



آپاندیس

میثم رضایی

### روپوش سفید عوض می‌شه!

مدیرکل دفتر پرستاری وزارت بهداشت اعلام کرد: «کارشناسی برای تغییر یونیفرم و روپوش پرستاران در حال انجام است و تا آخر اسفال استانداردهای یونیفرم پرستاری ابلاغ می‌شود. وی اضافه کرد: «به طور مثال ممکن است روپوش پرستاران در بخش اطفال به رنگ صورتی یا گلدار در نظر گرفته شود که شبیه لباس خانه باشد و برای کودکان فضای خانه را تداغی کند. اسن مطلب در روزنامه همشهری ۲۵ بهیشت چاپ شده بود.

از آنجا که از تاریخ اعلام خبر تا پایان سال ده ماه باقی مانده بود و برای اینکه مسئولین خیلی به زحمت نینفتند، آپاندیس پیشنهادهای خود را ارائه می‌دهد:

بخش اورژانس: فرمز یکدست که لکه‌های خون روی روپوش پرستاران مشخص نباشد.

بخش چشمپزشکی: نقّاهای کوچک و بزرگ در جهات مختلف

بخش CCU. دو قلب تیرخورده که سه قطره خون از آنها چکیده است.

بخش ICU: سنگ های قبر سفید موازی در یک گورستان متروک

بخش ارتوپدی: چکش و اره و چند قطعه

استخوان خرد شده
بخش زنان: قابلمه و کفگیر و میل پائنتی
بخش گوش و حلق و بینی: دماغ‌های نوک بالا و عمل شده

بخش ریه: سیگار با یک ضریدار قرمز رنگ

روی آن
بخش پوست: عکس تمام قد باری و اگر مشکل فرهنگی دارد عکس دارا و سارا
در ضمن از کلیه همکاران پزشکی و پرستار تقاضا می‌شود پیشنهادهای خود را برای آپاندیس ارسال کنند.



نگاه

مرتمضی جلال‌نفر

### این سرفاز ای‌زی‌های دنباله‌دار!

این یکی هم تمام شد. از این بگذرید که بیستمین نمایشگاه بین‌المللی در شرایطی برگزار شد که از چند ماه قبل از آن، بین مسئولین برگزاری و ناشران، در مورد چگونگی اجرای نمایشگاه بیستم چالشی بی‌سابقه در گرفته بود.

از ایسن هم بگذرید که با وجود همه وعده‌های مسئولین دربارهٔ آمادگی فضای مصلی برای برگزاری نمایشگاه، نمایشگاه بیستم لقب بی‌نظم‌ترین‌س در تاریخ بیست‌ساله برگزاریش گرفت. به بی‌سر زیناله‌اندو شدن زمین مصلی، ضریب امنیتی پایین حرفه‌ها، نبود هیچ روند منطقی‌ای در چیدمان غرفه‌ها، کابل‌های فضاگیر روی زمین و هیچ کدام از نایه‌نحاری‌های نوباره نمایشگاه بیستم فکر نکند. اصلاً بی‌خیال این شوید که رئیس جمهور تاجیکستان به نمایشگاه کتاب آمد و چون هیچ‌کدام از مسئولین به استقبالش نرفتند، قهر کرد و رفت. اینها چیزهایی نیستند که بخوانند فکر شما را درگیر کنند.

حالا مثلاً چه اتفاقی می‌افتد که ناشرین برای خارج کردن کتاب‌هایشان چندین ساعت زیر آفتاب معطل یک امضا بمانند. اگر بار نور نمی‌کشد، به این محسن محسن پرویز، رئیس بیستمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران، توجه کنید: «با وجود همه مشکلات، در سایه همکاری و همدلی همکاران و نسان و استقبال بزرگ مردمی سرفازانه!! نمایشگاه بیستم کتاب تهران را به پایان بردیم.»

او همچنین ادامه داد: «اسفال برای اولین بار توانستیم ناشران عمومی را در کنار هم در یک سالن گرد آوریم و به تعیض‌های سالیان گذشته پایان دهیم. اسفال دیگر هیچ ناشری در کنج و بی‌نست نبود و هیچ‌کس در سالن بدون مراجعه قرار نداشت.» قبول کنید که اگر همه آن چیزهای نگران‌کننده قبلی هم نبود، این تصور خیلی درناک است که مسئولین نمایشگاه بخوانند سرفازی نمایشگاه بیستم را در نمایشگاه بیست و یکم هم تکرار کند. به نظران این خیلی خطرناک نیست؟

## ترجمان درد

Pain Translation



# راه و رسم خرید کالاهای دندان‌پزشکی

فلورنژ نریا

دندان می‌کند خواهید گرفت. از سوی دیگر درمان تجارتنی «اسیدی» که برای ایجاد خلل و فرج در مغزّه استفاده می‌کند، «اچینگ» چندان مهم نیست، تمام این اسیدها تقریباعلمکرد یکسانی دارند بنابراین برای خرید این محصول هزینه اضافی نپردازید.

**به ارگونومی وسایل توجه کنید**

صندلی دندان‌پزشکی (ایبوره) وسیله‌ای است که شما مدت زیادی از وقت خود را روی آن سهری می‌کنید و ارتباط مستقیمی با سلامت عضلات و اسکلت بدن شما دارد

در به‌سازده کاری چندین ساله شما بسیار مؤثر است. صندلی دندان‌پزشکی و یونیت دندان‌پزشکی وسایلی هستند که هر قدر برای دندان‌پزشکی پیدا کنید و یا می‌توانید به جای آن با یک جستجوی کوچک در اینترنت، انواع مورد نظر خود را بیابید.

**روکش‌های مخملی ممنوع**

یونیت‌هایی وجود دارند که روکش آن مخملی و یا از جنس پارچه است. این یونیت‌ها شاید زیباتر باشند ولی دردرس شما برای تمیز کردن آن زیاد خواهد بود. بنابراین به جای آن، یونیت‌هایی را انتخاب کنید که روکش آن به آسانی قابل شستشو و ضدعفونی باشد. برای اینکه زیبایی مورد نظرتان نیز تأمین نشود، تلاش کنید از میان رنگ‌های متنوع آن، رنگ

## ۷ مورد از شایع‌ترین مواردقانونی شکایت از پرستاران

۱- اشتباهات دارویی: تهیه دارو و تجویز آن بر اساس دستورالعمل پزشکی، وظیفه پرستار است و اشتباه در آن به طور مستقیم به پرستار مربوط می‌شود.

۲- سهل‌انگاری در مراقبت‌های مرسومه که جزو وظایف پرستار است.
۳- یک راه برای اینکه پرستار بتواند در انجام وظایف خود موفق باشد و خدمات پرستاری را متناسب با نیازهای بیمار انجام دهد، مشاهده اعلام بیمار است و باید نظرات خود را بر اساس مشاهدات ثبت کند. بنابراین تصور در مشاهده دقیق بیمار، تصور پرستاری محسوب می‌شود.
۴- در برخی شرایط پرستار باید برای انجام درست درمان، مداخله درمانی انجام دهد. تعامل موجب مسئولیت پرستار شده و سهل‌انگاری در مداخله را در بی‌دار.
۵- رعایت زمان و دقت در میزان مصرف دارو

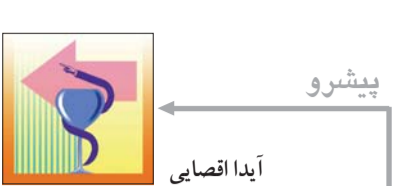


قانون

۱- که از طرف پزشک تعیین شده ضروری است و پرستار موظف به رعایت دقیق آن است، در غیر این صورت تأخیر در اداره هر دارویی محسوب می‌شود.
۲- در مواقعی که پرستار حضور پزشک را بر باین بیمار ضروری می‌داند، باید در هر شرایطی پزشک را در محل حاضر کند.
۳- در مواردی که به پزشک معالج دسترسی ندارد و یا هنگام اطلاع داده شده ولی او بر باین بیمار حاضر نشده، در پرستار سلب مسئولیت نمی‌شود و باید از پزشکان دیگر برای دیدن بیمار استفاده کند.
۴- از وظایف مهم پرستاران شنیه گزارش پرستاری است. گزارش پرستاری بایدشامل انتقال اطلاعات سه درون پرونده، گزارش‌دهی، گزارش نویسی و گزارش‌گیری باشد. کوچکترین خطا و سهل‌انگاری می‌تواند مسئولیت سنگین حرفه‌ای را به دنبال داشته باشد. بهتر است گزارش پرستاری با دقت کافی در پرونده ثبت شود.

## طبیعت

سال دوم | شماره ۳۱ +۴ | نیمه دوم خرداد ماه ۱۳۸۶



پیشرو

دلخواهتان را انتخاب کنید.

**نورهای زرد – سفید**

ممکن است شما برای نورپردازی محیط مطب‌تان انواع مختلف لامپ‌ها، چراغ‌ها و حتی لوستر خریداری کنید که ترکیبی از نورهای زرد و سفید را در محیط مطب به وجود آورند. در این شرایط کار کردن در محیط مطب برایتان آسان‌تر است و انتخاب رنگ مواد ترمیمی نیز بهتر و درست‌تر انجام می‌گیرد چون با این روش شما نوری را مشابه با نور روز در محیط کارتان شبیه‌سازی کرده‌اید.

**گارانتی‌وا کنترل کنید**

هنگامی که وسایل اساسی مطب با کلیتیک دندان‌پزشکی مانند یونیت، دستگاه لایت کیور، دستگاه رادیوگرافی، دستگاه اتوکلاو و فور را خریداری می‌کنید گارانتی این محصولات را به دقت کنترل کنید. کنترل مدت زمان گارانتی یکی از مواردی است که بسیار مهم است و نشان می‌دهد گارانتی دستگاه شما از چه تاریخی آغاز شده و چه زمانی خاتمه پیدا می‌کند. نکته دیگری که باید درباره گارانتی وسایل بزرگی مانند یونیت رعایت کنید، خواندن دقیق جزئیات گارانتی کالااست. به طور معمول در نمایشگاه‌های عرضه محصولات دندان‌پزشکی، فروشندگان با آب و تاب فراوان درباره مزیت‌های محصولاتشان آفندر صحبت می‌کنند که فرصت دقت در جزئیات از شما سلب می‌شود.

برخی از شرکت‌های سازنده یونیت‌های دندان‌پزشکی ضمانت می‌کنند اگر یونیت در طی زمان مشخصی خراب‌شد و یا نقص پیدا کرد، آن را بدون دریافت هزینه‌ای تعمیر می‌کنند. از سوی دیگر، برخی از کارخانه‌ها ممکن است کالا را به کلی از شما پس گرفته و یک نمونه نو به شما بدهد. برخی از کارخانه‌ها نیز اصل پروتان را به شما باز می‌گرداند. دقت کنید که

در شهرستان مطب دارید، آیا در صورتی‌که یونیتی که خریداری کرده‌اید دچار نقص شد، شاید زینتار باشند ولی دردرس شما برای تمیز کردن آن زیاد خواهد بود. بنابراین به جای آن، یونیت‌هایی را انتخاب کنید که روکش آن به آسانی قابل شستشو و ضدعفونی باشد. برای اینکه زیبایی مورد نظرتان نیز تأمین نشود، هزبه این انتقال را برای تعمیر بپردازید.

## آیین‌نامه اخلاقی پرستاران

ایمنی بیمار به وسیله اعمال نامناسب و غیراخلاقی دیگران به خطر می‌افتد، وارد عمل می‌شود.

مراقبت‌ها و اقدامات پرستاری‌ای است که برای بیمار انجام می‌دهد.

۷- پرستار باید در ایجاد شرایط مطلوب و مناسب استفادهی خود تلاش کند تا بتواند در عرضه خدمات و اقدامات خود به بیمار با کیفیت بیشتری عمل کند.

۸- پرستار به منظور ارتقای سطح بهداشت و سلامت جامعه، موظف به همکاری با اعضای حرفه‌های پزشکی و دیگر شهروندان است.

۹- پرستار در محافظت از حرفه خود در مقابل جامعه مسئول است.
۱۰- پرستار باید برای ارتقا و گسترش منابع علمی و حرفه خود مشارکت کند.



اخلاق

ایمنی بیمار به وسیله اعمال نامناسب و غیراخلاقی دیگران به خطر می‌افتد، وارد عمل می‌شود.
مراقبت‌ها و اقدامات پرستاری‌ای است که برای بیمار انجام می‌دهد.
۷- پرستار باید در ایجاد شرایط مطلوب و مناسب استفادهی خود تلاش کند تا بتواند در عرضه خدمات و اقدامات خود به بیمار با کیفیت بیشتری عمل کند.
۸- پرستار به منظور ارتقای سطح بهداشت و سلامت جامعه، موظف به همکاری با اعضای حرفه‌های پزشکی و دیگر شهروندان است.
۹- پرستار در محافظت از حرفه خود در مقابل جامعه مسئول است.
۱۰- پرستار باید برای ارتقا و گسترش منابع علمی و حرفه خود مشارکت کند.



عکس نوشت



در پزشکی سندرمی وجود دارد به نام **White coat hypertension**. به این معنی که بیمار با دیدن پزشک فشارخونش بالا می‌رود اما بهتر است سندرم جدیدی به نام **انگشک و پنهان است**.

مردان جوان‌تر و جوانان جوان‌تر در میان مردم مبتلانداز امور

فرض کنید به اتاق یک پزشک در بیمارستان محل کارش وارد شده‌اید، در اتاق می‌چرخید و تابلوهای قاب‌شده روی دیوار را نگاه می‌کنید: « فلوشیپ افتخاری در طب اطفال»، « فلوشیپ افتخاری در زنان و زایمان»، « لیسانس افتخاری در بهداشت عمومی»... حالا اگر کسی از شما درباره تخصص اصلی این پزشک بپرسد، چه پاسخی می‌دهید؟

دکتر وبرجینیا آپسگار صاحب این روزمه درخشان، « بی‌هوشی» خوانده‌بود. او از همان زمان که گاهی مجبور می‌شد برای تأمین هزینه تحصیلش، برای آزمایشگاه فیزیولوژی گریسه تور کند، مصمم بود پزشک شود و سرانجام بعد از گرفتن لیسانس جانورشناسی، وارد دانشگاه کلمبیا شد.

بی‌هوشی انتخاب اولش نبود، می‌خواست جراح شود. چند صبایح هم دنبالش رفت ولی بالاخره دکتر ویل ، استاد کرسی جراحی، او را منصرف کرد، زیرا در سال ۱۹۳۳، پزشک بودن زن‌ها را هم به زحمت می‌پذیرفتند، چه برسد به جراح بودنشان. او به پیشنهاد دکتر ویل، رشته بی‌هوشی را برگزید. بی‌هوشی رشته نوباتی بود و تا آن زمان اغلب به وسیله پرستاران اتاق عمل صورت‌می‌گرفت. وی در سال ۱۹۳۸ به عنوان رئیس بخش بی‌هوشی و عضو هیئت علمی به دانشگاه کلمبیا بازگشت و در ۱۹۴۹ به درجه «استاد کامل» رسید و نخستین زنی بود که دانشگاه کلمبیا به چنین درجه‌ای دست‌یافت.

در همین دوران بود که تحقیقاتش را در رابطه با بی‌هوشی حین زایمان آغاز کرد، مطالعاتی که در نهایت منجر به ابلاغ و معرفی «نمره آپگاره» به جامعه پزشکی شد. ۱۰ سال بعد از پذیرش مقاله دکتر آپگار درباره سیستم ازبای نوزادان، «دکتر ژوزف باترفیلد، طی مقاله‌ای هر یک از حروف واژه (APGAR) را برای تداعی یکی از معیارهای پنج‌گانه نمردهی آپگار معرفی کرد: A برای Appearance وP برای Grimace وG برای Activity و R برای Respiration. به این ترتیب، سیستم آپسگار با طبقه‌بندی جدیدی در کتاب‌های پزشکی ثبت‌شد.آپگار تأثیر شسویه‌های مختلف بی‌هوشی و مشکلات زایمان را در وضعیت نمره آپگار نوزادان بررسی کرد. تلاش‌های او باعث ایجاد شاخه جدیدی در طب اطفال با نام «پریناتولوژی» (طب نوزادان) شد و نام او آن‌چنان با این شاخه گره‌خورده که هر سال جایزه‌ای به نام وبرجینیا آپگاره به دستاوردهای نوین در این زمینه تقدیم می‌گردد.

او سال‌های پایانی عمرش را وقف آموزش عامه مردم، بسرای جلوگیری از تقلایص تورلر کند. کتاب «آیاکود من سالم است؟» در سال ۱۹۷۳، یادگار این دوران است. او درحان سال به‌عنوان‌وزن‌سال‌آمریکاه، در تلوویزیون ملی آمریکا انتخاب‌شد. مهارت حرفه‌ای و تنها پهنه‌ای این انتخاب نبود. دکتر آپگار شوق‌طبع و خندبرو، عاشق مسافرت، ماهی‌گیری، کلف و پیس‌بال بود. یک ویولوئیست حرفه‌ای که بعدها ساختن ساز را هم از یکی از بیماریاش آموخت. یک ویولا، یک ویولن، یک موز ویولن و یک سلو، ۴ سازی است که بین فرزندان و برادرانش نسل به نسل می‌چرخد. خودش هیچ‌وقت ازدواج نکرد، او کلکتیور تمبر هم بود. در سال ۲۰۱۹۹۴، ۲۰ سال پس از مرگ وی، سازمان پست آمریکا تمبرهای یادبود «دکتر وبرجینیا آپگاره» را با نقش پرآره او به چاپ رساند.