گوناگون

ورود ماهانه ۲۰۰ گردشگر سلامت از تاجیکستان به ایران

دستیار ویژه وزیر بهداشت گفت همکاری‌های بین‌المللی وزارت بهداشت از گسترش همکاری ایران و تاجیکستان در حوزه گردشگری سلامت خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وزارت بهداشت، محمدحسین نیکام دستیار ویژه وزیر بهداشت گفت همکاری دوجانبه با کشور تاجیکستان در عرصه سلامت به خوبی پیش می‌رود و روند تازه‌ای در سطح روابط این دو کشور شکل گرفته است.

مدیرکل همکاری‌های بین‌المللی وزارت بهداشت گفت: در حال حاضر پیش از ۲۰۰ گردشگر سلامت برای درمان به ایران می‌آیند که با تفاهم نامه‌های که با تاجیکستان امضا شد، این آمار افزایش خواهد یافت.

نیکام در خصوص موضوعات سفر هیات ایرانی به تاجیکستان و توافقات بدست آمده در دیدارها افزود: بر اساس تفاهم‌نامه با تاجیکستان، دوره‌های آموزشی هم گسترش خواهد یافت و تا اخذ مدرک نیز ادامه دارد و در زمینه تحقیقات مشترک و برگزاری کنفرانس‌های مشترک سالانه نیز پافشاری شد. همچنین در بخش درمان، گسترش گردشگری سلامت، محور گفتگوی هر دو کشور بوده است.

مدیرکل همکاری‌های بین‌المللی وزارت بهداشت گفت: دیدارها و نشست‌های وزیر بهداشت با مسئولان تاجیکستان با محور تبادل دارو و صادرات دارویی از ایران شکل گرفت، همکاری‌های آموزشی هم پیش از این آغاز شده بود و حدود ۲۸ پزشک تاجیکستانی در ایران در حال طی دوره‌های تکمیلی هستند.

اجرای پویش نذر خون در سراسر کشور از اول محرم تا پایان صفر

سخنگوی سازمان انتقال خون ایران از اجرای پویش نذر خون در سراسر کشور همزمان با شروع ماه محرم تا پایان ماه صفر خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از سازمان انتقال خون، بشیر حاجی بیگی با تاکید بر ضرورت ترویج فرهنگ اهدای خون به عنوان یک ارزش و هجرا اجتماعی، خاطرنشان کرد: ماه محرم و ایام عزاداری سیدالشهدا(ع) یکی از بزرگترین فرصت‌ها برای تبیین و ترویج کارهای فرهنگی در جامعه است و اهدای خون به عنوان یک کار نجات پخش می‌تواند، این ایام مورد توجه بیشتر جامعه قرار گیرد.

وی افزود: فلسفه اصلی پویش نذر خون این است که در فرهنگ ما و به خاطر ارادت قلبی ایرانیان به مکتب حضرت ابی‌عبدالله‌الحسین(ع)، نذری دفن یک علت دیرینه و از کارهای همه گیر در بین اقشار مختلف است که با عامه‌پسند این مسئله در نظر داریم اهدای خون برای نجات جان بیماران را در بین مردم به عنوان یک نذر لسان دوسطه معرفی کنیم و تاکید ما بر افزایش مشارکت جوانان و بانوان در ماجرایه به مراکز اهدای خون است.

سخنگوی سازمان انتقال خون ایران افزوده: نذر شعار پویش نذر خون را "اهدای خون، فرهنگ حسینی، نذر عاشقان" قرار دادیم تا بر اساس آموزه‌های عاشورای حسینی و تاکید لفظ پیدر ضرورت کمک رسانی به مردم، این حرکت بزرگ را در ایام ماه محرم و ماه صفر انجام دهیم و صحنه‌ای از ایثار، نوعدوستی و انسجام ملی را به نمایش بگذاریم.

بشیر حاجی بیگی با اشاره به نیاز روزانه بیماران به خون و فرآورده‌های آن، اظهار کرد: از همه مردم شریف ایران در سراسر کشور درخواست داریم اصرار به اهدای خون در روزهای تاسوعا و عاشورا نداشته باشند و در طول ماههای محرم و صفر در قالب نذر خون، اقدام به این کار را زشمند کنند و این به خاطر نیاز روزانه بیمارانی همچون تالاسمی‌ها، دیالیزی‌ها، سرطانی‌ها و همودیالی‌ها برای دریافت خون و فرآورده‌های آن است که امید داریم به این مهم توجه ویژه شود.

وی ادامه داد: اهدای خون به عنوان یک هجار و ارزش انسانی و اجتماعی می‌تواند جایگزین مناسبی برای برخی رفتارهای وهنی و خرافه‌مقاد، حاشیه مراسمات عزاداری باشد و امیدواریم پویش نذر خون بتواند به هدف اصلی خود در معرفی فرهنگ نجات بخش اهدای خون به جوانان و بانوان موفق باشد.

سخنگوی سازمان انتقال خون ایران، رهایش گفت: از همه صاحبان فکر، وعظ، مداحان، نخبگان فرهنگی و رسانه‌ها می‌خواهیم که در حمایت از پویش نذر خون به کمک ما بیایند و فرهنگ اهدای خون رایه عنوان یک ارزش مطلق بر ارزش‌های دینی همچون ایثار و فداکاری در جامعه تبیین و ترویج کند.

نقش باکتری‌های روده در جلوگیری از علائم شدید آنفلوآنزا!

گروهی از متخصصان علوم پزشکی ژاپن می‌گویند: با لایوتن دمای طبیعی بدن باعث می‌شود که میاکتری‌های روده در موش‌ها فعال‌تر شوند و این ویژگی از بروز علائم شدید آنفلوآنزا در آنها جلوگیری می‌کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از شبکه «ان لیو کی»، این گروه متخصصان از موسسه علوم پزشکی دانشگاه توکیو دریافت‌ند موش‌هایی که دمای طبیعی بدنشان بالاست در صورت ابتلا به آنفلوآنزا، احتمال کمتری دارد که دچار علائم جدی بیماری شوند.

متخصصان در این آزمایش‌ها ترکیبات موجود در خون موش‌ها را بدقت بررسی کردند. آنها دریافتند مقدار اسیدهای صفراوی ثانویه که برای کاهش التهاب یکارمی‌رود در خون موش‌هایی با دمای طبیعی ۳۸ درجه سانتیگراد یا بالاتر که یک درجه بیشتر از حد نرمال است، بطور قابل توجهی بیشتر است. همچنین این اسیدها توسط میکروبالم‌های روده تولید می‌شوند. این متخصصان همچنین تأیید کردند: زمانی که عملکرد باکتری‌های روده موش‌ها بطور مصنوعی کاهش یافت، موش‌های بیشتری در اثر این بیماری جان خود را از دست دادند، حتی زمانی که دمای طبیعی بدنشان بالاتر بود. محققان می‌گویند: این باکتری‌ها همچنین می‌توانند علائم شدید ناشی از سایر بیماری‌های عفونی از جمله ویروس کرونا را کاهش دهند. این متخصصان در نظر دارند با توجه به نتایج حاصل از این مطالعه در مورد ارتباط بین باکتری‌های روده و علائم شدید این بیماری در انسان تحقیق و درمان‌های جدیدی را کشف کند. شرح این آزمایش در مجله تخصصی **Nature Communications** منتشر شده است.

زنان و خانواده

واکنش «خزعلی» به رتبه ایران در گزارش جهانی «شکاف جنسیتی»

معاون امور زنان و خانواده رئیس جمهوری با تاکید بر اینکه عدالت جنسیتی در برنامه مداومت در روان و خانواده ریاست جمهوری خارج نشده است در پاسخ به سوالی درباره رتبه ایران در گزارش جهانی شکاف جنسیتی ۲۰۲۳، گفت: رتبه ایران اجر و چند کشور اقدام اعلام کردند اعلام این آمار غلط است.

به گزارش پیام آشنا، افسانه خزعلی در پاسخ به سوالی مبنی بر چرایی حذف عدالت جنسیتی از برنامه هفتم توسعه اظهار کرد: عدالت جنسیتی از برنامه ما خارج نشده است، خواسته بودیم عدالت جنسیتی در برنامه هفتم توسعه ذکر شود اما گفتند چون این امر اجرایی شده است ضرورتی ندارد در برنامه هفتم توسعه بیاید و در هر حاله نهایی حذفش کردند. وی با تاکید بر اینکه متقدیم با وجود اینکه عدالت جنسیتی اجرایی شده و در حال اجرا است اما به نفع جامعه و زنان است و باید مجددا در برنامه هفتم توسعه ذکر شود، افزود: برخی از پیشنهادات دیگری هم که برای درج در برنامه هفتم توسعه داده بودیم را قبول نکردند تا در برنامه هفتم توسعه بیاید چراکه می‌گفتند این موارد در برنامه ششم اجرا و تمام شده است و از این رو حذفش کردند. معاون امور زنان و خانواده رئیس جمهوری عدول کرد عدالت جنسیتی از برنامه ما خارج نشده است. شاخص‌های عدالت جنسیتی به رفع تقص است ما نیز از دستگاه‌ها و مراکز مختلف دولتی در این لایحه گزارش می‌گیریم. در حال کار و روی تکمیل شاخص‌های عدالت جنسیتی هستیم خزعلی: شاخص‌های عدالت جنسیتی در دقیقه ۹۰ دولت قبل با عجاله وبه صورت موضوعی تدوین شده بود خزعلی با بیان اینکه ما موضوعی نیست بر روی شاخص‌های عدالت جنسیتی کار کردیم، اظهار کرد: شاخص‌های عدالت جنسیتی در دقیقه ۹۰ دولت قبل با عجاله وبه صورت موضوعی تدوین شده بود. وی با تاکید بر اینکه ما در این شاخص‌ها دیده نشده بودند و برخی از شاخص‌ها در قالب عدالت جنسیتی نمی‌گنجید، ما ملاک‌تک وارتقا ما جلسات متعددداشتیم و شاخص‌ها را به صورت تخصصی و با توجه به بودجه، دستگاه تدوین کردیم. معاون امور زنان و خانواده رئیس جمهوری در پاسخ به سوالی درباره گزارش جهانی شکاف جنسیتی ۲۰۲۳ و رتبه ۱۴۳ ایران از میان ۱۴۶ کشور، گفت: رتبه ایران را جزو آخرین رتبه‌ها اعلام کردند اما این آمار غلط است. وی با بیان اینکه ما در روسی کردیم و متوجه شدیم اطلاعاتی که برای این گزارش گرفته‌اند از منابع و وقتی ابوجه است، افزوده: در حل تهیه آمار دقیق، وظیفه‌های به وجود به شکاف جنسیتی هستیم وسال آینده خودمان آمار واقعی را اعلام خواهیم کرد. آنها آمارشان را برای تهیه گزارش ۲۰۲۳ از برخی گروهها وارد گرفته بودند که آمارشان آمار دقیق و مطمئنی نیست.

تأمین «دارو» منوط به تخصیص پایدار «ارز»

مشاور رئیس سازمان غذا و داروبا تاکید بر اینکه تامین پیوسته دارو به تخصیص، تامین و گشایش‌های ارزی پایدار از طرف بانک مرکزی برای شرکت‌های تامین کننده بستگی دارد، در عین حال آخرین وضعیت تامین «بیکاموپرین» «داروی بیماران پیوندعضو» و همچنین فاکتور هشت بیماران هموفیلی که روند تامین آنها با مشکل مواجه شده بود را تشریح کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، سجاد اسماعیلی مشاور رئیس سازمان غذا و دارو درباره اقدامات انجام شده جهت تامین دارو بیماران پیوند عضو «بیکاموپرین» گفت: در زمینه تامین «بیکاموپرین» در ۱۰ روز اخیر مجموعاً از موز ۵۰ و ۲۵ میلی گرم یک میلیون عدد توزیع شده است و این توزیع در سراسر کشور با توجه به ضریب‌های توزیع دارویی استان‌ها انجام شده است.

وی با تاکید بر اینکه سازمان غذا و دارو از سال گذشته سیاست و مجوز تامین داروها به شرکت‌ها را برای ۲۵ ماه آینده داده است، افزود: اما قاعدتاً تامین پیوسته دارو به تخصیص، تامین و گشایش‌های ارزی از طرف بانک مرکزی برای شرکت‌های تامین کننده بستگی دارد؛ بیماران اگر این مورد به درستی انجام شود در ادامه روند تامین مشکلی نخواهیم داشت.

مجوز سازمان غذا و دارو جهت تامین داروها برای ۲۵ ماه آینده

عامت کمبود داروی بیماران پیوند عضو

اسماعیلی درباره وضعیت فعلی تامین و ذخیره «بیکاموپرین» ویژه بیماران پیوند عضو گفت: در شرایط فعلی میزان «بیکاموپرین» موجود نیاز همه بیماران را تامین نمی‌کند اما به دنبال اقدامات صورت گرفته مشکل در حال رفع شدن است؛ علت هم آن است که در چند ماه اخیر مشکل جدی در تامین و گشایش‌های ارزی داشتیم و اکنون حدود سه الی چهار هفته است که این مشکل حل شده و متاقب آن نیز شرکت‌ها در حال تامین این دارو هستند. وی افزود: با توجه به برنامه‌ریزی بلندمدتی که سازمان غذا و دارو برای تامین این دارو انجام داده، اگر مشکل تامین ارز به صورت پایدار حل شود، مشخص است که در زمینه تامین دارو نیز مشکل نخواهیم داشت؛ اما آنچه که مشخص است آن است که در شرایط فعلی هم‌زیه وضعیت پایداری در داروی «بیکاموپرین» ترسیم‌علیم و تلاش‌ها و اقدامات جهت رفع مشکل و تامین پایدار در حال انجام است.

ترخیص محموله‌های فاکتور ۸ بیماران هموفیلی از گمرک

مشاور سازمان غذا و دارو همچنین درباره فاکتور هشت بیماران هموفیلی به ایسنا گفت: برای بیماران هموفیلی نیز محموله‌های جدید فاکتور هشت پلاسمایی و فاکتور هشت نوترکیب طی هفته گذشته و هفته جاری از گمرک ترخیص شده است. وی درباره علت کمبود داروی ایران بیماران نیز گفت: سازمان غذا و دارو نیز در این زمینه نیز برنامه‌ریزی بلند مدت را انجام داده است، یاورانین این کمبود مقطعی نیز تحت تاثیر مشکلات ارزی ایجاد شد؛ اطمینانا زمانی که تامین ارز و گشایش‌های ارزی به صورت پایدار انجام شود، مشکلی در تامین دارو نخواهیم داشت و به تامین پایدار خواهیم رسید.

یادداشت

جنبش جهانی نجات خانواده

نجات خانواده عمدتا با رویکردهای راهگشا امروز به چیستی تمام‌عیار تبدیل شده است. مهم‌ترین ایده این جنبش، نجات خانواده از چیره‌زیستالاری، زن‌سالاری و تکنوکراسی امپریالیستی است. مثلا «کنگره جهانی خانواده» حدود سه دهه است تاسیس شده و اصلی‌ترین جریان مسیحی حامی خانواده است که سوءمدعای راست مسیحی جدی دارد و ایده‌هایش از دانشگاه هاروارد شروع شده و حامی مالی‌اش روسیه است و سه سال پیش کنگره‌ملی نیز ایتالیا برگزار شد.

این جماعت، تاکنا به دلیل سوءمدعای مسیحی قوی‌اش، میل‌های یا اسلام نداشته و در سلفه اعتقادی اسلام‌ستیزی هم دیده می‌شود. ولی در کنگره سال گذشته در مکزیک، برای اولین‌بار «مجلس حکماءالمسلمین» با همان یک تشکل اسلامی هم حضور داشت. مجلس حکماء المسلمین وابسته به الازهر و مورد حمایت مالی امارات عربی متحده است؛ در این کنگره برای اولین‌بار پرچم احمدالطیب درباره خانواده مطرح شد. نمود دیگر «کرمه‌لینی جهانی خانواده» است که پاپ رأس لغاخته است و هر سال پیام مهمی رایه آن صادر می‌کند و سال ۲۰۲۲ هم در ایتالیا برگزار شد. سال‌های قبل‌تر هم در لیزبن (با حضور خود پاپ)، آمریکا، فیلیپین، اسپانیا و مکزیک هم برگزار شد. جالب آن که بدانید هم‌اکنون کدی، برادرزاده کدی فقید، نامزد انتخابات ۲۰۲۴ آمریکا از سوی حزب دموکرات است و یکی از شعارهای وی بحث خانواده است، ایلان ماسک هم به وی مرتبط است و احتمالا ایده‌های جنبش خانواده در انتخابات آتی، حاکم بر فضای آمریکا شود. از طرف دیگر رئیس اشغالگر قدس هم به مشدت در جنبش‌های حامی خانواده فعال شده و سرآمد این حرکت هم چرمن پرسون بود که همین چند وقت پیش به آنجا سفر کرد. به هر حال خانواده موضوعی تمام‌عیار و مهم برای بسیاری جریان‌های نوظهور اجتماعی و سیاسی است. از سوی دیگر خانواده مترقی، یکی از دالت‌های محوری پیلران ایده انقلاب اسلامی در جهان است. نگاه مکتبی به مساله خانواده، نه شرقی است و نه غربی؛ نه همچون شرق می‌پی احیای نظام‌های مردسالارانه و انزوای زن است و نه همچون غرب به شرایطی پرچمدار جنبشی جهانی در حمایت از حریم خانواده مترقی باشد. لذا اب اسلامی مفهوم خانواده را یاد دیگر در جهان مدرن فراخوانده و بازآفرینی کرده است. اتفاقا این نگاه مکتبی ماست که خانواده را در عصر مدرن و با نگاهی نو و گتر از دید تحجر دوباره احیا کرده است. اگر غیار کهنگی و تحجر را از خانواده مترقی در گفتمان اسلامی بزداییم، جهان با الگوی پیشرفته سازگرایا فطرت بشری و ضامن حرکت جوامع انسانی آشنا خواهد شد.

سیدمجید امامی
دبیر شورای فرهنگ عمومی کشور

انتشار عکس برهنه کودک ممنوع!

والدین عاملانه بر آموزش استفاده از فضای مجازی به کودک، پایبند در انتشار تصاویر فرزندان خود هم محتاط بوده و این حس رایه کودک نیز منتقل کند

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، شاید نماد و شکل کودک آزاری، کودکان کار یا بیابانگرد باشد اما واقعیت این است که هرگونه اجباری به کودکان برای کار کردن مصداق کودک آزاری است. پیش از این در گزارش کودک آزاری مدرن در فضای مجازی ایه حقوق کودکان احترام بگذاریم به این موضوع پرداختیم که فضای مجازی چگونه ممکن است موجب آزار کودک شود؛ چگونه فرهنگ‌های برخط، رشیکه‌های اجتماعی می‌توانند مانند کارگاه‌های غیرمجاز محل نقاسی برای کودک باشند و چرا کودک ممکن است با حضور در این فضا دچار آسیب‌های روحی شود. در این گزارش به این موضوع خواهیم پرداخت که چگونه می‌توان علاوه بر دور نگه داشتن کودک از این آزار اجتماعی، او با یا مخاطرات فضای اجتماعی هم آشنا کرد.

آموزش قدم اول است

محمدمهدی سیدنامری، مدرس دانشگاه و پژوهشگر حقوق بین‌الملل کودکان، آموزش را مهم‌ترین و اینتلیی‌ترین راهکار دانست و گفت: این آموزش می‌تواند مجرب به تکامل و رشد کودکان شود. در کنار آن آگاهی‌بخشی و اطلاع‌رسانی صحیح والدین در برخورد با استفاده کودکان از اینترنت در مرزل و کب امدادگی لازم برای مواجهه به موقع و اصولی با کودکان بسیار مهم و راهگشاست. زیرا استفاده مناسب و به جا از تکنولوژی در زندگی بشر امروز، نوعی امتیاز است؛ به طور مثال محیطی مجازی چون متاورس در عین حال که تاثیرات مخرب و منفی همراه دارد، می‌تواند مکانی عالی برای کلاس و یادگیری و یادآوری سطح مهارت‌های اجتماعی و فردی در کودکان باشد. وی با تاکید بر اینکه گونه‌هی مناسب والدین به کودکان یکی از مهم‌ترین راهکارها در این زمینه است؛ گفت: اگر والدین پیوسته مشغول گوشی و فضای مجازی باشند، نباید انتظار داشت که فرزندان ارزش دیجیتال خود را به اعراحت کلا بگذارند. به طور مثال وقتی کلاس از سوی خانواده در سید نیازهای روزانه‌ی خانه باشد، ویدو و مادر خود علت به ورش و فعالیت‌های فیزیکی مفید داشته باشند و به جای گرمش‌های بی‌هدف و وقت‌کش در فضای مجازی، بخشی از فعالیت‌های روزانه خود را به انجام کارهای مفید فردی یا گروهی اختصاص دهند. کودک نیز خیلی زود یا تأثیرپذیری و الگوبرداری، به جای توجه صرف و مطلق به محیط دیجیتال این گونه کارها و فعالیت‌ها را به عنوان عادتی ضروری در زندگی خود احساس می‌کند و به کار می‌گیرد. این اسلط دانشگاه یا استاد به نقش آموزش و پرورش در این مسیر هم گفت: خطمشی تکنولوژی و ارتباطات و اطلاعات در مدارس هم کمک می‌کند تا آموزگاران یا سواد دیجیتال کافی در کنار کودکان باشند تا از تکنولوژی در آموزش استفاده کنند و خود نیز بی‌نظارتی و همراه نگه داشتن کودک از این آزار اجتماعی، او با یا مخاطرات فضای اجتماعی هم آشنا کرد.

نظارت والدین بیش از همه زمان دیگری لازم شده است

این پژوهشگر حقوق بین‌الملل کودکان نظارت بر ارتباطات کودک را بخشی از تربیت کودک دانست و گفت: شاید این نظارت و کنترل در محیط خانواده ساده باشد اما این امر در محیط دیجیتال با پیچیدگی‌هایی همراه است. با وجود فیلتری‌های نوین ارتباطی و اطلاعاتی در جامعه امروز و محدود مرزها و ادغام فرهنگ‌ها، تربیت کودکان امری خطیرتر از گذشته شده است و تا حدی آموزش و پرورش کودکان را از دست والدین خارج کرده است. در این میان نظارت صحیح و اصولی یکی از مهم‌ترین راهکارها برای حفظ کودکان در محیط دیجیتال است. این مدرس دانشگاه افزود: آنچه در ادامه ذکر می‌شود تنها پیشنهادی برای کاربرد درست ابزار دیجیتال در خانواده است. والدین باید در انتشار تصاویر فرزندان خود محتاط بوده و این حس رایه کودک نیز منتقل کند. علاوه بر این نکته توجه کند که قبل از انتشار عکس بر یا ویدئوی از کودک خود، آن عکس را از مظر چولی کودک خود ببیند. آیا او از اینکه کس دیگری این عکس یا فیلم را ببیند آزرده نمی‌شود؟ اگر این احتمال را می‌دهید که کودک در چولی با دیدن این عکس آزرده می‌شود، آن را منتشر نکند. می‌توان یا تنظیمات در شبکه‌های اجتماعی عکس‌های کودکان رایه صورت عمومی (public) منتشر نکرد، یا کلا آن‌ها را تنها یا گروه کوچکی از نزدیکان مورد اعتماد به اشتراک گذاشت. یا این کار حس حفظ حریم شخصی برای کودک پررنگ می‌شود. باید در قالب‌های امنیتی را جدی گرفت و هنگام انتشار تصویر کودک برای مثال در مهدکودک یا مؤسسات آموزشی و تفریحی، آموس یا نام مکان را مشخص نکرد تا نشانه‌ای از محل زندگی کودک به دست نیاید. این کار می‌تواند خطرات احتمالی را کاهش دهد. همچنین در برخی اپلیکیشن‌ها و برنامه‌های رایانه‌ای به طور خودکار محل گرفتن عکس را ثبت می‌شود. می‌توان در این مولد، گزینه لوکیشن را حذف کنید.

انتشار عکس عریان از کودک مصنوع

شاید برای شما جالب باشد که بدانید موتور جستجوی گوگل در راستای حفظ حقوق کودکان عکس عریان کودک را نشان نمی‌دهد. انتشار عکس برهنه کودک از جمله مواردی است که در جهان عکلی و مشترکه عکس را محکوم‌ترین مواجهه خواهد کرد. سیدنامری هم با تاکید بر اینکه انتشار عکس عریان از کودکان به هیچ وجه پسندیده نیست؛ گفت: گرفتن عکس در ساحل، تولات و حمام را اکیدا برای کودک خود ممنوع کنید به این فکر کنید که ممکن است یک درد و بدی‌ایی آن را ببیند و توجه مخاطرانی برای کودک به وجود بیاورد. والدین می‌توانند هیچ عکس تمام‌رخی از کودک خود منتشر نکند تا امکان شناسایی توسط زرهافزار متقی باشد. این توصیه به ویژه برای کسانی است که ممکن است مورد طمع باشند مانند تاجران نوتصد یا هر کسی که وی فرزندش حساس است. سید نامری خاطر نشان کرد: بهتر است این فرهنگ را ایجاد کرد که از کودکان بالای دو سال برای ارسال عکسشان حتی برای پدربزرگ و مادربزرگ اجازه گرفت. این کار علاوه بر ایجاد حس احترام و رعایت حریم خصوصی رایه کودک یاد می‌دهد.

تصویب مقررات کیفری و اصلاح قوانین موجود در حمایت از کودکان آسیب‌دیده در محیط دیجیتال این پژوهشگر حقوق بین‌الملل کودکان خاطر نشان کرد در کنار آموزش و قانون‌گذاری برای کودکان و خانواده‌ها در استفاده از ابزار تکنولوژیک، حمایت و محافظت از کودکانی که به نوعی در این محیط مورد آسیب قرار گرفته‌اند نیز اهمیت دارد. تصویب قوانین و مقررات جامع و مؤثر در جرایم رایانه‌ای و تعیین دادرسی جرایم رایانه‌ای در حمایت از کودکان و نوجوانانی که به واسطه‌ی حضور یا استفاده از محیط دیجیتال دچار آسیب شده‌اند، می‌تواند در جلوگیری از تکرار جرایم مؤثر بوده و نحوی عملی و مناسب از آسیب‌دیدگان حمایت کند یا توجه به سرعت تغییرات محیط دیجیتال و به وجود آمدن عرصه‌های مختلف و متنوع در امکانات تکنولوژیک جامعه، ضروری است قوانین و مقررات قضایی سایبری فعلی نیز با توجه به تغییرات جدیدی به روزرسانی شده تا بتوانند به طور کامل و کافی از پدیدگان جرایم سایبری حمایت کند.

منتمال
هایی برای زندگی

منتمال
منتمال‌هایی برای زندگی
آزاد انسانی است که با تمام وجود به سوی سرنوشت حرکت می‌کند. سرنوشت طبق تصمیم او واقع نمی‌شود ولی آنچه که می‌خواهد واقع شود، فقط وقتی واقع می‌شود که او تمام آنچه را که می‌تواند اراده کند، به عمل برساند.
مارتین بوبر
@Minimalha
Minimal@Minimalha
Minimal@Minimalha
Minimal@Minimalha

تازه‌های سلامت

ورزش، ناجی بیماران کلیوی

بیمارانی که حین دیالیز به ورزش‌های سبک می‌پردازند، از نظر بدنی آمادگی بیشتری دارند و نسبت به بیمارانی که این کار را انجام نمی‌دهند، کمتر در بیمارستان بستری می‌شوند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیکال اکسپرس، این‌ها یافته‌های یک تحقیق در مقیاس بزرگ است که توسط شرکتی به رهبری دانشگاه فریبورگ آلمان انجام شده است. محققان معتقدند که برنامه‌های ورزشی باید به صورت استاندارد به بیماران دیالیزی ارائه شود.

حدود ۸۰ هزار نفر در آلمان دارای اختلال شدید عملکرد کلیه هستند که چنین بار در هفته نیاز به دیالیز دارند. بسیاری نیز از مشکلات سلامتی دیگری مانند دیابت و بیماری قلبی رنج می‌برند. مارتین هال، پروفسور پزشکی ورزشی پیگیری و توانبخشی در دانشگاه فریبورگ می‌گوید: محدودیت‌های تحمیل‌شده توسط این بیماری‌ها و زمان مورد نیاز برای دیالیز، اغلب به این معنا است که افراد مبتلا به اختلال شدید عملکرد کلیه به ورزش‌های بدنی کمی می‌پردازند و ما می‌خواستیم این رویه را تغییر دهیم.

برنامه‌های ورزشی شخصی

حدود ۱۰۰۰ بیمار در ۲۰ مرکز دیالیز آلمان در این تحقیق شرکت کردند. مارتین هال ابراز کرد: ما یکی از بزرگترین مطالعات جهان را در زمینه فعالیت بدنی در بیماری‌های خاص انجام دادیم. از داده‌های ۷ فدراسیون کلیه سلامت استفاده شد تا اطمینان حاصل شود که مجموعه شرکت‌کنندگان از نظر جمعیتی مانند سن، جنسیت و سلامت کلی نماینده بیماران دیالیزی در آلمان هستند.

طی یک دوره ۱۲ ماهه، نیمی از شرکت‌کنندگان تحقیق، حداقل یک بار و در حالت ایده‌آل سه بار در هفته در کنار دیالیز، جلسات ورزش همراه را انجام دادند. در حالی که بقیه فقط تحت نظارت پزشکی قرار داشتند. این جلسات شامل ۳۰ دقیقه تمرین استقامتی یا دوچرخه نابت تخت و ۲۰ دقیقه دیگر تمرینات با وزنه، کش بندازی و توپ بود. تمرینات متناسب با توانایی هر بیمار انجام شد.

بهبود در آزمون استاندارد

پس از یک سال، سلامت شرکت‌کنندگان فعال در این تحقیق به‌طور قابل توجهی بهبود یافته بود که شامل تکمیل تکرارهای بیشتر در یک آزمون یک دقیقه‌ای نشستن و ایستادن و راه رفتن بیشتر در ۶ دقیقه نسبت به شروع تحقیق بود. در گروه کنترل، این مقادیر در پایان دوره تحقیق حتی کمتر از ابتدا بود.

مارتین هال بیان کرد: این نوع آزمون استاندارد ممکن است در واقع به‌طور خاص معکس کننده زندگی روزمره نباشد. با این حال، نتایج نشان‌دهنده بهبودهای ملموس در کیفیت زندگی و استقلال است. برای مثال، شرکت‌کنندگان می‌توانستند بدون کمک از روی صندلی در خانه بلند شوند که قبل از آن، این طور نبود.

نشانه‌های دیگری از تاثیرات مثبت برنامه آموزشی وجود دارد؛ شرکت‌کنندگی که جلسات آموزشی منظم را تکمیل کردند، طی تحقیق به‌طور متوسط دو روز را در بیمارستان سپری کردند، در حالی که میانگین پنج روز برای گروه کنترل بود.

هزینه کم برای هر واحد تمرینی

هال خاطرنشان کرد به نظر من، نتایج به‌خودی خود گویا هستند. ما توانستیم سلامت شرکت‌کنندگان را بهبود بخشیم. همچنین هزینه‌های سیستم مراقبت‌های بهداشتی را نیز کمی کاهش دهیم. از لحاظ محققان حاکی از آن است که هزینه‌های تمرین شخصی حدود ۲۵ یورو در هر جلسه برای هر نفر است.

وی افزود: امید داریم برنامه ورزشی ما در برابر سلامت قلبی استاندارد شود. نتایج تحقیق ما نشان می‌دهد که داشتن نگاهی جامع به سلامت، به ویژه در مورد بیماران من و نانوان چقدر مهم است.

وی ادامه داد: در حالی که پزشکی با فناوری پیشرفته مهم است، تنها می‌تواند به پتانسیل کامل خود در ترکیب با سایر زمینه‌ها مانند پزشکی پیگیری، دست یابد. شرکت‌کنندگان در این تحقیق، در آینده تحت نظر خواهند بود، تا به محققان کمک کند تا در مورد اثرات ورزش در مرز و مدت بیشتر بدانند.

یافته‌های این تحقیق در مجله **NEJM Evidence** منتشر شده است.