



۹۰ درصد مشکلات جامعه به مدیران برمی گردد

نایب رئیس مجلس شورای اسلامی در مراسم پایانی جشنواره کتاب سال دانشجویی گفت: ۹۰ درصد مشکلات ما به مدیران مملکت برمی گردد و در ۱۰ درصد بقیه مشکلات هم مدیران سبب می‌باشند.

مسعود پزشکیان در مراسم پایانی بیست و سومین جشنواره کتاب سال دانشجویی که روز سه شنبه ۲۵ آبان ماه در پژوهشگاه فرهنگ، هنر و معماری جهاد دانشگاهی برگزار شد، گفت: من امروز به این جا آمده ام که بگویم قدر کسانی را که در این عرصه کار می‌کنند می‌دانم؛ کار آن‌ها بزرگ است و افزود: شاید باید تأمل بکنیم و نمی‌دانم از چه کسی باید گفت که چرا قدر نوشتن و کتابی را که

رضایت‌استاندار از پیشرفت پروژه های عمران شهری قم



روز گذشته استاندار قم به همراه معاون عمرانی و شهردار و معاون معماران و شهرسازی از تعدادی از پروژه های عمران شهری قم بازدید و از روند پیشرفت آنها ابراز رضایت کرد.

مهندس سید مهدی حسینی در حاشیه این بازدید ها در گفت و گو با خبرنگاران اظهار داشت: طرح های عمران شهری طرح های مطلوبی است که پیشتر برای تسهیل و روان سازی ترافیک در سطح شهر قم بوده است؛ گذشته شده است تا شهر روان و آرازان حرم حضرت معصومه (س) این ایام خاص سال با مشکل آلوده شد مواجه نشوند.



رحمانی حسینی: اثر دولت قبل بر حق با پدیده عکس یادگاری می گرفتند

«پدیده شاددیز» وزیر کشور را کارت زردی کرد

برای بازگشت زائران اربعین حسینی تدابیر لازم اندیشیده شود

فرماندار قم گفت: دستگاه های اجرایی قم تدابیر لازم در زمینه آماده سازی استان در بخش های مختلف برای بازگشت زائران اربعین حسینی اتخاذ کنند.

رئیس ستاد اربعین قم در جلسه مشترک با فرماندار قم گفت: در سومین جلسه مشترک از جمله آموزش و پرورش و شهرداری وظیفه مهمی در اسکان و پذیرایی از زائران اربعین عهده دارند. وی اضافه کرد: باید مسئولان کارشناسان مربوطه در جلسه های مختلف توجیه شوند تا شاهد ارائه خدمات مطلوب به زائران و جذب رضایت آن‌ها باشیم.

هشدار نسبت به تعمیق شکاف قومیتی در پارلمان

فرانسویان نو که زبان ها که از ابتدای مجلس دهم زمره تشکیل آن شنیده می‌شد، حالا تشکیل شده اما به دنبال آن زمره تشکیل فرانسویان که زبان ها به گوش می‌رسد، سوال اینجاست که افکار دستخیزان های قومیتی در پارلمان فرانسوی چه زمانی متوقف شود؟

فرانسویان میانی به مجلس دهم می‌گویند که در هر دوره هم فرانسویان در مجلس تشکیل می‌شود. شکل گیری فرانسویان ها با مراجع اسلامی در مجلس هم امر تازه ای نیست اما فرانسویان میانی بر زبان با قومیت فرانسویان جدیدی است که مجلس دهمی ها و گذشته آن را پیدا کرده اند.

مانعی برای تفحص از شهرداری تهران وجود ندارد

قدردانی ۲۰۰ نماینده از اقدامات تیم مذاکره کننده

۲۰۰ نماینده مجلس شورای اسلامی، در بیانیه ای از اقدامات تیم مذاکره کننده هسته های کشور، قدردانی کردند. در بخشی از این بیانیه که توسط انصار رهبر ارائه عضو هیئت رئیسه مجلس شورای اسلامی در سخنرانی دیروز مجلس فراتر شد، آمده است: گزارش کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس در باره روند اجرای

یادواره شهید مهدی زین الدین و ۶ هزار شهید قم

تکذیب حضور عناصر طالبان در ایران

بانک مدرن اقتصاد

چک فردا، وصول امروز

پرداخت قبل از سر رسید اسناد مدت دار بانکی (چک)

باطرح سرو مهر

www.mebank.ir (۰۲۱) ۸۹۸۹۲

مهرخانه کی اینترنت

۲۰۲۰

اینترنت پرسرعت تا ۱۲ مگابیت

فروش و پشتیبانی شبانه روزی

فقط **۲۰۰۰ تومان** ماهیانه

جشنواره اینترنت خوب!

www.tcq.ir

سیاست‌های اصلی ۴۴ به درستی اجرا نشد

رئیس مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه سیاست‌های اصل ۴۴ به درستی اجرا نشده، گفته‌ باید سیستم اخذ مالیات بر ارزش افزوده ملکیزده شده و مستقیم‌ا در حساب افراد برداشت شده و به خزانه واریز شود.

علی لاریجانی، عصر دوشنبه در جلسه شورای عالی پیشکسوتان اتاق ایران حضور یافت و پس از شنیدن سخنان فعالان اقتصادی،بخش خصوصی قوی و ایجاد رقابت واقعی را ضرورت توسعه اقتصادی‌عنوان کرد.

در ابتدای نشست غلامحسین شافعی، رئیس اتاق ایران،موضع‌گیری‌های‌رئیس‌مجلس در مورد مسایل اقتصادی را ستودنی دانست و گفت: به عنوان رئیس پارلمان بخش خصوصی خوشحالم که‌شما‌به‌عنوان رئیس قوه‌مقننه چنین دیدگاهی دارید.

شافعی با اشاره به تشکیل شورای عالی پیشکسوتان اتاق ایران، گفت: در همه بخش‌های کشور این کمبود وجود دارد که افراد داری تجربه‌های ذی قیمت و ارزنده پس از مدتی به فراموشی سپرده می‌شوند و از آن‌هاستفاده مطلوب‌نشده‌وقدراتی کافی‌نمی‌شود.

رئیس اتاق ایران افزود: نسل جوان فعلی نسلی متفاوت با نسل‌های گذشته است و الگوبرداری از این افراد موفق که بدون ارت و با دست‌های خالی توانسته‌اند این‌لذده‌را اقتصاد کشور موفق‌باشند، می‌تواند دیدگاه بسیاری از این جوانان را تغییر داده

شافعی افزود:تشکیل شورای عالی پیشکسوتان در جلوگیری از انقطاع بین نسلی و بهره‌گیری از تجربیات و همچنین تقویت جانشین‌پروری بسیار مؤثر است.

علا میرمحمد صادقی، رئیس شورای عالی پیشکسوتان اتاق ایران، در مورد این شورا گفت: سنت احترام و استفاده از نظرات پیشکسوتان در همه بخش‌ها سنت مطلوبی است و این افراد باید گرامی داشته شوند؛ این در حالی است که پیشکسوتان اقتصادی و فعالان عرصه تولید و اشتغال کم‌تر یاد می‌شوند.

رئیس شورای عالی پیشکسوتان اتاق ایران در مورد تشکیل این شورا گفت: هیات رئیسه اتاق بر موضوع اشتغال از نظرات پیشکسوتان و تحلیل از آنها بسیار اعتقاد دارند و تشکیل این شورا نیز در همین‌راستاست.

میر محمد صادقی با تأکید بر لزوم استفاده از نظرات پیشکسوتان اتاق توسط مسئولان مختلف ست کشور گفت: باید زمینه استفاده از نظرات افرادی که سال‌ها عمر خود را در امور اقتصادی صرف کرده‌اند و صاحب تجربه‌های بسیاری در این زمینه‌هستند،همیاشود.

مسعود خوئانساری، رئیس اتاق تهران، با اشاره به رای اعتماد اخیر مجلس به سه وزیر پیشنهادی دولت گفت: این اقدام مجلس از جهت ایجاد

لاریجانی در جمع پیشکسوتان اتاق ایران؛

سیاست‌های اصل ۴۴ به درستی اجرا نشد



همدلی دولت و مجلس اقدامی به موقع و مؤثر بود. رئیس اتاق تهران با اشاره به مشکلات اقتصادی متعدد در کشور گفت:مشکلات ما کم‌تر به خرج و بیشتر به درون کشور مربوط است.

خوئانساری افزود:شاخص‌های اقتصادی کشور در طول سال‌های گذشته مرتب دچار مشکل بوده‌اند و توانسته‌ایم به سمت توسعه پایدار حرکت کنیم. درآمد سرانه سال ۹۰ تقریباً برابر با درآمد سرانه سال ۱۳۵۷ بوده است و در سال ۹۳ حتی نسبت به ۵۷ کاهش یافته است.

نایب رئیس اتاق ایران تصریح کرد: اگر بتوانیم این مشکلات را آسیب شناسی کنیم بسیار اتفاق مثبتی خواهدبود.خوئانساری افزود:انتظارم‌فعالان اقتصادی این است که مرکز پژوهش‌های مجلس با همکاری اتاق مسائل و مشکلات اقتصادی را آسیب شناسی کرده و دلیل اینکه بعد از ۳۷ سال درآمد سرانه ما کاهش یافته است را بیابند. محمدرضا مرتضوی،مدیرکل‌خانه صنعت‌ومعدن ایران گفت: دستگاه‌های مختلف مرتبط با موضوعات تولیدی و صنعتی کشور به طور مرتب برای بر دوش بخش تولید و صنعت دارای شناسنامه می‌گذراند، وی افزود: به طور مثال بانک‌ها، بار مالی حساب‌های وصول نشده خود را به عنوانی مختلف دگرد و در جریان از بخش‌های شناسنامه‌دار می‌گیرند و این روند باید اصلاح شود. کیوان کاشفی، عضو هیات رئیسه اتاق ایران، گفت: در این سال‌ها مجلس را و همه‌عنوان تولید در کشور شناخته‌ایم‌وقوانین حمایتی خوبی مانند قانون بهبود مستمر محیط کسب و کار و رفع موانع تولید رقابت پذیر و ارتقای نظام مالی کشور مصوب شده است. اما نظرات بر اجرای قوانین کش باید مورد توجه قرار گیرد چرا که

این قوانین در زمان اجرا با مشکل مواجه می‌شوند و گاهی هر چه به به‌لای‌های‌پایین‌تر اجرای قوانین می‌رویم،اصل قانون از بین می‌رود. یحیی آل‌اسحاق، عضو شورای پیشکسوتان اتاق ایران، «حترام» و «مفید بودن» را دو خواسته پیشکسوتان دانست و تصریح کرد: باید به صورت قانونی و عملیاتی در تمام نهادهای تصمیم‌گیری و تصمیم‌سازی از پیشکسوتان دعوت‌شده‌واستفاده از شورای عالی پیشکسوتان اتاق ایران مورد توجه قرار گیرد.

آل‌اسحاق افزود: رکود، اشتغال، مشکلات نظام بانکی، فساد، آب، و محیط زیست، صندوق بازنشستگی و – مشکلاتی هستند که کوجه و اقتصادی این است که مرکز پژوهش‌های مجلس با همکاری اتاق مسائل و مشکلات اقتصادی را آسیب شناسی کرده و دلیل اینکه بعد از ۳۷ سال درآمد سرانه ما کاهش یافته است را بیابند. محمدرضا مرتضوی،مدیرکل‌خانه صنعت‌ومعدن ایران گفت: دستگاه‌های مختلف مرتبط با موضوعات تولیدی و صنعتی کشور به طور مرتب برای بر دوش بخش تولید و صنعت دارای شناسنامه می‌گذراند، وی افزود: به طور مثال بانک‌ها، بار مالی حساب‌های وصول نشده خود را به عنوانی مختلف دگرد و در جریان از بخش‌های شناسنامه‌دار می‌گیرند و این روند باید اصلاح شود. کیوان کاشفی، عضو هیات رئیسه اتاق ایران، گفت: در این سال‌ها مجلس را و همه‌عنوان تولید در کشور شناخته‌ایم‌وقوانین حمایتی خوبی مانند قانون بهبود مستمر محیط کسب و کار و رفع موانع تولید رقابت پذیر و ارتقای نظام مالی کشور مصوب شده است. اما نظرات بر اجرای قوانین کش باید مورد توجه قرار گیرد چرا که

این قوانین در زمان اجرا با مشکل مواجه می‌شوند و گاهی هر چه به به‌لای‌های‌پایین‌تر اجرای قوانین می‌رویم،اصل قانون از بین می‌رود. یحیی آل‌اسحاق، عضو شورای پیشکسوتان اتاق ایران، «حترام» و «مفید بودن» را دو خواسته پیشکسوتان دانست و تصریح کرد: باید به صورت قانونی و عملیاتی در تمام نهادهای تصمیم‌گیری و تصمیم‌سازی از پیشکسوتان دعوت‌شده‌واستفاده از شورای عالی پیشکسوتان اتاق ایران مورد توجه قرار گیرد.

آل‌اسحاق افزود: رکود، اشتغال، مشکلات نظام بانکی، فساد، آب، و محیط زیست، صندوق بازنشستگی و – مشکلاتی هستند که کوجه و اقتصادی این است که مرکز پژوهش‌های مجلس با همکاری اتاق مسائل و مشکلات اقتصادی را آسیب شناسی کرده و دلیل اینکه بعد از ۳۷ سال درآمد سرانه ما کاهش یافته است را بیابند. محمدرضا مرتضوی،مدیرکل‌خانه صنعت‌ومعدن ایران گفت: دستگاه‌های مختلف مرتبط با موضوعات تولیدی و صنعتی کشور به طور مرتب برای بر دوش بخش تولید و صنعت دارای شناسنامه می‌گذراند، وی افزود: به طور مثال بانک‌ها، بار مالی حساب‌های وصول نشده خود را به عنوانی مختلف دگرد و در جریان از بخش‌های شناسنامه‌دار می‌گیرند و این روند باید اصلاح شود. کیوان کاشفی، عضو هیات رئیسه اتاق ایران، گفت: در این سال‌ها مجلس را و همه‌عنوان تولید در کشور شناخته‌ایم‌وقوانین حمایتی خوبی مانند قانون بهبود مستمر محیط کسب و کار و رفع موانع تولید رقابت پذیر و ارتقای نظام مالی کشور مصوب شده است. اما نظرات بر اجرای قوانین کش باید مورد توجه قرار گیرد چرا که

این قوانین در زمان اجرا با مشکل مواجه می‌شوند و گاهی هر چه به به‌لای‌های‌پایین‌تر اجرای قوانین می‌رویم،اصل قانون از بین می‌رود. یحیی آل‌اسحاق، عضو شورای پیشکسوتان اتاق ایران، «حترام» و «مفید بودن» را دو خواسته پیشکسوتان دانست و تصریح کرد: باید به صورت قانونی و عملیاتی در تمام نهادهای تصمیم‌گیری و تصمیم‌سازی از پیشکسوتان دعوت‌شده‌واستفاده از شورای عالی پیشکسوتان اتاق ایران مورد توجه قرار گیرد.

آل‌اسحاق افزود: رکود، اشتغال، مشکلات نظام بانکی، فساد، آب، و محیط زیست، صندوق بازنشستگی و – مشکلاتی هستند که کوجه و اقتصادی این است که مرکز پژوهش‌های مجلس با همکاری اتاق مسائل و مشکلات اقتصادی را آسیب شناسی کرده و دلیل اینکه بعد از ۳۷ سال درآمد سرانه ما کاهش یافته است را بیابند. محمدرضا مرتضوی،مدیرکل‌خانه صنعت‌ومعدن ایران گفت: دستگاه‌های مختلف مرتبط با موضوعات تولیدی و صنعتی کشور به طور مرتب برای بر دوش بخش تولید و صنعت دارای شناسنامه می‌گذراند، وی افزود: به طور مثال بانک‌ها، بار مالی حساب‌های وصول نشده خود را به عنوانی مختلف دگرد و در جریان از بخش‌های شناسنامه‌دار می‌گیرند و این روند باید اصلاح شود. کیوان کاشفی، عضو هیات رئیسه اتاق ایران، گفت: در این سال‌ها مجلس را و همه‌عنوان تولید در کشور شناخته‌ایم‌وقوانین حمایتی خوبی مانند قانون بهبود مستمر محیط کسب و کار و رفع موانع تولید رقابت پذیر و ارتقای نظام مالی کشور مصوب شده است. اما نظرات بر اجرای قوانین کش باید مورد توجه قرار گیرد چرا که

رییس کل بانک مرکزی :

بستر یکسان سازی ارز باید فراهم شود



رییس کل بانک مرکزی با بیان اینکه با افزایش صادرات غیرنفتی سهم این نهاد در بازار کاهش یافته است، گفت: قرار بود طرح یکسان سازی نرخ از پس از گذشت چندین ماه از اجرای توافق برجام (برنامه جامع اقدام مشترک) عملیاتی شود.

ولی اله سیف در نخستین نشست مشترک رییس و اعضای کمیسیون اقتصادی مجلس دهم و مدیران ارشد بانک مرکزی درباره یکسان سازی نرخ از گفت:تخصیص مرحله رشد و توسعه، برخورداری از اقب بلندنمدت،بایاتب‌و به‌دور از شوک در اقتصاد است. باید کنشی اقتصاد را با آرایش به مقصد رساندوی طرح افزود: طرح یکسان سازی نرخ ارز نیز تابعی از این رویه است و برای اجرای آن، باید بستر و شرایط مطلوب و آرایش مورد نیاز فراهم باشد.رییس و شورای پول و اعتبار خاطر نشان کرد:توافق یکسان‌سازی نرخ ارز قرار بود پس از گذشت چندین ماه از اجرای توافق برجام عملیاتی شود که یکی از پیش‌نیازهای اصلی آن برنامه‌سازی روابط بانکی بین‌المللی است. گرچه تاکنون سرعت کمی داشته است ، با توجه به شرایط اخیر می رود روند آن تسریع شود؛ در شرایط حاضر با بانک‌ها و موسسات بین‌المللی در حال برگزاری جلسات و بررسی راهکارهای پیشبرد این موضوع هستیم.وی بر نیاز به تدبیر و دیپلماسی برای بهبود روابط بانکی بین‌المللی تأکید کرد.

کاهش سهم بانک مرکزی در تأمین ارز بازار

سیف با اشاره به وضعیت بازار ارز اظهار داشت: در سال‌های گذشته بخش عمده‌ای از ارز بازار را بانک مرکزی تأمین می‌کرد، اما اکنون با توجه به حجم منابع ارزی که در محل صادرات کالاهای غیرنفتی به بازار عرضه می‌شود سهم بانک مرکزی در تأمین ارز بازار کمتر شده است‌وی ادامه داد: بانک مرکزی توانسته است با اعمال روش‌های دقیق، کنترل مناسب و مؤثری را بر ثبات بازار ارز اعمال کند که دستاورد آن نیز ثبات مطلوب قیمت ارز در بازار و از آن مهم‌تر کاهش محسوس انهمه‌نوسان آن بوده است.

وضعیت نظام بانکی چندان مناسب نیست
رییس کل بانک مرکزی به تشریح بخش‌هایی از وضعیت اقتصادی ایران پرداخت و افزود:مهاکتون نظام بانکی ایران در وضعیت چندان مناسبی به سر نمی‌برد و تکنگوی مالی موجب تشدید این وضعیت شده است.

سیف یادآور شد: در حالی که سهولیت تأمین مالی اقتصاد به طور عمده بر عهده شبکه بانکی است، نزدیک به ۴۵ درصد از منابع و درلایه‌های بانک‌ها منجمد و غیر قابل استفاده است و بازدهی مناسب ندارد.

وی افزود: با همه این شرایط، با سیاست‌گذاری مناسب برای بانک مرکزی با بیان اینکه نظارت مؤثر بر حاکمیتی از جمله قوای مقننه و قضاییه و دیگر دستگاه‌های اجرایی است، گفت: در چارچوب قوانین و مقررات موجود و با همکاری و هماهنگی همه قوا، روند نظارتی بانک مرکزی تقویت شده و رو به پیشرفت است. سیف در این نشست که شامگاه دوشنبه در ساختمان بانک مرکزی برگزار شد، با تأکید بر ضرورت برخورداری بانک مرکزی از اختیارات قانونی لازم برای اعمال نظرات مؤثر بر فعالیت‌های بانک، به تجزیه‌ات‌اخیر در برخورد با موسسات غیر مجاز اشاره کرد و افزود: با اتکا به حمایت مجلس شورای اسلامی امیدوارم تصویب لوایح دوگانه بانکی در مجلس شورای اسلامی به تقویت نقش نظارتی بانک مرکزی منجر شود.

لاریجانی در بخش دیگری از سخنانش، لزوم رواج عقایدتاری در مردم و جامعه مورد توجه قرار داد و گفت: اگر فعالیت در جامعه رشد پیدا کند، توسعه حاصل می‌شود. وی افزود: سه رکن حکومت اسلامی تقویت علم، تقوت عبادت و تقویت عدالت هستند و با این سه رکن به توسعه اقتصادی هم می‌توان رسید.رئیس مجلس ضرورت نگاه علمی به مسائل اقتصادی، گرایش عادلانه در امور اقتصادی و همچنین توجه به حقوق دیگران و مسئولیت اجتماعی را در امور اقتصادی مهم و اثر گذار برشمرد. لاریجانی تصریح کرد: کشور ما رنجور است و برخی از مسایل آن به سوء مدیریت مربوط است و باید با نگاه عالمانه و درست به ریل اصلی خود برگردد.

لاریجانی افزود: در سطح سیاست‌های کلان کشور یک انضباط به وجود آمده و در مورد مسایلی مانند ارتقای آسیب های اجتماعی، سیاست‌های کلی اصل ۴۴سیاست های خوبی تدوین شده که اگر قسمتی از این‌ها هم درست اجرا شود، مشکلات تا حدی حل می‌شوند.

رئیس مجلس شورای اسلامی با اشاره به صحبت‌های یکی از حاضران پیرامون تالفتش برخی قوانین گفت: دستورالعمل‌ها و آیین‌نامه‌هایی که مختل قانون است را به مجلس شورای اسلامی اعلام کنید تا با بررسی، دستورالعمل‌ها رف نقش شده و آیین‌نامه‌های متناقض هم‌لغو‌شوند.

لاریجانی در مورد تأمین اجتماعی هم گفت: قبول دارم که تأمین اجتماعی آسیب‌های زیادی به بخش تولید کشور وارد کرده است. اصولاً وقتی دولت فریه شود، دنبال این است که کارهای مختلف را خودش در دست بگیرد در صورتی که دولتی خودش است که همه امور را خودش به دست نگیرد. رئیس مجلس شورای اسلامی در

بخش خصوصی قوی و رقابت واقعی نداشته‌اند شمش و ساری در اقتصاد گفت: ما باید در برنامه ششم و همچنین برنامه‌های دراز مدت، تنفس اقتصادی، آزادسازی در اقتصاد و تقویت بخش خصوصی را مورد توجه قرار دهیم. لاریجانی افزود: تا زمانی که بخش خصوصی قوی و رقابت واقعی نداشته‌اند ششم توسعه ممکن نخواهد بود. لاریجانی با اشاره به صحبت‌های رئیس انجمن از گالیک ایران در مورد ضرر محصولات ترخیص‌گفت:در مورد محصولات ترارخته، دو دیدگاه کاملاً متفاوت وجود دارد و در ۱۰ سال‌های گذشته، در مورد برنامه‌ریزی داریم اما برنامه‌ها ما توفیقی نداشته‌اند و دلیل آن،ناشن‌نگاه عقلائی و عالمانه در برنامه‌ها بوده است.

رئیس مجلس شورای اسلامی در ادامه با اشاره به صحبت‌های رئیس اتاق تهران گفت: بیشتر مشکلات درونی است و مشکلات بیرونی اندک هستند. باید بینم علت چیست که مشکلات این همه پیچیدگی پیدا کرده است. لاریجانی افزود: یکی از مشکلات اصلی این است که هنوز یادایم مشترکی در کشور در بخش حکومتی و همچنین مدنی تعریف‌نکرده‌ایم.

اقتصادی

دیدگاه

چرا نقدینگی ۱۱۲۲ هزار میلیارد تومانی موجب تورم نشد؟

یک کارشناس اقتصادی گفت:«افزایش حجم نقدینگی عمدتاً ناشی از چاپ پول نیست، بلکه ناشی از بدهی های دولت است.»

هادی حق شناس، کارشناس اقتصادی در گفت و گو با خبرنگاران، درباره دلایل رشد نقدینگی گفت:«آنچه در سه سال گذشته اتفاق افتاده و منتج به افزایش رشد نقدینگی شده ، عمدتاً به افزایش بدهی دولت به بانک ها یا بدهی دولت به بانک مرکزی مرتبط می‌شود؛ البته ریشه بدهی‌ها مربوط به دولت گذشته است و مربوط به سال‌های جاری نیست.»

وی افزود:«از سوی دیگر چون دولت دو نوع درآمد و هزینه دارد طبیعی است که هر سال نسبت به سال گذشته هزینه‌ها سیر صعودی داشته‌باشند؛ا سوی بخش عمده ای از هزینه‌های جاری دولت به حقوق و دستمزد کارکنان بازمی‌گردد. این حقوق و دستمزد کارکنان دولت به‌طور میانگین همیشه معادل نرخ تورم و به‌صورت افزایشی بوده است. لذا اگر در سال ۹۲ هزینه‌های جاری کشور حدود ۱۰۰ هزار میلیارد تومان بوده ، طبیعی است که در سال جاری به ۲۰۰ هزار میلیارد دلار برسد.»

این کارشناس اقتصادی ادامه داد:«بخش مابقی این افزایش هم ناشی از افزایش هزینه کارکنان دولت است که امری اجتناب‌ناپذیر است. یعنی نمی‌شود که حقوق و دستمزد کارکنان دولت نسبت به سال گذشته افزایش پیدا نکند؛ گرچه یکی از دلایل افزایش، معادل تورم است اما دلیل دیگر مربوط به سنوات کارکنان دولت است که سال به سال افزایش پیدا می‌کند و لذا بایستی دولت هزینه بیشتری را برای این موضوع متقبل شود. بنابراین این دو متغیر افزایش هزینه دولت را اجتناب‌ناپذیر می‌کند.»

حق شناس با بیان اینکه در کنار این اتفاق‌ها شاهدیم که درآمدهای دولت سیر کاهشی داشته است،خاطر نشان کرد:«در حال حاضر با این که فروش نفت دو برابر شده ولی درآمدهای نفتی حداکثر در سال جاری به الی ۳۵ هزار میلیارد دلار خواهد رسید، که بخشی از آن سهم صندوق ذخیره ارزی است یا هزینه‌های شرکت نفت برای استخراج و اکتشاف و فروش نفت صرف می‌شود؛ان چیزی که از پول نفت برای دولت است، ۳۵ میلیارد دلار حدود ۲۰ میلیارد دلار بوده است.»

وی اظهار کرد:«بنابراین این نکته وجود دارد که در هزینه‌های دولت اجتناب‌ناپذیر است و سیر صعودی دارد؛ از یکسو درآمدهای دولت سیر کاهشی دارد و از طرف دیگر هزینه‌های جاری دولت افزایش پیدا کرده است.»

این کارشناس اقتصادی گفت:«دولت‌بخشی‌از این هزینه‌ها را از اخذ مالیات، فروش نفت و بخش دیگر را از طریق فروش اوراق مشارکت با اسناد خزانه تأمین می‌کند؛اگر این منابع تأمین‌نشود؛ به شکل بدهی دولت در حساب و کتاب دولت منظور می‌شود. این بدهی‌ها یکی از اجزای پایه پولی محسوب می‌شود که با یک ضرب فرایزنده سبب افزایش پایه پولی و به تبع آن افزایش نقدینگی در کشور می‌شود. وی خاطر نشان کرد:«کاری که دولت در سه سال گذشته انجام داد، انضباط مالی بوده که براین اساس وضعیت مالی دولت مشخص شده است؛در گذشته وضعیت مالی دولت مشخص نبود که چقدر بدهی دارد.»

حق شناس با بیان اینکه تنها گترانی که هم اکنون وجود دارد،عدم تخصیص بودجه‌های عمرانی است،گفت:«بودجه عمرانی در ۶ ماه اول سال حدود ۵ الی ۶ هزار میلیارد تومان تخصیص پیدا کرد. بدون اینکه درآمدهای دولت افزایش پیدا کند، مشاور بیس سازمان بنادر و کشتیرانی یادآورشد:بنابراین این نظر می‌رسد که افزایش نقدینگی عمدتاً ناشی از چاپ پول نیست، بلکه ناشی از تعیین تکلیف بدهی‌ها است. به طوری که می‌بینید نقدینگی کشور ۱۱۲۲ هزار میلیارد تومان است ولی در تورم اثر مثبت نداشته بلکه اثر منفی هم داشته‌است.»

وی تأکید کرد:«اگر دولت بتواند در سال جاری به رشد اقتصادی ۵ درصد برسد و بخش واقعی اقتصاد رشد کند، این نقدینگی به بخش واقعی اقتصاد می‌رسد.»

اخبار

رئیس اتحادیه املاک کشور:

اتحادیه املاک آآمدگی فروش مسکن مهر را دارد

رئیس اتحادیه املاک کشور ضمن تأکید بر آمادگی این اتحادیه جهت فروش واحدهای مسکن مهر، گفت: ۲۷۰هزار مسکن در تهران و ۶۰۰ هزار مسکن در کشور خالی است که اخذ مالیات از آنها بازار مسکن را تحت تأثیر قرار نخواهد داد.

احسان عقباتی گفت:مسکن مهر در دولت قبل رقم خورد که دارای ایرادات و مزایای بوده،در حقیقت احداث مسکن مهر در شهرهای کوچک موثر واقع شد اما در شهرهای بزرگ نتوانست موفقیت آمیز باشد، چراکه مردم پایتخت، در حاشیه شهر خانه‌های خود را با دید سرمایه‌ای دریافت کردند.

رئیس اتحادیه املاک تهران و کشور با بیان اینکه باید تکلیف این مسکن‌ها در پایتخت و سایر شهرها مشخص شود، ادامه داد: دولت اگر قرار باشد سوسیتهی بابت واحدهای مسکن مهر پرداخت کند، باید آن را در دستور قرار دهد و بعد اقدام به احداث و فروش مسکن اجتماعی کند.اتحادیه املاک کشور هم در این زمینه می‌تواند کمک کند کما اینکه پیش از این بخشی از مسکن‌ها که باقی مانده و خریداری در دولت نداشت را به فروش رسانده‌ایم.

عقبانی تأکید کرد: اتحادیه‌املاک کشور هنوز هم این آمادگی رد اتحادیه املاک کشور وجود دارد که با یک صد و ۲۴ هزار عضو در کشور و جمعیت ۶۵۰ هزار نفری کمک کنیم تا دولت در فروش آنها گام‌های اساسی تری بردارد و با تریق پول واحدهای باقی مانده هم تکمیل کند.

اسلامی همواره حلمی و پشتیبان بانک مرکزی بوده و این بانک نیز به‌طور متقابل از راهنمایی‌ها و مشورت‌های کمیسیون بهره برده است و امیدوارم این همکاری‌ها با برگزاری جلسات مستمر، تعمیق و تداوم یابد.

پیگیری لوایح بانکداری در کمیسیون اقتصادی مجلس

محمدرضا پورابراهیمی رئیس کمیسیون اقتصادی مجلس شورای اسلامی در نشست با اعضای کمیسیون بررسی لوایح اصلاح قانون بانکداری بانکی مرکزی گفت: یکی دیگر از الزامات گسترش روابط بانکی و اقتصادی با بانک‌های دنیا، بهبود وضعیت ایران در سازمان بین‌الدولی FATF بود.

سیف یادآور شد: بانک‌های خارجی برای ایجاد روابط بانکی و ارائه خدمات باید امکان شناسایی مناسب مشتریان خود را داشته باشند و تا زمانی که در این زمینه اطمینان قطعی حاصل نکنند، نسبت به برقراری ارتباط تردید دارند؛ بر همین اساس با تلاش‌ها و پیگیری‌های کارشناسان وزارت امور اقتصادی و دارایی و بانک مرکزی توانستیم گام‌های مثبتی در رفع موانع موجود برداریم

سیف یادآور شد: بانک‌های خارجی برای ایجاد روابط بانکی و ارائه خدمات باید امکان شناسایی مناسب مشتریان خود را داشته باشند و تا زمانی که در این زمینه اطمینان قطعی حاصل نکنند، نسبت به برقراری ارتباط تردید دارند؛ بر همین اساس با تلاش‌ها و پیگیری‌های کارشناسان وزارت امور اقتصادی و دارایی و بانک مرکزی توانستیم گام‌های مثبتی در رفع موانع موجود برداریم

سیف یادآور شد: بانک مرکزی با بیان اینکه نظارت مؤثر بر حاکمیتی از جمله قوای مقننه و قضاییه و دیگر دستگاه‌های اجرایی است، گفت: در چارچوب قوانین و مقررات موجود و با همکاری و هماهنگی همه قوا، روند نظارتی بانک مرکزی تقویت شده و رو به پیشرفت است. سیف در این نشست که شامگاه دوشنبه در ساختمان بانک مرکزی برگزار شد، با تأکید بر ضرورت برخورداری بانک مرکزی از اختیارات قانونی لازم برای اعمال نظرات مؤثر بر فعالیت‌های بانک، به تجزیه‌ات‌اخیر در برخورد با موسسات غیر مجاز اشاره کرد و افزود: با اتکا به حمایت مجلس شورای اسلامی امیدوارم تصویب لوایح دوگانه بانکی در مجلس شورای اسلامی به تقویت نقش نظارتی بانک مرکزی منجر شود.

بیستر بدانیم

آب درمانی، توهم یا واقعیت؟

از زمانی که بحث‌های مرتبط با سلامت عمومی و فردی شروع شده است، آب نیز به پای ثابت آن تبدیل شده است.برای دهها پزشکان اصرار داشتند که انسان باید در طول روز ۸ لیوان آب بخورد و حتی زن یکی از رؤسای جمهوری آمریکا نیز درباره آب کمپینی راه انداخته بود.
با این حال پروفیسور آرون کارول از دانشگاه ایندیانا سال گذشته نوشته بود که هیچ دلیل علمی وجود ندارد که ثابت کند نوشیدن آب بیشتر می‌تواند به سلامت انسان کمک کند.

اما یک تحقیق جدید دیگر یک فایده بسیار بزرگ نوشیدن آب را ثابت کرده است. این تحقیق ادعا کرده است که نوشیدن آب می‌تواند وزن شما را کاهش دهد.
تحقیق مذکور که در مجله رژیم‌های انسان منتشر شده مدعی شده است که نوشیدن آب فراوان یا خوردن کالری کمتر و هم چنین مصرف شکر و نمک و کلسترول کمتر مرتبط است.
در این تحقیق ۱۸۲۱۱ نفر مورد بررسی قرار گرفته‌اند که به دوگروه با رژیم غذایی متفاوت تقسیم شده و بین ۳ تا ۱۰ روز مورد آزمایش قرار گرفته‌اند.
پاسخ‌های شرکت‌کنندگان نشان می‌دهد که مصرف یک تا سه لیوان آب بیشتر در برخی از شرکت کنندگان باعث شده که بین ۶۹ تا ۲۰۶ کالری کمتر مصرف کنند.
اگر چه این رقم کم به نظر می‌رسد اما ۲۰۶ کالری در روز می‌تواند یک پوند وزن را در ۱۷ روز کاهش دهد.
همچنین مصرف شکر در این افراد نیز بین ۶ تا ۱۸۱۶ گرم کاهش پیدا کرده است و سدیم نیز بین ۷۸ تا ۲۲۵ میلی گرم کاهش داشته است.مصرف کلسترول این افراد نیز بین ۳۱ تا ۲۱۰گرم کاهش داشته است.
با این حال بسیاری از متخصصان رژیم آب درمانی را کاری نادرست می‌دانند و معتقدند این رژیم می‌تواند بر سلامت انسان تأثیر بگذارد.
دکتر پرلیبات بزرگمهر، مشاور تغذیه به این سؤال فراس که آیا شما رژیم‌های آب درمانی را که فرد طی چندروز فقط آب مصرف کند، تأیید می‌کنید؟ گفته بود: «خبر این رژیم بسیار خطرناک است. درست است که آب برای بدن بسیار مفید است اما به هیچ وجه نمی‌تواند جایگزین غذا شود. وی مصرف زیاد آب بدون خوردن مواد غذایی را موجب بر هم خوردن تعادل الکترولیت‌ها عنوان کرد و گفت: مصرف زیاد آب موجب می‌شود که الکترولیت‌های داخل سلولی به بیرون سلول بیایند و خیز سلولی و ورم سلولی در پی خواهد داشت. آب داخل سلول بالا رفته و موجب ورم سلول‌های می‌شود.این مساله می‌تواند مرگ‌آور باشد و به هیچ وجه توصیه به چنین رژیمی نمی‌شود.
در این نوع رژیم بهتر است سوء تغذیه‌ای که به وجود می‌آید، خیز سلولی و خارج شدن الکترولیت‌هااز سلول‌هاست که می‌تواند در مدت کوتاهی به مرگ انسان بینجامد.این نوع رژیم که به مرگ منجر نشود، ضایعات مغزی در پی دارد و روی بینایی افراد تأثیر مستقیم می‌گذارد. آقای ناصر رضایی پور، متخصص طب سنتی نیز با اشاره به نوشیدن آب زیاد گفته بود: «هر اساس آموزه‌های طب سنتی ایران، بهتر است افراد در زمان تشنگی، کمی در خوردن آب تأمل کنند و با اطمینان از حقیقی بودن تشنگی خود،آب بنوشند. آموزه‌هایی موهوم وناسمستدل در مقابل آموزه‌های طب سنتی ایران قرار دارد که توصیه می‌کند همه افراد روزانه مقدار زیادی آب بنوشند. بر خلاف این توصیه که نه فقط در ایران بلکه در خیلی از کشورهای جهان شایع شده است، آموزه‌های پزشکی پارسی به بیشتر افراد به جز آنان که مزاج یا معدم‌های گرم و خشک دارند، توصیه می‌کند بر تشنگی صبر کنند تا هنگامی که مطمئن شوند تشنگی‌شان راستین است و سپس آب بنوشند. نوشیدن آب، بیش از نیاز طبیعی و واقعی بدن، عوارض زیاد و آزاردهنده‌ای چون ضعف و سستی اعصاب، معده و کبد، بدرنگی پوست رخ و بدن، کاهش حافظه و کندذهنی، آبریزش‌های مرضی و ناله‌ها، ورم دست‌ها و پاها و زجر چشم‌ها و گاهی مشکلات کبدی پیچیده را به همراه می‌آورد.»



علم- فناوری

این سوزن نانویی درد کمتری ایجاد می کند

برای مثال، به دلیل ابعاد کوچک آن، بیمار در طول فرآیند طب سوزنی درد بسیار کمی را حس خواهد کرد و همچنین مساحت سطحی آن ۲۰ برابر بیشتر از سوزن‌های موجود در طب سوزنی است.

محققان این پروژه، این فناوری را روی موش‌ها آزموند و نشان دادند که انتقال سیگنال از نخاع با کارایی بالاتری انجام می‌شود. این گروه از این سوزن‌ها برای درمان موش‌های معاد به الکل و کوکائین استفاده کردند.

این گروه به دنبال ثبت پتنت مربوط به این فناوری در کشورهای آمریکا، چین و اتحادیه اروپا هستند. این اولین همکاری میان فناوری نانو و طب سوزنی است که توسط محققان این پروژه انجام شده‌است.

سو معتقد است که توسعه فناوری نانو موجب ارتقأ علوم و فناوری‌های مختلف می‌شود، به طوری که حوزه‌های نظیر پیل خورشیدی، کامپیوتر کوانتومی و صنعت ساخت نمایشگر می‌توانند از موهاب این فناوری استفاده کنند. براساس دستاوردهای به دست آمده از ترکیب فناوری نانو و پزشکی شرق، من می‌توانم تحقیقات این حوزه را دنبال کرده و فصل تازه‌ای از روش‌های درمانی را ایجاد کنم. همچنین جا با یانگ» از محققان این پروژه معتقد است که در غرب از فناوری نانو برای تشخیص تا درمان استفاده می‌شود اما در شرق، به ندرت طب سوزنی از آن استفاده کرده است. این پروژه می‌تواند مسیرهای تازه‌ای در این حوزه ایجاد کند.

با باریک ترین و سبک ترین لپ تاپ دنیا آشنا شوید

شرکت ایسرا با عرضه لب تاپ Swift ۷ آن را باریک ترین، سبک ترین و قابل حمل ترین لپ تاپ دنیا نامیده است.

اگر چه این لب تاپ از نظر طراحی ویژگی های منحصر به فردی ندارد، اما ضخامت اندک آن که به خصوص در بخش صفحه تاپک برد به حداقل می رسد، چشم ها را خیره کرده است.

ضخامت سوئیفت ۷ ایسرا تنها ۹.۹ میلیمتر است. در مقام مقایسه باید گفت تازه ترین مدل لب تاپ مک بوک که توسط اپل با تبلیغات فراوان عرضه شده ۱.۴ سانتیمتر ضخامت دارد.
لپ تاپ یاد شده ۱.۱ کیلوگرم وزن دارد و بنابراین آنقدر سبک است که شاید برخی اوقات فکر کنید آن را در کیف یا کوله پشتیشان به همراه ندارند و جا گذاشته اید.

با این کتانی هوشمند طرح مد شوید

کفش های کتانی هوشمندی طراحی شده‌اند که امکان شارژ بی‌سیم، گام‌شمار، ثبت تصاویر لحظه‌ای و پخش تصویر و انیمیت بر روی کفش را ارائه می‌دهند. اگر به دنبال کفش متفاوتی هستید، پس کالای جدید کمپین جمع‌سیاری (کراود فاندینگ) شرکت Indiegogo را از دست ندهید. کفشی که بنا به ادعای طراح آن، هوشمندترین کفش کتانی است. شما می‌توانید طرح‌ها، انیمیت‌ها و عکس‌های ذخیره شده در گوشی‌هوشمند خود را بر روی صفحه‌نمایش کوچک کفش که از سنسورهای مخفی و نمایشگر LED تشکیل شده، نمایش دهید.
چکسون دونگ، طراح این کفش گفت: ارتباط کفش با گوشی از طریق بلوتوث انجام می‌شود. شما می‌توانید یک عکس بگیرید. طرح دلخواه را رسم کنید. هر چند به مد اگر کنونی‌سی بلد باشید، الگوریتم خود را بنویسید و برای کفش ارسال کنید تا تصویر مورد نظرتان در کفش دیده شود. سه نوع از کفش‌های Vixole در بازار موجود است، از مدل تک‌رنگ LED تا

عاداتی که هورمون های بدن را بهم می ریزند



خیلی از ما روزانه کارهایی را انجام می دهیم و عادت هایی داریم که ناخواسته میزان

هورمون های بدن مان را به هم می ریزند و در نتیجه روی عملکردهای جسمی و روانی بدن تاثیر می گذارند. مثل همین لم دادن در خانه و بی تحرکی. در این مطلب، شش

مورد از این عادت ها را عنوان می کنیم.

بدن ما در سیطره هورمون ها قرار دارد. ترکیباتی که عملکردهای اصلی و ضروری بدن از جمله بلوغ، خواب، استرس، خلق و خوی، میل جنسی، وزن و اشتها را کنترل می کنند. حتی گفته می شود که عشق نیز حاصل فعالیت همین هورمون ها است. به همین

دلیل واضح است که تعادل هورمونی در بدن از اهمیت بالایی برخوردار است.

اما خیلی از ما روزانه کارهایی را انجام می دهیم و عادت هایی داریم که ناخواسته میزان هورمون های بدن ما را به هم می ریزند و در نتیجه روی عملکردهای جسمی و روانی بدن تاثیر می گذارند.

این عادت ها چندان عجیب و غریب نیستند، مثلا همین لم دادن در خانه و بی تحرکی یکی از عوامل بروز اختلال هورمونی است. در این مطلب، شش مورد از این عادت ها را عنوان می کنیم که روی تعادل هورمونی تاثیر گذاشته و در آن اختلال ایجاد می کنند.

بی تحرکی و عدم فعالیت بدنی منظم

ورزش کردن فقط برای حفظ ظاهر و تناسب اندام نیست. ورزش منظم تاثیر زیادی

روی سلامتی بدن دارد. به گزارش Web MD ورزش و تحرک بدنی همانطور که به کارلی سوزی و حفظ تناسب اندم کمک می کند، به همان اندازه روی تعادل هورمون ها تاثیر دارد.

باید بدانید که مغز انسان آندورفین یا هورمون خوش خلقی تولید می کند. این هورمون

نیز به بدن انرژی و حالت مثبتی می دهد که برای مقابله با تحریک پذیری، عصبانیت و افسردگی لازم است. آندورفین همچنین روی میل جنسی و تقویت دستگاه ایمنی بدن برای مقابله با میکروب ها و بیماری ها نقش دارد. توصیه می کنیم روزانه حداقل نیم ساعت پیاده روی کنید.

بدخوابی و بیدار شدن های مکرر شبانه

خواب از طریق ساعت بیولوژیک (داخلی) بدن تنظیم می شود. نتایج پژوهشی که در International Journal of Endocrinology به چاپ رسیده است نشان می دهد از تباطو زیادتی بین چرخه خواب و بیداری و ترشح هورمون ها، بخصوص در خانم ها وجود دارد.

در واقع نوسانات هورمونی باعث به ریختن سیکل قاعدگی، افزایش استرس (به دلیل افزایش هورمون کورتیزول)، افزایش قند خون و افزایش ضربان قلب می شود. همچنین باعث بروز اختلال خواب شده و میل به خوردن فست فود و هله هوله ها را افزایش می دهد.

در واقع هر چه خواب بهتر و باکیفیت تر باشد، هورمون هایمان با تعادل بیشتری ترشح خواهند شد. در غیر این صورت اختلال هورمونی دوباره چرخه خواب را برهم خواهد زد.

انجام ندادن فعالیت های مفید برای قلب و عروق

احتمالا شما مرتیا به باشگاه ورزشی می روید، اما باید بدانید که اگر جلسات ورزشی

علمی و سلامت

درمان های خانگی بوی بد دهان

مشکل بوی بد دهان، ریشه در موارد گوناگونی از قبیل مصرف غذاهای پر ادویه، سیگار کشیدن، خشکی دهان، بیماری های مختلف، مشکلات لثه و دندان و یا سینوزیت دارد.

به گزارش سلامت نیوز ،بوی بد دهان می تواند باعث خجالت شده و اعتماد به نفس شما را خدشه دار کنددر کل، اصلی ترین دلیل بروز این مشکل، وجود یک باکتری است که در پشت زبان و یا بین دندان ها رشد می کند.بنابراین، مهمترین اصل برای کنترل بوی بد دهان، رعایت بهداشت دهان و دندان ها می باشد.

در این مقاله چند روش خانگی موثر در از بین بردن بوی بد دهان معرفی شده است که با آنها می توانید بوی بد دهان خود را کنترل کرده و از بروز ام ممانعت نمایید.

آب

روزانه سعی کنید به میزان کافی آب بنوشید.

زیرا، مصرف منظم این ماده حیاتی، دهان شما را مرطوب و پر آب کرده و از خشکی آن جلوگیری می کند.

در ضمن، بعد از مصرف هر نوبت غذا، بلافاصله دهان خود را با آب بشویید تا باکتری‌های موجود در بین دندان ها از دهان خارج شوند.

رازپانه

رازپانه داری خواص ضد باکتریایی بوده و می تواند بوی بدن دهان را از بین ببرد.

برای از بین بردن بوی بد دهان، یک قاشق غذاخوری از دانه های رازپانه را به آرامی بجویید.

این کار میزان ترشح بزاق دهان را بهبود داده و رطوبت دهان را افزایش می دهد.

دارچین

دارچین باعث کاهش میزان باکتری های موجود در دهان شده و در نتیجه، می تواند بوی بد دهان را کنترل کند.

بدین منظور، یک قاشق چایخوری از پودر دارچین را در یک فنجان آب ریخته و و آن را بجوشانید.

در ضمن، می توانید به آن مقداری هل نیز اضافه کنید.

سپس، مخلول حاصل را کمی سرد کرده و به عنوان دهانشویه از آن استفاده نمایید.

شنبلیله

شنبلیله برای برطرف کرده بوی بد دهان ناشی از کام و سرماخوردگی بسیار موثر است.برای این منظور، روزانه یک قاشق چایخوری از دانه های شنبلیله را با یک فنجان آب جوشانیده و جوشانده حاصل را مصرف کنید.

میخک

میخک دارای خواص ضد باکتریایی بوده و بوی بد دهان را از بین می برد.

راحت ترین روش این است که چند تکه از این گیاه را در دهان گذاشته و آن را کملا بجویید.

در ضمن، می توانید جای گل میخک را نیز مصرف کنید. برای درست کردن این دمنوش، ابتدا یک فنجان آب را بجوشانید.سپس یک قاشق چایخوری از گل میخک را اضافه کرده و بگذارید تا به مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد.

جعفری

کلروفیل های موجود در جعفری از لحاظ شیمیایی، دهان شما را خنثی کرده و بوی بد را از بین می برد.بنابراین، مقداری جعفری تازه را بجوید تا بوی بد دهان شما برطرف شوددر ضمن، می توانید ابتدا جعفری را در سرکه قرار داده و بعد آن را کاملا بجویید.

لیموتش

اسیدهای موجود در آب لیموترش تازه می تواند رشد باکتری های موجود در دهان را متوقف کند.بنابراین، هر روز مقداری آب لیمو را در فنجان ریخته و به آن مقداری نمک اضافه نمایید.سپس، مخلوط حاصل را به عنوان دهانشویه مصرف نمایید.

سرکه سیب

سرکه که سیب دارای pH متعادلی می باشد در نتیجه، می تواند بوی بد دهان را برطرف سازد.برای استفاده، یک قاشق غذاخوری از سرکه سیب را در یک ظرف شیشه ای ریخته و قیل از هر وعده غذا، آن را بنوشید.این کار هم به بهبود کارکرد دستگاه هاضمه کمک می کند و هم بوی بد دهان را برطرف می کند.

جوش شیرین

بی کربنات سدیم یا همان جوش شیرین، گزینه دیگری برای رفع بوی بد دهان است.این ماده اسیدهای موجود در دهان که موجب بوی بد می شوند را متعادل می کند و با باکتری های دهانی می جنگد.یک قاشق چایخوری از جوش شیرین را درون یک لیوان آب گرم حل کرده و روزی یکبار دهان تان را بشویید.همچنین مسواک زدن دندان ها با جوش شیرین می تواند میزان اسیدینه دهان را کلسه و از تجمع باکتری روی زبان تان پیشگیری کند.

روغن درخت چای

روغن درخت چای، ویژگی های ضدعفونی کننده دارد و برای دهان بسیار خوب است.به چند روش می توانید از این روغن استفاده کنید:

* دندان خود را با خمیردندان های حاوی روغن درخت چای بشویید.

* می توانید چند قطره روغن درخت چای را به همراه خمیردندان معمولی تان روی مسواک تان بریزید و دندان هایتان را بشویید.

چند قطره از روغن درخت چای را با نعناع و لیموترش درون یک لیوان آب مخلوط کرده و به صورت دهانشویه از آن استفاده کنید.

چای

پلی فنول آنتی اکسیدان موجود در چای های سیاه و سبز، از رشد باکتری در دهان جلوگیری کرده و بوی بد دهان را رق می کند.

مریم گلی

این گیاه هم بوی بد دهان را برطرف می کند. یک قاشق چایخوری مریم گلی خشک شده را درون یک فنجان آب داغ ریخته و ۵ دقیقه بعد بنوشید.

درباره آزرایمر بیشتر بدانید!

بیماری آزرایمر شایع‌ترین شکل زوال عقلی است اما همچنان در مورد آن نکات ناشناخته‌ای وجود دارد.

آزرایمر نوعی از زوال عقلی است که موجب از دست رفتن قدرت حافظه می‌شود. این بیماری به طور معمول به کندی پیشرفت می‌کند و علائم آن با گذشت زمان تشدید می‌شود. در مراحل اولیه بیماری، افراد مبتلا به آزرایمر در شخصیت و خلق و خوی خود دچار تغییراتی می‌شوند، عدم تعادل روحی روانی را تجربه می‌کنند و افسرده، حساس و تحریک‌پذیر می‌شوند.

این افراد متزوی شده و تمایل خود برای شرکت در فعالیت‌های مختلف و بودن با دیگران را از دست می‌دهند. در مراحل پیشرفته‌تر فرد شناخت کمتری از محیط اطراف خود پیدا می‌کند و همچنین توانایی و عملکرد جسمی او کاهش می‌یابد. در دو نکته مهم دیگر درباره آزرایمر این است که علت‌این بیماری هنوز مشخص نیست و درمانی هم برای آن وجود ندارد.

به گزارش مدیکال دیلی، در این مقاله همچنین «هلنا جانگ جونی» از متخصصان دانشگاه کالیفرنیا جنوبی به ارائه توضیحاتی در مورد معمول‌ترین نکات ناشناخته در مورد بیماری آزرایمر پرداخته است.

تنها افراد مسن به آزرایمر دچار می‌شوند- بیشتر افراد پس از سن ۶۵ سالگی به این بیماری مبتلا می‌شوند و هنوز به‌طور قطع مشخص نیست که چرا این خطر با افزایش سن بیشتر می‌شود. با این حال شروع زودرس آزرایمر در پنج درصد مردمی که به این بیماری دچار می‌شوند ظاهر می‌شود و حتی می‌تواند از سن ۳۰ سالگی شروع شود.

تشخیص آزرایمر به معنی حکم‌احدام است- درمانی برای آزرایمر وجود ندارد و این بیماری ششمین عامل اصلی مرگ در آمریکا به حساب می‌آید. بیشتر افراد مبتلا به این بیماری پنج تا ۲۰ سال پس از تشخیص زنده می‌مانند. در سال‌های اولیه فرد به حد خفیفی قدرت حافظه خود را از دست می‌دهد اما علائم آن به تدریج پیشرفت می‌کند. در مراحل پایانی آزرایمر فرد را دچار مشکلات تنفسی می‌کند که به بروز ذات‌الریه منجر می‌شود.

آزرایمر اثری است - این موضوع تا حدودی صحیح است و محققان می‌دانند که ژنتیک تا حدودی نقش دارد اما تحقیقات جدید حاکی از ارتباط بین سبک زندگی فرد و بروز مشکلات جسمی است. وارد شدن ضربه به سر، فشار خون بالا، دیابت و بیماری قلبی تنها برخی از فاکتورهای اثر گذار هستند. با این وجود محققان معتقدند راهکارهایی همچون کنترل وزن و ورزش کردن می‌تواند احتمال ابتلا به آزرایمر را کاهش دهد.

مبتلایان به آزرایمر هیچ امیددی ندارند- فرا گرفتن نحوه زندگی کردن با این بیماری برای داشتن زندگی عادی کلیدی است. تشخیص اولیه و درمان به موقع کمک‌کننده است. مبتلایان به آزرایمر با حضور در محیط‌های گرم و صمیمی می‌توانند برای مدت زمان طولانی پس از تشخیص بیماری به زندگی خود ادامه دهند.

همه کنند و در معرض خطر ابتلا به آزرایمر هستند - این مطلب صحیح است اما زنان حدود دو برابر بیشتر از مردان احتمال دارد به آزرایمر مبتلا شوند. برخی محققان معتقدند طول عمر بیشتر زنان، علت افزایش خطر ابتلای آنان به آزرایمر است. برخی دیگر بر این باورند که کاهش سطح استروژن پس از دوره قاعدگی علت این تفاوت است هر چند پاسخ قطعی برای آن وجود ندارد.

پهپادهایی که در رقابت‌های پیش‌رو استفاده خواهند شد، توسط اعضای لیگ این مسابقات ساخته خواهند شد و این به آن معنی است که تمامی پهپادها دارای قدرت بازه‌های یکسانی هستند. شرکت کنندگان در زمینیه مسطح و بدون داشتن سیستم جی‌پس اس مسابقه خواهند داد.

