info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح ایران

پیام آشنا

شماره ۱۲۲۵
چهارشنبه ۱۴ تیر ۱۴۰۲
۱۶ / ذوالحجه / ۱۴۴۴
05 /July /2023

صاحب امتیاز موسسه همگانی اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: پیام ره حیدری
نشانی: کرج، بلوار هاشمی، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۸ ۸۳ ۲۲۵۲۲-۳۴۵۴۴۴۲-۰۲۶ فکس: ۲۲۵۲۰۱۰
امتیاز: طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸۸/۲۴
چاپ: کارگر

امروز با حافظ

چـــمن حکایـت ارم دیـبهشت می گویـد
نـه عاقل است که نسیه خرید و نقد بهشت
به می عمارت دل کن که این جهان خراب
بر آن سر است که از خاک ما بسازد خشت

یه چشم من همه آفاق پر کلامی نیست
سرم خوشست بحمدالله از کلامی نیست
فانی

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۳:۱۰	۰۴:۵۵	۱۲:۱۰	۱۹:۲۵	۱۹:۴۶

بعضی چیزها در جهان خیلی مهمتر از دارایی هستند؛ یکی از آنها توانایی خوشرو بودن با چیزهای ساده است...
دیل کارنگی

برش

عشق‌های هیستیریک؛ تصویر غلط از عشق در نمایش خانگی

«کیا» عاشق «رستا» است اما به جای اینکه به او ابراز علاقه برمال ماندنه باشد در شب عروسی «رستا» او را می‌زند و به او تجاوز می‌کند. جایی دیگر «حامم» و «امرلال» با هم قول و قرار ازدواج گذاشته‌اند اما برادر حامی پسری «هانف» هم عاشق «لال» می‌شود و با ابراز علاقه‌ای دیوانه‌وار با «امرلال» در بانی پهان می‌شود. و برنامه فرار می‌گذارند؛ چون «لال» احساس می‌کند که هانف بیشتر از حامی به او حرف‌های عاشقانه می‌زند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا این‌ها تنها دو نمونه از محتوایی است که این روزها با بر عهده گرفتن محتوای عاشقانه در سریال‌های نمایش خانگی عرضه می‌شود. محتوایی که در ظاهر این گونه به مخاطب القا می‌کند که هر کس عاشق‌تر است، دیوانه‌تر است!

عشق یک احساس مثبت یا ویرانی؟!

اگر چه تعریف دقیق کلمه «عشق» کار بسیار سختی است و نیازمند دیدگاه‌های طولانی و دقیق است، اما جیمه‌های گوناگون آن را می‌توان از راه بررسی چیزهایی که «عشق» یا عاشقانه «نیست» تشریح کرد. عشق به عنوان یک احساس مثبت و محبت‌آمیز نقطه مقابل تنفر قرار می‌گیرد، برخی از روان‌شناسان اعتقاد دارند که عشق عمل‌ویه عاریه سپردن «مرزهای خودی» یا «حب نفس» به دیگران است. عده‌ای هم سعی دارند عشق را از طریق جاوه‌های آن در زندگی فردی تعریف کنند.

به علت پیچیدگی مفهوم عشق و اشتراکی بودن آن محدولا بحث در مورد آن به کلیت‌های تعمی خلاصه می‌شود و در مورد این کلمه ضرب‌المثل‌های زیادی وجود دارد، از گفته ویرژیل که «عشق همه جا را تسخیر می‌کند» گرفته تا آواز گروه «بیتز» یعنی «همه چیزی که به آن احتیاج دارم عشق است» برتراند راسل عشق را یک «آرزوی مطلق» می‌داند که در برابر آن و آن نسبی قرار دارد. اما عشق هیچ جامه‌ترف دیوانگی و ویرانی و آن چیزی که ما این روزها در سریال‌ها می‌بینیم نیست!

افراد دگر بر «عشق‌های هیستیریک» در بستر اجتماعی نامناسب زیست می‌کنند

محمد رحیمی (جامعه‌شناس و استاد دانشگاه) در این باره می‌گوید: «احساسات تنها به عنوان یک مساله روانشناختی صرف نیست و نباید آن را به مساله روانی تقلیل داد و زوایای دیگر آن از جمله زمینه اجتماعی آن را نادیده گرفت. ظهور و بروز احساسات در همه جوامع یکسان نیست این امر بیانگر این است که احساسات نمی‌تواند امری غریزی و فردی باشد بلکه امری اجتماعی است.»

او افزوده می‌دهد: «ارزش‌ها و هنجارهای فرهنگی جامعه روی احساسات تأثیر گذاشته و آن‌ها را دچار تغییرات کمّی و کیفی می‌سازند. ساختار اجتماعی می‌تواند افراد را وادار به تجربه احساسات خاصی کرده و دیگران را از تجربه آن‌ها مصون بدارد. به اعتقاد بنده افراد در گیر «عشق‌های هیستریک» در یک بستر اجتماعی نامناسب زیست می‌کند و در مدیریت احساسات نیز مشکل دارند و الگویی از احساسات افراطی آمیز را به نمایش می‌گذارند»

رحیمی تأکید می‌کند: «مسأله‌ای که باید به آن توجه داشت یاتیم این است که جامعه همواره از انسجام مطلوب برخوردار نیست و در فرایند گذار از سنت به مدرنیته، حالتی از گسختگی، بی‌هنجاری و فقدان انسجام پیش می‌آید. یا فرو پاشی ارزش‌های سنتی، گرایش‌های انحرافی به صورت‌های مختلف ظهور می‌کند. در نتیجه فقدان همبستگی، بافت پیدایش وضعیت «ذوبیک» یا بی‌هنجاری می‌شود. در چنین وضعیتی، ارزش‌ها نامعین است و در نتیجه تا مدتی قواعد و مقرراتی در کار نیست. مردم دیگر نمی‌دانند چه چیزی ممکن است و چه چیزی ناممکن، چه چیزی درست و چه چیز نادرست. تفاضا و درخواست‌های مشروع کنامه‌ور تقاضا و درخواست‌های نامشروع و خارج از «مؤمنین اجتماعی کنام»!

سرعت بالای مدرنیته و پروش یک نسل طغیانگر را این جامعه‌شناس معتقد است: «در چنین وضعیتی مدیریت تغییرات اجتماعی - فرهنگی بسیار ضروری است. چرا که مدرنیته یا سرعتی که پیش می‌رود و یا ظواهر زیبا و اغواگر، نسل طغیانگر پرورش می‌دهد و جامعه را از تعادل خارج می‌سازد. رواج عشق‌های جنگلی و بی حد و مرز، به اشکال و شیوه‌های مختلف در جامعه‌ی ما و در روابط اجتماعی امروز ما بازتولید می‌شوند. چنانی که قواعد و هنجارهای اجتماعی را زیر سؤال می‌برند و به هیچ قید و بندی پایبند نیستند این قشر از جامعه تفسیرهای جدیدی از زندگی ارائه می‌دهند و در این میان رسانه‌ها نقش مهمی در بازتولید افکار، نگرش‌ها و احساسات ایفا می‌کنند. رسانه‌هایی که الگوهای زیست ناسازگار و ضد اجتماعی را انتشار می‌دهند»

الگوی جوان امروز از عشق بسیار متفاوت از الگوی نسل قبل است

او همچنین می‌گوید: «الگویی که جوانان امروز از عشق و زندگی مشترک دارند (مطلوم جوانانی است که با رسانه‌ها مجین شده‌اند و بدون رسانه‌ها زندگی‌شان مختل می‌شود) بسیار متفاوت از نسل‌های پیش از خودشان است. در این رسانه‌ها فردی به تصویر کشیده می‌شود که خود خالق تمامی قواعد اجتماعی است. خود معناهای جدیدی از زندگی خلق می‌کند و به جامعه و افراد تحمیل نمی‌کند. در این وضعیت جامعه عمیقا در حال گسیختگی و سرگشتگی اخلاقی و معنوی به سر می‌برد.»

رحیمی همچنین اعتقاد دارد: «در رابطه با تأثیرات منفی روابط عشق‌های هیستریک در شبکه‌های نمایش خانگی باید عرض کنم که خانواده به عنوان بستر امن اجتماعی شدن و آموزش مهارت‌های زندگی جایگاه خود را از دست می‌دهد و خود را به طور کامل بلعیده آموزش‌ها و هنجارهایی می‌کند که در رسانه‌ها انتشار داده می‌شود. آموزش‌هایی که با زیست به هنجار و اخلاقی متناقض است. در نتیجه با نسلی مواجه می‌شویم که رسانه‌ها را بازتولید می‌کند، سر در گم می‌شود.»

گزارش روز

نشانه‌هایی از «واقع بینی» غرب در مذاکرات

رگه‌هایی از واقع بینی از سوی غرب پدیدار شده است. گفتن این سخن از سوی ناصر کنعانی، سخنگوی وزارت امور خارجه مهر تأییدی است بر نشانه‌های مثبتی که در هفته‌های اخیر پیرامون مذاکرات رفع تحریم‌ها پدیدار شده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایران، کنعانی در نشست خبری روز دوشنبه در توضیح درباره جدیدترین رویدادهای مرتبط با مذاکرات با بیان اینکه «ایران مواضع خود را به صورت روشن و به طرح‌های مقابل مستقل کرده و طرح‌های مقابل یا مواضع ما کاملاً آشنا هستند» افزود: «در بازه زمانی اخیر رگه‌هایی از واقع بینی و میانه‌روی را مشاهده کردیم، ولی این برای ما کافی نیست. ایران برای گرفتن نتیجه از روند مذاکرات، مذاکره می‌کند و به صورت مذاکره پایبند است. ایران برای هر وضعیتی در آینده آماده است.»

اشاره سخنگوی وزارت امور خارجه به بروز واقع گرایی در مذاکرات اخیر پس از آن صورت گرفته که در هفته‌های اخیر دور تازه‌ای از گفت‌وگوهای غیر مستقیم میان ایران و ایالات متحده با میانجیگری «قطر» به جریان افتاده است. مذاکراتی که به موازات آن، علی باقری، رئیس هیأت ایرانی نیز دیدارهایی با یا هماهنگی خود از کشورهای اروپایی از سر گذرانده است و چند هفته پیش ایشان با هماهنگی خود از «آلمان و انگلیس در «لوطنی» و پس‌ها با «فریکه مورا» معاون سیاست خارجی اتحادیه اروپا در قطر دیدار کرد. پس از این دیدار «علی‌ان» به قطر از مسایع دیپلماتیک گفت‌وگوی «موجه» را سازنده خوانده و تصریح کرد که گفت‌وگوهای ایران و اتحادیه اروپا روی نکات کلیدی از جمله مسائل هسته‌ای و همکاری ایران با آژانس بین‌المللی انرژی اتمی متمرکز بوده است.

شکست سیاست «رجحان پلاس»

نشانه‌های گره گشایی از مذاکرات رفع تحریم‌ها در حالی پدیدار می‌شود که این گفت‌وگوها پیش از ورود به مراحل تعال ارسیکادر تصمیم‌گیری واسید به کسب امتیازهای فراوجانبی و یا تکیه به پلان‌های میتی بر عملیات روانی در ماجرای اغتشاشات داخلی ایران با بن‌بست روبه‌رو شده بود. «جو بایدن» رئیس‌جمهور آمریکا با هدف سیاستی به «جرجام پلاس» تصمیم‌گیری درباره پسابرجام نهایی ایران را که مورد قبول دیگر طرف‌ها نیز واقع شده بود، به تأخیر انداخت اما پس از ناکامی برای حصول به چنین توافقی ناچار به ورود دوباره به مذاکراتی شد که پیش‌تر تمایلی برای ورود به آن نداشت. از این رو او لیک نگاتیو به پیگیری سیاست کاهش تنش یا امید به مستقدلری در مسیر سرعت پیشرفت‌های هسته‌ای ایران است. کار رفتن «ولرت ملی» نماینده ویژه آمریکا در امور ایران نشانه مهمی از شکست سیاست «لال بیشتر» در ارای مستقلی به «جرجام پلاس» به شمار می‌رفت. «ولرت ملی» از طراحان ایده متصل کردن پرونده گفت‌وگوهای هسته‌ای به مجموعه گسترده‌تری از موضوعات از جمله نقش آمریکی منطقه‌ای جمهوری اسلامی بود. بر مبنای این ایده سرعت و میزان تخفیف تحریم‌های ضد ایرانی نسبت مستقیمی با تصمیم‌گیری ایران برای مشارکت در گفت‌وگوهای غیر هسته‌ای داشت. این سیاست چنانکه رفت روند تحولات ماه‌های اخیر نشان داد، نتیجه معکوس داشت و ایران به جای عقب‌نشینی به عملیات‌های صایع‌آمیز صنعت هسته‌ای این منطقه پخشید و وارد عصر تازه‌ای از اقدام‌های نوظهور قدرت در آسیا شد. این چنین بود که مسایع خبری اعلام کردند «مک کورک» مشاور منطقه‌ای دولت «بایدن» به جای «ملی» به سفرهای خود به عمان را آغاز کرده تا دور تازه تلاش‌ها پیرامون مذاکرات رفع تحریم‌ها را با میانجیگری «قطر» به جریان بیندازد.

گزارش‌هایی که شمار زیادی از رسانه‌های غیبی از جمله وال‌استریت ژورنال، اکسیوس، هآرتص و میدل‌ایست آی طی روزهای اخیر درباره توافق دیپلماتیک میان ایران و آمریکا منتشر کرده‌اند در بستر مذاکراتی است که دولت بایدن یا لاجیار بازگشت به آن را پاشیده است. در همین راستا مسایع دیپلماتیک درباره سیاست سرزمین ایران به ۳ میلیارد دلار از وجوه خود در عراق را تأیید کردند. و هم‌زمان با بازگشت اموال مسدود شده ایران در دیگر کشورها از طریق بانک‌مرکزی در قطر و عمل خیر ماندند در همین رابطه خبر گزاری بلومبرگ با اعلام اینکه «ایران و آمریکا به توافق غیرمستقیم نزدیک نشده‌اند» به نقل از ملاک «تیزاپاویک از مقامات سابق وزارت خارجه آمریکا گفت: «دیپلماتی تاناناه‌ای در جریان است و حداقل یک آتش‌بس برقرار خواهد شد تا تنش‌ها تشدید نشود. آمریکا در مرحله اول طرح، تمهیداتی را برای امکان پرداخت ۷/۲ میلیارد بدهی عراق به ایران انجام داده و انتظار می‌رود معاهدت مشابهی برای ۷ میلیارد دلار بدهی کره جنوبی به ایران اتخاذ شود و در ازای آن، سه زندانی آمریکایی آزاد شوند.» روزنامه هآرتص هم یادآور شد که «مقامات اسرائیل می‌گویند مذاکرات ایران و آمریکا چندی‌تر از آن چیزی است که گفته می‌شود. پیامدهای بدنیال تفاهمی است که نیازی به تأیید کنگره نداشته باشد. توافق، ظاهراً در مقدمات است. تا زمان تنظیم این مقاله، نتیجه معکوس داشت و ایران به جای عقب‌نشینی به عملیات‌های صایع‌آمیز صنعت هسته‌ای این منطقه پخشید و وارد عصر تازه‌ای از اقدام‌های نوظهور قدرت در آسیا شد. این چنین بود که مسایع خبری اعلام کردند «مک کورک» مشاور منطقه‌ای دولت «بایدن» به جای «ملی» به سفرهای خود به عمان را آغاز کرده تا دور تازه تلاش‌ها پیرامون مذاکرات رفع تحریم‌ها را با میانجیگری «قطر» به جریان بیندازد.

هشدار به اروپا

موضع‌گیری روز گذشته سخنگوی وزارت امور خارجه درباره مذاکرات، در بطن خود هشداری هم خطاب به بازیگران دولت که هم‌زمان با بروز تحولات سازنده سیگنال منفی مخابره می‌کند کنعانی در این رابطه گفت: «عملاً طور که اداره آمریکا و جمعبندی مذاکرات به صورت متوازن و با رعایت خطوط قرمز خود هستیم، اما به هر سلوبی دیگری هم هستیم و سیاست خارجی متوازن خودمان را در توسعه روابط با کشورها بدون توجه به وضعیت مذاکرات ادامه خواهیم داد.» این موضع، واکنشی به خبرهایی بود که از تلاش فرانسه، آلمان و انگلیس برای مستقدلری در روند ادامه تحریم‌های موشکی ایران در چهارچوب توافق‌های حکایت می‌کند چنان که رویترز مدعی شده اروپا با ادعای نگرانی از ادامه روسیه از پهپادهای ایران علیه اوکراین، احتمال انتقال موشک‌های بالستیک جمهوری اسلامی به روسیه و نقض توافق‌های ۲۰۱۵ و ۲۰۱۰ از سوی جمهوری اسلامی قصد نظرد تحریم‌های موشکی و تسلیحاتی علیه ایران را که قرار است در ۱۸ اکتبر ۲۰۲۳ یعنی تا حدود چهار ماه دیگر بر اساس متن توافق‌های مشقتی شود، پدید بیاورند. این اقدام احتمالی چنان که سخنگوی سنگاله دیپلماسی به آن اشاره شده، در صورت اجرایی سازی‌های از پیش آماده شده جمهوری اسلامی روبه‌رو خواهد بود.

خطاب تهران به پاریس:

توصیه‌هایی را که به دیگران گفته‌اید تو، زره گوش خود کنید

سخنگوی وزارت امور خارجه به دولت رمدان فرانسوی توصیه کرد که صدامهای معترضان را بشنود. خیابان‌های پاریس در روزهای گذشته در پی کشته شدن نوجوان ۱۷ ساله‌ای به ضرب گلوله پلیس شاهد اعتراضات خشونت بازی بوده است.

ناصر کنعانی در نشست خبری روز گذشته خود درباره اوضاع جاری در فرانسه و اینکه مکرون دستور محدود شدن شبکه‌های اجتماعی را داده و بحث قطع اینترنت در برخی نقاط فرانسه اظهار کرد «چه فرانسه توصیه می‌کنیم از به کارگیری خشونت مفرط اجتناب و به خواست‌های قانونی معترضان توجه کند و توصیه‌هایی را که به دیگران گفته‌اند لوبزه گوش خود کند.» سخنگوی وزارت امور خارجه همچنین به برگزاری تجمع گر شمار گروهک منافقین در حومه پاریس هم واکنش نشان داد و افزود: «کشورهایی هستند که از گروه‌های تروریستی و منحصاوقه تروریستی منافقین علیه ملت ایران استفاده می‌کنند کشورهایی که نامیه حقوق بشر دارند و آنکارا میزبان رهبران و اعضای این گروهک هستند. شاهد اقدام غیرسازنده و سؤال برانگیز دولت فرانسه درباره نشست اخیر فرقه تروریستی منافقین بودیم.» وی افزود: «اخیراً اعضایی از این سازمان در ایران بازداشت شده‌اند، در عین حال دولت فرانسه در اقدامی آشکار و سؤال برانگیز اجازه می‌دهد این سازمان نشست خود را در فرانسه برگزار و مواضع ضد ایرانی خود را دنبال کند این جزو مطالبات ما از دولت فرانسه است و ایران در مطالبات خود کوتاهی نخواهد کرد.»

مکث

مصرف مکمل‌های کتون نتیجه معکوس برای عملکرد ورزشی دارد

محققان می‌گویند ورزشکارانی که از مکمل‌های کتون برای افزایش عملکرد خود استفاده می‌کنند ممکن است نتیجه عکس بیابند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسن تت، تحقیقات در مورد مزایای مکمل‌های کتون مختلف است. برخی از مطالعات نشان داده‌اند که مکمل‌ها عملکرد را بهبود می‌بخشند، اما برخی دیگر می‌گویند که تأثیری ندارند یا حتی عملکرد را بدتر می‌کنند.

کتون‌های طبیعی به مغز و ماهیچه‌ها سوخت می‌دهند. رژیم کیتوژنیک حاوی کربوهیدرات بسیار کم و چربی بالا باعث می‌شود بدن ترکیبات کتون بیشتری بسازد.

محققان خاطرنشان کردند که تصور می‌شود مکمل‌های کتون این فرآیند را بدون رژیم سخت تسریع می‌کنند.

«مارتین گیالا»، محقق ارشد از دانشگاه مک ماستر کانادا، می‌گوید: «یکی از مزایای اصلی این است که کتون‌ها ممکن است به عنوان منبع سوخت جایگزین در حین ورزش عمل کنند یا به طور بالقوه استفاده از سوخت‌های اصلی دیگر ماننده کربوهیدرات‌ها و چربی‌ها را تغییر دهند و به توبه خود ظرفیت استقامت را افزایش دهند.» او در ادامه افزود: «اما یافته‌های ما تسلی می‌دهد که این طور نیست.»

برای این مطالعه، محققان ۲۲ ورزشکار استقامتی را که به خوبی تمرین کرده بودند و پنج ساعت یا بیشتر در هفته دوچرخه‌سواری می‌کردند، انتخاب کردند، زیرا عملکرد ورزشی آنها در هر مورد ثابت بود. هر شرکت‌کننده دو آزمایش را انجام داد که فقط در تهیه‌سازی که قبل از دوچرخه‌سواری ۲۰ دقیقه‌ای به آنها داده ماننده کربوهیدرات‌ها و چربی‌ها را تغییر دهند و به توبه خود ظرفیت استقامت را افزایش دهند.»

او در ادامه افزود: «اما یافته‌های ما تسلی می‌دهد که این طور نیست.»

محققان خاطرنشان کردند که تصور می‌شود مکمل‌های کتون این فرآیند را بدون رژیم سخت تسریع می‌کنند.

«مارتین گیالا»، محقق ارشد از دانشگاه مک ماستر کانادا، می‌گوید: «یکی از مزایای اصلی این است که کتون‌ها ممکن است به عنوان منبع سوخت جایگزین در حین ورزش عمل کنند یا به طور بالقوه استفاده از سوخت‌های اصلی دیگر

اشاره

چرا بی‌اختیاری ادرار یک تابو است؟

علاقه بی‌اختیاری ادرار در سنین مختلف و به ویژه در سالمندان رخ گسترشی نزدیک به دیابت دارد اما چرا از دیابت حرف می‌زنیم و از بی‌اختیاری ادرار نه؟ تالین حد که صحبت از بی‌اختیاری ادرار به یک تابوی اجتماعی و در نتیجه به یک بحران سلامت تبدیل شده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تیان، عدم صحبت از بی‌اختیاری ادرار ریشه در دو موضوع دارد اول آنکه، این چالش، گرایت شخصی را هدف قرار می‌دهد وقتی که فردی در جامعه ما، دچاربی‌اختیاری ادرار می‌شود احساس شرم و گناه می‌کند از اتفاقی که برایش افتاده احساس شرمندگی کرده و برای جلوگیری از قضاوت دیگران این موضوع را مخفی کند حتی نزدیکترین لنخاص زندگی خود نیز مطرح نمی‌کند. تا جایی که هر ایرانی به طور متوسط یک سال و نیم پس از مواجهه با این عارضه به دکتر رجوع می‌کند در طول این مسدت، فرد در مرحله اول وجود این مشکل را انکار می‌کند و در مرحله دوم به علت شرم و خجالت از مراجعه به دکتر، امتناع می‌ورزد. این در حالی است که بی‌اختیاری ادرار هم برای عارضه ناخواسته مثل سایر عارضه‌هایی است که می‌تواند به سلامتی فرد لنه خطر بیندازد و جایی برای پنهان کردن و شرم از آن وجود ندارد.

دوم این که، عارضه بی‌اختیاری ادرار و از دست دادن کنترل ادرار، صرف نظر از سن، به اشتباه یادآورنده‌ی کهنگی، بیماری، استفاده از پوشک در پیرتر افتادن و در نهایت مرگ است. از آنجا که ترس از مرگ پایه‌ای‌ترین ترس فلسفی است، فرد دچار عارضه بی‌اختیاری ادرار مضطرب می‌شود و برای رفع اضطراب خود، به طور کلی این عارضه را انکار کرده یا به امر لا در خصوص آن حتی با نزدیک‌ترین افرادبه خودنیز گفتگوئی نمی‌کند. لچه عارضه بی‌اختیاری ادرار را در ایران، نوعدانک‌تر می‌کند وجود عادت‌های فرهنگی مخرب، همانند تمسخر و تحقیر است که باعث می‌شود فرد دچار این بی‌اختیاری ادرار، حتی با اشتباه گرفتن این عارضه با عفونت ادراری، از مراجعه به پزشک امتناع می‌ورزد. این موضوع نیز به نوبه خود، موجب شده تا عارضه بی‌اختیاری ادرار، به عنوان یک مشکل مهم در سلامت عمومی مطرح نشود.

فرایند آگاهی از این موضوع و کمک گفتگوی علمت‌های مخرب و تلاش‌های اجتماعی مجرب می‌شود که افراد بتوانند بی‌مقدمه از عارضه بی‌اختیاری ادرار به عنوان یک مشکل قابل درمان و راه‌های کمک‌مرهلی مانند یاشند همین امر نیز یکی دیگر از دلایلی است که موجب می‌شود فرد این مشکل را پنهان نگه‌دارد نتیجه آنکه فرد دچار بی‌اختیاری ادرار، بر خلاف سایر بیماران، نه تنها خودبه‌ماه شرم و خجالت تمایلی به پیگیری درمان ندارد، بلکه از همراهی دیگران نیز محروم است و به تدریج از جامعه منزوی می‌شود.

فرایند آگاهی از این موضوع و کمک گفتگوی علمت‌های مخرب و تلاش‌های اجتماعی مجرب می‌شود که افراد بتوانند بی‌مقدمه از عارضه بی‌اختیاری ادرار به عنوان یک مشکل قابل درمان و راه‌های کمک‌مرهلی مانند یاشند همین امر نیز یکی دیگر از دلایلی است که موجب می‌شود فرد این مشکل را پنهان نگه‌دارد نتیجه آنکه فرد دچار بی‌اختیاری ادرار، بر خلاف سایر بیماران، نه تنها خودبه‌ماه شرم و خجالت تمایلی به پیگیری درمان ندارد، بلکه از همراهی دیگران نیز محروم است و به تدریج از جامعه منزوی می‌شود.

رسانه چه خبر

۵ دهک اول جامعه رایگان بیمه می‌شوند

مهر: مدیرکل بیمه‌گری و جذب منابع سازمان بیمه سلامت ایران، به شریح وضعیت پوشش بیمه‌ای دهک‌های جامعه پرداخت. چشم‌انداز شایانه، در خصوص افزایش دهک بیمه شدگان دهک‌های ۴ و ۵ به مجموع بیمه شدگان رایگان کشور، گفت: بر اساس ابلاغ مصوبه دولت در تاریخ ۳۰ رمضان، پیشنهادات سازمان بیمه سلامت و وزارت بهداشت، ۲ دهک به مجموع بیمه شدگان رایگان در سطح کشور اضافه شد وی افزود: با پیش از این بر اساس مصوبات دولت و قوانین موجود سه دهک‌های اول با سوم به صورت رایگان تحت پوشش بیمه رایگان بودند که با مصوبه جدید دهک‌های ۴ و ۵ نیز به این مجموعه اضافه شدند شایانه، تصریح کرد: جمعیت دهک‌های ۴ و ۵ قریب به ۲ میلیون و ۵۰۰ هزار نفر است که این افراد در صورت نداشتن هیچگونه پوشش بیمه فعال به صورت رایگان تحت پوشش قرار می‌گیرند. وی افزود: دهک‌های ۶ تا ۹ نیز، بر اساس مصوبه دولت، از کلیه‌ی مبالغ حق بیمه پرداختی، برخوردار می‌گردند.

۴۴۲۲ زایمان اورژانسی در کشور

سازمان اورژانس کشور: یکی از ماموریت‌های سازمان اورژانس کشور، ماموریت‌های مراری بر بیمارستان است که یعنی‌ا مجرب به زایمان در مسیر راه اسوالنس می‌شود. اورژانس پیش بیمارستانی که همگان آن را به نام اورژانس ۱۱۵ می‌شناسیم، بیشترین مخاطب روزانه را دارد و نیروهای اورژانس به ماموریت‌های مختلفی اعزام می‌شوند که هر کدام از آنها سختی‌های خاص خودش را دارد و بعضاً با خطراتی نیز برای نیروهای اورژانس همراه است. یکی از ماموریت اورژانس ۱۱۵، انتقال مادر باردار به بیمارستان برای انجام زایمان است. امایتحتا در مواردی بوده که مادر باردار توقعه به بیمارستان برسد و نوزاد در مسیر راه در اسوالنس متولد شده است. آمارهای سازمان اورژانس کشور نشان می‌دهد که این قبیل زایمان‌ها در سال‌های ۱۴۰۰ تا ۱۴۰۱، سیر صعودی داشته است؛ به طوری که در سال ۱۴۰۰، تعداد ۱۸۵۲ زایمان در حضور تکنسین اورژانس انجام شده است. در سال ۱۴۰۱، تعداد این گونه زایمان‌ها به ۲۲۰۲ مورد رسیده است. بر اساس اعلام سازمان اورژانس کشور، امکان تفکیک زایمان‌ها در مسیر و اسوالنس که تکنسین حضور داشته است، قابل تفکیک نیست. اما برخی از همین زایمان‌ها در اسوالنس و حتی یگدرد اورژانس اتفاق افتاده است. بیشترین ماموریت‌های اورژانس برای انتقال مادر باردار در مناطق روستایی و شهرهای کوچک انجام می‌شود که دسترسی به بیمارستان، تقریباً دشوارتر است و از عوامل اورژانس کمک گرفته می‌شود. در دو ماهه ابتدایی سال ۱۴۰۲ نیز، ۴۶۲ مورد زایمان در حضور تکنسین انجام شده است. در مجموع، طی ۲۶ ماه گذشته شاهد انجام ۴۴۲۲ مورد زایمان به واسطه ماموریت‌های اورژانسی صورت گرفته است.

دندان مصنوعی احتمال ذات الریه را افزایش می‌دهد

هلث دی نیوز: محققان، یافته‌هایی گزارش می‌دهند که دندان مصنوعی ممکن است میکروب‌های مضری را به بافت‌های ذات‌الریه می‌شوند در خونبهان کند. برای این مطالعه، محققان نمونه‌هایی از دندان‌های مصنوعی بیماران ایالت‌گلف که پسومونی (بافت ذات الریه) داشتند و نداشتند، گرفتند. گونه‌ها و جامعه‌ها را برای شناسایی انواع میکروب‌های موجود تجزیه و تحلیل کردند. محققان به طور خاص به دنبال میکروب‌هایی بودند که می‌بولند بافت ذات الریه شوند و تفاوت‌های قابل توجهی بین گروه‌ها وجود داشت. دکتر «چانگ، ونگ»، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه کارلیف واز، می‌گوید: «ما انتظار داشتیم تفاوتی را ببینیم، اما از مشاهده ۲۰ برابری بیشتر باکتری‌های بالقوه ایجاد کننده ذات الریه روی دندان مصنوعی در افراد مبتلا به پسومونی در مقایسه با افراد بدون آن شگفت زده شدیم.» ونگ، ویسمن متخصص دندان‌های مصنوعی می‌بولند در ایجادندان الریه نقش داشته باشند اگر، به درستی تمیز نشده، می‌بولند سطحی را فراهم کند که میکروب‌های بلد بیماری در آن متکثر شوند اگر چه این مطالعه یک ارتباط احتمالی را مشخص می‌کند اما نوبت گفت: «مشاهداتی، وقید بگوید که افراد به دلیل استفاده از دندان مصنوعی به ذات الریه مبتلا شده‌اند که این فقط نشان می‌دهد که ارتباطی بین این دو وجود دارد. این تحقیق کلمی ایده‌ها، دلائل برای بازرگرش این معماست.» وی تأکید کرد: «تحقیقات ما نشان داده است که جوامع میکروبی مضر روی دندان مصنوعی وجود دارد. این رو تمیز کردن کامل دندان مصنوعی مهم است.»

چه مواد غذایی برای عصر انه مفید است؟

ایندیپندنت: متخصصان ... سلامت می‌گویند بیشتر غذاهایی که می‌خوریم به شدت در فرآوری شده و برای سلامتی به شدت مضرند است. با این حال مسئله فقط این نیست و «چه موقع غذا خوردن» درست به اندازه «چه غذایی خوردن» اهمیت دارد. به نوشته «هافینگتون پست» «دکتر «سارا بری» در این باره مباحثی را مطرح می‌کند که به آن‌ها توجه پرداخت. او می‌گوید: پژوهش‌ها وقدها به روشنی نشان می‌دهند که اگر دیروقت خوراکی بخورید، پس از ساعت شش عصر یا حداکثر پس از ساعت ۹ شب، تاثیر بسیار نامطلوبی روی ...سلامت خواهد داشت و آزمایش‌های زیادی این موضوع را تایید می‌کند. به گفته دکتر بری، ۲۵ درصد ما عصر دیروقت خوراکی می‌خوریم به گفته متخصصان تغذیه اگر می‌خواهید خوراکی بخورید، آنچه برای میزان قند خون و افزایش اهمیت دارد، کیفیت خوراکی است. دکتر بری می‌گوید وقتی کربوهیدرات مصرف می‌شود، سرانع شکلات بالغ می‌رود. سایر خوراکی‌های سالمی که وقتی عصرها گرسنه می‌شوند، می‌توانید بخورید عبارتند از: آجیل مخلوط ـ سیب‌زمینی‌های شیرین ـ ماست چکیده و پروتئین‌هایی مانند پروتئین گوشت و ماهی ـ سیب و کره بادام زمینی ـ شکلات بالغ و بادام ـ پیرش‌های خیار و کلم و نخود برگ لیز.