



شرکت تعاونی دندانپزشکان ایران

خبرنامه تعاونی دندانپزشکان ایران - آذر ۱۴۰۲

 [idc_1359](#)

 [idc1359](#)

 www.idc1359.ir





چقدر در انتخاب روپوش پزشکی خود دقیق هستید؟

شما جزو کدام گروه از دندانپزشکان هستید؟ گروهی که همیشه رنگ سفید را برای روپوش خود انتخاب می کنند یا تمایل دارید از روپوش های طرح دار هم استفاده کنید؟ رنگ سفید که همگی آن را به عنوان نمادی برای پاکی و پاکیزگی می شناسیم، اغلب برای آرامش بیمار در نگاه اول استفاده می شود. به علاوه از آنجا که این رنگ برای پزشکان شناخته شده است توانایی فرد هم با پوشیدن آن بالا می رود. می توان گفت که نوع پوشش بر قضاوت دیگران و همین طور قضاوت خود شخص از توانایی هایش موثر است.

روپوش های پزشکی، طی سالهای اخیر تغییرات زیادی داشته اند، اما هنوز هم تعدادی از کادر درمان هنوز از پوشیدن روپوش های رنگی و طرحدار معذب هستند. اما تحقیقات نشان داده اند که پوشیدن این روپوش ها علاوه بر تاثیر مثبت بر روحیه افراد، در ایجاد ارتباط موثر با بیمار نیز مهم است. توجه داشته باشید نوع طرح و رنگ در این نوع روپوش ها مهم است! چرا که باید تفاوتی میان پوشش پزشک با مربی مدرسه وجود داشته باشد.

لازم است که مواردی را در مورد نوع پوشش خود در نظر بگیریم:

انتخاب های دقیق برای لباس ها با توجه به مخاطب خود

تمیز و مرتب بودن

اتو زده بودن لباس ها

توجه به این مورد که در محیط درمانی از روپوش های و البسه بیمارستانی مناسب استفاده کنیم، دارای اهمیت است. این کار باعث می شود بیمار حس کند که در محیطی حرفه ای و منظم وارد شده است.

اما چطور از روپوش پزشکی خود مراقبت کنیم؟



پس از یک یا دو بار پوشیدن آن ها را بشوید
در صورت ایجاد لک، در اولین فرصت لکه ها را پاک کنید
همیشه باید لباس های سفید و رنگی را جدا کنید
برای شستن لباس ها از پودر صابون استفاده کنید

روپوش پزشکی ۲ تا ۳ بار در هفته باید شسته شود. برای شستن این روپوش های سفید بهتر است از پودر صابون استفاده کنیم تا رنگ سفیدشان را از دست ندهند و درخشان تر بمانند.

اگر برای شستن روپوش پزشکی خود آن را به منزل می‌برید، هرگز به صورت مستقیم روی صندلی اتومبیل یا درون کیف به صورتی که به طور مستقیم با وسایل دیگر در تماس باشد قرار نگیرد. برای این کار می توان از یک نایلون استفاده کرد.

در هنگام ویزیت بیماران لباس خود را تا جای ممکن از برخورد با بیمار دور نگاه دارید. همچنین به دندانپزشکان توصیه می‌شود، آستینک های سفید روی آستین دست خود بکشند و هرازگاهی آن را تعویض کنند.



برای مشاهده و خرید روپوش
یا اسکراب های طرحدار، بارکد
را اسکن کنید



برندهای معتبر مواد دندانپزشکی

(فروش به صورت حضوری و از طریق سایت)



ست قالبگیری اسپیدکس

با حداقل خرید ۷ میلیون تومان،
خرید ست اسپیدکس امکان پذیر است

ارسال رایگان

تهران برای مبالغ بالای ۱۲ میلیون تومان
و سایر شهرها برای مبالغ بالاتر از ۱۶ میلیون تومان

www.idc1359.ir



نقش ارگونومی برای دندانپزشک

باید بدانید که ارگونومی، به معنای مطالعه‌ی ظرفیت‌ها و محدودیت‌های ذهنی، فیزیکی و عملی در محیط‌های مختلف است. در واقع ارگونومی علمی است که با ایجاد راحتی، بهره‌وری را افزایش می‌دهد. در حرفه‌ی دندانپزشکی نیز همانند سایر مشاغل، نیاز است تا به ارگونومی در محل کار توجه شود.

ارگونومی در دندانپزشکی بر دو موضوع فشارهای فیزیکی و فشارهای روحی روانی تاکید دارد. از جمله مهم‌ترین مواردی که در ارگونومی برای دندانپزشکان مطرح می‌شود، ارزیابی وضعیت بدن وضعیت نشستن دندانپزشک و سپس ارزیابی وسایل و تجهیزات دندانپزشکی است. انجام کارهای تکراری، وضعیت نامناسب بدنی، انجام کار بیش از توان فیزیکی، وجود استرس شغلی و عدم استراحت از جمله مواردی است که موجب آسیب دیدن افراد در حرفه دندانپزشکی می‌شود.

اما برای جلوگیری از این نوع آسیب‌ها چه می‌توان کرد؟

بدون شک طراحی دقیق و درست محل کار با وضعیت بدنی، در حالتیکه محل قرار گرفتن وسایل با بدن دندانپزشک متناسب باشد، می‌تواند تا حد زیادی از بروز مشکلات فیزیکی جلوگیری کند.

یک دندانپزشک چه نوع وضعیت بدنی را در حین کار تجربه می‌کند؟

حالت نشستن - حالت ایستاده و نشسته با پای تعادل

تحقیقات نشان می‌دهد، بهترین حالت برای سلامت فیزیکی دندانپزشکان، کار در حالت نشسته است چرا که در این حالت علاوه بر اینکه فشار بر روی عضلات کمتر می‌شود، گردش خون نیز بهتر است.

در ادامه حالات مختلف پوزیشن دندانپزشک در حین کار را مورد بررسی قرار دادیم اما پیش از آن لازم است بدانیم در حین کار :

چرخش بالاتنه، بالا بردن یک شانه، بلند کردن آرنج و دور کردن تنه از آرنج، توجه به فاصله زاویه نور از محور دید دندانپزشک، قرار گرفتن در وضعیت ساعت های ۳.۳۰ الی ۵ و ۷ الی ۸.۳۰ می تواند مانع از ایجاد مشکلات اسکلتی و عضلانی در میان دندانپزشکان نقش مؤثری داشته باشد .

انواع پوزیشن دندانپزشکان در حین کار :

حالت نشسته :

مشخصات صندلی مناسب :

صندلی باید دارای تکیه، ارتفاع قابل تنظیم و پنج پایه باشد. ارتفاع صندلی را طوری تنظیم کنید که ران ها موازی سطح اتاق قرار گیرد و طوری روی صندلی قرار بگیرید که لازم نباشد به یک طرف خم شوید. بیمار در موقعیت درازکش باشد و سر او در ناحیه متناسب با محدوده‌ی آرنج های دندانپزشک قرار گیرد. بازوهای بیمار به طرفین تنه چسبیده وساعدها موازی سطح اتاق باشند. کمر و گردن دندانپزشک به‌طور مستقیم و عمودی قرار گیرد و چشمان او اندکی رو به پایین باشد. فاصله حدود ۴۰.۵ - ۳۵.۵ سانت بین چشمان دندانپزشک و حفره دهان بیمار رعایت شود.

حالت ایستاده :

در این حالت دندانپزشک، به حالت نیم خیز در آمده و ران ها به حالت انحنای در می آیند. این شرایط اغلب در مواقعی ایجاد می‌شود که بیمار دچار بحران یا استرس شده و نمی تواند به طور کامل بر روی صندلی بخوابند.

حالت نشستن با پاشنه پای متعادل :

در این شرایط باید ارتفاع پستی صندلی قابل تنظیم باشد، چرا که دندانپزشک در این حالت تمایل به خم شدن دارد و باید صندلی انحنای طبیعی کمر دندانپزشک را حفظ کند. نشیمنگاه صندلی باید کمی به سمت پایین انحناء داشته باشد تا ران نسبت به ساق پا زاویه ۱۱۰ درجه پیدا کند . در این حالت پاها باید کاملاً بر روی زمین قرار گیرند .



برگزاری کارگاه "مدیریت مطب و اخلاق حرفه ای"

تعاونی دندانپزشکان ایران در راستای تقویت آموزه های حرفه ای در دندانپزشکی با همکاری جامعه صنفی کارفرمایی دندانپزشکان تهران و جامعه دندانپزشکی ایران، اقدام به برگزاری کارگاه "مدیریت مطب و اخلاق حرفه ای" در ۲ آذر ماه در محل تعاونی نمود.

در این کارگاه با حضور تعدادی از همکاران و دستیاران، شرکت کنندگان با بهره مندی از سخنرانی دکتر مرتضی عشاق، راهنمایی های لازم در مورد آشنایی با نحوه جذب بیمار، راهنمایی بیماران، انتخاب دستیار و دیگر موارد حادث در مطب و کلینیک ارایه گردید.

امید است برگزاری اینگونه برنامه ها، با همکاری و همراهی همکاران و سخنرانان ادامه یابد، تا در ارتقا سطح دانش حرفه ای متمر ثمر واقع گردد. تعاونی دندانپزشکان ایران ضمن دعوت از اساتید آمادگی خود را برای برگزاری کارگاه و برنامه های ویژه اعلام می دارد.

بیمه بدنه اتومبیل
بیمه مسئولیت حرفه ای

مناسب ترین قیمت
و بهترین پوشش بیمه ای کشور
را از ما بخواهید ...

تخصیص ویژه دندانپزشکان
%

۰۲۱- ۸۸۲۸۵۷۲۵
۰۲۱- ۸۸۲۳۰۵۰۸

۰۲۱- ۸۸۲۳۰۵۰۹
۰۹۱۲۹۲۲۶۹۴۸

telegram : @bimepasargad2465




تعاونی دندانپزشکان ایران تنها تعاونی سراسری، با هدف هدف اثرگذاری در جهت کنترل بازار و تعمیم عدالت در توزیع کالاست. شما می توانید با مراجعه حضوری به محل تعاونی دندانپزشکان و یا از طریق سایت خرید خود را انجام دهید. خرید از سایت، شامل دو درصد تخفیف و ارسال رایگان برای شهر تهران خواهد شد. به علاوه تخفیفات کوتاه مدت از طریق شبکه های اجتماعی اطلاع رسانی می شود.

سفارش آنلاین
مواد و تجهیزات دندانپزشکی

شركت تعاونی دندانپزشکان ایران
idc1359.ir






www.idc1359.ir



در راستای رفاه حال همکاران دندانپزشک و همچنین تحقق اهداف مشتری مداری، شرکت تعاونی دندانپزشکان ایران در نظر دارد **اولین** سفارشات نقدی بالای پنج میلیون تومان برای شهرستان بالای سه میلیون تومان برای تهران را به صورت رایگان ارسال کند. برای سفارشات دفعات بعدی ارسال مبالغ بالای ۱۲ میلیون برای تهران و بالای ۱۶ میلیون برای سایر شهرها رایگان است.



شرکت تعاونی دندانپزشکان ایران

www.idc1359.ir

 idc_1359

 idc1359

تهران، کوی نصر، خیابان شهید علیالی (پیروزی) غربی، شماره ۹۴ 

۰۲۱-۸۸۲۶۸۳۰۴

۰۲۱ - ۸۸۲۶۸۳۰۵

۰۲۱- ۸۸۲۶۸۳۰۹