

ماه) غیر حضوری و به صورت «مجازی» دایر است. همچنین بر اساس این مصوبه فعالیت‌های ورزشی در فضای باز برای سایر مقاطع تحصیلی ممنوع است. با تصمیم کار گروه اضطرار آلودگی هوا، مجوزهای روزانه طرح ترافیک در روز چهارشنبه توسط شهرداری صادر نمی شود.

پیشتر هم این کار گروه در خوزستان، همه مدارس شهرهای اهواز، کارون و بابوی را روز سه‌شنبه غیر حضوری اعلام کرده بود. آلودگی هوا در بعضی از استان‌های ایران از جمله تهران، اصفهان و خوزستان سال‌هاست که به معضل بزرگی تبدیل شده و هنوز راه‌حلی برای مهار آن مطرح نشده‌است.

قبول (زد)، ۱۰۱ تا ۱۵۰ ناسالم برای گروه‌های حساس (نارنجی)، ۱۵۱ تا ۲۰۰ ناسالم برای عموم (قرمز)، ۲۰۱ تا ۳۰۰ بسیار ناسالم (بنفش) و ۳۰۱ تا ۵۰۰ بسیار خطرناک (قهوه‌ای) است.
از ابتدای سال جاری تا دیروز در تهران ۸ روز هوای پاک، ۱۷۰ روز هوای قابل قبول، ۵۵۰ روز هوای ناسالم برای گروه‌های حساس و ۵ روز هوای ناسالم در روز شمار شاخص آلودگی هوا به ثبت رسیده‌است. با توجه به تشدید آلودگی هوای پایتخت و بر اساس مصوبه کار گروه هماهنگی شرایط اضطرار آلودگی هوای تهران، کلاس‌های آموزشی پیش دبستانی و مقطع ابتدایی آموزش و پرورش در کلیه مناطق شهر تهران امروز (چهارشنبه ۲۴ آبان

تعطیلی مدارس و عدم صدور مجوز روزانه طرح ترافیک

هوای تهران در وضعیت قرمز است

شاخص آلودگی هوای تهران دیروز روی عدد ۱۵۱ وضعیت قرمز و ناسالم برای تمام گروه‌ها قرار گرفت. در این سطح از آلودگی هوا، افراد مبتلا به بیماری قلبی یا ریوی، سالمندان و کودکان باید از فعالیت‌های طولانی یا سنگین خارج از منزل خودداری ورزند. شاخص کیفی هوا از صفر تا ۵۰ هوای پاک (سبز)، ۵۱ تا ۱۰۰ هوای قابل



آگهی مناقصه عمومی

نوبت اول

شهرداری قیامدشت در نظر دارد پروژه های مشروح ذیل را به استناد آیین نامه مالی شهرداری ها از طریق مناقصه به شرکت های حقوقی واجد شرایط واگذار نماید.

ردیف	عنوان پروژه	مبلغ بر آورد (ریال)	میزان سپرده شرکت در مناقصه عمومی (ریال)
۱	تجدید یکم پروژه احداث ساختمان چند منظوره بحران و خدمات شهر واقع در محوطه پارکینگ عمومی شهر قیامدشت	۳۹,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱,۹۵۰,۰۰۰,۰۰۰

لذا از متقاضیان و اشخاص حقوقی واجدالشرایط که دارای شرکت مرتبط با موضوعات فوق می باشند، بدینوسیله دعوت بعمل می آید جهت شرکت در مناقصه مذکور مطابق شرح ذیل اقدام نمایند:

۱- نحوه دریافت اسناد مناقصه: از درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.

۲- آخرین مهلت ارسال و تحویل پیشنهادات و پاکات اسناد مناقصه: به صورت الکترونیکی طبق تاریخ مندرج در سامانه ستاد بارگذاری شود و فقط پاکت الف حاوی (تضمین سپرده شرکت در مناقصه)و پاکت ب حاوی اسناد و مدارک شرکت و شرایط شرکت در مناقصه تا پایان وقت اداری روز قبل از بازگشایی به صورت فیزیکی به دبیرخانه شهرداری واقع در بزرگراه امام رضا(ع) شهر قیامدشت- بلوار آزادی تقاطع-بلوار امام خمینی(ره) تحویل شود.

۳- زمان و محل بازگشایی پاکات اسناد مناقصه: مطابق تاریخ و ساعت مندرج در سامانه ستاد در دفتر شهردار واقع در شهرداری قیامدشت می باشد.

۴- سپرده برنده دوم و سوم پس از تنظیم قرارداد با برنده اول مسترد خواهد شد.

۵- شهرداری در رد یا قبول هریک یا کلیه پیشنهادات مختار است.

۶-به پیشنهادات فاقد مدارک معتبر شرکت و اساسنامه و ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۷- هزینه درج آگهی و کارشناسی به عهده برنده مناقصه خواهد بود.

۸- سایر اطلاعات و جزئیات در متن اسناد مناقصه در سامانه ستاد موجود می باشد و جهت اطلاعات بیشتر با شماره تماس ۰۲۱-۳۳۵۹۰۰۷۲-۲۱ داخلی ۱۱۱ تماس حاصل فرمائید.

نوبت اول : ۱۴۰۲/۰۸/۲۴ نوبت دوم : ۱۴۰۲/۰۹/۰۱

حسین تر کاشوند شهردار قیامدشت

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی مازندران در راستای اطلاع‌رسانی و ارتقاسطح آگاهی مردم شریف مازندران نسبت به میزان سلامتی خود و حفظ این گوهر ارزشمند دست به امری مهم زده و با ترویج فرهنگ خود مراقبتی سعی بر بالا بردن سطح سلامت مردم استان دارد.
در گزارشی که می‌خوانید کارشناسان و متخصصان این دانشگاه نکات مهمی را به مناسبت هفته پیشگیری از مسمومیت و نقش آن درسلامت فردی و اجتماعی مردم* مورد توجه قرار داده اند.

مسمومیت ناشی از دارو چیست؟

دکتر ابراهیم صالحی فر معاون غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی مازندران در ارتباط با مسمومیت های دارویی می گوید : مسمومیت دارویی شایع ترین عامل مراجعه مسمویت به بیمارستانهاست. اگر هر دارویی به روش نادرست، توسط فرد نامناسب یا به مقدار نامناسب استفاده شود می تواند منجر به مسمومیت گردد. مسمومیت ناشی از دارو به دو صورت مسمومیت های تصادفی (۴۸ درصد)و مسمومیت عمدی یا اوردوز دارویی(۵۲ درصد) اتفاق می افتد.

وی به علانم مسمومیت ناشی از داروها هم اشاره کرده و افزود:

علانم مسمومیت به نوع دارو و مقدار مصرفی آن بستگی دارد.اما علانم کلی مسمومیت می تواند شامل مواردی همچون احساس بیمار بودن، اسهال، درد شدید،مده، خواب آلودگی، سرگیجه یا ضعف، تب، لرز، از دست دادن اشتها، سردرد، تحریک پذیری، مشکل در بلع (دیسفاژی)، مشکلات تنفسی، تولید بزاق بیش از حد معمول، تهورات پوستی، سوزخگی، سوزخگی اطراف بینی یا دهان، دوبینی یا تاری دید، تشنج، از دست دادن هوشیاری، از دست دادن تعادل و هماهنگی بدن و در موارد شدید کما باشد.

او اضافه می کند: اگر فردی بیش از حد از یک دارو استفاده کند، ممکن است علانم خاص داروی مصرف شده و همچنین علانم عمومی تر دک شده در بالا را تجربه کند.

اگر فکر می کنید مسمومیت ناشی از داروها دارید چه کاری باید انجام دهید؟

مصرف بیش از حد دارو می تواند یک اورژانس باشد، حتی اگر در ابتدا خوب به نظر برسد.

در اغلب مسمومیت‌های اتفاقی و یا عمدی با داروها، برای اطلاع از نحوه انجام اقدامات اولیه، هرچه سریع‌تر در شماره تلفن مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم، ۱۹۰ داخلی ۳۱۲ و یا اورژانس ۱۱۵ تماس

بگیرید.

در صورت هوشیاری ضمن حفظ خونسردی نام دارو یا داروهای مصرفی و تعداد و دوز مصرفی دارو و ظروف قرص را برای بردن به بیمارستان نگه دارید تا به کادر درمان اطلاع دهید.

درصورت بروز مسمومیت چیزی نخورید و نایاشامید یا خود را باآار به استفرغ نکنید.

در گروه مسمومیت دارویی، (ارمیشخا) ها در سال ۱۴۰۱ و نیمه نخست سال ۱۴۰۲ بیشترین درصد مسمومیت(۳۷ درصد) را شامل می شوند. داروهای مسکن غیر مختر و سپس داروهای ضد آسفردیگی، آنتی باکتریوک ها، دی‌گوسکین و داروهای قلبی، آنتی بیوتیک و آفتانین و محرک های CNS در رتبه بعدی قرار می گیرند. مسمومیت با داروهای کورتون و کنتراستپتو شیوع کمتری دارند.

دکتر صالحی فر گفت:اغلب مسمومیت های دارویی نشانه دارند و بسته به نوع داروی مصرفی ممکن است علانم و عارضه متفاوتی بروز کند. برای مثال داروی آتروپین امثال آن موجب گشادی مردمک چشم می شوند و اگر فرد دارویی از این دسته مصرف کند با معاینه چشم میتوان به نوع آن پی برد. اما به طور کلی عوارض گوارشی مانند تهوع ، دل درد و ضعف و استفراغ ممکن است برای بسیاری از داروها رخ دهد در تنفس های تند ، سردرد و سرگیجه نیز ممکن است رخ دهد.

اختلال هوشیاری، تنگی نفس ، تشنج نیز از نشانه ها ی جدی مسمومیت دارویی به شمار میروند.

چه اقداماتی برای درمان مسمومیت ناشی از داروها انجام می شود؟

اگر متوجه شدید که فردی سهوی و یا از روی عمد مقاری دارو مصرف کرده که ممکن است موجب مسمومیت او شود، باید حتما او را نزد پزشک یا مراکز درمانی برد. در اغلب مسمومیت‌های اتفاقی و یا عمدی با داروها، برای اطلاع از نحوه انجام اقدامات اولیه، بهتر است هرچه سریع‌تر با شماره تلفن مرکز

اطلاع‌رسانی داروها و سموم۱۹۰ داخلی ۳۱۲ و یا اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید. در برخورد با فرد مسموم غیر هوشیاری که در کنار بسته‌های داروی خورده شده وجود دارد، ضمن حفظ خونسردی خود و عدم افلا استفراغ در این فرد، بسته‌های دارویی را همراه بیمار به بیمارستان ببرید. در مسمومیت‌های عمدی با دارو، بهتر است در صورت هوشیاری فرد مسموم، نام دارو یا داروهای مصرفی و تعداد هر یک از آن‌ها را از وی بپرسید و به کادر درمانی اطلاع دهید. تا آن ها اقدام مناسب‌شامل استفاده از آنتی دوت یا استفاده شاکلار ، حذف پیشرفته ، شست و شوی مده، اتقای تهوع رفوع انواع آلودگی ، قلبایی کردن ادرار و غیره را انجام دهند.

دکتر صالحی فر درخاس به این سوال که آیا مسمومیت ناشی از دارو ها می تواند کشنده باشد،گفت:تبله مسمومیت های دارویی می توانند کشنده باشند و باعث مرگ و میر شوند.

اقدامات لازم برای کاهش خطر مسمومیت ناشی از داروها در کودکان؟

قرار دادن دارو ها در طبقات بالایی به صورتی که کودک به آنها دسترسی نداشته باشند.

قرار دادن دارو ها در کشو ها یا کمد های کلید دار به منظور جلوگیری از دسترسی کودکان.

عدم نگهداری داروها در کیف های دستی به ویژه توسط مادران و یا راه کردن کیف حاوی دارو در دسترس کودکان.

معاون غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی مازندران:

مسمومیت های دارویی می توانند باعث مرگ و میر شوند



پرهیز از مصرف خود سرانه دارو برای کودکان و یا تغییر میزان تجویز شده توسط پزشک یا دکتر.اروساز اندازه گیری شربت ها و محلول ها با پیمانه های استاندارد یا سرنگ ها به جای استفاده از قاشق یا پیمانه های غیر استاندارد.

داروهای خود را در مقابل چشم کودکان نخورید چرا که کودکان از رفتار بزرگسالان تقلید می کنند و ممکن است دور از چشم والدین داروها را مصرف کنند.

عدم استفاده از القاقی مثل آب نبات شکلات یا الفاظ گول زننده دیگر در مورد دارو ها ، زیرا در این صورت ممکن است کودک به سمت مصرف دارو ها به ویژه دارو های خوش طعم برود.

هشدارها:

لحظات اولیه پس از بروز مسمومیت، برای نجات فرد مسموم حیاتی می باشند.

بلافاصله پس از برخورد با موارد مسمومیت با تلفن ۱۹۰ و ۱۱۵ تماس بگیرید.

آیا می‌دانید اکثر مسمومیت‌های اتفاقی در کودکان زیر ۵ سال و به علت عدم توجه والدین رخ می‌دهند؟

شایع‌ترین علت بروز مسمومیت در جهان، مصرف داروها بیش از مقادیر درمانی است.

دهان، شایع‌ترین راه ورود سموم به بدن است ومهم‌ترین راههای ورود سموم به بدن عبارتند از: راه خوراکی، تنفسی، پوستی و تزریقی.

ایجاد استفراغ در فرد مسموم، همیشه بهترین راه خارج کردن سم از بدن نیست و ایجاد استفراغ در داروها، محصولات شونده و فرآورده‌های آرایشی-بهداشتی را دور از دسترس کودکان نگهداری کنید.

قبل از دور انداختن ظروف حاوی مواد شیمیایی و شونده داخل آن را آبکشی نمایید.

محصولات خانگی خطرناک (مانند لوله‌مازکن، جوهر نمک، جرم‌گیر، محلول سفیدکننده و لک بر، مواد شونده گاز پاک‌کن، داروها و دیگر مواد شیمیایی) را در بسته بندی اصلی آن‌ها و با درب بسته نگهداری نمایید.

از قرار دادن ظروف حاوی مواد شیمیایی در کنار مواد غذایی خودداری نمایید.

از قرار دادن مواد شونده در کمد‌های زیر ظرف‌شویی اجتناب نمایید.خطر مسمومیت در کودکان نوپا و کنجکاو از این طریق بسیار بالا است.

چنانچه در منزل کودک دارید، از قرار دادن خردنرندان، دهان‌شوی و یا دیگر فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی و خوشبوکننده در دسترس کودکان خودداری نمایید.

تمامی سموم مورد استفاده در منزل را در ظروف با درب غیر قابل دسترسی کودکان نگهداری نمایید.

برجسب ظروف سموم و مواد دفع افات را ابتدا کاملاً مطالعه کنید و سپس دقیقاً مطابق آن عمل نمایید.

چاپ: کار و کارگر ۶۶۸۱۷۳۱۷

نشانی تحریریه: تهران، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه نه رسیده به روانمهر، پلاک ۱۳۲

تلفن تحریریه: ۰۲۱)۶۶۹۵۶۶۰۰

اینستاگرام: @tosee_irani

نشانی سایت: toseeirani.ir

ایمیل: toseirani@gmail.com

آگهی مناقصه شماره ۰۲۰۹۰۰۰۴۰۰۰۱۰۰۲۰۰۲۰۰۲

در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت

نوبت اول

دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه به انجام رسانند. تلفن پشتیبانی سامانه : ۱۴۵۶

۴- محل تحویل پاکت شرکت در مناقصه (صرفا پاکت الف) اداره کل امور پیمان ها و رسیدگی فنی-شرکت ساخت و توسعه زیربناهای حمل و نقل کشور و مهلت ارسال پاکت های پیشنهاد در سامانه حداکثر تا ساعت ۱۵ مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۱ و تاریخ جلسه مناقصه ساعت ۱۷/۰۰ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۲ می باشد.

۵- مدت اعتبار پیشنهادات ۳ ماه از تاریخ فوق و در صورت لزوم یکبار قابل تمدید می باشد.

۶- برآورد؛ براساس فهرست بها پایه راه و باند سال ۱۴۰۲ به مبلغ ۱/۴۶۶/۱۳۹/۰۰۰/۰۰۰ ریال می‌باشد.

۷- مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار ۳۸۱۰۰ میلیون ریال تعیین می گردد.

۸- میندسین مشاور طرح؛ پاسار (تلفن ۴- ۶۶۵۷۱۵۰۳) ضمناً آگهی مناقصه از طریق پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات به نشانی <http://\viets.mporg.ir> نیز قابل دسترسی است.

م الف / ۳۲۰۴

شناسه آگهی: ۱۶۰۳۷۰۲

موارد کودک را سریعاً به یک مرکز درمانی منتقل کنید.

- از دسترسی کودکان به اسباببازی‌های دارای باتری، خصوصاً باتری‌های دیسکی و مینیاتوری جلوگیری نمایید.

- محصولات شیمیایی و شونده، نفت و بنزین را همیشه در ظرف اصلی آن نگهداری کنید.

- از نگهداری شربت متانول در داخل یخچال و در کنار بقیه نوشیدنی‌ها خودداری نمایید.

- زمانی که شما در منزل نیستید و کودک را به فرد دیگری می‌سپارید، کودکان در معرض بیشترین خطر مسمومیت قرار دارند.

- در هنگام استفاده از محصولات شیمیایی و پاک‌کننده چنانچه مجبور شدید به زنگ درب ورودی و یا تلفن جواب دهید، قبل از هر چیز درب ظرف را ببندید و هرگز از کودک خود چشم‌پرندارید.

۸

- کودکان به دلیل روند رشدشان اغلب دست و اجسام اطراف خود را به دهان می‌برند. این کار سبب ورود مقادیری از سرب محیط به بدنشان می‌شود.

پیشگیری از مسمومیت ناشی از گازها و منوکسیدکربن

با شروع فصل سرما باید قبل از راه اندازی مجدد وسایل گرمایشی گازسوز و نفتی منزل، آنها را از نظر اتصالات و دودکش کنترل کنیم.

در هنگام استفاده از بخاری‌های نفتی و گازی، جهت پیشگیری از مسمومیت با گاز منو کسید کربن، اطمینان از نصب صحیح و کارکرد مناسب دودکش‌ها الزامی است.

علانم تماس طولانی با منوکسیدکربن، سردرد، گیجی، ضربان شدید شقیقه‌ها، وزوز گوش و خواب‌آلودگی است. در ادامه تماس، فرد مسموم دچار تهوع، استفراغ و تپش قلب می‌شود.

علانم مسمومیت با منوکسیدکربن در کودکان تهوع، استفراغ و اسهال است که با مقادیر پایین‌تری از منوکسیدکربن بروز می‌نماید.

سرد بودن لوله دودکش بخاری، دلیل بر خارج نشدن دود و گاز سمی است.

استفاده از آب گرم‌کن نفتی یا گازی و یا دستگاه پکیج در داخل محیط حمام و یا محیط‌های کوچک درسته منجر به سوخت ناقص و مسمومیت با گاز خواهد شد.

منو کسید کربن گازی بی‌رنگ، بی‌بو و بدون طعم و غیر محرک است که در اثر سوختن ناقص سوخت‌های فسیلی مانند نفت، گاز، بنزین، گازوئیل، دود آگروز اتومبیل و ذغال چوب حاصل می‌شود.

مسمومیت با منوکسیدکربن یکی از مرگبارترین انواع مسمومیت‌ها است. برای پیشگیری از بروز آن توصیه‌های ایمنی در مورد استفاده از وسایل حرارتی را رعایت نمایید.

در هنگام بروز آتش‌سوزی علاوه بر ایجاد گاز منوکسیدکربن، گاز سیانید از سوختن مواد پلاستیکی ایجاد می‌شود که شدیداً سمی است.

در برخی موارد علانم و نشانه‌های مسمومیت با گاز منوکسیدکربن به‌صورت اختلالات گوارشی مانند تهوع و استفراغ در ظاهر می‌شوند.

تماس طولانی مدت با گاز منو کسید کربن به‌ویژه در کودکان، می‌تواند با بروز اختلالات رفتاری و کاهش حافظه و ضریب هوشی همراه باشد.

آیا می دانید...؟

آیا می‌دانید در دود سیگار مقداری از گاز منوکسیدکربن موجود است و این گاز می‌تواند در اثر مصرف طولانی مدت سیگار سبب بروز مسمومیت مزمن در افراد سیگاری گردد؟

آیا می‌دانید مواردی از مسمومیت‌های کشنده با منوکسیدکربن در رانندگانی گزارش شده است که برای گرم کردن خودروی خود در فصول سرد سال از گاز پیک‌نیکز استفاده نموده‌اند.

استفاده از بخاری‌های بدون دودکش تنها در محیط‌هایی که دارای تهویه و جریان مناسب هوا می‌باشند مجاز است.

آیا می‌دانید حضور در گازراهی درسته که در آن اتومبیل با موتور روشن وجود دارد خطر بروز مسمومیت با منوکسیدکربن را به همراه دارد؟

اولین اقدام در برخورد با فردی که با گاز منوکسیدکربن مسموم شده است، انتقال مصلوم به هوای آزاد است.

در صورت قطع تنفس بیمار مسموم با منوکسیدکربن و گازهای دیگر، باید احیای قلبی عروقی را آغاز نمایید.

از خوابیدن در داخل اتومبیل روشن درحالی که کوئل و یا بخاری آن روشن است خودداری نمایید.

پیشگیری از مسمومیت‌های ناشی از مواد غذایی و گیاهان سمی

- از مصرف کنسروهایی که در قوطی آن‌ها آثار نشت، برآمدگی و فرورفتگی و زنگ‌زدگی مشاهده می‌شود خودداری کنید.

- همیشه گیاهان سمی یکی از شایع‌ترین علل بروز مسمومیت‌های اتفاقی در کودکان در جهان به شمار می‌آید.

- شیره‌سمی برخی از گیاهان سمی آزاررسانی مانند دین‌یاخیا و کالادیوم در صورت خورده شدن می‌تواند سبب تورم، خارش و سوزش مخاط دهان و خفگی و یا آسیب گوارشی فرد مسموم شود.