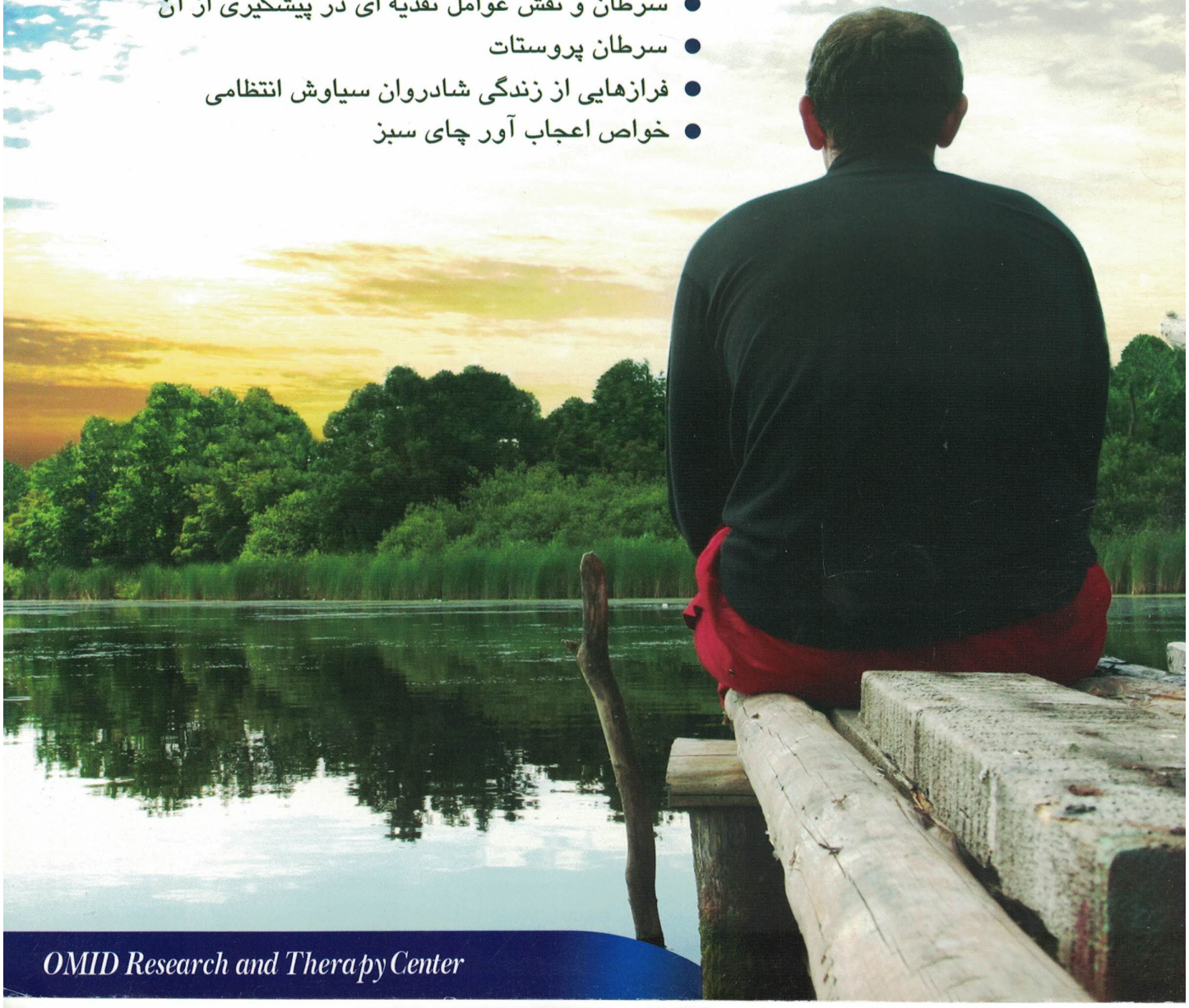
گاهنامه مرکز پژوهشی و درمانی امید / سال اول / شماره ۱ / بهار ۱۳۹۰

امید

گاهنامه مرکز پژوهشی و درمانی
سال اول / شماره ۱ / بهار ۱۳۹۰

- گزارشی از تاریخچه و فعالیتهای انجمن
- سرطان و نقش عوامل تغذیه ای در پیشگیری از آن
- سرطان پروستات
- فرازهایی از زندگی شادروان سیاوش انتظامی
- خواص اعجاب آور چای سبز



OMID Research and Therapy Center

گلکم...
ای گل قاصدکم...
دلکت پژمرده ست
دست بیرحم زمان زلفکت آشفته ست
زود باشد خرمن زلف سیاه تو به تاراج رود

من در این گلریزان
مردمانی دیدم
دست خود شانه موی تو کنند
اشک خود زینت روی تو کنند
خون دل وسمه ابروی تو کنند

نام آنها نیکی ست
گرچه در قصه تو، قصه پر غصه تو
شهرزادش تخته بند قلعه تاریکی ست



دل قوی دار گلم
تا سحر راهی نیست
به خدائی که همین نزدیکی ست

صاحب امتیاز

انجمن خیریه حمایت از بیماران سرطانی استان آذربایجان غربی

مدیر مسئول

پروفسور دکتر فرخ قوام

Fghavampath@yahoo.com

سردبیر

دکتر مسعود فلاحی مطلق

M_fallahi_M@yahoo.com

مشاورین علمی

دکتر آیت الهی،دکتر اشرفی،دکتر افشار،دکتر انصاری

دکتر بقائی،دکتر بهروزیان،دکتر پرورش،دکتر حجازی

دکتر خلیل زاد،دکتر رشیدی،دکتر سلیمان نژاد،دکتر شاطری

دکتر شریفی،دکتر شهابی،دکتر شیخی،دکترصبوری

دکتر صمدزاده،دکتر عباس زاده،دکتر عبدی،دکتر علی محمودی

دکتر عیشی،دکتر فلاحی مطلق،دکتر فیضی،دکتر قندیلی

دکتر قوام،دکتر قوام زاده،دکتر نژاد رحیم

شورای تحریریه

دکتر حمید اصغرزاده،دکتر محمد حسن خادم انصاری

دکتر جواد خشابی،دکتر شاکر سالاری،مهندس نسرین سلطانی

مهندس عیسی شمس مولوی،لیلا ضیائی،آرزو عاصمی

دکتر مسعود فلاحی مطلق،سیاوش قربانی،دکتر فرخ قوام

ویراستار

کامران داوری

عکاس

اکبر عباسپور

تهیه خبر

روحینا مجیدی

طراحی/صفحه آرائی

مرتضی افسری

Ahoora_afs@yahoo.com

مجری چاپ:

جابر- ۶۶۹۰۳۲۱۵

لیتوگرافی/چاپ/صحافی

رواق

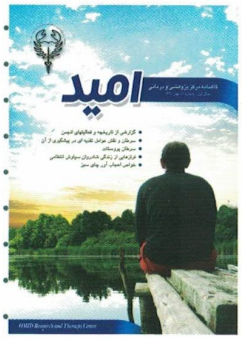
نشانی:ارومیه/شهرک فرهنگیان/خیابان۳۲متری

مرکز پژوهشی و درمانی امید ص/پ: ۵۸۸

کد پستی:۵۷۱۶۷ فاکس:۳۸۲۴۴۴۷

تلفن:۳۸۳۴۹۴۹ - ۳۸۲۴۴۴۶ - ۳۸۶۴۵۵۵

مسئولیت کلیه مطالب چاپ شده بعهده نویسندگان است



فصلنامه مرکز پژوهشی و درمانی امید / سال اول / شماره ۱ / بهار ۱۳۹۰

فهرست مطالب

۲ یادداشت سردبیر

۳ یادها و نامها

۹ مقاله - سرطان و نقش عوامل تغذیه ای

۱۴ گفتگو - دکتر سعید صمدزاده

۱۸ با خیرین - زندگی شادروان دکتر سیاوش انتظامی

۲۲ مقاله - فرایند التیام و شفا از درون در بیماری سرطان

۲۶ ادبی - یک لاله خونین و یک سال خاطره

۲۹ نقش انجمن های خیریه

۳۱ بیمار شفا یافته

۳۴ خواص اعجاب آور چای سبز

۳۶ آیا می دانید که؟

۳۹ چگونه می توانید یاور انجمن باشید؟

یادداشت سردبیر

با نام او

سرطان سومین علت مرگ و میر در کشور ماست، ولی شاید بتوان گفت بیشترین مشکلات جسمی و روحی را برای اطرافیان او ایجاد می کند. امروزه با پیشرفت علم و تکنولوژی این باور که سرطان یک بیماری لاعلاج است را کم رنگ تر کرده است ولی کمی امکانات و گاه هزینه های بالا و کمر شکن درمان این بیماری مشکلات مربوط به بیماران مبتلا به سرطان را دو چندان می نماید. در چنین مواردی است که نقش تشکلهای خیریه و غیر دولتی می تواند بسیار کمک کننده باشد. انجمن خیریه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان اورمیه یکی از این ده ها تشکل است که گردانندگان و حمایت کنندگان آن با چنین قصد و هدفی پا در این راه گذاشته اند چرا که معتقدند:

بنی آدم اعضای یک پیکرند — که در آفرینش ز یک گوهرند

چو عضوی به درد آورد روزگار — دگر عضو ها را نماند قرار

انجمن حمایت از بیماران مبتلا به سرطان اورمیه با انتشار این گاهنامه سعی دارد تا از یک سو فعالیتها و کمک های انجام شده از سوی هیأت مدیره و خیرین را معرفی نموده و از سوی دیگر اطلاعات جامع و مفید درباره سرطان در اختیار بیماران و خانواده های آنان قرار دهد تا چه قبول افتد و چه در نظر آید.

دکتر مسعود فلاحی مطلق

گزارشی از تاریخچه و فعالیت های انجمن خیریه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان استان آذربایجان غربی



پروفسور دکترجواد خشابی – رئیس هیئت مدیره انجمن خیریه حمایت از بیماران سرطانی

در سال ۱۳۵۶ دانشکده پزشکی در دانشگاه اورمیه شروع به فعالیت نمود . در آن تاریخ من و همکاران دانشکده پزشکی متوجه شیوع نسبتاً بالای بیماری سرطان در این استان شدیم که متأسفانه امکانات تشخیصی و مخصوصاً درمانی برای بیماری سرطان وجود نداشت و لذا بر آن شدیم که در دانشکده پزشکی امکانات پرتودرمانی ایجاد شود . در آن موقع هنوز دانشکده پزشکی بیمارستانی نداشت و بدلیل مسائل و مشکلات فراوان امکان ایجاد بخش رادیوتراپی نبود و از طرفی بدلیل مشکلات موجود آن زمان از جمله دوری از مراکز درمانی و شرایط اقتصادی و بحران های مربوط به جنگ و غیره تعداد زیادی از بیماران مبتلا به سرطان بدون درمان مظلومانه جان می باختند .

فعالیت های زیادی شد ، همکار ارجمند آقای دکتر سعید صمدزاده مسافرت هائی به تهران نمودند و با مسئولین سازمان مبارزه با سرطان ایران مذاکراتی انجام شد ولی موفق به تأسیس واحد رادیوتراپی در استان نشدیم .

پس از اینکه ازتاسیس بخش رادیوتراپی در دانشکده پزشکی بدلیل مشکلات موجود آن زمان مأیوس شدیم مصمم به ایجاد یک مؤسسه خیریه شدیم و دراین راستا پس از هماهنگی های لازم اولین بار جلسه ای در سالن دانشکده پرستاری در زمان ریاست آقای دکتر علاءالدین مهری با حضور جمعی از خیرین و معتمدین شهر تشکیل شد و در نهایت هیأت مؤسس انتخاب و پس از تدوین اساسنامه و انتخاب هیأت امناءو تأیید رسمی آن هیأت مدیره شروع بکار نمود که تقریباً حدود ۲ سال پس از آغاز فعالیت مجوز تأسیس در تاریخ ۱۳۷۳/۷/۲۱ از طرف نیروی انتظامی صادر و بشماره ۲۹ به ثبت شرکتها رسید .

ماهنامه مرکز پژوهشی و درمانی امید | سال اول | شماره ۱ | بهار ۱۳۸۰

جلسات انجمن در ابتدا در یک ساختمان متعلق به کمیته امداد در زمان تصدی آقای محمدباقر صمدزاده طریقت و سپس در مطب اینجانب تشکیل می شد. برای احداث واحد رادیوتراپی ابتدا کلنگ ساختمان در زمینی که در خیابان مدرس اهداء شده بود بزمین زده شد .ولی بعداً معلوم شد که زمین متعلق به یکی از ارگان ها می باشد لذا زمین فعلی با کمک آقای قربانعلی سعادت استاندار وقت به انجمن واگذار گردید و سپس رضایت مالک آن ، آقای زبید وخشوری جلب گردید و سند آن بنام انجمن صادر شد . پس از تسطیح زمین ابتدا یک واحد سرایداری احداث گردید و تا چند سال هم جلسات انجمن در یکی از اتاق های ساختمان سرایداری برگزارمی گردید تا اینکه بخش فعلی رادیوتراپی ساخته شد . نقشه بخش رادیوتراپی توسط آقای مهندس کریم باباخانی و همکاران تهیه شد و آقای مهندس حسنعلی فرزین نیز کارهای اجرائی آن را عهده دار شدند و با تکمیل آن جلسات هیأت مدیره در یکی از اتاق های این ساختمان تشکیل می شد و بخش های شیمی درمانی در سال ۱۳۷۵ ، ماموگرافی در سال ۱۳۷۶ و رادیوتراپی در سال ۱۳۷۸ در این ساختمان بتدریج شروع بکار نمودند.

در ابتدای کار چند آگهی و اعلامیه در شهر پخش نمودیم که نمونه های آن هنوز موجود است .

مرحوم حاج محسن حاجی سالم در ابتدا با فروش یک قطعه زمین اهدائی خویش به نفع انجمن مبلغ هفت میلیون تومان به انجمن اهداء نمودند که روحشان شاد باد بعداً نیز تا زمان حیات بعنوان مدیر عامل انجمن فعالیت می نمودند.

همچنین در آن زمان آقای حاج صادق فتورائی نیز مقادیر قابل توجهی مصالح ساختمانی بخصوص تیرآهن و میلگرد به ارزش بیش از شش میلیون تومان به انجمن اهداء نمودند که در ساخت بخش رادیوتراپی و بیمارستان از آنها استفاده شد مقادیری از آنها هنوز هم وجود دارد و مورد استفاده قرار می گیرد که کمک بسیار مهمی بود و جای سپاس دارد .

با شروع بکار بخشهای درمانی نیاز به منابع مالی بیشتر می شد آقای حاج اسد حبیبی (عضو هیأت مدیره و خزانه دار انجمن) در جذب کمکهای مالی بسیار فعالیت می نمودند .یکی دیگر ازراه های جذب کمکهای مردمی برگزاری جشنهای گلریزان است که اینک شانزده سال متوالی مرتب در نیمه دوم هر سال و با کمک هنرمندان شهر و استان و همچنین برخی از چهره های معروف سینما و تئاتر کشور برگزار می شود و در شناساندن انجمن و دادن آگاهی نقش مهمی دارد . در برگزاری این جشنها هنرمند گرامی آقای خسرو دستگیر همیشه نقش مهمی داشته و زحمات بسیاری کشیده اند . البته همکاران و هنرمندان دیگر و گروه های جوانان و بانوان نیز در این امر بسیار زحمت کشیده اند .

اعضاء انجمن در گروه های جوانان از ابتدای فعالیت انجمن بسیار صمیمانه فعالیت نموده اند و انشاءاله در یک ویژه نامه از اعضاء و سرپرستان آن ذکر خیر شود و پاس داشته شوند.

در گروه بانوان نیز خانمهای نیکوکار با اهداء کارهای دستی، شیرینی ، ... و جذب کمک برای بیماران بسیار صادقانه و صمیمانه فعالیت نموده اند و هنوز یکی از ارکان مؤثر انجمن می باشند . در این جا باید از خانم عذرا اقدامی و خانم دکتر ثریا احمدی ذکر خیر شود که کمکهای شایسته ای برای جذب کمکهای مردمی و مددکاری بیماران انجام می دهند.مددکاری برای بیماران با کمک اعضاء مختلف انجمن توسط گروههای مختلف از اهداف مهم انجمن بوده و سپاس پروردگار متعال را که تا حد امکان در این راه گامهای انساندوستانه و خداپسندانه ای انجام گرفته است . خانم رویا چگینی در مددکاری از کودکان مبتلا به سرطان زحمات زیادی کشیده اند و در این راستا با تأسیس شعبه بنیاد رفاه کودک در اورمیه و ایجاد سرای بیماران در حمایت از کودکان و بیماران مبتلا به سرطان تلاشهای قابل تحسینی انجام می دهند. یکی از فعالیت های انجمن در جذب کمکهای مالی جذب نیکوکاران خارج از کشور بوده . شادروان دکتر سیاوش انتظامی که از طریق پروفسور فرخ قوام با انجمن آشنا شده بودند بقدری شیفته این حرکت انسانی شدند که در آلمان مؤسسه خیریه ای بنام اورمیا تأسیس و برای انجمن



فعالیت و کمکهای مالی زیادی ارسال نمودند و علاوه بر آن ایرانیان زیادی را نیز با انجمن آشنا نمودند که به انجمن کمک می نمایند . اهداء خانه پدری توسط ایشان و برادرانشان از جمله کمکهای ارزنده زنده یاد دکتر سیاوش انتظامی است .

در این جا لازم می دانم از چند هموطن نیکوکار مقیم خارج از کشور نام ببرم که در مقاطعی از حیات انجمن فعالیت های زیادی کرده اند . در آمریکا آقای دکتر اصغر خرازی از طریق بنیاد رازی و خانم شعله دادخواه از طریق ایرانیان مقیم کالیفرنیا در ارسال کمکهای نقدی و جنسی سهم مهمی داشته اند .

در آلمان حاج آقا یعقوب نوبری از یاوران مؤمن و نیکوکار می باشند که علاوه بر کمکهای زیادی که به دیگر مؤسسات نیکوکاری دارند در ساخت و تجهیز بخش های این بیمارستان یاور این انجمن می باشند و کمکهای مالی بسیار ارزنده ای می نمایند .

و فرد متدین و بی ریائی بنام آقای حاج نصراله اسدی در هامبورگ آلمان وقت زیادی را صرف جمع آوری کمک از مؤمنین مسجد امام علی هامبورگ و ارسال آن به این انجمن می نمایند و تمام پس انداز زندگی خویش را در سپرده ای بنام انجمن در یکی از بانکها امانت گذاشتند که پس از فوتشان در انجمن صرف بیماران شود . ولی خوشبختانه جدیداً این امانت را نیز اجازه داده اند که انجمن در جهت اهداف خود استفاده نماید .

در ابتدای تأسیس واحد رادیوتراپی اعضاء انجمن و هیأت مدیره فکر می کردند که با راه اندازی یک دستگاه کبالت مشکل بیماران از نظر پرتودرمانی حل خواهد شد ولی گذشت زمان نشان داد که نه تنها ۲ دستگاه کبالت کافی نیست بلکه تجهیزات دیگری نیز از قبیل دستگاه سیمیولاتور ، کبالت داخل حفره ای ، امکانات و تجهیزات دوزیمتری و طراحی نقشه درمان و ... برای تجهیز و انجام خدمات درمانی به بیماران نیاز است که به تدریج این امکانات علیرغم هزینه های بسیار زیاد فراهم شد . در بخش فیزیک که از نظر مهندسی درمان و دقت در پرتودرمانی بیماران اهمیت بسیار دارد باید از اولین همکار فیزیک پزشکی انجمن زنده یاد هانا قدمی نیز ذکر خیر شود که در راه اندازی بخش فیزیک زحمات زیادی کشیدند .



یکی از مهمترین اهداف و سیاستهای هیأت مدیره بروز نمودن تجهیزات بخش پرتودرمانی است بصورتی که بیماران مبتلا به سرطان و خانواده ایشان از امکانات درمانی مناسب و پیشرفته برخوردار باشند لذا با توجه به اینکه از طرفی در دنیا پرتودرمانی از کبالت به دستگاه شتابدهنده خطی منتقل شده و با توجه به مشکلات تحریم چشمه های کبالت هیأت مدیره تصمیم به تهیه دستگاه های جدید نمود و اینک خوشبختانه انجمن از سال گذشته در درمان بیماران از روش جدید پرتودرمانی LINAC استفاده می نماید و انشاءاله تا نیمه سال بعد ، دومین دستگاه شتابدهنده خطی را نیز جایگزین کبالت درمانی خواهد نمود .

با راه اندازی بخش های شیمی درمانی و رادیوتراپی یکی از مهمترین نیازهای بیماران یعنی نیاز به بستری و انجام خدمات تشخیصی و درمانی بیشتر مشخص شد و لذا هیأت مدیره تصمیم به ساخت یک بیمارستان در محوطه مرکز پژوهشی و درمانی امید گرفت. پس از تهیه نقشه های ساختمانی و کنی تهدیدهای مالی کالت پرتوانی

تعطیل گردیده بود که پس از گذشت چندین سال دو یاور جدید به جمع مجریان انجمن پیوستند . آقای مهندس عزیز متاعی و آقای مهندس محمود امینی فر با علاقه خاص و با هزینه شخصی اقدام به نصب تیرآهن ها و اسکلت سازی بیمارستان نمودند. سپس با بازنگری فضا های داخل بیمارستان و افزایش استحکام سازه با کمک مهندسین مشاور جامع تکنیک آجرچینی و تقسیم بندی بیمارستان انجام شد و اینک تأسیسات داخل بیمارستان یعنی لوله کشی ، تهویه ، برق و ... بیمارستان در حال اجراست .

یکی از آرزوهای من مشاهده شروع بکار این بیمارستان است که انشاءاله با عنایت پروردگار و کمک مردم و مسئولین این مهم هر چه زودتر به انجام برسد .

با گسترش خدمات درمانی و افزایش مراجعین نیاز به ساخت یک مجموعه اداری برای انجمن احساس می شد لذا با خرید یک قطعه زمین در مجاورت انجمن و با طراحی خوب آقای مهندس کریم باباخانی و همکاران خوبشان از جمله آقای مهندس جعفری داودی و آقای مهندس فرزین ، ساختمان اداری و فرهنگی انجمن شروع شد . در این ساختمان که واحدهای تجاری و واحد اداری انجمن قراردارد یک مجموعه خوب علمی و فرهنگی شامل دو سالن ۳۵۰ نفری و ۱۰۰ نفری وجود دارد که برای فعالیت های علمی و فرهنگی مورد استفاده است .

لازم است از کمکهای بسیار ارزنده نقدی و جنسی خانواده شادروان عباس خان حاتمی سپاسگزاری نمایم که بدون کمکهای ارزنده آنان ساخت این مجموعه به این زودی و به این زیبائی ممکن نمی شد لذا سالن بزرگ انجمن بنام آن زنده یاد نامگذاری شده است .

در چند سال اخیر سعی شده که برای رسیدن به اهداف انجمن از وجود همشهریان خوب و توانمند مقیم تهران استفاده شود و در این راستا پس از تشکیل جلسات متعدد، دفتر انجمن در تهران شروع به فعالیت نمود. آقای دکتر جمشید حقگو سرپرستی دفتر انجمن در تهران را بعهده دارند و همشهریان علاقمندی در این دفتر فعالیت می نمایند که انشاء اله در یکی از شماره ها گزارشی از فعالیت های این دفتر تهیه و منتشر خواهدشد .

یکی از اهداف انجمن پیشگیری از بیماری سرطان است . می دانیم که بیماری سرطان در این منطقه از کشورمان شیوع نسبتاً بالائی دارد و همیشه پیشگیری بهتر از درمان است و اگر بخشی از تلاشهای ما برای پیشگیری باشد شاید نتایج بسیار مثبتی حاصل شود و طبعاً یکی از راههای پیشگیری علاوه بر آموزش و دادن آگاهی به مردم پژوهش و تحقیق است . همچنین برای تشخیص های به موقع و درمان های مؤثر پژوهش بسیار ارزنده و مفید خواهد بود .

ولی با توجه به مشکلات درمانی امکان پژوهش در انجمن در حد مطلوبی نیست ولی با گسترش فضا های مرکز پژوهشی و درمانی امید امیدواریم ساخت پژوهشکده کاربردی بیماریهای سرطان شروع شود . البته شروع بکار پژوهش نباید تا ساخت پژوهشکده به تعویق بیافتد و انجام طرح های پژوهشی می تواند در مرکز درمانی امید انجام شود و تا کنون نیز چندین طرح پژوهشی اجرا شده است . امیدواریم که دانشجویان و پزشکان و محققین علاقمند در این زمینه با انجمن همکاری نمایند . انجمن نیز در حد امکان از این طرح ها حمایت خواهد نمود .

و بالاخره برنامه دردست اقدام دیگر انجمن ساخت سرای امید است که برای اسکان بیماران نیازمند شهرستانی طراحی شده است و با تهیه زمین و نقشه آن از ابتدای سال کار ساخت آن شروع شده است . انجمن شرکتهای ساختمانی و تأسیساتی پیشقدم در ساخت آن می باشد و از هیأت مدیره و اعضاء آن کمال تشکر و قدردانی بدلیل همکاری در این امر انسانی و خداپسندانه را دارم .

یکی از مصوبات هیأت مدیره انجمن برای بزرگداشت و تجلیل از نیکوکارانی که کمکهای مالی ارزنده ای به انجمن نمایند نامگذاری بخش هائی از بیمارستان در دست احداث بنام آنان می باشد و تا کنون به پاس کمکهای ارزنده برخی از نیکوکاران قسمتهائی از این بیمارستان به نام آنان نامگذاری شده است که از آن جمله می توان به موارد زیر اشاره کرد :



ماهنامه مرکز پژوهشی و درمانی امید | سال اول | شماره ۱ | بهار ۹۰

-بانو صدیقه اقبالی افشار که در واقع در اورمیه اولین بانوئی بود که برای حمایت از بیماران مبتلا به سرطان قدم پیش گذاشته و ملک ارزنده ای را به این نیت اختصاص داده بودند .

-شادروان حاج محسن حاجی سالم

-شادروان دکتر سیاوش انتظامی

-شادروان عباس خان حاتمی

-حاج آقا یعقوب نوبری

-جناب آقای اکبر هاشمی

-خانم نصرت کاظمی

-خانم نیره اصفهانی

-و بالاخره به پاس حمایت های ارزنده مالی و فعالیت های ارزشمند آقای مهندس علی گشاده فکر بخشی از بیمارستان بنام عزیزان از دست رفته ایشان در سانحه هوائی اخیر اورمیه نامگذاری می شود .

یکی از راههای کمک به انجمن وقف و اهداء املاک و مستغلات در جهت رسیدن به اهداف انجمن می باشد. همانطوریکه ذکر شد پیشقدم در این امر خیر شادروان خانم صدیقه اقبالی افشار و خانواده ایشان می باشد که با اهداء زمینی با ارزش در کوی کهرم به منظور حمایت از بیماران مبتلا به سرطان این امکان را به انجمن دادند تا پس از سالها تلاش ،این زمین در جهت نیت خیر آن مرحومه برای ساخت بیمارستان و خرید تجهیزات رادیوتراپی استفاده شود .

همچنین از آقای مهندس محمد رحیمی باید یادی شود که آپارتمانی برای انجمن اهداء نمودند و بالاخره از آقا و خانم فرجاد ، معلمین بازنشسته ای که تنها مایملک خود یعنی خانه مسکونی شان را به انجمن اهداء نمودند باید ذکر خیر شود .

آنچه ذکر شد مروری کوتاه به نکات بر جسته تاریخچه و نامها بود ولی مطمئناً خاطره ها و نکات قابل ذکر دیگری وجود دارد که از جهات مختلف بسیار حائز اهمیت است و افرادی که باید به دلایل خدمات ارزنده از آنان یاد شود و در این نوشته آز آنان نامی برده نشد . مطمئناً این مهم باید بصورت کتابچه ای تنظیم شود که در آن از حافظه و نظرات اعضاء محترم هیأت امناء و هیأت مدیره و دیگر اعضاء انجمن استفاده شود و انشاء اله این کار در آینده ای نزدیک جامه عمل بپوشد .❊



سرطان و نقش عوامل تغذیه ای در پیشگیری از آن

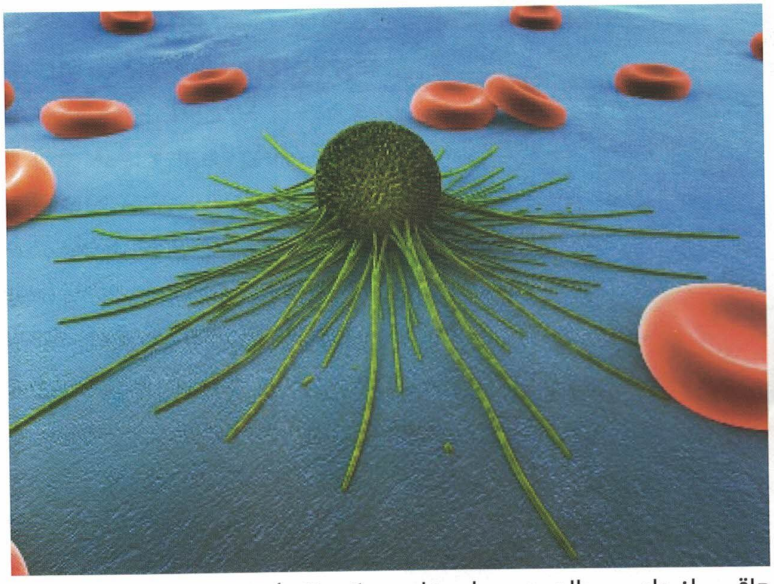


دکتر سعید قوام زاده
استادیار علوم تغذیه،دانشگاه علوم پزشکی ارومیه

پیش گفتار:

واژهٔ « سرطان » به مجموعه تغییراتی گفته می شود که به دنبال رشد و تکثیر بی رویه و بی برنامهٔ یاخته های (یا سلولهای) بدن پدید آمده و تحت تأثیر عوامل گوناگونی از قبیل محیطهای زندگی یا شغلی و... نمایان شده و از راههای مختلف، به فرد آسیب می رساند. عادات فردی، مانند کشیدن سیگار و قلیان، تغذیه و فعالیت بدنی، نقش مهمتری را نسبت به عوامل ژنتیکی در پیدایش سرطان بر عهده دارند.

تغییرات اجتماعی در کشور ایران و بسیاری از کشورهای منطقه، طی ۳۰ سال اخیر، وضع سلامت مردم را دستخوش دگرگونی ساخته است. تغییر سنت‌های گذشته و شیوه‌های جدید زندگی به تغییر در الگوهای غذایی از جمله افزایش دریافت چربی‌های اشباع و کاهش دریافت میوه و سبزی منجر شده، که این امر موجب افزایش شیوع بیماری‌های غیرواگیر مانند بیماری‌های قلبی عروقی، سرطان، دیابت و... شده است. بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت در سال ۲۰۰۵ میلادی؛بیماری‌های مزمن (بیماری‌های قلبی عروقی، دیابت، چاقی، انواع سرطان و بیماری‌های تنفسی) علت ۶۰ درصد از مرگ‌ها بوده و ۳۵ میلیون مرگ در سال به دلیل این بیماری‌ها رخ داده است. همچنین ۸۰ درصد از مرگ‌های فوق در کشورهای درحال توسعه کم درآمد مشاهده شده است. رژیم غذایی از حدود، ۳۵ درصد از کل موارد سرطان‌ها دخالت داردکه این رقم در زنان به ۵۰ درصد می‌رسد. براساس پیش‌بینی سازمان جهانی بهداشت تا سال۲۰۲۰ موارد جدید سرطان‌ها به ۱۵میلیون نفر خواهد رسید.



چگونگی پیدایش سرطان:

یک یاختهٔ طبیعی ممکن است بدون هیچ دلیل روشنی، به یک یاختهٔ بدخیم (سرطانی) تبدیل شود. ولی در بیشتر موارد، تبدیل در اثر برخوردهای پی در پی با مواد بدخیمی زا همچون الکل، توتون و تنباکو صورت میگیرد. شکل ظاهری و کارکرد یاخته های بدخیم با یاخته های طبیعی بدن تفاوت دارد. جهش یا تغییرات پدید آمده در مادهٔ ژنتیکی یاخته (یا DNA) که مسؤول کنترل شکل ظاهری یاخته و کارکرد آن است،زمینهٔ پیدایش تفاوتهای چنین یاخته ای با یاخته های طبیعی بدن را فراهم می آورد. این یاخته‌های جهش یافته، دیگر همچون یاخته های طبیعی

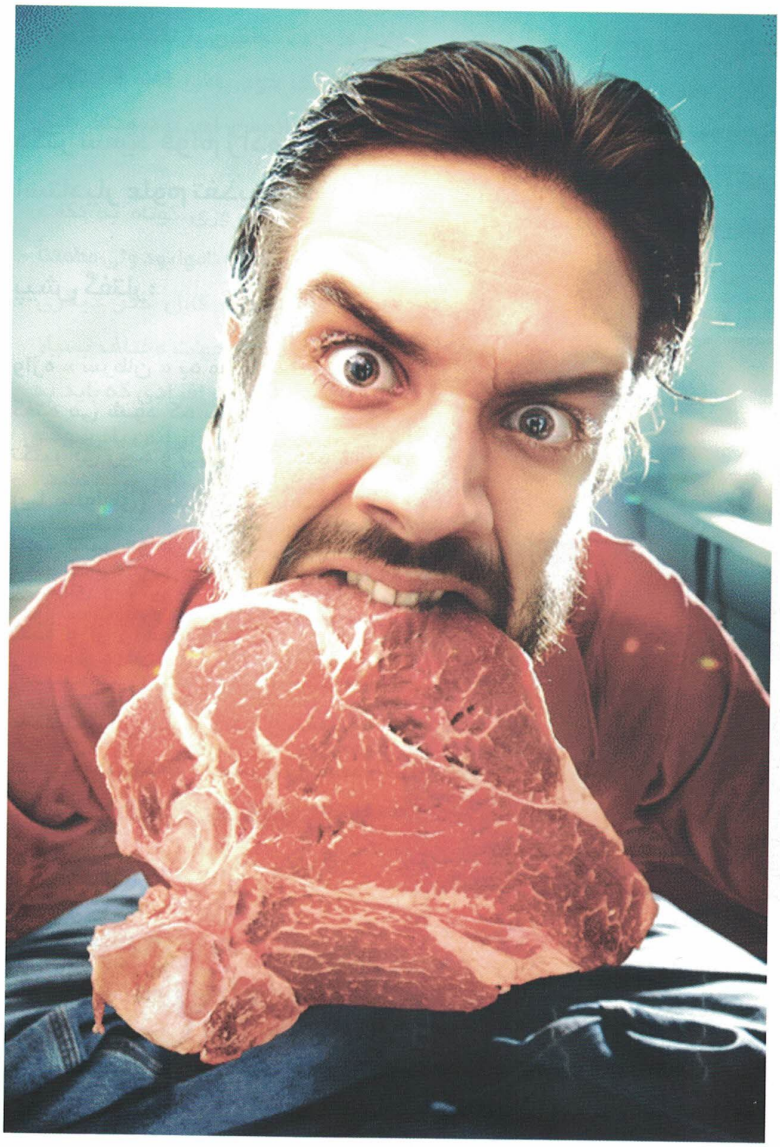
ماهنامه مرکز پژوهشی و درمانی امید / سال اول / شماره ۱ / بهار ۱۳۹۰

بدن رفتار نمی کنند. به سخن دیگر، یاخته های جهش یافته، از دستورها و نشانه های داخلی یاخته های طبیعی بدن پیروی نکرده و به جای هماهنگی با یاخته های طبیعی بدن، کارکردی خودسرانه را در بدن آغاز کرده و سرانجام بکلی از کنترل بدن خارج می‌شوند. رشد و تکثیر چنین یاخته هایی تحت کنترل بدن نبوده و معمولاً خود سرانه و به سرعت رشد میکنند و از سوی دیگر مواد و ترکیباتی آزاد میکنند که کارکرد بافتها و اندامهای دیگر را نیز به آشفتگی می کشند. چنین یاخته هایی حتی می توانند به بافتهای دیگر بدن نیز انتشار یابند.

نقش تغذیه در پیدایش بدخیمی ها:

درکنار عوامل محیطی و شغلی بدخیمی زا همچون نور آفتاب، پرتوهای یونیزان، مواد شیمیایی، ترکیبات موجود در هوای آلوده، دخانیات و مواد مخدر، ویروسها، خوردن مواد داغ و برخی ژنها، عوامل تغذیه ای بدخیمی زا جایگاه مهمی را جهت توجه به خود ویژگی داده اند.

تاکنون پژوهشهای فراوانی دربارهٔ نقش تغذیه و عوامل غذایی در پیدایش بدخیمی ها انجام شده است. روی هم رفته این پژوهشها نشان می دهند که خوراکیهای گوناگون با توجه به روشهای تهیهٔ آنها می توانند خطر بدخیمی ها را در آدمی افزایش دهند. گوشت قرمز پخته شده (مانند



گوشت گوساله و گوسفند) یکی از این خوراکیها می باشد. این گوشتها دارای دسته ای از مواد بدخیمی زا به نام « آمینهای هتروسیکلیک » می باشند که بافتهای ویژه ای از بدن را هدف قرار می دهند. برای نمونه یکی از اعضای این دسته از ترکیبات که به نام « ۲- آمینو ۱- متیل ۱و۶ فنیل ایمیدازول پیریدین » یا « PhIP » که در بیشتر خوراکیهای گوشتی پخته شده یافت می شود، زمینهٔ بدخیمی های پستان، پروستات و کولونها (رودهٔ بزرگ) را در جانوران آزمایشگاهی پدید می آورد. دانشمندان هر زمان، وجود ترکیبات نوینی را در خوراکیهای مختلف گزارش می‌کنند. یک نمونهٔ دیگر از خوراکیهایی که وابستگی آن با پیدایش بدخیمی ها در آدمی گزارش شده است، چربیهای

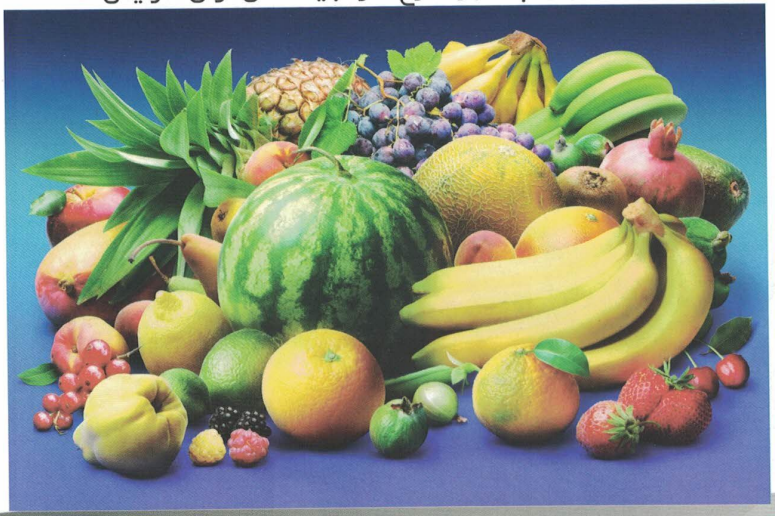


خوراکی می باشد. مصرف بالای چربیهای خوراکی همراه با افزایش خطر بدخیمی های پستان، کولون، پروستات و به احتمال زیاد بدخیمی های لوزالمعده، تخمدان و رحم بوده است. بررسی های بیشتر نشان داده اند که در این بدخیمی زایی، کل مصرف چربیها در برنامهٔ غذایی بیش از نوع چربیهای مصرفی (همچون چربیهای اشباع شده یا چربیهای اشباع نشده) مسؤول می باشد. با این حال، پژوهش های تازه تر، از اثر بدخیمی زایی انواع گوناگون چربیها نیز سخن می گویند. افزون بر این، مصرف فراوان قهوه و نسکافه، نمک، ادویه جات و نیتراتها نیز در لیست عوامل غذایی بدخیمی زا جای دارند. کمبود ویتامینها و بویژه ویتامین C و نیز الکل و نوشیدنیهای الکلی هم در پیدایش انواع بدخیمی ها می توانند دست داشته باشند. مواد نگهدارنده در خوراکیهای کنسرو شده و بسته بندی شده همچون سوسیس و کالباس و همبرگر، سُسها، نوشابه های گازدار و همچنین زهرهایی که بوسیلهٔ کپکها و مخمرها و باکتریهای ویژه ای در خوراکیها پدید می آیند، نیز در فهرست عوامل تغذیه ای بدخیمی زا جای میگیرند.

نقش تغذیه در پیشگیری از بدخیمی ها:

از آنجایی که پرخوری نقش زمینه ساز برای انواع بدخیمی ها دارد، چاقی را نیز به عنوان یکی از عوامل مهم خطر آفرین برای بدخیمی ها و به ویژه بدخیمی های کیسهٔ صفرا، معده، رودهٔ بزرگ و بدخیمی پستان به شمار می آورند. یک روش ساده برای شناسایی چاقی، اندازه گرفتن دور کمر می باشد. هرگاه دور کمر برای خانمها بیش از ۸۸ سانتی متر و برای آقایان بیش از ۱۰۲ سانتی متر باشد، آن فرد را به عنوان کسی که دچار چاقی شکمی است می شناسیم. چاقی شکمی، افزون بر بدخیمی ها، با بیماریهایی همچون دیابت و بیماریهای قلبی و عروقی نیز همراه می باشد. از این رو کنترل وزن برای پیشگیری از بدخیمی ها از بیشترین اهمیت برخوردار است.

بررسیها نشان داده اند که برنامهٔ غذایی دارای میزانهای بالای چربیهای جانوری، باعث فراوانی چشمگیر در بدخیمی های پستان، معده، رودهٔ بزرگ و پروستات شناخته شده اند. انواع چربیهای خورده شده، میزان آن و چگونگی مصرف و نگهداری چربیها هم می توانند در پیدایش فاکتورهای بدخیمی زا دست داشته باشند. برای نمونه خوردن روغنهای چند بار سرخ شده و یا چربیهای دارای مقدارهای بالای اسیدهای چرب ترانس، از عوامل خطر آفرین برای بدخیمی ها می باشند. باید دانست که برنامهٔ غذایی سرشار از سلنیوم و چربیهای اُمِگا-۳ نقش پیشگیری کننده در بدخیمی های پروستات دارند. سبزیهای دارای برگ سبز تیره و یا زرد تیره دارای موادی می باشند که در بدن به ویتامین A تبدیل می شوند. این سبزیها در پیشگیری از بسیاری از سرطانها از ارزش بالایی برخوردارند. همچنین ویتامین C که در پیشگیری از بیشتر بدخیمی ها و به ویژه بدخیمی معده نقش پر رنگی دارد، در میوه ها و سبزیها و به ویژه در مرکبات به فراوانی یافت می شود. سبزیها، میوه ها، حبوبات و غلات کامل همچنین دارای میزانهای فراوان فیبرهای غذایی می باشندکه بدن را در برابر بدخیمی ها محافظت می کنند. از این رو سفارش می شود مصرف میوه ها، سبزیها، حبوبات و غلات کامل در برنامهٔ غذایی روزانه را باید تا می توان افزایش داد.



ماهنامه مرکز پژوهشی و درمانی امید | سال اول | شماره ۱ | بهار ۱۳۸۰

نکتهٔ بسیار مهم اینکه خوراکیهای پرورش یافته و دستکاری شده همچون فست فودها، سوسیس، کالباس و همبرگر، چیپس، پفک، نوشابه ها، سُسها و دیگر خوراکیهای آماده که در کارخانه ها تولید شده و در دسترس مصرف کنندگان قرار می گیرند، سرشار از ترکیبات زیان بخش و بدخیمی زا همچون نیتراتها، نمک، بنزواتها، چربیهای اشباع شده و غیره می باشند. به همین دلیل باید تا حد امکان از مصرف این فراورده های غذایی پرهیز کرد.

یکی دیگر از عوامل خطر آفرین در پدید آمدن بدخیمی ها، ظروف یکبار مصرف پلاستیکی می باشد. ترکیبات پلی مری به کار رفته در تولید این ظروف، با غذاها و نوشیدنیهای درون آنها به ویژه غذاها و نوشیدنیهای گرم، چرب و یا پروتئینه وارد واکنش شده و مواد بسیار خطرناکی به نام « مونومر » ها را در غذا رها می کنند. مونومرها مواد بدخیمی زا می باشند. این ترکیبات، هنگامی که ظروف پلاستیک و خوراکیهای درون آنها در دستگاه مایکروویو جهت گرم کردن جای می‌گیرند، بیشتر تولیدشده‌ووارد‌خوراک می شوند. ظروف تفلونی خراش دار و یا باز سازی شده نیز اثرات بدخیمی زا در غذا پدید می آورند. بهترین ظروف جهت پخت و پز، ظروف استیل و ظروف پیرکس می باشند.

امروزه فعالیت رادیکالهای آزاد را عامل اصلی بروز بیماریهایی چون بدخیمی ها، دیابت و بیماریهای قلبی- عروقی می دانند. رادیکالهای آزاد ترکیباتی هستند که در برخی از غذاها یافت می شوند. این مواد همچنین در زمانهای بروز استرسها و در نتیجه فعالیت فیزیولوژیک طبیعی بدن پدید می آیند. در برابرِ رادیکالهای آزاد، آنتی اکسیدانتها قرار دارند. آنتی اکسیدانتها ترکیباتی اند که در برخی از خوراکیها به ویژه خوراکیهای گیاهی یافت می شوند و می توانند با بی اثر



کردنِ رادیکالهای آزاد، از پدید آمدن بدخیمی ها جلوگیری کنند. برخی از خوراکیها و مواد مغذی آنتی اکسیدانت موجود در آنها عبارتند از: گوجه فرنگی که سرشار از لایکوپن و ویتامین C می باشد، هویج و زرد آلو و مرکبات سرشار از کاروتنوئیدها می باشند، چای و به ویژه چای سبز دارای پلی فنولها و ترکیبات تاننی اند. البته خوردن روزانه ۲ تا ۴ فنجان چای و چای سبز، اگر به صورت داغ نباشد، سودمند خواهد بود. سویا و حبوبات دارای مواد آنتی اکسیدانت و بسیار سودمند ایزوفلاوونها می باشند. پیاز و پیازچه دارای کئورستین می باشد. از سبزیجات خانوادهٔ کلم، میتوان به عنوان مهمترین غذاهای ضد بدخیمی ها نام برد چرا که این خانواده دارای ترکیبات مهم و نیرومند ضد بدخیمی ها می باشد. ترکیباتی همچون بتا کاروتن، ویتامین C فیبرها، کلسیم، لوتئین و زئازانتین. توت فرنگی، افزون بر ویتامین C دارای یک مادهٔ



آنتی اکسیدانت نیرومند دیگر به نام آنتوسیانسن می باشد. اینها نمونه هایی از مواد ضد بدخیمی و غذاهای سودمندی هستند که باید در برنامهٔ غذایی روزانهٔ ما جایگاه خود را داشته باشند. بدیهی است که ترکیبات و غذاهای سودمند دیگر نیز وجود دارند که در این نوشتهٔ کوتاه مجال مطرح کردن آنها فراهم نشد. از این رو سفارش می شود که برنامهٔ غذایی روزانهٔ همهٔ کسان متنوع و متعادل بوده و به ویژه به خوراکیهای گیاهی توجه ویژه مبذول گردد.❊



کتابنامه:

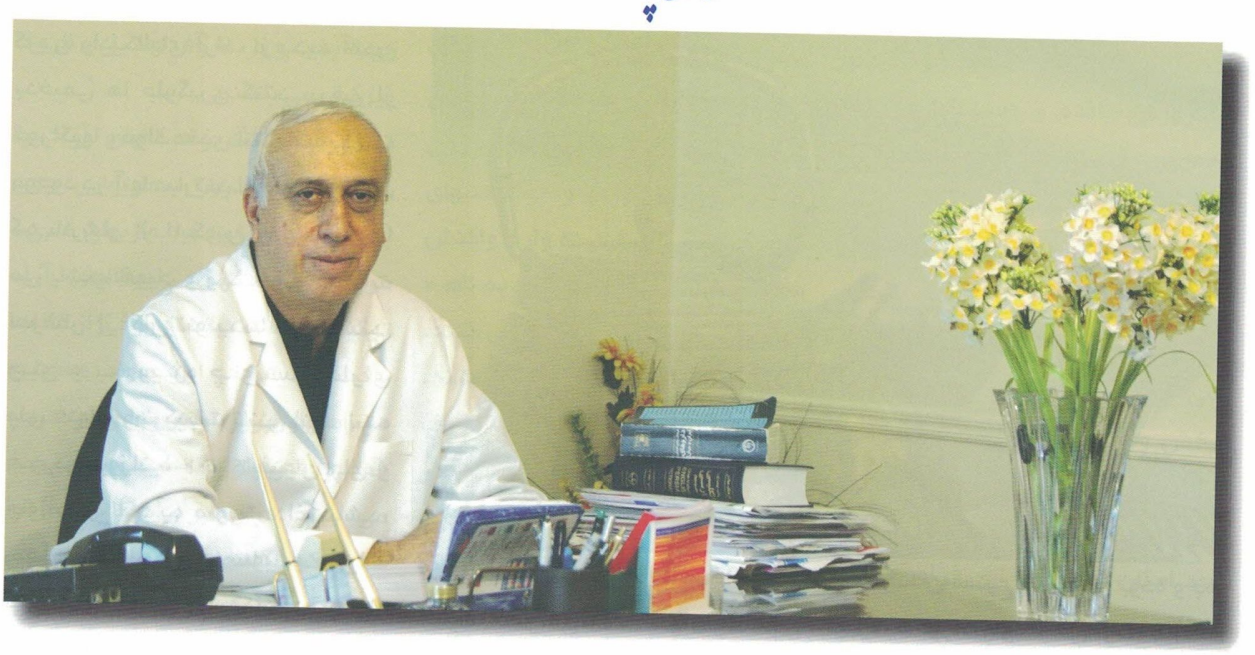
۱. Duilio Divisi, Sergio Di Tommaso, Salvatore Salvemini, Margherita Garramone, Roberto Crisci. Diet and Cancer. ACTA BIOMED ۲۰۰۶; ۷۷: ۱۱۸-۱۲۳.

۲. Lawrence Livermore National Laboratory. Food Mutagens and Cancer. December ۲۰۰۵.

۳. Hijova E, Chmelarova A. The Risk of Cancer in Relation to Diet. Bratisl Lek Listy ۲۰۰۸; ۱۰۹. ۷. ۳۲۰-۲۳.

ماهنامه مرکز پژوهشی و درمانی امید / سال اول / شماره ۱ / بهار ۱۳۹۰

سرطان پروستات



"دکتر سعید صمدزاده – دانشیار ارولوژی دانشگاه علوم پزشکی اورمیه"

برای بسیاری از ما، سلامتی و تندرستی از جمله مواردی است که تا به خطر نیفتد به فکرشان نمی افتیم. تغذیه درست، زندگی سالم، کار مناسب و بسیاری از این ها،که ضرورت داشتن بدن سالم است برای ما شعارهایی خوش آب و رنگ بیش نیستند و ما توجهی به آنها نداریم، مگراتفاق ناخوشایندی بیفتد و زنگ های خطر را به صدا درآورد.

اما در این میان سرطان یکی از ترسناک ترین کابوس هایی است که هر شخص ممکن است در طول حیاتش با آن دست و پنجه نرم کند.تردیدی نیست که بزرگ ترین چالشی که علم پزشکی طی تاریخ با آن درگیر بوده و البته موفق به شناخت و درمان کاملش نیز نشده، سرطان است. بیماری سختی که بسیاری دیگر از امراض را نیز با خود به همراه می آورد و حتی موجب تقویت برخی از آنها هم می شود.

سرطان پروستات نیز یکی از بیماری های شایع در کشور و حتی جهان است که سالانه در بدن خیل کثیری از مردان رشد کرده و باعث ایجاد اختلال در زندگی آنها می شود.

اگر چه این بیماری به معنی رسیدن به پایان راه نیست اما اینکه بدانیم این بیماری ، دلیل بروز آن در افراد و راهکارهای موثر جهت پیشگیری از ابتلا به این بیماری چیست، می تواند برای داشتن زندگی سالم و بدنی مصون از این بیماری، نقش موثری ایفا کند و زنگ خطری برای افراد در معرض خطر ابتلا باشد.

در این خصوص با جناب آقای دکتر صمد زاده متخصص کلیه و مجاری ادراری به گفتگو نشستیم.

کمی درباره بیماری سرطان پروستات توضیح می دهید؟

بطور کلی بیماری سرطان قبل از میلاد مسیح (ع) در بدن انسان شناخته شده و در طول سالیان گذشته نیز مطالعات بسیاری برای یافتن علل پیدایش آن انجام شده است که حاصل آن دستیابی به پیشرفت های بسیاری در قسمت های مختلف بدن بوده است و در این میان سرطان دستگاه تناسلی در نزد مردان بعنوان شایع ترین نوع سرطان ها معرفی شده است که میزان

شیوع آن در قسمت های مختلف دنیا متفاوت بوده و علت بروز آن نیز به عوامل مختلفی وابسته است.

گفته می شود نوع تغذیه و ویژگی های ژنتیکی در ابتلای افراد به این بیماری تاثیر بسزایی دارد، کمی درباره عوامل بروز این بیماری توضیح دهید؟

بطور عمده به عوامل ایجاد این بیماری، عوامل خطرزای بیماری سرطان پروستات گفته می شود که رژیم غذایی پر اهمیت ترین آنهاست. رژیم های غذایی حاوی چربی های فراوان از عواملی است که در بروز سرطان پروستات در مردان تاثیر بسزایی دارد و کاهش دادن مواد حاوی این چربی ها همچون گوشت قرمز می تواند در پیشگیری از ابتلای به این بیماری مثمرثمر باشد.

بر این اساس کشورهای جنوب شرقی آسیا بعنوان مثال ژاپن و کشورهای آمریکایی بدلیل نوع تغذیه مورد استفاده در وعده های غذایی خود به ترتیب کمترین و بیشترین میزان مبتلایان به سرطان پروستات را در خود جای داده اند.

عوامل دیگر در بروز این بیماری تا چه میزان نقش دارند؟

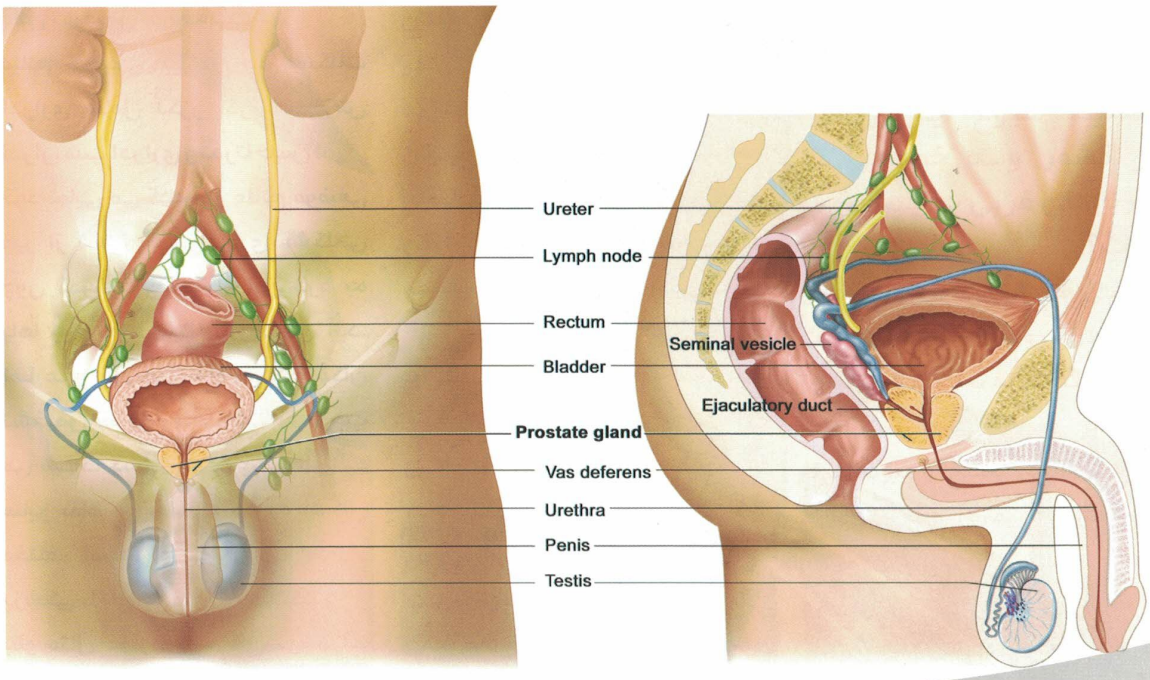
بجز تغذیه، عوامل ژنتیکی نیز در ابتلای مردان به این بیماری نقش ایفا می کنند به این معنی که افرادی که دارای بستگان های درجه یک مبتلا به این بیماری هستند بیشتر در معرض ابتلا به آن قرار دارند.

عفونت ها نیز در جایگاه سوم عوامل بروز این بیماری قرار دارند که نباید از علائم وجود عفونت ها در نواحی مختلف بدن به سادگی چشم پوشی کرد و باید نسبت به مداوای آن در اسرع وقت اقدامات لازم را انجام داد.

شیوع این بیماری عمدتا در چه گروه سنی اتفاق می افتد؟

بطور کلی با افزایش سن، احتمال ابتلا به سرطان پروستات نیز به همان میزان افزایش می یابد ولی این بیماری اغلب بعد از سنین ۴۵ الی ۵۰ سالگی شایع است.

بر اساس مطالعات بعمل آمده احتمال ابتلای افراد بالای ۶۵ تا ۷۰ سال به این بیماری بیش از ۵۰ درصد و این نسبت در افراد بالای ۷۵ تا ۸۰ سال ۷۰ درصد است.



ماهنامه مرکز پژوهش و درمانی امید | سال اول | شماره ۱ | بهار ۱۳۹۰

از روی چه نشانه هایی باید نسبت به احتمال مبتلا شدن به سرطان پروستات هوشیار شد؟

وقتی صحبت از سرطان پروستات می شود به این معنا نیست که علائم در بین تمامی مبتلایان ظاهر می شود چراکه دوراز انتظار نیست اگر گفته شود برخی افراد بدون اینکه در طول حیات خود متوجه بیماری خود شوند به زندگی ادامه می دهند و تنها بعد از مرگ و کالبد شکافی بیماری نمایان می شود، اما علائمی ظاهری که افراد باید در صورت مشاهده آنها نسبت به احتمال ابتلای به سرطان پروستات شک کرده و به پزشک مراجعه کنند ،گاهی به صورت علائم موضعی و در برخی اوقات نیز با بررسی عوارض آن قابل تشخیص خواهد بود.

علائم موضعی بیشتر با مشکلات ادراری شامل تکرر ادرار، سوزش ادرار، شب ادراری و ندرتا حبس ادرار خود نمایی می کند، در علائم موضعی غیر از نشانه های ادراری مشکلاتی چون کمردرد و انتشار این درد به پاها برای فرد مبتلا بوجود می آید. اما عوارض این بیماری که امکان تشخیص سرطان پروستات را موجب می شود، دست اندازی سرطان به سایر نقاط بدن است که به اشکال مختلف است و از آن در اصطلاح پزشکی با نام متاستاز یاد می کنند.

بطو مثال عوارض سرطان پروستات در ستون فقرات به صورت دردهای استخوانی، گاها شکستگی در مهره ها و دنده ها و اندام های بدن و یا با نفوذ به کبد و کلیه ها عود پیدا می کند که در این صورت تنها علائم بیماری در آن قسمت را بروز خواهد داد.

شما در صحبت های خود به نهفته بودن این بیماری در برخی افراد تاکید داشتید، در خصوص راههای تشخیص این بیماری چه اقداماتی لازم است تا انجام شود؟

در این ارتباط سازمان بهداشت جهانی بر اساس اطلاعیه ای پیشنهاد داده است مردان بعد از سنین ۴۵ الی ۵۰ سالگی سالیانه یک بار مورد آزمایش و معاینه قرار بگیرند که این معاینات در ۳ بخش قابل انجام است و شامل معاینه، آزمایش خون و اندازه گیری آنتی ژن مخصوص پروستات و انجام تست ها ی تصویری همچون سی تی اسکن، ام آر آی و غیره می باشد.

البته لازم به ذکر است در تمامی بیماران انجام کارهای تکمیلی ضروری نیست و این روش ها بر حسب عوارض بیماری مورد استفاده قرار می گیرد



گفتگو



از راههای تشخیص گفتید، کمی هم در رابطه با شیوه های درمان توضیح دهید؟

بعد از تشخیص سرطان پروستات پروتکل های متعددی در روند درمان وجود دارد که بر اساس نوع، درجه ، سن بیمار و وضعیت جسمانی فرد مبتلا کاملا متفاوت است.

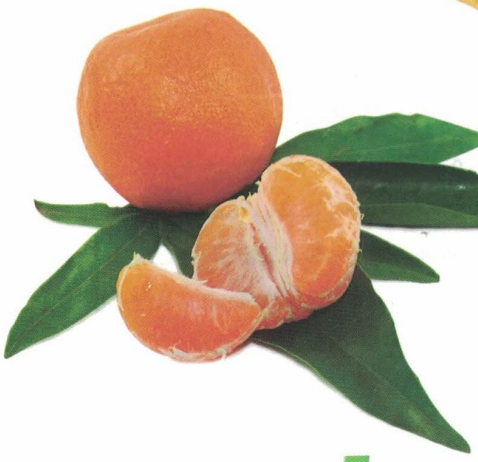
اگر سرطان در فردی با سن کمتر و بصورت علائم موضعی ظهور پیدا کند راه درمان آن برداشت کامل پروستات است که در جلوگیری از گسترش آن به سایر نقاط بدن نقش بسزایی خواهد داشت.

ولی با توجه به اینکه بیشتر مبتلایان در سنین بالای ۶۰ سال قرار دارند عمدتا بیماری در این افراد به نقاط دیگر بدن نیز راه می یابد که روش های درمان در آنها شیمی درمانی، هورمون درمانی وپرتودرمانی را شامل می شود.

وضعیت شیوع این بیماری در کشور وبه خصوص در آذربایجان غربی به چه صورت است؟

در سال های گذشته میزان مبتلایان به سرطان پروستات در ایران نسبت به زمان کنونی به تعدادی کمتری بود البته این موضوع ممکن است بعلت عدم تشخیص صحیح و نبود ابزار شناسایی این بیماری بوده باشد ولی باید توجه داشت این بیماری در کشور در حال رشد است و به نظر می رسد که تغییر عادات غذایی افراد در جامعه ارتباط مستقیم با این موضوع داشته باشد.

آذربایجان غربی نیز از جمله استان هایی است که روی خط جغرافیائی سرطان قرار دارد، هرچند آمار دقیقی از تعداد مبتلایان به این بیماری در استان وجود ندارد موضوع حائز اهمیت رشد چشمگیر تعداد بیماران سرطانی در آذربایجان غربی است که جلوگیری از ادامه این روند فرهنگ سازی بیشتر از سوی مراکز آموزشی و درمانی برای عملیاتی کردن پیشنهاد سازمان بهداشت جهانی مبنی بر انجام آزمایشات تشخیصی سالیانه توسط افراد در معرض خطر است.

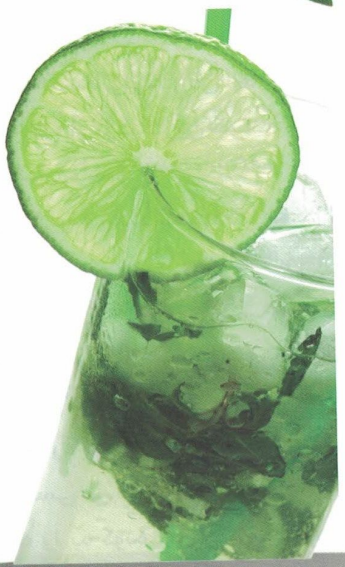


امکانات موجود در آذربایجان غربی برای درمان بیماری سرطان را چگونه ارزیابی می کنید؟

تمامی پروتکل های درمانی مورد استفاده توسط پزشکان استان منطبق بر روش های درمانی در تمامی کشورهای پیشرفته است که بیمارستان امید اورمیه را میتوان بعنوان یکی از مراکز درمان بیماری های سرطانی که بهره مند از پزشکان مجرب و تکنولوژی های روز دنیاست، معرفی کرد.

شما چه توصیه ای به افراد در معرض خطر دارید؟

استفاده از مواد غذایی حاوی آنتی اکسیدان ها، انواع میوه ها علی الخصوص مرکبات و میوه های حاوی ویتامین ث شامل لیمو ترش، نارنگی و سبزیجات در جلوگیری از ابتلای افراد به سرطان پروستات بسیار مفید است.



از این گذشته برگزاری سمینارهای آموزشی در مراکز آموزشی، کارگاهها، کارخانجات و غیره با بهره مندی مخاطبان عام و در معرض خطر ابتلای به سرطان پروستات می تواند در جلوگیری از پیشرفت و یا بروز این بیماری در افراد تاثیرگذار باشد.

فرازهائی از زندگی شادروان دکتر سیاوش انتظامی

تا توانی رفع غم از چهرهٔ غمناک کن

در جهان گریاندن آسان است، اشکی پاک کن

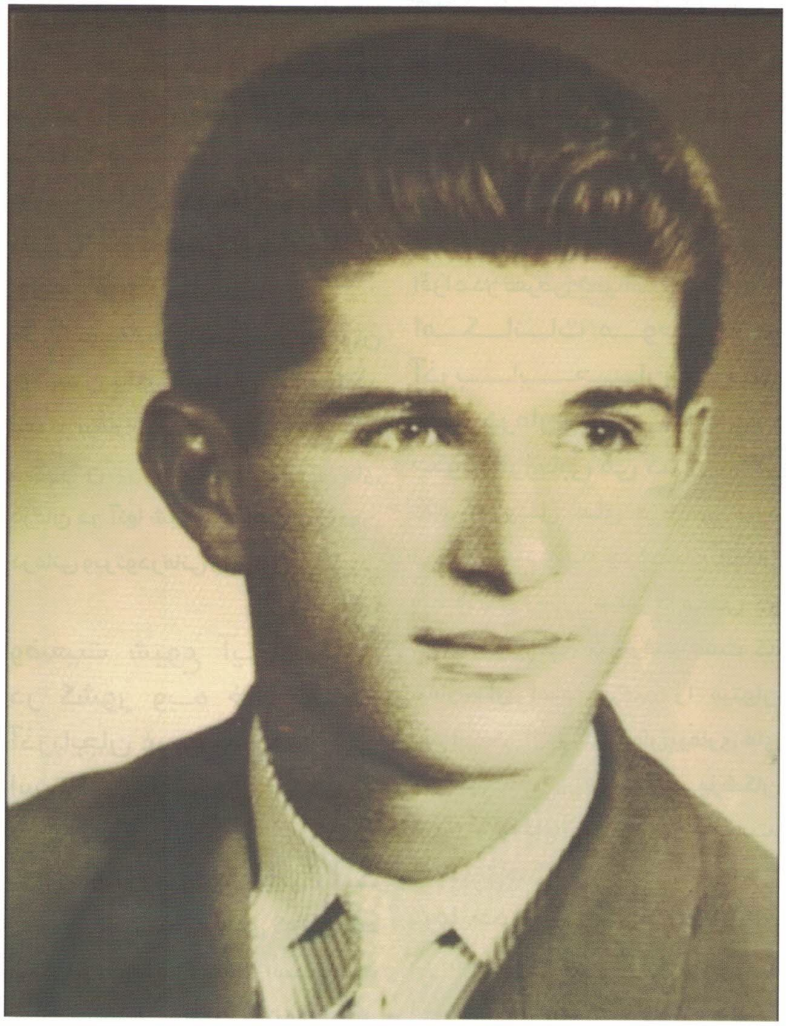
ستاره‌ها تک‌تک بر پهنه آسمان خودنمایی می‌کنند و با دیده خود مردمی را که در این ساعات شب آرمیده اند، نظاره گر هستند. برای دمیدن سپیده شاید بیش از چند ساعت باقی نمانده باشد اما برای رسیدن به این سپیده دم زیبا چه کسانی فرصت دوباره پیدا می‌کنند و چه کسانی دیگر چشم به این جهان باز نخواهند کرد، این معادله ای برای زندگی انسان است که دیر یا زود همگان برای حل آن باید آزمایش شوند.

در این هنگام نگاهی به آسمان نیمه روشن می افکنم و پشت رایانه می نشینم، نمی‌دانم از کجا آغاز کنم، دستم می‌لرزد امروز خاطره‌ها و گوشه‌ای از ویژگی‌هایی انسانی را شنیده ام که گمان نمی کنم کسی چنان قلمی داشته باشد تا چنین فردی، را بشناساند .

گفته ها احساسی را در من القا کرد که گویی یکی از نزدیکترین کسانم را از دست داده باشم.

پیش از این می پنداشتم که با چکیدن خبر مرگ همه چیز و همه کس از یادها و خاطره ها نیز رخت بر بسته و به همراه عزیز از دست رفته به دیار ابدی کوچ می کنند گویی نه بوده اند و نه دوباره خواهند بود، هیچ و هیچ.

اما از کسی می خواهم بنویسم که این معادله را به گونه ای دیگر حل کرده است و من نیز در این اندیشه هستم که چیزی را نگارش کنم که سزاوار نامش و یادش باشد.



دکتر سیاوش انتظامی ۷۰ سال پیش در تابستانی گرم و با نفس های عاشقانه مادری مهربان به دنیا چشم گشود و در طول زندگی خود مردی بود که برای خدا زندگی کرد برای خدا اهدا کرد و برای خدا جان سپرد و هرچند خواب ابدی غباری از درد را بر دیده گانمان افکنده است اما همه می دانیم که او در خانه اخروی خود آرمیده است و این آرامش پاداش کارنامه نیک و حسنه وی در این دنیا و نیکی های ماندگارش به بندگان خداوند است.

وی فردی بود که همواره به دیار و وطن خود ایران، آذربایجان و شهر اورمیه عشق می ورزید و این عِرق و تعصبش باعث شده بود تا در هرکجای دنیا اقامت داشته ، تمام تلاش خود را برای کمک به مردم دیارش انجام دهد.

دکتر اشکان انتظامی فرزند ارشد این دانشمند گرانقدر می گوید:" پدرم همواره آرزو داشت تا در خاک وطن به طرف حق پرواز کند و خاک این سرزمین پوشش وی پس از آرمیدن در سینه قبر باشد و سرانجام نیز به این آرزوی دیرین خود دست یافت.پدرم در طول زندگی خود از کردار، گفتار و اخلاق نیک و حسنه لبریز بود و امیدواریم ما و اطرافیان وی بتوانیم میراث دار خوبی باشیم.این یادگار دکتر انتظامی در کلامی، احساس خود نسبت به از دست دادن پدر را خلاصه می کند و آن این است: آخرین لبخند زیبایت به رویم یاد باد، یاد آن دلواپسی های قشنگت یاد باد، آن تواضع آن وقارت با کلامت یاد باد

من بعنوان یکی از فرزندان دکتر در طول عمرم، حقیقت زندگی را دیدم و لمس کردم و فهمیدم این آموزگار زندگی به زندگان بیشتراززندگی اهمیت قائل است .

تاسیس انجمن خیریه اورمیا در کشور آلمان برای حمایت و پشتیبانی از بیماران نیازمند شهرستان اورمیه یکی از اقدامات با ارزشی است که ایشان در طول حیات خود بر آن همت کردند و این تلاش ها ، یادگارهای ابدیشان خواهد بود که مانیز سعی بر ادامه راه آن بزرگوار خواهیم داشت تا روانش شاد و روحش آزاد باشد.

دکتر اشکان انتظامی اضافه می کند:" دکتر درحالی که می توانست در بهترین نقاط دنیا تعطیلات خود را سپری کند از آلمان به طرف اورمیه راهی می شدند تا همچون کوههای همیشه استوار، چشمه های همیشه خروشان و پاکی دریای این شهرستان مردمان و نیازمندان آن را بر پای سفره سخاوت و مهربانیشان بنشانند".

آری سخن درباره مردی است که سرشار از عشق به وطن ، زادگاه، انسانیت و خدمت به دردمندان و نیازمندان بود.

دکتر انتظامی فردی بود که در یکی از گلریزان ها بر دامن زنی بوسه زد که از خیرین شهر اورمیه بود و این نشان از روح بلندش و توجه ایشان به رهروان راه الهی و کمک به نیازمندان است.

عزت نفس ایشان به قدری بالا بود که در هر شرایطی از آنچه در توانش بود و به آن اعتقاد داشت برای کمک به دردمندان دریغ نمی کرد و همواره آستین هایش را برای دستگیری دیگران بالا زده بود.

دکتر انتظامی نه در غم نان خویش بلکه در غم جان دیگران بود و به حق باید به مادر و شیر پاکی که این شخصیت را در دامن خود پرورانده درود فرستاد.



باخبرین

دکتر خشابی از همکاران این عزیز از دست رفته می گوید: "سخن گفتن در خصوص ویژگی های اخلاقی ایشان مشکل است شاید بسیاری بعد از دست دادن عزیزی سعی در نادیده گرفتن برخی عیوبش داشته و در ارائه نیکی هایش نیز اغراق کنند اما شخصیت والای دکتر انتظامی به اندازه ای است که کلمات اغراق آمیز نیز نمی تواند وصف کردارشان باشد".

وی ادامه می دهد: "آشنایی اول من با این دکتر گرانقدر به زمان انقلاب و اولین درگیری مردم اورمیه با ماموران شاه برمی گردد که عده بسیاری مجروح شده وبه بیمارستان مطهری (شیر خورشید وقت) منتقل شده بودند، بنده برای کمک به کادر جراحی از بخش کودکان به این بخش مراجعه کردم و دیدم ایشان برروی میزی ایستاده و مردم را با مهربانی به آرامش دعوت می کنند سالها از آن زمان گذشت تا اینکه انجمن خیریه بیماران سرطانی در اورمیه تشکیل شد و ایشان را ملاقات کردم".

دکتر خشابی اضافه می کند: "وی عاشقانه و صادقانه در تمام طول خدمت خود و بدون وقفه به انجام کارهای نیک و بی چشم داشت همت کرد و همواره جویای مشکلات احتمالی انجمن خیریه بودند و کادر این انجمن را نیز به ادامه راه امیدوارتر می کردند".

وی تصریح می کند:" با مطلع شدن ایشان از نبود امکان ماموگرافی در شهرستان اورمیه وی مستقیما اقدام به خرید دستگاه ماموگرافی از شرکت زیمنس و انتقال آن به انجمن کردند که این وقف زمینه ساز تشخیص زودرس سرطان در اورمیه نیز شد".

دکتر خشابی با اشاره به اقدامات مرحوم دکتر انتظامی برای جذب نیکوکاران خارج از کشور جهت اهدای کمک های مالی و پشتیبانی از بیماران نیازمند شهرستان اورمیه می افزاید:» این تلاش ها به گونه ای بود که سالیانه دهها میلیون تومان به انجمن خیریه بیماران سرطانی اورمیه کمک رسانی می شد و در آخر نیز با اهدای خانه پدری خوددین خود به دیارو مردمشان





باخبرین

را ادا کردند و به الگویی تمام عیار در خصوص عشق به وطن تبدیل شدند".

وی اضافه می کند:" دکتر انتظامی فعالیت های نیکوکارانه ی خود را تنها محدود به نیازمندان بیمار نکرده بود بلکه در سایر زمینه های معیشتی نیز از آنچه از دستشان برمی آمد برای کمک به افراد نیازمند دریغ نمی کرد".

وی از نامگذاری بخش جراحی مردان بیمارستان امید بنام ایشان بعد از بهره برداری آن در آینده نزدیک خبر داد.

دکتر مهری از دیگر همکاران دکتر انتظامی نیز با گرامیداشت یاد و خاطره این مرحوم می گوید:" دکتر انتظامی به حق لفظ انسانیت را در تمامی زمینه های زندگی ادا کرد و نمونه ای کامل از یک انسان کامل و متعهد در برابر خانواده و اجتماع بود که علی رغم دوری از وطن ، همواره دغدغه ی کمک به نیازمندان آنرا در سر داشت".

وی خاطرنشان می کند:" دکتر انتظامی از امدادهای غیبی خداوند برای حمایت از دردمندان جامعه و کمک رسان به نیازمندان بود که کمتر نمونه ای از چنین انسانهایی را می توان یافت".

زندگی آن مرحوم سراسر کار، تلاش و فداکاری بود به طوریکه توجه به دستورات خداوند سرتاسر وجود آن عزیز را پر کرده و یک عنصر کاملاً مورد اعتماد، قابل اتکا، خدا شناس و بسیار باهوش بود.

رنگ آبی رنگ مهر این مرد بزرگ از تبار آذربایجان است که دست کودکان، نیازمندان وبیماران محتاج را به گرمی می‌فشرد امادر لحظات پایانی زندگی اش خس خس سینه اش و تنگی نفسش مهر سکوتی بر لبهای مهربانش زد و دست های تقدیر آخرین رمق را نیز از جانش گرفت.

اما چه آسان، خاک، شمع لبریز از مهرمان را در خود جای داد و چشم های منتظر آسمانیان را برای به آغوش گرفتن نگاههای دکتر انتظامی جوابگو شد.

۷۰ سال با گردش ایام گذشت و در این ۷۰ سال چه بسیار دردها از دردمندان سترد و نیازها از نیازمندان برگرفت و تکیه گاه انجمن خیریه بیماران سرطانی شهرستان اورمیه شد.

حال که خاک وطن خوابگاهش شده؛ یادش مثال سپیده دمی خواهد درخشید و اتاق زندگی بیماران به یاد او روشن خواهد ماند.

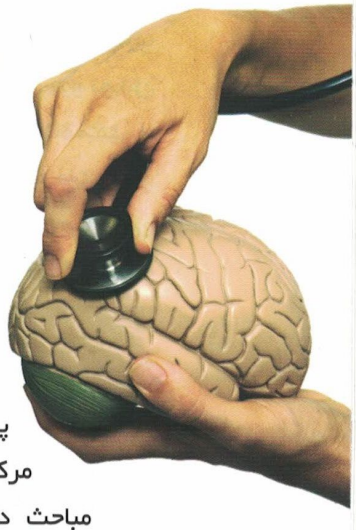
رفتی و سکوت مرگ را در دلمان شکستی اما قامت همچون سرو تو در خاطره ما خواهد ماند و در قافله ابدی با دعاهایمان در کنارت خواهیم ماند.❊



مقاله

فرآیند التیام و شفا از درون در بیماری سرطان از طریق زدودن احساسات منفی و احیاء صفت بخشندگی

نویسندگان:
۱. دکتر سیامک شیخی، روانشناس بالینی، استادیار دانشگاه علوم پزشکی اورمیه
۲. دکتر علی عیسی زادگان، روانشناس، استادیار دانشگاه اورمیه



مقدمه :

رابطه جسم روان، یکی از مباحث بسیار جالب در حوزه روانشناسی پزشکی است، محور مرکزی و اساسی اینگونه مباحث در حوزه طب بالینی این است که درواقع چگونه افکار و احساسات انسان در سلامت یا بیماری او تاثیر گذار است؟ مولوی عارف و شاعر بزرگ مسلمان برای نخستین بار با سرودن این بیت معروف خود در واقع پایه های تئوریک حوزه " پسیکوسوماتیک" یا بیماری های "روان تنی "را بنیان گذاشت:

تن زجان و جان زتن مستور نیست
لیک کس را دید جان دستور نیست

با تحول حوزه پسیکوسوماتیک در طب، موجب تخصصی شدن اینگونه مباحث و در نهایت تولد حوزه جدید و بین رشته ای موسوم به " ایمنی شناسی روانی " Psychoimmuonology در طب گردید که به تاثیر متقابل پدیدارهای روانشناختی و سیستم ایمنی انسان خصوصا" در سبب شناسی بروز بیماری های سرطانی می پردازد. با چنین رویکردی، بروز بیماری سرطان در واقع به عوامل زمینه ساز و عوامل آشکار ساز بستگی دارد، که عوامل ژنتیک و زیست شناختی به عنوان عوامل زمینه ساز و صفات شخصیتی و روحیه و وضعیت روانشناختی فرد به عنوان عوامل آشکارساز در تجلی بیماری سرطان در این حیطه مد نظر قرار می گیرند. تاکنون نیز مطالعات و تحقیقات علمی مختلفی در این خصوص انجام گرفته و می گیرد که تلاش خواهیم نمود در مجموعه سریالی مقالات از این گاهنامه علاقه مندان را با آنها آشنا سازیم.

بیان مسئله: با توجه به رویکرد علمی ایمنی شناسی روانی که در مقدمه در رابطه با بیماری سرطان به آن اشاره گردید، ضروری است که متخصصان بالینی و پرستاران و نیز بیماران و اطرافیان آنها بدانند که چگونه حتی تغییرات جزئی در فرآیند تفکر و احساسات و عواطف بیماران، در تغییرات فیزیولوژیکی جسم آنان تاثیر خواهد داشت! با چنین رویکردی به روابط بین جسم و روان، بیماری انسان استعاره ای از ناهماهنگی بین جسم و روح و روان انسان می باشد، و از این رو هر مرضی در واقع حاصل ذهنی ناآرام است! زیرا احساسات و افکار منفی، خشم و نفرت و انزجار و بدخواهی و ترس ، سلول های بدن را پاره پاره و خون را مسموم می کند! با اینچنین دیدگاهی متخصصان پسیکوسوماتیک ادعا می کنند که در واقع سرطان ناشی از نفرتی دراز مدت است که بیمار آنقدر آن را در درون خود نگاه می دارد که سرانجام تن او را بخورد. در بررسی شخصیت بیماران سرطانی محققان به این واقعیت مهم دست یافته اند که آنان از خود و یا دیگران بسیار انتقاد می‌کنند. از این رو در عوامل آشکار ساز بیماری ها فرض بر این است که علت بیماری، در واقع اندیشه و عقاید و باورهای نادرستی است که به جسم و در جسم حرکت می کنند و نیروی زندگی را در



انسان بند می آورند.

دکتر الکسیس کارل Dr. Alexi's Carl (۱۹۳۵) معتقد است که وقتی احساس هایی چون رشک و حسد و نفرت و انزجار و ترس و وحشت دائمی تبدیل به عادت شوند، می توانند که دگرگونی های جسمانی و جدی در انسان بیافرینند!

ادیسون دانشمند معروف آمریکایی و مخترع برق، برای اولین مرتبه کشف نمود که هر سلول می اندیشد! و متعقبا» دانشمندان ادعا نمودند که هر یاخته، از زندگی و شور و شعور و جوهری سرشار است که ساختار اتمی را تشکیل می دهد. با چنین رویکردی بیماری سرطان در واقع استعاره یا نشانه ای است؛ خشم سرکوب شده، آزاری ژرف، نفرت و انزجاری دراز مدت، رازی پنهان یا اندوهی پنهان که جسم و جان را خورده است، سرطان در مفهوم کلی آن یعنی زندگی را بی فایده دانستن! بر همین منوال معنی و مفهوم استعاره ای یک تومور نیز در واقع عبارت است؛ پر و بال دادن به آزار های کهنه و ایجاد پشیمانی در بیمار ! چارلز فیلمور Charles Fillmore رئیس یک بنگاه معاملات ملکی در شهر کانزاس در امریکا در آغاز قرن بیستم، یکی از افرادی است که در تاریخ طب قادر گردید که اقتدار پویای ذهن واندیشه را بر جسم کشف نماید، این مرد بزرگ از این اقتدار برای شفای بیماری سل استخوان لگن خاصره دردناکش که از



کودکی از آن رنج می برد، استفاده نموده و درمـان نمود، زیـرا او قویا" اعتقاد پیدا کرد که انسان قادر است که ذهنا" هر دارویی را که برای باز سازی و ترمیم جسم بیمارش نیاز داشته باشد، تولید نماید و از این رو انسان می تواند با تجدیدنظر و نهایتا" نو سازی اندیشه هایش یکایک سلول های جسمش را از نو بسازد، زیرا نوسازی ذهن موجب تحول تن می شود، زیرا جسم انسان در واقـع نمایانگر اندیشه های اوست.

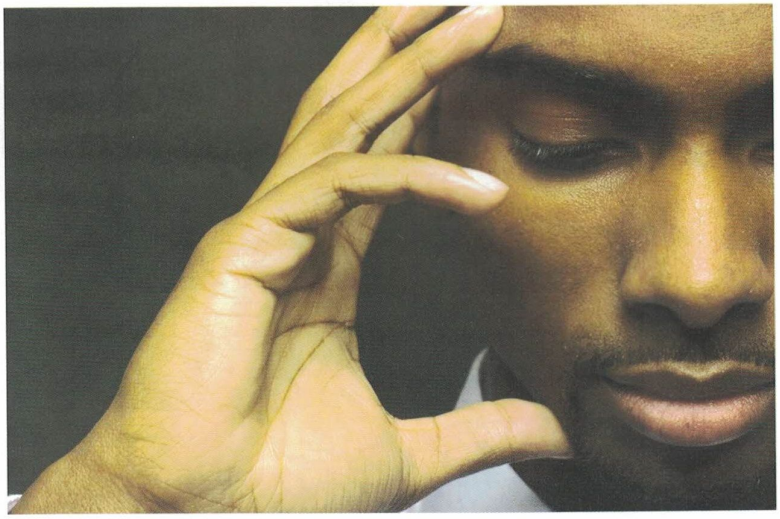
روش: با واقعیاتی که در خصوص رویکرد پسیکوسوماتیک در آسیب شناسی عوامل آشکارساز بیماری سرطان مطرح گردید، بدیهی است که بیمار برای شفای جسم خود، بایستی این هنر زیبای زندگی را فرا گیرد که در کنار درمان های رایج پزشکی خود، عواطف منفی و دیرین خودش را در سطح هشیار و ناهشیار ذهن زدوده و پاک نماید. بیماران بایستی بدانند کـه یـک اندیشه سالم که پیوسته عیان و بیان می شود قادر است که هزاران اندیشه ناسالم را خنثی نماید، زیرا خرد متعالی جسم توسط نظام خلقت و آفرینش طوری طراحی و خلق شده است که معطوف سلامت باشد نه معطوف بیماری! برای رهایی از گذشته بیماران بایستی که مشتاق عفو و بخشندگی باشند لذا باید سبک زندگی شان را طوری انتخاب نمایند که قادر شوند دیگران و حتی خـودشـان را نیز ببخشند. شاید که در ابتدا ممکن است که



ندانند چگونه عفو کنند و شاید هم نخواهند و نتوانند که از بدی های دیگران بگذرند و آنها را ببخشند، اما لازم است که بدانند، بمحض آنکه شروع به بخشیدن بکنند، فرآیند شفا و التیام ازدرون برای بهبودی و حتی توقف بیماری شان آغاز خواهد شد! برای امکان شفا و التیام بیماران باید گذشته را رها کنند، و تک تک آنهایی را که از آنها متنفر بودند ببخشند زیرا همانطوریکه ذکر گردید، نفرت و انزجار و خشم طولانی مدت ، چنان سلول های بدن را پاره پاره می کند و بدن را می خورد که به مرضی می انجامد که آن را سرطان می نامیم. بخشیدن Forgiveness یعنی دست برداشتن و رها کردن البته این به معنی تایید رفتار آنهایی که آنها را می بخشیم نیست. بیماران باید قانون سوم نیوتن را در مورد بخشیدن خوب درک نمایند، هنگام بخشیدن از هر دست که بدهیم از همان دست نیز خواهیم گرفت. بایستی بدانیم که میزان قابل توجه شفا یا التیام از درون توسط کنش هـای خـودکـار و نیمه هشیار Subconscious صـورت می گیرد. انسان قـادر است که به طرز قابل توجهی بر میزان کـارایـی ایـن شفا دهنده درونـی بیافزاید تا در مورد نیاز از طریق اقتدار اندیشه بصورت سنجیده و آگاهانه از آن استفاده نماید.

بحث: آنچنانکه در بخش های قبلی این مقاله ذکر گردید، در واقع بیماری حالتی است که شخص در دراز مدت بر خود تحمیل می نماید، از این رو

علت بیماری های جان فرسایی همانند سرطان در واقع وجود اندیشه ها و افکار و باورها و احساسات و عواطف نادرستی است که بر جسم تاثیر گذاشته و نیروی زندگی را در انسان متوقف می نمایند. از این رو ذهن، فقط مغز نیست بلکه ذهن یا شعور در هر یاخته تن انسان موجود است.



از طرفی همانگونه که می دانیم، در حدود ۷۰٪ وزن و محتویات بدن انسان آب است و لذا به علت محتوای مایع جسم، اندیشه ها به آسانی در آن و از طریق آن حرکت می کنند تا دیگر بار به آن شکل دهند. از این رو هر انسانی بر طبق طبیعت اندیشه هایش می تواند جسمش را از نو بسازد یا اینکه برعکس تکه پاره اش کند، پس باید دانست که محکمترین جسمی که انسان در تن دارد، در واقع اندیشه اوست و بدن انسان در مقایسه با اندیشه هایش بسیار نرم و ملایم و انعطاف پذیر است! لذا بین اعتقادات و سلامت انسان رابطه مستقیمی وجود دارد و از این رو بدیهی است که درست اندیشیدن در واقع بزرگترین شکل رستگاری است و به تندرستی نیز منجر می شود. لذا باید دانست که هنگامیکه بیماران بتوانند خود را از اندیشه های منفی برهانند، نه تنها روح و روان خود را از بیماری می رهانند، بلکه جسم شان را که ماوای روح و روان است نیز از بیماری می رهانند. با توجه به واقعیات یاد شده فوق به نظر می رسد که جهت درمان با رویکردی کل گرایانه Holistic، پزشکان فهیم و فرزانه و حکیم می توانند از این فرآیند بصورت مکمل در کنار درمان های رایج طبی برای امکان التیام از درون بیماری سرطان بنحو کاربردی استفاده نمایند. آموزش بخشندگی، هنر بخشیدن خود و دیگران، زندگی در محیطی شاد و بدور از استرس و افکار و اندیشه ها و احساسات و عواطف منفی در واقع مصداق بارز در آیه ۱۳۴ سوره مبارکه آل عمران، آیه ۲۲ سوره مبارکه نور، آیات ۹ و ۱۱ سوره مبارکه حجرات، آیه ۱۰ سوره حشر، آیه ۱۱ سوره قلم، آیه ۴ سوره مدثر و آیه ۸ سوره الیل و آیه ۱۲۴ سوره نساء می باشد که در حدود یک هزار و چهار صد و اندی سال قبل خداوند حکیم بالذات صدور و مهربان به زیبایی از آن در کلام وحی قرآن مجید که شفای دل مومنان است آن را بیان نموده است.

ادامه دارد...

منابع:

-قرآن مجید.

-دکتر شیخی، سیامک. کاربرد روانشناسی در طب. اورمیه. دانشکده پزشکی اورمیه. ۱۳۷۹.

- Louise L, Hay. You can heal your life (۱۹۸۸). Santa Monica, California. U.S.A

Ponder, Catherine. The Dynamic Laws of Healing (۱۹۸۵). Devorss & Company. California, U.S.A

ماهنامه مرکز پژوهشی و درمانی امید / سال اول / شماره ۱ / بهار ۱۴۰۰

یک لاله خونین و یک سال خاطره

نام:لاله

فرزند:بهار

متولد:۱۳۷۹



با چشمانی به رنگ آبی آسمانی،که میتوان در ژرفایش گم شد؛به فراموشی رسید.دستهای کوچک او به وزن تمام کره زمین در میان دستانم با نبضی که ظرافت آفرینش را شماره میکرد، گودی چشمانش با هاله ای کبود در زیر آن ،بر بوم نقاشی چهره اش، جلوه ای ویژه داده است.او اینک مدرسه می رود،غذا میخورد هر چند با کاهش وزن، میتوان استخوانهایش را شمرد اما در برابر وقار و امید او باید سر خم کرد او که ماهها تخت بند بیمارستانها بود، روزهای زلال کودکی را با اندوهی مه گرفته پشت سرگذاشته او در حالی که رگهایش را در مسیر سوزناک درمان گذاشته بود با قلبی پر امید سبزینگی را به میهمانی زندگیش فرا میخواند ،در طول یک سال همواره میگفت:"من که بیمار نیستم فقط گاهی خون دماغ میشوم کی میرم مدرسه عمو جان؟"

یک سال پیش شاید کمی کمتر یا بیشتر در بهشت حیاط مدرسه ای پر از فرشتگان زیبا -دخترکانی که معصومیت کودکانه شان شادی را ارمغان خانواده ها می کردند؛ دخترکی با گونه های سرخ،چشمان آبی و موهای قهوه ای تاب خورده ،هنگام بازی خون دماغ شده بود.اولیای مهربان مدرسه به یاریش شتافته و خانواده اش را خبر کرده بودند.آن روز خیلی کوتاه سپری شده بود،اما لالهٔ ما روزهای بعد نیز خون دماغ شده بود رنگ از رخساره پریده بود و آن چشمان زیبا لبخند های غم زده ای را نثار انسان میکردند. سکوت میکنم، نگاه میکنم به رویائی که ادامه اش همیشه خلق تولد دوباره یک انسان است.

روزهای بعد لاله با تشخیص لوسمی(سرطان خون)دیگر گم شده راه مدرسه شده بود و راهی بیمارستان- آنجا که آفتاب اش برای بیمار زود غروب میکند و هوایش تاریک-چشم های آبی لاله عادت تماشای آسمان را کم کم فراموش میکردند.لاله به ردیف کودکانی پیوسته بود که بال شکسته ، این جهان را با اضطراب بیماری تجربه می کنند. سرم ها ، آنژیوکت ها مداوم و پی در پی نوازشگری دردناک و شیمی درمانی ،درس همه کلاسهای لاله بود. چندین بار دیدار لاله در بیمارستان بود و او در گرداب مرگ و زندگی و مادری مهربان بر بالای سرش



ایستاده با دلی محزون که در آمد شش ماه خانواده را بابت یک آمپول شیمی درمانی لاله می پرداخت.بغض تمام وجودم را پر کرده بود ،وقتی بازوان نحیف اش را دور گردنم حلقه میکرد،اشک هرگز ...

تمام تنم در فضای بیمارستان – که آشنای سالیان من است– می سوخت،یک روز لاله در امتناع از سرم و دارو، با شکستی سنگین در اندرونم ،ناچار روی از او برگرداندم،خیلی زود تسلیم شد، بوسیدمش پرسید:آشتی کردی؟جواب دادم:با تو همیشه در آشتی هستم تا قهر از خودم را فراموش کنم .از اطاق بیرون رفتم زیرا حوض چشمانم سر رفته بود .هر بار پا در راهروی بیمارستان می گذاشتم درد سکوتی سنگین بر دل می نشست آیا آخرین دیدار است یا آخرین وداع...؟لاله بدون برگ سبز ،تمام موهایش را به طوفان بیماری سپرده بود.تکرار دیدارها و هر بار تولد دوباره لاله ،نگاههای بُهت آلود مادر پر از ناباوری و ترس ،با ترسی بزرگ نگاهش را در چهره لاله به امانت میگذاشت.امروز تابلوی بزرگ زندگی لاله زیر باران مهر انسانها ،رنگ گرفته ولاله به باغ سبز مدرسه آمده است.

ماهها گذشت ،تمرین مهارت انسان بودن در آلبوم عکسهای پی در پی لاله می چرخید .انسانهائی بیدار،همیشه یار– از ورای فاصله ها با دست نوازش بر تن های خفته درآغوش سرطان –این آلبوم را پر رنگتر میکرد.بوم نقاشی چهره لاله دیگر سپید نبود .از گلهای قرمز دوستان ،رگه های عشق به زندگی در گونه هایش جاری ،او از وسوسه مرگ گریخته و تاب زندگی اش را از درختان سبز بهاری یاران آویخته و اینک لاله ما میهمان باران است .در راه مدرسه میرود ،کتابهایش را در کیف میگذارد،او رنگ تازه ای را در شادی کودکانه اش به خانواده می بخشد.اگر چشم هایم توانسته باشند عکس های گرفته شده از چهره لاله را حفظ کنند،میتوانند عکسی زیبا را نشانتان دهند :»لاله ای زنده در میان دستهای انسانی» تصویر امروز لاله ،انسان را از خواب مدام بیرون می برد.انسانها بر روی زمین پر فلاکت در تلاقی روز و شب بهم می رسند و می دانند که عمر فرصتی است کوتاه ،شاید به اندازه فوت کردن یک شمع،این فرصت



کوتاه زمان همدردی است وقتی انسان ناممکن را ممکن می کند.تصویر لاله در آسمان ها ترسیم شده ،اما به دست انسانهای نیکوکار رنگ گرفته تا دوباره خدا ناظر دعای فرشتگان باشد.دردها و رنجها در تن لاله و لاله ها جاری میشود و رفع این دردها رحمتی است که انسانهای نیک سیرت با معامله آن زندگی ها را شیرین می کنند.مهربانی یک نوازش ،کنار لاله نشستن و حال پرسیدن و بار غم ،کم کردن را کسی جز خدا پاسخگو نیست،اما در مهلت اندک زندگی ،انسانها به میهمانی ناممکن ها میروند و شادمانه برمیگردنند.

بیائید روزی که مهلت این خانه تمام می شود و بار سفر در ایستگاه آخر مُهر میخورد ،تمام پنجره های خانه رو به آفتاب ،پاک و شفاف باشند،بیائید تا لاله ها به سرخی گونه و آبی چشمان در مدرسه فردا زندگی کنند،بی آنکه چنگال درد بر تن شان کشیده شود.

انسانهای بزرگ در دیدارهای بزرگتر از پشت شیشه
با هوای خاکستری
ماهی های کوچکی را می بینند که رسیدن به دریای زندگی برایشان افسانه شده ،
انسانهای بزرگ به سادگی نمی گذرند
می ایستند
تا با قلب خویش
ماهی های "درد آلود تن "را
به دریا برسانند.
سخن آخر ... لاله مرا به تماشای رازهای روز و شب انسانها برد
دیدم حجم های بزرگ انسانی در جرم های کوچک
چه نکو رازهائی که نگفته ماندند....

دکتر حمید اصفرزاده

نقش انجمن های خیریه در فرآیند خدمت رسانی به بیماران مبتلا به سرطان

پروفسور دکترجواد خشابی – استاد کودکان دانشگاه علوم پزشکی اورمیه

بیماریهای مزمن و خطیر مثل سرطان اغلب با عوارض فیزیکی و روحی قابل توجهی همراه می باشند که با توجه به هزینه بالای درمان و مشکلات ناشی از بیماری ، نه تنها شخص مبتلا بلکه خانواده بیمار نیز شدیداً تحت فشار مشکلات روحی روانی و مالی قرار می گیرند و بدلیل شیوع و فراوانی زیاد آن جامعه نیز مستقیم و غیر مستقیم از جهات مختلف تحت تأثیر قرار می گیرد .

در بین بیماریهای مزمن و خطیر ، سرطان به جهات مختلف حائز اهمیت ویژه ای است که از آن جمله می توان به موارد زیر اشاره نمود :

*هراس و وحشت بیش از اندازه از بیماری سرطان که کنترل ، تشخیص و درمان بیماری را با مشکل مواجه می سازد .

*مشکلات و هزینه بسیار بالای درمان از جمله داروهای شیمی درمانی و تهیه آنها ، پرتودرمانی ، جراحی و ... .

*کمبود نیروی متخصص و مراکز تشخیص و درمان بیماری سرطان در اکثر شهرستانها

*روند فزاینده شیوع بسیاری از سرطانها و فراوانی بالای آن ، بطوریکه سرطان در این استان دومین و در کشور سومین علت مرگ را بخود اختصاص می دهد و طبق برخی مطالعات در دهه های بعدی احتمالاً اولین علت مرگ در جهان بیماری سرطان خواهد بود .

تشخیص و درمان سرطان مشکل بزرگ بیماران و خانواده آنان است که با توجه به هزینه های گزاف و روزافزون بر دولت و جامعه تحمیل می شود . انجمن های خیریه و مردم نهاد با استفاده از :

۱-آموزش های عمومی در مورد انواع روش های درمان سرطان و عوارض آن

۲-آموزش های عمومی در مورد درمانهای جدید ، هزینه و اثر بخشی دارو ها

۳-کمکهای مالی به بیماران

۴-همکاری با شرکتهای بیمه

۵-افزایش آگاهی در مورد حقوق بیمار

۶-مساعدت به بیمارستانها و بخش های درمانی که در تشخیص و درمانی بیماران مبتلا به سرطان فعالیت می نمایند ، در تشخیص بموقع و درمان درست بیماران مفید و مؤثر می باشند .

مراقبت های حمایتی و تسکینی بیماران و خانواده آنان از لحظه تشخیص بیماری از راه شناسایی و ارزیابی و درمان دردها و سایر مشکلات جسمی ، روانی، اجتماعی و روحی بیمار و خانواده اش صورت می گیرد . این مراقبتها به بیمار و خانواده اش در کنار آمدن و تطابق با بیماری و درمان و حتی تا زمان مرگ کمک می کند . مؤسسات مردم نهاد در کنترل سرطان با کمک به مشکلات روحی و معنوی بیماران و خانواده آنان ، تسکین و التیام درد ، خدمات پرستاری و توانبخشی ، راهنمائی و مساعدت در امر تغذیه درست شاید بیشتر از نهادهای دولتی ، مؤثر و کارساز باشند .

خوشبختانه انجمن خیریه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان استان آذربایجان غربی با سابقه بیش از بیست سال توانسته است با حمایت مردم نیکوکار و مسئولین در جهت رفع آلام بیماران قدمهای مؤثری بردارد و اینک با راه اندازی مرکز پژوهشی و درمانی امید و انجام خدمات پرتودرمانی و شیمی درمانی و حمایت های مالی و معنوی از بیماران مبتلا به سرطان و خانواده آنان خدمات ارزنده ای راانجام دهد و در صورت تکمیل و تجهیز بیمارستان ۱۰۰ تختخوابی در دست احداث این خدمات بیشتر و تخصصی ترخواهد شد .

برنامه احداث یک آسایشگاه مجهز برای اقامت بیماران شهرستانی از دیگر برنامه های در دست اقدام انجمن است و در راستای اهداف انساندوستانه و خداپسندانه خود تهیه زمین برای احداث یک مرکز پژوهش های کاربردی در مورد بیماری سرطان از اهداف آتی انجمن خیریه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان استان آذربایجان غربی می باشد که انشاءاله با کمک مردم موفق به انجام آنها خواهیم شد .

نقش انجمن های خیریه در فرآیند خدمت رسانی به بیماران مبتلا به سرطان

پروفسور دکترجواد خشابی – استاد کودکان دانشگاه علوم پزشکی اورمیه

بیماریهای مزمن و خطیر مثل سرطان اغلب با عوارض فیزیکی و روحی قابل توجهی همراه می باشند که با توجه به هزینه بالای درمان و مشکلات ناشی از بیماری ، نه تنها شخص مبتلا بلکه خانواده بیمار نیز شدیداً تحت فشار مشکلات روحی روانی و مالی قرار می گیرند و بدلیل شیوع و فراوانی زیاد آن جامعه نیز مستقیم و غیر مستقیم از جهات مختلف تحت تأثیر قرار می گیرد .

در بین بیماریهای مزمن و خطیر ، سرطان به جهات مختلف حائز اهمیت ویژه ای است که از آن جمله می توان به موارد زیر اشاره نمود :

*هراس و وحشت بیش از اندازه از بیماری سرطان که کنترل ، تشخیص و درمان بیماری را با مشکل مواجه می سازد .

*مشکلات و هزینه بسیار بالای درمان از جمله داروهای شیمی درمانی و تهیه آنها ، پرتودرمانی ، جراحی و ... .

*کمبود نیروی متخصص و مراکز تشخیص و درمان بیماری سرطان در اکثر شهرستانها

*روند فزاینده شیوع بسیاری از سرطانها و فراوانی بالای آن ، بطوریکه سرطان در این استان دومین و در کشور سومین علت مرگ را بخود اختصاص می دهد و طبق برخی مطالعات در دهه های بعدی احتمالاً اولین علت مرگ در جهان بیماری سرطان خواهد بود .

تشخیص و درمان سرطان مشکل بزرگ بیماران و خانواده آنان است که با توجه به هزینه های گزاف و روزافزون بر دولت و جامعه تحمیل می شود . انجمن های خیریه و مردم نهاد با استفاده از :

۱–آموزش های عمومی در مورد انواع روش های درمان سرطان و عوارض آن

۲–آموزش های عمومی در مورد درمانهای جدید ، هزینه و اثر بخشی دارو ها

۳–کمکهای مالی به بیماران

۴–همکاری با شرکتهای بیمه

۵–افزایش آگاهی در مورد حقوق بیمار

۶–مساعدت به بیمارستانها و بخش های درمانی که در تشخیص و درمانی بیماران مبتلا به سرطان فعالیت می نمایند ، در تشخیص بموقع و درمان درست بیماران مفید و مؤثر می باشند .

مراقبت های حمایتی و تسکینی بیماران و خانواده آنان از لحظه تشخیص بیماری از راه شناسایی و ارزیابی و درمان دردها و سایر مشکلات جسمی ، روانی، اجتماعی و روحی بیمار و خانواده اش صورت می گیرد . این مراقبتها به بیمار و خانواده اش در کنار آمدن و تطابق با بیماری و درمان و حتی تا زمان مرگ کمک می کند . مؤسسات مردم نهاد در کنترل سرطان با کمک به مشکلات روحی و معنوی بیماران و خانواده آنان ، تسکین و التیام درد ، خدمات پرستاری و توانبخشی ، راهنمائی و مساعدت در امر تغذیه درست شاید بیشتر از نهادهای دولتی ، مؤثر و کارساز باشند .

خوشبختانه انجمن خیریه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان استان آذربایجان غربی با سابقه بیش از بیست سال توانسته است با حمایت مردم نیکوکار و مسئولین در جهت رفع آلام بیماران قدمهای مؤثری بردارد و اینک با راه اندازی مرکز پژوهشی و درمانی امید و انجام خدمات پرتودرمانی و شیمی درمانی و حمایت های مالی و معنوی از بیماران مبتلا به سرطان و خانواده آنان خدمات ارزنده ای راانجام دهد و در صورت تکمیل و تجهیز بیمارستان ۱۰۰ تختخوابی در دست احداث این خدمات بیشتر و تخصصی ترخواهد شد .

برنامه احداث یک آسایشگاه مجهز برای اقامت بیماران شهرستانی از دیگر برنامه های در دست اقدام انجمن است و در راستای اهداف انساندوستانه و خداپسندانه خود تهیه زمین برای احداث یک مرکز پژوهش های کاربردی در مورد بیماری سرطان از اهداف آتی انجمن خیریه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان استان آذربایجان غربی می باشد که انشاءاله با کمک مردم موفق به انجام آنها خواهیم شد .

مرکز پژوهشی و درمانی امید اورمیه که با برنامه تأسیس و راه اندازی بخش های تشخیصی و درمانی طراحی شده در سال ۱۳۷۵ شروع به شیمی درمانی سرپائی بیماران نمود و در این راستا تا کنون ۷۳۷۱۰ بیمار را شیمی درمانی نموده است . پرستاران دلسوز بخش شیمی درمانی و پزشکان محترم انکولوژی و حمایت های مالی و معنوی از بیماران دلیل مراجعه روزافزون بیماران به این بخش است و امید است با گسترش این بخش بتوانیم خدمات بیشتری با کیفیت بهتر به بیماران و خانواده های آنان ارائه نمائیم .

بخش پرتودرمانی بیماران از سال ۱۳۷۸ با یک دستگاه کبالت شروع شد و سپس با خرید یک دستگاه کبالت دیگر در سال ۱۳۸۲ و تجهیز بخش با تهیه و نصب یک دستگاه سیمیولاتور که دقت درمان را بیشتر می سازد و نصب دستگاه پرتودرمانی داخل حفره ای (سال ۱۳۸۳) تکمیل شد و بالاخره پرتودرمانی با روش جدید با خرید و نصب دستگاه شتابدهنده خطی از سال ۱۳۸۹ شروع گردید .

این مرکز در طول این مدت نه تنها بیماران استان آذربایجان غربی بلکه به بیماران دیگر استانهای همجوار و حتی کشورهای همسایه مثل عراق ، ترکیه و کشور آذربایجان خدمات درمانی ارائه داده است .

در طول مدت خدمت رسانی به بیماران واحد پرتودرمانی مرکز پژوهشی و درمانی امید برای حدود ۱۳۲۰۰ بیمار بیش از نیم میلیون بار تابش های درمانی با پرتوهای درمانگر انجام داده است و با ویزیت بیش از ۶۵۰۰۰ بیمار و انجام خدمات تشخیصی با ماموگرافی نقش ارزنده ای در رفع آلام بیماران و تشخیص زودرس بیماری سرطان پستان انجام داده است .

آموزش چهره به چهره برای تشخیص زودرس سرطان پستان از برنامه هایی است که توسط گروه پژوهشی انجمن برای بانوان بصورت موفق در ادارات انجام شده و آنان را با ضرورت خودآزمائی سینه آشنا نموده و در کسب مهارت برای این مهم به آنان کمک نموده اند .

حمایت از بیماران و خانواده آنان از اهم اهداف اساسنامه ای انجمن می باشد. در این راستا در طول بیش از بیست سال فعالیت مداوم با کمک مردم نیکوکار و مسئولین اقدامات زیادی در حد توان انجام شده . نزدیک به بیست درصد مراجعین برای پرتودرمانی نیاز به حمایت های مالی دارند و بدین منظور تا کنون بیش از ۱,۳۴۳,۹۷۲,۳۵۴ ریال حمایت های مالی خواه بصورت کمک مستقیم ، اهداء دارو ، کمک های جنسی و تخفیف در هزینه های درمانی و هزینه بیمه نمودن بیماران و خانواده های آنان برای برخورداری از مزایای درمانی منظور شده است .

اسکان بیماران شهرستانی نیازمند که با کمک بنیاد کودک اورمیه انجام می شود ازخدماتی است که در آینده می باید گسترش یابد .

شکی نیست نیاز بیماران مبتلا به سرطان و خانواده آنان به حمایت های تشخیصی و درمانی از طریق فراهم نمودن امکانات مدرن و بروز دنیا و نیز خدمات تسکینی با توجه به نیازهای اجتماعی , روانی و روحی آنان بسیار بیشتر از آن است که امروز در مرکز پژوهشی و درمانی امید ارائه می شود و با توجه به اینکه تا کنون ساخت و تجهیز مرکز امید بیشترین توان و توجه هیأت مدیره را صرف نموده ، امید است که با جذب نیروهای جدید و استفاده از دیدگاههای نوین در جهت حمایت های تسکینی و نیز فعالیت برای پیشگیری و پژوهش های کاربردی در مورد بیماری سرطان قدم های مؤثری برداشته شود.❊





امروز را به یاد تمام شب‌های بی‌خوابی‌ات در اتاق عمل، نگاه‌های تبدارت در نگرانی برای تلاش در جهت نجات بیماران رقم زدم تویی که سفید پوش و آرام، در لحظه‌های تب آلود بیماران ایستاده‌ای و نفست مهربان‌تر از همیشه، بوی یاس می‌پراکند.

نه تنها تو بلکه تمامی همکارانت مددیاران جهان هستی می باشید که خداوند باواسطه قرار دادنتان شفای خود را بر بیماران نازل کرده اید و در بیمارستان امید گردهم آمدید تا امید بخشی به این بیماران و چشمانت منتظر کودکانی باشید که شاید بدلیل فقر مالی و یا ... چشم نیاز خود را به شما دوخته اند و شما نیز با نگاهی مهربان و آغوشی باز پذیرای آنها در درمان بیماری شان هستید.

شما آن راست قامتان سپید پوش خیری هستید که شاید بسیاری نه به دلیل نیاز مالی، بلکه برای امیدیابی از شما به سراغ تان آمده و نیت های خالص شما برای درمان خود و یا عضوی از خانواده شان بدرقه راه پرپیچ خم آنها در درمان بیمارشان شده است

پدر یکی از بیماران شفایافته از بیماری تومور مغزی در گفتگویی با خبرنگار گاهنامه می گوید: پزشکان بیمارستان امید دلسوزی را در حد اعلی خود نسبت به من و فرزندم روا داشته و با نیت خیر و به دور از هرگونه هدف مالی من و فرزندم را در مسیر شفا یاری رساندند تا جایی که علی رغم قطع امید بسیاری از پزشکان در سایر مراکز درمانی خداوند دستان مهربان این پزشکان را برای شفای دخترم انتخاب کرد.

آقای ب اضافه می کند: امیدم را در امید (بیمارستان امید) یافتم، مرکزی که در آن بویی از پول و اهداف مالی برای خدمت به مردم به مشام نمی رسد و هر آنچه است نیکی و یاد خدا برای نجات انسان هاست.

وی با بیان اینکه نه تنها من یاد خدا را همیشه در دل داشتم بلکه پزشکان بیمارستان امید نیز برای دست به دعا شدن به سوی خداوند مرا راهنمایی می کردند، خاطرنشان کرد: در یکی از روزهای جمعه در هنگام قرائت نماز جمعه به گریه افتادم، حالت عجیبی داشتم که تا آن روز کمتر آن را تجربه

کرده بودم و آن حس شیرین توکل بود و در آن روز و آن ساعت خداوند به من فهماند که فرزند عزیزم توسط خیرین بیمارستان امید شفا پیدا خواهد کرد.

این پدر بیمار شفا یافته در خصوص علائم اولیه بیمار خود می گوید: در نوروز سال ۸۰ یک طرف بدن دخترم به شدت درد می کرد بطوریکه این درد باعث شد تا یکی از پاهای وی لنگ بزند، با مشاهده این علائم دخترم به بیمارستانی در اورمیه منتقل شد تابستری شود اما متاسفانه نه تنها راهکارهای معالجه برای درمان بیمار در آن بیمارستان موثر واقع نشد بلکه باعث فلجی وی از ناحیه دو پا نیز شد.

وی اینگونه ادامه می دهد: با مشاهده این علائم پزشکان تصمیم به انتقال دخترم به بیمارستان دیگری برای شروع شیمی درمانی گرفتند که این امر نیز باعث وخیم تر شدن اوضاع بیماری فرزندم شد بطوریکه دیگر توانی برای حرکت در هیچ یک از اعضای بدن وی مشاهده نمی شد.

آقای ب اظهار می کند: در این روزها یکی از پزشکان بیمارستان امید پیشنهاد بستری کردن دخترم در بیمارستان مربوطه را مطرح کرده و گفتند که هیچ نیازی به شیمی درمانی نبوده و می توان از طریق عمل وی را معالجه کرد.

پس از بستری شدن و تلاش پزشکان دخترم از اتاق عمل مرخص شد و پس از معاینه و عکس برداری نه تنها دیگر اثری از تومور در بدن وی مشاهده نشد بلکه عدم توانایی وی در حرکت کردن نیز درمان شده بود.

وی قدردانی از زحمات پزشکان بیمارستان امید و دلسوزی های پدرانه و بی ریای آنها برای درمان فرزندنش افزود: دخترم از دستم می رفت اگر خداوند دکتر.م را بر سر راه درمان فرزندم قرار نمی داد.

خانم آ.ن یکی دیگر از بیماران شفا یافته توسط خداوند و در بیمارستان شفای اورمیه است، که در خصوص بیماری خود و علائم آن می گوید: در اواخر سال ۸۶ و نخستین روزهای سال ۸۷ دچار تب و استفراغ های بی مورد بسیاری می شدم که این باعث بستری شدن من در خانه به مدت یک هفته شده بود اما با انجام آزمایشات گوناگون علائم هیچ نوع بیماری در من یافت نشد تا بالاخره بعد از گذشت یکسال بیماری سرطان با پخش در بدن من به گلویم رسید و پزشکان متوجه ابتلایم به آن شدند.

با پیگیری های و معرفی دوستان موفق به آشنایی با یکی از پزشکان مجرب و بسیار دلسوز بیمارستان امید شدم و این در حالی بود که تومور روز به روز در بدنم در حال رشد و سرایت به نقاط مختلفی همچون گلو، زیرزانو، لگن، ریه و شکم بود.

وی ادامه می دهد: پس از بستری پزشکان دستور ۱۲ جلسه شیمی درمانی را دادند که با عنایات خداوند بعد از ۱۰ جلسه دیگر نیازی به ادامه شیمی درمانی نبود و پزشک معالج تصمیم به استفاده از روش های درمانی برق برای سوزاندن ریشه این بیماری در بدنم گرفت که این روش درمانی نیز بعد از ۲۰ جلسه رضایت بخش بود و الحمداله شفای کاملم را از خداوند دریافت کرده و بهبود یافته ام.

این بیمار شفایافته در خصوص احساس خود به این بیماری اظهار داشت: قبل از درمان هیچ نوع واکنشی نسبت به بیماری و هیچ نوع شناختی از آن نداشتم و تنها تصور زمین گیری برای مدتی و سپس مرگ بود اما با امید به خداوند و مددگرفتن از پزشکان این بیمارستان سرطان در بدنم ریشه کن شد.

وی ادامه می دهد: خداوند نیرویی به من اعطا کرد که تنها تفاوت این بیماری برای من با سایر بیماریها در نوع درمان آن بود که شاید طولانی تر و کمی هم دردآورتر بود.

وی با قدردانی از زحمات کادر پزشکی و پرستاری بیمارستان امید اورمیه اضافه می کند: حیف است چنین کادری در محیطی کوچک به ارائه بیماران بپردازند چراکه گاهی فضاهای تنگ و ازدحام جمعیت ، صبر را از انسان می گیرد اما دلسوزان این بیمارستان همواره با حوصله فراوان و روی گشاده توکل و امید را به بیماران می بخشند.

خانم آ.ن خاطرنشان می کند: رفتار کادر پزشکی بیمارستان امید به گونه ای بود که نیازی به هیچ نوع درخواست احساس نمی شد چراکه هرآنچه بیماران و همراهانش نیازمند آن بودند برایشان تامین کرده و خنده و امیدواری را برایشان به ارمغان

بیمار شفا یافته

می آوردند.

وی در مورد تجربه خود از این بیماری می گوید: فکر می کردم دیگر زنده نمی مانم اما می گویم خدایا سپاسگزارم که ماندم و فرصتی تازه یافتم، این بیماری برایم زنگ تفریحی بود تا قدر هرآنچه را دارم بدانم، نعمتهایی همچون پا، دو چشم، دو دست، دهانی برای حرف زدن و غیره که هرگز به وجود آنها فکر نمی کنیم اما وای به روزی که مشکلی برایمان پیش بیاید تنها آن روز است که افسوس قدرنشناسی از نعمت های از دست رفته را داریم و حال اینکه خیلی دیر است ولی همواره به این معتقدم که هرآنچه خداوند مصلحت بداند آن سزاوارتر و با ارزش تر است و همیشه پذیرای تقدیر خداوند هستم.

خانم آ.ن در مورد هزینه های درمان بیماری سرطان تصریح می کند: هزینه درمان این بیماری بسیار بالاست هرچند که من زیر پوشش نهادی حمایت گر برای پرداخت هزینه های درمان بیماریم بودم ولی در طول مدت درمان خود بسیاری را دیدم که علی رغم زیر پوشش بودن در برخی بیمه ها، هزینه های درمان بسیار ناچیزی برایشان تعلق می‌گرفت و به‌نظر می‌رسد برنامه ریزی های اساسی برای جلوگیری از این موضوع بسیار ضروری باشد چراکه بیماری خود فشار سنگینی بر دوش خانواده ها وارد می کند و زمانیکه امکان پرداخت هزینه های درمان آن نیز نباشد وضعیت بسیار تاسف بارتر خواهد بود.

این بیمار شفا یافته، توسعه بخش های بیمارستان امید را خواستار شد و اذعان داشت: بسیاری از بیماران مبتلا به سرطان از شهرهای مختلف استان بدلیل وجود پزشکان دلسوز و مجرب به این بیمارستان مراجه می کنند اما نبود فضای مناسب و کافی برای درمان آنها فعالیت پزشکان را نیز دچار مشکل می کند و امیدواریم دولت در این ارتباط حمایت های لازم را انجام دهند.

«دستهایی که شفا می‌دهند مقدس تر از لبهایی هستند که دعا می خوانند»، پزشک سزاوار تکریم و قدر است که بسی گرانقدر است. با افتخار، ارزش علمی و انسانی تمامی پزشکان علی الخصوص پزشکان بیمارستان امید را پاس داشته و بر دستانشان بوسه می زنیم.



آیا میدانید خواص اعجاب آور چای سبز چیست؟



۱)پیشگیری و درمان سرطان: چای سبز حاوی ترکیباتی است که این ترکیبها نوعی آنتی اکسیدان (Antioxidant) محسوب می شوند. آنتی اکسیدان قابلیت مبارزه با سلولهای سرطانی را داراست. این ترکیب می تواند از رشد سلولها و تومورهای سرطانی جلوگیری کند. میزان شیوع سرطانهایی چون پستان، کولون، پوست، پانکراس و معده در بین افرادی که چای سبز می نوشند بسیار کمتر است. تحقیقات نشان می دهد که افرادی که روزانه چای سبز می نوشند خطر ابتلا به سرطان خود را تا حد بسیار زیادی کاهش می دهند.

همچنین اشخاص مبتلا به سرطانهایی نظیر سرطان خون، ریه، معده، سینه و روده که چای سبز می نوشند در درمان بیماری خود کمک عمده ای می کنند.

۲)جلوگیری از بیماریهای قلبی عروقی: چای سبز علاوه بر ویتامینهای A و C خود، باعث کاهش کلسترول در خون نیز می شود.

۳)کاهش تری گلیسیرید: مصرف یک فنجان چای سبز در بین وعده های غذایی روشی مناسب در کاهش تری گلیسیرید خون است

۴)کاهنده فشارخون: مصرف نیم تا ۲/۵ فنجان چای سبز در روز احتمال بروز پرفشاری خون را تا ۶۴ درصد کاهش میدهد

۵)ضد انعقاد: چای سبز خون را رقیق و از لخته شدن خون جلوگیری می کند

۶)چای سبز و جوانی: آنتی اکسیدان در چای سبز باعث شادابی و جوانی میشود

۷)کاهش وزن و چای سبز: چای سبز سوخت و ساز چربیهای بدن را تسریع میکند و به این ترتیب چربی اضافی در بدن ذخیره نمی شود

۸)پوست و چای سبز: آنتی اکسیدانهای موجود در چای سبز مانع از بروز سرطان، افتادگی و چروک خوردن پوست به ویژه پوست صورت می شود.

۹)چای سبز و ورم مفاصل: چای سبز را به عنوان دارویی برای کاهش خطر ابتلا به ورم مفاصل

۱۰)چای سبز و استحکام دندانها و استخوانها: درصد بالای فلوراید در چای سبز می تواند استخوانها و دندانها را در مقابل آسیب، به ویژه پوسیدگی و پوکی محافظت کند.

۱۱)آرامبخش و ضد استرس: این نوشیدنی گیاهی نوعی آرام بخش نیز محسوب می آید. با نوشیدن این چای سیستم عصبی بدن شما مقاومتر می شود.

۱۲)عملکرد مغز و چای سبز: فعالیت سلولهای مغز به ویژه بخشهای مربوط به حافظه را تقویت و تحریک می کند

۱۳)آسم و چای سبز: آنتی اکسیدانهای موجود در چای سبز در حکم داروی گشادکننده برونش است که باعث آرامش و رفع التهاب و حساسیت دستگاه تنفس (بافتهای آسیب دیده) می شود.

۱۴)پارکینسون و چای سبز: آنتی اکسیدان های موجود در چای سبز مانع از تخریب سلول های مغز، که عامل اصلی بروز بیماری پارکینسون است می شوند

۱۵)سیستم ایمنی و چای سبز؛ ویتامین C موجود در چای سبز با تقویت سیستم ایمنی بدن، بدن را در مقابل بیماری های مختلف به ویژه بیماری های فصلی مانند سرماخوردگی و آنفلوآنزا در زمستان، اسهال و استفراغ در فصل تابستان و حساسیت های فصل پاییز، مقاوم می کند.

۱۶)تبخال و چای سبز: تب خال مشکلی است که عاملی ویروسی دارد اما با چای سبز می توان بهبود آن را تسریع کرد. به این ترتیب که اگر محل مورد نظر را با چای سبز مرطوب کرده و صبر کنیم تا خشک شود و این عمل را سه بار در روز تکرار کنیم، روند بهبودی و رفع محل زخم تسریع می شود

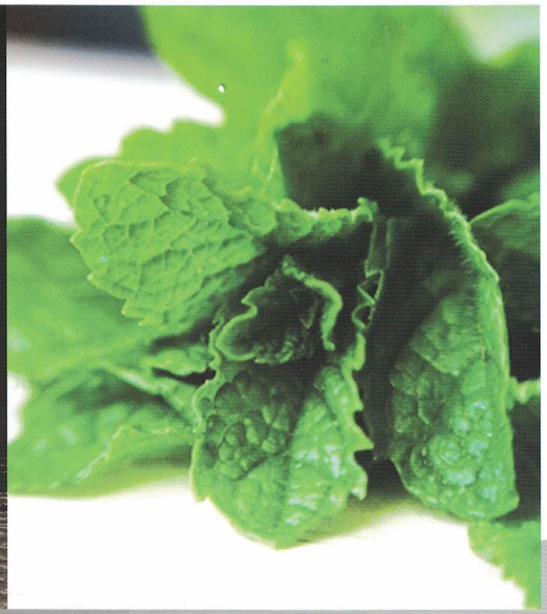
۱۷)چای سبز و تورم و عفونت گوش؛ چای سبز گوش را در برابر عفونت و تورم محافظت می کند

۱۸)بیماری های کبدی و چای سبز: باعث از بین رفتن رادیکال های آزاد ایجاد شده توسط چربی های موجود در کبد می شود و در نتیجه مانع از بروز بیماری های کبدی به ویژه سرطان کبد می شود

نحوه استفاده

برای هر نفر یک قاشق مرباخوری چای سبز را در قوری ریخته و به ازای هر یک قاشق، یک لیوان آب داغ با دمای ۸۰ تا ۸۵ درجه به آن اضافه کرده و درب قوری را به مدت هفت تا هشت دقیقه بگذارید سپس آن را بنوشید. یادآوری این نکته ضروری است که چای سبز مانند چای سیاه لزومی به دم کردن ندارد







آیا میدانید: که سلولهای سرطانی در محیط حاوی اکسیژن بالا کم فعالیت اند؟ ورزش روزانه و تنفس عمیق باعث می شود که اکسیژن به لایه های سلولی برسد

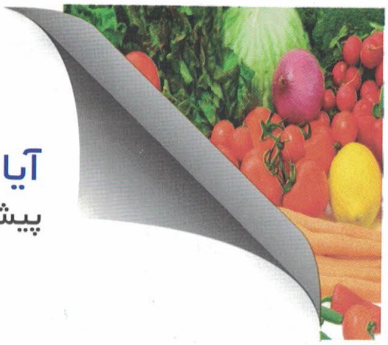
آیا میدانید: که اکسیژن درمانی در کنار درمان اصلی کمک دیگری برای از بین بردن سلولهای سرطانی است؟



آیا میدانید: که مصرف زیاد گوشت قرمز خطر ابتلا بروز سرطان را افزایش میدهد؟
سویا منبع بسیار خوبی برای پروتئین هست و جایگزین مناسبی برای گوشت میباشد



آیا میدانید: که احتمال مرگ افراد بر اثر ابتلا به سرطان پروستات با مصرف ماهی کاهش می یابد ؟



آیا میدانید: که سبزیجات یکی از عوامل فراوان،اما مهم برای پیشگیری از سرطان میباشد؟



آیا میدانید: که همیشه باید از نان تهیه شده با سبوس به جای نان تهیه شده با آرد سفید استفاده کنید؟مثلا نان سنگک خیلی بهتر از نان باگت یا لواش است



آیا میدانید: که مصرف موادی چون توت خشک و انجیر خشک و کشمش هم از نظر املاح و هم فیبر بسیار مفید میباشد؟



آیا میدانید: که زنانی که اضافه وزن دارند، بیشتر در معرض خطر ابتلا به سرطان سینه هستند؟



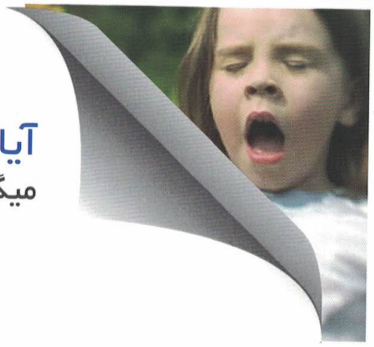
آیا میدانید: که بیشتر سر دردهای معمولی از کم نوشیدن آب است؟



آیا میدانید: که مهمترین عامل افزایش طول عمر داشتن تناسب اندام به همراه وزنی مناسب است؟



آیامیدانید: که علایم بیماری الزایمر حداقل بیست سال طول می‌کشد تا خود را نشان دهد؟



آیا میدانید: که وقتی عطسه میکنید مردم به شما عافیت باش میگویند چون قلب شما به مدت یک میلیونیم ثانیه میایستد؟



آیا میدانید: که دریافت بالای چربی به خصوص در زنان یائسه احتمال بروز سرطان پستان را افزایش می‌دهد؟

چگونه می توانید یاور انجمن باشید؟

۱ .آشنایان و دوستان خود را از وجود انجمن آگاه سازید.

۲ .اهداء یا وقف بخشی از اموال و املاک به انجمن توسط نیکوکاران برای گذاشتن نام نیک و باقیات صالح

۳.دوستان و خویشان مقیم خارج از کشور را در این امر خیر مشارکت دهید تا آنان نیز دین خود را به هموطنان خویش ادا نمایند.

۴–شما می توانید برای تکمیل و تجهیز بیمارستان امید یا سرای امید مصالح ساختمانی و لوازم بیمارستانی و ... اهداء فرمایید.

۵–تقبل هزینه یک یا چند بیمار مبتلا به سرطان

۶–اهداء کارهای دستی،آثار هنری از سوی هنرمندان به بازارهای نیکوکاری و همکاری گروههای هنری جهت برگزاری جشن های گلریزان

۷–اهداء وسایل و ملزومات سالم ولی غیرضروری منازل جهت فروش به نفع بیماران در فروشگاه بانوان انجمن و سفارش تاج گل برای مراسم مختلف جشن ها و یا بزرگداشت ها

۸–انجام هر گونه خدمات تخصصی مانند خدمات پزشکی و درمانی ،مددکاری و تبلیغ و اطلاع رسانی و ...

۹ .اهداء دارو های مورد نیاز بیماران مبتلا به سرطان ،عضویت در انجمن و واریز مبلغی به صورت ماهیانه و یا سالیانه به عنوان حق عضویت.

۱۰ .اهداء نذورات ،هزینه های مراسم خیرات به حساب های انجمن

توضیح:عزیزانی که اهدایی آنان بیش از ۵۰ میلیون ریال باشد به عنوان عضو افتخاری هیات امنای انجمن شناخته میشوند

شماره حساب های ریالی انجمن در بانک های مختلف

بانک و شعبه	شماره حساب
بانک تجارت (کد ۱۲۰۲۰) – شماره سراسری	۱۱۱۱
بانک ملی شعبه امام اورمیه (کد ۵۱۰۶)	۱۳۱۴
بانک ملی – سیبا (کد ۵۱۰۶)	۰۱۰۵۶۹۹۶۰۱۰۰۳
بانک تجارت شعبه بهشتی باجه امید(کد ۱۲۹۱۵)	۱۲۹۱۵۱۰۰۰۷
بانک رفاه کارگران شعبه مرکزی (کد ۲۱۷)	۵۵۷۸۹
بانک سپه شعبه شهرک فرهنگیان (کد ۱۰۴۱)	۱۳۴۵/۲۷
بانک ملت شعبه چهارراه دانش(کد ۱۰۹۴/۲)	۶۶۰۶۸۴۸۰/۸۵
بانک صادرات شعبه آذربایجان (کد ۴۴۳۰)	۰۱۰۲۱۷۳۳۴۷۰۰۲
بانک کارآفرین	۰۱۰۰۰۴۹۲۴۷۶۰۷

حساب های ارزی

بانک	شماره حساب
حساب ارزی(دلار) بانک تجارت شهید بهشتی	۱۲۸۰۱۰۶۲۰۴
حساب ارزی(یورو) بانک سپه مرکزی اورمیه	۱۴۹۹۰۲۱۴
حساب ارزی(دلار) بانک سپه مرکزی اورمیه	۱۴۹۹۰۲۶
حساب ارزی(یورو) بانک ملی شعبه اورمیه	۲۲۲۰۳۳۲

راه های تماس با ما



جهت برقراری ارتباط با ما از یکی از روشهای زیر می توانید اقدام نمایید:

صندوق پستی: ۵۸۸-۵۷۱۳۵

پست الکترونیکی: omidhospital_ir@yahoo.com



شماره تلفن های تماس:

اطلاعات: ۳۸۲۴۴۴۷

قسمت مالی: ۳۸۳۴۹۴۹

واحدهای درمانی: ۳۸۲۴۴۴۶

۳۸۲۲۲۰۹

۳۸۴۷۳۷۳

دریافت قلک و فرم عضویت: ۳۸۶۴۵۵۵

فاکس: ۳۸۲۴۴۴۷

کد پستی: ۵۷۱۶۷ - ۳۵۳۷۷



انجمن خیریه حمایت از بیماران سرطانی استان آذربایجانغربی

۱۳۶۹

آدرس پستی: ارومیه - بلوار شهید باهنر - شهرک فرهنگیان - خیابان ۳۲ متری - مرکز پژوهشی درمانی امید



سرطان درمان پذیر است

هرساله هزاران کودک، به سرطان مبتلا و درمان می شوند

موسسه خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان "محک" از سال ۱۳۷۰ به عنوان یک سازمان غیردولتی و غیرانتفاعی فعالیت خود را آغاز کرده است. درطول این سال ها، محک با اعتقاد به اصل شفافیت و پاسخگویی توانسته است به سطح مناسبی از اعتماد در میان مردم دست یابد و با جلب مشارکت آن ها ۱۴۷۰۰ کودک مبتلا به سرطان و خانواده هایشان را زیر چتر حمایت همه جانبه خود قرار دهد که بسیاری از این کودکان بهبود یافته اند. درمان کودکان محک وابسته به کمک های شماست و فقط با مشارکت شما تامین هزینه های درمان کودکان ممکن می شود.

انجمن خیریه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان استان آذربایجان غربی با عقد قراردادی از طرف محک به کودکان بیمار مبتلا به سرطان کمک های درمانی و حمایتی را انجام می دهد