

مهاجرت در جامعه پزشکی کشور به متخصصان رسید

علت رکود مهاجرت بین سال‌های ۹۸ تا ۱۴۰۱ به گفته او، عدم پذیرش مهاجرت از سوی بسیاری از کشورها و کاهش رفت و آمدها بوده است، اما با باز شدن فضا، مهاجرت یک بار دیگر افزایش داشته است. این افزایش مربوط به سال گذشته است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از دنیای اقتصاد، در تازه‌ترین تحولات جامعه پزشکی، تمایل متخصصان برای مهاجرت از پزشکان عمومی پیشی گرفته است. این در حالی است که میزان خروجی پزشکان بعد از دوره کرونا و محدودیت‌های سفر، دو برابر شده است. این عدد بین ۶ تا ۱۰ هزار پزشک متغیر است. این عدم قطعیت به‌دلیل عدم انتشار آمار از سوی نهادهای رسمی است.

مجموعه پزشکان و پرستارانی که سال گذشته از کشور خارج شده‌اند از ۱۰ هزار نفر گذشته است. تا پیش از این خروج و مهاجرت پزشکان در رده پزشکان عمومی در سطح بالاتری قرار داشت، اما حالا متخصصان گوی رفتن را رבוه‌اند و تعداد خروجی‌های‌شان بیشتر شده، همچنین میانگین سنی متقاضیان نیز افزایش داشته است. در همین حال، کرسی‌های تخصصی که پیش‌تر برای آن سر و دست می‌شکستند، سال گذشته خالی ماندند، یعنی پرورش برای ۵ تا ۱۰ سال آینده به‌اجبار متوقف شده و خروجی متخصص نخواهیم داشت.

از سال گذشته رئیس سازمان نظام پزشکی کشور اعلام کرد که ظرف ۵ سال آینده متخصص قلب و اطفال در کشور نخواهیم داشت، اما تعدادی از پزشکان به «دنیای اقتصاد» گفته‌اند که در شهرستان‌ها و شهرهای کوچک

وضعیت از نظر تعداد و پراکندگی متخصصان از هم‌اکنون بد و نگران‌کننده است.

هفته گذشته دکتر منصور جعفری نمین، رئیس شورای هماهنگی نظام پزشکی کشور اعلام کرد که سال گذشته بیش از ۸۰۰ ماما به خارج از کشور مهاجرت کرده‌اند. جامعه پزشکی از مهم‌ترین دلایل این مهاجرت را موضوعات اقتصادی می‌داند به همین دلیل او از دولت و مجلس درخواست کرده با تامین شغل و درآمد مناسب و ایجاد امنیت شغلی مانع از خروج این سرمایه‌های ملی شوند.

البته او معتقد است که جایگاه واقعی ماماها در اجرای طرح پزشک خانواده و تیم سلامت خانواده دیده نشده است. رئیس شورای هماهنگی نظام پزشکی کشور مانند دیگر گروه‌های پزشکی معتقد است که مشکلات اقتصادی ریشه در مهاجرت پزشکان دارد و باید دستمزد و قیمت تمام شده از هم جدا شود، ولی در قانون ابلاغی تعرفه پزشکی، این موضوع دیده نشده و به همین دلیل سازمان نظام پزشکی کشور مخالفت صریح خود را با تعرفه ابلاغی اعلام کرده و از طریق دولت و مجلس این موضوع پیگیری می‌شود تا نسبت به اصلاح تعرفه اقدام شود.

سبقت مهاجرت متخصصان از پزشکان عمومی
همه رشته‌ها برای مهاجرت کاربرد ندارد. در واقع کشور میزبان چنان سر و دست نمی‌شکند و به استقبال نمی‌آید. در مورد پزشکی، در عین حال که میزبان آمریکایی و اروپایی، پذیرای آنها بودند، اما هیچ‌وقت جایگاهی را که در ایران داشتند، نمی‌توانستند پیدا کنند. به همین دلیل تمایل متخصصان برای مهاجرت کمتر بود. به خصوص آنکه

تاثیر تورم و فشارهای اقتصادی در سقط جنین ها

مالی، ۳۶ درصد به علت نداشتن زمان مناسب و ۲۰ درصد به دلیل تداخل با فرصت‌های آینده اقدام به سقط جنین می‌کنند.

از مشکلات اقتصادی تا کمال گرای
دکتر سمانه رضایی فرح آبادی، روانشناس و مشاور خانواده در تبیین دلایل سقط جنین «انتخابی» توسط مادران و زوجین گفته است: چند سال پیش تحقیقی در این زمینه انجام شد؛ بیشترین دلیلی که توسط این بانوان برای سقط فرزندان خود مطرح شد، مسائل اقتصادی بود. زوجینی که تصمیم به سقط جنین خود کرده اند، فکر می کردند از نظر اقتصادی آمادگی به دنیا آوردن فرزند را ندارند

طرز تهیه نوشیدنی هایی ساده با آب که چربی شکم را از بین میبرد

چربی شکم مانند مهمان ناخواسته ای است که بدون اطلاع قبلی می آید و انگار رفتنی هم نیست. به همین راحتی، رها کردن آن کار کمی نیست. رژیم‌های غذایی، ورزش‌ها، همه را امتحان کرده‌اید، اما با این حال سرسختانه در شکم شما نشسته است. آیا چند نوشیدنی صبحگاهی می توانند آن را از بین ببرند؟

به نقل از لایف استایل زندگی بدون اجاره در بدن ما، چربی شکم یکی از آن چربی های سفت است که سوزاندن آن به سختی انجام می شود، اما همچنان به آن اضافه می شود. قبل از اینکه بفهمید، دستگیره های عشقی دارید که از بین نمی روند.

ما هرگز متوجه نمی شویم که چه زمانی می رسد در حالی که سوزاندن چربی همیشه ترکیبی از حرکات بدنی و رژیم های غذایی است، باید به خاطر داشته باشید که بخش مایع در رژیم غذایی شما نیز کمک زیادی می کند. به جای نوشیدن آب، این نوشیدنی های صبحگاهی سوزاننده شکم را به رژیم

سیاستگذاری در حوزه سالمندی اولویت مسوولان نیست؛

سونامی سالمندی در راه است

۸۰ هزار سالمند ایرانی اصلا ازدواج نکرده‌اند آن‌طور که حسام‌الدین علامه پژوهشگر حوزه سالمندی می‌گوید تعداد سالمندان کشور در حال حاضر ۱۱درصد از جمعیت که معادل ۰۰ میلیون و ۴۰۰ هزار سالمند است. او می‌گوید: «بحران سالمندی ایران از ۱۴۱۰ به بعد شروع می‌شود. هر چند ابربحران از نظر اعداد کمی از سال ۱۴۱۸ تا ۱۴۲۱ آغاز می‌شود. وقتی جمعیت یک کشور کمتر از ۷ درصد سالمند داشته باشد به آن کشور جوان می‌گویند. ۷ تا ۱۴ درصد را در حال گذار، بیشتر از ۱۴ درصد را کشور سالمند و بیشتر از ۲۱درصد را کشور سالخورده می‌نامند. در سال ۱۴۲۰ جمعیت سالمند ما بیشتر از ۲۰ درصد می‌شود و در دهه ۱۴۳۵ تا ۱۴۴۵ که پیک سالمندی جمعیت ایران است

و برای نمونه نداشتن خانه را به عنوان یکی از این دلایل مطرح کردند.سرخنیز در توضیح دیگر دلایل سقط جنین توسط زوجین گفت: پس از مشکلات اقتصادی، اختلافات خانوادگی دومین دلیلی است که زوجین تصمیم به سقط جنین کردند. در واقع زوج های جوان مدعی بودند زندگی شان هنوز پایدار نشده است و ترجیح می دهند چند سال بگذرد و هنگامی که زندگی شان پایدار شد تصمیم به فرزندآوری کنیم.-این کارشناس جمعیت و زنان و زایمان اظهار کرد: بیشترین مشوق برای سقط جنین مردان بودند. در مصاحبه هایی که صورت گرفت، بیشتر خانم ها تمایل به نگهداشتن فرزند داشتند زیرا بچه را جزوی از خود می دانند و از نظر روحی و روانی به آن

وابسته هستند.

وی تجمّل گرایی و کمال گرایی را از جمله دیگر عوامل تمایل زوج ها به سقط جنین دانسته و افزود: برخی از زوج های جوان به دنبال یک نوع کمال گرایی جهت فرزندآوری هستند. در واقع زوجین ترجیح می دهند زمانی بچه به دنیا بیاورند که تمام فاکتورها و استانداردها را داشته باشند و پس از آن اقدام به فرزندآوری کنند.

این شرایط در حالی مطرح می شود که چند سالی است سیاست رشد جمعینی را در دستور کار جدی خود قرار داده است و برای آن انواع مشوق های فرزند آوری را پیش بینی کرده است. راهکارهایی که گرچه تاکنون چندان شمر ثمر نبوده است اما حکایت از عزم دولت برای رشد جمعیت کشور دارد.در چنین شرایطی



بیماری مزمن «سندرم روده تحریک پذیر» را می‌توان با چند راهکار طبیعی درمان کرد. سندرم روده تحریک پذیر (IBS) یک بیماری مزمن است که بر دستگاه گوارش تأثیر می‌گذارد و علائم و نشانه‌های IBS شامل درد شکمی، دفع نامنظم مدفوع، نفخ و اسهال یا یبوست است. برای درمان این بیماری می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱. از رژیم غذایی خاصی پیروی کنید؛

پیروی از یک رژیم غذایی

نمایان می‌شود و ۳ علت اصلی آن این است که از سال ۱۴۱۰جمعیت سالمندان ما از ۰۰ هزار عبور می‌کند و ایران رسماً یک کشور سالمند محسوب می‌شود.

در واقع ایران ماهیت سالمندی پیدا می‌کند. علامه می‌گوید: «دومین مساله مهم این است که در سال ۱۴۱۰ متولدین اولین سال دوره بیش‌زایی جمعیت ایران با متوسط سن ۵۲ سالگی به تدریج وارد دوره بازنشستگی می‌شوند. اینها بار می‌شوند در صندوق‌های بازنشستگی و باعث افزایش جهشی تعداد بازنشستگان و بنابراین تشدید ورشکستگی صندوق‌های بازنشستگی که در همین حال حاضر هم ورشکسته هستند، می‌شوند و بحران بیشتری برای تامین مکفی حقوق بازنشستگان ایجاد می‌کنند. سومین دلیل که مهم‌ترین دلیل اصلی آغاز بحران سالمندی در ایران است متولدین اولین سال دهه ۱۳۵۰ هستند که به سن ۶۰ سالگی می‌رسند. از دهه ۱۳۵۰ به بعد، اینها کسانی هستند که

۵

جامعه

یکشنبه ۲۴ اردیبهشت‌ماه ۱۴۰۲

سال دوازدهم

شماره ۱۶۴۲



مهاجرت در جامعه پزشکی کشور به متخصصان رسید

۱

شود. در همین حال، شرایط اقتصادی و قدر ندیدن در این سوی، موجب شد که پزشکان قدر این فرصت پیش آمده را خوب ببانند و از آن استقبال کنند.

آخرین آمار رسمی منتشر شده مربوط به سال ۹۸ و هم‌زمان با شروع همه‌گیری کروناست. مهاجرت سه هزار نفر در آن سال ثبت شد. این عددی است که دو هفته پیش دکتر پاکمهر، نماینده مجلس نیز اعلام کرد و نسبت به آن ابراز نگرانی کرد.دکتر رضا لاری‌پور سخنگوی سازمان نظام پزشکی کشور در گفت‌وگو با «دنیای اقتصاد»، در عین حال که ارائه هر گونه عدد و رقم در خصوص مهاجرت پزشکان را محرمانه و غیرقابل اعلام می‌داند، اما تعداد خروجی‌ها را دو برابر این ارقام می‌داند.یک پزشک متخصص که ترجیح

می‌دهد نامش محفوظ بماند می‌گوید: «آمار مهاجرت تا پایان سال ۹۸ معادل سه هزار پزشک بوده است. در سال ۱۴۰۰ معادل ۵ هزار پزشک مهاجرت کردند.» به این معنا که تا پایان سال ۱۴۰۰ مجموعاً ۸ هزار پزشک مهاجرت کرده‌اند. به گفته او با محاسبه مهاجرت جامعه پرستاری، عدد از ۱۰ هزار نفر عبور خواهد کرد.

او با بیان اینکه روند افزایشی مهاجرت پزشکان از سال ۹۶ آغاز شده است، می‌گوید: «در حوزه پزشکی و پزشکیان که زیرنظر سازمان نظام پزشکی کشور هستند، مهاجرت کادر پزشکی نسبت به سال ۱۳۹۸ که سال ماقبل کرونا است، شاهد افزایش دریافت عدم سوء‌پیشینه انتظامی خارجی یا حسن سابقه good standing حداقل به میزان دوبرابر بوده‌ایم.» با این وضعیت، می‌توان پیش‌بینی کرد که اگر مبنای سال ۹۸ باشد، حدود ۶ هزار نفر و اگر سال ۱۴۰۰ باشد، حدود ۱۰ هزار پزشک در سال گذشته یا مهاجرت کرده‌اند یا good standing گرفته‌اند.

علت رکود مهاجرت بین سال‌های ۹۸ تا ۱۴۰۱ به گفته او، عدم پذیرش مهاجرت از سوی بسیاری از کشورها و کاهش رفت و آمدها بوده است، اما با باز شدن فضا، مهاجرت یک بار دیگر افزایش داشته است. این افزایش مربوط به سال گذشته است.لاری‌پور دلایل مهاجرت پزشکان را اول از همه اقتصادی می‌داند و در کنار آن، موضوعات دیگری را نام می‌برد: «عدم امکان به کارگیری بسیاری از فارغ‌التحصیلان حرف پزشکی، در مکان مناسب است. بعضی از این افراد به دلیل آنکه موقعیت مناسبی در کشور وجود ندارد، تصمیم به خروج می‌گیرند. همچنین، عدم ایجاد تسهیلات و مشوق‌های لازم برای ماندگاری و نگهداشت برای شاغلان حرفه پزشکی در کشور از دیگر دلایل این مهاجرت است.»



تاثیر تورم و فشارهای اقتصادی در سقط جنین ها

انسانیت را به صدا در می آورد و باید به جد مورد توجه دست اندرکاران فرهنگی و مسئولان امر قرار گیرد.

پدیده دلخراش سقط جنین عمدی

علاوه بر تاثیری که از حیث جمعیتی در

کشور دارد، زنگ خطر افول اخلاقی و

درمان «سندرم روده تحریک‌پذیر» چیست؟

نخود، لوبیا خشک، فشار خون و حساسیت به انسولین در انسان می شود و می تواند درمان خوبی برای IBS باشد. ۳.تمرینات ورزشی؛ فعالیت بدنی منظم قدرت و آمادگی قلبی عروقی را افزایش می دهد و منجر به بهبود سلامت کلی و طول عمر می‌شود. بر اساس نتیجه یک تحقیق، ورزش می تواند به کاهش علائم IBS کمک کند. یکی از بهترین فعالیت های بدنی که می‌توانید برای درمان IBS انجام دهید، یوگا است. یوگا یک ورزش مفید برای ذهن و بدن است.

۴. کاهش استرس؛ استرس مزمن هورمون کورتیزول را افزایش می‌دهد و می‌تواند بر سیستم گوارش ما تأثیر بگذارد. به همین دلیل است که مدیریت استرس و اضطراب برای رفع علائم IBS بسیار مهم است.

۲. روزه داری؛

روزه داری و محدودیت کالری یک الگوی غذایی محبوب است که بر اساس دوره های تعیین شده انجام می‌گیرد. این شامل محدودیت کالری تا چند روز در هفته (یا هر روز، معمولاً ۱۴ تا ۲۰ ساعت در روز است.

تأمین معیشت سالمندان دانست. زمانی

که به این فکر می‌کنیم که حتی امروزه که میزان سالمندان ایران چیزی در حدود ۱۰ تا ۱۱ میلیون نفر است کشور به سختی از پس تامین نیازهای آنها بر می‌آید آن وقت در آینده چطور خواهد بود؟ علامه می‌گوید: «نسبت پشتیبانی به ازای هر بازنشسته در سازمان تامین اجتماعی ۴ ممیز ۵۱ صدم است.