

اخبار



۴ هزار و ۷۸۹ کیلومتر شبکه گازرسانی در شهرها و روستاهای استان



مدیر عامل شرکت گاز گلستان در بین خبرنگاران طی مصاحبه مطبوعاتی که برگزار شد گفت: شرکت گاز استان گلستان تا به حال توانسته است ۴ هزار و ۷۸۹ کیلومتر شبکه گازرسانی را در شهرها و روستاهای استان به اجرا درآورد و هم چنین برای این شبکه اجرایی ۱۸۵ هزار و ۳۸۴ عملک(انشعاب) را برای مشترکین نصب کند تا این لحظه ۲۷۴ هزار مشترک از نعمت گاز طبیعی برخوردار شده اند.

مهندس سنگدوینی افزود: در هفته دولت تعداد ۵۱ پروژه گازرسانی در بخشهای روستایی با هزینه ای در حدود ۱۲۰ میلیارد ریال با حضور مسئولین استان و شهرستان مورد بهره برداری و کلنگ زنی قرار می گیرد که از این تعداد ۲۱ پروژه مورد بهره برداری و ۳۰ پروژه کلنگ زنی می شود و حدود ۴۰ هزار نفر از مردم استان از نعمت گاز بهره مند می شوند. مهندس سنگدوینی در ادامه گفت: از دیگر برنامه های شرکت گاز در هفته دولت افتتاح پروژه ساختمانی اداره مرکزی شرکت در محل سایت اداری می باشد که تا کنون برای ساخت و تجهیز آن بالغ بر ۴۵ میلیارد ریال هزینه شده است.مدیر عامل شرکت گاز در پایان مصاحبه گفت: از دستاوردها و مصوبات سفر دولت نهم به استان گلستان گازرسانی به شهر مرزی مراوه تپه ۴۸ و روستای مجموعه دوزین است که عملیات اجرایی آن در حال انجام است و ۵ روستا از ۴۸ روستای مذکور در این ایام به بهره برداری می رسد. در ضمن گازرسانی به شهر مرزی مراوه تپه در حال انجام است که با گاز شدن این شهرستان تعداد ۱۸۰ روستای مسیر نیز قابلیت گازرسانی پیدا نموده و در برنامه گازرسانی این شرکت قرار می گیرد.

*** مهدی عرب- خبرنگار صحرا**

در مراسمی بمناسبت هفته دولت اولین دانشگاه علمی- کاربردی بهزیستی گلستان در علی آباد کتول افتتاح شد.

فرماندار علی آباد کتول گفت: این دانشگاه در ساختمانی به مساحت ۲۴۰۰ متر مربع و در دو طبقه راه اندازی شده است. علی دنگوب افزود: در مرحله اول پذیرش دانشجو که از اول مهرماه آغاز می شود ۳۹۰ نفر دانشجو پذیرفته می شود.وی گفت: پذیرفته شدگان در ۴ رشته جدید فاز اول در رشته های اصلاح و تربیت، آموزش مربی پیش دبستانی و آموزش خانه های تربیتی در مقطع کاردانی و آسیب شناسی اجتماعی با گرایش اعتیاد در مقطع کارشناسی تحصیل می کنند.فرماندار علی آبادکتول یادآور شد: هدف از اجرای این دانشگاه توسعه رشته هایی که به تحکیم مبانی خانواده کمک می کنند می باشد. دنگوب خاطر نشان کرد: در سالهای آتی در رشته فوق لیسانس هم پذیرش دانشجو خواهیم داشت.وی اضافه کرد: علی آباد کتول هم اکنون یکی از قطبهای علمی استان است که ۲۰ درصد دانشجویان استان را در پنج واحد دانشگاهی آزاد، آموزشکده فنی، سما پیام نور و دانشکده فنی و مهندسی گلستان در علی آباد در خود جای داده است.

فرماندار علی آبادکتول یادآور شد: بزودی هفتمین واحد دانشگاهی به نام دانشگاه علمی- کاربردی غیرانتفاعی هم در این شهرستان راه اندازی می شود. گفتنی است ظرفیت مرکز آموزش عالی علمی کاربردی گلستان در علی آبادکتول در دو ترم آینده از ۳۰۰ دانشجو به یک هزار دانشجو افزایش می یابد.

رئیس سازمان جهاد کشاورزی گلستان:

برای بیش از ده هزار گلستانی طی دولت نهم ایجاد اشتغال شد

رئیس سازمان جهاد کشاورزی گلستان اعلام کرد: طی چهار سال گذشته (دولت نهم) با پرداخت سه هزار و ۵۰۷ میلیارد ریال تسهیلات به طرحهای مختلف کشاورزی، برای ۱۰ هزار و ۷۹۱ نفر ایجاد اشتغال شده است.



مهندس "روضانعلی جعفری" روز چهارشنبه گفت: پرداخت تسهیلات در زمینه طرحهای آب و خاک و تأمین آب، صنایع تبدیلی و مکانیزاسیون، دام و طیور، باغبانی، زراعت، شیلات و منابع طبیعی بوده است. وی افزود: پرداخت این وامها که از سال ۸۴ با آغاز دولت نهم شروع شده از محل تسهیلات بنگاههای زودبازده کوچک اقتصادی و کارآفرین و اعتبارات ملی اعطاء شده است. وی اضافه کرد: در این راستا، سازمان جهاد کشاورزی گلستان توانسته است به ترتیب در سال ۸۴ حدود ۲۴ درصد، در سال ۸۵ حدود ۲۶ درصد و همچنین در سالهای ۸۶ و ۸۷ هر کدام حدود ۲۹ تا ۳۰ درصد سهم استان را جذب و در اختیار مجریان طرحهای تولیدی قرار دهد. وی ادامه داد: با پرداخت این تسهیلات در مقایسه با مدت مشابه چهار سال قبل از آن، رقم حدود ده برابر رشد را نشان می دهد. وی متذکر شد: ۷۰ درصد این اعتبارات برای طرحهای تولیدی دام و طیور اختصاص داده شده است.

پیاده رو جاده ناهارخوران گرگان با ۳۰۰میلیون ریال ترمیم شد



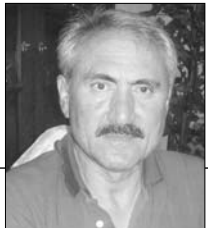
شهردار منطقه یک گرگان از ترمیم پیاده رو جاده ناهارخوران این شهر با هزینه ای بالغ بر ۳۰۰میلیون ریال خبرداد.



"امیر سنایی" روز پنجشنبه گفت: در این خصوص از سوی شهرداری منطقه یک گرگان، پیاده روی جاده ناهارخوران حد فاصل بلوار گلشهر تا کوی قلعه حسن پازل فرش شده است. وی زمان اجرای این پروژه را از ابتدای سال ۸۸ تا پایان مرداد اعلام کرد و افزود:این اقدام در جهت ترمیم پیاده روهای سطح شهر بویژه مسیر ناهارخوران که عمدتاً شهروندان بعنوان مسیر پیاده روی از آن استفاده می کنند، انجام شد. سنایی اضافه کرد: پازل فرش این مسیر تا میدان ناهارخوران در دستور کار شهرداری منطقه یک گرگان قراردارد.

داستان ناوهای گمیشان (۹)

براساس خاطراتی از خدر خزین؛ تاجر بین المللی گمیشانی



که می خواست می برد. امواج سهمگین بلند می شد و نیمی از آب امواج به داخل کشتی و روی الوار می ریخت، که ناگهان عطا برومند آمد و گفت: خدر آقا، آب روی الوار ها ریخته و دارد بر وزن الوار ها اضافه می شود، می ترسم مثل کشتی آنه مختوم بشود!

– کشتی آنه مختوم! مگه کشتی آنه مختوم الوار حمل می کرد؟

– خیر، ما داشتیم سیمان حمل می کردیم که حدود ۲۰۰ تا ۳۰۰ تن مانده به ساحل مشهدسر (بابلسر) ناگهان رگبار شدید باریدن گرفت و سیمان روز دیگر تک و توکی الوار در روی دریا دیده شد، خوشحال به طرف قره بغاز ادامه دادیم، که ناگهان چشمتان روز بد نبیند، الوارها تمام سطح دریا را فراگرفته بود، انگار دو کشتی تصادف کرده باشند، تکه های چوب در وسعت زیادی پخش شده بود، هر چه جلوتر می رفتیم در کنار و میان چوب ها و الوارها قایق های « یک مردی» با سرنشین و حتی روی بعضی الوارها زن و مرد و بچه های ۱۲ و ۱۳ ساله نشسته بودند، همگی مسلح! مسلح به سلاح های گرم و سرد، حدود ۶۰-۷۰ نفری بودند و چپ – چپ ما را نگاه می کردند فهمیدم نیتشان خوب نبود، انگار دزدان دریایی با خانواده به الوار ها حمله کرده بودند، مقاومت بی فایده بود، اگر سماجت می کردیم، شاید به ما حمله کرده خود کشتی را هم از ما بگیرند، رسیدیم، ولی اینجا اگر نشست بکنند کاری نمی توانیم بکنیم !!



خدر آقا، فکر می کنم الوار های سی تنی با آنهاپی که به آن نفوذ کرده به ۳۵ تن رسیده باشد، که خیلی خطرناک، با تجربه ای که من دارم، باید مقداری از الوار ها را به دریا بریزیم تا کشتی زیاد سنگین نشود، بعد از طوفان هم می شود رفت به دنبالش تا شاید بتوانیم مقداری از آنها را جمع و جور کنیم!

سبحان، اگر تو صلاح می دانی، دستور بده که حدود ۱۰ تن از الوار ها را بریزید به دریا، حفظ جان خودمان بهتر از الوارها است!

خلمه ها در حالیکه خودشان را با طناب به بدنه کشتی بسته بودند حدود ۱۰ تن الوار را ریختند به دریا و این تا حدود ۲ بعد از ظهر ادامه داشت و کشتی تا حدودی تعادلش حفظ گردید و طوفان هم از شدتش کاسته ولی تا صبح روز بعد ادامه داشت، خان می وزید خیلی به نفع مان می شد، ولی حالا واقعا مزاحم ما بود. نزدیک های صبح این باد تبدیل به طوفان گردید، فوری بادبان ها را پایین کشیدیم و دعا می کردیم که هر چه زود تر باران بیاید ، چون پس از هر طوفانی باران و هوا آرام می شد، ولی از ابر و باران خبری نبود و طوفان کشتی را به هر طرفی

«قره بغاز»

اواسط تابستان بود، کشتی بار گیری شده و آماده حرکت از بندر آستارا خان (آژدارخان) به مقصد کمیش دفه بود. هفته پیش به آستارا خان رفته بودیم، هر سال اواسط تابستان فروشگاه های بزرگ پوشاک، کفش و ظروف آمیزخانه، کالای خود را حراج می کردند و این فرصت خوبی بود برای خدمه کشتی تا برای خانواده خود خرید کنند و حتی برای کودکانی که برای استقبال ورود کشتی می آمدند کافلات خریده بودند، رسم بر این بود که همیشه بچه ها برای استقبال می آمدند. من نیز برای خرید الوار وارد بازار شده بودم و پس از سر زدن به چند تاجر چوب و الوار، سی تن الوار خریدم و با تلاش خدمه های کشتی در نظارت بر بارگیری که توسط باربران فصلی بارگیری می شدند، کشتی در عرض یک هفته بارگیری شده و آماده حرکت بود، عطا برومند که مسئول خدمه ها بود گفت: کشتی طبق گفته شما بارگیری شده و به بالاس بودن سنگین باشد دقت شده است. سنگین بودن عقب کشتی دو حسن داشت: یکی بر سرعت آن تاثیر می گذاشت و دیگر اینکه در طوفان ها تعادل کشتی حفظ می شد. پس از گرفتن مجوز حرکت از اسکله بندر آستارا خان و ورقه گمرکی (لیس تنسیا) بندر آستارا خان را به مقصد کمیش دفه ترک کردیم. پس از انقلاب پلشویکی، دزدان دریایی نیز در دریای خزر دیده شده بودند. ولی ما تا بحال ندیده بودیم، ولی از نظر احتیاط اکثر ناوچی های کمیش دفه سه، چهار تنگگ چی هم استخدام کرده بودند که به آنها «مرگن» می گفتند. من نیز در این سفر سه تنگگ چی داشتم.

ساعت ۹ صبح، کشتی با آرامش خاص خود، بندر را ترک کرد و هر کدام از خدمه کشتی در حوزه ی فعالیت خودشان، شاد و خندان به کمیش دفه و خانواده شان فکر می کردند، در حالی که این بار دشتان پر از سوغاتی بود. نیمه های شب هوای آرام جای خود را به باد سورتیک داد. سرعت باد لحظه به لحظه بیشتر می شد و این مانع حرکتمان به طرف جلو بود، چون باد از شمال غربی به جنوب شرقی می وزید، اگر این باد هنگام آمدن از کمیش دفه به آستارا خان می وزید خیلی به نفع مان می شد، ولی حالا واقعا مزاحم ما بود. نزدیک های صبح این باد تبدیل به طوفان گردید، فوری بادبان ها را پایین کشیدیم و دعا می کردیم که هر چه زود تر باران بیاید ، چون پس از هر طوفانی باران و هوا آرام می شد، ولی از ابر و باران خبری نبود و طوفان کشتی را به هر طرفی

کشتی درسته به کف دریا نشست کرد ، چون فاصله با ساحل نزدیک بود ، همگی شناکتان سالم به ساحل رسیدیم، ولی اینجا اگر نشست بکنند کاری نمی توانیم بکنیم !!

خدر آقا، فکر می کنم الوار های سی تنی با آنهاپی که به آن نفوذ کرده به ۳۵ تن رسیده باشد، که خیلی خطرناک، با تجربه ای که من دارم، باید مقداری از الوار ها را به دریا بریزیم تا کشتی زیاد سنگین نشود، بعد از طوفان هم می شود رفت به دنبالش تا شاید بتوانیم مقداری از آنها را جمع و جور کنیم!

سبحان، اگر تو صلاح می دانی، دستور بده که حدود ۱۰ تن از الوار ها را بریزید به دریا، حفظ جان خودمان بهتر از الوارها است!

خلمه ها در حالیکه خودشان را با طناب به بدنه کشتی بسته بودند حدود ۱۰ تن الوار را ریختند به دریا و این تا حدود ۲ بعد از ظهر ادامه داشت و کشتی تا حدودی تعادلش حفظ گردید و طوفان هم از شدتش کاسته ولی تا صبح روز بعد ادامه داشت، خان می وزید خیلی به نفع مان می شد، ولی حالا واقعا مزاحم ما بود. نزدیک های صبح این باد تبدیل به طوفان گردید، فوری بادبان ها را پایین کشیدیم و دعا می کردیم که هر چه زود تر باران بیاید ، چون پس از هر طوفانی باران و هوا آرام می شد، ولی از ابر و باران خبری نبود و طوفان کشتی را به هر طرفی

سردسته آنها گفت: از قدیم بر ساحل نشینان رسم بر این است که هر چیزی را دریا بیابود و یا هرچه از دریا پیدا کردی مال خودت است، لذا ما این الوار ها را پیدا کردیم و مال خودمان است! اگر هم مزاحم کارمان شویم، مقامت خواهیم کرد.

دیدم صحبت فایده ای ندارد، آنها تصمیم گرفته اند که الوار ها را بردارند، به خاطر نجات کشتی، خدمه و خودم از خیر ۱۰ تن الوار گذاشتم، چون پیش خود حساب کردم که با فروش ۲۰ تا یاقیمانده، پول هایم در می آید و این ۱۰ تن سود این سفر بوده و در ازای سودم جان خودم و خلمه را نجات می دهم، با ذکر است . دکتر و دو همکاران حرکت دهند!!!

نهار کامل خوردند، امید داشتیم تا فردا صبح هوا کاملا

*** حوادث**

اختلافات خانوادگی در کردکوی به قتل انجامید

ماموران آگاهی کردکوی دستگیر شد. این معاونت افزوده است: در تحقیقات بعمل آمده وی بااعتراف به قتل زنی حدود ۳۰ساله گفت که مقتول همسر دوم او بوده و به علت اختلافاتی که با هم داشته اند در حین مشاجره لفظی توانسته خود را کنترل کند و با ضربه مشت بر سر همسرش باعث مرگ وی شده است.



فرهنگی ادبی اجتماعی و ورزشی صاحب امتیاز و مدیر مسئول: دکتر عبدالرحمن دیه چی سردبیر: حاج حمید کمی دبیر بخش ترجمتی: غفور خوجه

اخبار

آموزش نانوایان باعث کاهش ضایعات نان می شود



در راستای ارتقاء سطح فرهنگ عمومی در زمینه مصرف بهینه و به منظور کاهش ضایعات نان درسال اصلاح الگوی مصرف ۶۰۰ واحد نانوائی که برابراست با ۳۵ درصد نانوائی های استان، آموزش های لازم را درجهت پخت نان با کیفیت بالاتر و حضوراسایتد مجرب و کارآزموده فرا خواهند گرفت.

به گزارش روابط عمومی اداره کل غله وخدمات بازرگانی استان گلستان سید حمید رضا میرآفتاب مدیرکل غله استان درجلسه شورای راهبری این اداره کل با بیان مطالب فوق افزود: در حال حاضر این آموزش ها در واحدهای نانوائی شهرستان های بندرترکمن، علی آباد، گنبد و مینودشت درحال برگزاری می باشد و درگرگان نیز به اجرا در آمده است. وی گفت: به منظورکاربردی و تخصصی ترشدن این آموزش ها، هماهنگی های لازم با اداره کل فنی و حرفه ای استان صورت گرفته تا شاهد افزایش کیفیت آرد و نان دراستان ونیز کشور باشیم.میرآفتاب خاطرپشان کرد: آموزش همزمان با تولید در قالب کارگاه آموزشی از دیگر برنامه های آموزشی و پژوهشی اداره کل غله و خدمات بازرگانی استان است که درسال جاری برای نانوائیان استان برگزارخواهد شد.عضویت مدیره شرکت غله و خدمات بازرگانی منطقه دو ادامه داد: واحدهای خیازی استان با فراگیری آموزش های لازم ، از نظر کمیت و کیفیت رتبه بندی خواهند شد و به تبع آن کارایی آنها ارتقا می یابد.میرآفتاب در پایان با تاکید براینکه نظارت بر نانوائی ها همانند سال قبل انجام می شود تصریح کرد: نظارت بر چرخه ورود و خروج گندم و تولید آرد ازارکان مهم فعالیت های این اداره کل است که باید در این زمینه نیزاز نیروهای آموزش دیده و خیره استفاده نمود

۴۳ واحد صنعتی در هفته دولت امسال در استان گلستان راه اندازی شد

رئیس سازمان صنایع و معادن گلستان از راه اندازی ۴۳ واحد صنعتی همزمان با گرامیداشت یاد و خاطره شهیدان رجایی و باهنر در هفته دولت سالجاری در استان خیر داد . دکتر محمد تولیت گفت: برای راه اندازی این واحدها ۵۸۱ میلیارد و ۵۹۶ میلیارد ریال سرمایه گذاری صورت گرفته است.به گفته او با بهره برداری از این واحدها برای ۸۰۸ نفر در استان فرصت شغلی ایجاد شده است.دکتر تولیت ادامه داد: این واحدها در شهرکها و نواحی صنعتی شهرستانهای بندرگز، گنبد، بندرترکمن ، گرگان ، علی آباد و آق قلا واقع شده اند .در زمینه فعالیت این واحدها را صنایع غذایی و آشامیدنی، ادوات کشاورزی ، چاپ روی نایلون و نایلکس ، بسته بندی حیویات و ادویه ، روغن موتور ، بتون آماده ، ماشین آلات غذایی و سایر موارد عنوان کرد. (۳۴۷۲۰)

کسب مقام سوم تیم امداد و نجات جمعیت هلال احمر استان گلستان در مسابقات امداد و نجات کشور

با توجه به برگزاری مسابقات امدا و نجات کشوری(چاف) در استان گیلان تیم امداد و نجات جمعیت هلال احمر استان گلستان در مجموع مقام سومی این دوره از مسابقات را کسب نمود . ۱- تیم تبریز و بانداز مقام اول ۲- تیم نجات از ارتفاع مقام پنجم ۳- تیم نجات در جاده مقام چهارم ۴- تیم سیلاب مقام چهارم

دیدار جمعی از کارکنان اداره کل بیمه خدمات درمانی گلستان با خانواده معظم شاهد

به مناسبت هفته دولت و به منظور تجلیل از مقام شامخ شهیدان انقلاب اسلامی جمعی از روسای اداره کل بیمه خدمات درمانی گلستان به همراه امام جماعت این اداره کل در تاریخ ۸/۷/۸۷ به منزل دو شهید بزرگوار جنگ تحمیلی رفتند. دکتر کمانگری معاون اداره کل در این دیدار گفت: شما خانواده های شهدا ذخیره بزرگی الهی و یک ثروت عظیم انسانی هستید که ما توان سخن گفتن در بیان وصف شهیدان، جانبازان، مفقودان و اسیرانی که در جهاد فی سبیل... جان خود را فدا کرده اند، نداریم. دکتر کمانگری افزود: زبان و بیان ما عاجز از ترسیم بلند مرتبه عزیزانی است که با رشادتها و خوشنشان درخت اسلام را شکوفه نموده اند و چگونه می توان سخن گفت در اقدام شریف مادران بزرگواری که چنین فرزندان را برای اسلام تربیت کردند. دکتر کمانگری ضمن تشکر از خانواده معظم شاهد برای شهیدان آرزوی رحمت الهی و برای پدران، مادران، همسران و فرزندانشان صبر، مقاومت و سعادت آرزو نمود. در پایان به رسم یادبود هدایایی به خانواده های ایشان اهدا گردید.

اثر عکاس گلستانی در جشنواره آدانا روتاری ترکیه پذیرفته شد

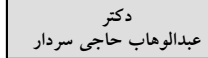
یک اثر از ابوالقاسم قاسمی عکاس هنرمندگلستانی با نظر موفق داوران جشنواره شصتین دوره آداناروتاری کشور ترکیه پذیرفته شد.

به گزارش روز پنجشنبه روابط عمومی بانک ملت گلستان به ایرنا جشنواره آداناروتاری ترکیه زیر نظر انجمن عکاسی فیاپ، انجمن عکس اروپا و عکاسان AFADبرگزار می گردد.

ابوالقاسم قاسمی کارمند مدیریت شعب بانک ملت استان گلستان بوده و پذیرش اثر این هنرمند در جشنواره مذکور سومین حضور موفق او در سال ۲۰۰۹در مجمع هنری بین المللی می باشد.



ترتیب ۵/۱ ، ۵/۵ و ۲/۳ است در حالی که میزان مرگ و میر ناشی از بیماریهای قلبی در این کشور در سال به ترتیب ۶۰ ، ۲۵۰ ، ۴۶۰ و ۵۱۶ نفر در هر ۱۰۰ هزار نفر است . نکته جالب دراین بررسیها این است که زاین کمترین مرگ و میر ناشی از بیماریهای قلبی را داراست در حالیکه بیشترین تعداد تخم مرغ مصرفی برای هر فرد (۲۵۵در هفته) را دارد لازم به ذکر است . دکتر و دو همکاران در دانشگاه هاروارد طی یک بررسی ۱۴ ساله که برروی ۱۱۷ هزار نفر از پرستاران و دیگر افراد درگیر در امور بهداشتی صورت گرفته نشان داده اند که هیچ ارتباطی میان مصرف تخم مرغ وبیماریهای قلبی – عروقی وجود ندارد.



دراین بررسی هیچ تفاوتی از نظر خطر وقوع این بیماریها (انفارکتوس میو کاردیوماری عروقی کرونرقلب) و سکنه مغزی در میان افرادی که هفته ای یک عدد تخم مرغ و افرادی که روزانه بیش از یک عدد تخم مرغ مصرف می کردند ، وجود نداشت . این محققین چنین نتیجه گیری کردند که به نظر می رسد مصرف روزانه یک عدد تخم مرغ اثری بر میزان وقوع بیماریهای قلبی و عروقی یا سکنه مغزی در میان مردان و زنان سالم ندارد اما در افراد دیابتی میان مصرف تخم مرغ و بیماریهای قلبی رابطه وجود دارد . طبق نظر این تیم تحقیقاتی ، احتمال وقوع بیماری قلبی در افراد دیابتی که در روز حداقل یک تخم مرغ مصرف می کنند ، دو برابر است .بروز چنین وضعیتی در افراد دیابتی ممکن است مربوط به اختلال در مکانیسم انتقال کلسترول باشد . مطالعه فوق یکی از متعدد مطالعاتی است که نشان می دهد مصرف تخم مرغ و کلسترول غذا ارتباطی با سطح کلسترول خون و میزان وقوع بیماریهای عروقی کرونر قلب ندارد . نکته قابل تامل این است با وجود این که در زرده تخم مرغ کلسترول وجود دارد اما حضور دیگر موارد مفید مانند آنتی آکسیدانها ، ویتامینهای گروه B و چربیهای غیراشباع می توانند نقش مثبت در جلوگیری از بیماریهای قلبی داشته باشند . امروزه بعد از انجام تلاشها و مطالعات بسیار زیاد ، ثابت شده آن تصویر هولناکی که از تخم مرغ ترسیم شده بود کاملاً نادرست و بدون پایه و اساس منطقی است . خلاصه کلام اینکه ، مصرف روزانه یک تخم مرغ در افراد سالم مشکل ساز نبوده و اساساً تخم مرغ هیچ ارتباطی با میزان وقوع بیماریهای قلبی – عروقی و مرگ و میر حاصله از این بیماریها ندارد .

*** سلامت**

تخم مرغ خوبه یا بده؟

قبلا پاره ای از متخصصین تغذیه اعتقاد داشتند که تخم مرغ ارتباط تنگاتنگی با میزان وقوع بیماریهای قلبی – عروقی و مرگ و میر حاصله از این بیماریها دارد . بدین خاطر نظر بر آن بود که مصرف تخم مرغ در بزرگسالان شدیداً کاهش یابد و حتی زرده تخم مرغ دور ریخته و مصرف نشود . در حال حاضر پاره ای از نظریات در مورد تخم مرغ مرد شده و به آن با دید دیگری نگریسته میشود . یکی از مواد مورد نیاز بدن از اسیدهای چرب امگا ۳ است . بدن انسان توانایی ساخت اسیدهای چرب امگا ۳ را ندارد و لازم است که این مواد از طریق غذا به بدن برسد . برای بر طرف کردن نیاز ازگائیزم به اسیدهای چرب امگا ۳ ، ما میتوانیم آنها را به شکل طبیعی از تخم مرغ نیز بدست آوریم . امگا ۳ تخم مرغ شامل دو تیپ اسیدهای چرب است که در کنترل نگهداشتن بیماریهای قلبی کمک میکنند . خواص اسیدهای چرب امگا ۳ :

- پیشگیری و درمان بسیاری از بیماری ها
- محافظت در برابر اختلال ریتم قلبی
- کاهش خطر بروز سکنه و جراحات مغزی
- ممانعت از تجمع پلاکت و گرفتگی رگ ها
- کاهش فشار خون بالا و تنظیم آن
- کاهش امراض راه های تنفسی
- پیشگیری از پوکی استخوان

پاراسات تحقیق و آماری را در این ارتباط ارائه داده است که قسمتی از آن به شرح ذیل میباشد :

امروزه بر اساس اطلاعات حاصله از تحقیق انجمن آمریکا و کمسیون بین المللی تخم مرغ در ۲۲ کشور مشخص شده که ارتباط مثبتی میان مصرف تخم مرغ و مرگ و میر ناشی از بیماریهای قلبی- عروقی در مردان و زنان وجود ندارد. دراین بررسیها به عنوان مثال مشخص شد که تعداد تخم مرغ مصرفی درهفته در فرانسه ، آمریکا و انگلستان به

