گوناگون

خروج ۵۵۰ هزار زائر از مرزهای زمینی تا کنون

رئیس پلیس راهـور فراجا از تردد ۵۵۰ هزار نفری زائران اربعین از مرزهای زمینی و جاده‌ای خبر داد و تصویه‌ها و هشدارهایی را نیز برای پیشگیری از تصادفات ارائه کرد.

به گزارش پیام آشنا، سردار سید تیمور حسینی با اشاره به آغاز طرح خروج گسترده زائران از مرزهای زمینی هستیم؛ به طوری که برابر آمارهای ما تا پایان شب گذشته حدود ۵۵۰ هزار زائر از طریق مرزهای زمینی وارد خاک کشور عراق شـده‌اند، که از این آمار بیشـترین حجم تردد مربوط به مرز مهران با سهمی ۵۳ درصدی بوده‌است.

رئیس پلیس راهور فراجا با بیان اینکه آمارها نشان‌دهنده افزایش چشـمگیر تردد زائران در مقایسه با سال‌های گذشته است؛ گفت: در مرز مهران ۲۷۹ هزار تردد ثبت شده و این مرز پرتردد‌ترین پایانه مرزی اربعین در کشور اسـت. وی از زائران خواست که در صورت امکان و به منظور کاهش بار ترافیکی از سایر مرزهای زمینی مانند خسروی، باشماق و تمرچین بر سفر به عتبات تردد کنند.

رئیس پلیس راهور فراجا همچنین با بیان اینکه این بار استثنائا مردم می‌خواهیم که برای سفر اربعین از خودروی شخصی خود استفاده کنند، گفت: زیرساخت‌های لازم برای پارک خودرو و تامین امنیت خودروها در پارکینگ‌ها اتخاذ شده است. اما لازم است که زائران نیز رعایت یکسری نکات را مدنظر قرار دهند تا جمله اینکه حتما زمان سفر خود را مدیریت کنند پرهیز از رانندگی‌های طولانی مدت نیز نکته مهمی است که باید مورد توجه قرار بگیرد. تاکید پلیس این است که به‌ای‌ای هر دو ساعت رانندگی، حداقل ۱۵ دقیقه استراحت از سوی راننده انجام شود.

حسینی اضافه کرد: پرهیز از رانندگی با سرعت غیرمجاز باید مورد تاکید رانندگان باشد. علاوه‌بر سرعت غیرمجاز، سبقت غیرمجاز، تردد از شـانه خاکی، تجاوز به چپ و ـ نیز جزو خط قرمزهای ترافیکی پلیس راهور اسـت، لذا لازم است که رانندگان از ارتکاب آن پرهیز کنند وی همچنین به زائران توصیه کرد که از عجله و شـتاب در رانندگی پرهیز کرده و اگر به دلیل گرمای هوا ساعات آغازین روز یا ساعات پایانی شب را برای سفر جاده‌ای انتخاب کردند، حتما دقت کافی داشته و از رانندگی در حالت خسـتگی و خواب آلودگی پرهیز کنند.

به گفته رئیس پلیس راهور فراجا مامورانِ پلیس راهور با تمام توان در محورهای مواصلاتی و پایانه‌های مرزی حضور دارند تا از بروز هرگونه حادثه جلوگیری و به زائران عزیز خدمت‌رسانی کنند. وی با اعلام دو شـماره تلفن ۱۲۰ و ۸۸۲۵۵۵۵۵ از زائران خواست که برای اطلاع از آخرین وضعیت ترافیکی جاده‌های کشور و به خصوص محورهای منتهی به پایانه‌های مرزی اربعین با این شماره‌ها تماس بگیرند.

نرخ‌های جدید جرائم پزشک‌نماها

معاون فنی و نظارت سازمان نظام پزشکی از تنظیم جدول تفکیکی تخلفات پزشک‌نماها خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، رضا لاری‌پور ضمن اعلام این خبر، درباره جرایم تخلفات پزشک‌نماها اظهار کرد: سازمان تعزیرات حکومتی در ارتباط با کسانی که مداخله‌گران در حوزه سلامت هستند، جرائمی در نظر گرفته است. وی با بیان اینکه مداخله‌گران غیرمجاز، افرادی هسـتند که تحصیلات مرتبط با حوزه سلامت را ندارند، افزود: افرادی که تحصیلات مرتبط با نظام سلامت ندارند و در دانشگاه‌های علوم‌پزشکی یا دانشگاه‌های مرتبط با حوزه سلامت که دانسـتگی تدریس و پروش افراد را دارند، تحصیل نکرده‌اند اما به حوزه طبابت ورود کرده‌اند جزو افراد غیرمجاز محسوب می‌شوند.

معاون فنی و نظارت سازمان نظام پزشکی ادامه داد: اگر علیه افراد غیرمجاز در ارتباط با ورود به مداخله‌گری در حوزه سلامت شکایتی مطرح شود و اسنادی مبنی بر ورود افرادی از آنها در دسترس باشد و سبب آسیب یا کلاهبرداری شود، سازمان تعزیرات حکومتی، جرائمی در نظر گرفته است. وی درباره نرخ جرائم تخلفات پزشک‌نماها گفت: افرادی که به صورت غیرمجاز به حوز سـلامت ورود کرده‌اند، مبلغ ۵۸۰ میلیون تومان برای بار نخست جریمه می‌شوند. نرخ جریمه پزشک‌نماها برای دومین‌بار نیز یک میلیارد و ۱۶۰ میلیون تومان اسـت. پیش از اعلام نرخ جرائم جدید، مبلغ جریمه پزشک‌نماها حدود ۵ تا ۱۰ میلیون تومان بود. نرخ جرائم قدیمی، بازدارنده نبود.

لاری‌پور با بیان اینکه سازمان تعزیرات حکومتی، جدول تفکیکی برای نرخ جرائم پزشک‌نماها درنظر گرفته است، خاطرنشان کرد: سازمان تعزیرات حکومتی جرائمی برای پزشک‌نماها در نظر گرفته و این جرائم اعلام می‌شود. امیدوارم نرخ جدید جرائم پزشک‌نماها بازدارنده باشد و در صورت تکرار تخلف، جریمه‌های سنگین‌تری بر آنها جاری شود.

فروش اینترنتی دارو باید زیر نظر داروساز باشد

رئیس دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت: فروش اینترنتی دارو باید به گونه‌ای تنظیم شود که مانع هر نوع سوءاستفاده‌ای باشد.

به گزارش پیام آشنا، حسین قناعتی افزود: داروساز باید به بیمار راهنمایی‌های لازم را ارائه کند و باید گروه‌های تخصصی به صورتی فروش اینترنتی دارو را تنظیم کنند که جلوی هر نوع سوءاستفاده‌ای گرفته شود. وی با اشاره به مراجعه بالا به داروخانه ۱۳ آبان، گفت: برای بیماران ام‌ال‌اس، مبتلا به سرطان و دیابتی، داروسازی در منزل انجام می‌شـود و برای رسیدن به فروش اینترنتی دارو باید ضوابط خاصی ایجاد شود تا مشکلی برای بیمار رخ ندهد زیرا دارو محصول بیولوژیک است و نباید عرضه دارو مشابه تاکسی اینترنتی باشد بلکه باید در قالب کلینیک‌های مشاوره دارویی و زیر نظر داروساز انجام و روش‌هایی ایجاد شود که بیمار در تعامل با داروساز به صورت اینترنتی دارو را تهیه و مصرف کند.

قناعتی ادامه داد: فضای داروخانه‌های دانشگاه علوم پزشکی تهران در دولت سیزدهم ۲ برابر افزایش یافت؛ داروخانه ۱۳ آبان در دولت سـیزدهم از نظر کمی توسعه ۲ برابری یافته و در حال حاضر ۱۰ مرکز بیمارسـتانی و ۴ مرکز شهری به مجموعه داروخانه‌های دانشگاه علوم پزشکی تهران اضافه شده و ۳ مرکز دیگر نیز در حال گسـترش است. وی با اشاره به توسعه مراکز درمانی با هدف افزایش دسـترسی مردم و ایجاد عدالت در سـلامت، گفت: این توسعه در شهری ری، یافت‌آباد و بیمارسـتان امیراعلم ادامه دارد تا بیماران دغدغه دسترسی به دارو را نداشته باشند و از نظر انبار دارویی نیز خیرین بزرگ‌ترین انبار دارویی کشـور را با متـراژ ۳۸۰۰ مترمربع ایجاد کرده‌اند که می‌تواند بزرگ‌ترین ذخیره راهبردی دارویی کشور و تهران در شرایط اضطراری و بحرانی و حتی جنگ باشد.

قناعتی گفت: کارگاه مهارتـی در داروخانه‌های ۱۳ آبان راه اندازی شده‌است که برای دانشجویان رشته‌های پزشکی و داروسازی فرصت گذراندن دوره‌های عملی - آموزشی را به همراه دارد و برای اولین بار است که در داروخانه‌های کشور این کارگاه مهارتی برای دانشجویان ایجاد شده‌است.

زنان و خانواده

ارتقای جایگاه زنان در خانواده و اجتماع در دولت چهاردهم پیگیری می‌شود

معاون رئیس جمهور در امـور زنان و خانواده گفت: ارتقای موقعیـت و جایگاه زنان در خانواده و اجتماع، تقویت بنیان و پایداری خانواده، توسعه و ارتقای سرمایه اجتماعی زنان و خانواده و رفع موانع فراریی زنان برای مشارکت فعال در تمامی عرصه‌های توسعه ایران در دولت چهاردهم دنبال خواهد شد.

به گزارش پیام آشـنا به نقل از ایرنا، آیین تودیع انسیه خزعلی و معارفه زهرا بهروز آذر به عنوان معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده دولت چهاردهم با حضور محمدرضا عارف معاون اول رئیس جمهور، آذر منصوری رئیس شورای هماهنگی جبهه اصلاحات، ناهید خدا کرمی، الهام فخاری از اعضای سابق شورای شهر تهران برگزار شد و جمعی از بانوان در این آیین حضور داشتند.

بهروز آذر در این آیین سـخنان خود را با این شریفه «رَبِّ أَدْخِلْنِي مُدْخَلَ صِدْقٍ وَأَخْرِجْنِي مُخْرَجَ صِدْقٍ وَاجْعَل لِّي مِن لَّدُنكَ سُلْطَانًا نَّصِيرًا» آغاز کرد و افزود: پروردگارا مرا آور هر کاری به نیکی وارد کن و به نیکی بیرون آور و برایم از نزد خود نیرویی یاری‌دهنده قرار ده وی گفت: درود می‌فرسـتم به‌روح پرفتوح بنیانگذار کبیر انقلاب اسلامی حضرت امام خمینی (ره) و یاد و خاطره همه شـهدای گرانقدر ایران اسلامی به ویژه یاد و خاطره ۱۷ هزار زن شهید، جانباز و آزاده را گرامی می‌دارم. وی افزود: با لطف خداوند متعال، تدبیر رهبری معظم انقلاب و رأی هوشمندانه مردم در انتخابات دوره چهاردهم ریاسـت جمهوری، فرصتی نو برای ایران عزیز گشوده شد. این فرصت به ما این امکان را داد که به شرایط خطیر کشور و دشـواری‌های زندگی مردم، به ویژه زنان و دختران، توجه بیشتری کنیم؛ صدای همه مردم بویژه اقشار مختلف زنان را بشنویم و خواسـته‌های آنان را برای برخورداری از زندگی همراه با رفاه و آرامش درک کنیم. بهروز آذر اذعان‌داد: اکنون، فرصتی فراهم شده است تا با تمرکز ویژه بر نیازها و مطالبات زنان، رویکردها و رویه‌های پیشین را مورد بازبینی قرار داده و نقاط قوت را با استفاده از فرصتها تقویت کنیم و مواردی که در حکمرانی کمتر کارآمد بوده‌اند بهبود و اصلاح کنیم و امید به خلق آینده دوست داشتنی و مقبول و ممکن را برای عبور از تنگناها و بحران‌های پیچیده پیش رو از مسـیر گفتگو و اجماع‌سازی دوچندان کنیم.

معاون رئیس جمهور گفت: برای اینجانب افتخار بزرگی است که عضوی از دولتی هستم که خود را دولت همه ملت ایران می‌داند و متعهد به تأمین حقوق شهروندی همه ایرانیان است و با توجه به نیازهای ایران امروز و نقش حیاتی زنان در جامعه، به‌ویژه در عرصه‌های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی، وظیفه خود می‌داند که به برابری حقوقی و بسط عدالت اجتماعی و رفع هرگونه تبعیض برای زنان در تمام عرصه‌های زندگی پایبند باشـد و آن را تضمین کنـد وی تاکید کرد: ارتقای موقعیـت و جایگاه زنان در خانواده و اجتماع، تقویت بنیان و پایداری خانواده، توسعه و ارتقای سرمایه اجتماعی زنان و خانواده و رفع موانع فراریی زنان برای مشارکت فعال در تمامی عرصه‌های توسعه ایران اهدافی است که در این دولت دنبال خواهد شد. به گفته وی، ایران در سند چشم‌انداز، به‌عنوان کشوری توسعه‌یافته با جایگاهی برتر در عرصه‌های اقتصادی، علمی و فناوری در سطح منطقه معرفی شده است؛ کشوری که با هویتی اسلامی و انقلابی، الهام‌بخش جهان اسلام است و با تأکید بر مردم‌سالاری دینی، عدالت اجتماعی، آزادی‌های مشروع و حفظ کرامت انسانی، در مسیر افزایش شیر عمومی و کاهش رنج شهروندان تلاش می‌کند.

بهروز آذر خاطر نشان کرد: در این مسیر باور داریم که، زنان نیمی از سرمایه انسانی فکری و تخصصی کشور هسـتند و من متعهد میشوم که با تمام توان، بسترهای لازم را برای تحقق آن فراهم کنم. وی افزود: امروز زنان ایران، به‌ویژه در شرایطی که فقر زنانه‌تر شـده اسـت، خواهان استقلال مالی بیشتر هسـتند ما با حمایت از اشکال متنوع کارآفرینی و توسعه فضای کسـب‌وکار زنان، از استقلال اقتصادی زنان حمایت خواهیـم کرد و با اجرای برنامه اقدام و عمل، برای توسـعه صنایع و مشاغل خانگی، به‌ویژه برای زنان سرپرست خانوار و زنان روستایی و عشایر را مورد توجه ویژه قرار خواهیم داد.

یکی از وظایف مهم این معاونت، حمایت از مادران، به‌ویژه مادران شاغل، خواهد بود

وی تأکید کرد: با توجه به تأکید بر جوانی جمعیت در اسناد بالادسـتی و تمایل زنان به شوق مادری به‌عنوان بخشی از هویت زنانه آنان، این معاونت، همراهی خود را اجرا و رصد قانون جوانی جمعیت و سلامت خانواده اعلام می‌دارد. بهبود نرخ باروری و توسعه جمعیت جوان، تضمین کننده نیروی انسانی و آینده کشور است بنابراین، یکی از وظایف مهم این معاونت، حمایت از مادران، به‌ویژه مادران شاغل، خواهد بود و تلاش خواهیم کرد با همراهی سـتاد ملی جمعیت، برای اجرای بندهای زوجیتی قانون جوانی جمعیت و سـلامت خانـواده گام برداریم. معاون رئیس‌جمهـور در امور زنان و خانواده افزود: در این مسیر، با اتخاذ سیاسـت‌های دوستدار خانواده و فراهمسـازی تسـهیلات برای تحقق توازن بین کار و زندگی، که عامل پایداری خانواده اسـت، توان‌افزایی و ظرفیت‌سازی سـازمان‌های مردم‌نهاد حوزه زنان و خانواده در اولویـت قرار خواهد گرفت. وی تأکید کرد: باور داریم که حضور زنان در سطوح بالای مدیریتی و تصمیم‌گیری، حق آنان و ضرورتی برای پیشـرفت کشور است. هدف، افزایش سهم زنان در مناصب مدیریتی بر اساس شایسته‌سالاری و عدالت استحقاقی است در این مسیر به رسمیت شناختن حق انتخاب شدن و تسری شمول رجل سیاسی به زنان را پیگیری خواهیم کرد.

بهروز آذر ادامه‌داد: بر اساس داده‌ها و مطالعاتی که در زمینه وضعیت فرهنگی کشور انجام شده است به‌خوبی می‌دانیم که زنان امروز بیش از هر زمان دیگری خواهان حق انتخاب و برخورداری از اختیار در موضوعات مختلف زندگی‌شـان هسـتند. آنان می‌خواهنـد که تصمیم‌گیری فـردی در زمینه‌هایی چون ازدواج، تحصیل، شغل و سبک زندگی‌شان به رسمیت شناخته شود. این خواسته‌ها نه‌تنها در خانواده، بلکه در داخل جامعه نیز پذیرفته شده است. وی یادآور شد: اکنون که خانواده به عنوان بنیادی‌ترین نهاد جامعه این حق را پذیرفته‌اند، وظیفه دولت است که همراه شود؛ با همکاری سایر قوا با بسط ظرفیت‌های قانونی و اجرای عدالت اجتماعی، این حقوق را به طور کامل محقق سازد و اینجانب تمام تلاش خود را در این مسیر به کار خواهم گرفت. وی با بیان اینکه از اعتماد جناب دکتر پزشکیان برای انتخاب اینجانب در این سمت سپاسگزارم، اظهار کرد: ضمن ادای احترام به مرحومه زهرا شجاعی و مرحومه شـهلا حبیبی قدردان زحمات و خدمات سروراتم، سرکار خانمها، نسرین سلطان‌خواه، زهره طیب، راله نوری، مریم مجتهدزاده، شهیندخت مولاوردی، معصومه ابتکار و بویژه خواهر گرانقدرم سرکار خانم خزعلی هسـتم و تلاش خواهم کرد از مجموعه تجارب پیشـینیان نهایت بهره را ببرم و این توصیه امیرالمومنین را شاغله سرلوحه فعالیتم در این دوره قرار خواهم داد که می‌فرمایند: باید که محبوب‌ترین کارها در نزد تو، کارهایی باشد که با میانه‌روی سـازگارتر است و با عدالت دمسازتر و خشنودی مردم را در پی‌داشته باشد. وی گفت: امیدوارم خداوند متعال اینجانب را در انجام امور محوله و وظایف این حوزه یاری رساند.

تلاش می‌کنم احساس نادیده‌شدن از میان زنان ایرانی رخت‌بربندد

زهـرا بهروز آذر معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده نیز در حاشـیه این آیین در جمع خبرنـگاران اظهار کرد: مهمترین برنامه من و اولویت این است که زنان ایران احساس و باور کنند متعلق به این کشور هسـتند و این کشور قدردان آنهاسـت. وی افزود: به هر شکلی تمام فرصت‌ها و منابع را که نتوانستیم این سال‌ها اختصاص دهیم جبران خواهیم کرد تا احساس نادیده شدن از میان زنان کشورمان رخت‌ببرند.

تازه های سلامت

چگونه می توانیم بیماری هزار چهره را کنترل کنیم

یک متخصص بیماری‌های عفونی، با اشـاره به اینکه تب مالت به بیماری هزار چهره معروف است، گفت: کنترل و پیشگیری تب مالت نیازمند همکاری بین بخشی است.

به گزارش پیام آشـنا به نقل از مهر، مجید مرجانی با اشاره به اینکه در کشور بیشـتر بیماری‌هایی که از حیوان به انسان منتقل می‌شود، از طریق دام‌ها و حیوانات اهلی هسـتند که انسان بیشتر با آنها سر و کار دارد، اظهار کرد: اهمیت این بیماری‌ها در این است که صرفا مسئله و چالش سیسـتم بهداشتی و پزشکی ندارند بلکه برای کنترل و پیشگیری، همکاری بین‌بخشی با سایر ارگان‌ها مثل سازمان دامپزشکی، دامپروری، صنایع و گروه پزشکی ضرورت دارد.

وی ادامه داد: بیماری بین دام و انسان طیف وسیعی از بیماری‌ها را تشکیل می‌دهند که شایع‌ترین آن در کشور ما بیماری تب مالت یا بیماری تب بروسلیوز است.

مرجانی با بیان اینکه تب مالت به بیماری هزارچهره معروف است، افزود: خطر بروز این بیماری بیشتر با فصل گرما بهار و تابستان و هنگام زایش و شیردهی حیوانات اهلی خصوصاً در روستاها و مناطق عشایری بیشتر است و بنابراین مراقبت و رعایت نکات بهداشتی و ایمنی از سوی افراد در معرض خطر ضرورت دارد.

وی توضیح داد: بیماری تب مالت بیماری قدیمی است که شاید از هزاران سال پیش برای بشر شناخته شده. در گذشته این بیماری را به نام تب نوبه می‌شناختند، چون تقریبا به کرات و در نوبت‌های متفاوت تب می‌کرد این عضو هیئت علمی دانشگاه با اشاره به اینکه تب مالت بیشتر در کشورهای حوزه مدیترانه مثل سوریه، یونان، عراق و ایران گزارش می‌شود، اضافه کرد: این بیماری از طریق دام‌های اهلی خصوصا گوسفند و بز، فرآورده‌های آن و یا تماس مستقیم به انسان منتقل می‌شود.

به گفته مرجانی، بیماری تب مالت دو گروه از افراد را درگیر می‌کند: اول کسـانی که به دلیل شرایط شـغلی خود با دام سر و کار دارند مثل دامپزشـکان، دامپروران و یا افرادی که در صنایع گوشتی و یا در کشتارگاه‌ها فعالیت می‌کنند، گروه دوم در معرض خطر افرادی هسـتند که رابطه شغلی با دام و یا فرآورده‌های دامی ندارند، این افراد صرفاً از فرآورده‌های لبنی که در رأس آن شیر اسـت استفاده می‌کنند و آلودگی از این طریق به این گروه منتقل می‌شود.

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه میکروب بروسلا که حلوی تب مالت است در واقع به حرارت حساس است، تاکید کرد: فرآورده‌های دامی باید حداقل ۲۰ دقیقه بجوشد تا این میکروب از بین برود؛ یا شیر باید از طریق فرآورده‌های صنعتی مثل پاستوریزاسیون و یا استریلزاسیون میکروب از بین برود بنابراین اگر شیر به روش صحیح استفاده شود امکان آلودگی به حداقل ممکن خواهد رسید.

وی با اشاره به اینکه برخی فرآورده‌های لبنی به صورت سنتی تهیه می‌شـود که در فرایند تهیه آن اصلا شیر جوشانده نمی‌شود یا به میزان کافی در معرض حرارت قرار نمی‌گیرد، خاطرنشان کرد: سرشیر یا پنیر از جمله این فرآورده‌هاسـت بنابراین اگر میکروبی در آن وجود داشته باشد در صورت استفاده از آن امکان ابتلاء به تب مالت به مراتب افزایش پیدا خواهد کرد.

مرجانی با بیان اینکه میکروب بروسلا میکروب بسیار مقاومی است، اظهار کرد: این میکروب می‌تواند ماهها در فرآورده‌های دامی و لبنی زنده بماند برای مثال در پنیر این میکروب تا چندین ماه زنده است و به راحتی مصرف کننده را آلوده می‌کند.

وی ادامه داد: در مورد پنیرهایی که به صورت سنتی تهیه می‌شود، باید حتماً دو ماه در آب نمک بماند تا این میکروب از بین برود، چرا که در فرآیند تهیه پنیر سنتی میکروب به کلی از بین نمی‌رود.

استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گفت: سایر بیماری‌های مشترک بین انسان و دام قاعدتاً از طریق گوشت و فرآورده‌ها منتقل می‌شود، گوشـت‌هایی که زیر نظر دامپزشکی ذبح می‌شوند، هیچ مشکلی ندارند و با نظارت‌های دقیقی که در این حوزه انجام می‌شود مردم می‌توانند با خیال راحت از این فرآورده‌ها استفاده کنند، ضمن این که گوشـت زمانی که منجمد می‌شود بسیاری از میکروب‌ها و باکتری‌هایش از بین می‌رود.

وی ادامـه داد: در مورد تـب مالت زمانی که دام بیمار می‌شـود، دامپزشـکی دام را از دامـدار خریده و معدوم می‌کند تـا دام وارد چرخه مصرف نشود، بنابراین اگر دامدار از طریق دیگری و به صورت غیرقانونی دام و یا فرآورده‌های آن را وارد بازار کند و به فروش برساند احتمال آلوده شدن افراد زیادی وجود دارد، توصیه این است که حتماً گوشت و فرآورده‌های دامی از مراکز تحت نظارت دامپزشکی خریداری شود.

وی در پایان با اشاره به اینکه بیشـترین آمار سفر در کشور در تابستان و بهار اسـت، گفت: این موضوع را مد نظر داشته باشید اگر قصد دارید از لبنیات سنتی استفاده کنید خصوصاً در استان‌هایی که دامپروری رونق زیادی دارد، حتماً نکات بهداشتی را مد نظر داشته باشید چرا که این بیماری مزمن و تمایل به عود دارد و به همین دلیل بهبود آن بسیار دشوار است.

اطلاعیه آموزش و پرورش درباره تایید پرداخت حقوق شاغلان و بازنشستگان

اطلاعیه
وزارت آموزش و پرورش

مرکز برنامه‌ریزی منابع انسانی و امور اداری وزارت آموزش و پرورش طی اطلاعیه‌ای از همکاران شاغل و بازنشسته (حق‌التدریس بگیر) خواست تا با ورود به سامانه my.medu.ir نسبت به درج شماره تلفن همراه خود اقدام کنند.

به گزارش پیام آشـنا به نقـل از مرکز اطلاع رسـانی و روابط عمومی وزارت آموزش و پرورش، در اطلاعیه مرکز برنامه‌ریزی منابع انسـانی و امور اداری آمـده اسـت: به اطلاع همکاران شـاغل و بازنشسـته (حق التدریس بگیر) آموزش و پرورش می‌رسـاند جهت تائید پرداخت حقوق در سامانه بنجره واحد خدمات الکترونیک آموزش و پرورش به آدرس my.medu.ir ورود و نسبت به فعال کردن شماره تلفن همراه بنام خودشان و تکمیل اطلاعات شخصی اقدام کنند.

روزنه

مصرف روزانه مولتی ویتامین عمر را زیاد می کند؟

نتایج یک مطالعه نشـان داده کـه مصرف روزانه مولتی ویتامین نه تنها در افزایش طول عمر موثر نیسـت بلکه ممکن است خطر مرگ زودهنگام را هم افزایش دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، یک مطالعه مفصل نشان داده که مولتی ویتامین‌های روزانه به افراد کمک نمی‌کنند تا عمر طولانی‌تری داشته باشند و در واقع ممکن است خطر مرگ زودهنگام را افزایش دهند. محققان در ایالات متحده سوابق سلامتی تقریباً ۴۰۰۰۰۰ بزرگسـال را که هیچ بیماری طولانی مدت عمده‌ای نداشتند، تجزیه و تحلیل کردند تا ببینند آیا مولتی‌ویتامین‌های روزانه خطر مرگ آنها را در دو دهه آینده کاهش می‌دهد یا خیر.

به جـای زندگی طولانی‌تـر، افرادی کـه روزانه مولتی‌ویتامین مصرف می‌کردند نسبت به افرادی که از آنها استفاده نمی‌کردند احتمال مرگ در دوره مطالعه بیشتر بود و این امر باعث شد که محققان اظهار نظر کنند که "استفاده از مولتی‌ویتامین برای بهبود طول عمر، پشتیبانی نمی‌شود."

تقریبا نیمی از بزرگسالان بریتانیا یک بار در هفته یا بیشتر مولتی ویتامین یا مکمل‌های غذایی مصرف می‌کنند و بخشـی از بازار داخلی سالانه بیش از نیم میلیارد پوند اسـت. ارزش بازار جهانی مکمل ها سالانه دهها میلیارد دلار تخمین زده می‌شود در ایالات متحده، یک سـوم بزرگسالان به امید پیشگیری از بیماری از مولتی ویتامین استفاده می کنند

اما با وجود محبوبیت مولتی ویتامین ها، محققان فواید سلامتی را آن زیر سوال برده و حتی هشدار داده اند که مکمل ها می توانند مضر باشند. این در حالی است که منابع غذایی طبیعی بتاکاروتن از سرطان محافظت می کنند، برای مثال، مکمل های بتاکاروتن می توانند خطر ابتلا به سـرطان ریه و بیماری‌های قلبی را افزایش دهند، که نشان می‌دهد مکمل‌ها مواد مهمی ندارند. در همین حال، آهن که به بسیاری از مولتی ویتامین ها اضافه می شود، می تواند منجر به اضافه بار آهن و افزایش خطر بیماری های قلبی عروقی، دیابت و زوال عقل شود

دکتـر Erikka Lofffield و همکارانـش در موسسـه ملی سـرطان در مریلند، داده‌های سه مطالعه بهداشتی بزرگ در ایالات متحده را تجزیه و تحلیل کردند. همه آنها در دهه ۱۹۹۰ راه‌اندازی شدند و جزئیاتی را در مورد استفاده روزانه شرکت کنندگان از مولتی ویتامین جمع آوری کردند این سوابق شامل ۳۹۰۱۰۲۴ بزرگسال سالم بود که بیش از ۲۰ سال تحت نظر بودند.

محققان هیچ مدرکی مبنی بر کاهش خطر مرگ به دلیل مصرف مولتی ویتامین های روزانه پیدا نکردند و در مقابل چهار درصد خطر مرگ و میر بیشتری را در میان مصرف کنندگان در سـال های اولیه پیگیری گزارش کردند. خطر بیشتر مرگ ممکن است تشـان داده آسیب هایی باشد که مولتی ویتامین ها می توانند ایجاد کنند یا تمایل افراد دیگری شروع مصرف روزانه مولتی ویتامین ها در هنگام ابتلا به یک بیماری جدی باشد.

در همین راستا، دکتر نیل بلزارد، استادیار پزشکی در دانشگاه جورج واشنگتن، گفت که ویتامین ها در مواردِ خاص مفید هستند. از نظر تاریخی، ملوانان با ویتامین C از شر اسکوربوت نجات می‌یابند در حالی که بتاکاروتن، ویتامین‌های C و E و روی به نظر می‌رسد که دژنراسیون ماکولا مرتبط با سن را کاهش می دهند، وضعیتی که می‌تواند منجر به از دست دادن شدید بینایی شود.

یک مطالعه اولیه در سال ۲۰۲۲ شواهدی را نشان داد که مولتی‌ویتامین‌ها ممکن است زوال شناختی را در سنین بالا کاهش دهند، اما تحقیقات بیشتری مورد نیاز بود.

بلزارد گفت: بااین حال معتقد است به جای مصرف مولتی‌ویتامین‌ها، ما باید غذاهای سالم بخوریم که طیف وسیعی از ریزمغذی‌ها، درشت مغذی‌ها و فیبر را فراهم می‌کند و در عین حال چربی اشباع شده و کلسترول را محدود می‌کند.

یک مکمل ویتامین و مواد معدنی به تنهایی یک رژیم غذایی تسالم‌آمیز را برطرف نمی کند، اما اگر کسی برای دریافت آنها از غذا تلاش می‌کند، می‌تواند به پوشش مواد مغذی کلیدی کمک کند.

آخرین اقدام دولت سیزدهم برای متناسب‌سازی حقوق «حداقلی بگیران» تامین اجتماعی

به دنبال ابلاغ قانون برنامه هفتم توسـعه، سازمان تأمین اجتماعی درحالی مکلف به متناسـب‌سازی حقوق بازنشسـتگان «غیرحداقلی بگیر» طی سـه سال اول برنامه شد که در این زمینه بازنشسـتگان «حداقلی بگیر» به فراموشی سپرده شدند. در همین راستا ماه گذشته دولت سیزدهم در آخرین روزهای پایانـی کار خود، لایحه‌ای برای متناسبـسـازی حداقلی بگیران هم تدوین کرد که چند روز پیش توسط محمد مخبر به مجلس ارائه شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، با تدوین و تصویب قانـون برنامه هفتم، قوانین جدیدی برای اجرای متناسـب‌سازی حقوق بازنشسـتگان در نظر گرفته شـد که به موجب جزء ۲ بند "ا" ماده ۲۸ آن درخصوص اجرای متناسـب‌سـازی، صراحتا در راسـتای اجرای ماده ۹۶ قانون تأمین اجتماعی با اصلاحات و الحاقات بعدی، سازمان تأمین اجتماعی مکلف شـد در طول سه سال اول برنامه نسبت به متناسب‌ـ‌سازی مسـتمری بازنشسـتگان «غیرحداقل بگیر» اقدام کند، بنحوی که در پایان سـال سوم برنامه «نسـبت مستمری بازنشسـته به حداقل دسـتمزد همان سـال، با ۹۰ درصد نسبت اولین مسـتمری بازنشسـتگی به حداقل دستمزد سال برقراری مستمری، متناسب شود».

این قانـون امـا در حالی تصویب شـد که برای حداقلی‌بگیران سازمان تامین اجتماعی که حدود ۷۰ تـا ۷۵ درصد بازنشسـتگان این سـازمان را تشـکیل می‌دهند، مزایایی درنظر نگرفتند و تنها غیرحداقلی‌بگیران را مشـمول متناسبـسـازی دانسـتند

در این میان اما اواخر تیرماه علی بهادری جهرمی، سـخنگوی دولت از ارائه لایحه متناسبـسـازی حداقلی‌بگیـران به مجلس خبـر داد و اعلام کرد که باتوجه به اینکه دولت متناسبـسـازی حقوق بازنشسـتگان را پس از ابلاغ قانون بودجه شروع کرد و مبلغی به‌عنوان علی‌الحساب پرداخت شد و آئین‌نامه لازم به منظور نحوه محاسـبه نهایـی و مقطوع حقوق بازنشسـتگان به صورت متناسبـسازی‌شده در چارچوب قانون برنامه به تصویب هیات وزیران رسید اما در فرایند بررسی آئین‌نامه مشکلی وجود داشـت و آن هم این بود که حداقلی‌بگیران از این متناسب‌سازی محروم شده بودند.

بر این اسـاس، ۲۰ مرداد ماه بود که لایحه اصلاح متناسب‌سازی حقوق بازنشسـتگان در قانون برنامه هفتم پیشرفت از سوی محمد مخبر سرپرست وقت ریاست‌جمهوری به مجلس شورای اسلامی ارائه شد. از همین رو، برای اجـرای اصول ۷۴ و ۱۲۱ قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران «لایحه اصلاح جزء (۲) بند (ر) ماده (۲۸) و تبصره (۴) ماده (۲۹) قانون برنامه پنج ساله هفتم پیشرفت جمهوری اسلامی ایران» که به پیشنهاد سازمان برنامه و بودجه کشور، هیئت وزیران با قید دو فوریت به‌تصویب رسـید، برای انجام تشریفات قانونی با ارائه پیوستی تقدیم شـد طبق ماده یک این لایحه، در جزء ۲ بند (ر) ماده (۲۸) قانون، عبارت «غیرحداقل‌بگیر» حذف و تبصره «حداقل مبلغ متناسب‌سازی متعلقه معادل ۱۰ درصد حداقل دستمزد قانون کار هر سال بوده و در خصوص افرادی که مسـتمری آنها به نسبت سـنوات بیمه‌پردازی پرداخت می‌شود، این مبلغ متناسب با سـابقه پرداخت حق بیمه آنان، خواهد بود» الحاق شد.