انعکاس سلامت

دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه

ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه | شماره ۹ | آبان ۱۴۰۳ | October / Novamber 2024



معاون پرستاری وزارت بهداشت در تربت حیدریه:

پرستاران سرمایه اجتماعی کشور هستند

صفحه ۵

با مشارکت فعالانه خیران سلامت صورت گرفت؛

راه‌اندازی موسسه حمایت از بیماران سرطانی در تربت حیدریه

صفحه ۱۵

در هفت ماهه نخست سال صورت گرفت؛

افزایش ۱۲ درصدی ارائه خدمات تصویربرداری

صفحه ۴

از سوی اساتید هیئت ممتحنه، ارزشیابی و برنامه‌ریزی وزارت بهداشت صورت گرفت؛

امکان‌سنجی تاسیس رشته مهندسی بهداشت محیط در مقطع کارشناسی ارشد

صفحه ۱۱

همزمان با روز جهانی یادمان قربانیان حوادث ترافیک؛

برگزاری نخستین مانور عملیاتی حوادث ترافیکی پرتلفات

صفحه ۳

در یک نشست مطرح شد؛

تحقق جوانی جمعیت، اولویت حوزهٔ سلامت در منطقه تربت حیدریه

صفحه ۱۳



در حکمی از سوی وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی؛

سرپرست جدید دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه منصوب شد

صفحه ۲



سرپرست مرکز مدیریت شبکه وزارت بهداشت؛

عدالت در دسترسی به خدمات سلامت با برنامه پزشکی خانواده

صفحه ۳



گفتگو با دکتر شقایق عشقی متخصص مغز و اعصاب؛

آگاهی بیشتر؛ سکته مغزی کمتر

صفحه ۷



با حضور مسئولان شهرستان؛

نمایشگاه کالاهای آسیب‌رسان به سلامت برگزار شد

صفحه ۱۲

همزمان با روز جهانی دیابت مطرح شد؛

شناسایی ۱۲ هزار بیمار مبتلا به دیابت

صفحه ۹



از سوی دانشگاهیان علوم پزشکی تربت حیدریه صورت گرفت؛

حضور پرشور در راهپیمایی یوم الله ۱۳ آبان

سرپرست، اعضای هیئت رییسه، مدیران، اساتید، کارکنان و دانشجویان این دانشگاه همزمان با سراسر کشور در راهپیمایی با شکوه یوم‌الله ۱۳ آبان‌ماه شرکت کردند.

به گزارش روابط عمومی، جامعهٔ دانشگاهیان این دانشگاه در کنار اقشار مختلف مردم ولایت‌مدار شهرستان‌های تربت حیدریه، زاوه و مه ولات در راهپیمایی روز ملی مبارزه با استکبار جهانی شرکت کردند و با سر دادن شعارهای مرگ بر آمریکا، مرگ بر اسرائیل و محکوم نمودن جنایات اخیر رژیم صهیونیست و کودک‌کش اسرائیل بار دیگر عظمت و یک‌پارچگی مردم ایران اسلامی را به نمایش گذاشتند و اثبات کردند که همواره از آرمان‌های حضرت امام خمینی (ره)، مقام معظم رهبری و شهدای والامقام انقلاب اسلامی و جبههٔ مقاومت دفاع خواهند کرد.

سرپرست، اعضای هیئت رییسه، مدیران، اساتید، کارکنان و دانشجویان این دانشگاه همزمان با سراسر کشور در راهپیمایی با شکوه یوم‌الله ۱۳ آبان‌ماه شرکت کردند.

زینب آقاگلی‌زاده، مدیر فرهنگی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه گفت: اهمیت ۱۳ آبان فقط به این واقعه محدود نمی‌شود. این روز، نماد بیداری و آگاهی ملت ایران است. بیداری که برآمده از تاریخ پرچالش ماست و نشان‌دهنده اراده‌ای قوی برای ایستادگی در برابر ظلم و ستم است.



در حوزهٔ مستندسازی اموال غیر منقول رقم خورد؛

کسب عنوان دانشگاه برتر کشور

مسئول امور حقوقی علوم پزشکی تربت حیدریه از کسب عنوان برتر این دانشگاه در حوزهٔ مستندسازی اموال غیر منقول در بین دانشگاه‌ها و دانشکده‌های علوم پزشکی و سایر موسسه‌های وابستهٔ وزارت بهداشت خبر داد. امیر گل محمدیان گفت: مستندسازی اموال غیر منقول یکی از امور دارای اهمیت و اجتناب‌ناپذیر برای حفظ سرمایه و دارایی‌های دولت است که برای نیل به این هدف مهم، همواره عملکرد همهٔ دانشگاه‌ها و دانشکده‌ها توسط اداره کل حقوقی، املاک و تنظیم مقررات وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی بررسی و مورد ارزیابی قرار می‌گیرد. گفتنی‌ست در نامه‌ای از سوی میرحامد خانی، مدیر کل حقوقی، املاک و تنظیم مقررات وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه دانشگاه برتر در حوزهٔ مستندسازی اموال غیر منقول کشور اعلام شد. مسئول امور حقوقی علوم پزشکی تربت حیدریه از کسب عنوان برتر این دانشگاه در حوزهٔ مستندسازی اموال غیر منقول در بین دانشگاه‌ها و دانشکده‌های علوم پزشکی و سایر موسسه‌های وابستهٔ وزارت بهداشت خبر داد.

امیر گل‌محمدیان گفت: مستندسازی اموال غیر منقول یکی از امور دارای اهمیت و اجتناب‌ناپذیر برای حفظ سرمایه و دارایی‌های دولت است که برای نیل به این هدف مهم، همواره عملکرد همهٔ دانشگاه‌ها و دانشکده‌ها توسط اداره کل حقوقی، املاک و تنظیم مقررات وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی بررسی و مورد ارزیابی قرار می‌گیرد.



از سوی وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی؛

معصومه پاشایی مدیر پرستاری برگزیدهٔ کشور شد

معصومه پاشایی، رییس ادارهٔ پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه به‌عنوان مدیر پرستاری برگزیدهٔ کشور معرفی قدردانی شد. در بخشی از لوح قدردانی که از سوی وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، به معصومه پاشایی، رییس ادارهٔ پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه اعطا شده، آمده است: نظام سلامت همواره به تلاش ارزشمند علمی و کریمانهٔ پرستاران محتاج است و چشم هزاران بیمار دردمند و نیازمند به دستان پرمهر پرستار است تا مرهمی بر درد و رنج او قرار دهد. کسب عنوان ارزشمند "مدیر پرستاری برگزیده" را به شما تبریک و تهنیت عرض می‌نمایم. این موفقیت بزرگ، گواهی تعهد، تخصص و تلاش بی‌وقفه شما در عرصه پرستاری است.

در لوح قدردانی که از سوی وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، به معصومه پاشایی، رییس ادارهٔ پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه اعطا شده، آمده است: پرستاری، هنری والا و شغلی مقدس است که در آن، ایثار، مهربانی و دانش به هم می‌آمیزند. شما با الهام از حضرت زینب کبری (س)، بزرگ پرستار کربلا، به زیبایی این نقش را ایفا نموده‌اید و با دستان پرمهر خود، تسکین دهندهٔ آلام بیماران و امیدبخش آینده‌ای روشن برای آنان بوده‌اید. نظام سلامت همواره به تلاش ارزشمند علمی و کریمانهٔ پرستاران محتاج است و چشم هزاران بیمار دردمند و نیازمند به دستان پرمهر پرستار است تا مرهمی بر درد و رنج او قرار دهد.

انعکاس سلامت
ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
شماره ۹ | آبان ۱۴۰۳
October / Novamber 2024

تجدید میثاق با آرمان‌های امام راحل و شهدای انقلاب اسلامی؛

سرپرست جدید دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه منصوب شد

در دومین روز از آبان ماه، وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، در حکمی دکتر سجاد رحیمی بیستونی را به عنوان سرپرست دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی تربت حیدریه منصوب و از خدمات دکتر حسین ابراهیمی‌پور قدردانی کرد.
سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه در نخستین روز کاری خود با استقبال اعضای هیئت رییسه در گلزار شهدای گمنام شهرستان واقع در منطقهٔ گردش گری پیشکوه حضور یافت و با غبارروبی و عطرافشانی مزار شهدا و قرائت فاتحه با آرمان‌های حضرت امام خمینی (ره) و شهدای گران‌قدر انقلاب اسلامی تجدید عهد و پیمان کرد. دکتر سجاد رحیمی بیستونی سپس با حضور در بیمارستان‌های آموزشی درمانی نهم دی و امام حسین (ع) و معاونت‌های بهداشت، درمان، آموزش، توسعه آموزش و فرهنگی دانشجویی ضمن قدردانی از تلاش‌های حافظان سلامت در این واحدها، بر عزم راسخ در پیشبرد اهداف مهم نظام سلامت تاکید کرد.











لزوم ارتقای فرهنگ سلامت

وی همچنین در دومین روز کاری خود به همراه جمعی از مدیران دانشگاه با حجت‌الاسلام سید محمد معلمی، امام جمعهٔ شهرستان تربت حیدریه دیدار و گفت‌وگو کرد.
امام جمعهٔ تربت حیدریه در این دیدار ضمن تبریک انتصاب دکتر سجاد رحیمی، به آموزه‌های دینی در زمینهٔ حفظ و ارتقاء سلامت مردم اشاره کرد.
حجت‌الاسلام سید محمد معلمی افزود: حوزهٔ سلامت با طیف گسترده‌ای از مردم در ارتباط است و باید تلاش شود تا ضمن ارتقای فرهنگ سلامت در جامعه، آموزش صحیح به دانشجویان این حوزه ارائه شود و بایستی با همتی مضاعف فضایی مناسب و مطلوب برای این قشر تاثیر گذار فراهم نماییم.

پاسخ‌گویی به مطالبات مردمی

سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه همچنین با امام جمعهٔ مه‌ولات دیدار و پیرامون موضوعات مختلف مرتبط با حوزهٔ سلامت گفت‌وگو کرد. امام جمعهٔ شهرستان مه‌ولات در این دیدار گفت: از مسئولان سلامت در منطقه انتظار داریم تا صدای مردم را بشنوند و برای پاسخ گویی به مطالبات در جمع آنها حضور یابند چرا که بی‌توجهی به مطالبات مردمی منجر به بی‌اعتمادی خواهد شد.
حجت‌الاسلام داودزاهدی اظهار داشت: شهرستان مه‌ولات در حوزهٔ خیرین سلامت از نقاط سرآمد کشور است که باید تلاش کرد با رویهٔ خدمت صادقانه این اعتماد مردمی حفظ شود و زمینه برای افزایش رضایت‌مندی مردم فراهم گردد.

فرایندهای درمانی تکمیل شود

امام جمعهٔ شهرستان زاوه نیز در دیدار سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه با اشاره به اهمیت توسعهٔ زیرساخت‌های حوزهٔ سلامت اظهار داشت: هرچند در سال‌های اخیر گام‌های بلندی برای کمک به این حوزه در شهرستان محروم زاوه برداشته شده است، لکن نیاز است تا مردم به معنای واقعی کلمه این اقدامات ارزنده که نمونهٔ بارز آن رضایتمندی از خدمات کادر بهداشت و درمان است را لمس کنند.
حجت‌الاسلام محمد شمس‌الدین گفت: استقرار پزشکان متخصص و تمکیل فرایندهای درمانی در این شهرستان از خواسته‌های مهم مردم است که امیدواریم در دورهٔ جدید مدیریت دانشگاه، این موضوع نیز پیگیری و برطرف شود.

ارتقای حوزهٔ بهداشت و درمان

معاون استاندار و فرماندار ویژهٔ شهرستان تربت حیدریه نیز در دیدار با سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه ضمن تبریک انتصاب دکتر رحیمی اظهار داشت: باید تامین سلامتی مردم و ارتقای حوزهٔ بهداشت و درمان در شهرستان از اولویت‌های دانشگاه باشد که تحقق این امر مهم باعث رضایت همشهریان می‌شود.
مهندس علی اکبر کی‌پور تحقق عدالت در سلامت و توسعهٔ سلامت جامعه را از مهم‌ترین رویکردهای دولت چهاردهم دانست و افزود: ارتقای سطح سلامت و بهداشت جامعه در گرو تلاش همگانی و احساس مسئولیت آحاد مردم، به‌ویژه مسئولان و دست‌اندرکاران است.



خدمت‌رسانی به قشر محروم

فرماندار شهرستان زاوه در دیدار سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه گفت: در حال حاضر زیرساخت‌های بهداشت و درمان در این شهرستان مطلوب است اما نیاز به پزشک متخصص و مقیم هم‌چنان وجود دارد. محمد وفایی نژاد افزود: منکر کمبودها و به‌ویژه مسائل مالی حوزهٔ سلامت نیستیم اما انتظار داریم با همدلی و مدیریت مناسب، خدمت‌رسانی به قشر قالباً روستانشین این شهرستان که قادر به مراجعه به شهرها و مراکز بزرگ‌تر نمی‌باشند افزایش یابد.

توجه به دغدغه‌های مردم

سرپرست فرمانداری شهرستان مه‌ولات نیز با تأکید بر اهمیت حوزهٔ سلامت در توسعهٔ منطقه گفت: در سالیان اخیر شاهد رشد خوبی در خدمات سلامت بوده‌ایم و امیدواریم با نگاهی عادلانه این رشد سرعت بیشتری پیدا کند و دغدغه‌های مردم در این حوزه رفع شود. علی اصغر انصاری افزود: تقویت تعاملات و حضور در بین مردم موجب می‌شود تا حل مشکلات



راحت‌تر باشد و خرسندیم که سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه در شروع کار خود این رویه را در پیش گرفته و موجب امیدآفرینی در مردم و کارکنان نظام سلامت شده است. وی افزود: مجموعهٔ فرمانداری دوشادوش حوزهٔ سلامت ایستاده و هر کمکی برای ارتقای وضعیت سلامت منطقه نیاز باشد انجام خواهد داد.

همدلی و همراهی؛ رمز عبور از مشکلات

سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه نیز با قدردانی از همراهی ارزشمند ائمه جمعه و جامعهٔ روحانیت شهرستان‌های تربت حیدریه، زاوه و مه‌ولات و همچنین نمایندگان عالی دولت در این شهرستان‌ها با حوزهٔ سلامت اظهار داشت: تکالیف سنگینی بر دوش نظام سلامت است که باید تلاش کنیم به بهترین نحو اجرایی شوند. دکتر سجاد رحیمی بیستونی با قدردانی از تلاش‌های دکتر ابراهیمی‌پور در دوران تصدی این دانشگاه خاطرنشان کرد: در حوزه‌های مختلف و طرح‌های توسعه محور دانشگاه اقدامات بسیار خوبی صورت گرفته که این پیشرفت‌ها را هم‌چنان با همدلی و همراهی ادامه خواهیم داد.

انعکاس سلامت
ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
آبان ۱۴۰۳ | شماره ۹
October / Novamber 2024








همزمان با روز جهانی یادمان قربانیان حوادث ترافیک؛

برگزاری نخستین مانور عملیاتی حوادث ترافیکی پرتلفات

همزمان با روز جهانی یادمان قربانیان حوادث ترافیک،نخستین تمرین عملیاتی حوادث ترافیکی پرتلفات با حضور فرماندار،سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه وبرخی از مسئولین در محل جاده عباس آباد برگزار شد.

کمبود وسایل امداد و نجات در تربت حیدریه

معاون استاندار و فرماندار ویژه شهرستان تربت حیدریه گفت: صرف نظر از عملکرد خوب دستگاه‌های امداد و نجات، اما از حیث تجهیزات و امکانات، با کمبودهای زیاد و مشهود مواجه هستیم. علی اکبر کی‌پور، در حاشیه نخستین تمرین عملیاتی حوادث ترافیکی پرتلفات که همزمان با روز جهانی یادمان قربانیان حوادث ترافیکی که در ابتدای روستای عباس‌آباد تربت‌حیدریه برگزار شد، اظهار کرد: باتوجه به تغییر سبک معماری و توسعه بلندمرتبه سازی، اکنون بدلیل نبود نردبان و بالابر، امکان امدادرسانی در ارتفاعات در عمل، میسر نیست.

وی بیان کرد: این مانور با هدف حفظ آمادگی و انسجام اداره های عضو ستاد مدیریت بحران و همچنین کسب آمادگی لازم در برخورد با حوادث جاده ای برگزار شد که توانمندي، سرعت العمل، امکان سنجي، دقت و آمادگي نیروهاي امدادي این شهرستان در زمان بحران و حوادث مورد ارزیابي و سنجش قرار گرفت.

فرسودگی نیمی از خودروهای امدادی

سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه نیز گفت: از مجموع ۳۶ دستگاه خودروی امدادی، ۱۵ دستگاه قدیمی و فرسوده و ضرورت به جایگزینی آنها بسیار مشهود است. سجاد رحیمی بیستونی افزود: همچنین برای جبران زمانی که ممکن است هلال احمر دیر به صحنه برسد، به وسایلی چون جک، مفتول بر و دیگر وسایل امداد و نجات نیاز داریم. وی در پیوند با تمرین امروز نیروهای امدادی نیز گفت: سناریوی تمرین، برخورد یک دستگاه اتوبوس مسافربری به ون و در پی آن برخورد تعدادی خودروی سبک و به تبع آن اعلام مصدومیت بیش از ۴۰ نفر از هم‌وطنان بود.

دکتر رحیمی بیستونی اضافه کرد: بلافاصله دستگاه‌های امدادی شهرستان به محل فوریت فراخوان و حمل مجروحان به بیمارستان امام حسین(ع) انجام شد.

جبران هزینه‌های حوادث ترافیکی سنگین است

رییس اورژانس پیش بیمارستانی دانشگاه نیز ضمن قدردانی از مشارکت و همکاری بیش از ۱۱ نهاد و دستگاه اجرایی شهرستان اظهار داشت: در این تمرین عملیاتی نمایش نامه برخورد یک دستگاه اتوبوس مسافربری به یک دستگاه ون و در پی آن برخورد تعدادی خودروی سبک طرح‌ریزی شده بود و از سویی دیگر با همکاری معاونت آموزش دانشگاه از ظرفیت ۵۷ دانشجو به‌عنوان بیمارنما استفاده شد. دکتر محمد جواد امیری با اشاره به این که حدود هفت درصد تولید ناخالص ملی صرف جبران هزینه‌های حوادث ترافیکی می‌شود، ادامه داد: در اجرای این تمرین بیش از ۱۰۰ نفر مشارکت کردند و از این میان چهار نفر در تیم ارزیابی صحنه حادثه و بیمارستان حضور داشتند و در نهایت آمادگی دستگاه‌هایی هم‌چون اورژانس ۱۱۵، هلال احمر، آتش نشانی، عوامل انتظامی، شهرداری، اداره‌های بهزیستی، راهداری و حمل‌ونقل جاده‌ای، برق و بیمارستان امام حسین(ع) مورد بررسی قرار گرفت.

گفتنی‌ست در پایان این تمرین نشست جمع‌بندی با حضور نمایندگان هریک از عوامل مشارکت کننده برگزار و به بررسی نقاط قوت و ضعف پرداخته شد.

سرپرست مرکز مدیریت شبکهٔ وزارت بهداشت:

عدالت در دسترسی به خدمات سلامت با برنامه پزشکی خانواده

سرپرست مرکز مدیریت شبکهٔ وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی از روند اجرای برنامهٔ نظام ارجاع و پزشکی خانواده در دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه بازدید کرد.

دکتر مهدی زنگنه بایگی در حاشیهٔ این بازدید گفت: نظام ارجاع و پزشکی خانواده یکی از مهم‌ترین برنامه‌های وزارت بهداشت برای تحقق عدالت در دسترسی به خدمات سلامت است که با اجرای این برنامه، همهٔ افراد می‌توانند از خدمات بهداشتی و درمانی با کیفیت و با هزینهٔ مناسب بهره‌مند شوند.

این مقام مسئول با اشاره به این که دولت چهاردهم برای تحقق این امر مهم مصمم است، افزود: ارتقای سلامت و افزایش سلامت جامعه از جمله برنامه‌های ویژهٔ وزارت بهداشت است که باید همهٔ کارکنان نظام سلامت برای تحقق آن تلاش کنند.

دکتر زنگنه تصریح کرد: پیشگیری و ارائهٔ مراقبت‌های سلامت برای گروه‌های مختلف سنی و خدمات مرتبط با جوانی جمعیت، کاهش مرگ‌ومیر نوزادان و کودکان، مراقبت‌های دوران بارداری و پیشگیری از بیماری‌های واگیر و غیر واگیر در برنامهٔ پزشکی خانواده در نظر گرفته شده است.

دکتر محمد قربانی، معاون بهداشت دانشگاه نیز در این نشست تصریح کرد:



مهم‌ترین برنامهٔ در دست اقدام نظام ارجاع در حال حاضر، بازنگری و روزآمدسازی بسته خدمات سطح یک با هدف حذف هم‌پوشانی و هدفمند کردن ارائه خدمات در راستای افزایش رضایت خدمت گیرندگان و ارتقاء سلامت آن‌ها می‌باشد.

اخبار

انتصابات جدید در دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه

در حکمی از سوی دکتر سجاد رحیمی، سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، آقایان، دکتر محمد قربانی و دکتر محسن نواری و خانم‌ها، دکتر شیما نصرالله الحسینی، دکتر زینب عباس‌پور و دکتر الهام بهره‌مند به‌عنوان اعضای کمیتهٔ انتصابات این دانشگاه منصوب شدند. همچنین در احکامی جداگانه از سوی سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، معصومه پاشایی به عنوان مشاور رئیس دانشگاه در امور بانوان، دکتر محسن نواری به عنوان مشاور اجرایی رئیس و دکتر سیدحسین موسوی به عنوان مشاور رئیس دانشگاه در حوزه وزارتی منصوب شدند.

در ابلاغی از سوی سرپرست دانشگاه؛

سرپرست مدیریت منابع انسانی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه منصوب شد

در ابلاغی از سوی دکتر سجاد رحیمی، سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، علیرضا واحدمقدم به‌سمت سرپرست مدیریت منابع انسانی دانشگاه منصوب شد.

در متن این ابلاغ آمده است: نظر به تجارب ارزشمند و شایستگی جناب‌عالی، به‌موجب این ابلاغ به‌سمت "سرپرست مدیریت منابع انسانی دانشگاه" منصوب می‌شوید تا نسبت به انجام اموری که به شما محول می‌گردد با رعایت ضوابط قانونی و جهات شرعی اقدام نمائید.



به میزبانی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه؛

پودمان تخصصی سرپرستاران اتاق عمل کشور برگزار شد

در اقدامی ارزشمند و با هدف ارتقای سطح دانش و مهارت سرپرستاران اتاق عمل سراسر کشور، پودمانی تخصصی با حمایت معاونت پرستاری وزارت بهداشت و به همت ادارهٔ پرستاری و واحد آموزش مداوم دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه در مشهد مقدس برگزار شد.

رییس ادارهٔ پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه گفت: این رویداد علمی با حضور نمایندهٔ معاونت پرستاری، جمعی از اساتید برجسته و شرکت گستردهٔ سرپرستاران، به مدت دو روز در فضایی علمی در هتل توریست توس مشهد برگزار شد و نوید بخش تحولی شگرف در ارائهٔ خدمات مراقبتی به بیماران در بخش‌های اتاق عمل بود. وی ضمن قدردانی از حمایت‌های معاونت پرستاری وزارت بهداشت، بر اهمیت این دورهٔ آموزشی در ارتقای سطح دانش و مهارت‌های سرپرستاران و ایجاد شبکه‌ای قوی ارتباطی بین آنها، در نتیجه بهبود کیفیت خدمات ارائه شده در بخش‌های اتاق عمل اشاره کرد.

انعکاس سلامت
ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
شماره ۹ | آبان ۱۴۰۳
October / November 2024

خبر



در کلینیک احمدیه؛

ارائهٔ ۲۱ هزار خدمت به بیمه‌شدگان بیمهٔ سلامت

رییس کلینیک ویژهٔ مستقل احمدیه از ابتدای امسال ۱۵ هزار و ۲۱۸ ویزیت و چهار هزار و ۳۰۴ خدمت سرپایی و چهار هزار و ۲۹۷ خدمت در بخش تصویربرداری با تعرفهٔ دولتی به مراجعان دارای بیمهٔ سلامت ارائه شده است.

دکتر سید رضا اعتمادالاسلامی بختیاری گفت: مراجعه کنندگان با بیمهٔ پایه درمان سازمان بیمهٔ سلامت ایران در قالب پنج صندوق بیمه‌ای شامل: کارکنان دولت، روستاییان، سایر اقشار و ایرانیان هستند که این مرکز با همهٔ صندوق‌ها قرارداد داشته و همهٔ خدمات با تعرفهٔ دولتی فقط با پرداخت هزینهٔ فرانشیز از بیمار انجام می‌شود.

از ابتدای امسال تاکنون:

آموزش و پیگیری ۵۴۶ بیمار دیابتی در بیمارستان نهم دی

رئیس بیمارستان نهم دی از شناسایی ۹۵ نفر دیابتی از ابتدای امسال تاکنون از بین مراجعین به این مرکز درمانی خبر داد.

دکتر زهرا نیک فرجام ضمن تاکید بر شعار امسال "با دیابت خوب زندگی کنیم" اظهار داشت: ۱۷۰۹ بیمار دیابتی از ابتدای امسال تاکنون از بیمارستان آموزشی درمانی نهم دی خدمت دریافت کردند، که ۹۵ نفر از آن‌ها امسال با بیماری دیابت شناسایی شدند، که ۴۹٪ از آن‌ها مرد و ۵۱٪ بانوان هستند.

وی افزود: از ابتدای امسال، ۵۴۶ بیمار ترخیص شده مبتلا به دیابت به صورت تلفنی پیگیری شدند و آموزش های لازم همچون رژیم غذایی، تزریق انسولین، علائم خطر و غیره توسط واحد آموزش و پیگیری بیمار ارائه شد که ۳۲۳ بیمار خانم و ۲۲۳ بیمار مرد بوده‌اند.

گفتنی است که به مناسبت هفته ملی دیابت میز خدمت با ارائهٔ غربالگری رایگان فشار خون و قند خون در بیمارستان نهم دی برپاشد.

رئیس بیمارستان آموزشی درمانی نهم دی ضمن تاکید بر پیام امسال «با دیابت خوب زندگی کنیم» گفت: هدف از این اقدام شناسایی افراد مبتلا به فشار خون و قندخون بالا و ارجاع به موقع آنها به پزشک خانواده به منظور پیشگیری از بروز عوارض ناشی از این بیماری عنوان کرد.

دکتر زهرا نیک فرجام گفت: سالانه دیابت بر زندگی میلیون ها نفر در سراسر جهان تاثیر می گذارد که در جهت افزایش آگاهی در مورد دیابت و ترویج تشخیص زودهنگام آموزش هایی در این مرکز درمانی صورت پذیرفت.

در هفت ماههٔ نخست سال صورت گرفت؛

افزایش ۱۲ درصدی ارائهٔ خدمات تصویربرداری

سرپرست معاونت درمان دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه گفت: در هفت ماههٔ نخست امسال به نسبت مدت مشابه در سال گذشته شاهد افزایش ۱۲ درصدی در ارائهٔ خدمات تصویربرداری به بیماران در مراکز درمانی تحت پوشش این دانشگاه بودیم.

دکتر زینب عباس‌پور با اشاره به این که از ابتدای امسال بیش از ۹۹ هزار خدمت تصویربرداری شامل سی‌تی‌اسکن، رادیوگرافی، ام‌آرآی، ماموگرافی، سونوگرافی و OPG به بیش از ۶۰ هزار بیمار ارائه شده است، افزود: در مدت مشابه سال گذشته ۸۸ هزار خدمت تصویربرداری و به بیش از ۵۴ هزار نفر ارائه شده است.

این مقام مسئول تصریح کرد: این افزایش قابل توجه، نتیجهٔ تلاش‌های صورت گرفته در جهت تجهیز مراکز درمانی به دستگاه‌های پیشرفته، آموزش پرسنل و تسهیل دسترسی بیماران به خدمات می‌باشد و این اقدام‌های تشخیصی علاوه بر ارتقای سطح سلامت جامعه، به تشخیص زودهنگام بیماری‌ها و کاهش عوارض ناشی از آنها کمک شایانی می‌کند.



در مدت مشابه سال گذشته ۸۸ هزار خدمت تصویربرداری و به بیش از ۵۴ هزار نفر ارائه شده است

در راستای ترویج زایمان طبیعی؛

کارگاه آموزشی زایمان فیزیولوژیک برگزار شد

کارشناس مسئول واحد مامایی معاونت درمان دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه گفت: در راستای ترویج زایمان طبیعی و کاهش مداخله‌های پزشکی غیر ضروری، کارگاه آموزشی ۱۸ ساعتهٔ زایمان فیولوژیک با همکاری واحد مامایی معاونت‌های آموزش، بهداشت و درمان این دانشگاه برگزار شد. ریحانه خسروی افزود: این برنامهٔ آموزشی به‌منظور توانمندسازی ماماها در ارائهٔ مراقبت‌های ایمن و کارآمد برای مادران و نوزادان برگزار شده و در چارچوب برنامه‌های دانشگاه برای حمایت از سلامت مادر و نوزاد و رشد جمعیت قرار دارد. دکتر محدثه عادلی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه و دبیر علمی این دوره اظهار داشت: در این دورهٔ آموزشی جامع، مباحث مختلفی از جمله ورزش‌های دوران بارداری، اصلاح وضعیت بدن قبل، حین و بعد از زایمان، وضعیت مادر در هنگام زایمان، اختلالات زایمانی و تکنیک‌های ماساژ و طب فشاری مطرح شد.



از سوی سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه صورت گرفت:

بازدید از مرکز ارتباطات و هدایت عملیات اورژانس

سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه در سومین روز کاری خود با هدف بررسی و ارتقای خدمات اورژانس پیش بیمارستانی، از ساختمان ستادی و مرکز ارتباطات اورژانس بازدید کرد.

دکتر سجاد رحیمی در این بازدید با اشاره به اهمیت کار اورژانس گفت: اورژانس به‌عنوان نخستین خط دفاعی در بحران‌های بهداشتی و درمانی، نقش حیاتی در خدمت‌رسانی به مردم ایفا می‌کند و باید با حمایت‌های لازم، زیرساخت‌ها و تجهیزات این بخش را تقویت کنیم تا بتوانیم خدمات بهتری را به شهروندان ارائه دهیم.

رئیس اورژانس پیش بیمارستانی و مدیر حوادث دانشگاه نیز در این نشست به مهم‌ترین دغدغه‌های اورژانس اشاره کرد و از فرسودگی ناوگان آمبولانسی به‌عنوان یکی از چالش‌های جدی نام برد و خواستار تأمین و نوسازی تجهیزات شد.

دکتر محمدجواد امیری، بر اهمیت راه‌اندازی پایگاه اورژانس بانوان، موتورلانس و دو پایگاه اورژانس در شهر تربت حیدریه به‌منظور پاسخ‌گویی بهتر به شهروندان تأکید کرد. وی در پایان به جذب نیروی انسانی متخصص، گسترش حوزهٔ ستادی اورژانس و سازماندهی فعالیت‌های مربوط به پدافند غیر عامل اشاره کرد.



در بیمارستان امام حسین (ع)؛

انجام بیش از هزار جلسه شیمی درمانی سرپایی

مدیر بیمارستان امام حسین (ع) تربت حیدریه گفت: از ابتدای امسال تاکنون هزار و ۲۰۰ جلسه شیمی درمانی سرپایی در این مرکز انجام شده است.

علی درودی با اشاره به این که ارائهٔ خدمات شیمی درمانی یکی از مهم‌ترین خدمات بیمارستان آموزشی درمانی امام حسین (ع) در منطقه است، بیان داشت: بخش شیمی درمانی بیمارستان امام حسین (ع) با ظرفیت ۱۰ تخت فعال و کادر مجرب درمانی توانسته رضایت بالای مراجعین را جلب نماید.

وی اظهار داشت: بخش شیمی درمانی بیمارستان امام حسین (ع)، به بیمارانی سرطانی که نیاز به تزریق داروهای شیمی درمانی سرپایی و کوتاه‌مدت چند ساعته دارند، همه روزه (به جز روزهای جمعه) در نوبت کاری صبح خدمت ارائه می‌نماید.

مدیر بیمارستان آموزشی درمانی امام حسین (ع) تربت حیدریه در پایان اذعان داشت: روند احداث مرکز سرطان این مرکز درمانی به مراحل پایانی خود رسیده است و ساختمان آن بیش از ۹۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارد که امیدواریم با بهره‌برداری از این مرکز در آینده‌ای نزدیک، گام بلندی برای خدمت‌رسانی به بیماران مبتلا به سرطان در منطقه برداریم.

ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
انعکاس سلامت
آبان ۱۴۰۳ | شماره ۹
October / Novamber 2024

معاون پرستاری وزارت بهداشت در تربت حیدریه:

پرستاران سرمایه اجتماعی کشور هستند

معاون پرستاری وزارت بهداشت با تاکید بر جایگاه والای پرستاران در جامعه، خواستار حفظ و ارتقای این جایگاه ارزشمند شد و بر اهمیت مراقبت از سرمایه اجتماعی پرستاران تاکید کرد.

دکتر عباس عبادی در آیین پاسداشت مقام پرستار در تربت حیدریه که با حضور فرماندار، سرپرست دانشگاه، سازمان نظام پرستاری و سازمان پزشکی و مسئولان دانشگاهی، شهری و شهرستانی و جمع کثیری از پرستاران و خانواده‌های آنان برگزار شد، با اشاره به کاهش سهم سلامت از تولید ناخالص ملی در اثر تحریم‌ها، بر ضرورت افزایش این سهم و بهبود وضعیت معیشتی پرستاران تاکید کرد. وی همچنین به لایحه حمایت از پرستاران اشاره کرد که شامل مواردی همچون معافیت مالیاتی، پیش‌بینی فوق‌العاده خاص، قلمداد شدن شغل پرستاری به عنوان شغل سخت و زیان‌آور و توسعه ساختار پرستاری است. معاون پرستاری وزارت بهداشت با ابراز تاسف از تصویب نشدن فوق‌العاده خاص پرستاران در مجلس، خواستار پیگیری جدی برای رفع مشکلات معیشتی پرستاران شد و گفت: سایر دستگاه‌ها و نهادها باید نسبت به حساسیت‌های نظام سلامت بویژه پرستاری نگاه ویژه‌ای داشته باشند.



پرستاران با جان‌فشانی هرگز از هیچ کوششی در راه خدمت به بیماران دریغ نکرده‌اند و همهٔ مسئولان وظیفه دارند برای رفع دغدغه‌ها و مشکلات این قشر زحمت‌کش تلاش نمایند

تلاش برای رفع دغدغه‌های پرستاران

دکتر سجاد رحیمی در آیین پاسداشت مقام پرستار با اشاره به این که پرستاران در خانوادهٔ بزرگ دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه از بهترین کارکنان حوزهٔ سلامت منطقه و حتی کشور هستند، افزود: پرستاران با جان‌فشانی هرگز از هیچ کوششی در راه خدمت به بیماران دریغ نکرده‌اند و همهٔ مسئولان وظیفه دارند برای رفع دغدغه‌ها و مشکلات این قشر زحمت‌کش تلاش نمایند.

این مقام مسئول ضمن قدردانی از تلاش‌های وزیر گران‌قدر بهداشت و مجموعهٔ این وزارت برای تنظیم لایحهٔ خوبی که برای پرستاران و حمایت از کارکنان حوزهٔ سلامت تهیه شده است، اظهار داشت: با تنظیم این لایحه قدم بزرگی برای رفع دغدغه‌های مادی و معنوی پرستاران برداشته شده است.

مردم مراقبت با کیفیت می‌خواهند

معصومه پاشایی، رییس اداره پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه نیز با اشاره به این که حمایت از پرستاری و رسیدگی به مطالبه‌ها و مسائل این قشر ایثارگر، حمایت از سلامت مردم و به نفع سلامت جامعه است، افزود: مردم مراقبت با کیفیت می‌خواهند و حق مردم ماست که پرستار با نشاط، سرزنده و امیدوار و با انگیزه از آنها مراقبت کند و این وظیفه ماست که هم‌واره پرستاران‌مان را شاد، سرزنده و پرانگیزه نگه داریم و دغدغه‌های‌شان را مرتفع کنیم.

گفتنی است سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه همزمان با روز پرستار با حضور در بیمارستان‌ها و مراکز بهداشتی و درمانی شهرستان، با پرستاران شاغل در این مراکز دیدار و این روز را به آنها تبریک گفت.









نشست



در راستای بررسی مشکلات جامعهٔ پرستاری شهرستان؛

هم‌اندیشی با اعضای هیئت مدیرهٔ نظام پرستاری

سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه در نشست اعضای هیئت مدیرهٔ نظام پرستاری شهرستان با بیان این که همهٔ توان خود را به کار خواهم گرفت تا شرایط بهتری برای همکاران پرستار فراهم شود، افزود: درک متقابل و نگاه جامع به مشکلات حال حاضر، کمک به‌سزایی در حفظ و ارتقاء حوزهٔ سلامت خواهد کرد و ما به‌عنوان حافظ منافع شما، از هیچ تلاشی برای احقاق حق جامعهٔ پرستاری دریغ نخواهیم کرد.

دکتر سجاد رحیمی با بیان این که جامعهٔ پرستاری خط مقدم دانشگاه در بحث نجات جان بیماران است، تصریح کرد: بزرگ‌ترین هدیه به پرستاران، لبخند رضایت بیماران از خدمات و تلاش‌های آنهاست و در آخرت نیز اجر معنوی بالایی در انتظار این قشر زحمت‌کش و فداکار حوزهٔ سلامت است.

رییس هیئت مدیرهٔ نظام پرستاری شهرستان تربت‌حیدریه اظهار داشت: جامعهٔ پرستاری دانشگاه به‌عنوان بزرگ‌ترین جمعیت حوزهٔ سلامت می‌باشد که می‌تواند به‌عنوان بازوی قدرتمند نقش به‌سزایی در پیشبرد اهداف نظام سلامت داشته باشد.

حسین زنگنه نظام پرستاری را بلندگوی حوزهٔ سلامت برشمرد و افزود: در حال حاضر حذف اضافه کار اجباری، افزایش مبلغ اضافه کاری، پرداخت معوقات تعرفه گذاری، برقراری امکانات رفاهی و رفع مطالبه‌های پرستاران شرکتی از انتظارات این جامعهٔ حرفه‌ای می‌باشد.

همزمان با روز پرستار انجام شد؛

دیدار صمیمانهٔ سرپرست معاونت درمان دانشگاه با پرستاران بیمارستان های مه ولات و زاوه

در اقدامی ارزشمند و با هدف قدردانی از زحمات شبانه‌روزی پرستاران زحمت‌کش، همزمان با روز پرستار، سرپرست معاونت درمان، رییس ادارهٔ پرستاری دانشگاه و نمایندهٔ نظام پرستاری تربت‌حیدریه از بیمارستان‌های راشد شهرستان زاوه و امام رضا (ع) مه ولات بازدید کردند.

دکتر زینب عباس‌پور در این دیدارها ضمن تبریک روز پرستار، از تلاش‌های بی‌شائبهٔ پرستاران در ارائهٔ خدمات درمانی با کیفیت به بیماران قدردانی کرد و گفت: اهمیت نقش پرستاران در حفظ سلامت جامعه بر کسی پوشیده نیست و پرستاران با صبر و حوصله و مهربانی به بیماران خدمت می‌کنند و در مواقع بحرانی، جان بسیاری از افراد را نجات می‌دهند؛ به همین دلیل، قدردانی از آنها وظیفهٔ همهٔ ما است.

ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
انعکاس سلامت
شماره ۹ | آبان ۱۴۰۳
October / Novamber 2024

نکته



یک مسئول در دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه مطرح کرد؛

راه های موثر در مهار مقاومت میکروبی

معاون فنی معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه آموزش و فرهنگ‌سازی جامعه را از راه‌های موثر در مهار مقاومت میکروبی برشمرد و گفت: پدیدهٔ مقاومت میکروبی از سوی سازمان جهانی بهداشت به‌عنوان یکی از ۱۰ تهدید اصلی سلامت مطرح شده است و آموزش و فرهنگ‌سازی در ارتباط با پرهیز از مصرف خودسرانهٔ آنتی بیوتیک، بهبود و تقویت موازین بهداشت و سلامت همگانی یکی از راه‌کارهای اصلی نیل به این هدف می‌باشد. محمدرضا اعتصامی را با اشاره به فرارسیدن هفتهٔ جهانی اطلاع‌رسانی مهار مقاومت میکروبی افزود: آنتی‌بیوتیک‌ها داروهایی هستند که برای پیشگیری و درمان عفونت‌های باکتریایی استفاده می‌شوند، مقاومت آنتی‌بیوتیکی، مقاومت میکروب‌ها به‌دلیل استفادهٔ نادرست و یا غیر ضروری یک آنتی‌بیوتیک حاصل می‌شود و میکروب توانایی لازم برای مقاومت به اثرات آنتی‌بیوتیک را کسب می‌کند و به‌دنبال آن میکروب زنده می‌ماند و برای آسیب‌رسانی بیشتر تکثیر می‌یابد.

این مقام مسئول با بیان این که از سوی مراجع بین‌المللی، هر ساله تاریخ ۱۸ تا ۲۴ اکتبر (۲۸ آبان‌ماه تا ۴ آذرماه در سال جاری) به‌عنوان هفتهٔ جهانی اطلاع‌رسانی مهار مقاومت میکروبی نام‌گذاری شده است، اذعان داشت: هر چند برخی آنتی‌بیوتیک‌ها علیه انواع گسترده‌ای از عفونت‌ها مؤثر هستند ولی هر آنتی‌بیوتیکی همهٔ عفونت‌ها را درمان نمی‌کند بلکه علیه عفونت‌هایی به کار می‌رود که توسط باکتری‌ها، قارچ‌ها و انگل‌های بیماری‌زا به وجود آمده باشند. وی ادامه داد: هم‌چنین آنتی‌بیوتیک‌ها علیه بیماری‌های ویروسی مثل سرماخوردگی تأثیری ندارند و بهترین کاری که می‌توان در بیماری‌های ویروسی انجام داد این است که اجازه دهیم سرماخوردگی و آنفلونزا دورهٔ خود را که گاهاً دو هفته به‌طول می‌انجامد، طی کند و فقط علائم را تسکین دهیم و اگر بهبودی در دو هفته حاصل نشد یا علائم بدتر شدند، برای بررسی بیشتر باید به پزشک مراجعه کرد.

گفتنی‌ست هفتهٔ مهار مقاومت میکروبی از ۲۸ آبان‌ماه آغاز و تا ۴ آذرماه با شعار "میکروب‌های مقاوم به دارو قابل دیدن نیستند ولی مبتلایان به آنها قابل مشاهده‌اند" و "با پرهیز از مصرف خودسرانهٔ آنتی بیوتیک‌ها از مقاوم شدن میکروب‌ها جلوگیری کنیم" ادامه دارد.

لبخندی سالم برای آینده؛

آغاز طرح وارنیش تراپی در مدارس منطقه

در اقدامی ارزشمند و در راستای ارتقای سلامت دهان و دندان دانش‌آموزان، طرح وارنیش تراپی در مدارس تحت پوشش دانشگاه آغاز شد.

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه گفت: این طرح به‌منظور فرهنگ‌سازی و افزایش مراقبت‌های بهداشت دهان و پیشگیری از پوسیدگی دندان کودکان شش تا ۱۲ ساله و در راستای طرح‌های سلامت دهان و دندان با همکاری ادارهٔ آموزش و پرورش در مقطع ابتدایی آغاز شد.

دکتر محمد قربانی با بیان این که پیشگیری از پوسیدگی دندان‌ها در کودکان یکی از اهداف مهم در برنامه‌های سلامت دهان و دندان است و فلوراید می‌تواند نقش مهمی در کاهش پوسیدگی دندان و حتی برگشت پوسیدگی داشته باشد، افزود: وارنیش فلوراید یک مادهٔ ژل مانند است که حاوی فلوراید با غلظت بالا می‌باشد و با ایجاد یک لایهٔ محافظتی روی سطح دندان، از مینای دندان در برابر اسیدهای تولید شده توسط باکتری‌های دهان محافظت می‌کند و به این ترتیب از پوسیدگی دندان جلوگیری می‌کند.

این مقام مسئول با اعلام این که در شش ماههٔ نخست سال جاری بیش از پنج هزار وارنیش برای وارنیش تراپی کودکان شش تا ۱۲ ساله توزیع شده است، تصریح کرد: در اجرای این طرح، ابتدا آموزش‌های لازم از سوی بهورزان و مراقبان سلامت در مدارس به دانش‌آموزان ارائه



دکتر محمد قربانی: وارنیش فلوراید حاوی فلوراید با غلظت بالا می‌باشد و با ایجاد یک لایهٔ محافظتی روی سطح دندان، از مینای دندان در برابر اسیدهای تولید شده توسط باکتری‌های دهان محافظت می‌کند

می‌شود و پس از مسواک زدن، برای انجام عمل وارنیش فلوراید آماده می‌شوند و به‌صورت رایگان انجام می‌شود.

گفتنی‌ست اجرای این طرح با استقبال خوب دانش‌آموزان و اولیای آنها روبرو شده است و انتظار می‌رود که در کاهش میزان پوسیدگی دندان در دانش‌آموزان بسیار موثر باشد.

دکتر محمد قربانی افزود: در حال حاضر ۳۶ مرکز خدمات جامع سلامت، ۲۴ پایگاه سلامت و ۱۴۵ خانهٔ بهداشت روستایی به جمعیت تحت پوشش دانشگاه در شهرستان‌های تربت حیدریه، مه‌ولات و زاوه خدمات سلامت را به مردم منطقه ارائه می‌نمایند.



کارگاه های پرخطر زیر ذره بین کارشناسان بهداشت حرفه ای

کارشناس مسئول واحد بهداشت حرفه‌ای مرکز بهداشت تربت‌حیدریه از برگزاری مانور بازرسی از کارگاه‌های پرخطر در دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه همزمان با سراسر کشور خبر داد. مهندس سید محمد خطیبی گفت: این مانور با هدف ارتقای سطح ایمنی و بهداشت کار در کارگاه‌های صنعتی و خدماتی شهرستان انجام شد. و بازرسی‌های دقیق از تجهیزات ایمنی، سیستم‌های تهویه، و رعایت استانداردهای بهداشتی در دستور کار تیم‌های بازرسی قرار گرفت وی افزود: در این مانور، کارشناسان بهداشت حرفه‌ای به بررسی وضعیت کارگاه‌ها از نظر رعایت قوانین و مقررات ایمنی و بهداشت کار پرداختند و در صورت مشاهده هرگونه تخلف یا نقص، تذکرات لازم را به کارفرمایان ارائه دادند. همچنین، برنامه‌های آموزشی برای افزایش آگاهی کارگران و کارفرمایان در خصوص اهمیت ایمنی و بهداشت کار برگزار شد. گفتنی‌ست این مانور با برنامه‌ریزی انجام شده توسط وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی و با همکاری معاونت بهداشت و مرکز بهداشت، دادستانی و دادسرای عمومی و انقلاب، فرمانده‌ی انتظامی، سازمان آتش‌نشانی و خدمات ایمنی، اداره صنعت، معدن و تجارت شهرستان و به‌صورت هم‌زمان با سراسر کشور اجرا شد.



در دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه برگزار شد؛

پویش من هم تست اچ آی وی می‌دهم

مدیر گروه پیشگیری و مبارزه با بیماری‌های معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه گفت: پویش من هم تست اچ‌آی‌وی می‌دهم از ۲۰ آبان‌ماه آغاز و تا ۲۰ آذرماه ادامه دارد و هدف آن تشدید بیماریابی در جمعیت‌های کلیدی و اطلاع‌رسانی و آموزش به جمعیت عمومی می‌باشد.

جواد علی‌نژاد زرمهری با اشاره به اهمیت بیماریابی به‌عنوان مهم‌ترین موضوع در رسیدن به هدف مذکور، اجرای پویش من هم تست اچ‌آی‌وی می‌دهم را راه کار موثری در نیل به این هدف دانست و افزود: اولین و مهم‌ترین اقدام این است که با رعایت اصول پیشگیری از ابتلا جلوگیری شود و در صورت ابتلا افراد مبتلا شناسایی شوند و بعد از آن راضی شوند که برای مراقبت و درمان اقدام و درمان‌شان را ادامه دهند.

گفتنی‌ست هم‌شهریان عزیز در صورت تمایل به انجام تست می‌توانند به‌صورت کاملا رایگان و محرمانه همه روزه از ساعت ۷:۳۰ صبح الی ۱۳:۳۰ به مرکز مشاورهٔ بیماری‌های رفتاری واقع در خیابان باغسلطانی، بین باغسلطانی ۳۰ و ۳۲، مرکز خدمات جامع سلامت مسلم مراجعه نمایند.

انعکاس سلامت
ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
آبان ۱۴۰۳ | شماره ۹
October / Novamber 2024

گفتگو با دکتر شقایق عشقی متخصص مغز و اعصاب روز جهانی استروک:

آگاهی بیشتر؛ سکته مغزی کمتر



مژگان محمدپور: روز جهانی استروک به افتخار بازماندگان استروک، افرادی که جنگیدند و بهبود یافتند و برای آگاهی دادن به قربانیان بعدی استروک نام گذاری شده است که دچار آن نشوند و همچنین این روز برای قدردانی از همه افرادی است که در پیشگیری، درمان و بازتوانی سکته مغزی نقش دارند.

در همین رابطه با دکتر شقایق عشقی متخصص مغز و اعصاب در دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه به گفتگو نشسته ایم که از نظرتان می گذرد.

به عنوان سوال اول، بفرمایید که پیام و هدف از نامگذاری روز جهانی استروک چیست؟

در واقع پیام روز جهانی استروک این است که در کنار هم ما قوی تر از استروک هستیم، پس همانطور که کرونا را شکست دادیم، استروک را هم در کنار هم شکست خواهیم داد.

چرا شناسایی و درمان به موقع سکته مغزی اهمیت دارد؟

اگر تصور کنیم کسی که دچار همی پلژی (فلج) شده است و تحت تاثیر آن تمام ابعاد زندگی فردی و اجتماعی او برای همیشه تغییر می کند، خود ما هستیم، کاملا می توانیم به اهمیت درمان معجزه آسایی که زمان را به عقب بر می گرداند پی ببریم. یعنی درمانی که اگر به موقع انجام شود، می تواند فرد را به شرایط قبل از سکته مغزی باز گرداند در صورتیکه بعد از آن، در حال حاضر با تمام اقدامات بازتوانی، دارو درمانی، گفتار درمانی و ... معمولا بیمار به حالت قبل از بروز سکته مغزی باز نمی گردد.

علائم سکته مغزی چیست؟

پیام این است: BEFAST یعنی سریع باشیم.
Balance: اختلال تعادل
Eyes: اختلال بینایی
Face: افتادگی یک طرفه صورت و سر درد شدید
Arms: ضعف یا بی حسی دست ها
Speech: گیجی و اختلال در تکلم و گفتار
Time: تماس با ۱۱۵

شهروندان در مواجهه با این علائم چه اقداماتی باید انجام دهند؟

شروع ناگهانی هر کدام از علائم فوق باید زنگ خطر را برای ما به صدا در آورد و می تواند نشانه بروز سکته مغزی در فرد باشد. بنابراین باید به عموم آموزش دهیم و مردم آگاهی داشته باشند که با مشاهده این علائم در افراد با هر سنی (حتی در سالمندان)، هرچه سریع تر در زمان کمتر از ۳ ساعت، بیمار را به مراکز درمانی دارای سانتر مربوط به سکته مغزی منتقل کنند و یا با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرند.

مراکز درمانی چه واکنشی باید داشته باشند؟

در مراکز درمانی با انجام اقدامات تشخیصی و درمانی به موقع از جمله انجام سی تی اسکن مغزی و تزریق دارو (در صورت امکان با توجه به شرایط و تاریخچه پزشکی بیمار) می توان تاثیر بسیار خوبی در پیشگیری از بروز عوارض سکته مغزی و بهبود کیفیت زندگی فرد داشت. متاسفانه گاهی بیمار یا اطرافیان متوجه علائم بروز سکته مغزی نمی شوند و در نتیجه فرصت طلایی درمان به موقع از دست می رود. در این یکسال اخیر ۳۱۰۲ خدمت در بخش سکته حاد مغزی (scu) بیمارستان آموزشی درمانی نهم دی به تعداد ۳۰۸ مراجعه کننده ارائه گردید، که ۴۹٪ مراجعه کنندگان آقا و ۵۱٪ خانم بوده اند، همچنین از ابتدای سال جاری تا کنون ۱۵۵ بیمار ترخیص شده مبتلا به سکته مغزی توسط واحد آموزش و پیگیری بیمار این مرکز به صورت تلفنی پیگیری شده اند و آموزش های خودمراقبتی و راهنمایی های لازم در ارتباط با استفاده از خدمات فیزیوتراپی، گفتار درمانی و ... به خانواده این بیماران ارائه شده است.

متاسفانه گاهی بیمار یا اطرافیان متوجه علائم بروز سکته مغزی نمی شوند و در نتیجه فرصت طلایی درمان به موقع از دست می رود

توصیه شما جهت پیشگیری از عوارض سکته مغزی؟

ما در مرحله اول توصیه می کنیم تمام افراد با داشتن سبک زندگی سالم و فعالیت بدنی مناسب از عوامل خطر بروز سکته مغزی مانند چاقی، عدم تحرک، استعمال مواد مخدر و سیگار، فشار خون بالا، چربی خون بالا، دیابت، سوء مصرف الکل و ... دوری نمایند و در مرحله دوم با علائم بروز سکته مغزی و انجام اقدامات مناسب آشنا باشند.

امیدوارم همه با هم استروک را شکست دهیم و با هم به فردایی به مراتب زیباتر و سالم تر دست یابیم.

به همت گروه آموزش و ارتقاء سلامت؛

۳۰۰ نفر از کارکنان نظام سلامت به ابزار سواد رسانه مجهز شدند

در راستای توانمندسازی کارکنان نظام سلامت و به همت گروه آموزش و ارتقاء سلامت این معاونت، کارگاه های دانشگاهی "سواد رسانه ای" برگزار شد. رییس گروه آموزش و ارتقاء سلامت جامعهٔ معاونت بهداشت دانشگاه با بیان این مطلب گفت: رسانه یک ابزار قدرتمند در تغییر و ایجاد باورها، ایدئولوژی و جهان بینی افراد است. الهه گرامی پور به اهمیت رژیم مصرف رسانه اشاره نموده و گفت: رژیم مصرف رسانه ای، یعنی این که از چه رسانه هایی، به چه میزان و چگونه استفاده کنیم که آسیب هایش به حداقل و بهره وری آن به حداکثر برسد. وی افزود: به عبارتی باید به میزان استفاده از رسانه، نحوهٔ استفاده از رسانه و محتویات دریافتی از رسانه ها توجه نمود، یعنی ما حاکم رسانه باشیم و نگذاریم رسانه ها، زندگی ما را مدیریت کنند. وی تاکید کرد: محدود کردن میزان مصرف رسانه، استفاده از رسانه ها به خصوص در فضای مجازی در ساعات مشخص، استفاده از رسانه های مورد نیاز و به میزان لازم، وضع قوانین با شرایط اعضای خانواده، برنامه ریزی برای استفاده از جایگزین های مناسب از جمله مواردی است که می توان در جهت مدیریت صحیح رسانه به کار برد. در این کارگاه که برای ۳۱۰ نفر از کارکنان نظام سلامت برگزار شد، موضوعاتی از قبیل: تعریف سواد رسانه، انواع سواد رسانه و کارکردهای آن، روش های تشخیص اخبار معتبر از نامعتبر، مهارت های ۲۱ گانهٔ سواد رسانه، رژیم مصرف رسانه، ویژگی های خانوادهٔ عصر ارتباطات، خانواده و رسانه، سواد رسانه ای در حوزهٔ سلامت، معرفی سایت های حقیقت یاب و... ارائه شد.

خبر



دکتر رحیمی در دیدار رییس سازمان نظام پزشکی شهرستان:

حل دغدغه های جامعهٔ پزشکی با تعامل و وفاق

دکتر محمدعلی خواجگی، رییس سازمان نظام پزشکی شهرستان با دکتر سجاد رحیمی، سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه دیدار و گفت و گو کرد.

دکتر سجاد رحیمی، سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه در این دیدار بر همکاری همه جانبه برای حل دغدغه های جامعهٔ پزشکی تاکید کرد و افزود: با همکاری و همراهی سازمان نظام پزشکی، دانشگاه قطعاً می تواند مطابق انتظارها در حوزهٔ سلامت قدم بردارد که این تعامل، رضایت مندی همشهریان را به همراه خواهد داشت. دکتر محمدعلی خواجگی، رییس سازمان نظام پزشکی شهرستان در این دیدار ضمن تبریک و ابراز خرسندی از انتخاب دکتر رحیمی به عنوان سرپرست دانشگاه، نسبت به همکاری بیشتر سازمان نظام پزشکی با دانشگاه با هدف پیشبرد اهداف این سازمان اعلام آمادگی کرد و افزود: جامعهٔ پزشکی خدمت به مردم را سرلوحهٔ کارهای خود می داند و امیدواریم با تلاش های همکاران مان در این راه همیشه هم چون گذشته سربلند و سرافراز باشیم.

قدردانی از کارشناسان فناوری اطلاعات سلامت

هم زمان با گرامی داشت هفتهٔ فناوری اطلاعات سلامت، معاونان و مدیران دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه با کارشناسان فناوری اطلاعات سلامت در واحدهای تحت پوشش دانشگاه دیدار و از تلاش های آنها قدردانی کردند.

رییس ادارهٔ روابط عمومی و امور بین الملل دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه ضمن گرامی داشت روز جهانی فناوری اطلاعات سلامت و تاکید بر اهمیت نقش واحدهای فناوری اطلاعات سلامت و پذیرش بیماران در ارتقای کیفیت خدمات درمانی و هم چنین پیشبرد پژوهش های پزشکی گفت: فناوری اطلاعات سلامت، امروزه به عنوان یکی از با ارزش ترین و مهم ترین منابع اطلاعاتی در زمینهٔ اطلاع رسانی برای برنامه ریزی و تصمیم گیری های مدیریتی معرفی شده و زحمت ها و تلاش های شبانه روزی کارکنان این حوزه از جمله، ثبت، انتقال، صحت و امنیت اطلاعات در مراکز بهداشتی و درمانی بسیار ارزشمند و تأثیر گذار می باشد. مسعود سعادت نژاد از تلاش گران فناوری اطلاعات سلامت به عنوان امانت داران عرصهٔ سلامت نام برد و افزود: مستندسازی صحیح و ثبت به موقع داده ها کمک بزرگی به ارائهٔ خدمات با کیفیت به مراجعان می کند و در پیشبرد پژوهش های پزشکی نیز کارشناسان فناوری اطلاعات سلامت نقش به سزایی را ایفا می نمایند.

ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
انعکاس سلامت
شماره ۹ | آبان ۱۴۰۳
October / November 2024

نکته



زخم پای دیابتی چیست؟

دکتر فاطمه پورحاجی*

زخم پای دیابتی، شایع ترین عارضه مزمن در افراد مبتلا به دیابت شیرین است. از علل چند عاملی، این عارضه با یک فرآیند چرکی و یا تخریب بافت های نرم همراه است. بر اساس گزارش فدراسیون بین المللی دیابت، برآوردها نشان می دهد که هر ۲۰ ثانیه یک اندام تحتانی به دلیل عوارض دیابت قطع می شود. بررسی ها نشان می دهد ۲۵ درصد از افراد مبتلا به دیابت در طول زندگی خود حداقل یک بار زخم پای دیابتی را تجربه می کنند. زخم پای دیابتی شایع ترین علت قطع انگشتان پا و اندام تحتانی است و در حضور چاقی، نقص سیستم ایمنی و بیماری های عروق محیطی اهمیت آن بالا می رود. این عارضه بر زندگی شخصی و ادراک فرد از خود و بر عزت نفس بیمار می گذارد و احساساتی مانند ترس، شرم، سرخوردگی و ناتوانی در مواجهه با محدودیت نقش او در خانواده و بافت اجتماعی را برمی انگیزد. . این امر فرد را مستعد افسردگی می کند که عوامل آن مربوط به وجود و ترس از عوارض است. خودمراقبتی، خودآزمایی روزانه پا و معاینه بالینی پا، اقدامات پیشگیرانه اولیه کم هزینه، ساده و مؤثر هستند که تشخیص زودهنگام و درمان به موقع تغییرات را فراهم می کنند.

یکی از عوارض مهم دیابت، پای دیابتی نامیده می شود. در این بیماری ابتدا زخمی در انگشتان پا به وجود می آید ولی به علت اختلال در خون رسانی، نه تنها زخم خوب نمی شود، بلکه به تدریج بدتر می شود. در صورت عدم کنترل بیماری، عضو مبتلا دچار قانقاریا شده و برای جلوگیری از پیشرفت آن، اندام مبتلا باید قطع شود. مرحله اول بیماری یعنی به وجود آمدن زخم، اغلب به دلیل بی حسی و عدم درک درد، فشار، گرما یا سرما است که ناشی از عوارض عصبی دیابت است. اما عدم بهبودی زخم به دلیل اختلال در عروق و خونرسانی عضو مبتلا است. دو عارضه پای دیابتی شامل بی حسی و کرختی پا و عفونت و دیر بهبود یافتن زخم و جراحت های پا می باشد.

***عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه**

دکتر ناصح پهلوانی، متخصص تغذیه در گفتگو با ماهنامه انعکاس سلامت:

تلخی بیماری قند را با غذای سالم شیرین کنیم

زهره بایزیدی:

امروزه دیابت به عنوان یکی از چالش های اساسی سلامت در دنیا مطرح است که مقابله با آن وابستگی زیادی به رعایت رژیم غذایی صحیح و خودمراقبتی دارد. در این گفت‌وگو، دکتر ناصح پهلوانی، متخصص تغذیه و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه به سوالاتی پیرامون تغذیه در دیابت پاسخ می دهد:

۱-در ابتدا یک تعریف از دیابت داشته باشید و بفرمایید چه عللی باعث می شوند که فرد مبتلا به دیابت شود؟

دیابت اختلال در سوخت و ساز گلوکز در بدن هست که به دو علت بوجود می آید: یا انسولین به میزان کافی در بدن وجود ندارد و یا انسولین وجود دارد ولی انسولین موجود قادر نیست تا وظیفه خود را به درستی انجام دهد یا در واقع مقاومت به انسولین در بافت ها ایجاد می شود.. هورمونی به نام «انسولین» که از غده پانکراس (لوزالمعده) ترشح می شود به ورود گلوکز به داخل سلول ها کمک می کند. اگر بدن انسولین کافی نسازد یا نتواند به خوبی از آن استفاده کند، قند خون بالا می رود و فرد مستعد ابتلا به دیابت می شود و از نظر آزمایشگاهی قندخون افراد مبتلا به دیابت برابر یا بیشتر از ۱۲۶ میلیگرم/دسی لیتر می باشد. عللي بوجودآمدن شامل ژنتیك و سابقه فاميلی دیابت، افزایش کالري دریافتي همراه با کاهش نسبت کربوهیدرات هاي پیچیده، افزایش مصرف قندهاي ساده، افزایش مصرف چربي بخصوص چربی حیوانی و اشباع، کاهش مصرف فیبر غذایي، افزایش سن، چاقي بخصوص



چاقی شکمی، استرس، کاهش فعالیت فیزیکي و کم تحرکی و برخی داروها مانند کورتون ها و همچنین کمبود برخي مواد معدنی مثل روي و کروم.

۲-وضعیت ابتلا به دیابت در جهان و در ایران به چه صورت هست و آیا آماری در این زمینه وجود دارد؟

متاسفانه براساس آمار شیوع دیابت در ایران در مقایسه با سالهای گذشته افزایش داشته است و براساس جدیدترین گزارش وزارت بهداشت کشور شیوع دیابت در جمعیت بالغ کشورمان ۱۴/۲ درصد است که از میزان متوسط جهانی بالاتر است و همچنین حداقل ۶ میلیون بیمار دیابتی در کشور تاکنون شناسایی شده اند و بیش از ۹ میلیون نفر هم در مرحله پیش دیابت قرار دارند و سالانه به طور متوسط حداقل ۵۰۰ هزار نفر به جمعیت دیابتی های کشور افزوده می شود. که این آمار نشان دهنده آمار بسیار بالای شیوع این بیماری در کشور می باشد.

۳-نقش تغذیه در بیماری دیابت چیست و آخرین توصیه های رژیم درمانی و تغذیه در این زمینه به چه صورت هست؟

رژیم غذایی بیماران مبتلا به دیابت و مقدار توصیه شده از کربوهیدرات ۴۵ تا ۶۵ درصد، پروتئین ۱۵ تا ۲۰ درصد و میزان چربی بین ۲۰ تا ۳۵ درصد از کل انرژی مصرفی برای بیماران دیابتی توصیه شده است. اما نکته ای که در این بین حائز اهمیت می باشد توزیع کربوهیدرات یا قندها در رژیم غذایی فرد مبتلا به دیابت هست و لازم است بیماران دیابتی در طول ۲۴ ساعت ۳ وعده اصلی و حداقل ۳ میان وعده دریافت کنند شود و نکته مهم در این بیماران دریافت میان وعده قبل از خواب می باشد بخصوص در افرادی که انسولین دریافت می کنند و ممکن است در معرض افت قندخون (هیپوگلیسمی) شبانه باشند.

۴-در کل رژیم غذایی فرد مبتلا به دیابت باید چگونه تنظیم شود و چه توصیه های تغذیه ای بصورت کلی برای این افراد وجود دارد؟

رژیم غذایي براي يك فرد دیابتي باید بر اساس کنترل وزن، سن، تغذیه سالم، خودپایی گلوکز خون توسط بیمار، شدت نارسایي هاي متابولیکي، سطح فعالیت فیزیکي، فاکتورهاي اجتماعي و اقتصادي، تحصیلي و ... وجود هر گونه مسائل دیگر از جمله هیپرلیپیدمي، افزایش فشار خون و یا بیماریهاي کلیوي تنظیم می شود بنابراین بایستی توسط متخصصین تغذیه تنظیم گردد.

توصیه های تغذیه ای: افراد مبتلا به دیابت غذا را در فواصل منظم و در ساعات مشخص میل کنند و از حذف وعده های غذایی خودداری نمایند و روزانه نیم ساعت ورزش سبک تا متوسط و پیاده روی تند در هوای سالم داشته باشند و از قرار گرفتن در شرایط تنش زا پرهیز کنند. در حالت عادی (عدم وجود علایم افت قندخون) از مصرف قندهای ساده مثل قند، شکر، شکلات، نوشابه های صنعتی، بستنی، دسرهای شیرین، ژله، کمپوت، عسل، مربا، شیرینی ها، کیک ها و آب نبات خودداری کنند و از نان های سنتی و سبوس دار به جای نان های سفید استفاده و روزانه میوه و سبزی تازه به مقدار کافی مصرف نمایند.

تأثیر دیابت بر اعصاب و روان

افراد بیمار مخصوصاً کسانی که به بیماری های پیش رونده و مزمن مبتلا هستند نیمی از عمر خود را با درمان، مصرف دارو، رعایت نکات و توصیه ها و بخش زیادی را در فضای مطب پزشکان و غیره می گذرانند. این مسائل در مبتلایان به بیماری های مختلف می تواند منجر به بروز استرس، نگرانی از آینده ی این بیماری و در بسیاری از موارد سبب بروز افسردگی شود.

اگر مشکلات روانی در بیماران مبتلا به دیابت بدون درمان رها شود و نادیده گرفته شود، این مشکلات می تواند زندگی آن ها را به شدت تحت تأثیر قرار دهد و همچنین می تواند روند درمان را با مشکل روبرو کند. افراد مبتلا باید تحت مشاوره قرار بگیرند، خانواده و دوستان به آن ها توجه کافی داشته باشند تا کیفیت زندگی آن ها تحت تأثیر قرار نگیرد. بسیاری از بیماران مبتلا به دیابت پس از مدتی تحت تأثیر استرس ها روند درمان خود را رها می کنند و خود مراقبتی را فراموش می کنند. در برخی از بیماران هم انگیزه برای انجام کار، تحصیل و غیره از بین می رود.

دیابت چگونه بر رفتار بیماران مبتلا تأثیر می گذارد؟

تغییر در میزان قند خون در بیماران مبتلا به دیابت می تواند منجر به نوسانات خلقی بسیاری شود. از جمله مشکلاتی که می تواند در پی کاهش قند خون به وجود آید می توان به احساس استرس، گرسنگی دائمی، ناتوانی در تصمیم گیری، ناهماهنگی اعضای بدن، داشتن رفتارهای عصبی، تحریک پذیری، تغییرات خلق و خو، تغییر شخصیت و اشکال در تمرکز و توجه، اشاره کرد. البته لازم به ذکر است که این مشکلات اکثراً موقتی بوده و با برگشت سطح قند خون به سطح نرمال، بسیاری از این مشکلات رفع می شود.

دیابت از جمله بیماری هایی است که به دلیل درگیری دائمی و روزانه ی بیمار با مشکلات مربوط به بیماری اش مثل اندازه گیری قند خون، رعایت رژیم و تزریق انسولین، بیمار را به شدت تحت فشار و استرس قرار می دهد.

راهکارهایی برای جلوگیری از مشکلات روانی

اگر مبتلا به بیماری مرض قند هستید و از روند درمان خسته شده اید، بهتر است هرچه زودتر به فکر افزایش روحیه و تغییر سبک زندگی تان باشید تا از ابتلا به افسردگی جلوگیری کنید. در این راستا به نکات زیر توجه کنید:

۱. رژیم غذایی مخصوص بیماران مبتلا به دیابت را با دقت رعایت کنید. زمان و حجم غذای مصرفی خود را همیشه ثابت نگه دارید.

۲. ورزش منظم را فراموش نکنید. کنترل وزن در مبتلایان به این بیماری بسیار مهم است.

۳. مصرف به موقع داروهایتان را به یاد داشته باشید.

۴. چک کردن روزانه ی میزان قند خونتان را فراموش نکنید.

۵. تغییر سبک زندگی

انتخاب زندگی سالم موضوعی است که تمام افراد سالم هم باید به آن توجه کنند پس به خود استرس و فشار وارد نکنید و نگاه مثبت داشته باشید. با این روش ها به مرور تغییرات منفی در خلق و خو را فراموش کنید و به یک زندگی مثبت روی آورید. مطمئن باشید روند درمانتان آسان تر خواهد شد.

در صورت لزوم جهت دریافت خدمات رایگان مشاوره به روانشناس مرکز خدمات جامع سلامت خود مراجعه کنید.

سمیه نزهتی
رئیس گروه سلامت روانی اجتماعی و اعتیاد

منبع:
روانشناسی سلامت. تالیف ادوارد سارافینو. ترجمه دکتر فروغ شفیعی و همکاران
مجله اصول بهداشت روانی. شماره ۴۶. تیر و مرداد ۱۳۸۹

ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
انعکاس سلامت
آبان ۱۴۰۳ | شماره ۹
October / Novamber 2024

هم‌زمان با روز جهانی دیابت مطرح شد؛

شناسایی ۱۲ هزار بیمار مبتلا به دیابت



رئیس اداره پیشگیری و مبارزه با بیماری های معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه از شناسایی ۱۲ هزار و ۲۰۰ بیمار مبتلا به دیابت در جمعیت تحت پوشش دانشگاه خبر داد. جواد علینژاد زرمهری با بیان این که روز جهانی دیابت (۱۴ نوامبر) بزرگ‌ترین کمپین آگاهی از دیابت در جهان است که هر ساله برگزار می‌شود، گفت: در سال های اخیر افزایش شیوع بیماری دیابت در جهان این بیماری را به بزرگ‌ترین اپیدمی تاریخ تبدیل کرده است.

وی با اشاره به این که در کشور ما حداقل ۱۴.۱۵ درصد از جمعیت بالای ۲۵ سال مبتلا به دیابت هستند و تعدادشان بیش از هفت و نیم میلیون نفر برآورد می‌شود، افزود: دیابت یک بیماری جدی و مزمن است و زمانی رخ می‌دهد که بدن نمی‌تواند انسولین تولید کند و یا نمی‌تواند به‌طور موثر از آن استفاده کند.

وی پرخوری، پرنوشی، پرادراری، کاهش شدید وزن بدون علت، تأخیر در بهبود زخم‌ها و تاری دید را از جمله علائم دیابت برشمرد و تصریح کرد: افراد دارای اضافه‌وزن یا چاقی، سابقهٔ دیابت در خانواده (پدر، مادر، خواهر و برادر)، مبتلایان به فشار خون، زنانی که سابقهٔ دو بار یا بیشتر سقط خود به خودی بدون علت مشخص، سابقهٔ مرده‌زایی، سابقهٔ به دنیا آوردن نوزاد با وزن بیش از چهار کیلوگرم و دارای سابقهٔ دیابت بارداری در معرض خطر ابتلا به دیابت هستند.

جواد علی‌نژادزرمهری: کاهش قند خون، مشکلات چشمی، ناراحتی‌های کلیه، ناراحتی‌های قلبی، بی‌حسی و گزگز کردن دست‌ها و پاها و نیز دیر بهبود یافتن زخم‌ها به‌خصوص در پاها که حتی در صورت عدم مراقبت ممکن است به قطع عضو نیز منجر شود از جمله عوارض بیماری دیابت می‌باشد

جواد علینژاد زرمهری اذعان داشت: کاهش قند خون، مشکلات چشمی، ناراحتی‌های کلیه، ناراحتی‌های قلبی، بی‌حسی و گزگز کردن دست‌ها و پاها و نیز دیر بهبود یافتن زخم‌ها به‌خصوص در پاها که حتی در صورت عدم مراقبت ممکن است به قطع عضو نیز منجر شود از جمله عوارض بیماری دیابت می‌باشد.

وی ادامه داد: تغییر سبک زندگی با کنترل وزن، داشتن برنامهٔ غذایی سالم، انجام ورزش و فعالیت‌های جسمی روزانه و ترک مصرف دخانیات و الکل از جمله مهم‌ترین راه‌های پیشگیری از دیابت می‌باشد.

رئیس اداره پیشگیری و مبارزه با بیماری های معاونت بهداشت دانشگاه با اشاره به این که افراد مبتلا به دیابت به‌صورت دوره‌ای مراقبت‌های مربوط به بیماری دیابت خود را در مراکز خدمات جامع سلامت، پایگاه‌ها و خانه‌های بهداشت تحت پوشش دانشگاه دریافت می کنند، خاطرنشان کرد: هم‌چنین بیماران شناسایی شده در طول انجام مراقبت‌های دوره‌ای به کارشناسان تغذیهٔ و کارشناسان سلامت روان حاضر در مراکز خدمات جامع سلامت برای انجام مشاوره‌ها و اصلاح سبک زندگی ارجاع داده می‌شوند.

با رعایت چند نکته مهم تغذیه‌ای دیابت را بهتر کنترل کنید؛

خودمراقبتی با تغذیه صحیح در دیابت

یکی از ارکان اصلی در پیشگیری و کنترل بیماری دیابت و به جهت پیشگیری از عوارض آن، رعایت یک برنامه ی غذایی صحیح است. مهم است که بدانید برنامه غذایی برای هر فرد باید به صورت جداگانه تنظیم شود ولی رعایت نکات مهم ذیل در کنترل قند خون بسیار حائز اهمیت است.

مصرف فیبر را در برنامه غذایی خود افزایش دهید

فیبر غذایی باعث جذب آهسته تر قند می شود و به این ترتیب از افزایش ناگهانی قند خون پیشگیری می کند. مهمترین منابع فیبر در برنامه غذایی سبزیجات، میوه ها و حبوبات هستند. دیابتی ها باید حداقل ۲ فنجان سبزیجات غیر نشاسته ای مثل سبزیجات برگ سبز و ۱ فنجان میوه در روز مصرف کنند.

هیچ کدام از وعده های غذایی را حذف نکنید.

غذا را در حجم کمتر میل نموده و حداقل ۵ وعده ی غذایی (سه وعده اصلی و دو میان وعده) در طول روز داشته باشید. میزان کربوهیدرات (قند) برنامه غذایی باید در این ۵ وعده تقسیم شود تا نوسانات قندخون به حداقل ممکن برسد.

صبحانه بخورید

بیماران دیابتی باید همه وعده های غذایی به ویژه صبحانه را میل نمایند و صبحانه آنها باید شامل پروتئین (تخم مرغ، پنیر کم نمک و کم چرب، ماست) و سبزیجات در کنار نان کامل (نانی که از آرد سبوس دار تهیه شده است) باشد.

عادات ناسالم غذایی خود را بشناسید و آن ها را ترک کنید

مصرف غذاهای سرخ شده، نوشابه های حاوی قند افزوده، انواع سس ها، کیک، کلوچه، شیرینی ها، غذاها و تنقلات شور از عادات غلط غذایی که مخصوصا بیماران دیابتی باید آن ها را کنار بگذارند.

وزن خود را در یک محدوده مناسب مدیریت کنید

حفظ وزن سالم می تواند به کنترل بهتر قند خون کمک کند. مدیریت وزن در محدوده مناسب در پیشگیری و کنترل دیابت بسیار حائز اهمیت است.

روغن مناسب انتخاب کنید

با کنترل قند و مصرف کم و انتخاب روغن مناسب می توان از دیابت پیشگیری کرد. روغن های مناسب مانند روغن زیتون و کنجد را جایگزین روغن های جامد، نیمه جامد و ناسالم کنید.

مهارت های آشپزی سالم را بیاموزید

در پخت غذاهای سالم انتخاب مواد غذایی از تمام گروههای غذایی، تهیه غذاهای کم چرب و کم نمک بسیار مهم است و می تواند افراد مبتلا به دیابت را قادر سازد که از خوردن غذاهای پرکالری و فرآوری شده پرهیز کنند.

سمانه یوسفی مقدم (مسئول واحد بهبود تغذیه معاونت بهداشت)

نکته



فعالیت بدنی و دیابت؛

با دیابت خوب زندگی کنیم

چگونه دیابت را کنترل کنیم؟

کنترل دیابت برخلاف بسیاری از بیماری ها تنها با مصرف دارو امکان‌پذیر نیست؛ بلکه کنترل دیابت نیازمند کسب مهارت‌های چهارگانه مدیریت شخصی دیابت است که شامل تغذیه مناسب، انجام فعالیت بدنی، استفاده صحیح از داروهای کنترل قند خون و پایش فردی قند خون می‌شود. در ادامه به اهمیت یکی از راه‌های کنترل دیابت، یعنی انجام فعالیت بدنی یا ورزش می‌پردازیم:

فعالیت بدنی

به هرگونه حرکت بدن که در اثر انقباض و انبساط عضلات اسکلتی بدن ایجاد می‌شود و موجب صرف انرژی می‌شود، فعالیت بدنی گفته می‌شود

ورزش نوعی فعالیت بدنی سازمان‌دهی شده است که با هدف بازی و سرگرمی، توانایی بیشتر، تندرستی و یا تناسب بدنی و به‌صورت حرکات منظم، مکرر و یا برنامه‌ریزی‌شده انجام می‌شود. فعالیت بدنی با شدت متوسط به بالا و به‌صورت منظم، دست کم پنج بار در هفته موجب کسب بیشترین اثرات بر سلامت جسمانی و روانی می‌شود

فواید فعالیت بدنی در افراد مبتلابه دیابت

انجام فعالیت بدنی علاوه بر اینکه به رسیدن به وزن مناسب کمک می کند، نقش ویژه‌ای در بهبود عملکرد انسولین افزایش سلامت قلب، بالا بردن سلامت استخوان‌ها، کاهش کلسترول بد و بالا رفتن کلسترول خوب در بدن افراد مبتلا به دیابت دارد.

توصیه می‌شود که افراد مبتلابه دیابت:

دست کم ۱۵۰ دقیقه در هفته ورزش هوازی با شدت متوسط داشته باشند. این ورزش‌ها شامل: دویدن آرام، پیاده‌روی تند، شنا، طناب زدن، دوچرخه ثابت در منزل، دوچرخه‌سواری با سرعت کم و متوسط است. این فعالیت باید دست کم ۵ روز در هفته و هر نوبت به مدت ۳۰ دقیقه روزانه تقسیم شود.

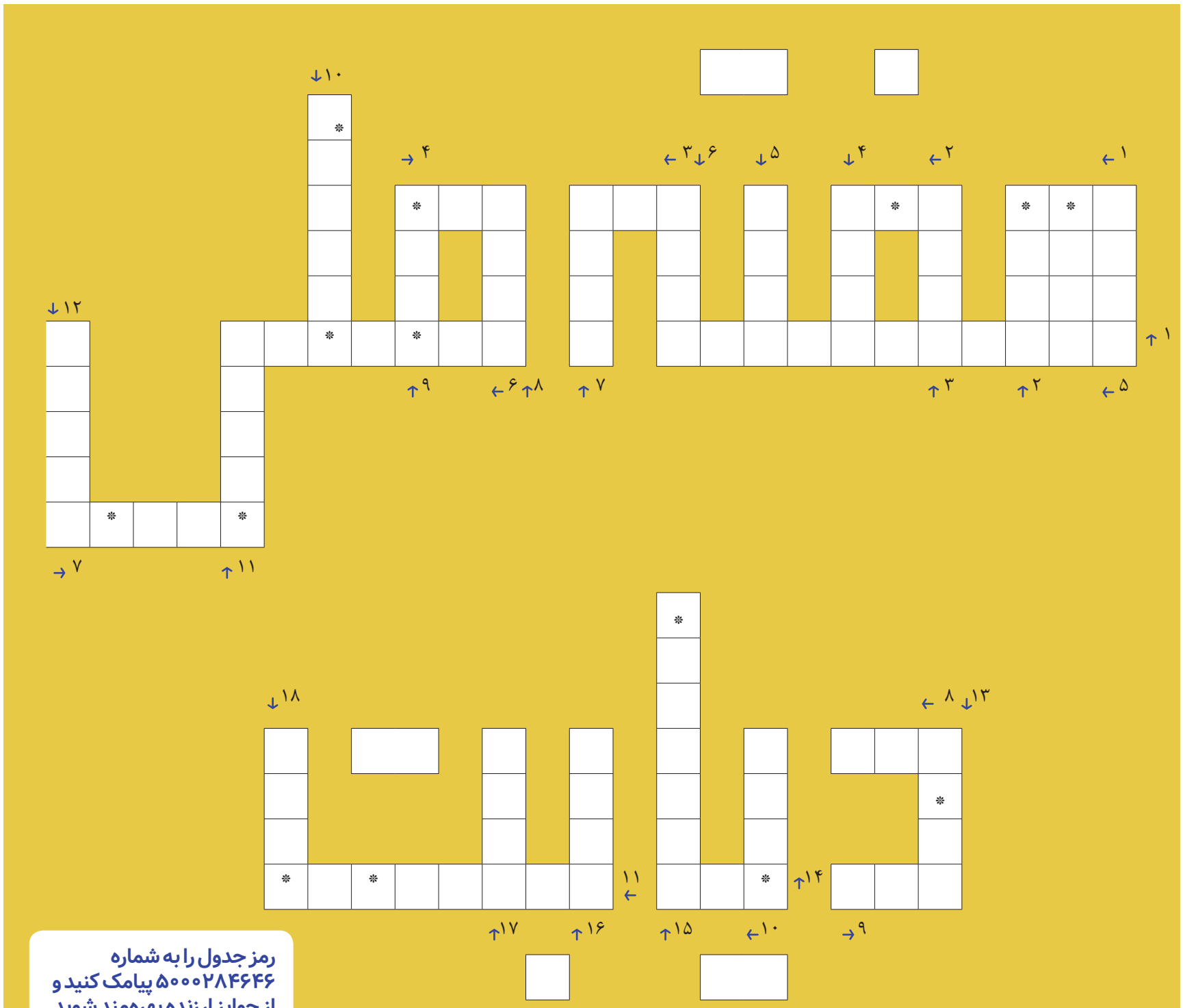
ورزش‌های بی‌هوازی و ورزش‌های مؤثر برای تقویت عضلات مثل انجام دراز نشست و کار با وزنه دو نوبت در هفته نیز برای این هدف مناسب است.

منبع: مجموعه مداخلات اساسی بیماریهای غیرواگیر در نظام مراقبت های بهداشتی اولیه ایران (محتوای آموزشی بهورز/مراقب سلامت)

گردآورنده: فرزانه مریمی – کارشناس بیماریهای غیرواگیر شهرستان تربت‌حیدریه

ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
انعکاس سلامت
شماره ۹ | آبان ۱۴۰۳
October / Novamber 2024

تهیه کننده : نسرین مجیدی
کارشناس واحد آموزش و ارتقاء سلامت مرکز بهداشت شهرستان تربت حیدریه



رمز جدول را به شماره ۵۰۰۰۲۸۴۶۴۶ پیامک کنید و از جوایز ارزنده بهره‌مند شوید

افقی:

۱. آزمایش آلبومین، میزان آلبومین در ..... را اندازه گیری می کند.
۲. مترادف واژه «ورم»
۳. افت قند خون در بیماران دیابتی، سبب ایجاد ..... می شود.
۴. مراقبت فرد دیابتی توسط بهورز / مراقب سلامت، باید هر ..... انجام شود.
۵. یکی از شایع ترین عوارض بلند مدت دیابت، ..... است.
۶. در دیابت نوع دو، سلول ها نسبت به ..... دچار مقاومت می شوند.
۷. در کتو اسیدوز دیابتی، در ..... فرد، بوی کتون احساس می شود.
۸. بیماریهای قلبی عروقی که یکی از عوارض شایع دیابت هستند، می توانند منجر به ..... شوند..
۹. انسولین، هورمونی است که قند ..... را تنظیم می کند.
۱۰. سلول های ..... در جزایر لانگرهانس لوزالمعده قرار دارند و مسئول ترشح انسولین هستند.
۱۱. دیابت نوع یک، نوعی بیماری ..... است.

عمودی:

۱. تولد نوزاد ..... از عوارض عدم کنترل دیابت در بارداری می باشد.
۲. ..... غذایی صحیح در پیشگیری و کنترل دیابت، از اهمیت بسیار زیادی برخوردار است.
۳. کتواسیدوز دیابتی، یک عارضه جدی دیابت است که می تواند منجر به ..... و مرگ شود.
۴. دیابت، یکی از ریسک فاکتورهای مهم ایسکمی ..... است.
۵. مصرف مقادیر زیاد ..... ، بر سطح قند خون افراد دیابتی تأثیر می گذارد.
۶. دیابت، موجب تغییراتی در خون فرد می شود که آن را مستعد ..... شدن می سازد.
۷. درمان فشار خون و چربی بالا باعث کاهش خطر ..... دیابت می شود.
۸. با کنترل دیابت، می توان از بالا رفتن سطح ..... خون، جلوگیری کرد.
۹. قند خون ناشتا، در افراد ..... بین ۹۹-۷۲ میلی گرم بر دسی لیتر می باشد.
۱۰. دیابت، یک بیماری متابولیک و ..... چند عاملی است.
۱۱. وقتی سلول های بدن قادر به تولید انرژی از ..... گلوکز نباشند، به ناچار از چربی ها استفاده میکنند.
۱۲. دیابت، موجب کاهش ..... زندگی می شود.
۱۳. دیابت، یک بیماری ..... است.
۱۴. یکی از عوارض دیابت، بر دهان دندان فرد، ..... لثه می باشد.
۱۵. یکی از انواع دیابت می باشد.
۱۶. دیابت نوع دو، معمولاً بدون علامت می باشد و یا علائم آن ..... است.
۱۷. علاوه بر اصلاح سبک زندگی، مصرف صحیح ..... برای کنترل بیماری دیابت حائز اهمیت است.
۱۸. یکی از عوامل محیطی ابتلا به دیابت نوع دو، ..... می باشد.

انعکاس سلامت
ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
آبان ۱۴۰۳ | شماره ۹
October / Novamber 2024



سرپرست دانشگاه در نشست با اعضای هیئت علمی مطرح کرد؛

ضرورت توسعهٔ رشته‌های مصوب

سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه گفت: توسعهٔ رشته‌های مصوب این دانشگاه در سند متوازن آموزشی کلان منطقهٔ ۹ آمایشی کشور امری بسیار ضروری و مهم است.

دکتر سجاد رحیمی در نشست بررسی عملکرد گروه‌های آموزشی که با حضور معاونان آموزش، تحقیقات و فناوری و فرهنگی و دانشجویی، روسای دانشکده‌ها و اعضای هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه برگزار شد، افزود: دانشگاه باید در راستای تحقق اهداف سند توسعهٔ متوازن آموزشی مصمم باشد و با بهره‌گیری از ظرفیت‌های علمی و پژوهشی اعضای هیئت علمی و دانشجویان، به‌عنوان یکی از قطب‌های علمی و آموزشی منطقه، به نقش‌آفرینی بپردازد.

این مقام مسئول توسعهٔ تحقیقات دانشگاهی را بسیار مهم برشمرد و تصریح کرد: این پژوهش‌ها و تحقیقات باید برگرفته از نیازهای اصلی جامعه باشد.

سرپرست دانشگاه عنوان داشت: با توجه به نیازهای روزافزون جامعه و تغییرات سریع در حوزهٔ سلامت، توسعهٔ رشته‌های کاربردی و مهارت‌محور می‌تواند نقش مؤثری در ارتقای سطح سلامت جامعه و پاسخ‌گویی به نیازهای منطقه ایفا کند.

دکتر رحیمی با ابراز خرسندی از افزایش تعداد رشته‌ها و اعضای هیئت علمی در گروه‌های مختلف آموزشی این دانشگاه، اظهار داشت: خوشبختانه زیرساخت‌های آموزشی نیز تا حدودی متناسب با تقاضای موجود است که باید برای گسترش زیرساخت‌ها همهٔ توان‌مان را به کار گیریم.

این مقام مسئول به ایجاد و تجهیز آزمایشگاه‌ها و تأمین منابع مورد نیاز پژوهش‌گران نیز اشاره کرد و افزود: امید می‌رود با همت اساتید، مدیران و دانشجویان و حرکت در مسیر سند توسعهٔ متوازن آموزش، به اهداف ترسیم شده برسیم.

گفتنی‌ست در ادامهٔ این نشست، معاون سابق آموزش، تحقیقات و فناوری به‌همراه روسای دانشکده‌های پزشکی، پرستاری، مامایی، بهداشت و پیراپزشکی ضمن بیان عملکرد شش ماههٔ سال جاری، دغدغه‌های خود را مطرح کردند.



از سوی اساتید هیئت ممتحنه، ارزشیابی و برنامه‌ریزی وزارت بهداشت صورت گرفت؛

امکان‌سنجی تاسیس رشتهٔ مهندسی بهداشت محیط در مقطع کارشناسی ارشد

اساتید هیئت ممتحنه، ارزشیابی و برنامه‌ریزی رشتهٔ مهندسی بهداشت محیط وزارت بهداشت از امکانات و فضاهای آموزشی، پژوهشی، خدماتی و اداری دانشکدهٔ بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه بازدید کردند. سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه در حاشیهٔ این بازدیدها ضمن ابراز خرسندی از حضور اساتید برجسته ای هم‌چون دکتر محمد حسن احرام‌پوش و دکتر نعمت‌اله جعفرزاده به معرفی بخش‌ها و ظرفیت‌های مختلف این دانشگاه و چشم‌انداز پیش روی آن پرداخت و ابراز امیدواری کرد در آیندهٔ نزدیک و با توسعهٔ کمی و کیفی رشته‌های کاربردی به‌ویژه در حوزهٔ بهداشت گام‌های مهمی در جهت ارتقاء سلامت جامعه برخواهیم داشت. دکتر سجاد رحیمی اظهار داشت: جذب دانشجو در مقاطع مختلف رشته‌های بهداشت، گسترش مراکز و خدمات جامع سلامت، اقدام‌های پیشگیری کننده و نهادینه کردن فرهنگ سلامت منجر به کاهش هزینه‌های کمرشکن در حوزهٔ درمان خواهد شد. در ادامه این بازدیدها، دکتر حسن اژدری زرمهری، معاون آموزش، تحقیقات و فناوری و دکتر هادی علیزاده، رییس دانشکده بهداشت و دکتر ادریس بذرافشان مدیر گروه مهندسی بهداشت محیط، به معرفی تاریخچه، ساختار، برنامه‌ها، وضعیت آموزشی و پژوهشی، مراکز تحقیقاتی و آزمایشگاه‌های دانشکدهٔ بهداشت پرداختند. دکتر هادی علیزاده، رییس دانشکدهٔ بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه در حاشیهٔ این بازدید خاطرنشان کرد: با وجود زیرساخت‌ها و پتانسیل بالا، ایجاد فضاهای آزمایشگاهی و تقویت نیروهای هیئت علمی مناسب، شاهد حضور دانشجویان در مقطع کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط در آیندهٔ نزدیک باشیم. پس از انجام بازدیدهای میدانی، نشست‌های تخصصی با حضور سرپرست دانشگاه، معاونان، مدیران و دانشجویان برگزار و اساتید هیئت ممتحنه و ارزشیابی به ارائهٔ دیدگاه‌ها و نظرهای اصلاحی خود پرداختند.



رییس دانشکدهٔ بهداشت خبر داد؛

اخذ مجوز شرکت بهداشت حرفه‌ای سطح دو

برای اولین بار در شهرستان تربت حیدریه، با همکاری و هماهنگی اعضای گروه مهندسی بهداشت حرفه‌ای و ایمنی کار، مجوز سطح دو شرکت خدمات بهداشت حرفه‌ای از طرف رئیس مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی صادر شد.

دکتر هادی علیزاده، رییس دانشکدهٔ بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه با اعلام این خبر گفت: این درخواست در کمیتهٔ تعیین سطح مرکز سلامت محیط و کار مطرح شد و با توجه به انطباق مستندهای دریافتی با الزام‌های شیوه‌نامهٔ شرکت‌های خصوصی ارائه‌دهندهٔ خدمات بهداشت حرفه‌ای در بخش نیروی انسانی، فضای فیزیکی و تجهیزات فنی، با درخواست این شرکت توسط وزارت بهداشت موافقت شد. وی تصریح کرد: با صدور این مجوز اندازه‌گیری و پایش همهٔ عوامل زیان‌آور صنایع و معادن در شهرستان تربت حیدریه و شهرستان‌های منطقه امکان‌پذیر خواهد بود و این اقدام ارزشمند پل ارتباطی میان دانشگاه و صنایع را مستحکم‌تر خواهد کرد.

خبر

در ابلاغی از سوی سرپرست دانشگاه؛

سرپرست معاونت آموزش، تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه منصوب شد



در ابلاغی از سوی دکتر سجاد رحیمی، سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، دکتر سیدمحمد احمدی سلیمانی به‌سمت سرپرست معاونت آموزش، تحقیقات و فناوری این دانشگاه منصوب شد. در متن این ابلاغ آمده است:

جناب آقای دکتر سید محمد احمدی سلیمانی، عضو محترم هیئت علمی

خدمت به مردم عزیز کشورمان، فرصت و نعمت مغتنمی است که خداوند منان به بندگان خدوم خویش ارزانی داشته است. این فرصت در حوزهٔ سلامت ارزش مضاعفی دارد که نتیجهٔ آن کاهش آلام مردم و ارتقاء سلامت جامعه است. نظر به تجارب ارزشمند و شایستگی جناب عالی، به‌موجب این ابلاغ به‌سمت *سرپرست معاونت آموزش، تحقیقات و فناوری دانشگاه* منصوب می‌شوید تا نسبت به انجام اموری که به شما محول می‌گردد با رعایت ضوابط قانونی و جهات شرعی اقدام نمائید. انتظار دارد با توجه به اهمیت تحقق شعارهای رئیس جمهور محترم در جهت اجرایی شدن سیاست‌های کلی نظام سلامت و اهداف برنامهٔ هفتم توسعه و ضرورت مشارکت همهٔ ذی‌نفعان داخل و خارج وزارت، اهتمام لازم را در اجرای وظایف محوله به‌عمل آورید. امیدوارم با توکل به خداوند متعال در انجام وظایف محوله موفق باشید.

در شهرستان زاوه برگزار شد؛

آموزش‌های متنوع برای مهار هپاتیت

به مناسبت هفتهٔ اطلاع‌رسانی بیماری هپاتیت، مجموعهٔ متنوعی از کارگاه‌های آموزشی ویژهٔ عموم مردم و گروه‌های هدف در سطح شهرستان زاوه برگزار شد. کارشناس مسئول واحد بیماری‌های شبکهٔ بهداشت و درمان بر اهمیت آگاهی‌بخشی در خصوص بیماری هپاتیت و راه‌های پیشگیری از آن تاکید کرد و افزود: هدف اصلی از برگزاری این کارگاه‌ها، ارتقای سطح آگاهی جامعه در خصوص این بیماری، کاهش شیوع آن و همچنین تشویق مردم به انجام اقدامات پیشگیرانه است.

ابوالقاسم اسدیان با بیان اینکه، ایران می‌تواند در لیست کشورهایی که انتقال مادر به کودک HBV را حذف کرده‌اند، قرار گیرد، بیان کرد: مهم‌ترین مداخلهٔ کنترل هپاتیت B، واکسیناسیون است و خوشبختانه این مداخله تاکنون به خوبی در شهرستان زاوه جواب داده است. وی بیان کرد: طبق اعلام مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت، شیوع هپاتیت B در کشور قبل از واکسیناسیون، بیش از ۲.۵ درصد بود، اما با انجام واکسیناسیون هپاتیت B از سال‌ها پیش (به طوری که افراد زیر ۳۷ سال همه علیه این بیماری واکسینه شده‌اند)، اکنون هپاتیت B در کل جمعیت کشور، نزدیک به یک درصد است.

انعکاس سلامت
ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
شماره ۹ | آبان ۱۴۰۳
October / November 2024

خبر



طی حکمی؛

مدیر غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه ابقا شد

در ابلاغی از سوی دکتر سجاد رحیمی، سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، دکتر شیما نصرالله الحسینی، مدیر غذا و داروی این دانشگاه در این سمت ابقاء شد.

در متن این ابلاغ آمده است: سرکار خانم دکتر نصرالله الحسینی، مدیر محترم غذا و داروی دانشگاه

با سلام و احترام، نظر به تجارب ارزشمند و شایستگی سرکار عالی، به‌موجب این ابلاغ در سمت مدیر غذا و داروی دانشگاه ابقاء می‌شوید.

امید است با مشارکت همهٔ ارکان دانشگاه از جمله اعضای محترم هیئت علمی، کارمندان و دانشجویان عزیز، حرکت به‌سوی اهداف متعالی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به‌ویژه در حوزهٔ غذا و داروی دانشگاه بیش از گذشته شتابان گردیده و گام‌های مهمی در تحقق شعارهای رئیس جمهور محترم در جهت اجرایی شدن سیاست‌های کلی نظام سلامت و اهداف برنامهٔ هفتم توسعه به‌خصوص لزوم تکریم ارباب رجوع به‌ویژه داروسازان و فعالان صنایع غذایی و تجهیزات پزشکی در جهت اعتلای منزلت دانشگاهی برداشته شود.

موفقیت روزافزون شما را از درگاه خداوند متعال خواستارم.

یک مسئول خبر داد؛

معرفی چهار واحد متخلف عرضهٔ گیاهان به مراجع قضایی

رئیس اداره دارو مدیریت غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه گفت: به‌دنبال بازرسی گشت مشترک از واحدهای صنفی گیاهان دارویی با حضور کارشناسان این مدیریت، معاونت بهداشت و نماینده تعزیرات حکومتی شهرستان، ۶۰۰ قلم داروی قاچاق و غیر مجاز به ارزش ریالی ۲۵۰ میلیون ریال از چهار واحد صنفی کشف و ضبط شد.

دکتر حشمت یعقوبی با اشاره به این که در بحث سلامتی مردم با متخلفان برخورد شدید می کنیم، ادامه داد: پس از کشف و ضبط اقلام غیر مجاز، برای متخلفان پروندهٔ تعزیراتی تشکیل و به مراجع قضایی معرفی شدند.

وی در پایان افزود: حفظ و ارتقاء سلامتی مردم مهم‌ترین اولویت فعالیت‌های این مدیریت است و شهروندان در صورت مشاهدهٔ هرگونه تخلف داروئی موارد را با سامانهٔ ۱۹۰ در میان بگذارند تا کارشناسان ما در کوتاه‌ترین زمان ممکن رسیدگی نمایند.







با حضور مسئولان شهرستان؛

نمایشگاه کالاهای آسیب‌رسان به سلامت برگزار شد



نمایشگاه کالاهای آسیب‌رسان به سلامت، با حضور امام جمعه، معاون استاندار و فرماندار ویژهٔ شهرستان، سرپرست دانشگاه علوم پزشکی به همراه اعضای هیئت رییسه و مدیران دانشگاه و مسئولان اداره‌های شهرستان تربت حیدریه افتتاح شد.

مدیر غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه در حاشیهٔ افتتاح این نمایشگاه گفت: نمایشگاه کالاهای آسیب‌رسان به سلامت با هدف فرهنگ‌سازی و آشنایی هم‌شهریان گرامی، اصناف و بازاریان، دانش‌آموزان و دانشجویان با انواع کالاهای قاچاق و غیر مجاز که شامل لوازم آرایشی و بهداشتی، داروها، مواد غذایی غیر مجاز و فاقد برچسب شناسایی می‌شوند است که در یک سال گذشته در مجموعهٔ تحت پوشش دانشگاه کشف و ضبط شده در این نمایشگاه در معرض دید عموم قرار گرفته است.

دکتر شیما نصرالله الحسینی افزود: از ابتدای امسال بیش از ۵۰۰ قلم کالای آرایشی و بهداشتی و بیش از هزار قلم داروی غیر مجاز و قاچاق که از مبادی ورودی کشور به‌صورت غیر قانونی وارد شده‌اند با ارزشی بالغ بر ۹۰ میلیارد ریال کشف و ضبط شده است.

این مقام مسئول اظهار داشت: گشت‌های مشترک کارشناسان و بازرسان دانشگاه با اداره‌ها و سازمان‌های شهرستان‌های تربت حیدریه، مه ولات و زاوه به‌صورت مستمر و شبانه‌روزی در حال انجام است که برای حفظ سلامتی مردم با متخلفان برخوردهای سخت صورت می‌گیرد.

وی تصریح کرد: این نمایشگاه در قالب شش غرفه و با همکاری معاونت‌های درمان، فرهنگی و دانشجویی و معاونت بهداشت برپا شده است.



همزمان با روز جهانی غذا برگزار شد؛

جشنوارهٔ غذاهای سالم در مدارس شهرستان زاوه

کارشناس مسئول تغذیه شبکهٔ بهداشت و درمان زاوه گفت: با همکاری ادارهٔ آموزش و پرورش، جشنوارهٔ غذای سالم با رویکرد ارتقای سطح سلامت غذا با چشم‌انداز دست‌یابی به جامعهٔ سالم و پویا با نگرش استفاده از محصولات غذایی سلامت در راستای تغییر الگوی تغذیه و ارتقای سطح آگاهی، نگرش و فرهنگ تغذیهٔ سالم در میان دانش‌آموزان در سطح مدارس شهرستان برگزار شد.

مریم بوری‌آبادی تصریح کرد: با توجه به اینکه امروزه کشور با انواع مشکلات تغذیه مواجه است، تغییر شیوهٔ زندگی و الگوی مصرف غذا، رژیم غذایی ناسالم افراد، زمینه‌ساز شیوع روزافزون بیماری‌های غیر واگیر مانند سکته‌های قلبی و مغزی، افزایش فشار خون، دیابت، چاقی و انواع سرطان‌ها شده که ضمن کاهش طول عمر افراد جامعه، هزینه‌های درمانی سنگینی را به کشور تحمیل نموده است؛ بنابراین در مسیر نیل به جامعه‌ای پویا و سالم، بهبود وضعیت فرهنگ غذایی در اولویت حوزهٔ سلامت است.



در یک نشست تخصصی بررسی شد؛

چالش‌های اجرای برنامهٔ نان کامل

کارشناس مسئول واحد بهبود تغذیهٔ جامعهٔ معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه در نشست تخصصی بررسی وضعیت نان با بیان این که اجرای برنامهٔ نان کامل به‌عنوان یکی از برنامه‌های مهم و اولویت‌های دفتر بهبود تغذیه و شورای سلامت و امنیت غذایی در سال جاری است، گفت: زمانی که نان با آردی که سبوس بالایی دارد تهیه می‌شود علاوه بر فیبر بالا حاوی ویتامین‌ها، املاح و آنتی اکسیدان‌های بالاتری است.

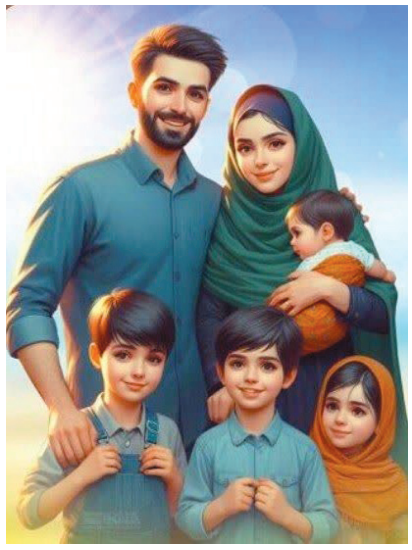
سمانه یوسفی‌مقدم افزود: اگر بتوانیم جامعه را به‌سمت مصرف نان کامل ببریم و این فرهنگ را در مردم ایجاد کنیم که خودشان به‌دنبال مطالبه برای نان کامل باشند می‌توانیم به یکی از اجزای تغذیه در کنترل بیماری‌های غیر واگیر نیز دست یابیم.

وی آموزش به نانوایان در خصوص چگونگی پخت نان کامل و آموزش به مردم در خصوص افزایش آگاهی در زمینهٔ مزایای استفاده از نان کامل را در اجرایی‌سازی این برنامه ضروری برشمرد.

انعکاس سلامت
ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
آبان ۱۴۰۳ | شماره ۹
October / Novamber 2024

در یک نشست مطرح شد؛

تحقق جوانی جمعیت، اولویت حوزهٔ سلامت در منطقه تربت حیدریه



نشست ستاد مرکزی هماهنگی جوانی جمعیت دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه با حضور سرپرست دانشگاه به همراه اعضای این ستاد در محل سالن جلسه‌های معاونت بهداشت برگزار شد.
سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه در این نشست با اشاره به این که جوانی جمعیت یکی از اولویت‌های مهم کشور و منطقه است، تاکید کرد: مطابق آمارها وزارت بهداشت وظیفهٔ خود را در این حوزه به خوبی انجام داده است اما برای عبور کشور از بحران سالمندی و جوانی جمعیت باید همهٔ دستگاه‌ها و نهادها مشارکت کنند و دغدغهٔ مسئولان نیز در این زمینه بیشتر شود.
دکتر سجاد رحیمی با بیان این که جوانی جمعیت مهم‌ترین تکلیفی است که وزارت بهداشت بر عهدهٔ دانشگاه‌ها و دانشکده‌های علوم پزشکی کشور گذاشته است، گفت: پنجرهٔ جمعیت فرصت و زمان محدودی برای جبران پیری جمعیت و افزایش جوانی در کشور است و از این رو مشارکت همهٔ دستگاه‌های اجرایی در این امر خطیر، بسیار حائز اهمیت است.

الزامات جوانی جمعیت

این مقام مسئول افزود: فرهنگ‌سازی برای جوانی جمعیت باید استمرار داشته باشد و روش‌های مختلفی برای تشویق خانواده و زوج‌های جوان به فرزندآوری وجود دارد که باید بیشتر مورد توجه قرار گیرد، چون همهٔ افراد جامعه در ترویج و تبیین فرهنگ فرزندآوری نقش دارند.
دکتر رحیمی با اشاره به این که باید از همه ظرفیت‌های فرهنگی و اطلاع‌رسانی برای ترویج فرهنگ ازدواج و فرزندآوری در شهرستان‌های تحت پوشش دانشگاه استفاده نماییم، تصریح کرد: مجموعهٔ دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه با جدیت و برنامه‌ریزی دقیق، حرکت خوبی را در مسیر تحقق جوانی جمعیت آغاز کرده، اما برای سرعت بخشیدن به این برنامهٔ ملی و فرهنگ‌سازی و نهادینه‌سازی اهمیت این امر باید دست به دست هم بدهیم.

۳۳ مصوبه در سال جاری

معاون بهداشت دانشگاه نیز در این نشست با بیان این که از ابتدای سال جاری تا کنون سه نشست ستاد مرکزی هماهنگی جوانی جمعیت دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه برگزار شده و ۳۳ مصوبه در این نشست‌ها به تصویب رسیده است، بر توجه همهٔ معاونت‌ها و واحدهای دانشگاه بر اجرای این مصوبه‌ها تأکید کرد.
دکتر محمد قربانی قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت را قانونی کارآمد دانست که برای تدوین و ارائهٔ آن در کشور تلاش زیادی شده است و می‌تواند در راستای جوان‌سازی جامعه و تحکیم بیشتر بنیان‌های خانواده و اجتماع موثر باشد و باید اهداف این قانون را به‌درستی بشناسیم و به اجرای بهتر آن کمک نماییم.

اهداف قانون جوانی جمعیت

وی تقویت نشاط درونی خانواده و تعریف خانوادهٔ اصیل، آسیب تک‌فرزندی، مقابله با سقط جنین، درمان ناباروری، شناسایی و بیماریابی و ترویج ازدواج را از جمله اهداف مهم در زمینهٔ جوانی جمعیت دانست و بیان داشت: موضوع جوانی جمعیت و فرزندآوری باید به یک اولویت در همهٔ بخش‌ها تبدیل شود و همه به عوارض و عواقب عدم تحقق آن آگاه باشند.
گفتنی ست در این نشست که مهم‌ترین محورهای آن بررسی مصوبه‌های نشست‌های قبل ستاد مرکزی هماهنگی جوانی جمعیت دانشگاه بود، اعضاء راه‌کارهایی در زمینهٔ اجرای هرچه بهتر مصوبه‌ها مطرح کردند و گزارش هر کمیته در خصوص روند پیگیری مصوبه‌ها، ارائه و توسط حاضران مورد بررسی و ارزیابی قرار گرفت.

خبر



نارسی نوزادان، اولین علت مرگ‌ومیر نوزادی

کارشناس سلامت نوزادان و کودکان معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه گفت: تولد نوزاد نارس (با دورهٔ بارداری کمتر از ۳۷ هفته) و کم‌وزن (با وزن کمتر از ۲۵۰۰ گرم) مهم‌ترین علت زمینه‌ای مرگ‌ومیر نوزادی را تشکیل می‌دهد.
زینب اقدسی، نارسی نوزادان و عوامل مرتبط با آن را علت عمدهٔ مرگ نوزادان در دانشگاه به میزان ۸/۶ در هزار تولد زنده برشمرد و افزود: هم‌چنین تغییرات سبک زندگی، استرس و بیماری، افزایش سن فرزندآوری به‌ویژه در اولین بارداری، مصرف الکل، مواد دخانی و داروهای غیر مجاز در زمان بارداری، چند قلویی و مشکلات جنینی از جمله عوامل تولد نوزاد نارس هستند، بطوری که بر اساس آمارهای جهانی و کشوری در حال حاضر یک نفر از هر ۱۰ نوزاد نارس متولد می‌شود که بخشی از آن به‌دلیل عوارض نارسی از جمله مشکلات حاد تنفسی فوت می‌کنند.

حمایت از نوزادان نارس اولویت اصلی حوزهٔ سلامت

کارشناس مسئول واحد سلامت مادران و باروری سالم شبکهٔ بهداشت و درمان شهرستان زاوه گفت: شهرستان زاوه در تلاش است اقداماتی موثر در راستای بقا، رشد و تکامل نوزادان نارس با هدف حساس‌سازی و حمایت‌طلبی سیاست‌گزاران سلامت به انجام برساند.
طیبه جهانشیری با بیان اینکه تولد زودرس و وزن کم هنگام تولد مهم‌ترین علل زمینه‌ای عوارض و مرگ دورهٔ نوزادی را تشکیل می‌دهند، افزود: در کشور ما سالیانه حدود ۱.۲ میلیون نوزاد متولد می‌شوند که حدود ۱۱ درصد از آنان نارس (کمتر از ۳۷ هفته کامل بارداری) هستند.
وی اظهار کرد: سبک زندگی و کار مدرن، استرس و بیماری، افزایش سن فرزندآوری (به‌ویژه در اولین بارداری)، مصرف الکل، سیگار و مواد مخدر، مصرف داروهای غیرمجاز در حین بارداری، چند قلویی و مشکلات جنینی از جمله علل تولد زودرس هستند.
طیبه جهانشیری اظهار کرد: برگزاری کمیتهٔ ارتقای سلامت مادر، نوزاد و کودک به صورت ماهانه در مراکز خدمات جامع سلامت، برگزاری کمیته‌های مادران و کمیتهٔ مرگ‌ومیر نوزادان به‌صورت فصلی در ستاد شبکه، بررسی پرونده‌های مرده‌زایی و مرگ نوزاد با حضور پزشک، ارجاع و مشاورهٔ مادران باردار دارای سابقهٔ زایمان زودرس، مرده‌زایی و مرگ نوزاد به مشاور ژنتیک، برگزاری جلسات آموزشی علائم خطر بارداری از اقدامات موثر شبکهٔ بهداشت زاوه در این حوزه می‌باشد.

سرپرست معاونت درمان:

رسالت مرکز نفس پیشگیری از سقط فرزند سالم است

سرپرست معاونت درمان دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه گفت: مرکز مردمی نفس با هدف شناسایی، فرهنگ‌سازی، آموزش و حمایت از مادران باردار در معرض خطر سقط، از سال ۱۴۰۱ فعالیت خود را آغاز کرده و با توجه به اهمیت این موضوع و منابع محدود این مرکز، نیازمند همکاری همه‌جانبه سایر ارگان‌ها هستیم.
دکتر زینب عباس‌پور با تأکید بر رسالت اصلی این مرکز که پیشگیری از سقط فرزند سالم توسط والدین است، اظهار داشت: وی بیان داشت: سقط جنین دلایل بسیاری دارد، از جمله این دلایل می‌توان به مشکلات اقتصادی، اعتیاد، ازدواج‌های موقت، نارضایتی از جنسیت فرزند، عدم آمادگی روحی مادر، زایمان‌های سخت، باورهای غلط در مورد بارداری، عدم اطلاع از ابعاد قانونی سقط و بازدارنده نبودن قانون اشاره کرد.
وی افزود: مادران برای اخذ مشاوره و حمایت می‌توانند به‌صورت حضوری به مکان جدید مرکز نفس واقع در خیابان فردوسی ۱۲، روبه‌روی آزمایشگاه دکتر سلیمانی مراجعه نمایند و یا با شماره ۰۵۱۵۲۲۲۷۲۱۰ تماس حاصل نمایند.



در جهت ارتقاء سلامت نوزادان صورت گرفت؛

برگزاری اولین کمیتهٔ کاهش مرگ کودکان

اولین کمیتهٔ کاهش مرگ‌ومیر کودکان یک ماهه تا پنج ساله و کارگروه تخصصی ارتقاء سلامت نوزادان در سال جاری برگزار شد. مدیر گروه جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه در این جلسه گفت: دست‌یابی به هدف "توسعهٔ پایدار حذف مرگ کودکان به علل قابل پیشگیری تا پایان سال ۲۰۳۰" را ضروری برشمرد و افزود: ارتقای پوشش ایمن‌سازی گروه هدف زیر پنج سال، آموزش راه‌کارهای پیشگیری از حوادث به مراقبان کودکان، به‌سازی محیط‌های زندگی کودکان، ارائهٔ مراقبت‌های ادغام یافته ناخوشی‌های اطفال (مانا) به‌عنوان یک استراتژی مهم و راه‌کاری برای کاهش مرگ ناشی از بیماری‌های شایع در کودکان زیر پنج سال از قبیل اسهال و عفونت‌های تنفسی و آموزش علائم خطر بیماری‌ها می‌باشد.
زهره حسینی افزود: هم‌چنین در خصوص کاهش مرگ‌ومیر دورهٔ نوزادی نیز شناسایی عوامل خطر زایمان زودرس در مادران باردار، ارجاع به‌موقع و مدیریت صحیح عوامل پره‌ترمی در خانم‌های باردار به‌عنوان راه‌کارهای مهم در این زمینه می‌باشد.

انعکاس سلامت
ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
شماره ۹ | آبان ۱۴۰۳
October / Novamber 2024

خبر

با تبدیل وضعیت و جذب تعهدات جدید؛

اعضای هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه افزایش یافت

مدیر امور هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه گفت: با تبدیل وضعیت به استخدام پیمانی ۲۰ عضو هیئت و جذب هیئت علمی تعهدات جدید در یک سال اخیر، تعداد اعضای هیئت علمی این دانشگاه به ۱۰۶ استاد رسیده است. صدیقه عباسپور با اشاره به این که فرآیند ارتقاء رتبهٔ بیش از ۱۰ نفر از اساتید در طول این سال با توجه به تلاش و توانمندی اعضای هیئت علمی و با همکاری مسئولان دانشگاه با جدیت دنبال شده است و ارتقاء رتبهٔ هشت عضو هیئت علمی دانشگاه را به‌دنبال داشته است.

وی افزود: در حال حاضر ۱۱ استاد تمام و دانشیار، ۶۴ استادیار و ۳۲ مربی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه هستند که به جرات می‌توان گفت از بهترین اساتید منطقه هستند.

وی اظهار داشت: با توجه به افزایش رشته‌ها و دانشجویان در این دانشگاه، نیازمند جذب و استخدام اعضای هیئت علمی جدید هستیم تا بتوانیم با برنامه‌ریزی و هماهنگی شاهد افزایش کیفیت خدمات آموزشی باشیم.

عباسپور در پایان تصریح کرد: هم‌اکنون بیش از ۲۰ پروندهٔ جذب و ارتقاء اعضای هیئت علمی در حال تکمیل و بررسی است که امیدواریم هرچه زودتر مراحل سیر این پرونده‌ها انجام شود.



دانشجویان پزشکی، گام به گام در مسیر علم آموزی؛

برگزاری اولین آزمون جامع علوم پایه

رییس دانشکدهٔ پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه از برگزاری آزمون آزمایشی به‌منظور آمادگی دانشجویان برای شرکت در آزمون علوم پایه و آشنایی با سوالات خبر داد.

دکتر سید رضا خطیبی با بیان این که این آزمون شبیه‌سازی شده برای اولین بار در دانشکدهٔ پزشکی برای دانشجویان ورودی بهمن ماه ۱۴۰۱ برگزار شد، اظهار داشت: با پایان دورهٔ علوم پایه، همهٔ دانشجویان رشتهٔ پزشکی باید در آزمون جامع "علوم پایه" شرکت کنند تا آموخته‌های‌شان در طی دو سال گذشته مورد ارزیابی قرار گیرد و در نهایت با کسب نمرهٔ قبولی علوم پایه می‌توانند مجوز ورود به دورهٔ فیزیوپاتولوژی را کسب نمایند.

وی گفت: با توجه به این که آزمون علوم پایه برای اولین بار در این دانشگاه برگزار خواهد شد این دانشکده از همهٔ ظرفیت‌های خود به‌منظور برگزاری آزمونی با رعایت حداکثر استانداردهای ابلاغی استفاده خواهد کرد.

نگاهی اجمالی به وضعیت بهداشتی و اجتماعی سالمندان در ایران

نویسنده: مجتبی خاکزاد



مقدمه:

سالمندی یا پیری یک فرایند طبیعی است که همه موجودات زنده را درگیر می کند. بنابراین نمی توان به آن بعنوان یک بیماری نگریست بلکه یک فرایند حیاتی است. و در انسان طی سالمندی تغییرات فیزیکی و روانی مشخصی بروز می کند. بر اساس فرهنگ های مختلف مردم دنیا، کنش های اجتماعی متفاوتی نسبت به سالمندی وجود دارد.

تعریف سالمندی:

بطور کلی به افراد بالای ۶۰ سال سالمند گفته می شود. این عدد صرفا یک سن تقویمی است و بعنوان ملاک در پژوهش ها، غربالگری ها و... استفاده میشود و در واقع بدلیل متفاوت بودن مراحل سالمندی در افراد مختلف این عدد همیشه درست نیست. طبق تعریف سازمان جهانی بهداشت افراد ۴۵ تا ۵۹ سال (میانسال)، ۶۰ تا ۷۴ سال (سالمند جوان)، ۷۵ تا ۹۰ (سالمند) و ۹۰ به بالا بعنوان خیلی سالمند، در نظر گرفته می شوند.

در حال حاضر جمعیت سالمندان در اکثر کشورهای دنیا بدلیل بهبود مراقبت های بهداشتی و بهبود شرایط زندگی و امید به زندگی، در حال افزایش است. بر اساس براورد سازمان جهانی بهداشت در سال ۲۰۰۶ جمعیت افراد بیشتر از ۶۰ سال ۶۵۰ میلیون بوده است. این عدد در سال ۲۰۲۵ به ۱/۲ میلیارد، و در سال ۲۰۵۰ به حدود ۲ میلیارد نفر خواهد رسید. کشور ایران نیز از این قاعده مستثنی نیست و طبق بررسی سرشماری عمومی نفوس و مسکن سال ۹۵ نسبت جمعیت سالمندان از سال ۶۵ تا ۹۵ رشد چشمگیری داشته است، و پیش بینی می شود تا سال ۱۴۳۰ بدلیل افزایش امید به زندگی و کاهش نرخ باروری، از هر ۴ ایرانی یک نفر سالمند باشد.

بیماری های شایع دوران سالمندی:

تغییراتی که در دوران سالمندی رخ می دهد شامل: کاهش استحکام استخوان ها، تحلیل عضلات و تجمع متفاوت چربی در قسمتهای مختلف بدن و تغییر در نگرشها و گرایشات است. بیماریهای این دوره که اکثرا مزمن میباشند شامل: فشار خون، بیماری های قلبی، سرطان، دیابت، سکته، بیماریهای تنفسی، بی اختیاری ادرار، کاهش قدرت بینایی و شنوایی، ضعفهای استخوانی عضلانی و اختلالات روانی (که شایعترین آنها دمانس، افسردگی و بی خوابی) است. و بالطبع این تغییرات باعث متفاوت شدن و بیشتر شدن نیازهای بهداشتی سالمندان نسبت به بقیه می شود.

طبق مطالعات داخل کشور (درویش پور کاخکی و همکاران) (پور رضا و همکاران)، شایعترین بیماریهای سالمندان به ترتیب عبارت اند از: بیماریهای قلبی-عروقی، بیماریهای اسکلتی-عضلانی، ادراری تناسلی و گوارش.

همچنین طبق مطالعه ای در کشور سوئد (۲۰۰۰-۱۹۸۷) مشخص شد که بیماریهای قلبی و عروقی و بیماریهای ذهنی، شایعترین بیماری های مزمن در این افراد هستند.

مهمترین بیماری های روحی و روانی در سالمندان زوال عقل و افسردگی است. شرایط محیطی از جمله: از دست دادن اطرافیان، مستقل زندگی کردن فرزندان، نداشتن مشارکت اجتماعی، تنهایی و انزوا در سالمندان و همینطور مشکلات و بیماری های جسمی، می تواند زمینه ساز مشکلات روحی و روانی در سالمندان باشد.

با توجه به این که بیماریهای این دوره اکثرا مزمن می باشند شامل: فشار خون، بیماریهای قلبی، سرطان، دیابت، سکته، بیماریهای تنفسی، بی اختیاری ادرار و.... لذا این تغییرات باعث متفاوت شدن و بیشتر شدن نیازهای بهداشتی سالمندان نسبت به بقیه میشود.

طبق بررسی سرشماری عمومی نفوس و مسکن سال ۹۵ نسبت جمعیت سالمندان از سال ۶۵ تا ۹۵ رشد چشمگیری داشته است، و پیش بینی می شود تا سال ۱۴۳۰ بدلیل افزایش امید به زندگی و کاهش نرخ باروری، از هر ۴ ایرانی یک نفر سالمند باشد

سازمانهای مرتبط با حمایت از سالمندان در ایران:

۱- سازمانهای خیریه و داوطلب: مهمترین هدف این سازمانها کمک به سالمندان آسیب پذیر و نیازمند در سطح جامعه است.

۲- شهرداری: با راه اندازی فرهنگسرای سالمندان و افزایش تعداد بوستانها و نصب وسایل ورزشی.

۳- دانشگاه های علوم پزشکی و مراکز تحقیقاتی.

۴- کمیته امداد امام خمینی: کمک به اقشار نیازمند از جمله سالمندان در قالب طرح شهید رجایی.

۵- صندوق های بیمه و بازنشستگی.

۶- سازمان بهزیستی: از طریق دادن مجوز و حمایت از موسسان مراکز نگهداری از سالمندان است.

۷- وزارت رفاه و تامین اجتماعی: این وزارت متولی اصلی نظام تأمین اجتماعی کشور است.

۸- وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی: این وزارت، ریاست شورای ملی سالمندان را به عهده دارد.

منابع:

۱- پور رضا، میر محمدخانی، پورآقا. الگوی هزینه و بیماری در خدمات بستری سالمندان تحت پوشش سازمان بیمه خدمات درمانی شهرستان دامغان طی سال ۱۳۸۴. نشریه علمی پژوهشی سالمند. ۱۵Jul ۲۰۰۷;۲(۲):۲۵۲-۶۲.

۲- دکتر نحوی نژاد حسین، دکتر شیرازی خواه مرضیه، نیر احمدی صغری، پدرامی مرتضی، اصول کار با خانواده و شیوه های برقراری ارتباط مؤثر با گروه هدف

۳- پور رضا، خبیری نعمتی. اقتصاد بهداشت و سالمندی. نشریه علمی پژوهشی سالمند. ۲۰۰۷ ۱۵Jan;۱(۲):۸۰-۷

۴- مارنگونی الف، وینبلد ب، کارپ الف، فراتیگلیونی ل. شیوع بیماریهای مزمن و مولتی موربیدیتی (وجود چندین بیماری مزمن بطور همزمان در فرد) در بین جمعیت سالمندان کشور سوئد. مجله آمریکایی بهداشت عمومی. ۲۰۰۸; ۹۸(۷): ۱۲۰۰-۱۱۹۸

ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه
انعکاس سلامت
آبان ۱۴۰۳ | شماره ۹
October / Novamber 2024



با مشارکت فعالانه خیران سلامت صورت گرفت؛

راه‌اندازی موسسه حمایت از بیماران سرطانی در تربت حیدریه

موسسه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان در شهرستان تربت حیدریه راه‌اندازی شد.

به گزارش خبرگزاری صداوسیما، سرپرست دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه گفت: اکنون ۲۸۰ بیمار مبتلا به سرطان در شهرستان‌های زیر مجموعه این دانشگاه شناسایی شده‌اند و مراحل درمان را می‌گذرانند.

دکتر سجاد رحیمی افزود: تعداد بیماران مبتلا به سرطان در در تربت حیدریه تا دو برابر این میزان برآورد می‌شود که همه این بیماران نیاز به حمایت‌های مادی و غیر مادی دارند.

وی گفت: در زیر مجموعه دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، سرطان دستگاه گوارش از اهمیت بیشتری برای درمان برخوردار هستند.

فرماندار تربت حیدریه هم در این نشست گفت: مؤسسه مردم‌نهاد حمایت از بیماران سرطانی امروز تشکیل شد و با توجه به تعداد مبتلایان در شهرستان و شهرهای اقماری تشکیل چنین تشکلی یک ضرورت بود. علی اکبر کی‌پور افزود: این مؤسسه حمایت‌های دارویی و درمانی به بیماران می‌دهد و در زمینه پیشگیری از ابتلا به بیماری سرطان فعالیت می‌کند.

مدیر حوزه اجتماعی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه نیز گفت: حداقل به ۱۰۰ میلیارد ریال برای تهیه ۲ دستگاه «بونکر» در شهرستان نیاز است تا مرکز پیشگیری و تشخیص زودهنگام سرطان را تبدیل به مرکز درمان سرطان کرد، معاون وزیر بهداشت قول یک دستگاه را به این دانشگاه داده است. محمد حسین دلشاد افزود: این دستگاه در زمینه رادیوتراپی کاربرد داشته و به الکترون قدرت و شتاب می‌دهد تا با قدرت سلول سرطانی را حذف کند.

رییس هیأت امنای موسسه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان و از خیران تربت حیدریه بیان کرد: عمده کار فعالیت این موسسه بایستی در زمینه پیشگیری باشد تا از ابتلای تعداد بیشتری از مردم به این بیماری جلوگیری شود.

مهدی مروج تربتی گفت: فعالیت در زمینه پیشگیری از ابتلا به سرطان و بیماری‌ها یک سرمایه گذاری سودآور برای سلامت جامعه است و بایستی تلاش شود از مشکلات مبتلایان به بیماری سرطان و خانواده‌های آنان کاسته شود.



در شهرستان زاوه انجام شد؛

تزریق واکسن آنفلوآنزا در منزل خانواده‌های ایثارگران

در طرحی به‌منظور ارج نهادن به خانواده‌های معزز شاهد و ایثارگر، شبکهٔ بهداشت و درمان شهرستان زاوه، اقدام به تزریق واکسن آنفلوآنزا در منازل این گروه فداکار نمود. مدیر شبکهٔ بهداشت و درمان شهرستان زاوه گفت: تیم سلامت با هماهنگی قبلی با این خانواده‌های گران‌قدر، به منازلشان مراجعه کرده و پس از بررسی وضعیت سلامت، نسبت به تزریق واکسن آنفلوآنزا اقدام نمودند. دکتر داود ایل‌بیگی با تاکید بر این که تزریق واکسن آنفلوآنزا خطر ابتلا به این بیماری و عوارض جدی آن را در پاییز و زمستان کاهش می‌دهد، افزود: تزریق واکسن آنفلوآنزا به استثنای موارد نادر، به همهٔ افراد از سن شش ماه به بالا توصیه می‌شود. وی با تاکید بر ضرورت تزریق دریافت واکسن آنفلوآنزا در اکثر افراد به‌خصوص در گروه‌های پرخطر افزود: سالمندان، کودکان، همهٔ افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن و صعب‌العلاج، بیماران کلیوی، مبتلایان به دیابت، بیمارانی که مشکلات قلبی و یا اختلالات ریوی دارند، افرادی که پیوند قلب شده‌اند، کسانی که آنژیوپلاستی و آنژیوگرافی کرده‌اند، مبتلایان به هیستیمک قلبی، بیماران مبتلا به تنگی عروق قلب، مبتلایان به بیماری نارسایی قلبی و ... باید سالی یک بار واکسن آنفلوآنزا را تزریق کنند.



با مشارکت دو خانواده نیکوکار؛

اهدای دستگاه مانیتورینگ به مرکز جامع سلامت عبدل آبادِ مه ولات

سرپرست شبکه بهداشت و درمان شهرستان مه ولات گفت: ۲ خانواده نیکوکار مه ولاتی یک دستگاه مانیتورینگ را خریداری و به مرکز جامع سلامت عبدل آباد اهدا کردند. جواد جوانی افزود: این دستگاه به ارزش ۸۰۰ میلیون ریال به همت خانواده‌های مرحومان علی اکبر قویدل و حسین احمدی برای مرکز جامع سلامت این روستا خریداری شد.

وی با خرسندی از این اقدام خیرخواهانه افزود: دستگاه مانیتورینگ، دانسته‌های مربوط به نشانه‌های حیاتی بیمار را تجزیه و تحلیل می‌کند و آنها را بر روی صفحه نمایش نشان می‌دهد و در شرایط اورژانسی بیمار، اخطارهای لازم را به پزشک و پرستاران می‌دهد.

وی ادامه داد: عملکرد این دستگاه شامل نمایش فعالیت الکتریکی قلب (ECG)، دمای بدن (Temp)، درصد اشباع اکسیژن در خون (SPO۲)، تعداد ضربان قلب (HR)، فشار خون غیر تهاجمی (NIBP)، فشار درون شریانی (IBP) و سایر پارامترهای دیگر است.

جوانی در پایان با قدردانی از خیران مه ولاتی گفت: خیران و نیک اندیشان حوزه سلامت در سطح شهرستان نقش موثری در ارتقاء خدمات بهداشتی و درمانی دارند.

خبر



مدیر شبکهٔ بهداشت و درمان شهرستان زاوه مطرح کرد؛

پیشگیری از پوکی استخوان با ورزش

مدیر شبکهٔ بهداشت و درمان شهرستان زاوه گفت: از آن‌جایی که ورزش یک عنصر ضروری برای سلامت استخوان و بهبود تعادل و قدرت است، فعالیت‌های بدنی و انجام حرکات کششی جهت ارتقای سطح سلامت دانش‌آموزان اهمیت زیادی دارد.

دکتر داود ایل‌بیگی افزود: شکستگی‌های ناشی از پوکی استخوان تأثیر مخربی بر میلیون‌ها نفر در سراسر جهان دارد و منجر به هزینه‌های اجتماعی-اقتصادی هنگفتی برای جامعه و سیستم‌های بهداشتی می‌شود.

وی اظهار کرد: سلامت دانش‌آموزان یکی از اولویت‌های اصلی ما است و بدون تردید با آموزش‌های صحیح و عملی می‌توانیم نسل آینده را سالم‌تر و پویاتر تربیت کنیم.

دکتر ایل‌بیگی ضمن تاکید بر اینکه پوکی استخوان مهم‌ترین فاکتور خطر برای شکستگی است افزود: بنابر آمار بنیاد بین‌المللی پوکی استخوان، ۱ نفر از هر ۳ زن بالای ۵۰ سال و ۱ نفر از هر ۵ مرد در سراسر دنیا در طول زندگی خود شکستگی‌های ناشی از پوکی استخوان را تجربه خواهند کرد.

وی تصریح کرد: پوکی استخوان منجر به کاهش کیفیت زندگی و بار مالی سنگین برای نظام‌های بهداشت و درمان کشورها می‌شود و در تلاش هستیم با برگزاری چنین کارگاه‌هایی، دانش‌آموزان به اهمیت ورزش و تغذیهٔ مناسب پی ببرند و عادات سالم را در زندگی خود نهادینه کنند.

به‌مناسبت روز جهانی پوکی استخوان؛

همایش پیاده‌روی بانوان در مه ولات برگزار شد

به‌مناسبت هفتهٔ ملی سلامت بانوان و روز جهانی پوکی استخوان با شعار (هر قدم یک گام به‌سوی استخوان‌های قوی‌تر)، همایش پیاده‌روی بانوان شاغل در شبکهٔ بهداشت و درمان مه ولات برگزار شد.

مدیر شبکهٔ بهداشت و درمان شهرستان مه ولات با اعلام این خبر گفت: ورزش و فعالیت بدنی منظم نقش بسیار مهمی در پیشگیری از بیماری‌های غیرواگیر دارد و ورزش همراه با تغذیهٔ مناسب، می‌تواند به افزایش چگالی استخوانی و تقویت عضلات کمک کند و از شکستگی‌های استخوانی جلوگیری نماید.

جواد جوانی افزود: سلامتی مهم‌ترین و ارزشمندترین نعمت خداوندی است و نقش ورزش به‌ویژه پیاده‌روی یکی از عامل‌های رسیدن به سلامت جسم و روح انسان است، لذا با این دیدگاه تشویق به انجام ورزش‌های منظم و متنوع، از راه‌کارهای اساسی دیگری در کنترل و پیشگیری از پوکی استخوان است.

انعکاس سلامت

ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه

صاحب امتیاز: دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه
مدیرمسئول: دکتر سجاد رحیمی بیستونی
سردبیر: مسعود سعادت نژاد
دبیر تحریریه: هادی مرادی
تحریریه: روح‌الله دلیر، حسین میری، سید مرتضی موسوی

آدرس: تربت‌حیدریه، خیابان قره‌نی ۱
ستاد مرکزی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه
تلفن تماس: ۰۵۱۵۲۲۲۶۰۱۱
کدپستی: ۹۵۱۶۹۱۵۱۶۹

فرهنگی

شماره ۹ | مهر ۱۴۰۳ | October / Novamber 2024

خبرآخر



همزمان با هفتهٔ قرآن و عترت؛

گلزار شهدای بهشت عسکری تربت‌حیدریه غبارروبی و عطرافشانی شد

همزمان با هفتهٔ قرآن و عترت، گلزار شهدای بهشت عسکری تربت‌حیدریه با حضور معاون فرهنگی دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی به‌همراه مدیر فرهنگی، جمعی از دانشجویان دانشگاه و جانباز سرافراز دفاع مقدس، غبارروبی و عطرافشانی شد.

معاون فرهنگی دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه در این آیین به اهمیت حفظ و ترویج فرهنگ ایثار و شهادت در جامعه به‌ویژه در بین نسل جوان تاکید کرد و اظهار داشت: شهدای گران‌قدر ما با ایثار و جان‌فشانی در راه دفاع از کشور عزیزمان ایستادند و نگذاشتند حتی ذره‌ای از خاک ایران به دست دشمن بیفتد.

دکتر محمدرضا رضایی‌منش با بیان این که دانشجویان و نسل جوان ما باید شهدا، جانبازان و ایثارگران را الگوی خود در همهٔ مراحل زندگی قرار دهند، گفت: دانشجویان با ادای احترام به مقام شامخ شهدا و تجدید بیعت با آنها، نشان دادند که همواره قدردان ایثار و فداکاری این قهرمانان هستند. گفتنی‌ست عزاداری دههٔ فاطمیه، مداحی و روایت‌گری حاج عباس نجاتی، جانباز سرافراز دفاع مقدس شهرستان تربت‌حیدریه از دوران دفاع مقدس و رشادت‌های رزمندگان در جنگ تحمیلی از دیگر برنامه‌های این آیین بود.

همزمان با دههٔ فاطمیه؛

سه‌شنبه‌های مهدوی در شهرک سلامت دانشگاه برپا شد

همزمان با دههٔ فاطمیه، مراسم سه‌شنبه‌های مهدوی برگزار و موکب دانشجویی در شهرک سلامت دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه با هدف بزرگداشت مقام والای حضرت فاطمه (س) و ترویج فرهنگ مهدویت در جامعهٔ دانشجویی برپا شد. زینب آقاگلی‌زاده، مدیر ادارهٔ تعالی فرهنگی دانشگاه در همین رابطه گفت: این روزها فرصتی مناسب برای توجه به سیرهٔ زندگی آن بانوی بزرگوار و الهام گرفتن از آموزه‌های دینی ایشان است تا این آموزه‌ها باعث سعادت و خوشبختی شود.

گفتنی‌ست این مراسم با استقبال گرم دانشجویان، اساتید و کارکنان در فضایی معنوی همراه بود و جامعهٔ دانشگاهی بر اهمیت ترویج فرهنگ مهدویت و تجلیل از ائمهٔ اطهار و شخصیت‌های بزرگ دینی تأکید کردند.

جشن دانشجویان نوورود برگزار شد؛

فصل نو فصل همدلی

جشن دانشجویان نوورود در شهرک سلامت دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه با حضور معاون فرهنگی و دانشجویی و مسئول نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌های شهرستان برگزار شد. مسئول نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌های تربت‌حیدریه در این آیین، فراگیری و تولید علم و دانش و استفاده از تحلیل عالمانه را از جمله انتظارها از دانشجویان برشمرد و افزود: در حال حاضر دانشجویان عزیز کشورمان در علم به حدی رشد کرده‌اند که ما را از وابستگی به سایر کشورها بی‌نیاز کرده‌اند که این یک دستاورد بزرگ برای ما است.

حجت‌الاسلام دکتر حسین صافدل اظهار داشت: افزایش معرفت و شناخت، تهذیب نفس، ورزش و انس با قرآن می‌تواند دانشجویان را از لحاظ جسمی و روحی قدرتمند سازد و باید دانشجویان به این موارد توجه ویژه داشته باشند. دکتر محمدرضا رضایی‌منش، معاون فرهنگی دانشجویی دانشگاه نیز در این آیین ضمن تبریک قبولی و حضور دانشجویان در این دانشگاه اظهار داشت: دوران دانشجویی یکی از دوران‌های اثرگذار، شیرین و پربارزندگی افراد است که باید بهترین استفاده را از فرصت‌های کوتاه این دوران داشت.



حجت‌الاسلام دکتر حسین صافدل: افزایش معرفت و شناخت، تهذیب نفس، ورزش و انس با قرآن می‌تواند دانشجویان را از لحاظ جسمی و روحی قدرتمند سازد و باید دانشجویان به این موارد توجه ویژه داشته باشند



حافظان سلامت در رقابتی مهیج و با نشاط؛

ششمین جشنوارهٔ ورزشی کارکنان دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه برگزار شد

مسئول تربیت بدنی کارکنان دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه از برگزاری ششمین جشنوارهٔ ورزشی این دانشگاه با عنوان پاسداشت حافظان سلامت خبر داد. مصطفی یزدانی با اشاره به این که هدف از برگزاری این رویداد ایجاد فضایی با نشاط و دوستانه است، گفت: در این جشنواره که از ابتدای هفتهٔ گذشته آغاز شده است، بیش از ۲۵۰ ورزشکار در شش رشته با هم به رقابت می‌پردازند.

وی در خصوص رشته‌های ورزشی این جشنواره بیان داشت: در بخش تیمی ورزشکاران مرد در سه رشتهٔ فوتسال، والیبال و طناب‌کشی به مصاف هم خواهند رفت و در بخش انفرادی نیز ورزشکاران زن و مرد در رشته‌های تنیس روی میز، دارت و شطرنج با هم مصاف خواهند کرد.

مسئول تربیت بدنی کارکنان دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه اظهار داشت: تاکنون مسابقه‌های شطرنج، تنیس روی میز و دارت به پایان رسیده است و رقابت‌های تیمی نیز با هیجان و رقابت داغ تیم‌ها در حال انجام است.



همزمان با آغاز سال تحصیلی جدید؛

دبیران شورای صنفی دانشجویی معرفی شدند

نشست اعضای شورای صنفی دانشجویی با معاون فرهنگی دانشجویی و مدیر دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه همزمان با آغاز سال تحصیلی جدید برگزار شد.

معاون فرهنگی دانشجویی دانشگاه در این نشست ضمن تبریک فرا رسیدن سال تحصیلی جدید گفت: شورای صنفی دانشجویی به‌عنوان بازویی قدرتمند در دانشگاه باید مسائل صنفی و رفاهی دانشجویان را با جدیت پیگیری نماید.

دکتر محمدرضا رضایی‌منش با بیان این که اعضای شورای صنفی دانشگاه جزو تشکل‌های فعال بوده و کارهای خوبی انجام داده‌اند، افزود: اعضای شورای صنفی نباید تنها به بیان مشکل‌ها بپردازند بلکه باید با شناسایی مشکلات دانشجویان و دانشگاه برای رفع آنها راه‌کار ارائه کرده و خود نیز برای رفع آنها پیشنهاد ارائه نمایند.

گفتنی‌ست در ابتدای این نشست ضمن معارفهٔ اعضا، دبیران کارگروه‌های شورای صنفی مشخص و هریک از این اعضا به بیان پیشنهادها و نظرهای خود در خصوص مسائل و مشکل‌ها پرداختند.