گوناگون

تزریق دز سوم و چهارم واکسن کرونا اجباری می‌شود؟

سخنگوی ستاد کرونای دانشگاه علوم پزشکی البرز گفت: به احتمال زیاد همه واجدین شرایط، فارغ از اینکه تاکنون چند دز دریافت کرده‌اند، باید تا پایان سال یک دز جدید هم تزریق کنند.

به گزارش پیام آشنا، مهرداد بایابی با اشاره به وضعیت شیوع کرونا در البرز اظهار کرد: البرز همچنان در وضعیت قابلی از لحاظ تعداد بستری‌ها قرار دارد و در حال حاضر ۱۵۹ بیمار کرونایی در بیمارستان‌های استان بستری هستند. وی با تاکید بر تزریق دز سوم واکسن توضیح داد: در شرایطی که بیماری در کمترین سطح شیوع قرار دارد، بهترین زمان برای تزریق واکسن است چون بیشتری ایمنی را در بدن ایجاد می‌کند به همین دلیل از مردم درخواست می‌شود از کنار ضرورت تزریق دز سوم به سادگی عبور نکنند.

این مسئول اضافه کرد: طبق تصمیم ستاد کرونا، به احتمال زیاد همه واجدین شرایط، فارغ از اینکه تاکنون چند دز دریافت کرده‌اند، باید تا پایان سال یک دز جدید هم تزریق کنند. بایابی گفت: بر این اساس اگر فردی دو دز واکسن کرونا دریافت کرده باید دز سوم و کسانی که دز سوم هم دریافت کرده‌اند هم احتمالا باید دز چهارم را هم دریافت کنند. سخنگوی ستاد کرونای البرز ادامه داد: با این اقدام شاهد افزایش سطح ایمنی مردم در مقابل ویروس کرونا به ویژه در شرایطی که محدودیت‌ها برداشته شده خواهیم بود. وی افزود: خوشبختانه هیچ کمبودی در خصوص واکسن کرونا نداریم و واجدین شرایط می‌توانند با صرف کمترین وقت به نزدیک‌ترین مرکز تجمیعی مراجعه و واکسن مورد نظر خود را دریافت کنند.

کدام استان بیشترین حوادث جوی را در نوروز امسال داشت؟

رئیس سازمان امداد و نجات هلال احمر با اشاره به این که به بیش از ۴۵۰۰ نفر از متاثرین حوادث جوی در ایام نوروز امدادرسانی شده است، از وقوع بیشترین حوادث جوی در استان آذربایجان شرقی در ایام نوروز خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جمعیت هلال احمر، مهدی ولی پور با اشاره به اینکه امدادگران جمعیت هلال احمر با از خودگذشتگی در خط مقدم امدادرسانی به شهروندان هستند، گفت: در ایام نوروز حدود ۵ درصد از کل ماموریت های امدادی جمعیت هلال احمر مربوط به سوانح و حوادث جوی بود. وی افزود: در مدت اجرای طرح ملی امداد و نجات ۱۴۰۱ که در سراسر کشور انجام شد، ماموریت و عملیات های متعددی در راستای امدادرسانی به متاثرین از حوادث جوی توسط نجاتگران جمعیت هلال احمر به ثبت رسیده است که منجر به نجات ۴ هزارو ۵۵۰ نفر شهروند گردتار و اعزام ۱۷ مصدوم به مراکز درمانی شده است. بیشترین ماموریت های مربوط به حوادث جوی در ایام نوروز در استان آذربایجان شرقی با امدادرسانی به ۱۰۷۶ نفر بود که ۲۴ درصد از کل امدادرسانی های جوی کشور را به خود اختصاص داده است. پس از استان آذربایجان شرقی، استان مازندران با امدادرسانی به ۸۳۷ نفر و اختصاص ۱۸ درصد از کل امدادرسانی ها، استان آذربایجان غربی با امدادرسانی به ۸۱۵ نفر و اختصاص حدود ۱۷ درصد از کل ماموریت ها، در رده های بعدی قرار دارند.

ولی پور با بیان این که در ایام نوروز حوادث جوی در ۱۶ استان کشور به وقوع پیوست، ادامه داد: حوادث جوی در برخی مناطق کشور در ایام نوروز به قدری شدت پیدا کرد که برخی شهروندان در مناطق امن اسکان اضطراری داده شده که تعداد این شهروندان در ایام نوروز ۷۶۴ نفر بودند. این مقام مسئول در جمعیت هلال احمر با اشاره به این که نلوگان هوایی جمعیت هلال احمر نیز در این مدت در عملیات های حوادث جوی مشارکت داشته و برخی مصدومان را به مناطق امن منتقل کرده‌اند، گفت: ماموریت های جمعیت هلال احمر در حوادث جوی نسبت به نوروز سال گذشته رشد داشته است.

رئیس سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر خاطرنشان کرد: ۹۲ درصد از ماموریت های جمعیت هلال احمر در حوزه حوادث جوی مربوط به یرف و کولاک، ۵ درصد مربوط به سیل و آبگرفتگی و ۳ درصد نیز مربوط به توفان بود که نیروهای امدادی برای نجات گرفتار شدگان و مصدومان در این حوادث اعزام شده بودند. ولی پور با تاکید بر این که نیروهای جمعیت هلال احمر همچنان در حال خدمت رسانی به شهروندان در حوادث و سوانح مختلف هستند، گفت: نیروهای امدادی در سراسر کشور حضور فعال دارند و مشخصا تلاش‌ها در تمامی عرصه‌ها جهت خدمت رسانی به شهروندان ادامه خواهد داشت.

بهار چه غذاهایی را بیشتر بخوریم؟

متخصص طب سنتی گفت: در فصل بهار مواد خام زائد در بدن زیادتر است که یکی از کارها تنقیه و پاکسازی بدن است در نتیجه باید در این فصل انواع آش‌ها، خورش‌های پُر سبزی، سالادها، سبزیجات و نوشیدنی‌هایی مثل شربت سکنجبین مصرف شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از فارس، لیلا شیر بیگی- متخصص طب سنتی در پاسخ به این پرسش که «در فصل بهار چه مواد غذایی باید بیشتر مصرف کنیم؟»، بیان کرد: در هنگام گرم شدن هوا از منظر طب ایرانی مواد داخلی در بدن جریان پیدا می‌کنند و فرد احساس سنگینی کلی و کسالت در بدن دارد؛ به خصوص افرادی که در فصل سرما پرخوری دارند و ورزش نمی‌کنند.

وی ادامه داد: در فصل بهار مواد خام زائد در بدن زیاد است که یکی از کارها تنقیه و پاکسازی بدن است؛ در نتیجه باید در این فصل انواع آش‌ها، خورش‌های پر سبزی، سالادها، سبزیجات و نوشیدنی‌هایی مثل شربت سکنجبین مصرف شود.

این متخصص طب ایرانی یادآور شد: هدف این است که خودرن مواد غذایی غلیظ و پرکالری در این فصل کاهش یابد و فیبرها و سبزیجات بیشتر مصرف شود تا بدن فرصتی برای استراحت پیدا کند و بتواند خود را باز سازی کند.

شیربیگی با تأکید بر اینکه در فصل بهار باید غذاهای سبک بیشتر مصرف شود، ابراز کرد: یکی از بهترین میان وعده‌ها مصرف کاهو یا سکنجبین است که طبق رسوم ایرانی در روز سیزدهم نوروز میل می‌شود؛ در حالی که به نظر می‌رسد این میان وعده نیکو است و باید از همان ابتدای بهار مصرف کرد.

یک جرعه کتاب

تندتر فکر کردن، سریع تر یاد گرفتن، باهوش تر شدن
یک راهنمای عملی
نویسنده: رز ایلیام
مترجم: هنگامه بابسهلی
انتشارات مهرانديش

پیام آشنا: کتاب الکترونیکی «تندتر فکر کردن، سریع‌تر یاد گرفتن، باهوش تر شدن» نوشته رزا ایلمام با ترجمه هنگامه ایلسهلی در انتشارات مهرانديش چاپ شده است. این کتاب یک راهنمای عملی برای بالاتر بردن قدرت درک و به دست آوردن تمرکز است که همه ما برای رسیدن به اهدافمان به آن نیاز داریم. خواندن این کتاب به همگان، بخصوص کسانی که در حوزه‌های تجارت، صنعت، هنر، موسیقی، مشاغل خدماتی و همچنین درمانی فعالیت دارند، توصیه می‌شود.

درباره کتاب تندتر فکر کردن، سریع تر یاد گرفتن، باهوش تر شدن

من واقعاً می‌خواهم به شما کمک کنم تا به اهدافتان برسید، و اگر شما این کتاب را بخوانید و تمرین‌های آن را برای سی روز آینده انجام دهید، قدرت درک و تمرکزی را که برای رسیدن به اهدافتان نیاز دارید را به دست خواهید آورد.

اما اگر بازهم خواهان نتیجه سریع‌تری هستید، می‌توانید به خبرنامه‌هایی که رایگان توسط ایمیل ارسال می‌کنم بپیوندید، محلی که من نکات مهم، استراتژی‌های کاربردی، و روش‌های ساختن ذهن قوی و نحوه اجرای قدرتمند طرز فکر را برای همگان، به اشتراک می‌گذارم.

همچنین یک برگ تقلب خودم را «۶۰ ثانیه تمرکز» برایتان ارسال خواهم کرد، آن برگه‌ای است که شما در آن کشف خواهید کرد که چگونه در عرض ۶۰ ثانیه یک تمرکز بسیار عمیق و غیرقابل شکست را به دست آورید.

کتاب تندتر فکر کردن، سریع تر یاد گرفتن، باهوش تر شدن را به چه کسانی پیشنهاد می‌کنیم

این کتاب به علاقمندان به کتاب‌های توسعه فردی پیشنهاد می‌شود.

وزیر بهداشت اعلام کرد: ارز ۳ میلیارد دلاری برای تامین دارو در ۱۴۰۱

وزیر بهداشت با بیان اینکه امسال سه میلیارد دلار ارز دارو داریم که آن را برای تامین دارو استفاده می‌کنیم، درباره تغییر سیاست ارزی دارو، گفت: اگر بخواهیم این منابع را برای تقویت بیمه‌ها به ریال بدل کنیم در صورتی است که سازمان برنامه و بودجه بتواند ریالش را تامین کرده و به ما بدهد. این اقدام صورت می‌گیرد؛ اما فعلا برنامه‌ای در این زمینه وجود ندارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، بهرام عین‌اللهی گفت: امسال در نوروز همکاران‌مان بسیار زحمت کشیدند و در جاده‌ها، شهرها و مناطق صعب‌العبور حضور یافتند که به حدود سه میلیون نفر خدمات ارایه دادند. ۱۳۱ هزار عمل جراحی داشتیم که برخی از آن‌ها الکتیو بودند.

افزایش آمار بیماران قلبی و تنفسی در پی آلودگی هوا

وی درباره بحث آلودگی هوا و نگرانی برای سلامت مردم، گفت: وظیفه وزارت بهداشت در این زمینه کنترل نیست، بلکه ستادی در زمینه آلودگی هوا تشکیل شده که وزارت بهداشت یکی از اعضای آن است. متاسفانه افزایش آمار بیماران قلبی و تنفسی را داشتیم که وظیفه ما درمان آنها بوده است.

ارز سه میلیارد دلاری برای تامین دارو طی امسال

عین‌اللهی در پاسخ به ایسنا درباره مباحث مربوط به ارز دارو، گفت: سال قبل دو میلیارد دلار ارز برای دارو داشتیم، اما امسال این عدد به سه میلیارد دلار افزایش یافته است. بنابراین هیچ مشکلی در رابطه با تامین دارو نداریم.

وضعیت متفاوت داروهای برند و غیرضروری

وی در عین حال به ایسنا افزود: فضاسازی‌هایی که برخی برای منافع‌شان انجام دادند به هیچ وجه درست نیست. ما اجازه نمی‌دهیم که کوچکترین خدشه‌ای به مردم وارد شود. البته داروهایی که به صورت برند و داروهای غیرضروری است وضعیت متفاوتی دارند. زیرا اگر دارویی را مشابه تولید داخلی داشته باشیم، ضرورتی برای مصرف نوع خارجی آن نداریم. داروهای خارجی قیمت‌های نامتعارف دارند و اصلا در برنامه ما نیست. ما حتما از داروهای داخلی حمایت می‌کنیم و ۹۷ درصد داروهایمان هم تولید داخلی است و تنها سه درصدش وارداتی است.

برنامه‌ریزی برای داروهای بیماران خاص

وزیر بهداشت همچنین گفت: برای بحث داروی بیماران خاص هم مجلس اعتبار جداگانه‌ای دیده که برنامه‌ریزی ما به صورتی است که بیماران خاص هم به راحتی به داروهایشان دسترسی داشته باشند.

وی به ایسنا ادامه داد: در حوزه برخی داروهای نادر و داروهایی که جزو اقلام داروهای فارماکوپیه ما نیست، آن‌ها احتمال گرانی دارند که جزو برنامه ما هم نیست، اما داروهای بیماران خاص، صعب‌العلاج و داروهای مورد نیاز مردم را به وفور تامین می‌کنیم.

بازنگری برای پوشش بیمه‌ای برخی داروها

وی در پاسخ به سوال دیگر ایسنا درباره داروهایی که در دولت قبل ارزشان به ارز آزاد تبدیل شد، گفت: ما ارز هیچ دارویی را به تازگی آزاد نکردیم، اما از قبل هرچه بوده همان هست. برنامه‌ای که داریم این است که اولا پوشش بیمه‌ای مردم را افزایش دهیم که باید حدود شش میلیون نفر را بیمه کنیم که آن‌شاءالله انجام می‌دهیم و دوم اینکه داروهایی که تحت پوشش بیمه نیست، اما ضروری است، بازنگری انجام دهیم تا تحت پوشش بیمه قرار گیرد. وی گفت: سه میلیارد دلار ارز دارو داریم که آن را برای تامین دارو استفاده می‌کنیم. حال اگر بخواهیم این منابع را برای تقویت بیمه‌ها به ریال بدل کنیم؛ در صورتی است که سازمان برنامه و بودجه بتواند ریالش را تامین کرده و به ما بدهد، این اقدام صورت می‌گیرد؛ اما فعلا برنامه‌ای در این زمینه وجود ندارد.

وی درباره افزایش قیمت دارو و لزوم پوشش بیمه‌های داروهای گران، گفت: قرار است در شورای عالی بیمه پوشش بیمه‌های جدید بررسی شود.

۱۰ کشور آفریقایی خواهان واکسن ایرانی کرونا

وی درباره وضعیت صادرات واکسن ایرانی کرونا نیز گفت: تاکنون به نیکاراگوئه واکسن صادر کردیم. ۱۰ کشور آفریقایی هم خواهان واکسن هستند اما هنوز صادر نشده است. به هر حال تقاضا زیاد است؛ اما به اندازه‌ای که بتوانیم صادر می‌کنیم، فعلا چهار میلیون دز قرار است صادر شود.

دریچه

مورد توجه‌ترین مقاصد گردشگری مجازی در نوروز

تعطیلات نوروزی هر ساله زمان مناسبی برای گردشگری عموم مردم بوده است. با شیوع ویروس کرونا چند سالی بود که سفرهای نوروزی طرفدار زیادی نداشت و مورد توجه بخش زیادی از مردم نبود؛ با این حال بسیاری از کاربران در چند سال گذشته سفرهای مجازی را به راه انداختند تا پهانه‌ای برای معرفی اماکن سیاحتی و زیارتی شهر خود باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مرکز پژوهشی بنا، با تزریق واکسن کرونا و کاهش چشمگیر مبتلایان و فوتی‌های کرونا در اواخر سال ۱۴۰۰، تعطیلات نوروز ۱۴۰۱ فرصت مناسبی برای سفر و تفریح فراهم کرد؛ تا جایی که شاهد حجم عظیمی از مسافران نوروزی در عید امسال بودیم.

طبق بررسی‌ها، حرم مطهر امام رضا (ع) در مشهد (اینستاگرام)، تخت جمشید (توییتر) و حافظیه در شیراز (تلگرام)، مورد توجه‌ترین اماکن گردشگری در نوروز ۱۴۰۱ در فضای مجازی بودند.

مورد توجه‌ترین
اماکن گردشگری
در نوروز ۱۴۰۱
در فضای مجازی
تخت جمشید
حافظیه
برج میلاد
حرم امام رضا (ع)
نقش جهان
پاسارگاد
کاخ گلستان
بازار وکیل
بازار بزرگ
بازار مسجد سید
بازار وکیل
بازار سعدیه
بازار خان
بازار بزرگ
بازار بزرگ
بازار بزرگ