سلامت نامه

راه های درمان وسواس کرونا

مدیر گروه سلامت اجتماعی، اعتیاد و الکل معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی گفت: باید توجه داشت که اطلاع رسانی درست از منابع معتبر می‌تواند تا حد زیادی از نگرانی های وسواسی جلوگیری کند زیرا منابع متعدد و گفته های ضد و نقیض باعث سردرگمی و وسواس نامتعادل می‌شود. «زهرا یوسف نژاد» ادامه داد: استفاده وسواس‌گونه از مواد ضدعفونی‌کننده و شست و شوی بیش از اندازه دست ها و لباس ها، عوارض روانی- اجتماعی و اقتصادی نامناسبی را در پی خواهد داشت، بنابراین بهترین کار این است که در این مورد اطلاعات یکسان و یکدست علمی در اختیار مردم قرار داده شود.

وی با بیان این که اگر در مرحله شروع وسواس، پیشنهادهای درمانی ارائه شود نتیجه خوبی دارد، اضافه کرد: اما اگر چند سال از شروع وسواس بگذرد، وسواس در فرد به یک عادت تبدیل می‌شود، بنابراین شناسایی زودهنگام رفتارهای وسواسی و درمان سریع آن ها می‌تواند از مزمن شدن این وضعیت و ایجاد مانع در درمان جلوگیری کند.

وی خاطرنشان کرد: باید توجه کنیم، چه چیزی شروع کننده تمیزکردن و شستن است، آیا شست و شو برای رعایت توصیه های پیشگیرانه است یا برای رهایی از افکار مزاحم و اضطراب؟

وی با بیان این که باید رفتارهای بهداشتی توصیه شده را انجام دهیم نه بیشتر و نه کمتر، تاکید کرد: سعی کنیم به افکار وسواسی توجه نکنیم و وقتی به توصیه های بهداشتی عمل کردیم به خود بگوییم «کافی است».وی ادامه داد: اخبار را تنها یک بار در روز و از منبع معتبر پیگیری کنیم، از جست و جوی مکرر اخبار و خواندن مطلب در مورد ویروس کرونا پرهیز کنیم و میزان خطر ویروس کرونا را بیش از آن چه هست تخمین نزنیم.

وی افزود: هرچند ابتلا به ویروس کرونا نگران‌کننده است اما تعداد زیادی از افراد مبتلا علایم خفیف و متوسط دارند.

وی ادامه داد: در صورت آزار دهنده بودن علایم و ادامه دار بودن آن ها، اگر با وجود به کارگیری روش های خود مراقبتی نتوانستیم عملکرد روزمره خود را حفظ کنیم با پزشک، روان شناس یا روانپ زشک مشورت کنیم.وی خاطرنشان کرد: اگر وسواس خیلی شدید باشد به طوری که زندگی فرد را مختل کند حتماً باید زیر نظر پزشک از دارو درمانی نیز استفاده شود.

وی ابراز کرد: حساسیت های ما در خصوص تمیز کردن و شستن دست ها به صراحت به عنوان اقدامات احتیاطی ایمنی افزایش یافته است، اما زمانی که فعالیت های عادی و ایمنی از سر گرفته شود، افرادی که مستعد ابتلا به OCD نیستند احتمالاً به تدریج به روش های استاندارد شستن و تمیز کردن دست ها باز می گردند تا این که در طول زمان تشریفات مبتنی بر ترس را حفظ کنند.

کالبدشکافی وضعیت نگران کننده کرونا در شیروان

گروه سلامت

نمی دانم شما جزو کدام گروه هستید؛ آن هایی که پذیرفته‌اند واکسن بزنند یا آن هایی که هنوز هم مخالف واکسن زدن هستند و فکر می‌کنند واکسن زدن بیشتر از کووید ۱۹ دردسر دارد؟ چه موافق واکسن زدن باشید، چه مخالف آن، بد نیست بدانید که تنها واکسینه شدن بیش از ۸۰ درصد جمعیت به ایمنی عمومی می‌انجامد. مگر ممکن است کسی نخواهد دوباره مثل گذشته زندگی کند؛ گذشته بدون کرونا؟ این که بتوانیم آزادانه معاشرت کنیم، درس بخوانیم، دور هم جمع شویم، بچه ها دوباره به مدرسه برگردند، دانشجوها به دانشگاه و... این ها بدون تزریق واکسن ممکن نیست.

ماه ها از شیوع کرونا در کشور ما می گذرد؛ نوعی همه گیری که به سرعت جهان را درنوردید و مهار آن را به مهم ترین و بزرگ ترین الزام بشری تبدیل کرد تا جایی که در اوج ناامیدی ها با تولید واکسن های مختلف بارقه ای از امید در جهان روشن شد. ایران نیز با تولید واکسن های داخلی و تهیه دیگر واکسن ها، سبد واکسیناسیون خود را تکمیل کرد به نحوی که امروزه به وفور و بسیار گسترده، انواع واکسن های کرونا در دسترس قرار دارد. اما متاسفانه برخی شهروندان به جای مشارکت عمومی در مهار بیماری و جلوگیری از گسترش ویروس، با امتناع از واکسیناسیون به بهانه های مختلف، فرصت های طلایی برای مقابله با این بیماری را از دست می دهند. خراسان شمالی بر اساس آخرین داده های نرم افزار ماسک اکنون دارای یک شهر نارنجی و یک شهر قرمز است و بقیه استان نیز در وضعیت زرد قرار دارند. با این که استان رتبه چهارم واکسیناسیون کشور را دارد اما هستند شهرستان هایی که هنوز تا رسیدن به میانگین استانی و کشوری فاصله بسیاری دارند، به نحوی که وضعیت کرونا در این شهرستان ها به شدت نگران کننده و موجب شده مسئولان بارها در خصوص این شهرستان ها ابراز نگرانی کنند و هشدار دهند. در خبرها داشتیم که آمار واکسیناسیون در شیروان بسیار پایین و نگرانی ها از وخامت وضعیت کرونا در این شهرستان به شدت افزایش پیدا کرده است. کم رنگ شدن رعایت شیوه نامه بهداشتی نیز یک سوی دیگر این ماجراست و اگر همچنان غفلت شود، دیگر مجالی برای افسوس باقی نخواهد ماند.

حقیقت این است که واکسیناسیون عامل اصلی کاهش ابتلا و مرگ بر اثر کروناست و چنان چه شهروندان شیروانی از واکسیناسیون عقب بمانند ممکن است با افزایش مرگ و میرهای ناشی از کرونا در این شهرستان مواجه شویم و این امر نیز منجر به قرمز شدن دوباره رنگ این شهرستان و استان و الزامات دیگری به دنبال آن در استان اجرایی می شود. وضعیت در این شهرستان نگران کننده است تا جایی که معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی در این باره می گوید: وضعیت کرونا در شیروان بسیار نگران کننده است.

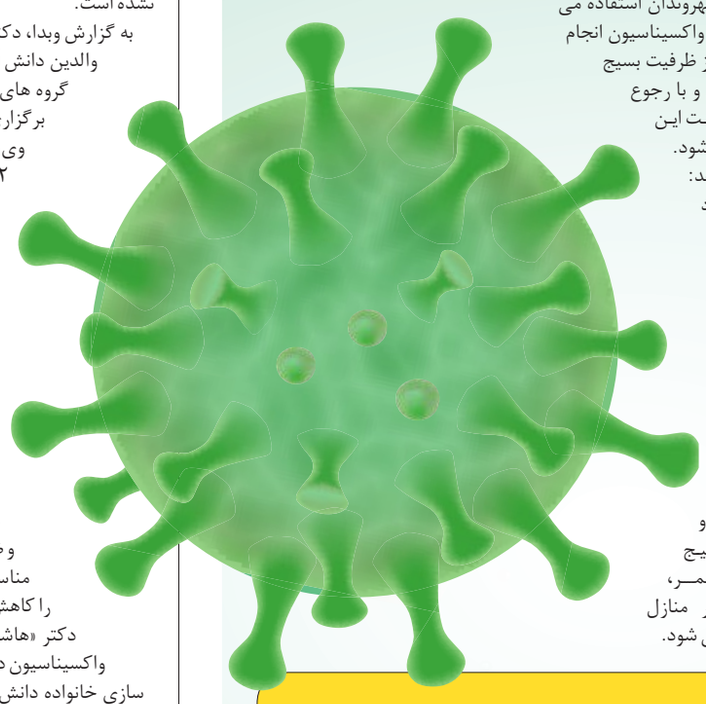
دکتر «افشین دلشاد» می افزاید: بدترین پوشش واکسیناسیون مربوط به این شهرستان است و متاسفانه شیروان در واکسیناسیون شهری و روستایی به ۷۵ درصد جمعیت هم نرسیده است.

وی اضافه می کند: طرح خانه به خانه واکسیناسیون کرونا و استقرار کیوسک واکسیناسیون برای این شهرستان به شکل ویژه انجام شد اما مورد اقبال مردم قرار نگرفت.

دکتر «دلشاد» ادامه می دهد: از اول مهر روند بیماری در استان بررسی شده است و طبق این بررسی در ۲ هفته منتهی به ۲۲ آبان میزان بستری و بستری مثبت در کل استان تغییری نکرده، اما شهرستان شیروان در بستری و بستری مثبت روند افزایشی داشته است.وی می افزاید: پوشش واکسیناسیون گرمه و جاجرم در استان از معدل استان بالاتر است و این امر موجب صفر شدن آمار مرگ و میر ناشی از بیماری کرونا در این ۲ شهرستان شده است.وی با اشاره به تدوین برنامه هایی برای ارتقای واکسیناسیون در استان، ابراز می کند: طرح جدید برای لکه گیری واکسیناسیون در مناطق شهری و روستایی تهیه شده است.

وی یادآور می شود: در این طرح، تمام مراقبان سلامت در پایگاه های سلامت باید بر اساس سامانه سیب، افراد واکسینه نشده را شناسایی و بعد مراقبان سلامت به آن ها مشاوره تلفنی ارائه کنند.وی ادامه می دهد: از ظرفیت پزشک و روان شناس مرکز نیز برای اقناع این شهروندان استفاده می شود و اگر باز هم واکسیناسیون انجام نشد، با استفاده از ظرفیت بسیج و معتمدان محلی و با رجوع به منازل رضایت این افراد جلب می شود.

وی ادامه می دهد: در صورت نبود رضایت این افراد برای مراجعه به مراکز واکسیناسیون، با آماده شدن واحدهای لجستیک و همکاری بسیج و هلال احمر، واکسیناسیون در منازل این افراد انجام می شود.



واکسینه نشدن ۷۰ درصد افراد فوت شده کرونا مثبت در شهرستان شیروان

رئیس شبکه بهداشت و درمان شهرستان شیروان نیز در تشریح آخرین جزئیات واکسیناسیون در این شهرستان با اشاره به اهمیت تزریق واکسن کرونا می گوید: طبق بررسی انجام شده در ۶ ماه اخیر در این شهرستان ۷۰ درصد افراد کرونا مثبت فوت شده هیچ تزریقی نداشتند و فقط ۲۰ درصد این افراد یک دز واکسن و ۱۰ درصد هم ۲ دز را دریافت کرده بودند.

دکتر «سیده معصومه هاشمی رسکتی» می افزاید: اهمیت واکسیناسیون در جلوگیری از مرگ و میر افراد کرونا مثبت به خوبی مشاهده می شود.وی از مردم درخواست می کند که هرچه زودتر برای واکسیناسیون به مراکز تجمیعی و مرکز جامع سلامت در شهرستان شیروان مراجعه کنند.وی تاکید می کند: تزریق واکسن در کنار رعایت شیوه نامه های بهداشتی، باعث قطع انتقال ویروس و کاهش شیوع بیماری کرونا می شود.

رئیس شبکه بهداشت و درمان شهرستان شیروان ادامه می دهد: درصد پوشش واکسیناسیون در جمعیت هدف ما (گروه سنی بالای ۱۸ سال) ۷۰ درصد است. وی با بیان این که تاکنون گروه سنی ۱۲ تا ۱۵ سال، ۸۲ درصد و گروه سنی ۱۵ تا ۱۸ سال،۷۲ درصد واکسینه شدند، اضافه می کند: تاکنون بیش از ۹۰ هزار دز واکسن نوبت اول تزریق و ۶۱ هزار دز نوبت دوم و ۳۸۰ دز تزریق نوبت سوم انجام شده است.وی خاطرنشان می کند: افراد بالای ۶۰ سالی که واکسن های برکت و سینوفارم را تزریق کرده اند و از دز دوم واکسن آن ها بیش از ۴ ماه گذشته است می توانند برای تزریق دز سوم به مراکز واکسیناسیون مراجعه کنند.

پیک سلامت

هیچ گونه عارضه جدی از واکسیناسیون دانش آموزان گزارش و ثبت نشده است

رئیس شبکه بهداشت و درمان شهرستان شیروان با اشاره به اهمیت تزریق واکسن کرونا برای گروه سنی ۱۲ تا ۱۸ سال گفت: واکسیناسیون دانش آموزان مورد مطالعات علمی قرار گرفته و تاکنون هیچ گونه عارضه جدی از واکسیناسیون این گروه هدف گزارش و ثبت نشده است.

به گزارش وبدا، دکتر «سیده معصومه هاشمی رسکتی»، خطاب به والدین دانش آموزان افزود: با واکسیناسیون هر چه سریع تر گروه های هدف دانش آموزی به آموزش و پرورش امکان برگزاری کلاس های موثر حضوری را می دهیم.

وی با اشاره به این که هم اکنون واکسیناسیون افراد ۱۲ تا ۱۸ سال در حال انجام است، ادامه داد: واکسیناسیون این گروه از جمعیت با واکسن مورد تایید وزارت بهداشت، نقش بسیار مهمی در کنترل پاندمی این بیماری دارد.

وی اظهار کرد: بچه ها بازیگوشی خاص خود را دارند و مثل بزرگ سالان رعایت شیوه نامه های بهداشتی را جدی نمی گیرند لذا باید توسط والدین و مربیان مدارس آموزش ببینند، همچنین در مورد زمان بندی دز دوم واکسن کرونا در دانش آموزان دقت بیشتری از سوی والدین انجام گیرد.

وی تصریح کرد: واکسیناسیون در کنار رعایت سایر شیوه نامه های بهداشتی مثل شست و شو و ضدعفونی دست ها، توجه به خواب کافی و تغذیه مناسب به طور موثری ابتلا به عفونت با ویروس کرونا را کاهش می دهد.

دکتر «هاشمی رسکتی» اضافه کرد: بازگشایی مدارس با واکسیناسیون دانش آموزان به تنهایی امکان پذیر نیست و ایمن سازی خانواده دانش آموزان و کادر آموزشی هم از دیگر ملزومات بازگشایی مدارس است زیرا کودکان می‌توانند به عنوان کانون های اساسی انتقال ویروس عمل کنند در حالی که خودشان هنوز علامتی بروز نداده اند.

بدیهی است با واکسیناسیون کامل کودکان و نوجوانان، خطر ابتلای آن ها به صفر نمی رسد اما هر چقدر سطح واکسیناسیون جامعه را بالا ببریم امکان چرخش این یروس در جامعه کمتر می شود.

وی بیان کرد: واکسن های کرونای موجود، نتیجه تحقیقات پزشکان، کارشناسان و محققان شرکت های علمی مختلف است که با توجه به شرایط اورژانسی که دامن گیر جهان شده بعد از زمان کوتاه‌تری نسبت به سایر واکسن ها تایید شده است.

وی افزود: خوشبختانه تاکنون عوارض جدی و حادی با تزریق واکسن های کرونایی گزارش نشده است؛ عوارضی هم که طی این ۲ سال مطالعه و تزریق گزارش شده است اهمیت چندانی از نظر پزشکی و سلامت افراد نداشته است.

وی اضافه کرد: هم اکنون محققان بر این باور هستند که تزریق واکسن کرونا بر نزدن واکسن ارجح است و خطر مرگ و میر را تا حد زیادی کاهش می دهد و از بروز بیماری حاد در افراد جلوگیری می کند.

رئیس شبکه بهداشت و درمان شهرستان شیروان گفت: در هر شرایطی وقتی تکلیف می شود که اقداماتی برای کنترل یک اپیدمی انجام شود مطمئناً مطالعات آزمایشگاهی و بالینی روی گزینه ها انجام می شود و بعد در اختیار عموم مردم جامعه قرار می گیرد، همچنان که در کشور چین بدون بروز عارضه ای واکسن سینوفارم از سن بالای ۵ سال پس از تحقیقات لازم تایید شد.

خراسان
از اولین دقایق صبح با شما
www.khorasannews.com
با نسخه قابل دریافت در موبایل

ماسک، از ما و اطرافیانمان
در برابر ویروس کرونا
محافظت می‌کند

آگهی فقدان سندمالکیت موضوع ماده120 آئین نامه قانون ثبت

ورثه آقای گل حسن کریمی یارم گنبد فرزند عزیزاله به شماره شناسنامه 84کدملی0871929971صادره ازقوچان باتسلیم دوبرگ استشهادیه که صحت امضاء شهود مذکوردرآن دردفتراسنادرسمی شماره25شهرستان فاروج گواهی شده است .مدعی شده اند که سندمالکیت ششدانگ یک باب مغازه پلاک شماره1076فرعی مفروزومجزی از302فرعی ازیک اصلی بخش 3قوچان که ذیل صفحه8دفتر130به شماره ثبت17030به شماره چاپی 890335 به نام وی صادرگردیده .وطبق سندرسمی شماره 22539مورخه1393/12/5دفتراسنادرسمی شماره 33شهرستان فاروج نزد بانک مهراقتصادفاروج دررهن قراردادبه علت جابجایی مفقودشده است درخواست صدوررسند المثنی نموده لذاطبق ماده120آئین نامه قانون ثبت مراتب یک نوبت آگهی می شودتاهرکسی مدعی انجام معامله نسبت به ملک مذکوربوده ویامدعی وجودسندمالکیت نزدخود می باشد ظرف مدت10روزپس ازانتشار آگهی به این اداره مراجعه واعتراض خودراضمن ارائه اصل سندمالکیت یاسندمعامله تسلیم نماید.بدیهی است چنانچه درظرف مهلت مقرر اعتراض نرسد اداره ثبت طبق مقررات نسبت به صدورسندمالکیت المثنی اقدام خواهدکرد.**تاریخ انتشار:**1400/08/26

محمداسماعیل هنرمند-رئیس اداره ثبت اسنادواملاک فاروج

۱۴۰۰۴۶۷۳۵/و

آگهی مزایده اموال غیر منقول (اسناد ذمه)

آگهی مزایده اموال غیر منقول (اسناد ذمه)کلاسه ۱۴۰۰۰۴۰۰۷۱۴۱۰۰۰۸۱
بستانکار: بانک مسکن شعبه مرکزی بجنورد
بدهکار: وام گیرنده محمد محمدیانی و ضامن مرحوم ابراهیم براتی
مورد مزایده و محل آن : برابر درخواست بستانکار فوق به شرح وارده به شماره ۱۱۸۸/۲۲۴۹ - ۱۴۰۰/۰۸/۱۷ نسبت به مزایده ۲۵ (بیست و پنج) سهم مشاع از مدار سیصد و پنجاه و چهل و پنج صدم سهم (۳۵۰/۴۵) سهم از ششدانگ عرصه و اعیان یکباب منزل به شماره پلاک ثبتی ۱۱۴۵ (یکهزارویکصدو چهل و پنج) فرعی از ۲ (دو) اصلی بخش دو بجنورد به مساحت (۳۵۰.۴۵) سیصد و پنجاه متر و چهل و پنج دسیمتر مربع که سند مالکیت مورد ثبت شماره ۶۴۸۰۱ صفحه ۳۴۱دفتر ۴۱۱ و با شماره دفتر بازداشتی الکترونیک ۸۱۲ به نام آقای ابراهیم براتی فرزند عباسعلی به شماره ملی ۰۶۸۱۵۶۳۰۰۱ مدیون پرونده اجرائی ۱۴۰۰۰۴۰۰۷۱۴۱۰۰۰۸۱کلاسه و به شماره بایگانی ۱۴۰۰۰۰۰۸۸ صادر و تسلیم شده است. حدود و مشخصات به شرح ذیل: شمالا: بطولهای شش متر و نود و سه سانتی متر (۶.۹۳)و هفت متر و هشتاد و سه سانتی متر (۷.۸۳) و نه متر و هشتاد و دو سانتی متر (۹.۸۲) دیواریست اشتراکی به پلاک یکهزار و یکصد و چهل و شش فرعی (۱۱۴۶) شرقا بطولهای شش متر و نوزده سانتی متر (۶.۱۹)و هشت متر و شانزده سانتی متر (۸.۱۶) در و دیواریست به ممر عام جنوبا بطولهای شش متر و هفتاد و چهار سانتی متر ۶.۷۴) ودوازده متر و شش سانتی متر (۱۲.۶) و پنج متر و سی و چهار سانتی متر (۵.۳۴) دیواریست اشتراکی به پلاک یکهزار و یکصد و چهل و چهار فرعی غربا بطول پانزده متر و ده سانتی متر (۱۵.۱۰) دیواریست اشتراکی به پلاک یکهزار و یکصد و چهل و دو فرعی حقوق ارتفاقی ندارد در قبال مبلغ ۱۷۲.۳۰۴.۱۴۵ ریال بابت طلب بانک مسکن شعبه مرکزی بجنورد و خسارت تاخیر روزانه متعلقه موضوع قرارداد بانکی شماره ۲۴۹۷/۱۲۲۳ - ۱۳۸۷/۱۰/۱۵و به انضمام یک تا دو عشر اضافه بابت هزینه های قانونی که به آن افزوده می گردد بازداشت و ششدانگ پلاک مذکور طبق درخواست بستانکار توسط کارشناس رسمی دادگستری جمعا به مبلغ ۲.۹۵۲.۲۵۰.۰۰۰ریال (دو میلیارد و نهصد و پنجاه و دو میلیون و دویست و پنجاه هزار ریال) مورد ارزیابی قرار گرفته و نظریة ارزیابی قطعی گردیده است. و ملک در روز پنجشنبه مورخه ۱۴۰۰/۰۹/۰۴ از ساعت ۹ تا ۱۲ ظهر در محل اداره اجرای اسناد رسمی بجنورد واقع در بجنورد خیابان شریعتی شمالی جنب اداره پست قدیم به مزایده گذاشته می شود، خریداران می توانند در وقت مقرر در محل برگزاری مزایده حاضر شده و در جلسه شرکت نمایند، مزایده فقط در یک نوبت برگزار می گردد و از مبلغ ۲۱۸.۰۳۱.۸۰۶ ریال (دویست و هجده میلیون و سی و یک هزار و هشتصد و شش ریال) بابت طلب بانک و به انضمام دو عشر اضافه شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی ازطرف خریدار نقداً فروخته می شود و طبق ماده ۱۳۶- اصلاح آیین نامه اجرای مفاد اسناد رسمی لازم الاجراء و طرز رسیدگی به شکایت از عملیات اجرایی سازمان ثبت اسناد و املاک کشور شرکت در مزایده منوط به پرداخت ده درصد از مبلغ شروع مزایده به حساب سپرده ثبت و حضور خریدار یا نماینده قانونی او در جلسه مزایده است. برنده مزایده مکلف است ما به التفاوت مبلغ فروش را ظرف مدت پنج روز از تاریخ مزایده به حساب صندوق ثبت تودیع نماید و در صورتی که ظرف مهلت مقرر، مانده فروش را به حساب سپرده ثبت واریز نکند، مبلغ مذکور قابل استرداد نبوده و به حساب خزانه واریز خواهد شد ، در این صورت ، عملیات فروش از درجه اعتبار ساقط و مزایده تجدید می گردد. لازم به ذکر است پرداخت بدهی های مربوط به آب ، برق ، گاز اعم از حق انشعاب و یا حق اشتراک و مصرف در صورتی که مورد مزایده دارای آنها باشد و نیز بدهی های مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی آن معلوم شده یا نشده باشد به عهده برنده مزایده است و نیز در صورت وجود مازاد ، وجوه پرداختی بابت هزینه های فوق از محل مازاد به برنده مزایده مسترد خواهد شد و نیم عشر و حق مزایده نقدا وصول می گردد . مشخصات ملک مطابق نظریه کارشناس؛ عرصه به مساحت ۳۵۰.۴۵ مترمربع در انتهای حاشیه چناران شهر و با معبر ۴ متر خاکی اعیان حدود ۴۰ متر مربع با قدمت بالای ۱۰ سال اسکلت بتنی با سقف تیرچه بلوک و درب و پنجره آهنی بدون نما و حدود ۳۰ مترمربع بنای خشت و گلی فرسوده بالای بیش از ۵۰ سال ساخت دارای امتیاز آب و برق و گاز میباشد. نشانی ملک:جهت بازدید بجنورد - روستای چناران شهر منزل مرحوم ابراهیم براتی می باشد .

علی اوسط رسنمی - رئیس اداره اجرای اسناد رسمی بجنورد ۳۸۲۲

۱۴۰۰۴۶۷۳۰/و