



آبا بتن ساحل
تولید و عرضه بتن آماده
دفتر مرکزی: ۳۲۲۱۲۹۶۹-۳۲۲۱۲۸۲۸
کارخانه: ۳۲۵۶۱۵۳۶-۳۱
آدرس: بندرعباس- بلوار امام خمینی نرسیده
به میدان شهدا نیش خیابان دانش ساختمان
بنی هاشمی واحد ۲

وقتی دقیقه‌ها به قیمت زندگی است؛

روایتی از همت بلند ناجیان اورژانس هرمزگان

صفحه ۸ را بخوانید



عکس: علی زارعی

نیازهای اورژانسی

مددجویان بهزیستی هرمزگان

لیست اقلام و خدمات مورد نیاز بهزیستی: سه هزار دستگاه کولر، دوهزار دستگاه یخچال، هزار دستگاه لباسشویی، ۶۰۰ دستگاه تلویزیون، ۵۰۰ تخته

فرش، شش هزار یک نوشت افزار، دوهزار بسته پوششیه، ۵۰۰ ویلچر برقی، ۵۰۰ ویلچر معمولی، ۶۰۰ مورد تعمیر مسکن مددجو، ۵۰۰ دستگاه ابگر مکن،

۱۰۰ دستگاه بخاری، ۱۲۰۰ نفر هزینه درمان، ۱۲۰۰ نفر هزینه دارو، ۱۲۰۰ نفر هزینه عینک، ۳۶ هزار بسته مواد غذایی، ۵۰ نفر مصالح ساختمانی،

۳۰ کارتن شیر خشک، ۳۰ دستگاه تبلت، کمک به مراکز توانبخشی ایتام و معتادین متجاهر، ساخت مراکز توانبخشی در شهرستانهای استان

صفحه ۳ را بخوانید

تیتراهای امروز

یادداشت تفاهم «اسلام‌آباد» توسط روسای جمهور ایران و آمریکا امضا شد

۲

تعزیه؛ پرچمدار روایت عاشورا در هرمزگان

۵

برگزاری آیین کهن علم شویی در بندرعباس

۳

تقابل انسان محوری و خودمحوری در معماری و شهرسازی معاصر

۵

تقویت رشد حسی و کاهش تنش‌های ذهنی در اتاق تاریک

۱

چگونه با «همدلی» و «تغییر فرهنگ مصرف» مچ گرانی را بخوابانیم؟

سایه جنگ

بر کیفیت و کتاب دانش آموزان

۵

برگزاری میزار تباطات مردمی

دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان

در پارک غدیر بندرعباس

۴

تقویت رشد حسی و کاهش تنش‌های ذهنی در اتاق تاریک



دریا: چه گروه‌هایی بیشترین بهره را از خدمات این اتاق می‌برند؟
افراد دارای کم‌بینایی، اوتیسم، بیش‌فعالی و نقص توجه، اختلالات یادگیری، آسیب‌های مغزی، مشکلات تعادلی، پارکینسون، آلزایمر و حتی افرادی که با اضطراب و افسردگی مواجه هستند می‌توانند از این فضا بهره‌مند شوند.

دریا: این فضا چه نقشی در توانبخشی کودکان کم‌بینا دارد؟
برای کودکان کم‌بینا به‌ویژه افرادی که دچار مشکلاتی مانند شب‌کورگی هستند، تشخیص نور و تفاوت‌های نوری دشوار است. در اتاق تاریک با استفاده از نورهای هدفمند و قابل تنظیم، امکان تمرین و تقویت تشخیص نور و رنگ فراهم می‌شود و این مسئله به افزایش مهارت‌های بینایی آن‌ها کمک می‌کند.

دریا: آیا در این فضا تنها حس بینایی تقویت می‌شود؟
خیر، در اتاق سنسوری تلاش می‌شود چندین حس به‌صورت هم‌زمان فعال شوند. در کنار تقویت بینایی، حس لامسه و شنوایی نیز تمرین داده می‌شود و این موضوع به فرد کمک می‌کند تا درک دقیق‌تری از محیط اطراف خود پیدا کند.

دریا: استفاده از اتاق تاریک چه تأثیری بر کاهش استرس و فشارهای ذهنی دارد؟
در محیطی که نور و صداهای مزاحم حذف شده‌اند، فرد فرصت پیدا می‌کند از فشارهای ذهنی فاصله بگیرد. در چنین شرایطی معمولاً کاهش ضربان قلب، کاهش تنش عضلانی و کاهش بی‌قراری مشاهده می‌شود و این روند به آرام‌تر شدن سیستم عصبی کمک می‌کند.

دریا: آیا اتاق تاریک می‌تواند جایگزین درمان‌های تخصصی شود؟
خیر، اتاق تاریک به‌تنهایی درمان اصلی اختلالات روانی یا عصبی محسوب نمی‌شود. این فضا یک روش مکمل است و باید در کنار درمان‌های تخصصی مانند دارودرمانی، کاردرمانی یا روان‌درمانی و زیر نظر متخصص استفاده شود.

دریا: آیا استفاده از این اتاق برای همه افراد مناسب است؟
استفاده از اتاق سنسوری باید زیر نظر متخصصان حوزه توانبخشی انجام شود. برخی افراد مانند کسانی که سابقه تشنج دارند یا از تاریکی ترس شدید دارند، تنها با توصیه پزشک یا درمانگر باید از این فضا استفاده کنند.

دریا: نقش درمانگر در جلسات اتاق سنسوری چیست؟
درمانگر با توجه به شرایط هر فرد، نوع محرک‌ها، شدت نور، صدا و فعالیت‌های حسی را تنظیم می‌کند. این تنظیم دقیق باعث می‌شود فرآیند توانبخشی هدفمند و مؤثر باشد و بیشترین نتیجه درمانی و آموزشی حاصل شود.

دریا: چرا توسعه اتاق‌های سنسوری در مراکز توانبخشی ضروری است؟
با توجه به افزایش آگاهی نسبت به اختلالات حسی و رشدی، وجود فضاهای تخصصی مانند اتاق سنسوری نقش مهمی در ارتقای مهارت‌های شناختی، حسی و رفتاری افراد دارد. توسعه این امکانات می‌تواند کیفیت خدمات توانبخشی را به‌طور چشمگیری افزایش دهد و به بهبود کیفیت زندگی مراجعان کمک کند.

یاقوب رستمی/دبیر
yaghoob.rostami22@gmail.com

گفت و گوی اختصاصی // مؤسسه «وشندلان خلیج فارس» یک مرکز فعال در حوزه آموزش و توانبخشی کودکان نابینا و کم‌بینا در استان هرمزگان، با هدف ارتقای مهارت‌های فردی و حسی این کودکان فعالیت می‌کند.

در کنار آموزش‌های تخصصی، ایجاد فضاهای توانبخشی نوین مانند «اتاق تاریک» یا اتاق سنسوری از برنامه‌های مهم این مرکز برای تقویت برداش حسی و افزایش تمرکز کودکان است. این اتاق با بهره‌گیری از تجهیزات ویژه و محرک‌های کنترل‌شده حسی، به کودکان کمک می‌کند تا توانایی درک محیط، آرامش ذهنی و هماهنگی حسی بهتری به دست آورند. استفاده از چنین فضاهایی به‌ویژه برای کودکان کم‌بینا و دارای اختلالات حسی، نقش مؤثری در فرآیند یادگیری و توانبخشی دارد. در همین راستا، گفت‌وگویی با مسئول اتاق تاریک این مؤسسه انجام دادیم تا ابعاد مختلف این فضا و کاربردهای آن را بررسی کند.

دریا: اتاق تاریک یا اتاق سنسوری چیست و با چه هدفی راه‌اندازی شده است؟
اتاق تاریک یا اتاق سنسوری فضایی تخصصی و طراحی‌شده است که در آن با حذف محرک‌های مزاحم محیطی و استفاده از تجهیزات حسی کنترل‌شده، شرایطی فراهم می‌شود تا افراد دارای اختلالات حسی بتوانند حواس مختلف خود را بهتر تجربه و برداش کنند. هدف اصلی این فضا کمک به بهبود برداش حسی، افزایش تمرکز، ایجاد آرامش و تقویت هماهنگی میان سیستم‌های حسی بدن است.

دریا: در این اتاق از چه تجهیزات و محرک‌هایی استفاده می‌شود؟
در اتاق سنسوری از مجموعه‌ای از ابزارها و تجهیزات استفاده می‌شود که هر کدام بخشی از حواس انسان را تحریک می‌کنند. نورهای رنگی و قابل تنظیم برای تحریک حس بینایی، وسایل لمسی یا بافت‌های مختلف برای تقویت حس لامسه، صداهای کنترل‌شده برای فعال‌سازی حس شنوایی و ابزارهای تعادلی برای تحریک سیستم وستیبولار یا تعادلی از جمله این امکانات هستند.

دریا: حذف نور و صداهای مزاحم چه تأثیری بر عملکرد سیستم عصبی دارد؟
زمانی که محرک‌های مزاحم محیطی مانند نورهای شدید یا صداهای ناگهانی حذف می‌شوند، سیستم عصبی فرصت پیدا می‌کند اطلاعات حسی را با نظم و دقت بیشتری پردازش کند. این موضوع باعث می‌شود فرد احساس آرامش بیشتری داشته باشد و تمرکز او نیز افزایش یابد.

دریا: مهم‌ترین دستاورد استفاده از اتاق سنسوری برای مراجعان چیست؟
مهم‌ترین دستاورد این فضا کاهش اضطراب و افزایش تمرکز است. بسیاری از افرادی که دچار اختلالات رشدی یا حسی هستند در محیط‌های شلوغ و پر محرک دچار بی‌قراری می‌شوند، اما در اتاق سنسوری به دلیل کنترل محرک‌ها می‌توانند آرامش بیشتری را تجربه کنند.

پزشک خانواده

اولین و مهم‌ترین مشاور سلامت شماست

تشخیص زودهنگام بیماری‌ها
مراجعه منظم به پزشک خانواده
ممکن می‌شود.

واز عوارض جدی جلوگیری می‌کند.

روابط عمومی
باشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان

پروژه پایگاه اورژانس «دهنومراغ» به پیشرفت ۳۰ درصدی رسید

تحقق تفاهم‌نامه سه‌جانبه برای توسعه سلامت



● گروه سلامت // دکتر مرتضی سالمی رئیس دانشکده علوم پزشکی غرب هرمزگان از پیشرفت ۳۰ درصدی پروژه احداث پایگاه اورژانس دهنومراغ خبر داد و گفت: این پروژه که در پی تفاهم‌نامه سه‌جانبه میان استانداری، دانشگاه علوم پزشکی و خیر سلامت، عبدالرحمن محمدی، اجرایی شده است، با سرعت مناسبی در حال پیشرفت است. به گزارش خبرنگار دریا؛ دکتر سالمی رئیس دانشکده علوم پزشکی غرب هرمزگان با اشاره به اهمیت هم‌افزایی دستگاه‌های اجرایی و مشارکت خیرین در توسعه زیرساخت‌های درمانی اظهار داشت: این تفاهم‌نامه سه‌جانبه بستری را فراهم کرد تا بتوانیم با بهره‌گیری از توان خیرین نیک‌اندیش و حمایت‌های استانی، پروژه‌های حیاتی اورژانس پیش‌بیمارستانی را در مناطق روستایی به سرانجام برسانیم. وی در ادامه افزود پایگاه دهنومراغ بسا اعتباری بالغ بر ۵۰ میلیارد ریال در حال ساخت بوده و خوشبختانه روند عملیات عمرانی مطابق برنامه در جریان است و با تداوم این همکاری‌ها، پیش‌بینی می‌شود این پایگاه اورژانس ظرف سه ماه آینده تکمیل و آماده بهره‌برداری شود تا مردم منطقه از خدمات اورژانسی با استانداردهای لازم بهره‌مند شوند. دکتر سالمی در پایان ضمن قدردانی ویژه از نگاه ارزشمند خیر نیک‌اندیش سلامت، عبدالرحمن محمدی، تصریح کرد: چنین پروژه‌هایی نشان‌دهنده مسئولیت‌پذیری اجتماعی و همدلی خیرین در کنسار حمایت‌های دولت برای ارتقای سلامت عمومی است که امیدواریم الگویی برای سایر طرح‌های درمانی منطقه باشد.

برگزاری میز ارتباطات مردمی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان در پارک غدیر



گروه سلامت // میز ارتباطات مردمی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان با هدف تکریم ارباب‌رجوع، پاسخگویی مستقیم به مطالبات شهروندان و تقویت ارتباط بی‌واسطه میان مردم و مسئولان، در پارک غدیر زیر پرچم برگزار شد. به گزارش خبرنگار دریا؛ در راستای ارتقای سطح خدمت‌رسانی و ایجاد بستر مناسب برای ارتباط مستقیم مردم با مسئولان حوزه سلامت، میز ارتباطات مردمی دانشگاه

علوم پزشکی در پارک غدیر زیر پرچم برپا شد. در این میز ارتباطات مردمی، مسئولان حاضر با شهروندان دیدار چهره‌به‌چهره داشتند و ضمن شنیدن مسائل، درخواست‌ها و دغدغه‌های آنان، راهنمایی‌ها و پاسخ‌های لازم را در حوزه‌های مرتبط ارائه کردند. برگزاری این برنامه‌ها در راستای تقویت تعامل با مردم و تسریع در رسیدگی به مطالبات آنان در حوزه سلامت انجام می‌شود.

در بستر پزشکی خانواده و نظام ارجاع اتفاق افتاد

ثبت ۲ هزار و ۶۰۰ ویزیت رایگان در مراکز خدمات جامع سلامت بندرلنگه

شهرستان اجرایی شده است و تاکنون ۲ هزار و ۶۵۴ نفر از خدمات ویزیت رایگان در مراکز خدمات جامع سلامت شهرستان بهره‌مند شده‌اند. دکتر سالمی با تأکید بر اینکه یکی از اهداف این برنامه، کاهش دغدغه‌های مالی مردم است، افزود: علاوه بر چهار نوبت ویزیت رایگان عمومی برای هر فرد، تمامی ویزیت‌های مربوط به بیماران دارای بیماری‌های مزمن و خاص در طول تمامی روزهای سال با هدف اطمینان از استمرار درمان و کنترل دقیق وضعیت سلامت این عزیزان، کاملاً رایگان است. مدیر شبکه بهداشت و درمان بندرلنگه

گروه سلامت // مدیر شبکه بهداشت و درمان شهرستان بندرلنگه از ارائه ۲ هزار و ۶۵۴ ویزیت رایگان در مراکز خدمات جامع سلامت این شهرستان از دهم خرداد ماه جاری تاکنون در بستر برنامه پزشک خانواده و نظام ارجاع خبر داد و بر تداوم حمایت‌های درمانی از بیماران تأکید کرد. به گزارش خبرنگار دریا، دکتر مرتضی سالمی با اعلام این خبر اظهار داشت: چهار نوبت ویزیت رایگان هر فرد در طول سال در بستر برنامه پزشک خانواده و نظام ارجاع از دهم خردادماه در این

با اشاره به مزایای اقتصادی این طرح برای خانوارها تصریح کرد: با نظام‌مند شدن مراجعات در قالب برنامه پزشک خانواده، هزینه‌های پرداختی از جیب مردم کاهش چشمگیری خواهد داشت، به طوری که در بخش درمان سریایی هزینه‌ها به حداقل رسیده و در صورت نیاز به بستری در بیمارستان، تمامی هزینه‌های بستری بیمار از مسیر نظام ارجاع رایگان خواهد بود. دکتر سالمی در پایان با تأکید بر اینکه سلامت جامعه در گرو مشارکت فعال مردم در برنامه‌های پیشگیرانه است، خاطر نشان کرد: از تمامی همشهریان عزیز دعوت



می‌شود تا با مراجعه به مراکز خدمات جامع سلامت محل سکونت خود و تشکیل یا تکمیل پرونده الکترونیک سلامت، از این ظرفیت ارزشمند برای مراقبت از سلامت خود و خانواده‌شان بهره‌مند شوند.

اهدای عضو

ایثار و فرصت زندگی

می‌توان با یک تصمیم بزرگ
در اوج رفتن، ماندنی شد

لطفاً مسیر خودروه‌های امدادی را مسدود نکنید

شاید مقصد بعدی آمبولانس،
نجات جان یکی از عزیزان شما باشد.

