

سال جهاد اقتصادی گرامی باد

شماره سازمان جهانی بهداشت ((در سال ۱۳۹۰-۲۰۱۱))

۱۸ فروردین تا ۲۴ فروردین

مقاومت به داروهای ضد میکروبی ،
یک تهدید جهانی

Antimicrobial Resistance
And Its Spread World



مدرسه راهنمایی دکتر محمود افشار

منطقه ۳ تهران

فروردین ۱۳۹۰

جهاد بانفس، باکم خوردن غذا

جهاد بانفس کم خوردن غذا و شراب، تکلم الاکله و غیر حکم شیطان.

باکم خوردن و کم آشامیدن به جنگ نفس خود روید، که فرشتگان بر

سر شما سایه می افکنند و شیطان از شما می گریزد. (در کتاب مذهب در ایران)



دانش آموزان عزیز:

یکی از مهم ترین نعمت های خداوند به انسان طهارت و سلامتی است. داشتن زندگی سالم به سنی از دست دادن چیزهایی که از آن لذت می بریم نیست بلکه برآمد ریزی برای زندگی همراه با موفقیت، نشاط و سرزندگی است. تنها با تغییر بعضی از رفتارها و عادات نادرستی توان زندگی سالم تر و شادتری داشت.

۱۰ کلید طلایی سلامت:

کبد فعال: بیشتر است های خود را در وقت قوت، پیش از صرف غذا و خوردن غذای با آب و مایه های شیرین.

کبد دوم: مدت نماند غذای تلخ و ترش و انجام کارهای بدنی را به کسر از سلامت در ده گامش داریم.

کبد سوم: در زمان خواب به مدت ۱۰ دقیقه غایب شدن بینی داشته باشیم.

کبد چهارم: از خواب بیدار نشی در حدود ۱۰ دقیقه استاده کنیم.

کبد پنجم: با می توانیم، پس می توانیم سالم باشیم.

کبد ششم: غذا از وسایل شخصی خودمان مانند لیوان، بشقاب، کاس، استاده کنیم.

کبد هفتم: با خوردن صبحانه با کبیری خود را خراش داریم.

کبد هشتم: برای سلامت خود به جای خرید مواد غذایی تازه و دست نوردن غذا از غذای خانگی استاده کنیم.

کبد نهم: برای سلامت خود به جای نوشیدن کافه، از نوش آب جوی میوه استاده کنیم.

کبد دهم: از خوردن غذای خانگی، میوه و سبزی و شیر و ماست و مایه و سرکه ترخ استاده کنیم.

روز

جهانی

بهداشت



((هفته بهداشت گرامی باد))

مقدمه:

هر ساله مقارن با روز جهانی سلامت فعالیتهایی در دستگاههای مرتبط با امر سلامت انجام می گیرد سازمان جهانی بهداشت شعار سال ۱۳۹۰ - ۲۰۱۱ را:

مقاومت به داروهای ضد میکروبی ،
یک تهدید جهانی:

Antimicrobial Residance And Its Spread World

نام گذاری نموده است.

مقاومت میکروبی زمانی اتفاق می افتد که داروهای ضد میکروبی توانایی خود را برای مبارزه با میکروبیهای که سبب بیماری می شوند از دست داده اند .

مقاومت به دلایل مختلف بوجود می آید که مهمترین علت آن استفاده نادرست از داروهای ضد میکروبی میباشد این شعار به مفهوم استفاده درست با میزان مصرف صحیح در زمانهای مناسب می باشد هر کس از ما نقشی در مصرف داروها بطور معقولانه داشته بدین دلیل (منافع) آن برای همه مردم حفظ گردد.

چرا این پیام انتخاب شده است :

داروهای ضد میکروبی نظیر آنتی بیوتیکها برای میکروبیهای که سبب بیماریهای عفونی می گردند استفاده می شود.

همچنان فقط یک نوع از دارو برای یک میکروب خاص موثر می باشد استفاده بیش از حد از داروها مقاومت بیماری را به این داروها افزایش می دهد. بسیاری از شیوه های جراحی و درمانها ، بدون استفاده از آنتی بیوتیکها برای مبارزه با عفونتها ممکن نمی باشد.

نقش هرکس چیست:

استفاده صحیح از داروها بر عهده پزشکان، داروسازها و بیماران می باشد.

نقش پزشکان :

تجویز دارو برای بیماران می باشد وقتی دارویی تجویز می کنند باید چگونگی استفاده با میزان و زمان مصرف را به روشنی توضیح دهند .

نقش داروسازان :

مسئول انبار نمودن و توزیع صحیح داروها و ارائه دستورالعمل نحوه مصرف صحیح دارو می باشد داروهایی که تاریخ انقضاء آن گذشته ، بطور صحیح انبار نشده اند ، اثر بخشی خود را از دست می دهند

نقش بیماران :

بیماران باید داروها را بر اساس دستورالعمل نحوه مصرف و زمان تعیین شده استفاده نمایند آنها نباید بدون تجویز پزشک مصرف دارویی را تکرار کنند زمانی که بیماران دارویی را خریداری می کنند باید زمان مصرف دارو را

کنترل کرده و در محل صحیح نگهداری کنند.

دانش آموزان عزیز:

ایا شما میدانید که تولید یک نوع از داروهای ضد میکروبی بطور متوسط نیازمند ۱۰ سال کار سخت می باشد ؟ زمانی که یک دارو بی اثر می گردد تمام این تلاشها از بین می رود مردمی که بطور صحیح از این داروها استفاده نمی کنند نه تنها به خودشان آسیب می رساند بلکه اثر بخشی این داروها را کاهش داده و فرصت را برای استفاده دیگران از این دارو را می گیرند.

روز شماره هفته سلامت :

تاریخ	روز	عنوان
۹۰/۱/۱۸	شنبه ۵	مردم ، آموزش همگانی
۹۰/۱/۱۹	جمعه	نهادهای، سازمانها، رسانه ها
۹۰/۱/۲۰	شنبه	پرستاران، ماماها،
۹۰/۱/۲۱	شنبه ۱	عفونتهای بیمارستانی
۹۰/۱/۲۲	شنبه ۲	پزشکان عمومی و متخصص
۹۰/۱/۲۳	شنبه ۳	داروسازان، دامپزشکان، تولیدی مصرف داروهای ضد میکروبی
۹۰/۱/۲۴	شنبه ۴	سیاست ها، قوانین و تحقیقات در پیشگیری

