# گزارش ستاد رسانه ای پویش ملی «نه به تصادف!»: آغاز موج دوم سفرهای نوروزی؛ ترافیک سنگین و جاده‌های پرخطر!

فروردین 11, 1404

کیاپرس/با ثبت ۵۰۹ فوتی و بیش از ۶۰ هزار مصدوم در تصادفات جاده‌ای از آغاز تعطیلات نوروزی، زنگ خطر سوانح رانندگی در جاده‌های کشور به صدا درآمده است.

به گزارش کیاپرس از وبدا،عامل انسانی، از جمله بی‌توجهی به جلو و خستگی رانندگان، همچنان مهم‌ترین علت بروز این حوادث مرگبار عنوان شده است.

این در حالی است که پلیس راهور و پویش ملی #نه_به_تصادف بر لزوم رعایت قوانین و کاهش سرعت به‌عنوان راهکارهای اصلی برای کاهش تلفات تأکید دارند.

ثبت ۵۰۹ فوتی در جاده‌ها از آغاز تعطیلات نوروزی
از ۲۵ اسفند ۱۴۰۳ تا ۹ فروردین ۱۴۰۴، مجموعاً ۵۰۹ نفر در تصادفات جاده‌ای جان باخته‌اند و بیش از ۶۰ هزار نفر مصدوم شده‌اند که از این میان، ۱۴ هزار نفر به مراقبت‌های ویژه نیاز دارند.

دکتر علیرضا رئیسی، سخنگوی پویش ملی «نه به تصادف!» اعلام کرد که عامل انسانی، به‌ویژه عدم توجه به جلو، علت اصلی ۴۰ درصد از تصادفات بوده است. خواب‌آلودگی و انحراف به چپ نیز از دیگر دلایل عمده این حوادث گزارش شده‌اند.

رئیسی با اشاره به تصادف مرگبار دو موتورسیکلت در سیستان و بلوچستان که به فوت ۴ نفر انجامید، از رانندگان خواست با رعایت قوانین، ایمنی را جدی بگیرند. وی همچنین تأکید کرد که عصبانیت در حین رانندگی خطرناک است و بر لزوم پرهیز از رانندگی در حالت خستگی تأکید کرد.

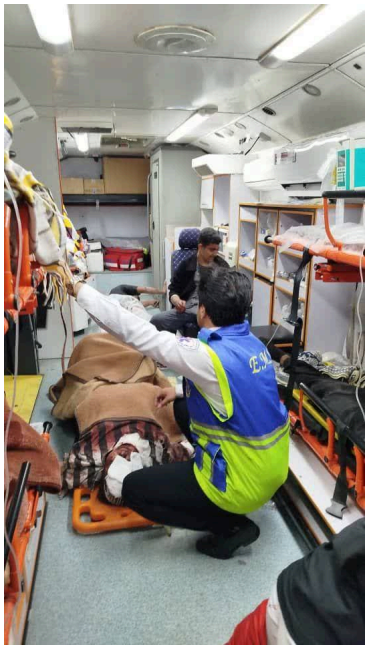
وی با اشاره به آغاز موج دوم سفرهای نوروزی، گفت: «حجم سفرها از ظرفیت جاده‌ها بیشتر است، بنابراین رانندگان نباید تنها به کیفیت جاده‌ها و خودروهایشان اعتماد کنند، بلکه خودشان هم باید مراقب ایمنی باشند.»

در پایان، رئیسی از کاهش ۱۹ درصدی تلفات جاده‌ای نسبت به مدت مشابه سال گذشته خبر داد، اما تأکید کرد که حتی یک فوتی هم نباید رخ دهد و رانندگان باید از رانندگی در شرایط خستگی خودداری کنند.

---

# واژگونی اتوبوس در استان کرمان؛ تاکنون ۱۴ فوتی و ۳۵ مصدوم

فروردین 11, 1404



کیا پرس/سازمان اورژانس کشور اعلام کرد: حادثه واژگونی اتوبوس در کیلومتر ۶۰ محور کرمان به راور در ساعت ۱۷:۲۱ روز گذشته به اورژانس اطلاع داده و بلافاصله ۸ دستگاه آمبولانس و یک دستگاه اتوبوس آمبولانس به محل حادثه اعزام شد.

متاسفانه تاکنون در این حادثه ۱۴ نفر فوت کرده و ۳۵ مصدوم نیز به مراکز درمانی منتقل شدند که حال تعدادی از آنها وخیم گزارش شده است.

گزارش های تکمیلی منتشر می شود.

---

# داروهایی که پشت فرمان خطرساز می‌شوند

فروردین 11, 1404

کیاپرس/مصرف برخی داروها می‌تواند بر تمرکز، هوشیاری و واکنش‌های سریع تأثیر بگذارد و احتمال وقوع حوادث رانندگی را افزایش دهد.

به گزارش کیاپرس از ایفدانا، متخصصان توصیه می‌کنند پیش از رانندگی، عوارض داروهای مصرفی را بررسی کنید تا از خطرات احتمالی جلوگیری شود.

رانندگی پس از مصرف برخی از داروها احتمال بروز خطر و تصادف را افزایش می دهد، باید پیش از رانندگی از تاثیر داروها بر هوشیاری اطمینان حاصل شود.

داروهایی که بیشترین تاثیر در خواب آلودگی دارند عبارتند از : دیفن هیدرینات، فلوکستین، آنتی هیستامین و کدئین

---

# وزارت بهداشت پیگیر برقراری فوق‌العاده خاص برای کارکنان نظام سلامت

فروردین 11, 1404

کیاپرس/مدیرکل منابع انسانی وزارت بهداشت با تأکید بر اهمیت بهبود معیشت کارکنان نظام سلامت، از پیگیری مستمر این وزارتخانه برای برقراری فوق‌العاده خاص خبر داد.

به گزارش کیاپرس از وبدا، دکتر سیف الله مرادی با اشاره به تلاش‌های انجام شده در این زمینه گفت: وزارت بهداشت طی مکاتبات و جلسات متعدد با نهادهای ذی‌ربط، از جمله ریاست جمهوری، سازمان اداری و استخدامی و سازمان برنامه و بودجه، این موضوع را دنبال کرده است.

دکتر مرادی افزود: در راستای اجرای نظام پرداخت کارکنان وزارت بهداشت، جداول پیشنهادی امتیازبندی فوق‌العاده خاص تدوین و برای تصویب در شورای حقوق و دستمزد ارائه شده است.

وی همچنین تصریح کرد: براساس ظرفیت‌های ماده ۱۰۶ قانون برنامه هفتم، وزارت بهداشت خواستار اختصاص امتیازات بیشتر برای کارکنان نظام سلامت با توجه به سختی کار و نوع و تعدد مشاغل این حوزه شده است و این موضوع در حال پیگیری است.

مدیرکل منابع انسانی وزارت بهداشت تأکید کرد که این وزارتخانه با جدیت، مذاکرات و رایزنی‌های لازم را برای تحقق این مطالبه مهم کارکنان نظام سلامت ادامه خواهد داد.

# بیش از ۲٫۹ میلیون نفر به اورژانس مراکز درمانی مراجعه کردند

فروردین 11, 1404

کیاپرس/مرکز هدایت عملیات بحران وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گزارش عملکرد خود را از ۲۵ اسفند ۱۴۰۳ تا ۹ فروردین ۱۴۰۴ در قالب طرح سلامت نوروزی منتشر کرد.

به گزارش کیاپرس از وبدا، در ایام نوروز بیش از ۲٫۹ میلیون نفر به اورژانس مراکز درمانی مراجعه کرده‌اند که از این تعداد، بیش از ۵۶۹ هزار نفر بستری شدند. همچنین ۱۰۳ هزار عمل جراحی انجام شد که ۳۶ هزار مورد از آنها اورژانسی بوده است.

در حوزه سلامت محیط، بیش از ۱٫۲ میلیون مورد سنجش محیط و مواد غذایی انجام شد و بیش از ۱٫۵ میلیون کیلوگرم مواد غذایی فاسد کشف و معدوم شد. همچنین، بیش از ۱۹ هزار و ۳۸۶ واحد متخلف به مراجع قضایی معرفی و ۵ هزار و ۴۲۵ واحد صنفی پلمب شد.

حوادث ترافیکی و جوی:
در ایام نوروز، تصادفات متعددی در جاده‌های کشور رخ داد که منجر به فوت و جراحت تعداد زیادی از هموطنان شد. در حوزه حوادث جوی، ریزش سنگ در محور کندوان و وقوع سیل در رودسر موجب خسارات و مصدومیت شهروندان شد.

# ثبت ۵۰۹ فوتی در جاده‌ها از ۲۵ اسفند ۱۴۰۳ تاکنون

فروردین 11, 1404

کیاپرس/بر اساس آمارها ۴۱۱ فوتی سر صحنه تصادف و در مجموع ۵۰۹ فوتی، ۶۰ هزار مصدوم و ۱۴ هزار مصدوم نیازمند مراقبت های ویژه، از ۲۵ اسفند ۱۴۰۳ تا ۹ فروردین ۱۴۰۴ ثبت شده است.

به گزارش کیاپرس از وبدا، سخنگوی پویش ملی نه به تصادف با اعلام این خبر در اخبار نیمروزی شبکه خبر، گفت: بیشترین عامل تصادفات عامل انسانی و عدم توجه به جلوست که ۴۰ درصد علت تصادفات گزارش شده است.

دکتر علیرضا رئیسی افزود: خواب آلودگی و انحراف به چپ نیز از علل اصلی دیگر تصادفات در جاده هاست.

سخنگوی پویش ملی نه به تصادف از مرگ ۴ نفر بر اثر تصادف دو موتور سیکلت در استان سیستان و بلوچستان خبر داد و گفت: از مؤمنان روزه دار که تابع قوانین شریعت هستند انتظار می رود قوانین رانندگی را هم رعایت کنند.

رئیسی با بیان اینکه رانندگان نباید در حین رانندگی عصبانی شوند، ابراز داشت: این عصبانیت خودش عامل تصادف است.

وی اضافه کرد: موج دوم سفرها آغاز شده و حجم بالای سفرها و خودروها از کیفیت و ظرفیت جاده‌ها بیشتر است و رانندگان به جاده‌ها

و خودروها اعتماد نکرده و خودشان مراقب ایمنی سفر باشند.

وی در پایان با اعلام کاهش ۱۹ درصدی تلفات جاده ای نسبت به مدت مشابه در سال گذشته، تاکید کرد: حتی یک فوتی هم نباید داشته باشیم بنابراین رانندگان در حالت خستگی جدا از رانندگی پرهیز کنند.

---

# تدابیر طب ایرانی برای افزایش ایمنی و تمرکز در رانندگی

فروردین 11, 1404

کیاپرس/تصادفات رانندگی یکی از عوامل مهم مرگ‌ومیر در جوامع امروزی است. رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی بدون شک نقش بسزایی در کاهش این حوادث دارد، اما طب ایرانی نیز با ارائه راهکارهایی کاربردی می‌تواند به افزایش تمرکز، کاهش خستگی و حفظ تعادل جسمی و روحی رانندگان کمک کند. در این مقاله، به برخی از این تدابیر سنتی پرداخته می‌شود.

۱ر تعادل مزاجی و تأثیر آن بر تمرکز

حفظ تعادل مزاجی باعث تقویت تمرکز و بهبود واکنش‌های راننده می‌شود. افراد گرم‌مزاج می‌توانند با مصرف سکنجبین‌های مناسب، خنکی بیشتری به بدن خود بدهند، درحالی‌که افراد سردمزاج با مصرف دمنوش‌های گرم، سطح هوشیاری خود را افزایش دهند. مشورت با پزشک طب سنتی برای شناخت دقیق‌تر مزاج و تنظیم تغذیه متناسب، توصیه می‌شود.

۲ر تعادل در خواب و بیداری

کم‌خوابی و بدخوابی از عوامل مهم کاهش توجه هستند. بهترین زمان رانندگی برای افراد سحرخیز، ساعات صبحگاهی است، چراکه سطح هورمون‌های هوشیاری مانند کورتیزول در این زمان بالاتر است. در مقابل، رانندگی در ساعات غروب و شب، به دلیل افت سطح این هورمون، توصیه نمی‌شود.

۳ر تحرک و پیشگیری از کم‌تحرکی

قبل از رانندگی چند دقیقه‌ای پیاده‌روی کنید یا حرکات کششی انجام دهید. در طول مسیر، هر ۱ر۵ تا ۲ ساعت یک‌بار، ۱۰ تا ۱۵ دقیقه استراحت کنید و چند نفس عمیق بکشید. ماساژ ملایم لاله گوش یا شانه‌ها نیز می‌تواند باعث افزایش هوشیاری شود.

۴ر تعادل در تغذیه

مصرف غذاهای سنگین مانند فست‌فود، نان‌های فطیر و غذاهای سرخ‌شده قبل از رانندگی باعث خستگی و کاهش تمرکز می‌شود. بهتر است غذاهای سبک مانند سوپ، آش کم‌رشته و سالادهای معتدل مصرف شود. همچنین تنقلاتی مانند تخمه و مویز به حفظ انرژی در مسیر کمک می‌کنند.

۵ر مصرف کافی آب و تنظیم دمای بدن

کم‌آبی بدن باعث خواب‌آلودگی و کاهش تمرکز می‌شود. حین رانندگی، بطری آب همراه داشته باشید و از نوشیدنی‌های گازدار یا بسیار سرد پرهیز کنید. بسته به شرایط، رایحه‌های طبیعی مانند گلاب و بهارنارنج برای بهبود خواب و نعناع و پونه برای افزایش هوشیاری مفید هستند.

۶ر تعادل در حالات روحی و روانی

رانندگی در شرایط عصبانیت، استرس یا هیجان بالا توصیه نمی‌شود. تمرین خودآگاهی، گوش دادن به موسیقی ملایم و ذکر گفتن می‌تواند به حفظ تمرکز کمک کند. همچنین، مصرف تنقلات مانند تخمه یا آجیل باعث افزایش سطح توجه در حین رانندگی می‌شود.

۷ر تنظیم سیستم دفعی بدن

در هنگام احساس نیاز به دفع، باید در اولین فرصت مناسب توقف کرد

تا مشکلات بعدی ایجاد نشود. همچنین، همراه داشتن آب و صابون در خودرو برای شرایط ضروری مفید است. برخی میوه‌ها و خشکبار طبیعی نیز به تنظیم عملکرد گوارشی کمک می‌کنند.

نتیجه‌گیری

رعایت نکات ایمنی رانندگی، همراه با استفاده از تدابیر طب ایرانی، می‌تواند به کاهش تصادفات کمک کند. تعادل در خواب، تغذیه، تحرک و شرایط روحی از عوامل کلیدی در حفظ تمرکز و افزایش ایمنی رانندگی هستند. با رعایت این اصول، سفرهای ایمن‌تر، سالم‌تر و کم‌استرس‌تری خواهیم داشت.

منبع: برگرفته از مقاله نقش خواب در ارتقای سلامت

---

# بحران تصادفات نوروزی؛ هر ساعت چندین کشته و هزاران مصدوم در جاده ها

فروردین 11, 1404

کیاپرس/هر ساله با آغاز تعطیلات نوروزی، جاده‌های کشور شاهد موجی از سفرهای خانوادگی و گردشگری هستند، اما متاسفانه این ایام به یکی از پرحادثه‌ترین دوره‌ها برای تصادفات جاده‌ای تبدیل می‌شود.

به گزارش کیاپرس از ویدا، طبق آمارهای رسمی، تصادفات نوروزی در

هر ساعت چندین کشته و هزاران مجروح بر جا می‌گذارد، که در بسیاری از موارد، این حوادث قابل پیشگیری هستند. دلایل مختلفی همچون خواب‌آلودگی رانندگان، سرعت‌های بالا، شرایط جوی و عدم رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی به این بحران دامن می‌زنند

۳۹ هزار مصدوم در تصادفات نوروزی؛ تأکید بر ایمنی در موج دوم سفرها

سخنگوی پویش ملی «نه به تصادف!» اعلام کرد که تا هشتم فروردین ۱۴۰۴، تعداد جان‌باختگان تصادفات جاده‌ای به ۴۷۳ نفر رسیده است.

وی با اشاره به آغاز موج دوم سفرهای نوروزی، بر ضرورت رعایت نکات ایمنی تأکید کرد.

دکتر علیرضا رئیسی در بخش خبری شبکه خبر اظهار داشت: تاکنون بیش از ۳۹ هزار نفر در تصادفات نوروزی مصدوم شده‌اند که از این تعداد، ۱۳ هزار نفر به مراقبت‌های ویژه یا بستری شدن نیاز دارند.

وی افزود: بیشتر موارد فوتی در همان صحنه تصادف رخ داده و مهم‌ترین عوامل بروز این حوادث، بی‌توجهی به جلو، خواب‌آلودگی رانندگان و عدم کنترل وسیله نقلیه بوده است. هرچند مشکلات خودرو و وضعیت جاده‌ها نیز تأثیرگذار هستند، اما عامل انسانی همچنان مهم‌ترین علت تصادفات محسوب می‌شود.

رئیسی با اشاره به افزایش ترددها در روزهای آتی، از مسافران خواست تا با رعایت اصول ایمنی، از وقوع حوادث ناگوار جلوگیری کنند.

توصیه معاون رئیس‌جمهور به مسافران نوروزی: رانندگی صحیح را جدی بگیرید
معاون اجرایی رئیس‌جمهور در پیامی در شبکه اجتماعی ایکس از مسافران نوروزی خواست در دور پایانی سفرهای خود رانندگی صحیح را در اولویت قرار دهند. محمدجعفر قائم‌پناه با اشاره به آمار ۲۰ هزار کشته و ۴۰۰ هزار مجروح ناشی از تصادفات رانندگی در سال گذشته، این وضعیت را «یک فاجعه ملی» توصیف کرد. وی تأکید کرد که با رعایت اصول رانندگی ایمن، نباید شادی نوروز به غم و اندوه برای خانواده‌ها تبدیل شود و از مردم خواست به پویش «نه به تصادف» بپیوندند.

# فوت ۴۷۳ هموطن در تصادفات تا ۸ فروردین ۱۴۰۴

فروردین 11, 1404

کیاپرس/سخنگوی پویش ملی "نه به تصادف!" از فوت ۴۷۳ هموطن در تصادفات تا ۸ فروردین ۱۴۰۴ خبر داد و بر ضرورت رعایت ایمنی در موج دوم سفرهای نوروزی تاکید کرد.

به گزارش کیاپرس از وبدا، دکتر علیرضا رییسی در بخش خبر نیمروزی شبکه خبر گفت: تا الان بیش از ۳۹ هزار مصدوم تصادفات نوروزی ۱۴۰۴ داریم که ۱۳ هزار نفر از آنان نیازمند مراقبت های بیشتر یا مراقبت های ویژه هستند.

وی افزود: عمده مرگ و میرها سر صحنه تصادفات رخ می دهد و عمده ترین مشکلات در این زمینه نیز عدم توجه به جلو یا خواب آلودگی رانندگان و عدم کنترل وسیله نقلیه بوده است. البته مسائل مربوط به مشکلات خودرو و جاده ها هم جزو عوامل تصادفات هستند ولی عمده ترین عامل تصادفات همچنان عامل انسانی است.

سخنگوی پویش ملی "نه به تصادف!" ادامه داد: موج دوم سفرهای نوروزی در حال شروع شدن است و توصیه اصلی ما به هموطنان با توجه به گسترش حجم سفرها، همچنان توجه به ایمنی در سفر است.

دکتر رییسی بیان داشت: افرادی که دارای بیماری های زمینه ای هستند داروهای لازم را همراه خود را داشته باشند و بیماران حاد به

ویژه بیماران قلبی از رانندگی پرهیز کنند.

---

# ضرورت اقدام فوری برای توقف جنایات رژیم صهیونیستی در غزه

فروردین 11, 1404

کیاپرس/وزیر بهداشت جمهوری اسلامی ایران، در نامه‌ای خطاب به وزرای بهداشت کشورهای اسلامی، ضمن تبریک پیشاپیش عید سعید فطر، خواستار واکنش و اقدام فوری و هماهنگ در برابر جنایات اخیر رژیم صهیونیستی در نوار غزه شد.

به گزارش کیاپرس از وبدا، دکتر محمد رضا ظفرقندی در این نامه، وزاری بهداشت کشورهای اسلامی از جمله مالزی، قزاقستان، تاجیکستان، ترکمنستان، عراق، لیبی، قطر، عربستان سعودی، ترکیه، لبنان، جمهوری آذربایجان، تشکیلات خودگردان فلسطین، ازبکستان، کویت، عمان، قرقیزستان، امارات متحده عربی، پاکستان، مصر، تونس، اندونزی و جمهوری دموکراتیک خلق الجزایر را مورد خطاب قرار داده است.

در این نامه آمده است: در روزهای پایانی ماه مبارک رمضان، در حالی‌که جهان اسلام خود را برای جشن بندگی، صلح و معنویت آماده می‌کند، شاهد دور جدیدی از حملات رژیم صهیونیستی به مردم مظلوم غزه، از جمله حمله به بیمارستان ناصر در جنوب این منطقه و شهادت بیماران و کادر درمان هستیم؛ اقدامی که در کنار کشتار کودکان و

ایجاد محدودیت شدید برای دسترسی به غذا و دارو، نقض آشکار تمامی موازین بین‌المللی و حقوق بشری محسوب می‌شود.

وزیر بهداشت کشورمان در این نامه تاکید کرده است: محکومیت و واکنش مناسب در مقابل این رفتارهای غیرانسانی، وظیفه‌ای انسانی و اسلامی برای تمامی کسانی است که نجات جان انسان‌ها را هدف خود قرار داده‌اند.

دکتر ظفرقندی در پایان از همتایان خود خواسته است با استفاده از تمام ظرفیت‌های بین‌المللی و بشردوستانه، برای توقف این فجایع و جلوگیری از ادامه نسل‌کشی در غزه، اقدامات مؤثر و هماهنگ انجام دهند و در پایان سلامت و سرافرازی مردم کشورهای اسلامی را از خداوند مسئلت کرده است.