



سالنامه  
صحت و زنده گی

## سالنامه

# صحت و زنده گی

سال دوم، شماره دهم، اسد ۱۳۹۷ اگست ۲۰۱۸

## در برگ های این شماره



- ۱ متن سخنرانی داکتر فیروز الدین فیروز وزیر صحت عامه ...
- ۴ خدمات با کیفیت صحی به بودجه و هزینه بیشتری نیاز دارد!
- ۵ مواد مخدر تباہ کننده است، بیایید علیه آن بسیج شویم!
- ۷ نشست کمیته بودجه وزارت صحت عامه
- ۸ گفت و گویی با اداره ملی تنظیم اموردوایی و محصولات صحی
- ۱۱ داکتر احسان الله احسان دایوز، هیپاتیت او STI د پو گرام ...
- ۱۵ محیط زیست خود را پاکیزه نگهداریم تا پاکیزه زنده گی کنیم!
- ۱۷ دمور د شیدو په واسطه د تغذیه کولو ګنډی دوهم خپرکی
- ۲۰ دمور د شیدو په واسطه د تغذیه کولو ګنډی دریم خپرکی
- ۲۲ تب کنگو یا تب خون دهنده یک بیماری کشنده است
- ۲۵ راه اندازی کارگاه آموزشی در پیوند به کتاب «صحت طفل و مادر»
- ۲۶ عامی روغتیا وزارت د پولیو د له منځه وړلوا په مبارزه کې ...
- ۲۷ پیام هایی در پیوند به فلچ کودکان یا پولیو!
- ۲۸ ۳۲۹ تن از شهروندان کشور در ولایت غور
- ۲۹ د ستگو روغتیای پاملرنی ملی همغری امریت
- ۳۰ پیام های صحی برای وقاریه از نایابنایی
- ۳۱ نخستین هرکز درمان بیماری های سرطانی در کشور
- ۳۲ پیام های صحی در پیوند به سرطان سینه
- ۳۳ افغانستان به سوی طبابت از راه دور
- ۳۵ تجلیل از روز جهانی مبارزه علیه بیماری زردی
- ۳۷ انستیتوت علوم صحی حوزه وی در ولایت پکتیا
- ۳۸ شفاخانه ترومما در شهر کندز تا یک و نیم سال دیگر
- ۳۹ په قول هیواد کې د پولیو ضند کمپاین د ۹,۹ میلیونه ماشومانو ...
- ۴۱ ادویه از طریق هوا به ولایت غزنی، در روز های دشوار

## ارکان نشرات وزارت صحت عامه

زیر نظر گروه دیباران

گزارشگران

اسدالله امیری و نصیر احمد حیدری

تصویربرداران

عبدالکریم صبری و قندآغا لطیفی

گرافیست:

مطیع الله مسعودی

ویب سایت:

[www.moph.gov.af](http://www.moph.gov.af)

فیسبوک:

Ministry of Public Health of Afghanistan

الکترونیکی:

[moph.spokesman@gmail.com](mailto:moph.spokesman@gmail.com)

توبیخ:

@official\_moph

شماره های تماس:

۰۲۰-۲۳۰۱۳۷۴

۰۷۸۱۱۷۷۱۹۱

# متن سخنرانی داکتر فیروز الدین فیروز وزیر صحت عامه، به مناسبت تجلیل از هفته جهانی تغذیه با شیر مادر

- شیرمادر برای کودک سبب پویایی و انکشاف مغزی می‌شود. زمانی که مادران به کودکان خود شیر می‌دهند نه تنها خود و کودک خود را کمک می‌کنند؛ بلکه سودی بزرگی را به جامعه نیز می‌رسانند.
- نتایج تحقیقات به سطح جهانی در پیوند به سودمندی‌های شیرمادر نشان می‌دهد که تغذیه با شیر مادر سالانه حیات بیش از ۸۲۰،۰۰۰ کودک زیر سن پنج سال را نجات می‌دهد.
- مادران شیر ده نسبت به مادرانی که به کودکان خود شیر نمی‌دهند، کمتر به بیماری سرطان پستان رو به رو می‌شوند. چنان که شیر دادن مادران، سالانه از مرگ و میر آنان که بر اثر سرطان سینه جان می‌دهند تامیازان تا ۲۰،۰۰۰ تن کاهش می‌دهد.
- صدها میلیون دلار در هزینه‌های مراقبت‌های صحی پس انداز می‌شود.
- تولید اضافی در آمد سالانه ۳۰۲ میلیارد دلار، نزدیک به ۵۰٪ درصد از درآمد ملی هرکشور. علاوه بر این: تغذیه با شیر مادر با افزایش ۴-۳ امتیاز در میزان IQ را به همراه دارد.
- با این همه باید گفته شود که تنها ۴ درصد از کودکان زیر سن ۶ ماه به صورت خالص با شیر مادر تغذیه می‌شوند.

دوستان گران‌قدر، سلام و رحمت خداوند بر شما باد! اجازه دهید تا در آغاز از تمام وزارت خانه‌های محترمی که این فرصت را فراهم کردند تا به گونه‌یک گروه کاری موثر در پیوند به مصوّب‌نیت غذایی کار کنیم، اظهار سپاس و قدردانی کنم. جایی دارد، هم‌چنان از جناب ارسلانی و گروه کاری سکرتیریت کمیته‌غذایی و تغذیه به سبب تلاش‌های سازنده‌یی که داشته اند، نیز اظهار قدر دانی کنم.

دوستان تغذیه با شیر مادر خود یکی از آموزه‌های قرانی است. در متون اسلامی بر این نکته تاکید شده است که مادران تا آن جایی که ممکن است باید فرزندانشان را شیر دهن و آنان را از شیر خود محروم نسازند؛ چنان که گفته شده است "در میان شیرهایی که نوزاد با آن تغذیه می‌شود، هیچ کدام با برکت‌تر از شیر مادر نیست".

## مهمانان عزیز و گران‌قدر!

هر قدر که میزان تحقیقات در پیوند به شیر مادر گسترش می‌یابد، این نکته روشن می‌شود هیچ غذایی نمی‌تواند جاگزین شیر مادر شود. حتا روان‌شناسان بر این باور اند که تغذیه کودکان با شیر مادر بزرگ‌ترین نقش را در پرورش عاطفة کودکان بازی می‌کند.

- کودکانی که از شیرمادر تغذیه می‌شوند، در حقیقت زنده‌گی سالمی را آغاز می‌کنند. می‌شود گفت شیر مادر: نخستین واکسینی است که کودک دریافت می‌کند.



از دادن هرگونه نوشابه و غذای دیگر به کودک دوری کنند.

بعد از شش ماهه‌گی مادران می‌توانند علاوه بر شیر خود غذاهایی دیگری را به مشوره داکتر، به کودکان خود بدهند؛ اما پس از این مرحله هم نباید شیردان به کودک را قطع کنند. کودکان حق دارند تا دو ساله‌گی از شیر مادر تغذیه کنند.

تحقیقات نشان می‌دهد که شروع به موقع تغذیه با شیر مادر در نخستین ساعتها زنده‌گی کودک سبب کاهش ۲۲ درصد مرگ و میر کودکان شده و تغذیه خالص با شیر مادر در ۶ ماه نخست زندگی ۱۳ درصد مرگ و میر را کاهش می‌دهد در حالی که دادن غذای متمم مناسب بعد از ۶ ماهه‌گی سبب نجات جان ۶ درصد کودکان می‌شود. سوء تغذیه در ۴۵ درصد مرگ و میر کودکان زیر سن ۵ سال به نحوی نقش دارد.

برعلاوه، یکی از بهترین سرمایه‌گذاری‌ها روی صحت جهانی تغذیه با شیر مادر می‌باشد. هر دالر سرمایه‌گذاری شده بالای تغذیه کودکان با شیر مادر، ۳۵ دالر بازدهی اقتصادی دارد. اگر ما بتوانیم این میزان را بلند ببریم و مطمین شویم که تمام کودکان بعد از تولد در ساعت اول با شیر مادر تغذیه می‌شوند، می‌توانیم سالانه از مرگ بی مورد بیشتر از ۳۲ هزار کودک زیر سن پنج سال جلوگیری کنیم.

### چالش‌ها

- در جهان صنعت، با اشتهرارات رنگارنگ بسیار تلاش می‌شود تا شیرهای صنعتی را جاگزین شیرمادر سازند، از هر مساله دیگر که بگذریم، تولید، بسته‌بندی، نگهداری، توزیع و تهیه جانشنهای شیر مادر خود سبب آسیب و آلوده‌گی محیط زیست می‌شود. زیرا استفاده فورمولا سبب تولید و پخش گازهای گلخانه‌ای شده که این امر می‌تواند گرمای جهان را بالا ببرد. هم چنان می‌تواند سبب انتشار

- «تغذیه با شیر مادر بنیاد زنده‌گی است» امسال جهانیان هفته تغذیه با شیر مادر را با همین شعار تجلیل می‌کنند. در این شعار شیر مادر بنیاد زنده‌گی خوانده شده است. و به گونه‌عمده باید به این چند نکته توجه داشت:

۱. خانواده‌ها باید از پیوند میان تغذیه خوب، مصوّنیت‌غذایی، و تغذیه با شیر مادر آگاهی لازم به دست آورند. تغذیه با شیر مادر همان گونه که گفته شد، کودک را در برابر بسیاری از بیماری‌ها وقايه می‌کند. تجربه نشان داده است که کودکانی که با باشیر مادر بزرگ نمی‌شوند نسبت به کودکانی که با شیر مادر تغذیه می‌شوند بیشتر در معرض بیماری‌ها قرار دارند که درمان شان همیشه هزینه بردار است.
۲. باید تغذیه با شیر مادر را در خانواده‌ها و در جامعه به یک فرهنگ بدل کرد. شیر مادر بنیاد زنده‌گی است. این را باید مادران به گونه یک اصل تغییر ناپذیر بپذیرند و به آن باورمند شوند.

۳. فرهنگ سازی، همیشه به کار دوامدار و مشترک نیاز دارد. این جانیز نه تنها شخصیت‌های آگاه جامعه؛ بلکه نهادها و سازمان‌ها چه دولتی و غیر دولتی باید درجهت درک بیشتر مادران و خانواده‌ها از تأثیرات گسترشده و مفید تغذیه با شیرمادر، کارکنند و برنامه‌هایی داشته باشند.

- با آن چه گفته آمدیم، می‌توان این پیشنهادها را نیز مطرح کرد.
- باید در همان نخستین ساعتهایی که کودک به دنیا می‌آید مادر برایش شیردهد!
- مادران باید کودکان خود را دست کم تا شش ماهه‌گی تنها و تنها با شیر خود تغذیه کنند و در این مدت زمان



- و دست یابی به اهداف تغذیه با شیر مادر کلرات و موثرتر سازند.
- وزارت زراعت، آب یاری و مال داری: باید به امر بهبود وضعیت و مصووبیت غذایی برای خانواده ها و دسترسی آنان به غذای صحی و مصون، برنامه های گستره تری را در هم کاری با وزارت صحت و وزارت های سکتوری دیگر روی دست داشته باشد.
- وزارت محترم امور زنان در هم کاری با وزارت کار و امور اجتماعی، شهدا و معلولان باید از طبق پالیسی های رخصتی های ولادی به مدت ۱۳ هفته و روزانه دو ساعت شرایط و سهولت ها به منظور تغذیه کودکان شیرخوار، چه در نهادهای دولتی و چه در نهادهای غیر دولتی برای مادران زمینه سازی کند.
- وزارت صحت عامه در هم کاری با سایر نهاد ها منجم مله وزارت مالیه، تجارت و صنایع، سکتور امنیتی، شاروالی ها و اطلاعات و فرهنگ در امر تطبیق مقررات و پالیسی ها برای حمایت از تغذیه کودکان با شیر مادر باید به گونه جدی تلاش نمایند. باید شیر صنعتی با به کار گیری اشتهرات رسانه ای جا گزین شیر مادر گردد.
- در تمام ولادت هایی که در مراکز صحی صورت می گیرد، زمینه برای آغاز تغذیه با شیر مادر در همان نخستین ساعت تولد باید مهیا گردد. در مراکز صحی باید اجازه داده شود که به نوزادان شیر صنعتی داده شود.
- باید به تمام کارکنان صحی جامعه در مورد اهمیت تغذیه با شیر مادر و شیوه های مشوره دهی به مادران شیرده آموزش لازم داده شود.

مواد سمی در آب های بحری گردد. برای آن که امروزه در جهان به گونه بی رویه زباله ها در آب های بحری می ریزند.

- سالانه ۴۵۰ - ۷۲۰ تن شیر پودری در ۶ کشور آسیایی به فروش می رسد که تقریباً ۲،۹ میلیون تن گاز های گلخانه ای را تولید می نماید.

### راه های حل:

➢ تغذیه با شیر مادر نه تنها به مفهوم کاهش گازهای گل خانه است؛ بلکه کاهش تخریب محیط زیست و کاهش آلوده گی محیط زیست را نیز در پی دارد.

➢ جهت تولید شیر مادر به برق ضرورت نیست و نه بخار انتقال آن به مواد سوخت ترانسپورتی نیاز است، بنابراین تغذیه با شیر مادر سبب کاهش تولید کاربن دای اوکساید و گاز های گلخانه ای می گردد.

هر اقدام به هدف تعمیم فرهنگ تغذیه با شیر مادر، نیاز مند کار مشترک و همه گانی است.

برای تعمیم فرهنگ تغذیه با شیر مادر، باید در خانواده و در محیط کاری، زمینه مساعد شود و مادران از نظر روحی حمایت شوند تا تغذیه با شیر مادر به شکل بهتر ادامه یابد.

ما از همه هم کاران خود از وزارت خانه های محترم می خواهیم:

وزرت محترم مالیه: باید برای وزارت های سکتوری که در برنامه های صحت مادر و کودکان کار می کنند بودجه مناسبی را در نظر بگیرد.

وزارت صحت عامه و تجارت: باید نظام و شیوه های نظارتی خود را مبنی بر تطبیق و پیشرفت پالیسی ها



# خدمات با کیفیت صحی

## به بودجه و هزینه بیشتر نیاز دارد!

پوشش همه‌گانی خدمات صحی نیازمند بودجه بیشتر است. چنین است که باید برای بخش صحت بودجه بیشتری اختصاص داده شود!

\*

اگر می خواهید شهروندان کشور به خدمات صحی با کیفیت دسترسی پیدا کنند، پس باید در امر بودجه سازی به بخش صحت اولویت داده شود!

\*

با چهار فیصد بودجه ملی که برای بخش صحت تخصیص داده شده است، نمی‌توان خدمات صحی با کیفیت را عرضه کرد. پس بباید بودجه صحت را افزایش دهیم!

\*

بباید بودجه صحت را افزایش دهیم تا خدمات صحی همه‌گانی و با کیفیت‌تر سازیم و اقتصاد خانواده‌ها و کشور را تقویت کنیم.

\*

بزرگ‌ترین ثروت و الاترین نعمت صحت است، لذا در افزایش بودجه برای داشتن یک جامعه صحتمند با ما هم‌کاری کنید!

در پایان باید گفته شود که تجلیل از هفتة تغذیه باشیر مادر، نتیجه کار مشترک وزارت‌های سکتوری در هم‌کاری با برنامه ملی مصوونیت غذایی و تغذی بوده که همه یک جا در گروه کاری تخصصی تغذی شیرخواران و کودکان وزارت صحت عامه کار مشترک کرده که شامل وزارت‌های محترم شهدا، کار و امور اجتماعی، اطلاعات و فرهنگ، ارشاد، حج و اوقاف، اداره ارگان‌های محلی، صحت عامه، امور زنان، زراعت، مالداری و آبیاری، تجارت، و ریاست‌های محترم وزارت صحت عامه مانند:

ریاست عمومی طب وقایوی، ریاست‌های تغذیه عامه و ارتقای صحت، صحت کودکان و نوجوانان، اداره یونیسف، سازمان صحی جهان، USAID، پژوهه احسان-موسسه صحت بین‌المللی (IHSAN-FHI<sup>۳۶۰</sup>)، موسسه حمایه کودکان، WFP، خدمات صحی آغا خان، ACF که ما را یاری نمودند اظهار سپاس نماییم و آرزو دارم با هم کاری موسسات ملی و بین‌المللی این هفتة راه را با شکوه تر در سراسر کشور تجلیل نماییم و به آگاهی دهی خانواده‌های بپردازیم.

هم‌چنان می خواهیم از تمام رسانه‌های که در راستای ترویج و آگاهی عامه موضوع تغذی شیرخواران را به شکل منظم از طریق برنامه‌های زنده و ثبت شده نشرات داشته اند اظهار قدردانی کنم.

از سهم‌گیری علمای دین و ملاامان مساجد که موضوع اهمیت تغذیه با شیر مادر را در خطبه‌های نماز جمعه شامل کرده اند، سپاس گزاری می‌کنم.

به امید روزی که تمام کودکان از این حق طبیعی شان (تغذیه با شیر مادر) به صورت درست مستفید شوند!

ومن الله توفیق

چهاردهم اسد ۱۳۹۷



# مواد مخدر تباہ کننده است بیاپید علیه آن بسیج شویم!



**سخنرانی داکتر فدامحمد پیکان معین عرضه خدمات صحی وزارت صحت عامه در نشست هفتۀ بسیج  
مبارزه با مواد مخدر شفاخانه هزار بستر معتادان**

مواد مخدر و جلوگیری از اعتیاد را باید چنان گستردۀ سازیم که بتوانیم بر تمامی شهرها و دهکده‌های کشور نظارت کامل داشته باشیم تا اعتیاد زنده‌گی هیچ جوانی را به دود و خاکستر بدل نکند!

راه مبارزه در برابر مواد مخدر و اعتیاد راه دراز، پر خطر و پر از چالش است و ما چاره‌یی نداریم جز آن که این راه را طی کنیم. فاجعه کشت و تولید مواد مخدر، که زمینه ساز اعتیاد نیز می باشد، چنان سونامی خاموش نسل جوان کشور و در حقیقت همه کشور را به سوی تباہی جبران ناپذیری به پیش می برد.

به نام پروردگار بزرگ که انسان را آفرید و او را به نیکوکاری هدایت فرمود!

همکاران گران قدر، خانم‌ها و آقایان السلام علیکم و رحمت الله و برکاته!

هم اکنون در افغانستان، مبارزه در برابر مواد مخدر با دو بعد تنفيذ قانون و کاهش تقاضای مواد مخدر جریان دارد؛ اما باید اعتراف کنیم که این همه تلاش‌هایی که صورت می‌گیرد هنوز درامر مبارزه با مواد مخدر بسندۀ نیست. دامنه مبارزه با مواد

فرصت های زنده گی سالم را برای جوانان کشور فراهم نسازیم این مصیبت می تواند همچنان ادامه داشته باشد. این نکته را هم باید در نظر داشت که حل این مشکل در توان این یا آن ارگان دولتی یا غیر دولتی بوده نمی تواند. باید با هم آهنگی با پشت کار بیشتر و با تعهد بیشتر همه بخش ها دولتی؛ غیر دولتی و رده ها گوناگون اجتماعی در کنار هم بیستند و به این مبارزه دشوار ادامه دهند.

آخرین گزارش ها نشان میدهد میزان تولید مواد مخدر در کشور تا مرز ۹۰۰۰ متریک تن رسیده است که این رقم بسیار تکان دهنده است. تولید مواد مخدر در کشور در حالی رو به افزایش است که کمک های جهانی درین خصوص همه ساله کاهش می یابد. این امر نباید تعهد ما را در امر مبارزه ضعیف سازد؛ بلکه باید با در نظر داشت این وضعیت هم چنان در این راه گام برداشت.

در سطح کشور هم اکنون ۱۰۵ مرکز صحی دولتی برای درمان معتادان به مواد مخدر وجود دارد که به گونه پی گیر به کار خود ادامه می دهند. این مراکز در ۳۲ ولایت و حدود ده ولسوالی قرار دارند.

به گونه مجموعی در این مراکز این ظرفیت وجود دارد که سالانه ۴۰۰۰۰ تن معتاد زیر پوشش خدمات صحی قرار گیرند.



این ظرفیت نسبت به شمار معتادان موجود بسیار اندک است. با افزایش تعداد بسترهای و مراکز نمی شود که این پدیده را مهار کرد، زیرا درمان به تنهایی راه حل نبوده بنا تتفییذ قانون مبارزه

می دانیم که این امر روز تا روز زمینه بیشتر گسترش فساد، جرایم جنایی و گسترش بیماری های گوناگون وابسته به استفاده مواد مخدر در کشور را فراهم می سازد.

افزایش کشت و تولید مواد مخدر در کشور با چهار دهه جنگ، رابطه تنگاتنگی دارد. این امر روشن است که بخش بزرگی نیروی محرکه ماسین گروه های هراس افغان وابسته به پولی است که از مواد و قاچاق مواد مخدر به دست می آورند.



این امر هر شهروند کشور را بر آن می دارد تا در امر مبارزه با مواد مخدر و گروه های قاچاق با نهادهای گوناگون دولتی هم کاری دوامداری داشته باشند.

بر اساس تحقیقاتی که به سال ۲۰۱۵ صورت گرفته است استفاده کننده گان مواد مخدر در کشور به دو میلیون تن می رسید که از این میان ده تا پانزده درصد که به ۳۰۰ تا ۴۰۰ هزار تن می رسد در بلندترین حد اعتیاد قرار دارند.

کشور های که در امر مبارزه با مواد مخدر پیروز بوده اند، آنان مبارزه همه جاذبه و فraigیری را نه تنها در امر جلو گیری از گسترس اعتیاد، بلکه مبارزه سخت تری را در جلو گیری کشت و تولید مواد مخدر و قاچاق آن نیز راه اندازی کرده اند. مبارزه با مواد مخدر یک مبارزه همه جانیه است و باید همه جوانب آن در نظر گرفته شود.

باید بپذیرم که ما هنوز برنامه فرا گیر و قایوی و جلو گیری کننده برای کنترول این پدیده نداشته ایم و تا این که شرایط کار و



# نیشت کمیته بودجه

## وزارت صحت عامه



به هدف پیگیری منظم از نحوه برنامه ریزی و مدیریت پروژه های انکشافی وزارت صحت عامه، روز اول اسد سال جاری، نیشت کمیته بودجه وزارت صحت عامه در تالار داکتر سهیلا صدیق برگزار گردید.

در این نیشت پروژه های انکشافی این وزارت یکايك مرور گردیده و مشکلات موجود در مصرف بودجه بررسی شد. هرچند میزان مصرف بودجه انکشافی در وزارت صحت با در نظر داشت وضعیت می تواند قناعت را فراهم سازد با این حال تصامیم لازم اتخاذ گردید تا به روند مصرف بودجه انکشافی سرعت بیشتری داده شود.

با گذشت هفت ماه از سال مالی ۱۳۹۷، وزارت صحت عامه توانسته است مصرف بودجه انکشافی خود را به بیشتر از ۵۵ درصد برساند که در میان سکتورهای دولت، بلندترین فیضی مصرف را نشان می دهد.

با قاچاق و تخریب کشت کوکnar و فرصت های شغلی برای جوانان راه اصلی مبارزه با مواد مخدر اند.

اعتباد به مواد مخدر عامل شیوع سایر امراض مانند زردی های نوع (بی و سی) توبرکلوز و ایدز می شوند. در یک بسته پیشنهادی برای مبارزه با مواد مخدر می توان به نکته ها زیرین تایید کرد:

- تنفيذ قانون جهت جلوگیری از کشت، تولید و قاچاق مواد مخدر.
- آغاز برنامه گسترش و قایوی برای اقشار گوناگون مردم در تمام کشور با عرضه بسته های خدماتی.
- بودجه ویژه و امکانات لازم برای مبارزه با مواد مخدر.
- تعقیب قاچاق چیان بزرگ و سپردن آنان به پنجه قانون،
- فراخوان ملی برای تمام مردم افغانستان برای اشتراك در یک مبارزه ملی علیه مواد مخدر.
- ایجاد هم آهنگی های ملی و جهانی.
- استفاده از تجرب موفق کشورهای که شرایط افغانستان را داشته اند،

از همینجا برای همه مردم افغانستان این پیام رامی رسانم که امسال هفته بسیج مبارزه با مواد مخدر با شعار «مواد مخدر تباہ کننده است، بباید علیه آن بسیج شویم!» آغاز شده است. آیا راه دیگری داریم، جز آن که همه گان چه ارگان های دولتی، چه نهاد های مدنی و مذهبی و رده های گوناگون اجتماعی مردم با چنین شعاری به هدف ریشه کن سازی کشت و تولید مواد مخدر و مبارزه با اعتیاد بسیج شویم، ما بسیج می شویم راه همین است دیگر راهی وجود ندارد.

# گفت و گویی با اداره ملی تنظیم امور دوایی و محصولات صحی



**پرسش:** از زمانی پایه گذاری این اداره تا کنون، فکر می کنید که بر چگونه گی کیفیت داروهای وارداتی چه تاثیر گذاری داشته است؟

**پاسخ:** با ایجاد اداره ملی تنظیم ادویه و محصولات صحی چنین فعالیت‌های به پیش برد می‌شود:

- بازرسی از نهادهای دوایی در مرکز و ولایات به گونه منظم اغاز شده است.

**پرسش:** اداره ملی تنظیم امور دوایی و محصولات صحی روی کدام اهداف و در چه زمانی پایه گذاری شده است؟

**پاسخ:** اداره ملی تنظیم امور دوایی و محصولات صحی در ماه اسد سال ۱۳۹۵ به هدف یک جا سازی اداره‌های گوناگون وزارت صحت عامه به وجود آمده تا اداره‌های گوناگونی که در بخش دوایی فعالیت داشتند را زیر یک اداره مستقل قرار دهد. هدف این بود تا بر داروها و ادویه‌هایی که در کشور به مصرف می‌رسند برآن داروها از نظر کیفیت، موثریت، مصوونیت و قیمت نظارت مؤثر وجود داشته باشد.

**پاسخ:** برنامه جمع آوری و نابود سازی ادویه تاریخ گذشته و غیر معیاری را تمام ریاست های صحت عامه ولایات نیز اجرا می کنند.

**پرسش:** در نخستین فصل سال جاری در کلیت از کابل تا همه ولایات دیگر کشور به چه مقدار دارو را گرد آوری کرده و اتش زده اید؟

**پاسخ:** در نخستین فصل سال جاری ادویه تاریخ گذشته و غیر معیاری از تاسیسات و مراجع مختلف جمع آوری گردیده که نسبت مشکلات فراوان (حجم زیاد دوا، مراجع متعدد، چگونگی منتقال آن به محل تعیین شده نابود سازی از لحاظ امنیتی) که در زمینه موجود بوده سال یک بار در ربع سوم صورت می گیرد.

**پرسش:** آیا در پیوند به گرد آوری و آتش زدن داروهای بی کیفیت و تاریخ گذشته مقرر بی تصویب شده هم وجود دارد؟

**پاسخ:** برنامه محو و نابود سازی ادویه تاریخ گذشته و غیر معیاری مطابق قانون ادویه (ماده سی و هشتم: ادویه تاریخ گذشته و ناقص طبق رهنمود سازمان صحي جهان توسط اداره امور فارماسی محروم شود) صورت می گیرد و همچنان در رابطه لایحه نابود سازی مصوون زباله های دوایی نیز تدوین یافته است و پالیسی ملی مدیریت و نابود سازی مصوون زباله های دوایی در سال ۱۳۹۵ تصویب و در سال ۱۳۹۶ به دسترس این اداره قرار گرفته است.

**پرسش:** نظارت شما از داروهای بی کیفیت و تاریخ گذشته آیا یک برنامه دوامدار است یا گاه گاهی به این کار می پردازید؟

**پاسخ:** برنامه نظارت از ادویه تاریخ گذشته و غیر معیاری دوامدار بوده و طبق لایحه و ظایف اداره و شعبات مربوطه آن می باشد.

**پرسش:** چه فکر می کنید که این برنامه نظارت و آتش زدن بر داروهای بی کیفیت و تاریخ گذشته، بر درملتون های کشور یا آنانی که با ارائه خدمات دارویی سروکار دارند، تاثیرات مثبتی داشته است؟

- روند ثبت ادویه و اجازه راهیابی به بازار به اندازه قابل ملاحظه افزایش یافته است.

- تورید ادویه و محصولات صحی به گونه قانونی افزایش یافته است.

- تورید ادویه و محصولات صحی غیر قانونی و قاچاق کاهش یافته است.

- ادویه و محصولات صحی بعد از بررسی کیفیت به بازار راه می یابد.

**پرسش:** برنامه گرد آوری و به آتش کشیدن داروهای بی کیفیت یا هم تاریخ گذشته را این اداره از چه زمانی روی دست گرفته و تا کنون چه دست آوردهایی داشته است؟

**پاسخ:** برنامه جمع آوری و نابودی ادویه و داروهای غیر معیاری و تاریخ گذشته را از همان آغاز فعالیت اداره روی دست گرفته شده است که به تاریخ ۳/قوس ۱۳۹۵ به مقدار ۶۲ تن ادویه و به تاریخ ۲۱/۱۲/۱۳۹۶ به مقدار ۷۰ تن ادویه تاریخ گذشته و غیر معیاری که از مراجع مختلف دولتی و غیر دولتی (شرکت های توریدی و تولیدی، عمدۀ فروشی های ادویه، دواخانه ها، بخش های مختلف وزارت صحت عامه و موسسات هم کار) جمع آوری گردیده بود در حضور داشت هیئت مراجع ذیربط (قضایی، امنیتی، نماینده گمرکات، اتحادیه خدمات دوایی، محیط زیست و نماینده های تخفیکی این اداره) در ولسوالی بگرامی، منطقه گزک دوم، خارج از شهر در دامنه تپه بی نابود گردید.

همچنان در سال جاری ۱۳۹۷ جمع آوری ادویه تاریخ گذشته و غیر معیاری جریان داشته و در آینده های نزدیک پروسه نابود سازی آن آن عملی میگردد.

**پرسش:** آیا این برنامه تنها در کابل اجرا می شود یا در تمام ولایت ها، آیا چنین برنامه بی را هم در ولسوالی ها اجرا کرده اید؟



**پرسش:** مردم زنده‌گی می‌کنند داروهای بی‌کیفیت به آتش کشیده نمی‌شوند.

**پاسخ:** مشکلاتی که برای اجرای گستردگی این برنامه سر راه تان و جود دارد چیست؟

**پاسخ:** از این که گدام‌های بزرگ جهت جمع آوری و قرنطین ادویه تاریخ گذشته و غیر معیاری وجود ندارد، انتقال آن به محل مربوطه آن از لحاظ امنیتی دشوار بوده و هم‌چنان نبود داش‌ها و کوره‌های بزرگ جهت حریق و کمبود وسایل نقلیه بزرگ را می‌توان از جمله چالش‌های سد راه این پروسه یاد آوری کرد.

**پرسش:** چه انتظار دارید که وزارت صحت‌عامه چگونه باید شما را بر غلبه بر مشکلات تان یاری رساند؟

**پاسخ:** وزارت صحت‌عامه جهت پیش‌برد برنامه نابود‌سازی ادویه و داروهای غیرمعیاری باید در قسمت تهیه و خریداری داش‌های معیاری و بزرگ زباله سوز با این اداره هم‌کاری نماید.



**پرسش:** گاهی هم اندیشیده اید که مردم را بیشتر با خود همراه سازید، به مردم چه گفتئی داردید؟

**پاسخ:** مردم دواهای که بعد از شفایابی در خانه‌های شان باقی مانده است را باید در نزدیک ترین دواخانه تسلیم نماید و هم‌چنان باید تمام نهادهای دوایی ادویه تاریخ گذشته و غیر معیاری را به این اداره تسلیم نماید.

**پاسخ:** برنامه جمع آوری ادویه تاریخ گذشته و غیر معیاری تاثیرات مثبت بالای تمام تاسیسات دوایی داشته و سبب بیرون شدن هم‌چو ادویه از زنجیره تدارکات و توزیع گردیده و هم‌چنان سبب تخلیه گدام‌های مربوطه می‌گردد.

**پرسش:** شیوه بررسی چگونه است، داروها را چگونه بررسی می‌کنید که بی‌کیفیت است یا باکیفیت؟

**پاسخ:** شیوه بررسی به صورت دوامدار صورت می‌گیرد. چنان که ادویه و داروهای مشکوک می‌آیند از آن‌ها نمونه برداری شده و نمونه‌ها جهت تثبیت کیفیت به ریاست لابراتوارهای کنترول کیفیت ادویه و محصولات صحی ارسال می‌گردد تا مورد آزمایش قرار گیرد و اگر ادویه تاریخ گذشته و غیر معیاری باشد جمع آوری شده و نابود می‌گردد.

**پرسش:** چرا از تورید داروهای بی‌کیفیت و شاید هم تاریخ گذشته نظارت نمی‌کنید که نباید وارد بازار شود؟

**پاسخ:** ادویه و محصولات صحی که به صورت رسمی وارد کشور می‌گردد کیفیت و زمان ختم تاریخ آن بررسی می‌شود. در صورت که بی‌کیفیت باشد و زمان استفاده آن گذشته باشد، اجازه داده نمی‌شود که چنین داروهایی از گمرک‌های بیرون ساخته شوند.

با این حال بخشی از ادویه‌های بی‌کیفیت و تاریخ گذشته به گونه قاچاق از مرزهای باز وارد کشور می‌شوند.

با دریغ که این امر مشکل بزرگی در ارایه خدمات صحی کشور به وجود آورده است که باید ارگان‌های امنیتی به این امر توجه جدی داشته باشند.

**پرسش:** گاهی ارزیابی داشته اید که مردم از این برنامه شما چقدر استقبال کرده‌اند؟

**پاسخ:** پرسه محو و نابود سازی ادویه تاریخ گذشته و غیر معیاری بیرون شهر صورت می‌گیرد. ممکن نیست که از آن استفاده صورت گیرد. هم‌چنان این داروها در جاهای نابود می‌شوند که نباید به محیط زیست آسیب برسد. در جاهای که



## د داکټر احسان الله احسان د ایدز، هیپاتیت او STI د پروگرام تخنیکي متخصص سره د اچ آی وي او ایدز په اړه ځانګړې مرکه:



کمیدل: د اچ آی وي ویروس د انسان د معافیت د کمزوری کیدو لامل کیرې او د بدن د روغتیا ی دفاعي فعالیتونو پر وراندي خند ګرځی

**Virus:** د اچ آی وي ویروس په حجراتو کې د تکثر او انتشار لامل کیرې.

**AIDS (Acquired Immunodeficiency Syndrome):** چې مفهوم یې په لاندې توګه دئ:

**Acquired Immunodeficiency Syndrome (AIDS):** په نوموري ناروغي وګري په کسبي ډول اخته کیرې يعني دا ناروغي اړشي نده.

پوبستنه: که په سرکې د روغتیا او ژوند مجلې لوستونکې لپاره په لنډ ډول ووايئ چې اچ آی وي او ایدز خه رنګه ناروغي ده؟

**څوab:** مخکې لدې چې د ایدز د ناروغي په اړه خبرې وشي نسه به داوي چې خپله د اچ آی وي او ایدز په هکله خه نا خه معلومات وراندي شي

**HIV:** اچ آی وي یا HIV: اچ آی وي هفه ویروس دی چې د ایدز د مرض لامل کرخي او له دریو کلیمو خخه اخستل شوی دئ:

**Human Immunodeficiency Virus (HIV):** انسان: نوموري ویروس یوازې په انسان باندې اغیزه کوي. **Immunodeficiency:** د معافیت

اچ آی وی د لاندې لارو خخه ليپدول کېږي:

۱. د ناخوندي جنسی اړیکوله لاري

۲. د دینې د تطبیقولله لاري په هغه صورت کې  
چې وينه په اچ آی وی کړه وي

۳. د ستنو او پیچکاريو د ګډ استعمال خخه په  
خانګري توګه د زرقي روړدو کسانو تر منځ

۴. د جراحی سامان آلات چې تعقیم شوي نه وي

**پوبنتنه:** خنګه کولای شوپوه شو چې یوکس په اچ آی  
وی اخته دي؟

یوازیني لاره چه معلوم کړو آیا کس په اچ آی وی باندی  
اخته شوی دی، د خانګرو معايناتو (آزمایښتونو) تر سره  
کول دي. دیری هغه کسان چې په اچ آی وی اخته  
کېږي تر دیرو کلونو پوري کومې خانګري نښې نښاني  
نلري او له بله اړخه دیری هغه نښې نښاني چې د ایدز  
لپاره تري یادونه شویده د نورو ناروغیو له نښانو سره ورته  
والی لري.

**پوبنتنه:** آیا ستاسره دasic معلومات شته چې په  
افغانستان کې د اچ آی وی پیښه کله رامنځ ته شویده.

بلی، لمزنی واقعه دوینې د مرکزي بانک خخه په  
کال کې ثبت شویده.

**پوبنتنه:** آیا په افغانستان کې دasic اختصاصې  
شفاخانې شتون لري چې د ایدز د ناروغانو درملنې پکې  
وشی؟

بلی، په افغانستان کې د ایدز د ناروغانو درملنې به  
موخه پنځه مرکزونه جوړ شوي دي چې یوې په کابل د  
افغان جاپان شفاخانې په داخل او پاتې نورې په د هرات،  
مزاري شريف، جلال آباد او خوست په حوضوی  
روغتونو کې د ایدز د ناروغانو درملنې په ورتیا توګه مخ ته  
ورې.

**یا معافیت:** دا ویروس په معافیتی سیستم  
باندی اغېزه کوي او د نورو ناروغیو پر وراندې د انسان  
معافیتی سیستم کمزوری کوي.

**یا ضعیفوالی:** انسان د معافیتی سیستم د  
ضعیفه کيدو لامل کېږي.

**یا د نښو مجموعه:** په ایدز باندی اخته  
کس کې د ګنوښو او نښانو لامل کېږي.

**پوبنتنه:** د ایدز ناروغی د لمري حل لپاره چېرته او  
خرنګه منځ ته راغله؟

د ایدز ناروغی په لمري حل په ۱۹۸۱ ميلادي کال کې  
دامريکا په هيود کې د هغه کسانو په مينځ کې چې يوله  
بله یې جنسې اړیکې ټینګولی منځ ته راغله. او داسي  
شواهد هم ليدل کېږي چې مخکې له مخکې دغه  
ناروغی د نړۍ په نورو برخو کې هم شتون درلود.

**پوبنتنه:** کله چې یو خوک د اچ آی وی په ویروس اخته  
کېږي ه خومره وخت پکار دی ترڅو د ایدز سبب  
وګرځی؟

په اوسيني وخت کې د اچ آی وی او د ایدز د علايمود پیدا  
کيدو تر مينځ چې کوم حد تعین شوی دی هغه لس کاله  
دي. چې دغه وخت دیو شخص خخه تر بل شخص پوري  
فرق پیدا کوي او په دیرو نورو عواملو پوري اړه لري لکه  
د شخص روغنیایی حالت او دasic نور. او س چې د  
ویروس کوم ضد درمل وجود لري نو کولای شي د ویروس  
د تکر په مقابل کې خند وګرځی او د بدن د معافي  
سیستم چتمک ويچاریدو مخه ونیسي. او همدارنګه موږ  
کولای شود هغه نارغیو مخه ونیسو او یا یې درملنې وکړو  
چې د ایدز سره یوځای رامنځ ته کېږي. هرڅومره چې  
اچ آی وی ژتر ژره تشخيص شي په همغه اندازه د دې  
مرض د مخنيوي او درملنې لپاره لاره هواره کېږي.

**پوبنتنه:** د اچ آی وی ویروس د کومو لارو خخه د انسان  
بدن ته ليپدول کېږي



ممکن است مادری که به ویروس ایچ آوی وی آلووده باشد، کودک نوزاد او نیز آلووده به دنیا بیاید؟

پداسی حال کې چې د اج آی وي ویروس د بدن په تول مایعاتو کې شتون لري نودغه ویروس د امیدواری، زیرون او د شیدو ورکولو په وخت کې له اخته مور خخه ماشوم ته لیردول کېږي او په ماشومانو کې د ایدز نښې نښاني نظر غتیانو ته په چتکۍ سره منځ ته راخې او مرینه هم په ماشومانو کې زیاته ده. هغه میندي چې د اج آی وي ویروس سره ژوند کوي باید له اړوند داکټر سره مشوره وکړي.

**پوبنتنه:** بعضې وخت داسې ګمان کېږي چې د ایدز ناروغي د علاج ورنده آیا همداسي ده؟

سره لدې چې د ایدز لپاره یو پریکنده درملنه شتون نلري ولې دیری هغه فرصت میندونکی انتانات چې په ایدز باندې اخته کسانو کې لیدل کېږي کیدای شي مخه بې ونیول شي اوله منځه یوړل شي.

داوسنی درملنې په مرسته کولای شود ویروس د تکشري ډیروالی مهار کرو، همدا اوس اوس د هغه کسانو په ژوند کې چې د اج آی وي سره ژوند کوي د هغوى د ژوند په دوام او خرنگوالی (کیفیت) کې د پام ور تغیر راغلی دي.

**پوبنتنه:** د درملنې په برخه کې طبابت خومره پرمختګ شوی دئ؟

له نیکه مرغه چې د ایدز ددرملنې لپاره ګټیور درمل حور شوی دي چې دغه درمل کولای شي د ناروغانو د ژوند کچه لوره بوزي

**پوبنتنه:** بعضی کسان چې په اج باندې اخته وي ولې د موجوده ننګ او کرکې له امله نغواړي د معابنې او درملنې لپاره زړه بنه کړي نو کیدای شي د دغه کسانو حالت نور هم مخ په خرابیدو شي، تا سې دغه کسانو ته خه پیام لرئ؟

**پوبنتنه:** آیا دغه امکانات چې تاسې یې د ایدز ددرملنې په برخه کې لرئ کافې؟

سره لدې چې د ایدز د ناروغانو ددرملنې په موخه په خو ولاياتو کې بنې امکانات برابر شوي دي ولې سره لدې د عامې روغنیا وزارت د ایدز، هیپاتیت او STI د کنترول د پروګرام ته باید لا بنې او دیر امکانات په اختیار کې ورکړل شي تر خو تول هغه کسان چې د اج آی وي سره ژوند کوي په اسانه او هر چيرته ورته لاس رسی ولري.

**پوبنتنه:** تر اوسه په افغانستان کې د هغنو کسانو (نارینه او بنجینه) شمیر چې د اج آی وي سره ژوند کوي خومره دئ؟

د نړیوال روغنیایی سازمان د اټکل له مخې به ۲۰۱۵ کال کې په افغانستان کې شاوخوا ۶۷۰۰ کسان داج آی وي سر ژوند کوي پداسې حال کې چې د ۲۰۱۵ کال تر پایه ۲۰۸۶ کسان اج آی وي مثبت تشخیص اورا جستر شوی دي.

**پوبنتنه:** د ایدز ناروغي د نړی په کچه د خومره کسانو ژوند د ګواښ سره مخ کړي دئ؟

د اج آی وي وافعات د نړی په کچه ۲۰۱۶ کال تر پایه په لاندې دول دي:

هغه کسان چې داج آی وي سره ژوند کوي د ۷۵ میلیونو (۳۴/۳ څخه تر ۴۱/۴ میلیونو) پوري دي.

هغه کسان چې دهمدې کال په جريان کې، نوي په اج آی وي باندې اخته دي ۲ میلیونه ۱،۹ څخن ۲/۲ میلیون) پوري دي.

هغه کسان چې د ایدز له کبله یې خپل ژوند له لاسه ورکړي دي ۱،۲ میلیونه (۹۸۰۰۰ څخه تر ۱،۶ میلیونه)

**پوبنتنه:** ګاهی ګفته می شود که کودکان نیز به بیماری ایدز گرفتار اند، چرا چنین می شود؟ ایا از نظر علمی

**پونستنه:** هغه عمنده ستونزی او مشکلات چې داییدزد کنترول ملي پروگرام يې د مبارزې په برخه کې ورسره مخامنځ دی کوم دي ؟

- د دغه ناروغانو، ددوی د کورنيو او حتی د روغتیاپي کار کونکو پرواندي کرکه او ناوره چلنډ
- د عامې پوهاوی تیته کچه
- د زیانونو د کموالي د تولګي تطبيق په بشپړه توګه (په خانګري توګه په زندانونو کې)
- د لور خطر گروپونو ته د خدماتو دوراندي کولو په موخه لاس رسی
- د کافی بودجې نشتون
- د تقول زرقی روردو کسانو لپاره د خدمتونو وراندي کول (%۳۰)

**پونستنه:** پیشنهاد های مشخص شما در این زمینه چیست؟

- هغه کسان چې د اچ آی وي سره ژوند کوي د درملنې لپاره بايد وه خول شي او ددوی د خورنې خخه بايد دده وشي
- د جامعي د روغتیا کارکونکو، ددولت د کارمندانو او تولو اړوندې اشخاص او مسؤولينو د پوهاوی کچې بايد لوره شي
- د اچ آی وي د ناروغانې سره د دوستی اظهارول او د طعنې وروکول خخه دده کول
- د پوهاوی د کچې د لوروالې په موخه په ټولنه کې د کمپاینونو په لاهه اچول
- د اچې اچ آوي د مختلفو لارو او خلک پري اخته کيږي نود مختلفو لارو بايد د خللو ذهنونه روښانه کړل شي

د اچ آی وي په هکله د معلوماتون شتوالی، د اچ آی وي د لیرد د لارو هکله معلوماتونه لرل (د اسي فکر کيږي چې تنها د ناروا جنسی اړیکوله لارې لیرد کوي، چې دا کلمه صحیح نه ده، بلکې د لیرد مختلفې لارې شتون لري)، دوی د اسي فکر کوي چې دا یوه خطرناکه او وژونکې ناروغي ده، او دوی د اسي فکر کوي چې د درملنې ورنه ده او لنده داچې دوی د اسي انګري چې اچ آی وي یوازې د ناروا جنسی اړیکو خخه لیردول کيږي پداسي حال کې چې په افغانستان کې دیرې اچ آی وي د ستنو او پیچکاريکانو او یا هم په اچ آی وي کړو وسايلو له لارې لیردول کيږي.

نوکه چيرې خوک فکر کوي چې ممکن د اچ آی وي له خطر سره مخامنځ شوی دئ بايد ژر تر ژره (عاجله توګه) خپله وينه معاینه کري څکه چې ممکن اچ آی وي ولري او هیڅ نښاني د کلونو راهیسي ونه لري نو بنا آباید هر خومره ژر کولای شي د اچ آی وي د حالت معلومولو لپاره خپله وينه معاینه او خان د مطمئن کري او روغتیاپي مراقبتونه بايد ژر تر ژره شروع کري مخکې له دې چې نښې نښاني نښکاره شي.

**پونستنه:** فکر کوي چې د اچ آی وي او ایدز په هکله خکلو ته عامه پوهاوی دیر اريں دی په خانګري توګه د اچ آی وي د لیرد لارې له یو کس خخه بل کس ته آیا تاسې په دې هکله خانګري پاملنې او اقدام کړئ دئ؟

د عامې روغتیا وزارت د ایدز د کنترول ملي پروگرام د مرسته کوونکو ادارو پرمت توانيدلی دی چې د دغه ناروځي د کنترول، مخنيوی او درملنې په موخه د هيوا د په مرکز کابل او ۱۴ نورو ولايتونو کې د زیانونو د کموالي، خپله خوښه مشوري او معاینې او درملنې مرکزونه ايجاد کري تر خوکولای شي ددغې لارې د ویروس لیرد کنترول او دلا خپریدو مخه یې ونیسي.



# محیط زیست خود را پاکیزه نگهداریم تا پاکیزه زنده گی کنیم!



حفظ الصحوه از محیط خانواده آغاز می شود. روزانه مقدار زیادی از چیز های اضافی در خانه به جود می اید، مانند میده های نان، میده های گوشت و استخوان، پوست میوه ها و سبزیجات، کاغذ پاره ها و چیز های دیگر. همان گونه در خانه کوشش می شود تا این همه چیز های اضافی در یک جایی گرد اوری شده و در زباله دانی ها انداخته شود تا خانه ما پاک باشد به همان گونه ما نباید با انداختن بیجا موارد اضافی و اشغال شهر خود

این سخن را بسیار شنیده ایم که «شهر ما خانه ماست». این جمله یک مفهوم بزرگ دارد. این سخن به این مفهوم است، که همان گونه که هر فرد در پاکی خانه خود مسؤولیت داریم، در پاکی شهر و سرزمین خود نیز مسؤولیت دارد، ما در دو محیط زنده گی می کنیم، محیط خانواده و محیط شهر، اگر ما خانه خود را پاکیزه نگهداریم؛ و در پاکیزه نگهداری شهر خود سهم نداشته باشیم و بر عکس آن را آلوده سازیم باز هم ما محیط سالمی برای زیست نداریم.

- وسائل سوخت خانگی، حمام‌ها و نوایی‌ها، گاهی در حمام‌ها از مواد پلاستیکی کار می‌گیرند که دود زیانباری تولید می‌کند،
- آزمایش‌های اتمی،
- انفجار‌ها و ادامه جنگ‌ها.

هوای کابل در سال‌های اخیر به میزان نگران کننده‌یی آلوده شده که این امر سبب گسترش انواع بیماری‌ها تنفسی در میان مردم شده است. گذشته از این آلوده‌گی هوا مشکلات دیگر صحی را نیز به میان می‌آورند.

آلوده‌گی هوا سبب مشکلات بینایی شده، خستگی، سر درد را به بار می‌آورد.

آلوده‌گی هوا بر فعالیت‌های شش‌ها و قلب تاثیر چشمگیری دارد، که گاهی سکته‌های قلبی و نفس تنگی را به بار می‌آورد. آلوده‌گی هوا سبب کاهش وزن نوزاد، شده و مرگ و میر را در میان کودکان افزایش می‌دهد. به همین گونه آلوده‌گی هوا بر حافظه انسان صدمه‌می‌زند، سبب سوزش چشم می‌شود، سرفه به بار می‌آورد.



در تمام کشورهای جهان دولت‌ها در رابطه به جلوگیری از آلوده‌گی هوا بر نامه‌های ثمر بخشی دارند، اما یک نکته روشن است که بدون همکاری مردم هیچ‌گاهی چنین برنامه‌هایی نمی‌تواند به گونه‌ثمر بخش تطبیق گردد. ما باید متوجه باشیم که با سوختاندن، پلاستیک‌ها، به آلوده‌گی محیط زیست نیفزاییم. در جهت دیگر همه ساله با نشاندن نهال‌ها در خانه، کوچه، باغ و شهر باید زمینه آن را فراهم سازیم تا هوای آلوده تصفیه شود!

را آلوده سازیم، آشغال و مواد اضافی که به سوی انداخته می‌شود، می‌تواند بهترین محیط نشو نمای میکروب‌ها باشد.

ما قطعی‌های نوشابه‌ها، پلاستیک، کاغذ و یا سوخته‌های سگرت خود را هم جا بر روی سرک‌ها می‌اندازیم و بسیاری‌ها می‌گویند که با انداختن یک قطعی چه می‌شود؟ اما گاهی از خود پرسیده ایم که در یک شهری که چند میلیون انسان در آن زنده‌گی می‌کنند، اگر روزانه یک میلیون تن سوخته سگرت یا قطعی خالی نوشابه خود را به هر سوی بیندازند، این می‌رسد به یک انبار بزرگ کثافات. هیچ‌کس حق ندارد که شهر را آلوده سازد برای آن که مه‌همه گان در شهر کار می‌کنیم و در شهر زنده‌گی می‌کنیم؛ پس شهر خود خانه مشترک ماست، باید خانه‌خود را شهر خود را پاکیزه نگهداریم و بدین‌گونه از پرگانده شدن مکروب‌ها که عامل بسیاری از بیماری‌ها اند جلوگیری کنیم! محیط زیست آلوده همیشه بیماری‌زا است.

باید در نظر داشته باشیم که محیط زیست تنها زمین نیست که تنها در اندیشه پاک نگهداشت آن باشیم؛ بلکه هوانیز بخش مهم از محیط زیست است. انسان در زنده‌گی خود بیشتر از آب و خوراک به هوانیاز دارد. اگر برای یک انسان از سه تا چهار دقیقه هوانرسد می‌میرد. در حالی که او می‌تواند چندین روز بدون خوراک زنده بماند. از همین جا می‌توان گفت که آلوده‌گی هوا در زنده‌گی انسان‌ها بسیار با اهمیت است که باید متوجه آن بود.

آلوده‌گی هوا دلایل گوناگونی دارد که می‌توان آن‌ها را این گونه دسته‌بندی کرد:

- فعالیت‌های صنعتی، یعنی کارخانه‌ها که خود مواد اضافی تولید می‌کنند که محیط زیست را بسیار آلوده می‌سازند،
- آتش‌زدن به زباله‌های که سبب افزایش دود در فضای می‌شود،





## د مور د شیدو په واسطه د تغذیه کولو ګتې دوهمم څېرکي

کم تر کمه د یوه ساعت لپاره ادامه ورکړي او له دواړو څخه پالنه (مراقبت) وکړي. مور باید له زیرون څخه یو ساعت وروسته لومړي څل شیدې ورکول پیل کړي تر خو اورې د ماشوم لومړنۍ خواره واوسي. په هغو میندو کښې چې د سزارین عملیې صورت نیولی وي او هوښيارې وي هم همدا ګرنې تر سره کېږي، لیکن که چيرته میندو عمومي اذستیزی اخیستې وي، په هوبن راتلو نه سمدلاسه وروسته دا تماس صورت نیسي او مور کولی شي شیدې ورکول پیل کړي.

له زیرون نه وروسته دمور د شیدو په واسطه د تغذیه وخت ۷. د لومړي څل لپاره باید کله له خپل نوزیزې ما شوم سره تماس ولرم او د خپل شیدو په واسطه د هغه تغذیه پیل کرم؟

له زیرون نه وروسته ارینه ده چې د روغتون کارکوونکی نوزیرې ماشوم وچ کړي او هغه سمدلاسه له جامو پرته د مور په پېړ باندې د پوستکی له پوستکی سره د تماس په بنې ځای په ځای کړي او مور او نوزیرې ما شوم دواړه وپوښي او دي تماس ته باید

بوتل په واسطه ورکړای شي، په دې دليل چې د مصنوعي تي خوکې او د مور د تي د روډلو تر منځ توپير موجود دي، نوماشوم د مور د تي د نیولو په صورت کې د تي روډلو په وخت کښې له تلولتيا سره مخامخ کېږي، د تي د روډلو د کموالي په صورت کښې د تي د شیدو تولید کمیرې او په ځنډ سره جريان پیدا کوي. که چيرته ماشوم یو یا دوه څله هم د مور له شیدو نه پرته د نورو موادو په واسطه تغذيه شي، په دې صورت کښې مور له لا زياتو ستونزو سره مخامخېږي او په داسي ماشومانو کښې د مور د شیدو په واسطه د تغذې پې کول د هفو ماشومانو په پرته چې په خالصه توګه د مور د شیدو په واسطه تغذيه کېږي زيات وي.

#### ۱۰. آيا مور باید د شې په پلوه هم خپل ماشوم ته خپلې شیدې ورکړي که څنګه؟

هو، تي روډونکي ماشوم د بیلا بیلو لاملونو له کبله د شې په لوري راوینېږي او ستاسو غېږي او شیدو ته اړتیا لري. د شې په لپوه د تي روډونکي ماشوم د تغذې په لارې د تي تحریکول د شیدو د تولید د ساتنې لپاره اړين دي. د هورمونونو د تولید کچه د شې په لپوه لوره ده. له همدي امله، د شې په لپوه د تي روډونکي ماشوم د تغذې په واسطه، د هغه د اړتیا درفع کولو پرته، لا زياتې شیدې تولیدېږي. بهه ده چې کافي اندازه استراحت وکړئ او تي روډونکي ماشوم له خان سره تر څنګ سملوئي. په دې صورت کښې تاسو کولی شئ هغه ته په خوب او وښه کښې شیدې ورکړئ.

#### ۱۱. ولې باید مور او ماشوم په یوه خونه کښې واوسې؟

د ماشوم د خوبې د روغتون له کرنو څخه یوه کرنه دا ده چې نوزېږي ماشوم باید له مور سره په یوه خونه کښې پاتې شي. نوزېږي ماشومان له زېړون نه وروسته په ځانګړې خونه کښې له مور نه جلانه ساتل کېږي. په دې ترتیب سره د مور او نوزېږي ماشوم تر منځ له عاطفې پیوند او د مور د شیدو په واسطه د نو زېږي ماشوم له تغذې په سره مرسته کېږي او مور د نوزېږي ماشوم د اړتیا و په وراندې هر کله چې وړې شي څواب واي او هغه ته شیدې ورکړي، ماشوم لېژړا کوي، له همدي کبله د شیدو د بوتل په واسطه د هغه تغذې په لړه اړتیا پیدا کېږي، میندي د

#### ۸. ولې باید له زېړون څخه هرڅه ژر پوستکي له پوستکي سره د مور تماس صورت ونیسي؟

حکه چې دا کار د مور او نوزېږي ماشوم د اړمتیا سبب کېږي، د مور او ماشوم تر منځ عاطفې پیوند چټک او اسانه کوي او د ژوند په راتلونکو کلونو کښې د شخصيت به تکامل او روانې حالت باندي د نوموري تماس ګټوري اغیزې پاتې کېږي. له دې پرته، نوزېږي ماشوم تود ساتي او د هغه د بدن د تودخې د درجې له سقوط څخه مخنيوی کوي. دا تماس همدا راز د تي په واسطه د تغذې په پیلولو او شیدو د بهير د سمبالتیا په برخه کښې مرسته کوي، د نوزېږي ماشوم تنفس او د زړه حرکات منظموي. د مور د بدن له میکروبونو سره د نوزېږي ماشوم د آشنايی له امله، د هغه د بدن مقاومت پیاوړي کېږي. د نوزېږي ماشوم ژړا کمیرې، د هغه روحي فشار او د انرژۍ لګښت کموالي مومي. نوزېږي ماشوم ته اجازه ورکوي تر خود مور تي پیدا کړي او هغه ونیسي او پخپله به تغذې پيل وکړي. له زېړون نه وروسته تر ۳ ورڅو پورې د نوزېږي ماشوم له مینځلو څخه ډډه وشي، په اکترو کونیو کې د نوزېږو ماشومانو د ناروغیو یو لامل هم په سره هوا، په ځانګړې توګه د کال په ساره موسم کې د مور او نوزېږي ماشومانو د تودولو د امکاناتو د نه شتون په صورت کې د نوزېږو ماشومانو د بدن له سرېدو څخه عبارت دي.

#### ۹. ولې باید د مور د شیدو په واسطه له تغذې څخه تر مخه باید نوزېږي ماشوم ته نور هیڅ دول خوراکي مواد ورنکړاي شي؟

يو شمير میندي يا نیاګانې مخکې له دې نه چې نوزېږي ماشوم ته د اوربرو په واسطه تغذې پيل کړي، هغه ته داسي مواد ورکوي، لکه: وچې شیدې، خوبې او به، کوچ یا نور مایعات. د نوموره موادو په واسطه تغذې خطرناکه ده حکه چې هغه د لومرنۍ تغذې په بنې د اوربرو ځای نیسي او د داسي انتاناتو لامل کېږي، لکه اسهال، مننجیت او د داسي ستونزو احتمال زیاتوی، لکه: حساسیت او اکزیما. نوموري مواد د ماشوم په روډلو کښې مداخله کوي، د ماشوم د لوبې د ارضالامل کېږي او په پایله کې ماشوم د مور د تي روډلو ته کمه ليوالتیا پیدا کوي. له دې پرته که چيرته نوزېږي ماشوم ته مصنوعي شیدې د شیدو د





جمهوری اسلامی ایران  
وزارت بهداشت،  
درمان و توانمندی اجتماعی

دمور شیدی تغذیه دمور او ماشوم تر منع د  
عاطفی ارتباط دقوی کیدو لامل کیری. نو په  
خپلو شیدو د ماشوم تغذیه مو د زیبون و روسته  
سمدستی پیل کری.

\*

تغذی با شیر مادر به معنی کاهش گازهای  
گلخانه‌ای، کاهش تخریب محیط زیست  
و کاهش آلودگی می‌گردد.

\*

تغذی با شیر مادر سبب کاهش تولید  
کاربن از اثر کاهش احتراق مواد نفتی می‌  
گردد. جهت تولید شیر مادر به برق  
ضرورت نیست و نه بخارط انتقال آن به  
مواد سوخت ترانسپورتی نیاز است، بنابراین  
سبب کاهش تولید کاربن دای اوکساید و  
گازهای گلخانه‌ای می‌گردد.

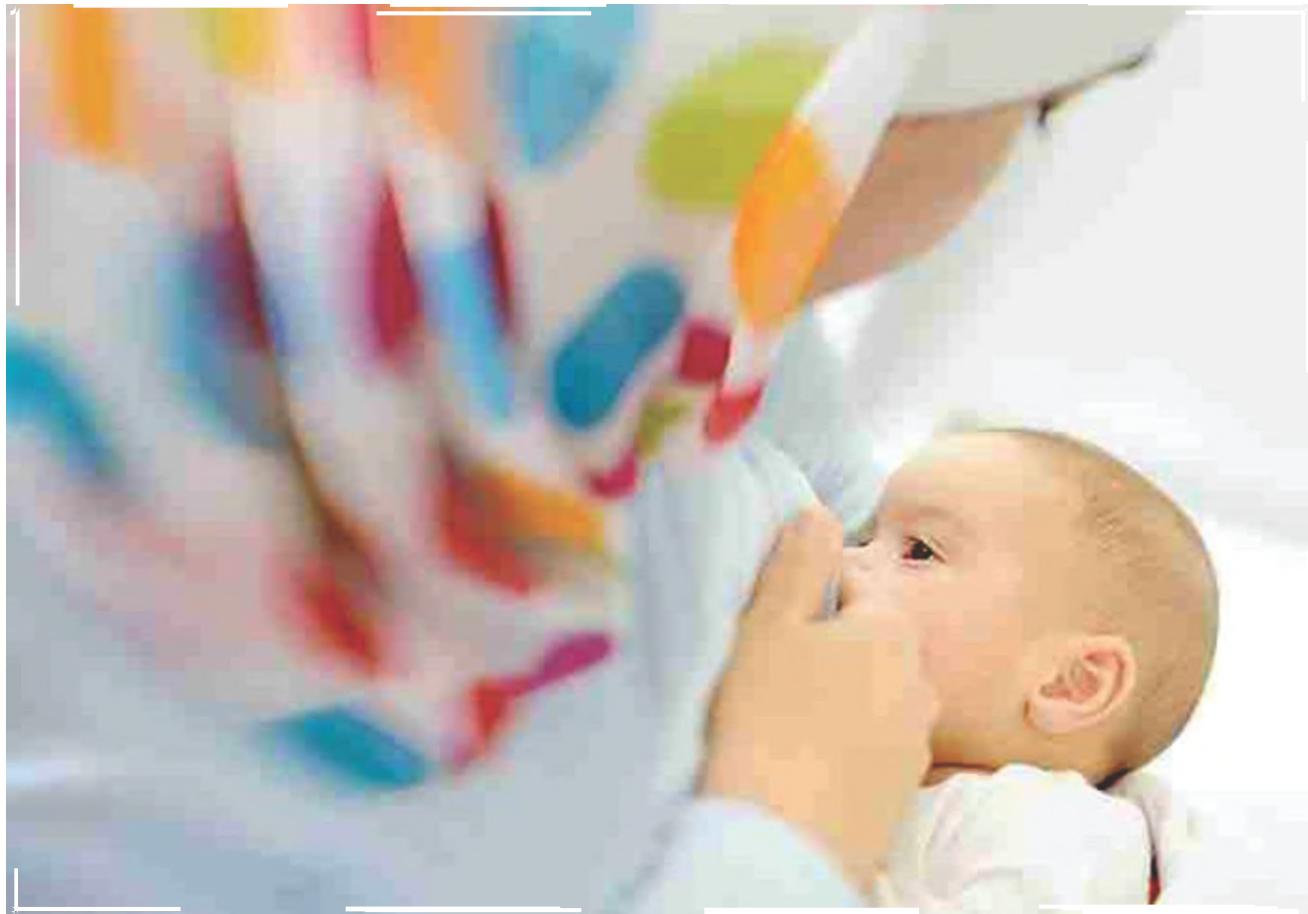
شیدو و رکولو په هکله په خپل نفس باندی لا زیات اعتماد پیدا کوی. له روغتون خخه له رخصتولو نه وروسته هم تی رودونکی ماشوم له خپل خان سره نرده سملوی تر خو وکولی شئ په خپل وخت سره د هغه ارتیاوو ته خواب ووايئ.

۱۲. تی رودونکی ماشوم په شپه او ورخ کښې خو ئله او د  
خومره مودی لپاره تی رودلو ته ارتیا لري؟

د تی رودونکی ماشوم تغذیه باید د ساعتونو پر بنسټ تنظیم نکرای شي، بلکه د هغه له لیوالیا او غوبښتنی سره سم باید ورته د شپه او ورخ کښې باید ماشوم ته د هغه له غوبښتنی په پرتله زیات تی ورکرای شي. كله چې د شیدو بهير منظم شو، په دې وخت کښې تی رودونکی ماشوم معمولاً د تی رودلو ته لیوالیا پیدا کوي او زیاتی شیدی روی. ماشوم ته اجازه ورکرئ تر هر وخته پوري چې هغه د تی رودلو لپاره لیواله وي تی رودنې ته دې ادامه ورکری، البتہ په دې شرط چې تی بې په سمه توګه نیولی وي. د مودی له پلوه د نوزیری ماشوم تی رودنه د هر خل تی رودنې په صورت کښې دیر توپیر لري. داسې چې تی رودنه له ۵ دقیقہ خخه نیولی بیاتر ۴۰ دقیقہ پوري معموله ده (که د تی رودونکی ماشوم تغذیه تل له نوموری مودی خخه زیات دوام وکری، دا کیدای شي د تی د ناسمی نیونې خرگندونه وکری. دا وضعیت د روغتیایی کارکوونکو په مرسته اصلاح کرئ).

۱۳. د ماشومانو د عمر پر بنسټ باید د شیدو و رکولو  
تناسب خرنگه و تاکل شي؟

له زیبون نه نیولی بیاتر ۶ میاشتنی عمر پوري باید تی رودونکی ماشوم ته بل هیخ دول خواره او مایعات ورنکرای شي. د ۶ میاشتنی عمر په بشپړولو سره د مور د شیدو تر خنگ باید ماشوم ته په ورخ کې کم تر کم ۳-۵ خلہ بشپړونکي خواره ورکرای شي، لیکن تر ۲ کلنی عمر پوري د ماشوم لپاره تر تولو بنه خواره د مور له شیدو خخه عبارت دي.



## د مور د شيدو په واسطه د تغذيه کولو گته

دریم خپرکی

خخه ژغوري، تر دې بریده چې هغو ته نوزيرې ماشوم لومرنۍ واكسين وايي. اورېره د هغو شيدو په پرتله چې له اورېرو خخه وروسته توليديري د زييات مقدار پروتئينو، په غورو کښې د منحل ويتمينونو او داسي کاني موادو، لکه سوديم درلودونکي دي او د غورو او په اوبو کښې د منحل ويتمينونو اندازه یې کمه ۵۵. که خه هم چې د اورېرو حجم محدود دي او په هر تي کښې د هر خل شيدو ورکولو په لړ کښې کيداړي شي حتی د خورو خورو لو له یوې یا دوه وو کاشوغو خخه زييات نه وي، لیکن د نوزيرې

**د شيدو ورکولو په بهير کې د مور د شيدو ترکيب**  
۱۴. اورېره خه دي او د نوزيرې ماشوم د تغذيې لپاره خه اهميت لري؟

هغه شيدې چې له زېرون نه وروسته د لومړيو دوه وو، درېوو ورځو په بهير کښې توليديري د اورېرو یا کلسټروم په نامه يادېږي کومې چې غليظې دي او د ژېرنسګ یا روښانه رنګ لرونکې دي او له معافيتي موادو خخه بدایې دي او نوزيرې ماشوم له انتنانو

پیل کښې له تیانو خارجیبې، رقیقې وي او د تي رودونکي ماشوم د اړتیا ور او به تأمینووي او زیاته اندازه پروتین، لکنوز او نور مغذی مواد لري. منځنۍ شیدې چې د هر خل شیدو ورکولو په پای کښې له تیانو خارجیبې له غور خخه بدایې وي او د تي رودونکي ماشوم د اړتیا ور انرژي تأمینووي. له همدي امله بايد هر خل د مور د شیدو په واسطه تغذیې ته په چتکي سره پاي ورنکرای شي او تي رودونکي ماشوم بايد له تي خنې جلانکرای شي، بلکه بايد اجازه ورکرای شي تر خود مور د شیدو په واسطه تغذیې ته بايد تر هغه وخته پوري ادامه ورکرای شي تر کومه وخته پوري چې ورته ماشوم ليواله وي تر خو وروستى او غوري شیدې تر لاسه کري.



د ۶ میاشتو څخه وروسته مو خپل ماشوم ته د مور شیدو سربره گن نور نرم خواره د کمي اندازې څخه پیل کړئ او دفعات یې په تدریجي توګه زیات کړئ.



د مور په شیدو تغذیه - د ژوند بشتب!



ماشوم اړتیا هم همدومره ۵۵. د شیدو بهير له زیبون نه وروسته د دريمې نه تر شپږمې ورڅي پوري سمباليېري.

#### ۱۵. د نوزیرې ماشوم د معدې حجم له زیبون نه وروسته په لومریو ورڅو کې خومره وي؟

د نوزیرې تي رودونکي ماشوم د معدې حجم له زیبون نه وروسته د لومریو ورڅو په بهير کې دير کوچنې وي او کیدای شې د یوې کوچنې آلوچې په اندازه وي او د ژوند په دريمه ورڅ د یوه کوچنې زردآلو په اندازه وي، په دوهمه اونۍ کې د چرګې د هګې به اندازه او په یومیاشتنې عمر کې د یوې منځنۍ اندازه منې په شان وي. له همدي کبله ماشوم ته د مور له شیدو پرته د نورو اضافي مايعاتو او خورو له ورکولو نه دده وکړئ.

د مور اوربه یا لومنې شیدې هم له زیبون نه وروسته د لومریو ورڅو په بهير کې په همدي اندازه تولیدېري چې د نوزیرې ماشوم ټولو اړتیاوو ته بسنې کوي، له همدي کبله د هر ډول نورو مايعاتو او خورو ورکول د نوزیرې ماشوم په زیان دي او د هغوله ورکولو څنې باید دده وشي.

#### ۱۶. آیا د مور د شیدو ترکیب بدلون مومي، که داسي وي نو اهمیت یې خه دي؟

د مور د شیدو ترکیب د تي رودونکي ماشوم له ودي سره سم د هري تغذیې په لړ کښې، د شیدو ورکولو په بیلا بیلو دفعاتو کښې او همدا راز د ورڅې په تیانو کښې بدلون مومي. له زیبون نه وروسته په لومریو ورڅو کې په تیانو کښې اوربه تولیدېري. په اورپو کښې موجود معافیتی مواد د انتناناتو په وړاندې د نوزیرې ماشوم د ساتني لپاره حیاتي ارزښت لري. له اورپو نه وروسته د زیبون په ۷-۱۰ مه ورڅ تر ۲ او尼yo پوري انتقالی شیدې او له هغه نه وروسته رسیدلې شیدې ترشح کېږي. په رسیدلو شیدو کښې پروتین کم، لیکن په اوپو کښې منحل ویتمانیونه، لکنوز او غور په زیاته اندازه شتون لري. د تي رودونکي ماشوم په واسطه په مکرره توګه تي رودنه د مور د شیدو د مقدار د زیاتوالی لامل کېږي. له دې پرته، د شیدو ورکولو د هر خل په پیل کې د مور د شیدو غور کم وي، وروسته بیا د هغه کچه په تدریج سره زیاتېري: لومنې شیدې کومې چې د هر خل شیدو ورکولو په

# تب کنگو یا تب خون دهنده یک بیماری کشنده است



هم‌چنان از رسانه‌ها خواسته شد تا با نشر آگاهی‌های که از این کارگاه به دست آورده اند شهروندان را از خطر گسترش تب کنگو و شیوه وقایه آن آگاهی دهند.

دکتر احمد جان نعیم معین پالیسی و پلان وزارت صحت عامه در سخنان خود در پیوند به تب کنگو چنین گفت: «تب کنگو یک بیماری کشنده ویروسی است. این بیماری نخستین بار در سال ۱۹۴۴ در کریمه کشف شد. پس از آن یک چنین بیماری در سال ۱۹۵۶ در جمهوری کنگو کشف گردید. در نتیجه پژوهش‌های طبی به سال ۱۹۶۹ روشن شد که این دو بیماری

وزارت صحت عامه جهت جلوگیری از گسترش بیماری کشنده تب کنگو، به روز شنبه بیست و هفتم اسد سال جاری (۱۳۹۷) با راه اندازی یک کارگاه آموزشی اطلاعات و آگاهی‌هایی را برای شماری از علمای دین، ملا امان و خبرنگاران ارائه داشت. این کارگاه آموزشی به این هدف راه اندازی شده بود تا خطر گسترش بیماری تب کنگو در روزهای عید قربان گرفته شود. از ملا امامان خواسته شده تا اطلاعاتی را که به دست آورده اند با مردم شریک سازند تا در قربانی‌های خود شیوه‌های سالم ذبح حیوانات را در نظر داشته باشند.

دакتر سلیم سها مجموعه‌یی از اطلاعاتی را که در پیوند جنبه‌های گوناگون تب کنگو گرد آوری کرده بود، به اشتراک کننده گان توضیح داد که هرچند این امکان وجود دارد که هر شهروند یک کشور به بیماری تب کنگو گرفتار شود؛ اما قربانیان این بیماری را بیشتر این رده‌های اجتماعی تشکیل می‌دهند.

- مال داران، شبانان و آنانی که با تجارت مواسی سرو کار دارند،
- دهقانان و همه آنانی که به گونهٔ با حیوان‌ها و تربیهٔ حیوان‌ها سروکار دارند،
- قصابان و سلاخان و آنانی که کار و بار گوشت را انجام می‌دهند،
- کارمندان صحی بخش حیوانی،
- داکتران و کارمندان صحی که به درمان بیماران تب کنگو می‌پردازند،
- زنان خانه که با حیوان‌های حلال گوشت سرو کار دارند،
- زنان و دختران خانه که گوشت آلوده را پارچه می‌کنند و می‌پزند.

بیماری تب کنگو هر چند در حیوانات علامه‌ها و نشانه‌های مشخصی را نشان نمی‌دهد؛ اما در انسان‌های عالیم و نشانه‌های آن بسیار مشخص است. همین که کسی به ویروس تب کنگو گرفتار شد، از دو تا ۹ روز نشانه‌های زیرین در روی پدیدار می‌شود:

تب شدید ۴۰-۳۹ درجه، سردردی شدید، ترس از روشنایی، فشار پایین خون، ضربان آهسته قلب، تنفس شتابناک، دل بدی درد‌های بطنی، پیدایی دانه هایی بر جلد و ... از نشانه‌های نخستین این بیماری است.

در گام بعدی در اندام بیماری خون‌ریزی رخ می‌دهد. خون‌ریزی بیره‌ها، خون‌ریزی دستگاه تنفسی، دستگاه تناسلی، خون‌ریزی جلدی، به همین گونه خون‌ریزی داخلی

باهم، هم‌گون اند. به همین سبب آن را تب «کریمه - کنگو» نام نهادند. در انگلیسی به نام CCHF (Crimean Cogon Hemorrhagic Fever) یاد می‌شود.

تب «کریمه - کنگو» بیماری مشترک حیوانی و انسانی است. عامل انتقال آن گونه‌یی از «کنه» است که به نام Hyalomma ياد می‌شود. این کنه در بدن گاو، گوسفند، بز و حتا خرگوش به گونهٔ پرازیت یا طفیلی زنده‌گی می‌کنند. اما این بیماری چگونه از انسان حیوان به انسان انتقال می‌یابد، داکتر بشیراحمد حمیدی رئیس عمومی طب وقاوی در این ارتباط اطلاعاتی را ارائه کرد و گفت: «زمانی که کنه خون حیوان مصاب را می‌مکد یا آن را می‌گزد، با ویروس تب کنگو آلوده می‌شود. در گام بعدی کنه ویروس را به انسان به شیوه‌های زیرین انتقال می‌دهد:

- وقتی که کنه از بدن حیوان، خود را به بدن انسان می‌رساند، ماده از خود افزار می‌کند که جلد انسان را بی‌حس می‌سازد و ان گاه خون انسان را می‌مکد و بدین وسیله ویروس از کنه به انسان سرایت می‌کند و سبب بیماری تب کنگو می‌شود.

- تماس با خون، افزایات و انساج حیوان مصاب به ویروس تب کنگو در جریان ذبح، سبب می‌شود تا انسان به این ویروس آلوده شود،

- تماس با خون و افزایات بدن شخص که به این ویروس مصاب است نیز انسان دیگر را مصاب می‌سازد، کشـتار حیوانات در جایگاه‌های نامناسب و غیر مصوون، نیز خطر شیوع این بیماری را دارد، استفاده از گوشت نیم پخته و جگر نیم پخته نیز خطر مصاب شدن با این ویروس را دارد.

- همچنان زمانی که قصابان هنگام ذبح کاردی را که با آن گوشت حیوان را پارچه می‌کنند، اگر این کارد را آن گونه که دیده شده است در دهن خود بگذارند، اگر حیوان با ویروس تب کنگو آلوده باشد، ویروس به بدن قصاب انتقال می‌یابد »



- قصابان نباید کاردهی را که با آن حیوان را ذبح کرده اند یا گوشت پارچه می کنند در دهن گیرند.
- باید از ذبح حیوانات در جاهای نامناسب و آلوده جلو گیری شود و ذبح باید در جاهای پاکیزه صورت گیرد، برای جلو گیری از انتشار ویروس تب کنگو باید گوشت برای ۲۴ ساعت در یخ چال گذاشته شود، آنانی که در خانه های خود حیواناتی چون گاو، گوسفند و بز دارند نباید «کنه» حیوانات را با دستان برهنه از بدن آنان دور سازند؛ بلکه باید از دست کش استفاده کنند.
- در خانه وقتی گوشت شسته می شود، باید بانوان دست کش به دست داشته باشند.
- هم چنان در این کارگاه تاکید شد که اگر در خانواده کسی باتب شدید و دردهای شدید گرفتار می شود، استفراغ دارد و خون ریزی از دهان و بینی خود پیدا می کند باید هرچه زودتر به شفاخانه رسانده شود.
- در روزهای عید مردم بیشتر از هر زمان دیگری با ذبح حیوانات، تقسیم گوشت و خوردن گوشت سروکار دارند، اگر مراتب که گفته شد در نظر گرفته نشود، خطر مبتلا شدن به این بیماری می تواند افزایش یابد.
- داکتر شاه ولی معروفی آمر کنترول بیماری های ساری وزارت صحت عامه در ارتباط به این پرسش که تا کنون چند مورد از تب کنگو در افغانستان دیده شده است، گفت: در سال ۲۰۱۷ واقعه های تب کنگو به ۲۴۵ واقعه رسید که ۵۰ تن از آنان جان دادند.
- به همین گونه در سال ۲۰۱۸ به تعداد ۲۴۸ واقعه وجود داشت که ۳۲ تن از آنها جان های خود را از دست دادند.

در امعا و مغز، به سبب همین خون ریزی است که بیماری «تب کریمه - کنگو» را به نام تب خون ریزی دهنده نیز یاد می کنند.

این خون ریزی از دو تا سه روز ادامه می یابد و اگر به موقع درمان نشود سبب مرگ می گردد. بر اساس گزارش ها، سی درصد از مبتلایان به ویروس تب کنگو جان می دهند.

وزارت صحت عامه نگران آن است که در عیدهای قربان مردم به گونه گسترده حیوانات را قربانی می کنند. گوشت پارچه می کنند، پس این امکان وجود دارد که شماری از این حیوانات ویروس تب کنگو را در خود داشته باشند، یا هم در جریان ذبح خون کنه ها با خون حیوانات بیامیزد. یا هم قصابان و آنانی که در کشتار حیوانات سهم دارند با خون حیوانات آلوده به ویروس کنگو، آلوده شوند.

هم چنان اگر گوشت آلوده با ویروس باشد، این خطر وجود دارد که در هنگام شستن، پارچه کردن و آشپزی این ویروس به بدن زنان یا اشپزان انتقال یابد.

این در حالی است که سرایت این بیمار در فصل گرما نسبت به فصل سرما بیشتر می شود. پس باید تمام تدابیر در نظر گرفته شود که حیوانات به گونه صحی ذبح شوند.

هر چند تب کنگو بیماری بسیار کشنده است؛ اما راه های وجود دارد که می توان آن را مهار ساخت و از انتقال ویروس به انسان جلو گیری کرد. این امر نیاز به آگاهی دهی به مردم است.

از همین سبب وزارت صحت عامه با شانزده نهاد دولتی، غیر دولتی و جهانی تلاش های گسترده بی به راه اندخته است تا میزان خطر گسترش این بیماری را کاهش دهد.

در این کارگاه آموزشی تا کید شده که برای جلو گیری از گسترش بیماری تب کنگو باید مردم و قصابان این نکات را در نظر داشته باشند:

- هنگام ذبح حیوانات و پارچه کردن گوشت باید از وسایل و افزار های محافظتی چون دست کش، ماسک، پیش بند، عینک، استفاده شود.



# راه اندازی کارگاه آموزشی در پیوند به کتاب «صحت مادر و طفل»



ریاست صحت و باروری وزارت صحت عامه جمهوری اسلامی افغانستان، روز سه شنبه ۲۳ اسد سال روان با راه اندازی یک کارگاه آموزشی یک روزه در این وزارت نتایج آزمایشی کتاب «صحت مادر و طفل» را بررسی کرد.

از این کتاب تاکنون ۲۵ هزار جلد چاپ شده که بیشتر از ۲۱ هزار جلد آن برای خانواده‌ها توزیع شده است.

دکتر احمد جان نعیم معین پالیسی و پلان وزارت صحت عامه در مراسم گشایش این کارگاه در سخنرانی خود، در پیوند به این کتاب "گفت که این کتاب با استفاده از منابعی تهیه شده است که هم اکنون در بیش از ۹۰ کشور جهان از آن به حیث یکی منابع آموزشی استفاده می‌شود. استفاده این کتاب در افغانستان خانواده‌ها را کمک می‌کند تا در پیوند به صحت کودک و مادران باردار آگاهی‌های مفیدی به دست آورند".

در این کتاب رهنمایی‌هایی پیش از ولادت و بعد از ولادت، تغذیه کودکان، فاصله دهی در میان ولادتها، سودمندی‌های شیر مادر برای کودکان، حفظ الصحه کودکان و موارد مهم دیگری وجود دارد که می‌تواند مادران در امر بهبود صحت خود و کودک‌شان کمک کند.

در حال حاضر تطبیق پروژه توزیع کتاب "صحت مادر و طفل" در ولسوالی‌های میربچه کوت ولایت کابل و کامه ولایت ننگرهار به طور آزمایشی مورد اجرا قرار گرفته است. قرار است در آینده نزدیک این کتاب به گونه‌رسمی در تمام مراکز صحی کشور توزیع می‌شود.

## ټکنیکي روپ نگتیا وزارت د پولیو ټکنیکي د لئه ننځنه

### ډولو په مبارزه کړي د ټولنې د ګزیاتې

#### ګلاظې غنوښتنې کړي

په افغانستان کې دا مهال شاوخوا ۱،۲ میلیونه ماشومان له بدھ مرغه د پولیو ضد واکسین خخه بې برخې پاتې کېږي. دا ځکه چې دوی په هغو ولسوالیو کې ژوند کوي چې د پولیو واکسین کمپاینونو ته کور په کور اجازه نه ورکول کېږي، یا کورنۍ د پولیو واکسین خخه ډډه کېږي او یا هم کله چې واکسیناتوران کورنوته ورخې، ماشومان د واکسین کولو لپاره نه راویستل کېږي. کور په کور د پولیو ضد واکسین کمپاین یواخنی لاره ده چې په دې سره کولای شو پولیو محو کرو. کومې کورنۍ چې د پولیو ضد واکسین خخه ډډه کوي، ګویا هغوي خپل ماشومان په خپل لاس د پولیو د اخته کیدو په خطر کې اچوي. په نړۍ کې د مسلمانانو میلیونونه ما شومان د پولیو په وراندې د واکسیناسیون د پرله پسې کمپاینونو په پایله په خوندي توګه وقایه کړي دي. د افغانستان، پاکستان او نایجریا هیوادونو خخه پرته د نړۍ هر اسلامي هیواد پولیو ناروغی له خپلې خاورې محو کړي.<sup>۵۵</sup>

دعامې روغتیا وزیر وویل: زه غواړم چې په ډاګه یې کرم چې د پولیو په وراندې دا یوه بې پري مبارزه، موخه یې ددې ناروغی خخه یوازې د هیواد دماشومانو خوندي ساتل دي. په تیرو ۳۰ کالو کې له هغې مودې خخه چې نړۍ ددې ناروغی د له منځه ورلو په خاطر سره راغوند شول، د افغانستان، پاکستان او نایجریا هیوادو خخه پرته د نړۍ نور هیوادونه د پولیو د له منځه ورلو هدف ته ورسیدل. افغانستان کيدلای شي یو داسي هیواد شي چې د پولیو د له منځه ورلو ویار د ټولې نړۍ لپاره وګتي که چيرې ددې ناروغی په وراندې په ګډه مبارزه وشي.

کابل، د ۱۳۹۷د کال د وری ۲۵ مه - د پولیو کوم وروستی مثبته پیښه چې د ارزگان ولايت خڅه راپور شوه، د پولیو په له منځه ورلو کې د ټولنې د ګړو د لازیاتې وندې د اړتیا بشودنه کوي. دغه پیښه د یاد ولايت په شهید حساس ولسوالی کې رامنځته شوه چې په ترج کې له بدھ مرغه یو ۱۱ میاشتني هلک ماشوم د تل لپاره فلچ شو. په دې سره په افغانستان کې د پولیو د مثبتو پیښو شمير په روان زېړدیز کال کې ۱۳ پیښو ته رسېږي. افغانستان په روان کال کې په نړۍ کې تر ټولو دېږي مثبتې پیښې لري چې ټول تال د نړۍ ۷۵ سلنډ د پولیو پیښې په همې هیواد کې ثبت شوي دي.

داعامې روغتیا وزیر داکتر فیروز الدین فیروز وویل: دغه پیښه د ټولنې لپاره ویښونکی پیام دی چې د خداي مکړه د هغوي د غفلت په پایله کې زموږ نور ماشومان په دې ناروغۍ اخته نشي. مونږ سرکال د تیر کال په پرتله د پولیو د پیښو د لور خطر سره مخ یو. سره له دې چې د پولیو د له منځه ورلو پروګرام خپله دنده ددې ناروغۍ د پیښو په موندنه او خارنه کې په بنې توګه ترسره کړي او تل هڅه کوي چې نور ماشومان ددې بدمرغې ناروغۍ خخه وړغوري، خود ټولنې د ګړو د مرستې او وندې پرته نشي کولای دغه ناروغۍ په بشپړه توګه له منځه یوسې. عام وکړي با ید د پولیو په منځه ورنې کې وندې واخلي او د پولیو واکسین د کمپاینونو په بریالي پلي کیدو په تیره بیا په هغو ولسوالیو کې ددې ناروغۍ د لور خطر سره مخ دي، مرسته وکړي.



پولیو واکسین ته اړتیا لري، خکه د هغوي د بدنه دفاعي سېستم کمزوری او که چیرې واکسین نشي، پولیو په پولیو اخته کېږي. د پولیو ضد واکسین د هیواد او نړۍ په کجه د دینې عالمانو له خوا تائید شوی او ورکول یې ماشومانو ته حتمي او ضروري بللي دي. د پولیو واکسین راتلونکي کمپاين د روان کال د سپتیمبر له ۲۴ خخه تر ۲۸ نیټې پوري د هیواد په هغو سیمو کې چې د پولیو د لور خطر سره مخ دي، پلي کېږي.

په افغانستان کې لاهم د ګرمې او تودو خې موسم جريان لري چې په کې د پولیو ویروس سرايت او انتقال زيات وي. کوم ماشومان د کمپاينونو په بهير کې د غیابت او یاد کمپاينونو د ممانعت له وجوهې له واکسین خخه پاتې کېږي، هغوي ژر تر ژره نیړدې روغتیایي مرکز ته د واکسین کولولپاره یوړل شي. د پولیو ضد واکسین په بشپړه توګه خوندي دي او هیڅ دول منفي جانبی عوارض نلري. نوي زېړیدلی او ناروغ ماشومان تر ټولو

# پیام های درپیوند به فلج کودکان یا پولیو!

## پیام دوم:

واکسین کودکان در برابر بیماری فلچ کار دشواری نیست. دو قطره واکسین در دهان کودکان چکانده می شود و تمام گروه واکسین کننده ګان خود پشت دروازه خانه شما می آيند، شما مجبور نیستید که به جاهای دوری برويد! وقتی واکسین کننده ګان پشت خانه شما می آيند؛ مګر شما نمی توانيد کودکان تان را به نزد آنان ببرید!

این که کار دشواری نیست! این کار را بکنید دو قطره واکسین در دو لحظه در دهان کودک چکانده می شود. شما با این کار در حقیقت کودک خود را از بیماری فلچ نجات داده اید. روزهای کمپاين واکسین کودکان را به یاد داشته باشید! در این روزها در خانه بمانید و کودکان خود را واکسین کنید! ورنه سایه سیاه و شوم پولیو فلچ بر سر کودکان شما باقی خواهد ماند!

شما ادامه هستی کودکان خود هستید، بکوشید که در وجود کودکان تان استوار بمانید!

## پیام نخست

ګاهی متوجه شده اید که یک لحظه غلغلت می تواند تاثیر ناگواری بر زنده ګی شما داشته باشد! فکر کنید روزی واکسین کننده ګان پولیو یا فلچ کودکان دروازه خانه شما را تک تک می زند، شما تنبیه می کنید، کودکان خود را نمی برد تا واکسین شوند. یک روز می بیند که خدای ناخواسته این یان آن کودک شما فلچ شده است. دیگر از جای بر خاسته نمی تواند، راه رفتنه نمی تواند همان کودکی که تا دیروز با شور و هیجان به هر ګوشه خانه می دوید و خانه ترا پراز شادمانی و شور زنده ګی می ساخت حالا دیگر خاموش است، ناتوان و دل شکسته که نمی تواند از جای برخیزد و راه ببرود!

کودک را به شفاخانه می بردید؛ اما دیگر کار از کار ګذشته است. کودک شما دیگر درمان نمی شود. او فلچ شده است و در تمام زنده ګی فلچ باقی می ماند!

چقدر درد می کشید و با خود می ګویید: ای کاش آن روز تنبیه نمی کردم و کودکم را می بردم تا واکسین می شد!

کودکان تان را واکسین کنید تا تمام عمر در فلچ و نا توانی زنده ګی نکنند؛ و شما نیز از اندوه آنان ذره آب نشوید! به یاد داشته باشیم که کودکان ما ادامه هستی ما هستند!



# ۳۲۹ تن از شهروندان کشور در ولایت غور بینایی چشم های خود را دوباره باز یافتند!



در ماه اسد سال جاری خورشیدی گروه سیار مراقبت‌های صحی چشم وزارت صحت عامه در ولایت غور. در جریان فعالیت دو هفته یی خود چشمان ۳۲۹ تن نابینا را عملیات کردند که آنها دوباره توان بینایی خود را به دست آوردند. افزون بر این چشمان ۳۴۱۶ تن دیگر را پس از معاینه ادویه لازم داده اند.

بیماری‌های چشم و نابینایی یکی از مشکلات عمدۀ صحی کشور در افغانستان است. ارقام تخمینی سازمان صحي جهان و نماینده‌گی بین المللی وقايه از نابینایی، نشان دهد آن است که از ۵/۱ تا ۲ درصد شیوع نابینایی در افغانستان سبب نابینایی بیش از ۵۰۰۰۰۰ شهروند کشور شده است. این در حالی است که دست کم یک و نیم میلیون تن از خطر نابینایی تشوش دارند. به گونه میانگین سالانه دست کم ۲۵۰۰۰ تن در افغانستان دید یک چشم خود را از دست می دهند در صورتی که حدود هشتاد در صد این نابینایی‌ها می شود با وقايه و درمان آنرا پیش‌گيری کرد.



د عامې روغتیا وزارت د سترګو د روغتیای پاملرنۍ د امریت گرخنده نیم چه ۱۳۹۷ کال د زمری د میا شتی په ۱۴ نیته غور ولايت ته استول شوی وو د دوه هفتوا په لړ کې ۳۲۹ کسان چه رانده و د سترکې د پردې د جراحی عملیات په ذريعه هفوی خپل لید بیرته لاسته راور او ۳۴۱۶ کسان چه د سترګو په ناروغیو اخته وو معاینه او لازم درمل ورته تجویز شوی دی.

د سترګو ناروغی او روندوالي په افغانستان کي د عامې روغتیا یوه ستره ستونزه شميرل کېږي. د نړیوال روغتیای سازمان او د روندوالي د مخنيوي د بین المللی نمایندګي د ارقامو له مخی په افغانستان کي له ۱۰۵ خخه تر ۲ سلنډ (اضافه له ۵۰۰۰۰) خلک رانده او خه د پاسه یونیم میليون وګړي د دید تشوش لري. په منځنۍ دول په کال کي ۲۵۰۰۰ کسان په افغانستان کي د یوی سترګو لید د لاسه ورکوی پداسي حال کي چه تقریبا ۸۰ سلنډ دغه روندوالي د مخنيوي او تداوى ور دی.



# پیام‌های صحی برای وقایه از نابینایی

متوجه چشم‌های خود و چشم‌های کودکان تان باشید!



چشم انسان به همان اندازه که وظیفه بسیار مهم بینایی را به عهده دارد به همان اندازه آسیب پذیر می‌باشد و کوچکترین مشکل در چشم میتواند سبب نابینایی شود. متوجه چشم‌های خود باشید!

\*

روی و چشمان خود و کودکان تانرا پاک نگهداری‌ید؛ دست‌های آلوده و لباس ناپاک را به چشمان تان نمالي‌ید!

\*

چشمان خود و کودکان تان را دستکم سالی یکبار نزد طبیب معاينه کنيد. همچنان هر کودک بدون درنگ باید از نظر حس بینایی معاينه شود تا اگر بیماریهای ولادی چشم داشته باشند، تشخیص گرددند و به موقع درمان شوند!

\*

اگر چشمان کودکان تان انحراف یا کجی (قیچ) دارد، این نقیصه قابل اصلاح است و بهترین زمان آن پیش از سن پنج ساله‌گی است.



# نخستین مرکز درمان بیماری های سرطانی در کشور



دلیل نبود مراکز درمان بیماری های سرطانی در کشور جان می دهنند.

وزیر صحت عامه کشور همچنان گفت که بیشتر از ۶۰ درصد بیماران سرطانی نیاز به تداوی شعاعی دارند. که با ایجاد این مرکز این امکانات در کشور پدید می آید تا بیماران سرطانی در کشور شعاع درمانی شوند. او گفت ۴۰ درصد دیگر با شیوه های جراحی، کیمیاوی و بیولوژیکی در این مرکز درمان خواهند شد.

این مرکز با پیشرفت ترین دستگاه های تشخیص و تداوی بیماری های سرطانی مجهر خواهد بود. داکتر فیروز تاکید نمود که این دستگاهها دو سال پیش وارد نظام طبی جهانی

داکتر فیروزالدین فیروز وزیر صحت عامه کشور، روز سه شنبه ۹ اسد سال روان تفاهم نامه بی را با اقای «سکات بروم» رئیس نهاد صحی امریکایی گلوبل میدیکل پارتنرز (شرکای طبی جهانی) امضا کرد. بر اساس این تفاهم نامه، یک مرکز همه جانبی تشخیص، درمان و تحقیق بیماری های سرطانی در شفاهانه جمهوریت ایجاد می گردد.

وزیر صحت عامه کشور در یک کنفرانس خبری که در وزارت صحت عامه راه اندازی شده بود به خبرنگاران گفت: «سالانه دست کم بیست هزار تن در افغانستان به بیماری های سرطان مبتلا می شوند که ازین میان کمابیش پانزده هزار تن آنان به

# پیام‌های صحی

## در پیوند به سرطان سینه

در افغانستان همه ساله بیشتر از ۳۵۰۰ بانو به سرطان سینه مبتلا می‌شوند که کما بیش نیم آنان به دلیل این بیماری جان می‌دهند.

\*

هر کال په افغانستان کې له ۳۵۰۰ د ډیرې میرمنې د سینې په سرطان اخته کېزې چې له نیمایی خخه ډیرې خپل ژوند له لاسه ورکوي.

\*

اعراض و علایم سرطان سینه: موجودیت کتله درسینه یا زیربغل، چملک شدن پوست سینه، تغیر در شکل، اندازه و رنگ سینه، فرو رفتگی نوک سینه، نارنجی شدن پوست سینه و افزایش غیر شیری از سینه.

\*

د سینې د سرطان نښې: په سینه کې او یا په تخرگ کې د غوټې شتون، د سینې د پوستکي غونجیدل، د سینې په شکل، اندازه او رنگ کې بدلونو، د سینې د خوکو کشوالي یا دننه والی، د سینې پوستکي نارنجي شکله کيدل او د افرازو ترواتل له سینې خخه چې شیدې ندي.

\*

تشخیص و تداوی به وقت سرطان سینه، زنده گی مطمین!

\*

د سینې د سرطان پر وخت تشخیص او درملنه، پادمن ژوند

شده و در کشورهای ها توسعه یافته از آن کار گرفته می‌شود،



اما کشورهای توسعه نیافته هنوز به چنین دستگاه هایی دست رسی کامل ندارند. این نخستین باری است که یک چنین مرکز تشخیص و تداوی سرطان در افغانستان پایه گذاری می‌شود. بن مرکز در محوطه شفاخانه جمهوریت ساخته می‌شود. وزارت صحت عامه انتظار دارد که این مرکز، می‌تواند هر ساله ۳۰۰۰ هزار بیمار سرطانی را از رفتن به کشورهای دیگر برای درمان سرطان، بی نیاز سازد.

در همین حال آقای سکات بروم رئیس نهاد صحی «گلوبل مدیکل پارتнерز» از تلاش‌های رهبری وزارت صحت عامه برای فراهم نمودن زمینه تداوی شعاعی بیماری‌های سرطان در کشور قدردانی نموده گفت: «در افغانستان بیشتر بیماران سرطان به دلیل مشکلات اقتصادی و نداشتن دسترسی به خدمات درمان سرطان جان میدهند. ایجاد این مرکز زمینه تداوی را برای مردم این کشور فراهم می‌کند. نهاد گلوبل مدیکل پارتnerz معهد بر همکاری‌های دوامدار خود در افغانستان می‌باشد.»

این پروژه دست کم ۲۵ میلیون دالر امریکایی هزینه بر میدارد و تا یک سال دیگر به بهره برداری سپرده می‌شود.

این در حالی است که وزارت صحت عامه پیش از این مراکز درمان غیر شعاعی بیماری‌های سرطان را در ولایت‌های کابل و هرات ایجاد کرده است و این نخستین بار است که یک چنین مرکز درمان شعاعی سرطان با ماشین‌های پیش رفته در کشور ایجاد می‌شود.

# افغانستان به سوی طبابت از راه دور



شهروندان به خدمات صحی بیشتر می‌شود؛ و ارائه خدمات صحی در کشور توسعه بیشتری پیدا می‌کند؛ بلکه این امر خود گامی است به سوی حکومداری الکترونیکی. در چارچوب این برنامه با استفاده از تکنولوژی معلوماتی میتوان بیماران را حتا در نقاط دور دست کشور نیز درمان کرد، بی آن که آنان به شفاهانه هایی در مرکز یا ولایات کشور سرگردان شوند. باور داریم که هیچ مشکل بزرگ سراسری در کشور را این یا آن نهاد دولتی یا غیر دولتی به تنها یی نمیتواند حل کند. حل مشکلات بزرگ به همکاری ها و همسویی های باثبات و دوامدار نیاز دارد. دردهای افغانستان و از آن میان مشکلات صحی در دهکده

دکتر فیروز الدین فیروز وزیر صحت عامه کشور، امروز هفتم اسد سال روان خورشیدی تفاهم نامه تطبیق پروژه طبابت از راه دور را با آقای محمد نجیب عزیزی رئیس اداره تنظیم خدمات مخابراتی یا اترادر مرکز رسانه های حکومت امضا کرد.

به نام خداوند بزرگ که در در آفرید و درمان رانیز! دوستان گرانقدر سلام و رحمت خداوند بر شما باد! امضای تفاهم نامه طبابت از راه دور در میان وزارت صحت عامه و اداره تنظیم خدمات مخابراتی یا اترادر حقیقت مرحله تازه‌بیرا در نظام طبابت افغانستان می‌گشاید. برای آن که با اجرای این برنامه نه تنها میزان دسترسی

ما تلاش داریم در چارچوب این برنامه همه شفایخانه ها و مراکز صحی کشور با هم دیگر پیوند دهیم. در جهت دیگر شماری از شفایخانه های کشور با شماری از شفایخانه های کشورهای دیگر نیز به وسیله تکنولوژی فایبر نوری پیوند پیدا میکنند. این امر زمینه آن را فراهم می سازد تا یک بیمار در یکی از شفایخانه های کابل با مشوره و تجارب داکتران کشورهای دیگر تشخیص و درمان شود.



برای سودمندی و کارایی بیشتر و بهتر برنامه طبابت ازراه دور و تکنولوژی معلوماتی، وزارت صحت پلانها و راهکارهای مشخصی را طرح و اجرامی کند. این برنامه به گونه امتحانی در سه شفایخانه آغاز می شود و در گام بعدی شفایخانه های پانزده ولایت با هم پیوند پیدا می کنند و در فرجم قرار است تمام شفایخانه ها و مراکز صحی کشور با استفاده از تکنولوژی فایبر نوری با هم وصل شوند!

پایان

ها، شهرک ها و شهرها در دهمه گانی و درد مشترک است. حل این درد مشترک به تلاش و برنامه ریزی شده مشترک نیاز دارد.

طبابت ازراه دور در حقیقت سهولتی است که تکنولوژی معلوماتی در اختیار ما میگذارد. طبابت مدرن به تکنولوژی مدرن نیاز دارد.

با استفاده از پیوندی که تکنولوژی معلوماتی در میان شفایخانه های کشور به وجود می آورد، این امر در نخستین گام مارابه سه هدف میرساند: تشخیص بیماری بیماران ازراه دور، مشوره دهی به پزشکان و بیماران ازراه دور، درمان بیماران ازراه دور،



تبادل تجربه ها، پیشرفت ها و گزارش های شفایخانه ها با هم دیگر، در چارچوب این تفاهم نامه نه تنها شفایخانه های کابل با هم پیوند می یابند، بلکه شفایخانه کابل با شفایخانه های ولایات نیز وصل می شوند. در حقیقت می شود گفت

# تجلیل از روز جهانی مبارزه علیه بیماری زردی

خون خود را برای زردی معاینه کنید!



هیپاتیت نام گذاری کرده است. در حقیقت سازمان صحي جهان با اين نام گذاري از همه کشورهای جهان خواسته است تا در پیوند به محدود سازی اين بیماری باید برنامه های مشخصی را روی دست داشته باشند تا اين بیماری را مهار سازند.

دکتر فیروز الدین فیروز وزیر صحت عامه کشور بیماری زردی را یک بیماری خاموش و خطرناک عنوان نموده گفت: «با تاسف این بیماری در میان مردم روز به روز روبه افزایش است. تاکنون در افغانستان ازدوازده میلیون تنی که خون آنان معاینه شده

وزارت صحت عامه جمهوری اسلامی افغانستان، روز دوشنبه هشتم اسد سال روان خورشیدی به مناسبت روز جهانی بیماری زردی نشستی را در این وزارت راه اندازی کرد.

امسال از روز جهانی زردی با شعار «خون خود را برای زردی معاینه کنید!» در سراسر جهان تجلیل گردید.

این بیماری سالانه در جهان جان یک و نیم میلیون انسان را می گیرد. شمار مبتلایان به ویروس زردی در سطح جهان به ۳۰۰ میلیون تن می رسد. چنین است که سازمان صحي جهان به سال ۲۰۱۰، روز بیست و هشتم جولای را به نام روز جهانی

از سوی دیگر وزارت صحت عامه به هم کاری اداره مداوا خیمه‌ئی را برای آزمایش خون برای تشخیص ویروس زردی بروپا کرده بودند که شماری از مقامات و اشتراک کننده گان این مراسم به هدف تشویق مردم در این راستا خون شان را آزمایش کردن.

هم چنان داکتر نقیب الله همدرد رئیس پروگرام ملی کنترول اچ ای وی و ایدز در پیوند به برنامه‌های آینده این وزارت برای مبارزه با این بیماری صحبت نموده گفت: «وزارت صحت عامه مصمم است تا به کمک و همکاری شرکای انکشافی و سازمان های بین المللی، قرارداد سازمان صحي جهان را جهت وقايه، تشخیص و تداوي هيپاتیت ویروسی که ۱۹۴ کشور آن را تصویب نموده عملی نماید و فعالیت های خود را در چهار استقامت کاري ذيل تنظيم می نماید:



- ۱- افزایش سطح آگاهی مردم در پیوند به چگونه‌گی انتقال و وقايه زردی ویروسی،
- ۲- گرد آوری ارقام و معلومات برای تنظیم برنامه و تصمیم گیری‌های متکی به ارقام،
- ۳- وقايه و جلوگیری از انتقال در بین نفوس عام و معروض به خطر،
- ۴- فراهم نمودن تسهیلات مواطنین و درمان افرادی که به ویروس مصاب شده اند.

است، دست کم چهل هزار تن مبتلا به زردی سیاه یا نوع B و ۱۸ هزار تن مبتلا به زردی سفید یا نوع C می باشند.»

وزیر صحت عامه کشور هم چنان اظهار نمود: سازمان صحي جهان و سازمان ملل متحده در چهار چوب یک برنامه دورنمایی تلاش دارند تا انواع بیماری زردی را تا سال ۲۰۳۰ محدود سازند. وزارت صحت عامه نیز در همین راستا تلاش می کند تا انتشار این بیماری را تا سال ۲۰۳۰ در کشور به حد اقل برساند.

وزارت صحت عامه خدمات وقايوی بیماری زردی را در ۱۶ ولایت کشور کابل، هرات، بلخ، کندهار، ننگرهار، کندز، غزنی، بدخشان، کنر، پکتیا، هلمند، پروان، خوست، نیمروز، فراه و دایکندي ارائه می کند. تاکنون دست کم پنج هزار تن در سال ۱۳۹۶ تحت واکسین زردی نوع B قرارگرفته و در ح دود



شش هزار تن در سال ۱۳۹۷ از استفاده کننده گان زرقی مواد مخدر تحت واکسین هيپاتیت قرار می گيرد. اين وزارت برای نخستين بار تداوى بیماری زردی نوع C را برای بیست هزار تن بیمار در کشور آغاز نموده است.

هم چنان در اين مراسم آقاي فرهاد در يا و آقاي گودرزى سفيران حسن نيت اچ ای وی - ايدز و دادخواهان برای مبارزه عليه بیماری ايدز صحبت نمودند و از مردم خواستند تا در برابر کسانی که مبتلا به بیماری ايدز و دیگر بیماری های واگیر اند برخورد عاطفى نمایند.



# انستیتوت علوم صحی حوزه وی در ولایت پکتیا



می شود که قرار است در آن ۱۳۷۵۰۰۰ دالر امریکایی هزینه شود. کار ساختمان این انستیتوت تا دو سال آینده تکمیل می شود. در چارچوب این کمک مالی، گذشته از کار ساختمان این انستیتوت قرار است ۳۰ تن فیزیوتراپیست، ۳۰ تن لابرات و ۳۰ تن ادویه ساز که ۴۰ درصد آن هارا خانم ها تشکیل می دهند آموزش خواهند دید. در همین حال آقای تاریه مکنووس و اتردال رئیس کمیته ناروی برای افغانستان که به مناسبت امضای این تفاهم نامه سخن رانی می کرد، ایجاد این انستیتوت را برای افزایش کارمندان صحی به خصوص قابل ها در این ولایتها بسیار مهم دانسته تاکید کرد که کمیته ناروی هم چنان به کمک های مالی و تخفیکی خود در بخش صحت در افغانستان متعهد است.

آقای واتردادل در ادامه سخنان خود گفت: نزدیک به چهل سال است که کمیته ناروی افغانستان را در بخش های مختلف هم کاری کرده و از سال ۱۳۸۱ به این طرف بخش صحت افغانستان را در آموزش قابل ها و نرس ها و فزیوتراپیست حمایت می کند.

در حال حاضر هشت انستیتوت علوم صحی حوزوی به هم کاری وزارت صحت عامه در ولایت های بلخ، کندز، هرات، بدخشنان، کندهار، فراه، هلمند و ننگهار فعالیت دارند که تا اکنون دست کم ۳۴۰۰۰ نرس، قابل ها و دیگر کارمندان مسلکی طبی از این انستیتوت ها فارغ گردیده و در نهادهای صحی کشور مشغول ارایه خدمات صحی اند.

پایه گذاری انستیتوت علوم صحی حوزوی در ولایت پکتیا دست کم یک میلیون و چهار صد هزار دالر امریکایی هزینه می شود! داکتر فیروزالدین فیروز صحت عامه جمهوری اسلامی افغانستان، یک شنبه ۱۴ اسد سال روان خورشیدی، تفاهم نامه بی را با آفای تاریه مکنووس ن واتردادل رئیس کمیته ناروی برای افغانستان، امضا کرد. ب راس این تفاهم نامه یک باب انستیتوت علوم صحی حوزوی در شهر گردیز ولایت پکتیا پایه گذاری می شود. با ساختمان این انستیتوت زمینه آموزش های بیشتر طبی برای ولایت های غزنی، خوست، پکتیا و پکتیکا فراهم می گردد.

داکتر فیروزالدین فیروز وزیر صحت عامه کشور از کمک مالی کشور ناروی در راستای ایجاد این انستیتوت ابراز تشکری نموده گفت: «هدف از ایجاد این انستیتوت افزایش کارمندان صحی در ولایت های نامبرده می باشد. کارمندان صحی به خصوص خانم ها در ولایت های جنوبی بسیار اندک می باشد و این ولایت ها نیاز جدی به کارمندان مسلکی طبی دارند.»

داکتر فیروز هم چنان علاوه نمود که در این انستیتوت کارمندان صحی به گونه مسلکی تربیه می شوند. افزایش کارمندان صحی در جهت بهبود عرضه خدمات صحی به خصوص کاهش مرگ و میر مادران و نوزдан خیلی ها مهم می باشد.

این ادستیتوت با حمایت مالی کمیته ناروی برای افغانستان ساخته

# شفاخانهٔ تروما در شهر کندز تا یک و نیم سال دیگر



دکتر فیروز الدین فیروز وزیر صحت عامه جمهوری اسلامی افغانستان، روز سه شنبه نهم اسد سال جاری تفاهم نامه‌بی‌ی را با آقای Djoen Bessflink نماینده طبیبان بدون سرحد MSF در دفترکارش به امضا رساند.

بر اساس این تفاهم‌نامه قرار است شفاخانهٔ تروما در ساحة ۲۵ جریب زمین در شهر کندز ساخته شود.

این شفاخانه را موسسه طبیبان بدون سرحد MSF به گونه‌ بدون عوض حمایت مالی و تکنیکی می‌کند. انتظار می‌رود کار ساختمن این شفاخانه تا یک و نیم سال دیگر تمام شود.

این شفاخانه افزون بر بیماران ولایت کندز، می‌تواند به گونه‌یک شفاخانهٔ حوزوی بیماران ولایت‌های بدخشان، تخار و بغلان را نیز پیذیرد. ادامه چند دههٔ جنگ مردم افغانستان رانه تنها از نظر جسمی؛ بلکه از نظر روانی نیز صدمه‌ی سنگینی زده است و این امر سبب گسترش بیشتر حوادث ترومایی در کشور شده است.

## په تول هیواد کې د پولیو ضد کمپاین د ۹،۹ میلیونه ماشومانو

### د خوندي کولو په موخه په لاره اچول شوي دي



کې د اس‌هالاتو یا نس ناستي او شري (سرخکان) پيښې راتيتوی او د ما شومانو د ژوندي پاتې کيدو چانس ۱۲ د % خخه تر ۲۴ % پوري لوروی.

په همدي حال، په دې کمپاین کې ۱،۲ میلیونه ماشومان د نه لاسرسی وړ په سيمو کې د واکسين کيدو خخه بنسي پاتې شي. دغوماشومانو زیاتره برخه د هیواد په سویلی او ختیحويو شمير ولسواليو کې چيرې چې په روان زیبديز کال کې د پوليو ديری مثبتې پيښې ثبت شوي دي، د واکسين تيمونو لپاره د لاسرسی ورنه دي. د بيلگي په توګه د کندههار په یوشمير ولسواليو کې ۱۱۷۶۴۰ ماشومان، په هلمند کې ۵۴۱۸۳۹ ماشومان، په

د افغانستان د عامې روغتیا وزارت د یونیسف ادارې او د روغتیا نړیوال سازمان په مرسته سبا د زمری ۱۴ مه په تول افغانستان کې د روان زیبديز کال دریم سرتاسري پوليو ضد کمپاین پلي کوي. د د غه پنهنه ورخني کمپاین موخه د پوليو ناروغۍ په وړاندې ۹،۹ د میلیونه د پنځو کالو کم عمره ماشومانو واکسين کول دي.

همدا راز په دې کمپاین کې شاوخو ۸،۹ میلیونه ماشومانو ته، چې د ۶ میاشتو نه تر ۵ کالو عمر ولري، د ناروغيو په وړاندې دهغوي د بدنه مقاومت لورلو په خاطر، د ويتمامين (A) کپسولونه ورکول کېږي. د ويتمامين (A) کپسولونه په ماشومانو

مونږ باور لرو چې افغانستان ویارلي خلک به د پولیو ټغر له هیواده ټول کري او دا هغه مهال شونی دی چې هر ماشوم د کمپاین په هر پراو کې واکسین شې. مونږ د ټولو بنسکيلو خواوو خخه غواړو چې د روغتیا یکارکونکو خوندي توب په جدي توګه په پام کې ولري ترڅو هغوي په داده زره ټولو ماشومانو ته لاسرسی وموسي. ”

دغه ملي کمپاین خه باندې ۵ ۷۰ زره د پولیو واکسین د متعهده کارکونکو په مت پلي کېږي او د ماشومانو واکسین کولو په خاطرد هر کور دروازه نکوي. کوم ماشومان چې د کمپاین په لوړيو ورڅو کې د واکسین خخه پاتې شې، د پولیو واکسین تیمونه د هغوي د واکسین کولو په خاطرد کمپاین په ورسټيو ورڅو کې هغوي کورنيو ته بیا ورځي ترڅو ځانونه داده کري چې هیڅ ماشوم ددې واکسین خخه بې برخې پاتې شوی نه دې.

د افغانستان لپاره د روغتیا نړیوال سازمان استازی ډاکټر ریچارت پیپر کورن ووبل: د افغانستان خخه د پولیو د له منځه ورلو په خاطرد ډله کمپاین یو ستر فرصت دي. که خه هم د تیر په پرته اوس مهال د پولود له منځه ورلو پروګرام لازیات غښتنی او پراخ شوی دی، خو لاهم په ځینو سیمو کې دا ویروس سرایت لري. مونږ باید ددې ناروځی په وراندې د وګرو خوندي توب په برخه کې خپلې لاسته راونې وساتو او خپلې هڅي لازیاتې ګرندي کړو ترڅو دغې ناروځی ته د پاي تکي کېږدو. مونږ د ټولو افغانانو خخه غښتنه کوو چې په دې ګډه مبارزه کې خپله ونده زیاته کري. په دې مبارزه کې د وروستیو ګامونو اخيستل آسانه کار نه دی خود امکان وړ دي.

د پولیو واکسین خوندي او غیزمن دی و هیڅ ډول جانبی منفی عوارض نه لري. دغه واکسین دینی مشهوره عالمانو لخوا په ملي او بين المللی کچه تائید شوی دی او ورکول یې ماشومانو ته د هغوي دروغتیا د خوندي ساتلو په خاطر حتمي او ضروري بللى دی.

ارزگان کې ۱۱۹۴:۶ ماشومان او په زابل کې ۱۴۶۵:۱۳ ماشومان په دې کمپاین کې د واکسین کيدو خخه بې برخې پاتې شې. ددې ستونزې د هواري په خاطر هڅي روانې دې چې د جګړي خواوې د واکسین تیمونه ته دا فرصت ورکري ترڅو دغه ماشومان هم ددې ناروځی په وراندې واکسین کري.

دعامي روغتیا وزير ډاکټر فیروز الدین فیروز، دغه کمپاین یې د ټولو کورنيو لپاره، ددې ناروځی په وراندې د هغوي د ماشومانو د خوندي ساتلو په خاطر یو مهم فرصت وباله او وېې ویل: ټولې کورني باید ددې فرصت خخه بنه استفاده وکړي او ددې دائمي فلچ کونکي ناروځی په وراندې د خپلو ټولو ما شومانو په تیره بیا د نوي زېړیدلې او د ناروځ ما شومانو واکسین کيدو خخه خپل ځانونه داده کري. په دې برخه کې غلغلت کړل د ماشومانو په حق کې یوه ستره جفا ده، حکمه ددې ناروځی خخه د ما شومانو د ژغورني یوازنی لار د کمپاین په هر پروا کې د هغوي واکسین کول دي.

د افغانستان، پاکستان او نایجیريا هیوادنو خخه پرته د پولیو ویروس د نوررو ټولو اسلامي او غیر اسلامي هیوادنو خخه د واکسین په مت محو شوی دی. په ۱۹۸۸ کال کې کله چې د پولیو د له منځه ورلو نړیوال پروګرام رامنځته شو، هغه مهال د پولیو ۳۵۰ زره مثبتې پیښې په ټوله نړۍ کې ثبت شوې وي. خونن یوازې ۱۳ مثبتې پیښې ثبت شوې دې چې له بده مرغه ۱۰ پیښې یې په افغانستان کې او ۳ پیښې یې په پاکستان یې رامنځته شوې دی. په افغانستان کې د پولیو مثبتې پیښې په هغو سیمو کې رامنځته شوې دې چېږي چې د امنیتی ستونزو او د پولیو واکسین د اهمیت په باب دخلکو د نه پاملنې له امله ګن شمیر ماشومان د واکسین خخه بې برخې پاتې کېږي.

د افغانستان لپاره د یونیسف دارې مرستیال بناغلی ستیفانو سوی (Stefano Savi) ووبل: « هر ماشوم د روغتیا او سلامتیا حق لري. د پولیو واکسین ما شومان د دائمي فلچ خخه چې په افغانستان کې یوه ستره روغتیا یکارکونکو خوندي کوي. زه د ټولو کورنيو خخه غوښتنه کوم چې د واکسین تیمونو په مخ د خپلو کورنو دروازې پرانیزې او خپل ماشومان ددې ویروس په وراندې چې د دائمي معلولیت سبب ګرځي، واکسین کري.



# ادویه از طریق هوا به ولایت غزنی، در روزهای دشوار



وزارت صحت عامه کشور امروز سه شنبه ۲۳ اسد سال روان، مقداری ادویه، سامان افزار و دیگر نیازمندی‌های طبی را از طریق هوا به ولایت غزنی فرستاد.

هدف از فرستادن ادویه و سامان افزار طبی به ولایت غزنی تجهیز مراکز صحی و رسیده‌گی فوری و بیشتر به زخمی‌های جنگ‌های اخیر در این ولایت میباشد.

قابل یاد آوری است که تمام مراکز صحی در جریان جنگ‌های اخیر در ولایت غزنی باز بوده و کارمندان صحی به گونه خسته‌گی ناپذیر خدمات صحی را برای زخمی‌ها تاکنون ارائه میکنند.

یکی از دشواری‌های بزرگی که همواره جریان ارائه خدمات صحی برای مردم را با گسستهایی رو به رو می‌سازد ادامه جنگ‌هاست. با این همه وزارت صحت همیشه تلاش کرده است تا با استفاده از توانایی‌های خود و با استفاده از توانایی‌های نهادهای همکاری خود در دوشوارترین شرایط شفاخانه‌ها و مراکز صحی را فعال نگهدارد. ارائه خدمات صحی یک امر بشر دوستانه است و پیوندی با سیاست ندارد، از این رو نباید از شفاخانه‌ها و مراکز صحی به گونه هدف نظامی استفاده شود.

## بخش تصاویر



## بخش تصاویر

