گوناگون

فروش مکمل‌های غذایی در فضای مجازی ممنوع

سخنگوی سازمان غذا و دارو گفت: فروش مکمل‌های تغذیه‌ای در فضای مجازی ممنوع است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از فارس، کیقوش جهانپور در خصوص فروش مکمل‌های غذایی در فضای مجازی و برخی پلتفرم‌های اینترنتی اظهار کرد: فروش داروو فضای مجازی بالکل ممنوع است و فروش هرگونه مکمل تغذیه‌ای یا ورزشی نیز در فضای مجازی و پلتفرم‌های اینترنتی به جز داروخانه‌های آنلاین مجاز، ممنوع است.
وی افزود: تنها داروخانه های اینترنتی دارای مجوز، مجاز به فروش مکمل ها در پلتفرم های اینترنتی هستند و این داروخانه ها نیز برای فروش آنلاین باید از سازمان غذا و دارو یا معاونت‌های غذا و دارو دانشگاه‌های علوم پزشکی مجوزهای لازم را کسب کنند.
جهانپور با بیان اینکه هیچ تبعیضی در نحوه فعالیت این پلتفرم‌ها صورت نمی گیرد گفت: فروش مکمل در پلتفرم‌های مجازی به جز داروخانه‌های اینترنتی مجاز نیست و در صورت تخطی با این موضوع برخورد قانونی خواهد شد.

استفاده از ماسک به عبور از سال کم آنفلوانزا کمک می کند

مدیر گروه پاتوبیولوژی دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تهران، بر ضرورت استفاده از ماسک برای پیشگیری از درگیر شدن با ویروس‌ها تأکید کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، محمدرضا پورمند گفت: کرونا ویروس یک بیماری حاد تنفسی است که ریه‌ها را کاملاً درگیر می‌کند
وی با اشاره به شیوع آنفلوانزا در روزهای سرد سال، افزود: استفاده از ماسک علاوه بر اینکه می‌تواند از ابتلاء به کرونا ویروس پیشگیری کند، می‌تواند سال کم آنفلوانزایی برای ما رقم بزند بنابراین، توصیه جدی ما این است که مردم علاوه بر زدن ماسک، فاصله فیزیکی را رعایت کرده و دست‌های خود را تمیز نگه دارند تا با کمترین آسیب از این ایام عبور کنیم.
پورمند در ارتباط با پیشنهاد تعطیلی شهرهای درگیر کرونا گفت: بحث‌هایی است که آیا تعطیلی باید اتفاق بیافتد و جامعه را تعطیل کرد، اما آنچه مسلم است اینکه سازمان بهداشت جهانی هنوز با این موضوع مشکل دارد.
وی ادامه داد: در تعطیلی‌ها باید به شرایط اقتصادی افراد جامعه نگاه کرد و اینکه از نظر اجتماعی و بیماری‌های روحی و روانی که فاصله‌های اجتماعی این بار می‌تواند ایجاد کند، توجه داشت.
پورمند گفت: در هر جامعه‌ای باید به دستورالعمل‌های بهداشتی که صادر می‌شود، توجه کرد و این موضوع می‌تواند خیلی کمک کننده باشد.
وی افزود: کرونا ویروس نشان داد که نه تنها ما، بلکه جهان و مجامع علمی، آمادگی لازم برای مقابله با کووید ۱۹ را ندارند و اتفاقی بود که همه را تحت تأثیر قرار داد.

۴۰ درصد افراد مبتلا به کرونا بدون علامت باقی می‌مانند

استاد اپیدمیولوژی دانشگاه علوم پزشکی تهران، گفت: حدود ۴۰ درصد افراد مبتلا به کرونا ویروس، «دوران آلودگی را بدون کوچک ترین علامتی پشت سر می گذرانند.

به گزارش پیام آشنا، مسعود یونسیان به افراد بدون علامت کرونا اشاره کرد و افزود: افرادی هستند که بدون داشتن هر گونه علامتی تصمیم می گیرند تست کرونا بدهند و تست آنها مثبت می شود.
وی با عنوان این مطلب که حدود ۴۰ درصد افرادی که تست آنها مثبت می شود بدون علامت هستند، ادامه داد: این افراد بدون داشتن کوچک ترین علامتی، «دوران آلودگی» را پشت سر می گذرانند و دچار هیچ عارضه ای نمی شوند.
استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران، تاکید کرد: مشکلی که این قبیل افراد می توانند ایجاد کنند، انتقال ویروس است که احتمال دارد درگیری افراد مبتلا با این ویروس، شدید و خطرناک باشد.
یونسیان گفت: علت اینکه دنیا تاکنون در کنترل انتقال این بیماری موفق نبوده است، بخشی از آن مربوط به همین افراد بدون علامت است.
استاد اپیدمیولوژی دانشگاه علوم پزشکی تهران، بر ضرورت کاهش تماس‌ها به منظور قطع زنجیره انتقال ویروس تاکید کرد و افزود: نگران بیمارانی هستیم که سرپایی درمان و مرخص می‌شوند زیرا بیشترین انتشار ویروس در روزهای نخست ابتلاء اتفاق می‌افتد.

تأثیر چای سبز و آب انار در پیشگیری از ابتلا به کرونا

محققان در مطالعات آزمایشگاهی مشاهده کردند چای سبز و آب انار از عفونت کروناویروس در سلول‌ها پیشگیری می کند.

به گزارش پیام آشنا، به گفته تیم تحقیق، ویروس‌های تنفسی ابتدا نواحی بینی، دهان و گلو را آلوده می کنند و در آنجا تکثیر شده و باعث بروز علائم می‌شوند و حتی ممکن است به میزبان جدید هم منتقل شوند.
به گفته محققان، پیشگیری از عفونت اولیه یا کاهش بار ویروسی عفونت موجب تسکین علائم، پیشگیری از انتقال به مجاری تنفسی تحتانی یا انتقال به فرد دیگر می‌شود.
تیم تحقیق بدین منظور به بررسی تأثیر احتمالی محصولات گیاهی در جهت غیرفعال سازی ویروس کرونا و آنفلوانزا برآمدند. آنها دریافتند آب انار و چای سبز دارای تأثیر ویروس کشی در مقابله با هر دو ویروس است و شستشوی دهان و غرغره کردن این مایعات در دهان باعث کاهش بار ویروسی در دهان و در نتیجه کاهش انتقال ویروس می‌شود.
در این مطالعه آب شاهتوت هم مورد بررسی قرار گرفت اما هیچ نتیجه‌ای مشاهده نشد.
این مطالعه نشان داد که چای سبز و آب انار در زمان کشت با سلول در محیط آزمایشگاه توانستند ویروس‌های آنفلوانزا و چای سبز را نابود کنند.
محققان این خاصیت را ناشی از pH اسیدی این عصاره‌های گیاهی می‌دانند که می‌تواند به طور مستقیم موجب غیرفعال شدن ویروس‌ها شوند. همچنین وجود پلی فنول های تظیر کاتچین، تانن و فلاوونوئید هم می‌توانند بر پروتئین‌های ویروسی تأثیر گذارند.
محققان بر انجام تحقیقات بیشتر در این زمینه تأکید دارند.

یک جرعه کتاب

ویلسون کله‌پوک
دوقلوهای شگفت‌انگیز
نویسنده: مارک تواین
مترجم: امیرحسین وزیری
نشر چشمه

پیام آشنا: ویلسون کله‌پوک و دوقلوهای شگفت‌انگیز یکی از آثار داستانی مارک تواین، نویسنده و طنزپرداز شهیر آمریکایی است.
مارک تواین بیشتر داستان‌های فکاهی و اجتماعی می‌نوشت و زشتی‌ها، بی‌عدالتی‌ها و ناهنجاری‌ها را با زبان طنز و داستان‌های عبرت‌آموز منتقل می‌کرد.

درباره کتاب ویلسون کله‌پوک و دوقلوهای شگفت‌انگیز
این اثر دو داستان از پرادبیات آمریکا دارد. ویلسون کله پوک که یک داستان اخلاقی بر خلنده از دوران تاریک سال‌های آخر فعالیت مارک تواین و در واقع بهترین محصول آن دوران است درباره یک شهروند جدید به اسم دیوید ویلسون است که وارد شهر دور افتاده داستان، یعنی داوسوتز لندینگ می‌شود تا بختش را برای شروع کار بیازماید اما گفته نابجایی او را انگشت‌نمای شهر می کند و دوقلوهای شگفت‌انگیز که داستانی درباره دوقلوهای به هم چسبیده‌ای است که اختلاف سلیقه‌ها و علایقشان مشکل‌ساز شده است. این آثار مارک تواین هم تلفیقی از کمدی و تراژدی هستند. آثاری که یک جدال عمیق و کشمکش اخلاقی در آنها گاهی خود را به شکلی طنز و گاهی به شکلی غم‌انگیز می‌نمایاند.

بخشی از کتاب ویلسون کله‌پوک و دوقلوهای شگفت‌انگیز
محل روایت این داستان شهر کوچک داوسوتز لَندینگ در کرانه می‌سی‌سی‌پی از جانب میسوری و به فاصله نصف روز مسافرت با کشتی بخار پایین‌تر از سنت‌لوییس است. در ۱۸۳۰ آن‌جا مجموعه‌ای دنج از خانه‌های یک‌طبقه و دوطبقه بود که نمای سفیدشان با بَرّه‌ها و نیلوفرهای رونده و پیچ همین‌الدوله پوشیده و تقریبا به طور کامل از دید پنهان شده بود. هر یک از این خانه‌های زیبا باغچه‌ای در جلو خود داشت که با پرچین سفید محصور شده بود و پُر بود از درختان خَتمی، گل‌های همیشه‌بهار، گل حنهٔ گل تاج‌خروس، و دیگر گل‌های اَرْمَغانداغه؛ درحالی که در تاقچه لبه پنجره خانه‌ها جعبه‌هایی چوبی قرار داشت که پُر بود از گل ناز و گلدان‌های سفالی که در آن‌ها نوعی شمعدانی کاشته بودند که گستره گل‌های قرمزش همچون زبانه‌های آتش روی خانه پوشیده‌از گل‌های زُرّ صورتی به چشم می‌آمد. اگر در جلو در خانه و در کنار گلدان‌ها و جعبه‌ها جایی برای گربه بود، گربه حتما خودش را آن‌جا جا می‌کرد — در هوای آفتابی، با بدنی کاملاً کش‌داده، سرخوش و در خواب ناز؛ با شکم پشمالویش به سمت آفتاب و با پنجه‌های که روی پوزاش خم شده بود. آن وقت بود که خانه کامل می‌شد و بدین وسیله آرامش و خرسندی‌اش را، بی‌هیچ خللی، به عالمیوآنم اعلام می‌کرد. خانه بدون گربه — آن هم گربه‌ای چاق‌وچله و ملوس و خیلی موردِاحترام — شاید خانه‌ای کامل باشد، اما چگونه می‌تواند اسوپرسمی در کند؟

مدیر کل بهزیستی البرز عنوان کرد:

نگهداری ۳۶۵ کودک صفر تا ۱۸ سال در مراکز بهزیستی البرز

مدیر کل بهزیستی البرز از نگهداری ۳۶۵ کودک صفر تا ۱۸ سال در ۲۴ مرکز شبه خانواده بهزیستی این استان خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از رمزگشا نیوز: اسدالله حیدری در خصوص فرزند خوانده‌گی در قانون سازمان بهزیستی گفت: فرزندخواندگی فرایندی است که طی آن سرپرستی کودکانی که بی سرپرستی آن ها محرز شده و تحت سرپرستی سازمان بهزیستی قرار دارند به خانواده های واجدشرایط قانون حمایت از کودکان و نوجوانان بی سرپرست و بدسرپرست مصوب سال ۱۳۹۲ واگذار می شوند.
وی ادامه داد: در حال حاضر نزدیک به ۳۶۵ کودک از سن صفر تا ۱۸ سال در ۲۴ مرکز شبه خانواده معاونت اموراجتماعی بهزیستی استان البرز به دلیل بی سرپرستی و بدسرپرستی پذیرش و نگهداری می شوند که از این تعداد تاکنون ۳۵ فرزند به فرزندخواندگی و امین موقت واگذار شده اند.
مدیر کل بهزیستی البرز با اشاره به اینکه فرزندان تحت سرپرستی تا ۱۶ سالگی می توانند به خانواده های متقاضی واگذار شوند گفت: بدلیل تمایل اکثر خانواده ها به جنسیت خاص و فرزندان با گروه سنی نوزاد و یا زیر سن ۵ سال معمولا خانواده ها ممکن است چندین سال پشت نوبت فرزندخواندگی باشند.
حیدری متقاضیان فرزندپذیری را سه گروه عنوان کرد و افزود: واگذاری فرزند به زوجین نابارور، خانم های مجرد بالای سی سال فاقد فرزند و زوجین دارای فرزند، سه گروهی است که می‌توان برای پذیرش فرزند اقدام کنند که معمولا متقاضیان از گروه اول یا همان زوجین نابارور هستند.
وی در خصوص شرایط متقاضیان گفت: در قانون شرایطی برای متقاضیان پیش بینی شده است که از مهم ترین آن ها می توان به ایرانی بودن زوجین، فاقد محکومیت کیفری بودن، صلاحیت اخلاقی، تمکن مالی، سلامت جسم و روان و عدم اعتیاد اشاره کرد. زوجین متقاضی در حال حاضر جهت ثبت نام می توانند به سامانه ملی فرزند خواندگی مراجعه کرده و پس از مطالعه قوانین و مقررات و بخش سوالات متداول نسبت به ثبت نام اولیه خود اقدام کنند.

وی ادامه داد: زوجینی که تمایل به پذیرش فرزند تیزامند درمان و یا فرزند با گروه سنی بالای ۷ سال و همچنین امین موقت داشته باشند در اولویت واگذاری فرزند قرار خواهندداشت.

مینیمال
هایی برای زندگی

مینیمال هایی برای زندگی
این چه رازی است که آنچه را می خواهیم به یاد آوریم، فراموش می کنیم
و چیزی را که می خواهیم فراموش کنیم، دائما به یاد می آوریم!

- کوریمک مک کارتی

Instagram.com/minimalha
Telegram.me/Minimalforlife

کاوش

آیا مکمل کلاژن واقعاً مؤثر است؟

مکمل‌های کلاژن ممکن است برای سلامت پوست، استخوان و مفاصل، مفید باشند. در حقیقت، برخی مطالعات نشان دادند که مصرف روزانه مکمل کلاژن هیدرولیز شده، می‌تواند به قابلیت ارتجاعی و آبرسانی پوست و درمان بیماری‌های استخوانی مانند استئوپوروزیس (پوکی استخوان)، کمک کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تبیان، مادامی که مسن‌تر می‌شوید، بدنتان کلاژن کمتری تولید می‌کند. کلاژن، پروتئینی است که به ساختار بخشیدن به رَدیف‌ها، استخوان‌ها و پوست کمک می‌کند. سطوح پایین کلاژن، می‌تواند به درد مفاصل و پیری پوست منجر شود. به همین دلیل است که افراد برای جبران کلاژن از دست رفته، به مکمل روی می‌آورند؛ اما هنوز تحقیقات بیشتری نیاز است تا میزان کارایی مکمل کلاژن مشخص شود. در ادامه آنچه محققین تا به امروز درباره مکمل‌های کلاژن می‌دانند و اینکه آن‌ها تحت چه شرایطی اثرگذار هستند، آورده شده است.

کلاژن چیست؟
کلاژن، پروتئینی است که به وفور در بدن یافت می‌شود و به عنوان یک قطعه سازنده در تشکیل ساختار استخوان‌ها، غضروف‌ها، پوست و تاندون‌ها عمل می‌کند. انواع مختلفی از کلاژن وجود دارد، اما بیشتر کلاژن موجود در بدن، در یکی از سه گروه زیر جای می‌گیرند:
نوع یک: این نوع از کلاژن می‌تواند در کل بدن شما یافت شود، اما به طور خاص برای ساختار پوست، استخوان و تاندون‌ها اهمیت دارد.
نوع دو: این نوع کلاژن، سازنده اصلی غضروف است، بافتی ارتجاعی که مفاصل را به هم متصل می‌کند و در ساختار بدن شما اهمیت دارد.
نوع سه: این فرم از کلاژن، مجراهای بزرگ بدن، مانند عروق خونی و ارگان‌های داخلی مانند روده، را می‌سازد.
ما در تیمه دهه‌ی بیست سالگی (۲۴ تا ۲۶ سالگی) به آرامی کلاژن خود را از دست می‌دهیم و زنان می‌توانند ۳۰ درصد از کلاژن خود را در ۵ سال اول دوران یائسگی از دست بدهند. این از دست دادن می‌تواند بر همه نقاط بدن ما، از جمله خاصیت ارتجاعی پوست و قدرت استخوان‌ها و مفاصل، اثر بگذارد.

انواع مکمل‌های کلاژن
مکمل‌های کلاژن می‌توانند هر سه نوع کلاژن را، بسته به نوع نیاز ما، شامل شوند. برای مثال، اگر یک مکمل به منظور سلامت پوست تهیه شده باشد، بیشتر شامل کلاژن نوع یک خواهد بود.
به مکمل کلاژن به عنوان مخزن جوانی، نگاه می‌شود. اما هنوز مطالعات بیشتری نیاز است تا نشان دهد که این مکمل می‌تواند فرآیند پیری را آهسته کند.
شما می‌توانید مکمل‌های کلاژن را به فرم قرص، پودر و توشیدنی تخصصی، در داروخانه‌ها و فروشگاه‌های خاص، بیابید. وقتی کلاژن به فرم مکمل ساخته می‌شود، می‌تواند ژلاتین، کلاژن هیدرولیز شده یا کلاژن غیرطبیعی، بسته به چگونگی فرآوری شدنشان، باشد.
ژلاتین: پروتئینی است که به ترکیبات کوچک‌تر شکسته شده است. مطالعات بسیار کمی وجود دارند که نشان دهند چگونه ژلاتین بر سلامت استخوان و پوست اثر می‌گذارد.
کلاژن هیدرولیز شده: کلاژنی است که حتی به آمینواسیدهای تشکیل دهنده‌اش تجزیه می‌شود. این توع از مکمل کلاژن ممکن است بهتر از ژلاتین عمل کند، زیرا به راحتی در دسترس بافت‌های بدن شما قرار می‌گیرد.
کلاژن غیرطبیعی نوع دو (UC-II): برای درمان بیماری‌هایی مانند آرتریت روماتوئید و لوپوس استفاده می‌شود که باعث می‌شود سیستم ایمنی بدن شما کلاژن موجود در بدن را تخریب کند. استفاده از دوزهای بسیار کمی از UC-II در طول زمان می‌تواند به تحمل بدن در برابر کلاژن کمک کرده و این واکنش ایمنی تخریب‌گر را متوقف نماید.

حرف آخر
اگرچه هنوز تحقیقات بیشتری در مورد دوز بهینه کلاژن مورد نیاز است، محققان دریافتند افرادی که روزانه ۱۲ گرم کلاژن مصرف می‌کنند و به مدت ۶ماه درمان را ادامه می‌دهند بیشترین پیشرفت را در سلامت استخوان خود داشته‌اند. اگرچه ممکن است مکمل‌های کلاژن برای سلامتی مفید باشند، اما مکمل‌های غذایی توسط FDA تأیید نمی‌شوند، بنابراین احتمال آلودگی وجود دارد. همچنین، نتایج فردی ممکن است متفاوت باشد و برخی از افراد می‌توانند با مکمل‌های کلاژن بهبودی را تجربه کنند، در حالی که ممکن است این نتیجه برای دیگران متفاوت باشند. برای اطمینان از اینکه مکمل‌های با کیفیتی تهیه می‌کنید، به دنبال محصولاتی باشید که توسط داروسازان تأیید شده باشد. در ضمن با پزشک خود در مورد دوز مناسب گفت‌وگو کنید.

تازه های سلامت

شرایط آب و هوایی و انتقال کروناویروس

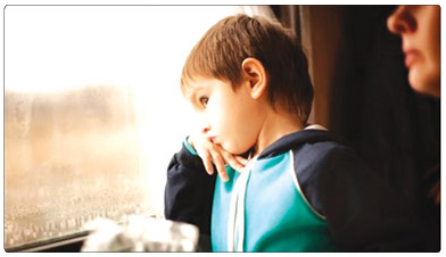
سازمان جهانی بهداشت (WHO) اعلام کرد: کروناویروس در هر شرایط آب و هوایی قابل انتقال است و همچنین دلیلی وجود ندارد که تصور کنیم هوای سرد این ویروس را از بین می‌برد.

به گزارش پیام آشنا بنابر اعلام سازمان جهانی بهداشت، این ویروس عمدتا بین افراد گسترش پیدا می‌کند همچنین بارش باران و برف ممکن است ردپای ویروس را روی نیمکت‌ها یا سایر اشیا در فضای بیرون رقیق کند اما این بلور وجود ندارد که انتقال ویروس از روی سطوح از عوامل اصلی گسترش این بیماری همه‌گیر است.
به گفته محققان در عوض این نگرانی در مورد سرمای هوا وجود دارد که درجه حرارت پایین باعث می شود مردم بیشتر در محیط‌های بسته به ویژه اماکن شلوغ حضور داشته باشند و شرایطی برای گسترش آسان‌تر ویروس فراهم شود.
مطالعات نشان داده که درصد قابل توجهی از میزان شیوع کروناویروس در میان اعضای خانواده اتفاق می افتد که افراد از فضاهایی مانند آشپزخانه و حمام به طور مشترک استفاده می‌کنند.
همچنین سازمان جهانی بهداشت و دیگر سازمان‌های مرتبط هشدار دادهاند که در فضاهای داخلی با تهویه نامطلوب، انتقال ویروس به راحتی انجام می‌شود زیرا کروناویروس می‌تواند در هوا پخش شود و ذرات عفونی ممکن است برای چند ساعت در هوا معلق بمانند.
کروناویروس اغلب در فضاهای باز منتقل نمی‌شود زیرا هوای تازه، ذرات ویروس را پراکنده می‌کند و در عین حال افراد نیز راحت‌تر می‌توانند فاصله فیزیکی خود با دیگران را حفظ کنند. با این حال کارشناسان هشدار می‌دهند که حضور طولانی مدت افراد در محیط های باز بدون داشتن ماسک هم گسترش کروناویروس را امکان پذیر می‌سازد.
بر اساس این گزارش، کارشناسان سلامت معتقدند بهترین راه برای جلوگیری از انتقال ویروس استفاده از ماسک در محیط‌های عمومی، رعایت فاصله حداقل دو متر از دیگران و شستن مرتب دست‌هاست.

دریچه

"تک فرزندان" در دوره قرنطینه کرونا آسیب بیشتری می بینند!

یک آینده‌پژوه جمعیت گفت در روزهای قرنطینه کرونا بچه‌هایی که تک‌فرزند بودند دچار مشکلات زیادی شدند؛ در واقع حتی در شرایط بحرانی که وضعیت اقتصادی و اجتماعی کشور ایده‌آل نیست باز هم ضریب تحمل فرزندانی که خواهر و برادر دارند بالاتر است.



به گزارش پیام آشنا به نقل از باشگاه خبرنگاران پویا، دکتر مریم اردبیلی با اشاره به معضلات دانش آموزان در خانواده‌های "تک‌فرزند" در دوران قرنطینه کرونا اظهار کرد: در جریان شیوع ویروس کرونا، کم‌ترین صدمه مربوط به دانش‌آموزانی بود که در خانواده‌هایی چندفرزند زندگی می کردند؛ درست است که خانواده‌ها در قرنطینه بودند اما دانش‌آموزان در محیط زیست طبیعی خودشان با خواهر و برادرشان شاد بودند و تعامل و گفت‌وگو داشتند. وی ادامه داد: اما در این میان، بچه‌هایی که تک فرزند بودند در همین دوره دچار مشکلات عاطفی جدی شدند؛ به خاطر اینکه بچه تنها در خانه نشسته و پدر و مادر او به سر کار می‌روند یا اگر در خانه هستند با او همبازی و همکلام نمی‌شوند و تنها امکان "تک‌فرزندان" بازی کردن با بچه‌های همکلاسی آشنا یا فامیل بود که آن هم در شرایط قرنطینه از بین رفته است؛ این آینده‌پژوه جمعیت تصریح کرد: در این میان، بچه‌ها با ابزارهای دیجیتال (تبلت، موبایل) تنها مانده‌اند و در نتیجه دچار مشکلات زیادی شدند؛ واقعیت این است که حتی در شرایط بحرانی که در آن وضعیت اقتصادی و اجتماعی کشور ایده‌آل نیست باز هم ضریب تحمل فرزندانی که خواهر و برادر دارند بالاتر است و راحت‌تر و با سلامت بهتری از مشکلات پیش‌رو عبور می کنند. اردبیلی با تأکید بر آسیب‌های فردی و اجتماعی "تک‌فرزندی" اضافه کرد: زوج تک فرزندی را تصور کنید که پدر و مادر هر دو به مرحله سالمندی رسیدند و این زوج باید تکفل ۴ سالمند را از لحاظ حمایت‌های فیزیکی، مالی و عاطفی برعهده بگیرند؛ برای این زوج‌ها چنین کاری واقعا دشوار خواهد بود؛ اگر زوج‌ها، فرزندی هم داشته باشند این کار به مراتب سخت‌تر خواهد شد. این پزشک و استاد دانشگاه خاطرنشان کرد: حال بیایید تصور این تک فرزندی را به کل جامعه تعمیم دهید؛ در این صورت هرم سنی کشور ما به نحوی خواهد شد که قله آن وسیع است یعنی سالمندان زیادی داریم، سالمندانی که در سنین فرزندآوری خود صرفاً یک فرزند به دنیا آوردند؛ از طرفی ناحیه چولگی هرم سنی جمعیت لاغر خواهد بود؛ تحمل چنین جمعیتی سالمندی برای این جمعیت، امکانپذیر نیست. وی افزود: زوجینی که امروز در سنین فرزندآوری هستند می‌توانند با تصمیم بر تک‌فرزندی چنین آینده‌ای دشواری را برای خود رقم بزنند. اما برعکس با تصمیمی متعادل می‌توانند خواهر و برادری برای فرزند خود به دنیا بیاورند؛ این اقدام با اینکه دشواری کوتاه مدتی دارد اما در دراز مدت یک سرمایه‌گذاری برای زیست سالم، شخصیت متعادل فرزندان و خودشان خواهد بود. اردبیلی یادآور شد: تمرکزی که در تربیت "تک‌فرزندان" به کار می‌رود به یک کمال‌گرایی افراطی و یک نگاه ایده‌آلیستی به کودک بیچاره منجر می‌شود؛ به طوری که والدین می‌خواهند تمام آنچه را که نداشته‌اند و برایشان محقق نشده در فرزندان خود ببینند؛ این مسئله صدمات تربیتی و روانی جدی را به فرزندان تک‌فرزند وارد می‌کند.

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 خانه‌هایتان 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