

تا امروز در دولت سیزدهم در حوزه دندانپزشکی ایجاد شده است. این مراکز همسو با برنامه این وزارتخانه برای گسترش مراکز دندانپزشکی دولتی ایجاد شده‌اند. وزارت بهداشت می‌گوید که هدفگذاری اش فعالیت مراکز دندانپزشکی دولتی به صورت دو یا سه‌ویژه در طول شبانه‌روز است.

روستایی، بیمه‌شان به صورت سیستمی تمدید می‌شود. به گفته مدیرکل بیمه‌گری و جذب منابع سازمان بیمه سلامت، پوشش بیمه‌ای بیمه‌شدگان روستایی و عشایر و شهرهای زیر ۲۰ هزار نفر جمعیت و دهک‌های یک تا ۵ درآمدی به صورت سیستمی و متمرکز به صورت رایگان به مدت یک سال تمدید می‌شود.

مصرف سر خود دارو ممنوع!

یکی از عادت‌های بدی که ما ایرانی‌ها داریم مصرف سر خود و بدون نسخه و تجویز دارو است. مصرف سر خود دارو و قرص‌ها در وهله اول شاید زبانی نداشته باشد، اما می‌تواند عوارض زیادی برای شهروندان به همراه داشته باشد. راضیه کشاورز، کارشناس گروه تجویز و مصرف منطقی و اطلاع‌رسانی فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو در این باره گفته هزینه بالای ویزیت پزشکان، اطلاعات اشتباه در فضای مجازی، عدم اعتماد به پزشک، ترخیص نظرات و سلاقی بیمار بر پزشک معالج و ترخیص توصیه‌های غیراصولی افراد به یکدیگر به جای مسائل تجربی آنها از دلایل مؤثر در مصرف بالای داروهای است که بدون نسخه هم به فروش می‌رسد. به گفته این کارشناس این تصور وجود دارد که اگر داروی بیشتری مصرف کنید، لایه بهبودی سریع‌تر و اثرگذاری بیشتری هم خواهید داشت؛ تصویری که باعث می‌شود مصرف سر خود داروها رشد پیدا کند و عوارض خودش را نشان بدهد. حتی داروهای بدون نسخه را هم نباید با مصرف طولانی‌تر و دوز بالاتر دنبال کرد.

اصرار برخی بیماران به استفاده از داروهای خارجی

بهرام عین‌اللهی، وزیر بهداشت، درباره دسترسی به برخی داروهای خاص گفته برخی بیماری‌های ژنتیک دارو درمان مؤثری ندارند و داروهای آنها بیشتر جنبه نگهداری دارند. شرکت‌های دانش‌بنیان داروهای مشابه خارجی را با کیفیت بالا تولید می‌کنند، اما برخی بیماران به استفاده از داروهای خارجی اصرار دارند.

گزارش مریم سرخوش روزنامه نگار

پس از ۹ سال وقفه، از سوم اردیبهشت اعمال عملیات اعزام زائران حج عمره از سر گرفته شد و مهم‌ترین توصیه به آنها همراه نداشتن داروهای است که از سوی کشور عربستان ممنوع اعلام شده است.

داروهای خاص ممنوع از سفر

حاوی مواد مخدر
داروهای ضد درد قوی مانند مورفین، کدئین و اکسی کدون ممکن است به دلیل قابلیت سوء مصرف و وابستگی آنها به شدت تحت کنترل باشند؛ از جمله ویکودین، اوکسی کانتین، دمرول.

مواد روانگردان

برخی از داروهای که برای شرایط سلامت روان استفاده می‌شوند، مانند بنزودیاپین‌ها یا داروهای ضد افسردگی خاص، ممکن است به دلیل اثرات روانگردان محدود شوند؛ از جمله اتانکس، والیوم، اتیان.

محرک‌ها

داروهای مسکن مانند آفتامین‌ها یا داروهای که برای درمان ADHD استفاده می‌شوند ممکن است به دلیل خواص محرک و ظرفیت استفاده نادرست با محدودیت‌های سفر مواجه شوند؛ از جمله ادرال، کنسر تا، ریتالین.

ممنوعیت‌های سفر با داروها

چند نکته درباره داروهایی که مسافران نمی‌توانند با خود به سفرهای خارجی ببرند؛ به ویژه برای زائران حج

بهداشتی، سیاست‌های کنترل دارو و توافقنامه‌های بین‌المللی تعیین می‌شود و ارتباط آن با کشور سازنده تقریباً بسیار کم است. به همین دلیل مهم است که مسافران هنگام عبور از مرزهای بین‌المللی از مقررات و محدودیت‌های محلی در مورد داروهای مصرفی‌شان آگاه باشند تا با مشکلات قانونی مواجه نشوند. فهرست قطعی و مشابهی هم درباره داروهای دارای محدودیت سفر وجود ندارد.

مهم‌ترین داروهای ممنوعه

- داروهای گیاهی و حیوانی که مشمول قوانین زیست‌محیطی حفظ گونه‌های در معرض انقراض هستند.**
- داروهای که مشابه آنها در یک کشور تولید می‌شود و کپی کرده‌اند.**
- داروهای که به عنوان دوپینگ در نظر گرفته می‌شوند مانند تستوسترون، کلن بوترون و ناندرون.**

نکته: به‌طوری‌که، داروهای زیادی در فهرست داروهای غیرمجاز در سفرهای خارجی قرار نگرفته، اما نکته بسیار مهم اینکه نمی‌توانید از یک داروی مجاز تعداد زیادی با خود حمل کنید.

دلیل محدودیت حمل دارو در سفرهای خارجی

نگرانی‌های مربوط به سلامت و ایمنی
کشورها ممکن است برخی داروها را به دلیل ملاحظات بهداشتی و ایمنی ممنوع کنند، به‌ویژه اگر این مواد برای سلامت عمومی مضر، اعتیادآور یا بالقوه خطرناک تلقی شوند.

انطباق قانونی

کشورها قوانین داخلی خود را در مورد واردات و نگهداری دارو اجرا می‌کنند. برخی مواد ممکن است در یک کشور قانونی اما در کشور دیگر غیرقانونی یا محدود شده باشند.

الزامات نسخه

در برخی کشورها، داروهای بدون نسخه و در دیگر کشورها با نسخه ارائه می‌شوند. در این حالت بدون مستندات مناسب، جمله نسخه معتبر از یک پزشک دارای مجوز، مجوز حمل آن توسط مسافر داده نمی‌شود. البته مسافران معمولاً می‌توانند داروهای رایج بدون نسخه مانند مسکن‌ها (به‌عنوان مثال، استامینوفن ساده و ایبوپروفن)، آنتی‌هیستامین‌ها و داروهای سرماخوردگی را برای استفاده شخصی در بسیاری از کشورها همراه داشته باشند.

حشره‌کش‌ها دور از دسترس کودکان نگهداری شوند

به گفته سازمان غذا و دارو، هنگام استفاده از حشره‌کش‌ها باید موارد ایمنی را رعایت کنید. باید دقت داشته باشید که این حشره‌کش‌ها مجوزهای بهداشتی لازم را داشته باشند و دور از دسترس بچه‌ها و همچنین دور از گرما، نور، حرارت، رطوبت، مواد غذایی و مواد شوینده نگهداری شوند. استفاده از دستکش و ماسک هم موقع استفاده توصیه می‌شود.



کوتاه‌تر از گزارش؛ پروانه بندی؛ روزنامه‌نگار

واقعا ماه تولد، روی شخصیت ما تأثیر دارد؟

آیا تأثیر ماه تولد بر شخصیت افراد، مبنای علمی دارد یا خرافاتی بیش نیست؟ چرا بسیاری از افراد تحصیلکرده نیز مجذوب این موضوع هستند و آن را مبنای تصمیم‌گیری‌های مهم خود قرار می‌دهند؟

اگر این موضوع خرافه است، چرا کتاب‌های زیادی به زبان‌های مختلف درباره آن نوشته شده است؛ کتاب‌هایی بسط‌یافته‌تر و طرفداران و هواخواهان زیادی دارند. همشهری در این رابطه با دکتر مریم حجازی، روانپزشک و متخصص اعصاب و روان گفت‌وگو کرده و او می‌گوید: هنوز سند، پشتوانه علمی و شواهدی برای تأثیر ماه تولد بر شخصیت افراد وجود ندارد. از این اعتقادات زیاد رایج است؛ مثل اینکه گفته می‌شود چیدمان خانه از جمله عنصر خاص یا رنگ‌های خاص روی اتفاقاتی که برای ما رخ می‌دهد، تأثیر دارد. اینگونه موضوعات یکسری طرفدار پر و پا قرص دارد که برایش هزینه زیادی هم می‌کنند در حالی که ما در روانشناسی به دنبال مستندات هستیم که بتوان آن را آزمایش کرد و پس از آزمایش بتوان با عنوان متغیر، تأثیرش را دید. دکتر حجازی می‌گوید: خیلی‌ها در حالی بر تأثیر ماه تولد بر ویژگی‌های فردی و شخصیتی افراد اصرار دارند که افراد در خانواده‌های مختلف تربیت می‌شوند و رشد می‌کنند؛ تربیت‌ها، امکانات رفاهی و سطح وضعیت اجتماعی و فرهنگی هر خانواده با خانواده دیگر فرق می‌کند. اگر ما بتوانیم همه این متغیرها را حذف کنیم و همه در شرایط یکسان تحت تأثیر ماه تولد، ویژگی‌های یکسانی را از خود بروز دهیم، آن وقت می‌توانیم بگوییم فرد تحت تأثیر این متغیر (متغیر تأثیر ماه تولد) است.

این روانپزشک موضوع را بازتر می‌کند و توضیح می‌دهد: انسان مجموعه‌ای از رفتارها است و یکسری از رفتارها ممکن است در افراد مشترک باشد. مثلاً شما می‌توانید در سفر متولد تیر یا مرداد یا هر ماه دیگری، خصوصیات مشترکی پیدا کنید. چرا؟ چون شما دنبال نقطه اشتراک در آنها می‌گردید و بالاخره آنها را پیدا می‌کنید. دکتر حجازی می‌گوید: به‌نظم چیزی را که خارج از اراده ما باشد، نباید جدی بگیریم و به آن بها دهیم. تمرکز روی ماه تولد خود و دیگران چه تأثیری دارد جز اینکه از ما سلب مسئولیت می‌کند یا باعث می‌شود دیگران را قضاوت بد کنیم، یا موجب شود که تصور خیلی از افراد را درباره متولدین یکسری از ماه‌ها خراب کنیم؟

آگهی مناقصه عمومی مناقصه عمومی شماره: ۰۳-۱۴۰۳

سازمان حمل و نقل و ترافیک شهر تهران در نظر دارد پروژه‌های زیر را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید، بدینوسیله از کلیه اشخاص حقیقی و واجد صلاحیت دعوت به عمل می‌آید جهت شرکت در مناقصه به سامانه الکترونیک دولت (ستاد) به نشانی www.setadiran.ir مراجعه نمایید.

شماره مناقصه	موضوع مناقصه	برآورد اولیه (ریال)	سپرده شرکت در مناقصه (ریال)	مدت قرارداد
۱۴۰۳-۰۳-۰۱	حفظ و حراست، اپراتوری و خدمات سوخت رسانی، تأمین قطعات و تجهیزات، تعمیرات و نگهداشت جایگاه عرصه سوخت CNG اتوبوسی بخارایی	۲۲,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰	یک سال شمسی
۱۴۰۳-۰۳-۰۲	حفظ و حراست، اپراتوری و خدمات سوخت رسانی، تأمین قطعات و تجهیزات، تعمیرات و نگهداشت جایگاه عرصه سوخت CNG اتوبوسی سرخه حصار	۲۲,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱,۱۲۵,۰۰۰,۰۰۰	یک سال شمسی
۱۴۰۳-۰۳-۰۳	حفظ و حراست، اپراتوری و خدمات سوخت رسانی، تأمین قطعات و تجهیزات، تعمیرات و نگهداشت جایگاه عرصه سوخت CNG اتوبوسی تقی آباد	۳۰,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱,۵۲۵,۰۰۰,۰۰۰	یک سال شمسی
۱۴۰۳-۰۳-۰۴	حفظ و حراست، اپراتوری و خدمات سوخت رسانی، تأمین قطعات و تجهیزات، تعمیرات و نگهداشت جایگاه عرصه سوخت CNG اتوبوسی شیشه مینا	۲۱,۸۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱,۰۹۰,۰۰۰,۰۰۰	یک سال شمسی

کنفرانس سازمان حمل و نقل و ترافیک شهر تهران (۴) به پیشنهادهاى فاعد سپرده شرکت در مناقصه ترتیب اثر داده خواهد شد. در ضمن؛ مشروح شرایط مناقصه در اسناد و مدارک درج گردیده و شرکت‌کنندگان باید کلیه صفحات اسناد و مدارک را مهر و به امضای صاحبان امضای تعهدآور شرکت برسانند. همچنین؛ در صورت هرگونه اختلاف و یا مغایرت بین این آگهی و اسناد و مدارک مناقصه که به مهر و امضای صاحبان امضای تعهدآور شرکت‌کنندگان رسیده، اسناد و مدارک توجیهی مناقصه ملاک عمل خواهد بود. **اطلاعات تماس دستگاه مناقصه گذار جهت دریافت اطلاعات بیشتر:** ۹۶۰۱۸۵۷۴

اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: مرکز تماس: ۱۴۵۶
دفتر ثبت نام: ۸۸۹۶۹۷۳۷ و ۸۵۱۹۳۷۶۸

روابط عمومی سازمان حمل و نقل و ترافیک شهر تهران

مزایده عمومی ملک در شهر تهران

شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت در نظر دارد ششدانگ یک قطعه زمین با بنای نیمه کاره در منطقه ویلایی نشین شهرک غرب را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند. مناقضیان محترم می‌توانند طی روزهای اداری شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۰۸ لغایت چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۰۹، از ساعت ۸ الی ۱۶ جهت دریافت فرم شرکت در مزایده به نشانی: تهران میدان شیخ بهایی-خیابان ونک غربی روبروی بوستان آفتاب _ پلاک ۱۷۲ دفتر مرکزی شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت - طبقه اول - دبیرخانه کمیسیون معاملات مراجعه نمایند.

آدرس ملک	سند	مساحت (مترمربع)	کاربری	موقعیت	میزان سپرده شرکت در مزایده (ریال)
شهر تهران، میدان صنعت خیابان خوردین، خیابان هرمزان، کوچه سیزدهم، پلاک ۶	تک برگ	۸۰۹.۵	مسکونی	مسکونی	۶۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰

- دریافت اسناد مزایده بصورت حضوری با ارائه فیش واریزی به مبلغ ۲,۰۰۰,۰۰۰ ریال بحساب شماره ۱۴۰۵۲۵۶۲۰ بانک مسکن شعبه توانیر کد ۲۷۲۱ بنام شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت می‌باشد.
- بازدید با هماهنگی قبلی با دپارتمان فروش طی روزهای شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۰۸ لغایت چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۰۹ امکانپذیر است.
- میزان سپرده شرکت در مزایده طبق مبلغ مندرج در جدول می‌باشد که بایستی بصورت واریز بحساب شماره ۱۴۰۵۲۵۶۲۰ بانک مسکن شعبه توانیر کد ۲۷۲۱ بنام شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت و ارائه فیش نقدی و یا ضمانتنامه معتبر بانکی در وجه شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت در اسناد مزایده ارائه شود.
- آخرین تاریخ تحویل پاکت‌های درستی پیشنهاد تا پایان وقت اداری روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۰۹ می‌باشد.
- تاریخ بازگشایی پاکت‌های حاوی پیشنهاد ساعت ۱۴ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۳۰ می‌باشد.
- شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت در پذیرش یا رد پیشنهاد/پیشنهادها مغیر می‌باشد و در صورت انصراف فروشنده، هیچگونه خسارتی به پیشنهاد دهندگان پرداخت نخواهد شد.
- سایر اطلاعات و جزئیات مربوط در اسناد مزایده آمده است.

تلفن تماس: ۰۲۱-۸۶۷۶۹۱۵۱ | www.sabanft.com | میدان شیخ بهایی، خیابان ونک غربی، پلاک ۱۷۲

آگهی مزایده عمومی مزایده عمومی شماره: ۰۲-۱۴۰۳

سازمان حمل و نقل و ترافیک شهر تهران در نظر دارد پروژه‌های ذیل را از طریق مزایده عمومی واگذار نماید، بدینوسیله از کلیه اشخاص حقیقی و واجد صلاحیت دعوت به عمل می‌آید جهت شرکت در مزایده به سامانه الکترونیک دولت (ستاد) به نشانی www.setadiran.ir مراجعه نمایید.

شماره مزایده	موضوع مزایده	مبلغ پایه کارشناسی ماهانه (ریال)	سپرده شرکت در مزایده (ریال)	مدت قرارداد
۱۴۰۳-۰۲-۰۱	بهسازی، نگهداری، بهره برداری و اجاره پارکینگ طبقاتی کریستال	۳,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۴,۶۸۰,۰۰۰,۰۰۰	دو سال شمسی
۱۴۰۳-۰۲-۰۲	بهسازی، نگهداری، بهره برداری و اجاره پارکینگ طبقاتی لاله	۹,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۱,۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰	دو سال شمسی

(۱) کلیه مراحل برگزاری مزایده از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد مزایده‌گران و بازگشایی پاکت‌ها از طریق سامانه تدارکات الکترونیک دولت (ستاد) به نشانی www.setadiran.ir انجام خواهد پذیرفت. (۲) تاریخ انتشار آگهی مزایده در سامانه: روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۰۸ می‌باشد. (۳) **محل تحویل اسناد:** در سامانه تدارکات الکترونیک دولت www.setadiran.ir (۴) صرفاً پاکت الف (ضمائم نامه شرکت در مزایده به همراه فرم تکمیل شده حراست) هم‌زمان با ثبت در سامانه دولت می‌بایست طی مهلت مقرر در سامانه تدارکات به دبیرخانه سازمان حمل و نقل و ترافیک شهر تهران به نشانی: خیابان شریعتی، نرسیده به خیابان طالقانی، کوچه نقدی - ساختمان شماره ۲ سازمان حمل و نقل و ترافیک شهر تهران طبقه پنجم تحویل گردد. (۵) **زمان و محل بازگشایی پاکت پیشنهادات:** از ساعت ۹ صبح روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۰۳ در محل: خیابان شریعتی، نرسیده به طالقانی، کوچه نقدی، پارکینگ طبقاتی طالقانی، طبقه ششم، سالن

اطلاعات تماس دستگاه مناقصه گذار جهت دریافت اطلاعات بیشتر: مرکز تماس: ۱۴۵۶
دفتر ثبت نام: ۸۸۹۶۹۷۳۷ و ۸۵۱۹۳۷۶۸

روابط عمومی سازمان حمل و نقل و ترافیک شهر تهران

با هم‌مشهری در مترو

دیده شوید
تلیفات محیطی ایستگاه‌های مترو
تلیفات بدنه قطار
تلیفات درون واگن‌ها

کوچه نقدی، پارکینگ طبقاتی طالقانی، طبقه ششم، سالن کنفرانس سازمان حمل و نقل و ترافیک شهر تهران (۴) به پیشنهادهای فاعد سپرده شرکت در مزایده ترتیب اثر داده خواهد شد. در ضمن؛ مشروح شرایط مزایده در اسناد و مدارک درج گردیده و شرکت‌کنندگان باید کلیه صفحات اسناد و مدارک را مهر و به امضای صاحبان امضای تعهدآور شرکت برسانند. همچنین؛ در صورت هرگونه اختلاف و یا مغایرت بین این آگهی و اسناد و مدارک مزایده که به مهر و امضای صاحبان امضای تعهدآور شرکت‌کنندگان رسیده، اسناد و مدارک توجیهی مزایده ملاک عمل خواهد بود. **اطلاعات تماس دستگاه مزایده گذار جهت دریافت اطلاعات بیشتر:** ۹۶۰۱۸۵۷۴
اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: مرکز تماس: ۱۴۵۶
دفتر ثبت نام: ۸۸۹۶۹۷۳۷ و ۸۵۱۹۳۷۶۸

روابط عمومی سازمان حمل و نقل و ترافیک شهر تهران