

همت شبانه روزی برای برف‌روبی و بازگشایی معابر بجنورد

وی ادامه داد: تمام معابر در راه های منتهی به اماکن بهداشتی، درمانی و آموزشی نمک پاشی و از سمت هسته مرکزی به محلات، ماسه و نمک پاشی شد. به گفته وی، همچنین برف رویی در شهرک‌های اطراف از جمله شهرک ولیعصر (عج) از جمعه شب آغاز و محله حصار شیرعلی و بولوار آیت ... موسوی بجنوردی نیز نمک پاشی شد.

شهردار بجنورد یادآور شد: در تمام مراحل عملیات زمستانی، مهندس «شادکام» معاون خدمات شهری در محل حضور داشت و طی بازدید از محلات، اولویت‌های منطقه‌ای را برای بازگشایی یادآوری، برنامه ریزی و اجرا می کرد. دکتر «حمیدی» از همکاران خدمات شهری که در برودت هوا حضور فعال داشتند و خدمات دهی کردند، تقدیر کرد.

مشارکت پرسنل سازمان سیما و منظر شهرداری در برف رویی معابر، بارگیری مخلوط شن و نمک از انبار و انتقال به محلات شهری برای پخش و توزیع و نمک پاشی معابر و خیابان ها توسط گروه های مختلف از جمله نکات دیگری بود که شهردار بجنورد به آن ها اشاره کرد.

وی تأکید کرد: با وجود تلاش شبانه روزی پرسنل شهرداری، پس از بارش برف، همواره به مشارکت شهروندان عزیز و کسبه گرامی در برف رویی و یخ زدایی محوطه محل زندگی و کسب و کارشان قطعاً نیازمندیم. وی گفت: عملیات برف رویی به دو شکل دستی و مکانیزه انجام و عمده بخش های شهر در محورهای پرتردد پاک سازی شد.



با وجود بارش شدید برف در روز جمعه، با توجه به پیش بینی های صورت گرفته، پرسنل شهرداری بجنورد که در آماده باش قرار داشتند، با وجود برودت دما، به سرعت و به شکل شبانه روزی برای برف‌روبی و بازگشایی معابر اقدام کردند، ضمن این که مدیران شهرداری نیز در تمامی ساعات بر عملیات برف رویی نظارت داشتند و جمعه شب تا صبح همچون پرسنل شهرداری نخواستند و شهردار هم در ساعت ۶ صبح که عملیات نمک پاشی در مبادی ورودی شهر انجام می گرفت حضور و بر انجام خدمات نظارت داشت. شهردار بجنورد اظهار کرد: مدیریت ستاد بحران شهرداری بجنورد با هدف نظارت، برنامه ریزی و اجرای خدمات در یخ زدایی و بازگشایی معابر از ساعت ۲۰ جمعه تا ۸ صبح شنبه در حال آماده باش بودند و در مقر سامان دهی نیروهای ستادی و اجرایی حضور پیدا کردند. دکتر «حمیدی» افزود: عمده محورهای مهم شهری در ابتدای صبح شنبه بازگشایی شده بود و شاهد تردد روان در شهر بودیم. وی با بیان این که راه های ارتباطی درون شهری باز است توصیه کرد عابران پیاده برای جلوگیری از حوادث احتمالی از تردد غیرضروری بپرهیزند. دکتر «حمیدی» خاطرنشان کرد: همزمان با بارش برف، عوامل اجرایی و ستاد عملیات زمستانی شهرداری در پارک موتوری حضور یافتند تا بر اساس برنامه منسجم کاری، عملیات برف‌روبی و بازگشایی معابر را آغاز کنند.



یک جراح و دندان پزشک اعلام کرد:

نکاتی درباره «آفت دهان»

- عدم مصرف غذاهایی که ایجاد آفت را تشدید می کنند (مثل غذاهای آلرژیک)
- در صورت کمبود باید مکمل مولتی‌ویتامین مصرف شود.
- عدم مصرف غذاها و مایعات محرک مثل آبلیمو یا رب گوجه.
- کاهش استرس
- داروهای ضدالتهابی که توسط پزشک تجویز می شوند.

- داروهای ضدباکتریایی (مثل سولفات مس)
- داروهایی که سطح زخم‌های آفتی را شست و شو می‌دهند (مثل پراکسید هیدروژن و کار با میدپراکسید)
- داروهای گیاهی: برخی عصاره‌های گیاهی باعث تخفیف علائم بیماران آفتی می‌شوند.
- مصرف مرتب و روزانه ماست که محتوی لاکتوباسیلوس اسیدوفیلوس باشد.
- کاهش عوامل آسیب زننده (تروماتیک) دهان مثل دندان های شکسته، جرم زیاد و پرکردگی‌های کند: هر چند رعایت بهداشت دهان به صورت دقیق و منظم

علل ایجاد آفت دهان در هر فرد با فرد دیگر ممکن است متفاوت باشد که به سیستم بدنی فرد بستگی دارد و به طور کلی آفت دهان به علت ضعیف بودن سیستم ایمنی بدن افراد است



بسیاری از افراد در زندگی خود، دچار «آفت دهان» می شوند که برای آن ها آزاردهنده است و به دنبال راه هایی برای درمان سریع تر آن هستند. یک جراح و دندان پزشک در گفت و گو با خبرنگار ما نکاتی را درباره شناخت آفت دهان و روش های درمان آن بیان می کند.

دکتر «مهرین یاهوئیان» می گوید: «آفت دهان» یک نوع زخم از مجموعه زخم های دهانی است که روی زبان، داخل لب، زیر زبان و ... می تواند رخ دهد. آفت ها ممکن است عمیق یا سطحی باشند و مسری نیستند. آفت دهان ممکن است منشأ ارثی داشته باشد یا توسط یک عامل محیطی مشترک، مثل یک نوع ماده غذایی خاص و آلرژی زا بروز کند. حاشیه این زخم ها توسط یک هاله قرمز پوشیده شده است.

کارشناس مسئول بهداشت دهان و دندان دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی، انواع آفت های دهان را شامل مینور، ماژور و هرپتی فرم برمی شمرد و می افزاید: آفت دهانی مینور، بسیار شایع و به صورت دایره های کوچکی است و ۸۰ درصد شیوع دارد. آفت های ماژور، بزرگ تر و نسبت به آفت مینور عمیق تر هستند، مدت زمان بهبودی طولانی تری هم دارند و ۱۰ درصد شیوع دارند. آفت هرپتی فرم هم بیشتر در بزرگ سالان ایجاد می شود، به صورت ریز و دسته ای است و ۱۰ درصد شیوع دارد.



علل ایجاد آفت دهان

این جراح و دندان پزشک درباره علل ایجاد آفت دهان اظهار می کند: علل ایجاد آفت دهان در هر فرد با فرد دیگر ممکن است متفاوت باشد که به سیستم بدنی فرد بستگی دارد و به طور کلی آفت دهان به علت ضعیف بودن سیستم ایمنی بدن افراد است. دکتر «یاهوئیان» با بیان این که آفت ممکن است بر اثر شرایط و علایم جزئی یا حاد بدن ایجاد شود، این علایم را مورد اشاره قرار می دهد و اضافه می کند: علایم جزئی شامل زخم روی زبان، زخم روی سقف دهان، زخم داخل بافت دهان و عفونت دندان است. علایم حاد، شامل ضعف جسمی، تب، التهاب غدد لنفاوی و استوماتیت عود کننده است.

درمان آفت دهان

وی به نکته مهمی در این خصوص اشاره و تصریح می کند: آفت خود به خود خوب می شود و معمولاً به درمان نیازی ندارد. برای آفت اگر درمانی صورت بگیرد معمولاً به منظور کاستن از درد و التهاب و استرس و جلوگیری از اضافه شدن عفونت ثانویه به آن است. دکتر «یاهوئیان» رایج ترین درمان هایی را که در این خصوص توصیه می شود بیان کرد که در ادامه آن ها را مرور می کنیم:

۱- رعایت بهداشت دهان. استفاده از داروی آفتین ژل (پایین آورنده درد و التهاب زخم های دهان)

۲- استفاده از آنتی بیوتیک موضعی مانند کپسول های

۲۵۰ میلی گرمی تتراسایکلین محلول در سرم فیزیولوژی (به صورت دهان شویه)

۳- رفع کمبودهای ویتامینی و املاح سزیمی همچون ویتامین ب۱۲، آهن و اسید فولیک و پرهیز از غذاهای آلرژی زا

۴- استفاده از داروهای بی حس کننده موضعی همچون لیدوکائین یا دیفن هیدرامین

۵- استفاده از مواد محافظ موضعی حاوی استروئیدهای موضعی همچون تریامسینولون یا کلوتنازول یا فلاکینولون

۶- استفاده از آنتی بیوتیک موضعی مانند کلرهگزیدین، بنزیدامین یا پرسیکا

۷- استفاده از محلول آب ولرم و نمک چند بار در روز این جراح و دندان پزشک خاطرنشان می کند: هر چند درمان قطعی برای آفت وجود ندارد ولی روش هایی وجود دارد که در کاهش مدت حضور زخم و نیز کاهش درد و ناراحتی بیمار مؤثر است. دکتر «یاهوئیان» در ادامه این روش ها را مورد اشاره قرار می دهد که آن ها را از نظر می گذرانیم:

- استفاده از خمیردندان هایی که حاوی سدیم لوریل سولفات نباشند.

- استفاده از محصولاتی که با ایجاد یک لایه محافظ روی زخم ها مانع تحریک آن ها توسط عوامل محیطی می شوند.

- محصولات بی حس کننده موضعی

