



رشد پزشکان در ۵۴هه اخیر

محمد رئیس زاده، رئیس کل سازمان نظام پزشکی، تا سال ۱۳۶۲ تعداد پزشکان کشور ۱۳ هزار نفر بود که این عدد امروز به ۱۶۲ هزار نفر رسیده ضمن آنکه با در نظر گرفتن ۶۰ هزار دانشجوی پزشکی، دستیاری و فوق تخصص انتظار می رود تا چند سال آینده این عدد به ۲۲۰ هزار نفر برسد.



نرمز یکپارچه سازی بیمه های درمانی

محمد مهدی ناصحی، مدیرعامل سازمان بیمه سلامت: تجمیع و یکپارچه سازی بیمه های درمانی در کشور ضرورت دارد. در صورتی که یکپارچه سازی در نظام بیمه ای صورت گیرد، خدمات با کیفیت بهتر به مردم ارائه می شود.

سلامت آرش نهاوندی؛ روزنامه نگار

سلامت مغز با توجه به عملکرد در روده

در سال های اخیر، تحقیقات متعددی روی میکروبیوم روده متمرکز شده است؛ به ویژه نحوه تعامل آنها با مغز (محور میکروبیوتا-مغز - روده - مغز) از آنجا که غذاهای تخمیر شده به ویژه به دلیل فواید سلامت روده شناخته شده اند، محققان در آخرین تحقیق خود به بررسی چگونگی تأثیر این غذاها بر سلامت روان پرداخته اند. زمانی که راجع به غذاهای تخمیر شده صحبت می شود، منظور تخمیر لاکتوز است. به معنای اینکه نشاسته و شکر در سبزیجات و میوه ها به اسید لاکتیک تبدیل می شوند. اسید لاکتیک یک ماده نگهدارنده طبیعی است که مانع از عملکرد باکتری مضر می شود. تخمیر لاکتوز انواع باکتری های بدن را از بین می برد و باعث می شود که باکتری های خوب بهتر عمل کنند.

این تحقیق جدید منتشر شده در «نوروساینس اند بیهورال ریویوز» (Neuroscience & Behavioral Reviews) به بررسی انواع مختلف غذاهای تخمیر شده، تکنیک های تخمیر و توانایی آنها در تأثیر گذاری بر محور میکروبیوتا-روده-مغز پرداخته است. محور مغز-روده، ارتباط بین سیستم عصبی روده ای و سیستم عصبی مرکزی در مغز است.

این ارتباط به صورت دوطرفه است و از میکروبیوتای روده به مغز و از مغز به میکروبیوتای روده انجام می پذیرد. میکروبیوتای روده می تواند از طریق محور مغز-روده موجب بهبود اختلالات عصبی مانند اوتیسم، پارکینسون و آلزایمر شود. نمونه هایی از غذاهای تخمیر شده که می توانند با بهبود عملکرد شناختی مرتبط باشند، عبارتند از:

کمیچی (یک خوراک تخمیر شده و نمکی سنتی کره ای است که از سبزیجات و ادویه جات گوناگون و معمولاً با کاهوی چینی، ترب سفید کره ای، نوعی کلم و فلفل قرمز درست می شود). کفیر (کفیر نوشیدنی تخمیری حاصل از شیر و دانه های کفیر است که سرمنش آن کوه های قفقاز در روسیه است. دارای طعم و طعم خوبی بوده و می تواند همراه با عسل و سایر میوه ها مصرف شود).

و میسو (یا خمیر سویا یک نوع ماده غذایی است که از تخمیر غلات به دست می آید). تمپه (یکی از فرآورده های سنتی سویاست. این محصول با کشت طبیعی و فرایند تخمیر کنترل شده سویا در ظاهری شبیه به کیک تولید می شود که شباهتی به برگ های تولید شده برای گیاه خواران دارد).

صعود درمان

برخی طرح های درمانی در کشور برای نخستین بار در حال اجراست؛ از راه اندازی سطح ۲ ناباوروری تا نجات مبتلایان به هیپاتیت C



درمان رایگان برای ۷ گروه

کودکان زیر ۷ سال، ساکنان روستاها، عشار، شهرهای زیر ۲۰ هزار نفر، افراد تحت پوشش کمیته امداد و مددجویان بهزیستی همچنین ۳ دهک اول درآمدی کشور در قالب نظام ارجاع درمان تحت پوشش درمان رایگان قرار گرفتند؛ جمعیتی حدود ۳ میلیون نفر به جز کودکان زیر ۷ سال.

اولین درمان برای هیپاتیت C

برای نخستین بار در کشور درمان قطعی هیپاتیت C محقق شد و بیماران با کمترین هزینه خدمات درمانی دریافت کردند. هزینه درمانی بیماران هیپاتیت چیزی حدود ۵ میلیون تومان است اما بیماران تحت پوشش بیمه گذار از ۵۰۰ هزار تومان پرداخت می کنند. در حال حاضر ۸۰ هزار بیمار مبتلا به هیپاتیت C در کشور شناسایی شده اند که از این تعداد ۲۶ هزار نفر درمان قطعی شده اند.

خیال بیماران خاص راحت شد

صندوق بیماری های خاص و مصاب العلاج در حالی راه اندازی شد که سال گذشته با ۵ هزار میلیارد تومان و اسامال با ۷ هزار میلیارد تومان ۵۷ بسته درمانی به بیماران ارائه کرد. بیش از صد بیماری در تحت پوشش این صندوق قرار دارد. ۵۳ مرکز دولتی راه اندازی و ۱۵۰ بسته هم به بیمه های پایه اضافه شده از جمله خدمات توان بخشی در حوزه های توانمندسازی، خدمات طب ایرانی و سالمندی و... همچنین ۳۰۸ دستگاه های تک در مراکز دانشگاهی و ۱۳۲۲ دستگاه دیالیز در بیمارستان ها توزیع شد.

دورابزشکی استاندارد شد

دورابزشکی نیاز نظام سلامت است و استاندارد آن ابلاغ شد. در حال حاضر ۳۷ مرکز مجوز ارائه خدمات دورابزشکی دریافت کرده اند. در حال حاضر این خدمات تنها مشاوره پزشکی (عمومی) از پزشک (متخصص) است تا خدمات تسریع شود.

توسعه توریسم درمانی

در حال حاضر ۲۹۰ مرکز گردشگری سلامت در کشور وجود دارد که ۴۷ مجوز فعالیت این مراکز طی ۲ سال اخیر صادر شده است. سال گذشته هم یک میلیون و ۲۰۰ هزار نفر برای دریافت خدمات درمانی به کشور سفر کردند که منجر به ارزآوری یک میلیارد دلاری برای کشور شد.

کورد در پیوند عضو

سال گذشته ۳۵۰۰ پیوند عضو موفق در کشور انجام شد که به نوعی رکورد محسوب می شود. اسامال هم این روند افزایشی یافت. شاخص اهدای عضو (تعداد اهدای عضو در سال به ازای هر یک میلیون نفر) در کشور ۱۳.۴ افزایش پیدا کرده است.

توزیع پزشک در مناطق محروم

اسامال ۲۸۰۰ پزشک در مناطق مختلف کشور توزیع شد که ۷۵ درصد این پزشکان به مناطق محروم اعزام شدند. اجرای یکسان سازی حرفه ای بخش های خصوصی و عمومی، حذف سقف کارانه به علت ایجاد انگیزه برای حضور پزشکان در مناطق محروم، کاهش مالیات پزشکی که فقط در مراکز دولتی خدمات رسانی می کنند هم از دیگر خدمات بود.

سطح جدید برای درمان ناباوروری

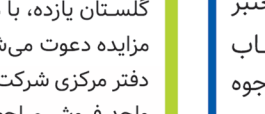
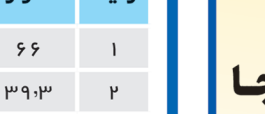
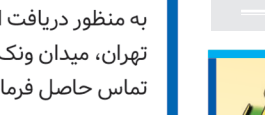
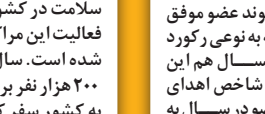
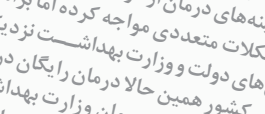
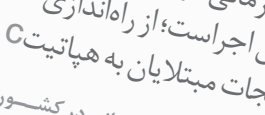
علاوه بر پوشش ۹۰ درصدی ارائه خدمات ناباوروری طی ۲ سال گذشته ۸۷ مرکز سطح ۲ ارائه کننده خدمات ناباوروری هم در کشور ایجاد شد که پیش از این مشابه آن وجود نداشت. بخش عمده ای از ناباوروری ها در این مراکز قابل درمان است و نیازی به ارجاع به سطوح بالاتر و تخصیص هزینه های بالاتر نیست.

خدمت به ۲ هزار کودک ناشنوا

صف انتظار برای کاشت حلزون شنوایی طی ۲ سال اخیر صفر شده است. طی این مدت ۲ هزار حلزون شنوایی به صورت رایگان برای کودکان زیر ۴ سال کاشت شده است. خدمتی که نه تنها مشکل شنوایی این کودکان را برطرف کرده که مشکلات مربوط به تکلم آنها هم رفع شده است.

تخت ها بیشتر شدند

۱۰ درصد از ۱۶۰ هزار تخت موجود در کشور طی ۲ سال اخیر افتتاح شده است. تعداد تخت های ICU (آی سی یو) ۳ هزار دو برابر و تخت های ICU هم نزدیک ۳ هزار تخت افزایش یافت. در کشور حدود ۹۰ تخت توان بخشی وجود دارد اما با تدوین بسته از نقای توان بخشی موافقت اصولی برای افزایش به ۱۷۰ تخت گرفته شد.



عدد خبر

۳۰ درصد

۶ دهک

۱۲/۵ میلیون

خبر کوتاه

منابع سلامت در کشورهای پیشرفته هرز می رود. این رقم در کشور ما بیشتر هم هست. به همین دلیل، باید راه و روش خاصی را در پیش گرفت که منجر به کاهش این هرز رفت منابع سلامت شود؛ امری که با یکپارچه سازی شدنی است.

جامعه در دوران پاندمی کرونا بیمه شدند. به گفته وزارت بهداشت، پس از کرونا، آثباتی که در دوران پاندمی بیمه شده بودند، به شرط ارزیابی وسع همچنان تحت پوشش قرار دارند و بیمه شان قطع نشده است.

نفر ۵۶۰ تخت نخست جامعه ارتشکلی می دهند. به گفته وزارت بهداشت، تمام این شهروندان به صورت رایگان تحت پوشش بیمه هستند البته این امر در مسیر عدالت سلامت در کشورمان است؛ هرچند که خرید بیمه توسط افراد، نقطه مطلوب نظام سلامت تلقی می شود.

تأثیر سریع رژیم های گیاهی و کتو بر سیستم ایمنی

پهروی از رژیم های گیاهی و رژیم غذایی کتو ممکن است ظرف هفته باعث بهبودی سیستم ایمنی بدن شما شود. این موضوع به ویژه اکنون که در فصل زمستان و در معرض ابتلا به انواع ویروس ها و سرماخوردگی ها قرار داریم، اهمیت پیدا می کند. البته این دو رژیم به آشنیوه کاملاً متفاوت بر سیستم ایمنی بدن تأثیر می گذارد. دانشمندان مؤسسه ملی بهداشت آمریکا ضمن تحقیقات خود، تغییرات سریع و متفاوتی را در پاسخ سیستم ایمنی در افرادی مشاهده کردند که رژیم غذایی سخت گیاهی یا رژیم کتوژنیک گرفته بودند. به گزارش هلت نیوز، در رژیم «کتو» یا «کتوژنیک» بخش زیادی از وعده های غذایی از چربی های سالم و پروتئین و بخش بسیار کمی از کربوهیدرات تشکیل شده است. چنین برنامه غذایی که حاوی مقدار کمتری قند و گلوکز است، سوخت بدن را از قند به چربی تغییر می دهد و در نتیجه موجب کاهش وزن می شود.

آگهی فروش املاک به صورت مزایده

شرکت تأمین مسکن فرهنگیان در نظر دارد تعدادی از واحدهای تجاری خود در مجتمع تجاری، اداری، تفریحی آبتوس را طبق جدول به شرح ذیل، با وضع موجود در مزایده از تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۶ تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۵ به صورت نقدی به فروش برساند. لذا علاقه مندان می توانند به منظور دریافت اسناد مزایده و کسب اطلاعات بیشتر و هماهنگی برای بازدید، همه روزه از ساعت ۹ الی ۱۵ به استثناء ایام تعطیل به نشانی: تهران، میدان ونک، ابتدای خیابان ملاصدرا، خیابان شاد، بن بست باغسرا، پلاک ۱۰ مراجعه و یا با شماره های ۰۶۶ - ۸۸۶۷۵۴۶۰ - ۸۸۶۷۵۴۶۷ تماس حاصل فرمایند. مهلت ارائه پیشنهادات تا ساعت ۱۵ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۵ خواهد بود. به پیشنهادات مشروط و فاقد سپرده و پیشنهادهایی که بعد از مدت مقرر واصل شود ترتیب اثر داده نخواهد شد. هزینه کارشناسی رسمی و هزینه درج آگهی به عهده برنده مزایده می باشد.

ردیف	مترائ	طبقه	قیمت پایه - ریال	آدرس ملک	مبلغ سپرده حضور در مزایده - ریال
۱	۶۶	طبقه همکف - واحد شماره ۲-۳	۲۳۷۰۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰	تهران، انتهای اتوبان شهید باکری، ضلع جنوبی هابیر استار، مجتمع تجاری، اداری و تفریحی آبتوس	۱۱۰۸۸۰۰۰۰۰۰۰۰۰
۲	۳۹۰۳	طبقه اول - واحد شماره ۱۱۹	۱۱۷۰۹۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰		۵۰۸۹۵۰۰۰۰۰۰۰۰
۳	۳۲۰۴	طبقه همکف - واحد شماره ۱۳	۹۷۰۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰		۴۰۸۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰
۴	۵۰۰۲	طبقه همکف - واحد شماره ۵۷	۱۳۸۰۵۵۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰		۶۰۹۲۷۰۶۰۰۰۰۰۰۰۰
۵	۴۳۰۲	طبقه اول - واحد شماره ۵۳	۹۸۰۴۹۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰		۴۰۹۲۴۰۸۰۰۰۰۰۰۰۰
۶	۶۶۰۶	طبقه همکف - واحد شماره ۳۰	۲۳۹۰۷۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰		۱۱۰۹۸۸۰۰۰۰۰۰۰۰۰

آگهی مزایده عمومی املاک نوبت اول

شرکت ونک پارک (سهامی خاص) در نظر دارد؛ تعداد ۱ قطعه زمین واقع در کرج، شهرک کیانمهر، میدان ولیعصر، گلستان یازده، با مشخصات زیر را از طریق مزایده به فروش برساند، لذا از کلیه اشخاص حقیقی و حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مزایده دعوت می شود از تاریخ نشر این آگهی حداکثر تا ساعت ۱۶ عصر روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۸ جهت دریافت و تسلیم اسناد مزایده به دفتر مرکزی شرکت ونک پارک به نشانی: تهران شهرک قدس (غرب)، میدان صنعت، بلوار خوردین، بالاتر از چهارراه هرمزان، شرکت ونک پارک واحد فروش مراجعه نمایند. هزینه دریافت اسناد به مبلغ ۱٫۰۰۰٫۰۰۰ ریال می باشد. پیشنهادات واصله روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۹ رأس ساعت ۱۱:۰۰ صبح در محل دفتر مرکزی شرکت ونک پارک بازگشایی می گردد. زمان بازدید همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۶ می باشد. مبلغ سپرده شرکت در مزایده هر یک از موارد ذیل به میزان ۵٪ از قیمت کل پایه می باشد. لازم به ذکر است شرکت در رد یا قبول پیشنهادات بدون قید و شرط مخیر است.

ردیف	کاربری	قطعه تفکیکی	مساحت به مترمربع	قیمت پایه هر مترمربع (ریال)	قیمت کل پایه (ریال)	مبلغ ۵٪ سپرده (ریال)	آدرس	شرایط پرداخت
۱	زمین مسکونی	۱۷۰	۹۰۰	۳۰۰۰٫۰۰۰٫۰۰۰	۲۷۰٫۰۰۰٫۰۰۰٫۰۰۰	۱۳٫۵۰۰٫۰۰۰٫۰۰۰	کرج، شهرک کیانمهر، میدان ولیعصر، گلستان ۱۱	۵۰ درصد نقد، ۴۰٪ اقساط ۱۲ ماهه ۵٪ زمان تحویل ۵٪ تقسیم سند

جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۸۸۵۷۱۷۳۰ تماس حاصل نمایید.

Telegram: @hamshahrinews
Twitter: @hamshahrinews
Instagram: hamshahrinewspaper
Hamshahrionlinenews

آگهی مناقصه عمومی

شماره ۱۴۰۲/۲

- ### فرماندهی پشتیبانی قرارگاه نداجا
- در نظر دارد اجرای پروژه ای به شرح زیر را از طریق مناقصه عمومی به یکی از پیمانکاران ذیصلاح واگذار نماید، لذا از متقاضیان واجد شرایط دعوت می شود جهت دریافت اسناد مناقصه به نشانی ذیل مراجعه نمایند.
- مناقصه گزار: فرماندهی پشتیبانی قرارگاه نداجا
 - عنوان پروژه: بازسازی تالار صدف واقع در یادگان کوهک
 - مبلغ برآورد: حدوداً ۸۳ میلیارد ریال
 - محل تأمین اعتبار: تملک های دارایی سرمایه ای
 - مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: ۴/۱۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال
 - نوع تضمین شرکت در مناقصه: ضمانت نامه بانکی معتبر
 - مبلغ فروش اسناد: ۱/۰/۰۰/۰۰۰ ریال به حساب ۰۱۵۸۸۰۰۱۴۴۷۱۲ نزد بانک سپه شعبه کوهک به نام وجوه متفرقه دارایی نداجا
 - مهلت فروش اسناد: پس از درج آگهی در روزنامه، به مدت ۱۰ روز
 - مناقصه گزار در رد هر یک یا تمام پیشنهادهای مختار است.
 - پرداخت هزینه های آگهی در روزنامه به عهده برنده مناقصه خواهد بود.
 - شرکت های پیشنهاد دهنده بایستی دارای گواهی نامه صلاحیت پیمانکاری متناسب، ظرفیت خالی به مقدار برآورد و همچنین دارای گواهی نامه سمت باشند.
- نشانی: تهران، میدان رسالت، انتهای خیابان نیروی دریایی، پایگاه پشتیبانی مرکز نداجا، ساختمان بازرسی و ایمنی پشتیبانی مرکز نداجا

خانه آگهی مذاکره

شرکت خانه (سهامی خاص) در نظر دارد؛ عملیات خرید سنگ پروژه طاق بستان کرمانشاه به نشانی کرمانشاه - ابتدای بلوار طاق بستان - روبروی پارک فدک - جنب هتل پارسیان به صورت ۱۰۰٪ نهارت یا املاک متعلق به شرکت خانه، به اشخاص حقیقی یا حقوقی واگذار نماید؛ لذا از کلیه واجدین شرایط دعوت به عمل می آید با پرداخت مبلغ ۵۰۰۰۰۰۰۰ ریال (غیرقابل استرداد) جهت دریافت اسناد مذاکره از تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۶ لغایت ساعت ۱۵ مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۵ ضمن در دست داشتن معرفی نامه به نشانی: تهران - خیابان ولیعصر - خیابان دمشق - پلاک ۸ - شرکت خانه - دفتر امور قراردادهای مراجعه نموده و نسبت به خرید اسناد مذاکره اقدام نمایند و در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۸۸۹۰۹۱۰۱ داخلی ۲۰۱ تماس حاصل نمایید. ضمناً آخرین مهلت تکمیل و تحویل اسناد به شرکت خانه تا ساعت ۱۲:۰۰ مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۸ می باشد. شرایط تکمیلی شرکت در مذاکره در اسناد موجود است و پیشنهادهایندگان می بایست یک نسخه از شرایط مذاکره را دریافت و پس از امضاء و ممهور نمودن آن، به پیشنهاد خود ضمیمه نمایند.

هوای پاک بخوانیم زندگی