info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۲۲۰
سه‌شنبه ۲۰/ دی/ ۱۴۰۱
۱۷ / جمادی الثانیه / ۱۴۴۴
10 / January / 2023

صاحب امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۳۸۳۸-۳۲۵۳۴۴۴۳-۰۲۶ فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸/۲۳
چاپ: کارگر

قرن دو

امروز با حافظ

تو و طوبی و ما و قامتِ یار
فکرِ هر کس به قدرِ همتِ اوست
گر من آلوده دامنم چه عجب
همه عالم گواهِ عصمتِ اوست

خوانده

ساز طرب عشق که داند
که چه ساز است؟
کز زخمه آن نه فلک اندر
تک و تاز است

عراقی

قرن کرج

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۵:۴۷	۰۷:۱۶	۱۲:۱۳	۱۷:۱۱	۱۷:۳۱

برگه

اغلب شکست‌های زندگی برای افرادی رخ داده که موقع تسلیم‌شدن نمی‌دانستند چقدر به موفقیت نزدیک شده‌اند.

توماس ادیسون

گزارش روز

اقدامات اصلاحی امیر کبیر در دوران صدارتش بر ایران

دکتر فریدون احمدی

شناخت تاریخ و پدیده‌های تاریخی، امکان سنجش و اندازه‌گیری روند دگرگونی‌های اجتماعی، مسیر و آهنگ آن‌ها را فراهم می‌سازد.

پرسش‌هایی که درباره دگرگونی‌های اجتماعی مطرح می‌شوند، در زمره عمیق‌ترین و اساسی‌ترین پرسش‌هایی‌اند که در دانش بشری طرح‌شدنی است؛ یعنی در پژوهش تاریخی سخن از چگونگی پیدایی جامعه، مسیر و چگونگی تطور آن و درنهایت سخن از آینده‌ای است که در برابر انسان است.

پاسخ به این پرسش‌ها شناخت ماهیت پدیده‌های تاریخی را ضروری می‌سازد. چنان که فیلیپس گفته، شناخت تاریخ در راستای حکمرانی امری ضروری است.

امیر کبیر با دقت، هوشمندی و با بهره‌گیری از تجارب سفر خود به روسیه و عثمانی و مطالعه کتابها و روزنامه‌های متعدد، عمق عقب‌ماندگی ایران را در ابعاد مختلف ادراک کرد و برنامه‌های اصلاحی را برای نجات کشور از عقب‌ماندگی آغاز کرد.

در خصوص انگیزه‌های امیر کبیر در انجام اصلاحات مهم‌ترین عواملی را که باید در اندیشه‌های سیاسی و امنیتی امیر منتظر قرار داد آگاهی عمیق امیر به وضعیت اسفبار جامعه آن روز ایران و همچنین فقدان امنیت و آسایش در کشور بود.

امیرکبیر با حسن فراست دریافته بود که تانظم و امنیت پایدار حاکم نباشد، انجام اصلاحات راه به جایی نخواهد برد، بنابراین بیشترین تلاش امیر کبیر در آغاز برنامه‌هایش، اولویت قرار دادن اصلاحات امنیتی انتظامی و ایجاد امنیت و نظام اجتماعی در کشور بود.

مهم‌ترین اقدام امیر در فرایند توسعه علمی و صنعتی ایران و همچنین توسعه و پیشرفت نیروهای امنیتی و نظامی تأسیس دارالفنون به‌عنوان اولین مدرسه و به تعبیر دقیق‌تر دانشگاه صنعتی در ایران بود.

امیرکبیر با حسن فراست دریافته بود که تانظم و امنیت پایدار حاکم نباشد، انجام اصلاحات راه به جایی نخواهد برد، بنابراین بیشترین تلاش امیر کبیر در آغاز برنامه هایش، اولویت قرار دادن اصلاحات امنیتی انتظامی و ایجاد امنیت و نظام اجتماعی در کشور بود.

تا امنی، هراس و پدیده کشمکش و نزاع‌های قومی و قبیله‌ای برای دستیابی به قدرت از مهمترین خصوصیات عصر قاجار بوده و بر اساس فقدان قوانین مدون امنیت قضایی و اجتماعی و اقتصادی هیچ گاه به طور کامل محقق نمی‌شد.

رواج رسومات منفی، اعمال نفوذ و رشوه‌خواری نیز بر نامنی‌ها می‌افزود. منازعات فرقه‌ای و کشمکش‌های گروهی از آفات ساختار اجتماعی ایران به شمار می‌رفت.

یکی از آسیب‌های اجتماعی دوره قاجار، وجود پیاله‌فروشی‌ها و رواج مشروب‌خواری در میان دانش‌مشتی‌ها و لاتهای تهران و سایر مناطق کشور بود که زمینه‌ساز درگیری عربده‌کشی و قتل و تعدی به مال و جان و ناموس دیگران می‌شد.

یکی دیگر از اقدامات امیرکبیر در این دوره، ابلاغ ممنوعیت آشکار شرب خمر و مسکرات بود که بدون بستن دکان های مشروب فروشی و مهر کردن آلات تقطیر خوردن آن را قدغن کرد.

یکی از مهمترین مسائل در دوره صدارت امیرکبیر در عرصه امنیت داخلی و اجتماعی ایران، فتنه مذهبی و فرقه‌ای سید علی محمد باب بود.

امیر اگر چه با قابلیت‌های دینی شیوه تسامح و مدارا را در پیش گرفت اما با ادراک عمق خطر یا پیگیری در ایران نسبت به آن شدت عمل به خرج داد، او فرق بلیه که فرقه‌ای ساخته روس‌ها و انگلیسی‌ها بود را با سایر اشراف و مفسده جویان یکی می‌دانست که باید قلع و قمع شوند.

لذا فتوای قتل باب را از علما گرفت و در روز ۲۷ یا ۲۸ شعبان در شهر تبریز مقابل ارک دولتی، سید علی محمد باب را پس از اعتراف به ادعای دروغش به دار آویخت و شورش هایی که در شهرهای مختلف کشور از طرف بابیها بروز کرد، سرکوب کرد و فتنه جویان را مجازات کرد.

امیر در جهت اجرای اصلاحات عدالت طلبانه خود در پی آن بود تا ظلم و ستم را ریشه‌کن سازد.

امیرنظم و قانون و تأمین عدالت در واقع آنچه را که نظم میرزا تقی‌خان معروف شد، بسیار وسیع می‌دید او از نظم میرزا تقی‌خان نوعی قانونمند کردن قدرت خودکامه و به ضابطه کشیدن هر نوع بی‌ضابطی را می‌فهمید و به جد در راه آن استاد

در مقابل انضباط اجتماعی امیر، هر قدرت مستقلی، حتی نفوذ و مقبولیت روحانیت نیز می‌توانست منشأ نوعی بی نظمی به شمار آید. در بدو امر با کمال تأمل و متانت با اصلاح برخی از محاضر شرع پرداخت و کسانی که حکم نالسخ و منسوخ با برخلاف حقیقت صادر می کردند به وسیله محاضر دیگر و فتوا مجتهدین معروف آن‌ها را رسوا و با این طریقه عده ای از نااهلان را که استحقاق مداخله در شئون قضایی نداشتند دور ساخت و قرار پرهیزگار را متصدی امور قضایی کرد.

این موارد تنها بخشی از اقدامات اصلاحی بی‌نظیر این بزرگمرد تاریخ ایران است که جای خالی او قرن‌ها در عرصه‌های مختلف به‌شدت حس می‌شود و حسرت دانستن نمونه‌ای از این مرد تا ابد برای ایران و ایرانی باقی مانده است.

نویسنده پژوهشگر
مدرس دانشگاه و فعال رسانه

قابل توجه

راهکارهای طب سنتی برای ارتقای سلامت سالمندان

یک پزشک متخصص طب ایرانی با اشاره به این که با افزایش سن، حرارت بدن افت پیدا کرد و منجر به کاهش توان و نیروی اعضا و دستگاه‌های مختلف بدن می‌شود، بر ضرورت عمل به توصیه‌های حفظ سلامتی در طب ایرانی تأکید کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی دفتر طب‌ایرانی و مکمل وزارت بهداشت، بلک دلش فرد با اشاره به این که بازه‌های زمانی ۳۰ سال اول را دوران رشد و نمو، ۳۰ تا ۴۰ سال دوران جوانی و ۴۰ تا ۶۰ سال را دوره میان‌سالی و بعد از ۶۰ سالگی را دوره کهنسالی درنظر می‌گیرند؛ بیان کرد: از دوران میانسالی، به بعد بعضی سن ۴۰ سال به بالا افت حرارت بدن اتفاق می‌افتد؛ یعنی حرارت پایه بدن کاهش پیدا می‌کند که در منابع طب‌ایرانی به آن حرارت غریزی گفته می‌شود؛ اگر بخواهیم ساده وقابل درک عنوان کنیم همان افت حرارت پایه بدن با متابولیسم بدن است که منجربه کاهش توان و نیروی اعضا و دستگاه‌های مختلف بدن می‌شود و از میانسالی آغاز و تا ۶۰ سالگی بروز آن فاحش‌تر و علائم‌شان بارزتر می‌شود.

او تاکید کرد: این سن شرایطی را برای فرد ایجاد می‌کند که ضرورت دارد سالمندان با توجه به این مسأله یکسری نکات وتدابیر را بیشتر رعایت کنند. یکسری موارد هم توصیه‌های عمومی است که همه افرادیستی به آن‌ها توجه داشته باشند اما در مورد سالمندان اهمیت آن بیشتر است؛ بخصوص نکاتی در مورد بیماری‌های دستگاه گوارش و تدابیری که مختص این بازه‌سنی است.

وی افزود: از دید گاه طب ایرانی و حکمای بزرگ همچون ابن‌سینا علم حفظ الصحه یا دانش نگاهداشت تندرستی مقدم بر هر کار دیگری است؛ حتی در حوزه درمان هم اول از همه به اصول پیشگیری و اصلاح سبک زندگی ومخصوصاً تغذیه می‌پردازیم وبعد از آن مراتب مختلف درمان طی می‌شود؛ یعنی حفظ سلامتی هم هدف است و هم وسیله درمان. این اصول که به "سه ضروریه" معروف است شامل وضعیت هوا، خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها، خواب وبیداری، ورزش و تحرک بدن، وضعیت روحی و روانی وبحث ورود و خروج مواد با احتیاس و استفراغ می‌شود که هر کدام مباحثی مختلف و اصول مشترکی برای حفظ سلامتی همه افراد دارد.

دانش‌فرد با بیان این که اولین و مهمترین بخش سبک زندگی، تحرک است، اظهار کرد: برای این که عملکرد همه اعضای بدن در حالت طبیعی خود باشد و سلامت اعضای بدن حفظ شود باید همه افراد به این اصل توجه داشته باشند؛ حتی سالمندان نیز از این قضیه مستثنی نیستند؛ اما انتظار وتوقعی که از این گروه سنی داریم همانند جوانان وحتی میانسالان نیست.

وی ادامه داد: نکته مهم با توجه به شرایط این گروه سنی این است که ورزش آن‌ها در فواصل زمانی مختلف روز انجام شود و حرکت بدنی معتدلی داشته باشند؛ یکی از راه‌زنین توصیه‌هایی که می‌توان به این گروه سنی کرد پیاده‌روی ملازم است بخصوص برای کسانی که محدودیت‌های حرکتی دارند؛ این گروه‌می‌توانند در فواصل زمانی ۵ الی ۱۰ دقیقه‌ای در طول روز ورزش کنند تا مشکلی برایشان ایجاد نشود و توصیه ما این است که افرادی که محدودیت حرکتی دارند به هر صورتی که برایشان مقدور است حتی در حالت نشسته یا دراز کشیده حرکات کششی را انجام دهند تا حرارت مختصری در بدن‌شان ایجاد شود؛ این خیلی به سلامت بدن‌شان کمک می‌کند.

این پزشک متخصص طب‌ایرانی، افزود: سالمندان اگر به دلیل مشکلاتی همچون ضعف قوای بدنی و دردهای مفصلی که به انتظامی سن به آن دچار می‌شوند، تحرکشان کم شود، بیشتر از سایر گروه‌های سنی به بیماری‌های گوارشی همچون سوءهاضمه و یبوست مبتلا می‌شوند؛ چرا که افت حرارتی که به صورت طبیعی و تدریجی با بالا رفتن سن اتفاق می‌افتد با کم شدن تحرک بدنی تشدید می‌شود؛ به دلیل اینکه از نظر مزاجی سالمندان مزاج سرد و خشکی دارند که با یکسری رطوبت‌های اضافه در دستگاه گوارش و قسمت‌های مختلف بدن همراه است و علت اصلی این مسأله هم نقصان حرارت در دستگاه گوارش است.

او تاکید کرد: قبل از این‌که بدنیم چه چیزهایی می‌توانیم بخوریم و چه چیزهایی نباید بخوریم بحث "چگونگی" اهمیت دارد؛ یعنی رفتار ما در اصلاح تغذیه و رژیم غذایی چگونه است؟ یکسری نکات کلیدی و درعین حال پیش پا افتاده وجود دارد که در بسیاری موقع رعایت نمی‌شود. در این خصوص به دو نکته مهم باید توجه کنیم، اول این که موقع غذا خوردن باید در کمال آرامش غذا را به خوبی وبه دور از عجله و استرس و هیجانات روحی و روانی، بجویم و حواس‌مان به غذا باشد نه این که در حین غذاخوردن مشغول کارهای دیگری باشیم؛ زیرا در رویه جذب غذا اگر مرتبی می‌گذارد و در سالمندان که مشکلات دندانی هم دارند تاثیرات منفی آن بیشتر است.

وی افزود: نکته دوم پرهیز از درهم خوردن است. یکی از مشکلات رایج سالمندهای رنگین است، اینکه همه را غذا نوشیدنی وسالادهای مختلف و دسرهای رنگارنگ مصرف می‌شود وباعث ایجاد نفس در هضم غذا می‌شود که خود زمینه‌ساز بیماری‌های دیگر است و به دلیل افت حرارت بدن سالمندان مشکلات بیشتری برایشان ایجاد می‌کند؛ بنابراین به طور کلی در سالمندان از نیم ساعت قبل تا یک ساعت بعد از غذا تا حد امکان از خوردن نوشیدنی‌ها، سالاد و دسر و... پرهیز شود.

این پزشک متخصص طب ایرانی ادامه داد: خود سالمندان هم در بسیاری موارد اذعان می‌کنند که ما با درهم خوری دچار مشکل می‌شویم؛ بنابراین این گروه باید بیشتر از سایرین رعایت کنند. علاوه بر این یک نکته هم وجود دارد که بیشتر مختص سالمندان است؛ اینکه به دلیل ضعف دستگاه گوارش باید وعده‌های غذایی تقسیم شود و حجم غذا در هر وعده کاهش پیدا کند و در عین حال کیفیت غذا بالا باشد. ما به بعضی مقاطع سنی گاهی توصیه می‌کنیم که مدتی نهار را حذف کنند یا سبک مصرف کنند اما به دلیل ضعف قوای جسمی سالمندان نمی‌توانیم این توصیه را به آن‌ها داشته باشیم اما وعده‌های غذایی که حجم سنگینی دارند مناسب آن‌هانیست.

وی در پایان تصریح کرد: به طور کلی خوردن فست فود برای همه افراد بخصوص سالمندان ممنوع است، اما در عوض بسیاری از انواع آبگوشت‌ها برایشان مفید است البته با ادویه کم وهمچنین بعضی از سوپ‌ها مثل سوپ برنج و جو که با گوشت جوجه و کبک و گوشت‌های سبک پخته باشد، مفید است. افراط در ادویه برای سالمندان مشکل آفرین است، برخی از مواد غذایی همچون سیر و پیاز و زنجبیل در طب‌ایرانی به داروئی نزدیک هستند ومصرفشان بخصوص به طور خام توصیه نمی‌شود و در سالمندان ایجاد مشکل می‌کند و توصیه می‌شود از اینگونه مواد غذایی به صورت معتدل در غذاها استفاده شود. در صورتی که مشکل نفخ دارند غیر از عمل به توصیه‌ها، استفاده از زیره سبز در غذا وبعد غذا توصیه می‌شود.

برش

از ترس کرونا مثل نُقل «آزیترومایسین» نخورید!

یک هفته‌ای می‌شود که وارد موج هشتم کرونا شدیم و درحالی استفاده از آزیترومایسین بدون تجویز پزشک و کاملا خودسرانه به عنوان دارویی برای جلوگیری از کرونا در بین برخی مردم رایج شده است که به گفته متخصصان مصرف نُقل گونه آنتی‌بیوتیک‌هایی نظیر آزیترومایسین نتیجه‌ای جز مقاوم شدن بدن در برابر آنتی بیوتیک‌های موثر برای زبین بردن عفونت‌ها، ندارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، شاید بتوان گفت تزریق سرم و مصرف آنتی بیوتیک دو رکن اصلی خود درمانی‌های ایرانی‌ها محسوب می‌شود. به طوری که بعضا اگر برای یک سرما خوردگی ساده به پزشک مراجعه کنیم و پس از تزریق سرم یا یک کیسه پر از آنتی بیوتیک از مطلب خارج نشویم گویی اصلا درمانی به ما ارائه نشده است.

گویا پس از پاندمی کووید۱۹ نیز به غلط آزیترومایسین به عنوان آنتی بیوتیکی برای درمان کرونا در بین مردم شناخته شده است.

احمد طرابلسی، عضو کمیته علمی مقابله با کرونا با بیان اینکه مردم باید به دنبال این باشند که استفاده نابه‌جا از دارو را کنار بگذارند، گفته است: استفاده از آزیترومایسین (نوعی آنتی‌بیوتیک) به عنوان داروی کرونا در بین برخی مردم رایج شده است؛ به شکلی که قبل از مراجعه به پزشک اقدام به مصرف این دارو می‌کنند؛ درحالیکه آزیترومایسین تنها در صورتی که برخی عوارض عفونی ایجاد شده باشد، تجویز می‌شود، متاسفانه مصرف بی‌رویه آنتی‌بیوتیک‌ها سبب شده مقاومت نسبت به آنتی‌بیوتیک‌های اصلی که درعفونت‌ها موثر است، ایجاد شود.

از سوی دیگر به گفته این پزشک، برخی به دلیل واهمه از بیماری به مراکز درمانی مراجعه می‌کنند و اصرار به دریافت داروی خط کرونای رمدسویر دارند و این در حالی است که این دارو باید در مرکز درمانی و زیر نظر کادر درمان تزریق شود. همچنین تزریق سرم و "سفازولین" نیز دیگر برای درمان کرونا جایگاهی ندارد و اصرار به انجام سی‌تی اسکن کاری اضافی محسوب می‌شود.

مکث

تابر گزاری کنکور درباره تغییر کنکور حرفی نزنید!

از امروز تا زمان برگزاری کنکور هیچ مسئول و صاحب تریبونی حرف از تغییر در روش کنکور نزنند؛ چه برای کنکور دی‌ماه و چه حتی کنکور ۱۴۰۲. تا همین جای کار هم اظهار نظرهای متعدد مسئولان، باعث سردرگمی دانش‌آموزان و خانواده‌های آنان شده است.

به گزارش پیام آشنا، در سرمقاله روزنامه رسالت آمده است: «چند روزی تا کنکور دی‌ماه باقی مانده و هنوز بعضی لبعاد آن به صورت قطعی برای هیچ‌یک از اضلاع دینغعال سازوکار کنکور اعم از دانش‌آموزان، خانواده‌ها، معلمان و مدارس مشخص نشده است. در این باره گفتنی‌هایی هست:

یک، مادر حالت کلی تغییر استقبال می‌کنیم و آن را مقدمه مسیر بهبودی سازوکار سنجش می‌دانیم. پیش از این هم درباره مواردی همچون حذف دروس عمومی و دونوبتی‌شدن کنکور نوشته و با این تصمیمات همراه بوده‌ایم. این یعنی ادامه متن پیش رو، صرفا نگرانی یا مقاومت در برابر یک تغییر نیست.

دو، در هر نظام و سازمانی، ورودی از برنامش مهم‌تر است. این ادعای بزرگی است. اما مهم‌تر بودن ورودی از برنامش یعنی چه؟ فرض کنید از همین امسال، تمام پذیرفته‌شدگان دانشگاه صنعتی شریف یا دانشگاه تهران را راهی یک دانشگاه متوسط با ضعیف کنیم و به عکس، قبولی‌های آن دانشگاه را پشت میز و صندلی‌های دانشگاه شریف و تهران بنشانیم. پس از چند سال نتیجه چه خواهد بود؟ آن دانشگاه ضعیف به اوج خواهد رسید و دانشگاه‌های مطرح یادشده ضعیف خواهد شد. این یعنی بیش از اساتید و کتب، این خود لشخاص و ورودی‌ها هستند که یک دانشگاه را درجه یک و دانشگاه دیگری را درجه دو یا سه می‌کنند. با دقت به این نکته حساسیت بحث کنکور بیشتر مشخص می‌شود؛ چرا که دستکاری کنکور دقیقا ورودی‌های نظام آموزشی کشور را دستکاری می‌کند.

سه، بسیاری از جوانان دل خوشی از برخی نظامات و سازوکارهای حاکم بر قواعد بازار کار یا خدمت سربازی و مسائلی از این دست ندارند و مثلا می‌دانند که احتمالا ورود به بازار کار در برخی سطوح نیازمند داشتن رابطه است. اما تا اینجای کار همه متفق‌القولند که کنکور هر چند ایده‌آل نبوده اما در مجموع با تبعیض جدی مواجه نیست و سطحی از اطمینان به نتایج آن وجود دارد.

چهار، در فرصت کوتاه باقیمانده تا کنکور دی‌ماه و حتی تیرماه ۱۴۰۲، شاید در نظر گرفتن تمهید جدی و جدید شدنی نباشد اما چند کار را می‌توان کرد: اول آن که مسئولان سازمان سنجش به صورت واضح و شفاف از جزئیات و شیوه برگزاری کنکور با داوطلبان سخن بگویند و حتی در زمان دریافت کارت ورود به جلسه، موظف به مطالعه اطلاعیه‌ای جامع به صورت الکترونیکی داشته باشند. تفکیک دروس، تعداد سؤالات، زمان، دفترچه‌ها و هر آنچه یک داوطلب باید بداند، بدانیم که مهم‌ترین سنجش علمی عمر یک جوان ما باید پیش‌بینی پذیر باشد و داوطلب باید بداند که مثلا پاسخگویی به سؤالات ریاضی را در چه ساعت و دقیقه‌ای شروع و پس از چند دقیقه باید تمام کند. احتمال دارد برخی مسئولان بگویند که همه این موارد اعلام شده و ابهامی وجود ندارد اما کافی است به صورت تصادفی از چند داوطلب سؤال کنند. هیچ داوطلبی نباید در جلسه کنکور، با قاعده جدیدی مواجه شود که روی کارش تأثیر می‌گذارد.

پنج نکته دیگر آن که از امروز تا زمان برگزاری کنکور هیچ مسئول و صاحب تریبونی حرف از تغییر در روش کنکور نزنند، چه برای کنکور دی‌ماه و چه حتی کنکور ۱۴۰۲. تا همین جای کار هم اظهار نظرهای متعدد مسئولان، باعث سردرگمی دانش‌آموزان و خانواده‌های آنان شده است. نگاهی گذرا به رسانه‌ها حاکی از اظهار نظرهای بعضا متناقض از سوی مسئولانی از شورای عالی انقلاب فرهنگی، مجلس شورای اسلامی و وزارت علوم بوده است. اخبار کنکور باید از مرکز واحدی هدایت شود و تنها شخص مسئول در این حوزه، رئیس سازمان سنجش باشد.

شش، و اما نکته پایانی بحث امنیت است. کنکور قبلی با همه اما و اگرهایش گذشت و ابهاماتی در مورد آن رخ داد که هنوز محل بحث است. تأسف‌آورتر آنکه اگر اخلالی هم در فرآیند سنجش دلشجو رخ دهد معمولا به سود جدد دلال و شبکه مافیایی خواهد بود؛ حال آنکه ضربه و تخریب آن متوجه نظام خواهد شد. برای ارتقای سطح امنیت کنکور پیشنهادهای مشخصی وجود دارد که پیش از این هم درباره آن نوشته ایم. مثلا متناسب با پیشرفت سریع تکنولوژی، در سال گذشته اشیایی ازبرخی داوطلبان کشف شد که بیشتر متناسب با فعالیت‌های جاسوسی است و کار این دستگاه‌ها، ارتباط فرد متقلب با بیرون از جلسه در هنگام برگزاری آزمون است. پیشنهاد قطع اینترنت، صرفا در چند ساعت برگزاری کنکور، قابل تأمل است و در برخی کشورها هم اجرا شده است. در نظر گرفتن سوابق آموزشی هم نیازمند ارتقای جدی سطح امنیت آزمون‌های نهایی است که در مطلبی جداگانه به آن خواهیم پرداخت».

رسانه چه خبر

روند صادرات عصاره‌های گیاهی تولید هلال احمر

پایگاه اطلاع رسانی جمعیت هلال احمر: مدیرعامل سازمان تدارکات پزشکی از ارسال قسمت دوم سفارش عصاره‌های گیاهی به کشور افغانستان خبر داد. علیرضا عسکری با اشاره به تداوم صادرات محصولات سهامیا گفت: قسمت دوم سفارش عصاره‌های میکروکلیکسوله مورد نیاز یکی از تولیدکنندگان داروهای گیاهی در کشور افغانستان تولید و به این کشور صادر شد. وی افزود: یکی از اقدامات شرکت کشت وصنعت فراوری گیاهان دارویی سهامیا در سال جاری تداوم تولید عصاره‌های گیاهی مورد نیاز با رعایت استانداردها و الزامات موجود است. این مقام مسئول در جمعیت هلال احمر ادامه داد: شرکت کشت وصنعت فراوری گیاهان دارویی سهامیا ایجاد تنوع در تولیدات را به عنوان یکی از استراتژی‌های اصلی خود قرار داده است و بر همین اساس از بنانه‌های مهم در سال جاری به منظور توسعه فعالیت های این شرکت و ارتقا صنعت داروهای گیاهی تداوم و گسترش همکاری مشترک با شرکت‌های دانش بنیان و مراکز علمی پژوهشی جهت تولید محصولات جدید وبهینه سازی روش‌های استخراج مواد موثر گیاهی صورت گرفت.

شرط ممنوعیت ورود بدون ماسک به مترو و اتوبوس

مهر: معاون فنی مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت، در ارتباط با پروتکل های بهداشتی در کشور همزمان با ورود به موج جدید کرونا، توضیحاتی ارائه داد. محسن فرهادی گفت: میزان رعایت پروتکل‌های بهداشتی در همه جای دنیا کاهش پیدا کرده و این موضوع شامل کشور ما هم می‌شود. البته شرایط مه در رعایت پروتکل‌ها خیلی بهتر از کشورهای دیگر است. وی با عنوان این مطلب که میزان رعایت پروتکل‌ها در کشور حدود ۳۲ درصد است، افزود: در فصل زمستان، باید پروتکل‌های بهداشتی را جدی گرفت؛ زیرا اگر کرونا رافاکتور بگیریم، بیماری‌های واگیر مثل سرماخوردگی و آنفلوآنزا نیز، مستلزم رعایت پروتکل‌ها است. فرهادی در ادامه به استفاده از ماسک در فضاهای سربسته اشاره کرد و گفت: فضاهای سربسته خصوصاً پُر تجمع مثل مدارس، دانشگاه‌ها، مراکز تجاری و رستوران‌ها، از جمله مکان‌هایی است که باید حتما از ماسک استفاده کنیم. معاون فنی مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت تاکید کرد: یکی دیگر از مکان‌هایی که می‌بایست از ماسک استفاده کنیم، ناوگان حمل و نقل درون شهری و برون شهری است. وی افزود: گام بعدی در مقابله با موج جدید کرونا، نشست دست‌ها است و نکته مهم‌تر، وقتی علائم داشتیم، ارتباط خودمان را با دیگران قطع کنیم؛ حتی اگر احساس می‌کنیم دچار سرماخوردگی شده ایم یا آنفلوآنزا گرفته ایم. زیرا شرایط بیماری در کرادر یکسان نیست و همین بیماری ساده اما واگیردار می‌تواند برای دیگری خطرناک باشد. فرهادی به استفاده از تهویه مطبوع در فضاهای سربسته اشاره کرد و گفت: متأسفانه، تهویه یکی از توصیه‌های اکید ما است که کمتر به آن توجه می‌شود. فرهادی با اشاره به تشدید نظارت‌های بهداشتی توسط تیم‌های بازرسی، گفت: ما کماکان بر اعمال نظارت‌ها از طریق سامانه "ایران من" و کنترل هوشمند پروتکل‌ها، اصرار داریم. فرهادی با اشاره به گسترگی فعالیت سامانه ایران من، گفت: این سامانه در حال حاضر، سیستم ناوگان حمل و نقل درون شهری و برون شهری، مدارس و دانشگاه‌ها را تحت پوشش دارد البته این پوشش، صد درصد نیست. وی در عین حال به نظارت‌های فیزیکی تیم‌های بازرسی بهداشت محیط اشاره کرد و افزود: این تیم‌ها به طور کامل فعال هستند و گزارش‌های هفتگی نیز ارائه می‌شود. فرهادی در پاسخ به این سوال که آیا قرار است همچون موج‌های قبلی از ورود مسافران بدون ماسک به مترو و اتوبوس‌ها جلوگیری شود یا خیر، گفت: پاسخ این سوال را یک جدید مشخص خواهد کرد. وی افزود: اولویت ما، کنترل هوشمند پروتکل‌ها است و نمی‌خواهیم محدودیت‌های دوران ابتدایی کرونا اعمال گردد.

آواز خواندن به روند بهبودی بعد از سکته مغزی کمک می کند

مدیسن نت: بر اساس تحقیقات جدید، آواز خواندن ممکن است به بیماران سکته مغزی کمک کند تا مهارت های ارتباطی را دوباره به دست آورند. حدود ۴۰ درصد از بازماندگان سکته مغزی دچار آفازی، یعنی مشکل در ارائه یا درک زبان گفتاری یا نوشتاری هستند. این اختلال در حدود نیمی از این بیماران یک سال پس از سکته مغزی ادامه دارد و به طور بالقوه بر کیفیت زندگی تأثیر می گذارد و منجربه انزوای اجتماعی می شود. محققان فنلاندی یک برنامه توانبخشی گروهی مبتنی بر آوازخوانی را مطالعه کردند. «آنی پیتکایمی» یکی از نویسندگان این مطالعه از دانشگاه فلسینکی فنلاند، گفت: «مطالعه ما از طیف گسترده‌ای از عناصر آوازخوانی، مانند آواز کر، آهنگ ملودیک درمانی و آموزش آواز به کمک تبلت استفاده کرد.» آهنگ ملودیک درمانی شامل استفاده از ملودی و ریتم برای پیشرفت تدریجی از آواز خواندن به سمت گفتار است. این روش تا حدودی در توانبخشی آفازی استفاده شده است. اگرچه تحقیقات قبلی مشخص کرده بود که حفظ توانایی آواز خواندن حتی در آفازی شدید امکان پذیر است، اما استفاده از آواز- به ویژه آواز گروه کر- به طور گسترده در توانبخشی آفازی مورد مطالعه قرار نگرفته بود. جلسات توانبخشی توسط یک موسیقی درمانگر آموزش دیده و یک رهبر گروه کر آموزش دیده رهبری می شد. در حالی که آواز درمانی به طور معمول به صورت فردی انجام می شود، این تحقیق پیشنهاد کردند که آموزش گروهی مبتنی بر آواز باید به عنوان بخشی از توانبخشی آفازی استفاده شود. محققان همچنین دریافتند که بار مسئولیت در میان مراقبان خانواده شرکت کننده در مطالعه به طور قابل توجهی کاهش یافت.