

به مناسب روز جهانی ایدز...

بازماندگان

گاهنامه فرهنگ - اجتماع بسیج دانشجویی

دانشکده پیراپزشکی و بهداشت فردوس

شماره یازدهم | سال هشتم | آذر ماه ۱۴۰۰

مثل پاییز عاشق باش

دیجیتال مارکتینگ

سقوط بی انتها

یک تکه از بامز

یک قاچ از کتاب خوشه های خشم



بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

بازتاب اندیشه

گاهنامه فرهنگی - اجتماعي بسیج دانشجویی
دانشکده پیراپزشکی و بهداشت فردوس
شماره یازدهم | سال هشتم | آذر ماه ۱۴۰۰



فهرست مطالب

- ۳ سخن مدیر مسئول
- ۴ سخن سردبیر
- ۵ مثل پاییز عاشق باش
- ۶ دیجیتال مارکتینگ
- ۹ تو دانشگاه چیکارکنیم؟
- ۱۰ یک تکه از بامز
- ۱۱ حرفه‌ای عکس بگیرد
- ۱۲ سقوط بی انتها
- ۱۳ ایدز (AIDS)
- ۱۵ طراح شو !
- نقش سواد سلامت الکترونیک در رفتارهای پیشگیری از
- ۱۶ کووید- ۱۹
- ۱۷ یک قاچ از کتاب خوشه های خشم
- ۱۸ ماه شب قلبم

 @baztab_andisheh

صاحب امتیاز:

بسیج دانشجویی دانشکده پیراپزشکی و بهداشت
فردوس

مدیر مسئول: امیرحسین رحمتی

سردبیر: فاطمه عامری

ویراستار: فاطمه عامری - امیرحسین رحمتی

گرافیک و صفحه آرا: فرحان عسگری

تیم تحریریه (به ترتیب حروف الفبا):

سمانه جلالی

ریحانه خسروجردی

آزاده ساده

الهه صیادمحمدی

فاطمه سادات صاعدی

احمد فخیم

مهسا قلی زاد

فاطمه محتشم

مریم محمدیان

مهدی محمدزاده

نرجس نوروزی شادمهری

فاطمه هوشنگی

سخن مدیر مسئول

امیرحسین رحمتی
ترم ۸ پرستاری



به نام خدا

نشریه بازتاب اندیشه در سال ۱۳۹۴ راه اندازی شده است و بعد از مدتی فعالیت آن کم رنگ شد. وقتی به عنوان مسئول بسیج دانشجویی دانشکده انتخاب شدم، ایجاد یک نشریه را به عنوان فعالیت فرهنگی ضروری دیدم، به همین دلیل راه اندازی مجدد آن را پیگیری کردم و نتیجه این تلاش ها شروع مجدد فعالیت نشریه بازتاب اندیشه شد. نشریه نوپای ما اکنون به شماره یازدهم خود رسیده، مخاطبین خاص خودش را پیدا کرده و ریشه زده و اکنون به بار نشسته است. اما این شماره، آخرین حضور من به عنوان مدیرمسئول در کنار اعضا خوب بازتاب اندیشه است. نشریه یک فعالیت گروهی است و پیش بردن اون تلاش تک تک اعضا را می طلبد. برای من افتخاری است که در کنار اعضا پرانرژی، مسئولیت پذیر و فعال هیئت تحریریه بودم و جا دارد از دوستانی که در این زمینه به بنده لطف داشتند صمیمانه تشکر کنم. امیدوارم که نشریه همچنان پر قدرت به مسیر خود ادامه دهد و میهمان نگاه گرم شما باشد.

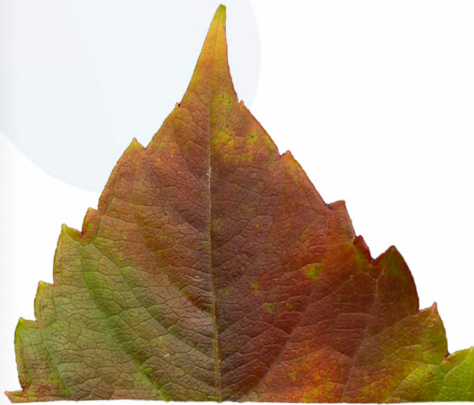
با احترام

امیرحسین رحمتی

مسئول بسیج دانشجویی دانشکده پیراپزشکی و بهداشت فردوس
نماینده ششمین دوره خانه نشریات دانشجویی وزارت بهداشت (قطب شمال شرق)

سخن سردبیر

فاطمه عامری
ترم ۷ فناوری اطلاعات سلامت



زندگی دوختن شادی هاست...

و به تن کردن پیراهن گلدار امید... (:

رفیق جوری زندگی کن که چند سال دیگه حسرت این روزارو

نخوری.

لحظه هاتو پوچ نکن.

دنبال علایقت برو

با ترسات روبه رو شو

به رنج هات اهمیت نده تا کمرنگ شه

خوشحال باش و اطرافیان تو خوشحال کن

و یقین داشته باش که روزی دنیا شبیه رویاهات میشه...

زمانش که برسه؛ خواسته هات، داشته هات شدن

و آرزوهات، جزئی از روزمرگی هات.

پس بیا از اول شروع کنیم...

جوری که شاعر میگه "چنان می خیزیم که برخاستن را معنایی

دگر شود"

مثل پاییز عاشق باش

ریحانه خسروجردی
ترم ۵ اتاق عمل



به نام آن کس که برای اولین بار ترانه عشق را نواخت، آن هنگام که
انسان را خلق کرد...

هر نوای دیگری که نواخته شد و رنگ و بوی عشق داشت، پژواک و
انعکاس همان ترانه ایست که خدا برای اولین بار نواخت ...
مثل پاییز...

پاییز لبریز از رمز و رازهای نهفته است...

در دل پاییز هزاران حرف نگفته است...

به زیبایی برگ های پاییزی و جاده های رنگارنگ شمالی...

به زیبایی نم نم باران در کوچه های پراز درختان بلوط و کاج...

و خش خش برگ های ترد و شکننده درختان در زیر پای عابر نکته
سنج، که معنای این نجوارا خوب می فهمد...

پاییز عجیب بوی خدا می دهد...

با او در خیابان های نم خورده و پوشیده از برگ های رنگارنگ پاییزی
قدم بزن...

صدایش را نمی شنوی؟؟؟

صدای خدا را می گویم،

سهراب می گفت: چشم ها را باید شست، جور دیگری باید دید..

این بار من اضافه می کنم: گوش ها را هم باید شست...

جور دیگری باید شنید...

صدای خدا واضح است...

شاید تو، گوش هایت را با صداهای موهوم پر کرده ای!

من پشت پنجره های انتظار، به امید شکوفه های بهاری نمی نشینم،

من همراه با پرواز برگ های رنگارنگ پاییزی که پخته و سبک بال

شده اند، پرواز خواهم کرد، آن ها تا زمین و من تا دل آسمان...

پاییز فصل رهاییست...

رهایی برگ از قید درخت...

و رهایی من، از قید هر آنچه خلاف حدیث عشق گوید...

من می خواهم به اندازه تمام زیبایی های پاییز زندگی کنم...

به اندازه تمام روزهایی که مردم بی عشق سپری کرده اند...

به اندازه تمام روزهایی که گمان کردند که چیزی غیر از عشق در دنیا

زیباست...

که نبود

و نیست...

باید مثل پاییز طلایی رنگ شد...

باید مثل پاییز عاشق بود (:

دیجیتال مارکتینگ

جایگاه خود را در دنیای حقیقی تثبیت می کند!

آزاده ساده
ترم ۵ فناوری اطلاعات سلامت



با توسعه فناوری اطلاعات طی سال‌های اخیر، افزایش متوسط آنلاین بودن کاربران، استفاده گسترده از تلفن همراه و افزایش ضریب نفوذ اینترنت در جهان، امروزه بازاریابی دیجیتال یا دیجیتال مارکتینگ به عنوان یک دانش و تخصص مستقل مورد توجه قرار می‌گیرد. امروزه رشته دیجیتال مارکتینگ در دانشگاه‌ها جای خود را باز کرده و حتی دانشگاه‌های متعددی در جهان دیجیتال مارکتینگ و بازاریابی اینترنتی را در سطح کارشناسی ارشد ارائه می‌کنند. به همین علت مصاحبه‌ای ترتیب دادیم با جناب آقای دکتر محمد دهقانی.

- باسلام و عرض ادب خدمت شما، خیلی ممنونم که به من وقت مصاحبه دادید. خواهش می‌کنم، باعث افتخار من هست که در خدمت نشریه بازتاب اندیشه باشم

- لطفا خودتون را برای خواننده های نشریه معرفی بفرمایید.

با سلام و وقت بخیر. محمد دهقانی هستم دانش آموخته مدیریت اطلاعات سلامت در حال حاضر در دانشگاه علوم پزشکی ارتش به عنوان هیئت علمی و در انجمن فناوری اطلاعات و ارتقاء سلامت که یک سازمان مردم نهاد هست به عنوان مدیرعامل در خدمتتون هستم.

- گویا زمینه تحقیقاتی شما دیجیتال مارکتینگ در حوزه سلامت هست، ممنون میشم در مورد دیجیتال مارکتینگ برای ما توضیح بدید.

ببینید قبل از اینکه بخواهیم راجع به بازاریابی دیجیتال یا دیجیتال مارکتینگ صحبت کنیم، باید بفهمیم بازاریابی چی هست. البته برای بازاریابی تعریف‌های زیادی وجود داره و تعریف کوتاه و بلند زیادی در این زمینه ارائه شده است. خیلی از کارشناسان اقتصادی و بازاریابی در این مورد اظهار نظر کردند ولی بهترین تعریف به نظر من مربوط به انجمن بازاریابی آمریکا هست که در سال ۲۰۱۳ ارائه داده و البته تعریف آقای کاتلر که متخصص و استاد دانشگاه در این رشته هستند هم بسیار جالب توجه هست. بعد از شناخت بازاریابی می‌رسیم به دیجیتال مارکتینگ که اصلا دیجیتال مارکتینگ چی هستش و چه فایده‌هایی داره و جزئیات اون چی هست.

ببینید انجمن بازاریابی آمریکا راجع به بازاریابی یه تعریفی داره که من اینو خلاصه می‌گم و هر کدام از قسمت‌های این تعریف رو براتون باز می‌کنم. انجمن بازاریابی آمریکا معتقد به بازاریابی مجموعه‌ای از نهادها، فعالیت‌ها و فرآیندهاست که به خلق ارتباطات، تحویل و تبادل پیشنهاد مربوط هستند.

خوب توجه بفرمایید؛ در این تعریف اولاً مشخص هست که هدف ایجاد ارتباط با مشتری هست و وقتی می‌گه بازاریابی مجموعه‌ای از نهادها، فعالیت‌ها و فرآیندها هستند یعنی اینکه این کار یه کار سیستمی هست و تمام قسمت‌های سازمان با او درگیر هستند، پس ما می‌تونیم بگیم بازاریابی یکسری فعالیت‌های سیستمی هست که باعث میشه ما با مشتری‌ها ارتباط برقرار کنیم.

حالا ببینیم کاتلر در این زمینه چی می‌گه؛ ایشون یکی از اندیشمندان بزرگ آمریکایی در حوزه اقتصاد و به خصوص بازاریابی هستند و کتاب‌هاش به عنوان مرجع حوزه بازاریابی شناخته شده و در دانشگاه‌های مطرح جهان تدریس میشه. ایشون در کتاب خودشون به اسم مدیریت بازاریابی اظهار می‌کنه که بازاریابی دانش و هنر کشف، خلق و ارائه ارزش با هدف تامین نیازهای یک بازار هدف، همزمان با کسب سود است. ایشون تو ادامه این تعریف، تعیین نیازها و خواسته‌های تامین نشده مشتری را جزء لاینفک بازاریابی می‌دونه.



- آیا دیجیتال مارکتینگ در حوزه سلامت هم جایگاهی دارد؟

خیلی ممنونم که به این نکته اشاره کردید و مسیر مصاحبه رو طوری تغییر دادید که بیشتر بتوانیم در حوزه علوم پزشکی و حوزه سلامت صحبت کنیم. بله امروز دیجیتال مارکتینگ در حوزه سلامت خیلی خیلی پررنگ شده است. اگر بخواهیم یک مثال در این حوزه بزنیم، می‌تونیم به اینستاگرام اشاره کنیم. آگه توجه کرده باشید به تازگی پزشک‌ها در این شبکه اجتماعی وارد شدند و علاوه بر این که در مورد خودشان و فعالیت هاشون اطلاع رسانی می‌کنند، بازخوردهای بیماران و مراجعان به خودشان را دریافت می‌کنند. این موارد در حال حاضر در مورد جراحان زیبایی و پزشکان طب سنتی و دندانپزشک‌ها بسیار بیشتر دیده میشه. البته در وب سایت‌های مختلف هم شما دیدید که پزشک‌ها عضو هستند یا یک صفحه مخصوص براشون ایجاد شده و هرکسی بخواد اطلاعاتی در مورد اون‌ها پیداکنه در اون وبسایت جستجو میکنه و حتی بقیه نظراتی که افراد دیگر در مورد پزشک دادن رو مطالعه می‌کنه. البته ما بازاریابی‌های دیجیتال تخصصی تری هم در حوزه سلامت داریم مثل لینک دین؛ اونجا پزشک‌ها و یا سایر کادر درمان ثبت نام می‌کنند و خودشان و فعالیت هاشون رابه سایر افراد معرفی می‌کنند. البته من فکر می‌کنم در آینده نزدیک استفاده از دیجیتال مارکتینگ در حوزه سلامت یک روند صعودی و جهشی داشته باشه که البته وقتی کرونا در کشور گسترش پیدا کرد، این روند سرعت بیشتری پیدا کرد.

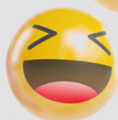
حالا بیایید این دوتا تعریف را با هم دیگه مقایسه کنیم. نقطه اشتراک این دو تعریف این هست که در بازاریابی با مشتریان ارتباط برقرار می‌شه و از آنها بازخورد گرفته میشه تا نیازها و خواسته‌های اون‌ها شناسایی بشه؛ بنابراین همین‌جا باید بگم که بازاریابی با تبلیغات متفاوت هستش و بهتره بگیم تبلیغات قسمتی از بازاریابی هست.

حالا بین بازاریابی دیجیتال چیه؛ آگه ما برای انجام بازاریابی از ابزارهای دیجیتال استفاده کنیم، به این میگن بازاریابی دیجیتال، یعنی اینکه ما با استفاده از وب، اینترنت تلفن‌های هوشمند، شبکه‌های اجتماعی، ایمیل و این‌طور ابزارها ارتباط خودمون رو با مشتری برقرار می‌کنیم و نیازسنجی‌های مرتبط با اون رو انجام می‌دهیم. البته باید بگم که حوزه دیجیتال مارکتینگ بسیار وسیع هستش و با خواندن چند جلد کتاب هم نمیشه به همه مفاهیم مرتبط با اون دست پیدا کرد.

- قبل از اینکه مصاحبه را شروع کنیم، شما گفتید همه مردم باید در مورد دیجیتال مارکتینگ آگاهی داشته باشند؛ چرا؟

ببینید دلایل مختلفی وجود دارد که همه افراد جامعه باید از دیجیتال مارکتینگ آگاهی داشته باشند، روش‌های مختلف اون را بشناسند و حتی از این نوع بازاریابی توکارهای خودشان استفاده کنند. دلیل اول این هستش که ما امروز توی دنیای داریم زندگی می‌کنیم که دنیای فناوری اطلاعات هست، امروزه اینترنت جهان را تبدیل به یک دهکده کوچک کرده و همه با همدیگر ارتباط دارند، اکثر مردم در نقاط مختلف جهان تلفن‌های هوشمند استفاده می‌کنند و میزان دسترسی به اینترنت به طور چشمگیری افزایش پیدا کرده؛ بنابراین بازاریابی سنتی به بازاریابی دیجیتال تبدیل شده که این خودش میتونه یک دلیل خوب برای آشنایی با دیجیتال مارکتینگ باشه. از طرف دیگر این توسعه یافتن بازاریابی دیجیتال میتونه یک نوع تهدید برای ما باشه، چراکه امروزه از طریق اینترنت مدام شمارو در معرض بازاریابی‌ها و تبلیغات مختلف حالا چه کالا، چه خدمات، چه موارد سیاسی و اجتماعی قرار میدن و مسلماً آگه کسی در مورد بازاریابی دیجیتال آگاهی داشته باشه خیلی بهتر می‌تونه در مورد این موارد تصمیم‌گیری کنه. نکته بعدی که خیلی مهم هستش این که ما در دوران اخیر دو تا زندگی داریم، زندگی که به صورت واقعی داریم و زندگی که به صورت مجازی هستش. ما هر روز چند ساعت از عمر مفید خودمون را در شبکه‌های اجتماعی مختلف مثل اینستاگرام، فیسبوک یا پیام‌رسان‌های مختلف می‌گذرونیم. حالا که ما به زندگی دیجیتال یا مجازی داریم، باید اونجا هم خودمون را خوب معرفی کنیم. فرقی نداره آگه ما یک دانشجو باشیم یا یک کارمند ساده، باز هم باید از این ابزارها برای نشان دادن توانایی‌های خودمون و ویژگی‌های مثبتمون استفاده کنیم، که این کار هم نوعی بازاریابی دیجیتال هست.

دلیل سومی که آگاهی در مورد دیجیتال مارکتینگ را اجبار میکنه این هستش که اکثر کسب و کارها به خصوص استارت‌آپ‌ها امروزه بصورت مجازی فعالیت می‌کنند و آگاهی در مورد این موضوع میتونه خیلی خیلی در موفقیت کسب و کارها نقش داشته باشه.



یکی دیگر از ابزارهای خیلی شایع در دیجیتال مارکتینگ، شبکه های اجتماعی هستند. البته خود شبکه های اجتماعی تقسیم بندی های مختلفی دارد و هر کدام از آنها یک کاربرد خاصی دارد و هر کدام از آنها برای هدف خاصی ایجاد شده ولی به نظرمی رسد در حال حاضر رایج ترین و محبوب ترین ابزار برای دیجیتال مارکتینگ، شبکه های اجتماعی هستند. ولی این شبکه های اجتماعی برای بازاریابی حوزه سلامت یه مشکلاتی دارد که توی این مصاحبه وقت نمیشه راجبش صحبت کنیم.

تبلیغات کلیکی و پاپ آپ ها و پت های آنلاین از سایر ابزارهای دیجیتال مارکتینگ هست.

- خوب اجازه بدید آخرین سوال را ازتون ببرم
خواهش می کنم، بفرمایید، من در خدمتون هستم.

- خیلی کنجکاو شدم که ببینم چی شد که شما وارد این عرصه شدید و چه اتفاقی افتاد که با این موضوع آشنا شدید؟
ببینید من پایان نامه دکترم راجع به شبکه های اجتماعی آکادمیک بود و رشته خودم مدیریت اطلاعات سلامت است. گاهی با بحث دیجیتال مارکتینگ در شبکه های اجتماعی روبرو می شدم ولی وقتی که پایان نامه خودم رو شروع کردم، خیلی علاقمند تر شدم و در این مورد بیشتر مطالعه کردم.

- آگه نکته هستش که دوست دارید در مورد اون صحبتی کنید، من در خدمتون هستم.
مورد خاصی که مد نظرم نیست، فقط اینو باید بگم که بحث دیجیتال مارکتینگ در حوزه سلامت، یک بحث بسیار وسیع و گسترده هستش که برای آشنایی با اون نیاز به مطالعه چندین کتاب هست. یک توصیه به خوانندگان این مصاحبه دارم به خصوص دانشجویان عزیز و این توصیه این هستش که از هر ابزاری که دارید، به خصوص ابزارهای دیجیتال، به طور صحیح استفاده کنید. مثلاً اگر از اینستاگرام استفاده می کنید، سعی کنید برای ارتقاء دانش خودتون استفاده کنید، نه تلف کردن وقت خودتون. خلاصه اینکه سعی کنید شما فناوری را کنترل کنید نه فناوری شما را.

- خیلی ممنونم که من وقت مصاحبه دادید
خواهش می کنم، امیدوارم موفق و سلامت باشید.

- خوب حالا که بحث به اینجا کشید من یک سوال دیگه رو می خواستم از خدمتتون ببرم و اون سوال این هستش که در حال حاضر پزشکان یا بهره برگیریم که صنعت سلامت از چه ابزارهای برای دیجیتال مارکتینگ استفاده می کنند؟

خوب همون طور که خدمتتون عرض کردم دیجیتال مارکتینگ در بستر اینترنت انجام میشه؛ حالا هر ابزاری که با استفاده از اینترنت کار میکنه میتونه برای دیجیتال مارکتینگ استفاده بشه و ابزارهایی که توی دیجیتال مارکتینگ حوزه سلامت استفاده می شوند هیچ تفاوتی با سایر حوزه ها ندارن، فقط نکته ای که وجود داره اینه که نحوه استفاده از این ابزارها برای دیجیتال مارکتینگ سلامت یه مقداری متفاوت هستش. مثلاً وقتی که یک پزشک میخواد عکس های بیماران خودش رو در اینستاگرام پست کنه حتماً باید رضایت بگیره، حریم شخصی رو رعایت کنه و محرمانگی اطلاعات باید حفظ بشه. یا وقتی اطلاعاتی می خواد روی شبکه های اجتماعی یا وب سایت ها منتشر بشه، حتماً باید از درست بودن اطلاعات مطمئن باشیم. آگه یادتون باشه بعضی موقع ها یک سری اطلاعات در مورد کرونا در اینترنت وایرال می شد که این اطلاعات اصلاً درست نبود. خلاصه اینکه ابزارها در دیجیتال مارکتینگ یکی هستند ولی نحوه استفاده و دقت استفاده از این ابزارها در حوزه سلامت با سایر حوزه ها فرق می کنه.

یه نکته دیگه که باید خدمتتون عرض کنم اینکه هر کدام از این ابزارها یک ویژگی خاصی دارند که وقتی می خواهیم به هدف خاصی برسیم میایم و از ابزار مناسب برایش استفاده می کنیم.

حالا ببینیم انواع ابزارهای دیجیتال مارکتینگ حوزه سلامت چه چیزهایی هستند. مهم ترین ابزار دیجیتال مارکتینگ وب سایت ها هستند، ولی خود وب سایت ها به تنهایی نمی توانند کمک کنند، بنابراین در دیجیتال مارکتینگ از یک فناوری دیگه به اسم سئو استفاده میشه که میزان بازدید سایت ها را افزایش بده. معمولاً توی حوزه سلامت، سایت ها برای ارائه اطلاعات و تبلیغات استفاده می شوند. دومین ابزار حوزه سلامت دیجیتال مارکتینگ استفاده از ایمیل هست، ما میتونیم از ایمیل برای ارسال جزوه های آموزشی و یا کاتالوگ های مربوط به ایمپلنت ها و یا چیزهای دیگه استفاده کنیم.



DIGITAL MARKETING



Branding

Website

SEO

Advertise

Social media

Content Marketing

Viral

Service

تو دانشگاه چی کار کنیم؟؟؟

مهسا قلی زاد
ترم ۳ بهداشت عمومی



همه‌ی ما برای اینکه یک زندگی خوب و ایده آل و از همه مهم‌تر آینده شغلی بهتری داشته باشیم، نیازمند یادگیری یا ارتقای مهارت‌هایی در خودمون هستیم که برای هدف‌ها و برنامه‌های بلند مدت‌مون از شون استفاده کنیم، دوران دانشجویی بهترین فرصت برای یادگیری و شکوفاکردن استعدادها هستش. یکسری مهارت‌هایی که در دوران دانشجویی کارآمده و یادگیریش خالی از لطف نیست رو بطور مختصر در ادامه براتون می‌گیم:

۱. یادگیری یا تقویت یک زبان جدید، علی‌الخصوص زبان انگلیسی:

با استفاده از برنامه‌ها و اپلیکیشن‌های موجود در این زمینه به راحتی میشه یک زبان جدید یاد بگیرین یا آموخته‌های خودتون رو تقویت کنین. علاوه براین، فیلم‌های آموزشی میتونن به عنوان منبع استفاده بشن. حالا مزایای یادگیری زبان جدید چیه؟؟ اگر قصد ادامه تحصیل داشته باشین، امتیاز خیلی خوبی براتون محسوب میشه و جدای ازینا میشه از طریق ترجمه کتاب، مقاله و فیلم کسب درآمد کرد.

۲. شرکت در کلاس‌های خصوصی آموزش نرم افزارها و دوره‌های کارآموزی:

در زمان‌های فراغت میشه با شرکت در وبینارها و کارگاه‌های آموزشی مهارت‌های زیادی رو کسب کرد، مثل یادگیری نرم افزارهای عمومی مانند ورد، اکسل و... امروزه آموزش حتی یک مهارت نرم افزاری از جمله فتوشاپ یا برنامه نویسی، منجر به پیشرفت شگرف‌تون نسبت به همسالان‌تون می‌شه و حرفه‌ای شدن در این زمینه می‌تونه بهترین و مهم‌ترین مهارت برای آینده‌ی شغلی باشه. همچنین از طریق شرکت در کارگاه‌های مقاله نویسی میشه با فوت و فن پژوهش آشنا شد و در مسیر مقاله نویسی و پژوهش وارد شد.

۳. تقویت مهارت‌های فردی و برقراری ارتباط:

مهارت‌های فردی را میشه از طریق ارتباط با سایر همسالان در محیط دانشگاه یا خوابگاه ارتقاء داد، این فرایند از طریق دیدن رفتار و شنیدن افکار دیگران حاصل میشه؛ همچنین از طریق تشکیل تیم و همکاری با سایر اعضای گروه و مشارکت در ایده و نظر دادن برای بالا بردن اعتماد به نفس، حس مسئولیت‌پذیری، فن سخنوری و... استفاده کرد و این مهارت‌ها را در خود پرورش داد.

و حرف آخر اینکه، بهترین فرصت برای کسب تجربه و آزمون و خطا دوران دانشجویی هستش و با کسب مهارت‌های مرتبط با رشته تحصیلی و شغل آینده می‌تونیم یک رزومه حرفه‌ای برای خودمون ایجاد کنیم، پس بهتره که از این فرصت نهایت استفاده رو داشته باشیم.

BUMS

یک تکه از بام‌سبز

سمانه جلالی
ترم ۷ فناوری اطلاعات سلامت



۱...۲...۳..... امتحان می‌کنیم.

صدای من را از بام‌سبز می‌شنوید.

بام‌سبز دانشگاه بزرگی است. آنقدر بزرگ که هرچه تلاش کردند باز هم هیکل گنده‌اش از شهر بیرون زد و هر تکه‌اش جایی جاماند. می‌خواهم داستان یکی از همین تکه‌های جامانده را برایتان بگویم. تکه‌ای که جایی برای رفتن نداشت و نمی‌دانست باید کجا ریشه بزند. رفت و رفت تا به شهری به نام فردوس رسید...

شهر گرم بود و آرام، تکه، گرمای دل شهر را دوست داشت پس رفت و در دل فردوس نشست. جوانه زد، رشد کرد و دانشکده‌ی پیراپزشکی و بهداشت فردوس شد. قلب فردوس از حضور تکه پیید، چشمان خسته و خواب‌آلودش را گشود، خمیازه‌ی بلند بالایی کشید و تکانی به ساختمان‌ها و مسیرهایش داد. تکه با خودش صدا، رنگ و زندگی تازه‌ای آورد، دروازه‌های خاک‌گرفته‌ی شهر را تکاند و مسیر آمدن را گشود. شهر، حضور را دوست داشت، به جنب و جوش افتاد و برای حضور انسان‌های جدید مهیا شد.

در گوشه‌ای از وجودش برای لحظات سختشان، بیمارستان ساخت. خوابگاه ساخت تا آسایش شب‌هایشان باشد، به چشمان بارانی و بغض نگاهشان، مسیر امام‌زاده را نشان داد. دوستی‌ها، لبخندها و خاطراتشان را به دل کافه‌هایش سپرد و کوبرش را به قدم‌های کنجکاویشان هدیه کرد. آدم‌های زیادی میهمان فردوس شدند، زیر آلاچیق‌های دانشکده نشستند، به ماهی‌های چاق آب‌نما لبخند زدند، در بیمارستان‌های رسول و چمران دنبال اساتید دویدند، چمدان‌های سنگین‌شان را بر تن خیابان‌ها کشیدند، به رفاقت‌ها جان بخشیدند، در آخرین روزهای حضورشان کلاه غم‌ها را به آسمان انداختند، خندیدند، اشک ریختند و زندگی کردند. انسان‌هایی که وقتی آخرین قدم‌های رفتن را برمی‌داشتند، گوشه‌ای از قلبشان را در فردوس جا گذاشتند.

فردوس و تکه‌ی قلبش، خیلی کوچک‌اند، آنقدر کوچک که خیلی راحت روی نقشه گم می‌شوند. اما برای ما که چند روزی از لحظاتمان را میهمانشان بودیم، پیداترین مکان جهان‌اند. پراز خاطرات بهترین روزی‌های زندگی‌مان. جایی که وقتی به عقب بازگردیم و به پشت سر نگاه کنیم، لبخند خواهیم زد.

حرفه‌ای عکس بگیرید

مریم محمدیان
ترم ۵ فناوری اطلاعات سلامت



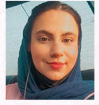
اپلیکیشن پیکس آرت (PicsArt) یک ویرایشگر پرطرفدار و محبوب و قدرتمند است که اولین بار در اواخر سال ۲۰۱۱ جهت ویرایش عکس برای سیستم عامل اندروید معرفی شد و اکنون در دو نسخه‌ی اندروید و IOS منتشر شده است. این اپلیکیشن تمام ابزارهای مورد نیاز برای ویرایش عکس را در اختیار کاربر قرار می‌دهد. در نسخه‌های اخیر این برنامه کاربران می‌توانند از صفر تا صد اقدام به طراحی تصاویر دلخواه نمایند. این برنامه توانسته است در سال‌های اخیر موفقیت‌های بزرگی بدست آورد و بصورت پیوسته امکانات خود را افزایش دهد. قابلیت‌های این برنامه می‌تواند نیازهای روزمره طیف وسیعی از کاربران را رفع کند و برای ویرایش‌های سریع درون تلفن همراه کاملاً مفید و کارآمد است. در این اپلیکیشن امکان وارد کردن عکس به برنامه از طریق دوربین و گالری تلفن همراه وجود دارد. این اپلیکیشن قابلیت‌هایی مثل: ساخت عکس کلاژ، چرخش عکس، برش منظم و یا دستی و طبق اشکال مختلف، حالت معکوس افقی یا عمودی، تغییر اندازه عکس، افزودن تصویر و یا نوشته با فونت دلخواه و رنگ‌های مختلف به تصویر، امکان طراحی روی تصاویر با استفاده از قلم، دارا بودن قاب‌های مختلف برای دور تصاویر، افکت‌های فوق حرفه‌ای برای اعمال روی تصاویر، دوربین اختصاصی با قابلیت‌های تنظیم نور و کنتراست و ایجاد افکت، امکان ذخیره‌سازی عکس‌های ویرایش شده با فرمت دلخواه و اشتراک‌گذاری مستقیم تصاویر در شبکه‌های اجتماعی، امکان ساخت لوگو و اضافه کردن نورهای به عکس و تغییر زاویه تابش نور خورشید در بعضی عکس‌های با نور نامناسب و سایر قابلیت‌های دیگر است. لازم به ذکر است که این اپلیکیشن علاوه بر ویرایش عکس، امکان ویرایش ویدیو را نیز فراهم کرده است و ابزارهایی مثل افزودن موسیقی و فیلتر، تغییر نور، برش و کراپ را می‌دهد. البته هدف اصلی و تمرکز اصلی این برنامه در حوزه تصویر است. از جنبه‌های مهم این نرم افزار آن است که با عضویت در آن به صورت رایگان می‌توان ایده‌های دیگر عکاسان را هم دید. برای دانلود کردن شکل‌های هندسی این اپلیکیشن برای اولین بار بایستی به اینترنت وصل شد و آن‌ها را دانلود کرد.



PicsArt

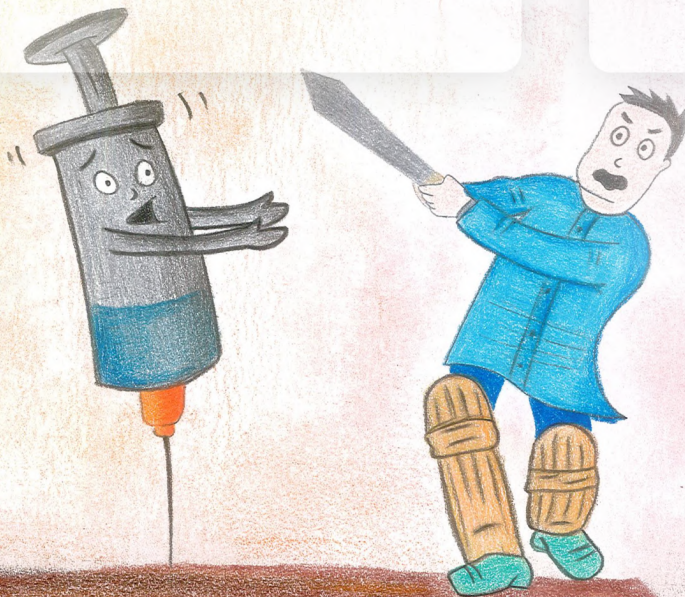
سقوط بی انتها

فاطمه محتشم، ترم ۵ مامای
دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه



حمایتی از جنس مردم...
بیاین سخت ترش نکنیم، بیاین فریب ندیم، فریب
نخوریم، بیاین این کور سوی نوری که باقی مونده رو
خاموش نکنیم...
گاهی وقتا، ترس میتونه چشم هامونو به روی خیلی چیزا
ببنده، میتونه باعث سقوط بشه، سقوطی بی انتها و بی
بازگشت به دره‌ی مرگ...
پس بیاین نترسیم، بیاین به هم اعتماد کنیم بیاین با
خودمون نجنگیم...
بیاین نذاریم دیکه قلب هیچ آدمی به خاطر مرگ
عزیزانش بشکنه...!
این روزا، واکسن تنها باریکه‌ی نور امید دنیای ماست.
باریکه‌ای که شاید اگه به نور ایمان و حمایت قلب هامون
پیوند بخوره بتونه خورشید دنیای تاریکمون بشه و از نو
طلوع کنه.

کرونا که اومد همه چشم انتظار بودن، چشم انتظاریه
امید، یه کورسو که بگن خب تموم شد، مدام گفتن هوا
که سرد بشه درست میشه، گرم بشه تموم میشه، نشد...
کلی آدم روی تختای بیمارستان جون دادن و تو حسرت
بغل کردن عزیزترین فرد زندگیشون از دنیا رفتن...
حتی اونایی که عزیز از دست ندادن غم کشیدن...
غم از دست دادن هم نوع...
کرونا فقط کرونا نبود، یه جور مرگ دست جمعی بود، یه
قتل عام کامل...
حالا این برهه‌ی مریض و تاریک، نور گرفته...
یه نور امید، امیدی از جنس تلاش، از جنس علم، امیدی
به نام واکسن...
امیدی برای تمام کسانی که می‌خوان بازم بدون ترس،
بدون این فیلترای نفس‌گیر توی خیابون قدم بزنن،
میخوان تا بدون حصار ماسک‌ها لبخند بزنن، میخوان
محبت کنن و به آغوش بکشن و از نو زندگی کنن.
ولی این کورسوی نور باقی مونده به حمایت احتیاج داره، به
یه حمایت بزرگ...



طراح: الهه صیاد محمدی
ترم ۷ فناوری اطلاعات سلامت



2021 DECEMBER

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

World AIDS Day ←

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

- تزریق خون و فرآورده های آلوده آن

- استفاده از سرنگ های مشترک، بخصوص در بین معتادان تزریقی

- بکار بردن ابزار و وسایل آلوده به ویروس، ابزار پزشکی، دندان پزشکی، حجامت و سوراخ کردن گوش و ...

- انتقال از مادر آلوده به جنین: انتقال HIV از مادر به جنین در رحم در دوران بارداری، حین زایمان و یا تغذیه با شیر مادر صورت می گیرد، اما بیشترین احتمال انتقال آلودگی در حین زایمان صورت می گیرد. میزان سرایت آلودگی از مادر به کودک ۵ تا ۷ درصد است. آلودگی در بچه هایی که به روش سزارین به دنیا آمده اند نیز دیده شده است. در کودکان، آلودگی به ویروس ایدز به سرعت به طرف ایجاد بیماری پیشرفت می کند و شانس زنده ماندن کودک هم کم است.

- پیوند اعضا: از بافت های آلوده، خال کوبی و سوراخ کردن گوش توسط سوزن و وسایل آلوده، استفاده مسواک و تیغ ریش تراش شخص بیمار و ختنه با وسایل آلوده نیز راه های دیگر سرایت بیماری است.

- ویروس ایدز نمی تواند به مدت طولانی در محیط خارج از بدن به حیات خود ادامه دهد، بنابراین تماس های عادی در محیط کار، اجتماع و مدرسه باعث انتقال بیماری نمی شود.

علائم بالینی: یکی از اولین راه های شناخت یک بیماری، شناخت علائم و مراحل مختلف سیر بیماری است.

۱. عفونت اولیه (عفونت حاد HIV): دوره آلوده شدن به HIV تا تشکیل آنتی بادی های HIV تحت عنوان عفونت اولیه خوانده می شود. در این مرحله تکثیر شدید ویروس و انتشار وسیع آن در بدن رخ می دهد. علائم حاصل از ویروس می تواند وجود نداشته و یا شبیه به آنفولانزای شدید متغیر باشد. این علائم اختصاصی نبوده و ظرف یک تا دو هفته بهبودی حاصل می گردد. بعلاوه از هنگام ورود ویروس ایدز تا مثبت شدن نتیجه آزمایشگاهی که نشانگر آلودگی فرد است، حدود ۳ تا ۱۲ هفته (گاه تا ۶ ماه و بندرت بیشتر) طول می کشد. در این فاصله زمانی، فرد آلوده بوده و ممکن است سایرین را نیز آلوده کند و متأسفانه با روش های آزمایشگاهی فعلی نمی توان به وجود آن پی برد.

ایدز (AIDS)

فاطمه سادات صاعدی

ترم ۵ پرستاری



ایدز (AIDS: Acquired immune deficiency syndrome) به معنی "سندرم نقص ایمنی اکتسابی" می باشد که در سال ۱۹۸۱ در دنیا پدیدار شد. اولین مورد بیماری ایدز در ایران در سال ۱۳۶۶ در یک کودک ۶ ساله هموفیل که از فاکتورهای انعقادی وارداتی آلوده به ویروس ایدز استفاده کرده بود، مشاهده شد.

زنجیره انتقال عفونت ایدز:

این بیماری به علت ویروس نقص ایمنی که به گروهی از ویروس ها تحت عنوان رتروویروس ها متعلق است، ایجاد می شود و مبداء اولیه این ویروس بطور دقیق مشخص نیست. زمانی که ویروس ایدز وارد بدن انسان می شود، سلول های سیستم ایمنی را که نقش اصلی در دفاع از بدن در مقابل عوامل بیماری زا ایفا می کنند، مورد حمله قرار می دهد و آنها را تخریب می کند. در نتیجه دفاع بدن در مقابل انواع بیماری ها ضعیف شده و میکروب هایی که در حالت عادی نمی توانند عارضه ای در فرد ایجاد کنند، به ناگاه باعث بروز بیماری های شدید و کشنده می شوند. در نهایت فرد به علت ابتلا به بیماری های عفونی و سرطان ها از پای در می آید. ایدز با تضعیف سیستم ایمنی، بزرگترین عامل گسترش بیماری سل در سال های اخیر و یکی از علل مرگ در بیماران HIV مثبت می باشد. در بین بیماران با سل فعال، بیماران با عفونت هم زمان HIV بیشترین ریسک برای عود را داشته اند. عفونت HIV میزان سل راجعه را افزایش می دهد که ممکن است به دلیل فعال سازی مجدد اندوژن یا عفونت مجدد آگزوژن باشد. ممکن است از زمان ورود ویروس به بدن تا بروز علائم بیماری ماه ها و یا سال ها طول بکشد و چه بسیارند افراد به ظاهر سالمی که واقع ناقل ویروس ایدز هستند و می توانند دیگران را آلوده کنند. HIV از طریق مایعاتی از بدن که حاوی لنفوسیت های CD4+ یا HIV هستند منتقل می شود. این مایعات عبارتند از: خون، مایع منی، ترشحات واژن، مایع آمینوتیک و شیر اما سایر ترشحات فرد مانند عرق، اشک و بزاق آلوده کننده نمی باشند.

بطور کلی دو گروه سنی بیشتر گرفتار می شوند:

- حدود ۷۵ تا ۹۰ درصد آلودگی به ویروس ایدز در گروه سنی ۲۰ تا ۴۵ سال که سن تلاش و سازندگی و فعالیت اقتصادی است، اتفاق می افتد.

- شیر خواران و نوزادان

راه های عمده سرایت بیماری ایدز:

- تماس های جنسی (جنس مخالف - هم جنس بازان) با افراد آلوده: شایعترین راه سرایت آلودگی، تماس جنسی است. وجود بیماری های مقاربتی دیگر مانند سوزاک، سیفلیس و همچنین زخم های دستگاه تناسلی، خطر آلودگی را چند برابر می کند. زنان، بیشتر در معرض خطر آلودگی بوسیله شریک جنسی خود قرار دارند، زیرا احتمال انتقال از مرد به زن بیشتر از زن به مرد می باشد.



۵. ایدز: ایدز به مرحله نهایی آلودگی گفته می‌شود. در این مرحله به علت کاهش شدید قدرت دفاعی بدن، شخص مستعد ابتلا به عفونت‌ها و سرطان‌ها می‌شود که در نهایت وی را از پای درمی‌آورند.

متأسفانه بیماری ایدز درمان قطعی ندارد. برای عفونت‌های فرصت طلب و سرطان‌ها می‌توان درمان‌های لازم را بکاربرد و با داروهای مخصوص دستگاه دفاعی بدن را تقویت نمود.

آموزش به بیمار مبتلا به ایدز: کاهش استرس، رژیم غذایی متعادل، اجتناب از الکل و مواد حاوی الکل، رعایت بهداشت و اصول بهداشت، رعایت اخلاق

راه‌های پیشگیری: خویشتر داری و دوری از تماس‌های جنسی مشکوک در دوران تجرد، پایبند به اصول اخلاقی و خانوادگی پس از ازدواج، وفاداری به همسر و عدم بی‌بندوباری و پرهیز از انحراف جنسی و روابط جنسی غیرمطمئن، استفاده از کاندوم، اجتناب از استفاده مجدد از سرنگ‌های یک بار مصرف و عدم استفاده از سرنگ‌های مشترک، عدم استفاده از مسواک مشترک و بکار نبردن تیغ ریش تراش یکبار مصرف دیگران.

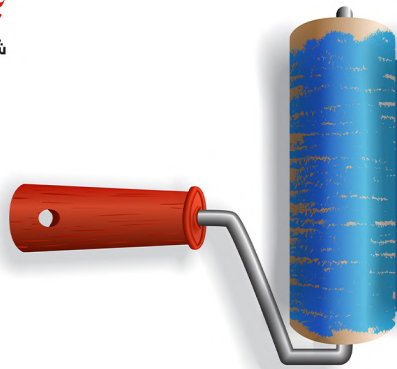
۲. HIV بدون علامت: پس از بهبودی خود به خودی مرحله حاد، بیمار وارد مرحله بدون علامت می‌شود که بر حسب نوع ویروس آلوده کننده از ۵ تا ۱۷ سال طول می‌کشد. در این مدت شخص آلوده هیچ‌گونه علامتی از بیماری را بروز نمی‌دهد و به ظاهر کاملاً سالم است ولی برای دیگران آلوده کننده می‌باشد. در این مرحله آزمایش خون مثبت است و بالطبع دیگران را مبتلا می‌کند. کنترل انتشار ویروس در این مرحله مشکل می‌باشد.

۳. بزرگی منتشر و پایدار غدد لنفاوی: در این مرحله غدد لنفاوی بزرگ شده و به شکل قرینه و بدون درد در بیش از دو نقطه بدن بجز ناحیه کشاله ران ظاهر می‌شود و حداقل ۳ ماه باقی می‌ماند.

۴. مرحله قبل از ایدز و حالات وابسته به ایدز: قبل از بروز علائم نهایی ایدز در بیمار، عوارضی ظاهر می‌شود که به آن علائم مربوط به ایدز می‌گویند و عبارتند از: کاهش وزن بیشتر از ۱۰ درصد، اسهال به مدت بیشتر از یک ماه، تب به مدت بیشتر از یک ماه، سرفه پایدار به مدت بیشتر از یک ماه، عرق شبانه، خستگی، بی‌حالی و ضعف.

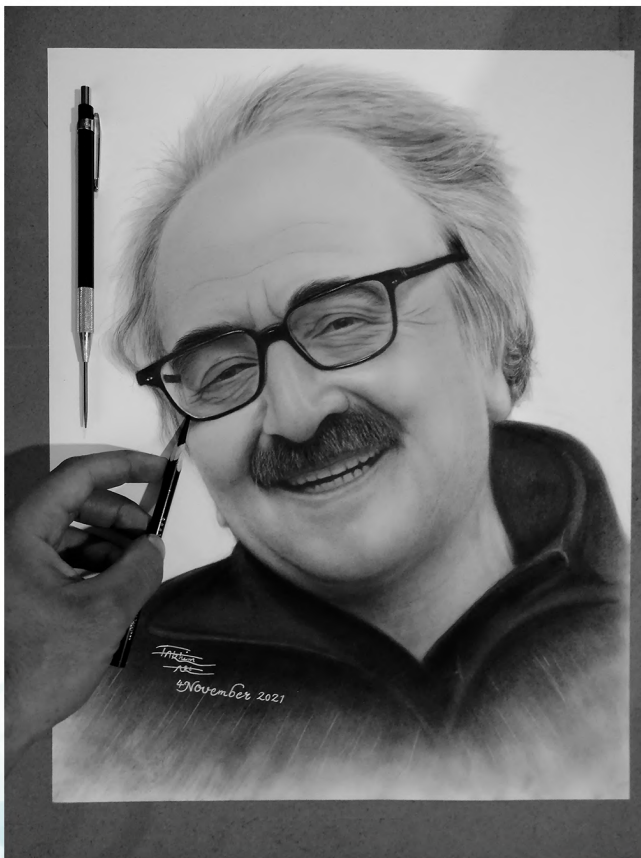
منبع:

کتاب پرستاری داخلی و جراحی برونرو و سودارت، جلد ۱۱، ایمنی، ایدز، آلرژی و روماتولوژی



طراح شو!

احمد فخیم
ترم ۷ اتاق عمل



آقای محمدرضا شفیعی کدکنی
طراح: احمد فخیم

جالب است بدانید قدمت نقاشی در بین انسانها شش برابر قدمت استفاده از زبان نوشتاری است و هنر نقاشی را میتوان از اولین وسایل ارتباطی انسانها به شمار آورد.

بر اساس حوادث و رویدادهایی که در هر دوره از تاریخ به وجود آمده است، هنرمندان برای بیان احساسات و با توجه به علایق و افکار خود به خلق آثار هنری پرداخته اند و اینگونه سبک های هنری متفاوت پدید آمده است.

از نظر سبک شناسی نقاشی ها در دسته های متعددی قرار می گیرند: مثل رئالیسم (واقع گرایی)، امپرسیونیسم (برداشت گرایی)، کوبیسم (حجم گرایی)، رمانتیسیسم و...

همچنین میتوان سبک های نقاشی را از جنبه های تکنیکی هم بررسی کرد که در این حالت بیشتر به نوع ابزار مورد استفاده اشاره می شود؛ مثل: تکنیک سیاه قلم، رنگ روغن، آبرنگ، پاستل و ...

در اینجا قصد دارم به معرفی سبک فتورئال و تکنیک سیاه قلم بپردازم.

فتورئالیسم: نوعی نقاشی در سبک رئالیسم می باشد که در این نوع نقاشی، رنگ ها تا سر حد امکان صاف و یکدست می باشند و نقاش تمام سعیش بر این است که نقاشی در جزئیات، سایه پردازی و کنتراست مشابه عکس سوژه شود.

سیاه قلم: واژه سیاه قلم از زمان استاد کمال الملک باب شد و همانطور که از اسمش پیداست به معنی نقاشی با رنگ سیاه می باشد که در آن تنها از طیف رنگی سیاه و سفید استفاده می شود.

ابزار مورد استفاده در این تکنیک؛ زغال، پودر زغال، مداد کنته، قلم موهای مخصوص، محوکن و ... می باشد.

تصویری که در اینجا مشاهده می کنید، نمونه ای از نقاشی در سبک فتورئال می باشد که با تکنیک سیاه قلم انجام شده است. ابزاری که برای کشیدن این نقاشی استفاده کردم: مداد کنته، پودر زغال، محوکن، پاک کن اتودی و قلم موهای مو نرم (برای ایجاد سایه های لطف و یکدست).

نقش سواد سلامت الکترونیک در رفتار های پیشگیری از کووید-۱۹

فاطمه هوشنگی
ترم ۷ فناوری اطلاعات سلامت



در طول همه گیری کووید-۱۹، تعداد بیشتری از افراد از رسانه های اجتماعی برای دسترسی به اطلاعات مربوط به کووید-۱۹ مانند توسعه بیماری، گزارش های خبری، اقدامات پیشگیری و کنترل استفاده کردند. قرار گرفتن در معرض اطلاعات غلط در اینترنت یا نظریه های توطئه در مورد کووید-۱۹ با کاهش پایبندی به دستورالعمل های پیشگیری و پیامدهای بدتر از سلامت جسمی و روانی مرتبط است. سازمان بهداشت جهانی (WHO) و مقامات بهداشتی در سراسر جهان در حال حاضر با بسترهای رسانه های اجتماعی همکاری نزدیکی دارند تا اطلاعات مبتنی بر شواهد را در اختیار عموم مردم قرار دهند و سعی می کنند به طور فعال با اطلاعات غلط در حال انتشار مقابله کنند. با این وجود، اگر سواد سلامت الکترونیک در نظر گرفته نشود، ارائه اطلاعات دقیق و با کیفیت برای اطمینان از نتایج مطلوب سلامت عمومی کافی نخواهد بود.

نتیجه کار ما نشان داد که ابزارهای سلامت الکترونیک و فناوری های اطلاعاتی، ابزار قدرتمندی در ارتقای سلامت است. بر همین اساس سطح سواد سلامت الکترونیک کاربران نقش مهمی در توانایی استفاده بهینه از برنامه های کاربردی و مداخلات سلامت ایفا می نماید. بنابراین بایستی تلاش شود که به منظور افزایش سواد سلامت الکترونیک فردی، مداخلات سلامت الکترونیک از طریق برنامه های آموزشی در دسترس افرادی که سواد سلامت پایین دارند قرار گیرد. استفاده مناسب از فناوری اطلاعات برای سلامتی نیازمند بهره مندی از سواد سلامت الکترونیک است و با توجه به نتایج مطالعات انجام شده، ارتقای سواد سلامت الکترونیک می تواند پایبندی افراد را به دستورالعمل های بهداشتی در رابطه با کووید-۱۹ افزایش دهد. از طرفی سواد سلامت الکترونیک ناکافی یک تهدید جهانی محسوب می شود، به طوریکه افراد با سواد سلامت الکترونیک پایین نمی توانند تصمیمات بهداشتی مطلوب را اخذ نمایند بنابراین پیشنهاد می شود به منظور ارتقای سواد سلامت الکترونیک به نیاز های مختلف مصرف کنندگان از جمله ارتقای دانش نظری و عملی کاربران جهت استفاده از منابع سلامت الکترونیک توجه شود و عوامل مرتبط با ارتقای سواد سلامت الکترونیک مورد توجه قرار گیرد.

با توجه به اهمیت و همه گیری ویروس کووید-۱۹، لازم است تحقیقات و اقداماتی جهت پیشگیری، کنترل و درمان این بیماری انجام شود. از آنجایی که پیشگیری قدم اول برای مبارزه با این بیماری است و با توجه به اینکه امروزه خیل عظیمی از اطلاعات بهداشتی از طریق فضای مجازی به مردم منتقل می شود، ارتقاء سواد سلامت الکترونیک و آمادگی افراد جهت مواجهه با این بیماری بسیار ارزشمند خواهد بود. با این حال اکثریت مردم سواد سلامت الکترونیک اندکی داشته که سبب مدیریت سخت شرایط بحرانی کرونا شده است. لذا تصمیم گرفتیم مطالعه ای در این زمینه با عنوان " نقش سواد سلامت الکترونیک در رفتارهای پیشگیری از کووید-۱۹: یک مرور سیستماتیک " انجام دهیم که این مطالعه موفق شد در بخش پوستر چهارمین همایش فناوری اطلاعات و ارتقاء سلامت پذیرفته شود.

همگام با پاندمیک شدن کووید-۱۹ نیاز به اطلاع رسانی و آگاهی بخشی در زمینه این بیماری در بین اقشار مختلف مردم در جوامع مختلف به دلیل عدم شناخت و راه پیشگیری، کنترل و درمان خاصی جهت خودمراقبتی و خودکنترلی مردم از اهمیت بسزایی برخوردار است. مردم درگیر می بایست یاد بگیرند تا خود را از خطرات و آسیب های احتمالی شیوع این ویروس مرموز و ناشناخته جدید حفظ نمایند. بنابراین دسترسی به اطلاعات سلامت، پیام های آموزشی سلامت و آموزش بهداشت و آگاه شدن از موارد پیشگیرانه و انتخاب سبک زندگی سالم با افراد در مقابل ویروس کرونا کمک می کند. از آنجا که بسیاری از بیماری های واگیردار در مدت کوتاهی شیوع پیدا می کنند و میزان ابتلا و مرگ و میر بالایی دارند، برای دستگاه های اجرایی دشوار است که مداخلات کافی را برای کنترل به موقع این بیماری ها اعمال کنند. بنابراین در دوران اپیدمی کرونا ارائه مداخلات از طریق فناوری های اطلاعات سلامت الکترونیک مورد استقبال قرار گرفت است. بر همین اساس توجه به آموزش عموم مردم برای افزایش آگاهی های بهداشتی، افزایش دانش در مورد بیماری و بطور کلی ارتقای سواد سلامت الکترونیک ضروری است. سواد سلامت الکترونیک به عنوان توانایی جستجوی، یافتن، درک و ارزیابی اطلاعات بهداشتی از منابع الکترونیک و استفاده از دانش به دست آمده برای رسیدگی یا حل یک مشکل بهداشتی تعریف شده است. بنابراین کسانی که دارای مهارت های سواد سلامت الکترونیک هستند، از استراتژی های جست و جوی تحت وب کارآمدتری استفاده می کنند و توانایی شناسایی اطلاعات سلامت باکیفیت در آن ها بالاتر است.

یک قاچ از کتاب خوشه های خشم

نرجس نوروزی شادمهری
ترم ۵ فناوری اطلاعات سلامت



کتاب خوشه‌های خشم اثر جان اشتاین بک حماسه‌ای از رکود بزرگ، برنده جایزه پولیتزر، کتابی است که میلیون‌ها خواننده را شوکه و گاهی اوقات خشمگین کرد. خوشه‌های خشم اثری آن چنان پربصابت و نیرومند است که به حق نمونه و سرمشق فرهنگ و ادبیات آمریکایی به شمار می‌آید.

این رمان در محکومیت بی‌عدالتی و روایت سفر طولانی یک خانواده تنگدست آمریکایی است. داستان مهاجرت امروزی، از خیل کوچ آمریکا است چراکه جمعیت زیادی از کشاورزان مستاصل که زمینی ندارند به زمین‌های حاصلخیز کالیفرنیا دل بسته‌اند. در اینجا خشم وجود دارد، اما شور و شوق عمیقی از مردی وجود دارد که با ذهن و قلب خود از دانسته‌های خود از مردم صحبت می‌کند؛ بنابراین خواننده کتاب خوشه‌های خشم احساس می‌کند که آن‌ها باید فکر، احساس و صحبت و زندگی کنند. یک تصویر مبهم و لحظه‌ای از تاریخ است که در حال به وجود آمدن می‌باشد. یک کتاب معمولی نیست. بلکه کتابی است برای افرادی که دارای وجدان اجتماعی بیدار هستند یا برای افرادی که خواهان رویارویی با بخشی از زندگی آمریکایی هستند که متمایز شده و باید متمایز شود. اتفاقات این رمان در دهه ۱۹۳۰ میلادی و در سال‌های پس از بحران اقتصادی بزرگ آمریکا روی می‌دهد.

کتاب خوشه‌های خشم با وجود همه تلخ بودن آن، کتابی مهم، آگاهی‌بخش و بسیار خواندنی است که بدون شک از خواندن آن خسته نخواهید شد.

این رمان در مورد یک بی‌عدالتی بسیار گسترده است که در حدود دویست هزار نفر آن را تجربه کرده‌اند. بی‌عدالتی علیه مهاجرانی که از روی ناچاری و بدبختی مجبور به مهاجرت شدند. کسانی که از سرزمین‌های خودشان بیرون انداخته شدند و در سرزمین‌های جدید هم تحقیر و طرد شدند. در کتاب، شخصیت‌های مختلفی وجود دارند اما وجود یک شخصیت بسیار بیشتر به چشم می‌خورد. که این شخصیت مادر خانواده است که به اعتقاد من نقطه قوت رمان نیز محسوب می‌شود. چیزی که به من انرژی می‌داد تا این کتاب تلخ را نیمه رها نکنم، شخصیت قوی و آهنین مادر خانواده که مدام در تلاش است تا همه کمبودها را جبران کند و اجازه ندهد اعضای خانواده از هم جدا شوند است. کسی که اگر نبود رنج و مشقت همه ده برابر می‌شد. خوشه‌های خشم را بخوانید و ببینید وقتی مردم با هم همکاری نکنند و در کنار هم نباشند چه بدبختی‌هایی بر سر آن‌ها خواهد آمد. ببینید افراد در مقابل جامعه چه مسئولیتی دارند. این کتاب را بخوانید تا ببینید سختی‌ها چگونه چهره واقعی آدم‌ها را آشکار می‌کند.



ماه شب قلم

مهدی محمدزاده
ترم ۴ فوریت پزشکی



دم را برق چشمانت گرفت آن لحظه زیبا بود
شدی ماه شب قلم دلت مانند دریا بود
مسیر خاطره با تو شبیه جاده‌ی غم نیست
بدون درک آن لحظه دل یک آسمان ابریست
من آن مجنون دلتنگم که رویایی دگر دارد
در این دنیای آشفته تو را هر لحظه کم دارد
غروب غم رسید وقتی که لبخند تو را دیدم
نوای زندگی را من عمیقاً با تو فهمیدم
اگرچه دورم از تصویر زیبای نگاه تو
ولی این قلب با احساس فدای خنده‌های تو
بمان تا آخر قصه بسازیم خاطره‌ها را
که این دنیا ندارد ارزش غم‌های فردا را

روز
دانسُجو
مبارک



بازتاب اندیشه



SCAN ME

برای اطلاع از آخرین شماره‌ها و اخبار نشریه بازتاب اندیشه، کانال تلگرام ما را دنبال کنید.