

گروه بهداشت و سلامت - از دست دادن اشتها می تواند ناشی از شرایط مختلفی باشد. برخی موقتی و برخی دیگر جدی تر هستند. ممکن است دلایل زیادی برای از دست دادن اشتها وجود داشته باشد. حتی افرادی هستند که تقریباً یک شیب از فکر غذا منجر می شوند. زمان صرف غذا به یک مشکل واقعی تبدیل می شود زیرا هیچ چیز برای آنها جذاب نیست. باید توجه زیادی داشته باشید تا بتوانید علل بی اشتهای خود را شناسایی کرده و به پزشک مراجعه کنید. به این ترتیب می توانید با متخصص مشورت کنید تا با هم بتوانید راه حل مشکل خود را پیدا کنید.

کم اشتهایی چیست؟

از دست دادن اشتها با کاهش ناگهانی یا پیش رونده میل به خوردن مشخص می شود. از دیدگاه پزشکی، این وضعیت به عنوان هیپوکسی یا بی اشتهای شناخته می شود. ممکن است موقتی باشد یا برای مدت طولانی فرد راهمراهی کند. در صورتی که کمبود اشتها طولانی شود و منجر به کاهش وزن قابل توجه شود، اصطلاح پزشکی برای تعریف آن بی اشتهای است. این مشکل می تواند در نتیجه مشکلات مختلف جسمی و روانی رخ دهد.

عواقب کاهش اشتها بر بدن انسان

به طور کلی، از دست دادن اشتها

علل اصلی از دست دادن اشتهای خود را کشف کنید

افراد ممکن است تمایل کمتری به غذا خوردن داشته باشند، علاقه خود را به غذا از دست بدهند، یا با فکر خوردن حالت تهوع داشته باشند. در کنار از دست دادن اشتها، اگر فرد غذای کافی برای حفظ بدن خود نخورد، ممکن است دچار خستگی و کاهش وزن نیز شود.

- افراد ممکن است تمایل کمتری به غذا خوردن داشته باشند، علاقه خود را به غذا از دست بدهند، یا با فکر خوردن حالت تهوع داشته باشند. در کنار از دست دادن اشتها، اگر فرد غذای کافی برای حفظ بدن خود نخورد، ممکن است دچار خستگی و کاهش وزن نیز شود.
- این معنی، مستعد ابتلا به عفونت ها و کاهش وزن می شود. در این میان در کودکان تأثیر منفی بر رشد و تکامل عصبی مشاهده شده است.
- **انواع خاصی از عفونت ها** عفونت های باکتریایی یا ویروسی می توانند یکی از شایع ترین علل کاهش اشتها باشند. معمولاً وقتی فردی به آنفولانزا مبتلا می شود، به دلیل سرفه و خستگی جسمانی، دچار بی اشتهای می شود.
- در موارد فردی عواقب جدی ندارد. بسا این حال، هیپوکسی، زمانی که در طول زمان تسادوم یابد، می تواند منجر به سایر بیماری های زمینه ای مرتبط با کمبود وزن و سوء تغذیه شود. از جمله شایع ترین عواقب می توان به موارد زیر اشاره کرد:
- تضعیف سیستم ایمنی
- سوء تغذیه
- کاهش وزن و توده عضلانی
- ضعف و خستگی

باید توجه زیادی داشته باشید تا بتوانید علل بی اشتهای خود را شناسایی کرده و به پزشک مراجعه کنید. به این ترتیب می توانید با متخصص مشورت کنید تا با هم بتوانید راه حل مشکل خود را پیدا کنید.

- ۱. **حالت تهوع و سرگیجه** - تغییر حالت هوشیاری یک مطالعه نشان می دهد که در افراد مسن، کمبود اشتها منجر به نقص
- ۲. **علل روانی** - بر اساس یک مطالعه، یکی از دلایلی که می تواند باعث کاهش اشتها شود، خلق و خو است. برخی از افراد
- با این حال، از آنجایی که این وضعیت معمولاً در مدت زمان کوتاهی بهبود می یابد، بلافاصله به حالت عادی باز می گردد. بنابراین، میل به خوردن بر

اعتیاد عجیب به گجت ها در کودکان

گروه بهداشت و سلامت - طبق یافته های علمی اعتیاد به گجت در کودکان باعث بروز خشم و عصبانیت در آن ها می شود. امروزه اعتیاد به ابزار آلات الکترونیکی و گجت ها یک مشکل جدی در میان کودکان است، به طوری که حتی کودکان دو ساله نیز روزانه در معرض نمایشگرها و عادت به تماشا کردن این صفحه هستند.



مهربانی؛ یک ضد افسردگی طبیعی

داند یک کمک می کند حتی به طور موقت از لاک خود بیرون بیایند. تحقیقات گذشته نشان داده است که اعمال محبت آمیز نظیر نوشتن یک یادداشت حمایتی برای یک دوست یا خریدن یک فنجان قهوه، نه تنها می تواند احساس خوبی در گیرنده ایجاد کند، بلکه برای سلامتی هدهدندگان نیز مفید است. محققان دانشگاه ایالتی اوهایو،

یافت این مطالعه نشان داد وقتی نوبت به تقویت احساس ارتباط اجتماعی می رسید، این حرکات مهربانه حتی بهتر از دو تکنیک مورد استفاده در «گفتگو درمانی» استاندارد عمل کردند. کارشناسان می گویند این یافته ها به قدرت مهربانی بودن اشاره می کند. احتمالاً دلیل آن است که به افرادی که مشکلات سلامت روانی

- مسن با افزایش سن به تدریج اشتهای خود را از دست می دهند.
- این مشکل تقریباً نامحسوس است و اغلب در زمانی که بسیار پیشرفته باشد توسط دوستان و خانواده تشخیص داده می شود. همچنین در افرادی که دچار ضایعه ششید شده اند نیز شایع است.
- این مورد در مورد فوت یکی از اعضای خانواده، جدایی یا طلاق است
- از جمله شرایط روانی اصلی مرتبط با هیپوکسی می توان به موارد زیر اشاره کرد:
- افسردگی
- استرس
- اضطراب
- موارد وحشت زدگی
- به طور مشابه، مواردی از کاهش اشتها ناشی از اختلالات خوردن وجود دارد. واضح ترین مثال بی اشتهای است. این بیماری زمانی رخ می دهد که فرد به تنهایی و بدون مشورت پزشک تصمیم می گیرد برای کاهش وزن، غذا خوردن را متوقف کند. به دلیل کمبود مواد مغذی، بدن ضعیف می شود و از دست دادن کامل اشتها ظاهر می شود.
- ۳. **مشکلات پزشکی مزمن** برخی از بیماری ها هستند که به بدن ما حمله می کنند و می توانند باعث کاهش اشتها شوند. این ممکن است شامل نارمسی کلیه، نارمسی قلبی، بیماری های کبدی یا HIV باشد. علل دیگر عبارتند از:

- ۴. **بارداری** علیرغم آنچه که معمولاً باور می شود، برخی از زنان ممکن است در دوران بارداری دچار کاهش اشتها شوند. این کاهش اشتها معمولاً با حالت تهوع و استفراغ همراه است. به طور کلی اعتقاد بر این است که نتیجه کند شدن دستگاه گوارش به دلیل پروژسترون و فشرده شدن مستقیم دستگاه گوارش توسط رحم است.
- ۵. **انواع خاصی از سرطان** از دست دادن اشتها و کاهش وزن ناخواسته از علائم شایع چندین نوع سرطان است. این در مورد سرطان روده بزرگ، معده، تخمدان و پانکراس است. علاوه بر این، معمولاً این علائم با شرایط زیر همراه است:
- ناراحتی معده
- فرکانس معده
- نفخ شکم
- عرق شبانه
- زردی پوست و غشاهای مخاطی
- خون در مدفوع
- ۶. **مواد شیمیایی و داروها**

پزشک متخصص با توجه به علائمی که ارائه می دهید و دلایلی که منجر به از دست دادن اشتها می شود، درمانی را که باید دنبال کنید، نشان می دهد.

غذا کلید زنده ماندن است

به یاد داشته باشید که غذا منبع انرژی است که ما را سرزنده و سالم نگه می دارد. در غیر این صورت، ما نمی توانیم برای مسدود طولانی زنده بمانیم. از این نظر، هرگز نباید از دست دادن اشتها را به عنوان یک علامت دست کم بگیریم و بهتر است در صورتی که این علامت مدتی است وجود دارد، به دنبال مراقبت های پزشکی باشید.



روزی یک عدد سیب بخورید

گروه بهداشت و سلامت - خوردن روزی یک عدد سیب، عملکردی را به میزان قابل توجهی بهبود می بخشد. سیب حاوی آنتی اکسیدان قوی کورستین است که از ریه ها در برابر اثرات دود سیگار و آلودگی هوا محافظت می کند. خوردن حداقل ۵ سیب در هفته، عملکرد ریه را به میزان قابل توجهی بهبود می بخشد. بنابراین توصیه کارشناسان و متخصصان تغذیه، در روزهایی که آلودگی هوا تشدید می شود، لازم است که برنامه غذایی خود را به گونه ای تنظیم کنیم که منجر به تقویت ایمنی بدن ما شود. آزمایش انجام شده بر روی موش ها نشان داد که مصرف منظم سیب در رژیم غذایی باعث افزایش دوز بالای انتقال دهنده های عصبی به نام استیل کولین می شود.



۵ تا سه عصبانی شدن هنگام عدم استفاده از گجت عدم تعامل با دیگران اقداماتی که والدین می توانند برای رفع این مشکلات انجام دهند عبارتند از: عدم اجازه استفاده از گجت در بین کودکان دو سال و کمتر محدود کردن استفاده از ابزار فقط به یک ساعت در روز برای کودکان ۲

از هر هفته اعمال محبت آمیز انجام دهند. این مطالعه نشان داد که پس از پنج هفته، هر سه گروه به طور متوسط بهبودی در علائم سلامت روان خود نشان دادند. بر اساس ارزیابی های انجام شده در هفته ۱۰ (پنج هفته پس از پایان مداخلات)، تأثیر نیز تا حدی قدرت ماندگاری داشت.

آکهی تصمیمات شرکت توسعه و مدیریت بنادر و فرودگاه های منطقه آزاد کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۸۴۷ و شناسه ملی ۱۰۸۱۱۵۲۴۹۰۱

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۲۹ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای عزت الله محمدی با کد ملی ۱۳۳۷۱۲۳۳۷۳ طی حکم شماره ۱۰۸۱۰۱۱۰۸۰/۱۴۰۱ مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۲۸، به سمت مدیر عامل انتخاب گردیدند.

۲) هیئت مدیره: برخی از اختیارات اساسنامه بشرح ذیل به مدیر عامل شرکت تفویض اختیار نمود.

- ماده ۲۱ اساسنامه شامل بندهای (الف) ب، ج، ه، خ و ط) طبق ضوابط و مقررات - ماده ۳۳ مبنی بر تصمیم گیری و انجام گیری و انجام اقدامات لازمه در خصوص تمامی مربوط به پرسنل اعزامی؛ انعقاد و یا عدم تمدید کلیه قراردادها، امور مربوط به استخدام، جذب، بکارگیری و بایرکناری، تعیین حقوق و مزایا و سایر موارد مربوطه طبق ضوابط و مقررات

رحمانی - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکینهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آکهی ناسیس شرکت تصویر سازان نگین کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۴۲۴۳ و شناسه ملی ۱۴۰۱۱۶۷۴۷۲۰

با عنایت به استعلام اخذ شده از مدیریت محترم بازرگانی سازمان بنادر و ۷ ضوابط شرکت ها به شماره ۱۳۳۹۸/۱۳۸۰/۱۴۰۱ مورخ ۱۴۰۱/۰۳/۰۳ و خلاصه اساسنامه و اظهارنامه شرکت فوق که در تاریخ ۱۴۰۱/۰۷/۱۶ تحت شماره ۱۴۶۴۳ در این اداره ثبت رسیده جهت اطلاع عموم شرح ذیل در روزنامه رسمی و کثیرالانتشار آکهی می شود.

۱- موضوع شرکت: واردات، صادرات فروش، تعمیرات لوازم الکترونیکی، صوتی و تصویری، صنعتی و لوازم خانگی مجاز بازرگانی و انجام امور خدمات مربوط به موضوع فعالیت شرکت پس از اخذ مجوز از مراجع ذصلاح و قانون جاری کشور و سازمان منطقه آزاد کیش.

۲- مرکز اصلی شرکت: جزیره کیش بازار هرز مغز قه ۱۱۰. کدپستی ۷۹۴۱۶۵۸۹۷۰

۳- میزان سرمایه شرکت: سرمایه شرکت ۱۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال سرمایه منقسم به ۱۰۰ سهم با نام عادی ۱۰۰,۰۰۰ ریالی که تماماً به موجب گواهی شماره ۷۱۰/۱۰/۱۱۲ مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۱۹ بانک تجارت شعبه مرکزی کیش به حساب واریز گردیده است.

۴- مدت اعتبار شرکت: از تاریخ ثبت مبعث نامحلود.

۵- مدیران شرکت: آقای عبدالفتاح سعیدی با کد فرآگیر ۱۲۱۵۳۲۸۶ و به شماره پاسپورت ۱۳۹۸۳۰۸ po سمت مدیر عامل و عضو هیئت مدیره، آقای علیرضا جمشیدی پور با کد ملی ۰۰۵۶۱۹۶۵۸۱ به سمت رئیس هیئت مدیره و آقای محمد ضیائی بر نظین با کد ملی ۳۲۱۸۸۴۸۹۷۰ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

۶- دارندگان حق اعضاء: کلیه اسناد و اوراق بهادار و بانکی با امضاء مدیر عامل یا رئیس هیات مدیره هم را به هر شرکت معتبر خواهد بود سایر نامه های اداری با امضاء نقرات فوق یا نایب رئیس هیئت مدیره و مهر شرکت معتبر می باشد.

۷- اختیارات مدیر عامل: طبق مفاد اساسنامه.

۸- اولین بازرسان: خانم مریم حسینی به شماره ۱۲۸۲۷۰۴۹۳۱ بعنوان بازرس اصلی و آقای غلامحسین مقیمی شرکت به شماره ملی ۰۰۴۴۹۳۳۷۹ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال انتخاب شدند.

۹- روزنامه کثیرالانتشار اقتصاد کیش بعنوان روزنامه کثیرالانتشار جهت درج آکهی های شرکت انتخاب گردید.

رحمانی - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکینهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آکهی تصمیمات شرکت خزر ماهوت کیش (با مسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۲۰۴۲ و شناسه ملی ۱۰۸۱۱۵۳۳۸۲۰

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی فوق العاده و مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۲۸ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای رضارنجبر با کد ملی ۳۲۷۹۷۶۱۷۳۳ با پرداخت مبلغ ۳۰۰,۰۰۰ ریال به صندوق شرکت در زمره شرکا قرار گرفت و در نتیجه سرمایه شرکت از مبلغ ۱,۰۰۰,۰۰۰ ریال به مبلغ ۱,۳۰۰,۰۰۰ ریال افزایش یافت و ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

۲- آقای حسن صفائی مقدم با کد ملی ۲۷۰۹۲۶۰۹۵۶ به سمت مدیر عامل و رئیس هیئت مدیره، آقای رضارنجبر با کد ملی ۳۲۷۹۷۶۱۷۳۳ به سمت عضو هیئت مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.

۳- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهد آور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات و عقود اسلامی با امضای مدیر عامل همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

رحمانی - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکینهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آکهی تصمیمات شرکت سبدگردان ایساتیس پو با کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۳۷۰۲ و شناسه ملی ۱۴۰۰۷۸۰۵۵۵۶

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۱۴ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای محسن زارعیان با کد ملی ۴۴۳۱۸۵۵۴۱۶ به سمت مدیر عامل (خارج از اعضاء و سهامداران) شرکت سرمایه گذاری ایساتیس پو (سهامی عام) با شناسه ملی ۱۰۸۱۰۱۵۰۵۱۶ به نمایندگی آقای محمود معین الدین با کد ملی

۱ ۴۴۳۲۷۹۸۰۱ به سمت رئیس هیئت مدیره، آقای سید علی اصغر خبیری با کد ملی ۴۴۳۳۰۶۲۴۴۸ به سمت رئیس هیئت مدیره، آقای سید علی محمد خبیری با کد ملی ۴۴۳۱۸۳۵۵۷۴ به سمت عضو هیئت مدیره تا پایان دوره تصدی هیئت مدیره انتخاب شدند.

۲- کلیه اسناد و اوراق بهادار شرکت از قبیل چک، سفته، بروات و قراردادها و عقود اسلامی با امضاء متفق دو نفر از مدیران و مهر شرکت و سایر نامه های عادی و اداری با امضاء منفرد مدیر عامل یا یکی از اعضای هیئت مدیره با مهر شرکت معتبر می باشد.

رحمانی - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکینهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آکهی تصمیمات شرکت سبدگردان ایساتیس پو با کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۳۷۰۲ و شناسه ملی ۱۴۰۰۷۸۰۵۵۵۶

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۱۴ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای محسن زارعیان با کد ملی ۴۴۳۱۸۵۵۴۱۶ به سمت مدیر عامل (خارج از اعضاء و سهامداران) شرکت سرمایه گذاری ایساتیس پو (سهامی عام) با شناسه ملی ۱۰۸۱۰۱۵۰۵۱۶ به نمایندگی آقای محمود معین الدین با کد ملی

روزنامه اقتصاد کیش مشترک می پذیرد:

علاقه مندان به اشتراک و دریافت روزنامه اقتصاد کیش می توانند فرم زیر را تکمیل و پس از پرداخت هزینه اشتراک به حساب جاری ۸۷۱۰۰۰۰۹ و یا شماره کارت: ۵۸۹۴۶۳۷۰۰۰۰۸۳۷۱۴۴

بانک رفاه شعبه بازار پانیز به نام شرکت اقتصاد کیش فرم را به همراه رسید واریزی به نشانی ویلاهای مروراید - بین املاک کارا و امروز- بلوک B۳ - طبقه ۳ - واحد ۷۱۵ - یا به شماره ۴۴۴۲۴۹۶۸ فاکس نمایند.

۱ ماهه: ۱/۵۰۰/۰۰۰ ریال

۳ ماهه: ۴/۵۰۰/۰۰۰ ریال

۶ ماهه: ۹/۰۰۰/۰۰۰ ریال

یکساله: ۱۸/۰۰۰/۰۰۰ ریال

مشخصات:

نام شرکت / موسسه / شخص:

نشانی:

تلفن:

تعداد مورد تقاضا:

توضیحات:

۱. هزینه اعلام شده برای ۱ نسخه روزنامه می باشد.
۲. در صورت تغییر محل، نشانی جدید را به امور مشترکین اطلاع دهید.
۳. تاریخ شروع و پایان دوره اشتراک را برای خود یادداشت کنید.
۴. حداقل دوره اشتراک را برای خود یادداشت کنید.

در صورت عدم دریافت روزنامه سریعاً به امور مشترکین اطلاع دهید.

شماره مستقیم امور مشترکین روزنامه ۴۴۴۲۳۹۱۰

بازاره نظرات، انتقاد و پیشنهادات سازنده خود ما را در این امر یاری نمائید.

وحیده امیرزاده مشاور بیمه ای شما ۰۹۱۲۲۱۱۸۶۳۲ موبایل و واتس آپ

بیمه آسیا