



۱۴

چطور می‌توانیم با رعایت برخی موارد از مبتلا شدن به دیابت جلوگیری کنیم؟

## زندگی با قند، شیرین نیست

به مناسبت ۲۴ آبان، روز جهانی دیابت بررسی می‌کنیم

## ۶ فناوری مؤثر در مهار دیابت

۱۵

جام جم در گفت‌وگو با کارشناسان و مسوولان حاشیه‌های خبر داغ این روزهای میراث فرهنگی کشور را بررسی می‌کند

## کارخانه قند، کام چغازنبیل را تلخ کرد

# زندگی

شنبه ۲۴ آبان ۱۳۹۹ :: شماره ۵۸۰۲



۱۶

# جام جم



حق با شماست

info@amejamdaily.ir

روابط عمومی: ۲۲۲۶۱۴۷

### #مسکن-ملی

شهروندی از تهران:

بیش از ۹ ماه از اعتراض پنده به رد صلاحیت مسکن ملی گذشته است و بعد از بازنگری و ارسال مدارک، هنوز این مدارک مورد تایید قرار نگرفته و در حال استعلام است. چرا باید برای یک استعلام ساده این مدت طولانی سپری شود؟

### #سهام-عدالت

اردشیر از گنبد کاووس:

مبالغ فروش سهام عدالت کماکان کم‌کم به حساب فروشندگان واریز می‌شود و هیچ نظمی در این پرداخت‌ها توسط بانک‌ها وجود ندارد.

### #همسان-سازی

شهروندی از تهران:

در طرح همسان سازی حقوق بازنشستگان کشوری، برای حداقل بگیران مبلغی حدود ۲۵۰ هزار تومان اضافه شد، این مبلغ چه کمکی به بازنشستگان می‌کند؟

### #شوینده-گرانی

قادر از تهران:

در دورانی که کرونا یک تازی می‌کند و مردم باید بیشتر به نظافت و پاکیزگی اهمیت دهند، مواد بهداشتی و شوینده بیش از ۵۰ درصد گران شد. آیا منطقی بود در این دوران حساس این کالاها گران شود؟

### #دستفروش-اتوبوس

قزوینی از تهران:

در خط اتوبوس‌های تندروی تجربیش - راه‌آهن، دستفروش‌شان برای فروش اجناس خود وارد اتوبوس‌ها می‌شوند و بدون رعایت نکات بهداشتی به کار خود مشغول هستند. چرا از ورود این افراد جلوگیری نمی‌شود؟

### #ماسک-جریمه

چگینی از گیلان:

شهروندان لووشان استان گیلان به‌ندرت از ماسک استفاده می‌کنند و هیچ اهمیتی به سلامت خود و اطرافیان‌شان نمی‌دهند؛ چرا دولت برای متخلفان جریمه در نظر نمی‌گیرد؟!

### جوابیه

در پی درج پیامی شنبه ۱۳۹۹/۰۸/۰۳ با عنوان «نصب سرعت‌گیر در خیابان شریعتی» رئیس اداره روابط عمومی شهرداری منطقه ۳ شهر تهران با ارسال نامبری اعلام کرد: سرعت مجاز تردد در معابر از طریق تابلوها مشخص شده است و رانندگان ملزم به تبعیت از آن هستند. هرگونه تخطی باید از سوی پلیس راهور با اعمال قانون مواجه شود. اجرای سرعت‌کاه با توجه به شیب جنوب به شمال معبر منجر به کندي حرکت و ایجاد صف در ساعات اوج ترافیک خواهد شد.



لیلا شوقی

جامعه

حدود ۱۱ سال از جدی شدن مهاجرت پرستاران از کشور، می‌گذرد. موضوع مهاجرت پرستاران اما این روزها و در روزهای سیاه کرونا وارد مرحله جدیدی شده است. بیماری کرونا که از حدود ۹ ماه پیش شایع شد، نشان داد که وجود نیروی پرستاری بیشتر از هر زمان دیگری لازم است. این‌ها همه در حالی است که از ۷ ماه پیش تا به امروز، بیش از ۷۰۰ پرستار اقدام به مهاجرت کرده‌اند. حال این‌که در سال‌های قبل، آمار مهاجرت پرستاران، سالانه حدود ۶۰۰ نفر بوده است؛ به این آمار، تمایل ۲/۵ برابری برای مهاجرت را هم باید اضافه کرد. سال‌ها هنوز تمام نشده و افزایش درخواست‌های مهاجرت پرستاران، نسبت به سال قبل، در شرایط بحران نیروی انسانی در کادر سلامت، می‌تواند بغرنج و خطرناک باشد، زمانی که بدانیم تعداد نیروی پرستار نسبت به تخت‌های ویژه، نسبت به آمار استاندارد جهانی، کمتر است. حالا اما از دست دادن نیروی پرستاری، متوجه درخت سلامت کشور شده است. امروز نیروی پرستار، با وعده‌های جذاب، از ایران خارج می‌شود و در روزهای سیاه کرونا، نظام سلامت را دچار مشکل کرده است. در این بین اما هستند پرستارانی که فقط به خاطر خدمت به وطن و هموطنشان این سختی‌ها را تاب می‌آورند و به مهاجرت نمی‌اندیشند.

سرنخ افزایش تمایل پرستاران به مهاجرت را می‌توان در شبکه‌های مجازی و گروه‌های اینترنتی دنبال کرد. بسیاری از شرکت‌های مهاجرت در شبکه‌های مجازی گروه‌های مجازی دارند، گروه‌هایی که برخی از آنها تعداد اعضایشان به بیشتر از ۱۲ هزار نفر هم می‌رسد. در یکی از این گروه‌های مجازی مهاجرت، فقط حدود هشت تا ده هزار نفر پرستار منتظر مهاجرتند. جاکه خالی شود، شرکت مهاجرتی، دست و دلبازانه، نیروی متخصص ایرانی را که چهار سال تمام، نظام سلامت برای او زحمت کشیده و تربیتش کرده است، به آن طرف مرزها می‌فرستد. نیروی متخصص ایرانی که از نظر رئیس شورای بین‌المللی پرستاران، بالاترین و باکیفیت‌ترین علم را دارند. پیش‌بینی مهاجرت و اقدام به جذب نیروی پرستار متخصص آمار زیاد هم عجیب نیست، زمانی که دو سال پیش، رئیس نیروی انسانی سازمان بهداشت جهانی (WHO) از نیاز بیش از ۱۸ میلیون پرستار در جهان گفته بود. حال اما با وجود کرونا، بیماری همه‌گیری که تنها راه درمانش، مراقبت و نگهداری است، نقش پرستاران بیش از هر زمان دیگری مهم و حساس شمرده می‌شود.

### مهاجرت همیشه

مساله مهاجرت پرستاران در ایران همیشه وجود داشته است. این موضوع را نمی‌توان انکار کرد. محمد میرزاییگی، رئیس نظام پرستاری، به ما می‌گوید که قبل از بیماری کرونا، هر ماه حدود ۲۰ نیروی پرستار، از ایران اقدام به مهاجرت می‌کردند و حدود همین تعداد هم به کشور بازمی‌گشتند. حالا اما با وجود بیماری کرونا و تنها راه درمانی، یعنی مراقبت، تمایل کشورهای اروپایی و آمریکایی به جذب پرستاران بیشتر شده است. محمد شریفی مقدم، قائم مقام نظام پرستاری، آمار سالانه مهاجرت پرستاران از ایران، در قبل از شیوع ویروس را حدود ۵۰۰ تا ۶۰۰ نفر عنوان می‌کند. او آمار دقیقی از آمار مهاجرت پرستاران در روزهای شیوع ویروس ندارد. او به ما می‌گوید: «از زمانی که ویروس کرونا شایع شده است، اقدام به مهاجرت پرستاران حدود ۲/۵ برابر افزایش

هنوز کارانه‌های چند ماهه خود را دریافت نکرده‌اند، عجیب نیست که به کشورهای اروپایی مهاجرت می‌کنند. در کشوری مانند آلمان، تا پیش از شیوع ویروس کرونا، حقوق ماهانه پرستاران، حدود ۳۰۰۰ یورو بود. حالا اما در روزهای کرونا، حقوق پرستاران، افزایش ۲/۵ برابری هم داشته است و همین اتفاقا جذابیت خیلی خوبی برای مهاجرت دارد. هرچند که از اول سال، حقوق پرستاران در ایران، حدود ۵۰ درصد افزایش داشته است، اما با اعمال همین افزایش حقوق هم، حقوق پرستاران در ایران، خیلی کمتر از پرستاران در کشورهای دیگر است. جذابیت دوم اما از همه مهم‌تر است. در بلژیک، برای هر هزار نفر جمعیت، حدود ۸ تا ۹ نفر پرستار وجود دارد. این کشور اما تمایل دارد که این درصد را افزایش داده و به ۱۲ تا ۱۳ نفر برساند و این اقدام در طولانی مدت، به برگ برنده این کشور تبدیل می‌شود؛ چرا که پرستاران با بیشترین حقوق، با فشار کاری کمتر، خدمات باکیفیت‌تری می‌توانند ارائه بدهند. شرایط اما در ایران بد است. برای هر هزار نفر جمعیت، تنها ۷/۵ نیروی پرستار وجود دارد با شرایط حقوقی نامناسب. کار بیشتر و طاقت‌فرسا، تمایل دارند در شرایطی کار کنند که حقوق بیشتر و کار کمتری کنند.

### چه کسی مسؤول است؟

قربانیان مهاجرت پرستاران، مردم هستند. از دست دادن نیروی متخصصی که سال‌ها برای او زمان صرف و هزینه شده است، منطقی نیست. چه کسی اما مقصر اصلی است؟ رئیس نظام پرستاری، معتقد است جلوگیری از مهاجرت کادر درمان، از نظر قانونی در حوزه اختیارات او و سازمانش نیست. میرزاییگی می‌گوید: «هر کسی می‌تواند در هر جایی زندگی کند، ما نمی‌توانیم جلوی او را بگیریم.» به نظر می‌رسد این جواب قانع‌کننده‌ای نیست به خصوص زمانی که زاویه دید را تغییر دهیم و به از دست دادن سرمایه انسانی نگاه کنیم. میرزاییگی می‌گوید اتفاقا

## زندگی+

اگر پای دردل پرستاران بنشینید تا کید می‌کنند این روزها، خیلی از پرستاران مهاجرت در گوشه ذهنشان وجود دارد. هرچند در بین آنها کسانی هم هستند که با وجود سختی‌ها و مشکلات، ایستاده‌اند و یک تنه، می‌جنگند. علی حسینی یکی از همان پرستاران است، کسی که حالا هشت سال می‌شود که لباس سفید خدمت را پوشیده است. باین که خیلی از همکارانش، به مهاجرت فکر کردند، علی اما با وجود این که چند ماه کارانه طلب دارد، اما باز دلش به مهاجرت رضا نداده است. حسینی می‌گوید: «من سرباز وطن هستم و در هر شرایطی که کشورم باشد، در کنار مردم خواهم ماند و کار می‌کنم. باین که شرایط اقتصادی بیمارستان‌ها و پرداخت حقوق و مزایای ما خوب نیست، اما باز می‌مانم و کار می‌کنم.» محمد سعید داغری هم باین که یک سال پیش، به مهاجرت اقدام کرده بود، حالا اما مانده است تا در کشور خودش کار کند. باین که حقوق و مزایای زیادی به او پیشنهاد شده است، زاغری اما فکر مهاجرت را از سرش دور کرده است تا به مردم کشور خدمت کند. حتی اگر حقوق ماهیانه او، به اندازه یک روز کار در کشور اروپایی نباشد.



فشار کاری بالا و نبود حمایت همه جانبه، پرستاران را در این روزهای پر فشار خسته کرده است. عکس: ایستا

## مهاجرت پرستاران در ۷ ماه نخست امسال نسبت به مدت مشابه سال گذشته ۲/۵ برابر شده است

# پرستاران نیازمند پرستاری



یادداشت: حسینی شهریاری رئیس کمیسیون بهداشت و درمان

### پرستاران از وعده

### خسته هستند

مساله مهاجرت پرستاران موضوع جدیدی نیست و سال‌هاست مجلس شورای اسلامی، سعی دارد این مشکل را حل کند.

دو سال پیش، زمانی که حسن قاضی‌زاده‌هاشمی، وزیر وقت بهداشت درمان بود در جلسه‌ای که با حضور رئیس سازمان برنامه و بودجه و نمایندگان مجلس برگزار شد، قرار بر این شد که ۱۸ هزار پرستار به استخدام وزارت بهداشت و درمان درآیند. برای این مهم هم بودجه‌ای در نظر گرفته شد.

بعد از چند ماه، زمانی که بودجه پیشنهادی دولت به مجلس شورای اسلامی تقدیم شد، نمایندگان دیدند در هیچ‌کدام از بندهای بودجه پیشنهادی دولت، اعتباری برای پرستاران در نظر گرفته نشده است. متأسفانه این موضوع در وعده‌هایی که هر روز به پرستاران می‌دهند، تکرار می‌شود؛ بنابراین عجیب نیست که پرستاران تمایل داشته باشند به کشورهای اروپایی، مهاجرت کنند.



از شروع کرونا تا به حال، وعده‌های زیادی به کادر درمان و به ویژه پرستاران داده شده و قرار بر این بود که پرستاران ۸۹ روزه را استخدام کنند و حتی کارانه کرونا به آنها تعلق بگیرد، در صورتی که این وعده‌ها به فراموشی سپری شد.

از اردیبهشت سال گذشته تا امروز نه تنها کارانه و مزایای پرستاران پرداخت نشده بلکه رقم کارانه نیز نصف شده، وعده‌ها عملی نشده و متأسفانه خیلی از مزایای قبلی هم از بین رفته است. این‌ها همه در حالی است که در کشورهای اروپایی، سه تا چهار برابر رقم دریافتی در ایران، حقوق به پرستاران پرداخت می‌شود. با وجود پرداخت ناچیز و فشار کاری ناشی از تعداد بیماران، طبیعی است که ذهن پرستاران و دیگر کادر درمان به سمت مهاجرت برود. تنها راه حل کاهش مهاجرت پرستاران، دو نکته است: یکی عمل مدیران به وعده‌های شان است. آنها باید به جای حرف زدن، وارد عمل شوند و یاس به وجود آمده در دل پرستاران را از بین ببرند. حرف زدن، مشکلی را حل نمی‌کند. دومین راه حل، بازگشت شان و منزلت

حرفه پرستاران در جامعه است. در کدام نقطه از جهان، مرگ و میر کادر درمان تا این حد بالا بوده است؟ اما در ایران با بی‌توجهی به کادر درمان، شاهد آمار بالای شهادت آنها هستیم. این روزها میزان آلودگی آفسرده و نگرانی در کادر درمان روبه افزایش است. با همه این بی‌مهری‌ها چطور می‌توانیم امیدوار باشیم که کادر درمان در خطوط جبهه مقاومت بماند و در برابر کرونا با جان و دل بجنگد؟

در موعج کار قرار داریم، بیشتر هم شود.