



پیام سلامت

ویژهنامه الکترونیکی سازمان بهداشت و درمان
صنعت نفت - نیمه دوم آبان ماه ۹۵

حضور وزیر بهداشت در بیمارستان توحید جم نفت



بیمارستان نفت تنها، بیمارستان
ارائه کننده خدمات پرستاری در منزل



دکتر حسین زاده: مرکز دیالیز جزیره
خارگ فعالیت خود را آغاز کرد



دکتر فریدنیا: اجرای فاز اول سیستم هشدار سریع
در بهداشت و درمان شمال، مرکزی و تهران



برگزاری سمینار تازه‌های هیپاتیت B و C
در بیمارستان فوق تخصصی نفت تهران



سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت
روابط عمومی

پیام سلامت

ویژه‌نامه الکترونیکی سازمان بهداشت و درمان
صنعت نفت - نیمه دوم آبان ۹۵

سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت

مدیرعامل سازمان: دکتر حبیب‌اله سمیع

رئیس روابط عمومی سازمان: سید عبدالرسول حمیدی

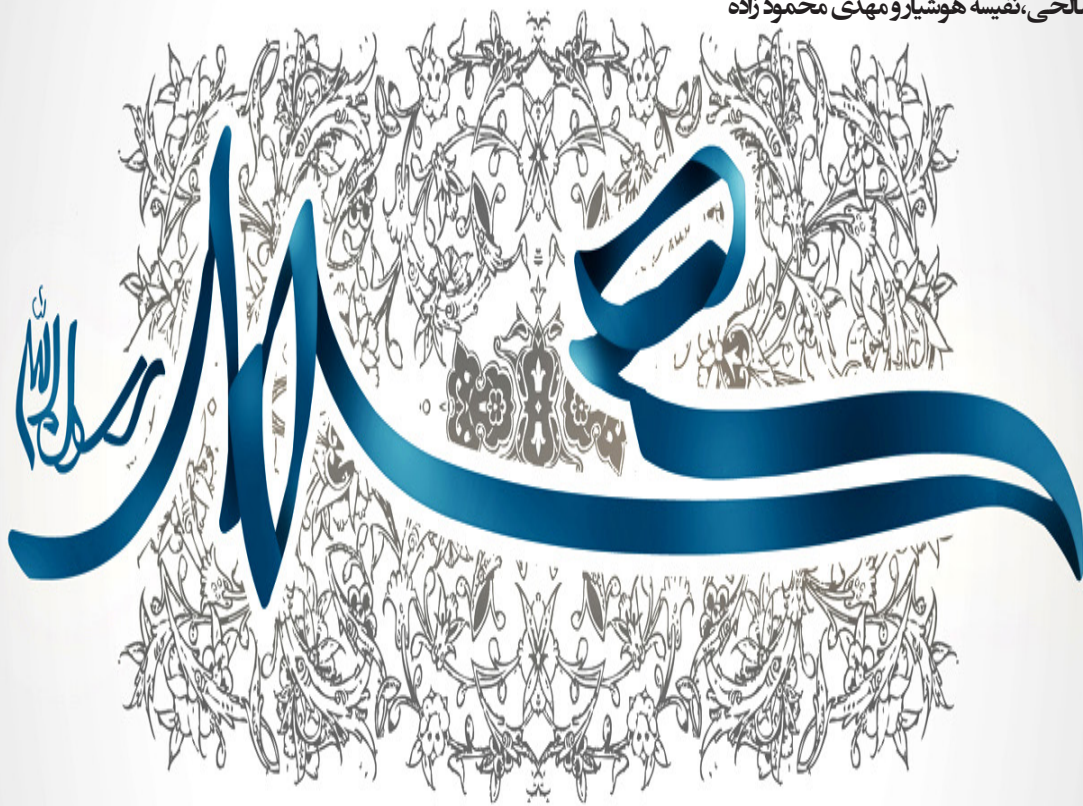
طرح: شهناز امیرکیایی

همکاران این شماره: زیبا رضایی، منور میرشجاعان، ندا فراهانی،

محمدرضا طباطبایی، نوید منشدی، رضا بنی هاشمی، محمد

قنواتی، الهه بهرامی زاد، معصومه بوستانی، رضا رهنده، سیمین

صالحی، نقیسه هوشیار و مهدی محمودزاده



بولتن پیام سلامت «خبرنامه الکترونیکی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت» که تاکنون ۲۶ شماره از آن به صورت ۲ هفته‌نامه در جهت آشنایی با خدمات و شرح وظایف سازمان با پوشش دهی اخبار بصورت گفتگو، مصاحبه، گزارش تصویری و خبری، مقاله تهیه و در اختیار کارکنان صنعت نفت قرار گرفته است؛ خوشبختانه توانسته گامی مثبت در ارتباط با کارکنان شریف صنعت نفت بردارد امید است که با دریافت نقطه نظرات شما عزیزان گام‌های موثری در جهت بهبود کمی و کیفی این خبرنامه فوق برداشته شود.

کانال‌های ارتباطی ما:

سامانه پیامکی: ۳۰۰۳۹۹۰

سایت سازمان: po.ir

شماره تماس روابط عمومی سازمان: ۸۸۹۳۱۵۶-۸۸۹۳۵۷۱۱

روابط عمومی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت

@PIHOCHANEL

ارائه پیشنهادات و انتقادات و ارتباط مستقیم با مدیریت ارشد سازمان

@SETADPIHO

بازدید وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی از بیمارستان توحید جم

زیرساخت‌ها و آرایه خدمات مطلوب بهداشتی درمانی را برای ساکنان فراهم می‌کند. دکتر قاضی زاده‌هاشمی اظهار داشت: اجرای طرح نظام سلامت خدمتی صادقانه و بی‌منت است که رضایت مردم را جلب کرده بر همین اساس سیاست وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی اجرای این طرح به صورت جامع و کامل برای بهره‌مندی مردم در تمام نقاط کشور از خدمات یکسان آن است.

وی با اشاره به اینکه بیمارستان توحید جم تحت پوشش کامل طرح تحول نظام سلامت قرار می‌گیرد گفت: این بیمارستان تنها بیمارستان شهرستان شهرستان جم است که زیر مجموعه وزارت نفت است و وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی نیز در راستای حمایت درمانی مطلوب تر به مردم شهرستان جم تمام بسته‌های نظام سلامت را در آن اجرایی می‌کند. دکتر قاضی زاده‌هاشمی افزود: باید کاری کنیم که تمام بسته‌های خدماتی که در قالب طرح تحول سلامت به بیمارستانهای دولتی داده می‌شود به بیمارستان توحید جم نیز داده شود تا مردم از این خدمات دولت تدبیر و امید بهره‌مند شوند. وی با تأکید بر تأمین تجهیزات درمانی و تشخیصی در بیمارستان توحید جم تصریح کرد: بیمارستان توحید جم از ظرفیت بالایی در ارائه خدمات درمانی به کارکنان و ساکنان جم در منطقه پارس جنوبی برخوردار است که باید زیرساخت‌های درمانی در این بیمارستان توسعه یابد.

دکتر سید حسن قاضی زاده‌هاشمی در جریان سفر به استان بوشهر به همراه دکتر سالی استاندار بوشهر، دکتر سکینه الماسی نماینده مردم شهرستان‌های جم، دیو، کنگان و عسلویه در مجلس شورای اسلامی و دکتر طالع رئیس بازرسی و شکایات سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت و جمعی از مسئولان از بیمارستان توحید جم بازدید کردند.



به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی بهداشت و درمان صنعت نفت بوشهر، وزیر بهداشت در این بازدید با حضور در بخش‌های اورژانس، بستری و کلینیک تخصصی بیمارستان توحید جم در جریان روند ارائه خدمات بهداشتی و درمانی به بیماران در این بیمارستان قرار گرفته و گفت: باتوجه به بالا بودن شمار کارگران شاغل در تاسیسات نفت و گاز در شهرستان جم اگر حق بیمه درمانی آنها در سال‌های گذشته در این شهرستان هزینه شده بود وضعیت امور درمانی مطلوب‌تر بود.

وی ادامه داد: یکی از راههای تحول در بخش بهداشت و درمان استان بوشهر اتخاذ راهکار مناسب برای «هزینه کرد» حق بیمه درمانی شاغلان صنعت نفت در محل خدمت خود است. وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: تحقق این مهم و حمایت وزارتخانه‌های نفت و بهداشت، درمان و آموزش پزشکی زمینه توسعه







بیمارستان نفت تنها، بیمارستان ارائه کننده خدمات پرستاری در منزل

پرستاری در منزل، واحد جدیدی است که از اوایل سال ۹۵ در بیمارستان فوق تخصصی مرکزی صنعت نفت تهران استقرار یافته است.

به گزارش پایگاه اطلاع رسانی بهداشت و درمان صنعت نفت تهران، چندی پیش واحد جدیدی در بیمارستان فوق تخصصی مرکزی صنعت نفت تهران با عنوان «پرستاری در منزل» استقرار و شروع بکار کرد. این واحد در سطح محدود و با توجه به امکاناتی که در اختیار داشت، خدمت رسانی خود را از سال ۸۸ در طب صنعتی بهداشت و درمان تهران آغاز کرده بود اما از ابتدای سال ۹۵ با استقرار در بیمارستان توسعه یافت. دکتر علی بهزادی، رئیس بهداشت و درمان صنعت نفت تهران در افتتاحیه و استقرار این واحد در بیمارستان فوق تخصصی نفت از اهمیت این خدمت جدید سخن گفته و تصریح کرد: امیدوارم با رویکرد توسعه جدیدی به این خدمت نگر بسته شود تا بتوان به ارائه خدمات جامع تری پرداخت. در نظر گرفتن ارزش های انسانی، مهمترین هدفی است که باید در این خدمت مورد توجه قرار گیرد زیرا بهداشت و درمان صنعت نفت تهران، مرکز درمانی است که وظیفه ارائه خدمات بهداشتی و درمانی به بیشترین خانواده نفت را برعهده دارد. این خدمت جدید می تواند به کاهش هزینه های بیماران و مدت زمان بستری و افزایش رضایتمندی مراجعه کنندگان بپردازد. اکنون پس از گذشت چندین ماه از استقرار این واحد جدید در بیمارستان فوق تخصصی مرکزی صنعت نفت تهران و جهت آشنایی بیشتر با خدمات پرستاری در منزل گفتگویی را با عزیزان شاغل

در این واحد ترتیب داده ایم که در ادامه می خوانیم.

بازنشست ها، پیشگیری، مراجعه کنندگان واحد پرستاری در منزل

مهرداد غیائی، مسئول واحد پرستاری در منزل صحبت هایش را اینگونه شروع می کند: «بازنشستگان و افراد سالمند، بیشترین مراجعه کنندگان واحد پرستاری در منزل هستند. هدف از راه اندازی چنین واحدی را



می توان ارائه خدمات با کیفیت و جلوگیری از رفت و آمدهای مکرر بیماران به بیمارستان و کاهش هزینه ها دانست. در این واحد خدمات صرفا پرستاری مانند: سوند گذاری، تزریقات، پانسمان، سرم تری ای، TPN، تست قند خون، نمونه گیری برای آزمایشگاه و ... انجام می شود.

کارشناسان پرستاری دستور پزشک را دریافت کرده و طبق نسخه تجویز شده به خدمت رسانی در منزل بیماران می پردازند. در صورت بروز هر گونه مشکل در زمان مراجعه به منازل بیماران نیز با دکتر حمیرا اطیبی، مسئول فنی واحد پرستاری در منزل تماس گرفته می شود تا هماهنگی های لازم انجام شده و بتوان خدمات درمانی مناسب را ارائه کرد. کارشناسان پرستاری واحد پرستاری در منزل پیگیر وضعیت بیماران حتی در زمان بستری بودن در بیمارستان هستند تا در صورت ترخیص دوباره تحت پوشش این واحد قرار بگیرند. خدمت رسانی به بیماران از ساعت ۷ صبح آغاز و تا ساعت ۱۵ ادامه پیدا می کند. اما هر روز یک نفر از کارشناسان پرستاری تا ساعت ۱۹ در واحد حضور دارد و در هر واحد پرستاری در منزل به روی مراجعه کنندگان باز است تا پاسخگوی ملاقات کنندگان یا مراجعه کنندگانی باشیم که با دیدن تابلوی واحد پرستاری در منزل به ما مراجعه کرده و سوال دارند.

عشق به کارمان از سختی آن می گذرد

کارشناسان پرستاری با توجه به دیوتی که از روز قبل بسته می شود برای خدمت رسانی به خانواده صنعت نفت در سطح شهر تهران تا ۱۲ کیلومتری مراجعه می کنند. گرمای تابستان، سرمای زمستان و ترافیک شهری از سختی هایی است که کارشناسان واحد پرستاری در منزل با آن مواجه هستند اما عشق به کارشان باعث می شود که از سختی های کارشان چشم پوشی کنند. ژیل کلانتری، مسئول پرستاری طب صنعتی در ادامه

دکتر حسین زاده: مرکز دیالیز جزیره خارگ فعالیت خود را آغاز کرد



رئیس بهداشت و درمان صنعت نفت بوشهر و خارگ از آغاز فعالیت مرکز دیالیز جزیره خارگ در بیمارستان خلیج فارس صنعت نفت خبر داد.

به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی بهداشت و درمان صنعت نفت دکتر مهرداد حسین زاده رئیس بهداشت و درمان صنعت نفت بوشهر و خارگ همزمان با ۲۳ آبان اولین روز از هفته حمایت از بیماران کلیوی، از آغاز فعالیت مرکز دیالیز جزیره خارگ در بیمارستان خلیج فارس صنعت نفت خبر داد. وی افزود: اولین بیمار دیالیزی بومی جزیره خارگ در مرکز دیالیز بیمارستان خلیج فارس صنعت نفت در حال خدمات‌گیری است و این مرکز به صورت رسمی فعالیت خود را آغاز کرد.

رئیس بهداشت و درمان صنعت نفت بوشهر و خارگ با بیان اینکه بخش دیالیز مجهز به ۲ تخت است و به تعداد ۸ نفر مراجعه‌کننده خدمات ارائه می‌شود اظهار داشت: بیمارستان صنعت نفت در جزیره به صورت ۲۴ ساعته به اهالی شریف جزیره خارگ و کارکنان صنعت نفت در حال خدمت‌رسانی است.

دکتر مهرداد حسین‌زاده ادامه داد: مهمترین دغدغه مدیران و کارکنان بیمارستان صنعت نفت ارائه خدمات شایسته برای رفاه حالی اهالی بومی و پرسنل نفت در جزیره خارگ است. وی تصریح کرد: در بیمارستان خلیج فارس صنعت نفت جزیره خارگ برای رفع مشکلات بیماران کلیوی برنامه‌های ویژه‌ای برای ارائه خدمات مناسب تبیین شده است.

رئیس بهداشت و درمان صنعت نفت استان بوشهر با اشاره به اینکه این بخش قابلیت افزایش ۴ تخت را دارد خاطر نشان کرد: یکی از مهمترین شاخص‌های راه‌اندازی این دستگاه دیالیز رفع مشکل ایاب و ذهاب بیماران است خصوصا در فصول پاییز و زمستان که شرایط آب و هوایی، تردد به بوشهر را دچار مشکل می‌کند.

از مساعدت‌های دکتر علی بهزادی، رئیس بهداشت و درمان صنعت نفت تهران در توسعه این واحد سخن می‌گوید: «با وجود اینکه در ابتدای مسیر با محدودیت‌های بسیاری مانند کمبود نیرو، عدم اختصاص فضایی خاص برای واحد پرستاری در منزل، تجهیزات و ... مواجه بودیم اما با مساعدت‌های فراوان دکتر بهزادی موفق شدیم واحد پرستاری در منزل را به شکل امروزی توسعه داده و خدمات درمانی را به شکل گسترده‌تری در اختیار افراد تحت پوشش صنعت نفت قرار دهیم.

نوشین نیکخواه، اولین کارشناس پرستاری است که از سال ۸۸ به صورت محدود پرستاری در منزل را آغاز کرده و تاکنون بدون گزارش حتی یک مورد نارضایتی در این واحد مشغول به خدمت‌رسانی است. وی خدمت‌رسانی به بیماران دردمند و سالمند و برقراری ارتباط عاطفی با آنها را سرلوحه حرفه پرستاری خود می‌داند. فرزانه آغاچاری، یکی دیگر از پرستاران شاغل در این واحد می‌گوید: «در واحد پرستاری در منزل با دلپره‌های مختلفی مواجه هستیم، نگرانی‌هایی مانند خطر تصادف در رفت و آمدها و دلپره آلوده شدن به دلیل ارتباط مستقیم با بیماران آلوده و عفونی؛ زیرا در منازل بیماران به دلیل عدم وجود امکانات بیمارستانی در ارتباط مستقیم و ابتلا به انواع عفونت‌ها هستیم. بهترین خاطره ما زمانی شکل می‌گیرد که شاهد بهبودی بیماران هستیم.

بیمارستانی تحت تکمیل بیمارستانی ارائه‌کننده خدمات پرستاری در منزل

گیانی، مسئول واحد پرستاری در منزل در ادامه اشاره می‌کند، در سایر مراکز درمانی دولتی چنین واحدی وجود ندارد و این نامه وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی صرفاً برای مراکز خصوصی بیماران است. واحد پرستاری در منزل بیمارستان فوق تخصصی مرکزی صنعت نفت تهران نیز از آیین نامه و تعرفه‌های تصویب شده وزارت بهداشت و درمان پیروی کرده و خارج از این آیین نامه فعالیت ندارد. در پایان باید بگویم با وجود اینکه واحد پرستاری در منزل، واحد جدید و نوپایی است اما با آمار قابل توجهی از مراجعه‌کنندگان مواجه هستیم که امیدواریم با شناخت و تبلیغ گسترده‌تر بتوانیم خدمات بیشتری را به خانواده صنعت نفت ارائه کنیم.

گیانی درخصوص دستورالعمل خدمات پرستاری در منزل نیز اظهار می‌دارد: در ابتدا فرآیند پذیرش با دریافت دستورات کتبی دقیق و کامل پزشک معالج توسط همراه بیمار که (دستورات می‌بایست با لیست خدمات ارائه شده در این واحد مطابقت داشته و شامل جزییات نیز باشد) و سپس تهیه لوازم مصرفی با دستور پزشک از داروخانه بخش‌ها، مراجعه به دفتر و تکمیل فرم پذیرش، بازدید از بیمار در بخش یا منزل و در پایان هماهنگی با همراه بیمار و برنامه ریزی برای ارائه خدمات صورت می‌پذیرد.

مسئول واحد پرستاری در منزل می‌افزاید: لیست خدمات ارائه شده شامل تست قند خون با گلوکومتر، گذاشتن NGT، سونداز (فولی و نلاتون)، پانسمان ساده و متوسط، کشیدن بخیه، سرم‌تراپی، نمونه‌گیری خون، TPN است که البته باید نکات ضروری مهمی را هم در نظر داشت انجام TPN فقط از طریق PORT یا CV Line انجام می‌شود. نمونه‌گیری خون توسط همکاران این بخش انجام شده و انتقال نمونه به آزمایشگاه برعهده همراهان بیماران خواهد بود. در حال حاضر، تهیه پد پانسمان‌های نوین در مورد زخم‌های بستر برعهده بیماران است و هرگونه تغییر در این زمینه متعاقباً به اطلاع بیماران خواهد رسید. تزریقات وریدی، عضلانی و زیرجلدی فقط برای موارد روانپزشکی و با دستور پزشک متخصص بصورت خدمات پرستاری مجزا قابل اجرا است.

تجهیز مراکز سازمان به بخش تصویربرداری دیجیتال

در هشتم نوامبر ۱۸۹۵، ویلهلم کنراد رونتگن، در حالیکه مشغول تحقیق پیرامون خواص پرتوهای کاتی بود، به صورت کاملاً اتفاقی، متوجه نوعی پرتو در لامپ شد که آن را پرتوی مجهول یا پرتو ایکس نامید: هشتم نوامبر و سالروز کشف اشعه X به عنوان روز رادیولوژی نامگذاری شده است و با توجه به اهمیت این بخش در طول دهه های اخیر در روند تشخیص و درمان، پایگاه اطلاع رسانی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت گفت و گوهایی با متخصصان رادیولوژی انجام داده که در ادامه می خوانید.

امکان کپی فیلم به هر تعداد و بدون صرف هزینه، توانایی ارسال تصاویر از مجاری الکترونیک مثل شبکه های بیمارستانی و یا از طریق اینترنت، توانایی پزشک در دسترسی به تصویر رادیوگرافی به محض تهیه آن و در نقطه های دیگر امکان نگهداری تمام تصویربرداری ها مانند رادیوگرافی ساده، سی تی اسکن، ام آر آی، سونوگرافی در یک بستر مشترک اشاره کرد.

مسئول فیزیک سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت با اشاره به مجهز کردن مراکز به سیستم پکس گفت: در حال حاضر سیستم پکس (انتقال، ذخیره، بازیابی و نمایش تصاویر پزشکی) در مراکز بوشهر، اهواز، تهران، شیراز، خارگ انجام و جهت راه اندازی در بقیه مراکز اقدام شده است، انجام این پروژه می تواند انقلابی عظیم در مراکز تصویربرداری پزشکی بهداشت و درمان صنعت نفت ایجاد کند.

وی در پایان به راه اندازی بخش های تصویربرداری در مراکز شیراز، اصفهان، آغاچاری، شاهین شهر، سرخس، تبریز و اراک اشاره کرد و افزود: جهت حفاظت و ایمنی مراجعه کنندگان و کارکنان پرتوکار در مناطق علاوه بر آموزش های لازم، کتابچه حفاظت و ایمنی در برابر اشعه تهیه و جهت اطلاع رسانی از طریق (تراکت، بیلبرد) در اختیار همگان قرار گرفته است.



سبقت در تشخیص بیماری



هاشم جاهدنیا کارشناس رادیولوژی بهداشت و درمان صنعت نفت شمال شرق با اشاره به کارکرد این واحد گفت: امروزه رادیولوژی یکی از ضروریات مراکز درمانی محسوب می شود و سهم به سزایی در تشخیص بیماری ها و کاهش خطرات و عوارض بیماری ها دارد. وی به سه کاربرد تشخیصی، درمانی و مصارف صنعتی رادیولوژی اشاره و بیان داشت: کاربرد تشخیصی برای شناسایی شکستگی ها و استفاده های کنترلی در بعضی درمان ها شامل فلوتوروسکوپی، رادیوگرافی و توموگرافی کامپیوتری می باشد، کاربرد درمانی رادیولوژی در درمان سرطان ها و ریشه کن کردن تومورها با اشعه درمانی است و درباره دستگاه های رادیوتراپی، مقادیر درمانی در تابش پرتوها و حساسیت بافتی در برابر پرتوها بحث می کند. کاربرد در مصارف صنعتی نیز متعدد است مثلاً کنترل صدمات موتورهای جت، بررسی عتیقه ها و ...

جاهدنیا افزود: به کمک رادیولوژی پزشکان با کمترین عارضه به داخل بدن بیمار راه پیدا می کنند و با گرفتن عکس از اندامها قدرت تصمیم گیری آنان در تشخیص بیماری افزایش می یابد و روند درمان بیمار سرعت می گیرد. به گفته وی، تشخیص

محمد حسین بلوکی کارشناس سلامت در حوزه تصویربرداری پزشکی و مسئول فیزیک سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت با اشاره به سیاست های کلی سازمان در راستای ارتقا کیفی مراکز تصویربرداری پزشکی از مجهز شدن مراکز سازمان به بخش های تصویربرداری دیجیتال خبر داد و افزود: امروزه فعالیت پرتوکاران تنها به عکس برداری ساده محدود نمی شود و همکاران ما در این رشته در بخش های مختلف مراکز درمانی اعم از رادیولوژی، سی تی اسکن، آنژیوگرافی، پزشکی هسته ای، دندانپزشکی، دانسیتومتری، سنگ شکن و هورمون شناسی آزمایشگاه در حال خدمت به بیماران هستند. بلوکی بیان داشت: پرتوکاران به دلیل استفاده از اشعه ایکس در معرض خطرات احتمالی از جمله سرطان، پیری زودرس و جهش های ژنتیکی قرار می گیرند و با توجه به سختی کار این شغل در قوانین جهانی و کشوری ساعات کار کمتر، مرخصی سالانه بیشتر و مبلغی برای فوق العاده کار با اشعه در نظر گرفته شده است و ستاد سازمان کمیسیون ماده ۲۰ حفاظت در برابر اشعه تحت مدیریت سلامت ناظر بر حسن اجرای قوانین سازمان انرژی اتمی و حفاظت و ایمنی بیماران و پرتوکاران می باشد. مسئول فیزیک سازمان بهداشت و درمان با اشاره به سیاست های کلی سازمان در راستای ارتقا کیفی مراکز تصویربرداری پزشکی تصریح کرد: با حمایت های مدیر عامل و مدیر سلامت سازمان ساماندهی در محورهای تجهیزات پزشکی، فضای فیزیکی، نیروی انسانی، حفاظت و ایمنی بیماران و پرتوکاران در دستور کار قرار گرفت و پروژه گذر تصویربرداری آنالوگ به تصویربرداری دیجیتال کلید خورد.

وی ادامه داد: در مرحله اول تعداد ۹ دستگاه رادیولوژی دیجیتال (DDR) جهت مراکز تصویربرداری گچساران، اصفهان، بوشهر، شیراز، آغاچاری، اهواز، آبادان و اراک خریداری و نصب شد و در مراحل بعدی خرید تعداد ۸ دستگاه رادیولوژی دیجیتال جهت مراکز شاهین شهر، مسجد سلیمان، کرج، سرخس، کرمانشاه، تبریز، خارگ و مشهد در دستور کار سازمان قرار گرفت. بلوکی به تفاوت روش دیجیتال با روش سنتی اشاره کرد و اظهار داشت: تفاوت این ۲ روش در نوع کاست و ثبت تصاویر است؛ در رادیوگرافی دیجیتال اشعه ایکس که از بدن بیمار عبور کرده بر روی صفحه الکترونیک موجب تحریک نیمه «هادی هادی» که بر روی آن قرار دارد میشود. این «نیمه هادی ها» بر حسب شدت اشعه ای که به آنها برخورد کرده جریان الکتریکی را ایجاد می کنند و اطلاعات این سیگنال های الکتریکی توسط کامپیوتر پردازش و بر روی مانیتور قابل مشاهده است.

وی عنوان کرد: از مهمترین امتیازات این روش تصویر برداری میتوان به سرعت بالای تهیه تصویر، کیفیت بهتر، کاهش هزینه، توانایی آرشیو تصاویر با سهولت بیشتر،

به موقع و درمان صحیح دو علت مهم کاهش مرگ و میر در همه بیماری‌ها نظیر بیماری‌های قلبی و انواع سرطان‌ها از مهم‌ترین مزایای علم رادیولوژی است. جاهدنیا به فعالیت واحد رادیولوژی پلی‌کلینیک تخصصی آزادگان مشهد اشاره کرد و گفت: این واحد در یکسال گذشته ۴ هزار و ۲۰۰ مورد رادیولوژی، ۶۰۰ مورد سونوگرافی و ۳۰۰ مورد رادیوگرافی پانورکس انجام داده است.

مدیرتویب: خدمات رادیولوژی در اصفهان



مناسب به منظور عکسبرداری صحیح و بررسی کیفیت عکس‌ها برای تعیین اینکه آیا نیاز به عکسبرداری مجدد از جمله مهمترین وظایف تکنسین رادیولوژی است. وی با اشاره به اهمیت ارتباط با ارباب رجوع خاطر نشان کرد: یک تکنسین رادیولوژی باید مهارت‌هایی از جمله آشنایی با بروزترین روش‌ها و تکنولوژی‌ها، توانایی استفاده از تجهیزات و دستگاه‌ها و مهارت‌های ارتباطی خوب به خصوص نسبت به بیماران و مدیریت پیاده سازی نظام مشورتی در واحد که باعث ایجاد تحول و افزایش رضایتمندی می‌شود را داشته باشد.



علی ترابی کارشناس رادیولوژی پلی‌کلینیک توحید اصفهان به فضای نامناسب واحد رادیولوژی سابق اشاره کرد و گفت: فضای فیزیکی نامناسب واحد قبلی رادیولوژی نبود امکاناتی از جمله آسانسور مشکلات زیادی را برای بیماران به وجود آورده بود که با نقل مکان به مرکز توحید علاوه بر حل مشکلات فوق، خدمات نوین و با کیفیت‌تری انجام می‌پذیرد.

کم‌نرخه تویب: رضایتمندی پزشکان از کیفیت خدمات



کارشناس رادیولوژی پلی‌کلینیک توحید اصفهان تصریح کرد: خرید و نصب دستگاه‌های تمام دیجیتال در این مرکز که تنها سه نمونه از آن در استان اصفهان موجود است موجب افزایش سطح رضایتمندی پزشکان از کیفیت بسیار مطلوب گرافی‌ها شده، ضمن اینکه در این مرکز تمامی خدمات رادیوگرافی اندامی، ماموگرافی، OPG در شیفت صبح و در بخش سونوگرافی ۲ نوبت صبح و عصر توسط متخصصین ارائه می‌شود. وی با اشاره کاهش آمار ارجاع در یکسال گذشته اظهار داشت: با توجه به سیاست سازمان در ارائه خدمات با کیفیت به جمعیت تحت پوشش، با راه اندازی دو پروژه مهم شاهین شهر و هزار جریب ضمن ارائه خدمات گسترده شاهد کاهش میزان ارجاع خواهیم بود.

کارشناس رادیولوژی پلی‌کلینیک توحید اصفهان ادامه داد: این مرکز ماهیانه حدود ۱۷۰۰ نفر تعداد مراجعه کننده دارد که طی یک سال گذشته با افزایش ۳۰ درصدی مواجهه شده است و از عوامل این افزایش میتوان به بهبود فضای فیزیکی مناسب و تجهیزات پیشرفته، فعال نمودن شیفت عصر در بخش سونوگرافی اشاره کرد. ترابی خاطر نشان کرد: بروزترین خدمات رادیوگرافی‌های اندامی، ماموگرافی و OPG در این مرکز ارائه می‌شود و امیدواریم با ارائه نوبت دهی مناسب و به روز در بخش سونوگرافی شاهد افزایش پیش از پیش رضایتمندی مراجعین باشیم.

دستگاه‌های دیجیتال رادیولوژی در آبادان

غلامرضا حیدری مسئول رادیولوژی بیمارستان امام خمینی(ره) صنعت نفت آبادان از تجهیز بیمارستان نفت آبادان به دستگاه‌های دیجیتال خبر داد و گفت: تکنسین رادیولوژی باید مهارت ارتباطی قوی در برخورد با بیماران داشته و قبل از تصویربرداری اطلاعات و دستورات لازم را به آنها بدهد و با تبحر از تجهیزات و دستگاه‌های رادیوگرافی استفاده کند.

حیدری تصریح کرد: تنظیم و نگهداری از تجهیزات و دستگاه‌های رادیوگرافی، عکسبرداری دقیق از نقاط بدن بیمار با دستورات پزشک، آماده کردن بیماران، مراقبت از بیماران در مقابل اشعه، قراردادن بیماران و تجهیزات در مکان

اردشیر کیوانی کارشناس بازنشسته بیمارستان فوق تخصصی صنعت نفت تهران با اشاره به حجم پذیرش بیماران و فعالیت مرکز تصویربرداری گفت: به طور میانگین تعداد مراجعین در بخش رادیولوژی ۲۰۰ نفر و MIR ۵۰ نفر بوده و که با نصب و تجهیز MRI و دستگاه سی تی مولتی اسلایس در کاهش لیست انتظار تاثیر گذار بوده میزان رضایتمندی در مراجعان افزایش یافته است.

وی افزود: با استفاده از MRI شناسایی انواع تومور و غده امکان پذیر است و در بیمارستان فوق تخصصی صنعت نفت تهران کم نظیرترین تصاویر گرافی تهیه و با بروزترین تجهیزات چاپ می‌شود. کارشناس رادیولوژی بازنشسته بیمارستان فوق تخصصی صنعت نفت تصریح کرد: گذراندن دوره‌های آموزشی کارشناسان رادیولوژی در ارائه خدمات بسیار تاثیر گذار است، ارتباط با بیماران در واحد رادیولوژی بسیار پررنگ و مشهود است و خوشبختانه کارشناسان شاغل در واحد تصویر برداری بیمارستان فوق تخصصی صنعت نفت در این حوزه موفق عمل کرده‌اند.



دکتر فریدنیا:

اجرای فاز اول سیستم هشدار سریع در بهداشت و درمان شمال، مرکزی و تهران

می‌توانند نقش موثری ایفا کنند در حالیکه در پیافند عامل مانند سیستم‌های سندهویه و هواپیماهای رهگیر، تنها نیروهای مسلح مسئولیت برعهده دارند. در همین رابطه با توجه به ۸ آبان ماه، سالروز پیافند غیرعامل گفت و گو به دانشمند ایم با دکتر بیمن فریدنیا دبیر کمیته مدیریت بحران و پیافند غیرعامل سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت که در زیر می‌خوانید.

پیافند غیرعامل نوعی دفاع غیر نظامی است و به مجموعه اقداماتی اطلاق می‌گردد که به جنگ افزاز نیاز ندارد و با اجرای آن می‌توان از وارد شدن خسارات ماله به تجهیزات و تاسیسات حیاتی و حساس نظامی و غیرنظامی و تلفات انسانه جلوگیری نموده و یا میزان این خسارات و تلفات را به حداقل ممکن کاهش داد. در پیافند غیرعامل تمام نهادها، نیروها، سازمان‌ها، صنایع و حتی مردم عالی

این سیستم دارای چه ویژگی است و در مواقع خطر چگونه عمل می‌کند؟ آیا می‌تواند روند رسیدگی را تسریع بخشد و مانع از خسارات بعدی شود؟ در این سیستم امکان تعریف موارد بیماری و شمارش آن و درصد ابتلای روزانه، میزان مرگ‌ومیر و همچنین نقشه توزیع موارد بیماری براساس زمان و مکان و منابع عفونت وجود دارد که این اطلاعات در جهت کشف منبع بالقوه بسیار ارزشمند است. بانک اطلاعات تجمیع شده امکان تخمین موارد بیماری‌های مسری را برپایه اطلاعات سال قبل ممکن می‌سازد.

واژه پیافند غیرعامل برای عموم مردم تا حدودی نا ملموس است و تعریف دقیق و روشنی از آن ندارند؛ شما اگر بخواهید آن را توضیح دهید تا افراد جامعه با آن آشنا شوند چگونه بازگو می‌کنید؟ واژه پیافند به معنای دفاع بوده و در مقابل آفند به معنی هجوم و حمله قرار می‌گیرد که مفهوم آن خنثی کردن یا کاهش آسیب‌پذیری و عدم دستیابی دشمن به اهداف خود می‌باشد. پیافند بر دو نوع است «عامل» و «غیرعامل» که پیافند عامل استفاده از جنگ‌افزار و غیرعامل به مجموع اقداماتی اطلاق می‌شود که (بدون سلاح) میزان خسارت و تلفات را به حداقل ممکن کاهش می‌دهد و با ایمن سازی و کاهش آسیب‌پذیری با هدف بهبود امنیت مردم و جامعه اقدام می‌نماید.

ممکن است به برخی از ظرفیت‌های این سیستم اشاره کنید؟

این سیستم ظرفیت‌های فراوانی دارد از جمله تولید گزارش و منحنی‌های مورد نیاز جهت بررسی شناسایی اپیدمی‌های طبیعی و عمدی، امکان بررسی متغیرهای کلیدی اپیدمی از نظر بالینی، زمانی، مکانی و جغرافیایی را دارد که برای تعیین علل همه‌گیری بسیار ضروری می‌باشد. امکان اعلام هشدار به تیم‌های بهداشتی جهت افزایش سطح آمادگی در ابعاد مختلف در حداقل زمان ممکن، آموزش کلیه افراد تیم بهداشت و درمان جهت به روز نمودن و یاد آوری روش‌های مداخلات به صورت مرتب و دوره‌ای، جمع‌آوری اطلاعات از واحدهای مرتبط مانند امور اداری، مدارس و حوزه‌های بهداشت HSE که این جمع‌آوری اطلاعات و نظارت بر آن جهت تشخیص هر بیماری نوظهور بسیار اساسی می‌باشد.



حملات میکروبی و زیستی از خطرناکترین تهدیدها بر علیه امنیت و سلامت یک کشور می‌باشد و به دلیل دشواری تشخیص وقوع آن بر علیه جمعیت‌های انسانی بسیار هراس آور است و در دهه گذشته شواهد متعددی از عوامل عفونی و سموم میکروبی جهت مقاصد اقتصادی، سیاسی و ترور در بعضی از کشورهای جهان منتشر شده است.

وجود پیافند زیستی در صنعت نفت به چه میزان ضروری است و برنامه سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت در این حوزه چیست؟

با توجه به شرایط حیاتی و خاص صنعت نفت به عنوان صنعت استراتژیک کشور و به دلایل متعدد دیگری نیاز توجه جدی و روزافزون به کنترل و پیش‌تهدیدها و خطرات احتمالی استفاده از عوامل میکروبی توسط دشمنان وجود دارد لذا مهمترین اقدام جهت آمادگی، حفظ هوشیاری و برقراری سیستم هشدار دهنده می‌باشد. با توجه به ماموریت سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت که تامین، حفظ و ارتقای سلامت کارکنان و خانواده محترمشان می‌باشد اقدام به طراحی و راه اندازی سیستم جمع‌آوری و آنالیز اطلاعات حوادث و بیماری‌ها امر مهمی است. جهت رسیدن به اهداف فوق اقدامات خاصی در ستاد سازمان صورت پذیرفته است که به عنوان مثال می‌توان به طراحی و تدوین سیستم هشدار سریع اشاره نمود که این طرح در فاز اول جهت شهرک‌ها و مراکز عملیاتی صنعت نفت انجام خواهد شد که در حال حاضر به صورت پایلوت در مناطق بهداشت و درمان شمال، مرکزی و تهران به اجرا در آمده است. با این سامانه می‌توان براساس نظام مراقبت سندرمیک و نتایج آزمایشگاهی و بالینی همه‌گیری را تایید یا رد نمود.

آیا در ظرفیت‌هایی که گفتید برای حملات میکروبی هم اقداماتی صورت گرفته است؟

در مورد عوامل زیستی و میکروبی بکار گرفته شده معمولاً دشمنان از ارگانیزم‌های غیر بومی که ایمنی جامعه علیه آن وجود ندارد، استفاده می‌نمایند که به علت عدم شناخت پزشکان و تیم‌های بهداشتی از این ارگانیزم‌ها تشخیص بالینی را مشکل می‌سازد، لذا در این سیستم از نظام مراقبت سندرمیک استفاده شده است که بر پایه علائم بالینی و با تسهیل شناسایی یک حمله زیستی امکان کنترل، قرنطینه و اقدامات لازم بهداشتی را در زمان کوتاهی میسر می‌سازد. در این مرحله طرح نظام دیده بانی و مراقبت بیماری‌های واگیر و سندرمیک در مراکز بهداشت و درمان به عنوان خط مقدم در مراکز پزشکیاری و درمانگاه‌های خانواده و طب صنعتی اجرا خواهد شد البته این ظرفیت در سیستم به نحوی طراحی شده که همچنین می‌تواند

دامنه مراقبت را به سطح خانوار و منازل جمعیت تحت پوشش گسترش دهد.

□ اقدامات و برنامه‌هایی که سازمان در جهت بهبود سطح آمادگی در مقابل کنترل تهدیدهای زیستی و شیمیایی انجام داده است چیست؟

اقدامات زیادی در این راستا صورت گرفته است مانند طراحی نقشه راهبردی پدافند زیستی و اقدامات عملیاتی براساس اسناد بالادستی، برنامه‌ریزی جهت استقرار سامانه مدیریت نظام مراقبت سندرمیک در سطح مناطق سازمان، برگزاری دوره‌های آموزشی در سطح کارکنان بهداشت و درمان و جمعیت تحت پوشش البته در بحث آموزش کارکنان این نکته حائز اهمیت که باید به آنها چگونگی استفاده از لوازم و حفاظت فردی در برابر تهدیدات حوزه‌های شیمیایی و زیستی به خوبی آموزش داده شود. طراحی نقشه مداخلات در سطح کشور و تدوین و بازنگری دستورالعمل‌های اجرایی، چک لیست‌های نظارتی و EOP و روش‌های درمانی و تشخیصی و توسعه و تجهیز امکانات ثابت و سیار مورد نیاز در حوزه بیماری‌های واگیر و همه‌گیری‌ها (ارتقا اورژانس دریائی و زمینی) تامین لوازم پزشکی و دارویی لازم در اپیدمی‌ها و همچنین توسعه آزمایشگاهی تشخیصی جهت شناسایی بیماری‌های نوپدید با مشارکت سازمان پدافند

و وزارت بهداشت از جمله اقداماتی است که با اولویت بالا در دستور کار مدیریت سلامت سازمان می‌باشد که طی سال ۹۵ و ۹۶ اجرا خواهد شد.

□ در بحث سخت‌افزاری و هماهنگی با نهادهای مربوطه آیا اقدامات لازم صورت گرفته است؟

توسعه مراکز اورژانس و بیمارستان‌ها جهت پذیرش بیماران مسری و بهبود وضعیت قرنطینه‌سازی، تنظیم تفاهم نامه همکاری با مراکز تخصصی حوزه CBRNE، راه‌اندازی سیستم CALL CENTER جهت ارائه خدمات مشاوره تخصصی جهت مراکز عملیاتی و توسعه سامانه‌های فرماندهی مراکز بهداشت و درمان EOC در حوزه CBRNE نیز برنامه‌ریزی شده است.

ضمن تشکر از حمایت مدیران و کارشناسان محترم ستاد سازمان و همکاری بی‌دریغ تیم نرم‌افزاری و مشارکت روسا و همکاران بهداشت و درمان مناطق که در این مهم ما را یاری نمودند، امیدواریم بتوان با رصد، پایش، اعلام هشدار به موقع بیماری‌ها و تهدیدهای زیستی امکان ارتقای سطح آمادگی در مراکز صنعت نفت را جهت مدیریت صحیح و کنترل همه‌گیری و درمان به موقع شاهد باشیم.

مهندس فارسیان: ایجاد بسترهای ارتباطی در حوزه سلامت در اولویت است



مربزه فناوری اطلاعات و ارتباطات تحولات گسترده‌ای را در عرصه‌های مختلف به همراه داشته و تاثیر آن در حوزه‌های سلامت مهم و انکارناپذیر است. سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت بعنوان متولی سلامت کارکنان در این صنعت عظیم با فراهم کردن بسترهای ارتباطی لازم بین ستاد و تملکی مناطق به دنبال استفاده هرچه بهتر از امکانات و تجهیزات برای ارائه خدمات با کیفیت است به همین منظور واحد فناوری اطلاعات و ارتباطات سازمان ایجاد بسترهای ارتباطی مذکور را در اولویت و دستور کار خود قرار داده است.

مهندس علیرضا فارسیان عضو شورای عالی انفورماتیک ستاد سازمان در خصوص ارتباط با مناطق سازمان می‌گوید: در حوزه شبکه به غیر از دو منطقه مسجد سلیمان و آغاچاری سایر مناطق سازمان از طریق بسترهای مخابراتی و ایمن به ستاد متصل شده است. وی به دستاوردهای مهم این طرح اشاره می‌کند و می‌افزاید: واحد فناوری اطلاعات و ارتباطات سازمان با سرعت بیشتری نسبت به گذشته در حال راه‌اندازی سرویس‌های درون سازمانی بر روی بستر مذکور می‌باشد از جمله:

- راه‌اندازی سیستم گردش الکترونیک مکاتبات بین ستاد سازمان و برخی مناطق
- راه‌اندازی نسخه تحت وب سیستم گردش الکترونیک مکاتبات برای روسای روابط عمومی مناطق
- دسترسی به سیستم مالی مناطق (به جز مسجد سلیمان، آغاچاری و اهواز) جهت نظارت مدیریت

● تجمیع اطلاعات داروی مناطق تهران، بوشهر، خارگ، گچساران در ستاد به منظور دریافت گزارشات مدیریتی در واحد دارویی سازمان از جمله مهمترین این دستاوردها محسوب می‌شود.

مهندس فارسیان در ادامه به پیاده‌سازی دولت الکترونیک و جلوگیری از تردهای غیر ضروری بیماران اشاره و بیان می‌کند: با زحمات مهندسین انفورماتیک بهداشت و درمان صنعت نفت تهران در جهت رفاه حال بیماران و مراجعین نتایج آزمایش‌ها از طریق سایت این مرکز قابل رویت و چاپ می‌باشد. به گفته مهندس فارسیان از دیگر اقدامات انجام شده که با همکاری مدیریت سلامت در راستای تکریم ارباب رجوع انجام شده، تولید نرم‌افزار کمیسیون پزشکی دارو در ستاد سازمان است که موجب سهولت در مدیریت

درخواست داروهای کمیسیونی و همچنین پاسخگویی سریعتر به مراجعان را به همراه داشته است.

وی در ارتباط با استقرار سامانه الکترونیکی کالای صنعت نفت در حوزه غیر پزشکی در تمامی مناطق سازمان اظهار می‌دارد: سامانه مذکور در بهداشت و درمان صنعت نفت تهران در حوزه غیر پزشکی به طور کامل اجرایی شده است و با برگزاری جلسات در ستاد سازمان و رفع موانع به دنبال استقرار این سامانه در حوزه پزشکی هستیم همچنین با برطرف شدن موانع این سامانه در تمامی مناطق سازمان راه‌اندازی خواهد شد. مهندس فارسیان همچنین می‌گوید: راه‌اندازی نوبت‌دهی اینترنتی در بهداشت و درمان تهران، اتصال تمامی مناطق سازمان به سیستم گردش الکترونیک مکاتبات، استقرار سامانه الکترونیکی کالای صنعت نفت در مناطق سازمان، تکمیل سیستم کارانه و بکارگیری قابلیت تگ‌های RFID در ارائه خدمات و تسهیل کار با سیستم‌های درمانی از جمله اقدامات در حال انجام توسط واحد فناوری اطلاعات و ارتباطات سازمان می‌باشد. به گفته این مقام مسوول تمامی اقدامات انجام شده با حمایت‌های بی‌دریغ مدیرعامل سازمان، دکتر مهدی نیکودل مدیر برنامه‌ریزی سازمان و دکتر توکل مشاور مدیرعامل در امور فناوری اطلاعات و ارتباطات به نتیجه رسیده و همچنین تلاش بر این است که باتوجه به زیرساخت‌های ایجاد شده در آینده ای نزدیک عمده سرویس‌های درمانی حوزه فناوری اطلاعات و ارتباطات از طریق زیر ساخت‌های موجود ارائه شود.

برگزاری سمینار تازه‌های هیاتیت B و C در بیمارستان فوق تخصصی نفت تهران



بودند که درباره موضوعاتی مانند: اپیدمیولوژی هیاتیت‌های ویروسی در ایران و راه‌های انتقال آن، تشخیص آزمایشگاه‌های هیاتیت‌های ویروسی، پیشگیری از هیاتیت B، درمان هیاتیت C، تاثیر درمان در محل بر موفقیت درمان بیماران هیاتیتی،

درمان هیاتیت B و D ایراد سخنرانی داشتند. گفتنی است این سمینار یک روزه همزمان به صورت وینار شرکت کنندگانی از ۱۸ استان و همین‌طور کشورهای مختلف داشت که برای اولین بار مشمول امتیاز بازآموزی برای شرکت کنندگان اینترنیتی می‌شد. از دیگر جنبه‌های قابل توجه این سمینار می‌توان به نظرسنجی با اتصال به سایت سمینار و همین‌طور پرسش‌سوال‌ها به صورت آنلاین از اساتید پند اشاره کرد.

هیاتیت به معنی التهاب کبد است که عمدتاً به وسیله عوامل ویروسی ایجاد می‌شود. پنج ویروس اصلی برای ایجاد بیماری هیاتیت وجود دارند که با نام‌های A، B، C، D و E شناخته می‌شوند. به دلیل شیوع بالا و احتمال مرگ بیماران، این پنج نوع بیشتر مورد توجه هستند. به طور خاص، انواع هیاتیت B و C باعث بیماری به صورت مزمن در میان صدها تا میلیون‌ها انسان می‌شوند و از عمده‌ترین دلایل ابتلا به سیروز و سرطان کبدی هستند. هیاتیت A و E با خوردن آب و غذاهای آلوده به فرد منتقل می‌شوند. از طرفی بیشترین درصد ابتلا به هیاتیت‌های B و C و D از طریق فرآورده‌های خونی است.

متخصص داخلی بیمارستان فوق تخصصی مرکزی صنعت نفت تهران نیز در ادامه نتایج این چنین برنامه‌های آموزشی را اطلاع‌رسانی در ارتباط با تازه‌های هیاتیت ویروسی، متدهای جدید تشخیص، درمان و پیشگیری عنوان کرد.



دکتر منصوری، در ادامه بیان داشت: بیمارستان نفت، اولین بیمارستانی بود که تمامی پرسنل خود را علیه هیاتیت B واکسینه کرد. این بیماری در ایران نسبت به سایر جوامع شیوع کمتری داشته و عزم ملی و غربالگری افراد در معرض ابتلا را می‌طلبد.

دکتر حبیب‌الله سمیع، دکتر مهدی صابری، فیروزی، دکتر حیدر شرفی، دکتر سیاوش منصوری، دکتر شاهین مرآت، دکتر حسین پوستچی، دکتر موید علویان، دکتر پهنا، دکتر صادقی از سخنرانان و شرکت‌کنندگان در پنل تخصصی این نشست

وحد آموزش و پژوهش بهداشت و درمان صنعت نفت تهران با همکاری مرکز تحقیقات گوارش و کبد دانشگاه علوم پزشکی بقیه... سمینار تازه‌های هیاتیت B و C را برگزار کرد.

به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی بهداشت و درمان صنعت نفت تهران، این سمینار با حضور دکتر حبیب‌الله سمیع مدیرعامل سازمان، دکتر علی بهزادی رئیس بهداشت و درمان صنعت نفت تهران، دکتر موید علویان رئیس شبکه هیاتیت ایران، دکتر منصوری ریاست بخش اندوسکوپی بیمارستان فوق تخصصی صنعت نفت تهران و اساتید دانشگاه بقیه... و جمعی از متخصصان، پزشکان عمومی، کارشناسان پرستاری و کارشناسان بهداشت محیط و حرفه ای برگزار شد.

دکتر علویان رئیس مرکز تحقیقات گوارش و کبد دانشگاه علوم پزشکی بقیه... با اشاره به اهمیت شناخت وضعیت بیماری هیاتیت در ایران گفت: هدف برگزاری از چنین سمینارهایی ارتقاء سطح سلامت جامعه و اطلاع‌رسانی است.

وی افزود: با توجه به برنامه ریزی‌های وزارت بهداشت و شبکه هیاتیت قرار است ظرف مدت ۱۵ سال و تا سال ۱۴۱۰ بیماری هیاتیت سی در ایران ریشه‌کن شده و بسیار خوشحالیم که در این رخداد سهم کوچکی داشته و این موارد را مرهون زحمات وزارت بهداشت هستیم
دکتر سیاوش منصوری، فوق تخصص گوارش و

دکتر مقدس: پنومونی در کمین، سیگاری‌ها

تشخیص بهنگام عفونت ریه حیاتی است

یوی، کبدی، کلیوی، آسم، دیابت، افراد سیگاری، افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند مانند افراد مبتلا به ایدز و افراد پیر و ضعیف جز کسانی هستند که در معرض ابتلا به عفونت ریوی هستند.

فوق تخصص ریه مهمترین علائم و نشانه پنومونی (عفونت ریه) را سرفه خلط دار و آغشته به خون عنوان کرد و گفت: علائم اولیه این بیماری شامل تب درجه بالا، لرز، سرفه مداوم، سردرد، از دست دادن اشتها، ضعف، درد بیش از حد قفسه سینه، تعریق بیش از حد، تنفس سریع و احساس تنگی نفس، تهوع و استفراغ است.

دکتر مقدسی به عوامل پیشگیری از پنومونی اشاره و بیان داشت: افرادی که با مواد شیمیایی و گازهای مختلف صنعتی سروکار دارند مانند پرسنل صنعت نفت باید نکات بهداشتی را جدی گرفته و مواردی از جمله حفظ بهداشت فردی، عدم مواجهه با آلاینده‌های شیمیایی، کنترل بیماری زمینه ایی مثل آسم و بیماری‌های مزمن انسدادی، تزریق واکسن، بهداشت محیط، تغذیه سالم و عدم استفاده از دخانیات را رعایت کنند. وی ادامه داد: پزشک با معاینات، شواهد بالینی، رادیوگرافی ریه و علائم آزمایشگاهی بیماری را تشخیص می‌دهد در مواردی ممکن است بیماری بسیار شدید باشد و نیاز به بستری در بیمارستان باشد. این فوق تخصص ریه در رابطه با درمان پنومونی (عفونت ریه) خاطر نشان کرد: این بیماری در مواردی به صورت سرپایی قابل درمان و در موارد دیگر به صورت بستری صورت می‌گیرد پس از درمان موفقیت‌آمیز عفونت ریوی ممکن است احساس خستگی، کوتاهی نفس و سرفه‌ی آزاردهنده و طولانی مدت را برای چند هفته باشد که طبیعی است، ترک سیگار، استراحت و خواب کافی، مصرف مقدار زیاد مایعات، تزریق واکسن، تجویز آنتی بیوتیک از روش‌های دیگر درمان است.



فوق تخصص ریه با اشاره به اینکه افراد الکلی، سیگاری و افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن تنفسی در کمین پنومونی هستند عنوان کرد: تشخیص به موقع، ترک سیگار و تزریق واکسن می‌تواند در روند درمان بیماری عفونت ریه نقش بسزایی بگذارد.

به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت، دکتر سید عبدالحمید مقدسی فوق تخصص ریه شاغل در بیمارستان فوق تخصصی صنعت نفت تهران با اشاره به آمار سازمان بهداشت جهانی در رابطه با معرفی بیماری‌های پنومونی جز اولین بیماری‌های عفونی کُشنده در سراسر دنیا و هشتمین علت مرگ و میر در ایالات متحده گفت: بیماری پنومونی عفونت ریه یا ذات الریه، به عنوان بیماری عفونی کُشنده در کودکان زیر ۵ سال و افراد بالای ۶۵ سال شناخته می‌شود که هر ساله منجر به مرگ عده زیادی از افراد می‌شود. وی افزود: سالانه بیش از یک میلیون کودک زیر ۵ سال بر اثر ابتلا به بیماری‌های پنومونی جان خود را از دست می‌دهند؛ از این رو سازمان بهداشت جهانی و یونیسف ۱۲ نوامبر را به عنوان روز جهانی پنومونی با هدف اطلاع‌رسانی گسترده در خصوص این بیماری مهلک و راه‌های پیشگیری برای عموم مردم و افراد مرتبط نامگذاری کرده است. دکتر مقدسی در تعریف عفونت ریه بیان داشت: عفونت ریه که توسط باکتری‌ها، ویروس‌ها، قارچ‌ها و انگل به وجود می‌آید پنومونی می‌گویند، علائم عفونت باکتریایی به صورت ناگهانی به صورت تب و لرز، درد قفسه سینه، و سرفه بروز می‌کند و گاهی ممکن است فرد مبتلا بسیار بد حال باشد؛ شیوع این بیماری در فصل سرد سال بیشتر است. وی در خصوص افرادی که در معرض ابتلا به عفونت ریوی هستند اظهار داشت: افراد الکلی و سیگاری، کودکان، افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن قلبی، ر

بررسی مسائل بهداشتی و درمانی کارکنان گاز کهکیلویه و بویراحمد

ایران و حتی در دنیا صورت می‌گیرد و طبق این مهم، برای ایجاد یک کلینیک جمعیت بالای ۲ هزار و ۵۰۰ نفر باید باشد.

وی با اشاره به سیاست‌های سازمان افزود: با توجه به طرح گسترش درمان غیر مستقیم سیاست تاکید سازمان به جز مناطق عملیاتی بر خرید خدمت است و این مهم در سهولت دسترسی کارکنان به خدمات درمانی نقش موثری دارد. مهندس خادم مدیرعامل شرکت گاز کهکیلویه و بویر احمد در ادامه با ابراز رضایت از خدمات و پرسنل بهداشت و درمان صنعت نفت فارس گفت: مسئولان بهداشت و درمان باید به گونه ای فعالیت کنند که مراجعه کنندگان احساس آسایش و اعتماد داشته باشند و نیازهای بهداشتی و درمانی در شأن و منزلت آنان تامین شود، باتوجه به ضرورت بهداشت و درمان مسئولان باید در ارائه خدمات مطلوب و با کیفیت به همکاران صنعت نفت کوشا باشند.

مدیران بهداشت و درمان صنعت نفت فارس و شرکت گاز کهکیلویه و بویر احمد؛ در یک نشست مشترک مسائل و فعالیت‌های بهداشتی و درمانی کارکنان صنعت نفت این استان را بررسی کردند.

به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی بهداشت و درمان صنعت نفت فارس و هرمزگان، در پی سلسله نشست‌های پیگیری مسائل بهداشتی و درمانی مناطق مختلف صنعت نفت، شرکت گاز کهکیلویه و بویر احمد هم از این قائله مستثنی نماند و مواردی از جمله ارائه خدمات سلامت و معاینات سلامت کارکنان شاغل بررسی شد.

رئیس بهداشت و درمان صنعت نفت فارس و هرمزگان با اشاره به سطح بندی خدمات بهداشتی و درمانی گفت: این سطح بندی بر اساس استانداردهای

حضور چشمگیر بیمارستان امام خمینیه (ره) صنعت نفت در اولین جشنواره و نمایشگاه ترویج زایمان طبیعی در آبادان

با هدف آموزش عمومی برای مادران باردار و علاقه‌مندان به زایمان طبیعی حضور یافته و به سئوالات در این زمینه پاسخ دادند.

مسئول امور مامایی معاونت درمان دانشکده علوم پزشکی آبادان با تقدیر از حضور بیمارستان‌های امام خمینیه (ره) صنعت نفت آبادان، شهید بهشتی، ۱۷ شهریور، طالقانی، ولیعصر خرمشهر گفت: راهکارهای دارویی و غیردارویی برای تسریع روند زایمان طبیعی از جمله اقداماتی است که بیمارستان‌ها در این نمایشگاه معرفی کردند.

این مسئول گفت: چگونگی مراقبت‌های دوره‌های مختلف بارداری، برگزاری کلاس‌های آمادگی زایمان، آموزش نوع تغذیه مناسب ویژه مادران باردار و آگاه‌سازی اقشار مختلف جامعه در مورد ضرورت محیط سالم و کم‌خطر برای مادران باردار از دیگر خدماتی است که در این جشنواره ارائه شد. گفتنی است: بیمارستان امام خمینیه (ره) صنعت نفت آبادان از سوی وزارت بهداشت و آموزش پزشکی در سال گذشته جزو ۱۰ بیمارستان برتر در ترویج زایمان طبیعی بوده است.

اولین نمایشگاه ترویج زایمان طبیعی در آبادان با هدف فرهنگ‌سازی و ترویج زایمان طبیعی و آموزش مادران باردار در بازار مرکزی آبادان برگزار شد.



به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی روابط عمومی بهداشت و درمان صنعت نفت آبادان؛ مهندس علیزاده اهوازی مسئول امور مامایی معاونت درمان دانشکده علوم پزشکی آبادان با اشاره به اهمیت آگاهی اقشار مختلف جامعه از ویژگی‌های زایمان طبیعی گفت: اولین جشنواره و نمایشگاه فرهنگ‌سازی ترویج زایمان طبیعی با هدف آموزش و ایجاد زمینه‌های ارتقای سلامت مادران باردار برگزار شد که در قالب این جشنواره، نمایشگاهی از تکنیک‌های تسهیل و کاهش زایمان طبیعی به نمایش گذاشته شد.

وی ایجاد غرفه‌های بهداشتی و آموزشی را از دیگر اقدامات انجام شده در این نمایشگاه عنوان کرد و ادامه داد: در حاشیه نمایشگاه ترویج فرهنگ زایمان طبیعی، گروهی از متخصصین زنان، بیهوشی، تغذیه، ژنتیک و مامایی

آماده‌سازی درمانگاه صحرایی شهید کرم‌نسب در مرز شلمچه برای ارائه خدمات به زائرین کربلا



دکتر مظفری و مهندس صدیقی با هدف بررسی روند آماده‌سازی درمانگاه صحرایی شهید کرم‌نسب وابسته به موبک شهید دستتاری شهرستان امیدیه مستقر در مرز بین‌المللی شلمچه برای ارائه خدمات بهداشتی و درمانی به زائرین کربلا از منطقه بازدید کرد.



به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی بهداشت و درمان صنعت نفت آغاچاری؛ در این مراسم ابتدا فرماندار شهرستان امیدیه گزارشی از چگونگی آماده‌سازی موبک شهید دستتاری در مرز بین‌المللی شلمچه به حاضران ارائه داد و گفت: اکیپ آماده‌سازی به سرپرستی پاسدار مهران سبزی والا از مرداد ماه در این منطقه مستقر شد و به صورت شبانه‌روزی تلاش کرد تا این فضا را جهت ارائه خدمات رفاهی زائران حسینی فراهم آورد.

مهندس صدیقی از بهداشت و درمان صنعت نفت بابت استقرار درمانگاه صحرایی در مرز شلمچه تشکر کرد و افزود: همت و همکاری بسیار خوب مدیریت بهداشت و درمان صنعت نفت در سال گذشته نیز باعث ارائه خدمات رایگان سلامت به زائران شد که جای تقدیر فراوان دارد.

وی اهمیت این درمانگاه را با توجه به عبور تمامی زائران خارجی از مرز

شلمچه دوچندان دانست و تاکید کرد: با توجه به اینکه امسال در سطح کشوری تصمیم بر این شد که تمامی زائران خارجی فقط از مرز شلمچه عبور کنند لذا بایستی دقت نظر خاصی روی این افراد صورت گیرد تا افرادی که بیماری واگیر دارند شناسایی شده و سایر زوار را مبتلا نکنند.

گفتگو با سبزیپوشان با سابقه آغاچاری و مسجد سلیمان

سبزی پوشان اطاق عمل که از میان ساعت‌ها حضور در یک اتاق تنها به لبخند تشکر آمیز بیمار قانع هستند و با چهره مهر بخش پاسخو هزاران سؤل هم‌راهان بیمار!! حضور پرسنل پرستاری در عمل‌های جراحی اضافه بر مهارت‌های عمومی و حرفه‌ای، آنان را در شناخت و بکارگیری تجهیزات و ابزار گسترده جراحی که شاید از دهها هزار وسیله و دستگاه نیز تجاوز کند به حرفه‌ای ترین نیروی پرستاری و پرستاری بحران تبدیل می‌کند که در کنار پزشکان متخصص و تیم جراحی در حساس ترین لحظات حضور دارند و کمک‌های آنان باعث کاهش استرس در میان تیم پزشکی می‌شود. پرسنل پرستاری اطاق عمل‌ها بر خلاف دیگر پرسنل پرستاری دارای مشکلات سخت و خطرات عمده و وسیعی در رابطه با شغل خود می‌باشند. آبر به حوزه پزشکی علاقه و دقت و تمرکز زیادی هم داشته باشید این شغل برای شما می‌تواند مناسب باشد. ۱۴ نوامبر توسط انجمن تکنولوژیست‌های جراحی آمریکا در سال ۱۹۷۹ با عنوان روز اتاق عمل به ثبت رسیده به همین مناسب گفتگوی با دو پرستار با سابقه بهداشت و درمان صنعت نفت مسجد سلیمان و آغاچاری انجام داده ایم که در ادامه می‌خوانیم.

در مدت زمان طولانی است که با توجه به عشق و هدف حرفه‌ای اینکار قابل چشم‌پوشی می‌باشد.

سرپرستار اتاق عمل بیمارستان شهید ایرانپور بهداشت و درمان صنعت نفت آغاچاری می‌افزاید: مهمترین خطرات کاری برای پرستاران اطاق عمل بریدگی، زخم، خراشیدگی‌ها ناشی از استفاده سرنگها، چاقو و وسایل تیز جراحی، در معرض قرار گرفتن با گازهای بی‌بوشی، داروها و اشعه رادیواکتیو، غشاهای مخاطی و سیستم تنفسی بر اثر استفاده از مستمر از مواد ضد عفونی و استریلیزاسیون، سوختگی بر اثر تماس با سطوح داغ و تجهیزات الکتریکی معیوب، استرس و اضطراب و خستگی‌ها به خاطر کار شیفتی را شامل می‌شود اما صبوری، دقت و انگیزه مناسب مهمترین ویژگی فردی آنان به شمار می‌رود که در شرایط بحرانی نقش بسزایی دارد.

قنواتی ادامه می‌دهد: آماده کردن اتاق عمل برای جراحی و کنترل آن از نظر نور کافی، سیستم برق رسانی، درجه حرارت، رطوبت، پاکیزگی، ایمنی، اطمینان یافتن از درستی دستگاهها و تجهیزات لازم برای جراحی، استریل کردن تجهیزات و لوازم و اطمینان یافتن از وجود لوازم و ابزار لازم برای جراحی، آماده کردن بیمار برای جراحی مانند دادن آموزشها و اطلاعات لازم به بیمار، شستن و ضد عفونی کردن محل‌های برش روی بدن بیمار، کمک کردن به پزشکان و پرستاران قبل و در حین جراحی، کمک در استریل و پانسمان کردن نهایی بیمار، انتقال بیمار به اتاق ریکاوری پس از عمل و تهیه گزارش از فرآیند جراحی از وظایف تکنسین اتاق عمل به شمار می‌آید.

سرپرستار اتاق عمل بیمارستان شهید ایرانپور بهداشت و درمان صنعت نفت آغاچاری با اشاره به کمبود برنامه‌های تفریحی و اردوها ویژه پرستاران به دلیل نبود نیروی جایگزین اشاره می‌کند و ادامه می‌دهد: یکی از مشکلاتی که پرسنل اطاق عمل با آن روبرو هستند روزمرگی و ساعت طولانی در فضای بسته است که با برنامه ریزی جهت آموزش پرسنل برای کسب تکنیکهای جدید و بروز میتوان از این فرصتها استفاده کرد.

معرض بوهای ناخوشایند و مواد خطرناک قرار می‌دهد، فرد باید توانایی جسمی لازم را داشته باشد.

احمدی در رابطه با دانش و مهارت‌های مورد نیاز تکنسین اطاق عمل می‌گوید: آرامش دادن به بیماران قبل و بعد از جراحی، دقت و توجه زیاد به جزئیات، چالاکسی و تمرکز، توان بدنی و استقامت زیاد، حفظ آرامش و خونسردی در هر شرایطی، توانایی کار تیمی و مهارت‌های ارتباطی مناسب مهمترین مهارت‌های یک پرستار اطاق عمل محسوب می‌شود.

تیم با سابقه تشکر بیماران با تجربه



بهزاد قنواتی سرپرستار اتاق عمل بیمارستان شهید ایرانپور بهداشت و درمان صنعت نفت آغاچاری نیز با ۲۷ سال سابقه وظایف اتاق عمل را حساس می‌شمارد و می‌گوید: کار گروه پرستاری اطاق عمل قبل از جراحی آغاز و حین عمل و بعد از آن هم ادامه دارد، تکنسین اتاق عمل بایستی وسایل و ملزوماتی که جهت یک عمل جراحی مورد نیاز می‌باشد را آماده نماید و در حین جراحی با سرعت و دقتی که کسب کرده است در کنار تیم جراحی حضور داشته باشد همچنین بعد از عمل جراحی دغدغه جایابی بیمار به واحد ریکاوری و بخش مربوطه برای حصول اطمینان جزو ویژگی‌های شغلی تکنسین اطاق عمل می‌باشد.

وی می‌افزاید: از محاسن کار در اتاق عمل رضایت از تلاش و کسب بهبودی و سلامتی بیماران است و از معایب آن که شاید بتوان گفت خستگی و سختی کار



فریبا احمدی پر سابقه ترین پرستار اتاق عمل بهداشت و درمان مسجد سلیمان با ۲۹ سال سابقه درباره دلایل انتخاب این حرفه می‌گوید: علاقه بسیار زیاد به این حرفه و خدمت به هموعان و پیشرفت و ارتقا درجات علمی از جمله دلایل انتخاب بود و خوشبختانه پس از گذشت ۲۹ سال و خدمت به بیماران روز به روز انگیزه ام قوت بیشتری پیدا می‌کند، در انتخاب یک شغل صحیح و درست، عوامل مختلفی از جمله ویژگی‌های شخصیتی، ارزشها، علایق، مهارت‌ها، شرایط خانوادگی، شرایط جامعه برای هر فرد باید در نظر گرفته شوند.

پرستار اتاق عمل بهداشت و درمان مسجد سلیمان در رابطه با مشکلات و خطرات عمده این شغل اظهار می‌دارد: تکنسین اتاق عمل به عنوان عضوی از تیم جراحی در اتاق عمل حضور دارد که با مشکلاتی از قبیل ارتباط مستقیم و تنگاتنگی با عمل جراحی، بریدگی، خراشیدگی‌ها، ناراحتی‌های ناشی از استفاده سرنگها، چاقو و وسایل تیز جراحی و مبتلا شدن به مشکلات عضلانی اسکلتی و دردهای پشت (کمر درد) به خاطر حمل و جابجایی بیماران سنگین وزن، فرسودگی و مشکلات زانو و ساق مواجهه است.

وی می‌افزاید: این رشته نیازمند افرادی است که احساس مسئولیت داشته، علاقمند به کمک به دیگران بوده و به نیازهای بیمار و دیگر اعضای تیم جراحی حساس باشند. همچنین از آن جا که کار در اتاق عمل نیاز به ایستادن در مدت زمان طولانی و توانایی برای جابجایی و بلند کردن اشیاء سنگین دارد و فرد را در

ورزش سازمان در یک نگاه

اختتامیه مسابقات فوتسال سازمان با قهرمانه گچساران



مسابقات فوتسال جام شهدای صنعت نفت با قهرمانی تیم گچساران و المپیاد سراسری فرهنگی، ورزشی شرکت ملی نفت با نائب قهرمانی تیم سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت در رشته تنیس روی میز و تیراندازی به کار خود پایان داد.



به گزارش پایگاه اطلاع رسانی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت، مسابقات فوتسال جام شهدای صنعت نفت با حضور ۱۳ تیم از مناطق تابعه سازمان طی شش روز به میزبانی گچساران برگزار شد، دکتر قاسم طالع رئیس امور ورزش سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت در مراسم افتتاحیه با اشاره به نقش تأثیرگذار ورزش برای کارکنان اظهار داشت: علم پزشکی علاوه بر معاینات و تجویز داروها، از ورزش به عنوان وسیله‌ای در جهت بهبود و سلامتی بیماران بهره می‌برد، در جهان صنعتی امروز، بها دادن به ورزش، جایگاه خاصی دارد چرا که ورزش می‌تواند باعث ارتقای روحیه و افزایش بهره‌وری در حوزه شخصی و کاری کارکنان شود و هرگونه سرمایه‌گذاری در امر ورزش در سازمان‌ها و شرکت‌ها، حاصلی مثبت در راستای افزایش سود آن‌ها خواهد داشت.

وی در بخش دیگری از سخنان خود ضمن تقدیر از دکتر سمیع مدیرعامل سازمان با بیان این که ایشان ارائه برنامه جامع و مستمر ورزشی برای کارکنان بهداشت و درمان را از ضرورت‌های مهم و لازم می‌داند و بر آن تأکید دارد، عنوان کرد: نقش اساسی، محوری و حمایت قاطع ایشان در برگزاری مسابقات ورزشی سازمان قابل تقدیر است.

رئیس امور ورزش سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت با اشاره به امضای سند راهبردی ورزش در صنعت نفت توسط مهندس زنگنه وزیر نفت گفت: این سند سال گذشته به مجمع ورزش ارائه شده که ماده ۳ این سند با عنوان ماده سلامت در ارتباط مستقیم حوزه ورزش و بهداشت

و درمان پیش‌بینی شده است.

دکتر طالع ادامه داد: از سال آینده با اجرایی شدن دستور وزیر نفت، تمام کارکنان رسمی صنعت نفت از بدو استخدام تا بعد از بازنشستگی از برنامه‌های ورزشی بهره‌مند می‌شوند.

دکتر محسن تندر رئیس بهداشت و درمان صنعت نفت نیز در ادامه این مراسم اظهار داشت: هدف از برگزاری این مسابقات، تزییق نشاط و سلامت به کارکنان بهداشت و درمان صنعت نفت است.

وی با بیان اینکه هدف در سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت کمک به سلامت جسم و روح خانواده‌های کارکنان صنعت نفت است، تأکید کرد: جای تکلیف بوده که صنعت نفت نسبت به سلامت کارکنان خود نیز دغدغه داشته باشد و این سلامت روح و جسم به روشی به کارکنان تزییق شود.

دکتر تندر با اشاره به برگزاری مسابقات فوتسال مراکز بهداشت و درمان صنعت نفت تصریح کرد: برگزاری این مسابقات و تجمعات همچنین گردهمایی‌ها بیشتر به واسطه اهداف سازمان پیش‌بینی شده که نشاط، یکرنگی، صمیمیت و رفاقت بین همکاران از مهم‌ترین هدف‌های آن است. گفتنی است در این دوره از مسابقات گچساران مقام قهرمانی، آبادان مقام دوم و تهران مقام سوم را کسب کرد.

کسب مقام نایب قهرمانه تیم تنیس روی میز و تیراندازی سازمان در المپیاد شرکت ملی نفت

المپیاد سراسری فرهنگی، ورزشی شرکت ملی نفت به میزبانی شرکت ملی مناطق نفت خیز در اهواز برگزار شد و تیم سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت در رشته تنیس روی میز و تیراندازی توانست پس به مقام نایب قهرمانی دست یابد.

اعضای تیم منتخب تنیس روی میز سازمان: محمد صادق نژاد جعفریان، حسن علیپور، بابک حمیدیان، محمد رحیمی جعفری، دکتر ناصر امیرپور

اعضای تیم منتخب تیراندازی سازمان: نصرت اله زنگنه، علی چرخابی، مقداد قاسمی، کاوه اقبال کیانی، محسن بهرامی

باز هم کوشا جماله بر سکوی نخست نشست

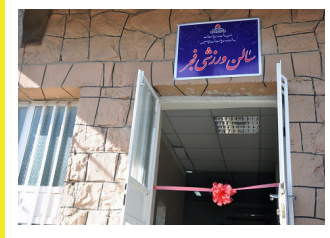
مسابقات پرش با اسب قهرمانی استان فارس یادواره سرلشکر خلبان شهید عباس دوران در باشگاه سوارکاری دشت بهشت دودج زرکان با حضور ۳۶ سوارکار در ده‌های نونهالان - نوجوانان - جوانان - بزرگسالان و استقبال پرشور علاقه‌مندان به ورزش سوارکاری، مسئولان عالی‌رتبه کشوری و لشکری استان فارس برگزار شد.

در این دور از مسابقات و در ادامه افتخارآفرینی فرزندان بهداشت و درمان صنعت نفت فارس، کوشا جمالی فرزند دکتر بهمن جمالی در رده نوجوانان مسابقات پرش با اسب استان فارس خوش درخشید و بر سکوی نخست نشست.

ورزش سازمان در یک نگاه

افتتاح سالن ورزشی فجر مسجد سلیمان

دکتر فولادی رییس بهداشت و درمان صنعت نفت مسجد سلیمان با اشاره به اهمیت ورزش در امور جاری گفت: ورزش به عنوان یکی از مهمترین رکن‌های تأمین سلامتی جسم و روح است. رییس بهداشت و درمان صنعت نفت مسجد سلیمان اظهار داشت: با توجه به سیاست‌های سازمان در راستای ارائه خدمات با کیفیت بهداشتی و درمانی، ترویج و توسعه فعالیت‌های ورزشی همواره جزو اولویت‌های اصلی بوده است.



بوده و همچنین، روزهای زوج در اختیار بانوان و روزهای فرد در اختیار آقایان می‌باشد.

به مناسبت گرامیداشت هفته تربیت بدنی و ورزش سالن ورزشی فجر بهداشت و درمان صنعت نفت مسجد سلیمان در بیمارستان امام خمینی (ره) با حضور دکتر فولادی ریاست این مرکز و جمعی از مسئولین و کارکنان با هدف ترویج فرهنگ ورزش در خانواده‌ها و انجام فعالیت‌های ورزشی تاثیر مثبت آن در افراد افتتاح شد. گفتنی است در این سالن مجهز با متراژ ۱۱۰ متر، ورزش‌های تنیس، روی میز، دارت، شطرنج و آمادگی جسمانی قابل اجرا



میزبانی آبادان در این دوره از مسابقات تقدیر کرد. در پایان از برگزیدگان مسابقات تیراندازی بانوان بهداشت و درمان صنعت نفت تقدیر شد.

اختتامیه نهمین دوره مسابقات تیراندازی (بانوان) سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت، در آبادان

دکتر سمیع مدیرعامل سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت به گسترش حوزه ورزش همگانی و حمایت ایشان از حضور پرسنل قراردادی در مسابقات ورزشی سازمان به منظور ایجاد نشاط اجتماعی تاکید کرد. رییس امور ورزش و تربیت بدنی بهداشت و درمان صنعت نفت آبادان از

نهمین دوره مسابقات تیراندازی بانوان سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت در دو رشته تفنگ بادی و تپانچه در مرکز آبادان برگزار شد. دکتر قاسم طالع رییس امور ورزش و تربیت بدنی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت در مراسم اختتامیه این دوره از مسابقات با اشاره به نگاه ویژه

رشته تپانچه

نام و نام خانوادگی	مقام	منطقه
خانم شهیازی	اول	آبادان
خانم سعیدی	دوم	شمالشرق
خانم درویشیان	سوم	آبادان
خانم صنعتیان	سوم	شمالشرق

رشته تفنگ بادی

نام و نام خانوادگی	مقام	منطقه
خانم رفیعی پور	اول	بوشهر
خانم محمدرضا زاده	دوم	شمالشرق
خانم رحیمی اصفهان	سوم	اصفهان

رشته تفنگ بادی

رده سنی ۴۵-۳۶ سال	رده سنی ۴۶ سال به بالا
آقای عبدالرضا عشاقلی	مقام اول
آقای سعید باورصاد	مقام اول
آقای مهدی احمدی	مقام دوم
آقای سعید نوری	مقام دوم
آقای علیرضا شهریاری	مقام سوم
آقای مکی منوری	مقام سوم

برگزاری مسابقه شنا یادواره مرحوم بهرام شبانکاره

به مناسبت هفته تربیت بدنی یکدوره مسابقه شنای (آقایان) یادواره مرحوم بهرام شبانکاره در استخر مجموعه اندیشه شهرک بعثت با حضور دکتر طالع رییس امور ورزش سازمان و منوچهر سلیمانی سرپرست خدمات پشتیبانی بهداشت و درمان صنعت نفت ماهشهر، در رشته شنا کراال سینه در سه رده سنی، برگزار شد.



دستکاری هیجان وروشهای مقابله موثر با آن

«کسانی هستند که تنها تواناییشان چرخاندن چرخهای دستکاری احساسات دیگران است. این پوسته ظاهری آنهاست و بدون آن آنها حتی نمی‌دانند چگونه عملکردشان را نشان دهند.»

«س. جویبل»

دستکاری روانشناختی به معنای تاثیر افراطی از طریق ایجاد حواسپرتی و انفجار هیجان است که با قصد در دست گرفتن قدرت، کنترل، مزایا و امتیاز به بهای قربانی کردن اشخاص دیگر صورت می‌گیرد.

مهم است که بین تاثیر اجتماعی سالم و دستکاری روانشناختی تمایز قائل شویم. تاثیر اجتماعی سالم بین اکثر افراد اتفاق می‌افتد و بخشی از رابطه بده و بستان در یک رابطه سازنده است. در دستکاری روانشناختی، یک فرد به نفع فرد دیگر مورد استفاده قرار می‌گیرد. شخص دستکاری کننده عمدا عدم تعادل قدرت ایجاد می‌کند و از قربانی به نفع پیش بردن اهداف خودش بهره‌برداری می‌کند. بسیاری از اشخاص دستکاری کننده، چهار ویژگی مشترک دارند:

۱. آنها می‌دانند چگونه نقطه ضعف شما را ردیابی کنند.
۲. وقتی نقطه ضعف شما را پیدا کردند، از آن علیه خودتان استفاده می‌کنند.
۳. با قضاوت عادلانه ظاهری شان، شما را متقاعد می‌کنند که از چیزی که متعلق به خودتان است، به نفع علایق خود خواهانه آنها گذشت کنید.
۴. در موقعیتهای کاری، اجتماعی و خانوادگی، وقتی شخص دستکاری کننده

انازیاوردیا

کارشناس ارشد خانواده درمانی از دانشگاه شهید بهشتی
رئیس شش مرکز سلامت روان بهداری و درمان صنعت نفت تبریز

توانست از شما به نفع خودش استفاده کند، این عملش را در آینده نیز تکرار خواهد کرد، مگر اینکه شما او را متوقف کنید.

ریشه‌های دستکاری روانشناختی مزمن پیچیده و عمیق است. هر چه که باعث شده یک شخص تبدیل به دستکاری کننده شود، مهم نیست. مهم اینست که شما نباید هدف دستکاری هیجانی او قرار بگیرید. دو تاکتیک عمده مورد استفاده اشخاص دستکاری کننده قرار می‌گیرد. اولی قول دادن برای انجام یک کار است. او به شما قول می‌دهد اگر طبق خواسته او عمل کنید، یکی از خواسته‌های شما را برآورده کند. برای مثال، اگر دوستی ات را با همسایه قطع کنی، قول می‌دهم برای یک هفته با تو مشاجره نکنم. تاکتیک دیگر اینست که به شما می‌گوید از فقدان چیزی اجتناب خواهد کرد. در این مورد، شخص دستکاری کننده، طرف مقابل خود را با کمبود چیزی تهدید می‌کند. برای مثال اگر خانه را تا موعد مقرر تمیز نکنی، شب تا دیروقت با دوستانم بیرون خواهم ماند. این دو تاکتیک کاملا مشخص و برجسته هستند. گاهی اوقات دستکاری کننده‌ها از روشهای بسیار ظریفتر نیز استفاده می‌کنند. در اینجا هشت راهکار برای مقابله با این اشخاص پیشنهاد می‌شود. همه این راهکارها ممکن است برای موقعیت شما مناسب نباشد. بنابراین فقط آنهایی را که متناسب با موقعیت شما هستند، انتخاب کنید.

۱- احترام اولیه خود را بیابید

مهم ترین چیزی که در برخورد با شخص دستکاری کننده باید بدانید، حقوق خودتان است و تشخیص اینکه آیا حق شما مورد تجاوز قرار گرفته است یا خیر؟ تا جایی که به دیگران صدمه ای وارد نکنید، حق دارید از خودتان دفاع کنید. به عبارت دیگر، اگر به دیگران آسیب بزنید، خودتان باعث از بین رفتن حقتان می‌شوید. در زیر برخی از حقوق اساسی اشخاص را ذکر می‌کنیم:

- شما حق دارید که با احترام با شما برخورد شود
 - شما حق دارید احساسات، عقاید و خواسته‌های خود را بیان کنید
 - شما حق دارید اولویت‌های خودتان را داشته باشید
 - شما حق دارید «نه» بگویید بدون اینکه احساس گناه کنید
 - شما حق دارید در ازای هزینه ای که پرداخت می‌کنید، خدمات دریافت کنید
 - شما حق دارید عقاید متفاوتی با دیگران داشته باشید
 - شما حق دارید از خودتان به صورت جسمی، ذهنی و احساسی محافظت کنید
 - شما حق دارید زندگی شاد و سالم خودتان را داشته باشید
- این حقوق اساسی نشانگر مرزهای شما هستند. البته در هر جامعه ای اشخاصی وجود دارند که به این حقوق احترام نمی‌گذارند. اشخاص دستکاری کننده، به طور خاص، خواهان این هستند که شما را از حقوقتان جدا سازند تا به راحتی بتوانند شما را کنترل کرده و از شما به نفع خودشان استفاده کنند. اما شما قدرت و توان اخلاقی این را دارید که تصریح کنید این شما هستید که کنترل زندگیتان را بر عهده دارید، نه فرد دستکاری کننده.

۲- فاصله خود را حفظ کنید

یک راه برای شناخت اینکه فردی دستکاری کننده است یا خیر، اینست که بدانید آیا این شخص در موقعیت‌های متفاوت و در برخورد با اشخاص متفاوت چهره‌های متفاوتی از خود نشان می‌دهد؟ هر چند همه اشخاص تا حدی اینگونه هستند، اما فرد دستکاری کننده به طور افراطی اینگونه است. به عنوان مثال در برخورد با یک نفر کاملا مودبانه و در برخورد با شخص دیگر کاملا بیرحم است، یا در یک لحظه کاملا درمانده و در لحظه دیگر کاملا پرخاشگر است. وقتی با شخصی برخورد کردید که به طور مداوم اینگونه برخورد می‌کند، فاصله خود را با او حفظ کنید و از ایجاد ارتباط با او پرهیز کنید، مگر اینکه ضروری باشد. همانطور که قبلا ذکر شد، دلایل دستکاری مزمن روانشناختی بسیار عمیق و ریشه ای هستند و کار شما نیست که این اشخاص را تغییر داده و نجاتشان دهید.

۳- شخصه سازی و سرزنش خود پرهیز کنید

از آنجایی که هدف شخص دستکاری کننده جستجو و بهره برداری از ضعف‌های شماست، ممکن است احساس نالایق بودن بکنید و حتی به خاطر اینکه رضایت او

را کسب نکرده اید، خودتان را سرزنش کنید. در چنین موقعیت‌هایی لازم است بدانید که شما مشکل ندارید، بلکه احساسات دستکاری شده است تا چنین حسی را نسبت به خود پیدا کنید. این دیدگاه جدید به شما کمک خواهد کرد راحت تر به حقوقتان بیندیشید. از خودتان این سوالات را بپرسید:

- آیا با احترام با من برخورد شده است؟
 - آیا انتظارات و خواسته‌های این شخص از من منطقی است؟
 - آیا این ارتباط یک طرفه است یا دو طرفه؟
 - آیا در این ارتباط نسبت به خودم حس خوبی دارم؟
- پاسخهای شما به این سوالات نشان می‌دهد که مشکل در خود شماست یا در شخص دیگر.

۴- با بیستی رنگی تمرکزتان را روی طرف مقابل قرار دهید

به طور معمول دستکاری کننده‌های روان شناختی، از شما انتظارات و تقاضاهایی دارند. این خواسته‌ها باعث می‌شود شما به خاطر برآورده کردن نیازهای آنها از مسیر خود خارج شوید. وقتی درخواست نامعقولی از شما می‌شود، بهتر است با پرسیدن سوالات خاصی نقطه تمرکزتان را روی آنها قرار دهید تا بدانید آیا او خودآگاهی کافی برای تشخیص نامعقول بودن خواسته اش دارد یا خیر. برای مثال:

- آیا این خواسته به نظر شما منطقی است؟
 - آیا چیزی که از من می‌خواهید عادلانه است؟
 - آیا نظر من را نیز در نظر گرفته اید؟
 - آیا از من درخواست می‌کنید یا به من دستور می‌دهید؟
 - از این کاری که انجام خواهم داد چه چیزی عاید من می‌شود؟
 - آیا از من می‌خواهید که (خواسته نامعقول را مطرح کنید)... انجام دهم؟
- وقتی این سوالات را می‌پرسید، در واقع جلوی این شخص آینه ای می‌گذارید تا ماهیت واقعی خواسته اش را در آن ببیند. اگر شخص درجه ای از خودآگاهی را داشته باشد، به احتمال زیاد از تقاضایش عقب نشینی می‌کند و آرام تر می‌شود. از طرف دیگر اشخاص دستکاری کننده ای که واقعا از نظر روانی آسیب دیده‌اند (مثل خودشیفته‌ها)، پاسخ سوالات شما را نمی‌دهند یا پاسخ بی‌ربط می‌دهند و روی روش خودشان پافشاری می‌کنند. اگر اینگونه است، نکات زیر را انجام دهید تا قدرتان را حفظ کنید و در برابر او مانع قرار دهید تا به شما آسیبی نرسد.

۵- از زمان به نفع خودتان استفاده کنید

علاوه بر درخواست غیرمنطقی، شخص دستکاری کننده از شما انتظار دارد فوراً جوابش را بدهید، زیرا می‌خواهد فشار و کنترلش را بر روی شما به حداکثر برساند. طی این اوقات به جای پاسخ دادن به درخواست آنها، سعی کنید از زمان به نفع خودتان استفاده کنید و با استفاده از جمله زیر رهبری موقعیت را به عهده بگیرید:

بعداً در موردش فکر می‌کنم
این جمله بسیار قدرتمندی است. طی این زمان می‌توانید مزایا و معایب موقعیت و اینکه می‌خواهید بله یا خیر بگویید را بررسی کنید که این نکته در بخش بعدی بررسی می‌شود.

۶- بدانید نه چگونه "نه" بگویید و سیاست را نامرئی کنید

توانایی نه گفتن سیاستمداران و قاطعانه نوعی تمرین هنر ارتباط است. این مساله به شما اجازه می‌دهد در عین حال که رابطه را به نحو موثر اداره می‌کنید حد و مرز خودتان را نیز به اشخاص بشناسانید. به خاطر داشته باشید که حق اولیه و ابتدایی شما اینست که اولویت‌های خودتان را برای نه گفتن داشته باشید، بدون اینکه احساس گناه کنید و حق اینکه زندگی شاد و سالمی داشته باشید. در اینجا چند راه متفاوت برای نه گفتن را مورد بررسی قرار می‌دهیم که به مقاومت کمتر طرف مقابل و آرامش بیشتر شما کمک می‌کند:

۷- از روشی با تهدید مزاحم شوید

یک شخص دستکاری کننده هنگامی که شخص دیگر را تحقیر می‌کند و به او آسیب می‌زند، تهدید کننده نیز می‌شود. مهم ترین مساله در مورد تهدیدها اینست که این اشخاص، فردی را مورد تهدید قرار می‌دهند که او را ضعیف بدانند. بنابراین شما



**توانایی نه گفتن سیاستمداران
و قاطعانه نوعی تمرین هنر
ارتباط است. این مساله به شما
اجازه می‌دهد در عین حال
که رابطه را به نحو موثر اداره
می‌کنید حد و مرز خودتان را
نیز به اشخاص بشناسانید. به
خاطر داشته باشید که حق
اولیه و ابتدایه شما اینست که
اولویت‌های خودتان را برای
نه گفتن داشته باشید، بدون
اینکه احساس گناه کنید
و حق اینکه زندگی‌تان شاد و
سالم‌تر داشته باشید**

اینکه از آنها به نفع خودشان استفاده کنند، هیچگونه احساس ناراحتی ندارند.

۱۲. چرا به نیت بد اشخاص توجه دارند؟

همه اشخاص دوست دارند مورد قبول واقع شوند، مشکل زمانی به وجود می‌آید که شما فکر کنید باید همیشه توسط اشخاص دیگر پذیرفته شوید. در واقع شما ترس از طرد شدن دارید و این ترس آنقدر شدید است که هر کاری انجام می‌دهید تا طرد نشوید. شخص دستکاری کننده، به شما احساس پذیرش می‌دهد و سپس شما را تهدید می‌کند که اگر کار مورد علاقه او را انجام ندهید، طردتان می‌کند.

۱۳. چرا برای احسان منتهی خود می‌ترسید؟

هرچند ابراز خشم و درگیر تعارض شدن خوشایند نیستند، برخی از اشخاص از هرگونه مواجهه می‌پرهیزند. آنها می‌خواهند هر چیزی همیشه خوشایند باشد. آنها می‌ترسند اگر با احساسات منفی مواجه شوند، همه چیز را از دست خواهند داد. در این مورد خاص، کار دستکاری کننده‌ها خیلی آسان است. فقط باید تهدید کنند که صدایشان را بالا می‌برند و کار خودشان را انجام دهند.

۱۴. چرا به نه گفتن می‌ترسید؟

یکی از ویژگی‌های رابطه سالم، داشتن مرزهای متناسب با هویت شخصی خودتان است. برای حفظ مرزهای سالم، شما باید گاهی اوقات به اشخاصی که سعی می‌کنند وارد محدوده شما شوند، نه بگویید. اگر می‌ترسید که اگر نه بگویید چه اتفاقی خواهد افتاد، بازیچه دست شخص دستکاری کننده خواهید شد. یاد بگیرید که چگونه قاطعانه از خودتان دفاع کنید.

۱۵. احساس هویت شخصی مستطیل ندارد؟

احساس هویت شخصی به این معناست که شما می‌دانید چه کسی هستید، ارزشهای شما چیست و مرز بین شما و دیگری کجاست. اگر احساس مشخصی در مورد خودتان نداشته باشید، اعتماد کردن به قضاوت خود و یا تصمیم‌گیری شما دچار مشکل خواهد شد. در چنین حالتی به راحتی هدف یک شخص دستکاری کننده قرار می‌گیرید.

اگر احساس می‌کنید ویژگی‌هایی دارید که شما را در معرض آسیب‌پذیری از اشخاص دیگر قرار می‌دهد با یک روان‌شناس مشورت کنید.

منابع:

Aglietta, M.; Reberrioux, A.; Babiak, P. "Psychopathic Manipulation at Work", in Gacono, C.B. (Ed), The Clinical and Forensic Assessment of Psychopathy: A Practitioner's Guide, Erlbaum, Mahwah, NJ, (2000)

Bursten, Ben. "The Manipulative Personality". Archives of General Psychiatry, Vol 26 No 1972. 4)

Buss DM, Gomes M, Higgins DS, Lauterback K. "Tactics of Manipulation". Journal of Personality and Social Psychology, Vol 52 No 1987) 6)

Carr-Ruffino, Norma. "The Promotable Woman". Career Pr Inc; 4 ed. (2004)

Goldsmith, R.E.; Freyd, J. (2005). "Effects of Emotional Abuse in Family and Work Environments". Journal of Emotional Abuse 2005) 5)

Moore, Thomas Geoffrey; Marie-France Hirigoyen; Helen Marx. "Stalking the Soul: Emotional Abuse and the Erosion of Identity". New York: Turtle Point Press. (2004)

"The Universal Declaration of Human Rights" (UDHR). United Nations General Assembly (1948)

تا وقتی که منفعل و شاکی هستید، خودتان را هدف او قرار خواهید داد. اما بسیاری از تهدید کننده‌ها در درون خود ترسو هستند و وقتی طرف مقابلشان قاطعانه جلوی آنها بایستد و از حق خودش دفاع کند، تهدید رو به کاهش می‌گذارد. تحقیقات نشان داده است که بسیاری از تهدید کننده‌ها قربانی خشونت هستند. البته این نمی‌تواند بهانه‌ای برای رفتار تهدیدآمیز آنها باشد، اما اگر این مساله را در نظر بگیرید، راحت‌تر می‌توانید رفتار آنها را درک کنید. برای مثال این جملات را در نظر بگیرید:

وقتی کسی خودش را دوست ندارد، مجبور است به آن تظاهر کند. یک تهدید کننده کلاسیک در درجه اول یک قربانی بوده است.

«تام هیلستون»

برخی اشخاص سعی می‌کنند با قطع کردن سر دیگران قد بلندتر به نظر برسند.

«پارامنسیایگاندا»

من به این نتیجه رسیده‌ام که تهدید و تحقیر شدن به رفتار شما ربط ندارد، بلکه این تهدید کننده است که احساس ناامنی می‌کند.

«شای میشل»

وقتی با تهدید کننده‌ها مواجه می‌شوید، اطمینان پیدا کنید که در موضعی قرار دارید که می‌توانید از خودتان حمایت کنید. مثلاً به تنهایی می‌توانید از خودتان دفاع کنید، یا کسانی هستند که شاهد موقعیت شما هستند و می‌توانند از شما حمایت کنند. در موارد سوء استفاده فیزیکی، کلامی یا هیجانی با یک مشاور، وکیل یا دادگاه مشاوره کنید. خیلی مهم است که با این نوع تهدیدها مواجه شوید و نباید این کار را به تنهایی انجام دهید.

۱۶. پیامد بگذارید

وقتی شخص دستکاری کننده، بر شکستن مرزهای شما اصرار دارد، فقط به نه گفتن اکتفا نکنید، بلکه پیامدهای کارش را به او بگویید.

توانایی شناخت و ابراز قاطعانه پیامدهای یکی از مهم‌ترین مهارت‌هایی است که می‌توانید برای مواجهه با یک شخص دشوار کسب کنید. در واقع پیامدهای شخص دستکاری کننده را متوقف می‌کنند و او را مجبور می‌کنند تا به شما احترام بگذارد. ویژگی‌های افرادی که در معرض آسیب‌پذیری از طرف اشخاص دستکاری کننده قرار دارند:

۱۷. نیت بد اشخاص دوست داشته بودم و روز شنبه

چون می‌کنند که بسیارهای دیگران را بترسند

این مساله فراتر از خوب بودن است. در واقع اگر اینگونه هستید، حس ارزشمندی شما با انجام دادن کار برای دیگران مشخص می‌شود. در واقع شما این کارها را به قیمت از دست دادن بهزیستی خودتان انجام می‌دهید. برای مثال شما ممکن است هدیه‌ای گران قیمت برای دوست خود بخرید که هرگز آن هزینه بالا را برای خودتان صرف نمی‌کنید. دستکاری کننده‌ها به سمت این نوع اشخاص جذب می‌شوند و از

راهکارهای مقابله با عوارض جانبی شیمی درمانی

کار نشده اند. داروهای در حال استفاده در عین اینکه سلولهای سرطانی را از بین می برد ولی به سلولهای سالم بدن انسان نیز به نحوی آسیب می رساند و عوارض جانبی بوجود می آورد. البته به جای شیمی درمانی داروهای مختلف گیاهی و ... از طرف بعضی افراد توصیه می شود. محققان در ترکیبات بعضی از این داروها فلزات سنگین، سم ضد حشرات و داروهای با تاثیر خیلی زیاد یافته اند. توصیه دیگر، استفاده درمانی از هسته زردآلو به نام ویتامین B۱۷ می باشد که محققان آن را مردود می دانند.

آیا راهکارهایی برای کم کردن عوارض جانبی دارو وجود دارد؟

متأسفانه در کشور ما به علت ناآگاهی در زمینه بهداشت، علم پزشکی به خصوص بیماری سرطان، وقتی کسانی به این بیماری مبتلا می شوند اکثراً از نظر روحی و روانی خود را می بازند و حتی اطرافیانشان از این وضع مستثنی نمی شوند. اگر بخواهیم با دقت به معالجه بیمار توسط شیمی درمانی از نظر علمی نگاه کنیم متوجه می شویم که برای نتیجه گیری از معالجه لازم است چهار پزشک متخصص در زمینه معالجه بیمار باید با هم همکاری نمایند. این متخصصین شامل متخصص سرطان، متخصص تغذیه، کارشناس ورزشی و روان شناس می باشد. این متخصصین هستند که راهکارهای علمی را در پیش روی بیمار قرار می دهند و نتیجه مطلوب از معالجه بیمار حاصل می شود.

در معالجه شیمی درمانی در مرحله اول دارو از طریق تزریق وارد خون می شود. در اثر تاثیر این دارو بیمار به سرما، باد و آب سرد حساسیت پیدا می کند و لذا پیشگیری بیمار با این مقوله اهمیت می یابد. در صورت عدم دقت بیمار در آینده با آسیبهای جبران ناپذیر روبرو خواهد شد. استفاده از دستکش، عینک و کلاه و ماسک برای مردان و زنان ضروری است. ماسکهای معمولی برای پیشگیری از سرما به درد نمی خوردند چون آنها مانع ورود هوای سرد به داخل دهان، بینی، نای و ریه نمی شود که خود باعث عوارض جانبی چون زخم شدن مخاط می شود. بهترین راهکار استفاده از ماسک پشم می باشد که خود فرد باید آن را آماده سازد. (می توان از شال پشم برای تهیه کردن ماسک استفاده کرد) تا موقع نفس کشیدن هوای ولرم وارد دهان و بینی شود. در ضمن باید بدن را گرم نگه داشت.

معمولاً بیماران سرطانی اکثراً روحیه خود را می بازند. تحقیقاتی در مورد معالجه بیماران سرطانی بدون استفاده از دارو توسط یک خانم پروفیسور سیاه پوست سوئدی به طور کامل انجام شده است. او مثال میزند: شما در حال گذر از خیابان هستید که ناگهان با اتومبیل تصادف کرده و دچار شکستگی استخوان دست می شوید. در این لحظه با خود بگوئی چه خوب که پاهایم نشکست. آن وقت احساس راحتی و آرامش می کنید.

روحیه را عالی نگاه داشتن در بهبود بیماری خیلی موثر است. اطرافیان بیمار در این زمینه باید به بیمار کمک کنند. مشغولیت بیمار باعث فراموشی بیماریش خواهد شد. در صورت نیاز می توان از روان شناس هم استفاده نمود.

حرکت، فعالیت بدنی و به صورت کلی ورزش یکی از لزومات پیشگیری از عوارض شیمی درمانی است. دارو درمانی یک نوع سم است که باید از بدن خارج شود. فعالیت بدنی به این کار کمک می کند. وقتی بیمار در اثر فعالیت بدنی عرق می کند در حقیقت سم بوسیله عرق از بدن خارج می شود و در اثر نوشیدن مایعات زیاد بقیه سم هم از کلیه ها

در این مقاله کوتاه سعی شده است راهکارهایی برای مقابله با عوارض جانبی شیمی درمانی ارائه شود. در جامعه ای که هر روز شاهد افزایش تعداد بیماران سرطانی آن هم از انواع مختلف هستیم، قطعاً داشتن اطلاعات مفید هر چند مختصر جهت مقابله با عوارض آنها دارای اهمیت فراوان می باشد. سه عامل فعالیت بدنی، تغذیه و روحیه دارای نقش بسزائی در عملکرد فرد تحت شیمی درمانی می باشند. بنابراین توضیحاتی جهت آشنا شدن بیماران سرطانی با تغذیه های مفید در طول درمان و تاثیر فعالیت بدنی و نقش روحیه در آن ارائه شده است. طبق نتایج بدست آمده، فرد بیمار ناگزیر به داشتن فعالیت های متناسب با بدن خود و تغذیه سالم، همانند آنچه در این مقاله گنجانده شده می باشد.

بیماری سرطان به دلایل مختلف مثل ژنتیکی، خوردن غذای غیر استاندارد و ... بوجود می آید. در شرایط بوجود آمده سلولهای بافت خود انسان تغییر ماهیت داده و تبدیل به سلولهای سرطانی می شوند. این سلولها با فعالیت خود غده سرطانی را در بافت مثلاً روده بوجود می آورند. این غده در حالی که در خودش به تکثیر سلولها می پردازد سعی می کند به بافت های مجاور نفوذ کند و سلولهایش را از طریق رگ های لنفاوی و خونی به بافت های دیگر بدن ارسال کند و در نقاط دیگر بدن غده سرطانی بوجود آورد.

بعد از عمل جراحی و خارج کردن غده سرطانی مثلاً در روده، این غده در آزمایشگاه مورد بررسی قرار گرفته و اگر معلوم شود این غده به بافت های دیگر نفوذ کرده در این صورت بیمار تحت معالجه شیمی درمانی قرار می گیرد.

در معالجه شیمی درمانی سعی می شود دارو از طریق خون وارد تمام نقاط بدن شود. در نقاطی که احتمالاً سلولهای سرطانی وجود داشته باشد این دارو آنها را از بین می برد و از بدن طرد می کند. با اینکه دانشمندان

سعی می کنند داروی مناسبی پیدا کنند که در بدن فقط سلولهای سرطانی مورد هدف قرار گیرد هنوز موفق به این





خارج می‌شود. از طرف دیگر اثر فعالیت، بیمار مجبور است نفسی تند تند بکشد و در نتیجه اکسیژن به خوبی به تمام سلول‌های بدن می‌رسد و سلول‌های وضعیت خوبی پیدا می‌کنند و در مقابل سلول‌های سرطانی قدرتمند ظاهر می‌شوند. اگر بیمار قدرت بدنی خوبی داشته باشد باید روزی یک ساعت صبح و یک ساعت عصر فعالیت بدنی مثل پیاده روی تند، کوه پیمایی انجام دهد. البته تمیز بودن هوا در این زمینه بسیار مهم است. تحقیقات ۲۰ ساله نشان می‌دهد که حرکت، فعالیت بدنی و ورزش در بهبود بیماری و کم کردن عوارض جانبی شیمی‌درمانی کمک می‌کند. اگر بیمار از نظر بدنی توانایی محدود دارد باید با پزشک متخصص مشورت کند و فعالیت مناسب را انجام دهد تا نتیجه مطلوب حاصل شود. به هر صورت باید بیماران سرطانی به نحوی فعال باشند. حرکت، فعالیت بدنی، ورزش، قدرت عملی، پشنگار و فعال بودن کیفیت زندگی انسان را بهبود می‌بخشد و افسردگی، خستگی و ناراحتی را کاهش می‌دهد. این ۶ مورد با عوارض شیمی‌درمانی رابطه معکوس دارد.

سلول‌های بدن دارند. در صورت کمبود، خستگی و کم خونی در بیمار بوجود می‌آید. ویتامین A (آب هویج)، نان سیوس‌دار، سبزیجات برگ‌دار، تخم آفتاب گردان، گردو، بادام، شفت آلو، زرد آلو، خرما و کلم ترشی می‌توانند در رفع کمبود گلبول‌های قرمز کمک کنند.

آهن، تشکیل دهنده ماده اساسی گلبول‌های قرمز می‌باشد. نظر به اینکه چای معمولی آهن را به خود متصل می‌کند و مانع جذب آهن به بدن می‌شود. لذا باید چای‌های معمولی را دو ساعت بعد از غذا یا قبل از آن نوشیده شود. بهداشت دهان در بیماران سرطانی خیلی اهمیت دارد. در دهان هر انسان در حدود ۵۰ میلیارد عدد میکروب وجود دارد که تقریباً نصف آن‌ها ۲۵ درصد غذا را در دهان هضم می‌کند. نصف بقیه میکروب‌ها اگر شرایط مناسب پیدا کنند عفونت را در دهان بوجود می‌آورند لذا رعایت بهداشت دهان اهمیت دو چندان پیدا می‌کند. شیمی‌درمانی به اعصاب کوچک در انگشتان دست و پا تاثیر منفی می‌گذارد. در نتیجه انگشتان به حرارت و تماس حساس می‌شوند و باید با گرم نگه داشتن و حرکت انگشتان این آسیب‌ها را کم کرد. در مورد وزن کردن بیمار متد **body mass index** وجود دارد. در این متد سطح بدن انسان مابین ۱۸،۵ و ۲۴،۹۹ کیلوگرم برای هر متر مربع تعیین شده است. اگر وزن بیمار کمتر از ۱۸،۵ کیلوگرم بود آن بیمار وزن کم دارد که باید بررسی شود. آیا علت کمبود تغذیه است؟ اگر وزن بیمار از ۲۴،۹۹ بیشتر شد چاق است. کسانی که وزن بیشتری دارند باید از غذاهای کم کالری و کم انرژی استفاده کنند. وزن زیاد احتمال برگشت دوباره سرطان را افزایش می‌دهد.

همچنان که ماشین‌ها دزدگیر دارند، بدن انسان هم دزدگیر دارد. دزدگیر بدن انسان درد است. وقتی یک جای بدن درد می‌کند این علامت هشدار است که خطر در کمین است تا راه چاره را پیدا کرد. بعضی افراد در موقع درد بدون مشورت پزشک از داروی مسکن استفاده می‌کنند که این یک استباه است. پزشک نیز در صورت لزوم باید داروی مسکن تجویز نماید. بیماران سرطانی باید در مورد بدنشان حساس باشند و اطمینان داشته باشند که اگر از نظر علمی از بدنشان مواظبت کنند نتیجه خیلی ثمر بخش خواهد بود. امروز اگر از مردم علت غذا خوردن پرسیده شود، اکثر جواب می‌دهند می‌خواهیم سیر شویم. این نظریه اشتباه است زیرا ما غذا می‌خوریم تا سالم بمانیم، اینجاست که این سوال مطرح می‌شود که چه بخوریم تا سالم بمانیم؟ بیماران سرطانی باید در موقع غذا خوردن دقت بیشتر بکنند چون به خاطر شیمی‌درمانی ممکن است سلول‌های بافت‌های خود انسان آسیب دیده باشند که باید از طریق تغذیه در بهبودی این سلول‌ها کمک کنند. همچنان که در اثر فعالیت اکسیژن به سلول‌ها می‌رسد و آن‌ها را تقویت می‌کند از طریق تغذیه هم سلول‌ها تقویت می‌شود و می‌تواند در مقابل سلول‌های سرطانی مقاومت کند و از رشد آن‌ها جلوگیری کنند. باید بدون شک از خوراکی‌های آنتی اکسیدان برای تغذیه استفاده کرد. خیار و سیب دو نمونه از این موارد می‌باشند که دشمن سرسخت رادیکال‌های آزاد می‌باشند و مانع فعالیت رادیکال‌های آزاد برای تشکیل سلول‌های سرطانی می‌باشند. باید تغذیه سنتی را کنار گذاشت. برنج و نان سفید بدون سیوس برای بدن مفید نیست. غذا را باید به شکل آب پز درست کرد. موادی که برای تهیه غذا لازم است را ذکر می‌کنیم:

در حالی که فعالیت بدنی این خطر را کم می‌کند. به خصوص این در مورد زنانی که سرطان سینه داشته اند صدق می‌کند. تحقیقات نشان داده است بیمارانی که سرطان روده داشته اند و فعالیت‌های بدنی منظم انجام داده اند از بیمارانی که سرطان روده داشته اند و فعال نبوده اند بیشتر عمر کرده اند. هر بیمار قبل از شیمی‌درمانی باید جواب سوالات زیر را آماده کند تا اگر لازم باشد در اختیار پزشک مربوطه قرار دهد که پزشک بتواند تصمیمات درست را اتخاذ کند:

ماهی، گوشت مرغ، گوشت گاو، تخم مرغ، کرفس، جعفری، اسفناج، لوبیای تازه، کلم بروکلی، سیب زمینی، پیاز، سیر، لوبیای سفید و قرمز، روغن زیتون، قارچ، گوجه فرنگی و ... البته شرط نیست که همه این‌ها را در یک جا بخت. بلکه می‌توان هر دفعه چند عدد از این مواد را باهم آب پز کرد. موقع غذا خوردن به جای نان سفید می‌توان از سیب زمینی استفاده کرد. شیر پاستوریزه کم چرب، گردو، عسل، پنیر پاستوریزه کم چرب، نان سیوس دار حقیقی برای صبحانه خوب است. خیار و ماست را می‌توان جداگانه درست کرد و دوغ کفیر برای هضم غذا نیز مناسب می‌باشد. لازم به توضیح است غذا و میوه و مایعات هنگام خوردن نباید سرد باشد. می‌توان از بادام، بادام زمینی، بادام هندی و پسته به عنوان میان وعده به صورت خورد کرده استفاده کرد. اگر بیمار با خوردن مشکل داشته باشد باید با پزشک خود مشورت کند. شیمی‌درمانی به ترکیبات خون هم تاثیر منفی می‌گذارد. ممکن است مقدار گلبول‌های سفید (Leukocyte) که وظیفه دفاعی بدن را دارند کم شوند. در این صورت خطر عفونت از احتمالات است و همچنین تب می‌تواند بالا رود. ویتامین A (آب هویج) و ویتامین C (آب پرتقال)، چای سبز، زیتون، ورزش، دوری از استرس و شادی می‌توانند در رفع کمبود گلبول‌های سفید کمک کنند. البته در صورتی که کمبود گلبول‌های سفید علت دیگری نداشته باشد. شیمی‌درمانی می‌تواند سبب کم شدن گلبول‌های قرمز (erythrocytes) شود که وظیفه حمل اکسیژن و مواد غذایی را به

- ۱- در چند ماه اخیر، چه مقدار وزن کم کرده ام؟
- ۲- کدام داروها را استفاده می‌کنم؟
- ۳- وضعیت انرژی، نیاز غذایی چگونه است؟ چقدر می‌خورم و می‌نوشم، چقدر فعالیت می‌کنم؟
- ۴- چه عادت‌هایی در موقع غذا خوردن دارم؟
- ۵- کدام غذاها را نمی‌توانم بخورم، آلرژی به غذای مخصوص دارم؟
- ۶- آیا در جویدن و بلعیدن مشکل دارم؟
- ۷- خود نمی‌توانم غذا بخورم چون ضعف و خسته بوده و محدودیت حرکت دارم؟
- ۸- دیابت، آلرژی، لمس قسمتی از بدن به خاطر سکنه مشکل دارم؟
- ۹- اشتها ندارم، حالت استفراغ پیش می‌آید و بعضاً استفراغ می‌کنم؟
- ۱۰- اسهال و یبوست دارم؟
- ۱۱- در هضم غذا مشکل دارم یا مشکل کلیه دارم؟



به انتخاب شما احترام میگذاریم

طرح گسترش خدمات درمان غیر مستقیم در یک



به انتخاب شما احترام میگذاریم گسترش خدمات درمان غیر مستقیم و نظام ارجاع در کنار هم



پیرو سوالات مکرر مبنی بر نحوه ادامه طرح گسترش خدمات درمان غیر مستقیم، سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت با انتشار خبر ذیل موضوع را برای کارکنان شریف صنعت نفت شفاف سازی می نماید. نظر به اهمیت اصل رضایتمندی و با توجه به درخواست همکاران شاغل صنعت نفت مبنی بر استفاده از امکانات تشخیصی و درمانی خارج از سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت بدون لزوم مراجعه اولیه به مراکز سازمان، از اول شهریور ماه سال جاری طرح گسترش خدمات درمان غیر مستقیم اجرایی گردید. در حال حاضر نظر به اهمیت حفظ نظام ارجاع و نهادینه بودن آن در سازمان و با تاکید بر این نظام اجرای طرح گسترش ادامه خواهد یافت. بدین ترتیب بعد از مراجعه بیماران به مراکز درمانی سازمان و در صورت ضرورت استفاده از خدمات مراکز خارج شرکتی با صلاح دید پزشک معالج و صدور معرفی نامه، استفاده از خدمات سایر مراکز (با اولویت بخش دولتی) بدون اعمال فرانشیز امکان پذیر خواهد بود. گفتنی است اگر بیمار مستقیماً به مراکز خارج از سازمان مراجعه نماید فرانشیز طبق مفاد طرح گسترش خدمات درمان غیر مستقیم اعمال می شود. لازم به توضیح است هنگام مراجعه مستقیم به مراکز طرف قرارداد صرفاً فرانشیز پرداخت می گردد و در مراجعه مستقیم به مراکز غیر طرف قرارداد بیمار تمامی هزینه ها را پرداخت کرده و طبق روال جاری مدارک مربوطه را جهت رسیدگی به منطقه بهداشت و درمان محل سکونت خود ارائه خواهد نمود، بازپرداخت هزینه ها با رعایت مقررات طرح گسترش و پس از کسر فرانشیز انجام خواهد شد.

طرح گسترش خدمات درمان غیر مستقیم در یک نگاه

