تعادل

WWW.TAADOLNEWSPAPER.IR | دوشنبه ۱۲ مرداد ۱۴۰۵ | ۱۹ صفر ۱۴۴۸ | سال سیزدهم | شماره ۳۳۷۸ | Mon. Aug 3, 2026

صاحب امتیاز: موسسه رسانه نگاران خوب اندیش
مدیر مسوول: حجت طهماسبی
سردبیر: حجت طهماسبی
نشانی: خیابان ستارخان - خیابان کوثر دوم - بن بست مینو
تلفن: ۶۶۴۲۰۷۶۹ - نمابر: ۶۶۴۲۰۴۱۷
چاپ: صمیم - توزیع: نشر گستر امروز - تلفن: ۶۱۹۳۳۰۰۰
سازمان شهرستان ها: ۶۶۱۲۶۰۸۸
اذان ظهر: ۱۱:۱۲ | اذان مغرب: ۱۹:۲۷ | اذان صبح فردا: ۳:۳۷
info@taadolnewspaper.ir
مرامنامه اخلاقی روزنامه تعادل در وبسایت رسمی روزنامه در دسترس است

خبر روز

دولت پیگیر صدور «گواهینامه موتورسواری زنان»

سخنگوی دولت با تأکید بر اینکه فرآیند کار برای صدور «گواهینامه موتورسیکلت زنان» در حال طی شدن است، گفت: اتوداولیه آماده شده است، اما آنچه برای متقاضیان اهمیت دارد، نمونه اولیه نیست؛ وقتی زنان با موتورسیکلت تردد می کنند اگر گواهینامه نداشته باشند، به نوعی برای جامعه و دستگاه قضایی بار ایجاد می شود به همین دلیل، دولت پیگیر این موضوع است. فاطمه مهاجرانی اظهار کرد: آنچه در دولت مطرح شد، این بوده که حتماً باید زیرساخت هایی از جمله آموزش زنان توسط زنان و همچنین برگزاری آزمون صورت گیرد. پس آنچه مطرح بود، ایجاد این زیرساخت ها بوده و فرآیند کار در حال طی شدن است. سخنگوی دولت همچنین در پاسخ به پرسشی درباره انتشار اخباری مبنی بر صدور نمونه اولیه گواهینامه برای زنان گفت: اتوداولیه آماده شده است، اما آنچه برای متقاضیان اهمیت دارد، نمونه اولیه نیست.

«تعادل» سختی های زندگی بازنشستگان را روایت می کند

فاصله میلیونی مستمری و هزینه زندگی

افزایش حقوق؛ کمتر از سرعت گرانی است

گزارش

گلی ماندگار |

بر اساس آخرین داده‌های بانک مرکزی، تورم نقطه‌به‌نقطه به ۸۳.۹ درصد و تورم متوسط سالانه به ۶۱.۴ درصد رسیده است. این اعداد از اقتصادی حکایت دارند که هنوز از محدوده بحران خارج نشده و فقط شدت شوک ماهانه آن کمتر شده است. البته نمی توان اثر جنگ، اختلال تجارت، فشار ارزی و محدودیت‌های سیاستگذاری را نادیده گرفت؛ اما جنگ بر بستری آرام فرود نیامد. روند افزایش تورم ماه‌ها پیش از تشدید بحران آغاز شده بود و اکنون فشار خارجی، مشکلات انباشته اقتصاد ایران را تشدید کرده است.

تورم تیرماه نصف شد

بر اساس گزارش تجارت نیوز، تورم ماهانه تیرماه در حالی ۳.۶ درصد ثبت شده که این شاخص در اردیبهشت ۸.۵ درصد و در خرداد ۷.۴ درصد بود. کاهش نرخ نسبت به دو ماه قبل آشکار است، اما قرار دادن عدد تیر در یک بازه زمانی طولانی‌تر، تصویری متفاوت می‌سازد. بررسی داده‌های بانک مرکزی از فروردین ۱۴۰۲ تا تیر ۱۴۰۵ نشان می‌دهد میانگین تورم ماهانه این دوره حدود ۳.۵ درصد و میانه آن ۳.۲ درصد بوده است. بنابراین، نرخ تیر نه یک عدد پایین، بلکه حتی کمی بالاتر از میانگین و میانه ۴۰ ماه گذشته است. اگر قیمت‌ها هر ماه ۳.۶ درصد افزایش یابند، نرخ مرکب سالانه به حدود ۵۳ درصد می‌رسد.

قیمت‌ها در چهار ماه ۲۹ درصد بالا رفتند

شاخص کل قیمت مصرف‌کننده در مناطق شهری از ۵۷۵ واحد در اسفند ۱۴۰۴ به ۷۴۲.۸ واحد در تیر ۱۴۰۵ رسیده است. بر این اساس، هزینه یک سبد ثابت کالا و خدمات تنها در چهار ماه نخست سال حدود ۲۹.۲ درصد افزایش یافته است. این محاسبه، فاصله میان روایت نرخ‌ها و تجربه واقعی خانوار را روشن می‌کند. کسی که در پایان سال گذشته برای یک مجموعه ثابت از خوراک، مسکن، درمان، حمل‌ونقل و سایر نیازها ۱۰۰ میلیون تومان هزینه می‌کرد، برای خرید همان سبد در پایان تیر به حدود ۱۲۹ میلیون تومان نیاز داشته است.

تورمی که سفره بازنشستگان را کوچک‌تر کرد

تورم همچنان یکی از مهم‌ترین عوامل فشار بر معیشت خانوارهای ایرانی است؛ اما در میان همه گروه‌های درآمدی، بازنشستگان بیش از دیگران اثر افزایش مداوم قیمت‌ها را احساس می‌کنند. افرادی که درآمدشان تقریباً ثابت است و امکان جبران کاهش قدرت خرید از طریق اضافه‌کاری، اشتغال دوم یا افزایش درآمد را ندارند، حالا با هر موج جدید گرانی، بیش از گذشته از تأمین نیازهای اولیه خود بازمی‌مانند. تازه‌ترین آمارهای بانک مرکزی نیز نشان می‌دهد اگرچه سرعت افزایش قیمت‌ها در تیرماه کاهش یافته، اما سطح عمومی قیمت‌ها همچنان در حال رشد است و فاصله میان مستمری بازنشستگان و هزینه واقعی زندگی هر روز بیشتر می‌شود. براساس آخرین آمارهای بانک مرکزی، تورم نقطه‌به‌نقطه به ۸۳.۹ درصد و تورم متوسط سالانه به ۶۱.۴ درصد رسیده است. همچنین تنها در چهار ماه نخست سال، قیمت یک سبد ثابت کالا و خدمات حدود ۲۹ درصد افزایش یافته است. این ارقام شاید در نگاه نخست تنها چند شاخص اقتصادی به نظر برسند، اما برای بازنشسته‌ای که درآمد ماهانه ثابتی دارد، معنای دیگری دارند؛ یعنی هزینه خرید مواد غذایی، پرداخت اجاره، هزینه درمان، قبوض خدماتی و حمل‌ونقل، هر ماه بیشتر می‌شود، در حالی که مستمری او تغییری نمی‌کند. کارشناسان اقتصادی معتقدند مهم‌ترین آسیب تورم مزمن، کاهش مستمر قدرت خرید است؛ موضوعی که برای بازنشستگان، به دلیل وابستگی کامل به مستمری، آثار شدیدتری نسبت به سایر اقشار جامعه دارد.

فاصله چشمگیر میان مستمری و سبد معیشت

اگرچه میزان حقوق بازنشستگان در صندوق‌های مختلف متفاوت است، اما بسیاری از بازنشستگان حداقل‌بگیر یا نزدیک به حداقل‌بگیر، دریافتی ماهانه‌ای در حدود ۲۰ تا ۲۵ میلیون تومان دارند و حتی حقوق بخش قابل توجهی از آنان کمتر از این میزان است. در مقابل، برآوردهای تشکل‌های کارگری و کارشناسان اقتصادی نشان می‌دهد هزینه یک سبد معیشت خانوار شهری اکنون به بیش از ۸۰ میلیون تومان در ماه رسیده است؛ رقمی که با توجه به رشد حدود ۲۹ درصدی قیمت‌ها در چهار ماه نخست سال، فاصله قابل توجهی با درآمد بازنشستگان ایجاد کرده است. به بیان دیگر، یک بازنشسته حداقل‌بگیر تنها می‌تواند حدود یک‌چهارم تا یک‌سوم هزینه‌های واقعی زندگی یک خانوار را تأمین کند و ناچار است از کیفیت تغذیه، درمان، تفریح، آموزش و حتی برخی نیازهای ضروری خود صرف‌نظر کند.

افزایش حقوق؛ کمتر از سرعت گرانی

دولت در سال‌های اخیر تلاش کرده با افزایش سالانه مستمری‌ها بخشی از آثار تورم را جبران کند، اما رشد پیوسته قیمت‌ها موجب شده این افزایش‌ها تنها چند ماه دوام داشته باشند. به‌ویژه در سال جاری که تورم ماهانه فروردین، اردیبهشت و خرداد به ترتیب ۷، ۸.۵ و ۷.۴ درصد ثبت شده، قدرت خرید مستمری‌ها در مدت کوتاهی کاهش یافته است. اقتصاددانان معتقدند زمانی که تورم ماهانه در سطوح بالای سه تا چهار درصد باقی بماند، حتی افزایش‌های قابل توجه حقوق نیز در مدت کوتاهی اثر خود را از دست می‌دهند.

بازنشستگان بیشترین آسیب را از تورم می‌بینند

فروغ بهرامی، کارشناس اقتصاد خانواده، در این باره به تعادل می‌گوید: بازنشستگان برخلاف بسیاری از شاغلان، امکان افزایش درآمد ندارند. در نتیجه هر درصد افزایش قیمت مستقیماً به کاهش قدرت خرید آنان تبدیل می‌شود. اگر تورم سالانه بالای ۶۰ درصد باشد اما حقوق ۳۰ یا حتی ۴۰ درصد افزایش پیدا کند، نتیجه آن کاهش واقعی درآمد خانوار است. او ادامه می‌دهد: در چنین شرایطی نخستین هزینه‌هایی که از سبد خانوار حذف می‌شوند، هزینه‌های فرهنگی، تفریحی و حتی تغذیه سالم است. پس از آن نیز مراجعه به پزشک و انجام آزمایش‌ها به تعویق می‌افتد؛ موضوعی که در بلندمدت سلامت سالمندان را با تهدید جدی روبرو می‌کند. این کارشناس اقتصاد خانواده اظهار می‌دارد: سهم درمان در هزینه‌های سالمندان به مراتب بیشتر از خانوارهای جوان است و هرگونه افزایش قیمت دارو یا خدمات پزشکی فشار مضاعفی بر بازنشستگان وارد می‌کند.

بسیاری از بازنشستگان زیر خط فقر زندگی می‌کنند

فروغ بهرامی در بخش دیگری از سخنان خود با اشاره به شرایط اقتصادی بازنشستگان می‌گوید: واقعیت این است که بخش قابل توجهی از بازنشستگان امروز زیر خط فقر قرار گرفته‌اند. هزینه اجاره مسکن، درمان، مواد غذایی و خدمات عمومی به اندازه‌ای افزایش یافته که بسیاری از خانواده‌های بازنشسته ناچار شده‌اند از پس‌اندازهای اندک خود استفاده کنند یا برای تأمین هزینه‌های روزمره از فرزندانشان کمک بگیرند. او ادامه می‌دهد: بازنشستگان سال‌ها حق بیمه پرداخت کرده‌اند تا دوران سالمندی با آرامش زندگی کنند، اما اکنون بسیاری از آنان نگران تأمین هزینه دارو یا پرداخت اجاره خانه هستند.

این وضعیت با شأن و جایگاه بازنشستگی همخوانی ندارد. این کارشناس اقتصاد خانواده تاکید می‌کند: ترمیم مستمری‌ها باید متناسب با نرخ واقعی تورم و هزینه سبد معیشت انجام شود و پرداخت‌های حمایتی نیز به صورت هدفمند برای بازنشستگان کم‌درآمد در نظر گرفته شود.

درمان؛ نخستین قربانی کاهش قدرت خرید

یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های بازنشستگان، افزایش هزینه‌های درمان است. سالمندان به دلیل ابتلا به بیماری‌های مزمن، بیش از سایر گروه‌های سنی به خدمات پزشکی، دارو و آزمایش نیاز دارند. در سال‌های اخیر افزایش قیمت دارو، محدودیت برخی پوشش‌های بیمه‌ای و رشد تعرفه‌های درمان باعث شده بسیاری از بازنشستگان بخشی از درمان خود را به تعویق بیندازند یا از مصرف برخی داروها صرف‌نظر کنند. کارشناسان هشدار می‌دهند حذف درمان از سبد هزینه خانوار، اگرچه در کوتاه‌مدت موجب کاهش هزینه می‌شود، اما در بلندمدت هزینه‌های بسیار سنگین‌تری به افراد و نظام سلامت تحمیل خواهد کرد.

امنیت غذایی در معرض تهدید

بررسی الگوی مصرف خانوار نشان می‌دهد با افزایش قیمت مواد غذایی، مصرف گوشت قرمز، لبنیات، میوه و برخی منابع پروتئینی کاهش یافته است. این موضوع برای سالمندان اهمیت بیشتری دارد، زیرا سوءتغذیه می‌تواند احتمال ابتلا به بیماری‌های مزمن، پوکی استخوان و ضعف سیستم ایمنی را افزایش دهد. کارشناسان تغذیه بارها هشدار داده‌اند که حذف مواد غذایی با کیفیت از سفره سالمندان، پیامدهایی فراتر از یک مشکل اقتصادی خواهد داشت.

آینده‌ای که نیازمند اصلاحات اقتصادی است

اقتصاددانان معتقدند حل مشکلات معیشتی بازنشستگان تنها با افزایش مقطعی حقوق امکان‌پذیر نیست. تا زمانی که تورم مهار نشود، هرگونه افزایش مستمری نیز در مدت کوتاهی اثر خود را از دست خواهد داد. از سوی دیگر، اصلاح نظام بیمه‌ای، کاهش هزینه‌های درمان، افزایش پوشش بیمه‌های تکمیلی، حمایت از بازنشستگان کم‌درآمد و متناسب‌سازی واقعی حقوق‌ها از جمله اقداماتی است که می‌تواند بخشی از فشار موجود را کاهش دهد. کاهش نرخ تورم ماهانه تیرماه اگرچه نشانه‌ای از کاهش سرعت رشد قیمت‌هاست، اما به معنای ارزان شدن کالاها یا بازگشت قدرت خرید نیست. در شرایطی که تورم سالانه همچنان بالای ۶۰ درصد قرار دارد و هزینه سبد معیشت به بیش از ۸۰ میلیون تومان در ماه رسیده، بسیاری از بازنشستگان با مستمری‌هایی که تنها بخش کوچکی از هزینه‌های زندگی را پوشش می‌دهد، روزگار می‌گذرانند. کارشناسان تأکید می‌کنند که حفظ کرامت بازنشستگان تنها با افزایش اسمی حقوق محقق نمی‌شود؛ بلکه مهار پایدار تورم، تقویت صندوق‌های بازنشستگی، اجرای واقعی متناسب‌سازی حقوق، گسترش حمایت‌های درمانی و کاهش هزینه‌های ضروری زندگی، مهم‌ترین پیش‌شرط‌های بهبود معیشت این قشر است. در غیر این صورت، شکاف میان درآمد و هزینه زندگی همچنان عمیق‌تر خواهد شد و بازنشستگانی که سال‌ها در توسعه کشور نقش داشته‌اند، بیش از پیش زیر فشار اقتصادی قرار خواهند گرفت.

روی خط خبر

جزییات کلاس‌های جبرانی دانش‌آموزان اعلام شد

معاون آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش گفت: با توجه به وقفه‌های آموزشی ناشی از شرایط بحرانی و رخدادهای غیرمترقبه از جمله ناترازی‌ها، جنگ و موارد مشابه و نیز با عنایت به ضرورت پیشگیری از افت یادگیری و تعمیق شکاف‌های آموزشی، اجرای برنامه‌های جبرانی و تقویتی در دوره تابستان برنامه‌ریزی شده است. مصطفی آذرکیش، معاون آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش در خصوص جزییات طرح تقویت و جبران یادگیری دوره متوسطه، به خبرنگار ایلنا گفت: با توجه به وقفه‌های آموزشی ناشی از شرایط بحرانی و رخدادهای غیرمترقبه، از جمله ناترازی‌ها، جنگ و موارد مشابه و نیز با عنایت به ضرورت پیشگیری از افت یادگیری و تعمیق شکاف‌های آموزشی، اجرای برنامه‌های جبرانی و تقویتی در دوره تابستان برنامه‌ریزی گردیده که از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. وی افزود: به عنوان برنامه و طرح اجرایی، «طرح تقویت و جبران» ابلاغ گردیده است. واژه «تقویت» ناظر بر تقویت بنیه علمی دانش‌آموزان و واژه «جبران» ناظر بر جبران زمان از دست‌رفته آموزش است. بر این اساس، طرح مذکور به‌منظور تقویت بنیه علمی دانش‌آموزان و جبران زمان آموزش از دست‌رفته، برای تمامی دوره‌های متوسطه ابلاغ شده است. آذرکیش خاطرنشان کرد: هدف از اجرای این طرح آن است که با شناسایی و حمایت از دانش‌آموزان نیازمند، نسبت به جبران کاستی‌های آموزشی، تثبیت یادگیری و تقویت شایستگی‌های علمی و مهارتی اقدام گردد تا زمینه آغاز موفق، آرام و کم‌دغدغه سال تحصیلی جدید فراهم آید. به گفته وی، طرح «تقویت و جبران یادگیری» فرصتی است برای جبران افت تحصیلی و تقویت بنیه علمی دانش‌آموزان که می‌تواند در طول سال تحصیلی نیز استمرار یابد. این طرح قابلیت اجرا در روزهای پنجشنبه، ایام تابستان و خارج از ساعات رسمی آموزش (به‌طور تقریبی صبح تا ظهر) را دارا است.

جزییات آزمون تعیین رشته مجدد و تغییر رشته دانش‌آموزان اعلام شد

مدیر کمیسیون مقررات تحصیلی، ضوابط تعیین رشته مجدد و تغییر رشته را اعلام کرد. مهدی خراشادی‌زاده، مدیر کمیسیون اساسنامه‌ها و مقررات تحصیلی شورای عالی آموزش و پرورش، با تشریح ضوابط هدایت تحصیلی دانش‌آموزان پایه نهم، گفت: دانش‌آموزانی که در نمون‌برگ هدایت تحصیلی شرایط لازم برای ورود به رشته مورد نظر خود را کسب نکرده‌اند، در صورت کمبود نمره در دروس ملاک، می‌توانند در آزمون تعیین رشته مجدد شرکت کنند. وی افزود: ورود به هر رشته تحصیلی مستلزم کسب حداقل میانگین نمرات در دروس مرتبط است. به‌عنوان نمونه، برای ورود به رشته ریاضی و فیزیک، میانگین درس ریاضی در پایه‌های هفتم، هشتم و نهم نباید کمتر از ۱۴ و میانگین علوم تجربی نباید کمتر از ۱۳ باشد. همچنین برای ورود به رشته علوم تجربی، میانگین علوم تجربی باید حداقل ۱۴ و میانگین ریاضی حداقل ۱۳ باشد. مدیر کمیسیون اساسنامه‌ها و مقررات تحصیلی شورای عالی آموزش و پرورش ادامه داد: دانش‌آموزانی که به دلیل کسب نکردن حداقل نمره، امکان انتخاب رشته مورد علاقه خود را پیدا نکرده‌اند، می‌توانند فقط در همان درس یا دروس موثر مجدداً آزمون دهند تا با ارتقای میانگین نمرات، شرایط لازم برای ورود به رشته مورد نظر را به دست آورند. خراشادی‌زاده با تأکید بر تفاوت «آزمون تعیین رشته مجدد» و «آزمون تغییر رشته» اظهار کرد: آزمون تعیین رشته مجدد ویژه دانش‌آموزان پایه نهم است، در حالی که آزمون تغییر رشته برای دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه و در پایان پایه دهم پیش‌بینی شده است. وی درباره ضوابط تغییر رشته در پایان پایه دهم نیز گفت: دانش‌آموزان متقاضی باید دو تا سه هفته پیش از آغاز امتحانات خرداد یا شهریور، درخواست خود را به مدیر مدرسه ارایه کنند و پس از شرکت و قبولی در آزمون دروس تخصصی غیرمشترک رشته جدید، امکان ادامه تحصیل در پایه یازدهم آن رشته را خواهند داشت. مدیر کمیسیون اساسنامه‌ها و مقررات تحصیلی شورای عالی آموزش و پرورش با اشاره به امکان تغییر رشته در پایان پایه یازدهم تصریح کرد: این تغییر صرفاً در میان رشته‌های شاخه نظری و با رأی کمیسیون خاص منطقه امکان‌پذیر است و تغییر رشته میان شاخه‌های نظری، فنی‌وحرفه‌ای و کاردانش در پایان پایه یازدهم مجاز نیست.

شرکت ملی نفت ایران
شرکت ملی مناطق نفتخیز جنوب

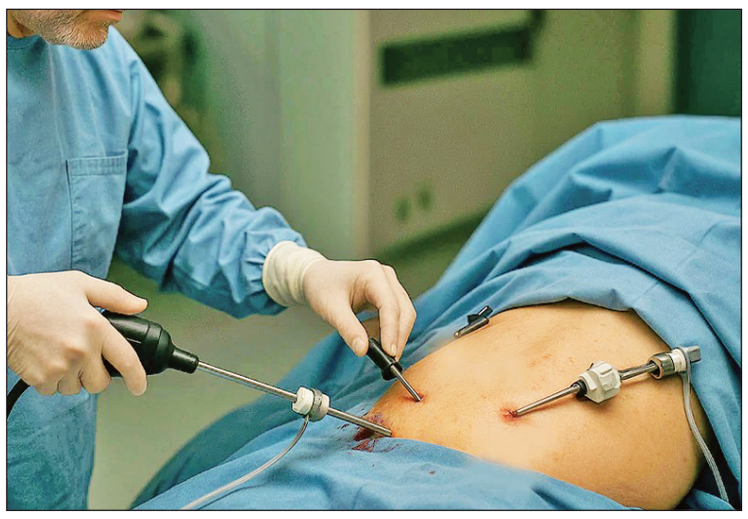
فراخوان مناقصه عمومی

نوبت دوم
شناسه آگهی: ۲۲۴۰۹۶۸

توجه: اعلام آمادگی جهت شرکت در این مناقصه صرفاً بصورت الکترونیکی (توکن) و از طریق سامانه ستاد به نشانی www.setadIran.ir می باشد.
مناقصه عمومی یک مرحله‌ای شماره م م/۰۵/۰۱۶۱ مربوط به مرمت و بهسازی جاده و محوطه چاه ۱۴۲ گچساران
الف- شرح مختصر خدمات
تخریب سنگفرش و بتن مسلح خاکبرداری و خاکریزی تسطیح و شیب بندی قشر زیر اساس شن شکسته بتن ریزی لوله کشی آب و گاز ساخت انکر لوله گاز بلوک چینی فارسیت بتنی سنگ کاری آسفالت گرم گابیون (تور سنگ) سپتیک
ب- محل اجرای خدمات و مدت انجام کار
محل اجرای خدمات در ۳۰ کیلومتری گچساران و مدت انجام آن ۶ ماه می باشد.
ج- برآورد کارفرما
برآورد کارفرما جهت انجام خدمات -/۱۷۱،۷۰۰،۳۹۰،۵۲۴ ریال و تعدیل پذیر می باشد.
د- شرایط مناقصه گران متقاضی
- داشتن ظرفیت آزاد (تعدادی و ریالی) در رشته مربوطه
- مناقصه گران دارای حداقل پایه ۵ گرایش راه و ترابری - در تعیین برنده مناقصه و در شرایط برابر، الویت با شرکت های بومی استانی می باشد.
- توانایی ارائه تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار به مبلغ -/۸،۵۸۵،۰۱۹،۵۲۶ ریال که بایستی به یکی از دو صورت زیر ارائه گردد:
الف: ارائه رسید وجه صادره از سوی حسابداری کارفرما مبنی بر واریز مبلغ فوق الذکر به شماره حساب IR۹۴۰۱۰۰۰۰۴۰۰۱۱۱۱۶۰۴۰۲۲۰۶۷ نزد بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران شعبه مرکزی جمهوری اسلامی ایران - اهواز کد ۰ حساب - بنام شرکت ملی مناطق نفتخیز جنوب
ب: ارائه ضمانتنامه بانکی به میزان مبلغ فوق الذکر طبق فرم نمونه که ابتدا برای مدت (۹۰ روز) معتبر بوده و پس از آن نیز با اعلام کارفرما برای مدت (۹۰ روز) دیگر قابل تمدید باشد.
- توانایی ارائه ۵٪ مبلغ پیمان (در صورت برنده شدن) بعنوان تضمین انجام تعهدات - مناقصه گر جهت تحویل تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار علاوه بر بارگذاری تصویر تضمین از طریق سامانه لازم است بصورت حضوری به دفتر کمیسیون مناقصات در اهواز، کوی فدائیان اسلام مجتمع تندگویان، واقع در روبروی بلوک دو، ساختمان طرحهای راه و ساختمان در مهلت مقرر مراجعه و تضمین را تسلیم نمایند.
توجه: ضمانت نامه فرآیند ارجاع کار و انجام تعهدات صادره توسط بانک پاسارگاد قابل پذیرش نمی باشد.
هـ- محل و مهلت دریافت مدارک مناقصه گران
از کلیه متقاضیان واجد شرایط دعوت به عمل می آید ظرف مهلت مقرر در این فراخوان جهت دریافت اسناد و اعلام آمادگی از طریق سامانه ستاد و به نشانی www.setadIran.ir مراجعه نمایند تا ارزیابی های لازم وفق آیین نامه اجرایی بند ج ماده ۱۲ قانون برگزاری مناقصات (ارزیابی ساده) بر روی مدارک ارسالی مناقصه گران به عمل آید.
* مهلت اعلام آمادگی: بصورت الکترونیکی (غیر حضوری و) از ساعت ۸:۰۰ تاریخ ۱۴۰۵/۰۵/۱۱ لغایت ساعت ۱۹:۰۰ تاریخ ۱۴۰۵/۰۵/۲۰
محل، زمان تحویل و گشایش پیشنهادها
متقاضیان مکلفند پیشنهادات خود را حداکثر تا ساعت ۱۲:۳۰ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۶/۲۹ به صورت الکترونیکی و از طریق سامانه ستاد تسلیم نمایند. ضمناً پیشنهادات در ساعت ۰۸:۰۰ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۰۱ گشایش و قرائت خواهد شد و حضور نماینده مناقصه گران با معرفی نامه و کارت شناسایی معتبر بلامانع است. همچنین مناقصه گران می بایست ضمن بارگذاری الکترونیکی تصویر تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار در سامانه تا ساعت ۱۲:۳۰ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۶/۲۹ اصل تضمین مذکور را به صورت فیزیکی به کمیسیون مناقصات شرکت ملی مناطق نفتخیز جنوب در آدرس: اهواز - کوی فدائیان اسلام مجتمع تندگویان، واقع در روبروی بلوک دو، ساختمان سابق طرحهای راه و ساختمان تسلیم نمایند.
همزمان ارائه معرفی نامه و کارت ملی برای متقاضیان شرکت در مناقصه و نمایندگان شرکتها در همه مراحل لازم و ضروری می باشد.
تذکر: حسب مورد ارائه یک نسخه اصلی از اساسنامه شرکتها، آگهی تاسیس، آخرین تغییرات ثبتی و هرگونه گواهی مبنی بر واجد شرایط بودن شرکت مطابق با مفاد آگهی الزامی می باشد.
امور حقوقی و قراردادها - شرکت ملی مناطق نفتخیز جنوب
WWW.NISOC.IRhttp://iets.mporg.ir

رویداد

«اسلیو» یا «بای پس»؛ انتخاب روش درمان چاقی به شرایط هر بیمار بستگی دارد



تعادل |

چاقی دیگر تنها یک مساله ظاهری یا دغدغه‌ای مربوط به تناسب اندام نیست؛ این بیماری مزمن امروز به یکی از مهم‌ترین تهدیدهای سلامت عمومی در جهان و ایران تبدیل شده است. افزایش شیوع اضافه‌وزن و چاقی در سال‌های اخیر، همزمان با تغییر سبک زندگی، کاهش فعالیت بدنی، تغذیه نامناسب و افزایش استرس‌های روزمره، باعث شده میلیون‌ها نفر در معرض ابتلا به بیماری‌هایی مانند دیابت نوع ۲، فشار خون بالا، بیماری‌های قلبی و عروقی، کبد چرب، اختلالات اسکلتی ـ عضلانی و حتی برخی سرطان‌ها قرار گیرند.

در میان روش‌های مختلف جراحی چاقی، دو تکنیک «اسلیو معده» و «بای‌پس معده» بیش از سایر روش‌ها شناخته شده‌اند و سالانه هزاران بیمار در سراسر جهان تحت این اعمال جراحی قرار می‌گیرند. با این حال، بسیاری از افراد تصور می‌کنند این دو روش تفاوت چندانی با یکدیگر ندارند یا یکی از آنها به‌طور مطلق از دیگری بهتر است. همین برداشت نادرست سبب می‌شود برخی بیماران تنها بر اساس تجربه اطرافیان یا اطلاعات منتشر شده در فضای مجازی برای انتخاب نوع جراحی تصمیم بگیرند؛ تصمیمی که می‌تواند با شرایط جسمانی و نیازهای واقعی آنها همخوانی نداشته باشد.

متخصصان تأکید می‌کنند انتخاب نوع جراحی باید کاملاً فردمحور و بر پایه ارزیابی دقیق پزشکی انجام شود؛ زیرا عواملی مانند شاخص توده بدنی، ابتلا به دیابت، رفلاکس معده، وضعیت متابولیک، سابقه بیماری‌های گوارشی، عادات غذایی و شرایط عمومی سلامت، همگی در تعیین بهترین روش درمانی نقش دارند. از همین رو، شناخت تفاوت‌های اسلیو و بای‌پس، مزایا، محدودیت‌ها، عوارض احتمالی و مراقبت‌های پس از عمل، می‌تواند به بیماران کمک کند تا با آگاهی بیشتر و بر اساس نظر تیم درمان، مناسب‌ترین مسیر را برای درمان چاقی و دستیابی به سلامت پایدار انتخاب کنند.

انتخاب روش جراحی باید بر اساس شرایط جسمانی باشد

دکتر محمدجواد باقری، یک فلوشیپ جراحی چاقی و متابولیک و لاپاراسکوپی پیشرفته با تشریح تفاوت‌های دو روش متداول اسلیو معده و بای‌پس معده تأکید کرد که انتخاب روش جراحی باید بر اساس شرایط جسمانی، وضعیت متابولیک، بیماری‌های همراه و نیازهای هر بیمار انجام شود و هیچ‌یک از این روش‌ها به‌تنهایی برای همه افراد بهترین گزینه نیست.

دکتر محمدجواد باقری با اشاره به افزایش شیوع چاقی و بیماری‌های مرتبط با آن اظهار داشت: جراحی متابولیک و چاقی در حال حاضر موثرترین روش درمانی برای دستیابی به کاهش وزن پایدار در افراد واجد شرایط محسوب می‌شود. این جراحی معمولاً برای افراد دارای شاخص توده بدنی (BMI) ۳۵ یا بالاتر توصیه می‌شود و در برخی بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ یا سایر بیماری‌های متابولیک، حتی با BMI بین ۳۰ تا ۳۴.۹ نیز ممکن است پس از ارزیابی تخصصی مورد بررسی قرار گیرد؛ به‌ویژه زمانی که درمان‌های غیرجراحی نتوانسته باشند کاهش وزن یا کنترل بیماری را به‌طور پایدار فراهم کنند.

اسلیو معده رایج‌ترین جراحی جهان

او درباره جراحی اسلیو معده توضیح داد: در این روش، حدود ۸۰ درصد از حجم معده برداشته می‌شود و معده به شکل یک لوله باریک درمی‌آید. در اسلیو، مسیر روده تغییری نمی‌کند، اما علاوه بر کاهش ظرفیت معده، تغییرات هورمونی مرتبط با اشتها و احساس سیری نیز به کاهش وزن کمک می‌کنند. این روش به دلیل ساده‌تر بودن از نظر تکنیک جراحی و نداشتن تغییر در مسیر روده، یکی از رایج‌ترین جراحی‌های چاقی در جهان است. البته مانند هر عمل جراحی دیگری، اسلیو نیز می‌تواند با عوارضی مانند خونریزی، نشت از محل منگنه یا در برخی بیماران تشدید رفلاکس معده همراه باشد.

دکتر محمد جواد باقری در ادامه درباره بای‌پس معده گفت: در این روش علاوه بر کوچک‌سازی معده، مسیر عبور غذا از بخشی از روده کوچک تغییر داده می‌شود. این تغییر علاوه بر محدود کردن حجم غذای مصرفی، باعث تغییرات هورمونی و متابولیک موثری می‌شود که به کاهش وزن و بهبود کنترل قند خون کمک می‌کند. بای‌پس معده به‌ویژه در بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ یا رفلاکس شدید معده می‌تواند گزینه مناسبی باشد. در بسیاری از بیماران، این روش موجب کاهش چشمگیر نیاز به داروهای دیابت شده و در برخی موارد باعث فروکش بیماری می‌شود، هرچند این وضعیت لزوماً دایمی نیست و نیاز به پیگیری منظم دارد.

اهمیت ارزیابی دقیق پیش از عمل

این جراح چاقی با تأکید بر اهمیت ارزیابی دقیق پیش از عمل تصریح کرد: بسیاری از بیماران تصور می‌کنند اسلیو و بای‌پس تفاوت چندانی با یکدیگر ندارند، در حالی که انتخاب روش مناسب باید بر اساس عواملی مانند سن، شاخص توده بدنی، سابقه دیابت، بیماری‌های گوارشی به‌ویژه رفلاکس، وضعیت متابولیک، عادات غذایی، سوابق جراحی و شرایط عمومی بیمار انجام شود. تصمیم نهایی نیز پس از بررسی کامل توسط تیم درمان شامل جراح، متخصص تغذیه و در صورت نیاز سایر متخصصان اتخاذ می‌شود.

او درباره نگرانی رایج بیماران نسبت به بازگشت وزن پس از جراحی نیز گفت: مقدار محدودی افزایش وزن در سال‌های بعد از جراحی ممکن است در برخی بیماران رخ دهد و این موضوع همیشه به معنای شکست درمان نیست. رعایت برنامه غذایی، فعالیت بدنی منظم، پیگیری‌های پزشکی و اصلاح عادات رفتاری، احتمال بازگشت قابل توجه وزن را تا حد زیادی کاهش می‌دهد.

دکتر محمد جواد باقری افزود: توصیه می‌شود بیماران غذا را به‌آرامی مصرف کنند، لقمه‌های کوچک بردارند، هر لقمه را به‌خوبی بجوند، هر وعده غذایی را طی حدود ۲۰ تا ۳۰ دقیقه میل کنند و بین لقمه‌ها مکث داشته باشند. همچنین از نوشیدن مایعات همزمان با غذا خودداری کنند تا دستگاه گوارش فرصت کافی برای سازگاری با شرایط جدید داشته باشد.

او درباره کمبود ویتامین‌ها و مواد معدنی پس از جراحی نیز هشدار داد و گفت: اگرچه احتمال بروز کمبودهای تغذیه‌ای در روش اسلیو معمولاً کمتر از بای‌پس است، اما در هر دو روش، مصرف منظم مکمل‌ها و انجام آزمایش‌های دوره‌ای ضروری است. بر اساس شرایط هر بیمار، ممکن است مصرف مولتی‌ویتامین، آهن، کلسیم، ویتامین D، ویتامین B۱۲ و سایر ریزمغذی‌ها تحت نظر پزشک یا متخصص تغذیه توصیه شود.

این فلوشیپ جراحی چاقی و متابولیک در پایان با اشاره به تأثیر مثبت این جراحی‌ها بر سلامت بیماران اظهار داشت: کاهش وزن پایدار پس از جراحی می‌تواند علاوه بر بهبود بیماری‌هایی مانند دیابت، فشار خون بالا، آپنه خواب و دردهای مفصلی، باعث افزایش توانایی انجام فعالیت‌های روزمره، بهبود کیفیت زندگی و ارتقای اعتمادبه‌نفس بیماران شود. امروزه بیشتر جراحی‌های چاقی با روش لاپاراسکوپی و به‌صورت کم‌تهاجمی انجام می‌شوند که معمولاً با درد کمتر، دوران نقاهت کوتاه‌تر و بازگشت سریع‌تر بیمار به فعالیت‌های روزمره همراه هستند.