

## ارتقای سیستم ایمنی با ورزش

تحقیقات جدید نشان داده فقط ۱۵ دقیقه ورزش می تواند عملکرد سیستم ایمنی را بهبود بخشد. یافته‌های این تحقیق، نشان داد که فعالیت بدنی کوتاه مدت باعث افزایش تولید سلول های کشنده طبیعی می‌شود که نوعی از گلبول های سفید خون هستند که با عفونت‌ها و سلول های سرطانی در بدن مبارزه می کنند. این نخستین مطالعه‌ای نیست که ورزش را با سطوح بالاتر سلول های کشنده طبیعی در جریان خون مرتبط می کند. به علاوه، به نظر می‌رسد تعداد سلولول های کشنده طبیعی تنها چند دقیقه پس از آغاز فعالیت بدنی افزایش می‌یابد. محققان می‌گویند یافته‌های جدید به انبوه شوهراد رو به رشدی اضافه می‌کند که هدف قرار دادن سلول های کشنده طبیعی در بدن ممکن است محافظت بیشتری در برابر عفونت‌ها و بیماری‌ها ایجاد کند. مایکل فردریکسون، استاد طب فیزیکی و توانبخشی در دانشکده پزشکی دانشگاه استنفورد، می‌گوید این نتایج جدید نشان می‌دهد که ورزش‌های کوتاه‌تر برای فعال کردن سیستم ایمنی و افزایش سلول های کشنده طبیعی بدن در گردش خون کافی است.



**سیاست‌های رهبری به‌طور کامل اجرا نشده**

حسین امامی رضوی، دبیر فرهنگستان علوم پزشکی: دولت‌هایی که در ۱۰سال اخیر عهده‌دار نظام سلامت بوده‌اند و برای سلامت مردم د اولویت قائل شده‌اند تلاش‌های زیادی کرده‌اند، اما واقعیت این است که سیاست‌های ابلاغی رهبری در حوزه سلامت هنوز به‌طور کامل اجرا نشده است.



**۶۰میلیون ایرانی مراقب سلامت خواهند داشت**

حسین قرشیدی، معاون بهداشت وزیر بهداشت: طرح سلامت خانواده در کشور با قوت در حال اجرا شدن است. تا اردیبهشت امسال، ۶۰میلیون ایرانی در طرح سلامت خانواده مراقب سلامت خواهند داشت. این طرح نیز با مشارکت مردم برای ارتقای سلامت جامعه رقم خواهد خورد.

# مناقشه بر سر حق ویزیت پزشکان

با اینکه هنوز نرخ رشد تعرفه‌های پزشکی رسماً اعلام نشده ، عددهای پیشنهادی هم حسابی مناقشه‌برانگیز شده است



**گزارش** **مریم سرخوش** روزنامه‌نگار

جدال برای تعیین نرخ تعرفه‌های پزشکی سال ۱۴۰۳ هنوز به خط پایان نرسیده است. بهمن سال ۱۴۰۲ بود که شوروی عالی بیمه از رشد ۴۶درصدی این تعرفه‌ها خبر داد. هرچند بررسی آن به جلسه هیأت دولت در روزهای پایانی سال گذشته نرسید، اما در نهایت خروجی نخستین جلسه در سال جدید حاکی از موافقت دولت با افزایش ۳۶درصدی این تعرفه‌ها بود که البته هنوز ابلاغ رسمی نشده است. هر چند کاهش ۱۰درصدی تعرفه تأییدشده شورای عالی بیمه باز هم جنجال آفرین شد. آنها باها تا باید کرده‌اند که هر سال با تعرفه‌هایی مواجه می‌شوند که هیچ همخوانی با واقعیت‌های حوزه سلامت و اقتصاد کشور ندارد. آن هم در حالی که مجموع تعرفه‌ها برای پزشکان هر میزان که تعیین شود، کمتر از ۱۰درصدش (۹۰۴درصد) سهم ویزیت پزشکان خواهد بود. با تأخیر در اعلام نرخ رسمی تعرفه‌ها، حالا انجمن پزشکان عمومی پیش‌دستی و ویزیت پزشکان عمومی را ۲۵۰هزار تومان اعلام کرده: عددی که مورد تأیید سازمان نظام پزشکی نیست و وزارت بهداشت هم گفته این رقم قانونی و مورد تأیید نیست.

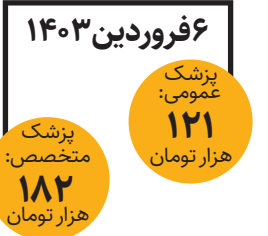
### تعرفه‌های پزشکی اجزای مختلف دارد

«حوزه سلامت مهم است و هر گونه بی‌نظمی یا از بین رفتن کیفیت به این حوزه آسیب جدی خواهد زد. همین حالا هم مردم در حوزه سلامت به‌ویژه در تهیه دارو و دسترسی به پزشک متخصص دچار مشکلات عدیده هستند. هر دولتی اگر می‌خواهد نقش اثرگذاری در حمایت از مردم در حوزه سلامت نشان دهد، باید منابع بیشتری برای حوزه سلامت در نظر بگیرد.» رضا لاری‌پور، معاون

**تعرفه تأیید شده شورای عالی نظام پزشکی کشور (با رشد ۴۶درصدی)**



**تعرفه احتمالی مصوب از سوی هیأت دولت (با رشد ۳۵درصدی)**



**تعرفه مورد درخواست از سوی انجمن پزشکان عمومی**



# ایران شکر

## «گنج افروز» با یلوت کشتی لوچو

روستای «گنج افروز» بابل پایلوت کشتی لوچوی ایران و مازندران می‌شود. سال گذشته گود کشتی لوچوی ایران و مازندران در بابل کلنگ‌زنی شد.به گزارش ایسنا، کشتی لوچو به جنبه‌های پهلوانی، پرهیز از تکبر و خودخواهی، احترام به حریف، رعایت ارزش‌های اسلامی و اخلاقی تأکید دارد. کشتی لوچو ویژگی‌های منحصر به فردی دارد که آن را از سایر کشتی‌ها متمایز می‌کند، لباس سنتی این کشتی که شامل شلوار چاق، کرباس و بند پهلوانی می‌شود نشان‌دهنده اصالت و هویت این ورزش باستانی است که امروزه از آن استفاده نمی‌شود. همچنین استفاده از خاک در این کشتی، نمادی از زمین و پویایی آن است و فنون خاص و حرکات پهلوانی، هیجان و جذابیت خاصی به این رقابت‌ها می‌بخشد. این کشتی در حالت رسمی خود در ایام بیکاری روستاییان در یک یا چند روز متوالی و بیشتر در اعیاد مذهبی، ملی و قبل و بعد از نشاء و یا پس از درو کردن شالی و نیز هنگام تشکیل بازارهای محلی و عروسی‌ها، انجام می‌شود.

مدیرکل حفاظت محیط‌زیست سیستان و بلوچستان از دومین اقدام خروج شتر از بستر تالاب هامون خبر داد و گفت: در راستای حفاظت از عرضه‌های طبیعی حفاظت شده، گله ۱۰۷نفری شتر از تالاب هامون ساپوری خارج شد. به گزارش ایرنا، محمدرضا علیمردی افزود: نخستین کاروان شتر پنجم فروردین ماه از بستر تالاب بین‌المللی هامون خارج شده بود.

رئیس‌کل دادگستری قزوین از احیا و راه‌اندازی ۶شرکت ورشکسته در سال گذشته خبر داد و گفت: فعالیت دوباره این تعداد از واحدهای تولیدی توانست ۱۷۵فرصت شغلی جدید را در استان فراهم کند. به گزارش ایلنا، علی شعبانی افزود: سال گذشته برای ۵۷شرکت ورشکسته در استان ۵۹۰اپرونده تشکیل شد.



**صادرات البرز، سال گذشته از یک میلیارد دلار عبور کرد**

مجتبی عبداللهی، استاندار البرز: سال گذشته صادرات البرز از یک میلیارد دلار عبور کرد. توجه به رشد و توسعه دانش بنیان‌ها، فناوری‌های نوین و استراتژ‌آب‌ها از موضوعات مهمی است که باید در قرارگاه جهش تولید مدنظر قرار گیرد.



# صیادان دست پر برگشتند

با پایان فصل صید از دریای خزر اداره شبلات گلستان، مازندران و گیلان صید امسال را پر رونق ارزیابی کردند

**گزارش** **راحله عبدالحسینی** روزنامه‌نگار

**فصل صید در دریای خزر از ۲۰مهر**

## ۶منطقه صیادی گیلان

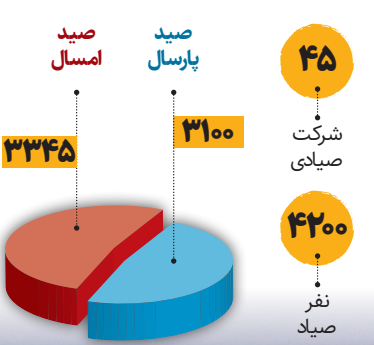
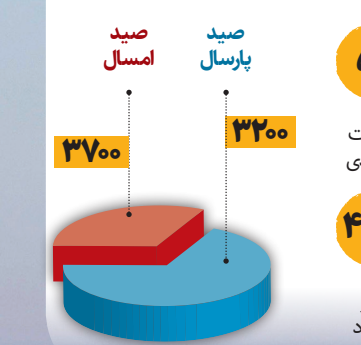
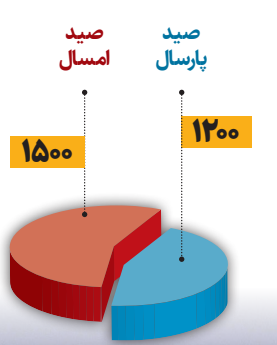
صید در دریای خزر به روش پره انجام می‌شود.مدیر کل شبلات گیلان به همشهری می‌گوید: «بره‌های صیادی ۲۳۴۵تن ماهی صید کردند. ارزش ناخالص برای بره‌های استان تقریباً هزار میلیارد تومان بر آورد شده‌است.» به گفته کورش خلیلی، صیادان ۵۲درصد ماهی سفید، ۴۷درصد ماهی کفال و یک درصد سایر گونه‌های ماهیان را صید کردند. رونق صید در ۶منطقه صیادی در گیلان از آستارا تا چابکسر متفاوت بوده و به‌گفته خلیلی با وجود شرایط جوی نامساعد در برخی از روزها، با تالان صیادان در بازسازی ذخایر باز هم شاهد افزایش میانگین صید هستیم.

## تکثیر و رهاسازی بچه ماهیان

صیادان مازندرانی از ۲۰مهر تا پایان سال ۱۴۰۲موفق شدند ۳۴۲۰تن انواع ماهی استخوانی دریای مازندران را صید کنند.مدیر عامل صید پره مازندران به همشهری می‌گوید که صید امسال ۳۷۰۰تن اعلام شده درحالی که پیش‌بینی صید امسال ۲۵۰۰تن بود. خسایار نوایی ادامه می‌دهد: «۶۰درصد ماهی سفید، ۲۰درصد ماهی کفال و ۱۰درصد ماهی کپور صید شده‌است.» یکی از ماموریت‌های شبلات مازندران، کمک به ترمیم و بازسازی ذخایر آبزیان دریایی در رودخانه‌های مهم شیلاتی و دریاست. به‌گفته نوایی، ۴هزار ماهی مولد از ۱۵خرداد در ۲۰رودخانه مهم رهاسازی می‌شود.

## صید در نوار ساحلی کوچک

با وجودی که فصل صید در استان‌های شمالی به پایان رسیده، اما مدیر شـبـلـات گـلـسـتـان به همشهری می‌گوید که امکان دارد در گلستان صید کماکان تا پایان فروردین ادامه داشته باشد. گلستان با ۱۲۰کیلومتر نوار ساحلی در شهرستان‌های بندرگز، ترکمن و گیشان، کمترین طول نوار ساحلی استان‌های شمالی را دارد. اسماعیل جباری می‌گوید: «طبق پیش‌بینی همراه با آمار صید غیرمجاز، صید امسال در استان گلستان به ۱۵۰۰تن می‌رسد. فصل صید سال گذشته نیز ۱۲۰۰تن صید داشتیم.»



**جذب ۶۱میلیون دلار سرمایه‌گذاری خارجی در آذربایجان شرقی**

واقف پهریزی، معاون اقتصادی آذربایجان شرقی: سال گذشته ۶۱.۴۷میلیون دلار سرمایه‌گذاری خارجی برای ۱۳طرح جذب شد. سرمایه‌گذاری خارجی یکی از ارکان مهم توسعه و پیشرفت است.

**افزایش ۱۵درصدی صید**

طرح حفاظت از رودخانه‌ها برای ایجاد بستر لازم و شرایط مناسب برای بازسازی ذخیره ماهیان استخوانی محیطی طبیعی برای ازدیاد نسل ماهیان استخوانی ایجاد کرده واین طرح حفاظتی تا پایان اردیبهشت استمرار دارد

ماکار شکار

با پایان فصل صید در دریای خزر، مدیر کل امور صید سازمان شبلات کشور وضعیت صید امسال را خوب و رضایتبخش ارزیابی می‌کند؛ وضعیتی که با افزایش ۱۵درصدی صید نسبت به فصل گذشته همراه بوده است. رضا عباسپور نادری به همشهری می‌گوید: «آمار دقیق صید امسال تا ۱۰فروردین ۱۴۰۳ جمع‌آوری شده و نشان می‌دهد حدود ۶۸۰۰تن صید امسال نسبت به سال گذشته حدود ۱۵درصد افزایش داشته‌است.»

آمار صید نشان می‌دهد صید ماهی سفید در هر ۱۳ استان گلستان، گیلان و مازندران در وضعیت قابل قبولی قرار داشته‌است. نادری می‌افزاید: «صید ماهی سفید نسبت به مدت مشابه سال گذشته ۵۰درصد افزایش داشته‌است، اما صید ماهی کفال به‌لیل برخی از تغییرات اکوسیستم و شرایط زیست‌محیطی این گونه زیستی کاهش داشته و مجموع صید ماهی کفال در ۱۳ استان کاهش ۱۸درصدی را نشان می‌دهد. صید ماهی کپور و سایر گونه‌های دیگر نیز وضعیت مناسبی داشته و افزایش میزان صید را داریم.» افزایش میزان صید بی‌شک باید وضعیت درآمذیاری و اقتصادی خوبی را برای صیادان داشته باشد. نادری در این باره نیز آماری را مطرح می‌کند و می‌گوید: «به‌طور متوسط سرانه صید شرکت‌های تعاونی پره در ۱۳ استان با متوسط ۶۵تن در گیلان، ۲۴تن در مازندران و ۱۵ تن در گلستان انجام شده و شرایط در آمدی مناسبی را به‌ویژه در مازندران و گیلان داشته‌ایم به‌طوری که سرانه ارزش صید و درآمد اقتصادی شرکت تعاونی پره در گیلان ۱۷۵میلیارد ریال و در مازندران ۲۲۰میلیارد ریال بوده‌است. گلستان به‌دلیل محدودیت‌ها از جمله پسروی آب دریای خزر و نبود محل‌های مناسب برای تکثیر و تولید مثل شرایط صید مناسبی نداشته و نسبت به گیلان و مازندران از متوسط صید برخوردار بوده است.» نادری در ادامه مشارکت جامعه صیادی در فعالیت‌های تکثیر و بازسازی ذخایر ماهیان استخوانی را یکی از اقدامات ارزشمند جامعه صیادی در فصل صید می‌داند و می‌گوید: «صیادان به این باور رسیدند که برای تداوم در بهر بهرداری از ذخایر ماهیان استخوانی لازم است با بخش اجرا و تحقیقات شبلات تعامل داشته باشند. اتحادیه‌های صیادی هم‌در فعالیت‌های تکثیر طبیعی، تأمین مولدان و بازسازی ذخایر ماهیان استخوانی سرمایه‌گذاری کردند و هم با رویکردهای اجرایی شبلات همسو شدند.» به روزسانی، مکانیزاسیون و نوسازی ادوات صیادی از جمله عوامل دیگری است که در افزایش صید امسال تأثیر مستقیمی داشته‌است. تسهیلاتی برای نوسازی ادوات صید به صیادان تعلق گرفته است که نتیجه آن در افزایش صید امسال نشان داده می‌شود.