

دانستنی هایی درباره آسم و آلرژی

عفونت‌های ویروسی تنفسی در فصل سرما شیوع بیشتری دارند و می‌توانند علایم آسم و آلرژی را تشدید کنند به همین دلیل توصیه می‌شود به‌ویژه افراد مبتلا به آسم، واکسیناسیون آنفلوانزا را با نظر پزشک جدی بگیرند

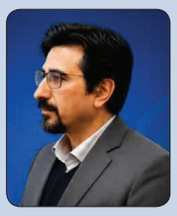


عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی، متخصص آسم و آلرژی و رئیس بیمارستان امام رضا(ع) بجنورد، در برنامه «ایران سلامت» و در جریان اجرای طرح ملی «ایران جان» با تشریح دلایل افزایش و تشدید علایم آسم و آلرژی در فصل سرما، بر ضرورت تشخیص صحیح بیماری‌های آلرژیک از عفونت‌های تنفسی، پرهیز از عوامل محرک، کنترل محیط زندگی و تداوم درمان بیماران مبتلا به آسم تأکید کرد.

به گزارش وبدا، دکتر سیداحمد وثوقی‌مطلق با اشاره به این که بیماری‌های آلرژیک، محدود به فصل خاصی نیستند و با توجه به تغییرات اقلیمی در تمام فصول سال بروز می‌کنند، اظهار کرد: در فصل زمستان چهار عامل اصلی می‌توانند موجب تشدید علایم آسم و آلرژی شوند. وی سرما و هوای سرد را نخستین عامل تحریک‌کننده آسم دانست و افزود: عفونت‌های ویروسی تنفسی در فصل سرما شیوع بیشتری دارند و می‌توانند علایم آسم و آلرژی را تشدید کنند، به همین دلیل توصیه می‌شود به‌ویژه افراد مبتلا به آسم، واکسیناسیون آنفلوانزا را با نظر پزشک جدی بگیرند. این متخصص آسم و آلرژی، افزایش آلاینده‌های محیطی ناشی از استفاده از وسایل گرمایشی و همچنین افزایش مواجهه با آلرژن‌های داخل ساختمان را از دیگر عوامل مؤثر در تشدید بیماری برشمرد و گفت: حدود ۸۰ تا ۹۰ درصد زمان افراد در فضاهای بسته مانند خانه و محیط کار سپری می‌شود، بنابراین توجه به کیفیت هوای داخل ساختمان اهمیت زیادی دارد. دکتر وثوقی‌مطلق با اشاره به آلرژن‌های محیط خانه، از حیوانات خانگی، سوسک، قارچ‌ها و مایت‌های موجود در بالش و تشک به‌عنوان برخی از عوامل حساسیت‌زا نام برد و افزود: مایت‌ها با چشم غیرمسلح دیده نمی‌شوند، اما می‌توانند از عوامل مهم بروز علایم آلرژیک باشند. وی با تأکید بر ضرورت اصلاح شرایط محیط زندگی، تصریح کرد: خانه سالم صرفاً خانه‌ای عاری از گردوغبار نیست، بلکه باید رطوبت متعادل، تهویه مناسب و هوای پاک داشته باشد و از استعمال دخانیات در آن جلوگیری شود. استعمال دخانیات در بالکن نیز مانع از انتقال دود به فضای داخل خانه نمی‌شود و نمی‌توان آن را راهکاری برای پیشگیری از آسیب‌های ناشی از دود دانست. رئیس بیمارستان امام رضا(ع) بجنورد در پاسخ به پرسشی درباره تقویت سیستم ایمنی گفت: سیستم ایمنی را نباید صرفاً از یک بُعد تعریف کرد؛ آن چه اهمیت دارد، توانمندی و تعادل این سیستم است. سیستم ایمنی باید بتواند در برابر عوامل بیماری‌زا از بدن دفاع کند و در عین حال نسبت به مواد بی‌ضرر و آلرژن‌ها واکنش بیش از حد نشان ندهد. وی افزود: هدف، داشتن سیستم ایمنی متعادل و کارآمد است، زیرا فعالیت بیش از حد و نامتعادل سیستم ایمنی نیز می‌تواند زمینه‌ساز بیماری‌های خودایمنی شود. این متخصص آسم و آلرژی در پاسخ به پرسشی درباره خطرات آسم در دوران بارداری و امکان استفاده از اسپری‌های تنفسی اظهار کرد: در دوران بارداری ممکن است وضعیت آسم در یک‌سوم بیماران تغییری نکند، در یک‌سوم تشدید شود و در یک‌سوم دیگر بهبود یابد. وی تأکید کرد: مادران باردار مبتلا به آسم باید درمان خود را در طول بارداری با نظر پزشک ادامه دهند. داروهای مؤثر و مناسبی برای کنترل آسم در این دوران وجود دارد که مطالعات متعددی درباره ایمنی مصرف آن‌ها انجام شده است.

دکتر وثوقی‌مطلق هشدار داد: آسم کنترل‌نشده در دوران بارداری می‌تواند بر سلامت جنین، وزن هنگام تولد و احتمال زایمان زودرس تأثیر منفی بگذارد؛ بنابراین قطع خودسرانه داروهای استنشاقی به دلیل بارداری اقدام درستی نیست. وی در پاسخ به پرسشی درباره تأثیر ماسک در جلوگیری از بروز علایم آلرژی گفت: ماسک‌ها در جلوگیری از ورود برخی ذرات مؤثرند، اما همه عوامل حساسیت‌زا را فیلتر نمی‌کنند. حتی ماسک‌های N۹۵ نیز قادر به جلوگیری از ورود تمام آلرژن‌ها نیستند. این عضو هیئت علمی دانشگاه افزود: نخستین اقدام، شناسایی و دوری از عامل تحریک‌کننده است و در مواردی که شرایط بیمار ایجاب کند، می‌توان از روش‌های درمانی تخصصی مانند ایمونوتراپی برای کاهش حساسیت به آلرژن مشخص استفاده کرد. دکتر وثوقی‌مطلق در پاسخ به نگرانی یکی از مخاطبان درباره ورزش کردن با وجود ابتلا به آسم، اظهار کرد: ابتلا به آسم به معنای محرومیت از ورزش نیست؛ حتی برخی ورزشکاران حرفه‌ای و قهرمانان ورزشی نیز مبتلا به آسم هستند. وی ادامه داد: ورزش منظم و اصولی برای سلامت عمومی بدن مفید است و افراد مبتلا به آسم نیز در صورت کنترل بیماری، رعایت اصول درمانی و انجام فعالیت بدنی متناسب با شرایط خود می‌توانند حتی در سطح حرفه‌ای و قهرمانی ورزش کنند. این متخصص آسم و آلرژی با اشاره به نقش عوامل محرک در تشدید علایم بیماری گفت: بوهای تند، عطر و ادکلن، گرد وغبار و برخی مواد شیمیایی می‌توانند موجب تحریک راه‌های هوایی و بروز علایم آسم شوند؛ بنابراین افراد حساس باید تا حد امکان از مواجهه با این عوامل پرهیز کنند. وی درباره سرفه‌های شبانه کودکان نیز توضیح داد: سرفه شبانه که گاهی موجب بیدار شدن کودک از خواب می‌شود، می‌تواند یکی از علایم آسم باشد و لازم است در صورت تکرار و تداوم، از سوی پزشک بررسی شود. دکتر وثوقی‌مطلق با بیان این که سرفه به‌خودی‌خود یک علامت است و نه یک بیماری مستقل، افزود: سرفه در افراد سالم نیز ممکن است رخ دهد، اما اگر سرفه آزاردهنده باشد و در خواب یا فعالیت‌های روزمره اختلال ایجاد کند، مراجعه به پزشک ضروری است. وی با اشاره به این که عفونت‌های ویروسی، به‌ویژه سرماخوردگی، از محرک‌های مهم تشدید آسم هستند، بر ضرورت افتراق بیماری‌های ویروسی از عفونت‌های باکتریایی تأکید کرد و گفت: مصرف آنتی‌بیوتیک در کشور ما چندین برابر میانگین جهانی است، در حالی که بسیاری از بیماری‌های تنفسی منشأ ویروسی دارند و به آنتی‌بیوتیک نیاز ندارند. این متخصص تصریح کرد: علایم بیماری‌های آلرژیک معمولاً طولانی‌مدت و مزمن هستند و اغلب با یک عامل محرک ارتباط دارند. همچنین ممکن است با فعالیت بدنی، خندیدن و مواجهه با دود تشدید شوند. تشخیص صحیح علت علایم، از مصرف غیرضروری آنتی‌بیوتیک جلوگیری می‌کند. دکتر وثوقی‌مطلق در پاسخ به پرسشی درباره واکسن‌های آنفلوانزای موجود در بازار اظهار کرد: واکسن‌هایی که مجوزهای لازم را دریافت می‌کنند و از مسیرهای رسمی وارد بازار دارویی می‌شوند، از نظر کیفی بررسی می‌شوند، با این حال، انتخاب نوع واکسن و گروه سِنی مجاز برای تزریق باید مطابق دستورالعمل همان فرآورده و با نظر پزشک انجام شود. وی با تأکید بر اهمیت واکسیناسیون در بیماران مبتلا به آسم افزود: واکسن آنفلوانزا درمان‌کننده آسم نیست، زیرا آسم یک بیماری التهابی راه‌های هوایی است، اما واکسن می‌تواند با پیشگیری از ابتلا به آنفلوانزا، خطر تشدید بیماری و عوارض ناشی از عفونت را کاهش دهد. این متخصص آسم و آلرژی درباره استفاده از دستگاه‌های بخور نیز هشدار داد: استفاده مکرر و غیراصولی از بخور می‌تواند شرایط مناسبی برای رشد قارچ‌ها و کپک‌ها فراهم کند و به همین دلیل نباید آن را به‌عنوان روش درمان آسم در نظر گرفت. وی در پاسخ به فردی که هنگام نظافت منزل دچار عطسه، سرفه و تنگی نفس می‌شود، احتمال مواجهه با گردوغبار و آلرژن‌های داخل خانه را مطرح کرد و گفت: برای شناسایی عامل حساسیت می‌توان از آزمایش‌های پوستی آلرژی استفاده کرد تا علت دقیق حساسیت مشخص شود. دکتر وثوقی‌مطلق در بخش دیگری از این برنامه درباره تغذیه افراد مبتلا به آلرژی گفت: گاهی بیش از حد لازم برای بیماران محدودیت غذایی ایجاد می‌کنیم، در حالی که اصل بر این است که افراد تنها در صورت اثبات حساسیت به یک ماده غذایی، از مصرف آن پرهیز کنند. وی با اشاره به اهمیت دریافت مواد مغذی مورد نیاز بدن افزود: میوه‌های فصل، مغزها و مواد غذایی حاوی ویتامین C و روی می‌توانند در تأمین مواد مغذی مورد نیاز بدن نقش داشته باشند و نباید بدون دلیل، گروهی از مواد غذایی از برنامه تغذیه افراد حذف شود. این متخصص بر اهمیت تشخیص به‌موقع، کنترل عوامل محیطی، رعایت اصول درمانی و پرهیز از مصرف خودسرانه دارو تأکید کرد و یادآور شد که مدیریت صحیح آسم و آلرژی می‌تواند به بیماران کمک کند زندگی و فعالیت‌های روزمره خود را با کیفیت مطلوب ادامه دهند.

افزایش ۱۱ درصدی مراجعات به اورژانس بیمارستان ثامن‌الائمه(ع) بجنورد



مدیر درمان تأمین اجتماعی خراسان شمالی با تشریح عملکرد بخش اورژانس بیمارستان ثامن‌الائمه(ع) بجنورد، بر اهمیت ارتقای کیفیت خدمات فوریت‌های پزشکی، تسریع در فرایند ارائه خدمت و صیانت از سلامت بیمه‌شدگان تأکید کرد. به گزارش روابط عمومی مدیریت درمان تأمین اجتماعی خراسان شمالی، دکتر ابوذر عزیزی با اشاره به آمار عملکرد بخش اورژانس بیمارستان ثامن‌الائمه(ع) بجنورد اظهار داشت: بررسی آمارهای ثبت‌شده در سه ماه دوم سال ۱۴۰۵ در مقایسه با مدت مشابه سال گذشته، بیانگر افزایش مراجعات و رشد حجم خدمات ارائه‌شده در این بخش است. وی افزود: تعداد کل مراجعان اورژانس در سه‌ماهه دوم سال ۱۴۰۵ به ۲۵ هزار و ۷۸۷ نفر رسیده است که در مقایسه با ۲۳ هزار و ۲۸۶ مراجعه در مدت مشابه سال ۱۴۰۴، رشد حدود ۱۱ درصدی را نشان می‌دهد. مدیر درمان تأمین اجتماعی خراسان شمالی با تشریح برخی شاخص‌های عملکردی این بخش گفت: تعداد بیماران تحت نظر با تشکیل پرونده از هزار و ۵۱۹ نفر به هزار و ۵۹۲ نفر، پذیرش بیماران از طریق اورژانس ۱۱۵ از ۳۳۸ نفر به ۳۶۴ نفر و تعداد بیماران منتقل‌شده به بخش‌های بستری از ۸۴۳ نفر به ۹۵۵ نفر افزایش یافته است. همچنین تعداد ویزیت‌های سرپایی اورژانس از ۲۱ هزار و ۷۵۱ مورد به ۲۴ هزار و ۱۷۱ مورد رسیده که بیانگر افزایش تقاضا برای دریافت خدمات درمانی در این مرکز است. دکتر عزیزی در بخش دیگری از سخنان خود، ارزیابی عملکرد اورژانس را صرفاً محدود به تعداد مراجعات و خدمات ارائه‌شده ندانست و تصریح کرد: شاخص‌های کیفی، از جمله سرعت تعیین تکلیف بیماران، مدت انتظار، رضایتمندی مراجعان، کیفیت اقدامات احیای قلبی ریوی (CPR) و سهم بیماران منتقل‌شده به بخش‌های بستری، از مؤلفه‌های مهم سنجش اثربخشی خدمات اورژانسی محسوب می‌شوند. وی با تأکید بر ضرورت پایش مستمر سایر شاخص‌های کیفی، به‌ویژه میزان موفقیت احیای قلبی ریوی و رضایتمندی بیماران، افزود: شناسایی نقاط قابل بهبود، تحلیل علل تغییر شاخص‌ها و برنامه‌ریزی هدفمند برای ارتقای کیفیت خدمات، باید به‌عنوان یک اولویت در مدیریت بخش اورژانس مورد توجه قرار گیرد. مدیر درمان تأمین اجتماعی خراسان شمالی با تأکید بر جایگاه راهبردی اورژانس در نظام ارائه خدمات درمانی اظهار داشت: افزایش حجم مراجعات، تنوع موارد اورژانسی و ضرورت پاسخگویی سریع و مؤثر به نیازهای درمانی مردم، ایجاب می‌کند ضمن تقویت مدیریت منابع انسانی و تجهیزات، فرایندهای پذیرش، ارزیابی، درمان و تعیین تکلیف بیماران به‌صورت مستمر پایش و اصلاح شود. وی خاطرنشان کرد: رویکرد مدیریت درمان تأمین اجتماعی استان، ارتقای هم‌زمان کمیت و کیفیت خدمات، افزایش رضایتمندی بیمه‌شدگان و دسترسی به‌موقع آنان به خدمات درمانی است و تحقق این اهداف مستلزم تلاش مستمر کادر پزشکی، پرستاری و سایر کارکنان پرتلاش بیمارستان ثامن‌الائمه(ع) بجنورد است.

بیماری خاموشی که اغلب دیر تشخیص داده می‌شود

یک متخصص رادیوتراپی و آنکولوژی با تشریح ابعاد مختلف سرطان پانکراس (لوزالمعده)، این بیماری را از جمله سرطان‌هایی دانست که به دلیل قرار گرفتن عضو در عمق شکم و فقدان علایم اختصاصی در مراحل اولیه، اغلب دیرهنگام تشخیص داده می‌شود و آگاهی از عوامل خطر، نشانه‌های هشداردهنده و ضرورت مراجعه به‌موقع به پزشک در مواجهه با آن اهمیت ویژه‌ای دارد. دکتر «زهرا کشت‌پور املشی» متخصص رادیوتراپی و آنکولوژی در گفت و گو با وبدا، با اشاره به جایگاه و عملکرد پانکراس در بدن اظهار کرد: پانکراس یا لوزالمعده عضوی است که در قسمت فوقانی شکم و پشت معده قرار دارد و دو وظیفه اصلی برعهده دارد؛ نخست، تولید آنزیم‌های گوارشی برای کمک به هضم غذا و دوم، تولید هورمون‌هایی مانند انسولین برای تنظیم قند خون. این متخصص رادیوتراپی و آنکولوژی در تشریح چگونگی شکل‌گیری سرطان پانکراس افزود: زمانی که سلول‌های بافت پانکراس دچار تغییرات ژنتیکی می‌شوند، ممکن است رشد و تکثیر غیرطبیعی و کنترل‌نشده‌ای پیدا کنند و در نهایت توده سرطانی شکل بگیرد. سرطان پانکراس انواع مختلفی دارد که شایع‌ترین نوع آن آدنوکارسینوم است و حدود ۹۰ درصد بدخیمی‌های این عضو را شامل می‌شود. «کشت‌پور املشی» با بیان این که محل شکل‌گیری تومور نیز در روند تشخیص و درمان اهمیت دارد، تصریح کرد: تومور ممکن است در سر، تنه یا دم پانکراس ایجاد شود و محل درگیری می‌تواند بر علایم بالینی بیمار و همچنین انتخاب روش درمان تأثیرگذار باشد. وی با اشاره به آمار ابتلا به این بیماری در جهان و ایران گفت: سرطان پانکراس از نظر تعداد موارد ابتلا در مقایسه با برخی سرطان‌های شایع، فراوانی کمتری دارد، اما به دلیل عوارض و دشواری تشخیص در مراحل اولیه از اهمیت بالایی برخوردار است. بر اساس آمارهای جهانی، سالانه حدود ۵۰۰ هزار مورد جدید از این سرطان تشخیص داده می‌شود و این بیماری از نظر بروز، در رتبه دهم یا یازدهم سرطان‌های جهان قرار دارد. عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی همدان ادامه داد: در ایران نیز میزان بروز این سرطان کمتر از سرطان‌هایی مانند پستان، روده بزرگ و معده است و به‌طور متوسط حدود سه تا چهار نفر از هر ۱۰۰ هزار نفر به آن مبتلا می‌شوند؛ با این حال، روند افزایشی موارد ابتلا در سال‌های اخیر، ضرورت توجه بیشتر به آگاهی‌بخشی و شناخت عوامل خطر این بیماری را نشان می‌دهد. «کشت‌پور املشی» یکی از مهم‌ترین چالش‌های سرطان پانکراس را تشخیص دیرهنگام آن عنوان کرد و گفت: از آن جا که پانکراس در عمق شکم قرار گرفته است، بیماری در مراحل اولیه معمولاً علایم اختصاصی و مشخصی ندارد، به همین دلیل، تعداد قابل توجهی از بیماران زمانی به پزشک مراجعه می‌کنند که تومور به عروق بزرگ اطراف پانکراس یا سایر اندام‌های بدن گسترش یافته است. وی با تأکید بر این که سیر بیماری در همه افراد یکسان نیست، افزود: تشخیص به‌موقع می‌تواند فرصت درمان مؤثر را فراهم کند و در بیمارانی که تومور در مرحله قابل جراحی قرار دارد، امکان برداشتن کامل توده از طریق جراحی و دستیابی به درمان با هدف علاج وجود دارد. این متخصص رادیوتراپی و آنکولوژی با اشاره به عوامل خطر ابتلا به سرطان پانکراس اظهار کرد: علت دقیق بروز این بیماری هنوز به‌طور کامل مشخص نیست، اما عوامل متعددی می‌توانند احتمال ابتلا را افزایش دهند. باید توجه داشت که وجود یک عامل خطر به معنای ابتلای قطعی فرد به سرطان نیست، بلکه تجمع چند عامل خطر می‌تواند احتمال بروز بیماری را بیشتر کند. وی سن بالا را یکی از عوامل خطر این سرطان دانست و افزود: احتمال ابتلا با افزایش سن بیشتر می‌شود و افراد بالای ۶۵ سال در معرض خطر بیشتری قرار دارند؛ در کنار آن، مصرف دخانیات از مهم‌ترین عوامل خطر قابل اصلاح است، سیگار، قلیان و سایر مواد استنشاقی مضر می‌توانند خطر ابتلا را افزایش دهند؛ چاقی، دیابت طولانی‌مدت، پانکراتیت مزمن و سابقه خانوادگی نیز از دیگر عوامل مرتبط با این بیماری هستند. «کشت‌پور املشی» با اشاره به نقش عوامل ارثی و ژنتیکی خاطرنشان کرد: حدود پنج تا ۱۰ درصد موارد سرطان پانکراس می‌تواند زمینه ارثی و ژنتیکی داشته باشد؛ بنابراین وجود سابقه خانوادگی قابل توجه، به‌ویژه ابتلای چند نفر از اعضای نزدیک خانواده، باید مورد توجه قرار گیرد. وی با بیان این که سرطان پانکراس در مراحل ابتدایی ممکن است بدون علامت باشد، درباره نشانه‌های هشداردهنده بیماری توضیح داد: با پیشرفت بیماری، ممکن است علایمی مانند زردی پوست و سفیدی چشم، تیره شدن رنگ ادرار، روشن شدن رنگ مدفوع و خارش پوست ظاهر شود. این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی همدان ادامه داد: درد در قسمت فوقانی شکم که ممکن است به پشت انتشار پیدا کند و پس از غذا خوردن تشدید شود، کاهش وزن غیرقابل توجیه، کاهش اشتها و علایم گوارشی طولانی‌مدت مانند تهوع، نفخ و دفع مدفوع چرب و بدبو از دیگر نشانه‌های احتمالی این بیماری هستند.

پیک سلامت

معاون توسعه مدیریت، منابع و برنامه‌ریزی دانشگاه علوم پزشکی اعلام کرد:

مالیات نشان‌دار؛ فرصتی برای تکمیل بیمارستان راز و جرگلان



معاون توسعه مدیریت، منابع و برنامه‌ریزی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با اشاره به پیشرفت ۷۵ درصدی بیمارستان ۶۴ تختخوابی راز و جرگلان، مشارکت مؤدیان مالیاتی در طرح نشان‌دار کردن مالیات‌ها را فرصتی ارزشمند برای تسریع در تکمیل این پروژه و توسعه عدالت در دسترسی به خدمات سلامت دانست. دکتر محسن رعنایی اظهار کرد: بیمارستان ۶۴ تختخوابی شهرستان راز و جرگلان با زیربنای ۷ هزار و ۷۳۰ مترمربع و پیشرفت فیزیکی ۷۵ درصدی، یکی از پروژه‌های مهم درمانی استان است که تکمیل آن می‌تواند نقش مؤثری در ارتقای سطح خدمات سلامت و پاسخگویی به نیازهای درمانی مردم این شهرستان داشته باشد. وی با اشاره به قرار گرفتن این پروژه در فهرست طرح‌های مشمول «نشان‌دار کردن مالیات‌ها» در سال ۱۴۰۵ افزود: بر اساس این طرح، مؤدیان مشمول تبصره ماده ۱۰۰ قانون مالیات‌های مستقیم می‌توانند در چارچوب ضوابط قانونی، محل هزینه‌کرد بخشی از مالیات خود را از میان پروژه‌های اولویت‌دار ملی و استانی انتخاب کنند و از این طریق در توسعه زیرساخت‌های مورد نیاز جامعه سهیم باشند.

معاون توسعه مدیریت، منابع و برنامه‌ریزی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با بیان این که برای بیمارستان ۶۴ تختخوابی راز و جرگلان در سال ۱۴۰۵ ظرفیت اعتبار ۷۰۰ هزار میلیون ریال، معادل ۷۰ میلیارد تومان، در قالب طرح مالیات نشان‌دار پیش‌بینی شده است، تصریح کرد: مشارکت مؤدیان واجد شرایط و انتخاب این پروژه می‌تواند به تقویت منابع مالی و شتاب‌بخشی به روند تکمیل یکی از مهم‌ترین طرح‌های درمانی استان کمک کند. دکتر رعنایی با تأکید بر اهمیت راهبردی این پروژه برای مردم شهرستان راز و جرگلان گفت: این شهرستان به دلیل شرایط جغرافیایی، مرزی بودن و برخی محدودیت‌های زیرساختی، نیازمند توجه ویژه در حوزه سلامت است و احداث بیمارستان در این منطقه از مطالبات دیرینه مردم شریف و زحمتکش آن به شمار می‌رود.

وی ادامه داد: هدف ما این است که مردم در محل زندگی خود به خدمات درمانی مناسب دسترسی داشته باشند و برای دریافت خدمات مورد نیاز، تا حد امکان ناچار به سفر به مرکز استان نشوند. تکمیل و راه‌اندازی این بیمارستان می‌تواند ضمن کاهش مراجعات درمانی به مرکز استان، هزینه‌های رفت‌وآمد خانواده‌ها را کاهش دهد و دسترسی مردم منطقه به خدمات سلامت را تسهیل کند. معاون توسعه مدیریت، منابع و برنامه‌ریزی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی خاطرنشان کرد: در حوزه سلامت، نزدیک کردن خدمات به مردم و کاهش دغدغه‌های بیماران و خانواده‌های آنان از اولویت‌های مهم ماست. امیدواریم با بهره‌گیری از ظرفیت‌های قانونی و مشارکت مؤدیان مالیاتی، روند تکمیل، تجهیز و آماده‌سازی این بیمارستان برای ارائه خدمت با سرعت بیشتری دنبال شود. کتر رعنایی با اشاره به تجربه موفق دانشگاه در بهره‌مندی از ظرفیت مالیات‌های نشان‌دار طی یکی دو سال اخیر بیان کرد: در این مدت، با حمایت و مشارکت مؤدیان مالیاتی، بخشی از اعتبار مورد نیاز برای تکمیل خوابگاه متأهلی پروژه مهر تأمین شد و این همراهی در تسریع روند تکمیل پروژه نقش مؤثری داشت. وی افزود: این تجربه نشان داد که مشارکت هدفمند مؤدیان مالیاتی می‌تواند به پیشرفت پروژه‌های مهم و مورد نیاز جامعه کمک کند. در واقع، این طرح فرصتی فراهم می‌کند تا فعالان اقتصادی و صاحبان مشاغل، علاوه بر انجام تکالیف قانونی خود، در ساخت و توسعه زیرساخت‌هایی که منافع آن به مردم بازمی‌گردد نیز سهیم باشند.

معاون توسعه مدیریت، منابع و برنامه‌ریزی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی همچنین با اشاره به اجرای پروژه‌های مختلف در حوزه‌های درمانی، آموزشی، بهداشتی و رفاهی گفت: با تلاش همکاران در بخش‌های مختلف دانشگاه، طرح‌های متعددی در نقاط مختلف استان در حال اجراست که از مهم‌ترین پروژه‌های درمانی می‌توان به بیمارستان مادر و کودک، طرح توسعه بیمارستان پورسینا و بیمارستان ۶۴ تختخوابی راز و جرگلان اشاره کرد. وی تأکید کرد: پیشبرد این پروژه‌ها نیازمند هم‌افزایی همه ظرفیت‌ها، از جمله اعتبارات دولتی، حمایت خیران و مشارکت‌های مردمی و اقتصادی است. خیران سلامت همواره یاری‌رسان دانشگاه بوده‌اند و همراهی آنان در توسعه امکانات و ارتقای خدمات درمانی نقش ارزشمندی داشته است. اکنون نیز طرح نشان‌دار کردن مالیات‌ها فرصت تازه‌ای برای مشارکت هدفمند فعالان اقتصادی در این مسیر فراهم کرده است.

دکتر رعنایی از همه مؤدیان مشمول تبصره ماده ۱۰۰ قانون مالیات‌های مستقیم، فعالان اقتصادی و صاحبان مشاغل دعوت کرد با استفاده از ظرفیت طرح نشان‌دار کردن مالیات‌ها و در چارچوب ضوابط قانونی، بیمارستان ۶۴ تختخوابی راز و جرگلان را برای اختصاص بخشی از مالیات خود انتخاب کنند. وی اظهار امیدواری کرد: با همراهی مؤدیان مالیاتی، حمایت مسئولان، مشارکت خیران و تلاش مجموعه دانشگاه علوم پزشکی، شاهد تکمیل و تجهیز هرچه سریع‌تر این بیمارستان و بهره‌مندی مردم منطقه از خدمات آن باشیم.

معاون توسعه مدیریت، منابع و برنامه‌ریزی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی خاطرنشان کرد: تکمیل بیمارستان راز و جرگلان تنها به معنای اتمام یک پروژه عمرانی نیست، بلکه گامی ماندگار در مسیر توسعه عدالت سلامت، کاهش محرومیت‌های درمانی و افزایش دسترسی مردم به خدمات مورد نیاز است؛ فرصتی که مشارکت امروز مؤدیان مالیاتی می‌تواند زمینه‌ساز بهره‌مندی نسل‌های آینده از ثمرات آن باشد.

بیماری‌های کلیوی در مراحل اولیه معمولاً بدون علامت هستند



یک فلوشیپ سرطان‌شناسی دستگاه ادراری و تناسلی، با تأکید بر اهمیت مراقبت از سلامت کلیه‌ها گفت: بیماری‌های مزمن کلیوی در بسیاری از موارد در مراحل اولیه بدون علامت پیشرفت می‌کنند و تشخیص به‌موقع آن‌ها از طریق آزمایش‌های ساده و غربالگری منظم، نقش مهمی در پیشگیری از آسیب‌های جبران‌ناپذیر کلیوی دارد.

دکتر محسن عالمی در گفت‌وگو با وبدا به مناسبت هفته جهانی حمایت از بیماران کلیوی، با اشاره به نقش حیاتی کلیه‌ها در حفظ سلامت بدن اظهار کرد: کلیه‌ها مانند پالایشگاهی هوشمند، وظیفه تصفیه خون و دفع مواد زائد را برعهده دارند و علاوه بر تنظیم حجم مایعات بدن، در تعادل الکترولیت‌هایی مانند سدیم، پتاسیم، کلسیم و فسفر نیز نقش اساسی ایفا می‌کنند.

وی افزود: کلیه‌ها همچنین با ترشح برخی هورمون‌ها در تنظیم فشار خون و فرایند خون‌سازی نقش دارند؛ از این‌رو، حفظ سلامت این دو عضو حیاتی و بررسی دوره‌ای عملکرد آن‌ها، به‌ویژه با افزایش سن، اهمیت زیادی دارد.

این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی همدان با بیان این‌که برخی بیماری‌های کلیوی ممکن است برای مدت طولانی بدون نشانه مشخصی پیشرفت کنند، خاطرنشان کرد: افرادی که سابقه خانوادگی بیماری‌های کلیوی دارند، مبتلایان به فشار خون بالا و دیابت، افراد دارای اضافه‌وزن، بیماران قلبی و عروقی و کسانی که بیش از اندازه از داروهای مسکن و ضد درد استفاده می‌کنند، بیشتر در معرض آسیب‌های کلیوی قرار دارند و باید ارزیابی سلامت کلیه‌های خود را جدی بگیرند.

دکتر عالمی درباره علایم احتمالی بیماری‌های کلیوی توضیح داد: این بیماری‌ها در مراحل اولیه ممکن است هیچ علامتی نداشته باشند، اما با پیشرفت اختلال در عملکرد کلیه‌ها، نشانه‌هایی مانند ورم اطراف چشم، تورم مچ پا و اندام‌ها، احساس تنگ شدن کفش، خستگی، بی‌اشتهایی و تهوع ممکن است بروز کند.

وی تأکید کرد: وجود این علایم لزوماً به معنای ابتلا به بیماری کلیوی نیست و تشخیص علت آن‌ها باید توسط پزشک انجام شود.

این فلوشیپ سرطان‌شناسی دستگاه ادراری و تناسلی با اشاره به روش‌های تشخیص بیماری‌های کلیوی گفت: آزمایش سنجش کراتینین خون و محاسبه میزان فیلتراسیون گلومرولی (GFR) از روش‌های ارزیابی عملکرد کلیه‌هاست. همچنین بررسی دفع آلبومین و پروتئین در ادرار می‌تواند به شناسایی آسیب‌های کلیوی کمک کند. این آزمایش‌ها در دسترس هستند و با درخواست پزشک می‌توان بسیاری از اختلالات عملکرد کلیه را در مراحل اولیه شناسایی کرد.

دکتر عالمی در ادامه با اشاره به راهکارهای پیشگیری از بیماری‌های کلیوی اظهار کرد: اگرچه برخی مشکلات کلیوی ریشه ژنتیکی و خانوادگی دارند، اما رعایت چند اصل مهم در سبک زندگی می‌تواند در حفظ سلامت کلیه‌ها و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن مؤثر باشد.

وی کاهش مصرف نمک را یکی از مهم‌ترین توصیه‌های تغذیه‌ای دانست و گفت: میزان مصرف نمک روزانه نباید از پنج گرم، معادل حدود یک قاشق چای‌خوری سرصاف، بیشتر شود. البته باید به نمک پنهان موجود در مواد غذایی نیز توجه داشت، چراکه محصولاتی مانند نان‌های شور، پنیر، دوغ، کشک، رب گوجه‌فرنگی، خیارشور، غذاهای نمک‌سود و فست‌فودها می‌توانند مقادیر قابل‌توجهی نمک وارد بدن کنند.

این متخصص با تأکید بر ضرورت کنترل بیماری‌های زمینه‌ای افزود: کنترل منظم قند و فشار خون، رعایت الگوی تغذیه سالم، حفظ وزن مناسب و انجام فعالیت بدنی منظم، از جمله پیاده‌روی و ورزش، در پیشگیری از آسیب‌های کلیوی اهمیت دارد.