

هر روز ۲ بیمار مبتلا به سرطان در انجمن حمایت از بیماران سرطانی خراسان شمالی نام نویسی می کنند. رئیس انجمن حمایت از بیماران سرطانی (عطوفت) گفت: یک سوم از بیماران سرطانی ثبت شده در انجمن عطوفت

نیترات شرایط آب شرب را در برخی شهرستان‌ها و روستاها قرمز کرده است

### عامل مهم سرطان در استان

#### گل کاری



### گل یخ

گل یخ کوچک بومی آفریقای جنوبی گونه ای گوشتی و چند ساله است. این نوع گل به عنوان گیاه پوششی مقاوم، گلدار، چندانسه و علفی شناخته شده‌است.

در ایران آن را با نام ناز یخی می شناسند. گل یخ نسبت به گرما و خشکی مقاوم است. گل هایی به رنگ صورتی روشن، سفید و قرمز دارد که در طول سال از آن ها پوشیده شده است. در هر موقع از سال می توان آن را هرس کرد بدون آن که گیاه آسیب ببیند. این گیاه توانایی ریشه زایی از قطعه ای کوچک از ساقه خود را دارد. روش تکثیر آن استفاده از قلمه ساقه و بذر است.

#### سلامت نامه



### مضرات ماساژ باروغن گیاهی

**علوی-** ماساژ دادن نوزادان با روغن های گیاهی مانند آفتابگردان و زیتون مضر است. یک پزشک عمومی با بیان این مطلب به خبرنگار ما می گوید: ماساژ دادن نوزادان باید به شیوه صحیحی انجام شود و بر خلاف باور عموم مردم که برای این کار گاهی اوقات از روغن های گیاهی مختلف ویا روغن های حیوانی برای این منظور استفاده می کنند، اشتباه است. دکتر «پرنده» عنوان می کند: برای ماساژ دادن نوزادان باید از روغن های مخصوصی که در داروخانه ها موجود است، استفاده کرد. به گفته وی، ماساژ دادن نوزاد با روغن های مخصوص سفارش شده و برای تسکین دردهای کولیک و برقراری ارتباط عاطفی مناسب است.

بیماران سرطانی خراسان شمالی نام نویسی می کنند.

رئیس انجمن حمایت از بیماران سرطانی (عطوفت) گفت: یک سوم از بیماران سرطانی ثبت شده در انجمن عطوفت

# هزینه های دندانپزشکی دردی بزرگتر از دندان درد

### وضعیت وخیم دندان ساکنان مناطق روستایی استان

#### علوی

انتظارهای طولانی در درمانگاه های دولتی گویا تمامی ندارد. دخترک از دندان درد به خود می پیچد. پس از نیم ساعت منشی پزشک از اتاق بیرون می آید و از دخترک می خواهد تا به اتاقی که او راهنمایی می کند، برود تا از دنداناش عکسبرداری شود. پس از چندین مرحله بالاخره موفق به گرفتن عکس های مورد نیاز می شوند و به طرف اتاق پزشک به راه می افتند، پزشک با معاینه سطحی متوجه می شود که تعداد زیادی از دندان های دختر بچه ۱۲ ساله به ترمیم وپر کردن نیاز دارد. اما مادر دختر با صدای آرامی در گوش پزشک می گوید که در حال حاضر فقط همین دندانی را که درد می کند، عصب کشی کند تا در آینده برای ترمیم بقیه دندان ها مراجعه کنند.

#### هزینه های بالا

بیمارانی که بیرون نشسته اند هم وضعیت بهتری ندارند. یکی از آن ها که به گفته خودش ۶۸ سال سن دارد، می گوید: هزینه های دندانپزشکی بسیار بالاست به همین دلیل هر بار که دچار دندان درد می شوم، به جای ترمیم و پر کردن آن از دندانپزشک می خواهم تا دندانم را بکشد. مرد میانسال دیگری که کنار او نشسته است، نیز این جمله او را تایید و عنوان می کند: چندی پیش نزد دندانپزشک برای پر کردن دندانم رفتم که حدود ۴۵۰ هزار تومان بابت پر کردن یک دندان مطالبه کردند و از آن جایی که توان پرداخت چنین هزینه ای را نداشتم از ادامه درمان منصرف شدم و چند وقت بعد به دلیل درد زیادی که تحمل می کردم ناچار شدم آن دندانم را بکنم.

«علیپور» ادامه می دهد: نوبت گرفتن در مراکز درمانی دولتی بسیار زمانبر است و بیشتر افرادی که توانایی مالی کافی ندارند تا به مراکز خصوصی

راسرطان های دستگاه گوارش تشکیل می دهند. «حریری» با اشاره به این که هزارو ۴۸۰ بیمار مبتلا به سرطان تحت پوشش شیمی درمانی هستند، افزود: تغذیه نامناسب مساعد کننده سرطان های مری و معده است، اما نیترات و نیترید موجود در



آب عامل بسیار موثری در ایجاد سرطان دستگاه گوارش است.وی بیان کرد: سرطان های مری و معده غالبا در استان های شمال شرق کشور و در حاشیه شرقی دریای خزر بیش از دیگر نقاط است و خراسان شمالی نیز از این قضیه مستثنی نیست. وی افزود: طی انجام برخی تحقیقات صورت

#### هر نفر ۱۳ دندان خراب

بروند ترجیح می دهند از ادامه درمان انصراف دهند یا در مراکز دولتی به درمان بپردازند و در نهایت بیشتر آن ها می خواهند دندان های خراب شان را بکنند. شهروندی دیگر که به مطب یک دندانپزشک مراجعه کرده است، بیان می کند: تعداد دندان های خرابی که دارم زیاد است و هر چند ماه یک بار که توانایی مالی داشته باشم برای ترمیم آن ها به پزشک مراجعه می کنم. وی که تمایلی ندارد، نامش را ذکر کند، ادامه می دهد: با این که به مطب دندانپزشک مراجعه می کنم تا از خدمات بهتر و کیفیت بیشتر موادی که برای ترمیم دندان استفاده می شود، بهره مند شوم اما باز هم بعد از مدت کوتاهی متوجه می شوم که مقداری از موادی که دندانم با آن پر شده، ریخته است و مجبور هستم دوباره مراجعه کنم. وی خاطرنشان می کند: در حال حاضر دندان های فرزندم هم با این که بهداشت دهان و دندان را به خوبی رعایت می کند، خراب است و مجبوریم برای کاهش هزینه ها هر چند ماه یک بار برای درمان آن ها اقدام کنیم. شهروند دیگری هم از بالا بودن هزینه های دندانپزشکی و موثر نبودن بیمه ها در کاهش فرانشیز عنوان می کند: زمانی که به بیشتر دندانپزشکان مراجعه می کنیم، متوجه می شویم که طرف قرارداد سازمان های بیمه گر مختلف نیستند و اگر هم باشند در هزینه های درمانی تأثیر چندانی ندارند. وی بیان می کند: نوبت دهی بیمارستان ها و مراکز دولتی نیز از قدر پیچیده و طولانی است که کمتر فردی حوصله می کند به این مراکز مراجعه کند و بیشتر افراد از خیر درمان دندان هایشان می گذرنند این در حالی است که در شهرهایی مانند مشهد و تهران با وجود جمعیت بیشتر نوبت گرفتن از مراکز دولتی راحت تر و کیفیت خدمات ارائه شده نیز بهتر است.

## دولت باید نسبت به ارائه خدمات دندانپزشکی نگاه وسیع تری داشته باشد و تذکرات لازم در این زمینه داده شده تا هم تر از طرح تحول سلامت در این باره تجدید نظر شود

آن عنوان می کند: تعرفه های دندانپزشکی توسط کمیسیونی در تهران تعیین می شود. دکتر «انصاری» با اشاره به پیچیده بودن خدمات دندانپزشکی عنوان می کند: تعرفه دندانپزشکی برای خدمات مختلف در سطوح مختلف دندان با یکدیگر متفاوت است ولی برداشت برخی بیماران بر اساس یافته های ظاهری است که از متفاوت بودن این تعرفه ها اظهار نارضاحتی می کنند. وی می گوید: متفاوت بودن مواد و زمان به کار رفته برای درمان در متفاوت بودن هزینه ها تأثیر دارد که همه این ها ضریب دارد. وی با اظهار تأسف از این که در کشور ما بیمه پوششی برای خدمات دندانپزشکی نمی دهد، از این کار به عنوان یک ایراد بزرگ یاد می کند و می گوید: از اسسال مقرر شده است تا وزارت بهداشت اقدام لازم را برای سننن پایین تر انجام دهد تا خدمات دندانپزشکی برای این گروه سنی تحت پوشش بیمه قرار گیرد. وی خدمات دندانپزشکی را خدمات گرانی می داند که بیمه ها پوشش بسیار ضعیفی در این زمینه دارند و در طرح تحول سلامت هم چنین است و بیشترین فشار به مردم تحمیل می شود. وی خاطرنشان می کند: این به آن معنا نیست که دندانپزشکان هزینه بیشتری دریافت می کنند، هر چند اگر شکایتی از سوی بیماران مطرح شود نظارت و پی گیری های لازم انجام می شود. وی بیان می کند: دولت باید نسبت به ارائه خدمات دندانپزشکی نگاه وسیع تری داشته باشد و تذکرات لازم در این زمینه داده شده تا هم تر از طرح تحول سلامت در این باره تجدید نظر شود.

**■ آمار بالای پوشیدگی دندان**

کارشناس مسئول بهداشت دهان و دندان دانشگاه

#### جدول ویژه خراسان

#### شنبه تا چهارشنبه

**● قانون:** پاسخ ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید (نوشته ر از خود خانه فلش دار آغاز کنید). در آخر هر سوال گفته شده که پاسخش چند حرف دارد.

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰	۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰	۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵	۴۶	۴۷	۴۸	۴۹	۵۰	۵۱	۵۲	۵۳	۵۴	۵۵	۵۶	۵۷	۵۸	۵۹	۶۰	۶۱	۶۲	۶۳	۶۴	۶۵	۶۶	۶۷	۶۸	۶۹	۷۰	۷۱	۷۲	۷۳	۷۴	۷۵	۷۶	۷۷	۷۸	۷۹	۸۰	۸۱	۸۲	۸۳	۸۴	۸۵	۸۶	۸۷	۸۸	۸۹	۹۰	۹۱	۹۲	۹۳	۹۴	۹۵	۹۶	۹۷	۹۸	۹۹	۱۰۰
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

واژگان کمتر اما

پرهیز از پرسش

هرز(ناخواسته)

در این جدول،

ماهیه افزایش

بسا آموزشی

آن شده است.

برخی سوال ها،

از مطالب روزنامه

خراسان روزهای

قبیل طراحی

شده است.

- ۱- (۶ حرفی) رئیس جمهور این کشور در کنفرانس خبری گفت: «من نمی دانم که همسرم متعلق به کدام حزب است، اما همین قدر می دانم که او جایش در آتشخ خانه منزل من و اتاق نشیمن است!»
- ۲- (۳ حرفی) ظلم و ناداوری
- ۳- (۴ حرفی) دهم اکثیر مصادف با نوزدهم مهرماه به عنوان «روز جهانی بهداشت» آن نامگذاری شده است.
- ۴- (۶ حرفی) آمار حاکی از آن است که بیش از ۷۴ میلیون نفر در کل کشور، ماهانه آن را به شکل نقدی دریافت می کنند.
- ۵- (۴ حرفی) جای پاک و پاکیزه
- ۶- (۲ حرفی) پرنده گردن دراز
- ۷- (۴ حرفی) شخصیت مایه خنده مردم
- ۸- (۵ حرفی) روشنایی هنگام صبح
- ۹- (۳ حرفی) این عضو بدن انسان که در زمان بیداری مشغول سم زدایی است، هنگام خواب سعی می کند خود را پالایش کند.
- ۱۰- (۷ حرفی) از بناهای دیدنی اصفهان
- ۱۱- (۳ حرفی) در ۳ ماه دوم بارداری حجم خون ۵۰ در صد افزایش پیدا می کند. بنابراین بدن به روزی ۲۷ میلی گرم از این ماده نیاز دارد.

#### پاسخ ها

وزیر سفید به ۸ می رود. اگر سر باز سیاه به ۲ برود یا سر باز سیاه دیگر به ۵، برود شاه سفید به ۳، می رود تا سیاه مات شود. اما اگر شاه سیاه به ۴ برود یا سر باز سیاه به ۴ برود وزیر سفید به ۱ می رود تا سیاه مات شود.

لطفاً نظر، انتقاد و

پیشنهادات تان

را در باره

این بخش

به شماره

۲۰۰۰۹۹۹

پیامک کنید.

روز نامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی خراسان شمالی

## خراسان شمالی

گرفته در شمال شرق کشور، توسط متخصصان انجمن انکولوژی ایران به این نتیجه رسیده‌اند که آلودگی آب چشمه ها و قنات های این مناطق به نیترات بیش از حد مجاز و نشت نیترات به آب های زیر زمینی در این مناطق عامل موثری در بروز سرطان مری و معده در این مناطق است.



علوم پزشکی خراسان شمالی با بیان این که میزان پوشیدگی دندان در مناطق روستایی استان بیشتر از مناطق شهری است، عنوان می کند: شاخص DMFT طبق آخرین آمار انجام شده در سال ۹۱، در گروه سنی ۵ تا ۶ سال ۵ دندان شیری پوشیده، ۱۲ ساله ۲ دندان، ۱۵ ساله ۳/۱۷ افراد ۳۵ تا ۴۴ ساله ۱۳/۳۲ و ۶۵ تا ۷۴ ساله ۲۷/۴۴ دندان است. دکتر «ربانی» می افزاید: قسمت اعظم این شاخص مربوط به پوشیدگی دندان است که میانگین کشوری آن نیز به ترتیب گروه های سنی یاد شده ۵/۱۶، ۲/۰۹، ۳/۲۹، ۱۳/۲۰ و ۲۵/۷۱ دندان است.

وی از اجرای طرح واریش فلوراید در بین دانش آموزان ۶ تا ۱۴ سال کل استان خبر می دهد و می گوید: این طرح برای ۹۰ هزار دانش آموز با همکاری اداره کل آموزش و پرورش در دو نوبت آبان و اردیبهشت ماه انجام می شود که ۴۵ درصد جنبه پیشگیری دارد. وی ادامه می دهد: سال گذشته نیز این کار برای صد در صد دانش آموزان همین محدوده سنی انجام و حدود ۲۰۰ میلیون تومان هزینه شد. وی از وجود ۳ مرکز تخصصی در شهرستان های بجنورد، شیروان و آسخانه برای درمان و ترمیم دندان دانش آموزان به عنوان گروه هدف که شامل دانش آموزان ۶ تا ۱۴ سال، کودکان زیر ۶ سال و مادران باردار و شیرده است، خبر داد و گفت: در مناطق روستایی خدمات تحت پوشش بیمه به طور رایگان و برای بقیه مردم ۳۰ درصد است در مناطق شهری نیز این خدمات برای دانش آموزان ۳۰ در صد است.

## جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۵/۸/۳]

#### ناویاب

#### دوشنبه ها و پنجشنبه ها

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰	۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰	۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵	۴۶	۴۷	۴۸	۴۹	۵۰	۵۱	۵۲	۵۳	۵۴	۵۵	۵۶	۵۷	۵۸	۵۹	۶۰	۶۱	۶۲	۶۳	۶۴	۶۵	۶۶	۶۷	۶۸	۶۹	۷۰	۷۱	۷۲	۷۳	۷۴	۷۵	۷۶	۷۷	۷۸	۷۹	۸۰	۸۱	۸۲	۸۳	۸۴	۸۵	۸۶	۸۷	۸۸	۸۹	۹۰	۹۱	۹۲	۹۳	۹۴	۹۵	۹۶	۹۷	۹۸	۹۹	۱۰۰
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

#### ● نکته ها:

- شکل پُرشدگی خانه ها مهم است و پُر بودن خانه ها با «دایره»، «نیم دایره» یا «مربع» در صحت جواب تأثیر دارد.
- «ناویاب» یک معمای منطقی است، پس موقعیت ها را حدس نزنید! با کشف روابط منطقی، ماهیت قطعی بعضی خانه ها را تعیین و با استفاده به خانه های معلوم، کم کم ماهیت خانه های دیگر را هم مشخص کنید.

#### ● قانون: ارقام ۹ تا ۱ را در خانه های خالی بنویسید که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۳ در ۳ رقمی تکراری نباشد.

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰	۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰	۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵	۴۶	۴۷	۴۸	۴۹	۵۰	۵۱	۵۲	۵۳	۵۴	۵۵	۵۶	۵۷	۵۸	۵۹	۶۰	۶۱	۶۲	۶۳	۶۴	۶۵	۶۶	۶۷	۶۸	۶۹	۷۰	۷۱	۷۲	۷۳	۷۴	۷۵	۷۶	۷۷	۷۸	۷۹	۸۰	۸۱	۸۲	۸۳	۸۴	۸۵	۸۶	۸۷	۸۸	۸۹	۹۰	۹۱	۹۲	۹۳	۹۴	۹۵	۹۶	۹۷	۹۸	۹۹	۱۰۰
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----



نوبت های تنبیه کوه را برای گری ها ده سنی مشخصه در انتیتر تنبیه جست و جوی کنید.