

دکتر سید مرتضی خاتمی، معاون پارلمانی وزارت بهداشت، با اشاره به دستاوردهای قابل توجه این شرکت با وجود منابع مالی محدود، گفت: بازدید اخیر اعضا و رئیس کمیسیون بهداشت از این مجموعه موجب دلگرمی و انگیزه بیشتر کارکنان شد. این حرکت دانش‌بنیان می‌تواند دستاورد بزرگی برای کشور داشته باشد. وی با بیان اینکه کشور همچنان در تولید برخی داروهای حیاتی مانند الیومین و فاکتورهای انعقادی وابسته به واردات است، تصریح کرد: «باید از منابع و سرمایه‌های موجود به درستی استفاده کنیم و از تکرار مشکلات گذشته جلوگیری شود. وزیر بهداشت به‌طور قطع در راستای تقویت این مجموعه نظر مثبت دارد. بنابر اعلام وزارت بهداشت، خاتمی همچنین بر لزوم حمایت اعضای کمیسیون بهداشت و درمان مجلس تأکید کرد و افزود: حضور مجدد اعضای کمیسیون در این شرکت طی مدت کوتاه، نشان‌دهنده عزم جدی آن‌ها در حمایت از حوزه سلامت، به‌ویژه بخش‌های تولیدی و پژوهشی است.

الزام اجرای سامانه جامع گردشگری سلامت از ابتدای ۱۴۰۴ در سراسر کشور

رئیس انجمن گردشگری سلامت خراسان رضوی گفت: سامانه جامع گردشگری سلامت از مهرماه امسال به صورت پایلوت در خراسان رضوی اجرا شد و با توجه به نتایج مثبت این طرح، اجرای آن از سال آینده در سراسر کشور الزامی می‌شود.

حسین نیکونام در گفت‌وگو یی اظهار کرد:

در سال ۱۴۰۳ تنش‌های سیاسی، نظامی و امنیتی، همراه با لغو بسیاری از پروازها و ترانویج ایران‌هراسی از سوی رسانه‌های غربی، تأثیر منفی بر گردشگری سلامت گذاشت. این عوامل باعث شدند که بسیاری از بیماران درخواست‌های قبلی خود را لغو کنند و در نتیجه، گردشگری سلامت با کاهش ۳۰ درصدی نسبت به سال ۱۴۰۲ مواجه شود. وی افزود: تنوع ملیت گردشگران سلامت نیز کاهش یافته است. سال گذشته خراسان رضوی پذیرای گردشگرانی از ۵۶ ملیت مختلف بود، اما امسال به دلیل شرایط امنیتی، بسیاری از این ملیت‌ها حذف شدند. در حال حاضر حدود ۸۵ درصد گردشگران سلامت را کشورهای عراق، افغانستان و ترکمنستان تشکیل می‌دهند و تنها ۱۵ درصد باقی‌مانده از سایر کشورها هستند.

دلیل اصلی حضور اتباع این سه کشور علاوه بر هم‌مرزی، ماهیت زیارتی شهر مشهد است. رئیس انجمن گردشگری سلامت خراسان رضوی

متخصص تغذیه و رژیم درمانی و عضو دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز گفت: توصیه می‌شود روزه‌داران در وعده سحری، یک صبحانه کامل شامل غلات و لبنیات یا پروتئین‌هایی مانند تخم‌مرغ مصرف کنند. دکتر آناهیتا منصوری با بیان اینکه بهتر است فاصله‌ای بین افطار و شام در حدود یک تا دو ساعت وجود داشته باشد و یک میان وعده در پایان شب نیز در نظر گرفته شود، افزود: برای حفظ آب بدن در طول روز، حتما در وعده سحری میوه‌ها و سبزیجات آبدار مصرف شود.

وی ادامه داد: از مصرف مایعات زیاد در وعده سحر خودداری کنید، زیرا این مایعات می‌توانند باعث رفیق شدن آنزیم‌های گوارشی و مشکلات گوارشی شوند.

این متخصص تغذیه تصریح کرد: در وعده سحری از مصرف مواد غذایی فرآوری شده مانند سوسیس و کالباس به دلیل محتوای نمک بالا که باعث تشنگی می‌شود، خودداری شود. همچنین، از خوردن کباب‌ها و مواد غذایی پرنروتئین نیز پرهیز کنید، زیرا این مواد نیز می‌توانند حس تشنگی را

بیش از ۱۰۰۰۰۰ جانباز شیمیایی در دوران دفاع مقدس / فداکاری‌های جامعه پزشکی فراموش نشود

گوش دنیا، رسانه شود.

وزیر بهداشت یادآور شد: در دوران دفاع مقدس، دشمن برای اولین بار در عملیات والفجر ۴ در سال ۶۲ از بمب شیمیایی استفاده کرد که جامعه پزشکی بدون هیچ امکانات محافظتی، از مجروحان مراقبت کردند. وی افزود: در کشور بیش از ۱۰۰ هزار مجروح شیمیایی از دوران دفاع مقدس باقی مانده که بخشی از آنها به شهادت رسیده اند اما دیگر مجروحان دچار عوارض شدیدی شده اند که این سندن مظلومیت مردم و کشور و قابل عرضه به دنیااست.

وزیر بهداشت گفت: در مطالعه ای بر روی ۷ هزار و ۵۰۰ رزمنده شیمیایی مشخص شد که بروز سرطان در این افراد، بیشتر از سایرین است که می توان با ارائه مدارک و مستندات، مظلومیت ملت ایران را به دنیا نشان داد.

وی یادآور شد: جامعه پزشکی در دوران دفاع مقدس، خدمات ارزشمندی ارائه کرد. در جنگ تحمیلی، مردم ایران با دفاع جانانه بر خلاف جنگ‌های دیگر در طول تاریخ ایران، حتی که وجب از خاک کشورمان را به دشمنان ندادند. وی افزود: در دوران دفاع مقدس، پشتیبانان دشمن یعنی آمریکا و اروپا محاسبه کرده بودند که می توانند ایران را سرنگون کنند و بخش بزرگی از کشورمان را اشغال کنند اما در محاسبات خود، ارتباط قلبی و عاطفی و متقابل مردم و امام راحل را در نظر نگرفته بودند. دشمنان ما اصلا به مردم ایران توجه نداشتند و تصور می کردند که با ادوات نظامی بیشتر می توانند بر ایران غلبه کنند.

لزوم پرهیز از درمان خودسرانه تورم اندام

تدریجی یا ناگهانی بروز کند؛ بنابراین در صورت مشاهده تورم در اندام‌های فوقانی، تحتانی، تنه، گردن یا سر، بیماران باید به لنفوتراپیست مراجعه کرده و مشاوره دریافت کنند؛ چراکه اگر لنفادریم درمان نشود، می‌تواند حجم اندام را افزایش داده و باعث محدود شدن دامنه حرکتی، درد و فشارهای عصبی شود.

وی خاطرنشان کرد: لنفادریم از نظر شدت به چهار مرحله تقسیم می‌شود؛ مرحله اول بدون علامت ظاهری است و بیمار تنها احساس سنگینی در اندام دارد. در مرحله دوم، تورم قابل برگشت است و با بالا نگه داشتن عضو، اندازه تورم شدید شده و با بالا نگه داشتن عضو کاهش نمی‌یابد که ممکن است همراه با عفونت‌های مکرر باشد. مرحله چهارم شامل هیچ‌ای پوستی عمیق، عفونت‌های قارچی، زگیل‌های پوستی و ناخن‌های بدشکل است. دکتر رهبر در ادامه با اشاره به اینکه هر تورمی در اندام‌ها نشانه لنفادریم نیست، عنوان کرد: باید پس از انجام غربالگری توسط متخصصین، قلب و عروق، و لنفادریم مشکوک شد؛ بنابراین انجام آزمایشات دقیق برای تشخیص ضروری است.

دراند با برنامه درمانی آن‌ها به این ماه موکول شده است، به مشهد سفر می‌کنند. بسیاری از کشورهای همسایه، چه اهل سنت و چه شیعه به دلیل باورهای مذهبی در این ماه کمتر برای درمان سفر می‌کنند. رئیس انجمن گردشگری سلامت خراسان رضوی ادامه داد: همچنین در ایام نوروز به دلیل تعطیلی بسیاری از مراکز درمانی و مرخصی پزشکان، حجم مراجعات بیماران خارجی کاهش پیدا می‌کند. معمولاً ۹۰ درصد پزشکان به ویژه در بیمارستان‌های دانشگاهی تا ۱۵ یا ۲۰ فروردین در مرخصی هستند. برای جلوگیری از سردرگمی بیماران اورژانسی، از مراکز درمانی، پزشکان و شرکت‌های فعال در حوزه گردشگری سلامت درخواست شده است که مانند سال‌های گذشته، پزشکان معالج در مراکز درمانی، پزشکان و خدمات رایگان به بیماران اورژانسی ارائه شود.

نیکونام افزود: به‌طور کلی می‌توان گفت که وزارت بهداشت کند شده است. طی یک سال و نیم گذشته، کمبود همکاری از سوی این وزارتخانه یکی از موانع اصلی پیشرفت این طرح بوده است.

وی بیان کرد: در ماه مبارک رمضان تعداد گردشگران سلامت به‌طور طبیعی کاهش می‌یابد. تنها بیمارانی که شرایط اورژانسی

سحری، یک وعده صبحانه کامل مصرف کنید

افزایش دهند.

وی با اشاره به عدم توصیه به مصرف مواد غذایی ارادار آور مانند قهوه و نسکافه در وعده سحری، خاطرنشان کرد: اگر در وعده سحری از مقدار زیادی قند و شکر استفاده شود، ممکن است قند خون به شدت افزایش یابد و سپس افت کند که این امر می‌تواند باعث احساس کسالت، بی‌حالی و سردرد شود. بنابراین، از مصرف مواد غذایی حاوی قند و شکر مانند شیرینی‌ها و مایمه در وعده سحری خودداری و این مواد را به وعده افطار منتقل کنید.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی اهواز بیان کرد: بهتر است در وعده افطار از مواد غذایی مانند شیر یا آب ولرم به همراه شیرینی‌های طبیعی مانند خرما و کشمش استفاده شود. همچنین، می‌توان از غذاهایی مانند آتش، شیر برنج یا چند لقمه نان و پنیر نیز پرهز برد.

وی با بیان اینکه لبنیات، گوشت و سبزیجات گزینیه‌های مناسبی برای شام هستند، افزود: بهتر است در ماه رمضان از خوردن غذاهای سرخ‌کردنی خودداری شود و به جای آن، غذاهایی که به صورت آب‌پز یا بخارپز تهیه



صنعت، از جمله وزارت بهداشت، وزارت گردشگری و وزارت امور خارجه است. اگر دولت قصد دارد

فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی و سیاسی گردشگری سلامت بهره ببرد، باید این موضوع را به‌عنوان یک اولویت جدی در دستور کار خود قرار دهد.

رئیس انجمن گردشگری سلامت خراسان رضوی یادآور شد: بیش از ۸۰ درصد مشکلات موجود در این حوزه، ناشی از ناهماهنگی در دستگاه‌های اجرایی کشور است و تنها ۲۰ درصد آن به تحریم‌های بین‌المللی، تنش‌های امنیتی و سیاسی و تبلیغات منفی علیه ایران مربوط می‌شود.

وی عنوان کرد: یکی از مهم‌ترین چالش‌های گردشگری سلامت در ایران، نبود انسجام و هماهنگی میان بخش‌های مختلف این



شده‌اند، انتخاب شوند.

بنابر اعلام وزارت بهداشت، منصوری با تأکید بر مصرف زیاد مایعات در ماه مبارک رمضان، خاطرنشان کرد: بهترین زمان برای مصرف مایعات، فاصله بین شام و آخر شب است. در این زمان، می‌توان از دوغ، آب، انواع عرقیات و دمنوش‌ها مانند دمنوش نعناع، شربت

فداکاری‌های جامعه پزشکی فراموش نشود

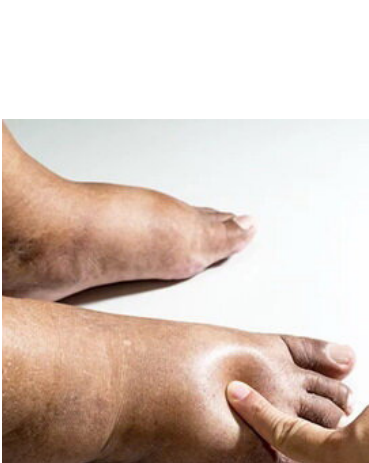


باید در شرایط آن باشند تا ابعاد وقایع را به خوبی بفهمند.

وی گفت: برخی از شرایطی که در آن دوران از رزمندگان تا فرماندهان دیده می‌شد، با هیچ قلم و ابزاری قابل انتقال نیست اما همین ایثارگری‌ها هم باید منتقل شود.

وزیر بهداشت با بیان اینکه ایثار و دفاع از

وطن در کشورهای مختلف جزو هویت و تاریخ کشورها محسوب می‌شود، گفت: دوران ۸ ساله دفاع مقدس، صامدی از آبرو، عزت، شرف، غیرت و ایثار مردم ایران است که جزیی از هویت و تاریخ ارزشمند ملت و کشور ایران است.



رژیم غذایی مناسب نیز ضروری است. دکتر رهبر در پایان گفت: افراد باید در روند بیماری از ماسک‌های عادی و پر فشار خودداری کرده و تنها تحت نظر لنفوتراپیست از ماسک‌های مخصوص استفاده کنند. همچنین استفاده از باندهای مخصوص و آستین‌های فشاری طبق آموزش‌های لنفوتراپیست اهمیت زیادی در کنترل این بیماری دارد. البته بعد از مراجعه و معاینه، قطعاً لنفوتراپیست با ارزیابی دقیق، نکات مهمی را به بیمار آموزش خواهد داد که در روند بهبود تأثیر بسزایی دارد.

روزنامه صبح ایران / سال دهم - شماره ۱۶۶۲

۱۹ اسفند ماه ۱۴۰۳ / با ما همراه شوید

www.serajonline.com @serajname

پزشکی – سلامت

یک عامل موثر بر بهبود حافظه



علاوه بر اندازه‌گیری سطح گلوتاتینون، تمامی شرکت‌کنندگان قبل و بعد از جلسه جویدن، یک آزمون شناختی نیز انجام دادند که برای ارزیابی سریع جنبه‌های مختلف توانایی‌های شناختی از جمله حافظه، توجه، زبان و توانایی‌های بصری-فضایی طراحی شده بود. این کار به متخصصان اجازه داد بررسی کنند آیا تغییرات شناختی در ارتباط با جویدن رخ داده است یا خیر.

متخصصان پس از تحلیل داده‌ها به نتایج جالبی رسیدند. در مرحله نخست، آن‌ها سطح گلوتاتینون در قشر کمربندی قدامی قبل و بعد از جویدن را مشاهده کردند و متوجه شدند سطح گلوتاتینون در گروهی که چوب جویده‌اند، بیشتر از قبل شده است. این نشان می‌دهد جویدن چوب احتمالاً مقدار این آنتی‌اکسیدان مهم در آن ناحیه مغز را افزایش داده است.

با این حال، در سطح گلوتاتینون گروهی که آدامس می‌جویدند، تغییری قابل‌توجه مشاهده نشد. البته بین جویدن سطح گلوتاتینون در دو گروه جویدن چوب و آدامس تفاوت آماری معناداری وجود نداشت، اما روند کلی نشان می‌داد که افزایش گلوتاتینون در گروهی که چوب می‌جویدند، بیشتر بوده است.

در مرحله بعد، متخصصان رابطه بین تغییرات سطح گلوتاتینون و عملکرد در آزمون‌های شناختی را بررسی کردند. آن‌ها دریافتند در گروهی که چوب می‌جویدند، افزایش سطح گلوتاتینون با نمرات آزمون‌های مربوط به حافظه فوری و حافظه داستانی رابطه مثبتی دارد. به این معنا که افرادی که پس از جویدن چوب در سطح گلوتاتینون افزایش بیشتری نشان دادند، در آزمون‌های حافظه نیز عملکرد بهتری داشتند.

نکته جالب اینجاست که چنین رابطه‌ای در گروهی که آدامس می‌جویدند، مشاهده نشد و در ارتباط بین سطح گلوتاتینون و عملکرد حافظه‌ای تغییری یافت نشد. البته این مطالعه هم مانند تمام تحقیقات، محدودیت‌هایی دارد که باید در نظر گرفته شود. اینجمله اینکه این مطالعه فقط روی دانشجویان جوان و یک ناحیه از مغز متمرکز بود، مدت‌زمانی جویدن کوتاه بود و تفاوت بین مواد جویدنی، فراتر از سختی در نظر گرفته نشده است.

با این حال به‌طور خلاصه می‌توان گفت که این مطالعه دو یافته اصلی داشت: اول، جویدن چوب باعث افزایش سنتر گلوتاتینون در مغز شد. دوم، افزایش گلوتاتینون با بهبود عملکرد شناختی مرتبط بود و از آنجا که تاکنون هیچ دارو یا روش ثابتی برای افزایش سطح گلوتاتینون مغزی وجود ندارد، این یافته‌ها نشان می‌دهد که جویدن مواد نسبتاً سخت می‌تواند روشی موثر برای تقویت دفاع آنتی‌اکسیدانی مغز باشد.

آگهی دعوت افراز

آگهی دعوت افراز موضوع ماده ۳ آئین نامه قانون افراز مصوب اسفندماه سال ۵۷ و ماده ۱۷ آئین نامه اجرای افراز اسناد رسمی نسبت به پلاک ۸۱۲۴ فرعی از ۳۴- اصلی واقع در بخش ۲ حوزه ثبتی کاشان نظر به اینکه شرکت ریسندگی و بافندگی ۴۰۳۴۸۹- مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۹ تقاضای افراز قدرالسهم قهرمانی طی درخواست وارده به شماره ۴۰۳۴۸۹- مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۹ تقاضای افراز قدرالسهم قهرمانی خود را از پلاک فوق نموده و با اخطار افراز به سایر مالکین مشاعی و عدم شناسایی آنها با آدرس اعلامی باستاند آئین نامه قانون افراز املاک مشاع وقت رسیدگی افراز برای روز ۱۴۰۲/۰۹/۱۴ صبح ۸ ساعت تعیین و بدینوسیله از مالکین مشاعی و صاحب حق (محمد جواد رهبری - کمیوا انتظامی) دعوت می شود تا در موعد مقرر در این اداره یا در محل وقوع ملک حضور یابند بدیهی است عدم حضور مانع از رسیدگی نخواهد بود .//

شناسه آگهی ۱۸۹۴۸۳۲

تاریخ انتشار : ۱۴۰۳/۱۲/۱۹

محمد علی ناظمی اشنی رئیس ثبت اسناد و املاک کاشان

آگهی فقدان

حسین عظیمیان قمصری طبق تقاضای وارده ۴۰۲۶۶۸- مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۱ و به استناد ۲ برگ استشهادیه مصدق پیوست که امضای شهود رسماً گواهی گردیده نامبرده مدعی است که سند مالکیت شش‌دانگ قطعه زمین به مساحت ۲۳۰ مترمربع بشماره ۶۲۰۱ فرعی از ۱۵ واقع در بخش ۲ حوزه ثبتی کاشان ذیل دفتر الکترونیک ۱۱۳۳۴-۳۰۲۰۳۴۱۱۳۹۷۲ و به نام حسین عظیمیان قمصری ثبت و سند صادر شده است اینک درخواست سند مالکیت المعنی نموده است لذا طبق تبصره ۱ ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین نامه قانون ثبت مراتب آگهی تا هرکس مدعی انجام معامله نسبت به ملک مذکور یا وجود سند مالکیت نزد خود می باشد از تاریخ انتشار این آگهی لغایت ۱۰ روز به این اداره مراجعه و اعتراض خود را کتبا ضمن ارایه اصل سند مالکیت و سند معامله تسلیم نمایند تا مراتب صورت مجلس و اصل سند با ارائه کننده مسترد گردد . بدیهی است چنانچه ظرف مدت مقرر اعتراض واصل نگردد یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود المثنی سند مالکیت مزبور صادر و به متقاضی تسلیم خواهد شد .

شناسه آگهی ۱۸۹۵۲۱۷

تاریخ انتشار : ۱۴۰۳/۱۲/۱۹

محمد علی ناظمی اشنی رئیس ثبت اسناد و املاک کاشان

آگهی تحدید حدود اختصاصی

چون تحدید حدود شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی شماره ۹۶ فرعی از شماره ۶۷ اصلی واقع در مزرعه ارزش کامو جزء بخش ثبتی ۱۲ کاشان که طبق پرونده ثبتی به نام خانم آقای محمد املی فرزند علی اکبر شناسنامه شماره ۱۱۶ صادره از کاشان در جریان ثبت بنا به دستور قسمت اخیر از ماده ۱۵ قانون ثبت و بر طبق تقاضای نامبرده یا نامبردگان تحدید حدود ملک مرقوم در روز شنبه مورخه ۱۴۰۳/۰۱/۱۶ انجام خواهد گرفت لذا به مجاورین و صاحبان املاک اعلام میگردد چنانچه نسبت به حدود ملک مرقوم اعتراضی دارند مطابق ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورتجلس تحدید ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد و طبق تبصره ۴ ماده واحده قانون تعیین تکلیف پرونده های معترضی ثبت معترض ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به این اداره بایستی با تقدیم دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی گواهی تقدیم دادخواست را اخذ و به این اداره تسلیم نماید .

شناسه آگهی ۱۸۹۵۱۷۳

تاریخ انتشار : ۱۴۰۳/۱۲/۱۹

حوزه ثبت ملک جوشقان قالی