

**اخبار کوتاه اجتماعی**

**ویروس شیوع یافته به هیج وجه نگران کننده نیست**



وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: ویروسی که این روزها مردم را درگیر کرده است اصلا نگران کننده نیست.

به گزارش خبرنگار اجتماعی خبرگزاری فارس، عین‌اللهی وزیر بهداشت درمان و آموزش پزشکی گفت: علی‌رغم شیوع ویروس آنفلوآنزا در کشور خوشبختانه کمبود دارو نداریم و انواع و اقسام آنتی‌بیوتیک‌ها و سرم‌ها در حال مصرف هستند.

عین‌اللهی افزود: بنابراین شیوع آنفلوآنزا مسئله نگران‌کننده‌ای نیست و فقط مهم این است که افراد از درگیر شدن پیشگیری کنند و افرادی که دچار آنفلوآنزا می‌شوند از جمع‌ها دور باشند.

**وزیر بهداشت: کمبود انسولین نداریم**



وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: وضعیت کشور از لحاظ دارویی مناسب است و در زمینه تامین انسولین نیز مشکلی نداریم. به گزارش خبرنگار ایرنا، بهرام عین‌اللهی در حاشیه سفر خود به گلباگان در جمع خبرنگاران در پاسخ به سوال خبرنگار ایرنا در باره کمبود انسولین در برخی از داروخانه‌ها افزود: کمبود دارو در کشور کمتر شده است و در زمینه انسولین کمبودی نداریم و افراد دایمی با مراجعه به داروخانه‌های کشور پراحتی می‌توانند داروی مورد نیاز خود را تهیه کنند.

وزیر بهداشت در باره سفر خود به شهرستان‌های گلباگان و خونسار اظهار کرد: در پی این سفر از بیمارستان امام حسین (ع) گلباگان بازدید و پاره‌ای از مشکلات آن شد.

وی افزود: این بیمارستان ۸۶ تخت‌مصبوب و ۱۱۰ تخت‌فعال دارد اما ۹۰ درصد آن نیاز به تخت بیمارستانی، همراه با ۲۲ پزشک متخصص و ۱۰۱ پرستار و یک کلینک مستقر دارد که مهم‌ترین نیاز آن جراح مغز و اعصاب است که رییس دانشگاه علوم پزشکی اصفهان موظف به رفع این نیاز شد. عین‌اللهی ادامه داد: پروژه توسعه بخش‌های (ICU) و (CCU) در سفرهای استانی با رقم ۱۷۰ میلیارد ریال مصوب شده که در حال انجام است و همچنین درخواست متخصص انکولوژی (علم مطالعه و درمان سرطان) نیز از سوی مردم مطرح و قول مساعد در باره آن داده شده است. وی در باره نیاز این بیمارستان به آمبولانس نیز گفت: امروز یک دستگاه آمبولانس اورژانسی پیش بیمارستانی برای ارائه خدمت به مردم گلباگان و خونسار به بهره‌برداری رسید.

**معافیت سربازی تنها فرزند ذکور سالم خانواده‌های دارای معلولیت شدید**



سازمان وظیفه عمومی فرآج‌در اطلاعیه‌ای اعلام کرد: تنها فرزند ذکور سالم خانواده‌هایی که دارای فرزند با معلولیت شدید و بالاتر و نیاز به مراقبت هستند از خدمت دوره ضرورت معاف دائم می‌شوند. گزارش ایسنا، سازمان وظیفه عمومی فرآج‌در اطلاعیه‌ای اعلام کرد: برابری ابلاغیه ستادکل نیروهای مسلح، تنها فرزند ذکور سالم خانواده‌هایی که دارای فرزند با معلولیت شدید و بالاتر بوده و نیاز به مراقبت هستند از خدمت دوره ضرورت معاف دائم می‌شوند.

در این معافیت فقط برادر تنی معلول می‌تواند از معافیت بهره‌مند شود و این معافیت شامل برادر ناتنی نمی‌شود. واجدین شرایط می‌توانند با اخذ فرم معافیت مذکور از سازمان بهزیستی، درخواست خود را از طریق یکی از دفاتر خدمات الکترونیک انتظامی (پلیس ۱۰۱) محل سکونت ثبت و از رده وظیفه عمومی شهرستان محل سکونت پیگیری نمایند. به عنوان مثال، در خانواده دارای یک فرزند ذکور سالم و یک فرزند معلول، در صورت تایید معلولیت شدید فرزند از سوی سازمان بهزیستی و شورای پزشکی وظیفه عمومی، تنها برادر تنی سالم خانواده از خدمت دوره ضرورت معاف می‌شود.

**ژست سیگار؛ هر پُک سیگار به من انرژی می‌دهد**



ژست سیگار کشیدن را دوست دارم. این جمله‌ای است که دختر حدود ۱۵ ساله در یک روز با هوای آفتابی تهران در کنجی از یکی از کوچه‌های نزدیک محل زندگی‌ام به من گفت. یعنی فقط برای اینکه ژست افراد سیگاری را دوست داری سیگار می‌کشی؟ گفت بله. همه پُک‌های سیگار هیچ دردی از من دوا نمی‌کند اما زمان کشیدن دیگر بی‌قراری و پریشان‌نستم.

می‌گوید: زمانی که خیلی کوچک‌تر بودم همیشه پسرانی که سیگار در دست داشتند از ژست آنها خوشم می‌آمد و همین به آرزویی برایم تبدیل شد که وقتی بزرگتر شدم حتما این نوع ژست را تجربه کنم. اکنون نه تنها تجربه تلخی را از این موضوع دارم بلکه عادت مصرف آن را نمی‌توانم ترک کنم. سه سال است که سیگار می‌کشم و باید بگویم که سیگار کشیدن به من انرژی می‌دهد.

۱۲ سالم بود که برای اولین بار یکی از همکلاسی‌هایم که چند سال از خودم بزرگتر بود به من برای سیگار کشیدن تعارف کرد من که از خدا خواسته سریع یک کام از سیگار گرفتم طعم اولین پُک برایم بسیار شیرین بود و پس از سه سال هنوز آن را تجربه می‌کنم اما این روزها سیگار کشیدن هر روز تجربه‌ای تلخ‌تر و سنگین‌تر می‌شود. به جز پریشانی و بی‌قراری چیزی عاید ما نمی‌شود اما چه کنیم که سیگار به نوعی

آدم‌ها را معتاد می‌کند و تمایل افراد را به مصرف افزایش می‌دهد. کاش آن روز را تجربه نمی‌کردم و یاد می‌گرفتم که به سیگار کشیدن نه بگویم. شاید تجربه هر کاری برای بار اول شیرین باشد اما ادامه دادن آن روزهای سخت‌تری را پیش روی فرد می‌گذارد. من برای اینکه مادر و پدرم متوجه نشوند تا قبل از اینکه به خانه برسم چند نخ سیگار می‌کشم. عطری کوچک در کیف دارم که به بدنم می‌زنم و هر روز آدامس قبل از رسیدن به خانه می‌جویم. اینها به نوعی بوی سیگار را می‌گیرند. روزی نیست که از محله‌های مختلف گذر کنم و چند دختر کنار هم با سیگارهای روشن نینبم. سیگار انگار منتهین آنها

شده است روزانه چندین نخ سیگار را تجربه می‌کنند اما فاجعه آنجاست که گسترش مصرف دخانیات به ویژه سیگار و حتما گرایش به مصرف موادمخدر در جامعه روندی صعودی دارد بنابراین باید زنگ مقابله و جلوگیری از این آسیب اجتماعی تغییر کند. در سال‌های گذشته تحت هیچ شرایطی دختران در خیابان‌ها و کوچه‌ها سیگار نمی‌کشیدند اما این روزها روند رو به گسترش تعداد دختران یا سیگاری‌ها و پسران لب و پُک زدن به آنها خوشایند نیست و وجهه خوبی برای جامعه دختران ندارد. اما چه باید کرد که دختران سیگاری روز به روز در حال افزایش است و بسیاری از خیابان‌ها، پارک‌ها و مکان‌های تفریحی ملو از این نوع

دختران با مصرف زیاد از حد سیگار هستند. سیگار کشیدن تا سال‌های نه چندان دور حتی برای پسران جوان قبح داشت اما اکنون دختران نوجوان ۱۳ تا ۱۵ ساله بدون آن نمی‌توانند زندگی را بگذرانند. شاید تاثیر محیط، فضای مجازی، بی‌توجهی خانواده‌ها به فرزندان به ویژه دختران، تاثیر مصرف زیاد سیگار در سربال‌ها، هزمنندان، دختران و پسران جوان را هم به این سمت سوق داده است. اما مهم‌ترین موضوعی که اشاره دارد که تقریباً ۱۴ درصد افراد بالای ۱۸ سال جامعه ایرانی دخانیات مصرف می‌کنند که حدود ۲۶ درصد مردان و ۴۵ درصد زنان هستند.

**۱۹ هزار میلیارد تومان تسهیلات به فرهنگیان اعطا می‌شود**



وزیر آموزش و پرورش با اشاره به امضای تفاهنامه مشترک با بانک ملی ایران گفت: معلمان با این تفاهنامه می‌توانند تا سقف ۳ میلیارد ریال وام قرض‌الحسنه از بانک ملی دریافت کنند و در مجموع ۱۹ هزار میلیارد تومان تسهیلات به فرهنگیان اعطا می‌شود. به گزارش ایرنا از وزارت آموزش و پرورش، ضامراد صحرایی در جریان امضای تفاهنامه مشترک با بانک ملی ایران اظهار داشت: پرداخت تسهیلات، مقداری از دغدغه معلمان را کم می‌کند اما بیش از آن مقدار به کیفیت کار معلمان می‌افزاید؛ بنابراین انتقاد این تفاهنامه در راستای تقویت کیفیت کار معلمان است. صحرایی با بیان اینکه این تفاهنامه هدیه مشترک وزارت آموزش و پرورش و بانک ملی ایران به معلمان در آستانه دهم فجر است، افزود: معلمان،

سپمای آینده کشور را ترسیم می‌کنند و هر که به حل امور معلمان اهتمام ورزد در حقیقت به آینده کشور اهتمام می‌ورزد. وی با بیان اینکه سرمایه‌گذاری‌های کوتاه‌مدت برای حل مسائل و مشکلات کوتاه‌مدت معلمان است، افزود: عمده کار این است که بانک ملی ایران، شریک راهبردی وزارت آموزش و پرورش است و معلمان این بانک را نقطه اتکای خود می‌دانند و در نتیجه علاوه بر اعتبار مالی، اعتبار اجتماعی معلمان نیز در بانک ملی سرمایه‌گذاری می‌شود. وزیر آموزش و پرورش گفت: بانک ملی علاوه بر تسهیلات در بخش‌های دیگر هم می‌تواند مشارکت کند که از جمله آن آشنایی دانش‌آموزان و فرهنگیان با سواد مالی و مشارکت در مدرسه‌سازی است. صحرایی اضافه کرد: خیران مدرسه‌ساز که امروز

**پیوند قلب کودکان به زودی در مراکز درمانی انجام می‌شود**

بدو روز سه شنبه در یک نشست خبری که در مرکز طبی کودکان برگزار شد، افزود: ایران از بزرگترین کشورهای در زمینه جراحی قلب کودکان در منطقه است و آنها جزو سرمایه‌های اصلی کشور هستند و باید در پیشگیری و اقدامات درمانی بیماری‌ها برای این جامعه هف بیشتر کار شود. پوشش واکنش‌شناسیون کشوری و مداخله در شایعترین علل مرگ و میر کودکان زیر پنج سال باعث شد که به بهبود شاخص‌های سلامت در کودکان دست یابیم و این موضوع دستاورد بزرگی در دنیا محسوب می‌شود. وی اظهار داشت: در گذشته بیماری‌های دستگاه تنفسی و اختلالات گوارشی در کودکان زیر پنج سال بسیار شایع بود که با بهره‌مندی از خدمات مراکز بهداشتی و درمانی، در کنترل بیماری‌های عفونی موفق هستیم.



**نحوه دریافت مجوز تأسیس کودکان برای نهادهای اعلام شد**

دریافت مجوز تأسیس و فعالسازی کودکان برای دستگاه‌ها، وزارتخانه‌ها و نهادهای عمومی دولتی و غیردولتی وجود داشته و قابل استفاده است. بر همین اساس، سازمان تعلیم و تربیت کودکان، راهنمای دریافت مجوز تأسیس و فعال‌سازی خدمات کودکانی برای دستگاه‌ها، وزارتخانه‌ها و نهادهای عمومی دولتی و غیردولتی را آماده کرده که از طریق لینک //https://koodak.medu.gov.ir/fa/node/۷۹۴۰۳ قابل دسترسی برای عموم است. همچنین به منظور فراهم‌سازی شرایطی جهت استفاده عموم مردم از این دست از خدمات،

**تولید و توزیع نان سالم از برنامه‌های وزارت بهداشت است**



وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی تولید و توزیع نان سالم را از برنامه‌های مهم در دست اجرا و شمرد و گفت: برخی بیماری‌ها را با ارتقای کیفیت نان می‌توان کنترل کرد.

به گزارش گروه سلامت خبرگزاری فارس، بهرام عین‌اللهی، با اشاره به پیشرفت‌های حوزه سلامت از ابتدای انقلاب اسلامی، افزود: ابتدای انقلاب امید به زندگی ۵۴ سال بود که اکنون به ۷۶ سال رسیده، مرگ و میر مادران باردار از ۲۵۵ در ۱۰۰ هزار تولد زنده به ۲۵ در ۱۰۰ هزار تولد زنده رسیده، کاهش مرگ کودکان از ۱۳۵ در هزار تولد زنده به ۱۳ در هزار تولد زنده رسیده، بیماری‌های واگیر مهار شده و شبکه بهداشت کشور با ایجاد ۱۸ هزار خانه بهداشت توسعه چشمگیری پیدا کرده است. وی ادامه داد: دسترسی مردم به خدمات پیشرفته سلامت در اقصی نقاط کشور حاصل شده، توسعه کمی و کیفی نظام آموزش و پژوهش در کشور انجام گرفته و پاسخگویی به نیازهای جامعه در پژوهش‌ها توسعه یافته است. وزیر بهداشت تصریح کرد: هدف مشترک همه ما ایجاد نظام پیشرفته سلامت در تمدن نوین اسلامی است و پژوهش در تحقق این هدف نقش اساسی دارد.

**کیاهانی که موجب آرامش قلب می‌شوند**



ادامه از شماره قبل و... علاوه بر این‌ها، عوامل دیگری چون انجام فعالیت بدنی و حرکات ورزشی شدید و سنگین، تغییرات در سطح هورمون‌ها در اثر حاملگی، قاعدگی یا یائسگی و نیز مصرف مواد خوراکی خاصی چون نوشابه‌های الکلی یا برخی از داروها و مکمل‌ها و مصرف زیاد کافئین و قهوه در بروز پاپیتیشن قلب نقش دارند.

علامت تپش قلب چیست؟ تپش قلب زیاد نشانه چیست؟ برای پاسخ به این سوال باید علامت تپش را بی‌نگینری کنید، هر علامتی ممکن است نشان‌دهنده یک مشکل جدی‌تر در بدن باشد. معمولاً ضربان غیرطبیعی قلب خطرناک نیست اما اگر با علامت زیر همراه باشد، باید آن را جدی بگیرید: - احساس سرگیجه و سبکی سر - فشار یا درد قفسه سینه - بروز مشکلات تنفسی - عرق کردن غیرمعمول - لرزش اندام‌ها - تشنگی - زبری صدا - تشنگی - رنگ پریدگی - درد، فشار یا سفتی در قفسه سینه، گردن، فک، بازو یا قسمت‌های بالای کمر

گزینه‌های درمانی با توجه به علت تپش قلب به گزارش ویلاگ تخصصی سان لایت اکسپریمت، تپش قلب یک عارضه شایع است و خوشبختانه در اکثر موارد خوش‌خیم است. با این حال به دلیل اینکه این عارضه عموماً ماهیت تصادفی و غیرقابل پیش‌بینی دارد، ردیابی دقیق عوامل ایجادکننده آن کار ساده‌ای نیست و نیاز به بررسی مستمر و جزئی‌تر دارد.

رییس مرکز طبی کودکان درباره کمبود متخصص کودکان در کشور افزود: در همه گروه‌های پزشکی کمبود وجود دارد اما این موضوع در رشته کودکان دشوار است. گرایش برای این رشته کمتر است و وقتی افزایش ظرفیت مطرح می‌شود، عدم تمایل برای تحصیل در تخصص کودکان در میان پزشکان مشهود است.

همانطور که اشاره شد تپش قلب یک علامت است نه یک بیماری و از آنجا که دلایل مختلفی برای آن وجود دارد، یافتن یک درمان موثر را کمی چالش برانگیز می‌کند. با این حال معمولاً توصیه‌های زیر برای درمان این مشکل مطرح می‌شود: غلل عاطفی: باید یاد بگیرید که چگونه با حمله‌های پانیک مقابله کنید و از تکنیک‌های تنفسی برای حفظ آرامش خود کمک بگیرید. داروها: اگر مصرف بعضی از داروها روی ضربان قلب شما تاثیر دارد، ممکن است پزشک نوع دارو را تغییر دهد. سبک زندگی: تپش قلب باید بدون درمان برطرف شود. از این رو اجتناب از محرک‌ها می‌تواند مفید باشد. غل هورمونی: معمولاً تپش قلبی که به دلیل تغییرات هورمونی رخ می‌دهد، موقتی است. در عین حال ممکن است پزشک داروهای ضدآرتمی مانند مسدودکننده کانال پتا (بتا بلوکرها) یا مسدودکننده‌های کاتال کلسیم را تجویز کند که هر دو بی‌خطر هستند. بتا بلوکرها ضربان قلب و فشار خون را کاهش می‌دهند. ادامه دارد