

عکس نوشت

د



۴ بازدید سرپرست اداره اسناد و املاک منطقه یک از منطقه ثامن



۴ نشست هم اندیشی مسئولان بنیاد شهید با شهردار منطقه ثامن

خبر

«مشاعر رضوی»

در همسایگی ما

۴۰۰ مددجوی کمیته امداد امام خمینی (ره) با تلاش معاونت اماکن متبرکه و امور زائران آستان قدس رضوی و همراهی خادمان بارگاه منور رضوی، در قالب طرح «یا معین الضعفا (ع)» به حرم مطهر رضوی مشرف شدند.

به گزارش شهردار محله، حسین راست نژاد رئیس اداره امداد و تسهیلات زائران آستان قدس رضوی گفت: این گروه از زائران ضمن زیارت مضجع منور و بهره مندی از برنامه های فرهنگی و مذهبی این آستان کبرایی، میهمان خوان بابرکت امام مهربانی ها شدند.

وی افزود: آستان قدس رضوی در قالب این طرح با کمک و همکاری ارگان های امداد رسانی همچون کمیته امداد، بهزیستی، بسیج مستضعفان، سپاه پاسداران و خیریه های معتبر مردم نهاد، افرادی را که به سبب مشکلات مالی تاکنون توفیق تشریف به بارگاه منور علی بن موسی الرضا (ع) را نداشته اند یا قادر به تشریف نیستند، شناسایی و زمینه سفر آنها را به آستان کبرایی این امام رئوف فراهم می کند.

راست نژاد با بیان اینکه تاکنون کمیته امداد بیشترین و بالاترین تعامل را با آستان قدس رضوی داشته است، گفت: با هدف تسهیل و گسترش خدمات به مددجویان برای تشریف به مضجع حضرت ثامن الحجج (ع) تفاهم نامه همکاری بین کمیته امداد امام خمینی (ره) و آستان قدس رضوی امضا شده است تا خدمات مختلف فرهنگی و معنوی به این زائران ارائه شود.

یادآور می شود، قرائت آیاتی از کلام...، مجید، قرائت زیارت مخصوص امام رضا (ع)، اجرای برنامه مرثیه سرایی و مداحی توسط مداحان و ذاکران اهل بیت (ع) و حضور در میهمان سرای حضرت رضا (ع) از جمله برنامه های اجرایی ویژه این گروه از زائران بود.



کارگاه آموزشی که به همت شهر آرمجله منطقه ثامن و مرکز بهداشت شمس الشموس برگزار شد یک پیام داشت

«آنفلوآنزا را جدی بگیریم»

آسپرین یا هر داروی دیگر که حاوی آسپرین است برای درمان بیماری های ویروسی - به خصوص آبله مرغان و آنفلوآنزا تجویز نشود. نتیجه تحقیقات پزشکی حاکی از این است که استفاده از آسپرین برای درمان بیماری های ویروسی در کودکان می تواند باعث زبان های غیر قابل جبران مغزو و کبد شود. شدت عوارض استفاده از این دارو به حدی است که در گاهی مواقع مرگ اطفال را نیز به دنبال داشته باشد.

۴ واکسن همیشه اثرگذار نیست

مرکز پیشگیری و درمان بیماری ها توصیه می کند همه افراد اعم از کودکان و بزرگسالان از شش ماهگی هر سال واکسن آنفلوآنزا تزریق کنند. تزریق واکسن برای کودکانی که بیماری های جدی تر همچون دیابت، سیستم دفاعی ضعیف، کم خونی شدید یا بیماری های قلب، ریه و کلیه دارند، بسیار مهم تر و ضروری تر است.

متأسفانه برخلاف تصور عموم، واکسن آنفلوآنزا عاری از خطا نیستند. تاثیر این واکسن به سلامت بدن کودک شما و چگونگی تطابق واکسن با ویروس، بستگی دارد. هر چه کودک، بدن سالم تری داشته باشد تاثیر آن بیشتر خواهد بود. در بعضی از سال ها، بدن افراد تطابق زیادی با واکسن دارد؛ اما ممکن است در سال های دیگر این گونه نباشد.

۴ در اولین اقدام بهداشت را رعایت کنید

برای محافظت بهتر و بیشتر از فرزند خود باید اصول بهداشتی را رعایت کنید. دست های او را با صابون و آب گرم بشوید و از دیگر اعضای خانواده نیز بخواهید دست های خود را چند بار در روز بشویند. این عمل از انتقال بیماری در خانه جلوگیری می کند. بهترین کار، دور نگه داشتن فرزند خود از افراد مشکوک به بیماری است. البته اگر افراد بیمار باشند؛ اما نشانه های آن را نداشته باشند کار کمی سخت می شود.

۴ کودکان؛ سالی یکبار واکسینه شوند

با همه تلاش شما برای سالم نگه داشتن کودک، باز هم ممکن است او به آنفلوآنزا مبتلا شود. در صورت ابتلا به آنفلوآنزا، می توانید مطمئن باشید او امسال دیگر دچار این بیماری نمی شود؛ زیرا در برابر این ویروس واکسینه شده است. البته، در سال آینده دوباره احتمال خطر هست؛ زیرا این مصونیت فقط برای همین امسال وجود دارد. به همین دلیل است که توصیه می شود هر سال واکسن آنفلوآنزا را تزریق کنید.

۴ درد مفاصل؛ نشانه بارز ابتلا به آنفلوآنزا

بیماری سرماخوردگی گاه به علت ضعف عمومی بدن روی می دهد. در این حالت فرد بیمار نیاز به استراحت، مصرف ویتامین ها به خصوص ویتامین C و تنفس هوای مرطوب و تمیز دارد. در این حالت فرد بیمار نیاز به استراحت، مصرف ویتامین ها به خصوص ویتامین C و تنفس هوای مرطوب و تمیز دارد؛ اما علت مهم دیگری که موجب سرماخوردگی می شود حملات ویروسی است. بیماری سرماخوردگی در این حالت آنفلوآنزا نامیده می شود و اگر چه با نشانه های عمومی سرماخوردگی مانند تب، ریزش آب بینی، سرفه و ضعف عمومی همراه است، بیماری شدت بیشتری دارد و گاه نیز با درد مفاصل همراه است.

لطفا دستمال خود را دور بیندازید

یکی از عادات های اشتباهی که مردم دارند این است که در هنگام سرماخوردگی یا آنفلوآنزا، دستمالی را که برای عطسه یا سرفه استفاده کرده اند در جیب یا دست خود نگه می دارند و مجدداً آن را مورد استفاده قرار می دهند. این راه بسیار ساده ای است که عوامل بیماری دوباره به بدن انتقال یابند و بتوانند باعث تشدید بیماری شوند. بیماران باید دستمال مورد استفاده را پس از یک بار مصرف فوراً دور بیندازند.

سیرجانی - با سردی هوا و شیوع بیماری های واگیردار و ویروسی چون سرماخوردگی و آنفلوآنزا شهر آرمجله منطقه ثامن به همت مرکز بهداشت منطقه به برپایی کارگاهی آموزشی اقدام کرد.

کانون و حسینیه گلشن جعفری که در یکی از شلوغ ترین و زائر خیزترین محلات منطقه ماست، مکان برگزاری جلسه و گروه هدف علاوه بر خانم های خانه دار محلات در پادال و نوغان، مادران کودکانی که در مهد الرضا این کانون بودند.

آشنایی با تفاوت های بیماری سرماخوردگی و آنفلوآنزا، علایم این دو بیماری، راه های پیشگیری و درمان... از جمله سرفصل های بحث شده این کارگاه آموزشی بود که کارشناس مرکز بهداشت شمس الشموس به آن پرداخت. در ادامه، مهم ترین موضوعات مطرح شده در این نشست را از زبان اکرم السادات افتخاری، آمده است.

۴ آنچه در باره آنفلوآنزا باید بدانیم

آنفلوآنزا، بیماری واگیردار است که از طرق نوعی ویروس ایجاد می شود. این نوع ویروس ها در پرندگان و پستانداران اثر می گذارند. این بیماری باعث عفونت حاد دستگاه تنفسی شده که با سردرد ناگهانی، دردهای مفاصل، تب و ضعف و بی حالی شدید نمایان می شود. در موارد حاد به خصوص در خردسالان ممکن است باعث سینه پهلو شود. سه گونه ویروس آنفلوآنزا به نام های A، B و C وجود دارد. در حالت معمولی دوره بیماری سه تا چهار روز به طول می انجامد.

۴ ویروس های سرما دوست

تا به حال بیش از ۲۰۰ نوع ویروس سرماخوردگی شناسایی شده اند که تعداد آن ها هر ساله نیز افزایش می یابد. این ویروس ها همگی سرما دوست هستند و اغلب نیز در مجاری تنفسی به صورت غیرفعال زندگی می کنند. زمانی که زمینه مناسب مثل سرد شدن هوا فراهم شود، ویروس ها فعال می شوند. از آنجایی که درمان خاصی برای سرماخوردگی و آنفلوآنزا وجود ندارد، «پیشگیری» بهترین سلاح برای مقابله با این عوامل ویروسی است. شستن دست ها و لمس نکردن صورت، راه های ساده، اما مؤثر برای جلوگیری هستند.

۴ نشانه های آنفلوآنزا

بالا بودن درجه حرارت بدن، ابتلا به درد ناگهانی یا ترشح از یک یا دو گوش، احساس درد در گوش خود و ادامه آن به مدت بیش از چند روز، آبریزش و گرفتگی بینی بیش از ۱۰ روز، سرفه همراه با خلط، گلودرد بیش از ۴۸ ساعت به هنگام بلع غذا، حساسیت های پوستی یا جلدی غیر قابل توجیه، سفتی گردن همراه با سردرد مداوم، درد در ناحیه سینوزیت ها، تب و ترشحات که بیش از ۴۸ ساعت طول بکشد.

تب و لرز، سردرد، گلودرد، خارش بدن، کوفتگی و... از علایم شایع این بیماری هستند. آنفلوآنزا در تمام سنین به غیر از دوران شیر خوارگی دیده می شود. شیوع ناگهانی انواع مختلف آنفلوآنزا تقریباً هر زمستان و با سرد شدن هوا رخ می دهد و شدت آن ها متفاوت می باشد. نکته مهم اینکه کسانی که قبلاً دچار این بیماری نشده اند، امکان بروز این عارضه در بدن آنان بیشتر است.

۴ چه موقع آسپرین نخورید

اغلب مردم برای کاهش علائم و نشانه های بیماری شبیه سرماخوردگی از جمله آنفلوآنزا، آسپرین مصرف می کنند، اما تحقیقات نشان داده است آسپرین تعداد ویروس های سرماخوردگی در ترشحات بینی را افزایش داده و در نتیجه شانس سرایت ویروس را از شخصی به شخص دیگر افزایش می دهد؛ بنابر این به شدت توصیه می شود به بچه ها و نوجوانان

تزریق واکسن برای کودکانی که بیماری های جدی تر همچون دیابت، سیستم دفاعی ضعیف، کم خونی شدید دارند، بسیار ضروری تر است