info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۱۸۹۶
چهارشنبه / ۳۰ امرداد / ۱۴۰۰
۲ / محرم / ۱۴۴۲
11 / August / 2021

صاحب امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کافون، کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۲۲۵۲۳۲۳۸-۲۲۵۲۳۲۳۲-۰۲۶۲ فکس: ۲۲۵۵۲۸۳۸
فکس اینترنتی پیام آشنا: ۰۲۱-۸۹۷۸۶۷۲۹
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۴۶
چاپ: کارگر

کافه پیام

برای انعکاس نظرات و گلایه ها و پیشنهادات خود درباره مسائل البرز با پیام آشنا تماس بگیرید

۳۲۵۵۳۸۳۸
۳۲۵۴۱۴۹۵
۰۹۰۱۴۰۴۸۳۳۳

خبر داغ

تأثیر یک دارو در کاهش ۷۰ درصدی عفونت کرونا

محققان موفق به شناسایی اثربخشی یک داروی ضد چربی شدند که می‌تواند عفونت ناشی از ویروس کرونا را تا ۷۰ درصد کاهش دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از برند مطالعه‌ای که در آزمایشگاه باهمکاری بین‌المللی جمعی از محققان انجام شد، نشان می‌دهد دارویی که معمولا برای درمان سطوح غیر طبیعی مواد چرب در خون استفاده می‌شود، می‌تواند عفونت ناشی از ویروس سارس-کووِ ۲ را تا ۷۰ درصد کاهش دهد. تیمی از محققان به رهبری دانشگاه بیرمنگام و دانشگاه کیل در انگلیس و موسسه علمی سان، افاقلا در ایتالیا در جریان تحقیقات خود نشان دادند که فنوفیبرات و شکل فعال آن (فنوفیبریک اسید) می‌تواند به طور قابل توجهی عفونت کرونا را در سلول‌های انسانی کاهش دهد. نکته مهم اینکه کاهش عفونت با استفاده از غلظت دارو بوده که از طریق دوز بالینی استاندارد فنوفیبرات ایمن و قابل دسترسی است. فنوفیبرات که برای اکثر کشورهای جهان از جمله سازمان غذا و داروی آمریکا (FDA) و موسسه ملی بهداشت و مراقبت انگلیس (NICE) تایید شده یک داروی خوراکی است که در حال حاضر برای درمان بیماری‌هایی ناشی از سطوح بالای کلسترول و لیپیدها (مواد چرب) در خون استفاده می‌شود. سارس-کووِ ۲ ، ویروسی که باعث کووید-۱۹ می‌شود، از طریق تعامل بین پروتئین Spike در سطح ویروس و پروتئین گیرنده ACE۲ بر روی سلول‌های میزبان، میزبان را آلوده می‌کند. در این مطالعه، در پاسخ به همه گیری جهانی کووید-۱۹، این تیم گروهی از داروهای دارای مجوز از جمله فنوفیبرات را آزمایش کرد تا نامزدهایی را که برهمکنش‌های ACE۲ و Spike را مختل می‌کنند، شناسایی کند. آن‌ها دریافتند که فنوفیبرات عفونت ناشی از کرونا را تا ۷۰ درصد کاهش می‌دهد. داده‌های منتشر نشده اضافی همچنین نشان می‌دهد که فنوفیبرات به همان اندازه در برابر انواع جدیدتر سارس-کووِ ۲ از جمله انواع آلفا و بتا موثر است و تحقیقات در مورد اثربخشی آن در نوع دلتا ادامه دارد. دکتر فرهات خانیم از دانشگاه بیرمنگام انگلیس، توضیح داد: توسعه انواع جدید عفونی کرونا منجربه افزایش سریع نرخ عفونت و مرگ و میر در چندین کشور جهان به ویژه انگلیس، آمریکا و اروپا شد. در حالی که امیدوارم یافته‌های واکسن میزان عفونت و شیوع ویروس را در ابراز مدت کاهش دهد، هنوز نیاز مبرم به افزایش زرادخانه داروهای ما برای درمان بیماران مثبت وجود دارد.

دکتر آلن ریچارد-سون از دانشگاه کیل انگلیس می‌گوید: در حالی که در برخی از کشورها برنامه‌های واکسیناسیون به سرعت در حال پیشرفت است، میزان جذب واکسن متغیر است و برای اکثر کشورهای با درآمد متوسط، نسبت قابل توجهی از جمعیت بعید است تا ۲۰۲۲ واکسینه شوند. علاوه بر این، در حالی که نشان داده شده است که واکسیناسیون میزان عفونت و شدت بیماری را کاهش می‌دهد، ما هنوز از قدرت و مدت زمان پاسخ مطمئن نیستیم. هنوز برای درمان بیماران مبتلا به کووید -۱۹ که علائم ایجاد می‌کنند، نیاز به درمان فوری یا بستری شدن وجود دارد.

دکتر الیسا ووچ‌نزی از موسسه علمی سان، افاقلا در میلان ایتالیا نیز می‌گوید: داده‌های ما نشان می‌دهد که فنوفیبرات ممکن است پتانسیل کاهش شدت علائم کووید-۱۹ و همچنین گسترش ویروس را داشته باشد. با توجه به اینکه فنوفیبرات یک داروی خوراکی بسیار ارزان و در سراسر جهان در دسترس است، به ویژه در کشورهای با درآمد متوسط پایین و افرادی که واکسن برای آنها توصیه نمی‌شود، مانند کودکان، کسانی که دارای اختلالات بیش از حد ایمنی هستند و کسانی که از سرکوب کننده‌های ایمنی استفاده می‌کنند، استفاده از این دارو توصیه می‌شود.

اسکات دیویس، همچنین از دانشگاه بیرمنگام چنین نتیجه می‌گیرد: ما در حال حاضر به مطالعات بالینی بیشتری نیاز داریم تا مشخص شود که آیا فنوفیبرات یک عامل درمانی بالقوه برای درمان عفونت کرونا است. این تحقیق که در Frontiers in Pharmacology منتشر شده است، همچنین با همکاری دانشگاه کپنهاگ دانمارک و دانشگاه لیورپول در انگلیس انجام شده است.

امروز با حافظ

ز دلبرم که رساند نوازش قلمی
کجاست پیک صبا گر همی کند کرمی
قیاس کردم و تدبیر عقل در ره عشق
چو شبنمی است که بر بحر می کشد رقمی

خواندنی

سلسله موی دوست حلقه دام بلاست
هر که در این حلقه نیست فارغ از این ماجراست
سعدی

اذان ترجیح — اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۴:۴۹	۰۶:۲۲	۱۳:۱۱	۱۹:۵۹	۲۰:۱۸

برگه

روزی با کسی روبه‌رو می‌شوید که به گذشتهٔ شما اهمیت نمی‌دهد؛ چون میخواهد در آینده‌تان کنار شما باشد.

آلفرد هیچکاک

جالب است بدانیم

حقایقی عجیب در مورد بارکدها

بارکدها از جمله کاربردی‌ترین اختراعات بشر محسوب می‌شوند که به تنهایی توانستند صنعت خرید و فروش را در هایپر مارکت‌ها متحول کنند. امروزه هیچ محصول بدون بارکد را در بازار نمی‌توان یافت. در واقع بارکد یکی از ضروری‌ترین موارد است که بر روی برچسب همه محصولات غذایی، خانگی و حتی صنعتی وجود دارد. کاربرد وسیع بارکدها بر کسی پوشیده نیست و تنها با یک اسکنر بارکد خوان می‌توان نام محصول را در میان هزاران محصول موجود در یک فروشگاه پیدا کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از دیجی‌رو، در این گزارش چند حقیقت جالب و شنیدنی در مورد بارکدها بیان شده است و با مطالعه این مطلب خواهید فهمید که از زمان اختراع بارکد تا کنون چه تغییراتی در روند شکل‌گیری بارکدها پدید آمده است.

۱-اولین محصولی که با بارکد اسکن شده است، یک بسته آدامس در فروشگاه Marsh's در ۲۶ ژوئن ۱۹۷۴ بود. این بسته آدامس در موزه اسمیتسونین در معرض دید عموم گذاشته شده است. بارکدها اولین بار در انگلیس در سوپر استار Keymarkets در اسپالدینگ، در اکتبر ۱۹۷۹ ایجاد شدند. هویت خریدار و سرنوشت تعبیه اولین بارکد مشخص نیست.

۲-سیستم بارکد ۱۳ رقمی که در سراسر جهان استفاده می‌شود می‌تواند هزار میلیارد کد منحصر به فرد تولید کند.

۳-بارکد در دنیای هنر توسط هنرمند نیویورکی استفاده شده است برنارد سولکو اولین هنرمندی است که از نمادشناسی بارکد به عنوان موضوع کارهای مختلف هنری خود استفاده کرد که شامل نقاشی‌هایی با ارتفاع ۲ تا ۲۰ متر بر اساس تصویر استاندارد بارکد بود.

۴- در سایت www.barcodeart.com برنامه‌ای وجود دارد که در آن می‌توانید برای خود بارکد ایجاد کنید. کاری که شما باید انجام دهید این است که جنسیت، سن، کشور مبدا، قد و وزن خود را در کادرهای این برنامه وارد کنید تا وب سایت بارکد منحصر به فردی را بر اساس خصوصیات منحصر به فرد شما تولید کند.

۵- هنگامی که سیستم بارکد برای اولین بار به خرده فروشان معرفی شد، تلپش نور خورشید از ویترین فروشگاه‌ها از خواندن بارکدها جلوگیری می‌کرد. خوشبختانه از آن زمان تا کنون فناوری بارکدگذاری به طرز شگفت انگیزی بهبود یافته است.

۶- هدف بارکدها دقت و سرعت ۹۹ درصدی اسکن و شناسایی نوع محصول است.

۷- مطابق با آمار مرکز الکترونیکی بارکد تعداد بارکدهای اسکن شده در سراسر جهان به تعداد ۵ میلیارد در هر روز است.

۸- مری استورت ریلف نویسنده در کتاب خود با نام سیستم جدید پول ۶۶۶ که در سال ۱۹۸۲ منتشر شد، ادعا کرد بارکدها به صورت مخفیانه شماره ۶۶۶ را رمزگذاری می‌کنند که علامت خاصی در کتاب مقدس است. جورج لوریر به عنوان مخترع بارکد UPC مجبور شد بیقایه‌ای عمومی در مورد این اتهام ارائه دهد و از سیستم بارکد خود دفاع نماید.

۹- Barcode Battler یک کنسول بازی دستی است که توسط Epoch در ماه مارس سال ۱۹۹۱ منتشر شد. این کنسول دارای تعدادی کارت بود که هر کدام دارای بارکد مشخص بودند. برای انجام بازی، هر بازیکن یک بارکد را انتخاب کرده و کنسول بر اساس آن بارکد، یک شخصیت جدید ایجاد می‌کرد. این شخصیت‌ها در بازی در برابر یکدیگر می‌جنگیدند. در آن زمان این بازی در ژاپن محبوبیت زیادی پیدا کرد.

۱۰- کوچکترین بارکد جهان در اواخر دهه ۱۹۸۰ توسط دکتر استفان بوخمان، حشره شناس کانادایی در مرکز تحقیقات زنبور عسل کارل هایدن در آریزونا ساخته شد. در این مرکز بارکدهای بسیار کوچکی برای شناسایی و نظارت بر فعالیت هر یک از زنبورها به آن‌ها متصل شده بودند. کوچکترین بارکد با ابعاد ۲۵ در ۱۳ میلی متر چاپ شده بود.

۱۱- ارتش آمریکا از بارکدهای با طول ۶۰.۹۶ سانتی متر برای برچسب زدن به قایق‌هایی با طول ۱۵.۲۴ متر که در آکادمی نظامی وست پوینت در نیویورک ذخیره می‌شوند، استفاده می‌کند. این بارکدهای عظیم، اطلاعات مربوط به قایق‌ها و عملیات قبلی آن‌ها را ذخیره می‌کنند.

۱۲- یکی از اتفاقات بسیار خاص درباره بارکد در سال ۱۹۹۷ در ژاپن اتفاق افتاد. بیش از یک میلیون دختر دبیرستانی در توکیو خانگوی‌های موقتی را به شکل بارکد انجام دادند.

۱۳- در آگوست سال ۱۹۹۴، Poetry Review شعری سرود که کامل از قطعات بارکد تشکیل شده بود. این شاعر ادعا می‌کرد که شعر او توسط دستگاه‌های بارکد خوان قابل خواندن است.

۱۴- در اکتبر سال ۱۹۷۷ مجله MAD، بارکدی غول پیکر را بر روی مجله خود چاپ کرد با این پیام که "امیدوارم این شماره بارکد همه کامپیوترهای جهان را مسدود کند."

۱۵- بارکدهای چاپ شده در روزنامه‌ها با سایرین متفاوت است، زیرا شامل رقمی برای نشان دادن روز انتشار آن است.

۱۶- اولین اسکترهای بارکد به اندازه ماشین لباسشویی و حاوی اجزایی بودند که باید توسط آب خنک می‌شدند.

۱۷- در ابتدا لیزرهای قرمز اسکنر بارکد باعث ناراحتی خریداران ناآگاه می‌شد. مردم این لیزرهای قرمز را مرتبط با جنگ ستارگان می‌دانستند و نگران از این بودند که آتش بگیرند و یا کور شوند.

۱۸- دویلین زمانی یک کلوپ شبانه با بارکد مخصوص به خود را داشت. این کلوپ نمادین که در سال ۲۰۱۰ تعطیل شد در تمام دهه ۲۰۰۰ بسیار محبوب بود. معروفیت این کلوپ به خاطر عکس‌های تابلوی Flatliner، استخر شنا و غذاهای آماده چینی و دیگر موارد بود.

۱۹- متخصصان زبان به شباهت چشمگیر الفبای ایرلندی قرن پنجم معروف به اوغام را به بارکدهای مدرن اشاره کردهاند که متشکل از مجموعه‌ای از خطوط و فضاهای افقی و عمودی است.

گزارش روز

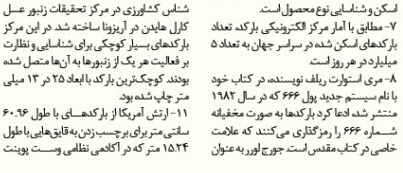
در چه شرایطی نباید ازدواج کرد؟

تعداد قابل‌توجهی از افراد هستند که بعد از گذشت مدتی از ازدواجشان متوجه می‌شوند که چقدر معیار، ملاک و نگاهشان نسبت به ازدواج تغییر کرده است؛ عده‌ای از آن‌ها آمادگی نداشتن و انتخاب در شرایط نامناسب را عامل مهم تصمیم‌گیری اشتباهشان در ازدواج می‌دانند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تبیان، اغلب دیده‌اید که برخی افراد بعد از ازدواج با یک نفر می‌گویند "نمی‌دانم چه شد که با این فرد ازدواج کردم انگار همه‌چیز خودش پیش رفت و من هیچ‌کاره بودم!" حقیقت این است که هیچ‌کس به‌اندازه خود فرد در انتخاب‌هایش نقش ندارد، اما گاهی افراد در هنگام انتخاب همسر در شرایطی قرار می‌گیرند که نمی‌توانند فکر کرده و درست انتخاب کنند. اینجاست که روانشناسان توصیه می‌کنند که در برخی شرایط به‌هیچ‌عنوان نباید ازدواج کنید؛ زیرا ممکن است ندانسته مرتکب اشتباهات آشکار شوید. این شرایط عبارت‌اند از:

بحران روحی و عاطفی

برخی افراد به‌منظور برطرف کردن بحران روحی ناشی از یک واقعه عاطفی، برای ازدواج تصمیم می‌گیرند. مثلاً دختری که دوست داشته ازدواج با یکی از خواستگارهایش اتفاق بیفتد اما به دلیل مخالفت خانواده یا جواب منفی پسر، متجر به ازدواج نشده، احساس شکست می‌کند لذا به خواستگار بعدی بدون بررسی جواب مثبت می‌دهد؛ گویی می‌خواهد فقط یک خلأ عاطفی را پر کند. بنابراین توصیه می‌شود افراد برای رهایی از احساس افسردگی و سرخوردگی، بعد از شکست عاطفی و یا شکست عشقی، از دست دادن عزیزان، شکست در کار و یا موقعیتی به‌هیچ‌عنوان برای ازدواج تصمیم نهایی نگیرند.



هیجان‌زده بودن

برخی افراد با اعتقاد به عشق در یک نگاه اقدام به ازدواج می‌کنند. در چنین شرایطی فرد در بالاترین میزان هیجانات قرار دارد و چیزهایی مثل ظاهر، موقعیت مالی، اجتماعی بودن، موقعیت شغلی و... طرف مقابل به‌عنوان معیار و ملاک‌های اصلی، توجه اش را جلب می‌کند ولی باید دانست که چنین هیجاناتی زودگذر هستند و بعد از فروکش کردن هیجان‌ها فرد به اشتباه خود پی می‌برد و بعد از گذشت چند سال متوجه می‌شود که چه ملاک و معیارهای مهمی را نادیده گرفته است.

افراد برای اینکه بتوانند ازدواج موفق و انتخاب صحیحی داشته باشند باید به‌دور از هیجان زدگی و شتاب برای شناخت طرف مقابل تلاش کنند و بر اساس معیارهای درست و منطقی تصمیم بگیرند.

علاقه داشتن به تنهایی

نیاز به‌تنهایی و خلوت کردن حق هر فردی است. گاهی ما انسان‌ها نیاز داریم اوقاتی را در تنهایی و خلوت گذرانده و کارهای مورد علاقه‌مان را انجام دهیم اما اگر فردی دائماً نیاز به‌تنهایی دارد و تنهایی را به بودن در کنار دیگری ترجیح می‌دهد و اغلب برای شرکت در مهمانی‌ها فرار می‌کند، وقت ازدواجش نرسیده است.

وابستگی بیش از اندازه به خانواده

بعد از ازدواج اولویت از خانواده و حتی پدر و مادر به همسر تغییر می‌کند اما کسانی که به پدر و مادرشان وابستگی افراطی دارند در زندگی مشترک دچار مشکل خواهند شد. وابستگی بیش‌از اندازه چه برای مرد و چه برای زن، زیان‌بار است. وابستگی بیش‌از اندازه به والدین زمینه دخالت در زندگی زناشویی را فراهم می‌کند. از طرف دیگر، این احساس را در طرف مقابل‌تان ایجاد می‌کند که خانواده‌تان از همسرتان مهم‌تر است؛ این مسئله پایه‌های زندگی را سست کرده و باعث کشمکش و جدایی می‌شود. اگر چنین شخصیتی دارید تلاش کنید شخصیت مستقل را در خود پرورش دهید تا بتوانید مسئولیت زناشویی را به عهده بگیرید و تا زمانی که احساس استقلال و عدم وابستگی نکردید، ازدواج نکنید.

عدم بلوغ فکری

بلوغ فکری یکی از موارد مهم در ازدواج است. مسلماً بدون رسیدن به بلوغ فکری و عقلی فرد آمادگی ازدواج نداریم. افرادی که نقاط قوت و ضعف خود را نمی‌شناسند، در زندگی هدف خاصی ندارند و نسبت به کار و زندگی‌شان تعهد و مسئولیت‌پذیری ندارند، وقت ازدواجشان نیست. برای آنکه متوجه شوید به بلوغ فکری رسیده‌اید یا نه به موارد زیر توجه کنید:

-آیا می‌توانید اولویت‌های زندگی‌تان را مشخص کنید و بر اساس اولویت‌هایتان تصمیم بگیرید؟

-تحملتان در برابر سختی‌ها و مشکلات چقدر است؟

-چقدر مسئولیت‌پذیر هستید؟ آیا در خانه و محل کار در برابر مسئولیت‌هایتان متعهدید؟

-آیا می‌توانید بین کار و خانواده و خانواده و دوستانتان تعادل برقرار کنید؟

-در زمان صعبانیت چقدر می‌توانید بر خشمتان غلبه کنید؟

اگر جواب درست و منطقی برای سؤالات بالا نداشتید، باید بدانید که به بلوغ فکری نرسیده‌اید و نباید ازدواج کنید.

عدم ثبات در تصمیم‌گیری

یکی از خطرناک‌ترین شرایط برای انتخاب همسر زمانی است که احساس می‌کنید قدرت تصمیم‌گیری ندارید. افراد بی‌ثبات معمولاً حالت تردید و دودلی دارند- از انتخاب خود مطمئن نیستند و دمدمی‌مزاج هستند. آن‌ها هرلحظه امکان دارد که با گرفتن تصمیمی پشیمان شوند. این دسته افراد تازمانیکه دچار بی ثباتی هستند نباید ازدواج کنند؛ زیرا به دلیل عدم ثبات در تصمیم‌گیری ممکن است بعد از ازدواج، از انتخابشان پشیمان شوند.

ترفند

طرز صحیح درست کردن قهوه ترک خوشمزه

در این بخش بشما می آموزیم که چگونه بهترین قهوه ترک را در خانه خودتان و روی گاز آماده کنید. تهیه قهوه ترک کار سختی نیست و اکثر فروشگاه‌ها و سوپرمارکت‌ها انواع مارک‌های این قهوه پرطرفدار را عرضه می‌کنند اما تهیه این قهوه نیازمند تجربه و دانستن فوت و فن‌های آماده سازی آن است- یا ما همراه باشید

به گزارش پیام آشنا به نقل از اینفو، قهوه ترک طعم و عطری عالی دارد به همین خاطر محبوب تعداد زیادی از مردم است. این نوع قهوه در قابلمه‌های کوچکی بنام ابریک که شبیه شیرجوش است روی حرارت مستقیم آتش تهیه می شود. شکر در طول دم کشیدن قهوه به آن افزوده می‌شود نه پس از آن. به همین خاطر نیازی نیست هنگام سرو قهوه ترک قاشق چایخوری کنار فنجان قرار دهید. شیر یا خامه هم هرگز به قهوه ترک اضافه نمیشود. قهوه ترک اصل در فنجان های کوچک سرو می شود و بعضی از افراد پس از نوشیدن آن با ته مانده قهوه فال می گیرند.

مواد لازم:
۱ فنجان آب سرد «سرد بودن آب مهم است»
۱ قاشق غذاخوری پودر قهوهٔ آسیاب شده
۱/۸ قاشق چایخوری پودر هل
شکر: اختیاری

طرز تهیه قهوه ترک
آب و شکر را در ابریک «یا شیرجوش» باهم مخلوط کنید و روی حرارت بگذارید تا بجوشد. سپس از روی حرارت بردارید و قهوه و هل را اضافه کنید. دوباره آن را روی حرارت بگذارید. به محض این که روی قهوه کف کرد آنرا از روی حرارت بردارید اگر قهوه سرد شد دوباره آن را روی حرارت بگذارید. ومنتظر بمانید تا کف کند. سپس درفنجان بریزید و سرو کنید.پس از ریختن قهوه درون فنجان چند دقیقه صبر کنید تا پودر قهوه نشست کند.وسپس آنرا بنوشید.

ترفندهای تهیه قهوه ترک

قهوه ترک حتماً باید کف داشته باشد. برای این منظور بهتر است پودر قهوه عربی بخرید. یا دانه قهوه را خریداری کرده و از فروشنده بخواهید طوری آنرا آسیاب کند که کاملا پودر شود. هرگز بعد از ریختن قهوه ترک درفنجان آن را هم نزنید زیرا کف روی آن از بین میرود. آبی که قرار است قهوه را با آن درست کنید باید حتماً سرد باشد.

رسانه چه خبر

دستور قالیباف درباره کرونا با مهر "آنی"

خانه ملت- رئیس مجلس در نامه ای که مهر "آنی" روی آن درج شده از کمیسیون بهداشت و درمان خواست با تشکیل جلسه فوری، ظرف ۴۸ ساعت راهکارهای کارشناسی مدیریت موج جدید کرونا که باعث افزایش آمار فوت شدگان و فشار زیاد به کادر درمان، و ظرفیت‌های نظام سلامت شده است را به دولت و ستاد ملی کرونا اعلام و با جدیت بیشتر بر روند عملکرد نهادهای مسئول نظارت کند.

مشکل بانکی پرداخت وام ۱۰۰ میلیونی مسکن روستایی برطرف شد

وزارت راه و شهرسازی: مدیرکل بنیاد مسکن انقلاب اسلامی از برطرف شدن مشکلات ارائه تسهیلات ارزان‌قیمت مسکن روستایی خبر داد و گفت: تسهیلات ۱۲۵ هزار واحد مسکونی به بانک‌های عامل ابلاغ شده است. حمیدرضا سهرابی با اشاره به اینکه تسهیلات مسکن روستایی از ۵۰ میلیون تومان به ۱۰۰ میلیون تومان افزایش یافته است، این اقدام را گامی برای تشویق روستاییان به اجرای طرح بهسازی و نوسازی واحدهای مسکونی روستایی برشمرد.

تا یک ماه آینده تعداد مبتلایان به کرونا صعودی خواهد بود

صداوسیما: معاون کل وزارت بهداشت گفت: «متأسفانه تا یک ماه آینده تعداد موارد ابتلای به کرونا در کشور افزایش خواهد یافت و تا یک ماه و نیم دیگر، موارد مرگ و میر صعودی خواهد بود.

داروی رمدسویر بی رویه مصرف می‌شود

مهر: رئیس سازمان غذا و دارو با بیان این مهم که مصرف ۶۰۰ هزارعددی رمدسویر در خرداد ۱۴۰۰، به ۲ امپلیون و ۵۰هزار عدد رسیده است، اظهارکرد: چهار برابر کل خرداد، داروی رمدسویر برای مردادماه تأمین کردهایم. محمدرضا شافعی گفت: اخیراً دید عده نشان می‌دهد که تجویز دارو طبق دستورالعمل صورت نمی‌گیرد. وی افزود: احتمالاً تا آخر مرداد، مصرف رمدسویر تا ۸ برابر افزایش یابد.

تأکید تندگویان بر اجرای پویش «جوانان مدافع سلامت عزاداران» در محرم

ایرنا: معاون امور جوانان وزارت ورزش و جوانان از مدیران کل ورزش و جوانان استان‌ها خواست، با استفاده از ظرفیت خانه جوانان و سمن‌های جوانان استان‌ها، پویش جوانان مدافع سلامت عزاداران را همچون سال گذشته در محرم سال ۱۴۰۰ هم اجرا کنند.

دریچه

به سلامتی سالمندان

سالمندی و بازنشستگی دوره‌ای است که شاید بسیاری از ما آن را تجربه کنیم: دوره‌ای که بر ابعاد مختلف جسمی، روانی، اجتماعی، اقتصادی و معنوی‌مان تأثیر خواهد گذاشت.

به همین خاطر موضوع چگونگی گذران عمر و کیفیت زندگی در این دوره از اهمیت قابل ملاحظه‌ای برخوردار است. به دلیل ارتباط نزدیک و گره خورده مسائل جامعه با یکدیگر اگر سالمندان و بازنشستگان به عنوان بخشی از جامعه دچار مشکلات حادی شوند، این مشکلات به خانواده‌ها و سپس به جامعه منتقل شده و آثار نامطلوبی را به‌دنبال خواهد داشت. بنابراین پرسش این است که باید از چه راهبردهایی برای سازش با بازنشستگی و بهبود کیفیت زندگی در این دوره استفاده کرد؟ دکتر نسیبه زنجری، استادیار پژوهشی سلامت و رفاه اجتماعی مرکز تحقیقات سالمندی دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی در گفت‌وگو با ما می‌گوید: در حال حاضر سن امید به زندگی تا ۸۰ و ۹۰ سالگی افزایش یافته و به همین دلیل موضوع کیفیت زندگی سالمندان و بازنشستگان اهمیت بسیار بیشتری نسبت به گذشته پیدا کرده و باید برای رفاه، سلامت و امنیت مالی این گروه بهتر از گذشته برنامه‌ریزی شود. وی با اشاره به تغییرات جمعیتی و حرکت جمعیت کشور به سمت سالخوردگی می‌افزاید: این موضوع با توجه به کاهش رشد اقتصادی، مسائل بازارهای مالی و پزشکی صندوق‌های بازنشستگی چالش‌هایی برای سالمندان و بازنشستگان به‌دنبال دارد و به نظام‌های بهداشتی و درمانی کشور فشار وارد می‌کند و روی کیفیت زندگی بازنشستگان و سالمندان تأثیر می‌گذارد. این عضو هیئت علمی دانشگاه ادامه می‌دهد: ۸۰ تا ۹۰ درصد افراد ۶۰ سال به بالای بیشتر کشورهای منطقه ما زیر پوشش حقوق‌های بازنشستگی قرار می‌گیرند؛ یعنی حتی اگر شاغل هم نبوده باشند، بازوقتی به سن سالمندی می‌رسند حقوق بازنشستگی دریافت می‌کنند؛ اما در ایران تنها نیمی از سالمندان زیر پوشش صندوق‌های بازنشستگی هستند و حقوق بازنشستگی دریافت می‌کنند که این سطح از پوشش سالمندان خیلی کم است. ضمن اینکه بازنشستگان ما در قبال دریافت حقوق بازنشستگی کار کرده‌اند اما بسیاری از آن‌ها حقوقی که دریافت می‌کنند با توجه به تورم و مشکلات اقتصادی کفاف زندگی‌شان را نمی‌دهد. دغدغه سلامت در سالمندی این عضو هیئت علمی مرکز تحقیقات سالمندی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی در ادامه به موضوع اهمیت سلامت در دوره سالمندی و بازنشستگی اشاره می‌کند و می‌گوید یکی از دغدغه‌های سالمندی، سلامت است؛ چون افراد وقتی وارد این دوره می‌شوند ممکن است به لحاظ بینایی و شنوایی کمی دچار مشکل و یا همزمان به چند نوع بیماری مبتلا شوند و نیاز به مصرف دارو پیدا کنند. بنابراین این موضوع از سه منظر فردی، خانواده و کلان قابل بررسی است. مهم‌ترین مشکلی که از بُعد فردی وجود دارد این است که سالمندان و بازنشستگان ما تصور می‌کنند سالمندی حتماً با بیماری همراه است؛ اما این تصور اشتباه است.

یعنی سالمندی که مثلاً چربی و قند خونش بالاست یا فشار خون بالایی دارد لزوماً به این معنی نیست که بیماری‌هایی هم همراهش است چون این بیماری‌ها ممکن است ریشه در وراثت و یا اشتباه در سبک زندگی داشته باشد. بنابراین سالمندان باید این تفکر اشتباه را کنار بگذارند.

در واقع نقش خانواده و ارتباطات در سلامت بازنشستگان و سالمندان حتی از تغذیه هم مهم‌تر است به طوری که تحقیقات نشان می‌دهد ارتباطات مناسب می‌تواند عمر افراد سالمند را چندین سال افزایش دهد.