



پیام سلامت



مقام معظم رهبری:
امروز اولویت اصلی کشور مقابله
با جنگ نرم دشمن است

خبرنامه الکترونیکی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت ■ سال اول ■ مهر ۹۴ ■ شماره ۵

- ◆ تقاضای القایی در سلامت، چالشی پیش روی نظام سلامت
- ◆ مددکاری هنر دلجویی است
- ◆ اطلاعیه برگزاری مسابقات ورزشی کارکنان سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت



مدیرعامل سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت:

هفته دفاع مقدس فرصتی
برای پاسداشت رشادت‌های
دلاور مردان ایران اسلامی است

من می‌بازم



ورزشی

اطلاعیه برگزاری مسابقات ورزشی کارکنان سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت

مسابقات ورزشی کارکنان سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت به تفکیک بانوان و آقایان در مهر و آبان ماه ۱۳۹۴ برگزار می شود.

به گزارش روابط عمومی بهداشت و درمان صنعت نفت شمال شرق کشور، همکاران ورزشکار علاقمند به شرکت در این مسابقات تا تاریخ اول مهرماه ۱۳۹۴ می توانند به امور ورزش بهداشت و درمان صنعت نفت شمال شرق مراجعه کنند.

لازم به ذکر است همکاران رسمی و پیمانی و بازنشسته و همسران آنها، همکاران قراردادی، قرارداد مدت معین و همچنین کارکنان غیررسمی (براساس بند ۶ این نامه عمومی) مجاز به شرکت در این مسابقات هستند. ولی فرزندان کارکنان مجاز به شرکت در مسابقات نمی باشند.

داشتن کارت شناسایی شرکتی، دفترچه بیمه و کارت بیمه ورزش (برای شرکت کنندگان غیررسمی) و یک قطعه عکس الزامی است. گفتنی است، هر ورزشکار فقط مجاز به شرکت در یک رشته می باشد.

رشته و تاریخ مسابقات ورزشی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت در سال ۹۴ به شرح زیر است:

ردیف	تاریخ	رشته ورزشی	بانوان	آقایان	محل برگزاری مسابقات
۱	۱۴ لغایت ۱۹ مهرماه	وایبال	○		مشهد
۲	۱۴ لغایت ۱۷ مهرماه	شطرنج		○	همدان
۳	۱۴ لغایت ۱۷ مهرماه	تنیس روی میز	○		رشت
۴	۱۴ لغایت ۱۷ مهرماه	تیراندازی		○	ساری
۵	۱۴ لغایت ۱۷ مهرماه	آهنگی جسمی	○		اصفهان
۶	۲۰ لغایت ۲۳ مهرماه	شطرنج		○	همدان
۷	۲۰ لغایت ۲۳ مهرماه	تنیس روی میز	○		رشت
۸	۲۰ لغایت ۲۳ مهرماه	تیراندازی		○	ساری
۹	۵ لغایت ۸ آبان ماه	شنا		○	اصفهان
۱۰	۵ لغایت ۸ آبان ماه	دارت		○	رشت
۱۱	۱۰ لغایت ۱۵ آبان ماه	وایبال		○	مشهد
۱۲	۱۲ لغایت ۱۵ آبان ماه	شنا		○	اصفهان
۱۳	۱۲ لغایت ۱۵ آبان ماه	دارت		○	رشت
۱۴	۲۲ لغایت ۲۹ آبان ماه	فوتسال		○	افغانی

برگزاری مسابقات دوستانه مدرسه فوتبال بهداشت و درمان فارس و آبادان

مسابقات دوستانه مدرسه فوتبال بهداشت و درمان صنعت نفت فارس و بهداشت و درمان صنعت نفت آبادان در شیراز برگزار شد.

به گزارش واحد اطلاع رسانی و روابط عمومی بهداشت و درمان صنعت نفت فارس، کیوان کریمی در گفتگو با خبرنگار ما در این باره چنین ابراز داشت: با توجه به مکاتبات و مذاکرات صورت گرفته، همچنین با درخواست بهداشت و درمان صنعت نفت آبادان مبنی بر انجام مسابقات فوتبال در شیراز، مسابقات دوستانه ای بین تیمهای مدرسه فوتبال بهداشت و درمان صنعت نفت فارس و بهداشت و درمان صنعت نفت آبادان در زمین شهدای ارتش شیراز صورت گرفت.

پیام سلامت

در گفتگو با مددکاران بر گزیده سازمان عنوان شد

مددکاری هنر دلجویی است

مناسب جهت داشتن زندگی بهتر و رفاه بیشتر است. سابقه خدمات مشاوره‌ای به طور عام در صنعت نفت و در واقع همراه با ایجاد مراکز درمانی و بهداشتی وجود داشته است. مشاوره‌های پزشکی و توجه به بهداشت روحی کارکنان در بخش درمان و به ویژه در حین معاینات طب صنعتی و بهداشت حدود یکصد سال سابقه دارد و همیشه مدنظر بوده است. صنعت نفت از اولین تأسیسات صنعتی در ایران است که به مسایل مددکاری اجتماعی و امور رفاهی و خدمات مشاوره‌ای توجه داشته و از زمینه‌سازان اولیه تفکر تشکیل دانشکده خدمات اجتماعی (سال ۱۳۳۷) است که هدفش ارائه خدمات مشاوره‌ای و خدمات اجتماعی به صورت علمی و در قالب تربیت مددکاران اجتماعی بوده است به شمار می رود.

به گزارش پایگاه اطلاع رسانی بهداشت و درمان صنعت نفت، گردهمایی دو روزه آموزشی مددکاران اجتماعی مناطق ۱۹ گانه سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت با هدف راهکارهای دستیابی به هدفهای مشترک سازمانی و نقش مددکاری در مدیریت بحران‌های محیط کار و خانواده در شیراز برگزار شد که از دو مددکار نمونه سال خانمها سیمین صالحی مددکار مسجد سلیمان و ماهرخ محمدی مددکار خارگ تقدیر شد. تقدیر از این دو همکار مددکار انگیزه ای شد تا گفتگویی با آنها داشته باشیم.

■ گفت وگو: نفیسه هوشیار



صالحی مددکار مسجد سلیمان ماهنگی بین مددکاران و مسئولین در مناطق را تنها خواسته خود عنوان کرد و گفت: اگر نگاه مدیران و مسئولین نسبت به جایگاه مددکاری در حفظ سلامت روحی و روانی مددجویان و خدمات گیرندگان ارتقا یابد باعث بهبود خدمات ارائه شده به کارکنان شریف صنعت نفت می شود.

محمدی مددکار خارگ ضمن تقدیر از حمایت‌های مدیریت منابع انسانی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت گفت: با توجه به اینکه صنعت نفت در ارائه خدمات درمانی از سابقه بسیار طولانی برخوردار است این انتظار می رود که جایگاه مددکاران بسیار پررنگتر در سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت باشد و هرگونه حمایت از این جایگاه باعث ایجاد خدمات بهتر در زمان کمتر می شود.

برای پیشرفت این جایگاه در صنعت نفت چه پیشنهاداتی دارید؟

صالحی مددکار مسجد سلیمان افزایش دوره‌های آموزشی در سطح مناطق ۱۹ گانه سازمان را یکی از مهمترین روش‌های موثر برای بهبود کیفیت عملکرد مددکاران عنوان کرد و ادامه داد: مددکاران برای ایجاد ارتباط با رعایت ارزشهای انسانی و حفظ کرامت کارکنان بسیار تلاش می کند و باید در این مسیر استعدادهای نهفته مددجویان را هم پرورش بدهند به همین دلیل ایجاد فضای آموزشی برای ارتقا دانش و تبادل نظر در بین مددکاران باعث افزایش سرعت عمل در رفع مشکلات خواهد شد.

محمدی مددکار خارگ ایجاد حس اعتماد در بین کارکنان شریف صنعت نفت را مهمترین اقدام دانست و گفت: برای ایجاد حس اطمینان و اعتماد کارکنان شریف صنعت نفت به مددکاران تا به امروز قدمی برداشته نشده است و چون مددکاری ارتباطی دوسویه است اگر فرد از ایجاد ارتباط امتناع کند تلاش مددکار هم بی نتیجه خواهد ماند به همین دلیل بهترین روش ایجاد بستری مناسب برای شناساندن مددکاران به کارکنان و خدمات گیرندگان در بهداشت و درمان صنعت نفت است و مهمترین روش تبلیغات و برگزاری همایش‌ها با حضور مددکاران و کارکنان در سطح صنعت نفت است.

پیچیدگی‌ها و شرایط خاص زندگی امروزی، چالش‌ها، مشکلات و فشارهای روانی زیادی را بر جوامع و انسان‌ها وارد کرده است. برای رفع این مشکلات، حفظ سلامت روحی افراد و دانشن جامعه ای سالم، آرایه خدمات مددکاران اجتماعی ضروری و لازم است. وقتی سخن از مددکاری می شود بسیاری از افراد به یاد زندان‌ها یا پرورشگاه‌ها می افتند که در آنجا افرادی به نام مددکار در دفتر یا واحد مددکاری فعالیت می کنند. اما حرفه مددکاری به فعالیت در موضوعات فوق محدود نمی شود. مددکاری اجتماعی حرفه‌ای است که در آن مددکار کمک می کند که مددجو (یک فرد یا گروه یا جامعه) مشکل خود را شناخته و به توانایی‌های خود پی ببرد و با استفاده از منابع و امکانات موجود در جهت حل مشکل خود بر آید. در واقع مددکاری اجتماعی عبارت از مجموعه ای متشکل از تدابیر و مشاوره و فعالیت‌های حرفه ای است که در قالب نهادهای، سازمانها و موسسات رفاهی توانبخشی، اجتماعی، فرهنگی و تربیتی عرضه می شود تا با ایجاد تغییر و دگرگونی مناسب در شرایط مادی و معنوی افراد و اقشار جامعه زمینه بهزیستی رشد و تعالی آنها را فراهم آورد. کار مددکار اجتماعی، مشاوره دادن و حمایت از افراد در معرض خطر، خانواده‌ها و افراد حاشیه نشین جامعه می باشد. همچنین او مسئول کمک کردن به افراد برای دریافت خدمات مورد نیاز

برای شروع گفتگو لطفا مددکاری را تعریف کنید؟

صالحی مددکار مسجد سلیمان با اشاره به این که مددکاری هنر است گفت: دانش و معلومات مربوط به این علم باعث به وجود آمدن مهارت ارتباطی در انسان می شود اما باید یک مددکار هنر ارتباط برقرار کردن موثر و ایجاد همدلی و همفکری را در مددجو القا کند. مددکار اجتماعی به عنوان عنصر کلیدی یک تیم درمانی بشمار می رود و از آنجا که عملکرد این حرفه انسان دوستانه یک روش بالینی محسوب می شود همانند بازوی اجرایی نقش دارد.

محمدی مددکار خارگ رابطه مدکار و مددجو را دوسویه دانست و ادامه داد: نباید اینگونه تصور شود که مددکاران با پیگیری و برطرف شدن مشکلات مددجو به کار خود خاتمه می دهد بلکه در واقع رابطه‌ای دوسویه شکل می گیرد و مددکارها حتی بعد از چندین سال با مددجویان خود در ارتباط هستند محمد افزود: مددکاری از جایگاه والایی برخوردار است و اینکه تولد امیرالمومنین علی (ع) روز مددکار نام گذاری شده است نشان از اهمیت این جایگاه دارد.

شغل مددکاری چه ویژگی‌هایی دارد و به طور خلاصه تعریف شما از این شغل چیست؟

صالحی مددکار مسجد سلیمان نیز مددکاری را مبتنی بر دانش و اصول و مهارت ایجاد ارتباط موثر تعریف کرد و حضور مددکاران در تمامی مراکزهای درمانی و خدماتی را بهترین روش برای کاهش خسارت روحی روانی و جسمی کارکنان شاغل دانست.

محمدی مددکار خارگ مددکاری را یک احساس انسان دوستانه تعریف کرد و گفت: مددکاری شغل نیست حرفه ای است که با روح انسان ارتباط برقرار می کند. درواقع مددکاری زمان و مکان ندارد و باید در هر لحظه و مکانی به سراغ هر انسانی که دچار مشکل می شود رفت و ارتباط موثر برقرار کرد. مددکاری برخلاف چهره‌ای که در جامعه درمیان عامه مردم دارد بسیار حرفه ای دل انگیز و زیبایی است زیرا که با روح انسان در ارتباط است و برای ارتقا حس تعهد دوستی همدلی قدم برمی دارد.

مددکار خارگ با احساس رضایت از اینکه در این سمت مشغول به فعالیت است گفت: از اینکه در این جایگاه هستم بسیار راضی ام. حتی با تمامی مشکلات زمانی که یک مددجو با بیلند رضایت خود را اعلام می کند انرژی مثبت آن تمامی ساعت و روزها مرا احاطه می کند.

انتظار شما از مدیران صنعت نفت و سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت چیست؟



مقاله

مراقب بیماری‌های پاییزی باشید



ویروس‌های سرماخوردگی از طریق بینی و دهان به بدن شما منتقل می شوند یا آغاز فصل پاییز باید مراقب بیماری‌های شایع این فصل از جمله سرماخوردگی و آنفولانزا باشید. پیشگیری از این بیماری‌ها مهم ترین اقدام برای حفظ سلامتی در فصل سرد سال به شمار می رود.

دست‌های خود را بشویید
بیشتر انواع ویروس‌های سرماخوردگی و آنفولانزا از طریق تماس مستقیم منتشر می شوند. عطسه کردن در دست‌ها و سپس تماس با تلفن، کیبورد و ظروف آشپزخانه از راه‌های انتقال ویروس است. برای جلوگیری از این انتقال دست‌های خود را مرتب بشوید و یا از ضد عفونی کننده‌های دست که حاوی الکل هستند استفاده کنید.

جلوی عطسه و سرفه خود را با دست نگیرید
در صورت احساس عطسه و سرفه از دستمال استفاده کنید و سریع آن را دور بیندازید. اگر دستمال همراه خود ندارید در آستین خود عطسه و سرفه کنید.

صورت خود را لمس نکنید
ویروس‌های سرماخوردگی و آنفولانزا از طریق چشمه، بینی و دهان به بدن شما منتقل می شوند. لمس صورت یکی از راه‌های در انتقال ویروس است.

به طور منظم ورزش‌های هوازی (ایروبیک) انجام دهید

ورزش‌های هوازی موجب افزایش ضربان قلب و پمپ کردن مقدار بیشتری خون، تنفس سریع تر و تسهیل انتقال اکسیژن از ریه‌ها به خون می شود. در نتیجه این اثرات، تریق افزایش یافته و دمای بدن بالا می رود. در نتیجه سلول‌های طبیعی از بین برنده ویروس افزایش می یابند.

از غذاهای حاوی ویتامین‌کامال‌ها و آنتی اکسیدان‌ها استفاده کنید. فتو به معنی گیه و کمیکال به معنی مواد شیمیایی است. ویتامین‌ها از جمله این مواد هستند بنابراین روزانه از سبزیجات و میوه‌های سبز، فرمز و زرد استفاده کنید.

سیگار نکشید
بر اساس مطالعات، در افراد سیگاری سرماخوردگی شدیدتر و دفعات آن بیشتر است. دود سیگار سیستم ایمنی را تضعیف می کند، موجب خشک شدن مخاط بینی و قلع شدن مژکها می شود. مژکها موهای ظریف هستند که در غشاهای مخاطی بینی و هر قرار دارند و با حرکت خود موجب خروج ویروس‌های سرماخوردگی و آنفولانزا از بدن می شوند. صنعت معتقدند که کشیدن یک عدد سیگار می تواند این مژک‌ها را به مدت ۳۰ تا ۴۰ دقیقه قلع کند.

استراحت کنید
استراحت سیستم ایمنی را تقویت می کند. بدین صورت که با استراحت اینترلوکین‌ها (اجزای سیستم ایمنی که در مقابل ویروس‌های سرماخوردگی و آنفولانزا عمل می کنند) در جریان خون افزایش می یابند.

خبر

حضور بانوان بسیجی بهداشت و درمان نفت گچساران در گردهمایی بزرگ بسیجیان



همزمان با نخستین روز هفته دفاع مقدس، بانوان بسیجی بهداشت و درمان نفت گچساران در گردهمایی بزرگ خواهران بسیج نفت و گاز این شهرستان حضور یافتند. سرگرد دیابصالح فرمانده بسیج نفت و گاز گچساران، سرهنگ زمانی جاشین فرمانده سپاه ناحیه شهرستان، مدیرعامل شرکت بهره‌برداری نفت و گاز گچساران به همراه نیروهای ستادی و دکتر خالق زینبی بیمارستان نفت از جمله مسئولان شرکت کننده در این همایش بودند. سخنرانی و مناظری بازدید از نمایشگاه دستاوردهای هفته دفاع مقدس و ارائه خدمات بهداشتی و درمانی توسط پرستاران بیمارستان نفت گچساران، از جمله برنامه‌های این گردهمایی بود.

بررسی روند درمان در بخش فر آورده‌های نفتی منطقه اندیشک

دکتر بهرام دهقان با حضور در اندیشک از نزدیک به بررسی روند درمان جمعیت تحت پوشش بهداشت و درمان اهواز در این شهر پرداخت.

به گزارش پایگاه اطلاع رسانی بهداشت و درمان اهواز دکتر بهرام دهقان معاون دارو و درمان اهواز سه شنبه هفته جاری به همراه رئیس امور اداری بخش فرآورده‌های نفتی خوزستان با حضور در جمع مدیران و کارکنان منطقه اندیشک روند درمان اهواز را مورد بررسی قرار دادوی در جلسه ای با مسئولین بیمارستان امام علی(ع) این شهرستان در مورد نحوه پذیرش و ارائه خدمات به بیماران شرکتی بحث و تبادل نظر کرد. حدود ۸۰۰ نفر از کارکنان و خانواده‌های آنان که تحت پوشش بهداشت و درمان اهواز هستند در اندیشک ساکنند. بهداشت و درمان اهواز به منظور ارائه خدمات درمانی به آنان با پوشش عمومی، دو دندانپزشک، سه داروخانه، یک آزمایشگاه تشخیص طبی و بیمارستان امام علی(ع) در این شهرستان قرارداد دارد.