info@payamdaily.ir
پیام آشنا
تخستین روزنامه صبح البرز
شماره ۲۳۳۶
شنبه /۳۱ تیر/ ۱۴۰۲
۰۴ / محرم / ۱۴۴۵
22 / July / 2023

صاحب‌امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۲۸۳۸-۳۲۵۴۴۴۴۳ -۰۲۶ - فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸/۲۲
چاپ: کارگر

غزل ۸۲

امروز با حافظ

آن تُرک پری چهره که دوش از بَر ما رفت
آیا چه خطا دید که از راهِ خطا رفت؟
تا رفت مرا از نظر آن چشم جهان بین
کس واقفِ ما نیست که از دیده چه‌ها رفت

غزلک

کسی با شوق روحانی نخواهد
ذوق جسمانی
برای گلین وصلش رها کن
من و سلوی را

عطار

افق کرج

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۴:۲۶	۰۵:۰۶	۱۲:۱۲	۱۹:۱۸	۱۹:۳۸

برگه

ذهن‌های بزرگ درباره ایده‌ها بحث می‌کنند، ذهن‌های معمولی درباره رخدادها، ذهن‌های کوچک درباره افراد...

النور روزولت

اشاره

کنکور ته دنیا نیست!

کنکور سراسری سال ۱۴۰۲ مطابق مصوبه شورای عالی انقلاب فرهنگی با همه حواشی موجود به پایان رسید. روحیه داوطلبان در این مدت تحت فشـار بوده، از این رو انتظار می‌رود خانواده‌ها پس از گذشـت این آزمون با فرزندان خود همدلی کرده و نتیجه کنکور را تنها راه موفقیت زندگی آنان ندانند. زیرا تحمیل نظر والدین و ایجاد فشار روانی بر آنها ممکن است آسیب‌های جبران ناپذیری در پی داشته باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایران، علی امرایی عضو کمیسـیون آموزش دیده‌بان شفافیت و عدالت کشور درباره توجه والدین به داوطلبـان پس از اتمام آزمون سراسری بیان کرد: «داوطلبان بعد از تحمل یک سال تلاش و تحمل شرایط خاص و سخت مانند اینکه تفریح ترونده سفر ترونده و خوشگذرانی نداشته باشند، این دوره را پشت سـر گذاشتند. ولی متأسفانه برخی داوطلبان بعد از کنکور تازه با فشارهای جدیدی روبه‌رو می‌شوند و ما داوطلبانی داریم که بعد از کنکور تک‌تک سؤالات و سطح سؤالات را بررسی می‌کنند یا میزان درست و غلط جواب دادن سـؤالات را می‌سنجند که این کار درست نیست».

وی در ادامه بیان کرد: «اگر آزمون سخت بوده برای همه سخت و دشوار و اگر سـاده بوده برای همه ساده بوده است. البته که کنکور ۱۴۰۲ بخصوص در درس ریاضی سخت بوده، به خاطر همین استرس داوطلبان نسبت به سال‌های قبل بیشتر است. بنابراین خیلی از خانواده‌ها یا افراد که کنکور داده‌اند با ما صحبت کردند و گفتند که سطح استرس و دشـواری این آزمون از سال‌های قبل بیشتر بوده است. بنابراین، این آزمون برای همه دشوار بوده، پس استرسی به خود راه ندهند».

عضو کمیسیون آموزش دیده‌بان شفافیت و عدالت کشور گفت: «در اینجـا روی صحبت من با اولیای داوطلبان است، والدین نباید اصلاً به داوطلب فشار وارد کنند زیرا نتیجه‌ای ندارد، هر آنچه که داوطلب در سر جلسه آزمون به سؤالات پاسخ داده همان است، پس نباید به داوطلب اسـترس وارد کرد زیرا داوطلب قرار است برای مراحل بعدی مانند انتخاب رشته اقدام کند؛ پس بهتر است در آرامش این کار را کرده و تصمیم درست بگیرد».

وی اضافـه کرد: «در این فصل تا زمانی که نتایج اعلام می‌شـود، باید تفریح و ورزش داشته باشند. هر کاری بعد از کنکور به غیر از اسـتراحت نتیجه‌ای ندارد زیرا استرس و اضطراب را بیشتر می‌کند و مراحل حساس بعدی را از دست می‌دهند. زمانی که نتایج اولیه بیاید باز هم داوطلبان نباید به خود استرس وارد کنند، بلکه باید علاقه خود به رشته‌های متعدد را تعیین کنند تا بتوانند انتخاب رشته درستی متناسب با رتبه داشته باشند».

امرایی گفت: توصیه ما اول به اولیای داوطلبان این است که تحت هیچ شرایطی به فرزند خود فشار و استرس وارد نکنند زیرا هر نتیجه‌ای که حاصل شود نتیجه زحمت یکساله آن شخص است، پس از این رفتار دوری کنند. از طرفی برخی والدین هم کاری به فرزند خود ندارند، اما خود داوطلبان هم دچار استرس زیادی هستند.

وی در پاسـخ به این سؤال که در مواقعی که داوطلب خود دست به اسـترس می‌زند، چه باید کرد گفت: در این گونه مواقع خود داوطلب باید حتماً با کسـانی که متخصص هستند مشاوره کنند و داوطلبان با خانواده و اولیای خود که دانشگاه رفته هستند مشورت کنند، زیرا حتماً آن افراد به آنها توصیه‌ای می‌کنند که خود آزاری را رها کنند و آرامش داشته باشند.

امرایی گفت: «بخصوص برای کنکور امسال که نسبتاً دشوار بوده اسـت افراد دنبال این هستند که در فلان درس چه نمره‌ای کسب کرده‌اند، این حساب و کتاب‌ها موجب اسـترس شدید می‌شود که هیچ نتیجه‌ای هم نخواهد داشت. پس لازم است که داوطلبان هم در ایام تابستان به سفر بروند و حتماً برنامه‌ریزی ورزشی برای کار خود داشته باشد».

وی بیان کرد: «بعضاً در میان دانش‌آموزان دیده‌ایم یک نفر که ۸۰ کیلو بوده، در ایام مطالعه برای کنکور ۱۳۰ کیلو شده، از این رو باید حتماً ورزش کنند و این برنامه را در فصل تابستان داشته باشند».

امرایی در ادامه گفت: «البته برخی داوطلبان حق دارند که اضطراب داشته باشند، به عنوان مثال ما یک نامه در زمینه سن پذیرش در دانشگاه فرهنگیان تدوین کردیم. زیرا یکی از موارد اسـترس برخی داوطلبان این بود که سازمان سنجش آموزش کشور درباره پذیرش دانشگاه فرهنگیان اعلام کرده که شرط سنی ۲۴ سال سن است اما آموزش و پرورش همان ۲۲ سال سن را اعلام کرده اسـت، بنابراین داوطلبان تاحدی حق دارند که در این زمینه استرس داشته باشـند. ما نیز اکنون دنبال کار هستیم که حق به داوطلبان برسد».

گزارش روز

وام‌های راحت‌الحلقوم و ضمانت‌های ضربدری!

تبلیغات‌شـان جذاب و وسوسـه‌انگیز است. همه جای شهر هم تبلیغات‌شان به‌وفور یافت می‌شود؛ روی دیوارهای کوچه و خیابان، کف پیاده‌روها، در ایسـتگاه‌های حمل‌ونقل عمومی و هر جایی که آدم‌های طالب وام‌های بانکی یافت می‌شوند؛ البته حجم تبلیغات‌شان در جنوب و مرکز شهر ده‌ها برابر بیشتر از شمال شهر است؛ خوب می‌دانند کجا باید مشتریان‌شان را جست‌وجو کنند. در این تبلیغات به افراد نیازمند وام‌های بانکی مژده داده می‌شود که می‌توانند با مراجعه به این شرکت‌ها، بدون دوندگی، بدون معرفی ضامن، بدون نیاز به پیش‌پرداخت و... آن را دریافت کنند.

وام فوری با
شرایط آسان

به گزارش پیام آشـنا به نقل از همشهری، در تبلیغات‌شان شرایط آنقدر خوب و عالی است که سوال پیش می‌آید که این شرکت‌های خوش‌خبر که شمارشان هم کم نیسـت و هر روز مثل قارچ بر تعداد آنها افزوده می‌شـود، واقعاً بدون اما و اگر چنین تسـهیلاتی را برای مشتریان‌شـان فراهم می‌کنند؟ ماهیت واقعی این شرکت‌ها چیست و آیا واقعاً می‌توانند هفت‌خوان دریافت وام را از پیش پای درخواست‌کنندگان بردارند؟ این سوال‌ها و ده‌ها سوال دیگر ما را بر آن داشت که سراغ این شرکت‌ها برویم و چگونگی فعالیت آنها را بررسی کنیم.

ضمانت‌های عجیب و غریب

اولین قـدم بـرای سـر در آوردن از چندوچون کسب‌وکار شرکت‌های اعطاکننده تسهیلات بانکی، مراجعه به آنهاسـت و پیگیری گـزارش ما هم از همین نقطه شروع می‌شـود. در آگهی تبلیغاتی یکی از این شـرکت‌ها ۴ خط ثابت و ۶ خط تلفن همراه قید شـده که با هر کدام تماس می‌گیریم، خانم منشـی پرحوصله‌ای پاسخگوست و شرایط دریافت تسهیلات را مو به مو بازگو می‌کند: «وامی که دریافت می‌کنید، از بانک... است. مبلغ آن ۵۰ میلیون تومان با بازپرداخت ۲ و ۳ سـاله است. در بازپرداخت ۲ ساله مبلغ اقساط ماهانه ۴ میلیون و ۱۰۰ هزار تومان تعیین شده و در بازپرداخت ۳ ساله ماهانه ۳/۵ میلیون تومان پرداخت می‌کنید؛ یعنی در مجموع بازپرداخت شما به بانک ۱۰۰ میلیون تومان است.» تا اینجای ماجرا یک نکته روشن می‌شود؛ اینکه سود این تسهیلات چندین برابر مقدار قانونی آن است و خانم منشی دلیل آن را این‌طور توضیح می‌دهد: «شما در واقع امتیاز وام شخص دیگری را می‌خرید و ما هم حـق و حقوق خود را از همین درصد پرداختی مازاد شما دریافت می‌کنیم.»

ضمانت‌های ضربدری

وقتی خانم منشی می‌گوید که برای گرفتن وام به ضامن و گواهی کسر از حقوق نیازی نیست، تصور می‌کنیم به کلی موضوع داشتن ضامن منتفی است، اما قضیه طور دیگری اسـت: «شما یک سفته ۵۰ میلیونی در وجه شـرکت و یک سیم‌کارت که به نام خودتان باشـد، نزد ما به امانت می‌گذارید و یا سـفته‌های ۱۵۰ میلیون تومانی که در وجه بانک می‌کشید، شما و یکی از مشتریان دیگر ما به‌صورت ضربدری ضامن یکدیگر می‌شوید.» توضیحات او برای گرفتن سیم‌کارت و حکایت ضمانت ضربدری، توجیهی عجیب و غریب به‌نظر می‌رسد: «شما چون امتیاز وام شخص دیگری را خریداری کردید باید ۴ برابر مقدار وام، سفته بدهید. این سیم‌کارت هم به‌عنوان ضمانت گرفته می‌شود!»

اعلام کردیم غیرقانونی هستند

پیگیری‌های ما برای دریافت پاسخ رسمی از روابط عمومی بانک مرکزی به یک پاسـخ غیررسمی از جانب این نهاد ختم می‌شود: «بانک مرکزی بارها اعلام کرده شرکت‌های خصوصی که مدعی هستند تسهیل‌کننده دریافت وام هستند، مورد تأیید بانک مرکزی نیستند؛ بنابراین کارشان غیرقانونی است. پیش از این هم بانک مرکزی در بیانیه‌ای اعلام کرده که این اشخاص و بنگاه‌ها فاقد هرگونه مجوز فعالیت از سوی سازمان‌های ذیربط و بانک مرکزی بوده و در صورت متضرر شدن احتمالی افراد، مسئولیت آن صرفاً متوجه خود فرد خواهد بود». روابط‌عمومی بانک مرکزی نظارت بر مفسـده‌های احتمالی در سیستم پرداخت تسهیلات نظام بانکی را وظیفه بخـش نظارتی بانک مرکزی عنـوان می‌کند و با تأکید بر وجود نظارت کامل بر این سیستم توضیح می‌دهد: «بانک مرکزی در مورد عرضه تسهیلات خارج از این سیستم مسئولیتی ندارد». در بخش قوانین و مقررات سـایت بانک مرکزی نیز چنین مواردی پیش‌بینی شده و در بخش مقررات تبلیغات در حوزه پولی و بانکی، هرگونه مسئولیت در قبال فعالیت چنین شرکت‌هایی از بانک مرکزی سلب شده و نظارت بر این شرکت‌های خصوصی تمام و کمال بر عهده نیروی انتظامی گذاشته شده است.

حق مشاوره فراموش نشود

قسمت جالب ماجرا آدرس دفتر این شرکت است؛ آپارتمانی اداری در یکی از برج‌های بلندبالای شمال تهران. اطراف دفتر شرکت حتی یک آگهی از این شرکت یا مراکز مشابه دیده نمی‌شود و این خدمات و بده‌بستان‌های آنها فقط برای مردم مرکز و جنوب شهر تهران است. بر سردر دفتر هم نام و عنوانی دیده نمی‌شود، ولی کارکنان آن حسابی سر و زبان دارند و تعداد فراوان پرونده‌هایی که روی میزشان انباشته شده نشان می‌دهد به اندازه کافی در جذب مشتری مهارت دارند.

مبلغ بزرگ برای مشاوره‌های کوچک

شرایط اعطای وام همه شـرکت‌هایی که تماس می‌گیریم، شبیه هم نیسـت. بعضی از آنها برای کسـانی که از چگونگی دریافت وام از درگاه‌های مجـازی بانک‌ها اطلاع ندارند فقط نقش مشـاور را ایفا می‌کنند. وقتی با یکی از این شـرکت‌ها که در آگهی تبلیغاتـی خود امکانات و مزایای جذابی مانند تحویل ۲۰ روزه وام، دریافت وام بدون نیاز به پیش‌پرداخت و سپرده‌گذاری را قید کرده، تماس می‌گیریم، راهنمایی‌های او عیناً همان مطالبی است که معمولاً از زبان اپراتور درگاه‌های مجازی بانک‌ها می‌شنویم: «مدارک شناسایی خود را در سامانه‌های مجازی بانک... و... بارگذاری کنید تا بانک برای شما اعتبارسنجی کند و مقدار وام شما مشخص شود». برخلاف اغلب شرکت‌ها که مدعی هستند ارائه پرینت حساب بانکی برای دریافت وام کافی است و شاغل بودن درخواست‌کننده وام الزامی نیست، شرایط این شرکت با شرایط معمول بانک‌ها مطابقت دارد: «شما باید حتماً شاغل باشید و مدارک مربوط به شاغل بودن خود را نیز در سامانه بانک بارگذاری کنید.» وقتی حق‌الزحمه خود را مبلغی مشخص و حدود ۳ میلیون تومان عنوان می‌کنند، ناگزیر می‌شویم اصل ماجرا را بی‌پرده جویا شویم و می‌پرسیم: «وقتی همه مراحل دریافت وام به‌صورت معمول در درگاه‌های مجازی انجام می‌شود و شما در تسریع زمان دریافت وام یا تعیین مبلغ وام نقشـی ندارید برای کدام خدمات حق‌الزحمه دریافت می‌کنید؟» پاسخ منشی شرکت صادقانه است: «افراد زیادی از وجود سامانه‌ها و درگاه‌های بانکی مجازی اطلاع ندارند و نمی‌توانند از تسهیلات این درگاه‌ها استفاده کنند. ما با کمک به این افراد و آموزش روش‌های دریافت تسهیلات، حق مشاوره و تسهیلگری دریافت می‌کنیم. این حق مشاوره تنها هزینه‌ای است که شرکت از مشتری دریافت می‌کند».

همه‌شان کلاهبردار نیستند ولی...

در بند «ت» ماده ۱۴ برنامه ششم توسعه که مواد مرتبط با نظام بانکی کشور شرح داده شده، وظیفه نظارت بر تبلیغات پولی و بانکی به نیروی انتظامی سپرده شده است. این ارجاع‌ها سبب می‌شود چند و چون فعالیت این شرکت‌ها را از مسئولان نیروی انتظامی نیز جویا شویم. سرهنگ مسلم میراحمدی، رئیس اداره مبارزه بـا کلاهبرداری پلیس آگاهی تهران بزرگ در این مورد پاسخ می‌دهد: «نمی‌توانیم ادعا کنیم همه شرکت‌های خصوصی اعطاکننده تسهیلات بانکی کلاهبردار هسـتند، ولی تعداد قابل‌توجهی از پرونده‌هایی که به ما ارجاع می‌شوند، مربـوط به کلاهبرداری این شـرکت‌ها از مدارک شناسایی افراد است. در موارد زیادی هم وام به فرد داده نشـده و در مدتی که مدارک فرد در اختیار شـرکت بوده، از مدارک سوءاستفاده شده است.» سرهنگ میراحمدی به فریبنده بودن ظاهر و شرایط این شـرکت‌ها اشـاره می‌کند و توضیح می‌دهد: «بسیاری از اشخاص فریب ویترین و خوش‌زبانی کارکنان اتوکشیده این شرکت‌ها را می‌خورند و با وعده‌های آنها خام می‌شـوند؛ درصورتی که اغلب این شرکت‌ها قصد کلاهبرداری از افراد را دارند و در ارائه خدمات صداقت ندارند.» او به شهروندان توصیه می‌کند برای دریافت تسهیلات بانکی مستقیماً به بانک‌ها مراجعه کنند تا در معرض کلاهبرداری و سوءاستفاده این شرکت‌ها قرار نگیرند.

عجیب ولی واقعی!

زیر پوست شهر که بروید، می‌بینید اتفاقات عجیب و غریبی می‌افتد؛ که می‌تواند غیرقانونی باشد، ولی به هر حال وجود دارد. چه بسا که بیشتر مردم هم در جریان امر نباشـند، اما بد نیست کمی بیشتر در این‌باره صحبت کنیم. یکی از رایج‌ترین اتفاقات غیرقانونی و غیرشرعی که دارد می‌افتد، پول‌های مشکوک به ریاست. جالب اینکه گاهی آگهی هم می‌کننـد، اما تحت چه عنوانی آگهی می‌شـوند که کسـی به آنها شک نمی‌کند؟ مانند تعدادی از آگهی‌های تأمین سـرمایه. کافی است که با آنها تماس بگیرید تا درست همان درصدهای معروف به ربا را برای شـما ردیف کنند؛ درصدهایی که با ضمانت‌های بالای چک و... به دسـت می‌آیند. به‌نظر می‌رسد مسئولان امر در این‌باره باید دقت‌نظر بیشتری داشته باشند.

از دیگر مواردی که شـیوع فراوانی هم دارد، خرید و فروش حواله‌های خودروسـت. البته در گزارشی دیگر اشاره خواهیم کرد که چنین مواردی اساسا قانونی است یا غیرقانونی، ولی نکته مهم آن است که در خلأ حقوقی به‌وجود آمده، کلاهبرداری‌های زیادی می‌تواند اتفاق بیفتد. غالب کلاهبرداران هم از ضعف اطلاعات حقوقی مردم سوءاستفاده می‌کنند که به‌نظر می‌رسد باید کاری عاجل در این زمینه انجام شود.

خرید و فروش وام‌ها، البته کماکان دنباله‌دار است؛ خاصه در حـوزه خرید و فروش وام‌هـای ازدواج، وام‌های جانبازی و کلاً وام‌هایی با درصد بازپرداخت پایین. این وام‌های جذاب، البته به همین راحتی هم خرید و فروش نمی‌شوند و باید حق‌الزحمه زیادی به صاحب وام و واسطه این وام پرداخت کنید. این وام‌ها هم به واسطه ضمانت‌های غیرقانونی دریافت شـده، مشـکلات زیادی برای طرفیـن و خاصه علاقه‌مندان به این وام‌ها ایجاد می‌کنند. بعضی از بانک‌ها در حالی که راحت‌ترین وام‌های درصد پایین را به کارمندان خودشـان می‌دهند، برای وام‌هایی که به شهروندان اعطا می‌کنند، سختگیری زیادی دارند. یکی از این سختگیری‌ها در وام‌های مسکن است؛ درحالی‌که ضمانت بزرگی به نام «ملک» از طرف مقابل دریافت می‌شـود، اما غالباً مشاهده می‌شود که بانک‌ها، علاقه زیادی دارند که ضامنان رسمی و یا کسر از حقوق هم معرفی شوند. دلیلش هم نقدشـوندگی سفت و سـخت «ملک» های ضمانت‌شده هستند که آنها ترجیح می‌دهند راه سـاده‌تری را برای نقد شدن تسهیلات‌شان دنبال کننـد. در این جور موارد نیز گاهی شـاهدیم که کارچاق‌کن‌هـا پول‌های غیرمتعارفی می‌گیرند تا نیازی به ضمانت و... وجود نداشته باشد.

مکث

واکنش تند وزارت بهداشت به آمارها درباره بیکاری پرستاران

وجود ۲۰ تا ۳۰ هزار پرستار بیکار در کشور صحت دارد؟

وزارت بهداشـت به اظهارات رئیس سـازمان نظام پرستاری مبنی بر وجود ۳۰ هزار پرستار بیکار و در عین حال کمبود ۱۰۰ هزار پرستار در مراکز درمانی واکنش نشان داد.

به گزارش پیام آشـنا به نقل از ایرنا، مرکز روابط عمومی و اطلاع رسـانی وزارت بهداشـت، درمان و آموزش پزشکی در واکنش به ادعای محمد میرزابیگی رئیس سازمان نظام پرستاری مبنی بر وجود ۳۰ هزار پرستار بیکار و در عین حال کمبود ۱۰۰ هزار پرستار در مراکز درمانی، با انتشـار توضیحی که با تاکید بر هدف حفظ منزلت و کرامت جامعه پرسـتاری ارائه شده، اعلام کرد: با تسلیت و تعزیت فرا رسیدن ماه محرم، ایام سوگواری اباعبدالله‌الحسین(ع) و تکریم نام و یاد پیام آور بزرگ عاشورا، اسوه و الگوی پرستاران، زینب کبری سلام الله علیها لازم به توضیح است که بخش عمده ای از شاخص‌های کیفیت مراقبت‌های بهداشتی و درمانی در همه کشورهای جهان وابسته به مراقبتهای پرسـتاری است. بنابراین و با این نگاه کیفیت‌گرا، تقریباً تمامی کشورهای پیشرفته دنیا به افزایش تربیت و جذب پرستار نیاز دارند؛ به طوری که تخمین زده می شود هم اکنون بیش از ۶ میلیون کمبود پرستار در دنیا وجود داشته باشد.

این مرکز ادامه داد: با وجود این در کشور ما به دلیل گسـترش مراکز آموزش پرسـتاری بعد از پیروزی انقلاب اسلامی در بخش دولتی و دانشگاه آزاد اسلامی هر ساله با هدف تامین نیروی انسانی رشد مناسب و پایداری صورت گرفته و در حال حاضر مراکز آموزشی پرستاری مطابق با استانداردهای بین المللی به تربیت نیروی انسانی در این حوزه اهتمام دارند. با این حال به تبع نیاز، توسعه مراکز درمانی و افزایش تختهای بیمارستانی در سالهای اخیر نیاز به پرستار نیز افزایش یافته است که برنامه‌های وزارت بهداشت در تربیت دانشـجو در رشته های گروه پرستاری و تربیت رده کمک پرستاری برای این منظور طراحی شده و در حال اجرا است.

ادعایی واهی و خلاف واقع بدون ارائه هر گونه مستند مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی وزارت بهداشت افزود: اما ادعای وجود ۲۰ تا ۳۰ هزار نفر پرستار بیکار در کشـور، بدون هرگونه مستند ارائه شده، ادعایی واهی و خلاف واقع اسـت. از جمله تجربه فراخوان های اخیر در اغلب دانشگاههای علوم پزشکی کشور نشان می‌دهد که تعداد متقاضیان در مواردی کمتر از ظرفیت اعلام شـده در فراخوان است. در چنین شرایطی چگونه ممکن است ۲۰ تا ۳۰ هزار نفر پرستار بیکار باشند ولی ظرفیت جذب پرستار کامل نشود. البته ممکن است در بعضی مناطق و شهرهای کشور به صورت موردی تعداد پرستار بیش از ظرفیت جذب و به کارگیری باشد اما این موضوع به هیچ روی قابل تعمیم به کل کشور مخصوصاً شهرهای بزرگ و مراکز استان‌ها نیست.

در توضیح مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی وزارت بهداشت تصریح شده است: از سازمان نظام پرستاری و رئیس کل محترم این سـازمان که داعیه دفاع از حقوق متقابل مردم و پرستاران را دارد، انتظار می رود در بیان آمار بر مبنای مستندات واقعی و جمع آوری اطلاعات صحیح و قابل راستی آزمایی اقدام کرده و در شرایطی که پرستاران با ایثار و خدمات شایسته خود در عرصه های مختلف از جمله مقابله با همه گیری کرونا جایگاه پرافتخاری را در دیدگاه مردم عزیز کسب کرده اند از بیـان اظهاراتی که به ناامیدی در مردم و کاهش اعتماد اجتماعی منجر شود و یا به وهن و هتک شأن والای جامعه ارزشمند پرستاری بینجامد، اجتناب ورزند.

قابل توجه

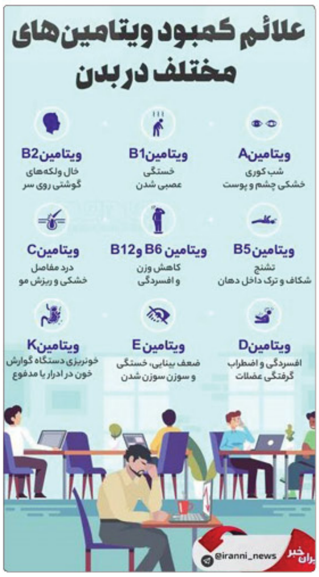
کدام کودکان به اختلالات اضطرابی مبتلا می‌شوند؟

نتایج تحقیقی نشان می‌دهد که نشانه‌های خاصی وجود دارد که بیان می‌کنند کودک به اختلال اضطراب مبتلا می‌شود و شامل تمایل به انجام کارها به تنهایی، گریه آسان و احساس غمگینی و بدبختی است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از علم، همه این رفتارها با گوشه‌گیری اجتماعی و عاطفی مرتبط است. در مقابل، خجالتی بودن، مطیع بودن یا ترس از شخصیت‌های مقتـدر یا به طور کلی افراد دیگر، اختلالات اضطرابی بزرگسالان را پیش‌بینی نمی‌کند.

نتانان مونک، محقق این تحقیق گفت: اساسـا آنچه ما دریافتیم، این اسـت که رفتارهای اضطرابی دوران کودکی مرتبط با انزوای اجتماعی و غمگینی به نظر می‌رسد خطر ابتلا به اختلال اضطرابی در زندگی بعدی را به همراه دارد. در مقابل، به نظر نمی‌رسد رفتارهای مرتبط با ترس‌ها و اضطراب‌های موقعیتی بزرگسالان دارای خطر مشابهی باشند. این مطالعه بیش از ۱۰۰۰ کودک متولد شـده در کرایست چرچ نیوزیلند را به مدت بیش از چهار دهه دنبال کرد. نتایج تحقیق به‌طور شگفت‌انگیزی سطوح بالایی از اضطراب را نشان داد و تقریبا نیمی از زنان به همراه کمی بیش از یک چهارم مردان دچار اختلال اضطرابی بودند. دکتر کت دونوان، محقق این تحقیق گفت: این تحقیق اهمیت توسعه فعالانه مهارت‌ها و مهارت‌های اجتماعی در مدیریت احساسات را تقویت می‌کند، به ویژه در ۱۰۰۰ روز اول زندگی کودک، جایی که والدین نقش کلیدی دارند. وی افزود: همه کودکان این منطقه در مرحله خاصی اضطراب را تجربه می‌کنند اما تنها زمانی باعث نگرانی می‌شـود که رشـد آنها را مختل کند و فرصت‌های یادگیری آموزشی و عاطفی را کاهش دهد.

دکتر دونوان توصیه‌هایی برای والدین کودکان مضطرب دارد: برای والدین و دیگران سخت است که فرزندشان را در پریشـانی ببینند اما مهم است که به آنها کمک کرده تا احساسات خود را با قرار گرفتن در موقعیت‌های چالش‌برانگیز بروز دهند و فرصت‌هایی برای قرار گرفتن در آن موقعیت‌ها ایجاد کنند و از آنها اجتناب نکنند. وی تاکید کرد: اگر آنان احساس می‌کنند که مهارت‌های مقابله یا برخی رفتارها را ندارند، باید به دنبال دوره‌های حمایت والدین یا حمایت حرفه‌ای باشند.



رسانه چه خبر

آیا مصرف میوه باعث کاهش وزن می‌شود؟

روابط عمومی وزارت بهداشت: مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت گفت: مصرف آزادانه میوه بدون اصلاح شیوه زندگی، باعث کاهش وزن موثر نمی‌شود. احمد اسمعیل‌زاده گفت: آنچه باعث اضافه وزن و چاقی می‌شود، دریافت مقدار کالری یا انرژی بیشتر از میزان نیازمندی بدن در دوره زمانی نسبتا طولانی است. بنابراین آنچه در واقع سبب افزایش وزن می‌شود، عدم تعادل انرژی وارد شده به بدن (از طریق خوراکی و آشامیدنی) و انرژی مصرف شده در بدن (سوخت انرژی متابولیسم پایه و انرژی لازم برای فعالیت‌های روزمره و یا ورزشی) است. وی افزود: البته ممکن است عوامل دیگری مثل بعضی بیماری‌ها، مصرف بعضی داروها، استرس مزمن یا اختلال خواب نیز در ابتلا به اضافه وزن و چاقی نقش داشته باشد. برای کاهش وزن موثر، آنچه بیشترین اهمیت را دارد بهبود شیوه‌های زندگی و کنترل عوامل سبب ساز چاقی است. رژیم غذایی درمانی (کم کالری)، پایه اصلی کاهش وزن است. همگام با کاهش انرژی، اصول تغذیه مناسب، یعنی کفایت، تعادل و تنوع نیز باید رعایت شود. او ادامه داد: میوه‌ها یکی از گروه‌های غذایی اصلی و ضروری را تشکیل می‌دهند. اکثر قریب به اتفاق مردم در هر شبانه روز به ۲ تا ۴ واحد یا سهم از گروه غذایی میوه‌ها نیاز دارند و این موضوع در رژیم‌های غذایی کم کالری هم باید رعایت شود. هرچند محتوای آب و فیبر در میوه‌ها تقریبا زیاد است ولی در هر واحد میوه ۶۰ کیلوکالری انرژی وجود دارد. مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، تاکید کرد: بعضی مبتلایان به اضافه وزن یا چاقی با این تصور که میوه کالری ندارد یا کالری خیلی کمی دارد، با هدف کاهش وزن به مقدار آزاد میوه مصرف می‌کنند. حتی تعدادی از این افراد میوه (به مقدار زیاد) را جایگزین وعده غذایی می‌کنند. اسمعیل‌زاده در خاتمه خاطر نشان کرد: بنابراین لازم است این نکته به مبتلایان به اضافه وزن و چاقی توضیح داده شود که مصرف آزادانه میوه، بدون اصلاح شیوه زندگی، باعث کاهش وزن موثر نمی‌شود.

عفونت کووید احتمال بارداری را کاهش می‌دهد

مدیسن نت: یک مطالعه جدید نشان می دهد که مثبت شدن آزمایش عفونت کووید۱۹ در یک مرحله خاص از درمان باروری در زنان می تواند شـانس بارداری موفـق را کاهش دهد. این مرحله از درمان تحریک تخمدان کنترل شـده نامیده می‌شود- تکنیکی که برای القای تخمک گذاری در طی لقاح آزمایشگاهی (IVF) استفاده می‌شود. محققان به سرپرستی «فن تیان» از دانشگاه مرکزی جنوبی در چین، می‌گویند که پزشکان باید به زوج‌هایی که تحت درمان IVF قرار می‌گیرند، راهنمایی کنند که عفونت کووید -۱۹ ممکن است بر کیفیت جنین و مرحله رشد قبل از آن تأثیر بگذارد. اما برخی از کارشناسان باروری در مورد این مطالعه که ۵۸۵ زوج در چین را دنبال کردند، ابراز نگرانی کردند. آزمایش PCR برای تعیین اینکه آیا هر یک از زوجین یا هر دو در زمان تحریک تخمدان دچار عفونت کووید ۱۹ بوده اند یا خیر، استفاده شد. محققان گفتند ۱۳۵ مورد مثبت بودند. به گفته محققان، مطالعات بیشتری در مورد این موضوع مورد نیاز است. تحقیق برای این مطالعه با استفاده از داده‌های هفت مرکز باروری در چهار استان در سراسر چین، از اکتبر تا دسامبر ۲۰۲۲ بود. محققان دریافتند زوج‌های مبتلا به عفونت کووید -۱۹ نسبت به زوج‌های بدون عفونت در طول تحریک کنترل‌شده تخمدان، جنین‌ها و بلاستوسیست‌ها، تشکیل بلاستوسیست و نرخ بلاستوسیست‌های با کیفیت پایین‌تری داشتند.

پیاده‌روی کوتاه در روز احتمال ابتلا به افسردگی را کاهش می‌دهد

مدیکال نیوز: مطالعه طولانی مدت نشان می دهد که حتی کمی ورزش روزانه می تواند به کاهش خطر افسردگی کمک کند. ورزش می‌تواند به مدیریت وزن، کاهش خطر بیماری، تقویت استخوان‌ها و ماهیچه‌ها و حتی بهبود سلامت مغز کمک کند. شواهد نشان می‌دهد ورزش می‌تواند علائم افسردگی، علت اصلی بیماری‌های مرتبط با سلامت روان را نیز کاهش دهد. با این حال، توصیه‌ها در مورد میزان ورزش برای تأثیرگذاری مفید متفاوت است. اکنون، یک مطالعه ۱۰ ساله در ایرلند نشان داده است که حتی مقدار کمی ورزش، مانند ۲۰ دقیقه پیاده روی در اکثر روزها، می‌تواند به کاهش خطر افسردگی در افراد مسن کمک کند. افسردگی، احساس مزمن پوچی، غمگینی یا ناتوانی در احساس لذت، یکی از شایع‌ترین مشکلات سلامت روان است. طبق گزارش سازمان جهانی بهداشت، این بیماری حدود ۵ درصد از بزرگسالان را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می‌دهد. درمان‌های افسردگی به نوع افسردگی فرد بستگی دارد، اما ممکن است شامل داروهای ضد افسردگی، روان درمانی، مانند درمان شناختی رفتاری (CBT) یا ترکیبی از درمان و دارو باشد. این درمان‌ها برای بسیاری از افراد مؤثر هسـتند، اما افسـردگی پس از قطع درمان می‌تواند عود کند. شواهد روزافزونی وجود دارد که تغییرات سبک زندگی می‌تواند علائم افسردگی را کاهش دهد. تجزیه و تحلیل ۲۱ مطالعه در سال ۲۰۱۴ نشان داد که رژیم غذایی سرشار از میوه، سبزیجات، ماهی و غلات کامل ممکن است با کاهش خطر افسردگی مرتبط باشد و یک بررسی در سال ۲۰۲۲ از مطالعات نشان داد که ورزش علائم افسردگی را کاهش می‌دهد. با این حال، مطالعات کمی در مورد میزان ورزش مورد نیاز برای تأثیر مثبت بر افسردگی بررسی شده است. در حال حاضر، یک مطالعه ۱۰ ساله توسط محققان دانشگاه لیمریک، ایرلند نشان داده است که حتی مقدار کمی ورزش می‌تواند افسردگی را در بین افراد مسن - افراد ۵۰ ساله و بالاتر - کاهش دهد. این مطالعه نشان داد که ۲۰ دقیقه پیاده‌روی سریع، ۵ بار در هفته به طور قابل توجهی خطر ابتلاء به افسردگی را کاهش می‌دهد.