



صاحب‌انبار موسسه همگام اندیشه‌ها  
مدیر مسئول: محمود حیدری سردبیر: باقره جعفری  
نشانی: کرج، باور تلویزیون، خیابان فرهنگ جنب کانون  
کارشناس رسمی دادگستری  
تلفن: ۰۲۶۳۳۳۳۳۳-۰۲۶۳۳۳۳۳۳  
۲۳۲۰۱۰۱  
اینترنت: در طرح ارزیابی کیفیت وزارت فرهنگ و ارشاد  
اسامی: ۶۷۸۸  
چاپ: کاغذ

۲۶۵۶ امروز با حافظ  
شکر شکن شوند همه طوطیان هند  
زین قند پارسی که به پنگاله می‌رود  
طی مکان بین و زمان در سلوک شعر  
کاین طفل یک شبه ره پاک ماه می‌رود

روز بازار جوانی پنج  
روزی پیش نیست  
نقد را باش ای پسر  
کآفت بود تاخیر را  
سعدی

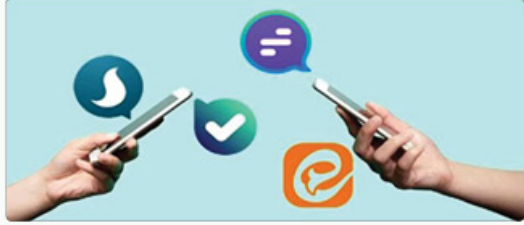
وقایع شرعی فردا  
ان صبح ۰۲:۳۶ طلوع آفتاب ۰۴:۵۷ انان ظهر ۱۲:۰۲ غروب آفتاب ۱۹:۰۹ انان مغرب ۱۹:۲۰  
برگه  
زندگی کشف خود نیست، ساختن خود است.  
جرج برنارد شاو

### گزارش روز

ایمن روزها کاربران پلتفرم‌های داخلی از قطع و وصل زیاد آنها شکایت دارند

به گزارش پیام آشنا به نقل از دنیای اقتصاد هر روز تعداد زیادی قصد کوچ به برنامه‌های بومی را دارند اما در واقعیت با مشکلات عیدهای برای استفاده از این برنامه روبرو هستند. حالا در این شرایط که انصاف حیات مجازی کاربران در ایران بیش از هر زمان دیگری به استفاده از شبکه ملی و پیام‌رسان‌های داخلی گره خورده است، مشاهدات میدانی و بازخوردهای کاربران در شبکه‌های اجتماعی نشان می‌دهد که برخی پیام‌رسان‌های داخلی طی ماه‌های اخیر با اختلال‌های مکرر، کندی سرعت، قطعی مطلق سروورها و مشکلات در ارسال و دریافت پیام با فایل مواجه بوده‌اند. این مشکلات پیوسته در ساعات اوج مصرف نمود بیشتری پیدا کرده و در مواردی موجب نارضایتی کاربران شده است بخشی از کاربران عنوان می‌کنند که در برخی بازه‌های زمانی دسترسی به پلتفرم‌های خارجی از طریق وی‌پن‌ای نیز نظر سرعت و پایداری اتصال تجربه‌های روان‌تر از استفاده مستقیم از پیام‌رسان‌های داخلی فراهم کرده است امیرحسین دهقان، کارشناس شبکه، در گفت‌وگویی با دنیای اقتصاد در این باره معتقد است که در پی قطعی‌های مکرر اینترنت بین‌الملل طی ماه‌های گذشته حجم قابل توجهی از کاربران به‌صورت ناگهانی به سمت پیام‌رسان‌های داخلی سوق داده شدند. این در حالی است که در سرانجام‌های اجتماعی و سیاسی سال‌های گذشته نیز تجربه قطعی

## علت اختلال در پیام‌رسان‌های داخلی چیست؟



اینترنت وجود داشته اما به دلیل کوتاه‌تر بودن بازه‌ها یا متفاوت بودن شرایط میزان مهاجرت کاربران به پلتفرم‌های داخلی به گستردگی امروز نبود در آن مقاطع کاربران اغلب تا زمان بازگشت دسترسی به اینترنت بین‌الملل صبر می‌کردند و سپس فعالیت خود را در پیام‌رسان‌های خارجی از سر می‌گرفتند. او همچنین معتقد است که در خصوص برخی پیام‌رسان‌های داخلی مانند «هله» بخشی از افزایش کاربران در گذشته به دلیل ارائه خدمات انحصاری حرون برنامه‌ها بود از جمله خدمات پستی، کلارنگ الکترونیکی، بازه‌های بانکی نظیر خدمات بانک ملی و سایر سرویس‌های مبتنی بر همکاری با نهادها و رسمی. همین موضوع موجب می‌شود کاربران برای دریافت خدمات مشخص ناگزیر به استفاده از این پلتفرم‌ها باشند، هر چند فعالیت اصلی ارتباطی خود را در پیام‌رسان‌های خارجی ادامه می‌دهند. با این حال شرایط اخیر متفاوت بوده است. پس از قطع اینترنت بین‌الملل، تغییراتی در سطح زیرساخت شبکه داخلی کشور اعمال

می‌یابد و ضرورت تقویت فایروال‌ها، روترها و سایر تجهیزات امنیتی بیش از پیش احساس می‌شود. بنابراین بخشی از اختلال‌های مطلق می‌تواند ناشی از اقدامات امنیتی پیشگیرانه در برابر تهدیدهای سایبری باشد. وی عنوان می‌کند که عامل مهم دیگر هجوم ناگهانی کاربران به ایمن پلتفرم‌ها در بی محدودیت‌های ارتباطی است. بسیاری از دانشجویان، پژوهشگران و فعالان اقتصادی برای ارسال مقاله، فایل‌های دانشگاهی، پایان‌نامه یا اسناد کاری، ناگزیر به استفاده از پیام‌رسان‌های داخلی شدند. این افزایش دفعی تقاضا فشار مضاعفی بر سرورها و زیرساخت‌های فنی وارد کرد. در مجموع قطعی‌های مکرر در پیام‌رسان‌هایی نظیر بله و روبیکا را می‌توان ناشی از دو عامل اصلی دانست: نخست تغییرات و محدودیت‌های زیرساختی در سطح شبکه ملی و مدیریت ترافیک کشور و دوم، افزایش ناگهانی و گسترده کاربران که ظرفیت‌های فنی موجود را با چالش مواجه کرده است. استمرار پایداری این پلتفرم‌ها در گرو توسعه همزمان زیرساخت، ارتقای امنیت مسیریابی، ترافیک شبکه یا تغییرات فنی مرتبط با DNS و سایر تنظیمات زیرساختی بازگردد. دهقان همچنین معتقد است که در این بین نباید از موضوع امنیت سایبری غافل شد. پیام‌رسان‌های داخلی مانند هر سرویس پرکاربر دیگری ممکن است در شرایط خاص هدف حملات سایبری قرار گیرند؛ چه از داخل و چه از خارج. در دوره‌هایی که ساختار شبکه کشور دستخوش تغییر می‌شود احتمال بروز آسیب‌پذیری‌های فوق‌العاده افزایش

### برش

## چرا جوانان غربی جذب جریان راست افراطی می‌شوند؟

برخلاف نسل‌های پس از جنگ جهانی دوم که با رشد اقتصادی، امنیت نسبی و امکان پیشرفت اجتماعی روبرو بودند، بسیاری از جوانان امروز با آینده‌ای مبهم مواجهند. افزایش هزینه مسکن، کاهش‌های آموزشی، فراز و نشیب مؤقت، تورم و دشواری ورود به بازار کار باعث شده بخشی از نسل جوان احساس کند وعده پیشرفت و رفاه دیگر تحقق‌پذیر نیست. به گزارش پیام آشنا به نقل از عصر ایران، برای سال‌ها تصور رایج این بود که نسل جوان در غرب به‌طور طبیعی به سیاست‌های لیبرال، چپ‌گرایانه و جهان‌وطنی گرایش دارد. دانشگاه شبکه‌های اجتماعی، فرهنگ جهانی و ارزش‌های فردگرایانه ظاهراً باید جوانان را از ملی‌گرایی افراطی دور می‌کرد اما تحولات سال‌های اخیر نشان داده این تصویر چندان دقیق نیست. در بسیاری از کشورهای اروپایی و حتی آمریکای بخشی از جوانان به احزاب راست افراطی یا جریان‌های نئوپولیسی‌است راست‌گرایش پیدا کرده‌اند. پدیده‌ای که برای بسیاری از تحلیلگران ناگهانی کننده‌هاست. نخستین علت را باید در بحران اقتصادی نسل جوان جستجو کرد. برخلاف نسل‌های پس از جنگ جهانی دوم که با رشد اقتصادی، امنیت نسبی و امکان پیشرفت اجتماعی روبرو بودند، بسیاری از جوانان امروز با آینده‌ای مبهم مواجهند. افزایش هزینه مسکن، کاهش‌های آموزشی، فراز و نشیب مؤقت، تورم و دشواری ورود به بازار کار باعث شده بخشی از نسل جوان احساس کند وعده پیشرفت و رفاه دیگر تحقق‌پذیر نیست. در چنین شرایطی و ناامنی اجتماعی به احزاب سنی افزایش پیدایمی‌کند و جریان‌های رادیکال جذاب‌تر می‌شوند. اما مسئله فقط اقتصاد نیست، بسیاری از جوانان غربی در فضایی بزرگ هم‌گامی کرده‌اند. بحران اقتصادی، تعریف ملی، بودجه بحران مالی، مهاجرت، مسکن، سرمایه‌گذاری چندی در زیرساخت‌های فنی، پیوسته کیفیت خدمات و پاسخ‌گویی شفاف به دغدغه‌های کاربران است. در غیر این صورت صرف اعلام آمارهای کلان نمی‌تواند توضیح‌کننده خرابیت و نارضایتی‌های بی‌شماری است که در سطح جامعه دیجیتال کشور باشد.

### دیدگاه

## حفظ امنیت در کنار دسترسی به اینترنت هنر است!

یکی از اعضای شورای عالی فضای مجازی، با دفاع از ادامه محدودیت پلتفرم‌های خارجی گفته است: بازگشت فضای مجازی به شرایط قبلی از جنگ می‌تواند انتقال‌اتر اخیر را تکرار کند. وی همچنین دلیل بسته نشدن کامل این سکوها را ۱۰ تا ۱۵ سال گذشته را «حیثیت برخی سیاستمداران» عنوان کرده است!

### اشاره

## چرا «مرگ ناگهانی» در بین جوانان اینقدر رایج شده؟

شناخت برخی از عواملی که منجر به مرگ ناگهانی در میان جوانان می‌شود می‌تواند به پیشگیری از این اتفاق تلخ کمک کند. به گزارش پیام آشنا به نقل از هفت صبح، مرگ ناگهانی در میان جوانان دیگر یک استثنای تاز و برای پزشکان و محققان در سراسر جهان است. زیرا تعداد مرگ و میر ناشی از ایست قلبی ناگهانی در میان در میان بزرگسالان جوان ۲۵ تا ۴۴ ساله که در اوج زندگی و سلامت خود هستند، افزایش می‌یابد. مرگ ناگهانی چیست؟ مرگ ناگهانی معمولاً در صورتی تشخیص داده می‌شود که مرگ در عرض یک ساعت از شروع علائم در حضور شاهدان یا در عرض ۲۴ ساعت از آخرین باری که فرد در غیاب شاهدان زنده دیده

### دیدگاه

## حفظ امنیت در کنار دسترسی به اینترنت هنر است!

نوع حرف‌ها، مردم را که از دسترسی لازم به اینترنت محروم شده و کسبشان خولیده است تا سرحد انفجار خشمناک و منجر می‌کند. آیا گوینده‌ها با زبان سخنش در جامعه آگاه است؟ اگر هست، چرا به خشم و ناراحتی مردم دامن می‌زند؟ و اگر آگاه نیست، طبق کدام دانش و صلاحیت در مقام یکی از تصمیم‌گیران در باره دسترسی مردم به اینترنت قرار گرفته است؟ در این برهه از تاریخ، هر کشوری با هر موقعیتی،

### اشاره

## چرا «مرگ ناگهانی» در بین جوانان اینقدر رایج شده؟

شده است، رخ دهد. مرگ ناگهانی قلبی اغلب با علائم هشداردهنده‌ای که ممکن است چند دقیقه طول بکشد، مانند موارد زیر همراه است: در قفسه سینه تنگی نفس، تپش قلب، غش یا سرگیجه، خستگی و بی‌حالی ناگهانی. چرا یک مرد جوان سالم ناگهان می‌میرد؟ یک مرد جوان، ورزشکار و سالم ممکن است ناگهان و بدون هیچ سابقه پزشکی شناخته‌شده‌ای از در برباید و اینجاست که سوالات تکان‌دهنده شروع می‌شود: چگونه قلب می‌تواند بدون هشدار از کار بیفتد؟ پزشکان توضیح می‌دهند که شایع‌ترین علت ایست قلبی ناگهانی در افراد زیر ۲۵ سال اغلب به دلیل اختلالات الکتریکی قلب است. این اختلالات می‌توانند ناشی از عواملی مانند ورزش سنگین یا بیماری‌های عروق کرونر قلبی، تصلب شرایین و حملات قلبی مرتبط هستند. علل اصلی مرگ ناگهانی قلبی مرگ قلبی بدون دلیل: معالجات انجام شده نشان می‌دهد که بین ۴۰ تا ۴۱ درصد از مرگ‌های ناگهانی قلبی در افراد زیر ۲۵ سال، حتی پس از معاینات پزشکی کامل، دلیل مشخصی ندارند. کاردریومیوپاتی ارثی: کاردریومیوپاتی‌ها بین ۱۵ تا ۲۰٪ از مرگ‌های ناگهانی قلبی در بزرگسالان جوان را تشکیل می‌دهند و اغلب با جوش‌های ژنتیکی که بر ساختار یا سیستم الکتریکی قلب تأثیر می‌گذارد مرتبط هستند. ضربه مستقیم به قفسه سینه: اگرچه نادر است اما ضربه شدید به قفسه سینه در طول ورزش یا تصادفات می‌تواند منجر به اختلال الکتریکی کشته در قلب شود و باعث فیبریلاسیون بطنی و ایست ناگهانی قلب شود. دیابت: مطالعات دامپزشکی نشان داده است که خطر مرگ ناگهانی قلبی در بیماران مبتلا به دیابت نوع ۱ تقریباً ۲.۷ برابر و در افراد مبتلا به دیابت نوع

### دیدگاه

## حفظ امنیت در کنار دسترسی به اینترنت هنر است!

حفظ امنیت در کنار امکان استفاده عموم از تکنولوژی ارتباطی از جمله اینترنت از ادوار، رشد است، و گرنه به محدود و متوقف کردن استفاده از این تکنولوژی، حفظ امنیت نه ارزش ماندگاری دارد و نه اصول قابل ادغام است! پس به جای اعلام محدودیت، توانایی در مدیریت و تغییر در سیاست را دنبال کنید. احمدزیدآبادی

### اشاره

## چرا «مرگ ناگهانی» در بین جوانان اینقدر رایج شده؟

به ویژه افراد زیر ۵۰ سال، ۶۵ برابر بیشتر است. فشار خون بالا، فشار خون بالا با افزایش خطر اختلالات ریتم قلب و ضربان قلب نامنظم همراه است که احتمال ایست ناگهانی قلب را افزایش می‌دهد. سیگار کشیدن و سیگارهای الکترونیکی: گزارش‌های آمریکا تایید کرده‌اند که سیگار کشیدن خطر مرگ ناگهانی قلبی را سه برابر می‌کند. نوشیدنی‌های انرژی‌زا: این نوشیدنی‌ها حاوی دوزهای بالایی از کافئین، محرک‌ها و قندها هستند که می‌تواند قلب را به خصوص با مصرف بیش از حد تحت فشار قرار دهد. استرس مزمن: استرس فقط بر ذهن تأثیر نمی‌گذارد؛ تأثیر آن می‌تواند به قلب و رگ‌های خونی نیز گسترش یابد. مسائلی مانند کاری طولانی استرس مزمن مدام مرتبط با کار و اختلال خواب، همگی با افزایش خطر مرگ ناگهانی قلبی مرتبط هستند. به ویژه افراد زیر ۵۰ سال، ۶۵ برابر بیشتر است. فشار خون بالا، فشار خون بالا با افزایش خطر اختلالات ریتم قلب و ضربان قلب نامنظم همراه است که احتمال ایست ناگهانی قلب را افزایش می‌دهد. سیگار کشیدن و سیگارهای الکترونیکی: گزارش‌های آمریکا تایید کرده‌اند که سیگار کشیدن خطر مرگ ناگهانی قلبی را سه برابر می‌کند. نوشیدنی‌های انرژی‌زا: این نوشیدنی‌ها حاوی دوزهای بالایی از کافئین، محرک‌ها و قندها هستند که می‌تواند قلب را به خصوص با مصرف بیش از حد تحت فشار قرار دهد. استرس مزمن: استرس فقط بر ذهن تأثیر نمی‌گذارد؛ تأثیر آن می‌تواند به قلب و رگ‌های خونی نیز گسترش یابد. مسائلی مانند کاری طولانی استرس مزمن مدام مرتبط با کار و اختلال خواب، همگی با افزایش خطر مرگ ناگهانی قلبی مرتبط هستند.