



خبرگزاری: فارس

حوزه: بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۲

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی مطرح کرد

راه‌های درمان صافی کف پا/ حداکثر زمان آغاز راه رفتن در کودکان

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی راه‌های درمان صافی کف پا در کودکان را تشریح کرد.

محسن کرمی در گفت‌وگو با خبرنگار بهداشت و درمان خبرگزاری فارس، در رابطه با زمان مناسب راه رفتن در کودکان اظهار داشت: برای این مسئله همیشه یک دامنه را در نظر می‌گیریم به طوری که مجموعه‌ای از تکامل حرکتی برای ما مهم بوده به طور مثال گردن گرفتن، نشستن و سپس راه افتادن از مجموعه عوامل حرکتی محسوب شده که تاخیر در هر کدام در صورت لزوم نیاز به بررسی دارد.

وی افزود: اگر مجموعه تکامل مناسب باشد و نوزاد در زمان مطلوب گردن گیرد، بنشیند، چهار دست و پا راه برود بنابراین حداکثر تأخیر در ایستادن و راه رفتن تا ۱۸ ماهگی جای نگرانی نداشته ولی در صورتی که بیشتر از این مدت باشد بررسی و اقدامات لازم توسط والدین هر چه سریعتر باید انجام گیرد.

معاون پژوهشی گروه ارتوپدی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در مورد حرکت برخی از کودکان در روی پنجه پا بیان داشت: این مساله می‌تواند دو ریشه داشته باشد یکی مشکلات عصبی-عضلانی و فلج مغزی و دیگری ژنتیک و کوتاهی تاندون آشیل است.

کرمی اظهار داشت: کودکانی که به دلیل مشکلات عصبی-عضلانی و فلج مغزی دچار مشکل حرکت بر روی پنجه‌های پا هستند داستان آنها متفاوت است کودکانی بوده که این مشکل را ندارند بنابراین در نوع اول نیاز به فیزیوتراپی، کاردرمانی و گاهی گچ‌گیری پا بوده و در صورتی که این مشکل تا ۸ سالگی برطرف نشود حتی نیاز به تزریق بوتاکس و عمل جراحی است.

معاون پژوهشی گروه ارتوپدی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی بیان داشت: کودکانی که به دلیل جنبه ژنتیکی روی پنجه پا راه رفته و مشکلات عصبی-عضلانی نداشته باشند اغلب در ۲ تا ۳ سالگی به خودی خود بهبود می‌یابند.

وی با اشاره به اینکه صافی کف پا از بیشترین دلایل مراجعه به ارتوپد اطفال است، گفت: جالب است بدانید؛ اغلب به مرور زمان قوس کف پا ایجاد و تا ۱۰ سالگی به مرور تشکیل می‌شود و صافی کف پا اگر مشکلات جانبی و عصبی به همراه نداشته باشد، جای نگرانی برای والدین ندارد.



کرمی خاطر نشان کرد: در صورتی که صافی کف پا با حالت خستگی و درد پا همراه باشد استفاده از کفش طبی مخصوص توصیه می شود ولی راه درمان نیست البته اگر این مشکل خیلی شدید باشد در سن ۸ تا ۱۲ سالگی توصیه می کنیم که یک جراحی زیبایی صورت گیرد که این مسئله اکثر مواقع به طریق سرپایی انجام می شود.

انتهای پیام/



خبرگزاری: ایرنا

حوزه: بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۲

ماموریت اختصاصی به دانشگاه های علوم پزشکی واگذار شد

تهران - ایرنا - معاون آموزشی وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: به هر یک از دانشگاه های علوم پزشکی یک ماموریت اختصاصی واگذار شده، به عنوان مثال دانشگاه علوم پزشکی تهران در حوزه اخلاق پزشکی، شهید بهشتی در حوزه تحول آموزشی و دانشگاه ایران در حوزه اعتباربخشی ماموریت اختصاصی یافته اند.

[50] ماموریت اختصاصی به دانشگاه های علوم پزشکی واگذار شد

به گزارش ایرنا از وزارت بهداشت، باقر لاریجانی در نشست منطقه ۱۰ کلان آموزشی دانشگاه های علوم پزشکی کشور با بیان این مطلب افزود: ۵۰ ماموریت به دانشگاه های علوم پزشکی مختلف واگذار شد و با توجه به ظرفیت های هر دانشگاه این ماموریت ها نیز متفاوت در نظر گرفته شده اند. وی افزود: برای مثال از دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی درخواست کردیم تا در زمینه آموزش علوم پزشکی فعالیت کند که البته به این معنا نیست که دانشگاه های دیگر نیازی به فعالیت در این زمینه ندارند.

معاون آموزشی وزیر بهداشت گفت: ماموریت های دانشگاه های علوم پزشکی همگی در راستای پیشبرد اهداف برنامه های تحول و نوآوری در آموزش علوم پزشکی و تعالی علوم پزشکی در کل کشور است و در منطقه ۱۰ آمایش با برگزاری جلسات منظم می توان به خوبی جوانب تمام امور مورد نظر را مورد بحث و بررسی قرار داد.

وی افزود: دانشگاه علوم پزشکی تهران در بحث های مربوط به اخلاق حرفه ای، دانشگاه علوم پزشکی ایران در مبحث اعتباربخشی و سایر دانشگاه ها نیز با ماموریت های ویژه ای فعالیت می کنند.

لاریجانی تاکید کرد: هدف اصلی از همه این نشست ها و تقسیم بندی منطقه ای برای اجرای بسته های تحول و نوآوری این است که تمام تلاش خود را در جهت رشد کشور انجام دهیم و وزارت بهداشت نیز در این زمینه تمام همکاری های لازم را انجام خواهد داد.

وی در مورد اجرای برنامه های تحول و نوآوری در آموزش علوم پزشکی در سایر دانشگاه های کشور گفت: خوشبختانه دانشگاه های علوم پزشکی با جدیت تمام موضوع و ماموریت های محوله را پیگیری می کنند.



معاون آموزشی وزیر بهداشت با تاکید بر فعال کردن دبیرخانه کلان منطقه ۱۰ آمایشی افزود: انتظار می رود که با این تقسیم بندی و تلاشی که روسای دانشگاه های علوم پزشکی کشور انجام خواهند داد و با همکاری حوزه معاونت آموزشی وزارت بهداشت بتوانیم هرچه سریع تر بسته های تحول و نوآوری را عملیاتی کنیم.

نشست منطقه ۱۰ کلان آمایش سرزمینی در حوزه آموزش علوم پزشکی با حضور روسا و معاونان آموزشی دانشگاه های علوم پزشکی مستقر در این کلان منطقه و بمنظور اجرایی کردن بسته های تحول و نوآوری در آموزش علوم پزشکی اول دی ماه برگزار شد.



خبرگزاری: باشگاه خبرنگاران جوان

حوزه: بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۲

واگذاری ۵۰ ماموریت تحول و نوآوری به دانشگاه‌های علوم پزشکی

معاون آموزشی وزارت بهداشت گفت: ۵۰ ماموریت به دانشگاه‌های علوم پزشکی در راستای پیشبرد اهداف برنامه‌های تحول و نوآوری در آموزش علوم پزشکی واگذار شد.

به گزارش خبرنگار حوزه بهداشت و درمان گروه علمی پزشکی باشگاه خبرنگاران جوان به نقل از وبدا؛ دکتر باقر لاریجانی در نشست کلان منطقه ده آمایش با بیان این مطلب اظهار کرد: کلان منطقه ۱۰ به لحاظ سابقه، تعداد اساتید، دانشجویان، تعداد رشته‌های موجود و ... نقش مهمی را در آموزش علوم پزشکی کشور به عهده دارد و بر همین اساس ماموریت‌های مشخص و مهمی به این دانشگاه‌ها سپرده شده است.

دکتر لاریجانی افزود: ۵۰ ماموریت به دانشگاه‌های مختلف واگذار کردیم و البته با توجه به ظرفیت‌های دانشگاه‌ها این ماموریت‌ها نیز متفاوت در نظر گرفته شده‌اند برای مثال **از دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی** درخواست کردیم تا در زمینه آموزش علوم پزشکی فعالیت کنند که البته این به این معنا نیست که دانشگاه‌های دیگر نیازی به فعالیت در این زمینه ندارند، بلکه می‌بایست به فعالیت‌های خود با جدیت تمام ادامه دهند.

معاون آموزشی وزیر بهداشت در ادامه گفت: ماموریت‌های دانشگاه‌ها همگی در راستای پیشبرد اهداف برنامه‌های تحول و نوآوری در آموزش علوم پزشکی و تعالی علوم پزشکی در کل کشور است و در منطقه ده آمایش با برگزاری جلسات منظم می‌توان به خوبی جوانب تمامی امور موردنظر را مورد بحث و بررسی قرار داد.

وی افزود: دانشگاه علوم پزشکی تهران در بحث‌های مربوط به اخلاق حرفه‌ای، دانشگاه علوم پزشکی ایران در مبحث اعتبار بخشی و سایر دانشگاه‌ها نیز با ماموریت‌های ویژه‌ای فعالیت می‌کنند.

دکتر لاریجانی تاکید کرد: هدف اصلی از همه این نشست‌ها و تقسیم‌بندی منطقه‌ای برای اجرای بسته‌های تحول و نوآوری این است که تمام تلاش خود را در جهت رشد کشور انجام دهیم و وزارت بهداشت نیز در این زمینه تمامی همکاری‌های لازم را انجام خواهد داد.

وی در خصوص اجرای برنامه‌های تحول و نوآوری در آموزش علوم پزشکی در سایر دانشگاه‌های کشور گفت: خوشبختانه دانشگاه‌های علوم پزشکی با جدیت تمام موضوع را پیگیری می‌کنند و دانشگاه‌های مستقر در هر کلان منطقه با تقسیم کار در راستای ماموریت‌های واسپاری شده سعی کرده‌اند در بخش ماموریت‌های مشترک و ویژه هر کدام از دانشگاه‌ها و دانشگاه‌های مستقر در منطقه وظایف مشخصی را به عهده گرفته و مسئول برنامه‌ریزی و اجرای آن برای کل کشور هستند.



معاون آموزشی وزیر بهداشت در پایان ضمن تاکید بر فعال کردن دبیرخانه کلان منطقه ۱۰ آمایشی افزود: انتظار می رود که با این تقسیم بندی و تلاشی که روسای دانشگاه های علوم پزشکی کشور انجام خواهند داد و با همکاری حوزه معاونت آموزشی وزارت بهداشت بتوانیم هرچه سریعتر بسته های تحول و نوآوری را عملیاتی کنیم.

گفتنی است، نشست کلان منطقه ده آمایش با حضور روسا و معاونین آموزشی دانشگاه های علوم پزشکی مستقر در این کلان منطقه و به منظور اجرایی نمودن بسته های تحول و نوآوری در آموزش علوم پزشکی در اولین روز دیماه برگزار شد.



خبرگزاری: باشگاه خبرنگاران جوان

حوزه: اجتماعی

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۲

با طرح شکایت از هلال احمر ایران در صلیب سرخ جهانی عنوان شد

بیمارانی که از پشت کوه برای تهیه دارو به تهران کوچ می‌کنند

داروخانه

بازرس انجمن داروسازان ایران با تشریح رنج بیمارانی که از پشت کوه برای تهیه دارو به تهران کوچ می‌کنند، با اعلام خبر شکایت از هلال احمر ایران به کنوانسیون جهانی صلیب سرخ نسبت به تجارت دارویی این جمعیت انتقاد کرد.

به گزارش خبرنگار سلامت خبرگزاری تسنیم، حفیظ اله پورحیدر بروجنی در نشست خبری انجمن داروسازان ایران با انتقاد از توزیع ناعادلانه دارو در مناطق محروم اظهار داشت: برخی شرکت‌های توزیعی دارو به کالای سلامت محور دارو با دید سودآوری نگاه می‌کنند و این مساله موجب شده تا توزیع دارو در مناطق محرومی مانند چهارمحال و بختیاری عادلانه نباشد و بیمار باید از بندرعباس و یا از پشت کوه‌های چهارمحال و بختیاری بیاید و در تهران داروی خود را تهیه کند، زیرا توزیع دارو در کلان شهرها سودآورتر است و این مسئله از دید سازمان غذا و دارو مغفول مانده و وظیفه نظارتی خود را در این زمینه انجام نمی‌دهد.

وی در ادامه به **توزیع انحصاری دارو توسط بخش‌های دولتی از جمله دانشکده‌های داروسازی** و هلال احمر نیز انتقاد کرد و گفت: باید سیاست‌های تشویقی به مانند پزشکان خانواده در مناطق محروم برای داروسازان دیده شود اما هیچگونه سیاست تشویقی در قوانین جاری کشور برای داروسازان دیده نشده است. همچنین در هیچ کجای دنیا، صلیب سرخ وارد حوزه توزیع دارو نمی‌شود اگر هلال احمر در دوران دفاع مقدس در حوزه دارو خدماتی داشته بالاخره از صلیب سرخ که در جنگ‌های جهانی حضور داشته که بیشتر فعالیت نکرده، ولی هم اکنون هلال احمر به جای پرداختن به وظایف اصلی خود براساس اساسنامه اش وارد تجارت دارویی شده، بنابراین پیشنهاد شکایت این قضیه را به کنوانسیون جهانی صلیب سرخ دادیم، زیرا به خاطر توزیع انحصاری، بیماران در مناطق دوردست ناگزیر هستند برای تامین دارو به تهران مراجعه کنند که این مساله با عدالت در دسترسی دارو، منافات دارد.

بازرس انجمن داروسازان ایران در ادامه عنوان کرد: این در حالیست که انجمن داروسازان ایران با استانداردسازی خدمات دارویی، توانایی آن را دارد که توزیع دارو در ۱۱ هزار داروخانه موجود در هر کجای ایران را انجام دهد زیرا سازمان غذا و دارو نمی‌تواند بر سیستم توزیع دارو نظارت کند، و



مسئولیت آن را به داروخانه های نزدیک خود می دهد و این سؤال پیش می آید چرا آن زمان که دارو از سوی هلال احمر توزیع می شد، داروها سر از ناصر خسرو درآورد.

نقدی بر طرح داروخانه های زنجیره ای

بازرس انجمن داروسازان ایران به طرح داروخانه های زنجیره ای اشاره کرد و گفت: این طرح اخیراً جامعه داروسازی کشور را با مشکلاتی روبرو کرده است. ارائه این طرح یک سال پیش از سوی سازمان غذا و دارو با الگوبرداری از کشورهای غربی ارائه شد. هر چند ارتقای سطح خدمات دارویی حق مردم است، اما این بسته پیشنهادی سازمان غذا و دارو، در بسیاری از همان کشورهای غربی شکست خورد.

پورحیدر با اشاره به ملاقات خود با یکی از داروسازان بلژیکی - که طرح داروخانه های زنجیره ای در آن کشور نیز اجرا می شود، عنوان کرد: به گفته این داروساز، با اجرای این طرح، داروسازان برده کمپانی های دارویی بزرگ دنیا که عمدتاً در اختیار لابی های صهیونیست ها است، شده اند، بنابراین این طرح حتی در کانادا منجر به ورشکستگی داروخانه ها شد، حال چه اصراری به اجرای سیاستی است که در کشورهای غربی شکست خورده است، بنابراین در حال فراهم کردن ارائه بسته پیشنهادی به سازمان غذا و دارو هستیم تا طرح ارائه خدمات دارویی، جایگزین طرح داروخانه های زنجیره ای شود.

بازرس انجمن داروسازان ایران خاطرنشان کرد: باید حقوق اولیه داروسازان تامین شده و به کرامت آنان نیز توجه شود اما مسائل مالی تا اندازه ای به داروسازان فشار وارد آورده که امروز داروساز ۷۰ ساله نیز روزی ۱۴ ساعت کار می کند که در هیچکدام از حرفه های پزشکی این مساله دیده نمی شود و این در حالی است که هیچ سازمانی را سراغ نداریم که نگاه ویژه ای به داروخانه ها کرده باشد.

انتهای پیام/



پایگاه خبری اطلاع رسانی: شفا آنلاین

حوزه: سلامت

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۲

رزیدنت‌ها مغفول مانده ترین قشر در سیستم سلامت هستند

شفا آنلاین <سلامت> دور از انصاف است که وقتی رزیدنت بیشترین زمان خود را در بیمارستان می گذراند، توجه ویژه ای به وی صورت نگیرد

به گزارش شفا آنلاین، دکتر زهرا دوستی مشاور دستیاری رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با تاکید بر اینکه بار بیمارستان های آموزشی بر

دوش رزیدنت ها است، خاطرنشان کرد: در زمان کشیک، بیمارستان ها فاقد متخصص و فوق تخصص هستند، اگر رزیدنت خسته باشد و به جای ۱۲ شب کشیک در ماه برای تامین معیشت خود ۱۸ شب کشیک دهد، قطعا نمی تواند رضایت بیماران را جلب کند.

به گفته دوستی رضایمتندی هرچه بیشتر رزیدنت ها در سیستم بهداشتی درمانی، مترادف با گرفتن نتیجه مطلوب که همان رضایت بیماران و بهبودی بهتر آن ها است و این مهم به حدی بدیهی است که کسی به آن توجه نمی کند و دور از انصاف است که وقتی رزیدنت بیشترین زمان خود را در بیمارستان می گذراند، توجه ویژه ای به وی صورت نگیرد.

وی رزیدنت ها را مغفول مانده ترین قشر در سیستم سلامت خواند و گفت: در حق هیچ قشری به اندازه رزیدنت ها این قدر اجحاف نشده است. امیدوارم مستندهایی ساخته شود که تلاش های شبانه روزی رزیدنت ها را پاس داشته و سیاست گذاری های صدا و سیما تشویقی و به سمت بهبود شرایط رزیدنت ها باشد.

خداشه بر آموزش و پژوهش به علت مشکلات رفاهی

دوستی اضافه کرد: متأسفانه درگیری همکاران در مسائل رفاهی و معیشتی به حدی است که تمام مسائل آموزشی و پژوهشی را مخدوش کرده و رزیدنت دیگر به درس خواندن، رتبه آوردن برای بورده، تولید علم، نوشتن مقاله و غیره فکر نمی کند.

وی در خصوص مشکلات تامین معیشت رزیدنت ها در زمان تحصیل، عنوان کرد: این مهم موجب شده تا همکاران به دنبال شغل دوم برای تامین هر چه بهتر معیشت خانواده خود باشند این در حالی است که در کشورهای دیگر رزیدنت یعنی مقیم و نه تنها در فضای بیمارستان مسکنی به وی تعلق می گیرد بلکه غذای وی نیز تحت نظارت همان بیمارستان تامین و مهدکودک فرزندش و حتی بساط تفریحشان نیز در محیط بیمارستان فراهم است اما ما از حداقل امکانات بی بهره ایم.



روزنامه : آفرینش

حوزه: بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۲

تدوین برنامه آموزش ملی لیزر با همکاری ۷۰ متخصص داخلی و ۳۰ متخصص بین المللی

رییس انجمن پزشکی لیزری ایران از تدوین برنامه آموزش ملی لیزر با همکاری ۷۰ متخصص داخلی و ۳۰ متخصص بین المللی خبر داد و گفت: این برنامه تکلیف آموزش در حوزه لیزر را مشخص می کند.

به گزارش آفرینش دبیر کنگره تازه های لیزر پزشکی اظهار کرد: امسال دهمین همایش علمی پزشکی لیزری ایران و سومین کنگره کاربرد لیزر در علوم پزشکی به طور همزمان تحت عنوان کنگره تازه های لیزر پزشکی از هفتم تا نهم بهمن ماه در بیمارستان میلاد برگزار می شود.

دکتر رضا فکرازاد اظهار کرد: در این کنگره ۱۱ پنل تخصصی با حضور متخصصان داخلی و به منظور افزایش سطح دانش پزشکان این حوزه برگزار می شود.

وی در خصوص محورهای این کنگره گفت: فیزیک پزشکی لیزری، علوم جراحی، درماتولوژی، پوست، ترکیب لیزر با فناوری های جدید مانند نانو، کنترل درد، طب سوزنی و فیزیوتراپی از جمله محورهای مورد بحث و تبادل نظر در این کنگره است. وی افزود: اخلاق پزشکی و پزشکی قانونی، بازتوانی عصب، ایمنی لیزر و روش های تشخیصی نوین در زمینه زنان از دیگر محورهای این کنگره است.

دکتر رضا فکرازاد افزود: پنج کارگاه تشخیص سرطان، کنترل زخم و درد، طب سوزنی در زیبایی و لاغری، ساختار دستگاه لیزر و نگهداری و کنترل عفونت نیز در جریان این کنگره برگزار می شود.

وی گفت: ۴۲ مقاله به دبیرخانه این کنگره تا کنون ارسال شده است و شرکت در این کنگره برای گروه های مختلف پزشکی حداکثر ۱۵,۵ امتیاز بازآموزی دارد. وی از انجمن های فیزیوتراپی، علوم پرستاری، جراحان عمومی، طب سوزنی، درد، فوتونیک، طب فیزیکی، چشم پزشکی و پژوهشکده رویان و مرکز تحقیقات لیزر دانشگاه شهید بهشتی به عنوان همکاران مشارکت کننده در برگزاری این کنگره یاد کرد.

دکتر رضا فکرازاد در رابطه با کنگره تازه های لیزر پزشکی اظهار کرد: برای تدوین این برنامه یک مطالعه تطبیقی آموزش لیزر در جهان و ایران انجام می شود تا در نتیجه آن وضعیت آموزش لیزر برای گروه های مختلف پزشکی و پرستاری مشخص شود. این برنامه تا شهریور ماه سال آینده تکمیل و در نهایت به وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ارایه می شود.



روزنامه : جام جم

حوزه: بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۲

تشخیص سرطان پوست با کمک لیزر

روزنامه جام جم، شماره ۴۴۳۶، چهارشنبه دوم دی ماه ۱۳۹۴، صفحه ۱۲

رئیس انجمن علمی لیزر پزشکی ایران، از بهره برداری دستگاه تشخیص سرطان پوست با لیزر خبر داد و گفت: استفاده از این روش، هزینه کمتری نسبت به سایر روش های تشخیص سرطان دارد .

همچنین با استفاده از این روش می توان مراحل رشد تومور را در بدن شناسایی کرد.

به گزارش جام جم، دکتر رضا فکرازاد اظهار کرد: لیزر پزشکی می تواند در کمک به بیمارانی که از ناتوانی رنج می برند، موثر واقع شود و نیز توانایی کاهش اثرات ضدالتهابی و درد را دارد .

همچنین به راحتی می توان زخم های بستر و زخم های ناشی از دیابت را با لیزر درمان کرد.

وی افزود: در حال حاضر، حتی تشخیص ابتدایی مانند پوسیدگی دندان و شناسایی رگ هنگام تزریق از طریق لیزر انجام می شود، اما این تکنولوژی به دلیل وجود تحریم در کشور ما متداول نشده است.



روزنامه : آرمان

حوزه: سلامت

تاریخ: ۱۳۹۴/۱۰/۲

شیوه ناصحیح زندگی و کبد چرب

رئیس پژوهشکده علوم غدد درون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی شیوه ناصحیح زندگی و تبعات آن از قبیل چاقی و اضافه وزن را در ابتلا به کبد چرب در بین سنین مختلف دخیل دانست. **دکتر فریدون عزیزی** اظهار کرد: از علل عمده بروز بیماری کبد چرب که در جوامع مختلف از جمله ایران شیوع زیادی یافته است، می توان به شیوه ناصحیح زندگی از قبیل کم تحرکی، رژیم غذایی نامناسب و عوارضی همچون دیابت اشاره کرد. عزیزی افزود: درباره کبد چرب نیز مانند سایر بیماری ها، پیشگیری مقدم بر درمان است و در این ارتباط، داشتن شیوه زندگی صحیح، داشتن وزن ایده آل و مناسب، انجام فعالیت های بدنی روزانه، پیروی از رژیم غذایی سالم، پرهیز از مصرف غذاهای چرب و سرخ کردنی و دوری از استرس از جمله راه های درمان این بیماری است. وی افزود: در کنار رعایت این موارد، گاهی لازم است بیمار به دلیل پیشرفت بیماری از دارو استفاده کند که نوع و میزان آن را پزشکان معالج تعیین می کنند. عزیزی با بیان اینکه البته داروها در این زمینه نقش کمک کننده دارند، به این صورت که مقاومت به انسولین را در سلول های بدن بالا می برند، ادامه داد: در بیماری کبد چرب مقاومت به انسولین شکسته می شود و یکی از عوامل موثر در ابتلا به کبد چرب، همین امر است. وی با تاکید بر اینکه کبد چرب درمان قطعی دارد، افزود: داروها تنها نقش کمک کننده در درمان این بیماری دارند و پیشگیری از بروز و درمان کبد چرب بیشتر از طریق رعایت سبک زندگی صحیح در همه جوانب میسر می شود. کبد دومین عضو بزرگ در بدن انسان و مسئول فیلتر تمامی مواد غذایی و نوشیدنی های مصرف شده است؛ در واقع کبد عناصر مضر مواد غذایی را جذب می کند و بخش سالم مواد غذایی را به سایر سیستم های بدن می فرستد.



بخور و نخورهای روزهای آلوده

**کسانی که فقر آهن، ید و
سلنیوم در بدن داشته باشند،
بیشتر تحت تاثیر آلودگی هوا
قرار می گیرند**



موادی که باعث آلودگی هوا می شود را آلوده‌ها می خوانند. به آلوده‌هایی که در هوا پرمی شوند و به طور مستقیم باعث آلودگی هوا می شوند، آلوده‌های اولیه می گویند. انواع آلوده‌های اولیه عبارتند از: متوکسید کربن ناشی از آگروز ماشین‌ها و دی اکسید سولفور ناشی از سوختن زغال سنگ. اگر آلوده‌های اولیه تحت واکنش‌های شیمیایی در هوا قرار بگیرند، آلودگی بیشتر می شود و به این نوع آلوده‌ها، آلوده‌های ثانویه می گویند. دود فتوشیمیایی نمونه‌ای از آلوده‌های ثانویه است.

منصور رضایی متخصص تغذیه در گفت‌وگو با فارس، در رابطه با تغذیه مناسب در زمان بروز آلودگی هوا، اظهار داشت: خداوند زمانی که انسان را خلق کرد بر این مسئله آگاهی داشت که انسان هوا را آلوده خواهد کرد و بدن خود وی نیز تحت تاثیر این آلودگی قرار می گیرد، بنابراین پنج راه دفع سموم را در بدن قرار داد که با تغذیه مناسب می توان سلامتی در بدن را حفظ و نسبت به دفع سموم اقدام کرد. وی با اشاره به اینکه صفرا، عرق، خلط، مدفوع و ادرار پنج راه دفع سموم در بدن است، افزود: بهترین راه دفع سموم از بدن از طریق مصرف مایعات بوده، البته باید توجه داشت مایعات تنها شامل

آب نیست، بلکه آش، سوپ، خورشید، لبنیات، میوه و سبزیجات همه در دسته مایعات قرار می گیرند و برای کاهش تاثیر آلوده‌های محیطی در بدن باید مصرف مایعات را مورد توجه قرار داد. عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه مایعات دارای هزاران خاصیت بوده و سبب دفع آلوده‌ها از بدن می شود، عنوان داشت: بهتر است مصرف مایعاتی را مورد توجه قرار دهیم که حاوی آنتی‌اکسیدان باشد و مانع از فعالیت رادیکال‌های آزاد و تخریب سلول‌ها شود.

متخصص تغذیه بیان داشت: در علم تغذیه ۲۷

مصرف لبنیات به ویژه ترکیب ماست با ادویه‌هایی همچون فلفل، زردچوبه، زنجبیل و دارچین به دلیل اینکه حاوی مواد آنتی‌اکسیدانی فراوان است در زمان بروز آلودگی هوا و کاهش تاثیر آن در بدن توصیه می شود، از طرفی ادویه‌ها چند ده برابر میوه و سبزیجات آنتی‌اکسیدان داشته و تنها در افرادی که آلرژی دارند مصرف آن توصیه نمی شود

سیتو کیمیکال (ترکیب شیمیایی، گیاهی) وجود دارد که ما آنها را با رنگ‌های مختلف در میوه‌ها و سبزیجات همچون قرمز، ارغوانی، زرد، سبز و ... می شناسیم، میوه و سبزیجات علاوه بر اینکه در دسته مایعات قرار دارد آنتی‌اکسیدان بالایی داشته و فیبر موجود در آن نیز سبب خروج آلوده‌ها از بدن می شود. وی ادامه داد: بعد از میوه و سبزیجات غلات کامل و حبوبات این خاصیت را داشته و سبب دفع آلوده‌ها از بدن می شود. ماهی نیز بدن را پاکسازی کرده و به دلیل اینکه حاوی امگا ۳، سلنیوم، ید، روی، آهن و منیزیم است، جهت کاهش تاثیر آلوده‌ها بر بدن مصرف آن بسیار توصیه می شود. رضایی با اشاره به اینکه مصرف ماهی در پاییز به دلیل اینکه یخ‌زده نبوده و بو و کهنگی ندارد، بسیار توصیه می شود، گفت: ماهی دارای همه ریزمغذی‌های لازم برای دفع آلوده‌ها است.

به گفته وی، مصرف لبنیات به ویژه ترکیب ماست با ادویه‌هایی همچون فلفل، زردچوبه، زنجبیل و دارچین به دلیل اینکه حاوی مواد آنتی‌اکسیدانی فراوان است در زمان بروز آلودگی هوا و کاهش تاثیر آن در بدن توصیه می شود، از طرفی ادویه‌ها چند ده برابر میوه و سبزیجات آنتی‌اکسیدان داشته و تنها در افرادی که آلرژی دارند

مصرف آن توصیه نمی شود. متخصص تغذیه توصیه کرد: بهتر است مصرف سبزیجات به صورت فرآوری شده و کمپوت نباشد، همچنین بعد از ماهی، حبوبات و غلات کامل، میوه و سبزیجات و لبنیات مصرف آجیل نیز برای رفع آلودگی در بدن حائز اهمیت بوده و باید مورد توجه قرار گیرد. عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گفت: در زمان آلودگی هوا در کلانشهرها فلزات سنگینی همچون سرب، جیوه، آرسنیک، کادمیوم و آلومینیوم ایجاد می شود و در زمانی که بدن ما دارای ریزمغذی‌هایی همچون آهن، ید، روی، منیزیم و سلنیوم باشد اجازه فعالیت به این فلزات سنگین توسط بدن داده نمی شود. رضایی خاطر نشان کرد: کسانی که فقر آهن، ید و سلنیوم در بدن داشته باشند بیشتر تحت تاثیر آلوده‌های محیطی و آلودگی هوا قرار می گیرند. وی در پایان گفت: تغذیه در هر شرایطی باید به صورتی باشد که روزانه مصرف میوه، سبزی، غلات کامل، حبوبات، گوشت، لبنیات و آجیل در رژیم غذایی وجود داشته باشد، البته باید توجه داشت حبوبات حتماً از یک روز قبل خیس خورده باشند تا علاوه بر رفع نفخ آن املاح در بدن بهتر جذب شود.



رئیس شبکه ملی تحقیقات لیزر پزشکی کشور نسبت به استفاده لیزر در آرایشگاه‌های زنانه هشدار داد

عوارض لیزر غیر قابل برگشت است

در کشور بیشتر نمود پیدا کرده و بیشترین کاربرد لیزر در ایران مربوط به کاشت و برداشت مو است. وی ادامه داد: هر چند که ما استفاده جانی یا زیبایی از لیزر را منع نمی‌کنیم ولی نباید از کاربرد پزشکی و درمانی آن غافل ماند. رئیس شبکه ملی تحقیقات لیزر پزشکی کشور تأکید کرد: افرادی که لیزر انجام می‌دهند باید حتماً دوره دیده باشند و مجوزهای لازم در این زمینه را اخذ کنند چرا که اقدام این عمل توسط افراد بدون تجربه سبب بروز عوارض در افراد می‌شود. رزاقی نسبت به استفاده از لیزر در آرایشگاه‌های زنانه هشدار داد و تصریح کرد: عوارض لیزر اصولاً غیر قابل برگشت بوده بنابراین استفاده از آن باید با احتیاط انجام شود. استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در پایان خاطرنشان کرد: در

هدف اصلی کاربرد لیزر درمانی بوده و در اکثر رشته‌های پزشکی مورد استفاده قرار می‌گیرد. درمان‌های پوستی، رفع عیوب انکساری چشم، درمان سنگ‌های کلیه، برداشتن پروستات، انجام جراحی و طب فیزیکی و توانبخشی از جمله کاربردهای لیزر در حوزه درمان است



رئیس شبکه ملی تحقیقات لیزر پزشکی کشور ضمن هشدار نسبت به استفاده لیزر در آرایشگاه‌های زنانه گفت: عوارض لیزر غیر قابل برگشت بوده و این اقدام باید توسط افراد دوره دیده و مجرب انجام گیرد. به گزارش از فارس، محمدرضا رزاقی، لیزر را یک روش درمانی برشمرد که بیشتر مردم نسبت به آن آگاهی ندارند، افزود: در جامعه کنونی همه لیزر را به عنوان یک روش زیبایی می‌شناسند و تصور می‌کنند کاشت و برداشت مو همچنین از بین بردن چربی شکم و صورت تنها کاربرد لیزر است در حالی که هدف اصلی کاربرد لیزر درمانی بوده و در اکثر رشته‌های پزشکی مورد استفاده قرار می‌گیرد. استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی ادامه داد: درمان‌های پوستی، رفع عیوب انکساری چشم، درمان سنگ‌های کلیه،

تلاش هستیم در زمینه کاربرد لیزر در مسیر صحیح حرکت کنیم که مردم از نتایج مثبت آن بهره‌مند شوند.

در رشته‌های تخصصی همچون دندانپزشکی و زنان و مامایی نیز کاربردهای بسیاری دارد، اظهار داشت: استفاده از لیزر به عنوان یک وسیله زیبایی امروز

برداشتن پروستات، انجام جراحی و طب فیزیکی و توانبخشی از جمله کاربردهای لیزر در حوزه درمان است. رزاقی با اشاره به اینکه استفاده از لیزر



روزنامه جام جم صفحه 8 چهارشنبه 1394/10/2

آگهی ابلاغ رأی



نظر به این که پرونده خانم **معصومه فرجود** فرزند قربانعلی به علت غیبت در هیأت بدوی رسیدگی به تخلفات اداری دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی مورد بررسی قرار گرفت و منجر به صدور رأی شده است و جهت ابلاغ رأی نشانی از ایشان در دسترس نمی باشد، لذا به نامبرده اطلاع داده می شود حداکثر ظرف مدت ۳۰ روز پس از انتشار آگهی به امور نیروی انسانی این دانشگاه واقع در تهران - بزرگراه شهید چمران، اوین، جنب بیمارستان آیت... طالقانی مراجعه نمایند.

بدیهی است پس از انقضاء مهلت مقرر رأی صادره لازم الاجرا خواهد بود.

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و

خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

م الف/۳۱۰۱