



**خبر ویژه**  
وزیر بهداشت دانشگاه  
نخداون پزشکی و مرکز  
سرطان خون بیمارستان  
طالقانی را افتتاح نمود  
صفحه ۲

**خبر ویژه**  
وزیر بهداشت با استقبال کم  
نظر مردم وارد شهرستان  
ملکشاهی شد  
صفحه ۲

**خبر ویژه**  
وزیر بهداشت به شهر  
مهران سفر نمود  
صفحه ۲

# رئیس جمهوری از بیمارستان امام خمینی (ره) و شهید مصطفی خمینی ایلام دیدن کرد



### خفگی در کودکان

کودکان که در داخل حمام و وان قرار دارند در کنارشان باشد در صورت عدم استفاده کتار و آب داغ دراز بخوابند که کودک در حال دراز شدن و آسایشی برهیزد استفاده از هوز حمام در غلغای در هنگام سوزی کودک خطرناک است. هرگز آب سرد را برای کودکان که در حمام است. آب داغ را در حمام استفاده نکنند. اگر کودک خفگی به همراه دراز پس مرفاب باشد، بر سر جلوسگر از گرگ کردن سر کودک در نرده داخل حمام، فاصله آنها باید کمتر از ۱۰ سانت متر باشد. از خرد اسباب بازی ها دور آنها تیز و نوک باریک خوددار کنید.

### بیماری های قلبی و عروقی سلامت مردم ایلام را تهدید می کند

وی تمام مواد غذایی آماده در سوپر مارکتها را مشکل دار دانست و تاکید کرد: هر فردی باید در طول ۲۳ ساعت ۳ وعده غذایی اصلی و نوبت میان وعده از چهار گروه مواد غذایی که حاوی پروتئین، املاح و آب است صرف کند.

### افراد چاق از خوردن لذت بیشتری می برند

فغان می‌باشد در حالی که نتواند با جایگزین کردن یک فعالیت‌های کم‌مصرف ورزش به همان توجه مطلوب و دلخواه برسد. نتواند وی ادامه داد ورزش نه تنها به افراد چاق بسیاری سودمند کاری کمک می‌کند بلکه با افزایش تولید هورمون سروتونین در مغز افراد چاق به بهبود روحیه و پیشرفت روحیه می‌کند.

### نهادینه شدن تفکر سلامت محور در جامعه ضامن سلامت سالم است

ریس شبکه بهداشت ایلام گفت: نهادینه شدن تفکر سلامت محور در بین افراد جامعه ضامن ایمنی و سلامت آن خواهد بود.

### شناسایی مخاطرات محل کار ؛ ضرورتی اجتناب ناپذیر

کارشناس مسئول بهداشت حرفه‌ای معاونت بهداشت ایلام گفت: شناسایی مخاطرات محل کار ضرورتی اجتناب ناپذیر است که باید از آن غافل بود.

### تبلخات مواد غذایی مضر، سلامت جامعه را به مخاطره می اندازد

معاون غدا و دارو دانشگاه علوم پزشکی ایلام از تبلخات بیش از حد مواد غذایی مضر برای سلامت جامعه نگران است. او افزود: تبلخات مواد غذایی مضر می‌تواند باعث بروز بیماری‌های مزمن شود.

### نهادینه شدن تفکر سلامت محور در جامعه ضامن سلامت سالم است

ریس شبکه بهداشت ایلام گفت: نهادینه شدن تفکر سلامت محور در بین افراد جامعه ضامن ایمنی و سلامت آن خواهد بود.

### استرسی را با هدف خود مراقبتی از محیط کار دور کنید

سرپرست پزشکی از بیمارهای غرباویک معاونت بهداشت ایلام گفت: استرسی را با هدف خود مراقبتی از محیط کار دور کنید.