



سازمان منطقه بهداشت، درمان

خراسان

مرکز بهداشت استان

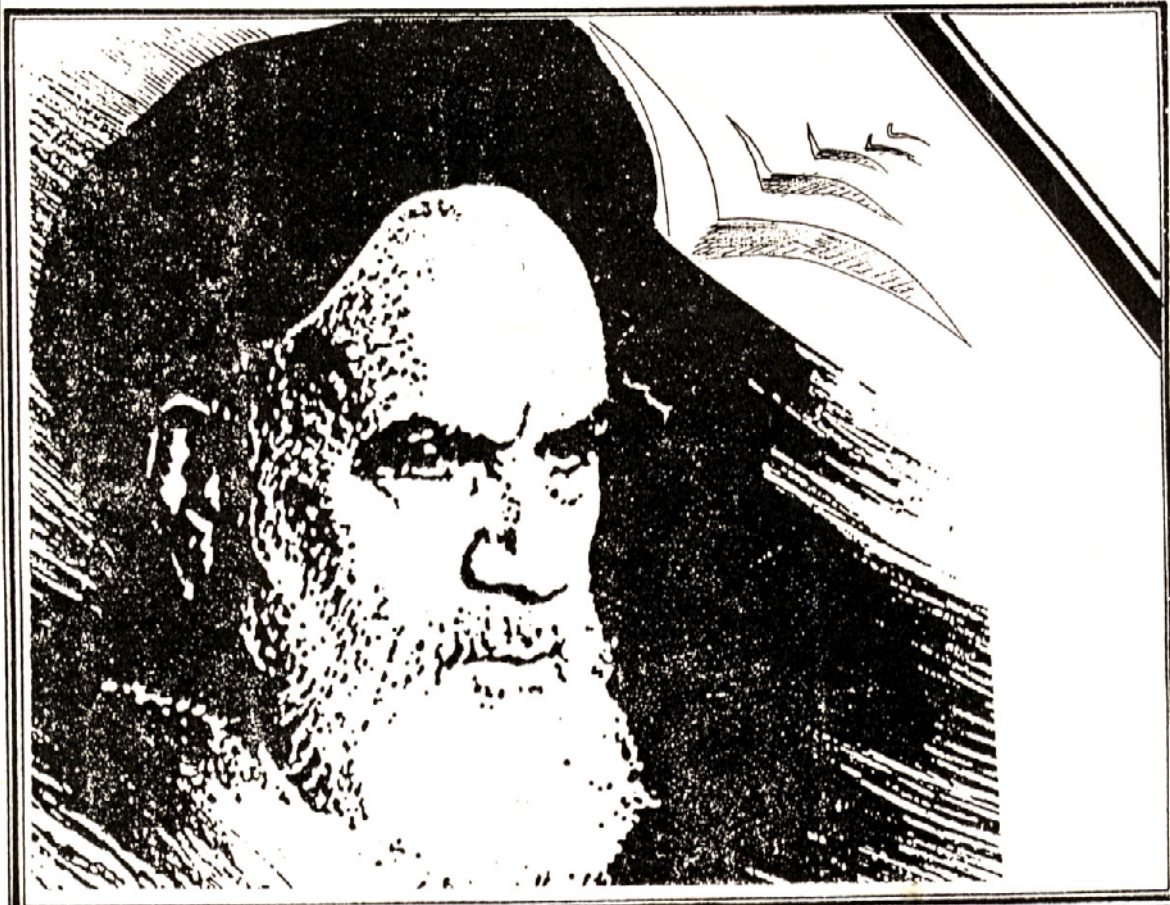
فصلنامه بهروز

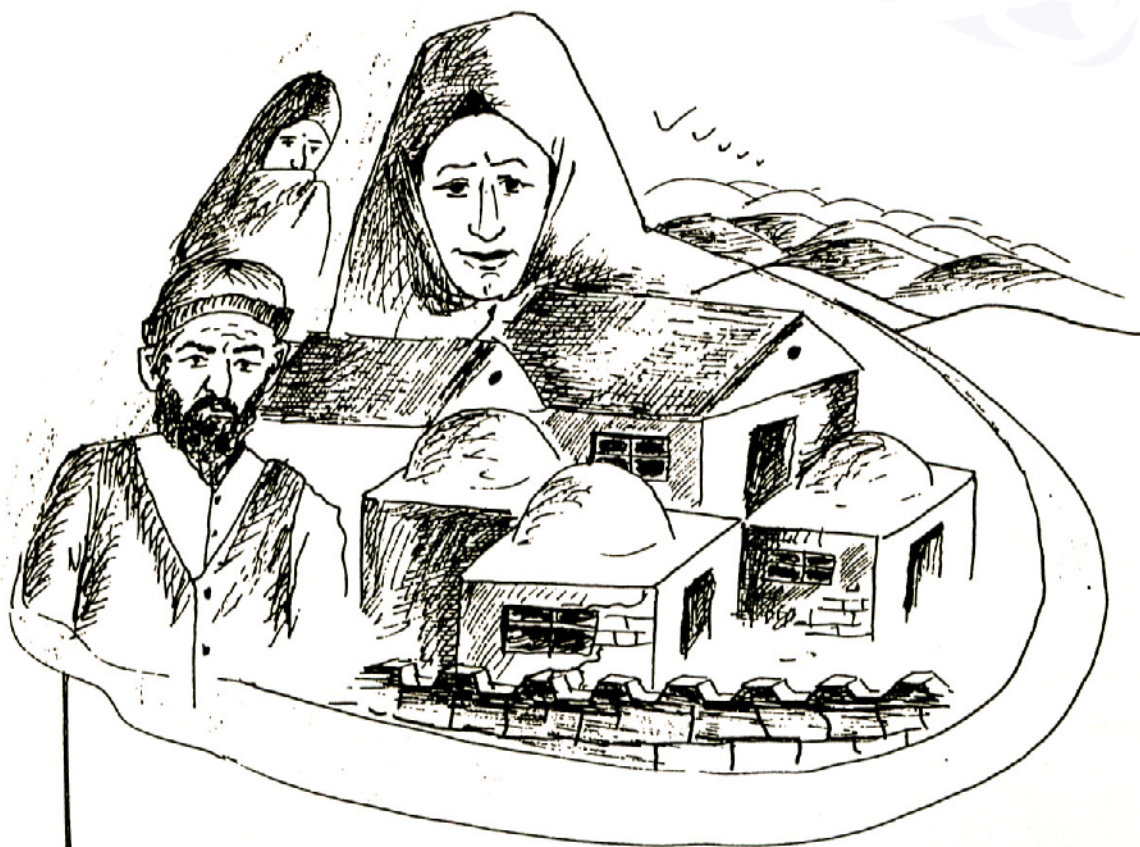
۱۳۶۹

بهار

شماره اول

سال اول





نوشته ای نوشتیم	قلم بدست گرفتیم
، حال شما چگونه ؟	بهروزهای پرتلاش ، نیروهای فداکار
روستایا چگونه ؟	اونجا که کار میکنید
کارتو جاودانه ست	پیک سلامت من
شنونده رازهای	تو مرهم دلپایی
شفابخش دردهای	بعد از خدا ی یکتا
باعشق و احترامی	عرضه کن خدمت را
از رب بنی همتا گیر	اجر کارهای خود را





مطالب

مفحه	عنوان
۴	سرمقاله
۵ و ۶	اخبار
۷	سیمای بهورز
۸	يك عكس : يك پيام
۹ و ۱۰	تنظيم خانواده
۱۱	فرصت‌های از دست رفته
۱۲	چند كلمه درباره بهداشت محيط
۱۳	چند نکته
۱۴	جدول
۱۵	و آخرين كلام ...

" فصل نامه بهورز "

فصل نامه بهورز هر سه ماه يكبار در مركز بهداشت استان خراسان زير نظر هيئت تحريريه براي استفاده همكاران - بهورز تهيه و منتشر ميگردد .
اميدواريم كه مطالب اين نشریه بتواند راهنمای خوبی برای اهداف بزرگی که این همکاران ارجمند دارند باشد .

چنانچه مایل به همکاری با این فصل نامه هستید پیشنهادات ، انتقادات ، مقالات و اخبار روستای خود را به آدرس :
مشهد : انتهای خیابان سنا -
مركز بهداشت استان - واحد آموزش بهورزی
ارسال دارید .
مشتغری

تلفن ۸۶۰۸۹

شماره اول

سال اول

۱۳۶۹

بهار :



سرمقاله

نشان یار سفر کرده از که جویم باز :

گمان نداشتم بار این مصیبت سنگین راتاب آورم و اینک کلامی برای بیان آتشی که فراغت در سینه افروخته نمی یابم . چه جای سخن و درددل است که تو خود درمان درد جانسوزی هستی که به سینه رنجورم داغ زد .
تو شمشیر برهنه اسلام در مقابل ظلم و ستم و مدافع راستین حقوق مستضعفین بودی و هدف در طول حیات ریشه کن کردن ظلم و بی عدالتی در تمام جوامع بخصوص کشورهای اسلامی بود .

تو تفسیر عملی نهج البلاغه و پرچمدار آزادی بودی تو روزگار مستکبرین را با یاری خدا و کمک مستضعفان سیاه کردی و در مقابل جهانخواران لحظه ای تسلیم نشدی .
امام راهت ادامه دارد :

در مصلاي تو مردم به خروش آورند	پیکر پاک تو روزی که به دوش آورند
موج زنجیره بهم بست کران تابه کران	ریخت آن سیل که دریا به خروش آورند
خفتی ای جان و دل و دیده به قربان تو باد	برخی پیکرتو، بدرقه جان تو باد

به همه در کوشش برای رفاه طبقات محروم و صیت میکنم که خیر دنیا و آخرت شما ها رسیدگی به حال محرومان جامعه است .

" از وصیت نامه سیاسی الهی امام خمینی قدس سره "



شهرستان قاین جهت ۲۵ نفر از دختران سال چهارم دبیرستان قهستان این شهرستان تشکیل گردید.

اخبار

افتتاح :

تعداد ۱۵ خانه بهداشت در شهرستان
بجنورد گشایش یافت و بهورزان فارغ التحصیل
شروع بکار نمودند.

قصدانی :

بمناسبت روز معلم جلسه ای با حضور
مسئولین مرکز بهداشت ، مدیر و مربیان مرکز
آموزش بهورزی سبزوار به عنوان تقدیر از مقام
معلم تشکیل گردید و گرداننده این جلسه بهورزان
دوره هشتم مرکز آموزش بهورزی سبزوار بودند
که با تهیه نشریه دیواری بمناسبت هفته معلم
نهمه مقاله درحضور معلم و با قرائت آن توسط
خود بهورزان صورت گرفت .

تربیتك :

خبر شدیمكه خواهر خسروی و برادر قومنجانی
دانش آموزان خانه بهداشت قومنجان شهرستان قاین
و خواهر جانگذار و برادر خاوری از خانه بهداشت خشتك
شهرستان قاین و خواهر عابدی از خانه بهداشت خواجه
و برادر رحمتی دانش آموزخانه بهداشت نيك شهرستان
قاین پیمان عقد ازدواج بسته خوشبختی آنان و توفیقشان
را در خدمت به مردم از خداوند متعال مسئلت داریم

سمینار :

بمناسبت سالروز جهانی بهداشت
در روزهای ۱۸ و ۱۹ فروردین مراسمی در حضور
جمعی از مسئولین و کارکنان مرکز بهداشت استان
و شهرستان در تالار این سینا مشهد برگزار شد .
و در رابطه با شعار سازمان جهانی بهداشت
در سال ۶۹ مطالبی بیان شد و در پایان به گروهی
از اصناف لوح تقدیر اهداء گردید .
در گرامی داشت (۱۲) اردیبهشت سالروز
شهادت آیت الله مطهری و روز معلم مراسمی
با حضور کلیه مدیران و مربیان آموزشگاههای
بهورزی و بهیاری استان در تالار این سینا برگزار
شد و طی این مراسم به تعدادی از مدیران و مربیان
نمونه لوح تقدیر اهداء گردید .

آموزش :

۲۵ نفر از مادرهای محلی افغانی در شهرستان
تربت جام آموزشهای لازم را در مورد مراقبتهای دوران
سارداری و زایمان فرا گرفتند .
کلاس بهداشت عمومی در محل مرکز آموزش بهورزی



گردهمانی :

سومین جلسه کمیته تدوین روش تدریس
بلوکهای بهورزی در روزهای ۵ و ۶ خرداد با شرکت
عده ای از مدیران و مربیان آموزشگاههای بهورزی
در مرکز بهداشت استان تشکیل شد.

زیارت :

بمناسبت سالگرد ارتحال امام (قدس سره)
کاروانی از طرف سازمان منطقه ای بهداشت، درمان
خراسان در تاریخ ۶۹/۲/۱۱ راهی مرقد مطهر
آن بزرگوار شدند.

قدردانی :

آقای قربان حیدریان بهورز شاغل در خانه
بهداشت روستای عمارت شهرستان قوچان با تلاش و
کوشش و همچنین با خودباری اهالی و جمع آوری مبلغ
هفتصد هزار ریال نسبت به شن ریزی روستا اقدام بعمل
آورده اند بدینوسیله از زحمات این برادر بهورز مان
قدردانی میشود و امیدواریم همواره موفق و موید
باشند.



وقوع فاجعه دردناک و اسفناک زلزله اخیر را
به عموم مسلمین جهان، امت حزب الله... ایران
و شما بهورزان دلسوز میهن تسلیت عرض نموده
و برای بازماندگان این فاجعه از ایند منان طلب صبر و
مقاومت مینمائیم.



سیمای پهلورز

از: حبیبی خرمشاهی

پهلورز کیست؟

پهلورز کیست؟

پهلورز فردی است منتخب از جامعه روستائی که با آداب و رسوم و فرهنگ روستا آشنائی داشته و به همین دلیل در دو مشکلات مردم روستا را با گوشت و پوست و استخوان خود احساس میکند.



بروید در میان مردم بگردید
به آنها عشق بورزید
از آنها بیاموزید
با آنها برنامه بریزید
به آنها خدمت کنید
با آنچه که میدانند آغاز کنید
و براساس آنچه دارند انجام دهید.



او تکتک افراد روستا را می شناسد باتولد
هر نوزادی اونیز دوباره متولد میشود و رنج و غم
هر "مرگی" را با تمام وجودش احساس -
میکند و بلا فاصله این سؤال در ذهن او پیچید
میشود "چرا؟" این کودک، این مادر -
این پدر چرا مرد؟ برای پیشگیری از تکرار این
حادثه چه باید کرد؟
او میداند نیازهای مردم چیست - میدانند چگونه
در جهت رفع این نیازها مشارکت مردم را جلب
نمایند؟

او در تمام ساعات شبانه روز آماده است با عشق
و علاقه و ایمان با مردم رنج دیده روستائی به حل
مشکلات بهداشتی منطقه بپردازد.



... یک عکس، یک پیام



نگاهها ، معصومانه است و کودکانه
چهره ها ، شاد است ، اما ، چشمانشان نیازمند ،
نیازمند آموزشهای شما بهورزان عزیز ،
نیازمند رهنمودهای شما برای بهتر زیستن - سالم
زیستن ، پس آنها را دریابید - که امانات عزیز
خدا هستند .



تسليم خانواده ها؟

از کتاب امداد پزشکی

در حالیکه تعداد زیادی از کودکان در سالهای اول زندگی، به علت بی توجهی و رعایت نکردن بهداشت می میرند. بسیاری از خانواده ها احساس میکنند تا فرزندان بیشتری بیاورند که تعدادی از آنها زنده بمانند و در کارها آنها را یاری کنند و هنگامیکه پسر شدند از آنها مراقبت نمایند اما بسیاری از مادران و پدران هم به این نتیجه رسیده اند که داشتن خانواده بزرگ ممکن است مشکلات فراوانی ببار آورد مثلاً:

* با داشتن فرزندان بسیار، تغذیه، تامین لباس تربیت - تحصیلات آنها مشکل تر است.



این خانواده فرزند کمی دارد.

* هنگامیکه مادری بدون فاصله مناسب بین فرزندان پشت سرهم بچه می آورد، غالباً ضعیف می شود پستانهایش شیر کمی می سازند احتمال بیشتری میرود که نوزادانش بمیرند، همینطور پس از آبستنی های بسیار، خطر زیادی وجود دارد که مادر بهنگام زایمان از دنیا برود و فرزندان بسیاری را بی مادر بگذارد.

اگر یک زن و مرد، کودکان زیادی داشته باشند، پس از اینکه این کودکان بزرگ شدند ممکن است برای همه آنها زمین کافی وجود نداشته باشد تا بتوانند کار کنند و غذای مورد نیاز خانواده را تامین نمایند.

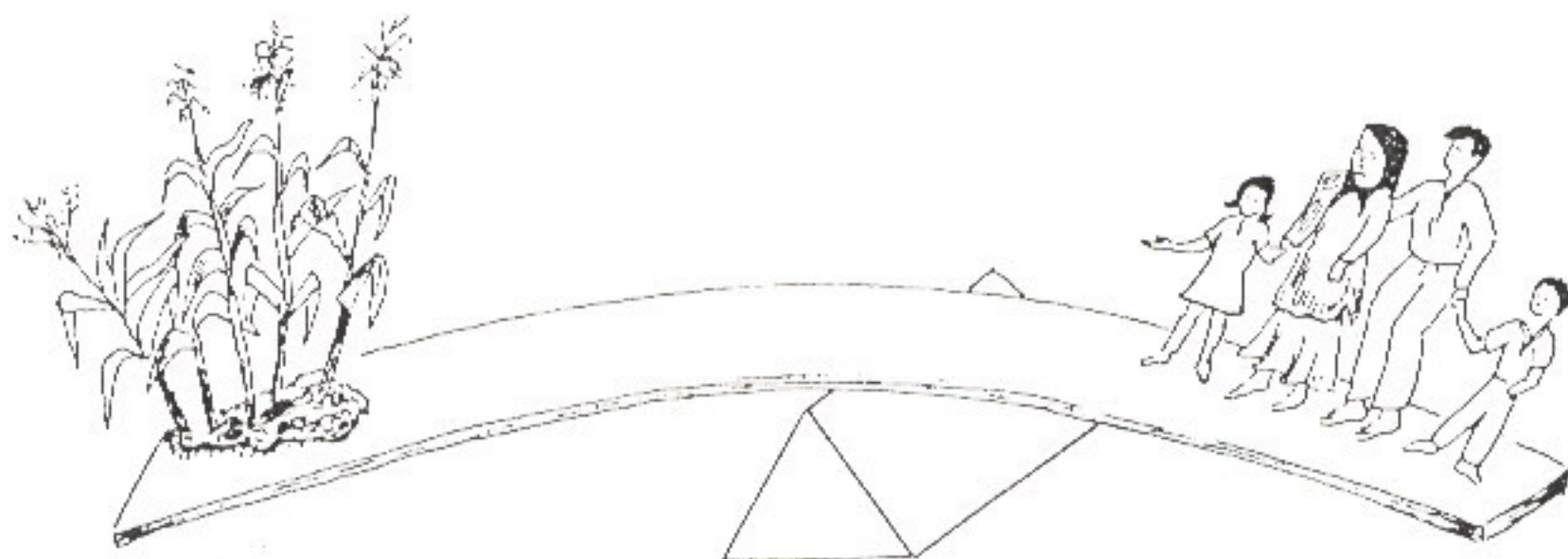
در نتیجه با مشکلات بسیاری مواجه میشوند.



این خانواده فرزندان بسیاری دارد.



این موضوع در بسیاری از مناطق جهان هنوز هم اتفاق
میافتد. اگر مردم پیوسته بخواهند فرزندان بیشتری
داشته باشند، روزی فرا خواهد رسید که دیگر زمین و غذای
کافی در دسترس نباشد و وضعیت هنگامی بهتر خواهد شد
شد که مردم به عنوان فرد، خانواده و جامعه، عوامل
بسیاری را که بر روی سلامت آنها تاثیر میگذارند،
شخصی دهند و خاطر فرزندان و نسلهای آینده دست
به اقدام بزنند.



از زمین محدود، فقط غذای افراد محدودی برداشت می‌شود.



فرزند بیشتر شاید به معنای داشتن دستهای بیشتری جهت
انجام کار باشد ولی لزوماً به معنای این نیست که زمین
بیشتری جهت کار در دسترس است.



فرصت‌های ازدست‌رفته

از مجله بهداشت جهان سال پنجم شماره دوم

بسیاری از فرصت‌های مناسب برای ایمن‌سازی زنان و

کودکان ازدست‌میرود زیرا:

در هر تماس و یا ارتباطی که زنان و کودکان با خانه بهداشت

پیدامیکنند، بلافاصله واکسن‌های لازم به آنها تلقیح

نمیشود.

را داشته باشد ارواکسیناسیون آنان خودداری کرده‌اند. این عمل غلط است. یک شیشه واکسن ارزش باز کردن حتی برای ایمن‌سازی یک کودک را دارد زیرا ممکن است این تنها فرصت مناسب برای نجات زندگی او باشد. بسیاری از مادران هنگام مراجعه جهت انجام واکسیناسیون فرزندانشان هنوز خود علی‌به‌واکسن‌گزاز واکسینه نشده‌اند. لازم است در این فرصت واکسیناسیون‌گزاز مادران انجام شود.

پیروی از جد اول‌نا درست تلقیحات، یا نرس از عوارض کاذب جایی مثل تب خفیف سرفه، اسهال و کاهش وزن، در بعضی از مواقع وجود دارد.

دیده میشود که گاه کودکی آماده و مستحق دریافت چند نوع واکسن است ولی فقط یک واکسن به او تلقیح میشود.

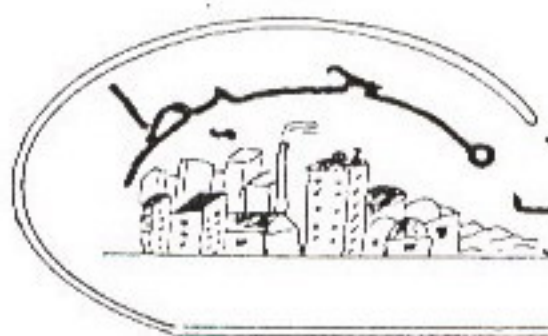
مثلاً قطره فنج اطفال و واکسن ب، ث، ژ در بدو تولد. یا گاهی هم مادر و هم کودک به موقع جهت واکسیناسیون حاضر شده‌اند ولی بدلیل موجود نبودن واکسن یا به این علت که تعداد کودکان حاضر به اندازه ای نیست که ارزش باز کردن یک شیشه جدید واکسن



آی آقا:

به مادرم هم واکسن بزن؟





چند کلمه راجع به بهداشت

سازمان جهانی بهداشت همه ساله يك پیام بهداشتی را سرلوحه کار خود قرار داده و از مردم میخواهد که پیرامون آن فعالیت کنند. پیام امسال سازمان جهانی بهداشت نیز مربوط به امر بهداشت محیط میشود.

محورهای اصلی در رابطه با این پیام عبارتند از:

- ۱- بهداشت آب و فاضلاب و موضوعات مربوطه اعم از تهیه آب آشامیدنی سالم، نحوه تامین آن، نگهداری، توزیع، افزایش دسترسی، نیزماتشکل مهم مربوط به فاضلاب

- ۲- بهداشت هوا - مخصوصا در داخل منازل روستائی که از هیزم و فضولات حیوانی بعنوان سوخت استفاده نموده بخاطر گازهای مضر و مواد معلق فراوان آن دچار عوارض متعدد ربوی میگرددند.

همچنین توجه کامل به مسئله دخانیات نیز از ضروریات است.

- ۳- بهداشت مسکن در رابطه با ابعاد مختلف آن از قبیل نور - تهویه - صدا - حشرات - جوندگان.
- ۴- زیباله و مواد زائد و مسائل مربوط به آنها همانند روشهای دفع زیباله و فضولات صنعتی و امثال آن.

- ۵- بهداشت غذا و موضوعات مرتبط با آن از قبیل شستشوی سبزیجات - شستشوی دست و روش نگهداری مواد غذایی و جلوگیری از آلودگی آن و غیره.

- ۶- بهداشت حرفه ای با توجه به ابعاد سلامت محیط کار از جهات مختلف.

- ۷- مواد شیمیائی و مسائل مربوط به آن. همانند مواد شیمیائی طبیعی، مواد مصرفی منازل، حشره کش ها مسمومیت های تصادفی و آلودگی محیط زیست با این مواد و توصیه های سازنده.

- ۸- تشعشع و موضوعات مرتبط مثل رادیو اکتیو تیسه نور آفتاب، تخلیه اوزون، جو و اشعه ماوراء بنفش و اشعه X و غیره

- ۹- جمعیت و اثرات مخرب رشد بیرویه آن بر محیط زیست.



چند نکته



۱

حتی وقتی کودکی را به خاطر بیماری یا
به هر علت دیگر معاینه میکنید •
به وضع مصوفیت و لزوم واکسیناسیون
او فکر کنید •



۲

با مردم گفت و گو کنید



۳

یخچال شمار خانه بهداشت باید :

۱) بدون غذا و آشامیدنی باشد •

۲) واکسن ها طوری چیده شود که شمارش آنها آسان باشد •

۳) بین واکسن ها فضای لازم برای جریان هوا وجود داشته باشد •

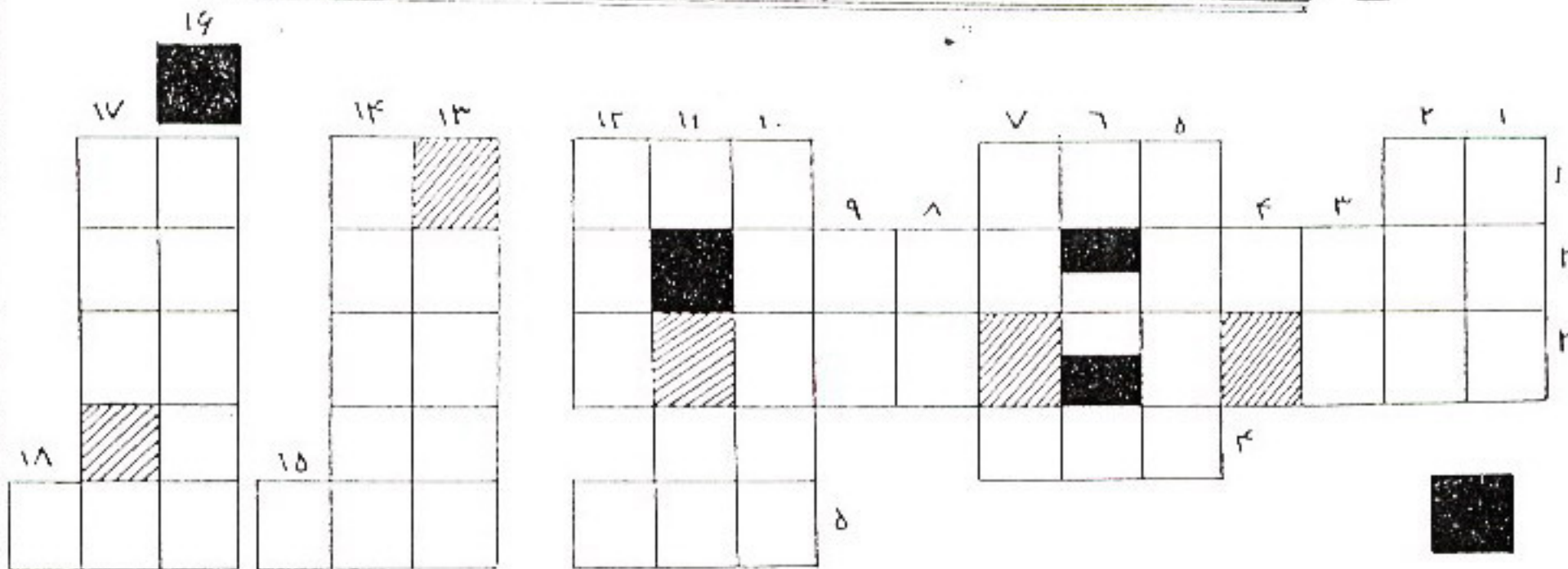
۴) شیشه های آب برای پر کردن فضاهای خالی یا بین یخچال وجو د داشته باشد •

۵) درب یخچال واکسن نداشته باشد •



جست و ول

شبه: طالبی



عمودی :

افقی :

- ۱- ورم - ۲ یکی از اعضا گیاه ۳ - نام فلزی است
- ۴ - هم در بدن وجود دارد و هم در اتومبیل ۵ - یکی از نشانه های بیماری است ۸ - وارونه آن مخفف "گاه" است ۹ - تکرار يك حرف ۱۰ - ماده ای است که برای ضد عفونی کردن مستراح بکار میرود ۱۱ - نه - به زبان عربی ۱۲ - اگر آنرا وارونه کنید برای ضد عفونی نمودن سرنگ و سوزن استفاده میشود
- ۱۳ - یکی از بیماریهای هدف ۱۴ - يك نوع بیماری - پوستی است ۱۶ - برای پیشگیری بعضی بیماریها بکار میرود ۱۷ - در برقان پوست و مخاط چشم چنین میشود

- ۱- از منابع گوناگون به دست میآید و میتواند بطور مستقیم و غیر مستقیم باعث انتقال بیماری شود
- ۲- یکی از سموم حشره کش - ماده ای برای ضد عفونی کردن آب - صدای زنبور
- ۳- مداوا - یکی از فصلهای سال - حیوانی است که میتواند بیماری خطرناکی را به انسان منتقل کند - صد متر مربع ۳ - حشره ای موذی - برای پانسمان از نوع استریل آن استفاده میشود - نام گلی است - شماره و رمز عم اگر وارونه شود نام حشره ای است رها - کج و منحنی
- ۵- از افراد مشکوک جهت تشخیص آزمایشگاهی خون از نظر مالاریا تهیه میشود یکی از وسایل پیشگیری از بارداری است ولی دم آن قطع شده است - قطع و کنترل خونریزی و پانسمان آن بعد از تولد نوزاد اهمیت بسیار دارد

جدول مهرز راحل کرده و برای ما ارسال دارید
به نفر از برندگان به قید قرعه جایزه ای اهدا میگردد

و آخرین کلام اینک

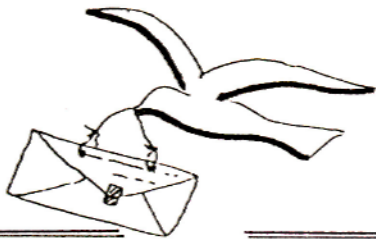


از کلیه مدیران و مربیان آموزشگاههای بهورزی
شهرستانهای تابعه تقاضا میشود تاریخ دقیق
اخبار مشروحه زیر را برای ما بفرستید.
(۱) معرفی دانش آموز رتبه اول و دوم در پایان
تحصیل همراه بایک قطعه عکس ۶×۴ و مشخصات
کامل:

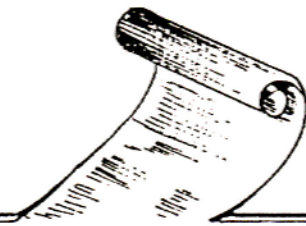
(۲) گزارش تاریخ و نحوه برگزاری مراسم فارغ التحصیلی
دانش آموزان بهورزی.

(۳) تاریخ گزینش دانش آموزان بهورزی و تعداد گزینش
شده.

(۴) هرگونه پیشنهاد و یا مشکلی دارید میتوانید
برای ما ارسال دارید.



در انتظار آن هستیم که نظریه، انتقاد یا
پیشنهاد شما را در باره " فصل نامه " دریافت
کنیم، همچنین بسیار خوشحال خواهیم شد
اگر شما آنچه را که سودمند می بینید برای
چاپ در فصل نامه ارسال دارید.



هیئت تحریر به :

برادران : دکتر خدائی ، جواد بهادر خان ، ارسلان رمضانیا

خواهران : اصغری مقدم ، بر مقدم ، حبیبی خراسانی

شاه پسندی





شعار بهداشت جهانی در سال : 1990