info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۱۵۹
دوشنبه / ۲۵ مهر / ۱۴۰۱
۲۰ / ربیع الاول / ۱۴۴۴
17 / October / 2022

صاحب امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۸۳۸-۳۲۵۳۴۴۴۳ - ۰۲۶-فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸/۲۳
چاپ: کارگر

فرد ۳۳

امروز با حافظ

صحن بُستان ذوق بخش و صحبتِ یاران خوش
وقّت گل خوش باد کز وی وقتِ میخواران خوش است
از صبا هر دم مشام جان ما خوش می‌شود
آری آری طیبِ انفاسِ هواداران خوش است

فردا

این یک دو سه روز نوبت عمر گذشت
چون آب به جویبار و چون باد به دشت
خیام

اذان گرج

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۴:۵۱	۰۶:۱۵	۱۱:۵۱	۱۷:۲۶	۱۷:۴۵

برگه

تقریبا همه مردم بخشی از عمرشان را در تلاش برای نشان‌دادن ویژگی‌هایی که ندارند، تلف می‌کنند.
سامؤئل جانسون

اشاره

آنفلوانزا خیلی زود از راه رسید

مشاهدات میدانی از سطح مراکز درمانی و درمانگاه های شبانه روزی، نشان می دهد بیشتر بیماری ها علائم سرماخوردگی و آنفلوانزا به پزشک مراجعه می کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، پاسی از شب گذشته اما راهروی اورژانس بیمارستان هنوز مملو از بیمارانی است که صدای سرفه‌ها و عطسه‌های آنها یک لحظه قطع نمی‌شود. از کودک ۷ ساله گرفته تا افراد مسن، در انتظار ویزیت پزشک هستند

این روزها و شبها، مشابه این صحنه را می‌توان در اغلب بخش‌های اورژنس بیمارستان‌ها شاهد بود. افزادی با علائم مشابه یکدیگر که نشان می‌دهد درگیر بیماری فصل پاییز و زمستان شده اند. اما، با یک تفاوت نسبت به سال‌های گذشته و آن هم، شروع زودهنگام سرماخوردگی‌ها و آنفلوانزای فصلی است.

متخصصین عفونی، پیش بینی کرده بودند که پاییز و زمستان امسال، شاهد شیوع آنفلوانزا باشیم و دلیل آن نیز، رها شدن پروتکل‌های بهداشتی پاندمی کرونا است. زیرا، در دو سال گذشته و به دنبال شیوع بیماری کرونا در جهان، شاهد تشدید رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی در مقابله با این ویروس بودیم، و همین مسئله باعث شد تا از شدت سایر بیماری‌های ویروسی و عفونی، کاسته شود.

بر اساس آنچه در دو سال گذشته شاهد بودیم، وضعیت شیوع آنفلوانزا در مقایسه با سال‌های قبل تر، به مراتب کمتر بود. این در حالی است که به دنبال فروکش کردن پاندمی کووید ۱۹، رعایت پروتکل‌های بهداشتی به پایین‌ترین سطح خود رسیده و تا حدودی، عادی انگاری شده است.

پیام‌طبرسی، رئیس بخش عفونی بیمارستان مسیح دانشوری، با عنوان این مطلب که امسال زودتر از سال‌های قبل درگیر شیوع آنفلوانزا شدیم، گفت: سال‌های قبل شیوع آنفلوانزا از اوایل آبان رخ می‌داد، اما امسال از مهر ماه با شیوع آنفلوانزا مواجه شدیم.

وی افزود: افرادی که علائم بیماری سرماخوردگی دارند، سریع‌تر خوب می‌شوند اما وقتی علائم بیماری همراه با تنگی نفس و سرفه طولانی مدت شود باید به پزشک مراجعه کرد تا با استفاده از داروهای ضدویروسی بهبود یابند.

رئیس بخش عفونی مسیح دانشوری با عنوان این مطلب که شیوع کرونا فعلاً کم شده است، گفت: پیشگیری از ابتلاء به آنفلوانزا شبیه دستورالعمل‌های کرونا است و افراد باید با شستشوی دست‌ها، رعایت فاصله اجتماعی و زدن ماسک، جلوی شیوع بیماری را بگیرند.

ایرج خرسوند، رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران، با عنوان این مطلب که پیش بینی می‌شود امسال شاهد افزایش موارد ابتلاء به آنفلوانزا باشیم، افزود: با توجه به کم شدن موارد کرونا و کاهش رعایت پروتکل‌های بهداشتی، انتظار می‌رود با افزایش موارد آنفلوانزا در جامعه مواجه شویم.

وی با بیان این موضوع که موارد مرگ و میر آنفلوانزا کمتر از کرونا نیست، ادامه داد: متأسفانه مردم، آگاهی زیادی از بیماری آنفلوانزا ندارند. در حالی که وقتی همه گیری آنفلوانزا رخ می‌دهد، شاهد موارد بستری و مرگ و میر هستیم.

رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران تاکید کرد: اولویت تزریق واکسن آنفلوانزا با افرادی است که بیماری‌های زمینه‌ای، مزمن، دیابت، سرطان و ... دارند.

آمیتیس رمضانی، استاد تمام بیماری‌های عفونی، با عنوان این مطلب که پاییز، زمستان و اوایل بهار زمان شروع آنفلوانزا است، گفت: ماه‌های شیوع آنفلوانزا، اثر، دری و بهمین است. وی در پاسخ به این سوال که ویروس آنفلوانزا با ویروس سرماخوردگی چه تفاوتی دارد، افزود: این ویروس جزو آدنو ویروس‌ها و رینو ویروس‌ها (عاملان سرماخوردگی) نیست، بلکه شامل آنفلوانزای A، B و C است که بیشترین مشکل انسان با گروه‌های A و B آنفلوانزا است.

استاد تمام بیماری‌های عفونی در خصوص تفاوت آنفلوانزا و سرماخوردگی، گفت: آنفلوانزا شدیدتر، جدیدتر و مهمتر از ویروس‌های سرماخوردگی است. این بیماری بسیار پر سر و صدا است و با تب و سردرد شدید بروز می‌کند و تدریجاً بعد از یک هفته تخفیف پیدا می‌کند. وی افزود: افرادی که به بیماری‌های زمینه‌ای مانند بیماری‌های قلبی، ریوی، کلیوی، کبدی، دیابت و بیماری‌های نقص سیستم ایمنی مبتلا هستند، به تزریق سالانه واکسن آنفلوانزا اهتمام ورزند. همچنین با توجه به اینکه شکل جدی بیماری آنفلوانزا در مادران باردار دیده می‌شود این گروه حتماً نیاز به تزریق واکسن آنفلوانزا دارند. در بیماران مبتلا به سرطان که از داروهای شیمی درمانی استفاده می‌کنند نیز ضرورت تزریق واکسن آنفلوانزا وجود دارد.

مدیر گروه تحقیقات بالینی فستیتوت پاستور گفت: با توجه به اینکه ویروس کرونا و ویروس آنفلوانزا از جمله ویروس‌های تنفسی هستند، از این به بعد، علائم کرونا می‌تواند با علائم آنفلوانزا اشتباه شود، بنابراین افتراق این دو بیماری به دلیل تفاوت درمان آنها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

وی درباره راه انتقال آنفلوانزا افزود: راه اصلی انتقال از طریق قطرات و ترشحات تنفسی است و راه غیر مستقیم آن مانند دست دادن با همدیگر و یا دست زدن به اشیایی است که قبلاً توسط فرد بیمار آلوده شده است.

رمضانی در پاسخ به این سوال که در صورت ابتلاء به آنفلوانزا چه کنیم، گفت: در افراد سالم در صورت ابتلاء، با درمان‌های حمایتی مانند استراحت، نوشیدن مایعات گرم، استفاده از مسکن و آنتی هیستامین، بیماری کنترل خواهد شد اما افرادی که بیماری‌های زمینه‌ای دارند، لزوم مراجعه به پزشک با احتمال درمان‌های ضد ویروسی برای کاهش موارد شدید بیماری و فوت، ضرورت دارد. وی تاکید کرد: کودکان، افراد مسن، خفه‌های باردار و مبتلایان به بیماری‌های زمینه‌ای در خطر هستند به خصوص در مادران باردار مبتلا به آنفلوانزا با احتمال مشکل در جنین روبرو خواهیم بود بنابراین تزریق واکسن آنفلوانزا به همه مادران باردار توصیه می‌شود. رمضانی در پاسخ به این سوال که آیا آنفلوانزا نیاز به قرنطینه دارد، گفت: تمام ویروس‌های تنفسی نیازبه قرنطینه دارند.

به نظر می‌رسد، امسال آنفلوانزا زودتر از راه رسیده و باید مراقب‌های بهداشتی را بیش از پیش رعایت کرد.

گزارش روز

دور همی تکراری با چاشنی تحریم!

از شروع اغتشاشات در ایران برخی کشورهای اروپایی و امریکایی با ذوق‌زدگی فراوان به کنش‌گری فعال در این زمینه و حمایت از آشوبها در ایران نیز با عمد لزله پاسخ به پیشنهادهای نهایی ایران روی آخرین نسخه از پیش‌نویس مذاکرات وین به عنوان متهم در تعلل نسبت به این مسأله شناخته می‌شدند، اما اکنون آنها تلاش دارند تا برای تئوریزه کردن چرایی عدم بایستدی به تعهدات خود، از بهانه اغتشاشات اخیر استفاده کنند. از همین رو همه مقامات جناح‌های مختلف به کمک آمده‌اند تا دولت بایدن بتواند استفاده حداکثری از آشوبهای حداقلی در ایران انجام دهد. با آنکه نزدیک به یک هفته است که آشوبها به طور چشمگیری فروکش کرده است اما آنها از آنچه با عنوان مدیریت در خیابان معرفی می‌کنند، حمایت می‌کنند و آن را سوژه جدید برای تحریم‌بندانتشاند.

باراک اوباما و تکرار اشتباه گذشته

حتی باراک اوباما رئیس جمهور اسبق امریکا که قبلاً با سیاست اعمالی حمایت از فتنه‌گران سال ۸۸ و البته تلاش برای مخفی کردن این حمایت شناخته می‌شد به اعلام موضع پرداخته است. او در گفت‌وگو با یادکست «پاد سیو امریکا»، با توجه به مسئولیت خود در زمان فتنه ۸۸ گفت در آن زمان در دولت او اختلاف نظر جدی وجود داشت که به صورت «علنی» از فتنه‌گران در ایران حمایت نکند چرا که نگران آن بوده آنها در داخل ایران به حمایت خارجی و دست داشتن امریکا در این فتنه متهم شوند. اوباما البته اکنون از مخفی نگه داشتن حمایت تمام‌عیار خود از فتنه ۸۸ ابراز پشیمانی کرده، وی گفته است که از نظر او امریکا باید هرگاه که «فاراقه و چرقه‌ای برای تغییر» در ایران دید «علنا» از آن حمایت کند. گرچه اوباما به این مسأله اشاره نمی‌کند که پیش از فتنه ۸۸ با چندین نامه به رهبرانقلاب مدعی شده بود این رژیم سیاست تغییر نظام در ایران را پیگیری نمی‌کند و حمایت همان زمان از او فتنه و حمایت‌های کنونی از ناامنی در ایران بوضوح عمق دورویی مقامات امریکایی را نشان می‌دهد.

حمایت مجدد بایدن از ناآرامی‌ها در ایران

رئیس‌جمهور کنونی امریکا نیز که قبلاً معاون باراک اوباما بوده همچنان به سیاست فشار حداکثری علیه ایران ادامه داده و با دخالت در امور داخلی کشورمان با دیگر مدعی شده که در کنار زنان ایران ایستاده است. این سیاست به نقل از خبرگزاری فرانسه، جو بایدن رئیس جمهور امریکا که در یک جلسه در دانشگاهی در کالیفرنیا سخنرانی می‌کرد در ادامه مداخلات واشنگتن در امور داخلی ایران بار دیگر به حمایت از ناآرامی‌های اخیر در ایران پرداخت و گفت که از میزان واکنش ایرانی‌ها به فوت مهسا امینی خبر نداشته شده است. این حمایت مجدد رئیس جمهور امریکا از اشوبگران درحالی است که بایدن پیش‌تر نیز در بیانیه‌ای ضمن اعلام حمایت از ناآرامی‌ها گفته بود که ایالات متحده تحریم‌هایی را علیه ایران اعمال خواهد کرد.

دیدار بلینکن با زنان حامی تحریم

وزیر خارجه امریکا نیز در ادامه تلاش‌های واشنگتن برای دامن زدن به ناآرامی‌ها در کشورمان با جمعی از به اصطلاح مدافعان حقوق بشر و حقوق زنان در ایران دیدار کرد. آنتونی بلینکن روز جمعه برای بحث درباره حقوق بشر، به‌ویژه حقوق زنان و اغتشاشات در ایران و اختلال در دسترسی به اینترنت دیداری با چند فعال سیاسی حوزه زنان برگزار کرد. در این نشست وندی شرمن معاون وزیر خارجه، عذراضیا دستیار وزیر خارجه در امور دموکراسی و حقوق بشر و همچنین راب مالی، نماینده ویژه امریکا در ایران و یاثر لمبارت سرپرست معاونت وزارت امورخارجه در امور شرق نزدیک حضور داشتند.

هرمس معاون اول رئیس‌جمهور و دیگر مقامات ارشد امریکا از جمله جیک سالیوان، مشاور امنیت ملی کاخ سفید هم روز جمعه به طور جداگانه با نازنین بنیادی، فعال زن ضدایرانی دیدار کرده بودند. جالب آنکه زنان حاضر در این دیدارها همه از حامیان تحریم علیه مردم ایران هستند. به‌عنوان نمونه نازنین بنیادی از کسانی است که در موضعی مشهور تحریم را برای مردم ایران مفید دانسته بود و آن را به شیمی‌درمانی تشبیه کرد که در عین سختی به نفع مردم است!

رویا حکاکیان یکی از کسانی است که به نام فعال حقوق زن در این دیدارها از دولت جو بایدن خواسته مذاکرات رفع تحریم را متوقف کند تا صدای آنها واضح و بلند شنیده شود!

بلینکن نیز در این دیدارها به اقدامات مداخله‌جویانه اخیر دولت امریکا برای اعمال تحریم علیه ایران اشاره کرده و گفته است که آنها با صور مجوزهایی در حوزه فناوری تلاش کرده‌اند دسترسی آزاد ایرانی‌ها به امکان ارتباط با یکدیگر و جهان را تسهیل کنند. در راستای همین پروژه بود که وندی شرمن معاون وزیر خارجه امریکا روز پنجشنبه به منظور حذف فیلترینگ از اینترنت در ایران با شرکت‌های فناوری امریکایی دیدار کرده بود.

ادعای بورل: قصد دخالت در امور داخلی ایران را ندارد

حسین امیرعبداللهیان، وزیر امور خارجه کشورمان نیز در جریان گفت‌وگوی تلفنی با «جوزپ بورل»، نماینده عالی سیاست خارجی اتحادیه اروپا ضمن گفت‌وگو در خصوص همکاری‌های مشترک و مذاکرات به واکنش‌های غرب به حوادث اخیر اشاره کرد و گفت: مرگ مرحوم مهسا امینی مایه تأسف همه ماست. در این خصوص گزارش دقیق و علمی پزشکی قانونی از سوی تعداد قابل توجهی از پزشکان خود تخصص و افراد خبره ارائه شده است. همچنین اقدامات قضایی نیز در جریان است، البته این موضوع برای برخی مقامات غربی فقط یک بهانه است. پرسش این است که غرب در خصوص صدها پرونده قتل عمد زنـان و کودکان در کانادا و امریکا بویژه به‌دست پلیس چه کرده است؟! نمی‌شود در اروپا خشـن‌ترین مقابله با اغتشاش، عملی خوب و پسندیده باشد، اما همان کار در چهارچوب قانونی در ایران سـرکوب قلمداد شـود! وزیر امور خارجه کشـورمان یادآور شد: جمهوری اسـلامی ایران از پشتوانه قوی مردمی و دموکراسی کارآمد برخوردار است. اینجا سرزمین کودتای مخملی یا رنگین نیست. جوزپ بورل نیز در این گفت‌وگوی تلفنی ضمن ابراز خرسندی از پیشرفت‌های حاصله در مسیر احیای برجام گفت: ما قصد دخالت در امور داخلی ایران را نداریم.

هشـدار وزیر امور خارجه به شورای وزیران اتحادیه‌ها روپا

حسین امیرعبداللهیان همچنین در جریان گفت‌وگو با ژوئاو گومز کوارینیو وزیر خارجه پرتغال با اشـاره به دخالت کشـورهای دیگر در امـور داخلی ایران گفت: «ما کشـوری هستیم که در غرب و شرق با گروه‌های تروریسـتی مانند القاعده، جیش العدل و ناعش مواجهیم همچنین در هفته‌های اخیر شاهد ورود لسلحه از مرزهای غربی و شرقی کشور بودیم». این در حالی است که برخی کشورها در اظهارات مداخله جویانه موضوع اغتشـاشـات و فعالیت‌های تروریسـتی را به‌عنوان اعتراض تلقی کرده و در عمل باعث تحریک اغتشـاشگران و تروریسـت‌ها می‌شـوند و حتی موضوع صـور قطمنامه یا تحریم‌هایی را در نشسـت آتی شورای وزیران اتحادیه اروپا در دستور کار خـود قرار دادهاند که در صورت چنین اقدامی، جمهوری اسلامی ایران اقدام متقابل خواهد کرد» زوئاو گومز کوارینیو نیز در جریان این تماس تلفنی خواسـتار تداوم همکاری‌های ایران در راستای کاهش بحران در اوکراین شـد و در پایان با خواوده تمامی آسـیب‌دیدگان حوادث اخیـر از جمله نیروهای انتظامـی و امنیتی جمهوری اسـلامی ایران ابراز همدردی کرد.

برش

ظرفیت کره زمین برای سکونت چند نفر است؟

در حال حاضر اجماع علمی آن است که جمعیت جهان در اواخر این قرن به اوج خود خواهد رسید. پیش‌بینی شده که جمعیت جهان در دهه ۲۰۸۰ به ۱۰۴ میلیارد نفر خواهد رسید و تا سال ۲۱۰۰ ثابت خواهد ماند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از فرادید، امروز حدود هشـت میلیارد نفر روی زمین زندگـی می‌کنند اما سیاره ما همیشـه تا این حد شلوغ و پرجمعیت نبوده است. در حدود ۳۰۰۰۰۰ سال قبل، احتمالاً وقتی که انسان خردمند برای اولین‌بار پدیدار شد، کل جمعیت کره زمین بین ۱۰۰ تا ۱۰۰۰۰ نفر بود. به گفته جوئل کوهن، رئیس آزمایشگاه جمعیت در دانشگاه‌های راکفلر و کلمبیا در نیویورک، تعداد جمعیت روی زمین در مرابتا اندک کم بود که تقریباً ۳۵۰۰۰ سال طول کشید تا این جمعیت دو برابر شود.

بعد از ابداع کشاورزی در حدود ۱۵۰۰۰ تا ۱۰۰۰۰ سال قبل، وقتی بین یک تا ۱ میلیون نفر روی زمین زندگی می‌کردند، تقریباً ۱۵۰۰ سال طول کشید تا جمعیت دو برابر شود. تا قرن شانزدهم، مدت‌زمانی که برای دو برابر شدن جمعیت نیاز بود به ۳۰۰ سال کاهش پیدا کرد و تا چرخش قرن نوزدهم این مدت به ۱۳۰ سال رسید. از سال ۱۹۳۰ تا ۱۹۷۴، جمعیت جهان ظرف ۴۴ سال دوباره دو برابر شـد اما آیا قرار اسـت که جمعیت جهان با همین نرخ به رشد ادامه دهد؟ و آیا محدودیتی برای تعداد جمعیتی که زمین می‌تـوان تحمل کند وجود دارد؟

به گفته کوهن، آنتونی فان‌لیوونهوک، دانشمند و مخترع میکروسـکوپ، در سال ۱۶۷۹ پیش‌بینی کرده بود که کره زمین گنجایش ۱۲۴ میلیارد نفر را دارد. او محاسـبه کرده بود کـه هنگـام صاحب یک قسـمت از ۱۲۴۰۰ قسـمت قابل زیسـت روی زمین است و بعد یک میلیون نفر جمعیت هلند را در ۱۲۴۰۰ ضرب کرده بود.

کوهن طی ۴۰ سال تحقیق ۶۵ تخمین درباره ظرفیت جمعیت کره زمین گردآوری کرده که از یک میلیارد نفر تا یک تریلیون نفر متغیر است. او می‌گوید: «برآکندگی تخمین‌ها درباره تعداد نفراتی که زمین می‌تواند حمایت کند با گذشت زمان افزایش پیدا کرده است. این یعنی توافق بر سـر تعداد انسان‌های خردمندی که سیاره ما می‌تواند از آنها حمایت کند، اندک است.»

در بدو امر این مهندسان بودند که از اصطلاح «ظرفیت حمل» برای توصیف تعداد محموله‌هایی که یک کشتی می‌تواند حمل کند، اسـتفاده کردند. در قرن نوزدهم، مدیران حیات وحش از این اصـطلاح برای مدیریت گله اسـتفاده کردند و بعد از آن بود که این مفهوم در بوم‌شناسی و برای توصیف «تاکتگر جمعیت» گونه‌هایی که یک زیسـتگاه خاص می‌تواند از آنها حمایت کند، استفاده شد.

کوهـن می‌گوید: اگـر تولد و مرگ در یک زیسـتگاه خاص برابر باشـد، جمعیت ثابت می‌ماند. اما تغییرات زیسـت‌محیطی مثل جمعیت و بیماری، می‌تواند ظرفیت حمل زیسـتگاه‌ها را افزایش یا کاهش دهد.

انطور کـه کوهن توضیـح می‌دهد، وقتـی نوبت به جمعیت انسان‌ها می‌رسد، «ظرفیت حمل» سـنگی به محدودیت‌های طبیعی و انتخاب‌های بشـر دارد. برای مثـال، محدودیت‌های طبیعی شـامل ظرفیت غذا و محیط‌های غیر قابل سکونت می‌شود. انتخاب‌های بشـر شـامل تعاملات بین اقتصاد و فرهنگ مثل چگونگی تولید و مصرف کالاها، میزان تولد، میانگین طول عمر و مهاجرت می‌شود.

پاتریـک گرانـد، از بخش جمعیت سـازمان ملل در نیویورک، می‌گوید: «آینده جمعیت جهان را تلفیقی از بقا و تولیدمثل تعیین می‌کند. اگر نسبت دو فرزند به ازای هر زوج برقرار باشد، آن وقت کمابیش ثبات جمعیت حفظ می‌شود. زمانی که از نسلی به نسل دیگر، تعداد فرزندان هر زوج به کمتـر از دو نفر کاهش پیدا کند، جمعیت آب می‌رود یا کاهش پیدا می‌کند. اگر نسبت بیشتر از دو فرزند به ازای هر زوج برقرار باشد و اکثریت جمعیت بقا پیدا کنند، آن‌وقت جمعیت رشد می‌کند.»

بسیاری از کشـورهای کم‌درآمد جهان همزمان تولد بالا و خانواده‌هـای پرجمعیت دارند اما در عوض میزان مرگ‌ومیـر نـوزادان در آنها بالا و طول عمرها نیز کوتاه اسـت. اما گرانـد می‌گوید: «تعداد کشـورهایی که به محض رسیدن به سطحی از این اصـطلاح برای مدیریت اقتصـادی، به دو فرزند یا کمتر به ازای هر زوج گرایش پیدا کرده‌اند، رو به افزایش اسـت.» این یعنی با اینکه دسترسی به مراقبت‌های بهداشتی باعث شده که طول عمرها افزایش پیدا کند که می‌تواند تحت شرایطی باعث رشد جمعیت شود، این دسترسی بیشتر در کشورهایی دیده می‌شود که نرخ تولد در آنها در حال کاهش اسـت. جمعیت جهان در دهه ۱۹۶۰ به اوج رسید و از آن زمان در حال کاهش بوده اسـت. بخش جمعیت سـازمان ملل می‌گوید در سال ۱۹۵۰، میانگین نرخ تولد ۵.۰ فرزند به ازای هر زن بود در سـال ۲۰۲۰، این میزان به ۲.۴۴ فرزند به ازای هر زن کاهش پیدا کرد.

همانطور که گرانـد توضیح داده اسـت، در حال حاضر اجماع علمی آن اسـت که جمعیت جهـان در اواخر این قرن به اوج خود خواهد رسـید. پیش‌بینی شـده که جمعیت جهان در دهه ۲۰۸۰ بـه ۱۰۴ میلیارد نفر خواهد رسـید و تا سـال ۲۱۰۰ ثابت خواهد ماند. امـا گرانـد همچنیـن تأکید کرده اسـت که هر چه جمعیت‌شـان در مورد آینـده دوتری پیش‌بینی می‌کنند، پیش‌بینی‌هایشان نامطمئن‌تر می‌شود.

تعداد جمعیتی که کره زمین می‌تواند حمایت کند یک رقم ثابت نیسـت. طریقی که انسان‌ها منابع طبیعی را تولید و مصرف می‌کنند بر اینکه محیط زیسـت ما چگونه قادر به حفظ جمعیت آینده خواهد بود، اثر می‌گذارد. همانطور که گرانـد می‌گوید: «وقتی صحبت از ظرفیت حمل اسـت، شـیوه تولید، شـیوه مصرف و اینکه چه کسـی بـه چه چیزی و چگونه دسترسـی دارد، اهمیت پیدا می‌کند.»

مطالعه‌ای که توسط آکادمی ملی علوم انجام شده اسـت نشان می‌دهد که اگر جمعیت ایالات متحده گیاهخوار شـوند، زمینی که به جای تغذیه دام برای تولید گوشـت صرف تولید و پرورش محصولات برای تغذیه انسان‌ها می‌شـود، می‌تواند ۲۵۰ میلیون آمریکایی بیش‌تر را سـیر کند.

به گفته ماکس روزر، مدیر برنامه مارتین اکسفورد در توسعه جهانی در انگلسـتان، در کشـورهای با درآمد بالا که دسترسـی زنان به تحصیلات و برنامه تنظیم خانواده افزایش یافته اسـت، نرخ تولد کم‌تر و خانواده‌ها کوچک‌تر از کشورهای کم‌درآمد یا با درآمد متوسط است.»

وی هم رفته سـقفی برای تعداد نفراتی که کره زمین می‌تواند حمایت کند وجود دارد اما ما نمی‌دانیم که این رقم دقیقاً چیسـت. این رقم بسـتگی به این دارد که ما چگونه تولید و مصرف و منابع‌مان را مدیریت می‌کنیم.

به عقیده کوهن اگر می‌خواهیم روی ظرفیت حمل کره زمین اثر بگذاریم، باید تصمیم بگیریم که چه تعداد از انسان‌ها یک جگربار یا چهار چرخ و چه تعداد یک جگربار یا چهار پا می‌خواهند.

منبع: Science

دوره قرنطینه موجب کاهش مهارت‌های ارتباطی نوزادان شده است

مدیـــــن نت: به گفته محققان، زمانی که تعامل اجتماعی در ماه های اولیه پاندمی کووید۱۹ متوقف شد، نوزادان تازه متولد شده نقاط عطف ارتباطی مهم را از دست دادند. یک مطالعه جدید نشان داد که حدود ٪۲۵ از این نوزادان یک سـال را بدون ملاقات با کودک هم سن خود سپری کردند. تعاملات انتقلی با غریبه‌ها و اعضای جامعه در فروشـگاه‌های مواد غذایی یا گروه‌های بازی اتفاق نیفتاد. آنها به ندرت فرصتی برای تکان دادن دست برای «بای بای» داشتند. دکتر سوزان بون، نویسنده ارشد مطالعه و مدرس ارشد اطفال و سلامت کودکان در کالج سـلطنتی جراحان در دوبلین ایرلند، می‌گوید: «البته این دلیلی برای نگرانی والدین نیسـت» بون گفت: «نوزادان بسـیار انعطاف‌پذیر هسـتند و از آنجائیکه همه گیری اکنون کاهش یافته است، بنابراین فرصت‌های زیادی برای مـردم وجود دارد که با بچه‌های کوچک خـود بیرون بروند و دنیا را ببینند». برای این مطالعه، محققان از داده‌های مطالعه پایه ۱۶۳۹ نوزاد متولد شده بین سـال‌های ۲۰۰۸ و ۲۰۱۱ اسـتفاده کردند و آن را با داده‌های ۳۰۹ نوزاد که در دوران قرنطینه به دنیا آمده بودند، مقایسـه کردند. محققان ۱۰ پیامد رشدی، از جمله مهارت‌های ارتباطی، مانند بیان یک کلمه معین و معنادار، اشاره به لشیا و تکان دادن دست برای خداحافظی را ارزیابی کردند. محققان دریافتند که تفاوت در مهارت‌های زبانی اندک بود. حدود ٪۷۷ از نوزادان دوران قرنطینه در مقایسـه با ٪۸۹ از نوزادان مطالعه پایه، یک کلمه معین و معنی دار را بیان کرده بودند. حدود ۸۴ درصد از گروه دوران قرنطینه در مقایسـه با ۹۳ درصد از گروه دیگر می‌توانستند به اشیا اشاره کنند. حدود ٪۸۸/۷ از گروه دوران قرنطینه می‌توانسـتند خداحافظی کنند در مقایسـه با حدود ٪۹۵/۰ در گروه مطالعه پایه. برین گفت: «آنچه که ما میان می‌کنیم این اسـت که در دوران قرنطینه نوزادان احتمالاً افراد بسـیار کمتری را می‌دیدند و کلمات و صداهای کمتری می‌شـنیدند. آنها همچنین بیشـتر اوقات در خانه‌های خود بودند، بنابراین کسـی را نداشتند که با او خداحافظی کنند، زیرا همچکس به خانه نمی‌آمد و کسـی نمی‌رفت.» با این حال، نوزادان بر مهارت دیگر تسلط بیشـتری داشـتند: احتمال خزیدن آنها در ۱۲ ماهگی بیشـتر از همتایان قبلی خود بود.

داروی «پاکسلووید» کووید ۱۹ با داروهای قلب تداخل دارد

هلث دی نیوز: داروی ضد ویروس کووید ۱۹ موسـوم به **Paxlovid** یک داروی موثر در دوره پاندمی جهانی بوده است و از بیماران پرخطر در برابر مغرب تبرین اثرات ویروس کرونا محافظت می‌کند. یک مقاله جدید هشدار می‌دهد که **Paxlovid** می‌تواند برای افرادی که داروهای قلبی تجویز شده برای کاهش کلسترول، جلوگیری از لخته شدن خون یا مدیریت ضربان قلب نامنظم مصرف می‌کنند، خطری ایجاد کند. دکتر هـارجو گاناترا، محقق ارشد از مرکز پزشکی لاهی در ماساچوست، هشدار می‌دهد: «برخی از بیماران قلبی ممکن است نیاز داشته باشند از **Paxlovid** اجتناب کنند یا داروهای قلبی خود را در حین دریافت این داروی ضد ویروسی کاهش دهند». محققان در گزارش خاطرنشان کردند: «این وضعیت برای پزشکان و بیماران بریسک است، با توجه به اینکه **Paxlovid** روند بسـیار خوبی ایجاد کرده است و تا ۸۹ درصد در بیماران پرخطری که واکسینه نشده اند کاهش می‌دهد». گاناترا گفت: «ما نمی‌خواهیم پزشکان را از تجویز **Paxlovid** منصرف کنیم، زیرا این بیماران هسـتند که بیشـتر از همه سود می‌برند. افرادی که از فواید خطر قلبی عروقی دارند، در معرض خطر بسـیار بالایی برای ابتلاء به کووید شـدید هستند. هدف این است که مردم آگاه شوند که تداخل دارویی در این مورد وجود دارد». **Paxlovid** ترکیبی از دو داروی **ritonavir** و **nirmatrelvir** اسـت و کارشـناسان می‌گویند نگرانی اصلی مربوط به تداخلات دارویی ناشی از ریتونوایر است.

کمبود کدام مواد غذایی باعث خستگی می‌شود؟

- **ویتامین B12** — کاهش اکسیژن در بدن
- **روی (زینک)** — کم شدن متابولیسم
- **منیزیم** — کاهش سطح قندخون
- **ویتامین C** — کاهش تولید کلاژن
- **آهن** — کاهش گردش و تغذیه سلول‌ها
- **ویتامین D** — پایین آمدن سیستم ایمنی

جام جم
@JamejamDaily

رسانه چه خبر

شایع ترین علت بروز کمردردها

ایسنا: رئیس مرکز تحقیقات روماتولوژی کشور ضمن تشریح انواع کمردردها، گفت: در صورت بروز کمردرد با علائم عصبی مانند تب، درد، ضعف و کاهش وزن، حتما باید فرد از نظر بیماری‌های روماتیسمی توسط پزشک بررسی شود. احمدرضا جمشـیدی درباره علل شایع بروز کمردردها، گفت: کمردردها علل مختلفی دارند که یکی کمردردهای مکانیکی اسـت. این نوع از کمردرد بر اثر فعالیت ایجاد شده و با استراحت بهبود می‌یابد. علت این نوع از کمردردها می‌تواند جلوجیای دیسـک کمر یا آرتروز سـتون فقرات یا شایعات اطراف مفصلی مانند عضلات و اعصاب اطراف مفصل باشد که دچار مشکل می‌شود و باید بر اساس آن علت خاص، مورد بررسی قرار گیرد. وی افزود: از سوی دیگر برخی کمردردها التهابی یا روماتیسمی هسـتند که سبب می‌شوند درد در حالت اسـتراحت ایجاد شود؛ مانند بیماری رماتیسـم سـتون فقرات یا رماتیسـم پسوریازیس که سبب درد التهابی و خشـکی صبح کلافی در کمر افراد می‌شود او تاکید کرد: اگر کمردرد مکانیکی باشد و به سایر اندام‌ها انتشار نیابد با اسـتراحت کردن و برخی ورزش‌ها رفع می‌شود، ولی اگر کمردرد انتشاری به همراه درگیری سیاتیک وجود داشت حتما باید فرد به پزشک مراجعه کنند. رئیس مرکز تحقیقات روماتولوژی کشـور در پایان هشـدار داد: در صورت بروز کمردرد با علائم عمومی مانند تب، درد، ضعف و کاهش وزن، حتما باید فرد از نظر بیماری‌های روماتیسـمی توسط پزشک بررسی شود.

دوره قرنطینه موجب کاهش مهارت‌های ارتباطی نوزادان شده است

مدیـــــن نت: به گفته محققان، زمانی که تعامل اجتماعی در ماه های اولیه پاندمی کووید۱۹ متوقف شد، نوزادان تازه متولد شده نقاط عطف ارتباطی مهم را از دست دادند. یک مطالعه جدید نشان داد که حدود ٪۲۵ از این نوزادان یک سـال را بدون ملاقات با کودک هم سن خود سپری کردند. تعاملات انتقلی با غریبه‌ها و اعضای جامعه در فروشـگاه‌های مواد غذایی یا گروه‌های بازی اتفاق نیفتاد. آنها به ندرت فرصتی برای تکان دادن دست برای «بای بای» داشتند. دکتر سوزان بون، نویسنده ارشد مطالعه و مدرس ارشد اطفال و سلامت کودکان در کالج سـلطنتی جراحان در دوبلین ایرلند، می‌گوید: «البته این دلیلی برای نگرانی والدین نیسـت» بون گفت: «نوزادان بسـیار انعطاف‌پذیر هسـتند و از آنجائیکه همه گیری اکنون کاهش یافته است، بنابراین فرصت‌های زیادی برای مـردم وجود دارد که با بچه‌های کوچک خـود بیرون بروند و دنیا را ببینند». برای این مطالعه، محققان از داده‌های مطالعه پایه ۱۶۳۹ نوزاد متولد شده بین سـال‌های ۲۰۰۸ و ۲۰۱۱ اسـتفاده کردند و آن را با داده‌های ۳۰۹ نوزاد که در دوران قرنطینه به دنیا آمده بودند، مقایسـه کردند. محققان ۱۰ پیامد رشدی، از جمله مهارت‌های ارتباطی، مانند بیان یک کلمه معین و معنادار، اشاره به لشیا و تکان دادن دست برای خداحافظی را ارزیابی کردند. محققان دریافتند که تفاوت در مهارت‌های زبانی اندک بود. حدود ٪۷۷ از نوزادان دوران قرنطینه در مقایسـه با ٪۸۹ از نوزادان مطالعه پایه، یک کلمه معین و معنی دار را بیان کرده بودند. حدود ۸۴ درصد از گروه دوران قرنطینه در مقایسـه با ۹۳ درصد از گروه دیگر می‌توانستند به اشیا اشاره کنند. حدود ٪۸۸/۷ از گروه دوران قرنطینه می‌توانسـتند خداحافظی کنند در مقایسـه با حدود ٪۹۵/۰ در گروه مطالعه پایه. برین گفت: «آنچه که ما میان می‌کنیم این اسـت که در دوران قرنطینه نوزادان احتمالاً افراد بسـیار کمتری را می‌دیدند و کلمات و صداهای کمتری می‌