گاهنامه
موسسه خیریه
بهنام دهش‌پور
سال دوم، شماره ۵، زمستان ۱۳۹۶

به یاد مینا صفوی عباسی

- خیریه بهنام دهش‌پور پیشگام تحقیق و پژوهش در حوزه سرطان
- صرف بیش از ۱۷۵ میلیارد ریال در توسعه زیرساخت درمانی طی ۱۸ ماه
- میزبان شما در جشنواره نوروزی ۱۳۹۷ هستیم

ماموریت سازمانی
موسسه خیریه بهنام دهش پور

ارائه خدمات درمانی و حمایتی، در سطح استانداردهای بین المللی به بیماران مبتلا به سرطان و خانواده آنان بدون محدودیت سن، ملیت، مذهب، جنسیت، نوع و مرحله بیماری سرطان و کمک به تجهیز بیمارستان های دانشگاهی

چرا؟
تجهیز بیمارستان های دانشگاهی – دولتی

- پذیرش انواع بیمه و تعرفه پایین در مراکز درمانی
- طرح درمان رایگان بیماران مبتلا به سرطان
- دسترسی آسان بیماران به این مراکز
- فعالیت کادر متخصص درمانی

جشنواره نوروزی ۱۳۹۷

مؤسسه خیریه بهنام دهش‌پور

خیابان ولیعصر | نرسیده به چهارراه پارک‌وی | مجتمع فرهنگی ورزشی تلاش

۸ الی ۱۱ اسفند ۱۳۹۶ | ساعت بازدید ۱۰ صبح الی ۹ شب

Behnam Daheshpour Charity Organization

behnamcharity.org.ir

behnamcharity

کدهای QR چیست؟

کدهای واکنش سریع (Quick Response Code) یا کدهای QR نوعی از کدهای سیاه و سفید است که می‌توان آنها را به کمک گوشی‌های هوشمند اسکن و رمزگشایی کرد. کافی است برنامه رمزگشای آن را در گوشی هوشمند خود نصب کرده و اطلاعات این کدها را مشاهده کنید. شما در این فصلنامه می‌توانید اطلاعات بیشتر در زمینه‌های مختلف را از این طریق مشاهده و دریافت کنید.

فهـــرست

گاهنامـــه داخلی موسسه خیریه بهنام دهش‌پور

سال دوم، شماره ۵، زمستان ۱۳۹۶

مدیر اجرایی: حسام‌الدین نراقی
مدیرهنری: مسلم باصری
گروه تولید: لیلا مهداد - هستی پودفروش - بابک سرانی آذر
مهشید حبیبی فاطمه خودسیانی - شادی عظیمی-کارن جان نثاری-
شهاب رحیمی- مینو توکلی- کتانه درخشش- حسام الدین نراقی
عکس : آرشیو موسسه خیریه بهنام دهش پور

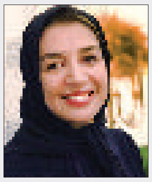
لیتوگرافی و چاپ: دلتاسازه www.deltasazeh.ir
روابط عمومی و ارتباطات: ۷۵۴۰۹ و ۲۲۲۰۸۷۹۷ داخلی ۲۴۵، ۲۴۶ و ۲۴۷
نشانی دفتر مرکزی: تهران، خیابان شهید لواسانی غربی (فرمانیه)
خیابان شهید جباریان (فروردین)، کوچه مسجدی، کوچه مرمری، پلاک ۱۳

با تشکر از همه همکاران و داوطلبان واحدهای اداری و اجرایی موسسه که ما را در تامین اطلاعات، تولید محتوا و انتشار این شماره یاری کردند.
سپاس ویژه از مدیریت محترم شرکت حلوا شکری عقاب که هزینه چاپ این شماره از گاهنامه را تقبل کردند.

آغازسخـــن

باز فرصتی شد تا به واسطه نشریه داخلی موسسه بخشی دیگر از اقدامات و فعالیت‌های صورت گرفته را با شما درمیان بگذاریم. امیدوار هستم شما جزو گروهی باشید که اخبار رویدادهای موسسه را از طریق رسانه‌های اجتماعی و اپلکیشن بهنام دنبال کنید

۴



نکوداشت میناصفـــوی عباسی

صحبت از نسلی است که سعادت شناخت و همراهی با آنان وَلو برای یکبار هم افتخاری است فراموش نشدنی، شاید شما هم تاکنون نام چهره‌های ماندگار ایران زمین چون: مَه لقا ملاح، عبدالمجید ارفعی، شهریار عدل، علیرضا بلدا، محمد معین، سَتارِه فرمانفرمائیان...

۶

مروری کوتاه بر پروژه مدلسازی ریاضی سرطان ۱۰
سرطان پستان، بیماری ارثی اما قابل پیشگیری ۱۲
سرطان پستان از کجا می‌آید ۱۳
نگاهی جدید از دریچه‌ژن به‌بیماری‌ها و بخصوص‌سرطان ۱۴
سرطان را باید در وضعیت سلولی شناخت و به درمان آن توجه کرد ۱۶
پیشنهادهایی برای رفتار صحیح با بیماران مبتلا به سرطان ۱۸
چگونه می‌توانیم به بیماران مبتلا به سرطان بهتر کمک کنیم ۲۱

گفتگو با نویسنده کتاب رهایی از مهمان‌های ناخوانده‌ام؛ سرطان
صبوری‌کـــن ۲۴

گفتگو با نویسنده کتاب رهایی از مهمان‌های ناخوانده‌ام؛ سرطان
تجربیاتی که کتاب شد ۲۶
آمـــوزش پیش نیاز و شرط اصلی پیشگیری ۲۹
قهـــرمان‌جامعه‌خودباشیـــــم ۳۰
حضور رییس فدراسیون والیبال در موسسه ۳۲
پیوند تاریخی والیبال با سازمان‌های مردم نهاد ۳۳
چهارده نکته مهم درباره تیم والیبال بهنام ۳۴
تحقق یک رویا ۳۶

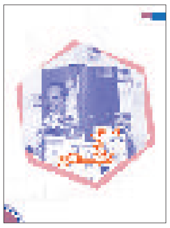
همراه با سفیر سلامت موسسه خیریه بهنام دهش پور
به خیریه بهنام دهش‌پور مدیونم ۴۰

گفته‌های شهلا همایونی از بیرون کردن مهمان ناخوانده‌اش، سیزده‌سال پیش
بیماری‌مهربانی ۴۱
اپلیکیشن‌بهنام ۴۵
گزارش هزینه‌های صرف شده در راستای توسعه مراکز درمانی دانشگاهی در سال ۱۳۹۵ و نیمه اول سال ۱۳۹۶ ..... ۴۸

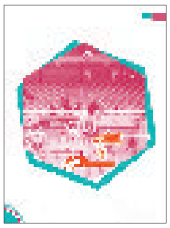
مروری بر تحقق یک آرزو و نیاز، تشکیل شبکه ملی تشکل های مردمی و مؤسسات خیریه حوزه سرطان ایران
داستان یک شبکه ۵۰
در مسیر تحقق ماموریت بین المللی موسسه ۵۱

همراهی با اپلیشکن بهنام
گزارشی از پویش‌های مجازی به منظور تامین کمک هزینه دارو گران قیمت و خارج از سبد حمایتی بیمه ۵۱

۹



۲۳



۳۱

۳۹

۴۷

pr@behnamcharity.org.ir

خدایا تو بر کار خیرم بدار

با سلام و درود به شما همراهان و یاران همیشگی موسسه خیریه بهنام دهش‌پور

باز فرصتی شد تا به واسطه نشریه داخلی موسسه بخشی دیگر از اقدامات و فعالیت‌های صورت گرفته را با شما درمیان بگذاریم. امیدوار هستم شما جزو گروهی باشید که اخبار رویدادهای موسسه را از طریق رسانه‌های اجتماعی و اپلیکشن بهنام دنبال کنید. خوب است به اطلاع برسانم به‌طور میانگین هر روز یک رویداد و فعالیت اعم از اجرایی و یا آموزشی در واحدهای کاری موسسه خیریه بهنام دهش‌پور درحال اجرا است. این فعالیت‌ها افزون بر کارهای جاری واحدهای خدمات درمانی و خدمات حمایتی موسسه و با همراهی و حمایت داوطلبان و تلاش‌های همکاران واحدهای کاری مختلف اجرا می‌شود و در رویدادهای موضوعی موسسه همیشه از دیدار شما در قالب داوطلب و یا حامی خرسند می‌شویم.

خردادماه ۹۶ خبری تلخ دریافت کردیم و آن هجرت بانو مینا صفوی عباسی(آزاد) مادر بی‌بی‌گل و همسر آقای دکتر فرهاد آزاد بود. از شمار دو چشم یک تن کم، وز شمار خرد هزاران بیش. هجرتی تلخ و دردآور ولی وقتی به اثرات و نتایج حضور سیزده ساله خانم آزاد در موسسه نگاه می‌کنیم این درد و اندوه تا حدودی کاهش پیدا می‌کند. چرا که امروز و در امور مدیریتی و اجرایی موسسه خیریه بهنام دهش‌پور نتیجه تلاش‌ها و پیگیری‌های این بانوی نیک‌اندیش را در جای جای کارهایمان شاهد هستیم و امیدواریم شما نیز موسسه را در مسیر توسعه و پیشرفت هرچه بهتر و با هدف تحقق ماموریت و اهداف سازمانی به مانند ایشان یاری کنید.

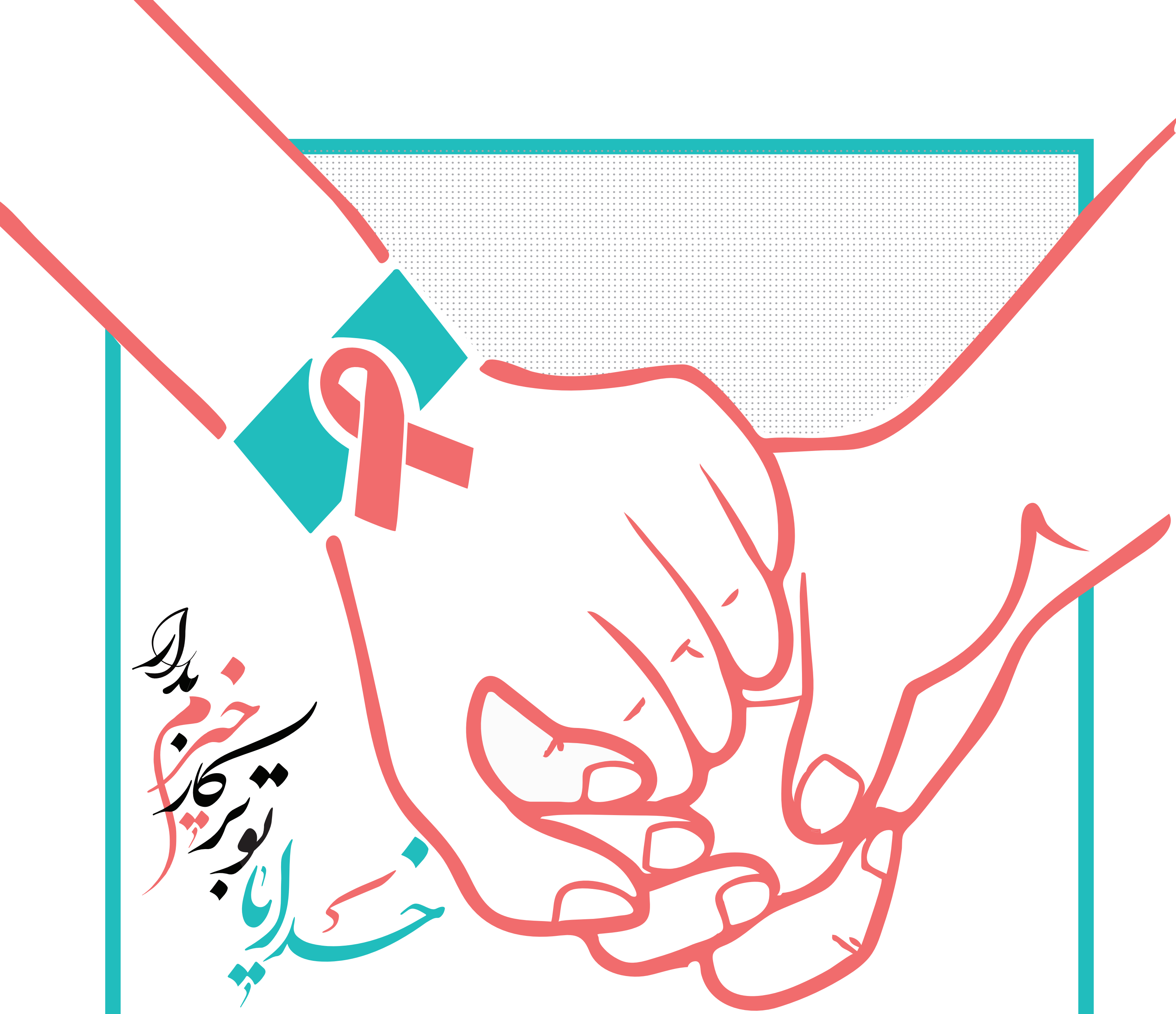
در طی سال ۹۵ و نیمه اول سال ۹۶ با کمک داوطلبان و همکاران موسسه در واحدهای مختلف بخصوص روابط عمومی و مشارکت‌های مردمی برنامه‌های متعددی را در قالب پویش (کمپین) اطلاع‌رسانی و آموزش عمومی سرطان با رویکرد پیشگیری و تشخیص زودهنگام سرطان با همراهی هم برگزار کردیم. در این مسیر همراهی جمع زیادی از داوطلبان در کنار حامیان مالی و معنوی موسسه که با اعتقاد و قبول اینکه امروزه بسیاری از سرطان‌ها علاوه بر درمان‌های موثر و پیشرفته، با افزایش آگاهی جامعه و آموزش همگانی ترویج زندگی سالم و توجه به علائم هشداردهنده این بیماری، با شناسایی سریع و مراجعه به پزشکان حاذق و شروع به درمان نقش به سزا و عمده‌ای در مهار سرطان خواهد داشت در این مسیر موسسه را یاری نمودند.

با افتخار به شما اعلام می‌کنم در پی چند ماه تلاش و پیگیری و با حمایت معاونت اجتماعی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در پایان سال ۱۳۹۵ شاهد تشکیل نخستین شبکه ملی موسسات خیریه و تشکل‌های مردم نهاد حوزه سرطان بودیم و امید است با همکاری اعضای این شبکه شاهد ارائه خدمات بهتر به جامعه با رویکرد پیشگیری از سرطان باشیم.

به اطلاع شما می‌رسانیم همچون گذشته موسسه خیریه بهنام دهش‌پور آمادگی خود را برای برگزاری سمینارهای آموزشی و اجرای پویش‌های پیشگیری و تشخیص زودهنگام سرطان در هر فضا و زمانی که شما همراهان و یاوران موسسه درخواست کنید را اعلام می‌دارد. امید است به کمک شما و با همراهی شما، همه با هم بتوانیم اهمیت تشخیص زودهنگام و رویکرد پیشگیری را در سطح آحاد جامعه ترویج و نهادینه کنیم که قطعا پیشگیری آسان‌تر از درمان است.

مدیرعامل موسسه خیریه بهنام دهش پور

لیلی رضایی



همراه ما در ارائه خدمات به بیماران مبتلا به سرطان باشید

با شماره‌گیـــری #۱۸*۷*۷۳۳*

موضوع پرداخت	نام بانک	شماره کارت	شماره حساب	شماره شبا	کد شعبه
حامیان	سامان	۶۲۱۹-۸۶۱۰-۰۸۹۳-۵۳۹۶	۸۴۷-۸۱۰-۵۰۶۰۷۰۸۰-۱	IR ۳۵-۰۵۶۰-۰۸۴۷۸۱۰۵۰۶۰۷۰۸۰۰-۰۱	۸۴۷
تابلو تسلیت	ملی	۶۰۳۷- ۹۹۱۱-۹۹۵۲-۷۴۴۵	۰۱۰-۷۵۴-۸۲۶-۸۰۰۰	IR ۹۸-۰۱۷۰-۰۰۰۰-۰۰۱۰-۷۵۴۸-۲۶۸۰-۰۰	۲۲۸
کمک های نقدی (دارو و درمان، سایر هزینه‌ها و ...)	ملی	۶۰۳۷-۹۹۱۱-۹۹۵۱-۲۴۷۰	۰۱۰-۴۶۶-۰۹۱۲-۰۰۵	IR ۵۳-۰۱۷۰-۰۰۰۰-۰۰۱۰-۴۶۶۰-۹۱۲۰-۰۵	۲۲۸
	ملت	۶۱۰۴- ۳۳۷۹-۰۴۲۸-۹۴۹۱	۳۳-۱۱۲۳-۶۷۴۱	IR ۵۱-۰۱۲۰-۰۲۰۰-۰۰۰۰-۳۳۱۱-۲۳۶۷-۴۱	۶۵۴۰۹

به یاد مینا صفوی عباسی (آزاد)

زندگی صحنه یکتای هُنرمندی ماست
هرکسی نغمه خُود خواند و از صحنه رَوَد
صَحنه پیوسته بجاست
خُرم آن نغمه که مردم بِسپارند به یاد

صحبت از نسلی است که سعادت شناخت و همراهی با آنان وَلَو برای یکبار هم افتخاری است فراموش نشدنی، شاید شما هم تاکنون نام چهره‌های ماندگار ایران زمین چون: مَه لقا ملاح، عبدالمجید ارفعی، شهریار عدل،علیرضا یلدا، سَتاره فرمانفرمائیان، محمود حسابی، محمد بهمن‌بیگی، توران میرهادی، محمود فرشچیان، هوشنگ ابتهاج، فریدون مشیری، علینقی مشایخی، میرمصطفی عالی‌نسب، پرویز ناتل‌خانلری، حسین دهلوی، لوئیس چکناواریان، محمد نوری، پرویز تناولی، ایران دَرودی و بسیاری از اساتید حوزه علم و ادب، فرهنگ و هنر، آموزش و پرورش، تعلیم و تربیت، محیط زیست، مسائل اجتماعی، کارآفرینی، اصول مدیریت، دل در گرو پیشرفت این سرزمین را دارند، شنیده‌اید. می‌خواهیم این بار از یک بانوی داوطلب نیک اندیش برای شما بگوییم تا در این مجال بیشتر با او آشنا شوید: مینا صفوی عباسی، همسر ارجمند و گرانقدر فرهاد آزاد و مادر صدها فرزند با نام و یاد بی‌بی‌گل.

فریدون فَرُخ، فرشته نبود
زِ مُشک و زِ عَنبر سِرشته نبود
به داد و دَهش یافت آن نِکوئی
تُو داد و دَهش کن، فریدون توئی

مینا صفوی، تحصیل کرده رشته مدیریت بود، دانش آموخته‌ی ممتاز کارشناسی حقوق سیاسی از دانشگاه تهران در سال ۱۳۴۵ و کارشناسی ارشد مشاوران اداری با درجه ممتاز از دانشگاه ملی سابق و شهید بهشتی فعلی در سال ۱۳۴۸.

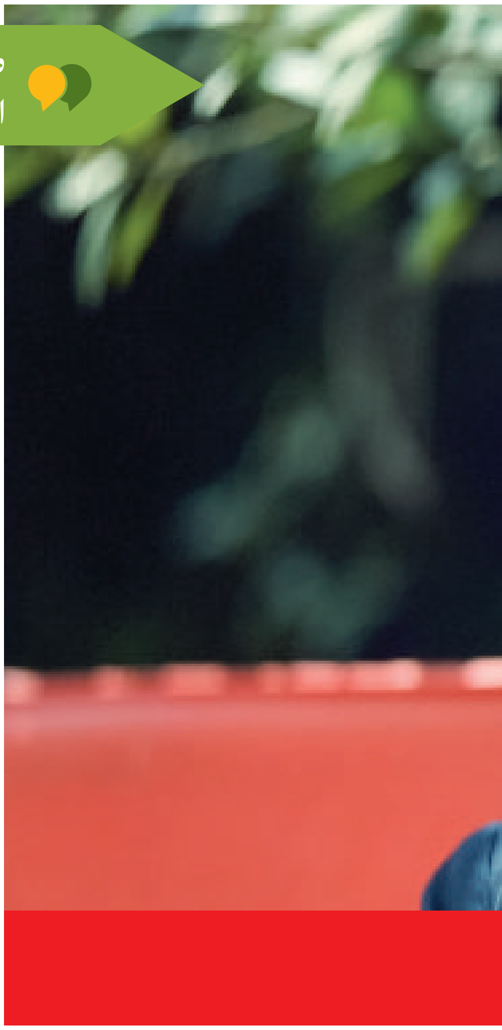
سال های خدمت دولتی خود را از تیرماه ۱۳۴۶ با رده کارشناسی در سازمان امور استخدامی آغاز و در اسفند ماه سال ۱۳۶۸ با مقام مدیرکل در وزارت مسکن و شهرسازی بازنشسته و به پایان رساند.

از آن پس در مقام و نقش مشاور مدیریت و طراح سیستم های گوناگون، در زمینه سازمان‌دهی، توسعه سرمایه‌های انسانی و سیستم های انگیزشی و تقویت پیوند انسان با سازمان، در صنایع دارویی و بهداشتی، مسکن، سیمان، کاشی، فولاد، آرد، خودرو، شیمیایی، برق، ماشین سازی، لوازم خانگی، انفورماتیک، آسانسور، شیلات، نیشکر و... درجای جای این سرزمین خدمت نمود و از سوی دیگر، همزمان سال‌های متمادی در نقش استادی کم نظیر، اثربخش و دلسوز، به تربیت نسلی از مدیران، کارشناسان و کارگزاران بخش‌های

مینا آزاد سالها در مقام مشاور در صنایع دارویی و بهداشتی، مسکن، سیمان، کاشی، فولاد، آرد، خودرو، شیمیایی، برق، ماشین سازی، لوازم خانگی، انفورماتیک، آسانسور، شیلات، نیشکر و... خدمت کرد

گوناگون دولتی، عمومی و خصوصی ایران زمین مشغول بود.

آشنایی مینا صفوی با موسسه خیریه بهنام‌دهش پور، از سال ۱۳۸۰ بود که یگانه فرزند دلبندش بی‌بی‌گل آزاد همکاری داوطلبانه خود را با این موسسه آغاز نمود. زمانی که بی‌بی‌گل، یگانه فرزند مینا صفوی و فرهاد آزاد در سال ۱۳۸۲ جهان فانی را به سوی دیار باقی ترک نمود، این دو تلاش کردند با تشکیل یک موسسه خیریه به نام و یاد این عزیز سفر کرده اقداماتی انجام دهند و از آن تاریخ به بعد این زوج دوست داشتنی کوشش خود را با تامین و پرداخت هزینه تحصیل و حمایت از ادامه تحصیل فرزندان بیماران مبتلا به سرطان آغاز نمودند. بر این اساس واحد کمک هزینه تحصیلی فرزندان با ایده و برنامه‌ریزی مینا صفوی در موسسه خیریه بهنام دهش‌پور آغاز شد. فعالیتی که ایشان از سال ۱۳۸۳ در موسسه آغاز نمود و طی مدت سیزده سال هدایت و انجام



صحبت از نسلی است که سعادت شناخت و همراهی با آنها ولو برای یکبار هم افتخاری فراموش نشدنی است.

امور آن را به اتفاق ســایر عزیزان داوطلب برعهده داشت و پس از درگذشــت ناباورانه‌اش در خردادماه ۱۳۹۶ نیز تاکنون بحمداله با مشارکت و همراهی جمعی از داوطلبان نیک اندیش و دلســوز، این فعالیت و رســالت همچنان ادامه دارد.

فعالیتی که در سال ۱۳۸۳ با منابع اندکی توسط این زوج مهربان شناســایی و تامین و آغاز شد، طی سالها با حمایت حامیان و همراهان همیشگی موسسه خیریه بهنام دهش‌پور از نهالی نورســته به درختی پُربار با ریشه‌های عمیق و استوار تبدیل شده است.

گر نَگشتی نقشِ پرّ او عَیان
این همه غُوغا نبودی در جهان
این همه آثار صُنع، از فَرّ اُوست
جمله اِنمودار نَقشِ پَرِ اُوست
چون نه سر پیداست وَصفَش را، نه بُن
نیست لایق بیش از این، گُفتن سُخُن

وقتــی به پیامد و نتایج حضور و همراهی مینا صفوی در موســـسه خیریه بهنام دهش‌پور نـــگاه می‌کنیم، به روشنی درمی‌یابیم، حضور، همراهی و مساعی او، نه تنها در تشــکیل و فعالیت ثمربخش و سازنده‌ی واحد کمک هزینـــه تحصیلی فرزندان نقش تعیین کننـــده و بارزی داشته، بلکه در سایر زمینه‌ها نیز ایشان در موسسه مُبدع و تاثیرگذار بود. به عنوان مثال برای نخستین بار در سال ۱۳۸۶ پیاده‌ســازی و اخذ گواهینامه اســتاندارد جهانی NGO Benchmarking را در راستای تعالی سازمانی، توسعه و تعمیم شــاخص‌های دقیق سنجش عملکرد و ســازوکارهای نوین مدیریت بهینه منابع را، با حمایت و همراهی لیلی رضایی و پیام فرخی در موسسه پیاده‌سازی و اجــرا نمود. با کمال افتخار می‌توانیم اعلام کنیم که در پی شش دوره نظارت و بازرسی توسط موسسه استاندارد SGS اکنون موســـسه خیریه بهنام دهش‌پور به عنوان یکی از موسســـات خیریه سرشــناس، مردم نهاد کشور، دارای رتبه بالای ملــی و بین‌المللی در اخذ و حفظ این گواهینامه معتبر جهانی اســت. همچنین کسب نظرات مشــاوره تخصصی مینا صفوی از سوی مدیریت و هیات مدیره در راستای استانداردســازی، تهیه رویه‌ها، تدوین آیین‌نامه‌های داخلی، تعریف و نگارش برنامه‌های عملیاتی و راهبردی، کمک به توسعه سرمایه انسانی موسسه و در مجموع تشویق سایرین برای شناسایی، پیاده‌سازی و به کارگیری شایسته و بهینه علم و دانش مدیریت، از اقدامات درخشان و ماندگار اوست.

> **خانــم آزاد بــرای نخســتین بــار در ســال ۱۳۸۶ پیاده‌ســازی و اخــذ گواهینامــه اســتاندارد جهانـــی NGO Benchmarking را در راســتای تعالــی ســازمانی، توســعه و تعمیــم شــاخص‌های دقیــق ســنجش عملکردو ســازوکارهای نوین مدیریت بهینه منابع را، با حمایت و همراهی لیلی رضایی و پیام فرخی در موسسه پیاده‌سازی و اجرا نمود**

جُمله گُفتند آمدیم این جایگاه
تا بُوَد سیمرغ ما را پادشاه
ما همه سَرگشتگانِ دَرگَهیم
بی‌دلان و بی‌قراران رَهیم
مدتی شُد تا در این راه آمدیم
از هزاران، سی به دَرگاه آمدیم

شــایان ذکر اســت حضور، تعامل و مشارکت فعال مینا صفوی از سال ۱۳۸۳ در موسسه، همواره درجهت برقراری ارتباطات موثر و ایجاد تعاملات قوی و ثمربخش با بســیاری از افراد مشتاق و موثر و سازمان‌های فعال و توانمند، در زمینه ارائه کمک به موسســـات خیریه بوده است.

از دل این حضور و تلاش خستگی‌ناپذیر و صمیمانه، به منظور طراحی، استقرار، پیاده سازی و اجرای سیستم های نرم افزاری مالی و گزارشات مدیریت مربوط به آنها، در موسسه خیریه بهنام دهش‌پور، مینا صفوی، موافقت و مشارکت ارزشمند و ثمربخش آقای مهندس نظاری، رئیس هیات مدیره محترم وقت گروه همکاران سیستم را جلــب نمود که این همکاری به صــورت داوطلبانه و رایگان انجام پذیرفته است و در حال حاضر سیستم های مذکور در حال بهره برداری می باشد.

از ســوی دیگر، در مسیر توســعه روابط سازمانی، می‌تــوان به نقش موثر مینا صفــوی در جلب همکاری داوطلبانه شرکت شــاتل و حمایت بی‌دریغ و صمیمانه هیــات مدیره و بخصوص مدیرعامــل محترم آن، آقای مهندس احمدرضا نخجوانی در حوزه فناوری اطلاعات و ارتباطات و تقویت زیرساخت و بستر اینترنتی و اینترانتی موسسه، یاد کرد.

هرکه در این سَرا دَرآید نانش دهید و از ایمانش مپرسید
چه آنکس که بـــه درگاه باری تعالی به جان ارزد،
البته بر خوان ابوالحسن به نان اَرزد

> **در حــال حاضــر و در ســال تحصیلــی ۹۷-۹۶ تعــداد ۴۱۶ تــن از فرزندان بیماران مبتلا به ســرطان تحت پوشش واحــد کمک هزینه تحصیلــی فرزندان قرار دارند**

مشـــارکت درخصوص تامین کمک هزینه تحصیلی فرزندان و نسل جوان امروز اقدامی سِتُرگ برای ساختن فردا و حمایت از ســازندگان آینده این سرزمین بوده و هست. با تشکیل این واحد از سال ۱۳۸۳ شاهد حمایت مستمر تحصیلی برای جمع بسیاری از کودکان، نوجوانان و جوانان، از مقاطع ابتدایی تا پایان تحصیلات دانشگاهی بوده و هســتیم، اقدامی ماندگار که با همت مینا صفوی و حمایت و همراهی جمع بســیاری از داوطلبان و یاران بی‌بی‌گل و بهنام میسر شد.

امروز با کمــال افتخار اعلام می‌داریم در حال حاضر و در ســال تحصیلی ۹۷-۹۶ تعداد ۴۱۶ تن از فرزندان بیماران مبتلا به ســرطان تحت پوشش این واحد و این خدمات حمایتی قرار دارند. اقدامی ارزشمند که توسط داوطلبانی نیک اندیش، انسان دوست و عاشقان توسعه فرهنگی مُلک و ملت استقرار یافته همواره فعال و پایدار اســت. امیدواریم همه با هم این اندیشــه و باور را برای همیشه زنده نگاه داریم و استمرار آن را به نسل‌های پس از خود بیاموزیم و همواره شــاهد سربلندی وپیشرفت ایران عزیزمان در جهان باشیم.

درختِ تو گر بار دانش بگیرد
به زیر آوری چرخِ نیلوفری را

هیات مدیــره و مدیریت موســـسه خیریــه بهنام دهش‌پــور، به پاس حضور و خدمات خســتگی ناپذیر، صمیمانه و بی‌دریغ بانو مینا صفوی عباسی (آزاد)، پس از درگذشــت ناباورانه این بانوی نیک اندیش، خیرخواه، سلیم النفس و اثربخش، واحد هزینه تحصیلی فرزندان را به نام یاران بی‌بی‌گل نامگذاری می‌نماید.

باشــد که نام و یــاد این مادر و فرزند ســفر کرده و دیگر یاران دلســوز موســـسه همواره بر تارک اقدامات آموزشــی، تربیتــی و فرهنگی موســـسه خیریــه بهنام دهش‌پور جاویدان و درخشــان باشــد. و به یاد داشته باشیم این آرزو و آرمانی است تحقق یافتنی با مشارکت و همدلــی همه شــما همراهــان و حامیان موســـسه خیریه بهنام دهش‌پور.

نام نیکوگر بِماند زآدمی
بِه کز اُو ماند سَرای زَرنگار

آیا می‌دانید؟

در سال ۱۳۹۵

با حمایت و مشارکت شما نیکوکاران نزدیک به ۶۱ میلیارد ریال به صورت مستقیم
صرف ارائه خدمات به بیماران مبتلا به سرطان و خانواده ایشان شده است.
این رقم در مقایسه با سال ۱۳۹۴ نمایانگر رشد ۴۲ درصدی در ۷ دسته اصلی خدمات‌رسانی می‌باشد.

بهره مندی تعداد ۷.۷۶۳ مورد مراجعه با پرداخت هزینه دارو و درمان به ارزش ۳۸.۶ میلیارد ریال

بهره مندی تعداد ۱.۱۳۴ مورد مراجعه از خدمات اسکان و تغذیه بیماران مراجعه کننده
از شهرستان به ارزش ۱.۳ میلیارد ریال

بهره مندی تعداد ۳.۹۷۱ مورد مراجعه بیماران و دریافت کمک هزینه‌های جانبی نقدی و غیر نقدی
به ارزش ۶.۳ میلیارد ریال

بهره مندی تعداد ۵۱۰ بیمار از داروی اهدایی شما نیکوکاران به بیماران
به ارزش ۷.۷ میلیارد ریال

بهره مندی تعداد ۲۵۴ دانش آموز و دانشجو از کمک هزینه تحصیلی به ارزش ۳.۳ میلیارد ریال

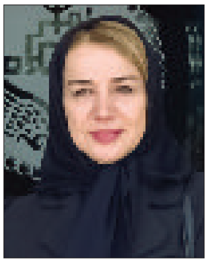
بهره مندی تعداد ۲۱.۹۱۱ مورد مراجعه از خدمات تغذیه رایگان بیماران سرپایی
در بیمارستان شهدای تجریش به ارزش ۲.۵۷ میلیارد ریال

بهره مندی تعداد ۶۵۹ کودک و نوجوان از خدمات کتابخانه کودکان به ارزش ۱ میلیارد ریال

پژوهش و سرطان

مروری کوتاه بر پروژه مدل‌سازی ریاضی سرطان

سرطان یک بیماری است مانند سرماخوردگی با این تفاوت که خطر کمتری هم دارد چون واگیردار نیست. سرطان از فرصت اختلال در سیستم ایمنی بدن فرد میزبان برای بروز و گسترش خود استفاده می‌کند. سرطان قابل درمان است مانند سایر بیماری‌ها، فقط هنوز به دلیل ناشناخته بودن ابعاد و شرایط بروز و مدیریت، شاید داروی درمان قطعی آن و یا حتی پیشگیری از آن هنوز تولید و عرضه نشده است. سرطان را هم می‌توان شکست داد تنها کافی است بدانیم چه اتفاقاتی در بدن رخ می‌دهد که سلول‌های سالم، آلوده و آلوده‌کننده می‌شوند. در کشور ما نرخ فوت شدگان از بیماری سرطان بر طبق آمار سال ۲۰۱۲، ۸۱.۹ مرگ در هر ۱۰۰ هزار نفر می‌باشد. این رقم علی‌رغم اینکه از میانگین جهانی پایین‌تر است ولی با توجه به سرعت افزایش آن در سال‌های گذشته و مباحثی نظیر در پیش بودن سونامی سرطان، انجام مطالعات و تحقیقات وسیع در این حوزه توسط مراکز مختلف دانشگاهی و تحقیقاتی را ایجاب می کند. در صورت تمایل می‌توانید گزارش کامل این پروژه را از دفتر موسسه دریافت کنید.



خانم لیلی رضایی
مدیرعامل مؤسسه خیریه بهنام دهش‌پور

این موسسه اولین خیریه سرمایه‌گذار در حوزه تحقیقات سرطان است. در نظر داشته باشیم این، اولین تجربه خیریه‌ای ایران با این میزان از بودجه و به شکل مستقل از بخش دولتی در حوزه پژوهش سلامت و سرطان است.

به عبارتی اولین و تنها سازمان غیردولتی هستیم که از منابع مؤسسه، یک ایده دانشگاهی را تأمین هزینه کردیم و کمک کردیم تا یک ایده به تحقیق و تبدیل به نتیجه و محصول با زبان علمی شود.

یکی دیگر از دستاوردهای حمایت موسسه از این پروژه ماندگاری و حفظ نیروی انسانی توانمند و متخصص در کشور با حمایت از یک تیم علمی جوان و دادن انگیزه پژوهش در داخل کشور و اعتلای نام ایران و ایرانی بود. امید آنکه گروه تحقیقاتی جوان این پروژه بتوانند در داخل این آب و خاک انگیزه ماندن پیدا کنند و ایده‌هایی خود را بپردازند و از جرگه فرارمغزها خارج شوند.

آقای بهمن دهش‌پور
عضو هیات امناء موسسه

پیوند میان موسسه و مراکز تحقیقاتی گفتند و آن را موجب ارتقاء سلامت برمی‌شمرد. این کار اولین قدم خیریه برای شروع یک پروژه تحقیقاتی با مشارکت دانشگاه تهران قدم مبارکی است.

ایشان ضمن ابراز امیدواری خود در خصوص این حرکت آن را فتح باب و زمینه‌ای برای کمک به درمان بیماران سرطان در تعامل و همکاری موسسه خیریه بهنام دهش‌پور و بزرگترین مرکز علمی دانشگاهی کشور برشمردند و نتیجه آن را تلاشی در راستای رشد علمی و اجرایی عنوان کردند. در پایان هم یادآور شدند که تمام پروژه‌های تحقیقاتی در دنیا حتماً به نتیجه دلخواه نمی‌رسد ولی این مساله نباید سد راه محققان و حامیان باشد و ادامه این تحقیقات می‌تواند منجر به کشف راه‌حل‌های جدید در زمینه مسائل روز جامعه باشد.

آقای دکتر محمود کمره‌ای

استاد تمام دانشکده مهندسی برق و ریاست وقت دانشکده علوم و فنون نوین دانشگاه تهران

سرمایه‌گذاری موسسات خیریه را در موضوع پژوهش بسیار نادر و ارزشمند برشمردند و اعلام داشتند که پردیس همیشه در پذیرش پروژه‌ها دو هدف را مدنظر دارد: ۱) تحقیق، علمی و دارای محتوای غنی چه به لحاظ دانش بنیادی، چه فناوری ۲) در خدمت جامعه بودن و ارائه حرفی جدید. در ادامه متذکر شدند که هر پروژه تحقیقاتی یک خطر و ریسک است. چون نامش تحقیق است نه تکرار. در ابتدا باید تمام احتمالات برآورد شود و در نهایت کار به نظر شدنی بیاید. از طرف دیگر قرار نیست هر پروژه نتیجه کاربردی داشته باشد.

حتی تجربه‌ای که از پروژه‌ی به نتیجه نرسیده به دست می‌آید دور ریختنی نیست. این موضوع سبب می‌شود دوباره مسیر تکراری پیموده نشود، می‌تواند نگرش‌های محققان بعد از خود را تغییر دهد؛ تکنولوژی و یا تیم تحقیق را نیز و در نهایت به عقیده‌ی من نتیجه تمامی تحقیق‌ها مثبت است. در این پروژه در ابتدا می‌دانستیم قرار نیست کلیدی اختراع شود که بچرخانیم و مشکلات سرطان را حل کنیم.

آقای دکتر آرتا جمشیدی

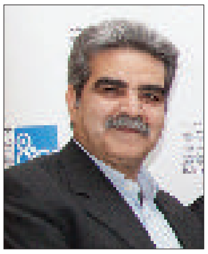
ریاضیدان، استادیار پردیس فنی دانشگاه تهران و مدیر پروژه

با ایده ساخت «سنسورهای هشدار دهنده اختلال در سلول‌ها و اعلام هشدار بروز سرطان» طرح خود را در بهار ۱۳۹۴ با عنوان «مدلسازی ریاضی مراحل مختلف پیشرفت بیماری سرطان از سطح زیر سلولی تا مرحله درمان» به موسسه خیریه بهنام دهش‌پور مراجعه کرد.

هدف این طرح استفاده از دانش ریاضیات برای مدلسازی سرطان بود و در قالب یک همکاری پژوهشی مشترک بین موسسه خیریه بهنام دهش‌پور و پردیس فنی دانشگاه تهران به راهبری و هدایت آقای دکتر محمود کمره‌ای (استاد تمام و رئیس پیشین پردیس فنی دانشگاه تهران) به ارزش ۲.۵ میلیارد ریال و طی مدت ۱۲ ماه از مهرماه سال ۱۳۹۴ تا ۱۳۹۵ اجرا کرد.

اهداف و فازهای اجرایی این پژوهش کاربردی بدین شرح مصوب و اجرا گردید:

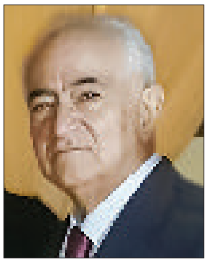
- بررسی مستندات و تحقیقات موجود در جهت شناسایی مدل‌های کاربردی مطرح در سطح بین‌المللی در سطوح مختلف از زیر سطح تا سطح درمان
- استخراج مدل‌های مناسب در سطوح منتخب و نهایی شده و رتبه‌بندی مدل‌ها با توجه به معیار تعریف شده و مشخص کردن مدل‌های کاربردی و مؤثر
- پیاده‌سازی مدل‌های منتخب در محیط شبیه‌ساز
- اعتبارسنجی مدل‌های توسعه یافته با توجه به امکانات موجود در سطوح مختلف
- رفع ایرادات احتمالی مدل‌های توسعه یافته در جهت دست‌یابی به مدل قابل قبول
- جمع‌بندی پروژه و ارائه دستاوردهای حاصله به صورت مدون



آقای دکتر امیر نوروزی

پزشک و مشاور پروژه

تحقیق را تحقیقی پایه‌ای می‌داند که شاید خیلی کاربردی هم نباشد ولی می‌تواند پایه و اساس تحقیقاتی قرار بگیرد که در حوزه سرطان صورت خواهد گرفت. او می‌گوید: در فاز فعلی پروژه نتیجه کاربردی قابل لمس که منجر به اصلاح فرآیند یا بهبود در حوزه درمان و تشخیص سرطان باشد، اتفاق نیفتاده. این تحقیق پایه بسیار مهم و خوبی برای تحقیقات آینده است. یک گروه دانشمند غیر مرتبط با حوزه پزشکی در زمینه ذکر شده نوآوری‌ای را به ثبت رسانده. نتیجه فورمولاسیون آنها این است که می‌توان با غلظت کمتر از داروی فرضی مورد نظر، نتایج بهتری در درمان گرفت که البته این نتیجه روی کاغذ است و برای تبدیل شدن به تحقیق بالینی نیازمند طی کردن مسیر و اخذ مجوزهای مورد نظر است تا بتواند قابلیت آزمایشگاهی پیدا کند. به نظر من، اگر تنها نتیجه این پروژه این باشد که یک تیم پژوهشی و دانشمند جوان در پردیس دانشکده فنی دانشگاه تهران شکل گرفته است که به حوزه سلامت در کل و سرطان به‌طور خاص علاقه‌مند شده‌اند و در آینده به تحقیقات بیشتر در این حوزه ورود پیدا خواهند کرد.

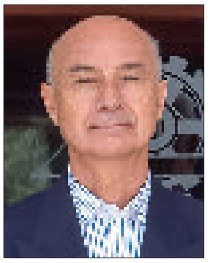


آقای دکتر محمدعلی نراقی

متخصص جراح عمومی و پژوهشگر سرطان و مشاور پروژه

درخصوص اهمیت تحقیقات و لزوم شناخت سرطان از مبداء آن یعنی سلول و اینکه چقدر مهم است ابتدا سلول و رفتارهای بدن در برابر سلول‌های بیمار و سایر سلول‌ها تحقیق کنیم و با شرایط بروز سرطان در بدن افراد آشنا شویم. زیرا رفتارهای سلول‌ها در افراد مختلف باهم متفاوت است و برای این تحلیل علم ریاضی به عنوان یک علم پایه خیلی می‌تواند به محققین و پزشکان کمک کند.

حمایت موسسه خیریه بهنام دهش‌پور از این پروژه می‌تواند آغازگر مسیر پژوهش‌های بعدی برپایه سلول در بین مراکز علمی و دانشگاهی و موسسات خیریه باشد. این موسسه با قبول ریسک تامین هزینه و اجرای این پروژه به عنوان یک سازمان مردم نهاد پیشگام محسوب می‌َشود و این اقدام قابل ستایش و تقدیر است.



آقای دکتر مهرداد نراقی

دکترای مدیریت سیستم‌های مالی و فوق لیسانس مهندسی مخازن نفت و مشاور پروژه

براساس تجارب و تخصص در زمینه پروژه‌های شبیه‌سازی ریاضی مخازن نفت و گاز و مهندسی مخازن نفت و گاز قرابت این موضوع با این پروژه که تلفیق تحقیقات بنیادی مبانی علوم ریاضی، بیولوژی، پزشکی را قدمی بنیادین در شناخت، پیشگیری و درمان آتی بیماران مبتلا به سرطان در کشور برشمرد و تعلیم و تربیت دانش‌پژوهان در قالب حمایت از این‌گونه پروژه‌های تحقیقاتی که بتواند پیکره علمی و پژوهشی کشور را ترغیب و تقویت نماید قدمی کلیدی در ریشه‌یابی و شناخت عوامل و درمان بهینه بیماران مبتلا به سرطان در کشور برشمردند. همچنین از عمده دستاوردهای مثبت اتمام این پروژه آشنایی مدیریت و پیکره اجرایی موسسه خیریه بهنام دهش‌پور با مبانی و ضرورت اعمال دانش و عملکرد مدیریت و کنترل پروژه در تعریف و انجام پروژه‌های تحقیقاتی آتی موسسه اعلام کردند.

رییس پژوهشکده معتمد- مرکز تحقیقات سرطان پستان- جهاد دانشگاهی مطرح کرد:

سرطان پستان، بیماری ارثی اما قابل پیشگیری

جدی‌ترین فاکتور خطر در سرطان پستان سابقه فامیلی است و خانواده‌هایی که سابقه فامیلی سرطان پستان دارند، حتما باید به کلینیک‌های سرطان‌های خانوادگی مراجعه کنند تا از جنبه ژنتیکی مورد بررسی قرار بگیرند.

دکتر کیوان مجیدزاده با اشاره به افزایش نرخ بروز بیماری‌های مزمن در کشورهای مختلف به دلیل صنعتی شدن، گفت: در کشورهای پیشرفته با افزایش نرخ بروز بیماری‌ها با توجه به دستاوردهای علمی و ارتقای مراقبت‌های پزشکی به همان نسبت نیز میزان بقای بیماران در حال افزایش است.

وی با بیان این مطلب که در بسیاری از کشورهای پیشرفته، سرطان یک بیماری کشنده و خطرناک تلقی نمی‌شود، افزود: در ایران نیز با کارهای مختلفی که انجام شده، این موضوع در حال شکل‌گیری است، اما همچنان میزان بقا در کشور ما با کشورهای پیشرفته فاصله دارد. بخشی از این کار به فرهنگ عمومی و آموزش بر می‌گردد که باید در این زمینه ارائه شود. بخش دیگری هم به ارتقای سیستم‌های خدمات‌رسانی و بهداشتی و پزشکی باز می‌گردد.

دکتر مجیدزاده ادامه داد: در خصوص آموزش، موضوع روشنی که در مورد بیماری‌های مزمن به خصوص سرطان وجود دارد این است که بر اساس مطالعات، ۴۰ تا ۵۰ درصد فاکتورهای خطر توسط مردم قابلیت پیشگیری دارند. در نتیجه نقش آموزش از همه استراتژی‌های دیگر که باید برای آن‌ها هزینه‌های هنگفتی پرداخت شود، جدی‌تر است.

مردم باید بدانند که حتی یک روز را هم نباید برای پرداختن به این موضوعات از دست بدهند. روش‌های کنترل فاکتورهای خطر سرطان بسیار مهم است

رییس پژوهشکده معتمد جهاد دانشگاهی با اشاره به لزوم ارتقای فرهنگ بهداشت و سلامت، عناصر مداخله‌گر این‌طور برشمرد که یکی از مهم‌ترین عناصر این است که مردم در برابر ریسک فاکتورهای ایجاد کننده سرطان، در درجه اول چقدر دانش دارند و در درجه بعدی چه نگرشی دارند و سوم این‌که رفتارشان بر اساس دانش و نگرش چگونه تنظیم می‌شود. وی افزود: در حوزه سرطان پستان، معضلات فرهنگی بسیاری وجود دارد.

مردم باید بدانند که حتی یک روز را هم نباید برای پرداختن به این موضوعات از دست بدهند. روش‌های کنترل فاکتورهای خطر سرطان بسیار مهم است. دکترمجیدزاده با اشاره به مهم‌ترین ریسک فاکتورها در سرطان پستان، گفت: در حوزه سرطان پستان، سابقه فامیلی، جدی‌ترین فاکتور خطر است. خانواده‌هایی که سابقه فامیلی سرطان پستان دارند، حتما باید به کلینیک‌های سرطان‌های خانوادگی مراجعه کنند تا از جنبه ژنتیکی مورد بررسی قرار بگیرند.

وی با مهم دانستن نقش اجتماعی مردم در کنترل و درمان سرطان اظهار کرد: موضوع دیگری که نقش اجتماعی مردم را پررنگ می‌کند، این است که در جوامع پیشرفته بخش قابل توجهی از هزینه بیماری‌های مزمن را خود مردم پرداخت می‌کنند. حتی مردم در بخش پژوهش هم وارد می‌شوند. قسمتی از این مشارکت مردمی نیز به خیرین مربوط می‌شود که امیدوارم در بحث سرطان نیز وارد شوند.

دکتر محمداسماعیل اکبری، استاد دانشگاه و فوق تخصص جراحی سرطان

سرطان پستان همانند سایر سرطان ها به علل مختلف ایجاد می شود که اگر چه این علل تا حدودی شناخته شده هستند، اما نمی توان هیچ کدام را به عنوان عامل اصلی ایجاد سرطان پستان معرفی کرد. ژن‌ها که عوامل انتقال وراثت می‌باشند و روی کروموزوم‌های انسانی قرار دارند به دو صورت برای انتقال بیماری‌ها عمل می کنند.

ســـرطان پستان از کجا می آید

سرطان پستان شایع ترین سرطان زنان ایران است و طی ســال‌های گذشته نیز رو به فزونی گذاشته است و همانند سایر سرطان‌ها به علل مختلف ایجاد می‌شود که اگر چه این علل تا حدودی شــناخته شده هستند، اما نمی‌توان هیچ کــدام را به عنوان عامل اصلی ایجاد سرطان پستان معرفی کرد.

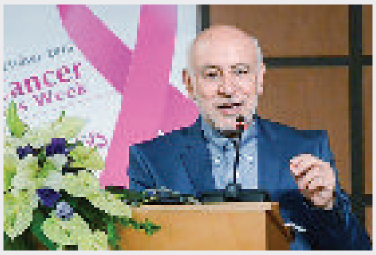
عوامــل فردی همچون چاقی و عــدم تقارن قد و وزن، نداشتن فعالیت فیزیکی مناسب (ورزش)، مسایل خلقــی و روانی، رژیم‌های غذایی پرچرب و نشاســته، مصرف الکل و دخانیات از عوامل موثر در ایجاد سرطان پستان هســتند. عوامل ژنتیک به عنوان اینکه بیماری با ژن منتقل شــود، نقش بسیار کمی‌در انتقال سرطان پستان دارد.

آیا سرطان پستان ارثی است؟

ژن‌ها که عوامــل انتقال وراثت می‌باشــند و روی کروموزوم‌های انســانی قرار دارند بــه دو صورت برای انتقال بیماری‌ها عمل می‌کنند: یکی به صورت ژن غالب و دیگــری ژن مغلوب. اگر ژن غالب انتقال یک بیماری در یکی از والدین موجود باشــد، حتماً به فرزند منتقل می‌شــود ولی برای ژن مغلوب، در صورتی این انتقال صورت می‌گیــرد که با ژن مغلوب والد دیگر هم‌خوانی پیدا کرده و منتقل شوند که این بیماری تقریباً در یک چهارم فرزندان پیدا می‌شــوند. ســرطان پستان جزو بیماری‌های ژنتیک (ارثــی) که به صورت فوق منتقل شود، نیســت. تاکنون دو نوع ژن برای انتقال سرطان پستان شناخته شده اســت که با عنوان BRCA1 و BRCA2 معروف هســتند. این ژن‌ها تنها ۵ درصد مبتلایان به سرطان پستان را تشکیل می‌دهند.

کســانی که با انتقال ژن به ســرطان پستان مبتلا شده‌اند مشخصات ویژه ای دارند: در سن بسیار پایین‌تر (حداقل دهه دوم عمر) مبتلا می‌شوند و یا در خانواده آنها چند نفر مرد و زن دیگر مبتلا هســتند. بنابراین با توجه به مدارک علمی موجود، تنها ۵درصد بیماری با ارث منتقل می‌شوند. همان طور که گفته شد سرطان پستان در یک فامیل (خانواده) بیشتر دیده می‌شود. به عنوان مثال اگر مادر و یا دختری گرفتار شــده باشد، احتمال گرفتاری فرزند یا مادر او ۵ برابر بیشتر از زنان عادی جامعه است.

فراوانی ســرطان پســتان در یک خانواده با مسأله ارثــی بودن آن فــرق دارد و آن را باید بیماری فامیلی یا خانوادگی شناخت تا ارثی. زنانی که در خانواده خود اعم از فامیل درجه یک (مادر بزرگ، مادر، خواهر، پدر، برادر) و یــا درجه ۲ (عمه، خاله و فرزندان) ســرطان پســتان دارند، نیازمند مراقبت‌های بیشــتری در این زمینه هستند. شاید علت فراوان بودن سرطان پستان در یک خانواده، رفتارهای فردی و اجتماعی مشابه آنها باشد که از رفتارهای ســلولی تا عضوی و اجتماعی را شامل می‌شود.



گفتیم که سرطان پستان ارثی نیست و تنها ۵درصد آنهــا احتمالاً از طریق ارث (ژن) منتقل می‌شــوند اما ژن‌ها در شدت و حدت بیماری کاملاً تأثیرگذار هستند. بدین معنی که در بدن انسان ژن‌هایی وجود دارند که آنهــا را «تومورزا» می‌نامیم. ایــن ژن‌ها وقتی در بدن انســان فعال شوند ســبب پیدایش تومورها می‌شوند، چــون به روش‌های مختلف تکثیر ســلولی را ســبب می‌شــوند. این انکوژن‌ها در حدود ۳۰ تا ۳۵ درصد از سرطان‌های پستان فعال می‌شوند. به‌این معنی که در این بیماران شــدت و میزان رشد بیماری چشم‌گیرتر است و مراقبت‌های ویژه ای را می‌طلبند.

معروف‌ترین این ژن‌هــا C-arh-B2 یا HER-2 اســت. این ژن هر وقت در بیماری که مبتلا به سرطان پستان اســت تشــدید یافت، نیازمند درمان خاص و مراقبت بیشتر است، امروز تقریباً بررسی وضعیت این ژن در بیماران مبتلا الزامی‌شده است. عجیب ترین ژنی که در این رابطه معروف است، ژن P53 است. این ژن در حقیقت مخالف گروه ژن‌های بالا عمل می‌کرده و از بروز تومور در بدن جلوگیری می‌کند، یعنی ضد تومور و ضد سرطان است و هر وقت فعال شود مانع از پیدایش سرطان می‌شود.

روش عمل این ژن هم بســیار زیبا اســت. هر وقت توده‌های ســلولی بدن از حیطــه فرماندهی آن خارج شــوند و تصمیم به ایجاد تومور بگیرند، این ژن فعال شــده و فرمان خودکشی ســلول‌ها را صادر می‌کند، سلول‌ها با تبعیت از این ژن اقدام به خودکشی کرده و می‌میرند. مثال واضح عملکرد این ژن در بانوان محترم،

زنانی کــه در خانواده خود اعم از فامیل درجــه یک (مادر بزرگ، مــادر، خواهر، پــدر، برادر) و یا درجه ۲ (عمــه، خاله و فرزندان) سرطان پستان دارند، نیازمند مراقبت‌های بیشتری در این زمینه هستند. شاید علت فراوان بودن سرطان پستان در یک خانواده، رفتارهای فردی و اجتماعی مشــابه آنها باشــد کــه از رفتارهای سلولی تا عضوی و اجتماعی را شامل می‌شود

دوره‌های قاعدگی (پریود) زنان اســت که هر ماه پیش می‌آید، ســلول‌های مخاط رحم به‌تدریج درطول یک مــاه افزایش می‌یابند و زیاد می‌شــوند، اما در پایان با فعال شدن این ژن، فرمان خودکشی آن سلول‌ها صادر می‌شــود و آنها مُرده و فــرو می‌ریزند و قاعدگی اتفاق می‌افتد، رحم خالی می‌شود. پدیده خودکشی سلول‌ها را به اسم آپوتپوزیز می‌شناسیم. ژنP53 گاهی اوقات منحرف شــده و وظیفه اصلی خود را که جلوگیری از ایجاد تومور اســت فراموش می‌کند و بالعکس ســبب بروز تومور می‌شــود، به همین جهت همانند ژن قبلی (HER-2) در زمره ژن‌های تومورزا واقع می‌شود. این ژن دو چهره امروز از بهترین فاکتورهای بررســی علل سرطان اســت و تحقیقات متعددی را در دانشگاه‌های معتبر جهان به خود اختصاص داده است.

دکتر وحیدرضا یاسائی از قطب ژنتیک ایران می‌گوید

نگاهی جدید از دریچه ژن به بیماری‌ها و بخصوص سرطان

لیلا مهداد

۱۵ سال می‌شود که در زمینه سرطان به‌خصوص سرطان پستان کار می‌کند؛ پزشکی که دوره عمومی خود را در سال ۷۲ به پایان برد و برای ادامه تحصیل راه انگلستان را در پیش گرفت و توانست در رشته ژنتیک تخصص بگیرد بعد از اتمام تحصیلات دوباره مسافر ایران شد و در روستاهای شمال- رستم‌آباد نرسیده به رشت- طرح پزشکی خود را به پایان رساند. دکتر یاسائی در طول مدت فعالیت خود تجربه کار از سطح خانه‌های بهداشت تا بیمارستان‌های فوق‌تخصصی در انگلستان و اکنون در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی را دارد. پزشکی که دکترای تخصصی خود را با تجربه مناسب در همه سطوح نظام سلامت ایران و آشنا به تجربیات موفق سایر کشورهای پیشرفته کسب کرده و امروز با کولباری از تجربه و دانش تنها به عنوان یک استاد دانشگاه و یک مدیر دلسوز تمام وقت و توان خود را به خدمت در دانشگاه اختصاص داده است. در ادامه شما را به آشنایی بیشتر با قطب علمی ژنومیک کشور و مرکز تحقیقات ژنومیک و مرکز جامع خدمات ژنتیک دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی از زبان دکتر وحیدرضا یاسائی دعوت می‌کنیم.

از گروه ژنتیک تا مرکز ژنتیک

چهار سال بعد از شروع به کار دکتر یاسائی در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گروه ژنتیک راه‌اندازی شد؛ برای اولین‌بار در سال ۸۵-۸۶ دورانی که این گروه با چهار یا پنج نفر هیات‌علمی کارش را آغاز کرد. اگرچه در آن دوران محدودیت‌ها و سختی‌های زیادی پیش‌روی گروه ژنتیک وجود داشت اما با همکاری ریاست وقت دانشگاه آقای دکتر زالی این گروه توانست به‌طور مستقل راه‌اندازی شود. البته حمایت‌های ریاست وقت سبب شد مرکز تحقیقات ژنومیک مصوبه فعالیت خود را دریافت کند و در سال ۹۱ مرکز تحقیقات ژنومیک به عنوان اولین مرکز در کشور راه‌اندازی شد.

کار آسانی نبود، به‌خصوص از نظر نیروی‌انسانی که با محدودیت‌های زیادی مواجه بود؛ محدودیتی که هنوز هم وجود دارد اما تمام حمایت‌ها و تلاش‌های گروهی و گذشت و پایداری متخصصین و حمایت برخی از مسئولین امروز این مرکز با زیرساخت‌های قوی و منطبق با اصول و استاندارد علمی و اجرایی بین‌المللی راه‌اندازی و فعالیت می‌کند.

مرکز بعد از دوسال از طرف وزارت بهداشت مورد بازدید قرار گرفت؛ بازدیدی که در آن از خدمات و تحقیقات صورت گرفته استقبال و موجبات صدور مجوز قطب ژنومیک کشور برای آن صادر شد. در سال ۱۳۹۴ نیز با حمایت آقای دکتر پیوندی، رئیس سابق دانشگاه و با توجه به توسعه زیرساخت‌های انسانی و فنی در مرکز و درپی استقرار و فعالیت طرح تحول در نظام سلامت، این مرکز به عنوان یک ساختار وابسته به دانشگاه و به عنوان اولین مرکز ارائه دهنده خدمات ژنتیک در طرح تحول سلامت معرفی و تائیده‌های لازم را دریافت کرد.

به همین خاطر در هیات‌رئیسه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی مرکز جامع خدمات ژنتیک به عنوان اولین مرکز دولتی ارائه دهنده خدمات ژنتیک تصویب و امروز درکنار فعالیت‌های متعدد آموزشی، پژوهشی و تحقیقاتی اقدام به ارائه خدمات مشاوره و هدایت درمان به تمام بیماران نیازمند خدمات مرتبط با ژنتیک آن هم با تعرفه‌های دولتی فعالیت می‌نماید.

ما نیازمند یک سند بالادستی برای سلامت و رویکرد نوین حوزه سلامت برای بیست‌سال آینده هستیم. درواقع این سند بالادستی باید در طرح تحول وجود داشته باشد. یکی از بخش‌های سند بالادستی بخش ژنتیک است اگرچه منظور از ژنتیک تنها بیماری‌های ژنتیک نیست؛ منظور این است که ما بتوانیم برای همه بیماری‌ها به‌خصوص بیماری‌های مزمن مانند قلب‌وعروق، دیابت و بیماری‌های روانپزشکی خدمات و پیشگیری‌هایی داشته باشیم. بیماری‌هایی که یک مساله ژنتیکی می‌تواند باعث آن می‌شود را شناسایی و از نظر درمانی آن را مدیریت کنیم.

تجمیع توانایی‌ها در قطب ژنتیک

سرطان، بیماریی است که هزینه هنگفتی برای کشور دارد و این در حالی است که موارد بیشماری از سرطان غیر ارثی است آن هم ۹۰درصد. با این شرایط ما نیازمند مدیریت درمان هستیم.

این حوزه با حمایت می‌تواند این بار سنگین مالی را از دوش اقتصاد و جامعه بردارد. این مرکز حتی برای کمک بیشتر به بیماران با سازمان‌های بیمه‌گر قرارداد بست اما متاسفانه اجرایی نشد. چون این مرکز توان خواب و ماندگاری پول در سازمان‌های بیمه‌گر را ندارد و برای همین این قراردادها متوقف شد.

واقعیت امر این است که مشکلات وسیع است و هزینه‌ها بالا و گاها بیماران توان پرداخت را ندارند. افرادی هستند که چوب حراج به زندگی‌شان می‌زنند تا فرزند مبتلای‌شان را نجات بدهند که متاسفانه گاها بی‌نتیجه می‌ماند.

سرطان‌ها به سه دسته ارثی،خانوادگی و تک‌گیر تقسیم می‌شوند. این مرکز برای سرطان‌ها کلینیک‌هایی را در نظر گرفته است که در هریک از آنها با رویکردهای

خاص تشخیص و درمان انجام می‌شود؛ رویکردهایی که براساس الگوها و دستورالعمل‌های جهانی است.

در میان مراجعان خانواده‌های در معرض بالای ابتلا را شناسایی می‌کنیم و براساس نتیجه موارد بعدی را اعمال می‌کنیم. مسیری که در اکثر مواقع موفقیت‌آمیز بوده. این مرکز کلینیک مشاوره دارد که بسیار سخت‌گیرانه عمل می‌کند و گاها هر مشاوره ۴۰دقیقه و شاید بیشتر زمان می‌برد و این در حالی است که در مراکز دیگر این زمان شاید به ۵دقیقه نمی‌رسد.

شاید یکی از کمک‌های موثر این مرکز این باشد که تنها آزمایشات مورد نیاز از بیمار گرفته می‌شود و الزامی به انجام همه آزمایش‌ها برای همه بیماران نیست روشی که در اکثر مواقع در پیش گرفته می‌شود و هزینه مضاعفی به بیمار تحمیل می‌کند. یکی دیگر از موارد قابل تامل این است که در حوزه سلامت در کشورهای مختلف این مساله در نظر گرفته می‌شود که هر بیمار به چه دارویی نیاز دارد و اینکه کدام دارو برای هر فرد موثرتر است و این در حالی است که طبق آمارهای وزارت بهداشت سالانه مبالغ هنگفتی برای درمان سرطان هزینه می‌کنیم- رقمی که نمی‌توانم بگویم- در حالی که با در پیش گرفتن رویکرد جدید جهانی می‌توانیم به شکل قابل توجهای از این هزینه‌ها بکاهیم و این مبالغ را در بخش پیشگیری سرمایه‌گذاری کنیم چون همه پزشکان و مسئولان حوزه سلامت بر این باورند که اگر بتوانیم سرطان را در مقاطع اولیه شناسایی کنیم هم درمان موثرتر خواهد بود هم هزینه‌ها کاهش خواهد داشت. شاید در نگاه اول هزینه‌های مربوط به ورود تکنولوژی‌ها و سایر موارد بالا به نظر برسد اما کمی دقت نشان می‌دهد که در مقابل هزینه‌های درمانی رقم قابل ملاحظه‌ای نیست در مجموع یک در ده‌هزار این هزینه‌هاست.

دغدغه‌هایی که همیشه هستند

دغدغه اصلی من این است که بخش دولتی این حوزه ضعیف است. همین مرکز در مناطق محروم همچون پاوه و مرز عراق سیستمی را برنامه‌ریزی کرده که از طریق زیرساخت های ارتباطی و مخابراتی بیماران را از راه دور ویزیت می‌کند و اگر در مراحل بعدی نیاز باشد نمونه ارسال یا خود بیمار به مرکز فرستاده می‌شود. این دست از برنامه‌های چیزی است که باید در دستورکار وزارت بهداشت قرار بگیرد و این مرکز توان آن را دارد که مجری این برنامه‌ها باشد.

یک دغدغه دیگر این مرکز این است که فارغ از اینکه مسئولان چطور فکر می‌کنند و چگونه عمل می‌کنند به مراجعه‌کنندگان خدمات ارائه بدهد. به جرات می‌توان گفت این مرکز با همین تفکر و دغدغه سالی حدود ۲۰میلیارد تومان به اقتصاد سلامت کمک می‌کند آن هم با خدماتی که ارائه می‌دهد. مدارک و اسناد چنین ادعایی نیز وجود دارد.

اگرچه این رقم کف آن چیزی است که رخ می‌دهد. به عنوان مثال همین اواخر ما بچه‌ای را سقط کردیم که اگر به دنیا می‌آمد در دوسال اول زندگی‌اش سالی یک‌میلیارد تومان هزینه برای خانواده و دولت داشت. اگر این حوزه حمایت شده و گسترش بیابد با توجه به طرح تحول سلامت بی‌شک به ارتقا سلامت جامعه کمک خواهد کرد. در حال حاضر این مرکز ۵برابر ظرفیت موجود زیرساخت دارد که می‌توان بهترین بهره را از آن برد. اگرچه نباید فراموش کرد که ما نیازمند تکنولوژی‌های پیشرفته نیز هستیم. اگرچه این تکنولوژی‌ها تحت تحریم هستند البته کشورهای مختلفی سازنده این دستگاه‌ها هستند اما بهترین آنها توسط آمریکا و انگلیس ساخته می‌شود. واقعیت این است که اهمیت این تکنولوژی تا حدی است که می‌توان گفت اگر بیشتر از هواپیما بوئینگ نباشد کمتر از آن نیست.

بیماری که بالاترین مرگ‌ومیر جهان را دارد

این مرکز برای سرطان دستگاه گوارش، پستان و ... خدماتی اراده می‌دهد. یکی از مسائلی که در این مرکز رعایت می‌شود این است که هر بخش از کار را گروهی از متخصصان برعهده دارند رویه‌ای که سال‌هاست در دنیا دنبال می‌شود اما متاسفانه در ایران کمتر به آن می‌پردازند و آن هم به این دلیل است که نگاه اقتصادی وجود دارد؛ متاسفانه. به عنوان مثال هیچ سرطانی به اندازه سرطان پستان پیچیده نیست اما این به معنای مرگ نیست.

در این بیماری باید مشخص شود که چه زمانی مرحله پیشگیری باید اجرا شود و چه زمانی درمان که هریک از آنها به کار کارشناسی نیازمند هستند تا در نهایت ریسک برای بیماران پایین بیاید و این در حالی است که در مراکز مختلف اشتباهات فاحشی وجود دارد به عنوان مثال فرد برای اتاق عمل آماده شده و جواب آزمایشات مرکز ما منفی می‌شود و فرد با اشک خوشحالی مرکز را ترک می‌کند و این در حالی است که هفته بعد دختر این بیمار باید تحت عمل جراحی قرار بگیرد شاید دولتی و دانشگاهی شدن مراکزی از این دست از چنین اشتباهات فاحشی بکاهد.

بیشترین تلاش این مرکز روی مقوله پیشگیری است البته پکیجی مخصوص انتخاب درمان است که ما انجام نمی‌دهیم و در اختیار آمریکاست و ۱۵هزار دلار هزینه دارد البته این تکنولوژی در اختیار یک شرکت هلندی بود که ما با آنها قرارداد داشتیم و نمونه‌ها را ارسال می‌کردیم اما بعد آمریکا این شرکت را خریداری کرد و قرارداد به شکل یکطرفه لغو شد. اما با همه این تفاسیر ما بیمارانی از آمریکا و عراق داریم که افرادی که شناختی از مرکز ما دارند این بیماران را به ما معرفی می‌کنند و این در حالی است که این مرکز با کمترین هزینه بالاترین کیفیت خدمات را ارائه می‌دهد. البته سرطان تنها به پستان منتهی نمی‌شود و ما سرطان‌ها و بیماری‌های دیگری نیز داریم که هم بار اقتصادی سلامتشان بالاست و هم بار اجتماعی‌شان.

به همین منظور نیازمند یک برنامه نوین به‌خصوص در حوزه سلامت هستیم که علت اصلی مرگ‌ومیر در کشورهاست و ایران در این زمینه مقام سومی را دارد و این در حالی است که آمارهای غیررسمی از رشد ۱۰درصدی این بیماری حکایت می‌کنند. ما به برنامه مدون قابل قبول و تجربیات کشورهای دیگر نیاز داریم.

اگرچه این مرکز تمام تلاش خود را می‌کند اما به نظر می‌رسد حمایت‌های بیشتر کمک می‌کند تا این مرکز به صورت شبکه‌ای سرطان‌های مختلف را پوشش دهد. ما در حوزه سرطان باید رویکردها، دستورالعمل‌ها، داروها و نگاه جدید داشته باشیم تا بتوانیم به واسطه آنها با حداقل هزینه‌ها به درمان و تشخیص و پیشگیری این بیماری بپردازیم و آن را مدیریت کنیم. رویکردهایی بلندمدت در تعامل بخش‌های مختلف در این مساله از اهمیت بالایی برخوردار است چون مطالبه سلامت خواسته همه مردم و حتی مسئولان است و با برنامه‌های کوتاه و میان‌مدت اثربخش می‌توان آن را محقق کرد.

موسسات مردم نهاد و خیریه‌ها وارد شوند

این مرکز می‌توان همکاری خوبی با موسسات مردم نهاد داشته باشد. حضور و همکاری موسسات خیریه و سازمان‌های مردم نهاد می‌تواند در بخش تحقیقات به مانند بخش درمان و حمایت راهگشا و هموار کننده مسیر سخت بیماری برای افراد جامعه باشد. البته این همکاری میتواند قبل از بروز بیماری برای افراد جامعه و با رویکرد پیشگیری انجام شود.

مشارکت در امر تحقیقات، کمک به تولید دانش و پشت سرگذاشتن مرزهای علمی، کمکی در تامین تجهیزات و نیازمندی‌های سخت‌افزاری، حمایت از توسعه و آموزش نیروهای متخصص و یا تامین کمک هزینه‌های اندک برای جذب نیروی انسانی موردنیاز برای ارائه خدمت بهتر و موثرتر به مراجعان را شاید بتوان اولین زمینه‌های همکاری مشترکت بین مراکز علمی و موسسات مردم نهاد و خیریه برشمرد. البته در کنار این موارد میتوان با اطلاع‌رسانی و آگاهی‌بخشی که دو فاکتور مهم و اساسی در زمینه پیشگیری و درمان صحیح بیماران می‌باشد نیز فعالیت‌های مناسبی را طراحی و اجرا نمود.

ما نیازمند یک سند بالادستی برای سلامت و رویکرد نوین حوزه سلامت برای بیست‌سال آینده هستیم. درواقع این سند بالادستی باید در طرح تحول وجود داشته باشد. یکی از بخش‌های سند بالادستی بخش ژنتیک است اگرچه منظور از ژنتیک تنها بیماری‌های ژنتیک نیست؛ منظور این است که ما بتوانیم برای همه بیماری‌ها به‌خصوص بیماری‌های مزمن مانند قلب‌وعروق، دیابت و بیماری‌های روانپزشکی خدمات و پیشگیری‌هایی داشته باشیم. بیماری‌هایی که یک مساله ژنتیکی می‌تواند باعث آن می‌شود را شناسایی و از نظر درمانی آن را مدیریت کنیم.

این مرکز به عنوان قطب علمی ژنتیک ایران آمادگی خود را برای مشارکت در همه ظرفیت‌های زیرساختی خود برای توسعه و رفاه جامعه اعلام می‌کند.

اهداف قطب علمی ژنومیک کشور

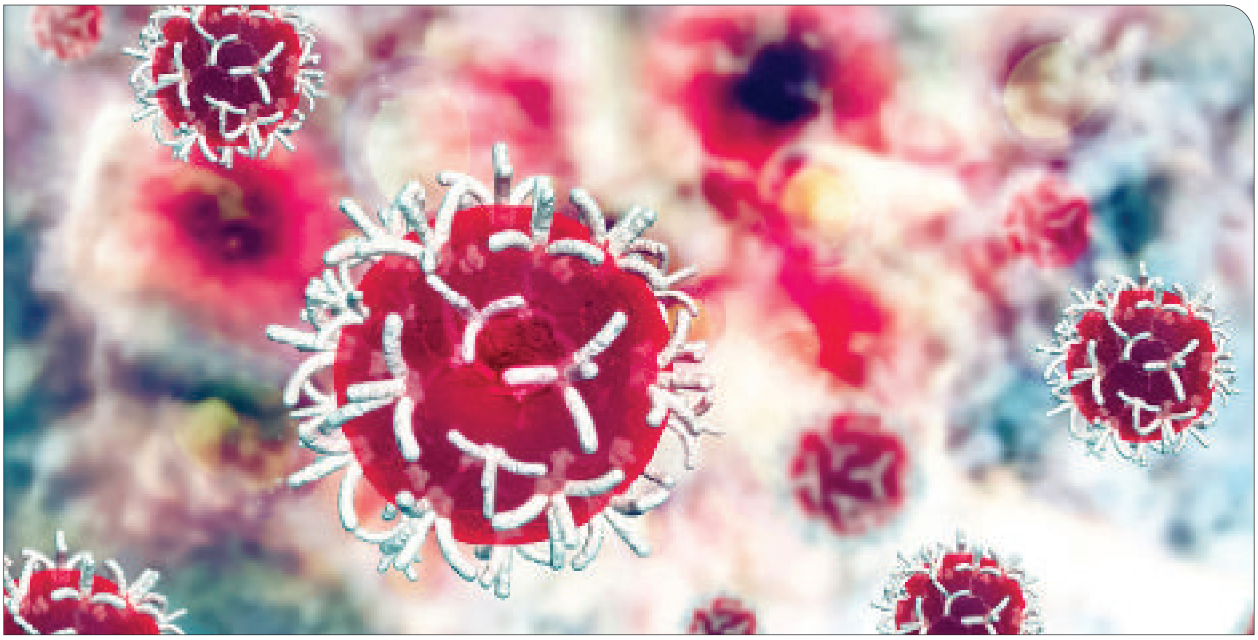
۱- ارتقاسطح سلامت جامعه با استفاده از دانش ژنتیک و فن آوری های نوین تشخیصی مولکولی

۲- ترسیم نقشه ژنومیک کشور

۳- ترسیم نقشه ژنی_مولکولی سرطان کشور

۴- تهیه بانک اطلاعاتی تغییرات و تفاوت های ژنی اقوام/نژاد مختلف کشور

۵- ارایه راهکارهای مناسب در راستای مدیریت بهینه درمان بیماری همراه با کاهش هزینه مربوطه بااستفاده از دانش ژنومیک و فن‌آوری‌های نوین تشخیصی مولکولی



پزشک، متخصص جراحی عمومی و پژوهشگر سرطان

سرطان را باید در وضعیت سلولی شناخت و به درمان آن توجه کرد

دکتر محمدعلی نراقی، دانشیار بازنشسته گروه آناتومی دانشگاه علوم پزشکی تهران

سلامت هر موجود زنده از سلامت تمام واحدهای تشکیل دهنده اعضای بدن او که سلولها هستند تشکیل میشود. هر گروه و نوع سلول برای کار ویژه‌ای طراحی و اختصاص یافته‌اند.

گروهی از ســلول ها که از نظر شــکل با یکدیگر شــباهت دارند و برای انجام وظیفه ای معلوم گرد هم آمده اند بافت نامیده میشوند. مانند بافت کبد،پوست و بافت های گوناگون برای تشکیل اندام ها با یکدیگر همکاری مــی نمایند. حیات ســلول در نتیجه بقای انسان با نظمی شگفت انگیز از پیش برنامه ریزی شده و اطلاعــات لازم برای اجرای دقیــق این برنامه ها در بخشی از سلول بنام هسته سلول نگهداری می‌شود.

در ســلول های بدن انســان ســازوکاری شبیه به رایانه های بسیار پیشــرفته امروزی مشاهده می شود. ســلولها در هســته خود با کمک گرفتن از اطلاعات موجود در شــبکه ســلولی بدن، فرایندہ های زیستی بدن انســان را در کنترل خود دارند. در هسته سلول نوعی ماده وراثتی موســوم بــه D.N.A وجود دارد که اطلاعات اصلی مورد نیــاز برای تمام فعالیت های زیســتی و امنیتی انســان را در خود جای داده است، این ماده از نسلــی به نسل دیگر منتقل می‌شــود و ویژگی‌های زیستی هر انسان را رقم می زند.

بعنوان مثال رنگ چشم، طول قامت و میزان هوش یا حتی ابتلاء به بعضی از بیماری ها یا پاســخ بهتر در برابر برخی درمان ها به کمک اطلاعات مندرج درمان وراثتی D.N.A تعین می شــود. شناخت دقیق ماده وراثتی انسان در رمزگشــایی اطلاعات موجود در آن

یکی از بزرگترین دستاوردهای پزشکی در عصر حاضر می‌باشد که مبنی دگرگونی های چشمگیری در مسیر درمان در پیشگیری از بیماری‌های موجب می‌شود.

سلول در واقع فضائی است که اجزاء کوچکتری را در خود جای داده است هریک از این اجزاء برای زنده ماندن ســلول نقش اساسی برعهده دارند. برای شــناخت درست بیمارس ســرطان و روش بروز، گسترش و راهکار کنترل آن نیاز به شناخت درست سلول داریم

بر اســاس یافته های دانشمندان علوم پزشکی در دهه های اخیر همان گونه که رنگ موی یا رنگ چشم افراد متناســب با خصوصیات وراثتــی آنان با یکدیگر تفــاوت دارد میــزان ابتلاء به بیماریها و یا پاســخ به روش هــای درمانی نیز در افراد گوناگــون با یکدیگر متفاوت است. این واقعیت افق های تازه‌ای را فرا روی دانش پزشــکی و روش های تشخیصی درمانی جدید گشوده است.

بین سلول و سرطان یک رابطه وجود دارد. آیا روش درمان سرطان از مدیریت سلول‌ها می‌گذرد؟

همه ما در مواقع بیماری مثلا سر درد ساده از قرص آسپرین یا استامینوفن استفاده می کنیم، برپایه آنچه در بالا ذکر شد شاید چگونگی جذب دارو یا نقل و انتقال آن در خون تا رسیدن به بافت مورد هدف یا حتی نحوه تاثیر دارو در بافت هدف در فردی با ویژگی‌های وراثتی خاص خود با افراد دیگر متفاوت باشد. این حقیقت دانشمندان علوم پزشکی را به این نتیجه رسانیده است که یک درمان واحد برای هر بیماران مبتلا به یک بیماری مشابه کارائی یکسان نخواهد داشت و می بایست هر بیمار را جداگانه و براساس ویژگی های وراثتی مختص به خود او درمان شود. بنابراین لازم است به تفاوت سلولی و ژنتیکی در افراد توجه کنیم.

پروژه مدل ســازی ریاضی ســرطان کــه با همت و حمایت موسسه خیریه بهنام دهش پور آغاز شد میتواند نقطه آغازی برای شــناخت درســت بیماری سرطان و همچنین تلاش برای یافتن راهکارهای درمانی بهتر برای بیماران با تفاوت های ســلولی و ژنتیکی مختلف باشد. امیدوار هســتیم که با دستاوردهای این پروژه بتوانیم با کمک گرفتن از علم ریاضی که علم پایه و ابزاری راهگشا برای شناخت بهتر مسائل است شاهد این موضوع باشیم که در آینده با ارائه اطلاعات ســلولی و زیستی بیمار به رایانه، براساس فرمول و محاســبات تهیه شده، راهکار و نوع درمان و میزان مصــرف هریک از مواد درمانی به تفکیک هر بیمار به متخصصین ارائه شود. ایدون باد

آیا می‌دانید؟

در سال ۱۳۹۵

با حمایت و مشارکت شما نیکوکاران تعداد ۲۵۴ دانش آموز و دانشجو تحت حمایت خدمات واحد کمک هزینه تحصیلی قرار گرفتند

این رقم در مقایسه با ۱۱۳ کودک، نوجوان و جوان تحت حمایت این واحد در سال ۱۳۹۴ نمایانگر رشد ۵۶ درصدی افراد تحت پوشش و توسعه خدمات کمک هزینه تحصیلی فرزندان می‌باشد.

با حمایت و مشارکت شما نیکوکاران تعداد ۶۵۹ کودک و نوجوان از خدمات کتابخانه کودکان موسسه خیریه بهنام دهش پور در مراکز درمانی مختلف بهره مند گردیدند.

این رقم در مقایسه با ۳۵۰ کودک و نوجوان بهره‌مند از خدمات این واحد در سال ۱۳۹۴ نمایانگر رشد ۴۶ درصدی می‌باشد.

پیشنهادهایی برای رفتار صحیح با بیماران مبتلا به سرطان

آمارهای رسمی و غیررسمی نشان می‌دهد که روزبه‌روز بر تعداد مبتلایان به انواع و اقسام سرطان‌ها افزوده می‌شود. بعضی از این سرطان‌ها نام آشنا و گروهی دیگر بیماری‌های نادری هستند که پیر و جوان نمی‌شناسند و فرد را با انواع و اقسام علائم ناخوشایند و روند درمانی دشوار روبه‌رو می‌کنند. مهم است که در برخورد با بیماران، روحیه‌تان را حفظ کنید و حرف‌های اشتباهی به زبان نیاورید. بیمار مبتلا به سرطان در وضعیت معلقی قرار دارد گاهی تلاش می کند تا این بیماری را شکست دهد و گاهی در مقابل آن تسلیم می‌شود. بهتر است با صحبت‌ها و رفتارهای اشتباه این بیماران را آزرده خاطر نکنیم. مهم است که هنگام صحبت کردن با یک بیمار مبتلا به سرطان واژه‌ها را با احتیاط بیشتری انتخاب کنیم. گاهی اوقات انجام کارهای خوشحال کننده برای یک بیمار بهتر از حرف‌های بیهوده است. برای مثال اگر با دوست بیمارتان تلویزیون تماشا کنید یا برایش گل بفرستید خیلی بهتر از این است که بگویید«متاسفم که تو را بیمار می‌بینم، به تو زیاد فکر می‌کنم.» این نکات را دکتر باربارا اندرسون، محقق و پروفسور روانشناسی به شما گوشزد می‌کند. به هر حال برای پیشگیری از صحبت‌های ناخوشایند توصیه می‌شود که این جملات را به زبان نیاورید تا شرایط روحی و روانی بیمار بدتر نشود و بتواند درد و رنج سرطان را با کمک شما راحتتر تحمل کند.

چه حسی داری؟

وقتـــی برای عیادت به بیمارســـتان می‌روید بعد از حال و احوالپرســـی معمول ممکن اســـت از بیمارتان بپرســـید که چه حســـی دارد و بهبودی را احســـاس می کند؟ یک پزشـــک به عیادت‌کنندگان توصیه می کند این سوال را از بیماران مبتلا به سرطان نپرسند. او می‌گوید: این حرف برای بیمار بسیار ناراحت‌کننده اســـت. یادتان باشد که شـــاید بعد از جراحی یا طی کردن دوران شیمی‌درمانی بیمار احساس بهبود نداشته باشـــد و ضعف و مشکلات تازه‌ای را تجربه کند. با این ســـوال فقط به او یادآوری می‌کنید که حال خوبی ندارد و بهبود از او فاصله گرفته است.

> یادتان باشد که شاید بعد از جراحی یا طی کردن دوران شیمی‌درمانی بیمار احساس بهبود نداشته باشد و ضعف و مشکلات تازه‌ای را تجربه کند. با این سوال که بهتر هستی یا نه فقط به او یادآوری می‌کنید که حال خوبی ندارد و بهبود از او فاصله گرفته است

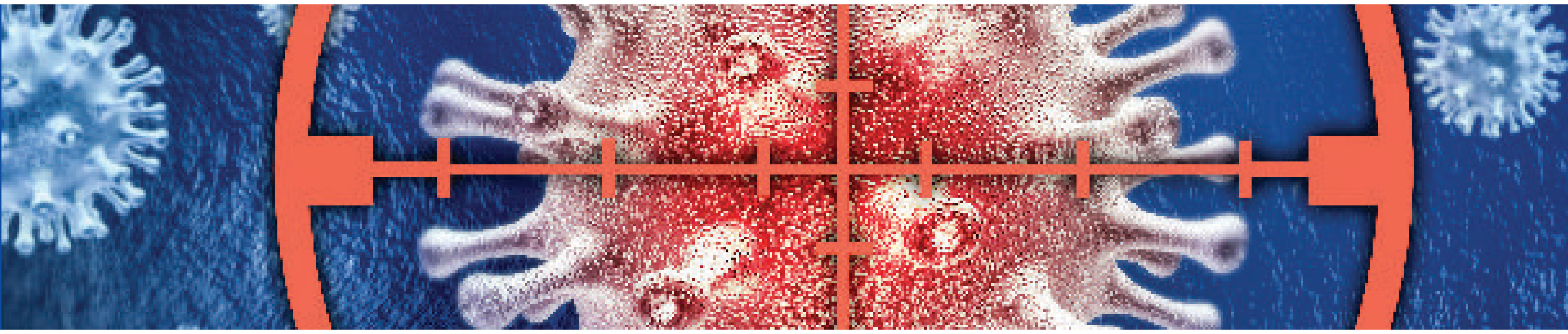
مادربزرگ من هم سرطان داشت

شاید وقتی شرایط دوست بیمارتان را می‌بینید یکی از افراد فامیل را به خاطر می‌آورید که او هم سرطان داشته است.
بـــا این وجود هیچ لزومی ندارد که داســـتان فامیـــل بیمارتان را تعریف کنید. به‌ویژه اگر داســـتان شما پایان خوشی نداشته و سرانجام به مرگ منتهی شده هیچ دلیلی ندارد که سایرین را هم در جریان قرار دهید. شنیدن اینکه به‌طور مثال پسرعموی شما سرطان پروستات داشته و درنهایت فوت کرده، دردی از سایر بیماران دوا نمی‌کند. شاید هم نوع سرطان‌ها متفاوت باشد اما به هر حال توصیه می‌شود در عیادت‌ها در این باره سخنی به میان نیاورید و روند طولانی سرطان سایرین را برای بیمار و خانواده‌اش بازگو نکنید.

> تعارف رایجی است که شاید در موقعیت‌های دیگر به کام طرف مقابل شما خوش بیاید اما در مورد بیماران مبتلا به سرطان قضیه فرق می‌کند. به جای این پرسش بهتر است کاری برای بیمار انجام دهید که در آن شرایط قادر به انجام آن سؤال نیست.

کاری از دست من ساخته است؟

تعارف رایجی اســـت که شـــاید در موقعیت‌های دیگر به کام طرف مقابل شـــما خـــوش بیاید اما در مورد بیماران مبتلا به ســـرطان قضیه فرق می‌کند. به جای این پرســـش بهتر اســـت کاری برای بیمار انجام دهید که در آن شرایط قادر به انجام آن سؤال نیست.
شـــاید بیمار به قدری خسته و بی‌حال باشـــد که نمی‌تواند به انجام دادن کاری فکر کند و ایده‌ای هم ندارد که شـــما چـــه کاری می‌توانید برایش انجام دهید. ترِسا ریان، وکیل ۵۲ ساله‌ای است که از سرطان نجات یافته است در این زمینه پیشـــنهاد می‌دهد: اگر بیمار در خانه بســـتری شده به او پیشنهاد دهید که آخر هفته شـــام یا ناهار می‌پزید و به خانه‌اش می‌آورید. بپرســـید کدام روز را ترجیح می‌دهد. اگر این کار برای‌تان مقدور نیســـت از او بخواهید که بخشی از خریدهای بیرون را برایش انجام دهید یا مراقب فرزندانش باشید و آنها را به پارک یا سینما ببرید.
اگر همســـر یا دوســـتی دارد که کارها را انجام می‌دهند، آنها را همیاری کنید. به هر حال پیشـــنهادات شما می‌تواند برای چنین فردی مفید واقع شود اما اینکه یک سوال کلی بپرسید، برای فرد بستری فایده‌ای ندارد و شاید حرف شما را تعارف در نظر بگیرد. پس اگر قصد کمک دارید پیشنهادهای‌تان را با جزئیات مطرح کرده و برای عمل به حرفه ای‌تان آماده باشید.



تو قوی هستی و می‌توانی از پس بیماری بربیایی

جکی دونالدسون، نویسنده ۴۴ ساله که توانسته در نبرد با سرطان پیروز و سربلند شود. او بعد از بهبود به اطرافیان بیماران مبتلا به سرطان توصیه می‌کند که چنین جمله‌ای را به بیمار نگویند چون ممکن است یک بیمار ضعیف و ناراحت را آزرده‌تر کند. جکی در این باره می‌گوید: بعضی‌وقت‌ها وقتی دوستان و آشنایان به دیدنم می‌آمدند، دوست داشتم به جای شنیدن جملات مثبت و امیدوار کننده، با من همدردی کنند.

موهایت خوب به نظر می‌رسد

توصیه می‌شود که در مورد رنگ موها، کم پشت شدن موها، تغییر بافت یا حتی کلاه گیسی که بیمار مبتلا به سرطان روی سرش گذاشته اظهارنظری داشته باشید. سارا دوگو، بیمار نجات‌یافته ۵۰ ساله دیگری است که این نکته را به شما گوشزد می‌کند. به گفته او تغییر وضعیت موها به دلیل دنبال کردن روش‌های درمانی پیش می‌آید، حتی گاهی اوقات ملاقات‌کنندگان در مورد کاهش یا افزایش وزن شما هم نظر می‌دهند که همه این موارد جزء صحبت‌های ناخوشایند بیمار و ملاقات‌کننده به حساب می‌آیید و توصیه می‌شود در مورد تغییرات ظاهری سخنی به میان نیاورید.

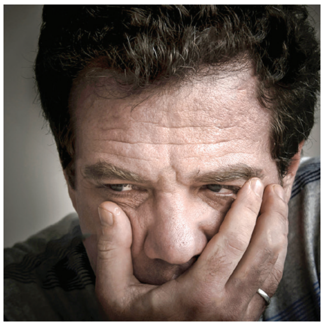
در روزنامه مقاله‌ای درباره بیماری‌ات خواندم

هیچوقت برای بیمار مبتلا به سرطان، پزشک نشوید و نقش فرد آگاه را بازی نکنید که درمورد بیماری سرطان همه مطالب را می‌داند. دکتر اندرسون از شما تقاضا می‌کند که این نکته مهم را به خاطر بسپارید.

او می‌گوید: اگر بیمار نیاز به اطلاعات داشته باشد، خودش این موضوع را با شما در میان می‌گذارد یا از شما می‌خواهد که در این مورد برایش تحقیق کنید. پس خودتان پیش‌دستی نکنید و اطلاعات اضافی و غیرکارشناسانه‌تان را جار نزنید. بیمار به اندازه کافی از سوی پزشکان و تیم پزشکی اطلاعات مختلف را شاید دریافت کند، بنابراین انتقال اطلاعات پزشکی، مقالات، مجلات و روزنامه‌ها به بیمار ضرورتی ندارد.

> پیش‌دستی نکنید و اطلاعات اضافی و غیرکارشناسانه‌تان را جار نزنید. بیمار به اندازه کافی از سوی پزشکان و تیم پزشکی اطلاعات مختلف را شاید دریافت کند

می‌دانم چه احساسی داری



مگر شما هم به سرطان مبتلا شده‌اید که احساس بیمار را درک کنید؟

واقعیت این است که هیچوقت نمی‌توانید احساسش را بفهمید و فقط در شرایطی حرف‌تان را می‌پذیرد که خودتان از نجات‌یافتگان سرطان باشید، بنابراین تا زمانیکه تجربیات منحصربه‌فرد بیمار را پشت‌سر نگذاشته‌اید به او نگویید که می‌دانید چه حسی دارد. کریستین کلیفورد، نجات‌یافته دیگری است که به شما توصیه می‌کند بیشتر روی شرایط و نیازهای بیمار توجه کنید و حرف‌های غیرمعقول و باورناپذیر را به زبان نیاورید.

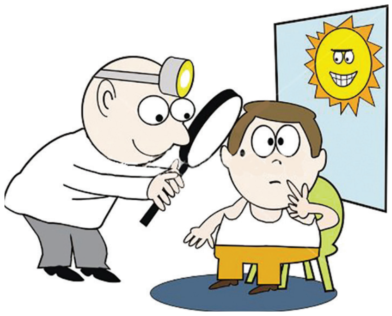
> بیشتر روی شرایط و نیازهای بیمار توجه کنید و حرف‌های غیرمعقول و باورناپذیر را به زبان نیاورید.

بیماری‌ات چقدر جدی است؟

درست است که نگران هستید اما سعی کنید در مورد روش‌های تشخیص و درمان کمتر کنجکاوی کنید و جزئیات را از بیمار نپرسید. سوال ناراحت‌کننده دیگر این است که بگویید: چند جلسه شیمی‌درمانی لازم داری؟ یا اینکه بپرسید: آیا رادیوتراپی را شروع کرده‌ای؟ به گفته دکتر اندرسون این سوالات نه‌تنها حال بیمار را بهتر نمی‌کند، بلکه استرس و نگرانی‌هایش را افزایش می‌دهد. ممکن است برای سوالات شما پاسخی نداشته باشد و خودش هم از این بابت مضطرب شود. یادتان باشد که بعضی از بیماران سعی می‌کنند بخشی از بیماری و روش‌های درمانی را به طور خصوصی پیش خودشان نگه دارند و دل‌شان نمی‌خواهد تمام مراحل درمان را موبه‌مو برای دیگران تشریح کنند. بنابراین اگر خود بیمار در این زمینه صحبتی ندارد، شما هم به خواسته او احترام بگذارید و بیش از حد کنجکاوی به خرج ندهید.

چرا مراقب نبودی؟

وقتی می‌دانید که بیمار مبتلا به سرطان ریه شده او را به دلیل سیگار کشیدن مورد شماتت قرار ندهید. این کار نه‌تنها حال بیمار را بهتر نمی‌کند، بلکه به مشکلاتش دامن می‌زند و این احساس مقصر بودن از لحاظ روانی بر بیمار تاثیر ناخوشایندی می‌گذارد بنابراین حتی اگر می‌دانید که وضعیت بیمار به‌واسطه سبک زندگی نامناسب او به‌وجود آمده قبل از اینکه حرفی بزنید به خودتان بگویید که سرزنش کردن فایده‌ای ندارد.



آیا می‌دانید؟

در ســـال ۱۳۹۵

با حمایت و مشارکت شما نیکوکاران بیش از ۱۶.۸۱۲ مورد مراجعه بیماران از خدمات بخش خدمات حمایتی موسسه خیریه بهنام دهش پور بهره‌مند گردیده اند

- تعداد ۱.۹۵۳مورد پرونده جدید در واحد مددکاری موسسه تشکیل شده است
- تعداد ۷.۷۶۳ مورد مراجعه و اهدای کمک هزینه دارو و درمان به بیماران صورت پذیرفته است.
- تعداد ۳.۹۷۱ مورد مراجعه و اهدای کمک هزینه جانبی به بیماران تحت پوشش صورت گرفته است.
- تعداد ۲,۱۷۲ مورد مراجعه و اهدای اقلام غیرنقدی (میان وعده، پوشاک، ...) به بیماران تحت پوشش.
- تعداد ۵۱۱ نفر از داروهای اهدایی شما نیکوکاران برای طی دوره درمان خود استفاده کرده‌اند.
- تعداد ۴۴۲ نفر از مددجویان تحت پوشـــش موسســـه بن خرید خواروبار و کالا خود را در اسفند ۱۳۹۵ دریافت کردند.

با حمایت و مشارکت شما نیکوکاران

- تعداد ۷.۲۵۳ بیمار از خدمات شـــیمی درمانی ســـرپایی در بخش رادیوتراپی و آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش بهره‌مند گردیده‌اند.
- تعداد ۸.۶۹۳ بیمار از خدمات شیمی درمانی بستری در بخش رادیوتراپی و آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش بهره‌مندگردیده‌اند.
- تعداد ۳۶.۷۶۹ بیمار از خدمات رادیوتراپی در بخش رادیوتراپی و آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش بهره‌مندگردیده‌اند.
- تعداد ۱۳.۳۷۷ بیمار از خدمات شـــیمی درمانی سرپائی آنکولوژی بیمارستان امام حسین(ع) بهره‌مند گردیده‌اند.

مدرسه کارآفرینی اجتماعی پرتو

اگر داوطلب یک موسسه حامی بیماران مبتلا به سرطان هستیم و یا در اطرافیانمان کسانی هستند که به این بیماری مبتلا هستند، باید نکاتی را در هنگام مواجهه با این افراد رعایت کنیم:

چگــونه می‌توانیم به بیماران مبتلا به سرطان بهتر کمک کنیم

- در هنگام برخورد با بیمار یا اطرافیانش، برخورد مسئولانه داشته باشیم و از دلسوزی و ترحم بی جا خودداری کنیم.
- به آنها نشان دهیم که تنها نیستند و افراد زیادی دور و اطرافشان هستند که مانند آنها به این بیماری مبتلا هستند و شرایطشان را درک می کنند و افراد زیادی که دوستشان دارند و سلامتی آنها برایشان مهم است.
- اگر در ارتباط تنگاتنگ و مستقیم با یک بیمار مبتلا به سرطان هستیم، حتما آموزش های لازم را در مورد نحوه برخورد با آنان ببینیم.
- عموما افرادی که به این بیماری مبتلا می شوند، باورهای معنوی خود را ممکن است از دست بدهند و نسبت به عدالت خداوند شک کنند، کمکشان کنیم که به این اتفاق مانند یک امتحان در زندگی نگاه کنند و سعی کنند که از آن درس بگیرند.
- به جای کلمه سرطانی بگوییم مبتلا به سرطان.
- توانایی خود را در مورد درک شرایط آنها بالا ببریم.
- اطلاعاتی را که از زندگی خصوصی این افراد بدست آورده‌ایم، همواره محرمانه نگه داریم.
- حرفهایمان آنها را به زندگی امیدوار کنیم.
- اگر تخصصی در زمینه سرطان نداریم، راهنمایی های غیرتخصصی در مورد تغذیه آنها و دیگر موارد به زبان نیاوریم.
- به آنها یاد بدهیم که در حال زندگی کنند و از لحظه لحظه زندگیشان لذت ببرند.
- با دیدن شرایط ناخوشایندشان تحت تاثیر قرار نگیریم و جلوی آنها گریه نکنیم.
- ارزش ذاتی افرادی را که به آنها خدمت می کنیم، همواره در نظر بگیریم.
- ا آنها مانند یک موجود ضعیف و ناتوان برخورد نکنیم و سعی کنیم اعتماد به نفسشان را بالا ببریم.
- تا آنجا که می توانیم سعی کنیم دغدغه های زندگیشان را کم کنیم.
- آنها را دست کم نگیریم و اگر کارهایشان را خودشان می توانند انجام دهند، به آنهااجازه دهیم که این کار را بکنند.

- سعی کنیم باورشان را نسبت به این بیماری عوض کنیم تا باور کنند که سرطان پایان زندگی نیست.
- در روز، وقتی را برای حرف زدن با آنها اختصاص دهیم و از آنها بخواهیم که احساساتشان را با ما در میان بگذارند تا کمی از بار فکریشان کاسته شود.
- اوقات شادی را برایشان رقم بزنیم و از هر فرصتی برای نشاندن لبخند روی لبانشان استفاده کنیم.
- آنها را با مراکز مختلفی که حمایت های تسکینی انجام می دهند، آشنا کنیم.

آیا می‌دانید؟

در نیمه اول سال ۱۳۹۶

با حمایت و مشارکت شما نیکوکاران بیش از ۲۹.۵ میلیارد ریال در بخش خدمات حمایتی هزینه شده است.

پرداخت هزینه دارو و درمان **به ارزش ۲۱.۸ میلیارد ریال**

ارائه خدمات اسکان و تغذیه بیماران مراجعه کننده از شهرستان **به ارزش ۱.۱۲۹ میلیارد ریال**

پرداخت کمک نقدی و غیرنقدی به بیماران (هزینه های جانبی) **به ارزش ۱.۸۷۵ میلیارد ریال**

تامین و ارائه داروی اهدایی به بیماران **به ارزش ۲.۶۱۷ میلیارد ریال**

ارائه کمک هزینه تحصیلی فرزندان **به ارزش ۱.۲۴۸ میلیارد ریال**

تامین خدمات تغذیه رایگان بیماران سرپایی در بخش رادیوتراپی و آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش **به ارزش ۴۷۴ میلیون ریال**

حمایت از کودکان در قالب فعالیت‌های کتابخانه کودکان **به ارزش ۳۳۱ میلیون ریال**

حمایت از بیماران مراجعه کننده و مبتلا به سایر بیماری ها غیر از سرطان **به ارزش ۱۸۰ میلیون ریال**

کتاب و کتابخوانی

کتاب صبوری کن از انتشارات انجمن ملی سرطان آمریکا است که به طور خاص برای کمک به افرادی که به شکلی با سرطان درگیر هستند نگاشته شده است. این کتاب به خوبی و با شهامت از ترس‌هایی سخن می‌گوید که هر بیماری در ابتدای مواجهه با بیماری سرطان با آن دست به گریبان است؛ زیرا می‌تواند راهنمایی مفید مبتنی بر واقعیت‌های زندگی و چگونگی غلبه بر ترس از این بیماری باشد.

صبوری کن

بشیر عبداللهی مترجم این کتاب از داوطلبان موسسه خیریه بهنام دهش‌پور است که با هدیه ترجمه این کتاب به موسسه در مسیر حمایت از بیماران مبتلا به سرطان ما را یاری کرده است. این کتاب نوشته شده‌است تا با کمک افرادی که به شکلی با سرطان درگیر هستند به شما یاری رساند. افراد زیادی در نوشتن این کتاب کمک کردند، بیماران، اعضای خانواده و دوستانشان. نظرات آنها را در بخش‌هایی از کتاب مشاهده خواهید کرد.

فهمیدن اینکه چطور دیگران به سرطان واکنش نشان می‌دهند ممکن است به درک احساسات و احوال شما کمک کند. پی‌بردن به اینکه افراد دیگر چطور مشکلات خاصشان را-که در نتیجۀ سرطان بوده کنترل و مدیریت کردند به شما کمک می‌کند تا از پس مشکلاتی که برای شما پیش می‌آید، برآیید.

هزاران انسانی که پیشینه سرطان دارند امروز زنده هستند. برای آن‌ها سرطان به یک بیماری همیشگی مانند فشار خون بالا یا دیابت تبدیل شده است که باید در طول عمر به طور منظم مورد معاینه و آزمایش دوره‌ای (چک آپ) قرار گیرند و یا از دارو و غذاهای خاصی استفاده کنند.

کتاب صبوری کن با این هدف که بتواند کمکی به افراد مبتلا به سرطان و اطرافیان آنها باشد تهیه شده است، آنها پس از آگاهی از ابتلا به این بیماری ممکن است درگیر این احساسات شوند: امید، انکار، خشم، ترس، فشار عصبی، افسردگی، ناراحتی، احساس گناه، احساس تنهایی، سپاسگزاری

کتاب صبوری کن با این هدف که بتواند کمکی به افراد مبتلا به سرطان و اطرافیان آنها باشد تهیه شده است، آنها پس از آگاهی از ابتلا به این بیماری ممکن است درگیر این احساسات شوند: امید، انکار، خشم، ترس، فشار عصبی، افسردگی، ناراحتی، احساس گناه، احساس تنهایی، سپاسگزاری.

بیمار و همراهان اگر در مورد سرطان و دوره درمان آگاهی داشته باشند، خیلی کمتر می‌ترسند، خوب است بدانیم که صحبت کردن در مورد احساسات از سوی بیمار در این شرایط با خانواده، دوستان صمیمی، پزشک، مشاوره با مددکاران اجتماعی، ورزش، دعا و نیایش و مراقبه، مدیتیشن میتوانید موجب کنترل بهتر بر احساسات شود. اگر درد می‌کشید با پزشکتان صحبت کنید، تجویز دارو و کیسه یخ و یا پد گرم، آرامیدن مانند ماساژ و گوش دادن به موسیقی آرام‌بخش، تجسم مکانی که در آن احساس آرامش می‌کنید و حواس‌پرتی مانند تماشای فیلم و سرگرمی به شما کمک می‌کند که به درد فکر نکنید. به یاد داشته باشید اگر بیماری خود را پنهان کنید، نمی‌توانید انتظار درمان داشته باشید.

روزانه دردتان را درجه‌بندی کنید از صفر تا ۱۰ و عددی را برای میزان دردتان به کار ببرید، بیایید آن‌چه که باعث دردتان شده و یا آن‌چه که باعث تسکین دردتان میشود را شناسایی و برای آن اقدامی را تعریف کنید.

با کنترل خود و خودباوری حتما پا را فراتر از سرطان بگذارید اگر کار می‌کنید به کار خود ادامه

داده و ســرگرمی مثل موســیقی و صنایع دســتی یــا مطالعــه کتــاب انجام دهیــد اگــر ناراحتی و ســرخوردگی در زندگی‌تــان رخنه کنــد احتمالاً افسردگی می‌گیرید.

علائم افسردگی: درماندگی، بی علاقگی به حضور در جمع دوســتان و خانواده بــودن، بی‌علاقگی به سرگرمی و تفریح، کاهش اشتها، گریه به مدت زیاد و به دفعات در روز، مشــکل کم‌خوابی یا پرخوابی، تغییر سطح انرژی، فکر خودکشی. (افسردگی قابل درمان اســت. در مورد احســاسات‌تان با پزشک و مددکار صحبت کنید.)

احساس سربار بودن، حسد به مردم سالم و یا نوع زندگی در گذشــته منجر به احساس گناه می‌شود. اشــتراک در شــادی، شــادی را دوچندان می‌کند و اشــتراک در غم، غم را نصــف می‌کند. برای غلبه بر احســاس تنهایی به گروه‌های حمایتی بپیوندید. افراد هم‌کیش و هم‌مذهب یا گروه‌های مذهبی حال شما را بهتر می‌کند. با توجه مجدد به دیگران حس قدردانی را در خود تقویت کنید.

کمک خواســتن به معنی ضعیف بودن نیست. از افراد خانواده و دیگران کمک بگیرید. اگه چه شــاید برای‌تان ســخت باشد که فرد مورد علاقه‌تان مراقب شــما باشــد. از همسر و شــریک زندگی‌تان کمک بخواهید هرچند کاری کوچک باشد.

گفتن حقیقت بــه فرزندان و کودکان‌تان بهتر از کتمان آن است. نگویید مریض هستید و پزشک‌تان درمان‌تان می‌کند. به آنها بگویید چقدر دوستشــان دارد و چطور می‌توانند به شما کمک کنند، به آن‌ها کمک کنید تا از ســرگردانی و پریشانی با احساس گناه در مورد شما و عصبانیت دوری کنند.

فرزنــد نوجوان‌تان را ترغیــب کنید که در مورد احساسات‌شــان با آموزگار و مربیان صحبت کنند. آنها می‌توانند ترغیب شــوند کــه در انجام کارهای کوچکی که از دستشان برآید به شما کمک کنند و فرزندان بزرگتر نیز وظایف بزرگتری به عهده بگیرند و روی حمایــت عاطفی آنها بتوانند حســاب کنید. احتمــالاً در فرزندان‌تان نگرانی در مورد ســلامتی خودشــان به‌وجود بیاید در موردشان با پزشک‌تان مشورت کنید.

> **تاسـف خـوردن خـود را بـه حداقل برسـانید و از رویدادهـای بـزرگ مثل عروسـی دوسـتان‌تان و جشـن فارغ‌التحصیلـی فرزنـدان و نوه‌تان بیشـترین لذت‌ها را ببرید و کارهای سـاده‌ای کـه شـما را بـا نشـاط نگه می‌دارد انجام دهید**

برای محافظــت از خود حفاظی از دوســتان در اطراف خود بسازید نه حفاظی از دیوار. شکستن یک چوب ســاده است. اما شکســتن یک دسته چوب نه. وقتی مبتلا به سرطان هستید، دلیل‌های فراوانی برای خشم و عصبانیت دارید، با لبخند پنهانش نکنید و با دوستان صمیمی‌تان آن را در میان بگذارید و یا علت خشــم‌تان را یادداشت کنید. تاسف خوردن خود را به حداقل برســانید و از رویدادهای بزرگ مثل عروسی دوستان‌تان و جشن فارغ‌التحصیلی فرزندان و نوه‌تان بیشترین لذت‌ها را ببرید و کارهای ساده‌ای که شما را با نشاط نگه می‌دارد انجام دهید. از حقوق قانونی‌تان در صورت شاغل بودن اطلاع حاصل کنید. برای تامین هزینه‌های درمان با مشاور بیمارستان و بیمه صحبت کنید. به تصمیماتی که بــرای آینده و پس از دوران بیمــاری دارید فکر کنید و برنامه‌ریزی کنید. ســر و سامان دادن به کارها به معنی تسلیم شدن نیست.

تمام خواســته‌هایی کــه از عزیزانتــان دارید را بنویســید. نوشــتن وصیت‌نامه و زیست‌خواســت (وصیت‌نامه زندگی) مغایر با امید به زندگی نیست و باعث می‌شود کمتر نگران آینده خود و دیگران باشید. وصیت‌نامه تقســیم پول و دارایی‌تــان بین وراثتان اســت ولی زیست خواســت چگونگی مراقبت‌های پزشــکی را که می‌خواهید در ناتوانی داشته باشید تعیین می‌کند حتــی با وکالت‌نامه پایــا، فردی را تعیین کنید که حتی زمانی که قادر به تصمیم‌گیری نباشــید تصمیمــات در مــورد اقدامات پزشــکی را برایتان انجام دهد.

[درحاشیــه...]

کتاب در هفت بخش به نگارش درآمده و علاقه‌منــدان می‌توانند برای تهیه آن به دفاتر موسسه خیریه بهنام دهش‌پور مراجعه کنند.

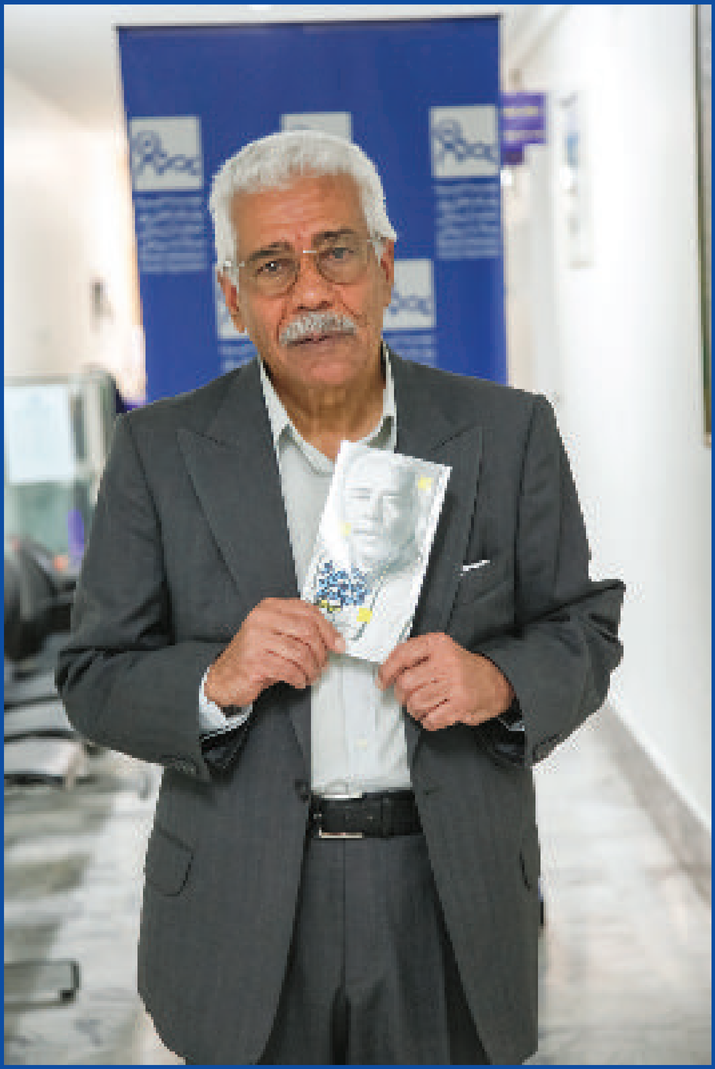
- **بخش‌یک : احساسات شما، وقتی که آگاه می شوید مبتلا به سرطان هستید.**
- **بخش‌دو : مسائل خانوادگی**
- **بخش‌سه : در میان گذاشتن احساساتتان در مورد سرطان**
- **بخش‌چهارم : صحبت کردن با تیم درمانی**
- **بخش‌پنجم : کمک افراد به یکدیگر**
- **بخش‌ششم : کنار آمدن با تصویر تازه از خود**
- **بخش‌هفتم : زندگی روزمره**

گفتگو با نویسنده کتاب رهایی از مهمان‌های ناخوانده‌ام؛ سرطان

تجربیاتی که کتاب شد

هستی پودفــروش

متولد و بزرگ شده شهر شیراز است. متولد ۱۳۳۱ و امروز ۷۵ سال دارد. در ابتدا وارد رشته پرستاری شد ولی خیلی زود متوجه شد نیاز است تا روندها و شرایط مدیریتی برای خدمت بهتر به جامعه بهبود پیدا کند؛ به دنبال رشته مدیریت رفت. کتاب می‌خواند. تکه های ادبی می‌نویسد و این روزها در غیاب فرزندانش همراه با همسر و یار زندگی خود روزگار را بسر می‌کند. امروز رحیم ارژنگی به عنوان بازنشسته سازمان تامین اجتماعی، یک نویسنده و یک مبارز شناخته می‌شود. با افتخار شکست دادن سرطان.



او از ۲۹ ســال قبــل تا به امروز با ۳ نــوع مختلف از بیماری ســرطان دســت به پنجه نرم کرده و این میهمانان ناخوانده را شکست داده اســت. برای ما میگوید که این مبارزه بدون درد و انــدوه و غصه نبــوده، روزها و هفته ها درد، همــراه با جراحی و قطع شــدن برخی از بخش‌های انــدام داخلی او، حتی امروز نیز اندام داخلی او با کمک یک شــبکه نگهدارنده در شــکم او سرپا هســتند. ولی او یک قهرمان اســت، مردی که بعد از بهبودی از سرطان دوم برای کمک و تشویق دیگران برای مبارزه با سرطان تصمیم گرفت تجربه خود را مســتند کنــد و نتیجه آن کتاب «رهایی از مهمان های ناخوانده ام سرطان » شد.

در بخشی از کتاب گفته است که: « باید سرطان را مانند سایر بیماری‌های زودگذر قابل درمان انگاشــت، تحمل دردها را بدون ترس با این باور که بهار از راه می‌رسد، حتی بعد از هر زمستان ســخت و ویرانگر پشت سر گذاشت. » کتاب را با هزینه خود و با همکاری انتشارات نوید شیراز در سال ۱۳۹۵ در شمارگان ۱.۵۰۰ نســخه چاپ کرد و بعد از آشنایی با موسسه خیریه بهنام دهش پور تمام عایدی کتاب خود را به نفع بیماران مبتلا به سرطان به موسسه اهدا کرده است.

تنهــا هدفش از نوشــتن ایــن کتاب امید دادن بــه بیمارانی اســت کــه بیماری‌های ســخت دارند. او شــیوه هــای رویارویی با بیماری‌اش را با همگان قســمت می‌کند تا دیگران بدانند افســردگی بخش کوتاهی از ایــن بیمــاری اســت اما نباید گذاشــت افســردگی بیمار را بکاود و شور زندگی را از او بگیرد

رحیم ارژنگــی می گوید؛ تنها هدفش از نوشــتن این کتاب امیــد دادن به بیمارانی اســت که بیماری‌های ســخت دارند. او شــیوه های رویارویی با بیماری‌اش را با همگان قسمت می کند تا دیگران بدانند افســردگی بخش کوتاهی از این بیماری است اما نباید گذاشــت افسردگی بیمار را بکاود و شــور زندگی را از او بگیــرد. او برای ما و شــما از این داســتان و مبارزه می گوید: « من در سال ۱۳۶۷ مبتلا به سرطان کلون شدم و یک سال بعد پس از چندین دوره درمان و ســفر به آمریکا بیماری را شکست دادم. در تمام این مدت خانواده ام از بیماری ام آگاهی نداشــتند. به محض تشخیص بیماری ام فرزندانم جلوی چشمم بودند. وقتی آنها را دیدم تصمیم گرفتم برای یکبار مردن فقط یکبار بمیرم نه بیشتر. فرزندانم را می دیدم و متوجه می شدم دلیلی ندارد ماتم بگیرم و مدام گریه کنم. من مســئول زندگی آنها بودم و باید این مسئولیت را درست انجام می دادم. از همان روز اول جرقه‌ای در من زده شد که از زمان و فرصتم استفاده کنم. فکر می کنم آدمها وقتی می فهمند فرصت کم است بیشتر از زمان بهره می برند و گرنه با این تفکر که زمان بی پایان اســت زندگی را به روزمرگی سپری می کنند. از آن زمان به بعد در زندگی ام پیشرفت کردم و وقت را برای انجام هر کاری غنیمت شمردم. »

از او می‌پرســیم که هیچ وقت نپرسیدی چرا من؟ و برای ما می‌گوید: « کلاً در هر شرایطی عادت به پرسیدن و مطرح کردن چرایی دارم. این چرایی ها پشــتوانه اندیشــیدن من بودند. من همیشه با کتاب آشتی و در حال یادگیری بودم. سرطان هم برای

[درحاشیــه...]

یک توصیه

[درحاشیـــه...]

قیمت فروش کتاب ۵ هزار تومان تعیین شده؛ ولی به گفته آقای ارژنگی تاکنون کتاب کمتر از ۵۰ هزار تومان فروش نرفته است. مردم وقتی می فهمند با خرید کتاب به بیماران مبتلا به سرطان کمک می کنند به قیمت کتاب نگاه نمی کنند.
ارژنگی از مدیرانی گفت که کتاب را به تعداد زیاد برای دوستان و آشنایان خود که با بیماران مبتلا به سرطان ارتباط دارند تهیه می‌کنند.
از مدیر دانشگاه فرهنگیان گفت که ۱۰۰ جلد کتاب را برای اهدا به کتاب‌خانه‌های مدارس و مراکز آموزشی تهیه کرد شاید بتواند نور امید به بهبودی را در دل همکاران فرهنگی خود روشن نگه دارد.

من یک کتاب بود. وقتی بچه های کوچک را می دیدم که دچار این بیماری هستنند متوجه می شدم که خون من از آنها رنگین تر نیست. این اتفاقی است که برای خیلی ها در زندگی می افتد و من به جای پیدا کردن دلیل برای راهکار مقابل با آن را جستجو می کرد.»

در سال ۶۸ که از درمان سرطان اول که به ایران برگشتم ماجرای سرطانم را به همسرم گفتم. تصمیم گرفته بودم از محیط پر استرس کاری ام رها شوم. پس از شیراز به به تهران آمدم. این آمدن باعث تا ضمن پس گرفتن رتبه های کاری و احقاق حقم در محل کار، در زندگی شخصی ام نیز به آرامش بیشتری رسیدم. می دانستم اگر ۵ سال بتوانم سالم زندگی کنم تقریباً سرطان را شکست داده‌ام و همین هم شد و تا سال ۹۰ دیگر هیچ علامتی از سرطان در بدن من وجود نداشت. در این سالها حواسم بیشتر به خودم بود و همیشه به تغییرات در بدنم حساس بودم. در یکی از روزهای سال ۹۰ زمانی که داشتم زیر گردنم را لمس می‌کردم متوجه یک توده بی درد در زیر چانه‌ام شدم. با وجود اینکه آزمایش های مختلف و پزشکان به شدت تاکید بر این داشتند که این توده سرطانی نیست اما من می دانستم این توده مهمان ناخوانده دوم است.

با مراجعه به چندین پزشک بالاخره تشخیص سرطان با درجه ۳ داده شد و دکتر معالج من اعتقاد داشت اگر اصرارهای خودم نبود بیماری با تا خیر شناسایی و امکان بهبودی‌اش اندک بود. به مدت ۶ ماه هر ۲۰ روز شیمی درمانی می‌کردم. پس از آن هر سه ماه تحت نظر بودم تا اینکه در شهریور ۹۴ متوجه سرطان سوم شدم. در حال حاضر توده از بدن من خارج شده اگر چه نیروی بدنی‌ام تحلیل رفته اما همچنان به زندگی عادی ام ادامه می دهم.

در ادامه از یکی دیگر از دلایل خود برای مبارزه با میهمانان ناخوانده می‌گوید. حس کمک به دیگران. حس تعهد نسبت به جامعه و کمک به کاهش آلام دیگران. او مدتی معاون یکی از مدیران کل در سازمان تامین اجتماعی بود و همه روزه تعداد زیادی از بیماران تحت پوشش سازمان که توان مالی برای پرداخت هزینه دارو و یا درمان خود را نداشتند را می‌دید. یک خاطره و دلیلی دیگر برای ادامه مبارزه را از زبان او بشنویم: « پس از ابتلا به بیماری احساس می کردم در این سازمان وسیله ای برای کمک به افراد تنگدست هستم. یادم هست یک روز خانمی که تکنسین آزمایشگاه در دانشگاه بود با من تماس گرفت و گفت از شوهرش مبتلا به بیماری ایدز شده است و بعد از فهمیدن موضوع شوهرش او را ترک کرده است و توان پرداخت هزینه های تامین داروی خود را ندارد.

یادم هست یک استاد دانشگاهی به من زنگ زد و گفت قلم تو خیلی نجیب است تو باید از این قلمی که داری استفاده کنی. این فرد انگیزه زیادی برای نوشته‌های بعدی ام به من داد

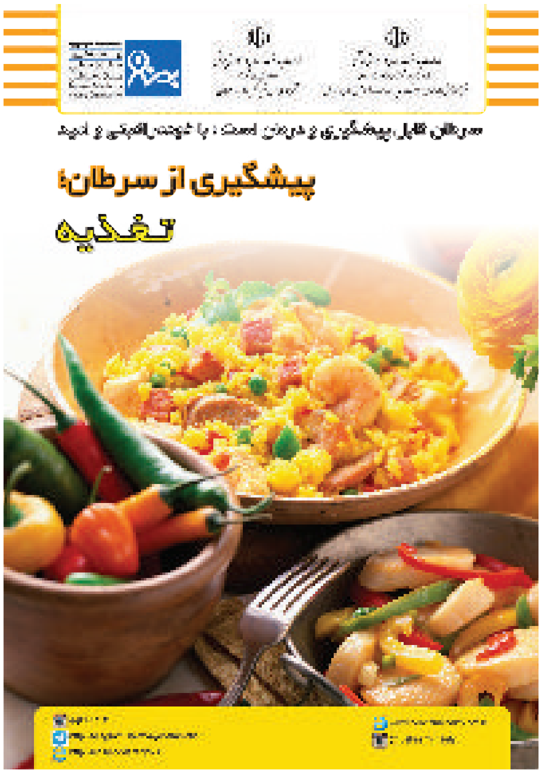
آن زن با گریه به او گفته بود اگر این کمک توسط سازمان تامین اجتماعی برای او انجام نشود شاید مجبور شود که تن به خودفروشی دهد تا هزینه داروی خود را تامین کند. این جمله مثل پتکی گران بر سرم آوار شد. همان روز شروع به پیگیری موضوع از معاون و مدیران سازمان تامین اجتماعی کردم. با طرح موضوع و اصرار برای حمایت از این بیمار و با هدف کمک به این دختر جوان توانستیم مجوز تامین هزینه داروی این خانم را که خارج از تعهد بیمه بود هر ماه پرداخت کنیم. »

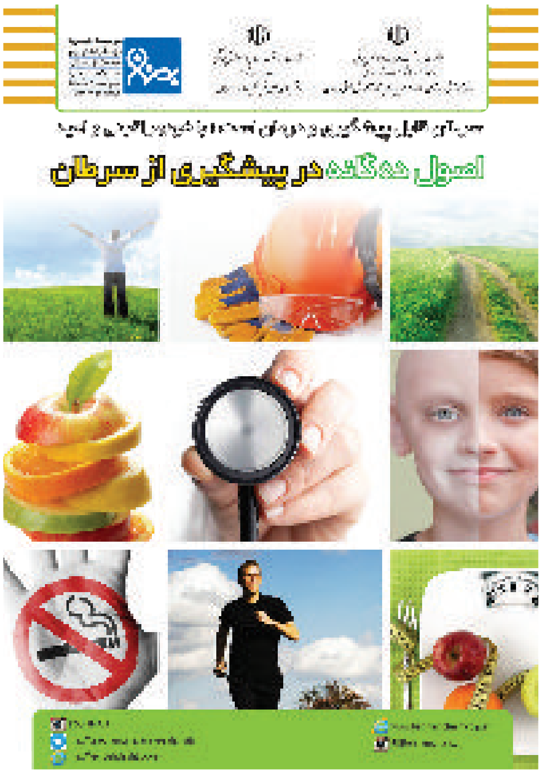
به یاد می‌آورد زمانی که دوره پرستاری را در دانشگاه شیراز می‌گذراندم ما را برای گذراندن دوره روانشناسی به بیمارستان روان پزشکی شیراز می فرستادند. در آنجا باید در حدود ۷۰۰ سوال از بیماران می پرسیدیم و بیماری آنها را تشخیص می دادیم. پیش می آمد در گروه ۴ نفره ما عده ای کتک می خوردند عده ای همراه بیمار گریه می‌کردند خلاصه این ۷۰۰ سوال فشار روحی زیادی را به بچه‌ها تحمیل می کرد. همان زمان بود که فهمیدم این دوره برای شناختن درد مردم و قبول مسئولیت اجتماعی چقدر اهمیت داشته است.

رحیم ارژنگی هدف از نوشتن تجربیاتش را در قالب این کتاب فقط به قصد کمک و امید بخشیدن به بیماران عنوان می‌کند و از بازخوردهای پس از چاپ کتاب می‌گوید: «یادم هست یک استاد دانشگاهی به من زنگ زد و گفت قلم تو خیلی نجیب است تو باید از این قلمی که داری استفاده کنی. این فرد انگیزه زیادی برای نوشته‌های بعدی ام به من داد. روز معرفی کتاب هم یکی از پزشکان متخصص سرطان به من نزدیک شد و گفت تو پزشک هستی نه ما. گاهی ما حتی وقت حرف زدن با این بیماران را نداریم ولی تو با کتابی که نوشتی حرف های ناگفته زیادی به این بیماران زدی.»

در پایان کتاب بخشی به نام « پرسه کوتاه در نکاتی چند از کتاب » برای کمک به بیمار و همراهانش قرار دارد. از آقای ارژنگی پرسیدیم این بخش چگونه در ذهن شما خلق شد؟ و گفت: مشکلاتی که من در طی درمان داشتم باعث خلق این بخش شد. روحیه اطرافیان بیمار و نکته هایی درباره طرز برخورد با این بیماران درذهن من برای خلق این بخش بسیار اهمیت داشت. و امیدوارم که مطالعه این کتاب بتواند به خواننده و همه بیماران مبتلا به سرطان این پیام را برساند که می-توان میهمانان ناخوانده بدن خود را شکست بدهیم. به شرطی که اول قبول کنیم آنها میهمان هستند و سپس با صبر و استقامت آنها را مطیع و با صاحب این بدن همراه کنیم.

توصیه می‌کنیم شما نیز برای حمایت از بیماران مبتلا به سرطان کتاب « رهایی از میهمان‌های ناخوانده‌ام سرطان » را از دفتر موسسه خیریه بهنام دهش‌پور تهیه کنند.
برای سفارش کتاب می‌توانید با شماره‌های ۳-۲۲۷۱۸۰۸۲ و ۷۵۴۰۹ از شنبه تا ۴شنبه و از ساعت ۸ الی ۱۶ تماس بگیرید.



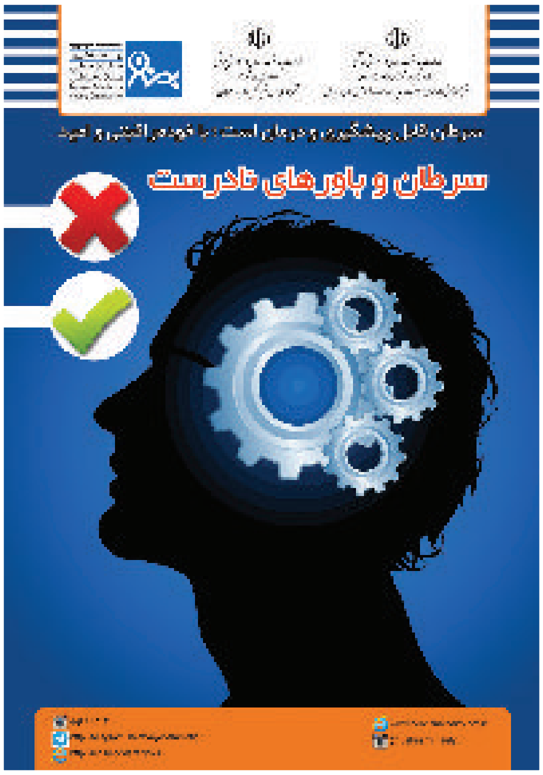


آمـــوزش

پیش نیاز و شرط اصلی پیشگیری

یکی از اقدامات مهم در موسسه تولید و توزیع محتوای آموزشی با رویکردهای پیشگیری، آگاه‌سازی و آموزش آحاد جامعه، بیماران و خانواده بیماران مبتلا به سرطان است. در سالهای گذشته این اقدام به طور جدی در دستور کار واحدهای روابط عمومی و آموزش موسسه بوده و همچنان نیز خواهد بود.

با توجه به اهمیت آموزش عمومی جامعه در موضوع بیماری سرطان و رویکرد موسسه بهنام دهش پور در پیشگیری و اطلاع رسانی در طول سال محتوای آموزشی و بروشورهای متعدد اطلاع رسانی تولید و توزیع می شود. شما نیز می‌توانید با مراجعه به دفاتر و یا وب‌سایت موسسه با دریافت و مطالعه این محتوای آموزشی در جهت افزایش آگاهی خود و اطرافیان کوشا باشید. برای دریافت فایل بروشورهای آموزشی به وب سایت موسسه مراجعه و یا برای دریافت نسخه چاپی آن به منظور توزیع در بین همکاران و یا دوستان می‌توانید با واحد روابط عمومی و ارتباطات موسسه تماس حاصل نمایید.



داستان یك قهــرمان

قهــرمان جامعه خود باشیــم

نزدیک به چهل سال قبل تری فاکس برای تحقق یک ایده شروع به دویدن کرد. هر کانادایی یک دلار. از اینجا بود که کاروان امید کار خود را آغاز کرد و تا به امروز نیز این دویدن برای آرمان و هدفی انسانی ادامه دارد. تری فاکس شاید در نهایت مانند سایر قهرمان از این جهان رفت ولی مسیر و کاری که آغاز کرد تا به امروز همچنان جریان دارد و به نام و با هدف ادامه هدف او مسابقات دوی زیادی برگزار شده است.

تــری فاکس در ۲۸ جــولای ۱۹۵۸ به دنیا آمد. او در سال ۱۹۷۷ در سن ۱۹ سالگی به بیماری سرطان سارکوم استوزینک در پای راست خود مبتلا شد. تری در این دوره با دیدن وضعیت بیماران مبتلا به سرطان تصمیم گرفت سراسر کانادا را برای جمع آوری پول لازم برای تحقیقات بدود. او سفر خود را ماراتن امید نامید. ماراتون امید تری در سال ۱۹۸۰ با هدف اطلاع رسانی به کاناداییها درباره اهمیت یافتن درمان بیماری سرطان آغاز کرد. او با عزمی راسخ حدود ۴۲کیلومتر را در ۱۴۲ روز دوید.

در اول ســپتامبر ۱۹۸۱، زمانی که بیماری سرطان ریه هــاش را درگیر کرد و او به ناچــار به دوی ماراتن خویش پایان داد. تری فاکس ۹ ماه بعد در ژوئن ســال ۱۹۸۱ با زندگی وداع کرد. همان سال میلیون ها نفر در یک حرکت خودجوش به خیابان ها آمدند و هر کانادایی یک دلار پرداخت کرد. در آن سال مبلغی معادل ۲۴/۱ میلیون دلار جمعآوری شــد و آرزوی تری برای تامین بودجه کمک به تحقیقات سرطان در کانادا تحقق یافت.

سال ۱۳۸۷ بود که کتاب کاروان امید اولین بار توسط آقای دکتر محمد ابراهیم محجوب با کسب اجازه از مادر تری فاکس به زبان فارسی ترجمه و به شهلا لاجوردی مادر بهنام دهشپور از سوی مترجم و مادر تری فاکس اهدا شد و امروز بعد از سالها و با حضور مجدد مترجم در ایران این کتاب با طراحی جدید برای آنها که میخواهند ســرطان را شکســت بدهند و یا به قهرمانان شکست دهنده سرطان ایمان دارند تجدید چاپ شده است. شما میتوانید برای تهیه این کتاب به دفتر موسســه خیریه بهنام دهشپور مراجعه کنید.

امروز بعد از سه دهه از تاسیس موسسه تریفاکس مســابقه دوی امیــد تریفاکس در ۵۷ کشــور برگزار مــی شــود. برنامه های این موسســه در ســه بخش اجــرا و تمــام عواید حاصــل از این حرکــت جهانی صرف تحقیقات ســرطان میشــود. هر ســال هزاران نفر بــرای همراهی اندیشــه تری که همانــا کمک به تحقیقــات ســرطان در جهــان اســت در این حرکت مشــارکت میکنند. برای اطلاعات بیشتر به وب سایت (www.terryfox.org) مراجعه کنید.

■ **رقابت سالانه:** سالانه مسابقه دومیدانی به یاد و افتخار terry fox برگزار میشــود که افراد بدون هیچ محدودیتی اعم از ســن تواناییهای ورزشی و موقعیت اجتماعی- اقتصادی میتوانند در آن شــرکت کنند. هر فرد برای شــرکت در این رقابت هیچ بهایی نمیپردازد بلکه از شرکت کنندهها درخواست میشودکه از راههای گوناگون برای این موسسه از طریق این مسابقه پول جمع آوری کننــد این کار می تواند بهطور آنلاین یا از طریق اهدای پول در محل مسابقه انجام شود و شرکتکنندگان از طریق صفحات مجازی خود میتوانند این مســابقه و روند آن را با دوستان خود و دیگران در سراسر جهان به اشتراک بگذارند.

■ **دوی سراسری مدارس:** تری فاکس عقیده داشت کــه جوانان بایــد راه او را ادامه دهند به همین علت هر ســاله تعداد کثیری از دانش آموزان در دوی سراســری مدارس شــرکت کرده و برای تحقیق در مورد ســرطان پول جمع آوری میکننــد. این رویداد یکی از بزرگترین مراسم های جمع آوری کمک های مالی است که تاریخ کشــور کانادا تا به حال به خود دیده. معلمان و والدین با پشــتیبانیهای خود و دانش آموزان با شرکت در این مسابقه میتوانند در این جنبش بزرگ این مرکز را یاری نموده و سهمی از این پویش عظیم داشته باشند.

داستان تری، بهنام، حسن، شهلا، نعیم، آرش، آریــان و همــه آنها که ســرطان را شکســت دادند و یا به وســیله آن مســیری را بــرای ادامــه راه دیگران ساختند داســتان امید است. داستان ایمان داشتن به مسیر و راهی که یک فــرد آن را آغاز میکند و بعد از ســالها میبینیم کــه افراد زیــادی در آن گام میزنند. افراد زیادی آن را تشــویق و آن را ترویج میکنند

■ **دوی بینالمللی:** ســالانه در کشورهای مختلف جهان رقابــت دو میدانی بــه افتخار و یاد کســی که میخواســت درمانی برای ســرطان پیدا کنــد برگزار میشود. پول جمع شده درکشور میزبان مسابقه صرف فعالیتهای تحقیقاتی در مورد سرطان زیر نظر موسسات معتبر میشود. شــهرهایی مانند نیویورک، هنگکنگ، دوبی، تگزاس تاکنون این رقابت را برگزار کردند.

■ **برگزاری رویداد های دیگر:** ســالانه مراسم های مختلف ماننــد رقابت دوچرخه ســواری،کوهنوردی و قایق رانی در جای جای جهان به منظور به دست آوردن کمک های مالی برگزار میشود.

داستان تری، بهنام، حسن، شهلا، نعیم، آرش، آریان و همه آنها که ســرطان را شکســت دادند و یا به وسیله آن مســیری را برای ادامه راه دیگران ســاختند داستان امید اســت. داستان ایمان داشــتن به مسیر و راهی که یــک فرد آن را آغــاز میکند و بعد از ســالها میبینیم که افــراد زیادی در آن گام میزنند. افــراد زیادی آن را تشــویق و آن را ترویج میکنند. جامعــه و جهان پر از قهرمان است فرق ندارد که در کجا باشد، مهم این است که به اندیشــه و روش و راه قهرمانان اعتماد کنیم و آنها را یاری کنیم.

در این شــماره از مجله شــما را با تعــداد زیادی از قهرمانان و افرادی که داســتان زندگــی هرکدام از آنها میتواند الگو و راهی خوب برای ما باشند آشنا کنیم. به یاد داشــته باشــیم که کاروان امید همچنان به راه خود ادامه میدهد و این راه ادامه دارد به شرطی که من و شما همراهش باشیم.

ورزش و سرطان

حضور رییس فدراسیون والیبال در موسسه

عصر روز یکشنبه ۷ آذرماه درحالی که تهران به سمت یکی از پرترافیک‌ترین شب‌های خود پیش می‌رفت، مقامات و داوطلبان موســـسه خیریه بهنام دهش‌پور میزبان ریاست فدراسیون والیبال بودند. در این جلسه در قدم اول توضیحاتی مبنی بر فلسفه پیدایش موسسه به حضور ریاست فدراسیون والیبال ارائه شد و توضیحاتی درباره نحوه خدمت‌رسانی به بیماران، پیشرفت‌های صورت گرفته، دستگاه‌های تازه خریداری شده و چشم‌انداز این موسسه عنوان شد.

داورزنی ضمن اشـــاره به مسئولیت اجتماعی افراد و اهمیت پرداختن به امـــور خیریه بر این نکته تاکید کرد که هر کدام از مقامات ورزشی در فدراسیون‌های مختلف با هر ســـمتی می‌توانند از انجام مســـئولیت اجتماعی خود لذت ببرند و همه باید بدانیم که چنین مراکزی وجود دارند و وجودشـــان بهانه‌ای مهم برای آن است که ما به راحتی به وظیفه اجتماعی و شرعی خود عمل کنیم.

در ادامه این جلســـه بر مشـــکلات عدیده مردم در بیمارستان‌ها تاکید شـــد و آقای داورزنی ضمن تایید موانع متعدد در خدمت‌رسانی به بیماران گفت: سرطان خود به تنهایی یک درد عظیم است که تحمل آن برای والدین یک کودک مبتلا به سرطان بسیار سخت است. اگـــر درد فقر به این موضوع اضافه شـــود دیگر چه باید گفت، وقتی چنین موسساتی حضور دارند انسان کمی آرام می‌گیرد و خوشـــحالم که موســـسه خیریه بهنـــام دهش‌پور تا این حد در ارائه خدمات به بیماران صرف‌نظر از داشـــتن یا نداشتن بیمه، ملیت یا تابعیت و تمکن مالی پیشـــتاز بوده و پیشرفت کرده است. در ادامه خانم لیلی رضایی مدیرعامل موسسه خیریه بهنام دهش‌پور ضمن اشـــاره به بازسازی و نوسازی نقاهتگاه موســـسه برای سومین بار گفت: والدین کودکان بیمار وقتی از شهرســـتان‌ها به تهران می‌آیند به اندازه کافی مشکل فکری، روحی و روانی دارند.

> **پس از این جلســـه ریاست فدراسیون والیبال از کتابخانه کودکان همچنین از بخـــش درخت آرزوهـــا در دفتر مرکزی موســـسه خیریـــه بهنـــام دهش‌پـــور بازدیـــد کرد و مقرر شـــد ایشـــان مفاد تفاهم‌نامـــه و مـــوارد مـــورد تاکیـــد در این جلســـه را از طریـــق روابط عمومی و معاونت‌هـــای فدراســـیون والیبـــال پیگیری کند**

کاری که از دســـت ما برمی‌آیـــد جدا از اینکه کل هزینـــه درمان آنهـــا را پرداخت کنیم این اســـت که مشکل اسکان آنها در تهران هم برطرف شود؛ بنابراین آن‌ها بـــدون پرداخت هیچ هزینه‌ای در نقاهتگاه بهنام دهش‌پور با امکانات بسیار خوب اسکان می‌یابند و در این محل داوطلبان ما بدون دریافت هیچگونه پاداش مالی در خدمت آنها هستند. همچنین داورزنی با اشاره به از دســـت رفتن مربی والیبال مرحوم معدنی بر اثر ابتلا به ســـرطان گفت: بزرگان و ستارگان ورزش این ســـرزمین به خاطر این دشـــمن خطرناک از دست ما می‌روند و همانطور که مقامات این موسسه بر آن تاکید دارند پیشـــگیری بسیار مهمتر از درمان است. همه ما می‌دانیم که هوای شـــهر آلوده اســـت شاید مشکلاتی در صنایع غذایی باشد. موضوع خیلی پیچیده است به یک عزم ملی نیاز داریم تا غول ســـرطان دست از سر پایتخت ایران بردارد.

وی در ادامه تاکید کرد: فدراســـیون والیبال هر چه درتوانش باشد انجام خواهد داد. ما از تشکیل تیم والیبال نوجوانان و جوانان والیبال موسسه خیریه بهنام دهش‌پور بسیار خوشحال شدیم و برای اختصاص یک زمین تمرین مناسب هماهنگی‌های لازم را انجام خواهیم داد. چقدر خوب می‌شود اگر سایر سازمان‌های مردم‌نهاد این حرکت زیبای موسسه خیریه بهنام دهش‌پور را پیگیری کرده و به جایی برسیم که تیم بهنام یکی از تیم‌های مهم لیگ والیبال باشـــد. این وظیفه اجتماعی از سوی فدراسیون والیبال قطعا صورت خواهد گرفت. برای اطلاع‌رســـانی به مردم با پخش بروشـــور و توضیح شفاهی برای تغذیه مناسب و پیشگیری و درمان صحیح و سریع، هر کاری بشود انجام خواهیم داد.

پس از این جلســـه ریاست فدراســـیون والیبال از کتابخانـــه کودکان و درخت آروزهـــا در دفتر مرکزی موســـسه خیریه بهنام دهش‌پور بازدیـــد کرد و مقرر شـــد ایشـــان مفاد تفاهم‌نامه و موارد مـــورد تاکید در این جلســـه را از طریق روابـــط عمومی و معاونت‌های فدراسیون والیبال پیگیری کند.

بابک سرانـــی آذر

برای علاقه‌مندان دو آتشـــه و قدیمی رشته والیبال، تماشـای سـالنی مملو از تماشاگر هیجـان زده و متعصب در یـک روز کاری و غیـر تعطیـل آن‌هـم در سـطح لیـگ تهـران تازگـی دارد و البته ارزش بسـیار. موسسـه خیریه بهنام دهش‌پور پیشـگام یـک پروژه بـزرگ و ملی دیگر شـده که می‌تواند تبلور ارزشـمند تحقـق یک رویا در عرصه «مسـئولیت اجتماعی» باشـد و خالـق نگاهی ویـژه و حرفه‌ای بـه ورزش مردمی و زیبای والیبال.

تشکیل تیم والیبال جوانان و نوجوانان بهنام

پیوند تاریخی والیبال با سازمان‌های مــردم نهاد

رسالت موسســـه خیریه بهنام دهش‌پور حمایت از بیماران مبتلا به سرطان است و به عنوان یک سازمان مـردم نهاد به دنبال ایجاد فضـای گفتگو با مردم در رابطه با سلامتی و حمایت می‌باشد.

آغاز یک راه تازه تعریف شـده همیشه توام با موانع و سـختی‌هایی اسـت که هر کدام از آنهـا می‌تواند توجیهی برای پایان دادن و عقب نشـینی باشـد اما موسســه ابتدای این راه خطیر و پر دردسـر را خوب و حرفه‌ای گام برداشـته و رونـد صعودی تیم والیبال بهنام، امیدبخش و حرفه‌ای به نظر می‌رسد.

تیم والیبال نوجوانان و جوانان بهنام دهش‌پور سفیر سلامت در عرصه ورزش کشـور خواهد بود و والیبال به عنوان یک رشـته ورزشی مردمی که در چند سال گذشته نیز بسـیار محبوب شـده، می‌تواند سلاحی مناسب و ارزشمند برای این هدف والا و اخلاقی باشد. هدف مدیران و مقامات این موسسـه خیریه، فرهنگ سازی بیشـتر و موثر در عرصه مبارزه و پیشگیری از سرطان اسـت، و در این فضا به خوبی می‌شود درباره تغذیه مناسـب و پرهیز از غذاها و رفتارهای پر خطر که منجـر به افزایش احتمال وقوع سـرطان در بدن می‌شود، اطلاع‌رسانی کرد.

از طرفـی اگر از پزشـکان قدیمی و بـا تجربه در عرصه درمان و پیشـگیری از سـرطان بپرسید بدون تردیـد به فاکتور حیاتی و مهـم «روحیه» در درمان سرطان اشـاره خواهند کرد، چه درمان‌های سخت و گران قیمتـی که با روحیه ضعیف بیمـار هیچ اثری نداشـتند و چه شـفاهایی که با روحیه خوب و ایمان قوی یک بیمار، شـگفتی پزشکان را برانگیخت. از این دست مثالها بسیار زیاد اسـت و چه چیزی مهم‌تر از ورزش که باعث تقویت روحیه شـود، واقعیتی که در فرهنگ، دین و نظـام اخلاقی جامعه ما به آن توصیه اکید شـده و جای خالی ورزش در سازمان‌های مردم نهاد، بیمارسـتان‌های کوچک و بزرگ، کارخانجات و شـرکت‌های متمول پر رنگ است، به راحتی می‌شود با بودجه‌ای اندک (در مقایسـه با هزینه‌های رایج در این ارگان‌ها) کلید یک پروژه موفق و موثر ورزشـی را زد و البته این مسـیر، مسیر روان و ساده‌ای نیست اما مظهری بارز و شفاف از عمل به اصل اصیل مسئولیت اجتماعی شرکتی است که این روزها در سراسر جهان به خصوص در کشـورهای متمـدن به یک واقعیت انکار ناپذیر تبدیل شده است.

ورزش فرصتی برای مشـارکت اجتماعی ترویج و حفظ سلامت عمومی جامعه است که در کنار توسعه فرصت‌ها و فضاهای سـالم اجتماعی، باعث می‌شـود انگیزه آحاد جامعه برای بالا بردن امید و سطح کیفیت زندگی بیشتر شـود. ترویج ورزش همگانی در جامعه امری مهم و حیاتی است.

موسسـه خیریـه بهنام‌دهش‌پـور در راسـتای مسـئولیت اجتماعی خود که مشخصا ترویج سلامتی و پیشـگیری از بیماری سـرطان اسـت در تابستان سال۹۵ اقدام به تشـکیل تیم ورزشی والیبال در رده سنی نوجوانان و جوانان کرد. این اقدام با هدف ترویج روحیه داوطلبانه در بین نوجوانان و جوانان و تشـویق جامعه به توجه بیشتر به سلامت خود با انجام ورزش صورت گرفت.

در این میان نمی‌شـود از نقش مهم فدراسـیون والیبال چشم پوشـی کرد، این ارگان مهم غیردولتی می‌تواند در کنار سازمان‌های مردم نهاد در عرصه‌های گوناگـون بـه پیشـرفت ورزش والیبال بـه صورت روزافزون و بیش از پیش کمک کند. در اختیار نهادن سالن‌های استاندارد برای تمرین تیم‌های تازه تشکیل شده و حمایت از مربیانی که در والیبال دانش آموزی و دانشجویی فعال هستند، امید را در رگ والیبال تزریق خواهد کرد.

BEHNAM

چهارده نکته مهم درباره تیم والیبال بهنام

1 تشکیل تیم والیبال بهنام با حضور ۳۲ نوجوان و جوان با حمایت موسسه خیریه بهنام دهش پور در راستای مسئولیت اجتماعی که همه با نام بهنام بر لباس خود در مسابقات لیگ والیبال تهران شرکت کردند.

2 کسب عنوان نائب قهرمانی اولین دوره مسابقات لیگ والیبال ساحلی استان تهران.

3 کسب عنوان قهرمانی در رده سنی جوانان مسابقات والیبال لیگ تهران.

4 کسب مقام سوم مشترک در رده سنی نوجوانان در مسابقات لیگ نوجوانان تهران.

5 حمایت معنوی موسسه خیریه بهنام دهش‌پور از تیم‌های والیبال رده سنی نونهالان و خردسالان در باشگاه آموزش و پرورش منطقه ۸ تهران و کمک به کشف استعدادهای جدید در عرصه والیبال کشور.

6 کسب جواز حضور در رده یک مسابقات جوانان در فصل آینده.

7 حضور ریاست محترم فدراسیون والیبال جناب آقای دکتر داورزنی در دفتر موسسه و تعامل در زمینه همکاری مشترک آتی فدراسیون والیبال و موسسه خیریه بهنام دهش‌پور.

8 حضور بهنود علیزاده بیمار بهبود یافته از سرطان در رده نوجوانان تیم والیبال جوانان بهنام.

9 حضور و همکاری داوطلبانه اعضای تیم والیبال جوانان بهنام در قالب داوطلبین برگزارکننده جشنواره نوروزی ۱۳۹۶.

10 فروش محصولات و اقلام تبلیغاتی توسط تیم والیبال بهنام طی ایام برگزاری جشنواره نوروزی ۱۳۹۶.

11 حمایت اعضای تیم ملی والیبال جمهوری اسلامی ایران از تیم والیبال بهنام و اهدا ۲ دست لباس رسمی این تیم با امضا بازیکنان به موسسه خیریه بهنام دهش‌پور.

12 حضور پرشور داوطلبان موسسه در قالب تماشاچی در زمان برگزاری مسابقات تیم والیبال بهنام.

13 حضور اعضای تیم در مسابقات لیگ والیبال تهران با لباس اختصاصی و طراحی انجام شده توسط موسسه خیریه بهنام دهش‌پور.

14 اهدای لوح یادبود و معرفی رسالت موسسه خیریه بهنام دهش‌پور در ابتدای برگزاری مسابقات لیگ والیبال به تیم‌های مقابل.

لیلا مهـــداد

حســن میرزاحســینی از دیار البرز است؛ متولد کرج و بزرگ شــده همین شــهر. مردی از دهه ۶۰ که در خانواده‌ای شلوغ با چهار خواهر و یک برادر به دنیا می‌آیــد و همانند همه کودکان آن دوران طعــم کودکی را به تمام معنا می‌چشــد؛ طعمی که با قهرمانی ژیمناستیک در ۱۰ یا شاید ۱۱ سالگی شیرین‌تر می‌شود تا اینکه در ۱۹سالگی و بــا تمام انــرژی آن دوران و در حال پشت‌ســر گذاشــتن نوجوانــی، بیماری فصــل جدیدی از زندگی را پیش رویش باز می‌کند تا شاید همچون اکثر هم‌ســن و ســال‌های خود مسیر طبیعی و تعریف شــده زندگی را طی نکند و با پشت‌سر گذاشتن فرازوفرودهای زیاد به‌دنبال تحقق رویای کودکی‌اش برود. رویایی که ابتدا در داشتن ثروت تعریف می‌شود بعد از مدتی رنگ‌وبوی دیگری بــه خود می‌گیــرد و در میادین مســابقات نمود پیدا کرد؛ چهار دوره قهرمانی ســنگنوردی، نفر هشتمی در مســابقات ۲۰۱۴ اسپانیا، نفر هفتمی مســابقات ۲۰۱۶فرانســه و ششــمی ۲۰۱۷اتریش اگرچه در اســکی نیز جایگاه‌هایی در مســابقات نصیب میرزاحســینی شده است مثل مدال برنز مسابقات بین‌المللی تهران آن هم سال گذشته، قهرمانی دروازه بزرگ و همین‌طور نایب قهرمانی در دروازه کوچک که همگی سال گذشته محقق شده‌اند. پای صحبت‌هایش نشستیم.

تحــقق یک رویا

■ **داستان حسن میرزاحسینی امروز، از کجا شروع شد و در دوران بیماری چه حس و حالی داشت؟**

میرزاحســینی ۳۵ســال دارد و حالا در دو تیم ملی پارالمپیک ســنگنوردی و اسکی عضو است. ازدواج کرده و هنوز پدر نشده اســت. در ۱۹ سالگی در بازی متداول گل‌کوچیک اتفاقــی برایم افتاد تا بعد از آن مشــخص شــود تومور بدخیمی در پای چپم جاخوش کرده است. قرار بر این شــد تا مراحل درمانــی را طی کنم تا تومور کوچک شــده و با عمل جراحی از پایم خارج شــود اما تمام شیمی‌درمانی‌ها، بیوپســی و تزریق دارو بی‌نتیجه مانــد. تومور بدقلقی بود و به درمان‌ها جواب نداد؛درمانی یک‌ساله. تا اینکه تمام مشورت‌های پزشکی منجر به این شــد که تصمیم بگیرند پایم را قطع کنند. از آنجایی که پروسه درمان برایم خیلی سخت بود با این تصمیم موافقت کردم آن هم بی‌هیچ ترسی. مدام به خودم می‌گفتم؛ یک قطعه ماشین خراب شده که حذفش می‌کنند اما مهم این است که ماشین هســت و ادامه می‌دهد. زمانی که پایم قطع شد هنوز بیست‌ویک‌سالم نشده بود. شاید اغراق به نظر برســد اما یکی از لطف‌های خدا به من بود چون در سن پایین به این بیماری دچار شدم و با انگیزه و انرژی‌ای که داشــتم، توانســتم با آن کنار بیایم چون این امکان وجود دارد که روبه‌رو شــدن با ایــن بیماری برای مردی در ۴۰سالگی خیلی سخت‌تر باشد. خدا بیماران مبتلا به ســرطان را شفا بدهد، گذراندن این مرحله خیلی سخت است. شــرایطی که به وضوح مصداق آن چیزی است که می‌گویند کوه باشد خرد می‌شود.

در حــال حاضر نمی‌دانم پیشــرفت علم تا چه حدی توانسته به کمک این بیماری بیاید چون در آن دورانی که من درگیر این بیماری بودم داروها، عوارض وحشــتناکی داشتند. ریزش مو و مژه که از عوارض طبیعی این بیماری بود. در این دوران بیمار اشــتهایش را از دســت می‌دهد و کاهش شــدید وزن می‌یابد. همیشــه حالش بد است، مخصوصا روزهایی که دارو می‌گیری. در آن دوران که دارو می‌گیری اگر سرما بخوری، فاجعه است. شرایط آن دوران تا حدی سخت بود تا جایی که وقتی صحبت از قطع شدن پایم شد بی‌هیچ ترسی آن را قبول کردم.

بعــد از بیمــاری به واقــع مســیرهای مختلفی را پیش‌روی خودم دیدم؛ می‌توانستم افسرده شوم و از همه‌چیز گلایه کنم اما این کار من نبود؛ گلایه کردن برای همین در ابتدای راه درس خواندن را راه‌حل خوبی دیدم و به گمانم می‌توانستم با درس خواندن زندگی‌ام را تامین کنم، رشته حسابداری را انتخــاب کــردم و فوق‌دیپلــم گرفتــم و بــرای کارشناسی مهندسی کشاورزی رشته انتخابیم بود با این پیش‌زمینه که قبلا تجربه کشاورزی داشتم اما شرایط مالی مانع ادامه تحصیلم شد

■ **میرزاحســـینی در بیست‌ویک سالگی پای چپ خود را از دست می‌دهد؛ اتفاقی که روبه‌رو شدن با آن بی‌شک خیلی سخت بوده اما چطور میرزاحسینی از مسیرهای پیش‌روی خود – افسردگی،درس خواندن و... – ورزش را انتخاب می‌کند؟**

حســن نیز مثل همه بچه‌های دهه ۶۰ اهل ورزش و تکاپو بود و سعی می‌کرد انرژی خود را در گل‌کوچیک‌های کوچه و خیابان صرف کند تا جایی که در ۱۰یا ۱۱ سالگی قهرمانی ژیمناستیک را تجربه کرد. در واقع ورزش همیشه ته ذهنم بوده است.

بعد از بیماری به واقع مسیرهای مختلفی را پیش‌روی خودم دیدم؛ می‌توانستم افسرده شوم و از همه‌چیز گلایه کنــم اما این کار من نبود؛ گلایه کــردن برای همین در ابتدای راه درس خواندن را راه‌حل خوبی دیدم و به گمانم می‌توانستم با درس خواندن زندگی‌ام را تامین کنم برای همین رشــته حســابداری را انتخاب کردم و فوق‌دیپلم گرفتم و برای کارشناســی مهندسی کشــاورزی رشته انتخابیم بود با این پیش‌زمینه که قبلا تجربه کشــاورزی داشتم اما شرایط مالی مانع ادامه تحصیلم شد. بعد از آن به فکر پول درآوردن افتادم با این تفکر که داشــتن پول آینده‌ام را با توجه به شــرایط جسمی‌ام تامین می‌کند و تضمینی برای آینده‌ام است برای همین با یکی از دوستانم کافی‌شــاپ زدیم تا به زعم آن روزهــا پول پارو کنیم اما گذشت زمان بیشتر من را متوجه این مساله می‌کرد که این مسیری نیست که باید بروم تا اینکه مراوده با چند آدم معمولی و خواندن چند کتاب معمولی‌تر تلنگری را که نیاز داشــتم به من زد که اینجا، جایی نیست که می‌خواستی باشــی. بعد از این دوران بود که سوالاتی از این جنس که هدف تو از زندگی چیســت؟ از کجا آمده‌ای، آمدنت بهره چه بود؟ تمام ذهنم را به خود اختصاص داد.

واقعا میرزاحســینی به این دنیا آمده تا فرد پولدار و گردن‌کلفتی باشد؟ یا باید دانشمند شود و ... اما در نهایت

چیزی که ذهنم را قلقلک می‌داد این بود که میرزاحسینی همیشه می‌خواسته یک قهرمان ورزشی باشد. خواسته‌ای که برایش بارها صحنه‌های مسابقات بین‌المللی را در ذهنم ساختم؛ واقعا حس خوبی بود و به من انگیزه می‌داد. هنوز هم همان حس‌وحال را دارم و انگیزه می‌گیرم. درواقع من ورزش را انتخاب کردم تا رویای بچگی‌ام را محقق کنم، البته هنوز محقق نشده است.

در ابتدای راه که ورزش را انتخاب کردم فکر نمی‌کردم تا این حد غرق شوم و تا این حد زندگی‌ام را تحت‌تاثیر قرار بدهد. اما واقعیت این است که هرچه بیشتر پیش می‌روی، بیشتر متوجه می‌شوی تشنه آن هستی و تا جایی پیش می‌روی که به‌جایی می‌رسی که در دنیا هیچ‌چیزی را جز علاقات دنبال نمی‌کنی و همه فکرت می‌شود، خواستت؛ آدمهایی که با آنها ارتباط برقرار می‌کنی، کتاب‌هایی که می‌خوانی.

در حقیقت سبک زندگی‌ات تغییر می‌کند و این روایت است که تو را به‌دنبال خودش می‌کشد، البته این حس و حال به ورزش محدود نمی‌شود چون فردی که علاقاش کامپوتر است تمام صحبت‌ها و آدمهای انتخابی‌اش و کتاب‌هایش خلاصه می‌شود در ساخت اپلیکشن و نرم‌افزارها و ... یا حتی کسی که کفترباز است تمام زندگی‌اش می‌شود کفتر. شاید رمز موفقیت همین باشد تمرکز روی آنچه که می‌خواهی! مساله که می‌تواند نقطه قوت فرد تلقی شود و شاید گاها نقطه ضعفش به حساب بیاید. شاید بعضی‌ها بگویند اینگونه افراد تک‌بعدی هستند چون از یکسری مسائل باز می‌مانند اما به نظر من کاری نمی‌شود کرد تو عاشقی.

■ ورزش سنگ‌نوردی! چرا از میان همه ورزش‌ها سنگ‌نوردی را انتخاب کردید؟رشته‌ای که برای افراد سالم نیز کمی دشوار به نظر می‌رسد.

من چندسالی در رشته‌های گروهی فعالیت می‌کردم. آمادگی جسمانی خوبی داشتم اما یکسری اتفاقات مسیرم را عوض کرد. ورزش‌های تیمی مسائل و مشکلات مختص به خودش را دارد به همین دلیل دنبال راه دیگری بودم و به این فکر می‌کردم که بتوانم راهی را برای خودم باز کنم. ذهنم کاملا درگیر این مساله بود. اگر اشتباه نکنم دوماهی روی این مساله تمرکز داشتم.

کتاب‌های زیادی خواندم، مدیتیشن کردم، به طبیعت رفتم و در نهایت به یک نتیجه رسیدم؛ اینکه باید کاری را انجام بدهم که از صمیم قلب دوستش داشته باشم. این جمله را بارها با خودم تکرار می‌کردم؛ چرا می‌خواهی راهی را بروی که دیگران رفته‌اند. در سالنی که والیبال نشسته بازی می‌کردیم، دیوار سنگ‌نوردی بود که چند باری دور از چشم دیگران آن را امتحان کرده بودم. همین انگیزه‌ای شد برای تمرکز روی این رشته ورزشی. سنگ‌نوردی جو خوبی داشت- سنگ‌نوردی به تعبیری فرزند خلف کوهنوردی است- خیلی خوب بود و بیشتر من را ترغیب می‌کرد. شروع به کار کردم و هرچه بیشتر تلاش می‌کردم حس بهتری می‌یافتم. مثل ژیمناستیک بود برایم. من را برانگیخته می‌کرد برای همین رفتم جلو. دو،سه سالی تمرین کردم در همان دوران یکی از دوستان؛ زهره عبدا... خانی- دختر یخنورد ایرانی- خیلی کمکم کرد. در سال ۲۰۱۴ ایران تیم ملی نداشت.

با رئیس فدراسیون صحبت کردیم؛ قبل از من هم ۲-۳نفر صحبت کرده بودند و باعث شد تیمی تشکیل شود. این نشانه روشنفکری رضا زارعی، رئیس فدراسیون کوهنوردی- سنگ‌نوردی ایران بود که این ریسک را قبول کرد و حاضر شد روی ما سرمایه‌گذاری کند. ما مسابقه رفتیم و برگشتیم و همه‌چیز دگرگون شد. دیوانه بودیم و آن دیوانگی بعد از این مسابقه چند برابر شد. قبل از این مسابقه ۷۰-۸۰درصد زندگی‌ام ورزش بود اما بعد از این مسابقه همه زندگی‌ام شد ورزش. نتیجه مسابقه ۲۰۱۴ اسپانیا خیلی خوب نبود- هشتمی جهان- بعد از این مسابقه جدی‌تر تمرینات را دنبال کردم و در تیم ماندم.

اولین و تنها معلول یک پای دنیا هستم که اسلک‌لاین می‌کند اما به دلیل شرایط مالی هنوز نتوانستم ثبتش کنم برای همین نمی‌توانم به‌طور رسمی در رسانه‌ها در موردش حرف بزنم و این قلبم را به درد می‌آورد

■ و اما به جز سنگ‌نوردی در چه رشته‌هایی خودتان را محک زدید؟

در کنار سنگ‌نوردی دوست داشتم کارهای موردعلاقه‌ام را دنبال کنم و کارهایی را برای دلم انجام بدهم. نقطه‌ضعف من نداشتن یک پا بود و تلاش کردم همان نقطه‌ضعف را به نقطه‌قوتم بدل کنم برای همین سراغ ورزش‌هایی رفتم که با پا سروکار داشتند.- بر خلاف تصورات عمومی سنگ‌نوردی نیازمند پای قوی است. بهترین‌های سنگ‌نوردی جهان می‌گویند ما با پایمان صعود می‌کنیم نه با دست‌های‌مان- دوست داشتم اسکی یاد بگیرم و در عین حال روی بند راه رفتن را هم تمرین می‌کردم؛ اولین و تنها معلول یک پای دنیا هستم که اسلک‌لاین می‌کند اما به دلیل شرایط مالی هنوز نتوانستم ثبتش کنم برای همین نمی‌توانم به‌طور رسمی در رسانه‌ها در موردش حرف بزنم و این قلبم را به درد می‌آورد. روشی که صفرتاصدش ایده خودم بوده و به کمک یکی،دوتا از دوستانم عملی‌اش کرده‌ام. پیام‌های زیادی از خارج کشور دریافت می‌کنم که تمریناتت به چه شکل است؟ چطور پرتز می‌سازی؟ می‌خواهند کپی کنند و به اسم کشور خودشان ثبت کنند.

من در تمریناتم موسیقی گوش نمی‌دهم و برخلاف همه رادیو گوش می‌دهم. روزی در زیرزمین یکی از دوستانم در حال تمرین بودم که آقای‌عیسی ساوه‌شمشکی، رئیس انجمن اسکی جانبازان و معلولان صحبت کرد و از تصمیم‌شان برای تشکیل تیم گفت از علاقه‌مندان و کسانی که استعداد دارند دعوت می‌کنیم در اردوی استعدادیابی شرکت کنند. بهترین خبری بود که می‌توانستم بشنوم. پیگیری کردم ولی گفتند کسی را می‌خواهند که معلولیت بالاتنه داشته باشند. با یک پا اسکی کردن کار سختی است و قبل از من صادق کلهر این کار را انجام داده است؛ استاد این کار هستند و چند دوره پارالمپیک شرکت کرده‌اند. چانی‌زنی کردم تا یک فرصت به من بدهند و بالاخره این فرصت را دادند و توانستم یک دوره با بچه‌ها تمرین کنم. هیچ چیزی از اسکی نمی‌دانستم و با دو عصای معمولی رفته بودم. تازه آنجا بود که متوجه شدم داستان فرق می‌کند. بعد از ۵-۶جلسه توانستم روی اسکی بایستم و کمی سر بخورم.آن اردو که به پایان رسید به کمک دوستانم یکسری عصای اسکی معلولان ساختیم و دوباره با آن عصاها رفتم. از سماجتم خوششان آمد و قبول کردند و در این دوره بود که یاد گرفتم چطور اسکی کنم و اینگونه در تیم ماندم.

■ چه دغدغه‌ایی میرزا حسینی را آزار می‌دهد؟

ما استعدادهای خوبی داریم که به راحتی از کنار آنها می‌گذریم و شیفته افرادی بیرون از مرزها می‌شویم نوعی خارجی‌زدگی که حالم را بد می‌کند.

اگر سیامند رحمان- وزنه‌بردار سنگین‌وزن پارالمپیک که قهرمانی جهان دارد- خارجی بود از آن یک بت می‌ساختند یا زهرا نعمتی - دختر تکواندوکار- که رویایش را فراموش نکرد. ورزشکاران ما با دست خالی و از دل و جان برای وطن و پرچم‌شان می‌جنگند اما همیشه خارجی‌ها اسطوره می‌شوند

■ مشکلاتی که آدمهایی مثل میرزاحسینی با آن روبه‌رو هستند. از آنها بگویید.

من از زندگی خودم می گویم اما کم نیستند آدمهایی که با همین جنس مشکلات دست به گریبان هستند. من مشکلات زیادی دارم؛ مشکلاتی که ۷۰-۸۰درصد توانم را می‌گیرد. به عنوان مثال من چند رکورد جهانی برای ثبت دارم ولی به دلیل نداشتن توان مالی و نبود اسپانسر نمی‌توانم ثبت کنم.

نبود منابع مالی من را می‌ترساند؛ ترسی که روزی به خاطر نبود منابع مالی- دلیلی مسخره- دست از رویایم بکشم. اسپانسرها اغلب برای افراد دارای معلولیت پیشقدم نمی‌شوند به عنوان مثال برخی سازمان‌ها برای یک بیلبورد مبلغ هنگفتی هزینه کنند اما مایل نیست از یک معلول برای تبلیغش استفاده کند چون بر این باور است که نوعی ضدتبلیغ است برای کالایش.

من سختی زیاد کشیدم. شاید قابل درک نباشد چرا یک آدم تمام زندگی‌اش را می‌گذارد که به اینجا برسد. من برای تامین بودجه یکسری از پروژه‌هایم پایم را برای فروش گذاشته‌ام- پروژه‌ای انجام داده‌ام که در قبال آن پای مصنوعی به من دادند که حق طبیعی من است از آن استفاده کنم اما تا به امروز استفاده نکرده‌ام- من زندگی‌ام را ضرر کردم و هزینه‌اش را می‌دهم. من که تا اینجا آمده‌ام، بقیه‌اش را هم می‌روم. من تا امروز با کارهای ساختمانی؛ جوشکاری، بردن بار و کارهایی از این دست گذران زندگی کرده‌ام بعد از این هم تمام تلاشم را می‌کنم.

■ اگر آدمها فرصت زندگی دوباره می‌یافتند، شما در فرصت دوباره چه کاری را که امروز انجام نداده‌اید را انجام می‌دهید؟

ورزش را کمی زودتر شروع می‌کنم و فرصت‌ها و زمانم را برای تفکراتی مثل پولدار شدن از دست نمی‌دهم آن هم به بهانه تامین آینده‌ام. درواقع دنبال پول نمی‌روم هرچند در حال حاضر نبود پول اذیتم می‌کند. دومین چیزی که انجام می‌دهم این است که حتما درسم را ادامه می‌دهم.

■ و در همین زندگی دوباره چه کاری را انجام نمی‌دادید که در این زندگی انجام داده‌اید؟

مدتی را که سیگار و قلیان می‌کشیدم را از زندگی‌ام حذف می‌کنم و هیچوقت سراغشان نمی‌روم. همیشه ذهنم مشغول این دو کار است که چرا این دو کار مسخره را انجام می‌دادم اما از چیزهای دیگر پشیمان نیستم. حتی شکست‌های غیرورزشی‌ام هم جزو زندگی‌ام هستند. اگر امروز در این نقطه ایستادم محصول شکست‌های ورزشی و غیرورزشی زندگی‌ام است. شکست‌هایم نیز خوب هستند چون باعث شدند امروز اینجا بایستم.

آیا می‌دانید؟

در نیمه اول سال ۱۳۹۶

با حمایت و مشارکت شما نیکوکاران **بیش از ۹.۲۹۴ مورد**
مراجعه از بخش خدمات حمایتی موسسه خیریه بهنام دهش پور بهره‌مند گردیده‌اند

- **تعداد ۱,۲۰۸ مورد** تشکیل پرونده جدید در واحد مددکاری موسسه
- **تعداد ۵,۰۵۶ مورد** دریافت کنندگان کمک هزینه دارو و درمان از موسسه
- **تعداد ۱,۵۱۰ مورد** دریافت کنندگان کمک هزینه جانبی
- **تعداد ۱,۳۵۴ مورد** دریافت کنندگان اقلام غیرنقدی (اقلام خوراکی، پوشاک و...)
- **تعداد ۱۶۶ نفر** دریافت کننده داروهای اهدایی

هنر و سلامت

بهاره کیان‌افشار بازیگر جوان کشورمان، از داوطلبان و همراهــان قدیمــی و فعال موســسه خیریه بهنام دهش‌پور است. او در مراسم شبی با بهنام سال ۱۳۹۴ به عنوان سفیر سلامت موسسه برگزیده و معرفی و به مانند قبل از این انتخاب همچنان تا به امروز با اقدامات مختلف و حضور در رویدادهای عمومی و همچنین فضای مجازی به عنوان یکی از ترویج‌گران سلامت و سبک زندگی ســالم در زمینه اطلاع‌رسانی و آموزش عمومی جامعه نسبت به بیماری سرطان فعالیت دارد. هفته نامه سیب سبز در مهرماه ۱۳۹۵ با ایشان گفت وگویی اختصاصی داشــته اســت با عنــوان زندگی بدون ســرطان برای همه که در ادامه بخشــی از این گفت وگو را با هم می‌خوانیم:

دوازده سال پیش با موسسه خیریه بهنام دهش‌پور آشنا شدم. دختر مدیرعامل خیریه یکی از دوستان بسیار خوب من اســت. در دوره خیلی بدی از زندگی بودم و فشار زیادی روی من بود. به توصیه دوستم برای آن‌که تمرکزم را از روی مشکلم بردارم و حواسم را پرت کنم به آنجا رفتم. اول هفته‌ای یکی، دو روز می‌رفتم و به‌صورت داوطلبانــه کار می‌کردم. اما آنجا بــرای من مثل یک مدرســه بزرگ بود. فعالیت اجتماعی، تعامل، گذشت و صبر و همنوع‌دوستی را آنجا یاد گرفتم. افراد زیادی آنجا فعالیت می‌کردند که برای من معلم‌های بســیار خوبی بودند. در آن فضا مردمی را می‌دیدم که با بیماری‌های ســخت و بی‌پولی دســت و پنجه نــرم می‌کردند و باز مقاومت می‌کردند و امید داشتند. همه این‌ها به آدم یاد می‌دهد که مشکلات خودش مشکلات بزرگی نیستند و این خود ماییم که آنهــا را بزرگ می‌کنیم. به نظرم مراکــزی مثل این خیریه نگاه آدم را به زندگی متحول می‌کند. من تا ابد مدیون خیریه دهش‌پور هستم و فکر می‌کنم تا زنده هســتم از آن مجموعه جدا نمی‌شــوم، چــون آنقدر که من از این مرکز انرژی مثبت می‌گیرم، هنوز کاری برای‌شان نکرده‌ام. این خیریه به لحاظ مالی بسیار سلامت است و یک ریال در این خیریه به اشتباه خرج نمی‌شــود. نحوه مدیریت انسانی و مالی درستی دارد. بودجه‌ها خرج خرید دارو، دســتگاه‌های درمانی و هزینه رفت و آمد بیماران شهرستانی مبتلا به سرطان می‌شــود؛ بیمارانی که غالبا از راه‌های بسیار دور برای درمان به تهران می‌آیند و همه اینها بسیار بزرگ، انسانی و ارزشمند است.

مدتی خبرنامه تهیه می‌کردم

ســال‌های اول آشــنایی‌ام در بخش روابط عمومی خیریه فعال بودم و برایشــان یک خبرنامه داخلی تهیه کــرده و در کارهای تبلیغاتی و اطلاع‌رســانی عمومی همکاری می‌کردم. بعد از آن‌که شغل خودم جدی‌تر شد و از نظر زمــان و حضور فیزیکی دچار محدودیت‌هایی شــدم سعی کردم آشنایان و اطرافیانم را با این موسسه آشــنا کنم و کمک‌هــای مالی بزرگ‌تر بــرای خیریه جمــع‌آوری کنم. این روزها هم، چون بازیگری می‌کنم و چهره شناخته‌شــده‌تری هســتم ، خوشبختانه حس می‌کنم می‌توانم توجه و کمک بیشــتری برای موسسه جمع‌آوری کنم.

همراه با سفیر سلامت موسسه خیریه بهنام دهش پور

به خیریه بهنام دهش‌پور مدیونم

به خاطر سبک زندگی‌ام سفیر سلامت شدم

خیلی تــلاش می‌کنم به لحاظ روحــی و فیزیکی سلامت زندگی کنم. شاید همین مسئله باعث شد بتوانم از سال ۹۵ نماینده سلامتی هم باشم و به عنوان سفیر ســلامت موســســه خیریه بهنام دهش‌پور معرفی شوم تا اگر بتوانم، الگوســازی خوبی برای دیگران مخصوصا خانم‌ها داشته باشم که زندگی سالم‌تری را تجربه کنند. در سال‌های اخیر علاوه بر کمک‌هایی که برای درمان به بیماران می‌شود بحث پیشگیری هم مطرح شده است. اطلاع‌رسانی درســت، کمک می‌کند با دانش و آگاهی از ابتلا به سرطان پیشــگیری کرد و یکی از بیماری‌ها کــه واقعا با آگاهی از آن می‌تــوان ابتلا به این بیماری را پیشــگیری یا در صورت ابتلا، آن را در زمان مناسب کنترل کرد، سرطان پستان است. اگر آگاهی اجتماعی درباره نحوه تغذیه مناسب و سالم و نحوه زندگی درست را بالا ببریم، می توانیم کمک کنیم افراد کمتری دچار این بیماری شوند.

من یک فرد صلح‌جو هستم

همواره ســعی می کنم غذاهای سالم بخورم، میوه و ســبزیجات را هرگز فراموش نمی کنم. به هیچ عنوان سیگار نمی‌کشم و هر چیزی که سلامت مرا به مخاطره بیندازد، تجربه نمی‌کنم. ســعی می‌کنم خوب بخوابم و ذهن و روح و روانم را ســالم نگه دارم. در اوقات فراغتی که دارم، ســفر، مطالعه و ورزش می‌کنم و درنهایت در زندگی تمرین صلح‌جو بودن می‌کنم چون این صفت به سلامت آدم و اطرافیان خیلی کمک می‌کند؛ مخصوصا به سلامت روان. سعی می‌کنم این موضوع را به دوستان و اطرافیانم هم یادآوری کنــم. گاهی می‌بینم که یک مشکل ساده چطور می‌تواند ساعت‌ها افراد را کلافه کند و به هم بریزد بنابراین سعی می‌کنم به آنها این موضوع را یادآوری کنم و یادشــان بیندازم کــه زندگی هدیه کوتاهی اســت که باید خــوب ببینیمش و از آن خوب استفاده کنیم و ســخت نگیریم. گاهی با خودم تمرین می‌کنم که اگر روزی به خاطر مشکلی به دکتر مراجعه کردم و به من گفت که بیماری ســختی دارم چطور با آن رو به رو شوم. می‌خواهم آماده باشم که اگر فهمیدم بیماری سختی دارم بلد باشم آن را بپذیرم و برای بهبود خود تلاش کنم در آن مسیر هم درست عمل کنم. من هر روز تمرین می‌کنم و هرگز نمی‌گویم این مسائل برای دیگران اســت و برای من اتفاق نمی‌افتد. سعی می‌کنم با ذهن پذیرنــده و باز زندگی‌ام را مدیریت کنم که اگر من هم روزی با آن مواجه شدم بدانم که باید چه کنم.

لیلا مهـــــداد

زنی است نقاش، که حدودا ۶۰ بهار را پشت‌سر گذاشته و توانسته عشق و امید را برای زندگی‌اش تعریف کند؛زنی که مادر دو فرزند است و جوانی را در امین‌الدوله -میدان شهدا- درس دکوراسیون داخلی خوانده و بر حسب روزگار رهایش کرده اما از انجایی که از ۱۵سالگی عاشق نقاشی بوده. این هنر را از اساتید مختلفی آموخته. عاشق درس خوندن است. زنی که تلاش‌هایش به نتیجه نشسته و حالا تابلوهای نقاشی‌اش مهمان نمایشگاه‌های مختلفی در سراسر دنیا است اخرین نمایشگاه در یونان و نمایشگاه آینده در ایتالیا خواهد بود. در ادامه شهلا داستانش را برای شما تعریف می‌کند. شهلا همایونی هم سرطان را شکست داد، سایر بیماران هم می‌توانند، کافی است خود را باور کنند.

گفته‌های شهلا همایونی از بیرون کردن مهمان ناخوانده‌اش، سیزده‌سال پیش

بیماری مهـــربانی

از یک دلواپسی زنانه ...

گویی اتفاقات مهم رسم را بر این گذاشته‌اند تا با یک رخداد ساده پا در زندگی آدم‌ها بگذارند. قصه من با مهمان ناخوانده‌ام به ۱۳و شاید هم ۱۴سال پیش برمی‌گردد. یک کیست کوچک روی بازوی همسرم، دلواپسی‌های زنانه را در من جان داد؛ مراجعه به پزشک و تنها یک سوال ساده:آیا شما به عنوان یک خانم بدن خود را چک می‌کنید؟ و پاسخی کوتاه: نه اطلاعاتی در این زمینه ندارم.

آزمایشات همسرم مشکلی را عنوان نکردند اما تاکیدات پزشکی سبب شد هرازگاهی آموزش‌های ساده‌ای که در همان جلسه ویزیت آموخته بودم را به آزمون بگذارم. آزمونی که بعد از پشت‌سر گذاشتن ماه ششم می‌خواست چیزهایی به من بگوید اما بی‌اعتنایی به آن زمان‌بر شد تا بالاخره آزمایشات پزشکی تشخیص سرطان پستان را تایید کردند.اگرچه برخی مشکلات و شرایط زندگی در دعوت این میهمان بی‌تاثیر نبود؛ مادرم سخت مریض بود و اتفاقات همزمان خانوادگی شوکی بود برای من.

سرطان، شهلا همایونی و .....

سرطان بیماری خاصی نیست. این را به همه می‌گویم. بیماری است مثل سرماخوردگی که طول درمان دارد و باید داروهایی را مصرف کنیم. آنتی‌بیوتیک سرطان شیمی‌درمانی است و کمی طول مدت درمانش طولانی. هرچند شیمی‌درمانی کمی اذیت می‌کند.

همیشه به بیماری‌ام می‌گفتم تو خیلی آرام مهمان بدن من شدی و باید همان‌طور آرام بروی. من نمی‌گذارم که مهمان همیشگی باشی و بمانی

سرطان بیماریی است که باید با روی باز به آن نگاه کرد. به نظر شهلا، سرطان بیماری مهربانی است و نباید با آن جنگید تنها باید با آن کنار آمد. من همیشه به بیماری‌ام می‌گفتم تو خیلی آرام مهمان بدن من شدی و باید همان‌طور آرام بروی. من نمی‌گذارم که مهمان همیشگی باشی و بمانی. این بیماری روحیه می‌خواهد و حمایت خانواده و رعایت دستورات پزشکی. من همیشه به بیماران می‌گویم این دوران سخت است اما می‌گذرد، اگر پزشک از شما قطع امید کرد شما تسلیم نشوید و دست رد به سینه خودتان نزنید.

طی دوران درمان من ۱۰الی۱۵ بار جراحی شدم؛ جراحی‌هایی که هربار به خودم می‌گفتم شهلا تو سلامت از آن بیرون خواهی آمد و همین‌طور هم شد. شاید باورتان نشود اما سرطان ناخودآگاه آدم را می‌برد به سمت چیزهایی که از دست دادید؛ به دل دوستی که خواسته یا ناخواسته از شما رنجیده، به مادرشوهری که از شما گله دارد و آدم‌هایی که به سمت می‌آیند. برای همین می‌گویم بیماری مهربانی است. آدم‌هایی که وقتی ماجرای دردت را می‌شنوند حالشان بد می‌شود و دلشان برایتان می‌سوزد اما نباید شما دلتان برای خودتان بسوزد.در همه مدتی که سرطان بر جان‌تان نشسته شما با خودتان با دیگران مهربانید دیگر از غرور گذشته‌ها خبری نیست، خودخواهی راهش را گم کرده و کینه با دلتان غریبه است.

بسته‌های مرموزی که صبح‌ها پخش می‌شدند

بعد از تشخیص سرطان پســتان اولین اقدامات را شروع کردم، شــیمی درمانی و پرتودرمانی. اگرچه در حین انجام همین مراحل درمانی بود که سرطان رحم نیز تشــخیص داده شد؛ مشکلی که به دلیل تشخیص زود کنترل شد. خوب به یاد دارم که برای پرتودرمانی ساعت ۵ صبح راه بیمارســتان شهدا را با همسرم در پیش می‌گرفتیم؛ همراه نازنینی که تمام مدت درمان مهربانانه در کنارم بود.

روزهایی که انتظار ۳،۴ساعته را به جان می‌خریدم تــا نوبت‌مان شــود. در همه این ســاعات لباس‌های محلی که هرکــدام حکایتگر شــهری بودند نظرم را جلب می‌کردند؛ آدم‌هایی با لبــاس کردی یا زنانی با ســوزن‌دوزی‌های ظریف و زنانه ســر آستین‌ها و لبه شلوارها که می‌گفتند مســافران سیستان‌وبلوچستان هستند؛ مسافرانی که در پارک‌ها و لای درختان حیاط بیمارســتان می‌خوابیدند به امید شفای بیماری که با خود همراه آورده بودند.

یکــی از ماجراهــای جالــب آن روزهــا و حیاط بیمارســتان شــهدای تجریش کــه در روزهای اول کنجــکاوم کرده بود آمدن ماشــین‌های مــدل بالا با خانم‌های شــیک بود که هر صبح بسته‌هایی را همراه داشتند و به مسافران منتظر می‌دادند؛ شیر، موز، سیب و ... روزهای اول گمان می‌کردم بیمارستان از همراهان پذیرایی می‌کند و تعجبم برانگیخته شده بود تا بعدها متوجه شدم هستند آدم‌هایی با دل دریایی و داوطلب این کارها را انجام می‌دهند.

سوختگی بدن بخاطر دستگاه‌های قدیمی

اما ماجرای دستگاه‌های پرتودرمانی؛ زیر دستگاه که قرار می‌گرفتی قســمتی که غده داشت علامت‌گذاری می‌شد تا دســتگاه با زوم کردن بر آن پرتو درمانی را

سلول در واقع فضائی است که اجزاء کوچکتری را در خود جای داده اســت هریــک از این اجزاء برای زنده ماندن ســلول نقش اساســی برعهده دارند. برای شــناخت درست بیمارس سرطان و روش بروز، گسترش و راهکار کنترل آن نیاز به شناخت درست سلول داریم.

انجام بدهد اما متاســفانه اشــعه به نوک سینه یا زیر سینه یا زیربغل می‌خورد و نتیجه سوختگی بود. واقعا وحشتناک بود.

ســوختگی‌هایی که ســختی‌های برای من و همه مراجعان در پی داشت. همه ناله می‌کردند ولی مجبور به ادامه بودیم. خوب به یاد دارم که روزهای آخر بدنم سوخته بود.

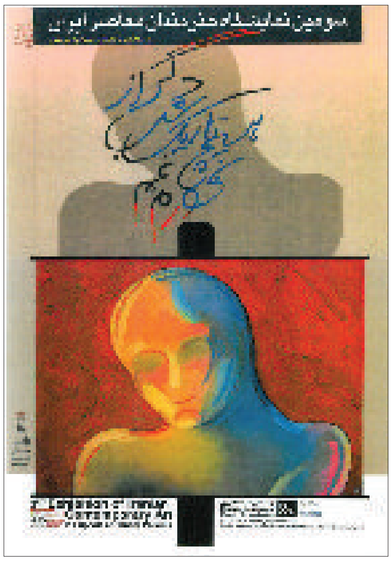
تولد در دنیایی که هیچ از آن نمی‌دانم ....

شــهلا از مرگ نمی‌ترســد. من مرگ را قبول دارم و این مســاله مهمی اســت. مرگ برای شهلا در واقع تولدی جدید اســت. من به تولد دیگر معتقدم. اینکه چه دنیایی است خبر ندارم. حتما مثل همین دنیا بالا و پایین دارد. من تمام مــدت درمان به خودم اعتقاد داشــتم و عشق به شــوهر و بچه‌هایم انرژی مضاعفی بــه من می‌داد. برای اولین‌بار کــه به اتاق عمل رفتم بیهوش بودم یا نه نمی‌دانم ولی دیدم که در اتاق عمل باز شد و تمام فامیل‌هایم جلو در ایستادند و در مقابل من روی تخت باریکی دراز کشیده بودم فردی از میان آنها گفت شهلا بیا برویم که مادرم جلو آمد و گفت نه شهلا کارهای زیادی دارد که باید انجام بدهد و پس از آن در بسته شد و دیگر کسی را ندیدم.

من بعد از گذشــت سال‌ها هنوز هم با عشق و امید زندگی می‌کنم و از لحظــات زندگی لذت می‌برم. هر مســاله‌ای که پیش می‌آید؛ می‌گویم شهلا غصه نخور این نیز می‌گذرد و حل می‌شــود. دختر دو روز بعد را ببین که این بحران نیز می‌گذرد. هنوز هم اگر محیطی مرا اذیــت کند از آن محیط دور می‌شــوم بی‌حرف و جروبحث. تنش را از خودم دور می‌کنم.

جشنی با رنگ‌وبوی هنر داشتم، برگزاری اکسپوهای نقاشی در فرهنگسرای نیاوران ...

من در همان دوران درمان، قصه پســری را شنیدم که سرطان در جانش رخنه کرده بود و تصمیم گرفته بود، کاری کند و با فروش محصولات دســت ســاز و رســیتال پیانو خیریه‌ای را راه‌اندازی کرده بود؛ پسری که بیماری امانش نداد ولی پدر و مادر و آشنایان راهش را ادامه دادند. بــرای همین بعد از درمان کاتالوگی از نقاشی‌هایم را به منشی بخش دادم و گفتم ببینید چه کاری از دســت من برمی‌اید چون من پروسه درمانم را اینجا طی کرده‌ام و امروز خوشــحالم. یکی،دو هفته



بعـد به من زنگ زدند و من با خانم‌رضایی قرار ملاقاتی گذاشـتم. نتیجه آن ملاقات این شد که با فرهنگسرای نیاوران قرارداد چندساله بستیم با این مضمون که سالی یک‌ماه به طور مجانی ما نمایشگاه برگزار کنیم. در همان نمایشگاه اول قبل از افتتاحیه کلی فروش داشتیم. مردم صف ایستاده بودند. شاید باورتان نشود ولی از همه جای دنیا کار داشـتیم حتی کارهایی از کانـادا آورده بودم برخی از تابلوها نیز تلفنی به آن ور مرزها فروخته شد.

یادم نیست چقدر فروش داشتیم ولی چشمگیر بود.

این کار را سه‌چهار سـال تکرار کردیم. با پول همان‌ها بود که دستگاه‌های شتاب دهنده قدیمی که مثل پیکان بودند را تعویض کردیم و دستگاه‌هایی مثل بنز آوردیم تا بیماران دیگر از سوختگی‌ها رنج نبرند.همان کارها بود که سبب شد هنرمندان بیشتری با موسسه آشنا شوند و خیریه برای هنرمندانی که خدای‌ناکرده دچار سرطان می‌شوند خدمات بیشتری ارائه دهد.

هر مشکلی در پس خود درس‌هایی دارد که باید آموخت.سـرطان باعث شـد خدا را جـور دیگـری بیابم؛خـدا را در وجودم احساس می‌کنم در مغز و تفکرم. حسـی که بی‌امان تلنگر می‌زند که شـهلا باید خودت را پاکسازی کنی

شاکرم برای تمام داشته‌ها و نداشته‌هایم ...

هر مشـکلی در پس خـود درس‌هایـی دارد که باید آموخت.سرطان باعث شـد خدا را جور دیگری بیابم؛خدا را در وجـودم احسـاس می‌کنم در مغز و تفکرم. حسـی کـه بی‌امـان تلنگر می‌زند که شـهلا باید خـودت را پاکسازی کن. سـرطان بیماری‌ای است که تمام وجودت را با خود درگیر می‌کند. شـهلای آن روزها بر اثر پروسـه درمانـی هیکل، پوسـت، مـو و .... خـود را تغییر یافته می‌دیـد من در دوران درمان سـینه‌ام را از دسـت دادم امـا ماجرا همین نبود چون بعـد از پروتز کردن هم دچار دردسر شدم. پروتز غیر استاندارد بود و واکنش‌هایی به وجود آورد. باز دوبـاره جراحی و تخلیه و... اما آیینه جای خوبی بود برای تامل کردن و شـکر را به جا آوردن؛ جلوی آیینه می‌ایستادم و می‌گفتم: خدایا قربونت که دستوپا و چشم به من دادی و اینها را از من دریغ نکردی. خدایا شکرت به داده‌ها و نداده‌هایت.من هنوز هم وقتی نقاشی می‌کنم، غذا می‌پزم از شهلا تشکر می‌کنم و از نتیجه کارهای روزمره نیز لذت می‌برم.من خدای خودم را جور دیگری دوسـت دارم.

باور کنید هنوز هم شب‌ها با او حرف می‌زنم.

بزرگ‌ترین دشمن آدمی ...

ناامیدی و شـاکر نبودن بزرگ‌ترین دشـمن آدمی است. در هیچ شرایطی نباید ناامید بود. آدمی با تفکرش زندگی و پیرامونش را می‌سـازد. باید زیبا اندیشید یا به قول امروزی‌ها مثبت اندیش بود و از منفی بودن پرهیز کرد. مدتی پیش به ملاقات بیماری رفتم که حال خوبی نداشت.

اولین چیزی که به او گفتم این بود که ناامید نباش؛ می‌دانم که شیمی‌درمانی و ... بد است شاید این داروها با تو نسـازد و اذیتت کند. موهایـت بریزد،دندان‌هایت آسیب ببیند و ... اما مهم این است که موها برمی‌گردند و دندان‌ها سلامت خود را می‌یابند، پوستت هم به حال و روز اول می‌افتد اما تمام این مدت سعی کن تفکرت را تغییر بدهی و درست فکر کنی. با خودت و مغزت کنار بیا. به خودت بگو شـهلا، حسن، حسین خوب شده‌اند چرا من نه! آنهایی را که مرده‌اند را نبین شـاید آنها به اندازه تـو مبارزه نکرده و با خود کمتـر مهربان بودند. واقعیتی که ما از ان غافل هسـتیم این اسـت که بدن تمام حالات مـا و تفکرات ما را می‌فهمـد. باید با این بدن مهربان بود. چرا ما نصایح گذشتگانمان را فراموش کرده‌ایم. بـه نظر مـن در هرکدام از گفته‌های‌شـان اندیشـه و تفکـری نهفته اسـت. قدیم‌هـا می‌گفتند نمک غذا را که اضافه می‌کنید صلوات بفرسـتید تا به اموات‌تان برسـد؛ حتما تفکری مثبت پشـت این گفته سـاده وجود دارد. من هر زمان و هرکجا که باشم برای هرچیزی که به نظر دیگران کوچک بیاید خدا را شـکر می‌کنـم. بعد از نقاشـی یا غذا پختن، بعد از رسـیدن بـه خانه با این همـه ترافیک و آلودگـی. البته هرگاه که یادم باشد.

تعریف شهلا از امید و آینده

آدمی به دنیا آمده تا عشـق بورزد. پس باید گفت خدایا برکار خیرم بدار...

دوسـالی می‌شـود که به ایران برگشـته‌ام. در حـال حاضـر در انجمـن نقاشان جزو کمیتـه کارشناسـی آثار هنری هسـتم و نگارخانه خط سـفید را دارم. از همان زمان بـه همسـرم می‌گفتم کـه نمی‌توانم بیکار بنشـینم برای همین به دنبـال علاقه‌ام که درس خوانـدن بـود رفتم. در حـال حاضر ترم شش رشته نقاشی دانشگاه آزاد اسلامی هسـتم با معدل ۱۹.۷۵ بـرای همین بدون کنکـور فوق‌لیسـانس را می‌خوانم تا نوبت به دکترا برسد.

روزهای اول با ترس سـر کلاس‌ها می‌رفتم و بـه ایـن فکر می‌کـردم با این سن‌وسـال چطور می‌خواهم با دخترها و پسرهایی که از دبیرستان آمده‌اند درس بخوانم. روزهای اول همه فکر می‌کردند استادم و تا چند روز بلند می‌شـدم و می‌گفتم من هم شاگردم! استادها از من جوان‌تر هستند اگرچه اغلب از دوستان هستند.شیرینی ماجرا اینجاست کـه بچه‌ها مـن را قبـول کرده‌انـد و مدام شهلاجون،شهلاجون صدایم می‌کنند. با من درددل می‌کنند و بر این باورند که تو متوجه می‌شوی ما چه می‌گوییم.

شهلا عاشق دانشگاه است. تابستان‌ها دلتنگ دانشـگاه می‌شوم نه کلاس‌ها را می‌پیچم نه می‌روم کافی شاپ. البته در کارگاه‌ها به دلیل مشـکل بیماری‌ام برخی کارها را نمی‌توانم انجام بدهم که اسـاتید در جریان هستند. در این شرایط بچه‌ها کمکم می‌کنند. من از روزهای بیماری به خوشحالی یاد می‌کنم اما نه به این معنی که دوسـت دارم برگردد، نه همیشه می‌گویم برنگرد.

موسسه خیریه بهنام دهش‌پور
با یک انتخاب آگاه شویم، همراه شویم...
موسسه خیریه
بهنام دهش‌پور
Behnam Daheshpour
Charity Organization
behnamcharity.org.ir
behnamcharity
برای دریافت اپلیکیشن به سایت موسسه مراجعه فرمائید.
behnamcharity.org.ir

اپلیکیشن بهنام

با یك انتخاب آگاه شویم، همراه شویم

با اســتفاده از اپلیکیشــن بهنام، شما یاوران و نیکوکاران می‌توانید به‌صورت لحظه ای با دسترسی به آخرین اخبار و اطلاعات درخصوص عملکرد و فعالیتهای موسسه در حمایت از بیماران مبتلا به سرطان ما را یاری نمائید.
همچنین می‌توانید با اســتفاده از ظرفیت های پیش بینی شــده در اپلیکیشــن حمایت‌های مادی و معنوی خود را بر اساس اطلاعات منتشر شده در اپلیکیشن بهنام به‌صورت آنلاین دراختیار موسسه خیریه بهنام دهش پور قرار دهید.

چرا اپلیکیشن اختصاصی

به منظور سهولت دسترسی نیکوکاران، داوطلبان و عموم افراد علاقمند به کسب اخبار و همراهی در فعالیت‌های موســسه خیریه بهنام دهش پور در حمایت از بیماران مبتلا به ســرطان و باتوجه به توســعه فناوری اطلاعات و افزایش استفاده از اپلیکیشن‌های موبایل، این برنامه توسط شرکت اپیلوکس به‌طور اختصاصی برای موسسه طراحی و تولید و اکنون دراختیار شما قرار دارد.

عضویت آسان

تنها کافــی اســت اپلیکیشــن را از اپ‌استور، کافه بازار و یا سایت موسسه دریافت کنید. اطلاعات پایه شــامل: نام، نام خانوادگی، نشــانی، تاریخ تولد، شــماره تلفن، کد ملی شما در سامانه مدیریت اطلاعات موسسه خیریه بهنام دهش‌پور جهت ارســال اطلاعات و مســتندات ذخیــره و از طریق شــبکه تلفن همراه برای شــما کد فعال‌سازی ارسال می‌شود.

استفاده آسان

کلیــه فرآیندهــا و اقدامــات پیش بینی شده در این اپلیکیشــن به‌صورت ساده و در کمترین زمان ممکن دراختیار شــما قــرار دارد. برای عضویــت در این حالــت تنها کافی اســت براساس نوع سیســتم عامل گوشی و یا تبلت خــود برنامه را دریافت کنید. با اســتفاده از شــماره تلفن همراه خود می‌توانید عضو خانواده بزرگ حامیان و یاوران موسسه خیریه بهنام دهش‌پور شوید.

اطلاع رسانی

اخبــار و رویدادهای موسســه به‌صورت پیام روزانه برای شــما ارســال می‌شود. همچنین پیام‌های آموزشــی و توصیه‌های دوستدار سلامت برای شــما نیکوکاران عزیز در این اپلیکیشن ارسال می‌شود.

حمایت از فعالیت ها

شــما می‌توانید بدون مراجعه به بانک با استفاده از درگاه پرداخت آنلاین طراحی شــده در اپلیکیشــن بهنــام نســبت به اهــدای کمک‌های نقدی خود اعــم از تامین آرزوهای کودکان، حمایت از پروژه‌ها و فعالیت‌های حمایتی و توسعه زیرســاخت‌های درمانی و حمایتی، یا ســفارش تابلوهای یادبود (تســلیت و شــادباش) و یا سفارش دریافت و عودت قلک موســسه خیریه بهنام دهش‌پور را یاری کنید.

در نیمه اول سال ۱۳۹۶

موسسه خیریه بهنام دهش‌پور به نمایندگی از شما موفق شده است

به بیش از ۲۱.۷۷۲ مورد مراجعه از بیماران تحت پوشش، خدماتی به ارزش ۲۹.۵ میلیارد ریال در واحدهای مختلف خدمات حمایتی ارائه نماید.

با حمایت شما نیکوکاران توانستیم به بیش از ۲۴۴ مورد/ مراجعه بیماران مبتلا به سرطان از اتباع کشور افغانستان در مجموع به ارزش ۱.۳۵۴.۸۳۵.۲۰۰ ریال کمک نقدی و غیرنقدی پرداخت نمائیم.

با مشارکت شما نیکوکاران و در پاسخ به ۱۸ فراخوان تامین کمک هزینه داروهای خارج از تعرفه بیمه و گران قیمت از طریق اپلیکیشن بهنام مبلغ ۱.۳۷۷.۲۰۶.۶۰۹ ریال برای این بیماران جمع آوری و هزینه شده است.

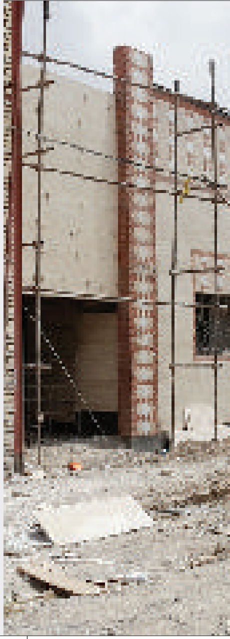
با همراهی شما نیکوکاران توانستیم کمک هزینه تحصیلی فرزندان را برای ۳۲۵ نفر از فرزندان تحت پوشش (شامل ۲۶۰ دانش‌آموز و ۶۵ دانشجو) از طریق واحد کمک هزینه تحصیلی تامین و این افراد به تحصیل خود ادامه دادند.

در مجموع به میزان ۲.۶۱۷ میلیارد ریال دارو و تجهیزات درمانی از سوی شما نیکوکاران به بیماران مبتلا به سرطان اهدا گردیده است.

با همراهی شما حامیان همیشگی در نیمه اول سال ۹۶ مبلغ ۴۷۴ میلیون ریال صرف هزینه تامین و اهدای تغذیه رایگان مراجعان به بخش شیمی درمانی و رادیوتراپی در بیمارستان شهدای تجریش شد.

لازم به ذکر است این رقم طی دوره زمانی مشابه در سال ۱۳۹۵ معادل ۷۲۳ میلیون ریال بوده و در مقایسه این اعداد شاهد کاهش ۳۴ درصدی هستیم.
این کاهش هزینه به دلیل اهدای نذورات و اقلام تغذیه رایگان از سوی شما نیکوکاران بوده است.

تجهیز و توسعه



در راستای رسالت سازمانی موسسه خیریه بهنام دهش‌پور، اقدامات زیر به منظور توسعه زیرساخت‌ها و تقویت ظرفیت‌های خدمت-رسانی به بیماران مبتلا به سرطان در بیمارستان‌ها و مراکز درمانی دانشگاهی در مراکز درمانی دولتی و همچنین تقویت و حمایت از عملکرد سایر سازمان‌های مردم نهاد و خیریه در استانهای تهران، کرمانشاه، سمنان، سیستان و بلوچستان، کهگیلویه و بویراحمد و کرمان طی سال ۹۵ و نیمه اول سال ۹۶ با حمایت و همراهی شما نیکوکاران به انجام رسیده است.

گزارش هزینه‌های صرف شده در راستای توسعه و تجهیز مراکز درمانی دانشگاهی در سال ۱۳۹۵ و نیمه اول سال ۱۳۹۶

پرداخت هزینه کادر درمانی بخش رادیوتراپی و آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش

مجموعاً به ارزش ۵۷.۷۲۹.۰۷۱.۰۳۰ ریال

پرداخت هزینه تجهیز و تامین نیروی انسانی در بیمارستان شهدای تجریش

مجموعاً به ارزش ۵۳.۵۲۸.۸۰۴.۱۲۹ ریال

■ پرداخت کمک هزینه پرسنلی بخش بستری انکولوژی و سایر بخشهای بیمارستانی ■ تامین تجهیزات درمانی مورد نیاز بیمارستان (الکتروشوک، هود شیمی درمانی، مکمل دارویی، آبسردکن، تجهیزات ارتباطی و بیسیم، فیکساتور، شیلد، سی‌تی‌مارکر، تامین سیستم صوتی ICU، فن کوئل، جک بالابر تخت مکانیکی بخش پوست، تامین ۲ عدد دستگاه بیهوشی و ۲ عدد پمپ اینفیوژن و سایر اقلام مصرفی) ■ تامین ملزومات و تعمیرات موردنیاز در بخش رادیوتراپی و آنکولوژی (هواساز، نقاشی، سرویس کولر، سیستم های نظارتی، درب اتوماتیک، پمپ چیلر) ■ بازسازی بخش بستری رادیوتراپی و آنکولوژی ■ پسمانداری سورس دستگاه کبالت

پیش پرداخت دستگاه براکی تراپی

مجموعاً به ارزش ۲۳۰.۰۰۰ یورو

■ ۷۰.۰۰۰ یورو پیش پرداخت و ۱۶۰.۰۰۰ یورو تعهد

تعمیر و نگهداری تجهیزات براکی‌تراپی و دستگاه‌های شتاب‌دهنده واریان و الکتا در بخش رادیوتراپی و آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش

مجموعاً به ارزش ۱۴.۳۴۴.۷۸۶.۰۳۹ ریال

بازسازی نقاهتگاه بیمارستان شهدای تجریش (پروژه از سال ۹۴ آغاز و تا نیمه اول سال ۹۶ ادامه یافت)

مجموعاً به ارزش ۱۳.۱۵۶.۷۴۲.۱۶۹ ریال

ساخت بونکر شتابدهنده و جابجایی مرکز امحاء زباله عفونی در بیمارستان شهدای تجریش (این پروژه از سال ۹۴ آغاز و تا سال ۹۵ ادامه یافت)

مجموعاً به ارزش ۷.۴۳۴.۶۰۰.۰۰۰ ریال

کمک به راه اندازی بخش رادیوتراپی مرکز شیمی‌درمانی و رادیو تراپی ایرانمهر بیرجند خراسان جنوبی

مجموعاً به ارزش ۲.۹۱۴.۶۶۶.۴۵۰ ریال

■ هزینه برست برد –دوزیمتری–هود شیمی درمانی–برش شیلد

پروژه تحقیقاتی مدل سازی ریاضی سرطان پردیس فنی دانشگاه تهران

مجموعاً به ارزش ۲.۵۲۶.۰۰۰.۰۰۰ ریال

بیمارستان امام حسین(ع)

مجموعاً به ارزش ۲.۰۵۸.۳۸۰.۳۷۲ ریال

- کمک هزینه پرسنلی، تامین تجهیزات و اقلام درمانی و مصرفی

بیمارستان طرفه

مجموعاً به ارزش ۱.۹۷۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال

- خرید پلاک چشمی و کالیبراسیون پلاک چشمی

کمک به سایر موسسات و مراکز خیریه

مجموعاً به ارزش ۱.۶۵۹.۴۳۱.۵۲۷ ریال

- حمایت از تشکیل و فعالیت شبکه ملی موسسات خیریه و سازمان های مردم نهاد حوزه سرطان ایران، شبکه ملی موسسات نیکوکاری، حمایت از توسعه و توانمند سازی موسسات در سایر استانها (مرکز شیمی درمانی جواد الائمه کرمان، مرکز نیکوکاری محله در شهر کنگاور و خیریه نشاط در شهرستان سنقر در استان کرمانشاه، موسسه خیریه کومش در استان سمنان) آزمایشگاه چاهشور سیستان و بلوچستان، بیمارستان یاسوج، مجمع خیرین سلامت بیرجند)

بیمارستان طالقانی

مجموعاً به ارزش ۱.۲۰۴.۴۵۰.۰۰۰ ریال

- خرید میکروپلیت، میکروفیوژ، بایوسیفتی و ترازو

بیمارستان مفید

مجموعاً به ارزش ۱.۳۵۶.۸۱۵.۲۸۶ ریال

- دستگاه برای بخش پیوند مغز و استخوان
- هزینه پرسنلی بخش پیوند

مرکز تحقیقات سرطان جهاد دانشگاهی تهران

مجموعاً به ارزش ۱.۵۷۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال

- دستگاه سونوگرافی و پروب واژینال

بیمارستان لبافی نژاد

مجموعاً به ارزش ۲۲۶.۵۵۰.۰۰۰ ریال

- خرید الکتروشوک و ماسک

مروری بر تحقق یک آرزو و نیاز، تشکیل شبکه ملی تشکل های مردمی و مؤسسات خیریه حوزه سرطان ایران

داستان يك شبکه

همه چیز از نشست هم اندیشی معاونت اجتماعی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با نمایندگان سازمان های مردم نهاد و موسسات خیریه حوزه سرطان در روز دوشنبه ۱۲ مهر ۹۵ آغاز شد. این نشست به ریاست آقای سید محمد هادی ایازی، معاون اجتماعی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در ستاد مرکزی وزارتخانه و با حضور نمایندگان موسسات فعال حوزه سرطان شامل: ریحانه سعادت، سمر، بهنام دهش‌پور، امدادگران عاشورا، مهیار، فرهاد، دانشجویی قطره، محک، نیکان ماموت، نور، امید ارومیه، مهر سهیلا، نسترن مشهد، آلا، سرور مهراندیشان راستین، حمایت از بیماران سرطانی مشهد، امداد به بیماران سرطانی ایران و بنیاد امور بیماری‌های خاص و آقایان علی‌اصغر فرشاد قائم‌مقام معاونت اجتماعی و مدیرکل مولفه‌های اجتماعی موثر بر سلامت، دکتر محمد نصیری مدیرکل خیرین و موسسات خیریه سلامت و دکتر مطلق رییس اداره سرطان وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی برگزار شد.

مهمترین هدف این جلسه تسهیل ارائه خدمات بهداشتی درمانی به منظور بهره گیری از دیدگاه ها و تجارب موسسات خیریه فعال در حوزه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان بود و در طی نشست حاضرین بر ضرورت آموزش و پیشگیری که به دنبال آن مقدار بسیار زیادی از هزینه‌های نظام سلامت و بخش درمان کاهش خواهد یافت تاکید کردند و بر اهمیت شبکه‌سازی بین سازمانی اشاره کردند. در پایان توافق شد نشستهای آتی با هدف آشنایی موسسات و گروه ها با یکدیگر، دعوت و تکمیل بانک اطلاعات سازمان‌های غیردولتی و موسسات خیریه فعال حوزه سرطان و هچنین تشکیل کارگروه‌های تخصصی موضوعی در قالب شورای ملی سرطان انجام شود. این جلسه اولین گام عملی در مسیر تشکیل شبکه ملی تشکل‌های مردمی و مؤسسات خیریه حوزه سرطان ایران بود.

مطالعه، گفتگو و تعامل بیشتر

در ادامه پنج کارگروه تخصصی مشورتی با هدف شناسایی مسائل و تعیین نیازها و اولویت اقدام موسسات خیریه و سازمان‌های مردم نهاد حوزه سرطان تشکیل و فعالیت ادامه پیدا کرد و موسسات علاقمند اقدام به مشارکت در برگزاری نشست‌های موضوعی کارگروه مورد علاقه و زمینه فعالیت خود نمودند. کارگروه‌ها عبارت بودند از: ۱. مراقبتهای حمایتی و تسکینی ۲. توسعه و زیرساخت‌ها ۳. پیشگیری، آموزش، فرهنگ‌سازی و پژوهش ۴. تشخیص زودهنگام (غربالگری) ۵. تشخیص و درمان

هدفگذاری و برنامه‌ریزی

در دومین نشست پیگیری فعالیت گروه‌های همکار و موسسات فعال حوزه سرطان به میزبانی اداره کل خیرین و موسسات خیریه معاونت اجتماعی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، نمایندگان موسسات منتخب اقدام به طرح دیدگاه و اولویت‌های اقدام برای تشکیل شبکه ملی سرطان نمودند. مهمترین نتایج و پیشنهادات این نشست را میتوان شناسایی و گفتگو درخصوص محورهای اقدام مشترک، ایده پردازی درخصوص اهداف و ماموریت‌های شبکه عنوان کرد. نتیجه این گفتگوها که تا پایان سال ۱۳۹۵ نیز ادامه داشت را می‌توان نگارش اساسنامه و تدوین اهداف عملیاتی و اجرایی شبکه برشمرد. براین اساس ماموریت این شبکه بدین شرح به نگارش درآمد: **توسعه ظرفیت‌های آموزشی، پژوهشی، خدماتی و حمایتی در راستای مبارزه با سرطان بر اساس اهداف و سیاست‌های مصوب وزارت بهداشت ،درمان وآموزش پزشکی و سازمان جهانی بهداشت(WHO)، ارتقاء سطح تعامل تشکل های مردم نهاد و موسسات خیریه فعال در این حوزه و سایر نهادهای مرتبط و توانمندسازی اعضاء شبکه.**

در مسیر تاسیس

نشست‌ها و جلسات تخصصی در قالب کارگروه‌های تخصصی و همچنین نشست‌های برنامه‌ریزی تشکیل شبکه تا ۲۰ بهمن ماه ادامه داشت. این روز جلسه که به میزبانی موسسه خیریه بهنام دهش‌پور برگزار شد، هماهنگی لازم توسط اعضای هیات موسس شبکه و با حضور نمایندگان معاونت اجتماعی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، موسسه خیریه بهنام دهش پور، موسسه خیریه امید فارس، موسسه خیریه نور، موسسه خیریه آلاء، موسسه خیریه فرهاد و موسسه خیریه محک برگزار و زمان برگزاری اولین انتخابات شبکه، سازوکارهای اطلاع‌رسانی عمومی به سازمان‌های متقاضی عضویت، روند و برنامه‌های اداری و اجرایی ثبت و تاسیس شبکه مورد بحث و گفتگو قرار گرفت.

برگزاری اولین انتخابات شبکه

پس از پنج ماه فعالیت فشرده نخستین مجمع عمومی شبکه ملی تشکل‌های مردمی و موسسه‌های خیریه حوزه سرطان ایران و پنجمین نشست تخصصی موسسه‌های حوزه سرطان در تاریخ ۱۶ اسفند ماه با حضور دکتر ایازی معاون اجتماعی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دکتر دیناروند رئیس سازمان غذا و دارو و نمایندگان ۳۶ موسسه خیریه و سازمان مردم نهاد حوزه سرطان در محل کتابخانه مرکزی دانشگاه علوم پزشکی ایران برگزار گردید. در بخش اول نشست، اعضای شورای مرکزی، بازرسان شبکه شامل: موسسه‌های امید ارومیه، ریحانه اردبیل، آرین آمل، ولی‌عصر تهران، هرندی اصفهان، حمایت از بیماران سرطانی کردستان، مهیار تهران، انجمن امداد سرطان ایران بابل، محب سلامت کاشان، مهر سهیلا، مهرآیینان مهر کرمانشاه، مهرگان مراغه، امدادگران عاشورا، و کومش سمنان به علاوه هیات موسس متشکل از موسسه بهنام دهش‌پور، محک، امید فارس، حمایت از بیماران سرطان رضای اصفهان، آلا، فرهاد و نور به عنوان شورای مرکزی و موسسه‌های و تشکل‌های امام حسن مجتبی بیمارستان فیروزگر تهران، حمایت از بیماران ایرانیان اصفهان، خیریه سید محمدحسین رضوی، حمایت از بیماران سرطانی اصفهان و کانون سرطان همدان به عنوان اعضای علی‌البدل شورای مرکزی و موسسه امدادگران عاشورا نیز به عنوان بازرس اصلی و نشاط سنقر کرمانشاه به عنوان بازرس علی‌البدل و در پایان نیز اعضای حقوقی هیئت مدیره شبکه شامل: خیریه بهنام دهش‌پور، محک، نور، آلاء، ریحانه اردبیل، نسترن مشهد و موسسه کمک به بیماران سرطانی به عنوان عضو اصلی هیات مدیره و موسسه‌های آرین، فرهاد و حضرت ولی‌عصر نیز به عنوان عضو علی‌البدل هیات مدیره با رای گیری حاضرین انتخاب شدند.

تشکیل هیات مدیره و آغاز بکار شبکه

اولین نشست رسمی هیات مدیره شبکه ملی تشکل های مردمی و مؤسسات خیریه حوزه سرطان ایران در تاریخ ۲۴ اسفندماه ۱۳۹۵ در دفتر شبکه ملی واقع در ساختمان مرکزی موسسه خیریه بهنام دهش‌پور با انتخاب آقای دکتر آراسب احمدیان به نمایندگی از موسسه خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان (محک) به عنوان رئیس هیئت مدیره، خانم لیلی بهمن (رضایی) مدیرعامل موسسه خیریه بهنام دهش‌پور به عنوان نایب رئیس هیئت مدیره و آقای هوشنگ ادهمی مدیرعامل موسسه خیریه سرطان نور به عنوان خزانه‌دار انتخاب شدند و بدین شکل فرآیند ثبت رسمی شبکه آغاز و شبکه در بهار ۹۶ ثبت شد.

در مسیر تحقق ماموریت بین المللی موسسه

هر ســـاله در جهان روز بیســـتم ماه ژوئن برابر با ۳۰ خرداد بهانه ای است برای گرامیداشت شجاعت و پایداری میلیونها پناهنده ای که به دلایل مختلف مجبور به ترک وطن خود شده اند، این روز را «روز جهانی پناهنده» نامگذاری کردند و فرصتی شـــد تا تمام شهروندان و اعضای جامعه جهانی بیشتر به بشردوستی و حمایت خود از آوارگان و پناهندگان توجه و در این مسیر گامهای بلندتری بردارند.

در روز دوشـــنبه ۲۹ خرداد ماه ۱۳۹۶ به رسم پیشـــین و به مناسبت روز پناهنده به دعوت از اداره کل امور اتباع و مهاجرین خارجی وزارت کشـــور و کمیسارپای عالی سازمان ملل در امور پناهندگان، موسســـات خیریه و سازمانهای بین‌المللی با شـــعار «همراه هم برای پناهندگان می‌ایستیم» در باغ نگارستان در کنار هم جمع شدند و با خدمات سازمانهای مختلف ملی و بین المللی، دولتی و غیردولتی در زمینه حمایت از آوارگان و پناهندگان به گفتگو پرداختند.

یکی از اقدامات مثبت صورت گرفته توسط دولت جمهوری اسلامی ایران در سال ۲۰۱۷ را میتوان تمدید مجدد بیمه سلامت پناهندگان ساکن در ایران طی تفاهم نامه ســـه جانبه کمیسارپای عالی امور پناهندگان سازمان ملل متحد، اداره کل امور اتباع و مهاجرین خارجی وزارت کشور و سازمان بیمه سلامت ایران در قالب همکاری با وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی برشمرد. این طرح برای پناهندگان دارای کارت آمایش معتبر می توانند با پرداخت ماهانه مبلغی مشخص طی دوازده ماه از خدمات بیمه سلامت بهره‌مند گردند.

به اطلاع شما همراهان و نیکوکاران گرامی می‌رساند، موسسه خیریه بهنام دهش پور نیز طی بیش از بیست سال فعالیت خود براساس ماموریت و رسالت سازمانی تلاش کرده است تا بدون هیچ‌گونه محدودیت سِن، ملیت، مذهب، جنسیت، نوع و مرحله بیماری سرطان خدمات حمایتی و درمانی خود را به تمام بیماران مبتلا به ســـرطان ارائه کند. برای اطلاع شمَا اعلام می‌کنیم که تنها در سال ۱۳۹۵ موسسه اقدام به ارائه کمک هزینه درمانی و حمایتی و مساعدت های نقدی و غیر نقدی در قالب هزینه های جانبی برای ۳۰۰ مورد از اتباع غیرایرانی ساکن در ایران با هزینه ای بالغ بر ۴/۷۱۹/۲۳۰/۰۰۰ ریال و در نیمه اول سال ۱۳۹۶ بیش از ۲۴۴ مورد مراجعه و هزینه‌ایی بالغ بر ۱/۳۵۴/۸۳۵/۲۰۰ ریال ارائه گردیده است.

در این مســـیر از کلیه نیکوکاران، حامیان و سازمانهای همکار که با موسسه همگام بوده اند سپاسگزاری و قدردانی می‌نمایم و آروزیمان این است که روزی صلح و دوستی در دنیا برقرار گردد و پناهندگان به موطن خود بازگردند و در آرامش و امنیت زندگی کنند.

همراهی با اپلیشکن بهنام

گزارشی کوتاه از پویش‌های مجازی به منظور تامین کمک هزینه دارو و درمان گران قیمت و خارج از سبد حمایتی بیمه

نمی‌دانم شـــما از جمله همراهان مجازی موسسه در اپلیکشن بهنام هســـتید و یا تاکنون این برنامه را در گوشی تلفن همراه خود نصب نکرده‌اید، اگر هنوز این اپلیکشـــن کاربردی را ندیده اید بهتر است همین الان نســـبت به نصب و فعال‌ســـازی آن اقدام کنید. زیرا شما می‌توانید در هرجای دنیا که هستید همیشه درکنار ما باشید.

یکی از خدمات و ظرفیت‌های پیش‌بینی شـــده و موجود در اپلیکشن بهنام طراحی پویش‌های تامین منابع مالی برای پروژه‌های توسعه‌ای و یا تامین هزینه دارو و درمان خارج از تعرفه بیمه و یا برآورده کردن آرزوهای کودکان است. در ســـال ۱۳۹۵ تعداد۱۹۵۳ پرونده در واحد مددکاری موسسه مستقر در بیمارستان شهدای تجریش و بیمارستان امام حسین (ع) تشکیل شده است.

لازم اســـت شـــما را نتیجه یکی از فعالیت‌های مجازی موسسه که از تاریخ ۱۳۹۵/۰۶/۲۵ الی ۱۳۹۶/۰۶/۳۰ و بدون حضور و مراجعه شـــما نیکوکاران بر بستر اپلیکشن بهنام صورت گرفت آشنا کنیم.

در طی این مدت تعداد ۲۸ فراخوان تامین کمک هزینه درمانی برای ۳۷ بیمار نیازمند به استفاده از داروهای گران قیمت و خارج از تعرفه بیمه با شما درمیان گذاشته شد و شما نیکوکاران عزیز با اهدای مبلغ ۳.۸۳۵.۹۶۴.۶۹۷ ریـــال به صورت آنلاین ما را در این مســـیر یاری کردید.

حمایت و محبتتان را صمیمانه سپاس می‌گوییم و تداوم آن را در ایام آتی نیز چشم انتظار هستیم. برای این همراهی تنها کافی است نسبت به نصب و فعال سازی اپلیکیشن بهنام در گوشی تلفن همراه خود اقدام کنید.

در نیمه اول سال ۱۳۹۶

با حمایت و مشارکت شما نیکوکاران تعداد ۴.۳۶۶ بیمار از خدمات شیمی درمانی سرپایی در بخش رادیوتراپی و آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش بهره‌مند گردیده اند.

این مقدار نسبت به همین دوره زمانی در سال ۱۳۹۵ دارای ۲۰ ٪رشد بوده است.

تعداد ۴.۲۶۱ بیمار به واسطه حمایت شما نیکوکاران از خدمات شیمی درمانی بستری در بخش رادیوتراپی و آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش بهره‌مند گردیده‌اند.

تعداد ۷.۱۴۷ بیمار به واسطه حمایت شما نیکوکاران از خدمات شیمی درمانی سرپایی در بخش رادیوتراپی و آنکولوژی بیمارستان امام حسین(ع) بهره‌مند گردیده‌اند.

این مقدار نسبت به همین دوره زمانی در سال ۱۳۹۵ دارای ۷ ٪ رشد بوده است.

موسسه خیریه
بهنام دهش‌پور
حمایت از بیماران
مبتلا به سرطان
Behnam Daheshpour
Charity Organization
behnamcharity.org.ir
behnamcharity

قلک‌های بهنام
رویش امیدی دوباره

برای درخواست قلک، با شماره تلفن موسسه خیریه بهنام دهش‌پور تماس بگیرید و یا از طریق وب‌سایت موسسه اقدام کنید.

شماره تماس: ۷۵۴۰۹ داخلی ۴

حمایت از طریق پرداخت با تلفن همراه: #۱۸*۷*۷۲۳#

فرشته باش خدا بال پروازت می‌دهد
همه ما می‌توانیم با برآورده کردن آرزوهای کودکان مبتلا به سرطان و افزایش امید به بهبود برای آنها سهیم باشیم. برای اهدای کمک‌های خود و برآورده کردن آرزوهای کودکان تحت پوشش کتاب‌خانه کودکان موسسه خیریه بهنام دهش‌پور می‌توانید با در طول ساعات اداری با شماره ۲۲۷۱۸۰۸۲ و ۹۱۰۰۹۹۰۰ و یا ۷۵۴۰۹ داخلی ۱۰۳ و یا شماره سازمانی ۰۹۲۱۹۵۶۵۹۸۳ تماس حاصل فرمایید.
یک بهبود یافته

جشنواره نوروزی ۱۳۹۷

مؤسسه خیریه بهنام دهش‌پور

خیابان ولیعصر ترسیده به چهارراه پارک‌وی | مجتمع فرهنگی ورزشی تلاش

۸ الی ۱۱ اسفند ۱۳۹۶ | ساعت بازدید ۱۰ صبح الی ۹ شب

behnamcharity.org.ir

behnamcharity

نیس SIAWOOD حلوای عُقاب Katia Beauty روژین

SIEMENS LIERAC ISDIN Saforelle کاراندیشه

DAY MART THE WEEKEND bonmano

new balance IRAN Hamishak REES نیلگام سفر آلما

با برگزاری نمایشگاه انفرادی و گروهی خود در

نگارخانه بهنام دهش‌پور

می توانید در حمایت از بیماران مبتلا به سرطان

و تامین هزینه دارو و درمان آنها سهیم باشید.

نگارخانه بهنام دهش‌پور
حمایت از بیماران مبتلا به سرطان
Behnam Daheshpour Charity Organization

خیابان شهید لواسانی (فرمانیه غربی)، خیابان شهید جماریان، کوچه مسجدی، کوچه مرمری، پلاک ۱۳
شماره تماس : ۰۹-۷۵۴۰۹-۲۲۲۰۸۷۹۷ داخلی ۲۱۱

از کاروان چه ماند جز آتشی به منزل
با سفارش تابلوهای تسلیت، هزینه تهیه گل توسط اهداکننده به نیت اجر متوفی، به درمان بیماران مبتلا به سرطان اختصاص می یابد.
برای سفارش تلفنی در ساعات اداری (۸ الی ۱۶) با شماره تلفن های ۷۵۴۰۹ و ۹۱۰۰۹۹۰۰ داخلی ۳۰۰ الی ۳۰۵ و در ساعات غیراداری (تا ساعت۲۱) با شماره ۰۹۲۱۹۵۶۵۹۸۰ و یا ۰۹۱۲۸۱۶۴۵۰۰ حاصل فرمایید.
برای سفارش آنلاین به وب سایت موسسه مراجعه فرمایید.
موسسه خیریه
بهنام دهش پور
حمایت از بیماران
مبتلا به سرطان
Behnam Daheshpour
Charity Organization
behnamcharity.org.ir
behnamcharity

حلوای عقاب

اولین شرکت تولیدکننده موادغذایی دارنده‌ی
گواهینامه‌های ایمنی، بهداشت و سلامت صنایع
غذایی اتحادیه اروپا IFS و BRC در ایران

A
Leading Brand
and Consumer
Protection
Organisation

BRC FOOD CERTIFICATED

IFS Food

International
Featured
Standards

حلوای عُقاب

oghabhalva.com