

۱۰۰۰ قدم بیشتر برای بهبود پس از عمل جراحی

نتایج یک تحقیق جدید نشان می‌دهد که افزایش تعداد قدم‌های روزانه بعد از جراحی، می‌تواند بهبود پس از عمل جراحی را تسریع کند. بعد از جراحی، خطرات رایجی از جمله عفونت، خونریزی و مشکلات مربوط به بهبود زخم وجود دارد که برای کاهش این خطرات، مراقبت‌های جراحی مدرن بر رویکردهای ساختاریافته و مبتنی بر شواهد دارند. این استراتژی به یک مسیر مراقبتی چندوجهی حین عمل اشاره دارد که برای دستیابی به بهبود زودهنگام برای بیمارانی که تحت عمل جراحی بزرگ قرار می‌گیرند، طراحی شده است. پس از عمل جراحی، استراتژی‌های ساده اما مؤثر، مانند تحریک بیمارمان به حرکت زودهنگام، می‌تواند با کمک به بهبود سریع‌تر، کاهش عوارض، کاهش خطر بستری مجدد و کوتاه‌کردن مدت اقامت در بیمارستان، تفاوت بزرگی ایجاد کند. اکنون، مطالعه جدیدی که نتایج آن در مجله کالج جراحان آمریکا منتشر شده نشان می‌دهد که چیزی به سادگی پیاده‌روی بیشتر پس از عمل جراحی می‌تواند نقش مهمی در میزان بهبودی بیمارمان داشته باشد.

گام‌های بیشتر، نتایج بهتر

در این مطالعه، محققان داده‌های برنامه تحقیقاتی All of Us را که شامل ۱۹۶۵ بزرگسال تحت عمل جراحی بستری بود، تجزیه و تحلیل کردند. این تیم تحقیقاتی ارتباط معناداری بین تعداد گام‌های روزانه بالاتر و بهبود معنادار در نتایج بهبود یافتند. این مزایا در طیف وسیعی از عمل‌ها و پروتکل‌های سلامت بیمار مشاهده شد. پس از در نظر گرفتن عواملی مانند سن، جنس و خطر جراحی، محققان دریافتند که هر ۱۰۰۰ گام اضافی که روزانه پس از جراحی برداشته می‌شود، با ۱۸ درصد کاهش احتمال عوارض، ۱۶ درصد کاهش احتمال بستری مجدد و ۶۰ درصد کاهش مدت اقامت در بیمارستان همراه است. این تیم تحقیقاتی همچنین تعداد گام‌ها را با سایر شاخص‌های بهبود، مانند تغییرپذیری ضربان قلب و نمرات سلامت گزارش شده توسط خود افراد مقایسه کرد. در این مطالعه هیچ‌یک از این معیارها بهبود بهتر را پیش‌بینی نکردند و همچنین به مدت بستری بیمارمان، وجود عوارض یا بستری مجدد آنها ارتباطی نداشتند. پزشکان مدت‌هاست که بیمارمان را به راه رفتن پس از جراحی تشویق می‌کنند، اما روش‌های دقیقی برای ردیابی میزان فعالیت واقعی ندارند. این نتایج نشان می‌دهد که می‌تواند با قابلیت‌های عینی در مورد حرکت بیمار و روشی قابل اعتماد برای نظارت بر بهبودی در زمان واقعی ارائه دهند.

ویتامین‌ها کلید کنترل آسم در کودکان و بزرگسالان
محققان آمریکایی در مقاله‌ای در هلت نت گزارش دادند که سطوح بالاتر ویتامین A در جریان خون با عملکرد بهتر ریه در کودکان و بزرگسالان مبتلا به آسم مرتبط است. این مطالعه همچنین ویتامین D را بررسی کرد، اما دریافت که این ماده مغذی فقط برای بزرگسالان مبتلا به آسم مفید است.



درج نشان اهدای عضو روی گواهینامه و کارت ملی فرد متقاضی

کتابتون نجفی زاده، مدیرعامل انجمن اهدای عضو ایران گفت: با مصوبه دولت نشان اهدای عضو برای افراد متقاضی روی گواهینامه و کارت ملی درج خواهد شد. کارت اهدای عضو به تنهایی کافی نیست و در مواقع بروز مرگ مغزی باید خانواده‌ها رضایت بدهند. با پیامک کد ملی به شماره ۳۲۲۲ کارت اهدای عضو صادر می‌شود.

مأموریت بزرگ در مراسم میلیونی

دبیر کمیته امداد و فوریت‌های پزشکی مراسم تشییع و بدرقه رهبر شهید از جزئیات یکی از بزرگ‌ترین تجمعات انسانی می‌گوید

مریم سرخوش | روزنامه‌نگار | عملیات امداد رسانی به مراسم تشییع و بدرقه رهبر شهید، یکی از بزرگ‌ترین مأموریت‌های تاریخ اورژانس پیش‌بیمارستانی کشور و استان تهران بود؛ مأموریتی که از زائر شهرها تا مصلی و مسیر تشییع را در بر گرفت و با وجود حضور میلیونی مردم، بدون حتی یک فوتی ناشی از ازدحام به پایان رسید. پشت این موفقیت، روزها برنامه‌ریزی، هماهنگی میان ده‌ها دستگاه اجرایی و طراحی چندلایه برای انتقال بیمارمان در زمین، مترو و آسمان است؛ از استقرار صدها ناوگان امدادی و بیمارستان‌های صحرایی گرفته تا اجرای نخستین تجربه انتقال ریلی بیمارمان و آماده‌باش اورژانس هوایی، اسامعایل فراهانی، قانم‌مقام اورژانس تهران و دبیر کمیته امداد و فوریت‌های پزشکی مراسم تشییع و بدرقه رهبر شهید در گفت‌وگو با همشهری از پشت‌صحنه این عملیات، مهم‌ترین چالش‌ها، تدابیر مدیریتی، نقش مردم در موفقیت امدادرسانی و درس آموخته‌های بزرگ‌ترین عملیات درمانی کشور می‌گوید.

گزارش

برای همین تلاش کردیم خدمات درمانی تا حد ممکن به مردم نزدیک باشد؛ به گونه‌ای که هر فرد در فاصله کمتر از ۵۰ متر بتواند یک تیم امدادی، آمبولانس، اتوبوس آمبولانس یا ایستگاه سلامت را ببیند و در صورت نیاز به آن مراجعه کند. همچنین بیمارستان‌های صحرایی با ۸۰۰ تخت فعال بودند و خدمات به صورت لایه‌لایه، از درمان در محل تا انتقال به بیمارستان‌های اصلی، ارائه می‌شد.

تجربه نخست انتقال ریلی بیمارمان چه دستاوردی داشت؟ آیا از این ظرفیت در آینده هم

امکانات درمانی استفاده کردیم. عملیات را در ۳ سطح طراحی کردیم؛ انتقال زمینی با آمبولانس، موتورلانس و اتوبوس آمبولانس، انتقال ریلی از طریق مترو و انتقال هوایی با ۷ فروند بالگرد و ۱۰ یدفروند در محدوده مصلی. این طراحی چندلایه باعث شد در هر شرایطی امکان امدادرسانی و انتقال بیمارمان وجود داشته باشد.

میان مردم هم نقش مهمی در این موفقیت داشت. به نظر می‌رسد حضور نیروهای امدادی در

حتی یک فوتی به پایان برسد.



اورژانس استان تهران چه نمره‌ای گرفت؟

مکث
قضاوت نهایی با مردم است، اما اگر بخواهم از نگاه عملکردی پاسخ بدهم، معتقدم نمره کامل را خواهیم گرفت. هدف اصلی ما این بود که با وجود جمعیت میلیونی، گرمای هوا و حضور سالمدندان، کودکان و افراد دارای بیماری زمینه‌ای، مراسم بدون فوتی به پایان برسد و به این هدف رسیدیم. حتی ۲ بیمار دچار ایست قلبی با انتقال سریع توسط بالگرد به بیمارستان رسیدند و هر دو نجات پیدا کردند. این موفقیت حاصل برنامه‌ریزی، تلاش شبانه‌روزی همه نیروهای امدادی و البته همراهی مردم بود.

در این ۴ روز، بزرگ‌ترین چالش غیرمنتظره‌ای که اورژانس استان تهران با آن روبه‌رو شد، چه بود؟

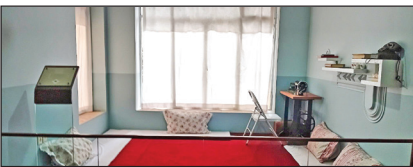
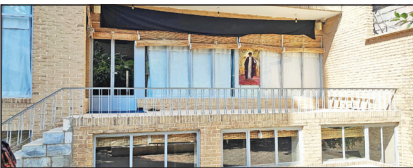
خوشبختانه با برنامه‌ریزی‌ها و هماهنگی‌هایی که از قبل انجام شده بود، چالش جدی نداشتیم. تنها در روز یکشنبه و همزمان با برگزاری نماز، در یکی از نقاط به دلیل تلاقی مسیر ورود و خروج جمعیت و همچنین گرمای هوا، ازدحام ایجاد شد و تعدادی از افراد دچار بی‌حالی شدند. نیروهای عملیاتی بلافاصله وارد عمل شدند و خدمات درمانی را در محل ارائه کردند. به جز این مورد، در همه محورهای تحت پوشش از زائر شهرها تا مصلی و همچنین مسیر تشییع در روز دوشنبه، مشکل حادی نداشتیم.

به نظر شما مهم‌ترین تصمیم مدیریتی که باعث موفقیت این عملیات شد، چه بود؟
برآوردها از حضور بیش از ۲۰ میلیون نفر حکایت داشت، بنابراین از همان ابتدا می‌دانستیم با عملیاتی متفاوت روبه‌رو هستیم. به همین دلیل از تمام ظرفیت‌های اورژانس کشور، دانشگاه‌های علوم پزشکی، نیروهای مسلح، بخش خصوصی و سایر دستگاه‌های دارای

گزارش تصویری

پلاک ۱۴؛ روایت یک خانه، یک تاریخ

پلاک ۱۴ در خیابان سرشور، پیش از انقلاب اسلامی و در سال‌های ۴۳ تا ۵۷ محل زندگی رهبر شهید انقلاب بوده است؛ محل تولد ۳ فرزند رهبر شهید انقلاب و آیت‌الله سیدمجتبی خامنه‌ای. این خانه پس از بازسازی، به عنوان خانه انقلاب اسلامی مورد بازدید علاقه‌مندان قرار گرفته است. خانه انقلاب تنها یک بنای تاریخی نیست، بلکه نمادی از سبک زندگی و ارزش‌هایی چون سادگی، ایمان و مسئولیت‌پذیری اجتماعی است. این خانه با وجود ابعاد کوچک، روایتگر تاریخی بزرگ و پرفراز و نشیب است که در میان دیوارهایش جاری است.



عکس‌ها: همشهری

خیابان امام رضا تا حرم مطهر؛ مسیر نهایی تشییع رهبر شهید در مشهد
غلامحسین مظفری، استاندار خراسان رضوی؛ مسیر نهایی تشییع از خیابان امام رضا به سمت حرم مطهر است؛ البته خیابان‌های منتهی به خیابان امام رضا نیز برای حضور جمعیت و آماده کردن امکانات و مقدمات پیش‌بینی شده است.



مشهد آماده وداع آخر

همه ظرفیت‌ها برای برگزاری آیین بزرگ تشییع رهبر شهید، بسیج شده است

زهرآ خاوریان | روزنامه‌نگار
گزارش
خراسان رضوی در آستانه میزبانی از یکی از بزرگ‌ترین آیین‌های تشییع و تکریم در تاریخ معاصر ایران قرار دارد؛ آیینی که روز پنجشنبه ۱۸ تیرماه با حضور گسترده مردم از سراسر کشور در مشهد برگزار خواهد شد. برای برگزاری این مراسم، همه عوامل اجرایی، امدادی، خدماتی و مردمی استان به میدان آمده‌اند و از اسکان و حمل‌ونقل زائران تا تأمین امنیت، سلامت و خدمات شهری، برنامه‌ریزی گسترده‌ای انجام شده است. با

مشارکت مردمی در وداع آخر
استاندار خراسان رضوی با اشاره به رویکرد اجرایی استان بر پایه مشارکت عمومی به همشهری گفت: این مراسم بدون اختصاص بودجه دولتی و با اتکا به ظرفیت‌ها و مشارکت مردم برگزار می‌شود. ما به عنوان دولت، پشتیبانی برگزاری این مراسم را انجام می‌دهیم و کار اصلی را مردم عهده‌دار هستند. از خراسان رضوی انتظار می‌رود، برگزاری مراسم تشییع مناسب، باشکوه و در شأن امام شهیدمان باشد که توقع بجایی است و ما به عنوان یاران خراسانی رهبر شهید، مسئولیت برگزاری مناسب این مراسم را بر عهده داریم. غلامحسین مظفری افزود: قرائت نماز بر پیکر رهبر شهید با محوریت صحن انقلاب اسلامی در حرم مطهر همزمان در خیابان‌های طبرسی، نواب و شیرازی با حضور گسترده مردم برگزار می‌شود. جریان زیارت و تردد زائران در صحن‌های پیرامونی حرم مطهر به صورت مستمر و بدون وقفه برقرار خواهد بود و محدودیت‌های تشریف فقط در صحن‌ها و رواق‌های مرکزی از ظهر امروز، چهارشنبه ۱۷ تیر به صورت تدریجی تا پایان مراسم تدفین اعمال می‌شود. به گفته او، تردد از تمام مسیرهای منتهی به مشهد به صورت عادی و بدون هیچ گونه محدودیتی برقرار خواهد بود و همه تمهیدات لازم برای سفری ایمن، روان و شایسته برای حضور مردم سراسر ایران اسلامی در این آیین تاریخی تشییع امام شهیدمان فراهم شده است.

جزئیات آماده باش به روایت آمار			
اسکان و اقامت	درمان	امداد و نجات	خدمات شهری
۱۲۰۰ مدرسه سطح شهر	۴۰۰۰ تخت‌های تخصصی	۱۰ تیم واکنش سریع	۵۵۰۰ اتوبوس شهری
۵۷ مجموعه ورزشی	۴۰۰۰ تخت‌های تخصصی	۳۵۰ ایستگاه امدادی	۱۳۵ جای پارک هزار
۳۴۰ حسینیه و بقعه‌متبرکه	۴۰۰۰ تخت‌های تخصصی	۱۰۰ تیم واکنش سریع	۱۷۰۰ نانوائی (سبار و نواب)
۱۷۰۰۰ خانه شخصی	۴۰۰۰ تخت‌های تخصصی	۳۵۰ ایستگاه امدادی	۲۵۰ تانکر آب