گرمازدگی و راهکارهای پیشگیری و درمان

بخش دوم

مهار سکته گرمایی در تب تند تابستان

افزایش و یا کاهش دما می‌تواند خطرات جبران‌ناپذیری برای انسان به همراه داشته باشد. دمای مناسب برای بدن انسان ۳۷ درجه است. گرمازدگی درجات مختلفی دارد و در هر مرحله باید درمان‌های مختلفی را انجام داد. در یکی از درجات نخست آن، فردی که در فضای گرم بوده، دچار گرفتگی عضله و درد و گرفتگی در عضلاتی مانند مچ پا و یا ران پا می‌شود؛ این مرحله نگران‌کننده و اورژانسی نیست، اما باید توجه شود، فرد بیش از این دچار گرمازدگی نشود.

در حالت دوم، فرد گرمازده احساس خستگی و بی‌حالی می‌کند. روی پوست این فرد سرد و تعریق وجود دارد و بدن در این حالت تلاش می‌کند دمایش را به حالت عادی برگرداند؛ در این حالت اگر بدن به حالت عادی برنگردد ممکن است از ۲۰ تا ۸۰ درصد فرد جان خود را از دست دهد.

در گرمازدگی درجه سوم، مکانیسم خنک‌سازی بدن کار نمی‌کند، پوست بدن فرد داغ و قرمز است و فرد هوشیاری خود را از دست می‌دهد. در این شرایط احتمال مرگ مغزی وجود دارد.

سکته گرمایی در کمین بیمار گرمازده

بروز گرما درست مانند آلودگی هوا برای افراد به‌ویژه گروه‌های سنی حساس و مبتلا به عوارض قلبی و کودکان خطرناک است.

بارزترین خطر امواج گرما برای سلامت عمومی خطر گرمازدگی است، به‌ویژه برای کسانی که در محیط باز کار می‌کنند، مانند: کشاورزان و کارگران ساختمانی؛ اما این تنها خطر امواج گرما برای سلامت عمومی نیست. گرمازدگی یک بیماری تهدیدکننده است که ممکن است حتی منجر به مرگ افراد شود.

سید محسن افخمی، متخصص بیماری‌های داخلی می‌گوید: «گرمازدگی را جدی بگیرید، زیرا این وضعیت درمان نشده، می‌تواند به‌سرعت به مغز، قلب، کلیه‌ها و ماهیچه‌ها آسیب برساند و منجر به سکته گرمایی شود.»

از این پزشک متخصص داخلی سؤال می‌کنم: علائم سکته گرمایی چه هستند؟ وی پاسخ می‌دهد: «در شرایطی که فرد دچار سکته گرمایی می‌شود، عمدتاً برخی علائم خیلی واضح هستند: افزایش دمای بدن به بیش از ۴۰ درجه، سرعت ضربان قلب، تنفس‌های سطحی و کم‌عمق، داغ شدن پوست، سردرد، خستگی، سرگیجه، ضعف عضلانی به‌ویژه در ناحیه اندام تحتانی و پاها، تیره و پررنگ شدن ادرار، هذیان، گیجی، کما و حتی مرگ می‌تواند از علائم سکته گرمایی باشد.»

دکتر افخمی ادامه می‌دهد: «سکته گرمایی با سکته قلبی و مغزی متفاوت است. در سکته قلبی، قلب و در سکته مغزی، مغز آسیب می‌بینند، اما در سکته گرمایی به دلیل گرما، بالا رفتن دمای بدن و عدم توانایی‌های بدن در کنترل دما ارگان‌های حیاتی مثل قلب و مغز آسیب می‌بینند و عملکردشان را از دست می‌دهند، در این حالت ممکن است فرد جانش را از دست بدهد یا آسیب‌های غیرقابل برگشت در این ارگان‌ها اتفاق بیفتد. به همین دلیل توصیه می‌کنم گرمازدگی را جدی بگیرید، زیرا گرمازدگی درمان نشده می‌تواند به‌سرعت به مغز، قلب، کلیه‌ها و ماهیچه‌ها آسیب برساند و منجر به سکته گرمایی شود.»

یک متخصص بیماری‌های داخلی: گرمازدگی را جدی بگیرید، زیرا این وضعیت درمان نشده، می‌تواند به‌سرعت به مغز، قلب، کلیه‌ها و ماهیچه‌ها آسیب برساند و منجر به سکته گرمایی شود.

وی به تشریح عوارض گرمازدگی در قسمت‌های مختلف بدن پرداخته و می‌گوید: «گرمازدگی عوارض و مشکلات متفاوتی در قسمت‌های مختلف بدن به‌جا می‌گذارد: بالا رفتن دمای بدن، خشکی یا مرطوب شدن پوست، قرمزی یا حالت داغی پوست، از بین رفتن مکانیزم‌های کنترلی و تنظیمی بدن، گرفتگی عضلات، بی‌حالی و ضعف، اختلالات مربوط به سطح هوشیاری، سردرد، بالا رفتن ضربان قلب، حالت تهوع و استفراغ و ایجاد علائم توهم، هذیان، کما و حتی مرگ می‌تواند در نتیجه گرمازدگی اتفاق بیفتد.»

دکتر افخمی می‌گوید: «گرمازدگی در یک تقسیم‌بندی دارای چهار مرحله است: مرحله اول، غش گرمایی است که فرد به دلیل دمای بالا، از دست دادن رطوبت، کم شدن آب بدن و افت فشار خون دچار بیهوشی می‌شود.

در مرحله دوم بدن در پاسخ به بیهوشی و غش گرمایی، مکانیزم‌های تنظیمی‌اش فعال می‌شود، ولی به دلیل اینکه این مکانیزم‌ها کافی نیستند فرد نمی‌تواند شرایط را تحمل کند، در نتیجه دچار گُرگرفتگی و گرفتگی عضلات به‌خصوص در ناحیه پا می‌شود که اصطلاحاً به آن گرماگرفتگی یا گُرگرفتگی می‌گویند.

مرحله سوم، گرمازدگی است که فرد از شدت گرما دچار اختلالات عملکرد اندام‌ها، سردرد، تهوع و استفراغ شدید می‌شود.

مرحله چهارم، سکته گرمایی و شدیدترین حالت گرمازدگی است و زمانی رخ می‌دهد که ارگان‌های حیاتی بدن دچار افت و اختلال عملکرد، توهم و التهاب مغز، اختلال عملکرد قلب و زیستی می‌شود و حتی ممکن است فرد جانش را از دست بدهد.»

این متخصص داخلی در پایان هشدار می‌دهد: «اینکه بعضی‌ها می‌گویند یکی از دلایل تأثیر ورزش بر لاغری تعریق است و با این تصور در ایام تابستان پیاده‌روی می‌کنند تا با تعریق لاغر شوند، کاملاً غلط است. عرق کردن باعث لاغری نمی‌شود و برای لاغر شدن ورزش مناسب است، اما به شرطی که این کار در شرایط مناسب با مصرف مایعات فراوان و تحت نظر پزشک متخصص انجام شود. دقت کنید ورزش کردن در روزهای گرم تابستان به‌هیچ‌وجه باعث لاغری نمی‌شود و عوارض جبران‌ناپذیری را بر روی کلیه، قلب و مغز از خود به‌جای می‌گذارد.»

تاکسی اهواز

توصیه‌های تغذیه‌ای برای پیشگیری

فردی که دچار گرمازدگی می‌شود علائم شایعی همچون گیجی، حالت تهوع، بی‌حالی، رنگ‌پریدگی، سردرد، تشنگی، تعریق و گرفتگی عضلانی و تپش قلب شدید دارد.

عاطفه شیبک، کارشناس تغذیه معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی زاهدان دراین‌باره توضیح می‌دهد: «گرمازدگی عدم توانایی بدن در دفع گرما و افزایش دمای درون بدن به حدود ۴۰ درجه سانتی‌گراد است که به علت فعالیت شدید یا گرمای هوا ایجاد می‌شود و به عبارت دیگر گرمازدگی به هم خوردن تعادل در مکانیسم‌های تنظیم دمایی است. شدت گرمازدگی می‌تواند از خفیف تا شدید باشد، اما باید گرمازدگی را جدی گرفت، چرا که عدم مداخله در زمان مناسب می‌تواند به مغز و ارگان‌های حیاتی آسیب بزند و حتی باعث مرگ شود.»

از این کارشناس تغذیه سؤال می‌کنم: وقتی فردی دچار گرمازدگی می‌شود، چه باید کرد؟ وی پاسخ می‌دهد: «ابتدا باید در یک مکان با تهویه خنک قرار گیرد و حجم لباس‌هایش را کم کند و دوش آب ولرم یا خنک بگیرد.

باید توجه داشت در زمان تعریق شدید مقداری از الکترولیت‌های مهم و ضروری بدن از جمله پتاسیم و سدیم دفع و تعادل این الکترولیت‌ها دچار مشکل می‌شود، برای برگشت این تعادل و برطرف کردن کم‌آبی بدن یک نوشیدنی حاوی مقدار اندکی نمک با کمی لیموترش همراه خاکشیر یا تخم شربتی می‌تواند جایگزین خوبی باشد.»

وی ادامه می‌دهد: «اگر به دیابت، فشار خون بالا یا سایر بیماری‌ها مبتلا هستید، بهتر است از نمک استفاده نکنید و کمی آبلیمو و خاکشیر یا تخم شربتی در آب ریخته و میل کنید. مایعات را به‌تدریج و آهستگی میل کنید تا دچار مشکلات گوارشی نشوید و در شرایط گرمازدگی باید از نوشیدنی‌های حاوی کافئین مثل قهوه یا نسکافه، خودداری کنید، زیرا مدر (ادرارآور) بوده و باعث دفع بیشتر آب بدن می‌شوند.»

کارشناس تغذیه معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی زاهدان: در هنگام گرمازدگی چنانچه به دیابت، فشار خون بالا یا سایر بیماری‌ها مبتلا هستید، بهتر است از نمک استفاده نکنید و کمی آبلیمو و خاکشیر یا تخم شربتی در آب ریخته و میل کنید.

شیبک با توصیه به هم‌وطنان در خصوص پیشگیری از گرمازدگی می‌گوید: «افزایش مصرف آب و مایعات، به طور معمول نیاز روزانه بدن به آب و مایعات حدود ۸ لیوان است که این تعداد در روزهای گرم تابستان به ۱۰ لیوان افزایش می‌یابد. بهتر است نیمی از این میزان از طریق آب و نیم دیگر از راه مصرف انواع سبزی‌ها و میوه‌های فصل تأمین شود.» وی در تکمیل صحبت‌هایش می‌افزاید: «استفاده از سبزی‌ها مانند خیار، کاهو، گوجه‌فرنگی و میوه‌های خنک و آبدار مثل هندوانه، طالبی و... که سرشار از آب و فیبر فراوان است به تمام گروه‌های سنی و همچنین استفاده از انواع شربت‌های خانگی در طول روز (شربت آب لیمو، سکنجبین، خاکشیر، تخم شربتی و...) توصیه می‌شود. البته بهتر است شربت‌ها به صورت کم‌شیرین تهیه گردند تا میزان قند ساده دریافتی افزایش نیابد.»

این کارشناس علوم تغذیه تاکید دارد: «برخلاف تصور عموم، نوشیدن چای در ماه‌های گرم سال باعث رفع عطش نمی‌شود و باید به صورت کمرنگ مصرف شود و پرهیز از مصرف غذاهای پرچرب و سرخ‌کردنی، پروتئین‌های حیوانی و غذاهای شور چون باعث عطش بیشتر می‌شود.»

کارشناس تغذیه معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی زاهدان ادامه می‌دهد: «برخی از گروه‌های سنی مثل نوزادان، کودکان و سالمندان و افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی و ریوی، فشار خون بالا، دیابت، چاقی و بیماری‌های اعصاب و روان به دلیل اینکه مستعد گرمازدگی هستند، توصیه می‌شود که در ساعات اوج گرمای هوا که معمولا ساعت ۱۰ صبح تا ۵ بعد از ظهر است از خانه خارج نشوند و اگر در صورت ضرورت مجبور به ترک خانه هستند، حتما یک بطری آب یا شربت‌های خانگی کم‌شیرین خنک همراه خود داشته باشند و از لباس‌های نخی با رنگ روشن استفاده کنند. به هیچ عنوان در ساعات یاد شده در محیط بیرون اقدام به ورزش نکنند.»

هشدارهایی برای مقابله با گرمازدگی

جعفر میعادفر، رئیس سازمان اورژانس کشور، با اشاره به فرارسیدن فصل تابستان و احتمال گرمازدگی راهکارها و هشدارهایی را برای مقابله با گرمازدگی ارائه می‌کند.

وی درباره گرمازدگی می‌گوید: «در ایام تابستان هستیم و به نوعی گرم‌ترین فصل سال را تجربه می‌کنیم. در این میان گرمازدگی یکی از مسائلی است که سلامت هموطنان را تهدید می‌کند؛ اما با رعایت برخی نکات ساده به راحتی می‌توان از ابتلا به آن جلوگیری و پیشگیری کرد. به همین دلیل شهروندان باید اطلاعات خود را در این زمینه بالا ببرند تا با اقدامات پیشگیرانه دچار آن نشده و یا در صورت ابتلا، اقدامات اولیه را انجام بدهند.»

وی با اشاره به مفهوم گرمازدگی می‌افزاید: «بدن انسان در حالت معمولی می‌تواند به روش‌های مختلف ازجمله تعریق و تبخیر، دمای خود را در محدوده طبیعی حفظ کند.

اما زمانی که فرد تحت تاثیر گرمای زیادی قرار می‌گیرد، دمای بدن بالا می‌رود. در این حالت بدن عرق کرده و آب و املاح بدن از دست می‌رود و این‌گونه علائم گرمازدگی آغاز می‌شود.» میعادفر درباره مهم‌ترین علائم گرمازدگی می‌گوید: «مهم‌ترین علائم این بیماری شامل افزایش دمای بدن، سردرد خفیف، کاهش هوشیاری، احساس ضعف، تعریق شدید، حالت تهوع و افت فشار خون است. همچنین در گاهی موارد فرد به گرفتگی عضلات به‌ویژه عضلات شکم دچار می‌شود.»

وی با اشاره به اقدامات اولیه درمان گرمازدگی برایمان تبیین می‌کند: «در ابتدا باید فرد را از محیط گرم سریعا خارج کرده و به محیط خنک یا زیر سایه منتقل کنید و بیمار را در وضعیت خوابیده به پشت قرار دهید. دقت کنید که عضلات منقبض فرد را در حالت استراحت قرار دهید.»

رئیس سازمان اورژانس کشور با بیان اینکه حفظ آرامش بیمار بسیار اهمیت دارد؛ ادامه می‌دهد: «لباس‌های اضافه بیمار را خارج کنید و بیمار را توسط ملافه یا پوشش مرطوبی بپوشانید. اگر بیمار هوشیار است و تهوع ندارد، کمی آب یا دوغ خنک به او بدهید. در صورت داشتن حالت تهوع بیمار را به پهلو بخوابانید تا استفراغ موجب انسداد راه هوائی نشود.»

وی می‌افزاید: «بیمار را با گذاشتن کمپرس سرد و خیس در ناحیه کشاله ران، گردن، زیربغل و پشت زانو یا اسپری کردن آب و سپس به آرامی باد زدن خنک کنید. دقت داشته باشید که بیمار را به حدی خنک نکنید که منجر به لرزیدن وی شود، زیرا با این کار به جای کاهش، باعث افزایش درجه حرارت بیمار می‌شوید.»

میعادفر با بیان اینکه می‌توان با به یاد داشتن چند نکته و رعایت آنها از ابتلا به این بیماری جلوگیری کرد؛ توضیح می‌دهد: «اگر در محیط گرمی قرار گرفتید که احتمال گرمازدگی در آن وجود داشت به صورت منظم و زمانی که هنوز تشنه نشده‌اید، آب بنوشید. همچنین در صورت امکان از وسایل محافظتی برابر آفتاب مثل سایبان یا کلاه استفاده کنید.»

رئیس سازمان اورژانس کشور ادامه می‌دهد: «هر زمان علائمی مثل سردرد، تهوع، احساس ضعف، یا احساس گرفتگی عضلات شکم و پشت ساق را داشتید بلافاصله به محیط خنک برید، مایعات خنک بنوشید و در صورت امکان از تیم‌های پزشکی کمک بخواهید.»

رئیس اورژانس کشور: دقت داشته باشید که بیمار گرمازده را به حدی خنک نکنید که منجر به لرزیدن وی شود، زیرا با این کار به جای کاهش، باعث افزایش درجه حرارت بیمار می‌شوید.

تأمین آب بدن با میوه‌ها و سبزی‌ها

اگر در روزهای گرم تابستان نمی‌توانید بیش از هشت لیوان آب بنوشید، باید از برخی میوه‌ها و سبزی‌ها برای جبران کمبود آب بدنتان استفاده کنید.

آب انبه یک آب میوه تازه تابستانی است که به عنوان داروی خانگی برای گرمازدگی محبوب است؛ بنابراین در زمانی که دمای هوای بالاست، بهترین راه‌حل است.

آب انبه یک آب میوه تازه تابستانی است که به عنوان داروی خانگی برای گرمازدگی بسیار مفید است.

اما چرا آب انبه می‌تواند یک درمان مؤثر در برابر گرمازدگی باشد؟ دمای بدن را کاهش می‌دهد. ضعف را درمان می‌کند. بدن را خنک می‌کند. پوست گرم و خشک را درمان می‌کند. ضربان قلب را کاهش می‌دهد. از گرفتگی عضلات جلوگیری می‌کند. خستگی و سرگیجه را درمان می‌کند. تشنگی بیش از حد را محدود می‌کند. سردرد را کاهش می‌دهد. باعث صرفه‌جویی در انرژی می‌شود. بهترین منبع برای تأمین انرژی فوری به شما در طول تابستان و جلوگیری از کمبود آب، آب انبه خام است. وجود یون‌های سدیم، پتاسیم و سایر الکترولیت‌ها در آب، انرژی زیادی را تأمین و سلول‌ها را هیدراته می‌کند.

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص نیک تراز به شناسه ملی ۱۰۱۰۳۸۳۲۴۷۰ و به شماره ثبت ۲۶۶۰۴۵

به استناد صورتجلسه هیئت‌مدیره مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۱۴ تصمیمات ذیل اتخاذ شد آقای مجتبی نیک‌نژادی به شماره ملی ۱۲۸۲۲۳۲۹۷۵ به سمت عضو هیئت‌مدیره و مدیرعامل تا تاریخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۳ آقای سیدمحسن احسن اصفهانی به شماره ملی ۱۲۸۲۶۴۶۰۳۶ به سمت رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۳ آقای فضل‌اله نیک‌نژاد به شماره ملی ۱۲۸۷۷۳۴۰۹۱ به سمت نایب‌رئیس‌هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۳ انتخاب گردیدند کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادها و عقود اسلامی با امضاء مشترک مدیرعامل و رئیس‌هیئت‌مدیره همراه با مهر شرکت دارای اعتبار و سایر نامه‌های اداری منفرداً با امضاء مدیرعامل و مهر شرکت معتبر می‌باشد.

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

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص تولیدی موتورسیکلت برقی لیتیوم پدیده پارس به شناسه ملی ۱۰۳۲۰۲۴۷۴۵۱ و به شماره ثبت ۳۷۶۱۰۵

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۴۰۱/۰۴/۲۲ تصمیمات ذیل اتخاذ شد آقای رحمت‌اله ذوالقدری قره‌بلاغ به شماره ملی ۱۵۳۳۷۹۹۰۰۸ به سمت بازرس اصلی تا پایان سال مالی آقای توکل نظری به شماره ملی ۵۸۸۹۵۹۲۳۰۰ به سمت بازرس علی‌البدل تا پایان سال مالی انتخاب گردیدند روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت نشر آگهی‌های شرکت تعیین گردید.

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

آگهی تغییرات موسسه فرهنگی و هنری عصر اطلاعات به شماره ثبت ۳۷۱۰۳ و شناسه ملی ۱۴۰۰۵۳۵۴۷۰۷

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی مورخ ۱۴۰۰/۰۲/۲۲ و مجوز شماره ۱۴۰۰/۱/۲۷۵۴ مورخ ۱۴۰۰/۲/۲۵ اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان تهران تصمیمات ذیل اتخاذ شد: آقای مجید شاکری با کد ملی ۰۰۸۹۹۱۰۳۰۳ و آقای کریم شاکری با کد ملی ۱۲۹۹۹۸۴۲۷۴ و آقای منصور ابراهیمی خوسفی با کد ملی ۴۴۷۹۷۷۲۷۸۲ به سمت اعضای هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

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

آگهی تغییرات شرکت پایا سامان پارس سهامی خاص به شماره ثبت ۳۰۸۴۶۰ و شناسه ملی ۱۰۱۰۳۴۶۴۹۹۵

به استناد صورتجلسه هیئت‌مدیره مورخ ۱۳۹۹/۱۲/۰۴ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: مهدی رجحانی به شماره ملی ۴۳۲۳۵۰۷۸۲۸ به نمایندگی از شرکت پیوند تجارت آتیه ایرانیان به شناسه ملی ۱۴۰۰۵۲۹۱۶۵۱ به سمت رئیس هیئت‌مدیره مجید شاهسواری به شماره ملی ۰۰۵۴۶۷۷۶۸۸ به نمایندگی از بنیاد مستضعفان انقلاب اسلامی به شناسه ملی ۱۰۱۰۰۱۷۱۹۲۰ به سمت نائب رئیس هیئت‌مدیره و مدیرعامل حسام وحیدی فرد به شماره ملی ۰۰۷۳۴۵۶۲۸۴ به نمایندگی از شرکت ره نگار خاورمیانه پارس به شناسه ملی ۱۰۳۲۰۸۲۳۶۰۹ به سمت عضو هیئت‌مدیره شهاب الدین دربندی به شماره ملی ۰۴۵۲۷۲۷۵۸۸ به نمایندگی از شرکت مادر تخصصی مالی و سرمایه‌گذاری سینا به شناسه ملی ۱۰۳۴۰۰۵۸۹۱۷ به سمت عضو هیئت‌مدیره فرزین رجبی دیورزم به شماره ملی ۱۵۵۲۰۶۵۵۳۷ به نمایندگی از شرکت انرژی گستر سینا به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۳۴۵۰۲۲ به سمت عضو هیئت‌مدیره برای بقیه مدت تصدی هیئت‌مدیره انتخاب گردیدند کلیه اوراق و اسناد بهادار با امضای مشترک مدیرعامل و یکی از اعضاء هیئت مدیره همراه با مهر شرکت و اوراق عادی، مکاتبات اداری و مراسلات با امضای مدیرعامل و مهر شرکت معتبر می‌باشد

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

آگهی تغییرات
موسسه غیرتجاری
بنیاد تعاون بسیج
به شناسه ملی
۱۰۱۰۱۳۶۵۱۱۴ و به
شماره ثبت ۶۰۴۳

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۳ تصمیمات ذیل اتخاذ شد آقای حمید رضا محمد تقی زاده با کد ملی ۰۳۲۰۰۵۰۸۲۳ به عنوان مدیرعامل و رئیس هیئت‌مدیره- آقای علی نصر با کد ملی ۱۲۸۳۳۶۰۹۱۸ به عنوان نایب‌رئیس هیئت‌مدیره- آقای شهرام جعفری با کد ملی ۳۵۵۹۷۰۷۶۹۲ به عنوان عضو هیئت‌مدیره و قائم‌مقام مدیرعامل- آقای علی اصغر داورزنی با کد ملی ۰۷۹۴۴۱۱۲۵۸ به عنوان عضو هیئت‌مدیره- آقای حیدر بابا احمدی با کد ملی ۶۳۲۹۸۲۱۱۶۱ به عنوان عضو هیئت‌مدیره برای مدت دو سال انتخاب گردیدند. موسسه حسابرسی ودجا شناسه ملی ۱۴۰۰۳۵۸۵۵۵۱ به سمت بازرس اصلی و آقای اسماعیل اسلامی با کد ملی ۰۰۵۵۴۹۲۵۷۶ به‌عنوان بازرس علی‌البدل برای یک سال مالی انتخاب گردیدند کلیه اوراق و اسناد تعهد آور از جمله قراردادها با امضاء مدیرعامل و یکی از اعضاء هیئت‌مدیره با مهر بنیاد و در غیاب مدیرعامل با امضاء برادر شهرام جعفری و یکی از اعضای هیئت‌مدیره همراه با مهر بنیاد و اسناد مالی از جمله چکها با امضای مدیرعامل و معاون مالی بنیاد و در غیاب مدیرعامل با امضای برادر شهرام جعفری و معاون مالی همراه با مهر بنیاد معتبر می‌باشد و سایر اوراق عادی و اداری با امضای مدیرعامل یا قائم‌مقام وی همراه با مهر بنیاد معتبر می‌باشد. ترازنامه برای سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ تصویب گردید. روزنامه‌های کیهان جهت درج آگهی‌های بنیاد تعاون بسیج تعیین گردید.

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

آگهی تغییرات شرکت صنایع همراه رسا سهامی خاص به شماره ثبت ۴۹۷۹۹ و شناسه ملی ۱۰۱۰۰۹۴۹۷۱۵

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۲۸ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: آقای محمد کبیری به شماره ملی ۰۰۵۸۴۷۵۸۸۵ به عنوان بازرس اصلی و آقای توکل نظری به شماره ملی ۵۸۸۹۵۹۲۳۰۰ به عنوان بازرس علی‌البدل تا پایان سال مالی انتخاب گردیدند. ترازنامه و حساب سود و زیان منتهی به سال مالی ۱۴۰۱ به تصویب رسید. روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت نشر آگهی‌های شرکت تعیین گردید.

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

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص جویاب نو به شناسه ملی ۱۰۱۰۰۸۹۳۲۸۱ و به شماره ثبت ۴۳۹۷۴

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۰ تصمیمات ذیل اتخاذ شد خانم منیره بندرچی بصیر به شماره ملی ۰۰۴۹۲۸۶۸۰۳ به سمت بازرس علی‌البدل و مؤسسه حسابرسی و خدمات مدیریت تدبیر محاسب آریا به شناسه ملی ۱۰۱۰۳۸۷۵۴۹۰ به سمت بازرس اصلی تا پایان سال مالی انتخاب گردیدند روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت نشر آگهی‌های شرکت تعیین گردید. ترازنامه و حساب سود و زیان و عملکرد سال مالی ۱۴۰۱ شرکت بررسی و مورد تصویب قرار گرفت.

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

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص مهندسین فرتاک سازان هامون به شناسه ملی ۱۰۳۲۰۸۸۷۳۲۷ و به شماره ثبت ۴۴۱۲۶۱

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۲ تصمیمات ذیل اتخاذ شد آقای رامین مرادی تقی آبادی به شماره ملی ۰۰۶۹۷۴۵۹۳۵ به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۱۱ آقای محسن حری روزبهانی به شماره ملی ۰۰۸۳۳۹۲۶۰۲ به سمت مدیرعامل تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۱۱و به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۱۱ خانم زهرا غلامنژاد به شماره ملی ۳۳۸۰۰۴۹۶۵۴ به سمت نایب‌رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۱۱و به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۱۱ آقای ناصر پورمحمودیان به شماره ملی ۴۱۲۰۰۰۰۲۴۹ به سمت رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۱۱و به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۱۱ انتخاب گردیدند کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، برات، قراردادها و عقود با امضای مدیرعامل به تنهائی همراه با مهر شرکت و اوراق عادی و اداری با امضای مدیرعامل به تنهائی همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشد. آقای سهیل حاجی بابائی به شماره ملی ۳۳۴۱۶۳۷۲۵۷ به سمت بازرس علی‌البدل تا پایان سال مالی خانم اکرم توکلی به شماره ملی ۵۵۷۹۷۰۱۵۶۱ به سمت بازرس اصلی تا پایان سال مالی انتخاب گردیدند.

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

شرایط و فرم اشتراک نشریات کیهان در تهران سال ۱۴۰۳

متقاضیان محترم می‌توانند با توجه به جدول زیر نسبت به انتخاب هر یک از نشریات مورد علاقه و واریز مبلغ اشتراک به **شماره کارت ۶۱۰۴۳۳۸۹۸۷۹۴۸۷۷۱** بانک ملت به نام چاپ و انتشارات 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 ماهه (ریال)	سه ماهه (ریال)
روزنامه کیهان	۴۲/۰۰۰/۰۰۰	۲۱/۰۰۰/۰۰۰	۱۰/۵۰۰/۰۰۰
روزنامه کیهان انگلیسی	۱۶۲/۰۰۰/۰۰۰	۸۱/۰۰۰/۰۰۰	۴۰/۵۰۰/۰۰۰
روزنامه کیهان عربی	۱۶۲/۰۰۰/۰۰۰	۸۱/۰۰۰/۰۰۰	۴۰/۵۰۰/۰۰۰
مجله کیهان ورزشی	۲۸/۰۸۰/۰۰۰	۱۴/۰۴۰/۰۰۰	۷/۰۷۰/۰۰۰
مجله زن روز	۲۸/۰۸۰/۰۰۰	۱۴/۰۴۰/۰۰۰	۷/۰۷۰/۰۰۰
مجله کیهان بچه‌ها	۱۴/۰۴۰/۰۰۰	۷/۰۲۰/۰۰۰	۳/۵۱۰/۰۰۰
مجله کیهان فرهنگی	۲/۱۶۰/۰۰۰	———	———

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 پرداخت‌شده، 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 به امور مشترکین اطلاع دهید.

فرم تقاضا

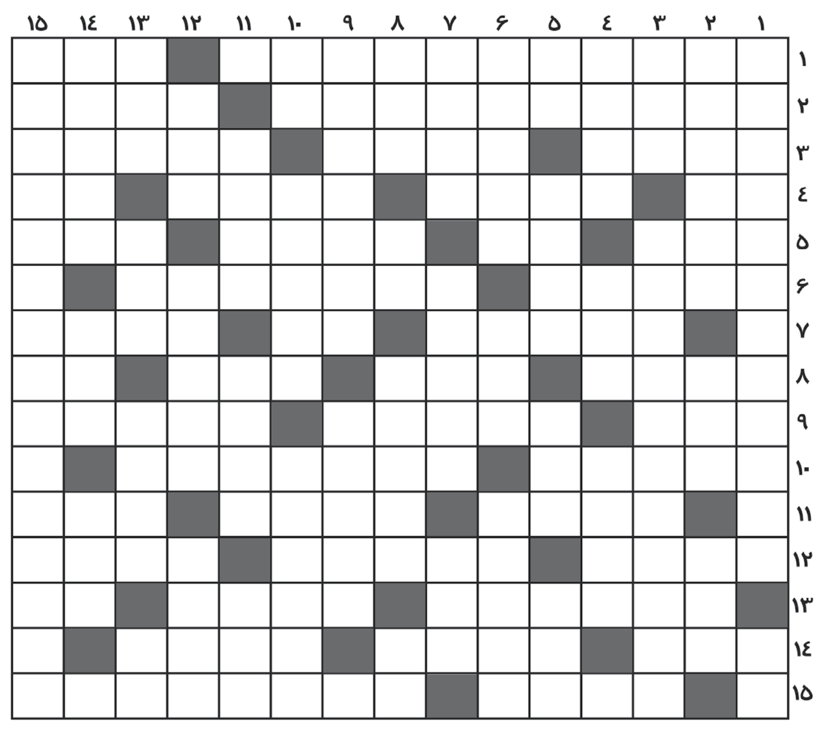
نام: .... نام خانوادگی: .... نوع نشریه: .... تعداد نسخه: .... مدت: .... ماه
مبلغ پرداختی: .... ریال شماره فیش بانکی: .... تلفن: .... تلفن همراه: ....
آدرس: ....
کد پستی: .... پست الکترونیکی: ....

شماره اشتراک: ....
تلفن: ۰۲۱-۳۵۲۰۲۲۷۸ نمابر: ۰۲۱-۳۳۹۱۰۹۲۲

امور مشترکین
موسسه کیهان

جدول

شماره ۱۲۸۱۷



افقی:

۱- یکی از انقلاب‌های مهم علمی در دو دهه اخیر- یکی از عوامل مهم انرژی در طبیعت ۲- از شاخصه‌های مهم جهش تولید و توسعه در کشور- نام پلی قدیمی در تهران ۳- سوره‌ای در قرآن کریم- هیئت منتخب و مورد اعتماد- پایتخت کشور ژاپن ۴- خردمند و دانا- در قدیم با خانه‌ها خرید و فروش می‌شد- تولید اذهان جست‌وجوگر- آخرین توان ۵- زادگاه نیما پدر شعر نو- به دست آوردن جواب مسئله- روانشناس معروف آمریکایی که برای اولین‌بار واژه اصطلاح بهداشت روانی را مطرح کرد- سرزمین موسیقی ۶- نام میکروب کزاز- شاهی که عنوان وکیل‌الرعایا را به جای شاهنشاه برای خود انتخاب کرد ۷- پایتخت کشور ویتنام- حرف انتخاب- شهر زیر آب کشور ایتالیا ۸- نام اختصاری سازمان بین‌المللی استاندارد- تقدیر آن را به افراد برگزیده می‌دهند- یکی از غزلسرایان معروف و معاصر کشورمان- از بیماری‌های واگیردار ۹- شایسته و سزاوار- رفتار توأم با ادب و رعایت آداب و رسوم- از اقلیت‌های مذهبی کشورمان ۱۰- اثری از محمدابراهیم آیتی مورخ و پژوهشگر کشورمان- معروف و مشهور ۱۱- سلاح مخوف و چندمنظوره اربابان قدرت- از صفات خداوند- بزرگ‌ترین کویر ایران ۱۲- سخنی که ریشه اعتماد را می‌خشکاند و منشأ همه زشتی‌هاست- سخت و محکم- شکاری است که تنها ممکن است فقط یک‌بار در تیررس ما قرار گیرد ۱۳- آهی که بنیان‌برانداز است- دعای صبح جمعه- خدای مصریان باستان ۱۴- پالایشگاه مهم بدن- نام یکی از دختران حضرت یعقوب نبی- ساز و برگ زین اسب ۱۵- آخرین تراژدی ولتر- نوعی نمایش روحوضی و سنتی که در قدیم مرسوم بود.

عمودی:

۱- باید باور داشته باشیم که جهش تولید و شکوفایی اقتصاد نیازمند چنین انتخابی است- رودی که به دریاچه نیریز می‌ریزد ۲- مورخ بزرگ یونان باستان- اتم باردار- از ماه‌های حرام ۳- بعضی‌ها آن را به نرخ روز می‌خورند- اثری از مارک توآن نویسنده معروف آمریکایی ۴- نوعی نخ زخیم و مقاوم- کشتی جنگی- نحیف و نزار ۵- آب‌بند عظیم- آفرین و مرحبا- بتی در زمان جاهلیت- سر و تن شوی گیاهی ۶- قراول و نگهبان- نویسنده معروف قرن بیستم انگلستان که کتاب مشهور تاریخ زمان را نوشته است- اختر چرخ ادب شعر فارسی ۷- نژاد مردم آلمان- زیباترین سیاره منظومه شمسی- توصیه پزشکان به افراد چاق کم کردن آن است ۸- برکت سفره- تکرارش نام کاخ‌موزه‌ای است در پایتخت- از هنرهای دستی- از روزنامه‌های پرتیراژ ورزشی کشور اسپانیا ۹- شاعر می‌فرماید؛ جهان جای آن نیست- برای رسیدن به آمادگی در دانش و ورزش لازم است ۱۰- از حروف الفبای روسی- شهری که به آتن آلمان معروف است- نام بین‌المللی کشور هندوستان ۱۱- یکی از نقش‌آفرینان مجموعه معصومیت از دست رفته- نام امامزاده‌ای در محور هراز- زاده میش ۱۲- واحدی برای کاغذ- از سبزی‌های خوش‌عطر کوهی- نوعی موشک ۱۳- کتاب انگلیسی‌ها- نام پسر فرهاد اشکانی- دارنده مقام و مرتبه مهم- عقاب بی‌سر و دم ۱۴- علامه بزرگواری که کتاب ارزشمند الغدیر را نوشته‌اند- درخت تسبیح- دریاچه بزرگی در کشور سوئد که بیش از پنج‌هزار کیلومترمربع وسعت دارد ۱۵- اثری ماندگار از شیخ اجل سعدی شیرین‌سخن.