یک فوق تخصص غدد کودکان مطرح کرد:

## چهارراهکار برای کنترل بیماری دیابت

فوق تخصص غدد کودکان،اظهار داشت:کاهش وزن، مصرف فیبر، ورزش کردن و مصرف دارو، راههایی هستند که می تواند در بهبود کنترل دیابت نقش داشته باشد.

به گزارش و ب دا دکتر عبداله دیده بان با اشاره به اینکه کاهش وزن از طریق افزایش فعالیت جسمانی و رعایت رژیم غذایی مناسب امکان پذیر است و رعایت رژیم غذایی صحیح علاوه بر کاهش وزن کمک می کند تا انسولین، راحت تر قند را وارد سلول ها کند، گفت: رعایت رژیم غذایی صحیح باعث سلامت قلبی ـ عروقی و جلوگیری از چاقی می شود.

این پزشک شاغل در مرکز آموزشی – درمانی قدس قزوین، بهترین راه را برای بررسی رژیم غذایی و داشتن برنامه غذایی مناسب مشاوره با کارشناس تغذیه دانست و افزود: به عنوان توصیه ای کلی، این دسته از افراد در رژیم غذایی خود از سبزیجات تازه، میوه ها و حبوبات، بیشتر استفاده کنند.

دکتر دیده بان، عنوان کرد: مصرف فیبرها، بویژه قبل از وعده های اصلی غذا می تواند منجر به کاهش اشتها، کاهش جذب چربی، کاهش جذب قند غذا و جلوگیری از افزایش ناگهانی قند بعد از غذا خوردن شود.

این پزشک فوق تخصص غدد کودکان، ورزش را نیز یکی از بهترین راه های کنترل قند خون دانست و گفت: ورزش کردن کمک می کند تا انسولین راحت تر قند را وارد سلول ها کند؛ چربی خون را کاهش می دهد و به کاهش وزن کمک می کند و مقاومت بدن را در مقابل بیماری ها افزایش می دهد.

وی با گفتن اینکه اگر از نظر پزشک مانعی برای ورزش کردن نباشد، پیاده روی، آغازی مناسب برای ورزش کردن بیمار دیابتی است، بیان کرد: بهتر است بیماران چاق، شش روز در هفته و بیماران لاغر، سه روز در هفته ورزش کنند. دکتر دیده بان عنوان کرد : بطور معمول، مدت زمان ورزش با توجه به شرایط بیمار تعیین می شود و به آهستگی شروع شده و بر اساس توانایی فرد بر شدت و دفعات آن در هفته افزوده می شود .

وی با اشاره به اینکه زمان شروع ورزش، باید از هر وعده غذایی، یک تا سه ساعت فاصله داشته باشد،گفت: بهتر است ورزش کردن در زمان اوج اثر داروهای قند و بیماران دیابتی باید آموزش های لازم را برای جلوگیری از پایین افتادن قند خون، پیش از ورزش، حین ورزش و پس از ورزش به کار ببندید.

این پزشک شاغل در مرکز آموزشی – درمانی قدس قزوین، دارو را نیز یکی از ابزار موجود برای کنترل دیابت دانست و گفت: داروهای خوراکی که برای کنترل قند خون در افراد دیابتی استفاده می شود، برای همه مناسب نیست. وی ادامه داد : این قرص ها تنها برای افرادی مؤثر هستند که پانکراس آنان هنوز قادر است انسولین بسازد.

به گفته دکتر دیدبان افرادی که دیابت نوع اول دارند و یا در دیابتی نوع دو –که بدن آنان توانایی کمی در ساختن انسولین دارد– نمی توانند از این داروهای خوراکی استفاده کنند. وی تصریح کرد: مهم است که بیمار دیابتی، چگونگی مصرف، نتایج مورد انتظار و عوارض جانبی داروها را بداند.

◆

## افزایش خطر آرتروز نوجوانی با مصرف آنتی‌بیوتیک

پژوهش محققان دانشگاه راتگرز آمریکا نشان می‌دهد، استفاده از آنتی‌بیوتیک در دوره‌های طولانی خطر آرتروز نوجوانان را افزایش می‌دهد. محققان می‌گویند برای درمان عفونت در نوجوانان بهتر است از آنتی‌بیوتیک استفاده نکنیم و بگذاریم تا به خودی خود درمان شوند. طی این پژوهش، محققان از اطلاعات ۴۵۰ هزار کودک پایگاه داده شبکه بهبود سلامت بریتانیا استفاده کردند. از این تعداد، ۱۵۲ نفرشان به آرتروز مبتلا بودند. پس از توجیه شرایط خود ایمنی بیماری و عفونت های قبلی، پژوهشگران چنین نتیجه گرفتند که نوجوانانی که برای آن‌ها آنتی‌بیوتیک تجویز شده بود، در معرض خطر افزایش ابتلا به آرتریت نوجوانی قرار داشتند. این خطر برای نوجوانانی که یک سال از مصرف آنتی‌بیوتیک‌شان گذشته بود نیز بیشتر گزارش شد. محققان اضافه کردند که داروهای ضد قارچی و ضد ویروسی با بروز آرتریت نوجوانی مرتبط نبودند. به گفته محققان، این یافته از حیث درک ریشه این بیماری بسیار حائز اهمیت است و اگر به طور قطعی اثبات شود، می‌توان راهی برای جلوگیری از آن نیز پیدا کرد

## بسیج فقط مختص زمان جنگ نیست

آنگاه که جهان در نقطه آغازین واقعه ای عظیم قرار داشت و قدرت های بزرگ خود را برای اتفاقی تاریخی مهیا می کردند، شاید کمتر کسی از سیاستمداران بلوک شرق و غرب آن زمان که دولتهایشان در حال وارد شدن به جنگ علیه یک ملت تازه انقلاب کرده بودند تصور کند این جنگ ۸ سال بطول خواهد کشید و در نهایت مجبور به پذیرش آتش بسی می شوند که جز شرمندگی در پیشگاه ملت مسلمان ایران هیچ ثمری برای آنان نخواهد داشت.

آنان در ذهن خود این را می پروراندند که در یک عملیات غافلگیرانه در مدت سه روز تهران را فتح کرده و با شکست جمهوری اسلامی منافع از دست داده ی خود را دوباره بدست خواهند آورد؛ غافل از اینکه جوانان این مرز و بوم با توکل به قدرت لایزال الهی و با رهبری پیامبر گونه ی حضرت امام خمینی (ره) با تشکیل بسیج مردمی به پا خواسته از بین توده های مختلف جامعه از کاسب و کارمندگرفته تا فرهنگی و دانشگاهی همه و همه برای سربلندی این کشور قیام خواهند کرد و پوزه ی استکبار و استعمار را به خاک ذلت خواهند کشید.

پنجم آذر ماه مصادف با صدور فرمان حضرت امام خمینی (ره) در خصوص تشکیل بسیج مستضعفین است. همانها که با استفاده از ابتدایی ترین جنگ افزارهای موجود با تکیه بر نیروی ایمان و اعتقاد راسخ به خط سرخ شهادت در کنار دیگر نیروهای نظامی کشور در مقابل رژیم تا دندان مسلح صدام ایستادند و نگذاشتند یک وجب از خاک میهن عزیزمان به دست دشمن بیافتد.

بسیج مختص زمان جنگ نیست بلکه این کشور و این مملکت در هر شرایط و هر زمانی به بسیج نیاز دارد، بسیجی تنها به آن کس که لباس خاکی بپوشد و چفیه ای را به گردن بیندازد گفته نمی شود، بسیجی یک فرهنگ و باور است که شخص با توکل بر خداوند متعال و در راه پیشرفت اهداف نظام مقدس جمهوری اسلامی با رهبری فرزانه حضرت امام خامنه ای از تمامی هستی خود می گذرد.

بسیجی اعتقادی است قلبی و درونی که بایستی آن را به منصه ی ظهور رساند و به جامعه معرفی کرد، بسیج شغل و کار خاصی را نمی شناسد بلکه از بین تمامی اقشار جامعه تشکیل می شود؛ مثل بسیج دانش آموزی، بسیج دانشجویی، بسیج اساتید، کسبه، طلاب، اداری، و خلاصه بسیج در تمامی بخشهای جامعه وجود دارد و همه و همه می توانند عضو بسیج باشند؛ سن و سال هم نمی شناسد از علی اصغر امام حسین (ع) تا حبیب ابن مظاهر همه عضو بسیج می شوند؛ هم کودکان و نوجوانان می توانند بسیجی باشند هم افراد مسن؛ زن و مرد هم ندارد، دختر و پسر این کشور همه می توانند عضو بسیج شوند؛ فقط باید افراد قامت خود را با قامت بسیج سازگار کنند، لباس بسیجی را نمی شود کوتاه کرد، افراد باید قامت خود را به لباس بسیجی برسانند؛ این باور قابل کوتاه آمدن در مقابل تهدیدها نسیت. فرهنگ بسیجی ظلم و ستم را نمی پذیرد، اگر بخواهیم بسیجی باشیم باید خود را به آن برسانیم و قامت خود را با بسیج هماهنگ کنیم؛ بسیج تنها یک نیروی رزمی و جنگی نسیت بلکه در تمامی صحنه ها حاضر است؛ بسیج سازندگی، بسیج علمی و هر جایی که نیاز به حضور این فرهنگ است بسیجی آنجا حاضر می شود و با اعتقاد راسخ به خداوند متعال با هر گونه تهدید دشمن مقابله می کند، هر چند آوازه ی بسیج با شروع جنگ تحمیلی و تشکیل واحد بسیج بعنوان یکی از ارگانهای مثمر ثمر در دفاع از کشور عزیزمان به گوش جهانیان رسید اما امروزه الحمدا لله فرهنگ و منش بسیجی بر تمام ارکان نظام تسلط دارد، بسیجی باید فرهنگ سازی کند، رفتار و اخلاق بسیجی بعنوان یک فرهنگ بایستی در جامعه پیاده شود.

بسیجی نباید فکر کند چون جنگ تمام شده است دیگر نیازی به حضور او نیست، از تهدیدهای هر روزه ی دشمنان هم اگر بگذریم کشور ما به حضور این عزیزان در بدنه خود نیاز دارد، آنان باید شب و روز در جهت پیشرفت و ترقی این مملکت تلاش کنند، این فرهنگ خستگی نمی شناسد و هماتطور که بسیجیان ما در دوران دفاع مقدس تا آخرین توانی که در جسم خاکی خود داشتند با قدرت تمام از کشور دفاع کردند بر همه ی ما لازم است به عنوان بسیجی از حیثیت و آبروی مملکت دفاع کنیم که به فضل خداوند همواره بسیجی بوده، هستیم و خواهیم بود و دشمنان هم فکر تسلیم این فرهنگ را به گور خواهند برد؛ تا بسیج زنده است ان شاء الله کشور هم زنده می ماند و بعنوان ام القرای جهان اسلام داد تمامی مظلومان را از ظالمان خواهد گرفت بشرطی که وزیر و وکیل و مدیر ما هم در تصمیم گیری های خود بسیجیان را فراموش نکنند و به یاد داشته باشند که این پست و میز و منصب حاصل ریخته شدن خون پاک شهیدان بسیاری از این مرز و بوم است، آسان بدست نیامده پس آن را آسان از دست ندهیم و خود را ملزم به حفظ و پاسداری از آن خونها بدانیم.

**ولی چناری**
**مشاور رئیس دانشگاه**
**در امور ایثارگران**

## اقدامات کمیته بحران شبکه بهداشت دهلران در پی اخطاریه سازمان هواشناسی

مدیر شبکه بهداشت و درمان شهرستان دهلران اقدامات کمیته بحران این شبکه را در پی اخطاریه سازمان هواشناسی تشریح نمود.

به گزارش خبرنگار وب دا، دکتر شهریار رسولی در این رابطه ابراز کرد: در پی اخطارهای صادر شده از سوی سازمان هواشناسی کشور و اعلام مکرر از طریق رسانه ملی و صدا وسیمای مرکز استان ایلام در خصوص ناپایداری شرایط جوی استان و وجود باران های سیل آسای اخیر در سطح استان و شهرستان دهلران، طبق دستور معاون محترم بهداشتی دانشگاه تمام پرسنل بهداشتی در سطح شهرستان دهلران به حالت آماده باش درآمده اند.

وی گفت: واحد ستاد فوریت سلامت محیط وکار مرکز بهداشت شهرستان دهلران بلافاصله اقدام به تشکیل جلسه اضطراری در محل مرکز بهداشت دهلران بعمل آورده و ضمن هماهنگیهای لازم با تشکیل چهار اکیپ سیار و یک اکیپ ثابت از کارشناسان بهداشت محیط، آنها در سطح شهرستان برای اقدامات کنترلی و بهداشتی در شرایط اضطراری اعزام نموده است.

مدیر شبکه بهداشت و درمان شهرستان دهلران تصریح کرد: اقداماتی شامل بازرسی از تأسیسات آب و فاضلاب در سطح شهرستان و پیگیری موارد نقص و قطع آب شهر دهلران از طریق ادارات و دستگاه های مربوطه، اندازه گیری میزان کلرآزاد باقیمانده آب شرب به جهت اهمیت در شرایط بحرانی به تعداد ۲۲ مورد، پیگیری موارد صفر کلر سنجی تا حصول نتیجه و نمونه برداری کنترلی آب جهت آزمایش میکروبی به تعداد ۵ نمونه در این شبکه بر اساس مصوبات کمیته بحران این شبکه انجام شده است.

رسولی یادآوری کرد: همچنین در این راستا اقداماتی مانند بازرسی از مراکز تهیه و توزیع فروش و نگهداری مواد غذایی در سطح عرضه به تعداد ۴۸ مورد، جمع آوری مقدار ۳۰ کیلوگرم مواد غذایی فاسد در سطح عرضه و معدوم نمودن بهداشتی آنها، معرفی یک مورد متصدی متخلف به مراجع قضایی و پیگیری و گزارش چندین موارد مسدود شدن مسیرمحل خروجی فاضلاب و سیلاب ها و مسیلهای سطح شهر دهلران از طریق شهرداری توسط شبکه بهداشت و درمان شهرستان دهلران انجام شده است.

## نیروی بسیج، ایران اسلامی را در اوج عزت و اقتدار قرار داده است

پس از پیروزی انقلاب اسلامی و نقش مردم در کسب آن، بر اساس تفکر و اندیشه حضرت امام خمینی(ره) در تشکیل حکومت اسلامی، نقش اساسی را به مردم واگذار نمود و مردم به تبعیت از مرجعیت دینی دستورات امام (ره) را نصب العین خود قرار داده و اوامر ایشان را اطاعت نمودند. پس از این پیروزی توطئه های بسیاری از سوی دشمنان بکار بسته شد تا حکومت مقتدر اسلامی در ایران شکل نگیرد و به واسطه کمک عوامل داخلی و خارجی به شکل ها و رنگ های مختلف، هر روز یک قائله به راه انداخته می شد تا این نظام که با شعار نه شرقی نه غربی بر سر کار آمده بود، شکل نگیرد.

تدابیر امام(ره) در مقاطع مختلف به ویژه در زمان پیروزی انقلاب و جنگ تحمیلی و تا زمان رحلت ایشان به عنوان قانون اساسی و منشور برای ملت ایران اسلامی طراحی و به یادگار مانده است که یکی از این تدابیر ارزشمند امام تشکیل ارتش بیست میلیونی و بسیج مستضعفین است. این فرمان حضرت امام باعث شد خلاء های امنیتی و نظامی که در زمان پیروزی انقلاب به وجود آمده بود توسط سپاه و بسیج پر گشته و با نقش آفرینی بسیج باز هم نقش مشارکت مردم در امنیت و مبارزه با گروههای ضد انقلاب به مردم واگذار شود. با شروع جنگ و تهاجم رژیم بعث عراق به مرزهای کشور نقش بسیج بیشتر به چشم آمد چرا که این نیروی عظیم الهی که بر مبنای اعتقاد و باور دفاع از اسلام و قرآن در عرصه های مختلف حضور پیدا کرد، توانست در زمان دفاع مقدس به خوبی از کیان مملکت دفاع کند و با حضور خود در مقابل دشمن ایستادگی نماید.

مقاومت مردمی و حضور بسیجیان باعث گردید که در روزهای نخستین جنگ که اهداف و برنامه هایی که دشمن برای تصرف خاک ایران اسلامی در سر پرورانده بود، تحقق پیدا نکند زیرا بسیجی به عنوان یک نیروی تخصصی، کارآمد و با آرمان های الهی گوش به فرمان رهبر با تمام وجود ایثارگری می کند و در طول ۸ سال دفاع مقدس توانست در کنار سایر نیروهای نظامی مانند ارتش و سپاه نقش اساسی خود را ایفا نماید. لذا واضح است که بسیج عهده دار بسیاری از عملیات ها در زمان جنگ بود و به عنوان یک نیروی پیشرو در سخت ترین شرایط از موانع متعدد خاکریز، مین و کانال های انفجاری و سنگرهای بتونی که توسط کشورهای غربی و حامیان رژیم بعث عراق مهیا شده بود، عبور کند و طرح و نقشه آنان را در روی زمین نقش بر آب سازد و با نثار خون خود توانست سخت ترین خطوط دفاعی دشمنان را منهدم نماید. این حضور باعث شد که دشمن تاب مقاومت در برابر این دفاع جانانه را نداشته و با هر عملیات بخشی از سرزمین های تصرف شده آزاد شود.

حال این سوال پیش می آید چرا تفکر جهاد و شهادت می تواند به عنوان اصل و پایه در تمام حوزه های مختلف اعم از اقتصادی، سیاسی، فرهنگی و... جوابگو باشد. تفکر جهاد و شهادت زمان و مکان نمی شناسد تنها به تکلیف الهی و آرمان های انقلابی خود فکر می کند. اگر این الگو فداکاری و ایثار و از خودگذشتگی امروز هم در جامعه رونق بگیرد، مطمئناً بسیاری از نابسامانی های فضای داخل کشور را مرتفع می کند. بسیج به عنوان یک الگوی جهادی امروز در بسیاری از کشورها پرچمدار دفاع از اسلام و قرآن است. آنچه که در سوریه، لبنان، عراق و یمن اتفاق می افتد، برگرفته از الگوی بسیج است که در دنیا به عنوان یک الگو بکار گرفته و استفاده می شود.

بسیج واقعی کسی است که بتواند خدمت بیشتری به مردم داشته باشد و در عرصه فرهنگی حضور داشته باشد. مثلاً یک بسیجی در عرصه اقتصاد بتواند در زمینه اشتغال و تولید در این زمان تلاش کند. یک بسیجی در حوزه سیاسی باید حافظ آرمان های والای انقلاب و امام راحل باشد و یک بسیجی در حوزه فرهنگی باید چنان تلاش کند که به اطرافیان خود، آگاهی و بیداری تعلیم دهد چرا که امروزه دشمنان جنگ فرهنگی را بر ضد ما آغاز کرده است. دشمنان با شبهه انداختن در تفکر دینی و الهی مردم می خواهند در نظام ما رخنه کنند لذا امروزه نیاز است بسیجیانی که علاقه مند به نظام و انقلاب هستند، در حوزه فرهنگی حضوری فعال داشته باشند تا بتوان نسلی آگاه و بسیجی برای آینده انقلاب تربیت نمود.

دشمن در جنگ فرهنگی باورها و آرمان های ما را مورد هدف قرار داده و از طریق ناهنجاری های اجتماعی به دنبال آن هستند که فضای فرهنگی و مذهبی حاکم بر جامعه را از قداست بیندازند. امروزه برخی از دشمنان داخلی می خواهند مردم را از فرهنگ بسیج و ارزش ها دور نمایند و الگوهای دیگر مانند سکولارسیم را مطرح نمایند لذا نیاز است ما بسیجیان شبانه روز در راستای امر فرهنگی تلاش نماییم.

بسیج باید اهل نظم، انضباط، بصیرت و آگاهی باشد و بتواند به شبهات و فتنه هایی که ممکن است اتفاق بیفتد، واکنش به موقع داشته باشد تا نسل امروز نه جنگ و نه انقلاب را درک نموده، مورد هجوم فرهنگی و فکری قرار نگیرد. فضای مجازی یکی از مسائلی است که دشمنان و بدخواهان نظام در آن با ایجاد شبهه در اعتقادات مذهبی در جامعه می خواهند به کشور ضربه بزنند لذا آنهایی که اهل قلم هستند و آنان که کارشناس مذهبی هستند باید در عرصه باشند و به سوالات پاسخ دهند. اگر این تفکر بسیجی و فرهنگ ایثار و شهادت در کشور حفظ شود، باعث می گردد که ایران اسلامی به عنوان یک کشور قدرتمند در دنیا به جایگاه اصلی و مورد نظر خود برسد. زمانی ماموفق خواهیم شد که بسیج پرچمدار علمی و فرهنگی در کشور باشد. امروز همانند دفاع مقدس لازم و واجب است که ما برای پیشبرد اهداف انقلاب در صحنه حضور داشته باشیم و همچنان با تبعیت از مقام معظم رهبری بتوانیم بحث تمدنی جهان اسلام را پیش ببریم. اگر می خواهیم اسلام به جایگاه اصلی خود برسد، باید به تبعیت از فرمان رهبری، آن چشم اندازی که برای ما ترسیم شده را دنبال کنیم که انشاءا لله شاهد سربلندی ایران اسلامی و مسلمانان در سراسر جهان خواهیم بود.

## بهبود وضع تغذیه کودکان۳–۶ ساله خانواده های نیازمند درمناطق محروم و روستایی

کارشناس مسئول واحدتغذیه مرکزبهداشت شهرستان ایلام گفت:وضع تغذیه کودکان۳–۶ ساله خانواده های نیازمنددرمناطق محروم و روستایی بهبودیافته است.

به گزارش خبرنگار وب دا، عبدالرحمن نیک خلق در این رابطه عنوان کرد: گزارش های موجود در کشور حاکی از آن است که سوء تغذیه (به صورت کم وزنی– لاغری– کوتاه قدی) در کودکان زیر ۶ سال و کمبود ریز مغذی ها به ویژه ید، آهن، کلسیم، روی، ویتامین آ ، د، ب۶ در افراد جامعه بعنوان یک مشکل عمده مطرح است. وی ابراز کرد: کمبود ریز مغذی ها با عوارض متعدد از جمله اختلال رشد جسمی و تکامل مغزی، کاهش بهره هوشی، کاهش قدرت یادگیری، افت تحصیلی، افزایش موارد ابتلا به بیماریها و پوکی استخوان، نهایتاً با کاهش توانمندی های ذهنی و جسمی افراد همراه است.

کارشناس مسئول واحد تغذیه مرکز بهداشت شهرستان ایلام خاطر نشان کرد: برای بهبود وضع تغذیه کودکان باید در زمینه ۴ عامل اساسی شامل در آمد، دسترسی به غذا ، فرهنگ تغذیه ای و دسترسی به خدمات بهداشتی راهکارهای مختلف به طور هماهنگ به مرحله اجرا گذاشته شود. وی اضافه کرد: با توجه به این که شرط لازم دستیابی به توانمندی های ذهنی و جسمی کودکان، مراقبت تغذیه ای ازآنان است و مراقبت تغذیه ای در کودکان به ارتقای شاخص های رشد، دریافت غذای سالم و مغذی و ایجاد باورها و عادات صحیح غذایی در کودکی و بزرگسالی منجر می شود، بنابراین ارتقای آگاهی، نگرش، بینش و عملکرد تغذیه ای مراقبین کودک در خانواده و مراقبین او در جامعه از عوامل اصلی تامین کننده مراقبت تغذیه ای است.

نیک خلق با بیان اینکه کمک به بهبود تغذیه و آموزش کودکان زیر ۶ سال نیازمند در مناطق محروم و روستایی امری بسیار ضروری است، ادامه داد: در این برنامه کشوری اهداف کلی آن بهبود وضع تغذیه کودکان ۳–۶ ساله خانواده های نیازمند درمناطق محروم وروستایی و اهداف اختصاصی آن نیز تأمین بخشی از نیازهای تغذیه ای کودکان از طریق ارائه یک وعده غذای گرم در روستامهدها، افزایش آگاهی کودکان درزمینه آشنایی با گروه های غذایی ،میان وعده های غذایی مناسب و ...، بررسی وضعیت رشد کودکان ۶–۳ سال روستامهدها براساس شاخص وزن برای سن (کم وزنی)، ارتقاء آگاهی خانواده هادرزمینه تغذیه ورشد کودک، ارتقاء آگاهی مدیران ومربیان روستامهدها درزمینه رشد وتغذیه کودک، اصلاح عادات وایجادرفتار تغذیه ای صحیح درکودکان وترغیب خانواده ها جهت استفاده از خدمات روستامهدها می باشد.

کارشناس مسئول واحد تغذیه مرکز بهداشت شهرستان ایلام یادآوری کرد: این برنامه به صورت مداوم درسطح شهرستان ایلام اجرا می گردد که درسال ۹۴۹۵ نیز همچون سالهای گذشته پس از برگزاری کارگاه آموزشی جهت مربیان روستامهدها در محل سالن کنفرانس مرکز بهداشت شهرستان ایلام به دنبال آن با اندازه گیری قد و وزن کودکان توسط بهورزان برنامه فوق شروع گردیده است.

◆

## مردم بیماریهای روانی را نسبت به سایر بیماری ها در جامعه کمتر می شناسند

کارشناس واحد سلامت روان شبکه بهداشت و درمان شهرستان دره شهرگفت: مردم بیماریهای روانی را نسبت به سایر بیماری ها در جامعه کمتر می شناسند و به همین دلیل در بسیاری از موارد هنگام برخورد با اینگونه بیماران متوجه بیماری آنها نمی شوند ، با آنها برخورد ناشایست می کنند.

به گزارش خبرنگار وب دا، مهری پورجمشید در این باره اظهار داشت: ممکن است برخی از مردم بیماران روانی را سرزنش و نصیحت نمایند و یا آنها را به درمانگران غیرپزشک یا درمانگران سنتی معرفی کنند. این کار به دلیل تأخیر در شروع درمان، باعث مزمن شده بیماری فرد می شود، چرا که تشخیص زودرس و درمان به موقع همه بیماری ها باعث بهبود سریع و عوارض کمتر بعدی می شود.

وی ادامه داد: بیشتر مردم نمی دانند که امروزه بیماریهای عصبی– روانی قابل درمان هستند و در بسیاری از موارد قابل پیشگیری اند و دارو درمانی و روان درمانی و مشاوره می تواند تفکر و احساس و رفتار بیمار گونه انسان ها را اصلاح کند. یک برخورد کلامی یا رفتاری نامناسب یا اشتباه می تواند اثرات شدیدی بر احساسات یا رفتار بیماران داشته باشد.

پور جمشید ابراز کرد: مردم به دلیل ترس از انگ بیمار روانی جهت درمان اختلال خود به پزشک یا مراکز درمانی مراجعه نمی کنند و بیماری خود را از دیگران مخفی می کنند و یا از داروهای اعصاب و روان به بهانه اینکه اعتیاد آور هستند می ترسند یا انتظار دارند که با یک بار مراجعه به پزشک و یک بار دارو گرفتن باید بیماری از بین برود.وی افزود: اینها باورهای نادرستی هستند که در باورها و اعتقادات مردم ریشه دوانده اما با آموزش سلامت روان به مردم و ارتقاء سواد سلامت روان همگانی می توان باورها،اعتقادات،دانش ورفتارمردم را اصلاح کرد.

کارشناس واحد سلامت روان شبکه بهداشت و درمان شهرستان دره شهر بیان کرد: افرادی که مبتلا به اختلالات روانی هستند ، حتی هنگام بیماری نیز احتیاجات و نیازمندی ها و خصوصیاتی مشابه سایر افراد دارند؛ آنها نیز دارای احساساتی انسانی مانند عشق، تنفر و حسادت می باشند و در مقابل محبت با مهربانی رفتار می کنند و در برابر خشونت واکنشی مانند آن نشان می دهند. لذا شایسته است در برخورد بابیماران شأن و منزلت آنان را به عنوان یک انسان نگه داریم.