گوناگون

هشدار پلیس درباره اجاره کارت بانکی به اتباع غیرمجاز

رئیس پلیس پیشگیری تهران بزرگ با هشدار نسبت به اجاره مسکن و کارت بانکی به اتباع غیرمجاز تاکید کرد که این کار ممنوع است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، سرهنگ علی قاسم‌پور با اشاره به اتباع غیرمجاز گفت: یکی دیگر از اقدامات پلیس پیشگیری در راستای برقراری امنیت، جمع آوری اتباع غیرمجاز است. این افراد از تمام امکانات شهروندی مانند مترو و اتوبوس، بیمارستان و مدرسه و آب وبرق و غیره همانند یک ایرانی استفاده می کنند که این مسئله باعث شلوغی مراکز مختلف و کم بهره مندی مردم از خدمات می‌شود. وی افزود: با توجه به تحریم‌هایی که کشور ما دارد و مشکلات اقتصادی که با آنها مواجه هستیم؛ این منابع باید در اختیار مردم قرار گیرد و نباید به اتباع غیرمجاز این امتیازات را بدهیم. رئیس پلیس پیشگیری تهران بزرگ درباره اتباع مجاز ادامه داد: البته افرادی که به صورت قانونی وارد کشور ما شده و در حال زندگی و تحصیل هستند مهمان ما هستند و زندگی این افراد در کشور و شهر ما هیچ ایرادی ندارد اما ما قطعا با اتباعی که به صورت غیرقانونی وارد کشور شده اند؛ برخورد می کنیم. قاسم‌پور گفت: در حال جمع‌آوری اتباع غیرمجاز و تحویل به مراکز مربوطه برای بازگردن به کشور خودشان هستیم و این اقدامات ادامه دار است. وی خطاب به افرادی که با این اتباع غیرمجاز همکاری می کنند؛ تذکر داد: متاسفانه شاهد هستیم تعدادی از شهروندان تهرانی، در ازای دریافت پول، برای این اتباع غیرمجاز کارت بانکی، مسکن و خودرو کرایه می کنند که به این افراد هشدار می دهیم که این اقدامات ممنوع است.

رئیس پلیس پیشگیری تهران بزرگ در خاتمه از همه شهروندان خواست که محل تجمع اتباع غیرمجاز را به شماره ۱۱۰ فوریت‌های پلیسی گزارش دهند.

لزوم تطابق شناسه کالاهای سلامت‌محور با پروانه‌های بهداشتی

مدیرکل دفتر فناوری اطلاعات سازمان غذا و دارو به اهمیت تطابق شناسه کالای وزارت صمت با پروانه‌های بهداشتی اشاره کرد و گفت: این اقدام به تأمین سلامت عمومی و جلوگیری از ورود محصولات غیرمجاز به بازار کمک می‌کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از سازمان غذا و دارو، سعید کاظمی برلزوم تطابق شناسه کالاهای سلامت‌محور تأکید کرد و افزود: تطابق شناسه کالاها با پروانه‌های بهداشتی، ابزاری حیاتی برای نظارت بر کیفیت و اصالت محصولات است. با اجرای این برنامه، می‌توانیم از ورود کالاهای تقلبی و غیر مجاز به بازار جلوگیری کنیم و سلامت شهروندان را تأمین کنیم. وی همچنین بر همکاری‌های بین سازمانی در این زمینه اشاره کرد و بیان داشت: ما با وزارت صمت، ستاد مبارزه با قاچاق کالا و ارز و وزارت جهاد کشاورزی همکاری نزدیکی داریم تا اطمینان حاصل کنیم که تمامی محصولات سلامت‌محور از معیارهای لازم برخوردارند.

کاظمی در پایان به پیشرفت ۵۰ درصدی این پروژه اشاره و خاطرنشان کرد: این پروژه به تدریج در حال گسترش است و ما امیدواریم با ادامه این روند، به هدف نهایی خود یعنی ارتقای سلامت عمومی دست یابیم.

فرسودگی شغلی تهدیدی جدی برای پرستاران

معاون پرستاری وزارت بهداشت با قدردانی از زحمات پرستاران، بر ضرورت حمایت بیشتر از این قشر تاکید کرد و گفت: پرستاران به عنوان ستون‌های نظام سلامت، با چالش‌های مختلفی از جمله فرسودگی شغلی مواجه هستند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وزارت بهداشت، عباس عبادی – معاون پرستاری وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در مراسم تجدید میثاق با آرمان‌های امام (ره) و رهبری (مدظله العالی)، ضمن تاکید بر نقش حیاتی پرستاران در نظام سلامت کشور، به اهمیت حفظ و ارتقای سلامت و رضایت شغلی این قشر اثرگذار اشاره کرد. وی با بیان اینکه پرستاری تلفیقی از علم و عشق است، افزود: پرستاران، با بیش از ۳۰ درصد سهم در نظام سلامت، ستون‌های اصلی این حوزه هستند. متاسفانه، گاه به دلیل کم‌کاری‌های موجود، شاهد فرسودگی شغلی در میان این عزیزان هستیم. حفظ این سرمایه انسانی ارزشمند، نیازمند توجه ویژه مسئولین و فراهم آوردن شرایط مناسب کاری است.

عبادی همچنین به گسترگی حوزه فعالیت پرستاران اشاره کرد و گفت: پرستاران تنها در بیمارستان‌ها فعالیت نمی کنند، بلکه در حوزه‌های بهداشت، توانبخشی و سایر بخش‌های مرتبط نیز نقش‌آفرین هستند. تربیت بیش از ۱۵ هزار دانشجوی پرستاری در سال، نشان از اهمیت و جایگاه این حرفه در کشور دارد.

معاون پرستاری وزارت بهداشت در پایان بر اهمیت توجه به جنبه‌های معنوی و عاطفی در حرفه پرستاری تاکید کرد و افزود: پرستاران با عشق و مهربانی به بیماران خدمت می کنند و این ویژگی، آن‌ها را از سایر حرفه‌ها متمایز می‌کند. ما باید قدردان زحمات این عزیزان باشیم و برای بهبود شرایط کاری آن‌ها تلاش کنیم

یک سایت عرضه کننده داروهای سرطانی مسدود شد

رئیس اداره پیشگیری و مقابله با قاچاق سازمان غذا و دارو از مسدود شدن یک سایت اینترنتی عرضه‌کننده داروهای شیمی درمانی خارج از شبکه خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از سازمان غذا و دارو، حامد عبدی با اشاره به نظارت سازمان غذا و دارو به حوزه عرضه فرآورده‌های سلامت‌محور در فضای مجازی افزود: سایت «الو داروکده» که اقدام به فروش داروهای سرطانی خارج از شبکه توزیع می کرد، با دستور قضایی مسدود شد. وی اظهار کرد: براساس بازرسی‌های صورت گرفته توسط بازرسان دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، داروهای ضد سرطان به ارزش ۱۰ میلیارد ریال از محدوده قسریه تهران کشف و مالک این سایت نیز دستگیر شد. عبدی تصریح کرد: مردم می توانند در صورت مشاهده اینرهای مشکوک، عرضه دارو در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی، موارد را به واحد بازرسی و مقابله با قاچاق معاونت های غذا و دارو یا بازرسی سازمان غذا و دارو اعلام کنند.

زنان و خانواده

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده

کمرنگ شدن ارزش‌ها پایه‌های خانواده را متزلزل می کند



معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده با تاکید بر اینکه ارزش‌هایی مانند همبستگی، فداکاری، تعهد، وفاداری، احترام و قدردانی از والدین موجب انسجام خانواده می‌شود، گفت: کمرنگ‌شدن این ارزش‌ها پایه‌های خانواده را متزلزل و جوامع را با چالش‌های جدی در حفظ پیوندهای خانوادگی روبه‌رو می‌کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، زهرا بهروز آذر با ارائه گزارشی از سفر اخیر خود به قطر و شرکت در کنفرانس بین‌المللی خانواده که به مناسبت سی‌امین سالگرد سال بین‌المللی خانواده برگزار شده است، تصریح کرد: مقرر شد ۴۰ مدل از این مدرسه با عنوان «دارالقنون» در سراسر کشور احداث شود؛ بنا داریم یک الگوی مدیریتی برای ساخت و ایجاد دارالقنون هایی در استان ها با تمرکز بر کیفیت‌بخشی ایجاد شود.

وی در ادامه ارائه گزارش از سفر به اردبیل بیان کرد: در این استان ۱۲ هزار کلاس درس از سال گذشته تخریب و بازسازی و سامانه های گرمایشی ۷ هزار کلاس درس و بالمکات بسیار قابل توجه و پرخوردار از استانداردهای لازم، بازگشایی شد. هر چند مهم تر از فضای فیزیکی این پروژه، اندیشه‌ای است که در ماورای این مدرسه شکل گرفته است.

کاظمی با بیان اینکه این مدرسه با کمک سرمایه گذار بنا شده است، تصریح کرد: مقرر شد ۴۰ مدل از این مدرسه با عنوان «دارالقنون» در سراسر کشور احداث شود؛ بنا داریم یک الگوی مدیریتی برای ساخت و ایجاد دارالقنون هایی در استان ها با تمرکز بر کیفیت‌بخشی ایجاد شود.

وی در ادامه ارائه گزارش از سفر به اردبیل بیان کرد: در این استان ۱۲ هزار کلاس درس از سال گذشته تخریب و بازسازی و سامانه های گرمایشی ۷ هزار کلاس درس و بالمکات بسیار قابل توجه و پرخوردار از استانداردهای لازم، بازگشایی شد. هر چند مهم تر از فضای فیزیکی این پروژه، اندیشه‌ای است که در ماورای این مدرسه شکل گرفته است.

کاظمی با بیان اینکه این مدرسه با کمک سرمایه گذار بنا شده است، تصریح کرد: مقرر شد ۴۰ مدل از این مدرسه با عنوان «دارالقنون» در سراسر کشور احداث شود؛ بنا داریم یک الگوی مدیریتی برای ساخت و ایجاد دارالقنون هایی در استان ها با تمرکز بر کیفیت‌بخشی ایجاد شود.

وی در ادامه ارائه گزارش از سفر به اردبیل بیان کرد: در این استان ۱۲ هزار کلاس درس از سال گذشته تخریب و بازسازی و سامانه های گرمایشی ۷ هزار کلاس درس و بالمکات بسیار قابل توجه و پرخوردار از استانداردهای لازم، بازگشایی شد. هر چند مهم تر از فضای فیزیکی این پروژه، اندیشه‌ای است که در ماورای این مدرسه شکل گرفته است.

کاظمی با بیان اینکه این مدرسه با کمک سرمایه گذار بنا شده است، تصریح کرد: مقرر شد ۴۰ مدل از این مدرسه با عنوان «دارالقنون» در سراسر کشور احداث شود؛ بنا داریم یک الگوی مدیریتی برای ساخت و ایجاد دارالقنون هایی در استان ها با تمرکز بر کیفیت‌بخشی ایجاد شود.

وی در ادامه ارائه گزارش از سفر به اردبیل بیان کرد: در این استان ۱۲ هزار کلاس درس از سال گذشته تخریب و بازسازی و سامانه های گرمایشی ۷ هزار

انتظار کرد: در کنفرانس بین‌المللی خانواده در دوحه گفت وگوهای عمیقی درباره تغییرات تکنولوژیکی مهاجرت و شهرنشینی، تحولات جمعیتی و تغییرات آب و هوایی که چهار روند بزرگ جهانی پیش روی خانواده‌ها است انجام شد و علاوه بر مرور چالش‌ها، سیاست‌ها و برنامه‌های متعددی برای مقابله با آن مطرح شد.

وی افزود: زمانی را به یاد بیاوریم که خانواده‌ها استوار و پایدار بودند، نسل‌ها را پرورش می‌دادند، کنار یکدیگر بودند و با همکاری و همبستگی خاندان‌ها و اقوام را شکل می‌دادند؛ ما می‌توانیم با الهام از گذشته آینده را بسازیم.

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده تاکید کرد: ارزش‌های خانوادگی بنیان تمدنی ما است در طول قرون هویت ما را حفظ کرده و ما را به اینجا رسانده است این ارزش‌ها میراثی ارزشمند از گذشتگان هستند که به امانت به ما رسیده‌اند همانطور که حفظ آثار باستانی برای ما مهم است باید این میراث معنوی و فرهنگی را برای نسل‌های آینده حفظ کنیم.

قابل ذکر است، اجلاس گرامیداشت سی امین سال خانواده به همت موسسه بین‌المللی خانواده ۹ و ۱۰ آبان‌ماه در شهر دوحه پایتخت قطر برگزار شد و کارشناسان برجسته، سیاست گذاران و رهبران فکری به منظور بحث‌های روشنگرانه، جلسات میزگرد و نمایشگاه‌های مربوط به ارتقای خانواده گردهم آمدند.

وزیر آموزش و پرورش

صلاحیت ۶ هزار نیرو برای استخدام در آموزش و پرورش بازنگری می‌شود



وزیر آموزش و پرورش از بازنگری در احراز صلاحیت ۶ هزار نیروی در حال جذب این وزارتخانه خبر داد و گفت: انتظار می‌رود تلاش و ممارست همکاران بر رشد و پیشرفت روزانه در رفع مشکلات باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مرکز اطلاع رسانی و روابط عمومی وزارت آموزش و پرورش، علیرضا کاظمی در بیست و هشتمین جلسه شورای معاونان اظهار کرد: انتظار می‌رود تلاش و ممارست همکاران در این وزارتخانه بر رشد و پیشرفت روزانه در رفع مشکلات باشد.

وی با اشاره به سفر هفته گذشته به دو استان البرز و اردبیل گفت: در سفر به استان البرز اقدامات خوبی در نهضت مدرسه سازی و بهره برداری از چندین پروژه آموزشی و ورزشی صورت گرفت.

وزیر آموزش و پرورش ادامه داد: در استان اردبیل مدرسه دارالقنون در قامت دارالقنون تهران با ۳۰ کلاس درس و با امکانات بسیار قابل توجه و برخوردار از استانداردهای لازم، بازگشایی شد. هر چند مهم تر از فضای فیزیکی این پروژه، اندیشه‌ای است که در ماورای این مدرسه شکل گرفته است.

کاظمی با بیان اینکه این مدرسه با کمک سرمایه گذار بنا شده است، تصریح کرد: مقرر شد ۴۰ مدل از این مدرسه با عنوان «دارالقنون» در سراسر کشور احداث شود؛ بنا داریم یک الگوی مدیریتی برای ساخت و ایجاد دارالقنون هایی در استان ها با تمرکز بر کیفیت‌بخشی ایجاد شود.

وی در ادامه ارائه گزارش از سفر به اردبیل بیان کرد: در این استان ۱۲ هزار کلاس درس از سال گذشته تخریب و بازسازی و سامانه های گرمایشی ۷ هزار کلاس درس و بالمکات بسیار قابل توجه و پرخوردار از استانداردهای لازم، بازگشایی شد. هر چند مهم تر از فضای فیزیکی این پروژه، اندیشه‌ای است که در ماورای این مدرسه شکل گرفته است.

کاظمی با بیان اینکه این مدرسه با کمک سرمایه گذار بنا شده است، تصریح کرد: مقرر شد ۴۰ مدل از این مدرسه با عنوان «دارالقنون» در سراسر کشور احداث شود؛ بنا داریم یک الگوی مدیریتی برای ساخت و ایجاد دارالقنون هایی در استان ها با تمرکز بر کیفیت‌بخشی ایجاد شود.

وی در ادامه ارائه گزارش از سفر به اردبیل بیان کرد: در این استان ۱۲ هزار کلاس درس از سال گذشته تخریب و بازسازی و سامانه های گرمایشی ۷ هزار

مدارس نیز بهسازی شد تا دانش آموزان در آغاز فصل سرمانگرانی نداشته باشند.

دیدار رهبری فرصت استثنایی برای نظام تعلیم و تربیت است

وزیر آموزش و پرورش با اشاره به دیدار دانش آموزان در آستانه روز دانش آموز با مقام معظم رهبری گفت: دیدار رهبری فرصت استثنایی برای نظام تعلیم و تربیت بود که با شور و شوق بی نظیر دانش آموزان همراه شد. کاظمی به بخش دیگری از فرمایش رهبری در این جلسه اشاره کرد و افزود: رهبری به تلاش برای حفظ و معرفت افزایی در مراسم ۱۳ آبان تأکید داشتند و ما نیز باید در این زمینه برنامه‌های اساسی و متقنی داشته باشیم. همچنین ایشان فرمودند در مسیر رویایی حرکت علمی کشور به پشتیبانی‌های معنوی از جمله ذکر و شکر نیاز مندیم.

وی درباره نکته دیگری از فرمایش رهبری مبنی بر اینکه دشمن در حال تلاش است که حافظه ملت از جنایات که در جهان رقم می‌خورد، پاک کند گفت: در هیچ شرایطی نباید این جنایات از اذهان فراموش شود و باید تبیین این جنایات برای آحاد جامعه سرلوحه کارمان باشد و وحشی گری‌ها و جنایات آمریکا و رژیم صهیونیستی به دانش آموزان و نسل های جدید معرفی شود.

وزیر آموزش و پرورش ضمن تبریک به جامعه دانش آموزی و تیم‌های ورزشی المپیک که موفقیت‌ها و مدال‌هایی به دست آوردند، تصریح کرد: جای تقدیر و تشکر دارد که برای اولین بار تیم ورزشی دانش آموزی جایگاه پنجم را در جهان با کسب ۲۶ مدال طلا به دست آورده است.

روزنه

هوش مصنوعی، ابزاری موثر جهت افزایش موفقیت درمان ناباروری

دبیر علمی کنگره بین‌المللی نگاهی جامع بر ناباروری؛ هوش مصنوعی، چالش‌ها و چشم‌اندازها، گفت: هوش مصنوعی با سرعتی چشمگیر در تمامی عرصه‌های زندگی نفوذ کرده است و در حوزه درمان ناباروری، با توجه به نبود روش‌های درمانی صد در صدی، می‌تواند نقش موثری در پیش‌بینی و بهبود درمان‌ها داشته باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی پژوهشگاه ابن سینا، سیده سهیلا عارفی - عضو هیئت علمی پژوهشگاه ابن سینا و دبیر علمی کنگره هوش مصنوعی، چالش‌ها و چشم اندازها در خصوص اهمیت برگزاری این رویداد گفت: هوش مصنوعی با سرعتی چشمگیر در تمامی عرصه‌های زندگی نفوذ کرده است و در حوزه درمان ناباروری، با توجه به نبود روش‌های درمانی صد در صدی، می‌تواند نقش موثری در پیش‌بینی و بهبود درمان‌ها داشته باشد.

وی افزود: این کنگره به بررسی فرصت‌ها و چالش‌های هوش مصنوعی در حوزه ناباروری و ناباروری می‌پردازد و پل‌های تخصصی با حضور اساتید حوزه درمان ناباروری و هوش مصنوعی برگزار خواهد شد.

دبیر علمی کنگره تاکید جامع بر ناباروری اظهار کرد: با توجه به فعالیت‌های شاخصی که در حوزه هوش مصنوعی و اغلب توسط نخبگان جوان در کشور انجام شده، تصمیم گرفتیم بخشی را به معرفی این دستاوردها اختصاص دهیم. بر همین اساس در تاریخ ۲۰ آذرماه جشنواره ایده تا محصول را با همکاری اساتید هوش مصنوعی برگزار خواهیم کرد. در این جشنواره، ایده‌ها و پروژه‌های برتر در زمینه هوش مصنوعی و کاربردهای بالینی آن معرفی و ارائه خواهند شد.

گفتنی است؛ کنگره بین المللی هوش مصنوعی، چالش‌ها و چشم اندازها با هدف بررسی نقش فناوری‌های نوین در تشخیص و درمان ناباروری، از ۲۱ تا ۲۳ آذرماه ۱۴۰۳ در سالن لوریه دانشگاه شهید بهشتی برگزار خواهد شد. این رویداد علمی با حضور برجسته‌ترین متخصصین داخلی وبین‌المللی در حوزه‌های هوش مصنوعی و ناباروری، برگزار می‌شود.



باخت هویت در بازی تجمل گرایی



فرهنگ و سبک زندگی ایرانی به‌واسطه رسانه‌ها، اینترنت و شبکه‌های اجتماعی دچار تغییر است. یکی از این تغییرات گرایش مردم به سمت سبک زندگی لاکچری و تهیه کالاهای خارجی، لوکس و مارک‌دار است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام‌جم آنلاین، مروری بر عادات روزمره مردم نشان می‌دهد که افراد در بسیاری از الگوهای حاکم در زندگی‌شان، از الگوهای غربی پیروی می‌کنند. در این سبک زندگی نوظهور که بسیاری از الگوهایش را از فرهنگ غربی وام گرفته، طبیعی است که مصرف کالاهای خارجی متناسب با آن فرهنگ، هم‌خوانی بیشتری دارد. تاریخ افسز و ترویج «لاکچری لایف» یا «سبک زندگی لوکس» مشخص نیست اما با افزایش تعداد کاربران شبکه‌های اجتماعی، این سبک زندگی بیش از پیش رواج پیدا کرده؛ تا آنجا که حتی آنها هم که زندگی لوکسی ندارند و از طبقه متوسط یا کم‌درآمد هستند، برای خودنمایی سعی کرده‌اند دارندگی‌شان را به‌شدت تا عکس‌های اینستاگرام‌شان از جنس لاکچری باشد.

حس خاص بودن

در این سبک زندگی که به لوکس‌گرایی هم معروف است، افراد به‌احتمال داشتن بهترین‌ها بوده و تلاش می‌کنند گران‌قیمت‌ترین و باکیفیت‌ترین کالاهای خارجی با مارک‌های خاص را وارد زندگی خود کنند. داشتن حس خاص بودن، آدم‌ها را به سمت این نوع زندگی سوق می‌دهد. انومیل‌های گران‌قیمت لوازم خانگی لوکس، جواهرات، تفریحات، مسافرت‌های گران‌قیمت تا خریدهای روزانه خاص، همگی از ابعاد یک زندگی لاکچری و لوکس به‌شمار می‌آیند که امروزه تصاویر و فیلم‌های آن از طریق شبکه‌های مجازی به‌خصوص صفحات اینستاگرام در حال انتشار و دیده شدن است اما آنجا که عرق ملی از بین می‌رود و تجمل و فخرفروشی دلیل خرید کالای خارجی و مارک‌دار می‌شود، باید به‌دنبال مشکل بود، چراکه روح اقتصاد مقاومتی با این نوع خارجی‌پرستی‌ها خدشه‌دار خواهد شد.

دیده شدن به‌واسطه کالاهای لوکس خارجی

حمید غفاری‌خلیق، دکترای روان‌شناسی و مشاوره و مدرس دانشگاه در گفت‌وگو با جام‌جم بیان کرد: تمایل به خرید یک کالا از یک تولیدکننده خارجی یا مارک خاص شاید در ابتدا به خاطر کیفیت و دوام یا خاص بودن محصول بوده باشد که معمولا این نوع محصولات قیمت متفاوتی داشته و طبقه خاصی به این محصولات رغبت بیشتری نشان می‌دهند اما به مرور گروه‌های دیگر این را فرصتی دیدند تا با استفاده از این محصولات به‌عنوان فردی از یک طبقه با گروه خاص شناخته و دیده شوند. در کل می‌توان مصرف‌کنندگان کالاهای لوکس، خارجی و مارک‌دار را به دو گروه تقسیم کرد که از دو نوع تفکر متفاوت ناشی می‌شود و شاید بتوان افرادی را که از کالاهای لوکس خارجی به‌عنوان معبود مشخصه‌های هویتی برای معرفی خود استفاده می‌کنند و توجه بیمارگونه به این موضوع دارند، افراد آسیب‌دیده درنظر گرفت؛ افرادی که تمایل بسیار زیاد و وسواس‌گونه دارند و می‌توانند دچار مشکلات شخصیتی و گاها اختلال روانی باشند. اعتماد به‌نفس پایین، اضطراب، مشکلات هویتی، از خودبیگانگی، عزت‌نفس پایین و... بخشی از این آسیب‌هاست.

لوکسی‌گری هم اقناع نمی‌کند

گاهی بعضی محصولات و کالاها انتخاب ما هستند و یا آگاهی آنها را تهیه می‌کنیم اما افرادی که اعتماد به‌نفس پایینی دارند برای همراه شدن با یک جمع، یا چشم گیر بودن خاصی شمرده شوند یا گاهی به‌دلیل اصرار دیگران یا گرفتن تأیید از افراد خاص یا جلب توجه، برخلاف رضایت درونی خود، محصولاتی را می‌خرند که نهایتا این کار باعث کاهش بیشتر اعتماد به‌نفس و افزایش نارضایتی درونی آنان خواهد شد.

نقش خانواده در ترویج تجمل گرایی

هر فردی در مرحله اول، ارزش‌های خود را از خانواده دریافت می‌کند که به گفته دکتر غفاری‌خلیق، اگر تجمل‌گرایی از ارزش‌های مهم یک خانواده باشد و مادر و پدر در توصیف افراد به‌جای ویژگی‌های مثبت اخلاقی، رفتاری یا دستاوردهای علمی و کاری اول به صفاتی چون نوع پوشش گران‌قیمت‌سفرهای خاص یا‌فرهای خارجی، مدل ماشین، متراژ خانه و... این گونه مسائل بپردازند، به‌صورت ناخودآگاه کودکان تصورمی‌کنند برای این‌که در آینده فردی موفق و مورد تأیید خانواده باشند باید این ویژگی‌ها را در خود به‌وجود آورند بسیاری از مشکلاتی که در حال حاضر خانواده‌ها به‌دلیل آن برای نوجوانان خودبه مشاور مراجعه می‌کنند این است که در کودکی سرمایه‌گذاری مناسبی برای ایجاد پارامترهای تربیتی مناسب نداشته‌اند، واکنون در نوجوانی یا فرزند خود، بر سر تهیه لباس‌های مارکدار یا آخرین مدل موبایل و... بحث و جدال بی‌پایانی دارند.

بیشترین آسیب‌ها برای نوجوانان است

درنوجوانی تأثیر دوستان وتمایل به پذیرفته‌شدن از سوی جامعه وجلب توجه‌اهمیت بسیار ویژه‌ای دارد وقتی گرایش بیشتر جامعه به یک سبک خاص رفتاری باشد، بسیاری از افراد خصوصا نوجوانان نمی‌توانند درمقابل این فشارروانی جمعی ایستادگی کنند و نهایتا همراه جریان حاضر خواهندشد.ناگاهی ازاین‌که چه‌چیزهایی برای خود و محیط زندگی‌شان مضر است و نوجوانان چه‌چیزهایی را برای خود مفید می‌دانند، باعث می‌شود که آنها بدون آگاهی از عواقب کار، به‌سمت آن گرایش پیدا کنند.

میزان اثرگذاری شبکه‌های اجتماعی

قطعا شبکه‌های مجازی در ایجاد لوکسی‌گرایی یا تأیید و ترویج یک نوع تفکر خاص مؤثر است اما مهم‌تر از آن ایجاد آگاهی، آموزش وفرهنگ‌سازی درست هم از سمت خانواده وهم دولت است که می‌تواند تأثیرگذاری بسیار بیشتری داشته باشد. غفاری‌خلیق ضمن اشاره به این موضوع، می‌افزاید: واقعیت این است که فضای مجازی و بالاخرها تنها بازیگران این حیطه نیستند گاهی افراد مطرح و مهم یک جامعه مانند شخصیت‌های هنری، سیاسی‌وورزشی و...که الگویی برای نوجوانان و جوانان هستند از همان مدها، کالاها و تجملاتی تبعیت می‌کنند که بالاگرها آن رابتایج حاصل می‌کنند که به همین واسطه، مهر تأییدی بر آن سبک خورده می‌شود و افراد بیشتری به آن تمایل پیدا می‌کنند اما اگر فردی واکسینه شده باشد، حتی در آلوده‌ترین محیط‌ها هم بیمار نخواهد شد و فردی که حفاظت نشده، حتی می‌تواند با کمترین میزان آلودگی در گیر بیماری‌های خطرناک شود.

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!
- کوریمکو مک کارثی
Instagram.com/minimalha
Telegram.me/Minimalforlife

تازه‌های سلامت

چطور اگزما را درمان کنیم؟

متخصص پوست دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی درباره اگزما در فصل پاییز و درمان این بیماری، توضیح داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از فارس، زمانی که از بیماری‌های فصل پاییز صحبت می‌کنیم، غالب افراد به یاد سرماخوردگی می‌افتند، اما یکی از مشکلات رایج فصول سرد، بیماری‌های پوستی است. از آن جایی که پاییز فصل سرد و خشکی به شمار می‌رود، رطوبت پوست کاهش پیدا می‌کند و مشکلاتی نظیر خشکی و التهاب ایجاد می‌شود. اگزما یکی از بیماری‌های پوستی است که باعث التهاب، سرخی و خشکی می‌شود در نتیجه امکان بروز اگزما در فصل پاییز افزایش پیدا می‌کند.

اگزما یک بیماری پوستی است که انواع مختلفی دارد و در گروه‌های مختلف سنی رخ می‌دهد. اگزما بیش‌تر در آرنج، کف دست، صورت، پاها و پشت زانوها ظاهر می‌شود. اگزما به‌صورت بثورات، برجستگی‌های روی پوست ظاهر می‌شود و پوسته‌پوسته شدن پوست، ایجاد لکه‌های قهوه‌ای، التهاب، خشکی و خارش را به همراه خود دارد. شدت هر کدام از این موارد می‌تواند بین خفیف تا شدید متغیر باشد. در صورت عدم درمان، خارش شدت می‌یابد و باعث خون‌ریزی در سطح پوست می‌شود.

سحر دادخواه فر، متخصص پوست با بیان اینکه میلیون‌ها نفر در سراسر جهان از اگزمای پوستی رنج می‌برند و با سردشدن هوا با چالشی جدید مواجه می‌شوند، اظهار کرد: هوای سرد و خشک باعث ازدست‌رفتن رطوبت ضروری پوست شده و برای پوستی که به علت اگزما سد مناسبی در برابر عوامل محرک ندارد، مشکل ایجاد می‌کند.

وی در ادامه گفت: خارش و التهاب، سد دفاعی اصلی بدن یعنی پوست را می‌شکند. افزایش استرس سرما نیز می‌تواند به‌عنوان یک محرک خارش زا عمل کرده و در نتیجه باعث شعله‌ور شدن اگزما به ویژه در فصل پاییز شود.

دادخواه فر در ادامه به ذکر توصیه‌هایی برای کاهش اگزما و جلوگیری از تشدید آن در پاییز پرداخت و با تأکید بر پرهیز از استحمام با آب داغ به مدت طولانی گفت: مبتلایان به اگزما برای حمام کردن باید از آب ولرم نه داغ استفاده کنند و مدت استحمام آنان نباید از پنج تا ۱۰ دقیقه بیشتر باشد.

وی ادامه داد: این افراد پس از استحمام باید فوراً از مرطوب‌کننده استفاده کنند تا رطوبت پوستشان حفظ شود. باید توجه داشت شست‌وشو با صابون ملایم که شرایط‌ت تحریک پوست‌های حساس می‌شود.

این متخصص افزود: فراهم کردن شرایط مناسب در محیط منزل یکی دیگر از توصیه‌هاست. هوای داخل منزل را نمی‌توان کنترل کرد همچنین پرهیز از گرم کردن بیش از حد منزل و استفاده از مرطوب‌کننده از نکات مهمی است که احتمال تشدید علایم اگزما را کاهش می‌دهد.

دادخواه‌فر اجتناب از شست‌وشوی بیش از حد و مکرر دست‌ها به‌خصوص در هوای سرد و خشک را یکی دیگر از نکات مهم برشمرد و گفت: بسیاری از مبتلایان به اگزما دچار اگزمای دست هستند و علایم آنان در زمستان تشدید می‌شود به‌نحوی که دچار ترک‌خوردگی دست در هوای سرد زمستانی می‌شوند.

وی ادامه داد: باتوجه‌به اینکه شست‌وشوی مکرر دست باعث ازبین‌رفتن رطوبت طبیعی پوست می‌شود این افراد باید در هوای سرد در طول روز به‌دفعات از مرطوب‌کننده استفاده کنند.

این متخصص افزود: در پوست‌های به‌شدت خشک نیز استفاده از کرم و یا امولیینت قبل از خواب و پوشیدن دستکش پس از آن باعث حفظ رطوبت پوست و بازسازی سد پوستی می‌شود. این افراد همچنین باید در هوای سرد بیرون از منزل از دستکش استفاده کنند.

این متخصص پوست، مرطوب کردن را اولین سد دفاعی در پیشگیری از تشدید اگزما عنوان کرد و افزود: پوست باید همواره مرطوب نگه داشته شود زیرا مرطوب کردن پوست به طور دائمی، مانع خشک‌شدن، ترک‌خوردن پوست و ازبین‌رفتن سد پوستی می‌شود. استفاده از لوسیون‌ها یا روغن‌های خاص برای کل بدن مناسب است اما در جاهای شدیداً خشک باید از مرطوب‌کننده هایی مانند کرم پا یا مداد استفاده کرد.

دادخواه فر تأکید کرد: در موارد شدید و پایدار ابتلا به اگزما باید به متخصص پوست مراجعه کرد؛ زیرا این مشکل می‌تواند سبب عفونت و تغییر رنگ دائمی در بعضی نواحی پوست شود.