



mums.ac.ir
webda.mums.ac.ir



سامانه پیام کوتاه: ۳۰۰۰۲۱۹۱

تلفن: ۰۵۱ ۳۸۴۱۲۰۸۱

presidentoffice@mums.ac.ir

mums.tv

mums_info

salamatmums

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی مشهد

ترتیب انتشار: روزانه

پزشک خانواده

گامی مؤثر در تحقق عدالت در سلامت

فریمان، الگوی موفق اجرای نظام ارجاع در دانشگاه علوم پزشکی مشهد

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی مشهد با تأکید بر اینکه اجرای برنامه پزشک خانواده و نظام ارجاع، تحولی بنیادین در نظام سلامت کشور ایجاد خواهد کرد، گفت: این برنامه با کاهش هزینه‌های درمان، جلوگیری از خدمات غیرضروری، ارتقای کیفیت مراقبت‌ها و تسهیل دسترسی مردم به خدمات تخصصی، مسیر تحقق عدالت در سلامت را هموار می‌کند. دکتر منصور شکبیا در گفت‌وگو با وبدا، با اشاره به آثار اقتصادی و اجتماعی اجرای این برنامه اظهار کرد: پزشک خانواده تنها یک برنامه درمانی نیست، بلکه نظامی هوشمند برای مدیریت سلامت جامعه است که با هدایت صحیح بیماران در مسیر درمان، ضمن کاهش هزینه‌های مستقیم و غیرمستقیم از جمله رفت‌وآمد، اسکان، آزمایش‌ها و تصویربرداری‌های غیرضروری، بهره‌وری نظام سلامت را نیز به شکل قابل توجهی افزایش می‌دهد.

وی تشکیل پرونده الکترونیک سلامت را یکی از مهم‌ترین ارکان این برنامه دانست و افزود: با استقرار این نظام، وضعیت سلامت هر فرد به‌صورت مستمر پایش می‌شود و بیماران مبتلا به بیماری‌های مزمن مانند دیابت و فشار خون، بر اساس برنامه مشخص برای انجام آزمایش‌ها، دریافت دارو و مراجعات دوره‌ای فراخوان می‌شوند؛ موضوعی که علاوه بر ارتقای کیفیت...



ادامه‌ی خبر کلیک کن

مدیرکل دفتر جوانی جمعیت وزارت بهداشت

حل چالش جمعیت نیازمند تمرکز بر ازدواج، اشتغال، مسکن و فرهنگ‌سازی است

مدیرکل دفتر جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با تأکید بر اینکه مسئله جوانی جمعیت تنها یک موضوع پزشکی نیست، گفت: سیاست‌های جمعیتی زمانی به نتایج مطلوب خواهد رسید که در کنار خدمات سلامت، به مؤلفه‌های اساسی همچون ازدواج، اشتغال، مسکن و فرهنگ‌سازی نیز توجه جدی شود.



به گزارش وبدا، دکتر رضا سعیدی در نشست کشوری جوانی جمعیت که به میزبانی دانشگاه علوم پزشکی مشهد در مجتمع شهدای سلامت برگزار شد، با قدردانی از مسئولان، مدیران و کارشناسان حاضر در این نشست، اظهار کرد: حوزه سلامت خانواده تنها به موضوع جوانی جمعیت محدود نمی‌شود، بلکه تمامی گروه‌های سنی از کودکان، نوجوانان، دانش‌آموزان، میانسالان، سالمندان، مادران و جوانی جمعیت را در بر می‌گیرد و هدف اصلی، حفظ و ارتقای سلامت همه این گروه‌ها است.

وی با اشاره به ضرورت نگاه جامع به سیاست‌های جمعیتی...



ادامه‌ی خبر کلیک کن

مراسم سوگواری شهادت حضرت رقیه (س) و گرامیداشت قائد اُمت و خانواده شهید ایشان

مراسم سوگواری شهادت حضرت رقیه (سلام‌الله‌علیها) و گرامیداشت قائد اُمت، حضرت آیت‌الله سیدعلی حسینی‌خامنه‌ای (قدس‌سره) و خانواده شهید ایشان، به همت نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه علوم پزشکی مشهد، معاونت فرهنگی و...



ادامه‌ی خبر
کلیک کن ...





پارک‌های علم و فناوری وارد نسل «حل مسئله» می‌شوند

حمایت معاونت علمی از توسعه زیرساخت‌های آزمایشگاهی سلامت در مشهد



[ادامه‌ی خبر](#)
[کلیک کن ...](#)

رئیس دفتر ارزیابی و تشخیص صلاحیت شرکت‌های دانش‌بنیان و رئیس شبکه آزمایشگاهی کشور در معاونت علمی، فناوری و اقتصاد دانش‌بنیان ریاست جمهوری، با تأکید بر تغییر رویکرد پارک‌های علم و فناوری از توسعه صرف زیرساخت‌ها به حل مسائل و چالش‌های استان‌ها، گفت: پارک‌های علم و فناوری باید بر اساس مزیت‌ها و نیازهای هر استان، مأموریت تخصصی خود را تعریف کرده و به محور حل مسئله و توسعه فناوری تبدیل شوند.

دکتر امیر یونسیان در حاشیه بازدید از پارک علم و فناوری سلامت مشهد در گفت‌وگو با وب‌دا، هدف از سفرهای استانی معاونت علمی را ارتباط نزدیک با شرکت‌های فناوری و دانش‌بنیان عنوان کرد و افزود: رویکرد ما این است که از نزدیک در جریان فعالیت‌ها، ظرفیت‌ها و چالش‌های شرکت‌ها قرار بگیریم تا بتوانیم از جایگاه حاکمیتی، حمایت‌های مؤثر و متناسب با نیازهای آنان را برنامه‌ریزی و اجرا کنیم.



توسعه آزمایشگاه‌های مرجع
تجهیزات پزشکی در مشهد



اعتبار مالیاتی؛ مهمترین ابزار
تامین مالی پارک‌ها



شبکه آزمایشگاهی با بیش از
۱۹۲ هزار عضو فعال

دردهای پس از جراحی قلب را ساده نگیرید

تشخیص به‌موقع علائم هشداردهنده، از بروز عوارض جدی پیشگیری می‌کند



[ادامه‌ی خبر](#)
[کلیک کن ...](#)

رگ، درد را تجربه می‌کنند که در اغلب موارد بخشی از روند طبیعی ترمیم بافت‌ها محسوب می‌شود. وی افزود: درد ناشی از ترمیم استخوان قفسه...

قفسه سینه یا علائمی مشابه سکت قلبی، نیازمند بررسی فوری پزشکی است. دکتر مجید قدسی، در گفت‌وگو با وب‌دا درباره مراقبت‌های پس از جراحی قلب باز اظهار کرد: بسیاری از بیماران پس از عمل، در محل برش استخوان جناغ سینه و همچنین در پای محل برداشت

فوق تخصص جراحی قلب و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با بیان اینکه درد در ناحیه قفسه سینه و محل برداشت رگ پس از جراحی قلب باز، در بسیاری از بیماران بخشی از روند طبیعی بهبود است، تأکید کرد: همراه شدن این دردها با تنگی نفس، تعریق سرد، احساس فشار در

ژن‌درمانی؛ افق نوین درمان بیماری‌های صعب‌العلاج

سلول‌های خونی را به دست می‌آورند؛ بنابراین در صورت موفقیت درمان، بیمار دیگر نیازی به تزریق مداوم خون نخواهد داشت و بیماری به صورت ریشه‌ای درمان می‌شود. استاد دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ژن‌درمانی سرطان را نیز یکی از عرصه‌های نوین پزشکی نوین دانست و تصریح کرد: در این شیوه، به ...

در گفت‌وگو با وب‌دا اظهار کرد: ژن‌درمانی روشی نوین در پزشکی است که در آن با ایجاد تغییرات ژنتیکی در سلول‌های بیمار، ژن سالم جایگزین ژن معیوب یا جهش‌یافته می‌شود تا علت اصلی بیماری برطرف شود؛ رویکردی که می‌تواند در آینده درمان قطعی بسیاری از بیماری‌های ژنتیکی و برخی سرطان‌ها را امکان‌پذیر کند.

وی با اشاره به ظرفیت‌های این فناوری در درمان بیماران مبتلا به تالاسمی افزود: در این روش، سلول‌های بیمار اصلاح ژنتیکی شده و پس از بازگشت به بدن، توانایی تولید طبیعی

مدیر گروه ژنتیک پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ژن‌درمانی را یکی از امیدبخش‌ترین فناوری‌های نوین پزشکی در درمان بیماری‌های صعب‌العلاج دانست و گفت: تقویت سیستم ایمنی بدن در بیماران مبتلا به سرطان و جایگزینی ژن سالم به جای ژن جهش‌یافته در بیماران تالاسمی، از مهم‌ترین کاربردهای ژن‌درمانی است که امیدواریم با تکمیل مطالعات، در آینده از مرحله آزمایشگاهی وارد کارآزمایی‌های بالینی و سپس درمان‌های رایج شود. به گزارش وب‌دا، دکتر محمدرضا عباس‌زادگان



[ادامه‌ی خبر](#)
[کلیک کن ...](#)



تحقق اهداف جوانی جمعیت نیازمند هم افزایی همه دستگاه ها و تدوین نقشه راه عملیاتی است



معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد با تأکید بر اینکه تحقق اهداف قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت تنها با مشارکت همه دستگاه های اجرایی و اجتماعی امکان پذیر است، گفت: امروز حوزه جوانی جمعیت به یکی از مهم ترین مأموریت های نظام سلامت تبدیل شده و دستیابی به آینده ای پویا و جوان، نیازمند انسجام ملی، تقسیم مسئولیت ها و اجرای برنامه های عملیاتی و واقع بینانه است.

امروز موضوع جوانی جمعیت از مهم ترین اولویت های نظام سلامت و از اساسی ترین دغدغه های آینده کشور است و برای تحقق اهداف این حوزه باید از ظرفیت همه بخش ها به صورت هماهنگ استفاده شود.



انجام منظم تشخیص، درمان و پیگیری هدفمند بیماران



ارائه خدمات تخصصی در طیف گسترده ای از رشته ها (جراحی، داخلی، اطفال و ...)

بیمار مراجعه کرده از طریق



نظام ارجاع در سه ماهه نخست سال

از خانواده و جوانی جمعیت نیازمند یک عزم ملی است، تصریح کرد: اگر هر دستگاه مسئولیت خود را در این مسیر به درستی انجام دهد و نگاه بخشی جای خود را به همکاری بین بخشی بدهد، می توان با ...



[ادامه ی خبر](#)
[کلیک کن ...](#)

وی افزود: موضوع جوانی جمعیت نیز از جمله مسائلی است که نمی توان آن را صرفاً به نظام سلامت محدود کرد؛ این حوزه به عوامل متعدد فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی، آموزشی و حمایتی وابسته است و موفقیت در آن زمانی حاصل می شود که تمامی دستگاه ها، سازمان ها و نهادهای مسئول در کنار یکدیگر ایفای نقش کنند. دکتر قلیان با تأکید بر اینکه دستیابی به نرخ مطلوب باروری و تحقق اهداف قانون حمایت

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به پیچیده تر شدن مأموریت های حوزه بهداشت نسبت به سال های گذشته اظهار کرد: در گذشته بسیاری از برنامه های حوزه سلامت با ساختاری مشخص، شرح وظایف روشن و تقسیم کار منسجم اجرا می شد، اما امروز با گسترش مأموریت ها و افزایش انتظارات، هماهنگی میان بخش های مختلف بیش از هر زمان دیگری ضرورت یافته است.

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد از مرکز خدمات جامع سلامت شهری عباس آباد بازدید کرد



[ادامه ی خبر](#)
[کلیک کن ...](#)

و روند ارائه خدمات بهداشتی و مراقبتی را بررسی کرد. در این بازدید، عملکرد واحدهای مختلف از جمله سلامت خانواده، واکسیناسیون، مراقبت های بهداشتی، بهداشت محیط و سایر خدمات سلامت مورد ارزیابی قرار گرفت.

دکتر قلیان همچنین در گفت و گو با کارکنان این مرکز، از نزدیک در جریان مسائل، نیازها و چالش های موجود قرار گرفت و بر ضرورت ارتقای کیفیت خدمات، تکریم مراجعان، تقویت رضایتمندی مردم و بهبود مستمر شاخص های سلامت ...

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد با حضور در مرکز خدمات جامع سلامت شهری عباس آباد، روند ارائه خدمات بهداشتی و مراقبتی را از نزدیک مورد ارزیابی قرار داد و بر ارتقای کیفیت خدمات، تکریم مراجعان و بهبود شاخص های سلامت تأکید کرد. به گزارش وبدا، دکتر مهدی قلیان، معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد، با حضور در مرکز خدمات جامع سلامت شهری عباس آباد، تحت پوشش مرکز بهداشت شماره ۳ مشهد، از بخش های مختلف این مرکز بازدید



تعیین تکلیف بدهی شهریه دانشجویان بین الملل و اعطای بورس خلیج همیشه فارس



داشت و بر اساس مصوبات کمیته، تمامی دانشکده‌ها از جمله دانشکده پزشکی موظف شدند پیگیری منظم و دقیق مطالبات معوق دانشجویان را در دستور کار قرار دهند.

بر اساس تصمیم اتخاذشده، دانشجویان دستگیری بین الملل که دارای بدهی معوق شهریه هستند، تا زمان تسویه کامل بدهی، مجاز به شرکت در آزمون‌های ارتقای دستگیری نخواهند بود. همچنین مقرر شد تمامی مکاتبات مربوط به این موضوع از سوی دانشکده‌ها با هماهنگی دبیرخانه کمیته اقتصاد آموزش انجام شود.

در بخش دیگری از این جلسه، اعضای کمیته با هدف شفاف‌سازی و نظام‌مند کردن حمایت‌های مالی از دانشجویان، تصویب کردند تخفیف شهریه برای دانشجویانی که پرونده آنان در چارچوب ضوابط اعطای بورس بررسی می‌شود، حداکثر تا سقف ۵۰ درصد و در قالب «بورس

کمیته اقتصاد آموزش دانشگاه علوم پزشکی مشهد با هدف ساماندهی فرآیندهای مالی، ارتقای انضباط در وصول مطالبات و نظام‌مند کردن حمایت‌های مالی از دانشجویان برگزار شد و در آن، تعیین تکلیف بدهی شهریه دانشجویان بین الملل و اعطای تخفیف شهریه در قالب «بورس خلیج همیشه فارس» به تصویب رسید.

به گزارش وبدا، جلسه کمیته اقتصاد آموزش دانشگاه علوم پزشکی مشهد با حضور مدیران ارشد آموزشی و بین الملل دانشگاه در سالن شورای معاونت آموزشی برگزار شد و مهم‌ترین موضوعات مرتبط با مدیریت منابع مالی آموزشی، وصول مطالبات و حمایت هدفمند از دانشجویان مورد بررسی قرار گرفت.

در این نشست، رسیدگی به وضعیت بدهی شهریه دانشجویان بین الملل در اولویت دستور کار قرار

خلیج همیشه فارس» اعمال شود.

همچنین گزارشی از روند پاسخ‌گویی به سامانه «مروارید» ارائه شد و اعضای کمیته بر ضرورت افزایش دقت و انسجام در ثبت و گزارش اطلاعات مالی تأکید کردند.



[ادامه‌ی خبر کلیک کن ...](#)

پزشکی خانواده و نظام ارجاع، راهکاری مؤثر برای دسترسی عادلانه به خدمات تخصصی و ارتقای کیفیت درمان



مدیر کلینیک‌های تخصصی و فوق تخصصی مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی شهید هاشمی‌نژاد، اجرای برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع را از مهم‌ترین راهبردهای تحول در نظام سلامت دانست و گفت: این برنامه‌ها با هدف دسترسی عادلانه‌تر مردم به خدمات تخصصی، ارتقای کیفیت مراقبت‌های درمانی، کاهش هزینه‌های غیرضروری و مدیریت هدفمند مسیر درمان بیماران اجرا می‌شوند.



دستبایی به نرخ مطلوب باروری نیازمند عزم ملی و برنامه‌های عملیاتی



نیازمند همکاری بین بخشی همه دستگاه‌ها و نهادها

جوانی جمعیت از مهم‌ترین اولویت‌های نظام سلامت کشور



نظام ارجاع، حلقه اتصال خدمات تخصصی و فوق تخصصی

مراجعه بیش از ۵۰۰ بیمار از طریق نظام ارجاع

ارائه خدمات تخصصی و پاراکلینیکی در طیف گسترده‌ای از رشته‌ها



[ادامه‌ی خبر
کلیک کن ...](#)



بررسی ظرفیت‌های فناورانه و زیرساخت‌های توسعه زیست‌بوم نوآوری

سلامت در مشهد



رئیس دفتر ارزیابی و تشخیص صلاحیت شرکت‌های دانش‌بنیان و رئیس شبکه آزمایشگاهی کشور در معاونت علمی، فناوری و اقتصاد دانش‌بنیان ریاست جمهوری، با حضور در پارک علم و فناوری سلامت دانشگاه علوم پزشکی مشهد، از ظرفیت‌های فناورانه، زیرساخت‌های تخصصی و شرکت‌های مستقر در این مجموعه بازدید کرد.

به گزارش وبدا، دکتر امیر یونسیان در این بازدید، از بخش‌های مختلف پارک علم و فناوری سلامت مشهد، شامل آزمایشگاه جامع، کلین‌روم‌های سلول‌های بنیادی، سوله در دست طراحی، سوله ۲۱۰۰ متری و شرکت فناور «ساینس بازار» دیدن کرد و از نزدیک در جریان توانمندی‌ها، ظرفیت‌های زیرساختی و روند فعالیت شرکت‌های دانش‌بنیان مستقر در این مجموعه قرار گرفت. در جریان این بازدید، ظرفیت‌های پارک علم و فناوری سلامت مشهد در حمایت از شرکت‌های فناور، توسعه فناوری‌های سلامت‌محور، تجاری‌سازی دستاوردهای پژوهشی و تقویت زیست‌بوم نوآوری مورد بررسی قرار گرفت.



[ادامه‌ی خبر کلیک کن](#)



رهبر فرزانه را تأکید مستمر بر جایگاه علم دانست و تصریح کرد: جمله ماندگار «علم، سلطان است» نشان‌دهنده نگاه عمیق و آینده‌نگر ایشان به نقش دانش در اقتدار، پیشرفت و استقلال کشور است. ایشان همواره در دیدار با دانش‌آموزان، دانشجویان و نخبگان علمی،...



[ادامه‌ی خبر](#)
[کلیک کن...](#)

علم، سلطان است

تبلور صلابت، شجاعت و نگاه راهبردی رهبر شهید به دانش

فوق تخصص غدد و متابولیسم بالغین و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با تبیین ابعاد شخصیتی و مدیریتی رهبر فقید شهید، صلابت، شجاعت و نگاه راهبردی ایشان به علم را از مهم‌ترین ویژگی‌های این شخصیت برجسته جهان اسلام برشمرد و تأکید کرد: تداوم راه این رهبر فرزانه، به‌ویژه در عرصه علم، پژوهش و تربیت نسل آینده، مسئولیتی مهم بر عهده جامعه دانشگاهی و جوانان کشور است.

دکتر زهرا مظلوم خراسانی، فوق تخصص غدد و متابولیسم بالغین و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، در گفت‌وگو با وبدا، با گرامیداشت یاد و خاطره رهبر فقید شهید، به تبیین ویژگی‌های شخصیتی، مدیریتی و علمی ایشان پرداخت و اظهار کرد: یکی از برجسته‌ترین ویژگی‌های این رهبر بزرگ، صلابت، شجاعت و استقامت مثال‌زدنی در برابر سختی‌ها و فشارهای گوناگون بود؛ ویژگی‌هایی که ریشه در ایمان، یقین قلبی و توکل عمیق ایشان به خداوند متعال داشت.

وی با اشاره به آیه شریفه «أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» افزود: صلابت و آرامش رهبر شهید، تجلی عملی این وعده الهی بود و این روحیه در تمامی مراحل زندگی، به‌ویژه در دوران پرچالش انقلاب اسلامی، به‌روشنی نمایان شد. عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، یکی از مهم‌ترین میراث‌های فکری این



از رژیم کم نمک تا پایش روزانه وزن

مهم ترین توصیه ها برای بیماران نارسایی قلبی پس از ترخیص

بیمارستان بستری می شوند، در طول دوران بستری درمان های تخصصی را آغاز می کنند و ادامه صحیح این درمان ها در منزل، نقش مهمی در کنترل بیماری، کاهش احتمال بستری مجدد و ارتقای کیفیت زندگی آنان دارد.

کنترل روزانه وزن و مراجعه به موقع در صورت بروز علائم هشداردهنده را از مهم ترین توصیه ها برای بیماران پس از ترخیص از بیمارستان برشمرد. دکتر زهره محمودی در گفت و گو با وبدا اظهار کرد: بیماران مبتلا به نارسایی قلبی که به دلیل تشدید بیماری در

متخصص قلب و فلوشیپ نارسایی و پیوند قلب و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با تأکید بر نقش مراقبت های خانگی در پیشگیری از تشدید نارسایی قلبی، رعایت رژیم غذایی کم نمک و کم چرب، مصرف منظم داروها، فعالیت بدنی تدریجی،



ادامه ی خبر
کلیک کن ...

مراقبت های پس از ترخیص در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی

رژیم غذایی مناسب



- مصرف نمک روزانه ۲ تا ۳ گرم (حدود یک قاشق چای خوری)
- پرهیز از غذاهای فرآوری شده، فست فود، کنسرو، دوغ، نوشابه و ماءالشعیر

فعالیت بدنی



- پیاده روی روزانه از ۵ دقیقه شروع و به تدریج تا ۳۰ دقیقه در روز
- در صورت بروز علائم مانند سرگیجه، درد قفسه سینه یا تنگی نفس شدید با پزشک مشورت کنید.

مصرف داروها



- داروها را منظم و طبق دستور پزشک مصرف کنید.
- حتی در صورت بهبود علائم، داروها را خودسرانه قطع نکنید.

کنترل روزانه وزن



- افزایش وزن ناگهانی نشانه احتباس مایعات است.
- اگر در یک روز بیش از ۹۰۰ گرم یا در یک هفته حدود ۲ کیلوگرم افزایش وزن داشتید، با پزشک تماس بگیرید.

علائم هشداردهنده



- خستگی شدید، سرگیجه، تنگی نفس هنگام دراز کشیدن، نیاز به چند بالش برای خواب، افزایش ناگهانی وزن
- بروز این علائم نیازمند بررسی فوری است.

مراجعه و پیگیری



- زمان مراجعه مجدد بر اساس شرایط هر بیمار تعیین می شود.
- تیم درمانی پس از ترخیص نیز وضعیت بیماران را پیگیری می کند.



نقش استاد، به عنوان یک «منتور یا مرشد» در جهت دهی مسیر دانشجویان الهام بخش است



دکتر مهران بیرقی طوسی، فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان، فلوشیپ نوروفیزیولوژی بالینی و صرع کودکان و دانشیار دانشگاه علوم پزشکی مشهد، متولد سال ۱۳۵۷ در شهر مقدس مشهد است؛ دیاری که مسیر تحصیل، رشد علمی و بازگشت حرفه‌ای او نیز بار دیگر به همان‌جا ختم شد. دکتر بیرقی در سال ۱۳۷۵ وارد رشته پزشکی عمومی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند شد و سال‌های خدمت سربازی را نیز در خراسان جنوبی گذراند؛ دوره‌ای که به گفته خودش، بخشی از مسیر حرفه‌ای و آشنایی نزدیک‌تر با واقعیت‌های پزشکی در مناطق مختلف کشور را برایش رقم زد.

مسیر تحصیلی و حرفه‌ای



دکتر بیرقی طوسی معتقد است اگر رابطه استاد و دانشجو بر پایه مرشدی شکل بگیرد، انگیزه، اخلاق و ارتباط انسانی نیز در این میان تقویت می‌شود. به گفته او، دانشجو زمانی با عشق و انگیزه در مسیر پزشکی باقی می‌ماند که استادش برای او الهام‌بخش باشد. او تأکید می‌کند که استاد باید در نگاه دانشجو «همه‌چیز تمام» باشد؛ یعنی هم در طبابت، هم در آموزش، هم در نظم و هم در رفتار حرفه‌ای نمونه باشد. در چنین شرایطی، سختی‌های کار بالینی، کشیک‌های طولانی و فشارهای رشته پزشکی نیز برای دانشجو قابل تحمل‌تر می‌شود.

منتور یا مرشد فرا تر از یک استاد



از نگاه این عضو هیأت علمی، مهم‌ترین ویژگی یک استاد دانشگاه، توانایی «منتور بودن» است؛ یعنی استادی که بتواند برای دانشجو نقش مرشد را ایفا کند.

آموزش بالینی؛ یادگیری کنار بیمار



این دانشیار دانشگاه علوم پزشکی مشهد، افزایش بی‌رویه تعداد دانشجویان را یکی از آسیب‌های جدی آموزش پزشکی می‌داند و معتقد است تعیین ظرفیت پذیرش باید بر اساس عقلانیت و نیاز واقعی صورت گیرد، نه هیجان یا تصمیم‌های مقطعی.

راه‌های ارتقای کیفیت آموزش



این دانشیار دانشگاه علوم پزشکی مشهد، افزایش بی‌رویه تعداد دانشجویان را یکی از آسیب‌های جدی آموزش پزشکی می‌داند و معتقد است تعیین ظرفیت پذیرش باید بر اساس عقلانیت و نیاز واقعی صورت گیرد، نه هیجان یا تصمیم‌های مقطعی.

دکتر بیرقی طوسی در توضیح ویژگی‌های یک استاد موفق، بر سه محور اصلی درمان، آموزش و پژوهش تأکید می‌کند؛ سه رکن جدایی‌ناپذیر در پزشکی دانشگاهی. به اعتقاد او، استاد دانشگاه علوم پزشکی نباید فقط درمانگر باشد یا تنها در حوزه پژوهش یا آموزش فعالیت کند، بلکه باید بتواند هر سه بال را هم‌زمان مدیریت کند. او این مسیر را دشوار اما ضروری می‌داند و می‌گوید در فضای پرفشار دانشگاه‌های علوم پزشکی، به‌ویژه در رشته‌های بالینی، این تعادل اهمیت بیشتری پیدا می‌کند.



[ادامه‌ی خبر کلیک کن ...](#)

توصیه به اساتید جوان

علاقه به آموزش، پژوهش و درمان، پذیرش نقش مرشدی الگوی اخلاق و رفتار حرفه‌ای، پرهیز از گلابه‌های مداوم و ایجاد انگیزه و امید در دانشجویان، از ویژگی‌های استاد موفق است.



ادامہ ی خبر
کلیک کن ...



ACT

رویکردی نوین برای دستیابی به زندگی معنادار در مواجهه با رنج‌های روانی

نوین و مبتنی بر شواهد در روان‌درمانی معرفی کرد و اظهار داشت: این شیوه که از درمان‌های موج سوم شناختی - رفتاری به شمار می‌رود، توسط «استیون هیز» و همکارانش در دهه ۱۹۸۰ توسعه یافت و امروزه به عنوان یکی از رویکردهای مؤثر در ارتقای سلامت روان و افزایش کیفیت زندگی شناخته می‌شود.

را بپذیرند، بر اساس ارزش‌های شخصی تصمیم بگیرند و حتی در حضور اضطراب، غم یا ترس، زندگی هدفمند و معناداری را دنبال کنند.

دکتر حمیده صمدی، مدیر مرکز مشاوره دانشگاه علوم پزشکی مشهد، در گفت‌وگو با وبدا، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (Acceptance and Commitment Therapy) یا ACT را یکی از رویکردهای

مدیر مرکز مشاوره دانشگاه علوم پزشکی مشهد با تشریح درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) گفت: این رویکرد

نوین روان‌درمانی به جای تلاش برای حذف افکار و هیجان‌های ناخوشایند، به افراد می‌آموزد تجربه‌های درونی خود



ششی مولفه ACT

پذیرش	گسلش شناختی	تماس با لحظه اکنون	خود به عنوان زمینه	شفاف‌سازی ارزش‌ها	اقدام متعهدانه
پذیرش تجربه‌های درونی بدون جنگیدن با آن‌ها	مشاهده افکار بدون باور کردن آن‌ها	تمرکز بر زمان حال با ذهن آگاهی	دیدن خود فراتر از افکار و احساسات	شناسایی آنچه واقعاً برای شما مهم است	برداشتن گام‌های عملی در مسیر ارزش‌ها



مزایای ACT

زندگی معنادارتر، حضور آگاهانه در لحظه، کاهش اجتناب از تجربه‌های دشوار و افزایش تاب‌آوری روانی.



وی با بیان اینکه ACT نگاه متفاوتی به رنج‌های روانی دارد، افزود: در این رویکرد، مشکل اصلی انسان صرفاً وجود افکار، احساسات یا هیجان‌های ناخوشایند نیست، بلکه تلاش مداوم و فرساینده برای کنترل، سرکوب یا حذف این تجربه‌های درونی است. این چرخه می‌تواند به اجتناب، کاهش عملکرد، فرسودگی روانی و فاصله گرفتن از یک زندگی ارزش‌محور منجر شود.

دکتر صمدی با اشاره به نمونه‌ای از این وضعیت گفت: فردی که دچار اضطراب اجتماعی است، ممکن است از سخنرانی، حضور در جمع، درخواست شغل یا برقراری روابط عاطفی اجتناب کند؛ در نتیجه، زندگی او به جای ارزش‌ها و اهداف شخصی، تحت تأثیر اضطراب و ترس هدایت می‌شود. ACT تلاش...



ادامه‌ی خبر
کلیک کن ...

هدف اصلی:



هدف ACT حذف کامل اضطراب نیست، بلکه افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی است؛ یعنی بتوان با آگاهی و پذیرش، تجربه‌های درونی، رفتاری مؤثر و سازگار در مسیر ارزش‌های شخصی انتخاب کرد.



ارتقای مرتبه علمی هفت عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد در ششصد و چهل و نهمین جلسه هیأت ممیزه

معاون آموزشی دانشگاه علوم پزشکی مشهد از موافقت هیأت ممیزه دانشگاه با ارتقای مرتبه علمی هفت نفر از اعضای هیأت علمی در ششصد و چهل و نهمین جلسه این هیأت خبر داد.

دکتر علیرضا گلشن، معاون آموزشی دانشگاه علوم پزشکی مشهد در گفتگو با وب دا اظهار کرد: در ششصد و چهل و نهمین جلسه هیأت ممیزه دانشگاه، پرونده‌های ارتقای مرتبه علمی اعضای هیأت علمی پس از بررسی و ارزیابی دقیق، در دستور کار قرار گرفت.

وی افزود: اعضای هیأت ممیزه پس از بحث و بررسی، با ارتقای مرتبه علمی هفت نفر از اعضای هیأت علمی دانشگاه موافقت کردند.

بر این اساس، دکتر سید کاوه حجت و دکتر فرشته شیبانی از دانشکده پزشکی مشهد به مرتبه استادی ارتقا یافتند.

همچنین دکتر زهرا دلیر و دکتر محبوبه فیروزی از دانشکده پرستاری و مامایی مشهد، دکتر محمدرضا نقیبی سیستانی از دانشکده پزشکی مشهد، دکتر سیماسادات حجازی از دانشکده پرستاری و مامایی خراسان شمالی و دکتر مهران وطنچیان یزدی از دانشکده پزشکی خراسان شمالی، موفق به کسب مرتبه دانشیاری شدند.



[ادامه ی خبر](#)
[کلیک کن ...](#)



اورپون

بیماری ویروسی واگیردار دوران کودکی که بیشتر کودکان بالای دو سال را درگیر می‌کند

فوق تخصص غدد درون‌ریز و متابولیسم کودکان و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به اینکه اورپون یکی از بیماری‌های ویروسی و واگیردار دوران کودکی است، گفت: این بیماری بیشتر کودکان بالای دو سال را مبتلا می‌کند و اگرچه اغلب سیر خفیفی دارد، اما در برخی موارد می‌تواند با عوارضی مانند مننژیت، التهاب بیضه، تخمدان یا لوزالمعده همراه شود.

دکتر پیمان اشراقی در گفتگو با وب دا اظهار کرد: اورپون یک بیماری ویروسی است که عامل آن ویروس اورپون بوده و تظاهر اصلی آن التهاب غدد بزاقی، به‌ویژه غده بناگوشی، است. با این حال، ویروس می‌تواند سایر اندام‌ها از جمله لوزالمعده، مغز، بیضه‌ها و تخمدان‌ها را نیز درگیر کند.

وی با بیان اینکه اورپون از بیماری‌های عفونی واگیردار دوران کودکی به شمار می‌رود، افزود: تب، سردرد، تورم غدد لنفاوی، آبریزش بینی و چشم و در ادامه تورم غدد بزاقی از مهم‌ترین علائم این بیماری هستند. رئیس بخش غدد بیمارستان فوق تخصصی کودکان اکبر ادامه داد: دوره نهفتگی بیماری معمولاً بین ۱۴ تا ۲۱ روز است و ممکن است کودک یک تا دو روز پیش از بروز علائم اصلی، دچار بی‌حالی و کسالت عمومی شود. پس از آن، غدد بزاقی در ناحیه بناگوش و زیر فک متورم شده و این وضعیت معمولاً با تب همراه است.



[ادامه ی خبر کلیک کن ...](#)

اهدای اعضای جوان ۲۴ ساله، زندگی دوباره به شش بیمار بخشید

پیوندی دانشگاه علوم پزشکی مشهد معرفی شده بود، در بیمارستان منتصریه تحت عمل جراحی اهدای عضو قرار گرفت. وی افزود: دو کلیه زنده‌یاد علیرضا غلامیان کلات توسط تیم پیوند کلیه بیمارستان ...

مسئول واحد فراهم‌آوری اعضای پیوندی دانشگاه علوم پزشکی مشهد از انجام یک‌هزار و هشتصد و شصت‌و یکمین عضو (شصت و یکمین اهدای عضو در سال ۱۴۰۵) در این دانشگاه خبر داد.

دکتر ابراهیم خالقی در گفتگو با وب دا اظهار کرد: مرحوم علیرضا غلامیان کلات، جوان ۲۴ ساله‌ای که پس از تأیید مرگ مغزی از بیمارستان شهید هاشمی‌نژاد به واحد فراهم‌آوری اعضای



[ادامه ی خبر](#)
[کلیک کن ...](#)



تغذیه سالم در بارداری

ضامن سلامت مادر و جنین و سرمایه‌گذاری برای سلامت نسل آینده



متخصص تغذیه بیمارستان شهید هاشمی‌نژاد مشهد با تأکید بر اهمیت تغذیه اصولی در دوران بارداری گفت: رعایت یک الگوی غذایی متعادل و دریافت کافی مواد مغذی، نقش تعیین‌کننده‌ای در حفظ سلامت مادر، رشد مطلوب جنین و پیشگیری از بسیاری از عوارض دوران بارداری دارد. دکتر نوری، متخصص تغذیه بیمارستان شهید هاشمی‌نژاد، در گفت‌وگو با وبدا اظهار کرد: بارداری یکی از حساس‌ترین دوره‌های زندگی زنان است که با تغییرات گسترده هورمونی و متابولیسمی همراه می‌شود و در این شرایط، تغذیه مناسب نقش اساسی در تأمین سلامت مادر و رشد طبیعی جنین ایفا می‌کند.

وی افزود: در دوران بارداری، نیاز بدن به انرژی و مواد مغذی افزایش می‌یابد و هرگونه کمبود یا دریافت بیش از حد برخی مواد غذایی می‌تواند سلامت مادر و جنین را تحت تأثیر قرار دهد؛ از این‌رو رعایت تعادل، تنوع و کیفیت در رژیم غذایی اهمیت ویژه‌ای دارد.

افزایش وزن متناسب



- افزایش وزن باید تدریجی و متناسب با شرایط مادر باشد.
- افزایش وزن ناکافی یا بیش از حد، خطر عوارضی مانند دیابت بارداری، فشار خون بالا، زایمان زودرس و سزارین را افزایش می‌دهد.

پروتئین و ریزمغذی‌ها



- منابع پروتئینی: گوشت کم‌چرب، مرغ، ماهی، تخم‌مرغ، حبوبات و لبنیات
- ریزمغذی‌های مهم: آهن، اسید فولیک، کلسیم، ویتامین D و ویتامین C برای جذب بهتر آهن.

تنوع غذایی



- مصرف روزانه تمامی گروه‌های غذایی: لبنیات، منابع پروتئینی، غلات کامل، میوه‌ها و سبزیجات.
- لبنیات برای سلامت استخوان‌ها و رشد جنین، میوه‌ها و سبزیجات برای ویتامین‌ها و مواد معدنی.

مصرف کافئین باید محدود شود

این متخصص تغذیه با توصیه به محدود کردن مصرف نوشیدنی‌های کافئین‌دار اظهار کرد: مادران باردار باید از مصرف بیش از حد قهوه، چای پررنگ، نوشابه‌های کولا و شکلات خودداری کنند.

وی همچنین مصرف مواد غذایی سرشار از منیزیم مانند غلات کامل، مغزها، حبوبات، سبزی‌های برگ سبز تیره و غذاهای دریایی را در حفظ سلامت مادر و کمک به کنترل فشار خون مفید دانست.

دکتر نوری در پایان با تأکید بر اینکه تغذیه سالم تنها به معنای افزایش حجم غذا نیست، خاطرنشان کرد: کیفیت و تنوع رژیم غذایی، فعالیت بدنی متناسب با نظر پزشک، پرهیز از مصرف دخانیات و الکل، انجام مراقبت‌های منظم دوران بارداری و بهره‌گیری از مشاوره تخصصی تغذیه، از مهم‌ترین عوامل در داشتن بارداری سالم و تولد نوزادی سالم به شمار می‌رود.

وی از مادران باردار خواست با دریافت برنامه غذایی متناسب با شرایط جسمانی خود از متخصصان تغذیه، دوران بارداری را با سلامت، آرامش و اطمینان بیشتری سپری کنند.

توصیه‌های کلی



- مصرف مکمل‌ها فقط با تجویز پزشک یا متخصص تغذیه
- فعالیت بدنی متناسب با نظر پزشک.
- پرهیز از دخانیات و الکل و انجام مراقبت‌های منظم بارداری



[ادامه‌ی خبر کلیک کن ...](#)



خاطره، تنها یادآوری گذشته نیست؛ خاطره، حافظه زنده یک ملت است. اگر روایت‌ها نوشته نشوند، بسیاری از حقیقت‌ها نیز در گذر زمان خاموش خواهد شد. از همین رو خبرنگار دانشگاه علوم پزشکی مشهد تصمیم گرفته است هر روز صفحه‌ای از زندگی شهید والامقام حسین عشقی را ورق بزند؛ پرستاری که در میدان خدمت، جان خویش را فدای جان دیگران کرد و نامش برای همیشه با ایثار و مسنولیت‌پذیری گره خورد. این مجموعه، صرفاً بازگویی خاطرات یک شهید نیست؛ بلکه ادای دینی است به همه مدافعان سلامت که بی‌ادعا زیستند و بی‌مت خدمت کردند. ما باور داریم هر انسانی که حسین عشقی را می‌شناخت، بخشی از این روایت نانوشته را در دل خود حفظ کرده است. اگر شما نیز خاطره‌ای، تصویری با ناگفته‌ای از این شهید عزیز، دارید، آن را به نشانی webda@mums.ac.ir ارسال کنید تا در کنار دیگر روایت‌ها، تصویری روشن‌تر از زندگی او برای فرزندش، برای دانشگاه و برای نسل‌های آینده به یادگار بماند.



درحوالی عشق

روایت‌هایی از زندگی و سلوک

شهید پرستار
حسین عشقی

تا آخرین نفس
در مسیر انسانیت
ایستاد...



دانشگاه علوم پزشکی مشهد

روایت دوم

قدرت عشقی

پدر شهید

حسین در گروه جهادی ابراهیم فعالیت می‌کرد. وقتی خیر سیل در شمال کشور منتشر شد، ما در حال برنامه‌ریزی برای سفر خانوادگی بوویم اما او سفر را لغو کرد و گفت مردم آن نجا به کمک نیاز دارند. همان‌ها از جمع ما جدا شد و حدود ۱۰ روز در آق‌قلا کنار سیل‌زدگان ماند. در زلزله کرمانشاه هم از تخت‌ستین نیروهای داوطلب بود و حدود ۱۵ روز در مناطق زلزله‌زده خدمت کرد. بعدها هم برای کمک به مردم سیستان و بلوچستان رفت و در کنار خدمات درمانی، در ساخت خانه برای محرومان مشارکت داشت.

حسین کوچک‌ترین فرزند خانواده بود. من پنج فرزند دارم و او آخرینشان بود. در تمام سال‌هایی که کنار ما زندگی کرد، حتی یک بار در از او بی‌احترامی ندیدیم و هیچ‌وقت در برابر درخواست‌های ما پاسخ منفی نداد.

هر بار که به کریلا می‌رفت، بیشتر وقتش را صرف درمان زائران می‌کرد، زمان زیادی برای زیارت نداشت و می‌گفت زائران برایم دعا می‌کنند و همان برایم کافی است.

پیش از آغاز مأموریت آخر به روستای بام اسفراین آمد. با ما خداحافظی کرد و از من و مادرش حلالیت طلبید. این آخرین دیدارمان بود.

سه روز بعد با ما تماس گرفتند و گفتند پای حسین شکسته و باید به تهران برویم. ما شک کردیم، چون برای شکستگی پا نیازی نبود ما برویم.

وقتی در مسیر بودیم نزدیک شاهرود که رسیدیم، گفتند حسین شهید شده و برای شناسایی پیکرش می‌رویم.





استاد دانشگاه علوم پزشکی مشهد:

پوست، آینه سلامت بدن است

استفاده منظم از ضدآفتاب استاندارد را جدی بگیرید



استفاده از ضدآفتاب مناسب



نوشیدن آب کافی

تغذیه سالم
سرشار از آنتی اکسیدانپاکسازی پوست
متناسب با نوع پوستمرطوب سازی
روزانه پوست

استاد گروه پوست دانشگاه علوم پزشکی مشهد با تأکید بر نقش حیاتی پوست به عنوان نخستین سد دفاعی بدن گفت: مراقبت صحیح از پوست، استفاده منظم از ضدآفتاب استاندارد و انتخاب آگاهانه محصولات مراقبتی، نقش مهمی در حفظ سلامت پوست، پیشگیری از آسیب‌های ناشی از نور خورشید و کاهش خطر ابتلا به برخی بیماری‌های پوستی دارد. دکتر پوران لایق، استاد گروه پوست دانشگاه علوم پزشکی مشهد، در گفت‌وگو با وبدا اظهار کرد: پوست بزرگ‌ترین عضو بدن و نخستین سد دفاعی در برابر عوامل محیطی است و سلامت آن تنها به جنبه‌های زیبایی محدود نمی‌شود، بلکه می‌تواند بازتابی از وضعیت سلامت عمومی بدن باشد.

وی افزود: بسیاری از بیماری‌ها و اختلالات داخلی با تغییرات پوستی بروز می‌کنند و به همین دلیل می‌توان پوست را تا حد زیادی آینه سلامت بدن دانست.

این متخصص پوست و مو با بیان اینکه رعایت برخی اصول ساده نقش مهمی در حفظ سلامت پوست دارد، گفت: پرهیز از مصرف دخانیات، نوشیدن آب کافی، شست‌وشوی صورت پیش از خواب، استفاده از شوینده متناسب با نوع پوست و مصرف مواد غذایی سرشار از آنتی اکسیدان مانند میوه‌ها و سبزیجات، از مهم‌ترین راهکارهای مراقبت از پوست به شمار می‌روند. همچنین تأمین رطوبت پوست از طریق تغذیه مناسب و استفاده از مرطوب‌کننده‌های مناسب، به حفظ شادابی و سلامت آن کمک می‌کند.

دکتر لایق، استفاده از ضدآفتاب را مهم‌ترین اصل مراقبت روزانه از پوست دانست و تصریح کرد: ضدآفتاب باید دارای SPF حداقل ۳۰ و برچسب Broad Spectrum باشد تا بتواند از پوست در برابر هر دو نوع اشعه مضر خورشید، یعنی UVA و UVB محافظت کند. توصیه می‌شود ضدآفتاب حدود ۱۵ دقیقه پیش از خروج از منزل استفاده شود و در صورت قرار گرفتن طولانی‌مدت در معرض نور خورشید، در فواصل زمانی مناسب تمدید شود.

ادامه ی خبر
کلیک کن ...

می‌گیرد و آگاهی از نوع پوست، نخستین گام برای انتخاب صحیح محصولات بهداشتی و مراقبتی است. استاد گروه پوست دانشگاه...

وی با اشاره به اهمیت شناخت نوع پوست در انتخاب محصولات مراقبتی اظهار کرد: پوست افراد به‌طور معمول در چهار گروه چرب، خشک، مختلط و معمولی قرار

