



مصرف لبنیات کمتر از نیاز روزانه

احمد اسماعیل‌زاده، مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت؛ مصرف لبنیات در کشور ما به اندازه یک واحد (یک لیوان شیر) در روز است اما باید دو تا سه واحد لبنیات مصرف شود. این نیاز در کودکان و سالمندان مبتلا به یوگی استخوان همچنین زنان باردار و شیرده اهمیت دو چندان دارد.



دارودر ۱۴۰۳ کسری بودجه دارد

شهرام کلانتری خاندانی، رئیس انجمن داروسازان ایران: برای ۱۴۰۳ به ۱۲۵ هزار میلیارد تومان اعتبار برای طرح داروییاری نیاز است ولی آنچه تاکنون در مجلس بحث شده، توافق ۸۵ همتی است که ۳۵ درصد کمتر از اعتبار واقعی مورد نیاز در ابتدای زنجیره تأمین دارو در سال آینده است.

تندرستی

سلامت

آرش نهانودی؛ روزنامه‌نگار

برای رهایی از دیابت نوع ۲ لاغر شوید

دیابت نوع ۲ از جمله بیماری‌های مرتبط با چاقی است و به همین دلیل افرادی که وزن کم می‌کنند می‌توانند امید بهبود از این بیماری را داشته باشند.

نتایج یک تحقیق منتشر شده در JAMA Surgery Trusted Source در سال ۲۰۲۰ میلادی نشان می‌دهد که کاهش وزن می‌تواند منجر به بهبود دیابت نوع ۲ در برخی از بیماران مبتلا به این عارضه شود و این کاهش وزن را می‌توان از طریق تغییر سبک زندگی یا جراحی کاهش وزن به دست آورد. تحقیقی هم در این باره در ۲۰۱۸ انجام و The Lancet Trusted Source منتشر شد که نشان می‌دهد ۵۰ درصد از افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ که برای کاهش وزن از طریق تغییرات رژیم غذایی اقدام کردند، یک سال بعد در حال بهبود از این بیماری بودند. بررسی مشارکت کنندگان در این تحقیق که از رژیم غذایی پیروی کرده بودند نشان داد کاهش وزن می‌تواند راهی مؤثر برای دستیابی به بهبود دیابت نوع ۲ باشد.

برای پاسخ به این سؤال که آیا واقعا کاهش وزن می‌تواند در بهبود دیابت نوع ۲ مؤثر باشد، گروهی از محققان دانشگاه چینی هنگ کنگ داده‌های ۲۳ هزار و ۲۲۶ بیمار مبتلا به دیابت نوع ۲ را که در «برنامه ارزیابی ریسک و مدیریت دیابت» ثبت‌نام کرده بودند تجزیه و تحلیل کرد. این تیم تحقیقاتی در یافت که تنها ۶.۱ درصد از افرادی که در این مطالعه ثبت‌نام کرده‌اند هیچ تغییری در وضعیتشان ایجاد نشده است.

افرادی که ۱۰ درصد یا بیشتر از وزن کل بدن خود را در سال بعد از تشخیص از دست داده بودند، در مقایسه با افرادی که وزن اضافه کرده بودند، سه برابر بیشتر احتمال داشت که در مسیر بهبود از دیابت نوع ۲ قرار گیرند. افرادی که بین ۵ تا ۹.۹ درصد از وزن بدن خود را از دست داده بودند، در مقایسه با افرادی که وزن اضافه کرده بودند، بیش از دو برابر احتمال بهبودی در پایان دوره پیگیری داشتند. افرادی که تا ۴.۹ درصد از وزن بدن خود را از دست داده بودند، نسبت به افرادی که وزن اضافه کرده بودند، شانس بهبود کمی داشتند. بنابراین در حالی که کاهش وزن به شانس بهبود دیابت نوع ۲ کمک می‌کند، اما افرادی که وزن کمتری از دست داده بودند کمتر احتمال بهبود داشتند.

درمان رایگان برای کودکان زیر ۷ سال

طرح ملی درمان رایگان کودکان زیر ۷ سال در حالی اجرا خواهد شد که کارشناسان معتقدند

هم سلامت کودکان افزایش می‌یابد، هم آمار معلولیت‌ها کاهش



۱۷ هزار کودک زیر ۷ سال و دارای معلولیت در کشور وجود دارد و این پوشش بیمه‌ای می‌تواند آسیب‌های جسمی و مغزی آنها را کاهش دهد

۱۱ میلیون کودک زیر ۷ سال تحت پوشش خدمات درمانی رایگان قرار می‌گیرند

۱/۵ هزار میلیارد تومان هزینه اجرای طرح «پوشش ملی سلامت کودکان» در سراسر کشور است

مهریم سرخوش روزنامه‌نگار

با اجرای طرح «پوشش ملی سلامت کودکان» که قرار است در دهه فجر امسال آغاز شود، تمام کودکان شیرخوار و زیر ۷ سال در صورت لزوم به‌طور رایگان بستری و درمان خواهند شد؛ طری‌حی که گفته می‌شود به‌زودی در هیأت دولت تصویب می‌شود و ۱۰۰ درصد هزینه‌های خدمات درمانی سربایبی و بستری کودکان را تحت پوشش بیمه قرار می‌دهد. این در حالی است که برخی کودکان به دلیل مشکلات اقتصادی خانوادها، از دریافت خدمات درمانی محروم می‌شوند و یا خانواده‌های دارای معلولیت به دلیل هزینه‌های درمانی بالا، کودکانشان را تحت درمان قرار نمی‌دهند که آینده آنها را با مشکلات متعددی مواجه می‌کند، اما حالا با اجرای این طرح می‌توان نسبت به افزایش سلامت کودکان امیدوار بود و حتی از بروز معلولیت‌ها در جامعه کاست.

۱۰۰ درصد رایگان

پدرام پاک‌آیین، سخنگوی وزارت بهداشت درباره اجرای طرح ملی با عنوان «پوشش ملی سلامت کودکان» به همشهری می‌گوید: «درمان رایگان کودکان زیر ۷ سال از سوی وزیر بهداشت در شورای عالی بیمه مطرح شد و این نهاد پذیرفت که ۱۰۰ درصد خدمات درمانی کودکان زیر ۷ سال در سراسر کشور رایگان شود.» به گفته پاک‌آیین این پوشش بیمه‌ای رایگان برای تمامی خدمات درمانی بستری و سربایبی در تمامی مراکز درمانی دولتی خواهد بود. سخنگوی وزارت بهداشت درباره زمان آغاز اجرای این طرح عنوان می‌کند: «درمان رایگان کودکان زیر ۷ سال قرار است در هیأت دولت تصویب شود و به محض تصویب، احتمالاً در آستانه دهه فجر امسال اجرا خواهد شد.»

۱۳٪

کودکان در کشور نیازمند بستری در مراکز درمانی هستند

۵٪

نرخ درمان سربایبی کودکان در کشور است

امید به کاهش معلولیت‌ها

رایگان شدن خدمات درمانی، اهمیت قابل توجهی دارد اینکه کودکان دارای معلولیت دیگر به دلیل گرانی هزینه‌ها از درمان باز نمی‌مانند. البته جزئیات این طرح به‌طور کامل اعلام نشده، اما گفته می‌شود علاوه بر خدمات درمانی بستری و سربایبی، خدمات توانبخشی، تصویربرداری، آزمایشگاهی و... هم مشمول این طرح خواهد بود. در این باره علی‌همت محمودزاد، رئیس انجمن معلولان به همشهری می‌گوید: «اگر این موضوع تحقق پیدا کند و همه جوانب درمانی کودکان دارای معلولیت در نظر گرفته شود، اتفاق مثبتی است که برای نخستین بار در کشور رخ می‌دهد، اما مشکل اینجاست که وزارت بهداشت، توانبخشی را به‌عنوان سطح بعدی درمان

در نظر می‌گیرد و شامل بیمه نمی‌شود. تجهیزات مورد نیاز آنها شامل بریس، کمربند، پروتز و... هم بیمه ندارند. در حالی که برای این کودکان به‌عنوان یک مداخله به‌نگام دارای اهمیت زیادی است و اگر در این طرح دیده شود، می‌تواند برای این کودکان علاوه بر خدمات درمانی بستری و سربایبی، خدمات توانبخشی، تصویربرداری، آزمایشگاهی و... هم مشمول این طرح خواهد بود. در این باره علی‌همت محمودزاد، رئیس انجمن معلولان به همشهری می‌گوید: «اگر این موضوع تحقق پیدا کند و همه جوانب درمانی کودکان دارای معلولیت در نظر گرفته شود، اتفاق مثبتی است که برای نخستین بار در کشور رخ می‌دهد، اما مشکل اینجاست که وزارت بهداشت، توانبخشی را به‌عنوان سطح بعدی درمان

عدد خیر

۵۰۰

آمبولانس

جدید به ناوگان اورژانس کشور اضافه خواهد شد. به‌گفته جعفر معیادفر، رئیس سازمان اورژانس کشور این آمبولانس‌ها ساخت سال ۲۰۲۳ و ۲۰۲۴ شرکت تیوتا و از کیفیت بسیار بالایی برخوردار هستند و پیش‌بینی می‌شود هر دو هفته ۳۰ دستگاه در سطح دانشگاه‌های علوم پزشکی توزیع شود.

۵۴

مجوز

ساخت بیمارستان خصوصی در دولت سیزدهم صادر شده است. سعید کریمی، معاون درمان وزارت بهداشت با اعلام این خبر گفته با برنامه‌ریزی کاملاً عملیاتی، ضمن حذف فرایندهای اضافی، شرایط را برای تسهیل سرمایه‌گذاری بخش خصوصی در حوزه درمان و آغاز مراحل اجرای پروژه‌ها فراهم کرده‌ایم.

خبر کوتاه

افزایش خدمات درمانی رایگان برای زوجین نابارور

از آذر ۱۴۰۰ پوشش بیمه‌ای خدمات ناباروری به تمامی سازمان‌های بیمه‌گر ابلاغ شد و زوجین نابارور به‌صورت رایگان درمان‌های مورد نیازشان را دریافت کردند. به گزارش همشهری آنلاین، حالا مریم آزادی، معاون دفتر خدمات تخصصی سازمان بیمه سلامت ایران از افزایش سطح خدمات ناباروری و نشان‌دار شدن ۶۳ هزار زوج نابارور از زمان اجرای این طرح تاکنون خبر می‌دهد و می‌گوید: «دستورالعمل ابلاغی شورای عالی بیمه درباره خدمات درمانی ناباروری شامل ۲ بخش خدمات سربایبی (دارو، آزمایش‌ها، خدمات تصویربرداری، ویزیت پزشک) و خدمات بستری است.» او تأکید می‌کند: «در حال حاضر خدمات پوششی برای زوجین نابارور افزایش پیدا کرده، از جمله اینکه اقدام دارویی از ۶۳ به ۶۶ قلم و تجهیزات و لوازم مصرفی برای درمان ناباروری از ۲۸ به ۲۹ قلم رسیده است.»

آگهی مناقصه عمومی شماره: ۴۸-۴۰۲

سازمان بوستانها و فضای سبز شهر تهران در نظر دارد «عملیات ساخت و نصب تصفیه خانه ثانویه و انتقال پساب تصفیه خانه اکباتان» را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید. بدینوسیله از اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می‌آید.

- محل اجرای پروژه:** محدوده مناطق ۵ و ۹ و ۲۱ شهرداری تهران
- مدت اجرای کار:** شامل (۶ ماه جهت عملیات ساخت و نصب و انتقال پساب تصفیه خانه و ۶ ماه دوره تضمین)
- مبلغ برآورد اولیه پروژه (بدون احتساب مالیات بر ارزش افزوده):** یکصد و سی و نه میلیارد و هفتصد و نود و هفت میلیون و چهارصد و پنجاه و هشت هزار و نهصد و هفتاد و شش (۱۲۹۷۹۷/۴۵۸/۹۷۶) ریال که بصورت نقد و غیر نقد می باشد.
- شرایط متقاضی:** دارا بودن رتبه آب از سازمان برنامه و بودجه کشور، سابقه کار مشابه، انجام مراحل ثبت شرکت متقاضی در سامانه تأمین‌کنندگان و ارائه دهنندگان خدمت موجود در پرتال شهرداری تهران به‌مراه اخذ تأییدیه آن از سازمان مربوطه و گواهینامه صلاحیت ایمنی از اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی الزامی می باشد.
- محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات:** متقاضیان می بایست جهت دریافت و تکمیل اسناد مناقصه به سایت سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) با شماره فراخوان ۲۰۰۲۱۰۳۷۷۸۰۰۰۸۷ به نشانی www.setadiran.ir مراجعه نمایند.
- متقاضیان پس از مطالعه و آگاهی کامل از شرایط مناقصه، نسبت به

سازمان بوستانها و فضای سبز شهر تهران
<http://parks.tehran.ir>

آگهی مناقصه عمومی شماره: ۴۹-۴۰۲

سازمان بوستانها و فضای سبز شهر تهران در نظر دارد «عملیات انتقال پساب تصفیه خانه فیروز بهرام به مناطق ۱۸ و ۱۹ و ۲۱ شهرداری تهران» را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید. بدینوسیله از اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می‌آید.

- محل اجرای پروژه:** محدوده مناطق ۱۸ و ۱۹ و ۲۱ شهرداری تهران
- مدت اجرای کار:** شامل (۶ ماه جهت عملیات انتقال پساب تصفیه خانه و ۶ ماه دوره تضمین)
- مبلغ برآورد اولیه پروژه (بدون احتساب مالیات بر ارزش افزوده):** پانصد و هشتاد و هشت میلیارد و هفتصد و چهل و دو میلیون و بیست و دو هزار و سیصد و نود و پنجاه و پنج (۵۷۸/۷۴۲/۰۲۲/۳۹۵) ریال که بصورت نقد و غیر نقد می باشد.
- شرایط متقاضی:** دارا بودن حداقل رتبه ۴ آب از سازمان برنامه و بودجه کشور، سابقه کار مشابه، انجام مراحل ثبت شرکت متقاضی در سامانه تأمین‌کنندگان و ارائه دهنندگان خدمت موجود در پرتال شهرداری تهران به‌مراه اخذ تأییدیه آن از سازمان مربوطه و گواهینامه صلاحیت ایمنی از اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی الزامی می باشد.
- محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات:** متقاضیان می بایست جهت دریافت و تکمیل اسناد مناقصه به سایت سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) با شماره فراخوان ۲۰۰۲۱۰۳۷۷۸۰۰۰۰۸۸ به نشانی www.setadiran.ir مراجعه نمایند.
- متقاضیان پس از مطالعه و آگاهی کامل از شرایط مناقصه، نسبت به

سازمان بوستانها و فضای سبز شهر تهران
<http://parks.tehran.ir>

آگهی مناقصه عمومی شماره: ۵۰-۴۰۲

سازمان بوستانها و فضای سبز شهر تهران در نظر دارد «عملیات خط انتقال پساب تصفیه خانه لواسان به اراضی جنگلکاری شمال شرق تهران» را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید. بدینوسیله از اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می‌آید.

- محل اجرای پروژه:** اراضی جنگلکاری شمال شرق تهران
- مدت اجرای کار:** شامل (۶ ماه جهت عملیات خط انتقال پساب تصفیه خانه و ۶ ماه دوره تضمین)
- مبلغ برآورد اولیه پروژه (بدون احتساب مالیات بر ارزش افزوده):** دویست و سی میلیارد و سیصد میلیون و هشتصد و پانزده هزار و سیصد و نود و دو (۲۳۰/۳۰۰/۱۸۵/۳۹۰) ریال که بصورت نقد و غیر نقد می باشد.
- شرایط متقاضی:** دارا بودن رتبه آب از سازمان برنامه و بودجه کشور، سابقه کار مشابه، انجام مراحل ثبت شرکت متقاضی در سامانه تأمین‌کنندگان و ارائه دهنندگان خدمت موجود در پرتال شهرداری تهران به‌مراه اخذ تأییدیه آن از سازمان مربوطه و گواهینامه صلاحیت ایمنی از اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی الزامی می باشد.
- محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات:** متقاضیان می بایست جهت دریافت و تکمیل اسناد مناقصه به سایت سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) با شماره فراخوان ۲۰۰۲۱۰۳۷۷۸۰۰۰۰۸۹ به نشانی www.setadiran.ir مراجعه نمایند.
- متقاضیان پس از مطالعه و آگاهی کامل از شرایط مناقصه، نسبت به

سازمان بوستانها و فضای سبز شهر تهران
<http://parks.tehran.ir>

آگهی مناقصه عمومی شماره: ۵۱-۴۰۲

سازمان بوستانها و فضای سبز شهر تهران در نظر دارد «عملیات انتقال پساب تصفیه خانه جنوب به اراضی جنگلکاری بی بی شهربانو» را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید. بدینوسیله از اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می‌آید.

- محل اجرای پروژه:** محدوده مناطق ۱۵ و ۲۰ شهرداری تهران
- مدت اجرای کار:** شامل (۶ ماه جهت عملیات انتقال پساب تصفیه‌خانه و ۶ ماه دوره تضمین)
- مبلغ برآورد اولیه پروژه (بدون احتساب مالیات بر ارزش افزوده):** چهارصد و بیست و دو میلیارد و یکصد و هشتاد و سه میلیون و دویست و شصت و هفت هزار و ششصد و هفتاد و نه (۴۲۲/۱۸۳/۲۶۷/۶۷۹) ریال که بصورت نقد و غیر نقد می باشد.
- شرایط متقاضی:** دارا بودن حداقل رتبه ۴ آب از سازمان برنامه و بودجه کشور، سابقه کار مشابه، انجام مراحل ثبت شرکت متقاضی در سامانه تأمین‌کنندگان و ارائه دهنندگان خدمت موجود در پرتال شهرداری تهران به‌مراه اخذ تأییدیه آن از سازمان مربوطه و گواهینامه صلاحیت ایمنی از اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی الزامی می باشد.
- محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات:** متقاضیان می بایست جهت دریافت و تکمیل اسناد مناقصه به سایت سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) با شماره فراخوان ۲۰۰۲۱۰۳۷۷۸۰۰۰۰۹۰ به نشانی www.setadiran.ir مراجعه نمایند.
- متقاضیان پس از مطالعه و آگاهی کامل از شرایط مناقصه، نسبت به

سازمان بوستانها و فضای سبز شهر تهران
<http://parks.tehran.ir>