

بهار

فصلنامه‌ی بیمارستان جم

بهار ۱۳۹۸

دوره اول



بیمارستان جم

JAM HOSPITAL

نیم قرن توانایی، خدمت و تجربه



بیمارستان جم

سال نو بر شما همراهان مبارک باد



Happy New Year

Շնորհակալոր Ամանոր

سنة جديدة سعيدة

Xoşbəxt Yeni il

Frohes Neues Jahr

نیم قرن توانایی، خدمت و تجربه



فهرست مطالب

۱ بیانیه‌ی مأموریت و چشم‌انداز بیمارستان جم

۲ سخنی با مدیرعامل بیمارستان جم

۳ سخنی با مسئول فنی و معاونت درمان بیمارستان جم

۴ سخنی با مدیران اجرایی بیمارستان جم

۵ بیمارستان جم ۵۱ ساله‌شد

۶ گذری بر اهم اخبار یک سال اخیر

۱۰ قلب و شیمی درمانی

۱۲ بیمارستان جم پیشرو در درمان سرطان

۱۴ چگونه با دیگران ارتباط خوبی برقرار کنیم؟

۱۵ ارزیابی و بررسی استرس شغلی در بیمارستان

۱۵ پیشگیری از چاقی

۱۶ تجهیزات پزشکی خانگی

۱۸ گذری بر زندگی پیشکوتان

۲۰ روانشناسی محیط کار

۲۲ نگاهی بر زندگی مرحوم دکتر فریدون سمعی

۲۳ برای سلامت معززیم سکوت بگیرید

۲۴ ورزش بیمارستان جم

۲۵ مراقب کلاهبردازان تلفنی باشیم

۲۶ چند توصیه‌ی ایمنی و حفاظتی در زمینه IT

۲۸ اهمیت بازآرایی در مراکز درمانی

۳۰ امکانات بیمارستان جم (عربی)

۳۲ گردشگری پزشکی

□ بیانیه‌ی مأموریت بیمارستان جم

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی جم، پیشگام در بخش خصوصی نظام سلامت، با بهره‌گیری از سرمایه‌ی انسانی مجرب و فناوری نوین می‌کوشد با تمرکز بر ایمنی بیمار، ارتقای مستمر کیفیت و وفاداری مشتریان، خدمات بهداشتی، تشخیصی، درمانی و باز توانی را در راستای مسئولیت‌پذیری اجتماعی، در جهت ارتقای سلامت جامعه در سطح کشور و منطقه ارائه نماید.

□ بیانیه چشم‌انداز بیمارستان جم

بیمارستانی ایستاده بر بلندای وفاداری مشتری در حوزه‌ی سلامت کشور

فصلنامه‌ی جم

شماره ۱

بهار ۱۳۹۸

مدیر مسئول: بابک حیدری اقدم
سرمدین قرآنه حسینی

شورای تحریریه: دکتر علیرضا استقامتی، دکتر بابک حیدری اقدم، دکتر فریفته خطیبی، دکتر عبدالله ناصحی، دکتر مهرداد بهنویسی، دکتر منصور مقدم، سجاد طلوعی، مان‌یار بهرامیان، قمره فحیمی، عصمت صادقی پور، یاقوت صدیقی، مرزده جعفری، فرژانه حسینی، الشارزایی طراچی و اجرا/ صفحه‌آرایی/ چاپ و صحافی: انتشارات منصور و شریانی ویراستار: مهوش لطیفی

آدرس: پورتال، www.jamhospital.ir

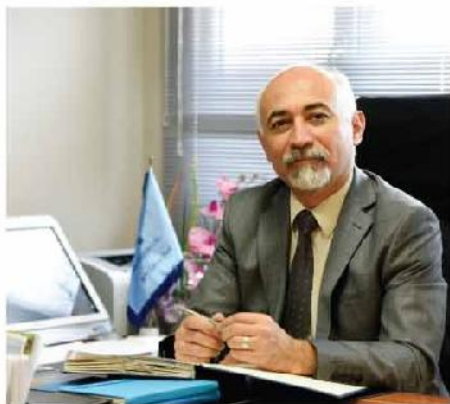
تلفن: روابط عمومی: ۸۲۱۴۱ (داخلی ۴۴۹)

نشانی: تهران، خیابان مطهری، خیابان فجر، بیمارستان جم

دکتر بابک حیدری اقدم

- ❑ مدیر عامل
- ❑ متخصص قلب و عروق
- ❑ فلوشیپ تخصصی اینترونشنال کاردیولوژی

بنیانی که نیم قرن پیش و با نام بیمارستان جم در تهران بنا نهاده شد، اینک مرکز درمانی پیشرفته‌ای است که بیش از پیش مصمم و متعهد در ارائه‌ی خدمات باکیفیت می‌باشد. اکنون با گذشت پنجاه و یکسال مفتخریم که مجموعه‌ای تخصصی از شایسته‌ترین‌ها را گرد هم آورده‌ایم تا طیف گسترده‌ای از خدمات تشخیصی درمانی را به طبقات مختلف جامعه تحت پوشش خود و بر مبنای به‌روزترین استانداردهای بیمارستانی و با تأکید بر حفظ کرامت انسان‌ها ارائه نماییم. امیدواریم فعالیت‌های بیمارستان فوق تخصصی جم در راستای تکمیل زنجیره خدمات خود توأم با نتایج درخشان و ارزش آفرین در حوزه درمان کشور باشد و ما را به سوی سرآمدی رهنمون سازد.



بچه کد ام از ما بیشتر از همی مانی داند





دکتر عبدالله ناصحی

- ▀ معاونت درمان
- ▀ متخصص اورولوژی،
- ▀ فلوشیپ اندورولوژی



با توجه به رشد جمعیت کشورمان در سال‌های اخیر نیاز روزافزون به خدمات پزشکی هر روز بیشتر احساس می‌گردد. در این راستا بخش خصوصی همگام با مراکز دولتی نقش بسزایی در این امر ایفا می‌نماید.

بیمارستان جم با بیش از نیم قرن سابقه درخشان در خدمت‌رسانی به بیماران یکی از مراکز شاخص درمانی کشور بوده که با همت موسسین توانمند خود که همگی از اساتید برتر زمان خود بوده‌اند بنا گردیده و نسل بعدی پزشکان نیز با تلاش بی‌وقفه سعی در حفظ کیفیت علمی و حرفه‌ای آن داشتند.

با افتخار اعلام می‌دارم این مرکز در حال حاضر یکی از بهترین مراکز درمانی تخصصی و فوق تخصصی کشور می‌باشد. بدینوسیله مراتب سپاس خود را از زحمات کلیه‌ی اساتید و همکاران ارجمند به عنوان کوچکترین عضو این مجموعه اعلام می‌نمایم.

دکتر فرشید خطیبی

- ▀ مسئول فنی
- ▀ متخصص بیوهشی و مراقبت‌های ویژه



پنج‌ماه و یک سال می‌گذرد از روزی که بیمارستان جم توسط جمعی از تواناترین پزشکان این مرز و بوم افتتاح شد.

در کمال فخر و مباهات شاهد این هستیم که در سایه‌ی زحمات پزشکان مجرب و پرسنل متعهد، بیمارستان جم همچنان به ارائه‌ی خدمات پزشکی در سطح فوق تخصصی ادامه می‌دهد، در حالیکه تعهد و دقت تمام‌را در بهبود کیفیت خدمات و حفظ شأن و احترام بیماران به‌کار برده است. تا جایی که امروز بدون شک یکی از بهترین مراکز پیشرفته درمانی کشور شناخته می‌شود. بدیهی است که پیشرفت و اعتلای چنین سیستمی تنها در سایه توانایی بالای علمی و عملی و حس همکاری و نوع دوستی اعضای آن از اساتید پزشک و پرستاران متعهد تا کادر اداری و فنی زحمتکش آن به‌دست آمده است و همه در این موفقیت شریک شمرده می‌شوند.

خرسندم از اینکه در کنار شما اساتید و همکاران گرانمایه در راه شکوفایی هرچه بیشتر این مرکز گام برمی‌دارم.





سختی با مدیران اجرایی بیمارستان جم



زهره نورپور

مدیریت پرستاری

بسیار مفتخریم که بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی جم تهران را برای پیگیری مراحل تشخیصی و درمانی خود انتخاب کرده‌اید. ارائه خدمت به شما عزیزان برای ما یک ارزش محسوب می‌شود و باعث افتخار است. امید است در انجام مسئولیتی که در برابر سلامت جامعه پر دوش داریم نقشی پررنگ داشته باشیم.



دکتر مهدی کاسکی

مدیریت مالی

از اینکه بیمارستان فوق تخصصی جم را برای دریافت خدمات خود برگزیده‌اید از شما سپاسگزاریم. مدیریت بیمارستان ضمن تلاش در جهت استقرار استانداردهای جهانی و بالا بردن کیفیت خدمات تمام تلاش خود را معطوف به ارائه خدمات ایمن و قیمت تمام شده مناسب نموده است تا با حفظ مشتریان وفادار خود در عرصه داخلی و خارجی با تکیه بر توانمندی پرسنل پر تلاش تجربی جهانی را تجربه نماید. بدین منظور هدف بنده و تمامی همکارانم در واحد مالی در اعتلای این هدف و الا با تکیه بر اعتماد شما استوار گشته آرزوی سلامت و سعادت شما را از درگاه مهر بزدان خواستاریم.



ابراهیم زراعنگار

مدیریت بیمارستان

مقدم شما بیماران محترم را به بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی جم تهران گرامی داشته و از شما به خاطر انتخاب این بیمارستان جهت رفع نیازهای تشخیصی و درمانی خود سپاسگزاریم و به همراه تمامی پرسنل این مجموعه می‌کوشیم تا محیطی آرامش بخش و درخور شما مراجعین گرامی فراهم نمائیم. امید داریم با رعایت بالاترین استانداردهای کیفیت خدمات درمانی و استفاده از کارکنان مجرب و تکنولوژی پیشرفته در جهت بهبودی بیماران و رضایت شما گام‌های موثری برداریم.



بیمارستان جم ۵۱ ساله شد

در اواسط دهه ۱۳۴۰ خورشیدی، ازسویی با پیشرفت علم پزشکی و توسعه دانشگاه‌های کشور و از سوی دیگر با تبادل روز افزون اطلاعات و بازگشت پزشکان تحصیل کرده در خارج کشور به میهن، نیاز به راه‌اندازی مراکز پزشکی نوین با فناوری به‌روز و پیشرفته بیش از پیش احساس می‌شد. در همین سال‌ها، اساتید نامداری هم‌چون پروفسور حسن هاشمیان و پروفسور ابراهیم سمیعی به تشویق دکتر عبدالله علی‌خانی پیران شدند تا، با تأسیس گروه پزشکان جم، بیمارستانی نو را با فناوری به‌روز و پیشرفته بنیان‌گذارند. پس از بررسی‌های لازم، در نزدیکی تپه‌های عباس‌آباد و در مجاورت خیابان تازه احداث شده تخت طاووس، زمینی به مساحت تقریبی چهار هزار متر مربع خریداری شد. مأموریت ساخت بیمارستان به شرکت مهندسی گروه چهار و مسئولیت نظارت بر انجام امور به آقایان دکتر موحدی، دکتر علیخانی، و دکتر فرین محول گردید. در شهریور ۱۳۴۷، کلنگ احداث بیمارستان توسط زنده‌یادان پروفسور حسن هاشمیان و پروفسور ابراهیم سمیعی زده شد.

کار احداث در ۱۳۴۹ پایان گرفت. یک سال بعد، بیمارستان جم با زیربنای نه هزار متر مربع و با ۱۲۸ تخت بستری و سه اتاق عملی

پیشرفته و مجهز به پیشرفته‌ترین دستگاه‌های رادیولوژی و تجهیزات قلبی به بهره‌برداری رسید. با کوشش مرحوم دکتر صادق نظام‌مافی، بیمارستان جم نخستین بیمارستان خصوصی تهران بود که مجهز به دستگاه رادبوایزوتوپ‌شد و بدین ترتیب امکان بررسی بیماری‌های تیروئید که در ایران بسیار شایع بود میسر گردید.

با گذشت زمانی کوتاه، شمار دیگری از پزشکان بنام تهران نیز به هسته اصلی بیمارستان جم پیوستند. بدین‌سان، در اوایل دهه ۱۳۵۰ گروهی از پزشکان متخصص و زنده در محیطی نو و مجهز در بیمارستان جم شروع به فعالیت نمودند. بزرگانی که پایه‌های استوار بیمارستان جم را پی‌نهادند همواره فداست‌درمان‌آلام بیماران را باور داشتند و از آغاز کار رعایت حال بیماران و دوری از هرگونه جحاف بر آنان را سرلوحه کار خود قرار دادند. هم‌امروز نیز رمز موفقیت بیمارستان جم، پس از قریب به نیم قرن تلاش بی‌وقفه و پیشرفت روز افزون، همانا ارج نهادن به بیماران و دوری از جحاف به آنان می‌باشد.

امروز، پزشکان بیمارستان جم خرسنند که به پیروی از بنیان‌گذاران بیمارستان جم و اقتدا به خصلت نیکوی آن بزرگان به ارائه خدمت به بیماران می‌پردازند.



گذری بر اهم اخبار یک سال اخیر

جشن هفتمی ملی سرطان



ما بدان مقصد عالی نتوانیم رسید

هم مگر پیش نهد لطف شما گامی چند

جشن هفتمی ملی سرطان با حضور بیماران بهبود یافته، تحت درمان و اساتید سرطان شناسی به همراه قدردانی و اهداء تندیس از کادر پزشکی سرطان شناسی بیمارستان جم، توسط هنرمندان محبوب خانم مهتاب کرامتی، خانم شراره رخام، آقای علیرضا رئیس‌یان و آقای دکتر مسعود صابری برگزار گردید.

۲

همیاری درمان



لهبک روستای کوچکی از بخش ری است در استان تهران. ساکنان معدود این روستا به‌رغم همه مشکلاتی که دارند این روستا را زنده نگه داشته‌اند. این روستا در حقیقت از کمترین امکانات هم محروم است، روستایی که فقط چند کیلومتر با تهران فاصله دارد. تیم همیار درمان بیمارستان جم متشکل از پزشکان و پرستاران داوطلب با حضور در این روستا به شناسایی و درمان رایگان بیماران نیازمند به درمان پزشکی پرداختند.

۳

کارگاه آموزشی روش‌های نوین جراحی



بیمارستان جم در طی سنوات گذشته و حال بستر و مجری کارگاه‌های آموزشی، علمی، پزشکی در بین بیمارستان‌های خصوصی پایتخت بوده است. در پی فعالیت‌های علمی پزشکی خود همه ساله کارگاه آموزشی روش‌های نوین جراحی را با همراهی آقای دکتر مهرداد بهلولی و پروفیسور دکتر Tim Tolens از کشور بلژیک مدیریت و اجرا می‌نماید. در این کارگاه آموزشی یک‌روزه بیش از ۴۰ جراح از سراسر کشور حضور می‌یابند.



۴

جشن روز پزشک



به پاس بزرگداشت ابوعلی سینا ستاره‌ی پرفروغ عرصه‌ی طب در ایران، روز پزشک، جشن با شکوهی با حضور اساتید و پزشکان بیمارستان جم به‌منظور قدردانی از تمامی پزشکان دلسوز و متعهد برگزار شد. در این مراسم از دو استاد بزرگ و برجسته، آقای دکتر جواد امینی و آقای دکتر پرویز معمارزاده با اهداء تندیس قدردانی به‌عمل آمد.

۵

برپایی کمپین (تغذیه سالم در بدن سالم)

به مناسبت روز رژیم درمانگر در بیمارستان جم کمپینی با عنوان (تغذیه سالم در بدن سالم) برگزار گردید. این کمپین با هدف اهمیت‌برواری خودمراقبتی برگزار گردید و محوریت آن بر عدم تغذیه‌ی صحیح و کم بودن فعالیت و تحرک از معضلات جامعه و داشتن تنوع و تعادل غذایی تأکید می‌نمود.



۶

بازدید از پلی کلینیک جدید باشگاه استقلال تهران



دیدار صمیمانه‌ی پزشکان و اعضاء هیئت مدیره بیمارستان جم از ورزشکاران افتخار آفرین کشورمان و پلی کلینیک جدید باشگاه استقلال تهران صورت پذیرفت. در این بازدید آقای دکتر امین نوروزی، مدیر این پلی کلینیک، توضیحاتی را درباره‌ی آخرین وضعیت این مجموعه به میهمانان ارائه کرد.

۷

اولین ویدئو ژورنال علمی پزشکی در پایتخت



با همکاری انجمن جراحان درون بین (اندوسکوپیک) برای اولین بار همراه با پخش زنده از طریق وب سایت با حضور و سخنرانی جراحان و پایتخت ویدئو ژورنال، جراحی لاپاراسکوپیک اندومتریوز و سرطان تخمدان پزشکان متبحر برگزار گردید.

۸

پرچم بیمارستان جم بر فراز قله‌ی عشق (توچال)



هر که در عشق سر از قله بر آرد هنر است، همه تا دامنه کوه تحمل دارند. مسیر موفقیت چمنزار نیست مسیر کوهی پر از تخته سنگ است. مسیری که به جلو و بالا می‌رود مسیری که پر از ناهمواریست. صعود غرور آفرینی دیگر از آقای مسعود ناصری کوهنورد ۳۷ ساله‌ی بیمارستان جم بر فراز قله عشق (توچال) فتح شد.



روش‌های جدید درمانی (HIPEC) و (PIPAC)



روش‌های جدید درمانی (HIPEC) و (PIPAC) در درمان‌های پیچیده و پیشرفته‌ی توده‌های شکمی را از سال ۲۰۱۵ آغاز نمود. همه روزه بیماران از شهرهای مختلف ایران و نیز کشورهای همسایه برای درمان به این مرکز مراجعه می‌کنند. سایت HIPEC.COM که معتبرترین سایت جراحی سائیتوریداکتیو و هاپیک در دنیا است، تنها ۹ مرکز تأیید شده برای این نوع از درمان در سراسر دنیا دارد که یک مرکز آن در ایران در بیمارستان جم تهران است.

بیمارستان جم حامی بسکتبال تیم یاران حدادی



حضور بیمارستان جم در صحنه‌های ورزشی همواره فخری برای ما است. تیم بسکتبال یاران حدادی به عنوان نائب قهرمانی جام حذفی تهران در سال ۹۷ دست یافت. دیدار نهایی مسابقات بسکتبال جام حذفی تهران بین تیم‌های کنکو و یاران حدادی در سالن شیخ الاسلامی برگزار شد. بیمارستان جم نیز به عنوان حامی این تیم در زمان برگزاری مسابقات از ورزشکاران تیم حمایت نمود.

جشن روز پرستار



دست خدا به همراهت ای دست سرشار از عاطفه و مهر، دعای همه دردمندان بدرقه‌ی راهت ای سینه‌ی لبریز از ایمان و یقین، ای اسوه‌ی نیکوکاری، ای پرستار، به مناسبت روز پرستار جشن تقدیر از این فرشتگان زمینی با حضور مدیرعامل و پزشکان بیمارستان برگزار گردید و در این مراسم با اهدای جوایز، لوح تقدیر و هدایا از ایشان تقدیر به عمل آمد.



دکتر منصور مقدم

- ▣ متخصص قلب و عروق، فلوشیپ آریتمی قلب،
- ▣ پیس میکر، اکتریفینولوژی قلب
- ▣ استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران
- ▣ قلب و شیمی درمانی

قلب و شیمی درمانی

با افزایش شیوع بیماری‌های قلبی و نیز درمان‌های نوین این بیماری‌ها میانگین سن افراد افزایش یافته است. در جامعه‌ی ایرانی میانگین سن خانمها به ۷۵ سال و آقایان به بیش از ۷۴ سال رسیده است.

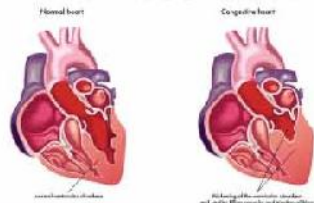
شیوع سرطان‌ها در این رده‌های سنی باپ جدیدی از همراهی روش‌های درمانی سرطان‌های گوناگون همراه با بیماری‌های قلبی عروقی راگشوده است. به طوری که اکثر بیماران سرطانی در این رده سنی از بیماری‌های قلبی عروقی جانانشان را از دست می‌دهند. بیماران مبتلا به سرطان‌ها می‌توانند از قبل دارای بیماری قلبی بوده باشند یا فاکتورهای خطر شیمی درمانی-رادیوتراپی باعث تشدید بیماری قلبی آنها شوند. اثر سمی این فاکتورهای خطر می‌تواند سال‌ها بعد از تکمیل دوره درمانی سرطان بر سیستم قلبی عروقی آشکار شود.

همکاری متخصص قلب و سرطان در انتخاب درمان‌های مناسب برای بیماری بدخیم و نیز بیماری قلبی در تعیین خط‌مشی مناسب درمانی بیماری الزامی است.

اثرات سمی شیمی درمانی مربوط است به مکانیسم اثر داروها، دوز آنها، روش تجویز و نیز فاکتورهای مربوط به بیماری زمینه‌ای قلبی بیمار از قبیل مسایل رتیکلی و سن بیمار که می‌تواند سال‌ها بعد سبب ظهور تظاهرات قلبی شوند.

نارسایی قلبی: اثرات سمی غیر قابل برگشت شیمی درمانی بر سلول‌های قلبی می‌تواند سبب اختلال عملکرد بطن چپ، فشار خون بالا، ترومبو آمولی سیستم وریدی شریانی، اسکمی و انفارکتوس و آریتمی‌های گوناگون قلبی شوند.

مسمومیت حاد قلبی ندرتاً به‌طور فوری ظاهر می‌شود و فقط ممکن است با بعضی از داروهای شیمی درمانی دیده شود.

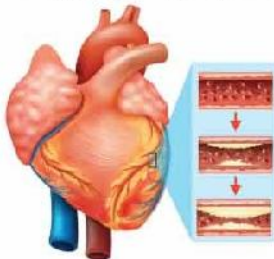


عوارض قلبی احتمالی شیمی درمانی - رادیوتراپی عبارت‌اند از:

- ۱- نارسایی قلبی؛
- ۲- بیماری عروق کرونر؛
- ۳- بیماری‌های درجه‌ای قلب؛
- ۴- آریتمی‌های قلبی؛
- ۵- فشار خون بالا؛
- ۶- عوارض ترومبو آمبولیک (لخته‌سازی)؛
- ۷- بیماری‌های عروق محیطی-سکته‌های مغزی؛
- ۸- فشار خون رویی؛
- ۹- پریکارдит.

نارسایی قلبی هرگونه عملکرد ماهیچه قلب بااستی توسط اکوکار دیوگرافی قبل از شروع شیمی درمانی یا رادیوتراپی و به صورت نوبه‌ای در طی درمان صورت پذیرد بیشتر است که این تست توسط یک اپراتور به منظور جلوگیری از تعیین نتایج متفاوت انجام شود. بااستی عملکرد طبیعی بطن چپ (LVEF) در شروع درمان دیده شود. هر چهار سیکل درمانی شیمی درمانی تکرار این تست توصیه می‌شود کاهش بیش از ۱۰ درصد LVEF نشانه تأثیرات سمی دارو بر قلب می‌باشد. در این صورت تجویز داروهای قلبی بنا بلاگر یا از گروه کاتیپریل سبب ممانعت از بشرفت نارسایی قلبی خواهد شد.

بیماری عروق کرونر: بررسی وجود بیماری عروق کرونر قبل از شروع شیمی درمانی-رادیوتراپی ضروری است. گرفتن شرح، سن و جنس بیمار، فاکتورهای خطر، بیماری‌های عروق کرونر، گرفتن نوار قلب با انجام تست‌های مکمل دیگر بر حسب مورد الزامی است.

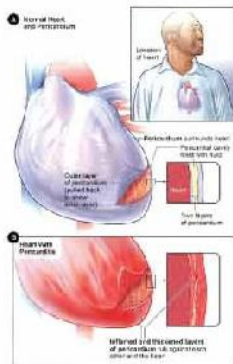


بیماری‌های درجه‌ای قلب: شایعترین آنها فیبروز و آهکی شدن درجه‌ی آشورت و تنگی درجه‌ی آشورت می‌باشد. اکوکار دیوگرافی در پیگیری این دسته‌ها از بیماران مفید است.



بیماری‌های پرکاربرد:

داروهای متعدد شیمی‌درمانی می‌توانند سبب التهاب حاد پُرده دور قلب شوند. این عارضه با رادیوتراپی کمتر است. درد قفسه‌ی سینه، تغییرات الکتروکاردیوگرام، یا وجود مایع در پریکارد از علائم این عارضه است.



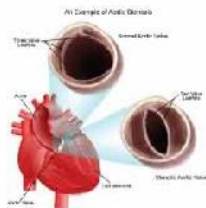
مایع دور پُرده های ریه، معمولاً این عارضه ناشی از خود سرطان، عفونت یا نارسانای قلبی است. در صورتیکه به علت شیمی‌درمانی باشد غالباً قابل برگشت است.

سیستم اعصاب خودکار قلب: این سیستم عصبی در اثر رادیوتراپی آسیب دیده و سبب تندی غیر قابل توجه ضربان قلب می‌شود.

افزایش فشارخون ریوی: عارضه‌ی نادری است و اغلب بعد از قطع دارو قابل برگشت می‌باشد.

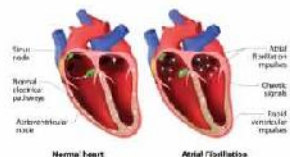


سرورین قلبی - آنکولوزی: همکاری متخصص قلب و آنکولوژی در تعیین خط‌مشی درمانی بیماران سرطانی با آگاهی آنکولوژیست از ماهیت بیماری سرطان و تعیین بهترین داروی مناسب برای درمان سرطان و همچنین آگاهی از بیماری‌های زمینهای قلبی و اثرات سوء بعضی از داروهای شیمی‌درمانی بر سیستم قلبی عروقی و تعیین نوع درمان‌های بیماری قلبی سبب بهره‌بیشتر و بروز عارضه کمتر در این دسته از بیماران خواهد شد.



آریتمی‌های قلبی، نامنظمی‌های ضربان قلب از قبیل تندی، کندی، ضربان قلب، فیبریلاسیون دهلیزی، بلوک‌های قلبی، حتی تغییرات الکتروکاردیوگرام که گویای پیش‌بینی مرگ ناگهانی قلبی است در بیمارانی که تحت شیمی‌درمانی قرار می‌گیرند دیده می‌شود.

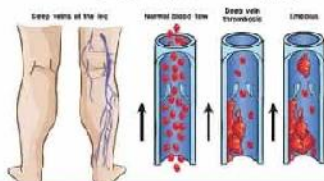
Cardiac arrhythmia



فشارخون: کنترل مرتب فشارخون در این بیماران الزامی است. درمان این دسته از بیماران بر اساس دستورالعمل‌های کلی درمان فشارخون در همه بیماران فشارخونی مبتدی است. ترجیحاً داروهای گروه کاپتوپریل-لسورتان-آملودیپین توصیه می‌شود.



ترومبوآمبولی: سرطان‌های لوزالمعده، مغز، معده، کلیه، ریه، لنفوم، میلوما با عوارض ترومبوآمبولیک بیشتری همراه هستند. امروزه برای پیشگیری از ترومبوآمبولی در بیمارانی که بستری می‌شوند یا تحت عمل جراحی قرار می‌گیرند لازم است داروهای ضد انعقاد خوراکی (NOACS) توصیه می‌شود.





دکتر مهرداد بهلولی

متخصص جراحی عمومی
جراح سرطان و لاپاراسکوپی

بیمارستان جم پیشرو در درمان سرطان

در سال‌های اخیر با پیشرفت‌های وسیع در روش‌های پیشگیری، تشخیص و درمان سرطان نیاز به استفاده از تکنولوژی و درمان‌های جدید در عرصه بیماری سرطان به امری طبیعی و مهم تبدیل شده است. پزشکان و جامعه به بیماران مبتلا به سرطان‌های پیشرفته داخل شکمی برای سالیان مدید به عنوان گروهی از بیماران بدون امید و درمان نگریسته و روش درمانی مناسبی برای این گروه از بیماران نداشتند.

با ورود جراحی سایتوریداکتیو و هایپک به عرصه‌ی درمان و اثبات کارایی و تأثیر آن در درمان بعضی از این بیماران روزی امید جدیدی برای این گروه از بیماران باز شده و بسیاری از این بیماران هم‌اکنون امید به درمان خود را مجدداً به دست آورده‌اند.

بیمارستان جم افتخار دارد که پیشگام ارائه این روش درمانی در کشور بوده و در رشد و اعتلای این روش درمانی در کشور اولین گام‌ها در این بیمارستان برناشته شده است. بعد از انجام اولین جراحی استنداردها بیگ در کشور اولین کنفرانس رسمی و علمی با حضور سخنرانان برجسته بین‌المللی در بیمارستان جم انجام شده و بعد از آن نیز در تمام کنفرانس‌های بین‌المللی و داخلی انجام شده در کشور تیم جراحی‌ها بیگ بیمارستان جم همواره به‌عنوان برگزارکننده یا سخنران حضور



فعال و مستمر داشته است. پیشرفت بسیار سریع ما در این عرصه باعث شده است که از تیم جراحی‌ها بیگ به‌عنوان سخنران، پالیسیست و اداره‌کننده‌ی جلسات مهم علمی در کشورهای اروپایی از جمله فرانسه، آلمان، ترکیه و جمهوری آذربایجان دعوت رسمی به‌عمل آید. در کنار تمام این افتخارات هم‌اکنون گروه جراحی‌ها بیگ بیمارستان جم به‌عنوان یکی از نه مرکز مورد تأیید گروه‌های بیگ آینده‌ی هلند در سایت hipec.com که مورد تأیید انجمن جهانی بوده جای خود را ثبت کرده است.



JAM HOSPITAL


 بیمارستان جم
 JAM HOSPITAL

ما به‌عنوان گروهی که مردم کشور خود و هموطنانمان را لایق بهترین‌ها می‌دانیم از هیچ‌گونه تلاش و کوششی دریغ نکرده و توانستیم بعد از شرکت در دوره‌های آموزشی متعدد و حضور در بیمارستان‌های مطرح اروپایی، بیمارستان جم را به‌عنوان اولین مرکز خاورمیانه در انجام روش بسیار جدید و نوین Pipac معرفی کرده و پایه‌گذار این روش در این منطقه بسیار بزرگ باشیم.

ما به‌تعهد اخلاقی خود در خدمت به هموطنانمان پایبند بوده و در این راه لحظه‌ای از تلاش دست‌بر نخواهیم داشت.



سجاد طلوعی

دانشجوی دکتری مدیریت خدمات بهداشتی درمانی

چگونه با دیگران ارتباط خوبی برقرار کنیم؟

مهارت ارتباط یک مهارت حیاتی در زندگی و اولین ضرورت یک زندگی اجتماعی است، همچنین تنها راه نشان دادن احساسات به دیگران و بهترین راه تصحیح سوء تفاهم‌ها است که اغلب مواقع نادیده گرفته می‌شود. هیچ‌وقت برای کار کردن روی مهارت‌های ارتباطی دیر نیست و به کمک آن کیفیت زندگی بهبود می‌یابد.



مهارت ارتباط موثر چیست؟

ارتباط فرآیندی است، که در آن تبادل اطلاعات، افکار و احساسات بین مردم از طریق صحبت کردن، نوشتن یا زبان بدن صورت می‌گیرد. ارتباط موثر زمانی رخ می‌دهد که، مطلب انتقال داده شده از سمت طرف دریافت کننده درک شده باشد. اهداف ارتباط موثر شامل ایجاد یک درک مشترک، تغییر رفتار و کسب اطلاعات می‌باشد.

بیمار

ارتباط موثر؟



چگونه مهارت‌های ارتباطی‌مان را بهبود بخشیم؟

بهترین موقعیت برای تمرین مهارت اجتماعی ارتباطات روزانه است. با تعاملات ساده قدرت ارتباط‌گیری خود را افزایش دهید و این مهارت‌ها را در موقعیت‌های مختلف تمرین کنید:

۱. فرقی نمی‌کند که گوش می‌دهید یا صحبت می‌کنید در هر صورت نگاه کردن به چشم‌های فرد مقابل گفتگوی شما را موفقیت آمیزتر می‌کند. تماس چشمی علاقه و توجه شما را نشان می‌دهد؛
۲. از اینکه بدن شما در حال انتقال چه پیامی است آگاه باشید؛
۳. در حرکات بدن از دست و حالات چهره نیز استفاده کنید به شکلی که کل بدن شما صحبت کند؛
۴. هراس و احساس و تکسوری بر اینکه چگونه با دیگران ارتباط برقرار می‌کنید تأثیر می‌گذارد؛

۵. یک شنونده فعال باشید. باید بتوانید به دیگران گوش دهید و در گفتگوی او طرفه شرکت کنید؛

۶. قضاوت نکنید؛

۷. هر فرد ممکن است با توجه به نوع فرهنگ و خانواده زبان بدن متفاوتی داشته باشد؛

۸. شماره صحبت کنید و زیر لبی و نامفهوم کلمات را ادا نکنید؛

۹. آرام صحبت کنید؛

۱۰. با تقویت مهارت‌های اجتماعی، حتی در موقعیت‌های پر تنش، بدون از بین رفتن اعتماد و احترام می‌توانید ارتباطات خوبی داشته باشید؛

۱۱. اگر می‌خواهید با دیگران ارتباط موثری برقرار کنید یک تمرین این است که دیگران را در مکان‌های عمومی مثل فروشگاه، اتوبوس، رستوران بدون جلب توجه مشاهده کنید.

ارتباط موثر در درمان:



به منظور برقراری رابطه موثر جهت کمک به بیمار، پرسنل باید با مهارت‌های ارتباطی که بدون آن ایجاد ارتباط غیر ممکن خواهد بود آشنا باشند و چون بیماران در گروه‌های مختلفی از نظر اعتقادی، اجتماعی و فرهنگی و اقتصادی قرار دارند در نتیجه باید زبان مشترک و قابل تفهیم برای هر دو گروه ارائه دهند. خدمات (پرسنل) و گیرندگان خدمات (بیماران) موجود باشند تا این ارتباط هر چه سریع‌تر انجام شود تا بتوان در مدت کوتاهی به بالاترین نتیجه‌ی قابل انتظار که همان ارائه‌ی مراقبت استاندارد و رضایتمندی هر دو گروه می‌باشد دست یافت.

چگونگی شروع ارتباط ادامه‌ی روند آن را تعیین می‌کنند. اولین تأثیر ماندنی‌ترین تأثیر است.



نیلوفر صدیقی

کارشناس ارشد
تغذیه و رژیم‌درمانی



عصمت صادقی پور

کارشناس ارشد مدیریت ایمنی،
بهداشت و محیط زیست (HSE)



پیشگیری از چاقی

همانطور که می‌دانید چاقی و اضافه وزن شیوع بسیاری دارد و جدا از مسأله‌ی زیبایی و گرفتگی اعتماد به نفس، زمینه‌ساز بسیاری از بیماری‌های قلبی و عروقی، فشارخون، دیابت، کبد چرب، سکنه مغزی، بیماری‌های مفصلی، سندروم تخمدان پلی‌کیستیک، نابالوری، افسردگی، بیماری‌های دستگاه گوارش و... می‌باشد. متأسفانه چاقی در بین کودکان نیز رایج شده و به قول یکی از اساتید کودکان جاق امروز بیماران فردا هستند. از عواملی که باعث اضافه وزن و چاقی می‌شوند می‌توان موارد ذیل را نام برد:

شیوه زندگی، بی‌تحریکی، ریزه خواری، نداشتن برنامه‌ی غذایی منظم و هله هوله خوری، مشکلات هورمونی، مصرف بعضی از داروها از جمله داروهای ضد افسردگی، داروهای خواب‌آور و مصرف کورتون‌ها حذف وعده‌های غذایی، خواب نامنظم، دریافت کالری از هر ماده‌ی غذایی بیشتر از نیاز بدن.

برای داشتن یک برنامه‌ی غذایی صحیح، صبحانه را به هیچ عنوان حذف نکنید. در وعده صبحانه از منابع پروتئینی مانند تخم مرغ آبپز، لبنیات کم چرب و حبوبات استفاده کنید. مصرف میان وعده‌ها به افزایش سوخت و ساز و جلوگیری از ریزه خواری کمک می‌کند. به هنگام صرف ناهار از سالاد غافل نشوید و شام را سبک میل کنید و حدود ۲ ساعت یا خواب فاصله بگذارید. به هیچ عنوان در رژیم غذایی نان و برنج را حذف نکنید و بدانید زبانه‌روی در مصرف میوه هم می‌تواند باعث چاقی و مقاومت به انسولین شود. لبنیات و گوشت را به صورت کم چرب میل کنید و همیشه به یاد داشته باشید کم‌کم وزن خود را کاهش دهید، این کیلوهای اضافه یک شبه نیامده‌اند و به هیچ عنوان از مکمل‌هایی که در شبکه‌های ماهواره‌ای و جدیداً ایران تبلیغ می‌شوند استفاده نکنید به بسیاری از این‌ها حاوی مواد شبه آفتمانین هستند.

نکته را فراموش نکنید در خوردن آب ایجاد کنید و هفته‌ای یکبار جهت پایش وزن خود روی ترازو بروید. سه ماهه‌قد، شکر و نمک را محدود کنید و بدانید میوه‌های خشک و ایمیوه کالری بالاتری از میوه تازه دارند. به جای نان سفید از نان سبوس دار استفاده کنید و در رژیم غذایی خود برای افزایش متابولیسم بدن از دارچین، زنجبیل، فلفل سیاه، خردل و چای اولانگ استفاده نمایید. نکته آخر اینکه همواره توجه داشته باشید که رژیم غذایی که برای شما طراحی شده است متناسب با وزن، قد، سن، جنس، تحرک و سابقه دارویی و پزشکی شماست.

ارزیابی و بررسی استرس شغلی در بیمارستان

یکی از عواملی که رابطه مستقیمی با سلامت و بیماری روانی دارد، استرس (فشار روانی) است. استرس آماده شدن برای شغل، ملاقات با افراد، کسب یک مهارت جدید یا هر استرس دیگری است.

عوامل استرس زا و آزرنده محیط کار می‌توانند سبب حالات هیجانی منفی و خلقی گردند. مراکز درمانی یکی از مهم ترین نهادهای ارائه خدمات به شمار می‌آید که در یا رگشت، حفظ و ارتقا سلامت جسمانی و روانی بیماران نقش مهمی را ایفا می‌کنند. کوچکترین اشتباهی ممکن است پیامدهای جبران ناپذیری داشته باشد و بسیاری از موقعیت‌های اضطرابی پیش می‌آید که لازم است تصمیم‌آنی گرفته و بی‌درنگ و دقیقاً اجرا شود. این گونه شرایط و نظایر آنها در درمانی تأثیر خود را می‌گذارند و اغلب موجب فرسودگی هیجانی شاغلان این حرفه‌ها می‌شوند. این امر با توجه به حیاتی بودن شغل کادر درمانی می‌تواند منجر به کاهش کیفیت خدمات، ترک خدمت و غیبت از کار، کاهش کارایی پرستار در برقرار کردن تعامل مناسب با بیمار و مراقبت از وی و کاهش کیفیت خدمات درمانی و صدمات و زین‌های وارده به بیماران و ایجاد هزینه‌های فراوان و غیرقابل جبران گردد.

پیشنهاد می‌شود موارد زیر برای کاهش استرس شغلی کارکنان در نظر گرفته شود:

• برقراری جلسات منظم برای کارکنان در بیمارستان‌ها و تشویق آنها به ابراز مشکلات و نارسایی‌های موجود در محیط کار و اقدام به حل مشکل؛

• انجام بررسی‌های بیشتر در زمینه سبب شناسی استرس شغلی در کارکنان؛
• افزایش سطح آگاهی و میزان سازگاری کارکنانی که در معرض عوامل استرس‌زای شغلی هستند؛

• راه‌اندازی مراکز مشاوره‌ی بهداشت روانی در محیط‌های شغلی؛
• افزایش سطح آگاهی کارفرمایان و مدیران در زمینه برنامه ریزی هرچه بهتر و کاهش استرس‌های محیط کار؛

• تعریف و معین نمودن نقش‌ها و مسئولیت‌های کارکنان و افزایش استقلال شغلی آنان؛

• حمایت از کارکنان؛
• افزایش مهارت کارکنان؛

• مشارکت دادن کارکنان در تصمیم‌گیری
• بهبود شرایط کار از نظر تهویه، روشنایی، دما، گرد و خاک و سایر مخاطرات؛
• برگزاری کلاس‌های مدیریت زمان جهت افزایش مهارت‌های مدیریت زمان در امور کاری و سازماندهی حجم زیاد کاری خود.



الناز بابایی

دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی پزشکی،
بیومتریال

تجهیزات پزشکی خانگی

به دلایل متعدد، استفاده از وسایل پزشکی در خارج از مرکز درمانی در حال افزایش است. افزایش متوسط سن جمعیت کشور، بیماری‌های مزمن که نیازمند مراقبت پزشکی در خانه هستند و همچنین توجه به کاهش هزینه‌های درمان از جمله این دلایل است. اگرچه تجهیزات پزشکی خانگی دارای مزایای متعددی هستند، در عین حال دارای خطرات خاصی خود نیز به دلیل ماهیت ویژه‌شان می‌باشند. چالش‌های شما برای خرید و استفاده از این تجهیزات چیست؟ آیا حوزوی تخصصی درمان نیاز به تجهیزات پزشکی خاصی دارد؟ تجهیزاتی مانند تخت بستی، وسایل کمک حرکتی مثل ویلچر، واکر، وسایل کمکی شخصی مثل صندلی حمام، لوازم کمکی پوشش لباس، اندام‌های مصنوعی، کفش طبی، کپسول اکسیژن، اکسیژن ساز همراه، دستگاه تست قند خون، دستگاه اندازه‌گیری فشار خون، دستگاه ساکشن، دستگاه‌های پرتابل (قابل حمل) کمک تنفسی، فوتوتراپی‌های خانگی نوزاد، ترمومترو ... برای استفاده بلند مدت طراحی شده‌اند. از طرف دیگر تجهیزاتی مانند محصولات مراقبتی بی‌اختیاری، پانسمان و دستکش‌های محافظتی و ... به منظور یک بار مصرف طراحی شده‌اند.

در هر صورت به‌عنوان یک فرد بیمار یا مراقب باید با تعدادی از تجهیزات پزشکی برآورد آشنا باشید. اهمیت داشتن واکر، کفش طبی و دیگر تجهیزات پزشکی مناسب را نمی‌توان نادیده گرفت. استفاده از لوازم و تجهیزات پزشکی نامناسب قطعاً سلامتی را به خطر خواهد انداخت. بیماران ترخیص شده از مراکز درمانی، مراقبت‌های پس از جراحی و درمان، بیماران کم توان در منزل همگی شایسته‌ی استفاده از بهترین امکانات درمانی هستند. بنابراین برای تهیه هر نوع کالای پزشکی مصرفی باید دقت شود که حتماً با مشورت پزشک یا مهندس پزشک دارای صلاحیت اقدام به خرید شود و از اصالت کالا و کارکرد تجهیزات مطمئن شد.

تجهیزات پزشکی به چند دسته تقسیم می‌شوند:

۱) تجهیزات عمومی و رایج پزشکی؛

۲) تجهیزات آزمایشگاهی؛

۳) تجهیزات تصویربرداری؛

۴) تجهیزات دندان پزشکی؛

۵) تجهیزات کلینیکی و بیمارستانی؛

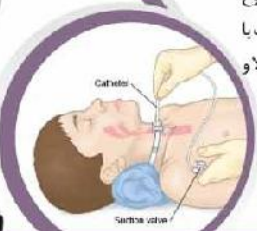
تجهیزات پزشکی خانگی در گروه تجهیزات عمومی و رایج پزشکی قرار دارد. تجهیزاتی که ممکن است پزشک معالج شما برای بیماران تحت مراقبت و بستری شده در منزل توصیه نمایند بسته به نوع بیماری و مراقبت مورد نیاز، متفاوت می‌باشد، از جمله دستگاهی که ممکن است در منزل مورد استفاده قرار بگیرد دستگاه ساکشن می‌باشد که ساده‌ترین و در عین حال حیاتی‌ترین دستگاه به شمار می‌رود.

در هر شماره از جم‌نامه به معرفی یک فرم از تجهیزات پزشکی خانگی خواهیم پرداخت. در این شماره به معرفی دستگاه ساکشن می‌پردازیم. ساکشن امروزه به‌عنوان یک دستگاه ضروری در بخش‌های مختلف هر بیمارستان یا مراکز درمانی مورد استفاده قرار می‌گیرد. از جمله کاربردهای دستگاه می‌توان موارد زیر را نام برد:

۱- مهم‌ترین و حیاتی‌ترین مورد استفاده دستگاه در بیرون آوردن خلط‌های، خون و مایعات اضافی داخل دهان می‌باشد که باعث می‌شوند عمل تنفس مختل شود. مثلاً در هنگام تصادف مگر مصدوم دچار خونریزی در قسمت‌های شود. از این دستگاه برای جلوگیری از خفگی استفاده می‌شود؛

۲- ایجاد فضای مناسب برای سهولت کار جراح در اعمال جراحی؛
۳- انواع دیگر ساکشن در دندانپزشکی مورد استفاده قرار می‌گیرد که مایعات داخل دهان را بیرون می‌کشد.

ساکشن (Suction) یا وکیوم پمپ (Vacuum Pump) دستگاهی است که توسط پمپ مکش و با ایجاد خلأ باعث ایجاد فشار منفی شده و هوا و مایعات را به دورن می‌کشد.
ساکشن‌ها از نظر میزان خلأ نسبی (فشار منفی) به سه دسته تقسیم می‌شوند:





سر ساکشن را به لوله‌های استریلی که یکبار مصرف هستند وصل می‌کند. آنگاه دستگاه ساکشن را روشن می‌کند تا خون و مایعات ساکشن شوند. می‌توان بر اساس محل جراحی و سلیقه جراح از سر ساکشن‌های مختلفی استفاده نمود.

انواع سر ساکشن

Adson: برای تخلیه کردن محل جراحی از خون و مایعات و جلوگیری از تجمع آنها در جراحی‌های کرایئوتومی؛

Frazier: برای جمع آوری مقدار کم مایعات تجمع یافته مورد استفاده قرار می‌گیرد مانند جراحی‌های بلاستیک یا جراحی‌های عروق محیطی. در انواع مستقیم یا دارای انحنای کوتاه یا بلند و فلزی یا یکبار مصرف موجودند؛

Poolle: برای جمع آوری آسبت یا مایعات شستشو دهنده از داخل حفره‌ی شکم یا قفسه سینه مورد استفاده قرار می‌گیرد. در انواع مستقیم یا دارای انحنای فلزی یا یکبار مصرف موجودند.

Yankauer: برای مکش مایعات در جراحی‌های دهانی، شکمی و قفسه سینه مورد استفاده قرار می‌گیرد. در انواع فلزی یا یکبار مصرف، با سوپاپ یا بدون سوپاپ کنترل مکش و در سایزهای اطفال و بزرگسالان موجود است.

پارامترهای فنی مهم در خرید ساکشن‌های پزشکی

- ظرفیت مکش (لیتر بر دقیقه (L/min)) و کیفیت موتور و مکش بالا- فشار منفی ماکسیمم خلا (نسبی (بار، میلی متر جیوه، کیلو پاسکال یا سانتیمتر آب)؛

- دارا بودن تاییدیه‌ها (مثل FDA) یا نشان‌ها (مثل CE) یا استانداردهای لازم؛

- ظرفیت و توان خروجی بالا؛

- بدون صدا و لرزش بودن؛

- هزینه‌ی پایین تعمیر و نگهداری؛

- بالا بودن قابلیت استریل بدنه؛

- حجم پذیری زیاد مخازن ساکشن؛

- مدت زمان و نحوه‌ی خدمات پس از فروش و گارانتی؛

- متناسب بودن قیمت با کارایی دستگاه؛

- جنس لوله‌ی دستگاه (ضد جرقه و از موادی باشد که بر روی هم نمانده و پس از مدتی کار کردن ایجاد گرفتگی ننماید)

۱) خلاء بالا (High Vacuum) $P > 60 \text{Kpa}$ استفاده در بخش‌های متفاوت مراکز درمانی وابسته؛

۲) خلاء متوسط 20kpa ؛

۳) خلاء پایین (Low Vacuum) $P < 20 \text{kpa}$ استفاده در بخش‌های نورآدان و اطفال

نکات مهم برای انجام ساکشن

۱) به کار بردن روش استریل؛

۲) هر بار ساکشن نباید بیش از ۱۵ ثانیه بطول بینجامد و در صورت نیاز به ساکشن مجدد فاصله هر بار ساکشن کردن مابین ۳۰ تا ۲۰ ثانیه باشد؛

۳) در مجموع کل مدت ساکشن کردن کمتر از ۵ دقیقه نشود؛

۴) قبل از انجام ساکشن حتماً باید فشار ساکشن را تنظیم کرد؛

در مورد ساکشن دیواری و پرتابل به شرح زیر است:

ساکشن پرتابل	ساکشن دیواری
نورآدان، 5 mmHg	نورآدان، 60-80 mmHg
اطفال، 5-10 mmHg	اطفال، 80-100 mmHg
بالتین، 10-15 mmHg	نوجوان، 100-120 mmHg
	بزرگسال، 100-150 mmHg

۵) وضعیت مناسب لوله دستگاه بیخ نخورده باشد، سوراخ نداشته باشد. مسیر داخلی آن کاملاً تمیز و فاقد گرفتگی باشد؛

۶) شستشوی کامل درب شیشه‌ای دستگاه و لوله‌های متصل به آن با محلول ضد عفونی پس از خاتمه کار با دستگاه.

عیوب و رفع عیب

۱) دستگاه روشن نمی‌شود؛

اطمینان از سالم بودن پدیز و برق دار بودن آن، بررسی کلید دستگاه، اطمینان از سالم بودن فیوز دستگاه

۲) دستگاه مکش مناسبی ندارد؛

بررسی درب مخازن جمع آوری مایعات (این درپوش‌ها گاهی در جای خود محکم نمی‌شوند و با ایجاد نشتی مانع از ایجاد فشار منفی مناسب در مخزن و مکش مناسب می‌شود)، احتمال شکستگی محل اتصال لوله‌های رابط به درپوش ساکشن، بررسی سطح روغن (در ساکشن‌های روغنی)، کنترل اتصالات ساکشن؛

۳) صدای ساکشن زیاد و غیرعادی است که در این صورت حتماً موتور ساکشن نیاز به سرویس دارد.

سر ساکشن؛



گذری بر زندگی پیشکسوتان

دکتر جواد امینی

آقای دکتر جواد امینی - فرزند محمد - متولد ۱۳۰۳ گاشان و فارغ التحصیل دبیرستان دارالفنون در سال ۱۳۲۰ می باشند و در آن زمان دبیرم دبیرستان را با کسب رتبه‌ی شاگرد اول و دریافت جایزه از وزیر فرهنگ وقت شدند.

تحصیلات پزشکی را در دانشکده پزشکی تهران در سال ۱۳۲۷ به پایان رسانده و در سال ۱۳۲۹ وارد خدمت دانشگاه شدند و در بیمارستان فارابی، بخش گوش و گلو بینی مشغول به کار شدند.

در سال ۱۳۴۱ با مأموریت علمی به مدت یک سال در بخش گوش و گلو بینی پرفسور پیرتمن در برهه (فرانسه) مشغول به فعالیت بودند.

پس از مراجعت از فرانسه در بیمارستان فارابی به جراحی میکروسکوپی گوش که در آن زمان تاژیکی داشت فعالیت زیادی را آغاز و رساله‌های زیادی توسط ایشان و دستیاران بخش درباره انواع جراحی فونکسیونل گوش تدوین گردید.

در سال ۱۳۴۶ به رتبه‌ی دانشیاری ترفیع یافته و از سال ۱۳۵۴ به سمت سرپرست بخش (در حال تأسیس) گوش و گلو بینی بیمارستان دکتر شریعی (دارپوش کبیر آن زمان) منصوب شدند و تا سال ۱۳۶۰ که به تقاضای شخصی بازنشسته شدند در این سمت باقی ماندند. در این مدت با همکاری بخش جراحی مغز و اعصاب، تعداد زیادی تومور هیپوفیز از راه بینی انجام دادند که گزارش آن توسط جراحان مغز و اعصاب منتشر شده است.

نشریات متعددی از ایشان به چاپ رسیده که چند مورد خدمت دوستان قرائت می شود:

۱- گزارش سه سال جراحی میکروسکوپی گوش و جراحی کتری تقدیم به ریاست دانشکده پزشکی تهران که مورد تقدیر ریاست دانشگاه قرار گرفت. سال ۱۳۴۵؛

۲- مقاله‌ی کتری‌های عصبی ارثی مجله‌ی دانشکده‌ی پزشکی ۱۳۴۶ مبارزه با سر و صدای شهری مجله‌ی پزشکی قانونی ۱۳۴۷؛

۳- نتایج درمانی کوتریزاسیون دم کورنه میانی در نوریت عصب بینایی ۱۳۴۸ مجله‌ی چشم پزشکی ایران؛

۴- کمپو دکتمای حنجره بررسی و گزارش یک مورد در ۱۳۵۱مجله‌ی دانشکده پزشکی تهران؛

۵- لیشمانیوز بیضی (سالک بینی) بررسی و گزارش یک مورد مجله‌ی گوش و گلو و بینی فرانسه؛

ایشان در حال حاضر در بخش خصوصی (بیمارستان جم) مشغول به فعالیت می باشند. متأهل و دارای دو فرزند و چهار نوه می باشند که همگی در امریکا ساکن هستند.



گذری بر زندگی پیشکسوتان

دکتر پرویز معمارزاده

به‌عنوان عضو هیئت مدیره و سپس قائم مقام مدیرعامل انتخاب شدند. مدیرعامل وقت در آن زمان زنده یاد آقای دکتر حسن امینی بودند که پس از سه سال استعفاء دادند. وی حدود ۱۵ سال به‌عنوان مدیرعامل و بیش از ۲۰ سال مسئول فنی بیمارستان تا پایان ۱۳۹۶ مشغول به فعالیت بودند. مدت شش ماه مسئول تیم پزشکی اعزامی از ایران برای خدمت‌رسانی به اوارگان فلسطینی در سال ۱۴۲۷ در عمان خدمت نمودند. به دعوت سازمان بهداشت جهانی ایشان سخنرانی در ارتباط با National disaster از طرف سازمان در مانیل پایتخت فیلیپین انجام داده که در مجله‌ی این سازمان نیز انتشار یافت. در حال حاضر در بیمارستان جم مشغول می‌باشند. ایشان دارای دو فرزند پسر، که یکی در اروپا و دیگری در امریکا زندگی می‌کند می‌باشند.

مادران محمد عالی ثوابت رسید

هم کرمش نهد لطف شاکامی چند

آقای دکتر پرویز معمارزاده فرزند ابراهیم متولد ۱۳۱۸ می‌باشند، وی تحصیلات ابتدائی و متوسطه خود را در استان زنجان و تحصیلات پزشکی و تخصصی خود را در دانشکده‌ی پزشکی تهران به پایان رسانیده‌اند. در اوایل سال ۱۳۵۰ چند هفته پس از دریافت گواهینامه‌ی تخصصی، در بیمارستان رضا شاه کبیر که در حال حاضر با نام بیمارستان هفت تیر نام‌گذاری شده است مشغول به فعالیت شدند. در سال ۱۳۴۸ هم‌زمان با دوره‌ی رزیدنتی، به‌عنوان مسئول فنی سازمان خدمات درمانی جمعیت شیر و خورشید و سرخ که بیش از ۱۰۰ بیمارستان و حدود ۳۵۰ کلینیک و پلی کلینیک تحت نظر این سازمان اداره می‌شد مشغول به فعالیت شدند و تا زمان انقلاب در این سمت باقی ماندند.

به‌علت کمبود پزشک، متخصص و پرستار در کشور مسئولیت استخدام منحصصین، پزشکان و پرستاران از کشورهای هند و سدان، پاکستان، بنگلادش و فیلیپین به‌عهده‌ی ایشان قرار گرفت که این امر با انجام مسافرت‌های مکرر به کشورهای فوق‌الذکر صورت می‌پذیرفت.

از ابتدای سال ۱۳۵۱ به‌عنوان رئیس بیمارستان جواهری واقع در زرکنده قلهک انتخاب شده و تا زمان جنگ ایران و عراق این وظیفه ادامه یافت. در خرداد ماه ۱۳۶۸ سهامدار بیمارستان شده و در انتخابات مجمع عمومی بیمارستان جم در همان سال چند هفته پس از خرید سهام


مژده جعفری

کارشناس ارشد روانشناسی شخصیت

روانشناسی محیط کار

طبق تعریف، روانشناسی کار رشته‌ای از روانشناسی کاربردی است که رفتار و فرایندهای ذهنی آدمی در رابطه با کار را مورد مطالعه قرار می‌دهد.

هدف اصلی روانشناس کار، مطالعه و کاربرد آن دسته از اصول و یافته‌های علم روانشناسی است که در رابطه بین انسان و کار و اثر می‌گذارد.

قلمرو روانشناس کار به دو زمینه مربوط می‌شود.

۱- کار و رفتار آدمی را در ارتباط با آن تحت مطالعه و بررسی قرار می‌دهد؛
۲- برای به حداقل رساندن مشکلات انسان در جریان کار از قوانین و یافته‌های روانشناسی استفاده می‌کند.

از مدت‌ها قبل این باور وجود داشته است که تویج روحیه در محل کار بهره‌وری را افزایش می‌دهد. هر چند ممکن است مزایای آن از چنین نتیجه‌ی نهایی‌ای فراتر رود.

امروزه کارشناسان پیشنهاد می‌کنند که روانشناسی مثبت می‌تواند بر همه چیز از حفظ استعداد تا سلامت بهتر کارمندان تأثیر داشته باشد. مطالعات اخیر نشان می‌دهد که محل های کاری که هر یک از کارکنان خود را به عنوان یک فرد می‌نگرد و به این افراد آموزش‌هایی می‌دهد تا نقاط قوت خود را شناسایی و تقویت کنند و نه تنها آن‌ها را برای انجام کارهای بیشتری آماده می‌کند، بلکه ممکن است به طرز چشمگیری فرهنگ سازمانی را نیز بهبود بخشد.

حتی طرز نگارش منفی خودتان، مانعی جدی در مسیر شادابی ست اما واقعیت این است که دست‌یابی به شادابی یا دست‌کم خرسندی در محیط کار خیلی مشکل نیست اگر به توصیه‌های زیر توجه کنید:

۱) سعی کنید خوش بین باشید:

خوش بینی، داشتن نگاه مثبت و امیدواری حتی در بدترین شرایط است. خوش بینی قابل یادگیری است. گاهی اوقات تظاهر به خوش بینی موجب تقویت و رشد آن می‌شود. خوش بینی نوعی تصمیم‌گیری است که کمک می‌کند از شغل‌تان راضی باشید.

۲) نگرش‌تان را تغییر دهید:

علت ناراضی بسیاری از کارکنان نگرش منفی آنان به کار است. این افراد، همیشه درگیر یک جنگ روانی درونی هستند که یا عضو مؤثری برای سازمان محسوب می‌شوند یا خیر؟ با این ذهنیت که عضو مفیدی برای سازمان هستید حس غرور‌تان را تقویت کنید.

۳) قدرشناسی شغل‌تان باشید:

زندگی شما از طریق شغل تأمین می‌شود. اگر بیکار بودید، نمی‌توانستید نیازهای زندگی‌تان را برطرف کنید، بنابراین باید از شغل‌تان سپاس‌گزار باشید.

۴) از انتقاد به خود بپرهیزید:

بسیاری از افراد وقتی مرتکب خطایی می‌شوند، احساس گناه و شرمساری می‌کنند. به جای تأسف سعی کنید از این خطا در جهت بهبود و رشد، درس بگیرید. از انتقاد منفی به خود بپرهیزید و سعی کنید خود را به خاطر موفقیت‌های هر چند جزئی تحسین کنید.

۵) با همکاران‌تان با نرمش و گذشت رفتار کنید:

گذشت در هر شرایطی به و بزه برای افرادی که همه‌روزه آنان را می‌بینیم دشوار است. اگر کسی شما را آزرده خاطر یا ناراحت کرد، او را ببخشید چرا که کینه‌ورزی بر سلامت جسم و روان اثر منفی می‌گذارد.

۶) از خودتان حمایت کنید:

انسان وقتی زیر فشار روانی و انتقاد دیگران است به ندرت می‌تواند شاد باشد. بیشتر افراد ترجیح می‌دهند که در چنین شرایطی به جای مقابله به مثل، سکوت کرده یا اتاکی را ترک کنند اما شما چنین کاری را نکنید. اجازه دهید استرس و انتقادهای نامیدتان کند. محکم بایستید و از خودتان حمایت کنید. این اقدام، موجب تقویت اعتماد به نفس می‌شود.

۷) شایعه‌سازی نکنید:

شایعه، اعتماد به نفس، روابط و اتحاد را از بین می‌برد و در عوض خصومت، کینه و بدبینی به وجود می‌آورد و می‌تواند بهره‌وری را کاهش دهد. شایعه هیچ جنبه‌ی مثبتی ندارد. افراد وقتی شایعه می‌سازند نمی‌دانند چه عواقبی به دنبال دارد. اگر می‌خواهید درباره‌ی شما شایعه‌ای نرساند، اجازه دهید که برای دیگران شایعه بسازند.



۱۰ روش عالی برای شادابی در کار

گاهی اوقات ایجاد شادابی در محیط کار، دشوار است. ایرادها و سرنش‌های مدیران به خاطر تأخیر کارها یا نحوه‌ی رفتار همکاران یا



۸) صمیمی باشید:

این یک واقعیت است که کار وقتی جذاب تر می شود که همکاران خود را دوست داشته باشید. وقتی با دیگران رفتاری دوستانه و مسالمت آمیز داشته باشید محیطی همراه با محبت و صمیمیت به وجود می آید.

۹) انتظار تغییر داشته باشید و خود را برای آن آماده کنید:

کارکنان، بیشتر از هر زمان دیگری در معرض تغییرات قرار دارند. این تغییرات شامل سازگاری با خط مشی ها و رویه ها، فناوری های جدید و رشد سریع کوچک سازی است. وقتی تغییرات رخ می دهد، افراد به لحاظ مسؤولیت پذیری و توسعه ی فناوری جدید، احساس خطر می کنند.

۱۰) درخواست انتقال کنید:

اگر به همهی توصیه ها عمل کردید و فایده های نداشت، آنگاه تصمیم بگیرید که تقاضای مرخصی بلندمدت با انتقال کنید. اگر شغلتان جذابیت و نشاط کافی نداشت، آن را رها کنید و به دنبال مشاغل جذاب تری باشید.

همواره به خاطر داشته باشید که شادمانی در محیط کار نیازمند تلاش های مستمر است. شما نمی توانید نظاره گر اطراف باشید و هیچ کاری نکنید و فقط با آرزوی شادی انتظار رخ دادن آن را داشته باشید. رضایتمندی و شادمانی در محیط کار نیازمند برداشتن گام های اساسی است که روزانه باید انجام دهید. شادمانی را باید ایجاد و سپس آن را حفظ کرد. با استفاده از این استراتژی ها و تلاش آگاهانه، به سادگی می توانید شادی را در محیط کارتان با ارمغان آورید.

۱۱) افراد شاد، بهتر از دیگران کار می کنند:

-افراد شاد حامل پیامها و رفتارهای شادی بخش هستند و در محیط کار روابط خوبی با همکاران دارند در نتیجه:
-در کار گروهی همکاری بهتری خواهند داشت؛
-اگر مدیر باشند، روابط خوبی با کارکنان دارند؛
-اگر در مشاغل اداری و خدماتی باشند، مشتریان راضی تر خواهند بود؛
-اگر در بخش فروش باشند، میزان فروش بیشتری خواهند داشت.

۱۲) افراد شاد به جای آنکه مرتب شکایت کنند مشکلات را حل می کنند:

وقتی شغل خود را دوست نداشته باشید هر کبھی خاک به نظر یک کوه می آید. دشوار است بتوانید هر مشکلی را بدون زحمت و تلاش فقط با نق زدن حل کنید. شاد بودن موجب می شود که به مشکلات از جنبه های مختلف بنگرید.

۱۳) افراد شاد انرژی بیشتری دارند:

افراد شاد از انرژی بیشتری برخوردارند بنابراین بهتر می توانند از عهده ی کارها برآیند.

۱۴) افراد شاد خوش بین ترند:

افراد شاد مثبت اندیش تر و دارای چشم انداز مثبتی هستند. دکتر مارتین سیلگمن خوش بینی را روشی برای موفقیت و بهره وری بیشتر می داند.

۱۵) افراد شاد، با انگیزه ترند:

انگیزه های کم به معنی بهره وری پایین است. یکی از روش های مطمئن افزایش انگیزش در افراد تقویت روحیه ی شادابی در آنان است.

۱۶) افراد شاد، کمتر بیمار می شوند:

اگر شغلتان را دوست نداشته باشید، احتمال اینکه به بیماری هایی مانند دیابت، فشار خون، سردرد، زخم معده، دیسک کمربند... مبتلا شوید زیاد است. افراد غمگین بیشتر مستعد استرس ها و افسردگی های شغلی هستند. نتایج مطالعاتی که در زمینه ی تأثیر فشارهای شغلی بر سلامت در میان بیش از دو هزار نفر از پرستاران در آمریکا صورت گرفت نشان می دهد پرستارانی که شغل خود را دوست ندارند بیش از دیگران در معرض ابتلا به سایر بیماری ها هستند و سلامت جسمی و درمانی آنان، بیشتر از سایر کشیدن در معرض خطر می باشد.

۱۷) افراد شاد آموخ پذیرترند:

وقتی شاد و در کمال آرامش هستید ذهن تان برای یادگیری مطالب جدید آماده تر است در نتیجه بهره وری افزایش می یابد.

۱۸) افراد شاد، کمتر نگران خطا کردن هستند؛ در نتیجه کمتر مرتکب خطا می شوند:

وقتی در محیط کار شاد هستید خطاهای تصادفی کمتر شما را دچار هراس می کند به خودتان مسلط می شوید و از این خطا پند می آموزید و به کارتان ادامه می دهید، به دیگران نمی گویند دست و پا بهتراکم کرده ام، کار را شما ادامه دهید بلکه استوار و محکم مسؤولیت خطا را پذیرفته، عذرخواهی کرده و آن را جبران می کنید. این نگرش همراه با آرامش بدین معنی است که احتمال بروز خطا را کم کرده اید.

۱۹) افراد شاد بهتر تصمیم می گیرند:

روش های کاری افراد غمگین حادثه ساز است چون تمرکز حواس کافی ندارند در چارچوب اهداف سازمان فعالیت و این که آنی تصمیم بگیرند زیاد است برعکس شاد بودن نه تنها مراحل زندگی هر فرد را تحت تأثیرات مثبت قرار می دهد بلکه در محیط کار نیز همین شاد بودن در جهت هر چه بهتر انجام شدن کار نقش بسزایی دارد. به طوری که انرژی مثبتی که از یک فرد شاد انتقال می یابد اثرات معجزه آسایی دارد که بگو و نپرس.



مرحوم دکتر فریدون سمیعی

از مفاخر جامعه‌ی پزشکی ایران
سهام‌تار اسبق بیمارستان جم

فریدون فرح‌فرشته نبود به داد و هوش یافت این نیکویی
تو داد و دهش کن فریدون تویی
دکتر فریدون سمیعی از مفاخر جامعه‌ی پزشکی ایران در یک خانواده‌ی اصیل گیلانی در اسفند ماه سال ۱۳۰۸ در تهران متولد شد. او که از جوانی مصمم به پیروان راهی برای خدمت به مردم بود پس از پایان تحصیلات متوسطه در دبیرستان شاهپور رشت با شرکت در کنکور دانشکده‌ی پزشکی دانشگاه تهران و کسب رتبه اول، قدم در این راه گذاشت. او سپس برای گذراندن دوره‌ی تخصص عازم فرانسه شد و توانست دوره تخصصی چشم‌پزشکی را در بیمارستان دانشگاهی پاریس و بیمارستان نظامی آل دوگرس به پایان رساند و به اخذ درجه‌ی دیپلم دولتی در چشم‌پزشکی از دانشگاه پاریس و اخذ درجه‌ی تخصص و عنوان چشم‌پزشک بیمارستان‌های فرانسه نایل شود. او همچنین دوره‌هایی کوتاه مدت در تخصص خود را در تونس و ایتالیا گذراند. او سپس به ایران بازگشت و در سال ۱۳۵۴ به سمت ریاست بخش چشم‌پزشکی ارتش منصوب گردید و در سال ۱۳۵۷ به درجه سرتیپی ارتقا یافت.

ایشان در بیمارستان‌های ارتش، الوند، آبان و برای سالیان متمادی و تا آخرین سال‌های عمر در بیمارستان جم به جراحی و مداوای هزاران بیمار درمند پرداخت و مهارت خارق‌العاده‌ی دست‌ان او در انجام جراحی‌های پیچیده‌ی چشم زبان زد عام و خاص بود. وی سال‌های زیادی را صرف پژوهش، تحقیق و مطالعه نمود و تا آخرین سال‌های عمر در کنگره‌های مختلف علمی بین‌المللی شرکت جست و به پاس مقاله‌ی ارزنده‌ای که در چهارمین کنگره‌ی بین‌المللی ارگونومولوژی در سوئیتو - ایتالیا ارائه داد به اخذ مدال و دیپلم افتخار نایل آمد. او همچنین در کنار طبابت و جراحی برای مدتی در دانشکده‌ی پرستاری و پیراپزشکی به تدریس مشغول بود.

دکتر فریدون سمیعی عضو دائم جامعه‌ی چشم‌پزشکی ایران، عضو پیوسته انجمن چشم‌پزشکان فرانسه، عضو انجمن چشم‌پزشکان آسیا و آفریقا و عضو پیوسته سمپوزیوم تروما تولوژی بود. ایشان برای سالیان ریاست انجمن ارگونومولوژی را نیز برعهده داشت.

هر چند صحبت بیش از پنجاه سال خدمت عاشقانه و مخلصانه به مردم و بیماران در این فرصت کوتاه ناممکن نیست به گوشه‌های از خدمات ایشان به اختصار اشاره می‌کنیم؛

۱- مداوای تعداد کثیری از بیماران مبتلا به تراخم در ایران و نیز کمک فراوانی که به ریشه‌کنی این بیماری در ایران انجام دادند؛

۲- درمان چشم جانبازان شیمیایی در دوران دفاع مقدس و سال‌های پس از آن؛

۳- کمک به تأسیس انجمن نابینایان و روشندان و نیز راهنمایی و مساعدت در راه اندازی کتابخانه این انجمن؛

از پایه‌گذاران اولیه‌ی مجله چشم‌پزشکی در ایران که آرم و نشانه‌ی این مجله نیز که از قدمت علم چشم‌پزشکی در ایران نشان داشت از یادگارهای اوست.

او ما حاصل تجربیات سال‌های کاری خود را در دو کتاب ماندگار در زمینه‌ی معالجات پسر چشمی و نیز از تباط بیماری‌های قلب و عروق با چشم تألیف نمود که بسیار مورد توجه قرار گرفت. با این امید که بتواند منبعی فقیه برای جوانان علم باشد.

ایشان در سال‌های آخر عمر خود تمامی کتاب‌های تخصصی چشم‌پزشکی خود را به دانشکده پزشکی دانشگاه تهران اهدا کرد. وی همچنین با همکاری مدیریت و پزشکان بیمارستان جم و با اهداء تمامی لوازم و تجهیزات چشم‌پزشکی خود موفق به راه‌اندازی کلینیک چشم‌پزشکی در بیمارستان جم گردید.

آن حکیم دانشمند که مدارج علمی و اخلاقی را طی کرده بود خطی خوش داشت. ادیب بود و اشعارش نیز سروده بود. او که غمخوار و رازدار درد بیماران خود بود علاوه بر خانواده‌ی خود برای بسیاری از دوستان و یارانش نیز همچون پدری مهربان بی‌هیچ چشم‌داشتی مشکل‌گشا، یاریگر و دستگیر بود و عمرش را در خدمت به مسردم و رفع آلام و بیماری‌های آنان صرف کرد.

او که از جوانی تا سال‌های آخر عمر همواره پیگیر یافتن راهی برای درمان نابینایی بود، زمانی که در سال‌های اخیر و با شرکت در کنگره‌های چشم‌پزشکی دریافت که در علم نوبین چشم‌پزشکی و با کمک تکنولوژی جدید افق‌هایی برای درمان نابینایی گشوده شده‌است مصمم دل‌خشنود بود و به‌غایت آرزوش رسید.

او در روز شنبه ۲۴ مهر ماه ۱۳۹۷ در پاریس دیده‌از جهان فرو بست.

روانش شاد

و راهش بر رهرو باد





نگرش افراد سالمند نسبت به خود شده و موجب می‌شود سالمندان نگاهی مثبت در مورد خود و زندگی‌شان داشته باشند. آنها با استفاده از این روش قادر هستند با ناتوانی‌های خود بهتر روبرو شده و به توانایی‌های ارزشمند خود بیشتر توجه کنند، زندگی خود را مفیدتر ادامه دهند و از افسردگی و عواقب آن بگذر کنند. طبق نظریه‌ی محققان، فعالیت‌های مرتبط با گیاهان مزایای فراوانی در پی دارد که در ذیل به آنها اشاره می‌شود:

باغبانی درمانی مزایای زیادی برای سلامتی عاطفی و تندرستی افراد دارد. از مزایای روانی آن کسب لذت و کاهش اضطراب است که از طریق اعمال فیزیکی و با استفاده از حواس بویایی، لامسه و با طعم سبزیجات تازه در محیط باغ یا باغچه به وجود می‌آید. اندروین‌های آزاد شده از طریق باغبانی به کاهش استرس و بهبود وضعیت سلامت فرد می‌انجامد.

باغبانی با برقراری پیوند خاص بین یک بوته و فرد موجب مزیت‌های از جمله حس امید و سرزندگی برای فرد می‌شود.

پیوند با طبیعت برای سلامت روانی از جمله:

کاهش سطح استرس و افزایش خلق و کاهش فشارهای روحی همراه با تقویت اعتماد به نفس و امید به زندگی مؤثر است. همچنین محیط‌های طبیعی، این فرصت را ایجاد می‌کنند تا انسان از روزمرگی و فکرها مرتباً با زندگی روزانه دور شود. طبیعت به صورت خود به خود و بدون هیچ‌گونه فشار و تحمیل سبب افزایش میزان توجه و جذب شدن می‌شود.

باغبانی درمانی سبب تقویت روابط درون اجتماعی افراد جامعه شده و توانایی‌ها و انگیزه‌های هم‌زیستی افراد جامعه را افزایش می‌دهد.

انسان در تعامل با گل و گیاه، آب و دیگر مظاهر طبیعت به آرامش روحی دست پیدا می‌کند. مشاهده‌ی درختان و مناظر طبیعی، سبب کوتاه‌تر شدن دوره‌ی درمان و کاهش نیاز دارویی بیماران می‌شود.

باغبانی درمانی و گردش در طبیعت می‌تواند در کاهش درد، بهبود توجه و کاهش ازکارافتادگی مؤثر واقع شود. ورزش کردن و پیاده‌روی در پارک‌ها و فضاهای طبیعی به صورت گروهی به بهبود توجه و تمرکز، بهبود خلق و خوی افراد و سرزندگی و شادابی آنها کمک می‌کند.

فرزانه حسینی

- کارشناس ارشد مدیریت
- مدیریت داخلی



برای سلامت مغز رژیم سکوت بگیرد

برخی افراد با وجود سن بالا از قدرت حافظه و تمرکز بالایی برخوردارند و بعضی دیگر به محض ورود به دهی ششم زندگی به مرور با مشکلات حافظه مواجه می‌شوند. علاوه بر مسایل ژنتیکی، برخورداری از مغز سالم و قدرت تفکر تا پایان عمر به ترک عادت‌های غلط مرتبط است. کنترل رژیم بر عهده ما نیست، ولی می‌توان با چند راهکار ساده سلامت مغز را کنترل کرد. دانشمندان می‌گویند: سکوت برای مغز مفید است. سازمان جهانی بهداشت آلودگی صوتی را طاعون مدرن نامیده و اثبات کرده مدارک محکمی وجود دارد که آلودگی‌های صوتی محیط اثرات مضر شدیدی بر سلامت عمومی جامعه دارد. به‌طوری‌که با افزایش انواع صدا در محیط‌های درون و خارج از خانه، افراد بیشتری به دنبال سکوت هستند و در نتیجه آن تألیسیری مانند رژیم سکوت ۱۰ دقیقه‌ای صبحگاهی یا برنامه‌ی سکوت ۱۰ روزه شکل گرفته است. سکوت موجب کاهش استرس و تنش می‌شود و توان ذهنی را بازیابی می‌کند. در سکوت شبکه‌ی پیش فرض مغز فعال می‌شود و امکان بازیابی سلول‌های مغز فراهم می‌شود.

باغبانی کنید جوان بمانید

اصطلاح "بیر جوان" را حتماً شما هم شنیده‌اید. "بیر جوان" اصطلاحاً به افراد سالمند توانمندی گفته می‌شود که اوقات خود را بیهوده صرف نمی‌کنند، با اینکه سالمندی مرحله‌ای از چرخه‌ی زندگی است که مسائل رشدی خاص خود را دارد، اما نمی‌توان از دست دادن توان جسمانی و برخی اختلالات روحی نظیر اضطراب و افسردگی را در این افراد نادیده گرفت. اگر این دوران به خوبی مدیریت نشود می‌تواند توأم با اختلالاتی گردد و برعکس در صورتی که به خوبی مدیریت شود دورانی بسیار دوست‌داشتنی و آرام خواهد بود.

باغبانی، یکی از کارهایی است که حتی به عنوان یک فرآیند درمان جهت بهبود و رفاه سالمندان عمل می‌کند و نظریه‌های مختلفی وجود دارد که اثبات می‌کند فعالیت‌های مرتبط با گیاهان و آب‌دادن و نگهداری و مراقبت از آنها باعث ایجاد احساس کارآمدی مستقل و استقلال در افراد می‌شود و انجام این نقش‌های سودمند در افراد مسن، باعث کاهش علائم افسردگی در آنها می‌شود.

بنابراین می‌توان چنین استنباط نمود: باغبانی درمانی باعث تغییر



-مراجعه‌ی ۱۵ مورد ضرب و جرح که تعدادی با طی شدن مراحل درمان و رضایت‌مختمومه تعدادی به مراجع انتظامی ارجاع گردید.
-تعداد ۱۱ سارق دستگیر و تحویل مراجع انتظامی گردید.

- مسئول انتظامات: حسین کوهستانی
- مهدی آشتیانی وحید آقايارزاده
- ناصر آرمش مسلم شهابی
- رضا سمپه‌ری نیا حسین حاتمی
- منوچهر احمدی محمدرضا صالحی
- مهدی مولایی امیر گولیوند
- مصطفی محمدی سینا عبدالله زاده

تلفن‌های تماس در صورت مشاهده هرگونه موارد مشکوک در

بیمارستان

- مسئول انتظامات: ۵۷۷
- انتظامات اورژانس: ۱۲۲
- انتظامات پارکینگ: ۵۴۰
- انتظامات لابی: ۱۵۵ - ۲۲۲
- انتظامات زیرزمین: ۵۹۷
- انتظامات مانگولیا: ۱۰۷



هشدار!!! مراقب کلاهبرداران تلفنی باشیم

کلاهبردارانی که با استفاده از غفلت و احساسات مردم به صورت تلفنی اقدام به کلاهبرداری در مراکز درمانی می‌نمایند، در صورت مواجهه با تماس‌های مشکوک، پیش از وارپز وجه از صحت موضوع اطمینان حاصل کرده تا مورد کلاهبرداری افراد سودجو قرار نگیرید.

■ انتظامات هوشیار، ضامن ثبات و آرامش

تلاش صادقانه کارکنان انتظامات نقش مهمی را در برقراری امنیت و پیشگیری از بروز حوادث در زمینه‌ی حفاظت از مراکز درمانی ایفا می‌نماید.

در یک سال گذشته عملکرد واحد انتظامات در حوزه‌ی حراست و حفاظت فیزیکی، بیمارستان جم به شرح ذیل شایسته‌می‌باشد:

-مراجعه‌ی ۵۷ مورد بیماران تصادفی که تعدادی با طی شدن مراحل درمان و رضایت‌مختمومه گردید و تعدادی به مراجع انتظامی ارجاع داده شد.





مازیار بهرامیان

کارشناس IT
دانشجوی کارشناسی ارشد MBA

چند توصیه ایمنی و حفاظتی در زمینه IT

مقدمه:

امروزه امنیت اطلاعات به عنوان یکی از مسائل مهم مطرح است و می‌بایست به مقوله‌ی امنیت اطلاعات نه به عنوان یک محصول بلکه به عنوان یک فرایند نگاه کرد. بدون شک اطلاع‌رسانی در رابطه با تهدیدات، حملات و نحوه‌ی برخورد با آنان دارای جایگاهی خاص در فرایند ایمن سازی اطلاعات بوده و لازم است همواره نسبت به آخرین اطلاعات موجود در این زمینه خود را به روز نماییم. بدین دلیل و با توجه به اهمیت اطلاع‌رسانی در این زمینه، به اختصار مطالبی در ارتباط با امنیت اطلاعات، هشدارهای امنیتی، تقدیم می‌گردد.

■ امنیت داده‌ها (عملیات لازم به منظور امنیت داده‌ها):

استفاده صحیح از رمزهای عبور:

سعی نمایید که برای استفاده از اطلاعات موجود بر روی دستگاه‌های قابل حمل همواره از رمزهای عبور استفاده نمایید. در زمان وارد کردن رمز عبور، گزینه‌هایی را انتخاب ننمایید که به کامپیوتر امکان به خاطر سپردن رمزهای عبور را بدهد. از رمزهای عبوری که امکان تشخیص آسان آنان برای افراد غیرمجاز وجود دارد استفاده نکنید.

همانطور که می‌دانید در عصر امروز بسیاری از کارهای مهم و ضروری از طریق اینترنت انجام می‌شود. خریدهای اینترنتی، انتقال وجه، انتقال اطلاعات و تصاویر خصوصی و غیره. از این رو، هک شدن اکانت‌های اینترنتی شما می‌تواند زیان‌های بزرگ و غیرقابل جبرانی را در پی داشته باشد لذا همیشه توصیه می‌شود که از رمزهای عبور معتبر استفاده کنیم.

اطمینان از درگاه پرداخت: هنگام انجام خرید اینترنتی، پیش از وارد کردن اطلاعات کارت، از اینکه به درگاه پرداخت اینترنتی معتبر هدایت شده اید اطمینان حاصل کنید. هنگام خرید از فروشگاه‌های اینترنتی از معتبر بودن آدرس نمایش داده شده در مرورگر با درج عبارت https در ابتدای آن و وجود علامت تأیید سرویس دهنده (معمولاً به صورت قفل سبز رنگ) مطابق شکل زیر اطمینان یابید.

همچنین آدرس معتبر درگاه‌های پرداخت اینترنتی باید زیردامنه‌ای از دامنه Shaparak.ir باشند. هرگونه ترکیب دیگری از کلمه‌ی Shaparak و هر پسوند دامنه‌ی دیگری به غیر از .ir، غیرمجاز است. به عنوان مثال ترکیب‌هایی نظیر Shaparak یا Shaparak نامعتبر هستند. برای اطلاع از آدرس اینترنتی درگاه‌های پرداخت اینترنتی معتبر به پورتال کاشف به آدرس www.kashef.ir و پورتال شاپرک به آدرس www.shaparak.ir مراجعه فرمایید. اکیداً توصیه می‌شود از صفحه‌کلید مجازی برای ورود اطلاعات کارت خود استفاده کنید. برنامه‌های همراه فراهم‌کننده‌ی خدمات پرداخت را تنها از مراجع معتبر بازگیری، نصب و استفاده کنید.

مراجع معتبر به معنای پورتال رسمی بانک / مؤسسه اعتباری مجاز یا فراهم‌کننده‌ی مجاز خدمات پرداخت (PSP) است. برای مشاهده‌ی آدرس پورتال بانک‌ها و مؤسسات اعتباری و همچنین شرکت‌های ارائه دهنده‌ی خدمات پرداخت که فراهم‌کننده‌ی برنامه‌های همراه معتبر هستند به پورتال کاشف به آدرس www.kashef.ir مراجعه کنید.

■ چند عادت خوب امنیتی

انسان عصر اطلاعات می‌بایست در کنار استفاده از فناوری‌های متعدد سعی نماید برخی عادات و حرکات پسندیده را برای خود اصل قرار داده و با تکرار مداوم آنان امکان یا بهتر بگوییم شانس خرابی اطلاعات یا کامپیوتر را کاهش دهد.



دستیابی به یک کامپیوتر به دو صورت فیزیکی و از راه دور امکان پذیر می‌باشد. شما می‌توانید به سادگی افرادی را که قادر به دستیابی فیزیکی به سیستم شما می‌باشند شناسایی نمایید. آیا شناسایی افرادی که قادرند از راه دور به سیستم شما متصل گردند نیز آبروی ساده است؟

پاسخ سوال فوق منفی است و شناسایی افرادی که از راه دور به سیستم شما متصل می‌شوند به مراتب مشکل تر خواهد بود. اگر شما کامپیوتر خود را به یک شبکه متصل ننموده اید، قطعاً در معرض تهدید و آسیب خواهید بود.

استفاده‌کنندگان کامپیوتر و کاربران شبکه‌های کامپیوتری (خصوصاً اینترنت) می‌توانند با رعایت برخی نکات که می‌بایست به عادت تبدیل شوند ضریب مقاومت و ایمنی سیستم خود را افزایش دهند. در ادامه برخی از این موارد اشاره می‌گردد:



■ **قفل نمودن کامپیوتر زمانی که از آن دور هستیم:**

شما با قفل نمودن کامپیوتر خود عرصه را برای افرادی که با نشستن پشت کامپیوتر شما قصد دستیابی بدون محدودیت به اطلاعات شما را دارند تنگ خواهید کرد.

■ **قطع ارتباط با اینترنت زمانی که از آن استفاده نمی‌گردد:**

پایه‌سازی فناوری‌هایی نظیر DSL و مودم‌های کابلی این امکان را برای کاربران فراهم نموده است که همواره به اینترنت متصل و اصطلاحاً online باشند. این مزیت دارای چالش‌های امنیتی خاص خود نیز می‌باشد. باتوجه به این که شما به‌طور دائم به شبکه متصل می‌باشید، مهاجمان و ویروس‌ها فرصت بیشتری برای یافتن قربانیان خود خواهند داشت.

در صورتی که کامپیوتر شما همواره به اینترنت متصل است، می‌بایست در زمانی که قصد استفاده از اینترنت را ندارید، اتصال خود را غیرفعال نمایید. فرایند غیرفعال نمودن اتصال به اینترنت به نوع ارتباط ایجاد شده بستگی دارد. چنانچه اطلاعات شما اهمیت زیادی دارد از اتصال سیستم به اینترنت اجتناب کنید.

■ **بررسی تنظیمات امنیتی:**

اکثر نرم‌افزارها نظیر برنامه‌های مرورگر یا پست الکترونیکی، امکانات متنوعی را به منظور بیکربندی سفارشی متناسب با شرایط و خواسته استفاده‌کنندگان ارائه می‌نمایند. در برخی موارد هم‌زمان با فعال نمودن برخی از گزینه‌ها از یک‌طرف امکان استفاده از سیستم راحت‌تر شده و از طرف دیگر ممکن است احتمال آسیب‌پذیری شما در مقابل حملات افزایش یابد. در این رابطه لازم است تنظیمات امنیتی موجود در نرم‌افزار را بررسی نموده و گزینه‌هایی را انتخاب نمایید که علاوه بر تأمین نیاز شما آسیب‌پذیری سیستم شما در مقابل حملات را افزایش ندهد. در صورتی که یک Patch یا نسخه جدیدی از یک نرم‌افزار را بر روی سیستم خود نصب می‌نمایید که ممکن است تغییراتی را در تنظیمات انجام داده اعمال نماید، می‌بایست بررسی مجدد در خصوص تنظیمات امنیتی را انجام دهید تا این اطمینان حاصل گردد که سیستم دارای شرایط مناسب و مقاوم در مقابل تهدیدات است.



شهر فخمی

کارشناس ارشد مدیریت
خدمات بهداشتی-درمانی

اهمیت بازاریابی در مراکز درمانی

Marketing in health care system

مقدمه:

در دنیای پر از رقابت امروز، بازاریابی یکی از نیازهای اساسی هر سازمان برای بقا و بالا بردن کیفیت محصولات و خدمات ارائه شده است. عدم توجه به بازاریابی در سازمان‌های غیرتجاری باعث بهر رفتن منابع و صرف هزینه‌های اجتماعی و اقتصادی مضاعف می‌شود. مدیران امروزه در هم‌سایه سازمان‌ها ناگزیرند از اصول بازاریابی برای ارائه خدمات و رضای نیاز مشتریان خود کمک بگیرند.

بیشتر مراکز و سازمان‌های غیرتجاری از جمله بیمارستان‌ها و مراکز درمانی نظر مساعدی به بازاریابی ندارند و بعضی حتی آن را مغایر با اخلاق حرفه‌ای می‌دانند که از عدم آگاهی نسبت به مفهوم بازاریابی سرچشمه می‌گیرد. بازاریابی تا جایی برای ارائه دهندگان خدمات درمانی ناآشناست که بسیاری از پزشکان بازاریابی را برابر با تبلیغات می‌دانند، درحالی‌که بازاریابی رویکردی جامع با هدف

رضای نیاز مشتریان دارد. متأسفانه در ایران با در اختیار داشتن کادر پزشکی ماهر و دلسوز، اقدامات کافی برای انجام تحقیقات بازار و شناخت نیازها و خواسته‌های بیماران مراجه‌کننده صورت نمی‌گیرد و همین باعث شده تا خدمات درمانی در بیمارستان‌ها و مطب‌های خصوصی تنها معطوف به درمان بیماری باشد و اقدامات لازم و کافی برای رضایت بیمار قبل و بعد از شروع فرایند درمان صورت نمی‌پذیرد. به علاوه شاهد سرده‌گمی، اتلاف وقت و هزینه، کارکرد غیرمنطقی بخش اداری و پذیرش، عدم هماهنگی و ازدحام و فضایی پر از استرس برای بیماران و حتی پزشکان هستیم.

محیط بیمارستانی و مراکز درمانی به خودی خود از محیط‌های پر استرس و ناآرام به حساب می‌آید. نگرانی بیمار، احساس ناامنی ناشی از بیماری، روابط قراردادی، دکوراسیون و رنگ آمیزی‌ها، مشاهده‌ی چهره‌های ناشناس، فریاد بیماران دیگر، مشاهده‌ی مرگ دیگران و... همگی از موانعی هستند که جلب رضایت بیماران را بدون

استفاده از برنامه‌های کوتاه مدت و بلند مدت بازاریابی با مشکل مواجه می‌کنند.

افزایش بازاریابی در مراکز درمانی

از آنجا که ارائه دهندگان خدمات بهداشتی و درمانی باید محصولاتی را ارائه دهند که با محصولات صنعتی متفاوت است، کاربرد اصول بازاریابی برای محصولات بهداشتی و درمانی ملاحظات ویژه‌ای لازم دارد. گرچه اعتقاد عده‌ای بر آن است که به کارگیری اصول بازاریابی در خدمات پزشکی یک چالش و هم‌زمان یک ضرورت نیز می‌باشد. بازاریابی درکنه سطوح ارائه‌ی خدمات پزشکی امکان‌پذیر و مطلوب است. به ویژه در بحث نیازهای سلامت، بازاریابی یک ابزار ضروری برای دستیابی به سلامت در کل جامعه است. به علاوه امروزه مشتری در بیمارستان هم یک بیمار یا رویکرد سنتی است و هم مدرن، چرا که دانش بیشتری درباره‌ی سازمان‌های بهداشتی درمانی داشته و نقش فعالی در تشخیص، درمان و بازاریابی سلامت خود دارد.

سازمان‌های بهداشتی و درمانی و دست‌اندرکاران نظام بهداشت و درمان در سیستم سلامت دولتی با فشار قابل توجهی در هزینه‌ها، کیفیت و انجام شایسته‌ی خدمات بالینی مواجه هستند. این سازمان‌ها به طور روزافزون به بازاریابی به عنوان یک نقش مدیریتی که فرصت‌های جذاب برای کنار آمدن با این مسائل فراهم می‌آورد نگاه می‌کنند.

فرایند جهانی شدن، تغییرات جمعیتی، پیشرفت فناوری‌ها در پزشکی، فعالیت‌های با اهداف سیاسی مانند برنامه‌ریزی، تأمین مالی و سرمایه‌گذاری بهداشتی و اجرای سیستم‌های مختلف پرداخت مانند پرداخت بر اساسان گروه‌های تشخیصی مرتبط (DRG یا Diagnosis-related group)، افزایش شفافیت بازار، افزایش رقابت بین بیمارستان‌ها و ارائه‌دهندگان خدمات درمانی، تقاضاهای در حال افزایش برای سرمایه‌گذاری، افزایش تعداد بیمارستان‌های خصوصی، بودجه‌های محدود بیمارستان‌ها برخی از تغییرات مهم در بازار سلامت هستند. تحت چنین شرایطی، 'رایه‌کنندگان خدمات بهداشتی درمانی باید سریعاً اصول شایع در بازار و قانون‌ها و موقعیت خودشان را در هر دو زمینه‌ی پزشکی و اقتصادی به عنوان یک رایه‌کننده‌ی خدمات بهداشتی خوب به وسیله‌ی مدیریت حرفه‌ای، اخلاقی و مشتری‌محور قبول کنند.

بیماران نیز به طور روزافزون در انتخاب مراکز بهداشتی و درمانی درگیر می‌شوند و به موازات آن هزینه‌های سنگین بهداشتی و درمانی تیز در حال افزایش است. در این حال بهداشت و درمان نیز به صورت





می‌کند؛ ناملموس بودن خدمات، تفکیک ناپذیری، فن‌پذیری (غیرقابل ذخیره بودن)؛

۲- کیفیت خدمات: با رقابتی‌تر شدن محیط و در نظر گرفتن تأثیر محیط بر سازمان‌ها، توجه به لااثر رفتن سطح انتظارات مشتریان آسان است. آنها در مورد سطح خدماتی که می‌خواهند دریافت کنند پیش‌فرض‌هایی دارند؛

۳ رضایت بیمار: انتظارات، ارزیابی و رضایت از خدمات عموماً برپایه‌ی ویژگی‌ها و ارزش‌های درک شده‌ای مثل نفاذات‌آناق انتظار، ادب کارکنان، ظاهر و طرز برخورد پزشکان و پرستاران شکل می‌گیرد؛
۴- برنده‌ی ننگ: مارک‌گذاری خدمات‌درمانی ایده‌ی جدیدی با هدف رضایت مشتری است که می‌تواند برای تمایز یک بیمارستان در رقابت با سایر بیمارستان‌ها در ذهن افراد نقش یادآوری‌کننده، آگاه‌کننده و حتی تأثیر پرستیژی داشته باشد؛

۵- بیمار در تقابل با مشتری: افرادی که به آن‌ها برجسب مشتری زده می‌شود به دنبال یافتن بهترین معامله هستند که در آن درقبال برداخت‌های خود بیشترین ارزش را دریافت‌کنند و برای دستیابی به این هدف به جست و جو و بررسی گزینه‌های مختلف می‌پردازند. خود را به عنوان خریدار خدمت می‌بینند، در امر درمان مداخله‌ی بیشتری می‌کنند، سوالات بیشتری می‌پرسند و توقعات بیشتری از پزشک خود دارند. در صورتی که وقتی برجسب بیمار به فردی زده می‌شود (مخصوصاً در مواقع اورژانسی) توجه عمیق پزشکان و کار درمانی به معالجه و فرایند درمان مشترک می‌شود نه به شخص؛

۶- مشارکت بیمار: مطالعات نشان داده است که وقتی روابط مثبتی میان طرفین ایجاد می‌شود وفاداری، همکاری و مشارکت افزایش خواهد یافت. برقراری یک رابطه‌ی خوب با بیمار می‌تواند باعث شود که بیمار حتی بعد از مرخص شدن بیشتر به توصیه‌های پزشک عمل کند و همین سبب کامل تر شدن و بهبود روند درمان و دریافت نتایج بهتر می‌شود و رضایت بیمار از فرایند درمان افزایش خواهد یافت؛

۷- وفاداری مشتری: یک مشتری وفادار کسی است که به‌رأحتی ارائه دهنده‌ی خدمت خود را تغییر نمی‌دهد. این افراد از برخی مشکلات موجود در سازمان چشم‌پوشی می‌کنند. در صورت تعدد از بین رفتن مشتری و رویگردان شدن آنها از خدمات بیمارستان مورد نظر، این امر می‌تواند صدمات مالی زیادی به سازمان تحمیل کند؛

۸- بهبود خدمات: اجازه‌ی انتقاد کردن به بیمار دادن، پیگیری شکایت‌ها، آموزش و توانمندسازی کارکنان و ارائه‌ی بازخورد از نتیجه‌ی شکایت به بیمار از راه‌های بهبود خدمات است؛

۹- خلق و خو: در مورد خدمت‌درمانی به علت شرایط خاص، اغلب افراد دارای خلق و خوی خوبی نیستند و به علت بیماری و نگرانی خیلی سخت‌گیرانه‌تر رفتار کارکنان و نحوه‌ی ارائه خدمات را ارزیابی می‌کنند.

تنگنا تنگی با بازار اقتصادی مرتبط شده است. بنابراین بازارهای خدمات بهداشتی و درمانی برای بقای فعالیت پزشکان و سازمان‌های بهداشتی و درمانی ضروری شده است.

بیمارستان‌ها به خصوص در کشورهای در حال توسعه عموماً به مدیریت ناکارآمد منابع، بهره‌وری پایین، ارائه‌ی خدمات به صورت غیردوستانه و غیر حرفه‌ای، ساختار سازمانی سلسله‌مراتبی غیر قابل انعطاف، کنترل غیر مالی و آذاری غیر اثر بخش و عدم برخورداری از مشروح‌های مبتنی بر عملکرد شناخته می‌شوند. این مدیریت ضعیف بیمارستان‌ها موجب اتلاف منابع از جمله پول و نیروی انسانی می‌شود که این مسئله پرداختن به موضوع بازاریابی را ضروری می‌نماید.

آشنایی با مفاهیم بازاریابی و تبلیغات: افراد زیادی هستند که بازاریابی و تبلیغات را جدا از هم نمی‌دانند و از هر دو کلمه به یک منظور استفاده می‌کنند. با این‌که هر دو با اهمیت و اساسی هستند و تأثیر بالایی بر موفقیت تجارت شما دارند ولی مفاهیم متفاوتی از یکدیگر دارند. شناخت صحیح تفاوت بازاریابی و تبلیغات و به‌کارگیری صحیح هرکدام بر پیشرفت شما تأثیرگذار خواهد بود.

تبلیغات چیست؟ معرفی و نمایش خدمات یا محصولات سازمان شما به مشتریان کنونی و بالقوه با پرداخت پول و از طریق شرکت‌ها و فرست‌های جانبی مانند سایت‌های اینترنتی و ویلیورد را تبلیغات می‌نامیم.

بازاریابی چیست؟ مجموعه فعالیت‌ها، آموزش و تشویق افراد به انتخاب خدمات یا محصولات شما در میان رقبا با بازاریابی می‌نامیم. بازاریابی در واقع شامل بخش‌هایی کوچکتر مانند نحوه‌ی تبلیغات، شناخت مشتریان، پشتیبانی خدمات و محصولات و جذب رضایت مشتریان برای تشویق به همکاری مجدد با شما می‌شود. مجموعه‌ی این فعالیت‌ها شما را در جذب مشتریان جدید و حفظ مشتریان قدیمی یاری خواهد کرد.

چرا بازار باسی: بیمارستان‌ها و دیگر مراکز درمانی به علت ماهیت اهداف خود که ارتقای سطح سلامت و درمان و کمک به بیماراران است جزو سازمان‌های غیرتجاری دسته‌بندی می‌شوند. بیمارستان‌ها با ایجاد برنامه موثر بازاریابی می‌توانند از فرصت‌های زبر استفاده کنند؛
۱- امکان ارائه‌ی خدمات رضایت‌بخش و جذب رضایت مشتریان؛
۲- فرصت بهبود کارایی کلی عملیات؛
۳- ارائه خدماتی که گذشت زمان مطلوبیت آن‌را به اثبات رسانده است؛
۴- ایجاد آگاهی همگانی؛
۵- تعیین بخش‌های آسیب‌پذیر جامعه برای خدمت‌رسانی ویژه؛
۶- درک اهمیت دادن به بعد رفتاری مشتریان؛
۷- توجه به هزینه‌ها و اثربخشی؛
۸- ایجاد ساختار پرداخت عقلایی برای استفاده‌ی همه‌ی اقشار جامعه.

اصول کلیدی قابل ملاحظه در بازاریابی سلامت

۱- خدمات در مقایسه با کالا؛ ۲- خصوصیت خدمات را از کالا متمایز

مستشفى جم

نصف قرن من القدرة و الخدمة و التجربة

- قبول المرضى مع التأمين (التأمين التكميلي) والمرضى دون تغطية التأمين (صورة حرة)
- قبول المرضى الأجانب (IPD) وعلاجهم واستخدام الخدمات الالكترونية
- استخدام المعدات الطبية اليوم المتقدمة بالإضافة إلى تكنولوجيا اليوم في العالم
- أجاز جميع الخدمات العلاجية بالتمتع من المعايير الدولية في أسرع وقت ممكن
- تقديم الخدمات العلاجية في بيئة ملبنة بالنشاط والتكريم ومع مراعاة حقوق المرضى
- صاحب شهادة ٢٠٠٨-٩٠٠١
- شهادة ACI الذهبية من كندا

الأقسام العلاجية

- طوارئ على مدار ٢٤ ساعة
- CCU-
- ICU OH-
- (جراحة القلب المفتوح)
- ICU-
- G-ICU-
- NICU-
- بست كت
- أنجيوجرافي
- الجراحة العامة
- جراحة لاباروسكوبي
- جراحة أرنويدبي وأرنوسكوبي
- جراحة المخ والأعصاب
- جراحة أورولوجي، تهشيم أخصى
- جراحة العميون
- جراحة الترقبة والتجميل
- جراحة المولودين والأطفال
- غسل الكلى (الذبلزة)
- أندوسكوبي - كولونوسكوبي -
- ERCP
- Day care (العلاج الكيماوي)
- طب المناطق
- المولودين
- النساء والتوليد
- جراحة الرئة
- جراحة الأوعية الدموية - العروق





■ **تکنولوژی (العلاج الكيماوي والعلاجات المتقدمة)**

■ **مختبر - باتوبولوجيا**

■ **قسم التنظير و ERCP**

■ **النساء و التوليد**

■ **العيادة التخصصية للطب الفيزيائي وإعادة التأهيل**

■ **الطب النووي**

■ **قسم الأشعة**

■ **الصيدلية**

■ **العيادات التخصصية و فوق التخصصية**

- القلب والأوعية الدموية

(استرس أبو، أوكار ديوغرافي التخصصي، أومري، اختبار

الرياضة، اختبار تالوم، هولتر، أنجيوسي تي، اختبار تيلت)

- المخ والأعصاب

- جراحة الترقيعية وجراحة التجميل

- السرطان

- أورولوجي، وتهشيم الحصى

- الكلى والمسالك البولية

- الرئة والقصص الصدرية

- الجهاز الهضمي

- أرتوبدي وطب العظام

- الدم وطب الأورام

- النساء

- الاختبارات التنفسية،

رما تولوجي

- الطب النفساني للأطفال والكبار

- طب الأسنان

- المولودون والأطفال

- طب العيون

- الجراحة العامة

- نفروولوجي

- عيادة التغذية

- أورتوبدي (فوق التخصصي

للأبدني والركسات)

- الأنف والحلق والأذن

■ **العيادات التخصصية**

- علم الأشعة

- اختبار السمع

- التخطيط التصواتي

- العلاج الفيزيائي

- MSCT سي تي أنجيو

- تصوير الثدي الشعاعي

- إعادة تأهيل القلب

- الطب النووي

- الصيدلة

- المختبر على مدار ٢٤ ساعة

■ **الأقسام الخاصة**

■ **غرف الجراحة**

■ **قسم أنجيوغرافي (CATH-LAB) وأنجيوبلاستي**

■ **PRIMARY PCI**

■ **عيادة القلب وأكو كارد يوغرافي هولتر**

■ **جراحة القلب المفتوح**





فرزانه حسینی

- کارشناس ارشد مدیریت
- مدیریت داخلی

گردشگری پزشکی Medical Tourism

گردشگری پزشکی رایج ترین و حساس ترین زیر شاخه‌ی گردشگری سلامت است. این سفر عموماً برای درمان بیماری یا انجام عمل جراحی یا چک آپ سلامت گردشگر در کلینیکها و بیمارستان های کشوری یا اسکانات پزشکی بالا و هزینه‌های درمانی مناسب انجام می‌گیرد. گردشگری پزشکی یا گردشگری درمانی حساس ترین نوع گردشگری در بین تمام انواع گردشگری ها است. زیرا به‌طور مستقیم با جان و سلامت گردشگر مرتبط است. گرچه بسیاری از کشورهای توریستی دنیا امروزه برای کسب درآمد، خدمات گردشگری درمانی ارائه می‌دهند، اما مطمئناً توانمندی یک کشور در علم پزشکی و خدمات درمانی برخلاف گردشگری تفریحی و ورزشی و ... چیزی نیست که صرفاً با ساخت و ساز و صرف پول به‌دست آید. وجود پزشکان متبحر و با تجربه، سابقه‌ی علم پزشکی، وجود زیرساخت‌های درمانی و نظارتی، وجود بیمارستان‌ها و کلینیک‌های استاندارد، تجهیزات پزشکی کامل و به‌روز، همچنین وجود قوانین و نظارت‌های پزشکی جزو زیرساخت‌های مهم درمانی یک کشور به‌شمار می‌روند، تا آن کشور بتواند در مرحله بعدی با انجام خدمات اقامتی و گردشگری اقدام به فعالیت در زمینه‌ی گردشگری سلامت کند. قابل ذکر است که کشور ایران دارای پیشینه پزشکی هزاران ساله است و همواره پزشکان ایرانی در سطح بین‌المللی شناخته شده بودند.

خدمات ارائه شده در توریسم پزشکی متفاوت است و بستگی به انتخاب گردشگر دارد. از خدمات بیسیک و ساده دندان پزشکی تا عمل زیبایی قابل ارائه بوده و محدودیتی نیست.

جراحی‌های پیشرفته همچون تعویض زانو، جراحی قلب یا جراحی‌های امروز علم پزشکی به قدری در اغلب کشورها گسترش یافته که شاید بتوانیم بگوییم فناوری‌های مورد تقاضای گردشگران در بسیاری از مقاصد دقیقاً یکی است، اما آنچه باعث انتخاب مقصد گردشگران می‌شود همان خدمات جانبی است، به‌عنوان مثال اگر فرض کنیم یک پکیج جراحی زیبایی در تمام مقاصد گردشگری با کیفیت یکسان ارائه می‌شود، هنگام بررسی برتری‌های هر یک از مقاصد مورد نظر می‌بینیم هتل، نوع خوراک، ترانسفر، بیمه و در نهایت تعداد برنامه‌های جانبی تفاوت دارد و همین است که می‌تواند باعث جلب نظر متقاضی شود.

بد نیست بدانید شعار اصلی و مهم بازاریابی گردشگری سلامت در تمام دنیا (زیرترین خدمات با کمترین هزینه) است.

برخی عوامل مؤثر بر رشد و توسعه گردشگری سلامت

- برند سازی

- توجه ویژه به سیاست‌گذاری در این بخش؛

- هماهنگی کامل بخش دولتی و خصوصی و نهاد‌های مرتبط با گردشگری سلامت؛

- سرمایه‌گذاری جهت تقویت زیرساخت‌های گردشگری سلامت؛

- ایجاد شکل خصوصی گردشگری سلامت و حمایت از آن؛

- حمایت ویژه از مجموعه‌های فعال در این زمینه؛

- برگزاری و شرکت در نمایشگاه‌های مختلف گردشگری سلامت.

از آنجایی که بیمارستان خصوصی چم به دلیل رعایت استانداردهای

پزشکی جهانی موفق به کسب مجوزهای رسمی و گواهینامه‌های

بین‌المللی شده است، می‌توانید با اطمینان و آرامش خاطر برای

دریافت خدمات پزشکی و جراحی به این بیمارستان مراجعه کرده و

علاوه بر بهرمنندی از زیبایی‌ها و جاذبه‌های دیدنی شهر تهران، برنامه

درمان خود را تکمیل نمایید.





بیمارستان جم

نیم قرن توانایی، خدمت و تجربه



- ❖ پذیرش بیماران بیمه‌ای (بیمه مکمل) و بیماران بدون پوشش بیمه (آزاد)
- ❖ پذیرش و درمان بیماران بین‌الملل (IPD) و استفاده از خدمات الکترونیکی
- ❖ استفاده از تجهیزات پزشکی پیشرفته به همراه تکنولوژی روز دنیا
- ❖ انجام خدمات درمانی با بهره‌گیری از استانداردهای جهانی در اسرع وقت
- ❖ ارائه خدمات درمانی در محیطی پر از نشاط، احترام و با رعایت حقوق بیمار
- ❖ دارای گواهینامه ISO 9001-2008
- ❖ گواهینامه طلایی ACI کانادا

امکانات بیمارستان

پاراکلینیک‌های تخصصی

- رادیولوژی
- سونوگرافی
- MSCT سی تی آنژیو
- ماموگرافی
- پزشکی هسته‌ای
- آزمایشگاه شبانه‌روزی
- سنجش شنوایی
- فیزیوتراپی
- طب فیزیکی (نوار عضله)
- بازتوانی قلبی
- داروخانه

پلی کلینیک‌های تخصصی و فوق تخصصی

- قلب و عروق؛ (استرس آکو، اکوکاردیوگرافی تخصصی، اکوسری، تست ورزش، تست تالوم، هولتر، آنژیوسپی، تی، تست تینت)
- مغز و اعصاب
- اورولوژی و سنگ شکن
- کلیه و مجاری ادراری
- کوارش
- خون و آنکولوژی
- تست‌های تنفسی، هپروتکوسکوپی
- نوزادان و کودکان (اطفال)
- چشم، پزشکی
- جراحی عمومی
- کلینیک تغذیه
- گوش و حلق و بینی
- جراحی پلاستیک (بوست و زیبایی)
- سرطان

بخش‌های درمانی

- اورژانس شبانه‌روزی
- CCU
- ICU OH (جراحی قلب، باز)
- ICU
- ICU-G
- NICU
- بستکت
- آنژیوپلاستی و EPS
- جراحی لاپاروسکوپی
- جراحی ارتوپدی و آرتروسکوپی
- جراحی منژ و اعصاب
- جراحی اورولوژی، سنگ شکن
- جراحی ریه
- جراحی عروق
- جراحی چشم



بیمارستان جم ۵۱ ساله شد

در اواسط دهه ۱۳۴۰ خورشیدی، از سوی با پیشرفت علم پزشکی و توسعه دانشگاه‌های کشور و از سوی دیگر با تبادل روزافزون اطلاعات و بازگشت پزشکان تحصیل کرده در خارج از کشور به میهن، نیاز به راه‌اندازی مراکز پزشکی نوین با فناوری به‌روز و پیشرفته بیش‌ازپیش احساس می‌شد. در همین سال‌ها، اساتید نامداری همچون پروفسور حسن هاشمیان و پروفسور ابراهیم سمیعی به تشویق دکتر عبدالله علیخانی بر آن شدند تا، با تأسیس گروه پزشکان جم، بیمارستانی نو را با فناوری به‌روز و پیشرفته بنیان‌گذارند.