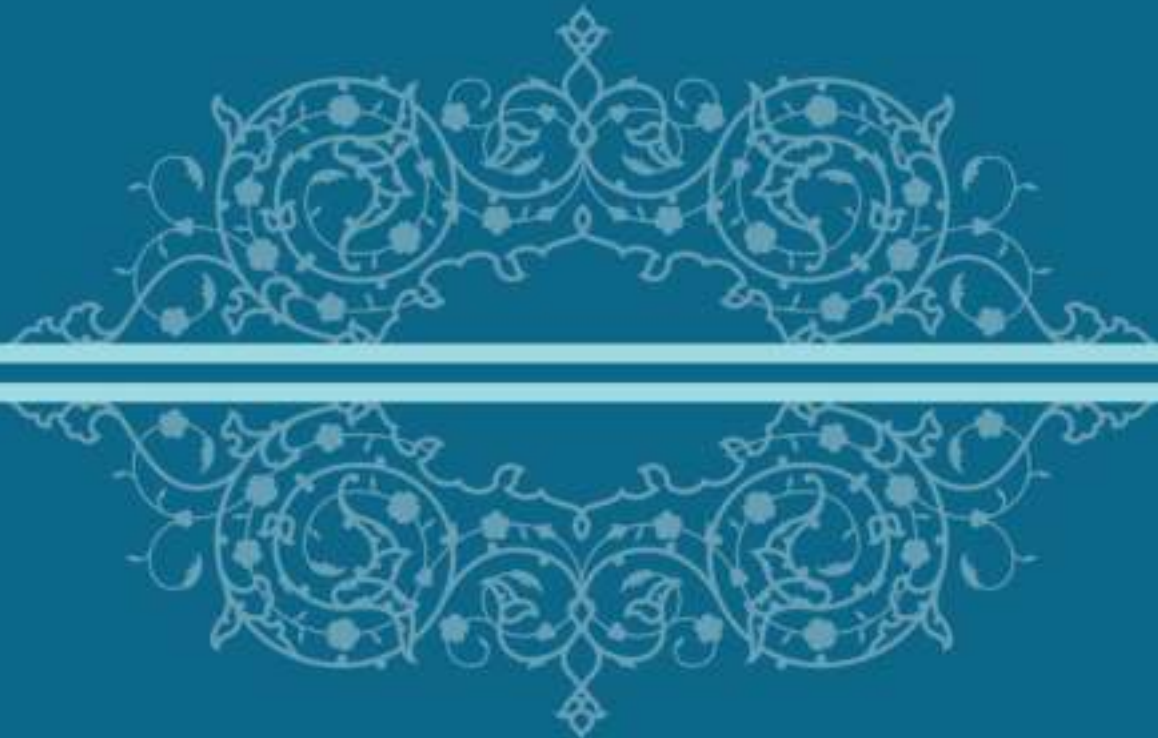




# مجله الکترونیکی گوهر تندرستی



خرداد ماه ۱۴۰۴





مجله الکترونیکی گوهر تندرستی - شماره ۵۷

خرداد ماه ۱۴۰۴

- سردبیر و مدیر مسئول: کارن یحیائی
- طراحی، گرد آوری و تدوین: مارال صمصامی
- اخبار و رویدادها: فاطمه شهاب الدین
- تصاویر: مارال صمصامی
- مطالب آموزشی: دکتر مریم شیانی - مژگان اعوانی
- گفتگوی صمیمانه: مارال صمصامی



گنجینه  
فقه و حدیث  
و کلام

## سخن سردبیر

### به نام خدا



حضرت آیت‌الله خامنه‌ای: آمریکایی‌ها بدانند ملت ایران تسلیم‌شدنی نیست و هرگونه ورود نظامی آنها بدون تردید با صدمه جبران‌ناپذیر همراه خواهد بود / کسی را تهدید کنید که از تهدید کردن بترسد

میهن عزیزمان، ایران، به ناحق مورد تجاوز رژیم جنایتکار و شرور قرار گرفته است. تجاوزی که با حمایت‌های استکبار جهانی و چراغ سبز آن صورت گرفته است. این حمله وحشیانه که در کنار شهادت مقامات عالی رتبه نظامی، منجر به شهادت اعضای فرهیخته جامعه دانشگاهی ایران اسلامی گردید و همین طور مردم عادی

و زنان و کودکان را در شهرهای مختلف کشورمان مورد هدف قرار داد و بشهادت رساند، بار دیگر دشمنی رژیم منحوس صهیونی با انسانیت و با نهاد علم و اندیشه را نشان می‌دهد. این جنایت که مصداق بارز تروریسم دولتی و نقض آشکار تمامیت ارضی ایران و حقوق بین‌الملل است، در حالی رخ داد که جمهوری اسلامی ایران با صبر و متانتی مثال زدنی، مسیر گفت‌وگو، عقلانیت و دیپلماسی را در پیش گرفته بود. اینجانب ضمن محکوم کردن اقدامات تجاوزکارانه رژیم صهیونیستی علیه کشور و مردم بزرگ ایران، تاکید می‌کنم که ما ایرانیان تا پای جان بر سر آرمان‌های اصیل انقلاب اسلامی ایستاده‌ایم و از تمامیت ارضی ایران عزیزمان دفاع خواهیم کرد.

### کارن یحیائی

مدیر روابط عمومی و امور بین الملل دانشگاه

و مدیر اجرایی حوزه ریاست

## فهرست

۱	سخن سردبیر
۳	برگزیده ای از بیانات مقام معظم رهبری
۴	بیانیه مشترک نماینده معزز ولی فقیه در استان و استاندار سمنان
۶	بیانیه دولت جمهوری اسلامی ایران
۸	سخن رئیس دانشگاه
۹	اخبار و رویدادها
۱۸	مطالب آموزشی
۲۳	گفتگوی صمیمانه

Web: [semums.ac.ir](http://semums.ac.ir) , Email: [pr.semums@semums.ac.ir](mailto:pr.semums@semums.ac.ir) , Instagram: [semums.ir](https://www.instagram.com/semums.ir)

Telegram: @semums , Instagram: @semums, Eitta: @semums1368, Rubika: @semums1368

Tel: 023-33448995

SMS: 30002316

آدرس: سمنان، بلوار بسیج، ستاد مرکزی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان، حوزه ریاست، مدیریت روابط عمومی و امور بین الملل دانشگاه

## نخستین پیام تلویزیونی خطاب به ملت ایران در پی تهاجم رژیم صهیونی به ایران

### بسم الله الرحمن الرحيم



عرض سلام دارم به ملت عزیز و بزرگ کشورمان. شهادت سرداران و دانشمندان عزیز - که البتّه برای همه سنگین است - و تعدادی از مردم غیر نظامی را به ملت ایران، به خانواده‌های آنها، تبریک و تسلیت عرض میکنم. امیدواریم ان شاء الله خدای متعال درجات آنها را عالی کند و ارواح طیّبه‌شان را مشمول لطف و ویژه‌ی خودش قرار بدهد. و اّمّا مطلبی که مایل بودم با ملت عزیزمان در میان بگذارم این است که رژیم صهیونیستی اشتباه بزرگی کرد، خطای بزرگی کرد، غلطی کرد و عواقب آن، او را بیچاره خواهد کرد، به توفیق الهی. ملت ایران از خون شهدای گران قدر نخواهد گذشت،

از تجاوز به آسمان کشورش صرف نظر نخواهد کرد. نیروهای مسلّح ما آماده هستند و مسئولین کشور و همه‌ی آحاد مردم پشت سر نیروهای مسلّحند. امروز از همه‌ی جناح‌های گوناگون سیاسی کشور و آحاد گوناگون کشور پیام‌های مشابهی صادر شد. همه احساس میکنند که باید در مقابل هویت خبیث رذل تروریست صهیونیستی با قدرت عمل کرد؛ باید با قدرت عمل کرد و ان شاء الله با قدرت عمل خواهد شد و با آنها مماشاتی نخواهیم کرد. زندگی برای آنها تلخ خواهد شد، بدون تردید. فکر نکنند که زند و تمام شد؛ نه، کار را آنها شروع کردند و جنگ به راه انداختند. ما به آنها اجازه نخواهیم داد که از این جنایت بزرگی که انجام دادند، خودشان را سالم خلاص کنند؛ مسلّم، نیروی مسلّح جمهوری اسلامی ضربه‌های سنگینی بر این دشمن خبیث وارد خواهد آورد. ملت هم پشتیبان ما است، پشتیبان نیروهای مسلّح است و جمهوری اسلامی، به اذن الهی، بر رژیم صهیونیستی فائق خواهد شد. ملت عزیز این را بدانند و مطمئن باشند و خاطر جمع باشند که در این زمینه هیچ کوتاهی‌ای صورت نخواهد گرفت.

والسلام علیکم ورحمة الله و برکاته

رهبر معظم انقلاب اسلامی حضرت آیت الله خامنه‌ای (مد ظله العالی)

پیام مشترک نماینده ولی فقیه در استان سمنان و استاندار سمنان در پی شهادت تنی چند از فرماندهان عالیرتبه نظامی، دانشمندان هسته‌ای و جمعی از هموطنان در پی حمله تروریستی رژیم صهیونیستی



بسم الله الرحمن الرحيم

وَسَيَعْلَمُ الَّذِينَ ظَلَمُوا أَيَّ مُنْقَلَبٍ يَنْقَلِبُونَ

کسانی که ستم کردند به زودی خواهند دانست که به کدامین

جایگاه بازمی‌گردند!

با قلبی مالامال از اندوه و در عین حال آکنده از افتخار، شهادت جمعی از فرماندهان دلاور و سرداران سرافراز نیروهای مسلح، دانشمندان هسته‌ای و هموطنان عزیز که در پی حمله ناجوانمردانه و تروریستی رژیم کودک‌کش صهیونیستی به لقاءالله شتافتند را به محضر مقدّس حضرت یقیةالله الاعظم (عج)، فرمانده معظّم کل قوا حضرت آیت‌الله العظمی امام خامنه‌ای (مدظله‌العالی)، خانواده‌های معظم شهدا و سایر بازماندگان و آحاد ملت بزرگ و شهیدپرور ایران اسلامی تبریک و تسلیت عرض می‌نماییم. این جنایت، بار دیگر چهره خبیث و ضدانسانی رژیم صفاک صهیونیستی را به جهانیان نشان داد و ثابت کرد که این غده سرطانی، هیچ حد و مرزی در توغّش و کینه‌ورزی نمی‌شناسد اما زهی خیال باطل! خون پاک این شهیدان و الامقام، بذر خشم و انتقام را در دل‌های آزادگان سراسر جهان خواهد کاشت و البته وعده الهی تخلف‌ناپذیر است.

بدانید ای صهیونیست‌های جنایتکار!

انتقام خون‌های به ناحق ریخته شهدای عزیزمان، بسیار سخت، کوبنده و عبرت‌آموز خواهد بود. ایران اسلامی، امروز مصمّم‌تر از همیشه آماده است و عده نابودی رژیم جلاّد و غاصب صهیونیستی را محقّق سازد و درسی تاریخی به حامیان آنها بدهد که

سالیان سال به خود جرأت تکرار چنین جنایاتی را در هیچ کجای عالم ندهند. به اذن پروردگار متعال، پاسخ این جنایت در میدانی داده خواهد شد که صهیونیست‌های غاصب هیچ راه گریزی از آن نخواهند داشت. از درگاه خداوند متعال، علو درجات برای شهدای عزیز، صبر و اجر برای بازماندگان و نصرت عاجل برای جبهه حق مسئلت داریم.

والسلام علی عبادالله الصالحین

مرتضی مطیعی

نماینده ولی فقیه در استان و امام جمعه سمنان

محمدجواد کولیوند

استاندار سمنان

[@Mortezamotiee\\_ir](https://www.instagram.com/Mortezamotiee_ir)



## بیانیه دولت جمهوری اسلامی ایران در پی تجاوز و جنایت اخیر رژیم صهیونیستی

بسم الله الرحمن الرحيم

ملت شریف و بزرگ ایران

تجاوز شبانه رژیم صهیونیستی به میهن مان؛ ایران که به شهادت شهروندان، سرداران و دانشمندان عزیزمان منجر شد ثابت کرد که این رژیم نامشروع به هیچ قاعده و قانون بین المللی پای بند نیست و همچون زنگی مست پیش چشم جهانیان از جمله غربیان مدعی حقوق بشر و حقوق بین الملل رسماً و با وقاحت تمام دست به ترور می زند و آتش جنگ را بر می افروزد. آغاز جنگ با ایران بازی با دم شیر است. عملیات بزدلانه شبانه در حین طی شدن فرآیند دیپلماسی در مساله هسته ای ایران نشانه ی هراس این رژیم از قدرت اقناع و دفاع ایران برای جهان است که ما ایرانیان گرچه در دویست سال گذشته هرگز آغازگر هیچ جنگی نبودیم اما در دفاع از میهن خویش ذره ای تردید نکرده ایم و نمی کنیم. تجاوز اسرائیل به آسمان مقدس ایران و ترور ناجوانمردانه سرداران ایران ثابت کرد این رژیم ذاتاً تروریست است. اکنون ما، همه ما در ایران از ملت و دولت و حاکمیت، می توانیم با صدایی بلندتر از همیشه تروریستی بودن و متجاوز بودن صهیونیست ها را فریاد بزنیم و انتقام و دفاع را حق مشروع خود بدانیم و یکپارچه تر و متحدتر از همیشه بدون هر گونه اختلاف سیاسی پاسخ محکمی به این رژیم کودک کش و تروریست بدهیم. دفاع از این آب و خاک و آسمان و فرزندان و سرداران و دانشمندان و همه شهروندان مسوولیت و وظیفه دولت جمهوری اسلامی ایران و نیروهای مسلح آن است که ذره ای در آن کوتاه نخواهیم آمد. با چنین رژیم درنده ای جز به زبان قدرت نباید سخن گفت. جهان اکنون پافشاری ایران بر حق غنی سازی و فناوری هسته ای و توان موشکی را بهتر درک می کند و عدو سبب شده است که مظلومیت و حقانیت ما به اثبات برسد که متجاوز کیست و آن که امنیت منطقه را تهدید می کند کدام رژیم است. دولت جمهوری اسلامی ایران اقدامات دفاعی، سیاسی، حقوقی لازم برای پشیمان کردن اسرائیل نامشروع را از همین لحظه شروع کرده است و خواب را بر صهیونیست ها حرام می کند. انتقام تک تک شهیدایمان را می گیریم و نقض حاکمیت ملی ایران را به گناه نابخشودنی اسرائیل غاصب بدل می کنیم. از شورای امنیت سازمان ملل متحد می خواهیم در برابر فروپاشی نظام بین الملل از حیثیت

و موجودیت خود دفاع کند اما معطل این نهادها نمی مانیم و چنان که رهبر انقلاب فرموده اند " دست قدرتمند نیروی مسلح جمهوری اسلامی او را رها نخواهد کرد باذن الله " انتقام نزدیک است ؛ نزدیک تر از رگ گردن به صهیونیستهای تروریست. این صدای یک ملت است و یک دولت که جهان را به شهادت می طلبد که ما آغاز گر جنگ نبودیم .

اما پایان این داستان به دست ایران نوشته خواهد شد ...

<https://dolat.ir/detail/464847>

## پیام سرپرست دانشگاه در راستای محکومیت حمله تروریستی و شهادت فرماندهان نیروهای مسلح،

**دانشمندان و هموطنان بی‌گناه ۲۵/۰۳/۱۴۰۴**



سرپرست دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان ضمن محکومیت حمله تروریستی، شهادت فرماندهان نیروهای مسلح، دانشمندان و هموطنان بی‌گناه را تسلیت گفت.

بسم الله الرحمن الرحيم

جنابیتی دیگر از رژیم غاصب، تروریست‌پرور و هواداران استکبار جهانی بر صفحات سیاه تاریخ افزوده شد.

حمله‌ی خفت‌بار و تروریستی صهیونیست‌ها به حریم امن و حاکمیت ملی جمهوری اسلامی ایران، که منجر به شهادت مظلومانه‌ی جمعی از فرزندان غیور میهن‌اسلامی، شامل فرماندهان دلاور نیروهای مسلح، دانشمندان نخبه و تنی چند از هموطنان بی‌گناه شد، به شدیدترین شکل ممکن محکوم می‌کنیم. در این مصیبت عظیم، شهادت این عزیزان را که در مسیر دفاع از امنیت، عزت و پیشرفت علمی ایران اسلامی جانفشانی نمودند، به محضر حضرت ولی‌عصر (عج)، مقام معظم رهبری (مدظله‌العالی)، خانواده‌های گرانقدر و داغدار شهدا و تمامی ملت غیور ایران تسلیت عرض می‌نماییم. خون پاک این شهیدان و الامقام، چراغ راه ادامه‌ی مسیر عزت، پیشرفت و مقاومت خواهد بود. دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان ضمن تجدید پیمان با آرمان‌های بلند شهیدان (به‌ویژه شهیدان دانشمند عرصه‌ی سلامت و علم) اعلام می‌دارد: این جنایت نابخردانه نه تنها اراده‌ی ملت ایران و جامعه‌ی علمی را در مسیر پیشرفت‌های بزرگ علمی (به‌خصوص در عرصه‌های دفاعی، پزشکی و فناوری‌های راهبردی) سست نخواهد کرد، که بر عزم راسخ ما برای تلاش مضاعف در خدمت به سلامت مردم و اعتلای ایران اسلامی خواهد افزود. راه شهیدان تا نابودی کامل رژیم صهیونیستی و استکبار جهانی ادامه دارد.

دکتر علی رشیدی پور

سرپرست دانشگاه

## اخبار و رویدادها



نخستین سمینار نقش سلامت در توسعه پایدار منطقه (گرمسار، آرادان، ایوانکی و کهن آباد) برگزار شد ۱۴۰۴/۰۳/۰۱



تأکید معاون درمان وزارت بهداشت بر نقش امنیت، عدالت و شبکه‌های بهداشت در توسعه پایدار سلامت کشور ۱۴۰۴/۰۳/۰۱



همزمان با هفته جمعیت، ۵ مرکز جدید برای نجات جان فرزندان در مناطق تحت پوشش دانشگاه افتتاح شد ۱۴۰۴/۰۳/۰۳



پیشرفت بیش از ۷۰ درصدی پد هلی کوپتر آمبولانس اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان ۱۴۰۴/۰۳/۰۳



**افتخارآفرینی علمی؛ دکتر حمید معدنچی عضو هیات علمی در جمع نیم درصد دانشمندان برتر جهان در سال ۲۰۲۴ / ۱۴۰۴/۰۳/۰۳**



**دکتر کامران قدس رئیس دانشگاه در دیدار با خانواده اهداکننده عضو: ایثار، تجلی والای انسانیت است ۱۴۰۴/۰۳/۰۴**



**قدرانی دکتر کامران قدس از خانواده بزرگ دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان و مسئولان، مردم و اصحاب رسانه استان سمنان ۱۴۰۴/۰۳/۰۴**



**با حکم وزیر بهداشت؛**

**سرپرست دانشگاه علوم پزشکی سمنان منصوب شد / تقدیر از دکتر کامران قدس ۱۴۰۴/۰۳/۰۴**

## پروفسور علی رشیدی پور

استاد تمام فیزیولوژی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان

### سوابق علمی و اجرایی:



- ریاست دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان
- ریاست انجمن فیزیولوژی و فارماکولوژی ایران
- معاونت آموزشی و پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان
- معاونت آموزشی دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان
- ریاست مرکز تحقیقات فیزیولوژی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان
- پژوهشگر برتر جشنواره تحقیقاتی رازی علوم پزشکی کشور
- عضو هیات ممیزه دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان
- عضو شورای پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان
- معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان
- عضو کارگروه پژوهشی ستاد علوم شناختی معاونت علمی ریاست جمهوری
- مدیر مسئول و سردبیر مجله علمی- پژوهشی کومش
- عضو هیات بورد رشته فیزیولوژی ایران
- عضو انجمن بین المللی علوم مغز و اعصاب
- عضو بنیاد نخبگان ایران



دیدار جمعی از فعالان حوزه جمعیت مرکز بهداشت شهرستان  
سمنان با امام جمعه شهرستان سمنان ۱۴۰۴/۰۳/۰۵



آغاز به کار دکتر علی رشیدی پور به عنوان سرپرست دانشگاه علوم پزشکی  
استان سمنان با تاکید بر عمل صالح، نگاه عادلانه به توسعه خدمات  
سلامت و امکانات درسراسر استان ۱۴۰۴/۰۳/۰۵



انتصاب مشاور و دستیار ویژه و مدیر اجرایی حوزه ریاست دانشگاه /  
قدردانی از دکتر محمدرضا سلمانی ۱۴۰۳/۰۳/۰۵



بیمارستان معتمدی گرمسار، مقصد نخستین بازدید میدانی سرپرست  
دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان ۱۴۰۴/۰۳/۰۶



کسب رتبه درجه یک اعتباربخشی توسط مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی کوثر سمنان ۱۴۰۴/۰۳/۰۷



سرپرست دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان در دیدار با نماینده ولی فقیه در استان سمنان:  
مشارکت همه جانبه و رویکرد میدانی، لازمه تحقق عدالت در نظام سلامت استان است ۱۴۰۴/۰۳/۰۹



دانشجویان نخبه دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان در طرح شهید وزوایی بنیاد ملی نخبگان، خوش درخشیدند ۱۴۰۴/۰۳/۱۱



مدیر پیشگیری و مبارزه با بیماریها معاونت بهداشتی:

در سایه غربالگری و تشخیص زودهنگام، در سال گذشته ۲۸ نوزاد از خطر عقب ماندگی ذهنی در امان ماندند ۱۴۰۴/۰۳/۱۱



در راستای تحلیل از فعالان حوزه جمعیت:

**رویداد پاسداران نسل و حامیان خانواده در دانشگاه علوم پزشکی  
استان سمنان برگزار شد ۱۱/۰۳/۱۴۰۴**



**موافقت معاون وزیر بهداشت با پرداخت ۴۰ میلیارد تومان برای پروژه  
مرکز داده پشتیبان دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان ۱۱/۰۳/۱۴۰۴**



**تأکید بر هم‌افزایی علمی در دیدار رئیس دانشگاه آزاد اسلامی استان  
سمنان با سرپرست دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان ۱۲/۰۳/۱۴۰۴**



در نشست تخصصی کنترل بیماری سالک در دامغان بیان شد:

**تداوم روند تک رقمی مبتلایان به بیماری سالک در شهرستان دامغان در  
سال ۱۴۰۳ ۱۳/۰۳/۱۴۰۴**



پیام سرپرست دانشگاه به مناسبت سالگرد ارتحال ملکوتی حضرت  
امام خمینی (ره) و قیام خونین ۱۵ خرداد ۱۳۰۳/۰۳/۱۴۰۴



آئین تکریم و معارفه رئیس پیشین و سرپرست جدید دانشگاه علوم  
پزشکی استان سمنان برگزار شد ۱۸/۰۳/۱۴۰۴



بازدید معاون فرهنگی و دانشجویی وزارت بهداشت از حوزه دانشجویی  
دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان ۱۸/۰۳/۱۴۰۴



جشن دانش آموختگی دانشجویان ورودی ۹۸ دندانپزشکی عمومی  
دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان برگزار شد ۲۱/۰۳/۱۴۰۴



جلسه ستاد مدیریت بحران در دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان برگزار

شد ۱۴۰۴/۰۳/۲۵



بیانیه جامعه پزشکی استان سمنان در راستای محکومیت حمله رژیم

اشغالگر به کشور عزیزمان ایران ۱۴۰۴/۰۳/۲۵



انتصاب دبیر و اعضای کمیته انتصابات دانشگاه علوم پزشکی استان

سمنان ۱۴۰۴/۰۳/۲۵



آئین آغاز عملیات اجرایی ساخت پایگاه سلامت واقع در خیابان شهید باهنر

سمنان برگزار شد ۱۴۰۴/۰۳/۲۶



انتصاب دکتر رشیدی پور سرپرست دانشگاه به عنوان رئیس کمیته  
بهداشت و درمان و امداد و نجات ستاد اربعین استان سمنان ۱۴۰۴/۰۳/۲۷



حضور ویدئو کنفرانسی سرپرست دانشگاه در اجلاس مجازی روسای  
دانشگاه ها و دانشکده های علوم پزشکی کشور ۱۴۰۴/۰۳/۳۱

## مطالب آموزشی



### تغذیه با شیرمادر سپر حفاظتی برای شیرخواران در بحران هاست

نویسنده: دکتر مریم شیبانی، رئیس گروه سلامت مادران، معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان سمنان

### تغذیه با شیرمادر، اقدامی حیاتی در بحران، آماده ایم؟

شیردهی در شرایط بحرانی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و باید به عنوان یک اولویت در کمک‌رسانی‌های بشردوستانه در نظر گرفته شود. هدف اصلی حمایت از مادران شیرده و کمک به مادرانی که شیردهی را قطع کرده‌اند، برای از سرگیری شیردهی است. تغذیه مادر با منابع غذایی مناسب، علاوه بر حفظ سلامت مادر، به سلامت شیرخوار نیز کمک می‌کند.

• تغذیه با شیرمادر سپر حفاظتی برای شیرخواران در بحران هاست و ضمن تغذیه مناسب کودک آرامش روحی و روانی را برای مادر و کودک به همراه می‌آورد. مادران وقتی فرزندان خویش را در آغوش می‌گیرند و شیر می‌دهند با ترشح هورمون "اکسی توسین" به نهایت آرامش و عشق می‌رسند و این یکی از بزرگترین هدیه‌های الهی به هر دو ی آنهاست.

• شیر مادر یک منبع غذایی سالم و ایمن برای شیرخواران و بطور آبی در دسترس است و حفاظت فعال در برابر بیماری‌ها را فراهم نموده و شیرخوار را گرم و نزدیک مادر نگه می‌دارد.

• تغذیه زودرس و انحصاری با شیرمادر در ۶ ماه اول عمر، و تداوم تغذیه با شیرمادر تا ۲ سالگی یا بیشتر همراه با عرضه غذاهای کمکی مناسب و سالم به شیرخوار، حفاظت مطلوبی در برابر خطرات محیطی فراهم می‌کند.

• در بحران‌ها شیرخواران و کودکان کم سن در برابر سوء تغذیه، بیماری‌ها و مرگ آسیب پذیرند. شیرمادر آنان را فعالانه حفاظت می‌کند.

• تغذیه با شیرمادر، از مهمترین مداخلات حافظ زندگی است.

- تغذیه مصنوعی، برای تمام شیرخواران پر خطر است و شانس ابتلا به بیماریهای عفونی و غیر عفونی مختلف از جمله اسهال و استفراغ را بیشتر می کند.
- حتی در شرایط غیر بحران ، روش های مطلوب تغذیه شیرخواران می تواند به معنی تفاوت بین مرگ و زندگی باشد.
- یک پنجم از مرگ های نوزادان را می توان با شروع زودرس تغذیه انحصاری با شیرمادر (ظرف ساعت اول تولد) پیشگیری نمود.
- شیرخواران و کودکان آسیب پذیرترین قربانیان بحران های طبیعی یا انسانی هستند. قطع تغذیه با شیرمادر یا شروع تغذیه تکمیلی نامناسب موجب افزایش خطر سوء تغذیه ، بیماری و مرگ و میر می گردد .
- توزیع بدون کنترل شیر مصنوعی و دیگر جانشین شونده های شیرمادر در شرایط آوارگی، می تواند منجر به قطع زودرس و غیر ضروری تغذیه شیرخواران با شیرمادر و افزایش خطر ابتلا به بیماری ها گردد .
- اثرات بحران بر کودکان تحت تاثیر روش تغذیه آنان، وضعیت تغذیه و سلامت مادران و کودکان، منابع قابل دسترس و ماهیت مقابله با بحران قرار دارد: ترویج تغذیه با شیرمادر جان شیرخواران را حفظ می کند.
- ترویج شروع تغذیه با شیرمادر ظرف ساعت اول تولد، تغذیه انحصاری با شیرمادر در ۶ ماه اول، تداوم شیرمادر همراه با غذاهای کمکی تا پایان دو سالگی ، مادر و کودک را برای شرایط بحرانی آماده می کند.
- در بحران های مختلف ، اطمینان پیدا کنید که مادران در امنیت باشند و دسترسی آن ها به غذا برای خانواده، آب ، پناهگاه و مکان های ایمن برای شیردهی در اولویت قرار گیرد.
- هر فردی می تواند نقش مثبت و مهمی در آمادگی برای بحران و یا اقدامات هنگام بحران ایفا نماید. این امر موجب تقویت فعالیتها و کمک به بقا تعداد بیشتری از کودکان و تقویت ظرفیت زنان برای غلبه بر بحران ها می گردد.

## معرفی برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع در مناطق روستایی، عشایری و شهرهای زیر ۲۰ هزار نفر جمعیت



نویسنده: مژگان اعوانی، کارشناس پزشک خانواده معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان سمنان

سلامت از حقوق اولیه هر یک از افراد جامعه است که دولت موظف به تامین آنها به طور برابر و با رعایت عدالت است. بر اساس بیانیه آلماتا کلید رسیدن به سلامت برای همه مراقبت های بهداشتی اولیه در نظر گرفته شد. در اجرای بند (الف) ماده ۷۰ قانون برنامه هفتم پیشرفت جمهوری اسلامی ایران و ماده ۳۷ قانون الحاق برخی مواد به قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت مبنی بر ارتقای خدمات سلامت روستائیان و لزوم ارائه خدمات بیمه پایه سلامت به تمامی جمعیت روستایی، عشایر و شهرهای با جمعیت کمتر از ۲۰ هزار نفر کشور مقرر گردید، با استقرار تیم سلامت و محوریت نظام ارجاع مبتنی بر پزشکی خانواده در سطح اول و تعیین مسیر ارجاع به منظور پذیرش بیماران در سطوح دوم و سوم، دسترسی و برخورداری مردم از خدمات سلامت ارتقا یابد. در پزشکی خانواده، پزشک خانواده به همراه دیگر اعضای تیم سلامت شامل "دندانپزشک، ماما، پرستار، مبارزه با بیماریها، بهداشت محیط و حرفه ای، علوم آزمایشگاهی، روانشناس، کارشناس تغذیه، بهورز" مسئولیت مدیریت سلامت افراد و خانوارهای تحت پوشش خود را به عهده داشته، در صورت ارجاع فرد به سایر سطوح، مسئولیت پیگیری اقدامات انجام شده را نیز به عهده دارد. خدمات سلامت به شکل فعال به جمعیت تحت پوشش ارائه می شود.

پزشک خانواده با ارائه مشاوره و آموزش های لازم در مورد تغذیه، فعالیت بدنی، ترک سیگار و سایر عوامل خطر، به افراد کمک می کند تا سبک زندگی سالم تری داشته باشند و از بروز بیماریها پیشگیری کنند.

پزشک خانواده نه فقط درمان گر بیماریها، بلکه حامی سلامت روان، راهنمایی برای تصمیم گیری های درست درمانی و شنونده ای آگاه برای دغدغه های جسمی و روانی مردم است.

پزشک خانواده و نظام ارجاع به عنوان دو مؤلفه اساسی در بهبود کیفیت خدمات بهداشتی و درمانی در مناطق روستایی، عشایری و شهرهای زیر ۲۰ هزار نفر جمعیت بسیار اهمیت دارد. این نظام با هدف ارائه خدمات بهداشتی موثر و منسجم، امکان دسترسی آسان و کاهش هزینه های بهداشتی را برای ساکنان این مناطق فراهم می کند. تقویت نظام ارجاع و ارجاع

الکترونیک از سطح یک به سطوح ۲ و ۳ از عوامل موثر در بهبود شرایط سلامت و تسهیل دسترسی به خدمات سلامت در فرآیند اجرایی پزشک خانواده می باشد.

نظام ارجاع به معنای هدایت بیماران " در صورت نیاز به خدمات تخصصی تر " از واحد محیطی سطح اول به سطوح بالاتر است. در این نظام، پزشک خانواده به عنوان پزشک معالج، بیماری‌ها را تشخیص داده و در صورت نیاز، بیماران را به متخصصین ارجاع می‌دهد. در نظام ارجاع مراکز ارائه دهنده خدمات و مراقبت‌های سلامت به سه سطح تقسیم می‌شوند. سطح اول مراکز ارائه خدمت، خانه‌های بهداشت و پایگاه‌های سلامت که محل استقرار پزشک خانواده هستند. سطح دوم و سوم مراکز تخصصی و فوق تخصصی که توسط واحد‌های سرپایی و بستری وظیفه ارائه خدمات تخصصی و فوق تخصصی شامل خدمات تشخیصی، درمانی و توانبخشی / نوتوانی به بیماران ارجاع شده از سطح اول را دارند. سلامت از حقوق اولیه هر یک از افراد جامعه است که دولت موظف به تامین آنها به طور برابر و با رعایت عدالت است. بر اساس بیانیه آلماتا کلید رسیدن به سلامت برای همه مراقبت‌های بهداشتی اولیه در نظر گرفته شد. در اجرای بند (الف) ماده ۷۰ قانون برنامه هفتم پیشرفت جمهوری اسلامی ایران و ماده ۳۷ قانون الحاق برخی مواد به قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت مبنی بر ارتقای خدمات سلامت روستائیان و لزوم ارائه خدمات بیمه پایه سلامت به تمامی جمعیت روستایی، عشایر و شهرهای با جمعیت کمتر از ۲۰ هزار نفر کشور مقرر گردید، با استقرار تیم سلامت و محوریت نظام ارجاع مبتنی بر پزشکی خانواده در سطح اول و تعیین مسیر ارجاع به منظور پذیرش بیماران در سطوح دوم و سوم، دسترسی و برخورداری مردم از خدمات سلامت ارتقا یابد. در پزشکی خانواده، پزشک خانواده به همراه دیگر اعضای تیم سلامت شامل "دندانپزشک، ماما، پرستار، مبارزه با بیماریها، بهداشت محیط و حرفه ای، علوم آزمایشگاهی، روانشناس، کارشناس تغذیه، بهورز" مسئولیت مدیریت سلامت افراد و خانوارهای تحت پوشش خود را به عهده داشته، در صورت ارجاع فرد به سایر سطوح، مسئولیت پیگیری اقدامات انجام شده را نیز به عهده دارد. خدمات سلامت به شکل فعال به جمعیت تحت پوشش ارائه می‌شود.

پزشک خانواده با ارائه مشاوره و آموزش‌های لازم در مورد تغذیه، فعالیت بدنی، ترک سیگار و سایر عوامل خطر، به افراد کمک می‌کند تا سبک زندگی سالم‌تری داشته باشند و از بروز بیماری‌ها پیشگیری کنند. پزشک خانواده نه فقط درمان‌گر بیماری‌ها، بلکه حامی سلامت روان، راهنمایی برای تصمیم‌گیری‌های درست درمانی و شنونده‌ای آگاه برای دغدغه‌های جسمی و روانی مردم است. پزشک خانواده و نظام ارجاع به عنوان دو مؤلفه اساسی در بهبود کیفیت خدمات بهداشتی و درمانی در مناطق روستایی، عشایری و شهرهای زیر ۲۰ هزار نفر جمعیت بسیار اهمیت دارد. این نظام با هدف ارائه خدمات بهداشتی موثر و منسجم، امکان دسترسی آسان و کاهش هزینه‌های بهداشتی را برای ساکنان این مناطق فراهم می‌کند. تقویت نظام ارجاع

و ارجاع الکترونیک از سطح یک به سطوح ۲ و ۳ از عوامل موثر در بهبود شرایط سلامت و تسهیل دسترسی به خدمات سلامت در فرآیند اجرایی پزشک خانواده می باشد. نظام ارجاع به معنای هدایت بیماران " در صورت نیاز به خدمات تخصصی تر " از واحد محیطی سطح اول به سطوح بالاتر است. در این نظام، پزشک خانواده به عنوان پزشک معالج، بیماری‌ها را تشخیص داده و در صورت نیاز، بیماران را به متخصصین ارجاع می‌دهد. در نظام ارجاع مراکز ارائه دهنده خدمات و مراقبت های سلامت به سه سطح تقسیم می شوند. سطح اول مراکز ارائه خدمت، خانه های بهداشت و پایگاه های سلامت که محل استقرار پزشک خانواده هستند. سطح دوم و سوم مراکز تخصصی و فوق تخصصی که توسط واحد های سرپایی و بستری وظیفه ارائه خدمات تخصصی و فوق تخصصی شامل خدمات تشخیصی، درمانی و توانبخشی / نوتوانی به بیماران ارجاع شده از سطح اول را دارند.

\*منبع: دستور عمل پزشکی خانواده روستایی سال ۱۴۰۳ (اصلاحیه ویرایش ۲۴)



## گفتگوی صمیمانه

در ادامه سلسله گفتگوهای رد سرخ ماسک که به دوران مدیریت و مبارزه با کرونا ویروس باز می‌گردد، این بار گفتگویی که با دکتر مهری آیتی، متخصص کودکان و هیات علمی بیمارستان امیرالمومنین (ع) سمنان در تاریخ ۱۸ دی ماه سال ۱۳۹۹ انجام شده، منتشر می‌شود.

### با سلام خدمت شما، لطفا خودتان را بیشتر معرفی بفرمایید و از شرایط روزهای آغازین انتشار کرونا ویروس در کشورمان بگویید.

به نام خدا، من دکتر مهری آیتی هستم، متخصص کودکان و هیات علمی بیمارستان امیرالمومنین (ع) سمنان هستم.

روزی که در واقع اولین موردهای ابتلا به کرونا در کشور اعلام شد من سمنان نبودم و برای مرخصی پیش خانواده رفته بودم. همسر من متخصص طب اورژانس هستند، ما می‌دانستیم که بزودی با در بیماران مبتلا به کرونا که به اورژانس مراجعه می‌کنند سر و کار خواهد داشت. چون آن زمان همه فکر می‌کردیم که به دوره‌ی کوتاه مدتی را با این بیماری درگیر خواهیم بود، خانواده‌ام خیلی اصرار داشتند که فرزندمان در کنار آن‌ها بمانند تا از بیماری دور باشند، اما بخاطر وابستگی‌های شدیدی که بچه‌ها دارند، همه با هم به سمنان بازگشتیم. با شیوع کرونا بصورت ناگهانی شرایط زندگی همه مردم دنیا تغییر کرد و آزادی که قبلاً داشتیم و با خیال راحت با بچه‌ها بیرون می‌رفتیم تبدیل به یک شرایط استرس‌زا شده بود. دخترم آن زمان دوره پیش دبستانی‌ها می‌گذراند و ما نمی‌دانستیم که آیا به مدرسه برود یا نه که ما تصمیم گرفتیم که فعلاً در مدرسه حاضر نشود و دختر بزرگم هم در منزل ماند. خوب حالا بیشتر خودم و همسرم درگیر بودیم چون در محیط بیمارستان کار می‌کردیم و بخاطر نا شناخته بود ویروس و روش‌های انتقال آن، نگران بچه‌ها بودیم که وقتی می‌خواهیم از بیمارستان برگردیم چه کاری انجام بدهیم. نمی‌دانستیم ویروس از طریق لباس‌ها منتقل می‌شود، یا دست‌ها، موبایل‌ها و خوب ما همه را بعنوان ریسک فاکتور و وسیله انتقال در نظر می‌گرفتیم. یعنی وقتی می‌خواستیم وارد خانه شویم لباسمان را عوض می‌کردیم و مدام از آسانسور، از ورودی منزل، درها و دستگیره‌ها دائم در حال ضدعفونی کردن بودیم. دست‌ها را می‌شستیم و ضد عفونی می‌کردیم و مرتب دوش می‌گرفتیم و منتظر بودیم که این پیک اول به پایان برسد و همه چیز تمام شود ولی خوب متأسفانه همینطور که می‌گذشت دیدیم شیوع بیشتری هم پیدا کرد و همینطور پیک‌های پشت سر هم آمدند و در این یک سال به تمام سختی‌های آن عادت کردیم. به دیدارهایی که بصورت تماس تصویری است، به مدرسه رفتن‌های مجازی بچه‌ها و غیره.

### از شرایط کار در فشار این روزها بفرمایید.

به هر حال بسیار سخت است که در درمانگاه بنشینیم و اضطراب داشته باشیم از اینکه این بیماری که ویزیت می‌کنیم و تب دارد آیا درگیر کرونا ویروس شده است؟ یا پدر و مادر خانواده‌ای که ابراز می‌کنند مبتلا به کرونا شده بودند و حالا هم کودکشان تب کرده است. ما سال‌های قبل هم پیک‌های آنفولانزا خیلی شدیدی را تجربه کرده بودیم و همین مراقبت‌های ضد عفونی و شست و شوی دست و استفاده از ماسک

را انجام می دادیم، یعنی ما بیمارانمان را با ماسک ویزیت می کردیم وقتی می خواستیم به منزل برویم حتما وسایلمان را ضدعفونی می کردیم. اما کرونا بخاطر اینکه همه گیری خیلی شدیدتری دارد و تمام علائم آن شناخته شده نیست، شرایط را سخت تر کرده است. ما بیمارانی داشتیم که بدون تب و با چند تا سرفه که مادر می گفت: «فقط چند تا سرفه میزنه!» ولی بچه هشت، نه ساله تستش مثبت شد و کرونا داشت. خدا را شکر حداقل در بیمارستان خودمان با کمک اساتیدی که تشریف دارن و همکارانمان مرگ و میر ناشی از کرونا نداشتیم خدا را شکر کودکان با تمام سختی ها و بدحال بودنشان، بهبود پیدا کردند که حس خیلی خوبی است. برای ما متخصصان اطفال از دست دادن بیمارانمان بسیار بسیار سنگین است. چون نه ما و نه خانواده انتظار آن را نداریم. بنابراین نگرانی و توجه ما به بیماران کوچکمان کمی متفاوت است، حساسیت ها هم خیلی بیشتر است اما وقتی بهبود پیدا می کنند و مرخص می شوند خوشحالی ما هم صد چندان می شود.

### اگر خاطره ای شنیدنی دارید، برایمان بگویید.

حالا که گفتید خاطره، من بدون شک مهمترین خاطره ای که در این دوران کرونا داشتم از همکارانمان در حوزه پرستاری بود که در بخش کرونا کار می کرد و درگیر بیماری شده بود و با وجود اینکه تمام موارد مرتبط به درمان و همین طور قرنطینه را انجام داده بود، اما یک ماه بعد فرزنداناش با عوارض کرونا که بصورت سندروم کاوازاکی بروز کرده بود و با راش پوستی، قرمزی چشم مراجعه کرده بودند. که برای من، دیدن شرایط سخت همکار پرستارمان، واقعا سخت بود. وقتی خودمان را به جای پرستارانی بگذاریم که در خط اول مبارزه با کرونا فعال هستند، متوجه می شویم که آیا قادر هستیم یک بیمار مبتلا به کرونا را ساکشن کنیم؟ کدامان حاضریم به یک بیمار مبتلا به کرونا غذا بدهیم یا دارو تزریق کنیم؟ آن هم با وجود قرنطینه ها و ندیدن خانواده و بویژه فرزندان. ما همکارانی داشتیم که با وجود منفی شدن تستشان، علائم کرونا را داشتند که خوب درمان برای آن ها هم آغاز می شد و تا بهبودی آن ها ما هم استرس داشتیم.

### در این روزهای سخت چه آرزویی دارید؟

انشاءالله که واکسیناسیون هم آغاز شود و به امید روزی که به یاری خدا این فاصله ها و ماسک ها را برداریم. خاطره دیگری را به یاد آوردم که تعریف کردنش خالی از لطف نیست. وقتی رزیدنت های سال جدیدمان آمدند همه ماسک داشتیم اما بعد یک شرایطی پیش آمد که ما ماسک هایمان برداشتیم باورتان نمی شود، من واقعا بعضی از این عزیزان را بدون ماسک نمی شناختم! واقعا یادم افتاد که چقدر دلمان برای چهره های بدون ماسکمان و خنده ها و این نزدیکتر بودن ها تنگ شده است.

### و سخن پایانی...

فقط دعا کنیم و امیدوار باشیم که اولاً همه بیماران مبتلا به کرونا شفا پیدا کنند و انشاءالله که هیچ عارضه ای برای هیچ خانواده ای و برای هیچ فردی ناشی از بیماری کرونا یا هر بیماری دیگری به جای نماند و انشاءالله که این واکسیناسیون در سطح جهانی نتیجه بدهد و همه از

شر این ویروس رهایی پیدا نکنیم و دوباره برگردیم به همان زندگی قبل. نزدیک عید نوروز است و آدم دلش میسوزد که ای کاش امسال عید به دید و بازدید رفت و دورهمی داشت.

مصاحبه و ویرایش: مارال صمصامی- کارشناس روابط عمومی دانشگاه

پیاده سازی: سکینه عبداللهی





مدیریت روابط عمومی و امور بین الملل دانشگاه

