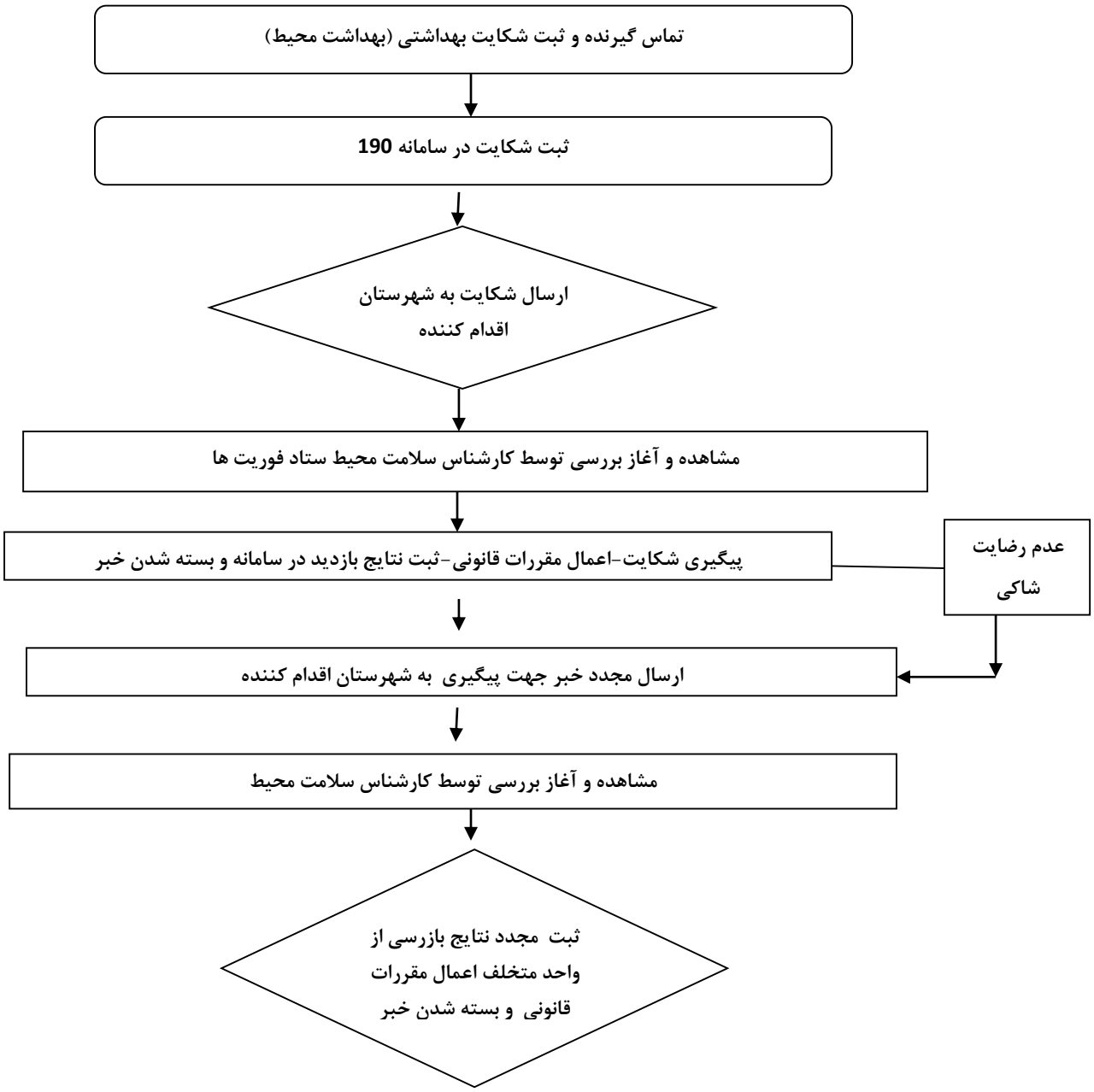مراحل ثبت شکایات مردمی در سامانه بهداشت 190