

وزیر بهداشت اعلام کرد: «طبق آخرین مصوبه ستاد ملی کرونا، رانندگانی که تنها دو نوبت واکسن تزریق کرده‌اند و یا افرادی که یک نوبت تزریق کرده‌اند و هنوز نوبت دومشان را تزریق نکرده‌اند، اگر جریمه شدند، با ارائهٔ تست منفی PCR جریمه‌ی آن‌ها لغو خواهد شد.» دکتر بهرام عین‌اللهی توضیح داد: «قبلا که وضعیت شهرها قرمز می‌شد، تمام خودروها در صورت تردد بین استانی جریمه می‌شدند، اما در حال حاضر، مصوبه ستاد کرونا به این سمت حرکت کرده که افرادی که واکسن تزریق کرده‌اند، جریمه نشوند. بنابراین در شرایط قرمز کرونا، دو راه داریم؛ یا باید بگوییم طبق مصوبه‌ی قبلی، همه‌ی خودروهایی که در شرایط قرمز، تردد و سفر می‌کنند، مشمول جریمه شوند یا اینکه برای افرادی که واکسن تزریق کرده‌اند، تسهیلات قائل شویم.»

**تخت‌های  
بیمارستانی  
در حال خالی  
شدن است**

عضو کمیته علمی کرونا با بیان این‌که طی روزهای آتی موارد ابتلا به کرونا و مرگومیر کمتر هم خواهد شد، گفت: «تخت‌های بیمارستانی نیز در حال خالی شدن است.» دکتر مردانی در عین حال با اشاره به در پیش بودن نوروز و تغییر رفتارهای اجتماعی، بیان کرد: «ممکن است شرایط پس از نوروز متفاوت شود اما توصیه‌ی آکید ما به مردم رعایت پروتکل‌های بهداشتی است. نمی‌توانیم بگوییم مردم به سفر نروند اما باید در این سفرها هم اولویت را موضوع سلامت خود قرار دهند.» وی گفت: آمارها در زمینه‌ی مبتلایان اومیکرون شدیداً رو به افول است، این سویه در حال جمع شدن است.

**یادداشت**

**زن کرمانی، روشنای زندگانی**

زن کرمانی، روشنای زندگانی نوشته تاریخدان کرمانی، کتابی است که به معرفی زنان کرمانی می‌پردازد و نویسنده معتقد است اگر روشنایی در زندگی وجود داشته به دلیل وجود زن کرمانی بوده، به همین دلیل نام کتاب را این‌گونه انتخاب کرده است.

محمدعلی گلاب زاده، نویسنده و مورخ کرمانی، در گفت‌وگو با ایسنا در رابطه با چرایی نوشتن کتاب زن کرمانی، روشنای زندگانی بیان کرد: یک روز مقاله‌ای در باب زنان کرمانی می‌خواندم و دیدم در آن به بزرگی و بزرگواری‌های زن کرمانی اشاره شده و به صراحت آورده است «زن نخواهد اگر خواهید کرمانی باشد». وی ادامه داد: این مسئله من را تجویز کرد بینم چرا مجد خوبی این نکته را بیان کرده است و شخصیت‌های دیگری مانند شیخ محمود شبستری که زنی از بردسیری را گرفت همه در کرمان ازدواج کرده‌اند؛ حتی عده‌ای معتقدند آن اثر ارزشمند خودش را که در دامنه‌های سرسبز بردسیر و حجار نوشته و سروده در همین مورد است.

گلاب‌زاده اضافه کرد: وقتی این مطلب را خواندم مطالعاتم را افزایش دادم و به این نتیجه رسیدم می‌شود کتابی در حدود صدصفحه برای زنان کرمانی تهیه کرد اما وقتی که وارد این مقوله شدم دیدم که بزرگی‌ها و ارزش‌های زنان کرمانی در حدی است که از صد صفحه و دویست صفحه بیرون است.

وی افزود: من در سال ۸۸ و ۸۹ کار جمع‌آوری این مجموعه را شروع کردم و توانستم بیش از هزار صفحه مطلب از عظم و بزرگی زنان کرمانی تهیه کنم و همین مسئله سبب شد تا این کتاب با اقتدار قابل توجهی روبه‌رو شود؛ بعد هم این کتاب به چاپ دوم رسید و امیدوارم چاپ سومش را با ویراستاری جدید در سال آینده داشته باشیم.

وی اظهار کرد: در هر زمینه‌ای که شما فکر کنید زنان کرمانی بزرگی و بزرگواری‌هایی داشتند؛ شاید کسی نتواند باور کند این زنی که در رسای اهل بیت عصمت و طهارت و حماسه عاشورا شعر گفته یک بانوی کرمانی به‌نام حسنه جهان‌خاتم است. گلاب‌زاده توضیح داد: این زن سد نساء در نرماشیر را ساخته، شهر نساء را سامان داده و این عظمت را خلق کرده که ما امروز بعد از هزاروچند سال هنوز این سد را مورد استفاده قرار می‌دهیم.

گلاب‌زاده افزود: خاتون دختر انوشیروان که در کرمان زندگی می‌کرده نیز از جمله زنانی است که حماسه آفریده‌اند؛ زن کیان نوری هم که مشکلات و دشواری‌های زیادی داشت ماجرابی را در مورد زنان کرمانی نقل می‌کند.

وی در ادامه به نقل از زن کیان نوری گفت: «در بچوچه‌ای که حکومت دنبال من می‌گشت تا به خاطر مسائل سیاسی اعدام کند کار به جایی رسیده بود که خویشان من هم حاضر نبودند من را بپذیرند؛ یاد آمد که در کرمان یک هم‌شاگردی داشتم با هم خیلی خوب بودیم، نامه‌ای برایش نوشتم که و گفتمم اگر به کرمان بیایم حضری مرا چند روزی اسکان دهی؟ این بانو گفت قدمت بر چشم وقتی من به کرمان آمدم این بانوی کرمانی با مهربانی هرچه تمام‌تر به استقبال من آمد و پذیرای من شد.»

گلاب‌زاده در پایان گفت: زنان کرمانی شعارشان این است که زن کاری مرد کاری تا بگردد روزگاری و بنده این کتاب را پس از نوشتن به زنان کرمانی که مظهر فداکاری و مهربانی هستند تقدیم کردم.

**زهرا شهسواری**

تخصص پوست، از جمله تخصص‌هایی که شاید کمبودش در شهری مثل سیرجان کم موقعیتش زیاد به چشم می‌آید بسیار کم است، اکنون یکی دیگر از متخصصان کشور در این شهر اقدام به فعالیت نموده است. دکتر نگین یادگاری، دارای بورس تخصصی پوست، مو و زیبایی؛ مدتی است که در سیرجان فعالیت پزشکی دارد. از آنجا که مشکلات پوستی، مساله‌ای رایج و همه‌گیر است و مراجعه به متخصص این زمینه از مهمترین اقدامات لازم جهت جلوگیری از این معضلات، مصاحبه‌ای با دکتر یادگاری داشتیم.

**تعریف شما از پوست چیست؟**

پوست یکی از ارگان‌های مهم در بدن انسان است. مساحت آن حدود ۲متر مربع است و ۳کیلوگرم از وزن خانم‌ها و ۵کیلوگرم از وزن آقایان مربوط به پوست آنان است. علاوه بر هزاران فولاد که پوست برای بدن ما دارد، قسمتی که در صورت دیده می‌شود، اهمیت زیادی در زیبایی دارد و خانم‌ها و آقایان دوست دارند، پوستی صاف و صیقلی داشته باشند.

**رایج‌ترین معضلی که باعث مراجعه بیماران به مطب شما می‌شود چیست؟**

بیشترین عاملی که مراجعه‌کنندگان ما به آن دلیل برای معاینه می‌آیند، تیرگی پوست است. اما مشکل اصلی بعضی خانمها آکنه و اسکارهای پوستی است.

**درمان این موارد چطور است؟**

آکنه‌ها و جای آکنه و اسکار پوستی با درمان‌های مختلفی از جمله درمان‌های موضعی و درمان‌های خوراکی دارویی قابل درمان است. جوش‌های صورت به‌طور معمول از ۱۵ تا ۲۵ سالگی و بیشتر در مردان رایج است اما این مسائل جای نگرانی ندارند و قابل پیشگیری و



سید محسن فروزنده

درمان هستند. اگر جای جوش‌ها به صورت حفره ای با از بین رفتن بخشی از بافت پوست باشند هم درمان‌های مختلف از جمله سابیژن و لیزر دارند. آسیب پوستی که باعث ایجاد حفره‌هایی روی سطح پوست می‌شوند و عموماً جای جوش هستند در درمانی ۶ ماهه با مراجعه‌ی هر ۲ ماه که باید به پیشگیری اهمیت بیشتری بدهیم، در حقیقت پیشگیری بهتر از درمان است.

**کدام ضد آفتاب‌ها با پوست سازگارتر است؟**

استفاده از ضد آفتاب و آب رسان متناسب با نوع پوست از جمله مهمترین راه‌های پیشگیری از آسیب‌های پوستی می‌باشند که باید به آن اهمیت ویژه قابل شد؛ همچنین داشتن یک روتین مناسب نوع پوست از دیگر موارد مهم حفظ سلامت پوست است.

**در خصوص تزریق ژل و بوتاکس که این روزها اصطلاحاً مد شده است، پیشنهاد و نظر شما چیست؟**

تزریق ژل و بوتاکس در مواردی درمانی است

یکبار برطرف می‌شوند. در مورد تیرگی پوست نیز باید گفت دلایل متعدد از جمله زمینه‌ی ارثی، آب و هوا و شرایط بدن می‌تواند عامل ایجاد باشد منتها درمان این موارد حائز اهمیت است. در مواردی این تیرگی‌ها باید حتماً بررسی و درمان شوند و اگر شخصی با تیرگی پوست مواجه شد آن را سر سری نگیرد. نکته‌ی مهم اما این است که باید به پیشگیری اهمیت بیشتری بدهیم، در حقیقت پیشگیری بهتر از درمان است.

کدام ضد آفتاب‌ها با پوست سازگارتر است؟ استفاده از ضد آفتاب و آب رسان متناسب با نوع پوست از جمله مهمترین راه‌های پیشگیری از آسیب‌های پوستی می‌باشند که باید به آن اهمیت ویژه قابل شد؛ همچنین داشتن یک روتین مناسب نوع پوست از دیگر موارد مهم حفظ سلامت پوست است.

**از همشهریان درخواست داریم برای درمان‌های پوستی حتماً به متخصصین این رشته مراجعه کنند. برخی از پزشکان عمومی بر روی تابلوی مطب خود می‌نویسند دکتر پوست، اما تخصصی در این زمینه ندارند و این نکته بسیار مهم است که قبل از مراجعه به عنوان تخصص هر پزشک توجه شود.**

بوتاکس در مواردی درمانی است

و مناسب، اما اینها درمان‌های مناسب سن بالای ۴۰ سال است. برای اشخاص زیر سن ۲۵ سال اصلاً توصیه نمیکنم انجام شود زیرا صورت رشد خود را تا آن سن تکمیل نکرده و بهتر است این موارد بعد از ۲۵ سالگی انجام شود.

**چین و چروک از جمله معضلاتی است که اشخاص در سنین مختلف با آن مواجه هستند. راه پیشگیری و درمان آن چیست؟**

استفاده از همان کرم ضدآفتاب و آبرسان را بار دیگر باید یادآور شویم. حتماً از این دو کرم مناسب با نوع پوست استفاده شود. درمان‌های مختلفی برای چین و چروک وجود دارد که باید زیر نظر متخصص انجام شود.

**در چه ساعت‌هایی پوست بیشتر در خطر است؟**

در ساعت بین چهار تا هجدهاظهر آفتاب به میزان بیشتری می‌تابد و برای پوست مضر است، باید حواس‌تان به ساعت باشد و در این زمان‌ها حتماً با دقت بیشتری از ضدآفتاب‌ها استفاده کنید البته نه به این معنا که در ساعات دیگر روز نباید از پوست خود در برابر آفتاب محافظت کنید، فقط مصرف ضدآفتاب در این ساعات مهم‌تر از ساعات دیگر است و گرنه شما باید در همه‌زمان‌ها سپری محافظ در برابر آفتاب روی پوست خود داشته باشید

**نکته و سخن آخر شما با مخاطبین سخن تازه؟**

لطفاً برای درمان‌های پوستی حتماً به متخصصین این رشته مراجعه کنید. برخی از پزشکان عمومی بر روی تابلوی مطب خود مینویسند دکتر پوست اما تخصصی در این زمینه ندارد و این نکته بسیار مهم است که به عنوان تخصص پزشک توجه شود. سیرجان و درمانگاه‌هایش چندان امکانات کافی برای بسیاری از خدمات درمانی پوست را ندارند و خواهشمندم کارهای پوستی از جمله تزریق و درمان را جز با نظارت یک پزشک متخصص پوست انجام ندهند. پاکسازی‌ها در سالن‌های زیبایی ممانعی ندارند از تزریق مناسب نیستند.

**بانهایت تاسف و تاجر درگذشت**  
**حاج کاظم انصاری، مداح پیشگسوت و پیر غلام اباعبدالله الحسین (ع) را به خانواده محترم ایشان و همشهریان گرامی تسلیت عرض نموده‌ و از خداوند منان برای آن عزیز سفر کرده غفران الهی و علودرجات مسئلت می‌نمائیم.**

روابط عمومی شورای اسلامی شهر سیرجان

**با نهایت تاسف و تاجر**  
**شهیدت عضو سابق شورای شهر سیرجان**  
**رزمنده دوران دفاع مقدس ، جانباز سرفراز**  
**حاج تهمین صادقی را خدمت خانواده محترم اینشان تبریک و تهنیت عرض نموده و از خداوند منان برای آن عزیز سفر کرده علودرجات و برای بازماندگان صبر و شکیبایی مسئلت می‌نمائیم.**  
**ان‌شاءالله با هم‌زمان شهیدش محشور بانشد.**

شورای اسلامی شهر سیرجان

**سرکار خانم صالحی**  
**مدیر عامل محترم انجمن زنان نیکوکار**  
**خیر بزرگوار؛ جناب آقای صالحی**  
**و خانواده محترم زیدآبادی**

مصیبت درگذشت والده محترمه خیر گر انقدر؛  
**مر حومه مغفوره حاجیه مریم رنجبر**  
را حضور شما بزرگواران تسلیت عرض نموده، از درگاه حق تعالی برای آن مرحومه، رحمت الهی و برای عموم بازماندگان صبر و شکیبایی مسئلت داریم.

انجمن زنان نیکوکار - فرزندان خانه‌ی کوشا ۲۵

**کسب مقام سوم رقابت‌های لیگ برتر والیبال مردان ایران ، توسط تیم محبوب و با غیرت فولاد سیرجان ایرانیان را خدمت مردم شریف سیرجان ، کادر فنی تیم و همچنین بلند قامتان تیم، تبریک عرض می‌نمائیم و از خداوند متعال موفقیت روزافزون برای مجموعه فولاد سیرجان ایرانیان را خواستاریم.**

روابط عمومی شورای اسلامی شهر سیرجان

**فراخوان فعالین ورزش محلات شهر سیرجان**

باشگاه فرهنگی ورزشی شهرداری سیرجان در نظر دارد، در راستای ترویج سلامت جامعه و توسعه ورزش محلات ، نسبت به اجرای طرح ساماندهی و برنامه‌ریزی ورزش محلات سیرجان در سال ۱۴۰۱ در مناطق مختلف اقدام نماید. لذا از کلیه فعالین فرهنگی و ورزشی هر محله (آقایان و بانوان) بعنوان نماینده ورزش محلات جهت مشارکت و همکاری با باشگاه فرهنگی ورزشی شهرداری سیرجان، دعوت به عمل می‌آید. جهت کسب اطلاعات بیشتر تا ۲۴ اسفندماه با شماره ۴۲۳۴۱۲۳۵ تماس حاصل نمایید.

باشگاه فرهنگی ورزشی شهرداری سیرجان

**آهن آلات دست دوم و انواع ضایعات**  
**شما را با بالاترین قیمت در محل خریداریم.**  
۰۹۱۳ ۲۷۸ ۳۰۵۲ / ۰۹۱۳ ۱۴۵ ۲۶۴۳  
۰۹۱۹ ۲۳۰ ۵۰۳۶ خدائی