

دکتر مهدی پیرصالحی با اشاره به وعده‌ای که دو هفته پیش داده شده بود، گفت: نخستین محموله واکسن پنج‌گانه ساخت داخل بارگیری شد و توزیع سراسری آن در شبکه بهداشتی کشور از فردا به‌طور رسمی آغاز می‌شود. وی افزود: تاکنون حدود ۸۰۰ هزار واحد از این واکسن تولید شده و پیش‌بینی می‌شود ظرف دو تا سه روز آینده، این عدد به یک‌میلیون و ۲۰۰ هزار واحد برسد.
ناپیر اعلام سازمان غذا و دارو، به گفته‌ او، هماهنگی‌های لازم برای استمرار تولید و توزیع منظم در حال انجام است تا واکسن‌های تولیدی به‌موقع در اختیار مراکز بهداشتی قرار گیرد.
رئیس سازمان غذا و دارو تاکید کرد: هدف اصلی، تأمین به‌موقع و گسترده واکسن برای پوشش کامل برنامه ایمن‌سازی کشور است و سازمان غذا و دارو به‌صورت شبانه‌روزی روند تأمین و توزیع را مدیریت و پایش خواهد کرد.

معاون توسعه مدیریت و منابع وزارت بهداشت تاکید کرد

منابع انسانی در اولویت وزارت بهداشت / پیگیری استخدام نیروهای جدید



افزود: آموزش باید منجر به ایجاد مهارت و تغییر رفتار شود. همچنین آموزش نیروهای جدیدالاستخدام باید موجب ارتقای تعهد و توانمندی آنها شود.
موهبتی همچنین بر اهمیت نوآوری، شفافیت

جدید از محل مجوزهای اخذ شده باید با جدیت و سرعت پیگیری شود.
موقعیتی همچنین بر اهمیت داده‌محوری و بهره‌گیری از خرد جمعی در تصمیم‌گیری‌های مدیریتی تأکید کرد و گفت: در برنامه

«چهارشنبه‌های پاسخگویی» تلاش می‌کنیم ارتباطی بی‌واسطه با همکاران برقرار کنیم تا دغدغه‌ها و پیشنهادهای آنها به‌صورت مستقیم شنیده و بررسی شود. با پاسخگویی شفاف می‌توان بسترهای ارتباطی غیررسمی را حذف و سرمایه اجتماعی سازمان را تقویت کرد.

وی با اشاره به لزوم عدالت در توزیع منابع، تأکید کرد: درآمدهای اختصاصی دانشگاه‌ها باید در مسیر اصلی خود، یعنی با اولویت بهبود وضعیت معیشت نیروی انسانی صرف شود و نباید صرف خرید تجهیزات سرمایه‌ای و سنگین، طرح‌های توسعه ای و ساخت و سازهای غیرضروری شود.

معاون توسعه مدیریت و منابع وزارت بهداشت، آموزش را کلید توانمندسازی کارکنان دانست و

مشکلات ناشی از مهاجرت و ترک کار پزشکان شناسایی شود



۷ درصد باشد اما این در حالی است که سهم نظام سلامت از تولید ناخالص ملی ۳.۸ تا ۳.۹ درصد است.
بدیهی است که اگر سهم نظام سلامت تأمین نشود، دچار کاهش کیفیت خدمات، کاهش سهم دارو، کاهش تجهیزات و مسائل مختلف می‌شویم.
بنابراین هرچه سهم کنونی نظام سلامت از تولید ناخالص ملی به سهم واقعی نزدیک‌تر شود، میزان مشکلات

کمتر می‌شود.
وی درباره افزایش قیمت دارو نیز گفت: وزارت بهداشت به بیمه‌ها اعلام کرده است که افزایش قیمت دارو را پوشش دهند. به طور مثال اگر قیمت پول شیشه یک آمپول ۵هزار تومان باشد، تولیدکننده به طور قطع با قیمت ۳هزار تومان آن دارو را تولید نمی‌کند.

«هیالورونیک اسید» چیست و برای کدام گروه سنی مناسب است؟



سالیسیلیک معمولاً pH پوست را کاهش می‌دهند و با شکستن پیوندهای بین سلول‌های مرده

پوست، باعث لایه‌برداری می‌شوند.

در مقابل، هیالورونیک اسید برای آبرسانی به پوست استفاده می‌شود. این ماده یک رطوبت‌نگهدار است؛ یعنی ترکیبی که مولکول‌های آب را جذب و حفظ می‌کند.

به گزارش ایندپیندنت، هیالورونیک اسید سه ویژگی دارد که آن را برای مراقبت از پوست مناسب می‌کند:

این ماده محلول است و می‌تواند در آب حل شود زیست‌تجزیه‌پذیر است و به طور طبیعی به موادی ساده‌تر و غیرسمی تجزیه می‌شود همچنین این ماده معمولاً ایمن و به‌خوبی قابل تحمل و بدون حساسیت‌زایی است، به این معنی که عوارض جانبی بسیار کمی دارد.

در محصولات بهداشتی مراقبت از پوست، هیالورونیک اسید در اشکال مختلفی استفاده می‌شود. مولکول‌های کوچک‌تر هیالورونیک می‌توانند به لایه‌های عمیق‌تر پوست نفوذ و به لایه‌های زیرین آبرسانی کنند. در محصولات، این ویژگی اغلب به عنوان «ضدپیری» تبلیغ می‌شود زیرا تولید کلاژن (یک پروتئین ساختاری در پوست) را تحریک می‌کند و به بهبود خاصیت کشسانی و کاهش نمود خطوط ریز کمک می‌کند.

مولکول‌های بزرگ‌تر هیالورونیک اسید روی سطح پوست باقی می‌مانند و اثر آبرسانی فوری دارند و از تبخیر آب از سطح پوست جلوگیری می‌کنند.

سن زیستی بالاتر از سن واقعی با افزایش خطر ابتلا به زوال عقل همراه است

روی کپک تولدتان، سن زیستی نشان می‌دهد که بدن شما با چه سرعتی در سطح سلولی و سیستمیک در حال پیر شدن است. دانشمندان می‌توانند این را با بررسی نشانگرهای زیستی در خون و سایر اندازه‌گیری‌های بالینی محاسبه کنند.

برای این تحقیق، دانشمندان از دو روش محاسبه سن زیستی مختلف استفاده کردند. روش اول که KDM-BA نام دارد، اندازه‌گیری‌هایی از جمله عملکرد ریه، فشار خون، کلسترول، عملکرد کلیه و نشانگرهای التهاب را با هم ترکیب می‌کند. روش دوم که PhenoAge نام دارد، از فاکتورهای موجود در خون از جمله سطح گلوکز، تعداد سلول‌های ایمنی و نشانگرهای التهاب استفاده می‌کند.

وقتی سن زیستی شما از سن تقویمی‌تان بیشتر می‌شود، دانشمندان آن را پیری تسریع‌شده می‌نامند. حدود ۱۶ درصد از شرکت‌کنندگان با استفاده از روش KDM-BA، پیری تسریع‌شده را نشان دادند، در حالی که ۳۲ درصد با محاسبه PhenoAge، پیری تسریع‌شده را نشان دادند.

معاون توسعه مدیریت و منابع وزارت بهداشت بر لزوم توجه به کرامت، معیشت و مسیر شغلی کارکنان تأکید کرد.

مهندس طاهر موهبتی با بیان اینکه منابع انسانی اولویت وزارت بهداشت است، گفت: تمام تلاش خود را برای ارتقای رضایتمندی، معیشت و انگیزه همکاران به‌کار می‌گیریم. رضایتمندی کارکنان صرفاً با مؤلفه‌های مالی محقق نمی‌شود بلکه باید توانمان با تکريم، کرامت و توجه به رفاهیات نیز باشد.

وی با اشاره به گستردگی فعالیت نیروی انسانی در وزارت بهداشت و دانشگاه‌های علوم پزشکی، افزود: کثرت پرسنل این وزارتخانه، حوزه منابع انسانی را به حوزه‌ای خاص و راهبردی تبدیل کرده که نیازمند برنامه‌ریزی دقیق، توجه مداوم و شفافیت در فرآیندهاست.

معاون وزیر بهداشت با تأکید بر لزوم اصلاح فرایندها و تسهیل مسیر شغلی کارکنان، تصریح کرد: ارتقای رتبه و طبقه‌بند به‌موقع و با سهولت انجام شود و استخدام نیروهای

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی بر شناسایی مشکلات ناشی از مهاجرت و ترک

موقعیت شغلی پزشکان تأکید کرد.
دکتر محمدرضا ظفرقندی در حاشیه آیین افتتاحیه چهل‌وششمین کنگره جامعه جراحان ایران با حضور در جمع خبرنگاران اظهار

کرد: جامعه جراحی ایران، همواره در تمام بحران‌های کشور حضور داشته و از لحاظ علمی و هم به لحاظ حضور فداکارانه برای مردم، خود را ثابت کرده است.
جامعه جراحان کشور چه از دوران جنگ تحمیلی و چه در بحران اخیر در بندربماس نقش بی‌بدیلی دارد.
وی با بیان اینکه جامعه جراحی کشور از سطح علمی بسیار بالایی برخوردار است، افزود: وضعیت جامعه جراحی کشور به نحوی است که از کشورهای همسایه و سایر کشورها برای دریافت خدمات درمانی به ایران مراجعه می‌کنند. بسیاری از عمل‌های جراحی که این روزها در کشور انجام می‌شود، در گذشته آرزو و آفسانه بود.

ظفرقندی افزود: این روزها، به همت بزرگانی مانند رئیس هیات‌مدیره جامعه جراحان کشور، بسیاری از عمل‌های جراحی پیشرفته و پیوند اعضا در کشور انجام می‌شود و سبب افتخار است.

وزیر بهداشت گفت: حفظ این دستاوردها و

هیالورونیک اسید بر خلاف نامش، ماده‌ای ملایم است که به طور معمول در محصولات مراقبت از پوست استفاده می‌شود.

اما سوال این است که هیالورونیک اسید به‌عنوان یک ماده مراقبت از پوست چه تأثیری بر این بافت حیاتی دارد و آیا برای کودکان یا نوجوانان هم ایمن است؟

هیالورونیک اسید یک «گلیکوآمینوگلیکان» است یعنی مولکولی بر پایه قند که به طور طبیعی در پوست، چش‌هم، مایع مفصلی و بافت همبند یافت می‌شود.

این ماده در آبرسانی به پوست و بافت‌ها، روان‌سازی مفاصل و پشتیبانی از ترمیم بافت نقش مهمی ایفا می‌کند.

هیالورونیک اسید فراتر از کاربردهای آرایشی در انتقال دارو، پزشکی ترمیمی، ترمیم زخم و درمان بیماری‌هایی مانند آرترواسکروز یا تصلب شرایین که در آن دیواره‌های شریانی سفت و باریک می‌شوند و همچنین ارتروز (بیماری تحلیل‌برنده مفاصل) استفاده می‌شود.

این ماده همچنین یکی از ترکیبات اصلی در بسیاری از قطره‌های چشمی و محلول‌های مراقبت از لنزهای تماسی است.

اگرچه واژه «اسید» ممکن است این تصور را ایجاد کند که این ماده، خشن و احتمالاً آسیب‌رسان به پوست است اما هیالورونیک اسید در محصولات مراقبت از پوست به شکل اسیدی آن استفاده نمی‌شود. این ماده معمولاً به صورت نمک خود، یعنی «سدیم هیالورونات» به کار می‌رود.

در مراقبت از پوست، اسیدهای فعال مانند اسید

پیر شدن امری اجتناب‌ناپذیر است، اما برخی افراد در سطح زیستی سریع‌تر از دیگران پیر می‌شوند. محققان چینی می‌گویند که پیری زیستی تسریع‌شده ممکن است خطر ابتلا به زوال عقل را به طور قابل توجهی افزایش دهد. محققان دریافتند افرادی که بدنشان سریع‌تر از سن تقویمی‌شان پیر می‌شود، مستقل از سایر عوامل خطر شناخته‌شده، تا ۳۵ درصد بیشتر در معرض خطر ابتلا به زوال عقل قرار دارند. به نظر می‌رسد این فرآیند پیری زیستی با ایجاد تغییرات گسترده در ساختار مغز عمل می‌کند و به طور بالقوه مسیرهای جدیدی را برای مداخله زوده‌نگام برای درمان این بیماری باز می‌کند. به نقل از اس‌اِف، این تحقیق که در مجله Neurology منتشر شده است، نزدیک به ۲۸۱ هزار نفر از ساکنان بریتانیا را به مدت بیش از ۱۳ سال دنبال کرده و همین آن را به یکی از بزرگ‌ترین مطالعات در مورد رابطه بین پیری زیستی و خطر زوال عقل تبدیل می‌کند. سن زیستی چیست و چرا اهمیت دارد؟ برخلاف سن تقویمی شما و تعداد شم‌های

روزنامه صبح ایران / سال دهم - شماره ۱۶۹۶

۱۶ اردیبهشت ماه ۱۴۰۴ / با ما همراه شوید

www.serajonline.com @serajname

پزشکی — سلامت

۲

هشدار روند رو به رشد چاقی، فشار خون و

دیابت در کشور



جایابی نیروها تأکید کرد و گفت: باید از این ظرفیت‌ها به نحو احسن استفاده شود. رئیس با تأکید بر نقش کارشناسان تغذیه در درگیر کردن جامعه در فرآیند ارتقای سلامت، افزود: شما می‌توانید از ظرفیت رابطین بهداشت، داوطلبان سلامت و سفیران سلامت در جهت آموزش و هماهنگی با سایر سازمان‌ها بهره ببرید. متأسفانه تغییرات فرهنگی و مصرف بی‌رویه فست فود، نمک، چربی، قند و کربوهیدرات منجر به مشکلات عیدهای در جامعه شده است. همچنین، نتایج پژوهش‌های این نشان می‌دهد که حتی در میان زنان باردار نیز کمبود ید وجود دارد که این یک هشدار جدی است. وی با اشاره به اجرای برنامه پزشک خانواده، نقش کارشناسان تغذیه در این برنامه را بسیار پررنگ دانست و گفت: با اجرای این برنامه، نقش شما به عنوان یک متخصص علوم تغذیه در ارجاعات اهمیت بیشتری خواهد یافت و می‌توانید پیشنهادات موثری در این زمینه ارائه دهید.

معاون بهداشت وزارت بهداشت در بخش دیگری از سخنان خود با اشاره به اهمیت فضای فیزیکی مناسب برای ارائه خدمات تغذیه‌ای، گفت: حفظ حریم خصوصی افراد در ارائه مشاوره‌های تغذیه‌ای بسیار مهم است.

وی در پایان با تأکید بر ضرورت توانمندسازی مستمر کارشناسان تغذیه، گفت: ناهمگنی در عملکرد کارشناسان تغذیه در سراسر کشور وجود دارد و ما باید به صورت فعالانه و با توجه به فرهنگ، اقتصاد، وضعیت اجتماعی جامعه و بیماری‌ها عمل کنیم.

رئیس تأکید کرد: وظیفه اصلی شما تجویز رژیم برای لاغری نیست، بلکه حفظ سلامتی، پیشگیری و درمان در سطوح دو و سه است. یک کارشناس تغذیه باید با علائم سوءتغذیه و نشانه‌های آن آشنا باشد و بداند که در منطقه خود از نظر اپیدمیولوژی چه بیماری‌های غیرواگیر شیاع است؛ چرا که تمامی این بیماری‌ها به تغذیه ارتباط دارند.

به گفته معاون بهداشت وزارت بهداشت، تشخیص زودهنگام علائم بیماری‌ها نظیر پوکی استخوان، دیابت، فشار خون در افراد در راستای ارتقای سلامت جامعه است. وی همچنین بر ضرورت توجه به پتانسیل‌های موجود در واحدهای بهداشتی در صورت

رشد انفجاری جمعیت سالمندان، دغدغه مهم کشور



رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران با بیان اینکه جمعیت سالمندان کشور هر روز در حال افزایش است، گفت: بر اساس هرم سنی و جمعیتی باید قاعده هرم را جوانان زیر ۱۵ سال تشکیل دهند و راس هرم را افراد بالای ۶۵ سال که متأسفانه تناسب این هرم در حال برهم خوردن است.

دکتر ایرج خسرویان گفت: حدود ۳۰ سال گذشته فقط پنج درصد جمعیت کشور سالمند بود ولی طی چند سال اخیر متوجه شدیم که این رقم به ۱۰ درصد افزایش یافته است. بدین ترتیب بر اساس آمار

سالهای گذشته در کل جهان از هر ۱۱ نفر یک نفر سالمند وجود داشت ولی در سالهای اخیر بطور میانگین از هر شش نفر در دنیا یک نفر سالمند است.

رئیس سی و پنجمین کنگره علمی سالیانه جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران گفت: انتظار داریم هر «صد سال» یکبار جمعیت سالمندان جهان دوبرابر شود؛ اما متأسفانه در ایران هر ۲۰ تا ۳۰ سال جمعیت سالمندان دو برابر می‌شود و اگر سیاست‌گذاری درستی در کشور انجام شود با «رشد انفجاری جمعیت سالمندان» کشور، مشکلات متعددی نیز خواهیم داشت.

خسرویان افزود: سالمندان به پزشک متخصص و امکانات درمانی اختصاصی همچنین هم‌های ورزشی و تفریحی خاص خود نیاز دارند که روی کاغذ استانداردهایی برای آن نوشته و تدوین شده اما در واقع چیزی بطور جدی و مشهود نمی‌بینیم.

وی گفت: جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران به عنوان یک انجمن علمی بزرگ متشکل از متخصصان رشته‌های مختلف (بالغ ۹ رشته زیر گروه طب داخلی) سعی کرده تا امسال در سی و پنجمین کنگره علمی سالانه ۲۳ تا ۲۶ اردیبهشت ۱۴۰۴ در مرکز همایشهای رازی به ابعاد مختلف طب سالمندی و تازه های امراض داخلی بپردازد و مطالب علمی و کاربردی برای همکاران ارائه کند.

استاد پیشکسوت دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، افزود: متأسفانه در سال‌های اخیر شاهد کاهش استقبال برای گذراندن دوره‌های تخصص و فوق تخصص پزشکی هستیم که این مساله نه تنها در ایران بلکه در آمریکا و اروپا نیز مطرح است و بسیاری از ظرفیت‌های دوره‌های تخصص و فوق تخصص خالی از متقاضی مانده است.
خسرونا گفت: «طب داخلی، مادر پزشکی» است و باید این رشته تقویت شود؛ به همین خاطر در بسیاری از کشورهای جهان

معاون بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی بر اهمیت جایگاه کارشناسان تغذیه در نظام سلامت، ضرورت ارتقای سامانه جامع تغذیه، توجه به مسائل تغذیه‌ای جامعه و نقش محوری این حوزه در پیشگیری و کنترل بیماری‌های غیرواگیر تأکید کرد.
دکتر علیرضا رئیس - معاون بهداشت وزارت بهداشت در نشست مدیران تغذیه معاونت‌های بهداشت دانشگاه‌ها و دانشکده‌های علوم پزشکی سراسر کشور که به صورت وبیناری برگزار شد، ضمن تقدیر از تلاش‌های مدیران و کارشناسان تغذیه در سراسر کشور اظهار داشت: کارشناسان تغذیه یکی از پاسودترین و در عین حال ارزشمندترین گروه‌های فعال در نظام سلامت هستند و نقش بسیار مهمی در ارتقای سلامت جامعه ایفا می‌کنند.

وی با اشاره به اهمیت تغذیه در سلامت افراد، گفت: امروزه در دنیا بحث ریزمغذی‌ها بسیار حائز اهمیت است و ما در حوزه تغذیه باید به این نکته توجه کنیم که غذای مصرفی علاوه بر سیر کردن، باید نیازهای سلولی بدن را نیز تأمین کند. متأسفانه امروزه مشکلاتی نظیر چاقی، فشار خون، دیابت و بیماری‌های اسکلتی عضلانی ناشی از مشکلات تغذیه‌ای در جامعه رو به افزایش است.

معاون بهداشت وزارت بهداشت با تأکید بر ضرورت ارتقای سامانه یکپارچه سطح یک بهداشت در حوزه تغذیه، افزود: متأسفانه آشنا نبودن برخی از مدیران با این سامانه یک ضعف بزرگ محسوب می‌شود و تمامی سطوح مدیریتی باید اشراف کاملی بر این سامانه و ظرفیت‌های آن داشته باشند. همچنین، سامانه باید به گونه‌ای طراحی شود که تغذیه مبتنی بر جمعیت و جامعه را مدنظر قرار دهد.

رئیس با اشاره به اهمیت خودمراقبتی و نقش کارشناسان تغذیه در این حوزه، گفت: شما قهرمانان اصلی در زمینه ارائه اطلاعات صحیح و مقابله با اطلاعات غلط تغذیه‌ای در فضای مجازی هستید. کتاب تدوین شده در زمینه پاسخ به پرسش‌ها و باورهای نادرست تغذیه‌ای باید به صورت گسترده‌تر مورد استفاده قرار گیرد.

وی با تأکید بر لزوم پرهیز از موازی کاری در نظام سلامت، تصریح کرد: موازی کاری یکی از خطوط قرمز ماست و در صورت مشاهده، حتما برخورد خواهد شد. ادغام طب سنتی در شبکه بهداشت یکی از اقدامات مثبتی بوده که در موازی کاری جلوگیری می‌کند و در آینده نیز می‌توان به اقدام مدیریت تغذیه و طب سنتی فکر کرد؛ چراکه هر دو حوزه محوریت تغذیه و توصیه‌های مرتبط را دارند.

معاون بهداشت وزارت بهداشت با اشاره به ظرفیت شورای سلامت و امنیت غذایی، خواستار بهره‌گیری هرچه بیشتر از این فرصت در راستای ارتقای سلامت جامعه است.

وی همچنین بر ضرورت توجه به پتانسیل‌های موجود در واحدهای بهداشتی در صورت