

چتر گسترده بیمه سلامت برای بیماران خاص و صعب‌العلاج

مدیر عامل سازمان بیمه سلامت ایران در سفر به خراسان شمالی گفت: اعتبار صندوق بیماران خاص و صعب‌العلاج در سال ۱۴۰۵ به ۱۶ هزار میلیارد تومان افزایش یافته‌است و ۱۳۰ گروه بیماری را تحت پوشش قرار می‌دهد

مدیر عامل سازمان بیمه سلامت ایران گفت: اعتبار صندوق بیماران خاص و صعب‌العلاج در سال۱۴۰۵ به ۱۶ هزار میلیارد تومان افزایش یافته‌است و ۱۳۰ گروه بیماری را تحت‌پوشش قرار می‌دهد و در برخی موارد تا ۱۰۰ درصد هزینه‌های دارویی و سایر خدمات درمانی بیماران تحت پوشش این صندوق است. به گزارش مرکز روابط عمومی و امور مشتریان سازمان بیمه سلامت ایران، «محمد مهدی ناصحی» در سفر به استان خراسان شمالی با هیئت همراه و نشست با رئیس مجمع نمایندگان خراسان شمالی، نایب رئیس اول کمیسیون بهداشت مجلس، رئیس و معاونان دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی و کارکنان بیمه سلامت استان، افزود: در باره پرداخت هزینه دارویی و درمانی در صندوق بیماران خاص و صعب‌العلاج، ابتدا سهم بیمه‌های پایه توسط بیمه سلامت تأمین اجتماعی و بیمه خدمات درمانی نیروهای مسلح پرداخت شده و الباقی هزینه توسط صندوق پرداخت می‌شود. وی ادامه داد: عمده هزینه این بیماران در بسته‌های خدمتی در سامانه‌های بیمه‌ها با گذاری شده و فقط ۵ درصد هزینه دارویی و درمانی این بیماران از منابع خارج از ضوابط با اختیار استان‌ها پرداخت می‌شود. «ناصرحی» بیان کرد: بنابراین این عمده هزینه‌های این بیماران در صندوق بیماران خاص و صعب‌العلاج پرداخت می‌شود. از سوی دیگر، مدیر عامل سازمان بیمه سلامت ایران با اشاره به میانگین ۱۰۰۵ قلم آزمایش در هر نسخه گفت: بسیاری از آزمایش‌ها بدون ضرورت انجام و بار مالی سنگینی بر نظام سلامت وارد می‌شود. «ناصرحی» در نشست با کارکنان بیمه سلامت خراسان شمالی، اظهار کرد: مجموعه هزینه‌های درمانی و پشتیبانی سازمان نیز افزایش یافته که این موضوع نیازمند مدیریت دقیق و برنامه‌ریزی ضروری است. وی با اشاره به میانگین بالای اقلام نسخه‌های پزشکی، گفت: در حالی که میانگین تعداد اقلام دارویی در هر نسخه باید ۲ قلم باشد، این عدد در میانگین کشوری به ۴٫۳ رسیده که هزینه‌بر است. «ناصرحی» همچنین به میانگین تعداد آزمایش‌های تجویزی اشاره کرد و افزود: میانگین تعداد آزمایش‌های تجویزی در کشور ۱۰۰ قلم است که



برای پزشکان عمومی رقمی بالااست. مدیر عامل سازمان بیمه سلامت ایران ادامه داد: بسیاری از این آزمایش‌ها بدون ضرورت انجام می‌شود و علاوه بر تحمیل هزینه به بیمار، بار مالی سنگینی بر نظام سلامت کشور وارد می‌کند. وی با تأکید بر وجود ساختار فیزیکی و نیروی انسانی کارآمد در نظام سلامت، «اهکار اصلی برای کاهش فشار مالی را در کاهش دورریزها دانست. «ناصرحی» تصریح کرد: اگر توانیم حجم آزمایش‌ها و داروهای غیر ضروری را کاهش دهیم، اعتبار صرفه‌جویی شده می‌تواند صرف‌مواد ضروری‌تر و ارائه خدمات بهتر به بیماران شود. وی به پرداخت تعرفه‌های جدید در بخش علوم پزشکی از فروردین ماه اشاره کرد و گفت: با پرداخت افزایش، شاهد بهبود نقدینگی در این بخش خواهیم بود که این خود گامی مهم در جهت ارتقای خدمات درمانی است. «ناصرحی» همچنین از رایگان شدن خدمات خاصی برای بیماران مزمن خبر داد و گفت: اکنون سمک، کاشت حلقزونی و خدمات ناباروری برای بیماران مزمن به صورت رایگان ارائه می‌شود.

وضعیت پایدار ذخایر دارویی

معاون غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با اشاره به فعالیت مستمر بازرسان و رصد دقیق حوزه دارو، گفت: در راستای ارائه خدمات مطلوب به شهروندان و مسافران، از ابتدای طرح سلامت نوروزی۱۴۰۵ تا ۱۰ تانورودین، ۶۹ داروخانه مورد بازرسی قرار گرفتند. دکتر «محمودعباسی» اظهار کرد: حوزه دارو با تکیه بر توانم در حالت آماده‌باش عملیاتی فعالیت می‌کند تا دسترسی شهروندان به اقلام دارویی در بالاترین سطح ممکن و بدون هیچ‌گونه اختلالی حفظ شود. وی با اشاره به وضعیت پایدار ذخایر دارویی و آماده‌باش کامل شبکه توزیع در خراسان شمالی، افزود: پیرو تهاجم اخیر دشمن به کشور، دومین کمیته مدیریت بحران این معاونت نیز با حضور تمامی مدیران مربوطه بر گزار و در آن تصمیمات لازم اتخاذ شد. وی در خصوص پایش وضعیت اقلام حیاتی، بیان کرد: بررسی دقیق وضعیت زیرساخت‌ها، تجهیزات، ملزومات پزشکی، اقلام دارویی و شیر خشک نوزادان به‌طور ویژه در دستور کار قرار گرفته‌تا در شرایط حساس کنونی، هیچ‌گونه کمبودی رخ ندهد. دکتر «عباسی» افزود: مکاتبات فوری با شرکتهای پخش دارو برای صیانت از ذخایر استراتژیک و ابلاغ دستورالعمل‌های لازم به شرکتهای توزیع کننده انجام شده‌است تا تأمین به‌موقع نیازهای بخش‌های بیمارستانی و سرپایی تضمین شود.

تغذیه مناسب مبتلایان به فشار خون

خیار کلم گوجه فرنگی و هویج داشته باشد. مصرف سبزیجات به دلیل داشتن

منیزیم به کنترل فشار خون و کاهش استرس شما کمک می کند. به جای نمک از جاشنی هایی مانند سبزی های معطر تازه یا خشک مانند نعنا، مرزه، ترخون، ریحان و... یا سیر، لیموترش تازه و آب نارنج یا آبغوره بدون نمک برای بهبود طعم غذا و کاهش مصرف نمک استفاده شود. برخی از افراد به دلیل دیر خوابیدن در شب، ظهیر یا بعد از ظهر از خواب بیدار می شوند و قرص هایی را که باید صبح مصرف شود ظهیر به بعد مصرف می کنند؛ این تغییر و نامنظمی در مصرف قرص ها می تواند کنترل فشار خون شما را به هم درازد و تبعات خطرناکی همچون سکته و به هم خوردن فشار خون را برای شما داشته باشد. بنابراین برای حفظ سلامتی خود حتماً سعی کنید شب هادرت بخواهید تا صبح زودتر از خواب بیدار شوید. مصرف لبنیات را فراموش نکنید؛ مواد لبنی به دلیل داشتن کلسیم می تواند در کنترل فشار خون مؤثر باشد. البته توجه کنید دوغ های صنعتی را به دلیل نمک زیاد، خیلی مصرف نکنید و پنیرهای مصرفی خود را از ۲۴ ساعت قبل در آب معمولی شرب آب قرار دهید تا نمک آن کاهش یابد.

استرس می تواند کنترل فشار خون را در مبتلایان ه فشار خون بالا به هم بزند لذا رعایت یک سری نکات می تواند به آن ها کمک کند. به گزارش دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، اگر استرس به دلیل شرایط جنگی دارید حتماً با یک روانشناس مشاوره بگیرید تا بتوانید استرس خود را کنترل کنید و استرس باعث افزایش فشار خون می شود و می تواند سلامت شما را به خطر بیندازد. برای ارتباط با مشاور هم می توانید با شماره ۴۰۳ تماس بگیرید و به صورت رایگان با مشاوران صحبت کنید. مبتلایان به فشار خون حواستان به مصرف تنقلات حاوی نمک باشد. به دلیل شرایط جنگی و ماندن در خانه، استفاده از تنقلات به خصوص اسنک ها و تخمه و مواد غذایی صنعتی بیشتر می شود که همین امر می تواند منجر به افزایش فشار خون شود لذا از مصرف تنقلاتی که حاوی نمک بالا هستند خودداری کنید. سعی کنید حتماً یک ورزش روزه را در خانه مثل نرمش یا استفاده از تردمیل یا دوچرخه ثابت با توجه به شرایط خود داشته باشید. انجام ورزش روزهانه به کاهش استرس این دوران و کنترل بهتر فشار خون کمک می کند. حتماً در کنار وعده ناهار و شام خود سبزی خوردن یا سالاد حاوی کاهو

سلامت نامه

راهکارهای کاهش استرس بیماران آلزایمری

یک متخصص طب سالمندان، یکی از مؤثرترین راهکارها برای کاهش استرس و اضطراب بیماران مبتلا به آلزایمر در شرایط جنگی را حفظ نظم و روال همیشگی زندگی عنوان کرد. دکتر پیرسا طاهری، «با تأکید بر اهمیت حفظ نظم و روال همیشگی زندگی(روتین روزانه) در مراقبت از سالمندان مبتلا به آلزایمر به بیان راهکارها و توصیه‌های کلیدی برای مراقبت از این افراد در شرایط جنگ و بحران پرداخت. به گفته وی، حفظ نظم وروتین روزانه یکی از مؤثرترین راهکارها برای کاهش استرس و اضطراب بیماران آلزایمری در شرایط پرتنش و جنگی است. این دانشیار دانشگاه خاخر نشان کرد: حضور یک فرد آشنا نظیر یکی از اعضای خانواده یا مراقب حرفه‌ای باعث می‌شود بیمار احساس تنهائی نیست و احساس آرامش داشته باشد. به گفته دکتر «طاهری» در چنین شرایطی حتی حضور ساده و ساکت افراد خانواده کنار بیمار آلزایمری می‌تواند اضطرابش را کاهش دهد و به ثبات وضعیت روانی وی کمک کند. وی تأکید کرد: از پخش مداوم اخبار ترسناک یا تصاویر خشونت بار در حضور این بیماران اجتناب کنید زیرا منجر به بی‌قراری و بی‌حواسی بیمار می‌شود. دکتر طاهری، داشتن ساعت خواب منظم، صرف وعده‌های غذایی کافی و متعادل، مصرف منظم داروهای تجویزی و انجام فعالیت‌های بدنی سبک مثل پیاده روی کوتاه را از جمله راهکارهای مؤثری برشمرد که در حفظ آرامش روحی و جلوگیری از بی‌قراری بیمار مبتلا به آلزایمر کمک می‌کند. متخصص طب سالمندان بیمارستان طالقانی یادآور شد که تحرک پذیری ناگهانی، پرخاشگری یا بی‌قراری در این بیماران ممکن است نشانه وجود مشکلات جسم یا روانی جدید(مثل عفونت ادراری، یبوست، کم‌آبی، دردواضطراب...) در بیمار باشد که باید مورد توجه قرار گیرد. وی توجه دقیق به نیازهای جسمی بیمار آلزایمری را مانع از بروز بی‌قراری در وی برشمرد و تغذیه مناسب، خواب کافی، مصرف منظم داروها و کنترل دردهای مزمن در بیمار را از جمله این نیازها عنوان کرد. این متخصص طب سالمندی با تأکید بر این که محیط‌های آشناتر برروزی بی‌قراری در این بیماران می‌شود توصیه کرد تا حد امکان از بردن این بیماران به محیط‌ها و خانه‌های ناآشنا اجتناب شود. دانشیار دانشگاه علوم پزشکی شهیددشتی با اشاره به تأثیر ارتباط عاطفی اعضای خانواده در ایجاد آرامش در بیمار آلزایمری گفت: نشستن در کنار بیمار آلزایمری یا آرامش باعث جلوگیری از بروز بی‌قراری در بیمار می‌شود. دکتر طاهری یادآور شد: اگر بیمار سوالات تکرار ی می‌رسد به‌وی‌نگویند سوالاتش تکرار ی است زیرا منجر به افزایش بی‌قراری وی می‌شود.

توصیه‌هایی برای سلامت مادران باردار در بحران

یک متخصص زنان و زایمان گفت: مادران باردار و مادرانی که به‌تازگی صاحب فرزند شده‌اند در اولویت امدادسانی در شرایط جنگی و بحران هستند. دکتر «ژرنا تاجیحی» با اشاره به اهمیت توجه به سلامت مادران در شرایط بحرانی و جنگی اظهار کرد: در چنین شرایطی زنان، کودکان، سالمندان و افراد دارای معلولیت از جمله گروه‌هایی هستند که به خدمات حمایتی و مراقبتی ویژه نیاز دارند. وی افزود: در این میان، زنان باردار و شیرده بیش قابل توجهی از جمعیت زنان در سنین باروری را تشکیل می‌دهند و حدود یک پنجم این جمعیت را شامل می‌شوند. به گفته وی، مادران باردار به دلیل نیاز بیشتر به آب، غذا و مراقبت‌های بهداشتی و نیز محدودیت در جابه‌جایی، از جمله گروه‌هایی هستند که باید مورد توجه ویژه قرار گیرند. وی با اشاره به پیامدهای بحران بر سلامت باروری زنان اظهار داشت: استرس شدید، سوءتغذیه و محدودیت دسترسی به خدمات سلامت محور در برخی نقاط سلامت مادران باردار و شیرده را با خطرات جدی مواجه می‌کند. دکتر «تاجیحی» افزود: از جمله پیامدهای مهم در شرایط بحرانی می‌توان به تغذیه ناکافی مادران باردار، افزایش عوارض بارداری، تولد نوزادان با وزن کم، کاهش شیردهی و حتی افزایش خطر مرگ مادر اشاره کرد، به همین دلیل لازم است برای کاهش عوارض ناشی از بحران، برنامه‌های مشخصی برای حفظ سلامت مادر، جنین و نوزاد طراحی و اجرا شود. وی ادامه داد: استقرار تیم‌های عملیاتی برای شناسایی مادران باردار نیازمند خدمات، فراهم کردن شرایط زایمان ایمن و بهداشتی برای مادرانی که در آستانه زایمان هستند و همچنین مراقبت از مادر و نوزاد حداقل تا شش ساعت پس از زایمان از جمله اقدامات ضروری در شرایط بحران است. به گفته این استاد دانشگاه، مراقبت‌ها باید در دوره پس از زایمان نیز ادامه یابد و در صورت بروز فوریت‌های پزشکی، مادران به سطوح تخصصی درمانی ارجاع داده شوند. دکتر «تاجیحی» همچنین توصیه کرد: مادران باردار باید به‌طور مرتب حرکات جنین و تغییرات بدنی خود را پایش کنند و در صورت مشاهده علامت‌هایی مانند خونریزی یا دردهای شکمی سریعاً به مراکز درمانی مراجعه کنند. وی اضافه کرد: مادرانی که به‌تازگی زایمان کرده‌اند نیز در صورت بروز تب، لرز یا بی‌حالی شدید باید این تلام‌ها را جدی بگیرند و برای بررسی‌های پزشکی اقدام کنند. وی در ادامه به ضرورت آمادگی مادران باردار در شرایط بحرانی اشاره کرد و گفت: همراه داشتن یک کیف مخصوص برای مادر باردار بسیار مهم است؛ این کیف باید شامل مدارک پزشکی دوران بارداری، آخرین سونوگرافی، آب معدنی، میان‌وعده‌های مقوی و کم‌چرب، لوازم بهداشتی و داروهای مورد مصرف باشد. به گفته این متخصص زنان، مادران باردار در شرایط بحران باید از حضور در مکان‌های پر ازدحام خودداری کنند تا از وارد شدن ضربه یا نهمک‌ها به شکم جلوگیری کنند و همچنین بهتر است برای کاهش فشار بر کمر و لگن در وضعیت نیمه‌خوابیده قرار گیرند و در صورت وجود گرد و غبار ناشی از انفجار از ماسک یا در صورت نبودن از پارچه مرطوب برای محافظت از مجاری تنفسی استفاده کنند.

آگهی آراء هیات حل اختلاف موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

بخش سه قوچان پلاک ۸۴ اصلی – اراضی کوړان کر تیکه

ششداڼگ يکقطعه باغ دارای پلاک ...فرعی از ۸۴ اصلی فوق به مساحت ۵۰۸۲۷,۵۰ مترمربع ايتیاعی خانم بانو رحمانی اوزار فرزند رحمان از محل مالکیت رسمی آقای بیرخان شجاع برابرای شماره۳۰۰۶۶۷۴۵-۳۰۰۶۶۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۶۰۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۰۱۲۰۱۸-۱۴۰۴۰۷۲۶۸ هیات سه قوچان پلاک ۱۴۰۴۷۲۶ اصلی

ششداڼگ يکقطعه باغ دارای پلاک ...فرعی از ۸۴ اصلی فوق به مساحت ۱۷۸۵ مترمربع ايتیاعی خانم بانو رحمانی اوزار فرزند رحمان از محل مالکیت رسمی آقای بیرخان شجاع براب رای شماره ۳۰۰۶۶۷۴۴-۳۰۰۶۶۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۶۰۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۰۱۲۰۱۸-۱۴۰۴۰۷۲۶۸ هیات سه قوچان پلاک ۸۵ اصلی – اراضی کوړان کر دیکه

ششداڼگ يکقطعه زمین مزروعی دارای پلاک ...فرعی از ۱۴۱ اصلی فوق به مساحت ۳۰۱۰۰۳ مترمربع ايتیاعی خانم زينب پیکار فرزند محمد از محل مالکیت رسمی خانم فاطمه قلمی برابرای شماره۳۰۰۶۷۵۴۵-۳۰۰۶۶۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۶۰۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۰۱۲۰۱۹-۱۴۰۴۰۷۲۶۸ هیات سه قوچان پلاک ۸۸ اصلی – اراضی اسفنجير

ششداڼگ يکقطعه زمین مزروعی دارای پلاک ...فرعی از ۳۹۷ فرعی از ۸۸ اصلی فوق به مساحت ۷۲۷۶ مترمربع ايتیاعی آقای علیرضا بیرایش اسفنجير فرزند براتملی از محل مالکیت رسمی آقای عبدالعزیز مهربان برابر رای شماره ۳۰۰۶۶۴۶-۳۰۰۶۶۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۶۰۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۰۱۲۰۱۹-۱۴۰۴۰۷۲۶۸ هیات سه قوچان پلاک ۱۲۳ اصلی – اراضی استاد

ششداڼگ يکقطعه زمین مزروعی دارای پلاک ...فرعی از ۳۹۷ فرعی از ۱۲۳ اصلی فوق به مساحت ۱۷۵۲ مترمربع ايتیاعی آقای بداله ادينه يامی فرزند حسينيلى پهيوذ از محل مالکیت رسمی آقای غلامحسن نجف زاده استاد برابر رای شماره ۳۰۰۶۷۴۸-۳۰۰۶۶۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۶۰۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۰۱۲۰۱۸-۱۴۰۴۰۷۲۶۸ هیات سه قوچان پلاک ۱۴۹ اصلی – اراضی کاکي

ششداڼگ يکقطعه زمین مزروعی دارای پلاک ...فرعی از ۳۸۱ فرعی از ۱۴۹ اصلی فوق به مساحت ۱۷۰۲۲۷,۶۶۱۸ مترمربع ايتیاعی خانم شيرين علی نيا کاکي فرزند رمضان از محل مالکیت رسمی آقای حبيب اله سلیمی برابر رای شماره ۳۰۰۶۶۴۰-۳۰۰۶۶۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۶۰۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۰۱۲۰۱۵-۱۴۰۴۰۷۲۶۸ هیات سه قوچان پلاک ۱۴۹ اصلی – اراضی استاد

ششداڼگ يکقطعه زمین مزروعی دارای پلاک ...فرعی از ۱۲۹ فرعی از ۳۹ اصلی واقع رسول پور جعفر يامی فرزند حسين قلی از محل مالکیت رسمی آقای حسين نورقلی يام برابر رای اصلاحي شماره ۳۰۰۶۷۵۱-۳۰۰۶۶۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۶۰۳۰۷۰۰-۱۴۰۴۰۱۲/۱۲/۱۹-۱۴۰۴۰۷۵۹۰۰۰ هیات که در آگهی قبلی اشتباهان ۳۷ اصلی از محل مالکیت رسمی آقای غلامرضا مهربان منتشر شده بود. لذا بدینوسیله به فروشندگان و مالکین مشایع اشخاص دینفع در آراء اعلام شده ابلاغ می گردد چنانچه اعتراضی دارند باید از تاریخ انتشار اولین آگهی و در روستاهاها از تاریخ الصاق در محل تا دوامه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسيد اخذ نمایند معترضين بايد ظرف یکماه از تاريخ تسليم اعتراض مبادرت به تقديم دادخواست به دادگاه عومی محل نمایند و گواهی تقديم دادخواست به اداره ثبت محل تحويل دهد در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقديم دادخواست به دادگاه عومی محل ارائه ننماید اداره ثبت مبادرت به صدور سند خواهد نمود ضمناً صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به داد گاه عومی نخواهد بود.

تاريخ انتشار نوبت اول:

تاريخ انتشار نوبت دوم:

محمد اسماعيل فرهمند

رئيس اداره ثبت اسناد و املاک فاروج