

ضرب المثل های جهانی

وام همیشه تازه است

● ضرب المثل هلندی ●

اینفوگرافیک



اینفوگرافیک اختصاصی روزنامه طلوع

بهترین مواد غذایی برای درمان کم خونی

عسل:

منیزیم و مس موجود در عسل می تواند میزان گلبولهای قرمز بدن را افزایش دهد

چغندر قرمز:

تصفیه کننده موثر خون است و مصرف آن یکی از بهترین راههای پیشگیری از کم خونی است

جودو سر:

تنها مصرف روزانه ۲ قاشق غذاخوری جودوسر، ۲/۵ میلی گرم از آهن مورد نیاز بدن را تامین میکند

خرما:

غنی از آهن است در نتیجه کم خونی را درمان می کند

نان سبوس دار:

یک برش نان سبوس دار ۶ درصد نیا روزانه بدن به آهن را تامین میکند

لوبیا:

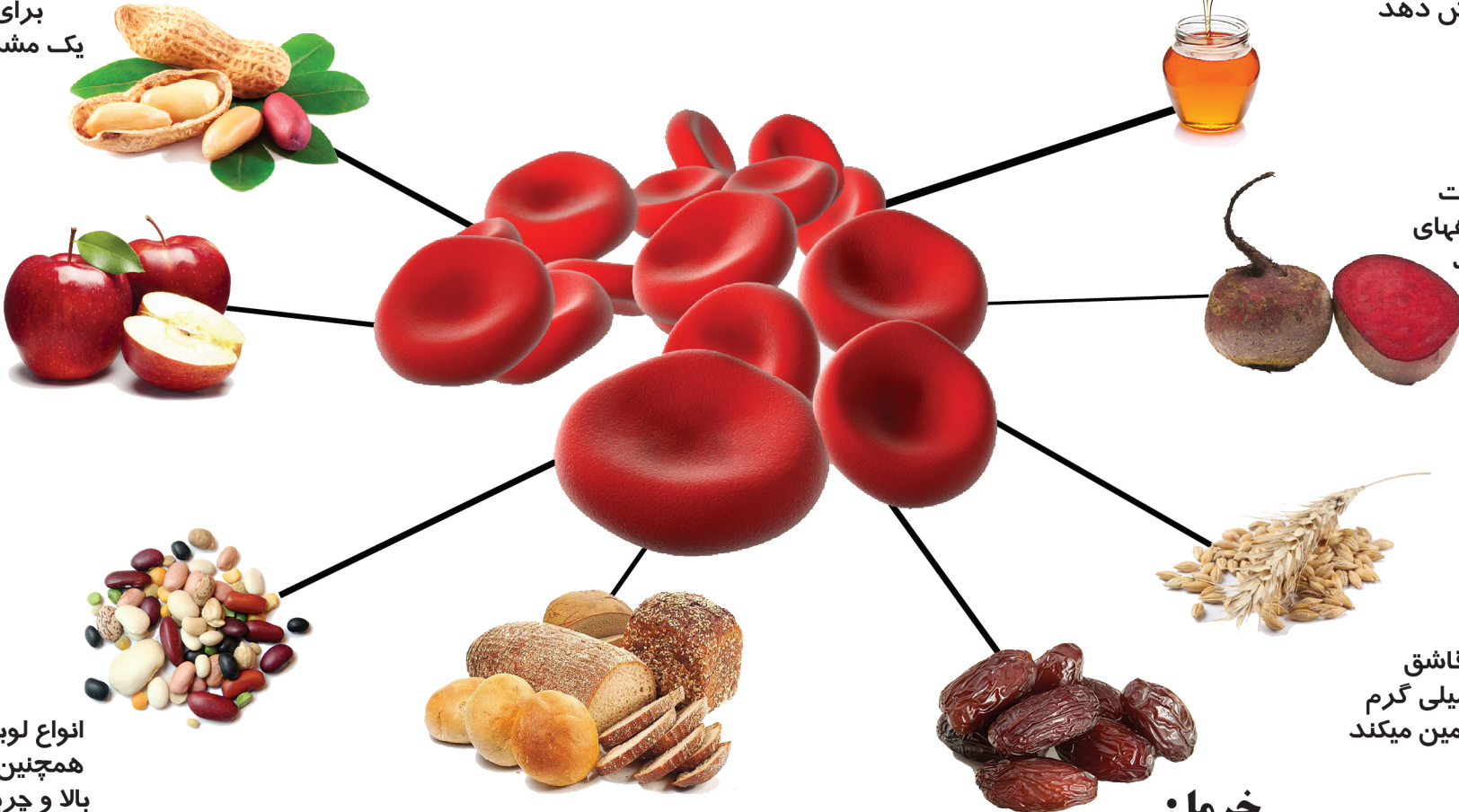
انواع لوبیا غنی از آهن است همچنین لوبیا حاوی پروتئین بالا و چربی پایین است که در پیشگیری از کم خونی نیز نقش دارد

سیب:

ویتامین C موجود در سیب در جذب آهن موثر است

بادام زمینی:

برای تامین نیاز روزانه آهن، یک مشت بادام زمینی مصرف کنید



تعارف شماره (۱-۲) - عوارض زیر بنا (احداث اعیانی) از نوع مسکونی به صورت تک واحدی

ردیف	عنوان تعریف عوارض	ماخذ و نحوه محاسبه عوارض	توضیحات
۱	تا زیربنای ۶۰ مترمربع	۲٪/۴۰٪	بند (۱): منظور از واحد مسکونی تک واحدی، اعیانی است که در سطح و یا هر طبقه، بیش از یک واحد احداث نشود و چنانچه در هر طبقه و یا طبقات دو واحد ساخته شود تک واحد محسوب نمی گردد و در این گونه موارد نحوه محاسبه عوارض زیر بنا (احداث اعیانی مسکونی) از نوع مجتمع های مسکونی ملاک عمل خواهد بود
۲	تا زیربنای ۱۰۰ مترمربع	۲٪/۷۰٪	
۳	تا زیربنای ۱۵۰ مترمربع	۲٪/۱۱۰٪	
۴	تا زیربنای ۲۰۰ مترمربع	۲٪/۱۵۰٪	
۵	تا زیربنای ۳۰۰ مترمربع	۲٪/۱۸۰٪	
۶	تا زیربنای ۴۰۰ مترمربع	۲٪/۲۱۰٪	
۷	تا زیربنای ۵۰۰ مترمربع	۲٪/۲۵۰٪	
۸	تا زیربنای ۶۰۰ مترمربع	۲٪/۳۰۰٪	
۹	از زیربنای ۶۰۰ مترمربع به بالا	۲٪/۳۵۰٪	

تعارف شماره (۲-۲) - عوارض زیر بنا (احداث اعیانی) صدور پروانه ساختمانی مجتمع ها و آپارتمان های مسکونی

ردیف	عنوان تعریف عوارض	ماخذ و نحوه محاسبه عوارض	توضیحات
۱	تا زیربنای ۲۰۰ مترمربع	۱/۱۰۰٪/۶۰٪ میانگین سطح واحد	بند (۱): منظور از مجتمع ها و آپارتمان های مسکونی اعیانی است که در هر طبقه بیش از یک واحد مسکونی احداث گردد
۲	تا زیربنای ۴۰۰ مترمربع	۱/۱۰۰٪/۸۰٪ میانگین سطح واحد	بند (۲): مساحت پارکینگ، راه پله، آسانسور، شونینگ زیاله و خریشته یا رعایت ضوابط طرح تفصیلی شامل محاسبه عوارض نمی گردد
۳	تا زیربنای ۶۰۰ مترمربع	۱/۱۰۰٪/۱۰۰٪ میانگین سطح واحد	بند (۳): در صورت درخواست متقاضیان احداث استخر، سونا، جکوزی (خارج از اعیانی) یا رعایت ضوابط و مقررات شهرسازی قابل وصول می باشد. چنانچه K.P. هر مترمربع قسمتی از اعیانی برای این منظور استفاده شود در عوارض زیر بنا مورد محاسبه قرار نمی گیرد
۴	از ۶۰۰ مترمربع تا ۱۵۰۰ مترمربع	۱/۱۰۰٪/۱۲۰٪ میانگین سطح واحد	
۵	از ۱۵۰۰ تا ۳۰۰۰ مترمربع	۱/۱۰۰٪/۱۵۰٪ میانگین سطح واحد	
۶	بیش از ۳۰۰۰ مترمربع	۱/۱۰۰٪/۲۰۰٪ میانگین سطح واحد	

تعارف شماره (۲۰-۲) - عوارض خدمات شهری

ردیف	عنوان تعریف عوارض	ماخذ و نحوه محاسبه عوارض	توضیحات
۱	هزینه حمل و جمع آوری پسماند عادی از کلیه واحدهای مسکونی	ماهانه ۳۵,۰۰۰ ریال	کسانی که عوارض پسماند در ماههای مشخص شده ذیل پرداخت نمایند از تخفیفات بهره مند می شوند. فروردین ۴۰٪ تخفیف اردیبهشت ۳۵٪ تخفیف خرداد ۳۰٪ تخفیف تیر ۲۵٪ تخفیف مرداد و شهریور ۲۰٪ تخفیف زیر بنا ۲۱٪

پرستاران نیاز به حمایت دارند

آموزش پرستاری باید تخصصی شود



گزارش از مریم زارع خفزی: خیلی از آنها که پرستاری را برای کار آینده خود انتخاب می کنند باور دارند این شغل دلی است و می توان تمام سختی، مشکلات و حتی بی خوابی های شبانه آن را برای دیدن لحظه نجات انسانی از مرگ تحمل کرد... اما همه برای ادامه دادن نیاز داریم حمایتان کنند، دیده شویم و حتی گاهی پای درد و دل هایمان بنشینند.

چندان دیده نمی شد و از سمت دانشگاه نیز نظارت چندانی روی آنها انجام نمی گرفت همچنین تعداد این مراکز مشاوره نیز جوابگوی بیماران نبود اما حال با بازنگری هایی در آیین نامه اجرایی این طرح، می توان این برنامه را به صورت کنترل شده و تحت نظر پیش برد.

وی با اشاره به شاخص های متفاوت ارزیابی کیفیت کار پرستاری گفت: ما در بخش کنترل عفونت در مراکز درمانی در سال گذشته توانستیم مقام سوم کشوری را کسب کنیم و در مورد شاخص زخم بستر که امسال مورد تاکید وزارت بهداشت است نیز ما از مدت ها پیش کار را آغاز کرده ایم و امیدواریم با همراهی پرستاران استان روز به روز این شاخص را نیز بهبود دهیم.

بخش درمان
دکتر علی بهادر معاون درمان دانشگاه در مراسم بزرگداشت روز پرستار در شیراز نیز گفت: معوقات بیمه ها به دانشگاه های علوم پزشکی کشور ۸۰ هزار میلیارد ریال است که همین کمبود اعتبارات باعث می شود خدمات درمانی کمتری به مردم ارائه شود.

وی افزود: حدود ۴ هزار میلیارد آن با راینی هایی که انجام شده تاکنون پرداخت شده و مابقی نیز تخصیص نیافته است از همین ۴ میلیارد نیز فقط بخشی به صورت نقد است و مابقی از طریق اوراق است و ما برای نقد کردن آن در سیستم بانکی مشکل داریم.

وی یادآور شد: تا زمانی که این معوقات نقد نشود ما نمی توانیم مطالبات پرسنل درمانی را بپردازیم از سوی دیگر همین کمبود اعتبارات باعث می شود خدمات درمانی کمتری به مردم ارائه شود.

وی یادآور شد: پرستاری شغل شریفی است و نقش مهمی در درمان دارد؛ چون پرستاران زمان بیشتری در کنار بیماران می مانند و آنها در کنار پزشکان یک تیم را تشکیل می دهند و نمی توان آنها را از هم جدا کرد و امیدوارم شرایطی پیش آید که حق آنها را بتوانیم ادا کنیم.

و مامایی دانشگاه شیراز نیز گفت: اگر ما دانشجویان توانمند انتخاب کنیم و در کنار آن هیئت علمی دانشگاه های پرستاری را درست گزینش کنیم در نهایت می توانیم پرستارانی داشته باشیم که در نظام سلامت ما کارآمد باشند.

از طرفی باید تمام تلاش خود را برای فراهم کردن حداکثر خدمات رفاهی برای این قشر فراهم کنیم تا انگیزه و احساس رضایت بیشتری در آن ها فراهم شود. همچنین ما نیازمند تخصصی شدن حوزه پرستاری هستیم و در حال حاضر ۲۰۰ دانشجوی دانشکده پرستاری شیراز در مقطع کارشناسی ارشد تحصیل می کنند.

وی ادامه داد: اگر می خواهیم در زمینه پیشگیری موفق باشیم باید پرستاران بیشتری جذب کنیم.

وی ادامه داد: با افزایش جمعیت سالمند در آینده، با توجه به هرم سنی جامعه و با توجه به تعداد کنونی پرستاران نیاز شدیدی به پرستاران داریم تا بتوانیم در امر پیشگیری نیز موفق شویم.

همچنین بسیاری از بیماران از جمله سالمندان نیاز به مراقبت های بعد از ترخیص بیمارستان دارند و چون افراد عادی توانایی انجام چنین خدماتی را ندارند باید در این زمینه پرستاران وارد شوند.

مدیر خدمات پرستاری و مامایی استان فارس نیز در این باره گفت: ورود دفاتر پرستاری به مراکز مشاوره در منزل یک مزیت خوب برای خانواده بیماران است.

وی ادامه داد: تا قبل از کار مراکز مشاوره

علم امروز دنیا نیز می گوید افراد برای این که بتوانند خدمات بهتری به مخاطبان خود ارائه دهند نیاز دارند اول از دانش روز برخوردار باشند و در مرحله دوم شرایط استاندارد لازم برای انجام کار و امکانات رفاهی برای افراد مهیا باشد تا آنها بتوانند استعداد های خود را بروز دهند؛ بنابراین پرستاران نیز برای بهبود خدمات خود نیاز به حمایت دارند.

اعطای پروانه صلاحیت حرفه ای به پرستاران
مدیر خدمات پرستاری و مامایی استان فارس نیز در بزرگداشت روز پرستار در شیراز گفت: طرح اعطای پروانه صلاحیت حرفه ای به پرستاران سبب ارتقای علمی پرستاران می شود تا بتوانند کیفیت خدمات به بیماران را افزایش دهند و در نهایت رضایتمندی بیشتر بیماران را فراهم کنند.

به گفته محبوبه ظریفکار فرد، بر اساس آیین نامه های این طرح افراد در زمینه های حرفه ای، اخلاقی، علمی و انضباطی بررسی می شوند و در نهایت اگر بتوانند امتیازات کافی را کسب کنند به آنها این گواهی نامه اعطا می شود.

هر چند به گفته وی قرار بود یکی از شاخص های ارزیابی مدت زمان آموزش افراد باشد اما به دلیل اینکه در سیستم پرستاری آموزش های مداوم خیلی کم است برای همین برای قرار گرفتن افراد بیشتر در این طرح و استفاده از مزایای آن کلاس های ضمن خدمت در نظر گرفته شده است.

حرکت به سمت تخصصی کردن پرستاری
دکتر فرخنده شریف رییس دانشگاه پرستاری