info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۲۹۵
سه‌شنبه / ۲۵ مهر / ۱۴۰۲
/ ۱ ربیع الثانی / ۱۴۴۵
17 / October / 2023

صاحب‌امتیاز موسسه‌همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کافون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۴۳۴۴-۳۲۵۳۴۳۸۳ فکس: ۰۲۶-۴۷۵۳۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸/۲۳
چاپ: کارگر

خواجه

امروز با حافظ

این راه را نهایت صورت کجا توان بست؟
کش صد هزار منزل بیش است در بدایت
هـر چنـد بـردی آبـم، روی از دَرَت نَتابم
جـور از حـبیب خوشتر کز مُدَّعی رعایت

خواجه

غیر تو در حقیقت یک ذره می‌نبینم
ای غیر تو خیالی کرده ز تو سرایت

عطر

فال‌گوه

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۴:۵۱	۰۶:۱۴	۱۱:۵۱	۱۷:۲۷	۱۷:۴۵

برگه

بزرگ‌ترین روز زندگی همهٔ ما روزی است که مسئولیت تمام نگرش‌ها و رفتارهایمان را تمام و کمال بر عهده بگیریم...

جان. سی. مکسول

گزارش روز

راه‌هایی برای کاهش آسیب‌های طلاق روی کودکان

لجبازی‌های کودکانه را کنار بگذارید

حمایت بیش از حد از فرزنـدان طلاق، مانند بی‌توجهی و کم توجهی به آنان آسیب‌زاست. یا آنان باید مانند سایر بچه ها رفتار شود تا در آینده به واسطه توجه بیش از حد یا بی‌توجهی دچار بحران نشوند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایران، «من بچه طلاق هستم از ۹ سالگی این کولهبار طلاق خوردنا را روی شانه‌هایم حمل کردم تا امروز که ۳۳ ساله‌ام. «خانواده» برای من مفهومی ناآشناست چون حسرت یا هم دیدن و در کنار هم بودن پدر و مادر سال‌هاست که بر دلم مانده است. کودکی من تا ۹ سالگی هر روز با دعوا و سر و صدا گذشت و بعد از آن در سرگردانی و کلنجار و لجبازی‌های پدر و مادرا پدری که نمی‌گذاشت مادرم را ببینم و مادری که هر روز رفت‌های تلخی از پدر برایم تعریف می‌کرد. در مدرسـه و بعد در دانشگاه همیشه برچسب «بچه طلاق» را با خودم حمل می‌کردم، برچسبی که بر روزهای روشن زندگی‌ام سایه افکنده بود. سایه‌ای که امتداد آن تا زندگی این روزهایم نیز کشیده شده است». این حکایت زندگی فقط «فرنوش» نیسـت، بلکه حکایت زندگی اکثر بچه‌های طلاق هم هست.

داسـتان زندگی ما از خانواده شـروع می‌شود. خانواده در واقع مأمنی برای هر یک، از ماسـت اما گاهی طوفـان اختلاف، این پایگاه عاطفی را از آن روبه‌رو می‌شـوند. این است من باید کجا زندگی کنم؟ سکونت این کودکان در یک مکان مشخص و نزد یکی از زوج‌ها ارتباط بیشتر آنها با خانواده والدی را یدخیل خواهد داشـت که حضانت او را برعهده گرفته است. موضوع از آنجا شروع می‌شـود که در ابتدای بروز این مشکل در خانواده خواسته و ناخواسته این کودکان در مرکز توجه اطرافیان قرار می‌گیرند. البته توجه یا چلاندنی ترحم. اما این رفتارها مثل استفاده از آنفاظ دلسوزانه برای برقراری ارتباط با او یا سری به نشانه افسـوس تکان دادن هنگام مواجه شدن با او، موجب می‌شود که بچه به سوی رفتارهایی ویـژه مثل توقعات غیرمعقول یـا انجام ندادن وظایف و تکالیف سـوق یابد همچنین دخالت زیاد اطرافیان، روند تربیت وی را با مشکل روبه‌رو می‌کند.

باج‌ندهید

این روانشـناس تأکید می‌کند: «فرزندان طلاق هیچ فرقی با بچه‌هـای دیگر ندارند و نباید هم داشته‌باشند».

دکتر بخشی می‌گوید: «این بچه‌ها هم باید «نه» بشـنوند و مثل بقیه در زندگی روزمره خود با چالش‌ها مواجه شوند. دلیلی ندارد چون فرزند طلاق هسـتند و یکی از والدین حضور ندارد، والد سرپرست کودک بیش از حد لازم تلاش کند تا کودک هیچ کمبودی در زندگی نداشته باشد. مراجعاتی داشـتم که مادر پول قرض گرفته تا کودک را در مدرسـه خصوصی ثبت‌نام کند یا زیر بار بدهی رفته اسـت تا او را به سفر ببرد. این رفتارها نادرست است وقتی سنگ‌بنای اولیه تربیتی کج گذاشته شود با کودکانی زیاده‌خواه، جسـور و پرتوقع روبه‌رو می‌شـویم که به هیچ عنوان احسـاس رضایتمندی از زندگی‌شـان ندارند و وقتی به آنها انتقاد می‌کنیم، معمولا در پاسخ این جملات را می‌شنویم که «من که بابا ندارم» یا «بابا که نیسـت من این رفتار را می‌کنم» یـا «اگر مامانم بود این رفتار را با من نمی‌کرد». البته این مشکلات در سـوگ و فقدان یکی از والدین هم به چشـم می‌خورد. والد سرپرسـت بی‌هیچ چشمداشـتی محبت بی‌دریغ می‌کند و نمی‌خواهد کودک کمبودی را احسـاس کند. پس شروع می‌کند به یاچ دادن به کودک! بخشی می‌گوید: «کاهی فوت یکـی از والدین هم این مشکلات را ایجاد می‌کند. به بچه فشار نمی‌آورند که درس بخوانند. چون پدر یا مادر ندارد در حالی که همین مورد باعث می‌شـود، این بچه‌ها با مشکل‌دار بدلیم. اگر در سوگ یا طلاق، بدلیم که چگونه باید رفتار کنیم، چگونه سبک تربیتی را تغییر ندهیم و پدر و مادری کنیم اما باج ندهیم، خیلی از این مسائل حل می‌شود».

عاقلانه رفتار کنید نه با خصومت

این روانشـناس تأکید می‌کند: «اگر طلاق بالغانه و عاقلانه باشـد والدین باید این نکته اشراف داشته‌باشند که اما بدلیل مشکلاتمان نمی‌توانیم با هم کنار بیاییم ولی فرزندمان محصول مشترک زندگی ماست. بنابراین تاچار هستیم تا کاهی نه با دشمنی و خصومت بلکه همانند دو انسان عاقل در حضور کودک ملاقات‌هایی داشته باشیم؛ یا خریدهای مربوط به او را با یکدیگر و مثل همه خانواده‌ها انجام دهیم. یا اگر قرار اسـت پدر، کودک را به سفر ببرد، به جای لجبازی و حرف زدن درباره خصوصیات منفی بدو گفتن پیشینه دعواها و جار و جنجال‌های گذشـته، کودک را آماده کنیم تا از سفر به همراه پدر لذت ببرد. در واقـع به ایـن ترتیب، چهارچـوب ذهنی فرزندانمان را حفظ می‌کنیم. توجه داشته باشید که نمی‌توانیم بعد از طلاق چهارچوب‌های ذهنی فرزند را به هم بزنیـم. وای به حال فرزندی که شخصیت و قداسـت پدر یا مادر را برای او خرد کرده باشند. هیچ وقت با کودکان درد دل نکنید. شـما به‌دلیل مشکلاتی که داشـته‌اید، طلاق گرفته‌اید و دلیلی ندارد کودک آسیب ببیند و او حق دارد که زندگی سالمی داشته باشد».

مشاوره‌بگیرید

بخشـی می‌افزاید: «وقتی فرزندانمان یک والد را از دسـت می‌دهند، والدی که حضانت فرزند را بـه عهده گرفته باید بداند چه کار می‌کند. از اول باید هم خودش و هم فرزندش تحت مشاوره قرار گیرند تا از روی ناآگاهی کاری انجام ندهد که نتیجه منفی داشته باشـد. والد سرپرسـت، می‌خواهد خیلی از مسائل و خلأ نبود پدر یا مادر را جبران کند. همین جبران کردن‌هاست که کار دست کودک می‌دهد و آینده او را با بحران مواجه می‌کند».

فرزند طلاق فرقی با بقیه ندارد

هرچند متأسفانه طلاق با اختلافات فراوان میان زوج‌ها همراه است و بیشتر والدین بعد از جدایی نمی‌توانند روابط منافـی به‌عنوان پدر و مادر فرزندشان یا یکدیگر داشته باشند. اما نباید از یاد ببریم که هرگونه بی‌توجهی به این مولد می‌تواند فرزندشان را در آینده با مشکلات عدیدهای روبه رو کند که شـاید در آن زمان برای کمک به وی دیر باشد.

بخشی می‌گوید: «خیلی شـنیدیم اتک «فرزند طلاق» به این بچه‌ها می‌زنند یا می‌گویند فلانی فرزند طلاق اسـت. این موضوع حتی در زمان ازدواج این فرزندان هم دردسـرساز اسـت. فرزند طلاق بودن باعث می‌شـود خانواده‌ها مقاومت کنند چون فکر می‌کنند که این فرد مشکلات خودش را دارد. البته من این موضوع را نه تأیید می‌کنم و نه رد می‌کنم. به این دلیل که فرزند، وقتی فرزند طلاق اسـت که بـرای او مادری و پدری نکرده باشیم». این روانشناس درباره حضور این کودکان در محیط‌های آموزشـی می‌گوید: «کلاسمان به بچه‌های طلاق با بچه‌های دیگر باید یکسان باشد. او هم دختر و پسری است که در مدرسه درس می‌خواند و لزوما مشکلی ندارد مگر اینکه پدر و مادر مشکل‌ساز شوند. متأسفانه بارها با این قبیل مشـکلات روبه‌رو بودم که پدر یا مادر به مدرسه آمده تا اجازه ندهد مادر و فرزندش را ببیند یا برعکس. بیشـتر مشـکلات این والدین بر اثر لجبازی کودک، درون آنهاست یعنی یاد نگرفته‌اند که حتی اگر طلاق می‌گیرند همانند دو انسان بالغ و عاقل از هم جدا شوند. یاد نگرفته‌اند که دشمن هم نیستند و نباید با هم جنگ کنند حتی اگر نقاط اشتراک کمی دارند. بچه‌های طلاق لزوماً جدا از بچه‌های دیگر نیستند. به شرطی که والدین آنها رفتار درست و زیر نظر مشاور داشته باشند».

اشاره

این عادت‌های غذایی بیمارتان می کند

امار نگران کننده‌ای درباره روند افزایشـی برخی بیماری‌ها در کشـور مطرح می‌شود که ۵۰ درصد آنها نتیجه عادت‌های بد غذایی است. عادت‌هایی که با اصلاح آنها بار بیماری در نظام سلامت هم تا ۵۰ درصد کاهش پیدا می‌کند

به گزارش پیام آشنا به نقل از همشهری آنلاین، ۲۴ مهر (شانزدهم اکتبر) روز جهانی غذا بود و تقریبا از ۱۹۴۵ میلادی تا کنون در این روز در ۱۵۰ کشـور جهان، برنامه‌های خاصی به منظور یادآوری و افزایش آگاهی عمومی و تفهیم گرسنگی و فقر اجرا می‌شود. غذا اتقدر اهمیت دارد که بی‌توجهی به آن می‌تواند متجربه تشدید بیماری‌های غیرواگیر (NCD) شود. این در حالی است که در ایران هم پژوهش‌های علمی بسیار انجام و مقالات معتبری منتشر شده که نشان می‌دهد حـدود ۵۵ درصد از بیماری‌های غیرواگیر عامل تغذیـه‌ای دارند. یعنی اگر برنامه غذایی افراد مختلف در جامعه در طول ۲۴ ساعت شامل ۵ گروه اصلی غذاها: شامل کربوهیدرات و قندها، چربی‌ها، پروتئین‌ها، میوه و سبزیجات و شیر و لبنیات باشد و انرژی خود را از همه این گروه‌های غذایی بگیرند، ۵۰ درصد بار بیماری‌های غیرواگیر (NCD) در نظام سلامت کاهش پیدا می‌کند.

بررسی فرهنگ غذا در میان ایرانیان نشان می‌دهد که عادت به غذایی آنها را بیمارتر کرده و نظام سلامت هم با آمار نگران کننده‌ای از اضافه‌وزن، چاقی، دیابت، فشـار خون، بیماری‌های قلبی ـ عروقی و آرایمر مواجه است.

جلال امیـر، مـیرزای رزاز، رئیـس انجمن تغذیه ایران و دانشیار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در تشـریح این عادت غذایی به نکات جالبی اشـاره می‌کنـد که با اصلاح آنها، سـلامت افراد کمتر در معرض خطر قرار می‌گیرد.

از اسـراف مواد غذایی که زیاد می‌پزند

میرزای رزاز اولیـن و مهم‌ترین عادت غذایی بد در میان مردم ایران اسـراف مواد غذایی و تولید قابل توجه ضایعات مواد غذایی می‌داند و می‌گوید: ضایعات غـذا در ایران ۲۵ میلیون تن و در کل اتحادیه اروپا ۹۰ میلیون تن در سال است. بیشترین ضایعات هم مربوط به نان، میوه، برنج و سبزیجات است. اصلاح این فرهنگ می‌تواند در تسـریع امنیت غذایی و حل مشکل سوءتغذیه در میان افراد کم‌بهره خود دار اثربخش باشد.

به گفته دانشـیار دانشـگاه علوم پزشکی شهید بهشـتی نحوه فرآوری و طبخ غذا هم در سـبک زندگی ایرانی‌ها مناسب نیسـت و در توضیح بیشتر بیان می‌کند: بدترین روش‌هـا را برای پخت غذا داریم. از جمله سرخ‌کردنی‌ها که جزو سبد اصلی غذاهای روزانه هسـتند. مواد غذایی که بیش از اندازه سرخ می‌شـوند، آسیب جدی برای سلامت دارند. این درحـالی است که برخی غذاهای سـنتی ما حاوی سرخ کردنی هاست اما این شیوه باید در حد تفحاندن باشد نه این که ماده غذایی در روغن غوطه‌ور شود. خانواده‌های ایرانی، ناآگاه کودکان‌شان از همان اول با غذاهای بسـیار چرب و سرخ‌شـده عادت می‌دهند که در دوران نوجوانی تغییر این ناآگاه کار سختی خواهد بـود. وی با بیان این که مدت زمان طبخ هم یکی دیگر از مشکلات اسـت. عنوان می‌کند: گاهی پیش می‌آید که غذا را به مدت ۷ تا ۸ ساعت می‌پزیم و نتیجه این کار، از بین رفتن کیفیت غذاسـت. پخت بیش از حد، بیشترین آسیب را به مواد مغذی غذا می‌زند. در این باره بهتر است از زودپز استفاده کنیم یا زمان طبخ را به روش‌های مختلف کاهش دهیم. این اصطلاح استیمانی است که طبخ طولانی یعنی جلاقاتن غذا هر قدر بیشـتر بپزد، بی‌کیفیت‌تر می‌شود.

رژیم‌های نامتعادل در زندگی‌های شور

رئیس انجمن تغذیه ایران با بیان این که ایرانی‌ها دو برابر سرانه دنیاسـت می‌گوید: این سرانه را در جهان روزانه ۵ گرم عنوان می‌کند و می‌گوید: سرانه مصرف نمک در ایران بیش از ۱۰ گرم اسـت. مصرف نمک موجب بروز بیماری فشار خون بالا در سـتین مختلف به خصوص میانسالی می‌شود. عوارضی از جمله فشار خون، بزرگ شدن عضله قلب، نارسایی قلبی، بیماری کلیوی، سنگ کلیه، پوکی استخوان، سرطان معده و سکته مغزی را به دنبال داشته باشد. او ادامه می‌دهد: یکی دیگر از فرهنگ‌های اشـتباه تغذیه‌ای در کشور ما تمرکز برخی اقشار جامعه روی رژیم‌های خاص و تبعیت از افراط و تفریط در برخی مواد غذایی اسـت. به عنوان مثال برخی افراد صرفا رژیم کربوهیدرات یا پروتئین را رعایت می‌کنند ما رژیم متنوع و متعادل تغذیه و رژیم‌های تک‌غذایی در مردم ایران بسیار شایع است. رژیم متنوع یعنی ۵ گروه غذایی وجود داشـته باشد؛ از جمله شامل کربوهیدرات و قندها، چربی‌ها، پروتئین‌ها، میوه و سبزیجات و شیر و لبنیات باشد که افراد به صورت روزانه لازمی خود را از همه این گروه‌های غذایی به نسبت‌های مختلف دریافت کنند.

میرزای رزاز درباره آسیب حذف برخی مواد غذایی از رژیم غذایی روزانه با رعایت رژیم‌های تک‌غذایی بیان می‌کند: اشتباه در عادت غذایی در تمامی اقشار جامعه وجود دارد و صرفنظر از مشکلات اقتصادی که متجربه به کاهش قدرت خرید مواد غذایی می‌شود، ما با افرادی مواجه هسـتیم که اقدام به حذف یک ماده غذایی از سـبد غذایی خـود می‌کنند. افراد تحصیل‌کرده و دانشگاهی داریم که می‌گویند روغن خوراکی را از زندگی خود حذف کرده‌اند. این در حالی است که ۳۰ درصد انرژی دریافتی باید از روغن‌ها صورت بگیرد و اگر آن را حذف کنیم ظرف چند ماه، فرد دچار سوءجذب می‌شود.

او تاکید می‌کند: با حذف روغن خوراکی ۴ ویتامین اصلی (A، D، K و دی) محلول در چربی جذب بدن نخواهد شد. این افراد اتفاقا در ماه جدا چندان مشکل‌ساز نیسـت. مثال جدی ماه اسـت که لب به روغن نزده‌اند و مواد غذایی را به صورت آبپز و بخارپز دریافت کرده‌اند در حالـی که این اقدامشـان در درازمدت متجر به عوارض جدی برای آنها خواهد شد و بیماری‌زا خواهد بود. برخی افراد هم مواد غذایی از جمله نان، برنج و سیب‌زمینی را حذف می‌کنند که با این کار پایه نیاز بدن به کربوهیدرات مختل می‌شود و انرژی دریافت نمی‌کنند. این اقدام بدن را وارد واکنش‌های بسیار جدی‌تری می‌کند به این صورت که هر چه می‌خوریم در نهایت تبدیل به گلوکز می‌شـود ولی بدن وارد فرآیند پیچیده‌ای شده و این آسیب‌زاست.

روغن‌هایی که سرطان به خوردتان می‌دهند

رئیـس انجمن تغذیه ایران یکی دیگر از عادت‌های غذایی را خوردن فسـت‌فودها و غذاهای بیرون از خانواده عنوان می‌کنـد و می‌گوید: جامعه امروزی ما به شدت تمایل به مصرف غذاهایی فسـت‌فودی و آمادهشـده در بیرون حقه دارد. مشکل این غذاها رعایت نکردن اصول مبقی تغذیه‌ای اسـت. به عنوان مثال روغن سـرخ‌کردنی که تهیه این غذاها مورد استفاده قرار می‌گیرد عمدتا مانده و جوشیده هسـتند. این روغن‌ها را بعد از هر بار پخت عوض نمی‌کنند و در صورت کم شـدن به آن اضافه می‌شود او ادامه می‌دهد: در این روغن‌ها که روزانه ۱۰ تا ۱۲ ساعت می‌جوشـند، رادیکال آزاد و مواد سـرطان‌زا تولید می‌شـود که ما آنها را همراه بـا غذاها می‌خوریم و متوجه آسـیب‌زا بودن آنها نیسـتیم. این آمار نگران کننده که درباره روند افزایشـی بیماری‌ها به وجود آمده به دلیل همین جزئیاتی اسـت که ما به آنها توجه نداریم.

میرزای رزاز در پاسخ به این سؤال که آیا فسـت‌فودها باید به طور کامل حذف شـوند یا می‌توان آنها را در خانه تهیه کرد. بیان می‌کنـد به هر صورت میل جامعه امروز استفاده از چنین غذاهایی است و اگر آن را در خانه تهیه کننـد، به مراتب سـالم‌تر خواهد بود. البته استفاده از این مواد غذایی متل سوسـیس و کالباس نباید جزو اصلی برنامه غذایی افراد شـود. صرف یک یا دو بار در ماه چندان مشکل‌ساز نیسـت. چون این محصولات عمدتا کیفیت مطلوبی ندارند.

رسانه چه خبر

۹۰ درصد تهرانی‌ها بیش از اندازه نمک مصرف‌می کنند

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی: رئیس دانشگاه علوم پزشکی شـهید بهشتی گفت: تنها ۹.۷ درصد شهروندان تهرانی نمک معتدل و مناسب مصرف می‌کنند و نزدیک به ۹۰ درصد مردم تهران بیش از اندازه نمک مصرف می‌کنند. علیرضا زالی روز یکشـنبه با اشاره به نتایج یک پیمایش ملی اظهار داشت: اگر مبنا بر قند خون نلشتا باشد، میزان لتبلا به دیابت ۱۶.۲ درصد در تهران گزارش می‌شـود که در کل کشـور ۱۴ درصد اسـت. وی افزود: در سال ۱۳۹۵ این عدد در تهران ۱۱.۱ درصد بود. در پیمایش استانی دیابت ۷۳ درصد شهروندان تهرانی از ابتلای خود به دیابت مطلع هسـتند که از این تعداد ۶۵ درصد افراد مورد مطالعه تحت درمان قرار داشتند. زالی با بیان اینکه در تهران آمار پرفشاری خون ۲۶.۷ درصد گزارش می‌شود، افزود: این عدد در سال ۲۲۵.۹۵ درصد بوده است. به گفته وی، در استان تهران ۶۲ درصد افراد از بیماری فشارخون مطلع هسـتند و از این تعداد فقط ۴۲ درصد درمان منظم فشارخون دارند. زالی به ابعاد دیگر این پیمایش ملی اشاره کرد و گفت: در مطالعه افزایش وزن دانش‌آموزان اسـتان تهران رقم ۲۲ درصدی به چشم می‌خورد. به گفته وی، همچنین ۱۱ درصد دانش‌آموزان تهرانی چاق هسـتند. از طرفی ۱۵۳ درصد دانش‌آموزان تهرانی بسـیار لاغر هسـتند. زالی اظهار کرد: کمتر از ۳۰ درصد شهروندان تهرانی سـه بار در هفته سبزیجات مصرف می‌کنند. وی سـندرم متابولیک را چالش بزرگ وزارت بهداشت خواند و گفت: پیش‌بینی می‌شـود در دوران کرونا ۴۰ درصد بیماریابی دیابتی دچار اختلال شده است. رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی افزود: به دلیل مشکلات درمان و غربالگری در بحران کرونا تا مدت‌ها شاهد آثار منفی این پیامد خواهیم بود. زالی در پایان این طرح را ذخیره و گنجینه ناب مطالعاتی دانست و گفت: امیدوارم این طرح ماخذهای به ویژه در مطالعاتی بنلی مورد حمایت قرار گیرد. این مطالعه می‌تواند سنگ بنای خوبی برای سایر مطالعات باشد و بستر انسانی خوبی را برای پزشکی فرافقیق فراهم می‌کند.

فرهنگ سلامت کشور نیازمند «شخصیت‌پردازی» است

ایسنا: مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت گفت: فرهنگ سـلامت یک موضوع وسیع و گسـترده و نیازمند کار تعاملی و متعهدانه و شخصیت‌پردازی است. اما متأسـفانه کمترین اعتبارات به فرهنگ‌سازی اختصاصی پیدا می‌کند. فرشید رضایی درباره ظرفیت‌های شخصیت‌پردازی برای ارتقای فرهنگ حوزه سلامت اظهار کرد: موضوع اصلی، رفتار است؛ چون همه شـخصیت و نتیجه زندگی هر فرد از رفتاری اسـت که بروز می‌دهد. وی افزود: موضوع اصلی عامل آموزش ارتقای سلامت که یک علم بین رشـته‌ای اسـت، رفتار اسـت و رفتار بخش مهمی از فرهنگ فردی و قبیله‌ای و اجتماعی محسـوب می‌شود. مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت گفت: شـکل‌گیری یک رفتار به صورت تلبا‌آیو و پایدار در شرایط مختلف، کار صرفا آموزش نیسـت و افراد باید در محیطی قرار گیرند که رفتارها در آن متبلور شـود اما ساختن محیط و شرایطی که افراد و گروه‌ها بتوانند رفتارشـان را تغییر دهند دقیقا همان جایی است که شخصیت‌سـازی ورود می‌کند. وی با بیان اینکه شخصیت سازی از جهات مختلف روی سـبک زندگی سلام ایرانی اسلامی تأثیر می‌گذارد، گفت: منظور ما از سـبک زندگی یک کتابچه و بی‌سلیت صرف نیسـت؛ بلکه سبک زندگی یک موضوع اجتماعی است و از هر فردی به فرد دیگر هم متفاوت است و شخصیت‌های داستانی هم دقیقا فرد را به چالش‌هایی می‌کشانند تا یک رفتار خاص شکل بگیرد. مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت خاطرنشان کرد: یک شخصیت فرای یک مطلب آموزشی و روایت خالی، تأثیرگذار اسـت؛ چون همراه بنداری می‌کند و از طریق روش‌های مختلف به شکل‌گیری رفتارهای فردی و گروهی کمک می‌کند. رضایی گفت: کشورها برای شخصیت‌سازی و شکل‌گیری رفتار سـالم در جامعه ابتدا باید جهان بینی و دورنمای خود را از انتظاراتی که از جامعه دارند تعیین کرده و سپس شروع به شخصیت‌سازی کنند. این وی تصریح کرد: برخی شخصیت‌ها آسـیب زننده هسـتند و در مقابل سود اقتصادی بالایی دارند اما در ادبیات فارسی شخصیت‌هایی خلق شده‌ای داریم که ماندگار هسـتند و به عنوان یک فرهنگ از جغرافیایی به جغرافیای دیگری منتقل شدند.

وی با بیان اینکه فرهنگ سـلامت از حیطه‌های مغفول مانده در کشور ماسـت، گفت: خیلی افراد و سازمان‌ها در شکل‌گیری فرهنگ سلامت اعـم از خوب و بد نقش دارند. رضایی که در یک برنامه رادیویی صحبت می‌کرد از ورود بین بخشـی وزارت بهداشت به این حوزه سخن گفت و خاطرنشـان کرد: کمیته علمی دفتر آموزش و ارتقای سـلامت وزارت بهداشت از انجمن جامعه شناسی، روانشناسی اجتماعی، آموزش و ارتقای سلامت و حتی از انجمن ارتباطات و فرهنگ نیز افراد را به عضویت گرفته تا گفتمان بین رشته‌ای سختی شکل بگیرد و رنگ و بوی وزارت بهداشت از نگاه غالب تربیت پزشـک و پرسـتار و خانه بهداشت به سمت داسـتان و کارتون و شخصیت و فرهنگ و علوم انسانی تغییر کند. مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت گفت: فرهنگ سلامت یک موضوع وسیع و گسـترده و نیازمند کار تعاملی و متعهدانه و شخصیت پردازی اسـت؛ اما متأسفانه کمترین اعتبارات به فرهنگ‌سازی اختصاصی پیدا می‌کند.

سکت

شیر خشک در شیشه دلالان!

از پچشـت‌هایی که گذشت خریداران شیرخشـک، چه آنهایی که شیرخشک رژیمی می‌خواهند و چه کسانی که قصد خرید شیرهای متابولیک و رگولار را دارند باید کدملی و تاریخ تولد نوزاد را به متصدی داروخانه ارائه دهند و شیرخشک مورد نظر را تحویل بگیرند؛ داروخانه‌ها هم موظفند این اطلاعات را در سـامانه تی‌تک که سامانه‌ای نظارتی است، ثبت کنند تا روشن شود سهمیه داروخانه‌ها به دست چه کسانی رسیده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام‌جم آنلاین، این تلاشدن تلاش سازمان غذا و دارو برای سروسامان دادن به بازار نامطمئن شیرخشک است. بازاری که ماه‌هاست درگیر کمبود و اظهارات ضدونقیض مسـئولان است. وزارت بهداشـت ثبت کدملی نوزادان حین خرید شیرخشک را تضمین کننده مدیریت مصرف و رفع کمبود ماهی دانلد اما حالا سه روز پس از شروع این طرح پیگیری‌های ما نشان می‌دهد که کمبود برخی برندهای شیرخشک همچنان به حدی جدی است که اساسا کار به ارائه کدملی و تاریخ تولد نوزاد نمی‌کشد. خانواده‌هایی که این چنین در تنگنا افتادند در شهرهای خود به هر داروخانه‌ای که می‌رسند سراغ شیرخشک را می‌گیرند که خیلی وقت‌ها با دست خالی برمی‌گردند و گاهی اوقات با یک یا دو قوطی شیرخشـک که فقط کفاف چند روز فرزندشان را می‌دهد از آنجا که هر شیر خشکی به گوارش هر نوزادی نمی‌سازد کار سخت‌تر هم شده. چراکه داروخانه‌ها ممکن است برخی برندها را در اختیار داشته باشند. ولی برند مورد نظر را خیر.

مردم از کمبودهای می‌گویند

از روز بیسـتم مهرماه که شیرخشـک را با کدملی نوزاد به خانواده‌ها عرضه می‌کنند اوضاع بهتر نگران تهرانی هیچ تغییری نکرده است و که قبل از این تاریخ هم درهدر به‌دنبال برند نان ۳ می‌گشـت در سه روز اخیر نیز همین شرایط را تجربه می‌کند و از هر داروخانه‌ای که در مسیرش باشد سراغ شیرخشک را می‌گیرد. هموطن دیگری که ساکن یکی از شهرهای شمالی کشور است نیز به ما از تداوم کمبود‌ها گزارش می‌دهد. فرزند او مصرف کننده بند گیگور ۲ است. ولی هیچ داروخانه‌ای شیرخشـکی با این برند برای فروش ندارد. البته گرچه گزارش‌های مردمی از تداوم کمبود شیرخشـک در کشور حکایت دارد و مشکل خانواده‌ها به هیچ‌وجه ارائه کدملی نوزاد به متصدی داروخانه نیسـت ولی صنف داروخانه‌ها را گویا این قانون جدید مشکل دارد. رئیس انجمن داروسازان ایران در نامه‌ای خطاب به رئیس سازمان غذا و دارو، خواسـتار توجه به هزینه‌های سر بار نلشی از الزام به ثبت اقلام با حاشیه سود کم مشابه شیرخشـک‌های رگولار در سامانه تی‌تک شد. به‌عبارت ساده‌تر، شهرام کلانتری خدادلی از حیدر محمدی خواسته تا به باری که ثبت کدملی و تاریخ تولد نوزاد در سامانه تی‌تک به گردن داروخانه‌ها می‌اندازد به خصوص در مورد شیرخشـک‌های معمولی که سود چندانی برای داروخانه‌ها ندارد، توجه داشته باشد توجهی که ممکن است به محتی بی‌میلی داروخانه‌ها به ثبت کدملی در سامانه و در نتیجه ابتر ماندن دسـتورالعمل جدید باشد.

قاچاق یا مشکلات ارزی؟

بازار شیرخشک در کشورمان همواره بازاری بر حرف و حدیث و متلاطم بوده به‌طوری که خانواده‌ها حتما خاطرهای از تکاپو برای خرید یا تلاش برای دیو کردن شیرخشـک را ـ در سال‌های مختلف ـ در حافظه دارند. این داسـتان از سال‌ها قبل وجود داشته و همواره به‌عنوان یک میراث از سالی به سال دیگر منتقل شده‌اسـت؛ گویی مسئولان وزارت بهداشت و سازمان غذا و دارو هیچ‌گاه برآوردی دقیق از میزان نیاز ماهانه و سالانه کشـور به این محصول نداشته‌اند. مسـئولان این دو بخش اما وجود هیچ‌گونه غفلت یـی مبالاتی یا ضعف مدیریت را تایید نمی‌کنند؛ به‌طوری که متوجه‌ند دا گرنژاد، مدیر کل امور فرآورده‌های طبیعی سنتی و مکمل سازمان غذا و دارو می‌گوید: «برنامه توزیع شیرخشـک مورد نیاز در هر استان براساس الگوی مصرف سال ۱۴۰۱ و میزان مولید سال جاری تعیین و به صورت ماهانه بازنگری می‌شود» اما این مسـئولان و حتی متولیان خارج از وزارتخانه در اظهارات خود از قاچاق فراوان صحبت می‌کنند. ماجرا این است که شیرخشک در کشورمان نسبت به کشورهای همسایه ارزان‌تر فروخته می‌شـود و بهانه‌ای برای قاچاق این محصول به خارج کشور می‌شود؛ موضوعی که کشف متلوب محموله‌های شیرخشک در نقاط مرزی کشورمان که هراز گاهی رسانه‌ای می‌شود به‌خوبی مویدِ کمین قاچاقچیان برای شیرخشک است. اما سؤال این است که ثبت کدملی نوزادان در سـامانه تی‌تک می‌تواند مانع از قاچاق شیرخشک شـود؟ پاسخ به این سؤال زمانی می‌تواند مثبت باشد که قبول کنیم قاچاقچیان، شیرخشک را از داروخانه‌ها تهیه می‌کنند یا داروخانه‌ها این محصول را در اختیار قاچاقچیان قرار می‌دهند. وقتی بدانیم که حجم قاچاق فقط یک محموله شیرخشک که سال ۱۴۰۰ در محور میرجاوه ـ سـرباز کشف شد ۲۰۰ تن بود، آن وقت قد و قواره داروخانه‌های برای قاچاق این محصول را حتما کوچک خواهیم یافت. درنتیجه کمبود‌ها بلید ریشه‌ای جدی‌تر داشته باشد. به‌خصوص این که کمبود شیرخشک معضلی کشوری است نه محدود به یک یا چند استان خاص. اینجاست که پای مشـکلات ارزی به میان می‌آید و سـوءمدیریت‌ها و غفلت از اینجا دنگری تایید می‌شود. هالی تحویل رادمرد انجمن تولیدکنندگان شیرخشـک ایران نیز کمبود شیرخشک را از این زاویه تحلیل می‌کند. او که می‌گوید: «خصوصیت ناقص زرا توجیحی برای تامین مواد اولیه، از چالش‌های عمده تولیدکنندگان اسـت» و در گفتگو با ایرنا چنین می‌افزاید: «دولت به منظور حمایت از تولید شیرخشک بلید حدود ۵۰ تا ۶۰ درصد از مورد نیاز واردات مواد اولیه این محصول را تامین کند اما اسـال این رقم حدود ۲۵ درصد بود که در صورت تداوم این وضعیت، تولید در ماه‌های آینده دچار چالش‌های جبران‌ناپذیری خواهد شد».

صنایع غذایی در کمبودها نقش دارند؟

قاچاق و تخصیص نامویزن ارز ۴۲۰۰ تومانی در حالی بازار شیرخشک را دچار تلاطم و شوک‌های متوالی کرده که گویا یک عامل سوم هم در این وضعیت دخیل اسـت. سـرازیر شدن شیرخشک کودکان به صنایع غذایی. در واقع در حالی که به‌دلیل کمبود متابع ارزی تولید با محدودیت‌هایی مواجه شـده بخشی از تولیدات از مسیر قاچاق به کشورهای دیگر می‌رسد و بخشی از آنچه برای مصرف داخل می‌ماند از کارخانه‌ها و کارگاه‌های تولید مواد غذایی سر در می‌آورد؛ جلهایی مانند تولید سوسـیس و کالباس بیسکویت، شکلات، کیک، شیرینی‌جات و لبنیات‌سازی این موضوع را رئیس انجمن تولیدکنندگان شیرخشک ایران البته در حالی تایید می‌کند که دبیر فدراسیون تشکل‌های صنایع غذایی در گفتوگو با ما آن را هجو می‌نامد. محسن نقاشی می‌گوید: «صنایع غذایی از شیرخشـک کودکان اشتفاه نمی‌کنند. چون نه قابلیت استفاده دارد و نه استفاده از آن مقرون به‌صرفه اسـت» آن‌طور که پیداست بازار شیرخشک کشور علاوه بر کمبود، گرفتار اظهارات متناقض نیز اسـت. بازاری که باید هرچه زودتر هم از شر کمبود‌ها خلاص شود و هم از دست گفته‌های رنگ به رنگ.

فرهنگ سلامت کشور نیازمند «شخصیت‌پردازی» است