انعکاس سلامت

دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه

ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه | سال دوم | شماره ۱۷ | تیر ۱۴۰۴ | June / July 2025



دکتر محسن زنگنه:

زیرساخت های حوزه سلامت در تربت حیدریه گسترش می یابد

۲

رئیس دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه:

سکوت مرگبار جامعه جهانی دربرابر جنایات اسرائیل جای تاسف دارد

۲



دکتر فاطمه کلانتری، فوق تخصص گوارش و کبد پاسخ می‌دهد؛

چگونه اختلالات گوارشی را شناسایی و درمان کنیم؟

۱۷

گامی بزرگ در جهت سلامت مادران و نوزادان؛

آلودگی مواد غذایی می‌تواند به سرطان منجر شود

۱۵

رئیس اورژانس پیش‌بیمارستانی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه تشریح می کند:

گرمازدگی و راهکارهای فوری مقابله با آن

۱۳

یک متخصص اعصاب و روان خبر داد:

شیوع بالای اختلالات روان‌پزشکی در کشور

۱۹

دستاوردهای مهم در سفر مسئولان دانشگاه به تهران؛

قطار توسعه شتاب می گیرد



۵

بسیج همه ظرفیت‌ها؛

برای مقابله با بحران‌های احتمالی آماده ایم

۳

دکتر هاشم حشمتی:

سلامت مردم مهم‌ترین سرمایه هر جامعه است

۷

در دیدار با مدیرکل صداوسیمای خراسان رضوی مطرح شد:

درخشش رسانه ملی در جنگ تحمیلی ۱۲ روزه



رئیس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه، در دیدار با مدیرکل صداوسیمای خراسان رضوی، ضمن قدردانی از نقش رسانه ملی در پوشش اخبار جنگ تحمیلی ۱۲ روزه، بر اهمیت همکاری‌های بیشتر در زمینه اطلاع‌رسانی سلامت و آموزش عمومی تاکید کرد.

دکتر سجاد رحیمی، اظهار داشت: این دانشگاه به جمعیتی بالغ بر یک میلیون نفر خدمات سلامت را ارائه می‌نماید که امیدواریم با تعامل و همکاری با شبکهٔ استانی این خدمات ارزشمند را بهتر به گوش مردم عزیز برسانیم.

دکتر سیدرضا حسینی‌زاده مظلومی، مدیرکل صداوسیمای استان خراسان رضوی نیز در این دیدار بر آمادگی رسانهٔ ملی برای همکاری‌های بیشتر در زمینهٔ اطلاع‌رسانی سلامت و آموزش عمومی تأکید کرد.

وی به نقش محوری رسانه در آگاهی‌بخشی جامعه و مواجهه با چالش‌ها اشاره و اظهار داشت: تمرکززدایی یکی از اولویت‌های اصلی این سازمان است و در حال حاضر نگاه ویژه‌ای به شهرستان‌ها داریم و از تولید و پخش برنامه‌های شهرستانی استقبال می‌کنیم.

وی گفت: حوزهٔ سلامت یکی از اولویت‌های مهم کشور است که باید با دقت و حساسیت به آن پرداخته شود و انعکاس اخبار و دستاوردها در حوزه‌های آموزش، پیشگیری و درمان مردم یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های ما می‌باشد.

در دیدار با مسئولان قضایی شهرستان مطرح شد:

نقش دستگاه قضا در توسعه سلامت



به مناسبت هفته قوه قضائیه، رئیس، معاون توسعه مدیریت و منابع و جمعی از مدیران دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه، با دادستان و رئیس دادگستری شهرستان دیدار کردند.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه در این دیدارهای جداگانه با قدردانی از تلاش‌های مستمر دستگاه قضایی در تحقق عدالت و حاکمیت قانون، بر ضرورت تعامل بیشتر بین نهادهای قضایی و حوزه سلامت برای ارتقای خدمات بهداشتی و درمانی تأکید کرد.

دکتر سجاد رحیمی با اشاره به نقش کلیدی قوه قضائیه در حل چالش‌های حوزه سلامت، گفت: مساعدت‌های قضایی در برخورد با تخلفات در حوزه پزشکی، برخورد با مداخله‌گران و سودجویان، پیگیری جرائم بهداشتی و حمایت از حقوق بیماران، نقشی حیاتی در ارتقای کیفیت خدمات سلامت دارد.

وی همچنین از همکاری‌های مشترک آینده در زمینه‌های آموزشی، پیشگیرانه و نظارتی خبر داد و افزود: تقویت همکاری‌های بین‌بخشی می‌تواند به کاهش آسیب‌های اجتماعی و بهبود شاخص‌های سلامت در شهرستان منجر شود.

همچنین در این دیدارها، محمدحسین حسن‌نژاد، دادستان و علیرضا محولاتی، رئیس دادگستری تربت‌حیدریه با تشکر از اقدامات دانشگاه علوم پزشکی در تامین سلامت و خدمات رسانی به مردم، آمادگی خود را برای توسعه همکاری‌ها اعلام کردند.

سرمقاله

اعتیاد دیجیتال
و شبکه‌های اجتماعی؛

ما چگونه معتاد شدیم؟!

حسین میری: در دنیای امروز، تلفن‌های همراه و شبکه‌های اجتماعی به بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی ما تبدیل شده‌اند و تأثیرات عمیقی بر رفتار و روان ما دارند. پلتفرم‌های اجتماعی با ارائه پاداش‌های غیرقابل پیش‌بینی، ما را وادار به اسکرول مداوم می‌کنند. هر بار که یک نوتیفیکیشن جدید می‌رسد، مغز ما یک دوز دوپامین دریافت می‌کند که احساس لذت و رضایت را به همراه دارد. این روند باعث می‌شود که کاربران به طور متوسط ۱۵۰ بار در روز گوشی خود را چک کنند. نکتهٔ اساسی اینجاست که هرچه بیشتر به شبکه‌های اجتماعی وابسته شویم، حساسیت دوپامینی ما کاهش می‌یابد و نیاز به محتوای شدیدتر احساس می‌شود. اتفاقی که برای انسان‌های عصر ارتباطات بسیار شایع است و اعتیاد دیجیتال نام دارد.
پدیده فانتوم ویبریشن یکی از نشانه‌های اعتیاد دیجیتال است. احساس لرزش کاذب گوشی در حالی که هیچ نوتیفیکیشنی دریافت نکرده‌اید نشانهٔ بارز این اختلال است. از طرفی اثبات شده که نور آبی صفحات نمایش می‌تواند ترشح ملاتونین را مختل کند و شما را از خواب بازدارد، اما همچنان نمی‌توانید قبل از خواب از اسکرول کردن دست بکشید. کاهش ظرفیت تمرکز هم نشانهٔ دیگر این اعتیاد است؛ میانگین توجه انسان امروز به ۸ ثانیه کاهش یافته است، که کمتر از زمان توجه یک ماهی قرمز است.
این مسئله، بر عملکرد تحصیلی، شغلی و زندگی روزمره افراد تأثیر منفی می گذارد. همچنین می‌تواند به کاهش خلاقیت و نوآوری منجر شود.
بررسی‌ها نشان می‌دهد که اعتیاد دیجیتال یک بیماری عصبی است و نه یک انتخاب اخلاقی. اما خبر خوب این است که مغز ما حتی پس از سال‌ها اعتیاد، توانایی بازسازی دارد، به شرط آن‌که به آن فرصت دهیم.
برای شروع، می‌توان با کاهش تدریجی زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و جایگزین کردن فعالیت‌های سالم‌تر مانند ورزش، مطالعه، یا گذراندن وقت با خانواده و دوستان، گام‌های مؤثری برداشت.

دکتر محسن زنگنه:

زیرساخت های حوزه سلامت در تربت حیدریه گسترش می یابد



نماینده مردم تربت‌حیدریه، مه‌ولات و زاوه در مجلس شورای اسلامی، به همراه رئیس و معاونین دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه و جمعی از مدیران این دانشگاه، از پروژه‌های عمرانی در حال اجرای این دانشگاه بازدید کرد.
دکتر محسن زنگنه در این خصوص اظهار داشت: به منظور بررسی روند پیشرفت پروژه‌های عمرانی، از شهرک سلامت و بیمارستان‌های آموزشی درمانی نهم دی و امام حسین (ع) این بازدید صورت گرفت.
وی گفت: با توجه لزوم تکمیل پروژه های نیمه تمام و زیرساختی این دانشگاه، مقرر شد تا همکاری و پیگیری‌های لازم برای اخذ مجوز مادهٔ ۲۳ و تأمین اعتبارات ملی از طریق وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و سازمان برنامه و بودجه انجام شود.
وی با اشاره به اهمیت این پروژه‌ها افزود: دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه در مسیر توسعه قرار دارد و با جذب دانشجویان و اعضای هیئت علمی در رشته‌های کاربردی، نقشی مؤثر در کاهش و رفع نیازهای بهداشتی و درمانی منطقه ایفا می‌کند.
وی اضافه کرد: این دانشگاه به تدریج در حال تبدیل شدن به قطب خدمات بهداشتی و درمانی در جنوب خراسان رضوی است.
رئیس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه نیز در این بازدید گفت: طرح توسعه شهرک سلامت دانشگاه در زمینی به مساحت ۱۵ هکتار آماده شده و شامل بخش‌های مختلفی از جمله فضاهای آموزشی، رفاهی، مسجد و سالن همایش است.

● طرح توسعه شهرک سلامت دانشگاه در زمینی به مساحت ۱۵ هکتار آماده شده و شامل بخش‌های مختلفی از جمله فضاهای آموزشی، رفاهی، مسجد و سالن همایش است

دکتر سجاد رحیمی افزود: اعتبارات لازم برای شروع عملیات اجرایی این طرح با کمک نماینده محترم تأمین شده و امیدواریم در ماه‌های آتی آغاز شود.وی با قدردانی از تلاش‌ها و پیگیری‌های نماینده محترم منطقه در راستای تأمین اعتبارات و حمایت از پروژه‌های دانشگاه، تصریح کرد:این پروژه‌ها در صورت تکمیل می‌توانند به بهبود زیرساخت‌های بهداشتی و درمانی در منطقه کمک کرده و کیفیت خدمات ارائه شده به شهروندان را ارتقا دهند.

خبر اول

رئیس بسیج جامعه پزشکی خراسان رضوی عنوان کرد:

نقش بسیج در ارتقای سطح سلامت جامعه



رئیس بسیج جامعه پزشکی استان خراسان رضوی با تأکید بر ضرورت بهره‌گیری از ظرفیت‌های بسیج در شرایط کنونی کشور، کمک به ارتقای سطح سلامت جامعه را از اهداف اصلی این نهاد دانست.دکتر محسن ذاکریان در نشستی با رییس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه، بر لزوم استفاده از ظرفیت‌های آنان برای حل چالش‌های حوزه سلامت تاکید کرد.وی موضوع جوانی جمعیت و کاهش نرخ باروری را از مسائل مهم کشور دانست و توجه به معیشت مردم، محرومیت‌زدایی و آگاه‌سازی را از راهکارهای مقابله با این چالش برشمرد. وی ضمن قدردانی از تلاش‌های بسیج جامعه پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه، آمادگی بسیج جامعه پزشکی استان را برای همکاری و حمایت از برنامه‌های این نهاد اعلام کرد.
رییس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه نیز در این نشست اظهار داشت: این دانشگاه بر خدمات رسانی متوازن به اقشار مختلف مردم تمرکز دارد. دکتر سجاد رحیمی گفت: ارتقای دانش و مهارت‌های سایبری اعضا، برای مقابله با تهدیدات نوین، ضرورت دارد.

خبر دوم

رئیس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه:

سکوت مرگبار جامعه جهانی در برابر جنایات اسرائیل جای تاسف دارد



رئیس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه، در برنامه زنده تلویزیونی "پزشک شما" از سیمای خراسان رضوی، با اشاره به جنایات رژیم صهیونیستی در نوار غزه، این اقدامات را نقض پروتکل‌های نظامی و مصداق بارز جنایت علیه بشریت دانست.دکتر سجاد رحیمی، تأکید : این جنایات زندگی میلیون‌ها انسان را به خطر انداخته و به زیرساخت‌های بهداشتی و درمانی این منطقه آسیب‌های جبران‌ناپذیری وارد کرده است.
وی افزود: در شرایطی که درگیری‌ها در نوار غزه در حال گسترش است، بیماران از خدمات درمانی اولیه محروم هستند که این موضوع غیرقابل قبول است.دکتر رحیمی گفت: حمله به مراکز درمانی و بهداشتی طبق قوانین بین‌المللی توجیه‌پذیر نیست و مجامع بین‌المللی باید واکنش نشان دهند.
او همچنین بر همبستگی بیشتر در برابر این جنایات و ضرورت ایجاد جبهه متحد برای دفاع از حقوق بشر و سلامت عمومی تأکید کرد و خواستار آگاهی‌رسانی در این زمینه شد.

بسیج همه ظرفیت‌ها؛

برای مقابله با بحران‌های احتمالی آماده ایم



با وجود برخی چالش‌ها، تدابیری اتخاذ شده است تا حقوق کارکنان و دیگر پرداختی‌های‌دانشگاه به‌موقع و بدون اختلال انجام شود

معاون توسعه مدیریت و منابع دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه، از بسیج تمامی ظرفیت‌های زیرساختی و انسانی این دانشگاه برای مقابله با بحران‌های احتمالی خبر داد.

امیر گل‌محمدیان ضمن محکومیت جنایات وحشیانه رژیم غاصب صهیونی، تأکید کرد: حافظان سلامت با از خودگذشتگی و روحیه جهادی در خط مقدم ایستاده‌اند و حتی شهیدانی گرانقدر را تقدیم وطن کرده‌اند.

وی با اشاره به اقدامات سریع معاونت توسعه مدیریت و منابع در روزهای نخست جنگ تحمیلی ۱۲ روزه، گفت: با هماهنگی کامل با ریاست دانشگاه و ستاد مدیریت بحران، کلیه نیازهای ضروری در کوتاه‌ترین زمان ممکن تأمین شد.

وی افزود: پیش‌بینی‌های دارویی در ماه‌های گذشته، گره‌گشای دانشگاه در این شرایط بحرانی بود و همچنان در حالت آماده‌باش کامل به سر می‌بریم.

معاون توسعه مدیریت و منابع دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه خاطرنشان کرد: با وجود برخی چالش‌ها، تدابیری اتخاذ شده است تا حقوق کارکنان و دیگر پرداختی‌های دانشگاه به‌موقع و بدون اختلال انجام شود.

وی تصریح کرد: اخلاص و کار جهادی کادر سلامت نه‌تنها موجب تأمین سلامت مردم شد، بلکه آرامش و امید را به جامعه القا کرد.

گل‌محمدیان در پایان با تأکید بر آمادگی کامل دانشگاه برای هرگونه سناریوی محتمل اظهار داشت: تمام تمهیدات لازم اندیشیده شده و امیدواریم توطئه‌های دشمنان در هیچ مقطعی آسیبی به مردم شریف ایران وارد نکند.

خبر دوم

در نشست کمیته خرید مدیریت غذا و دارو مطرح شد:

وضعیت انبارهای دارویی دانشگاه مطلوب است



نشست کمیته خرید مدیریت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه با حضور معاون توسعه مدیریت و منابع، مدیر غذا و دارو و مدیر امور مالی این دانشگاه برگزار شد.

مدیر غذا و داروی دانشگاه در این نشست گفت: نحوه خرید دارو و تجهیزات مورد نیاز دانشگاه مورد بررسی و ارزیابی قرار گرفته و برنامه‌هایی برای رفع چالش‌های این حوزه درنظر گرفته شده است.دکتر مریم کوهجانی افزود: انبارهای دارویی دانشگاه در وضعیت مطلوبی قرار دارند و اعتبارات مورد نیاز در حوزه غذا و دارو تأمین شده است.

وی همچنین به برنامه‌ریزی‌های انجام شده برای تسریع در روند خریدهای حوزه غذا و دارو اشاره و تاکید کرد:این اقدامات به منظور بهبود خدمات به بیماران و تسهیل دسترسی به داروهای مورد نیاز انجام می‌شود.

گفتنی‌است از دیگر موضوعات مطرح شده در این نشست، نحوه تخصیص دارو به دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه از سوی وزارت بهداشت بود که در آن راهکارهای بهبود این فرآیند نیز مورد بررسی قرار گرفت.

خبر دوم

با مشارکت سازمان انرژی‌های تجدیدپذیر صورت می گیرد؛

احداث نیروگاه خورشیدی در دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه



تفاهم‌نامه‌ای برای احداث نیروگاه خورشیدی بین استانداری خراسان رضوی، سازمان انرژی‌های تجدیدپذیر و دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه به امضا رسید.

مدیر امور پشتیبانی و رفاهی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه در این خصوص گفت: این تفاهم‌نامه می‌تواند نقطه عطفی در استفاده از انرژی‌های تجدیدپذیر در دانشگاه و کل منطقه باشد.

علی صنعتی افزود: این نیروگاه نه تنها به تأمین انرژی مورد نیاز دانشگاه کمک خواهد کرد، بلکه می‌تواند به عنوان یک الگو برای دیگر نهادها و دانشگاه‌ها در استفاده از انرژی‌های پاک عمل کند.

وی ابراز امیدواری کرد: با اجرای این پروژه، گامی مؤثر در راستای کاهش هزینه‌های انرژی و حفظ محیط‌زیست برداریم.

وی در پایان تصریح کرد: استفاده از منابع پایدار و تجدیدپذیر انرژی می‌تواند زمینه‌ساز تحولی مثبت در این منطقه باشد و با شروع این پروژه، دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه نه تنها به آینده‌ای پایدارتر گام می‌نهد، بلکه به عنوان پیشگام در عرصه انرژی‌های تجدیدپذیر در کشور شناخته خواهد شد.

خبر

به منظور بهبود خدمات بیمه‌ای؛

برگزاری نشست با مدیرعامل بیمه معلم



نشست مشترک رئیس اداره امور پشتیبانی و رفاهی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه با مدیرعامل بیمه معلم با هدف رفع موانع اجرایی قراردادهای بیمه‌ای و ارتقای خدمات رفاهی دانشگاهیان برگزار شد.

در این دیدار، چالش‌های مربوط به بیمه تکمیلی درمان از جمله عدم پوشش داروهای مکمل، شفاف‌سازی کسورات و واریز فاکتورها مورد بحث و بررسی قرار گرفت. همچنین، مذاکرات اولیه‌ای برای عقد قرارداد بیمه خودروهای دولتی با شرکت بیمه ایران صورت پذیرفت.

علاوه بر این، بازدیدهای میدانی کارشناسان بیمه از ساختمان‌ها و انبارهای دانشگاه در تاریخ ۲۱ تیر ماه به منظور ارزیابی و عقد قرارداد بیمه آتش‌سوزی انجام شد.

در قالب نظام پیشنهادات؛

صاحبان ایده های برتر سال ۱۴۰۳معرفی شدند

گروه توسعه سازمان و تحول اداری دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه، پیشنهادات برتر سال ۱۴۰۳ را که از طریق سامانه نظام پیشنهادات دانشگاه دریافت شده بود، معرفی کرد.

سرپرست این گروه، با اشاره به ثبت بیش از ۵۰ پیشنهاد توسط کارکنان در سال گذشته، سامانه نظام پیشنهادات را فرصتی برای هم‌افزایی، بهبود عملکرد و تقویت خلاقیت در سازمان دانست.

اعظم عباسی، گفت: پس از ارزیابی توسط دبیرخانه مدیریت دانش و خبرگان، پیشنهادات آقایان احسان شیدایی، سعید طبسی (با ۲ پیشنهاد)، محسن عطار عبدل‌آبادی، عیسی درویشی و خانم‌ها ناهید نظام خیرآبادی و سمیه صالحی‌پور به عنوان برترین‌ها انتخاب شدند.

وی همچنین از برگزاری چهارمین جشنواره مدیریت دانش و نظام پیشنهادات در ۱۰ محور خبر داد و اعلام کرد: کارکنان تا شهریور ماه فرصت دارند پیشنهادات خود را در سامانه وزارت بهداشت ثبت کنند.

طرحی که ارتقای رضایتمندی بیماران را دنبال می کند؛

اصلاح مسیر درمان با نظام ارجاع



معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه گفت: نظام ارجاع یکی از مهم‌ترین برنامه‌های وزارت بهداشت در راستای تحقق عدالت سلامت و بهینه‌سازی مسیر دریافت خدمات درمانی است.

دکتر زینب عباسپور افزود: در این برنامه، بیمار نخست به پزشک خانواده یا پزشک عمومی در مراکز خدمات جامع سلامت مراجعه می‌کند و در صورت نیاز، به متخصص مربوطه در سطح دو ارجاع داده می‌شود.

وی با تأکید بر اهمیت نظام ارجاع در بهبود دسترسی به خدمات تخصصی اظهار داشت: اجرای این برنامه نه‌تنها به کاهش ازدحام در بیمارستان‌ها و کلینیک‌های تخصصی کمک کرده، بلکه با ساماندهی مسیر درمان، بیماران را از سردرگمی در انتخاب پزشک یا مرکز درمانی مناسب نجات داده است.

وی خاطرنشان کرد: یکی از مشکلات رایج در نظام درمان، مراجعات متعدد بیماران به مراکز مختلف و صرف زمان و هزینه بالا برای یافتن خدمات تخصصی مناسب است، با استقرار نظام ارجاع این مشکل به‌صورت اصولی مدیریت شده و از تکرار و موازی‌کاری در ارائه خدمات جلوگیری می‌شود.

دکتر عباسپور افزود: دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه با فراهم‌سازی زیرساخت‌های لازم، موفق به اجرای الکترونیک این برنامه شده است و مردم شریف منطقه با مراجعه به هر یک از مراکز خدمات جامع سلامت تحت پوشش این دانشگاه می‌توانند علاوه بر اخذ کد ارجاع الکترونیک، نوبت برای متخصصین کلینیک‌های تخصصی دانشگاه نیز دریافت نمایند.

وی ادامه داد: با بهره‌گیری از سامانه‌های هوشمند و تعامل میان پزشکان سطوح مختلف ارائه خدمت، این فرآیند با سهولت و شفافیت بیشتر برای بیماران انجام می‌شود، ارجاع الکترونیک همچنین امکان پیگیری مراحل درمان و نظارت بر پرونده سلامت افراد را برای پزشکان فراهم می‌سازد.

معاون درمان تصریح کرد: این اقدام، به‌ویژه برای ساکنان مناطق روستایی و دورافتاده، گامی مؤثر در جهت کاهش هزینه‌های رفت‌وآمد، جلوگیری از مراجعات غیرضروری و دسترسی سریع‌تر به خدمات تخصصی محسوب می‌شود.

وی اضافه کرد: در شرایط فعلی که منابع نظام سلامت با محدودیت‌هایی مواجه‌اند، اجرای هدفمند نظام ارجاع می‌تواند نقش بسزایی در استفاده بهینه از امکانات درمانی و ارتقای رضایتمندی بیماران ایفا کند.

دکتر عباسپور در پایان افزود: توسعه نظام ارجاع تنها با همکاری مستمر سطوح مختلف ارائه خدمت میسر است و ما در معاونت درمان با اهتمام جدی به اجرای این برنامه، در مسیر ایجاد دسترسی عادلانه، کارآمد و منسجم به خدمات سلامت برای همهٔ مردم منطقه گام برمی‌داریم.

خبر اول

بیمارستان امام حسین(ع)؛

پیشرفت ۹۰ درصدی احداث ساختمان آنکولوژی



رئیس بیمارستان امام حسین(ع) تربت‌حیدریه اعلام کرد: ساختمان جدید آنکولوژی در ماه‌های آینده تکمیل و به بهره‌برداری خواهد رسید.

دکتر امیر صادق الحسینی گفت: این ساختمان در حال حاضر ۹۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارد و امیدواریم با حمایت وزارت بهداشت، به زودی آماده استفاده شود.

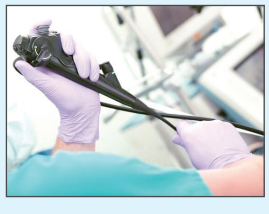
وی ادامه داد: ساختمان جدید با ۱۸ تخت بستری به ارتقاء خدمات درمانی، به ویژه در حوزه سرطان کمک خواهد کرد. وی همچنین تصریح کرد: راه‌اندازی این پروژه نقش مهمی در بهبود خدمت‌رسانی به بیماران و جلوگیری از اعزام آنان به شهرهای دیگر دارد.

دکتر صادق الحسینی خاطرنشان کرد: امکانات و روحیه خدمت‌رسانی در بیمارستان امام حسین(ع) مطلوب است و تلاشگران عرصه سلامت با روحیه جهادی به بیماران خدمت می‌کنند.

خبر دوم

بیمارستان آموزشی درمانی نهم دی؛

واحد آندوسکوپی آماده خدمت‌رسانی است



رئیس بیمارستان آموزشی درمانی نهم دی گفت: واحد آندوسکوپی این مرکز با حضور فوق‌تخصص گوارش و کبد در روزهای شنبه، دوشنبه و چهارشنبه به شهروندان خدمت‌رسانی می‌کند.

دکتر زهرا نیک‌فرجام گفت: این واحد پس از دو سال وقفه از فروردین‌ماه امسال فعالیت خود را از سر گرفته و با استقبال خوب مراجعان روبرو شده است.

وی ادامه داد: بیشترین مراجعان بین ۴۰ تا ۵۰ سال هستند که نشان‌دهنده اهمیت این خدمت برای جمعیت میان‌سال منطقه است.وی اضافه کرد: واحد آندوسکوپی با استفاده از تجهیزات پیشرفته و کادر درمانی مجرب، خدماتی از جمله آندوسکوپی فوقانی، کولونوسکوپی و نمونه‌برداری ارائه می‌دهد.دکتر نیک‌فرجام با اشاره به اینکه این روش غیرجراحی به پزشکان امکان می‌دهد تا دستگاه گوارش را بررسی کنند، تأکید کرد: راه‌اندازی مجدد این خدمت موجب ارتقاء خدمات تشخیصی بیمارستان نهم دی شده است.

خبر سوم

در راستای صیانت از سلامت شهروندان؛

دندانپزشک قلابی به دام افتاد



مدیر نظارت و اعتبار بخشی امور درمان دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه از پلمب یک واحد دندانپزشکی که توسط فردی فاقد صلاحیت و بدون مجوز خدمات ارائه می‌کرد، خبر داد.

الهام صفاییان اظهار داشت: در این محل، اعمال دندانپزشکی مانند کشیدن دندان توسط فردی فاقد صلاحیت، بدون داشتن تخصص مرتبط و بدون اخذ مجوزهای لازم، به صورت غیرقانونی انجام می‌گرفت.

وی افزود: پس از پیگیری‌های کارشناسان و با همکاری نیروی انتظامی، موضوع به مرجع قضایی ارجاع و دستور پلمب محل صادر شد. صفاییان تأکید کرد: شهروندان برای امور درمانی خود باید تنها به مراکز مجاز و دارای پروانه مراجعه و از حضور در مراکز غیرحرفه‌ای پرهیز کنند.

وی از مردم خواست در صورت مشاهده فعالیت‌های مشکوک، موضوع را به اداره نظارت بر درمان یا سامانه ۱۹۰ گزارش دهند.

از همان نخستین روزهای کاری رئیس و تیم مدیریتی جدید دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه، سلسله نشست‌های مدیریتی در سطح وزارت بهداشت با هدف ایجاد پیوندهای مؤثر با نهادهای کلیدی بهداشتی و علمی کشور آغاز شد و در کانون توجه آنها قرار گرفت.
در سفر اخیر تیم مدیریتی دانشگاه به پایتخت که بیش از ۳۰ نشست با بخش های مختلف این وزارت را شامل شد نیز با رویکرد فعال سعی شد تا ضمن ارتقای جایگاه دانشگاه، در مسیر دستیابی به اهداف کلان سلامت منطقه نیز گام‌های مهمی برداشته شود.

از تامین آمبولانس تا احداث ساختمان ستاد اورژانس

رئیس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه در دیدار با دکتر حمید جمال‌الدینی، مشاور وزیر بهداشت در امور مجلس، به بررسی و پیگیری برخی از مصوبات جلسه‌ای که چند ماه قبل با وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی برگزار شده بود، پرداخت.
وی عنوان داشت که در همین راستا دیدار مهمی با رئیس سازمان اورژانس کشور برگزار شد که جذب اعتبار جهت اورهال آمبولانس‌ها، اختصاص آمبولانس به دانشگاه، تغییر در قرارداد احداث ساختمان ستاد مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث و همچنین تأمین اعتبار برای خرید خودروی عملیاتی از جمله نتایج مهم آن است.

جشنواره عکس ایران جوان بین‌المللی شد

دکتر سجاد رحیمی از دستاوردهای مهم نشست با رئیس مرکز روابط عمومی و اطلاع‌رسانی وزارت بهداشت هم سخن گفت.
وی در این خصوص اظهار داشت: دو سال قبل، اولین جشنواره با استقبال خوب اهالی هنر و دانشگاه‌ها روبه‌رو شد و شاهد بودیم که هنرمندان با آثار خود به خوبی توانستند دغدغه‌های جوانی و جوانان را بازتاب دهند. امسال نیز با بین‌المللی شدن جشنواره، امیدواریم رویدادی با کیفیت بالاتر و دامنه وسیع‌تری برگزار شود.

میزبانی نشست مدیران حراست قطب ۹ کشور در تربت‌حیدریه

رئیس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه از میزبانی این دانشگاه در نشست مدیران حراست دانشگاه‌های علوم پزشکی قطب ۹ کشور به عنوان یکی از دستاوردهای نشست با دکتر اسکندری، رئیس مرکز حراست وزارت بهداشت خبر داد.
دکتر رحیمی افزود: با هدف پیگیری مسائل و مشکلات زیرساختی دانشگاه و ارتقای سطح خدمات بهداشتی و درمانی در منطقه دیداری با دکتر شهریاری، رئیس کمیسیون بهداشت و درمان مجلس شورای اسلامی برگزار شد.دیدار با مدیرکل بودجهٔ بیمهٔ سلامت کشور هم دیگر نشست مهم تیم مدیریتی دانشگاه بود که در آن به موضوعات مهمی از جمله پیگیری وصول مطالبات دانشگاه از بیمه سلامت و بررسی راهکارهای تقویت همکاری‌های مشترک پرداخته شد.

تکمیل پروژه‌های درمانی شتاب می‌گیرد

دکتر رحیمی به دیدار مهم با دکتر سیدسجاد رضوی، معاون درمان وزیر بهداشت هم اشاره کرد و در این خصوص گفت: تحویل و راه‌اندازی دستگاه فیکو، ساخت پانسیون پزشکان، بخش NICU و همچنین بخش آنکولوژی بیمارستان امام حسین (ع) از دستاوردهای مهم نشست با معاون وزیر بود.وی ابراز امیدواری کرد با استمرار تعامل و همکاری‌ها، بتوان اقدامات مؤثری در جهت بهبود زیرساخت‌های درمانی و بهداشتی منطقه انجام داد.
همچنین در دیدار با مهندس ساکی، مدیرکل دفتر توسعه منابع فیزیکی وزارت بهداشت، پیگیری‌های لازم برای تسریع در اخذ مجوزها و اعتبارات توسعه طرح‌های عمرانی بیمارستان‌ها و مراکز درمانی منطقه مورد بحث و بررسی قرار گرفت.

توسعهٔ شهرک سلامت در دستور کار

دکتر سجاد رحیمی در دیدار با با دکتر خانی، مشاور اجرایی و مدیر بودجه معاونت آموزشی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی اظهار داشت: شهرک سلامت می‌تواند به عنوان یک الگوی موفق در ارائه خدمات آموزشی، تحقیقاتی و... عمل کند و در این راستا نیازمند همکاری و حمایت وزارت بهداشت هستیم.رئیس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه اضافه کرد: دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه در تلاش است تا با بهبود و توسعه زیرساخت‌ها، به ارتقای سطح سلامت جامعه و آموزش‌های پزشکی بپردازد.

ارتقای زیرساخت‌های رفاهی دانشجویان

دکتر سجاد رحیمی در دیدار با معاون تسهیلات صندوق رفاه دانشجویان وزارت بهداشت با اشاره به اهمیت توسعه زیرساخت‌های رفاهی، به‌ویژه خوابگاه‌های دانشجویی مجردی و متأهلی این دانشگاه، اظهار داشت: در این نشست مقرر گردید مجتمع رفاهی شهدای سلامت، شامل سلف سرویس دانشجویان و بخش های جانبی آن، به طور کامل تجهیز و تکمیل شود.
وی همچنین به دیدار با رئیس مرکز توسعهٔ مدیریت و تحول اداری وزارت بهداشت اشاره و بر اهمیت به‌روزرسانی ساختار تشکیلاتی دانشگاه به منظور بهبود کیفیت آموزش و پژوهش تاکید کرد و گفت: اصلاحات لازم می‌تواند به افزایش بهره‌وری و کارایی در ارائه خدمات بهداشتی و درمانی منجر شود.

چالش‌های موجود در حوزه بهداشت بررسی شد

رئیس دانشگاه گفت: در نشست‌های جداگانه‌ای با دکتر عاطفی، مشاور اجرایی و دکتر فرخی، مشاور فنی معاونت بهداشت وزارت بهداشت، اعتبارات و تجهیزات مورد نیاز برای ارتقاء کیفیت خدمات بهداشتی در منطقه بررسی شد.
دکتر سجاد رحیمی در پایان اظهار داشت: هدف اصلی دانشگاه ارتقاء سطح بهداشت و سلامت مردم منطقه است و برای رسیدن به این هدف، نیاز به حمایت و همکاری مستمر داریم تا با اجرای یک نظام بهداشتی کارآمد بتوانیم نیازهای واقعی مردم را تحقق ببخشیم.

دستاوردهای مهم در سفر مسئولان دانشگاه به تهران؛

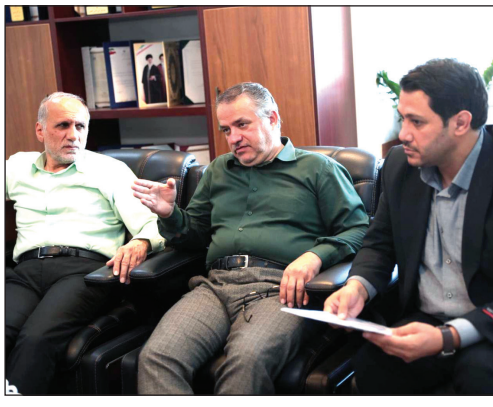
قطار توسعه شتاب می‌گیرد





تحویل و راه‌اندازی دستگاه فیکو، ساخت پانسیون پزشکان، بخش NICU و همچنین بخش آنکولوژی بیمارستان امام حسین (ع) از دستاوردهای مهم نشست با معاون وزیر بود.







خبر

مشکلات تنفسی در صدر مراجعه مردم



رئیس بیمارستان راشد زاوه گفت: بیشترین مراجعه بیماران به این مرکز به مشکلات تنفسی عفونی مربوط می‌شود.
دکتر عصمت رضایی بر لزوم رعایت نکات بهداشتی و پیشگیری تاکید کرد و افزود: برای پیشگیری از بیماری‌های تنفسی، اولین گام استفاده از ماسک، به ویژه در اماکن عمومی و شلوغ است، همچنین، شستشوی مکرر دست‌ها با آب و صابون یا استفاده از محلول‌های ضدعفونی‌کننده و رعایت فاصلهٔ اجتماعی با افراد دارای علائم تنفسی بسیار مهم است.

موفقیت نظام سلامت در کنترل سرخک

سرپرست شبکه بهداشت و درمان مه‌ولات با اشاره به موفقیت در کنترل بیماری سرخک، بر اهمیت واکسیناسیون کودکان تأکید کرد.
محمد ملازاده گفت: بهترین راه جلوگیری از سرخک، تزریق واکسن MMR در دو نوبت است. وی به خانواده‌ها توصیه کرد: در صورت مشاهده علائم مشکوک، به پزشک مراجعه کنند و از خوددرمانی پرهیز نمایند.

خطر بیماری‌های زئونوز

سرپرست شبکه بهداشت مه ولات هشدار داد: دامداران و کشاورزان در معرض بیش از ۲۰۰ بیماری زئونوز هستند.
محمد ملازاده بر لزوم آموزش پیشگیرانه و رعایت اصول بهداشتی تأکید کرد و به خطرات بیماری‌هایی چون هاری اشاره کرد که در صورت عدم پیشگیری می‌توانند کشنده باشند.

ویزیت رایگان متخصص زنان در شادمهر

رئیس امور اداری کلینیک احمدیه گفت: در راستای حمایت از جوانی جمعیت، این کلینیک ویزیت رایگان متخصص زنان و زایمان را در شهر شادمهر برگزار کرد.
اکرم فرهادی‌فر، بر اهمیت سلامت مادران تأکید و اعلام کرد: خدمات این بخش به صورت روزانه در دو شیفت ارائه می‌شود.



روایتی از عشق و امید؛

شکوه خانواده در روستای پاقلعه

وارد خانه‌ای شدیم که سادگی و صمیمیتش دل هر بیننده‌ای را تسخیر می‌کرد. مادر خانواده، زنی ۳۶ ساله با چشمانی نافذ و صورتی مهربان، به استقبالمان آمد. او که مادر پنج فرزند بود و متأسفانه یکی از عزیزانش را به دلیل مشکلات قلبی از دست داده بود، با آرامشی ستودنی از ما پذیرایی کرد.
هدف از این بازدید، گپ‌وگفتی صمیمانه با مادری بود که با وجود تمامی فراز و نشیب‌ها، ستون استوار خانواده‌ای پربرکت بود.در میان سروصدای فرزندانش، چشمانش برق زد و با افتخار گفت: بچه‌هایم برکت زندگی من و همسرم هستند. آن‌ها تمام هست و نیست ما هستند و با آمدنشان، زندگی‌مان پر از شور و امید شد.
در میان این شادی و غرور، لحظه‌ای تلخ نیز فرا رسید. هنگامی که از فرزند از دست رفته‌اش پرسیدیم، اشک در چشمانش حلقه زد و با صدایی لرزان، اما سرشار از احساس گفت: غم از دست دادن بچه‌ام هیچ‌وقت از دلم نمی‌رود. هر روز جای

بچه‌هایم برکت زندگی من و همسرم هستند. آن‌ها تمام هست و نیست ما هستند و با آمدنشان، زندگی‌مان پر از شور و امید شد

خالی‌اش را احساس می‌کنم و یاد و خاطره‌اش همیشه زنده است. این اشک‌ها روایتی از دردی جانکاه بود که حتی گذشت زمان نیز نمی‌توانست آن را التیام بخشد، اما در کنار آن نشان از استحکام روحی داشت که با وجود سن کم مادر اجازه نمی‌داد این غم، شعلهٔ امید را در دلش خاموش کند.
نکته‌ای که توجه ما را جلب کرد، تأکید این مادر بر این بود که با وجود تصور رایج، تولد فرزندان نه تنها بار مالی بر دوش آن‌ها ننهاده، بلکه موجب رونق و برکت در زندگی‌شان شده است. او با لبخندی رضایت‌بخش گفت: ما با تولد بچه‌ها مشکل مالی پیدا نکردیم، برعکس! با تلاش بیشتر و به کمک خدا، توانستیم در همین روستا برای خودمان خانه‌ای بسازیم. زندگی‌مان از قبل شور و شوق بیشتری پیدا کرده است.
مادر با خوشحالی خاصی از دختر بزرگش یاد کرد و گفت: دختر بزرگم در تمام کارهای خانه کمکم می‌کند و از هیچ تلاشی دریغ نمی‌کند. او مایه افتخار من است و از حضور خواهر و برادرانش در زندگی خود بسیار خرسند است. این رابطه صمیمانه و همکاری متقابل بین مادر و دختر، تصویری زیبا از خانواده‌ای همدل و همراه را به نمایش می‌گذاشت.
این بازدید فراتر از یک گزارش اداری بود. ما در خانهٔ این مادر، درس‌های بزرگی از عشق بی‌قید و شرط، امید و قناعت آموختیم. خانوادهٔ باشکوه روستای پاقلعه شهرستان زاوه، نمادی از اصالت و ارزش‌های والایی بود که هنوز هم در دل روستاها و خانه‌های ساده ایرانی می‌درخشند.

خبر اول

سرپرست فرمانداری شهرستان زاوه:

جوان‌سازی نیروی انسانی کشور ضرورت دارد



سرپرست فرمانداری شهرستان زاوه گفت: کشور در «پنجرهٔ فرصت جمعیتی» قرار دارد و باید از این فرصت به‌خوبی بهره‌برداری کند.
دکتر محسن نجات در نشست قرارگاه جوانی جمعیت این شهرستان بر لزوم مدیریت صحیح و برنامه‌ریزی برای استفاده بهینه از جمعیت فعال و اجرای دقیق قانون جوانی جمعیت تأکید کرد. وی اظهار داشت: با کارآفرینی و سیاست‌های حمایتی برای فرزندآوری، می‌توان به سازندگی و شکوفایی کشور در بخش های مختلف کمک کرد.نجات با اشاره به فرمایشات مقام معظم رهبری، افزود: افزایش نسل و جوان‌سازی نیروی انسانی از ضرورت های حیاتی کشور است.
وی همچنین به اهمیت قانون «حمایت از خانواده و جوانی جمعیت» اشاره کرد و خواستار اقدامات عملیاتی و هماهنگ دستگاه ها برای اجرای این قانون شد.

خبر دوم

با مشارکت خیر حوزه سلامت؛

پیشرفت ۴۰ درصدی احداث مرکز دیالیز شهرستان مه ولات



فرماندار شهرستان مه ولات، در بازدید از محل احداث پروژه خیرساز دیالیز بیمارستان امام رضا (ع)، بر تسریع در تکمیل آن تأکید کرد.
ریحانه شریعتی اصل با اشاره به پیشرفت ۴۰ درصدی این پروژه، اظهار کرد: این مرکز در صورت تکمیل، بار مراجعات به مراکز درمانی شهرهای همجوار را کاهش خواهد داد.
وی با قدردانی از نقش خیرین و همکاری دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه، این مشارکت را الگوی موفقی برای پروژه‌های درمانی دانست.گفتنی است، این پروژه به همت حاج ذوالفقار ذوالفقاری و با مشارکت دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه در حال ساخت است و تکمیل آن در اولویت برنامه‌های بهداشت و درمان شهرستان قرار دارد.

دکتر هاشم حشمتی:

سلامت مردم مهم‌ترین سرمایه هر جامعه است



سرپرست معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه، در نشستی با مسئولان واحدهای زیرمجموعه این معاونت بر اهمیت سلامت جامعه تأکید کرد و گفت: سلامت مردم، مهم‌ترین سرمایه هر جامعه است و حوزه بهداشت رسالتی خطیر در حفظ و ارتقای این سرمایه دارد.

دکتر هاشم حشمتی با اشاره به اینکه ارتقای سلامت جامعه نیازمند همت و تلاش همگانی است، تصریح کرد: ما باید با تمام توان در این راستا تلاش کنیم و از هیچ کوششی دریغ نکنیم.

وی همچنین از تلاش‌های بی‌وقفه همکاران حوزه بهداشت قدردانی و گفت: واقع‌بینانه به مسائل میدانی و ارائه راهکارهای عملی برای پاسخگویی به نیازهای واقعی جامعه هدف و تأمین سلامت عمومی یک ضرورت است.

این مقام مسئول همچنین با اشاره به اهمیت موضوع جوانی جمعیت و لزوم حمایت از خانواده‌ها، اظهار داشت: جوانی جمعیت یکی از مهم‌ترین مسائل کشور است و حوزه بهداشت نقش مهمی در تحقق این امر دارد.

وی افزود: ما باید با ارائه خدمات مناسب و مشاوره‌های لازم، از خانواده‌ها حمایت کرده و زمینه را برای افزایش جمعیت سالم و پویا فراهم کنیم.

دکتر حشمتی همچنین به بررسی چالش‌های موجود در حوزه بهداشت پرداخت و گفت: در این نشست‌ها که بصورت دوره ای برگزار خواهد شد، فرایندها، چالش‌ها و وضعیت جاری برنامه‌های حوزه بهداشت به‌صورت دقیق مورد بررسی قرار می گیرد. وی از مدیران حوزه بهداشت خواست تا با هم‌افزایی و همکاری بین واحدها، به حل مشکلات موجود کمک کنند تا به بهبود کیفیت خدمات بهداشتی و افزایش رضایت‌مندی مردم منجر شود.

او همچنین تأکید کرد که برای رسیدن به اهداف سلامت، نیازمند مشارکت و همکاری تمامی اقشار جامعه هستیم و تنها با هم‌افزایی می‌توانیم به موفقیت‌های بزرگ دست یابیم.

خبر اول

در راستای ارتقا سطح خدمات بهداشتی؛

شبکه آزمایشگاهی پزشکی راه‌اندازی می‌شود



رئیس اداره آزمایشگاه مرجع سلامت دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه از راه‌اندازی شبکه آزمایشگاهی پزشکی به‌منظور بهبود کیفیت خدمات بهداشتی و دسترسی به داده‌های معتبر خبر داد.

محمدتقی خضری اظهار کرد:این شبکه گامی مؤثر در یکپارچگی و هماهنگی خدمات آزمایشگاهی است و به‌عنوان مرجع معتبری برای تأمین اطلاعات پزشکان و بیماران عمل خواهد کرد.

وی گفت: هدف این شبکه، اجتناب از انباشت منابع و افزایش هم‌افزایی بین مراکز آزمایشگاهی است تا خدمات با کیفیت به تمامی ذینفعان ارائه شود.

خضری همچنین بر اهمیت دسترسی مستمر به خدمات آزمایشگاهی تأکید کرد و افزود: این شبکه شامل مراکز نمونه‌گیری، آزمایشگاه‌های میانی و مرکزی خواهد بود.

وی خاطرنشان کرد: با مدیریت متمرکز، مسیر ارجاع نمونه‌های بالینی و نظارت بر آنها به‌خوبی مشخص خواهد شد.

خبر دوم

رئیس مرکز بهداشت تربت‌حیدریه:

کارفرماها اصول ایمنی و بهداشت حرفه‌ای را جدی بگیرند



رئیس مرکز بهداشت تربت‌حیدریه،بر اهمیت حفظ سلامت جسمی و روانی کارگران ساختمانی تأکید کرد و گفت: این مسئله نقشی کلیدی در توسعه پایدار کشور دارد.مرتضی عباسی با اشاره به وجود ۵ تا ۶ میلیون نیروی کار در بخش ساخت‌وساز، تقویت نظارت‌ها و آموزش‌های بهداشت حرفه‌ای در کارگاه‌ها را ضروری دانست.وی خاطرنشان کرد: کارگاه‌های ساختمانی به دلیل عوامل زیان‌آور مانند گرد و غبار، سر و صدا و مواد شیمیایی، جزو محیط‌های شغلی پرخطر هستند. وی در ادامه افزود: رعایت اصول ایمنی نه‌تنها برای پیشگیری از حوادث ضروری است، بلکه به افزایش بهره‌وری و کاهش هزینه‌های ناشی از حوادث کمک می‌کند.وی همچنین اعلام کرد:واحد سلامت کار این مرکز برنامه‌هایی از جمله آموزش‌های مستمر و بازرسی‌های هدفمند را در دستور کار دارد. عباسی در پایان از شهروندان و کارگران خواست تا مشکلات ایمنی را از طریق سامانه ۱۹۰ گزارش دهند تا پیگیری‌های لازم صورت گیرد.

نکته

چرا اینقدر مریض می‌شویم؟

محبوبه رمضانی: شاید برای شما هم پیش آمده باشد که وقتی به درمانگاه یا بیمارستان مراجعه می‌کنید، با صف‌های طولانی، سالن‌های شلوغ و نوبت‌های دیرهنگام روبه‌رو شوید. این شلوغی فقط مخصوص یک شهر یا بیمارستان خاص نیست؛ واقعیتی است که در بیشتر نقاط کشور با آن روبه‌رو هستیم.

مراجعه به مراکز درمانی این‌قدر زیاد شده است؟

یکی از مهم‌ترین دلایل، سبک زندگی امروزی ماست. تغذیه ناسالم، مصرف زیاد غذاهای آماده و پرچرب، کم‌تحرکی، بی‌خوابی یا خواب نامنظم، استرس‌های شغلی و خانوادگی، و مصرف دخانیات، همه عواملی هستند که باعث می‌شوند بدن ما بیشتر در معرض بیماری قرار گیرد.

از طرفی، بسیاری از ما به جای پیشگیری، تنها زمانی به پزشک مراجعه می‌کنیم که بیماری‌مان شدت گرفته باشد. مراجعه نکردن به موقع برای معاینه‌های دوره‌ای، بی‌توجهی به علائم اولیه بیماری‌ها و خوددرمانی‌های اشتباه باعث می‌شود شرایط بدتر شده و نیاز به درمان جدی‌تر پیدا کنیم.

علاوه بر این، افرادی هستند که وسواس‌گونه و بدون اعتماد به یک پزشک، به متخصصان گوناگون مراجعه می‌کنند که هم باعث سردرگمی خودشان و هم شلوغی مراکز درمانی می‌شود.

چرا این‌قدر بیمارستان‌ها شلوغ است؟

مراجعه به بیمارستان برای مشکلاتی است که در مراکز بهداشتی یا مطب‌های عمومی قابل پیگیری نیستند. اما بسیاری از ما فکر می‌کنیم "بیمارستان بهتر است"، حتی برای سردرد ساده یا سرماخوردگی معمولی هم به اورژانس می‌رویم.

به هر حال، جمعیت کشور ما در حال افزایش است و به دنبال آن، نیاز به خدمات درمانی نیز بیشتر می‌شود. در نتیجه، طبیعی است که مراکز درمانی هم شلوغ‌تر شوند.

درنهایت، برای داشتن جامعه‌ای سالم‌تر، بهتر است بیشتر به پیشگیری توجه کنیم، تغذیه و تحرک خود را اصلاح کنیم. پیشگیری همیشه آسان‌تر و کم‌هزینه‌تر از درمان است و با مراجعه به موقع به مراکز سطح اول (مراکز بهداشت) می‌توانیم کمک کنیم که بیمارستان‌ها برای موارد ضروری باقی بمانند.

مسئول روابط عمومی کلینیک احمدیه

خبر

در یک نشست مطرح شد:

همکاری برای پیشگیری و درمان سرطان

در نشستی با حضور مدیران دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه و اعضای هیئت مدیره موسسه حمایت از بیماران سرطانی، راهکارهای همکاری در پیشگیری و درمان سرطان مورد بحث و بررسی قرار گرفت.

سرپرست دبیرخانه مشارکت‌های اجتماعی دانشگاه، از رویکرد جامع موسسه در توجه به ابعاد مختلف مقابله با سرطان قدردانی کرد.

دکتر حسن اژدری زرمهری، همچنین آمادگی دانشگاه را برای همکاری در جهت ارتقای سلامت جامعه اعلام نمود.

رئیس هیئت مدیره موسسه حمایت از بیماران سرطانی شهرستان در این نشست اظهار کرد: حمایت‌های درمانی باید همزمان با اقدامات پیشگیرانه صورت پذیرد.

مهندس مهدی مروج تربتی، همکاری با دانشگاه را در راستای افزایش آگاهی عمومی جامعه و تجهیز مراکز غربالگری حائز اهمیت دانست. در پایان این نشست، مقرر شد تیم‌های دانشگاهی با حمایت موسسه، اقدامات آگاهی‌بخشی را طراحی و اجرا کرده و در جهت تأمین تجهیزات مورد نیاز برای غربالگری سرطان همکاری نمایند.

اهدای دو عدد ویلچر به کلینیک تخصصی احمدیه



رئیس امور اداری کلینیک تخصصی احمدیه گفت: در اقدامی خداپسندانه، دو عدد ویلچر از سوی خانواده شادروان حاج عباسعلی چاکری و حاجیه‌خانم صدیقه بختیاری به این مرکز درمانی اهدا شد.اکرم فرهادی فر ادامه داد: اهدای این ویلچرها به تسهیل تردد بیماران دارای محدودیت حرکتی کمک می‌کند و نشان‌دهنده اهمیت توجه به نیازهای آن‌هاست. وی با قدردانی از این اقدام خیرخواهانه، بر اهمیت مشارکت‌های مردمی در بهبود زیرساخت‌های درمانی تأکید کرد و افزود: یاد و خاطره این نیکوکاران همواره در ذهن ها باقی خواهد ماند.وی در پایان یادآور شد: این اقدام نه تنها به بیماران کمک می‌کند، بلکه می‌تواند الگویی برای دیگران باشد تا با همکاری و همدلی، بتوانیم گام‌های مؤثری در راستای ارتقای سلامت جامعه برداریم.

در نشست با نیکوکار و چهره برجسته علمی کشور عنوان شد:

توسعه سلامت با مشارکت‌های داوطلبانه خیران



در نشست رئیس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه با دکتر هادیزاده، نیکوکار و از چهره‌های برجسته علمی و اقتصادی کشور، بر اهمیت حضور و مشارکت خیران در توسعه علمی و آموزشی دانشگاه تأکید شد.

دکتر سجاد رحیمی، رئیس دانشگاه، اظهار کرد: در مسیر تحقق اهداف علمی، آموزشی و خدمت‌رسانی، با چالش‌هایی روبه‌رو هستیم که عبور از آن‌ها نیازمند نگاه خلاقانه، برنامه‌ریزی دقیق و البته همراهی دلسوزانه نخبگان و خیرین است.

وی افزود: حضور بزرگانی همچون دکتر هادیزاده نشان می‌دهد که سرمایه‌های انسانی کشور، همچنان دغدغه ارتقاء سلامت و توسعه سرزمین خود را دارند. این همراهی‌ها نه‌تنها انگیزه‌بخش است، بلکه الگویی از مسئولیت‌پذیری و تفکر آینده‌محور محسوب می‌شود.

وی خاطرنشان کرد: امروز بیش از هر زمان دیگری به مشارکت‌های داوطلبانه و اندیشه‌های خیرخواهانه نیاز داریم.

در ادامه، دکتر هادیزاده ضمن بازدید میدانی از مجموعه شهرک سلامت دانشگاه علوم پزشکی، با تأکید بر اهمیت استفاده از تکنولوژی‌های روز دنیا در طراحی و اجرای پروژه‌های حوزه سلامت، بر لزوم آینده‌نگری و بهره‌مندی از ظرفیت‌های نوین تأکید نمود.

دکتر هادیزاده بیان داشت: توسعه زیرساختی زمانی ماندگار و مؤثر خواهد بود که هم‌راستا با تحولات علمی، نگاهی هدفمند، فناورانه و ریشه‌دار داشته باشد و مبتنی بر تحلیل دقیق شرایط بومی و ظرفیت‌های دانشگاهی باشد.

سرپرست دبیرخانه مشارکت‌های اجتماعی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه نیز در این نشست اظهار داشت: حضور افرادی با چنین سابقه پربار در عرصه سلامت، صرفا یک مشارکت مالی نیست، بلکه پشتوانه‌ای فکری، راهبردی و الهام‌بخش برای توسعه سلامت بر مبنای نیازهای آینده است.

دکتر حسن اژدری زرمهری ادامه داد: وقتی نگاه‌هایی اندیشمند و آینده‌نگر در کنار دغدغه‌های مردمی و ظرفیت‌های دانشگاهی قرار می‌گیرند، جریانی تازه در مسیر توسعه سلامت شکل می‌گیرد؛ جریانی که نه‌فقط در ساخت بناها، بلکه در ساختن آینده‌ای سالم‌تر و آگاهانه‌تر برای جامعه متجلی می‌شود.

لازم به ذکر است دکتر هادیزاده از چهره‌های برجسته علمی و اقتصادی کشور و از افتخارات دیار تربت‌حیدریه است؛ وی با بیش از ۳۵ سال تجربه موفق در حوزه‌های اقتصادی در سطح بین‌المللی، از کارنامه‌ای پربار و ارزشمند در عرصه‌های مختلف برخوردار است.

خیران

پروژه ای به یاد مرحوم رمضانعلی ترشیزی؛

روند احداث پایگاه اورژانس پنج شهری رضایت بخش است



رئیس دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه به همراه معاون توسعه مدیریت و منابع، رئیس مرکز اورژانس پیش‌بیمارستانی و جمعی از مدیران این دانشگاه، از پروژه در حال ساخت پایگاه اورژانس پنج شهری این منطقه بازدید میدانی به عمل آورد.

دکتر سجاد رحیمی در جریان این بازدید، ضمن ابراز رضایت از پیشرفت فیزیکی پروژه، نقش خیرین سلامت را در تحقق اهداف حوزه اورژانس پیش‌بیمارستانی بسیار مؤثر دانست.

وی گفت: این پروژه که تنها یک ماه از آغاز عملیات اجرایی آن می‌گذرد، بیش از ۱۰ درصد پیشرفت فیزیکی را نشان می‌دهد که این امر بیانگر سرعت و دقت در اجرای آن است.

وی افزود: حضور خانواده مرحوم «ترشیزی» به عنوان خیر فعال در این پروژه، نویدبخش تکمیل سریع‌تر آن است و امید است با بهره‌برداری از این پایگاه، شاهد ارتقاء سطح خدمات اورژانس به مردم شریف منطقه باشیم.

در ادامه این بازدید، دکتر عباس قدرتی، رئیس مرکز اورژانس پیش‌بیمارستانی دانشگاه، گزارشی از اقدامات انجام شده در هفته‌های اخیر ارائه داد و گفت: هماهنگی مطلوب میان واحدهای دانشگاهی، احساس مسئولیت جمعی و همراهی دلسوزانه خیر پروژه، سه عامل کلیدی در سرعت‌بخشی به ساخت این پایگاه بوده‌اند.

وی با اشاره به اتمام عملیات خاکبرداری و اجرای بتن و فونداسیون اظهار داشت: طبق برنامه‌ریزی صورت گرفته، نصب اسکلت سازه این پایگاه در هفته آتی آغاز خواهد شد.

وی ضمن قدردانی از خانواده محترم مرحوم «ترشیزی» به عنوان خیر نیک‌اندیش این پروژه، تصریح کرد: مشارکت داوطلبانه و هدفمند خیرین، مشوق اصلی در تحقق سریع پروژه‌ها و توسعه زیرساخت‌های اورژانس است.

انعکاس سلامت

Public Relations Monthly of Torbat Heydariyeh University of Medical Sciences | Issue 17 | June / July 2025 |

Dr. Mohsen Zanganeh:
Torbat Heydarieh University of Medical Sciences is Developing



President of Torbat Heydariyeh University of Medical Sciences:

The silence of the international community in the face of Israeli crimes is regrettable



President of Torbat Heydariyeh University of Medical Sciences, in the live television program "Your Doctor" on Khorasan Razavi TV, referring to the crimes of the Zionist regime in the Gaza Strip, said: These actions, especially in the health and medical sector, violate military protocols and are a clear example of crimes against humanity.

Dr. Sajjad Rahimi stated in this program: The crimes of the Zionist regime in the Gaza Strip have endangered the lives of millions of people and have specifically caused irreparable damage to the health and medical infrastructure of this region.



He added: In a situation where conflicts are rapidly escalating, patients and victims are deprived of access to basic medical services, and this is unacceptable.

Dr. Rahimi, referring to the fact that according to international laws, attacks on medical and health centers are in no way justifiable, added: International communities must react to these crimes and defend human rights and public health.

President of Torbat Heydariyeh University of Medical Sciences added: As the medical community and the University of Medical Sciences, we unanimously and wholeheartedly condemn these crimes and call on all international bodies to act to stop these crimes and support the innocent people of Gaza.

Dr. Rahimi also emphasized the importance of raising awareness about these issues and said: We should not be indifferent to these events. The international community must speak out and strive to protect human rights and human health. We cannot remain silent in the face of these crimes.

He concluded by calling for greater solidarity against such crimes and emphasized the necessity of forming a united front to defend human rights and public health.

First News

Dr. Hashem Heshmati:

Public Health is the Most Important Asset



In a meeting with officials at Torbat Heydarieh University of Medical Sciences, Dr. Hashem Heshmati emphasized that public health is society's most vital asset. He called for collective efforts to improve community health and praised the tireless work of health sector colleagues.

Highlighting the significance of supporting families and the youth population, he advocated for appropriate services to foster a healthy society.

Dr. Heshmati also addressed existing challenges, urging managers to collaborate for enhanced health service quality and public satisfaction, and stressed the importance of societal participation in achieving health goals.

Second News

Dr. Mohsen Zanganeh:

Torbat Heydarieh University of Medical Sciences is Developing

Dr. Mohsen Zanganeh, the representative of Torbat Heydarieh, emphasized the importance of completing infrastructure projects during his visit to the ongoing construction projects at Torbat Heydarieh University of Medical Sciences.

He highlighted the need for cooperation to obtain permits and secure funding from the Ministry of Health. Dr. Zanganeh stated that this university will soon become a center for health services in southern Khorasan.

Dr. Sajjad Rahimi, the university president, also announced a development plan for a Health City covering 15 hectares and added that the necessary funding to begin the execution of these projects has been secured.

These projects could facilitate the improvement of health infrastructure

Third news

Amir Golmohammadian:

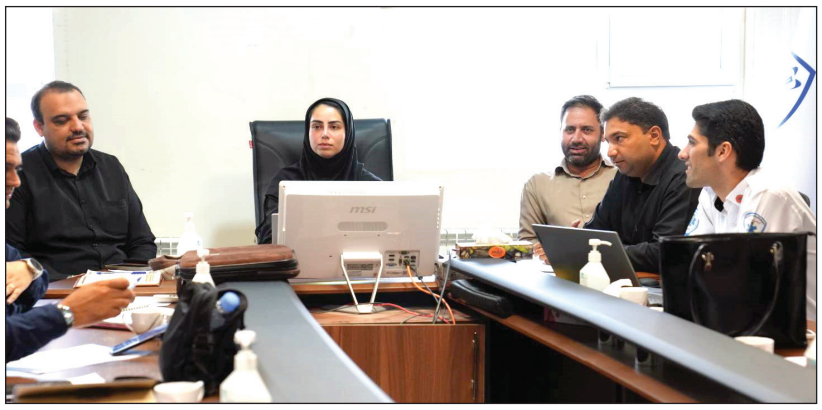
We Are Ready to Confront Potential Crises



Amir Golmohammadian, Deputy for Management Development and Resources at Torbat Heydarieh University of Medical Sciences, announced the mobilization of all resources to confront potential crises. He condemned the actions of the Zionist regime and praised health guardians for their self-sacrifice. Golmohammadian highlighted the swift response during the recent 12-day conflict, ensuring essential needs were met promptly in coordination with crisis management. He noted that timely drug predictions were vital for the university and assured that staff salaries and payments are being processed without disruption. He concluded by emphasizing the university's readiness for any scenario to protect the people of Iran.

Holding new training courses at Torbat Heydarieh University of Medical Sciences;

Artificial Intelligence at the Service of Public Relations



Torbat Heydarieh University of Medical Sciences is prioritizing the skills of its public relations team by launching an artificial intelligence (AI) training course. The initiative, aimed at improving media content production, reflects the university's commitment to integrating modern technologies into its communication processes.

Masoud Saadatnejad, Head of Public Relations and International Affairs, emphasized the importance of equipping media professionals with AI tools in today's fast-paced environment. He highlighted that AI is no longer a future concept but a valuable asset for enhancing content quality and efficiency.

The training course, led by Dr. Elaheh Mahavelati, introduces key AI concepts and applications. Participants will learn about AI's potential in content creation, exploring tools for generating text, images, and video. The university plans to offer recurring AI training throughout the year, ensuring that public relations staff remain up-to-date with the latest advancements.

Saadatnejad noted the significant benefits of incorporating AI, including faster content creation, improved quality, cost reduction, and time savings. By automating tasks and providing data-driven insights, AI empowers professionals to focus on strategic communication.

The university aims to become a national model for AI utilization in media and public relations. Saadatnejad stressed the importance of effective communication, especially within the healthcare sector. He encouraged active participation in the training to enhance the skills of public relations experts, contributing to both individual development and organizational progress. This investment in AI reflects the university's dedication to innovation and effective public engagement.

First News

A Story of Love and Hope;
The Splendor of Family in Paqaleh Village

In the tranquil village of Paqaleh, a mother embodies warmth and resilience. At 36, her strength is evident despite the heartbreak of losing a child to heart problems. She greets visitors with serenity, viewing her surviving children as life's greatest blessings, filling her world with joy and purpose.



Though the pain of loss lingers, it coexists with a spiritual resilience that nurtures hope. Contrary to common belief, she asserts that her children have not been a financial burden; rather, they have brought prosperity and blessings. Through hard work and faith, the family has built a cherished home in their village. The mother expresses particular joy in her eldest daughter, who provides unwavering support. Their close bond reflects the family's harmonious dynamic, characterized by cooperation and affection. This visit reveals a family that represents authenticity and noble values, symbolizing the enduring spirit of Iranian villages.Their story highlights the power of love, the significance of family, and the strength of the human spirit, celebrating the profound connections that make life meaningful despite adversity.

Note

Digital and Social Media Addiction;

How Did We Get Addicted?!



Hossein Miri: In today's world, mobile phones and social media have become an inseparable part of our lives, profoundly impacting our behavior and psyche. Social platforms compel us to scroll continuously by offering unpredictable rewards. Each time a new notification arrives, our brain receives a dose of dopamine, bringing a feeling of pleasure and satisfaction. This process leads users to check their phones an average of 150 times a day. The crucial point is that the more dependent we become on social media, the more our dopamine sensitivity decreases, and the need for more intense content is felt. This is a very common phenomenon for people in the age of communication and is called digital addiction.

The phantom vibration phenomenon is one of the signs of digital addiction. The false sensation of your phone vibrating when no notification has been received is a clear indicator of this disorder. Furthermore, it has been proven that the blue light from screens can disrupt melatonin secretion and prevent you from sleeping, yet you still can't stop scrolling before bed. Reduced concentration capacity is another sign of this addiction; the average human attention span has decreased to 8 seconds, which is less than that of a goldfish.

This issue negatively affects individuals' academic, professional, and daily life performance. It can also lead to a decrease in creativity and innovation.

Studies show that digital addiction is a neurological disease, not a moral choice. But the good news is that our brain has the ability to rebuild itself even after years of addiction, provided we give it the chance.

To start, effective steps can be taken by gradually reducing the time spent on social media and replacing it with healthier activities such as exercise, reading, or spending time with family and friends.

Dr. Fatemeh Kalantari, Gastroenterologist and Hepatologist, answers;

How to identify and treat digestive disorders?



Mojgan Mohammadpour:
Dr. Fatemeh Kalantari, a gastroenterologist and hepatologist, recently discussed the identification and treatment of digestive disorders in an interview.

Given the high prevalence of these disorders, she outlined common symptoms such as abdominal pain, bloating, heartburn, nausea, vomiting, diarrhea, and constipation. These symptoms may indicate conditions like gastroesophageal reflux disease, irritable bowel syndrome, and peptic ulcers. Dr. Kalantari also noted the high prevalence of gastrointestinal cancers, especially stomach cancer in Iran's Razavi Khorasan province.

Diagnosis begins with a medical history and physical examination, followed by blood and stool tests, imaging, and endoscopy, depending on the initial findings. Biopsies may also be necessary for accurate diagnosis. Critical symptoms that should not be ignored include gastrointestinal bleeding, involuntary weight loss, difficulty swallowing, recurrent vomiting, jaundice, changes in bowel habits in individuals over 45, and a family history of cancer.

Dr. Kalantari emphasized the link between anxiety and digestive diseases, advocating for simultaneous treatment of mental and digestive health issues.

Stress management and relaxation techniques can improve digestive well-being. She recommends adopting a healthy diet with high-fiber foods, regular physical activity, and screening tests to reduce the risk of digestive diseases, particularly colorectal cancer screening from age 45. Consulting a doctor for unusual symptoms is also crucial.

Second News

A psychiatrist announced:

High prevalence of psychiatric disorders in the country



Psychiatrist Dr. Naghmeh Saba has raised concerns about the high prevalence of mental disorders within Iran, estimating that approximately 25% of the population is affected. Among the most common conditions are depression and anxiety, which significantly impact the quality of life for many individuals. Worryingly, Dr. Saba points out that nearly 60% of those affected remain unaware of their condition, often attributing their symptoms to mere personality traits or circumstantial stress.

Dr. Saba emphasizes the crucial role of self-care in mental health, advocating for proactive measures such as participation in educational workshops, the implementation of effective stress management strategies, and the adoption of proper nutritional habits. She also highlights the importance of family members recognizing early signs and symptoms of mental health issues. To address this pressing need, she noted that the Ministry of Health offers three-tiered psychiatric services in Torbat-e Heydarieh, aiming to increase accessibility and improve care.

First News

Faculty member of Torbat Heydarieh University of Medical Sciences:

Food contamination can lead to cancer



Dr. Abdolmajid Gholizadeh, a faculty member at Torbat Heydarieh University of Medical Sciences, emphasizes that food contamination—both direct and indirect—presents a notable risk for the development of various cancers.

He highlights key contaminants, including nitrates and nitrites found in processed meats, which convert into carcinogenic nitrosamines. Aflatoxins, toxins from molds in improperly stored grains and dried fruits, pose a risk for liver cancer. Heavy metals like arsenic, lead, and cadmium, entering the food chain through contaminated sources, can lead to other cancers. Additionally, the excessive use of antibiotics and growth hormones in livestock farming leaves residues that may increase the risk of hormone-related cancers.Preventive measures include prioritizing fresh and organic foods, thoroughly washing fruits and vegetables, reducing the consumption of processed and fast foods, drinking clean water, and adopting a healthy lifestyle with sufficient fiber and antioxidants. Dr. Gholizadeh stresses that awareness and caution are essential to minimize exposure and mitigate the risk of food-related cancers.

انعکاس سلامت
Public Relations Monthly of Torbat Heydariyeh University of Medical Sciences
● Publisher: Torbat Heydariyeh University of Medical Sciences
● Editorial Secretary: Hadi Moradi
● Online Editor: Hossein Miri
● Manager: Dr. Sajjad Rahimi Bistouni
● Editor-in-Chief: Masoud Saadatnejad
● Address: Torbat Heydariyeh. Qarani Street 1
● Phone: 05152226011 ● Postal Code: 9516915169

Session

Cultural vice president of the university:

We are following up on the implementation of cultural approvals



A meeting of the Cultural Council of Torbat Heydarieh University of Medical Sciences was held with the presence of the president, a group of deputies, managers, and members of the university's cultural council, to review and approve cultural programs for the second quarter of the current year.

The Deputy of Cultural and Student Affairs of Torbat Heydarieh University of Medical Sciences, emphasizing the importance of cultural programs in advancing the university's goals, said: These programs are the backbone of any university's identity and dynamism.

Dr. Hadi Alizadeh emphasized the serious implementation of the Cultural Council's resolutions and the necessity of a cultural annex for all activities, adding: We must ensure that every project and program implemented at the university has a strong cultural annex.

He listed utilizing the capacities of talented students and student organizations as an effective factor in making cultural programs richer and more impactful, and thanked the Deputy of Cultural and Student Affairs for their valuable actions in this regard.

He presented a report on the performance and actions taken in the first quarter of the year and emphasized synergy between different university sectors as a priority for achieving a desirable cultural position.

At the end of this meeting, the main axes of cultural activities for the second quarter, including the closing ceremony of the Quran and Etrat Festival, graduation ceremony, dispatch of pilgrimage caravans to holy shrines, and holding jihadist camps in deprived areas, were discussed and reviewed.

A plan that seeks to improve patient satisfaction;

Reforming the treatment path with the referral system



Dr. Zeinab Abbaspour, the Vice-Chancellor for Treatment of Torbat Heydarieh University of Medical Sciences, emphasizes the implementation of a referral system as a fundamental program by the Ministry of Health, aimed at achieving health equity and optimizing treatment pathways.

In this system, patients first consult a family physician or general practitioner at comprehensive health service centers and are then referred to the appropriate specialist if needed.

This referral system plays a crucial role in improving access to specialized services, reducing congestion in hospitals and specialized clinics, and guiding patients in selecting the right healthcare provider or treatment center. By organizing the treatment pathway, issues such as multiple referrals and the excessive time and money spent finding suitable specialized services are addressed. The electronic implementation of this program at Torbat Heydarieh University of Medical Sciences enables individuals to obtain electronic referral codes and schedule appointments with specialists at the university's specialized clinics. The use of smart systems and interaction between doctors at different levels makes this process easier and more transparent for patients. Electronic referrals allow doctors to track treatment stages and monitor individuals' health records. This initiative is particularly beneficial for residents in rural and remote areas, as it reduces travel costs, prevents unnecessary referrals, and ensures faster access to specialized services.

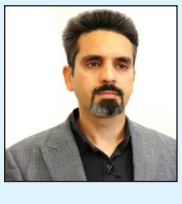
Given the limited resources in the healthcare system, the targeted implementation of the referral system plays a significant role in the optimal use of treatment facilities and improving patient satisfaction.

Dr. Abbaspour stresses that the success of this referral system depends on continuous cooperation among different levels of service provision. The Vice-Chancellor for Treatment is seriously committed to implementing this program to create equitable, efficient, and coherent access to health services for all people in the region.

First News

At Torbat Heydariyeh University of Medical Sciences:

Seven new faculty members were hired



Torbat Heydarieh University of Medical Sciences has expanded its faculty by recruiting seven new members this year to enhance its scientific and educational capabilities. Dr. Seyed Mohammad Ahmadi Soleimani, Vice-Chancellor for Education, Research, and Technology, highlighted that this move aims to improve the quality of education and treatment services for the region.

The new hires include specialists in gastroenterology, neonatology, and internal medicine, addressing critical regional needs. A new Ph.D. in epidemiology will boost research and disease prevention efforts. Furthermore, the medical physics department has been strengthened with a Ph.D. and two master's degree holders, improving imaging and radiotherapy services.

Currently, the university has 108 faculty members. Dr. Ahmadi Soleimani emphasized the university's commitment to continuous improvement through specialized recruitment, aiming to provide better services to the community.

رئیس اورژانس پیش‌بیمارستانی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه تشریح می کند:

گرمازدگی و راهکارهای فوری مقابله با آن



رئیس اورژانس پیش‌بیمارستانی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه نسبت به افزایش خطر گرمازدگی در برخی افراد به‌دلیل وجود فاکتورهای مستعدکننده هشدار داد.

دکتر عباس قدردتی در این خصوص گفت: با افزایش دما و وقوع موج‌های گرما در کشور، برخی افراد بیش از دیگران در معرض این خطر قرار دارند.

دکتر عباس قدرتی با تأکید بر اهمیت آگاهی از عوامل مؤثر در بروز گرمازدگی و رعایت اصول پیشگیری، افزود: آگاهی از این عوامل می‌تواند از بروز حوادث ناگوار و تهدیدکننده حیات جلوگیری کند.

وی در ادامه، با بیان اینکه گرمازدگی شرایطی است که بدن نمی‌تواند افزایش دمای مرکزی را حس کرده و آن را جبران کند، به فاکتورهای مؤثر در گرمازدگی اشاره کرد و اظهار داشت: شرایط جوی، ورزش و فعالیت شدید، سن و بیماری‌های زمینه‌ای از جمله عواملی هستند که می‌توانند افراد را مستعد گرمازدگی کنند.

این مقام مسئول با اشاره به علائم شایع گرمازدگی، تصریح کرد: گرفتگی‌های عضلانی، ضعف یا خستگی، سرگیجه یا از حال رفتن، وضعیت روانی تغییر یافته، نبض سریع و تنفس‌های عمیق از جمله علائم عمومی اورژانس‌های گرمازدگی هستند.

دکتر قدرتی در ادامه به راهکارهای درمانی اشاره کرد و اذعان داشت: مهم‌ترین اقدام در مواجهه با گرمازدگی، دور کردن مددجو از منبع گرما و قرار دادن او در مکان خنک‌تر است. همچنین باید لباس‌های بیمار را کم کرده یا در صورت امکان، آنها را شل کنید تا بیمار احساس راحتی بیشتری داشته باشد.

مهم‌ترین اقدام در مواجهه با گرمازدگی، دور کردن مددجو از منبع گرما و قرار دادن او در مکان خنک‌تر است. همچنین باید لباس‌های بیمار را کم کرده یا در صورت امکان، آنها را شل کنید تا بیمار احساس راحتی بیشتری داشته باشد

وی همچنین بر لزوم تماس با اورژانس ۱۱۵ در صورت بروز علائم خطرناک تأکید کرد و بیان کرد: گذاشتن کمپرس سرد و خیس یا اسپری کردن آب بر روی فرد و باد زدن او به فرایند خنک شدن کمک می‌کند. همچنین می‌توان بیمار را در وضعیت خوابیده به پشت قرار داد و پاها را ۲۰ تا ۳۰ درجه بالاتر از سطح بدن قرار داد تا تجمع خون در اندام‌ها کاهش یابد و به بهبود شرایط عمومی امدادخواه کمک شود.

رئیس اورژانس پیش بیمارستانی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه در پایان از مردم خواست در روزهای گرم سال، مراقب سلامت خود و دیگران باشند و در صورت مشاهده علائم گرمازدگی، به سرعت اقدام کنند.

سلامت

حیوان گزیدگی؛ تهدیدی برای جان و اقتصاد

محدثه نشاط ایرانپور*

حیوان‌گزیدگی یکی از منابع شایع صدمات در اورژانس بیمارستان‌ها است؛ به‌طوری‌که مسمومیت‌های ناشی از آن سالانه جان میلیون‌ها نفر را به خطر می‌اندازد و به‌عنوان یک مشکل جدی بهداشتی و اقتصادی در سراسر جهان شناخته شده است. در نتیجه شیوع و هزینه بالای مرتبط با گزش حیوانات، پیشگیری از این صدمات در اولویت کشورهایی قرار می‌گیرد که حیوان‌گزیدگی در آن‌ها بومی است.

سالانه در جهان تقریباً ۱٫۸ تا ۲٫۷ میلیون نفر تحت تأثیر مسمومیت ناشی از حیوان‌گزیدگی قرار گرفته و حدود ۸۱ تا ۱۳۸ هزار نفر فوت می‌شوند؛ همچنین بیش از ۴۰ هزار نفر بازمانده در نتیجهٔ این اثرات با عواقب دائمی جسمی و روانی مواجه می‌شوند. ایران، از نظر بیماری‌های ناشی از حیوان‌گزیدگی، جزء کشورهایی است که این بیماری در هر دو گروه حیوانات وحشی و اهلی دیده می‌شود. حیوان‌گزیدگی تقریباً در همه استان‌های ایران شایع بوده و یکی از معضلات بهداشتی-اقتصادی به شمار می‌آید.

حیوان‌گزیدگی در ایران به وضوح در سال‌های اخیر روند رو به رشدی داشته و بروز آن از ۱۹۶ مورد در سال ۲۰۱۳ به ۲۸۲ مورد در سال ۲۰۲۰ افزایش یافته است.



برای مدیریت این موضوع لازم است تا سلامت جامعه بر اساس اطلاعات مربوط به مشکلات بهداشتی ارزیابی شود.

فقدان اطلاعات اپیدمیولوژیک به‌عنوان یک عامل محدودکننده در پیشگیری و کنترل بیماری عمل می‌کند. شناخت مهم‌ترین عوامل در ایجاد این عفونت، راه‌های انتقال بیماری، شیوع گازگرفتگی و مرگ ناشی از آن نیازمند توجه ویژه به این بیماری است. به طور کلی، گسترهٔ وسیع جغرافیایی، تنوع اقلیمی و تفاوت جمعیت از نظر سلامت و آگاهی نیازمند بررسی‌های جداگانه در نقاط مختلف کشور است.

* کارشناس ارشد اپیدمیولوژی

خبر

ویژه اقشار مختلف:

۲۰۰ همیار اورژانس آماده خدمت‌رسانی شدند

نخستین دوره آموزش همیار اورژانس در تربت‌حیدریه با حضور ۲۰۰ نفر از اقشار مختلف جامعه به پایان رسید. این دوره ۱۲ ساعته با هدف آموزش همگانی و با مشارکت نهادهای دولتی و خصوصی برگزار شد.

شرکت‌کنندگان با سرفصل‌هایی از جمله کمک‌های اولیه، ارزیابی صدمات، احیای قلبی ریوی و جابه‌جایی مصدوم آشنا شدند.

در این دوره، شرکت‌کنندگان با اصول اولیه کمک به مصدومین در صحنه حادثه و نحوه گزارش‌دهی صحیح به اورژانس نیز آشنا شدند. دوره آموزشی فوق طی سه هفته با حضور مربیان مجرب برگزار شد.

ویژه دانشجویان پزشکی:

دوره کمک‌های اولیه در بحران

دوره آموزشی کمک‌های اولیه ویژه دانشجویان علوم پزشکی تربت‌حیدریه به مدت شش ساعت برگزار شد. این دوره با هدف توانمندسازی دانشجویان در مواقع بحرانی برگزار و مباحث آن شامل کنترل خونریزی، ارزیابی بیماران ترومایی و غیرترومایی و احیای پایه بود.

دوره فوق، به صورت حضوری و آنلاین برای دانشجویان بومی و راه دور ارائه شد و به حفظ جان بیماران و کاهش آسیب‌ها کمک می‌کند.

ویژه کارشناسان فوریت‌های پزشکی:

دوره آموزشی اورژانس‌های داخلی پیشرفته

نخستین دوره آموزشی اورژانس‌های داخلی پیشرفته (AMLS) در تربت‌حیدریه برای توانمندسازی کارشناسان فوریت‌های پزشکی برگزار شد.

شرکت‌کنندگان با استفاده از ویدئوهای آموزشی و روش‌های نوین یادگیری، مباحثی چون سردرد، سکته مغزی و اورژانس‌های تنفسی را فرا گرفتند.

این دوره به دنبال برگزاری دور دوم در مردادماه، به ارتقاء مهارت‌های علمی و عملی کارشناسان کمک خواهد کرد و امید می‌رود که به بهبود کیفیت خدمات اورژانس منجر شود.

خبر

در دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه؛

متقاضیان جذب در هیئت علمی ارزیابی شدند

در راستای تقویت بنیه علمی و پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه، این دانشگاه اقدام به برگزاری جلسه مصاحبه طرح تعهدات هیئت علمی با حضور متقاضیان و اعضای هیئت مصاحبه‌کننده کرد.

دکتر محسن قریانی، سرپرست امور هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه گفت: این جلسه به‌طور ویژه بر سنجش توانمندی‌های علمی، پژوهشی، آموزشی و همچنین تناسب فردی متقاضیان برای گذراندن دوران تعهدات خدمت در مجموعه‌های تخصصی دانشکده‌های پیراپزشکی، پرستاری و مامایی و همچنین مرکز تحقیقات علوم اعصاب متمرکز بود.

این مقام مسئول افزود: هدف از برگزاری این فرآیند، جذب افرادی است که علاوه بر دانش تخصصی، دارای روحیه تعهد، همکاری و نوآوری باشند تا بتوانند در مسیر پیشرفت دانشگاه نقش مؤثری ایفا نمایند.

وی تصریح کرد: طرح تعهدات هیئت علمی یکی از مهم‌ترین سازوکارهای دانشگاه‌ها برای جذب نیروهای نخبه و بهره‌برداری از توانمندی‌های آنها در توسعه دانش و فناوری است.

ویژه روان‌شناسان ؛

کارگاه تخصصی تکنیک‌های نوین درمانی برگزار شد



کارگاه تخصصی درمان‌های شناختی رفتاری (**CBT**) برای ارتقاء توانمندی‌های حرفه‌ای روانشناسان مراکز خدمات جامع سلامت و بیمارستان‌ها در دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه برگزار شد.

سرپرست گروه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد معاونت بهداشت، گفت: ارتقاء دانش روانشناسان، سنگ بنای ارائه خدمات مؤثر بهداشت روان است و به بهبود کیفیت زندگی و کاهش مشکلات روان‌شناختی کمک می‌کند.

طوبی شیبانی افزود: این دوره شامل مبانی نظری **CBT** و مدل شناختی بک بود و به شناسایی و مداخله مؤثر در مشکلاتی مانند افسردگی و اضطراب می‌پرداخت که به تسهیل دسترسی به خدمات روان‌شناختی کمک فراوانی می کند.

برگزاری دوره های آموزشی نوین در دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه؛

هوش مصنوعی در خدمت روابط‌عمومی



دوره آموزشی هوش مصنوعی به‌منظور ارتقای سطح کیفی و بهبود فرآیند تولید محتوای رسانه‌ای برای کارشناسان روابط‌عمومی این دانشگاه برگزار شد.

رئیس اداره روابط عمومی و امور بین‌الملل دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه با بیان این مطلب گفت: این اقدام در راستای به‌کارگیری فناوری‌های نوین در حوزه اطلاع‌رسانی و ارتباطات دانشگاه تلقی می‌شود.

مسعود سعادت‌نژاد، با اشاره به اهمیت هوش مصنوعی در دنیای امروز، گفت: هوش مصنوعی ابزاری کارآمد و ضروری برای فعالان رسانه‌ای و کارشناسان روابط‌عمومی است که می‌تواند به بهبود عملکرد آنها کمک کند.

وی ادامه داد: در این دوره آموزشی که با تدریس دکتر الهه محولاتی، پژوهشگر برجسته حوزه آموزش‌های نوین، برگزار شد، شرکت‌کنندگان با مفاهیم کلیدی و کاربردهای این فناوری آشنا شدند.

وی اضافه کرد: دوره آموزشی هوش مصنوعی به‌صورت مستمر در طول سال جاری برگزار خواهد شد و هدف آن به‌روزرسانی دانش سازمانی کارکنان واحدهای روابط‌عمومی و آشنایی آنها با جدیدترین تکنیک‌ها و ابزارهای تولید محتوا با استفاده از هوش مصنوعی است.

سعادت‌نژاد تصریح کرد: استفاده از هوش مصنوعی نه‌تنها به افزایش سرعت و کیفیت تولید محتوا کمک می‌کند، بلکه باعث کاهش هزینه‌ها و صرفه‌جویی در زمان نیز خواهد شد.

وی توضیح داد: این دوره آموزشی شامل مباحث متنوعی است که به شرکت‌کنندگان کمک می‌کند تا با مفاهیم پایه هوش مصنوعی، کاربردهای آن در تولید محتوا، ابزارهای مختلف هوش مصنوعی و نحوه استفاده از آنها در تولید محتوای متنی، تصویری و ویدئویی آشنا شوند.

به گفته وی، این آموزش‌ها به شرکت‌کنندگان این امکان را می‌دهد که با استفاده از فناوری‌های نوین، فرآیند تولید محتوا را به‌طور مؤثرتری مدیریت کنند و به نیازهای روزافزون رسانه‌ها پاسخ دهند.

سعادت‌نژاد همچنین ابراز امیدواری کرد: با برگزاری این دوره‌ها، دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه بتواند به‌عنوان یک الگو در زمینه استفاده از هوش مصنوعی در حوزه رسانه و روابط‌عمومی در سطح کشور مطرح شود.

او افزود: ما به دنبال این هستیم که با تجهیز کارشناسان روابط‌عمومی به دانش و مهارت‌های لازم، به بهبود کیفیت خدمات اطلاع‌رسانی و ارتباطات دانشگاه کمک کنیم.

وی همچنین تصریح کرد: با توجه به رشد روزافزون نیاز به اطلاعات دقیق و به‌موقع، این اقدام می‌تواند تأثیر مثبتی بر ارتباطات دانشگاه با جامعه و به‌ویژه در حوزه سلامت داشته باشد.

در پایان، سعادت‌نژاد از تمام شرکت‌کنندگان خواست تا با جدیت در این دوره‌ها شرکت کنند و از فرصت‌های به‌وجود آمده برای یادگیری و ارتقاء مهارت‌های خود بهره‌برداری کنند چراکه این دوره‌های آموزشی نه‌تنها به ارتقای فردی کارشناسان کمک می‌کند بلکه به پیشرفت کل سازمان نیز منجر خواهد شد.

خبر اول

خدمتی نوین برای داوطلبان علوم پزشکی؛

برگزاری آزمون‌های ملی در تربت‌حیدریه

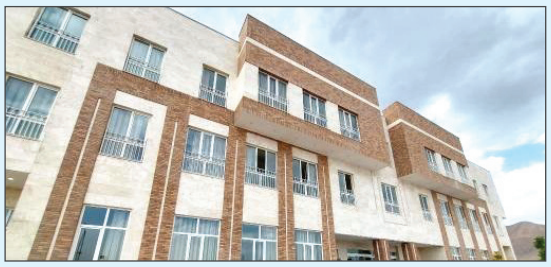


مدیر مرکز تعالی آموزش مجازی و هوش مصنوعی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه اعلام کرد: این دانشگاه موفق به کسب مجوز برگزاری آزمون‌های ملی از سازمان سنجش آموزش پزشکی کشور شده است. دکتر محسن کشاورز گفت: پس از ارزشیابی زیرساخت‌های مرکز آزمون‌های الکترونیکی دانشگاه، زیرساخت های این مرکز تأیید شد و مجوز برگزاری آزمون‌هایی مانند MHLE، آزمون‌های جامع علوم پایه و پیش کارورزی، و بورد تخصصی را دریافت کرد. وی افزود: از این پس داوطلبان و دانشجویان علوم پزشکی سراسر کشور می‌توانند این مرکز را به عنوان حوزه امتحانی خود انتخاب کنند.

خبر دوم

در راستای ارتقاء سطح علمی و آموزشی دانشگاه؛

هفت عضو هیئت علمی جدید جذب شدند



معاون آموزش، تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه گفت: این دانشگاه از ابتدای سال جاری، هفت عضو هیئت علمی جدید در رشته‌های گوارش، نوزادان، داخلی، اپیدمیولوژی و فیزیک پزشکی جذب کرده است.

دکتر سیدمحمد احمدی سلیمانی اظهار داشت:این اقدام با هدف ارتقای کیفیت آموزش و خدمات درمانی و با توجه به نیاز منطقه به این تخصص‌ها صورت گرفته است.

وی ادامه داد: در حال حاضر ۱۰۸ عضو هیئت علمی در رشته‌های مختلف در این دانشگاه مشغول به خدمت و آموزش دانشجویان می‌باشند.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه:

آلودگی مواد غذایی می‌تواند به سرطان منجر شود



عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه گفت: آلودگی مواد غذایی، چه به صورت مستقیم و چه غیرمستقیم، می‌تواند به شکل‌گیری و پیشرفت انواع سرطان‌ها منجر شود. شناخت این آلاینده‌ها و منابع آن‌ها برای حفظ سلامت عمومی ضروری است.

دکتر عبدالمجید قلیزاده بر اهمیت سلامت غذا در پیشگیری از بیماری‌ها و نقش آلودگی‌های غذایی در بروز سرطان تأکید کرد و به تعدادی از مهم‌ترین آلاینده‌های غذایی و ارتباط آنها با سرطان‌ها اشاره نمود.

وی با اشاره به نیترات و نیتریت‌ها در گوشت‌های فرآوری‌شده بیان کرد: این مواد به عنوان نگهدارنده و بهبوددهنده طعم در محصولاتی مانند سوسیس، کالباس و ژامبون استفاده می‌شوند و در بدن به ترکیبات سرطان‌زای نیتروزآمین تبدیل می‌شوند. مصرف مداوم این فرآورده‌ها خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ را به طور قابل توجهی افزایش می‌دهد.

وی ادامه داد: آفلاتوکسین‌ها نیز سمومی هستند که توسط برخی کپک‌ها مانند آسپرژیلوس فلاووس در شرایط نامناسب نگهداری بر روی غلات و خشکبار تولید می‌شوند و به شدت کبد را تحت تأثیر قرار داده و یکی از عوامل خطر برای بروز سرطان کبد محسوب می‌شوند.

دکتر قلیزاده همچنین به فلزات سنگین مانند آرسنیک، سرب و کادمیوم اشاره کرد که می‌توانند از طریق آب، خاک آلوده یا ظروف نامناسب پخت‌وپز وارد زنجیره غذایی شوند. تجمع این فلزات در بدن در طولانی‌مدت عوارض جدی ایجاد می‌کند. آرسنیک با سرطان مثانه و ریه مرتبط است و سرب و کادمیوم نیز می‌توانند به بروز سرطان کلیه و ریه کمک کنند. منابع این آلاینده‌ها شامل آب آشامیدنی آلوده و برنج کشت شده در خاک‌های آلوده است.

در صورت امکان از مواد غذایی تازه و کمتر فرآوری‌شده استفاده شود و ترجیحاً از محصولات ارگانیک که با استانداردهای سخت‌گیرانه‌تری تولید می شوند، استفاده گردد

وی همچنین افزود: استفاده بی‌رویه از آنتی‌بیوتیک‌ها و هورمون‌های رشد در دامپروری‌ها نیز می‌تواند منجر به باقی‌ماندن این مواد در محصولات گوشتی و لبنی شود که خطر برخی سرطان‌های مرتبط با هورمون، مانند سرطان پستان و پروستات را افزایش می‌دهد.

دکتر قلیزاده بر اهمیت آگاهی عمومی و رعایت نکات بهداشتی برای کاهش مواجهه با این آلاینده‌ها تأکید کرد و گفت: مصرف متنوع مواد غذایی از گروه‌های مختلف، خطر مواجهه با مقادیر بالای آلاینده‌ها را کاهش می‌دهد.

وی پیشنهاد کرد: در صورت امکان از مواد غذایی تازه و کمتر فرآوری‌شده استفاده شود و ترجیحاً از محصولات ارگانیک که با استانداردهای سخت‌گیرانه‌تری تولید می شوند، استفاده گردد.

به گفته این عضو مدرس دانشگاه، سرطان‌های ناشی از آلودگی مواد غذایی قابل پیشگیری هستند. خودمراقبتی، شست‌وشوی کامل میوه و سبزی، کاهش مصرف غذاهای فرآوری‌شده، پرهیز از غذاهای سوخته و فست‌فود، نوشیدن آب سالم و افزایش مصرف فیبر و آنتی‌اکسیدان‌ها از راهکارهای مؤثر هستند.

دکتر قلیزاده در پایان خاطرنشان کرد: بررسی برچسب مواد غذایی، پرهیز از ظروف پلاستیکی در مایکروویو، انجام آزمایش‌های دوره‌ای و سبک زندگی سالم نقش مهمی در کاهش خطر ابتلا به سرطان‌ها دارند.

انعکاس

با همکاری مرکز مردمی نفس؛

فرزندان نجات‌یافته از سقط، تجربه نگاری می شوند

معاون پژوهشی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه از آغاز اجرای یک طرح پژوهشی مهم در راستای حمایت از سیاست‌های کلی جوانی جمعیت در این دانشگاه خبر داد.

دکتر مریم کبیریان با اعلام این خبر گفت: این طرح با عنوان "تبیین تجربه فرزندآوری در مادران دارای فرزند نجات‌یافته از سقط" با همکاری مرکز مردمی نفس در حال اجراست.

وی افزود: هدف این طرح، درک عمیق‌تر از عوامل فردی، خانوادگی، فرهنگی و معنوی مؤثر بر تغییر تصمیم مادران و نیز شناسایی چالش‌ها و نیازهای آنان در روند فرزندآوری است. عضو هیئت علمی دانشگاه تصریح کرد: یافته‌های این پژوهش می‌تواند به طراحی سیاست‌ها و برنامه‌های حمایتی مؤثر در حوزه سلامت باروری و کاهش سقط‌های قابل پیشگیری کمک کند.

دکتر کبیریان اظهار داشت: این طرح در ادامه سیاست‌های دانشکده پرستاری و مامایی برای ارتقاء پژوهش‌های کاربردی و پاسخ‌گو به نیازهای اجتماعی کشور، به‌ویژه در حوزه جمعیت و سلامت خانواده در حال انجام است.

گفتنی‌ست تیم پژوهشی این مطالعه را دکتر محدثه عادلی، دکتر مریم کبیریان و ریحانه خسروی بر عهده دارند و با رویکرد کیفی، در تلاش‌اند تا تجربه زیسته مادرانی را بررسی کنند که علی‌رغم تصمیم اولیه به سقط، فرزند خود را حفظ کرده و این مسیر را ادامه داده‌اند.



تحقیق

عضو هیئت علمی دانشگاه خبر داد:

کنترل بیماری مالاریا با ارتقای آگاهی عمومی



عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه گفت: مالاریا یکی از بیماری‌های عفونی و مهم در مناطق گرمسیری و نیمه‌گرمسیری جهان است که از طریق نیش پشه آلوده آنوفل به انسان منتقل می‌شود.

دکتر مریم خشیج افزود: این بیماری با علائمی مانند تب، لرز، تعریق، سردرد و در موارد شدید کم‌خونی و نارسایی اندام‌ها همراه است و در صورت عدم تشخیص و درمان به موقع، می‌تواند منجر به مرگ شود.

وی اظهار داشت: پیشگیری از این بیماری مستلزم یک رویکرد چندجانبه شامل آموزش، بهسازی محیط، کنترل ناقل و نظارت بر سلامت جامعه است.

دکتر خشیج تصریح کرد: حذف و یا کاهش محل‌های تجمع آب‌های راکد که محل تخم‌ریزی پشه‌ها هستند، سم‌پاشی منظم با استفاده از حشره‌کش‌های تأیید شده در محیط‌های آلوده و استفاده از پشه‌بندهای آغشته به حشره‌کش در مناطق پرخطر، به‌ویژه هنگام شب، از اقداماتی است که باید برای کنترل این بیماری انجام شود.

وی ادامه داد: تشویق مردم به رعایت نکات بهداشتی، به‌ویژه در فصل‌های شیوع بیماری، همکاری با خانه‌های بهداشت، مدارس و مراکز محلی برای آموزش گروه‌های آسیب‌پذیر، بهبود وضعیت زهکشی آب‌های سطحی و فاضلاب‌ها، شناسایی و بررسی موارد مشکوک به مالاریا در جامعه و ارجاع به مراکز درمانی از مهم‌ترین برنامه‌هایی است که باید برای آموزش و آگاهی‌رسانی به جامعه انجام شود.

عضو هیئت علمی دانشگاه خاطرنشان کرد: موفقیت در کنترل و حذف مالاریا نیازمند همکاری نزدیک بین مردم، مسئولان محلی، کارکنان بهداشتی و سایر نهادهای مرتبط است و با ارتقای آگاهی عمومی و اجرای دقیق برنامه‌های بهداشت محیط، می‌توانیم در جهت حذف مالاریا قدم برداریم.

یک بیماری شایع و مشترک بین دام و انسان

تابستان؛ فصل شیوع «تب کریمه کنگو»

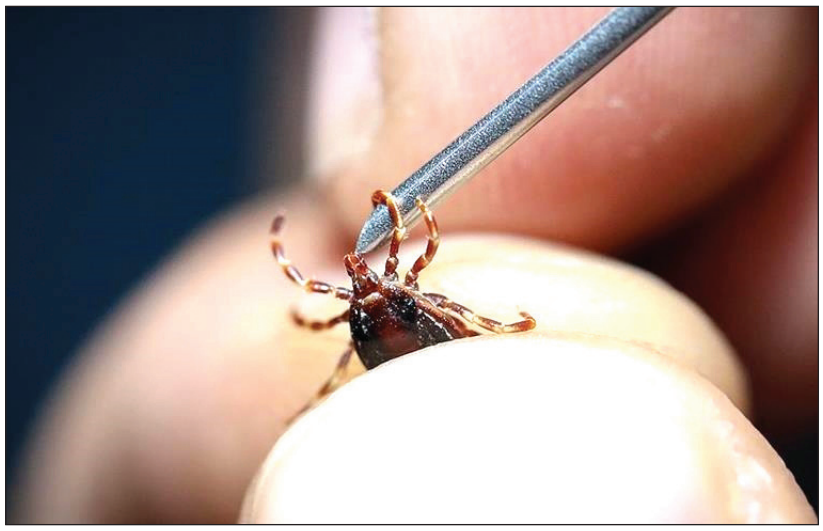
نرگس صادقی زرمهری: تب خونریزی‌دهنده کریمه کنگو (**CCHF**) بیماری مشترک بین انسان و دام است که انتقال آلودگی توسط کنه آلوده به ویروس رخ می‌دهد. این بیماری حین تماس با دام و فرآورده‌های دامی آلوده می‌تواند به انسان منتقل شود.

در بیشتر موارد، دام مبتلا علائمی ندارد. از آنجایی که انتقال آلودگی از طریق تخم کنه امکان‌پذیر است، این بیماری می‌تواند به صورت بومی و آندمیک درآید و تربت‌حیدریه از مناطق بومی و آندمیک آن به شمار می‌آید.

همچنین، با توجه به فعالیت کنه در فصول گرم سال، بیشترین موارد گزارش و ابتلای بیماران تقریباً از اردیبهشت‌ماه هر سال شروع و تا شهریور و مهرماه ادامه دارد.

تشخیص ویروس **CCHF** در اسرع وقت از دو جنبه برای سیستم‌های بهداشتی ضرورت دارد: یکی برای بهبودی سریع‌تر بیمار و دیگری برای محافظت از افراد سالم.

براساس مطالعات انجام شده در ایران، موارد ابتلا بیشتر در مردان و در گروه‌های شغلی پرخطر مانند کارگران و قصابان کشتارگاه‌ها، کشاورزان و دامداران، دامپزشکان و کارکنان مراقبت‌های بهداشتی و همچنین در زنان خانه‌دار مشاهده شده است. در تربت‌حیدریه در سال ۱۴۰۱، ۱۰ مورد مشکوک با ۲ مورد مثبت قطعی، در سال ۱۴۰۲، ۴ مورد مشکوک بدون مورد مثبت و در سال ۱۴۰۳، ۱۱ مورد مشکوک بدون مورد مثبت گزارش شده است.



مهم‌ترین راه‌های انتقال بیماری به انسان شامل گزش کنه، تماس با دام و فرآورده‌های دامی آلوده، تماس با خون و ترشحات بیمار مبتلا و یا وسایل آلوده بیمار است.

مهم‌ترین علائم و نشانه‌های بالینی شامل شروع ناگهانی، تب، تهوع و استفراغ، درد شکم، ضعف، سردرد و درد عضلانی هستند.

در موارد شدید بیماری، علائم خونریزی شامل کبودی و لکه‌های پوستی، خونریزی از بینی، خون در ادرار، خونریزی از دستگاه گوارش، خونریزی شدید و نامنظم زنانه و حتی خونریزی مغزی رخ می‌دهد.

چگونگی پیشگیری از بیماری در انسان:

جدا نگاه داشتن محل نگهداری دام از محل زندگی انسان

خودداری از له کردن کنه با دست یا روی بدن دام

خودداری از تماس بدن با ترشحات و خون دام

استفاده از وسایل حفاظت فردی و دستکش حین ذبح دام

خودداری از کشتار دام در محل‌های غیرمجاز

تهیه گوشت مورد نیاز از محل‌های مطمئن و تحت نظارت دامپزشکی

نگهداری گوشت تازه به مدت ۲۴ ساعت در یخچال و سپس استفاده از آن

اجتناب از خوردن جگر خام و نیم‌پخته

رعایت اصول ایمنی و استفاده از دستکش در موقع تماس با گوشت تازه، جگر و سایر فرآورده‌ها، به‌ویژه برای خانم‌های خانه‌دار.

خودداری از رفت و آمد در محل‌های کشتار غیرمجاز.

آموزش افراد در معرض خطر و اطلاع‌رسانی عمومی.

توصیه

در فصل گرما؛
به سلامت سالمندان بیشتر توجه کنیم



دکتر محمدرضا بهروز: با آغاز فصل گرما، توجه ویژه به وضعیت سالمندان و پیشگیری از گرمازدگی در این قشر بیش از پیش ضرورت پیدا می‌کند.

با توجه به آسیب‌پذیری بیشتر سالمندان در برابر تغییرات جوی و به دلیل شرایط سنی و فیزیولوژیکی خاص،این قشر در فصل گرما با چالش‌های جدی مواجه هستند و نیازمند مراقبت بیشتری می‌باشند.

بیماری‌های زمینه‌ای و مصرف برخی داروها نیز می‌تواند تحمل سالمندان در برابر گرما را کاهش دهند، توصیه می‌شود خانواده‌ها و مراقبان سالمندان، با رعایت نکات بهداشتی و فراهم کردن شرایط مناسب، از بروز گرمازدگی و عوارض ناشی از آن پیشگیری کنند.

نوشیدن آب کافی، استفاده از لباس‌های نخی و گشاد، پرهیز از فعالیت بدنی شدید در ساعات اوج گرما و حضور در فضاهای خنک را از جمله راهکارهای مؤثر در پیشگیری از گرمازدگی در سالمندان عنوان کرد.

همچنین، توجه به علائم هشداردهنده گرمازدگی نظیر سرگیجه، سردرد، تهوع و ضعف در سالمندان ضروری است و خانواده‌ها باید در صورت مشاهده این علائم، سریعاً به پزشک مراجعه کنند.

سالمندان به دلیل کاهش توانایی تنظیم دمای بدن، بیشتر از سایر گروه‌های سنی در معرض خطر گرمازدگی قرار دارند و نیازمند توجه و مراقبت ویژه در فصل گرما هستند.

***رئیس گروه سلامت خانواده، جوانی جمعیت و مدارس معاونت بهداشت**

هشدار

با آغاز فصل گرما؛
شیوع وبا را جدی بگیریم



جواد علی‌نژاد: در پی افزایش دما و آغاز فصل گرما احتمال آلودگی منابع آب و غذا و خطر شیوع بیماری‌های مرتبط به‌شدت افزایش می‌یابد

این بیماری‌ها به علت آلودگی آب و غذا به میکروب‌ها و سموم ایجاد می‌شوند و معمولاً در فصول گرم سال، به‌ویژه بهار و تابستان، شیوع بیشتری دارند.

اسهال شدید،کم‌آبی ، گرفتگی عضلات و بی‌حالی را ازجمله علائم این بیماری است، شهروندان در صورت مشاهده هر یک از علائم یادشده هر چه سریع‌تر به مراکز بهداشتی مراجعه کنند.

باید هر بار شستشوی دست با آب و صابون باید ۲۰ ثانیه به طول انجامد، در واقع دستان خود را به‌دفعات طی شبانه‌روز به‌ویژه قبل از تهیه، سرو و صرف غذا و بعد از استفاده از توالت با آب سالم و صابون شستشو دهید.

بیماری وبا به‌راحتی از طریق سبزیجات منتقل می‌شود، میوه و سبزیجات را قبل از مصرف به روش صحیح گندزدایی و ضدعفونی نمایید

یخ، یکی دیگر از عوامل انتقال این بیماری روده‌ای است، یخ حتما باید با پوشش جابه‌جا شود زیرا تماس یخ با زمین موجب آلودگی یخ به انگل می‌شود.

به‌منظور پیشگیری از شیوع بیماری‌های روده‌ای ، غذای پخته را داغ مصرف کنند و در صورت سرد شدن آن را دوباره گرم کنند.

***مدیر گروه پشگیری و مبارزه با بیماری‌ها معاونت بهداشت**

خبر

هشدار درباره گرمازدگی نوزادان



رئیس مرکز بهداشت تربت‌حیدریه، به والدین هشدار داد که نوزادان در روزهای گرم تابستان بیش از سایر گروه‌های سنی در معرض خطر گرمازدگی قرار دارند.

مرتضی عباسی اظهار داشت:نوزادان را از محیط‌های گرم و شلوغ، مانند مراسم‌های عزاداری، دور نگه دارند و از لباس‌های نخی، سبک و روشن برای آن‌ها استفاده کنند، همچنین استفاده از کلاه نخی لبه‌دار در محیط‌های باز به جلوگیری از تابش مستقیم آفتاب کمک می کند.

عباسی تأکید کرد: افزایش دفعات شیردهی در هوای گرم می‌تواند مانع از بروز کم‌آبی در نوزادان شود و همچنین والدین هرگز نباید نوزاد را در خودرو یا مکان‌های بدون تهویه تنها بگذارند، زیرا این کار می‌تواند منجر به گرمازدگی شدید یا حتی مرگ شود.

وی تصریح کرد:بررسی علائم ظاهری نوزاد نیز بسیار مهم است؛ اگر پوست نوزاد قرمز و داغ شود یا او بی‌قرار باشد، باید به سرعت او را به فضای خنک منتقل کرد.

از پوسیدگی دندان کودکان پیشگیری کنید

مسئول واحد سلامت دهان و دندان مرکز بهداشت تربت‌حیدریه، اعلام کرد: خانواده‌ها می‌توانند با استفاده از روش فیشورسیلانت از پوسیدگی دندان‌های آسیاب دائمی فرزندان خود پیشگیری کنند.

دکتر علیرضا ضمیری افزود: این روش شامل قرار دادن یک لایه نازک و همرنگ دندان بر روی شیارهای عمیق دندان‌ها است و کاملاً بدون درد و نیاز به بی‌حسی می‌باشد.

وی اضافه کرد: استفاده از فیشورسیلانت می‌تواند تا ۸۰ درصد از بروز پوسیدگی جلوگیری کند و از هزینه‌های درمانی پرهزینه بکاهد.

دکتر ضمیری همچنین بر لزوم افزایش آگاهی والدین در خصوص معاینه دندان‌ها تأکید و آمادگی مرکز را برای ارائه مشاوره‌های لازم در این زمینه اعلام نمود.

دکتر فاطمه کلانتری، فوق تخصص گوارش و کبد پاسخ می‌دهد؛

چگونه اختلالات گوارشی را شناسایی و درمان کنیم؟



مژگان محمدپور: *در سه ماهه اخیر سال جاری ۲۰۱ مورد آندوسکوپی و کولونوسکوپی در مرکز آندوسکوپی بیمارستان آموزشی درمانی نهم دی انجام شده است. با توجه به شیوع بالای اختلالات گوارشی، گفتگویی با خانم دکتر فاطمه کلانتری فوق تخصص گوارش و کبد انجام دادیم:*

اختلالات گوارشی رایج چه مواردی هستند؟

شایع‌ترین علائم اختلالات گوارشی شامل درد شکم، نفخ، سوزش سردل، تهوع، استفراغ، اسهال و یبوست هستند. این علائم می‌توانند نشان‌دهنده بیماری‌هایی مانند ریفلاکس معده به مری، سندروم روده تحریک‌پذیر و زخم پپتیک باشند. همچنین، سرطان‌های گوارشی نیز بسیار شایع هستند و در ایران شیوع سرطان معده از متوسط جهانی بیشتر است. استان خراسان رضوی در این زمینه وضعیت نگران‌کننده‌ای دارد.

اختلالات گوارشی چگونه تشخیص داده می‌شوند؟

تشخیص اختلالات گوارشی با اخذ شرح حال و معاینه فیزیکی شروع می‌شود. در مرحله بعد، بر اساس یافته‌های اولیه، آزمایشات خون و مدفوع، تصویربرداری و آندوسکوپی انجام می‌شود. در برخی موارد، نیاز به بررسی‌های بیشتری مانند بیوپسی نیز وجود دارد تا تشخیص دقیق‌تری صورت گیرد.

کدام علائم گوارشی نباید نادیده گرفته شوند؟

علائمی مانند خونریزی‌های گوارشی، کاهش وزن غیرارادی، مشکل در بلع، استفراغ مکرر، زردی، تغییر در عادات اجابت مزاج در افراد بالای ۴۵ سال و سابقه خانوادگی سرطان باید جدی گرفته شوند و نیاز به بررسی فوری دارند. تشخیص زودهنگام می‌تواند شانس درمان را به طور قابل توجهی افزایش دهد.

ارتباط اضطراب و بیماری‌های گوارشی چیست؟

اضطراب و استرس می‌توانند علائم گوارشی را تشدید کرده و به مشکلات گوارشی منجر شوند. بنابراین درمان همزمان اختلالات روانی و گوارشی ضروری است. مدیریت استرس و تکنیک‌های آرام‌سازی می‌توانند به بهبود وضعیت گوارشی کمک کنند.

توصیه پایانی شما چیست؟

با رعایت رژیم غذایی سالم، مصرف غذاهای پرفیبر، فعالیت بدنی منظم و انجام تست‌های غربالگری، می‌توان ریسک بیماری‌های گوارشی را کاهش داد. غربالگری سرطان روده بزرگ از سن ۴۵ سالگی توصیه می‌شود. همچنین، مراجعه به پزشک در صورت بروز علائم غیرمعمول بسیار حائز اهمیت است.

هشدار

راهکارهای اساسی در حفظ سلامت جامعه؛

نقش خودمراقبتی در پیشگیری از بیماری‌های واگیر

مهدی دهقان: بیماری‌های واگیر، عفونت‌هایی هستند که از راه انتقال مستقیم یا غیرمستقیم بین افراد یا حیوانات منتقل می‌شوند. این دسته از بیماری‌ها، در صورت عدم کنترل و پیشگیری، می‌توانند شیوع گسترده‌ای پیدا کرده و سلامت جامعه را به خطر بیندازند. در طول تاریخ، بسیاری از اپیدمی‌ها و پاندمی‌ها نشان داده‌اند که پیشگیری و کنترل این بیماری‌ها نیازمند مشارکت فعال افراد جامعه است. یکی از اصلی‌ترین استراتژی‌ها در این زمینه، خودمراقبتی است.

اهمیت خودمراقبتی

پیشگیری اولیه: کاهش نرخ ابتلا و شکست زودهنگام زنجیره انتقال بیماری‌ها از طریق اقدامات فردی.

کاهش نیاز به خدمات درمانی: کنترل بهتر بیماری‌ها در مراحل اولیه، کمتر نیازمند مراجعه به مراکز درمانی است.

حفظ سلامت عمومی: بهبود رفاه اجتماعی و کاهش مرگ‌ومیر ناشی از بیماری‌های واگیر.

افزایش مشارکت جامعه: ایجاد فرهنگ پیشگیری و خودمراقبتی، سلامت همگانی را ارتقاء می‌دهد.

روش‌های خودمراقبتی

رعایت بهداشت فردی: بهداشت فردی، پایه و اساس پیشگیری از بسیاری از بیماری‌های واگیر است.

واکسیناسیون: واکسیناسیون، مهم‌ترین اقدام پیشگیرانه در مقابل بسیاری از بیماری‌های واگیر است.

مدیریت محیط زندگی و کار.

رعایت نکات بهداشتی در تعاملات اجتماعی.

تغذیه سالم و تقویت سیستم ایمنی.

آموزش و اطلاع‌یابی عمومی.

نقش آموزش، فرهنگ‌سازی و مشارکت عمومی

آموزش عمومی، ایجاد باورهای صحیح و تشویق رفتارهای سالم از مهم‌ترین ابزارهای ترویج خودمراقبتی است. برنامه‌های آموزشی باید در مدارس، رسانه‌ها، مراکز بهداشتی و اجتماعات محلی برگزار شوند. تغییر باورهای نادرست، مانند تصور اینکه فقط بیماری‌های شدید نیازمند مراقبت‌های پزشکی است، حیاتی است. همچنین، خانواده‌ها و گروه‌های محلی باید در ترویج فرهنگ سلامت فعال باشند و نقش نمونه‌های مثبت را در این مسیر ایفا کنند.

*کارشناس مسئول بیماری‌های واگیر مرکز بهداشت شهرستان تربت‌حیدریه

نکته

هشدار جدی درباره خطرات ظروف تفلون



دکتر سوگند کاخکی:

با گسترش روزافزون استفاده از ظروف تفلون در آشپزخانه‌ها، نیاز به توجه به عواقب بهداشتی این انتخاب بیش از پیش احساس می‌شود. به‌ویژه در سال‌های اخیر، ظروف تفلون به دلیل خاصیت نچسب و سهولت در شست‌وشو، به یکی از محبوب‌ترین گزینه‌ها برای پخت و پز تبدیل شده‌اند. اما آیا واقعاً از خطرات پنهان این ظروف آگاه هستیم؟

پوشش نچسب ظروف تفلون حاوی ترکیبات شیمیایی است که در دماهای بالا تجزیه شده و گازهای سمی آزاد می‌کند. این گازها می‌توانند تأثیرات جدی بر سلامت انسان داشته باشند، از جمله اختلال در عملکرد کبد، تغییرات هورمونی و حتی افزایش احتمال ابتلا به برخی انواع سرطان. این خطرات به‌ویژه برای گروه‌های حساس مانند کودکان و زنان باردار بسیار نگران‌کننده است.

خراشیدگی ظروف تفلون نیز یک مسئله دیگر است که باید به آن توجه کرد. استفاده از قاشق‌های فلزی یا شست‌وشوی نامناسب می‌تواند به خراشیدگی پوشش تفلون منجر شود و ذرات ریز این پوشش را به غذا منتقل کند. این موضوع نه تنها خطرات بهداشتی را افزایش می‌دهد، بلکه می‌تواند به مشکلات جدی‌تری برای سلامت افراد منجر شود.

لازم است به این هشدارها توجه کرده و انتخاب‌های بهتری در مورد ظروف آشپزی خود داشته باشیم.

استفاده از جایگزین‌های ایمن‌تر مانند ظروف استیل ضدزنگ یا چدنی، می‌تواند به حفظ سلامت خانواده‌ها کمک کند و خطرات ناشی از استفاده طولانی‌مدت از ظروف تفلون را کاهش دهد.

کارشناس مدیریت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه

خوددرمانی؛ خطرات و پیامدهای آن



الهه گرامی‌پور: خوددرمانی رفتاری است که طی آن شخص سعی می‌کند بدون کمک و نظر افراد حرفه‌ای، بیماری یا مشکل سلامت خود را برطرف نماید.

این رفتار می‌تواند شامل مصرف خودسرانه انواع داروها، عمل به توصیه‌های آشنایان و دوستان غیرمتخصص، استفاده از داروهای طبیعی، مکمل‌ها، رژیم‌های غذایی خاص، استفاده از روش‌های سنتی بدون پشتوانه علمی یا حتی تکنیک‌های روان‌شناختی باشد.

ازآنجاکه یک بیماری ممکن است علل مختلفی داشته باشد و درمان هرکدام از آنها با دیگری متفاوت باشد، خوددرمانی می‌تواند باعث عدم‌تشخیص به‌موقع و تشدید بیماری شود.

به‌طور مثال، اگر فرد دچار سردرد شود، از استامینوفن استفاده می‌کند، غافل از اینکه هر یک از این علائم می‌تواند نشانه‌ای از یک بیماری جدی باشد. ضمن اینکه مصرف بیش‌ازحد مسکن در درازمدت موجب آسیب به کلیه‌ها می‌گردد.

انواع خوددرمانی:

۱. خوددرمانی جسمی: استفاده از داروهای بدون نسخه، گیاهان دارویی، مکمل‌ها و رژیم‌های غذایی خاص.

۲. خوددرمانی روانی: استفاده از داروهای روان‌گردان و روش‌های دیگر برای درمان اضطراب و افسردگی.

۳. خوددرمانی اجتماعی: افراد ممکن است با عضویت در گروه‌های غیرعلمی که مرجع یا مسئول متخصصی ندارد، از حمایت‌های گروهی، مشاوره‌های غیررسمی و ارتباطات اجتماعی با روابط پرخطر برای بهبود وضعیت روحی و جسمی خود استفاده کنند.

خطرات خوددرمانی: اگرچه ممکن است افراد به دلایلی مانند هزینه‌های بالای درمان پزشکی، نگرانی از انگ و برچسب و یا ترس از تشخیص ابتلا به یک بیماری جدی مانند سرطان، علائم بیماری را کوچک شمرده و اقدام به خوددرمانی نمایند، این اقدام می‌تواند موجب آسیب شدیدتر به سلامت خود گردد.

در حقیقت، انتخاب نادرست درمان منجر به تشخیص نادرست بیماری و تأخیر در درمان مناسب می‌شود، که موجب طولانی‌تر شدن پروسه بیماری و سخت‌تر شدن روند درمان خواهد شد.

از طرفی، مصرف داروی نامناسب یا مصرف دوز نادرست دارو می‌تواند باعث تداخل دارویی، وابستگی به دارو، ایجاد تحمل و مقاومت دارویی یا عوارض جانبی گردد.

وضعیت خوددرمانی در ایران: هر ایرانی ۳ تا ۴ برابر میانگین جهانی داروی مصرف می‌کند. حدود ۲۰ درصد داروهای مصرفی در ایران به‌صورت خودسرانه و بدون تجویز پزشک مصرف می‌شود. در ایران، شایع‌ترین خودمصرفی مربوط به داروی سرماخوردگی و سردرد است. بیشترین دارو در منازل، قرص مسکن و سپس کپسول آنتی‌بیوتیک است. حدود ۴۰ درصد از افراد به‌صورت خودسرانه دارو مصرف می‌کنند؛ چیزی در حدود دو نفر از هر پنج نفر.

یادمان باشد که خوددرمانی مساوی است با عمیق‌تر شدن مشکلات در بلندمدت، پس مراجعه به متخصص را در اولویت اول قرار دهیم.

(رئیس گروه آموزش و ارتقاء سلامت)

گزارش

انتخاب با شماست؛

خود مراقبتی آگاهانه یا نسخه‌پیچی خودسرانه؟

نسرین مجیدی: سلامتی بزرگ‌ترین سرمایه هر فرد است و حفظ و ارتقای آن نیازمند آگاهی، دانش و رفتار صحیح است.

در دنیای امروز، با دسترسی آسان به اطلاعات پزشکی، بسیاری از افراد به جای مراجعه به پزشک، به دنبال درمان‌های سریع و آسان از طریق خود درمانی هستند در حالی که خود مراقبتی، کلید اصلی حفظ سلامت است، خود درمانی می‌تواند خطرات جدی به همراه داشته باشد.

کمبود آگاهی یکی از دلایل مهم اشتباه گرفتن خود مراقبتی و خود درمانی است. خود مراقبتی شامل توجه آگاهانه به نیازهای



جسمی، روانی و اجتماعی است و شامل رعایت تغذیه سالم، ورزش منظم و مدیریت استرس می‌شود. در مقابل، خود درمانی به اقدام بدون مشورت با پزشک برای درمان مشکلات پزشکی اشاره دارد و می‌تواند عوارضی مانند تشخیص اشتباه، تأخیر در درمان، بروز عوارض دارویی و مقاومت آنتی‌بیوتیکی را به همراه داشته باشد.خود مراقبتی نه‌تنها به حفظ سلامت بلندمدت کمک می‌کند بلکه هزینه‌های درمان را نیز کاهش می‌دهد و فشار بر سیستم بهداشت و درمان را کم می‌کند.

برای ترویج خود مراقبتی، نظام سلامت باید آموزش‌های مستمر ارائه دهد، دسترسی به خدمات پزشکی را تسهیل کند و فرهنگ‌سازی کند.

با انتخاب خود مراقبتی آگاهانه، می‌توانیم سلامت خود و جامعه را حفظ کنیم و از خطرات ناشی از خود درمانی دوری کنیم.

نقش والدین در کاهش تنش‌های روانی؛

اضطراب را از کودکان دور کنیم



مسئول واحد سلامت روان مرکز بهداشت تربت‌حیدریه با اشاره به نشانه های متفاوت استرس در کودکان و اهمیت نقش والدین در کاهش تنش‌های روانی کودک در شرایط بحرانی، بر ضرورت ایجاد محیطی امن، قابل پیش‌بینی و عاری از اضطراب برای فرزندان تأکید کرد.

سید احمد رجب زاده در این خصوص بیان داشت: کودکان توانایی درک پیچیدگی‌های شرایط بحرانی را ندارند و واکنش‌های آن‌ها به استرس، اغلب با نشانه‌هایی مانند تغییر در رفتار، اضطراب جدایی یا مشکلات خواب همراه است.

وی با بیان اینکه والدین باید به‌عنوان نخستین و مؤثرترین حامی روانی کودک، نقش خود را با دقت ایفا کنند، تصریح کرد: در بحران‌ها، کودکان بیش از هر زمان دیگری به ثبات، آرامش و حضور فعال والدین نیاز دارند و حفظ روال‌های روزمره مانند زمان خواب، غذا و بازی، باعث ایجاد حس امنیت در آن‌ها می‌شود.

این مسئول همچنین بر دوری کودکان از اخبار و گفت‌وگوهای استرس‌آور تأکید کرد و افزود: پاسخ به سؤالات کودکان در مواقع پر تنش باید به زبان ساده، قابل فهم و متناسب با سن آن‌ها باشد. همچنین لازم است به احساسات کودکان با دقت گوش فرا دهیم و اجازه دهیم احساساتشان را بیان کنند.

وی در ادامه با اشاره به اینکه توجه به سلامت روان کودکان در بحران‌ها از بروز مشکلات جدی روانی در آینده پیشگیری می‌کند و بنیانی برای رشد عاطفی سالم‌تر آن‌ها خواهد بود، تصریح کرد: محبت، حضور فیزیکی و کلام اطمینان‌بخش والدین، نقش مهمی در بازگرداندن حس امنیت به کودک دارد. همچنین فعالیت‌های شاد و خلاقانه مانند بازی، نقاشی و داستان‌گویی می‌تواند به تخلیه هیجانی و کاهش اضطراب کمک کند.

مسئول واحد سلامت روان درخصوص ارائه خدمات مشاوره ای در این مرکز خاطرنشان کرد: والدین عزیز توجه داشته باشند که درصورت نیاز به خدمات مشاوره ای، با مراجعه به نزدیکترین پایگاه سلامت محل زندگی، توسط مراقب سلامت به روانشناس ارجاع شده و از خدمات مشاوره ای بصورت رایگان بهره‌مند خواهند شد.

وی در ادامه بیان داشت: همچنین میتوانند با مرکز مشاوره وزارت بهداشت با شماره ۴۰۳۰، سازمان بهزیستی کشور با شماره ۱۴۸۰ و یا در موارد بحرانی و نیاز به مداخله فوری در مسائل اجتماعی و روانی با اورژانس اجتماعی با شماره ۱۲۳ تماس بگیرند. این سامانه به صورت شبانه روزی آماده پاسخگویی و ارائه خدمات است.

مسئول واحد سلامت روان مرکز بهداشت تربت‌حیدریه در پایان بیان کرد: همشهریان عزیز میتوانند جهت ارائه پیشنهادات و انتقادات خود با واحد سلامت روان مرکز بهداشت تربت‌حیدریه با شماره ۰۵۱-۵۲۰۱۰۰۰ تماس حاصل فرمایند.

خبر اول

با هدف پیشگیری از پدیده شوم خودکشی؛

کلینیک تخصصی سراج فعالیت خود را آغاز کرد

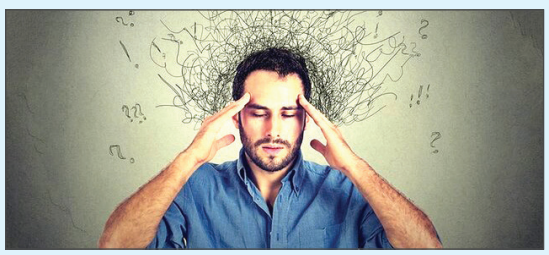


مدیر گروه سلامت روانی اجتماعی و اعتیاد معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه از آغاز فعالیت کلینیک تخصصی سراج با هدف پیشگیری از خودکشی در نوجوانان و جوانان خبر داد. سمیه نزهتی اعلام کرد: خدمات این کلینیک به بیماران دارای بیمه پایه و روستایی به‌صورت رایگان و با کد ارجاع از پزشک ارائه می‌شود.وی گفت: بیماران پس از ویزیت پزشک می‌توانند برای دریافت خدمات تخصصی‌تر مانند دارودرمانی و روان‌درمانی به کلینیک سراج ارجاع داده شوند، بیماران ترخیصی از بخش روان‌پزشکی نیز به این کلینیک معرفی می‌شوند.وی افزود: این کلینیک با تیم تخصصی شامل روان‌پزشک، روان‌شناس و مددکار اجتماعی آماده ارائه خدمات به بیماران است.

خبر دوم

یک متخصص اعصاب و روان خبر داد:

شیوع بالای اختلالات روان‌پزشکی در کشور



دکتر نغمه صبا، متخصص اعصاب و روان، با اشاره به شیوع بالای اختلالات روان‌پزشکی در کشور، گفت: حدود ۲۵ درصد از جمعیت دچار این اختلالات هستند که شایع‌ترین آن‌ها افسردگی و اضطراب است.

وی افزود: نزدیک به ۶۰ درصد این افراد از اختلال خود آگاه نیستند و علائم را به ویژگی‌های شخصیتی خود نسبت می‌دهند.

دکتر صبا بر اهمیت خودمراقبتی تأکید کرده و پیشنهاداتی مانند شرکت در کارگاه‌های آموزشی، مدیریت استرس و تغذیه مناسب را برای بهبود سلامت روان ارائه کرد.

او همچنین به نقش خانواده در تشخیص زودهنگام علائم روانی اشاره کرد و از خدمات سه‌سطحی روان‌پزشکی وزارت بهداشت در تربت‌حیدریه خبر داد.

سلامت

خود مراقبتی در شرایط بحرانی

خود مراقبتی

شرایط بحرانی مانند بلایای طبیعی، جنگ و حوادث غیرمترقبه تأثیرات عمیقی بر سلامت روان افراد می‌گذارد. در این زمان‌ها، خود مراقبتی روانشناختی برای حفظ سلامت فردی و ایجاد تاب‌آوری جمعی ضروری است. خود مراقبتی در حوزه سلامت روان به اقداماتی آگاهانه و داوطلبانه اطلاق می‌شود که فرد برای حفظ و ارتقاء سلامت روانی خود انجام می‌دهد.

راهکارهای کلیدی در بحران:

برنامه‌ریزی روزانه: ایجاد یک برنامه روزانه به بازگشت نظم و احساس کنترل کمک می‌کند.

خواب کافی و تغذیه سالم: خواب کافی و تغذیه متعادل به بهبود سلامت جسم و روان کمک کرده و استرس را کاهش می‌دهد.

حفظ ارتباطات اجتماعی: ارتباط با خانواده و دوستان از احساس انزوا جلوگیری کرده و حمایت اجتماعی را تقویت می‌کند.

پیگیری هدفمند اخبار: دریافت اطلاعات از منابع معتبر و تعیین زمان مشخص برای پیگیری اخبار، از غرق شدن در اطلاعات جلوگیری می‌کند.

مدیریت استرس: استفاده از تکنیک‌های مانند تنفس عمیق و فعالیت بدنی به کاهش سطح استرس کمک می‌کند.

مراجعه به مشاور: در صورت شدت علائم اضطراب یا افسردگی، مراجعه به مشاور سلامت روان ضروری است.

نکات ویژه برای گروه‌های آسیب‌پذیر:

سالمندان: حمایت عاطفی و ارتباط منظم با خانواده برای آن‌ها اهمیت دارد.

کودکان: ایجاد محیط امن و حضور فعال والدین به آن‌ها کمک می‌کند تا بهتر با شرایط کنار بیایند.

خدمات مشاوره رایگان:

مرکز مشاوره وزارت بهداشت: ۴۰۳۰

سازمان بهزیستی کشور: ۱۴۸۰

اورژانس اجتماعی: ۱۲۳

***واحد سلامت روان مرکز بهداشت تربت‌حیدریه**

فرهنگی
● صاحب امتیاز: دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه
● سردبیر: مسعود سعادت نژاد
● دبیر تحریریه: هادی مرادی
● دبیر آنلاین: حسین میری
● مدیرمسئول: دکتر سجاد رحیمی بیستونی
● آدرس: تربت‌حیدریه، خیابان قرنی ۱، ستاد مرکزی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه
● تلفن تماس: ۰۵۱۵۲۲۲۶۰۱۱ - کدپستی: ۹۵۱۶۹۱۵۱۶۹
انعکاس سلامت
ماهنامه روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه

مسئول نمایندگی ولی فقیه در سپاه ناحیه تربت‌حیدریه مطرح کرد:

تشریح ابعاد مختلف جنگ تحمیلی ۱۲ روزه



مسئول حوزه نمایندگی ولی فقیه در سپاه ناحیه تربت‌حیدریه، در نشست جهاد تبیین دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه که با حضور اعضای هیئت علمی و کارکنان برگزار شد، به تشریح ابعاد مختلف جنگ تحمیلی ۱۲ روزه اخیر پرداخت و اهداف پشت پرده دشمنان را آشکار ساخت.

حجت‌الاسلام علیرضا چهکندی‌نژاد با بیان اینکه یکی از اهداف اصلی این جنگ، تلاش برای تجزیه کشور ایران بود، تصریح کرد: دشمنان بر این باور بودند که با حمله به ایران، مردم به خیابان‌ها ریخته و شورش‌های داخلی آغاز خواهند کرد. اما برخلاف انتظار دشمنان، این تجاوز نه تنها باعث تفرقه نشد، بلکه انسجام ملی و همبستگی ملت ایران را به شکلی بی‌سابقه تقویت کرد و نقشه‌های آنان را خنثی ساخت.

وی همچنین به یکی دیگر از اهداف دشمنان در این جنگ اشاره کرد و گفت: آنها به دنبال نابودی دستاوردهای هسته‌ای و علمی ایران بودند، اگرچه در این تهاجم خساراتی به بار آمد، اما با درایت و هوشیاری رهبری و ملت ایران، دشمنان نتوانستند روند پیشرفت‌های علمی کشور را متوقف کنند.

مسئول حوزه نمایندگی ولی فقیه با انتقاد از زمان‌بندی این حمله، که همزمان با مذاکرات ایران با طرف‌های خارجی بود، گفت: این حمله ددمنشانه منجر به شهادت تعدادی از فرماندهان ارشد نظامی، دانشمندان هسته‌ای و جمعی از هموطنان بی‌گناه شد.

وی با استناد به فرمایشات مقام معظم رهبری بر فریبکاری رئیس‌جمهور آمریکا تأکید کرد و گفت: آمریکا با هدف فریب افکار عمومی و پنهان‌سازی دستاوردهای ایران در حوزه‌های مختلف، ادعاهای واهی مطرح می‌کند.

وی همچنین به فرافکنی‌های آمریکا و اسرائیل در خصوص برنامه هسته‌ای ایران اشاره کرد و گفت: این کشورها برای سرپوش گذاشتن بر شکست‌های خود، ادعا می‌کنند که ایران به دنبال ساخت بمب هسته‌ای است، در حالی که ایران همواره بر صلح‌آمیز بودن برنامه هسته‌ای خود تأکید کرده است.

حجت‌الاسلام چهکندی‌نژاد در پایان خاطرنشان کرد: جنگ تحمیلی ۱۲ روزه، بار دیگر ثابت کرد که جمهوری اسلامی ایران با صلابت و قاطعیت به هرگونه تجاوزی پاسخ می‌دهد و ملت ایران نیز با اتحاد و همدلی خود نشان دادند که اجازه نخواهند داد حتی ذره‌ای از خاک میهن‌شان به دست بیگانگان بیفتد.

خبر اول

معاون فرهنگی دانشجویی دانشگاه خبر داد؛

تسهیلات قرض‌الحسنه برای زائران اربعین حسینی



معاون فرهنگی دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه گفت: در راستای ترویج فرهنگ عاشورایی و تسهیل حضور جامعه دانشگاهی در پیاده‌روی عظیم اربعین حسینی، تسهیلات قرض‌الحسنه به متقاضیان پرداخت می شود.

دکتر هادی علیزاده در جلسه ستاد اربعین دانشگاه اظهار داشت: مبلغ ۴۰ میلیون ریال وام قرض‌الحسنه به حساب دانشجویان زائر واریز می‌شود تا دغدغه مالی برای سفر به عتبات عالیات نداشته باشند، همچنین کارکنانی که قصد تشرف به عتبات عالیات را دارند، می‌توانند از مساعده ۵۰ میلیون ریالی دانشگاه بهره‌مند شوند.

وی افزود: هزینه‌های رفت و برگشت دانشجویان تا مرز مهران نیز توسط دانشگاه تقبل خواهد شد.

خبر دوم

در دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه؛

تجلیل از برترین‌های عفاف و حجاب



در همایش «عفاف و حجاب؛ هویت و عزت زن مسلمان» که به همت اداره تعالی فرهنگی دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه برگزار شد، از برترین‌های این حوزه قدردانی شد.

حجت‌الاسلام دکتر حسین صافدل، مسئول نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه های شهرستان، حجاب را نمادی از کرامت و ارزش زن مسلمان دانست و آن را عاملی برای حفظ ارزش‌های اخلاقی عنوان کرد.

سیده محبوبه رضاییان، سرپرست اداره تعالی فرهنگی دانشگاه از تلاش و سیاستگذاری در ترویج فرهنگ عفاف و حجاب خبر داد. همچنین، حجت‌الاسلام علیزاده، جایگاه حجاب را در تعالیم اسلامی تشریح کرد. این همایش شامل سخنرانی، نشست تبیینی و نمایشگاه ملزومات حجاب بود.

خبر

همزمان با روز ملی عفاف و حجاب عنوان شد؛

حجاب نماد کرامت و عزت زن مسلمان است



سرپرست اداره امور فرهنگی و فوق برنامه دانشگاه علوم پزشکی تربت‌حیدریه گفت: حجاب یک الزام شرعی و نماد کرامت و عزت زن مسلمان است و باید با نگاهی عقلانی و فرهنگی به آن پرداخت.

سیده محبوبه رضاییان همزمان با ۲۱ تیر، روز ملی عفاف و حجاب که یادآور ایستادگی زنان ایرانی در برابر هجمه‌های فرهنگی رضاخان است، افزود: در این روز، نهادهای فرهنگی و فعالان دینی تلاش می‌کنند تا با تبیین صحیح مفاهیم دینی، چالش‌های فرهنگی جامعه را با نگاهی واقع‌گرایانه بررسی کنند.

وی اظهار داشت: عفاف و حجاب ریشه در عقلانیت دینی و فطرت انسانی دارد و قرآن کریم وقتی از حجاب سخن می‌گوید، آن را برای حفظ حرمت فردی و سلامت اجتماعی معرفی می‌کند، نه به‌عنوان محدودیت یا ابزار فشار.

این مقام مسئول در ادامه به هجمه‌های گسترده رسانه‌ای و فرهنگی علیه حجاب اشاره کرد و گفت: امروز برخی سعی دارند حجاب را به عنوان یک اجبار یا مسئله‌ای صرفاً سیاسی جلوه دهند، در حالی که حقیقت حجاب، چیزی جز پاسداشت کرامت زن و صیانت از سلامت روانی جامعه نیست.

رضاییان ادامه داد: اگر بخواهیم فرهنگ حجاب در جامعه نهادینه شود، باید از مسیر اقناع، آموزش، الگوسازی و کرامت‌افزایی وارد شویم و مردم وقتی حقیقت حجاب را درک کنند، خودشان به آن گرایش پیدا می‌کنند.

وی در پایان خاطرنشان کرد: در شرایطی که دشمنان از ابزارهای رسانه‌ای برای تحریف واقعیت حجاب بهره می‌برند، رسانه‌ها، خانواده‌ها، فرهیختگان و روحانیون وظیفه دارند تا با ایفای نقشی فعال‌تر، به تبیین صحیح این موضوع بپردازند و جامعه را در برابر هجمه‌های فکری مصون دارند.