info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۲۷۲
یکشنبه / ۲۷ فروردین / ۱۴۰۲
۲۵ / رمضان / ۱۴۴۴
16 / April / 2023

صاحب امتیاز موسسه همگانی اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۲۸۳۸-۳۲۵۳۲۴۲۴-۰۲۶ فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸/۲۳
چاپ: کارگر

خرداد

امروز با حافظ

یا رب آن شاه‌وَش مادرخ زهره‌جبین
دُرّ یکتای که و گوهر یک‌دانه کیست؟
گفتم آه از دلِ دیوانه حافظ بی تو
زیرِ لب خنده زنان گفت که دیوانه کیست؟

خرداد

مقدار یـار هم‌نفس چون من نداند هیچ‌کس
ماهی که بر خشک اوفتد قیمت بداند آب را
سعدی

فروردین

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۴:۰۴	۰۵:۳۱	۱۲:۰۵	۱۸:۴۰	۱۸:۵۹

برگه

وقتی کارتان را کم ارزش کنید، دنیا شما را کم ارزش می‌کند.
اپراوینفری

قابل توجه

پایان اجباری

بسیاری از پسران، جوانان، مشمولان و سربازان آینده کشور به‌محض شنیدن خبری از خدمت وظیفه عمومی گوش‌شان را تیز می‌کنند با این امید که آن خبر از کاهش خدمت‌سربازی یا لغو آن حکایت داشته باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام‌جم، اگرچه هنوز هیچ چیز قطعی نشده و همه چیز در حد ابراز نظر و جلسات کارشناسی است اما باید گفت کاهش مدت سربازی از یک‌سو و اختیاری‌شدن خدمت‌وظیفه از سوی دیگر دو موضوعی است که محقق‌شدن آن دور از ذهن نیست چراکه کمیسیون امنیت‌ملی مجلس به‌دنبال پیشبرد طرحی است که براساس آن خدمت‌سربازی حرفه‌ای شود و از ستاد کل نیروهای مسلح نیز خبرهایی مبنی بر کاهش مدت نظام‌وظیفه به گوش می‌رسد. هرچند چهارشنبه‌ای که گذشت رئیس اداره سرمایه انسانی سربازی ستاد کل نیروهای مسلح به فارس صراحتا توضیح داد که «لایحه کاهش مدت خدمت سربازی صحت ندارد» ولی این را هم گفت که «طرح‌های مختلفی برای بهبود سربازی در دست بررسی است» که یکی از گمانه‌ها در افکارعمومی، کاهش مدت‌زمان سربازی است. جرقه کاهش مدت خدمت زیر پرچم قبل از عید نوروز و در اسفندماه ۱۴۰۱ زده شد. زمانی که رئیس ستاد کل نیروهای مسلح در حاشیه برنامه مرکز آموزش ۰۱ نیروی زمینی ارتش اعلام کرد: «در حال بررسی برای کاهش مدت خدمت‌سربازی از سال آینده هستیم.»

اکنون سال آینده فرارسیده و افکارعمومی انتظار دارد وعده کاهش مدت خدمت‌سربازی به رسم الوعده وفا جامه عمل بپوشد. البته ما با وجود تماس‌های مکرر موفق نشدیم آخرین وضعیت کاهش مدت سربازی با میزان کاهش آن را از شخصی مسئول یا مطلع کسب کنیم ولی آنچه مسلم است ستاد کل نیروهای مسلح برای کاهش زمان دوره سربازی و رفع برخی چالش‌ها و دغدغه‌های وابسته به آن اراده دارد این درحالی‌است که سال گذشته مجلس شورای اسلامی حقوق سربازان را به طرز چشمگیری افزایش داده به‌طوری که اگر کسی از رفتن به سربازی انگیزه‌های مادی داشته باشد این انگیزه تا حد زیادی تامین می‌شود. بااین‌حال شهریار حیدری، عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس به ما توضیح داد: «با وجود افزایش دریافتی سربازان، هنوز تعداد غایبان نظام‌وظیفه قابل توجه است که این موضوع نشان می‌دهد در حوزه نظام‌وظیفه باید تصمیم‌های تازه‌ای گرفته شود.»

کاهش خدمت‌سربازی مفید است؟

درحال‌حاضر مدت خدمت سربازی در مناطق عادی برای سربازان بومی ۲۴ماه و برای مشمولان غیر بومی ۲۱ماه است. این در شرایطی است که اگر سرباز در مناطق‌امنیتی غیردرگیر یا بدآب‌وهوا خدمت‌سربازی‌اش را بگذراند به شرط آن‌که اگر سرباز بومی آن منطقه باشد ۱۸ماه و اگر سرباز غیربومی باشد طول خدمت‌سربازی‌اش ۱۸ماه خواهدبود. همچنین برای سربازان بومی و غیربومی که خدمت‌سربازی خود را در مناطق درگیر عملیاتی می‌گذرانند ۱۷ ماه خدمت در نظر گرفته شده است. درواقع در کشورمان مدت‌زمان خدمت بنا به شرایط مختلف از ۱۷تا ۲۴ ماه متغیر است که یکی از طرح‌های مورد نظر ستاد کل نیروهای مسلح کم کردن این ماه‌هاست. هم‌سوبا این طرح، محمدرضا اکبر حلوایی، معاون پیشین اجتماعی سازمان نظام‌وظیفه به جام‌جم توضیح می‌دهد: «خدمت‌سربازی در کشورمان در مقطع فعلی کارایی ندارد و کاهش مدت آن فقط می‌تواند یک مسکن تلقی شود تا نظر موافقان تداوم سربازی را پوشش دهد. با این حال کاهش دوره خدمت به‌خودی‌خود حسن دارد و می‌تواند جوانان را زودتر به چرخه زندگی عادی و برنامه‌ریزی برای آینده وارد کند.»

البته به گفته حلوایی، اگر سربازی با شکل و شمایل فعلی را در یک کفه ترازو و سربازی به معنی آنچه که در دنیا مرسوم است را در کفه دیگر ترازو قرار دهیم به لحاظ مزیت‌ها و سودمندی‌هایش قابل‌مقایسه نیست. به همین علت ما سرنوشت طرحی را که به سربازی اختیاری یا حرفه‌ای مشهور شده از شهریار حیدری، عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس جویا شدیم. کسی که پیش از این تاکید کرده بود: «قطعا باید اصلاحاتی در شیوه خدمت‌سربازی انجام‌شود چراکه ما به وضعیت فعلی سربازی نقد داریم.»

مختصات خدمت اختیاری

اما سربازی اختیاری یا حرفه‌ای چه ویژگی‌هایی دارد که بسیاری از جوانان طالب آن هستند؟ ما این سوال را از حیدری و حلوایی پرسیدیم به گفته حلوایی، معاون پیشین اجتماعی سازمان نظام‌وظیفه «سربازی به شیوه فعلی ایرادات بسیاری دارد که یکی از آنها نبود تفاوت معنی‌دار میان سربازان تحصیلکرده و دیگران است به‌طوری‌که کیفیت خدمت افراد درس‌خوانده به حدی نیست که باعث استقبال از خدمت شود. این درحالی‌است که در سربازی حرفه‌ای نیروهای مسلح افراد علاقه‌مند به نظامی‌گری را که ویژگی‌های خاصی در حوزه هوش جسم، اخلاق، اعتقادات و... دارند به مدت مشخص جذب می‌کنند که اگر پس از پایان این مدت از آنها راضی بودند به نیروهای کادر تبدیل خواهند شد.»

به گفته او، این افراد در طول دوره فعالیت‌شان نیز حقوق و مزایای نیروهای کادری را دریافت می‌کنند و این زمان به‌عنوان سابقه کاری برای‌شان لحاظ می‌شود. حیدری، عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی نیز به ما توضیح داد: «آن‌چه‌که خدمت‌سربازی در کشور ما حرفه‌ای نیست آن به سربازی اجباری یاد می‌شود اما زمانی که سربازی حرفه‌ای شود، مشمولان با علاقه و رغبت فعالیت می‌کنند و می‌کوشند در جدلدار و افسر موفقی باشند. به همین علت طرح سربازی حرفه‌ای در دستورکار کمیسیون قرار دارد و از دستگاه‌های مربوط، پلیس و نیروهای نظامی نیز دعوت کرده‌ایم نظرات‌شان را مطرح کنند تا در طرح تنظیمی، این نظرات را تامین کنیم.» قانون خدمت وظیفه عمومی به گفته کارشناسان نیاز به اصلاحاتی دارد چراکه سربازی از مشمولان به علت غیبت از سربازی و نداشتن کارت پایان‌خدمت از بسیاری خدمات و مزایا محروم می‌شوند که این نوعی بی‌نظمی اجتماعی را ایجاد می‌کند. بنابراین لازم است هرچه‌سریع‌تر، مجلس از یک‌سو و ستاد کل نیروهای مسلح از سوی دیگر گام‌های عملی در این عرصه بردارند.

گزارش روز

باجه‌های زرد رنگی که نسل ما را صبور کرد

ساعت‌ها در صف کیوسک تلفن همگانی می‌ایستادیم تا به ما نوبت برسد و بتوانیم با عزیزانمان در آن سوی خط فقط برای لحظه‌ای کوتاه احوال‌پرسی کنیم و در این زمان کوتاه هم صدای تق تق سکه نفر بعدی بر شیشه هشداری برای پایان زودتر مکالمه بود: شاید همین انتظارها بود که نسل ما را صبور کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، امروز تلفن هست اما حوصله نیست. نسل ما حتی دوزاری‌ها (سکه‌های دو ریالی) را به عشق تلفن زدن جمع می‌کرد. یادم هست که روی طلاقچه خانه خواهرم همیشه تعدادی دوزاری در یک کاسه آبی رنگ قدیمی ریخته بود.

«آخر هفته‌ها همیشه با شهرستان تماس می‌گرفتیم؛ می‌دانستیم که منتظر هستند. هنوز هم با دیدن برخی از کیوسک‌های قدیمی خاطرات شیرین آن روزها تداعی می‌شود. سه چهار تا از دوزاری‌های آن دوران را به‌عنوان یادگاری در صندوقچه خانه نگه داشتم: سکه‌های کوچک که ارزش رابطه‌ها را به من یادآوری می‌کند: ارتباطاتی که انگار جوانان امروز ارزش آن را فراموش کرده‌اند».

تلفن دومین وسیله ارتباطی پس از تلگراف بود که از نخستین روزهای ابداع در جامعه ایران هم مورد استفاده قرار گرفت: براساس برخی از منابع و کتب قدیمی، تاریخچه استفاده از این ابزار به دهه ۱۲۶۰ در کشور بازمی‌گردد. دستگاهی که با دکمه‌های زرد رنگی با عنوان کیوسک‌های تلفن همگانی در کشور رواج یافت و به تدریج با گذشت زمان به منزل تک‌تک خانواده‌های ایرانی راه یافت. جعبه‌های خاطراتی که اگر چه این روزها به فراموشی سپرده شده است و با وجود به‌روزسازی از طریق فعال‌سازی کارت‌های تلفن هم به گفته صاحبان دکه‌های روزنامه‌فروشی متقاضی ندارد و شرکت مخابرات آنها را زیان‌ده قلمداد می‌کند اما ارتباطات اجتماعی را بیش از سیستم‌های هوشمند ارتباطی امروزی حفظ کرده بود.

اجتماعی باید گفت: انسان به صورت «فردی» آفریده نشده و در خلقت و آفرینش این موجود هم نگاه فردگرایی معنا نداشت. این روانشناس ادامه داد: انسان به روابط اجتماعی واقعی (رودررو) نیاز دارد. ارتباطات مجازی امروزی (که ناشی از توسعه فناوری است) روح آدمی را ارضا نمی‌کند و در حقیقت بشر را از هم‌نوعان خود دور کرده است. عسگری‌پور با اشاره به تغییر نگرش نسل‌ها و ارتباطات انسانی، گفت: بعضی از خانواده‌های ایرانی هنوز برای فرستادن پدر و مادر به خانه سالمندان تردید دارند و این اقدام را غیراخلاقی تلقی می‌کنند. چرا یک موضوع اخلاقی به عرف تبدیل شده و از درجه اهمیت ساقط می‌شود؟ این مسائل ناشی از تغییر و تحولات و مسائل جدید زندگی بشر است. عسگری‌پور توضیح داد: برای نمونه، قبل از رواج تلفن یکی از راه‌های ارتباطی «نامه‌نگاری» بود. در اعیاد و مناسبات دینی و مذهبی از طریق کارت پستال و نامه تبریک گفته می‌شد و این ارتباط نوشتاری، لذت‌بخش بود.

حذف روابط نوشتاری و جایگزینی پیام‌های مصنوعی

وی ادامه داد: امروز این ارتباط با توسعه فناوری و تکنولوژی به پیامک تبدیل شده و ارتباطات کلامی و نوشتاری را حذف کرده است: پیام‌های مصنوعی جایگزین محتوای عاطفی و علاقه‌ای روی کاغذ و قلم شده و انسان را به سمت تنهایی سوق داده است. عسگری‌پور تاکید کرد: هدف از زندگی مدرن «تنها» شدن بشر» نبود. به مفهوم دیگر، ماهیت تکنولوژی و صنعت آسیب‌زا نبود اما استفاده ناصحیح بشر موجب آسیب و خسران (به خود) شد. این مدرس با اشاره به سبک زندگی در گذشته ادامه داد: در دوران کودکی در یکی از محله‌های استان یزد زندگی می‌کردیم؛ آن روزها سر کوچه ما یک کیوسک تلفن بود: افتخار می‌کردیم که این کیوسک تلفن را سر کوچه ما گذاشته‌اند و راحت می‌توانیم تلفن بزنیم: یادم هست در روزهای عید و مناسباتی که نمی‌شد برای دید وبازدید اقوام از شهر خارج شویم، همراه با مادرم به سر کوچه می‌رفتیم تا برای تبریک و احوال‌پرسی تلفن کنیم: گاه باید ساعت‌ها در صف می‌ایستادیم و این انتظار خود باعث دید وبازدید و گفت وگو با همسایه‌ها و همه‌محله‌ای‌ها می‌شد. عسگری‌پور یادآور شد: در حقیقت نبود صنعت و تکنولوژی تاثیر سبب ایجاد ارتباطات اجتماعی شده است و روابط چهره به چهره (روابط حقیقی) شکل می‌گرفت. طبق تعاریف، بزرگان علم ارتباطات نیز «تعامل» یک ارتباط دو طرفه و رودررو است. «آن روزها بیرون آمدن یکی از همسایه‌ها از کیوسک تلفن همگانی هم باعث ایجاد رابطه می‌شد: با دیدن چهره خندان او علت خوشحالی‌اش را جویا شده و در نتیجه این گفت وگو در شادی او شریک می‌شدیم؛ با مشاهده ناراحتی‌اش با او همدلی و همدردی می‌کردیم و در نتیجه این روند صمیمیت آدم‌ها افزایش می‌یافت. اما امروز توسعه فناوری و ارتباطات بشر در فضای مجازی، این فرصت ارزشمند را از بین برده است».

در جهان کنونی پیرامون بشر شلوغ است اما احساس تنهایی همواره با اوست

این کارشناس تصریح کرد: امروز شکل ارتباطات تغییر کرده و این تغییر سبب کاهش صمیمیت بین انسان‌ها را موجب شده است. در گذشته شاید دورهمی یک خانواده بر سر سفره ناهار و شام هم صمیمیت آن طایفه را به دنبال داشت: امروز دورهمی‌های خانوادگی بر سر سفره‌های ناهار و شام یا تماشای برنامه‌های تلویزیونی، پیگیری اخبار از شبکه‌های اجتماعی در موبایل همراه است: در واقع این روند ارتباطی سرعت، انتقال پیام را افزایش داد اما ارتباطات صمیمانه را از بین برد و انسان امروزی را تنها کرد: در جهان کنونی پیرامون بشر شلوغ است اما احساس تنهایی همواره با اوست. وی افزود: برای نمونه، در یک دوره زمانی که استفاده از «پاگر» رواج یافت، باوجود برقراری و تداوم رابطه در این فضا، در نهایت هر دو طرف خواستار قرار حضوری می‌شدند و گاه با مشاهده یکدیگر بر سر قرار به احساط ظاهری و شخصیتی، همدیگر را نپسندیده و این امر باعث احساس سرخوردگی طرفین می‌شد.

تأثیر «ارتباطات اجتماعی» بر اختلالات و بیماری‌های روانی

این روان‌درمانگر اضافه کرد: برقراری ارتباطات اجتماعی، شادی و نشاط، امید و انگیزه انسان را افزایش می‌دهد: سبب تعیین هدف در زندگی شده و تعادل فرد را از منظر ذهنی و جسمی ارتقا می‌بخشد. وی با اشاره به افزایش بیماری‌های روانی در سال‌های اخیر گفت: بخشی از افزایش آسیب‌های روانی در جهان امروز ناشی از کاهش ارتباطات اجتماعی و خانوادگی است. صنعتی که انسان امروز را از تعادل موردنیاز دور و او را غمگین و تنها ساخته است. عسگری‌پور تاکید کرد: شرایط اقتصادی و اجتماعی، نگاه سیاسی و تغییر سبک زندگی نیز در این رابطه اثرگذار است اما حذف روابط چهره به چهره و رودررو از عوامل اصلی این مساله محسوب می‌شود. انسان عصر حاضر برای فرار از تنهایی به دنبال برقراری ارتباط در شبکه‌های اجتماعی و گفت وگو با آدم‌های ناشناس می‌رود. اشتراک با جمعیت ناشناس را جست وجو کرده و براساس بیوگرافی شخص در پروفایل، علاقه‌مندی‌های او در پی یافتن نقاط اشتراک برای برقراری رابطه است. وی توضیح داد: درواقع انسان امروز برای برقراری رابطه (در فضای مجازی) «اگزیستی» عمل می‌کند و این امر سبب می‌شود انسان به ویژه کودکان و نوجوانان با عقاید و باورهای مختلف آشنا نمی‌شوند: نسبت به آراء و نظرات خود سوگیری پیدا می‌کنند و اعتقاداتی متضاد (متفاوت) با تفکرات خود را نمی‌پذیرند. عسگری‌پور با اشاره به برخی از مراجعین مراکز مشاوره افزود: اکنون یکی از شکایات مکرر والدین درباره برقراری به نحوه برقراری روابط اجتماعی این نسل مربوط می‌شود. کودکان و نوجوانان امروزی به دلیل استفاده مداوم از تکنولوژی (رایانه، تلفن همراه و...) با اقوام و خویشاوندان رابطه برقرار نمی‌کنند.

برقراری ارتباط اجتماعی «یادگیری مشاهده‌ای» است

این روانشناس توضیح داد: برقراری ارتباط اجتماعی نوعی یادگیری مشاهده‌ای است: چنانچه پدر و مادر خود با بزرگان طایفه رابطه نداشته باشند، نمی‌توانند از کودک و نوجوان خود بخواهند که با اقوام و خویشاوندان ارتباط برقرار کنند. وی تاکید کرد در گذشته نبود فناوری و سیستم‌های هوشمند بشر را وادار به ارتباط رودررو می‌کرد و این امر آموزش برقراری ارتباطات اجتماعی، تقویت تعاملات خانوادگی و اجتماعی و نیز صبر و استقامت را سبب می‌شد.

نسل گذشته در خانه پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها با اشعار حافظ در شب یلدا و آیین نوروز بزرگ شد: توانست چگونگی برقراری روابط خانوادگی و اجتماعی را آموزش ببیند: با افکار و عقاید متفاوت آشنا شود و چگونگی پذیرش باورهای متفاوت را فراگیرد: امروز تقابل به حافظ با جست وجو در یک مرورگر محقق می‌شود و در نتیجه این فرآیند، اشتیاق و انتظار دوره‌های گذشته برای کودک و نوجوان وجود نخواهد داشت. عسگری‌پور افزود: نسل امروز اما تجمل‌گرا و طالب نمایش ظواهر است. شخصیتی «خودبرترین» دارد و هر یک از این ویژگی‌ها انسان عصر کنونی را به سمت «تنها شدن» سوق می‌دهد.

اشاره

حساسیت فصلی یا کرونا؟

این روزها آمار ابتلای قطعی کرونا به بالای هزار نفر رسیده و تعداد کل کشته‌شده‌های این پیک از ۳۵ نفر گذشته است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایران، صدای بی‌حال بیمار را از در باز مطب پزشک می‌شنوم. «چند روز بود که خراش گلو داشتم و با کمی آبریزش بینی خودم فکر می‌کردم که حساسیت فصلی است اما از دیروز تب کردم و دیشب تا صبح از بدن درد نخوابیدم» دکتر با لحنی کنایه‌آمیز می‌گوید: «این روزها همه حساسیت‌ها به کرونا منتقل می‌شود» در سالن انتظار بیماران گوش تا گوش نشسته و صدای سرفه‌های خشک و گاهی ناله‌های کشدار شنیده می‌شود. با بالا رفتن دوباره آمار ابتلا به کرونا پزشکان و مسئولان به رواز هر چند ماه هشدار می‌دهند تا مردم بیشتر به رعایت پروتکل‌ها همیت بدهند.

بعد از بیش از ۳ سال از آغاز اولین موج‌های همه‌گیری کرونا هنوز هم بسیاری از مردم ترجیح می‌دهند علائم بیماری کرونا را به بیماری‌های فصلی ارتباط بدهند. فرقی نمی‌کند چه فصلی: اگر تابستان باشد آفتاب‌زدگی است. اگر بهار باشد حساسیت در برابر گردهافشانی. اگر زمستان باشد یک سرماخوردگی ساده است و اگر پاییز باشد می‌تواند تأثیر قمر در عقرب باشد اما کرونا به هیچ عنوان نیست.

این روزها آمار ابتلای قطعی کرونا به بالای هزار نفر رسیده و تعداد کل کشته‌شده‌های این پیک از ۳۵ نفر گذشته است. زنگ‌های خطر به صدا در آمده اما بنظر می‌رسد ترس مردم از این بیماری تمام شده است. کمتر کسی از ماسک استفاده می‌کند و همه این تصور را دارند که می‌توانند این بیماری را به‌راحتی شکست بدهند بدون اینکه بخواهند به این واقعیت ترسناک فکر کنند که انتقال بیماری از فرد جوان یا به لحاظ بدنی سالم به یک فرد ماخوردهِ یا کسی که بیماری زمینه‌ای دارد می‌تواند به مرگ اوبینجامد.

از اواخر هفته پیش بود که در عین احساس سلامت بدنی خراش گلو و کمی آبریزش داشتم. فروغ حاج من هم مانند بسیاری مصاحف شدن این علائم با فصل بهار را به حساسیت فصلی ربط دادم. با خودم می‌گفتم اگر کرونا باشد باید امشب تب و بدن درد شروع شود اما ۳ شب با احساس سالم بودن و تنها با علائم خفیفی از خراش گلو گذشت. تقریبا خوشحال از اینکه دیگر باید تمام شود به صورت خودسر از قرص ضدحساسیت استفاده کردم اما فردای همان روز بعد از پیاده‌روی احساس ضعف و بی‌حالی به سراغم آمد و به سرعت پایین رفتن خورشید تب به سراغم آمد حالا که پشت در باز مطب پزشک منتظر نشسته‌ام و به حرف‌های بیماران گوش می‌دهم می‌بینم بسیاری از آنها با تصور اینکه خارش گلو آبریزش نشانه‌های حساسیت فصلی است چند روزی مشغول پخش ویروس بودند.

مطب آنقدر شلوغ است که فرصت گفت‌وگو با گروه کرونایی‌های اطراف فراهم است. مرد جوانی سرش را به دیوار تکیه داده و هر چند ثانیه سرفه‌های خشک بلند شده است و هر چند دقیقه چشمانش را باز می‌کند و نگاهی به شماره نوبت‌های بالای اتاق پزشک می‌اندازد. غری می‌زند و دوباره چشم روی هم می‌گذارد. زیرچشمی به من نگاهی می‌اندازد و می‌پرسد: «این پزشک ویزیت را زیادی کش نمی‌دهد؟» راست می‌گوید اما همین که پزشکی برای ویزیت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه زمان می‌گذارد به‌نظرم نقطه قوت اوست. می‌پرسم چند روز است مریض شده است؟ درجواب می‌گوید: «نمی‌دانم ولی می‌دانم از همکارم گرفتم. چند روز بود می‌گفت گلو درد دارد اما ماسک نمی‌زد می‌گفت حساسیت است. اما از دیروز حال او بد شد و بعد نوبت من شد. دوتایی در یک مغازه فتوکپی و پرینت کار می‌کنیم مغازه هم کوچک است و دائم کنار هم هستیم» او تعریف می‌کند که هر بار موج جدیدی بود او مبتلا شده است برای همین دیگر ترسی ندارد و حوصله ماسک زدن هم ندارد: «اگر می‌خواستم بمیرم همان بار اول که در بیمارستان بستری شدم می‌مردم»

دخترچه‌ای از در وه به پایه‌های صندلی ویه‌ویی ضربه می‌زند. مادرش پشتش را می‌مالد اما انگار دختر دردش بیشتر از آن است که مالش مادرش او را آرام کند. هر از گاهی بلند می‌شود و کلافه پاهایش را روی زمین می‌کشد. نوبتم می‌شود و دکتر پشت صندلی با دولابه ماسک نشسته است. علائم را می‌پرسد و برای او توضیح می‌دهم در انتها از او در رابطه با تفاوت آنرژی با کرونا می‌پرسم و با خنده می‌گوید: «اینطور که من می‌بینم این روزها همه حساسیت فصلی دارند مهمترین فرق آلرژی و کرونا این است که حساسیت تنفسی خارش خیلی زیادی ایجاد می‌کند اما در بیماری کرونا این خارش یا اصلا وجود ندارد یا خیلی کم است. یکی دیگر از چیزهایی که بیماران خود متوجه می‌شوند مشکل‌شان حساسیت نیست تب کردن است. هر چند بعضی به من گفته‌اند گرمهان بوده چون هوا در حال گرم شدن است. تب کردن از آن چیزهایی است که دیگر نباید به چیز دیگری مرتبط باشد. جز بیماری و عفونت. درد و کوفتگی بدن و عضلات هم نشانه کرونا است و هیچ ارتباطی به حساسیت ندارد. این علامت گاهی بین حساسیت و کرونا مشترک است اما باز هم تفاوت‌هایی دارد که اگر نخواهید خودتان را گول بزنید راحت متوجه می‌شوید»

آقای دکتر دوست ندارد نامش را در گزارش قید کنم. وقتی با حوصله به حرف‌هایش گوش می‌دهم می‌پرسد کافی است؟ با خنده بی‌حالی می‌گویم خبرنگارم و به فکر نوشتن گزارشی در رابطه با تفاوت و شباهت کرونا و حساسیت فصلی هستم اگر فرصت هست بیشتر توضیح بدهید: «به یک دیگر از نشانه‌ها این است که اگر حساسیت داشته باشید معمولا به آنتی‌هیستامین‌ها جواب می‌دهید و علائم را کم می‌کند اما در کرونا اینطور نیست. البته همه این علائم یک طرف کار است و مهمترین تفاوت در ویزیت پزشک مشخص می‌شود. شما همین که مردم را مجاب کنید بیشتر از ماسک استفاده کنند و بعد از ۴ سال نپایند داخل اتاق و دائم نگویند حساسیت فصلی است من از شما تشکر می‌کنم» خداحافظی می‌کنم و با نسخه به داروخانه می‌روم. مسلمان بدنی از بیماران با نسخه‌های مشابه وجود دارد که کمی فاصله می‌گیرم و از زنی که پشت پیشخوان پذیرش نشسته می‌پرسم: «همه اینها کرونا دارند؟» زن پاسخ می‌دهد: «دوباره خیلی شایع شده و بیشتر بیماران هر روز ما بیماران کرونایی هستند» باز می‌پرسم بیماران خیلی بدحال هم دارید؟ می‌گوید: «خیلی بدحال هم داریم اما بیشتر آنها یکسره به بیمارستان می‌روند و اینجا که در مانگاه است نمی‌آیند. اینجا روزی یکی دوتا بیمار داریم که پزشک آنها را به بیمارستان ارجاع می‌دهد چون خودشان خیلی جدی نگرفته‌اند»

با تمام شدن دید وبازدیدهای عید نوروز و برگشت مردم به سر کار و زندگی بسیاری با همین خود فریب دادن‌ها به محل کار بازمی‌گردند. آدم‌هایی که بعد از ۱۰ روز روبوسی با نیمی از شهر حالا بدون ماسک وارد محل کار می‌شوند. بهتر است مانند موج‌های قبلی بازهم به ماسک پناه ببریم و فاصله‌ها را رعایت کنیم حتی اگر فکر می‌کنیم دیگر بعد از ۴ سال امکان ندارد از این بیماری بمیریم.

برش

زنگ‌های خطر به صدا در آمده اما بنظر ترس مردم از این بیماری تمام شده است. کمتر کسی از ماسک استفاده می‌کند و همه این تصور را دارند که می‌توانند این بیماری را به راحتی شکست بدهند بدون اینکه بخواهند به این واقعیت ترسناک فکر کنند که انتقال بدنی بیماری از فرد جوان یا به لحاظ بدنی سالم به یک فرد ماخورده یا کسی که بیماری زمینه‌ای دارد می‌تواند به مرگ اوبینجامد.

رسانه خبر

کاهش وضعیت قرمز کرونایی به ۱۲ شهر

ویدا: براساس اعلام روابط عمومی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، تعداد شهرها در وضعیت قرمز کرونایی از ۱۸ به ۱۲ شهرستان کاهش یافت. براساس تازه‌ترین به‌روزرسانی نقشه کرونای کشور، تا روز جمعه ۲۵ فروردین ۱۴۰۲، ۱۸ شهرستان وضعیت قرمز، ۷۶ شهر در وضعیت نارنجی، ۲۲۷ شهر در وضعیت زرد و ۱۲۷ شهر کشور نیز در وضعیت آبی قرار داشتند. تعداد شهرهای با وضعیت قرمز از ۱۸ به ۱۲ شهر و تعداد شهرهای با وضعیت نارنجی از ۷۶ به ۶۱ شهر کاهش یافت. همچنین تعداد شهرهای با وضعیت زرد از ۲۲۷ به ۲۷۰ و تعداد شهرهای با وضعیت آبی از ۱۲۷ به ۱۰۵ شهر رسید.

علت ریزش تمام‌ها با «خط ملی اعتیاد»

ایسنا: معاون پیشگیری و درمان اعتیاد مرکز توسعه پیشگیری و درمان اعتیاد سازمان بهزیستی کشور از برقراری بیش از ۳۹۱ هزار تماس با «خط ملی اعتیاد» طی سال گذشته خبر داد. فرهاد اقطار با اشاره به تعداد تماس‌های برقرار شده با خط ملی اعتیاد (۱۰۹۶۲۸) اظهار کرد: در سال ۱۴۰۱، ۳۹۱ هزار و ۴۰۰ نفر با خط ملی اعتیاد تماس گرفتند که از این میزان ۶۳ درصد تماس‌ها موفق و به آنها پاسخ داده شده است. وی با بیان اینکه میزان تماس‌های برقرار شده با این خط در سال ۱۴۰۱ نسبت به سال ۱۴۰۰ کاهش داشته است، علت ریزش تماس‌ها را قطعی دو ماهه خط ملی اعتیاد از سمت مخابرات عنوان کرد. به گفته معاون پیشگیری و درمان اعتیاد مرکز توسعه پیشگیری و درمان اعتیاد سازمان بهزیستی کشور، ۷۲ درصد تماس‌گیرندگان زن و ۲۸ درصد مرد بودند. بالغ بر ۶۵ درصد سوالات مربوط به سوالات پیشگیری همچون آگاهی از جدیدترین ماده‌های مخدر و راه‌های پیشگیری و سایر سوالات در مورد آگاهی از بهترین روش درمانی برای فرزند یا همسرشان، نزدیک‌ترین مرکز درمان به محل سکونت و... بوده است. اقطار در پاسخ به این سوال که بیشتر سوالات درخصوص مواد مخدر مربوط به چه نوع از موادی بوده است، توضیح داد: بیشترین سوالات درباره مواد مخدر صنعتی همچون شیشه، حشیش و هروئین بوده و علت آن این است که وقتی اسامی جدیدی از مواد مخدر صنعتی پخش می‌شود، افراد می‌خواهند مطلع شوند آن ماده نسبت به ماده‌های دیگر چه تفاوتی دارد؟

عواملی که می‌تواند در پیش‌بینی طول عمر راهنمای باشد

هلنا: عوامل شگفت‌انگیزی وجود دارد که پیش‌بینی می‌کند آیا افراد پس از ۷۰ سالگی ۲، پنج یا ۱۰ سال بیشتر عمر خواهند کرد یا خیر. نتایج تحقیقی نشان می‌دهد که طول عمر را می‌توان با عواملی مانند توانایی بالا رفتن از پله‌ها، سطح کلسترول، سیگار کشیدن و خرید مواد غذایی یا کارهای سنگین خانه پیش‌بینی کرد. این موارد بر خلاف مدل سنتی است که برای پیش‌بینی امید به زندگی به شرایط پزشکان مانند بیماری قلبی و سرطان بستگی دارد. مدل کنونی محققان است که پزشکان کمک کند پیش‌بینی کنند که آیا بیماران بالای ۷۰ سال شانس زندگی ۲، پنج یا ۱۰ سال بیشتر را دارند یا خیر. پروفسور ویرجینیا بایرز کراوس، نویسنده اول این مطالعه، گفت: این تحقیق برای تعیین علل نزدیک به طول عمر طراحی شده است. عواملی که نشان می‌دهد آیا یک فرد احتمالا ۲ سال یا ۱۰ سال بیشتر زندگی می‌کند اگر این اقدامات به درستی اعمال شود، می‌تواند به تعیین فواید و کاهش بار آزمایش‌های غیرالگری و درمان برای افراد مسن کمک کند. گروه تحقیقاتی ۱۵۰۰ نمونه خون از افراد مسن را به همراه انجام چندین مصاحبه و پرسشنامه در مورد تاریخچه سلامت و عادات شرکت‌کنندگان مانند عملکرد شناختی، افسردگی، خواب، مصرف الکل، سیگار کشیدن و فعالیت بدنی را تجزیه و تحلیل کردند. این تحقیق ۱۷ متغیر را شناسایی کرد که مدت‌زمان زندگی یک فرد را پیش‌بینی می‌کند: عملکرد جسمی، پیش‌بینی‌کننده طول عمر در هر مدت‌زمانی (۲، پنج و ۱۰ سال) بود. عملکرد شناختی و سن (چون‌تر بودن) اثرات قوی برای پیش‌بینی زندگی پنج و ۱۰ سال بیشتر داشتند و سال‌های کمتر سیگار کشیدن (در رتبه اول برای افراد غیر سیگاری) و عملکرد جسمی مانند سرعت راه رفتن سریع، باغبانی، بالا رفتن از پله‌ها، نظافت خانه و خرید مواد غذایی قوی‌ترین عوامل برای پیش‌بینی طول عمر ۱۰ ساله بودند. به طور غیرمنتظره، شرایط پزشکی مانند بیماری قلبی یا سرطان به عنوان یکی از پیش‌بینی‌های کلیدی برای طول عمر شناسایی نشد. سطوح بالاتر کلسترول خوب HDL عاملی غالب برای پیش‌بینی زندگی ۲ سال بیشتر بود. پروفسور کراوس توضیح داد این مورد به ویژه شگفت‌انگیز بود: فرض می‌کنیم که این ذرات بسیار کوچک HDL به اندازه‌ای هستند که در جمع‌آوری و باکسازی اندوتوکسین، مولکول قوی ایجادکننده التهاب از میکروب‌هایی روده (VBKMP) از گردش خون بهترین هستند. این ذره کوچک ممکن است به بهترین وجه بتواند وارد گوشه‌ها و سوراخ‌های سلول‌ها شود تا کلسترول بد را از بین ببرد؛ بنابراین داشتن تعداد بیشتری از آن‌ها می‌تواند این مزیت محافظتی را فراهم کند.