



احتمال امحا ۲ میلیون واکسن نورا

دکتر حسن ابوالقاسمی، فرمانده دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله(عج): در زمان پاندمی کرونا وزارت بهداشت ۳ میلیون دوز واکسن نورا از ما خریداری کرد اما میزان واکسن تولیدشده، ۵ میلیون دوز بود. این واکسن‌ها در انبارها باقی مانده و در صورت عدم خریداری و رسیدن تاریخ انقضا، امحا خواهد شد.



۵۶ قلم داروی طب ایرانی تحت پوشش بیمه

نقیسه حسینی یکتا، مدیرکل دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت: درمان بیماران از طریق طب ایرانی و مکمل تحت پوشش بیمه قرار گرفته و ۵۶ قلم داروی طب ایرانی هم تحت پوشش بیمه است. طب ایرانی یک گنجینه منحصربه‌فرد در ایران است و ریشه در فرهنگ ایرانی دارد.

سلامت آرش نهاوندی؛ روزنامه‌نگار

به این چند دلیل با عجله غذا نخورید

درحالی که متخصصان تغذیه توصیه به آرام غذا خوردن می‌کنند، مشغله و برنامه‌های زیاد کاری افراد در دنیای پرشتاب امروزی، آنها را وادار می‌کند که وعده‌های غذایی خود را با عجله مصرف کنند. با این حال، دلایل قانع‌کننده‌ای از بهبود هضم گرفته تا افزایش هوشیاری، برای تجدید نظر در این رویکرد عجله‌آمیز وجود دارد. در این مطلب به دلایل درباره اینکه چرا مزه کردن آهسته غذا تمیزی‌تر از شرمند است، اشاره کرده ایم.

■ **بهبود هضم:** سریع غذا خوردن می‌تواند روند هضم غذا را مختل کند. جویدن کامل و اجازه دادن به آژیم‌های گوارشی برای تجزیه مواد مغذی غذا برای هضم کارآمد و جذب مواد مغذی بسیار مهم است.

■ **افزایش جذب مواد مغذی:** وقت گذاشتن برای لذت بردن از طعم هر لقمه از غذا به بدن اجازه می‌دهد تا مواد مغذی را به‌طور مؤثرتری جذب کند. هنگامی که غذا به درستی جویده شود، دستگاه گوارش می‌تواند حداکثر ارزش غذایی را از وعده غذایی مصرف شده استخراج کند.

■ **خوردن آگاهانه غذا باعث انتخاب‌های سالم می‌شود:** عجله در خوردن اغلب منجر به انتخاب نامناسب و مصرف بی‌اندازه غذا می‌شود. پذیرش سرعت آهسته‌تر به افراد این امکان را می‌دهد که انتخاب‌های غذایی آگاهانه و سالم‌تری داشته باشند و سلامت کلی خود را تقا دهند.

■ **مدیریت بهتر وزن:** آهسته غذا خوردن به بدن زمان بیشتری می‌دهد تا احساس سسیری را ثبت کند. این به نوبه‌خود می‌تواند از پرخوری جلوگیری و با اجازه دادن به مغز برای تشخیص علائم سیری به مدیریت بهتر وزن کمک کند.

■ **لذت از طعم و مزه غذا:** مصرف عجله‌آمیز وعده‌های غذایی ممکن است باعث لذت نبردن از طعم و بافت غذا شود. وقت گذاشتن برای مزه کردن هر لقمه، تجربه لذت بخش‌تری را برای شما فراهم می‌کند.

■ **کاهش استرس و بهبود سلامت بدن:** خوردن عجله‌آمیز ناشی از استرس می‌تواند باعث تأثیر استرس روی سیستم گوارشی شود. غذا خوردن با سرعتی آرام‌تر، رابطه مثبت با غذا را تقویت و از سلامت عاطفی حمایت می‌کند.

حراج خدمات پزشکی

شیوه جذب بیمار از سوی برخی پزشکان تغییر کرده؛ جشنواره‌های تخفیفی و عمل‌های گروهی

پای جشنواره‌های تخفیفی به مطب‌های پزشکان هم باز شده است. البته عمر زیادی از حراج برخی خدمات پزشکی نمی‌گذرد؛

شاید کمتر از یک سال! اما این عمل‌ها به دلیل مشکلات اقتصادی که مردم دارند با استقبال خوبی مواجه شده‌اند، جراحی‌هایی که در مدت زمان تعیین‌شده از سوی پزشکان گاهی تا نصف قیمت و حتی با تخفیف بیشتر هم ارائه می‌شوند؛ این در حالی است که طبق قوانین سازمان نظام پزشکی، تبلیغات اغواکننده منجر به افزایش تقاضا، خلاف اخلاق پزشکی است، اما علاوه بر این ممنوعیت، یک مشکل اساسی دیگر هم هست؛ اینکه به‌صورت گروهی انجام می‌شود؛ مثلاً انجام خدمات جراحی و زیبایی چشم برای ۵۰ تا ۶۰ بیمار در عرض ۳ ساعت. دکتر پرویز زرین‌بخش، رئیس مرکز تحقیقات اپتیک و لنز ایران در گفت‌وگو با همشهری، این وضعیت را تأیید می‌کند و هشدار می‌دهد که هیچ پزشکی قادر به پوشش این میزان از جراحی در مدت‌زمان کوتاه نیست؛ به همین دلیل انجام عمل‌ها را به تکنیسین‌هایشان می‌سپارند که در بسیاری از موارد منجر به صدمات جبران‌ناپذیر به چشم بیماران می‌شود.

مريم سرخوش روزنامه‌نگار

اقدام آسیب‌زای پزشکان

«برخی پزشکان برای اینکه درآمد بیشتری کسب کنند، تعداد پذیرش بیمارانشان را به شدت افزایش داده‌اند. برای دستیابی به این هدف هم هزینه جراحی‌هایشان را کاهش داده یا به‌صورت غیرعلمی آمار قابل توجهی از جراحی‌ها را در یک بسازه زمانی کوتاه انجام می‌دهند.» رئیس مرکز تحقیقات اپتیک و لنز ایران با بیان این مطلب چنین اقدامی را مشابه منفعت‌طلبی می‌داند؛ چون باعث شده حتی افرادی هم که نیاز به انجام جراحی‌های چشم ندارند، این اقدامات را انجام دهند. زرین‌بخش ادامه می‌دهد: «شیوه جذب بیمار هم از سوی این پزشکان خلاف اخلاق پزشکی است. آنها در تبلیغات‌شان بازه زمانی مشخصی را برای بیماران تعیین می‌کنند که تنها در صورت مراجعه تا همان زمان مشمول تخفیف‌ها خواهند شد. این کار در اصول پزشکی مرسوم نیست و به‌اصطلاح بازاری کار کردن است. از سوی دیگر برای ارائه خدمات پزشکی آزمایش‌ها و بررسی‌های اولیه از سوی پزشکان ضروری است، اما در چنین شرایطی شاید به چنین مواردی کمتر پرداخته شود که بسیار آسیب‌زااست.» او با بیان اینکه چنین پزشکانی در حال حاضر ۵۰ تا ۶۰ بیمار را در عرض ۳ ساعت عمل می‌کنند که منجر به بروز اشتباهات فراوان می‌شود، عنوان می‌کند: «برای انجام خدمات جراحی چشم باید بیمار از نظر شخصیتی، روانی، بیماری‌های جسمی و چشمی به دقت مورد بررسی قرار بگیرد. یک التهاب پلک پیش از جراحی می‌تواند منجر به ناموفق شدن عمل شود.»

مخاطرات عمل‌های دسته‌جمعی

رئیس مرکز تحقیقات اپتیک و لنز ایران درباره مخاطراتی که با وجود عمل‌های دسته‌جمعی رخ می‌دهد، می‌گوید: «در این شرایط تعداد افرادی که وارد اتاق عمل می‌شوند، زیاد است و احتمال آلودگی اتاق عمل بالا می‌رود. پزشک هم با توجه به تعداد زیاد عمل‌ها فرصت نمی‌کند به‌صورت مرتب دست‌هایش را بشوید. علاوه بر این تفسیر آزمایش‌ها هم با خطا مواجه می‌شود. بیمار هم باید مرتب تحت‌نظر باشد، اما سرعت در انجام کارها باعث می‌شود که این مسئله به‌خوبی انجام نشود.» زرین‌بخش درباره اینکه آیا جرایم مشخصی درباره چنین اقداماتی از سوی پزشکان وجود دارد، توضیح می‌دهد: «اگر شکایتی به نظام پزشکی صورت بگیرد، جریمه‌های سنگینی برای چنین تخلفاتی در نظر گرفته می‌شود. اما به جز این، بیماران هم باید آگاهی داشته باشند که به‌کجا مراجعه می‌کنند و مطمئن باشند که پزشک وقت و دقت کافی برای عمل جراحی آنها دارد. پزشکانی که با تبلیغات بازاری یا جشنواره‌ها تا یک روز مشخص، جذب بیمار می‌کنند و تعداد بیماران‌شان هم قابل توجه است، نه اخلاق پزشکی را رعایت می‌کنند و نه بیمار می‌تواند نتیجه خوبی از مراجعاتش دریافت کند.»



تخفیف‌ها خواهند شد. این کار در اصول پزشکی مرسوم نیست و به‌اصطلاح بازاری کار کردن است. از سوی دیگر برای ارائه خدمات پزشکی آزمایش‌ها و بررسی‌های اولیه از سوی پزشکان ضروری است، اما در چنین شرایطی شاید به چنین مواردی کمتر پرداخته شود که بسیار آسیب‌زااست.» او با بیان اینکه چنین پزشکانی در حال حاضر ۵۰ تا ۶۰ بیمار را در عرض ۳ ساعت عمل می‌کنند که منجر به بروز اشتباهات فراوان می‌شود، عنوان می‌کند: «برای انجام خدمات جراحی چشم باید بیمار از نظر شخصیتی، روانی، بیماری‌های جسمی و چشمی به دقت مورد بررسی قرار بگیرد. یک التهاب پلک پیش از جراحی می‌تواند منجر به ناموفق شدن عمل شود.»

چرا عمل‌های دسته‌جمعی رخ داد؟

زرین‌بخش در پاسخ به این سؤال که دلیل بروز پدیده عمل‌های دسته‌جمعی پزشکان چیست، می‌گوید: «تزدیک به یک سال است که شاهد این اتفاق هستیم که در شأن جامعه پزشکی هم نیست، یکی از دلایل بروز این مسئله مشکلات اقتصادی است که پزشکان با آن مواجه شده‌اند. دخل و خرج‌شان همخوانی ندارد و نمی‌توانند هزینه پرسنل و مطب خود را تأمین کنند. مردم هم به‌دلیل مشکلات اقتصادی کمتر مراجعه می‌کنند. تعرفه‌ها هم برای پزشکان به‌صرفه نیست و تعویق طولانی مدت در پرداخت آن یک مشکل دیگر است؛ به همین دلیل بسیاری از چشم‌پزشکان دیگر به این حوزه‌ها ورود نمی‌کنند و صرفاً به‌دنبال خدماتی می‌روند که برایشان صرفه اقتصادی داشته باشد.»



عدد خبر

۲ برابر

میانگین جهانی، آمار سزارین در ایران است. این را صابر جباری، رئیس اداره جوانی جمعیت وزارت بهداشت می‌گوید. او اشاره می‌کند که سزارین تمامی عوامل یک عمل جراحی مانند عارضه بیهوشی، چسبندگی ارگان‌های داخلی شکم و خونریزی را دارد؛ درحالی‌که زایمان طبیعی یک فرایند فیزیولوژیک است.

۶۵ درصد

از زایمان‌ها در کشورمان به‌صورت سزارین انجام می‌شوند. وزارت بهداشت امیدوار است که با ابلاغ دستورالعمل ماده ۵۰ قانون جوانی جمعیت، بتواند این آمار را کاهش دهد. این ماده قانونی می‌گوید که وزارت بهداشت مکلف است سالانه ۵ درصد از میزان زایمان سزارین را نسبت به نرخ کل زایمان در کشور تا رسیدن به میانگین جهانی کند کم.

نکته روز

نکته‌ای که سیگاری‌ها را باید بترساند

گاهی وقت‌ها کاری را انتخاب کرده و انجام می‌دهید که تا سال‌ها می‌تواند برای شما عوارض ایجاد کند. به واقع انتخاب شما شاید روزی تبدیل به انتخابی دیگر شود، اما آن عوارض حتماً اتفاق خواهند افتاد و چنین نیست که با نیت و تغییر رفتار و عادت شما، تغییر یابند. سیگار کشیدن هم یکی از این عادات است. شاید زمانی بخواهید سیگار کشیدن را کنار بگذارید و انتخاب کنید که ورزش کرده و مسک زندگی خوبی داشته باشید، اما به یافته پژوهشگران، عوارض آن می‌تواند تا سال‌ها به سیستم ایمنی شما آسیب بزند. مدیسین نت، به مطالعه‌ای استناد کرده که نشان می‌دهد سیگار کشیدن به‌گونه‌ای سیستم ایمنی بدن را تغییر می‌دهد، که تا سال‌ها بعد از ترک سیگار نیز افراد سابقاً سیگاری کماکان در برابر بیماری‌ها و عفونت‌ها، آسیب‌پذیری بیشتری دارند. دکتر ویولاین سنت آندره، از پژوهشگران این تحقیق می‌گوید: پیام این پژوهش به جوانان آن است که هر چه زودتر باید سیگار کشیدن را متوقف کنند تا بتوانند ایمنی طولانی‌تری داشته باشند.

عدد خبر

۴ داوطلب

ناسا به‌دنبال ۴ داوطلب است تا به‌مدت یک سال در زیستگاه شبیه‌سازی‌شده از سیاره مریخ زندگی کنند. این آژانس فضایی از افراد بالغ سالم با مدرک علمی یا تجربه نظامی یا خلبانی درخواست همکاری کرده است. این مأموریت که «آلواگ کاوش سلامت و عملکرد خدمه» نام دارد، در بهار ۲۰۲۵ آغاز خواهد شد.

۱۰ میلیارد دلار

دولت آمریکا درحال مذاکره برای اعطای کمک‌هزینه ۱۰ میلیارد دلاری به شرکت اینتل است. اگر این مذاکره نهایه شود، اینتل بزرگ‌ترین قراردادی را که تاکنون در برنامه بازگرداندن تولید نیمه‌هادی به خاک آمریکا به ثبت رسیده است، دریافت خواهد کرد. این بسته کمک‌هزینه اینتل هم شامل وام و هم امتیازات مستقیم می‌شود.

بازی رایانه‌ای

آغاز رویداد «بازی‌آرا» برای طراحی بازی‌های ایرانی اسلامی

بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای، نخستین رویداد تولید بازی‌های رایانه‌ای با محتوای ارزش‌های ایرانی اسلامی را برگزار می‌کند. به‌گزارش روابط‌عمومی بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای، رویداد محتوایی «بازی‌آرا» از بهمن‌ماه سال جاری آغاز شده است. این رویداد با رویکرد طراحی بازی رایانه‌ای جذاب و دارای پیام مثبتی بر ارزش‌های ایرانی اسلامی است. بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای به آثار برتر این رویداد بیش از یک میلیارد ریال جوایز نقدی اهدا خواهد کرد. همچنین بازی‌های برگزیده می‌توانند تا ۱۰ میلیارد ریال حمایت و شتابدهی دریافت کنند. بازی‌سازان علاقه‌مند تا ۱۴ اسفند فرصت دارند تا با طراحی یا تکمیل بازی‌های مثبتی بر محتوای ایرانی اسلامی در این رویداد شرکت کنند.

علت اخراج نیروهای شرکت فناوری

مارک زاکربرگ، مدیرعامل متا؛ هوج اول اخراج‌ها بیشتر برای تعدیل شمار زیادی از کارکنانی بود که طی دوران کرونا استخدام شدند. علت مهم دیگر این است که شرکت‌های فناوری معتقدند با کاهش تعداد کارکنان و «لاغرتر» کردن شرکت‌ها، می‌توان به کارایی بیشتری رسید.



رونمایی از اتاق عمل تمام ایرانی

برای نخستین بار یک شرکت دانش‌بنیان کشور، تمامی تجهیزات یک اتاق جراحی را ارائه کرده است

گزارش ساسان شادمان منفرد روزنامه‌نگار

این روزها عبارت «ایران ساخت» خوشبختانه به یکی از کلیدواژه‌های اصلی در حوزه صنعت و فناوری کشور تبدیل شده است و حالا متخصصان یکی از شرکت‌های دانش‌بنیان موفق به طراحی و ساخت یک اتاق عمل تمام ایرانی شده‌اند. هم‌زمان با افتتاح نمايشگاه دائمی تجهیزات پزشکی ساخت ایران در پارک فناوری پردیس، یکی از شرکت‌های حاضر، اتاق عمل تمام ایرانی خود را به نمایش گذاشت.

تولید ۹۰ درصدی در ایران

محمد رضا کمپانی، مدیرعامل شرکت دانش‌بنیان سازنده این اتاق عمل و نایب‌رئیس اتحادیه تولیدکنندگان و صادرکنندگان تجهیزات پزشکی می‌گوید: «یکی از تجهیزات ارائه‌شده در این نمایشگاه اتاق عمل تمام ایرانی است که همه تجهیزات آن در داخل کشور تولید شده است.» او افزود: «در حال حاضر ۹۰ درصد تجهیزات پزشکی مورد نیاز کشور در داخل تولید می‌شود؛ به‌طوری‌که تمامی بیمارستان‌هایی که در سال‌های اخیر افتتاح شده، با تجهیزات تمام ایرانی تجهیز شده است.»



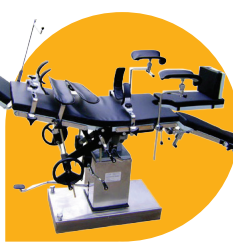
تجهیزات کمک تنفسی و ونتیلاتور یا تنفس مصنوعی یکی از مهم‌ترین تجهیزات پزشکی تخصصی است که در اتاق عمل کاربرد دارد. این دستگاه به بیمار عمل نصب می‌شود و کار نظارت بر علائم حیاتی و عمق بی‌هوشی، اطلاعات مربوط به جراحی، عمل به ورود و خروج اکسیژن به ریه بیمار را کمک می‌کند.



صفحه نمایش اطلاعات مربوط به بیمار و عملیات جراحی را نمایش می‌دهد که در نزدیکی دستگاه بی‌هوشی یا در نقطه قابل مشاهده دیگری در اتاق عمل نصب می‌شود و کار نظارت بر علائم حیاتی و عمق بی‌هوشی، اطلاعات مربوط به جراحی، زمان سنجی و داده‌های تصویری را حین عمل انجام می‌دهد.



دستگاه بی‌هوشی دستگاه بی‌هوشی در اتاق عمل برای ایجاد بی‌هوشی و ماندن بیمار در وضعیتی که عمل جراحی انجام می‌شود، مورد استفاده قرار می‌گیرد. این دستگاه‌ها مدیریت طراحی شده است. جنس سطح، قسمت‌های تنظیم‌شونده و حمایت از بدن بیمار از نکات مهمی است که در ساخت آن در نظر گرفته می‌شود.

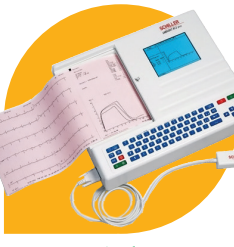


تخت جراحی ساختار این تخت اهمیت بسیار زیادی دارد و به‌منظور ایجاد شرایط مناسب برای انجام جراحی، راحتی بیمار و دسترسی آسان به بیمار برای تیم پزشکی طراحی شده است. جنس سطح، قسمت‌های تنظیم‌شونده و حمایت از بدن بیمار از نکات مهمی است که در ساخت آن در نظر گرفته می‌شود.

برخی از مهم‌ترین تجهیزات یک اتاق عمل



تجهیزات عمومی استیل اتاق عمل در هر اتاق جراحی به یک‌سری تجهیزات استیل نیاز است. این لوازم سریع و آسان استریل می‌شوند و در پیشبرد کار جراحی اهمیت بسزایی دارند.



الکتروکاردیوگراف یکی از تجهیزات حیاتی در اتاق عمل است که برای ضبط فعالیت الکتریکی قلب بیمار استفاده می‌شود. این دستگاه به تیم پزشکی اطلاعات مهمی درباره وضعیت قلب بیمار در طول جراحی ارائه می‌دهد.



تجهیزات روشنایی لازم به توضیح نیست که برای انجام یک عمل جراحی، نیاز به نور کافی داریم. چراغ‌های جراحی، چونکنگی تنظیمی آنها و همچنین نورهای خاص مانند نور UV از جمله تخصصی‌ترین بخش‌های یک اتاق عمل محسوب می‌شود.



دستگاه مکنده دستگاه مکنده جراحی در اتاق عمل کاربرد بسیاری دارد و برای مکش و حذف مایعات جراحی، گاز و مایعات بدن حین جراحی مورد استفاده قرار می‌گیرد.