

پیک سلامت

راه اندازی پایگاه انتقال خون اسفراین

مرکز خون گیری اسفراین راه اندازی شد. مدیرکل انتقال خون خراسان شمالی در آیین آغاز به کار این مرکز گفت: با توجه به استقبال خوب مردم شهرستان اسفراین به اهدای خون، مرکز موقت اهدای خون شهرستان دایر شده است و هر هفته دوشنبه آماده خدمات رسانی به شهروندان این شهرستان هستیم. «زارع» افزود: با احداث ساختمان پایگاه انتقال خون شهرستان در آینده، این خدمات به طور مستمر در شهرستان انجام می شود. وی با اشاره به استقبال خوب شهروندان اسفراین و استان در اهدای خون گفت: نیاز مراکز درمانی و بیمارستان های استان به گروه های خونی مورد نیاز تامین و مقداری نیز به استان سیستان و بلوچستان ارسال شده است. به گزارش ایرنا، فرماندار اسفراین هم گفت: پایگاه انتقال خون اسفراین در فضای ساختمانی مازاد دستگاه های اجرایی شهرستان آغاز به کار کرده است و هم اکنون هر هفته یک تا ۲ روز فعال است. «کرامتی» افزود: اقدامات اولیه برای احداث ساختمان پایگاه انتقال خون شهرستان و اختصاص زمین مورد نیاز نیز انجام و امسال ۵میلیارد ریال اعتبار برای آغاز عملیات اجرایی آن پیش بینی شده است. وی با اشاره به استقبال خوب شهروندان اسفراینی برای اهدای خون گفت: امیدواریم با تامین اعتبارات و کمک خیران سلامت و احداث ساختمان پایگاه انتقال خون در شهرستان، ارائه خدمات مستمر در این حوزه برای شهروندان شتاب گیرد.



خطر بروز تداخلات دارویی در سالمندان

افراد مسن به علت بیماری های متعدد اغلب چندین دارو مصرف می کنند، این در حالی است که مصرف چند دارو خطر بروز عوارض و تداخلات دارویی را افزایش می دهد.مدیر اداره نظارت بر دارو و مواد تحت کنترل معاونت غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با بیان این مطلب اظهار کرد: چنانچه سالمندان دچار نارسایی کلیوی و کبدی هستند حتماً برای انتخاب داروی مسکن یا پزشک خود مشورت کنند.دکتر «فلاح» تصریح کرد: سالمندان اگر داروی بدون نسخه یا داروی گیاهی از داروخانه تهیه می کنند حتماً با داروساز مشورت کنند چون ممکن است با داروهای مصرفی شان تداخل داشته باشد یا عوارضی ایجاد کند.وی اضافه کرد: سالمندان در دوران پیری همزمان دچار چند بیماری هستند و این مسئله باعث می شود دارودرمانی در این رده سنی، مشکل تر از افراد جوان باشد.وی گفت: بیماری های مزمن یکی از مواردی است که در دوران پیری به مشکلات سالمندان اضافه و باعث اختلال در متابولیسم دارویی می شود و توانایی کلیه و کبد برای دفع دارو کاهش می یابد.وی افزود: اختلالات حواس از مشکلات شایع دوران سالمندی است و این اختلالات، خطاهای دارودرمانی و خطرات مصرف داروها را در سالمندان به میزان قابل توجهی افزایش می دهد. دکتر «فلاح» بیان کرد: در ضعف بینایی همیشه این خطر وجود دارد که سالمندان دارویی را به اشتباه به جای داروی دیگر مصرف کنند.وی یادآور شد: مرکز اطلاع رسانی دارو و سموم با شماره تلفن رایگان ۱۴۹۰ آماده پاسخ گویی به سوالات دارویی است.

دانستنی هایی درباره بیش فعالی

گروه سلامت- در روزگاری که بسیاری از خانواده ها از کم تحرک شدن فرزندان خود گلایه مند و نگران هستند، برخی خانواده ها نیز از تحرک بیش از اندازه کودکان خود می گویند و به دنبال راهکاری برای رفع مشکل خود و فرزندشان هستند. کارشناسان و صاحب نظران، عامل برخی تحرک های مفرط کودکان را بیش فعالی اعلام می کنند و این اختلال را حالتی می دانند که در آن کودک به نحوی مفرط و بیش از اندازه فعال و پرجنب و جوش است. تحرک زیاد این کودکان نه تنها خود آن ها را بلکه اطرافیان، همکلاسی ها و مسئولان مدرسه و معلمان را دچار مشکل می کند. رئیس گروه بیماری های غیرواگیردار معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی، اطلاعات و دانستنی هایی مفید برای خانواده ها در خصوص بیش فعالی کودکان ارائه می کند.

«روح... یزدانی» با بیان این که اختلال نقص توجه و بیش فعالی (ADHD) الگویی از مشکلات است که معمولاً در کودکی ایجاد می شود، می افزاید: معمولاً والدین و معلمان با این علائم که کودک، بیش از حد معمول فعالیت و تحرک دارد، دائم حواسش پرت می شود، نمی تواند حتی برای مدت کوتاهی مشغول یک کار ثابت باشد، تکانشی است یعنی بدون فکر و ناگهانی دست به کاری می زند و تمرکز کردن برایش خیلی سخت و دشوار است، متوجه

بیش فعالی کودک می شوند. وی با بیان این که بسیاری از ما حداقل برخی علائم یاد شده را در خود داریم ولی دچار اختلال نقص توجه و بیش فعالی نیستیم، اضافه می کند: زمانی می توان گفت فردی به ADHD مبتلاست که علائم ذکر شده، ارتباطش با سایر افراد یا وضعیت شغلی یا تحصیلی اش را دچار مشکل کند.

وی در پاسخ به این سوال که با گذشت زمان چه اتفاقی می افتد؟ می گوید: این اختلال با افزایش سن بهتر می شود ولی ممکن است در بزرگ سالی هم ادامه پیدا کند، در این صورت معمولاً بیش فعالی تخفیف پیدا می کند ولی رفتارهای تکانشی، ضعف تمرکز و ریسک پذیری ممکن است بدتر شود. به گفته وی، این مسائل ممکن است با یادگیری، کار و نحوه ارتباط فرد با دیگران تداخل پیدا کند.

وی ادامه می دهد: افسردگی، اضطراب، اعتماد به نفس پایین و سوءمصرف مواد در بزرگ سالان مبتلا به ADHD شایع است.

اختلال نقص توجه و بیش فعالی چطور تشخیص داده می شود؟ «یزدانی» به این سوال نیز این گونه پاسخ می دهد: اگر شما در سنین کودکی و نوجوانی

هستید و احساس می کنید مشکلاتی که به آن ها اشاره شد در شما وجود دارند، می توانید به سرویس های خدمات سلامت روان کودکان و نوجوانان (CAMHS) یا سرویس خدمات کودکان مراجعه کنید.

حدود ۳ تا ۵ نفر از هر ۱۰۰ کودک دبستانی به ADHD مبتلا هستند و بیش از ۲ نفر از هر ۳ کودک مبتلا به ADHD تا دوره نوجوانی همچنان علامت دار باقی می مانند که این میزان در بزرگ سالی به ۲ نفر از هر ۳ نفر می رسد

وی اظهار می کند: کارکنان متخصص برای شما یک مصاحبه تشخیصی یک تا ۲ ساعته انجام می دهند و راجع به اوایل کودکی و مشکلات فعلی شما از خانواده یا مدرسه تان اطلاعاتی می گیرند و اگر با گذشته زمان و در صورتی که علائم اختلال تا بزرگ سالی ادامه پیدا کند، فرد از سرویس های خدمات کودکان و نوجوانان به سرویس های خدمات بزرگ سالان منتقل می شود.

رئیس گروه بیماری های غیرواگیردار معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی در پاسخ به این سوال که اختلال نقص توجه و بیش فعالی چقدر شایع است؟ نیز بیان می کند: به نظر می رسد این اختلال در پسرها بیش از دخترها وجود داشته باشد، از طرفی حدود ۳ تا ۵ نفر از هر ۱۰۰ کودک دبستانی به ADHD مبتلا هستند و بیش از ۲ نفر از هر ۳



سلامت نامه



کمبود ریزمغذی ها، یک مشکل تغذیه ای شایع در کودکان

کمبود ریزمغذی ها به ویژه آهن و ویتامین های A و D از مشکلات تغذیه ای شایع در کودکان زیر ۲ سال به شمار می آید. مدیر گروه بهبود تغذیه معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با بیان این مطلب اظهار کرد: آهن، يك ریزمغذی اساسی در تغذیه دوران شیر خوارگی است و اگر دریافت آن کمتر از میزان مورد نیاز باشد، آئمی فقر آهن بروز می کند که می تواند منجر به اختلال تکامل شیرخوار در يك تا ۲ سالگی شود.

«نسرین علیزاده» اضافه کرد: کمبود ریزمغذی ها موجب افزایش موارد ابتلا به بیماری ها، اختلال در رشد کودکان، تولد نوزاد کم وزن، کاهش بهره هوشی، کاهش توانمندی های ذهنی و جسمی خواهد شد و علاوه بر آن هزینه های سنگینی را به دلیل مراقبت درمان به کشور تحمیل می کند.

وی ادامه داد: در ۶ ماه اول عمر کودک، تغذیه انحصاری با شیر مادر و استفاده از قطره A و D نیازهای تغذیه ای شیرخوار را فراهم می سازد.

وی با اشاره به این که مکمل یاری به عنوان یکی از استراتژی های عمده برای پیشگیری و کنترل کمبود ریزمغذی ها در کشور به اجرا گذاشته شده است، خاطرنشان کرد: برای تمام شیرخواران سالم که با وزن طبیعی متولد می شوند، دادن قطره آهن از پایان ۶ ماهگی یا همزمان با شروع تغذیه تکمیلی با دز یک میلی گرم به ازای هر کیلوگرم وزن بدن کودک در روز، حداکثر ۱۵ میلی گرم آهن المنتال (خالص) در روز، تقریباً معادل ۱۵ قطره آهن روزانه توصیه می شود و تا پایان ۲ سالگی ادامه می یابد.

وی توصیه کرد: مادران برای جلوگیری از تغییر رنگ دندان ها قطره آهن را بین ۲ وعده شیردهی و در عقب دهان کودک بچکانند و پس از دادن قطره به شیرخوارانی که از ۶ ماهگی قطره آهن را شروع کرده اند آب سالم و بهداشتی بدهند. «علیزاده» اضافه کرد: مواد غذایی حاوی ویتامین C مانند میوه ها و آب میوه های تازه و خانگی به ویژه مرکبات موجب افزایش جذب آهن می شوند و می توان قطره آهن را همراه با آن ها که متناسب با سن کودک باشد توصیه کرد.

وی بیان کرد: استفاده از مواد غذایی حاوی آهن و سبزی هایی مانند جعفری و گشنیز در سوپ کودک توصیه می شود.

مقام معظم رهبری:

محدود کردن تعداد فرزند خطاست

«آگهی مزایده عمومی مرحله اول»

شهرداری جاجریم در نظر دارد به استناد مصوبه شماره ۸۶۳-۱۵/۰۶/۱۴۰۰ شورای اسلامی شهر جاجریم، نسبت به فروش یک قطعه زمین با کاربری مسکونی واقع درحاشیه اصلی خیابان بهشتی-بهشتی۲۴ از طریق مزایده عمومی اقدام نماید.لذا متقاضیان میتوانند از تاریخ انتشار آگهی به مدت ۱۰روز کاری تا پایان وقت اداری (یکشنبه ۰۳/۱۱/۱۴۰۰) با در نظر گرفتن شرایط و مشخصات ذیل قیمت پیشنهادی خود را در پاکت دربسته به دبیرخانه شهرداری تسلیم نمایند. **شرایط شرکت در مزایده:** ۱۰- واریز سپرده شرکت در مزایده معادل ۵درصد قیمت کارشناسی به صورت نقد به شماره حساب ۰۴۱۷۹۲۵۰۱۲۳۲۳۰ نزد بانک سپه بنام شهرداری جاجریم

۲- قیمت پایه بر مبنای نظریه کارشناس رسمی دادگستری(به ازای هر مترمربع ۰۰۰/۰۰۰/۲۰ریال) می باشد.

۳- شهرداری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار می باشد.

۴- کلیه هزینه های مالی از قبیل هزینه آگهی، کارشناسی و غیره که در اثر مزایده حادث گردد به عهده برنده مزایده خواهد بود.

۵- به پیشنهاداتی که فاقد سپرده واریزی، مخدوش و یا بعد از مهلت مقرر واصل گردد،ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۶- برنده مزایده موظف است ظرف مدت ۷روز پس از اعلام کتبی یا تلفنی شهرداری جهت پرداخت بهای زمین به صورت نقد به شهرداری مراجعه در غیر اینصورت سپرده واریزی شرکت در مزایده به نفع شهرداری ضبط خواهد شد.

۷- در صورتی که نفرات اول تا سوم شرکت کننده از انجام معامله خودداری نمایند. سپرده شرکت در مزایده آنان به ترتیب به نفع شهرداری ضبط خواهد شد. ۸- پیشنهاددهندگان تایید مینمایند که مشمول قانون منع مداخله کارکنان دولت در معاملات دولتی مصوب دیماه ۱۳۳۷ نمی باشند.

۹- متقاضیان جهت اطلاعات بیشتر به امور ساختمان و شهرسازی شهرداری مراجعه یا با شماره ۰۵۸-۳۲۷۲۲۶داخلی ۱۱۱ تماس حاصل فرمایند.

ردیف	آدرس	متراژ(مترمربع)	قیمت پایه(ریال)	مبلغ سپرده	شماره حساب سپرده نزد بانک سپه بنام
۱	خیابان شهید بهشتی ۲۴	۲۹۸،۲۸	۲۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال	۲۹۸،۲۸۰،۰۰۰ریال	شهرداری جاجریم
					۰۴۱۷۹۲۵۰۱۲۳۲۳۰

محمد ایزدی جاجریم-سرپرست شهرداری جاجریم

آگهی فروش (نوبت چهارم)

شرکت تعاونی مسکن ارغوان سفید پیرو مصوبه مجمع عمومی شرکت و مجوز اداره کل تعاون کار و رفاه اجتماعی خراسان شمالی در نظر دارد نسبت به فروش یک قطعه زمین به مساحت تقریبی ۳۱۱ مترمربع واقع در بجنورد- بلوار ولایت- کوچه ناظرآباد یک (اراضی تفکیکی سازمان نظام مهندسی کشاورزی و منابع طبیعی خراسان شمالی) به صورت مزایده به فروش برساند.متقاضیان محترم از مورخه ۱۴۰۰/۱۰/۲۴ لغایت ۱۴۰۰/۱۰/۳۰ جهت کسب اطلاعات بیشتر و خرید فرم های مزایده از ساعت ۸ الی ۱۸ به شماره های ۰۹۱۵۱۸۴۰۵۴۷۰ و ۰۹۱۲۸۶۰۷۸۳ (هیئت مدیره) تماس حاصل فرمایند.

هیئت مدیره شرکت

۰۱۴۰۰۵۶۸۱۷/۰

دعوتنامه تشکیل مجمع عمومی عادی (نوبت اول)

جلسه مجمع عمومی شرکت تعاونی مسکن ارغوان سفید به شماره ثبت ۲۶۷۴ در روز جمعه مورخه ۱۴۰۰/۱۱/۸ رأس ساعت ۱۱ در محل مسجد حضرت امیرالمومنین واقع در بجنورد خیابان شهید فرهادی، نبش فرهادی ۱۶ برگزار می گردد. از اعضا محترم دعوت می شود جهت اتخاذ تصمیمات ذیل حضور یابند. ضمناً هر عضو حداکثر می تواند سه وکالت و غیرعضو تنها یک رأی وکالتی داشته باشد و جهت اعطای وکالت از مورخه ۱۴۰۰/۱۱/۵ لغایت ۱۴۰۰/۱۱/۷ به نزد مدیرعامل مراجعه نمایند. **دستور جلسه:** ۱- ارائه گزارش کتبی هیئت مدیره و بازرس

۲- تصویب صورتهای مالی سال ۱۳۹۵ لغایت ۱۳۹۹* ۳- انتخاب اعضای هیئت تصفیه ۴- تعیین محل تصفیه و ناظرین هیئت تصفیه ۵- تعیین میزان حقوق و مزایای هیئت تصفیه و هیئت مدیره

هیئت مدیره

۰۱۴۰۰۵۶۸۲۲/۱