



تاریخ
۳۰
شهریور
۱۴۰۰
سه‌شنبه

هر شماره؛معرفی یک بیماری و پیشگیری و درمان آن

این شماره: روانشناسی سلامت

روانشناسی سلامت چیست؟

موسسه روانشناسی کودک و خانواده



روانشناسی سلامت یک زمینه ی تخصصی است که بر چگونگی زیست شناسی، روانشناسی، رفتار و عوامل اجتماعی که بر سلامت و بیماری تاثیر می گذارند، تمرکز دارد. روانشناسی پزشکی و طب رفتاری، گاهی به جای همدیگر با اصطلاح روانشناسی سلامت، استفاده می شوند. سلامتی و بیماری توسط طیف گسترده ای از عوامل، تحت تاثیر قرار می گیرند. در حالی که بیماری های واگیردار و ارثی شایع هستند، بسیاری از عوامل رفتاری و روان شناختی وجود دارند که می توانند به طور کلی رفاه جسمانی و شرایط مختلف پزشکی را تحت تاثیر قرار دهند.

یک دید کلی از روانشناسی سلامت

زمینه روانشناسی سلامت بر ارتقاء سلامت و همچنین به عنوان پیشگیری و درمان بیماری ها، متمرکز شده است. روانشناسان سلامت همچنین در درک این که چگونه مردم در مقابل بیماری ها واکنش نشان می دهند و با آن ها مقابله می کنند و بهبود می یابند، تمرکز دارند.

برخی از روانشناسان سلامت، در بهبود روند سیستم مراقبت های بهداشتی و رویکرد دولت بر سیاست مراقبت های سلامتی، کار می کنند.

بخش ۳۸ انجمن روانشناسی آمریکا، به روانشناسی سلامت اختصاص داده شده است. طبق این بخش، آن ها بر درک بهتر سلامتی و بیماری و بررسی عوامل روان شناختی که سلامت را تحت تاثیر قرار می دهند و به سیستم مراقبت های سلامت و سیاست های سلامت کمک می کنند، تمرکز دارند.

چگونه روانشناسی سلامت، نسبت به زمینه های دیگر روانشناسی متفاوت است؟

با توجه به تاکید روانشناسی سلامت بر رفتار و تغییرات رفتاری، روانشناسی سهم منحصر به فردی را در ایجاد آن دارد. به عنوان مثال، روانشناسان سلامت در حال حاضر تحقیقات کاربردی را در زمینه ی توسعه ی عادات سالم و همچنین پیشگیری یا کاهش رفتارهای ناسالم انجام می دهند. تاثیر رفتار بر سلامت و همچنین تاثیر وضعیت های سلامت و بیماری بر عوامل روان شناختی، در حال بررسی هستند.

بیماری های مربوط به عوامل رفتاری و روان شناختی

برخی از بیماری هایی که به عوامل روان شناختی یا رفتاری مربوط هستند، عبارتند از:

سکته مغزی

بیماری قلبی

ایدز

سرطان

تولد نوزادان ناقص و مرگ و میر نوزادان

بیماری های عفونی

بر اساس یک مطالعه(Mokdad و همکارانش، ۲۰۰۴)، نزدیک به نیمی از مرگ و میر در ایالات متحده می تواند به رفتارها یا دیگر عوامل خطر آفرین که بیشترشان قابل پیشگیری هستند، مرتبط باشند. روانشناسان سلامت با افراد، گروه ها و جوامع برای کاهش این عوامل مخاطره انگیز و بهبود سلامت کلی و کاهش بیماری، کار می کنند.

مسائل کنونی در روانشناسی سلامت

در حالی که روانشناسان سلامت در طیف گسترده ای از فعالیت ها درگیر هستند، در ادامه، تنها به تعداد کمی از مسائل کنونی در روانشناسی سلامت اشاره می کنیم:

کاهش استرس

مدیریت و کنترل وزن

ترک سیگار

بهبود تغذیه روزانه

کاهش رفتارهای پرخطر جنسی

مراقبت از آسایشگاه و مشاوره غم و اندوه برای بیماران لاعلاج

آشنایی با مدل Biosocial در روانشناسی سلامت

امروزه، رویکرد اصلی مورد استفاده در روانشناسی سلامت به عنوان مدل Biosocial شناخته می شود. بر اساس این دیدگاه، بیماری و سلامت نتیجه ترکیبی از عوامل زیستی، روان شناختی و اجتماعی هستند.

عوامل بیولوژیکی شامل ویژگی های شخصیتی و اختلالات ژنتیکی به ارث برده شده هستند.

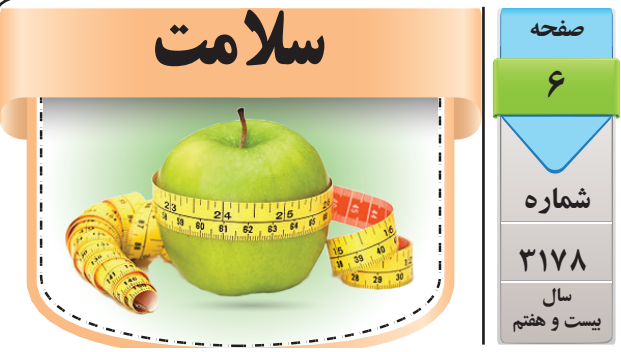
عوامل روان شناختی شامل سبک زندگی، ویژگی های شخصیتی و سطوح استرس می باشد.

عوامل اجتماعی مواردی نظیر پشتیبانی از سیستم های اجتماعی، روابط خانوادگی و باورهای فرهنگی را شامل می شود.

چگونه روانشناسی سلامت می تواند به شما کمک کند؟

روانشناسی سلامت، زمینه ای است که به سرعت در حال رشد می باشد. در حالی که با افزایش تعداد افرادی که به دنبال به دست گرفتن کنترل سلامت خود هستند، افراد بیشتری به دنبال اطلاعات و منابع مرتبط با سلامت می باشند. روانشناسان سلامت ، بر آموزش مردم در مورد سلامت و تندرستی شان متمرکز شده اند، به طوری که تقاضا از سوی مردم برای انجام این کار افزایش یافته است.

روانشناسی سلامت، می تواند برای افراد در راه ها و روش های مختلفی سودمند باشد. بسیاری از متخصصان در این حوزه، به طور خاص در زمینه های پیشگیری و توجه به مردم و همچنین کمک به جلوگیری از مشکلات سلامتی قبل از اینکه شروع شوند، کار می کنند. این روند ممکن است شامل کمک به مردم جهت حفظ وزن سالم، اجتناب از رفتارهای پرخطر و ناسالم و حفظ چشم اندازی مثبت که می تواند با استرس، افسردگی و اضطراب مبارزه کند، باشد.



موضوعات روانشناسی سلامت کدامند؟

دکتر سید حامد واحدی اردکانی



و بهتر پی برد.

- درمان کمکی در سکته مغزی و فلج اندام، دیابت، آسم عصبی، فشارخون و سایر بیماری های قلبی متاثر از روان، صرع، سندروم خستگی مزمن و سایر بیماری های خودایمن، التهاب روده، گلوپوس (احساس توده در گلو)، پسوریازیس، تاسی (آلوپسی) و بیماری لیکن پلان، لوپوس، هیپرتیروئیدسم (پرکاری تیروئید)، هیپوتیروئیدسم (کم کاری تیروئید)، کوشینگ (پرکاری غده فوق کلیوی)، نارسایی غده فوق کلیوی ...

-درمان دردهایی همچون انواع سردرد (میگرنی، تنشی و خوشه ای)، دردهای اسکلتی-عضلانی، دردهای ناشی از بیماری های مزمن جسمی،

دردهای پس از اعمال جراحی

- علائم سندرم پیش از قاعدگی (PMS)، سندروم روده تحریک پذیر (IBS)، زخم معده استرسی، تهوع و بی اشتهای ثانویه به شیمی درمانی،

مثانه عصبی، اسپاسم عصبی پلک

-تسریع در بهبود زخم، آرام سازی و تصویرسازی فعال جهت کاهش استرس و اضطراب عمل جراحی، تقویت سیستم ایمنی در بیماران مبتلا به ایدز و سایر بیماری های عفونی، سازگاری بهینه در بیماران با آسیب نخاعی

- مشاوره در زمینه سقط جنین مکرر یا ناباروری، مشاوره جهت فرزند خواندگی، مشاوره در زمینه یائسگی

-درمان اختلالات کودکان از جمله نازوکوموفوبیا (ترس از بیمارستان)، هوموفوبیا (ترس از خون)، اینکوپریزیس (اختلال دفع مدفوع) و اینکانتنینس (اختلال دفع ادرار) روان زاد، بیش فعالی (ADHD)، شب ادراری

- زوج درمانی و درمان اختلالات جنسی همچون اختلال بیزاری جنسی، واژینیسموس، پنیس فوبیا (ترس از آلت جنسی مردانه)، اختلالات ارگاسمیک روان زاد، اصلاح مشکلات مرتبط با فاز رزولوشن (پس از ارگاسم)، اختلال نعوظ روان زاد، زودانزالی

-درمان اختلالات خواب، اختلالات خوردن (چاقی)، بی اشتهای و پرخوری عصبی)، استرس، افسردگی، انواع وسواس (فکری عملی، وسواس مو کنند، رفتارهای احتکاری و ...)، اختلال استرس پس از سانحه (PTSD)

-درمان انواع اختلالات اضطرابی همچون اضطراب اجتماعی (ترس از صحبت کردن و یا حضور در جمع)، اختلال وحشت زدگی (پانیک)، ترس های مرضی (فوبیا)، اختلال اضطراب فراگیر (نگرانی مداوم)



آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۷ فارس شهرستان کازرون

نظر به اینکه خانم سیده محبوبه موسوی فرزند سید عبدالنبی برابر سند انتقال شماره ۲۰۴۸۰۴-۱۳۹۹/۰۲/۲۵ دفتر ۶۲ کازرون مالک ششدانگ پلاک ۱۳۴/۲۶۴ قطعه ۴ بخش ۷ فارس کازرون می باشد با تسلیم دو برگ استهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۱۱۶ کازرون تنظیم گردیده مدعی است که یک جلد سند مالکیت مربوط به ششدانگ پلاک ۲۶۴/۱۳۴ که سند مالکیت بشماره ۵۴۱۱۷۴ ح ۹۸ به نام نامبرده صادر گردیده و سند صادره به علت سهل انگاری مفقود گردیده است لذا نامبرده تقاضای صدور المثنی سند مالکیت نموده مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد تاده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت المثنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. ۳۶۶۸۰/۱۹۴۶۶۳ ۲۳۴ م الف

داود انصاری- مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کازرون

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۲۳۹۴-۱۳۹۹۰۳۱۱۲۴۱۰۰۲۳۹۴ مورخ ۱۴۰۰/۰۵/۱۳ موضوع پرونده کلاسه شماره ۴۶۰-۱۳۹۹۱۱۴۴۱۱۰۳۴۰۰۰۴۶۰ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۵ تصرفات متقاضی خانم مهین دوخت توکلی به شناسنامه شماره ۳ کدملی ۲۳۹۱۸۳۱۶۹۲ صادره ممسنی فرزند احمد در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۴۱/۷۰ مترمربع به پلاک ۵ فرعی از ۱۲۱۹ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک شماره ۲۱۱۹ اصلی واقع در بخش ۴ حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۵ خریداری از مالک رسمی فاطمه و فریده و فهیبه شهرت همگی امیرزاده محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود که در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۱۴۰۰/۰۶/۱۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۰/۰۶/۳۰ ۳۵۳۵ م الف

محسن مرتضوی نیا- رئیس ثبت اسناد و املاک

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۲۴۴۹-۱۳۹۹۰۳۱۱۲۴۱۰۰۲۴۴۹ مورخ ۱۴۰۰/۰۵/۲۳ موضوع پرونده کلاسه شماره ۲۸۴-۱۳۹۹۱۱۴۴۱۱۲۴۱۰۰۲۸۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۵ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای فرزاد خواجه میرکی به شناسنامه شماره ۲۶۶ کدملی ۲۳۷۱۹۳۹۰۹۹ صادره کازرون فرزند محمد حسین در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۴۱/۴۷ مترمربع به پلاک ۱۲۹۰۶ فرعی از ۲۱۳۹ اصلی مفروز و مجزی شده از ۲۱۳۹ فرعی از ۲۱۳۹ اصلی واقع در بخش ۴ حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۵ خریداری از مالک رسمی عبدالنبی ثاقب رای و سید جواد حسینی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود که در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۱۴۰۰/۰۶/۱۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۰/۰۶/۳۰ ۳۵۳۸ م الف

محسن مرتضوی نیا- رئیس ثبت اسناد و املاک

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۲۴۳۵-۱۳۹۹۰۳۱۱۲۴۱۰۰۲۴۳۵ مورخ ۱۴۰۰/۰۵/۲۰ موضوع پرونده کلاسه شماره ۴۴۶-۱۳۹۹۱۱۴۴۱۱۰۳۶۰۰۰۴۴۶ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۵ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای مهدی دهقان ابنوی به شناسنامه شماره ۲۶۳۳ کدملی ۲۲۸۹۶۱۷۴۹۱ صادره شیراز فرزند علمدار در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۵۱/۵۰ مترمربع به پلاک ۹۲۵۹ فرعی از ۱۷۹۳ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک شماره ۱۲ فرعی از ۱۷۹۳ اصلی واقع در بخش ۴ حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۵ خریداری از مالک رسمی خانم پدری آتش فراز محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود که در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۱۴۰۰/۰۶/۱۵ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۰/۰۶/۳۰ ۳۵۳۷ م الف

محسن مرتضوی نیا- رئیس ثبت اسناد و املاک

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۲۴۴۷-۱۳۹۹۰۳۱۱۲۴۱۰۰۲۴۴۷ مورخ ۱۴۰۰/۰۵/۲۳ موضوع پرونده کلاسه شماره ۴۳۰-۱۳۹۹۱۱۴۴۱۱۲۴۱۰۰۴۳۰ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۵ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم مسکینه رزمجوئی به شناسنامه شماره ۱۹۳۳ کدملی ۲۳۹۰۸۲۷۷۷۲ صادره ممسنی فرزند حاصل در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۸۵/۲۷ مترمربع به پلاک ۲۰۹۴ فرعی از ۲۱۴۴ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک شماره ۲۱۴۴ اصلی واقع در بخش ۴ حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۵ خریداری از مالک رسمی آقای عبدالرحیم کشتکاران محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود که در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۱۴۰۰/۰۶/۱۵ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۰/۰۶/۳۰ ۳۵۳۶ م الف

محسن مرتضوی نیا- رئیس ثبت اسناد و املاک

روزنامه طلوع آگهی و مشترک می‌پذیرد

۰۷۱ - ۳۲۳۴۴۷۷۲