گوناگون

ادعاها درباره تعرض به بازداشت‌شدگان بررسی شود

معاون امور بین‌الملل قوه قضاییه و دبیر ستاد حقوق بشر در نامه‌ای به دادستان کل کشور، بررسی و رسیدگی دقیق ادعاها درباره تعرض و تجاوز جنسی به برخی بازداشت‌شدگان و برخورد با مدعیان را خواستار شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از معاونت امور بین‌الملل قوه قضاییه و ستاد حقوق بشر، در بخشی از نامه کاظم غریب‌آبادی به حجت‌الاسلام محمدجعفر منتظری آمده است: با توجه به آثار بسیار منفی چنین ادعاهایی، لطفا دستور فرمایید ادعاهای مطروحه از جانب هر شخص حقیقی یا حقوقی، داخلی یا خارجی به دقت مورد بررسی و رسیدگی قرار گیرد. غریب‌آبادی افزود: قبل از هر چیزی، مستندات مدعیان از آنان مطالبه شود و بر اساس نتایج بررسی‌ها و رسیدگی‌ها، برابر قانون با مرتکبان یا مدعیان برخورد جدی به عمل آید و نتایج به اطلاع افکار عمومی نیز برسد. وی ادامه داد: این گزارش مسعود ستایشی سخنگوی قوه قضاییه ۱۳ دی در نشست خبری درباره ادعای دروغین و بدون سند برخی رسانه‌های معاند و برخی افراد صاحب تریبون در کشور با عنوان آزار جنسی علیه برخی متهمان بازداشتی و زندانیان زن گفت: این ادعا در حالی از سوی برخی رسانه‌های معاند خارجی مطرح شده بود که تاکنون حاضر نشدند در مورد ادعاهای خود نشان یا سندی ارائه کنند. وی ادامه داد: با اینکه قوه قضاییه بارها اعلام کرده است که روند نگهداری و امور زنان بازداشتی و زندانی کاملا توسط خانم‌ها انجام می‌شود و اساسا مردان حضور ندارند، در طی روزهای اخیر حداقل سه هیات از مجلس شورای اسلامی و معاونت زنان و امور خانواده نهاد ریاست جمهوری از زندان و بازداشت زنان بازدید و با زندانیان زن گفت و گو و مصاحبه حضوری داشتند. ستایشی گفت: اعضای این سه هیات می‌گویند زندانیان با رد شدید ادعای آزار و تجاوز جنسی خواستار برخورد با مطرح‌کنندگان این ادعا شده‌اند. زیرا این ادعاها خانواده زندانیان را نگران کرده است. مدعیان دروغین ادعای مزبور که متخصصین دروغ‌سازی و دروغ‌پردازی هستند، ظاهرا بر همان دور باطل ترویج دروغ خود ساخته هستند اما در مجموع تاکنون هیچکس هیچ مدرکی که دلالت بر صحت ادعای مزبور داشته باشد به هیچ مرجعی ارائه نکرده و دست افراد مزبور نسبت به ادعای مطرح شده خالی است. ستایشی تصریح کرد: قوه قضاییه در دوره تحول و تعالی بارها اعلام کرده است در راستای ارتقای شفافیت، جبران مشکلات و یا خلاءهای احتمالی همواره با آغوش باز خود درخواست کننده نسبت به دریافت نظرات همگان بوده است. بارها اعلام کردیم هر فرد و جریانی صرف نظر جریانات سیاسی و اعتقادی اگر مشکلی در بخش‌ها مشاهده می‌کند، آن را به قوه قضاییه منعکس کند. نمی‌پذیریم روان افراد مشوش شود. وی تاکید کرد: مردم در مقام نظارت، پایش و رصد هستند، مردم مطمئن باشند با دقت در اسرع وقت نتیجه مورد بررسی و دقت واقع خواهد شد. باید در کنار طرح یک ادعا، اندک مستندی ضمیمه آن باشد.

انتظار متقاضیان "کارت ملی هوشمند" ۳ ساله شد!

علی‌رغم اقدامات انجام شده از سوی سازمان ثبت احوال جهت تسریع در صدور و توزیع کارت ملی هوشمند اما بسیاری از هموطنان بیش از ۳ سال است که در انتظار دریافت کارت خود قرار دارند!

به گزارش پیام آشنا به نقل از تسنیم، پروژه صدور کارت ملی هوشمند از مهرماه ۹۱ از سوی سازمان ثبت احوال کلید خورد و سازمان ماهیانه ۲ میلیون و ۵۰۰ هزار کارت ملی را صادر و در اختیار متقاضیان قرار می‌داد و سازمان ثبت احوال کشور امیدوار بود در یک بازه زمانی مشخص، کارت‌های ملی را صادر و در اختیار متقاضیان قرار بدهد. در ادامه با اعمال تحریم‌ها، مشکل جدی در فرایند تهیه کارت خام مورد نیاز کارت‌های ملی هوشمند ایجاد شد چرا که به‌دلیل عدم امکان تهیه و تأمین پلی کربنات از ۴ کشور عمده تولیدکننده کارت خام در دنیا، عملا تهیه کارت خام میسر نبود و در نهایت این مسئله تأثیر خود را از اسفند ۱۳۹۶ در فرایند صدور کارت ملی هوشمند نشان داد و ثبت احوال را در صدور کارت‌های متقاضیان با مشکل جدی روبه‌رو کرد. سازمان ثبت احوال در آن مقطع تصمیم گرفت که کارت خام مورد نیاز خود را از طریق چاپخانه دولتی تأمین کند و از ابتدای سال ۱۳۹۷ با شرکت‌های ایرانی درباره طراحی بدنه کارت‌ها همکاری آغاز شد و در نهایت نمونه‌ای که توانست استانداردهای فنی لازم را کسب کند برای تولید به چاپخانه دولتی معرفی شد اما این همکاری نیز نتوانست گره صدور کارت‌های ملی هوشمند را باز کند و در ادامه صدور کارت ملی هوشمند از ۲ میلیون و ۵۰۰ هزار کارت در ماه به ۵۰ هزار کارت در ماه رسید و این فرایند تا پایان دولت روحانی ادامه داشت؛ با آغاز به کار دولت سیزدهم تلاش‌های بسیاری برای تسریع در صدور کارت‌های ملی هوشمند انجام گرفت و اقداماتی در این بخش انجام شده است اما همچنان تعداد قابل توجهی از هموطنان بیش از ۳ سال است که کارت ملی هوشمند خود را دریافت نکرده‌اند و همچنان در انتظار هستند.

امکان تحصیل دانش آموزان متأهل دختر

معاون آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش گفت: دانش آموزان دختر در صورتی که متأهل شوند می‌توانند با رعایت شئونات و مسائل تربیتی به تشخیص شورای مدرسه در همان مدرسه روزانه به تحصیل ادامه دهند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، محمد مهدی کاظمی در گفت‌وگو با برنامه نیم نگاه رادیو سلامت با اشاره به ماده ۶۹ آئین نامه اجرایی مدارس مصوب سال ۱۴۰۰ گفت: دانش آموزان دختر در صورتی که متأهل شوند می‌توانند با رعایت شئونات و مسائل تربیتی به تشخیص شورای مدرسه در همان مدرسه روزانه به تحصیل ادامه دهند. معاون آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش با اشاره به نقش شورای مدرسه در این موضوع گفت: در صورتی که شورای مدرسه عدم رعایت شئونات را از سوی دانش آموز تشخیص بدهد، این امکان برای دانش آموز وجود دارد که به دو شیوه به تحصیل خود بدون حضور در کلاس‌های درس ادامه دهد. ابتدا استفاده از محتوای ارائه شده در آموزش مجازی در بستر شبکه شاد و شرکت در امتحانات و در شیوه دوم ثبت نام در مدارس بزرگسال. آموزش از راه دور و یا داوطلب آزاد پیش بینی شده است. کاظمی در ادامه این گفتگو، اضافه نمود: در آئین نامه سابق، ادامه تحصیل دانش آموزان متأهل منع شده بود که آسیب‌هایی من جمله پنهان کاری را به دنبال داشت که در آئین نامه مصوب سال ۱۴۰۰ شورای عالی آموزش و پرورش این منع قانونی برداشته شده و ادامه تحصیل با رعایت شئونات منعی ندارد. عضو شورای معاونین وزارت آموزش و پرورش با اشاره به بررسی‌های روانشناسی و تربیتی پیرامون این موضوع، اظهار کرد: در ارتباط با این قانون صاحب نظران حوزه روانشناسی و مسائل تربیتی در کارگروه‌ها حضور داشته و نسبت به تصمیمات گرفته شده اعلام نظر نموده‌اند که از این جهت تصمیمی کارشناسی شده و با توجه به جنبه‌های کامل مسئله گرفته شده است.

زنان و خانواده

آیا مستمری بیمه‌شده زن متوفی به بازماندگان او تعلق می گیرد؟

رئیس اداره امور بازماندگان سازمان تامین اجتماعی گفت: برقراری مستمری فرزندان واجد شرایط بیمه‌شدگان زن متوفی با رعایت ضوابط مقرر بلامانع خواهد بود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، رضا دهقان‌زاده افزود: برقراری مستمری فرزندان واجد شرایط بیمه‌شدگان زن متوفی با رعایت ضوابط مقرر از تاریخ تصویب قانون «پرداخت مستمری به فرزندان زنان متوفی مشمول قانون تأمین اجتماعی و سایر صندوق‌های بازنشستگی مصوب ۱۳۸۶/۱۰/۵» بلامانع خواهد بود. وی توضیح داد: بنابراین در اجرای قانون مذکور برای برقراری مستمری فرزند یا فرزندان بیمه‌شده یا مستمری‌بگیر زن نیازی به رعایت بخش فک بند (۲) قانون (پدر آنها در قید حیات نبوده یا تحت تکفل زن بوده و سن او از شصت سال متجاوز یا طبق نظر کمیسیون پزشکی موضوع ماده ۹۱ قانون تأمین اجتماعی از کار افتاده باشد) و به طور کل از سازمان تامین اجتماعی مستمری دریافت نکند) نخواهد بود.

مدارک مورد نیاز برای برقراری مستمری بازماندگان به صورت حضوری

دهقان‌زاده ادامه داد: درخواست بازماندگان متوفی مبنی بر تقاضای برقراری مستمری، اصل و تصویر شناسنامه و کارت ملی متوفی و بازماندگان واجد شرایط، اصل و تصویر گواهی وفات بیمه‌شده صادره از سوی سازمان ثبت احوال کشور، اصل و تصویر سند رسمی ازدواج دائم متوفی و همسری، گواهی اشتغال به تحصیل معتبر و تأییدشده از سوی مراجع ذیصلاح در خصوص فرزندان ذکور و تعهدنامه فرزندان اناث مبنی بر نداشتن شغل و شوهر نیز از جمله مدارک موردنیاز و ضروری برای برقراری مستمری بازماندگان است. رئیس اداره امور بازماندگان سازمان تامین اجتماعی همچنین یادآور شد: به شکل غیرحضوری در صورت ثبت اطلاعات افراد تبعی مرحومه مراجعه به سایت es.tamin.ir و تکمیل و ارسال درخواست بازماندگان نیز ضروری خواهد بود. به گفته این مسئول مدارک احراز وقوع حادثه (اعم از ناشی یا غیرناشی از کار) در مواردی که علت فوت بیمه‌شده بر اثر وقوع حادثه بوده است (شامل گزارش وقوع حادثه و گزارش بررسی حادثه، کروکی و گزارش پلیس راه درمورد تصادفات منجر به فوت، گزارشات مقامات انتظامی) گزارش بازرس کار و گواهی پزشکی قانونی هم در این رابطه بررسی می‌شود.

میزان مستمری بازماندگان چگونه محاسبه می‌شود؟

دهقان‌زاده در خصوص نحوه محاسبه مستمری بازماندگان نیز اظهار کرد: میزان مستمری قابل پرداخت حین فوت مستمری‌بگیران بازنشسته یا از کارافتاده کلی به عنوان مستمری استحقاقی این جمعیت تلقی شده و عینا به میزان سهام مقرر در ماده ۸۳ قانون تامین اجتماعی بین بازماندگان واجد شرایط تقسیم می‌شود.

سهم هر یک از بازماندگان از مستمری بیمه‌شده متوفی

وی افزود: میزان مستمری همسر (شوهر) بیمه‌شده یا مستمری‌بگیر زن متوفی نیز معادل پنجاه درصد مستمری استحقاقی بیمه‌شده است. میزان مستمری هر فرزند بیمه‌شده یا مستمری‌بگیر زن متوفی هم معادل بیست و پنج درصد مستمری استحقاقی بیمه‌شده است و در صورتی که پدر و مادر را از دست داده باشد، مستمری او دو برابر میزان مذکور خواهد بود. به گفته دهقان‌زاده میزان مستمری هر یک از پدر و مادر بیمه‌شده یا مستمری‌بگیر زن متوفی نیز معادل بیست درصد مستمری استحقاقی بیمه‌شده است.

بر اساس این گزارش، بر اساس بند «و» ماده «۳» قانون تامین اجتماعی پرداخت مستمری بازماندگان از تعهدات بلندمدت تامین اجتماعی است که با فوت بیمه‌شده (مستمری‌بگیر) به بازماندگان واجد شرایط پرداخت می‌شود. همسر دائم بیمه‌شده و شوهر بیمه‌شده زن متوفی از بازماندگان واجد شرایط دریافت این مستمری محسوب می‌شوند؛ مشروط بر اینکه نخست مرد تحت تکفل زن بوده و دوم سن او از شصت سال متجاوز (بیشتر) باشد؛ با طبق نظر کمیسیون پزشکی موضوع ماده ۹۱ قانون تامین اجتماعی از کارافتاده بوده و از سازمان مستمری دریافت نکند. فرزند اناث متوفی نیز در صورتی که فاقد شغل و همسر باشد، می‌توانند از این مستمری استفاده کنند؛ فرزند ذکور به موجب مفاد بند (۲) ماده ۸۱ قانون تامین اجتماعی در صورتی که کمتر از ۱۸ سال تمام بوده یا منحصراً به تحصیل اشتغال داشته و یا به علت بیماری یا نقص عضو طبق گواهی کمیسیون پزشکی موضوع ماده ۹۱ قانون تأمین اجتماعی قادر به کار شناخته نشود، استحقاق دریافت مستمری را خواهد داشت.

نایب رئیس کمیسیون بهداشت مجلس مطرح کرد:

احتمال شیوع مجدد کرونا در کشور

نایب رئیس کمیسیون بهداشت و درمان مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه «هیچ بعید نیست که طی یک ماه آینده کرونا مجدداً دامن‌گیر کشور ما شود»، اظهار کرد: با توجه به فصل سرما و شرایط موجود افزایش گردش ویروس و شیوع سویه‌های جدید کرونا، احتمال شیوع مجدد افزایش یافته است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، سید مرتضی خاتمی با اشاره به استمرار شیوع کرونا در دنیا گفت: همانطور که ناظران و کارشناسان داخلی و بین‌المللی تاکید دارند، خطر شیوع کرونا همچنان باقی است و هیچ کسی آمدنی پایان کرونا را مطرح نمی کند و خیز کرونا که در شرق و غرب دنیا در حال رخداد است، این موضوع را به اثبات می‌رساند. وی با بیان اینکه «هیچ بعید نیست که طی یک ماه آینده کرونا مجدداً دامن‌گیر کشور ما شود»، اظهار کرد: با توجه به فصل سرما و شرایط موجود افزایش گردش ویروس و شیوع سویه‌های جدید کرونا، احتمال شیوع مجدد افزایش یافته است؛ بنابراین باید خود مراقبتی و دیگر مراقبتی مورد توجه همه مردم قرار بگیرد و استفاده از ماسک در مجامع عمومی از سر گرفته شود.

نایب رئیس کمیسیون بهداشت و درمان مجلس تاکید کرد: مسئولان ذیربط باید در این رابطه تدابیر لازم را از نظر امکانات و نیروی انسانی فنی و خدمات بستری و سرپایی بیندیشند و همچنین از نظر واکسیناسیون در آمادگی کامل باشند؛ در این زمینه اخیراً طی نامه‌ای از طرف کمیسیون بهداشت و درمان به ریاست محترم جمهوری نوشته شد، نسبت به احتمال شیوع مجدد کرونا در کشور و نیز ضرورت تشکیل جلسه ستاد ملی مقابله با کرونا تاکید شد. ابطوابی به اتشکیل جلسه ستاد ملی کرونا بر مراقبت‌های ستادی و همین‌طور محیطی تاکید گردد.

خاتمی در پاسخ به این پرسش که آیا گزارشی درباره میزان آمادگی وزارت بهداشت در زمینه مقابله با کرونا به کمیسیون بهداشت ارائه شده است؟ گفت: در این رابطه به طور خاص گزارشی به کمیسیون ارائه نشده است اما اطلاع داریم که تاکید شده دانشگاه‌های علوم پزشکی آمادگی‌های لازم را داشته باشند. از سوی دیگر تجربه‌ای انباشته مقابله با کرونا را داریم و این سرمایه ذی‌قیمتی است.

نماینده مردم ماهنشان و ایجرود در مجلس در پایان درباره رویکرد رسانه‌ها نسبت به وضعیت شیوع کرونا در دنیا تاکید کرد: شدت و ضعف کشورهای مختلف در برابر کرونا قابل انکار نیست اما با توجه به اینکه هر کشوری در فازی از شیوع قرار دارد، قیاسی که در برخی رسانه‌ها درباره آمار تلفات روزانه کرونا می‌شود معوالفارق است و نباید از عدم شیوع مغرور باشیم و تلقی داشته باشیم کشورهایی که تلفات بیشتری دارند ضعف آمادگی دارند.

برش

بیمه بیکاری نیازی به نامه عدم نیاز ندارد!

عضو هیأت مدیره کانون همافندگی شورای اسلامی کار گفت: در مورد آرای دیوان، سازمان تأمین اجتماعی سلیقه‌ای رفتار می‌کند؛ آنجا که به نفع اوست این را را اجرایی می‌کند و آنجا که به ضررش است آن را کنار می‌گذارد یا با تأخیر آن را اجرایی می‌کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایلنا، اوایل تیرماه امسال در پی شکایتی که در دیوان عدالت اداری مطرح شد، هیئت عمومی دیوان شرط ارائه نامه عدم نیاز از سوی کارفرما را برای برقراری مقرری بیمه بیکاری حذف کرد. این شرط برای کارگران بیکار شده مشکلات بسیاری ایجاد می‌کرد به طوریکه اگر کارفرما راضی به دادن نامه‌ی عدم نیاز به کارگر نمی‌شد، کارگر مجبور بود درخواست بازگشت به کار بدهد و در آن صورت اگر کارفرما با ورود کارگر به کارگاه مخالفت می‌کرد، برای سازمان غیرارادی بودن بیکاری کارگر محرز و در نهایت کارگر مشمول دریافتی بیمه بیکاری می‌شد.

این پرونده‌ی طولانی و البته اضافی که زمان دریافت بیمه بیکاری را برای کارگرِ اخراج شده سخت و طولانی می‌کرد قرار بود با رأی هیئت عمومی دیوان عدالت اداری برداشته شود اما به گفته‌ی کارگران و برخی از وکلای روابط کار، سازمان تأمین اجتماعی از این رأی دیوان تبعیت نمی‌کند.

محسن باقری (عضو هیأت مدیره کانون همافندگی شورا‌های اسلامی کار) در خصوص عدم توجه تأمین اجتماعی به رأی دیوان عدالت اداری می‌گوید: در مورد پرداخت بیمه بیکاری، سازمان تأمین اجتماعی رویه‌ی خاص خود را دارد. قبلا هم تأمین اجتماعی نامه‌های سال ۸۴ را با وزارت کار امضا کرد که طبق این تفاهم‌نامه دریافت بیمه بیکاری دشوارتر شد. بر خلاف قانون بیمه بیکاری که شش ماه سابقه‌ی بیمه‌پردازی را برای گرفتن بیمه‌بیکاری کافی می‌دانست در این تفاهم‌نامه شرط یک سال بیمه‌پردازی در آخرین کارگاه ملاک قرار گرفت.

وی در خصوص مشکلات کارگران برای دریافت بیمه بیکاری گفت: بارها اتفاق افتاده که کارفرما به دلیل مشکلی که با کارگر دارد یک ماه فاصله بین بیمه کارگر می‌اندازد؛ این در حالیست که کارفرما اجازه ندارد سابقه‌ی بیمه کارگر را مخدوش کند و دادن لیست خلاف به سازمان جرم است اما کارفرما می‌تواند با این کار امکان گرفتن بیمه بیکاری را از کارگر بگیرد و یا مسیر او را دشوار کند.

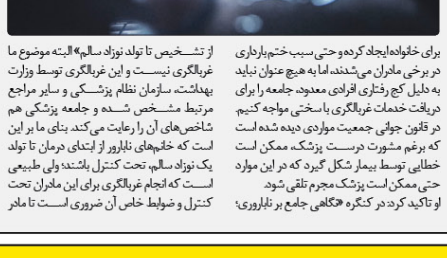
باقری بیان کرد: حتی گاهی کارگر تمام مراحل دریافت بیمه بیکاری را طی می‌کند و پرونده‌اش تکمیل می‌شود اما کارفرما یک ماه حق بیمه‌ی اضافه می‌کند و باعث می‌شود پرونده‌ی کارگر به هم بخورد و کارگر برای گرفتن بیمه بیکاری با مشکل مواجه و مجبور شود روندی اضافه طی کند.

این فعال کارگری ادامه داد: گاهی نیز کارگر را بعد از بیکاری دعوت به کار می‌کنند و به او وعده و عید می‌دهند اما در نهایت اجازه نمی‌دهند کارگر به کار برگردد که در این صورت مدت زمان یک ماهه بعد از بیکاری برای گرفتن بیمه بیکاری از بین می‌رود و کارگر نمی‌تواند به حق خود برسد.

باقری تأکید کرد: با وجود اینکه کارگران گاهی برای دریافتِ بیمه بیکاری با کارفرمای خود به مشکل می‌خورند و کارفرما با ترفندهایی می‌تواند مانع گرفتن این حق شود و یا مسیر کارگر را دشوار کند، سازمان تأمین اجتماعی در مقابل آرایی که از سوی دیوان به نفع کارگران می‌آید مقاومت می‌کند.

عضو هیأت مدیره کانون همافندگی شورا‌های اسلامی کار گفت: در مورد آرای دیوان، سازمان تأمین اجتماعی سلیقه‌ای رفتار می‌کند؛ آنجا که به نفع اوست این را را اجرایی می‌کند و آنجا که به ضررش است آن را کنار می‌گذارد یا با تأخیر آن را اجرایی می‌کند.

ضرورت انجام غربالگری‌های حین بارداری در زوجین نابارور بهبود یافته



مدیر مرکز درمان ناباروری ابن سینا با تاکید بر اینکه نگاه و نظر اصلی این مرکز درمانی در عین بارداری شدن زوجین نابارور، تولد نوزاد سالم است، گفت: پس از آغاز بارداری به دنبال درمان ناباروری، مادر نباید رها شود بلکه باید ۹ ماه تحت کنترل دقیق قرار گیرد.

به گزارش پیام آشنا علی صادقی‌تبار با تاکید بر لزوم توجه به سلامت مادر و جنین در حین و پس از بارداری و پرداخت به آن در کنگره «گلهای جامع بر ناباروری»؛ از تشخیص تا تولد نوزاد سالم»، گفت: در قانون جوانی جمعیت با هدف جلوگیری از سقط‌های عمدی متأسفانه برخی سختی‌هایی برای جامعه پزشکی دیده شده است و به دنبال آن پزشکان از برخی مشاوره‌های غربالگری بر حذر شدند که این منجر به این می‌شود که خدایی ناکرده در سال‌های آتی شاهد افزایش میانگین تولد فرزندان معلول باشیم.

وی با اشاره به اینکه اگرچه پرداختن به موضوعات قانون جوانی جمعیت قواعد درستی هم دارد، تصریح کرد: ندرتا برخی از پزشکان یا مراکز پزشکی با تجویز بی‌دلیل غربالگری‌ها نگرانی‌هایی برای خانواده ایجاد کرده و حتی سبب ختم بارداری در برخی مادران می‌شدند، اما به هیچ عنوان نباید به دلیل کج رفتاری افرادی معدود، جامعه را برای دریافت خدمات غربالگری با سختی مواجه کنیم.

در قانون جوانی جمعیت مواردی دیده شده است که برغم مشورت درست پزشک، ممکن است خطایی توسط بیمار شکل گیرد که در این موارد حتی ممکن است پزشک مجرم تلقی شود.

او تاکید کرد: در کنگره «گلهای جامع بر ناباروری؛ از تشخیص تا تولد نوزاد سالم» البته موضوع ما غربالگری نیست و این غربالگری توسط وزارت بهداشت، سازمان نظام پزشکی و سایر مراجع مرتبط مشخص شده و جامعه پزشکی هم شاخص‌های آن را رعایت می‌کند. بنای ما بر این است که خانم‌های نابارور از ابتدای درمان تا تولد یک نوزاد سالم، تحت کنترل باشند؛ ولی طبیعی است که انجام غربالگری برای این مادران تحت کنترل و ضوابط خاص آن ضروری است تا مادر دچار اضطراب و نگرانی نشود و تصمیمات اشتباه نگیرد.

وی افزود: ما معتقدیم پس از آغاز بارداری به دنبال درمان ناباروری، مادر نباید رها شود بلکه باید ۹ ماه تحت کنترل دقیق قرار گیرد. مرکز درمان ناباروری ابن سینا با اختصاص یکی از هشت کلینیک تخصصی خود تحت عنوان "کلینیک سلامت مادر و جنین" موفق شده است که شاخص سلامت مادران باردار را رشد دهد. تجربه ثابت کرده است که کنترل بارداری در این کلینیک‌های تخصصی سبب می‌شود مادر عوارض کمی در دوران بارداری تجربه کند و در نهایت نوزاد سالمی به دنیا آورد این موضوع سبب شده است تا شاخص تولد نوزادان نارس در مادرانی که درمان ناباروری خود را در کلینیک ابن سینا انجام داده‌اند؛ بسیار پایین باشد؛ در صورتی که این آمار در جوامع بیش از این است.

وی افزود: در مادران باردار گروهی از مادران با مشکل سقط مکرر وجود دارند و وقتی این افراد تحت کنترل و درمان مرکز ما قرار می‌گیرند با خطر یک نوزاد سالم، تحت کنترل باشند؛ ولی طبیعی است که انجام غربالگری برای این مادران تحت کنترل و ضوابط خاص آن ضروری است تا مادر

قربونِ دَسِّت، اون شیر آبُ ببند.

منیمال
هایی برای زندگی
@Minimalha
منیمال هایی برای زندگی
چشم بستن و پنبه
فقط بزدل چشم‌هایش را می‌بندد. چشم بستن و پنبه در گوش چپاندن باعث نمی‌شود زمان از حرکت بایستد.
از کتاب کافکا در کرانه | هاروکی موراکامی
ترجمه مهدی غبرائی | نشر نیلوفر
@Minimalhaea@arayeZendegi @Minimalha @MinimalFor.life

تازه های سلامت

۷ توصیه برای جلوگیری از بروز سرطان پروستات

سرطان پروستات دومین سرطان شایع در میان مردان است و خطر آن به تدریج با بالا رفتن سن افزایش می‌یابد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت، از هر ۱۰۰ مرد بالای ۶۰ سال شش نفر قبل از سن ۷۰ سالگی به سرطان پروستات مبتلا می‌شوند و این آماری است که مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های آمریکا اعلام کرده است. هرچند هیچ راه قطعی برای پیشگیری از سرطان پروستات وجود ندارد اما با این حال شواهد نشان می‌دهد که رعایت برخی نکات ساده، نقش کلیدی در این مورد ایفاء می‌کند:

رعایت هفت نکته‌ای که در ذیل آمده است می‌تواند به جلوگیری از سرطان پروستات کمک کند:

مصرف سویا و چای: با توجه به گزارش جامعه سرطان آمریکا، ماده غذایی به نام ایزوفلاون موجود در سویا و چای با کاهش خطر ابتلا به سرطان پروستات مرتبط است. ایزوفلاون همچنین در نخود، عدس، جوانه گندم، بادام زمینی و چای سبز نیز وجود دارد.

خوردن دانه کدو تنبل: دانه کدو تنبل غنی از روی است؛ یک ماده معدنی که به عقیده متخصصان نقش مهمی در ارتقای سلامت پروستات دارد و از بزرگ شدن پروستات نیز جلوگیری می‌کند. سایر منابع غنی از روی عبارتند از گوشت، شیر و فرآورده‌های لبنی، غلات کامل.

گنجاندن ماهی در رژیم غذایی: دلایل زیادی برای اهمیت مصرف ماهی‌هایی چرب وجود دارد. اسیدهای چرب امگا ۳ موجود در ماهی رشد سلول‌های سرطان را در پروستات متوقف می‌کند. در میان مردانی که ماهی زیاد مصرف می‌کنند موارد ابتلا به سرطان پروستات یک به شش است و این شگفتگر آن است که میزان موارد سرطان پروستات در میان مردانی که ماهی مصرف می‌کنند ۵۰ درصد کاهش یافته است.

مصرف هرچه بیشتر گوجه فرنگی: محققان آمریکایی ثابت کرده‌اند که لیکوپن موجود در گوجه فرنگی که خواص آنتی اکسیدانی دارد، توانایی سلول‌های سرطانی برای تهاجم به بافت‌های بدن را کاهش می‌دهد. همچنین لیکوپن به ترمیم سلول‌های آسیب دیده کمک می‌کند. لیکوپن در سایر مواد غذایی بخصوص هندوانه نیز وجود دارد.

محدود کردن مصرف چربی‌های اشباع: مطالعات متعدد ارتباط بین چربی‌های اشباع یا چاقی، سرطان روده بزرگ، سرطان رحم، سرطان سینه و ملانوم را ثابت کرده‌اند. کمتر از ۱۰ درصد کالری دریافتی شما در طول روز باید از طریق چربی‌های اشباع باشد.

کاهش مصرف مکمل‌های غذایی: اگرچه ویتامین‌ها برای تقویت سیستم ایمنی بدن مناسبت هستند، اما دریافت دزهای بالای برخی از آنها اثرات معکوس و مضر دارد. نتایج تحقیقات اخیر دانشمندان آمریکایی نشان می‌دهد مصرف مکمل‌های غذایی با دز بالای ویتامین E و سلنیوم، خطر ابتلا به سرطان بدخیم پروستات را افزایش می‌دهد.

مشورت پزشک درباره مصرف آسپرین: آسپرین یک گزینه مفید برای کاهش خطر حمله قلبی است اما دارای مزایای بالقوه دیگری مانند مبارزه با سرطان نیز است. دزهای روزانه آسپرین برای جلوگیری از رشد تومورهای پروستات، مری و سینه مفید است و حتی در برابر گسترش برخی از انواع سرطان‌ها مانند سرطان ریه نیز محافظت ایجاد می‌کند.