خراسان جنوبی

روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی

پنج شنبه
۲ اردیبهشت ۱۴۰۰
۹ رمضان ۱۴۴۲
شماره ۳۵۳۳

اذان ظهر ۱۲:۳۲
غروب آفتاب ۱۹:۰۸
اذان مغرب ۱۹:۲۷
اذان صبح فردا ۴:۲۸
طلوع آفتاب فردا ۵:۵۴

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 ۷۷
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

گزارشی از مصائب درمان با تعرفه های سرسام آور

نقره داغ بیماران

گروه جامعه

رشد تعرفه ویزیت در سال ۱۴۰۰، با احتساب اجرای نسخه‌نویسی الکترونیکی در بخش دولتی، عمومی، غیردولتی، خصوصی و خیریه ۳۰ درصد و بدون اجرای نسخه‌نویسی الکترونیکی در تمام این بخش‌ها ۱۰ درصد محاسبه می‌شود. همچنین بنا به اخبار میزان پرداخت از جیب مردم در بخش دولتی، برای خدمات سرپایی و بستری موقت ۳۰ درصد و پرداخت از جیب برای خدمات بستری در بخش دولتی شهری ۱۰ درصد و در روستایی ۵ درصد اعلام شد. همچنین طبق اخبار موجود، در بخش خصوصی باید افزون بر فرانشیز بخش دولتی، مابه التفاوت تعرفه بخش دولتی و خصوصی را بیمار پرداخت کند. حال اگر چه طبق گفته ها تعرفه های جدید از امروز ابلاغ می شود اما برخی پزشکان پیش از ابلاغ این تعرفه ها افزایش حق ویزیت داشته اند و در کنار افزایش تعرفه ها آن چه گلایه بسیاری از بیماران را در پی داشته، حق ویزیت های بی حساب و کتابی است که توسط برخی پزشکان دریافت می شود. همچنین تفاوت تعرفه های نسخه نویسی الکترونیک با نسخه نویسی عادی دیگر موضوعی است که بیماران به آن اشاره می کنند و به آن گلایه دارند و آن را به نوعی نقره داغ بیماران می دانند.

شهروند: پزشک خواسته تا هرماه یک بار برای معاینه به وی مراجعه کنم در حالی که یک معاینه ساده ۷۰ هزار تومان برای بیمار تمام می شود

در مطب

دفترچه را در دست دارد. به سمت پیشخوان می رود. پس از پرس و جو درباره میزان تعرفه دریافت و حق ویزیت پزشک برای فراهم کردن پول نقد از مطب خارج می شود. مطب پزشک به کارتخوان مجهز است اما منشی فقط پول نقد می گیرد.

او که از شهرستان به این پزشک متخصص مراجعه کرده است، می گوید: هزینه ویزیت پزشکان سرسام آور شده است. همین هفته گذشته برای معاینه اولیه به پزشک متخصص مراجعه کردم که با بیمه ۴۸ هزار تومان هزینه ویزیت را پرداخت کردم. همان روز پزشک انجام سونوگرافی را نسخه و منشی اعلام کرد که در صورت انجام سونو همین امروز تعرفه معاینه دوباره نیم بهاست. آن روز به هر سختی بود سونوگرافی با هزینه ۱۹۰ هزار تومان انجام شد و پس از مراجعه دوباره برای نشان دادن نتیجه سونوگرافی تعرفه ۳۰ هزار تومان حق ویزیت را دوباره پرداخت کردیم. اما طی هفته بعد با مراجعه دوباره به همین پزشک متخصص حق ویزیت با بیمه ۶۵ هزار تومان اعلام شد. وی می گوید: پزشک خواسته است تا هر ماه یک بار برای معاینه به وی مراجعه کنم در حالی که یک معاینه ساده ۷۰ هزار تومان برای بیمار تمام می شود.

یک بیمار: هفته گذشته پزشک متخصص با بیمه ۴۹ هزار و ۲۰۰ تومان حق ویزیت گرفت و روز گذشته که به پزشک مراجعه کردم ۶۸ هزار تومان حق ویزیت پرداختم

افزایش حق ویزیت

فرد دیگری هم که ناراحتی اعصاب دارد و هر دو یا سه ماه یک بار برای نسخه پیچی داروهایش به پزشک مراجعه می کند، می گوید: حدود پنج سال است که با بیماری اعصاب دست و پنجه نرم می کنم. جدا از این که برای تامین دارو و هزینه های سرسام آور آن درمانده شده ام این روزها با افزایش حق ویزیت مشکلم بیشتر شده است و البته طی سال های گذشته فقط برای این که پزشک دارو را دوباره در دفترچه برایم بنویسد نیز حق ویزیت پرداخت می کنم. وی می گوید: پزشک نمی تواند برای چند ماه دارو نسخه کند چرا که حجم آن زیاد می شود و داروخانه این میزان دارو را در اختیارم قرار نمی دهد و پزشک هم نمی تواند از یک میزان مجاز، بیشتر دارو نسخه کند بنابراین برای دو ماه دارو تهیه می کنم و تامین دوباره آن منوط به مراجعه به پزشک متخصص است. بیشتر اوقات حتی معاینه هم نمی شوم و پزشک فقط داروهایم را دوباره نسخه می کند در حالی که در مراجعه باید برای نوشتن دارو حق ویزیت را بپردازم و این روزها حدود ۶۵ هزار تومان برایم تمام می شود. او هزینه یک ماه مصرف دارو را ۲۵۰ هزار تومان اعلام می کند. وی ادامه می دهد: جدا از افزایش حق ویزیت در درمانگاه دولتی، مطب ها و... داروها هم افزایش قیمت چشمگیری داشته اند.

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند: تعرفه های پزشکی امسال از امروز ابلاغ می شود

تفاوت تعرفه

فرد دیگری هم در خصوص افزایش تعرفه ها گلایه می کند و می گوید: ویزیت آزاد پزشک متخصص با نسخه نویسی الکترونیک ۸۰ هزار تومان اعلام شد که با نسخه نویسی عادی حدود ۱۲ هزار تومان اختلاف دارد. وی که برای درمان بیماری چشم به پزشک متخصص مراجعه کرده است، اظهار می کند: هفته گذشته ۶۵ هزار تومان حق ویزیت پزشک متخصص پرداخت کردم. فرد دیگری هم اظهار می کند: هفته گذشته پزشک متخصص با بیمه ۴۹ هزار و ۲۰۰ تومان حق ویزیت گرفت و روز گذشته که به پزشک مراجعه کردم ۶۸ هزار تومان حق ویزیت پرداختم.

یک پزشک متخصص هم می گوید: حق ویزیت پزشک متخصص امسال به ۸۰ هزار تومان رسیده اما هنوز ابلاغ نشده است. به اظهار این پزشک متخصص دلیل تفاوت تعرفه های نسخه نویسی الکترونیک به سبب تحمیل بار مسائلی است که به پزشک تحمیل می شود و گمان می کنم، اختلاف زیادی نداشته باشد. وی ادامه می دهد: مانیز شنیده ایم در برخی از مطب ها برای نسخه نویسی الکترونیک با نسخه نویسی معمول تفاوت تعرفه های آن بین ۱۰ تا ۱۵ هزار تومان است. به اظهار این پزشک ۹۰ درصد پزشکان قوانین را رعایت می کنند و اگر پیش از ابلاغ تعرفه های جدید افزایش تعرفه ای هم انجام شود به این سبب است که مالیات از ابتدای سال بر اساس تعرفه های جدید از پزشکان دریافت می شود. وی در ادامه می افزاید: اگر مریضی در طول روز دوبار یا چندبار به پزشک مراجعه کند فقط برای بار اول ویزیت دریافت می کنیم. اما اگر روز بعد مراجعه کند باید حق ویزیت کامل بپردازد.

ابلاغ تعرفه های جدید

دکتر «احمدی» معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند هم با بیان این که افزایش تعرفه های امسال از امروز ابلاغ می شود از تفاوت تعرفه نسخه نویسی الکترونیک با نسخه نویسی عادی می گوید و می افزاید: تعرفه ها برای هر تخصص متفاوت است و حق ویزیت پزشک در برخی تخصص ها با انجام نسخه نویسی الکترونیک ۸۰ هزار تومان و در غیر این صورت ۶۷ هزار و ۷۰۰ تومان است.

۲ هفته از شروع طرح خودا ظهاری گذشت

سرگردانی مردم برای ثبت اطلاعات مسکن

در حالی از ۱۹ اسفند افراد برای ثبت نام و خوداظهاری به منظور شناسایی خانه های خالی به سامانه ملی اسکان و املاک مراجعه می کنند که طبق گفته ها قطعی بسیار و بسته بودن سامانه در بیشتر اوقات گلایه ها را در پی داشته است. یک شهروند می گوید: هر چند گفته می شود ثبت نام و خوداظهاری در این سامانه راحت است اما ما برای خوداظهاری چند روز است که به در بسته خورده ایم. این شهروند می گوید: در تاریخ معین بر اساس رقم آخر کد ملی چندین بار در طول روز به سامانه مراجعه کردم و هر بار با خطای «سامانه در حال به روزرسانی» مواجه شدم. وی می افزاید: پس از چند بار مراجعه بالاخره سایت باز شد اما در هر مرحله از کار با خطاهای بسیاری مواجه شدم. وی می افزاید: پس از مراجعه به کافی نت باز هم خطاهای سامانه در دسرساز شد و نتوانستیم خوداظهاری را انجام دهیم. دیگر شهروند هم می گوید: گویا نرم افزار خاصی باید روی سیستم نصب باشد تا بتوان خوداظهاری را انجام داد. وی می گوید: پس از این که به کافی نت مراجعه کردم و مدیر آن نتوانست به سامانه دسترسی پیدا کند به دفتر پیشخوان مراجعه کردم که شلوغی دفتر پیشخوان سبب شد تا ساعت ها در انتظار باشم و در نهایت با خطای به روزرسانی سامانه مواجه شدم. وی می افزاید: در روز دوم مهلت هم پس از چندین بار مراجعه، سامانه باز نشد و منتظر روزهای آینده برای خوداظهاری هستیم. شهروند دیگری هم که موفق به خوداظهاری شده است، می گوید: سامانه پس از مدتی انتظار باز شد اما در طول کار خطاهای بسیاری داشت و کافی نت ها هم هر کدام برای هر بار مراجعه به سایت با آن که کار انجام نمی شد هزینه دریافت می کردند. مدیر یک کافی نت هم هزینه این خوداظهاری را به شرط باز بودن سامانه و این که خط اندهد ۱۰ هزار تومان بیان می کند و می گوید: طی این چند روز شاید به تعداد انگشتان دست برای خوداظهاری مسکن مراجعه داشته ایم که کار برخی انجام شد و برخی هم به سبب باز نشدن سامانه پس از معطلی بسیار به در بسته خوردند. مدیر کافی نت دیگر هم اظهار می کند: بیشتر اوقات سامانه خطا می دهد و باز نمی شود. طی این چند روز که خوداظهاری انجام می شود، افراد بسیاری مراجعه کرده اند که به سبب خطاهای بسیار یا این که سامانه خراب بوده است، نتوانستند در تاریخ معین خوداظهاری انجام دهند. به یک دفتر پیشخوان هم مراجعه می کنم که به سبب شلوغی انتظار برای ثبت نام در این سامانه بسیار است و افراد از خطاهای بسیار در این سامانه گلایه می کنند. شهروندی که طبق تاریخ اعلام شده برای رقم کد ملی برای خوداظهاری در این سامانه اقدام کرده است، می گوید: امروز به سامانه مراجعه کرده که هر بار با خطای به روزرسانی مواجه شده ام. «صمصامی» مدیر روابط عمومی اداره کل راه و شهرسازی هم در این باره می گوید: این سامانه کشوری و در اختیار وزارت راه و شهرسازی است. سامانه بر اساس برنامه زمان بندی و برای کدهای ملی اعلام شده فعال است.

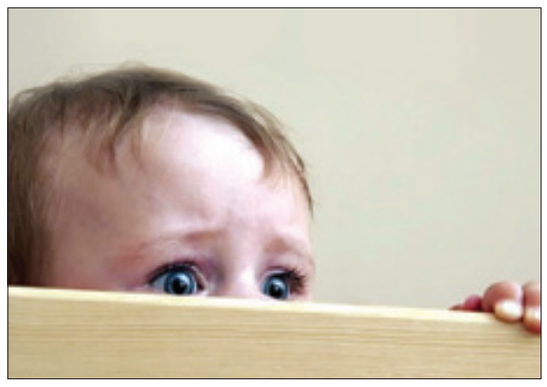
پیشرفت ۲۷ درصدی مجتمع آموزشی آستان قدس

مجتمع آموزشی آستان قدس رضوی مهرشهر ۲۷ درصد پیشرفت فیزیکی دارد. پیرو خبر منتشر شده در ۱۶ فروردین با تیتر «حساب خالی مجتمع آموزشی آستان قدس» آستان قدس درباره مجتمع آموزشی آستان قدس این چنین پاسخ داد که احداث مجتمع آموزشی امام رضا(ع) مهرشهر بیرجند سال ۹۷ در زمینی به وسعت ۱۱ متر مربع با زیربنای بیش از ۷ متر مربع شامل چهار مدرسه، هشت کارگاه، چهار کتابخانه، ۳۲ کلاس درس و... کلنگ زنی شد که در فاز اول، دو مدرسه دوره اول و دوم ابتدایی این مجتمع در حال ساخت است و اسکلت بندی آن انجام شده است. همچنین این فاز پروژه پیشرفت ۲۷ درصدی دارد و آستان قدس بیش از سه میلیارد تومان هزینه کرده است.

روان شناسی کودک

ترس های کودکانه

کودکان شما در هر سنی از چه چیزهایی می ترسند. به گفته یک مشاور و روان شناس کودک، کودکان زیر ۶ ماه از صداهای بلند واهمه دارند پس جلوی آن ها نباید داد و فریاد به راه انداخت و صدای بلند داشت. آن طور که هیبتی می گوید: کودکان بین هفت تا ۱۲ ماهگی از افراد غریبه و چهره های جدید وحشت دارند بنابراین والدین هیچ وقت فرزند خود را به زور به آغوش دیگران نسپارند. همچنین کودک در فاصله یک تا دو سالگی از تنهایی می ترسد و اضطراب جدایی دارد، پس توصیه می شود در این دوران او را تنها نگذارید چرا که کودک فکر می کند برای همیشه او را تنها گذاشته اید و.... وی می افزاید: بین سن دو تا چهار سالگی ترس از تاریکی به سراغ کودکان می آید و مهم است که قبل از این دوره کودک را از تاریکی نترسانده باشید به طور مثال چراغ اتاق را برای بیرون آوردن او خاموش نکنید. در عوض این کار برخی مواقع در نور کم با او بازی هایی مانند سایه بازی انجام دهید تا از تاریکی خاطره تلخ نداشته باشد. همچنین کودک بین سن پنج تا هشت سالگی ترس از مرگ، جادوگر و... دارد. بنابراین در این مواقع و زمانی که کودک از چنین چیزی می ترسد او را به آغوش بکشید و به او قوت قلب دهید. به کودک اطمینان دهید که شما و کسی که او و شما را آفریده، همیشه مراقبش است.



سلامتکده

باید و نباید زالو درمانی

زالو درمانی یک اقدام تخصصی پزشکی است که در کنار فواید بسیار، عوارضی هم دارد. به گفته یک متخصص طب سنتی در طب سنتی اصول درمانی دارای سه مرحله است که باید رعایت شود. درمان بیماری با زالو در سومین مرحله از اصول درمان طب سنتی برای بیماری هاست. به گفته دکتر «نواب زاده»، زالو درمانی بیشتر در فصل بهار انجام می شود و بسیاری از بیماران در مراحل اولیه و با مصرف داروها درمان می شوند و نیازی به زالو درمانی ندارند. در زالو درمانی خونگیری انجام می شود و خونگیری بی رویه هم مناسب نیست و عوارضی چون ضعف قوا را در پی دارد. به اظهار وی زالو درمانی باید توسط متخصص این کار انجام شود و اگر خونگیری با زالو توسط فرد غیر متخصص انجام شود، آثار بدی را در پی خواهد داشت که خون ریزی در محل زالو درمانی از آن جمله است. وی برای افرادی که اختلالات انعقادی و ضعف سیستم ایمنی دارند و همچنین افراد زیر ۱۸ سال، زالو درمانی را ممنوع می داند و می گوید: زالو اندازی زیاد موجب کم خونی و ضعف قوا می شود و اگر زالو درمانی و مراقبت بعد از آن درست انجام نشود سبب خون ریزی بیش از حد و کم خونی می شود. به اظهار وی دیگر عارضه درمان خودسرانه با زالو، ایجاد حساسیت و آلرژی است. از این رو زالو درمانی باید توسط افراد متخصص و آشنا با این علم انجام شود. به گفته وی افراد دارای ضعف قوا، ضعف گوارش و افراد دارای سوء هاضمه نباید زالو درمانی کنند.

تغذیه

بخور، نخورِ سحر و افطار

در وعده افطار مصرف شربت سکنجبین و تخم شربتی توصیه می شود. بیشتر نوشیدنی ها و خوراکی های شیرین را در وعده افطار مصرف کنید تا در طول روز قند بدنتان تامین باشد. یک کارشناس تغذیه می گوید: مصرف چای و غذای سرخ کردنی و چرب در وعده سحر سبب افزایش تشنگی افراد می شود. بنابراین در وعده افطار چای کم رنگ بنوشید و غذاهای آب پز را جایگزین سرخ کردنی ها کنید. به گفته «امیرپور» مصرف بیش از حد ادویه ها هم سبب افزایش تشنگی می شود در نتیجه بهتر است افراد روزه دار مصرف سالاد، کاهو، خیار و گوجه را در وعده های افطار و سحر خود قرار دهند.

اگر نمی توانید و باید در وعده افطار چای بنوشید فقط به نوشیدن یک لیوان چای کم رنگ بسنده و بیشتر در هنگام افطار و سحر نوشیدنی های ولرم مصرف کنید. در وعده افطار غذای سبک بیشتر بخورید و از خوردن آش و سوپ پر چرب و غلیظ که سبب بروز سوءهاضمه می شود، خودداری کنید.

به اظهار وی برای این که افراد در ایام ماه مبارک رمضان دچار مشکلات گوارشی نشوند، بهتر است روزه خود را با یک نوشیدنی گرم مانند آب جوش، شیر، چای کم رنگ افطار کنند.

آشپزی

پای گوجه و پنیر

● مواد لازم:

گوجه فرنگی خرد شده: ۳ عدد بزرگ، پیاز کوچک: یک عدد، سبزی ریحان: یک چهارم لیوان، پنیر چدار رنده شده: یک لیوان، پنیر موزارلای رنده شده: یک لیوان، سس مایونز: سه چهارم لیوان، سس قرمز: یک قاشق غذاخوری، خمیر مخصوص پای، نمک و فلفل: به مقدار لازم

● طرز تهیه:

● فر را با دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد تنظیم و گرم کنید. قالب را چرب و خمیر پای آماده شده را داخل قالب قرار دهید و پهن کنید. (با فشار دست خمیر را به دیواره های قالب بچسبانید). گوجه فرنگی ها را خرد کنید و روی آن ها نمک بپاشید. سپس گوجه فرنگی ها را داخل صافی بریزید و با فشار دست آب اضافی اش را بگیرید. پیاز را رنده و آب اضافی اش را بگیرید. پیاز را روی خمیر بریزید و سپس گوجه فرنگی و ریحان خرد شده را به آن بیفزایید. روی آن مخلوط سس مایونز و سس قرمز قرار دهید و پخش کنید. پنیر موزارلا و پنیر چدار رنده شده را با هم مخلوط کنید و روی مواد پای بریزید. (می توانید از پنیر پیتزا هم استفاده کنید). قالب را داخل فر قرار دهید و به مدت ۴۵-۳۰ دقیقه بپزید. سپس از فر خارج کنید، کمی که سرد شد برش بزنید و سرو کنید.