

**کلنگ احداث مراکز بهداشتی درمانی شهر توحید و**

**دهستان پیام آباد هلیلان بر زمین زده شد**



کلنگ احداث مراکز بهداشتی درمانی شهر توحید و دهستان پیام آباد هلیلان از توابع شهرستان چرداول با حضور رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام ،مسئولان محلی و مردم این مناطق بر زمین زده شد.

به گزارش خبرنگار وب دا، در ابتدای این آیین کلنگ زنی، رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام ضمن تسلیت رحلت جانشوز بنیانگذار کبیر انقلاب اسلامی حضرت امام خمینی(ره) و گرامیداشت سالروز ۱۵ خرداد اظهار کرد: استقلال، آزادی و اقتدار جمهوری اسلامی ایران در جهان در سایه ایثار و فداکاری بنیانگذار جمهوری اسلامی بدست آمده که بزرگداشت و زنده نگه داشتن یاد و نام این بزرگمرد تاریخ معاصر بر ما واجب بوده و باید تمام دوران خدمت خود در این راه را یک وظیفه بدانیم.

دکتر علی دل پیشه در ادامه سخنان خود به افتتاح مراکز بهداشتی درمانی شهر توحید و دهستان پیام آباد هلیلان اشاره و تصریح کرد: در این مراکز در بخش های مختلف بهداشت و درمان به مردم این منطقه خدمات دهی خواهد شد و با ارتقاء این خدمات سطح سلامت مردم ساکن این منطقه نیز نسبت به گذشته افزایش پیدا خواهد کرد.

وی با بیان اینکه این مراکز در زمین های جداگانه ای به مساحت ۵۶۰ متر مربع احداث خواهند شد، ادامه داد: با احداث و بهره برداری از این مراکز بهداشتی درمانی، دسترسی مردم به خدمات در بخش سلامت را تسهیل خواهد نمود و امید است که با افتتاح این مراکز بتوانیم سطح انتظارات مردم را برآورده کنیم.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام ابراز کرد: برای احداث این مراکز بهداشتی درمانی بالغ بر یکمیلیارد ریال از محل اعتبارات دانشگاه هزینه و به عنوان یک خدمت ماندگار از سوی دولت تدبیر و امید و وزارت بهداشت به مردم و ساکنان این مناطق تقدیم خواهد شد.

دکتر دل پیشه با قدردانی از تلاش مجموعه دانشگاه علوم پزشکی در اجرای طرح موفقیت آمیز نظام سلامت بیان داشت: بهره‌مندی بیشتر از سلامتی و دسترسی آسان مردم به حوزه بهداشت و درمان یکی از اهداف این طرح بوده که خوشبختانه با رضایت مندی بالای مردم محقق شده است.

\*\*\*

## کردن خود را با این تکنیک های ساده ماساژ دهید



چه در حالت نشسته و چه در حالت ایستاده ، دستان خود را بالا بیاورید و انگشتان دست را به صورت نرم و پیوسته در راستای ستون بین سر و شانه ها بکشید.
به گزارش بهداشت نیوز؛

### ماساژ اول

چه در حالت نشسته و چه در حالت ایستاده ، دستان خود را بالا بیاورید و انگشتان دست را به صورت نرم و پیوسته در راستای ستون بین سر و شانه ها بکشید، طوری که گردن را از بالا به سمت پایین ماساژ بدهید.
این تکنیک ماساژ را چندین بار تکرار کنید.
به این نکته توجه کنید که ماساژ باید تنها در یک راستا ، از سر به سمت شانه ها بر روی گردن اعمال شود و این مسیر نباید در جهت عکس ماساژ داده شود.
در این تکنیک بالاترین و پایین ترین نقطه گردن باید توسط انگشتان تحت فشار ملایمی قرار بگیرند، بنابراین در هنگام ماساژ یکی از شانه ها ، سر را کمی به سمت شانه دیگر متمایل کنید ، این کار را برای شانه دیگر نیز تکرار کنید

### ماساژ دوم

کف دستان خود را در میانه گردن – نه در پشت گردن – قرار دهید و به انگشتان خود اجازه دهید که بر کناره های ستون فقرات قرار گیرند – اطراف مهره های موجود در گردن .
با سر انگشتان خود عضلات اطراف ستون فقرات را تحت فشار قرار دهید ، سپس عضلاتی که توسط کف دست و انگشتان پوشش داده شده اند را به سمت بالا ماساژ دهید .
در این تکنیک کف هر کدام از دست ها باید بر یک طرف گردن قرار بگیرد و انگشتان دست ها نباید به یکدیگر متصل یا قلاب شوند.
این تکنیک ماساژ را در راستای شانه ها نیز تکرار کنید.

### ماساژ سوم

انگشتان هر دو دست خود را در پشت گردن قلاب کنید . سپس عضلات موجود در اطراف ستون فقرات را کشش داده و آن ها را بین کف دست ها و انگشتان خود بفشارید .
این ماساژ را از میانه گردن به سمت پایین گردن اجرا کنید.
این تکنیک را چندین بار تکرار کنید.

## با حضور مسئولان، کلنگ دو مرکز جامع سلامت روستایی در دره شهر به زمین زده شد



با حضور رییس دانشگاه علوم پزشکی ایلام و معاونین، نماینده مردم استان در مجلس شورای اسلامی، مسئول نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه، فرماندار و سرپرست شبکه بهداشت دره شهر، اهالی روستا و اصحاب رسانه، کلنگ مراکز جامع سلامت روستاهای عباس آباد و قلعه تسمه این شهرستان به زمین زده شد.

به گزارش خبرنگار وب دا، در ابتدای این آیین کلنگ زنی رییس دانشگاه علوم پزشکی ایلام ضمن تسلیت شهادت مولی الموحیدن حضرت علی (ع) گفت: با تلاش و اهتمام و همکاری و همراهی شایسته و دلسوزانه مهندس شادمهر کاظم زاده نماینده مردم استان در مجلس شورای اسلامی، امروز شاهد کلنگ زنی این مراکز جامع سلامت در روستاهای عباس آباد و قلعه تسمه هستیم.

سال هشتم /شماره ۸۴/خرداد ماه۹۶



\*\*\*\*\*

## تقدیر از توجه ویژه دکتر دل پیشه رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام به حوزه سلامت استان ابراز کرد: با اجرای طرح تحول نظام سلامت در استان، خدمات شایسته ای به مردم ارائه شده که قابل تقدیر است.

وی ادامه داد: توجه ریاست محترم دانشگاه علوم پزشکی ایلام به توسعه زیرساخت های بهداشتی درمانی در اقصی نقاط استان نشان از دلسوزی و مسئولیت پذیری ایشان در راه خدمت به مردم دارد.

حجت الاسلام والمسلمین سید محمدباقر هاشمی مسئول دفتر نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه علوم پزشکی ایلام نیز ضمن تسلیت شهادت اولین اختر تانباک آسمان ولایت و امامت از خدمات و تلاش های رئیس دانشگاه، نماینده مردم استان در مجلس، فرماندار و رئیس شبکه شهرستان دره شهر در راستای خدمت صادقانه به مردم تقدیر نمود و ابراز امیدواری نمود که با احداث مراکز جامع سلامت در روستاهای عباس آباد و قلعه تسمه، مشکلات و نارسایی ها در حوزه بهداشت و درمان ساکنان آنان رفع شود. همچنین شفیع زاده فرماندار شهرستان دره شهر نیز ضمن تسلیت شهادت امام علی(ع) و تقدیر از توجه ویژه رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام نسبت به مشکلات و نارسایی های حوزه سلامت در این شهرستان بیان کرد: با احداث این مراکز جامع سلامت مشکلات و دغدغه های ساکنان آن برای همیشه مرتفع شده و از هزینه های مربوط به حوزه سلامت از جمله رجوع به روستاهای اطراف و مرکز شهرستان برای دریافت خدمات جلوگیری می شود.

## هفتاد و هفتمین جلسه طرح تحول نظام سلامت در دانشگاه برگزار شد

در خویشتن خویش است که انسان می تواند به واسطه آن به کمالات والای انسانی، سعادت دنیا و آخرت و سلامت جسم و روح نائل شود.

دکتر علی دل پیشه در ادامه سخنان خود به اجرای موفق طرح تحول نظام سلامت در استان ایلام اشاره کرد و گفت: با تلاش و اهتمام همکاران و همراهی و همدلی مسئولان استانی و حمایت‌های دولتمردان دولت تدبیر و امید و وزارت بهداشت هم اکنون شاهد رضایتمندی بالا و بی نظیر مردم از اجرای طرح تحول نظام سلامت در استان هستیم که انگیزه و روحیه مضاعفی به ما خدمتگزاران مردم در عرصه سلامت داده است.

وی در بخش دیگری از سخنان خود به راه اندازی بیمارستان تک تخصصی آیت الله طالقانی در مرکز استان اشاره کرد و افزود: تلاش ها و زحمات دانشگاه در راه اندازی بیمارستان ویژه بانوان در استان در حال به بار نشستن است. استقرار نیروی انسانی و تجهیزات در این بیمارستان مشکلات و نارسایی‌های حوزه سلامت مرتفع خواهد نمود و رضایت خاطر این قشر جلب خواهد نمود.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام ادامه داد: با راه اندازی این بیمارستان، تحولی عظیم و ماندگار در خدمات دهی به قشر بانوان

## جلسه هیات رئیسه دانشگاه علوم پزشکی ایلام برگزار شد

رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام گفت: این حضور گسترده و ۴۰ میلیونی مردم بعد از ۲۸ سال که از عمر با عزت انقلاب می گذرد، نشانگر حب و علاقه وافر مردم ایران اسلامی به این انقلاب مقدس و مردمی است.

وی افزود: در این انتخابات باردیگر حضرت حجت الاسلام والمسلمین دکتر روحانی با رای مستقیم به عنوان رئیس جمهوری انتخاب شدند که امید است در راه خدمت به مردم و نظام اسلامی موفق و سربلند باشند.

دکتر دل پیشه با بیان اینکه در ماه مبارک رمضان بیمارستان تک تخصصی زنان و زایمان آیت اله طالقانی به بهره برداری کامل پی‌برده‌ی رسیده، ابراز کرد: با راه اندازی این بیمارستان خدمات درمانی به بانوان در استان ارائه خواهد شد که اقامی ماندگار و حسنه برای بانیان و دست اندرکاران این بیمارستان در راه خدمت به زنان استان خواهد بود.

وی با بیان اینکه در استان بر اثر آثار جنگ تحمیلی، مشکلات و فشارهای روحی و روانی برجامانده بر مردم در این دوران و نیز تسخیر سبک زندگی مردم، شیوع نامتعارف سرطان ها را شاهدیم، خاطرنشان کرد: با افتتاح مرکز جامع تشخیص و غربالگری سرطان در استان در پایان ماه رمضان که از برکات اجرای طرح تحول نظام سلامت در استان می باشد، خدمات شایسته و بی نظیری به جامعه هدف ارائه خواهد شد.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام با اشاره به اینکه باید جایجایی های پرسنل در سطح دانشگاه قانومند دنبال شود، گفت: این جایجایی ها اگر بر اساس معیار، منطق و موازین اداری انجام نشود، باعث بی نظمی در سیستم شده و روند خدمات دهی مجموعه دانشگاه به مردم را مورد تأثیر خود قرار خواهد داد.

وی همچنین در ادامه به برگزاری انتخابات نظام پزشکی در استان اشاره و اظهار کرد: این انتخابات همواره در استان بر اساس شایسته سالاری بوده و افراد نیکنامی انتخاب شده اند که امید است در این دوره پیش رو نیز اگرچه همه پزشکان شایسته و مسئولانه به

## دیدار مسئول نهاد نمایندگی مقام رهبری در دانشگاه علوم پزشکی ایلام با پرسنل معاونت غذا و دارو

وسط دارو و کالاهای قاچاق و مجهزکردن کم نظیر بیمارستان های دولتی به تجهیزات پزشکی پیشرفته نسبت به سنوات قبل، اجرای طرح PMS، مساعدت به بیماران خاص، ایجاد رضایت مندی در بین ارباب رجوع و خدمت رسانی شایسته به زوار کربلا در ایام اربعین حسین (ع) و… ارائه نمود.
در ادامه نیز حجت الاسلام هاشمی مسئول نهاد رهبری در دانشگاه علوم پزشکی ایلام، حلول ماه مبارک رمضان را به کارکنان این حوزه تبریک گفت و ضمن تقدیر از فعالیت های خوب انجام شده در این معاونت، اطلاع رسانی خدمات انجام شده را بسیار مهم خواند و در راستای خدمات دهی بهتر راهکارهایی بیان نمود.
همچنین مسئول نهاد نمایندگی مقام رهبری در دانشگاه به همراه معاون غذا و دارو از مدیریت ها و واحدهای زیرمجموعه بازدید و مدیران و کارشناسان واحدها، عملکردها و وظایف واحد مربوطه را شرح کردند و مردم شریف استان را مانند کنترل و بازرسی های مستمر از داروخانه ها، واحد های توزیع ، صنایع تولیدی، کشف سلامت محور به مردم استان تشکر کرد.



\*\*\*\*\*

## جشنواره غلبه بر افسردگی با شادی و نشاط و ازدواج سالم جوانان در ایلام برگزار شد



جشنواره غلبه بر افسردگی با شادی ونشاط وازدواج سالم با حضور مسولین استانی در محل آمفی تاتر مجتمع فرهنگی ارشاد ایلام با اجرای برنامه های متنوع برگزار گردید.

به گزارش خبرنگار وب دا، در ابتدای همایش رییس دانشگاه علوم پزشکی ایلام ضمن خیر مقدمه مدعوین حاضر گفت: اگر می خواهیم ایرانی آباد داشته باشیم نباید از فاکتورهای سلامت روانی بگذریم، همه باید در تقویت نشاط و سلامت روانی مشارکت و آن را ترویج و تشویق کنیم که این طرح در دولت یازدهم تکمیل شد و با تداوم آن در دولت بندی شاهد شور و شادایی بهره مندی مردم از این طرح مهم باشیم.

دکتر علی دل پیشه با بیان اینکه سلامت جسم باید در کنار سلامت روح افزایش یابد، افزود: باید راه های ایجاد ارشش روانی در کشور ما نهادهی شود و زمینه زندگی سالم و با نشاط در جامعه را فراهم کرد.

وی ترویج الگوهای رفتاری پسندیده همچون نشاط و امید را عامل ارتقای سطح سلامت فردی و اجتماعی عنوان کرد و بر ضرورت پذیرش اختلالات روانشناسی همچون افسردگی توسط افراد به عنوان عامل مهم در بهبود درمان تأکید نمود.

مسئول نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه علوم پزشکی ایلام در این همایش به یابد ها و بایسته‌های ازدواج سالم اشاره داشت و گفت: ارزشمندترین سرمایه هرملت و کشور نیروی انسانی جامعه است و با توجه به فاکتور های عوامل قدرت نیروی انسانی از اصلی ترین و و ریز بنایی ترین عوامل بشمار می روند.

حجت الاسلام والمسلمین سید محمدباقر هاشمی انتخاب همسر و تشکیل زندگی دکتر از مهمترین انتخابهای انسان برشمرد و افزود: این انتخاب، انتخابی است که فرد تعریف مشخصی دارد و همه پیشرفت‌ها و آرامشهای بشری وابسته به تعریف درست نهاد خانواده است.

در ادامه این همایش نیز معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایلام همچنین اجرای موفق طرح تحول نظام سلامت را یکی از اقدامات شایسته دولت عنوان کرد و گفت: اجرای این طرح باعث شده که مشکلات حوزه سلامت به حداقل ممکن کاهش یابد و مردم دسترسی آسانتری به خدمات بهداشت و درمان داشته باشند.

دکتر رامنی ناصری فر دکتر ناصری رئیس مرکز بهداشت استان در ادامه به بررسی و تشریح وضعیت شاخص های سلامت در استان ایلام در مقایسه با میانگین کشور پرداخت.

در ادامه این همایش نیز با حضور رئیس دانشگاه، مسئول نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه، مدیرکل امور اجتماعی استانداری و معاون بهداشتی از چهار زوج و تعدادی از شرکت کنندگان با اهدا تقدیرنامه تحلیل به عمل آمد.

\*\*\*

## معدوم سازی ۱۰ تن مواد غذایی فاسد و تاریخ مصرف گذشته در ایلام

رییس مرکز بهداشت شهرستان ایلام از کشف و معدوم سازی ۱۰ تن مواد غذایی غیر بهداشتی و تاریخ مصرف گذشته در قالب طرح بسیج سلامت نوروزی خبر داد.
به گزارش خبرنگار وب دا، دکتر علیرضا شریفی در این رابطه اظهار کرد: این مواد غذایی که شامل انواع شیرینی جات، مواد لبنی، نوشیدنی، انواع کنسرو و تقلاات بودند با همت و تلاش بازرسین بهداشت محیط مرکز بهداشت شهرستان ایلام در محل دفع زباله های شهر معدوم شدند.

وی با اشاره به اهمیت سلامت مواد غذایی افزود: واحد بهداشت محیط این مرکز آماده دریافت شکایات شهروندان در خصوص مسائل مختلف بهداشتی از جمله عدم رضایت از بهداشت در مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی، فروش و عرضه مواد غذایی تاریخ گذشته و فاسد می باشد.

رییس مرکز بهداشت شهرستان ایلام یادآور شد: همچنین شهروندان می توانند شکایات خود را به سامانه ۱۹۰ وزارت بهداشت و یا با شماره تماس ۳۳۲۸۱۱۲۰ مرکز بهداشت شهرستان اطلاع دهند تا در اسرع وقت رسیدگی شود.

\*\*\*

## اعزام بالگرد فوریت پزشکی برای نجات جان جوان ۳۷ ساله در شهرستان مهران



رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام گفت: بالگرد فوریت پزشکی استان برای نجات جان جوان ۳۷ ساله و انتقال این مصدوم تصادف رانندگی جاده مهران به بیمارستانی در شهر ایلام به پرواز درآمد.

به گزارش خبرنگار وب دا، دکتر علی دل پیشه در این رابطه اظهار کرد: امروز بر اثر تصادف یک دستگاه بوئکر سمیان با یک دستگاه خودرو زانیتا در محدوده شهر مهران یک نفر مصدوم شد.

وی افزود: پس از انتقال این فرد مصدوم بوسیله آمبولانس فوریت های پزشکی پایگاه شهری به بیمارستان امام حسین (ع) اقدامات درمانی از جمله اینتوباسیون و جست تیوب گذاری برای وی انجام شد و برای انتقال به بیمارستانی در ایلام، تقاضای اعزام بالگرد به مهران اعلام شد.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام کرد: تیم اورژانس هوایی فوریت های پزشکی استان در ساعت ۱۰ و ۳۵ دقیقه به سمت مهران پرواز کرد و مصدوم در ساعت ۱۱ و ۲۰ دقیقه به بیمارستان امام خمینی (ره) ایلام منتقل و تحویل کادر درمانی شد. دکتر دل پیشه با اشاره به اینکه استقرار اورژانس هوایی در استان از خدمات طرح عظیم و ماندگار طرح تحول نظام سلامت است، یادآور شد: نجات جان هم استانی های عزیز توسط بالگرد هوایی اورژانس موجب رضایت مندی مردم و بخصوص مصدومان و بیماران اعزام شده و همچنین لگرمی و انگیزه مضاعف در بین ما خدمتگزاران مردم در بخش بهداشت و درمان شده است.

گفتنی است با راه اندازی اورژانس هوایی در استان و استقرار بالگرد در این استان از ابتدای فروردین ماه امسال تا امروز تعداد ۱۹ مصدوم شامل بیماران سکنه های قلیی و مغزی، مادران باردار و مصدومان حوادث رانندگی از مناطق مختلف استان با بالگرد هوایی فوریت پزشکی به مراکز درمانی منتقل شده اند.