

عدد خبر

۲۳۵۲۶
مأموریت

اورژانس هفته گذشته در استان تهران انجام شده است که از این تعداد ۵۵۵۹ بیمار به مراکز درمانی انتقال یافتند و ۶۴۱۰ بیمار هم در محل از خدمات اورژانس استفاده کردند. طی این مدت همچنین ۵۵۶۸۴ تماس با مرکز دیسپچ اورژانس استان تهران برقرار شد که از این تعداد ۹۵۰ تماس مزاحم(معادل ۳.۵درصد کل تماس‌ها) بوده است.

یک درصد

از جمعیت ایران به بیماری هپاتیت «ب» مبتلا هستند و ایران می‌تواند در فهرست کشورهایی قرار بگیرد که انتقال مادر به کودک هپاتیت «ب» را حذف کرده است. قباد مرادی، سرپرست مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت با بیان این موضوع را بررسی و اعلام هپاتیت «سی» در ایران حدود ۰٫۱ تا ۰٫۳ درصد پیش‌بینی می‌شود.

۲۰ سال

مصرف محصولات لبنی در سنین میانسالی می‌تواند ریسک ابتلا به بیماری‌های قلبی - عروقی را در مردان کاهش دهد. محققان فنلاندی در مطالعه جدیدشان روی مردان ۶۷ساله این موضوع را بررسی و اعلام کردند مصرف ماست و پنیر می‌تواند از مردان میانسال در برابر حملات قلبی محافظت کند.

نظارت

فروش داروهای لاغری اعتیاد آور در آرایشگاه‌های زنانه

یک پژوهشگر سم‌شناسی از مرکز تحقیقات پزشکی قانونی از عرضه داروهای لاغری حاوی امفتامین در آرایشگاه‌های زنانه خبر داده و گفته «این داروها عوارض جبران‌ناپذیری برای مصرف‌کنندگان ایجاد می‌کند.» به‌تأکید مریم اخگری «این داروها فاقد برچسب اصالت و مجوز وزارت بهداشت هستند و عمدتاً به شکل کپسول و قرص‌های دست‌ساز، بسته‌بندی غیراستاندارد عرضه می‌شوند.»

نکته‌ای که مورد انتقاد مسلمان اسحاقی، سخنگوی کمیسیون بهداشت مجلس قرار گرفته و باانتقاد از نبود نظارت کافی بسر عرضه قرص‌های لاغری حاوی موادمخدر شیشه گفته «ما بر بازار و توزیع این قبیل داروها نظارتی نداریم. این داروها حاوی موادمخدر هستند و مصرف‌کنندگان به نوعی اعتیاد دچار می‌شوند. احساس خوشایندی هم که بر اثر خوردن این داروها در افراد ایجاد می‌شود، آنها را به تداوم مصرف ترغیب می‌کند.» او با بیان اینکه افراد سودجو با جان مردم بازی می‌کنند، تأکید کرد: «کمیسیون بهداشت و درمان به این موضوع ورود کرده و ستاد مبارزه با موادمخدر باید پاسخگو باشد. امروز موادمخدر برای مصارف دارویی وارد و افراد سودجو وقیح شده‌اند چون موادمخدر را در قالب دارو به جوانان ما عرضه می‌کنند و ما در این راستا به ستاد مبارزه با موادمخدر هشدار می‌دهیم. کمیته غذاودارو بخشی از این مسئله است و سازمان تعزیرات و ستاد مبارزه با موادمخدر هم در این‌باره مسئولیت دارد.»

به تأکید این مسئول اکثر چاقی‌ها و اضافه‌وزن‌ها تا ۸۰درصد به‌تقدیه برمی‌گردد و ۲۰درصد به ورزش و تمرین بستگی دارد.

توصیه

درمان این تب‌ها در خانه جایز نیست

تب یکی از شایع‌ترین علائم بیماری در کودکان است که معمولاً به‌علت عفونت‌های ویروسی و باکتریایی ایجاد می‌شود. اگر دمای بدن آنها ۵٫۵درجه باشد، به‌عنوان تب خفیف در نظر گرفته می‌شود و نیازی به مراجعه به پزشک ندارد و با برخی اقدامات خانگی می‌توان دمای بدن کودک را کاهش داد. ازجمله کاهش دمای اتاق در روزهای گرم سال، حمام کردن کودک، استراحت و خواب کافی، خوردن مایعات، آب و سوپ‌های ساده و... اما به‌گفته علی‌اصغر زنده‌دل، متخصص طب ایرانی، برخی تب‌ها را نباید در منزل درمان کرد و نیازمند مراجعه به پزشک است. او در توضیح بیشتر گفته «هر زمانی که کودک دچار تب همراه با استفراغ و تهوع، خشکی دهان و ترک دور دهان می‌شود، باید به پزشک مراجعه و معاینه شود. والدین باید از خوددرمانی در منزل خودداری کنند. در حالت عادی هم کودک با بروز تب، بی‌قرار نمی‌شود، اما اگر کودکی با تب بالا بی‌قراری کند نیازمند مراجعه به پزشک است.»

او تأکید می‌کند: «رنگ پریدگی در کودکان دچار تب بالا از عوارض مهم بیماری است که باید توسط پزشک معاینه و درمان شود.»

حمله به بیمارستان‌های غزه را متوقف کنید

محمدرضا ظفرقندی، وزیر بهداشت با محکوم کردن مجدد حملات متعدد ارتش رژیم صهیونیستی به مراکز درمانی و اعلام همدردی و پشتیبانی از کادر درمان، از مجامع بین‌المللی و به‌ویژه سازمان بهداشت جهانی خواست که برای موضع‌گیری و واکنش جدی و سریع در قبال تداوم این نسل‌کشی و محکومیت تعرض به بیمارستان‌ها و مراکز درمانی اقدام کنند.

دروازه‌غار؛ بهترین محله در دوره کرونا

روایت‌های خواندنی عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام از یک منطقه محروم در تهران



مریم سرخوش | چندی پیش علی آقامحمدی، مشاور مقام معظم رهبری و عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام، به نکته‌های جالبی درباره تنها محله بدون تلفات ایران در زمان کرونا اشاره کرد. البته شاید باور تان نشود که این محله، دروازه‌غار تهران بوده باشد. ولی چنین اتفاقی چطور در آن

موقع رخ داد و این موفقیت را رقم زد؟ آقامحمدی به نکته‌های جالبی در این باره اشاره می‌کند که نشان می‌دهد چطور با یک برنامه‌ریزی دقیق، این محله قدیمی تهران، از کمترین ابتلا و بدون فوتی، از روزگار گزونا گذشت. روایت آقامحمدی را به طور خلاصه در ادامه می‌خوانید.

منزل قرنطینه می‌شدند هم سبد غذایی و شماره شهردار دریافت می‌کردند.

درباره یک طرح

یکی از نعمت‌هایی که به آن رسیدیم طرح تحول ۲۰۲۰ محله کم‌برخوردار بود که مقام معظم رهبری حدود ۳سال پیش با این طرح پیشنهادی موافقت کردند. اینکه ما مشکلات را نه با دستگاه‌های اجرایی که از بطن مردم شروع و یک اقدام اجتماعی را سازماندهی کنیم، با شروع این برنامه هم نخستین اقدام درباره کرونا و محله دروازه غار بود.

چه اتفاقی افتاد؟

تمام کسانی که در محله حضور داشتند همراه با کسانی که شهردار محله نامیده می‌شدند، مورد آزمایش قرار گرفتند. کسانی که علائمی داشتند برای آنها واکنس زده می‌شد. برخی نیاز به درمان داشتند و با هماهنگی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی ۲بیمارستان درنظر گرفته شده بود که بیماران به این مراکز ارجاع می‌شدند. کسانی که باید در

این امر مقدمه‌ای شد که مردم رعایت مسائل ساده بهداشتی را از خودشان شروع کنند. این مسئله جایزه داشت و پیشنهاد دادیم که پزشک خانواده در این محلات کم‌برخوردار داشته باشیم

که البته نیاز به پوشش بیمه‌ای داشتند. ۶۵درصد مردم یک محله از منطقه ۱۲ تهران بیمه نداشتند! شاید کسی



با اقدامات صورت‌گرفته دروازه غار با اینکه

آسیب‌پذیر ترین محله به شمار می‌رفت بهترین محله ایران شد



سرماخوردگی و آنفلوآنزا

ویروس‌های سرماخوردگی و آنفلوآنزا در هوای سرد بیشتر فعال و شایع می‌شوند. چون سیستم ایمنی بدن در این فصل تضعیف‌تر می‌شود و احتمال ابتلا به بیماری‌های ویروسی افزایش می‌یابد.

دردهای عضلی

افراد مبتلا به آرتروز و مشکلات مفصلی معمولاً با سرد شدن هوا از افزایش درد و خشکی مفاصل شکایت دارند چون سرما و خشکی می‌تواند باعث سفت شدن عضلات و مفاصل شود. در افرادی که دچار بیماری‌هایی مانند آرتروز هستند، سرما می‌تواند درد و التهاب مفاصل را افزایش دهد.

خشکی پوست

کاهش رطوبت هوا در زمستان باعث خشکی پوست، ترک خوردن لب‌ها و حتی اگزما می‌شود.

بیماری‌های ریوی و تنفسی

آسم، برونشیت و بیماری‌های ریوی دیگر در فصل سرما تشدید می‌شوند. هوای سرد می‌تواند باعث تنگی نفس، بروز بیماری‌های آلرژیک و تشدید علائم آسم شود.

افزایش فشار خون

با سرد شدن هوا، رگ‌های خونی منقبض می‌شوند و این موضوع می‌تواند منجر به افزایش فشار خون و تشدید مشکلات قلبی شود.

التهاب سینوس‌ها(سینوزیت)

هوای سرد و خشک می‌تواند التهاب سینوس‌ها را تشدید کند و موجب سردردهای ناشی از سینوزیت شود.



اجرای موفق یک طرح آزمایشی برای پرستاری

عباس عبادی، معاون پرستاری وزارت بهداشت از اجرای موفق طرح آزمایشی ثبت الکترونیکی اقدامات پرستاری در برخی از بیمارستان‌های کشور خبر داد و گفت:پرستاران می‌توانند به جای پر کردن فرم‌های کاغذی، اطلاعات بیمار را به‌صورت الکترونیکی ثبت کنند. این امر علاوه بر صرفه‌جویی در زمان، دقت اطلاعات را نیزافزایش می‌دهد.

سلامت

۳نشانه اولیه شروع پوکی استخوان

میلون‌ها نفر در سراسر جهان به پوکی استخوان مبتلا هستند که اغلب بی‌صدا و بدون علائم است تا زمانی که شکستگی استخوان رخ دهد؛ اما علائم اولیه‌ای وجود دارد که توجه به آنها می‌تواند هشدار شروع پوکی استخوان باشد و اقدامات پیشگیرانه را ضروری کند.

به‌گزارش همشهری، عبدالرحمان اهوازیان، دبیر انجمن شاخه ورزشی انجمن فیزیوتراپی ایران دراین‌باره گفت: «پوکی استخوان به‌تدریج استخوان‌ها را با گذشت زمان ضعیف و آنها را شکننده‌تر و مستعد شکستگی می‌کند. این شکستگی‌ها می‌توانند منجر به درد شدید، ناتوانی و از دست‌دادن استقلال، به‌ویژه در افراد مسن شوند. این وضعیت بیشتر زنان را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد؛ به‌طوری‌که یک‌نفر از هر ۳ن‌بالای ۵۰ساله دچار شکستگی ناشی از پوکی استخوان می‌شود و این شرایط در هر یک‌نفر از ۵مرد رخ می‌دهد.» البته به‌گفته اهوازیان پوکی استخوان تنها به‌ربوط به افراد مسن نیست و افراد جوان‌تر هم می‌توانند به‌دلیل مختلف ژنتیک، سبک زندگی و برخی شرایط پزشکی در معرض خطر باشند. او در پاسخ به این پرسش که چه عواملی می‌توانند باعث پوکی استخوان شوند، عنوان کرد: «پوکی استخوان تحت‌تأثیر عوامل مختلفی است و این عوامل غیرقابل تغییر شامل سن، جنسیت، تاریخچه خانوادگی، قومیت و اندازه بدن است. تراکم استخوان به‌طور طبیعی با افزایش سن کاهش می‌یابد و زنان به‌خصوص به‌دلیل تغییرات هورمونی در دوران یائسگی در معرض خطر بیشتری هستند.»

علائم اولیه ابتلا	
تحلیل لثه، کاهش قدرت دست و شکنندگی ناخن‌ها	
نکته: این علائم خفیف نشانه‌های مهمی از مشکلات بالقوه در سلامت استخوان هستند.	
علائم پیشرفته ابتلا	
درد مزمن در ناحیه کمر، کاهش قد و حالت خمیده	

قرائت از خبر

رویکرد جدید وزارت بهداشت درباره کمبود متخصصان

بیش از ۵۰درصد ظرفیت‌صندلی‌های دست‌یاری بیپهوشی خالی مانده است؛ اما به‌نظر می‌رسد که تیم جدید در وزارت بهداشت عزم جدی برای رفع مشکلات حوزه پزشکی به‌خصوص مشکلات ریشه‌ای دارد. علیرضا سلیمی، رئیس شانزدهمین کنگره بین‌المللی آنستزبولوژی با اشاره به کاهش جهانی استقبال نسل جدید از تحصیل در رشته‌های پزشکی به همشهری می‌گوید: «رشته بیپهوشی هم به‌دلیل آنکه جزو رشته‌های سخت، پراسترس و با مسئولیت بیشتر تلقی می‌شود، متقاضیان کمتری دارد.» به‌گفته سلیمی، افزایش تخت‌های بیمارستانی به‌خصوص تخت‌های مراقبت ویژه و اتاق عمل که جزو سیاست‌های نظام درمان کشور به‌شمار می‌رود، در گرو تامین نیروی انسانی از قبیل متخصصان رشته بیپهوشی و پرستاران است که با کمبود نیروی انسانی در ۲حوزه این توسعه ممکن نخواهد بود. او به‌اهمیت کنگره بین‌المللی آنستزبولوژی اشاره می‌کند و می‌گوید: «پنل ویژه مسائل صنفی رشته بیپهوشی ازجمله کمبود شدید متخصص این رشته در آینده نزدیک بر گزار می‌شود که نتایج آن به وزارت بهداشت ارائه خواهد شد. البته رویکرد جدید وزارت بهداشت برای تحول مثبت در وضعیت دستیاران رشته‌های پزشکی قابل تقدیر است و با این اقدام وزار، تخانه، یکی از آرزوهای دیرینه ما محقق شده؛ زیرا به‌نظر می‌رسد تیم جدید در وزارت بهداشت عزم جدی برای رفع مشکلات حوزه پزشکی به‌خصوص مشکلات ریشه‌ای دارد.»

برچسب ژل‌های زیبایی را چک کنید

پزشکان باید برچسب اصالت ژل‌های زیبایی را به‌بیماران ارائه دهند تا از اصالت محصول اطمینان حاصل شود. جواد شمسایی، رئیس اداره ملزومات دارویی سازمان غذاودارو با اعلام این مطلب گفته‌است: «بماش برچسب اصالت ژل‌ها و سایر ملزومات زیبایی به بیماران، حقی قانونی و الزام‌آور است که مراکز درمانی و زیبایی موظف به رعایت آن هستند.»

به تأکید این مسئول، استفاده از ژل‌ها و فیلرهای نامعتبر و فاقد برچسب اصالت می‌تواند خطرات جبران‌ناپذیری مانند عفونت و واکنش‌های آلرژیک به‌همراه داشته باشد. بنابراین بیماران باید پیش از تزریق، برچسب اصالت را مشاهده و اصالت محصول را در سامانه‌های رسمی بررسی کنند. سازمان غذاودارو هم به‌طور مداوم بر عملکرد مراکز نظارت دارد و با متخلفانی که از مواد تقلبی یا فاقد مجوز استفاده کنند، برخورد قانونی خواهد کرد.»

عکس همشهری احمدسیدیپور