گوناگون

جریمه فروش داروی سقط جنین فقط ۵ میلیون تومان!

مدیرکل دارو و مواد تحت کنترل سازمان غذا و دارو، در ارتباط با چالش‌های داروخانه‌ها در کشور توضیحاتی داد.

به گزارش پیام آشنا، محمد پیکانپور در نشست بررسی چالش‌های اقتصاد داروخانه‌ها در محل اتاق تهران گفت: در حوزه دارو، تجربیات باید به جای خودش استفاده شود وی افزود: اگر طرح دارویاری اجرا نمی‌شد، مجموعه نظام دارویی کشور و مردم به شدت آسیب می‌دیدند.

پیکانپور ادامه داد: ظرفیت کشور در افزایش قیمت دارو باید در نظر گرفته شود. وی با عنوان این مطلب که بنده مسئول عدم افزایش قیمت دارو در سال‌های گذشته نیستم، گفت: امسال افزایش قیمت دارو، متناسب با تورم پیش رفت.

پیکانپور افزود: سلامت مردم اولویت است و نمی‌توان از بُنجُل بودن دارو بدون نظرات کارشناسی صحبت کرد. آزمایشگاه مرجع باید سلامت و کیفیت داروهای وارداتی را تأیید کند. وی ادامه داد: سیاست ما این نیست که به خاطر منافع تولید داخل، نیاز مردم را نادیده بگیریم. مانعی تولیم چون محصولات یک شرکت سرم سازی پیش فروش شود، از واردات مورد نیاز کشور دست برداریم.

پیکانپور افزود: سیاست سازمان غذا و دارو، حمایت از تولید داخل است اما نه به قیمت بروز کمبود و مشکل برای مردم. وی در ارتباط با موضوع فروش اینترنتی دارو، گفت: سر بحث اطمینان و کیفیت دارو در عرضه اینترنتی حرف داریم. کنترل قیمت دارو، باید حتماً صورت بگیرد که یک قلم دارو به ۳۰ برابر قیمت واقعی فروخته نشود.

پیکانپور افزود: "اگر قرار است در موضوع توزیع اینترنتی دارو، بنده استنکاف شوم، این تهدید سند افتخار من است. وی با تأکید بر اطمینان از کیفیت واصالت دارو در توزیع اینترنتی، گفت: نباید تقاضا و تبلیغ دارو در پلتفرم‌های آنلاین صورت بگیرد. همچنین، اطلاعات بیماران باید حفظ شود.

پیکانپور افزود: پلتفرم اینترنتی داروی سقط جنین می‌فروشد و بعد از دو سال که پرونده در دادگاه در جریان است، تنها ۵ میلیون تومان جریمه می‌شود.

استاتین‌ها در کاهش خطر لختگی خون ناشی از هورمون درمانی موثرند

یک مطالعه جدید در مورد زنان تحت هورمون درمانی که از استاتین نیز استفاده می کنند، نشان می دهد که ممکن است خطر لخته شدن خون را کاهش دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث لاین، این یافته‌ها ممکن است راه را برای روش‌های جدید درمانی برای علائم یائسگی در بین زنانی که قبلاً تصور می‌شد کاندیدای هورمون درمانی نباشند، هموار کند. مطالعات قبلی نشان داده اند که هورمون درمانی با خطر بیشتر لخته‌های جدی خون به نام ترومبوآمبولی وریدی مرتبط است.

اکنون، یک مطالعه جدید به بررسی این موضوع پرداخته است که آیا استفاده از استاتین می‌تواند بر خطر ارتباط به ترومبوآمبولی وریدی در زنانی که تحت هورمون درمانی هستند تأثیر بگذارد.

این مطالعه زنان بالای ۵۰ سال را که در حال انجام هورمون درمانی بودند، مورد بررسی قرار داد. نتایج نشان داد زنانی که استاتین مصرف نمی‌کردند، در مقایسه با زنانی که به همراه هورمون درمانی، استاتین مصرف می‌کردند، با خطر بیشتر ارتباط به ترومبوآمبولی وریدی روبرو بودند.

دکتر «وزان وارو»، محقق ارشد از دانشگاه نکزاس، می گوید: «حدود یک دهه پیش، ما در برخی از آزمایشات بالینی بزرگ متوجه شدیم که استاتین ها که برای جلوگیری از انواع بیماری‌های قلبی عروقی مانند حملات قلبی و سکته‌ها استفاده می‌شود، به نظر می‌رسد خطر ارتباط به ترومبوآمبولی وریدی را کاهش می‌دهد.» وی در ادامه افزود: «در این مطالعه، ما می‌خواستیم بررسی کنیم که آیا همین ارتباط در زنان، با وجود هورمون درمانی وجود دارد. با استفاده از یک بانک اطلاعاتی بزرگ بیمه درمانی، دریافتیم که استاتین ها با کاهش قابل توجه و معنی دار خطر ارتباط به ترومبوآمبولی وریدی همراه هستند.» برای درک بهتر رابطه بین استاتین ها، هورمون درمانی و خطر لخته شدن خون، تحقیقات بیشتری لازم است.

کووید احتمال ضربان قلب نامنظم را در طولانی مدت افزایش می‌دهد

تحقیقات نشان می‌دهد که ارتباط به بیماری کووید می‌تواند خطر ضربان نامنظم خطرناک قلب را افزایش دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسن نت، به گفته محققان سوئدی، احتمال ارتباط به فیبریلاسیون دهلیزی (آریتمی شایع مرتبط با سکته مغزی) در مدت یک ماه پس از ابتلاء به کووید در مقایسه با افراد بدون ارتباط به این بیماری، ۱۲ برابر افزایش یافته است.

آنها افزودند خطر برای حداقل دو ماه باقی ماند.

به نظر می‌رسد سن و شدت کووید در این مورد مهم باشد.

دکتر «آن ماری فورس کاولی»، محقق ارشد از دانشگاه اومئو، گفت: ما دریافتیم که این خطرات در افراد مسن، افراد مبتلا به کووید ۱۹ شدید و در طول موج اول همه گیری بیشتر بود."

او در یک بیانیه خبر دانشگاهی افزود: «ما همچنین پی بردیم که افراد واکسینه نشده بیشتر از افراد واکسینه شده در معرض خطر هستند.» به طور کلی، شدت عفونت قوی‌ترین عامل خطر بود.»

محققان در مطالعه خود داده‌های بیش از ۱ میلیون سوئدی را که تا می ۲۰۲۱ به کووید آلوده شده بودند، تجزیه و تحلیل کردند.

آنها داده‌های سلامت آن افراد را با ۴ میلیون سوئدی که به کووید آلوده نشده بودند مقایسه کردند.

علاوه بر افزایش شدید خطر فیبریلاسیون دهلیزی، این تیم کشف کردند که داشتن یک حمله کووید ۱۹، احتمال ابتلاء به آریتمی خطرناک دیگر، موسوم به تاکی کاردی فوق بطنی حملهای، را در طول مدت شش ماه افزایش می‌دهد.

همچنین این تحقیق نشان داد که خطر ابتلاء به این نوع ضربان قلب نامنظم طی یک ماه پس از ابتلاء به ویروس کووید، پنج برابر بیشتر است.

این مطالعه همچنین نشان داد که خطرات مربوط به دسته دیگری از ضربان قلب نامنظم، به نام برادی آریتمی، در یک ماه پس از کووید سه برابر شد.

همه این یافته‌ها بر اهمیت واکسینه شدن در برابر کووید ۱۹ تاکید می‌کند و سیستم مراقبت‌های بهداشتی فرادی را که در معرض خطر بیشتر این نوع عوارض هستند شناسایی می کند تا تشخیص صحیح انجام شود و درمان مناسب به موقع آغاز شود.

زنان و خانواده

اختصاص بودجه‌های حمایتی به گروه‌های مردمی فعال در فرزندآوری

دبیر ستاد ملی جمعیت از اختصاص ۳۰ درصد از بودجه‌های حمایتی به گروه‌های مردمی فعال در فرزندآوری و ازدواج خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، شکیبا محبی تبار -دبیر ستاد ملی جمعیت- در نشستی با حضور نمایندگان دستگاه‌های مختلف که در حوزه جمعیت نقش دارند، اظهار کرد: عملکرد دستگاه‌ها به صورت کامل در حوزه‌های مختلف احصا شده و کارنامه عملکرد صادر شده است که شامل موضوعات سلامت، سقط جنین، خدمات اجتماعی، گروه‌های مردمی، آموزش و پژوهش، تسهیلات شغلی و حکمرانی است.

وی با اشاره به اینکه کاهش سالانه ۵ درصد میزان زایمان سزارین در کشور محقق نشده است، گفت: دستورالعمل یکپارچه سازی سیاست‌های ترویج زایمان طبیعی و کاهش سزارین تدوین شده ولی اشکالات بسیاری داشته و هنوز اصلاح و ابلاغ نشده است. البته آموزش و فرهنگ سازی برای زایمان طبیعی در شبکه بهداشت در حال اجرا است.

محبی تبار با اشاره به بیمه اجتماعی زنان خانه‌دار روستایی و عشایر یک بودجه اختصاصی برای تقویت صندوق روستایی و عشایر یاد شده است که با اعتبار برای تقویت صندوق روستایی و عشایر پس از تولد فرزند سوم به بعد افزود: متأسفانه در بودجه سنوانی سال ۱۴۰۲ اعتباری برای تقویت صندوق روستایی و عشایر یاد شده است.

دبیر ستاد ملی جمعیت گفت: پیشگیری از سقط غیرقانونی جنین و پیشنهاد اصلاح مقررات مورد توجه قرار گرفته است ولی علی رغم دو سال از ابلاغ قانون همچنان کامل اجرا نشده است.

محبی تبار افزود: همچنین برخورد با عوامل مؤثر در فضای مجازی که شامل افراد معرفی کننده فرد و مراکز سقط مورد توجه است و در خصوص تعداد پرونده‌های تشکیل شده مربوط به مدیران و عوامل مؤثر در بسترهای مجازی تاکنون گزارش دقیقی ارسال نشده است.

وی از شناسایی جرایم سقط و ارجاع به مراجع قضائی توسط وزارت اطلاعات خبر داد و گفت: وزارت اطلاعات در این خصوص برنامه ثابت و مستمر دارد ولی مستندزدایی و ارجاع آن به مراجع قضائی بسیار کند است.

دبیر ستاد ملی جمعیت از اختصاص ۳۰ درصد از بودجه‌های حمایتی به گروه‌های مردمی فعال در فرزندآوری و ازدواج خبر داد و گفت: تدوین برنامه جامعی جهت حمایت از فعالین مردمی در حوزه فرزندآوری و تسهیل ازدواج مورد توجه است. سازمان تبلیغات اسلامی پیش‌نویس برنامه جامع را در این زمینه تدوین کرده ولی هنوز ابلاغ نشده است.

۹۵ درصد علت ابتلا به فشارخون بالا، بی‌علامت است

متخصص قلب و عروق با بیان اینکه ابتلاء به فشارخون بالا ممکن است ارثی باشد، گفت: ۹۵ درصد علت ابتلا به فشارخون بالا، بی‌دلیل و بی‌علامت است. شرایط سنی و فیزیولوژی بدن در اثر بالا رفتن سن و همچنین کم‌تحرکی هم می‌تواند زمینه‌ساز ابتلا به فشارخون بالا در تعداد زیادی از افراد باشد که در جوامع مختلف متفاوت است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وزارت بهداشت، محمود محمدزاده شبستری با اشاره به آغاز پویش ملی سلامت از ۲۰ آبان تا ۱۵ دی در سراسر کشور به منظور غربالگری دیابت و فشارخون بالا اظهار کرد: در مناطقی که رژیم غذایی غالب، دریایی و گیاهخواری است، درصد بروز فشارخون بالا در افراد بیشتر از ۵۰ سال، کمتر و در مناطقی که غذای غالب، فستفود و پرچرب و پرنمک است، ابتلا به این بیماری، زودتر و بیشتر رخ می‌دهد. متخصص قلب و عروق از فشارخون بالا به عنوان اصلی‌ترین عامل بیماری‌های قلبی و عروقی در جهان یاد و به افراد بالاتر از ۴۰ سال توصیه کرد که فشارخون خود را به طور مرتب، اندازه‌گیری کنند. فشارخون بالا، مصرف سیگار، دیابت، افزایش وزن، بی‌تحرکی و استرس از عوامل بروز بیماری‌های قلبی و عروقی هستند.

حدود پنج درصد از عوامل زمینه‌ساز فشارخون بالا در آقایان برطرف می‌شود

وی با تأکید بر اهمیت سبک زندگی سالم در پیشگیری از ابتلا به فشارخون بالا، یادآور شد: فردی که بیشتر غذاهای کم چرب، کم‌نمک، میوه و سبزیجات مصرف می‌کند در مقابل فردی که بیشتر متمایل به مصرف فستفود و غذاهای آماده است، کمتر در معرض ابتلا به پرفشاری خون است. سرپرست دانشگاه علوم پزشکی مشهد تصریح کرد: حدود پنج درصد از عوامل زمینه‌ساز فشارخون بالا مانند تنگی شرایین کلیه، استفاده از هورمون درتاوان و یا برخی داروهای تسکینی در آقایان قابل برطرف شدن هستند اما پرفشاری خون، هیچگاه قابل درمان نیست بلکه قابلیت کنترل دارد. وی با اشاره به عدم اطلاع و آگاهی بسیاری از افراد از بیماری پرفشاری خون خود، خاطرنشان کرد: تعدادی از افراد مبتلا به فشارخون بالا هستند که دارو مصرف می‌کردند اما از مصرف دارو، خسته می‌شوند و مصرف دارو را قطع می‌کنند. افرادی هم داریم که مبتلا به پرفشاری خون هستند و دائم مصرف و بیماری خود را کنترل می‌کنند بنابراین عوارض فشارخون بالا برای این دسته از افراد در مقایسه با افراد بی‌اطلاع و یا افرادی که مصرف دارو را قطع می‌کنند، خیلی کمتر است و عمر طولانی‌تر و با کیفیت‌تری دارند.

افراد بیشتر از ۵۰ سال فشارخون بالا را به صورت دوره‌ای کنترل کنند

شبستری تاکید کرد: بهترین کار این است که افراد بالاتر از ۴۰ سال فشار خون خود را به طور مرتب اندازه‌گیری و افراد بیشتر از ۵۰ سال هم حتما نسبت به کنترل فشارخون بالا به صورت دوره‌ای و هر یک یا ۲ ماه یکبار، اقدام کنند. اگر افرادی سابقه ارثی ابتلا به فشارخون دارند، باید زودتر نسبت به کنترل بیماری خود اقدام کنند.این متخصص قلب و عروق افزود: افراد با علائمی مانند خستگی‌های بی‌دلیل و سردردهای مبهم، که به پرفشاری خون نزدیک است، زودتر برای کنترل فشارخون بالا مراجعه کنند و حساسیت داشته باشند چون خیلی از سردردهای مبهم به ویژه در پس سر می توانند به دلیل فشارخون بالا باشد. به گفته وی، خونریزی و سکته مغزی، سکته قلبی، از کار افتادن کلیه، اختلالات در عروق، گشاد شدن سرخرگ‌های اساسی مانند آئورت، اختلال در دریچه‌های قلب و مسدود شدن رگ‌ها از عوارض جدی پرفشاری خون است. شبستری توصیه کرد: همیشه بیماری نباید دلیل مراجعه به پزشک باشد بلکه برای بررسی سلامت خودمان هم باید به پزشک مراجعه کنیم و برای پیشگیری از پرفشاری خون حتما به عوامل خطر مانند تحرک کافی، وزن مناسب و کنترل وزن، رژیم غذایی سالم و به ویژه استفاده از سبزیجات و میوه و پرهیز از مصرف غذاهای پرچرب و پرنمک توجه ویژه داشته باشیم.

تازه‌های سلامت

۱۱ ماده غذایی موثر برای مبتلایان به دیابت

دیابت یکی از شایع‌ترین بیماری‌های غیرواگیر در جهان و چهارمین یا پنجمین علت مرگ در اکثر کشورهای توسعه یافته است و زمانی رخ می‌دهد که بدن یا نمی‌تواند انسولین تولید کند یا نمی‌تواند به طور مؤثر از آن استفاده کند؛ به طور کلی دیابت در سه گروه دیابت نوع یک، نوع ۲ و دیابت بارداری طبقه‌بندی می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت، برخی از پیشنهادهای غذایی خارق العاده برای مدیریت بهتر قند خون معرفی شده است و به بیماران دیابتی توصیه می‌شود حتما ۱۱ گزینه غذایی زیر را در آشپزخانه خود داشته‌باشند:

دانه‌های کامل: این دانه‌ها از قبیل برنج قهوه‌ای، کینوا، جوی دو سر و ...اگر چه منابع کربوهیدرات هستند اما به دلیل وجود فیبر، بسیار راحتتر از کربوهیدراتهای ساده مانند برنج سفید یا نان سفید هضم می‌شوند. با این وجود شما باید بدانید که یک سوم فنجان از این دانه‌ها (پخته شده)، حدود ۱۵ گرم کربوهیدرات دارد. شما این دانه‌ها را باید در حد اعتدال مصرف کنید.

تخم مرغ: منبع غنی از پروتئین است و می‌تواند به حفظ وزن در محدوده سالم کمک کند. مصرف تخم مرغ، باعث کاهش سطح قند خون و کاهش تولید هورمون گرلین یا همان هورمون مرتبط با احساس گرسنگی می‌شود.

سیب زمینی شیرین: یکی دیگر از منابع مفید کربوهیدرات برای مبتلایان به دیابت است. یک سیب زمینی شیرین متوسط در حدود ۴ گرم فیبر و مقادیری ویتامین C دارد. سیب‌زمینی شیرین همچنین منبع مفید ویتامین A است. این ویتامین به بهبود حساسیت به انسولین کمک می‌کند. باز هم توجه داشته باشید که از یک سیب‌زمینی شیرین، ۲۴ گرم کربوهیدرات دریافت خواهید کرد.

ماهی‌های چرب: بنا بر اعلام برخی کارشناسان، خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی در مبتلایان به دیابت نوع ۲، چهار برابر بیشتر از دیگران است. با این حال مصرف غذاهای سرشار از اسیدهای چرب امگا ۳ مانند ماهی قزل آلا، ماهی سالمون و ... خطر ابتلا در حدود ۴ گرم فیبر و مقادیری ویتامین C دارد. سیب‌زمینی شیرین همچنین منبع مفید ویتامین A است. این ویتامین به بهبود حساسیت به انسولین کمک می‌کند. باز هم توجه داشته باشید که از یک سیب‌زمینی شیرین، ۲۴ گرم کربوهیدرات دریافت خواهید کرد.

سبزیجات تیره رنگ: سبزیجاتی مانند کلم، اسفناج و ... حاوی کمترین میزان کربوهیدرات و کالری هستند. مصرف این سبزیجات به دلیل پلی فنول‌ها، آنتی اکسیدان‌ها و ویتامین C موجود در آنها، خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می‌دهد. سبزیجات تیره رنگ همچنین سرشار از منیزیم هستند. این ماده معدنی خطر ابتلا به مقاومت به انسولین را کاهش می‌دهد.

آووکادو: این میوه محبوب، غنی از فیبر است و با کاهش قندخون، جلوی تولید بیش از حد انسولین را می‌گیرد. به کالری آووکادو توجه داشته باشید. یک عدد آووکادوی متوسط حدود ۱۸۰ کالری دارد. بنابراین باید این میوه را در حد اعتدال مصرف کنید.

لوبیا: اگر مبتلا به دیابت هستید کابینت آشپزخانه شما باید همیشه حاوی لوبیا و عدس باشد. فیبر و پروتئین موجود در لوبیا به حفظ قند در محدوده سالم کمک می‌کند. با گذشت زمان، مصرف این حبوبات می‌تواند منافع بیشتری برای بیماران داشته باشد. طبق برخی تحقیقات، سطح هموگلوبین A1C در مبتلایان به دیابت نوع ۲ که روزانه یک فنجان عدس یا لوبیای پخته خورده بودند، در عرض سه ماه ۵۰ درصد کاهش داشت.

ماست یونانی: کربوهیدرات این نوع ماست معمولا کمتر از ماست معمولی است. ماست یونانی سرشار از پروتئین است و می‌تواند باعث کاهش قند خون شود. در انتخاب ماست یونانی دقت کنید. نوع ساده و بدون طعم و شکر آن، بهترین نوع برای مبتلایان به دیابت است.

توت‌ها: این میوه‌های کوچک خوشمزه سرشار از فیبر هستند و مصرف آنها به تثبیت قند خون کمک می‌کند. آنتی اکسیدان‌های موجود در این میوه‌ها خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را کاهش می‌دهد.

آجیل: سرشار از پروتئین، فیبر، منیزیم و چربی‌های سالم برای جلوگیری از ابتلا به مقاومت به انسولین هستند. مراقب کالری موجود در آجیل باشید و آنها را در حد اعتدال مصرف کنید.

دارچین: این ادویه دوست داشتنی به بهبود حساسیت به انسولین، کاهش قندخون و کاهش جذب کربوهیدرات‌ها کمک می‌کند. هر روز نصف قاشق چای خوری دارچین مصرف کنید.

بیش

«نسل Z» علیه شیطان

نظرسنجی تازه دانشگاه هاروارد از آن چیزی که این دانشگاه «مناقشه اسرائیل و فلسطین» خوانده نتایج جالب توجهی دارد؛ آن‌قدر جالب که رسانه‌های آمریکایی از جمله واشنگتن‌پست از آن با عنوان «نتایج هولناک» یاد کرده‌اند!

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام‌جم آنلاین، آنچه به باور این رسانه‌ها هولناک است، جامعه آماری این نظرسنجی است؛ جوانانی در بازه سنی ۱۸ تا ۲۴ سال که همان رسانه‌ها از این افراد با عنوان نسل «ز» یاد می‌کنند. نسلی که از بدو تولد با پدیده اینترنت و گوشی‌های هوشمند و رسانه‌های مجازی و شبکه‌های اجتماعی بزرگ شده است. نسلی که نشان می‌دهد مقهور پروپاگاندای شدید رژیم‌صهیونیستی در فضای مجازی نشده و توانسته در لابه‌لای این حجم از دروغ‌پراکنی به حقیقت دست یابد؛ حقیقتی که حالا واشنگتن‌پست از هراس، از آن با عنوان «تکان‌دهنده» یاد کرده است. از همان ۱۵ مهر و آغاز عملیات طوفان‌الاقصی، امپراتوری رسانه‌ای صهیونیست‌ها کارش را آغاز کرد تا به توعی سرپوشی باشد بر جنایت‌های خود در غزه هر چه گذشت اما همینه این امپراتوری دروغ شکسته شد. این اتفاق حالا نشانه‌هایش در میان نسل جوان آمریکایی نمود پیدا کرده است؛ نسلی که به باور بسیاری از تحلیلگران از رژیم نامشروع اسرائیل متنفر است. یکی از این تحلیلگران توام چامسکی است. کسی که رسانه‌ها از او با عنوان شاخص‌ترین چهره فکری و فلسفی آمریکا یاد می‌کنند. اومعتقد است «با تغییری که بین نسل جوان، دانشجویان و نسل زد رخ داده، امروزه از حمایت مردم آمریکا نسبت به اسرائیل کاسته شده وبه نفع فلسطینیان است. وضعیت این دوگانه ۵۰ـ۵۰ است. نگاهی به حمایت‌های حزبی دموکرات‌ها بیندازید. امروزه آنان بیش از اسرائیلی‌ها از فلسطینی‌ها دفاع می‌کنند. در صورتی که در گذشته بیشتر بدنه حمایتی از اسرائیل توسط لیبرال‌دموکرات‌ها بوده است. این یک تغییر بزرگ است، یعنی کلیت سیاست آمریکا در قبال خاورمیانه تغییر می‌کند» خوان پی ویلانزمبل یکی از اعضای تحریریه مؤسسه مطالعات بین‌دانشگاهی آمریکا هم طی یادداشتی در پایگاه خبری «هیل» می‌نویسد: «پلنترم تیک‌تاک که تیمی از کاربران آن زیر ۳۰ سال دارند، با هشتگ آزادی برای فلسطین با ۳۱ میلیارد بیست در صد قرار دارد در حالی که برای حمایت از اسرائیل فقط ۵۹۰ میلیون پست وجود دارد؛ یعنی حمایت از فلسطین بیش از ۵۰ برابر حمایت از اسرائیل است.» پیام آشکار این نظرسنجی از جایی مهم‌تر است که بدانیم دانشگاه هاروارد در میان دانشگاه‌های آمریکا در شاخص آزادی بیان وضعیت ناگواری دارد، به این معنا که نتایج این نظرسنجی از فیلتر دانشگاهی عبور کرده که در شاخص آزادی بیان به توعی فاجعه است. با این حال نشانه مهم این نظرسنجی میزان تنفر نسل جوان آمریکایی از صهیونیست‌هاست. احساسی که تعارض آشکاری با سیاست‌های دولت آمریکا دارد، پیامی که از این نظرسنجی برای دولت‌مردان آمریکایی مخابره‌شده این است که نه‌تنها درماجرای غزه که احتمالا درسیاست‌های دیگر هم آمریکا مخالفان پروپاگرمی را رو به روی خود می‌بیند.

٪۵۱

۵۱ درصد از جوانان بین ۱۸ تا ۲۴ سال آمریکایی معتقدند راه‌حل نهایی خاتمه دادن به درگیری اسرائیل و فلسطین این است که اسرائیل پایان یابد و اراضی اشغال شده فلسطینی به حماس داده شود تا یک کشور واحد فلسطینی در آن تاسیس کند.

٪۳۲

۳۲ درصد از این افراد هم گفته‌اند که به راه‌حل دو دولتی اعتقاد دارند؛ راه‌حلی که به‌توعی برخی از کشورهای دیگر هم بر آن نظر دارند به این معنا که اداره غزه را به تشکیلات خودگردان بسپارند.

٪۱۷

اما فقط ۱۷ درصد معتقد به دولت واحد اسرائیلی بوده و گفتند که باید از دیگر کشورهای عربی خواسته شود که جمعیت فلسطینی را جذب کنند؛ تفرشی که دولت آمریکا هم به آن به‌عنوان یک راه‌حل نگاه می‌کند و قصد کوچ اجباری فلسطینیان را دارد.

٪۵۳

همچنین ۵۳ درصد از جوانان ۱۸-۲۴ ساله آمریکایی در این نظرسنجی اعلام کرده‌اند که دانش‌آموزان باید بتوانند بدون عواقب با نسل‌کشی توسط یهودیان مخالفت کنند.

٪۶۷

۶۷ درصد از جوانان ۱۸ تا ۲۴ ساله هم گفتند که معتقدند با یهودیان «باید به‌عنوان سرکوبگر رفتار شود». معنای نتایج این گزینه این است که درصد قابل توجهی از جوانان آمریکایی، فلسطینی‌ها را طرف حق این تبرد می‌دانند.

٪۸۱

اکثریت ۶۹ درصدی آمریکایی‌ها پیگیر وقایع و اخبار جنگ غزه هستند در حالی که بین جوانان بین ۱۸ تا ۲۴ سال این رقم ۸۱ درصد است و نشان می‌دهد جوانان آمریکایی بسیار بیشتر از دیگر گروه‌های سنی پیگیر وقایع غزه هستند

چه زمانی باید به تراپیست مراجعه کرد؟

متخصص روانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی درباره این که چه زمانی باید به روانپزشک و یا روانشناس مراجعه کرد، گفت: اگر در سه حوزه تفکر، هیجان و رفتار دچار مشکل شدابد به روانشناس بالینی و یا روانپزشک مراجعه کنیداین متخصصان تشخیص می‌دهند که به چه طیفی از درمان نیاز دارید.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی، جمال شمس در تعریف روان، اظهار کرد: مغز انسان عملکرد منحصربه‌فردی دارد که رفتار، هیجان و تفکر را شکل می‌دهد. وی با بیان اینکه بخش مهم عملکرد مغز به تفکرات و هیجانات مربوط است. افزود: تنظیم هیجانات، واکنش و رفتار به این معنی که چگونه با دیگران ارتباط برقرار و یا رفتار کنیم و یا هر موقعیتی چه واکنشی از خودمان نشان دهیم، مربوط به حوزه روان است. این عضو هیئت علمی دانشگاه ادامه داد: مغز برای حرکت، تکلم و واکنش، کار انجام می‌دهد ضمن اینکه گلوکوز نیز مصرف می‌کند و به انرژی نیاز دارد. او با تاکید براینکه عملکرد روان و مغز نیز مثل سایر بخش‌های بدن است، اضافه کرد: بیماری‌های روان هیچ تفاوتی با سایر بیماری‌ها مثل بیماری معده، قلبی و ریوی ندارد بنابراین نیازمند درمان است. وی با اشاره به اینکه مواد شیمیایی در عملکرد مغز نسان موثر است، گفت: گیرنده‌ها و تحریکات الکتریکی می‌تواند فعالیت‌های مغز را به هم بریزد و یا آن را دچار اختلال کند. در نتیجه این به هم ریختگی می‌تواند خود را به شکل بیماری روان نشان دهد. استاد دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی با اشاره به اینکه برخی بیماری‌ها و یا اختلالاتی که در عملکرد مغز ایجاد می‌شود با دارو درمان و یا تحدودی کنترل می‌شود، اظهار کرد: مسئله مهم این است که این فعالیت‌ها تحت تاثیر دنیای بیرون و عالم بیرون مغز نیز هستند. به این معنی که جدای از اینکه بحث سلول، مواد شیمیایی وناقل‌های عصبی مطرح باشد، گیرنده‌ها نیز اثر دارند. شمس عنوان کرد: اتفاقاتی که در دنیای بیـرون رخ می‌دهد از طریق مختلف بر مغز ما اثر دارد بنابراین زمانی که فعالیت‌های مغـز ما تحت تاثیر محیط پیرامون است، می‌توانیم با روش‌هایی به غیر از دارودرمانی نیز بر مغز اثر بگذاریم. او در پاسخ به این سوال که چه زمانی مراجعه به روانپزشک و یا روانشناس ضرورت دارد؟ گفت: قاعدتا زمانیکه در سه حوزه تفکر، هیجان و رفتار دچار مشکل شدایم باید به روانشناس بالینی و یا روانپزشک مراجعه کنیم، این وظیفه روانپزشک و روانشناس است که تشخیص دهد که مراجعه کننده به چه طیفی از خدمت نیاز دارد و بیمار را به درستی ارجاع دهد. وی با اشـاره به اینکه روانشناسان بالینی با کمک تکنیک‌های به خصوصی عملکرد مغز را به سمت عملکردطبیعی پیش می‌برند، ادامه داد: این متخصصان نیز به واسطه مواد شیمیایی در مغز و ناقل‌های عصبی اینکار را انجام می‌دهند، یعنی روانشناس بالینی که روان درمانی شناختی رفتاری انجام می‌دهد با تکنیک‌ها و تغییراتی که در وضعیت شـناختی فرد ایجاد می‌کند در واقع اثر بیولوژیک و یا زیستی برای فرد ایجاد می‌کند. عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی در ادامه با بیان اینکه روانشناسی بالینی به چندین رشته و تخصص تقسیم می‌شود، توضیح داد: مشاوره یکی از رشته‌های روانشناسی بالینی است. افراد در زندگی روزمره و در شرایط مختلف و یا پیدا کردن بهترین راهکار برای حل مشکلات نیاز به کمک و مشورت دارند.این موضوع هیچ ارتباطی به بیماری روانپزشکی ندارد، اینها مواردی است که افراد روزمره با آن مواجه هستند و آشنایی مهارت موجه با آن ضرورت دارد. وی اضافه کرد: روانشناسی که در زمینه مشاوره تخصص دارد، فرد سالمی را که نیاز به کمک و مشـورت دارد با بهترین راهکار راهنمایی می‌کند. متخصص روانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی، ادامه داد: روانپزشک مستقیما با مواد شیمیایی و ناقل‌ها بر تحریکات الکتریکی اثر می‌گذارد. وی افزود: روانپزشکان در واقع پزشکان عمومی هستند که دوره چهار ساله تخصص در این حوزه را دریافت کرده‌اند. شمس گفت: روانپزشکان با این موضوع آشنا هستند که بیماری‌ها را تشخیص و با استفاده از مواد شیمیایی یا همان داروها، فعالیت مغز را به سمت طبیعی شدن پیش ببرد. این متخصص روانپزشکی با بیان اینکه در برخی موارد بیمار نیاز به درمان توامان با کمک روانشناس بالینی و روانپزشـک دارد، اضافه کـرد: وازهای با عنوان "تراپیست" که روزانه متداول شده و مردم در بسیاری از موارد از آن استفاده می‌کنند، طیف وسیعی از درمان‌ها را دربرمی‌گیرد در عین حال اگر بخواهیم به شکل تخصصی موضوع را مطرح کنیم مشاوره برای شرایطی است که فرد بیماری و اختلال خاصی ندارد و برای راهنمایی و مدیریت شـرایطی که نیاز به دانش و تخصص دارد به پزشـک مراجعه می‌کند، ولی فردی که دچار بیماری و یا اختلال در عملکرد روان است (مثل افسردگی، خشم اضطراب و ...) به روان درمانگر مراجعه می‌کند وی با تاکید بر اینکه روان‌درمانی، سبک‌های مختلفی دارد اضافه کرد: این نوع درمان رویکردهای مختلفی مثل روان تحلیلی و درمان‌های شناختی رفتاری دارد.