خراسان جنوبی
روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی

یک شنبه
۱۹ اردیبهشت ۱۴۰۰
۲۶ رمضان ۱۴۴۲
شماره ۳۵۴۶

اذان ظهر ۱۲:۳۰
غروب آفتاب ۱۹:۲۱
اذان مغرب ۱۹:۴۰
اذان صبح فردا ۴:۰۶
طلوع آفتاب فردا ۵:۳۸

صاحب امتیاز:
موسسه فرهنگی هنری خراسان
مدیر مسئول:
محمد سعید احدیان
سردبیر: علی ولیزاده

دفترمرکزی: مشهد، بلوار شهید صادقی(سازمان آب)
صندوق پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
تلفن: ۳۷۶۳۴۰۰۰-۰۵۱
نمابر دبیرخانه: ۳۷۶۲۴۳۹۵-۰۵۱
پیامک: ۲۰۰۰۰۹۹۹

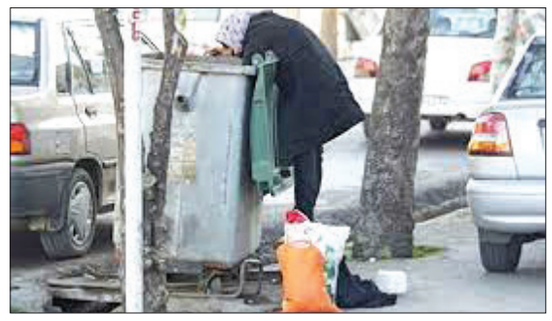
سرپرستی استان خراسان جنوبی: بیرجند، خیابان مدرس، خیابان باهنر غربی، شماره ۷۷۶
تلفن سرپرست: ۳۲۴۴۳۹۳۹ - ۰۵۶
تحریریه: ۳۲۴۴۸۰۵۰ - ۰۵۶
نمابر تحریریه: ۳۲۴۴۸۰۵۴ - ۰۵۶

واحد آگهی و اشتراک: ۳۲۴۴۸۰۵۲ - ۰۵۶
صندوق پستی: ۵۱۴ - ۹۷۱۷۵
نمابر آگهی و اشتراک: ۳۲۴۴۸۰۵۳ - ۰۵۶
چاپ: شهرچاپ خراسان

به جای یادداشت

کمی مهربان تر

سال هاست که درباره تفکیک زباله ها از مبدا صحبت می شود. سال هاست که شهرداری برای تفکیک و بازیافت زباله در بیرجند به عنوان مرکز استان برنامه ای ندارد و گاهی نبود سرمایه، امکانات و حتی زباله به اندازه کافی و... برای بازیافت مطرح شده است. سال هاست که زن، مرد و بچه سر در سطل های زباله می کنند و هیچ چیز که نیابند، پلاستیک ها را جدا می کنند. صرف نظر از این که زباله گردها و مجموعه های پشت سر آن ها سیستم جمع آوری زباله را مدیریت می کنند واقعیت این است که زباله های قابل بازیافت، سرمایه کشور است. سرمایه ای که می توانیم به مسیر بهره برداری و استفاده درست از آن کمک کنیم بی آن که زحمت زیادی بر هر کدام تحمیل شود. این روزها که وضعیت اقتصادی مردم و کشور چندان بسامان نیست و کرونا می تازد، تفکیک زباله ها مگر چقدر وقت و هزینه ما را صرف می کند؟ جدا کردن زباله های پلاستیکی، قوطی های فلزی آب میوه و گذاشتن آن ها در یک پلاستیک مگر چقدر کار دارد؟ جدا کردن و گذاشتن زباله های میوه ای در یک پلاستیک جدا مگر چقدر زحمت دارد؟ کم نیستند تعداد سگ و گربه هایی که دور سطل های زباله می گردند مگر جدا کردن پسمانده غذاها برای حیوانی که حتی به خوردن عناب روی آورده است، چقدر کار دارد. این مهربانی های کوچک و بی خرج مگر چقدر زحمت دارد که همه را در پلاستیک سیاه زباله دفن می کنیم. وقتی برای کمک به فقرا و نیازمندان و دست هایی که به طرفمان دراز می شود هزار بهانه می آوریم این مهربانی ها چقدر زحمت دارد. کمی مهربان تر باشیم کمی دلسوزتر به دیگران کمک کنیم و با کلمه سخت به ما چه، از کنار زباله گردها نگذریم. از کنار حیوانات گرسنه، از کنار کمی انسان بودن.



۱۸۰۰ درخواست تعویض شناسنامه

هزار و ۸۰۰ درخواست تعویض شناسنامه مکانیزه در فروردین امسال دریافت شد. مدیر کل ثبت احوال استان با اشاره به این که از ابتدای امسال تا پایان فروردین، هزار و ۸۰۰ نفر در استان برای تعویض شناسنامه خود به نوع مکانیزه و پاسپورتی اقدام کرده اند، گفت: شناسنامه های جدید قابل جعل نیست و زمان صدور آن کوتاه است.
«مهرآیین» تعداد شناسنامه های صادر شده در سال گذشته را ۳۲ هزار و ۱۱۰ مورد اعلام و اظهار کرد: ۳۶۲ هزار و ۳۱۴ نفر یعنی حدود ۶۰ درصد جمعیت استان برای تعویض شناسنامه اقدام کرده اند، البته تعویض شناسنامه اجباری نیست و به اختیار مالکان است.

دسر افطار

شله زرد

شله زرد، دسری مناسب برای افطار، خوشمزه و پر کالری است.

مواد لازم:
- شکر: یک کیلو
- برنج نیمه: ۵۰۰ گرم
- روغن: نصف پیمانه
- زعفران ساییده: نصف قاشق چای خوری
- گلاب: نصف پیمانه
- خلال بادام: ۱۰۰ گرم
- خلال پسته: ۵۰ گرم
- دارچین: یک قاشق سوپ خوری

طرز تهیه:
برنج را چند بار خوب بشویید، سپس آن را با آب درون قابلمه روی شعله زیاد قرار دهید تا به جوش آید، پس از جوش آمدن حرارت را کم کنید. مقدار آب باید ۶ برابر برنج باشد و اگر روی برنج کف جمع شد آن را با قاشق جمع کنید. پس از این که برنج نرم شد شکر را به آن اضافه و شعله را کم کنید تا شله زرد جا بیفتد.
بعد از این که مقداری جا افتاد، آب زعفران و سپس روغن داغ و خلال بادام ها را اضافه و خوب مخلوط کنید و در ظرف را بگذارید تا شله زرد جا بیفتد.
وقتی که خوب غلیظ شد آن را داخل ظرف بریزید تا سرد شود.
سپس برای تزیین کردن آن از خلال بادام و پودر دارچین استفاده کنید.

عطاری

کاسنی

کاسنی یک گیاه دارویی با گل های آبی یا ارغوانی، دارای طبع سرد، تقویت کننده کبد، مسکن حرارت و عطش، گرم و تقویت کننده کلیه، تنظیم کننده فشار خون و صفرا و پاک کننده مجاری ادرار و کلیه هاست.
آب برگ کاسنی، دارویی مفید برای درمان یرقان و کلیه ها و کبد است و تب را برطرف و معده را تقویت می کند. کاسنی برای تنظیم فشار و کاهش قند خون و درمان سردرد و بیماری های کبد مفید است. ضماد آن برطرف کننده ورم ها و برای درد چشم مفید است و باعث افزایش بینایی می شود.
ریشه کاسنی گرم و خشک است و اخلاط سینه را نرم می کند و مصرف جوشانده برگ آن به مقدار دو فنجان صبح ناشتا برای درمان یبوست، بسیار مفید است.

دردنامه خاص بیماران

قاسمی

درمان برای عده ای از بیماران به جز تحمل درد و هزینه های عادی که می تواند تحت پوشش خدمات بیمه باشد یا نباشد، مشکلات و دردهای دیگری را هم رقم می زند. سرطان، ام. اس، بیماری های کلیوی که به دیالیز منجر می شود و... بیماری هایی هستند که حتی شنیدن نامشان چنگی از غم بر دل افراد سالم می زند غافل از این که مبتلایان به این دردها با چه مشکلاتی مواجه هستند. مشکل یک بیمار سرطانی در بیرجند، نبود داروهایی است که داروخانه هلال احمر هم آن ها را ندارد به ویژه برای بیمارانی که تحت درمان هستند، او توضیح می دهد: داروها را از تهران سفارش می دهیم و بیمار مجبور است و باید آن ها را تهیه کند. قیمت داروها متفاوت و بالاست و به دلیل این که در بیرجند پیدا نمی شود برای تهیه آن به شدت اذیت می شویم. «ف-س» می گوید: داروها باید سر وقت تامین شود و خرید زود هنگام آن هم نتیجه ای ندارد چون از تاریخ مصرف شان می گذرد بنابراین و به ناچار با داروخانه یا فردی در تهران هماهنگ می کنیم اما گاهی داروهایی که ارسال می شود مورد تایید پزشک نیست و از چرخه مصرف خارج می شود. وی تاکید می کند که پزشک به صورت شفاف استفاده از داروی خارجی را مطرح نمی کند اما در لفافه کیفیت آن را توصیه می کند در حالی که گران و کمیاب است. متاسفانه بیشتر داروهای سرطان به ویژه نوع خارجی تحت پوشش بیمه نیست و حتی در صورتی که با وجود یک آشنا از خارج کشور تهیه شود امکان واجازه ارسال آن نیست.

درد سر رفت و آمد

همراه بیماری که از خضری دشت بیاض آمده است و بیمارش در بیرجند بستری است نیز هر چند هزینه های درمان را زیاد نمی داند اما مشکلات دیگری را مطرح می کند و می گوید: همسرم کشاورز است و در آمد آن چنانی ندارد اما به دلیل بیماری و افت پلاکت هر ماه مجبور هستیم این مسیر را تا بیرجند بیاییم چون قاین پزشک و شیمی درمانی ندارد.
«م-ط» می گوید: بیمه روستایی هستیم و شیمی درمانی همسرم با کمک مددکار تخفیف می گیرد و هزینه اش زیاد نمی شود گاهی ۱۰۰ هزار تومان می دهیم اما با هزینه رفت و آمد از روستا برابری می کند.

«ح-ح» جوانی ۳۲ ساله که از شش سال قبل دیالیز می شود تا قبل از کرونا هر سه تا شش ماه برای آزمایش های پیوند به مشهد می رفت چون در بیرجند مرکز پیوند اعضا و کلیه وجود ندارد حالا چند ماه است که پرونده اش را پیگیری نکرده است. او می گوید: هفته ای سه روز و هر نوبت ۴ ساعت دیالیز می شوم و بعد از آن تا شب به دلیل تاثیر داروها، ضعف دارم و قادر به کار نیستم. هر چند که درآمد ثابت ندارم و شاگرد مغازه ام اما خوشبختانه بیمه خدمات درمانی هستم و عمل دیالیز در بیرجند به صورت رایگان انجام می شود.
او که به جز دیالیز بیماری قلبی هم دارد، ادامه می دهد: انجمن بیماران خاص کاری برایم انجام نمی دهد. قبل ها فاکتور داروها را پرداخت می کردند اما حالا آن را قبول نمی کنند، البته خوشبختانه هزینه های درمان زیاد نیست و سازمان کمیته امداد کمک می کند اما با توجه به پایین بودن درآمد و بیماری دایمی ام مشکلات مالی سر راهم وجود دارد.
او منتظر پیوند کلیه در مشهد است و می گوید: تا چندی قبل برای انجام آزمایش ها و تکمیل پرونده باید مرتب به مشهد می رفتم و تا دو میلیون تومان هزینه می کردم اما در این ماه ها به دلیل تشدید کرونا، پیگیر پرونده پیوند نیستم.

هزینه های سنگین ماهانه

بیمار صعب العلاج دیگری دختری ۱۰ ساله است که از بدو تولد مثانه ندارد. پدرش از بالابودن هزینه های درمانی و نبود خدمات در استان می گوید و اظهار می کند: هر شش ماه، پنج آمپول خارجی باید به دخترم تزریق شود که هفت میلیون تومان قیمت دارد. تاکنون چند عمل جراحی انجام داده که هر کدام بین ۱۰ تا ۲۰ میلیون تومان هزینه داشته است و تا زمانی که عمل تامین مثانه اش تکمیل شود این جراحی ها ادامه دارد و باید مرتب پوشک شود.
«م-الف» به جز پوشک، هزینه داروهای عادی ماهانه دخترش را حدود سه میلیون تومان بیان و اضافه می کند: مرکز بیماران خاص و بهزیستی، بیماری دخترم را قبول و کمک نکردند هر چند صعب العلاج است اما حمایتی نیست مگر کمک کمیته امداد (خودم بیمار هستم و درمان دخترم سال ها ادامه دارد) و هر ۴۵ روز یک بار باید به مشهد برود چون این جا امکانات درمانی و پزشکی وجود ندارد.

نبود آمار دقیق از سرطانی ها

عده ای از بیماران صعب العلاج سرطانی هستند که در سال های اخیر با راه اندازی بیمارستان ایران مهر به این مرکز مراجعه می کنند. رئیس انجمن خیران سلامت استان و ریاست این بیمارستان هر چند آماری از تعداد مراجعان و بیماران سرطانی ندارد اما تصریح می کند که تعدادشان با روند کندی رو به رشد است و آمار دقیقی از آن ها در دست نیست چون تعدادی از این بیماران به دلایل مختلف به استان های دیگر مراجعه می کنند. به گفته «حسینی» در بیمارستان یاد شده انجمن خیران سلامت در زمینه تامین دارو و خدمات درمان به بیماران نیازمند کمک می کند (داروهایی که نمونه ایرانی دارد حمایت می شود و در خصوص داروهایی که موجود نیست مشابه خارجی آن حمایت می شود).

رئیس انجمن بیماران خاص:
روند ابتلا به بیماری های ژنتیکی در استان تا حدودی کنترل شده است اما بیماری های اکتسابی که منشأ اجتماعی، خانوادگی یا کاری دارد از جمله ام. اس، بیماری های کلیوی که به دیالیز منجر می شود و... مانند بقیه نقاط کشور رو به رشد است

۴۲۰۰ بیمار خاص

انجمن بیماران خاص مجموعه ای است که با نظارت وزارت بهداشت و درمان از این بیماران حمایت می کند بنا به آمار و فهرستی که رئیس این انجمن در استان دارد ۱۶ نوع بیماری از جمله ام. اس، هموفیلی، تالاسمی، بیماری که به دیالیز خونی منجر می شود، اوتیسم، سرطان، نابارروی برخوردار از بسته حمایتی و... در این فهرست است. بنا به آمار تا پایان فروردین امسال چهار هزار و ۲۰۰ بیمار گرفتار بیماری های صعب العلاج و خاص وجود دارد که هزار و ۸۷۲ نفر و بیشترین آن ها زوج های نابارور هستند.
دکتر «دهقانی» می گوید: ۱۰۰ درصد هزینه های درمانی بیماران خاص و ۱۰ درصد برخی بیماری ها توسط بیمار تامین می شود و ۹۰ درصد از بسته حمایتی برخوردار می شوند. با توجه به مسائل تاثیر گذار بر کشور و بیماران، خیلی از داروهای مشابه شاید تولید نشود این داروها معمولا برای بیماران هزینه دارد. در این قسمت برای آن ها هزینه هایی دارد که البته باز هم ۸۰ درصد را دولت و داروخانه تعهد می کند و بیماران خاص به طور قطع بیمه هستند.
بسته حمایتی خدمات مختلفی مثل تشخیص تراکم استخوان، فیزیوتراپی، دندان پزشکی، شنوایی سنجی تا سقف خاصی در سال را شامل می شود و بیشتر از آن در تعهد دولت نیست.
وی تایید می کند که پرداخت هزینه برای بعضی بیماری ها زیاد است برای مثال در برخی بیماری ها از جمله آتروپی عضلانی، آمپولی به قیمت ۶۴ میلیون تومان وجود دارد که ۹۶ درصد هزینه اش را دولت و ۴ درصد را بیمار می پردازد اما همین مبلغ هم برای هر ماه آن ها زیاد است و تا حدود دو میلیون تومان می شود که البته تعداد این بیماران در استان کم است و از کمک سازمان های حمایتی هم برخوردار می شوند.
به گفته وی کمبود داروی بیماران خاص و صعب العلاج شاید در استان نباشد اما افزایش قیمت وجود دارد. دانشگاه علوم پزشکی بیرجند خیلی کمبود دارو ندارد و تاکنون مشکل خاصی برای بیمار نبوده است.
بنابر آمار وی ۱۷۲ بیمار هموفیلی، ۳۰۴ ام. اس، ۲۲۱ پیوند کلیه، ۸۵۶ سرطانی و... در سامانه ثبت نام شده اند. به گفته وی روند ابتلا به بیماری های ژنتیکی در استان تا حدودی کنترل شده است اما بیماری های اکتسابی که منشأ اجتماعی، خانوادگی یا کاری دارد از جمله ام. اس، بیماری های کلیوی که به دیالیز منجر می شود و... مانند بقیه نقاط کشور رو به رشد است.

دکتر دهقانی:
۱۰۰ درصد هزینه های درمانی بیماران خاص و ۱۰ درصد برخی بیماری ها توسط بیمار تامین می شود و ۹۰ درصد از بسته حمایتی برخوردار می شوند. با توجه به مسائل تاثیرگذار برکشور و بیماران، خیلی از داروهای مشابه شاید تولید نشود این داروها معمولا برای بیماران هزینه دارد. در این قسمت برای آن ها هزینه هایی دارد که البته باز هم ۸۰ درصد را دولت و داروخانه تعهد می کند و بیماران خاص به طور قطع بیمه هستند.

مشاوره روز

اضطراب و استرس پاشنه آشیل مقابله با کرونا

افراد دارای سابقه بیماری های زمینه ای، افسردگی و اضطراب، بیشتر در خطر ابتلا به کرونا قرار دارند ضمن این که فشارهای روانی باعث می شود بیماری های دیگر آن ها نیز بروز کند. یک روان شناس بالینی درباره عوارض افسردگی و اضطراب در دوران کرونا می گوید: این روزها وجه مشترک مراجعه کنندگان به کلینیک های روان شناسی و روان شناختی، اضطراب بالا و داشتن علایمی شبیه مبتلایان به ویروس کروناست و اضطراب زیادی که این افراد به دلیل ترس از ابتلا به کرونا دارند، باعث شده است که سیستم عصبی آنان فعال شود، دایم عرق کنند، دهان آنان خشک و نفس کشیدن برایشان سخت شود. بدن آنان به دلیل ترس، علایمی مشابه ویروس کرونا نشان می دهد که همین باز خود باعث اضطراب بیشتر می شود.
«سروش» با بیان این که لرز، تعریق و گرگرفتگی از علایم مشترک حملات عصبی و بیماری کروناست، می افزاید: به هر چه فکر کنیم بیشتر درگیرش می شویم و حمله شدیدتر می شود. در حالی که باید بپذیریم و بدانیم که حملات عصبی ریشه در ژنتیک افراد دارد و باید برای درمان آن کوشا باشند چرا که در غیر این صورت می تواند آسیب جدی به فرد بزند.

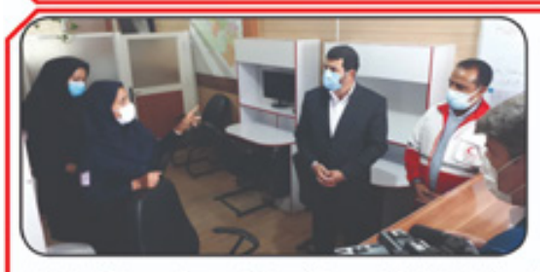
معاون استاندار تاکید کرد:

شناسایی و قطع انشعاب های غیرمجاز آب

معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار در نشست قرارگاه آب استان بر تعیین تکلیف انشعاب های غیرمجاز آب برای رفع چالش کم آبی در خراسان جنوبی تاکید کرد وگفت: انشعاب های غیرمجاز آب شناسایی و هر چه زودتر قطع و با متخلفان برخورد شود. به گفته «فرهادی» مقدار زیادی آب از تصفیه خانه هدر می‌رود که باید با استانداردسازی، از آن در صنعت و کشت برخی محصولات خاص کشاورزی استفاده کرد.
وی در خصوص آب رسانی به روستاها و مناطق عشایری افزود: امیدواریم با اقدامات انجام شده دیگر مشکلی در حوزه آبی در استان نداشته باشیم و روستاهایی که فاقد آب شرب هستند، به زودی از آب شرب سالم بهره‌مند شوند. مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای استان هم گفت: تعداد انشعابات در بخش روستایی بیش از آمار جمعیتی روستاهاست، انشعابات صنعتی، مرغداری‌ها و استفاده از آب برای فضای سبز و خانه‌های کارگری از جمله مواردی است که باعث چالش در حوزه آب روستاها شده است.
«امامی» وجود انشعاب غیرمجاز را عامل مهمی در ایجاد مشکل آب در استان دانست و با اشاره به این که امسال ۱۱۶ انشعاب غیرمجاز شناسایی شده است، افزود: تجهیز تانکرهای آب رسانی و ایجاد مجتمع‌های آب رسانی در مناطق عشایری از اقدامات انجام شده در استان است و به جز این با هزینه ۵۰ میلیارد تومان در حوزه اصلاح و بازسازی و نوسازی شبکه‌ها حداقل از ۳ درصد هدر رفت آب جلوگیری خواهد شد.

استاندار در بازدید از جمعیت هلال احمر مطرح کرد

۹۰۰ دهیاری؛ ۹۰۰ خانه هلال



پرچم هلال احمر باید در ۹۰۰ روستای دارای دهیاری استان برافراشته شود تا همه دهیاری های خراسان جنوبی به خانه هلال تبدیل شوند.
استاندار روز گذشته در اولین روز هفته هلال احمر با حضور در جمعیت هلال احمر استان با تبریک روز جهانی صلیب سرخ و هلال احمر به امدادگران و داوطلبان هلال احمر خراسان جنوبی با اشاره به این که افتخار می کنم که حدود ۳۰ سال است به عنوان داوطلب توفیق عضویت در هلال احمر را دارم، گفت: باید خانه های هلال در همه ۹۰۰ روستای دارای دهیاری استان با هدف تبدیل دهیاری ها به خانه هلال ایجاد و پرچم هلال احمر در این روستاها برافراشته شود و اگر نیازی هم به انعقاد تفاهم نامه باشد بین معاون عمرانی استانداری و جمعیت هلال احمر استان تفاهم نامه مد نظر امضا خواهد شد تا زمینه برای انجام این کار فراهم شود.
«ملانوری» با تاکید بر این که سرمایه اصلی جمعیت هلال احمر، حضور داوطلبانه مردم برای ارائه خدمات در حوادث و بلایای طبیعی به افراد حادثه دیده است، از خدمت رسانی بدون چشم داشت نیروهای داوطلب هلال احمر تشکر کرد و عشق و علاقه خدمت بر مبنای خدمات بشر دوستانه را عامل اصلی برای تداوم همکاری با هلال احمر در شرایط سخت امداد رسانی به آسیب دیدگان دانست.
به گفته استاندار، توفیق خدمت رسانی به افراد آسیب دیده با عضویت داوطلبانه در هلال احمر رضای درونی آنها را به دنبال دارد و جمعیت هلال احمر استان با توجه به گستردگی استان و مرزی بودن آن با همکاری دیگر نهادهای خدمات رسان منطقه توانسته است به خوبی خدمات مطلوب را به افراد نیازمند به کمک در حوزه های مختلف ارائه کند. وی گفت: تلاش می کنیم مشکل احداث ساختمان اداری و مجتمع تجاری هلال را برطرف کنیم و اگر هم نیاز به توسعه انبارهای هلال احمر باشد، آماده هرگونه همکاری هستیم.
استاندار بر آموزش همه خانواده ها از دانش اولیه امداد و نجات برای کمک به آسیب دیدگان در زمان وقوع حوادث و بلایایی طبیعی تاکید کرد.

عضویت ۲۷ هزار داوطلب در استان

مدیر عامل جمعیت هلال احمر استان هم از وجود ۱۱ شعبه جمعیت هلال احمر در شهرستان های استان و پیگیری برای ایجاد نمایندگی در عشق آباد و دیهوک طبس خبرداد و گفت: با داشتن ۳۴ پایگاه امداد جاده ای، سومین استان کشور در این حوزه با توجه به جاده ها و پهناوری استان هستیم و برای ایجاد پنج پایگاه جاده ای دیگر هم اقدامات لازم در حال انجام است.
«رضایی» از وجود ۲۷ هزار داوطلب و جوان به عنوان پشتیبان اصلی هلال احمر استان یاد کرد و به کسب رتبه اول کشوری هلال احمر استان در سال جاری در جذب نیروهای داوطلب ودیگر موفقیت های هلال احمر خراسان جنوبی در جشنواره های کشوری اشاره کرد.
به گفته وی در پایان سال گذشته مبلغی برای راه اندازی کسب و کارهای خرد توسط داوطلبان هلال احمر اختصاص یافت که در این راستا در نهبندان برای اجرای طرح پرورش شترمرغ اقدامات لازم انجام و به عنوان طرح نمونه به استان های کشور ارائه شده است. در پایان این دیدار از پنج خیری که سال گذشته با هلال احمر استان برای تجهیز بانک تجهیزات پزشکی هلال و...همکاری داشته اند، تقدیر شد.

گزارش ویژه

۱۴۰۰۰۸۶۴۲/ج