

پیک سلامت



۲۵ درصد مبتلایان به سرطان پانکراس، سیگاری هستند

۲۵ درصد بیماران مبتلا به سرطان پانکراس (سرطان لوزالمعده) سابقه مصرف سیگار به مدت طولانی را داشته اند. کارشناس بیماری های واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با بیان این مطلب اظهار کرد: ارتباط مستقیمی بین استعمال دخانیات و سرطان پانکراس وجود دارد. به گزارش وبدا، دکتر «فلوریا انفرادی» با بیان این که ترک سیگار بسیار مهم است، اضافه کرد: بعد از ۲۰ سال از زمان ترک سیگار، احتمال ابتلا به سرطان پانکراس برای افراد سیگاری همانند دیگر افراد می شود. وی با بیان این که متأسفانه این سرطان دارای مرگ و میر بالایی است، ادامه داد: این سرطان گاهی در ردیف ۴/۵ تا ۷/۵ دلایل مرگ و میر بین سرطان ها قرار می گیرد. وی افزود: این سرطان دارای پیش آگهی ضعیفی است و درصد بالایی از بیماران مبتلا در سال اول یا پنجمین سال بعد از تشخیص فوت می کنند. وی ادامه داد: سرطان پانکراس در سنین پایین تر از ۴۰ سال به ندرت دیده و بیشتر در سنین بالای ۷۰ سال و کهن سالی مشاهده می شود. دکتر «انفرادی» در پاسخ به این سوال که چه عواملی منجر به ایجاد سرطان پانکراس می شود، افزود: در همه سرطان ها ژنتیک سهمی از دلایل را برعهده دارد که البته بروز این سرطان در کسانی که زمینه ابتلا را دارند هم نیاز به فاکتورهایی دارد که به شیوه زندگی ما با می گردد. وی جاقی، دیابت و استعمال دخانیات را از عوامل منجر به ابتلا به سرطان پانکراس اعلام و اضافه کرد: یکی از راه های پیشگیری از ابتلا به سرطان پانکراس، رعایت شیوه زندگی سالم، خوردن میوه و سبزیجات و تحرک بدنی است. وی راه های تشخیصی این بیماری را نیز انجام سونوگرافی، سی تی اسکن، ام آر آی و آزمایش های خون اعلام کرد و افزود: برای پیشگیری از سرطان پانکراس مثل خیلی از سرطان های گوارشی می توان نکاتی را رعایت کرد. وی بیان کرد: حفظ وزن در محدوده طبیعی، پیشگیری از جاقی و محدود کردن مصرف گوشت قرمز و محصولات فرآوری شده می تواند از ابتلا به این بیماری پیشگیری کند. وی ادامه داد: روش های درمانی زیادی وجود دارد و در این سال ها روش ها بسیار پیشرفت کرده است و بسیاری از بیماران از روش های درمانی نوین بهره مند می شوند. وی گفت: هر چه سرطان در موارد اولیه شناسایی شود درمان بهتری خواهد داشت. وی ادامه داد: غده پانکراس (لوزالمعده) ارگانی از بدن و در پشت معده واقع شده است که انسولین و آتزیم های گوارشی را برای هضم بهتر غذا ترشح می کند و زمانی که غده های موجود در لوزالمعده به شکل غیر قابل کنترلی تکثیر می شوند توده سرطانی را ایجاد می کنند.

چه دانش آموزانی نباید این روزها به مدرسه بروند؟!

بایدها و نبایدهای حضور در مدارس



گروه سلامت

چند روزی از بازگشایی مدارس در تمام مقاطع تحصیلی می گذرد، در این بین، برخی والدین، نگرانی هایی از ابتدای فرزندان شان به ویروس کرونا دارند. طبق تصمیم ستاد ملی مدیریت بیماری کرونا آموزش حضوری در مدارس با شرایط خاص و رعایت پروتکل های بهداشتی آغاز شده است ولی دغدغه اصلی این روزهای والدین، رعایت نشدن احتمالی پروتکل های بهداشتی در برخی مدارس است. از سوی دیگر، شاید این پرسش مطرح شود که چه دانش آموزانی نباید به مدرسه بروند و بایدها و نبایدهای آموزش حضوری دانش آموزان از نظر مسائل بهداشتی در این روزهای کرونایی چیست؟ در همین باره، رئیس گروه بیماری های واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی گفت: والدین عزیز از فرستادن دانش آموزان مبتلا یا مشکوک (داشتن تماس نزدیک با فرد مبتلا به کرونا) به مدرسه خودداری کنند و در اسرع وقت موضوع را به مسئولان مدرسه اطلاع دهند. «فیض ا... برزگر» افزود: در صورت ابتلای فرزندان به کرونا، پس از طی شدن دوره درمان، برای بازگشت به مدرسه لازم است مورد ارزیابی پزشک معتمد ادارات مناطق و شهرستان یا مراکز جامع سلامت قرار گیرد. وی از والدین خواست در زمان همه گیری ویروس کرونا برای حفاظت از فرزندان شان، آن ها را به رعایت پروتکل های بهداشتی ترغیب کنند. وی با اشاره به شرایط حضور برخی دانش آموزان دارای نیازهای ویژه خاطر نشان کرد: دانش آموزان دارای فلج مغزی با

ناتوانی حرکتی در دست ها، محدودیت بینایی شدید، دانش آموزان دارای مشکلات ذهنی، اوتیسم و چند معلولیتی که توانایی خود مراقبتی مستقل مثل شستن دست ها و نگهداری ماسک را ندارند به طور حتم باید از مشورت پزشک در مدرسه یا محیط آموزشی حضور داشته باشند. وی از والدین خواست به فرزندان خود آموزش دهند که دست های خود را به طور مکرر بشویند و ضد عفونی و از دست دادن با همکلاسی های شان پرهیز کنند. وی اضافه کرد: دانش آموزان باید در تمام مدت حضور در مدرسه به طور صحیح از ماسک استفاده کنند. وی واکسیناسیون همگانی، شست و شوی مرتب و صحیح دست ها، رعایت فاصله فیزیکی مناسب، استفاده از ماسک و رعایت بهداشت تنفسی، تهویه مناسب و پرهیز از حضور در تجمعات و دورهمی ها را از اصول کلی در پیشگیری و کنترل بیماری کرونا یاد کرد. رئیس گروه بیماری های واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی یادآور شد: در صورت نیاز به وسایل گرمایشی در مدارس، هر یک ساعت یک بار پنجره ها را باید به مدت ۱۰ دقیقه باز کنند و دانش آموزان در صورت امکان با پوشش کافی در کلاس حضور داشته باشند و از تماس دست ها با چشم ها، بینی و دهان قبل از شستن با ضد عفونی خودداری کنند. «برزگر» افزود: هنگام عطسه یا سرفه کردن از دستمال کاغذی استفاده شود و در صورتی که دستمال وجود ندارد دانش آموزان از قسمت داخلی آرنج موقع سرفه و عطسه استفاده کنند. وی تصریح کرد: در نمازخانه ها از مهر و سجاد شخصی استفاده و فاصله ایمن با

متر با استفاده کامل از ماسک و وجود تهویه مناسب باید صورت گیرد. رئیس گروه بیماری های واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی گفت: استراحت بین کلاس های دانش آموزان (زنگ تفریح) باید در حداقل زمان و در زمان های مختلف بین کلاس ها باشد و ساعت شروع و پایان مدرسه به گونه ای تعیین شود که از همزمانی رفت و آمد دانش آموزان و ازدحام جلوگیری شود. «برزگر» افزود: آموزش حضوری برای دروس نیازمند تعامل بیشتر معلم با دانش آموز از قبیل ریاضی، فیزیک، شیمی، زیست شناسی و دروس مهارتی انجام و برای آموزش سایر دروس از فضای مجازی استفاده شود. وی تصریح کرد: در صورت فعال بودن سرویس حمل و نقل، رفت و آمد دانش آموزان و کارکنان حداکثر به تعداد صندلی و مشروط به واکسیناسیون راننده باشد. وی خاطر نشان کرد: در صورت استفاده از سرویس مدرسه، اگر فردی مبتلا یا مشکوک و دارای علائم بیماری کروناست، سوار سرویس نشود. وی اضافه کرد: مراقب سلامت مدرسه یا رابط بهداشت در صورت مشاهده علائم بیماری در بین دانش آموزان و کارکنان اقدامات بهداشتی لازم را انجام دهد. وی با اشاره به این که هرگونه فعالیت بوفه ها و پایگاه تغذیه سالم مدارس تعطیل است، ادامه داد: غذای گرم برای معلمان، دانش آموزان و کارکنان در مدرسه سرو نمی شود. «برزگر» خاطر نشان کرد: بازگشایی مدارس نیاز به پیش شرط هایی دارد که توجه به آن ها باعث اطمینان خاطر خانواده ها و آرامش شان برای فرستادن فرزندان شان به مدارس می شود که ۲ مقوله تخصیص اعتبار کافی برای رعایت پروتکل های بهداشتی و از سوی دیگر نظارت بر روند رعایت دستورالعمل ها توسط مدارس، پیش شرط های بازگشایی موفق هستند.

تعداد افراد در کلاس ها با احتساب یک و نیم متر فاصله و ۲/۵ متر مربع مساحت برای هر نفر باید در نظر گرفته شود

آیا تزریق دز سوم واکسن کرونا برای همه ضروری است؟

طبق آخرین اطلاعات منتشر شده ۸۷ درصد جمعیت خراسان شمالی در برابر کرونا واکسینه شده اند و درصد واکسیناسیون در حال افزایش است، در این میان این سوال مطرح می شود که آیا دریافت دز سوم واکسن کرونا برای همه ضروری است؟ مدیر گروه بیماری های واگیردار معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی به این سوال پاسخ داد. «فیض ا... برزگر» گفت: اکنون ۳ گروه می توانند دز سوم واکسن کرونا را دریافت کنند. وی افزود: کادر بهداشت و درمان بخش های خصوصی و دولتی، افراد دارای نقص سیستم ایمنی به هر دلیل و سالمندان بالای ۶۰ سال می توانند با مراجعه به مراکز واکسیناسیون، دز بوستر (یادآور) یا نوبت سوم را برای افزایش ایمنی در برابر ویروس کرونا دریافت کنند. وی با بیان این که دریافت نوع واکسن در دز سوم، به پلتفرم واکسینی بستگی دارد که افراد در نوبت اول و دوم تزریق کرده اند، ادامه داد: واکسن های غیر فعال هستند بنابراین افراد بالای ۶۰ سالی که در نوبت اول و دوم این واکسن ها را تزریق کرده اند می توانند در نوبت سوم از واکسن های مشابه نوبت اول یا از واکسن آسترانکا یا پاستوکوک پلاس استفاده کنند. وی اضافه کرد: بنابراین امکان انتخاب نوع واکسن تزریقی به نوع واکسینی که در نوبت اول و دوم دریافت شده است، بستگی دارد. وی با تأکید بر این که سیستم ایمنی بدن افراد بالای ۶۰ سال ضعیف است، بیان کرد: این افراد پاسخ های ایمنی کمتری به واکسن ها می دهند بنابراین طبق تصمیم کمیته کشوری، برای ایمن سازی این افراد باید حتماً نوبت سوم واکسن را دریافت کنند. «برزگر» اضافه کرد: طبق مطالعاتی که منتشر شده به نظر می رسد ایمنی ناشی از واکسن ها ۸ تا ۸ ماه پایدار است و بعد از این مدت، ایمنی حاصل از واکسن افت نسبی پیدا می کند، بنابراین برای افزایش حداکثر ایمنی، همزمان با ادامه برنامه واکسیناسیون نوبت اول و دوم، تزریق دز یادآور را هم دنبال می کنیم. وی یادآور شد: دز سوم (تقویتی) واکسن کرونا که تحت عنوان «دز یادآور» هم شناخته می شود، با هدف حفظ و افزایش پاسخ ایمنی بدن به بیماری تزریق می شود.

تزریق واکسن کرونا، مسؤلیت همگانی

برای بازگشت به زندگی عادی، هرچه زودتر نسبت به تزریق واکسن کرونا اقدام کنیم.

#من_واکسن_میزنم



دعوتنامه تشکیل مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده (نوبت اول)

جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده صندوق پژوهش و فناوری غیر دولتی استان خراسان شمالی (سهامی خاص)، به شماره ثبت ۵۹۹۴ و شناسه ملی ۱۴۰۰۹۰۰۶۰۵ در روز یک شنبه مورخ ۱۴۰۰/۰۹/۲۱ راس ساعت ۸:۰۰ صبح در محل صندوق به آدرس: خراسان شمالی، شهرستان بجنورد، بخش مرکزی، دهستان آلاداغ، روستا تخته ارکان، جاده (نمایشگاه بین المللی بجنورد)، جاده (جاده ارکان)، پلاک ۰، طبقه همکف، واحد ۳، کد پستی ۹۴۵۳۱۵۵۴۵۷ با رعایت تمام پروتکل های بهداشتی برگزار می گردد. از کلیه سهامداران محترم درخواست می گردد حضور به هم رسانند .

- دستور جلسه: ۱.** ارائه گزارش عملکرد هیئت مدیره برای سال مالی منتهی به ۳۰ اسفند ۱۳۹۹
- ارائه گزارش بازرس قانونی و حسابرس مستقل برای سال مالی منتهی به ۳۰ اسفند ۱۳۹۹
- تصویب صورت وضعیت مالی، صورت سود و زیان، صورت جریان های نقدی و صورت تغییرات در حقوق مالکانه
- انتخاب بازرسان اصلی و علی البدل و انتخاب حسابرس مستقل
- تعیین روزنامه کثیرالانتشار
- تصویب بودجه سال ۱۴۰۰
- تعیین حق الزحمه حضور اعضاء غیر موظف هیئت مدیره
- تعیین پاداش اعضاء هیئت مدیره
- تقسیم سود

هیأت مدیره

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

در اجرای ماده ۳ قانون و ماده ۱۲ آئین نامه اجرایی قانون یاد شده اسامی افرادی که اسناد عادی یا رسمی آنان در هیأت مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک بجنورد مورد رسیدگی و تأیید قرار گرفته جهت اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز در دو نشریه آگهی های ثبتی (کثیرالانتشار و محلی) به شرح ذیل آگهی می گردد: بخش دو بجنورد پلاک ۱۷۱- اصلی اراضی سوهانی- ۱-شش دانگ یک باب ساختمان از پلاک ۳۱ فرعی از ۱۷۱ اصلی فوق به مساحت ۱۲۹/۱۸ مترمربع اتباعی آقای ابراهیم محمدی از محل ملکیت رسمی حبیب اله بیگ زاده برابر رأی شماره ۲۰۷-۱۴۰۰ مورخه ۱۲/۰۸/۱۴۰۰- کلاسه ۰۳۶۷-۱۴۰۰ لذا بدین وسیله به فروشندگان و مالکین مشاعی و اشخاص ذینفع در آرای اعلام شده ابلاغ می گردد چنانچه اعتراضی دارند باید از تاریخ انتشار آگهی و در روستا ها از تاریخ الصاق در محل تا دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند معترضین باید ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض یا مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نمایند و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهند در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه ننماید اداره ثبت مبادرت به صدور سند خواهد نمود ضمناً صدور سند ملکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد بود.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۰/۰۹/۰۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۰/۰۹/۲۱

علیخان نادری- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه یک بجنورد

م الف/۳۵۶۶

و/۱۴۰۰۴۸۰۵۲

دعوتنامه تشکیل مجمع عمومی فوق العاده (نوبت اول)

جلسه مجمع عمومی فوق العاده صندوق پژوهش و فناوری غیر دولتی استان خراسان شمالی (سهامی خاص) به شماره ثبت ۵۹۹۴ و شناسه ملی ۱۴۰۰۹۰۰۶۰۵ در روز شنبه مورخ ۱۴۰۰/۰۹/۲۰ راس ساعت ۸:۰۰ صبح در محل صندوق به آدرس: خراسان شمالی، شهرستان بجنورد، بخش مرکزی، دهستان آلاداغ، روستا تخته ارکان، جاده (نمایشگاه بین المللی بجنورد)، جاده (جاده ارکان) پلاک ۰، طبقه همکف، واحد ۳، کد پستی ۹۴۵۳۱۵۵۴۵۷ با رعایت تمام پروتکل های بهداشتی برگزار میگردد. از کلیه سهامداران محترم درخواست می گردد، حضور به هم رسانند. **دستور جلسه:** نقل و انتقال سهام

هیأت مدیره

و/۱۴۰۰۴۸۵۳۱

و/۱۴۰۰۴۸۵۳۸