گوناگون

کرونای «پیرولا» به کشور نرسیده است

متخصص ویروس شناسی و رئیس آزمایشگاه مرجع کووید ۱۹ انستیتوپاستور ایران با تشریح آخرین وضعیت کرونا ویروس‌ها و ویروس‌های تنفسی در ایران و جهان گفت: به جز چند مورد محدود، گزارش بیشتری از مشاهده واریانت آریس صورت نگرفته و واریانت پیرولا نیز در کشور مشاهده نشده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از انستیتوپاستور ایران، علی ملکی روز شنبه گفت: طبق آمار کشوری، بعد از آخرین موج بیماری کووید ۱۹ در ابتدای سال ۱۴۰۲ در کشور، شاهد موارد کمتر از لتلا به این بیماری هستیم، به همین میزان بستری گزارش شده در بیمارستان‌ها و مرگ ناشی از آن نیز کاهش یافته است. وی افزود: البته در تیر و شهریور ماه امسال جاری شاهد افزایش موارد لتلا به بیماری‌های تنفسی بویژه عفونت‌های ویروسی در جامعه بودیم که از این میان سهم قابل توجهی از عفونت‌ها مرتبط با کووید ۱۹ بوده است. ملکی با بیان اینکه افزایش موارد لتلا به کووید ۱۹ در فصل تابستان منجر به ایجاد یک موج جدید در کشور نشد، گفت: پس از عبور از سال‌های اولیه همه‌گیری، رغبت کمتری در بین مردم برای انجام آزمایش کووید ۱۹ مشاهده می‌شود که این مهم راهی تولی به بقیه ویروس‌های عامل بیماری‌های تنفسی نیز تعمیم داد. به گفته این ویروس شناس، آمار بیماری‌های تنفسی ویروسی در کشور از آمار آزمایشات انجام شده به مراتب بیشتر شده است. همین عامل کاهش حساسیت در گذر زمان، باعث شده است زمانی بیماران به آزمایشگاه مراجعه کنند که تیتر ویروس در بدن آن‌ها کاهش یافته است.

ملکی در این باره افزود: اگرچه نگرانی در ارتباط با حساسیت و اختصاصی تشخیص مولکولی کووید ۱۹ در آزمایشگاه‌های معتبر کشور وجود ندارد، اما به نظر می رسد بخشی از بیماران مبتلا به کووید۱۹ با تیتر بسیار کم ویروس (یعنی Ct بالاتر) منفی تشخیص داده می‌شوند. این موضوع، نقش مهم آزمایشگاه‌ها را در موفقیت زمانی فعلی پراهمیت‌تر می‌کند تا با وضعیتی (کلیرلین) دستگاهها، آموزش مداوم کارکنان، بهینه سازی روش‌های تشخیصی و استفاده از کنترل‌های مختلف، از صحت جواب خود اطمینان بیشتری حاصل کنند.

این متخصص ویروس‌شناسی با اعلام آمادگی انستیتو پاستور ایران برای ارزیابی و کنترل عفونت‌های منتشره در زمان رویدادهای مهم، یادآور شد: در ایام اربعین امسال آزمایشگاه تشخیصی تیم پاسخ سریع انستیتو پاستور ایران در عراق مستقر شد و از زائرینی که علائم تنفسی داشتند، نمونه برداری صورت گرفت و ویروس‌های تنفسی در آن‌ها ردیابی شد که نشان داد ملخولوی از عفونت کووید ۱۹، آنفلوآنزا و ویروس‌های سرماخوردگی از جمله رینوویروس‌ها و کرونا ویروس‌های فصلی در بین زائرین در گردش بوده است.

ملکی ادامه داد: به غیر از چند مورد محدود، گزارش بیشتری از مشاهده واریانت آریس (EG.5) صورت نگرفته است و خوشبختانه واریانت پیرولا (BA.2.86) در کشور مشاهده نشده است.

رئیس آزمایشگاه مرجع کووید ۱۹ انستیتو پاستور ایران درباره نامگذاری واریانت‌های کرونا نیز توضیح داد: نامگذاری‌های خاصی مانند آریس، پیرولا و دیگر موارد تنها برای آگاهی مخاطب عمومی است و نشان دهنده اهمیت ویژه‌ای برای این واریانت‌ها نیست؛ چنانچه در واریانت های قبلی هم اسامی مستعاری مانند کراکن، هایبریون و آرکتوروس نیز انتخاب شده بود و این اسامی وسیله‌ای برای ایجاد نگرانی در جوامع انسانی شده بودند. وی افزود: هرچند گسترش این واریانت‌ها در برخی کشورها و شناسایی جهش‌های زیاد ومتفاوت، مخصوصا در پروتئین اسپایک ویروس، باعث بیشتر دیده شدن آنها و تمرکز مراکز نظارتی سلامت در دنیا بر روی آنها شده است، تعمیم دادن گسترش یک واریانت در یک کشور به بقیه کشورها کار ساده و علمی نیست.

رئیس آزمایشگاه مرجع کووید۱۹ انستیتو پاستور ایران در پایان گفت: میزان لتلاهای گذشته، درصد و تعداد واکسن و نوع واکسن‌های تزریق شده، ترکیب جمعیتی جوامع، بیماری‌های زمینه‌ای و بیماری از موارد دیگر برای ارزیابی خطر در گسترش واریانت‌های نوظهور کووید۱۹ در کشورها باید در نظر گرفته شود و ظهور فقط یک واریانت جدید نباید باعث موج ناامنی روقی در جامعه‌شود.

بیش از ۵۵ هزار نفر به دلیل نزاع به پزشکی قانونی مراجعه کردند

مدیرکل پزشکی قانونی استان تهران گفت از ابتدای فروردین تا پایان شهریور امسال، ۵۵ هزار و ۲۹۹ نفر به دلیل آسیب‌های ناشی از نزاع به مراکز پزشکی قانونی این استان مراجعه کردند که این رقم در مقایسه با مدت مشابه سال گذشته (۱۴۰۱) نیم درصد افزایش یافته است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از اداره کل پزشکی قانونی، مهدی فروزش روز شنبه افزود: در ۶ ماهه نخست امسال، ۵۵ هزار و ۲۹۹ نفر به دلیل آسیب‌های ناشی از نزاع به مراکز پزشکی قانونی استان تهران مراجعه کردند که در مقایسه با مدت مشابه سال ۱۴۰۱ که تعداد مراجعان به دلیل نزاع به مراکز پزشکی قانونی ۵۵ هزار و ۵ نفر اعلام شده بود، نیم درصد افزایش یافته است.

وی گفت: از کل مراجعان به دلیل آسیب‌های ناشی از نزاع در ۶ ماهه نخست سال جاری، ۲۴ هزار و ۵۶۰ نفر مرد و ۳۰ هزار و ۷۰۹ نفر زن بودند.

بر اساس این گزارش، سزاع و درگیری‌های خیابانی با خودلاگی همواره بخش قابل توجهی از ارجاع‌های واحدهای معاینات بالینی مراکز پزشکی قانونی سراسر کشور را به خود اختصاص می‌دهد. طبق آمارهای موجود، بیش از ۳۰ درصد از کل ارجاعات این بخش مربوط به آسیب دیدگان نزاع است که رقم قابل توجهی محسوب می‌شود. یکی از وظایف پزشکی قانونی، رسیدگی به شکایت‌های نزاع و بررسی آسیب‌های مصدومان درگیری‌ها است که با دستور مقام قضایی به این سازمان ارجاع می‌شوند.

مراجعه کنندگان نزاع به پزشکی قانونی باید توجه داشته باشند که ظاهر خون آلود تأثیری در تعیین میزان صدمات و صدور نظریه کارشناسی توسط پزشکی قانونی ندارد؛ آنچه مبنای صدور نظریه کارشناسی در خصوص جراحات است، نوع جراحت و برخی خصوصیات آن است. بنابراین معاینه دقیق در ضایعات، نیازمند تمیز بودن موضع و بررسی دقیق آن توسط کارشناسان پزشکی قانونی است.

همچنین دیگر چیزی به نام «طول درمان» در پزشکی قانونی تعیین نمی‌شود. آنچه امروز در گواهی‌های پزشکی قانونی وجود دارد، تعیین زمان «معاینه مجدد» است که هدف از آن، تعیین سرنوشت جراحات و صدمات و حفظ حقوق مصدومان است که آیا جراحت یا صدمه به صورت بدون عیب التیام می‌یابد یا اینکه با عدم التیام و یا التیام ناقص، موجب ایجاد نقص عضو می‌شود.

برای صدور نظریه کارشناسی در مورد صدمات ناشی از نزاع توسط سازمان پزشکی قانونی ارائه معرفی‌نامه از مراجع قضایی یا کلانتری الزامی است.

زنان و خانواده

خزعلی: کارگروه ویژه خانواده در سازمان همکاری‌های اسلامی تشکیل شود

معاون رئیس جمهوری در امور زنان و خانواده در دیدار دبیرکل سازمان همکاری‌های اسلامی خواستار تشکیل کارگروه ویژه خانواده در این سازمان شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از معاونت رئیس جمهوری در امور زنان و خانواده، آنسیه خزعلی که برای شرکت در نشست متولت و توانمندسازی زن در اسلام به جده عربستان سفر کرده است، در حاشیه این نشست با حسین ابراهیم طه دبیرکل سازمان همکاری‌های اسلامی دیدار و گفتوگو کرد.

آنسیه خزعلی در این دیدار مساله غزه، کشتار زنان و کودکان و لزوم حمایت از آنان با ایجاد اتحاد و هم‌افزایی میان کشورهای اسلامی را مطرح کرد.

معاون رئیس جمهوری در امور زنان و خانواده با تشکر از ایجاد کمیته زن و خانواده در این سازمان توجه به مساله خانواده و حمایت از خانواده طبیعی در برابر آسیب هایی که از سوی فرهنگ غربی متوجه این رکن اصیل است را متذکر شد و خواستار تشکیل کارگروه ویژه خانواده در این سازمان شد.

خزعلی در این دیدار همچنین آمادگی جمهوری اسلامی ایران را برای کمک به سازمان همکاری‌های اسلامی برای توسعه فعالیت‌هایش به ویژه در فضای مجازی و با کمک گرفتن از متخصصان ایرانی فناوری اطلاعات و هوش مصنوعی اعلام کرد.

ابراهیم طه دبیرکل سازمان همکاری های اسلامی نیز با یادآوری تشکیل کارگروه زن در این نهاد بین‌المللی گفت از همه اعضا می‌خواهیم همکاری لازم را برای تقویت این کارگروه داشته باشند.

در آینده هر کد ملی یک پرونده سلامت خواهد داشت

وزیر بهداشت از آغاز مرحله اول پویش ملی سلامت از روز شنبه ۲۰ آبان تا ۱۵ دی‌ماه خبر داد و با اشاره به آمار مرگ‌های ناشی از بیماری‌های غیرواگیر گفت: امیدواریم به تدریج پرونده الکترونیک سلامت برای هر ایرانی با کد ملی داشته باشیم تا سابقه بیماری در خانواده، سبک زندگی آنها و... را ثبت کنیم و داشته باشیم تا بررسی شده و ارتباط آن با بیماری‌ها مشخص شود.

وی تاکید کرد این پویش باید تا ۲۰ درصد جمعیت کشور را دربرگیرد و آمادگی کامل برای اجرای آن در تمام دانشگاه‌های علوم پزشکی وجود دارد و همه برای اجرای طرح بسیج شدند.

وزیر بهداشت گفت: امروزه با کم شدن بیماری‌های واگیر، بیماری‌های غیرواگیر افزایش یافته و بیمارستان‌ها شاهد هستیم که ۸۳ درصد مرگ و میرها به دلیل بیماری‌های غیرواگیر است. سالانه حدود ۳۰۰ هزارنفر جان خود را در کشور بر اثر بیماری غیرواگیر از دست می‌دهند و بیش از ۱۵۰ هزار مرگ و میر از بیماری‌های قلبی عروقی داریم. ۳۲ درصد افراد بالای ۱۸ سال در ایران فشارخون بالا دارند که در حالی که بسیاری هم فشارخون خود را اندازه گیری نکرده باشند. زمانی می‌گفتند اگر بخواهیم فشارخون بگیریم حتما باید نزد پزشک برویم اما امروزه دیگر اینگونه نیست و باید امکانات آن همه جا فراهم باشد.

وی افزود: از طرفی سالانه ۳۰ هزار مرگ به دلیل دیابت داریم؛ در حالی که فرد شاید از بیماری خود مطلع هم نباشد. در عین حال بیش از ۶۰ درصد افراد کشور از پرفشاری خون خود اطلاع ندارند و ۳۰ درصد از مردم هم از ابتلای خود به دیابت بی خبرهستند.

وزیر بهداشت تاکید کرد: امیدواریم با آگاهی به موقع از افسار تا سال ۱۴۰۹ بتوانیم از تیم میلیون مرگ بر اثر بیماری قلبی عروقی و ۲۰ هزار مرگ بر اثر دیابت پیشگیری کنیم.

وی افزود: بیش از ۲۲۰ هزار مرگ یعنی حدود ۸۹ درصد مرگ در سال ناشی از عوامل فشارخون، قندخون، چاقی، اضافه وزن و... است. داشتن تحرک کافی بدنی بسیار مهم است. قوام و اقسام غذاهای پرنمک و پرچرب مورد استقبال نسل جوان است و ما می‌دانیم بسیاری از بیماری‌ها در کودکی پایه‌گذاری می‌شود و مصرف زیاد غذای پرنمک، نوشابه و... در آینده فرد اثرگذار است. در این زمینه از مسئولین مدارس می‌خواهیم در بوفه‌ها از ارائه این محصولات مضر خودداری کنند و حتی بوشی برای آگاهی رسانی این موضوع به بچه‌ها اغاز کنیم.

عین‌الهی با اشاره به تاثیر بیماری‌های غیرواگیر بر اقتصاد و پیشرفت کشور، اظهار کرد: این بیماری‌ها سالانه بیش از ۸۰ تریلیون تومان به اقتصاد ما ضربه می‌زند که این آسیب برابر با پنج درصد تولید ناخالص داخلی سالانه است.

او در ادامه صحبت‌هایش با اشاره به آثار زیان‌بار مصرف دخانیات بر سلامت، اظهار کرد: همیشه از مردم خواستیم مصرف دخانیات را با ترک کرده یا به حداقل برسانند.

وی افزود: با این پویش برنامه داریم تا ۲۰۰ هزار مرگ بر اثر فشارخون جلوگیری کنیم. همچنین فناوری و در این راستا با افزایش سطح سواد جامعه امروزه افزایش یافته است و انتظار داریم در حوزه سلامت هم این سطح ارتقا یابد از طرفی امیدواریم به تدریج پرونده الکترونیک سلامت برای هر ایرانی با کد ملی داشته باشیم تا سابقه بیماری در خانواده، سبک زندگی آنها و... را ثبت کنیم و داشته باشیم تا بررسی شده و ارتباط آن با بیماری‌ها مشخص شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از استانبهرام عین‌الهی در مراسم رونمایی از برنامه پویش ملی سلامت با شعار «آگاهی زودتر، مراقبت مولوتر» که در وزارت بهداشت برگزار شد، گفت: امروزه یکی از نیازهای مهم بشری مسئله سلامت است. قبل از کرونا شاید افراد چندان اهمیت سلامت را درک نمی‌کردند، اما این بیماری نشان داد سلامت چقدر مهم است. شاید همه فکر کنند کار ما درمان است اما اینگونه نیست، وظیفه ما پیشگیری و ایجاد سلامت برای مردم است و به همین دلیل هم طرحی به عنوان «پویش ملی سلامت» را از روز شنبه ۲۰ آبان آغاز کردیم که تا ۱۵ دی ماه ادامه دارد.

وی افزود: البته این مرحله اول طرح است و قرار نیست تمام شود؛ بلکه در مراحل مختلف دنبال می‌شود؛ چون هدف ما ارتقای سلامت است. امروزه همه با تلفن همراه و انواع و اقسام رایانه‌ها آشنا هستند، ولی در حوزه سلامت خیلی از این وسایل استفاده نمی‌شود؛ درحالی که می‌توان بیشتر از آنها بهره برد.

عین‌الهی با تاکید بر اهمیت ارتقای سواد سلامت، اظهار کرد: سطح سواد جامعه امروزه افزایش یافته است و انتظار داریم در حوزه سلامت هم این سطح ارتقا یابد از طرفی امیدواریم به تدریج پرونده الکترونیک سلامت برای هر ایرانی با کد ملی داشته باشیم تا سابقه بیماری در خانواده، سبک زندگی آنها و... را ثبت کنیم و داشته باشیم تا بررسی شده و ارتباط آن با بیماری‌ها مشخص شود.

وزیر بهداشت گفت: امروزه با کم شدن بیماری‌های واگیر، بیماری‌های غیرواگیر افزایش یافته و بیمارستان‌ها شاهد هستیم که ۸۳ درصد مرگ و میرها به دلیل بیماری‌های غیرواگیر است. سالانه حدود ۳۰۰ هزارنفر جان خود را در کشور بر اثر بیماری غیرواگیر از دست می‌دهند و بیش از ۱۵۰ هزار مرگ و میر از بیماری‌های قلبی عروقی داریم. ۳۲ درصد افراد بالای ۱۸ سال در ایران فشارخون بالا دارند که در حالی که بسیاری هم فشارخون خود را اندازه گیری نکرده باشند. زمانی می‌گفتند اگر بخواهیم فشارخون بگیریم حتما باید نزد پزشک برویم اما امروزه دیگر اینگونه نیست و باید امکانات آن همه جا فراهم باشد.

وی افزود: از طرفی سالانه ۳۰ هزار مرگ به دلیل دیابت داریم؛ در حالی که فرد شاید از بیماری خود مطلع هم نباشد. در عین حال بیش از ۶۰ درصد افراد کشور از پرفشاری خون خود اطلاع ندارند و ۳۰ درصد از مردم هم از ابتلای خود به دیابت بی خبرهستند.

وزیر بهداشت تاکید کرد: امیدواریم با آگاهی به موقع از افسار تا سال ۱۴۰۹ بتوانیم از تیم میلیون مرگ بر اثر بیماری قلبی عروقی و ۲۰ هزار مرگ بر اثر دیابت پیشگیری کنیم.

وی افزود: بیش از ۲۲۰ هزار مرگ یعنی حدود ۸۹ درصد مرگ در سال ناشی از عوامل فشارخون، قندخون، چاقی، اضافه وزن و... است. داشتن تحرک کافی بدنی بسیار مهم است. قوام و اقسام غذاهای پرنمک و پرچرب مورد استقبال نسل جوان است و ما می‌دانیم بسیاری از بیماری‌ها در کودکی پایه‌گذاری می‌شود و مصرف زیاد غذای پرنمک، نوشابه و... در آینده فرد اثرگذار است. در این زمینه از مسئولین مدارس می‌خواهیم در بوفه‌ها از ارائه این محصولات مضر خودداری کنند و حتی بوشی برای آگاهی رسانی این موضوع به بچه‌ها اغاز کنیم.

عین‌الهی با اشاره به تاثیر بیماری‌های غیرواگیر بر اقتصاد و پیشرفت کشور، اظهار کرد: این بیماری‌ها سالانه بیش از ۸۰ تریلیون تومان به اقتصاد ما ضربه می‌زند که این آسیب برابر با پنج درصد تولید ناخالص داخلی سالانه است.

او در ادامه صحبت‌هایش با اشاره به آثار زیان‌بار مصرف دخانیات بر سلامت، اظهار کرد: همیشه از مردم خواستیم مصرف دخانیات را با ترک کرده یا به حداقل برسانند.

وی افزود: با این پویش برنامه داریم تا ۲۰۰ هزار مرگ بر اثر فشارخون جلوگیری کنیم. همچنین

قابل توجه

برخورد پلیس با صفحات پیکر تراشی در فضای مجازی

جانشین رئیس پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات فراجا از برخورد پلیس با صفحاتی که به نام پیکرتراشی و جراحی زیبایی اقدام به انتشار تصاویر خصوصی شهروندان می‌کردند، خبر داد و گفت طبق بررسی‌ها فقط ۱۲۵ صفحه اینستاگرامی بیش از ۱۱ میلیون دنبال‌کننده که در این زمینه فعالیت داشتند و اقدام به انتشار تصاویر خصوصی شهروندان می‌کردند شناسایی و در فرایند رسیدگی قرار گرفتند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از پلیس، سردار حسین فیروزی روز شنبه اظهار کرد: رصد و پایش فضای مجازی و شناسایی صفحات غیراخلاقی مستهجن و مجرمانه، بنا بر وظیفه ذاتی در دستور کار پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات فراجا قرار دارد؛ در همین راستا و پیرو شکایت تعداد زیادی از شهروندان در مورد انتشار تصاویر خصوصی آنها در فضای مجازی اقدامات عملیاتی ویژه در دستور کار قرار گرفت.

وی با اشاره به اقدام قاطعانه پلیس با گردانندگان این صفحات، افزود: در اقدامات فنی کارشناسان پلیس فتا، ۱۲۵ صفحه اینستاگرامی با بیش از ۱۱ میلیون دنبال‌کننده که در این زمینه فعالیت داشتند و اقدام به انتشار تصاویر خصوصی شهروندان می‌کردند شناسایی و در فرایند رسیدگی قرار گرفتند.

سردار امیرلی ادامه داد: صفحات مزبور تصاویر خصوصی افراد را بدون رضایت آنها و گاهی با تهدید و اجبار منتشر می‌کردند؛ در این راستا اقسران سایبری پلیس فتا اقدامات خود را به صورت گسترده در سراسر کشور توسعه دادند و با بررسی همه جوانب پرونده و بهره‌گیری از روش‌های علمی و فنی موفق شدند بیشتر گردانندگان این صفحات را مورد شناسایی قرار دهند و بیش از ۸۴ نفر از این افراد را پس از تشریفات قضایی در چندین عملیات همزمان دستگیر کنند.

جانشین رئیس پلیس فتا فراجا با اشاره به اینکه همه صفحاتی که اقدام به نقض حریم خصوصی شهروندان کرده بودند، مسدود شدند، تصریح کرد: حفظ آبرو و حریم خصوصی هموطنان در فضای مجازی از خطوط قرمز پلیس فتا بوده و افرادی که آبروی مردم را بازیچه اهداف شوم خود قرار دهند قطعا با برخورد قاطع و قانونی پلیس مواجه خواهند شد.

سردار امیرلی با تاکید بر عدم اعتماد به هویت اینگونه افراد در فضای مجازی به شهروندان توصیه کرد: از ارسال تصاویر و اطلاعات خصوصی خود برای دیگران و افراد ناشناس که با تبلیغات فروشین یا عنوان صفحات پیکرتراشی، جراحی‌های زیبایی و مواردی از این دست قصد درآمدزایی و دیده شدن دارند، خودداری کنید.

روند جذب فرهنگیان در صندوق ذخیره اطلاع رسانی می‌شود

مدیرعامل صندوق ذخیره فرهنگیان ضمن تشریح فرآیند جذب از میان فرهنگیان و خانواده‌های آنان در این موسسه، گفت: جذب از فرهنگیان و خانواده‌های آنان قرار است که در هلدینگ‌ها هم صورت گیرد؛ بنابراین روند اطلاع‌رسانی درباره این استخدام اعلام می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، حمیدرضا نجف‌پور کردی درباره چگونگی استخدام فرهنگیان و خانواده‌های آنان در صندوق ذخیره فرهنگیان و شرکت‌های زیرمجموعه آن، اظهار کرد: سال گذشته برای این موضوع سیاست‌گذاری کردیم و برلین اساس زیرساختها درون مجموعه صندوق و هلدینگ‌ها فراهم شد تا این اتفاق و سیاست عملیاتی شود.

وی افزود: عملا در سال گذشته در حوزه تشعابات یک گام بزرگی برداشتیم که حدود ۴۵ درصد از معلمان و خانواده‌های آنان جذب شدند چراکه فرهنگیان از ما انتظار داشتند معلم بازنشسته و خانواده وی در این مکان بنشیند.

مدیرعامل صندوق ذخیره فرهنگیان ادامه داد: بیشتر صندوق به دلیل نابسامانی‌هایی که در بخش‌های گوناگون و شرکت‌ها داشته است، جذب نیروی انسانی به صورت چندان نداشته است و ما عملا به دنبال سامندهی هستیم.

نجف‌پور کردی عنوان کرد: اکنون برخی از شرکت‌های صندوق ذخیره فرهنگیان زیان‌ده هستند که این‌ها را باید ادغام کنیم، برخی را باید ارتقا دهیم و برخی دیگر را هم منحل خواهیم کرد؛ بنابراین نیروی انسانی مازاد هم در برخی از شرکت‌ها داریم و این افراد در درون صندوق جذب‌یابی می‌شوند و از این حیث اطلاع‌رسانی عمومی چندانی برای جذب نیروی انسانی نکردیم.

جذب در بخش‌های محدودی مانند ستاد صندوق صورت گرفته است

وی با بیان اینکه جذب در بخش‌های محدودی مانند ستاد صندوق صورت گرفته است، گفت: تعدادی جذب در صندوق ذخیره فرهنگیان داشتیم که همان تعداد را حدود ۸۰ درصد جذب از فرهنگیان و خانواده‌های خودشان یعنی برادر، پدر، مادر، دختر، خواهر، بسر اتفاق افتاد.

مدیرعامل صندوق ذخیره فرهنگیان یادآور شد: پایه این جذب در سالنامه صندوق ذخیره فرهنگیان فراهم شده و اقدامات مناسبی در حوزه سامندهی نیروی انسانی صورت گرفت از این حیث که نیروهای سازمانی ما چقدر است و این میزان باید به چه تعداد برسد را بررسی می‌کنیم و جذب را به صورت متمرکز یا اطلاع رسانی عمومی از میان خانواده‌های فرهنگیان انجام خواهیم داد.

نجف‌پور کردی ادامه داد: برای درصدی از مشاغل ممکن است که در میان خانواده فرهنگیان تجربه و تخصص کافی وجود نداشته باشد که ما برای این موضوع هیچ الزامی نداریم که حتما از این مجموعه استفاده کنیم، برای درصدی که استفاده از این موضوع به مجموعه‌ها با اختیار موردی که داریم، ابلاغ شده است.

بر اساس این گزارش، مدیرعامل موسسه صندوق ذخیره بیشتر از بکارگیری ۸۰ درصد نیروهای ستاد موسسه از خانواده فرهنگیان عضو طی یک سال و نیم اخیر خبر داد و اعلام کرد در این مدت ۴۴ درصد انتصابات اعضای هیات مدیره شرکت‌های تابعه نیز مربوط به فرهنگیان معزز و خانواده آنان بوده است. در حال حاضر حدود ۴۴ درصد از مدیران و اعضای هیات مدیره شرکت های تابعه از خانواده معزز فرهنگیان انتخاب شده اند که از تخصص، تبحر و تعهد لازم برای اهداف سازمان برخوردارند.

قربونِ دَسِت، اون شیر آبُ ببند.

منیمال
هایی برای زندگی

تازه های سلامت

۶ عامل احساس خستگی بعد از ورزش

احتمالا برای شما هم پیش آمده که با داشتن حدی از فعالیت بدنی، دچار خستگی شوید، اما اگر این احساس زودتر از حد به سراغ شما می‌آید احتمالا لازم باشد موارد زیر را در شیوه زندگی خود اصلاح کنید.

به گزارش پیام آشنا به نقل از دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت، اگر چند دقیقه بعد از انجام فعالیت‌های ورزشی روزانه فشار بسیار زیادی به بدن‌تان وارد می‌شود، پای عوامل دیگری در میان است که احتمالا خودتان از آنها بی‌خبر هستید. این شکایت بسیاری از افراد است که پس از چند دقیقه فعالیت بدنی ناگهان احساس می‌کنند توانی برای ورزش کردن ندارند. بر اساس این گزارش، شش عامل مهم، در بروز این نوع خستگی نقش دارند.

کم شدن آب بدن

کاهش میزان مایعات بدن می‌تواند باعث افزایش غلظت خون شود و در این هنگام کار پمپاژ توسط قلب دشوار می‌شود. یک راه برای این که تشخیص دهید دچار کم آبی هستید یا نه، این است که قبل و بعد از ورزش، خود را وزن کنید. اگر بیش از دو درصد از وزن‌تان از دست رفته باشد، این یعنی دچار کم آبی شده‌اید و باید بیشتر مایعات بنوشید.

مشکلات تیروئید

کم کاری تیروئید می‌تواند منجر به احساس خستگی، افزایش وزن، افسردگی و درد عضلانی شود. این در حالی است که ۶۰ درصد افراد مبتلا به این اختلال، مشکل خود را جدی نمی‌گیرند و از علائم آن به طور کامل صرف نظر می‌کنند. اگر حین ورزش دچار خستگی می‌شوید، برای بررسی مشکلات احتمالی تیروئید با پزشک‌تان مشورت کنید.

کاهش سطح گلیکوژن

گلیکوژن میزان کربوهیدرات ذخیره شده در بدن است و زمانی که میزان آن کاهش می‌یابد، بدن برای جبران آن به خصوص حین ورزش، سراغ گلیکوژن ذخیره شده در کبد می‌رود. بهترین راه برای جلوگیری از کاهش سطح گلیکوژن، مصرف غذاهای حاوی کربوهیدرات قبل از انجام ورزش است.

بی خوابی و استرس

داشتن یک روز پر از استرس و خواب بد شبانه، هر دو باعث کاهش سطح انرژی و احساس خستگی می‌شود. بنابراین اگر حین ورزش احساس خستگی می‌کنید، باید سبک و روال زندگی، شغل و دیگر روابط اجتماعی‌تان را از نظر میزان استرس بررسی کنید.

ابتلا به آسم و آلرژی

هر دو بیماری می‌تواند میزان اکسیژن در ریه‌ها را کاهش دهد و باعث احساس خستگی حین ورزش شود. اگر شما تجربه سرفه، خس خس سینه و تنگی نفس، بلافاصله بعد از تمرینات ورزشی را دارید، ممکن است به آسم ناشی از ورزش یا القباض برونش مبتلا شده باشید. اگر شما در مورد ابتلا به آسم و آلرژی در خود مشکوک هستید، با پزشک خود در مورد پیشنهاد راه‌هایی برای بازکردن راه‌های هوایی در سالن ورزشی مشورت کنید.

کم خونی

این وضعیت یعنی میزان گلبول‌های قرمز خون برای حمل اکسیژن ناکافی است و همین کمبود اکسیژن در بدن باعث احساس کسالت و خستگی حین ورزش می‌شود. شایع‌ترین علت این وضعیت، کمبود آهن است و زنان بیشتر آن را تجربه می‌کنند. نشانه‌های دیگر کم خونی شامل بی خوابی، سرگیجه، گرفتگی عضلات پا، پوست رنگ پریده، کبودی آسان است. مصرف غذاهای حاوی گوشت قرمز و یا محصولات غنی شده با آهن برای رفع این نوع کم خونی مفید است.