

شیوع بالای عفونت‌های تنفسی در کودکان

رئیس انجمن پزشکان عفونی کودکان ایران، نسبت به شیوع بالای عفونت‌های تنفسی در کودکان هشدار داد و بر ضرورت تشخیص مبوق و درمان مناسب تأکید کرد. به گفته محمدرضا بلورساز، عفونت‌های تنفسی فوقانی ازجمله گلودرد، گوش‌درد، سینوزیت و لارنژیت از شایع‌ترین دلایل مراجعه کودکان به مراکز درمانی هستند و براساس آمارها، بیش از ۶۰ تا ۷۰ درصد مراجعات کودکان به پزشک، مربوط به این نوع عفونت‌هاست. او تأکید کرد: «گلودرد در کودکان می‌تواند منشأ ویروسی یا میکروبی داشته باشد. نوع میکروبی آن که ناشی از باکتری استرپتوکوک است، در صورت عدم درمان می‌تواند به بروز عوارض جدی مانند تب روماتیسمی، مشکلات قلبی و مفصلی منجر شود. تشخیص دقیق آن هم باید از سوی پزشک صورت بگیرد به همین دلیل مراجعه سریع به پزشک در صورت مشاهده علائمی نظیر تب، گلودرد، بی‌قراری و تورم لوزه‌ها ضروری است و می‌تواند از بروز عوارض جدی جلوگیری کند.»

بهترین زمان خوردن شکر و شیرینی

جسی اینشوپ، بیوشیمی‌دان فرانسوی و نویسنده کتاب پرفروش «انقلاب گلوکز- و روش الهه گلوکز» در یک توصیه جذاب به دوستداران شیرینی و شکلات گفته «زمان بهتری برای خوردن این خوراکی‌های شیرین وجود دارد که تأثیر کمتری بر بدن خواهند داشت.» به تأکید اینشوپ بهترین زمان برای مصرف شکر بعد از غذاست، نه اول صبح یا با معده خالی. اگر واقعا می‌خواهید مقداری شکر، یک کلوچه یا دونات یا هر چیز دیگر بخورید، بهترین زمان برای خوردن آن شیرینی به‌طوری‌که حداکثر دوپایمان را از آن دریافت کنید و حداکثر لذت و تأثیر کمتری روی بدنتان داشته باشد، بعد از یک وعده غذایی به‌عنوان درس است. مهم است که از خوردن شکر در صبح خودداری کنید و شیرینی‌ها را برای دسر بعد از ناهار نگه دارید. اگر شکر را صبح یا با معده خالی بخورید به‌سرعت هضم و موکول‌های گلوکز سریع وارد جریان خون می‌شوند و حدود ۹۰ دقیقه بعد کاهش شدید خواهند داشت.

آسیب نمایش نادرست از اختلالات روانی

محمدرضا شالابان، مدیرکل دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد وزارت بهداشت در نشست هم‌اندیشی ارتقای سلامت روان در شبکه نمایش خانگی، گفت: برداشت‌های نادرست از اختلالات روانی موجب انگ اجتماعی می‌شود و افراد را از مراجعه به روانپزشک یا روانشناس بازمی‌دارد. این مسئله روند درمان را مختل می‌سازد.



نسخه تبانی

برخی پزشکان و داروخانه‌ها داروها و مکمل‌های خاصی را به بیماران خود معرفی می‌کنند



بروانه بندبی

روزنامه‌نگار

چند سالی می‌شود که حوزه سلامت کشور درگیر تبانی یا به‌اصطلاح ساخت‌و‌پاخت بعضی از پزشکان و داروخانه‌ها و حتی معامله برخی شرکت‌های دارویی با پزشکان بر سر سلامت بیماران شده است و پزشک به بیمار خود تأکید می‌کند- داروهای تجویز شده را حتماً از داروخانه مورد نظر او تهیه کند. این در حالی است که بیشتر داروهای تجویز شده در هر داروخانه‌ای یافت می‌شود- و مجبور کردن بیمار به تهیه آنها از داروخانه‌ای خاص فقط تحمیل کردن هزینه مالی و زمانی و بی‌احترامی به حقوق اوست.

داستان یک فایل صوتی

چند روز پیش، یک فایل صوتی از گفت‌وگوی یک داروخانه‌دار و یک متخصص پوست و مو توسط یک شهروند افشا و رسانه‌ای شد که در آن مسئول داروخانه تلفنی به پزشک تذکر می‌دهد که این همه دارو را در یک نسخه ننویسد، چراکه ممکن است برای هر دوی آنها تبعاتی داشته باشد. بعضی از کاربران نیز در صفحات شخصی خود در فضای مجازی در این باره نوشته‌اند که پزشک تعداد زیادی مکمل برایشان تجویز کرده که می‌توانست به کبد آسیب بزند و از آن گذشته قیمت بالایی داشت. یک داروساز و عضو هیات‌مدیره انجمن داروسازان در این باره بیشتر توضیح می‌دهد.

تعدادی از شرکت‌های دارویی برای سود بیشتر سمت تولید مکمل‌ها می‌روند. این کار هم رنگ خطر برای تولید دارو

در کشور است و هم پرداخت از جیب بیمار را جزئی پیش پزشک می‌رود و پزشک عمداً و برای سودجویی بیشتر برایش یک‌سری مکمل می‌نویسد که بعضاً اصلاً نیازی به مصرف آن نیست و بیمار را به یک داروخانه خاص و از پیش تعیین‌شده ارجاع می‌دهد.

اصلاً نیازی نیست که همه افراد مکمل بخورند، اما شما الان می‌بینید انواع ویتامین C، انواع منیزیم، انواع مولتی‌ویتامین،

انواع کلسیم (تولید شرکت‌های مختلف) و سایر مکمل‌ها در داروخانه‌ها موجود است و چون از قاعده قیمت‌گذاری هم بیرون هستند، سود خوبی دارند.

متأسفانه دولت تعدماً قیمت داروها را پایین نگه می‌دارد و در عمل باعث سرکوب قیمت‌ها می‌شود و طبیعتاً این موضوع برای تولیدکننده نمی‌صرفد. این قیمت‌گذاری دستوری برای تولیدکننده مقرون به صرفه نیست. البته این رفتار ر انمی‌شود توجیه کرد، اما همان‌طور که گفتیم، دلیلی پشتش هست.

دلیل دیگر این است که تعرفه پزشکان بسیار پایین است.



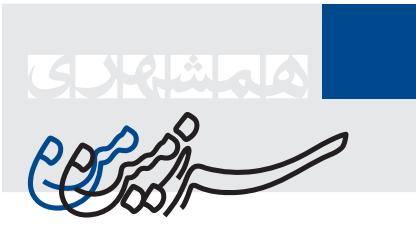
مسئله محیط‌زیستی تهران

علی صالحی، دادستان تهران: مهم‌ترین مسائل محیط‌زیستی تهران که بیشترین تأثیر را بر حقوق عامه دارند، شامل آلودگی هوای تهران، مدیریت پسماند، فرونشست زمین و تنش‌های آبی، بوی نامطبوع فرودگاه و حفاظت از منابع طبیعی است.



تربیت محیطیان با همکاری یونسکو

محمد مدادی، رئیس مرکز تربیت محیطیان: دوره بین‌المللی آموزش محیط‌یانی با همکاری یونسکو طراحی شده و به‌زودی با کمک محیط‌زیست خوزستان و حضور مدرسان یونسکو گواهی بین‌المللی هم صادر می‌شود. بکارگیری فارغ‌التحصیلان محیط‌یانی در سازمان حفاظت محیط‌زیست نیز پیگیری می‌شود.



حیات وحش

نوزاد جانوران را لمس نکنید

با توجه به آغاز فصل زادآوری گونه‌های حیات‌وحش و پرندگان، هنگام حضور در طبیعت به هیچ عنوان به نوزادان حیوانات دست نزنید و آنها را از چرخه طبیعی زندگی خارج نکنید.

محمد کرمی، رئیس اداره حفاظت و مدیریت حیات‌وحش تاریخ طبیعی و ذخایر ژنتیک اداره کل محیط‌زیست استان تهران گفت: به‌طور قطع حیوان ماده اغلب در همان حوالی که نوزادش راها شده، حضور دارد و پس از دور شدن انسان‌ها، سراغ او می‌رود. برخی گونه‌های جانوری به‌صورت سالانه و برخی دیگر به‌صورت چند سال یک‌بار زادآوری دارند؛ به همین منظور به شهروندان توصیه می‌شود تا از دخالت در طبیعت و دست زدن به لانه‌ها، تخم پرندگان و نوزادان پرهیز کنند؛ زیرا بوی انسان ممکن است باعث طرد نوزاد از سوی والدین شود. زادآوری جانوران حیات‌وحش در فصل بهار به‌دلیل فراوانی منابع غذایی است.

خاک

احیای زمین بی‌ارزش با کمپوست

مهدی خادم‌ثانی، مدیرکل دفتر مدیریت پسماند سازمان حفاظت محیط‌زیست گفت: پسماندها به ۵ گروه اصلی تقسیم می‌شوند؛ پسماندهای شهری (عادی)، پسماندهای صنعتی، پسماندهای کشاورزی، پسماندهای پزشکی و پسماندهای ویژه یا خطرناک. طبق آمار سالانه، حدود ۲۰ تا ۲۱ میلیون تن پسماند عادی در کشور تولید می‌شود که این رقم قابل مدیریت است.

در حوزه پسماند شهری، حدود ۶۵ تا ۷۰ درصد پسماند آلی داریم و ۳۵ تا ۳۰ درصد نیز شامل پسماندهای خشک باارزش و کم‌ارزش می‌شود. پسماند آلی این قابلیت را دارد که به کمپوست تبدیل شود، یعنی به‌عنوان بهبوددهنده خاک مورد استفاده قرار گیرد. با توجه به‌وجود حدود ۱۴ میلیون هکتار اراضی کشاورزی در سطح کشور که معمولاً دچار فقر مواد مغذی هستند، این فرایند می‌تواند نقش مؤثر در ارتقای وضعیت خاک و افزایش بهره‌وری زمین‌های کشاورزی داشته باشد.

روزگار سیاه خاک سرخ

رئیس فراکسیون محیط‌زیست مجلس: ۸۱۰۰ تن از خاک هرمز فقط طی ۳سال از معدن خاک سرخ برداشته شد



خبر روز

کانال‌های تأمین‌کننده آب خلیج گرگان از ۳سال پیش مسدود شده‌اند

طی سال‌های اخیر خشکسالی و تغییر رژیم آبی، تغییر کاربری اراضی تالاب، بهره‌برداری بی‌رویه و ورود آلاینده‌های صنعتی، کشاورزی و شهری و... باعث خشک شدن وسعت زیادی از خلیج گرگان شده است. در سال ۱۴۰۰ برای احیای «خلیج گرگان» عملیات لایروبی این خلیج با اعتباری بیش از ۵۲۰۰ میلیون ریال آغاز شد. به گفته معاون محیط‌زیست طبیعی اداره کل محیط‌زیست استان گلستان به‌دلیل افت قابل توجه تراز آب دریای خزر، به‌ویژه از سال ۱۳۹۰ ارتباط کانال‌های تأمین‌کننده آب خلیج گرگان به‌تدریج قطع شد؛ تا جایی که در سال ۱۴۰۱ هر ۳کانال به‌صورت کامل مسدود شد. وحید اربادی گفت: بیش از ۹۵درصد نیاز آبی این خلیج در گذشته از طریق ۳کانال ارتباطی چاباغلی، آشوراده و خرنی با دریای خزر تأمین می‌شد. متأسفانه به‌دلیل افت قابل توجه تراز آب دریای خزر به‌ویژه از سال ۱۳۹۰ که با کاهش حدوداً متری ۵متر در سطح دریا، ارتباط این کانال‌ها به‌تدریج قطع شد؛ تا جایی که در سال ۱۴۰۱ هر ۳کانال به‌صورت کامل مسدود شدند. طرح جامع احیای خلیج گرگان با ۱۵ اقدام مداخله‌ای مصوب شد که نخستین گام آن، بررسی و مطالعه مسیرهای تسهیل تبادل آب بین خزر و خلیج بود. این مطالعه توسط پژوهشگاه ملی اقیانوس‌شناسی و با همکاری دانشگاه‌های صنعتی شریف و علوم کشاورزی گرگان انجام و اولویت‌های لایروبی مشخص شد.

وی افزود: براساس این اولویت‌بندی، لایروبی کانال آشوراده طی سال‌های ۱۴۰۱ و ۱۴۰۲ در دستور کار قرار گرفت و با اجرای آن، موفق شدیم حداقل ارتباط آبی لازم برای حفظ خلیج را برقرار کنیم. در دوره آوج خشکی و انسداد کانال‌ها، تقریباً نیمی از مساحت خلیج گرگان که در حالت نرمال ۵هزار هکتار است، خشک شده و در شهریور ۱۴۰۲ مساحت آن به ۲۴ هزار هکتار کاهش یافته بود. این وضعیت همچنین منجر به افزایش شدید شوری آب حدود ۵۰ گرم بر لیتر (۵۰ هزار ppm) شده بود. از سال ۱۴۰۰ به بعد، دریای خزر به‌طور متوسط سالانه ۲۰ سانتی‌متر افت سطح داشته و طی ۳سال اخیر در مجموع ۶۰ سانتی‌متر کاهش سطح یافته است. اگر این روند ادامه یابد، طی سال آینده تراز آب به منفی ۲۹متر خواهد رسید که تراز بحرانی محسوب می‌شود و حتی کانال لایروبی شده آشوراده نیز کارایی خود را دست خواهد داد. هر چند توانست سطح آب در تاریخ دریای خزر سابقه داشته، اما باید برای بدترین سناریو آماده بود؛ زیرا خشک‌شدن کامل خلیج می‌تواند به ایجاد یک پهنه بیابانی با پتانسیل بالای تولید گردوغبار منجر شود و زندگی حدود یک میلیون نفر جمعیت ساکن در حاشیه خلیج شامل شهرهای بندر ترکمن، بندر گنوکنده را که از نظر اقتصادی و اجتماعی به آن وابسته هستند، به‌شدت تحت تأثیر قرار دهد.