

گرمایش زمین یا گرمایش جهانی پدیده‌ای است که در آن دمای کره زمین به طور مداوم در حال افزایش است. این پدیده عمدتاً ناشی از افزایش غلظت گازهای گلخانه‌ای در جو زمین است که از طریق فعالیت‌های انسانی مانند سوزاندن سوخت‌های فسیلی، جنگل‌زدایی و فعالیت‌های صنعتی تولید می‌شوند. این گازها گرما را در جو زمین به دام می‌اندازند و باعث افزایش دمای کلی زمین می‌شوند.

عوامل اصلی گرمایش زمین عبارت‌اند از: افزایش گازهای گلخانه‌ای، اثر گلخانه‌ای، جنگل‌زدایی، دامداری، تغییرات آب‌وهوایی از عمده‌ترین پیامدهای ناشی از گرمایش زمین است. افزایش دما باعث تغییر الگوهای آب‌وهوایی، از جمله افزایش دفعات و شدت رویدادهای آب‌وهوایی شدید مانند موج گرما، خشکسالی، سیل و طوفان می‌شود.

افزایش سطح آب دریاها پیامد دیگری از گرم شدن زمین است ذوب شدن یخچال‌ها و یخ‌های قطبی به دلیل افزایش دما، باعث افزایش سطح آب دریاها و اقیانوس‌ها می‌شود و تهدیدی برای مناطق ساحلی است.

گرمایش زمین تغییرات را اکوسیستم‌ها را نیز در پی دارد. افزایش دما و تغییرات آب‌وهوایی می‌تواند منجر به اختلال در اکوسیستم‌ها و انقراض گونه‌های گیاهی و جانوری شود.

وضعیت خطر ناگه اشعه فرابنفش

اما راهکار مقابله با گرم شدن زمین و مهر پیامدهای آن چیست؟ مریم آقایی، دانش‌مooخته زمین‌شناسی محیط‌زیست در پاسخ این سوال به گزارشگر کیهان می‌گوید: «گرمایش زمین هنوز هم قابل پیشگیری است و می‌توانیم مشکلات آینده را کاهش دهیم. برخی از این راهکارها به شرح زیر است:

تفکیک زیالیه، استفاده از وسایل نقلیه عمومی، کاهش انتشار گازهای گلخانه‌ای، کاهش استفاده از سوخت‌های فسیلی، ایجاد ثبات در سطح گازهای موجود در جو، استفاده از محصولات سازگار با محیط‌زیست افزایش استفاده از انرژی‌های پاک مانند: انرژی خورشیدی، انرژی بادی و…»

لازم به توضیح است که برخی اپلیکیشن‌ها با هدف کمک به محیط‌زیست، سامانه تفکیک زیالیه از مبدأ را راهاندازی کرده و شما عیززبان می‌توانید با تفکیک و بازیافت زیالیه، قدمی هرچند کوچک در این راه برداشته و به زمین و محیط‌زیست کمک کنید.

علیس شاهسونی، عضو هیئت‌علمی دانشگاه شهید بهشتی و رئیس گروه سلامت هوا و تغییر اقلیم وزارت بهداشت درباره اثرات تغییر اقلیم بر روی شاخص اشمه ماوراء بنفش و همچنین خورشم‌قبتی عموم مردم در برابر اثرات اشمه ماوراء بنفش می‌گوید: «بنا به گزارش‌های اخیر با ادامه روند تولید گازهای گلخانه‌ای منطقه غرب آسیا و کشورهای ایران در دهه‌های آینده شاهد افزایش میانگین دمای بیش از ۲/۶ درجه سانتی‌گراد و کاهش ۳۵ درصدی بارندگی است. کشورهای منطقه غرب آسیا

رئیس گروه سلامت هوا و تغییر اقلیم وزارت بهداشت: روند تولید گازهای گلخانه‌ای نشان می‌دهد، منطقه غرب آسیا و کشورهای ایران در دهه‌های آینده شاهد افزایش میانگین دمای بیش از ۲٫۶ درجه سانتی‌گراد و کاهش ۳۵ درصدی بارندگی است. کشورهای منطقه غرب آسیا فقط ۸ درصد از گازهای گلخانه‌ای را تولید می‌کنند، اما اثرات گرمایش جهانی در این کشورهای بیش از دوبرابر سایر نقاط دنیا بوده و درصد زیادی از روزهای سال، روز داغ خواهند بود.



آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص کار و تصویر صنعت به شناسه ملی ۰۰۵۴۵۵۸۲ و ۱۰۱۰۰ به شماره ثبت ۱۴۵۷۹

به استناد صورتجلسه هیئتمدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۰۶ تصمیات ذیل اتخاذ شد آقای همران جوزف کرداری به شماره فرایگ ۷۷۷۵۴۷۱ به سمت نایبرئیس هیئتمدیره تا تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۰۶ به سمت مدیرعامل تا تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۰۶ آقای بردناستفان اشمیت به شماره فرایگ ۹۱۷۰۹۰۷۱ به سمت رئیس هیئتمدیره تا تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۰۶ خانم بریگیت مارگرت جینه وندنیوب به شماره فرایگ ۹۱۷۰۹۲۰۴ به سمت عضو اصلی هیئتمدیره تا تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۰۶ انتخاب گردیدند هیئتمدیره به اتفاق آراء اعضای حاضر مقرر داشت که کلیه چک‌ها، سفته‌ها، بروات، قراردادها و به‌طور کلی اسنادی که برای شرکت ایجاد تهد یا از شرکت سلب حق می‌نماید توسط مدیرعامل شرکت با حق توکیل به غیر امضاء و به مهر شرکت مجهور خواهد شد.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور

اداره ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات موسسه غیر تجاری انجمن سرطان‌های دستگاه اداری ناسالی به شناسه ملی ۰۰۳۳۹۰۲ و ۱۴۰۱۰ به شماره ثبت ۵۱۶۱

به استناد صورتجلسه هیئتمدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۰۳ به موجب مجوز از اداره کل (اداره کل سازمان‌های مردم نهاد) وزارت کشور برابر با شماره مجوز ۱۸۲۳۹۵ در تاریخ ۱۴۰۲/۰۹/۰۱ تصمیات ذیل اتخاذ شد اعضای هیئت مدیره برای مدت ۳ سال انتخاب گردیدند آقای محسن ایتی به کد ملی ۰۸۸۹۷۶۷۰۰ بعنوان رئیس هیئتمدیره آقای محمدعلی ساسمت به کد ملی ۰۳۳۱۹۹۵۸۱ بعنوان نایبرئیس هیئت مدیره آقای حسن فاکور مطلق به کد ملی ۰۳۰۹۰۲۳۳۳ به بعنوان عضو اصلی هیئت مدیره و خانم‌ها آقای سید علی مومنی به کد ملی ۰۶۶۲۳۳۹۸ بعنوان عضو اصلی هیئت مدیره آقای محمدرضا نوروزی به کملی ۰۴۳۳۳۵۵۱ بعنوان عضو اصلی هیئت مدیره و مدیرعامل کل اسناد و اوراق بهادار و ته‌داور با امضای مدیرعامل و خزانه دار و در غیاب خزانه دار با امضای رئیس هیئت مدیره و با مهر انجمن معتبر خواهد بود.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور

اداره ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیرتجاری تهران

شرایط و فرم اشتراک نشریات کیهان در شهرستان‌ها سال ۱۴۰۴

متقاضیان محترم می‌توانند با توجه به جدول زیر نسبت به انتخاب هر یک از نشریات مورد علاقه و واریز مبلغ اشتراک به **شماره کارت ۵۴۸۷۷۱۰۴۳۳۸۸۸۰۰۰۰** بانک ملت به نام چاپ و انتشارات کیهان و ارسال اصل فیش بانکی همراه با فرم تکمیل‌شده ذیل به **مستودق پستی ۱۱۳۳۵/۳۲۳۱** یا بست نامزدی نسبت به برقراری اشتراک خود اقدام نمایند.

نوع نشریه	یکساله (ریال)	شش ماهه (ریال)	سه ماهه (ریال)
روزنامه کیهان	۵۳/۵۶۰/۰۰۰	۲۶/۷۸۰/۰۰۰	۱۳/۳۹۰/۰۰۰
روزنامه کیهان انگلیسی	۱۷۸/۱۶۰۰/۰۰۰	۸۹/۳۰۰/۰۰۰	۴۴/۱۶۵۰/۰۰۰
روزنامه کیهان عربی	۱۷۸/۱۶۰۰/۰۰۰	۸۹/۳۰۰/۰۰۰	۴۴/۱۶۵۰/۰۰۰
مجله کیهان ورزشی	۵۴/۱۶۰۰/۰۰۰	۲۷/۳۰۰/۰۰۰	۱۳/۱۶۵۰/۰۰۰
مجله زن روز	۵۴/۱۶۰۰/۰۰۰	۲۷/۳۰۰/۰۰۰	۱۳/۱۶۵۰/۰۰۰
مجله کیهان بچه‌ها	۲۷/۳۰۰/۰۰۰	۱۳/۱۶۵۰/۰۰۰	۶/۸۲۵/۰۰۰۰
مجله کیهان فرهنگی	۴/۳۰۰/۰۰۰۰		

۱- کپی فیش بانکی و قبض سفارشی را تا پایان مدت اشتراک حتما نزد خود نگهداری نمایید.

۲- قبض پرداختی را می‌توانید به شماره ۰۹۱۷۲۷۹۲۵۸۱ با ذکر مشخصات در کانال تلگرام قرار داده و به امور مشترکین اطلاع دهید.

۳- در صورت تغییر قیمت نشریات و یا هزینه پستی، معادل مبلغ پرداخت‌شده، نشریه مورد تقاضا ارسال می‌گردد.

۴- مجموعه روزنامه‌های کیهان فارسی، کیهان انگلیسی و کیهان عربی در طول هفته در یک روز ارسال می‌شود.

۵- ارسال از طریق پست عادی قابل پیگیری نیست و موسسه هیچگونه مسئولیتی در تاخیر یا عدم تحویل آن ندارد.

۶- در صورت تأخیر به اشتراک چند نشریه، برای هر کدام فیش بانکی جداگانه تهیه می‌فرمایند.

۷- همچنین برای اشتراک نشریات کیهان می‌توانید به دفتر کیهان در سراسر کشور مراجعه فرمایید.

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:				

تلفن: ۰۲۱-۳۵۲۰۲۷۲۸-۰۲۱-۳۳۹۱۰۹۲۲-۰۲۱

گزارش روز



دلایل گرم شدن زمین و راهکارهایی برای مهار گرمادگی

گرم‌مازدگی

خطر خاموش فصل تابستان

میانگین جهانی است. میزان بارندگی در کشور تنها به

حدود ۲۵۰ میلی‌متر می‌رسد.»

رئیس گروه سلامت هوا و تغییر اقلیم وزارت بهداشت در ادامه براینبارن تبیین می‌کند: «هشایه شاخص تایش UV تهران را برخی شهرهای با ارتفاع جغرافیایی کمتر یا بیشتر از ارتفاع تهران در نزدیکی ایران نشان می‌دهد که این شاخص با افزایش ارتفاع جغرافیایی هر کیلومتر،

حدود ۱۱ درصد افزایش می‌یابد.»
به گفته وی، روند بلندمدت میانگین ۴ماهه خرداد تا شهریور، شاخص UV طی سال‌های ۱۳۹۳ تا ۱۴۰۲ تا ۸۲ درصد ایران به عنوان مناطق خشک و نیمه‌خشک طبقه‌بندی‌شده است و بارش سالانه کمتر از یک‌سوم

وی می‌افزاید: «همچنین در مطالعه انجام شده

بر شاخص فرابنفش در شهر تهران در دوره ۱۰ ساله (سال‌های ۱۳۹۳ تا ۱۴۰۲) نشان داده شد که شاخص

تابش فرابنفش طی ماه‌های فصل گرم مقادیر بالایی

داشته و میانگین ۴ماهه خرداد تا شهریور ۱۱/۸۸ و

بیشینه ماهانه آن در مرداد مقدار ۱۲/۰۶ محاسبه

شده است. با توجه به موقعیت آن در کمربند عرض

جغرافیایی میانی، تغییرات زیست‌محیطی چالش‌های

امنیتی قابل‌توجهی را برای ایران ایجاد می‌کند. بیش از

۸۲ درصد ایران به عنوان مناطق خشک و نیمه‌خشک

طبقه‌بندی‌شده است و بارش سالانه کمتر از یک‌سوم

رئیس گروه سلامت هوا و تغییر اقلیم وزارت بهداشت: روند تولید گازهای

گلخانه‌ای نشان می‌دهد، منطقه غرب آسیا و کشورهای ایران در دهه‌های آینده شاهد

افزایش میانگین دمای بیش از ۲٫۶ درجه سانتی‌گراد و کاهش ۳۵ درصدی

بارندگی است. کشورهای منطقه غرب آسیا فقط ۸ درصد از گازهای گلخانه‌ای را

تولید می‌کنند، اما اثرات گرمایش جهانی در این کشورهای بیش از دوبرابر سایر

نقاط دنیا بوده و درصد زیادی از روزهای سال، روز داغ خواهند بود.

ایجاد سرطان پوست، ایجاد آفتاب‌سوختگی،

آسیب‌رساندن به سیستم ایمنی، آسیب رساندن به

چشم‌ها، پیری پوست از عوارض جسمی اشعه فرابنفش

بالاست. اما سؤال اصلی این است که ما برای محافظت

جسمی در برابر میزان بالای فرابنفش چه اقداماتی

می‌توانیم انجام دهیم؟

مهراوه علیزاده، متخصص پوست پاسخ می‌دهد:

«پوشیدن لباس مناسب، استفاده کلاه نقاب‌دار، استفاده

از عینک آفتابی، استفاده از کرم ضدآفتاب، قرار نگرفتن

در معرض آفتاب به مدت طولانی از جمله راهکارهای

پیشنهادی برای محافظت جسم در برابر اشعه فرابنفش

است.»

از این پزشک پوست در سؤال دیگری می‌پرسم:

«شرایط درست استفاده از ضدآفتاب چیست؟» وی

توضیح می‌دهد: «تنوع کرم ضدآفتاب، اسپری و

محصولات ضدآفتاب را فراموش نکنید. حداقل ۱۵ دقیقه

قبل از بیرون رفتن و قرار گرفتن در معرض آفتاب از آن

استفاده کنید. برای لب‌ها هم از بالم لبی که اس بی اف

برابر با ۳۰ یا بالاتر دارد استفاده کنید.

اگر زیاد عرق می‌کنید یا شنا می‌کنید، بلافاصله باید

ضدآفتاب را تمدید کنید. در غیر این صورت هم هر دو

سه ساعت یکبار باید آن را تمدید کنید. سعی کنید

بهترین ضدآفتاب را برای مراقبت از پوست خود تهیه

کنید. باید محصولی را بخیرید که از محافظت کافی آن

مطمئن باشید.»

چطور متوجه شویم که گرم‌زده شده‌ایم؟

تعریف پزشکی از گرم‌زدگی، درجه حرارت بالای

صفحه ۵

پنجشنبه ۱۹ تیر ۱۴۰۴

۱۴ محرم ۱۴۴۷ - شماره ۳۳۹۰۱

گرم‌مازدگی، درجه حرارت بالای ۴۰ درجه بدن است که با عوارض مربوط به سیستم عصبی مرکزی پس از قرار گرفتن در معرض دماهای بالا همراه است. گرم‌مازدگی در اثر نرسیدن آب کافی به بدن در گرمای بالا، منجر به نقص در سیستم کنترل درجه حرارت بدن می‌شود. علائم شایع گرم‌مازدگی شامل تهوع، تشنج، گیجی، گمراهی و گاهی اوقات از دست دادن هوشیاری یا کما است.



دما ۳۷ تا ۳۸ آغاز کنید.اگر هم دماسنج در دسترس نیست، اصلا در شروع کمک‌های اولیه تاخیر نیندازید. این راهکارهای خنک‌کننده را امتحان کنید:

درحالی‌که پوست او را با آب اسفنج یا شیلنگ باغ خسی می‌کنید، با پارچه هوای اطراف او را بچرخانید تا تهویه ایجاد شود.

بسته‌های یخ را به زیر بغل، کشاله‌ران، گردن و کمر بیمار بمالید. از آنجا که این مناطق غنی از رگ‌های خونی نزدیک به پوست است، خنک کردن آنها باعث کاهش دمای بدن می‌شود.

بیمار را در زیر فشار قرار دهید و یا در وان آب‌خنک غوطه‌ور کنید.

برای بیماران مسن، کودکان خردسال، بیماران مبتلا به بیماری مزمن، یا کسانی که گرم‌مازدگی بدون ورزش شدید برای او اتفاق افتاده است از یخ استفاده نکنید. انجام این کار می‌تواند خطرناک باشد. سعی کنید بدن فرد را با آب و تهویه هوا خنک کنید»

عوامل خطر برای گرم‌زدگی

گرم‌مازدگی به احتمال زیاد و در بیشتر مواقع در افراد مسن که در آپارتمان یا خانه‌هایی زندگی می‌کنند که تهویه هوای خوبی ندارد، رخ می‌دهد. سایر گروه‌های پرخطر شامل افراد در هر سنی هستند که به اندازه کافی آب نمی‌نوشند یا بیماری‌های مزمن دارند.

گرم‌مازدگی به‌شدت با دمای هوا مرتبط است. میزان گرمایی را که شما احساس می‌کنید اگر بالا باشد، ابتدایی هشدار گرم‌مازدگی است. رطوبت نسبی ۶۰ درصد یا بیشتر باعث تبخیر عرق می‌شود که مانع توانایی بدن در خنک کردن خودش می‌شود.

با بالا رفتن شاخص گرما، خطر بیماری مربوط به

گرما به طرز چشمگیری افزایش می‌یابد؛ بنابراین توجه به شاخص گرمای گزارش شده مخصوصا در موج‌های گرما و همچنین به‌خاطر سیردن اینکه در معرض آفتاب کامل بودن می‌تواند شاخص گرمای گزارش شده را ۱۵ درجه افزایش دهد، مهم است.

اگر در یک منطقه شهری زندگی می‌کنید، به‌خصوص اگر شرایط جوی راکد و کیفیت هوای نامناسب داشته باشید، ممکن است مستعد ابتلا به گرم‌مازدگی در طول یک موج گرمای طولانی‌مدت باشید.

در آنچه تحت عنوان اثر جزیره گرمایی شناخته می‌شود، اسفالت و بتن گرما را در روز ذخیره می‌کند و فقط به‌تدریج آن را در شب آزاد می‌کند و در نتیجه درجه حرارت شب بالاتر می‌رود.

سایر عوامل خطرناک مرتبط با بیماری‌های مربوط به گرما عبارت‌اند از: نوزادان و کودکان تا ۴ سال و بزرگسالان بالای ۶۵ سال آسیب‌پذیرتر هستند؛ زیرا نسبت به افراد دیگر با سرعت کمتری دمایشان تنظیم می‌شود.

این موارد شامل بیماری‌های قلبی، ریوی یا کلیوی، چاقی یا کمبود وزن، فشارخون بالا، دیابت، بیماری روانی، آفتاب‌سوختگی و هر بیماری که باعث تب می‌شود.

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
شماره ۱۳۰۹۵															
۱															
۲															
۳															
۴															
۵															
۶															
۷															
۸															
۹															
۱۰															
۱۱															
۱۲															
۱۳															
۱۴															
۱۵															

طرح این تپسارده: غلامحسین باغیان

افقی:

ورزشی ۳- طحال – وسیله نقلیه‌ای که کهنه و خراب شده باشد!- دشمن خیر ۴- کلی که تازه باز شده – ضربه مشت از بغل در بوکس- نویسنده در انتظار گودو ۵- جهت – سفید آذری- نوعی کبوتر ۶- ناحیه صنعتی آلمان- گروه ورزشی- بخش‌هایی در پیرامون شهر ۷- واحد بدمینتون- از تعابیر قرآنی برای قیامت- جمع خاصیت ۸- رنگ- نوعی آب‌بالو- منظره‌فرنگی ۹- درنک- از مرکبات – دریا ۱۰- ساقه زیرزمینی – اهلی- سحاب ۱۱- زینت کردن- پیش‌شماره- تکرار حرف ۱۲- بزرگ‌ترین استخوان بدن- اغما- نام سابق قائمشهر ۱۳- ریشه – شهری در ایلام- بار درخت ۱۴- شاه‌ای از ریاضیات- آفتابسه- زنگ کاروان ۱۵- کشور لاله‌ها- کشف‌کننده- نوعی شیرینی.

پنجشنبه - زمان استراحت - مادر
 شنبه ۱۳ - رفوزه - آفرین فرنگی -
 یکشنبه آوار و مانند آن ۱۴ - صبر و
 دباری - آن سوی جایی ۱۵ - بانوی
 امت، خواهر گرامی امام رضا(ع) -
 ستاها.

ممودی:

تیشه‌ای بر ریشه اقتصاد -
 بهار تی در والبال - تراوش
 در فاشینا -
 در فاشینا -