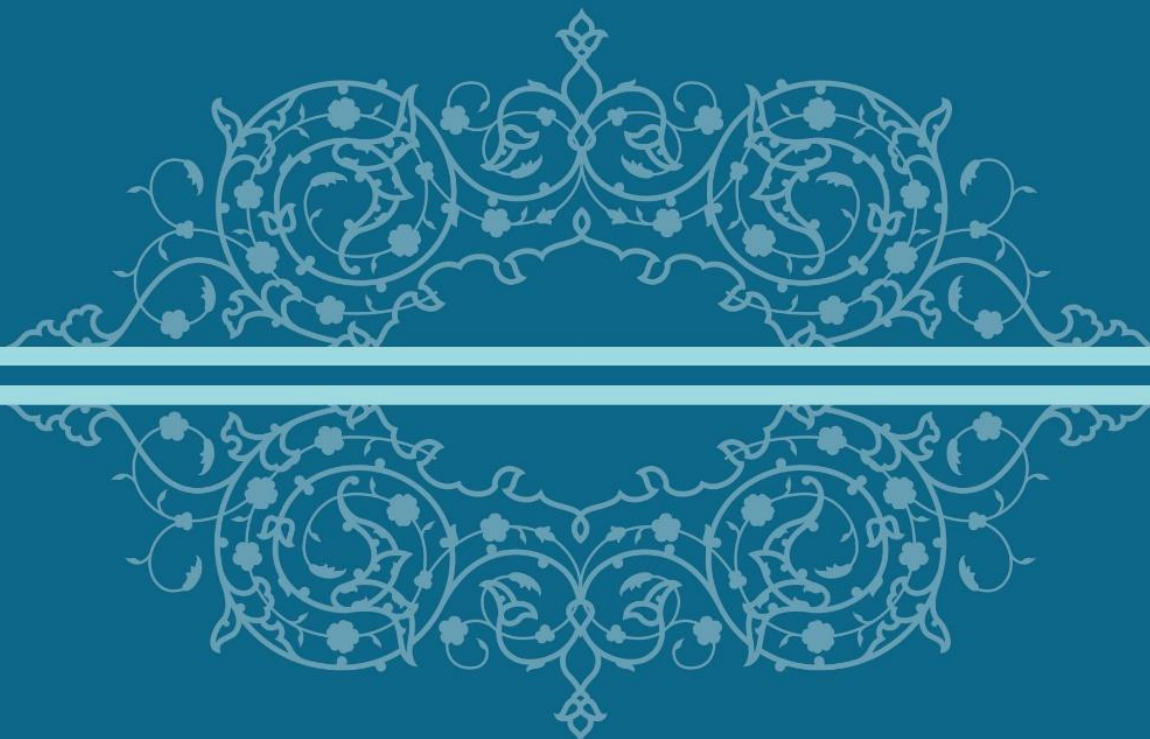




مجله الکترونیکی گوهرتندرستی



مرداد ماه ۱۴۰۵





مجله الکترونیکی گوهر تندرستی - شماره ۷۱

مرداد ماه ۱۴۰۵

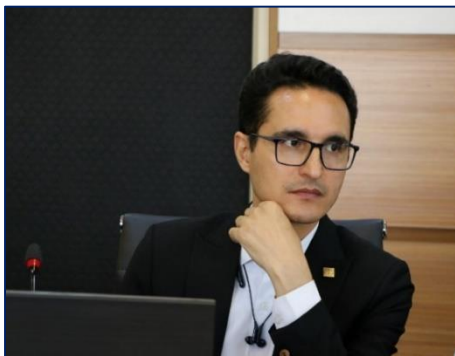
- سردبیر و مدیر مسئول: کارن یحیائی
- طراحی، گردآوری و تدوین: مارال صمصامی
- اخبار و رویدادها: فاطمه شهاب الدین
- تصاویر: احسان سلیمی نیا
- روابط عمومی: ۳۶۰: دکتر کارن یحیائی، فاطمه شهاب الدین
- مطالب آموزشی: دکتر هادی غفاری، دکتر مریم شیبانی، دکتر محمد ناصر رهبر، مصطفی طالبی، عارفه رضایی



سخن سردییر

به نام خدا

روایت سلامت؛ روایت زندگی



مردادماه، برای اهالی رسانه یادآور روز خبرنگار و فرصتی برای بازاندیشی در رسالتی است که بر دوش کسانی قرار دارد که می‌بینند، می‌شنوند و مسئولانه روایت می‌کنند. خبرنگاری، صرفاً انتقال خبر نیست؛ روایت انسان‌ها، تلاش‌ها و واقعیت‌هایی است که گاه در هیاهوی روزمره دیده نمی‌شوند. این رسالت در حوزه سلامت، اهمیتی دوچندان دارد؛ چراکه هر خبر و هر روایت می‌تواند بر آگاهی، آرامش و اعتماد مردم اثر بگذارد. در نظام سلامت، پشت هر خبر، انسان‌هایی ایستاده‌اند؛ از پزشک و پرستار و کارشناس اورژانس تا نیروهای خدماتی و پشتیبانی که هر یک سهمی در

حفظ سلامت جامعه دارند. رسانه وظیفه دارد این تلاش‌ها را دقیق، منصفانه و مسئولانه روایت کند؛ هم صدای مردم باشد و هم صدای خدمت. رسانه سلامت، زمانی اثرگذار است که فراتر از انعکاس رویدادها، به افزایش سواد سلامت، اصلاح باورهای نادرست، پیشگیری از آسیب‌ها و تقویت اعتماد عمومی کمک کند. در روز خبرنگار، به احترام همه خبرنگاران و اصحاب رسانه‌ای که در مسیر آگاهی و سلامت جامعه قلم می‌زنند، می‌ایستیم و باور داریم:

روایت درست، بخشی از سلامت جامعه است و رسانه مسئول، بخشی از زنجیره خدمت.

این شماره را به همه کسانی تقدیم می‌کنیم که سلامت مردم را نه فقط یک مأموریت اداری، بلکه مسئولیتی انسانی می‌دانند.

کارن یحیائی

مدیر روابط عمومی و امور بین الملل دانشگاه

فهرست

۱	سخن سردبیر
۴	پیام مقام معظم رهبری حضرت آیت الله سید مجتبی خامنه ای (مد ظله العالی)
۸	سخن نماینده معزز ولی فقیه در استان و استاندار
۱۰	سخن استاندار
۱۱	سخن رئیس دانشگاه
۱۳	اخبار و رویدادها
۲۰	روابط عمومی ۳۶۰°
۲۳	مطالب آموزشی

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

Telegram: @semums, Eitta: @semums1368, Bale: <https://ble.ir/semumsir>, Aparat: <https://www.aparat.com/SEMUMS>

Tel: 023-33448995

SMS: 3000840611

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

حضرت آیت الله خامنه‌ای در پیام خود به مناسبت هفته وحدت:

هر کار تفرقه انگیزی از هر فردی با هر جایگاهی در جهت مقصود دشمن است



حضرت آیت الله سید مجتبی حسینی خامنه‌ای رهبر معظم انقلاب اسلامی در پیامی به مناسبت هفته وحدت با تبریک سالروز ولادت با سعادت حضرت ختمی مرتبت محمد مصطفی(ص) و حضرت امام جعفر صادق(ع)، برنامه بدخواهان و دشمنان اسلام را برجسته‌سازی اختلافات برای تضعیف امت اسلامی و تسلط بر آن خواندند و با اشاره به فرو افتادن نقاب‌های فریبنده از چهره جنایتکار آمریکا، اتحاد امت اسلامی و دفاع از یکدیگر در مقابل کفر و هم‌افزایی در مسائل مختلف

مادی و معنوی را ضروری برشمردند و خطاب به حاکم کشورهای اسلامی تأکید کردند: حاکمان جنایتکار آمریکا و نظام جعلی صهیونی دشمنان قسم خورده اتحاد اسلامی و همه امت اسلام از جمله ملت‌های غرب آسیا و شمال افریقا هستند؛ بنابراین، دشمن واقعی خود را بشناسید و با نقشه آن مقابله کنید. ایشان همچنین با اشاره به تحقق قابل قبول درس‌های وحدت‌بخش مکتب اسلامی در ایران عزیز، مجدداً به اتحاد ملت توصیه کردند به هیچ‌وجه اجازه بروز هیچ اختلافی را در بین خود ندهند. متن پیام رهبر انقلاب اسلامی به این شرح است:

بسم الله الرحمن الرحيم

مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ

ایام ولادت وجود مبارک نیر اعظم، اشرف خلائق، سراج منیر، برگزیده‌ی خداوند، شهر علم، حضرت رحمة للعالمین، رسول مکرم اسلام صلی الله علیه وآله وسلم و فرزند پاک و پاک‌نهادش، حجت بالغی الهی، حضرت امام جعفر صادق صلوات الله وسلامه علیه را به ملت شریف ایران و امت بزرگ اسلام تبریک می‌گویم. از آن وقتی که خورشید وجود حضرت ختمی مرتبت در مگه‌ی مکرمه طلوع نمود، چشم‌انداز سعادت بشر که رهین کمال بندگی و اطاعت از حضرت حق جل و علا است، درخشش دیگری یافت؛ ارواح انبیاء و ملائکه‌ی الهی و قدسیان، غرق در سرور گشته و شیاطین انس و جن، انگشت خشم و حسرت و غم گزیدند. زیرا برترین خلق خداوند در همه‌ی عوالم بی‌شمار خلقت، پا به عرصه‌ی خاکی می‌گذاشت و به‌زودی با خلعت نبوت و

خاتمیّت و با در دست داشتن قرآن عظیم و مأموریت هدایت همه‌جانبه‌ی انسان میرفت تا حرکت کاروان عظیم بشریّت را به‌سوی عبودیت و تکامل الی الله رقم زند. زندگی آن حضرت و اوصیاء معصومین ایشان تماماً درس هدایت و بندگی، درس معرفت و محبت، درس عقیده و جهاد، درس زندگی و اخلاق حسنه‌ی فردی و اجتماعی، درس امانت و صداقت، درس عزّت و کرامت، درس علم و عمل، درس رحمت و قاطعیت، درس قسط و عدالت، و درس وحدت و برادری است. این درسها هرچه بهتر فراگرفته و به آن عمل شود، رسیدن به قلّه‌های سعادت و نیک‌بختی برای ابناء بشر میسرتر می‌گردد. ما معتقدیم روح مطهر پیامبر رحمت و همچنین ارواح طیبه‌ی اوصیاء و حجج طاهرين صلوات‌الله و سلامه علیه و علیهم اجمعین همواره مراقب و هدایتگر و مهربان بر احوال مسلمانان و جامعه‌ی اسلامی هستند. آنگاه که خطایی از فرزندان این پدر مهربان و بزرگوار سر زند، خاطر ایشان رنجیده میشود و هرگاه که مسلمین به درسها و دستورات ایشان عمل نمایند، قلب مبارکشان مسرور میگردد. اینک اسلام و اهل آن بعد از گذر از دورانهای سخت و پر تلاطم و طی کردن فراز و نشیب‌های متعدّد از صدر اوّل تاکنون به مرحله‌ای سرنوشت‌ساز و تعیین کننده رسیده است. امروز مسلمین نقشی بسیار مؤثّر و تاریخ‌ساز را میتوانند ایفاء کنند. امروز روزی است که چشم‌انداز غلبه‌ی نهایی حق بر باطل، و اسلام بر کفر به مراتب بیش از همه‌ی ادوار گذشته به عینیت نزدیک شده است. شرط اوّل این مهم، اتّحاد کلمه‌ی مسلمین است. وحدت مسلمین در مقابل کفر جهانی، راهبردی قرآنی و آموزه‌ای اصیل از اسلام ناب محمّدی صلوات‌الله و سلامه علیه و آله است و نه یک مسئله‌ی سطحی و گذرا. مقصود از وحدت آن است که در سطح عمومی جوامع اسلامی، نقاط مشترک بین همگان، محور و اصل قرار گیرد. البته سعی میشود تا به پشته‌ای استدلّال و در عین رعایت همه‌ی شئون برادری و همراهی و به همان‌گونه که از آموزه‌های قرآنی برمی‌آید، در کمال صلح و صفا، نقاط افتراق تبدیل به نقاط مشترک گردد. آنچه مسلم است اتحاد مسلمین در جوامع اسلامی باید در مواجهه با کفر جهانی، اصل قرآنی «اَشِدَّاءُ عَلَی الْکُفَّارِ، رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ» را محور فکر و بیان و عمل خود قرار دهند و این‌گونه است که وحدت و اتّحاد اسلامی به دست می‌آید. هرگاه هر یک از دو بخش این پیام آسمانی، از مرحله‌ی عمل مسلمین دور شود، آنان هم از آن جایگاه عزّتی که به حق در مدینه‌الاسلام واجد آن شده بودند دور خواهند گشت، و این قاعده‌ای است که تخلّف ندارد. این قاعده یکی از اصول و پیام‌های اساسی انقلاب اسلامی است. زمان برگزاری اوّلین هفته‌ی وحدت به اسفند ۱۳۵۶ هجری شمسی و دوران مبارزه با دستگاه ستم پهلوی برمی‌گردد؛ آنگاه که رهبر عظیم‌الشّأن شهید اعلی‌الله مقامه الشّریف در دوران تبعید خود در ایرانشهر، این فکر را مطرح نموده و شیعه و سنی از آن استقبال به عمل آوردند. به‌زودی پس از پیروزی انقلاب اسلامی، به‌تدبیر بنیانگذار جمهوری اسلامی حضرت امام خمینی قدّس سرّه الشّریف، «هفته‌ی وحدت» رسمیّت یافت. به لطف حضرت باری‌تعالی، مسئله‌ی وحدت بین اتحاد ملّت مسلمان، نمونه‌ای موفّق در میان ملّت ایران دارد و دسیسه‌های دشمنان تأثیر زیادی در جهت مخدوش کردن آن نداشته است. ولی مسلماً بدخواهان همیشه در کمین این نعمت بزرگ هستند. آنچه

آنان را امیدوار میسازد، برجسته‌سازی اختلافات است. اختلافات عقیدتی و مذهبی گرچه یک وجه مهم از مقصود دشمن اسلام بشمار می‌رود و او به استفاده از آن بسیار دل بسته است؛ ولی به آن بسنده نخواهد کرد و تلاش دارد تا انواع تفاوت‌های نژادی، فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی، سیاسی، و جغرافیایی را به بهانه‌هایی برای ایجاد اختلاف بین مردم مسلمان در ایران و در هر کشور اسلامی دیگری تبدیل نماید تا از این منظر، پاره پاره شدن امت اسلام و تحلیل رفتن قوای آن را به نظاره نشسته و در فرصت مناسب سلطه‌ی خود را بر آنان اعمال نماید. دستور قرآن کریم در این موارد در آیه‌ی کریمه‌ی «وَلَا تَنَازَعُوا فَتَفْشَلُوا وَتَذْهَبَ رِيحُكُمْ» ذکر شده است. بنابراین هر فردی در هر جایگاهی، هر کاری که به تفرقه بین مسلمانان بینجامد را صورت دهد و در جامعه‌ی مسلمین تنازع ایجاد کند، دانسته یا نادانسته و خواسته یا ناخواسته، مقصود دشمنان اسلام را سامان داده است. و چگونه در این روزگار کسی می‌تواند چنین عملی را به جهل و غفلت خود نسبت دهد در حالی که اینک طواغیت عالم و در رأس آنان امریکای جنایکار نقابهای فریبنده و پوشالین را از چهره‌ی کربه اهداف استعماری و نقشه‌های استکباری و سلطه‌جویانه‌ی خود کنار زده و دستکش‌های مخملین فریبگر را در آورده و چنگال خون‌آلود خود را به همه‌ی دنیا نشان داده‌اند؟ اکنون وقت آن است که مسلمانان به فکر فرو روند و حوادث را دقیق‌تر بنگرند. آیا اگر مسلمین بدو واحده‌ای می‌بودند که مشیت خود را با استحکام می‌فشرد، ملت فلسطین این‌گونه بی‌پناه، مورد ظلم و جنایت اشغالگران قرار می‌گرفت؟ و آیا اگر ملت‌ها و دولت‌های ساکن در حاشیه‌ی خلیج فارس اتحاد خود را در زیر علم اسلام برقرار می‌ساختند، رجاله‌های بی‌هویت و فاسد جرأت پیدا می‌کردند تا از هزاران کیلومتر دورتر به سرزمین‌ها و دارایی‌های ایشان طمع ورزند؟ توصیه‌ی مؤگد و مکرر این‌جانب به حگام کشورهای اسلامی خصوصاً کشورهای منطقه غرب آسیا و حاشیه خلیج فارس این است که دشمن واقعی خود را بشناسید و نقشه‌اش را دریافته، با آن مقابله نمایید. علاج مشکلات امت اسلامی، اتحاد کلمه، دوستی و تعاون در مسیر خیر و نیکی است. حاکمان جنایتکار امریکا و نظام جعلی صهیونی دشمنان قسم خورده این اتحاد و دوستی هستند. آنان فقط دشمن جمهوری اسلامی و ملت ایران و جبهه‌ی عظیم مقاومت اسلامی نیستند؛ بلکه با همه‌ی امت اسلام و از جمله ملت‌های غرب آسیا و شمال افریقا دشمنی دارند و در این امر حتی حگام این کشورها که بسیاری از ایشان همکار آنان محسوب می‌شوند، از این امر مستثنی نمی‌باشند؛ همچنان‌که بی‌احترامی علنی و به‌کار بردن تعبیر زشت نسبت به بعضی از سران کشورهای اسلامی از سوی رؤسای استکبار، در حافظه‌ی نزدیک شما و ما موجود است. درس مهم اتحاد و عدم تنازع، درس اوّل مکتب اسلام در مورد نوع مواجهه با دشمن و دوست است. اما درس دوّم آن، دفاع از یکدیگر در مقابل کفر و درس سوّم، انواع همکاری‌ها و هم‌افزایی‌ها در مسائل مختلف زندگی مادّی و معنوی مسلمانان از لحاظ ثروت، امنیت، علم و پیشرفت است که انتهای این مسیر، وصول به تمدّن نوین اسلامی خواهد بود. بنابراین وحدت بین مسلمین سنگ بنای اصلی برای دستیابی به تمدّن اسلامی عزیز و غالب است. این بسته‌ی مفهومی و فکری که آرزوی ما برای عالم اسلام در آن نهفته است، به نوبه‌ی

خود تا حدّ قابل قبولی در ایران عزیز، صورتِ تحقّق یافته و باز توصیه‌ی این خادم به آحاد ملّت آن است که به هیچ‌وجه اجازه‌ی بروز هیچ اختلافی را در بین خود ندهند. در پایان امیدوارم با شفاعت‌های رسول مکرم و عترت طاهرین ایشان صلوات‌الله و سلامه علیه و علیهم، سایه‌ی پررحمت و برکتِ لطف الهی بر جوامع اسلامی افکنده شود و ایشان روز به روز در سایه‌ی عمل به فرامین الهی پله‌های ترقّی و عزّت را هر چه بیشتر از پیش بپیمایند.

والسّلام علیکم ورحمة -الله و برکاته

سیدمجتبی حسینی خامنه‌ای

۸ / شهریور / ۱۴۰۵

۱۷ / ربیع‌الاول / ۱۴۴۸

«تشکل‌های مردم‌نهاد» بازوی توانمند دستگاه‌های اجرایی و چشم‌بینای نظام محسوب می‌شوند / مدیران دستگاه‌های گوناگون از این ظرفیت مردمی استفاده کنند



جلسه شورای حمایت و توسعه تشکل‌های مردم‌نهاد استان سمنان با حضور حجت‌الاسلام والمسلمین مرتضی مطیعی، نماینده ولی‌فقیه در استان و امام جمعه سمنان و جمعی از مدیران و معاونین دستگاه‌های اجرایی عضو این شورا برگزار شد. حجت‌الاسلام والمسلمین مطیعی در این نشست با تأکید بر اهمیت «تعاون» و روحیه همکاری در جامعه گفت: خداوند در قرآن کریم

می‌فرماید «وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ» بدون تردید، تشکل‌های مردمی می‌توانند به‌عنوان بازوان توانمند دستگاه‌های اجرایی و چشم‌بینای نظام، در بخش‌هایی که به دلیل پیچیدگی فرآیندهای اداری یا محدودیت‌های قانونی، امکان انجام سریع امور وجود ندارد، وارد میدان شده و مشکلات را برطرف کنند. نماینده ولی‌فقیه در استان با اشاره به ظرفیت تشکل‌ها در حوزه‌های اجتماعی، سلامت و کمک‌رسانی افزود: در برخی موارد، به ویژه در بحران‌ها دستگاه‌های اجرایی به دلیل محدودیت اعتبارات قادر به تأمین برخی نیازها و تجهیزات نیستند، اما یک تشکل مردمی می‌تواند با شناسایی خیران و جذب و بسیج کمک‌های مردمی، زمینه تأمین تجهیزات مورد نیاز را فراهم کند که منفعت آن نیز به عموم مردم می‌رسد. رییس شورای فرهنگ عمومی استان همچنین با اشاره به فعالیت برخی گروه‌های مردمی در حوزه آسیب‌های اجتماعی خاطرنشان کرد: افرادی که برخی بحران‌های اجتماعی را طی کرده و پشت سر گذاشته‌اند، به دلیل تجربه مشترک، ارتباط مؤثرتری با افراد گرفتار آسیب‌های اجتماعی برقرار می‌کنند و می‌توانند در مسیر بازگشت آنان به زندگی سالم نقش آفرین باشند. حجت‌الاسلام والمسلمین مطیعی خواستار نظارت بر فعالیت تشکل‌های مردمی شد و گفت: در کنار ظرفیت‌های ارزشمند این مجموعه‌ها، ممکن است در مواردی برخی سوءاستفاده‌ها از تسهیلات صورت بگیرد و یا افرادی با ثبت چند تشکل صوری در پی برخی اقدامات باشند لذا امر نظارت نباید در مرحله ثبت متوقف بماند. نماینده رهبر معظم انقلاب در استان با هشدار نسبت به احتمال نفوذ دشمن در پوشش فعالیت‌های مردمی اظهار کرد: دشمن ممکن است در برخی حوزه‌ها، به ویژه در حوزه محیط‌زیست، افراد و مجموعه‌هایی را شناسایی و با واسطه‌های مختلف از آنها حمایت کند؛ از این رو نباید نسبت به دشمن ساده‌لوحانه رفتار کرد و لازم است ضمن حمایت از تشکل‌های سالم، نسبت به رصد فعالیت‌های مشکوک نیز اقدام شود. حجت‌الاسلام والمسلمین مطیعی افزود: وجود برخی موارد نادر و آسیب‌ها نباید موجب شود از

ظرفیت گسترده تشکلهای مردمی دست بکشیم؛ چراکه بسیاری از اعضای این مجموعه‌ها انسان‌های خیر و دغدغه‌مندی هستند که با نیت خدمت به مردم و نظام جمهوری اسلامی فعالیت می‌کنند.

وی دعوت و پذیرش تشکلهای از سوی دستگاه‌های اجرایی را نیز ضروری دانست و گفت: اگر مدیران و دستگاه‌های دولتی ظرفیت شنیدن پیشنهادهای تشکلهای و همکاری با آنها را داشته باشند، ارتباط میان این دو مجموعه می‌تواند به یک قوت و نیروی مضاعف برای خدمت به مردم تبدیل شود. نماینده ولی فقیه در استان با تأکید بر اینکه فعالیت‌های مردمی باید در چارچوب تعاون، تقوا و خدمت به مردم انجام شود، اظهار کرد: اگر تشکلهای، دستگاه‌های اجرایی و مجموعه‌های مختلف، اهدافی همچون خدمت به مردم، تحقق اهداف نظام جمهوری اسلامی و «إِعتلاء کلمة الله» را دنبال کنند، این تلاش‌ها در پیشگاه خداوند متعال به عنوان عبادت ثبت خواهد شد. نماینده ولی فقیه در استان سمنان در پایان با قدردانی از فعالیت‌های خیرخواهانه تشکلهای مردمی، آمادگی خود را برای همراهی و حمایت از این مجموعه‌ها در مسیر خدمت به مردم اعلام کرد. گفتنی است در این جلسه آقایان «مهدی براری» معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار، «مهدی شهاب» مدیرکل دفتر امور اجتماعی و فرهنگی استانداری، «محسن ایزدبخش» مدیرکل ورزش جوانان استان و «سعید یوسف‌پور» مدیرکل حفاظت از محیط‌زیست استان سمنان به بیان دیدگاه‌ها و نظرات خود در حوزه حمایت و توسعه تشکلهای مردم‌نهاد استان پرداختند.

[@Mortezamotiee_ir](https://www.mortezamotiee.ir)

استاندار سمنان:

مشوق‌های مؤثر و عزم جدی دستگاه‌ها، کلید تحقق سیاست‌های جوانی جمعیت



محمدجواد کولیوند استاندار سمنان در جلسه ستاد حمایت از خانواده و جوانی جمعیت استان، با تأکید بر ضرورت اجرای عملی سیاست‌های جوانی جمعیت گفت: همه دستگاه‌های اجرایی در این حوزه مسئولیت مستقیم دارند و باید اقدامات خود را از مرحله برنامه‌ریزی به مرحله اجرا برسانند؛ چرا که تحقق اهداف جوانی جمعیت تنها با تشکیل جلسات امکان‌پذیر نیست. وی با اشاره به اقدامات انجام‌شده در حوزه تأمین زمین و مسکن برای زوج‌های

جوان افزود: موضوع واگذاری زمین، ساخت مسکن و همچنین برنامه‌های حمایتی در حوزه اجاره مسکن به‌صورت مستمر در شورای مسکن استان پیگیری می‌شود و دستگاه‌های مرتبط موظف هستند روند اجرای این برنامه‌ها را با جدیت دنبال کنند. استاندار سمنان با اشاره به ظرفیت‌های موجود برای حمایت از خانواده‌ها تصریح کرد: لازم است سامانه‌های مرتبط با درمان ناباروری، خدمات مشاوره‌ای و سایر ظرفیت‌های حمایتی در اختیار دستگاه‌های اجرایی قرار گیرد تا خدمات به خانواده‌ها با سرعت و کیفیت بیشتری ارائه شود و همچنین اطلاع‌رسانی صحیح از اقدامات انجام‌شده باید از طریق رسانه‌ها و روابط عمومی دستگاه‌ها در دستور کار قرار گیرد. کولیوند با بیان اینکه دستگاه‌های اجرایی باید گزارش مشخصی از اقدامات خود در حوزه جوانی جمعیت ارائه دهند، خاطرنشان کرد: هر دستگاه باید برنامه‌ها، مشوق‌ها و اقدامات عملی خود برای تسهیل ازدواج، فرزندآوری و حمایت از خانواده را به‌صورت مستمر ارائه کند و این موضوع به یکی از شاخص‌های ارزیابی عملکرد مدیران تبدیل شود. وی همچنین از تشکیل یک کمیته تخصصی جوانی جمعیت در استان خبر داد و گفت: این کمیته با حضور دستگاه‌های مرتبط، وضعیت جمعیتی استان، نیازهای آینده در حوزه زمین، مسکن و خدمات مورد نیاز خانواده‌ها را بررسی کرده و با تدوین یک سند جامع، مسیر تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی استان در سال‌های آینده را مشخص خواهد کرد. استاندار سمنان در پایان با تأکید بر ضرورت فرهنگ‌سازی در کنار اقدامات اجرایی اظهار داشت: حمایت از خانواده، تسهیل ازدواج و فرزندآوری نیازمند عزم جدی همه دستگاه‌ها، ایجاد مشوق‌های مؤثر و همراهی رسانه‌ها و نهادهای فرهنگی است و باید با نگاه مسئولانه، زمینه امیدآفرینی و افزایش انگیزه جوانان برای تشکیل خانواده فراهم شود.

«روایت خدمت، بدون شما کامل نمی‌شود...»

یادداشت دکتر علی رشیدی پور رئیس دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان به مناسبت روز خبرنگار



یادداشت دکتر علی رشیدی پور، رئیس دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان به مناسبت روز خبرنگار به شرح زیر است:

گاهی با خودم فکر می‌کنم اگر خبرنگاری نبود، چه تعداد از صحنه‌های ماندگار خدمت، هرگز دیده نمی‌شد.

در همین استان خودمان؛ از گرمسار، آزادان و سرخه تا سمنان، مهدیشهر، دامغان، شاهرود و میامی، هر روز اتفاق‌هایی رقم

می‌خورد که شاید در هیاهوی زندگی گم شوند؛ بهورزی که صبح زود راهی روستایی دورافتاده می‌شود، مراقب سلامت و کارشناس بهداشتی که برای پیشگیری از بیماری‌ها تلاش می‌کند، پژوهشگری که در آزمایشگاه‌ها و مراکز تحقیقاتی به دنبال مرزهای تازه دانش است، استادی که آینده نظام سلامت را تربیت می‌کند، دانشجویی که در عرصه‌های علمی، فرهنگی و جهادی افتخار می‌آفریند، تکنسین اورژانسی که در جاده‌های پهناور استان میان ثانیه‌ها با مرگ رقابت می‌کند، پزشک، پرستار، ماما، داروساز، کارشناسان علوم آزمایشگاهی، نیروهای توانبخشی، کارکنان پشتیبانی و همه مدافعان سلامت که بی‌ادعا بار سنگین خدمت به مردم را بر دوش می‌کشند. اگر امروز بخشی از این تلاش‌های خاموش دیده می‌شود، سهم خبرنگاران و اصحاب رسانه استان در این دیده شدن، سهمی ارزشمند و ماندگار است. در یک سال گذشته، بارها این همراهی را از نزدیک دیدیم؛ از روزهای دشوار جنگ ۱۲ روزه و جنگ رمضان که رسانه‌ها در کنار مدافعان سلامت، روایتگر آرامش، ایثار و خدمت بودند، تا انعکاس مأموریت‌های سخت اورژانس زمینی و هوایی، نجات بیماران در نقاط مختلف استان، فعالیت‌های گسترده حوزه بهداشت، اجرای پویش‌های ملی سلامت، توسعه زیرساخت‌های درمانی، دستاوردهای علمی و پژوهشی دانشگاه، موفقیت‌های دانشجویان و ده‌ها رویداد دیگری که شاید در ظاهر فقط یک خبر بودند، اما در حقیقت روایت امید، اعتماد و همدلی برای مردم استان سمنان محسوب می‌شدند. همیشه معتقد بوده‌ام که رسانه فقط ابزار انتشار خبر نیست؛ رسانه، همراه توسعه و یکی از ارکان شکل‌گیری اعتماد عمومی است. خبرنگار خوب، تنها روایتگر اتفاقات نیست؛ گاهی مطالبه‌گر است، گاهی هشدار می‌دهد، گاهی امید می‌آفریند و گاهی کمک می‌کند مسیر خدمت بهتر طی شود. در دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان، رسانه را بخشی از خانواده بزرگ سلامت می‌دانیم؛ خانواده‌ای که در روزهای آرام و روزهای سخت، در کنار

مردم و خدمتگزاران سلامت ایستاده و با قلم، تصویر، صدا و روایت مسئولانه خود، سرمایه‌ای ارزشمند به نام اعتماد عمومی را تقویت کرده است. به مناسبت هفدهم مرداد، روز خبرنگار، بیش از آنکه بخواهم تبریک بگویم، می‌خواهم از صمیم قلب تشکر کنم؛ از همه خبرنگاران، عکاسان خبری، تصویربرداران، مدیران مسئول، سردبیران و فعالان رسانه‌ای استان سمنان که در کنار دانشگاه علوم پزشکی استان، روایتگر صادق خدمت به مردم بوده‌اند. سپاس که اجازه ندادید تلاش‌های خاموش خادمان سلامت، در سکوت بماند. امیدوارم این همراهی ارزشمند، همچنان ادامه داشته باشد تا با کمک یکدیگر، حقیقت را دقیق‌تر روایت کنیم، امید را گسترش دهیم و برای سلامت، آرامش و آینده بهتر مردم عزیز استان سمنان، گام‌های بلندتری برداریم.

دکتر علی رشیدی پور

رئیس دانشگاه



اخبار و رویدادها



از مرز مرگ تا آغوش «جانا»؛ قصه واقعی یک نجات در بیمارستان کوثر سمنان که به تولد یک زندگی دیگر رسید
 ۱۴۰۵/۰۵/۰۳



آگاهی، درمان و حمایت؛ سه رکن اصلی ارتقای کیفیت زندگی بیماران هموفیلی
 ۱۴۰۵/۰۵/۰۳



رئیس دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان در برنامه «باید برخاست»:
خدمات سلامت در اربعین حسینی، الگویی موفق برای مدیریت درمان در تجمعات میلیونی است
 ۱۴۰۵/۰۵/۰۳



سلامت نوزاد، قربانی تاریخ‌های رند نمی‌شود
رئیس ستاد جوانی جمعیت دانشگاه: آغاز زندگی باید بر پایه علم باشد، نه انتخاب یک تاریخ خاص
 ۱۴۰۵/۰۵/۰۳



قدردانی رئیس دبیرخانه شورای عالی سلامت و امنیت غذایی کشور از پیشنهاد دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان درباره الزام استفاده از صندلی ایمنی کودک ۱۴۰۵/۰۵/۰۵



اعزام ناوگان اورژانس دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان به مرز مهران برای خدمت رسانی به زائران اربعین حسینی ۱۴۰۵/۰۵/۰۶



طب ایرانی مخالف واکسن نیست؛ باورهای نادرست، سلامت کودکان را تهدید می کند ۱۴۰۵/۰۵/۰۷



بخش پلاسما درمانی بیمارستان ۱۵ خرداد مهدی شهر افتتاح شد ۱۴۰۵/۰۵/۰۷



دومین داروخانه شبانه روزی در شهرستان دامغان راه اندازی شد

۱۴۰۵/۰۵/۰۷



بازدید نماینده مردم شریف شهرستان های گرمسار و آزادان در مجلس

شورای اسلامی از بیمارستان امام حسین (ع) آزادان ۱۴۰۵/۰۵/۰۷



پایش میدانی رئیس دانشگاه از روند اجرای برنامه ملی پزشکی خانواده

و نظام ارجاع در شهرستان مهدیشهر ۱۴۰۵/۰۵/۰۷



بازدید رئیس دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان از کتابخانه مرکزی

دانشگاه ۱۴۰۵/۰۵/۱۱



گامی برای نوسازی ناوگان اورژانس؛ تأمین ۱۲ دستگاه آمبولانس جدید
حوزه تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان ۱۴۰۵/۰۵/۱۲



پاسخگویی مستقیم رئیس دانشگاه به پرسش‌ها و درخواست‌های
مردمی از طریق سامد ۱۴۰۵/۰۵/۱۲



رئیس دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان:

طرح توسعه بیمارستان امیرالمؤمنین (ع) سمنان در حال اجراست/
اقدامات زیرساختی و تجهیزاتی این پروژه انجام شده است ۱۴۰۵/۰۵/۱۷



«سبب سلامت» مجوز پرخوری نیست؛ هشدار معاونت غذا و دارو
دانشگاه درباره مصرف چیپس و پفک ۱۴۰۵/۰۵/۱۸



«دانشگاه احسان محور»؛ رویکرد جدید فرهنگی و مدیریتی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان ۱۴۰۵/۰۵/۱۸



پوشش بیش از ۱۰۰ درصدی برنامه غربالگری متابولیک ارثی نوزادان در دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان ۱۴۰۵/۰۵/۲۴



ثبت ۶۲۹ مأموریت اورژانس دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان در خدمت رسانی به زائران اربعین حسینی ۱۴۰۵/۰۵/۲۴



قدردانی دبیر ستاد اربعین استان سمنان از تلاش های مجموعه دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان در اربعین ۱۴۰۵ ۱۴۰۵/۰۵/۲۵



مقابله با مکمل‌های قاقاق؛ ۲ هزار و ۵۶۰ قلم فرآورده چاقی و افزایش وزن امحا شد ۱۴۰۵/۰۵/۲۵



معاون بهداشتی دانشگاه:
ارائه خدمات محرمانه مشاوره و آزمایش HIV در مراکز مشاوره
بیماری‌های رفتاری تحت پوشش دانشگاه ۱۴۰۵/۰۵/۲۵



سفریان حریت؛ آیین تکریم و تجلیل از آزادگان سرافراز دانشگاه علوم
پزشکی استان سمنان و رونمایی از کتاب اطلاعات سری اسرا برگزار شد
۱۴۰۵/۰۵/۲۷



انتصاب دکتر حمیدرضا همتی به عنوان معاون درمان دانشگاه علوم
پزشکی استان سمنان ۱۴۰۵/۰۵/۲۷



عملکرد معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان
پایش و ارزیابی شد ۱۴۰۵/۰۵/۲۸



خیرین سلامت، پشته‌های برای توسعه و ارتقای خدمات درمانی
روایت مدیرعامل موسسه خیریه بیمارستان معتمدی از نقش
مشارکت‌های مردمی در حمایت از بیماران و توسعه زیرساخت‌های
سلامت ۱۴۰۵/۰۵/۲۸



نه_به_تصادف!
پوپش ملی ایمنی و سلامت سفر



روابط عمومی ۳۶۰°

معضل دمپایی آبی!

روابط عمومی؛ از ظاهر سازمان تا رفتار سازمانی

نویسنده: کارن یحیائی- مدیر روابط عمومی و امور بین الملل و سخنگوی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان

در هر اداره‌ای ممکن است یک روز با پدیده‌ای مواجه شویم که نه بخشنامه می‌شناسد، نه ساعت اداری و نه حتی جلسه مهم! بله، صحبت از «دمپایی آبی» است؛ همان مهمان همیشگی بعضی راهروهای اداری که ظاهراً تصمیم گرفته از محدوده استراحت، کمی فراتر برود!

البته مسئله، خود دمپایی یا حتی رنگ آبی آن نیست. مسئله این است که هر محیطی زبان خودش را دارد و محیط کار، زبان حرفه‌ای خود را. در یک سازمان، ظاهر و رفتار کارکنان بخشی از تصویری است که مخاطب از آن سازمان دریافت می‌کند. نحوه پوشش، شیوه برخورد با ارباب رجوع، نوع گفت‌وگو، آراستگی محیط، حتی چگونگی پاسخ‌گویی به یک تلفن، همگی پیام‌هایی هستند که بدون استفاده از کلمات، درباره فرهنگ سازمان حرف می‌زنند.

اینجاست که نقش روابط عمومی جدی‌تر می‌شود. روابط عمومی فقط اطلاع‌رسانی، خبر، پوستر و مراسم نیست؛ روابط عمومی یکی از متولیان فرهنگ ارتباطی و تصویر سازمان است. وظیفه دارد استانداردهای ارتباط حرفه‌ای را ترویج کند، الگوهای مناسب رفتاری را معرفی کند و با آموزش و فرهنگ‌سازی، کمک کند تصویر سازمان در بیرون و درون، با آنچه می‌خواهیم باشیم، هماهنگ شود.

البته فرهنگ‌سازی با تذکرها و مداوم و بخشنامه‌های خشک اتفاق نمی‌افتد. گاهی یک یادآوری محترمانه، یک آموزش کوتاه، یک پوستر خلاقانه یا حتی همین «معضل دمپایی آبی» می‌تواند موضوعی ساده را به گفت‌وگویی درباره هویت و شأن

حرفه‌ای سازمان تبدیل کند. حرف اصلی این نیست که همه یک شکل لباس بپوشند؛ حرف این است که متناسب با محیط، حرفه‌ای، آراسته و محترمانه ظاهر شویم و رفتار کنیم.

پس شاید بد نباشد روابط عمومی از این به بعد فقط از «روابط عمومی» حرف نزند؛ بلکه کمی هم درباره رفتار عمومی، پوشش حرفه‌ای و فرهنگ سازمانی با ما گفت‌وگو کند.

و در پایان، یک توصیه دوستانه:

دمپایی آبی را دوست داشته باشیم؛

اما لطفاً در جای خودش!

چون گاهی یک ظاهر ساده، یک رفتار کوچک یا حتی یک جفت دمپایی، بیشتر از چندین بروشور و پوستر، درباره فرهنگ یک سازمان حرف می‌زند.

روابط عمومی، سازنده همین تصویرهای کوچک و ماندگار است.



خبرنویسی با الگوی هرم وارونه؛ از مهم‌ترین خبر تا جزئیات تکمیلی

نویسنده: فاطمه شهاب الدین - کارشناس روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان

خبرنویسی یکی از مهم‌ترین مهارت‌ها در حوزه رسانه و روابط عمومی است و هدف آن، انتقال سریع، دقیق و روشن اطلاعات به مخاطب است. یکی از رایج‌ترین شیوه‌های تنظیم خبر، «الگوی هرم وارونه» است؛ الگویی که در آن، مهم‌ترین اطلاعات در ابتدای خبر قرار می‌گیرد و هرچه به پایان متن نزدیک می‌شویم، جزئیات و اطلاعات تکمیلی ارائه می‌شود. در این شیوه، خبر از مهم‌ترین بخش آغاز می‌شود؛ به همین دلیل مخاطب حتی با خواندن چند سطر نخست می‌تواند از اصل رویداد مطلع شود. لید یا مقدمه خبر مهم‌ترین بخش این ساختار است و باید مهم‌ترین اطلاعات رویداد را به شکلی کوتاه و جذاب بیان کند. در تنظیم لید، پرسش‌های اساسی چه کسی، چه چیزی، کجا، چه زمانی، چرا و چگونه می‌توانند به نویسنده برای انتخاب اطلاعات اصلی کمک کنند. پس از لید، بدنه خبر قرار دارد. در این بخش، اطلاعات اصلی تکمیل می‌شوند و جزئیاتی مانند سخنان مسئولان، آمار، اهداف برنامه، سوابق موضوع و سایر توضیحات مرتبط ارائه می‌شود. در پایان نیز اطلاعات کم‌اهمیت‌تر یا مطالبی که صرفاً برای تکمیل خبر ضروری هستند، قرار می‌گیرند. یکی از مهم‌ترین مزایای هرم وارونه، صرفه‌جویی در زمان مخاطب است. در فضای رسانه‌ای امروز که افراد با حجم زیادی از اخبار و اطلاعات مواجه‌اند، مخاطب معمولاً فرصت یا حوصله خواندن متن‌های طولانی را ندارد. بنابراین، قرار گرفتن اصل خبر در ابتدای متن باعث می‌شود پیام اصلی در کوتاه‌ترین زمان به مخاطب منتقل شود. این الگو برای روابط عمومی سازمان‌ها و دانشگاه‌ها نیز کاربرد فراوانی دارد. برای مثال، در خبر برگزاری یک نشست دانشگاهی، بهتر است متن با توضیحاتی درباره اصل جلسه، موضوع آن، زمان برگزاری و افراد حاضر آغاز شود و سپس به سخنان مسئولان و جزئیات جلسه پرداخته شود؛ نه اینکه خبر با مقدمه‌ای طولانی درباره حواشی و مقدمات برنامه شروع شود. از دیگر مزایای این شیوه، امکان کوتاه‌سازی خبر بدون آسیب به محتوای اصلی است. در صورتی که لازم باشد متن برای انتشار در رسانه یا شبکه‌های اجتماعی کوتاه شود، معمولاً می‌توان پاراگراف‌های پایانی را حذف کرد و اطلاعات اصلی همچنان در متن باقی بماند. البته رعایت هرم وارونه به تنهایی یک خبر را حرفه‌ای نمی‌کند. تیتر مناسب، لید قوی، جمله‌های کوتاه، دقت در بیان اطلاعات، پرهیز از تکرار و توجه به نیاز مخاطب نیز از اصول مهم خبرنویسی هستند. در نهایت، می‌توان اصل هرم وارونه را در یک جمله خلاصه کرد: «ابتدا مهم‌ترین اطلاعات، سپس جزئیات.» نویسنده خبر باید پیش از نگارش، اطلاعات موجود را بر اساس اهمیت مرتب کند تا مخاطب در همان ابتدای خبر، پاسخ اصلی خود را دریافت کند.

مطالب آموزشی

نقش تفاوت‌های ژنتیکی در ابتلا به کووید-۱۹؛ بررسی ارتباط پلی‌مورفیسم ژن MASP2 با حساسیت بیماری



نویسنده: دکتر هادی غفاری- عضو هیات علمی گروه باکتری‌شناسی و ویروس‌شناسی و معاون آموزشی، پژوهشی و دانشجویی پردیس بین الملل دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان

مقدمه

سیستم ایمنی ذاتی بدن نخستین سد دفاعی در برابر عوامل بیماری‌زا محسوب می‌شود و نقش مهمی در شناسایی و حذف ویروس‌ها دارد. ژن MASP2 یکی از ژن‌های مهم در این سیستم است که با فعال‌سازی مسیر لکتین سیستم کمپلمان، در تنظیم پاسخ ایمنی و مقابله با عوامل عفونی نقش دارد. تفاوت‌های ژنتیکی یا پلی‌مورفیسم‌های موجود در این ژن می‌توانند عملکرد سیستم ایمنی را تحت تأثیر قرار داده و در میزان حساسیت یا مقاومت افراد نسبت به بیماری‌های عفونی نقش داشته باشند.

با شیوع گسترده بیماری کووید-۱۹ و مشاهده تفاوت‌های قابل توجه در شدت بیماری و پیامدهای آن در افراد مختلف، توجه پژوهشگران به نقش عوامل ژنتیکی در پاسخ بدن به ویروس SARS-CoV-2 افزایش یافت. با توجه به محدود بودن اطلاعات درباره ارتباط پلی‌مورفیسم ژن MASP2 با ابتلا به کووید-۱۹ در جمعیت ایران، این پژوهش با هدف بررسی نقش این تغییرات ژنتیکی در افزایش یا کاهش حساسیت افراد نسبت به بیماری انجام شد.

بررسی ارتباط ژن MASP2 با حساسیت ابتلا به کووید-۱۹

در این مطالعه، فراوانی پلی‌مورفیسم ژن MASP2 در افراد مبتلا به کووید-۱۹ با افراد سالم مقایسه شد تا نقش احتمالی این تغییر ژنتیکی در خطر ابتلا به بیماری بررسی شود. پژوهشگران با استفاده از روش‌های مولکولی، نمونه‌های خون افراد مورد مطالعه را از نظر وجود تغییرات ژنتیکی در ژن MASP2 ارزیابی کردند. نتایج این پژوهش می‌تواند به شناخت بهتر عوامل ژنتیکی مؤثر بر پاسخ ایمنی افراد در برابر SARS-CoV-2 کمک کند و اطلاعات ارزشمندی درباره ارتباط میان ویژگی‌های ژنتیکی و خطر ابتلا به بیماری‌های عفونی فراهم آورد.

اهمیت شناسایی عوامل ژنتیکی مؤثر بر بیماری

شناخت عوامل ژنتیکی مرتبط با حساسیت به کووید-۱۹ می‌تواند در آینده به شناسایی افراد پرخطر، پیش‌بینی بهتر روند بیماری و توسعه رویکردهای پیشگیرانه و درمانی مبتنی بر ویژگی‌های فردی کمک کند. یافته‌های این پژوهش برای متخصصان حوزه میکروب شناسی، ایمنی‌شناسی، ژنتیک پزشکی، خون‌شناسی و بیماری‌های عفونی اهمیت دارد و می‌تواند زمینه‌ساز مطالعات گسترده‌تر درباره نقش ژن‌های سیستم ایمنی در بیماری‌های ویروسی باشد.

ضرورت انجام مطالعات گسترده‌تر

با وجود اهمیت بررسی نقش پلی‌مورفیسم ژن MASP2 در ابتلا به کووید-۱۹، برای تعیین دقیق اثر این تغییرات ژنتیکی بر میزان خطر ابتلا و شدت بیماری، انجام مطالعات بیشتر با حجم نمونه بالاتر و در جمعیت‌های مختلف ضروری است. همچنین بررسی همزمان سایر عوامل ژنتیکی و محیطی می‌تواند درک دقیق‌تری از تفاوت پاسخ افراد به عفونت‌های ویروسی ایجاد کند.

گامی در مسیر پزشکی شخص محور

مطالعات ژنتیکی در بیماری‌های عفونی می‌توانند نقش مهمی در توسعه پزشکی شخص محور داشته باشند. بررسی ویژگی‌های ژنتیکی مرتبط با سیستم ایمنی، در آینده می‌تواند به شناسایی افراد مستعد، طراحی برنامه‌های پیشگیری مؤثرتر و ارائه راهکارهای درمانی متناسب با شرایط هر فرد کمک کند.

نتایج این پژوهش با عنوان:

Association between MASP2 gene polymorphisms and susceptibility to Covid-19 in Iranian patients: a case-control study

در مجله BMC Infectious Diseases منتشر شده است.

DOI:

<https://doi.org/10.1186/s12879-025-11866-7>



تغذیه با شیر مادر برای آغازی سالم و پایدار: آنچه مؤثر است را تقویت کنیم

نویسنده: دکتر مریم شبیبانی- رئیس گروه سلامت مادران گروه جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان سمنان

هر ساله با توجه به اهمیت حیاتی تغذیه با شیر مادر در ارتقای سلامت مادران و رشد و تکامل کودکان، و در راستای حمایت از سیاست‌های کلان نظام سلامت در حوزه سلامت خانواده و جوانی جمعیت، مطابق با روال هر سال، امسال نیز "هفته جهانی ترویج تغذیه با شیر مادر ۱۶-۱۰ مردادماه مصادف با ۷-۱۱ آگوست ۲۰۲۶" با شعار "تغذیه با شیر مادر برای آغازی سالم و پایدار: آنچه مؤثر است را تقویت کنیم"، با رویکرد افزایش آگاهی عمومی و تقویت عوامل حمایتی و زیرساخت‌های موجود، نامگذاری شده است.

مادران گاهی در هفته یا ماه‌های نخست پس از زایمان با مسایلی مواجه میشوند که به راهنمایی و کمک اطرافیان برای خروج از این مسایل نیاز دارند. بنابراین حضور جامعه و خانواده‌ای حمایتگر برای مادران شیرده ضروری است. پشتیبانی پیوسته برای شیردهی مادران به روش‌های گوناگونی میسر است. به طور سنتی، حمایت اولیه از سوی خانواده است. از آن جایی که جامعه‌ها تغییر کرده و به سمت شهرنشینی رفته‌اند لازم است حمایت از مادران از سوی انجمن‌های گسترده‌تری صورت بگیرد. شبکه‌های اجتماعی و خانواده، وزارت بهداشت و درمان، بیمارستان‌ها، درمانگاه‌ها و مراکز درمانی، وزارت کار و محل کار، دولت و قانون‌گذاری، پشتیبان مادران در تغذیه نوزاد با شیر مادر هستند. هریک از موارد بالا به روش‌های مختلف میتوانند از مادران شیرده به شکل موثری حمایت کنند. مثلاً:

- **حمایت عاطفی:** یکی از مهم‌ترین عوامل در افزایش شیر مادران، حمایت عاطفی است که مادر از خانواده خود دریافت می‌کند.
- **حمایت عملی:** همسر یا اعضای خانواده می‌توانند در انجام کارهای خانه و مراقبت از نوزاد به مادر کمک کنند.
- **آموزش و مشاوره:** بیمارستان‌ها و مراکز بهداشت می‌توانند به مادر در یادگیری شیوه‌های صحیح شیردهی کمک کنند.
- **حمایت قانونی:** استفاده از مرخصی زایمان و ساعت شیردهی و محل استراحت مادر و کودک در محل کار مادر از جمله حمایت‌های قانونی است که میتواند بسیار مؤثر باشد.

بدیهی است برای حمایت از تغذیه با شیر مادر باید از مادران پشتیبانی کنیم. پشتیبانی پیوسته‌ی خانواده و جامعه از مادران شیرده کلید گسترش تغذیه با شیر مادر در جامعه است.

گاهی اوقات شروع شیردهی و ادامه آن می‌تواند چالش برانگیز باشد، اما به مادر باید گفت که شما تنها نیستید. در سراسر جهان، شبکه‌ای از متخصصان، مشاوران و مادران حامی وجود دارند که آماده‌اند تا شما را در این سفر همراهی کنند. توجه به اهمیت حمایت از مادران برای

شیردهی، آگاهی دادن به مردم جامعه درباره ی حضور مشاورانی از خود مردم و گسترش برنامه های مشاوره، تشویق حمایتگران تغذیه با شیرمادر با توجه به پیشینه ی آموزشی آن ها برای حمایت مادران و کودکان، شناسایی سازمان های محلی و بومی حمایت کننده از مادران که بعد از زایمان به باری مادر و کودک می آیند، فراخوان دادن به دولت ها و مراکز ارائه دهنده ی تسهیلات برای افزایش مدت و میزان شیر دهی، اهدافی است که در هفته ی جهانی تغذیه با شیر مادر در سال ۱۴۰۵ دنبال می شود.




تغذیه با شیرمادر
 هفته جهانی تغذیه با شیر مادر
 ۱۰-۱۶ مردادماه ۱۴۰۵
برای آغازی سالم و پایدار
 هر اقدام کوچک آینده ای بزرگ می سازد



کیست هیداتید چیست؟

دکتر محمد ناصر رهبر- مدیر پیشگیری و مبارزه با بیماریهای معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان

کیست هیداتید یک بیماری انگلی و مشترک بین انسان و حیوان است. این بیماری در بیشتر نقاط جهان به ویژه مناطقی که در آن دامداری رایج است؛ دیده شده و ارتباط انسان با سگ سانان و دامها زمینه ابتلا را فراهم می‌کند. سازمان جهانی بهداشت، ایران را در رده مناطق آندمیک و هیپراآندمیک (بومی) به ویژه در نواحی روستایی شمال و غرب کشور طبقه‌بندی نموده است. انگل عامل این بیماری، کرم کوچک پهن و بند بندی است که طول آن ۵-۳ میلی‌متر می‌باشد و به سختی با چشم دیده می‌شود. کرم بالغ در روده سگ‌سانان و نوزاد این کرم در بدن انسان و حیوانات اهلی (نشخوار کنندگان) زندگی می‌کند.

دفع تخم‌های کرم بالغ، باعث آلودگی خاک و آب می‌شود و چنانچه این تخم‌ها به صورت تصادفی توسط یک میزبان واسط مانند حیوانات اهلی (گاو، گوسفند، بز، شتر) و یا انسان همراه با علوفه و یا سبزی‌های خام شسته نشده، خورده شوند؛ جنینی که در این تخم‌ها وجود دارد، در روده آزاد شده و در بافت مخاطی روده نفوذ کرده و سپس خود را توسط گردش خون به کبد، ریه، مغز، کلیه، استخوان و سایر بافت‌های بدن می‌رساند و در آنجا کیسه‌هایی به اندازه یک توپ کوچک و گاهی بزرگ تشکیل می‌دهد. این کیسه‌ها سفید و سفت بوده و داخل آن مایعی بی‌رنگ وجود دارد. به این کیسه‌ها کیست هیداتید می‌گویند.

راه های سرایت:

بیماری از طریق بلع تخم‌های آلوده‌کننده‌ای که در آب و به ویژه سبزیجات در مزارع و مواد غذایی که توسط مدفوع حیوانات بیمار، آلوده شده‌اند و یا از طریق دست‌های آلوده به مدفوع سگ و یا هنگام تماس با سگ آلوده و نوازش آن و یا لوازمی که به مدفوع سگ آلوده شده‌اند؛ اتفاق می‌افتد.

تخم‌های این انگل در مدفوع حیوانات گوشت‌خوار مانند سگ، گرگ، شغال، کفتار و روباه یافت می‌شود؛ این حیوانات به کرم بالغ این انگل آلوده‌اند. این جانوران زمانی به انگل آلوده می‌شوند که امعاء و احشای علف‌خواران آلوده (گوسفند، بز، گاو،

شتر، خوک یا سایر علف‌خواران وحشی) به کیست هیداتید را بخورند. به همین دلیل جمع‌آوری ضایعات کشتاری و یا اندام‌های آلوده به کیست و معدوم‌سازی صحیح آنها به گونه‌ای که در دسترس گوشت‌خواران اهلی و وحشی قرار نگیرند؛ در کنترل و جلوگیری از اشاعه بیماری بسیار موثر است.

علائم بیماری:

بیماری کیست هیداتید معمولاً در حیوانات فاقد علامت می‌باشد. این بیماری در انسان نیز معمولاً در ابتدا علائمی به همراه ندارد و ممکن است ماه‌ها یا حتی سال‌ها بدون علامت باشد. انگل در اعضای بدن انسان ضایعات کیستی ایجاد می‌کند. بروز علائم و نشانگان به محل و اندازه کیست‌ها بستگی دارند. در ۶۰ تا ۷۰ درصد موارد انگل، کبد را درگیر می‌کند، اما می‌تواند در دیگر بخش‌های بدن مانند شش‌ها، مغز، کلیه و تقریباً هر ارگان دیگر بدن نیز دیده شود.

هنگامی که کبد تحت تأثیر قرار بگیرد، ممکن است فرد این علائم را نشان دهد: درد شکم به ویژه در بخش بالا و سمت راست شکم، بزرگی کبد، کاهش وزن و یرقان و....

اگر این بیماری ریه و شش‌ها را تحت تأثیر قرار دهد، اغلب می‌تواند موجب سرفه، درد قفسه سینه و تنگی نفس و... گردد.

تشخیص:

تشخیص بیماری معمولاً پس از مراجعه به پزشک و از طریق روش‌های تصویربرداری پزشکی به‌ویژه سونوگرافی صورت می‌گیرد، سی‌تی‌اسکن یا ام‌آرآی نیز می‌توانند مورد استفاده قرار بگیرند. آزمایش خونی که در آن پادتن‌های ضد این عفونت را بررسی می‌کنند؛ نیز می‌تواند کمک کننده باشد.

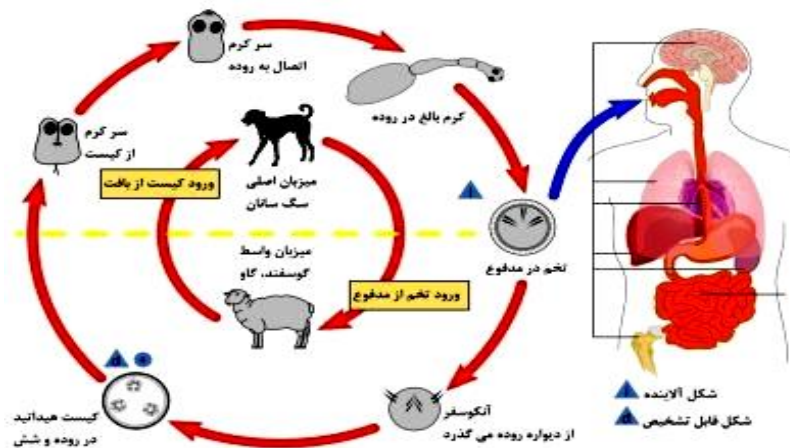
درمان:

درمان بیماری بسته به مرحله بیماری معمولاً شامل جراحی، درمان دارویی و یا درمان ترکیبی جراحی و دارویی و مشاهده و انتظار، طبق نظر پزشک معالج است.

راه‌های کنترل و پیشگیری:

- کنترل و پیشگیری از این بیماری در جامعه از طریق زیر انجام می‌شود.

- آموزش همگانی (به ویژه مشاغل پرخطر دامپزشکان، دامداران، کشاورزان، کارگران کشتارگاه، قصاب‌ها، سلاخ‌ها، کارگران رستوران‌ها و...) در مورد راه انتقال و انتشار بیماری و رعایت بهداشت فردی و محیط
- محصور نمودن مزارع کشت سبزیجات
- ضد عفونی نمودن سبزیجات و میوه‌جات قبل مصرف
- ساماندهی سگ‌های بلاصاحب
- عدم تماس با سگ (به ویژه بلاصاحب) و دفع بهداشتی و صحیح مدفوع سگ
- تحت نظر بودن سگ‌های خانگی، نگهبان و گله توسط دامپزشک (خوراندن دارو طبق ضوابط دامپزشکی)
- کشتار دام در کشتارگاه‌های بهداشتی و تحت نظر دامپزشکی (عدم ذبح غیربهداشتی)
- عدم تغذیه سگ‌ها با مانده امعاء و احشای کشتارگاهی
- عدم کشتار دام در منزل و معابر عمومی
- خرید فرآورده‌های گوشتی و دامی از مراکز فروش معتبر و تحت نظارت دامپزشکی (عدم خرید گوشت دام قاچاق)
- تأکید بر استفاده از وسایل حفاظتی و لباس کار در مشاغل پرخطر
- ضد عفونی نمودن سبزیجات، از مهم‌ترین روش‌های پیشگیری از بیماری کیست هیداتید می باشد.
- سابقه تماس با سگ و حیوانات آلوده یکی از عوامل مساعد کننده ابتلا به بیماری کیست هیداتید می باشد.





تب‌مالت (بروسلوز) بیماری هزار چهره

نویسنده: مصطفی طالبی- کارشناس بیماری‌های واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان

مقدمه:

تب‌مالت (بروسلوز) از بیماری‌های مشترک بین انسان و حیوان است و میکروب آن از حیوان آلوده مانند گاو، بز، گوسفند یا شتر به انسان منتقل می‌شود. بیماری ناشی از آن را در حیوان، بروسلوز و بیماری ناشی از آن را در انسان، تب‌مالت می‌نامند. بیماری تب‌مالت را بیماری هزار چهره نیز می‌گویند. چون با اشکال و تظاهرات مختلف خود را نشان می‌دهد.

تب‌مالت چیست و در کجاها دیده می‌شود؟

بیماری واگیردار عفونی است که هم در حیوان و هم در انسان ایجاد بیماری می‌کند. میکروب بروسلا (تب‌مالت) در هر عضوی از بدن می‌تواند رشد کند و باعث درگیری و بیماری در همان قسمت بدن شود. تقریباً در هر جا که گاو، بز و گوسفند آلوده و دامداری (به ویژه سنتی) وجود دارد، بیماری تب‌مالت هم ممکن است در آنجا دیده شود.

نکته: شیوع بیماری در روستاها (به خصوص عشایر) بیشتر از شهرهاست (به دلیل نزدیک بودن محل زندگی انسان‌ها به محل نگهداری دام‌ها)

مهم‌ترین علائم و نشانه‌های بروسلوز در دام‌ها:

دام عموماً بدون علامت است اما علائم زیر می‌تواند جلب توجه کند:

۱- سقط جنین (توجه داشته باشید که زایمان‌های طبیعی بعدی نشانه سلامت دام نیست و معمولاً دام برای همیشه آلوده می‌ماند).

۲- به دنیا آمدن نوزادان ضعیف و ناتوان

۳- کم شدن شیر دام‌ها

۴- گاهاً عقیم شدن دام‌های نر

راه‌های تشخیص بروسلوز در دام‌ها:

سازمان دامپزشکی از دوره موفق به تشخیص دام‌های بیماری می‌شود:

۱- آزمایش خون دام‌ها

۲- کشت دادن میکروب از جفت، جنین، شیر و ترشحات رحمی دام سقط کرده

اقدامات پیشگیری از بروسلوز در دام‌ها:

- واکسیناسیون به موقع دام‌ها در زمان مناسب طبق برنامه سازمان دامپزشکی
- ایجاد محل زندگی سالم و بهداشتی در دام‌ها
- ساختن محل قرنطینه برای دام‌های آبستن تازه خریداری شده تا بعد از زایمان
- عدم دستکاری جنین سقط شده توسط افراد و کودکان و یا باقی ماندن در فضای آغل
- دفن عمیق محصولات سقط شده دام و استفاده از آب و آهک
- ضدعفونی کردن محل زایمان بعد از زایمان دام
- جلوگیری از چرای دام‌ها، در مراتعی که قبلاً توسط گله‌های آلوده و دارای سابقه سقط جنین مورد استفاده قرار گرفته است.
- سگ‌ها باعث "پخش شدن" بیماری تب مالت در محیط و یا گله حیوانات می‌شوند؛ لذا نباید برای تغذیه سگ‌های نگهبان از جنین و جفت سقط شده استفاده نمود.

راه‌های انتقال تب مالت از دام به انسان:

بیماری تب مالت از طریق راه‌های زیر می‌تواند از حیوان به انسان منتقل شود:

۱- از راه تنفسی مثلاً هوای آلوده آغل

۲- از راه خوراکی مثلاً شیر خام و لبنیات غیربهداشتی، گوشت و فرآورده‌های دامی خام یا بافت نیم‌پز دام‌ها

۳- از راه پوست زخمی و مخاط

هنگام شیردوشی، ذبح دام، لمس حیوان بیمار، تماس دست یا دهان با اشیای (کارد) آلوده، پاشیدن ترشحات و خونابه در مخاط (چشم یا دهان)، بریده شدن دست هنگام سلاخی یا پوست کنی

عوارض بیماری در انسان؟

تشخیص و درمان زودهنگام در بیماری تب مالت یک اصل است، چرا که هر چه درمان دیرتر شروع شود؛ احتمال بروز عوارض و عود (بازگشت مجدد) بیماری بیشتر می‌شود. عوارض تب مالت در هر عضوی و در هر مرحله‌ای از بیماری می‌تواند بروز یابد. از جمله این عوارض می‌توان به عوارض استخوانی-مفصلی، گوارشی، هپاتومگالی، قلبی عروقی، عوارض بر روی جنین، طحال، ضایعات چشمی، اختلالات خونی، مشکلات ریوی و... اشاره کرد.

علائم و نشانه‌های تب مالت در انسان:

مرحله حاد: حدود ۳ ماه اول بیماری؛ مرحله زودرس مانند: تب، بی‌اشتهایی، تعریق شبانه، سردرد، درد بدن و درد زانو، کمر یا سایر مفاصل

نکته: تشخیص در این مرحله دشوار است چون علائم اختصاصی تب مالت دیده نمی‌شود و با بسیاری از بیماری‌ها اشتباه گرفته می‌شود. (بیماری هزار چهره)

مرحله تحت حاد: بعد از حدود ۳ ماه، بیماری وارد مرحله تحت حاد می‌شود. (عارضه‌های بیماری بیشتر شده و در هر جای بدن به ویژه در استخوان‌ها و مفاصل دیده می‌شود.)

مرحله مزمن: اگر علائم و عوارض بیماری بیشتر از یک‌سال ادامه داشته باشد، بیماری وارد مرحله مزمن مانند بیماری‌هایی مثل افسردگی و گاهی نازایی می‌شود.

توصیه‌های بهداشتی جهت پیشگیری از تب مالت:

- افزایش آگاهی مردم از راه‌های ورود میکروب تب مالت به بدن

- همکاری با سازمان دامپزشکی در واکسیناسیون مناسب دام‌ها
- شستشوی صحیح دست‌ها (با آب و صابون)
- استفاده از لباس کار، کفش مخصوص و ماسک برای دامداران، قصابان، سلاخان و کارگران کشتارگاه.
- استفاده از دستکش برای پاک کردن و قطعه قطعه کردن گوشت.
- استفاده از شیر و لبنیات (خامه و پنیر) پاستوریزه
- جوشاندن مناسب شیر سنتی قبل از مصرف (۵-۳ دقیقه)
- استفاده از بستنی‌های پاستوریزه
- عدم کشتار دام در معابر و منزل
- خرید گوشت از مراکز فروش تحت نظارت دامپزشکی

دو نکته مهم:

۱- شیر:

- میکروب تب مالت در اثر حرارت مناسب از بین می‌رود.
- پس شیر محلی را قبل از مصرف باید جوشاند.
- توجه به این نکته لازم است که:
- شیر بعد از رسیدن به نقطه جوش و قل زدن ۳ تا ۵ دقیقه بجوشد.
- ۳ تا ۵ دقیقه تقریباً معادل فرستادن ۶۰ صلوات است.

۲- پنیر

- برای تهیه پنیر بهتر است از شیر جوشیده شده استفاده شود.
- در غیر اینصورت اگر از شیر خام برای تهیه پنیر استفاده می‌شود.
- باید پنیر تولید شده را به مدت حداقل ۳ ماه در آب نمک ۱۷٪ نگهداشت و بعداً به مصرف برسد.
- از حل کردن ۱۷۰ گرم نمک در یک لیتر آب، آب نمک ۱۷٪ تولید می‌شود.

منابع :

- مجموعه دستورالعمل‌های وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

- آموزش پیشگیری، کنترل و درمان بیماری تب مالت مدل SHEP

مارگزیدگی



نویسنده: مصطفی طالبی- کارشناس پیشگیری و مبارزه با بیماری‌های واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان

زیر نظر دکتر محمد ناصر رهبر- مدیر پیشگیری و مبارزه با بیماری‌های معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان

در دقایق نخست مارگزیدگی چه کنیم؟

مارگزیدگی یکی از فوریت‌های پزشکی است که می‌تواند در مدت کوتاهی عوارض جدی و حتی تهدیدکننده حیات ایجاد کند. آگاهی از اقدامات صحیح در دقایق نخست و انتقال سریع فرد به مرکز درمانی، مهم‌ترین اقداماتی هستند که می‌توانند به کاهش عوارض و حفظ جان بیمار کمک کنند.

روز جهانی مارگزیدگی؛ فرصتی برای آگاهی

۲۸ شهریورماه (۱۹ سپتامبر) به عنوان «روز جهانی آگاهی از مارگزیدگی» (International Snakebite Awareness Day) (توسط سازمان جهانی بهداشت با شعار «مارگزیدگی یک تهدید جهانی سلامت می‌باشد و نباید فراموش شود.») نام‌گذاری شده است؛ این روز فرصتی برای افزایش آگاهی درباره خطرات مارگزیدگی و تأکید بر اهمیت پیشگیری، کمک‌های اولیه صحیح و دسترسی سریع به خدمات درمانی است.

مارگزیدگی به‌ویژه در مناطق روستایی، کشاورزی و مناطق گرمسیر اهمیت بیشتری دارد. در چنین شرایطی، آشنایی مردم با اقدامات اولیه و همچنین پرهیز از روش‌های سنتی و غیرعلمی می‌تواند نقش مهمی در کاهش آسیب‌ها داشته باشد.

نکته مهم این است که در مارگزیدگی، درمان اصلی در مرکز درمانی انجام می‌شود و اقدامات اولیه در محل حادثه باید با هدف حفظ آرامش بیمار، کاهش حرکت و تسریع انتقال او به مرکز درمانی انجام شود.

اگر مارگزیدگی اتفاق افتاد، چه کنیم؟

(۱) آرامش خود و مصدوم را حفظ کنید:

مصدوم را آرام کنید و از ترس و فعالیت غیرضروری او جلوگیری کنید.

(۲) از محل حادثه دور شوید:

مصدوم را از محل گزش دور کنید تا خطر گزش مجدد وجود نداشته باشد. برای گرفتن یا کشتن مار به آن نزدیک نشوید.

(۳) حرکت را به حداقل برسانید:

بیمار را در وضعیت نشسته یا درازکش و آرام قرار دهید و از راه رفتن و حرکت غیرضروری او جلوگیری کنید.

(۴) اندام مارگزیده را بی‌حرکت کنید:

در صورت امکان، اندام مارگزیده را با آتل یا باند مناسب، بدون ایجاد فشار بیش از حد، بی‌حرکت نگه دارید. حرکت و انقباض عضلات می‌تواند به انتشار سریع‌تر سم کمک کند.

(۵) وسایل زینتی را خارج کنید:

انگشت، ساعت، دستبند، کفش و سایر وسایل تنگ یا زینتی را از اندام درگیر خارج کنید؛ زیرا ممکن است با ایجاد تورم، باعث فشار بیشتر بر اندام شوند.

(۶) محل گزش را تمیز کنید:

محل گزش را با آب و صابون بشویید و از دستکاری، فشار دادن یا تحریک زخم خودداری کنید.

(۷) بیمار را سریع منتقل کنید:

انتقال سریع به بیمارستان یا مرکز درمانی را در اولویت قرار دهید. در صورت نیاز به جابه‌جایی، از برانکارد یا روش مناسب حمل بیمار استفاده کنید تا حرکت اندام به حداقل برسد.

سه «نباید» مهم در مارگزیدگی:

(۱) محل گزش را برش ندهید:

ایجاد برش، خراش یا سوراخ در محل گزش می‌تواند موجب خونریزی، عفونت و آسیب بیشتر بافتی شود.

(۲) سم را مکش نکنید:

مکیدن یا ساکشن سم از محل گزش، روش مؤثری برای خارج کردن سم نیست و می‌تواند موجب آسیب و عفونت شود.

(۳) تورنیکه نبندید:

بستن محکم تورنیکه یا بانداز بسیار سفت می‌تواند جریان خون اندام را مختل کرده و موجب آسیب ایسکمیک و عوارض جدی شود.

این کارها را هم انجام ندهید:

(۱) محل گزش را نسوزانید.

(۲) روی محل گزش مواد سنتی یا ناشناخته قرار ندهید.

(۳) زخم را دستکاری یا فشار ندهید.

(۴) برای گرفتن یا کشتن مار، جان خود را به خطر نیندازید.

(۵) اگر بدون به خطر انداختن خود امکان‌پذیر باشد، می‌توان مشخصات ظاهری مار را به خاطر سپرد یا از فاصله‌ای امن عکس گرفت؛ اما نباید برای شناسایی مار به آن نزدیک شد.

به خاطر بسپاریم

(۱) آرامش، بی‌حرکتی، انتقال سریع

- (۲) در مارگزیدگی، به جای درمان‌های خانگی و روش‌های سنتی، مصدوم را آرام نگه دارید، حرکت اندام را به حداقل برسانید و در سریع‌ترین زمان ممکن او را به مرکز درمانی منتقل کنید.
- (۳) هر دقیقه مهم است.

پیام پایانی:

دانستن چند اقدام ساده می‌تواند در یک لحظه بحرانی، تفاوت بزرگی ایجاد کند
در مواجهه با مارگزیدگی، درمان را به متخصصان بسپاریم و از اقدام‌های غیرعلمی و بالقوه خطرناک پرهیز کنیم

روز جهانی مارگزیدگی ۱۴۰۵

آگاهی، پیشگیری و اقدام صحیح؛ سه گام برای کاهش عوارض مارگزیدگی





اهمیت آمادگی ورود به مدرسه

نویسنده: عارفه رضایی- کارشناس سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی استان سمنان

چگونه دانش آموز کلاس اولی را با محیط مدرسه آشنا کنیم؟

با توجه به نزدیک شدن به سال تحصیلی جدید و کاهش اضطراب کودک در روز اول مدرسه، پیشنهاد می‌کنیم قبل از شروع سال تحصیلی با او به مدرسه بروید و به او نشان دهید کلاس درسش کجاست و برای ورود به کلاس چه مسیری را باید طی کند. همچنین، می‌توانید با کودک خود درباره افرادی که در مدرسه با او همراه خواهند بود صحبت کنید. مثلاً او را با مدیر، ناظم و مسئولین مدرسه آشنا کنید. همچنین، به کودک خود بگویید که می‌تواند در مواقع ضروری با شما تماس بگیرد اگر نمی‌تواند او را قبل از مهر ماه به مدرسه ببرید، می‌توانید با او بازی‌هایی را انجام دهید که مرتبط با مدرسه و کلاس اول هستند. همچنین، می‌توانید با کودک خود درباره تجربیات خود در مدرسه صحبت کنید یا خاطرات خوب دوران مدرسه خودتان را برایش تعریف کنید. به او نشان دهید که شما همیشه در کنار او هستید و از پیشرفت او حمایت می‌کنید. این کار آمادگی برای ورود به کلاس اول را در او بیشتر می‌کند.

مشکل دوست‌یابی در مدرسه:

اما وقتی بچه‌ها در محیط جدید و ناآشنا قرار می‌گیرند، ممکن است دوست پیدا کردن برایشان سخت‌تر از قبل شود. در این مسیر شما والدین باید به طور غیر مستقیم به او کمک کنید تا مهارت‌های قبل از ورود به مدرسه را یاد بگیرد. به فرزندان بگویید که دوست پیدا کردن طبیعی است و همه بچه‌ها به دوست نیاز دارند به فرزندان بگویید که شما از داشتن او خیلی خوشحالید و او را دوست دارید. این اعتماد به نفس او را برای پیدا کردن دوستان جدید افزایش خواهد داد. فرزندان را به محیط‌هایی ببرید که بچه‌های هم سن و سالش حضور دارند، مثلاً پارک یا مرکز بازی به فرزندان بگویید که باید خود را به دیگران معرفی کند و سعی کند با آن‌ها صحبت کند. به فرزندان بگویید که باید مهربان و با احترام با دیگران رفتار کند. این رفتار او را به دیگران جذب خواهد کرد. با دیگر والدین در محل مدرسه یا محل‌های دیگری که بچه‌ها حضور دارند، صحبت کنید و سعی کنید فرزندان را با بچه‌های دیگر آشنا کنید.

مشکلات خواندن و نوشتن:

بعضی از فرزندان ممکن است با مشکلاتی در خواندن و نوشتن مواجه شوند که علت آن می‌تواند نداشتن آمادگی قبلی یا مشکلات دیگر در یادگیری باشد. برای مشکلات خواندن و نوشتن، بهتر است با معلم فرزند صحبت کنید و از او بخواهید که کودک را برای تقویت مهارت‌های خواندن و نوشتن راهنمایی کند. همچنین، می‌توانید از کتاب‌ها و منابع آموزشی دیگر نیز استفاده کنید.

ناراحتی‌های اجتماعی:

بعضی از فرزندان ممکن است در برقراری ارتباط با همکلاسی‌ها و دوستانشان با مشکل رو به‌رو شوند که این باعث ناراحتی و افسردگی آن‌ها می‌شود. برای مشکلات اجتماعی، بهتر است با فرزند خود صحبت کنید و از او بپرسید که چه مشکلاتی با همکلاسی‌ها و دوستانش دارد.

مشکلات تمرکز و توجه:

بعضی از فرزندان ممکن است در تمرکز و توجه به درس‌ها و فعالیت‌های کلاسی ضعیف باشند و نتوانند در طول کلاس حواسشان را جمع کنند. این موضوع باعث کاهش عملکرد و پیشرفت آن‌ها می‌شود. برای مشکلات تمرکز و توجه کلاس اولی‌ها، بهتر است فرزندان را به یک محیط آرام و بدون سر و صدا و مناسب برای درس خواندن و تمرین کردن درس‌ها قرار دهید. همچنین، می‌توانید از تکنیک‌هایی مانند تقویت حافظه و تمرین‌های تمرکز و توجه استفاده کنید.

مشکلات رفتاری:

بعضی از فرزندان ممکن است با مشکلات رفتاری مثل بی‌قراری، تعریف بیش‌ازحد، تعریف نکردن و ... روبه‌رو شوند که باعث مشکلاتی برای خودشان و همکلاسی‌هایشان شود. برای مشکلات رفتاری، بهتر است با فرزند صحبت کنید و به او بگویید که چه رفتارهایی مناسب در کلاس و در محیط‌های دیگر است. همچنین، می‌توانید با معلم و مشاور مدرسه صحبت کنید تا بهترین راه کنترل این مشکل را پیدا کنید.

مشکلات خانوادگی:

یکی از مواردی که باعث می‌شود آمادگی ورود به دبستان برای بچه‌ها کمتر شود، مشکلات خانوادگی است. بعضی از دانش‌آموزان ممکن است با مشکلات خانوادگی مثل جدایی والدین، مشکلات مالی و ... روبه‌رو شوند. این موضوع می‌تواند

در روحیه کودک و سطح درسی او اثرگذار باشد. برای مشکلات خانوادگی، بهتر است با فرزند صحبت کنید و به او بگویید که شما همیشه در کنار او هستید و از او حمایت می‌کنید. به او احساس امنیت بدهید و سعی کنید تمرکز او را به سمت محیط مدرسه و کلاس هدایت کنید.





مدیریت روابط عمومی و امور بین الملل دانشگاه

