



# خبرنامه

## روایت ایثار و تاب‌آوری

دانشگاه علوم پزشکی مشهد در خط مقدم خدمت و آرامش بخشی

رئیس دانشگاه علوم پزشکی مشهد با تشریح نقش کلیدی کادر درمان در شرایط بحرانی کشور، از تشکیل ۳۰۰ تیم تخصصی برای امداد رسانی و الگوی موفق این دانشگاه در مدیریت آرامش محیط دانشگاهی خبر داد. به گزارش وب‌دا، دکتر محمود شبستری، رئیس دانشگاه علوم پزشکی مشهد، در گردهمایی اساتید و مسئولان این دانشگاه با اشاره به نقش بی‌بدیل کادر سلامت در شرایط حساس کنونی، اظهار داشت: آموزش علوم پزشکی در شرایط بحران، نه تنها یک ضرورت آموزشی، بلکه رویکردی برای تداوم خدمت و تعالی نظام سلامت است. در سال‌های ۱۴۰۳ و ۱۴۰۴، نظام سلامت کشور با وجود تمامی فشارهای ناشی از تحولات منطقه‌ای، موفق عمل کرده و رضایت‌مندی عمومی را به همراه داشته است.

### الگوی موفق «گفتگوی صادقانه» در مدیریت بحران‌های دانشجویی

رئیس دانشگاه علوم پزشکی مشهد در بخشی دیگری از سخنان خود به مدیریت هوشمندانه مسائل دانشجویی اشاره کرد و افزود: در شرایطی که دشمن به دنبال ایجاد تفرقه و بحران در محیط‌های علمی است، برگ برنده ما «صداقت و اعتمادسازی» است. با تشکیل کمیته‌های گفتگو در دانشکده‌ها و با رویکرد پدرانه و مادرانه اساتید، توانستیم بسیاری از چالش‌های رفتاری دانشجویان را پیش از تبدیل شدن به پرونده‌های انضباطی، از طریق مشاوره و سعه صدر حل و فصل کنیم. دکتر شبستری تأکید کرد: امروز نتیجه این رویکرد، بازگشت بسیاری از دانشجویان به مسیر طبیعی زندگی و تحصیل است که این خود یکی از بزرگ‌ترین دستاوردهای ما در حوزه تاب‌آوری دانشگاهی محسوب می‌شود و به عنوان یک الگو در سطح کشور مطرح شده است.



### حضور مقتدرانه در خطوط مقدم دفاع

دکتر شبستری با تأکید بر مجاهدت‌های خاموش مدافعان سلامت تصریح کرد: هم‌اکنون متخصصان، اعضای هیأت علمی، پزشکان عمومی و پرستاران دانشگاه علوم پزشکی مشهد به صورت چرخشی در تمامی خطوط ساحلی خلیج فارس، دریای عمان و جزایر استراتژیک کشور حضور دارند و دوشادوش مدافعان کشور در حال انجام وظیفه هستند. وی با یادآوری ایثار شهید «حسین عشقی»، پرستار فداکار بیمارستان هاشمی‌نژاد مشهد که در راه خدمت به شهادت رسید، گفت: این عزیزان نماد آرمان‌خواهی بلند کادر درمان هستند. علاوه بر حضور میدانی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد ۳۰۰ تیم تخصصی واکنش سریع را سازماندهی کرده است که برای اعزام آنی در صورت بروز هرگونه بحران طبیعی یا حوادث دیگر کاملاً آماده‌اند.



ادامه‌ی خبر کلیک کن ...





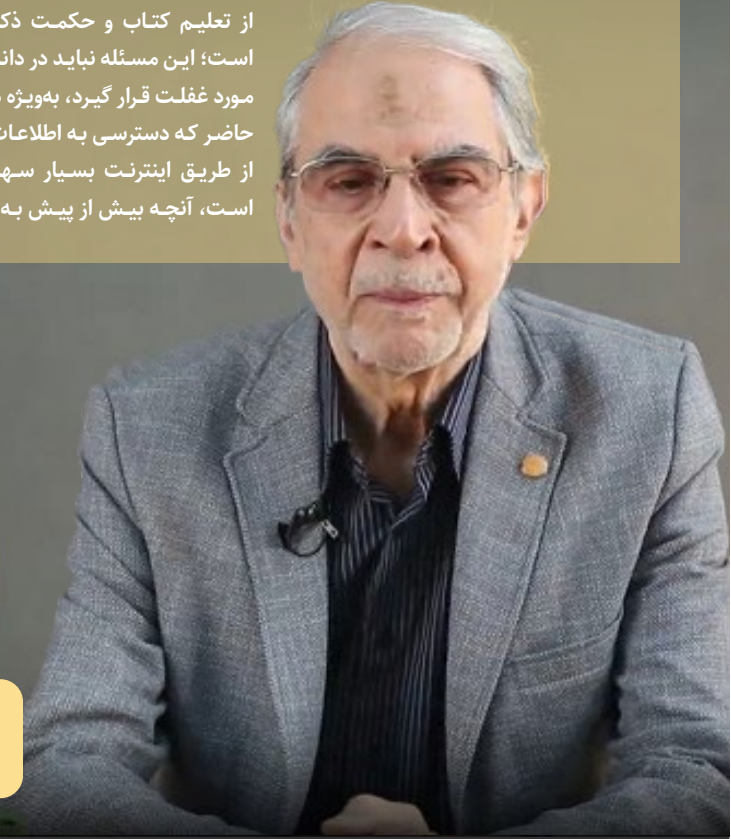
## استاد فراتر از انتقال دانش، رسالت «تزکیه و اخلاق» را بر عهده دارد

استاد پیشکسوت گروه کودکان دانشگاه علوم پزشکی مشهد با تأکید بر پیشی گرفتن «تزکیه» بر «تعلیم» در فرآیند آموزش پزشکی، نقش اساتید را به عنوان الگوهای اخلاقی دانشجو حیاتی دانست و خواستار توجه ویژه به ابعاد عاطفی و انسانی در درمان

بیماران شد.

دکتر محسن جعفرزاده در گفتگو با وب دا، ضمن گرامیداشت مقام معلم، به تبیین جایگاه اخلاق در نظام سلامت پرداخت. وی با استناد به آیات شریفه سوره جمعه، اظهار داشت: در آموزه‌های دینی ما، تزکیه همواره پیش از تعلیم کتاب و حکمت ذکر شده است؛ این مسئله نباید در دانشگاه‌ها مورد غفلت قرار گیرد، به‌ویژه در عصر حاضر که دسترسی به اطلاعات علمی از طریق اینترنت بسیار سهل شده است، آنچه بیش از پیش به آن نیاز

داریم، «آموزش اخلاق» است. دکتر جعفرزاده با اشاره به دوران تحصیل خود و تجربیات گران‌قدری که از اساتید پیشین کسب کرده است، افزود: دانشجو در تمامی سطوح، از استاژ تا فلوشیپ، به رفتار استاد نگاه می‌کند. اگر استاد در ساعات غیرموظف یا از منزل، پیگیر وضعیت بیمار بدحال باشد، این پیام را به رزیدنت منتقل می‌کند که بیمار یک کالا نیست، بلکه انسانی است که به مراقبت و همدلی نیاز دارد.



ادامه‌ی خبر کلیک کن ...

## پیوند آموزش و ارائه خدمات

### راهکاری برای افزایش دسترسی مردم به خدمات دندانپزشکی

متخصص سلامت دهان و دندانپزشکی اجتماعی و پژوهشگر دانشکده دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت: نتایج پژوهش کیفی انجام شده در حوزه آموزش دندانپزشکی نشان می‌دهد فعالیت دانشجویان سال‌های پایانی در کلینیک‌های خارج از دانشکده، اگرچه در حال حاضر به‌صورت غیررسمی و بدون نظارت انجام می‌شود، می‌تواند با تعریف سازوکار قانونی و نظارتی به فرصتی برد-برد برای ارتقای آموزش و افزایش دسترسی مردم به خدمات قابل پرداخت دندانپزشکی تبدیل شود.

دکتر علی کاظمیان، در گفتگو با وبدا، با ارائه گزارشی از پایان‌نامه دکتر سارا محقق



به راهنمایی ایشان و با مشاوره دکتر صابر بابازاده، به بررسی موضوع تحلیل زمینه‌ها و انگیزه‌های دانشجویان دوران استاژری و اینترنتی برای کار در کلینیک‌های خارج از

دانشکده پرداخت. به گفته دکتر کاظمیان، مسأله مورد بررسی این پژوهش دو بُعد اساسی دارد. نخست، چالش دسترسی عادلانه مردم به خدمات دندانپزشکی است؛ به‌گونه‌ای که در بسیاری از مناطق شهری و روستایی، یا دندانپزشک کافی وجود ندارد یا هزینه خدمات برای بخش قابل توجهی از جامعه قابل پرداخت نیست. بُعد دوم، به ساختار آموزش در دانشکده‌های دندانپزشکی بازمی‌گردد.

ادامه‌ی خبر  
کلیک کن ...





# تسهیلات ویژه دانشگاه علوم پزشکی مشهد برای نخبگان بین الملل

بازه زمانی آزمون‌های پایان ترم تا شهریورماه تمدید شد



دانشگاه علوم پزشکی مشهد  
مجله



۴



دانشگاه علوم پزشکی مشهد

سال سوم

شماره ۵۷

یکشنبه

۱۰ خرداد

۱۴۰۵

برای دانشجویانی که در خارج از کشور حضور دارند، افزود: زیرساخت‌های دسترسی به سامانه‌های آموزش مجازی از جمله «نوید» و «اسکای‌روم» تقویت و نهایی شده است تا تعامل میان استاد و دانشجو بدون اختلال و در بالاترین سطح کیفی حفظ شود. معاون آموزشی دانشگاه علوم پزشکی مشهد همچنین از اختصاص تسهیلات رفاهی-آموزشی ...

هدف تسهیل فرایندهای آموزشی و رفع موانع تحصیلی دانشجویان خارجی برگزار شد. دکتر علیرضا گلشن در تشریح مصوبات این نشست اظهار داشت: رویکرد کلان دانشگاه، حمایت همه‌جانبه از دانشجویان بین‌الملل و تطبیق شرایط آموزشی با نیازهای این عزیزان است. در همین راستا، مقرر شد اختیارات لازم به اساتید و گروه‌های آموزشی داده شود تا جهت اطمینان از آمادگی کامل دانشجویان و تکمیل دقیق سرفصل‌ها، آزمون‌های ترم جاری را تا پایان شهریورماه مدیریت و برگزار کنند. وی با اشاره به اقدامات فنی انجام شده

معاون آموزشی دانشگاه علوم پزشکی مشهد از مصوبه جدید شورای راهبردی بین‌المللی‌سازی برای ایجاد انعطاف در تقویم آموزشی دانشجویان غیرایرانی خبر داد و گفت: با هدف حمایت از پویایی تحصیلی، بازه زمانی برگزاری آزمون‌های پایان ترم این دانشجویان، به‌ویژه در رشته MBBS، تا پایان شهریورماه تمدید شده است. به گزارش وب‌دا، نشست شورای راهبردی بین‌المللی‌سازی آموزش با حضور دکتر علیرضا گلشن (معاون آموزشی)، دکتر شاپور بدیعی (معاون بین‌الملل) و جمعی از نمایندگان حوزه‌های پژوهشی و دانشجویی، با



[ادامه ی خبر](#)  
[کلیک کن ...](#)

## تحول در آموزش علوم پزشکی

اجرای موفق الگوی «معلم‌یار» در دانشگاه علوم پزشکی مشهد

نتایج یک طرح پژوهشی در دانشگاه علوم پزشکی مشهد نشان می‌دهد که بهره‌گیری از ظرفیت دانشجویان مقاطع بالاتر به‌عنوان «دستیار آموزشی» یا «معلم‌یار»، نقش مؤثری در ارتقای کیفیت یادگیری، افزایش انگیزه دانشجویان و پیوند مباحث تئوری با کاربردهای بالینی داشته است.



به گزارش وب‌دا؛ محققان این دانشگاه در یک طرح تحقیقاتی (با شماره اختصاصی ۴۰۰۰۷۱۴)، اثرات حضور دانشجویان پیشرو در فرآیند تدریس درس فیزیولوژی را بررسی کردند. یافته‌های این پژوهش حاکی از آن است که مشارکت هم‌تایان در تدریس، نه‌تنها کیفیت انتقال مفاهیم را بهبود بخشیده، بلکه منجر به ترویج الگوهای نوین آموزشی در محیط کلاس شده است.

**تدریس هم‌تایان؛ رویکردی مدرن و کم‌هزینه**

دکتر مجید خزاعی، استاد گروه ...



[ادامه ی خبر کلیک کن ...](#)

## آموزش مدیریت فوریت‌های پزشکی در

دندان‌پزشکی کودکان با شبیه‌سازی فرایند برتر جشنواره شهید مطهری

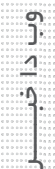
فرایند «آموزش مدیریت فوریت‌های پزشکی در دندان‌پزشکی کودکان با استفاده از شبیه‌سازی، سناریوهای واقعی‌نما و ایفای نقش» که توسط دکتر فاطمه مظهری، استاد تمام گروه دندان‌پزشکی کودکان دانشکده دندان‌پزشکی مشهد ارائه شده بود، به‌عنوان فرایند برتر در نوزدهمین جشنواره آموزشی شهید مطهری معرفی شد.



دکتر فاطمه مظهری در گفت‌وگو با وب‌دا، با بیان اینکه این برنامه بر پایه یک نیاز واقعی و جدی در آموزش تخصصی دندان‌پزشکی کودکان طراحی شده است، اظهار کرد: با وجود حیاتی بودن مدیریت فوریت‌های پزشکی، این موضوع در کوریکولوم رسمی از آموزش ساختارمند و عملی کافی برخوردار نبود. وی افزود: این برنامه طی هشت سال اجرا، ارزیابی و اصلاح شد و با بهره‌گیری از روش‌های نوین آموزشی، از جمله شبیه‌سازی و ایفای نقش، به یک فرایند آموزشی ...



[ادامه ی خبر کلیک کن ...](#)



وی با اشاره به ظرفیت‌های دانشگاه علوم پزشکی مشهد افزود: این دانشگاه با حدود ۱۰ هزار دانشجو و ۱۱۵۰ عضو هیأت علمی و به عنوان رئیس کلان‌منطقه ۹ آمایشی وزارت بهداشت، نقش مهمی در هدایت و پشتیبانی آموزشی دانشگاه‌ها و مراکز آموزش علوم پزشکی در منطقه ایفا می‌کند.

معاون آموزشی دانشگاه علوم پزشکی مشهد ادامه داد: بر اساس تفاهم‌نامه‌های موجود، دانشجویان دانشکده علوم پزشکی کاشمر می‌توانند در کنار...



[ادامه‌ی خبر کلیک کن ...](#)



شهر مشهد در استان خراسان رضوی قرار دارد، در حال حاضر در سه رشته پرستاری، علوم آزمایشگاهی و فوریت‌های پزشکی در مقطع کارشناسی پذیرای حدود ۳۵۰ دانشجو است.

دکتر فرزاد رحمانی معاون آموزشی دانشکده کاشمر و دکتر پرستو تاج‌زاده مدیرگروه علوم آزمایشگاهی این دانشکده برگزار شد. دکتر علیرضا گلشن در این نشست با اشاره به جایگاه دانشکده علوم پزشکی کاشمر اظهار کرد: این دانشکده که در فاصله ۲۴۰ کیلومتری جنوب

در نشستی با حضور مسئولان حوزه آموزش دانشگاه علوم پزشکی مشهد و مدیران دانشکده علوم پزشکی کاشمر، وضعیت آموزشی این دانشکده، پیگیری درخواست‌های توسعه‌ای و بهره‌مندی دانشجویان کاشمر از برخی امکانات آموزشی و رفاهی مستقر در مشهد مورد بررسی قرار گرفت.

به گزارش وب‌دا، این نشست در دفتر معاونت آموزشی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با حضور دکتر علیرضا گلشن معاون آموزشی دانشگاه، دکتر محمدجواد یزدانی رئیس دانشکده علوم پزشکی و مدیر شبکه بهداشت و درمان کاشمر، دکتر حسن قوامی مدیر خدمات آموزشی دانشگاه،

## ارائه روزانه بیش از ۱۷۰۰ خدمت دندانپزشکی در مراکز زیر پوشش

### دانشگاه علوم پزشکی مشهد

فلورایدتراپی و فیشورسیلانت و در بخش درمان شامل ترمیم، کشیدن دندان‌های غیرقابل نگهداری، جرم‌گیری و پالپوتومی است.

وی ادامه داد: بیشترین حجم خدمات در حوزه پیشگیری مربوط به وارنیش فلورایدتراپی و در حوزه درمان مربوط به کشیدن دندان بوده است.

مدیر واحد سلامت دهان و دندان معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد خاطرنشان کرد: طی یک سال اخیر، ۴۹۳ هزار و ۳۷۲ خدمت دندانپزشکی ارائه شده که نسبت به سال قبل ۵۲ درصد رشد داشته است و به‌طور میانگین روزانه بیش از ۱۷۰۰ خدمت دندانپزشکی در مراکز زیر پوشش دانشگاه ارائه می‌شود.

وی درباره گروه‌های هدف و تعرفه خدمات نیز گفت: کودکان...

اشاره به فعالیت ۹۶ دندانپزشک در این مراکز تصریح کرد: توزیع نیروها با اولویت مناطق محروم انجام شده تا دسترسی عادلانه مردم به خدمات دندانپزشکی فراهم شود و استقرار ۱۰۶ مرکز در مناطق روستایی و شهری - روستایی نشان‌دهنده تمرکز ویژه بر مناطق کم‌برخوردار است. وی از اجرای برنامه‌های جهادی در مناطق محروم خبر داد و گفت: در قالب این برنامه‌ها، ۲ هزار و ۳۰۵ دانش‌آموز عشایر معاینه شدند و ۲۶ هزار و ۲۳۶ مسواک و ۸ هزار و ۴۰۷ خمیردندان به‌صورت رایگان در مناطق محروم توزیع شد. همچنین در دهه پایانی صفر، خدمات رایگان دندانپزشکی به ۵ هزار و ۷۳۶ زائر پیاده با استقرار کامیونت سیار دندانپزشکی ارائه شد.

دکتر قربانی با تشریح خدمات مراکز دندانپزشکی افزود: خدمات ارائه‌شده در دو بخش پیشگیری و درمان پایه انجام می‌شود که در حوزه پیشگیری شامل معاینه، آموزش بهداشت، وارنیش

مدیر واحد سلامت دهان و دندان معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد از ارائه بیش از ۴۹۳ هزار خدمت دندانپزشکی در یک سال گذشته خبر داد و گفت: روزانه بیش از ۱۷۰۰ خدمت شامل معاینه، پیشگیری و درمان در ۱۴۸ مرکز فعال دندانپزشکی ارائه می‌شود.

دکتر نرگس قربانی در گفتگو با وب‌دا اظهار کرد: دانشگاه علوم پزشکی مشهد در حال حاضر با ۱۴۸ مرکز فعال دندانپزشکی، پوشش گسترده‌ای در مناطق زیر پوشش ایجاد کرده است که از این تعداد، ۵۱ مرکز در مشهد و مناطق حاشیه شهر و ۹۷ مرکز در شهرستان‌های تابعه فعالیت دارند.

وی افزود: از نظر تقسیم‌بندی منطقه‌ای نیز ۵۹ مرکز در مناطق روستایی، ۴۷ مرکز در مناطق شهری - روستایی و ۴۲ مرکز در مناطق شهری مستقر هستند.

مدیر واحد سلامت دهان و دندان معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد با



[ادامه‌ی خبر](#)  
[کلیک کن ...](#)



## واکسیناسیون محور پیشگیری در بیماری‌های کودکان

ایران، کشوری واکسن‌ساز است



عضو هیات علمی گروه نوزادان دانشگاه علوم پزشکی مشهد واکسیناسیون را یکی از بزرگ‌ترین دستاوردهای بشری در کاهش بیماری‌های واگیر، ایجاد ایمنی عمومی و افزایش طول عمر کودکان دانست و گفت: ایران کشوری واکسن‌ساز است و عمده‌ی واکسن‌ها در داخل تولید می‌شوند؛ بنابراین مردم باید با اطمینان کامل از واکسن‌های داخلی استفاده کنند. دکتر غلامرضا خادمی در گفتگو با وب‌دا با تأکید بر اهمیت واکسیناسیون در پیشگیری از بیماری‌های کودکان اظهار کرد: واکسیناسیون یکی از موفق‌ترین دستاوردهای بشری است که نقش بسیار مهمی در ارتقای سلامت عمومی، به‌ویژه سلامت کودکان، افزایش بقا و طول عمر آنان داشته و خدمات بی‌بدیلی در حذف یا کاهش بیماری‌های اپیدمیک مانند فلج اطفال و سرخک ارائه کرده است.



[ادامه‌ی خبر کلیک کن ...](#)

## پیشگیری از بیماری‌های مزمن با اصلاح سبک زندگی

### از تغذیه تا مدیریت استرس



عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، با اشاره به نقش پررنگ سبک زندگی در بروز بیماری‌های مزمن گفت: رعایت تغذیه سالم، مصرف متعادل نمک و چربی، خواب کافی، فعالیت بدنی منظم و کاهش استرس از مهم‌ترین راهکارهای پیشگیری از فشار خون، دیابت و بیماری‌های قلبی-عروقی است. دکتر زهرا عطایی در گفتگو با وب‌دا، با اشاره به شایع‌ترین بیماری‌های داخلی در جامعه امروز اظهار کرد: بیماری‌هایی مانند فشار خون، دیابت و بیماری‌های قلبی-عروقی از شایع‌ترین اختلالات مزمن هستند که افزایش آن‌ها در جوامع امروزی به سبک زندگی افراد بازمی‌گردد. وی افزود: سبک زندگی ناسالم موجب بروز حدود ۷۰ درصد افزایش وزن در جوامع پیشرفته شده و به دنبال آن، شاهد افزایش بروز بیماری‌های مزمن از جمله فشار خون، دیابت نوع ۲، افزایش چربی خون، آپنه انسدادی خواب، کبد چرب، بیماری‌های مفصلی و حتی برخی بدخیمی‌ها هستیم.

### ضرورت بررسی علائم هشدار در بیماری‌های مزمن

این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با بیان اینکه در هر یک از بیماری‌های مزمن علائم مهمی وجود دارد که نباید نادیده گرفته شوند، اظهار کرد: برای مثال، فردی که دچار درد یا سنگینی سینه، تنگی نفس، تعریق، ضعف و اضطراب است باید از نظر بیماری قلبی بررسی شود. همچنین اگر فردی علائمی مانند پراداری، پرنوشی و کاهش وزن شدید و ناخواسته داشته باشد، باید احتمال دیابت در او مدنظر قرار گیرد.

دکتر عطایی ادامه داد: در مواردی مانند اختلالات بینایی، سرگیجه، گیجی، تهوع و استفراغ، درد پشتی شدید و ناگهانی و تنگی نفس شدید نیز باید احتمال فشار خون بالا یا هایپرتنشن مطرح و بررسی‌های لازم انجام شود.

### فاکتورهای مؤثر بر سبک زندگی سالم

وی در تشریح فاکتورهای تعیین‌کننده در سبک زندگی سالم گفت: بهداشت تغذیه، استفاده از فیبر کافی، به حداقل رساندن مصرف چربی‌ها به‌ویژه چربی‌های اشباع، مصرف متعادل کربوهیدرات، کاهش مصرف نمک، خواب کافی و رعایت بهداشت خواب به‌گونه‌ای که حداقل ۷ ساعت خواب در شبانه‌روز داشته باشیم، و همچنین انجام ۱۵۰ دقیقه فعالیت هوازی در هفته مانند پیاده‌روی همراه با افزایش ضربان قلب، ...



[ادامه‌ی خبر کلیک کن ...](#)

## از آلرژی غذایی تا تنفسی و پوستی

نقش عوامل ژنتیکی و محیطی در بروز بیماری‌های آلرژیک



عضو هیات علمی گروه بیماری‌های کودکان دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به شایع‌ترین انواع آلرژی در کودکان گفت: آلرژی‌های غذایی، تنفسی و پوستی از مهم‌ترین انواع آلرژی در دوران کودکی هستند و عوامل ژنتیکی و محیطی در بروز آن‌ها نقش دارند.

دکتر زهرا چایچی در گفتگو با وب‌دا، با بیان اینکه آلرژی در کودکان حاصل تعامل عوامل ژنتیکی و محیطی است، اظهار کرد: آلرژی‌های غذایی، تنفسی و پوستی از شایع‌ترین انواع آلرژی در دوران کودکی به شمار می‌روند.

وی با اشاره به آلرژی‌های غذایی یا فودآلرژی افزود: این نوع آلرژی معمولاً در سال‌های ابتدایی زندگی بروز پیدا می‌کند و مواد غذایی شایعی مانند شیر گاو، تخم‌مرغ، بادام‌زمینی، مغزها، سویا، گندم، ماهی و غذاهای دریایی از آلرژن‌های مهم خوراکی هستند. به گفته وی، تظاهرات بالینی این نوع آلرژی می‌تواند ...



[ادامه‌ی خبر کلیک کن ...](#)



# دخانیات صرفاً سیگار نیست

## تأثیرات چندوجهی نیکوتین بر سلامت روان

مدیر مرکز مشاوره دانشگاه علوم پزشکی مشهد با بیان اینکه رابطه دخانیات و سلامت روان فراتر از یک عادت ساده است، اظهار کرد: نیکوتین مستقیماً بر مغز، هورمون‌ها، خواب، هیجان‌ات و روابط اجتماعی اثر می‌گذارد و از نگاه روان‌شناسی و روان‌پزشکی، مصرف دخانیات نوعی وابستگی عصبی-روانی محسوب می‌شود.

دکتر حمیده صمدی در گفتگو با وب دا به مناسبت هفته ملی دخانیات خاطرنشان کرد: وقتی فرد سیگار یا سایر محصولات نیکوتینی مصرف می‌کند، نیکوتین ظرف چند ثانیه وارد مغز شده و باعث ترشح دوپامین می‌شود. دوپامین ماده‌ای است که با احساس لذت، انگیزه و پاداش مرتبط است؛ به همین دلیل فرد ممکن است در لحظه احساس آرامش یا تمرکز بیشتری داشته باشد، اما این اثر بسیار کوتاه‌مدت است.

در حالی که بدن او صرفاً میان کمبود نیکوتین، تنش و مصرف دوباره در نوسان است. در واقع، بخشی از آرامشی که فرد حس می‌کند، رفع علائم محرومیت از نیکوتین است، نه درمان واقعی اضطراب. مدیر مرکز مشاوره دانشگاه علوم پزشکی مشهد افزود: مصرف مداوم دخانیات سیستم استرس بدن را بیش‌فعال کرده و باعث افزایش ضربان قلب، فشار خون و هورمون‌های استرس مانند کورتیزول می‌شود. ترشح

### چرا در زمان استرس به دخانیات پناه می‌بریم؟

دکتر صمدی با اشاره به افزایش تمایل افراد به سیگار در زمان استرس توضیح داد: نیکوتین در کوتاه‌مدت می‌تواند علائم "ترک" قبلی را کاهش دهد و همین امر باعث می‌شود فرد تصور کند سیگار استرس او را کم کرده است؛



[ادامه‌ی خبر کلیک کن ...](#)

## اهدای عضو یک بیمار مرگ مغزی در مشهد به چهار بیمار زندگی دوباره بخشید

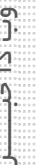
علوم پزشکی مشهد، در بیمارستان منتصریه تحت عمل جراحی اهدای عضو قرار گرفت. دکتر ابراهیم خالقی خاطرنشان کرد: کبد این بیمار مرگ مغزی در بیمارستان منتصریه به مردی ۶۱ ساله از ساکنان بردسکن که از نارسایی کبدی رنج می‌برد، پیوند شد.

اهدای اعضای بیمار مرگ مغزی در دانشگاه علوم پزشکی مشهد موجب نجات و ادامه زندگی ۴ بیمار نیازمند به عضو شد. مسئول واحد فراهم‌آوری اعضای پیوندی دانشگاه علوم پزشکی مشهد در گفت‌وگو با وب‌دا اظهار کرد: در یک‌هزار و هشتصد و سی و دومین عمل اهدای عضو از اهدا کننده مرگ مغزی سعید زارعیان، ۵۰ ساله، پس از معرفی از بیمارستان حکیم نیشابور به واحد فراهم‌آوری اعضای پیوندی در مرکز پیوند اعضای دانشگاه



[ادامه‌ی خبر](#)  
[کلیک کن ...](#)





# باورهای غلط درباره سیگارهای الکترونیک و قلیان دخانیات؛ مهم‌ترین عامل بروز سرطان



تنگی نفس پیشرونده و تغییر ماهیت خلط؛ علائم هشداردهنده

دکتر مزدوریان با اشاره به فاکتورهای خطر در بیماری‌های تنفسی گفت: در بیمارانی که دخانیات مصرف می‌کنند، اگر تنگی نفس پیشرونده رخ دهد یا ماهیت خلط آن‌ها تغییر کند (به‌ویژه اگر خلط خونی شود)، یا دچار تب‌های طولانی‌مدت، سرفه‌های مداوم، تعریق و کاهش وزن شوند، انجام معاینات تکمیلی برای رد احتمال سرطان ضروری است. این فوق تخصص بیماری‌های ریه تصریح کرد: در بیماری‌های تنفسی، سرفه‌ی بیش از ۸ هفته (دو ماه) به‌عنوان "سرفه‌ی مزمن" شناخته می‌شود و در این شرایط حتماً باید از قفسه سینه عکس‌برداری (گرافی) انجام شود تا ریشه‌ی مشکلات احتمالی مشخص گردد.

وی با تأکید بر نقش مخرب سیگار در بروز بیماری‌های ریوی افزود: سیگار عامل اصلی برونشیت و بیماری‌های انسدادی است و موجب تشدید آسم و افزایش عفونت‌های ریوی می‌شود. طبق آمارها، همچنان اصلی‌ترین علت سرطان ریه، مصرف دخانیات است.



[ادامه‌ی خبر کلیک کن ...](#)

فوق تخصص بیماری‌های ریه و مراقبت‌های ویژه دانشگاه علوم پزشکی مشهد هشدار داد: دخانیات نه تنها عامل اصلی سرطان ریه و بیماری‌های انسدادی مزمن ریوی (COPD) است، بلکه موجب تشدید بیماری‌های تنفسی و کاهش چشمگیر اثربخشی درمان‌ها می‌شود.

دکتر مهناز مزدوریان در گفتگو با وب‌دا به مناسبت هفته ملی دخانیات، ضمن تأکید بر تأثیرات مخرب مصرف سیگار، قلیان و سیگارهای الکترونیک خاطرنشان کرد: دخانیات نه تنها عامل اصلی سرطان ریه است، بلکه زمینه‌ساز بیماری‌های انسدادی نیز می‌شود؛ به طوری که هرگونه سرفه‌ی مزمن بیش از ۸ هفته در افراد سیگاری باید سریعاً از نظر احتمال ابتلا به سرطان مورد بررسی جدی قرار گیرد. عضو هیأت علمی گروه داخلی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، درباره شایع‌ترین علائم بیماری‌های تنفسی اظهار کرد: بسته به علت بیماری، علائمی مانند سرفه‌ی طولانی‌مدت، تنگی نفس، خس‌خس سینه، احساس درد و فشار روی قفسه سینه، خستگی‌پذیری و ناتوانی در انجام فعالیت‌های روزمره مشاهده می‌شود. همچنین تب، تعریق و کاهش وزن نیز از جمله نشانه‌هایی هستند که در برخی بیماری‌های ریوی دیده می‌شوند.





# بسیج تیم‌های بهداشتی مشهد برای سلامت عید قربان

هشدار جدی نسبت به ذبح دام در معابر و خطر ابتلا به تب کریمه‌کنگو



شود.

وی در بخش دیگری از سخنان خود بر لزوم استفاده از وسایل حفاظت فردی توسط ذابحین تأکید کرد و افزود: مطابق دستورالعمل‌های ابلاغی، تمامی افرادی که در فرآیند ذبح دخالت دارند ملزم به استفاده از لباس کار و تجهیزات حفاظتی مناسب هستند.



[ادامه‌ی خبر](#)  
[کلیک کن ...](#)

قالب تیم‌های مشترک نظارتی، بر شرایط بهداشتی دامداری‌ها و مراکز عرضه دام نظارت دقیق دارند.

رئیس مرکز بهداشت شماره سه شهرستان مشهد از تدارک تمهیدات ویژه برای روز عید خبر داد و گفت: در روز عید قربان، تیم‌های کشیک متشکل از بازرسان بهداشت محیط و کارشناسان پیشگیری و مبارزه با بیماری‌ها در سطح منطقه حضور فعال خواهند داشت تا بر رعایت پروتکل‌های بهداشتی نظارت کامل داشته باشند.

دکتر امینی با تأکید بر اینکه ذبح غیربهداشتی دام در محیط‌های مسکونی می‌تواند پیامدهای جبران‌ناپذیری برای سلامت عمومی داشته باشد، تصریح کرد: شهروندان محترم باید از هرگونه کشتار دام در خارج از محیط کشتارگاه جداً خودداری کنند. توصیه اکید ما این است که گوسفند قربانی از طریق مراکز خدماتی مجاز سفارش داده شده و تنها لاشه تأیید شده تحویل گرفته

رئیس مرکز بهداشت شماره سه مشهد از آماده‌باش کامل تیم‌های نظارتی و بازرسی همزمان با عید سعید قربان خبر داد و با تأکید بر ممنوعیت ذبح خارج از کشتارگاه، از اجرای طرح گسترده آموزش چهره‌به‌چهره برای پیشگیری از بیماری‌های مشترک بین انسان و دام، به‌ویژه تب خونریزی‌دهنده کریمه‌کنگو خبر داد.

دکتر ناصر امینی در گفتگو با وب دا با تشریح اقدامات پیشگیرانه این مرکز در آستانه عید قربان اظهار داشت: با توجه به حساسیت‌های بهداشتی و خطر انتقال بیماری‌های خطرناکی همچون تب کریمه‌کنگو، تیم‌های بازرسی مرکز بهداشت از هفته گذشته فرآیند آموزش تخصصی به گروه‌های هدف، از جمله ساکنان مناطق روستایی، معتمدین محلی و متصدیان واحدهای قصابی را در دستور کار قرار داده‌اند. وی با اشاره به تشدید نظارت‌ها افزود: بازدیدهای مستمر از قصابی‌ها و کشتارگاه‌های تحت پوشش آغاز شده و کارشناسان ما در

## هشدار جدی رئیس مرکز بهداشت شماره ۲ مشهد درباره ذبح سنتی دام

پیشگیری از تب کریمه‌کنگو با رعایت زنجیره «سردسازی» و استفاده از سامانه ذبح مجاز

غیرمجاز است. این اقدام نه‌تنها تهدیدی برای سلامت عمومی است، بلکه موجب آلودگی‌های زیست‌محیطی گسترده می‌شود. رئیس مرکز بهداشت شماره ۲ مشهد افزود: شهروندان محترم می‌توانند برای تهیه دام سالم و مورد تأیید، به سامانه اختصاصی mashadmeat.com مراجعه کرده و یا با شماره تلفن ۰۵۱۳۱۳۰۱ تماس حاصل نمایند تا از خدمات کشتارگاهی تحت نظارت بهره‌مند شوند.



مستقیم با خون و ترشحات دام آلوده مهم‌ترین راه انتقال بیماری است، تصریح کرد: مهم‌ترین توصیه به مردم، پرهیز جدی از ذبح دام در منازل، کوچه‌ها و مکان‌های

و اظهار داشت: آیین ذبح قربانی در صورتی که بدون رعایت پروتکل‌های بهداشتی انجام شود، می‌تواند عامل انتقال بیماری‌های مرگباری همچون تب خونریزی‌دهنده کریمه‌کنگو (CCHF) و تب مالت باشد. وی با تأکید بر اینکه تماس

رئیس مرکز بهداشت شماره ۲ مشهد با تأکید بر خطرات جانی ناشی از ذبح غیربهداشتی دام در ایام عید قربان، از شهروندان خواست تا ضمن پرهیز جدی از کشتار دام در منازل، برای تأمین گوشت قربانی از سامانه‌های برخط و مراکز تحت نظارت دامپزشکی استفاده کنند و لاشه دام را حداقل ۲۴ ساعت پیش از مصرف در دمای یخچال نگهداری نمایند. به گزارش وب‌دا، دکتر چوپدار، رئیس مرکز بهداشت شماره ۲ مشهد، ضمن تبریک فرارسیدن عید سعید قربان، نسبت به خطر شیوع بیماری‌های مشترک بین انسان و دام هشدار داد



[ادامه‌ی خبر کلیک کن ...](#)



# سلاح الله أكبر رمز پیروزی

The Weapon: Allahu Akbar | The Key to Victory