

بولتن روزانه

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و
خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

گزیده اخبار خبرگزاریها، روزنامه ها، سایت های اطلاع رسانی و دولت



بهداشتی
شهید بهشتی
روابط عمومی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی



تاریخ: ۱۳۹۲/۰۴/۳۱

بولتن خبری ۱۳۹۲/۴/۳۱

عناوین اخبار

روزنامه ها و نشریات داخلی

آرمان: فندق، گردو، بادام و پسته باعث حساسیت در کودکان

آرمان: پزشکی

فرهیختگان: اهدای عضو تنها ۴۰۰ نفر از ۶ هزار مرگ مغزی در کشور

خبرگزاری های داخلی

ایسنا: فراخوان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی برای تاسیس داروخانه

ایسنا: برگزاری دوره کوتاه مدت آموزش پزشکی در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

ایکنا: دهم مردادماه؛ آخرین مهلت ارسال آثار به جشنواره فرهنگی، هنری نفس

باشگاه خبرنگاران جوان: یک توصیه تغذیه ای به نوجوانان روزه دار

سایت خبری و اطلاع رسانی

تعامل: شاید برای شما اتفاق بیفتد

جام نیوز: تنها راه مبارزه با آبسه

جهان نیوز: آماری از اهدای عضو در کشور و آمار جهانی

سلامت نیوز: روزه باعث تقویت حافظه میشود



منبع: آرمان

گروه: ۱۲

تاریخ خبر: ۱۳۹۲/۰۴/۳۱

فندق، گردو، بادام و پسته باعث حساسیت در کودکان

متخصص کودکان و نوزادان گفت: ۱۱ درصد از کودکان مبتلا به آسم به یک یا چند نوع ماده غذایی حساسیت دارند، شیر گاو، میوه های ترش، میگو، ماهی، سفیده تخم مرغ، گوجه فرنگی، سویا، سیر، آجیل ها مثل فندق، گردو، بادام و پسته از این جمله اند. محمد حسین سلطان زاده اظهار داشت: بیماران مبتلا به آسم به دو دسته آلرژیک و غیرآلرژیک تقسیم می شوند. متخصص کودکان و نوزادان گفت: در هر دو دسته، رژیم غذایی اهمیت ویژه ای دارد چرا که می تواند موجب شروع یا تشدید حمله آسم شود. استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی ادامه داد: ۱۱ درصد از کودکان مبتلا به آسم به یک یا چند نوع ماده غذایی حساسیت دارند و باید این مواد غذایی را کمتر مصرف کنند. فوق تخصص عفونی اطفال ادامه داد: سولفیت ها، افزودنی ها، مواد نگهدارنده موجود در کنسروها و رنگهای مصنوعی نیز می توانند در ایجاد حساسیت نقش داشته باشند. سلطان زاده ادامه داد: مصرف میوه و سبزی تازه که منبعی غنی از آنتی اکسیدان ها می باشند، می تواند سبب تخفیف علائم آسم شود.

کد خبر: ۹۳۱۳۱۴۰



پزشکی

کفش مناسب کدام است؟

متخصص طب فیزیکی و توانبخشی گفت: کفش مناسب، کفشی است که تخت، پنجه، رویه، کفی و پاشنه استاندارد داشته باشد. رحمت ا... حافظی اظهار داشت: پا به عنوان قلب دوم محسوب می شود بنابراین به منظور تامین پوشش و مراقبت از آن باید حداکثر دقت و ظرافت را به کار برد تا کفش مناسب را انتخاب کرد. متخصص طب فیزیکی و توانبخشی افزود: متأسفانه در مراجعه بیماران شاهدیم که اکثراً از کفش های بدون پاشنه و اسپورت و کفش هایی که کف تخت بسیار نازک و از جنس لاستیک دارند، استفاده می کنند یا اینکه کفش های پاشنه بلند می پوشند. عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تصریح کرد: کفش استاندارد کفشی است که کف (تخت) آن - محل تماس کف کفش با زمین - نسبتاً سفت و محکم باشد و از انعطاف پذیری مختصری برخوردار باشد. متخصص طب فیزیکی و توانبخشی افزود: داخل کفش یعنی جایی که کف پا با کفش تماس دارد بایستی نرم بوده، همچنین کفی نرمی نیز داشته باشد؛ در قسمت پنجه نیز باید به قدری پهن باشد که به هیچ عنوان از اطراف به انگشتان پا فشار وارد نکند. این استاد دانشگاه اظهار داشت: جنس رویی کفش بهتر است از چرم باشد تا اجازه تبادل هوا را به پا و کفش بدهد. وی افزود: ارتفاع پاشنه استاندارد ۲ تا ۳ سانتیمتر است و هر چه سطح مقطع پاشنه وسیع تر باشد مناسب تر است چرا که اگر سطح مقطع پاشنه کم و محدود باشد باعث انقباض عضلات دو طرف ساق پا شده و دردهای ساق پا را موجب می شود همچنین خطر پیچ خوردگی پا را افزایش می دهد. متخصص طب فیزیکی و توانبخشی در ادامه به اطفال و کسانی که از ضعف لیگمان های کنار مچ پا شاکی هستند توصیه کرد: از کفش ساق دار استفاده کنند که مانع از پیچ خوردن مچ پا شود. عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی اظهار داشت: کفش مناسب برای ورزش و پیاده روی کفش های اسپورتنی است که لژدار نیز باشند. حافظی در پاسخ به پرسشی مبنی بر ویژگی کفش های تابستانی گفت: کفش های تابستانی از این منظر که جلوی تعریق را می گیرند مناسب هستند اما باید افراد در انتخاب کفش، کفی و تخت کفش به استانداردهای گفته شده توجه کنند. متخصص طب فیزیکی و توانبخشی افزود: در استفاده از کفش های بنددار

باید توجه شود که کفش دارای بندهای پهن باشد تا فشار در سطح بیشتری توزیع شود و از تحریک پوست و ایجاد زخم جلوگیری شود.

انحراف ستون فقرات فرزندان

یک متخصص طب فیزیکی و توانبخشی گفت: با توجه به پنهان بودن نشانه های انحراف ستون فقرات و اهمیت تشخیص به موقع این عارضه لازم است تا بررسی ستون فقرات نیز به معاینات دوره ای اضافه شود. دکتر شریف نجفی گفت: تشخیص زودهنگام در بیماری اسکولیوز بهترین راه برای جلوگیری از پیشرفت است و بهتر است از زمانی که اسکولیوز تشخیص داده می شود تا وقتی که استخوان به رشد کامل نرسیده از پیشرفت آن جلوگیری شود تا درمان نتیجه بخش تری داشته باشد، اما اگر قوس استخوانی ثابت شود، این بهبودی سخت تر انجام می شود. نجفی ادامه داد: اگر این زمان بگذرد و استخوان ها و قوس محکم شوند، برای درمان به عمل جراحی نیاز داریم. وی در رابطه با نشانه های این بیماری گفت: افرادی که متوجه انحراف جانبی ستون فقرات می شوند عموماً به صورت اتفاقی به این موضوع پی می برند، چرا که این عارضه عموماً درد ندارد. این متخصص طب فیزیکی و توانبخشی با اشاره به اهمیت تشخیص زودهنگام انحراف ستون فقرات به والدین توصیه کرد: والدین باید از زمان کودکی در زمان استحمام، تعویض لباس، شنا و... به اندام و ستون فقرات کودکانشان توجه کنند و در صورتی که شانه، سینه و باسن متقارن و هم تراز نباشند، به پزشک مراجعه کنند. نجفی ادامه داد: معاینات دوره ای در سنین مدرسه باید شامل معاینه ستون فقرات باشد همان طور که در بسیاری از کشورها معاینه ستون فقرات اجباری است. وی ادامه داد: بهترین سن معاینات دوره ای برای دختران ۱۳-۱۰ سال و برای پسران ۱۳ تا ۱۴ سال است. ولی بهتر است در معاینات ورود به مدرسه در سن شش سالگی معاینه ستون فقرات نیز در کنار سایر معاینات مورد توجه قرار بگیرد. این متخصص طب فیزیکی به اهمیت معاینات اسکولیوز اشاره کرد و گفت: مربیان بهداشت مدارس باید برای انجام معاینات اولیه اسکولیوز آموزش ویژه ای ببینند و در صورت مشاهده مورد مشکوک به پزشک متخصص ارجاع دهند تا با رادیوگرافی درجه انحراف ستون فقرات مشخص شود.

کد خبر: ۹۳۱۳۱۴۷



اهدای عضو تنها ۴۰۰ نفر از ۶ هزار مرگ مغزی در کشور

مرگی که خانواده متوفی را بر سر دو راهی ادامه حیات نباتی عزیزشان به امید روز های بهتر یا قطع دستگاہ های کمک کننده و پایان بخشیدن به تکرار روز های بیم و امید قرار می دهد. اما بارها پیش آمده که همین افراد با اهدای اعضای خود به کسانی به این اعضا نیاز دارند جان هایی را از خطر مرگ نجات داده اند. با این همه خبرها حاکی از آن است که از میان این شش هزار نفر تنها ۴۰۰ نفر اعضای خود را اهدا می کنند. دکتر کتابون نجفی زاده، فوق تخصص بیماری های ریوی و آی سی یو و رئیس واحد پیوند دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی یکی از افرادی است که نزدیک به یک دهه از عمر خود را وقف تحقق بخشیدن اهدای اعضای حیاتی بیماران مرگ مغزی برای نجات جان سایر هموعانش که سال ها در انتظار دریافت عضو اهدایی هستند کرده است. وی می گوید: متاسفانه در سال گذشته که بالاترین آمار اهدای عضو در کشور را داشتیم، تنها شاهد اهدای عضو ۴۰۰ نفر بیمار مرگ مغزی بودیم و از دیگر سو تاکید می کند: این توضیح را نباید فراموش کرد که اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی در ایران نوپاست و ما به رشد آمار اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی بسیار امیدوار هستیم. وی همچنین تشکیل ساختار مناسب برای پیوند اعضای بیماران مرگ مغزی و فرهنگ سازی را دو وجه اساسی در توسعه و نهادینه شدن اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی می داند. به گفته نجفی زاده آمار جهانی در خصوص اهدای عضو رقمی نزدیک به ۵۰ درصد از بیماران مرگ مغزی است. وی می گوید: ما در ابتدای کار آمار نزدیک به ۲/۰ نفر در یک میلیون جمعیت اهدای عضو را داشتیم که با تلاش های انجام گرفته و فرهنگ سازی در این حوزه آمار اهدای عضو به ۵/۷ نفر در یک میلیون نفر رسید. البته این رقم نیز با معیار های جهانی فاصله معناداری دارد با این توضیح که آمار جهانی در مورد اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی ۲۰ نفر در یک میلیون نفر است که میزان یاد شده در کشوری نظیر اسپانیا که بیشترین آمار اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی را داراست رقمی نزدیک به ۳/۳۴ نفر در یک میلیون است. دکتر نجفی زاده همچنین درباره توانایی ایران در انجام عمل پیوند گفت: «ما خوشبختانه امروزه توانایی پیوند اعضا در بسیاری از اعضای بدن را دارا هستیم و سالانه ۲۰۰۰ تا ۲۳۰۰ پیوند کلیه داریم که از این تعداد تنها ۳۳ درصد از بیماران مرگ مغزی تامین می شود و بقیه مربوط به اهدای اعضای افراد زنده است. عضو دیگری که در حال حاضر پیوند آن به خوبی در حال انجام است، پیوند کبد

است که در حال حاضر در واحد هایی نظیر تیم پیوند اعضای دانشگاه شیراز به بهترین شکل انجام می شود و آمار پیوند اعضای بیماران کبدی به ۳۰۰ مورد در سال رسیده است. همچنین هم اکنون در کشورمان پیوند قلب، پانکراس و لوزالمعده که در بسیاری از کشورها امری تحقق یافته نیست در حال انجام و توسعه است. نجفی زاده با اعلام اینکه در تهران ۱۰ میلیون نفر تحت پوشش واحد پیوند دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی هستند، گفت: «اعلام رضایت در میان خانواده های بیماران مرگ مغزی که واحد فراهم آوری اعضای دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی مسوولیت گرفتن رضایت آنها را برعهده داشته، به ۹۶/۳ درصد رسیده است. برای تحقق این تعداد عضو سعی کردیم برای ارتباط با خانواده ها و آگاه سازی آنها نسبت به فرآیند اهدای عضو، نیروهای متخصص را به کار بگیریم و در این میان از تجربه کشور های موفق در این زمینه نظیر اسپانیا بهره بردیم. دکتر نجفی زاده در توضیح موانع فرهنگ سازی برای اهدای عضو در ایران گفت: «تحقق اعتماد سازی و فرهنگ سازی در این باره در گرو دادن اطلاعات درست و پرهیز از ندادن داده های غلط و جلوگیری از شکل دهی باورهای نادرست در اذهان عمومی است. متأسفانه در این عرصه دستگاه های فرهنگی نظیر صدا و سیما در مواردی اقدام به تهیه برنامه هایی می کنند که باورهای غلط مردم در این باره را دامن می زند. به عنوان مثال چندی پیش در سیما، فیلمی تهیه و چهار بار بازپخش شد که در آن فرد دچار مرگ مغزی، قرنیه اش اهدا می شود اما پس از اهدا به صورت تصادفی دوباره زنده می شود که این امر در واقعیت یک در چند میلیون اتفاق می افتد.»

کد خبر: ۹۳۲۴۸۳۵



فراخوان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی برای تاسیس داروخانه

متقاضیان تاسیس داروخانه روزانه در شهر رودهن می توانند درخواست خود را به امور داروی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی اعلام کنند.

به گزارش خبرنگار خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، از متقاضیان تاسیس داروخانه روزانه در شهر رودهن که صرفاً تا قبل از تاریخ ۲۶ فروردین ۹۲ درخواست خود را در حوزه مدیریت نظارت بر امور داروی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی به ثبت رسانده اند دعوت شده، حداکثر تا پایان وقت اداری روز شنبه ۲۶ مرداد ۹۲ جهت آمادگی و تکمیل مدارک خود در روزهای اداری به نشانی تهران - خیابان ولیعصر - مقابل پارک ساعی - خیابان آبشار - پلاک ۴۷ (مدیریت نظارت بر امور داروی دانشگاه) مراجعه کنند.

در پایان تاکید شده مهلت مذکور قابل تمدید نبوده و به هیچ عنوان به درخواست ها و مراجعات بعد از موعد مقرر ترتیب اثر داده نخواهد شد.

انتهای پیام

کد خبر: ۹۳۱۹۷۱۱



برگزاری دوره کوتاه مدت آموزش پزشکی در دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی

بیست و پنجمین دوره کوتاه مدت آموزش پزشکی ویژه اعضای هیات علمی بالینی با کمترین ۱۰ سال سابقه خدمت در دانشگاه علوم پزشکی تهران از ۲۳ تا ۲۷ شهریور برگزار می شود.

به گزارش سرویس دانشگاهی خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، بیست و پنجمین دوره کوتاه مدت آموزش پزشکی ویژه اعضای هیات علمی بالینی با کمترین ۱۰ سال سابقه خدمت در دانشگاه، علاوه بر ۲۳ تا ۲۷ شهریور تا ۸ بهمن ۹۲ سه شنبه هر هفته برگزار می شود.

متقاضیان واجد شرایط می توانند جهت ثبت نام حداکثر تا ۱۰ مرداد ۹۲ مشخصات خود شامل نام و نام خانوادگی، شماره تماس، رشته تحصیلی، سابقه خدمت در دانشگاه، و دانشکده محل خدمت را به نشانی edctums@tums.ac.ir ارسال کنند، علاقه مندان باید توجه داشته باشند، با توجه به محدودیت ظرفیت، اولویت شرکت در این دوره ها با افرادی است که زودتر ثبت نام کنند.

انتهای پیام

کد خبر: ۹۳۱۵۰۷۴



دهم مردادماه؛ آخرین مهلت ارسال آثار به جشنواره فرهنگی، هنری نفس

گروه سلامت: معاون امور فرهنگی مرکز پیوند اعضای دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به برگزاری هفتمین جشنواره فرهنگی، هنری نفس، گفت: این جشنواره در راستای ترویج فرهنگ اهدای عضو از بیماران مرگ مغزی برگزار می شود و شرکت کنندگان مهلت دارند تا دهم مردادماه آثار خود را ارسال کنند.

امید قبادی، معاون امور فرهنگی مرکز پیوند اعضای دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در گفت و گو با خبرگزاری بین المللی قرآن (ایکننا) با اشاره به برگزاری هفتمین جشنواره فرهنگی، هنری نفس، گفت: این سنواره در راستای ترویج فرهنگ اهدای عضو از بیماران مرگ مغزی با موضوع «اهدای عضو، اهدای زندگی» برگزار و شرکت کنندگان مهلت دارند تا دهم مردادماه آثار خود را ارسال کنند.

وی با اشاره به اینکه دهمین جشن نفس ۲۴ و ۲۵ مردادماه جاری در مجموعه ورزشی انقلاب، گفت: جشن نفس با حضور خانواده هایی که مبادرت به اهدای عضو کرده اند برای دهمین سال متوالی برگزار و از این عزیزان تجلیل می شود که برگزاری جشنواره نفس نیز با همکاری جمعیت حمایت از پیوند اعضای ایرانیان نیز به همین مناسبت و در راستای ترویج فرهنگ اهدای عضو از بیماران مرگ مغزی برگزار خواهد شد.

قبادی با اشاره به اهداف برگزاری این جشنواره، گفت: ترویج و بسط فرهنگ اهدای عضو، نجات جان بیماران نیازمند پیوند عضو، ایجاد ارتباط نزدیک بین هنر و فرهنگ مقدس اهدای عضو و مشارکت مردم هنرمندان در بسط و توسعه فرهنگ اهدای عضو از مهم ترین اهداف برگزاری این جشنواره است.

وی با اشاره به بخش های مختلف این جشنواره، گفت: نقاشی، عکس، پوستر، مجسمه سازی، کاریکاتور، شعر، جمله کوتاه، داستان کوتاه، فیلم نامه، نمایشنامه، انیمیشن، تیزر، فیلم کوتاه و فیلم مستند، بخش های مختلف این جشنواره را تشکیل می دهند.

امید قبادی: ترویج و بسط فرهنگ اهدای عضو، نجات جان بیماران نیازمند پیوند عضو، ایجاد ارتباط نزدیک بین هنر و فرهنگ مقدس اهدای عضو و مشارکت مردم هنرمندان در بسط و توسعه فرهنگ اهدای عضو از مهم ترین اهداف برگزاری این جشنواره است. قبادی با اشاره به شرایط شرکت در بخش های مختلف جشنواره، گفت: آثار نقاشی در دو گروه سنی کودک و بزرگسال بررسی می شوند و علاقه مندان می توانند آثار خود را از

طریق پست یا به صورت حضوری به دبیرخانه جشنواره ارسال کنند و آثار بخش پوستر این جشنواره نیز باید به صورت عکس، پرینت رنگی و یا سی دی ارسال شوند.

وی با اشاره به شرایط این جشنواره در بخش های مجسمه سازی و انیمیشن، گفت: آثار ارسالی در بخش مجسمه سازی در ابعاد حداکثر ۳۰ سانتی متر و در بخش انیمیشن نیز دارای تکنیک آزاد بوده و محدودیتی برای مدت زمان انیمیشن وجود ندارد که این آثار باید در قالب دی وی ارائه شوند.

معاون امور فرهنگی مرکز پیوند اعضای دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گفت: علاقه مندان می توانند در بخش جمله کوتاه، داستان و شعر، آثار خود را در قالب جمله کوتاه و حداکثر تا ۱۰۰ کلمه شعر و داستان تایپ شده ارسال کنند.

قبادی به ترتیب با اشاره به شرایط شرکت در بخش های فیلم نامه، نمایشنامه، فیلم کوتاه و فیلم مستند، گفت: فیلم نامه ها باید در قالب داستانی، مستند پویانمایی، نمایشنامه ها در حوزه های کودک، نوجوان بزرگسال، فیلم کوتاه حداکثر ۲۰ دقیقه و در قالب دی وی و فیلم مستند بدون محدودیت زمانی و در قالب دی وی ارائه شوند.

وی با اشاره به شرایط عمومی شرکت در هفتمین جشنواره نفس، گفت: شرکت کنندگان لازم است به همراه آثار، مشخصات فردی از جمله نام، نام خانوادگی نام پدر و ... را ارسال کنند و ستاد برگزاری جشنواره مجاز است آثار انتخاب شده را در امور انتشاراتی فرهنگی و اطلاع رسانی مربوط به اهدای عضو و فرهنگ سازی اهدای عضو استفاده کند.

کد خبر: ۹۳۱۷۲۰۰



یک توصیه تغذیه ای به نوجوانان روزه دار

به گزارش گروه وبگردی باشگاه خبرنگاران، دکتر مسعود کیمیگر در گفت و گو با خبرنگار ایسنا اظهار داشت: نوجوانانی که شرعا روزه بر آنها واجب است یا کودکانی که تمایل دارند همچون بزرگسالان روزه بگیرند، حتما باید از سوی والدین و اطرافیان تحت مراقبت قرار گیرند تا در صورتی که توان تحمل روزه داری را نداشتند روزه خود را قطع کنند. وی تاکید کرد: روزه اولی ها به ویژه دختران نه یا ده ساله نباید بدون خوردن سحری اقدام به روزه داری کنند و تنها در صورتی روزه بگیرند که سحری را کامل خورده باشند. به این کودکان توصیه می شود در صورتی که نتوانستند برای سحر بیدار شوند از گرفتن روزه بدون سحری خودداری کنند. این عضو هیات علمی دانشگاه شهید بهشتی با اشاره به اهمیت وعده سحر برای روزه اولی ها، تصریح کرد: سحری باید شامل یک وعده غذای کامل همچون ناهار باشد و میوه و سبزیجات و سالاد حتما در کنار آن مصرف شود تا به دیرتر گرسنه و تشنه شدن فرزندان کمک کند. خوردن یک عدد تخم مرغ آب پز شده توسط بچه ها موجب جلوگیری از احساس گرسنگی آنها در طول روز می شود. وی با اشاره به پرهیز از انجام فعالیت شدید روزه اولی ها در طول روزه داری، گفت: این افراد بهتر است از ساعت دو الی سه بعد از ظهر به استراحت بپردازند. توصیه می شود خانواده ها از این ساعات به بعد مراقب حال فرزندان خود باشند تا در صورت مشاهده علائمی همچون ضعف، بی حالی، بی رنگ شدن چهره و افت فشارخون همچنین ناتوانی بچه ها در انجام کار روزمره خود از جمله نوشتن تکالیف و عدم تمرکز در درس خواندن آنها را از ادامه روزه باز دارند. دکتر کیمیگر افطار کردن با یک ماده قندی که به سرعت جذب می شود همچون خرما یا چای شیرین را به افرادی که برای اولین بار مکلف به روزه داری شده اند، توصیه کرد و افزود: این اشخاص می توانند روزه خود را با یک لیوان شیر یا آب جوش نیز باز کنند. همچنین خوردن همزمان افطار و سحری باعث می شود که در صورت خواب ماندن در هنگام سحر برای صرف غذا، وقفه طولانی میان وعده غذایی قبل و زمان افطار پیش نیامده و روزه داران دچار گرسنگی و تشنگی شدید نشوند. وی در ادامه یادآور شد: مصرف غذاهایی همچون کتلت، کوکو و شامی همچنین سوپ و آش غذای مناسبی به عنوان وعده افطار روزه اولی ها محسوب می شود. این افراد باید در ساعات میان افطار تا سحر به مقدار کفایت مایعات استفاده کنند تا دچار کمبود آب نشوند. این عضو هیات علمی دانشگاه شهید

بهشتی در پایان با بیان اینکه کاهش وزن یک الی دو کیلویی فرزندان که سال های اولیه روزه گرفتن خود را تجربه می کنند طبیعی است، اظهار کرد: این میزان افت وزن پس از ماه مبارک رمضان قابل جبران است. اگر وعده غذایی مصرفی در افطار و سحر مناسب و کافی باشد، کاهش وزن بدن به سوزاندن چربی های بد بدن مربوط می شود به طوری که با مصرف این چربی ها در بدن پس از اتمام این ماه، چربی مفید جایگزین آنها می شود.

کد خبر: ۹۳۲۰۲۸۲

اخبار مرتبط:

- ✓ تابناک: یک توصیه تغذیه ای به نوجوانان روزه دار
- ✓ روزگار نو: یک توصیه تغذیه ای به نوجوانان روزه دار
- ✓ پول نیوز: یک توصیه تغذیه ای به نوجوانان روزه دار



آماري از اهدای عضو در کشور و آمار جهانی

به گزارش جهان به نقل از تسنیم، مرگی که خانواده متوفی را بر سر دو راهی ادامه حیات نباتی عزیزشان به امید روز های بهتر یا قطع دستگاه های کمک کننده و پایان بخشیدن به تکرار روز های بیم و امید قرار می دهد. اما در این میان متخصصان پزشکی راه سومی را یافته اند، راهی که می تواند به آنکه فرصت کنش ندارد، واکنش جاودانه بخشد، فرصتی که تنها با اهدا میسر می شود یعنی اهدای اعضای حیاتی بیماران مرگ مغزی. دکتر کتایون نجفی زاده، فوق تخصص بیماری های ریوی و آی.سی.یو و رئیس واحد پیوند دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی یکی از افرادی است که نزدیک به یک دهه از عمر خود را وقف تحقق بخشیدن اهدای اعضای حیاتی بیماران مرگ مغزی برای نجات جان سایر هموعانش که سال ها در انتظار دریافت عضو اهدایی هستند کرده است. وی به پایگاه خبری خانه ملت می گوید: متأسفانه در سال گذشته که بالاترین آمار اهدای عضو در کشور را داشتیم، تنها شاهد اهدای عضو ۴۰۰ نفر بیمار مرگ مغزی بودیم و از دیگر سو تاکید می کند: این توضیح را نباید فراموش کرد که اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی در ایران نوظا است، و ما به رشد آمار اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی بسیار امیدوار هستیم. وی همچنین تشکیل ساختار مناسب برای پیوند اعضای بیماران مرگ مغزی و فرهنگ سازی را دو وجه اساسی در توسعه و نهادینه شدن اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی می داند. ادامه گفت و گو در پی می آید: آیا آماری از میزان اهدای عضو اعضای مرگ مغزی شده در ایران وجود دارد؟ بله طبق آمار وزارت بهداشت سالانه حدود ۳ هزار تا ۶ هزار نفر در ایران مرگ مغزی می شوند که از این تعداد متأسفانه در سال گذشته که بالاترین آمار اهدای عضو در کشور را داشتیم، تنها شاهد اهدای عضو ۴۰۰ نفر بیمار مرگ مغزی بودیم. آمار جهانی در مورد میزان اهدای عضو بیماران مرگ مغزی، چقدر است؟ در سطح جهانی رقمی نزدیک به ۵۰ درصد بیماران مرگ مغزی، اعضای بدنشان اهدا می شود. اما این توضیح را نباید فراموش کرد که اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی در ایران نوظا است، و ما به رشد آمار اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی بسیار امیدوار هستیم. همانطور که ما در ابتدای کار آمار نزدیک به ۲/۰ نفر در یک میلیون جمعیت اهدای عضو را داشتیم که با تلاش های انجام گرفته و فرهنگ سازی در این حوزه آمار اهدای عضو به ۷/۵ نفر در یک میلیون نفر رسید. البته این رقم نیز با معیار های جهانی فاصله معناداری دارد با این توضیح که آمار جهانی در مورد اهدای

اعضای بیماران مرگ مغزی ۲۰ نفر در یک میلیون نفر است که میزان یاد شده در کشوری نظیر اسپانیا که بیشترین آمار اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی را داراست رقمی نزدیک به ۳/۳۴ نفر در یک میلیون است. بیشترین آمار در مورد پیوند کدامیک از اعضای حیاتی بدن است؟ ما خوشبختانه امروزه توانایی پیوند اعضا در بسیاری از اعضای بدن را دارا هستیم و سالانه ۲۰۰۰ تا ۲۳۰۰ پیوند کلیه داریم که از این تعداد تنها ۳۳ درصد از بیماران مرگ مغزی تامین می شود و مابقی مربوط به اهدای اعضای افراد زنده است. عضو دیگری که در حال حاضر پیوند آن به خوبی در حال انجام است، پیوند کبد است که در حال حاضر در واحد هایی نظیر تیم پیوند اعضای دانشگاه شیراز به بهترین شکل انجام می شود و آمار پیوند اعضای بیماران کبدی به ۳۰۰ مورد در سال رسیده است. همچنین هم اکنون در کشور پیوند قلب، پانکراس و لوزالمعده که در بسیاری از کشور ها امری تحقق یافته نیست در حال انجام و توسعه است. شما در مدتی که مسئولیت واحد فراهم آوری اعضای دانشگاه شهید بهشتی را داشته اید، به چه برآیندی از نگاه مردمی نسبت به پیوند اعضا رسیده اید؟ مردمان ما مردمی فوق العاده هستند، مردمی که فرهنگ شان فرهنگ ایثار است و احتیاجی نیست کسی به آن ها حرف خاصی را دیکته کند. مردم در مورد پیوند اعضای بیماران مرگ مغزی فقط کافی است که نسبت به موضوع مرگ مغزی و برگشت ناپذیری فرد مرگ مغزی شده در درصد بالایی از موارد، آگاهی لازم را بیابند و با تکیه بر چنین آگاهی بتوانند تصمیم گیری درست داشته باشند. می توانید نمونه ای ملموس برای این مورد بیان کنید؟ بله، ما در حال حاضر تنها در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی حدود ۱۰ میلیون نفر در تهران تحت پوشش واحد پیوند داریم که این به معنا اعلام رضایت در میان خانواده های بیماران مرگ مغزی که واحد فراهم آوری اعضای دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی مسئولیت گرفتن رضایت آن ها را برعهده داشته، به ۳/۹۶ درصد رسیده است. ۱۰ میلیون نفر در تهران؟ فکر می کنم رقم خوبی برای واحد فراهم آوری اعضای یک دانشگاه علوم پزشکی باشد، دست یابی به این میزان افراد تحت پوشش چگونه میسر شد؟ برای تحقق این تعداد عضو سعی کردیم برای ارتباط با خانواده ها و آگاه سازی آن ها نسبت به فرایند اهدای عضو، نیروهای متخصص را به کار بگیریم و در این میان از تجربه کشور های دارای تجربه موفق در این زمینه نظیر کشور اسپانیا بهره بردیم. آنطور که من فهمیدم شما برای رسیدن به فرایند مطلوب در نهادینه کردن فرهنگ اهدای اعضای افراد مرگ مغزی روی روش کار تاکید ویژه ای دارید. آیا چنین استنباطی درست است؟ بله، اطلاع رسانی به خانواده بیمار مرگ مغزی برای اهدای ارگان های حیاتی وی، یک علم است و اینگونه نیست که هر فرد دارای روابط عمومی قوی بتواند از پس آن برآید، با افتخار می گویم ما در واحد پیوند اعضای دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی این علم را به خوبی کسب کرده و با انطباق آن با فرهنگ عمومی کشور، شروع به آگاهی بخشی با خانواده های افراد مرگ مغزی شده کردیم، در نتیجه آمارمان از میزان رضایت خانواده های بیماران مرگ

مغزی از ۳۲ درصد به ۴/۹۹ دهم درصد رسید. این امر نشان دهنده آن است که اگر اطلاعات درستی در اختیار خانواده های مرگ مغزی قرار گیرد، مردم به دستی از اهدای اعضای عزیزان مرگ مغزی شده شان استقبال خواهند کرد. در راه اعتمادسازی عمومی برای اهدای اعضای افراد مرگ مغزی، چه موانعی وجود دارد؟ تحقق اعتماد سازی و فرهنگ سازی در اینباره در گرو دادن اطلاعات درست و پرهیز از ندادن داده های غلط و جلوگیری از شکل دهی باورهای نادرست در اذهان عمومی است. متأسفانه در این عرصه دستگاه های فرهنگی نظیر صدا و سیما در مواردی اقدام به تهیه برنامه هایی می کنند که باورهای غلط مردم در این باره را دامن می زند. به عنوان مثال چندی پیش در سیما، فیلمی تهیه و چهار بار باز پخش شد که در آن فرد دچار مرگ مغزی قرنیه اش اهدا می شود. اما پس از اهدا به صورت تصادفی دوباره زنده می شود که این امر در واقعیت یک در چند میلیون قابل تکرار است. به نظر شما چنین برنامه ای ضد تبلیغ است یا بیان واقعیت؟ ضد تبلیغ، فکر نمی کنم در هیچ جای دنیا چنین ضد تبلیغی در مورد اهدای اعضا انجام شود. بنابراین ما معتقدیم اگر اطلاعات صحیح به مردم در مورد اهدای اعضای افراد مرگ مغزی شده داده شود، با توجه به فرهنگ غنی مردمان ایران زمین ما شاهد اتفاقات بسیار بسیار خوشایندتری در این زمینه خواهیم بود. در زمینه اهدای اعضا برخی، مواردی نظیر لازم بودن اذن خانواده برای اهدای عضو فرد مرگ مغزی شده ای که دارای کارت اهدای عضو است را یک ع یا خلا □ قانونی می دانند، آیا شما هم بر این باورید؟ اسم این را نمی توانیم بگذاریم خلا □ قانونی چراکه در سایر کشورها نظیر اسپانیا نیز اگر فرد کارت اهدای عضو را داشته باشد، باز نیز کسب اجازه از خانواده اش نیز شرط است و اگر خانواده مخالف این موضوع باشد اهدای عضو منتفی می شود. این در حالی است که در کشور اسپانیا این قانون که تنها رضایت فرد شرط کافی برای اهدای عضو باشد در مجلس رای لازم را آورده بود اما به دلیل اینکه راضی نبودن خانواده می تواند پیامدهای منفی را برای جامعه به همراه آورد، این کشور رضایت خانواده را شرط لازم برای اهدای عضو دانست. در مورد مشکلات دیگر در این حوزه چه مواردی را می توان نام برد؟ به طور کلی در زمینه اهدای عضو گره کار وقتی باز می شود که جامعه به این برآیند و نتیجه برسد که دای عضو جز □ امور مقدس محسوب شود. شاید بتوان نسبت به بالا بودن ارزش کار خانواده فرد مرگ مغزی شده تعبیری نزدیک به مادرانی داشت که فرزندان خود را به جبهه های حق علیه باطل می فرستادند. اهدای عضو عزیزان مرگ مغزی شده یک خانواده، یکی از بالاترین درجات مقام آسمانی انسان و نزدیکی وی به خداوند است. این امر بدین معناست که شما فرهنگ سازی در زمینه اهدای اعضای افراد مرگ مغزی شده را مهمترین اولویت در این عرصه می دانید؟ نه من معتقد هستم در ابتدا باید ساختار اهدای عضو کشور که بر مبنای درستی شکل نگرفته است، درست شود. برای روشن شدن این بحث شاید اشاره به این نکته خالی از لطف نباشد که در سال ۸۱ وقتی که شبکه اعضای پیوندی راه اندازی شد و نظر هیات وزیران در این باره به همه دانشگاهیان ابلاغ شد بنا بر نظر هیات دولت همه دانشگاه های علوم پزشکی

کشور موظف شدند که واحد فراهم آوری اعضا تشکیل دهند اما این امر تا کنون به شکل کامل محقق نشده و ما هم اکنون شاهد هستیم که از مجموع دانشگاه های علوم پزشکی کشور، ۱۶ دانشگاه دارای واحد فراهم آوری اعضای پیوندی هستند و سوال اینجاست که در اینباره چرا مصوبه هیات وزیران اجرایی نمی شود و مسئولیت نظارت بر حسن اجرای این قانون به عهده چه کسی است؟ این حداقل واحد های فراهم آوری اعضای شکل گرفته، آیا با تمام ظرفیت در این حوزه فعالیت می کنند؟ به نظر شما فعالیت ۱۶ واحد نمی تواند پاسخگوی نیاز های موجود در زمینه پیوند اعضای بیماران مرگ مغزی باشد؟ مساله این است که خیلی از این واحدها فعالیت درستی ندارد. این نبود فعالیت درست، حاصل مواردی نظیر کمبود امکانات و موارد این چنینی نیست؟ بله این امکان دارد. اما ما در واحد خودمان نشان دادیم با همه موانع موجود پتانسیل رسیدن به استاندارد بین المللی را داریم به نحوی که توانستیم در جهان رتبه سوم در میان واحدهای فراهم آوری اعضا را به دست آوریم. بنابراین ما معتقدیم با توجه به پتانسیل موجود در کشورمان، سایر واحدها نیز توانایی تحقق چنین عملکرد مثبتی را دارند. به عنوان مثال شهرستان هایی مثل جهرم داریم که تنها دو هماهنگ کننده پیوند اعضا وجود دارند اما این دو نفر خیلی خوب فعالیت می کنند و توانسته اند با پشتکار و بهره گیری از روش های علمی در این حوزه ۹ درصد اهدای عضو در این شهرستان را به ۸۰ درصد برسانند. پس نتیجه کم کاری ها در واحد های پیوند اعضای کنونی را در چه مواردی می توان جست؟ مشکل ما در بحث نظارت است و در بحث پیوند اعضا واحدهایی که مسئولیت این مهم را بر عهده دارند نظارت دقیقی روی آنها انجام نمی پذیرد و اگر وظایف خود را به درستی انجام ندهند کسی از آنها بازخواست نخواهد کرد. در این میان سوالات مهمی مطرح می شود که آیا اساسا سیستم رسیدگی به اهدای عضو در بیماران مرگ مغزی باید دولتی باشد یا خیر. باید در پاسخ به ابهامات زیادی که در مورد اهدای اعضا وجود دارد گفت شیوه این امر اگر به شکلی که هم اکنون در حال پیگیری است، دنبال شود، مشکلات حل نخواهد شد چراکه سیستمی که الان وجود دارد بسیار ضعیف است و جوابگوی حجم مطالبات مردمی نیست. بنابراین حتما لازم است که در ابتدا ساختار درست شود و نظارت دقیق روی این ساختار وجود داشته باشد. آیا دو بعد نظارت دقیق و تشکیل ساختار مناسب را می توان در حوزه قوانین دنبال کرد؟ بله، شکل دهی به ساختار مناسب برای اهدای اعضای افراد مرگ مغزی، نیازمند قوانین مناسب تر است اما در اینباره تنها تصویب قوانین بدون توجه به ضمانت اجرایی آن، اثر بخشی چندانی نخواهد داشت. بلکه قوانین باید ضمانت اجرایی مناسب داشته باشد. تصویب قوانین متقن برای تشکیل ساختار مناسب آنقدر مهم است که شاید فرهنگ سازی در مقابل آن ۲۵ درصد قضیه را دربرمی گیرد. برای فرهنگ سازی چه شاخصه هایی باید مدنظر قرار گیرد؟ برای فرهنگ سازی لازم است که همه ارگان ها دست به دست یکدیگر بدهند و این مهم را تحقق بخشند چراکه وظیفه افرادی نظیر ما بیشتر در حوزه فراهم آوردن

اسباب و لوازم پزشکی و دیدگاه علمی به این قضیه است، ما توان این را داریم که بتوانیم به خانواده فرد مرگ مغزی شده اطلاعات صحیح در مورد مراحل پیوند اعضا را بدهیم و امورات پزشکی نظیر نگهداری اعضای فرد مرگ مغزی شده به نحوی که اعضای آن از بین نرود (دو هفته برای نگهداری مرگ مغزی) و پیوند را به درستی انجام دهیم که فرد پذیرنده نیز بتواند از عضو پیوند بهره درست را ببرد. اما در مقابل بخش فرهنگی کشور نیز باید به کمک جامعه پزشکی بیاید و در جافتادن فرهنگ اهدای عضو به خانواده کمک کند، یکی از مسائل مهم در جافتادن فرهنگ اهدای عضو این است که خانواده فرد در هنگام مواجهه با درخواست اهدای عضو دارای پیش زمینه ذهنی باشد چرا که در نتیجه چنین ذهنیتی در هنگام مصیبت وارده، بازخورد منفی نسبت به این موضوع نخواهد داشت. به بیان دیگر در نبود فرهنگ سازی مناسب برای اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی، هماهنگ کنندگان لازم نیست در هنگامی که خانواده متوفی با داغ عزیزشان روبرو می شوند بخواهند به بیان توضیحات در این باره بپردازند چراکه بدیهی است که تصمیم گیری در لحظه سختی نظیر از دست دادن عزیزان برای فرد بسیار سخت خواهد بود. تعامل رسانه ها با شما در این فرهنگ سازی چگونه است؟ همکاری رسانه ها، خوب است به عنوان مثال به ما می گویند که شبکه ۳ از همه برای تبلیغات پول می خواهد، اما از شما چنین طلبی نمی کند، چگونه توانسته اید مسئولان این شبکه را مجاب کنید که با هزینه خودشان تاکنون ۳ مستند برای اهدای اعضای بیماران مرگ مغزی بسازند، و ما در پاسخ می گوییم چنین دیدگاهی حاکی از نوع بینش صحیح در مدیران این شبکه است که این نوع دیدگاه را می توان به مطبوعات و جراید نیز به همین شکل تعمیم داد. و سخن آخر؟ ما هر ساله همایش بزرگی برای بزرگداشت پیوند اعضا، یعنی جشن نفس را داریم که معمولاً مصادف با تولد حضرت فاطمه زهرا (س) برگزار می شود البته امسال به خاطر تقارن آن با ایام انتخابات به ۲۴ و ۲۵ موکول شد. در این مراسم همه خانواده های اهدا کننده عضو و خانواده های اعضای پیوندی و تعدادی از بیماران نیازمند پیوند اعضا حضور پیدا می کنند، ما برای این جشن، یک جشنواره نیز داریم که از چند ماه قبل آغاز به کار می کند و مردم در همین باره می توانند آثارشان را در زمینه نقاشی، هنرهای تجسمی، عکس و نظایر آن ارسال کنند که امسال نیز امیدواریم این همایش با همیاری مردم عزیز کشورمان به نحو شایسته برگزار شود.

کد خبر: ۹۳۱۲۹۷۱