گوناگون

بیش از ۸۰ درصد مدارس کشور ایمن هستند!

رئیس سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس کشور گفت: میزان کلاس‌های درس غیراستاندارد کشور به ۱۹۵ درصد کاهش یافته است و هم‌اکنون بیش از ۸۰ درصد مدارس ایمن هستند

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، مهرالله رخشانی‌مهر رئیس سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس کشور در مراسم افتتاح متمرکز ۲۶۸ فضای آموزشی با ۱۲۹۵ کلاس درس که با حضور ریاست جمهور و وزیر آموزش پرورش به صورت ویدئو کنفرانس برگزار شد، اظهار کرد: سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس کشور در پرتوی حمایت وزیر آموزش و پرورش و حضور غرورآفرین خبرین نیک‌اندیش به موضوع مدرسه سازی توانسته است در هشت سال اخیر جهش چشمگیری در حوزه ساخت و تجهیز فضاهای آموزشی و پرورشی کشور ایجاد نماید به گونه‌ای که می‌توان از آن به عنوان یکی از دستاوردهای مهم دولت تدبیر و امید یاد کرد.

رخشانی مهر اظهار کرد: حضور زنان و مردان روشن ضمیری مانند حافظ‌ها، مصلی‌نژادها، ابراهیمی‌ها، گیتی‌نژادها موجب گردید تعهدات خبرین از ۸۳۴ میلیارد تومان در سال ۱۳۹۲ به بیش از ۳ هزار میلیارد تومان در سال ۱۳۹۹ برسد، علاوه براین در راستای بسط و توسعه فرهنگ مشارکت در امر مدرسه سازی از طریق برنامه‌هایی مانند طرح آجر به آجر شاهد مشارکت خرد بیش از یک میلیون نفر از مردم در این موضوع بودیم که یادگار و سرمایه‌ای ارزشمند برای حمایت از نظام تعلیم و تربیت خواهد بود.

رئیس سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس کشور بیان کرد: امروز در نخستین گام از تحقق اهداف و برنامه‌های سال ۱۴۰۰ در شرایطی شاهد افتتاح و بهره برداری از ۲۶۸ فضای آموزشی با ۱۲۹۵ کلاس درس و زیربنای حدود ۱۸۰ هزار مترمربع در ۱۵ استان کشور و اعتباری بالغ بر ۱،۰۰۰ میلیارد تومان هستیم که در ۸ سال گذشته حدود ۱۶ هزار فضای آموزشی با ۸۱۵۰۰ کلاس درس و زیربنای بیش از ۱۱ میلیون متر مربع به بهره برداری رسیده است که این میزان از فعالیت‌های مدرسه سازی موجب افزایش متوسط سرانه فضای آموزشی کشور از حدود ۴۸۶ مترمربع به ۵.۲۲ مترمربع در سال ۱۳۹۹ برسد به گونه‌ای که در طول دولت‌های یازدهم و دوازدهم به طور میانگین روزانه ۲۸ کلاس درس استاندارد احداث و تقدیم کودکان و نوجوانان این سرزمین شده است. و در تحقق این مهم، دولت محترم در هر روز بیش از ۲.۲ میلیارد ریال به موضوع مدرسه سازی اختصاص داده است و همچنین در سال ۷۵،۱۳۹۹ درصد اعتبارات عمرانی کشور به موضوع مدرسه سازی اختصاص یافت.

وی ادامه داد: در آغاز به کار دولت وجود مدارس خشت و گلی مسئله جدی و حدود ۳۰ درصد فضاهای آموزشی کشور فرسوده قلمداد می‌شد. امروز خوشحالم اعلام کنم علاوه بر حذف عبارت مدارس خشت و گلی از ادبیات فضاهای آموزشی کشور، در هشت سال گذشته علی رغم تمام محدودیت‌ها و معذوریت‌ها میزان کلاس‌های درس غیراستاندارد کشور هم به ۱۹۵ درصد کاهش یافته است و هم‌اکنون بیش از ۸۰ درصد مدارس ایمن هستند.

رخشانی مهر گفت: استانداردسازی سیستم‌های گرمایشی مدارس همواره از دغدغه‌های اولیا و مربیان بوده است، در همین راستا، در تمامی مدارسی که زیرساخت‌های گاز و برق وجود داشته است، تمامی بخاری‌های غیراستاندارد برچیده و سیستم‌های ایمن جایگزین آنها شد. به گونه‌ای که در ۸ سال اخیر با استانداردسازی ۲۷۶ هزار کلاس درس، روزانه ۹۴ کلاس درس استانداردسازی شده و بیش از ۸ میلیون دانش آموز از کلاس ایمن و استاندارد برخوردار شدند.

انجام بیش از ۱۲ هزار تست کرونا در مرزهای کشور

رئیس سازمان امدادونجات هلال احمر از انجام بیش از ۱۲ هزار تست PCR کرونا در مبادی مرزی کشور خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، مهدی ولیپور در این باره اظهار کرد: از ۲۰ اسفند ماه سال ۹۹ تا ۱۷ اردیبهشت ۱۴۰۰، در راستای انجام طرح مراقبت بهداشتی پیشگیری از شیوع بیماری کرونا در مبادی مرزی رسمی کشور که با همکاری جمعیت هلال احمر در حال انجام است از ۱۲ هزار و ۲۱۵ نفر از مسافرین ورودی به کشور تست pcr گرفته و ۲۵۲ هزار و ۸۵۴ نفر هم پایش شدند.

وی ادامه داد: این طرح در ۱۶ مرز زمینی، دو مرز دریایی و ۱۰ مرز هوایی انجام می شود. این اقدامات از سوی ۴۳۱ نیروی عملیاتی هلال احمر صورت می‌گیرد.

رئیس سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر گفت: طی این تست‌ها ۵۷ نفر به قرنطینه موقت منتقل شدند.

استنشاق دود دست دوم سیگار با خطر نارسایی قلبی همراه است

طبق نتایج یک مطالعه جدید، قرارگیری در معرض دود دست دوم سیگار با افزایش احتمال نارسایی قلبی مرتبط است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، در این مطالعه، داده‌های مربوط به نظرسنجی بیش از ۱۱ هزار افراد غیرسیگاری با میانگین سنی ۴۸ سال که از سال ۱۹۸۸ تا ۱۹۹۴ تحت نظر بودند بررسی شد. از هر ۵ نفر از این افراد، یک نفر در محیط آزمایشگاه در معرض دود دست دوم سیگار قرار گرفت.

این مطالعه نشان داد که افراد غیرسیگاری در مواجهه با دود سیگار ۳۵d بیشتر از افراد دیگر، دچار نارسایی قلبی می‌شوند. این ارتباط حتی پس از محاسبه سایر فاکتورهای پرخطر از جمله سابقه سایر بیماری‌های قلبی، کلسترول بالا و دیابت همچنان وجود داشت.

ارتباط بین دود سیگار و نارسایی قلبی در مردان و افرادی که قبلاً دچار حمله قلبی یا سکته مغزی شده بودند، بیشتر بود. یافته‌ها در سایر زیرگروه‌ها از جمله افراد با نژادهای مختلف و مبتلایان به چاقی و دیابت مشابه بود.

دکتر «ترویس اسکیبینا»، سرپرست تیم تحقیق از دانشکده پزشکی ویک فارست کارولینای شمالی، در این باره می‌گوید: «به هر دلیلی، در مردان، به نظر می‌رسد که تأثیر قرارگیری در معرض دود دست دوم سیگار با افزایش خطر نارسایی قلبی همراه است».

تحقیقات قبلی نشان داده بود که دود دست دوم سیگار تهدیدی برای بیماران مبتلا به نارسایی قلبی است.

محققان بر انجام تحقیقات بیشتر تاکید دارند.

یک جرعه کتاب

کتاب صوتی همه انسان‌ها به یک شکل زندگی‌نمی‌کنند
نویسنده: ژان پل دوبوآ
مترجم: احمد آل احمد
گوینده: ایوب آقاخانی

پیام آشنا: کتاب صوتی همه انسان‌ها به یک شکل زندگی نمی‌کنند داستانی نوشته ژان پل دوبوآ و ترجمه احمد آل احمد است. این اثر که روایتی از سرگشتگی انسان معاصر را به تصویر کشیده است، در سال ۲۰۱۹ برگزیده جایزه گنکور شناخته شد.

درباره کتاب صوتی همه انسان‌ها به یک شکل زندگی نمی‌کنند

همه‌انسان‌ها به یک شکل زندگی نمی کنند داستانی نیمه اروپایی - نیمه کانادایی است و درباره خانواده پروتستان است که در منطقه اسکاندیناوی ساکنند. پدر خانواده کشیش است اما به خاطر ماجراهایی که از آن روبه‌رو می‌شود، ناچار به مهاجرت به منطقه فرانسوی زبان کانادا، کبک می‌شوند. پسر خانواده، پُل کریستین فردریک هانسن، که راوی داستان است، به جرم قتل در زندان مونترال کانادا زندانی می‌شود. او در زندان با مردی به نام هورتون آشنا می‌شود. آن‌ها در یک سلول باهم هستند و او هم به جرم مشارکت در قتل، زندانی شده است. هانسن پیش از این ماجراها، سرپرست مجتمع ساختمانی اکسل سیور بود. او در آن مجتمع نقش آچارفرانسه را داشت و هر کاری انجام می‌داد. درباني، سرایداری، باغبانی و ... اما مهم‌تر از همه اینکه او درست مثل سنگ صبور همه ساکنان بود. به آن‌ها کمک می‌کرد و به مشکلاتشان رسیدگی می‌کرد. اما درمانی زمانی که پای مدیر جدید اکسل سیور به آن مجتمع باز شد، همه چیز تغییر کرد و اتفاقی که نباید می‌افتاد، افتاد...

«شنیدن کتاب صوتی همه انسان‌ها به یک شکل زندگی نمی کنند را به چه کسانی پیشنهاد می‌کنیم

دوستداران ادبیات داستانی جهان را به شنیدن کتاب صوتی همه انسان‌ها به یک شکل زندگی نمی کنند دعوت می‌کنیم.

ممنوعیت تردد بین استانی در کشور از ۲۱ اردیبهشت

سخنگوی ستاد ملی مقابله با کرونا از ممنوعیت تردد بین استانی با خودروهای شخصی از سه شنبه ۲۱ اردیبهشت ماه تا شنبه هفته بعد از آن خبر داد.

به گزارش پیام آشنا بنابر اعلام کانال تلگرامی وبدا علیرضا رئیسی با اشاره به اتخاذ دو تصمیم در جلسه با رئیس جمهور گفت: در این جلسه دو تصمیم قطعی شد یکی از تصمیم هایمان این بود که از روز سه شنبه ۲۱ اردیبهشت ماه از ساعت ۱۲ ظهر تا ۱۲ ظهر شنبه هفته بعدش کلیه راه های ارتباطی استان ها و ورود و خروج بین‌استان های مختلف ممنوع است. وی افزود: از آن‌جایی که این روزها به تعطیلات عید قطر منتهی می‌شود و ممکن است دچار مشکل شویم، برای جلوگیری از سفرها تصمیم بر این شد که طی این مدت تردد بین استانی‌های متخلف در سراسر کشور و بدون در نظر گرفتن رنگ بندی شهر ممنوع شود. وی گفت: البته ممنوعیت سفرها از طریق هوایی و ریلی وجود ندارد، اما برای تردد خودروهای شخصی در تمام کشور این ممنوعیت اعمال می‌شود. رئیسی ادامه داد: تصمیم دیگرمان این بود که تشدید نظارت بر رعایت پروتکل‌ها به ویژه در حوزه اصناف اتفاق بیفتد. از روز شنبه مشاغل یک و دو می‌توانند در شهرهای قرمز و نارنجی فعالیت کنند اما سخت‌گیری‌ها در زمینه رعایت پروتکل‌ها افزایش می یابد و اگر نقض پروتکل مشاهده و مسلم‌شود، در شهرهای قرمز سه هفته و در شهرهای نارنجی دو هفته متخلف را تعطیل می‌کنیم. رئیسی درباره آزمون های پایه نهم و دوازدهم نیز گفت: تصمیم‌گیری نهایی درباره امتحانات پایه نهم و دوازدهم و همچنین آزمون سراسری و کارشناسی ارشد در روز شنبه از طریق ستاد ملی مقابله با کرونا اعلام می‌شود.

هرشنبه با فناوری اطلاعات

قابلیت جدید اینستاگرام برای رقابت با کلاب هاوس

فیس بوک قابلیت جدیدی را در داخل اینستاگرام لایو معرفی کرده که به کاربران اجازه می دهد در هنگام پخش، دوربین گوشی را غیرفعال کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از البرز فلوا نیوز: همچنین فیس بوک گزینه قطع صدا (میوت) در هنگام لایو را اضافه کرده است. این گزینه کوچک بوده اما از آن جهت معنادار است که فیس بوک از قابلیت کلاب هاوس در اپلیکیشن اینستاگرام کپی برداری کرده است. این دو پلتفرم شبیه هم نیستند. کاربران در اینستاگرام نمی توانند مانند کلاب هاوس به یک مکالمه در لایو پیوسته و در آن شروع به صحبت کنند اما این موضوع ممکن است برای افرادی که تنها می خواهند صدایشان پخش شود اهمیتی نداشته باشد. بر اساس گزارش انگجت، فیس بوک سابقه طولانی در کپی برداری از قابلیتهای اپلیکیشنهای رقیب دارد که قابل توجه ترین آنها در اینستاگرام دیده می شوند. به عنوان مثال استوری کپی برداری از قابلیتی است که اپلیکیشن اسنپ چت را منحصر کرد. فیس بوک پس از این که اسنپ چت‌ها خرید سه میلیارد دلاری را رد کرد، استوری را به اینستاگرام اضافه کرد. قابلیت "اسپنستاگرام ریلز" هم کپی برداری از تیک تاک است. البته فیس بوک تنها شرکت فناوری نبوده که تلاش کرده از کلاب هاوس کپی برداری کند و پیش از این توییتر، ردیت و دیسکورد هم اقدام مشابهی انجام داده‌اند.

محض اطلاع

فشار خون بالا؛ نمک چه‌قدر مقصر است؟

نمک تنها متهم این بیماری نیست، عوامل دیگری مثل مصرف الکل، مصرف مواد غذایی صنعتی و عوامل ژنتیکی نیز در این قضیه سهم دارند. حذف کامل نمک از برنامه‌ی غذایی کار عاقلانه‌ای نیست و در بیشتر مواقع حذف نمک تأثیری در فشار خون ندارد. افراد مبتلا به این بیماری می‌توانند روزانه ۶ گرم نمک مصرف کنند. برای همین دلیلی ندارد که نمک به طور کامل حذف یا کاهش داده شود. البته برخی از افراد به نمک حساس هستند و با مصرف آن فشار خونشان را بیش از اندازه بالا می‌برد. این افراد باید مصرف نمک خود را کاهش دهند اما بقیه افراد می‌توانند به طور متعادل از این چاشنی استفاده کنند. مهم این است که در مصرف آن زیاده‌روی نشود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تبیان، در ادامه این مطلب راه حل‌های دیگری به جای حذف نمک ارائه می‌دهیم که از ابتلا به فشار خون پیشگیری می‌کند. با ما همراه باشید.

کاهش وزن موثرتر از حذف نمک است

افراد فشار خونی که دچار اضافه وزن نیز هستند می‌توانند با ایجاد تغییراتی در رژیم غذایی خود و همچنین با کاهش چند کیلو از وزنشان به راحتی فشار خون خود را کنترل کنند. خطر ابتلای افراد چاق به این بیماری ۳ برابر بیشتر از افراد نرمال است. افراد چاق بیشتر به زحمت می‌افتند. حجم خون آن‌ها زیاد و رگ‌هایشان از انعطاف کمتری برخوردار است. باید بدانید مسئول اصلی این تغییرات به ترشح زیاد انسولین مربوط می‌شود که در واکنش به میزان قند خون بالا تولید می‌شود. نتایج یک پژوهش آمریکایی که در سال ۲۰۰۶ انجام شد نشان می‌دهد اگر بیماران دچار اضافه وزن با مصرف کم مواد غذایی نشاسته‌ای و شیرین میزان انسولین خونشان را کاهش دهند کاهش چشمگیری در فشار خونشان مشاهده می‌کنند حتی اگر میزان مصرف نمک را بیشتر کنند. به عقیده متخصصان قلب یکی از راه‌های درمان فشار خون بالا کاهش ۱۰ درصدی وزن است. اگر افراد دچار فشار خون بالا که چاق هم هستند بتوانند در عرض چند ماه یا یک سال وزنشان را کاهش دهند گام موثری در درمان فشار خونشان برداشته‌اند.

به جای حذف نمک، پتاسیم بیشتر جذب کنید

عدم تعادل بین سدیم و پتاسیم بدن تا حدی باعث ابتلا به فشار خون بالا می‌شود. برای همین توصیه می‌شود به جای کاهش مصرف نمک، بهتر است میزان جذب پتاسیم روزانه را بیشتر کنید. هر فرد به طور متوسط روزانه ۲۱۰۰ میلی گرم پتاسیم مصرف می‌کند، یعنی حدود ۱۶۰۰ میلی گرم کمتر از میزان نیاز روزانه متأسفانه همیشه این عدم تعادل به نفع سدیم است. یعنی پتاسیم کمتر از میزان سدیم است. پتاسیم در میوه‌ها و سبزیجات وجود دارد. همچنین نمک‌های رژیمی نیز وجود دارد که بر پایه‌ی پتاسیم تولید شده‌اند. نتایج یک پژوهش آمریکایی نشان می‌دهد زمانی که بیماران مبتلا به فشار خون رژیم غذایی سرشار از فیبر، سرشار از سبزیجات و میوه را دنبال می‌کنند کاهش چشمگیری در فشار خونشان مشاهده می‌شود.

کاهش مصرف دخانیات - کاهش خطر بیماری‌های قلبی‌عروقی

اگر دچار فشار خون شدید شاید کاهش نمک روش خوبی باشد اما اگر سیگاری هستید باید بدانید که ترک سیگار بهتر از کاهش نمک است. مصرف دخانیات ضربان قلب و فشار خون را بالا می‌برد. همین سیگارهای کوچکی که آتش می‌زنید می‌توانند باعث تنگ شدن عروق و حتی لسیاسم در سطح عروق کرونری‌تان شوند. علاوه بر این مصرف دخانیات تأثیر داروهای فشار خون را کاهش می‌دهد به عقیده متخصصان قلب خود نیوتین روی فشار خون تأثیر می‌گذارد. در واقع با هر یکی که به سیگار زده می‌شود و در عرض چند دقیقه فشار خون بالا می‌رود و این تأثیر ۱۵ تا ۳۰ دقیقه ادامه می‌یابد. این اتفاق تنها با یک سیگار اتفاق می‌افتد. حالا خودتان حساب کنید افرادی که در روز یک پاکت سیگار دود می‌کنند چه بلایی سر خودشان می‌آورند. توصیه می‌کنیم در هر حال سیگار را ترک کنید مخصوصاً اگر فشار خونتان بالاست.

ورزش منظم خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی را کاهش می‌دهد

ورزش منظم یعنی حدود ۳ مرتبه در هر هفته فشار خون را کاهش می‌دهد. یعنی ورزش به جای حذف نمک تأثیر بیشتری دارد به خصوص در افرادی که به نمک حساسیت ندارند. برعکس عدم تحرک بدنی یکی از عوامل ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی محسوب می‌شود. اگر وقت ورزش منظم ندارید حداقل پیاده روی کنید. چند ایستگاه مانده به محل کار یا منزل را پیاده بروید. به جای آسانسور از پله‌ها استفاده کنید. در هر حال تحرک بدنی را فراموش نکنید. به عقیده‌ی متخصصان قلب ورزش یکی از اصول مبارزه با فشار خون بالا است. کسی که دچار فشار خون است باید هر هفته حداقل سه مرتبه و به مدت ۴۵ دقیقه ورزش کند. دوچرخه سواری، شنا و پیاده روی از بهترین ورزش‌ها برای کنترل فشار خون محسوب می‌شوند.

یوگا یکی از راه حل‌های جدید برای کنترل فشار خون

بر اساس نتایج بررسی‌های بالینی ورزش یوگا برای کاهش فشار خون موثر است. آسترس نیز همانند مصرف دخانیات باعث انقباض رگ‌ها می‌شود و احتمال ابتلا به فشار خون بالا را افزایش می‌دهد. بر عکس انجام ورزشی مثل یوگا و مدیتیشن باعث باز شدن عروق شده و به این ترتیب فشار خون نیز کاهش پیدا می‌کند. البته برخی از متخصصان و پژوهشگران در این مورد به اندازه‌ی کافی متقاعد نشده‌اند اما این حال یوگا یکی از بی خطرترین و سالم‌ترین ورزش‌ها است که در جهت حفظ سلامتی و آرامش مؤثر عمل می‌کند.

چالش‌های مبتلایان و ایتام از انگ زدن و گذران معیشت تا مشکلات روانی

شناسایی ۱۴۰ یتیم ایدز

مدیرکل توسعه پیشگیری و درمان اعتیاد سازمان بهزیستی کشور با بیان اینکه در ایران ۱۴۰ یتیم ایدز شناسایی شده دایم که اکثر آنها یا خویشاوندان خود زندگی می‌کنند، گفت به لحاظ حمایتی، اکثر این افراد به همراه فامیل‌شان زندگی می‌کنند که نشان می‌دهد بافت حمایتی از این قشر در اجتماع وجود دارد این در حالیست که این فرزندان باید به طور کامل تحت پوشش قرار گرفته و برای مستمری و... آنها برنامه‌ریزی شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، فرید براری‌سده، با اشاره به روز جهانی حمایت از یتیمان ایدز (۷ مـــی مصادف با ۱۷ اردیبهشت) بیان کرد در ابتدای زمان بروز بیماری HIV ایدز و مرگ و میر ناشی از آن و باورهای نادرست در خصوص این بیماری، اغلب افراد اینطور احساس می‌کردند که بیماری HIV ناشی از عدم رعایت اصول اخلاقی است. لذا نوعی انگ و برچسب به افراد مبتلا به این بیماری می‌خورد که اکنون نیز همین گونه بوده، اما خوشبختانه کمتر شده است. به همین دلیل افراد مبتلا به بیماری ایدز منزوی می‌شدند، زیرا جامعه با آنها کمتر ارتباط می‌گرفت. مبتلایان خودشان را منزوی می‌کردند و این مشکلی است که اکنون در کشورمان با آن موجه هستیم. وی ادامه داد: باتوجه به اینکه مبتلایان به بیماری ایدز، منزوی می‌شدند و به دنبال آن شغل و روابط اجتماعی‌شان را از دست می‌دادند، بر همین اساس لازم بود تا از آن‌ها حمایت‌های اجتماعی در راستای گذران زندگی و معیشت‌شان انجام شود. برای سده با اشاره به برنامه‌های مقابله با بیماری HIV ایدز در کشور اظهار کرد: در برنامه ششم مقابله با HIV ایدز که اکنون آن را می‌نویسند به بحث حمایت نیز توجه کرده‌اند و یکی از ۱۲ سیاست این برنامه، سیاست حمایت از افراد مبتلا به بیماری ایدز است که این کار در کشور به سازمان بهزیستی محول شده است.

حمایت از مبتلایان به ایدز از انگ زدایی تا نام گذاری روز جهانی ویژه‌برای آنها

وی ادامه داد: حمایت از همه افراد مبتلا به بیماری ایدز در راستای کم کردن انگ، آگاهی‌بخشی به جامعه و آگاهی‌بخشی در برابر فامیل که اگر کسی به این بیماری مبتلا شود، تصور نشود که نمی‌توان باو زندگی کرد است. همچنین پذیرفته شود که ممکن است ایدز مانند دیابت برای همیشه باشد البته اکنون درمان این بیماری بیشتر در دسترس و کنترل آن راحت‌تر است و می‌توان با تشخیص زودهنگام به فرد کمک کرد. مدیرکل توسعه پیشگیری و درمان اعتیاد سازمان بهزیستی کشور با بیان اینکه مرگ و میر ناشی از ایدز یک موضوع و حمایت از خانواده‌های آنها (به دلیل انگ و باورهای نادرست برخی افراد درباره خانواده افراد مبتلا به این بیماری) موضوع دیگری است. گفت: لازم بود فرزندان افراد مبتلا به ایدز نیز مورد توجه قرار گیرند و به ویژه فرزندی که ممکن است والدین مبتلا به HIV متولد شوند و خوشبختانه نیز علایم این ویروس را در بدنشان نیز داشته باشند لذا برای جلب توجه افراد و جوامع انسانی به فرزندی که در اثر HIV والدینشان را از دست داده و بی‌سرپرست می‌شوند، روزی به عنوان روز جهانی حمایت و توجه به افراد یتیم ناشی از ایدز مورد توجه قرار گرفت و به آن توجه می‌شود. برای سده در ادامه با اشاره به اینکه در کشور برای حمایت از افراد مبتلا به ایدز بازسگاه مثبت رفاهداری شده است. افزود: بازسگاه‌های مثبت زندگی تا چند سال گذشته توسط بهزیستی و وزارت بهداشت راهاندازی می‌شد. اما طی ۲ سال گذشته در جلسات مربوط به پیشگیری و کنترل ایدز و درمان آن این وظیفه به طور کامل به سازمان بهزیستی سپرده شد. در حال حاضر در استان‌های مختلف حدود ۴۰ بازسگاه مثبت زندگی وجود دارد که این بازسگاه‌ها به افرادی که نیازمند حمایت هستند و به ما مراجعه می‌کنند خدمات لازم را ارائه می‌دهد.

لزوم حمایت و برقراری مستمری برای این ایتام

مدیرکل توسعه پیشگیری و درمان اعتیاد سازمان بهزیستی کشور در ادامه درباره تعداد یتیمان ایدز نیز اظهار کرد در کشورمان ۱۴۰ یتیم ایدز داریم که اکثر آنها با خویشاوندان خود زندگی می‌کنند. تعداد کمی که پدر و مادرشان را بر اثر ایدز از دست داده باشند و سرپرستی نداشته باشند کم است به طوریکه در تهران در مراکز نگهداری شبه خانواده سه یا چهار کودک یتیم ایدز هستند که در مراکز بهزیستی نگهداری می‌شوند. وی در ادامه به چالش‌های زندگی یتیمان ایدز اشاره کرد و افزود: به لحاظ حمایتی، ۱۴۰ یتیمی که شناسایی شدند و اکثرشان به همراه فامیل‌شان زندگی می‌کنند نشان می‌دهد که بافت حمایتی موجود در اجتماع وجود دارد و خانواده‌های این فرزندان از آنها حمایت می‌کنند. در عین حال این فرزندان باید به لحاظ حمایت‌های اجتماعی به طور کامل تحت پوشش قرار گیرند و برای مستمری و... آنها برنامه‌ریزی شود. برای سده گفت: همچنین لازم است که اگر این فرزندان دچار انزوا هستند، خدمات روان‌شناختی و روانی-اجتماعی برایشان آماده شود و به طور تخصصی به متخصصان مراجعه و خدمات دریافت کنند تا از نظر شرایط روان‌شناختی در حال و آینده دچار مشکل نشوند.

تازه های سلامت

سونامی اختلالات روانی پس از کرونا را جدی بگیریم

رئیس سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور با بیان اینکه پس از کرونا، ما با سونامی ناشی از اختلالات روانی مواجه هستیم، گفت: این اتفاق با بروز آسیب‌های اجتماعی روانی در جامعه پدیدار خواهد شد و از امروز باید از وقوع چنین پیامدی جلوگیری کنیم.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، محمد حاتمی با بیان اینکه نمی توانیم بگوییم به سلامت روان افراد جامعه کاری نداریم و فقط مسئول سلامت جسم مردم هستیم، تصریح کرد: کودکان از اعمال و رفتار والدین متاثر می‌شوند. وقتی مسئولان ما به فکر سلامت روان افراد باشند، در نتیجه می توانیم سلامت روان را کنترل کنیم. وی ادامه داد: هم مسئولان، هم مردم و هم خانواده ها باید این موضوع را جدی گرفته و برای مدیریت آن راهکارهای لازم را از طریق روانشناسان، مشاوران و افراد قابل اعتماد برای زندگی فعلی خود با مکافاتی که موجود است، در نظر بگیرند.

رئیس سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور اضافه کرد: وقتی یک نفر به شما حمله می کند، طبیعی است که دفاع می کنید. اما وقتی ما در حال دفاع هستیم به ضربه ای که وارد می شود دقت نمی کنیم در حالی که آن ضربه را متحمل شده ایم. این روانشناس افزود: از نظر روانشناسی وبروس کرونا از سال ۹۸ که وارد ایران شد به همه ضربه زده و این بحران همچنان ادامه دارد. ارزیابی ما این است مردم در مدت یک سال گذشته در فشار بودند و هستند. حاتمی خاطرنشان کرد: طبق قوانین ناقوشته ای هر تحریک و فشار، عوارض روانی دارد و این عوارض روانی روزی خود را نشان می دهد. آن وقت افراد یک روز به خود می آیند و می بینند که چه چیزهایی را در زندگی از دست داده اند. وی اظهار کرد: برای مثال یکسری ممکن است ازدواج و تحصیلشان به تاخیر افتاده باشد، خانواده‌ای عزیزشان را از دست داده یا درگیر کرونا باشند و... آن وقت ذهن فعال و پویا درگیر این مسائل می شود و این اتفاق عوارض روانی را در پی خواهد داشت. رئیس سازمان نظام روانشناسی کشور با اشاره به اینکه عوارض آن می تواند تبدیل به یک اختلال روانی برحسب زمینه فیزیکی افراد شود، تاکید کرد: برای مثال افراد ممکن است دچار وسواس، افسردگی، اختلال دوقطبی، اضطراب، اضطراب پانیک، اضطراب اجتماعی، اختلال شخصیت یا حتی اختلالات شدید روانی می شوند. پس با جامعه‌ای مواجه هستیم که همه افراد به یک شکلی با بیماری و اختلالات روانی درگیر هستند. این را می گوییم سونامی روانی پس از کرونا.

حاتمی با بیان اینکه سونامی روانی ناشی از اختلالات روانی، پسابند آن آسیب های اجتماعی روانی است، خاطرنشان کرد: حال آسیب‌های روانی چه هستند؟ اینکه فرد از رفتن به سرکار اجتناب می کند. انگیزه اش را از دست داده و تمایلی به انجام هیچ کاری ندارد. اختلافات درون خانوادگی مثل افزایش نرخ طلاق و اعتیاد ایجاد می شود یا خیلی ها درگیر انواع اعتیاد یا انزوا و تنهایی می شوند. وی گفت: کسی که این فشارها را تحمل می کند، برحسب محرکی که بدن تجربه کرده، امکان دارد که این آسیب و فشارها متوجه خودش شود یا متوجه دیگری کند. برای مثال اگر متوجه خودش باشد دچار افسردگی می شود اما یک زمان ممکن است فرد این فشارها را برون ریزی کرده و متوجه دیگران کند. کاری که افراد دچار اختلال شخصیت انجام می دهند. رئیس سازمان نظام روانشناسی کشور با تاکید بر اینکه خانواده ها و جامعه باید خودشان را آماده چنین رفتارهایی کنند، تصریح کرد: یکی از راهکارهای مناسب برای جلوگیری از این وضعیت و سونامی شکل گیری شوراهای اندیشه ورز در دل نهادها، ارگان‌ها و ستاد ملی مقابله با کرونا و... است. وی اضافه کرد: لازم است در اولین قدم با ویروس کرونا کنار بیاییم. زندگی کرده و آن را به رسمیت بشناسیم. هنوز خیلی ها در فکر و انتظار این هستند که واکسن بزنند یا با انجام کاری از دست این بیماری خلاص شوند. حاتمی افزود: درحالی که این بیماری رفتنی نیست و در خانه ما ماندگار است مثل آنفلوآنزا. این مهمان شماست و اگر این بیماری را بپذیرید و با آن زندگی کنید، می‌توانید راهکارهای لازم برای زندگی با آن را نیز لحاظ کنید. مثل اینکه سبک زندگی‌تان را تغییر دهید، خودمراقبتی و دیگر مراقبتی انجام دهید، ماسک بزنید و... تا زمانی که در موعدش این بیماری حل شود و راهکارهای مقابله با آن در سطح کشور ایجاد شود.

باجامعه همراه‌باشید

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.

نظرات، دیدگاه و انتقادات سازنده خود را با ما در میان بگذارید. از مطالب صاحبان قلم در حوزه های اجتماعی استقبال می شود.

شماره تماس: ۳۲۵۵۳۸۳۸