گوناگون

رهاشدگی کتب زبان آموزشگاه‌ها

رئیس سازمان مدارس و مراکز غیردولتی وزارت آموزش و پرورش از تولید الگوهای کاربردی برالسس مفاد سند در حوزه محتوا که هم محتوای آموزشی درمدارس و هم محتوای کتاب‌های زبان آموزشگاه‌ها را دربرمی گیرد خبر داد و گفت: درحوزه کتاب‌های زبان آموزشگاه‌ها یک رهاشدگی درسنوات گذشته وجود داشته است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، احمد محمودزاده در گردهمایی کشوری رؤسای ادارات مدارس و مراکز غیردولتی و توسعه مشارکت های مردمی و اعضای شورای هماهنگی موسسان مدارس غیر دولتی سراسر کشور که در ارنوگاه شهید باهنر تهران برگزار شد با اشاره به سندتحول بنیادین آموزش و پرورش و برنامه درسی ملی و رویکرد مرتمی سازی دولت سیزدهم گفت: با توجه به الزامات استقرار سندتحول بنیادین در آموزش و پرورش، در سازمان مدارس غیردولتی که نو میلیون و ۲۰۰ هزار دانش آموز در ۱۸ هزار مدرسه را دربرمی گیرد اقداماتی را در دست انجام داریم. وی افزود: همچنین یک میلیون و ۱۰۰ هزار داوطلب فراگیر در ۲۰ هزار مرکز علمی آزاد تحت فعالیت‌های مکمل و آموزش زبان هستند یک میلیون و ۱۳۰ دانش آموز در ۳۳۸۳ مدرسه هیئت امنایی و ۳۳۰ هزار دانش آموز در ۱۵۷۰ مدرسه مناطق آزاد تجاری داریم.

رئیس سازمان مدارس و مراکز غیردولتی وزارت آموزش و پرورش با بیان اینکه تلاش می‌کنیم در قالب سه برنامه راهبردی امور مربوط آموزش و پرورش دانش‌آموزان را پیش ببریم گفت: نخست بازنگری قانون شورا‌های آموزش و پرورش است، دوم بازنگری در قانون تاسیس مدارس و مراکز غیردولتی و سوم طراحی نظام جامع مشارکت به شیوه مدیریت هیئت امنایی در مدارس و با نگاه به سیاست گذاریهای مدیریتی است.

محمودزاده از طراحی الگوی ایجاد مدارس مرتمی از طریق واگذاری مدارس دولتی و غیردولتی به گروههای مرتمی و جهادی، خیرین و وقفین و طراحی مدل جدیدمدارس هیئت امنایی بانقش آفرینی معلمان و اولیاء و نمایندگان محلی نیز به عنوان دیگر برنامه‌های مدنظر یاد کرد و گفت: تولید الگوهای کاربردی برالسس مفاد سند در حوزه محتوا که هم محتوای آموزشی درمدارس و هم محتوای کتاب‌های زبان آموزشگاه‌ها را دربرمی گیرد نیز در دستور کار است. وی اضافه کرد: درحوزه کتاب‌های زبان آموزشگاه‌ها یک رهاشدگی درسنوات گذشته وجود داشته است. رئیس سازمان مدارس و مراکز غیردولتی وزارت آموزش و پرورش با بیان اینکه تعریف استانداردهای فضاهای آموزشی و اثرگذاری آن در شهریه مدارس نیز در حال انجام است گفت: در قالب این نوع برنامه سعی در ارتقای کیفیت حوزه مدارس غیردولتی داریم.

محمودزاده به تعیین شاخص‌های کمی و کیفی اجرای سندتحول بنیادین در مدارس غیردولتی نیز اشاره و اظهار کرد: همه اینها در چارچوب یک سند راهبردی در اختیار استان‌ها قرار گرفته و اقدامات لازم در حال پیگیری است.

چرا مجوز استخدام پرستاران خانه‌نشین شده کرونا صادر نمی‌شود؟

رئیس شورای عالی نظام پرستاری گفت: مسئولینی که باید پاسخگوی استخدام پرستاران باشند مشخص کنند که میزان استاندارد مورد قبول آنها چه قدر است و بر چه اساسی مجوز استخدام پرستاران را صادر نمی‌کنند؟

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی سازمان نظام پرستاری، شمس‌الدین شمسی با اشاره به اینکه بسیاری از نیروهای پرستاری طرحی فعال در دوران کرونا خداحافظی شده‌اند، اظهار کرد: نیروهای طرحی که در دوران کرونا ایثار کردند و در وضعیت بحرانی کشور حاضر شدند که در بیمارستان‌های آلوده به کرونا حضور یابند، باید به کار بازگردانده شوند. اگر مسئولان به قول خود درباره استخدام پرستاران عمل نکنند؛ کشور در بحران‌ها و بزنگاه‌ها دچار مشکل خواهد شد.

وی افزود: تعداد زیادی از پرستاران طرحی در ایام کرونا به این بیماری و عوارض ناشی از آن دچار شدند و برخی پرستاران نیز به شهادت رسیدند که نشان‌دهنده ایثار و فداکاری پرستاران است و اهمیت استخدام آنها و لزوم عمل مسئولین به وعده‌هایشان را روشن می‌سازد.

شمس ادامه داد: پرستاری که حاضر شدند از جان و سلامتی خود بگذرند و در بحران کرونا به داد کشور و بیماران برسند، باید مورد توجه قرار گیرند و استخدام شوند اما هنوز مشخص نیست که وضعیت استخدامی آنها چگونه خواهد شد.

رئیس شورای عالی نظام پرستاری در پاسخ به سؤالی مبنی بر اینکه «کشور با چه میزان کمبود در تعداد نیروهای پرستاری مواجه است؟» بیان کرد: اگر حتی حداقل استاندارد نیروی انسانی را به میزان حداقل نو پرستار به ازای هر تخت بیمارستانی نیز در نظر بگیریم؛ در این صورت، بیش از ۱۰۰ هزار پرستار در کشور کم داریم. تعداد نیروهای پرستاری در بیمارستان‌ها بسیار کم است و این درحالی است که بیماران بستری شده نیازبه مراقبت دارند و نبود پرستاران باعث کاهش کیفیت ارائه خدمات به بیماران شده و آسیب به سلامت آنان می‌رسد.

شمسی ضمن گلایه از مسئولین سازمان امور اداری و استخدامی باب عدم صدور مجوز جذب پرستاران عنوان کرد: این سؤال مطرح است که آیا مسئولین سازمان امور اداری و استخدامی مخالف سلامت مردم هستند که مجوز استخدام برای پرستاران صادر نمی‌کنند؟ باید کنترل شود که بیشتر مجوزهای استخدامی صادر شده برای وزارت بهداشت، صرف به کارگیری نیروهای پرستاری شود.

وی با بیان این که حداقل نیاز بیمارستان‌های ما به نیروهای گروه پرستاری ۱۰۰ هزارنفر است تا نیاز حداقلی بیمارستان‌ها جبران شود؛ بیان کرد: مسئولینی که باید پاسخگوی استخدام پرستاران باشند مشخص کنند که میزان استاندارد مورد قبول آنها چه قدر است و الان در چه وضعیتی از بابت نیروی انسانی پرستاری قرار داریم؟ و بر چه اساسی مجوز استخدام پرستاران را صادر نمی‌کنند؟

زنان و خانواده

هیچ منع قانونی برای مدیریت زنان در مباحث کلان مدیریتی وجود ندارد

معاون امور زنان و خانواده ریاست جمهوری به حضور بانوان در جایگاه‌های بالاتر مدیریتی در سطح کشور اشاره کرد و گفت: دولت سیزدهم در تلاش است در همه شوراها بانوان با هدف بهره‌مندی از نظرات و راهکارهای آنان منصوب کند و هیچ منع قانونی برای مدیریت زنان در مباحث کلان مدیریتی وجود ندارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از معاونت امور زنان و خانواده ریاست جمهوری، آسیه خزعلی به مناسبت مقام بزرگداشت زن به تبیین جایگاه زن در عرصه‌های مختلف پرداخت و افزود: با اشاره به نقش بی‌بدیل زنان در عرصه‌های مختلف جامعه پس از انقلاب اسلامی، گفت: بانوان پس از انقلاب اسلامی با حضور پررنگ در علم‌آموزی، انتقال، تصمیم‌گیری‌ها در مسیر پیشرفت کشور به مسئولیت خود در مشارکت اجتماعی پرداختند. خزعلی یادآور شد: دیدار بانوان با رهبر معظم انقلاب فرصتی بود تا برخی از مشکلات و چالش‌های موجود در عرصه زنان برای ایشان بازگوشد و ایشان با رهنمودهای عالمانه خود راهکارهایی را ارائه دهند. وی با تاکید بر اینکه رهبر معظم انقلاب بارها در بیانات خود خواستار چارهاندیشی برای نفی ظلم علیه زنان در خانواده‌ها و چه در جامعه شده بودند، تصریح کرد: ایشان معتقدند که برای حمایت از زنان باید چارهاندیشی کرد و بازگذاشتن عرصه برای فعالیت بانوان در عرصه‌های مختلف بسیار مهم است. خزعلی اظهار کرد: رهبر معظم انقلاب جایگاه زن در خانواده را بی‌بدیل می‌دانند و معتقدند زنان ضمن اینکه باید فعالیت‌های مختلف علمی، سیاسی و اجتماعی داشته باشند باید توجه به مسئولیت خطیر رسیدگی به امور خانه و خانواده نیز داشته باشند. وی ادامه داد: رهبر معظم انقلاب حجاب را یک واجب شرعی دانستند و فرمودند که زنان و دخترانی که حجاب کامل ندارند نباید به آنها اتهام زد و آنها را بی‌دین یا در تقابل با دین دانست بلکه باید به آنها به این دید نگریست که در این مساله ضعف دارند و نباید اجازه داد تا سرمایه‌داری غرب از این موضوع به نفع خود و مطامع خود بهره ببرند.

لایحه حفظ کرامت زنان هنوز به تصویب نهایی نرسیده است معاون امور زنان و خانواده، با اشاره به لایحه حفظ کرامت زنان در برابر خشونت که به حمایت از زنان می‌پردازد، اظهار کرد: یکی از قوانین و لوایح برای حمایت از زنان، لایحه حمایت از کرامت بانوان است. این لایحه از ۱۰ سال پیش در کش وقوس است و هنوز به تصویب نهایی نرسیده است که امیدواریم روند تصویب آن هر چه سریع‌تر انجام شود. خزعلی با استناد به آمار رسمی از پیشرفت زنان در عرصه‌های مختلف، گفت: رشد و پیشرفت زنان در عرصه‌های مختلف جامعه پس از انقلاب اسلامی بسیار چشمگیر است؛ به طوری که وضعیت سواد قبل از انقلاب ۳۵ درصد بوده که این رقم اکنون به بیش از ۹۵ درصد رسیده است. وی ادامه داد: جذب اعضای هیات علمی از ۲ درصد به ۳۰ تا ۳۵ درصد رسیده همچنین سازمان‌های مردم نهاد نیز رشد چشمگیری داشتند و اکنون در کشور ۲۷۰۰ سازمان مردم نهاد وجود دارد. همین طور نویسندگان زن که به بیش از چهار هزار نفر رسیده‌اند، همانطور که رهبر انقلاب نیز بارها به قلم زیبا و هنرمندانه آنان اشاره کرده است. خزعلی تصریح کرد: رشد آموزش و وضعیت بهداشت یکی دیگر از عرصه‌هایی است که نشان از تکامل و پیشرفت در حوزه زنان دارد؛ به طوری که امید به زندگی از ۵۴ سال به ۷۸ سال رسیده است. معاون امور زنان و خانواده ریاست جمهوری گفت: مبارزه با بی‌سوادی و موضوع تساوی جنسیتی نیز که ایران رتبه اول را دارد، اختراعات، ابداعات و کشف ۲ نوع واکسن به دست زنان نشان‌دهنده رشد و پیشرفت زنان در حوزه‌های مختلف است. وی با بیان اینکه برخی رسانه‌های معاند همواره درصدد تولید اخبار منفی علیه ایران و به خصوص نشان دادن وضعیت بد زنان در کشور هستند، گفت: متاسفانه این همچمه‌های رسانه‌ای باعث می‌شود تا کشورهای دیگر بدون استناد به مدارک لازم علیه جمهوری اسلامی موضع بگیرند و انتهایش را نیز وارد کنند امامی بینیم که برپایه آمارهای بانک جهانی، کارآفرینی زنان از ۱۲ درصد به ۲۴ درصد در سال ۹۸ رسیده است و رتبه سی‌ام کارآفرینی زنان را داراهستیم.

بایدبه نتیجه‌مطلوبی درباره تحکیم خانواده و افزایش جمعیت برسیم

معاون امور زنان و خانواده ریاست جمهوری آمو عضویت ایران در کمیسیون بین‌المللی مقام زن را غیرقانونی و خارج از رویه معمول دانست و افزود: ایران کمتر از ۲ ماه پیش به عضویت کمیسیون مقام زن با رأی گیری درآمد. این مطلب با ۴۳ رأی از ۵۴ رأی اعضا صورت گرفت. وی ادامه داد: اکنون با جماز‌ها و حرکتهای رسانه‌ای و ایجاد نوعی رویه غلط که در سازمان ملل معمول نبوده برخی کشورها نسبت به لغو عضویت ایران از این کمیسیون اقدام کردند در حالی که مشابه این موارد و این اعتراضات در کشورهای دیگر حتی خیلی بیشتر وجود داشته اما هیچ گاه چنین پیشنهادی داده نشده بود. خزعلی با تاکید بر اینکه ما در برابر جامعه ونسل آینده مسئول هستیم و به همین دلیل باید در زمینه فرزندآوری پیشگام باشیم، خاطرنشان کرد: تحکیم خانواده و افزایش جمعیت از مهمترین مسائل کنونی کشور به شمار می‌رود که باید با آسیب‌شناسی در این حوزه به نتیجه مطلوب برسیم. وی اضافه کرد: در همین راستا نقش زنان و اهمیت بانوان برای نهادینه کردن ضرورت تشکیل خانواده و پایداری خانواده بسیار تاثیرگذار و مهم است. امیدواریم دولت کنونی بتواند در مقابله با آسیب‌هایی که زن و خانواده را تهدید می‌کند و مشکلات مربوط به فرزندآوری و جمعیت عملکرد خوب و تأثیرگذاری داشته باشد که این مستلزم احیای فرهنگ ایثار، فرهنگ حیات‌بخشی، فرهنگ خانواده دوستی و علاقه به ادامه نسل است که می‌تواند از عواملی باشد که خانواده را به فرزندآوری تشویق کند.

راه‌اندازی ۲۰۰۰ پروژه بهداشتی در کشور تا پایان سال

مدیرکل دفتر توسعه منابع فیزیکی و پروژه‌های عمرانی وزارت بهداشت با اشاره به اهمیت ارائه خدمات سلامت باکیفیت با اولویت مناطق محروم و کم برخوردار، از راه‌اندازی ۲ هزار پروژه بهداشتی تا پایان سال خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وزارت بهداشت، امیر ساکی با اعلام این خبر، افزود: با نظارت‌های مستمری که بر مراحل پیشرفت این پروژه‌ها داریم، امیدواریم تمامی ۲ هزار پروژه مذکور طبق برنامه ریزی‌های انجام شده در موعد مقرر برای استفاده مردم آماده بهره برداری شوند.

وی، ارتقای زیرساخت‌های نظام شبکه و توزیع عادلانه خدمات سند سلامت به ویژه در مناطق مرزی، روستایی و حاشیه شهرها را از اهداف موردنظر این پروژه‌ها بیان و تصریح کرد: تکمیل، تجهیز و راه اندازی این پروژه با سرعت مناسبی در حال انجام است.

وی ابراز امیدواری کرد: هزینه بسیار بالای تکمیل و تجهیز این پروژه‌ها با تأمین نیروی انسانی به موقع از طریق صدور مجوز توسط سازمان های ذیربط بر زمین نماند.

مدیرکل دفتر توسعه منابع فیزیکی و پروژه‌های عمرانی وزارت بهداشت در پایان از اختصاص اعتبارات لازم برای تسریع در تکمیل و تجهیز این پروژه‌ها با هماهنگی معاونت بهداشت وزارت بهداشت خبر داد و افزود: اعتبارات لازم به صورت نقدی و اسناد خزانه به دانشگاه‌های علوم پزشکی تخصیص یافته است و مابقی آن نیز بر اساس روند پیشرفت پروژه و تفاهمات انجام‌شده پرداخت خواهد شد.

اشاره

تعطیلی مدارس و ادارات چاره کار نیست!

«هنوز می‌توان با مردم صحبت کرد و به آنها نشان داد که زیان وصل گاز خانگی و مازوت سوزاندن در نیروگاه به مراتب بیشتر از قطع گاز خانگی و تجاری خصوصا درباره برمصرف‌هاست. این وظیفه سیاستمداران است که با مردم سخن بگویند و آنها را متقاعد کنند. قطعا تعطیل کردن مدرسه یا ادارات یا زوج و فرد کردن راه حلی جدی برای مشکل نخواهد بود.»

به گزارش پیام آشنا، در یادداشتی در روزنامه دنیای اقتصاد به قلم دکتر علی سرزعیم آمده است: «ما ایرانیان دیگر سودای توسعه را از ذهنمان بیرون کردیم و سقف آرزوها را پایین آوردیم. اینک به حداقل‌ها راضی هستیم. اینکه بتوانیم نفس بکشیم، بتوانیم آب شرب داشته باشیم، سرپناه امن در برابر زلزله و حوادث داشته باشیم و ... اینها واقعا خواسته‌های بزرگی نیست اما جرا در تامین چنین اقلام رفاهی ابتدایی دچار صعوبت شده‌ایم؟ چند دیدگاه برای پاسخ به این پرسش موجود است و هوای بشدت آلوده را بهانه‌ای می‌کنیم تا این نو دیدگاه را با هم مقایسه کنیم.

توجیه اصلی برای آلودگی هوای تهران آن است که چون مصرف گاز توسط خانوارها شدید است و گاز برای تامین سوخت نیروگاه موجود نیست، بناچار مازوت با سولفور بالا سوزانده می‌شود. البته دیدگاه دیگری مطرح است که چون به دلیل تحریم، انبارهای انباشت مازوت پر شده است، کشور گزینه‌ای جز سوزاندن ندارد. حال فرض کنید حالت اول درست باشد و مشکل اصلی کمبود گاز است. یک دیدگاه معتقد است مشکل از زمانی شروع شد که روابط خارجی کشور خراب شد و کشور در سراشیب انزوا قرار گرفت. آمدن آقای احمدی‌نژاد و رفتارهای غیر متعارف او در عرصه بین‌الملل، زمینه را برای انزوا فراهم کرد و نتیجه آن شد که سرمایه‌گذاری خارجی در مخازن گاز مشترک انجام نشد و دیگر نمی‌توان عرضه گاز را افزایش داد. اما تقاضای گاز رو به افزایش است و پیامد طبیعی این وضعیت کمبود گاز و سوزاندن مازوت در زمستان است. نتیجه آنکه برای هوای پاک باید روابط خارجی را اصلاح کرد تا با افزایش عرضه گاز با افزایش سرمایه‌گذاری خارجی در میادین جدید و گازی مشترک، مشکل زمستان را رفع کرد. پس هوای پاک به برجام گره می‌خورد.

یک تحلیل جایگزین آن است که اگر چه افزایش استخراج گاز از میادین مشترک نیازمند بهبود روابط خارجی و سرمایه‌گذاری خارجی است اما گاز موجود برای تامین نیازهای داخلی کافی است. کشور حتمانیازمند سرمایه‌گذاری خارجی است تا بتوان صادرات گاز به کشورهای دیگر انجام داد و از این طریق درآمد ارزی و همچنین روابط تجاری مستحکمی ایجاد کرد. در این ایام که اروپا بمشدت به دنبال متنوع‌کردن سبد تامین‌کنندگان انرژی خود است، ضروری است تا ایران از این فرصت برای حضور در بازار انرژی اروپا استفاده کند. اما این به آن معنانیست که کشور برای تامین نیازهای فعلی خود دچار کمبود است. مشکلی که وجود دارد مصرف فزاینده و بی‌رویه گاز در بخش خانگی و تجاری است. تجربه نشان داده است تبلیغ و توصیه و همه کارهای بی‌حاصلی که با عنوان فرهنگ‌سازی انجام می‌شود، نمی‌تواند در این قضیه تغییر رفتار ایجاد کند. قیمت بسیار پایین گاز موجب شده است فرهنگ استفاده از لباس گرم در زمستان رخت بربندد و ایرانیان عادت کنند که در زمستان با لباس تابستان در خانه و محل کار حضور داشته باشند. پیامد این وضعیت رشد شدید مصرف خانگی و تجاری است که برای مقابله با آن گاز صنایع و گاز نیروگاه‌ها قطع می‌شود.

قطع گاز صنایع بزرگ مثل پتروشیمی‌ها و فولادی‌ها خسارت شدیدی برای اقتصاد به دنبال دارد و کشور را از منابع ارزی محروم و سهامداران آنها را متضرر می‌کند. قطع گاز نیروگاه‌ها نیز تنفس را برای عموم شهروندان دشوار کرده و بیشتر مردم ایران را به بیماری‌های تنفسی مبتلا خواهد کرد و قتل علمی تدریجی و بی‌صدا صورت خواهد داد. تنها راه حل این مساله با افزایش بسیار شدید قیمت گاز است با سهمیه‌بندی مصرف گاز و قطعی پیاپی آن در مناطق مختلف کشور (معادل روش کوپنی) برخی معتقدند این راه حل اقتصادی در عمل بخت اجرای کمی دارد زیرا نظام سیاستگذاری فاقد سرمایه اجتماعی لازم برای اصلاح قیمت گاز است و ممکن است اعتراضات سیاسی شدیدی را به وجود آورد.

به باور من هنوز می‌توان با مردم صحبت کرد و به آنها نشان داد که زیان وصل گاز خانگی و مازوت سوزاندن در نیروگاه به مراتب بیشتر از قطع گاز خانگی و تجاری خصوصا درباره برمصرف‌هاست. این وظیفه سیاستمداران است که با مردم سخن بگویند و آنها را متقاعد کنند. قطعا تعطیل کردن مدرسه یا ادارات یا زوج و فرد کردن راه حلی جدی برای مشکل نخواهد بود. بی‌تصمیمی در برابر چنین وضعیتی غیر قابل توجیه است و همه دربرابر پیامدهای وخیم آن برای کل جامعه مسئول هستند»

هشدار ویروس کرونا برای افراد دارای اضافه وزن

رئیس پژوهشگاه غددرون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه بیشترین اضافه وزن در آذربایجان غربی، شرقی و مازندران است، گفت: ابتلا به زیر سویه‌های جدید کرونا بر افراد چاق شدیدتر و احتمال مرگ و میر هم بیشتر است، از اینرو انجام فعالیت‌های بدنی حتی در خانه نیز مهم و ضروری است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، فریدون عزیزی افزود: طی ۲ سال و اندی که از شیوع همه گیری کرونا می گذرد، تحقیقات و تجربیات ثابت کرد افرادی که چاق هستند ابتلای بیشتری به ویروس کرونا پیدا می کنند و نوره بیماری در آنها شدیدتر و مرگ و میر هم بیشتر بوده است، برای پیشگیری از این تجربه تلخ با توجه به شیوع مجدد این بیماری لازم است، این افراد مراقبت های بیشتری داشته باشند و حتما فعالیت های بدنی را انجام دهند وی اظهار کرد: رسانه ها نیز باید در اطلاع رسانی و آموزش به افراد در مورد رعایت اصول بهداشت فردی و اجتماعی، پرهیز از مصرف غذاهای چرب و فرآوری شده و غیره کمک کنند و فعالیت های بدنی نباید متوقف شود.

آذربایجان و مازندران در صدر مبتلایان به چاقی

عزیزی با بیان اینکه همه گیری چاقی نیز در کشور آغاز شده است، ادامه داد: بر اساس آخرین بررسی های کشوری انجام شده، بیشترین اضافه وزن و چاقی در آذربایجان غربی و شرقی و مازندران وجود دارد و مردم این استانها گوشت و روغن بیشتر مصرف می کنند و کمترین اضافه وزن و چاقی مربوط به استان سیستان و بلوچستان و حاشیه خلیج فارس است.

رئیس انجمن پیشگیری و درمان چاقی ایران تصریح کرد: قبل از قرن بیستم چاقی میان مردم دنیا و ایرانیان بسیار نادر بود و بیشتر دچار کمبود دریافت انرژی، سوء تغذیه و کم خونی بودند، با گسترش زندگی صنعتی و شهرنشینی به تدریج اضافه وزن و چاقی رایج بافت و اکنون ۲ میلیارد نفر دچار این عارضه هستند.

افزایش ۷۵ درصدی چاقی و اضافه وزن در کشور

به گفته عزیزی، درنهه ۱۳۵۰ چاقی در کشور کمتر از ۲۰ درصد بوده اکنون به حدود ۷۵ درصد افزایش یافته، مسائل ژنتیکی همراه با پدیده های محیطی از جمله سبک زندگی، غذا خوردن، استرس در چاقی موثر است. وی با بیان اینکه چاقی کودکان موضوع بسیار مهمی است که نباید نادیده گرفته شود، افزود: امروزه کودکان به لحاظ استفاده از وسایل رایانه ای و اینکه مواد غذایی فراوان در اختیار آنها قرار می گیرد، چاق تر شده اند و، سازمان جهانی بهداشت نیز نسبت به آن هشدار داده است، افزایش فشار خون، دیابت، جربی بالا عوارض قلبی و عروقی در بزرگسالی رواج زیادی پیدا می کند.

رئیس پژوهشگاه غددرون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی خاطرنشان کرد: از دوران همه گیری کرونا تاکنون کودکان ۲ تا ۴ کیلوگرم چاق تر شده اند و والدین نقش اصلی در آموزش برای پیشگیری از این چاقی دارند.

عزیزی با اشاره به اینکه چاقی در کشور طی نیم قرن گذشته ۳ برابر شده است، گفت: طی ۲۵ سال گذشته اضافه وزن و چاقی در کودکان تهرانی پنج درصد بود، اکنون به ۲۰ درصد افزایش یافته و سلامت آنها در بزرگسالی به خطر می افتد تحقیقات نشان داده، چاقی ارتباط مستقیمی با عوارض قلبی داشته و آن را تشدید می کند.

وی توصیه کرد: لازم است از دوران کودکی آموزش داده شود که کمتر از خودرو استفاده شود همچنین فعالیت بدنی حتی در خانه افزایش یابد و از مصرف غذاهای فرآوری شده، پرکالری و تنقلات خودداری شود.

علی ولی‌زاده- دبیر علمی هشتمین کنگره پیشگیری از چاقی نیز در این نشست گفت: دوسوم جمعیت ما دچار اضافه وزن و چاقی هستند و یک سوم جمعیت مبتلا به چاقی هستند.

وی همچنین تاکید کرد که وضع مالیات بر کالاهای آسیب رسان به سلامت مانند نوشابه ها و تنقلات مضر مهم است.

وی با بیان اینکه چاقی یک چالش جهانی است و هیچ کشوری از این بیماری در امان نیست، افزود: چاقی درمیان کودکان، نوجوانان و جوانان بروز پیدا کرده است.

ولی زاده به هشتمین کنگره پیشگیری از چاقی اشاره کرد و گفت: در این کنگره هفت سخنران خارجی از کشورهای آمریکا، اروپا و کانادا حضور دارند و از ۲۸ تا ۳۰ دی‌ماه در سالن همایش‌های دانشگاه شهید بهشتی با حضور متخصصان تغذیه و پزشکان برگزار خواهد شد.

مینیمال
هایی برای زندگی

چه خوشبختند برخی آدم‌ها که بدون هیچ ترس و وحشتی زندگی می‌کنند. برای آنان که خواب، موهبتی است که شبانه به سراغشان می‌آید و هیچ‌چیز جز رویاهای شیرین برایشان به ارمغان نمی‌آورد.

برام استوکر

@Minimalha

@Minimalhaee.Barayee.Zendegi @Minimalhaa @MinimalFort.ir

تازه‌های سلامت

با جای جوش ها چه کنیم؟

شستشوی زیاد کمک‌کننده نیست و باید به اندازه و با آب ولرم پوست را شست. همچنین، ضد آفتاب و محصولات برای افرادی که پوست چرب و آکنه‌ای دارند، باید فاقد چربی باشند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام جم، امیرهوشنگ احسائی- متخصص پوست‌مو با بیان اینکه آکنه یا جوش، فرآیندی است که در دوران بلوغ در افرادی که زمینه آن را دارند، ممکن است ایجاد می‌شود، توضیح می‌دهد: همه افراد دچار آکنه نمی‌شوند. چربی و التهاب پوست و افزایش میکروب‌های سطح پوست باعث ایجاد جوش می‌شود.

او می‌افزاید: ممکن است فردی پوست خشک داشته باشد، ولی جوش هم بزند. به هر حال این جوش زدن ممکن است خودبه‌خود خوب شود اما در بعضی افراد تا سنین بالاتر ادامه پیدا می‌کند. از این رو قابل پیش‌بینی نیست، جوش تا چه زمانی طول می‌کشد تا رفع شود.

این متخصص پوست و مو با بیان اینکه جوش فقط برای سن بلوغ نیست و ممکن است خود به خود درمان نشود، ادامه می‌دهد: نکته مهم این است فردی که آکنه دارد، باید بیشتر مراقب باشد تا جای آکنه‌ها نماند. بنابراین درمان زودتر جوش‌ها احتمال این را که جای خیلی جوش‌ها نماند، کمتر می‌کند. جای جوش، به راحتی رفع نمی‌شود و درمان سختی دارد؛ پس قبل از هر چیز باید به جوش‌ها رسیدگی شود. البته در بعضی از پوست‌ها، جای جوش بدون دستکاری هم، بقی می‌ماند که این خاصیت پوست است.

احسائی درباره احتمال خارش و درد آکنه بیان کرد: ممکن است جوش‌ها آن قدر التهابی و چرکی باشند که درناک شوند و خارش داشته باشند. جوش‌های کیستی بیشتر درناک می‌شوند. این را نیز بگویم که آکنه جنسیت ندارد یعنی در مردان و زنان تفاوتی ندارد. شیوع آکنه در هر دو گروه، برابر است اما آکنه‌های شدید در آقایان بیشتر است.

او درباره تاثیر درمان‌های خانگی بر آکنه تصریح می‌کند: بعضی افراد درمان‌های خانگی برایشان تاثیرگذار بوده است ولی همیشه این طور نیست. مصرف میوه، سبزی و غذاهای دریایی جوش را کم می‌کند. لسترس، جوش را بیشتر می‌کند و شیر، جوش‌زاست. افرادی که آکنه دارند، بهتر است کمتر شیر مصرف کنند. همچنین از مواد و کرم‌های چرب و لوازم آرایش کمتر باید استفاده کرد، زیرا با مصرف آنها، منافذ پوست فردی که آکنه دارد، بسته می‌شود و جوش‌ها با لوازم آرایش بیشتر می‌شود. شستشوی زیاد کمک‌کننده نیست و باید به اندازه و با آب ولرم پوست را شست. همچنین، ضد آفتاب و محصولات برای افرادی که پوست چرب و آکنه‌ای دارند، باید فاقد چربی باشند.

احسائی در پاسخ به این پرسش که آیا جوش صورت مسری و واگیردار است، گفت: باکتری روی پوست همه افراد وجود دارد و منتقل نمی‌شود. جوش یا آکنه به هیچ وجه واگیردار و مسری نیست اما می‌تواند جوش زدن زشتیک باشد. به این معنا که زیاد چربی بودن پوست به زشتیک هم بستگی دارد. همچنین بیشترین ناحیه برای آکنه ناحیه صورت، سینه، گردن و پشت کمر و به ندرت روی دست‌هاست. البته جوش‌هایی که در ناحیه‌های دیگر مثل ران یا بدن ایجاد می‌شود، آکنه نیستند و شرایط و عامل میکروبی شان متفاوت است.

احسائی در پایان توضیح می‌دهد: ضرورتاً پوست چرب، جوش‌دار نیست اما ۹۰ درصد افرادی که جوش می‌زنند، پوست چربی دارند و ۱۰ درصد پوست‌شان خشک است. داروی ایزوتریتونوئین قوی‌ترین داروی آکنه و جوش است و باید با احتیاط و زیر نظر دکتر مصرف شود و منع مصرف در زنان باردار دارد.