



دانشگاه علم پزشکی و خدمات بهداشتی دامانی استان آذربایجان غربی  
معارفه بهداشت



## سلامتی هن، حق من است



گاهشمار  
سلامت در سال

الحمد لله رب العالمين  
سُبْلَهُ مُحَمَّدًا أَخْوَاهُ لِلْأَنْجَانِ  
يَعْلَمُ مَا يَصْنَعُ كُلُّ عَالَمٍ بِإِيمَانِهِ  
يَعْلَمُ مَا يَصْنَعُ كُلُّ عَالَمٍ بِإِيمَانِهِ

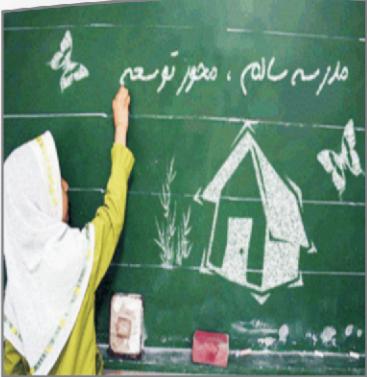
**پیام دکتر احسان ریخته گرماعون بهداشت دانشگاه به مناسبت فرارسیدن سال نو**  
بهار، فصل تسبیح آفرینش است و قنوت در ختنان به تمنای آسمان؛ نوروز پیام آور مهر، محبت و شعری است که پایان رؤیاهاهی ناتمام را تفسیر می‌کند؛ سال نو می‌شود، زمین نفسی دوباره می‌کشد، برگ‌ها به رنگ سبز درمی‌آیند و گل‌ها لبخند می‌زنند. نوروز خاطره خویشاوندی انسان با طبیعت است، طبیعتی که ما را به دامان پرمه رخوش فرا می‌خواند تا این تجدید دیدار را جشن بگیریم. تمدن صفتی و زندگی خفغان آور شهری هرچه بیچیده‌تر و سنگین‌تر می‌گردد، نیاز انسان به بازگشت و بازشناسی طبیعت را جدی تر می‌نماید. نوروز برخلاف بسیاری از سنت‌های کهن هرگز پیر نمی‌شود، بلکه با اگذشت زمان و سیطره فناوری و توسعه ناپایدار، جوان تر و درخشان تر می‌شود. اینجانب عید سعید نوروز و آغاز سال نو و تقارن آن با ماه پروفیل رممان را که با دعای خیر عزیزان تحول احوال و بصیرت‌ها را نوید می‌دهد، به همه همکارانم که در اوه اعتلای سلامت و نظام مقدس جمهوری اسلامی تلاش می‌نمایند، تبریک و تهنیت عرض نموده و از زحمات ارزشمندان قدردانی می‌نمایم. امیدوارم سال آینده، با انسجام کاری بیشتر، همدلی، همفکری، هم افزایی و بهره‌گیری از تسامی ظرفیت‌های موجود، سالی پربرکت برای کشور عزیzman ایران توانم با توقیفات بیشتر در عرصه‌های بهداشتی و اجرایی و سالی پر از سلامتی و سعادت برای شما دوستستان و همکاران باشد. جانتان سبز، روز و روزگارتان در پرتو عنایت حضرت حق بهاری باد.

دکتراحسان ریخته گرماعون  
معاون بهداشت دانشگاه علم پزشکی  
و خدمات بهداشتی درمانی استان



علم و هنر پیشگیری از بیماری ها  
طولانی کردن عمر و بالا بردن سطح سلامت بشر

## ۱۸ فروردین روز جهانی بهداشت



## ۱۷-۲۴ فروردین هفته سلامت مدارس



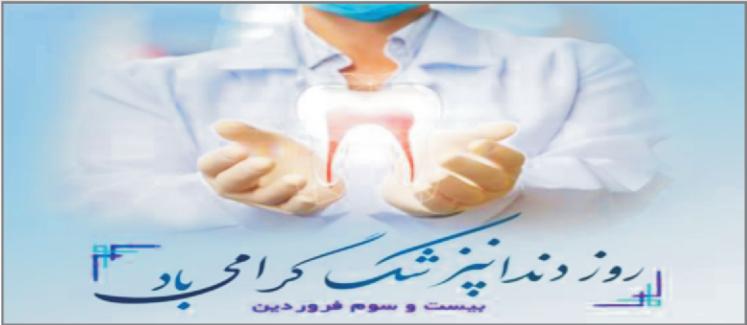
## ۵ فروردین روز جهانی سل



## ۲ فروردین روز جهانی آب



## ۳۰ فروردین روز علوم آزمایشگاهی



## ۲۳ فروردین روز دندانپزشک



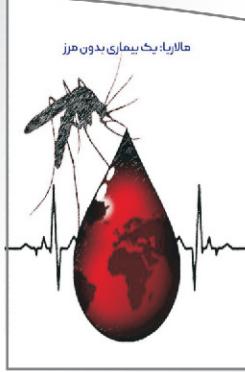
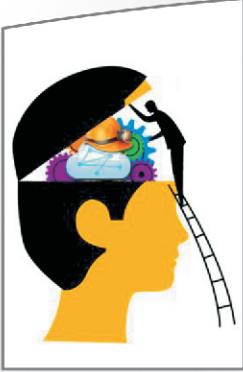
## ۲۴ فروردین روز جهانی بیماری پارکینسون

بیماری پارکینسون یک اختلال پیوسته ناشی از تغییرات در شبکه عصبی است که بر جلوهات تأثیر می‌گذارد.

غللن از درد پیچیده می‌شود. گرفتار شدن از لذت‌بازی، کارهای روزمره و مهارت‌های روزمره را می‌گیرد.

شاید این عالم آن را خوش بینید. اما این اتفاقات ممدوحات اند می‌توانند حرفی نزدیک شود.

علام پارکینسون



۱۱ اردیبهشت روز جهانی کارگر

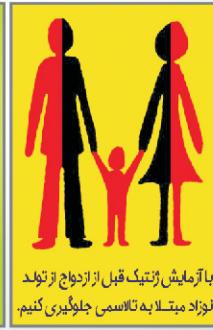
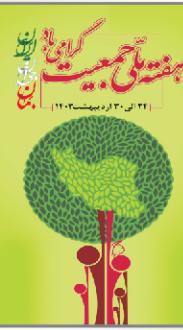
۱۰ اردیبهشت روز جهانی مشاور و روانشناس

۹ اردیبهشت روز جهانی اینمنی و بهداشت در محیط کار

۶ اردیبهشت روز جهانی فلاریا

۵ اردیبهشت هفته جهانی اینمن سازی

۲ اردیبهشت روز جهانی زمین پاک



۱۳ اردیبهشت روز جهانی ملی جمعیت

۱۴ اردیبهشت روز جهانی فشارخون

۱۵ اردیبهشت هفته ملی جمعیت

۱۶ اردیبهشت روز جهانی تلاسمی

۱۷ اردیبهشت روز جهانی آسم

۱۸ اردیبهشت هفته ملی سلامت

## WORLD MILK DAY



روز جهانی شیر

## ۱۲ خرداد روز جهانی شیر



من احیاها فکاراً مأحب الناس جمعية  
هر کسی نفس او ایشان کشند کویا همه موردن  
لذت گردند. (۳۴) است.



۴ خرداد روز جهانی تیروئید

## ۴ خرداد روز جهانی تیروئید



هفته ملی  
بدون دخانیات

## ۴ خرداد هفته بدون دخانیات



۱۹ خرداد روز ازدواج



World  
Environment  
Day

۱۶ خرداد روز جهانی محیط زیست



۸ تیر روز جهانی فنیل کتونوری



۶ تیر روز جهانی مبارزه با مواد مخدر



۲۵ تیر روز بھروسیتی و تامین اجتماعی



۲۲-۱۵ تیر هفته اطلاع رسانی بیماری های قابل انتقال بین انسان و حیوان



اهدای خون، اهدای زندگی

۹ مرداد روز اهدای خون (روز ملی انتقال خون)



نماد پیشرفت و توسعه جامعه مدنی  
بیست و دوم مرداد ماه  
روز ملی تشكیل ها و مشارکت های اجتماعی  
گرامی باد

۱۲ مرداد روز تشكیل ها و مشارکت اجتماعی

## سیاره‌ای سالم

با حمایت از  
تغذیه با شیر مادر



۱۷-۱۱ مرداد هفته جهانی ترویج تغذیه با شیر مادر



یک کبد برای تمام زندگی

۷ مرداد روز جهانی هپاتیت

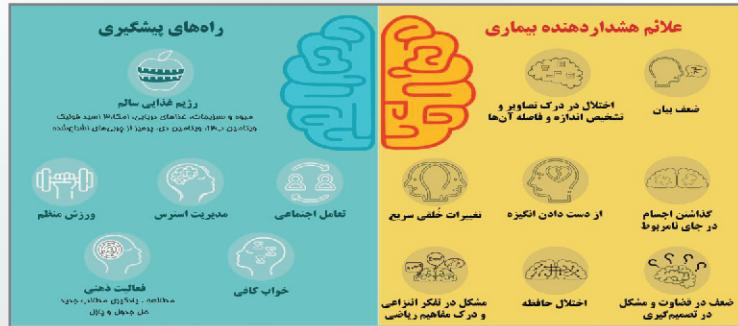


شیر هادر، حقیقی برای حمه کودکان

۱۰ مرداد روز جهانی ترویج با تغذیه شیر مادر



## ۴ شهریور روز کارمند



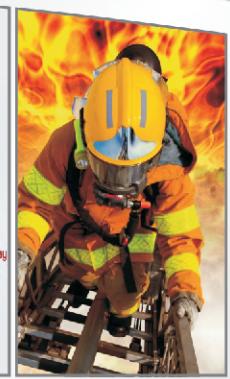
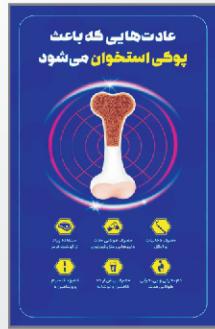
## ۱۳ شهریور روز جهانی آلزایمر



## ۱ شهریور روز پزشک



## ۱۲ شهریور روز به و روز

		 <p>آن جان را آرام تر نمایی شوند</p>	 <p>روز جهانی قلب 29 September World Heart Day</p>		 <p>از سگ های ناشناس نوری گشود همترین بیماری که توسط گوش حیوانات ناآشنا منتقل می شود هاری است</p>	
<p>۱۵ - ۲۱ مهر هفته ملی کودک</p>	<p>۱۰ مهر روز جهانی سامندهان</p>	<p>۹ مهر روز جهانی ناشنوایان</p>	<p>۸ مهر روز جهانی قلب</p>	<p>۷ مهر روز اینمنی و آتش نشانی</p>	<p>۷ مهر روز جهانی مبارزه با هاری</p>	<p>۵ مهر روز جهانی بهدادشت محیط</p>
 <p>عادت هایی که بادست پوکی استخوان می شود</p>	 <p>روز جهانی غذا WORLD FOOD DAY</p>	 <p>سلامت زبان بنیان خانواده سالم و جایزه جوان</p>		 <p>سلامت روان برای همه لوجه پیشرفت به سلامت روان دستورات پیشرفت در همه همچو</p>		 <p>هر کوک شان خداست...</p>
<p>۲۶ مهر روز جهانی پویی استخوان</p>	<p>۲۵ مهر روز جهانی غذا</p>	<p>۲۴ مهر روز ملی سلامت روان هفته سلامت بانوان ایرانی</p>	<p>۲۳ مهر روز ملی مبارزه با سل</p>	<p>۲۲ مهر هفته سلامت روان</p>	<p>۲۰ مهر روز جهانی بیان خواهی</p>	<p>۱۷ مهر روز ملی کودک</p>



## ۲۴ آبان روز جهانی دیابت



## ۲۸ آبان تا ۲۴ آذر هفته آگاه سازی مهار مقاومت میکروبی

## روز جهانی نوزادان نارس

نې چهاري، همین حالا دست په کار شوید!  
والکترون نوزادان را در ستاره هم نهادوید



17 November

## ۲۷ روز جهانی نوزاد نارس



## ۲۰ آبان لغایت ۲۰ اذر اطلاع رسانی ارتقاء خدفات تشخیصی HIV



آغاز هفته جهانی خودمراقبتی

## ۲۷ آبان تا ۳ آذر هفته جهانی خودمراقبتی



## ۱۱ آذر روز جهانی مبارزه با ایدز



## ۲۳ آذر روز حمایت از بیماران کلیوی

**روز جهانی داوطلب**  
۱۵ آذرماه، ۵ نوامبر

خدمات داوطلبان سلامت،  
قلب توسعه جامعه

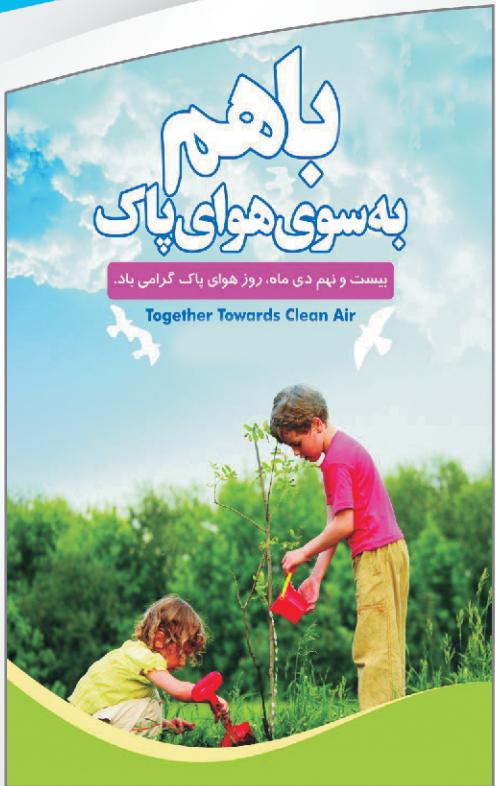
## ۱۵ آذر روز جهانی داوطلبان سلامت



## ۱۱ - ۵ آذر هفته اطلاع رسانی ایدز



## ۱۲ آذر روز جهانی معلولین

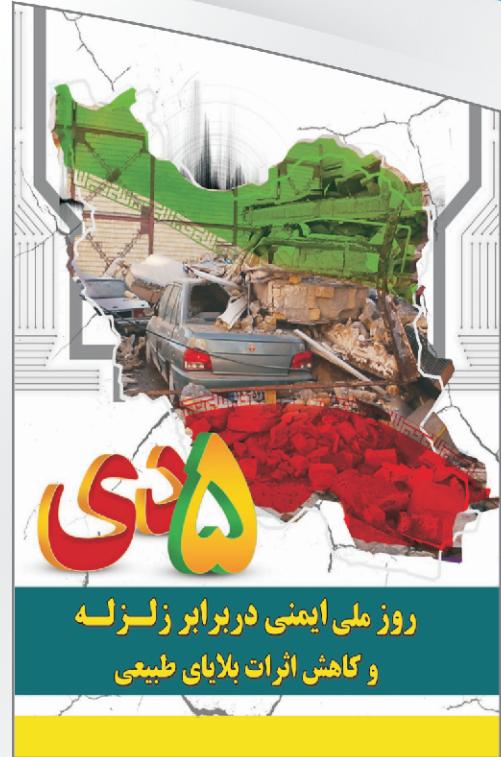


۲۹ دی روز هوا پاک

## آغاز هفته بسیج علی تغذیه سالم

صرف مواد غذایی سالم یک هنر است

۱۵ - ۹ دی هفته بسیج تغذیه



۵ دی روز ایمنی در برابر زلزله



## ۱۴ بهمن هفته ارتقاء آگاهی درباره بارداری



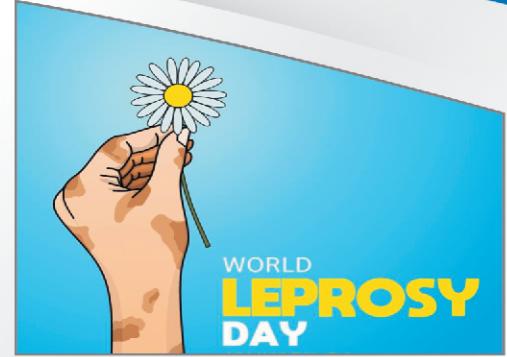
## ۱۴ بهمن روز ملی جوان

سرطان قابل پیشگیری و درمان است با خود مرافقی و امید

**کامپین برای پیشگیری از سرطان**

۱. سیگار و قلاب نکشید و در مصرف دود آن قرار نگیرید.
۲. روزانه حداقل ۳۰ دقیقه تند راه بروید.
۳. روزانه ۵ وعده مروجه سبزی بخورید.
۴. مصرف نسک، قند، شکر و رونق روزانه خود را کاهش دهید.
۵. وزن خود را مدیریت کنید. چاقی و اضافه وزن، بیماری‌زاء است.
۶. با گرم صاف اباب و بوشن مناسب از بستوت خود محافظت کنید.
۷. الکل تنفسی و از مواد معدنی دوچی کنید.
۸. ایشنهای سرطان را بشناسید و از خود محافظت کنید.
۹. با شوود، دیگران و محباط زیست مهربان باشید.
۱۰. علاوه همین دهندۀ سرطان را بشناسید و به موقع مراجعت کنید.

## ۱۴ بهمن هفته مبارزه با سرطان



## ۸ بهمن روز جهانی حمایت از جذامیان



## ۱۶ بهمن روز جهانی مبارزه با سرطان



بهداشت محیط  
زندگی پسوند  
آلودگی و بیماری

## ۱۱ اسفند روز ملی بهداشت محیط

۵ اسفند ماه روز  
مهندس گرامی باد



## ۵ اسفند روز مهندس

۱. الکلی غذایی مردان مطلوب نیست.

۲. فقط ۱۷ درصد مردان حداچل روزانه دو واحد میوه مصرف می کنند.

۳. فقط ۶۴ درصد مردان جامعه تحرک بدی کافی دارند.

۴. ۵۸ درصد مردان ۱۴ تا ۷ ساله با کمپود و ویتامین D مواجه هستند.

۵. ۲۲ درصد پسران بین ۷ تا ۱۸ ساله اضافه وزن دارند.

۶. ۴ درصد مردان ۴۵ سال به بالا مبتلا به فشارخون و کلسترول بالا هستند.

## ۷- ۱ اسفند هفته ملی سلامت مردان ایرانی (سما)



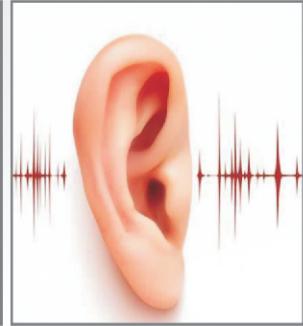
## ۲۵ اسفند روز جهانی خواب



## ۲۰ اسفند روز راهیان نور



## ۱۶- ۱۴ اسفند هفته جهانی گلوكوم



## ۱۳ اسفند روز جهانی شنوایی

دانشگاه علم پزشکی و خدمات بهداشتی درمان اسلام آبادی  
معاذن پهلوانی

# آینده ایران به توان فرزندان

