تاکید بر ضرورت استراحت متناوب رانندگان در مسافت های طولانی

اسفند 19, 1403

کیاپرس/مدیر گروه طب اورژانس دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ضمن تاکید بر نقش عوامل انسانی در پیشگیری از حوادث و سوانح رانندگی در ایام نوروز، گفت: به رانندگان توصیه می شود که در مسافت های طولانی سفرهای نوروزی، به ازای هر یک ساعت رانندگی ۱۵ تا ۲۰ دقیقه استراحت داشته باشند.

به گزارش کیاپرس از وبدا، دکتر محمد موسوی، با اشاره به اجرای طرح پویش ملی«نه به تصادف» از ابتدای اسفند لغایت ۲۰ فروردین، نقش عوامل انسانی در بروز تصادفات و سوانح رانندگی را بیش از ۸۰ درصد عنوان و خاطر نشان کرد: طبق همین آمار باید در نظر داشت که با اتخاذ تدابیر و رفتارهای پیشگیرانه از سوی رانندگان و رعایت نکات ایمنی در هنگام رانندگی بسیاری از رخدادهای تلخ و بعضاً جبران ناپذیر در حوادث رانندگی قابل پیشگیری خواهد بود.

وی آمار مراجعه‌ی مصدومین ناشی از سوانح ترافیکی به اورژانس ها و مراکز درمانی دانشگاه علوم پزشکی مشهد در ایام نوروز هر سال را قابل توجه دانست و گفت: برخی از این بیماران دچار عوارض طولانی مدت و گاهی درگیر معلولیت های جسمی و حرکتی می شوند که در تمام عمر شرایط زندگی آنان را تحت تاثیر قرار خواهد داد.

دکتر موسوی افزود: به رانندگان نیز توصیه می شود که با اصلاح سبک رانندگی و رعایت نکات ایمنی در جلوگیری هر چه بیشتر از این حوادث اهتمام داشته باشند.

وی اضافه کرد: با توجه به زمان محدود سفرهای نوروزی و حجم بالای مسافران در این ایام تاکید می شود که رانندگان در پیمودن مسافت سفرها، عدم تعجیل و استراحت در فواصل زمانی مختلف در مسیر سفر را در نظر داشته باشند و ضمن توجه به ایمنی وضعیت خودرو، به ازای هر یک ساعت رانندگی ۱۵ تا ۲۰ دقیقه استراحت داشته باشند.

هشدار دکتر شهریاری درباره آمار بالای حوادث جاده‌ای

اسفند 19, 1403

کیاپرس/رئیس کمیسیون بهداشت و درمان مجلس با پیوستن به پویش ملی «نه به تصادف» از هموطنان خواست با احتیاط بیشتر رانندگی کنند تا نوروزی ایمن و بدون حادثه را تجربه کنند.

به گزارش کیاپرس از وبدا، دکتر حسینعلی شهریاری با اشاره به آمار بالای تصادفات جاده‌ای در تعطیلات نوروز سال گذشته، بر لزوم رعایت قوانین رانندگی و پیوستن به پویش ملی "نه به تصادف!" تأکید کرد.

وی با بیان اینکه در سال گذشته بیش از ۲۰ هزار نفر جان خود را در سوانح جاده‌ای از دست داده‌اند، گفت: متأسفانه بسیاری از این عزیزان از جوانان کشور بودند و این موضوع ضرورت افزایش توجه به ایمنی رانندگی را دوچندان می‌کند.

دکتر شهریاری با اعلام حمایت از این پویش، اظهار داشت: «من نیز در پویش «نه به تصادف!» حضور داشته و به این پویش پیوستم. رعایت

مقررات راهنمایی و رانندگی، از جمله پرهیز از سرعت و سبقت غیرمجاز و رانندگی نکردن در حالت خستگی، از مهم‌ترین عوامل پیشگیری از حوادث جاده‌ای است.

وی با اشاره به هم‌زمانی تعطیلات نوروزی با ماه مبارک رمضان، ابراز امیدواری کرد که مردم با رعایت نکات ایمنی، سفری سالم و بی‌خطر را تجربه کنند.

دکتر شهریاری گفت: بنده همیشه هنگام رانندگی با خودرو تمام قوانین راهنمایی و رانندگی رو رعایت می‌کنم؛ سرعت غیرمجاز نمی‌گیرم، موقع خستگی رانندگی نمی‌کنم، تاکنون به مشکلی نخورده ام و تاکنون جریمه هم نشده ام چون همیشه سعی کرده ام که مقررات را رعایت کنم.

گفتنی است، پویش ملی «نه به تصادف!» (پویش ایمنی و سلامت سفر) امسال به پیشنهاد وزارت بهداشت با هدف کاهش تصادفات جاده‌ای و تلفات ناشی از آن، برگزار می‌شود و مسئولان از همه هموطنان درخواست دارند تا با رعایت مقررات، به حفظ جان خود و دیگران کمک کنند.

برگزاری نشست مشترک وزرای بهداشت و کار درباره پویش ملی «نه به تصادف!»

اسفند 19, 1403

کیاپرس/در نشستی که به میزبانی دکتر احمد میدری، وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی و با حضور دکتر محمدرضا ظفرقندی، وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی برگزار شد، چگونگی فرآیند برگزاری پویش ملی «نه به تصادف!» و مشکلات اجرایی آن بررسی شد.

به گزارش کیاپرس از وبدا، در این نشست که با هدف کمک به برگزاری هرچه باکیفیت‌تر و موثرتر پویش ملی «نه به تصادف!» برگزار شد، همچین دکتر علی ربیعی، دستیار اجتماعی رئیس‌جمهور، محمد گلزاری، دبیر شورای اطلاع‌رسانی دولت، دکتر رئیسی، معاون بهداشت و دکتر صادق‌نیت، مشاور و رئیس دفتر وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و دکتر حسین‌کرمانپور، دبیر اجرایی پویش ملی «نه به تصادف!»، حضور داشتند.

در این نشست، حاضران بر این نکته تاکید کردند که پویش «نه به تصادف!» باید به سوی هر چه بیشتر مردمی‌شدن، جهت داده شود، انجمن‌های مردمی حوزه تصادفات فعال شوند و انجمن‌هایی از آسیب‌دیدگان تصادف تشکیل و تقویت شود.

در ابتدای این نشست، دکتر حسین‌کرمانپور، معاون اجرایی پویش، گزارش مختصری از وضعیت کنونی پویش و اقداماتی که تاکنون انجام شده است ارائه کرد.

دکتر احمد میدری، وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی، ضمن تاکید بر تداوم این پویش تا رسیدن به نتایج مطلوب گفت: پیشنهاد می‌کنم موضوع پویش «نه به تصادف!» به عنوان یک مطالبه عمومی در ادامه مسیر، تقویت شود و توسعه پیدا کند و به «نه به آلودگی!» برسد.

وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی گفت: دولت، جامعه مدنی و بخش خصوصی سه ضلع مهم در چنین پویش‌هایی هستند؛ در چنین زمینه‌هایی بخش دولتی معمولاً بعد از مدتی به دلیل تعدد وظایف و بوروکراسی‌های مرسوم و سایر موارد، خسته می‌شود یا توان ادامه دارند؛ در بخش مدنی پویش‌ها نیز مردم‌نهادها، انجمن‌های داوطلبانه و رسانه‌ها قرار دارند؛ و منظور از بخش خصوصی، کسانی است که از این کمپین منتفع می‌شوند؛ مثلاً برخی شرکت‌ها و کارخانه‌ها؛ مثلاً در «پویش نه تصادف!» به هر حال کسانی که تجهیزات ایمنی خودرو تولید می‌کنند یا مثلا کلاه‌کاسکت، کمربند ایمنی، ایربگ، صندلی کودک و نظایر آن تولید می‌کنند نفع اقتصادی می‌برند و بهتر است این تولیدکننده‌ها یا شرکت‌ها هم به‌عنوان حامی این پویش، جذب شوند و مشارکت داشته

باشند.

تاکید بر اهمیت اساسی نقش رسانه‌ها در معرفی و موفقیت پویش ها
دکتر میدری با تاکید بر اهمیت اساسی نقش رسانه‌ها در معرفی و موفقیت یک پویش، گفت: رسانه‌ها هم باید از نظر مالی، تامین بشوند، حتی به صورت حداقلی، تا بتوانند با انرژی کامل در چنین پویش‌هایی حضور داشته باشند؛ بنابراین بهتر است ما به دنبال جلب مشارکت همه این ضلع‌ها، یعنی بخش دولت، بخش مدنی و بخش خصوصی باشیم اما این حرکت باید به یک پویش اجتماعی تبدیل شود که منوط به حضور دولت نباشد. ما باید به دنبال ایجاد یک هسته دائمی برای تداوم چنین کارهایی باشیم؛ بنابراین ما باید به دنبال یافتن و هماهنگی شرکای اجتماعی در این پویش باشیم؛ یعنی موضوعاتی مثل «نه به تصادف!» یا «نه به آلودگی!» را به مطالبه‌ای عمومی تبدیل کنیم. ما اکنون با خلا جامعه مدنی هستیم و این موضوع همراهی و جلب مشارکت‌های مردمی را در چنین پویش‌هایی با مشکل مواجه کرده است. اما نکته مهم‌تر این است که ما در دولت «سیاست اجتماعی» نداریم باید به دنبال هسته‌ای باشیم که بتواند در دولت این «سیاست اجتماعی» را بررسی، مشخص و مدون کند.

تاکید بر لزوم تدوین قوانین بازدارنده و اعمال قانون در موضوع تصادفات
دکتر محمدرضا ظفرقندی، وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی نیز در قسمتی از این نشست، ضمن تاکید بر لزوم تدوین قوانین بازدارنده و اعمال قانون در موضوع تصادفات، گفت: ما برای تاثیرگذاری پویش «نه به تصادف!» باید آن را وارد عرصه‌های مدنی کنیم؛ در واقع شکل‌گیری مطالبه‌گری و مطالبه عمومی افکار عمومی و بخش مدنی است که می‌تواند علاوه بر فرهنگسازی در حوزه ترافیکی و رانندگی و رعایت قوانین توسط مردم، فشارهایی را برای انجام برخی اصلاحات در حوزه حمل و نقل ایجاد کند و مثلاً خودروسازها را مجبور به تولید خودروهای امن‌تر کند یا به اصلاح زیرساخت‌های حمل و نقل توسط نهادهای متولی منجر شود.

در گزارشی که در ابتدای این نشست ارائه شد، گفته شد که تاکنون سه نامه درباره این پویش و خطاب به رئیس‌جمهور نوشته شده است؛ نامه اول نامه‌ای است که توسط ۱۶۰ نفر از معلم‌های کرمانی و خانواده‌های قربانیان تصادف اخیر اتوبوس دانش‌آموزان کرمانی نوشته شده و در آن از رئیس‌جمهور خواسته شده است که نسبت به مسئله افزایش کیفیت جاده، کیفیت خودرو و کیفیت قوانین توجه ویژه داشته باشند؛ نامه

دوم، نامه ۲۱۰ خبرنگار است که در آن ضمن حمایت از پویش ملی «نه به تصادف!» بر این نکته تائید کرده‌اند که به‌عنوان ناظر بر چگونگی و حسن انجام این پویش نظارت خواهند کرد؛ نامه سوم از طرف ۶۰ نفر از کسانی نوشته شده‌است که در اثر تصادف، دچار ضایعه نخاعی شده و آسیب دیده‌اند.

در این نشست همچنین به این موضوع اشاره شد که با وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی نیز هماهنگی‌هایی برای حضور پررنگ هنرمندان در حمایت از این پویش انجام شده است.

در این نشست، همچنین بیژن رمضانی، مدیرکل روابط عمومی وزارت کار، دکتر فتاح‌زاده، دبیر بخش رسانه‌ها و مطبوعات پویش، علی زارعان، دبیر کمیته تولید محتوا و افشین داورپناه، دبیر کمیته برنامه‌ریزی و مشاور فرهنگی پویش حضور داشتند و گزارش‌هایی درباره بخش‌های گوناگون پویش ارائه کردند.

شیوع گسترده بیماری‌های تنفسی در کودکان؛ والدین هوشیار باشند

اسفند 19, 1403

کیاپرس»این روزها بیماری‌های عفونی تنفسی با شدت زیادی در میان کودکان، به‌ویژه در مدارس و مهدکودک‌ها، در حال گسترش است.

به گزارش کیاپرس از روابط عمومی انجمن پزشکان کودکان ایران، دکتر علی فرجی، عضو هیئت مدیره انجمن پزشکان کودکان ایران، با اشاره به شایع‌ترین علائم این بیماری‌ها، توصیه‌هایی برای پیشگیری و مراقبت از کودکان ارائه کرده است.

وی افزود: همزمان با افزایش شیوع بیماری‌های تنفسی در میان کودکان، نگرانی‌های والدین درباره علائم، راه‌های درمان و پیشگیری از این بیماری‌ها افزایش یافته است.

عضو هیئت‌مدیره انجمن پزشکان کودکان ایران، در این رابطه توضیح می‌دهد که بیشترین موارد ابتلا مربوط به ویروس آنفلوآنزا و ویروس RSV است و موارد کمتری از ویروس کرونا مشاهده شده است.

علائم بیماری‌های تنفسی در کودکان

کودکان مبتلا معمولاً با تب بالا، بی‌حالی و سرفه‌های شدید مراجعه می‌کنند. برخی از کودکان نیز علائم گوارشی مانند تهوع، استفراغ و اسهال دارند. در برخی موارد، شدت سرفه‌ها به حدی است که خواب کودک را مختل کرده و حتی شبیه به سرفه‌های سیاه‌سرفه‌ای می‌شود.

درمان و مراقبت‌های خانگی

دکتر فرجی تأکید می‌کند که آنتی‌بیوتیک‌ها در درمان این بیماری‌ها مؤثر نیستند، زیرا عامل ایجادکننده آن‌ها ویروسی است. در موارد آنفلوآنزا، ممکن است پزشک داروهای ضدویروسی تجویز کند، اما استفاده خودسرانه از آنتی‌بیوتیک‌ها می‌تواند باعث تشدید عوارض گوارشی شود.

وی همچنین کنترل تب، مصرف مایعات کافی و استفاده از بخور (سرد یا گرم) را از راهکارهای مؤثر در بهبود علائم می‌داند. همچنین اشاره می‌کند که مصرف آنتی‌هیستامین‌ها و شربت‌های گیاهی ضدسرفه توصیه نمی‌شود، زیرا ممکن است باعث تشدید علائم شوند.

علائم هشدار که نیاز به مراجعه فوری دارند

برخی از علائم در کودکان نیازمند مراجعه فوری به پزشک یا بیمارستان هستند:

سختی تنفس: در صورتی که کودک هنگام نفس کشیدن از عضلات گردن یا شکم کمک می‌گیرد یا لب‌ها و انگشتان او کبود شده‌اند.

سرفه‌های شدید و مداوم: اگر کودک به‌طور مداوم دچار سرفه‌های شدید است و روند بهبودی مشاهده نمی‌شود.

تب مقاوم به درمان: در مواردی که تب کودک با داروهای تب‌بر کاهش پیدا نمی‌کند.

راهکارهای پیشگیری و توصیه‌های مهم

والدین از فرستادن کودک بیمار به مدرسه یا مهدکودک خودداری کنند تا از انتقال ویروس به دیگران جلوگیری شود.

شست‌وشوی مرتب دست‌ها یکی از مهم‌ترین اقدامات پیشگیرانه است.

در صورت امکان، کودکان در محیط‌های شلوغ از ماسک استفاده کنند تا از ابتلا و انتقال ویروس جلوگیری شود.

فرجی تأکید کرد که رعایت این نکات می‌تواند به کنترل شیوع بیماری‌های تنفسی در میان کودکان کمک کند و از افزایش موارد ابتلا جلوگیری نماید.

نکاتی برای حفظ سلامت دهان و دندان در طول روزه داری

اسفند 19, 1403

کیاپرس/عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز با اشاره به برخی نکات برای حفظ سلامت دهان و دندان در طول روزه داری

در ماه رمضان، بر لزوم و اهمیت مسواک و نخ دندان زدن بعد از مصرف وعده سحری، تاکید کرد.

به گزارش کیاپرس از وبدا، دکتر حجت الله یوسفی منش، متخصص جراحی لثه و ایمپلنت و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز در خصوص نکات مهم سلامت دهان و دندان در ماه مبارک رمضان، گفت: روزه داری یکی از اعمال مهم مذهبی برای مسلمانان است و در این ماه، روزه داران از فجر تا غروب آفتاب از خوردن و آشامیدن خودداری می‌کنند. بهداشت دهان و دندان در این دوره اهمیت ویژه‌ای دارد و عدم مصرف آب و غذا می‌تواند بر سلامت دهان تأثیر بگذارد.

وی بیان کرد: لازمٍ است روزه داران بعد از مصرف وعده سحری و قبل از شروع روزه، حتماً دندان‌های خود را مسواک بزنید و از نخ دندان استفاده کنید تا باقی‌مانده‌ی غذا از بین برود. همچنین، بعد از صرف افطار نیز مسواک و نخ دندان استفاده کنید تا از تجمع باکتری‌ها و پلاک دندانی جلوگیری شود.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز با اشاره به اینکه کم‌آبی می‌تواند باعث خشکی دهان شود، تصریح کرد: در فاصله افطار تا سحر، آب کافی بنوشید تا بدن و دهان شما دچار کم‌آبی نشود.

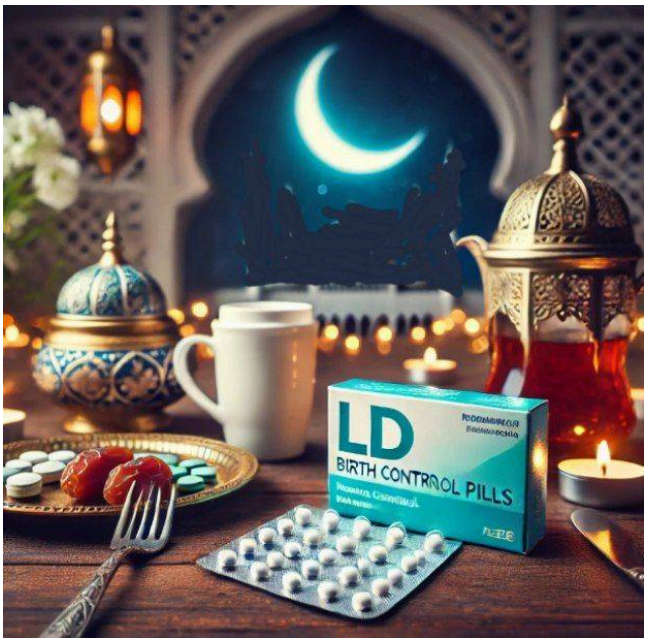
دکتر یوسفی منش ادامه داد: در طول روز، شست‌وشوی دهان می‌تواند مانع از خشکی دهان و در نتیجه کاهش بوی بد دهان شود. همچنین می‌توان از دهان‌شویه‌های بدون الکل برای کاهش بوی بد دهان استفاده کنید.

وی با اشاره به اینکه در وعده‌های سحری و افطار نباید از غذاهای شیرین و چسبنده استفاده کرد، ادامه داد: غذاهای شیرین و چسبنده به دندان‌ها چسبیده و ممکن است باعث مشکلات دندانی شوند.

یوسفی منش با بیان اینکه با رعایت نکات سلامت دهان و دندان و مصرف غذاهای سالم، می‌توانید به سلامت دهان و دندان خود در ماه مبارک رمضان کمک کنید و از مشکلات دندانی جلوگیری کنید، گفت: بهتر است قبل از شروع ماه مبارک رمضان به دندانپزشک مراجعه کنید تا در طول این ماه دچار درد یا مشکلات دندانی نشوید.

خطر لخته شدن خون با مصرف خودسرانه قرص‌های ضدبارداری

اسفند 19, 1403



کیاپرس/سرپرست دفتر نظارت و پایش مصرف محصولات سلامت سازمان غذا و دارو هشدار داد: مصرف ناآگاهانه این داروها در ایام روزه‌داری می‌تواند باعث لخته شدن خون، تشنج و مشکلات عصبی شود.

به گزارش کیاپرس از ایفدانا، دکتر نازیلا یوسفی گفت: برخی بانوان برای اینکه بتوانند تمام ماه رمضان را بدون وقفه روزه بگیرند، به‌صورت خودسرانه از قرص‌های ضدبارداری مانند الدی استفاده می‌کنند، درحالی‌که این اقدام می‌تواند پیامدهای جدی برای سلامت داشته باشد.

وی افزود: این داروها با ایجاد تغییرات در چرخه هورمونی، قاعدگی را به تعویق می‌اندازند اما ممکن است عوارض خطرناکی از جمله اختلالات انعقادی، افزایش احتمال لخته شدن خون در عروق اندام‌های تحتانی و مغزی، تشنج و مشکلات عصبی ایجاد کنند. کاهش مصرف مایعات در ایام روزه‌داری نیز می‌تواند این عوارض را تشدید کند.

سرپرست دفتر نظارت و پایش مصرف محصولات سلامت تأکید کرد: خطر این عوارض در زنان بالای ۳۵ سال، افراد دارای اضافه‌وزن، مصرف‌کنندگان

سیگار و کسانی که سابقه ترومبوز دارند، بیشتر است.

دکتر یوسفی در پایان بیان کرد: بر اساس مطالعات انجام‌شده، مصرف این داروها بدون تجویز پزشک می‌تواند خطرات آن را افزایش دهد. بنابراین، استفاده از قرص‌های ضدبارداری مانند الدی چه برای تنظیم چرخه قاعدگی و چه برای پیشگیری از بارداری، تنها باید با مشورت پزشک متخصص انجام شود.

هلال احمر هم پای کار پویش نه به تصادف!

اسفند 19, 1403

کیاپرس/رییس جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران در دیدار دکتر کرمانپور، رییس مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی وزارت بهداشت و معاون اجرایی ستاد پویش «نه به تصادف!» از آمادگی این سازمان برای هم افزایی در جهت پیشبرد بهتر این پویش خبر داد.

به گزارش کیاپرس از وبدا، دکتر پیرحسین کولیوند در این دیدار که در ستاد جمعیت هلال احمر برگزار شد، اظهار داشت: وزارت بهداشت اقدام جالب و ارزشمندی انجام داده که بر کاهش قربانیان تصادفات تاکید دارد و در این راه، مشارکت همه دستگاه های اجرایی و مردم، لازم است.

وی افزود: در دنیا یک دهه را به عنوان دهه ایمنی تعریف کردند که تعداد قربانیان حوادث رانندگی بسیار کاهش یافت اما متاسفانه آن

برنامه، کنار گذاشته شد. در ایران از ۲۷ هزار نفر قربانی حوادث رانندگی به ۱۷ هزار نفر رسیدیم که این کار حاصل هم افزایی همه دستگاه های اجرایی بود.

رییس جمعیت هلال احمر با تاکید بر اینکه کاهش تصادفات، وظیفه یک دستگاه اجرایی نیست، گفت: در این حوزه همه ما باید مشارکت و از منیت، پرهیز کنیم. هر دستگاهی هر ظرفیتی دارد باید برای کاهش تصادفات به کار گیرد.

دکتر کولیوند توجیه افزایش تصادفات را امری نادرست خواند و افزود: اگر قرار باشد توجیهات پذیرفته شود، هیچ کسی گناهکار نیست؛ برخی افراد افزایش تعداد خودرو، گواهینامه و یا جمعیت را دلیلی برای افزایش قربانیان تصادفات رانندگی می دانند اما بر اساس آمارها، عامل انسانی می تواند بیش از ۶۰ درصد، کنترل کننده و کاهش دهنده تصادفات با و یا بدون مصدوم باشد.

وی خاطرنشان کرد: همانند دوره های بازآموزی جامعه پزشکی باید افراد دارای گواهینامه نیز در طول سال، دوره های بازآموزی را بگذرانند و رانندگی تدافعی یعنی شرایط رانندگی در شرایط نامساعد جوی و یا جاده های کوهستانی باید به افراد، آموزش داده شود.

رییس جمعیت هلال احمر با اشاره به اهمیت ارائه آموزش کمک های اولیه و امدادرسانی به رانندگان، یادآور شد: کمک های اولیه و امدادرسانی باید جزء الزامات رانندگی و اخذ گواهینامه باشد تا بتوان خیلی از مصدومان را از مرگ حتمی نجات داد چراکه افزون بر نیمی از قربانیان، در صحنه تصادف فوت می کنند.

دکتر کولیوند علت فوت بیش از ۵۰ درصد از قربانیان در صحنه تصادف را شدت بالای حادثه عنوان کرد و افزود: بخش های درمانی و امدادی با تمام توان فعالیت می کنند اما باید بر روی کاهش شدت حادثه که ناشی از عامل انسانی است، بیشتر کار کنیم حتی عامل انسانی می تواند با خودرو ناایمن و جاده غیراستاندارد، تصادفات را کاهش دهد.

وی حضور پلیس راهور، کارکرد دوربین های کنترل سرعت و علائم آشکارساز در جاده ها را در کاهش تصادفات موثر دانست و با اشاره به اجرای طرح بهرفت (بهبود رفتارهای ترافیکی) در هلال احمر، گفت: ظرفیت بسیار بزرگ و ارزشمندی در جمعیت هلال احمر به نام داوطلبان داریم که مشتاقانه به دنبال کمک به مردم هستند.

رییس جمعیت هلال احمر یاد و خاطره خانم دکتر اعتماد سعید، رییس فقید رادیو سلامت را گرامیداشت و گفت: ایشان یک پویش تحت عنوان ۶۰، ۳۰ را راه اندازی کرد چراکه ۶۰ درصد حوادث رانندگی در ۳۰ کیلومتری شهرها رخ می دهد اما این طرح، فراموش شد.

دکتر کولیوند از مطالبه گری به عنوان یکی از مهمترین اقدامات برای کاهش تصادفات در کشور یاد کرد و گفت: می توان تعداد قربانیان حوادث رانندگی را به میزان قابل توجهی کاهش داد به شرط آنکه همه دستگاه های اجرایی و مردم در کنار همدیگر باشند.

وی همراهی رسانه ها و صدا و سیما را در موفقیت بیشتر پویش نه به تصادف، ضروری عنوان و تاکید کرد: با همراهی رسانه ها فرهنگ استفاده از کمربند ایمنی در هنگام رانندگی شکوفا شد و یا با بکارگیری همیاران پلیس، در هر خانواده یک دانش آموز در نقش پلیس، تخلفات را به اعضای خانواده گوشزد می کرد البته تاثیر و مرجعیت معلمان و اساتید دانشگاه ها بر روی دانش آموزان و دانشجویان هم بسیار زیاد است که در خلال تدریس، نکاتی از پیشگیری از تصادف را عنوان کنند.

رییس جمعیت هلال احمر با اعلام آماده باش جمعیت هلال احمر برای کمک به اجرای بهتر پویش نه به تصادف!، تاکید کرد: تمام ظرفیت این سازمان برای این پویش که هدف آن، کاهش تصادفات و آسیب های ناشی از آن است، آماده کمک است.

اهمیت مشارکت همگانی و مردم در پویش نه به تصادف

دکتر حسین کرمانپور نیز در این دیدار با تاکید بر اهمیت مشارکت همه ارگانها و مردم در موفقیت پویش نه به تصادف، گفت: بخش مردمی سازی و داوطلبان در این پویش باید تقویت شود. باتوجه به اینکه ۷۰ درصد تصادفات رانندگی در سطح جاده هاست، همکاری مردم در کنار اقدامات پیشگیرانه پلیس، نصب دوربین های کنترل سرعت و حضور نیروهای انتظامی، راهور، هلال احمر و اورژانس می تواند به کاهش تصادفات منجر شود.

وی با تقدیر از خدمات نیروهای امدادی و انتظامی در طرح های سلامت نوروزی هر سال، گفت: نیروهای پلیس راهور، هلال احمر، راهداری و وزارت بهداشت در بخش مراکز درمانی و اورژانس هر سال در این طرح مشارکت گسترده دارند که قدردان تلاش های آنها هستیم.

معاون اجرایی پویش «نه به تصادف!» یادآور شد: نباید فقط راننده را در بروز حوادث ترافیکی، مقصر بدانیم بلکه باید مجموعه ای از فضای روانی اطراف در خودرو و موثر بر رفتار راننده را در نظر بگیریم؛ از همسر و فرزندان و سرنشینان تا درخواست تعجیل از سوی خانواده در مقصد و یا حتی زود رسیدن برای مشاهده یک برنامه تلویزیونی.

دکتر کرمانپور تصریح کرد: متاسفانه بارها دیده ایم که برخی خودروها در خط اضطراری در تونل های شهری، حرکت کرده و از همدیگر سبقت می گیرند که این رفتار پرخطر بر روی دیگر رانندگان هم تاثیر می گذارد. باید به رانندگان آموزش دهیم که ریزخواب یا حواس پرتی چقدر در بروز تصادفات اثرگذار است.

نرخ ارز تجهیزات پزشکی ۲۸۵۰۰ اعلام شد/پرداخت مابه‌التفاوت نرخ ارز ترجیحی

اسفند 19, 1403

اختصاصی – کیاپرس- جبارپور/مشاور عالی و جانشین وزیر بهداشت درمان و آموزش پزشکی در پاسخ به این سوال که آیا نرخ ارز ترجیحی تجهیزات پزشکی مشخص شده است؟ گفت: نرخی که برای تجهیزات پزشکی اعلام شده ۲۸۵۰۰ تومان است.

دکتر علی جعفریان در پاسخ به سوال خبرنگار کیاپرس اظهار داشت: برای اغلب داروها این نرخ تعیین شده بود و نرخ ارز برای تجهیزات پزشکی هم ۲۸۵۰۰ تومان اعلام شد

وی ادامه داد: مابه التفاوت نرخ ارز تجهیزات پزشکی در بودجه سال ۱۴۰۴ قرار دارد.

دکتر جعفریان همچنین در مراسم افتتاحیه پروژه های بیمارستان حضرت رسول اکرم (ص) که چند روز پیش برگزار شد ، اظهار امیدواری کرد آنچه در بودجه سال ۱۴۰۴ دیده شده، عمل هم شود.

وی ادامه داد: مابه التفاوتی که برای نرخ ارز ترجیحی تجهیزات پزشکی باید جبران شود تا ما در ارایه خدمات متوقف نشویم.

وی ادامه داد: نگهداشت خدمات هاتک عمدتا تابع، تامین ارز است و عدم تامین مابه التفاوت می تواند مشکلات جدی به بار آورد.

در وعده سحری یک وعده صبحانه کامل مصرف کنید/ فاصله ۱ تا ۲ ساعتی بین افطار و شام رعایت شود

اسفند 19, 1403

کیاپرس/متخصص تغذیه و رژیم درمانی و عضو دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز ضمن تبریک روز رژیم درمانگر به همه تلاشگران این حوزه، گفت: توصیه می‌شود که روزه داران عزیز در وعده سحری، یک صبحانه‌ی کامل شامل غلات و لبنیات یا پروتئین‌هایی مانند تخم‌مرغ مصرف کنند.

به گزارش کیاپرس از وبدا،دکتر آناهیتا منصوری با بیان اینکه بهتر است فاصله‌ای بین افطار و شام در حدود ۱ تا ۲ ساعت وجود داشته باشد و یک میان وعده در پایان شب نیز در نظر گرفته شود، افزود: برای حفظ آب بدن در طول روز، حتماً 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 رقیق 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 پرپروتئین نیز پرهیز کنید، زیرا این مواد نیز می‌توانند حس تشنگی را افزایش دهند.

وی با اشاره به عدم توصیه به مصرف مواد غذایی ادرارآور 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 بامیه 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 وعده‌ی افطار از مواد غذایی مانند شیر یا آب ولرم به همراه شیرینی‌های طبیعی مانند خرما و کشمش استفاده شود. همچنین، می‌توان از غذاهایی مانند آش، شیر برنج یا چند لقمه نان و پنیر نیز بهره برد.

وی با بیان اینکه لبنیات، گوشت و سبزیجات گزینه‌های 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 شده‌اند، انتخاب شوند.

دکتر منصوری با تاکید بر مصرف زیاد مایعات در ماه مبارک رمضان، خاطرنشان کرد: بهترین زمان برای مصرف مایعات، فاصله‌ی بین شام و آخر شب است. در این زمان، می‌توان از دوغ، آب، انواع عرقیات و دمنوش‌ها مانند دمنوش نعناع، شربت خاکشیر و تخم شربتی استفاده کرد تا مایعات بدن تأمین شوند.

وی در پایان گفت: نکته‌ای که باید به آن توجه شود این است که اگر افراد مایل به مصرف چای هستند، فاصله زمانی بین مصرف شام و چای باید حدود دو تا سه ساعت باشد تا از کاهش جذب آهن جلوگیری شود.

پویش «نه به تصادفات جاده‌ای»؛ تلاش برای کاهش حوادث نوروزی

اسفند 19, 1403

کیاپرس/رئیس سازمان غذا و دارو با اشاره به آمار نگران‌کننده تصادفات جاده‌ای، بر لزوم همکاری همه نهادها برای ارتقای ایمنی سفرهای نوروزی تأکید کرد. او ضمن اشاره به تأثیر بالای این حوادث بر نظام سلامت و اقتصاد کشور، خواستار اجرای دقیق‌تر قوانین و فرهنگسازی گسترده شد.

به گزارش کیاپرس از ایفدانا، دکتر مهدی پیرصالحی، در آستانه تعطیلات نوروزی با اشاره به راه‌اندازی پویش «نه به تصادفات جاده‌ای» اظهار کرد: «هر ساله بیش از ۲۰ هزار نفر در کشور بر اثر

تصادفات جاده‌ای جان خود را از دست می‌دهند و بیش از ۳۰۰ هزار نفر دچار جراحت یا معلولیت می‌شوند. بخش قابل‌توجهی از این افراد، جوانان ۱۵ تا ۳۵ ساله هستند که از دست دادن آن‌ها علاوه بر خسارات انسانی، تبعات اقتصادی و اجتماعی گسترده‌ای نیز به همراه دارد.»

وی با تأکید بر این‌که کاهش حوادث جاده‌ای نیازمند یک راه‌حل جامع است، تصریح کرد: «برای پیشگیری از تصادفات، باید عوامل متعددی را در نظر گرفت. خودروهای ایمن، جاده‌های استاندارد، قوانین بازدارنده و فرهنگسازی، چهار رکن اساسی در این زمینه هستند. علاوه بر این، نقش خانواده‌ها در تأکید بر رعایت اصول ایمنی و توجه رانندگان به مقررات، بسیار حیاتی است.»

رئیس سازمان غذا و دارو با اشاره به افزایش حجم سفرهای جاده‌ای در نوروز و خطرات ناشی از آن گفت: «از ۱۵ اسفند تا ۱۵ فروردین، حجم بالای ترددها و افزایش سفرها، آمار تصادفات را به شکل قابل‌توجهی بالا می‌برد. اگر بتوانیم با اجرای این پویش، حتی یک نفر را از مرگ یا مصدومیت نجات دهیم، گام بزرگی در جهت ارتقای ایمنی جاده‌ها برداشته‌ایم.».

دکتر پیرصالحی همچنین بر اهمیت بهره‌گیری از ظرفیت رسانه‌ها، فضای مجازی و ابزارهای دیجیتال برای اطلاع‌رسانی این پویش تأکید کرد و گفت: «دانشگاه‌های علوم پزشکی و معاونت‌های مرتبط می‌توانند از سایت‌ها، اپلیکیشن‌ها و بسترهای ارتباطی خود برای آگاه‌سازی مردم درباره خطرات سفرهای غیرایمن استفاده کنند. افزایش آگاهی عمومی، کلید اصلی کاهش تصادفات و خسارات جاده‌ای است.»

وی در پایان ابراز امیدواری کرد که با مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی، همکاری خانواده‌ها و رعایت توصیه‌های ایمنی از سوی رانندگان، نوروز امسال به سفری ایمن‌تر و کم‌حادثه‌تر تبدیل شود.