

آخرین وضعیت حقوق پرداختی به سربازان

ایسنا: رئیس اداره سرمایه انسانی سرباز ستادکل نیروهای مسلح درباره کاهش حقوق سربازی اظهار کرد: ستادکل نیروهای مسلح با پیگیری‌های فراوانی که از طریق دولت و مجلس شورای اسلامی انجام داد، موفق شد تا حقوق سربازان را افزایش دهد که این امر در سال ۱۴۰۰ و بر اساس قانون بودجه اجرائی شد.
امیر غلام‌رضا رحیمی‌پور با بیان اینکه پرداخت حقوق سربازان بر اساس قانون بودجه سال ۱۴۰۰ در حال انجام است، تصریح کرد: هیچ تغییری در رقم پرداختی به سربازان ایجاد نشده‌است و اگر در موارد معدودی اندکی از حقوق سربازان کسر شده باشد، احتمالاً به دلیل اخذ کسورات و حق بیمه و … است و گرنه همان‌طور که گفتیم هیچ تغییری در حقوق پرداختی به سربازان نداریم. رئیس اداره سرمایه‌انسانی سرباز ستادکل نیروهای مسلح در عین حال از ادامه پیگیری‌های ستادکل نیروهای مسلح برای افزایش حقوق سربازان در آینده خبر داد.

منبع: ایسنا

گزارش روز

به مناسبت روز پزشک؛

فداکاری بهترین

واژه در توصیف پزشکان

یلدا توکلی / گروه جامعه

tavakoli.yalda1@gmail.com

پزشکان این روزها تصاویر تلخ زیادی می‌بینند که دشواری انجام وظیفه را برای‌شان بیشتر می‌کند. برای همین است که معتقدند در دوران پساکرونا، آسیب‌های این روزهای کروناپی در زندگی آن‌ها بیشتر خودش را نشان می‌دهد. پزشکانی که هر روز شاهد مرگ بسیاری از هموطنان هستند و البته از جان‌گدشته در خط مقدم مقابله با کرونا قرار دارند.

پزشکان خسته از کار

امروز اول شهریورماه روز پزشک نام گرفته‌است، هم‌زمان با زادروز تولد حکیم بوعلی سینا، به پاس تألیفات و خدمات وی، به علوم پزشکی و فعالیت وی در این رشته و تجلیل از پزشکان، امروز روز پزشک نام‌گذاری شده‌است، پزشکانی که در کشور ما و در بحران کرونا ثابت کردند برای نجات جان هموطنان حاضر هستند تا از جان خود بگذرند. در واقع کرونا همه چیز را در دنیا تحت تأثیر قرار داده و به همه اقسشار آسیب‌هایی وارد کرده اما دردی نیست که در تمام دنیا، فشار و آسیبی که بر کادر درمانی و خانواده‌های آنان وارد کرد، بیشتر از سایر اقشار است. پزشکان این روزها فقط خسته از کار زیاد نیستند، رنج مضاعفی از بی توجهی‌های جامعه می‌برند. دل‌سوزی‌های مجازی و هشتک زدن‌ها نیز نه تنها آرام‌شان نمی‌کند، بلکه گاهی آزارشان می‌دهد. از تابستان با خانواده را قطع کرده‌اند، شاهد مرگ هم‌عوان هستند، سختی پوشیدن لباس‌های ویژه و فشار ماسک به صورت را تحمل می‌کنند و در معرض بیماری قرار دارند تا وضعیت بیماری در جامعه کنترل شود، اما بی مسئولیتی‌ها و بی تفاوتی‌ها رنج و خستگی این همه دشواری را مضاعفی می‌کند.

پیش‌بینی مرگ تلخ پزشکان

با آمدن کرونا ابتلای پزشکان به کرونا در هنگام ارائه خدمات به بیماران خبر تلخی بود که می‌شد آن را پیش‌بینی کرد. اتفاقی که در تمام استان‌ها افتاد و جان پزشکان زیادی را هم گرفت. در حقیقت گروه پزشکی یک سال‌ونیم است که تحت فشار قرار دارد، فشاری که اصلاً برارشته نشده‌است. حتی در بهترین موقعیت‌ها که بیماری در حداقل فعالیت بوده، همچنان کرونا به‌عنوان مسئله روزمره وجود داشته‌است.

فداکاری بهترین واژه در توصیف پزشک

دکتر فرید ترکاشوند در خصوص اهمیت حرفه پزشکی در دوران کرونا می‌گوید: فداکاری بهترین واژه در توصیف پزشک در عصر حاضر است. این پزشک که در مناطق محروم مشغول طبابت و درمان بیماران است، می‌گوید: کرونا چالشی را پیش روی جامعه بهداشت و درمان کشورهای مختلف قرار داده و تااین مرحله که تلاش‌های زیادی برای کنترل نسبی بیماری صورت گرفته‌است، اما تلفات و سختی‌های زیادی را بر جسم و جان و روح جامعه پزشکی وارد کرده‌است. این پزشک با اشاره به تلاقی دو صفت وظیفه‌شناسی و فداکاری پزشکان در چنین شرایطی گفت: مسئله‌ای که باید به روشنی به آن پرداخته شود انسجام اجتماعی و رعایت پروتکل‌های بهداشتی و هنجارهای جهانی است که در کنار فعالیت شبانه‌روزی پزشکان و مجموعه در مان مکمل عبور از بحران جهانی کروناست. نبود برنامه‌های مدون سیستمی و نگاه مدیریتی از بالا به پایین، وجود برخی کاستی‌ها و بی توجهی برخی شهروندان در رعایت نکردن نکات بهداشتی از جمله عواملی هستند که گاه فداکاری پزشکان را هم در سایه ایهام فرو می‌برد. دکتر ترکاشوند افزود: فداکاری از اولویت‌های اخلاقی نظام پزشکی است.

نجات جان بیمار به همه چیز مقدم است

دکتر علی جعفریان استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران و عضو هیئت مدیره نظام پزشکی تهران است. وی معتقد است: کادر درمان علی‌رغم خستگی مفرطی که دارند، در دوران کرونا مانند روز اول کار می‌کنند، خدمت ارائه می‌دهند و کوتاهی هم نمی‌کنند. جعفریان تأکید کرد: وظیفه اول مادرمان و ارتقای سلامت مردم است و شغل گروه پزشکی این است که سلامت مردم را حفظ کرده و ارتقا دهد. کاملاً اعتقاد دارم که در حرفه پزشکی این اقدام بر هر موضوع دیگری اعم از درآمد پزشک و بیمارستان و درمانگاه مقدم است.

منبع: ایسنا

جامعه

فداکاری بهترین
واژه در توصیف پزشکان
یلدا توکلی / گروه جامعه
news@naslefarda.net

اخیراً صوابی‌ری از یک گروه دختران جوان منتشر شده است. گروهی که «دختران قصاب» لقب گرفته‌اند. شاید به همین دلیل است که عده‌ای تصور می‌کنند باوجود قصاب بودن مررد، قصاب بودن زنان هم ایرادی ندارد اما ماجرا فراتر از این صحبت‌هاست. دختران باپوشش‌های نامتعارف و بارفتاری بیمار گونه ویدئوهایی منتشر کرده‌اند که حاکی از کشتار مرغ، خروس، بز و گوسفند است!

حیوان آزاری در همه جای دنیا نشانه اختلال روانی است و بر این اساس در غرب به عنوان یک اختلال روانی شناسایی شده و به عنوان یک بیماری تشخیص داده می‌شود. ZOO SADISM اصطلاحی است که در روانشناسی برای حیوان آزاری به کار می‌رود؛ دخترانی که کارشناسان علوم رفتاری و روانشناسان معتقدند می‌توانند نشانه بسیار بدی از رفتارهای خشن و جنون آمیز دگر آزاری یا سادیسم در آینده رفتاری افراد باشد.

حیوان آزاری می‌تواند انسان آزاری را به همراه داشته باشد

فرزاد علیزاده فعال محیط زیست بایبان این که سازمان بهداشت جهانی در خصوص کشتار حیوانات قوانینی وضع کرده است به خبرنگار «نسل‌فردا» می‌گوید: براساس منشور جهانی حقوق حیوانات اگر حیوانی لازم باشد کشته شود باید سریع و بدون ترس باشد، سازمان بهداشت جهانی حیوانات و دام Oie که ایران هم عضوی از این سازمان است ۱۵آزادی را در سراسر جهان برای حیوانات در نظر گرفته‌است: آزادی از گرسنگی و تشنگی و سوء تغذیه، آزادی از ترس و اضطراب، آزادی از ناراحتی فیزیکی یا دمای، آزادی از درد و جراحی و بیماری و آزادی در ابراز الگوهای نرمال رفتار است. وی اضافه می‌کند: رفتاری که امروز با حیوانات می‌شود حاکی از آزار است و در برابر هم کشته می‌شوند و حیوان دچار زجر، ترس و وحشت می‌شود، دختران با حیوان صحبت می‌کنند حتی تهدید می‌کنند که این حجم از شقاوت در باور نمی‌گنجد. هدف از این اقدامات لذت بردن جنسی و شهوانی است که باید بدن آزار و کشتار حیوانات اتفاق می‌افتد. حتی در کانال‌های تلگرامی با پرداخت مبلغی افراد می‌توانند عضو شوند و ویدئوها تماشاکنند. علیزاده می‌افزاید: انسان‌هایی که از کشتن

عکس خبر

منبع: ایسنا

گردشگری کروناپی در دریاچه ارومیه
باتوجه به موج فراگیر کرونا و توصیه‌های ستاد کرونا نسبت به عدم تجمع وسفر غیر ضروری، دریاچه ارومیه ملو از گردشگران و مسافرانی است که بدون توجه به این توصیه‌ها اقدام به سفر به این منطقه کرده‌اند.

منبع: مهر

دی‌روا فای / گروه جامعه
daryavafaei2009@gmil.com

تا قبل از ورود و شیوع کووید ۱۹ یعنی حدود دو سال پیش، مجامع علمی و بهداشتی از افزایش بی‌وقفه امراض روحی روانی خبر می‌دادند تا جایی که خود وزیر بهداشت نیز زنگ بحران افسردگی را به صدا درآورد. اکنون درحالی که پیامدهای روانی ناشی از کرونا شدت گرفته، همه روزه متخصصان و روانشناسان، هشیار باش جدی را نه تنها به متولیان بهداشت و سلامت بلکه تمامی مسئولان از شد کسوری اعلام می‌کنند تا شاید از وقوع سونامی این بیماری درآینده، جلوگیری شود. در همین رابطه با امیر حسین شیرانی یکی از متخصصان روانپزشکی کشور به گفت‌وگو نشستیم که در ادامه می‌خوانید.

روند افسردگی را در ایران چطور می‌بینید و شیوع کرونا چه اندازه توانسته بر ابتلا به امراض روحی روانی موثر باشد؟

طبیعتاً با افزایش شیوع کرونا، بسیار بیشتر از گذشته شاهد شیوع اختلالات اضطرابی و افسردگی هستیم. کرونا میزان مراجعه به درمانگاه‌ها و مطب‌های روانپزشکی را نیز افزایش داده است. به دنبال شیوع کرونا اکثر افراد جامعه دچار اختلال «اضطرابی»، اختلال «انیک» و متعاقبش اختلالات «افسردگی» شده‌اند که در حقیقت زنگ خطر جدی برای سلامت

۷

حفاظت از تالاب‌های ایران با استفاده از رویکرد زیست‌بومی

مهر: هماهنگ کننده طرح حفاظت از تالاب‌های ایران از استقرار رویکرد زیست‌بومی در حفاظت و مدیریت تالاب‌های کشورخبر داد. یوسفعلی احمدی مقنانی با اشاره به وضعیت تالاب‌های کشور گفت: در اوایل دهه ۸۰ شمسی سازمان حفاظت محیط‌زیست متوجه شرایط نامساعد تالاب‌ها شد و به دنبال راهکاری جهت حفاظت، احیا و مدیریت بهینه تالاب‌ها می‌گشت. پس از بررسی و مشاورت با متخصصان در نهایت تصمیم بر این شد که با کمک برنامه توسعه سازمان ملل رویکرد جدیدی برای حفاظت از تالاب‌ها در کشور اجرایی شود. وی افزود: این رویکرد که به رویکرد زیست بومی یا همان Ecosystem Approach معروف است، رویکردی مشورتی و غیر متمرکز است که فرآیندی از پایین به بالا را طی می‌کند. در این روند اقدامات لازم برای حفاظت و مدیریت تالاب‌ها توسط دست‌اندر کاران در سطح محلی و استانی جمع‌آوری می‌شوند و پس از تأیید به مرحله اجرا می‌رسند.

منبع: مهر

واکاو ماجرای دخترانی که با حیوان آزاری مشهور شده‌اند؛

دختران قصاب؛ پدیده‌ای عجیب و هشدار دهنده!



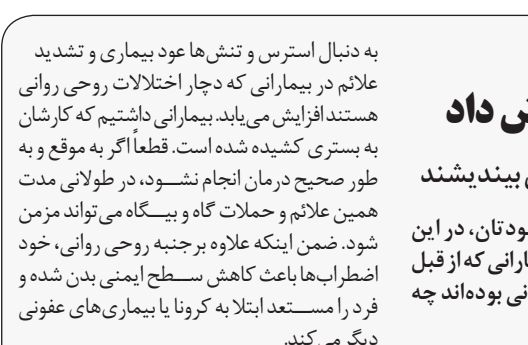
حیوانات لذت می‌برند براساس ماده ۲ و ۳ و ۴ این‌ها نامه اجرایی ماده ۱۸ قانون سازمان دامپزشکی کشور -کشتار خارج از کشتارگاه- تخلف محسوب می‌شود و جرم است، باز رسان این سازمان باید دام را قبل و بعد از کشتار ملاحظه کنند و کشتار زیر نظر این افراد صورت گیرد. به اشتراک گذاشتن این فیلم‌ها در فضای مجازی احساسات، عواطف و افکار عمومی را جریحه دار می‌کند. هم چنین براساس مجازات اسلامی این کشتار جرم محسوب می‌شود وقاضی می‌تواند علیه این دختران اعلام جرم کند.

فرزاد علیزاده فعال محیط‌زیست خاطر نشان می‌کند: به عقیده پژوهشگران حیوان آزاری می‌توانند انسان آزاری را به همراه داشته باشند و به قتل‌های فجیع ۱۷ کودک و ۳ بزرگسال شد که این موضوع به شتد آذهان عمومی را آشوش کرد پس از این جریان در خصوص قاتلان زنجیره‌ای بررسی دقیق صورت نگرفت. متأسفانه وی در کودکی بارها مورد آزار جنسی قرار گرفته بود و پس از آن شروع به حیوان آزاری کرده است، به استناد dsm که معتبرترین مرجع تشخیص اختلالات روانی است یکی از نشانه‌های اختلال سلوک که نوعی از سایکوپاتی‌ک هست کشتار و آزار حیوانات است. به عقیده روان‌کاوان و روان‌شناسان یکی از علائم مکانیسم دفاعی جابه‌جایی است که تمایل دارند

منبع: ایسنا

منبع: ایسنا

منبع: ایسنا



به دنبال استرس و تنش‌ها عود بیماری و تشدید علائم در بیمارانی که دچار اختلالات روحی روانی هستند افزایش می‌یابد. بیمارانی داشتمیم که کارشان به بستری کشیده شده‌است. قطعاً اگر به موقع و به طور صحیح در مان انجام نشود، در طولانی مدت همین علائم و حملات گاه و بیگاه می‌تواند مزمن شود. ضمن اینکه علاوه بر جنبه روحی روانی، خود اضطراب‌ها باعث کاهش سطح ایمنی بدن شده و فرد را مستعد ابتلا به کرونا یا بیماری‌های عفونی دیگری می‌کند.

هرچند شرح وظایف مسئولان و دست‌اندر کاران سلامت کشور به ویژه در این فصول رودپی بر کسی پوشیده نیست اما از زبانی تخصصی شما چیست و چه هشدار ی به متولیان، برای سلامت روان جامعه دارید؟
وقتی با همکاران صحبت می‌کنیم می‌بینیم چه در مطب‌ها و چه بیمارستان‌ها حدود ۳۰ تا ۴۰ درصد بسیار زیادی از ابتلا به کرونا پیشگیری کند، به نوبه خودش می‌تواند آرامش هم ایجاد کند. اگر چه نمی‌توان وجود انواع مشکلات اقتصادی را انکار کرد اما چاره‌ای نیست که به ظاهر هم شده محیطی شاد و پر نشاط را در محیط خانواده فراهم کنیم تا حداقل بیماری این افراد تشدید نشود. از ورزش و تحرک نیز نباید غافل ماند.

منبع: ایسنا

منبع: ایسنا

یافته‌ها

چند درمان خانگی مؤثر برای جلوگیری

از خونریزی بینی؛

عارضه دردناک را درمان کنید

پریساجمدی / گروه ترجمه

news@naslefarda.net

خونریزی بینی، یکی از شایع‌ترین عارضه‌هاست و برای افرادی که به طور مکرر آن را تجربه می‌کنند، می‌تواند بسیار تحریک کننده باشد. مشاهده خونی که قطره قطره از بینی می‌چکد می‌تواند ترسناک باشد. خوشبختانه درمان‌های خانگی برای خونریزی بینی وجود دارد که می‌توانید از آن‌ها به منظور جلوگیری از خونریزی استفاده کنید.

دو نوع خونریزی از بینی وجود دارد، خونریزی قدामी بینی و خونریزی خلفی بینی. خونریزی قدامی زمانی رخ می‌دهد که رگ‌های خونی در قسمت جلویی بینی پاره می‌شوند. در حالی که خونریزی خلفی زمانی رخ می‌دهد که رگ‌های خونی که کمی به حلق نزدیک‌تر هستند، پاره می‌شوند. خونریزی در این حالت ممکن است تا ۲۰ دقیقه ادامه یابد. خونریزی قدامی بینی بسیار شایع‌تر است و با درمان‌های خانگی قابل درمان است، در حالی که خونریزی خلفی ممکن است نیاز به مراقبت پزشکی داشته باشد. بنابراین، اگر به طور مکرر دچار خونریزی بینی می‌شوید، این درمان‌های خانگی به کارتان می‌آید.

دلایل خونریزی بینی

قسمت داخلی بینی ملول از رگ‌های خونی کوچک است و یکی از حساس‌ترین قسمت‌های بدن را تشکیل می‌دهد. هنگامی که این عروق دچار اختلال می‌شوند، از سوراخ‌های بینی خون می‌آید. در اینجا چند مورد از علل خونریزی بینی ذکر شده است: هوای خشک و گرم داخل خانه، زندگی در آب و هوای خشک، گرم و کم رطوبت، عفونت‌های تنفسی فوقانی، فین کردن شدید، آسیب به صورت یا بینی، آلرژی، استفاده بیش از حد از اسپری‌های بینی، قرار دادن اجسام خارجی در بینی، رقیق کننده‌های خون، تحریک کننده‌های شیمیایی

چگونه جلوی خونریزی بینی را بگیریم؟

این روش‌های کارآمد و رایج برای جلوگیری از خونریزی ناگهانی بینی می‌توانند مفید باشند.
۱. کمپرس سرد: استفاده از کمپرس سرد یخی از موثرترین روش‌ها برای توقف خونریزی بینی است. سرما انقباض رگ‌های خونی را تحریک می‌کند و باعث باریک شدن رگ‌ها شده و به کاهش جریان خون و توقف خونریزی کمک می‌کند.

۲. سداده‌ترین روش برای درمان خون‌دماغ شدن فشار دادن بینی است زیرا سبب توقف سرعت جریان خون می‌شود. تنها کاری که باید انجام دهید این است که صاف بنشینید و سر خود را کمی به جلو خم کنید. با استفاده از دست و انگشت اشاره، قسمت نرم بینی خود را محکم فشار دهید. این کار را حدود پنج تا ۱۰ دقیقه انجام دهید. از طریق دهان نفس بکشید. فشار را به آرامی رها کرده و حدود پنج دقیقه آرام بنشینید. تازمانی که جریان خون متوقف نشده این کار را تکرار کنید.

۳. داروهای خانگی برای خونریزی بینی
در اینجا چند ماده آورده شده که ممکن است به جلوگیری از خونریزی بینی کمک کند:

۱. **ویتامین K:** غذاهای غنی از ویتامین K مانند کلم پیچ، اسفناج، کلم بروکلی و غیره در تشکیل کلژن نقش دارند که به ایجاد یک لایه مرطوب در داخل بینی کمک می‌کنند. این ویتامین به حفظ رگ‌های خونی در شرایط خوب کمک کرده و مانع از پارگی آسان آن‌ها می‌شود.
۲. **ویتامین C:** دریافت روزانه مقدار کافی غذاهای حاوی ویتامین C ممکن است به قوی‌تر شدن رگ‌های خونی کمک کند تا در برابر پارگی آسیب‌پذیر نباشند و منجر به خونریزی بینی نشوند.

۳. **سرکه سیب:** یکی از بهترین داروهای خانگی سرکه سیب است زیرا اسید موجود در سرکه به منقبض شدن رگ‌های خونی کمک کرده و در نتیجه خونریزی را متوقف می‌کند. تنها کاری که باید انجام دهید این است که یک پنبه را در سرکه فرو کرده و حدود پنج تا ۱۰ دقیقه در سوراخ بینی آسیب دیده قرار دهید.

۴. **آب نمک:** خشکی غشای بینی، به ویژه در زمستان‌ها، یکی از شایع‌ترین علل خونریزی بینی است. به منظور حل این مشکل، غشاهای بینی را با آب نمک مرطوب کنید.

۵. **فلفل قرمز:** یکی دیگر از داروهای مؤثر برای درمان خون‌دماغ شدن، فلفل قرمز است زیرا سبب تحریک سلولی و تنظیم فشار خون می‌شود. این به این معنی است که سبب کاهش فشار در ناحیه خونریزی و انعقاد سریع‌تر می‌شود. یک قاشق چای خوری بودر فلفل قرمز را به یک فنجان آب گرم اضافه کنید و آن را بنوشید، خونریزی شما به زودی رفع خواهد شد.

۶. **گزنه:** گزنه یکی دیگر از روش‌های مؤثر برای درمان خون‌دماغ است زیرا دارای خواص رطوبتی است که سبب لخته شدن خون و جلوگیری از خونریزی می‌شود، همچنین سبب تقویت مویرگ‌ها می‌شود. جای برگ گزنه تازه دم کنید. پس از سرد شدن، پنبه پاره‌در محلول آغشته کرده و روی بینی قرار دهید تا خونریزی متوقف شود. عدم مصرف مایعات در طول روز می‌تواند منجر به خشکی در غشای مخاطی شود که باعث خونریزی بینی می‌شود. حتماً در طول روز آب کافی مصرف کنید. در صورت خونریزی شدید بینی، حتماً به پزشک مراجعه کنید.

منبع: https://food.ndtv.com

منبع: ایسنا