راهکارهای مقابله با بیماری های فصل سرما- بخش نخست

عطسه‌های نفس‌گیر در هجوم ویروس‌های پاییزی

فریده شریفی

با فرا رسیدن فصل پاییز در حالی که بیش از یک ماه است که هیجان بازگشایی مدارس به خانه اکثر خانواده‌ها آمده یک میهمان ناخوانده دیگر هم ممکن اســـت به خانه‌ها سر بزند و آن هم بیماری‌های فصل سرما مانند سرماخوردگی، آنفلوانزا، حساسیت‌های فصلی و آسم است که متأسفانه مردم را به زحمت می‌اندازد.

فصل پاییز و البته زمستان، زمان اوج ابتلا به بســـیاری از بیماری‌های ویروسی، به ویژه آنفلوانزاســـت. ویروس‌ها به راحتی بین افراد ســـرایت کرده و به ویژه برای افراد مســـن، و کسانی که از سیستم ایمنی ضعیفی برخوردارند، خطرناک هستند.

فصل پاییز اوج زمان ابتلا به بسیاری از بیماری‌های ویروسی است، زیرا هوای سرد می‌تواند سیستم ایمنی بدن را تحت فشـــار قرار داده و آسیب‌پذیری در برابر عفونت‌ها را افزایش دهد. سرماخوردگی و آنفلوآنزا در این فصل شایع می‌شود که به دلیل کاهش رطوبت هوا و تماس بیشتر با میکروب‌های بیماری‌زا در محیط‌های بسته است. اگر چه این بیماری‌ها خطرناک نیستند، ولی به گفته پزشکان و درمانگران در صورت سهل‌انگاری و عدم درمان به موقع می‌توانند خطرآفرین شوند.

ســـرماخوردگی یک بیماری مســـری اســـت و معمولا بعد از ابتلای یک نفر بقیه اعضای خانواده هم به آن مبتلا می‌شـــوند، بنابراین پیشـــگیری و درمان به موقع این بیماری می‌تواند بقیـــه اعضای خانواده را از ابتلا به این بیماری مصون نگه دارد.

پژوهشگران اخیراً دســـتگاهی ابداع کرده‌اند که باکتری‌های بدن افراد را تنها با آنالیز نفس‌هایشان شناسایی می‌کند. این فناوری به این معناست که به بیماران می‌توان گفت که آنها سرماخوردگی یا آنفلوانزا دارند یا اینکه به بیماری‌های عفونی مبتلا هستند.

تغییرات فصلی، تغییرات جسمانی

با شروع فصل پاییز یک سری تغییرات در طبیعت رخ می‌دهد و همین تغییرات در بدن انسان‌ها نیز رخ می‌دهد و موجب می‌شـــود که بدن با ســـرمای هوا و کاهش طول مدت روز تطابـــق پیدا کند. آب ریزش بینی، ســـرفه‌های خشـــک و آزاردهنده، سردردهای مداوم، گلودرد و خســـتگی بدن، زندگی را برای افراد در این فصل مشکل می‌کند.

خشـــکی هوا در فصول سردســـال باعث می‌شود ویروس‌ها و باکترهای بیشـــتری وارد بدن شوند و در نتیجه میزان ابتلا به ســـرماخوردگی و آنفلوآنزا زیاد می‌شـــود. هنوز هم افراد زیادی هستند که به‌اشتباه تصور می‌کنند اگر در روزهای سرد بدون لباس مناسب و کافی بیرون بروند، سرما می‌خورند. احتمالا این تصور اشتباه از اینجا نشأت می‌گیرد که در ماه‌های سرد سال افراد بیشتری بیمار می‌شوند و البته این مسئله درست است، اما علت آن چیزی جز قرار گرفتن در مجاورت عوامل بیماری‌زا نیســـت. در فصل سرما مردم عموماً زمان بیشـــتری را در فضاهای بســـته می‌گذرانند، به یکدیگر نزدیک‌تر هستند، دست‌های یکدیگر را لمس می‌کنند یا با ســـرفه و عطسه بیشتری در اطرافشان مواجه می‌شوند. در واقع ویروس سرماخوردگی عامل ابتلا به این بیماری است.

دکتـــر «اصغر کاظمـــی» مســـئول داروخانه در گفت‌وگو با گزارشـــگر روزنامه کیهان درباره تغییرات فصلی و شـــروع بیماری‌های این فصل می‌گوید: «هر فصل از سال دارای ویژگی‌هایی می‌باشد که با آگاهی از خصوصیات آنها می‌توان از فرصت‌های آن حداکثر اســـتفاده را برد و با شناخت تهدیدها و انجام اقدامات مناســـب و پیشگیرانه و رعایت توصیه‌های بهداشتی، از بیماری‌ها و مشکلات احتمالی آن ایمن باشیم.»

وی اضافه می‌کند: «در فصول پاییز و زمستان هوا سردتر و طول روزها کوتاه‌تر می‌شود، بنابراین شرایط بـــرای ابتلا به بیماری‌های مخصـــوص این فصل‌ها از جمله ســـرماخوردگی، آنفلوانزا، ســـردردهای مزمن، آبریزش بینی، سرفه و حتی بیماری‌های روحی و روانی از جمله افســـردگی فراهم می‌گردد. البته هر سرفه، عطســـه یا آبریزش بینی نشان دهنده سرماخوردگی نیســـت و بســـیاری از این علائم نشان دهنده آلرژی و حساســـیت‌های فصلی است و تشخیص این علائم بالینی بسیار مهم اســـت، به همین دلیل کسانی که به این عارضه‌ها دچار می‌شوند برای درمان باید حتماً به پزشـــک مراجعه کننـــد و از مصرف داروهای خود تجویزی جداً پرهیز کنند تا خدای ناکرده به عوارض بیشتری مبتلا نشوند.»

بـــارش باران، ورزش باد تند و کاهش رطوبت هوا همگی باعث تضعیف سیســـتم ایمنی بدن می‌شوند و ابتلا به ســـرماخوردگی را آســـان‌تر می‌کنند. البته ســـرماخوردگی فصل پاییز به شـــدت سرماخوردگی فصل زمستان نیست، ولی بایستی برای جلوگیری از خطرات عفونت ویروسی، سریعاً به پزشک مراجعه کرد و آن را درمان کرد.

شـــیوع بیماری‌های تنفسی مزمن از جمله آسم نیز در فصل پاییز زیاد می‌شـــود. شـــایع‌ترین علامت آسم آلرژیک، سختی نفس کشـــیدن است. بنابراین تشخیص این بیماری‌ها به عهده پزشک است و افراد بایـــد به محض دیدن علائم ســـرماخوردگی، آلرژی، آنفلوانزا و دیگر بیماری‌های فصل ســـرما به پزشـــک متخصص مراجعه کنند.

سرماخوردگی، آنفلوانزا

ســـرماخوردگی و آنفلوانزا از بیماری‌های شـــایع فصل سرما هستند. پژوهشگران معتقدند همزمان با کاهش هوا، سرماخوردگی نیز شایع‌تر می‌شود. نتایج یک پژوهش نشـــان می‌دهد که کاهش دمای محیط به میزان ۷ درجه ســـانتی‌گراد می‌تواند مقاومت بدن را در برابر تکثیر ویروس سرماخوردگی کاهش دهد.

یک استاد زیست‌شناسی و ایمونولوژی در این باره می‌گوید: «هر بار که بدن انسان در معرض عفونت قرار می‌گیرد، تلاش می‌کند با ترشح نوعی پروتئین به نام اینترفرون با سلول‌های عفونی مقابله کند اما کاهش دما و افزایش سرما باعث می‌شود که قدرت سیستم ایمنی بدن کاهش یابد و ویروس‌ها مجددا تکثیر شوند.» این موضوع به‌خوبی نشان می‌دهد که چرا در فصل پاییز و زمســـتان آمار سرماخوردگی بیشتر می‌شود. در هر صورت، تغییرات ناگهانی دمای هوا، فشار زیادی را به سیستم ایمنی بدن وارد می‌کند و مدتی طول می‌کشد تا بدن نسبت به آنها عادت کند. عفونت‌های ویروسی به راحتی منتقل می‌شوند و می‌توانند برای افراد مسن، کودکان خردسال و افراد دارای سیستم ایمنی ضعیف خطرناک باشند.

خانمی که خود را «وثوقی» معرفی می‌کند و برای خرید داروهای فرزندش به داروخانه مراجعه کرده به گزارشـــگر روزنامه کیهان می‌گوید: «هر سال با آمدن فصل پاییز و زمستان گرفتاری من هم بیشتر می‌شود، چرا که فرزندانم به دلیل رفتن به مدرســـه و تماس با دیگر بچه‌هایی که بیمار هســـتند به سرماخوردگی و آنفلوانزا مبتلا می‌شـــوند و مجبورند حداقل یک هفته در خانه بمانند تا بهبود پیدا کنند و مسلماً از درس و مدرسه عقب می‌مانند.»

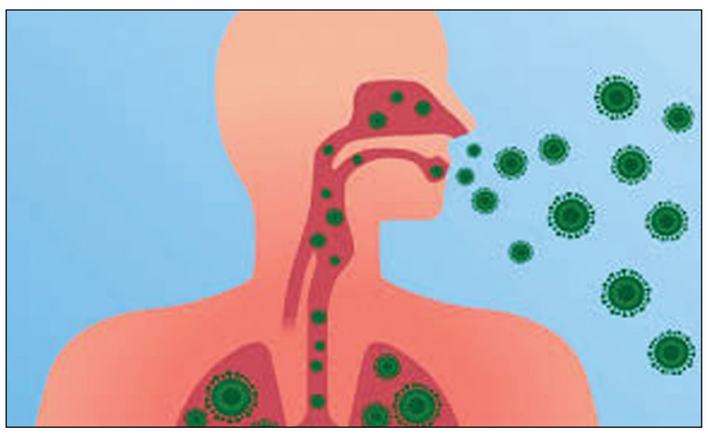
وی اضافـــه می‌کند: «متأســـفانه برخی از والدین رعایت نمی‌کنند و فرزندان بیمار خود را به مدرســـه می‌فرستند تا از درس عقب نمانند در حالی که متوجه نیستند این بچه‌های بیمار نه تنها درس را به خوبی فرا نمی‌گیرند بلکه باعث بیماری بسیاری از همکلاس‌های خود می‌شوند، زیرا سرماخوردگی و آنفلوانزا بیماری‌های ویروســـی هستند و سریع منتقل می‌شوند. به همین دلیل امسال تصمیم گرفتم مسایل ایمنی بدن فرزندانم را بیشـــتر رعایت کنم تا با مشکلات کمتری در فصل سرما مواجه شویم.»

خشکی هوا در فصول ســـرد ســـال باعث می‌شـــود ویروس‌ها و باکترهای بیشـــتری وارد بدن شـــوند و در نتیجه میـــزان ابتلا به ســـرماخوردگی و آنفلوآنزا زیاد می‌شود.

خانم وثوقی همچنین تصریح می‌کند: «من شاغل هستم و برای مادرانی که در بیرون از منزل کار می‌کنند خیلی سخت است که برای هر کدام از فرزندان خود یک هفته مرخصی بگیرند و در خانه بمانند در حالی که رعایت مســـائل بهداشتی از سوی همه خانواده‌ها می‌تواند به این مشکلات پایان دهد.»

نظر دکتر «محمد صدیقی‌فرد» داروساز و مسئول یک داروخانه را درباره واکسن‌های آنفلوانزا جویا شدیم، وی در گفت وگو با گزارشـــگر روزنامه کیهان درباره این واکسن‌ها می‌گوید: «در بازارداروییِ ایران واکسن اینفلوواک (سه‌ظرفیتی)، اینفلوواک تترا(چهارظرفیتی)، واکســـی‌گریپ (ســـه‌ظرفیتی)، واکســـی‌گریپ تترا (چهارظرفیتی) وجود دارد که تجویز آنها برای سنین مختلف تفاوت دارد و باید زیر نظر پزشـــک متخصص تجویـــز و تزریق شـــود. بـــه طور مثال واکســـن‌های اینفلـــوواک، واکســـی‌گریپ و واکســـی‌گریپ تترا در بزرگســـالان و اطفال بالای ۶ ماه قابل تجویز هستند در حالی که، واکسن اینفلوواک تترا مجوز مصرف در بزرگســـالان و کودکان بالای ۳ ســـال را دارد. مصرف اینفلوواک تترا در کودکان زیر ۳ سال مجاز نمی‌باشد.»

به گفته این دکتر داروساز، برنامه واکسیناسیون ممکن است در سطح بین‌المللی متفاوت باشد، بنابراین بررسی سیاســـت‌های محلی مهم است. واکسن‌های چهـــار ظرفیتی به طور فزاینده‌ای با توجه به حفاظت گسترده‌تر ارائه شـــده ناشی از گنجاندن یک ویروس آنفلوانزای B اضافی، مورد قبول واقع شـــده‌اند، با این حال، مرکز پیشـــگیری و کنتـــرل بیماری‌ها (CDC) و کمیته مشورتی برنامه واکسیناسیون و ایمن‌سازی (ACIP) توصیـــه می‌کنند که هیچ ترجیح و اولویتی در انتخاب واکســـن ســـه ظرفیتی یا چهار ظرفیتی وجود ندارد و به طور کلی هیچ واکســـنی بر دیگری ارجح نیست.



بینی الکترونیک چیست؟

پژوهشگران اخیراً دســـتگاهی ابداع کرده‌اند که باکتری‌های بدن افراد را تنها با آنالیز نفس‌هایشـــان شناسایی می‌کند. این فناوری به این معناست که به بیماران می‌توان گفت که آنها سرماخوردگی یا آنفلوانزا دارند یا اینکه به بیماری‌های عفونی مبتلا هســـتند. این دســـتگاه نمونه تنفس را بعد از اینکه بیمار داخل لوله تنفس نفس کشـــید تجزیه و تحلیل می‌کند. در این مرحله این دستگاه برخی از مواد شیمیایی نفس را شناســـایی کرده و حضور یا عدم حضور باکتری را نشان می‌دهد.

پژوهشگران این دســـتگاه را «بینی الکترونیک» نامیده‌انـــد و ابراز امیدواری کرده‌انـــد که در آینده با اســـتفاده از این دســـتگاه تجویز غیـــر ضروری آنتی بیوتیک کاهش یابد. این دســـتگاه با دقت ۸۰ درصد قادر به شناســـایی حضور باکتری‌ها است. توسط این دستگاه تشخیص پزشکان دقیق‌تر می‌شود و دقیق‌تر می‌توانند تشخیص دهند که بیماران به یک آنفلوانزا یا ســـرماخوردگی ساده مبتلا شـــده‌اند یا بیماری‌های عفونی دارند.

سرماخوردگی طولانی

سرماخوردگی یک بیماری شـــایع در تمام دنیا است، به ویژه در میان کودکان که معمولاً هر از گاهی ســـرما می‌خورند و بزرگسالان هم به طور متوسط ۲ تا ۴ بار در سال به این بیماری مبتلا می‌شوند. با این حال، گرچه ســـرماخوردگی معمولاً ظرف یک هفته برطرف می‌شود، اما این بیماری اگر بیشتر از ۲ هفته طول بکشد، در این صورت یک سرماخوردگی طولانی محسوب می‌شود. همان طور که اکثر پزشکان همیشه هشدار می‌دهند به محض دیدن اولین علائم بیماری باید به پزشـــک مراجعه شود در مورد سرماخوردگی هم همین مسئله باید رعایت شود. یک باور نادرست در بین مردم وجود دارد که ســـرماخوردگی بیماری نیســـت و با اســـتراحت و خوردن شـــلغم و ســـوپ درمان می‌شـــود. در حالی که همین بیماری ســـاده اگر به موقع درمان نشـــود ممکن است به برونشیت، ذات‌الریه و بیماری‌های حاد تنفسی منجر گردد. در واقع ممکن است سرماخوردگی بعضی‌ها به آبریزش بینی و کمی بدن درد خلاصه شده و بیشتر از دو سه روز طول نکشـــد، اما کم نیستند افرادی که در طول بیماری با علائم شـــدیدتری مثل تب و لرز، گلودرد، ســـرفه‌های آزاردهنده و... دست و پنجه نرم می‌کنند و بیش از دو هفته با این مشکل مواجهند. در صورتی که علائم ســـرماخوردگی بیشتر از چهار هفته ادامه پیدا کند زمینه سینوزیت مزمن فراهم خواهد شد. از طرفی ممکن است عوامل آلرژی‌زا، آسم، عفونت‌های باکتریایی و پولیپ بینی نیز باعث ســـینوزیت مزمن شود. از طرفی سرماخوردگی یک بیماری مسری است و معمـــولا بعد از ابتلای یک نفر بقیه اعضای خانواده هم به آن مبتلا می‌شوند، بنابراین پیشگیری و درمان به موقع این بیماری می‌تواند بقیه اعضای خانواده را از ابتلا به این بیماری مصون نگه دارد.

دکتر اصغـــر کاظمی در این باره می‌گوید: «علت طولانی شدن ســـرماخوردگی عدم درمان به موقع و کامل آن و همچنین مواجهـــه با ویروس‌های جدید است. در فصل ســـرماخوردگی، ممکن است که ابتدا گرفتار یک ویروس سرماخوردگی شوید و بدن شما با آن ویـــروس مقابله کند، اما دوباره در معرض ویروس جدیدی قرار بگیرید و درگیر سرماخوردگی جدیدی شوید که با سرماخوردگی قبلی‌تان که علائم آن هنوز به طور کامل برطرف نشـــده همزمان شود، در نتیجه این طور به نظر می‌رسد که سرماخوردگی شما طولانی شده. به همین خاطر است که معمولا بیشتر از یک بار در سال به این بیماری مبتلا می‌شویم.»

آگهی تغییرات شرکت راهکارهای پردازش هوشمند داده سهامی خاص به شماره ثبت ۴۹۹۴۴۷ و شناسه ملی ۱۴۰۰۶۲۲۰۳۴۸

به اســـتناد صورتجلســـه مجمـــع عمومی فوق‌العـــاده مورخ ۱۳۹۸/۰۵/۱۴ تصمیمـــات ذیل اتخاذ شـــد: موضوع فعالیت شرکت به شرح ذیل تغییر و ماده مربوطه در اساسنامه اصلاح گردید: انجام امور انفورماتیکی شـــامل طراحی و تولید و ارائه و پشـــتیبانی نرم‌افزارهای رایانه‌ای اعم از سفارش مشتری و بسته‌های نرم‌افزاری و واردات و پشتیبانی نرم‌افزارهای رایانه‌ای خارجی و فعالیت در زمینه سیســـتم‌های ویژه رایانه‌ای نظیر اتوماســـیون صنعتی و کارت‌های هوشمند و مشاوره و نظارت بر اجرای پروژه‌های انفورماتیکی و همچنین اجرای پروژه‌های انفورماتیکی و فعالیت در زمینه شـــبکه‌های رایانه‌ای و امنیت شبکه و شبکه‌های مخابراتی و شبکه‌های رایانه‌ای اطلاع‌رسانی نظیر اینترنت و خرید و فروش و واردات و صادرات تجهیزات رایانه‌ای و دستگاه‌های جانبی رایانه و قطعات و ملزومات رایانه و ارائه خدمات پشتیبانی تجهیزات سخت‌افزاری رایانه و ارائه خدمات پشتیبانی نرم‌افزاری رایانه‌ای و آموزش و پژوهش در زمینه موضوع فعالیت شرکت و اخذ وام و تسهیلات و اعتبار از بانک‌ها و موسسات مالی و اعتباری و انعقاد قرارداد با اشخاص حقیقی و حقوقی و شرکت در نمایشگاه‌های داخلی و خارجی و اخذ و اعطای نمایندگی و ایجاد شـــعب در سراســـر کشور و شـــرکت در مناقصات و مزایـــدات در زمینه موضوع فعالیت شـــرکت (در صورت ضرورت قانونی انجام موضوعات فعالیت پس از اخذ مجوزهای لازم).

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت ناصرین وحید شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۱۸۳۳۴۰ و شناسه ملی ۱۰۱۰۲۲۵۵۰۱۱

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۷/۵/۲۴ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: آقای سهراب تقی‌پـــور آهنگر به شـــماره ملـــی ۲۰۶۰۷۰۱۱۶۳ بـــه سمت بازرس اصلی و آقای رضا علائی به شـــماره ملی ۵۵۷۹۱۴۲۰۶۴ به ســـمت بـــازرس علی‌البـــدل برای یکسال مالی انتخاب شدند. روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت درج آگهی‌های شرکت انتخـــاب شـــد. - ترازنامه و حساب سود و زیان سال مالی منتهی به ۱۳۹۶/۱۲/۲۹ به تصویب مجمع رسید. اعضاء هیئت مدیره برای مدت دو ســـال به قرار ذیل انتخاب شـــدند. شـــرکت مهندسی آماد بهینه‌ســـاز (ســـهامی خـــاص) بـــه شناســـه ملی ۱۰۱۰۲۲۵۱۷۳۸ شـــرکت خدماتی تحقیقاتی ساتر سبز (ســـهامی خاص) به شناسه ملـــی ۱۰۱۰۲۲۶۲۳۹۱ شرکت حمل و نقل آزادگان (ســـهامی خاص) به شناسه ملـــی ۱۰۱۰۱۲۵۹۳۳۰ شـــرکت گـــروه طلیعـــه ســـبز جهـــان (ســـهامی خـــاص) بـــه شناســـه ملی ۱۰۱۰۲۸۵۳۶۵۰ شـــرکت بازرسی مهندسی و کنترل کیفیت ســـنجش گستردانا (ســـهامی خاص) به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۳۸۴۲۸۷

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت تجارت الکترونیک هزار بازار سهامی خاص به شماره ثبت ۴۶۳۱۳۰ و شناسه ملی ۱۴۰۰۴۵۲۸۰۴۱

به اســـتناد صورتجلســـه مجمع عمومی عادی ســـالیانه مـــورخ ۱۳۹۶/۵/۱۲ تصمیمـــات ذیـــل اتخاذ شـــد: - هادی محمدخانی با شـــماره ملـــی ۰۰۷۸۹۴۲۲۵۱ به نمایندگی از شرکت بهداشـــت کودک با شناسنامه ملی ۱۰۱۰۱۱۸۷۳۳۶ بـــه عنـــوان رئیـــس هیئـــت مدیره و امیرهوشنگ خلیلی اقدم با شماره ملی ۰۰۶۷۰۳۶۸۴۸ به نمایندگی از شرکت آرمان بهداشت ایرانیان با شناسه ملی ۱۰۱۰۲۷۱۰۸۲۳ به عنوان نایب رئیس هیئت مدیره و محمدعلی مستقیمی با شماره ملی ۲۲۹۵۹۲۹۴۰۷ به نمایندگی از شرکت آینده‌سازان نیک‌فرجام با شناسنامه ملـــی ۱۰۳۲۰۷۳۲۴۹۲ بـــه عنوان عضـــو هیئت مدیره و مدیرعامـــل بـــرای مدت دو ســـال انتخـــاب گردیدند. محمدرضا طاعتی به شـــماره ملـــی ۲۵۹۵۸۲۱۱۸۰ به سمت بازرس اصلی و رویا صالح‌نیا سماک به شماره ملی ۲۶۴۹۵۶۵۸۴۵ به ســـمت بازرس علی‌البدل برای مدت یک سال مالی انتخاب شدند.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت آوای تندرستی لیان نوتریکا سهامی خاص به شماره ثبت ۴۸۸۲۹۸ و شناسه ملی ۱۴۰۰۵۶۶۵۲۹۶

به اســـتناد صورتجلســـه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۷/۴/۱۲ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: شرکت حکمت‌سرای ایرانیان طوبی به شناسه ملی ۱۴۰۰۴۸۱۳۸۵۴- شـــرکت فرآورده‌های طعم طبیعت حامی به شناســـه ملی ۱۴۰۰۴۵۷۰۱۲۵- حســـین رضایی‌زاده با شماره ملی ۱۸۱۸۵۰۳۱۵۸ بـــه عنوان اعضاء هیئت مدیره برای مدت دو ســـال انتخاب گردیدند. موســـسه حسابرسی بهداد روش امین شناسه ملی ۱۴۰۰۵۹۵۶۱۵۶ به عنوان بازرس اصلی و حمزه میقانی با کد ملی ۰۰۶۸۷۱۴۰۱۷ به عنوان بازرس علی‌البدل برای یک سال مالی انتخاب شـــدند. ترازنامه و حساب ســـود و زیان سال مالی ۱۳۹۶/۹/۳۰ بتصویب رســـید. روزنامه کثیرالانتشار کیهان برای درج آگهی‌های شرکت انتخاب شد.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

شـــنبه هر هفته
کیهان ورزشی
قدیمی ترین مجله ورزشی ایران

شرایط و فرم اشتراک نشریات کیهان در تهران

متقاضیان محترم می‌توانند با توجه به جدول زیر نسبت به انتخاب هر یک از نشریات مورد علاقه و واریز مبلغ اشتراک به شماره کارت **۶۸۴۵ ۴۳۹۷ ۳۳۷۷ ۶۱۰۴ بانک ملت و یا حساب ۰۱۰۶۷۱۳۵۹۵۰۰۹ (سیبا)** بانک ملی شعبه سعدی جنوبی کد۶۹ به نام حسین شریعتمداری(مؤسسه کیهان) و ارسال اصل فیش بانکی همراه با فرم تکمیل شده ذیل به **صندوق پستی ۱۱۳۶۵/۳۶۳۱** با پست سفارشی نسبت به برقراری اشتراک خود اقدام نمایند.

نوع نشریه	یکساله (ریال)	شش ماه (ریال)	سه ماهه (ریال)
روزنامه کیهان	۶/۹۶۰/۰۰۰	۳/۴۸۰/۰۰۰	۱/۷۴۰/۰۰۰
روزنامه کیهان انگلیسی	۹/۷۲۰/۰۰۰	۴/۸۶۰/۰۰۰	۲/۴۳۰/۰۰۰
روزنامه کیهان عربی	۹/۷۲۰/۰۰۰	۴/۸۶۰/۰۰۰	۲/۴۳۰/۰۰۰
مجله کیهان ورزشی	۲/۲۰۵/۰۰۰	۱/۱۰۲/۵۰۰	۵۵۱/۲۵۰
مجله زن روز	۲/۲۰۵/۰۰۰	۱/۱۰۲/۵۰۰	۵۵۱/۲۵۰
مجله کیهان بچه‌ها	۱/۶۲۲/۵۰۰	۸۱۱/۲۵۰	۴۰۶/۰۰۰
مجله کیهان فرهنگی	۳۳۴/۵۰۰	———	———

توجه:
۱- اشتراک عزیزانی که فرم درخواست آنها تا دهم هر ماه به امور مشترکین برسد از اول ماه بعد برقرار می‌شود.
۲- یک نسخه از کپی فیش بانکی و قبض سفارشی را تا پایان مدت اشتراک حتما نزد خود نگهداری نمائید.
۳- در صورت تغییر قیمت نشریات و یا هزینه پستی، معادل مبلغ پرداخت شده، نشریه مورد تقاضا ارسال می‌گردد.
۴- در صورت تمایل به اشتراک چند نشریه، برای هر کدام فیش بانکی جداگانه تهیه فرمائید.
۵- قبض پرداختی را می‌توانید به شماره **۰۹۱۲۷۹۳۲۵۶۸** با ذکر مشخصات در **کانال تلگرام** قرار داده و به امور مشترکین اطلاع دهید.

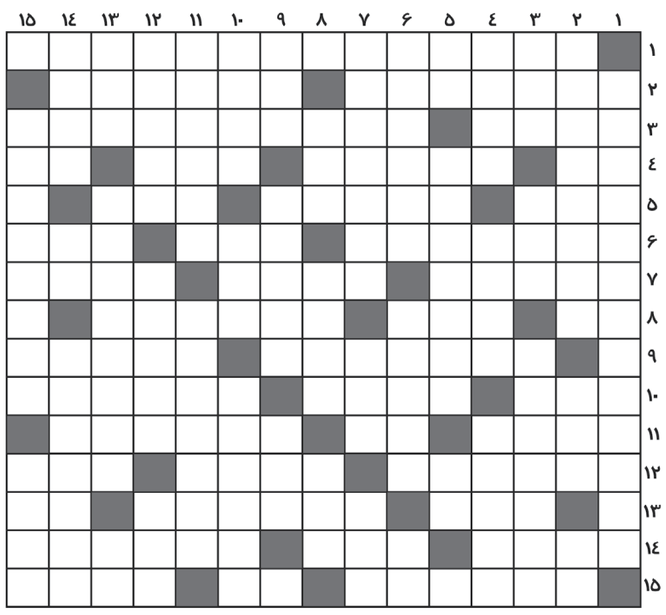
فرم تقاضا

نام: ..... نام خانوادگی: ..... نوع نشریه: ..... تعداد نسخه: ..... مدت: ..... ماه
مبلغ پرداختی: ..... ریال شماره فیش بانکی: ..... تلفن: ..... تلفن همراه: .....
آدرس: .....
کد پستی: ..... پست الکترونیکی: ..... امضاء

شماره اشتراک: .....
تلفن: ۳۵۲۰۲۲۷۸ - ۰۲۱ نمابر: ۳۳۹۰۲۴۴۴ - ۰۲۱
امور مشترکین
موسسه کیهان

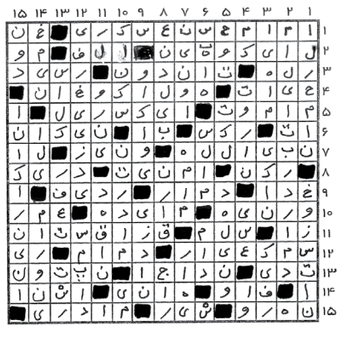
جدول شماره ۱۱۵۳۹

بدون نقطه کور



افقی:

۱- هفته آن قرار است با حضور صمیمی دوستداران علـــم و ادب در روزهای آینده برگزار گردد ۲- امام حسین علیه‌السلام این عمل ناپسند را کار اشخاص عاجز و ناتوان می‌دانند - چهره حماســـی و قهرمان مردم هندوســـتان ۳- از رهبران مسیحی که علیه کلیســـا قیام کرد- ایفای نقش در تئاتر و ســـینما ۴- ماکت بی سر و ته- چک مسافرتی- دریاچه‌ای در کشـــور ترکیه- نوعی پوســـت کـــه در قدیم بر روی آن می‌نوشـــتند ۵- شاعر ما را از آزار آن نفی می‌کند- اعتقاد راســـخ به کسی یا مکتبی داشتن- همراه با زیبا فنی اســـت در کشـــتی ۶- از بناهای قدیمی و دیدنی شهر اصفهان- مهره ترسوی صفحه شطرنج- سرگردانی و حیرانی از شدت عشق ۷- پاک و مطهر- اثری از اســـتاد کمال‌الملک- شـــهری در استان مرکزی ۸- ریشـــه و پی - پیامبر قوم عاد- پایتختی در خاورمیانه ۹- عنوانی برای زائران امام حسین علیه‌السلام- منشور آرامش و امنیت ۱۰- از شهرهای قدیمی استان خراسان رضوی - کنایه از افراد ســـاده‌لوح و زودباور است- خوش‌نام و دارای احترام و اعتبار اجتماعی ۱۱- رشـــته کوه معروفی در کشور افغانستان- از حروف الفبای انگلیسی- از یاد رفته ۱۲- به‌طور دائم تعطیل شـــدن- از نام‌ها و القاب خداوند- دختر مزرعه ۱۳- بزرگ‌ترین کویر ایران- قطار شهری - تکرار یک حرف ۱۴- واحدی در ارتش- تن‌پوش درختان- وسیله‌ای برای بازی و تحرک بچه ۱۵- از نماهای زیبای مساجد و اماکن متبرکه- سوره‌ای در قرآن کریم- دشمنی که به از نادان دوست است.

عمودی:

۱- فیلســـوف و مفسر بزرگ قرآن کریم که کتاب گرانســـنگی چون المیزان را از خود به‌یادگار نهاده است ۲- ورزش بومی و رزمی مردم ژاپن - عدد یک در زبان انگلیســـی- تکرار یک حرف ۳- بزرگ‌ترین فلات آسیا و جهان- رتبه ناقص- یکی از راه‌های رسیدن به سعادت دنیا و آخرت ۴- کارمزد- بیمارستانی در تهران- بام همدان ۵- رایحه- قرآن کریم می‌فرماید همیشـــه به روی گناهکاران باز است- علامت جمع در زبان عربی ۶- تنظیم و تصحیح مطلب نوشته شده- جمع دلیل- خدای دروغین ۷- واحدی در سطح- میوه تلفنی- سبزی بدون ســـاقه ۸- صدقه آن را دفع می‌کند- رهبر انقلاب چین- انسان مؤمن خود را بـــرای این مهم آماده می‌کند ۹- آراینده- همان آدرس اســـت- پلیس اینترنت ۱۰- قســـمتی از دست- وسیله‌ای برای بیختـــن آرد- از پهلوانان شـــاهنامه ۱۱- فریاد بی‌صدا- از تقسیمات جغرافیای طبیعـــی ۱۲- عکس‌العمـــل - فروختنی شهرداری‌ها- کشوری در بین‌النهرین قدیم ۱۳- واژه هوا در زبان انگلیسی- از رخدادهای مهم تاریخ بشـــر که در قـــرآن کریم آمده است- نوعی پیشوند ۱۴- شاه‌افشاری که حرم مقدس مولای متقیان را بازسازی کرد- طایفه کم‌حرف- پایتخت کشور آمریکا ۱۵- دمایی که در آن هوا به اشباع می‌رسد- شهری که تاج‌محل در آن بنا شده است.