

تنش فروش اینترنتی دارو با دستور

رئیس‌جمهور پایان گرفت و بالاخره وزارت

بهداشت تصمیم گیرنده شد

فروشی آنلاین

مزارش

مریم سرخوش
روزنامه‌نگار

فروشی اینترنتی دارو بالاخره پس از مدت‌ها تعیین تکلیف شد. مسعود پزشکیان، رئیس دولت چهاردهم دیروز از ممنوعیت فروش اینترنتی دارو گفت و به وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات دستور داد در اجرای این طرح با وزیر بهداشت هماهنگ باشد. همان زمانی که بحث عرضه اینترنتی دارو داغ شد، وزارت بهداشت و سازمان غذا و دارو تأکید کردند که این فرایند باید با ساز و کارهای ابلاغ‌شده از سوی آنها صورت بگیرد تا سلامت مردم به خطر نیفتد، اما برخی سکوها‌ی اینترنتی با کسب مجوز از وزارت صمت و وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات فعالیت‌شان در این حوزه را آغاز و داشبوردهای فروش دارو بدون نسخه یا با نسخه را هم اضافه کردند. از ابتدای امسال هم تنش جدی‌تر شد و اواخر دپیهشت سیده‌هدی پیر صالحی، معاون وزیر و رئیس سازمان غذا و دارو همکاری تمام داروخانه‌ها با پلتفرم‌های فروش اینترنتی دارو را تا زمان ابلاغ ضابطه مربوطه از س‌سوی سازمان غذا و دارو ممنوع کرد، اما فعالیت پلتفرم‌ها همچنان ادامه داشت. البته پیر صالحی در ادامه درباره این ممنوعیت‌ها اینطور توضیح داد که فروش اینترنتی دارو به‌طور کلی ممنوع نشده، اما فعالیت بدون ضابطه و نظارت نمی‌تواند ادامه پیدا کند، این در حالی است که در آمریکا و اروپا فروش اینترنتی دارو به رسمیت شناخته شده، اما به‌گفته مجتبی پورپور، نایب‌رئیس واردکنندگان دارو آنقدر ضوابط و مقررات سختگیرانه‌ای وجود دارد که تعداد کمی از این سکوها به این حوزه ورود می‌کنند. البته فروش اینترنتی دارو مخالفان و موافقانی دارد. موافقان عنوان می‌کنند که فراهم شدن این بستر می‌تواند منجر به نوآوری، سرما به‌گذاری و اشتغال در حوزه سلامت دیجیتال شود و دسترسی مردم به دارو را نیز در شرایط خاص مانند بیماری‌های مزمن یا بحران‌های سلامت افزایش دهد، اما مخالفان بر ضرورت نظارت پیشگیرانه و حفظ امنیت دارویی کشور تأکید می‌کنند و معتقدند تا زمان تکمیل سامانه‌های رگولاتوری، هرگونه فعالیت تجاری در این حوزه باید متوقف شود.

تهدیدي به نام نسخه جعلی



شرط فروش اینترنتی دارو

ضوابط فروش اینترنتسی دارو تدوین و نهایی شده است. این خبر را مهدی پیرصالحی، معاون وزیر بهداشت اعلام می‌کند و می‌گوید: «براساس این ضوابط، سکوها فقط درصورت اتصال به سامانه واسط که تحت نظارت سازمان عمل می‌کند مجاز به ارائه خدمات خواهند بود. در این ساختار، اطلاعات بیماران نزد داروخانه‌ها محفوظ می‌ماند و امکان انتخاب داروخانه برای مردم فراهم می‌شود. موضوع فروش دارو با سایر کالاها متفاوت است و باید از انتشار اطلاعات شخصی بیماران ورود داروهای تقلبی یا گرانفروشی جلوگیری شود.»

دارو کالای عام نیست



افزایش ۴۰درصدی هزینه آزمایش‌ها

نبود سازوکار در عرصه اینترنتی دارو می‌تواند وضعیتی مشابه آزمایش‌ها را رقم بزند. پورپور، نایب‌رئیس اتحادیه واردکنندگان دارو این نکته را عنوان می‌کند و می‌گوید: «آزمایشگاه‌ها بر بستر پلتفرم‌های آنلاین رفتند و طبق آمار بیمه‌های سه‌گانه پایه آزمایش‌ها ۴۰درصد افزایش هزینه ایجاد کرده‌اند، چون ضوابط مشخصی از سوی وزارت بهداشت در این باره تعیین نشده و نتیجه آن افزایش هزینه برای سیستم و کاهش بعد نظارتی است. این مسئله ناشی از آن است که ابعاد اقتصادی، سود و منافع مالی نسبت به سلامت را رجح شده است.»

تندرستی



فعلا ممنوع!



طرح محمد علی حاجیپور

به‌خودکشی کرده بود. ما نمی‌دانستیم این داروها را کجا تأمین شده و به‌دست‌این مصرف‌کننده رسیده‌است.» این فعال حوزه‌دارو معتقد است فروش اینترنتی دارو با سازوکار فعلی باعث می‌شود هر فردی با نسخه‌های جعلی هر میزان دارویی که بخواهد دریافت کند. صورت با اشاره به دستور رئیس‌جمهور مبنی بر توقف فروش اینترنتی تأعین تکلیف‌نهایی عنوان می‌کند: «تا تعیین سازوکارهای مشخص از سوی وزارت بهداشت، باید وزارت صمت، وزارت ارتباطات و پلیس فتا مانع فروش آنلاین دارو از سوی سکوها‌ی اینترنتی شوند. در این باره حتی نهادهای قانون‌گوانی جمعیت هم مسئولند؛ چون بارها از سوی سازمان غذا و دارو اعلام شده که داروهای سقط جنین در این سکوها فروخته می‌شود.»

ضوابط طرح دارورسانی را اعلام نمی‌کنند

نیما فاضلی، رئیس کمیسیون سلامت دیجیتال انجمن تجارت الکترونیک اختلاف سازمان غذا و دارو و پلتفرم‌های دارورسان دیجیتال را ناشی از تعارض منافع برخی ذی‌نفعان سنتی حوزه دارو عنوان می‌کند و می‌گوید: «از همان ابتدا پلتفرم‌ها صرفا واسطه‌ای برای دریافت سفارش از بیماران و انتقال آن به داروخانه شدند و این مسئله بعدها نیز در آیین‌نامه مشترک وزارت بهداشت و وزارت ارتباطات در اردیبهشت ۱۴۰۲ به رسمیت شناخته شد. قرار بود سازمان غذا و دارو ضوابط فنی لازم را برای اجرای طرح دارورسانی اعلام کند و ۴شهر به‌عنوان پایلوت مشخص شود، اما ماه‌ها از این وعده گذشت و نه ضوابلی اعلام شد و نه پایلوتی انجام گرفت. با این حال، پلتفرم‌ها با تکیه بر همین آیین‌نامه، زیرساخت‌های خود را توسعه و به مسیر ادامه دادند.»

الزامات وجود ندارد. نکته چهارم هم اینکه در عرضه محصولات در بستر خدمات الکترونیک‌ی یا سلامت‌الکترونیک‌ی تعریف‌ای وضع نشده که پلتفرم کمیسیون مشخصی بگیرد و با این پیش‌بینی بار اضافه در کل زنجیره ایجاد خواهد شد» او تأکید می‌کند: «در مدل‌های دنیا هم چنین چیزی شبیه کشور ما دیده نمی‌شود و ضمانت‌ها و نظارت‌های بسیار شدیدی از طرف سازمان‌های غذا و دارو و وزارت بهداشت آنها اعمال می‌شود. در کشورهای اروپایی این محدودیت بسیار زیاد است و در آمریکا هم که بسیار در این زمینه جلوس‌ت، سازوکارها و نظارت‌ها به قدری سخت است که عملا بسیاری از پلتفرم‌ها به این حوزه ورود نمی‌کنند. در ایران هم وزارت بهداشت تأکید می‌کند به‌عنوان متولی سلامت رویه‌ها را درست و واضح کند و سپس بر مبنای همین رویه، فروش اینترنتی دارو شکل بگیرد نه اینکه یک سکواز وزارت ارتباطات مجوز بگیرد و فروش دارو داشته باشد.»

تخلفات پلتفرم‌ها

به‌گفته رامین مقدم، مشاور رئیس سازمان غذا و دارو و مدیر پروژه دارورسانی اینترنتی، تخلفاتی از جمله فروش غیرقانونی داروهای سقط جنین، داروهای قاچاق و سایر موارد مشابه به دفعات از سوی پلتفرم‌ها تکرار شده است. این تخلفات سابقه‌دار هستند و در دولت پیشین نیز با وجود اطلاع از آنها، تنها جریمه‌ای در حد ۵میلیون تومان برایشان در نظر گرفته شد؛ مبلغی که حتی برای چند تاشیه تخلف هم بازدارنده نیست.

ایالات متحده آمریکا

در آمریکا، فروش آنلاین دارو مجاز است، اما مقررات سختگیرانه‌ای دارد. تقریباً ۹۵ درصد از وب‌سایت‌هایی که داروهای نسخه‌ای را به‌صورت آنلاین ارائه می‌دهند، به‌صورت غیرقانونی فعالیت می‌کنند.



کانادا

داروخانه‌های آنلاین باید توسط نهادهای نظارتی استانی مجوز داشته باشند، اما متولیان نظام سلامت این کشور هشدار می‌دهند که ۷۴درصد از داروخانه‌های آنلاین در آمریکای شمالی قابل اعتماد نیستند و ممکن است داروهای تقلبی با تاریخ‌گذشته ارائه دهند.



اتحادیه اروپا

در اتحادیه اروپا، فروش آنلاین داروهای نسخه‌ای مجاز است، اما همیشه نظارتی از عرضه داروها با نسخه‌های تقلبی از سوی مقامات بهداشتی این کشور عنوان می‌شود.



استرالیا

در استرالیا، فروش آنلاین داروهای نسخه‌ای مجاز است، اما همیشه نظارتی از عرضه داروها با نسخه‌های تقلبی از سوی مقامات بهداشتی این کشور عنوان می‌شود.



ترکیه

در ترکیه، فروش دارو به‌صورت آنلاین، چه با نسخه و چه بدون نسخه، کاملاً ممنوع است. براساس قوانین موجود، داروها فقط از طریق داروخانه‌های فیزیکی مجاز به فروش هستند و حتی داروخانه‌ها اجازه ایجاد وب‌سایت برای فروش دارو را ندارند.

تغذیه

۴بستنی خوشمزه برای سلامت کامل

افراط در خوردن بستنی خامه‌ای و خوشمزه لزومی ندارد. این کار ممکن است به قیمت سلامت شما تمام شود. با چند ماده ساده و کمی خلاقیت می‌توانید بستنی‌های خانگی درست کنید که نه تنها خوشمزه‌تر هستند، بلکه مغذی نیز خواهند بود. در این مطلب به ۴ دستور تهیه بستنی آسان اشاره می‌کنیم که میل شما به شیرینی را بدون احساس گناه برآورده می‌کنند.

بستنی خوشمزه



کرم موزیبا

تنها چیزی که برای تهیه این بستنی نیاز دارید این است که موز یخ‌زده را مغلوط کنید تا حالت کرمی و یکدست پیدا کند. در صورت نیاز، یک مقدار شکر به آن اضافه کنید. کرم خود را با مخلوط کردن آجیل، چیس شکلات یا انواع توت‌ها برای طعم و بافت بیشتر سفارشی کنید.

کاهش استرس از طریق لیخنزدن



توت یخ‌زده و ماست یونانی

ماست یونانی یک پایه خامه‌ای برای این بستنی تند و باطراوت ایجاد می‌کند. ماست یونانی را با عسل به عنوان شیرینی، مخلوط کنید، سپس آن را در توت‌های تازه یا یخ‌زده بچرخانید تا طعم خوبی پیدا کند. حال آن را فریز کنید تا سفت شود و از خوردنش حساسی لذت ببرید.



ریحان و توت‌فرنگی

توت‌فرنگی تازه را با یک مشت برگ ریحان و کمی آلبیمو مغلوط کنید تا افزایش خطر ابتلا به سرطان پوست، تسریع روند پیری پوست و حتی خستگی مفرط و چشبدرد و سردرد شود. استفاده از کلاه لبه‌دار به‌ویژه کلاه‌هایی که لبه پهن (لبه‌ای به اندازه ۷ تا ۱۰ سانتی‌متر) دارند، کمک می‌کند پوست صورت و گوش‌ها را ضد زجادی از تابش مستقیم با نور خورشید و اشعه‌های مضر آن محافظت شود.



استرالیا



تکه شکلات و کره بادام زمینی

موز رسیده را با کره بادام زمینی خامه‌ای و مقداری سسی شکلات پشمی و سنگین است که مناسب پاییز و زمستان هستند. طبیعت گردان از کلاهی استفاده می‌کنند که گوش‌ها و گردن را هم می‌پوشانند و خیلی هم سبک است. می‌شود از این کلاه‌ها به شکل روزمره در شهر هم استفاده کرد. فقط کافی است سنت‌شکنی کنید و از هیچ‌کس خجالت نکشید.

سیک زندگی

آرش نهاوندی

لبخند بزنید

فشار خون نگیرید

شاید قدری عجیب و نه چندان واقعی به‌نظر برسد، اما واقعا خندیدن می‌تواند علاوه بر تأثیر بر سلامت روان، فشار خون را هم کاهش دهد. رابطه بین لیخنزدن و سلامت روان عمیق است، زیرا لیخنزدن می‌تواند به طرق مختلف سلامت عاطفی فرد را به‌طور قابل‌توجهی افزایش دهد. اما چگونه لیخنزدن باعث کاهش فشار خون می‌شود و بر مغز تأثیر می‌گذارد و آیا اندورفین ترشح می‌کند؟ برای یافتن پاسخ این سؤالات ادامه مطلب را بخوانید.

۱ کاهش استرس و کاهش فشار خون
نتایج مطالعات متعدد نشان می‌دهد که لیخنزدن می‌تواند به‌طور مؤثر استرس و فشار خون را کاهش دهد. همچنین باعث آزادشدن اندورفین‌ها که تقویت‌کننده‌های طبیعی خلق‌وخو هستند، می‌شود. لیخنزدن می‌تواند رگ‌های خونی را گشاد کند که به‌نوبه‌خود فشار خون را کاهش و سلام قلب و عروق را افزایش می‌دهد. اگرچه لیخنسد جایگزینی برای درمان مسائل پزشکی مربوط به فشار خون نیست، مطمئنا راهی مکمل برای حمایت از سلامت قلب و عروق است.

۲ لیخنزدن برای زندگی طولانی‌تر
یکی از مهم‌ترین مزایای لیخنزدن، قابلیت آن برای افزایش طول عمر شماس‌ت. مطالعات متعددی از این ایده حمایت می‌کند که لیخنزدن می‌تواند باعث ترشح اندورفین شود که به‌طور طبیعی وضعیت روانی فرد را بهبود می‌بخشد.

۳ کاهش استرس از طریق لیخنزدن
لیخنزدن با سرکوب تولید هورمون کورتیزول می‌تواند استرس را کاهش دهد؛ در نتیجه، لیخنسد به بدن شما کمک می‌کند آرام شود، ذهن شما را آرام می‌کند و اضطراب و ناامنی را کاهش می‌دهد که به‌نوبه‌خود باعث افزایش عزت نفس می‌شود.

۴ بهبود خلق‌وخو
لیخنزدن می‌تواند اعتمادبه‌نفس را در محیط‌های اجتماعی افزایش دهد. علاوه بر این، با کاهش سطح کورتیزول در بدن، اضطراب را کاهش می‌دهد. لیخنزدن همچنین می‌تواند تعاملات اجتماعی را لذت‌بخش‌تر کند که راهی مؤثر برای بالا بردن خلق‌وخوی فرد است.

نکته‌روز

کلاهی که باید بر سرتان بگذارید

یکی از توصیه‌های ساده اما بسیار مؤثر برای محافظت از پوست در روزهای گرم، استفاده از کلاه لبه‌دار یا آفتابگیر و در برخی موارد دستکش نخی است؛ ابزارهای ساده‌ای که نقش مهمی در محافظت از سلامت دارند.

البته خیلی از افراد به‌خصوص آقایان در استفاده از ابزارهای محافظتی مثل کلاه، دستکش و کرم ضدآفتاب گارد سنگینی دارند و یکی از دلایل آن این است که به‌طور گاه‌گاه یا ناخودآگاه تصور می‌کنند این ابزارها فقط از سوی زنان باید استفاده شود و جدیت و اعتبار مردانه را کم می‌کند؛ این درحالی است که متخصصان تأکید دارند برای محافظت از پوست حتی خود را مجبور کنید بدون هیچ خجالتی از چتر استفاده کنید؛ به‌خصوص افرادی که مجبورند روزانه ساعت‌های طولانی زیر نور خورشید بمانند و کار کنند.

خوب است بدانید تابش مستقیم نور خورشید بآدم‌ها در ساعات اوج گرما (بین ساعت ۱۰ صبح تا ۴ عصر) می‌تواند باعث آفتاب‌سوختگی، افزایش خطر ابتلا به سرطان پوست، تسریع روند پیری پوست و حتی خستگی مفرط و چشبدرد و سردرد شود. استفاده از کلاه لبه‌دار به‌ویژه کلاه‌هایی که لبه پهن (لبه‌ای به اندازه ۷ تا ۱۰ سانتی‌متر) دارند، کمک می‌کند پوست صورت و گوش‌ها را ضد زجادی از تابش مستقیم با نور خورشید و اشعه‌های مضر آن محافظت شود. این نکته هم برای زنان است و هم برای آقایان؛ همچنین برای تمام گروه‌های سنی.

پوست کودکان به‌دلیل حساسیت بالاتر، بیشتر در معرض آسیب‌های ناشی از آفتاب قرار دارد، بنابراین استفاده از کلاه برای کودکان نه‌تنها یک توصیه، بلکه ضروری است. البته کودکان معمولاً مقاومت زیادی در برابر پوشیدن کلاه دارند. در این موارد، انتخاب کلاه‌های سبک با رنگ‌های تیره و پوشاندن گوش‌ها و طرح‌ها و نقش‌های کودک‌پسند می‌تواند کودک را برای استفاده از آن ترغیب و متمایل کند.

مراقب باشید هر کلاهی را هم سرتان نکنید. مثلاً اگر کلاه، هوا را به‌خوبی عبور ندهد، باعث تعریق و ناراحتی می‌شود. مدل‌هایی که در دوطرف یا پشت‌شان تور دارند، به‌تجوبه کمک می‌کنند. یا مثلاً کلاه نازک پارچه‌ای بهتر از کلاه‌های پشمی و سنگین است که مناسب پاییز و زمستان هستند. طبیعت‌گردان از کلاهی استفاده می‌کنند که گوش‌ها و گردن را هم می‌پوشانند و خیلی هم سبک است. می‌شود از این کلاه‌ها به شکل روزمره در شهر هم استفاده کرد. فقط کافی است سنت‌شکنی کنید و از هیچ‌کس خجالت نکشید.