

### نگاه

### حمله پانیک چیست؟

حمله پانیک، یکی از اختلالات روانی است که در آن افراد تجربه‌های شدیدی از ترس و نگرانی و اضطراب را تجربه می‌کنند، این اضطراب به طور ناگهانی شروع می‌شود و باعث می‌شود فرد احساس کند که دچار حمله قلبی یا مرگ ناگهانی خواهد شد. علل بیماری، تنگی نفس، سرگیجه، تعریق، لرزش بدن، درد قفسه سینه هستند، این بیماری باعث می‌شود فرد از فعالیت روزمره خود دست بردارد و از ارتباط با دیگران دور شود، حمله‌های پانیک قبل از خواب، در بیداری و یا در زمان خواب رخ می‌دهد، وقوع حمله‌های پانیک در خواب باعث می‌شود که بیدار شوید و واکنش‌های فیزیکی مثل ضربان قلب سریع، عرق کردن و نفس نفس زدن را تجربه کنید و کسانی که در طول روز دچار حمله پانیک می‌شوند بیشتر از دیگران احتمال دارد که در شب هم این مشکل را تجربه کنند. حمله‌های پانیک معمولاً با این نشانه‌ها شناخته می‌شود:

طول مدت حمله معمولاً حدود ۱۰الی ۳۰ دقیقه‌شناخته می‌شود، در هر یک از حملات احساس شدید اضطراب ترس و نگرانی بروز می‌کند، و در مدت چند دقیقه به اوج خود می‌رسد و علت‌های مختلفی دارد.

علل ژنتیکی و ارثی، مصرف بیش از حد چای و قهوه، سیگار در افراد مستعد .مصرف مواد مخدر. بی‌خوابی بیش از حد و بعضی از بیماری‌ها مانند پر کاری تیروئید و یا دیابت.

درمان پانیک، با گیاهان دارویی می‌تواند بسیار مفید و موثر باشد، چون که گیاهان دارویی مواد طبیعی دارند و نقش بسزایی در درمان پانیک دارند و حمله‌های پانیک را کاهش دهد.

#### معاونت اجتماعی کلانتری ۱۶۹مشیریه

### مددکاری

## ۳۵ هزار میلیارد تومان سهم تسهیلات اشتغال مددجویان در سال ۱۴۰۲

همایش یاوران اشتغال مددجویان کمیته امداد با حضور وزیر اقتصاد و رئیس کمیته امداد برگزار شد. رئیس کمیته امداد در این مراسم با اشاره به برگزاری جشن خودکامیابی ۱۰۰ هزار مددجو در سال گذشته، گفت: سال گذشته ۲۵ هزار میلیارد تومان سهم تسهیلات اشتغال مددجویان بود که حدود ۷۰ درصد از این مبلغ جذب شد.دوی افزود: با این تسهیلات، سال ۱۴۰۲ تعداد ۲۶۷ هزار و ۷۰۰ فرصت شغلی در کمیته امداد ایجاد شد.بختیاری به برنامه مهارت‌آموزی مددجویان اشاره و تأکید کرد: حدود یک میلیون و ۴۲۵ هزار نفر تحت حمایت کمیته امداد مستعد اشتغال هستند که از این میزان بیش از ۶۰۰۰ هزار نفر بانوان سرپرست‌ خوار هستند. وی اضافه کرد: ۵۳۱ هزار نفر نیز آماده طرح اشتغال هستند که اگر تسهیلات اشتغال را دریافت کنند، می‌توانند به توانمندی برسند.سید مرتضی بختیاری رئیس کمیته امداد امام خمینی (ره) در مراسم تجلیل از یاوران اشتغال با حضور مدیران عامل بانک‌ها و وزیر اقتصاد و دارایی گفت:در سال گذشته با وجود اینکه در بودجه ۳۵ هزار میلیارد تومان برای کمیته امداد پیش‌بینی شده بود و تسهیلات قرض‌الحسنه ازدواج و فرزندآوری در اولویت بانک‌ها قرار داشت، مدیران عامل بانک‌ها و بانک مرکزی با وجود تمام مشکلات منابع و مصارف، دست ما را گرفتند. با وجود ناترازی‌ها، توانستیم بیش از ۷۰ درصد از این بودجه را در استان‌ها جذب کنیم. به همین دلیل، از وزیر اقتصاد و دارایی و بانک‌ها قدرانی می‌کنیم.وی عنوان کرد: بر اساس تأکیدات مقام معظم رهبری، ایجاد درآمد با ثبات برای نیازمندان همراه با حفظ حرمت و تکریم آنان باید در صدر برنامه‌های کمیته امداد قرار گیرد. ما معتقدیم این امر تنها با ایجاد اشتغال پایدار محقق می‌شود و اشتغال پایدار نیز نیازمند فرایند مهارت‌آموزی است. خوشبختانه در این زمینه تلاش‌های بسیاری صورت گرفته و برنامه‌های مهارت‌آموزی در اولویت اقدامات ما قرار گرفته است. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، بختیاری اظهار کرد: برای اینکه مشخص کنیم چه کسی واقعاً خودکفا شده است، سه شاخص اصلی تعریف کردیم: فرد باید به مدت ۱۸ ماه از تحصیلات و آموزش‌های مهارتی بهره‌مند شده باشد. وضعیت اقتصادی و اجتماعی فرد باید به‌طور قابل توجهی تغییر کرده باشد. درآمد ماهانه فرد باید بیش از حدی باشد که شورای کار وزرات تعاون و رفاه اجتماعی مشخص کرده است.وی افزود: سال گذشته بر اساس این شاخص‌ها، خوشبختانه موفق شدیم بیش از ۱۰۰ هزار نفر را از تحت پوشش کمیته امداد خارج کنیم. امسال نیز با وعده حمایت رئیس‌جمهور، امیدواریم تا پایان اسفند ۱۱۰ هزار نفر دیگر از مددجویان کمیته امداد به خودکامیابی برسند.رئیس کمیته امداد با اشاره به آمار مستعدین اشتغال تحت پوشش کمیته امداد گفت: ما اکنون ۱ میلیون و ۴۲۵ هزار و ۱۴ خانوار تحت پوشش داریم که از این تعداد، ۶۱ هزار و ۴۸۴ خانوار سرپرست آنها بانو هستند. همچنین ۹۶۸ هزار و ۶۷۳ نفر از این آمار در مناطق روستایی زندگی می‌کنند و تعداد افراد مستعد اشتغال در رده سنی ۱۸ تا ۴۰ سال بالغ ۵۳۱ هزار و ۳۳۰ نفر است.بختیاری گفت: اگر تسهیلات لازم به این گروه داده شود، سالانه بیش از ۲۴ هزار میلیارد تومان صرفه‌جویی در بیت‌المال خواهیم داشت. بنابراین، حمایت از طرح‌های اشتغال‌زایی برای ما نه تنها یک ضرورت اجتماعی، بلکه یک ضرورت اقتصادی است.

### حج و زیارت

## آغاز ثبت نام مقدماتی حج تمتع ۱۴۰۴ از ۵ آذر

ثبت نام مقدماتی حج تمتع سال آینده از ۵ آذر آغاز می‌شود.
به گزارش مهر، بر اساس اعلام قبلی سازمان حج و زیارت؛ از ۵ آذر ثبت‌نام مقدماتی (پیش ثبت نام) از افراد واجد شرایط تشرّف در حج تمتع سال ۱۴۰۴ آغاز خواهد شد.

اطلاعیه ثبت نام فردا منتشر و جزئیات پیش ثبت‌نام از دارندگان قیوض دوپعه‌گذاری اعلام خواهد شد.طبق اعلام قبلی سازمان حج و زیارت، هزینه اولیه این سفر به صورت علی‌الحساب ۱۵۰ میلیون تومان است و مبلغ نهایی به نرخ ارز بستگی دارد.

### هواشناسی

### بارش باران تا پنجشنبه در تهران

اداره کل هواشناسی استان تهران اعلام کرد: تا اوایل وقت پنج شنبه (اول آذرماه) با اثرگذاری متابود سامانه بارشی، شاهد باران و برف خواهیم بود. بر پایه واکاوی الگوهای همدیدی و بررسی نقشه‌های پیش‌یابی آسمان استان تهران؛ تا ظهر امروز (۲۹ آبان‌ماه) صاف تا قسمتی ابری در بعضی ساعات افزایش ابر، گاهی همراه با وزش باد، در بعضی ساعت‌ها افزایش نسبی آلاینده‌ها و کاهش کیفیت هوا در نواحی پرتدرد شهری پیش‌بینی می‌شود. تا اوایل وقت پنج شنبه (اول آذرماه) با اثر گذاری متابود سامانه بارشی، آسمان نیمه ابری تا ابرج، در بعضی ساعات بارش باران گاهی رگبار و رعد و برق وزش باد شدید در سطح استان و رخداد مه، گاهی بارش برف و باران در دامنه‌ها و ارتفاعات استان مورد انتظار است. همچنین از ظهر پنج شنبه تا روز جمعه (اول تا دوم آذرماه) آسمان صاف تا قسمتی ابری، گاهی همراه با وزش باد، در ساعات بعد از ظهر افزایش باد به‌ویژه روز جمعه در نیمه جنوبی استان پیش‌بینی می‌شود. به گزارش ایسنا، آسمان تهران امروز(۲۹ آبان‌ماه) قسمتی ابری تا نیمه ابری همراه با غبار صیحه‌گاهی به‌تدریج افزایش ابر و بارش باران گاهی رگبار رعد و برق با حداقل دمای ۱۱ و بیشترین دمای ۱۹ درجه سانتیگراد و طی چهارشنبه (۳۰ آبان‌ماه) نیمه ابری تا ابری، در بعضی ساعت‌ها بارش باران گاهی رعد و برق با حداقل دمای ۱۱ و بیشترین دمای ۱۹ درجه سانتیگراد و بیشینه دمای ۱۸ درجه سانتیگراد قابل پیش‌بینی است.

## مردم‌سالاری

### رئیس کنترل کیفی آزمایشگاه‌های سازمان پزشکی قانونی هشدار داد

# مواد مخدر و محرک جدید در کمین جوانان



رئیس کنترل کیفی آزمایشگاه‌های سازمان پزشکی قانونی در خصوص وجود مواد مخدر و محرک جدید در بازار سیاه کشور با ترکیبات خطرناک و توهم زا هشدار داد.

به گزارش اداره کل روابط عمومی و امور بین الملل سازمان پزشکی قانونی کشور، دکتر مریم اخگری گفت: متأسفانه افراد سودجو در بازار سیاه دارویی کشور میداردت به تبلیغ در خصوص بی‌خطری ترکیبات جدید و به عنوان ترکیبات گیاهی می‌کنند و جوانان و فرزندان ما بدون هیچ‌گونه آگاهی می‌دام می‌افتند در حالی که بر اساس بررسی‌های صورت گرفته در آزمایشگاه‌های پزشکی قانونی ترکیبات جدید بسیار خطرناک و اعتیادآورند.وی افزود: گذشته از اینکه مواد تولیدی ماهیتی خطرناک دارند، در فرایندی غیراستاندارد و غیر بهداشتی آماده و روش تهیه آن‌ها در آزمایشگاه‌های زیر زمینی غیر بهداشتی و یا آتشپزخانه‌های غیر استاندارد موجب آلودگی محصول تولیدی به انواع میکروارگانیسیم‌ها مانند باکتری، قارچ، ویروس و… شده و زمینه ساز ایجاد عفونت در بدن مصرف‌کنندگان خواهد بود.

رئیس کنترول کیفی آزمایشگاه‌های پزشکی قانونی با اشاره به اینکه گزارشات غیر رسمی مبنی بر ورود ترکیبات جدید مخدر و محرک جدید به کشور بوده می‌گوید: گفت: موادی مانند کروکودیل یا سه دودی، داتی یا نقطه، قرص اسید LSD و … از ترکیبات بسیار خطرناکی هستند که

با عنوان ترکیبات جدید و بدون خطر در اختیار جوانان قرار می‌گیرند در حالیکه مصرف این ترکیبات عوارض شدیدی در بدن ایجاد می‌کند و حتی مصرف مقدار بسیار اندک برخی از آن‌ها مانند قرص اسید، منجر به ایجاد حالات توهم زایی، رفتارهای ضداجتماعی و تهدیدکننده حیات در فرد مصرف‌کننده می‌شود. دکتر اخگری افزود: در روند تولید موادی مانند کروکودیل یا سه دودی از گازوئیل و بنزین به عنوان حلال استفاده می‌شود. شاید مصرف این ترکیب در فرد به صورت مقطعی ایجاد سرخوشی کند، اما بدون

### وزیر اسبق آموزش و پرورش شرح کرد

## پیشنهادات اصلاح مصوبه «تاثیر سوابق تحصیلی در کنکور»

کتاب درسی مراجعه می‌کنند و وقت بیشتری برای کتاب‌های درسی به جای جزوه‌های آموزشی معلمان صرف می‌کنند. وی با بیان اینکه هدفی که برای مصوبه دنبال می‌شد تا حدودی محقق شده است اما اینکه تمام دروس سه پایه متوسطه دوم را نهایی برگزار کنیم کار بسیار سنگینی است افزود: شخصاً در شورای عالی آموزش و پرورش قبل از امتحانات درباره موضوع تذکر لازم را داده‌ام زیرا این حجم کار است. توان وزارت آموزش و پرورش خارج از است. وزیر سابق آموزش و پرورش با بیان اینکه در شورای عالی آموزش و پرورش پیشنهاد داده شد که برای پایه‌های هدم و یازدهم، سه درس تخصصی و یک درس عمومی به صورت شناسور در نظر گرفته نشود تا کارشناسان نظرات منفی و مثبت نسبت به این مصوبه دارند علی‌القائنی وزیر اسبق آموزش و پرورش در گفت‌وگو با ایسنا، به تاثیر مثبت این مصوبه اشاره کرد و گفت: یازدهم و دوازدهم نهایی باشد که لازمه پیشنهاد دوم این است که شورای عالی

تحصیلی برای پذیرش در سال تحصیلی در حالی اجرا و به ازگان مسئولان علی‌رغم

ایراداتی که به آن وارد کردند، در کنکور سال تحصیلی جاری هم بدون تغییر، اعمال خواهد شد که عضو شورای عالی آموزش و پرورش معتقد است مصوبه مذکور توانسته به برخی اهداف مدنظر از جمله کنار زدن مافیای کنکور و رجوع دانش‌آموزان به کتاب‌های درسی نزدیک شود اما همچنان دارای اشکالاتی است که در جهت اصلاح آنها، پیشنهاداتی به شورای عالی ارسال شده است.

براساس مصوبه شورای عالی انقلاب فرهنگی، سوابق تحصیلی و نمرات نهایی امتحانات سال پایانی دانش‌آموزان در دوره متوسطه به صورت قطعی در نتیجه کنکور داوطلبان تاثیر گذار است و رتبه نهایی کنکور آنها را تعیین می‌دهد.

بر اساس بند ۳ ماده ۳ «سیاست‌ها و ضوابط ساماندهی صنایع و پذیرش متقاضیان ورود به آموزش عالی (پس از پایان متوسطه)»، سهم نمره کل سابقه

### نظام پزشکی از دولت درخواست کرد

## تعیین تکلیف تعرفه‌های پزشکی ۱۴۰۴ در شورای عالی بیمه



منظور پوشش آن، در عین حال گفت: تعرفه‌های خدمات پزشکی طبق قانون باید قبل از پایان سال نیز ابلاغ شود.

رئیس کل سازمان نظام پزشکی تأکید کرد: عدم تصویب در صورت

سوسید خدمات سلامت از جیب اعضا را ندارد؛ قاعدتاً ادامه این روند منجر به ناهنجاری‌هایی می‌شود. بنابراین تنها راه

این موضوع تقویت بیمه‌ها و پرداخت از طریق بیمه‌هاست. به این منظور نیز لازم است مطابق قانون، سهم سلامت از GDP افزایش یابد.

گفتنی است؛ سازمان نظام پزشکی پیش از این در نامه‌ای به وزیر بهداشت، چهار درخواست را مطرح کرده بود. در این نامه درخواست شده بود که جلسه شورای عالی بیمه طبق قانون و قبل از تصویب بودجه در مجلس، تشکیل شود و میزان تعرفه‌ها مشخص و همچنین قیمت واقعی خدمات جامعه پزشکی محاسبه شود.

جلسه ششورای عالی بیمه در پنج آبان‌ماه امسال با حضور وزرای بهداشت و رفاه و

شنبه ۲۹ آبان ۱۴۰۳ - ۱۷ جمادی الاول ۱۴۴۶ - ۱۹ نوامبر ۲۰۲۴ - سال بیست‌وسوم - شماره ۶۴۰۷

### بهداشت و درمان

### با پول دارو حقوق پرسنل را می‌دهند حال «دارو» خوب نیست



رئیس هیات مدیره انجمن پخش دارو و مکمل ایران به تشریح اوضاع نامناسب زنجیره تامین دارو در کشور پرداخت.

سیدابراهیم‌هاشمی، اظهار کرد: حال بازار دارویی ایران از ابتدا تا انتهای زنجیره خوب نیست، دلیل عمده اش این است که متأسفانه در کشور علت را برطرف نمی‌کنیم، فقط دنبال این هستیم مقطعی کار کنیم و معلول را گذرا حل می‌کنیم، به همین دلیل چالش‌های صنعت به راحتی قابلیت حل شدن ندارد.

وی با عنوان این مطلب که در فصل بودجه هستیم، افزود: یکی از جاهایی که بیشترین آسیب را به مجموعه صنعت می‌زند مطالبات حوزه دولتی است که دو بخش است، جایی که مجبور می‌شویم به دانشگاه‌های علوم پزشکی، بیمارستان‌ها و مراکز دولتی به زور کالا بدهیم، بدهی بالای ۱۴ و ۱۶ ماه دارند و مطالبات ۲۵ پخش اول کشور از دانشگاه‌های علوم پزشکی از ۲۱ همت بیشتر است و مجموعه زنجیره تامین دارو را فلج کرده است. هاشمی ادامه داد: دارویی که تحویل دانشگاه‌های علوم پزشکی داده‌ام و پول ما را ندادنده‌اند، اگر به اینها مطالبات ما از مجموعه هلال احمر، تأمین اجتماعی، سایر نهادهای وابسته به دولت اعم از مراکز نظامی و وابسته به دولت هم اضافه کنیم بالغ بر ۳۷ همت از مجموعه دولت به شکل مستقیم طلب داریم. وی با عنوان این مطلب که ۹۰ همت که از کل بازار دارو طلب داریم، گفت: بقیه طلب شرکت‌های پخش دارو که بیش از ۵۰ همت می‌شود، از داروخانه‌ها است، اما مشکل داروخانه‌ها این است که بخش عمده مطالبات آنها (داروخانه‌ها) از بیمه‌ها و طرح دارویار است. از این ۵۰ همت بیش از ۳۰ همت از بیمه‌ها و مجموعه دارویار طلب دارند.

به گزارش مهر، رئیس هیات مدیره انجمن پخش دارو و مکمل ایران تأکید کرد: بدهی‌های دولت کمر صنعت و زنجیره را از ابتدا تا انتها خرد می‌کند و مشکل امروز صنعت ما که حالش خوب نیست به دلیل کمبود نقدینگی است. در سی و چند سالی که انجام وظیفه می‌کنم الا وضعیت بی‌سابقه‌ای است، شرایطی که دولت بدهی زیادی دارد و قشمار به حوزه دارو و مجموعه داروخانه، پخش و تولید وارد می‌کند و نمی‌دانیم در آینده چه اتفاقی خواهد افتاد.

هاشمی افزود: این مسئله بی سابقه بوده است، چرا که چالش ما در گذشته اول تأمین ارز بود، امروز تأمین ارز چالش اول ما نیست به این دلیل که بانک مرکزی وقتی ارز به ما در حوزه دارو تخصیص می‌دهد ریال نداریم ارز بخریم، هیچ وقت در این شرایط نبودیم و هیچ وقت حوزه بانک محدودیت‌هایی که الان برای صنعت دارو ایجاد کرده هیچ زمانی ایجاد نکرده بود.

وی ادامه داد: وقتی در دانشگاه‌های علوم پزشکی تعرفه‌ها در همه ابعاد نه فقط دارو درست داده نمی‌شود بیمارستان دخل و خرجش نمی‌خواند چون اولویت اولش پرداخت حقوق پرسنل می‌شود هر پولی داخلش می‌شود برای حوزه بیمه بلعبده می‌شود و پولی نمی‌ماند که به دارو و موارد دیگر پرداخت شود.

به اسم دارو از بهمن سال گذشته تا مرداد ۱۴۰۳ بیش از ۲۲ همت پول گرفتند ولی یک ریال به ما ندادند.

هیچکس هم پاسخی نداشت، در همراه قرار بود ۱۰ همت تهاتر انجام شود، یک همت در حوزه تامین اجتماعی انجام شد و بقیه‌اش را متوجه نشدیم چه اتفاقی افتاد که اگر انجام می‌شد بخشی از مشکلات این حوزه مرتفع می‌شود و واقعاً حال دارو بد است و اگر جدی می‌بیند. هاشمی افزود: سال ۹۱ مدیر عامل پخش هجرت بودم، عمده داروهای ضد سرطان وهایتک و فرآورده‌های بیوتک وارداتی بود و تقریباً از ۸۹ تا اواخر ۹۲ که سیستم بانکی باز شد و سمت برجام رفت، اوضاع بهتر شد. در مقطع تحریم اول تقریباً روزی نبود که فحش نخوریم و کسی که به ما فحش می‌داد حق داشت چون داروی اش را می‌خواست ولی امکان تهیه دارو نبود چون بخش عمده وارداتی بود.

با یک سیاست درست بین ۹۲ تا تحریم بعدی سازمان غذا و دارو کاری کرد که بخش عمده تولید داخل شد، در تحریم دوم که از تحریم اول بسیار بدتر بود کمبودهای دارویی ما به مراتب کمتر بود چرا که تولید داخل داشتیم و صنعت ما به داد مردم رسید. تولید انجام شد، این تولید افتخار ملی است، در ترکیه و دیگر کشورهای همسایه ببینید هزینه‌های دارویی آنها چقدر است و چرا ما اینقدر کم هستیم. وی برای برون رفت از شرایط کنونی گفت: تعرفه‌ها و قیمت‌گذاری باید درست شود، پول دارو را به خود دارو بدهید و دولت به تعهداتش عمل کند و مداخله غیر کارشناسی در امور تخصصی نداشته باشد.

### بهریستی

## زمان واریز مستمری مددجویان شد در هر ماه مشخص شد

سرپرست معاونت توسعه مدیریت و منابع سازمان بهزیستی کشور اعلام کرد که مستمری مددجویان این سازمان در بازه زمانی ۲۰ تا ۲۲ هر ماه واریز می‌شود. علیرضا انجلاسی، سرپرست معاونت توسعه مدیریت و منابع سازمان بهزیستی کشور با اشاره به واریز مستمری به حساب مددجویان تحت پوشش این سازمان اظهار کرد: براساس برنامه‌ریزی‌های انجام‌شده، هم‌اکنون مستمری مددجویان طبق بازه زمانی تعیین‌شده، به صورت متمرکز توسط سازمان هدفمندی یارانه‌ها واریز می‌شود.

وی تصریح کرد: مستمری مددجویان تحت پوشش سازمان بهزیستی هر ماه بین ۲۰ تا ۲۲ واریز می‌شود. به گزارش تسنیم، سرپرست معاونت توسعه مدیریت و منابع سازمان بهزیستی کشور همچنین به واریز مستمری ۱۳ هزار معلول جدید تحت پوشش این سازمان اشاره کرد و گفت: مشکل موجود با سازمان هدفمندی یارانه‌ها در این بخش حل و فصل شده است. مستمری این افراد هم‌اکنون در حال واریز است. انجلاسی در ارتباط با افزایش مستمری مددجویان نیز گفت: هر تصمیمی که از سوی مسئولان اتخاذ شود، به‌طور کامل اجرا خواهد شد.

### فرمانده انتظامی کل کشور:

## ۸۰۰ هزار تبعه غیرمجاز از کشور طرد شده‌اند



بشپیم، فرمانده انتظامی کل کشور گفت: امروز هم شاهد این بودیم بعد از افتتاح ۱۲۰ واحد منزل سازمانی در البرز آئین می‌ادواریم با کمکی که دولت و مجلس محترم خواهند داشت بتوانیم در ساخت این منازل مسکن ملکی و همچنین

آئین کلتگریزی کانون بازنستگان استان البرز که سرمایه‌ها می‌ هستند انجام شد و آن‌شاهالله امیدوار هستیم در ظرف زمان کوتاهی بتوانیم این طرح‌ها را به بهره‌برداری برسانیم.سردار رادان افزود: فرماندهی