info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۳۹۴
دوشنبه / ۲۴ مهر / ۱۴۰۲
۳۰ ربیع الاول / ۱۴۴۵
16 / October / 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 در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی ۵۸/۲۳
چاپ: کارگر

فال روز

امروز با حافظ

از هر طرف که رفتم جز وحشتم نیَفزود
زنهار از این بیابان وین راهِ بی‌نهایت
ای آفتابِ خوبان می‌جوشد اندرونم
یک ساعتم بگنجان در سایه عنایت

خواجه

چرعه پیر خرابات بر آن رند حرام
که به پیش دگری دست تمنا ببرد

وحشی بافقی

اذان و نماز

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۴:۵۰	۰۶:۱۳	۱۱:۵۱	۱۷:۲۸	۱۷:۴۶

بزرگ

در پایان، تعداد سال‌های زندگی‌تان اهمیتی ندارد. آنچه مهم است، زندگی جاری در خلال این تعداد سال‌هاست...

آبراهام لینکلن

قابل توجه

بساط آگهی های فیک از بازار مسکن و اجاره جمع می‌شود

وزارت راه و شهرسازی در تلاش است با مالیات خانه‌های خالی، سامانه‌دهی، نگاه‌ها را کنترل بلنتفرم‌ها و ارتقای سامانه املاک و مسکن، قیمت مسکن را کنترل کند. در این میان مقرر شده فقط آگهی املاکی در بلنتفرم‌ها منتشر شود که قبلا در سامانه ملی املاک و اسکان ثبت شده باشند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از همشهری، وزیر راه و شهرسازی می‌گوید: دولت برای کاهش قیمت مسکن با ابزارهای تنظیمی مختلف، در تلاش است تا قیمت مسکن را کنترل کند و در ۶ ماه اخیر تلاش‌های زیادی در این باره انجام شده که اثرات خوبی داشته است. اشاره بفرمایش به ۴ ابزار تنظیمی است که اجرای آنها به فصل جابجایی مستأجران در تابستان امسال قد نداد؛ اما اجرای درست آنها در آینده می‌تواند سنگ‌بنایی برای افاده‌مند کردن بازار مسکن و اجاره کشور باشد.

گرچه فصل نقل‌وانتقال مستأجران بدون اجرای کامل بسته‌های دولت و مجلس به اتمام رسید؛ اما به مدد رکود سنگین بازار املاک، این روزها بازار مسکن، با آرامش قیمتی مواجه است و انتظار می‌رود با تداوم ثبات در اقتصاد کلان و بازار ارز، روند تعدیل قیمت‌ها و کاهش حباب بازار مسکن ادامه پیدا کند.

در این میان، اساس بازار مسکن و اجاره ایران با آشفتگی‌هایی روبروست که در سال‌های اخیر بارها برای رفع آن از سوی دولت و مجلس، لایحه و طرح ارائه شده؛ اما بسته‌ها با هنوز تبدیل به قانون نشده‌اند یا بعد از تصویب نهایی، زیرساخت یا سازوکار اجرای متناسب با آن مهیا نشده است.

ساماندهی مسکن منتظر ابلاغ قانون

مهم‌ترین بسته تنظیم‌گر برای بازارهای مسکن و اجاره، طرحی بود که بیش از یک سال در دستور کار مجلس قرار داشت و بعد از تصویب در صحن علنی مجلس، از سوی شورای نگهبان قانون اساسی برگشت داده شد تا دوباره وارد فرایند بازنگری و چکش‌کاری شود. این بسته قرار بود قواعد سنتی و یک‌جانبه بازارهای مسکن و اجاره را روزآمد و تعدیل کند؛ اما فعلا خبری از مراحل تبدیل آن به قانون نیست.

وزیر راه و شهرسازی نیز این بسته را یکی از چهار ابزار تنظیم‌گری این وزارتخانه در کنترل بازار مسکن عنوان کرده و به ایلنا می‌گوید: یکی از اقدامات دولت برای کنترل بازار مسکن، قانون ساماندهی بازار اجاره و مسکن است که بر اساس آن، هر ساله سقف قیمت‌ها و اجاره توسط شورای مسکن استان‌ها تعیین می‌شود و در این شرایط مراجع قضایی و شبه قضایی می‌توانند حکم لازم را صادر کنند.

مهرداد بذرپاش، می‌افزاید: قانون ساماندهی بازار اجاره و مسکن، قانونی خوبی است که در حال حاضر در مسیر شورای نگهبان و مجمع تشخیص مصلحت در حال بررسی است و منتظر هستیم مجلس این قانون را ابلاغ کند.

تعیین سالانه سقف قیمت اجاره توسط شورای مسکن استان‌ها را از نقاط قوت این قانون دانسته و می‌گوید: با این قانون، سقف قیمت اجاره قانون‌مند می‌شود و مراجع قضایی و شبه قضایی، می‌توانند حکم لازم را طبق این قانون صادر کنند؛ای کاش این قانون تابستان دستمان را می‌گرفت تا با توقیم کنترل بیشتری در بازار اجاره داشته باشیم.

تنظیم بازار از ۴ جهت

وزیر راه و شهرسازی، در تشریح سیاست‌ها و اقدامات دولت برای کنترل بازار مسکن و کاهش قیمت‌ها در سال جاری، چهار ابزار تنظیم‌گر را معرفی کرده که البته همگی در سال‌ها و ماه‌های پیش درباره آنها بحث شده؛ اما برخی در ابتدای راه هستند.

بر اساس اظهارات بذرپاش، مالیات بر خانه‌های خالی، سامانه‌دهی مشاوران املاک، کنترل بلنتفرم‌های مسکنی و ارتقای سامانه املاک و اسکان برای انعقاد قراردادهای آنلاین، مجموعه این سیاست‌ها برای تنظیم بازار مسکن در طول مدت ۶ ماه گذشته بوده که برخی از این اقدامات‌ها در تمام دنیا برای کنترل بازار مسکن مورد استفاده قرار می‌گیرد.

بلنتفرم‌ها چگونه کنترل می‌شوند

وزیر راه و شهرسازی، با بیان اینکه یکی از سیاست‌های مهم وزارت راه و شهرسازی، کنترل بلنتفرم‌های مرتبط با معاملات مسکن است، ادامه داد: بلنتفرم‌ها و سایت‌های اینترنتی معاملات در قیمت‌سازی‌ها و ایجاد التهاب در بازار مسکن بیشتر از مشاوران املاک متخلف، اثرگذاری داشتند؛ از این رو برای کنترل و ساماندهی آنها جلسات متعددی میان وزارت صمت، راه و شهرسازی، وزارت ارتباطات و مدیران این بلنتفرم‌ها برگزار شد و درنهایت مدیران بلنتفرم‌ها قبول کردند و متعهد شدند که مقررات مرتبط با این زمینه را به‌دربندند.

به گفته بذرپاش، بلنتفرم‌ها تاکنون به این تعهد عمل کرده‌اند و اجرای این مقررات، همچنان در جریان است. از درباره نحوه کنترل بلنتفرم‌ها در مقررات جدید، می‌گوید: مقرر شده فقط ملکی که هویت آن از طریق سامانه املاک و اسکان مشخص شده است در بلنتفرم‌ها عرضه و آگهی شود و در این فرایند، امکان آگهی کردن املاک نامورد برای تخریب بازار با جهت‌دهی به آن از بین می‌رود.

وام ودیعه روی دست آمد!

تابستان امسال گرچه در حوزه معاملات خریدوفروش مسکن مشکلی وجود نداشت و به برکت رکود سنگین، قیمت مسکن هم کاهشی بود؛ اما اوضاع برای مستأجران چندان جالب نبود و حتی در پرداخت وام ودیعه نیز کار بسیاری از اجارهنشین‌ها راه نیفتاد.

وزیر راه و شهرسازی درباره میزان پرداخت وام ودیعه به مستأجران در ۶ ماهه امسال می‌گوید: از ابتدای امسال ۴۳ هزار فقره وام کمک ودیعه مسکن به مستأجران پرداخت شده که البته این عدد در قیاس با متقاضیان کم است، نکته دیگر اینکه برخلاف مصوبه مجلس که حکم به افزایش صددرصدی وام ودیعه در سال جاری داده بود، این وام در نظام بانکی همچنان با ارقام سال قبل پرداخت می‌شود.

گزارش روز

چرا خربگر ایان به طوفان الاقصی نگاه متفاوتی دارند

دو سیمای یک نبرد

چرا این حمله غزه، حتی اگر هزار بلا بر سرش بیاورند، تا ابد ضربه‌ای به اسرائیل، این زرادخانه سلاح و جنایات غیرب وارد آورده که از یاد نرفتنی و نقطه بازگشتناپذیری است و راه پیروزی را هموار می‌کند؟

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام‌جم آنلاین، پرسش جدی و منصفانه‌ای درباره نبرد کنونی فلسطینی‌ها وجود دارد: چرا جنگ اسرائیل علیه غزه را امری جنایتبار ارزیابی می‌کنیم و جنگ غزه علیه اسرائیل را بی‌نظیر، شکوهمند، حماسی و دلیرانه می‌خوانیم؟ این یک بام و دو هوا نیست؟ چرا هست و واقعا یک جنگ از منظر هر طرف یک حال و هوای دیگری دارد. درک نکردن این تفاوت و تضاد، نشان بی‌اطلاعی و جهل، یا افراض آگاهانه و ظالمانه خواهد بود؟

دلایل چنان بدیهی و مکرر است که نیازی به بازگویی نیست. آن که فرق عیان بین ظالم و مظلوم را پرده پوشی می‌کند، دچار مشکلی درمان‌ناپذیر است. میلیاردها انسان به روشنی می‌دانند تفاوت جنگ غاصب برای سرکوب صاحب حق، برابر با جنگ مغصوب با غصب شده برای احقاق حق نیست. هر دو قتال می‌کنند، اما این کجا و آن کجا.

اکنون قصدم تحلیل جرایی ارزش قهرمانانه نبرد کنونی و علت آن نیست که نقطه عطف بازگشتناپذیری است. هر چه فلسطینیان بیشتر پایداری کنند و ادامه دهند، عزیزترند و برعکس، هرچه غاصبان بیشتر کشتار و ویران کنند و کلشه‌ها بر باد دهند، نفی دردنده‌تر بر پیشانی خود حک می‌کنند می‌خوانم، به جریانی میان ما پاسخ دهم که به سبب سرشت تسلیم‌طلبانه‌اش برابر قدرت غرب همواره در بزنگاه‌ها با سیماچه لیبرال، نسخه‌های مهلک لحلال‌طلبانه پیچیده که اگر قسار دست اینان بود، صابرا مرکب ایران را از پرتگاه مرگبار به ته درنه‌تری مجدد شیطان بزرگ فرستاده بودند، چه در مقاومت برابر جنگ نیابتی یا صدام، چه در جنگ سی و سه روزه لبنان، چه زمان حمله صدام به کویت، چه زمان سناریوی گلخجار برج دو قلو، چه زمان اشغال عراق به وسیله آمریکا، چه وقت اشغال افغانستان، چه ماجرای داعش و حمایت از سوریه، و چه در مقابلشان با سردار سلیمانی، یا پیوستن به بریکس و چه اکنون در قیام غزه. ما همواره مدعا سر از سیاست داخلی و خارجی غیرایران داریم که مجرمانه است. حتی در بستن بانیان قرارداد‌ها... اما اکنون و جهاد غزه!

آنان که از نام مقاومت نگرفتند

رفرمیست‌های غیرکبار حالا چه می‌گویند و بهانه‌شان در تضعیف جبهه مقاومت عملا به سود اسرائیل چیست؟ و چرا آن‌ها همواره از پیروزی هر جریان مقاومت ناراحت می‌شوند و آرزوی شکست می‌کنند که حرفشان درباره نادرستی ایستادگی برابر شیطان وحشی به کرسی بنشیند و ایران به موجودکثیفی مانند عمود نائوی نوکری آمریکا و اسرائیل مثل ترکیه اردوغان تبدیل شود. این ویژگی قرآنی منافقان نیست؟

می‌گویند در برابر عملیات طوفان الاقصی، باید از هر قدامی که باعث خدشه‌دار شدن منافع ملی شود اجتناب کنیم و از اقدامات ضد عقل و برخلاف منافع ملی بپرهیزیم. منافع ملی و امنیت ملی برای ما در اولویت است. چه کسی با این نصایح مبرهن مخالف است؟ اما موضوع آن است که غربگرایان بارها درست آنچه را که حفظ و نفاع از امنیت و منافع ملی ما بود بازگونه معرفی کردند. نظیر امروز که تکلیف دفاع علنی از ملت مظلوم مسلمان و مغصوب الحق را که فرمان قرآن، عقل، آمنیت و عدالت است نادوشیاری و خلاف منافع ملی نام می‌گذارند یا دفاع رسانه‌های لفاظی را با غیظ جنگ لفاظی‌های فراوان رسانه‌ای می‌نامند. در حالی که خوب می‌دانند جنگ رسانه‌ای در دفاع از سیاست ملی و اسلامی و انقلابی جمهوری اسلامی و راه صحیح صد باره به اثبات رسیده ولایت‌فقیه نامش لفاظی نیست و لفاظی ادای عقل درآوردن و پوشش بزدلانه در لفعال برابر ظلم وحشیانه دشمنان امنیت و آزادگی و عدالتخواهی میلیارد نام‌مردم مسلمان و مستضعف و روال چاکرانه برابر ارباب متفرعن جهل است. نصایح پوچی که به معنی دخال باز کردن و نهان کردن است لفاظی است. این که بگوییم شاید (بله شاید!) از جنگ برابر نتایجاو گریزی بود یا نبود! اما باید همیشه خواهان پایان عادلانه و شرافتمندانه جنگ بود که عوارض آن را کسانی تحمل می‌کنند که لزوما طرف‌های اصلی میدان نیستند!

آیا این سخن بیمارمان و نهان‌روش، عادلانه و شرافتمندانه است؟ کدام مظلومی جنگ را شروع و بنا می‌کند. جنگ مظلوم که مأوا دفاعی است حتی وقتی به تجاوزگر حمله می‌کند. طرف اصلی میدان به حساب نمی‌آید؟ وقتی حق و تاریخ و مقاومت یک ملت گواهی می‌دهد طرف اصلی میدان همان مدافعان حقوق بی‌شرمانه نقض شده‌شان هستند؛ این‌گونه تردیدافکنی موذیانه شرافتمندانه است؟ لفاظی حقیقی همین نیست؟

ماهوا متضاد و پایداری که جواله زد

اولین نکته‌ای که آنان عملا به فراموشی می‌سپرند وجود ماهوا متضاد مردم غزه و اشغالگران صهیونیست است. مردم غزه نماد مردم فلسطین‌اند. نماد ستمی که به فلسطین رفته، فشرده اشغال، فشرده صبرا و شتیلا و رنج بی‌حد ارتوگاه‌ها، و اما همه دردنگی مورد حمایت قدرت‌ها و نهادهای بین‌المللی، سبب تسلیم و سازش نشده‌است. سالیان طولانی غاصبان محاصره کردند و زجرشان دادند و کشتند و دربه‌درشان کردند و به زندان‌شان افکندند، اما از شهادت و محبسی بهنام غزه در قفس افکندندشان. اما دراین قفس شکوهمندترین پایداری جواله زد. غزه روح آوارگی و شکیب بر رنج‌هاست. ۷۰ درصد آواره این جغرافیای ۳۶۴ کیلومترمربعی را پرکرده. پس آوارگی فلسطینی در هیچجا، چون غزه زیسته نشده‌است. تصادفی نیست که روح مقاومت فلسطین در غزه فوران می‌کند. غزه کابوس اسرائیل است. اگر فتح به دامچاله بی‌باوری به جهاد درغلتید برعکس، مقاومت در حماس فرزند غزه به اوج رسید. سیاست سرکوب تحریب، کشتار در غزه همواره برطبل کوفت. غزه جوانه انقلاب اسلامی است. ذلت نمی‌پذیرد. روح حسینی دارد از سرچشمه انتظار می‌نوشد و تا چنین است و رو به خدا و جهاد برای خدا و عزت اسلام و رها از خرافات دولت‌های نفتی و نزادگرایی عربی دارد، عزیز است.

اگر نبرد اخیر هیچ دستاوردی نمی‌داشت این‌که پیش چشم اسرائیل عملیات بزرگی علیه اسرائیل شکل گرفت که مایه رسوایی نهادهای امنیتی، اطلاعاتی و نظامی اوست، کفایت می‌کند که طنین مرگ صهیونیسم از غزه شنیده شود.

پیروان ایده‌های اسرائیل

غربگرایان ما که تحمل پیروزی جبهه جهانی مقاومت ضداستکباری را ندارند در این مواقع شبهاتی می‌برانگیزند تابه نفع دشمنان انقلاب اسلامی طعم پیروزی را با تلخی شکست دیگرگون کنند. مثلا می‌گویند ما برای پیشرفت اقتصادی نیازمند امنیت هستیم و نباید به فضای درگیری که تأثیر منفی بر توسعه اقتصادی ما می‌نهد، دامن زنیم. یا درگیری دیگران ربطی به ما ندارد و ما باید مشغول ساختن ایران باشیم. یا یک بام و دو هوا چرا: اسرائیل خشونت می‌ورزد بد است، چرا خشونت اهل غزه را حمله تلقی کنیم یا اسرائیل به قصد نابودی غزه تجاهل کرد که این عملیات را کشف نکرده و خود اجازه داد تحقق یابد و بعد غزه را نابود کند. بدون شک این ایده‌ها را اسرائیل پش از هرکس می‌پراکند و کذب محض است. به قیمت فروپاشی همه اعتبار و لهیب مرعوب کننده نمی‌توانند نقشه‌ای را اجرا کنند که به آنش اطرافشان می‌افزاید و بی‌اعتبارشان می‌کنند و نقوس پیروزش طنین مرگ فردای‌شان را در جهان به صدا درمی‌آورد. بعد چگونه قتال کسانی که مدام شهید می‌شوند امری مذموم است و کشتار ۸۰ ساله جلیان با آن مقایسه می‌شود این کمال مسخ‌شدگی است که جهاد و رستاخیز و رفدن و کشتن صهیونیست‌های غاصب را با سایش عقل، دین، عواطف انسانی و فطرت خودمسوای کشتن فلسطینی‌ها قلمداد کنیم. اینه تقوی و اخلاقیات الهی حتی در برابر شمر هم قوادمش معتبر است و در انتقام و دفاع مسلمانان خودرأی و وحشیانه و درنده، چون اسرائیل عمل نمی‌کنند و بر دین و راهنمایی خدا عمل می‌کنند که قتال و جهاد با کافران حربی هم احکامی لازم‌الاجرا دارد. این را با شعارهای کاذب غربگرایان همدل با ایلیان ظالم یکی نگیریم!

آغازی برتر برای پیروزی نزدیک‌تر

کسانی که ایمان دارند و وعده و سنن الهی را قطعی می‌دانند، قدرتی برتر در خود دارند که عقل و براهین عقلانی ایستادگی لفاظی‌شان را قوام می‌بخشد. جریان غربگرا و شرق‌گرا فاقد این نیروی ایمان به هدایت فراعقل بشری و وحیانی قرآن حکیم هستند پس مثلا اصلا متوجه معنایی نیستند که ورود فلسطین از موضعی دفاعی به تهاجمی جمع‌بندی دارد و این نقطه‌عطف مرگباری برای اسرائیل است. این آغازی برتر و نزدیک‌تر به پیروزی است.

همه گمان‌زنی‌ها درباره نقشه اسرائیل و برنامه حذف غزه و تبدیل غزه به موضوعی بین‌المللی از نظر اداره آن و کشیده پای آمریکا و اروپا به معرکه فلسطین از سوی غربگرایان، یک نکته اساسی را نمی‌بینند. اگر انشغال و کشتار راحل بود ۸۰ سال اسرائیل، چون کفتاری مطرود و منفور در سرزمین غصب شده عزادار منسوعیتش و درگیر مقاومت پایان‌ناپذیر نمی‌زیست مقاومت فلسطین ممکن نیست بنا به سنت الهی ریشه‌کن شود. پس ببینیم این که این نبرد بناگزیر فقط می‌تواند به یک نقطه برسد. طرد انشغالگر و زندگی همه ایران در صلح در کشور اسلامی! بنا به حال کسانی که سرنوشت جنگ را با سازمان ملل و اسناد آن گره زده و از این قبله، حاجات می‌طلبند و نهاد ماهوا ابزار تقسیم جهان و وضع فلسطین را دلور عادل می‌دانند و نه جهاد و قدرت ملتی در صبر و جهاد، پیروزی تحقق غایی می‌یابد و وعده پیروزی خدا یقینا محقق خواهد شد. مقاومت شکوهمند غزه پس از شکست و حذف استراحت می‌کند، سلوها دارای محدودیت خواب قادر به فعال کردن پلاغ‌های آنتی اکسیدانی، برای بازسازی مولکول‌های مخرب نیستند. درنتیجه سلول‌هایی که ملتهب و ناکارآمد می‌شوند، گامی اولیه در توسعه بیماری‌های قلبی عروقی هستند. دکتر سلجوا جلیک، سرپرست این تحقیق، مدیر مرکز پزشکی خواب در کلمبیا و استاد پزشکی در بخش پزشکی ریه، آلرژی و مراقبت‌های ویژه در کالج پزشکان و جراحان واگلوس دانشگاه کلمبیا می‌گوید: این یافته یکی از اولین شواهد مستقیم است که نشان می‌دهد کمبود خواب مزمن و خفیف، باعث بیماری قلبی می‌شود. سلجوا جلیک بیان کرد: تا به حال ما فقط در مطالعات اپیدمیولوژیک ارتباط بین خواب و سلامت قلب را دیده‌ایم، اما نتایج این تحقیقات می‌تواند توسط بسیاری از عوامل مخدوش کننده که قابل شناسایی و تنظیم نیستند، مخدوش شود. فقط تحقیقات تصادفی‌سازی و کنترل شده می‌توانند تعیین کنند که آیا این ارتباط واقعی است و چه تغییراتی در بدن ناشی از خواب کوتاه می‌تواند بیماری قلبی را افزایش دهد. مطالعات قبلی کمبود خواب مزمن را بررسی نکردند و اثرات فیزیولوژیکی چند شب محرومیت شدید از خواب را بررسی کردند. جلیک اظهار کرد: اما این مورد رفتار مردم در شب‌های متمادی نیست. بیشتر مردم هر روز در زمان، مشخصی از خواب بیدار می‌شوند اما تمایل دارند زمان خواب خود را یک تا دو ساعت به تعویق بیندازند. ما می‌خواستیم آن رفتار که رایج‌ترین الگوی خواب در بزرگسالان است را تقلید کنیم. محققان نزدیک به ۱۰۰۰ زن را در واشنگتن هایتس برای این تحقیق غربالگری و از بین آنان ۳۵ زن سالم که هر شب، بطور معمول هفت تا هشت ساعت می‌خوابند، برای این تحقیق ثبت نام کردند. این زنان می‌توانستند این تحقیق ۱۲ هفته‌ای را تکمیل کنند. زنان بعدت ۶ هفته طبق روال معمول خود می‌خوابیدند. برای ۶ هفته دیگر آنان ۱.۵ ساعت دیرتر از حد معمول به رختخواب رفتند. خواب هر شرکت‌کننده با دیاهای خواب مچی تأیید شد. جلیک خاطرنشان کرد: اگر افراد حداقل هفت تا هشت ساعت در شب بخوابند بسیاری از مشکلات را می‌توان حل کرد. افرادی که جوان و سالم هستند باید بدانند که اگر کمتر از آن بخوابند، خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی را تشدید می‌کنند. نتایج مطالعات اپیدمیولوژیک اخیر نشان می‌دهد که زمان خواب ناهنگ ممکن است خطر بیماری قلبی را افزایش دهد. گروه تحقیقاتی جلیک در حال طراحی تحقیقی است تا دریابد که آیا تغییر زمان خواب مانند خواب مزمن اما منظم و کوتاه بر سلول‌های عروقی تأثیر می‌گذارد یا خیر. یافته‌های این تحقیق در مجله Scientific Reports منتشر شده است.

اشاره

ایران اینترنشنال چگونه «موساد اینترنشنال» شد؟

انتقال بخش قابل توجهی از اعضا و امکانات ایران اینترنشنال به فلسطین اشغالی و بستگی مستقیم این شبکه ضدایرانی به رژیم صهیونیستی را به قطعیت اثبات کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایران، تا پیش از این نشانه‌های متعددی درخصوص این وابستگی وجود داشت که نشان می‌داد سرویس امنیتی اسرائیل کارفرمای جدید ایران اینترنشنال است؛ اما با این انتقال و اظهارات رسمی کارکنان این شبکه فارسی زبان معاند، دیگر جایی برای انکار یا سانسور وابستگی ایران اینترنشنال به دولت صهیونیستی باقی نمی‌ماند.

در تازه‌ترین نمونه، رضا محدث در گفتوگو با فرداد فرحزاد از تجربه «پیوار ویژه‌اش» از امریکا به سرزمین‌های اشغالی می‌گوید و با اشاره به تدابیر شدید امنیتی فرودگاه امریکا در انتقال سربازان ذخیره ارتش صهیونیستی به اراضی اشغالی مدعی شد: «در فرودگاه نیویورک، تدابیر شدید امنیتی، بلیس مسلح و سگ‌های بمب‌یاب، مسافران اسرائیل را پوشش داده بودند».

بازخوانی چندنشانه

ایران اینترنشنال خیلی زود و از همان بدو تأسیس نشان داد یک رسانه ضدایرانی است که با منابع مالی هنگفتی که در اختیار دارد، قصد دارد طرح‌های بی‌نیات کننده سرویس‌ها و دولت‌های متخاصم علیه ایران را از مدار رسانه عملیاتی کند. پوشش زنده همایش سالانه سازمان منافقین و مصاحبه با سرکرده گروهک تجزیه‌طلب «الاحوازیه» اندکی بعد از حمله تروریستی این گروهک به خانواده‌های حاضر در رژه نیروهای مسلح در اهواز جزو اولین نشانه‌هایی بودند که واکنش منفی جریان‌ها و چهره‌های ارتباط ضدانقلاب را هم در پی داشتند. در آشوب سال گذشته نیز کار به جایی رسید که علیه‌های اپوزیسیون که حداقل به تمامیت ارضی فائل هستند، این شبکه را به دلیل مشروعیت بخشی به تجزیه‌طلبی مایکوت کردند. افشای مکالمه رضا رخبپور، خبرنگار بی‌بی‌سی فارسی و تدعان او به تلاش اینترنشنال برای تولید و توسعه آتش جنگ خیابانی و تجزیه ایران، منجر به حمله رسانه‌ای ایران اینترنشنال به بی‌بی‌سی شد.

بازدید از پایگاه بدفاند ارتش صهیونیستی

ایران اینترنشنال قبل از عملیات طوفان الاقصی هم در فلسطین اشغالی دارای دفتر رسمی و خبرنگار بود. پیش از این، بلیک لحاقی و لنکان صفایی نو خبرنگار سابق رادیو پیام اسرائیل که هر نو از یهودیان ایران هستند، در اراضی اشغالی کار می‌کردند. در شهریور ماه سال گذشته، بازدید بلیک لحاقی از پایگاه بدفاند ارتش اسرائیل خبرساز شد و مورد توجه رسانه‌ها و کاربران قرار گرفت.

چترانعنیتی موساد بر سر ایران اینترنشنال

چندی پیش نیز محمد منظربور سرمنبر سابق این شبکه در گفتوگو با شهرام همایون فعال رسانه‌ای ضدانقلاب به تغییر لایه مدیریتی این اینترنشنال و کارفرمایی موساد اشاره کرد. بازپیش از آن «فیراک رؤوبه»، خبرنگار صهیونیست وبگاه عبری «ولا» و وبگاه امریکایی «اکسیوس» در توئیتی، این شبکه تلویزیون را ابزار دست موساد خواند و نوشت: «موساد به طور مرتب از این رسانه (ایران اینترنشنال) برای جنگ اطلاعاتی خود استفاده می‌کند».

مصاحبه چند باره با مقامات ارشد صهیونیست ازجمله بنیامین نتانیاهو نخست‌وزیر و رأن برمیر وزیر امور استراتژیک رژیم صهیونیستی و دعوت گیلا گملیئل وزیر اطلاعات رژیم از اعضای این شبکه و سایر چهره‌های رسانه‌ای ضدانقلاب از دیگر نشانه‌های وابستگی تشکیلاتی این شبکه تروریستی به دولت اسرائیل است.

در روزهای اخیر نیز مظلوم نمایی نخ نمای این شبکه پیرامون عملکرد ضداسلامی ارتش صهیونیستی در رهبازان عصبی و بی‌هدف بابریکه غزه و استناد به اخبار دروغ مانند سر بریدن ۴۰ کودک لبرالیی توسط حماس باعث شد کاربران از این شبکه با عنوانی مثل «موساد اینترنشنال» و «اسرائیل اینترنشنال» یاد کنند.

رسانه چه خبر

چرا سرما می خوریم!

مهر: یک متخصص بیماری‌های عفونی، در خصوص اینکه چگونه سرما می‌خوریم، نکاتی را توضیح داد. افشین منیری، با عنوان این مطلب که فقط ویروس سرماخوردگی می‌تواند ما را به سرماخوردگی مبتلا کند، گفت: سرد بودن بدن به خودی خود نمی‌تواند شما را بیمار کند، اما سرد و خیس شدن بدن می‌تواند موجب فعال شدن یک ویروس خفته به نفی ویروسی که در حال حاضر در سیستم بدن شما وجود دارد، بشود و باعث شروع علامت‌های بیماری شود. وی افزود: محققان معتقدند که سرد شدن بدن باعث می‌شود رگ‌های خونی موجود در بینی منقبض شوند و این اتفاق، رسیدن خون گرم تأمین‌کننده گلبول‌های سفید را که با عفونت مبارزه می‌کنند، قطع می‌کند. منیری ادامه داد: بسیاری از مردم حامل میکروب‌های سرماخوردگی هستند، اما سرد شدن بدن می‌تواند دفاع در مقابل اثرات قرارگیری در معرض میکروب را دشوارتر کند؛ بنابراین به مقدار معمول لباس بپوشید، خود را خشک نگه دارید و سایر توصیه‌های اقراطی را کنار بگذارید. این متخصص بیماری‌های عفونی، با اشاره به اینکه افراد صد درصد سالم هم تسلیم ویروس‌های سرماخوردگی می‌شوند، خاطرنشان کرد: در یک پژوهش آزمایشگاه، حدود ۹۵ درصد از داوطلبانی که ویروس سرماخوردگی وارد بینی آنها شد، به ویروس آلوده شدند. با این حال، تمام کسانی که به یک ویروس سرماخوردگی آلوده می‌شوند، در عمل سرما نمی‌خورند و فقط حدود ۷۵ درصد از داوطلبانی که آلوده شدند، علامت‌های سرماخوردگی را نشان دادند. به گفته عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، «برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهد که ایمنی کمتر بدن، برای مثال به علت داشتن یک بیماری مزمن یا استرس می‌تواند علامت‌های سرماخوردگی را بدتر کند؛ اما یک کودک سالم هم به راحتی می‌تواند به یکی از حداقل ۲۰۰ ویروس مختلفی که باعث سرماخوردگی می‌شود، آلوده شود.

خطر افزایش بیماری قلبی با خواب ناکافی

مدیکال اکسپرس: خواب کافی ندارید؟ نتایج تحقیقی نشان می‌دهد که سلول‌های عروقی شما ممکن است در اکسیدان‌ها غوطه‌ور شوند. بسیاری از افراد اقلب، به‌جای هفت تا هشت ساعت خواب توصیه شده، فقط پنج تا ۶ ساعت می‌خوابند. اما حتی یک کمبود خواب مزمن خفیف ممکن است خطر ابتلا به بیماری قلبی را در مراحل بعدی زندگی افزایش دهد. نتایج بررسی‌ها روی هزاران نفر نشان داد، افرادی که کمبود خواب خفیف اما مزمن را گزارش می‌کنند نسبت به افرادی که خواب کافی دارند، در اواخر زندگی بیماری قلبی بیشتری دارند. نتایج تحقیق دانشگاه کلمبیا آلبرت‌ایلیس، روی زنان نشان می‌دهد که در طول محرومیت مزمن خفیف از خواب چه اتفاقی در بدن می‌افتد: تنها پس از ۶ هفته خواب کوتاه، سلول‌هایی که رگ‌های خونی ما را پوشش‌دهند، تحت تاثیر اکسیدان‌های مخرب قرار خواهند گرفت. برخلاف سلول‌هایی که به‌خوبی استراحت می‌کنند، سلول‌های دارای محدودیت خواب قادر به فعال کردن پلاغ‌های آنتی اکسیدانی، برای بازسازی مولکول‌های مخرب نیستند. درنتیجه سلول‌هایی که ملتهب و ناکارآمد می‌شوند، گامی اولیه در توسعه بیماری‌های قلبی عروقی هستند. دکتر سلجوا جلیک، سرپرست این تحقیق، مدیر مرکز پزشکی خواب در کلمبیا و استاد پزشکی در بخش پزشکی ریه، آلرژی و مراقبت‌های ویژه در کالج پزشکان و جراحان واگلوس دانشگاه کلمبیا می‌گوید: این یافته یکی از اولین شواهد مستقیم است که نشان می‌دهد کمبود خواب مزمن و خفیف، باعث بیماری قلبی می‌شود. سلجوا جلیک بیان کرد: تا به حال ما فقط در مطالعات اپیدمیولوژیک ارتباط بین خواب و سلامت قلب را دیده‌ایم، اما نتایج این تحقیقات می‌تواند توسط بسیاری از عوامل مخدوش‌کننده که قابل شناسایی و تنظیم نیستند، مخدوش شود. فقط تحقیقات تصادفی‌سازی و کنترل شده می‌توانند تعیین کنند که آیا این ارتباط واقعی است و چه تغییراتی در بدن ناشی از خواب کوتاه می‌تواند بیماری قلبی را افزایش دهد. مطالعات قبلی کمبود خواب مزمن را بررسی نکردند و اثرات فیزیولوژیکی چند شب محرومیت شدید از خواب را بررسی کردند. جلیک اظهار کرد: اما این مورد رفتار مردم در شب‌های متمادی نیست. بیشتر مردم هر روز در زمان، مشخصی از خواب بیدار می‌شوند اما تمایل دارند زمان خواب خود را یک تا دو ساعت به تعویق بیندازند. ما می‌خواستیم آن رفتار که رایج‌ترین الگوی خواب در بزرگسالان است را تقلید کنیم. محققان نزدیک به ۱۰۰۰ زن را در واشنگتن هایتس برای این تحقیق غربالگری و از بین آنان ۳۵ زن سالم که هر شب، بطور معمول هفت تا هشت ساعت می‌خوابند، برای این تحقیق ثبت نام کردند. این زنان می‌توانستند این تحقیق ۱۲ هفته‌ای را تکمیل کنند. زنان بعدت ۶ هفته طبق روال معمول خود می‌خوابیدند. برای ۶ هفته دیگر آنان ۱.۵ ساعت دیرتر از حد معمول به رختخواب رفتند. خواب هر شرکت‌کننده با دیاهای خواب مچی تأیید شد. جلیک خاطرنشان کرد: اگر افراد حداقل هفت تا هشت ساعت در شب بخوابند بسیاری از مشکلات را می‌توان حل کرد. افرادی که جوان و سالم هستند باید بدانند که اگر کمتر از آن بخوابند، خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی را تشدید می‌کنند. نتایج مطالعات اپیدمیولوژیک اخیر نشان می‌دهد که زمان خواب ناهنگ ممکن است خطر بیماری قلبی را افزایش دهد. گروه تحقیقاتی جلیک در حال طراحی تحقیقی است تا دریابد که آیا تغییر زمان خواب مانند خواب مزمن اما منظم و کوتاه بر سلول‌های عروقی تأثیر می‌گذارد یا خیر. یافته‌های این تحقیق در مجله Scientific Reports منتشر شده است.

بسیج ملی برای مقابله با بیماری‌های مرگبار
بسیج غربالگری بیماری‌های غیرواگیر از جمله بیماری‌های قلبی، عروقی و دیابت به روزی از سوی وزارت بهداشت آغاز می‌شود.
جمعیت بالای ۱۸ سال کشور فشارخون بالا دارند. فشارخون بالا (پرفشاری خون) عامل اصلی ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی و سایر بیماری‌هاست و ۹ درصد دیابتیز بیماران ناشی از این عارضه است.
۲۳ درصد
جمعیت بالای ۲۵ سال دیابت دارند و تنها ۷۵ درصد آنها از بیماری خود مطلع هستند.
۱۴ درصد
جمعیت کشور کلسترول بالا دارند و فقط ۸۱ درصد آنها از این موضوع خبر دارند.
۳۰ درصد
جمعیت بالای ۱۸ سال ک