوب‌کنندگی دارد، در نتیجه برای درمان شوره سر ناشی از خشکی و خارش پوست عالی‌ست.

یک قاشق غذاخوری لیمو را با حدود سه قاشق غذاخوری عسل مخلوط کنید و سپس روی پوست سر مالیده و به مدت ۲۰ دقیقه صبر کنید. حالا با شامپو بشویید و هفته‌ای دو یا سه بار اینکار را تکرار کنید.

#### ۳. لیمو+ تخم مرغ

تخم مرغ یک لایه بردار عالی است، در نتیجه می‌تواند به از بین بردن سلول‌های مرده روی پوست سر کمک کرده و شوره را از بین ببرد. یک تخم مرغ را با همزن زنید و یک قاشق غذاخوری آب لیمو را به آن اضافه کنید، سپس ترکیب را روی پوست سر مالیده و ۳۰ دقیقه صبر کنید. این کار را یک بار در هفته انجام دهید.

منبع: https://www.myglamm.com/
Source: https://www.myglamm.com/ treatment/
glammstudio/lemon-for-dandruff-treatment



از سازمان جهانی بادیگاری AMD بعنوان محافظ فوق تخصصی واستادتمام باترجمه وتائیدوزارت دادگستری وزارت امور خارجه وباعضای دانشمندبرتر جهان وهیئت رئیسه وهیات علمی سازمان درایران وجهان پروفوسورعظیم اکبرزاده خیاوی به ایشان اهدانشد. پروفوسورسوری استادتمام دوره های مختلف محافظین شخصی اسکورت تشریفات در سازمان ودانشگاه پیام نوروعلمی کاربردی مشغول به تدریس می باشد. این پروفوسور جوان نخبه وخوش نام اصالتا لک زبان از کوهدشت لرستان ومقیم تهران می باشد وهمه موفقیتش رادر عرصه های مختلف مدیون این جمله معروفي می دانند. «عزت دست خداست»

## محیط زیست

## محیط زیست دنیا در مرز دانش و فناوری

**نسل فردا:** رییس سازمان حفاظت محیط زیست گفت: تمام مجموعه سازمان حفاظت محیط زیست و عرصه‌های تحت مدیریت این سازمان هیچ گونه خط قرمزی جهت حضور دانشجو و پژوهشگر ندارند.علی‌سلاجقه افزود: محیط‌زیست دنیا در مرز دانش و فناوری حرکت می‌کند، به همین جهت ما با اعتقاد به ظرفیت علمی در جهت حل مشکلات گام برمی‌داریم و از انجمن‌های علمی می‌خواهیم که برای مشکلات محیط زیستی کشور را حل ارائه دهند.

معاون رییس جمهوری اضافه کرد: با ایجاد هاب تغییر اقلیم کشور و ارتقای مجموعه پژوهشکده همچنین راه اندازی پارک علم و فناوری نیاز به توانمندی‌ها وظرفیت‌های انجمن‌های علمی داریم تا بتوانیم راه‌حل‌های علمی برای مسائل و مشکلات این حوزه داشته باشیم همچنین ما از لحاظ بانک ژن، ذخایر ژنتیکی بسیار قوی داخل کشور داریم.

وی تصریح کرد: تمام مجموعه سازمان حفاظت محیط زیست و عرصه‌های تحت مدیریت این سازمان هیچ گونه خط قرمزی جهت حضور دانشجویان و پژوهشگران ندارند.

عضو هیئت رئیسه مجلس شورای اسلامی:

### عده ای با تندروی هایشان کشور را به سمت دوقطبی سازی می برند

برداشت کنید تا متنبه شوند. اسلام دین نرم خوبی است، حتی درمقابل کافران هم ابتدا برامره معروف آن هم با ادبیت و کردارهای مهربانانه توصیه دارد. این نماینده‌هاوز درمجلس یازدهم با تاکید براینکه «فصل الخطاب باید توصیه‌های حضرت آقا باشد»، گفت: اگر هر کدام از آقایان با دقت رهنمودهای مقام معظم رهبری را گوش می‌دادند و سپس با دقت و امانتداری، توصیه‌های ایشان را عمل می‌کردند الان کاربه جایی نمی‌رسید که بگوییم «اگر کسی حجابش ناقص بود مستقیماً به سراغ حساب بانکیش بروید».

عضو هیئت رئیسه مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه «امیدوارم لاقلاً این بخش از لایحه منتفی شود» تصریح کرد: ملاک تصمیم‌گیری و عمل ما باید صحبت‌های حضرت آقا باشد نه هیجاناتی که درچان هستیم و صرفاً باعث دلسردی مردم از نظام و لجبازی‌های گوناگون می‌شود.

عضو هیئت رئیسه مجلس شورای اسلامی:

عضو هیئت رئیسه مجلس شورای اسلامی: