

#### سلامت

### آیا مواد غذایی در بروز آکنه نقش دارند؟

**بخش اجتماعی** – بسیاری از افراد در دوران بلوغ و بزرگسالی دچار عارضه پوستی آکنه می شوند و اغلب این باور وجود دارد که مصرف برخی از خوراکیها مانند شکلات، آکنه را تشدید می کند. به گزارش ایسنا، این پرسش مطرح است که آیا این ارتباط وجود دارد و رژیم غذایی می تواند بر عارضه پوستی آکنه تاثیر داشته باشد؟
سایت ساینس الرت در مصاحبه ای با پنج متخصص پوست، آکنه و میکروبیولوژی پرشهای را در مورد اینکه آیا رژیم غذایی می تواند آکنه را تشدید کند یا خیر مطرح کرده است که در ادامه نظرات آنان آورده شده است.

**آکنه چیست؟**

کنه نوعی عارضه پوستی است که در آن فولیکول های مو در زیر پوست مسدود شده و باعث تجمع چربی و ایجاد لکه می شوند. این بیماری بیشتر در افراد جوان دیده می شود و می تواند در صورت، کمر و قفسه سینه ظاهر شود.

**چگونه متوجه شویم که رژیم غذایی موجب بروز آکنه می شود؟**
روش های مختلفی برای مطالعه رابطه بین رژیم غذایی و آکنه وجود دارد. دکتر گروزی دلوست، متخصص پوست نتایج بررسی انجام شده بین ژانویه ۲۰۰۹ و آوریل ۲۰۲۰ را تشریح کرده که در آن نویسندگان به ارزیابی ۴۲ مطالعه مشاهده ای و ۱۱ آزمایش بالینی مداخله ای پرداخته و مشخص شد چندین فاکتور رژیم غذایی مرتبط با آکنه وجود دارد.

مطالعات مشاهده ای به مفهوم مطالعاتی است که به سادگی دو گروه از افراد، در این بررسی افرادی که رژیم های غذایی مختلف دارند، مقایسه می شود. «مطالعات بالینی مداخله ای» به مفهوم مطالعاتی است که در آن از گروه هایی از افراد درخواست می شود رژیم خود را تغییر دهند تا تاثیر آن روی آکنه اندازه گیری شود. در حالیکه به طور کلی در این بررسی نتیجه گیری شد که بین آکنه و رژیم غذایی ارتباط وجود دارد، در مطالعات مداخله ای نسبت به مطالعات مشاهده ای ارتباط ضعیف تری مشاهده شد.

**کدام مواد غذایی با بروز عارضه پوستی آکنه مرتبط هستند؟**

پروفوسور گابریلا فابروسینی، متخصص آکنه از دانشگاه ناپل ایتالیا گفت: رژیم غذایی با بار گلیسمی بالا و نیز مصرف مکرر لبنیات به ویژه شیر کامل، عوامل اصلی در ایجاد ارتباط بین رژیم غذایی و آکنه هستند. بار گلیسمی بالا (GL) به معنای غذاهایی با کربوهیدرات است که به سرعت در بدن تجزیه می شود و شامل غذاها و نوشیدنی های شیرین، نان سفید و برنج است.

دکتر دلوست افزود: عوامل تقویت کننده آکنه شامل مواد غذایی با بار گلیسمی بالا، محصولات لبنی، غذاهای چرب و شکلات است در حالیکه عوامل محافظت کننده در برابر آکنه شامل اسیدهای چرب و همچنین میوه و سبزیجات هستند.

**چگونه رژیم غذایی منجر به بروز آکنه می شود؟**

دکتر جری تان، متخصص پوست از دانشگاه اوهایو گفت: غذاهای با شاخص گلیسمی بالا می تواند سطح انسولین و فاکتور رشد «انسولین مانند» را بالا ببرد. هر دو این هورمون ها می تواند دفع سیوم (چربی طبیعی پوست) را افزایش دهد و اجزای سیوم را به تر کیباتی که بیشتر التهاب دارند تغییر دهند. این امر بروز آکنه را تشدید می کند.

**چه فاکتورهای دیگری بر آکنه تاثیر می گذارند؟**

دکتر کلی هاس، متخصص میکروبیولوژی پوست از دانشگاه ماساچوست گفت: پاتوفیزیولوژی آکنه چند عاملی است و تا حد زیادی هنوز ناشناخته است، بنابراین تغییرات رژیم غذایی ممکن است در همه موارد موثر نباشد. آکنه با سطوح هورمونی مرتبط است که ممکن است در دوران بلوغ، قاعدگی و بارداری متفاوت باشد.

## {اجتماعی}

# قتل شوهر با همدستی دوست اینستاگرامی

سرنخی در اختیار تیم جنایی قرار داد که نشان می‌داد او حقیقت را کتمان می‌کند.

مدیر ساختمان گفت: در تعطیلات نوروز بود که متوجه حضور مردی غریبه در خانه زوج جوان شدم. ساعتی بعد یعنی در نیمه‌های شب، زن جوان به همراه مرد غریبه، شوهرش را که به‌نظر می‌رسید بیهوش است روی ویلچر گذاشته و از ساختمان خارج کردند. آنها مرد جوان را در صندلی عقب یک ماشین گذاشتند و خودشان هم سوار ماشین شدند و رفتند. این آخرین باری بود که مرد جوان را دیدم و پس از آن همسرش گفت که او برای کار راهی امارات شده است.

**اعتراف به جنایت**

با این سرنخ، بازپرس جنایی تهران دستور بازداشت همسر مرد ناپدید شده را صادر کرد. زن ۲۸ساله وقتی شواهد را علیه خود دید گفت: من و شوهرم در اینستاگرام خیلی فعال بودیم و فالوورهای زیادی داریم. ما در کار تبلیغات، مدلینگ و طراحی فعالیت می‌کردیم تا اینکه مدتی قبل در فضای مجازی با پسری جوان به نام سعید آشنا شدیم.

سعید هم فالوورهای زیادی داشت و زندگی‌اش از راه تبلیغات در اینستاگرام و مدلینگ می‌چرخید. او با شوهرم هم آشنا شده بود و در این میان‌گاهی برای من پیام می‌فرستاد و با یکدیگر چت می‌کردیم. من مدت‌ها بود که با همسرم اختلاف داشتم و از وضعیت زندگی‌ام برای سعید گفتم. او دلش برایم می‌سوخت و همدردی می‌کرد تا اینکه در تعطیلات نوروز بود با شوهرم بر سر همان اختلافات قبلی درگیر شدم و ماجرای درگیری را برای سعید تعریف کردم.

او گفت می‌خواهد به خانه‌ام بیاید و با شوهرم صحبت کند. روز چهارم فروردین سعید به خانه ما آمد و با شوهرم صحبت کرد اما ناگهان بحثشان شد و با هم درگیر شدند. در جریان دعوا، سعید با چاقو ضرباتی به شوهرم زد و او را به قتل رساند. پس از آن به‌دنبال راهی بودیم که جسد را از خانه خارج کنیم. قرار شد سعید ویلچری اجاره کند تا جسد شوهرم را روی آن بگذاریم و از ساختمان خارج کنیم.

وی ادامه داد: نیمه شب جسد شوهرم را روی ویلچر گذاشتیم و به بیابان‌های اطراف پرند رفتیم. در آنجا روی جسد بنزین ریختیم و آن را آتش زدیم. پس از آن دیگر سعید را ندیدم و قرار شد تا چندماه با یکدیگر ارتباطی نداشته باشیم تا آب‌ها از آسیاب بیفتد. از سوی دیگر من شروع کردم به صحنه‌سازی. با موبایل

**بخش اجتماعی**– زنی با همدستی دوست اینستاگرامی خود، شوهرش را به قتل رساند و وانمود کرد که او برای کار به امارات سفر کرده است اما بعد از ۳ماه اسرار این جنایت برملا شد.

به گزارش ایلنا، زنی با همدستی دوست اینستاگرامی خود، شوهرش را به قتل رساند و وانمود کرد که او برای کار به امارات سفر کرده است اما بعد از ۳ماه اسرار این جنایت برملا شد.

تحقیقات در این پرونده از ۱۵تیرماه امسال شروع شد. آن روز زنی که نگران سرنوشت پسرش بود به اداره پلیس رفت تا گزارش ناپدید شدن او را اعلام کند. وی گفت: پسرم در زمینه طراحی، مد و تبلیغات فعالیت دارد. او معمولا در طول هفته، چندین بار به من زنگ می‌زد و احوالم را می‌پرسید اما از عید تا الان حتی یک‌بار هم صدایش را نشنیده‌ام. پسرم سال تحویل به من زنگ زد و عید را تبریک گفت و بعد به همراه همسر و فرزندش به خانه‌ام آمدند.

اما چند روز بعد وقتی به خانه پسرم زنگ زدم عروسم گوشی را برداشت و گفت که پسرم برای یک بیزینس به امارات سفر کرده است. خیلی تعجب کردم اما همان روز پیامکی از واتساپ پسرم به دستم رسید که می‌گفت در امارات است و برای کار مد و تبلیغات به آنجا رفته است و تا چند ماهی پروژه کاری‌اش طول خواهد کشید.

زن ادامه داد: اگرچه ابتدا با خواندن پیام او که از شماره موبایل خودش ارسال شده بود خیالم راحت شد اما پس از آن هربر که به او زنگ می‌زدم پاسخی نمی‌داد و بعد از چند دقیقه پیام می‌فرستاد که سرگرم کار است و نمی‌تواند تلفنی صحبت کند. از فروردین تا الان، حتی صدای پسرم را هم نشنیده‌ام و از عروسم که سراغش را می‌گیرم می‌گوید سرش شلوغ و کارش زیاد است اما من فکر می‌کنم او دروغ می‌گوید و بلایی بر سر پسرم آمده است. چطور ممکن است که پسرم از عید تا الان، همسر و فرزندش را رها کند و سراغی از آنها و من که مادرش هستم نگیرد.

**یک سرنخ**

با اظهارات این زن نزد قاضی عظیم سهرابی، بازپرس جنایی تهران، تحقیقات برای کشف راز این معما شروع شد. مأموران در نخستین گام راهی محل زندگی مرد جوان شدند و به تحقیق از همسایه‌ها پرداختند. هر چند زن جوان به همسایه‌ها گفته بود که شوهرش برای کار به امارات رفته اما مدیر ساختمان

**بخش اجتماعی**– وقتی جسد بی‌جان کوهنورد گمشده در نزدیکی کوه‌های زیاران در استان البرز پیدا شد، پزشکی قانونی علت مرگ او را خفگی اعلام کرد و این سرنخی بود برای کشف راز جنایتی خانوادگی.

به‌گزارش اقتصادآنلاین به نقل از همشهری، ۲۸خردادماه امسال مأموران پلیس شهرستان ساوجبلاغ در جریان گم شدن مردی جوان قرار گرفتند. همسر این مرد می‌گفت که شوهرش همیشه جمه‌ها برای کوهنوردی از خانه خارج می‌شد و صبح آن روز هم برای کوهنوردی به شهرستان آبیک رفته اما با گذشت چندین ساعت از رفتنش، موبایلش خاموش است و خبری از او نیست.

با اظهارات این زن، تحقیقات مأموران برای یافتن کوهنورد گمشده آغاز شد تا اینکه خبر رسید جسد مردی حوالی شهرستان آبیک و نزدیکی کوه‌های زیاران پیدا شده است. او همان کوهنورد گمشده بود و درحالی‌که احتمال می‌رفت هنگام کوهنوردی دچار حادثه شده اما پزشکی قانونی اعلام کرد که روی گلولی او آثار خفگی مشاهده می‌شود و این مرد به قتل رسیده است. نخستین مظنون، همسر مقتول بود.

سال بیست و چهارم/ شماره ۵۷۹۲

# قتل شوهر با همدستی دوست اینستاگرامی

شوهرم برای خودم و خانواده‌اش پیام می‌فرستادم تا همه فکر کنند او زنده است. به همه گفتم که او برای کار به امارات رفته است و به این زودی برمی‌گردد.

**روایت دوم**

با اعتراف تکان‌دهنده زن جوان، بازپرس جنایی تهران دستور بازداشت همدست او و شناسایی بقایای جسد مقتول را صادر کرد. روز شنبه مأموران اداره دهم پلیس آگاهی تهران راهی بیابان‌های پرند شدند اما فقط توانستند بخشی از بقایای جسد را کشف کنند.

از سوی دیگر شناسایی مخفیگاه سعید در دستور کار کارآگاهان جنایی قرار گرفت. بررسی‌ها حکایت از این داشت که او یک مجرم سابقه‌دار است و چند سال پیش به اتهام سرقت مقرون به آزار و زورگیری دستگیر و به ۸سال زندان محکوم شده بود. سعید با همدستی دوستانش سوار بر موتور می‌شد و با تهدید چاقو و ضرب و شتم طعمه هایش دست به زورگیری می‌زد. او پس از دستگیری عسال در زندان بود و حدود یک سال قبل آزاد شده بود.

با این اطلاعات مخفیگاه وی شناسایی و مأموران او را دستگیر کردند اما سعید در بازجویی‌ها منکر قتل عمدی شد و گفت تنها در آتش زدن جسد نقش داشته است. او گفت: چندماه قبل از قتل با همسر مقتول آشنا شدم. صحبت‌های ما اغلب درباره مسائل کاری بود تا اینکه روز چهارم عید زن جوان به من زنگ زد و درحالی‌که سراسیمه بود گفت که می‌خواهد مرا ببیند.

آن روز در پارک قرار گذاشتیم و به دیدن او رفتم. زن جوان می‌گفت به شوهرش دارو خوانده و او را به قتل رسانده است. خیلی ترسیده بود و از من برای پنهان کردن جسد کمک خواست. به او گفتم چرا این کار را انجام دادی و او گفت به‌دلیل اختلافاتی که با شوهرش داشته، وی را به قتل رسانده است. دلم به حالش سوخت و تصمیم گرفتم به او در پنهان کردن جسد کمک کنم.

منهم ادامه داد: همراه او به خانه‌اش رفتم و وقتی نبض شوهرش را گرفتم متوجه شدم نفس نمی‌کشد. همسرش برای اینکه مطمئن شوم که او فوت شده چند ضربه چاقو هم به بدن شوهرش زد. بعد از آن من ویلچری اجاره کردم و با همدستی زن جوان، جسد شوهرش را به بیابان‌های پرند بردیم و آتش زدیم. دو متهم این پرونده که انگشت اتهام را به سمت یکدیگر نشانه گرفته‌اند با قرار قانونی بازداشت شده‌اند و برای انجام تحقیقات بیشتر در اختیار کارآگاهان اداره دهم پلیس آگاهی تهران قرار گرفته‌اند.

## همدستی دختر ۱۶ساله و مادرش در قتل پدر

دلیل رفتن او از خانه، ظن مأموران را به آنها بیشتر کرد. در این شرایط قاضی پرونده دستور بازداشت هردوی آنها را صادر کرد و این مادر و دختر تحت بازجویی قرار گرفتند تا اینکه به قتل پدر خانواده اعتراف کردند.

همسر مقتول گفت: شوهرم وضع مالی خوبی داشت اما هر وقت از او درخواست پول می‌کردم، مخالفت می‌کرد و حاضر نبود برای ما پولی خرج کند. این رفتار او، من و دخترم را اذیت می‌کرد تا اینکه تصمیم گرفتیم برای تصاحب اموالش او را به قتل برسانیم. شب قبل از حادثه حدود ۲۰قرص خواب در آب طالبی حل کردیم و وقتی شوهرم لیوان را سرکشید، به خواب رفت و بی‌هوش شد. فکر می‌کردیم همه‌چیز تمام است اما حوالی صبح متوجه شدیم که در حال به هوش آمدن است.

برای همین طنابی برداشتیم و دور گردنش انداختیم و او را خفه کردیم. پس از آن جسدش را در صندوق عقب ماشینش گذاشتیم و به کوه‌های سمت زیاران منتقل و در آنجا رها کردیم.

به‌گفته سرهنگ محمد نادریبکی، رییس پلیس آگاهی استان البرز، متهمان پس از اقرار به جنایت و بازسازی صحنه قتل راهی زندان شدند.



مأموران برای تحقیقات بیشتر به سراغ این زن رفتند و از او و دختر ۱۶ساله‌اش تحقیق کردند اما تناقض‌گویی‌های مادر و دختر درباره مقتول و

تاریخ انتشار : ۱۴۰۰/۴/۲۹

## آگهی دعوت مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده (نوبت اول)

**مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده نوبت اول شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان ماسال** راس ساعت ۱۸ عصر روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۰/۵/۲۰ در محل سالن آمفی تاتر آموزش و پرورش تشکیل می‌گردد. از عموم اعضای محترم شرکت دعوت می‌گردد راس ساعت مقرر جهت رسیدگی به دستورات جلسه حضور به‌هم رسانند.

**توجه:**

هریک از اعضای شرکت می‌توانند استفاده از حق خود را برای حضور و دادن رای در مجمع عمومی به یک نفر به عنوان نماینده تام الاختیار از میان اعضاء یا خارج از اعضاء واگذار نمایند. لیکن هیچ کس نمی‌تواند علاوه بر رای خود بیش از ۳ رای با وکالت داشته باشد. غیرعضو تنها می‌تواند از یک عضو وکالت داشته باشد . داوطلبین عضویت در هیات مدیره و بازرسی شرکت تعاونی می‌توانند پس از انتشار آگهی جهت ثبت‌نام به فروشگاه شماره دو فرهنگیان، آقای هلاکو شریفی مراجعه و ثبت‌نام نمایند.

در ضمن اعضایی که قصد وکالت به غیر را دارند قبل از برگزاری مجمع عمومی نوبت اول یا دوم به همراه وکیل خود و با همراه داشتن دفترچه سهام به نشانی شرکت تعاونی نزد آقای هلاکو شریفی مراجعه تا وکالت‌نامه تنظیم و به تایید مقام دعوت کننده مجمع عمومی رسیده تا قابل ارایه به مجمع عمومی باشد.

داوطلبین عضویت در هیات مدیره و بازرسی باید واجد شرایط زیر باشند:

- ایمان و تعهد عملی به اسلام (در تعاونی‌های متشکل از اقلیت‌های دینی شناخته شده در قانون اساسی شرط وثاقت و امانت)
- نداشتن منع قانونی و محجور نبودن
- عدم عضویت در گروه‌های محارب و عدم ارتکاب جرایم علیه امنیت کشور و عدم محکومیت به جعل اسناد
- عدم سابقه محکومیت ارتشاء، اختلاس، کلاهبرداری، خیانت در امانت، تدلیس، تصرف غیرقانونی در اموال دولتی و ورشکستگی به تقصیر

**دستور جلسه:**

۱- استماع گزارش کتبی هیات مدیره و بازرس شرکت

۲ – طرح و تصویب صورت‌های مالی سال ۹۹ و اتخاذ تصمیم در مورد سود و زیان

۳ – طرح و تصویب بودجه پیشنهادی سال ۱۴۰۰

۴ – انتخاب هیات مدیره و بازرس اصلی و علی‌البدل جدید به علت اتمام دوره قانونی آن

۵ – تعیین روزنامه کثیرالانتشار جهت درج آگهی‌های شرکت

۶ – تعیین خط مشی آینده شرکت

**یادآوری: چنانچه مجمع عمومی نوبت اول به حدنصاب قانونی نرسید، مجمع عمومی نوبت دوم در ساعت ۱۸ روز پنج‌شنبه مورخ ۱۴۰۰/۶/۴ با همان دستور جلسه در محل فوق برگزار می‌گردد.**

### هیات مدیره شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان شهرستان ماسال

رودبار – توتکبان – جنب پمپ بنزین خانی – محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

**۳۰۲دم‌الفث**

**تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۰/۴/۲۹**

**تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۰/۵/۱۳**

**رییس ثبت اسنادرودبار –علیرضا اکبری گیگاسری**