روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی

اتحاد ملت

Etehademelat
@etehade_mellat

صاحب امتیاز و مدیرمسئول: پویا وکیلی
اعضای شورای سیاستگذاری: دکتر مصطفی مسجدی و حسن وکیلی
دفتر مرکزی: یوسف آباد، خیابان اسدآبادی، بین خیابان ۱۹ و ۲۱ پلاک ۲۰۷، واحد ۵ تلفن: ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷ - ۰۲۱۸۸۳۹۶۱۴۹
پست الکترونیک: etehademelat.ir / ایمیل: etehademelat.ir@gmail.com
سازمان آگهی‌ها: ۰۲۱۸۶۰۵۲۳۹۰ - ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ - ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷/ سازمان شهرستان: ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ / چاپ: شاخه‌سبز

گوناگون
سه‌شنبه ۲۵ آذر ۱۴۰۴
شماره ۲۱۰۶
۲۵ جمادی‌الثانی ۱۴۴۷
۱۶ دسامبر ۲۰۲۵

افزایش شدید قیمت داروهای وارداتی در پی حذف ارز ترجیحی

اختلال در روند درمان بیماران با اعمال سیاست‌های نادرست!

عضو هیأت‌مدیره انجمن داروسازان ایران با بیان اینکه نوسانات ارزی، افزایش هزینه‌های تولید و ناکارآمدی سازمان‌های بیمه‌گر، بازار دارویی کشور را با بحران مواجه کرده است، نسبت به تشدید کمبود دارو و افزایش قیمت‌ها در ماه‌های آینده هشدار داد و تأکید کرد: در صورت تداوم این روند، بیماران بیشترین آسیب را خواهند دید.

«هادی احمدی» عضو هیأت‌مدیره انجمن داروسازان ایران در گفت‌وگو با ایلنا با اشاره به شرایط ناپایدار بازار دارویی کشور گفت: بازار دارو جدا از سایر کالاها نیست و زمانی که نرخ ارز به‌صورت روزانه افزایش پیدا می‌کند و ثبات ندارد، این وضعیت به‌طور مستقیم بر قیمت دارو اثر می‌گذارد.

وی افزود: اگرچه بخشی از مواد اولیه دارویی با ارز ترجیحی تأمین می‌شود، اما حدود ۷۰ درصد هزینه تولید دارو شامل بسته‌بندی، اقلام جانبی و سایر ملزومات است که از ارز آزاد تبعیت می‌کند و تنها حدود ۳۰ درصد به ماده اولیه اختصاص دارد؛ بنابراین افزایش قیمت دارو امری اجتناب‌ناپذیر است و در حال حاضر نیز شاهد افزایش ماهانه قیمت برخی اقلام دارویی هستیم.

عضو هیأت‌مدیره انجمن داروسازان با ابراز نگرانی از کاهش قدرت خرید مردم تصریح کرد: در حال حاضر بسیاری از بیماران هنگام مراجعه به داروخانه با افزایش قیمت داروها مواجه می‌شوند و توان خرید همه اقلام تجویزشده را ندارند؛ در نتیجه یا دارو را به‌صورت ناقص تهیه می‌کنند یا به‌طور کلی از خرید آن منصرف می‌شوند که این مسئله روند درمان را مختل کرده و در نهایت منجر به افزایش هزینه‌های درمانی می‌شود.

احمدی با انتقاد از عملکرد سازمان‌های بیمه‌گر گفت: متأسفانه بیمه‌ها که باید افزایش قیمت دارو را پوشش دهند، به تعهدات خود عمل نمی‌کنند و بیشترین فشار در این شرایط به بیماران وارد می‌شود.

در آینده نزدیک کمبودهای دارویی افزایش پیدا می‌کند

وی ادامه داد: هم‌اکنون برخی اقلام دارویی دچار کمبود شده‌اند و پیش‌بینی ما این است که در آینده نزدیک این کمبودها افزایش پیدا کند، چراکه یا مواد اولیه این داروها وجود ندارد و یا به‌سختی تأمین می‌شود. از سوی دیگر، با افزایش هزینه سایر اقلام غیر از ماده اولیه، تولید برای کارخانه‌ها مقرون‌به‌صرفه نیست و به ناچار باید قیمت‌ها افزایش پیدا کند که این افزایش قیمت نیز به ضرر مصرف‌کننده تمام می‌شود.

این داروساز با اشاره به نمونه‌های مشخص از کمبود دارو در بازار اظهار کرد: در حال حاضر بسیاری از اقلام دارویی که پیش از این به‌راحتی در دسترس بودند، یا دچار کمبود شده‌اند یا به‌صورت سهمیه‌ای توزیع می‌شوند. به‌عنوان مثال دارویی مانند «پرل TNG» که بیماران قلبی در زمان بروز حملات قلبی یا درد قفسه سینه باید فوراً یک عدد از آن را زیر زبان قرار دهند تا از بروز مشکلات بعدی جلوگیری شود، مدت‌هاست یا در بازار آزاد وجود ندارد یا به‌سختی پیدا می‌شود، آن هم در حالی که تولید داخل است. وی افزود: داروهای ضروری دیگری نیز با کمبود مواجه شده‌اند؛ برای مثال قرص «پردنیزولون» که یک داروی عمومی و پرمصرف است و همیشه در بازار وجود داشت، اکنون با مشکل کمبود مواجه است. این در حالی است که اصلاح قیمت دارو یک حد و اندازه‌ای دارد و نباید به‌گونه‌ای باشد که قیمت‌ها آن‌قدر افزایش پیدا کند که بیمار دیگر توان خرید نداشته باشد.

سازمان‌های بیمه‌گر در کشور کارآمد نیستند

احمدی با تأکید بر ناکارآمدی نظام بیمه‌ای کشور گفت: متأسفانه سازمان‌های بیمه‌گر در کشور کارآمد نیستند و تا زمانی که این سازمان‌های بیمه‌گر تجمیع نشوند، مشکلات حوزه درمان و دارو ادامه خواهد داشت. در حال حاضر حدود سه بیمه پایه و نزدیک به ۳۰ بیمه مکمل داریم و مشخص نیست، چرا باید این تعداد بیمه وجود داشته باشد. همه این بیمه‌ها باید در یک ساختار واحد تجمیع شوند تا بیمار این‌قدر مستأصل نشود که بخشی از هزینه را از یک بیمه و بخشی دیگر را از بیمه‌ای دیگر پیگیری کند.

وی خاطرنشان کرد: تا زمانی که ساختار نظام بیمه‌ای اصلاح نشود، در درمان، ادامه درمان و بهبود بسیاری از بیماری‌ها با مشکل مواجه خواهیم شد. افزایش بی‌رویه قیمت دارو در کنار عدم پوشش بیمه‌ها باعث می‌شود بیماران یا داروهای خود را کمتر تهیه کنند یا اصلاً نتوانند آن‌ها را بخرند و این موضوع منجر به ناقص ماندن روند درمان و تحمیل هزینه‌های بیشتر در آینده خواهد شد. عضو هیأت‌مدیره انجمن داروسازان با اشاره به وضعیت بودجه دارو گفت: سازمان غذا و دارو اعلام کرده که برای سال ۱۴۰۴ حدود ۱۸۰ همت بودجه نیاز دارد، اما سازمان برنامه و بودجه و مجلس کمتر از ۷۰ همت به این حوزه اختصاص داده‌اند که حتی همان رقم هم به‌طور کامل تأمین نشده است. طبیعی است وقتی بودجه لازم برای تأمین مواد اولیه یک کالای استراتژیک در اختیار سازمان غذا و دارو قرار نگیرد، کشور با کمبود دارو مواجه شود. احمدی با هشدار نسبت به آینده بازار دارو گفت: پیش‌بینی ما این است که اگر شرایط به همین منوال ادامه پیدا کند، در دو تا سه ماه آینده با کمبود شدید بسیاری از اقلام دارویی، حتی داروهای عمومی، روبه‌رو خواهیم شد، چه برسد به داروهای تخصصی.

متأسفانه بیمه‌ها که باید افزایش قیمت دارو را پوشش دهند، به تعهدات خود عمل نمی‌کنند و بیشترین فشار در این شرایط به بیماران وارد می‌شود

در برخی اقلام وارداتی افزایش قیمت شدیدی رخ داده است

وی درباره داروهای وارداتی نیز افزود: در برخی اقلام وارداتی افزایش قیمت شدیدی رخ داده است، چراکه ارز ترجیحی از آن‌ها حذف شده و استدلال مسئولان این بوده که مشابه داخلی وجود دارد. این در حالی است که بسیاری از بیماران با دارویی که پزشک برای آن‌ها تجویز کرده سازگار هستند و تغییر ناگهانی دارو به مشابه داخلی ممکن است باعث عدم سازگاری بیمار و اختلال در روند درمان شود که این هم یکی از سیاست‌های نادرست که در پیش گرفته اند.

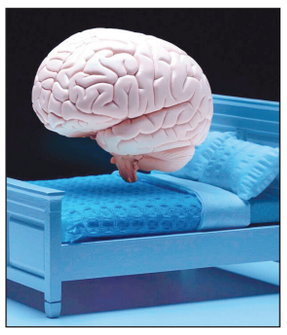
واکسن آنفلوآنزا به تعداد لازم وارد نشد

او با اشاره به موضوع واکسن آنفلوآنزا گفت: واکسن آنفلوآنزا به موقع وارد کشور شد، اما به تعداد لازم وارد نشد. برای جمعیتی حدود ۹۰ میلیون نفر، حداقل به ۶ تا ۷ میلیون دوز واکسن در سال نیاز داریم، در حالی که تنها دو تا سه میلیون دوز وارد شد که همان میزان هم به‌موقع و درست توزیع نشد و نتیجه آن افزایش شیوع آنفلوآنزا در کشور است. احمدی در پایان تأکید کرد: امیدواریم برای سال آینده بودجه کافی دارو در نظر گرفته و به‌طور کامل تخصیص داده شود تا سازمان غذا و دارو بتواند برنامه‌ریزی، واردات و تأمین داروهای مورد نیاز کشور را انجام دهد، چراکه تداوم این وضعیت به هیچ‌وجه زیبنده نظام سلامت کشور نیست.

زندگی بهتر

چرا بعد از چُرت، احساس گیجی داریم؟

راهکارهای بهبود هوشیاری پس از خواب کوتاه



احساس گیجی پس از خواب کوتاه معمولاً ناشی از بیدار شدن در مرحله خواب عمیق یا ناهماهنگی عصبی‌ست. با تنظیم مدت چرت، انتخاب زمان مناسب، و استفاده از تکنیک‌های بیداری تدریجی، می‌توان از فواید چرت بهره‌مند شد بدون آن‌که دچار سردرگمی یا کندی ذهن شویم.

به گزارش خبرآنلاین، چرت زدن کوتاه می‌تواند انرژی‌بخش باشد، اما بسیاری از افراد پس از بیدار شدن از خواب کوتاه دچار احساس گیجی، سنگینی ذهن یا حتی سردرگمی می‌شوند.

این حالت که به‌طور علمی «خواب‌آلودگی پس از بیداری» یا sleep inertia نام دارد، ناشی از فرآیندهای عصبی و فیزیولوژیکی‌ست که مغز را از حالت خواب به بیداری منتقل می‌کنند. طبق گزارش Sleep Foundation و Harvard Medical School, شدت این گیجی به مدت خواب، مرحله‌ای که در آن بیدار می‌شویم و وضعیت بدن قبل از خواب بستگی دارد.

علت‌های علمی احساس گیجی پس از خواب کوتاه

۱. بیدار شدن در مرحله خواب عمیق (Slow-Wave Sleep)

اگر چرت کوتاه وارد مرحله خواب عمیق شود و فرد در همان لحظه بیدار شود، مغز هنوز در وضعیت کند و نیمه‌فعال قرار دارد. این حالت باعث گیجی، کندی واکنش و کاهش تمرکز می‌شود.

۲. اختلال در تنظیم انتقال‌دهنده‌های عصبی

در خواب، سطح برخی انتقال‌دهنده‌ها مانند آدنوزین، GABA و ملاتونین تغییر می‌کند. بیداری ناگهانی باعث ناهماهنگی در بازگشت این مواد به سطح طبیعی می‌شود.

۳. عدم تطابق دمای بدن و فعالیت مغز

در خواب، دمای بدن کاهش می‌یابد. بیدار شدن ناگهانی قبل از بازگشت دمای طبیعی می‌تواند باعث احساس سردی، گیجی یا بی‌حالی شود.

۴. کمبود اکسیژن یا وضعیت نامناسب خواب

خوابیدن در حالت فشرده یا با تنفس سطحی ممکن است باعث کاهش اکسیژن‌رسانی به مغز شود و بیداری را با احساس سنگینی همراه کند.

راهکارهای بهبود هوشیاری پس از چرت

- تنظیم مدت چرت بین ۱۰ تا ۲۰ دقیقه

این مدت معمولاً وارد مرحله خواب عمیق نمی‌شود و باعث افزایش انرژی بدون گیجی می‌شود.

- اجتناب از چرت‌های طولانی‌تر از ۳۰ دقیقه در روز

چرت‌های طولانی احتمال ورود به خواب عمیق را افزایش می‌دهند.

- بیدار شدن با نور طبیعی یا صدای ملایم

نور خورشید یا صدای آرام به مغز کمک می‌کند تا به‌تدریج از خواب خارج شود.

- حرکت دادن بدن بلافاصله پس از بیداری

کشش عضلات، نوشیدن آب یا قدم زدن کوتاه باعث افزایش جریان خون و کاهش خواب‌آلودگی می‌شود.

- تنفس عمیق و نوشیدن آب خنک

این کارها به تنظیم دمای بدن و تحریک سیستم عصبی کمک می‌کنند.

داستان مصور

هنرمند: علی میرایی

بدوت شرح

اینفوگراف

۳ بازی ، ۲ شهر ، یک رؤیا میزبانان ایران در ۲۰۲۶