

اول استراتژی سازمان بهداشت جهانی برای ادغام طب سنتی در روش‌های مدرن هر کشور، سال گذشته به پایان رسید. به گفته علیرضا زالی، رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، ۱۰ سال دوم این برنامه، از سال ۲۰۲۵ کلید خواهد خورد.

از ۱۹۴ کشور موجود در دنیا، طب بومی خود را به صورت رسمی وارد نظام سلامت‌شان کرده‌اند. زالی از فعالان حوزه طب ایرانی و مکمل نیز خواسته است که در دور دوم این استراتژی، حضور فعال داشته باشند تا بتوانند به معرفی و درج آن در طبقه‌بندی بین‌المللی بیماری‌ها بپردازند.

گونه گیاهی در ایران وجود دارد. ۲۳۰۰ گونه آن‌ها خاصیت دارویی دارند. باز هم جالب است بدانید که از میان این گونه‌های دارویی، ۱۸۰۰ گونه دارویی فقط و فقط در ایران یافت می‌شود و بومی کشورمان است که مزیتی بزرگ محسوب می‌شود.

فرانسه، اسپانیا، پرتغال، مراکش و ترکیه پنج کشور اول در حوزه صادرات آویشن هستند. این در حالی است که آویشن ایرانی از نظر کیفیت، در تمام جهان بی‌رقیب است. همچنین اسطوخودوس ایرانی بالاترین اثربخشی را در سطح جهان دارد و نیازمند آن است که از این ظرفیت بیشترین استفاده برده شود.

مهم‌ترین علت‌های گرم‌زدگی

گرم‌زدگی به وضعیتی گفته می‌شود که بدن در دفع گرما توانایی خود را از دست می‌دهد و دمای درون بدن به حدود ۴۰ درجه سانتی‌گراد می‌رسد. این وضعیت به علت فعالیت شدید یا گرمای هوا ایجاد می‌شود. اما چه دلایلی می‌تواند باعث تشدید آن شود؟ **کمبود ویتامین D**: ویتامین D به دلیل نقشش در سلامت استخوان‌ها شناخته شده است و همچنین نقش مهمی در عملکردهای مختلف بدن از جمله پاسخ ایمنی و تنظیم التهاب ایفا می‌کند. کمبود ویتامین D می‌تواند به‌طور غیرمستقیم خطر گرم‌زدگی را افزایش دهد.

فشار خون بالا و گرم‌زدگی: فشار خون بالا فشار اضافی بر قلب و عروق خونی وارد می‌کند. در گرمای زیاد، سیستم قلبی و عروقی باید سخت‌تر کار کند تا بدن را خنک کند.

چاقی و گرم‌زدگی: چاقی خطر گرم‌زدگی را به میزان قابل توجهی افزایش می‌دهد. چربی اضافی دفع گرما توسط بدن را مختل و خنک شدن آن را سخت‌تر می‌کند.

بیماری‌های قلبی و عروقی و گرم‌زدگی: بیماری‌های قلبی و عروقی خطر گرم‌زدگی را افزایش می‌دهد. شرایطی مانند نارسایی قلبی و بیماری عروق کرونر، توانایی سیستم قلبی و عروقی را برای مدیریت استرس گرمایی به خطر می‌اندازد. کاهش کارایی در گردش خون، مکانیسم‌های خنک‌کننده بدن را مختل می‌کند.

دبیات و گرم‌زدگی: دبیات خطر گرم‌زدگی را به دلیل عوارضی مانند نوروپاتی و گردش خون ضعیف افزایش می‌دهد که باعث اختلال در تعریق و دفع گرما می‌شود.



نظارت سختگیرانه بر تولیدکنندگان مواد غذایی

۵۱۰۰ تولیدی مواد غذایی به مراجع قضایی معرفی شدند. به گفته عبدالعظیم بهفر، سرپرست اداره کل امور فرآورده‌های خوراکی و آشامیدنی سازمان غذا و دارو، نظارت سختگیرانه‌ای بر واحدهای تولیدی این حوزه وجود دارد تا همه ضوابط به خوبی رعایت شود.



همکاری‌های سلامت ایران و کوبا

وزرای بهداشت ایران و کوبا، در ژنو با هم دیدار کردند و درباره گسترش همکاری‌های فیمابین به توافقاتی رسیدند. بهرام عین‌اللهی در دیدار با ژوزه میراندا، وزیر بهداشت کوبا گفت که همکاری ۲ کشور در ایام کرونا، منجر به تولید واکسن سورانا شده است.

حال ناخوش رزیدنت‌ها

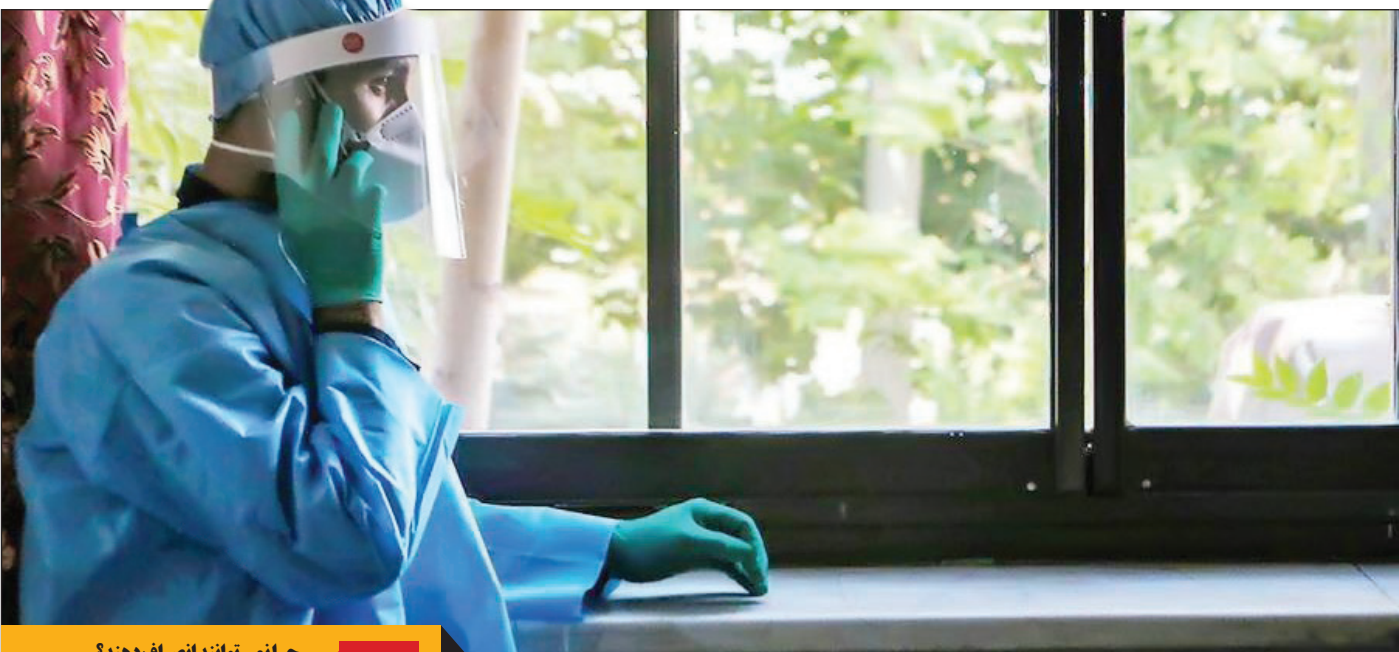
ضمانت‌های سنگین و حقوق کم، دستیاران پزشکی را در شرایط بحرانی قرار داده است

گزارش: مریم سرخوش روزنامه‌نگار

دوره رزیدنتی با پدیده عجیبی مواجه شده: کتمان درمانی! تمامی مشکلاتشان نادیده گرفته شده و برای حفظ آنچه باقی مانده، آنقدر قوانین سختگیرانه لحاظ شده که نشاط را در دستیاران پزشکی از بین برده است. فشار کاری زیاد و پایین بودن حقوق، طلب ضامن و وثیقه‌های سنگین به‌عنوان شرط ورود به دوره رزیدنتی، امان پزشکان عمومی را که می‌خواهند دوره‌های تخصصی را سپری کنند، بریده است.

البته که این دوره از همان ابتدا هم سختی‌های خودش را داشت، اما شرایط معیشتی و کاری به اندازه امروز پر فشار و پر تنش نبود. مدت‌هاست که روایت‌هایی از مصایب دوره رزیدنتی به گوش می‌رسد، مثل افزایش اضطراب و استرس در آنها. عواملی که به‌گفته دکتر محمد رئیس‌زاده، رئیس سازمان نظام پزشکی کشور در گفت‌وگو با همشهری به‌راحتی قابل رفع است، ولی تلاشی برای حل‌شان صورت نمی‌گیرد. آن هم درحالی‌که رزیدنت‌ها با وجود ارائه خدمات درمانی به بیماران چندان از مزایای قانون کار هم بهره‌مند نیستند. البته اوایل اردیبهشت امسال وزیر بهداشت از

تصویب آیین‌نامه دستبازی خبر داد و گفت: «تعیین و تعدیل علمی میزان کشیک شب برای همه دستیاران مدنظر قرار گرفته و ارائه تسهیلات، بیمه پایه و تکمیلی در خصوص دستیاران تقویت شده است.» اگر چه پیگیری‌های همشهری نشان می‌دهد که حتی ترمیم حقوق این گروه از اواخر سال گذشته که قرار بود از ۹ تا ۱۲ میلیون تومان به ۱۵ میلیون تومان افزایش پیدا کند، هنوز در همه دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور لحاظ نشده و همچنان در یاقتی‌ها جوابگوی نیازهای معیشتی این گروه نیست.



چرا نمی‌توانند انصراف دهند؟
قوانین ورود به دوره رزیدنتی بسیار سختگیرانه‌تر از گذشته شده است. براساس سیاست‌های جدید وزارت بهداشت، هزینه انصراف متناسب با تورم افزایش پیدا کرده و به رقمی حدود ۳۰۰ تا ۵۰۰ میلیون تومان رسیده است. از سوی دیگر مشکلاتی به نام دشوار شدن رفتن به طرح به دلیل مشکلات معیشتی و نبود جاذبه باعث شده که ضمانت‌ها و وثایق سنگین‌تر از این افراد گرفته شود. این در حالی است که در گذشته خود فرد در دفتر خانه ضمانت می‌داد، اما اکنون باید ۴۰۰ تا ۸۰۰ میلیون تومان ضمانت کند. کسی که مال به ثبت‌نام در دوره رزیدنتی است را ضمانت کنند و در صورت عدم رفتن به طرح، چیه‌های سنگین از ضامن‌ها دریافت خواهد شد. پیگیری‌های همشهری نشان می‌دهد که در صورت عدم تمکین رزیدنت‌ها برای رفتن به طرح، ضامن‌ها باید جرانی حدود ۱۰۰ میلیون تومان پرداخت کنند. رئیس سازمان نظام پزشکی هم این مسئله را تأیید می‌کند و در توضیح بیشتری می‌گوید: «مسئله مهم این است که تمایل برای ورود به دوره رزیدنتی کاهش پیدا کرده و راهکار راد این دیده‌اند که اجازه انصراف به کسی ندهند. جاذبه رفتن به دوره رزیدنتی طرح، روزبه‌روز در حال کاهش و سختی‌هایش در حال افزایش است. اما با تعدیات قرون وسطایی، اردوگاه کار اجباری و ضمانت‌های سنگین، این افراد را مجبور به گذراندن دوره می‌کنیم که این تدبیر نیست!»

دلیل تمایل به ورود به دوره‌های رزیدنتی و تحمل سختی‌ها نسبت به امروز بیشتر بود. او ادامه می‌دهد: «آکنون همان انتظار از رزیدنت‌ها وجود دارد، اینکه دوره پر فشار ۴ ساله را سپری کنند و به تخصصی توانمند بدل شوند، اما نخستین تفاوت با گذشته این است که بار کاری به‌دلیل افزایش مراجعات چندین برابر شده و به همان نسبت ظرفیت دستبازی در مراکز مختلف افزایش پیدا کرده است. به‌عنوان مثال بیمارستان شهدای تجریش، ۲۰ سال قبل ۴۰۰ دستباز جراحی می‌گرفت و حجم بیمارستان‌ها هزار نفر بود، اما اکنون ۷۰۰ رزیدنت سال اول دارد و حجم بیمارانش ۱۰ برابر شده است.» رئیس‌زاده درباره اینکه چرا تعداد رزیدنت‌ها افزایش پیدا نمی‌کند، می‌گوید: «باید استانداردهای آموزشی را رعایت کرد و علاوه بر این، محدودیت‌هایی از جمله ظرفیت اتاق عمل، تعداد جراحی‌ها، اعضای هیأت علمی و... وجود دارد.»

۴ راهکار افزایش حقوق:
تسهیل دوره رزیدنتی، کاهش ضمانت‌های سختگیرانه و اختصاصی مزایای قانون کار به دستیاران پزشکی می‌تواند تمایل آنها را برای حضور در دوره‌های تخصصی افزایش دهد.

چرا دوره رزیدنتی مهم است؟

مهم‌ترین افتخار حوزه سلامت در بیش از ۴ دهه گذشته خودکفایی در تأمین درمان تخصصی به دلیل موفقیت در تربیت متخصص باکیفیت و توانمند در کشور است. دستاوردش هم این بوده که سال‌هاست برای درمان تخصصی و فوق تخصصی هیچ بیمار ایرانی به خارج کشور اعزام نمی‌شود و برعکس بیماران خارجی به ایران سفر می‌کنند. این متخصصان باکیفیت در دوره دستبازی تربیت شده‌اند و نکته مهم اینکه گلوگول این خودکفایی و پالندگی در دوره رزیدنتی است.

خودکفا شده‌ایم

رئیس سازمان نظام پزشکی از افزایش رشته‌های تخصصی و فوق تخصصی طی چند دهه اخیر خبر می‌دهد و می‌گوید: «در حال حاضر از ۲۰ مرکز جراحی اعصاب برای تربیت پزشک در اوایل انقلاب به ۳۵ مرکز رسیده‌ایم. آن زمان هیچ مرکز برای تربیت فوق تخصص عروق در کشور وجود نداشت و اکنون ۷۰ مرکز داریم. این یعنی علاوه بر گسترش رشته‌های تخصصی و فوق تخصصی، آنهایی را هم که در کشور نداشتیم، ایجاد کرده‌ایم.»

فشار کاری چندین برابر شده

دوره‌های رزیدنتی از همان ابتدا هم دشواری داشت، اما به گفته رئیس‌زاده «در گذشته این سختی قابل تحمل بود، چون امید به آینده وجود داشت؛ یعنی هم وضعیت معیشتی رزیدنت‌ها خوب بود و هم دوره پر تنش و پر فشار تحصیلی با شرایط کاری و معیشتی مناسب پس از فارغ‌التحصیلی جبران می‌شد. به همین

۱۶ هزار رزیدنت در حال تحصیل هستند و سالانه ۴ هزار دستیار جدید پذیرش می‌شوند

چه باید کرد؟
رئیس سازمان نظام پزشکی راهکار عبور از مصایب دوران دستبازی پزشکی را اصلاح، شفاف‌سازی، به‌روز رسانی و هوشمندسازی سامانه طرح رزیدنتی می‌داند و می‌گوید:

«مشکل اینجاست که اکنون رزیدنت‌ها دانشجوی در نظر گرفته می‌شوند که کار هم می‌کنند و یک حق الزحمه کم هم می‌گیرند. اما با وجود فعالیت‌های درمانی سنگین مشمول قانون کار نیستند و مزایایی ندارند. باید چنین نگاهی به‌صورت بنیادین

حقوق رزیدنت‌ها در حد ۲۰ تا ۳۰ میلیون تومان است. ایشان درباره بودجه آن سؤال کرد و گفتیم برای ۱۶ هزار رزیدنت در حال تحصیل در کشور چیزی حدود هزار میلیارد تومان. همانجا طی تماس تلفنی، خواستار رسیدگی به این موضوع شدند و ما هم در خواست‌مان را به دوستان دادیم، اما هنوز هیچ اقدامی انجام نشده است. سؤال من این است که دوره رزیدنتی گلوگول تربیت متخصص پزشکی در کشور به شمار می‌رود و آیا ارزش یک همت بودجه برای تسهیل شدن شرایط آنها را ندارد؟»

تعداد مراکز جراحی اعصاب برای تربیت پزشک متخصص

از ۲ مورد در اوایل انقلاب به ۳۵ مرکز رسیده است

تغییر کند. رزیدنت‌ها باید کار مندی در نظر گرفته شوند که کار آموزشی و درمانی را به‌صورت هم‌زمان انجام می‌دهند و مزایای بیمه‌ای، حقوقی، اضافه‌کار و حق تعطیلی هم برای آنها در نظر گرفته شود.»



آگه مفقودی
به اطلاع می‌رساند قبض انبار به شماره ۴۰۱۰۰۲۰۰۱۷۷۷ صادره توسط شرکت انبارهای عمومی و خدمات گمرک ایران متعلق به شرکت تجهیزات پزشکی دوستکام مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.

آگهی مزایده عمومی
شماره ۱۴۰۳/۰۲
موسسه خدمات رفاهی کارکنان وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح در نظر دارد تعدادی از واحدهای تجاری و ورزشی در شهرک‌های مسکونی و اماکن ورزشی تایبه در شهر تهران را به شرح ذیل از طریق مزایده عمومی و به صورت اجاره به افراد واجد شرایط واگذار نماید.
شهرک شهید چمران : خشکشویی - فروش رنگ و ابزار و برقی - لوازم التحریر - نانوايي بربري - نانوايي تافتون
شهرک شهید قزوینی : فروش میوه و تره بار - کافی نت و فروش تلفن همراه - شغل پیشنهادی
شهرک شهید رجایی : فروش اینیات سنتی
مجموعه فرهنگی ورزشی شهید سلیمانی (مهام) : سایت رنج بست و فیلد تارگت
مجموعه ورزشی میلاد : سالن رزمی
متقاضیان می‌توانند از تاریخ ۱۳۰۳/۰۲/۱۷ لغایت ۱۴۰۳/۰۲/۲۲ بجز ایام تعطیل، شنیه تا چهارشنبه از ساعت ۸ الی ۱۶ جهت کسب اطلاعات بیشتر در دفاتر اسناد مزایده به معاونت بازرگانی واقع در: تهران، میدان نوبنیاد، خیابان شهید لنگری، شهرک شهید چمران، بلوک ۱۵ طبقه همکف، واحد ۸ مراجعه و سپس پاکت تکمیل شده را تا روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۲۲ ساعت ۱۵ به دفتر ریاست بازرسی و حقوقی موسسه تحویل نمایند.
تلفن تماس: ۲۶۱۰۲۸۳۳۰

آگهی مزایده عمومی
نوبت اول
مرکز آموزشی رفاهی فرهنگیان تهران در نظر دارد، اقلام اسقاطی و ضایعاتی خود را از طریق مزایده عمومی بفروش برساند. بدینوسیله از علاقمندان دعوت به عمل می‌آید جهت کسب اطلاعات بیشتر و تهیه اسناد مزایده حداکثر تا سه روز کاری پس از درج آگهی با در دست داشتن ضمانت نامه بانکی به مبلغ ۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال (پانصد میلیون ریال) به حساب شماره ۸۲۷۵۸۶۷۶۳۳ نزد بانک ملت شعبه چهارراه لشکر بنام باشگاه فرهنگیان تهران (تضمین شرکت در مزایده) به آدرس میدان حر - خیابان امام خمینی غربی - خیابان کمالی - خیابان کاشان (تلفن ۵۵۴۰۴۰۵) مراجعه نمایند.



نشانه‌های خفیف

- تب ناگهانی و شدید
- سردردهای شدید
- درد پشت چشم
- درد شدید مفصل و عضله
- خستگی
- حالت تهوع
- استفراغ
- بثورات پوستی که ۲ تا ۵ روز پس از شروع تب، ظاهر می‌شود
- خونریزی خفیف بینی
- خونریزی با کبودی در لثه



نشانه‌های شدید

- خونریزی از راه دهان
- خونریزی از راه لثه یا بینی
- آسیب به سیستم لنفاوی و رگ‌های خونی و خونریزی داخلی
- استفراغ و سیاه شدن مدفوع
- کاهش پلاکت خون
- لکه‌های خونی کوچک زیر پوست
- نیض ضعیف
- افت فشارخون

با هم‌مشاوره‌ای درم‌ترو دیده شوید
تیلیفات محیطی ایستگاه‌های مترو
تیلیفات بدنه قطار
تیلیفات درون واگن‌ها
پدربش آگهی ۱۸۱۹