



برگزاری مراسم گرامیداشت هفته سلامت روان در دانشگاه علوم پزشکی تبریز

مراسم گرامیداشت هفته سلامت روان با عنوان سبک زندگی سالم با حضور معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی تبریز در مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی رازی تبریز برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تبریز، دکتر جواد احمدیان، معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی تبریز، در این مراسم که امروز دوشنبه، بیست و چهارم مهرماه 1402 در سالن اجتماعات مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی رازی تبریز برگزار شد، ضمن تبریک به فعالان عرصه سلامت در این حوزه گفت: یکی از ضروریات جامعه و انسانها حفظ آرامش است و سلامتی جسم و روح لازم و ملزوم یکدیگر هستند بطوری که گفته می شود عقل سالم در بدن سالم است.

وی افزود: در حوزه بهداشت روان موضوع پیشگیری و آموزش همیشه در اولویت قرار دارد و طی مطالعات انجام گرفته 20 یا 30 درصد افراد جامعه بر اثر مشکلات ناشی از استرس، افسردگی و... دچار مشکلات روانی شده اند.

دکتر احمدیان با بیان اینکه سلامت روان توانایی فرد در لذت بردن از زندگی را تحت تاثیر قرار می دهد ادامه داد: با مداخله مثبت و آموزش خانواده ها که افراد جامعه را تربیت می کنند می توان بسیاری از مشکلات روانی جامعه را کاهش و کودکان سالمی را تحویل جامعه داد.

وی ادامه داد: خوشبختانه جامعه ما یک جامعه مسلمان است و آشنایی با قرآن و مفاهیم دینی باعث سلامت روان و سلامت فرد خواهد بود.

وی گفت: بدون شک به کمک شما فعالان عرصه سلامت روان و با تاکید بر امر پیشگیری و آموزش می توانیم جامعه ای سالم و پر از آرامش داشته باشیم.

دکتر علی فخاری استاد و متخصصی روانپزشکی بیمارستان رازی نیز در این جلسه با اشاره به اینکه زحمات و تلاش های زیادی توسط اساتید و بزرگواران در حوزه سلامت روان انجام گرفته است گفت: در دوران گذشته گروه روانپزشکی به این صورت رونق نداشت ولی با پیشرفت علم و تلاش همکاران در حوزه روانپزشکی و روانشناسی تعداد روانشناسان از 7 نفر به بیش از 70 نفر افزایش یافته است.

وی افزود: در حوزه سلامت نباید تنها بر روی درمان تاکید کرد و انتظار می رود دولتمردان موضوع پیشگیری را در دستور کار خود قرار دهند و ایجاد امنیت روانی، روابط بین فردی، امنیت اقتصادی، امنیت اجتماعی می تواند در این بین بسیار تاثیرگذار باشد.

دکتر فخاری توسعه علم در حوزه روانشناسی و روانپزشکی را ضروری دانست و گفت کادر و فعالان عرصه سلامت نیز باید به موضوع سلامت روان خوب دقت کنند تا بتوانند رفتار درست و علمی با بیمار داشته باشند.

وی در خاتمه سخنان خود با اشاره به محدودیت آموزش و کمبود کادر در این عرصه گفت: ما باید اصول و استاندارد های مواجهه و مراقبت از بیماران را یاد بگیریم و با ورزش کردن، آرامش روحی و مطالعات علمی آرامش روانی و بهداشت روانی خود را تقویت کنیم.

دکتر علی اصغرزاده، رئیس مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی رازی تبریز نیز در این جلسه ضمن تقدیر و تشکر از اساتید، دانشجویان و فعالان عرصه سلامت روان گفت: این مراسم بمناسبت گرامیداشت هفته سلامت با شعار جهانی "سلامت روان مسئولیت فردی و اجتماعی همه ما است" و با عنوان سبک زندگی سالم و تجلیل از همکاران این مجموعه برگزار می شود.

وی ادامه داد: مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی رازی تبریز، دومین و بزرگترین و پیشرفته ترین مرکز بعد از بیمارستان رازی تهران است و این مرکز با روانپزشکان و روانشناسان خبره آماده خدمت رسانی به مردم است.

دکتر اصغر زاده با تاکید بر افزایش حمایت و پشتیبانی مسئولین در حوزه سلامت روان گفت: در حوزه سلامت روان، ما در بیمارستان رازی بخش های بستری و روانپزشکی را استانداردسازی و بهسازی کرده ایم.

حسین آقازاده، روانشناس بیمارستان رازی تبریز نیز در این جلسه ضمن ارائه گزارشی از سبک های ارتباط بین فردی گفت: سبک های ارتباط بین فردی از دید روانشناسان بر سه اصل منفعلانه، پرخاشگرانه، و جرات مندانه است.

وی ادامه داد: مهارت های ارتباطی باید در بین افراد جامعه روند افزایشی داشته باشد و در ارتباطات روزانه، کاری، خانواده و... از مهارت های ارتباطی از جمله اعتماد به نفس، ارتباط دوستانه، احترام، همدلی، همکاری، و... باید بیشتر استفاده کرد.

آقازاده افزود: در بین همکاران آموزش مهارت های ارتباطی بسیار مهم است چرا که باعث افزایش روحیه کارکنان، افزایش بهره وری در رسیدگی به بیماران و همکاری بیشتر با یکدیگر می شود.

گفتنی است: در این مراسم از فعالان عرصه سلامت روان با اهداء لوح سپاس و هدایا تقدیر و تشکر بعمل آمد.

[جهت مشاهده عکس های خبرکلیک کنید.](#)