ایلام سلامت
سال۵، شماره ۵۳ ،مرداد ماه ۹۳

معاون جدید آموزشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام معرفی شد

با حضور رئیس دانشگاه، معاونین حوزه های مختلف، اعضاء هیأت علمی و کارکنان دانشگاه علوم پزشکی ایلام، از خدمات دکتر ولیزاده تقدیر و دکتر مجید رضایی طاوبرانی به عنوان معاون جدید آموزشی معرفی شد. به گزارش خبرنگار وب داد، دکتر علی دل پیشه در این آیین تودیع و معارفه ضمن تبریک پیشایش فرا رسیدن عید سعید فطر به مردم استان اظهار داشت: طرح تحول نظام سلامت به عنوان جراحی بزرگ در سیستم سلامت کشور است که سالها مورد انتظار تحقق آن را داشتند و طبق فرمایش مقام معظم رهبری باید شرایط به گونه ای رقم بخورد که بیمار دغدغه ای جز دغدغه بیماری خود را نداشته باشد. وی ابراز نمود: حوزه سلامت به واسطه عنایت دولت تدبیر و امید و توجه خاص و ویژه مقام معظم رهبری در حال اجراست و خوشبختانه اهداف آن که خدمت صادقانه به مردم می باشد، محقق گردیده و موجبات رضایتمندی مردم را کسب نموده است. دکتر دل پیشه در بخش دیگری از سخنان خود با بیان اینکه حوزه آموزش نیازمند توجه ویژه ای در سطح کشور است و با توجه به رایگان بودن آموزش در کشور ، استقلال مالی دانشگاهها وابسته به دولت است و باید به سمتی پیش رفت که این وابستگی به حداقل برسد. وی در ادامه این مبحث افزود: دانشگاه ها باید سمتی پیش بروند که استقلال مالی داشته باشند تا بتوانند در حوزه های مختلف و اهداف زمانی موفق عمل نمایند بنابراین لازم است که دانشگاهها بخشی از اعتبارات خود را از طریق در آمد سیستم آموزشی تأمین نمایند و در این راستا در سطح وزارت اندیشه هایی در حال شکل گیری است. رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام گفت: این دانشگاه در حوزه آموزش در سطح کشور عملکرد درخشانی دارد به طوریکه به مدت ۲۰سال است که در استان دانشجو پزشکی تربیت می کنیم و این خود اقدامی درخشان و پرسابقه است. وی خاطر نشان ساخت: باید در حوزه آموزشهای تخصصی زیرساختهای لازم را فراهم نمائیم تا بتوانیم در سطح کشور حرفی برای گفتن داشته باشیم چنانچه در این راستا اساتید مجرب و ارزنده ای داریم که باید از توان و تخصص آنان برای رشد و پیشرفت دانشگاه در حوزه سلامت به زیرساختهای بیشتری برای خدمت به مردم نیاز داریم افزود: بر این اساس با استاندار محترم ایلام در حال رایزنی هستیم تا بتوانیم بر فضاهای فیزیکی خود بیفزائیم.

وی در بخش دیگری از سخنان خود اضافه کرد برگزاری جلسه تودیع و معارفه در حقیقت جلسه تقدیر و تکریم از خدمات فرد تودیع شونده و معارفه یکی دیگر از همکاران دلسوز و تلاشگر در همان سمت است.

وی با بیان اینکه برگزاری جلسه تودیع و معارفه در حقیقت جلسه تقدیر و تکریم از خدمات همکاران دلسوز و تلاشگر است، افزود: انصافاً دکتر ولیزاده یکی از صادق ترین افراد و پر تلاش ترین کسانی هستند که در راه خدمت به سیستم و مردم عملکرد درخشانی در کارنامه خود دارد. عنصر اصلی مدیریت که صداقت است، در ایشان مشهوداست و اقداماتی پیدا و پنهان ایشان در راستای اعتلای سیستم بوده که بنده صمیمانه از تلاشهای ایشان قدردانی می نمایم.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام ادامه داد: دکتر رضایی طاوبرانی که به عنوان معاون جدید آموزشی دانشگاه معارفه می گردد، یکی از اعضای محترم هیأت علمی دانشگاه می باشند که سابقه و کارنامه ای درخشان دارند و قطعاً ما را به آینده این معاونت امیدوار خواهد ساخت. همچنین ایشان یکی از پزشکان متعهد و خادم استان است که با سابقه کار در بالین و آموزش بخوبی انجام وظیفه نموده اند که ما را بر آن داشت که از وجودشان در معاونت آموزشی دانشگاه بهره مند شویم.

وی در پایان سخنان خود از خدمات دکتر ولیزاده به عنوان معاون اسبق آموزشی تقدیر نمود و همچنین برای دکتر مجید رضایی طاوبرانی در راه خدمت به سیستم آرزوی موفقیت نمود.

مدیر آموزشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام در ابتدای سخنان خود از تلاشهای دکتر ولیزاده تقدیر کرد و در ادامه با بیان اینکه آموزش در توسعه جامعه نقشی بسیار کلیدی دارد که در واقع به عنوان محور توسعه در دنیا شناخته شده است، ابراز نمود: آموزشهای آکادمیک وقتی وارد زندگی بشری شدند، نقش با اهمیت و بی بدیل خود را به نمایش گذاشتند به طوریکه امروز علم و دانش مدیون همین آموزشهای آکادمیک است.

دکتر ابرج پاکزاد اضافه کرد: معاونت آموزشی دانشگاه خوشبختانه دارای نیروهای توانمند، فعال و خلاق هست که براساس رسالت سازمانی وظیفه تعلیم و تربیت دانشجویان در زمینه های بهداشتی و درمانی خود را بخوبی هر چه تمام تر به نمایش گذاشته اند.

وی خاطر نشان نمود: دکتر ولیزاده در مدتی که به عنوان معاون آموزشی انجام وظیفه نمودند، در راه اعتلای آموزش در دانشگاه اقدامات و خدمات شایسته ای بکار بستند که ماندگار خواهد بود.

مدیر آموزشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام با اشاره به اینکه اخلاص، بسی ریایی و پاک دستی دکتر ولیزاده به خوبی نمایان بوده و برای ما به عنوان یک الگو همواره باقی خواهند ماند تاکید کرد: یکی از ابعاد تلاش های دکتر ولیزاده این مهم بود که حوزه های بهداشت و درمان را به یکدیگر نزدیک کردند و خوشبختانه ایشان با درایت و اهتمام توانستند همدلی و تعامل را دربین دو حوزه به صورت ارزنده ای نهادینه نمایند. وی بیان داشت: چرخش نیروها در جایگاه یک امر طبیعی است که این چرخشها، توانمندی ایده ها و سلایق را به دنبال خواهد داشت و باید بدانیم که بست ها و جایگاه موقتی هستند و آنچه که ماندگار خواهد بود تلاش و دستاوردهای مثبت در این سمت هاست.

دکتر پاکزاد ادامه داد: دکتر رضایی طاوبرانی که به عنوان سمت معاونت آموزشی معارفه می گردند، از پزشکان صادق و توانمند استان است که نام و آوازه ایشان در خدمت به مردم بسیار زبانزد است.

وی در پایان سخنان خود گفت: انشاالله که بتوانیم در حوزه معاونت آموزشی با بهره گیری از توان و تخصص دکتر رضایی طاوبرانی به اهداف مدنظر دانشگاه دست یابیم و بنابراین ما کارکنان این حوزه برای انجام رسالت سازمانی خود از هیچ تلاشی فروگذار نخواهیم بود.

معاون جدید آموزشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام نیز به عنوان دیگر سخنران این آیین تودیع و معارفه ضمن تقدیر از اعتماد رئیس دانشگاه علوم پزشکی به وی اظهار نمود: خوشبختانه بنده وارث معاونین خنومی هستم که قبل از من زحمات زیادی برای سیستم کشیده اند و دانشگاه را در جهت تحقق اهداف سازمانی به پیش برده اند.

دکتر مجید رضایی طاوبرانی اضافه کرد: دکتر ولیزاده از عزیزانی هستند که منشأ خدمات نیک و چشمگیری به دانشگاه بوده اند و لذا در جایگاه ایشان قرار گرفتن و تکرار دستاوردهای ارزشمند ایشان مشکل است اما برحسب وظیفه باید وظایف ایشان را برعهده بگیریم. معاون جدید آموزشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام با بیان اینکه حفظ همدلی و وفاق بین هیأت رئیسه و هیأت مدیره اساتید و دانشجویان از دستاوردهای خوب حوزه معاونت آموزشی دانشگاه است، بیان داشت: انشاالله در همه زمینه ها و در سطح دانشگاه بتوانیم فعالیت های آموزشی را مطابق انتظارات در سیستم و در مقطعی بالاتر در وزارت به پیش ببریم و قطعاً در این راه تلاش تعامل و دلسوزی همه کارکنان و دست اندرکاران حوزه آموزش تاثیرگذار خواهد بود.

وی تصریح کرد: آموزش از اولویت های اصلی دانشگاه است و همه ما باید در راه تحقق آن تلاش کنیم زیرا سیستم یعنی خود ما و فعالیت هایمان است و همه باید صیانت کننده دستاوردهایی باشیم که بدست آوردهایم.

دکتر رضایی طاوبرانی یادآوری کرد: از هر دیدگاه ها و نقطه نظرات همه عزیزان در هر سمت و جایگاهی که باشند استقبال نموده و نهایت بهره را خواهم برد و در راه خدمت به سیستم به کار خواهم بست. در پایان این آیین نیز از خدمات دکتر ولیزاده تقدیر شد و طی حکمی از سوی رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام دکتر مجید رضایی طاوبرانی به عنوان معاون جدید آموزشی منصوب گردید.

سرپرست جدید مرکز بهداشت شهرستان ایلام معرفی شد

با حضور معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و جمعی از مسئولان و کارکنان مرکز بهداشت شهرستان ایلام، سرپرست جدید این مرکز معرفی شد.

به گزارش خبرنگار وب داد، در ابتدای این آیین تودیع و معارفه معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایلام اظهار داشت: مدیرسازی و پرورش افراد بالیاقت و صاحب اندیشه و درایت یکی از مسائل مهم و پر اهمیتی است که حصول آن دستاوردهای ارزنده ای برای استان خواهد داشت.

دکتر ناصری فر ادامه داد: اگر مدیر سازی در دانشگاه علوم پزشکی محقق گردد، این مدیران هستند که مجموعه را به سوی موفقیت و بالندگی رهنمون خواهد ساخت و خوشبختانه این امر در دانشگاه به خوبی شکل گرفته و نیروها و مدیران جوان همچون دکتر افسرده و دکتر شریفی نمونه هایی از این مدیر سازی است.

وی در بخش دیگری از سخنان خود با بیان اینکه همراهی و تعامل کارکنان مجموعه باعث ایجاد ظرفیت های مناسب و چشمگیری خواهد شد، ابراز داشت: مرکز بهداشت شهرستان ایلام این ظرفیت را دارد که حتی در سطوح کشور نیز مطرح گردد که البته این مهم در سایه تلاش کارکنان و وجود امکانات و زیرساختهای لازم خواهد بود.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایلام اضافه کرد: ضرورت بر این حکم نمود که از وجود دکتر افسرده در سمت معاونت مدیریت و توسعه منابع دانشگاه بهره مند گردیم و لذا تعیین جانشین و تداوم مسیر تلاشهای وی، ما را بر آن داشت که از پزشکی جوان و کار آزموده به نام دکتر شریفی برای تصدی رئیس مرکز بهداشت شهرستان ایلام بهره گیریم.

وی با اشاره به این مطلب که رضایت خداوند در رضایت مندی مردم نهفته است،تصریح نمود: اگر همه ما در این راه نهایت تلاش خود را به کار گیریم، یقیناً می توانیم به این دستاورد ارزنده دست یابیم.

در ادامه نیز دکتر امید افسرده رئیس اسبق مرکز بهداشت شهرستان ایلام و معاون فعلی مدیریت و توسعه منابع دانشگاه علوم پزشکی ضمن تقدیر از خدمات و تلاش های شبانه روزی همکاران خاطر نشان کرد: اگر در هر مجموعه ای تعامل، دلسوزی و همکاری صمیمانه شکل گیرد، شرایطی همانند اعضای خانواده در مجموعه حاکم خواهد شد و ارائه خدمت آسان تر و پردامنه تر می گردد.

وی با اشاره به اینکه خداوند متعال کسانی که خدمت خالصانه و مسئولانه ای به مردم تقدیم کنند را پاداش و جزای نیک خواهد بخشید، اظهار داشت: در حوزه سلامت استان و خصوصاً مرکز بهداشت شهرستان ایلام خوشبختانه دیدگاه خدمتگزاری به مردم در اولویت اصلی برنامه ها و خدمات قرار گرفته است. رئیس پیشین مرکز بهداشت شهرستان ایلام ابراز نمود: چالش ها و وجود مشکلات در هر مجموعه و سازمانی قابل پیش بینی و امری طبیعی است و در این مرکز کارکنان تلاش ها و خدمات شایسته ای برای غلبه بر مشکلات بکار بسته اند که علاوه بر رفع دغدغه ها و مشکلات توانسته بسیاری از شاخص ها را نسبت به گذشته ارتقاء بخشند.

دکتر افسرده ادامه داد: انتخاب دکتر شریفی برای تصدی ریاست مرکز بهداشت شهرستان ایلام اقدامی شایسته و از روی درایت است زیرا ایشان در شبکه بهداشت و درمان شهرستان نوپای سیروان توانست فراتر از حد انتظار ظاهر شود و منشأ خدمات بسیار بارز و شاخصی باشد.

سرپرست جدید مرکز بهداشت شهرستان ایلام نیز به عنوان دیگر سخنران این آیین تودیع و معارفه گفت: خداوند را شاکرم فرصتی دست داده تا بتوانم در این سمت جدید به مردم شریف شهرستان ایلام خدمتگزاری نمایم.

دکتر علیرضا شریفی تصریح نمود: قطعاً در هر مجموعه ای مدیر بدون تعامل کارکنان نمی تواند هیچ برنامه و هدفی را به سرانجام برساند و بنابراین امیدوارم با همکاری و تعامل ارزنده کارکنان خدوم و تلاشگر مرکز بهداشت شهرستان ایلام بتوانیم ارائه خدمت کنیم.

وی خدمات و اقدامات دکتر افسرده در سمت رئیس پیشین مرکز بهداشت شهرستان ایلام را قابل تقدیر عنوان کرد و ابراز داشت: ایشان بر اساس برنامه ها و اهداف تعیین شده در کنار کارکنان این مرکز توانسته منشأ خدمات چشمگیری به مردم باشد و یقیناً بنده نیز از این ظرفیت و تجارب ایشان نهایت بهره را خواهم برد. دکتر شریفی یادآور شد: مسئولیت وظیفه و رسالتی است که شاید در بین مدیران با دیدگاهها و سلیقه های متفاوت دست به دست گردد اما خدمت به مردم و جلب رضایتمندی آنان هیچگاه متوقف نخواهد شد. در پایان این آیین با اهدای لوح سپاس از خدمات دکتر امید افسرده به عنوان رئیس پیشین مرکز بهداشت شهرستان ایلام تقدیر و حکم مسئولیت و سرپرستی این مرکز به دکتر علیرضا شریفی اعطاء شد.

گـــوناگـــون

چهارعادت غلط روزانه که‌سلامتی راتهدید می‌کند

زمانی که مسواک زدن ضرر دارد

محققان عنوان می‌کنند: ۴ اشتباه روزانه در بین افراد وجود دارد که سلامتی آنان را تهدید می‌کند و این در حالی است که مردم از این عادات غلط نیز بی‌اطلاع هستند.

– مسواک زدن همیشه هم خوب نیست

مسواک زدن بعد از صرف غذاهای اسیدی به ویژه میوه‌ها و آبمیوه‌ها می‌تواند باعث تضعیف مینای دندان شود. که به مرور زمان باعث تغییر در رنگ دندان‌ها نیز می‌شود.

راهکار: حداقل ۳۰دقیقه بعد از صرف صبحانه دندان‌های خود را مسواک بزنید و اجازه دهید کلسیوم موجود در غذا جذب دندان‌هایتان شود.

– باز کردن پنجره اتومبیل

آلودگی هوا به هنگام ساعات شلوغی در صبح در سطح خیابان‌ها و اتوبان‌ها تا ۱۰برابر افزایش پیدا می‌کند. دود حاصل از سوخت‌های دیزلی می‌تواند منجر به ابتلا به سر درد و سرطان و حمله قلبی شود.

راهکار: تا حد امکان سر به ویژه به هنگام صبح خود را در معرض هوای آزاد قرار ندهید و از سیستم تهویه استفاده کنید.

– ظروف پلاستیکی در مایکروفر

قرار دادن غذا در داخل ظروف پلاستیکی و گذاشتن در مایکروفر به هنگام ناهار و در نهایت گرم کردن آن ظروف پلاستیکی ممکن است ذوب شود و به مواد غذایی شما وارد شوند. این امر می‌تواند منجر به نازایی و تخریب هورمون‌های بدن نیز شود.

راهکار: از ظروف شیشه‌ای برای گرم کردن غذا در داخل مایکروفر استفاده کنید و یا حتی‌الامکان غذا را در منزل بر روی اجاق گاز گرم کنید و از ظرف‌های استیل عایق حرارتی برای گرم نگاه داشتن آن استفاده کنید.

– بررسی ایمیل بعد از ساعت۷ شب به وسیله تلفن همراه

تحقیقات دانشگاه فلوریدای استرالیا نشان می‌دهند کسانی که از تلفن همراهشان بعد از ساعت ۹ شب برای انجام امور کاری و اینترنتی استفاده می‌کنند به هنگام صبح با حالت ضعف و خستگی از خواب بیدار می‌شوند. از طرف دیگر اختلال ساعات خواب و کم خوابی می‌تواند باعث افزایش احتمال ابتلا به سکته مغزی شود.

راهکار: سعی شارژ تلفن همراهتان را در خارج از اتاق خواب و استراحت خود قرار دهید و در صورت امکان آن را بعد از۹ ساعت شب خاموش کنید.

متخصص پوست و مو:

جوش‌های چرکی و التهابی نباید تخلیه شوند

یک متخصص پوست و مو درباره راه‌های درمان اثرات جوش بر روی صورت اظهار داشت: درمان جای جوش بر اساس شدت آن متفاوت است و در برخی موارد به جراحی‌های زیبایی، تراش عمقی پوست و لیزرهای مختلف نیاز دارد.

میر هوشنگ احسانی، متخصص پوست و مو در گفت‌وگو با فارس گفت: اگر جای جوش بر روی بدن یا صورت به شکل نقاط قرمز یا قهوه ای باشد، با درمان دارویی و لایه برداری شیمیایی بهبود می یابد اما اگر فروروفتگی عمیق باشد، این روش ها پاسخگو نیست و باید به جراحی های زیبایی، تراش عمقی پوست و لیزرهای مختلف متوسل شد.

احسانی با اشاره به اینکه آکنه یا جوش پس از سن بلوغ به علت ترشح هورمون‌های جنسی از غدد جنسی و فوق کلیوی در افراد ظاهر می شود، گفت: چربی زیاد پوست، التهابات پوستی، وجود میکروب روی پوست، اختلال در پوسته ریزی و همچنین برخی عوامل محیطی از جمله تغذیه، استرس، سیگار، مصرف زیاد لوازم آرایش و چرب کردن زیاد پوست می تواند از دیگر فاکتورهای موثر در بروز جوش باشد.

احسانی خاطرنشان کرد: اثرات جای جوش بر روی صورت یا بدن در بسیاری از موارد به دلیل دستکاری جوش ها باقی می ماند اما در برخی موارد نیز به دلیل التهابات زیاد و عمق تخریب بافت های زیرین پوست، جوش ها به خودی خود بر روی پوست جا می گذارند.

به گفته این متخصص پوست و مو، جاهای ناشی از جوش می تواند صاف، فرورفته و یا به صورت گوشت اضافه باشد که براساس شدت آکنه (خفیف، متوسط و یا شدید بودن آن) متفاوت است.

وی افزود: معمولا جوش هایی که التهاب، ترشح و چرک زیادی دارد بافت های زیرین را تخریب می کند که باعث ایجاد فرو رفتگی می شود و درمانش نیز بسیار دشوار است اما برخی جوش ها زیر پوستی هستند با التهاب کمی دارند که معمولا با برچای گذاشتن قرمزی یا تغییر رنگ قهوه‌ای روی پوست به صورت نقطه ای که بسیار راحت تر به درمان جواب می دهند، بهبود می یابند.

احسانی با تاکید بر لزوم خودداری افراد از تخلیه جوش های زیرپوستی گفت: این جوش ها باید توسط پزشک تخلیه شود؛ حال آنکه برای جوش های چرکی و التهابی باید بطور جدی از تخلیه آن خودداری کرد.

این متخصص پوست و مو در آخر تصریح کرد که ریسک جای گذاشتن جوش ها معمولا روی بدن، سینه و پشت می تواند حتی بیشتر از صورت باشد که درمان آن نیز به مراتب سخت تر از درمان آکنه های روی صورت خواهد بود.

دارچین سدی در برابر پیشرفت پارکینسون

روزنامه ایران نوشت: دارچین تغییرات مغز را در بیماران مبتلا به بیماری پارکینسون معکوس یا متوقف می کند.

دانشمندان مغز و اعصاب در مرکز پزشکی دانشگاه راش پی بردند ادویه رایجی که در تهیه انواع غذا و شیرینی به‌کار می‌رود تغییرات بیومکانیکی، سلولی و آناتومیکی مغز را که در بیماری پارکینسون اتفاق می‌افتد، معکوس می‌کند.

نتایج این مطالعه که در مجله فارماکولوژی به چاپ رسیده نشان داد موش‌هایی که از دارچین تغذیه کرده بودند بویژه نمونه‌هایی که دچار اختلال پارکینسون بودند به لحاظ عملکرد مغز و مهارت‌های حرکتی کارایی بهتری داشتند.

کالیپادا پاهان، متخصص مغز و اعصاب دانشگاه راش می‌گوید: دارچین از قرن‌ها پیش به عنوان ادویه در سراسر جهان استفاده می‌شد این ادویه بطور بالقوه یکی از مؤثرترین و ایمنی‌ترین روش‌ها برای متوقف کردن پیشرفت بیماری در بیماران مبتلا به پارکینسون است.

دارچین در کید به بنزوات سدیم متابولیزه می‌شود که یک دارویی مورد تأیید FDAبوده و برای درمان نقص متابولیک کبد (هایپراموئنی)استفاده می‌شود.

به گفته محققان درک این که نحوه و مقدار پیشرفت بیماری پارکینسون تا چه اندازه مهم و ارزشمند است به تولید داروهای مؤثر به منظور محافظت از مغز و جلوگیری از پیشرفت بیماری کمک می‌کند.

پارکینسون حدود ۱/۲میلیون نفر را در ایالات متحده و کانادا تحت تأثیر قرار می‌دهد و در مردان نسبت به زنان بیشتر شایع است