فصلنامه
داخلی موسسه خیریه
بهنام دهش پور
بهنام
سال اول، شماره۴، تابستان ۱۳۹۵

- گزارش خدمات ارائه شده در تابستان ۱۳۹۵
- راهکاری برای دارو و درمان گران‌قیمت
- پروژه علمی و پژوهشی مدل‌سازی ریاضی سرطان باحمایت موسسه
- نشانه‌های مهم و خطرساز برای سرطان‌های زنانه

# یک قدم زودتر
# کمپین پیشگیری از سرطان پستان

پرونده

## پویش پیشگیری از سرطان پستان

از سال‌های گذشته موسسه خیریه بهنام دهش پور فعالیت‌های متعددی با هدف اطلاع‌رسانی و جلب مشارکت آحاد جامعه در زمینه پیشگیری از ابتلا به انواع سرطان اجرا می‌کرد. از سال ۱۳۹۲ و با اجرای پروژه غربالگری سرطان پستان در میان ۵۰۰ نفر از زنان ساکن شهر تهران و بر اساس درس‌های آموخته شده از این فعالیت و بخصوص مشاهده کاهش سن ابتلا به این سرطان در بانوان و دختران، این اقدامات رنگ و بوی بخصوص به خود گرفت.

# 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 بیمارستانهای دانشگاهی-دولتی

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

سَر
حال

سَرطان هم قابل **پیشگیری** است،
هم قابل درمان.

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

# روشهای کمک وهمیاری

تابلوی یادبود

کمک‌های نقدی



درخت آرزوها

کمک‌های غیر نقدی

حامی موسسه شویم

دارو و تجهیزات درمانی اهدایی

می‌خواهم داوطلب شوم

قـــاک

## 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.

# فصل‌نامه داخلی موسسه خیریه بهنام دهش‌پور

سال اول، شماره۴، تابستان ۱۳۹۵

مدیر اجرایی: حسام‌الدین نراقی
کارشناس اطلاع‌رسانی و هماهنگی خبر: مهسا بایگان
نویسندگان: مهسا بایگان، بابک سرانی، حسام‌الدین نراقی
مدیرهنری: مسلم باصری
گرافیست: علی شیرکرمی، ساناز طاهرزاده، کارن جانثاری
ویراستار: سحر بزرگمهر، الهام هدایتی
عکاسان این شماره: سینا اسمعیل‌نیا، سالومه پدرام، امین علی بیک، اوربل غازاریان، محمد حسین حسین‌دوست، سحر بزرگمهر

مدیر روابط عمومی و ارتباطات: شادی عظیمی
تلفن واحد روابط عمومی و ارتباطات: ۲۲۲۰۸۷۹۷ داخلی ۲۴۵، ۲۴۶ و ۲۴۷
لیتوگرافی و چاپ: دلتاسازه www.deltasazeh.ir
دفتر مرکزی: تهران، خیابان شهید لواسانی غربی (فرمانیه)
خیابان شهید جباریان (فروردین)، کوچه مسجدی، کوچه مرمری، پلاک ۱۳
با تشکر از کلیه همکاران و داوطلبان در واحدهای: روابط عمومی، اداری، آموزش، ترابری، تابلوی یادبود، حامیان و جذب مشارکت‌های مردمی، قلک، مالی و پشتیبانی، کتابخانه کودکان، کتابخانه تخصصی، مددکاری، نگارخانه، نقاهتگاه، فناوری اطلاعات، دارو و تجهیزات درمانی اهدایی

یادداشت اول ۰۴
پیام مدیرعامل ۰۵
پیام جمعی از داوطلبان پویش پیشگیری از سرطان پستان ۰۶
گزارش خدمات ارائه شده در تابستان ۱۳۹۵ ۰۸
یک پوستر یک دنیا خاطره ۱۰
بازدید از بخش پیوند مغز استخوان بیمارستان آیت ا... طالقانی ۱۲
بازدید از مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی مهدیه ۱۳
علی‌دایی آرزوی پوریا را برآورده کرد ۱۴
کارگاه آموزشی ارتباط موثر ۱۵
کارگاه آموزشی خودآزمایی پستان ۱۶
فرشته باش خدا بالا پروازت می‌دهد ۱۷
نشست مشترک با مدیران مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد ۱۸
همایش روز پناهنده ۱۹
راهکاری برای دارو و درمان گران‌قیمت ۲۰
معرفی کتاب رهایی از سرطان ۲۲
دست در دست بهنام در عصر شرجی ایوان ۲۳
نمایشگاه نقاشی خط ۲۴
نغمه شمس و مولانا در سعدآباد ۲۶
موسسه‌های خیریه باید قابل اعتماد باشند ۲۸
یک قدم زودتر اقدام کنیم ۳۰
پیشگیری بهتر از درمان است ۳۱
تشخیص زودهنگام سرطان ۳۴
گسترش فرهنگ و علم با کمک سازمان‌های مردم نهاد ۳۵
گزارش فاز اول طرح غربالگری سرطان پستان ۳۶
آشنایی با انواع روش های تشخیص و غربالگری سرطان ۳۸
گپ و گفتی با داوطلبان کمپین پیشگیری از سرطان پستان ۴۰
تغذیه مناسب راهکار پیشگیری سرطان ۴۲
راهکارهایی برای پیشگیری از بروز بیماری‌ها ۴۳
شنیدن قصه‌های واقعی و خاطره‌ها، همیشه جذابیت دارد ۴۴
نشانه های مهم و خطرساز برای سرطان های زنانه ۴۸
پروژه علمی و پژوهشی مدل‌سازی ریاضی سرطان باحمایت موسسه ۴۹
گزارش دوسال حضور و خدمات در بیمارستان امام حسین(ع) ۵۲
گزارش خدمات ارائه شده دراستان خراسان‌جنوبی ۵۴
اپلیکیشن بهنام ۵۷
گزارشی از کمپین لوازم التحریر سال ۱۳۹۵ ۵۸
تیم والیبال بهنام آغاز به کار کرد ۶۰

pr@behnamcharity.org.ir

# یادداشت اول

سرطان (ژیان درویشی)

دستت رو شد تنها وقتی سرطان دارم با منی...
من با بال‌های سرطان چنگ می‌زنم تا تو با من باشی...
و تو تارهایش را قیچی می‌کنی...
تا من زنده بمانم...
و هر روز حالم را می‌پرسی...
چقدر سرطان خوب است...
وقتی سرطان هست تو هم با منی ....
یقین دارم...
تو که باشی همه چیز خوب است حتی سرطان....

خوشبختانه، انسان به مدد دانش و فن‌آوری‌های نوین پزشکی، رفته‌رفته هاله خوف و ابهام را از چهره بیماری سرطان زدوده و این بیماری را از وحشتی ناشناخته به عارضه‌ای درمان‌پذیر تبدیل کرده است و باز هم این باور دیرپا در همه ما تقویت شده‌است که دستان سازنده انسان، به یاری نور و نیروی دانش همه رازهای تاریک طبیعت را آشکار کرده و همه‌ی قفل‌های سنگین و زنگارگرفته را می‌گشاید.

با این همه، بیماری سرطان هنوز هم دردی جانکاه و باری سنگین محسوب می‌شود. ابتلا به سرطان همواره تکان روانی شدیدی را به بیمار و خانواده او وارد می‌آورد. این ضربه‌ی روحی اولیه، به همراه کمبود امکانات درمانی و هزینه‌های سرسام‌آور و کمرشکن درمان، قدرت‌اراده و عمل خانواده‌ها را تحت‌الشعاع قرار داده و آنان را دچار نومیدی و سرگردانی می‌کند.

در چنین شرایطی است که انجمن‌ها و سازمان‌های خیریه می‌توانند، به مثابه خانواده دوم و بزرگ تر بیماران، ایفای نقش نموده و تحمل بار روانی و مالی بیماری را برای مبتلایان آسانتر نمایند. «موسسه خیریه بهنام دهش پور» همچون دیگر سازمان‌های مشابه در ایران و سراسر جهان می‌کوشد تا با روشنگری و دانش‌افزایی در مورد پیشگیری و درمان سرطان، راهنمایی بیماران و ایجاد هماهنگی آنها با مراکز درمانی، و جمع‌آوری کمک‌های مردمی و رساندن آن به بیماران گامی هرچند کوچک در این مسیر بردارد اما در این بین تجهیز بیمارستان‌های دانشگاهی و دولتی را یکی از رسالت‌های سازمان خود قرار داده است که این امر به چهار دلیل از جمله فعالیت کادر متخصص درمانی، دسترسی آسان بیماران به این مراکز، اجرای طرح درمان رایگان بیماران مبتلا به سرطان در قالب طرح تحول نظام سلامت، پذیرش انواع بیمه و تعرفه پایین درمانی و خدماتی در مراکز درمانی دانشگاهی در ارجحیت قرار گرفته است.

همچنین موسسه از ابتدای فصل تابستان علاوه بر امور جاری موسسه با برگزاری کمپین‌های پیشگیری از سرطان، تشکیل تیم والیبال در رده نوجوانان و جوانان، برگزاری نمایشگاه‌های هنری به نفع بیماران مبتلا به سرطان، برگزاری برنامه‌های آموزشی به صورت دوره‌ای برای بیماران و داوطلبان و سایر اقدامات در عرصه عمومی موفقیت‌های بسیاری را در زمینه آگاهی و اطلاع‌رسانی و همچنین ترویج سبک زندگی سالم به عموم جامعه کسب کرده است.

فصلنامه موسسه خیریه بهنام دهش‌پور به عنوان رسانه داخلی موسسه، با معرفی خدمات و امکانات به خانواده‌های بیماران و خیرین و همچنین انتشار محتوا و مقالات مرتبط با درمان و پیشگیری از سرطان، می‌کوشد تا از طرفی برخورد درست و مؤثر با بیماری را جایگزین وحشت و ناامیدی کند و از طرف دیگر، با ایجاد همدلی و احساس خوب مشارکت اقدام به هماهنگی میان خیرین، متخصصان در جهت کسب حمایت مستمر از اعم از مالی و معنوی یاوران همیشگی بهنام‌دهش پور در جهت حمایت هرچه بهتر از بیماران تحت پوشش موسسه نماید. براساس ماموریت سازمانی، موسسه به دنبال تجهیز مراکز و بیمارستان‌های دانشگاهی-دولتی برای درمان هرچه بهتر بیماران مبتلا به سرطان است و این موضوع به دلیل ماندگاری و امکان بهره‌برداری تعداد بیشماری بیماران به صورت یک باقیات و صالحات ماندگار همیشه مورد توجه موسسه و حامیان گرامی بوده و هست. این اقدام فرصت مغتنمی ایجاد نموده تا شما مردم نیک‌اندیش و نیکوکار با کمک در تامین هزینه تجهیز بیمارستان‌های دولتی-دانشگاهی طرحی ماندگار از اندیشه و سرشت نیک خویش به یادگار بگذارید.

## با سلام و درود به همراهان
## موسسه خیریه بهنام دهش‌پور

در تابســـتان ۹۵ با کمک داوطلبان و همکاران و با حمایت مالی و معنوی حامیان حقوقی موسســـه صرف اجرای پویش (کمپین) و سمینارهای آموزشی با محوریت پیشگیری و تشخیص زود هنگام سرطان نمودیم. این اقدام که با جدیت و همدلی همه دست‌اندرکان خصوصاً حمایت مادی و معنوی شرکت‌هایی که با اعتقاد و قبول این موضوع که امروزه بسیاری از سرطان ها علاوه بر درمان های موثر و پیشرفته، با افزایش آگاهی مردم و جامعه و آموزش همگانی ترویج زندگی ســـالم و توجه به علائم هشدار دهنده قابل شناسایی و پیشگیری هستند آغاز شد. خوب است که بدانیم بسیاری از سرطان‌ها و یا سایر بیماری هایی که امروزه جامعه با آن دست و پنجه نرم می کنند با مراجعه به پزشک و در مراحل اولیه بروز می‌توانند شناسایی و با شروع به موقع اقدامات پزشکی و درمانی که امروزه به طور فزاینده ای پیشرفت کرده است قابل درمان و بهبود هستند. این حمایت و همراهی نقش به ســـزایی و عمده ای در مهار جریان رشد و گسترش بیماری سرطان داشته و از حامیان موسسه در این فرآیند که سخاوتمندانه موسسه را همراهی نمودند سپاسگذاریم.

موسسه خیریه بهنام دهش پور آمادگی خود را مبنی بر اجرای اقدامات آموزشی اعم از سمینارها کمپین های پیشگیری و تشخیص زود هنگام در هر جایی که شما عزیزان اعلام بفرمایید را دارا می‌باشد. امید است با حمایت و همراهی شما همراهان بتوانیم این مهم را در مملکت خودمان نهادینه کنیم که قطعا پیشگیری آسان تر از درمان است.

**لیلی رضایی (بهمن)**
**مدیرعامل موسسه خیریه بهنام دهش پور**

# پیام جمعی از داوطلبین پویش پیشگیری از سرطان پستان

بهره‌گیری از ظرفیت‌های موجود فردی و گروهی در کنار هم فکری و مشارکت داوطلبان برای تحقق ماموریت سازمانی و پاسخگویی به نیازهای آحاد جامعه، گروه‌های هدف و مددجویان همواره یکی از اصول حاکم بر مدیریت موسسه خیریه بهنام دهش‌پور است. باتوجه به ماهیت غیردولتی موسسه، فعالیت و همراهی داوطلبان در اجرای رویدادهای اجرایی، آموزشی و اطلاع‌رسانی همچون کمپین‌های پیشگیری و اطلاع‌رسانی از سرطان یکی از مهمترین زمینه‌ها و فرصت های کار داوطلبانه در موسسه بوده است. داوطلبان همکار در روابط عمومی موسسه با حضور در کمپین‌های مختلف و موضوعی اقدام به اطلاع‌رسانی و آگاه‌سازی آحاد جامعه در خصوص آشنایی با موسسه و همچنین راهکارهای پیشگیری از سرطان و یا هدایت بیماران و خانواده ایشان برای دریافت خدمات درمانی می‌نمایند. این فعالیت‌ها در حاشیه همایش‌ها، نمایش و یا اکران‌های سینمایی، نمایشگاه‌های هنری، همایش‌های علمی و یا حضور در مراکز عمومی همچون بوستان‌ها، دانشگاه، مدارس و یا فضاهای اختصاصی مانند سازمان‌ها و شرکت‌های خصوصی و عمومی صورت می‌پذیرد. درصورتی که شما نیز مایل هستید میزبان میز اطلاع‌رسانی و آموزشی موسسه خیریه بهنام دهش‌پور باشید می‌توانید با شماره تلفن ۲۲۲۰۸۷۹۷ داخلی ۱۴۵، ۱۴۶ و ۱۴۷ تماس حاصل فرمائید.

### افروز خاموش

سرطان هم مانند بیماری‌های دیگر قابل درمان است اگر به موقع تشخیص داده شود.

### پریسا محمدی

مردم باید بدانند که سرطان مساوی با پایان زندگی نیست بلکه نزدیک به ۹۰٪ سرطان‌ها قابل درمان هستند.

### دکتر رکسانا خوش‌خلق

مهم‌ترین هدف ما از برگزاری کمپین‌ها اطلاع رسانی تنها یادآوری اهمیت سلامتی به دیگران است یادمان باشد به سلامتی خود اهمیت دهیم.

### شقایق حافظی

ما می‌توانیم با ورزش و تغذیه سالم از بروز بسیاری از سرطان‌ها جلوگیری کنیم.

### فائزه مکاری

یادمان باشد که هزینه پیشگیری از بیماری سرطان خیلی کم‌تر از هزینه‌های درمان این بیماری است.

### دکتر ریحانه رهبر

یادمان باشد که مراجعه دوره‌ای پزشک و تشخیص زود هنگام می‌تواند شانس بهبودی بیماری سرطان را افزایش دهد.

### مریم ایزد

فراموش نکنیم که یادگیری روش‌های خودآزمایی و انجام غربالگری می‌تواند نجات دهنده جانمان باشد.

همه ما می‌توانیم با شماره‌گیری

*۷۳۳*۷*۱۸#

از طریق تلفن همراه، بیماران مبتلا به سرطان را حمایت کنیم.

موسسه خیریه بهنام دهش‌پور حمایت از بیماران مبتلا به سرطان
Behnam Dahesh-pour Charity Organization

آسان پرداخت
ASAN PARDAKHT

# گزارش خدمات ارائه شده

## کمک هزینه تحصیلی

- پرداخت کمک هزینه تحصیلی به ۹۸ تن از فرزندان تحت پوشش (۲۳ دانش آموز دبستان، ۴۱ دانش‌آموز دبیرستان و ۳۴ دانشجو)

## خدمات مددکاری در تهران

### بیمارستان شهدای تجریش

- تعداد کل مراجعه کنندگان به مددکاری به ۱۹۸۳ نفر ■ مراجعه (۱۲۷۵ زن - ۷۰۸ مرد)
- تشکیل ۳۱۷ پرونده مددکاری جدید
- پرداخت هزینه دارو و درمان برای ۱۲۴۴ مورد/مراجعه
- پرداخت کمک هزینه جانبی به ۲۹۳ مورد
- اهدای اقلام غیر نقدی به ۳۴۸ نفر از مددجویان
- اهدای بن خرید خواروبار و کالا به ۳۴ بیمار

### بیمارستان امام حسین(ع)

- تعداد مراجعه کنندگان به مددکاری به ۷۶۶ نفر ■ مراجعه (۴۷۵ زن - ۲۹۱ مرد)
- تشکیل ۴۸ پرونده مددکاری جدید
- پرداخت هزینه دارو و درمان برای ۳۷۳ مورد
- پرداخت کمک هزینه جانبی به ۱۸ مورد
- اهدای اقلام غیر نقدی به ۱۵۵ نفر از مددجویان
- اهدای بن خرید خواروبار و کالا به ۳۱ بیمار

### پرداخت هزینه دارو و درمان و هزینه های جانبی در سایر استان‌ها (بدون مراجعه بیماران به تهران)

- استان خراسان جنوبی: به تعداد ۳۲ بیمار
- استان کرمان: به تعداد ۵۹ بیمار
- استان کرمانشاه، شهرستان سنقر: به تعداد ۱۵ بیمار
- استان کرمانشاه، شهرستان کنگاور: به تعداد ۱۴ بیمار

## کتابخانه کودکان

- برآورده شدن و تحویل تعداد ۳۹ مورد آرزوی کودکان
  - ۹ کودک در بیمارستان شهدای تجریش
  - ۱۵ کودک در بیمارستان بهرامی
  - ۱۰ کودک در بیمارستان امام حسین(ع)
  - ۴ کودک در مرکز طبی کودکان
  - ۱ کودک در بیمارستان مفید
- برگزاری ۲ جشن تولد برای کودکان بستری در بخش هماتولوژی اطفال در بیمارستان شهدای تجریش
- برگزاری جشن عید فطر با حضور تعدادی از کودکان و خانواده ایشان در سالن کنفرانس موسسه
- ارائه خدمات آموزشی و تفریحی برای ۱۸۲ کودک در بیمارستان شهدای تجریش و مراکز درمانی همکار
  - ۸۶ کودک در بیمارستان شهدای تجریش
  - ۷۱ کودک در بیمارستان بهرامی
  - ۲۵ کودک در بیمارستان امام حسین(ع)

## تغذیه رایگان

- توزیع صبحانه و میان وعده در پذیرش بخش آنکولوژی و رادیوتراپی بیمارستان شهدای تجریش به بیماران و همراهان
- توزیع ۸۵۱۵ ساندویچ صبحانه
- توزیع ۹۲۸ کیلوگرم میوه
- توزیع ۴۶۴۶ لیوان بستنی
- توزیع ۳۱۸۲ عدد شیر پاکتی کوچک و ۵۴۴ لیتر شیر به صورت لیوان انفرادی
- توزیع ۴۸کیلوگرم آجیل
- ۱۱۱ لیتر عرقیجات سنتی

خدایا تو بر کار خیرم بدار

# در تابستان ۱۳۹۵

## نقاهتگاه

- پذیرش و اسکان ۱۹۰ مددجو (۹۶ بیمار و ۹۴ همراه)
- ارائه ۲۰۹۵ وعده صبحانه، ۲۰۹۳ وعده ناهار، ۱۹۶۵ وعده شام برای بیماران و همراهان
- توزیع ۶۴ بسته بهداشتی به متقاضیان
- توزیع بیش از ۲۱۹۸ مورد میوه به صورت میان وعده در بین ساکنان نقاهتگاه

## خدمات درمانی تخصصی

- در بخش آنکولوژی و رادیوتراپی بیمارستان شهدای تجریش
  - انجام تعداد ۱۷۳۲ نفر -مراجعه شیمی درمانی سرپایی
  - بستری تعداد ۲۲۰۲ نفر -مراجعه شیمی درمانی بستری
  - انجام تعداد ۱۰۱۰۹ نفر -مراجعه رادیوتراپی
- دربخش شیمی‌درمانی سرپایی بیمارستان امام‌حسین(ع)
  - انجام ۳۶۶۹ نفر -مراجعه شیمی درمانی سرپایی

## دارو و تجهیزات درمانی اهدایی

- دریافت دارو و تجهیزات درمانی به صورت اهدایی از ۱۹۰ شخص حقیقی و حقوقی
- اهدای داروهای تخصصی سرطان به صورت رایگان به تعداد ۱۱۶ بیمار تحت پوشش موسسه
- اهدای ۱۱ مورد اقلام و داروهای عمومی به مرکز بهزیستی و توانبخشی شهدای هفتم تیر
- اهدای ۲۲۶ مورد داروهای عمومی به موسسه خیریه امداد دارویی درمانی مدد
- اهدای ۳۲۲ مورد داروهای شیمی درمانی و عمومی مورد نیاز بخش شیمی درمانی بیمارستان شهدای تجریش
- اهدای ۷۵ مورد دارو و تجهیزات شامل: داروهای شیمی درمانی، سرم‌های پروتئینی، گاز استریل، سرنگ، انواع سرم، آنژیوکت و ... به بخش شیمی درمانی بیمارستان امام حسین(ع)

## خلاصه گزارش هزینه های صورت گرفته طی تابستان ۱۳۹۵

۱) هزینه ارائه خدمات درمانی در بخش رادیوتراپی بیمارستان شهدای تجریش
**۱۹,۲۶۳,۹۸۶,۰۶۵ ریال**

۲) هزینه تجهیز و توسعه بیمارستان‌های دانشگاهی شهدای تجریش، امام حسین(ع)، لبافی نژاد
**۲,۹۹۷,۴۱۹,۵۶۵ ریال**

۳) هزینه خدمات حمایتی به مددجویان تحت پوشش در استانهای تهران خراسان جنوبی، کرمان، کرمانشاه
**۱۲,۶۷۴,۶۲۲,۱۰۲ ریال**

۴) هزینه تعمیر و نگهداری تجهزات دستگاه شتاب دهنده در بیمارستان شهدای تجریش
**۶۳۱,۵۰۰,۰۰۰ ریال**

| موضوع پرداخت | نام بانک | شماره کارت | شماره حساب | شماره شبا | کد شعبه |
|---|---|---|---|---|---|
| حامیان | سامان | ۶۲۱۹-۸۶۱۰-۸۹۲-۵۲۹۶ | ۸۲۷ ۸۱۰ ۵۰۶۰۷۰۸۰۰۱ | IR۳۵-۰۵۶۰-۰۸۲۷۸۱۰۵۰۶۰۷۰۸۰۰۰۱ | ۸۴۷ |
| تابلو تسلیت | ملی | ۶۰۳۷-۹۹۷۱-۹۲۵۲-۷۴۴۵ | ۰۱۰-۷۵۴-۸۲۶-۸۰۰۰ | IR۹۸-۰۱۷۰-۰۰۰۰-۰۰۱۰-۷۵۳۸-۲۶۸۰-۰۰ | ۲۳۸ |
| کمک های نقدی (دارو و درمان، سایر هزینه‌ها و ...) | ملی | ۶۰۳۷-۹۹۷۱-۹۹۵۱-۲۴۷۰ | ۰۱۰-۶۶۶-۰۹۱۲-۰۰۵ | IR۵۴-۰۱۷۰-۰۰۰۰-۰۰۱۰-۶۶۶۰-۹۱۲۰-۰۵ | ۲۳۸ |
| | ملت | ۹۱۹۱-۰۲۳۸-۳۳۷۹-۶۱۰۱ | ۳۲۰۱۲۲۰۶۷۳۱ | IR۵۱-۰۱۲۰-۰۲۰۰-۰۰۰۰-۳۳۱۱-۲۳۶۷-۲۰ | ۶۵۳۰۹ |

رویش امیدی دوباره

# یک پوستر تک دنیا خاطره

بنام هستی بخش تمام جانها

به ابتکار بهنام دهش پور و همکاری عده‌ای از بانوان نیکوکار

بازار خیریه‌ای به نفع بخش سرطان

بیمارستان شهداء تجریش برگزار میشود

زمان: ۱۴ و ۱۵ دیماه ساعت ۱۰ الی ۶ بعداز ظهر

مکان: دوراهی اختیاریه جنوبی و پاسداران ساختمان بانک ملی شماره ۳

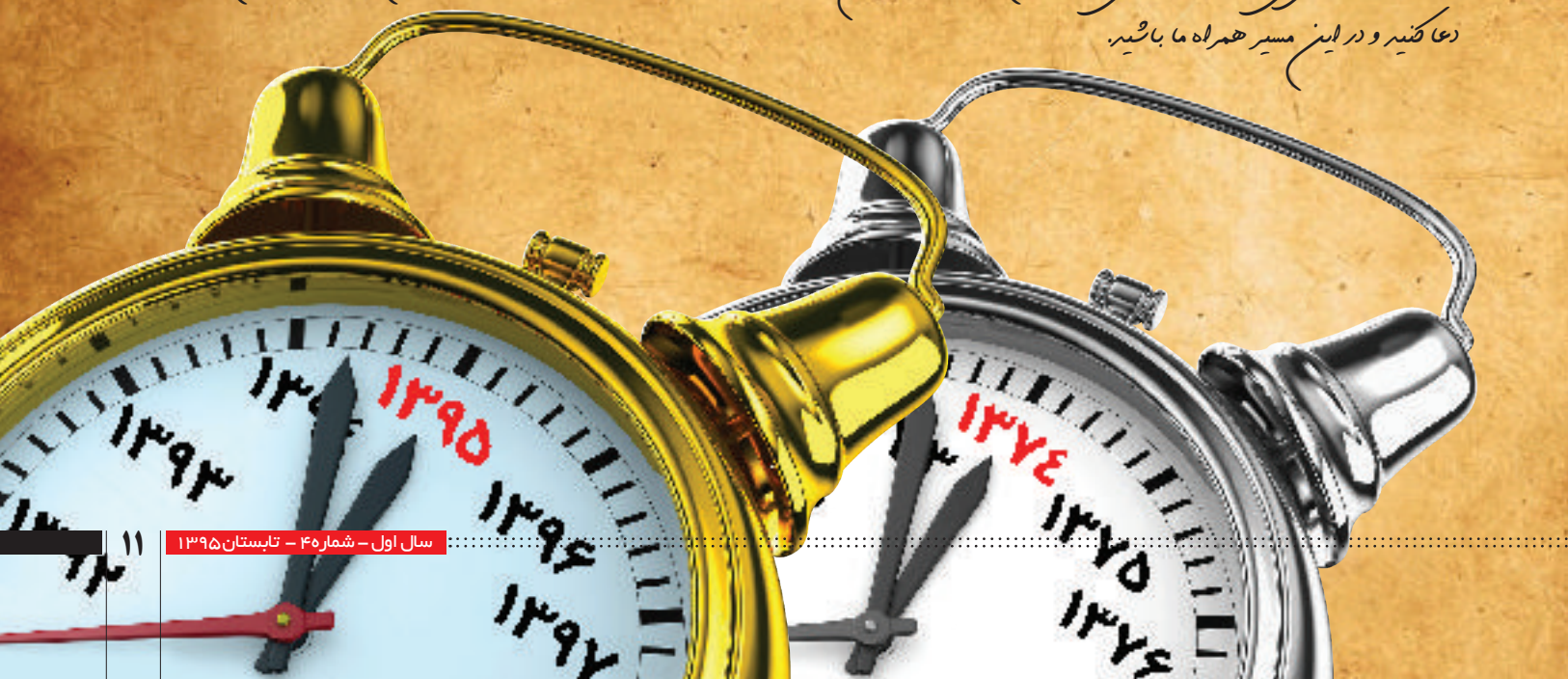
از سروران محترم دعوت میشود با حضور و حمایت خود بیماران این بخش از بیمارستان شهداء را یاری فرمائید

شاید شما نیز مثل به دفتر موسسه در طبقه دوم ساختمان بخش رادیوتراپی آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش مراجعه کرده باشید حتماً راهرو موسسه را با دقت بیشتری نگاه کنید. در سرتاسر این راهرو تابلوهای کوچکی نصب است که هرکدام دنیایی حرف و خاطره را در داخل قاب خود پاسداری می‌کنند. این راهرو سالهاست که میزبان پوستر رویدادها و برنامه‌های مختلف موسسه خیریه بهنام دهشپور است. رویدادهایی که شاید برخی از ما به واسطه آن داوطلب موسسه شدیم و یا امروز در این موسسه عام المنفعه و انسان دوستانه در آن مشغول به همکاری و همراهی هستیم. دفعه بعد که به دفتر تجریش سر می‌زنید وقتی بیشتر را برای دیدن این یادگارهای افتخارآمیز اختصاص دهید.

ایده این هفته با دیدن و مرور کردن تابلوهای نصب شده ایجاد شد. دیدن اولین برنامه خیریه، برنامه‌ای که با همت و عزم خود بهنام آغاز شد و در این مسیر دوستان و همراهان و یاران فراوانی را جذب این هدف و موسسه نمود. روزگاری که هنوز موسسه خیریه بهنام دهشپور شکل نگرفته بود و هنوز بهنام در جمع خانواده و دوستان خود بود. بیست و دو سال قبل در دی ماه ۱۳۷۴ دوراهی اختیاریه جنوبی و پاسداران میزبان اولین رویداد خیریه با ابتکار بهنام و جمعی از بانوان نیکوکار بود. داستان این پوستر دست ساز را دنبال کردیم و خانم هالیلی بهمن (رضایی) مدیر عامل و زیبا نامدار (جهان) برای ما از آن روزها، علت برگزاری و شور و حال دوستان و همراهان و یاوران بهنام گفتند.

خانم جهان از روزی خبر داد که بهنام برای دریافت خدمات رادیوتراپی به بخش نیمه ساز رادیوتراپی آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش می‌آمد، از اینکه دیده بود در خارج از کشور به بیماران تحت درمان بعد از هر نوبت درمانی با آبمیوه و نوشیدنی مناسب پذیرایی می‌شود ولی در اینجا خبری از آن حمایت‌ها و خدمات نبود. از اینکه بیماران از راه‌های دور و نزدیک می‌آیند ولی سالن پذیرش و بخش هنوز آماده سرویس‌دهی نیست. از اینکه باید کاری کرد. پس خانم جهان با بهنام به یک برنامه خیریه رفتند، در آنجا با خانم سوسن خراسانی و جمعی دیگر از دوستان و بانوان نیکوکار آشنا شدند. ایده اولیه بهنام با تامین یک دستگاه آبمیوه‌گیری و ارائه این خدمت به بیماران کم کم شکل گرفت، کم کم فضای امروزی کتابخانه کودکان برای آغاز فعالیت‌ها در اختیار این گروه داوطلب قرار گرفت و کم کم ایده آغاز یک حرکت ماندگار.

لازم بود منابع مالی بیشتری برای ادامه فعالیت تامین شود لازم بود تا توجه افراد بیشتری برای این همراهی جلب شود حال این سوال طرح شده بود که برای این نیازها چه باید کرد؟ پاسخ ساده بود برگزاری بازار خیریه، ولی مسیر اجرای این ایده راحت نبود نیاز به فضای برگزاری و محصول برای عرضه و تیم همکاران برای برگزاری است. پس یک به یک دست در دست هم قرار دادند و اولین رویداد خیریه با حضور بهنام اجرا شد. شاید شما نیز فیلم این رویداد و مراسم شکستن اولین قلک را دیده باشید. فیلمی که در آن بهنام و دوستانش دست در دست هم با هم نیایش می‌کنند. برای سلامتی همه بیماران، برای ادامه این راه پر فراز و نشیب، برای حمایت از بیماران مبتلا به سرطان شما نیز دعا کنید و در این مسیر همراه ما باشید.



بیمارستان آیت ا... طالقانی درسال ۱۳۵۷ با ۴۲ هزار متر مربع زیر بنا در ۷ طبقه به‌نام نقاهتگاه کمک شماره ۲ احداث شد و در دی ماه سال ۱۳۵۸ پس از پیروزی انقلاب اسلامی با نام مرکز پزشکی آموزشی و درمانی آیت ا... طالقانی به دانشگاه شهید بهشتی واگذار شد و اکنون به عنوان یک مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی زیر نظر دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی فعالیت می‌نماید.

# بازدید از بخش پیوند مغز استخوان بیمارستان آیت ا... طالقانی

بخش جراحی پیوند مغز استخوان این بیمارستان یکی از بخش‌های تخصصی و فعال در زمینه آموزش، پژوهش و درمان بیماران بخصوص بیماران نیازمند دریافت خدمات پیوند می‌باشد که هم اکنون با دارا بودن ۲۰ تخت فعال در حال خدمت‌رسانی به بیماران می‌باشد.

مدیرعامل موسسه و هیات همراه در تاریخ ۳ شهریور ۱۳۹۵ و به دعوت دکتر عباس حاجی فتحعلی ریاست محترم بخش اقدام به بازدید از این بخش نموده و پزشکان و اعضای هیات علمی نیز اقدام به ارائه گزارشی از وضعیت خدمات اقدامات حمایتی خیرین و ظرفیت‌های تشخیصی و درمانی، امکانات و تجهیزات درمانی و آزمایشگاهی نمودند.

مهمترین موضوعات و مشکلات اعلام شده در این بازدید عبارت بودند از: کمبود تخت و فضای فیزیکی بخش در مقابل تعداد بالای مراجعان، کمبود در برخی از تجهیزات آزمایشگاهی منجر به ناقص ماندن چرخه ارائه خدمات در آزمایشگاه این بخش و نبود امکانات اسکان برای همراهان و یا بیماران تحت نظر مراجعه‌کننده از شهرستان درخارج از بیمارستان.

پس از پایان جلسه و با تائید مدیریت موسسه براساس موارد مطرح شده در نشست همکاران موسسه در واحدهای دفتر امور اداری، دفتر مالی و پشتیبانی و دفتر برنامه‌ریزی توسعه خدمات و سازمان فهرست نیازمندی‌های اعلامی بخش جراحی پیوند مغز استخوان، اقدامات لازم برای تامین بودجه و اعتبارات موردنیاز پس از نیازسنجی و تهیه پروژه اجرایی آغاز گردید و امید است که تا پایان سال اقدامات موثری در این خصوص با حمایت شما نیکوکاران گرامی صورت پذیرد.

بخش جراحی پیوند مغز استخوان این بیمارستان یکی از بخش‌های فعال در زمینه آموزش، پژوهش و درمان بیماران بخصوص بیماران نیازمند دریافت خدمات پیوند می‌باشد که هم اکنون با دارا بودن ۲۰ تخت فعال در حال خدمت رسانی به بیماران می‌باشد

# بازدید از مرکز پزشکـی، آموزشی و درمانی مهدیه

**در راستای برنامه توسعه خدمات و حمایت از توسعه خدمات و زیرساخت‌های درمان بیماری سرطان در بیمارستان‌ها و مراکز درمانی دانشگاهی، نمایندگان موسسه در تاریخ ۳۱ مرداد ۱۳۹۵ و به مدت ۲ ساعت اقدام به بازدید از بیمارستان مهدیه شوش نمودند.**

این مرکز درمانی در دهه ۳۰ خورشـیدی توسط واقف و نیکوکار گرامی مرحوم حاج محمد مهدی صبوحی به وسـعت ۲۹ هزار متـر مربع و با زیربنای ۱۳ هزار متر مربع هم اکنون که به طور تخصصی ارائه دهنده خدمات درمانی موردنیاز بانوان در منطقه جنوب تهران است.

در این دیدار نمایندگان موسسـه ضمن برپایی جلسه با ریاست محترم بیمارستان از ظرفیت و خدمات درمانی سـرطان پسـتان بازدید کردند. در پایان بازدید و براساس مشـاهدات و اطلاعات ارائه شـده پیشـنهادات و راهکارهای اقدام به منظور توسعه خدمات و زیرساخت‌های درمانی در این مرکز توسط دفتر برنامه‌ریزی توسعه خدمات و سازمان در زمینه‌های زیر تهیه و به مدیریت بیمارستان ارائه گردید.

**افزایش تعداد روزهای بیشـتر درمانگاه تخصصی سرطان پستان و خدمات شیمی درمانی سرپایی**

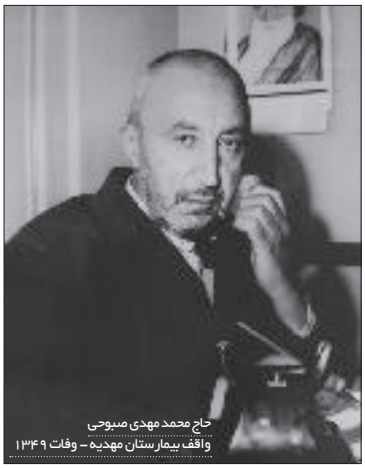
**کمبود نیروی پرسـتاری به صورت اختصاصی به منظور فعال‌سازی تمام وقت شیمی درمانی سرپایی**

**بهسازی و توسعه ظـرفیت خدمت رسانی در فضای اختصاصـی شیمی درمانی سرپایی**

مرکز پزشـکی، آموزشـی و درمانی مهدیه تهران دارای بخش‌های مختلف اورژانس، جراحـی، داخلی، زنان و زایمـان، اتاق عمـل، ICU،CCU،NICU، پریناتولوژی، بخش‌هـای پاراکلینیکی، داروخانه، بخش آسـیب‌های اجتماعی زنان و درمانگاه‌های جراحی، اورژانس، داخلی، اورولوژی، مغز و اعصاب، نازایی، اطفال، جراحی پلاستیک، زنان و مامایی، قلب، گوارش، چشـم، پوشـت، ریه،کولیوسـکوپی، تنظیم خانواده و ارتوپدی است.

در محدوده میدان شـوش و خیابان فدائیان اسلام بیمارستان موقوفه مهدیه یادگاری اسـت حاج مهدی صبوحی این بیمارسـتان را در هفتم دی ماه سال ۱۳۴۴ به اداره بهداری وقت وقف کرد. بیمارسـتان مهدیه با مساحتی بیش از ۲۷ هزار متر مربع و با ۱۳هزار متر مربع زیربنا جزء مهمترین بیمارستان های زنان کشوراست.

در این دیدار نمایندگان موسسه ضمن برپایی جلسه با ریاست محترم بیمارستان از ظرفیت و خدمات درمانی سرطان پستان بازدید کردند.



حاج محمد مهدی صبوحی
واقف بیمارستان مهدیه – وفات ۱۳۴۹

وقتی به آرزوی پوریا رسیدیم فکر می‌کردیم آرزویی غیرممکن باشد، روی قلب آرزوی پوریا نوشته شده بود «علی دایی»؛ همه فکر می‌کردند مگر می‌شود؟! آقای مربی آن هم با آن همه جذبه که همیشه باید او را فقط در تلویزیون ببینیم به‌خاطر آرزوی پوریای ۹ساله به یکی از شلوغ‌ترین بیمارستان‌های تهران بیاید!

# علی دایی آرزوی پوریا را برآورده کرد

این بار ماجرا از یک درخت شروع شد درختی که در کتابخانهٔ کودکان خیریه بهنام دهش پور نامش را «درخت آرزوها» گذاشته‌اند کودکان مبتلا به سرطان می‌آیند و آرزوهایشان را بر روی درخت آویزان می‌کنند و مردم نیکوکار هم که بچه‌ها آنها را فرشته‌های زمینی می‌نامند، می‌آیند و این آرزوها را برآورده می‌کنند تا کودکان برای سلامتی خود نیز امید داشته باشند.

وقتی به آرزوی پوریا رسیدیم فکر می‌کردیم آرزویی غیر ممکن باشد، روی قلب آرزوی پوریا نوشته شده بود «علی دایی»؛ همه فکر می‌کردند مگر می‌شود؟!

آقای مربی آن هم با آن همه جذبه که همیشه باید او را فقط در تلویزیون ببینیم به‌خاطر آرزوی پوریای ۹ساله به یکی از شلوغ‌ترین بیمارستان‌های تهران بیاید! اما برخلاف تصورمان همه چیز به‌سادگی رقم خورد وقتی مسئولین کتابخانه کودکان با او تماس گرفتند با وجود این که باید سر تمرین تیم نفت تهران حاضر می‌شد، گفت حتماً خواهد آمد.

تا زمانی که او را ندیدیم باور نمی‌کردیم او به دیدن پوریا بیاید اما پوریا از صبح سر از پا نمی‌شناخت و از ابتدای صبح نشست و شروع کرد به کشیدن نقاشی که می‌خواست آنرا به علی دایی هدیه دهد به همین سادگی آرزوی پوریا برآورده شد علی دایی آمد و با پوریا گفت و خندید و قرار گذاشت تا او را هفته آینده با خود بر سر تمرین تیم ببرد. او حتی برای خیلی از کودکان مبتلا به سرطان امضاء خودش را بر روی توپ فوتبال به یادگار گذاشت، با آنها عکس گرفت و خاطره خوبی را برایشان برجای گذاشت.

آقای گل فوتبال ایران قلبی مهربان دارد و به داوطلبین جوان این موسسه گفت: مهربانی صفت خداوند است و حالا شماهایی که در این مراکز فعالیت می‌کنید این صفت خداوندی را در خود دارید. قدر خودتان را بدانید. خدا به هر کسی این فرصت را نمی‌دهد و من به حال شما غبطه می‌خورم.

# کارگاه آموزشـــی ارتباط موثر

**امروزه سازمان‌های پویا، سازمان‌هایی هستند که یادگیری در آنها از اولویت برخوردار است. آموزش و توانمندسازی کارکنان اقدامی راهبردی است که در سطح فردی باعث ارزشمندی و رضایت‌مندی همکاران و در سطح سازمانی باعث بهبود و توسعه سازمان می‌شود.**

رســیدن به اهداف سازمانی بســتگی تام به توانایی کارکنان در انجام وظایف محوله و انطباق آن با محیط دارد. اجرای آموزش و توانمندسازی نیروهای انسانی سبب می شود تا همکاران یک ســازمان بتوانند متناســب با تغییرات سازمانی و محیطی به طور مؤثر فعالیت خود را ادامه و در این مسیر با بهترین کارایی حرکت کنند. از طرفی از مهمترین خصیصه ســازمان های امروزی تغییر و تحول است، درچنین شرایط محیطی پیچیده و متنوع با تحولات سریع، اگر نتوانیم متناسب با این تغییرات، سازمان، مدیران و کارکنان را همگام ســازیم، قربانی آن خواهیم شد. لذا نیاز به یادگیری سازمانی امروزه به خوبی در تمامی سطوح سازمان ثابت شده است. به گونه ای که تحقیقات انجام گرفته، ارتباط مثبت بین سرمایه گذاری بر آموزش در بهره‌وری سازمانی را نشان داده است.

ارتباط عبارت اســت از فرآیند ارسال و دریافت پیام. با توجه به این تعریف هر ارتباطی مســتلزم حضور دو یا چند واحد اجتماعی اســت. یعنی ارتباط می تواند بین دو یا چند نفر، یک نفر و یک رسانه و غیره صورت گیرد. هدف اصلی از برقراری ارتباط، انتقال پیام است. این پیام می تواند به صورت کلامی یا غیرکلامی منتقل شود.

هرگونه اشکالی در انتقال پیام می تواند باعث اختلال در ارتباط گردد. برای مثال ممکن است پیام به صورت کامل منتقل نگردد یا این که یک نفر پیامی را ارسال کند ولی فرد مقابل مفهوم دیگری را دریافت نماید. یا حتی کسی پیامی را بفرستد ولی دیگری هیچ پیامی را دریافت نکند. از این موارد معمولاً به عنوان سوءتفاهم یاد می شود. یک ارتباط موثر ارتباطی است که راه را بر سوءتفاهم های احتمالی ببندد.

در همین راســتا موسســه خیریه بهنام دهــش پور به منظور ارتقاء ســطح کارکنان و داوطلبان، اقدام به برگزاری کارگاه آموزشــی و ظرفیت‌ســازی درون سازمانی با عنوان ارتباطات سازمانی و مهارت‌های ارتباط موثر در تیرماه ۱۳۹۵ نمود. این دوره طی ۲روز و به صورت داوطلبانه توسط آقای سلیمانی با حضور تعداد ۳۰ تن از همکاران و داوطلبان در محل سالن کنفرانس موسسه به مدت۴ساعت برگزار گردید.

> ارتباط موثر رابطه ای است که در آن شخص به گونه ای عمل می کند که در آن علاوه بر اینکه خودش‌به خواسته‌هایش می رسد، افراد مقابل نیز احساس رضایت دارند

# کارگاه آموزشی خودآزمایی پستان

**لازم است بدانیم با تشخیص مؤثر می‌توان مرگ ناشی از سرطان پستان را کاهش داد به همین منظور با هدف پررنگ کردن اهمیت کشف علایم ابتدایی بیماری توسط خود فرد، دوره آموزشی با حضور چهل نفر از کارکنان و و داوطلب بالای بیست سال موسسه خیریه بهنام‌دهش‌پور تحت عنوان خودآزمایی و تشخیص زودهنگام سرطان پستان روز سه شنبه ۲۹ تیرماه در محل سالن آمفی تئاتر موسسه برگزار شد.**

در این جلسه ضمن آموزش خودآزمایی سرطان پستان بسته‌هایی از طرف فورشگاه‌های روژا به شرکت‌کنندگان اهدا شد

مدرس این دوره آموزشی خانم آذین یعقوبی کارشناس مامایی و همکار موسسه در زمینه آموزش مهارت‌های خودآزمایی سرطان پستان بود که درباره فواید تشخیص زودهنگام سرطان پستان، روش‌ها، اصول و اطلاعات اولیه را در این زمینه به حاضرین ارائه کرد.

تشخیص سرطان پستان در مراحل اولیه نه تنها درمان را افزایش می‌دهد، بلکه از عوارض روحی- روانی، خانوادگی و اجتماعی آن جلوگیری می‌کند. در سرطان پستان تشخیص زودهنگام، کاهش مرگ و میر، کاهش ناتوانی‌های ناشی از بیماری و عوارض درمان است.

در حال حاضر سه روش ۱) خودآزمایی پستان، ۲) معاینه پستان توسط پزشک یا ماما و ۳) ماموگرافی برای تشخیص زودهنگام سرطان پستان وجود دارد. این روش‌ها می‌توانند بسته به سن افراد به تنهایی یا به صورت همزمان باهم استفاده شوند.

خودآزمایی پستان، معاینه پستان توسط خود فرد است. با معاینه ماهیانه پستان، فرد با خصوصیات بافت پستان خود آشنا شده و در صورت بروز هرگونه تغییر در مراحل اولیه، قادر به تشخیص آن خواهد بود.

در ایران، سرطان پستان دومین سرطان شایع در کل جمعیت مرد و زن، پس از سرطان پوست و شایع‌ترین سرطان در میان زنان به شمار می آید. روند رو به رشد سرطان در کشور، خصوصا در مورد سرطان پستان، ضرورت اطلاع رسانی در جهت ارتقا سطح آگاهی عموم جامعه، تشخیص زودهنگام، راهکارهای پیشگیری و مدیریت درمان این بیماری را مطرح می سازد.

متخصصین سلامت توصیه می‌کنند که به منظور پیشگیری از انواع سرطان به خصوص کولون شهروندان به طور منظم از ویتامین D استفاده کنند. این ویتامین بسیار موثر و تنها در چربی کبد ماهی و چربی های اشباع شده حیوانی یافت می شود. چربی های حیوانی ارگانیک حاوی CLA که نوعی اسید چرب ترانس مفید است می باشند و در جلوگیری از ابتلا به سرطان پستان بسیار مفید هستند.

در این کارگاه ضمن آموزش روش خودآزمایی پستان، بسته آموزشی از طرف موسسه و بسته زیبایی از طرف فروشگاه های روژا به شرکت‌کنندگان اهدا گردید.

# فرشته باش خدا بال پروازت می‌دهد

همه ما می‌توانیم در برآورده کردن آرزوهایم 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 ۲۲۷۱۸۰۸۳ داخلی ۱۰۳ و یا شماره سازمانی ۰۹۲۱۹۵۶۵۹۸۳ تماس حاصل فرمایید.

مجتمع
آموزشی
نیکوکاری
رعد

همکاری سازمان‌های مردم نهاد و داشتن برنامه‌ها و نشست‌های مشترک همواره یکی از دغدغه‌های مهم این حوزه به شمار می‌آید. سازمان‌های مردم نهاد در راستای هدف کلی خود که همانا کیفیت بخشی به فرایند زندگی مردم در جامعه است نیازمند حرکت‌های گسترده و همه جانبه به صورت خودجوش و با همکاری همهٔ سازمان‌های مردم نهاد می‌باشند. این همکاری می‌تواند به‌صورت‌های مختلف انجام شود. اما آنچه مسلم است تجمیع نیروهای مردمی ساختار یافته همیشه می‌تواند مسیر توسعه را در کشورها بهبود بخشد.

# نشست مدیران مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد و موسسه خیریه بهنام دهش‌پور

این نشست مشترک در راستای تقویت تعامل و همکاری مشترک در۶ مرداد برگزار گردید و حاضرین درخصوص نحوه جذب کمک های مردمی در سازمان‌ها، چالش‌های پیش‌روی و ابتکارات مشترک در راستای ارایه خدمات بهتر به مددجویان و همچنین تعامل پایدار بین موسسات مورد بحث و تبادل نظر قرار گرفت.

امید است درآینده نزدیک همه موسسات مردم بتوانند همسو با اهداف انسان دوستانه خود به صورت یکپارچه به نیازمندان کمک کنند.

مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد در سال ۱۳۶۳ با هدف ارائه خدمات آموزشی و حمایتی به معلولین جسمی – حرکتی جهت اتکاء بیشتر به خویشتن و حضور موثر و فعال در اجتماع به عنوان یک سازمان غیر دولتی (NGO) تاسیس شده است. مجتمع رعد، آموزش را به عنوان ابزاری مؤثر و مفید سرلوحه فعالیت های خویش قرار داده و معتقد است، برای ارتقاء توانائی‌های توان‌یابان هیچ راهکاری بهتر از آموزش نمی‌باشد. در بیش از دو دهه فعالیت مستمر در مجتمع رعد، بیشترین بودجه، وقت و انرژی صرف ارائه آموزش با کیفیت و کمیت مناسب به توان یابان شده است. در کنار آموزش و مشاوره شغلی و کار یابی، خدمات توان بخشی شامل فیزیوتراپی، کاردرمانی، گفتاردرمانی و مشاوره نیز به کارآموزان ارائه می‌شود. همچنین واحد مددکاری در جهت حل مشکلات توان یابان فعالیت می‌نماید.

# عمو همایون حامی درخت آرزوها

ارج می‌نهیم حضور و همراهی هنرمندان و افراد سرشناس جامعه را در حمایت از بیماران مبتلا به سرطان که جریان سازی اجتماعی در حمایت از گروه‌های آسیب‌پذیر و یا افراد نیازمند حمایت و کمک همواره یکی از شاخصه‌هایی هنرمندان و افراد سرشناس در ایران و جهان بوده و هست.

موسسه خیریه بهنام دهش‌پور همواره میزبان حضور حامیان و نیکوکاران از آحاد مختلف بوده و هست. چه خوب است که در زمان خوشی و آرامش همراه و یاور کسانی باشیم که شاید حضور و دیدن ما برای آنها پراز انرژی و امید و شاید شور حرکت باشد. سه شنبه ۱۹ مرداد ۱۳۹۵ دفتر موسسه میزبان حضور و حمایت هنرمند توانمند و پیشکسوت سینما استاد همایون ارشادی بود که همیشه همراه و یاری مهربان برای موسسه خیریه بهنام دهش‌پور هستند. استاد ارشادی ضمن تحویل قلک بهنام اقدام به بازدید از کتابخانه کودکان کرد و به عنوان حامی درخت آرزوها حمایت خود از این حرکت را مجددا اعلام داشت.

# همایـــش روز پناهنده

**هرسال به مناسبت گرامیداشـــت روز جهانی پناهنده در روز بیستم ژوئن کشـــورهایی که میزبان جمعیت پناهندگان هستند اقدام به برگزاری مراســـم یادبود با هدف بررسی دقیق‌تر وضعیت مهاجران و پناهندگان برگزار می‌نمایند.**

امســـال نیـــز در ایـــران ایـــن مراســـم در روز دوم تیـــر مـــاه همزمـــان با حضـــور آقای Filippo Grandi کمیسر ارشد سازمان ملل در امور پناهندگان (UNHCR) در عمارت مســـعودیه شهر تهران و با حضور مقامات دولتی و نمایندگان سازمان‌های مردم‌نهاد برگزار گردید. به مانند ســـال‌های قبل از موسســـه خیریه بهنام دهش‌پور به دلیل خدمت رسانی بی‌قید و شـــرط به پناهندگان و مهاجران و ارائه خدمات درمانی به اتباع غیرایرانی مطابق ماموریت ســـازمانی خود دعوت به عمل آمد و نمایندگان موسسه ضمن حضور در نشست اقدام به تعامل و ارائه گزارشـــی از خدمات و فعالیت‌های موسسه و برقراری ارتباط با سایر ســـازمان‌های همکار کردند. در این مراســـم مشکلات پناهندگان در جهان بررسی شد و از خدمات کشور جمهوری اســـلامی ایران و سازمان های مردم نهاد در بخش‌ها و حوزه‌های مختلف از جمله بهداشت و درمان پناهندگان قدردانی شد. در حاشیه این همایش، نمایشگاه صنایع دســـتی پناهجویان افغانستانی مقیم ایران نیز برگزار شده بود. لازم به توضیح است باتوجـــه به بالابودن هزینه‌هـــای درمانی، اجرای فاز اول طرح بیمه درمانی ســـلامت ویژه پناهندگان قانونی در کشـــور ایران مشـــکلات این افراد به طور چشمگیری کاهش یافته و امید اســـت با کمک کمیساریای عالی سازمان ملل در امور پناهندگان UNHCR و اداره اتبـــاع و مهاجرین خارجی وزارت کشـــور فاز دوم این طرح نیز در آینـــده نزدیک اجرایی گردد. به گزارش دفتر کمیســـاریای عالی سازمان ملل متحد در امور پناهندگان در تهران، کشـــورهای پاکســـتان با ۱/۷ میلیون نفر، ایران با ۸۸۶ هزار و ۵۰۰نفر، کنیا با ۵۶۶ هزار و ۵۰۰ نفر و کشور چاد با ۳۳۶ هزار و ۵۰۰ نفر به ترتیب دارای بیشترین جمعیت پناهندگان در جهان هستند.

UNHCR
The UN Refugee Agency

WORLD Refugee Day

موسسه خیریه بهنام دهش پور در راستای ماموریت خود هر ساله کمک‌های زیادی را در خصوص تامین دارو و درمان بیماران مبتلا به سرطان اتباع مقیم ایران انجام می‌دهد

# راهکاری بـــرای دارو و درمان گـــران قیمت

طرح تحول نظام سلامت یکی از افتخارات دولـت یازدهـم اسـت که بـا حمایت از بیماران خاص و بـه ویژه بیماران مبتلا به سرطان به یکی از مهمترین دغدغه‌های این بیماران و خانواده ایشـان در تامین هزینه دارو و درمان کمک شایانی کرده است. ولی یکی از مهمترین مشکلاتی که این بیماران و خانواده ایشان را تحت تاثیر قرار می‌دهد عـدم حمایت بیمـه‌ای از برخـی داروها، خدمات تشـخیصی و درمانی اسـت. این موضوع باعث می‌شود که بار سنگین مالی بر بیمار و سازمان‌های حمایتی به‌خصوص سازمان‌های مردم نهاد و خیریه ایجاد کند. بدین منظور و به دعوت موسسه خیریه بهنام دهش‌پور در روز دوشـنبه اول شـهریور ماه جلسـه‌ای با عنوان: هم‌اندیشی در موضوع همـکاری گروهی جمعی از سـازمان های مردم نهاد حامی بیماران مبتلا به سرطان به مدت ۲ ساعت در سالن کنفرانس موسسه و با حضور نمایندگان هشت سازمان مردم نهاد شـامل: جمعیت دانشـجویی قطره، خیریه سمر، خیریه سیدمحمدحسین رضوی، موسسـه خیریـه مهیار، موسسـه خیریه امدادگران عاشـورا، نیکان ماموت، خیریه نور و موسسـه خیریه بهنام دهش پور بود.

## اهداف این نشست عبارت بود از:

- آگاهی از ظرفیت و توانمندی‌های هر یک از مجموعه‌ها
- شناسایی راهکار مشترک برای موضوع مطرح شده
- راهنمایی و مشاوره بیماران جهت تهیه این نوع داروها و ادامه درمان، در صورت تأیید پزشک معالج برای درمان
- اختصاص عادلانه بودجه مورد نیاز این بیماران جهت ادامه درمان
- تبادل اطلاعات مابین سازمان‌های همکار برای حمایت از این بیماران برای جلوگیری از موازی کاری و اتلاف زمان.

## گروه هدف موضوع نشست شامل:

- بیماران مبتلا به سرطان و نیازمند به استفاده از دارو خارج از تعرفه بیمه، دارو و درمان گران قیمت (درمان، پیوند، جراحی پروتز، آزمایش ژنتیک، آزمایش‌های خاص و ...) بدون محدودیت، سن، مذهب، ملیت، موقعیت جغرافیایی و جنسیت.

## مهمترین مسائل و موضوعات طرح شده درنشست:

- نبود تعریف مشترک و مورد توافق درخصوص دارو و درمان گران قیمت
- نبود سیستم تبادل اطلاعات مشترک مابین سازمان‌های حمایتی
- وجود مشکلات در حرکت و گردش بیمار برای تامین بودجه موردنیاز و سختی تردد و ارتباط مابین سازمان‌ها
- موضوع اتباع غیرایرانی و محدودیت‌های حمایتی از ایشان و معرفی بین سازمان‌های همکار برای حمایت به ایشان
- همکاری مشترک براساس نیاز و موضوع مشخص

## اهداف اختصاصی پیشنهادی در موضوع همکاری مشترک در جلسات آتی:

- ایجاد یک شبکه حمایتی مشترک بین سازمان های مردم نهاد حوزه سرطان
- ارائه خدمات حمایتی به بیماران که توانایی تامین بودجه موردنیاز را برای هزینه های درمان ندارند
- ارائه خدمات یکپارچه حمایتی از بیماران تحت پوشش سازمان‌های عضو

## راهکارهای پیشنهادی مشترک
## برای حمایت از بیمار در موضوع تامین دارو و درمان گران قیمت:

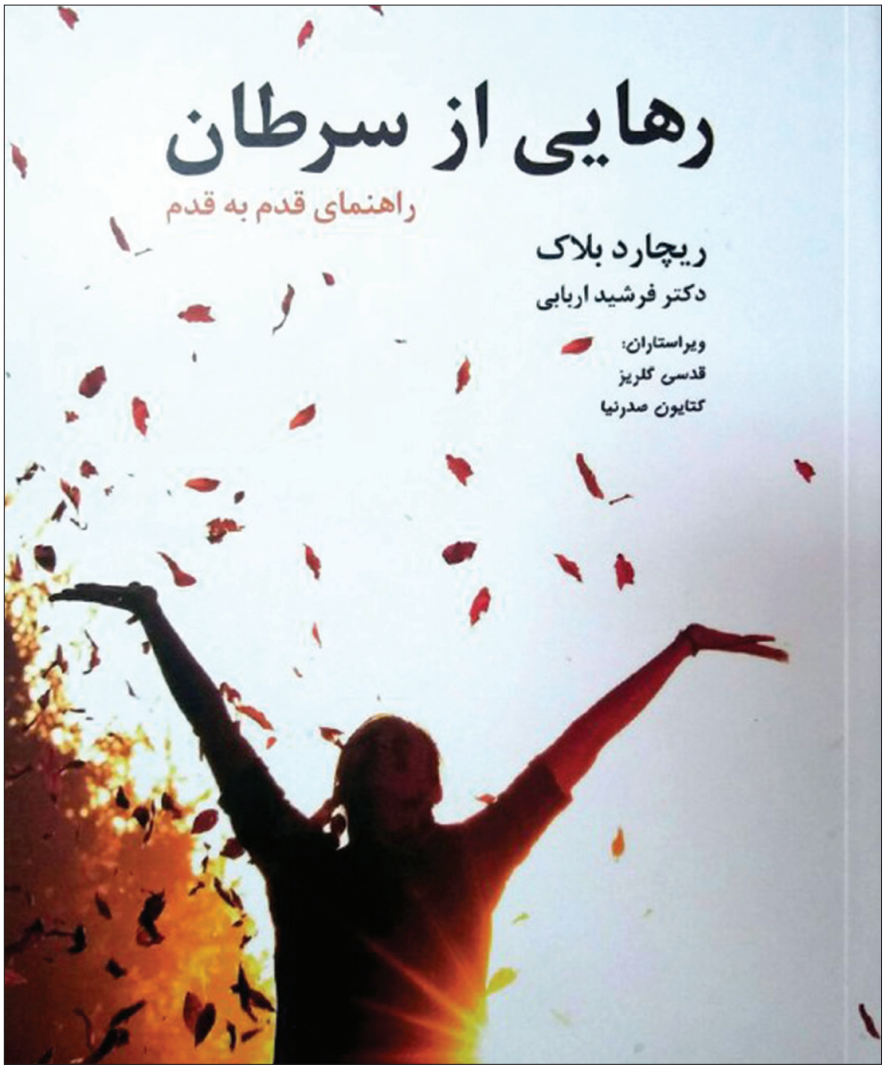
- ایجاد سامانه اینترنتی آنلاین ثبت اطلاعات بیماران و اشتراک اطلاعات مابین سازمان‌های همکار برای سازماندهی حمایت های مالی از بیماران مبتلا به سرطان
- شناسایی راهکارهای انجام بررسی مددکاری تخصصی و یکباره به طور مشترک توسط سازمان‌های همکار
- تبادل اطلاعات مابین تمامی سازمان های همکار جهت چرخش اطلاعات در خصوص حمایت از تامین دارو و درمان مورد نیاز بیماران
- تعیین میزان بودجه و منابع کمکی براساس ظرفیت و قابلیت هر سازمان همکار
- شناسایی راهکارهای اختصاص عادلانه بودجه مورد نیاز این بیماران جهت ادامه درمان
- ارائه خدمات راهنمایی و مشاوره به بیماران جهت تهیه این داروها و ادامه درمان، در صورت تأیید پزشک معالج برای درمان
- رایزنی و ترویج موضوعی به سازمان های مسئول، متولی و متقاضی برای رفع و یا کاهش مشکلات در تامین هزینه دارو و یا خدمات درمانی
- استفاده از تجربیات سازمان های مشابه داخلی و خارجی
- اقدام سازمان‌های همکار در جهت اهدای کمک با حفظ کرامت انسانی بیماران
- ایجاد و توسعه ارتباط سازمان های مردم نهاد با بخش دولتی متولی بخصوص سازمان غذا و دارو
- جلب حمایت و ارتباط با شرکت‌های دارویی برای ورود و ارائه داروهای موثر با قیمت مناسب
- همکاری در موضوع جذب داروهای اهدایی از بیماران یا خانواده آنان و اهدای این داروها به بیماران نیازمند
- همکاری و ایجاد شبکه تخصصی برای حمایت از بیماران با تک تک سازمان‌های همکار برای تامین داروگران قیمت
- تهیه و عقد تفاهم نامه تخصصی مابین سازمان های مردم نهاد حامی بیماران مبتلا به سرطان به منظور دریافت دارو از تمامی داروخانه‌های تامین کننده دارو

**ارزش مشارکت شما خیرین و نیکوکاران به میزان مبلغ کمک نیست، بلکه همراهی و همدلی شما در کاهش نگرانی بیماران مبتلا به سرطان دنیایی ارزش دارد**

## شما می‌توانید به منظور همیاری و مشارکت در تامین هزینه درمان گران قیمت و خارج از تعرفه حمایتی بیمه بیماران تحت پوشش موسسه را از روش‌های زیر همراهی کنید:

- دانلود و نصب اپلیکیشن بهنام و مشارکت در فراخوان‌های اختصاصی بیماران
- پرداخت کمک از طریق سایت موسسه
- واریز کمک‌های خود در موضوع دارو و درمان به شماره حساب (۰۱۰-۴۶۶-۰۹۱۲-۰۰۵) و یا شماره کارت (۶۰۳۷-۹۹۱۱-۹۹۵۱-۲۴۷۰) بانک ملی به نام موسسه

لطفا در صورتی که با هر یک از روش‌های ذکر شده فوق اقدام به پرداخت کمک نمودید، پس از واریز موسسه را از طریق شماره تماس۲۲۷۱۸۰۸۲ داخلی ۱۰۵ یا ۱۱۲ در طول ساعات اداری (۸ الی ۱۵) و یا شماره همراه سازمانی ۰۹۲۱۹۵۶۵۹۹۶ (هماهنگ کننده خدمات حمایتی) مطلع فرمائید.




**برخی علائم مهم برای ابتلا به سرطان در زنان وجود دارد که می خواهیم به برخی از خطرناک ترین آن‌ها در این مطلب اشاره کنیم، توصیه می کنیم با ما در ادامه مطلب همراه باشید و آن ها را بشناسید. زنان معمولا در مورد مراقبت‌های بهداشتی وپیگیری‌های آن سخت‌کوش‌تر از مردان هستند. اما بسیاری از زنان ممکن است نشانه‌های مرتبط با برخی بیماری‌ها به‌خصوص سرطان را نادیده بگیرند. در اینجا به برخی علائم هرچند جزئی اشاره شده است که تاکید نمی‌کند یک زن حتما به سرطان مبتلا شده، اما این علائم در صورت تداوم باید برای رد سرطان تحت پیگیری و ارزیابی قرار گیرند.**

این کتاب شامل خاطرات و تجربه های ریچارد بلاک است. پس از ابتلا به بیماری به او گفته شده بود که به زودی بیماری وی را از پا خواهد انداخت. اما او تسلیم این حرف نشد و برای مشاوره به پزشک دیگری مراجعه کرد. اقدامات درمانی وی منجر به بهبودی او شد. دکتر فرشید اربابی مترجم کتاب رهایی از سرطان است که در سال ۱۳۸۴ از دانشگاه علوم پزشکی اصفهان با رتبه عالی در بورد سراسری رشته رادیوتراپی و انکولوژی فارغ التحصیل شد. او فعالیت حرفه‌ای خود را در ابتدا به عنوان هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شروع کرد و در مدت ۵ سال چندین مقاله علمی فارسی و انگلیسی و کتاب به چاپ رساند و بیش از بیست پایان نامه را سرپرستی کرد.

او درباره ترجمه این کتاب می‌گوید: علاقه من به سفرنامه و زندگی نامه و شنیدن و خواندن تجربه‌های دیگران، باعث آشناییم با این کتاب شد. تا آن زمان سال‌های زیادی را به عنوان دانشجو و استاد در دانشکده پزشکی و بیمارستان‌ها سپری کرده بودم. اما این کتاب درس‌هایی به من آموخت که هرگز در دانشکده و کتاب‌های پزشکی نخوانده بودم. چیزهایی که به اندازه همان مطالب علمی و حتی بیشتر ارزش دارند.

قطعا برای تبدیل شدن از فردی که قرار است فقط سه ماه دیگر زنده باشد به فردی که مشاور رییس جمهور در مسایل سلامت و همچنین عضو کمیته ملی سلامت آمریکا است، راه سخت و درازی در پیش است راهی که بازیافتن سلامت، مهمترین ایستگاه آن است. خبر ابتلا به سرطان برای همه افراد، خبری تکان‌دهنده و درآور است، گروهی تسلیم می‌شوند و گروهی مبارزه می‌کنند. ریچارد بلاک از دسته دوم بود. او به سرطان‌پیشرفته ریه مبتلا شده بود و به‌نظر پزشکانی که او را معاینه کرده بودند تنها سه ماه وقت داشت. او وصیت‌نامه‌اش را نوشت و بعد از رهایی از ضربه سنگین آگاهی از وجود سرطان در بدن خود، برای کسب نظر تخصصی تکمیلی به مرکز دیگری مراجعه کرد و در مورد بیماری‌اش بسیار آموخت و سختی‌های زیادی به جان خرید و شفا یافت.

این کتاب را پس از بهبودی با کمک همسرش آنت برای کمک به بیماران مبتلا به سرطان نوشت، تا بداند که چه انتخاب‌هایی دارند و چگونه می‌توانند به خودشان و به پزشکان کمک کنند. این کتاب حاصل تجربه‌های شخصی او در مواجهه با سرطان است. هیچ چیز به اندازه تجربه نمی‌تواند واقعی باشد. تجربه‌هایی که او را به یک فرد پیروز در این مبارزه تبدیل کرده است. او تجربه‌هایش را با مطالب علمی که در حین درمانش در مورد بیماری فرا گرفته به سادگی برای دیگران شرح می‌دهد. او بیراهه‌های روبروی شما را می‌شناسد و نیز می‌داند که راه‌های درست کدام است.

هرچند وی در زمینه پزشکی مطالعات دانشگاهی نداشته است اما شما با یک کتاب کاملا علمی مواجه هستید. متن این کتاب توسط پزشکان متعددی در زمینه روانشناسی و سرطان‌شناسی بازنگری و اصلاح شده است به‌خصوص دکتر دویتا پزشک مشهور آنکولوژیست و رییس سابق مرکز ملی سرطان آمریکا متن کتاب را بازبینی کرده است. علاوه بر این متن کتاب به‌طور مرتب همراه با پیشرفت‌های علمی بازنگری شده است.

بی‌گمان خواندن این کتاب که از سوی انتشارات معین به چاپ رسیده است برای بیماران مبتلا به سرطان و پزشکان درمان‌گر سرطان، بی‌فایده نخواهد بود.

# دست در دست بهنام
# در عصر شرجی ایوان

بعد از ظهر دم کرده و شرجی تهران باشد و آسمانی که دلش پر است از اشک‌های نریخته، شاید فقط یک حادثه مرمرین و رنگارنگ نجاتت بدهد، یک اتفاق هنری در کوچه‌های درگیر مدرنیته غرب شریعتی، همان جاده قدیمی که تو را از پیچ تند شمیران به باغ‌های کاشانک می‌برد. به سمت گالری ایوان، می‌روم برای تجربه زمستان و نمایشگاه گروهی نقاشی در خیابان جبهه، شماره یک! زیر لوگوی «ایوان» نوشته شده: در کنار حمایت از هنر و هنرمند، تمامی درآمد ایوان صرف امور خیریه و برای حمایت از انسان و انسانیت خواهد شد. هنرمندان و هنردوستان یک به یک وارد گالری ایوان می‌شوند و نگاهی به آبی‌های چشم نواز درب ورود می‌اندازند. بهنام با برکت مشق عشق داوطلبانش در این فضای زیبا حضوری غیر قابل انکار دارد، شک ندارم که نگاهم می‌کند و مثل همیشه ترجمان راضیه مرضیه است. همه را بخشیده و نگاه آرامش، نگاه مضطربم را به اشاره‌ای درمان می‌کند.

دو اثر از حامد صحیحی در گوشهٔ نمایشگاه، دلت را می‌برد. لایه‌های پنهان هستی در اطراف «من» و پرده‌های دربرگیرنده حقیقت و درختی که هرس شده و برغم پاییز، دوباره در حال سبز شدن است.

از پله‌ها که پایین می‌روم، نگاهم به بانوی سپیدی دوخته می‌شود که نگاه تکان دهنده‌اش در اثر افشین پیرهاشمی مرا به احتیاط و قدم‌های شمرده شمرده‌تر در طبقه پایین دعوت می‌کند، دوباره، عاشورا و دوباره مردمی که سیاه بر تن کرده‌اند و اسب سپیدی که یادآور دردهای عمیق خالق این ماتم است.

برای پاسخ دادن به پرسش سمیرا اسکندرفر، کمی سکوت و تمرکز بر مورچه‌های مرگ او کفایت نمی‌کند، «من نمی‌میرم؟»

با پانوراما‌ی داریوش قرمزاد به بهانه نفوذ مدرنیته در سنت، کمی آرام می‌گیرم و خود را برای یک «به من چه» با صدای بلند آماده می‌کنم اما نمی‌توانم ارتباطم را با نگاه مخلوقات بی‌صدای روی تابلو تکذیب کنم. دستمال سرخ دلم را به سپیدی پیراهنش می‌بندم و با او وداع می‌کنم تا نوبتی دیگر و مشقی عشقی دیگر.

**۲۱ خرداد ماه تا ۹ تیرماه ۱۳۹۵**
**با آثار هنرمندان نسل امید و عشق**
**در گالری ایوان آشنا شدیم**

## حال خوبی رقم زدیم

همیشه بهترین اتفاق برایم این بوده که اذن دخول را بهنام صادر کند، در ورودی گالری جوانانی را می‌بینم که مثل همیشه نستوه و استوار، عاشق و خستگی ناپذیر آماده معرفی «عشق» هستند، توضیح درباره عاشقی و مشق عشقی که در ضلع شرقی بیمارستان شهدای تجریش هر روز، هر ساعت، و هر ثانیه به دست خدایگان برکت و صلح و سلامتی، رقم می‌خورد، و بر پرده هستی می‌نشیند.

## درگام اول

مقابل اثری از منوچهر معتبر متوقف می‌شوم، عاشورا و کوچه تنگی که سیاهی و عزا و تاریکی را به نگاهت تقدیم می‌کند، نور هست اما نه به قدر کفایت... علم‌هایی که رو به نور و خلاصی از ظلمت دارند و زنانی که گویا هم‌دست سیاهی کوچه هستند، اما به امید رهایی از آن. ردپای این ارادت سبز و خونین را می‌شود در گام دوم، در اثر نصرت الله مسلمیان شاهد بود. به آن شهادت داد، حتی اگر در پی مکتب هنری او در پرده‌های انتزاع پوشیده شده باشد.

## تجربه برزخی از آرامش و دلهره

وارد اولین اتاق می‌شوم و«آدم و حوا» با خوشه گندمی که از دست شیطان دریافت می‌کنند، با شرم زیبای برآمده از عصیان، آن دو انسان ازلی، می بینم و من هم در شرم پاکشان سهیم می‌شوم. اثری از مکرمه قنبری که مقابل نگاه مضطرب بانوی پرده نشین شهره مهران خودنمایی می‌کند، اما نگران چیزی نیستم به راحتی رو می‌گردانم و به اثرنزار موسوی نیا پناه می‌برم. حمله الهه مرگ بر پیام آور آگاهی و صلح و گل‌های سرخ، از قورباغه‌های فرصت طلب اطراف نگاهش دلخورم هنوز اما سعی می‌کنم گودال بزرگ و مخوف در تابلوی محمد خلیلی را به یاد بیاورم و کمی آرام شوم، آنجا که می توانی ابدیت خود را، خودت انتخاب کنی.

# نمایشگاه نقاشی خط

نمایشگاه خط نقاشی دو استاد گرانقدر عرصه هنر احمد آریامنش و احمد محمدپور از روز جمعه ۲۵ تیر ۱۳۹۵ به مدت یک هفته در محل نگارخانه موسسه خیریه بهنام دهش پور برگزار شد. این نمایشگاه شامل ۱۷ اثر از دو استاد برجسته و با تکنیک اکریلیک روی بوم بود. نگارخانه بهنام دهش‌پور این بار میزبان هنری بود که شاید عجیب باشد اگر بگوییم با دیدن شنیده می‌شد آثار خطاطی که با طرح های نقاشی در هم آمیخته و خط را از یکنواختی بیرون کشیده بود. دیدن یکایک این آثار می‌توانست حس متفاوتی را در بیننده ایجاد کند. غم، شادی و حتی سرکشی به وضوح در کارها نمایان بود و اشعاری که به زیبایی بر روی بوم خودنمایی می‌کرد چشم هر بیننده‌ای را به سمت خود می‌کشید. خیلی از افراد ادعا کرده‌اند این سبک از کار هنری را ابتدا آنها به کار برده‌اند اما نظر دو استاد گرانقدر احمد محمدپور و احمد آریامنش که بخشی از عواید آثار هنری خود را در ان نمایشگاه برای تامین هزینه دارو و درمان بیماران مبتلا به سرطان اهدا کردند و همچنین هر دو بیش از چند دهه روش نقاشی‌خط را در کارهایشان دنبال می‌کنند و آثار بی‌شماری از این دو هنرمند امروز، باعث سر افرازی جامعه هنری است، درباره این هنر مقایق دیگری را نشان می‌دهد.

## گپ و گفت با دو استاد خط نقاشی

**احمد آریامنش، استاد انجمن خوشنویسان ایران در سال ۱۳۴۷ هجری شمسی، در شهر همدان دیده به جهان گشود. او که بنیانگذار اولین خط ایرانی پس از گذر پنج قرن از خلق آخرین سبک شناخته شده خط ایرانی است، خط زیبای کرشمه را در سال ۱۳۷۱ و خط سفیر را در سال ۱۳۸۵ به جامعه هنری ایران و جهان ارائه کرد.**

**آثار استاد احمد آریامنش، در دو سبک سنتی و مدرن خلق شده است. در آثار سنتی استاد، آن‌چنان هنر اصیل خط ایرانی جلوه‌گر می‌شود که گویی نوای دلنشین تار به شیوه خط، بر بینندگان نمایان می‌شود. آثار مدرن استاد بیانگر نگاه او به ارتباط بین ناشناخته‌های این جهان و حالات انسانی است. او می‌گوید:«گاهی عمیق‌ترین معناها از دل ساده‌ترین حالات و لحظه‌های آدمی بیدار می‌شود.» هنرمندمعاصر، احمد محمدپور نیز متولد۱۳۴۴ فارغ التحصیل انجمن خوشنویسان ایران در سال ۱۳۶۵ است. او که دارای نشان درجه یک هنری از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و تاکنون نمایشگاه‌های گروهی و انفرادی بسیاری را در داخل و خارج از کشور برگزار کرده است، این بار میهمان موسسه خواهد بود. او در زمینه هنر خط نقاشی، بینشی متمایز از دیگر هنرمندان داشته است که همین امر باعث می‌شود نقش‌های او از ژرفای دل باشد و لاجرم نیز بردل نشیند.**

**تاریخچه ابداع نقاشی‌خط به چه زمانی باز می‌گردد؟**

**آریا منش:** خط نقاشی را می‌توان گفت قدمتش به اندازه خود خط است، حالا یک عده بر می‌گردند به کاشی‌کاری، یک عده به دوره صفویه و عده‌ای هم به عقب‌تر.

خط را ابتدا روی پوست می‌نوشتند، بعد می بینیم روی دیوارها و آثارهایی که در غارها بوده با مایع می‌کشیدند و می‌نوشتند. خط میخی را آمدند حکاکی کردند و به اصطلاح کندند و الان اگر کسی یک چنین کاری انجام دهد می‌گویند مجسمه‌سازی می‌کند. یعنی بر می‌گردیم به عقب، خط نقاشی چیزی نبوده که تازه عنوان شود و تازه بعضی‌ها داعیه دار این می‌شوند که اول من بودم و دیگری می‌گوید اول من بودم و دعوای خاصی بین خودشان می‌کنند. تمام دست نوشته‌های مساجد قدیمی را ببینید شاید برای ۱۰۰۰ سال پیش است، بنابراین تنها می‌توان گفت زمان ابداع خط نقاشی از ابتدای زمان ابداع خط شروع می‌شود.

**چطور شد که تصمیم گرفتید آثار اخیرتان را در این نگار خانه به نمایش بگذارید؟**

**محمدپور:** در این آشفته بازاری که این روزها در، دل‌های مردم رواج پیدا کرده باید یادمان باشد که رسالت اصلی هنر نشر مهربانی است و ما نیز می‌توانیم در این مسیر نگاه متفاوت‌تری داشته باشیم، در مقابل به بعضی افراد که تنها جنبه اقتصادی هنر را می‌بینند. وقتی اینگونه می‌شود با هنرمان قدمی مثبت برداریم و شاید به نوعی نگاه دیگران را تغییر دهیم حتما باید این کار را انجام دهیم.

*بخشی از عواید حاصل از این نمایشگاه به‌منظور تأمین هزینه دارو و درمان بیماران مبتلا به سرطان به موسسه خیریه بهنام دهش پور اهدا شد.*

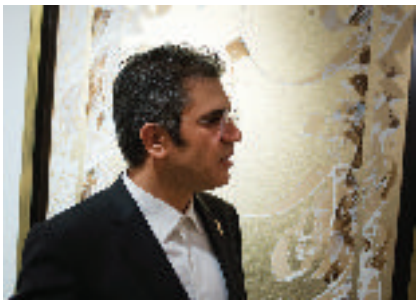
هنرمند در اصل با احساسش زنده است و بازخورد رفتاری که در اجتماع در مورد او و هنرش وجود دارد همیشه احساس خوبی را به او می‌دهد و زمانی که یک هنرمند می‌داند که می‌تواند در یک فعالیت اجتماعی آن هم از نوع انسان دوستانه شرکت داشته باشد حتماً از این کار استقبال می‌کند زیرا کمک به دیگران احساس خوشحالی درونی به هنرمند و ارزش بیشتری به کار او می‌بخشد.

**در مورد سبک کارهایی که در این نگارخانه به نمایش درآمده برایمان بگویید؟**

زمانی که ابزار نقاشی و ابزار خطاطی را با هم درمی‌آمیزیم برروی بوم طرح‌هایی به‌وجود می‌آید که به آنها نقاشی خط می‌گوییم و هرکدام ترکیب بندی متناسب با افکارمان را بر روی کار پیاده می‌کنیم.

**احمد محمدپور:** سبک کارهای من به نوعی خط‌نقاشی است چرا که خط در آثارم بیش از نقاشی نشان داده شده است و سبک کارهایم بیشتر از نوع بداهه نویسی است اما روان نویسی نیست و بیشتر تکرار کلماتی از یک شعر در آنها دیده می‌شود. در کارها از یک تنالیته رنگ که به تناسب تکرار شده است و یا ترکیب رنگ در کارهایم استفاده کرده‌ام و سعی شده تابلوها به گونه‌ای دیده شود که بیشتر نمایان‌گر تصویر باشد و نه خوانش شعری.

احمد آریامنش با بیان اینکه در آثار این مجموعه از خط ابداعی خود استفاده کرده است، می‌گوید: این آثار بدون اتود اولیه و مستقیما روی بوم شروع شده و در جریان کار تغییرات لازم در آنها ایجاد شده است. و برای اینکه جذابیت بصری لازم به وجود بیاید، از چندین لایه مواد مختلف استفاده شده که باعث می‌شود کار به سمت نقاشی و شناخت مواد برود. در ادامه درباره ترکیب بندی فرم دایره در آثارش نیز می‌گوید: در ترکیب‌بندی، تابلوهایی فرم دایره دیده می‌شود، چون توجه من به قانون کارما



و برگرفته از این نگاه بود که آنچه از شما خارج می‌شود به شما برمی‌گردد. بنابراین به فرم دایره رسیدم چون از خودش شروع شده و به خودش برمی‌گردد.

**نظرتان در مورد تلفیق کار هنری و خیریه چیست؟**

افتخار می‌کنیم کارهایمان در نگارخانه‌ای به نمایش گذاشته شده که در آن فضای مهربانی و انسان دوستی موج می‌زند هنرمند باعشق به هنرش زندگی می‌کند و هنر ما نشان دهنده زیبایی است و زمانی که هنر با کار خیر ترکیب می‌شود نشان دهنده زیبایی اجتماع و یا یک فعالیت اجتماعی خواهد بود چرا که فعالیت اجتماعی نیز نگاه زیبایی به توجه افراد به یکدیگر دارد. هنر زمانی شکل می‌گیرد که انسان راجع به یک اتفاق ظرافت نظر و رقت قلبی دارد و کار خیر نیز به همین صورت است چرا که ما می‌گوییم هنر برای هنر و هنر برای مردم است و من هنرمند اگر نتوانم حرکتی برای بهتر زندگی کردن مردم انجام بدهم وجودم بیهوده است بنابراین یک قسمتی از مردم آنهایی هستند که تابلوهای ما را می‌پسندند و خریداری می‌کنند و دسته دیگر مردم آنهایی هستند که من باید از طریق تابلوهایم زیبایی‌های زندگی را به آنها نشان بدهم.

# نغمه شمس و مولانا در سعدآباد

نمایش «شمس پرنده» عنوان اثر جدیدی است که در راستای مروری بر آثار نمایشی پری صابری از ۱۰ مرداد به اجرا درآمده است که عواید حاصل از فروش بلیت‌های این نمایش شنبه ۶ شهریورماه به موسسه خیریه بهنام دهش‌پور اهدا شد. آثار نمایشی پری صابری همواره بر مبنای فرهنگ فاخر ایران و با موضوع زندگی و اشعار شعرایی مثل مولوی، فردوسی، عطار و بوده، این‌بار نیز یک اثر با نگاهی تازه به دیدار شمس و مولانا، در فضای زیبای کاخ سعدآباد با حضور ۱۶ سفیر از کشورهای مختلف و حامیان موسسه به نمایش درآمد.

شمس پرنده هم مانند ده‌ها اثر دیگر که پری صابری نوشته و کارگردانی کرده‌اند از نمایشنامه‌ای بسیار قوی برخوردار است و با همراهی بازیگران، خوانندگان و نوازندگانی توانمند، به خلق اثری بدیع انجامیده که برای مخاطب لذت بخش است. عصر ششمین روز از شهریور ماه نیز این نمایش با استقرار کانترهای اطلاع رسانی و حضور پرشور داوطلبانی که همه یک دست با پوشش آبی که نمادی از موسسه خیریه بهنام دهش‌پور است رنگ و بویی دیگر به محوطه کاخ سعدآباد داده بود. داوطلب‌هایی که همگی برای حفظ سلامتی حضار و آحاد جامعه تلاش می‌کردند.

دکتر حسین خطیبی روانپزشک و مدیر مسئول کانون تبلیغاتی نور و دکترای علوم ارتباطات اجتماعی که میزبان و برگزار کننده این نمایش است می‌گوید: از ۱۷ سال پیش برای اولین بار با موسسه خیریه بهنام دهش پور را از طریق حضور در یک بازار خیریه آشنا شدم و دلم می‌خواست به این مجموعه کمکی داشته باشم تا این که در یک از فعالیت‌های موسسه همکاری داشتم و به نظرم در این چند سال اقدامات خیلی ارزشمندی انجام شده و امشب در نمایش شمس پرنده همه عواید اجرا به این موسسه خیریه اهدا شد. بنابراین فروش بلیت‌های این اجرا تماماً توسط خیریه انجام شد. همچنین اجرای امشب مختص میهمانان دیپلماتیک نیز بود که حضور این افراد در کنار سایر خیرین، فرصتی مناسب برای معرفی خدمات و فعالیت‌های موسسه خیریه بهنام دهش‌پور ایجاد کرد.

دکتر حسین خطیبی: ۱۷ سال پیش برای اولین بار با موسسه خیریه بهنام دهش پور از طریق حضور در یک بازار خیریه آشنا شدم و دلم می‌خواست به این مجموعه کمکی داشته باشم تا این که در یک از فعالیت‌های موسسه همکاری داشتم و به نظرم در این چند سال اقدامات خیلی ارزشمندی انجام شده

این نمایش همچون دیگر آثار بانو صابری دارای شعر، موسیقی و حرکت است، چرا که وی معتقد است در نمایش تمام نیازهایی را که با کلام ادا نمی‌شود را می‌توان با حرکت و موسیقی زنده که عضله‌بندی کار نمایش است، به تماشاگر منتقل کرد. از همین رو سفیرانی که برای دیدن این نمایش آمده بودند به راحتی می‌توانستند عمق مفهوم نمایش را درک کنند.

این نمایش روایتی است از ملاقات مولانا جلال الدین محمد با شمس تبریزی که سرآغازی است برای تولد دو اثر ماندگار در ابیات جهان: «مثنوی معنوی» و «دیوان شمس».

نمایش شمس پرنده، شناختی از مولانا و شمس تبریزی را که با یک ماه تحقیق و مطالعه در مثنوی معنوی و دیوان شمس تبریزی حاصل خواهد شد طی دو ساعت در اختیار مخاطب قرار می‌دهد. این نمایش روایتی است از ملاقات مولانا جلال الدین محمد با شمس تبریزی که سرآغازی است برای تولد دو اثر ماندگار در ابیات جهان: «مثنوی معنوی» و «دیوان شمس».

استاد پری صابری در پایان نمایش به روی سن می‌آیند و چند کلمه‌ای برای حاضرین صحبت می‌کنند. ایشان از عشق خود به فرهنگ ایران و احساس دِین خود نسبت به مردم سخن می‌گوید و اعلام می‌کند تا روزی که بتوانم خواهم کوشید پدیده‌های بی‌نظیر ایران را به مردم ایران و خارج از ایران معرفی کنم.

پری صابری با اشاره به اجرای دوباره نمایش شمس پرنده در کاخ سعدآباد گفت: دعا می‌کنم این مکان‌های تاریخی- فرهنگی برای مردم ما حفظ شوند زمانی نمایشنامه‌های نویسنده‌های بزرگ خارجی را روی صحنه می‌بردم که از آن‌ها در نمایشنامه‌نویسی بسیار آموختم، اما یک روز تصمیم گرفتم سراغ فرهنگ ایران بروم که پیش از آن از این کار ترس داشتم، اما وقتی وارد شدم دیدم اقیانوس وسیعی جلوی پای من باز شد.

کانون تبلیغاتی نور از حامیان فعال موسسه خیریه بهنام دهش پور و مشاور تبلیغاتی این مجموعه است که تاکنون در جهت حمایت و پیشبرد اهداف خیریه، خدمات زیاد و متنوعی مانند طراحی و چاپ سررسید، برگزاری تئاتر و .. را ارائه کرده است. به همین منظور و به بهانه برگزاری تئاتر شمس پرنده که عواید حاصل از فروش بلیت‌های این نمایش در یک شب اجرای آن(۶ شهریورماه) به موسسه خیریه بهنام دهش‌پور اهدا شد، با جناب آقای دکتر خطیبی مدیر عامل این مجموعه گفتگویی انجام دادیم. متن این گفت و گو را در ادامه با هم می خوانیم:

مصاحبه با دکتر حسین خطیبی

# موسسه‌های خیریه باید قابل اعتماد باشند

**آقای دکتر خطیبی شما سال‌ها است که در حوزه های مختلف هنر مشغول به فعالیت هستید و روحیه حمایتگری همیشه در برنامه‌های شما وجود دارد و شاید شما تنها مرکز خصوصی باشید که این کار را انجام می دهید. می‌خواستیم دلایل این حرکت را از خودتان بپرسیم؟**

هر موسسه‌ای علاوه بر وظایف درون‌سازمانی، نسبت به جامعه‌ای که در آن قرار گرفته، مسئولیت‌هایی دارد. هر سازمانی یک فعالیت را به عنوان مسئولیت اجتماعی خود انتخاب می‌کند. ما هم در حوزه فرهنگی و امور خیریه فعالیت می‌کنیم و بر اساس همین دیدگاه، اجرای یک شب تئاتر را برای کمک به بیماران مبتلا به سرطان و موسسه خیریه بهنام دهش پور اختصاص دادیم.

**آقای دکتر خطیبی چرا تئاتر را انتخاب کردید و چرا خانم پری صابری را برای این برنامه انتخاب شدند؟**

از نظر من تئاتر اساس چند پدیدهٔ مهم هنری از آن جمله؛ داستان، فیلم‌نامه و بازیگری است. اگر تئاتر تقویت شود، هر سه هنر بالا تقویت می‌شوند و هم‌چنین روحیهٔ گروهی در جامعه ما قوی‌ترمی‌شود. ویژگی تئاتر گروهی بودن آن است که در کنار تماشاگر اتفاق می‌افتد. در قدیم تئاتر در خانه‌ها بود و از آیین مردم می‌آمد. در رابطه با خانم صابری می‌توانم بگویم که ایشان مادر تئاتر

ما در دیدگاه‌مان وجوه مشترکی با موسسه خیریه بهنام دهش پور داریم و به همین دلیل با این موسسه همکاری می‌کنیم

ما هستند و با نزدیک به ۶۰ سال فعالیت هنری، بسیاری از نمایش‌های ادبی و ملی را اجرا کرده‌اند و شمس پرنده هم یکی از آن‌ها است.

**آقای دکتر، اسم کانون نور برای من پیام‌های خوبی دارد و همین طور، نشانی که برای کانون انتخاب کردید. داستان نور از نظر شما به عنوان موسس کانون چیست؟**

ویژگی نور این است که به جنگ ظلمت می رود. در تبلیغات و بازاریابی هم تاریکی‌هایی وجود دارد. مشتریان می‌خواهند به سمت یک آینده روشن حرکت کنند. نور برای ما این بستر تئوریک را دارد که باید تیرگی‌های بازار را از بین ببرد و اطلاعات را شفاف و نورانی کند و عینک هم یک‌جور تمثیل است، یعنی جایی‌که نور زیاد است، عینک می‌زنیم.

**آقای دکتر به نظر شما آیا رسالت حمایت از هنرمندان و حفظ ارزش های هنری تنها به عهده یک نهاد است؟**

حمایت از هنرمندان به عهده همه نهادها و مردم است. هر کس در هر شغلی باید به حمایت از هنر کمک کند. هنر، روح حاکم بر فرهنگ یک منطقه و یک سرزمین است و ما ملت با فرهنگی هستیم. بنابراین باید به هنرمان خیلی بها بدهیم.

**شما در این تعامل و فعالیت هایی که دارید، موسسه خیریه بهنام دهش پور را چگونه یافتید؟**

در کشور ما موسسات خیریه زیاد است. اما مهم این است که قابل اعتماد باشد و ما به موسسه خیریه بهنام دهش پور اطمینان کامل داریم. زیرا دیدگاه‌شان هم انسانی و هم اصولی و سازمان یافته است و موضوع‌شان، بیماری سرطان، موضوع روز جامعه است که هزینه‌های درمان آن خیلی زیاد است. کسی که درگیر این بیماری است نه تنها خودش عذاب می‌کشد بلکه اطرافیان او هم دچار رنج و عذاب می‌شوند. خانواده، دوستان، اطرافیان و هر کس که بتواند نگرانی یک بیمار را کم‌تر کند، آرامش را به جامعه تقدیم کرده است. کاری که موسسه بهنام دهش پور به نحو احسنت انجام می‌دهد.

**در موسسه خیریه بهنام دهش پور چه ویژگی‌هایی می‌بینید که موسسه را منحصر به فرد می کند؟ یا جایی می شود که نور کنارش قرار می گیرد؟**

ما در دیدگاه‌مان وجوه مشترکی با موسسه خیریه بهنام دهش پور داریم و به همین دلیل با این موسسه همکاری می‌کنیم.

**وقتی نام خیریه بهنام دهش‌پور را می‌شنوید چه رنگی و چه تصویری برای شما تداعی می شود؟**

تصویری از سلامت، آرامش و پاکی در ذهن مجسم می‌شود. تصویری از تلاشی که بهنام در ۲۰سال پیش شروع کرد و ما امروز شاهد این روحیه تلاشگری در همه همکاران موسسه هستیم.

# پویش پیشگیری از سرطان پستان

## موسســـه خیریه بهنام دهش‌پور

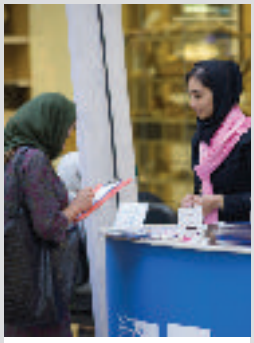
به میزبانی مجتمع ارگ تجاری تجریش، مجتمع تجاری میلاد نور و مرکز خرید پالادیوم با حمایت فروشگاه‌های روژا

پرونده

یـک قـدم زودتـــر...

از سـالهای گذشته موسسه خیریه بهنـام دهـش پـور فعالیت‌هـای متعـددی با هـدف اطلاع‌رسـانی و جلب مشارکت آحاد جامعه در زمینه پیشـگیری از ابتلا به انواع سرطان اجرا می‌کـرد. از سـال ۱۳۹۲ و با اجـرای پـروژه غربالگری سـرطان پسـتان در میان ۵۰۰ نفر از زنان سـاکن شـهر تهـران و براسـاس درس‌هـای آموختـه شـده از این فعالیت و بخصوص مشاهده کاهش سـن ابتلا به این سرطان در بانوان و دختـران، ایـن اقدامـات رنـگ و بـوی بخصـوص به خـود گرفت. پروژه‌هـای متعـدد اطلاع‌رسـانی و آمـوزش در موسسـه تعریـف و اجرایی شـد. یکی از این اقدامات برگزاری پویش (کمپین) پیشگیری از سـرطان پسـتان بـود کـه طور متمرکز و مسـتمر در ابتدای سال ۱۳۹۵ طراحـی و اجـرا گردید. در این پرونده ضمن تقدیر از زحمات همه همـکاران، داوطلبان، حامیان حقیقـی و حقوقـی که موسسـه را در این مسـیر یـاری نمودند توجه شـما را بـه پرونده این شـماره از فصلنامـه داخلی موسسـه خیریه بهنـام دهش‌پور جلـب می‌نماییم.

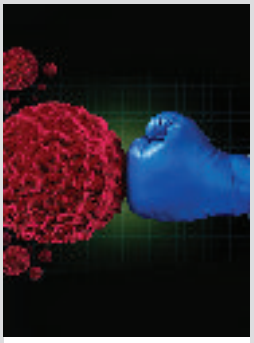
در ایـن بخـش بخوانیـد و ببینـد



گسترش فرهنگ با کمک سازمان‌های مردم نهاد

یک قدم زودتر اقدام کنیم

فاز اول طـــرح غربالگری سرطان پستان



آشنایی با انواع روش‌های غربالگـــری

# یک قدم زودتر اقدام کنیم

## اولین کارگاه آموزشی خودآزمایی پستان

موسسه خیریه بهنام دهش پور از پاییز ۱۳۹۳ و در راستای رسالت سازمانی خود مبنی بر اطلاع رسانی در خصوص بیماری سرطان اقدام به برگزاری کمپین‌های اطلاع رسانی نموده است. سازمان‌های مردم نهاد، نظام پنهان ارتقای سلامت جامعه هستند.

این سازمان‌های داوطلب‌محور، مستقل از دولت بوده و در عین غیرانتفاعی بودن، در خدمت مردم هستند و به همین دلیل، صدای مردم نامیده می‌شوند. سمن‌ها، نماد و واسط مشارکت مردم هستند و مشارکت مردم نیز یکی از بازوهای اصلی افزایش آگاهی عمومی و ارتقاء سلامت جوامع است.

سرطان پستان یکی از بیماری‌هایی است که با تغییر روش زندگی تا حدودی قابل پیشگیری است و هم‌چنین در صورت ابتلا به بیماری اگر در مراحل اولیه تشخیص داده شود، شانس درمان به میزان چشم‌گیری افزایش پیدا می‌کند، از این رو اولین کمپین موسسه از ۲۲ مرداد ماه سال ۱۳۹۵ به رسم سال‌های گذشته به نام «یک قدم زودتر» و با موضوع اطلاع رسانی در مورد سرطان پستان با کمک جمعی از داوطلبان و پزشکان شروع به کار کرد که با استقبال جمع کثیری از بازدیدکنندگان نیز روبه‌رو شد.

در اولین کمپین پیش‌گیری از سرطان پستان که با حمایت فروشگاه‌های روژا انجام شد ۲۴ نفر از داوطلبان موسسه اطلاعات مفیدی را همراه با بروشورهای اطلاع رسانی، پیرامون فعالیت‌ها و اقدامات موسسه در خصوص بیماران مبتلا به سرطان، پیشگیری از بیماری سرطان پستان، و... ارائه کردند همچنین برای اطلاع‌بیشتر مراجعین پزشکان داوطلب نیز حضور داشتند تا ضمن ثبت‌نام از آنها برای شرکت در دوره آموزشی رایگان «خودآزمایی سرطان‌پستان» به سوالات تخصصی‌تر آنها نیز پاسخ دهند، لازم به ذکر است «خودآزمایی سرطان‌پستان» نام دوره‌های آموزشی رایگانی است که از امسال این موسسه علاوه‌بر استفاده از افراد متخصص در کمپین‌ها، اقدام به راه‌اندازی این طرح آموزش‌غربالگری‌سرطان نموده است تا افراد به صورت تخصصی‌تر و توسط پزشک آموزش‌های لازم را دیده و در صورت نیاز برایشان معاینه حضوری صورت گیرد. این طرح با استقبال زیادی نیز مواجه شد تا آنجا که در اولین کمپین برگزار شده، از ساعت ۱۶ الی ۲۱ در مجتمع ارگ‌تجاری بیش‌از ۲۲۰ نفر از بازدیدکنندگان برای شرکت در این دوره آموزشی ثبت‌نام کردند.

# دومین پویش پیشگیری از سرطان پستان

دومین پویش پیشگیری از سرطان پستان موسسه خیریه بهنام دهش‌پور با هدف افزایش آگاهی و آموزش خود مراقبتی از سرطان پستان با همکاری جمعی از داوطلبان موسسه و با حمایت فروشگاه روژا، روز جمعه ۵ شهریور ۱۳۹۵ در مجتمع تجاری میلاد نور برگزار شد.

مراجعه دیر هنگام بیماران مبتلا، به پزشک، علاوه بر طولانی شدن دوره درمان و تحمیل شرایط دشوار مالی ناشی از هزینه‌های دارویی و درمان به خانواده موجب ایجاد عوارض جسمی ناشی از معالجات در بیمار و در پی آن موجب ناتوانی طولانی مدت در انجام امور روزمره و ضعف در برقراری ارتباط با جامعه خواهد شد و بازگشت بیمار به شرایط معمولی زندگی چه از نظر جسمی و چه از نظر روانی به سادگی میسر نخواهد بود. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی توجه زیادی به بیماری‌های مختلف و خصوصا بیماری‌های غیر واگیر نظیر سرطان دارد اما باید پذیرفت که امکانات دولتی محدود بوده و کفاف پوشش کلیه جوانب بهداشتی، درمانی در کشور را نمی‌دهد بنابراین نقش سازمان‌های مردم نهاد و موسسات خیریه در گسترش فرهنگ و علم در جامعه بسیار مشهود بوده و راهی بجز حرکت‌های مردمی باقی نخواهد ماند.

کمپین‌های سلامت غالباً مجموعه‌هایی از ایستگاه‌های اطلاع‌رسانی عمومی هستند که موسسات و یا شرکت‌ها در کنارِ برنامه‌های معمولِ خود، محصولاتِ چاپیِ متنوع از قبیلِ پوستر، کتابچه، بروشور و... نیز منتشر می‌کنند. تشکیلِ کمپین‌های سلامت استراتژی مهمی در ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری‌های مختلف در جامعه بوده‌است. به همین منظور موسسه بهنام‌دهش‌پور نیز از سال‌های قبل کمپین‌های اطلاع‌رسانی مختلفی را به‌صورت ناپیوسته در زمینه بیماری سرطان و راه‌های پیشگیری از آن برگزار کرده است. در تابستان سال ۱۳۹۵ نیز این موسسه با رویکرد برگزاری پیوسته، کمپین‌های پیشگیری «یک قدم زودتر» را برگزار کرد. در دومین کمپین نیز که با همکاری ۲۵داوطلب و پزشک برگزار شد، علاقه‌مندان تنها با مراجعه به کانترهای اطلاع‌رسانی درخصوص پیشگیری از سرطان پستان اطلاعاتی را از داوطلبان کسب کردند و بیش از۱۵۰ نفر برای شرکت در دوره‌آموزشی ثبت نام کردند همچنین در این کمپین نیز پزشک‌های داوطلب موسسه پاسخ‌گوی پرسش‌های تخصصی‌تر مراجعین بودند.

همچنین روز یکشنبه ۱۴ شهریور برای بازدیدکنندگانی که با مراجعه به این کمپین‌ها اطلاعاتشان را ثبت کرده بودند دوره آموزشی رایگان "خودآزمایی سرطان پستان" برگزار شد در این جلسه مربی مربوطه پیرامون مباحث «چرا پیشگیری از سرطان مهم است؟»، «چه عواملی خطر ایجاد سرطان پستان را زیاد می‌کنند؟»، «چگونه تشخیص زودهنگام سرطان پستان داشته باشیم؟» و « زندگی سالم با تغذیه سالم» برای شرکت‌کنندگان توضیحات لازم را ارائه داد. همچنین در این جلسه نحوه خودآزمایی پستان به شرکت‌کنندگان آموزش داده شد.

تشکیل کمپین‌های سلامت استراتژی مهمی در ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری‌های مختلف در جامعه بوده‌است به همین منظور موسسه بهنام‌دهش‌پور از سال‌های گذشته تا کنون کمپین‌های اطلاع‌رسانی مختلفی را به‌صورت ناپیوسته در زمینه بیماری سرطان و راه‌های پیشگیری از آن برگزار کرده است.

## روز جهانی سرطان پستان

در هر زمینه، برنامه‌هایی تاثیرگذار خواهند بود که از انسجام بیشتری برخوردار باشند و به صورت پیوسته برگزار شوند به همین منظور برنامه کمپین‌های پیشگیری از سرطان پستان موسسه بهنام‌دهش‌پور در مهر ماه نیز ادامه خواهد داشت.

در تقویم جهانی ماه اکتبر برای بیش از ۲۵سال است که به عنوان ماه سرطان پستان شناخته شده و در این ماه تلاش می‌شود تا درباره این بیماری اطلاع‌رسانی و برای انجام پژوهش‌های مرتبط سرمایه‌گذاری شود از این رو اختتامیه کمپین‌های موسسه بهنام دهش‌پور با موضوع سرطان پستان همزمان با «روزجهانی سرطان پستان» و با حمایت فروشگاه‌های روژا در تاریخ ۷مهرماه در مجتمع تجاری پالادیوم برگزار خواهد شد. برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانید با شماره تلفن ۲۲۲۰۸۷۹۷ داخلی۲۴۶ تماس حاصل نمایید.

قرار است در کنار مجتمع‌های تجاری برگزاری این کمپین‌ها در سرای محلات نیز به صورت کارگاه‌های آموزش خودآزمایی نیز برگزار شود، همچنین این کمپین با موضوع اطلاع‌رسانی در خصوص سرطان‌های دیگر در مجتمع‌های بزرگ تهران تا پایان اسفندماه ادامه خواهد داشت.

# پیشگیری بهتر از درمان است

۹۵ درصد سرطان های
پستان توسط خود فرد
کشف می شوند

95%

در تقویم
جهانی ماه اکتبر (مهر و
آبان) برای بیش از ۲۵ سال به عنوان
ماه سرطان پستان شناخته شده و در این
ماه تلاش می‌شود تا برای بیماری سرطان انجام
پژوهش‌های مرتبط سرمایه‌گذاری شود از این رو
اختتامیه کمپین‌های موسسه بهنام‌دهش‌پور با موضوع
سرطان پستان همزمان با «روزجهانی سرطان پستان» و
با حمایت فروشگاه‌های روژا در تاریخ ۷مهرماه در مجتمع
تجاری پالادیوم برگزار خواهد شد. همچنین قرار است
این جریان در طول سال نیز در مجتمع‌های تجاری،
سرای محلات، مراکز آموزشی و.. به همراه
کارگاه‌های آموزش خودآزمایی ویژه
بانوان تا پایان سال جاری ادامه
پیدا کند.

وزارت بهداشت توجه زیادی به بیماری‌های مختلف و خصوصا بیماری‌های غیر واگیر نظیر سرطان دارد
اما باید پذیرفت که امکانات دولتی محدود بوده و کفاف پوشش کلیه جوانب بهداشتی، درمانی در کشور را نمی‌دهد

مراجعه
دیر هنگام بیماران مبتلا،
به پزشک، علاوه بر طولانی شدن
دوره درمان و تحمیل شرایط دشوار مالی
ناشی از هزینه‌های دارویی و درمان به خانواده
موجب ایجاد عوارض جسمی ناشی از معالجات در
بیمار و در پی آن موجب ناتوانی طولانی مدت در
انجام امور روزمره و ضعف در برقراری ارتباط با
جامعه خواهد شد و بازگشت بیمار به شرایط
معمولی زندگی چه از نظر جسمی و چه
از نظر روانی به سادگی میسر
نخواهد بود.

پویش های اطلاع‌رسانی موسسه خیریه بهنام دهش پور امسال با محوریت ۲ سرطان اصلی پستان و پروستات برنامه‌ریزی و اجرایی می شود.
کمپین های پیشگیری با موضوع اطلاع‌رسانی در خصوص سرطان در مجتمع‌های بزرگ تهران تا پایان اسفندماه ادامه خواهد داشت.

مو سسه
بهنام دهش‌پور در طی
اجرای پویش‌های اطلاع‌رسانی تلاش
دارد تا ضمن اطلاع‌رسانی به صورت عمومی
و گسترده، نسبت به آگاه‌سازی آحاد جامعه در
موضوع پیشگیری و تشخیص زودهنگام در زمینه
انواع سرطان‌های شایع بخصوص این دو سرطان
نسبت به جلب مشارکت و همکاری سایر سازمان‌ها و
نهادهای غیردولتی، دولتی، خصوصی و عمومی گام
بردارد. این رویکرد با هدف تاثیرگذاری و به طور
منسجم و مستمر تا پایان سال با انسجام
و گسترش تصاعدی اقدامات ادامه
خواهد داشت.

## پیشگیری بهتر از درمان

سرطان پستان شایع‌ترین سرطان زنان اســـت. تعداد مبتلایان به این سرطان در دنیا و ایران روبه افزایش است. از این‌رو تشـــخیص زودرس آن مهم‌ترین اولویت‌های بهداشتی است. زنان باید از سن ۲۰ سالگی به بعد خودآزمایی را انجام دهند. یکی از راه‌های تشـــخیص زودهنگام سرطان پستان، خودآزمایی و یا معاینه توسط خود فرد است. خودآزمایی باید هر ماه در تاریخ معین و به روش مشخصی انجام شود.

## پویش یک قدم زودتر اقدام کنیم

ســـازمان‌های مردم نهاد، نظام پنهان ارتقای ســـلامت جامعه هســـتند. این سازمان‌های داوطلب‌محور، مستقل از دولت بوده و در عین غیرانتفاعی بودن، در خدمت مردم هستند و به همین دلیل، صدای مردم نامیده می‌شوند. سمن‌ها، نماد و واسط مشارکت مردم هستند و مشارکت مردم نیز یکی از بازوهای اصلی افزایش آگاهی عمومی و ارتقای سلامت جوامع است.

## تابستانی سراسر جنب و جوش

موسسه خیریه بهنام دهش‌پور پس از تجربه کسب شده در فاز اول طرح غربالگری سرطان‌پستان (دی۱۳۹۲ الی خرداد ۱۳۹۳) از پاییز ۱۳۹۳ و در راستای ماموریت سازمانی خود مبنی بر اطلاع‌رسانی درخصوص بیماری ســـرطان اقدام به برگزاری دور جدیدی از کمپین اطلاع‌رسانی با محوریت سرطان پستان نمود. این پویش از ابتدای تابســـتان و فعالیت‌های میدانی آن از ۲۲ مرداد با نام یک قدم زودتر با همراهـــی جمعی از داوطلبان روابط عمومی و پزشکان داوطلب موسسه آغاز به کار کرد و در طول زمان برگزاری با همراهی مستقیم ۵۲۱ تن از بانوان ساکن در تهران آغاز شد. این کمپین با رویکرد تشخیص زودهنگام و پیش‌گیری از سرطان پستان و با حمایت مالی مجموعه فروشگاه‌های آرایشی-زیبایی روژا در طول تابستان سال جاری به صورت مجازی و حضوری با ارائه اطلاعات آموزشی اعم از بنر، تیزر و بروشورهای اطلاع‌رسانی پیرامون فعالیت‌ها اقدام و با مشاوره حضوری توســـط پزشکان داوطلب، درپاسخگویی به سوالات عمومی مراجعان و ثبت نام از بانوان متقاضی برای شرکت در کارگاه‌های آموزشی رایگان خودآزمایی پستان صورت پذیرفت.

**20 سالگی**

**زنان باید از سن ۲۰ سالگی به بعد خودآزمایی انجام دهند**

## در کارگاه آموزشی چه گذشت؟

در زمـــان طراحی پویش یک قدم زودتـــر برنامه اجرایی بدین صورت تعریف شـــد که به منظور حساس‌سازی آحاد جامعه و ایجاد موج خبری داوطلبان آموزش دیده موسسه در سه مرکز تجاری شهر اقدام به اطلاع‌رسانی و جلب مشارکت بانوان در موضوع پیشگیری از سرطان پستان می‌نمودند. در ادامه با همکاری سایر مراکز عمومی، خصوصی و دولتی متقاضی تیم آموزشی موسسه ضمن حضور در فضاهای اختصاصی اقدام به ارائه آموزش در بین بانوان علاقمند به کسب اطلاعات درخصوص روش‌های پیشگیری، شناسایی و تشخیص زودهنگام خطر ابتلا به سرطان پســـتان نمودند. در گام سوم افراد در کارگاه آموزشی خودآزمایی پستان، ضمن آشنایی با مباحث عمومی و تخصصی اعم از: چرایی و اهمیت پیشگیری از سرطان، عوامل خطرساز بروز سرطان پستان، چگونگی تشخیص زودهنگام آن و روش‌های تغذیه سالم در پیشگیری و مبارزه با بیماری سرطان با روش صحیح نحوه خودآزمایی پستان آشنا شدند. این کارگاه آموزشی با فاصله سه هفته از ۱۴ شهریور ماه آغاز و امید است که تا پایان سال نیز ادامه پیدا کند.

**تشخیص زودرس آن مهم‌ترین اولویت‌های بهداشتی در دوران سرطان پستان است**

## هدف آموزش و توانمندسازی

براساس برنامه تدوین شده در پویش‌های پیش‌گیری از سرطان موســـسه خیریه بهنام دهش، داوطلبان و تیم اطلاع‌رسانی موســـسه ضمن حضور در سه مرکز تجاری بزرگ شـــهر تهران شـــامل: مجتمع تجاری ارگ (میـــدان تجریش)، مجتمع تجـــاری میلاد نور (شـــهرک قدس) و مجتمع پالادیـــوم (زعفرانیه) و اســـتقرار میزهای اطلاع‌رسانی ضمن معرفی اهداف و ماموریت‌های موسسه، داوطلبان آموزش دیده اقدام به اطلاع‌رسانی اولیه در موضوع سرطان پستان به بانوان علاقه‌مند و متقاضی شـــامل توزیع بروشور و آموزش چهره به چهـــره می‌نمودند. در پایان درصورت تمایل، بانوان علاقه‌مند نســـبت به ثبت نام حضور در کارگاه آموزشی خودآزمایی پســـتان اقدام می‌نمودند. این کارگاه آموزشی که به صورت اختصاصی با هدف آموزش و توانمندســـازی طراحی و توسط یکی از مدرسین و کارشناس خبره مامایی با ارائه آموزش‌های لازم در زمینه خودآزمایی به همراه نمایش فیلم‌های آموزشی و توزیع بروشورهای تکمیلی حداکثر با فاصله ۲ هفته پس از هر رویداد در سالن کنفرانس موسسه برگزار می‌گردید.

# تشخیص زودهنگام سرطان

دکتر مازیار فریدی جراح

**سالانه هزاران مورد ابتلا به سرطان در ایران و میلیون ها مورد در جهان رخ می دهد که در صورت تشخیص به موقع و زودهنگام، تومور در مراحل اولیه و محدود بوده، در نتیجه درمان آن آسان تر و امکان کنترل و بهبود کامل آن بسیار زیاد است.**

## تشخیص زودهنگام سرطان مهم است

در حال حاضر بطور کلی تعداد افرادی که از سرطان فوت می‌کنند نسبت به سه دهه پیش کاهش یافته است. نیمی از افرادی که امروز با تشخیص سرطان تحت درمان هستند، پنج سال زنده خواهند بود و بیش از ۴۰درصد بعد از ده سال هنوز زندگی می کنند. متوسط میزان بقای ده ساله برای سرطان دو برابر ۳۰سال گذشته شده است. مهمترین دلیل بهبود در بقای بیماران،

علاوه بر درمان‌های موثرتری که پیدا شده است، افزایش آگاهی مردم و ارتقای روش‌های تشخیص زودهنگام است. حتی برای کسانی که بقای کلی سرطان در آنها ضعیف است، شانس زنده ماندن در زمان تشخیص زودتر، بیشتر خواهد بود. دو جزء اصلی در برنامه تشخیص زودرس سرطان وجود دارد: یکی آموزش و ترویج تشخیص زودرس و دیگری، انجام غربالگری.

## تفاوت تشخیص زودهنگام و غربالگری

معنای تشخیص زودهنگام این است که ما علایم هشداردهنده سرطان را بدانیم تا اگر این علایم را در خود پیدا کردیم به سرعت به مراکز بهداشتی درمانی مراجعه کنیم.

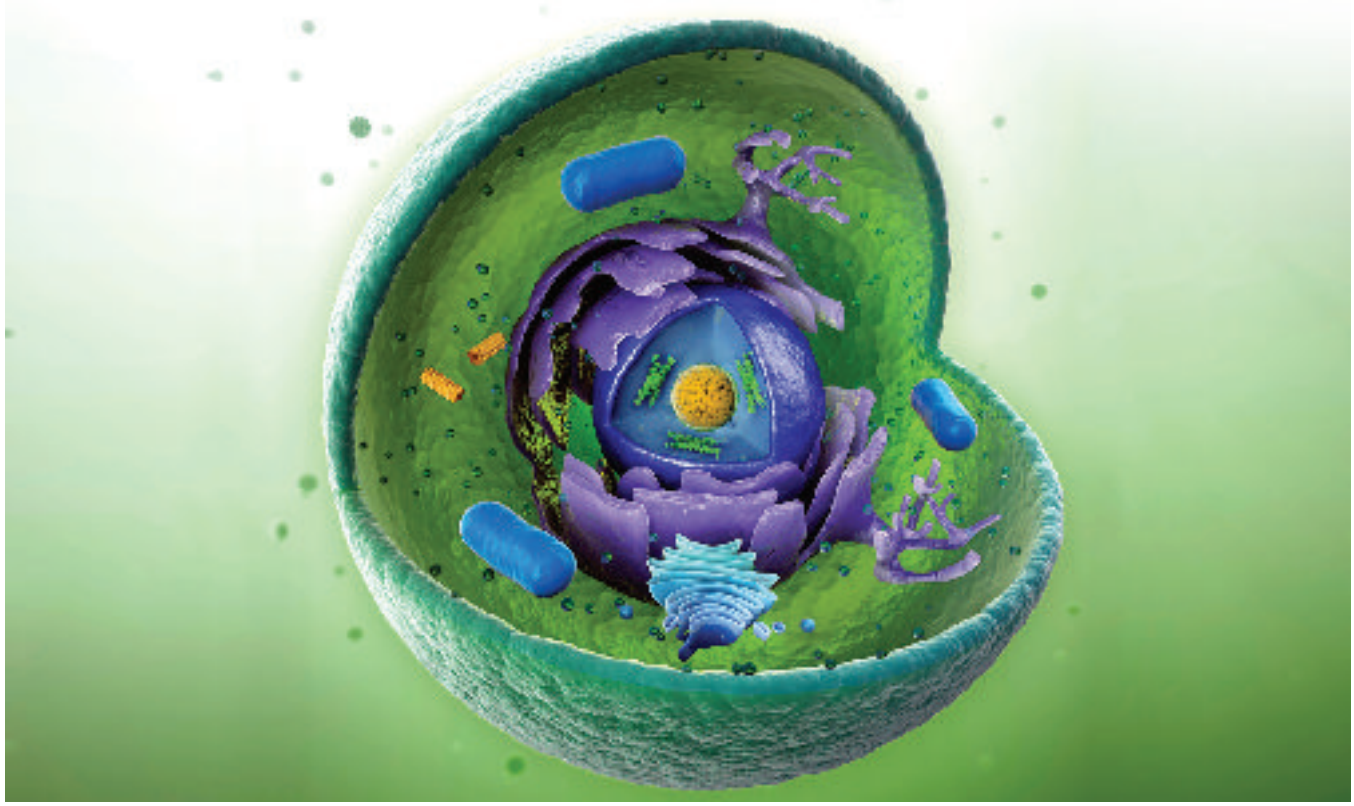
از طرف دیگر، مراکز بهداشتی درمانی نیز باید آمادگی شناسایی این علایم و جدا کردن موارد مهم از غیر مهم را داشته باشند تا در مرحله بعدی موارد مهم را برای اقدامات تشخیصی کامل تر به مراکز بالاتر و مجهزتر معرفی کنند. اما معنی غربالگری این است که در افرادی که هیچ علامت هشداردهنده ای برای سرطان ندارند اما به دلیل شرایط جنسی مثلا سرطان پستان یا سنی خاص مثلا سن بالای ۵۰ سال در سرطان پستان بالقوه در معرض سرطان هستند، اقدامات تشخیصی را انجام دهیم.

بسیاری از سرطان ها تنها با معاینه پزشکی و آزمایش‌های تکمیلی تشخیص داده می شوند که از جمله آنها سرطان های پستان، دهانه رحم و روده بزرگ است. غربالگری به عنوان بخشی از برنامه تشخیص زودرس سرطان است.

غربالگری به معنی شناسایی بیماری احتمالی ناشناخته با استفاده از معاینه و آزمایش های ساده در فردی است که هنوز علائم ندارد. در یک برنامه کنترل سرطان ملی، بعد از غربالگری، افراد تشخیص داده شده تحت درمان مناسب قرار می‌گیرند.

لازم است هم بیمار و هم ارائه دهندگان مراقبت های بهداشتی به اهمیت تشخیص زودهنگام و انجام فعالیت‌های غربالگری سرطان پایبند باشند که منجر به بهبود نتیجه و کاهش اتلاف منابع می شود.

**به منظور کنترل شیوع بیماری سرطان لازم است در گام اول تمام افراد جامعه براساس تجویز و راهنمایی پزشک متخصص به طور سالیانه تست و غربالگری را توسط متخصصین و در مراکز معتبر انجام دهند**



# گسترش فرهنگ و علم با کمک سازمانهای مردم نهاد

**طبق تحقیقات و براساس اعلام سازمان هواشناسی تابستان امسال و بخصوص تیر و مرداد گرم‌ترین ماه‌های سال از زمان ثبت دمای هوا از سال ۱۸۰۰ میلادی تاکنون بوده است. این گرما در کنار انرژی و شور داوطلبان واحدهای روابط عمومی و آموزش موسسه خیریه بهنام‌دهش‌پور در برگزاری پویش بزرگ یک قدم زودتر که در پرونده این شماره به آن پرداختیم و با مشارکت تعداد زیادی از داوطلبان و پزشکان داوطلب و همکار با موسسه آغاز شد. گامی مهم در جهت آگاه‌سازی و اطلاع‌رسانی عمومی به آحاد جامعه به ویژه بانوان بود ما را بر آن داشت تا با خانم شادی عظیمی مدیر روابط‌عمومی و ارتباطات موسسه (که از اردیبهشت ماه سال جاری این مسئولیت را قبول کرده‌اند) از دلایل برگزاری این پویش برای شما خوانندگان گرامی صحبت کنیم.**

**چرا موسسه خیریه بهنام دهش‌پور در کنار حمایت از بیماران مبتلا به سرطان در بحث آگاهی رسانی پیرامون این بیماری نیز فعالیت‌های مستمری را دنبال می‌کند؟**

باور پذیری این موضوع که سرطان مساوی با پایان زندگی نیست و از طریق پیشگیری و یا تشخیص زود هنگام می‌توان تا حد زیادی این بیماری را کنترل کرد نیازمند اطلاع رسانی گسترده در جامعه است چرا که ما می‌خواهیم باور گذشته مردم را تغییر دهیم و این موضوع بدون تلاش تیمی آگاه که بتوانند اعتماد مردم را نیز به خود جلب کنند اتفاق نمی‌افتد. همچنین در بسیاری از سرطان‌ها با مراجعه به موقع به پزشک و تشخیص زودهنگام می‌توان شانس درمان این بیماری را افزایش داد و از مشکلات ناشی از آن نیز تا حد زیادی کم کرد.

**چرا تصمیم بر آن شد که کمپین‌ها در طی چند مرحله برگزار شود نه به صورت یک رویداد جامع ؟**

اگر موسسه تنها به برگزاری یک کمپین اما با وسعت بیشتری اقدام می‌کرد مطمئنا اثرات کار نیز تا زمان کوتاهی در یادها باقی می‌ماند و پس از مدتی فراموش می‌شد ولی ما معتقدیم کمپین‌های اطلاع رسانی مجموعه برنامه‌هایی هستند که با هدف خاصی در یک رویداد بزرگ‌تر به هم وصل می‌شوند تا طی یک زمان مشخص نکاتی را به مردم یادآوری کنند و تاثیرگذاری بلند مدتی را نیز داشته باشند که درمورد این کمپین‌ها، قرار است کمپین نهایی سرطان پستان در «روزجهانی سرطان پستان» مصادف با ۷ مهر برگزار شود.

**تا به این مرحله از کار استقبال از کمپین‌های شما چطور بوده است؟**

جالب است که از ابتدای کار خیلی از شرکت‌های معتبر درخواست حمایت از این کمپین‌ها را اعلام کردند و همچنین تصور نمی‌شد مردم اینقدر نسبت به برگزاری کمپین‌ها علاقه نشان دهند و یکی از ویژگی‌های خوب این نوع برنامه‌ها تعامل مستقیم تیم روابط عمومی با مردم و حتی امکان جذب حامیان بیشتر از طریق برنامه‌های اطلاع‌رسانی است.

**برگزاری کمپین‌های مداوم چه فوایدی برای داوطلب‌های موسسه خواهد داشت؟**

وقتی به طور مداوم برنامه‌ای را برگزار کنیم کار داوطلب‌ها نیز معنی پیدا می‌کند و همین‌طور هم برنامه‌ریزی آنها بهتر می‌شود در برنامه‌هایی دنباله‌دار داوطلب‌ها می‌توانند ارتباط بهتری با یکدیگر برقرار کنند و باهم فعالیت مشخصی را برای رسیدن به یک هدف مشخص دنبال کنند و در همین فعالیت‌های مستمر است که داوطلب‌ها کار تیمی را به دلیل وجود ارتباط مستقیم یاد می‌گیرند.

**سرطان مساوی با پایان زندگی نیست، با تشخیص زودهنگام می‌توانیم بیماری را کنترل کنیم**

**چرا کمپین‌ها را با موضوع سرطان پستان آغاز کردید؟**

سالانه در ایران بین ۶۰ تا ۸۰ هزار نفر به بیماری سرطان مبتلا می‌شوند که از این میان متاسفانه بیشترین تعداد مربوط به سرطان پستان است. سرطان پستان علاوه بر هزینه‌های فوق‌العاده و گاه کمرشکنی که به سبد هزینه خانواده تحمیل می‌نماید درابعاد اجتماعی نیز تاثیرگذار است، چرا که با درگیری مادران ، به‌عنوان رکن اصلی خانه می‌تواند باعث به‌هم خوردن آرامش روانی افراد خانه، موجب از هم پاشیدگی خانواده شود. اما خوشبختانه سرطان پستان بیماری است که هم تا حد زیادی قابل پیشگیری است و هم اینکه، چنانچه به علایم اولیه آن توجه و به موقع به پزشک مراجعه شود، کاملا قابل درمان است و بیماران بهبودی کامل حاصل می‌کنند.

# گزارش فاز اول طرح غربالگری سرطان پستان

## اهمیت و جایگاه زنان در خانواده

زنان در انجام مسئولیت جهت تأمین بهداشت و سلامت جامعه نقش مهم و مؤثری بر عهده دارند، زیرا آنان نه تنها مسئول سلامت خود، بلکه بیشترین مراقبت‌ها را برای سلامت و بهداشت خانواده خود انجام می‌دهند. همه گروه‌های زنان، از دختران تا زنان میانسال و سالمند، نیازمند حمایت جدی برای ارتقای همه جانبه کیفیت زندگی و سلامت هستند. در خصوص نقش و اهمیت سلامت زنان به ۲نکته مهم باید اشاره کرد؛ اول، اهمیت نقش زنان در سلامت خانواده و جامعه و دوم، اهمیت سلامت این قشر مهم. زنان، چه به‌عنوان ارایه کننده خدمات بهداشتی و چه به عنوان گیرندگان خدمات، باید در برنامه ریزی ها در نظر گرفته شوند و از وظایف اصلی دولت هاست که این شرایط را فراهم کنند.

## اهمیت غربالگری سرطان پستان

بیماری‌های پستان و خصوصا سرطان آن، یکی از اساسی‌ترین بیماری‌های مربوط به زنان است که بروز آن باعث ایجاد مشکلات زیادی از جمله مشکلات حاد شخصی، شغلی-خانوادگی و اجتماعی برای بیماران خواهد شد. با توجه به عوامل متعدد خطر، هر روز به تعدا مبتلایان افزوده می گردد و از طرفی دیگر تشخیص زودرس این بیماری شاه کلید درمان این بیماری از نظر طول عمر، نوع درمان و هزینه‌های آن می باشد. یکی از اساسی‌ترین راه‌های تشخیص زودرس این بیماری، آگاهی بیشتر زنان از عوامل خطر و تشخیص این بیماری و معاینه ماهانه توسط خودشان می‌باشد. غربالگری سرطان پستان و نقش آن در شناسایی به موقع بیماران و کاهش هزینه‌های درمان، بر هیچ شخصی پنهان نمی باشد. علاوه بر موضوعات اخلاقی و معنوی ناشی از نجات جان یک نفر، برای اقتصاد یک جامعه نیز به صرفه است، چرا که اگر بیماری مانند سرطان پستان در مراحل ابتدایی تشخیص داده شود احتمالا نیازی به درمان‌های تکمیلی و تحمیل هزینه بالای داروها نخواهد بود.

## آموزش غربالگری سرطان پستان

باتوجه به اهمیت موضوع غربالگری و تشخیص زودهنگام سرطان، موسسه خیریه بهنام دهش پور در نیمه دوم سال ۱۳۹۲ اقدام به اجرای اولین طرح آموزش خودآزمایی و غربالگری سرطان پستان در بین ۵۰۰ نفر از زنان ساکن در شهر تهران با استفاده از بودجه و منابع داخلی موسسه کرد. این طرح به عنوان اولین تجربه اجرایی-آموزشی موسسه طی مدت هفت ماه اجرایی گردید. براساس دستاوردهای و موارد شناسایی شده در طول اجرای این طرح موسسه رویکرد و برنامه عملیاتی خود در حوزه تشخیص زودهنگام و پیشگیری را تهیه و براساس آن اقدامات آموزشی و اطلاع رسانی خود را مورد بازبینی قرار داد. یکی از مهمترین دستاوردهای این طرح را می‌توان طراحی و اجرای کمپین اطلاع رسانی سرطان پستان برشمرد که در تابستان سال ۱۳۹۵ با مشارکت و حمایت بخش خصوصی در شهر تهران اجرا گردید و در ادامه گزارش آن را در قالب پرونده ویژه این شماره از فصلنامه مطالعه می‌نمایید. در ادامه شما را با روند طی شده و دستاوردهای حاصل از فاز اول طرح آموزش خودآزمایی و غربالگری سرطان پستان آشنا می‌کنیم.

## روند اجرای طرح در فاز اول

- مدت زمان اجرای پروژه هفت ماه - از دی ۹۲ تا خرداد ۹۳
- تعداد کل جامعه هدف، ۵۰۰ تن از زنان ساکن در استان تهران ( ۴۳۲ تن ایرانی و ۶۸ نفر از اتباع کشور افغانستان)
- اجرای طرح به صورت آموزش حضوری برای افراد همکار و سپس انجام معاینه بالینی توسط پزشک جراح زنان
- اهدای بسته آموزشی/ بهداشتی به تمام بانوان مشارکت کننده در این طرح
- پرداخت هزینه رفت و آمد و اهدای بسته خواروبار به ۶۸ تن از اتباع کشور افغانستان مشارکت کننده در طرح
- شناسایی ۱۴ مورد مشکوک به سرطان (۵ مورد سالم و ۹ مورد نیازمند انجام بیوبسی و خارج نمودن بافت مشکوک)
- شناسایی ۲ مورد مبتلا به سرطان پستان و معرفی ایشان به منظور آغاز مراحل درمانی
- اجرای برنامه پیگیری و تهیه گزارش ارزشیابی فاز اول

### خلاصه گزارش فاز اول

- بررسی ۵۰۰ نفر
- شناسایی ۱۴ مورد مشکوک
- شناسایی ۷ مورد بدون مشکل
- شناسایی ۵ مورد پیش سرطان
- شناسایی ۲ مورد مبتلا و آغاز مراحل درمانی برای آنها
- طراحی و اجرای برنامه پیگیری پروژه

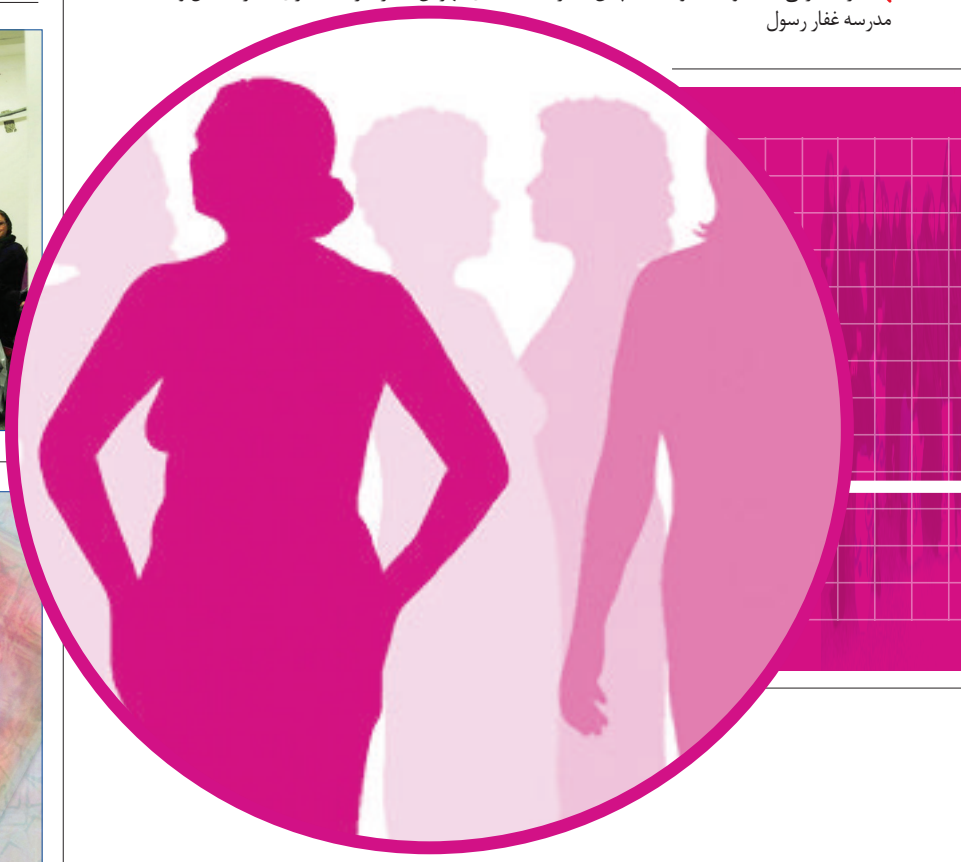
## مراکز همکار در فاز اول

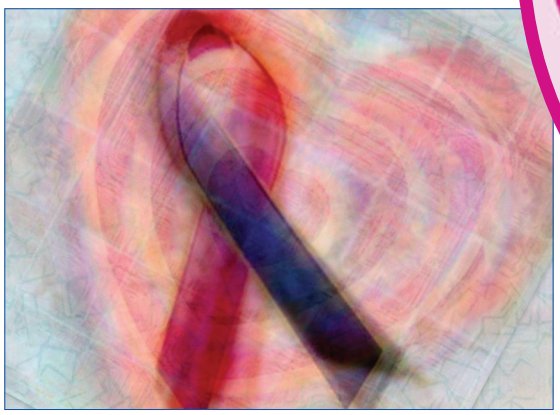
- مرکز سلامت زنان
- آموزش گروهی و فردی به مراجعین
- بخش پاتوبیولوژی بیمارستان آتیه
- پاسخگویی ۲۴ ساعته پس از ارائه نمونه-مجهز به جدیدترین دستگاه در تهران (تنها دستگاه موجود در تهران)
- انجام ویزیت، ارائه خدمات ماموگرافی، سونوگرافی، نمونه برداری و...
- ارائه کلیه خدمات منطبق با آخرین استانداردهای بین المللی
- بررسی آزمایشگاهی نمونه های مشکوک ارسالی از مرکز سلامت

## آموزش خودآزمایی و غربالگری سرطان پستان

**گروه هدف و بانوان شرکت کننده در فاز اول:**

- کارکنان شاغل در شرکت‌های: تک ماکارون، شاتل، رایتل، دژپاد، همکاران سیستم، بانک سامان، گاما، چرم مشهد و چای گلستان
- تعدادی از پرسنل، داوطلبان و بانوان معرفی شده و مرتبط با موسسه
- تعدادی از اتباع کشور افغانستان معرفی شده توسط نهادهای همکار
- افراد معرفی شده توسط: موسسه سپاس، خیریه دست‌های مهربان، خیریه زینب کبری، خیریه عمل و مدرسه غفار رسول





## مراکز همکار در فاز اول

**درس‌های آموخته شده**

- این اقدام اولین تجربه علمی- اجرایی صورت گرفته توسط موسسه خیریه بهنام دهش‌پور بود و باعث شد تا رویکرد و برنامه‌های آتی موسسه در این خصوص اصلاح شود.
- با توجه به نبود مراکز تخصصی‌که قابلیت ارائه تمامی خدمات موردنیاز اعم از: آموزش تئوری و عملی در موضوع خودآزمایی، ارائه خدمات تشخیص، بررسی و قابلیت انجام آزمایش و ارائه نتایج تخصصی در اسرع وقت به بیماران را دارا باشند، لازم است بسته کامل این خدمات توسط مراکز مسئول و یا موسسه به طور اختصاصی طراحی و درجهت تامین آن در قالب یک بسته استاندارد اقدام شود.
- لازم است برنامه پیگیری و یادآوری برای تمام بانوان شرکت‌کننده در طرح و سایر اقدامات از قبل طراحی و پیش‌بینی شود.
- اطلاعات به دست آمده در فاز اول قابل استفاده و ارائه برای فازهای بعدی به‌صورت کامل‌تر و با انجام پیگیری‌های لازم خواهد بود.
- به این نتیجه رسیدیم قدم اول برای شروع فاز بعدی، ایجاد زیرساختی مناسب برای ثبت پرونده مراجعین (جمعیت هدف) و انجام تحلیل‌های تخصصی درخصوص وضعیت گروه هدف است.
- لازم است درخصوص اطلاع‌رسانی و آموزش بیشتر به زنان جامعه درباره اهمیت انجام خودآزمایی پستان به صورت ماهیانه اطلاع رسانی بیشتر صورت پذیرد.
- پیشنهاد می‌شود در صورت اجرای فاز دوم، معیارها و شاخص‌ها، استانداردهای تدوین شده توسط وزرات بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در نظر گرفته شود.
- پیشنهاد می‌شود در صورت اجرای فاز دوم، از نظرات مشاوران و کارشناسان متخصص در برنامه‌ریزی و اجرا استفاده شود.

# آشنایی با انواع روش های تشخیص و غربالگری سرطان

## غربالگری(بیماریابی)

غربالگری به مفهوم تشخیص زودرس سرطان در افراد بی‌علامت است که حیات بیمار را تضمین می‌کند. غربالگری سرطان برای گروه‌های زیر در دسترس است:

- عموم مردم: سرطان‌های تحت غربالگری عبارتند از: سرطان پستان، سرطان روده بزرگ، سرطان دهانه رحم، سرطان پروستات.
- گروه‌های با احتمال بالای ابتلا به سرطان : سرطان‌های تحت غربالگری عبارتند از: سرطان ریه، سرطان کبد در هپاتیت و مزمن، سرطان معده، سرطان بیضه.

غربالگری سرطان شامل یک معاینه پزشکی و یک یا تعدادی از اقدامات زیر است:

## آزمایش خون:

- بعضی از سرطان‌ها با آزمایش خونی که تومور مارکر نامیده می‌شود، تشخیص داده شوند و بعضی از تومور مارکرها برای تشخیص پیشرفت بیماری بعد از درمان نیز به کار می‌روند. تومور مارکرها در سرطان‌های زیر مفید هستند: سرطان‌های روده بزرگ، کبد، پستان، تومورهای بیضه، پروستات ، تیروئید و ریه

## رادیوگرافی از قفسه سینه (CXR):

- این تصویربرداری در بیماران با سرطان ریه و بیمارانی که پزشک مشکوک به انتشار سرطان از جایی دیگر به ریه بیمار است به کار می‌رود.

1

2

3

4

تومورها یستم به بافت و محلشان ، متکثرت به مرور می آورند که با درمان تومور که غالب جراحی است، معمولا بیمار مشکل دیگری نخواهد داشت.

**90%**

از سرطان های ریه ناشی از توتون است. تار موجود در توتون با سرطان های حنجره، حلق، مری ، مثانه، پانکراس، کلیه و سرویکس مرتبط است.

سلول ها به طور نرمال، با دو تا شدن به طریقه منظم و کنترل شده تولید مثل می‌کنند و منجر به رشد و ترمیم بافت‌های بدن می‌شوند.گاهی تقسیم سلول‌ها، بدون کنترل و به صورت غیر عادی انجام می‌شود. رشد غیرعادی و بیش از حد سلول‌های بافت، تومور نامیده می‌شود که می‌تواند خوش‌خیم یا بدخیم باشد.

## ماموگرافی:

- طبق مطالعات زیادی که انجام شده ماموگرافی برای تشخیص زودرس سرطان پستان بسیار مفید است. توصیه می‌شود زنان بالای ۴۰ سال برای غربالگری سرطان پستان با ماموگرافی بررسی شوند و در مورد تکنیک معاینه پستان توسط خودشان آموزش داده شوند.

## آزمایش خون مخفی در مدفوع:

- این آزمایش در بیمارانی که سابقه تغییرعادت اجابت مزاج یا کاهش وزن شدید یا سابقه فامیلی بدخیمی روده دارند، انجام می شوند.

رشد بی‌رویه و خارج از کنترل تعدادی از سلول‌ها سرطان نامیده می‌شود. بدن انسان از اجزاء کوچکی به نام سلول تشکیل شده که با چشم غیر مسلح دیده نمی‌شوند. سلول‌ها، بلوک‌های ساختمانی بدن هستند و گروهی از سلول‌ها، بافت‌ها و ارگان‌های بدن را تشکیل می‌دهند. سلول‌هایی که در بافت‌های مختلف مانند مغز، کبد، کلیه و ریه هستند، هر کدام‌یک عملکرد واحدی دارند. سلول‌ها به طور نرمال، با دو تا شدن به طریقه منظم و کنترل‌شده تولید مثل می‌کنند و منجر به رشد و ترمیم بافت‌های بدن می‌شوند. گاهی تقسیم سلول‌ها ، بدون کنترل و به صورت غیرعادی انجام می‌شود. رشد غیرعادی و بیش از حد سلول‌های بافت، تومور نامیده می‌شود که می‌تواند خوش‌خیم یا بدخیم باشد. تومورهای خوش‌خیم معمولا محدود به قسمت کوچکی از بدن است و اغلب به آهستگی رشد می‌کنند. این تومورها بسته به سایز و محلشان ،مشکلاتی به وجود می‌آورند که با درمان تومور که غالبا جراحی است، معمولا بیمار مشکل دیگری نخواهد داشت.

زنان بالای 40 سال

برای غربالگری سرطان پستان با ماموگرافی بررسی شوند و در مورد تکنیک معاینه پستان توسط خودشان آموزش داده شوند.

5

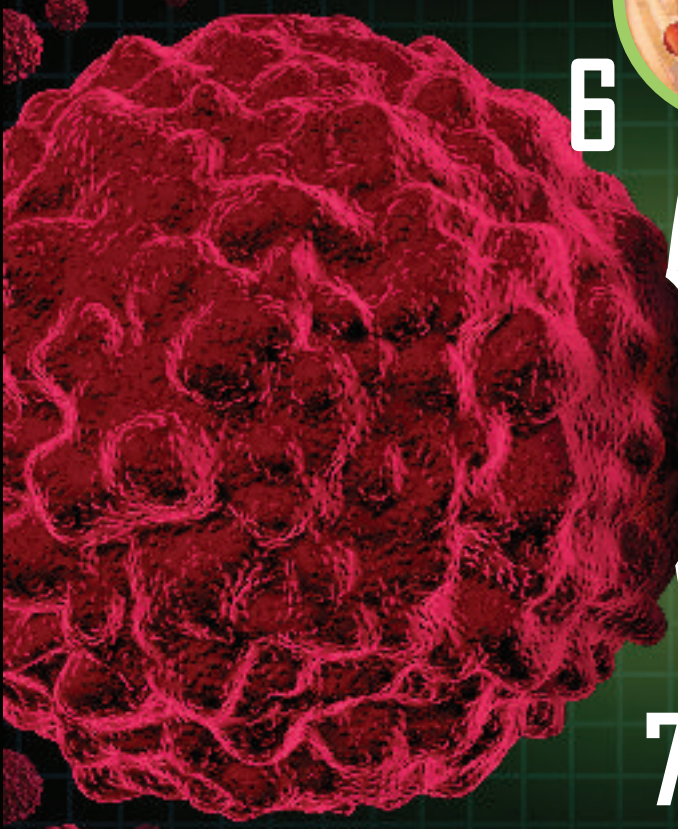
## سونوگرافی:

سونوگرافی روشی ساده برای یافتن بدخیمی‌های مخفی شکم و حفره لگنی مثل تومور پانکراس و سرطان تخمدان و هم‌چنین برای بررسی سرطان‌هایی که در کبد قرار گرفته‌اند، است.

6

## نمونه‌برداری:

این جراحی ساده سرپایی و معمولا تحت یک بی‌حسی موضعی انجام می‌شود. نمونه‌برداری در افرادی که یک توده یا تورم بزرگ شونده و یا یک ضایعه پوستی دارند که مشخصاتش تغییر می‌کند به کار می رود. بعضی اوقات یک نمونه‌برداری نازک با سوزن از قسمت‌های عمقی توده یا برآمدگی در حفره بدن انجام می‌شود. گاهی سونوگرافی یا سی تی اسکن برای تعیین اندازه و محل قرارگیری توده قبل از آن استفاده می شود.



سرطان یا تومورهای بدخیم نیز در یک فضای محدود شروع می‌شوند ، اما می‌توانند به بافت‌ها و ارگان‌های مجاور گسترش یابند. سلول‌های سرطانی ممکن است با جریان خون به مناطق دورتری در بدن منتقل شوند. در این‌جا ممکن است تومور جدیدی را به نام تومور ثانویه یا متاستاتیک تشکیل دهند.

سلول‌های سرطانی با سیستم لنفاتیک نیز منتقل می‌شوند. سیستم لنفاتیک به طور نرمال برای از بین بردن عفونت در بدن کار می‌کند. این سیستم از یک سری غدد و رگ‌هایی که در سراسر بدن به هم متصل‌اند تشکیل شده است. علت دقیق سرطان ناشناخته است. فاکتورهای خطر غیرقابل تغییر سرطان عبارتند از: جنس، سن، ژنتیک. به طور مثال در افراد باسابقه فامیلی انواعی از سرطان، احتمال ابتلا به سرطان بیشتر است. یکی از فاکتورهای خطر قابل تغییر، توتون و تنباکو است. ٪۹۰ از سرطان‌های ریه ناشی از توتون است. تار موجود در توتون با سرطان های حنجره ، حلق، مری ، مثانه، پانکراس، کلیه و سرویکس مرتبط است.

7

## آندوسکوپی:

این یک روش تشخیصی با وسایل مخصوص است که توسط پزشک با چراغ برای دیدن حفره معده، روده بزرگ، بینی، نای، ریه‌ها برای یافتن ضایعات سرطانی به کار می‌رود و یک روش مفید برای پی‌گیری تومور بعد از درمان است.

8

## آزمایش ادرار:

آزمایش ادرار برای یافتن سلول‌های بدخیم در بیمارانی که مشکوک به بدخیمی‌های کلیه، حالب (مجرایی که ادرار را از کلیه به مثانه منتقل می‌کند) مثانه و پروستات انجام می‌شود. در صورت نیاز اقدام دیگر در این زمینه، سیستوسکوپی (دیدن مثانه توسط لوله مجهز به دوربین) است.

# گپ و گفتی با داوطلبان کمپین پیشگیری از سرطان پستان

## کار داوطلبانه اولویت زندگی من است

**سینتیا غازاریان چند سالی می‌شود که هم‌پای بهنام‌دهش پور شده است و فعالیت‌های داوطلبانه‌اش را نیز به طور مستمر پیگیری می‌کند. از نظر دوستانش او دختری مهربان و خوش‌برخورد است که اگر کاری را بر عهده بگیرد آن را با جدیت تمام انجام خواهد داد.**

هر کدام از داوطلبان می‌توانند ایده‌های خود را برای برگزاری بهتر مراسم‌های مختلف مطرح کنند و با کمک هم‌دیگر و حمایت موسسه این ایده‌ها در برنامه‌هایی مانند همین کمپین به اجرا درمی‌آید سینتیا نیز ایده شیرینی‌هایی با طرح ربان صورتی که نشان دهنده سرطان پستان‌است را برای این کمپین مطرح کرد و در روز کمپین این شیرینی‌های خوش رنگ، زیبایی و طعم دلنشینی به کمپین داده بود با او هم‌صحبت شدیم تا برایمان از روزهای آشنایی با موسسه و فعالیت‌های داوطلبانه‌اش بگوید: هر سال در باشگاه آرارات جشنواره‌هایی به مناسبت عید کریسمس برگزار می‌شود که موسسه نیز همیشه در آن زمان غرفه داشت که همیشه شور و نشاطی که در این غرفه بود توجه من را به خود جلب می‌کرد یکی از دوستانم نیز در آن زمان داوطلب موسسه بود و پیشنهاد داد تا من نیز عضو داوطلب موسسه شوم.

هیچ وقت یادم نمی‌رود اولین روزی را که فرم پر کردم و بعد هم برای فعالیت داوطلبانه انتخاب شدم به نوعی احساس می‌کردم چون می‌توانم حتی به طور خیلی غیر مستقیم به تعدادی از انسان‌ها کمک کنم انسان مهمی هستم و هنوز بعد از گذشت چند سال فکر می‌کنم این بهترین احساسی باشد که یک نفر می‌تواند از انجام کار داوطلبانه به دست بیاورد. هر فردی در زندگی خود مهم بودن را در چیزی می‌بیند مثلا یک نفر فکر می‌کند اگر ثروتمند باشد فرد مهمی است و یک نفر دیگر فکر می‌کند اگر بیشتر وقتش را برای پیشرفت تحصیلی بگذارد مهم فرد مهمی خواهد بود اما من فکر می‌کنم اگر بتوانم در زندگی‌ام به دیگران کمک کنم آن وقت است که آدم مهمی هستم.

موسسه خیریه بهنام دهش‌پور امروز به یکی از اولویت‌های زندگی من تبدیل شده است طوری که هر جا می‌روم یکی از بسته‌های آموزشی بهنام دهش‌پور را نیز به همراهم دارم تا اگر فرصتی پیش آمد در مورد فعالیت‌های موسسه به دیگران آگاهی بدهم تا به حال نیز بیش از ۱۰ نفر را عضو موسسه کرده‌ام و نکته‌ای که باید در مورد داوطلب شدن بدانیم این است که اگر در موسسه‌ای داوطلب می‌شویم بدانیم که در قبال بعضی مسائل مسئولیت داریم و فکر نکنیم چون خواست خودمان بوده می‌توانیم در انجام کارهایمان کوتاهی کنیم بلکه باید کار داوطلبانه به یکی از اولویت‌هایمان تبدیل شود.

## موسسه خانه دوم من است

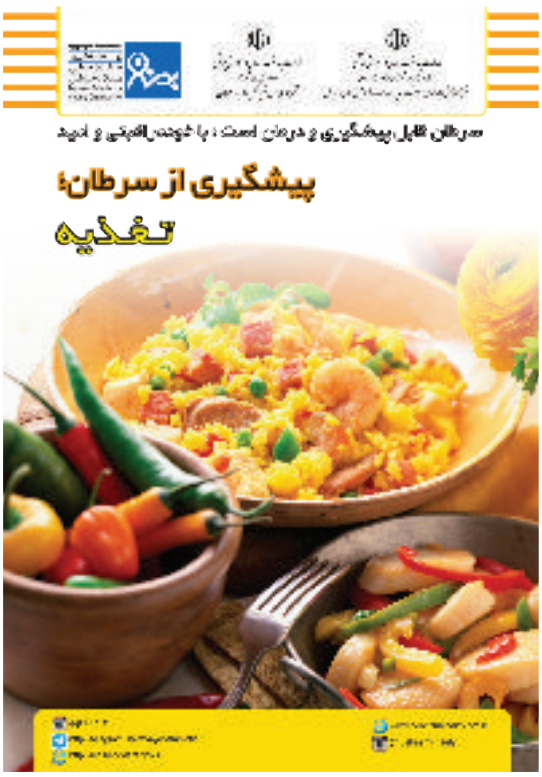
**ریحانه رهبر دانشجوی سال آخر رشته پزشکی عمومی است که به عنوان پزشک داوطلب در این کمپین فعالیت می‌کند دوستانش او را فردی آرام و مهربان معرفی می‌کنند که هم‌نشینی و هم صحبتی با او به آنها اطمینان خاطر می‌دهد او از سال ۹۲ و از طریق جشنواره غذا با موسسه آشنا شده است و بعد از آن هم به عنوان داوطلب در کتاب‌خانه کودکان فعالیت می‌کند او در مورد حس خود ازاین چند سال همکاری داوطلبانه با فرسندی می‌گوید:**

من قبل از داوطلب شدن در این موسسه از آن دسته آدم‌های کم حرف و کم رو بودم که این مساله به تنهایی می‌توانست برای آینده شغلی‌ام مشکل ایجاد کند اما از زمانی که در محیط کتاب‌خانه یاد گرفتم با کودکان ارتباط برقرار کنم و همین‌طور برای این کمپین‌ها به عنوان پزشک داوطلب فعالیت کردم توانستم ارتباط اجتماعی‌ام را تا حد زیادی ارتقا دهم.

درست است که به خاطر دل خودم در این موسسه فعالیت می‌کنم و از بودن با کودکان و محیط کتابخانه و جمع داوطلب‌ها حس خوبی دارم در کنار این‌ها نیز تجربه‌های بسیاری را در زمینه فعالیت‌های گروهی و ارتباط با دیگران کسب کرده‌ام و به نظرم هیچ جای دیگر نمی‌تواند به انسان این حس اعتماد به نفس را که بعد از انجام کار داوطلبانه به‌دست می‌آوری منتقل کند.

من با فعالیت در موسسه دریافتم که چقدر عده‌ای می‌توانند انسان‌های مهربانی باشند و دیدن این آدم‌ها که به هدفشان ایمان دارند و از طرفی جامعه نیز به وجودشان نیاز دارد حس خوبی به انسان منتقل می‌کند اما اگر روزی خودت نیز جزو همین آدم‌های مهربان باشی آن زمان است که احساس فوق‌العاده‌ای خواهی داشت.

موسسه خیریه بهنام دهش‌پور امروز مثل خانه دوم من است و داوطلب‌های دیگر مانند دوستان صمیمی و حتی اعضای خانواده‌ام شده‌اند و من حتی اگر یک هفته به موسسه نیایم تمام فکرم پیش بچه‌های موسسه خواهد بود.



# آمـــوزش

## پیش نیاز و شرط اصلی توسعه

یکی از اقدامات مهم در موسسه تولید و توزیع محتوای آموزشـــی 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 موسســـه بوده و همچنان نیز خواهد بود. در تابســـتان ۹۵ و در پی تعامل و رایزنی با مدیران و کارشناسان محترم وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشـــکی از مجموعه ۱۰ عنوان بروشور و محتوای آموزشی آماده شـــده توسط اداره سرطان دفتر بیماری‌های غیرواگیر معاونت بهداشت، تعداد ۳ عنوان انتخاب و توســـط موسسه بازنشر شـــده و در رویدادهای اطلاع‌رســـانی و جلسات موضوعی به منظور اطلاع رسانی در اختیار مخاطبان قرار گرفت.

شـــما نیز می‌توانید با مراجعه به دفاتر و یا وب‌ســـایت موسسه با دریافت و مطالعه این دفترچه‌های آموزشی در جهت افزایش آگاهی خود و اطرافیان کوشا باشیم.

سروش نیکنامیان : کارشناس مهندسی ریاضی و مکانیک از دانشگاه صنعتی شریف، دانش آموخته رشته بیولوژی مولکولی و عمومی از دانشگاه IAUTCB، دارای ۲۰ عنوان کتاب در موضوعات پیشگیری و درمان بیماری سرطان، عضو فعال مرکز تحقیقات سرطان آمریکا (AACR) در ایالت فیلادلفیا، عضو وابسته انجمن بیولوژی مرکز چارلز داروین در شهر لندن و عضو فعال انجمن سلطنتی بیولوژی انگلستان، دارای ۱۷ عنوان مقاله تحقیقاتی بین المللی در موضوع سرطان و تومورشناسی، عضو افتخاری بنیاد Weston A. Price در شهر واشنگتن و سفیر تحقیقات سرطان اروپا در ایران

# تغذیه مناسب راهکار پیشگیری سرطان

بیماری سرطان پس از سکته و بیماری قلبی مهمترین عامل مرگ در جهان است. پیش از سال ۱۹۰۰ میلادی، سرطان بیماری بسیار نادری بوده است و هم اکنون یک سوم جمعیت جهان را تحت تاثیر قرار داده است! پس از بررسی‌های بسیار معلوم شده است که شروع اوج این بیماری یا به طور تخصصی اختلال، همزمان با وارد شدن محصولات غذایی کارخانه ای و غذاهای فرآوری شده به رژیم خوراکی انسان‌ها بوده است. براساس اطلاعات موجود می‌توان گفت که، شیمی درمانی و رادیوتراپی راهکار درمان قطعی بیماری سرطان نیست پس بهترین روش و راهکار پیشگیری از ابتلا به سرطان و یا شناسایی زودهنگام این بیماری است. رژیم های غذایی سنتی که تا قبل از سال ۱۹۰۰ میلادی رواج داشته است، از مواد غذایی طبیعی، گوشت حیوانات ارگانیک و گیاهان بدون سموم شیمیایی تشکیل شده بود. نکته ای که در عصر حاضر به آن توجهی نمی شود این است که ویتامین‌های محلول در چربی موثرترین ترکیبات برای پیشگیری از ابتلا به سرطان هستند که به میزان فراوان در چربی های حیوانی یافت می شوند. ترس از افزایش کلسترول و ابتلا به بیماری‌های قلبی با استفاده از چربی‌های حیوانی که به طور اشتباه در جوامع رواج یافته است یکی از عوامل بسیار موثر در ابتلا به انواع سرطان و به خصوص سرطان پستان در زنان است. همچنین می‌توان گفت که رژیم های غذایی گیاه خواری نه تنها از ابتلا به سرطان جلوگیری نمی کند، بلکه برخی از آنها را نیز می‌توان به عنوان مهمترین عامل در سرطان های سیستم عصبی (CNS) و غدد تناسلی و تولید مثل یاد کرد.

ویتامین A، برای افزایش کارآیی سیستم ایمنی بدن، متابولیسم مواد معدنی، غدد درون ریز و سم زدایی بسیار موثر است، حال آنکه نوع فعال و قابل استفاده این ویتامین محلول در چربی تنها در چربی های حیوانی، روغن کبد ماهی، جگر گاو، کره و تخم مرغ محلی یافت می شود. کمبود ویتامین های زیر احتمال ابتلا به سرطان را در شخص افزایش می‌دهند:

**ویتامین C:** که به مقدار لازم در سبزیجات تازه و گوشت احشایی حیوانات یافت می‌شود.

**ویتامین D:** در پیشگیری انواع سرطان به خصوص کولون بسیار موثر است و تنها در چربی کبد ماهی و چربیهای اشباع حیوانی یافت می شود. این چربیهای حیوانی ارگانیک حاوی CLA که نوعی اسید چرب ترانس مفید است میباشند که در جلوگیری از ابتلا به سرطان پستان بسیار لازم است.

کلسترول که در زرده تخم مرغ و کره حیوانی وجود دارد آنتی اکیدانی قدرتمند در افزایش کارآیی سیستم ایمنی انسان است. با مصرف این نوع چربیها نه تنها کلسترول مضر افزایش نمی‌یابد، بلکه HDLافزایش یافته و Lp(a) به میزان قابل توجهی در سرم خون کاهش می‌یابد.

ویتامین های B۱۲, B۶, E, B۱۷ و مواد معدنی منیزیم، سلنیوم و روی که منبع حیوانی دارند در پیشگیری در ابتلا به سرطان بسیار مفید است.

ویتامین B۱۷ به میزان زیادی در هسته سیب وجود دارد که البته میزان زیاد آن برای بدن نوعی سم است و باید در مصرف آن افراط نکرد. Co-enzyme Q۱۰ نوعی آنتی-اکسیدان قوی است که در گوشت قرمز و جگر گاو به میزان زیادی وجود دارد و با تنظیم عملکرد متابولیکی سلول، در پیشگیری سرطان مفید است.

بسیاری عقیده دارند ورزش در پیشگیری سرطان مفید است. البته تنها ورزش متعادل و نه شدید این خاصیت را داراست.

افزایش لاکتیک اسید به میزان زیاد مهمترین عامل ابتلا به سرطان در انسان است. از ورزش شدید (intensive) به شدت دوری کنید

در پایان نیز به ترکیباتی که خطر بروز و احتمال سرطان زا هستند اشاره می‌کنیم:

**۱. شکر فرآوری شده از مهمترین مواد سرطان زا است:** مصرف بیش از حد قند و شیرینی چه به‌صورت گلوکز و چه فروکتوز (قند میوه) برای انسان مضر است. میزان آنرا به ۲۵ گرم در روز محدود کنید. البته برای ورزشکاران این میزان افزایش می یابد و تا ۵۰ گرم در روز می رسد.

**۲. سویا:** به علت داشتن میزان بالای فیتواستروژن می‌تواند عامل ایجاد سرطان سینه در زنان و مردان باشد.

**۳. روغن های مایع گیاهی و مارگارین:** مملو از چربی‌های ترانس و رادیکال آزاد هستند و شاید می توان گفت از مهم ترین عوامل سرطان زا در قرن حاضر بوده است.

**۴. اسید چرب امگا۶-:** انسان و بسیاری از پستانداران تنها به میزان محدودی از این نوع اسید چرب نیاز دارند و نسبت امگا۶- به امگا۳- باید ۱/۱ باشد، حال آنکه در جامعه این میزان به ۲۷ برابر رسیده است. به هم خوردن تعادل این دو نوع ترکیب به کاهش عملکرد گیرنده‌های انسولینی می‌انجامد و ابتلا به دیابت و هایپرگلایسمی که خطر سرطان را افزایش می‌دهد از عواقب آن است.

**۵. رنگ‌های خوراکی، ام اس جی، سموم و آسپارتام از ترکیبات سرطانزای مهم هستند.**

پیشگیری از سرطان کار بسیار دشواری نیست. روی آوردن به رژیم‌های غذایی سنتی، عدم مصرف محصولات فرآوری شده، ورزش متعادل و کاهش عوامل استرس زای محیطی مهمترین راه پیشگیری سرطان است.

# راهکارهایی برای پیشگیری از بروز بیماری‌ها

زندگی هیچ تضمینی ندارد اما رفتارهای هوشمندانه مطمئناً نتیجه بخش خواهد بود. برخی رفتارهای خاص می‌تواند به پیشگیری از بیماری‌هایی مثل سرطان، بیماری‌های قلبی و دیابت کمک کند. از آنجا که بیماری‌های جدی و مزمن این روزها بسیار متداول شده‌اند بسیاری از افراد در ترس ابتلا به آنها زندگی می‌کنند. اما بهتر نیست به جای اینکه نگران این باشید که چه اتفاقی ممکن است بیفتد، برای پیشگیری از آنها اقدام کنید؟ اینجا بهترین راه‌ها برای جلوگیری از بیماری و شروع راهی تازه برای داشتن یک زندگی سالم و طولانی را برایتان معرفی می‌کنیم. برای گرفتن بهترین نتیجه، هر روز این ۱۰ روش را تمرین کنید.

## 1 رژیم غذایی باکالری‌محدود و سرشار از موادمغذی داشته باشید

کسانی که کالری‌های مصرفی خود را کنترل می‌کنند و یک رژیم غذایی متعادل را دنبال می‌کنند، دیرتر پیر می‌شوند. اما مصرف موادغذایی درست، مثل میوه‌ها و سبزیجات، بذر کتان و سایر مواد غذایی عالی هم اهمیت زیادی دارد.

## 2 روزانه حداقل ۳۰ دقیقه ورزش هوازی داشته باشید

برای داشتن عمر طولانی توصیه می‌شود که حداقل ۳۰ دقیقه در روز ورزش هوازی مثل پیاده روی یا شنا داشته باشید. اما این چطور به طولانی شدن عمرتان کمک می‌کند؟ ورزش هوازی سیستم ایمنی بدن را تقویت می‌کند، قلبتان را قوی نموده و رگ‌ها و شریان‌های شما را صاف می‌کند و همه آنها به پیشگیری از بیماری کمک می‌کند.

## 3 یاد بگیرید استرستان را کنترل کنید

استرس نه تنها می‌تواند موجب حملات قلبی، سرطان و سایر بیماری‌های جدی دیگر شود، بلکه در بیماری‌های روانی مثل افسردگی یا اختلالات اضطراب هم نقش دارد. یاد گرفتن کنترل استرس مثلاً از طریق مدیتیشن و درمان می‌تواند از بروز بیماری‌ها جلوگیری کند.

## 4 سیگار نکشید

سیگار و سایر دخانیات با بروز بسیاری از انواع سرطان‌ها مثل سرطان ریه، مثانه، دهان و لوزالمعده در ارتباط است. علاوه بر این، می‌تواند منجر به بیماری‌های قلبی، آمفیزم، آسم و بسیاری بیماری‌های جدی دیگر هم شود. ترک این عادت یا بهتر از آن شروع نکردن آن اقدامی بسیار عالی برای جلوگیری از بیماری‌ها است.

## 5 آب ساده بنوشید

آب با دفع سموم از بدن و نقل و انتقال موادمغذی به سلولهای بدن به جلوگیری از بیماری‌ها کمک می‌کند. اما چه میزان آب باید در روز مصرف کنید؟ قانون عمومی این است که روزی حداقل ۸ لیوان آب بنوشید.

## 6 ویتامین مصرف کنید

تحقیقات و مطالعات بسیاری اهمیت ویتامین D را چه به صورت مکمل غذایی و چه از طریق نور خورشید، در جلوگیری از بیماری‌ها تایید کرده‌اند. اما تغذیه صحیح هنوز هم بهترین راه برای اطمینان یافتن از مصرف ویتامین‌ها و مواد معدنی مورد نیاز بدن است.

## 7 بخندید

اینکه خنده بر هر درد بی درمان دواست فقط یک ضرب‌المثل نیست. محققان دریافته‌اند که خندیدن می‌تواند از لخته شدن خون در رگ‌ها و همچنین التهاب جلوگیری کند و سیستم ایمنی بدن را نیز تقویت می‌کند. افراد شاد همیشه عمر طولانی تری دارند.

## 8 دعا کنید

افرادی که در فعالیت‌های مذهبی شرکت می‌کنند عمری طولانی‌تر و عاری از بیماری دارند. شاید به این دلیل باشد که این افراد به خاطر باورهای مذهبی‌شان از انجام رفتارهای پرخطری مثل سیگار کشیدن خودداری می کنند، کمتر دچارافسردگی و اضطراب می‌شوند

## 9 از نوشیدن الکل خودداری کنید

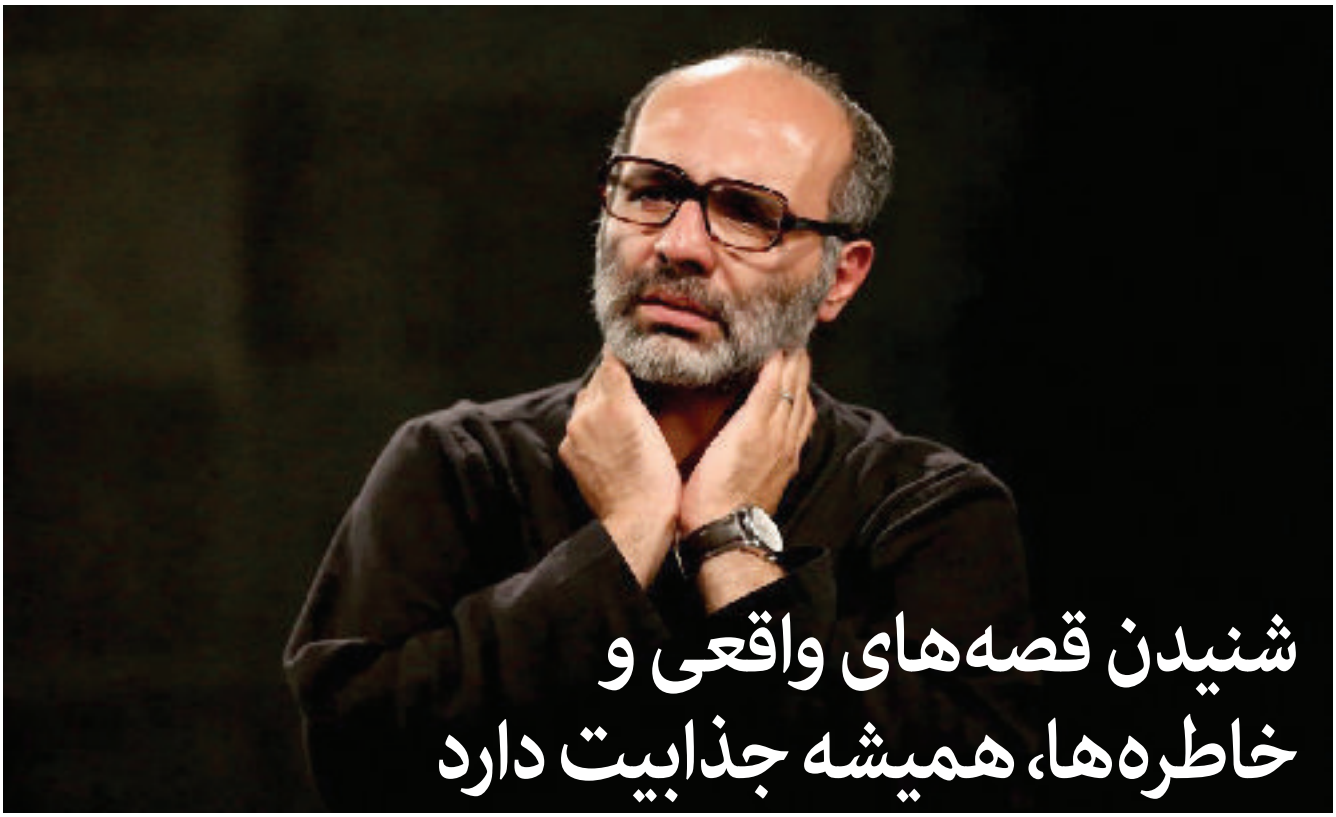
از دست دادن حافظه، تغییر شخصیت، اختلال در سیستم عصبی، مشکلات پوستی، اسهال، سوء تغذیه، مشکلات مالی و خانوادگی، رفتار خشونت آمیز، اضطراب و افسردگی شدید، آسیب به مخاط بینی، آسیب دائمی به کبد و مغز، سرطان سینه، حنجره، لب و مری، سقط جنین، ناباروری، بی میلی جنسی، زخم معده، فشار خون بالا و سکته قلبی، کم خونی، تورم کبد، اختلال در سیستم ایمنی بدن و خودکشی برخی از اثرات مصرف الکل می‌باشند.

## 10 یک سرگرمی برای خود پیدا کنید

محققان اعلام کرده‌اند که افرادی که در فعالیت‌های مورد علاقه خود شرکت می‌کنند کمتر در معرض ابتلا به بیماری‌هایی مثل زوال عقل قرار می‌گیرند. و عمر طولانی‌تری دارند. کارهای داوطلبانه، کلاس‌های متفرقه و سرگرمی‌های مختلف همه فعالیت‌های بسیار خوبی برای جلوگیری از بیماری‌ها هستند.

حواسمان باشد

هیچکس دوست ندارد با ترس از ابتلا به بیماری‌های سخت زندگی کند. با تمرین کردن راهکارهایی که در این گزارش معرفی شد، می‌توانید از ابتلا به بیماری‌های جدی پیش گیری کنید و زندگی طولانی‌تر و لذت بخش‌تر را تجربه کنید.



# شنیدن قصه‌های واقعی و خاطره‌ها، همیشه جذابیت دارد

**این گزارش تک گویی بلندی از پیام دهکردی است. شنیدن قصه‌های واقعی و خاطره‌ها، همیشه جذابیت دارد. امروزه ما در عالم هنر و فرهنگ، چهره‌ها و سوپراستارهایی را می‌بینیم که همه، آنها را می‌شناسند، اما شاید گاهی، ندانیم که از کجا آمده‌اند و این راه طولانی را، با چه سختی‌هایی طی کرده‌اند. از چیزی که زندگی او را تمت تاثیر قرار داد. از معجزه‌ای که همه چیزش را عوض کرد. به خصوص نگاهش را به زندگی. پیام دهکردی بازیگر و مدرس فن‌بیان مدتی با سرطان خون و مغز استخوان دست و پنجه نرم می‌کرد تا بالاخره توانست بر آن غلبه کند. او با وجود بیماری که داشت هر روز با رنگ و روی پریده و دست‌های کبود از جای سوزن و سرم سر کلاس‌هایش حاضر می‌شد و همچنان پرانرژی و با نشاط آموزش می‌داد و در نهایت آرامش حتی سنگ صبور شاگردان کلاس نیز بود.**

وقتی با خبر می‌شوی که چهاردرصد امکان ماندن هست، همه جهان به یکباره تمام می‌شود و سعی می‌کنی این واقعیت را بپذیری، واکاوی کنی و با جانت حس‌اش کنی. من ۲۴ساعت هولناک را گذراندم. شرایط جسمانی‌ام بد شد، حالت انفارکتوس و درد داشتم و رفتم دکتر. شرایطم خیلی بد بود، دکتر به خودم گفت که ۴درصد زنده می‌مانی با خودم گفتم همه چیز تمام شد. مادرم همیشه می‌گوید: «شما تلاشتان را بکنید از در بی‌گمان همه چیز درست می‌شود.» این جمله مادرم توی گوشم بود تا این لحظه که این اتفاق افتاد.سالها قبل بود قبل بود. بعد از چند وقت فهمیدم آن در بی‌گمانی باز شده و من خوب می‌شوم.

متاسفانه هر سال شاهد انتشار اخبار ابتلای هنرمندان عزیز به بیماری سرطان هستیم ولی کمتر به اخبار هنرمندان بهبود یافته توجه شده است

## معجزه پی در پی

همه تلاش‌ها و خواست من برای خوب شدن بود و به یکباره شد. من به معجزه به این معنا اعتقاد ندارم. معتقدم هر اتفاقی برای تو بیفتد خیر توست.

الخیر فی ما وقع... آنچه اتفاق می‌افتد حتما خیر تو در این است. منتهی این را از همان دیدگاه مادرم قبول دارم که تو تلاشات را بکن بعد از آن هر چه پیش آمد حتما صلاح توست و من تمام تلاشم را همیشه برای همه اتفاق‌ها می‌کنم تا یک خروجی اتفاق می‌افتد.

گاهی نتیجه آن اتفاق خوشایند نیست اما باز هم لابد خوب است و من نمی‌توانم در آن لحظه درکش کنم. من معتقدم وقتی خداوند می‌گوید من از روح خودم در تو دمیدم و از رگ گردن به تو نزدیکترم این معجزه است. یعنی معجزه خلقت. که انسان آنقدر توانایی دارد که می‌تواند به همه جا برسد.

## اتفاق بد همان اتفاق خوب است

روند رسیدن پر از سنگلاخ است و پر از صخره و کُتَل و درّه اما باید آن را طی کرد و رسید و باید از آنها رد شد. اتفاقات خوب را گاهی تلقی به معجزه می‌کنیم اما اتفاقات بد هم به نظر من معجزه است.

تو در آن لحظه فهم و درک آن و آگاهی لازم را نداری روزی می‌رسد که می‌فهمی آن اتفاق بد بهترین اتفاقی بوده که می‌شده بیفتد و چقدر خوب شد که نشد و من برایش سوگواری کردم.

## من همان سایه هیچم

دعا یک تلاش است. تلاشی که به نوعی یک تمنای درونی اتفاق می‌افتد و اقدام بیرونی شاید ندارد ولی در دلت دعا می‌کنی با تمام وجود از درون دعا می‌کنی. خیلی آدم برای من از درون تلاش کردند.

حتی از جنوب ایران کلی آدم به دیدنم آمدند. چقدر آدم برای من جلسات دعا و نذر برپا کردند، شعر نوشتند و نامه دادند. نمی‌دانم چه چیزی در وجودم بوده من همیشه می‌گویم:«هیچ اگر سایه پذیرد من همان سایه هیچم.» من کسی نیستم. اگر وجوهی هست که دیدنی و زیباست این وجود ذات خداوندی است.

## خداوند بخشنده مهربان

من در تمام سال‌های زندگیم تلاش نکردم که آدم خوبی باشم. کج و راست زیاد رفتم. سره و ناسره توأم با من بوده ولی سعی کردم وقایعی که برایم رخ داده ولو دهشتناک، که رنگ و بویی از بدترین رفتارها و گناه‌ها و خطاها است را بفهمم. تلاش کردم بفهمم که بنام خداوند بخشنده مهربان یعنی چه؟ به این فکر کنم وقتی خدا می‌گوید من بخشنده مهربانم پس تو باید چطور باشی.

## رفاقت با بیماری

با خودم گفتم هنوز که ملک‌الموت نیامده و لحظه آخر نرسیده من فرصت دارم جهان را برای خودم با همت خودم معنا کنم و هنوز فرصت دارم بگویم دوستت دارم، بگویم خسته نباشید، بگویم ...

با خودم فکر کردم من سلامتی‌ام را از دست ندادم. بلکه یک چیز جدید به نام بیماری به دست آوردم و این وضعیت جدید من است و براساس آن حرکت کردم. به تعبیر من جریان انرژی اینگونه است، تو وقتی یک انرژی تولید می‌کنی آن خودش مولد تولید می‌شود مثل یک گلوله برف که حرکت می‌کند و در نهایت بهمن می‌شود. برای من هم همینطور بود روز به روز حالم بهتر شد و امیدوارتر شدم.

احساس کردم برای تحقق یک اتفاق یک سهم مال من است. در این کائنات و دنیای منظم که بهار هست و زمستان پاییز و تابستان، در این نظم پیچیده من یک سهم دارم، سعی کردم سهم خودم را ادا کنم و این نظم را بفهم و بگویم چشم. همان تعبیری که عوام دارند. تعبیر قدمای ما: «خدایا راضیم به رضای تو، هر چی دادی خوب است. به داده و نداده‌ات شکر.»

این برای من واقعا اتفاق افتاد. هر چیزی را که جهان روی سر ما می ریزد یک اتفاق خوشایند است حتی ناخوشایندش.

## وقتی به عشق فکر کنی

بعد از ۲۴ساعت مرگباری که گفتم حس کردم همه چیز آخرین‌بار است، این آخرین غذایی است که می‌خورم،آخرین دیدار است، آخرین... آخرین ...

پس با تمام پدیده‌ها بامهر رفتار کردم. آدمی به من بدی کرده بود بعد از مریضی او را دیدم و حس کردم این آخرین‌بار است که او را می‌بینم. یکدفعه احساس کردم می‌توانم او را ببخشم و حتی دوستش داشته باشم. وقتی تو به عشق فکر کنی در تو متجلی می‌شود وقتی به مهر فکر می‌کنی، مهر جدید ایجاد می‌شود و همیشه حال تو خوب است. جهان برای تو وجهه دیگری پیدا می‌کند. وجهه جدیدی از دنیا بر تو عریان می‌شود و حس می‌کنی که دنیا را دوست داری.

## اعتماد به کائنات

خیلی‌ها تا به حال به من گفتند شما یک پیام برای من بودید. خودم به این موضوع دقت نکردم اما ما ذره‌ای از ذات خداوندیم. به کسانی که مشکل و نقص دارند می‌گویم تلاش کنید که نقص برطرف شود، دوباره و سه باره و اگر نشد مطمئن باشند در این نقص پیامی نهفته است. وجه مثبت و نابی پشت این ماجراست که شاید الان درک نشود. مطمئن باشند نظمی در کائنات هست که حواس‌اش به همه چیز هست.

احساس کردم برای تحقق یک اتفاق یک سهم مال من است. در این کائنات و دنیای منظم که بهار هست و زمستان پاییز و تابستان، در این نظم پیچیده من یک سهم دارم، سعی کردم سهم خودم را ادا کنم

## یک فرصت استثنایی

من چه فرقی با این هم آدم دارم که مشکل دارند، این‌بار قرعه به نام من افتاده و حتما پیامی در آن نهفته است. برای من این بود فرصت زیستن یک فرصت تکرار نشدنی است و باید آن را درک کنی و برای هر انسانی یک‌بار اتفاق می‌افتد. این یک‌بار می‌تواند با عشق و مهر و گذشت باشد و در نهایت همه این‌ها می‌گذرد.

نمی‌دانم، نمی‌دانم، نمی‌دانم
این همه چیزی است که می‌دانم

## همسرم، جایش روی زمین نیست

مادر اولم یعنی همان مادرم خیلی در به دست آوردن سلامتی‌ام نقش داشت. می‌گویم مادر اول چون ایشان معلم بودند و من در دامن خواهرم رشد کردم.

مادرم اسوه صبر و مهربانی بود. بعد خواهر بزرگترم که مادر دوم من بود، از اول این آدم‌ها به من یاد دادند که مهربان باش و به همه محبت کن. بعد ازدواج کردم معتقدم که زندگی کردن با من دشوار است.

یک تحمل بی‌پایان می‌خواهد. من انسان شوریده و متغیری هستم. این تحمل نیاز به صبر و گذشت و از جان گذشتگی و از خود گذشتگی دارد. بارها گفتم که همسرم اشتباهی روی زمین آمده، جایش روی زمین نیست.

زیستن با آدمی مثل من دشوار است و همسرم این را در وجودش دارد. عشق همسرم مصداقی از عشق به خداوند و ذات خداوندی است.

همواره می‌گویم خدایا به من توفیقی بده که این حجم از محبت و گذشت را بفهمم و درک کنم. من یک دفعه از دیدن یک پرنده روی درخت عنان از کف می‌دهم. ساعت‌ها اشک می‌ریزم.

اگر این اتفاق درک نشود، جهان برای فرد جهنم می‌شود. مادرم و خواهرم و همسرم همیشه مرا درک کرده‌اند

# گزارش تصویری از پویش یک قدم زودتر

ROJA

برخی علائم مهم برای ابتلا به سرطان در زنان وجود دارد که می خواهیم به برخی از خطرناک ترین آنها در این مطلب اشاره کنیم، توصیه می کنیم با ما در ادامه مطلب همراه باشید و آن ها را بشناسید. زنان معمولا در مورد مراقبت‌های بهداشتی وپیگیری‌های آن سخت‌کوش‌تر از مردان هستند. اما بسیاری از زنان ممکن است نشانه‌های مرتبط با برخی بیماری‌ها به‌خصوص سرطان را نادیده بگیرند. در اینجا به برخی علائم هرچند جزئی اشاره شده است که تاکید نمی‌کند یک زن حتما به سرطان مبتلا شده، اما این علائم در صورت تداوم باید برای رد سرطان تحت پیگیری و ارزیابی قرار گیرند.

# نشانه های مهم و خطرساز برای سرطان های زنانه

## کاهش وزن بدون علت

کاهش وزن بدون علت، می‌تواند نشانه‌ای از ابتلا به یک سرطان باشد. زمانی‌که این کاهش وزن در یک زن بدون رژیم غذایی یا ورزش اتفاق می افتد، باید به دنبال علت بود. سلول‌های سرطانی اغلب میزان زیادی از انرژی بدن را استفاده می کنند و همین امر می تواند منجر به کاهش وزن شود. پزشکان علاوه بر بررسی و ردیابی سرطان، شرایط پزشکی دیگر مانند تیروئید پرکار را بررسی خواهند کرد.

## نفخ

بسیاری از زنان تجربه نفخ را به‌عنوان بخشی طبیعی از چرخه ماهانه خود قلمداد می کنند. اما اگر نفخ هر روز و به مدت چند هفته ادامه یابد، باید با پزشک مشورت کرد. علائم سرطان تخمدان شامل نفخ و دیگر مسائل گوارش و لگن است. احساس سیری به‌سرعت حتی اگر خیلی هم غذا نخورده باشید، و اضطرار برای تخلیه ادرار، نیاز به پیگیری از طریق آزمایش خون و سی تی اسکن دارد.

## تغییرات پستان

این تغییرات در زنان باید مکرراً آزمایش شوند. علائم و نشانه‌های سرطان پستان از قبیل قرمزی و ضخیم شدن پوست است. نشانه‌های کهیر روی پستان برای مدت‌ها نیز علامت دیگری است. در صورتی‌که متوجه این تغییرات شدید، با پزشک خود حتما برای انجام بررسی های ماموگرافی، سونوگرافی و بیوپسی مشورت کنید.

## تغییرات پوستی

سرطان پوست، شایع‌ترین سرطان در ایالات متحده است و آن هم با علائمی از قبیل تغییر رنگ در پوست، خونریزی و پوسته پوسته شدن بیش از حد پوست. از آنجا که ملانوم تهاجمی‌ترین شکل سرطان پوست است، در صورت بروز هر کدام از این تغییرات و ماندگاری آنها به پزشک مراجعه کنید.

## عادات ماهانه غیر منظم

در صورت این اتفاق، برای نگرانی دلیل وجود دارد. خونریزی بعد از یائسگی نیز می‌تواند نشانه و علامت اولیه ابتلا به سرطان آندومتر باشد. زنان هم‌چنین تمایل به نادیده گرفتن خونریزی از دستگاه گوارش دارند که می‌تواند با خونریزی قاعدگی اشتباه گرفته شود. خونریزی گوارشی می‌تواند نشانه سرطان روده بزرگ باشد. برای قطعیت این تشخیص ها پزشک سونوگرافی و بیوپسی را تجویز خواهد کرد.

## اشکال در بلع

این علامت ممکن است نشانه ای از ابتلا به سرطان مری باشد. پزشک شما علاوه بر معاینات فیزیکی، به احتمال زیاد دستور تست‌هایی مانند رادیوگرافی قفسه سینه و یا آندوسکوپی را خواهد داد.

## خون در مدفوع

این علامت می تواند نشانه عارضه‌ای خوش‌خیم مانند هموروئید باشد. اما شاید به سرطان روده بزرگ نیز مربوط شود. پزشک با تجویز یک آزمایش مانند کولونوسکوپی، می‌تواند به این تشخیص برسد. خون در ادرار نیز می‌تواند نشانه سرطان مثانه یا کلیه باشد. در صورت بروز سرفه‌های خونی نیز باید به پزشک مراجعه کنید.

## سرفه مداوم

سرفه‌های طولانی مدت در صورت عدم ابتلا به بیماری سرماخوردگی، که بیش از سه تا چهارهفته ادامه یابد، نیاز به مشورت با پزشک دارد، به‌خصوص اگر شما سیگار می کشید.

## تغییرات درغدد لنفاوی

بزرگ شدن غدد لنفاوی یا توده در این غدد در زیر بغل یا گردن می‌تواند نشانه ای از سرطان باشد. اگر اندازه توده افزایش داشت و برای بیش از یک ماه ماندگار شد به پزشک مراجعه کنید. این اتفاق می تواند به دلیل عفونت هم باشد اما باید از نظر ابتلا به سرطان نیز بررسی شوید.

## تغییرات دهان

لکه‌های سفید روی زبان یا داخل دهان ممکن است از یک بیماری پیش‌سرطانی به نام لکوپلاکیا خبر دهد. این وضعیت در افراد سیگاری شایع‌تر است و در صورت مشاهده این لکه ها باید به دندان پزشک مراجعه کرد.

## سوء هاضمه

شاید این علامت به علت وعده‌های غذایی پرچرب و یا بارداری باشد اما سوءهاضمه غیر قابل توضیح می‌تواند از نشانه‌های اولیه ابتلا به سرطان مری، گلو و یا معده نیز باشد.

# پروژه علمی و پژوهشی مدل‌سازی ریاضی سرطان باحمایت موسسه انجام شد

**بابک سرانی آذر: اردیبهشت ۱۳۹۴ دکتر آرتا جمشیدی استادیار دانشکده برق پردیس فنی دانشگاه تهران با ایده ساخت سنسورهای هشدار دهنده اختلال در سلول‌ها و اعلام هشدار بروز سرطان به موسسه مراجعه کردند. این ایده طی مدت ۵ ماه و با هدایت و مشورت مدیریت، مشاورین و کارشناسان موسسه در قالب یک پروژه مطالعاتی با عنوان «مدل‌سازی ریاضی مراحل مختلف پیشرفت بیماری سرطان از سطح زیرسلولی تا مرحله درمان» و با هدف استفاده از دانش ریاضیات برای مدلسازی سرطان تهیه و در قالب یک همکاری پژوهشی مشترک با پردیس فنی دانشگاه تهران به راهبری و هدایت دکتر محمود کمره‌ای (ریاست پردیس دانشکده‌های فنی دانشگاه تهران) و باحضور جمعی از دانشجویان نخبه کشور که زیر نظر دکتر آرتا جمشیدی این پروژه را بر عهده دارند به ارزش ۲.۵ میلیارد ریال، طی مدت ۱۲ ماه با حمایت موسسه خیریه بهنام‌دهش پور از مهرماه ۱۳۹۴ آغاز به کار کرد. نتایج این پروژه تحقیقاتی می‌تواند تا حد زیادی در تصمیم پزشکان درباره نحوه درمان موثر برای هر فرد، میزان مصرف دارو و اثرات آن و حتی طول دوره درمان بیماری نیز تاثیر گذار باشد در ادامه ضرورت اجرایی شدن این ایده، مراحل پیشرفت و فواید نتایج پروژه برای جامعه علمی و پزشکی را که طی جلسات، بازدیدها و گزارش‌های مختلف از تیم اجرایی پروژه آماده شده برای شما آورده‌ایم:**

در ایران پس از تلفات ناشی از تصادفات رانندگی و بیماری‌های قلبی و عروقی که به ترتیب بالاترین درصد مرگ و میر را به خود اختصاص داده‌اند سرطان در جایگاه سوم قرار داشته و به گزارش انجمن علمی سرطان ایران، سالانه حدود ۳۰۰۰۰ نفر در ایران جان خود را در اثر سرطان از دست می‌دهند.

آنچه که از این آمار منتج می‌شود، بی‌تردید لزوم صرف سرمایه‌های علمی و مادی در راستای مطالعه و بهبود وضعیت درمان سرطان است و چنین است که طی چهار دهه‌ی گذشته، مطالعه و درمان سرطان، به اولویت اصلی و اساسی پژوهش‌های جامعه‌ی علمی، چه در ایران و چه در جهان، مبدل گشته‌است. طی این

> مطالعه و بهبود وضعیت درمان سرطان است و چنین است که طی چهار دهه گذشته، مطالعه و درمان سرطان، به اولویت اصلی و اساسی پژوهش‌های جامعه‌ی علمی، چه در ایران و چه در جهان، مبدل گشته‌است

چهار دهه، در ابتدا تحلیل و مطالعه سرطان، صرفا در حوزه‌ی علوم پزشکی و بهداشتی قرار داشته و صرفاً پدیده‌های بیولوژیک شناخته می‌شد. اما به تدریج زوایای متفاوتی از آن شناخته شده و علوم دیگر با حوزه‌های مطالعاتی متنوع، جای خود را در مطالعه‌ی سرطان یافته و در این راستا به کار گرفته شدند.

در این میان، ریاضیات مهمترین و بزرگترین نقش را ایفا کرده و تأثیر آن در روند مطالعه‌ی سرطان غیر قابل انکار است. در راستای نشان دادن این تأثیر شگرف، یکی از محبوبترین و رایج‌ترین تست‌های تشخیص سرطان پروستات، test PSA است که متأسفانه در اکثر موارد، تومورهای پروستات با رشد بسیار تهاجمی (که عموماً در بیماران جوان مشاهده می‌شود)، دچار خطای تشخیص بسیار فاحشی می‌شود. این واقعیت در سال ۲۰۰۴ و تنها پس از هفت سال مطالعه ۹۰۰۰ بیمار در نشریه‌ی « Medicine of Journal England New» منتشر و پذیرفته‌شد.

این در حالی است که در سال ۲۰۰۱، دکتر کریستن سوانسن، تنها با استفاده از یک معادله دیفرانسیل ساده، این عدم تقویت و ناتوانی تست در تشخیص را پیشبینی کرده بود. بنابراین تأثیر ریاضیات و استفاده‌ی تلفیقی آن در کنار بیولوژی، در پیشبرد مطالعه و درمان سرطان، امری غیرقابل انکار است. بدین ترتیب، بر آن شدیم تا با به‌کارگیری همزمان بیولوژی، ریاضیات و مهندسی، گامی در راستای پیشبرد پژوهش و مطالعه سرطان، با هدف بهبود تکنیک‌های درمانی سرطان، برداریم.

## مراحل بررسی پدیده‌ای چند وجهی به نام سرطان

طبق بررسی‌ها و مطالعات انجام شده، طبق تئوری تکامل، امروزه سرطان پدیده‌های چندوجهی، چند مقیاسی است بنابراین در اجرای پروژه، مدلسازی نیز طی چندین مرحله مطالعه و بررسی بر روی سطوح مختلف بیماری به شرح زیر صورت گرفت:

۱. انجام تحقیقات میدانی (Literature Review) در جهت شناسایی مدل‌های کاربردی مطرح در سطح بین المللی در سطوح مختلف از سطح زیرسلول تا سطح درمان

۲. استخراج مدل‌های مناسب در سطوح منتخب و نهایی شده و رتبه بندی آنها با توجه به معیار تعریف شده و مشخص کردن مدل‌های کاربردی و موثر

۳. پیاده سازی مدل‌های منتخب در محیط شبیه‌ساز

۴. اعتبارسنجی مدل‌های توسعه یافته با توجه به امکانات موجود در سطوح مختلف

۵. رفع ایرادات احتمالی مدل‌های توسعه یافته در جهت دستیابی به مدل قابل قبول

۶. جمع‌بندی پروژه و ارایه دستاوردهای حاصله به‌صورت مدون

## شرح کامل روند اجرایی مدل‌سازی

در اولین مرحله ابتدا جهت آشنایی و سپس تسلط بر فضای پژوهشی حاکم بر مطالعه سرطان و نیز حضور پژوهش‌های مهندسی و ریاضیات در این حوزه، مطالعه و بررسی بسیار جامعی بر تمامی فعالیت‌های انجام شده صورت گرفت؛ با توجه به دستاوردهای گذشته، جهت تسهیل و تبیین دقیق مسیر مطالعه و پژوهش، تمامی حیطه‌ها و مباحث مرتبط با همکاری ریاضیات، مهندسی و بیولوژی در حوزه‌ی پژوهش سرطان، شناسایی و دسته‌بندی شد و تمامی فعالیت‌ها و دستاوردهای چشمگیر در هر دسته شناسایی، انتخاب و تحلیل شد. در مرحله سوم مطالعات نشان داد، سرطان در عین حال که نمودی در مقیاس بالا همانند بافت و ارگان و ارگانیسم دارد، به همان ترتیب در مقیاس کوچک همانند سلول و درون سلول نیز نمود داشته و دلایل موثر در شکل‌گیری سرطان هم در هر دو مقیاس تحقق می‌یابند، دقیقاً همان‌طور که عامل سرطان (به عبارتی سرطان‌زایی) می‌تواند در مقیاس بالازخم‌های مزمن ودر مقیاس پایین جهش‌های ژنی باشد. بدین ترتیب به این نتیجه رسیدیم که مطالعه سرطان را می‌توان در پنج لایه، به شرح:

تحلیل زیر سلولی، تحلیل سلولی، تحلیل بافتی، تحلیل همزمان درتمامی ابعاد بدن بیمار و تحلیل درمانی، دسته‌بندی نمود. همچنین با بررسی تمامی مطالعات و پژوهش‌های سرطان، دریافتیم که سرطان را با توجه به چهار مشخصه‌ی اساسی یعنی، مشخصه‌های زیرسلولی و ژنتیکی، مشخصه‌های سلولی، مشخصه‌های بافتی و مشخصه‌های ارگانی می‌توان مطالعه نمود وبا استفاده از نتیجه تحقیقات می‌توان یکی از سه استراتژی و راهبرد تشخیص، ،پیشگیری و درمان را برگزید.

در مرحله دوم در هر یک از پنج لایه پژوهش سرطان، ابتدا لایه مورد بررسی به لحاظ بیولوژیک، با دقت و جزئی‌نگری بیشتر و تعمیق مباحث بیولوژی، بررسی شده و سپس مدل‌سازی‌های ریاضی و مهندسی انجام شده و مطالعات آنها، بررسی شده است و در انتها، نتایج حاصل از این مدل‌سازیها شبیه‌سازی شده و انطباق آنها با داده‌های تجربی بررسی شده و در نهایت چند نمونه از مدلسازی‌های معتبر و برجسته و کارآمد، معرفی شده‌اند.

در ادامه به این نتیجه دست یافتیم که مدلسازی ریاضی و مهندسی در پژوهش سرطان را می‌توان به دو دسته‌ی اصلی ۱ (مدل‌سازی مبتنی بر مدل فیزیکی ۲ (مدل‌سازی مبتنی بر جمع‌آوری داده تقسیم کرد.

مدل‌سازی مبتنی بر مدل فیزیکی عبارت است از مطالعه، تحلیل و استنتاج مشخصه‌های

**ضرورت به‌کارگیری همزمان بیولوژی، ریاضیات و مهندسی در این پروژه برای سازمان‌های مردم نهاد و موسسه خیریه تشریح گردید**

فیزیکی تومورهای سرطانی و یا مشخصه‌های رفتاری سلول‌های سرطانی و سپس مدلسازی آنها در قالب یک سری متدها و معادلات ریاضی. در مقابل، مدل‌سازی مبتنی بر جمع‌آوری داده بدین معنی است که بدون توجه به اصول و قوائد کلی فیزیکی و شیمیایی پشت هر پدیده آن پدیده را به صورت پدیدهای مجهول فرض می‌کنیم و با توجه به داده‌های به دست آمده از بیماران قبلی مدلی استخراج می‌کنیم و آن مدل را برای بیماران بعدی استفاده می‌کنیم.

ایده اساسی این است که اگر مدلی می‌تواند رفتار طیف گسترده‌ای از نمونه‌ها را توجیه کند به احتمال قوی برای نمونه‌های مشابه بعدی نیز کارایی بالایی خواهد داشت. بنابراین این مسئله که سلول ها در شرایط خاص رفتار خاصی را نشان می‌دهند در اینجا به‌صورت ریاضی مطرح می‌شود.

در مرحله سوم شبیه‌سازی مدل‌های تحلیل درمانی در این قسمت صورت گرفت، پس از مطالعه‌ی مقالات متعدد در ارتباط با حوزه مطالعات سرطانی، خصایص و ویژگی‌های هر مدل بررسی شده و نقاط ضعف و قدرت هر یک، در قیاس با دیگری، تعیین و مطالعه شدند و نهایتاً از میان مدلهای ارائه شده در این مقالات، مدل‌هایی برگزیده شدند که مورد مطالعه و تحقیق دقیقتری قرار گرفتند. طی این غربالگری، مدل‌هایی با ایده‌های نوین و معتبری که از نقطه‌نظر بیولوژی و مطالعات شناختی سرطان، از صحت و دقت قابل قبول برخوردارند مورد شبیه‌سازی و تحلیل ریاضی قرار گرفتند.

در مرحله چهارم روش‌های ریاضی به‌کارگرفته، همگی به تفصیل مورد مطالعه قرار گرفته و صحت علمی هر یک با بیولوژی سرطان در مبحث مربوطه، تا جای ممکن، با بیولوژیست مورد مشورت قرار گرفته است. همچنین پارامترهای به‌کار رفته در مدل‌ها و مقادیر جایگزین شده در آنها و چگونگی دستیابی به این مقادیر و امکان آزمایش آنها مورد بحث و بررسی پرسش قرار گرفتند. در نهایت هر یک از مدل‌ها از نو شبیه‌سازی شده و روش‌های شبیه‌سازی به‌کارگرفته شده در هر مدل توسط مولفین مدل، گام به گام پیاده‌سازی و انجام شدند تا مجدداً نتایج قید شده در مقالات و مدل‌های برگزیده، حاصل شوند و یا میزان تفاوت نتایج بدست آمده از شبیه‌سازی مجدد و نتایج قید شده در مقالات، با یکدیگر مشخص شده و تا جای ممکن، علت‌یابی گردد. در نهایت آنچه که با پیاده‌سازی گام به گام مدل‌ها، مطابق متُدهای قید شده در مقالات، بدست آمد، با نتایج نشان داده شده در مقالات، مقایسه شده و تابع خطای آنان بدست آمد. همچنین با تعریف یک بازه نوسان و تلورانس، پارامترها تغییر داده شده و به ازای بازه تعریف شده، مدل‌ها از نو شبیه‌سازی شدند.

**نتایج حاصل از این مدل‌سازی‌ها شبیه‌سازی شده و انطباق آنها با داده‌های تجربی بررسی شده و در نهایت چند نمونه از مدل‌سازی‌های معتبر و برجسته و کارآمد، معرفی شده‌اند**

## شاخه بندی مدلها

مدل‌های مورد بررسی در پنج شاخه شیمی درمانی، ایمونوتراپی، پرتودرمانی، هورمونتراپی و درمان با استفاده از مدلسازی و هدف‌گیری سلول‌های بنیادی سرطانی، تعریف شده‌اند.

در شیمی‌درمانی، با تعریف مدل‌سازی سیستم ایمنی در سطح سلولی و سپس افزودن المان دارو و تحریک سیستم توموری با دارو و پژوهش اثرگذاری سه گانه‌ی دارو، تومور و سلول‌های عادی و ایمنی، رفتار تومور در قبال دارو مدل و نگاشته می‌شود و نهایتاً رفتار آتی آن را می‌توان پیش‌بینی نمود.

در ایمونوتراپی، با مدل‌سازی سیستم ایمنی توسط معادلات دوگانه و سه‌گانه سیستم ایمنی و مطالعهی رفتاری مولکول سیگالینگ، سیتوکین و ... بر سلول‌های ایمنی و عادی، برهم‌کنش سلول‌های سرطانی و ایمنی تخمین زده شده و تحلیل می‌گردد و نهایتاً مبتنی بر آن پیشبینی، تشخیص و در نهایت درمان مدل شده و تعیین می‌شود. در پرتودرمانی، با توجه به چگونگی ایجاد وقفه و یا قطع رشد سلولی، که می‌تواند قطع روند تقسیم در چرخه سلولی و یا کشتار سلولها با توجه به حساسیت آنان نسبت به پرتو باشد، احتمال موفقیت درمان و تعداد سلول‌های سرطانی و عادی پیش و پس از تابش پرتو و احتمال گریز سلول‌های سرطانی از اشعه مطالعه و در نهایت، تعیین می‌گردد که در این راستا، دو مدل، هر کدام با یک رویکرد متفاوت با دیگری، ارائه شده‌اند.

در هورمونتراپی، اثر هورمون بررسی می‌شود چرا که در انواع مشخصی از سرطان‌ها هورمون یک عنصر دخیل، حائز اهمیت و تعیین‌کننده می‌باشد. طبیعتاً از ویژگی‌های این مدل‌سازی درمانی، اختصاصی بودن آن برای هر یک از انواع سرطان است که این امر تا حدی از جامعیت آن می‌کاهد. در اینجا، آنچه مورد توجه است، مدل‌های مرتبط با سرطان‌های پروستات و سینه است که این امر نیز ناشی از شیوع، اهمیت و میزان کشندگی این سرطان‌ها است که در عمل در رویکردی جهانی نیز بیشتر از سایرین مورد توجه‌اند. مدلسازی سلول‌های بنیادی سرطانی، متکی بر تئوری جدیدی است که امروزه بسیار مورد توجه قرار گرفته و توجیه‌کننده بسیاری از فرآیندهای جاری در سرطان است.

مدلسازی سلول‌های بنیادی سرطانی امروزه راهگشای بسیاری از موانع لاینحل درمان سرطان است که با اختصاص توجه و بهای بیشتر به این روش و پیشبرد آن، پیشرفت‌های شگرفی در روند درمان سرطان حاصل خواهد شد. در این مدل‌سازی رفتار سلول‌های بنیادی سرطانی مورد توجه و تحلیل قرار گرفته است و درمانهای با هدف‌گیری کشتار و یا توقیف سلول‌های بنیادی سرطانی از رشد، مورد مطالعه و پژوهش قرار می‌گیرد.

## در نهایت

طی این شبیه‌سازی‌ها، نتایج و اشراف‌های نوینی در راستای طراحی مدل و شبیه‌سازی در آینده، بدست آمده است. نتیجه‌گیری‌ها و حقایق استخراج شده از شبیه‌سازی‌های مجدد و نیز تعمیق دید بیولوژی که طی این شبیه‌سازی برای اعضای گروه حاصل شده است، در ادامه‌ی روند مدلسازی و بهبود دید اعضای گروه در مواجهه با مقوله مدلسازی سرطان و کیفیت بیولوژیک آن، بسیار موثر و ارزشمند بوده و به بیانی دیگر، تعیین‌کننده مسیر آتی رویکرد این گروه در مدل‌سازی سیستم‌های سرطانی و بهینه‌سازی پیشبردهای درمانی در سرطان می‌باشد. مدل ریاضی ارایه شده، در واقع راهی است برای تعریف استراتژی درمان در بهترین زمان با بهترین میزان دارو.

ماحصل این پروژه قرار است در پایان به صورت مقاله علمی در قالب مدل‌سازی فرایندهای بیولوژیکی به صورت معادلات ریاضی به بخش‌های مختلف داخلی و خارجی ارائه شودلازم به ذکر است در صورت وجود داده‌های بیولوژیکی این تحقیق می‌تواند به ابزاری برای کنترل و درمان هرچه بهتر بیماری سرطان استفاده شود. با امید این که بتوانیم هر چه بیشتر درمان بیماران مبتلا به سرطان را با شانس بهبودی بیشتر وهزینه کمتر به انجام برسانیم.

# گزارش دوسال حضور و خدمات در بیمارستان امام حسین(ع)

**از سال ۱۳۹۳ تا نیمه دوم سال ۱۳۹۵**

موسسه خیریه بهنام دهش پور در راستای ایفای رسالت سازمانی خود و براساس اعلام نیاز از سوی مدیریت بیمارستان امام حسین(ع) مبنی بر نیاز بخش شیمی درمانی سرپایی به تجهیز و بازسازی، این اقدام در تابستان ۱۳۹۳ با حمایت جمعی از نیکوکاران و خیرین به انجام رساند و این بخش در سوم مهرماه با جمعی از خیرین این پروژه، ریاست دانشگاه، پزشکان و اساتید دانشگاه شهید بهشتی و بیمارستان امام حسین(ع) و اعضای هیات مدیره و داوطلبان موسسه برگزار و بخش شیمی درمانی سرپایی بصورت رسمی افتتاح و مورد بهره‌برداری قرار گرفت. این اقدام با هزینه‌ای بالغ بر ۴میلیارد ریال شامل اقدامات بازسازی و تجهیز بخش صورت پذیرفت.

شایان ذکر است قبل از بازسازی بخش تعداد بیمارانی که ماهیانه تحت درمان قرار داشتند در حدود ۴۵۰ نفر بودند که طبق آخرین آمار ارائه شده در شهریورسال ۱۳۹۵ این تعداد به ماهیانه ۱.۳۴۹ نفر در ۲ شیفت کاری افزایش یافته است. در کنار تجهیز سخت‌افزاری بخش شیمی درمانی سرپایی موسسه با استقرار نیروی مددکار خدمات حمایتی خود را در کنار خدمات درمانی به صورت موثرتر در اختیار بیماران قرار می‌دهد.

**براساس آخرین آمار در شهریور ۱۳۹۵ تعداد ۱۳۴۹ بیمار از خدمات شیمی درمانی سرپایی در این بخش استفاده نموده اند**

## بخشی از خدمات موسسه خیریه بهنام دهش پور در موضوع آموزش و خدمات روانشناسی

خدمات آموزشی برای بیماران از فروردین ۱۳۹۵ با حضور مستمر یک کارشناس آغاز گردیده است.همچنین خدمات مشاوره عمدتاً به صورت فردی و با اولویت بیماران بدحال و یا نوبت اول درمان با هدف آرام سازی و آموزش مهارت های روانشناختی برای کمک به درمان و جلوگیری از بازگشت مجدد بیماری صورت می‌گیرد. علاوه بر مشاوره فردی، تلاش شده است تا در هر ماه چند جلسه مشاوره گروهی (گروه درمانی) انجام شود. آموزش بخشی از فرایند آگاه‌سازی و البته آرام‌سازی بیمار است. با آموزش اولیه و کلی درباره بیماری، درمان، عوارض داروها، راه‌های کاهش آنها، احساس کنترل بیماری و همکاری با درمان در بیمار بیشتر می‌گردد. به این ترتیب بیمار امید خود برای بهبود رابطه باز می یابد.

## ۱۳۹۳

- تامین هزینه بازسازی و تجهیز بخش شیمی درمانی سرپایی ..... به‌ارزش ۳,۱۷۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال
- تامین ملزومات مصرفی بخش شیمی درمانی سرپایی ..... به‌ارزش ۳۹۰,۹۰۴,۰۰۰ ریال

## ۱۳۹۴

- تامین هزینه خرید هود شیمی درمانی بخش شیمی درمانی سرپایی ..... به‌ارزش ۷۳,۰۰۰,۰۰۰ ریال
- خرید نرم افزار طراحی درمان بخش شیمی درمانی سرپایی ..... به‌ارزش ۴,۵۲۴,۰۰۰,۰۰۰ ریال
- تامین هزینه پرسنلی به ارزش ..... به‌ارزش ۵۱۳,۱۴۴,۷۷۱ ریال

## ۱۳۹۵ نیمه اول سال

- تامین ملزومات مصرفی برای بخش شیمی درمانی سرپایی (مانند آنژیوکت- ملحفه و دستکش و ظروف یکبار مصرف و ...) ..... به‌ارزش ۵,۵۴۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال
- هزینه استخدام ۳ نفر فیزیست به ارزش ..... به‌ارزش ۴۴۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال
- پرداخت کمک هزینه پرسنلی (اضافه کار پرسنل درمانی بخش شیمی درمانی حقوق یک نفر هماهنگ کننده ،یک نفر منشی، یک نفر خدمه) ..... به‌ارزش ۴۸۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

### بخشی از اقدامات واحد مددکاری در بخش شیمی درمانی سرپایی

- اهداء بن خرید کالا در فروشگاه های طرف قرار داد با موسسه ( به مناسبت های مختلف)
- اهداء اقلام غیر نقدی
- امانت دادن ویلچر، کپسول اکسیژن و ...
- اهدای داروهای رایگان به بخش شیمی درمانی
- معرفی به واحد هزینه تحصیلی (پس از مددکاری و با ارسال معرفی نامه به واحد هزینه تحصیلی)
- اهدای لوازم تحریر و سایر اقلام به کودکان و نوجوانان با هماهنگی با واحد کتابخانه کودکان مستقر در تجریش
- معرفی بیماران به روانشناس موسسه خیریه بهنام دهش پور مستقر در بیمارستان امام حسین (ع)
- معرفی و هماهنگی با مددکار بیمارستان محل درمان بیمار جهت کاهش هزینه ها و اعمال تخفیفات ویژه برای تسهیل در امور درمانی
- در صورت نیاز انجام مشاوره با پزشکان در مورد مراحل درمانی بیمار
- در صورت لزوم هماهنگی با سایر بخش های بیمارستان جهت پیگیری درمان بیمار
- راهنمایی بیماران جهت استفاده از امکانات موجود جهت امور بیمه خصوصا بیماران اتباع
- راهنمایی بیماران جهت دریافت کمک از معاونت غذا و دارو و سایر موسسات مربوطه

قبل از بازسازی

بعد از بازسازی

### تامین بخشی از دارو و تجهیزات مصرفی درمانی مورد نیاز بخش شیمی درمانی سرپایی

- باتوجه بـه فعالیت موثر واحـد دارو و تجهیزات درمانی اهدایی در موسسـه، براسـاس درخواسـت ارسـالی از سـوی بخش مسـتمراً دارو و تجهیزات موردنیاز از سـوی موسسه دراختیار سرپرستار بخش برای اهدا و استفاده توسط بیماران نیازمند قرار داده می‌شود.

ارزش ریالی تقریبی داروی اهدایی تحویلی در سـال ۹۴ معادل ۷۶۱.۲۳۰.۳۰۰ ریال و این اقلام طی نیمه اول سال ۹۵ به ارزش ۷۰.۴۳۸.۰۰۰ ریال بوده است.

مجمع خیرین سلامت خراسان جنوبی در تاریخ ۱۳۸۸/۷/۲۵ در راستای تدابیر انسان دوستانه مبنی بر جلب مشارکتهای همگانی و جذب کمک های خیرین در توسعه اجتماعی به عنوان یک سازمان مردم نهاد (NGO) تشکیل و در راستای هدف کلی خود که همانا کاستن آلام و دردهای محرومین و بیماران نیازمند می باشد تاکنون در کنار سیستم خدمات دولتی ایفای نقش می کند.

استان خراسان جنوبی با مساحت ۱۵۱/۱۹۳ کیلومتر مربع سومین استان پهناور کشور عزیزمان ایران است. این استان دارای ۱۱ شهرستان بوده و براساس سرشماری سال ۱۳۹۰ بالغ بر ۷۳۲/۱۹۲ نفر جمعیت دارد که به دلیل نوپا بودن و مشکلاتی همچون درگیری با بحران بیست ساله خشکسالی از نظر سرانه درآمدی و توسعه یافتگی جزو استانهای نسبتا ضعیف ایران بشمار می آید. به طبع این کم توسعه یافتگی در بخش سلامت نیز کاملا ملموس بوده لذا نگاه ویژه نیک اندیشان و خیرین را در این حوزه طلب می کند.

# گزارش خدمات ارائه شده در استان خراسان جنوبی

با تلاشها و پیگیری ریاست و اعضای مجمع خیرین سلامت استان خراسان جنوبی، امروز شاهد آماده سازی و نزدیک شدن به فاز بهره برداری و فعال سازی این مرکز در شرق کشور هستیم

مجمع خیرین سلامت خراسان جنوبی دارای شخصیت حقوقی مستقل ، غیر دولتی به صورت غیر انتفایی و عام المنفعه است و منابع مالی آن از : مشارکت‌های مردمی، موقوفات، صلح، ثلث، حبس، هبه، نذر، وصیت و سایر منابع مالی داخلی و خارج از کشور تامین می شود. این مجمع براساس آیین نامه دارای هیات امنایی متشکل از ۵۶ نفر از معتمدین و فعالان حوزه سلامت استان و هیات مدیره ای مرکب از ۷ نفر عضو اصلی و ۲ نفر عضو علی البدل و ۲ نفر بازرس اصلی و یک نفر عضو علی البدل می باشد که توسط هیئت امنا به مدت ۲ سال منصوب می‌گردند. مجمع خیرین سلامت خراسان جنوبی در چند سال فعالیت خود پروژه های زیادی را از قبیل چندین پایگاه اورژانس بین جاده‌ای و شهری، یک مجتمع بزرگ بهداشتی و درمانی امیر المومنین(ع) در شهر بیرجند، مرکز خدمات جامع سلامت شهری در مهر شهر بیرجند، مرکز خدمات جامع سلامت شهری در شهرستان نهبندان، پانسیون پزشکان در شهر اسدیه و چندین پروژه دیگر را احداث و همچنین در راستای تامین تجهیزات پزشکی مورد نیاز برای بیمارستان‌ها و مراکز درمانی در سطح استان نیز نقش به‌سزایی ایفا نموده است. از دیگر اقدامات مجمع می‌توان به عقد قرارداد احداث یک مجتمع بزرگ اقامتی برای بیماران و همراهان در مرکز استان اشاره کرد که به فضل پروردگار به زودی عملیات اجرایی آن با مشارکت موسسه خیریه آتیه سازان تهران آغاز خواهد گردید.

مجمع خیرین سلامت خراسان جنوبی دارای شخصیت حقوقی مستقل ، غیر دولتی به صورت غیر انتفایی و عام المنفعه است

# مرکز رادیوتراپی و شیمی درمانی خراسان‌جنوبی

مجمع در ابتدای شـــروع عملیـــات اجرایی حتی توان پرداخـــت هزینه‌های خاک برداری این پروژه ســـنگین را هم نداشـــت اما آقـــای دکتر حســـینی مدیرعامل محترم مجمع‌خیرین ســـلامت خراســـان جنوبی با توکلی که بر خدا داشـــت موفق شد تا با تشویق و جلب حمایت یکی از خیّرین اقدام به خاکبرداری و آغاز این پروژه و ســـرآغازی برای ورود ســـایر خیرین در این پروژه مهم نماید و اکنون با افتخار می‌تـــوان اعلام کرد با همّت همه خیرین و نیک اندیشانی که از اقصی نقاط میهن عزیزمان دســـت یـــاری مجمع را به گرمی فشردند شاهد پایان مبحث عملیات ساختمانی این پروژه عظیم هستیم.

همانطور که در شـــماره قبل به اطلاع شما خوانندگان گرامی رسانده شد، موسسه خیریه بهنام دهش پور از ســـال ۱۳۹۳ با همکاری آقای دکتر جامی و همکاران اقدام به ارائه کمک‌هـــای نقدی در تامین دارو و درمان بیماران استان خراسان جنوبی نمود. این خدمـــات در قالب تامین کمک هزینه دارو و درمان، کمک هزینه معیشت، کمک هزینه تحصیلی ارائه می‌گردید. در پی بررســـی وضعیت خدمت‌رسانی در این اســـتان و با تائید مدیرعامل و هیات مدیره نمایندگان موسســـه در تاریخ ۲۰اردیبهشت اقدام به انجام یک بازدید میدانی از وضعیت زیرســـاخت‌ها و خدمات درحال ارائه و شناســـایی اولویتهای اقدام نمودند که منجر به تهیه پروژه توسعه خدمات حمایتی و درمانی در استان خراسان‌جنوبی شـــد. مهمترین بخش این پروژه تجهیز و راه‌اندازی هرچه زودتر مرکز رادیوتراپی و شیمی درمانی شهر بیرجند بود. در ادامه و با اجرای بخشی از اقدامات توسط مجمع و کارگزار موسسه در شـــهر بیرجند، نمایندگان موسسه طی دومین ســـفر در روزهای ۲۱ و ۲۲ تیـــر ماه ضمن بازدید مجدد از روند پیشـــرفت اقدامات ساخت و تجهیز این مرکز اقدام به برگزاری جلسات موضوعی، روند پیشرفت پروژه را بررسی و درخصـــوص اولویت‌بندی و تامیـــن نیازمندی‌های اتمام ســـاخت و تجهیز این مرکز که تنها مرکـــز دولتی درمانی رادیوتراپی در اســـتان خراســـان جنوبی است را بررسی و برنامه‌ریـــزی لازم را انجام دادند. همچنیـــن در مرداد ماه نیز دکتر حســـینی ضمن حضور در دفتر موسسه اقدام به بازدید از تاسیسات و تجهیزات بخش رادیوتراپی آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش نموده و در ادامه طی جلسات کارشناســـی با حضور مدیرعامل و مدیـــر بخش درمانی و دفتر برنامه‌ریزی توســـعه خدمـــات اقدام به اولویت‌بندی و تهیه برنامه اقدام آتی با اولویت فعال‌سازی کامل بخش رادیوتراپی این مرکز نمودنـــد. در این میان نیـــز با حمایت یکی از نیکوکاران و اهـــدای ۱۰میلیارد ریال کمک مســـتقیم به مجمع خیرین سلامت استان و همچنین پس از تصویب کلیات و برنامه اقدام پروژه توســـط اعضای محتـــرم هیات مدیره موسسه و تا زمان تهیه این گزارش اقدام لازم برای تامین تجهیـــزات موردنیاز این مرکز در حدود ۳میلیارد ریال صورت پذیرفته است.

> موسسه اقدام به هدایت و تامین بودجه موردنیاز برای اتمام پروژه به ارزش بیش از ۱۵ میلیارد ریال نموده است

همچنین درکنار حمایت از تامین تجهیزات و آماده‌سازی مرکز، موسسه میزان بودجه خدمات حمایتی مستقیم خود در اســـتان خراسان جنوبی را افزایش داده و تمامی هزینه‌های تامین داروی بیماران مبتلا به ســـرطان مراجعـــه کننده به کارگزار و نماینده موسســـه را به مانند گذشته پرداخت نموده و این روند همچنان نیز ادامه دارد.

لازم بـــه توضیح اســـت اینک مجمع خیرین ســـلامت خراســـان جنوبی، با توجه به پایـــان عملیات اجرایی مرکز درصدد تجهیز هرچه سریعتر این مرکز و توسعه ظرفیت‌ها و زیرساخت‌های پیش‌بینی شده در آن است تا دیگر بیش از این نیازی به انتقال و مراجعه بیماران مبتلا به سرطان از داخل استان به سایر استان‌ها کشور نباشد. امید است که با حمایت و همراهی شما نیکوکاران گرامی بتوانیم شاهد بهره برداری هرچه سریع‌تر از تمامی ظرفیت مرکز رادیوتراپی و شیمی درمانی خراسان جنوبی باشیم.

ایدون باد

**از آنجا که بیـــماران مبتلا به سرطان در استان خراسان‌جنوبی جهت درمان و انجام مراحل رادیوتراپی و شیمی درمانی خود می بایست به استان‌های دیگر مراجعه می نمودند و رنج ســـفر، هزینه‌های تردد، اقامت و سایر هزینه‌های سنگین درمان مشکلات عدیده و فشارهای مالی، جسمی و روحی را به بیماران و خانواده های آنها تحمیل می کرد مجمع خیرین سلامت استان با وجود مشکلات فراوان در اواخر ســـال ۱۳۹۱ گام در راه ساخت مرکز رادیوتراپی و شیمی درمانی استان گذاشت تا یکی از مهمترین نیازهای درمانی اســـتان و شرق کشور را مرتفع نماید.**

با یک انتخاب آگاه شویم، همراه شویم...
موسسه خیریه
بهنام دهش پور
حمایت از بیماران
مبتلا به سرطان
Behnam Daheshpour
Charity Organization
behnamcharity.org.ir
behnamcharity
برای دریافت اپلیکیشن به سایت موسسه مراجعه فرمائید.
behnamcharity.org.ir

# با یك انتخاب آگاه شویم، همراه شویم

با استفاده از اپلیکیشن 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 استفاده از ظرفیتهای پیش بینی شده در اپلیکیشن حمایت‌های مادی و معنوی خود را براساس اطلاعات منتشر شده در برنامه به‌صورت آنلاین در اختیار 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 موسسه خیریه بهنام دهش پور در حمایت از بیماران مبتلا به سرطان و باتوجه به توسعه 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 کافی است پس از دریافت برنامه از اپ‌استوریا کافه بازار یک‌بار درگوشی یا تبلت خود فرم عضویت را تکمیل کنید. اطلاعات پایه شامل: نام، نام خانوادگی، نشانی، تاریخ تولد، شماره تلفن، کد ملی شما در سامانه مدیریت اطلاعات موسسه خیریه بهنام دهش‌پور جهت ارسال اطلاعات و مستندات ذخیره و از طریق شبکه تلفن همراه برای شما کد فعال‌سازی ارسال می‌شود.

## استفاده آسان

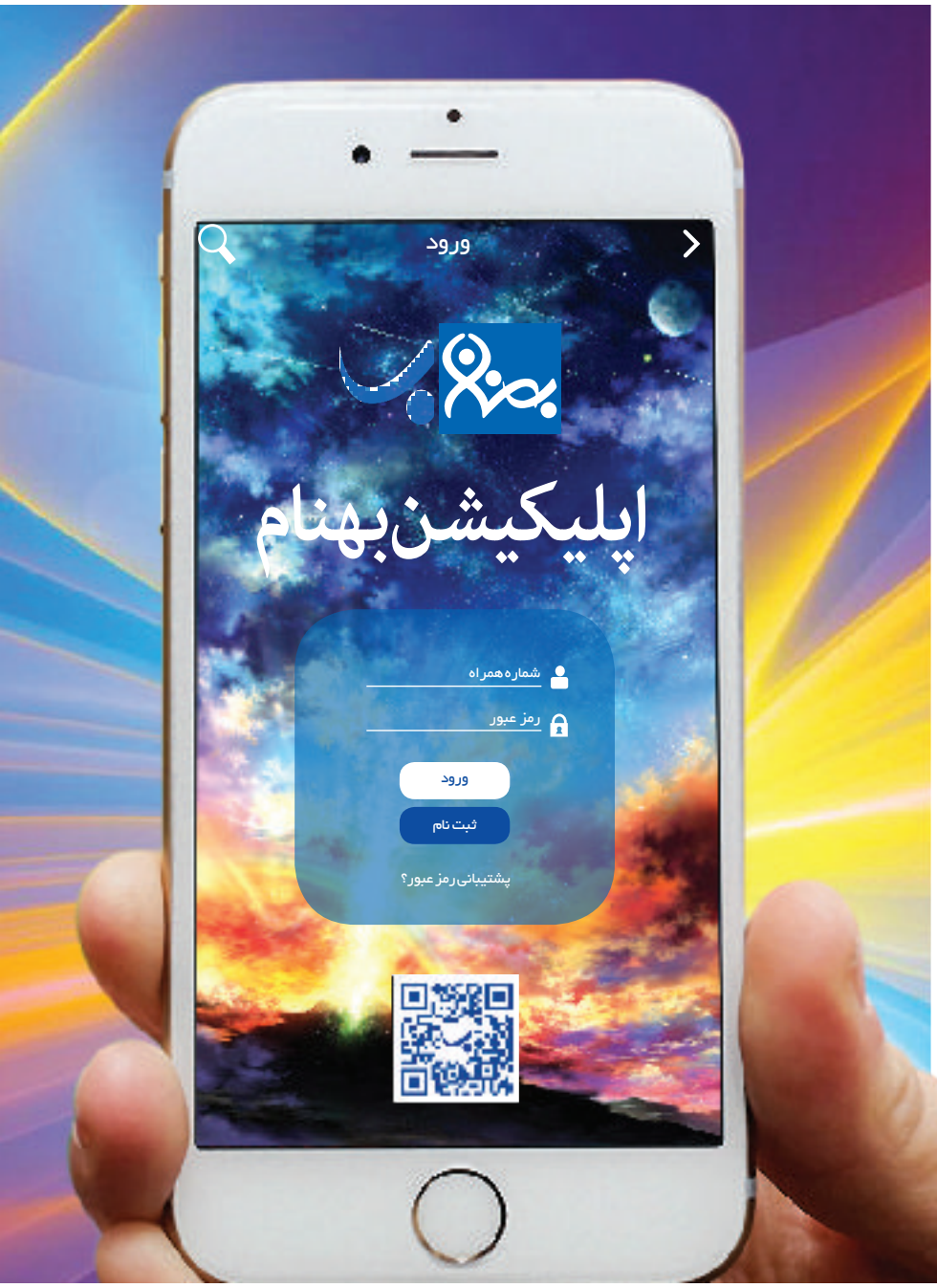
کلیه فرآیندها و اقدامات پیش بینی شده در این برنامه به‌صورت ساده و در کمترین زمان ممکن دراختیار شما قرار دارد. برای عضویت در این حالت تنها کافی است براساس نوع سیستم عامل گوشی و یا تبلت خود برنامه را دریافت کنید. با استفاده از شماره تلفن همراه خود می‌توانید عضو خانواده بزرگ حامیان و یاوران موسسه خیریه بهنام دهش‌پور شوید.

## اطلاع رسانی

اخبار و رویدادهای موسسه به‌صورت پیام روزانه برای شما ارسال می‌شود. همچنین پیام‌های آموزشی و توصیه‌های دوستدار سلامت برای شما نیکوکاران عزیز در این اپلیکیشن ارسال می‌شود.

## حمایت از فعالیت ها

شما می‌توانید بدون مراجعه به بانک با استفاده از درگاه پرداخت آنلاین طراحی شده در این اپلیکیشن نسبت به اهدای کمک‌های نقدی خود اعم از تامین آرزوهای کودکان، حمایت از پروژه‌ها و فعالیت‌های حمایتی و توسعه زیرساخت‌های درمانی و حمایتی، یا سفارش تابلوهای یادبود (تسلیت و شادباش) و یا سفارش دریافت و عودت قلک موسسه خیریه بهنام دهش‌پور را یاری کنید.



شادی روزهای کودکی را می‌شود تقسیم کرد

کتابخانه کودکان به یاری کسانی شتافتند که زمانه، یاری داشتن قلم و دفتر را به آنان نداده است تا بنویسند و بخوانند و در آینده آنها نیز یادشان باشد شادی روزهای کودکی را می‌شود تقسیم کرد.

## صدای پای مهر

همه ما لذت خرید مداد و پاک کن و دفتر و جلد کردن کتاب‌هایمان را قبل از باز شدن مدارس چشیده‌ایم. در این فصل فرصتی پیش روی ما قرار گرفت تا برای آنهایی که بوی ماه مهر را با همه لذت‌هایش حس کردند آنهایی که تا دفتر نو می‌خریدند اولین فکرشان این بود که صورتشان را بین برگه‌های خوش بوی کاغذ ببرند و بگذارند تا اعماق وجودشان از این حس خوب لذت ببرد.

اینبار کتاب‌خانه کودکان به یاری کسانی شتافتند که زمانه، یاری داشتن قلم و دفتر را به آنان نداده است تا بنویسند و بخوانند و در آینده آنها نیز یادشان باشد شادی روزهای کودکی را می‌شود تقسیم کرد به همین سبب دل هایشان را بستر مهر نهاده‌اند تا با یاری هم، آرزوی درس خواندن را برای قشری برآورده سازند که تنها خواسته آنان داشتن قلم و کاغذ نباشد. آمده‌اند بی بهانه خوبی کنند و گره‌ای از کار خلق باز کنند.

به رسم همه ساله و در استقبال از ماه مهر و بازگشایی مدارس، واحد کتابخانه کودکان موسسه خیریه بهنام دهش پور از ابتدای مرداد ماه ۱۳۹۵ اقدام به فراخوان و جلب مشارکت علاقمندان به همراهی در کمپین لوازم التحریر نمود.

# گزارشی از
# کمپین لوازم التحریر سال ۱۳۹۵
# کتاب خانه کودکان

## داوطلبانی مهربان همراه در میزبان مهر

یکی از عوامل موفقیت در سازمان های مردم نهاد و موسسات خیریه مشارکت و فعالیت داوطلبانه افراد مختلف در فعالیت‌های انسان دوستانه و حمایتی این موسسات است. داوطلبان نیروی محرکه و انرژی ادامه هرکاری در موسسه هستند. داوطلبان کتابخانه کودکان انسانهایی مهربان هستند که در بین آنها سن و سال و تحصیلات و جایگاه اجتماعی معنایی ندارد. آنها عاشق کودکان هستند و خنده و آرامش چهره والدین و کودکان برای آنها بهترین نتیجه یک روز کار داوطلبانه است.

**سپاس از همراهی تمام داوطلبان همراه در آماده‌سازی بسته لوازم‌التحریر مهر ۱۳۹۵**

بستر مهر نهاده‌اند

دل هایشان را بستر مهر نهاده‌اند تا با یاری هم، آرزوی درس خواندن را برای قشری برآورده سازند که تنها خواسته آنان داشتن قلم و کاغذ نباشد.

# مهـــر را
## با مهربانی آغاز کنیم

در شـرایط موجـود فرهنگسـازی بـرای کارهـای خیر و ثـواب مهمترین هدفی اسـت که کتاب‌خانـه کودکان دنبـال می‌کند، اگـر مردم از تأثیـر کارهای نیک و انساندوسـتانه آگاه باشـند و بـا نیازهای جامعـه و خلأهایی که وجـود دارد آشـنا شـوند یقیناً از هیچ کمکی دریغ نمی‌کنند و کمک‌هـای مادی و معنوی آنها اسـت که می‌تواند رودخانه عشـق و مهربانی را به سوی اقشار نیازمند جاری سازد.

به باور داوطلبین این بخش از موسسه نیکوکاری، کسی یا چیزی نیست بلکه تجمیع انرژی مثبتی است که عاشقانه در تک تک افراد نیکوکار و نیک اندیش تجلی پیدا می‌کند تا نیازهای موجود را برطرف سازد و این بار نیاز لوازم‌التحریر برای سال تحصیلی جدید فرصتی بود تا بـار دیگر نیکوکاران گرامی قدمی در راه مهرورزی و حمایت از کودکان مبتلا به سـرطان بردارند.

کتابخانه کودکان این اقدام را با هدف ایجاد شور و شوق و انگیزه برای استقبال از سال تحصیلی جدید در بین کودکان و نوجوانان مبتلا به سرطان و بهبود یافته به صورت سالیانه انجام می‌دهد.

این اقدام شـامل فعالیت‌های مختلفی همچون: نیازسـنجی، هماهنگی، برنامه‌ریـزی، خرید لوازم التحریر و نوشت افزار، بسته بندی و توزیع آن است که طی مدت دو ماه و از مرداد تا پایان شـهریور به طول انجامید و مقرر شد امسال به تعداد ۳۷۵ دانش آموز و دانشجو تحت پوشـش موسسه، بسته لوازم التحریر اهدا شود.

میزان بسته های لوازم التحریر اهدایی در تابستان سال ۱۳۹۵ نسبت به سال گذشته با ۱۵ درصد رشد همراه بود و هر بسته نوشت افزار شامل: کوله‌پشتی، انواع دفتر یادداشـت، جامدادی، انـواع مداد و مداد رنگی و سـایر لوازم التحریر براسـاس سن و سطح تحصیلی دانش آموزان و دانشـجویان دسته بندی و به ایشان اهدا گردید.

این اقـدام نیک تنها به فرزندان تحت پوشـش موسسـه در تهران خلاصه نشـد و مقداری از این بسته‌های آماده شـده در اختیار کودکان ساکن در کوره‌پزخانه‌های منطقه هجده شهرداری تهران، مرکز نیکوکاری مسـجد صاحب الزمان (استان کرمانشاه، شهرستان کنگاور) و همچنین صاحب الزمان (استان سیستان و بلوچستان، شهر زاهدان) نیز قرار گرفت.

به مانند همیشـه در این اقـدام نیک داوطلبان همیشگی واحد کتاب‌خانه کودکان، حامیان، روابط عمومی، امور اداری، امور مالی، ترابری، پشـتیبانی، خدمات، مددکاری هر یک سـهمی بزرگ در نقش بستن لبخند و کمک به تقویت انگیزه ادامه تحصیلی در بین کودکان و نوجوانان تحت پوشـش موسسه اعم از بیماران مبتلا به سـرطان و یا اعضای خانواده بیماران داشتند.

واحد کتابخانـه کودکان از شـرکت‌های کنکو، لگنور، ماپد، آزاده، ایده آل، فکتیس و نهال و جمعی از نیکوکاران که مایل نیستند نام آنها در جایی ذکر شود برای اهدای بخشی از لوازم موردنیاز مورد نیاز در طرح تشکر می‌کند.

شما نیز می‌توانید در کنار این گروه عشق و مهر را با دیگران تقسیم کنید. زیرا بی‌حضور آدم‌های خوب و مهربان نمایش با شکوه زندگی چیزی کم خواهد داشت. اما با هم و در کنار هم بودن برای کمک به بیماران همه می‌توانند بازیگر خوب صحنه زندگی باشند.

# تیم والیبال بهنام آغاز به کار کرد

تیم والیبال موسسه خیریه بهنام دهش‌پور به صورت رسمی از ابتدای شهریور ماه ۱۳۹۵ کار خود را آغاز کرد در دو رده سنی نوجوانان و جوانان فعالیت خود را برای ترویج سبک زندگی سالم آغاز کرده است. امروزه ورزش جایگاه ویژه‌ای در پیشگیری و درمان بسیاری از بیماری‌ها دارد، سرطان هم یکی از بیماری‌هایی است که ارتباط نسبتا زیادی با شیوه زندگی افراد دارد. صنعتی شدن جوامع باعث افزایش بروز این بیماری شده است. موسسه خیریه بهنام دهش‌پور با حرکت های داوطلبانه و جوان کار خود را آغاز کرده است. تصویر نوجوانان و جوانان داوطلب بهنام امروز واقعیتی است که با تیم والیبال دوباره هوایی تازه به خود می گیرد. دفتر موسسه امروز در هیاهوی جوانان غرق بود. آنها با خود امید و نشاطی بی اندازه آورده بودند. همه ما امروز در موسسه مصمم تر به ادامه این مسیر فکر می‌کردیم.

## اهمیت ورزش پیش از تشخیص سرطان و پس از آن

احتمالاً پیشاپیش می‌دانید که فعالیت ورزشی منظم خطر ابتلا به بیماری های قلبی را کاهش می دهد. آنچه شاید از آن بی خبر باشید، این است که ورزش خواصی دارد که برای سرطان هم مفید است.از همین رو این موسسه از ابتدای تابستان تصمیم گرفت تا با تشکیل تیم والیبال بیش از پیش فرهنگ سالم زیستی را در بین مردم ترویج دهد چرا که ورزش می‌تواند خطر ابتلا به برخی انواع شایع سرطان را کاهش دهد. علاوه بر این، در صورتی که در شما سرطان تشخیص داده شده، ورزش می‌تواند به شما کمک کند تا در حین درمان و پس از آن حال بهتری داشته باشید. گزارش کسانی که درمانشان موفقیت آمیز بوده است، و به لحاظ بدنی فعال بوده‌اند، به این موارد اشاره دارد که آنها کم تر دچار خستگی مفرط شده، انرژی بیشتری دارند، کیفیت زندگیشان بهبود یافته و کم تر دچار افسردگی و اضطراب می‌شوند. بنابراین، چه به پیشگیری از سرطان علاقه داشته باشید، چه به تازگی در شما سرطان تشخیص داده باشند، چه تحت درمان قرار داشته باشید و چه فردی باشید که چند سال است درمانش به پایان رسیده است، بهتر است از فواید ورزش منظم آگاه شوید.

## فرصت‌ها اجتماعی، انگیزه برای بالا بردن امید و سطح کیفیت زندگی

در صورت بی‌توجهی به امر پیشگیری بسیاری از بیماری‌ها مزمن و پایدار می‌شوند و برای همیشه افراد را در زندگی اجتماعی دچار مشکل می‌کند. متخصصان و سازمان بهداشت جهانی اعلام کرده‌اند که برای رفع اختلالات روانی در کنار دارو و درمانی باید ورزش را نیز جزوی از برنامه روزانه زندگی قرار داد. این گونه به نظر می‌رسد، شرکت منظم افراد در فعالیت‌های بدنی و ورزش ضمن پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های جسمی و روحی، زمینه مناسبی را برای افزایش کیفیت زندگی انسان فراهم می‌آورد از این رو موسسه خیریه بهنام دهش پور در راستای مسئولیت اجتماعی خود که همانا ترویج سلامتی و پیشگیری از بیماری سرطان است در تابستان امسال اقدام به راه‌اندازی تیم ورزشی والیبال در رده سنی نوجوانان و جوانان نمود در این خصوص از همه علاقه‌مندان به عضویت در این تیم‌ها و حامیان گرانقدر جهت حمایت از این اقدام، دعوت به‌عمل آمد.

## بازدید تیم والیبال بهنام از موسسه

پس از یک ماه گزینش افرادی که اعلام آمادگی کرده بودند و تمرین‌های انتخابی به دنبال تلاش های فراوان، زمینه‌ای فراهم شد تا این موسسه علاوه بر فعالیت در کمپین‌های پیشگیری از سرطان در زمینه والیبال نیز به طور رسمی شروع به فعالیت نماید و از همین طریق افراد را به زندگی سالم دعوت کند. امروز همه چیز آرام‌تر بود چرا که ما امید وشوق را در طبقه دوم بخش آنکولوژی بیمارستان شهدا ملاقات کردیم. چیزی که بهنام و دوستانش با آن شروع کردند و هنوز هم ادامه دارد. تیم نوجوانان و جوانان بهنام که با حمایت موسسه خیریه بهنام دهش پور کار خود را آغاز و به جمع تیم‌های لیگ تهران پیوست. اعضاء تیم برای همسویی و هم‌راستایی با اهداف موسسه امروز در سالن آمفی تئاتر بخش آنکولوژی بیمارستان شهدای تجریش دور هم جمع شدند و میثاق داوطلبانه خود را امضاء کردند.

| 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 | ۶۰۳۷-۹۹۱۱-۹۲۵۲-۷۴۴۵ | 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 | ۹۴۹۱-۰۴۲۸-۳۳۷۹-۶۱۰۴ | ۳۳-۱۱۲۳-۶۷۴۱ | IR ۵۱-۰۱۲۰-۰۲۰۰-۰۰۰۰-۳۳۱۱-۲۳۶۷-۴۱ | ۶۵۴۰۹ |

# باسپاس ازحامیان موسسه

مسئولیت اجتماعی سازمان ها (Corporate Social Responsibility)، مجموعه وظایف و تعهداتی است که سازمان های بخش خصوصی در راستای حفظ، مراقبت و کمک به منافع عمومی جامعه ای که در آن فعالیت دارند انجام می دهند. سازمان های علاقمند به حمایت از فعالیت های موسسه می‌توانند این اقدامات را در قالب

گروه تولیدی وصنعتی شادیلون

سن ایچ و دیگرهیچ

fouman chimie

رئیس

Adora Teb (PJS)

NIPRO GLASS

Shiba

Fadishe

ARSHEH

بانک سامان SamanBank

VITABIOTICS WHERE NATURE MEETS SCIENCE

Alborz Darou Pharmaceutical Company

MTC Alborz Persian Negar member of MTC group

بهستان دارو (سهامی خاص) گروه سرمایه گذاری دارویی بهفار

abidi SINCE 1946 Leading Innovation Leading Quality

MRC

فرش مشهد

ompi

حلوای عُقاب

APPILUX

میهن

K-FLEX گروه صنعتی سانا عایق تنها تولیدکننده عایق های الاستومری در ایران

دژپاد بایگان مشاوره، طراحی و تولید کننده سیستم های بایگانی، فروشگاهی و مبلمان اداری www.dozhpadbayegan.com info@dozhpadbayegan.com www.dbco.ir info@dbco.ir

خیرین و نیکوکاران (حقیقی و حقوقی) میتوانند در راستای اجرایی نمودن مسئولیت اجتماعی سازمانی خود، موسسه خیریه بهنام دهش پور را به روشهای مختلف یاری نمایند.

# در تابستان ۱۳۹۵

روشهای مختلف همچون: حمایت ماهیانه و مستمر از فعالیتهای عمومی و یا موضوعی از قبیل تامین هزینه دارو و درمان بیماران، هزینه تغذیه رایگان، تامین تجهیزات درمانی و مصرفی موردنیاز بخشهای درمانی و حمایتی، برآورده نمودن آرزوهای کودکان، دریافت قلکهای بهنام در فضای منزل و محل کار و یا سایر روشهای پیشنهادی می‌تواند صورت پذیرد.

واحد حامیان در طول ساعات اداری با شماره ۲۲۲۰۸۷۹۷ داخلی ۲۴۴ آماده پاسخگویی و راهنمایی شما نیکوکاران گرامی است.

# با سپاس از حامیان رسانه‌ایی موسسه در تابستان ۱۳۹۵

یکی از اهداف و رویکردهای اصلی موسسه خیریه بهنام دهش پور اطلاع رسانی و آگاه سازی عمومی در راستای پیشگیری از ابتلا به بیماری سرطان و همچنین جلب مشارکت های مردمی در حمایت از بیماران مبتلا به سرطان است. همکاری و مشارکت رسانه‌های مکتوب و مجازی در طول سال در این خصوص همواره یاریگر ما بوده است. بدین وسیله از مسئولین، مدیران و کارشناسان رسانه های جمعی همکار و یاریگر که در راستای مسئولیت اجتماعی خود موسسه را با اختصاص فضای مناسب و رایگان در این موضوع یاری نموده‌اند تشکر می‌کنیم. واحد روابط عمومی و ارتباطات موسسه خیریه بهنام دهش پور آمادگی استقبال از همکاری و همراهی سایر رسانه‌ها و نشریات مکتوب و مجازی را از طریق تماس با شماره ۲۲۲۰۸۷۹۷ داخلی ۲۴۵-۲۴۶-۲۴۷ اعلام می‌نماید.

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 (۹ الی ۱۵) با شماره تلفن های ۷۵۴۰۹ و۲۲۲۰۸۷۹۷ داخلی ۲۲۴ - ۲۰۴ و در ساعات غیراداری (تا ساعت۲۱) با شماره ۰۹۲۱۹۵۶۵۹۸۰ و یا۰۹۱۲۸۱۶۴۵۰۰ حاصل فرمایید.
برای سفارش آنلاین به وب سایت موسسه مراجعه فرمایید.
موسسه خیریه بهنام دهش پور حمایت از بیماران مبتلا به سرطان
Behnam Dahesh pour Charity Organization
behnamcharity.org.ir
behnamcharity

# جهان بدون سرطان

NOOR

موسسه خیریه بهنام دهش پور حمایت از بیماران مبتلا به سرطان
Behnam Dehpour Charity Organization

behnamcharity.org.ir
behnamcharity
#جهان_بدون_سرطان

## جشنواره نوروزی ۱۳۹۶

## موسسه خیریه بهنام دهش پور

خیابان ولیعصر | نرسیده به چهارراه پارک وی | مجتمع فرهنگی ورزشی رفاهی تلاش

۲۶ الی ۲۹ بهمن ۱۳۹۵ | ساعت ۱۰ صبح الی ۹ شب