

## در خواست از مردم برای مراجعه به پایگاه‌های انتقال خون

مدیرکل انتقال خون استان تهران با اشاره به کاهش شدن روند اهدای خون در پایتخت همزمان با فصل سرد سال گفت: روند کاهشی مراجعه برای اهدای خون ادامه دارد و سازمان انتقال خون از مردم می‌خواهد اهدای خون را جزو اولویت‌های خود بدانند و نسبت به اهدای خون اقدام کنند. دکتر منتظرشیر، با بیان اینکه میزان مراجعه برای اهدای خون در فصل سرد سال همواره کاهش می‌یابد، اظهار کرد: عوامل مختلفی مانند کوتاه شدن روزها، شیوع بیماری‌های تنفسی و بارش نزولات آسمانی سبب کاهش میزان مراجعه مردم برای اهدای خون در فصل سرد سال می‌شود. وی ادامه داد: با توجه به پروتکل‌های سازمان انتقال خون برخی افراد با علائم بیماری‌های تنفسی برای اهدای خون مراجعه می‌کنند اما از خون گرفتن این افراد خودداری می‌کنیم. وی با بیان اینکه در حال حاضر توزیع خون در مراکز درمانی نسبت به اهدای خون بیشتر است، افزود: روزانه، به طور میانگین ۱۱۰۰ واحد خون در پایگاه‌های اهدای خون استان گرفته می‌شود؛ این در حالی است که به طور میانگین ۱۵۰۰ تا ۱۶۰۰ واحد خون در مراکز درمانی توزیع می‌کنیم. میزان اهدای خون نسبت به هفته‌های گذشته کاهش یافته، به نحوی که به طور میانگین اهدای خون استان تهران گرفته می‌شد. وی گفت: مردم برای عمل‌های جراحی ضروری است و هیچ جایگزینی ندارد. با توجه به وضعیت مراجعه برای اهدای خون، از مردم می‌خواهم برای اهدای خون به پایگاه‌های انتقال خون مراجعه کنند.

### شرایط پوشش بیمه‌ای «زنان

### خانه‌دار» و رقم حق بیمه پرداختی

رئیس اداره بیمه صاحبان حرف و مشاغل آزاد و بیمه اختیاری سازمان تأمین اجتماعی، شرایط تحت پوشش قرار گرفتن بیمه زنان خانه‌دار را تشریح کرد. مجید ملکی در گفت‌وگو با ایسنا، با اشاره به تعداد زنان خانه‌دار تحت پوشش بیمه خانه‌داری، اظهار کرد: طبق آخرین آمار و اطلاعات، در حال حاضر ۵۳۱ هزار و ۱۴۱ نفر از زنان خانه‌دار، تحت پوشش بیمه زنان خانه‌دار هستند و بیان اینکه سه نوع نرخ حق بیمه ۱۶، ۱۴ و ۲۰ درصد برای بیمه زنان دختران تعریف شده است، اظهار کرد: نرخ حق بیمه ۱۴ درصد (۱۲ درصد سهم بیمه‌شده و ۲۰ درصد سهم دولت) شامل بازنشستگی و فوت بعد از بازنشستگی، نرخ ۱۶ درصد شامل (۱۴ درصد سهم بیمه‌شده و ۲۰ درصد سهم دولت) بازنشستگی و فوت قبل و بعد از بازنشستگی و نرخ پرداخت حق بیمه ۲۰ درصد (۱۸ درصد سهم بیمه‌شده و ۲۰ درصد سهم دولت) شامل بازنشستگی، از کارافتادگی و فوت است که نرخ کامل بیمه‌پردازی را تشکیل می‌دهد. به گفته رئیس اداره بیمه صاحبان حرف و مشاغل آزاد و بیمه اختیاری سازمان تأمین اجتماعی، بر اساس حداقل دستمزد مصوب شورای عالی کار در سال ۱۴۰۳، سهم حق بیمه پرداختی توسط بیمه‌شده با نرخ ۱۲ درصد ماهانه معادل ۸۸۸ هزار و ۶۰۰ تومان، نرخ ۱۴ درصد ماهانه معادل یک میلیون و ۳۷ هزار تومان و نرخ ۱۸ درصد ماهانه معادل یک میلیون و ۳۳۳ هزار تومان است.

### بازگرداندن ۹۳۰ کودک کار اتباع

### خارجی به کشورشان

مدیرکل امور اتباع و مهاجرین خارجی استانداری تهران از شناسایی و بازگشت ۹۳۰ کودک کار اتباع خارجی به همراه خانواده‌های‌شان در سطح استان تهران خبر داد. احسان حیدری از بازگشت ۹۳۰ کودک کار اتباع خارجی به همراه خانواده‌های‌شان خبر داد و اظهار کرد: از ابتدای طرح ساماندهی کودکان کار تاکنون ۱۵۸۰ کودک کار که به همراه خانواده‌های‌شان (۹۳۰ کودک و ۶۵۰ خانواده) شناسایی و برای بازگشت به کشورشان به مراجع ذی‌ربط تحویل داده شده‌اند. مدیرکل امور اتباع و مهاجران خارجی استانداری تهران درباره اتباع خارجی غیرمجاز تأکید کرد: در راستای اجرای طرح ساماندهی آسیب‌های اجتماعی، مقرر شد آن دسته از کودکان کار اتباع که از سطح استان توسط بهزیستی، پلیس مهاجرت فاتب، فراجا و شهرداری تهران جمع‌آوری شده‌اند، برای طی مراحل قانونی و بازگشت کرامت‌مندانه به همراه خانواده، به مرکز ویژه‌ای که در این زمینه راهاندازی شده، تحویل داده شوند.

**گروه اجتماعی:** با گسترش زندگی شهرنشینی و به دنبال آن تغییر رژیم غذایی یعنی رو آوردن به فست‌فودهای چرب و پرتمک به جای غذاهای سالم خانگی و در کنار آن کم‌تحرکی و در نتیجه چاقی، متأسفانه زمینه ابتلای صدها هزار نفر در سال به بیماری خطرناک دیابت در کشور فراهم شده است؛ بیماری مرگباری که هر سال باعث فوت، کوری و قطع عضو هزاران نفر می‌شود. اگرچه یکی از عوامل ابتلا به این بیماری ژنتیک است ولی همان‌طور که گفته شد عواملی چون پرخوری و کم‌توجهی به ورزش، همچنین تغییر ذائقه غذایی و استفاده از غذاهای حاضری به جای خانگی باعث شده شیوع آن در کشور بیش از استانداردهای جهانی شود، به طوری که معاون وزیر بهداشت اعلام کرده است ۷ میلیون و ۵۰۰ نفر در کشور دیابت دارند که ۳۱ درصد بیماری‌شان کنترل شده است و ۴ میلیون و ۸۰۰ هزار نفر نیز تحت پوشش درمان دیابت قرار دارند.

علیرضا رئیس دیروز در همایش تازه‌های دیابت گفت: ۱۳ میلیون و ۶۴ هزار نفر پیش‌دیابت دارند که این نشان می‌دهد اهمیت بیماری‌های غیرواگیر بویژه دیابت باید جدی گرفته شود تا در برابر بیماری‌های واگیر آسیب‌پذیری کم‌تری داشته باشیم. وی ادامه داد: مطالعات ۲۰۲۱ در این زمینه نشان می‌دهد از هر ۱۰ نفر در دنیا، یک نفر مبتلا به دیابت بوده و این هشداری برای حوزه سلامت است. اطلاع‌رسانی و آگاهی بخشی در زمینه تشخیص زودهنگام دیابت می‌تواند در پیشگیری از این بیماری مؤثر باشد. رئیس با بیان اینکه دیابت بیماری غیرقابل کنترلی است، ادامه داد: بحث دیابت بسیار جدی است و باید به آن توجه اساسی شود، زیرا بیماری‌ای است که به دلیل شیوع بالای آن، نمی‌توان درباره آن پیش‌بینی‌ای کرد. رئیس در ادامه با اشاره به تدوین سند ملی پیشگیری و کنترل بیماری‌های غیرواگیر در کشور، گفت: کاهش ۲۵ درصدی مرگ‌ومیر تا سال ۲۰۲۵ یکی از مهم‌ترین اقدامات این سند ملی است. ثابت نگاه داشتن میزان شیوع دیابت و کاهش عوامل خطر‌ساز، افزایش پوشش درمان بیماران دیابتی، تشکیل پرونده الکترونیک و تحت پوشش قرار گرفتن داروهای این بیماران از جمله انسولین، سرنگ و وسایل مصرفی، از اهداف چارچوب ملی ارائه خدمت در زمینه بیماری دیابت است. وی در این باره همچنین از تربیت بیش از ۱۰۰۰ آموزش‌دیده دیابت خبر داد و گفت: ۶۵ درصد بیماران توسط بهروزان و مراقبان سلامت قند خون‌شان در شبکه‌های بهداشتی و درمانی کنترل می‌شود و این آمار خوبی است. وی با بیان

۲۰ میلیون نفر از جمعیت بالای ۲۵ سال کشور مبتلا به دیابت و پیش‌دیابت هستند

# قند ایران بالاست

اینکه مداخلات روان‌شناختی در ارتباط با بیماری دیابت از اهمیت فراوان برخوردار است، افزوده: وزارت بهداشت به موضوع مداخلات روان‌شناختی بیماران مبتلا به دیابت نوع یک و ۲ توجه کرده است. یک کارشناس بهداشت روان و یک کارشناس تغذیه در تمام مراکز جامع سلامت حضور دارند. وزارت بهداشت از کارشناسان بهداشت روان و تغذیه مراکز جامع سلامت خواسته است به موضوع سبک زندگی و روان‌شناختی بیماران ورود کنند. تأثیر مسائل روان‌شناختی بر بیماری دیابت مورد بررسی قرار گرفته است و کارهای خوبی می‌توان در این زمینه انجام داد.

### ۲۰ میلیون نفر از جمعیت بالای ۲۵ سال کشور دیابتی و پیش‌دیابتی هستند

مدیر برنامه کشوری دیابت و معاون دفتر مدیریت بیماری‌های غیرواگیر معاونت بهداشت وزارت بهداشت نیز در این مراسم با بیان اینکه ۲۰ میلیون نفر از جمعیت بالای ۲۵ سال کشور دیابتی و پیش‌دیابتی هستند، تأکید کرد: فعالیت بدنی منظم و تغذیه سالم، در پیشگیری از ابتلا به دیابت نقش مهمی دارد. علیرضا مهدوی در این سیمینار گفت: بر اساس آخرین مطالعات، در کشور ما حداقل ۱۴ درصد جمعیت بالای ۲۵ سال مبتلا به دیابت هستند و تعدادشان بیش از ۷،۵ میلیون نفر برآورد می‌شود و چنانچه افراد دارای اختلال عدم تحمل گلوکز (پیش‌دیابتی) را به این آمار بیفزاییم، رقم افراد دیابتی و پیش‌دیابتی به ۲۰ میلیون نفر جمعیت بالای ۲۵ سال می‌رسد. یعنی بیش از ۲۰ میلیون نفر جمعیت بالای ۲۵ سال مبتلا به دیابت یا در معرض دیابت هستند. وی گفت:

حتی اگر به دیابت هم مبتلا نشوند،

ممکن است در سال‌های آینده

مبتلا به بیماری‌های قلبی

عروقی یا بعضی

عوارض دیابت

شوند، مدیر

بر نامه

کشوری دیابت، درباره پیشگیری از ابتلا به دیابت با کنترل این بیماری، خاطر‌نشان کرد: دیابت نوع ۲ قابل پیشگیری و وابسته به سبک زندگی افراد است. مهدوی درباره اهمیت سنجش مکرر قند خون، تصریح کرد: در آغاز ابتلا به دیابت و تشخیص زودرس این بیماری، با سهولت بیشتری می‌توان به وضعیت سلامتی بازگشت؛ این بیماری رابطه مستقیمی با چاقی و اضافه وزن دارد، بنابراین ابتدا چنانچه ۵ تا ۷ درصد وزن بدن کاهش یابد، در بهبود این بیماری تأثیر گذار خواهد بود.

وی با تأکید بر اهمیت فعالیت بدنی منظم و تغذیه سالم، گفت: برای افراد دیابتی، پایبندی به دارو بسیار مهم است اما به‌رغم مصرف دارو، چنانچه سبک زندگی فرد اصلاح نشود، ممکن است بیماری کنترل نشده و بیمار دچار عوارض دیابت شود.

مهدوی خاطر‌نشان کرد: در دیابت نوع ۲، سابقه خانوادگی نقش مهمی دارد اما برخی عوامل هستند که بیشترین نقش را ایفا می‌کنند، مانند، بی‌تحرکی یا نداشتن تحرک کافی، چاقی، اضافه وزن، افزایش کلسترول خون، دیابت بارداری، فشار خون و تغذیه ناسالم، چاقی شکمی، افزایش سن و پیش‌دیابتی بودن.



### اجرای متناسب‌سازی حقوق بازنشستگان تأمین اجتماعی در هفته جاری

مدیرعامل سازمان تأمین اجتماعی از اجرای متناسب‌سازی حقوق بازنشستگان از این هفته خبر داد و بر لزوم تأمین ماهانه ۹۰ هزار میلیارد تومان منابع مالی برای تأمین خدمات و مستمری‌ها تا پایان سال جاری تأکید کرد. مصطفی سالاری گفت: با وجود اجرای متناسب‌سازی از این هفته و معوقه‌های موجود مراکز درمانی و همکاران، باید ماهانه ۹۰ هزار میلیارد تومان تأمین مالی کنیم.

■ **لزوم سنجش منظم قند خون و فشار خون**  
وی در ادامه با تأکید بر اینکه چاقی و دیابت همبستگی مستقیمی با یکدیگر دارند، گفت: درباره کنترل دیابت، فقط سنجش قند خون مورد تأکید نیست، بلکه همزمان باید فشار خون و چربی خون نیز کنترل شود.

مدیر برنامه کشوری دیابت درباره عوارض بیماری دیابت اظهار کرد: دیابت تقریباً تمام ارگان‌های بدن را درگیر می‌کند و در نهایت ممکن است به عوارض غیرقابل بازگشتی مانند، نارسایی کلیه، کوری، مشکلات نورویاتی (درگیری اعصاب محیطی)، پای دیابتی، قطع عضو، عفونت‌های مزمن و سکنه‌های قلبی و مغزی منجر شود. مهدوی گفت: در حال حاضر مسیر غربالگری دیابت را با تعیین خطرات حوادث قلبی و عروقی آغاز می‌کنیم؛ یعنی در افراد بالای ۴۰ سال، به صورت خوداظهاری سولالاتی درباره وضعیت سلامتی‌شان پرسیده می‌شود و چنانچه علامتی را مشاهده کرده باشند، سریعاً از آنها آزمایشاتی گرفته شده و به آنها اطلاع می‌دهیم که طی ۱۰ سال آینده چقدر احتمال دارد به عوارض قلبی یا مغزی کشنده مبتلا شوند و در این مسیر، قند خون، فشار خون و چربی خون‌شان نیز سنجیده می‌شود و چنانچه فردی مشکلی داشته باشد، برایش دارو تجویز شده و فرد در مسیر کنترل بیماری قرار می‌گیرد.

وی در پایان تأکید کرد: فراموش نکنیم اگر به دیابت مبتلا شده باشیم، بیماری همیشه همراهمان بوده و باید با آن کنار آمده و داروها را مصرف و سبک زندگی خود را اصلاح کنیم تا به عوارض بعدی بیماری دچار نشویم.



### افزایش آلاینده‌های جوی در پایتخت تا سه‌شنبه

## مصائب آلودگی هوا

نشان می‌دهد هر سال حدود ۴۰ هزار نفر در کشور به دلیل مواجهه با غلظت آلاینده‌های ذرات معلق کمتر از ۲،۵ میکرون در هوا جان خود را از دست می‌دهند که این تعداد تقریباً معادل ۱۰ درصد کل موارد فوتی‌هاست، این عدد در دنیا به ۷ میلیون نفر می‌رسد. این در حالی است که علاوه بر فعالیت ده‌ها هزار خودروی فرسوده، موتورسیکلت‌های تهران بیش از ۸۷ درصد کاربر اتوری و فرسوده هستند. آلودگی هوایی که گویا قرار نیست دست از سر ساکنان کلانشهرها بر دارد چرا که طی سال‌هایتمادی تصمیم‌گیران و برنامه‌ریزان نتوانسته‌اند نسخه شفابخشی برای پاک شدن هوا از آلاینده‌های بیپیندند آنطور که هرساله با کاهش دمای هوا پایتخت‌نشینان در پی وارونگی هوا همچنان باید با معضل آلودگی هوا دست به‌گریبان شوند.

تهران بیان کرد: طی دوران این هشدار و با توجه به پیش‌بینی افزایش نسبی آلاینده‌ها و کاهش کیفیت هوا در حد ناسالم، توصیه‌اکیدمدیریت بحران به گروه‌های حساس بویژه کودکان، سالمندان و افراد دارای بیماری‌های قلبی و تنفسی این است که از تردهای غیرضروری در مناطق پرتردد شهری خودداری کنند و وی بر ضرورت اجتناب از فعالیت‌های ورزشی، پر تحرک و طولانی‌مدت در فضای باز مناطق پر تردد شهری بویژه در ساعت‌های اوج آلودگی تأکید و عنوان کرد: مدیریت منابع ثابت و متحرک تولید آلاینده‌های هوا از اهمیت ویژه برخوردار است و توصیه می‌شود استفاده از ناوگان عمومی حمل‌ونقل عمومی در دستور کار قرار بگیرد.

سوال اساسی در دستور کار قرار می‌گیرد. اما

بر پایداری جو در مناطق مرکزی و جنوبی استان، نسبت به افزایش آلودگی هوا در این نقاط هشدار داد و گفت: گروه‌های حساس از تردد در فضای باز بپرهیزند. حامد یزدی مهر عصر روز گذشته از صدور هشدار زرد آلودگی هوا در نقاطی از استان تهران خبر داد و اظهار کرد: طبق اعلام سازمان هواشناسی، سامانه بارشی از اوایل وقت یکشنبه (امروز) تا پایان پیش از ظهر روز سه‌شنبه (۲۲ آبان) ماندنی خواهد بود. یزدی‌مهر گفت: با توجه به پیش‌بینی هواشناسی در مدت مذکور، شاهد افزایش آلاینده‌های جوی بویژه ذرات PM ۲،۵ در مرکز و جنوب استان تهران خواهیم بود که طی این مخاطره، عدم وزش باد قابل ملاحظه و پایداری نسبی جو را در روزهای باد شده بویژه در ساعات عصر و شب تا اوایل صبح خواهیم داشت. مدیرکل مدیریت بحران استان



## وجود بیش از ۱۴۷۰ نوع مواد مخدر در دنیا

هم‌افزایی، تعامل و ارتباط دوسویه با دستگاه‌های مسئولیت‌دار در تمام مراحل اجرای طرح بسیار حائز اهمیت است. در ادامه این نشست سردار ایرج کاکاوند، رئیس پلیس مبارزه با مواد مخدر اظهار کرد: با فعالیت‌های نفسگیر و عملیات‌های پیچیده خوشبختانه هر سال شاهد کشفیات بسیار بالایی در حوزه مبارزه با مواد مخدر هستیم. وی در ادامه گفت: از آنجا که اعتیاد به مواد مخدر و روانگردان‌ها برابر نظر جامعه شناسان و روانشناسان از عوامل اصلی و تأثیرگذار در سرقت محسوب می‌شود، بدون تردید می‌توان انتظار داشت با هم‌افزایی و تشریح مساعی‌های محمدمهدی نوری‌نژاد در نشست مشترکی که با حضور سردار ایرج کاکاوند در ستاد پلیس مبارزه با مواد مخدر فراجا برگزار شد، اظهار کرد: از آنجا

### تأکید بر پاکسازی چهره شهرها از اعتیاد

در نشست رئیس پلیس مبارزه با مواد مخدر و رئیس فراجا گاه مبارزه با سرقت فراجا در پاکسازی چهره شهرها از مظاهر اعتیاد تأکید شد. سردار محمدمهدی نوری‌نژاد در نشست مشترکی که با حضور سردار ایرج کاکاوند در ستاد پلیس مبارزه با مواد مخدر فراجا برگزار شد، اظهار کرد: از آنجا که بخشی از جرم قاچاق مواد مخدر در فضای عمومی جامعه اتفاق می‌افتد و بخشی دیگر در فضای مجازی، ضرورت دارد با اشراف اطلاعاتی، امکان فرصت‌طلبی و اقدامات مجرمانه سوداگران مرگ در کشور از بین برود.

وی به نقش و وظیفه سازمان‌های مختلف در مبارزه و پیشگیری از این بلای خانمان‌سوز اشاره و بیان کرد: از آنجا که پاکسازی چهره شهرها از مظاهر اعتیاد بصری برای کاهش نگرانی جامعه و خانواده مسئولیتی ملی و همگانی است، بی‌شک

از آنجا که هر روز بر تنوع مواد مخدر و روانگردان‌ها در دنیا افزوده می‌شود، آگاهی‌بخشی به آحاد جامعه بویژه نوجوانان و جوانان برای نیفتادن در دام غول اعتیاد ضروری است. در این باره معاون کاهش تقاضا و توسعه مشارکت‌های مردمی ستاد مبارزه با مواد مخدر با بیان اینکه اعتیاد یک آلودگی جسمی، روانی، اجتماعی، پیش‌رونده و مزمن است، گفت: پشت هر کدام از این واژه‌ها، دره‌هایی از مشکلات برای افراد معنادار نهفته است.

وی با بیان اینکه برای اینکه افراد از این آلودگی بزرگ نجات یابند نیاز است با دقت حجم آسیب و مشکلات را بیان کنیم، افزود: اگر این بیان مسأله‌بردستی انجام نشود، به نتیجه نخواهیم رسید. معاون کاهش تقاضا و توسعه مشارکت‌های مردمی ستاد مبارزه با مواد مخدر با بیان اینکه محیط آلوده، میزان آسیب‌پذیر و عامل آسیب‌پذیر ۳۰٪ اصلی آلودگی فرد به اعتیاد است، گفت: طی چندین سال اخیر بسیاری از تغییرات داشته است، ادامه داد: در حال حاضر با

نوبت دوم



## فراخوان بررسی استانداردهای تولید در مورد تأمین‌کنندگان تجهیزات سامانه‌های قابل حمل برق خورشیدی

خود را به دبیر خانه کمیته فنی بازرگانی به نشانی: تهران میدان ونک - خیابان شهید عباسپور طبقه ششم اتاق ۶۱۰ و یا درگاه مکاتبات اداری شرکت توانیر ارائه نمایند.

### اقلام: سامانه‌های قابل حمل برق خورشیدی

شایان ذکر است شرکت‌های تولیدکننده و تأمین‌کننده فوق‌الذکر مجاز خواهند بود به یکی از دوروش زیر آزمون‌های نوعی را زیر نظر شورای ارزیابی و مطابقت با استانداردهای تولید به انجام برسانند: الف) آزمون‌های نوعی قابل انجام در آزمایشگاه‌های مورد تأیید داخلی را انجام دهند و آزمون‌های غیر قابل انجام در داخل کشور را با نظارت بازرس مورد تأیید شرکت توانیر در آزمایشگاه معتبر خارج از کشور انجام دهند. ب) تمام آزمون‌ها را با نظارت بازرس مورد تأیید شرکت توانیر در آزمایشگاه معتبر خارجی انجام دهند.

میع الف ۲۸۲۳

دفتر تحقیقات و توسعه فناوری شرکت توانیر شناسه آگهی: ۱۸۲۱۸۶۰