گوناگون

انتقال کودکان کار و خیابان دارای علائم کرونا به مراکز درمانی

مدیرکل بهزیستی شهر تهران با اشاره به توزیع بسته‌های بهداشتی بین کودکان کار و خیابان گفت: در صورت مشاهده علائم کرونا در بین این کودکان آنها به سیستم درمان ارجاع داده می‌شوند و هزینه‌ای بابت درمان از آنها دریافت نمی‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، سعید آرام با بیان اینکه فرایند توانمندسازی کودکان کار و خیابان فرایندی زمان بر و طولانی مدت است، گفت: این روند در دست اجراست و تا الان از بین ۶۰۰خانوار شناسایی شده زمینه توانمندسازی ۸۰خانوار فراهم شده است. به این ترتیب شرایطی ایجاد شده است که کودکان خانواده‌های مذکور دیگر در خیابان نیستند. وی با بیان اینکه با کمک برنامه‌ها و طرح‌های آموزشی خانواده این کودکان در مسیر اشتغال قرار گرفته‌اند، افزود: در عین حال مددکاران و نیروهای تخصصی در کنار این خانواده‌ها حضور دارند تا اگر مشکل احتمالی اتفاق بیفتد نسبت به برطرف کردن آن اقدام کنند. برای سایر خانواده‌های شناسایی شده نیز این فرایند ادامه دارد تا آنها نیز وارد چرخه توانمندسازی شوند.

مدیرکل بهزیستی شهر تهران در خصوص حفاظت و آموزش کودکان کار و خیابان در برابر شیوع کرونا نیز توضیح داد: بسته‌های بهداشتی همچنان بین کودکان کار و خیابان توزیع می‌شود و نیروهای تخصصی اورژانس اجتماعی در محل تجمع کودکان حضور پیدا می‌کنند تا ضمن ارائه آموزش‌های لازم، بسته‌های بهداشتی را نیز توزیع کنند.

آرام ادامه داد: همچنین در صورت مشاهده علائم بیماری، این کودکان به مراکز بهداشتی و پزشکی ارجاع داده می‌شوند. مواردی نیز مشاهده شده بودند که علائم مشکوک به کرونا داشتند و طی هماهنگی به سیستم درمانی منتقل شدند. همچنین نیروهایی که در چهارراهها حضور پیدا می‌کنند علاوه بر توزیع لوازم بهداشتی، اقدام به تبسمجنی نیز می‌کنند تا اگر کودکی دچار مشکل است، هرچه سریع‌تر به سیستم درمانی انتقال داده شود.

به گفته وی، سازمان بهزیستی و سیستم درمانی نیز هزینه درمانی این افراد را پرداخت می‌کنند و در صورت ابتلا به کرونا هزینه‌ای از این کودکان دریافت نمی‌شود. مدیرکل بهزیستی شهر تهران در پایان با تأکید بر اینکه طرح اخیر بهزیستی مبتنی بر طرح دوستدار کودک است، گفت: به همین دلیل اصلا قصد جمع‌آوری کودکان به شکل ضربتی را نداریم. در این مسیر نیازمند کمک مردم هستیم. این کمک‌ها باید هدفمند باشد و به شکل مستقیم به کودکان داده نشود چراکه موجب تداوم حضور کودکان در خیابان خواهد شد. بهتر است این کمک‌ها در جهت توانمندسازی کودکان در اختیار سازمان‌های مردم نهاد قرار بگیرد.

مصرف آنتی بیوتیک در کودکی و افزایش خطر التهاب روده

محققان دریافتند مصرف یک دوره کوتاه آنتی بیوتیک در حیوانات چوان می تواند آنها را در سنین بالاتر در معرض بیماری التهاب روده قرار دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، مطالعه محققان راتجرز آمریکا نشان می‌دهد مصرف آنتی‌بیوتیک در کودکان زیر یک سال موجب اختلال در صدهامیلیارد میکروبیوم های روده می شود که نقش مهمی در سلامت سیستم ایمنی و پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های نظیر بیماری التهاب روده و دیابت نوع ۱ دارند.

«مارتین بلاسر»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «نتایج این مطالعه نشان می‌دهد ارتباط قرارگیری در معرض آنتی‌بیوتیک‌ها با ابتلا به بیماری‌ها در سنین بالا بسیار زیاد است»

محققان در مطالعه بر روی موش‌ها دریافتند دریافت آنتی بیوتیک‌ها به شدت موجب وخیم شدن بیماری کولیت روده می‌شود که بیانگر آن است که قرارگیری در معرض آنتی بیوتیک ها موجب تغییر در میکروبیوم، تغییر در واکنش ایمنی در روده و تشدید بیماری کولیت روده شد.

محققان معتقدند اختلال در میکروبیوم‌های اولیه زندگی به‌خصوص از طریق مصرف آنتی‌بیوتیک‌ها و عمل سزارین، یکی از فاکتورهای بروز اپیدمی‌های امروزی است.

گرما و خطر اشتعال مواد ضدعفونی کننده در داخل خودرو

"سازمان آتش‌نشانی شیکاگو" با توجه به افزایش استفاده از ضدعفونی کننده‌ها به دلیل شیوع کرونا، نسبت به خطرات احتمالی حمل این مواد در داخل خودرو هشدار داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، در حالی که مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های ایالات متحده به مردم توصیه می‌کند برای جلوگیری از گسترش کرونا، دست‌ها و سطوح مختلف را به طور مرتب ضد عفونی کنند، سازمان آتش‌نشانی شیکاگو اعلام کرده است که قرار دادن مایع ضد عفونی کننده در برابر نور مستقیم خورشید در داخل اتومبیل، خطر احتمالی وقوع آتش‌سوزی را به همراه دارد.

تمیز نگه‌داشتن دست‌ها عاملی مهم در مبارزه با کرونا است. با این حال دپارتمان آتش‌نشانی شیکاگو نیز توصیه می‌کند که افراد باید نسبت به نحوه صحیح نگهداری و مصرف این مواد آگاه باشند و به ویژه رانندگان به دلیل اشتعال‌زایی این ترکیبات و خطر احتمالی آتش‌سوزی، مواد ضدعفونی کننده را در نور مستقیم خورشید در وسیله نقلیه قرار ندهند تا علاوه بر کرونا در برابر آتش‌سوزی نیز ایمن بمانند.

در بیانیه این دپارتمان آمده است که اگرچه چنین حوادثی به ندرت اتفاق می‌افتد اما از آنجا که این روزها نیاز به استفاده از این مواد بیشتر شده، توصیه می‌شود برای پیشگیری از خطرات احتمالی در خانه و خودرو، آنها را در جایی امن نگهداری کنید.

بنابر گزارش ان‌بی‌سی شیکاگو، اخیرا در شیکاگو یک خودرو به دلیل نگهداری از ماده ضد عفونی کننده دست، دچار آتش‌سوزی شده است.

یک جرعه کتاب

سیر عشق
نویسنده: آلن دوباتن
مترجم: زهرا باختری
انتشارات چترنگ

پیام آشنا: اولین رمان فیلسوف و نویسنده انگلیسی معاصر، آلن دوباتن «جستارهایی در باب عشق» در سال ۱۹۹۳ منتشر شد، زمانی که او ۲۳ ساله بود. از آن هنگام تاکنون، آثار ادبی دوباتن معمولا ماهیت مقاله‌ای داشته‌اند که برای مثال می‌توان به اثر موفقی چون «پروست چگونه می‌تواند زندگی شما را دگرگون کند» اشاره کرد.

اکنون که دوباتن دو برابر زمان نوشتن اولین رمانش سن دارد، پس از بیست و اندی سال، مجددا به رمان روی آورده تا راهی را دامه دهد که با اولین رمانش شروع کرده بود. به نظر او، بر خلاف تصور جامعه، تنها «آغاز عشق» نیست که اهمیت دارد، بلکه چگونگی ادامه آن است که مهم است.

او در این داستان، پردها را کنار می‌زند و با نگاهی صادقانه و غیر احساسی به تهاد ازدواج در دوران مدرن نظر می‌کند.

ربیع و کرستن دو شخصیت رمان دوباتن در این داستان پس از تجربه نخستین جرقه‌های عشق باید سیر زندگی پس از آن را تجربه کنند و با ناملایمات و واقعیات خوش و ناخوش زندگی روبه‌رو شوند.

آنها پس از ازدواج وارد زندگی واقعی می‌شوند. قهرها و دلخوری‌های اولیل زندگی مشترک را تجربه می‌کنند. سر مسائل احمقانه بحث می‌کنند نسبت به روابط هم کنجکاوی می‌کنند در دعواها دنبال مقصر می‌گردند می‌فهمند که باید از هم چیزهایی بیاموزند. بچه‌دار می‌شوند. پدر و مادر بودن را یادمی‌گیرند. دچار چالش‌هایی در زندگی زناشویی می‌شوند. یکدیگر را به خیانت متهم می‌کنند. رازهایشان رابهم می‌گویند و فراتر از رمانتیسم سعی می‌کنند زندگی خود را حفظ کنند و به ایده‌ئیدیشند.

«سیر عشق» در واقع، کندوکاوی است در آنچه پس از آغاز عشق روی می‌دهد، آنچه عشق را زنده نگه می‌دارد و آنچه تحت فشارهای زندگی روزمره بر سر آرمان‌های اولیه‌انسان‌هامی‌آید.

دوباتن در این رمان عاشقانه به بررسی چگونگی بقا و پیش‌روی عشق در درازمدت می‌پردازد و نتیجه آن داستانی فلسفی و روانکاوانه است که ما را ترغیب می‌کند عمیقا با شخصیت‌های رمان همدات‌پنداری کنیم و به تجربیات عاشقانه‌آن‌هابیندیشیم.

مینیمال
هایی برای زندگی

مینیمال هایی برای زندگی
گفت: احوالت چطور است؟
گفتمش: عالی است
مثل حال گل
حال گل
در جنگ چنگیز مغول

قیصر امین‌پور

Instagram.com/Minimalha
Telegram.me/MinimalForLife

حکیم‌زاده خبرداد:

راه‌اندازی پویش ملی برای تهیه تبلت دانش آموزی

معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش با بیان اینکه سه میلیون و ۲۲۵هزار دانش‌آموز را به تفکیک منطقه و مدرسه شناسایی کردیم که به دلیل نداشتن دستگاه هوشمند و عدم دسترسی به گوشی و تبلت امکان استفاده از آموزش‌های مجازی را نداشتند گفت: هزینه ساخت یک مدرسه زیاد است اما یک تبلت دانش‌آموزی با ۵ میلیون تومان هزینه می‌تواند آموزش با کیفیت را در اختیار یک دانش‌آموز محروم قرار دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، رضوان حکیم‌زاده با بیان اینکه جلسه شورای ارتقای شاخص‌های آموزشی و پرورشی مناطق محروم و کمتر توسعه یافته روز یکشنبه با محوریت موضوع کاهش شکاف فاصله برخورداری از فضای مجازی برگزار شد، گفت: نماینده یافکه‌ها، شرکت‌های پتروشیمی، شرکت‌های بازرگانی، بنیاد برکت، بنیاد مستضعفان و سازمان برنامه و بودجه حضور داشتند و میزبان کمیته امداد بودند. وی افزود: این موضوع که با هر تبلت می‌توانیم یک مدرسه برای دانش‌آموزان بسازیم در این جلسه مطرح و مورد بحث قرار گرفت. معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش با بیان اینکه تعداد دانش‌آموزانی که عضو شبکه شاد نیستند و از بین آنها آن دسته که عدم دسترسی به ابزار هوشمند و امکان استفاده از فضای فناوری را برای تداوم جریان آموزش ندارند به تفکیک هسته استان‌ها و مناطق احصاء و در این جلسه ارائه کردیم گفت: پیشنهاداتی را مطرح کردیم و امیدواریم به سرانجام خوبی برسد. حکیم‌زاده ادامه داد: این امری ملی است. در عین حال که کرونا یک تهدید است اما از سوی دیگر فرصت‌هایی را ایجاد کرده است. وی با بیان اینکه به همه کسانی که علاقه مندند در امر ادامه تحصیل کودکان مساعدت داشته باشند می توانند با صرف هزینه‌های بسیار کمتر از ساخت یک مدرسه یا خرید یک تبلت به نوعی مدرسه را در دست دانش‌آموز بگذارند. معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش افزود: این نگرانی جدی وجود دارد که اگر این اتفاق نیفتد ممکن است تعدادی از دانش‌آموزان که به این امکانات دسترسی ندارند و محروم هستند به جمعیت بازماندگان از تحصیل افزوده شوند که اینها عمدتا در مناطق محروم هستند و امید است دستگاه‌ها و سازمان‌ها با احساس مسئولیت اجتماعی در رابطه با این امر ملی مشارکت داشته باشند. حکیم زاده ادامه داد: قرار است تا آخر هفته آینده نتیجه اقدامات انجام شده در این زمینه به صورت دقیق به آموزش و پرورش ارائه شود وی درباره راه‌اندازی این پویش ملی گفت: امیدواریم این پویش ملی، سرلسری بشود و ما شاهد مشارکت جدی دستگاه‌ها و شرکت‌های تجاری باشیم. هزینه ساخت یک مدرسه زیاد است ما یک تبلت دانش‌آموزی یا یک و نیم میلیون تومان هزینه می‌تواند آموزش با کیفیت را در اختیار یک دانش آموز محروم قرار دهد و او را به مدرسه برگرداند. حتی کمک‌های خرد مردمی می‌تواند بسیار موثر باشد. معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش با بیان اینکه سه‌میلیون و ۲۲۵هزار دانش آموز را به تفکیک منطقه و مدرسه شناسایی کردیم که به دلیل نداشتن دستگاه هوشمند و عدم دسترسی به گوشی و تبلت امکان استفاده از آموزش‌های مجازی را نداشتند که اگر تأمین شود تحول بزرگی در نظام آموزشی اتفاق می‌افتد، گفت: علاوه بر این دانش آموزان اتباع هم هستند که به این آمار اضافه می‌شوند و امیدوارم کمیسیاریای عالی پناهندگان نقش خودش را ایفاء کند و شرایط این دانش‌آموزان را به‌طور ویژه مورد توجه قرار دهند.

روزنه

گوجه فرنگی؛ از خواص ضدسرطانی تا دفع سموم

گفته می‌شود که دنیای خوش‌خوراکی بدون وجود گوجه‌فرنگی دولمی تدارد از ترکیبات مغذی که وارد بدن می‌کند تا رنگ و طعمی که به غذا می‌دهد قابل تقدیر است و به واقع بدون آن نمی‌توان به پخت غذاهای خوشمزه و البته مفید امید چندانی داشت.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تبیان، فرقی نمی‌کند که از گوجه فرنگی در تهیه غذا سس، سالاد و یا به صورت آب گوجه استفاده می‌کنید چون در هر صورت از فواید آن بهرهمند می‌شوید. سعی کنید این ماده غذایی را همیشه در یخچالتان داشته باشید تا هر چه بیشتر خواص آن را وارد بدنتان کنید. در این مطلب ۵ دلیل خوب می‌آوریم که شما را قانع می‌کند بیش از پیش از گوجه فرنگی استفاده کنید.

گوجه فرنگی میل کنید تا از مشکلات قلبی دور باشید

گوجه فرنگی بخش مهمی از هر رژیم غذایی سالم محسوب می‌شود. معمولا اکثر افراد به دلیل رنگ قرمز آن که باعث خوش‌رنگی غذاها می‌شود به سراغ این ماده غذایی می‌روند اما باید بدانید که همین رنگ قرمز زیبا نشان‌دهنده وجود میزان زیادی آنتی‌اکسیدان‌ها است که برای بدن بسیار مفید هستند. یکی از عناصر مفید و سالم موجود در گوجه فرنگی «لیکوپن» است که سلامت قلبتان را ارتقا می‌دهد. لیکوپن رنگدانه‌ای با خواص آنتی‌اکسیدانی بالا است که از سلول‌های بدن در برابر آسیب رادیکال‌های آزاد محافظت می‌کند. این رنگدانه الکترون‌هایی در خون از آن می‌شوند که ملوکول‌ها و غشای سلولی آسیب ببینند. باید بدانید که افزودن مقداری روغن زیتون به گوجه فرنگی و تفت دادن آن باعث آزاد شدن بیشتر لیکوپن می‌شود به این ترتیب در تهیه سس گوجه فرنگی خوشمزه و مصرف منظم آن تعلل نکنید

گوجه فرنگی باعث تنظیم فشارخون می‌شود

اگر این روزها مشخص شده که فشارخونتان بالا است و پزشک برایتان دارو تجویز کرده است بیشتر به فکر تغذیه‌تان باشید. بدانید که داشتن یک رژیم غذایی درست می‌تواند کمک زیادی به شما بکند. در عین حال توصیه می‌کنیم از همین امروز مصرف گوجه فرنگی را به هر صورتی از سس گوجه خانگی گرفته تا در کنار غذا و غیره افزایش دهید. می‌دانید چرا؟ چون گوجه فرنگی لیکوپن و پتاسیم زیادی دارد که به جریان خون کمک کرده و در عین حال مانع از احتباس مایعات در سلول‌های بدن می‌شوند. در نتیجه فشارخونتان تنظیم می‌شود. لیکوپن رنگدانه‌ای با خواص آنتی‌اکسیدانی بالا است که از سلول‌های بدن در برابر آسیب رادیکال‌های آزاد محافظت می‌کند. این رنگدانه الکترون‌هایی در خون آزاد می‌کند که مانع از آن می‌شود که ملوکول‌ها و غشای سلولی آسیب ببینند. باید بدانید که افزودن مقداری روغن زیتون به گوجه فرنگی و تفت دادن آن باعث آزاد شدن بیشتر لیکوپن می‌شود

گوجه فرنگی سدی در برابر سرطان‌ها ایجاد می‌کند

درست است که سرطان بیماری پیچیده‌ای است و عوامل متعددی در ابتلا به آن نقش دارد و مصرف گوجه فرنگی نمی‌تواند ۱۰۰ درصد از ابتلا به آن پیشگیری کند اما در هر حال مصرف این ماده غذایی باعث تغذیه سلول‌ها شده و بافت‌ها را در برابر حملات بی‌وقفه رادیکال‌های آزاد مقاوم ساخته و محافظت می‌کند. گوجه فرنگی یکی از منابع غنی آنتی‌اکسیدان‌ها است. این ماده غذایی به لطف لیکوپن و دیگر عناصر مغذی خود مانند «گلوتاتیون»از DNA سلول‌ها مراقبت کرده و مانع از نابودی آن‌ها می‌شود.

گوجه فرنگی سموم بدن را دفع می‌کند

تظرتان در مورد تان تهیه شده از آرد سبوس دار با چند عدد گوجه گیلاسی و یک فنجان چای سفید و یک عدد سیب برای صبحانه چیست؟ باید بدانید پیشنهادی که کردیم یک انتخاب سالم و سیرکننده است که در عین حال سموم بدن را دفع می‌کند. در واقع تکتک مواد غذایی پیشنهادی سرشار از آنتی‌اکسیدان‌هایی هستند که مانند تصفیه‌کننده عمل می‌کنند و می‌توانند تمام مواد مورد نیاز بدن را از فیلتر رد کنند. حتماً می‌دانید که از لیموترش به عنوان سم‌زدای قوی بدن یاد می‌شود از این پس خیار، گوجه فرنگی، بادمجان و آرتیشو را نیز به دلیل داشتن این خاصیت به یاد بسپارید.

گوجه فرنگی برای دیابتی‌ها فوق‌العاده است

بنابر اعلام انجمن دیابت آمریکا مصرف منظم گوجه فرنگی برای افرادی که از دیابت رنج می‌برند فوق‌العاده است چون سطح گلیسمی آن پایین است و در عین حال مواد مغذی فوق‌العاده‌ای مانند کلسیم، پتاسیم، فیبر، منیزیم و ویتامین A، C و E دارد.

سرعت وابستگی به مواد مخدر در زنان بیش از مردان است

مدیرکل درمان و حمایت‌های اجتماعی ستاد مبارزه با مواد مخدر، با تاکید بر اینکه ۱۰ درصد از جمعیت معتادان کشور را زنان تشکیل می‌دهند، گفت: استرس زیاد به زنان معتاد آنها را دچار ضعف می‌کند به همین دلیل سرعت تخریب و وابستگی به مواد مخدر در زنان بیش از مردان است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، حمید جمعه‌پور با بیان اینکه به طور کلی بیماری های تنفسی در میان معتادان از نرخ افراد عادی جامعه بالاتر است، تاکید کرد: یعنی مصرف کنندگان مواد مخدر تا سه برابر بیشتر مبتلا به بیماری های تنفسی می شوند. ضمن اینکه ابتلا به بیماری های قابل انتقال نظیر ایدز، هپاتیت، سل و سایر بیماری های قابل انتقال در این افراد بیشتر از جمعیت عمومی است وی ادامه داد: البته با توجه به خدمات گسترده ای که در حوزه کاهش آسیب انجام می شود درصد انتقال ایدز در میان معتادان از راه تزریق در کشور به شکل معناداری کاهش پیدا کرده اما به طور کلی در افراد تزریقی، احتمال ابتلا به بیماری های قابل انتقال بالا است زیرا لوازم مشترک مصرف می کنند. جمعه‌پور در بخشی دیگر از این گفت وگو به بالا بودن میزان آسیب پذیری زنان نسبت به اعتیاد در مقابل مردان اشاره کرد و دلیل آن را اینگونه عنوان کرد: کارتن خوابی، بی خانمانی، استرس‌ها و اضطراب های زیادی به زنان معتاد وارد می کند و آنان را دچار ضعف می کند. بنابراین سرعت پیشروی اعتیاد و تخریب اعتیاد بر اساس منابع علمی در زنان بیشتر از مردان است. بعبارتی دیگر سرعت تخریب و وابستگی به اعتیاد در زنان بیش از مردان است وی یادآور شد: ۱۰درصد از جمعیت معتادان کشور را زنان معتاد تشکیل می دهند به همین نسبت جمعیت فوت شدگان مرد بیشتر است. مدیر کل درمان و حمایت‌های اجتماعی ستاد با بیان اینکه وقتی زنی باردار و وابسته به مواد می شود جنین او هم به تناسب، مادر وابسته به مواد است، تصریح کرد: یکی از دشواری ها و چالش های زنان معتاد باردار این است که جنین متولد شده وابسته به مواد است و باید تحت نظر متخصصان این وابستگی نوزاد بازگیری و درمان شود.

اختصاص ۹۰ میلیارد ریال اعتبار برای شکست کرونا در میان معتادان

مدیرکل درمان و حمایت های اجتماعی ستاد مبارزه با مواد مخدر، یادآوری اینکه از اوایل اسفند۹۸ که مساله شیوع بیماری کووید۱۹ مطرح شد، در کمیته درمان و حمایت های اجتماعی کشور به منظور پیشگیری از شیوع بیماری در مراکز درمان، مصوب شد که تا اطلاع ثانوی پذیرش در مراکز اقامتی صورت نگیرد و بیمارانی هم که مقیم هستند در مراکز بمانند، گفت: در کمیته درمان یعدی که در ابتدای سال ۹۹ برگزار شد مصوب شد که سازمان بهزیستی یخشنامه ای مبنی بر بازگشایی مجدد مراکز اقامتی درمان اعتیاد را به ادارات کل بهزیستی استان ها ابلاغ کند. وی افزود: در این نامه قید شده که در استان های در شرایط قرمز از لحاظ شیوع کرونا فعلا مراکز بازگشایی نشود چرا که براساس پروتکل ها و اسامانه بهداشتی پیشگیری از کرونا یا تجمع افراد در فضای بسته احتمال سرایت کرونا بیشتر می شود بویژه جمعیت معتادان که به دلیل شرایط خاص خود و ضعف سیستم ایمنی و عدم رعایت بهداشت و غیره، آسیب پذیری بیشتری دارند و خطر سرایت بالاتر است. جمعه‌پور با تاکید بر اینکه بیش از ۹هزار مرکز درمان و کاهش آسیب اعتیاد در کشور وجود دارد که یک‌میلیون و ۴۵۰هزار نفر بیمار را تحت پوشش درمان قرار داده اند، یادآور شد: به هیچ عنوان گزارشی از همه‌گیری یا بحران در حوزه ابتلای معتادان به ویروس کرونا نداشتیم. وی دلیل این امر را اینگونه توضیح داد: به دنبال جلسات متعددی که در ماه پایانی سال۹۸ برگزار شد چندین دستورالعمل در خصوص پیشگیری از شیوع کرونا تنظیم و ابلاغ شد و بر اساس آن، ستاد مبارزه با مواد مخدر بیش از ۹۰میلیارد ریال به سازمان بهزیستی و وزارت بهداشت برای خرید و تامین ماینحتاج و تجهیزات بهداشتی نظیر ماسک، دستکش و مواد ضدعفونی کننده جهت ارائه به مراکز درمان و بیماران تخصیص داد. جمعه‌پور با بیان اینکه برای پیشگیری از انتقال در مراکز اقامتی هم طبق پروتکل های بهداشتی رعایت های خاص انجام شد و خوشبختانه در مراکز درمان کاهش آسیب، همه گیری کووید۱۹ نداشتیم، گفت: بر اساس شواهد علمی معتادان به دلیل کاهش سطح ایمنی بدن و نداشتن بهداشت لازم، تغذیه نامناسب، عدم رعایت فاصله گذاری و استفاده از وسایل مشترک آسیب پذیری بیشتری نسبت به سایر افراد دارند و اگر این ملاحظات پیشگیرانه انجام نمی شد احتمال شیوع ویروس کرونا در میان معتادان و در مراکز نگهداری دوچندان می شد.

تازه های سلامت

دیابتی‌ها باید ماهانه چک شوند

استاد علوم تغذیه دانشگاه علوم پزشکی ایران با تأکید بر ضرورت رصد وضعیت فرد مبتلا به چاقی و دیابت به‌صورت ماهانه توسط متخصص تغذیه گفت: این موضوع سبب موفقیت در انجام رژیم غذایی و عود نکردن دوباره چاقی و اضافه وزن می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا فرزاد شیدفر همزمان با برگزاری وبینار رویکردهای بیمارمحور در مدیریت دیابت و چاقی که به همت شرکت نوو نوردیسک پارس با حضور اساتید برجسته غدد درون‌ریز و متابولیسم و تغذیه کشور جهت ارائه راهکارهای بهبود تبعیت از درمان برگزار شد، گفت: چاقی از عوامل مستعدکننده ابتلای افراد به دیابت به‌شمار می‌رود و به‌عبارتی چاقی و اضافه وزن مهم‌ترین عامل بروز دیابت در جهان محسوب می‌شود که اگر افراد بتوانند اضافه‌وزن و چاقی خود را کاهش دهند خطر ابتلا به دیابت در آنها کاهش می‌یابد. وی با بیان اینکه فرد مبتلا به دیابت نیاز به درمان توسط تیمی از متخصصان و کارشناسان، تغذیه، روان‌شناسی، متخصص غدد، داخلی و دیابت دارد، گفت: مشاوره برای تغییر بینش فکری نسبت به فواید کاهش وزن و رسیدن به وزن ایده‌آل جهت کمک به بیماران مبتلا به دیابت بسیار حائز اهمیت است. همچنین وضعیت رژیم افراد مبتلا به بیماری دیابت باید به صورت دوره‌ای توسط متخصص تغذیه مورد بررسی و ارزیابی قرار گیرد.

این استاد علوم تغذیه دانشگاه علوم پزشکی ایران تصریح کرد: بسیاری از افراد مبتلا به دیابت در جهت رسیدن به وزن ایده‌آل و کاهش وزن به صورت خودسرانه رژیم‌های غذایی را آغاز می‌کنند در حالی که استفاده از این راهکار مناسب نیست و آن را ما به بیماران توصیه نمی‌کنیم.

شیدفر خاطرنشان کرد: همچنین بسیاری از افراد مبتلا به دیابت و چاقی جهت رسیدن به وزن ایده‌آل از مشاوره متخصصان و کارشناسان تغذیه بهره‌مند می‌شوند، ولی متأسفانه پس از یک یا دو بار ویزیت و مشاوره از انجام مشاوره‌های بعدی پرهیز می‌کنند و این مسأله سبب می‌شود که چاقی و اضافه وزن مجدد به آنها بازگردد و به نوعی افزایش یابد.

وی گفت: افرادی که قصد دارند کاهش وزن و درمان چاقی انجام دهند باید و هر ماه به صورت مداوم تحت نظر کارشناس یا متخصص تغذیه باشند تا روند رژیم آنها مورد بررسی قرار گیرد و همچنین این موضوع مورد ارزیابی متخصص و کارشناس باشد که آیا کاهش وزن در حد ایده آل و استاندارد بوده است یا نه.

شیدفر عنوان کرد: چاقی یک بیماری مزمن است که از جنبه‌های مختلف بر سلامت افراد تاثیر می‌گذارد و هرچه ارتباط بیمار با پزشک در این زمینه بیشتر باشد فرد در درمان چاقی و رسیدن به هدف رژیم غذایی مناسب موفق‌تر خواهدبود.

باجامعه همراه باشید

صفحه "جامعه" با رویکردی متفاوت از گذشته با مطالب متنوع در حوزه های جامعه‌شناسی، روانشناسی، سلامت، تغذیه، دکوراسیون، باغبانی، آموزه های قرآنی، معرفی کتاب، مشاوره و مدیریت خانواده، مسائل حقوقی و قضایی و هزاران موضوع جذاب و خواندنی دیگر، میهمان خانه هایتان است.
امید که بتوانیم با همراهی شما یاران همیشگی پیام آشنا، در راستای ارتقای سبک زندگی گام برداریم
نظرات، دیدگاه و انتقادات سازنده خود را با ما در میان بگذارید. از مطالب صاحبان قلم در حوزه های اجتماعی استقبال می‌شود.
شماره تماس: ۳۲۵۵۳۸۳۸