عوارض کالاهای قاچاق بر سلامت

محمود آل بویه، مدیرکل فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی سازمان غذا و دارو: محصولات آرایشی و بهداشتی که با ورودی نامعلوم در سطح عرضه وجود دارند، قاچاق هستند و چون به‌صورت طولانی‌مدت مصرف می‌شوند بر سلامتی افراد تأثیر می‌گذارند و عوارض بسیاری دارند. محصولاتی استفاده کنید که برچسب اصالت سازمان غذا و دارو را دارند.

ایران، مرجع آموزش طب انتقال خون

بشیر حاجی بیگی، سخنگوی سازمان انتقال خون ایران: اقدامات نوین سازمان انتقال خون باعث شد رتبه اعتباری ایران در میان کشورهای پیشرفته تثبیت شود و در منطقه نیز کماکان با فاصله بسیار زیاد به‌عنوان مرجع آموزش سازمان بهداشت جهانی در زمینه طب انتقال خون باشیم.

عدد خبر

۵۰۰ دستگاه

آمبولانس جدید خریداری و از این تعداد ۲۵۰دستگاه وارد کشور شده و در حال آماده‌سازی است. به‌گفته جعفر میعادفر، رئیس سازمان اورژانس کشور درصورت تأمین بموقع ارز مورد نیاز، ماهانه ۵۰دستگاه آمبولانس، تجهیز و آماده توزیع در کشور می‌شوند. در زمینه توسعه اورژانس هوایی هم خرید خدمت از سازمان‌های دارای بالگرد افزایش پیدا می‌کند.

۲/۱۵ میلیون

پرونده پزشکی سال گذشته در پزشکی قانونی مورد رسیدگی قرار گرفت که از این تعداد، ۸۷درصد مربوط به معاینات بالینی، حدود ۷درصد در زمینه خدمات آزمایشگاهی، نزدیک به ۳/۵درصد مربوط به معاینات اجساد و حدود ۱/۵درصد در حوزه کمیسیون‌های تخصصی بوده است.

خبر

اجرا نشدن طرح درمان رایگان کودکان تخلف است

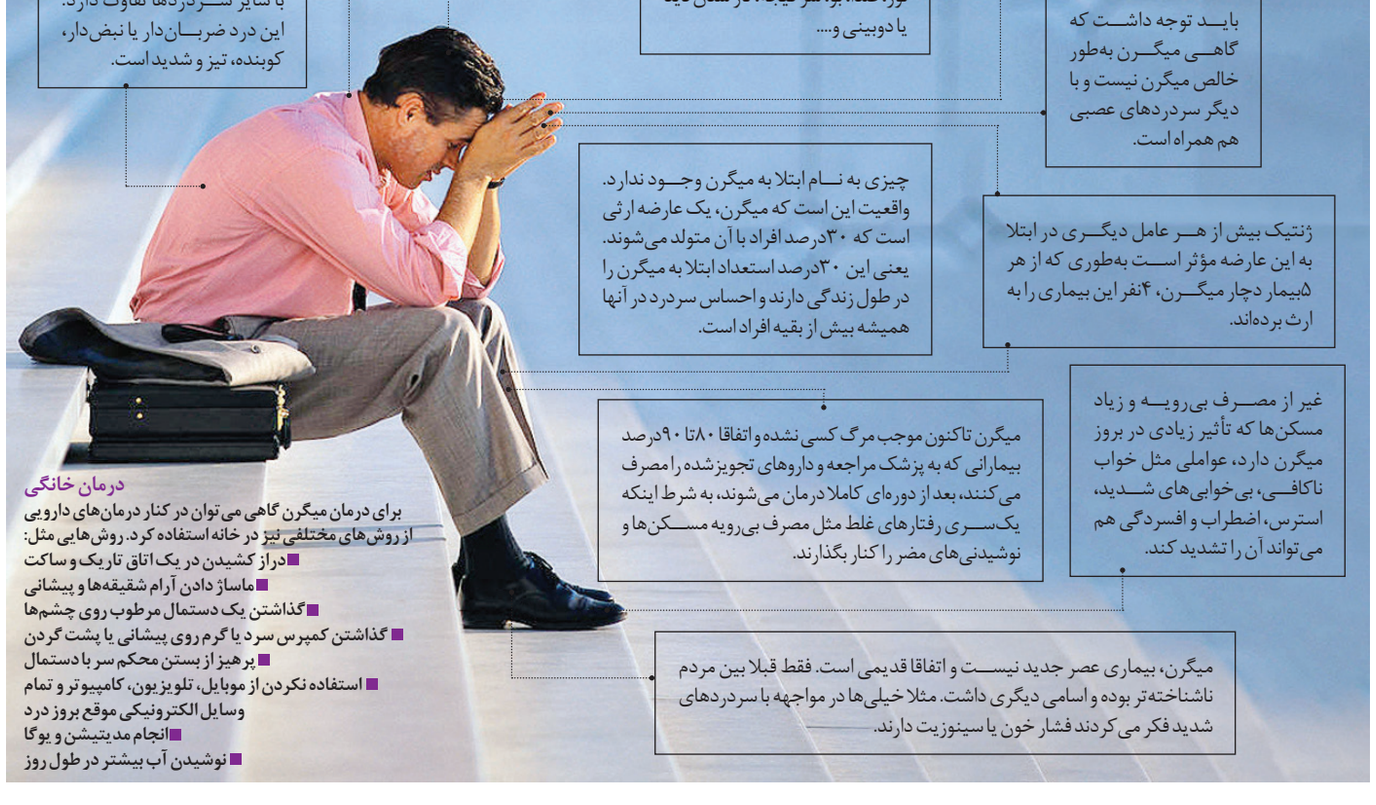
مصوبه درمان رایگان کودکان زیر ۷سال اسفند ۱۴۰۲ابلاغ شد و به تأکید علی مشکی، معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی ایران اجرا نشدن این طرح از سوی مراکز درمانی تخلف است. همان زمان بهرام عین‌اللهی، وزیر بهداشت اعلام کرد «برنامه درمان رایگان کودکان زیر ۷سال در مراکز درمانی دولتی و مراکز درمانی وابسته به دانشگاه‌های علوم پزشکی به تصویب هیأت وزیران رسیده و اجرا می‌شود.» معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی ایران درباره اجرای این طرح توضیح داده: «مصوبه درمان رایگان کودکان زیر ۷سال در ۹اسفند ۱۴۰۲ ابلاغ و از ابتدای فروردین ۱۴۰۳ اجرایی شده است. بر این اساس خدمات ویزیت سرپایی و بستری، همچنین داروی این کودکان در بیمارستان‌ها و مراکز درمانی دولتی به‌صورت رایگان انجام می‌شود و اگر بیمارستانی این مصوبه را اجرا نکند، تخلف کرده است.»

۳۰ درصد مردم با میگرن متولد می‌شوند

بیشتر باورهایی که درباره سردردهای میگرنی داریم، باورهایی خرافی و غلط هستند

گزارش **پروانه بندپی** روزنامه‌نگار

همه ما در اطرافیان خود، کسانی را می‌شناسیم که درگیر میگرن هستند، با این حال باورهای غلطی نسبت به این عارضه داشته و داریم. اما واقعا میگرن و خصوصیات سردردهای میگرنی چیست؟ آیا میگرن، بیماری عصر مدرن به حساب می‌آید یا ژنتیک است؟ آیا کشنده است؟ و سوالاتی مثل این. در این‌باره با دکتر بابک زمانی، متخصص مغز و اعصاب به گفت‌وگو نشسته‌ایم.



میگرن، یک بیماری نورولوژیک است که در هر یک از افراد مبتلا علائم متنوعی دارد، اما عمدتا به‌صورت سردردهای نبض‌دار طاقت‌فرسا تشخیص داده می‌شود.

باید توجه داشت که گاهی میگرن به‌طور خالص میگرن نیست و با دیگر سردردهای عصبی هم همراه است.

ژنتیک بیش از هر عامل دیگری در ابتلا به این عارضه مؤثر است به‌طوری که از هر ۵بیمار دچار میگرن، ۴نفر این بیماری را به ارث برده‌اند.

غیر از مصرف بی‌رویه و زیاد مسکن‌ها که تأثیر زیادی در بروز میگرن دارد، عواملی مثل خواب ناکافی، بی‌خوابی‌های شدید، استرس، اضطراب و افسردگی هم می‌تواند آن را تشدید کند.

میگرن علائم دیگری هم دارد که عمدتا همراه سردرد رخ می‌دهد؛ علائمی مثل تهوع، استفراغ، اختلال در تکلم، بی‌اشتهایی، حساسیت به نور، صدا، بو، سرگیجه، تار شدن دید یا دوبینی و....

اینکه بعضی‌ها فکر می‌کنند استرس عامل میگرن است، یک سوءتفاهم و یک خرافات و باور غلط است. استرس فقط می‌تواند تشدیدش کند.

بیش از ۱۵۰ نوع سردرد وجود دارد که از لحاظ شدت، علت ایجاد، طول دوره و ... با هم متفاوت هستند. درد میگرن با سایر سردردها تفاوت دارد. این درد ضربان‌دار یا نبض‌دار، کوبنده، تیز و شدید است.

چیزی به نام ابتلا به میگرن وجود ندارد. واقعیت این است که میگرن، یک عارضه ارثی است که ۳۰درصد افراد با آن متولد می‌شوند. یعنی این ۳۰درصد استعداد ابتلا به میگرن را در طول زندگی دارند و احساس سردرد در آنها همیشه بیش از بقیه افراد است.

میگرن تاکنون موجب مرگ کسی نشده و اتفاقا ۸۰تا ۹۰درصد بیمارانی که به پزشک مراجعه و داروهای تجویزشده را مصرف می‌کنند، بعد از دوره‌ای کاملا درمان می‌شوند، به شرط اینکه یک‌سری رفتارهای غلط مثل مصرف بی‌رویه مسکن‌ها و نوشیدنی‌های مضر را کنار بگذارند.

میگرن، بیماری عصر جدید نیست و اتفاقا قدیمی است. فقط قبلا بین مردم ناشناخته‌تر بوده و اسامی دیگری داشت. مثلا خیلی‌ها در مواجهه با سردردهای شدید فکر می‌کردند فشار خون یا سینوزیت دارند.

درمان خانگی

برای درمان میگرن گاهی می‌توان در کنار درمان‌های دارویی از روش‌های مختلفی نیز در خانه استفاده کرد. روش‌هایی مثل:

- **دراز کشیدن در یک اتاق تاریک و ساکت**
- **ماساژ دادن آرام شقیقه‌ها و پیشانی**
- **گذاشتن یک دستمال مرطوب روی چشم‌ها**
- **گذاشتن کمپرس سرد یا گرم روی پیشانی یا پشت گردن**
- **پرهیز از بستن محکم سر با دستمال**
- **استفاده نکردن از موبایل، تلویزیون، کامپیوتر و تمام وسایل الکترونیکی موقع بروز درد**
- **انجام مدیتیشن و یوگا**
- **نوشیدن آب بیشتر در طول روز**

کوتاه‌تر از گزارش

سم این قارچ‌ها، حذف‌شدنی نیست

اینکه تصور کنید، قارچ‌های روییده پای درختان در دل طبیعت را به‌راحتی بخورید و هیچ اتفاقی هم برایتان رخ ندهد، کاملا در اشتباهید. یک بی‌احتیاطی کوچک در خوردن آنها می‌تواند حتی مرگ مصرف‌کنندگان را رقم بزند. هر سال با آغاز فصل بهار و بهبود شرایط مساعد در رشد قارچ‌های خودرو، موجی از مسمومیت‌های ناشی از خوردن آنها آغاز می‌شود و سازمان اورژانس کشور هم طی روزهای اخیر از افزایش ۳برابری مسمومیت‌های ناشی از خوردن قارچ‌های وحشی خبر داده است. آنها اعلام کرده‌اند که طی یک ماه اخیر ۵۳مسمومیت در این‌باره ثبت شده و فارس، لرستان و کرمانشاه هم بیشترین مسمومیت‌ها را با قارچ وحشی داشته‌اند. سال گذشته هم حدود ۷۰۰نفر به‌دلیل مصرف قارچ‌های خودرو و سمی مسموم شده‌اند که برخی از آنها فوت کرده‌اند.

هشدار درباره قارچ‌های سمی، نه تنها آنها که پای درختان روییده، بلکه آنهایی هم که به شکل فله‌ای جمع‌آوری و توسط افراد بومی خریداری می‌شوند هم داده می‌شود؛ زیرا شناسایی انواع قارچ از انواع سمی آنها تنها براساس خصوصیات ظاهری مانند شکل، رنگ، بو، قوام و مزه مشکل است و افراد عادی نمی‌توانند سمی بودن آن را تشخیص دهند. در این‌باره فقط متخصصان و کارشناسان مجرب قارچ‌شناسی و گیاه شناسی امکان شناسایی انواع سمی این محصول را دارند؛ به همین دلیل بهترین توصیه برای مردم خودداری از خرید و مصرف آنهاست.

مریم اخگری، رئیس مرکز کنترل کیفی آزمایشگاه‌های سازمان پزشکی قانونی کشور در این‌باره به ایرنا گفته: «حدود ۵هزار نوع قارچ در طبیعت وجود دارد و مصرف حدود ۱۰۰نوع از آن برای انسان سمی است. به همین دلیل هموطنان به هیچ عنوان از قارچ‌های خودرو مصرف نکنند؛ چون حتی پختن، کباب، آبپز و سرخ کردن آنها هم موجب از بین رفتن سم در قارچ سمی نمی‌شود.» اخگری تأکید می‌کند: «۹۰درصد مسمومیت‌ها با قارچ شدید است و علائم مسمومیت شامل ۲مرحله است؛ در مرحله اول -که از ۴ تا ۱۲ساعت بعد از مصرف قارچ سمی است- فرد دچار تهوع، استفراغ، ضعف و بی‌حالی و درد شکم می‌شود و در مرحله دوم وقتی علائم تا ۲۴ساعت ادامه یابد و تشدید شود، به‌دنبال آن سطح هوشیاری کاهش می‌یابد و سم آن، کبد و کلیه را درگیر می‌کند. برخی افراد هم بعد از مصرف قارچ خودرو، دچار بی‌حالی و علائم دیگر می‌شوند اما آن را به علائم طبع سرد قارچ ربط می‌دهند و اعتنایی برای مراجعه به پزشک نمی‌کنند و علائم را جدی نمی‌گیرند که می‌تواند عوارض جبران‌ناپذیری در پی داشته باشد.»

آگهی مزایده عمومی — شماره ۴۰۳/۵

شهرداری منطقه ۱۵ در نظر دارد اجاره بدون سرقفلی مشروحه مزایده ذیل را از طریق مزایده (کمیسیون حراج) به بخش خصوصی واگذار نماید. بدینوسیله از اشخاص حقیقی و حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مزایده دعوت به عمل می‌آید.

ردیف	شرح و محل انجام عملیات	سپرده نقدی یا ضمانتنامه بانکی شرکت در مزایده به ریال	مدت انجام خدمات	شرایط متقاضی
۱	اجاره بدون سرقفلی (بهره‌برداری از نانوایی تافتونی واقع در شهرک شهید بروجردی	۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۲ ماه	ارائه سوابق‌کاری مرتبط با موضوع مزایده برای متقاضیان الزامی می‌باشد.

الف) محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات : محل دریافت اسناد امور قراردادها و محل قبول پیشنهادات دبیرخانه شهرداری منطقه ۱۵ واقع در خیابان خاوران نرسیده به میدان بسیج ساختمان شماره دو

ب) شماره حساب : شماره حساب ۱۰۰۴۴۹۳۵۳۱ نزد بانک شهر شعبه سه راه افسریه کد ۲۳۳ به نام شهرداری منطقه ۱۵

پ) ثبت‌نام در سامانه شهرداری تهران (tehran.ir) الزامی می‌باشد.

ج) مهلت ارائه اسناد : حداکثر ۱۰ روز از تاریخ درج آگهی

بدیهی است شرکت در مزایده و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مزایده بوده و شهرداری در رد یک یا کلیه پیشنهادات مختار است و هزینه درج آگهی بعهده برنده مزایده می‌باشد.

ضمناً، مشروح شرایط مزایده در اسناد درج می‌باشد که شرکت‌کنندگان باید مدارک را پس از اخذ مهر و امضاء نموده و در پاکت‌های لاک و مهر شده تحویل نمایند. بدیهی است حضور شرکت‌کنندگان و یا نمایندگان قانونی تام الاختیار آنان در جلسه اختیاری است.

« نظر به استقرار سیستم مدیریت یکپارچه IMS در منطقه ۱۵ تعهد به اجرای ضوابط بهداشت، ایمنی، محیط زیست و کیفیت خدمات از الزامات پروژه‌ها می‌باشد.» **در صورت مغایرت متن آگهی با اسناد، اولویت با اسناد مزایده می‌باشد.**

دسترسی به اسناد مزایده از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانی business.tehran.ir امکان‌پذیر خواهد بود.

روابط عمومی شهرداری منطقه ۱۵

آگهی مناقصه عمومی — شماره ۸ – ۷ / ۱۴۰۳

شهرداری منطقه هفت تهران در نظر دارد عملیات مشروح ذیل را از طریق برگزاری مناقصه عمومی طی یک مرحله به پیمانکار واگذار نماید، بدینوسیله ازکلیه اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می‌آید.

ردیف	موضوع	مبلغ برآورد (ریال)	سپرده شرکت در مناقصه (ریال)	شرایط مورد نیاز	مدت قرارداد
۱	ساماندهی و پیرایش شهری خیابان برادران شهید محمدی و همچنین سایر محلات کم برخوردار منطقه ۷ در سال ۱۴۰۳ (پروژه‌های توسعه محله ای)	۳۶,۳۶۲,۸۱۷,۲۵۰	۱,۸۲۰,۰۰۰,۰۰۰	پیمانکاران باید دارای گواهینامه تعیین توان فنی و تشخیص صلاحیت معتبر در رشته‌های ابنیه یا تأسیسات و تجهیزات و رتبه مرتبط با مبلغ پیمان از سازمان برنامه و بودجه کشور باشند.	۱۲ ماه شمسی
۲	عملیات آذین‌بندی در سطح منطقه ۷ در سال ۱۴۰۳ براساس فهرست بهای واحد پایه زیباسازی سال ۱۴۰۲	۴۵,۴۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۲,۲۸۰,۰۰۰,۰۰۰	پیمانکاران باید دارای گواهینامه تعیین توان فنی و تشخیص صلاحیت در رشته نیرو از سازمان برنامه و بودجه کشور یا رشته آذین‌بندی و نورپردازی موقت از اداره کل برنامه‌ریزی و سرمایه انسانی معاونت خدمات شهری و محیط زیست شهرداری تهران و رتبه مرتبط با مبلغ پیمان باشند.	۱۲ ماه شمسی

۱ـ به قرار دادهای منعقده پیش پرداخت تعلق نمی‌گیرد.
۲ـ کلیه شرکت‌کنندگان موظف به ثبت نام در سامانه پیمانکاران (سامانه قراردادها) از طریق سایت www.Tehran.ir و ارائه پرینت آن می‌باشند.
۳ـ به اطلاع می‌رساند « اسناد مناقصه از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانی business.tehran.ir قابل رویت و دریافت می‌باشد. »
۴ـ شرکت‌کنندگان مجاز به واریز وجه سپرده شرکت در مناقصه به حساب سپرده ۱۰۰۷۸۵۰۶۰۰۸۷ منطقه نزد بانک شهر شعبه شهید قندی بنام شهرداری منطقه هفت تهران یا ارائه ضمانتنامه معتبر بانکی شرکت در مناقصه می‌باشند.
۵ـ از پیمانکاران داوطلب شرکت در مناقصه‌ها دعوت می‌شود برای شرکت در مناقصه فوق‌الذکر و کسب اطلاعات لازم و دریافت اسناد مربوطه به امور قراردادها واقع در میدان شهید قندی، ساختمان مرکزی شهرداری منطقه ۷ تهران، طبقه دوم مراجعه نمایند (تلفن ۸۸۴۹۶۹۰۶). بهای پیشنهادی می‌بایست از حیث مبلغ مشخص و معین و بدون ابهام و بدون خط خوردگی در پاکت «ب» به صورت لاک و مهر شده باشد. حداکثر زمان لازم برای بررسی پیشنهادها و تشخیص برنده مناقصه‌ها و ابلاغ به برنده طبق مفاد آیین‌نامه معاملات شهرداری تهران عمل می‌شود. ارسال اسناد و مدارک تکمیل شده هیچ‌گونه تعهدی در زمینه انعقاد قرارداد با متقاضیان برای شهرداری منطقه هفت تهران ایجاد نمی‌کند و مهلت ارائه اسناد و دریافت پاکات ۱۰ روز از تاریخ انتشار آگهی مناقصه‌ها می‌باشد.
بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد و مدارک مناقصه و قوانین و مقررات شهرداری تهران و آئین‌نامه معاملات شهرداری تهران بوده و شهرداری در رد یک یا کلیه پیشنهادها مختار است. ضمناً مشروح شرایط مناقصه در اسناد و مدارک مربوطه درج گردیده و شرکت‌کنندگان باید کلیه صفحات اسناد و مدارک مناقصه‌ها را پس از مهر و امضا به ترتیب مقرر در اسناد، در پاکت‌های «الف» و «ب» دریافتی به صورت لاک و مهر شده قرار داده و تحویل دبیرخانه مرکزی، واقع در میدان شهید قندی، ساختمان مرکزی شهرداری منطقه ۷ ، طبقه همکف داده و رسید دریافت نمایند.
۶ ـ اسناد و فرم شرکت در مناقصه و اسناد مناقصه فقط به فرد صاحب امضاء شرکت متقاضی یا دارای معرفی‌نامه از شرکت متقاضی تحویل داده خواهد شد.
۷ ـ پرداخت هزینه انتشار این آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد.

روابط عمومی شهرداری منطقه ۷

آگهی مناقصه (۴-۱۴۰۳) — کد آگهی : ۱۱۴

شهرداری منطقه ۱۰ تهران در نظر دارد امور مشروحه ذیل را از طریق مناقصه عمومی به بخش خصوصی واگذار نماید. لذا، واجدین شرایط می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه به امور قراردادهای منطقه واقع در خیابان آزادی ـ حدفاصل بزرگراه یادگار امام (ره) و خیابان جیحون ـ نبش کوچه مشعوف ـ شهرداری منطقه ۱۰ ـ طبقه ۴ (تلفن تماس : ۹۶۰۱۹۴۵۴) مراجعه نمایند.

معاونت فنی و عمرانی

ردیف	موضوع	مبلغ برآورد اولیه (ریال)	مبلغ سپرده شرکت در مناقصه (ریال)	شرایط متقاضی	مدت
۱	اجرای عملیات تبدیل انهار فرسوده به کانیو و مرمت کانیو فرسوده ناحیه ۲ منطقه ۱۰ در پروژه‌های مستمر و من شهردارم شامل آدرس‌های خیابان امام خمینی(ره)، خیابان کمیل و...	۴۱,۸۳۴,۰۰۹,۰۸۰	۲,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱ـ دارا بودن رتبه حداقل ۵ (راه و ترابری یا ابنیه) و گواهی صلاحیت از سازمان برنامه و بودجه کشور ۲ـ دارا بودن گواهینامه تایید صلاحیت ایمنی پیمانکاری صادر شده توسط وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی وفق مقررات و بخشنامه های صادره ۳ـ تاییدیه کارت الکترونیکی از سامانه تامین‌کنندگان و ارائه‌دهندگان شهرداری تهران	۹ ماه
۲	اجرای عملیات تبدیل انهار فرسوده به کانیو و مرمت کانیو فرسوده ناحیه ۳ منطقه ۱۰ در پروژه‌های مستمر و من شهردارم شامل آدرس‌های خیابان بوستان، خیابان هاشمی و...	۳۸,۶۹۷,۲۰۸,۱۷۵	۱,۹۵۰,۰۰۰,۰۰۰		

*** **ارائه گواهینامه‌های بند ۲ و ۳ شرایط متقاضی، روز برگزاری مناقصه نیز مورد قبول می‌باشد.**

الف) مبلغ سپرده به صورت نقدی به حساب شماره ۶۵۰۶۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۱۰۰۴۵۱۴۸۶۴ نزد بانک شهر شعبه آزادی ـ یادگار (به نام شهرداری منطقه ۱۰) یا اصل ضمانت‌نامه بانکی از بانک‌های دارای مجوز از بانک مرکزی در وجه شهرداری منطقه۱۰ (با شناسه ملی ۱۴۰۰۳۱۸۷۲۶۰) (حداقل دارای سه ماه اعتبار از تاریخ صدور) را در پاکت الف قرار دهند.

ب) از تاریخ انتشار آگهی به مدت ۱۰ روز فرصت دارد اسناد را تهیه، تکمیل و پیشنهاد خود را در پاکت لاک و مهر شده تحویل دبیرخانه شهرداری منطقه ۱۰ واقع در طبقه همکف نماید.

ج) به قراردادها پیش‌پرداخت تعلق نمی‌گیرد. هزینه آگهی (به نسبت مبلغ معامله) به عهده برندگان مناقصه می‌باشد.

بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و شهرداری در رد یک یا کلیه پیشنهادات مختار است. ضمناً مشروح شرایط اختصاصی و فنی و شرایط عمومی در اسناد مناقصه درج گردیده که شرکت‌کنندگان باید تمامی صفحات مدارک و اسناد مناقصه را مهر و امضا نموده و در پاکت‌های مجزا (الف و ب) به صورت لاک و مهر شده، طبق شرایط مناقصه، تحویل دبیرخانه منطقه نمایند اسناد مناقصه از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانی business.tehran.ir قابل رویت می‌باشد.

تمامی متقاضیان شرکت در مناقصه موظفند در هنگام تحویل پاکات به دبیرخانه، نسبت به ارائه شناسه ملی برای اشخاص حقوقی و کد ملی و تاریخ تولد برای اشخاص حقیقی اقدام نمایند.

روابط عمومی شهرداری منطقه ۱۰