info@payamdaily.com

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۲۷۸
چهارشنبه / ۶ اردیبهشت / ۱۴۰۲
۵ / شوال / ۱۴۴۴
26 / April / 2023

صاحب امتیاز: موسسه همگامان تدبنه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سرمجیز: 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

فال روز

امروز با حافظ

روی تـــو مگر آیـــنه لطـــف الهـــیست
حقا که چنین است و در این روی و ریا نیست
نرگس طلبد شیوه چشم تو، زهی چشم
مســـکین خبرش از سر و، در دیده حیا نیست

خواجه

موجود حقیقی بجز از ذات خدا نیست
ماثیم صفـــات و صفت از ذات جدا نیست
شیخ محمود شبستری

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۳:۴۷	۰۵:۱۹	۱۲:۰۳	۱۸:۴۹	۱۹:۰۸

جوک

آیا می پنداری که جسم کوچکی هستی؟ ولی درون تو جهان بزرگی نهفته است...

امام علی علیه السلام

قابل توجه

هوش مصنوعی دکان پیشگوها را تختهمی کند؟

اطلاع از آینده، وسوسه‌ای است که طی اعصار همواره انسان را در گیر خود کرده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از شهروند. صاحبان گوی‌های بلورین و جامچه‌ای خیال‌بند، از منجم‌ها و غیب‌گوها گرفته - تا خوانگزارها، طالع‌بین‌ها، فالگیرها، همه و همه دستزدهایی بودند، تا نوع بشر از طریق آنان میل سیری‌ناپذیر به جواب‌دادن از واقایع را در خود ارضا کند. آیا می‌توان آینده محتوم را پیشگویی یا پیش‌بینی کرد؟ شاید قبل از هر چیز لازم باشد به تفاوت غیب‌گویی و پیش‌بینی بپردازیم. به زبان ساده، تفاوت بین این دو در تحلیلی بودن پیش‌بینی و قطعی بودن غیب‌گویی است. جدا از این، در دین اسلام، اطلاع از غیب تنها مختص خدا، پیغمبران و امامان معصوم است و از این باب، غیب‌گویی، توسط غیر ایشان محلی از اعراب ندارد. ولی این میان پیش‌بینی، دلستگی جدا دارد و مدت‌هاست که از طریق آزمون و خطا، انسان قادر به پیش‌بینی برخی امور (مانند آب و هوا) هم در آینده شده است. اما در این ایام، و با ظهور نوع پیشرفته‌ای از هوش مصنوعی، مقوله پیش‌بینی از آب و هوا فراتر رفته و هر روز افقی جدید را برابر دیدگان کاربران و میل‌کنندگان این تکنولوژی می‌گشاید. دم دستی‌ترین مثال در این خصوص، شاید همین عکس‌هایی باشد که اینده مکان‌ها و شهرها را به شکلی اعجاب‌آور تصویرسازی می‌کند. هم اکنون هوش مصنوعی در حوزه تجارت و اقتصاد، با ضریب خطایی بسیار پایین، مشغول پیش‌بینی تغییرات فصلی و بلندمدت در عرضه یا تقاضای محصولات مختلف است. حال این قابلیت را تعمیم دهید به حوزه‌هایی چون سیاست، ورزش، فرهنگ و... تا اهمیت موضوع بیش از پیش عیان شود. آیا نوستراداموس هم جدید، با پلید، در قامت هوش مصنوعی جستجو کرد؟ در آینده خبلی نزدیک به این سوال پاسخ داده خواهد شد.

برسنان گوی‌های جابا ولنگاه برای ۲۰۲۳

یکی از پرطرفدارترین سرگرمی‌های ساکنان سرزمین اینترنت و دنیای مجازی جستجوی پیشگویی‌ها و پیش‌بینی‌های انجام شده برای سال پیش رو است. بی‌شک پرمشتری‌ترین کاسب این بازار هم کسی نیست جز جناب نوستراداموس پیشگوی شهیر فرانسوی که به ادعای طرفداران سینوجاکش واقعاتی است که در جهان امکان رخ دهد و از قرن پیش وقوع آن را پیش‌بینی نکرده باشد! اما در این مقال، موضوع توجه ما این جناب پیشگوست و نه واقع قصد دارد به پیش‌بینی‌های یکی از رهبران جدی از درعرصه اینترنتیی، یعنی ولجابا یفلوا گوشتروا معروف به جابا ولنگاه برای سال ۲۰۲۳ را بررسی کنیم.

تولد نوستراداموس یا کلان در گردباد

بلیا ولنگا معروف به «نوستراداموس بالکان» یا بلوی نلینای بلغارستانی، اکتوبر ۱۹۹۶ در ۵۵ سالگی درگذشت. در زمان حیات ولنگا بسیاری باور داشتند او از توانایی‌های فراطبیعی برخوردار است و می‌تواند رویدادها را پیشگویی کند. برخی مدعی‌اند او حادثه ۱۱ سپتامبر و حمله تروریستی به برج‌های دوقلوی نیویورک را پیشگویی کرده بود هرچند این ادعایی است که درخصوص برخی اینتمپیشی‌های به جا مانده از نوستراداموس نیز مطرح می‌شود.

ولنگا در مزرعه‌ای واقع در مقدونیه کنونی بزرگ شد. داستانی وجود دارد که بیان می‌کند او پس از مکیده شدن در یک کرم‌چاله نابینا شده است و بلافاصله پس از آن واقعه اقدام‌ها درباره‌اش آغاز شدند. ولنگا ابتدا به عنوان یک پیشگوی محلی شروع به پیش‌بینی آینده کرد و هر روز صدها نفر برای ملاقات او در مقابل خانه‌اش صف می‌کشیدند. به ویژه اتفاقی که در طول جنگ جهانی دوم از اخبار ناامید بودند. اما در ادامه، کار به جایی رسید که سال ۱۹۶۶ میلادی او به دلیل «دارا بودن توانایی خاص روانی» در فهرست افراد دریافت کننده حقوق و مستمری از دولت بلغارستان قرار گرفت. ولنگا هیچگاه چیزی ننوشت. در نتیجه، بسیاری از نقل قول‌ها درباره سخنان او مبهم و قابل تفسیر هستند. پیروان ولنگا بر روی صحت پیشگویی‌های او تأکید می‌کنند و اغلب بدون مدرک ادعا کرده‌اند که او حملات ۱۱ سپتامبر، ظهور ناخش و غرق شدن زیردریایی روسی کورسک را به درستی پیش‌بینی کرده بود در ادامه، قصد داریم به برخی از پیشگویی‌هایی، بلیا ولنگا که ادعا می‌شود سال ۲۰۲۳ زمان وقوع انهاست نگاهی کوتاه داشته باشیم.

آینده‌بینی نوستراداموس و ولنگا برای ۲۰۲۳

روز تغییر در مدار زمین: بر اساس این پیشگویی سال ۲۰۲۳ مدار زمین به نحوی تغییر خواهد کرد این تغییر به طور بالقوه باعث تغییر شدید آب و هوایی شود حتی اندکی نزدیک‌تر شدن به خورشید، باعث افزایش به شدت زیاد دمای سیاره زمین خواهد شد. یخچال‌های طبیعی نوب می‌شوند. سطح آب دریاها بالا می‌رود و هرج و مرج جهانی به وجود می‌آید. در مقابل، دورتر شدن سیاره زمین از خورشید می‌تواند جهان را در عصر تاریکی و یخبندان فرو برده و باعث هرج و مرج برای طبیعت شود.

وقوع سونامی خورشیدی: طوفان‌های خورشیدی انفجارهای فزری خورشیدی هستند که بارهای الکتریکی، میدان‌های مغناطیسی و تشعشعات را به سمت زمین می‌فرستند. طوفان‌های خورشیدی می‌توانند به اندازه میلیارد‌ها بمب هسته‌ای قدرتمند باشند. پیش‌بینی می‌شود که قوی‌ترین طوفان‌ها و شعله‌های خورشیدی به خطوط انتقال نیرو آسیب می‌رسانند و به طور بالقوه منجر به خاموشی گسترده و بروز خرابی‌های ارتباطی می‌شوند. در برخی از هشدارهای اخیر، گفته می‌شود که چنین رویدادهایی تحت عنوان بازگشت بشر به عصر تاریکی یاد شده است.

شیوع تسلیحات زیستی: بر اساس یکی از پیشگویی‌های ولنگا، سال ۲۰۲۳ کشور بزرگی تحقیقاتی در مورد سلاح‌های زیستی روی مردم انجام خواهد داد. طبق این ادعا، مساحتها از نظر ممکن است در نتیجه این آزمایش‌های پیچیده جان‌شان را از دست بدهند. کنوانسیون سلاح‌های بیولوژیکی سازمان ملل متحد در عمل انجام چنین آزمایش‌هایی و ذخیره ویروس‌ها و باکتری‌های خطرناک را ممنوع کرده است. با این وجود، این نگرانی وجود دارد که برخی از کشورها مثلا چین در سایه و به صورت مخفیانه در حال کار بر روی تسلیحات زیستی باشند.

فجایع نیروگاه هسته‌ای: ولنگا در این پیشگویی نسبت به فجایع یک نیروگاه هسته‌ای هشدار داده است. این پیشگویی می‌تواند نگران‌کننده باشد زیرا ترس واقعی از یک فاجعه هسته‌ای در اوکراین در حال حاضر وجود دارد. روسیه نیروگاه هسته‌ای زاپوریژیا را در میانه جنگ اوکراین تصرف کرده است. بازرسان سازمان ملل اکنون از این سایت بازدید کرده‌اند اما نگرانی‌ها همچنان ادامه دارد. یک حرکت اشتباه در این تاسیسات می‌تواند فاجعه‌ای را ایجاد کند که قادر خواهد بود در سراسر اروپا گسترش یابد.

پایان یافتن تولد انسان: آخرین پیشگویی ولنگا این است که در سال ۲۰۲۳ تولدها ممنوع شده و رهبران جهان تصمیم خواهند گرفت که چه نوع انسان‌هایی متولد شوند. این پیشگویی ترس‌ها در مورد کاهش نرخ تولد و بلد را تشدید می‌کند. میانگین نرخ تولد و ولد از سال ۱۹۵۰ تا ۱۹۵۵ میلادی ۴۶۹ بازای هر ۱۰۰۰ نفر بود در حالی که اکنون تنها ۱۸۵ است و برخی پیش‌بینی می‌کنند که تا سال ۲۰۵۰ به ۱۴۶ کاهش یابد.

دیگر پیشگویی‌های ولنگا: سال ۲۰۳۵ میلادی رویا خالی از سکنه خواهد شد. سال ۲۰۲۸ بشر منبع انرژی جدیدی را کشف کرده و روی سیاره زهره قدم خواهد گذاشت. سطح دریاها در سال ۲۰۲۳ میلادی افزایش خواهد یافت. سال ۲۲۸۸ شاهد سفر در زمان خواهیم بود. سال ۳۷۹۲ هیچ انسان‌ها سیاره زمین را ترک خواهند کرد. سال ۴۵۹۶ بشر به جاودانگی دست می‌یابد. سال ۵۰۷۸ بشریت جهان شناخته شده را ترک می‌کند.

گزارش روز

گام بلند دولت برای پیگیری عفو رهبری

نزدیک به دو ماه و نیم از موافقت رهبر انقلاب با عفو و تخفیف مجازات جمع قابل توجهی از متهمان و محکومان ناآرامی‌های پاییز ۱۴۰۱ می‌گذرد و حالا رئیس دولت سیزدهم ضوابط بخشودگی یا تخفیف در محدودیت‌ها و ممنوعیت‌های اداری، انتظامی و صنفی مرتکبان اعمال خلاف قانون را ابلاغ کرده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، در جریان اعتراضات و ناآرامی‌هایی که پس از مرگ «مهسا امینی» در کشور ایجاد شد و پاییز پرتنشی را در سال ۱۴۰۱ به وجود آورد، تعدادی از عاملان ناآرامی‌ها دستگیر و یا از تحصیل و کار محروم شدند. پس از فروکش کردن آتش ناآرامی‌ها، رهبر انقلاب اسلامی در ۱۶ بهمن ۱۴۰۱ پس از پیشنهاد رئیس قوه قضاییه مبنی بر موافقت با عفو و تخفیف مجازات جمع قابل توجهی از متهمان و محکومان حوادث اخیر و همچنین محکومان دادگاه‌های عمومی و انقلاب و سازمان قضایی نیروهای مسلح، با این پیشنهاد موافقت کردند.

در اعلام شرایط عفو و تخفیف مجازات متهمان و محکومان حوادث اخیر آمده است: عدم ارتکاب جاسوسی، به نفع اجانب، عدم ارتباط مستقیم با عوامل سرویس‌های اطلاعاتی خارجی، عدم ارتکاب قتل و جرح عمدی، عدم ارتکاب تخریب و احراق تاسیسات دولتی و نظامی و عمومی و نداشتن شاکی یا مدعی خصوصی.

در بخش دوم درخواست رئیس قوه قضاییه برای برخورداری محکومان دادگاه‌های عمومی و انقلاب و سازمان قضایی نیروهای مسلح از عفو و تخفیف در مجازات نیز شرایطی اعلام شده است که از جمله آنها نداشتن شاکی یا مدعی خصوصی، باقیمانده محکومیت محکومان به حبس تا یک سال درصورتی که در ۲۲ بهمن حداقل یک ماه را تحمل کرده باشند، به چهارم محکومیت محکومان به حبس بیش از یک سال تا پنج سال در صورتی که تا ۲۲ بهمن یک پنجم آن را تحمل کرده باشند، یک دوم محکومیت محکومان به حبس بیش از ۱۰ سال و تا ۲۰ سال مشروط به آنکه تا ۲۲ بهمن حداقل دو سال حبس را تحمل کرده باشند و باقیمانده محکومیت حبس کلیه محکومان جرائم غیر عمد است.

فردای آن روز و در ۱۷ بهمن ۱۴۰۱ سید ابراهیم رئیسی رئیس قوه مجریه در حاشیه نشست پیروان ادیان توحیدی در گفتوگویی اعلام کرد که «برای اشتداد رویکرد حکیمانه و پدرانه رهبری به حوزه‌های سیاسی و اجتماعی بسته‌هایی در حال تهیه است.» در ۱۹ بهمن ۱۴۰۱ حضرت آیت‌الله خامنه‌ای در دیدار خود با فرماندهان و کارکنان نیروی هوایی و پدافند هوایی ارتش با اشاره به تلاش دشمن برای از بین بردن اتحاد ملی، گفتند: «یکی از نیازهای مهم امروز ما اتحاد ملی است. اتحاد ملی سدّ است. دیواری محکم سر به فلک کشیده است در مقابل دشمن. اتحاد ملی، اتحاد ملی همان چیزی است که نقش بسیار عظیمی در پیشرفت در پیروزی انقلاب و بعد هم در پیشرفت انقلاب داشت، اتحاد ملی امروز ما نیاز داریم به اینکه این اتحاد را هرچه ممکن است بیشتر کنیم.»

حفظ اتحاد ملی از تکاتی است که رهبر انقلاب در این مدت به آن تاکید داشتند و در همین راستا در بهمن و اسفند ۱۴۰۱ تعداد زیادی از بازداشت‌شدگان و محکومان حوادث پاییز، کم کم از زندان آزاد شدند.

در ۲۲ بهمن ۱۴۰۱ و در حاشیه راهپیمایی سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی رئیس دولت سیزدهم «حضور و اتحاد ملی را مهم‌ترین راهبرد برای مقابله با راهبرد اختلافگیری دشمن خوانده» و گفت: «در امتداد نگاه پدرانه رهبر معظم انقلاب اسلامی و عفو قضایی تعداد زیادی از متهمان و محکومان انتشارات اخیر، دانشجویان و چهره‌های فرهنگی، ورزشی، رسانه‌ای نیز که در اثر فتنه غیرقانونی مشمول محدودیت‌هایی شده‌اند، مورد عفو و بخشودگی قرار خواهند گرفت».

رئیسی همچنین به دستگاه‌های ذی‌ربط مأموریت داد که برای ترمیم برخی آسیب‌های ناشی از ناآرامی‌های اخیر، پیشنهادهای خود را ارائه کنند به گونه‌ای که نتیجه پیشنهادها، راهگشایی برای افرادی باشد که در اثر غفلت دست به اقداماتی زده‌اند و بر اثر آن، اکنون شغل، حرفه و موقعیت آنها دچار محدودیت یا ممنوعیت شده است. ضمن کشیدن ترک این کار می‌توان دشوار باشد، کاهش استرس یکی دیگر از دلایلی است که باعث می‌شود مردم قوانین را نشکنند. خود را بسکشند چه چیزی باعث ایجاد صدا در هنگام شکستن قوانین شکسته می‌شود؟ دکتر «تلدا آنک»، استادیار رالینی در بخش روماتولوژی دانشگاه کالیفرنیا، می‌گوید که مطالعات کافی برای توضیح مکانیسم پشت صدای شکستن قوانین وجود ندارد. با این حال، او می‌گوید دو فرضیه وجود دارد. اولین فرضیه این است که صدای شکستن قوانین می‌تواند ناشی از حرکت تمام ساختارها در لنگست مانند شکستن‌ها، تاندون‌ها و رباط‌ها باشد.

آیا با شکستن قوانین انگشتان باعث آنروز می‌شود؟

نتایج یک مطالعه قدیمی نشان می‌دهد که عادت به شکستن قوانین انگشتان در مقایسه با افرادی که خامنه‌ای با پیشنهادها موافقت کردند و گفته شد که متن نامه رئیس دولت سیزدهم به دستگاه‌های ذی‌ربط برای انجام مأموریت‌های مندرج در آن، به زودی منتشر خواهد شد.

پس از آزادی تعدادی از بازداشت‌شدگان، اخباری مبنی بر ایجاد محدودیت برای برخی دانشجویان که در تجمعات دانشجویی شرکت داشتند یا کارکنان دستگاه‌های مختلف منتشر شد. حالا رئیس دولت سیزدهم در اول اردیبهشت ۱۴۰۲ ضوابط بخشودگی یا تخفیف در محدودیت‌ها و ممنوعیت‌های اداری، انتظامی و صنفی افرادی را که در حوادث سال گذشته مرتکب اعمال خلاف قانون شده بودند، ابلاغ کرده.

طبق آنچه دولت اعلام کرده، «متعاقب عفو تعداد زیادی از محکومان و متهمان انقلاب سال گذشته با فرمان رهبر معظم انقلاب اسلامی در دهه‌فجر، رئیس‌جمهور و رئیس شورای عالی امنیت ملی به دبیرخانه این شورا مأموریت داد که با تعیین چارچوب‌های مشخص، زمینه بخشودگی و یا اعمال تخفیف در قبال کسانی که در حوادث سال گذشته دچار تخلفات اداری و انضباطی شدند، و اکنون از اقدامات خود ابراز ندامت دارند و حاضر هستند به مؤازین قانونی متعهد شوند، فراهم کند.

پس از بررسی ابعاد گوناگون این موضوع و اخذ نظر دستگاه‌های مختلف در جلسات متعدد، ضوابط بخشودگی، تدوین شد و به تأیید شورای عالی امنیت ملی رسید و در نهایت رئیس‌جمهور روز پنجشنبه (۳۱ فروردین ۱۴۰۲) این ضوابط را به دستگاه‌های مربوطه از جمله وزارت کشور، وزارت علوم، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و وزارت امور خارجه ابلاغ کرده».

به موجب این ابلاغیه، «آن دسته از دانشآموزان، معلمان، دانشجویان، فعالان اجتماعی و ایرانیان مقیم خارج از کشور که در حوادث پاییز سال گذشته مرتکب تخلفات اداری یا اقدامات خلاف قانون شده‌اند، با لحاظ شرایطی، مشمول تداوم عنایت رهبری معظم انقلاب اسلامی در تعلیق، تخفیف و بخشودگی برخی از محدودیت‌ها و تنبیهات قانونی می‌شوند. مواد استثنا از بخشودگی نیز در این ابلاغیه مشخص شده است».

این ابلاغیه می‌تواند علاوه بر باز کردن راه دانشجویان برای ادامه تحصیل، به هنرمندان و فعالان اجتماعی برای ادامه فعالیت‌های خود اجازه کار بدهد و همچنین ایرانیان خارج از کشور را برای بازگشت ترغیب کند.

در همین زمینه احسان صالحی، دبیر شورای اطلاع‌رسانی دولت اول اردیبهشت گفت: «ارمان مهم رهبر انقلاب مبنی بر عفو گسترده قضایی محکومان و متهمان اغتشاشات در دهه‌فجر، انتظامی کم‌نظیر در بدل زدن به هدف اصلی دشمن از پروژه آشوب یعنی تولید نفرت و شکاف اجتماعی و صیانت از پروپاگاندای بی‌نظیر مسلمان، گرفتار پرونده احکام کیفری و سوء سابقه شده بودند».

صالحی همچنین تاکید کرد: «آن عفو پدرانه و آغوش باز کردن نظام برای جوان نادم، محاسبه دشمن یعنی درگیر کردن کشور در چرخه‌های نفرت و آشوب، برخاسته از احساس جوانی که بال‌های پشت سر خود را از دست رفته می‌دید، بهره زد و برای بازگشت افرادی که دست در خون و حق‌الناس نداشتند و عامل سرویس‌های جاسوسی نیز نبودند، بال بازگشت ساخت».

از طرفی رهبر انقلاب اسلامی ۲ اردیبهشت در خطبه‌های نماز عید فطر «رافبرد دشمن را ایجاد اختلاف و تفرقه دانستند» و گفتند: «دشمن تلاش می‌کند مردم به خاطر عقاید و سلایق مختلف، با هم بجنگند و درگیر شوند اما نگاه‌های مختلف مردم به مسائل مختلف، طبیعتا عالی نداره و نباید محل اختلاف و کشمکش شود بلکه باید با باطل کردن وسوسه‌های دشمن برای بدبین کردن مردم به یکدیگر و مردم به مسئولان، درکنار هم به زندگی و مهربانی پرداخت».

پیگیری عفو رهبری توسط رئیس دولت سیزدهم و روسای سایر قوا و ایجاد ضوابط قانونی برای بخشودگی «عاملان و فریب‌خوردگان» ناآرامی‌های اخیر کشور، ادامه همان رویکردی است که رهبر انقلاب اسلامی همواره بر آن تاکید داشتند. با این اقدامات می‌توان به جای تعمیق شکاف‌ها و رسانش اختلافات به نقطه بی‌بازگشت، از ظرفیت‌های همه افراد جامعه برای پیشرفت کشور و جلوگیری از پیوستن جوانان که به تعبیر رهبری «همه بچه‌های خودمان هستند» استفاده کرد و باید آن را به فال نیک گرفت.

برش

شکستن قولنج انگشتان موجب آرتروز نمی‌شود

باورهای زیادی در مورد این رفتار رایج وجود دارد. اما زمان آن رسیده که به قسمه‌های مربوط به شکستن قولنج انگشتان پایان دهیم.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسن نت، چرا مردم قولنج انگشتان خود را می‌شکنند؟ محققان چندین دلیل احتمالی را ذکر می‌کنند. دکتر «رلوت شمرلینگ»، روماتولوژیست و پزشک‌ارتز هاروارد، می‌گوید: «شکستن قولنج انگشتان یک رفتار رایج است که بسیاری از آن لذت می‌برند. این عمل می‌تواند به یک عادت یا راهی برای مقابله با فرازی و نشیبی تبدیل شود؛ برخی آن را راهی برای رهایی از تنش توصیف می‌کنند» کافی اوقات افراد از روی عادت بند انگشتان خود را می‌شکنند. مانند سیگار کشیدن، ترک این کار می‌تواند دشوار باشد. کاهش استرس یکی دیگر از دلایلی است که باعث می‌شود مردم قولنج انگشتان خود را بشکنند. چه چیزی باعث ایجاد صدا در هنگام شکستن قولنج انگشتان می‌شود؟ دکتر «تلدا آنک»، استادیار رالینی در بخش روماتولوژی دانشگاه کالیفرنیا، می‌گوید که مطالعات کافی برای توضیح مکانیسم پشت صدای شکستن قولنج وجود ندارد. با این حال، او می‌گوید دو فرضیه وجود دارد. اولین فرضیه این است که صدای شکستن قولنج می‌تواند ناشی از حرکت تمام ساختارها در لنگست مانند شکستن‌ها، تاندون‌ها و رباط‌ها باشد.

اشاره

ضرب الاجل ۶ ماهه به بانک‌های ناتراز

حجم اضافه‌برداشت برخی بانک‌ها از بانک مرکزی قطعاً قابل قبول نیست و بانک‌های ناتراز در این زمینه برای تعیین تکلیف حتماً مشمول قاعده و قرائند گزیر خواهند شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایران، با نامگذاری سال جاری به عنوان «مهار تورم و رشد تولید» دستگاه‌های ذی‌ربط دولتی بخصوص بانک مرکزی، نقشه راه دستیابی و تحقق این شعار را تدوین کرده‌اند. براین اساس یکی از مسیرهای اصلی برای مهار تورم، کنترل و پهنه‌سازی ترکیب نقدینگی است که تکالیف جدیدی برای شبکه بانکی ایجاد کرده است. در حالی که سال‌های گذشته خلق نقدینگی جدید از محل اضافه‌برداشت بانک‌ها از بانک مرکزی صورت می‌گرفت، از ابتدای سال جاری بانک مرکزی درصدد مسدود کردن این مسیر است. درهمین راستا رئیس کل بانک مرکزی به مدیران عامل بانک‌های کشور اولتیماتوم ۶ ماهه‌ای داده است تا بانک‌ها به رفتارهای تورم‌زای خود پایان دهند.

روز دوشنبه رئیس کل بانک مرکزی در دیدار دوره‌ای خود با مدیران عامل بانک‌ها از مهلت ۶ ماهه به بانک‌های ناتراز برای اصلاح اضافه‌برداشت‌هایشان خبر داد و گفت: اجرای دقیق و مؤثر سیاست پولی به منظور کنترل نقدینگی و تورم بسا وجود بانک‌های ناتراز امکان‌پذیر نیست. محمدرضا فرزین با بیان اینکه بخش عمده تحقق شعار سال با محوریت کنترل تورم و رشد تولید، برعهده بانک مرکزی و نظام بانکی است، اظهار کرد: برای تحقق شعار امسال بخصوص مبحث کنترل تورم که در حیطه وظایف بانک مرکزی است مهم‌ترین اقدام و متغیر مبنی بر شرح وظایف بانک و اجرای دقیق سیاست‌های پولی و کنترل نرخ ارز است. وی با تأکید بر ضرورت هماهنگی همه دستگاه‌ها برای کنترل تورم و نقدینگی خاطرنشان کرد: در سال ۱۴۰۱ با اعمال سیاست‌های پولی و اعتباری مؤثر توسط بانک مرکزی میزان رشد نقدینگی کشور با کاهش ۹ واحد درصدی نسبت به سال ۱۴۰۰ به محدوده ۳۰ درصد رسید، اما با توجه به نرخ تورم ۴۶.۵ درصدی می‌توان گفت در واقع نرخ رشد واقعی نقدینگی منفی بوده و حجم نقدینگی حقیقی اقتصاد کشور نیز کاهش یافته است. رئیس شورای پول و اعتبار ادامه داد: در نتیجه این فرایند، رشد تورم در سال گذشته بیشتر ناشی از انتظارات تورمی، فضای روانی، نوسانات نرخ ارز و برخی عوامل اثرگذار بر افزایش هزینه تولید بنگاه‌ها بوده است.

فرزین تأکید کرد: اگر بخواهیم، امسال نرخ تورم را کنترل کنیم، یکی از متغیرهای کلیدی در این مسیر کنترل نرخ ارز است؛ لذا اگر بتوانیم نرخ ارز را مدیریت کنیم، می‌توانیم افزایش نقدینگی را نیز کنترل نماییم. وی بیان کرد: همچنین هدفی که برای رشد نقدینگی برای امسال در نظر گرفته شده نرخ رشد ۲۵ درصدی است و این هدف با توجه به تحقق هدف‌گذاری ۳۰ درصدی رشد نقدینگی در سال گذشته، برای امسال قابلیت دستیابی دارد.

بانک‌های ناتراز تا شهریور فرصت دارند

رئیس شورای پول و اعتبار در ادامه این نشست بر ضرورت کنترل اضافه‌برداشت بانک‌ها تأکید کرد و گفت: حجم اضافه‌برداشت برخی بانک‌ها از بانک مرکزی قطعاً قابل قبول نیست و بانک‌های ناتراز در این زمینه برای تعیین تکلیف حتماً مشمول قاعده و فرائند گزیر خواهند شد. وی افزود: همان‌طور که بارها تأکید کرده‌ام تورم و میزان اضافه‌برداشت عمدتاً ناشی از وضعیت و عملکرد چند بانک مشخص بوده و طبعاً در این شرایط که بخشی از شبکه بانکی کشور ناتراز است، نمی‌توان سیاست‌های کنترل تورم را به درستی و به صورت مؤثر در کشور اجرایی کرد. رئیس کل بانک مرکزی از فرصت ۶ماهه بانک مرکزی به برخی بانک‌های ناتراز (تا شهریورماه) برای اصلاح اضافه‌برداشت‌هایشان خبر داد و تأکید کرد: بانک‌های ناتراز تا شهریور فرصت دارند این معضل اصلی را که تأثیر نامطلوبی در شاخص‌های کلان اقتصادی دارد، برطرف کنند. فرزین خاطرنشان کرد: اگر بانکی همواره ناترازی داشته باشد و در عین حال بخواهد به فعالیت خود ادامه دهد، می‌تواند افزایش نقدینگی را تشدید کرده و بر افزایش ناترازی برخی بانک‌ها اثرگذار بوده است. البته از طریق برخی راهکارهایی که به آنها دست یافتیم، این مهم قابل حل است.

مسئولیت هیأت مدیره در قبال مشکلات بانک‌ها

رئیس بانک مرکزی خطاب به مدیران عامل بانک‌ها اظهار کرد: در خصوص برخی بانک‌ها مشکل اصلی به مدیریت آن بانک‌ها برمی‌گردد و باید فوراً این مشکلات را برطرف کنند، چراکه از ۳۲.۹ درصد رشد پایه پولی مقطع زمانی ۱ ماهه سال ۱۴۰۱، حدود ۳۲.۷ درصد آن ناشی از افزایش بدهی شبکه بانکی به بانک مرکزی به واسطه افزایش اضافه‌برداشت آنها از بانک مرکزی بوده است. وی به همین دلیل امسال باید این ناترازی را برطرف کنیم و حتماً بخش عمده حل این مسأله برعهده هیأت مدیره و مجمع عمومی بانک‌ها است. فرزین تصریح کرد: در تلاشیم امسال درباره برخی شرکت‌های دولتی که حساب‌هایشان به بانک مرکزی انتقال داده شده است تصمیم‌گیری کنیم، چراکه این موضوع اقدامی پولی شبکه بانکی را تشدید کرده و بر افزایش ناترازی برخی بانک‌ها اثرگذار بوده است. البته از طریق برخی راهکارهایی که به آنها دست یافتیم، این مهم حل شدنی است.

رسانه چه خبر

کاهش رعایت پروتکل‌های کرونایی در کشور

مهر: مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی اعلام کرد میانگین کشوری دستورالعمل های بهداشتی مقابله با ویروس کرونا در استان های کشور از ۳۶.۷۲ به ۳۲.۷ درصد رسیده است. این دستورالعمل‌ها شامل رعایت بهداشت فردی، استفاده از ماسک، رعایت فاصله گذاری اجتماعی و رعایت تهویه مناسب است که در بازه زمانی ۲۳ تا ۳۰ فروردین ۱۴۰۲ به ۳۲.۷ درصد در سطح کشور رسیده است. بنا بر این گزارش میانگین کشوری رعایت بهداشت فردی مناسب در اماکن عمومی ۴۲.۹۲ درصد، رعایت تهویه مناسب در اماکن عمومی ۴۷.۱۸ درصد، استفاده از ماسک در اماکن عمومی ۱۶.۴۴ درصد و رعایت فاصله گذاری در اماکن عمومی ۳۰.۵۰ درصد است. همچنین در اساس اعلام مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت در بازه زمانی ۲۳ تا ۳۰ فروردین ۱۴۰۲ از مراکز تهیه، توزیع، عرضه و فروش مواد غذایی، یکدیگر و مردم به مسئولان، درکنار هم به زندگی و مهربانی پرداخت.

کدام نوشیدنی‌ها موجب افزایش طول عمر افراد دیابتی می‌شوند

هلث دی نیوز: یک مطالعه تقریباً دو دهه‌ای ارتباط مصرف زیاد نوشیدنی‌های شیرین شده با قند نظیر نوشابه گازدار، لیموناد و آبمیوه‌ها را با مرگ زودرس در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ نشان داد. اما نتایج نشان داد مصرف سایر نوشیدنی‌ها به ویژه قهوه، چای، شیر کم چرب و آب در کاهش احتمال مرگ زودرس مؤثر هستند. این یافته‌ها به نقش بالقوه نوشیدنی‌های سالم برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ اشاره دارد. دکتر «چی سان»، یکی از نویسندگان این مطالعه از دانشگاه هاروارد، گفت: «نوشیدنی‌ها می‌توانند منبع قند باشند، اما می‌توانند منبع مهمی از سایر مواد غذایی هم باشند. بنابراین طبیعی است که این فرضیه را مطرح کنیم که نوشیدنی‌های مختلف ممکن است واقعاً اثرات متفاوتی بر سلامت بیماران دیابتی داشته باشند.» داده‌های این مطالعه از بیش از ۹۲۰۰ زن و بیش از ۳۵۰۰ مرد که بخشی از سایر پروژه‌های تحقیقاتی بزرگ بودند به دست آمد. همه آنها در طول دوره مطالعه ۱۸.۵ ساله مبتلا به دیابت نوع ۲ بودند. هر دو تا چهار سال یکبار، آنها گزارش دادند که چند بار نوشیدنی‌های شیرین شده یا قند یا شیرین کننده‌های مصنوعی و همچنین آب میوه، قهوه، چای، آب آشامیدنی و شیر کم چرب را مصرف می‌کردند. هر وعده اضافی مصرف روزانه یک نوشیدنی شیرین شده با قند با افزایش ۸ درصدی مرگ و میر ناشی از همه دلایل برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ همراه بود. جایگزینی آن نوشیدنی با یکی از گزینه‌های سالم، خطر مرگ زودهنگام را تا ۱۸ درصد کاهش می‌دهد. در سال ۲۰۲۱، حدود ۵۲۷ میلیون بزرگسال در سراسر جهان به دیابت نوع ۲ مبتلا بودند. محققان پیش بینی می‌کنند تا سال ۲۰۴۵ این عدد به ۷۸۳ میلیون نفر برسد. این مطالعه نشان داد که نوشیدن نوشیدنی سالم فواید زیادی به همراه دارند. به عنوان مثال، جایگزینی یک وعده نوشابه یا لیموناد با یک فنجان قهوه با کاهش ۱۸ درصدی خطر مرگ زودرس به هر دلیلی و ۲۰ درصدی کاهش خطر مرگ ناشی از بیماری قلبی مرتبط است. برای چای این مزیت به ترتیب ۱۶ و ۲۴ درصد بود. آب آشامیدنی نیز فایده قابل توجهی را به همراه داشت: خطر مرگ زودهنگام را تا ۱۶ درصد برای همه علل و ۲۰ درصد برای علل مرتبط با قلب کاهش می‌دهد. جایگزینی یک نوشیدنی شیرین شده با قند با شیر کم چرب، کاهش ریسک ۱۲ و ۱۹ درصدی را نشان داد. توصیه محققان: انواع نوشیدنی‌های سالم بنوشید و از انتخاب نوشیدنی‌های ناسالم خودداری کنید.

حفظ سطح طبیعی ویتامین D برای مبتلایان به سرطان پوست پیشرفته مفید است

مدیکال اکسپرس: داده‌های مطالعات جدید نشان می‌دهد که برای بیماران مبتلا به سرطان پوست پیشرفته، حفظ سطح طبیعی ویتامین D هنگام دریافت داروهای ایمونوتراپی یا تام "مهار کننده‌های ایمونوتراپی" مهم است. این یافته‌ها توسط Wiley آنلاین در CANCER، مجله معتبر انجمن سرطان آمریکا منتشر شده است. ویتامین D اثرات زیادی بر بدن از جمله تنظیم سیستم ایمنی دارد. برای تشخیص اینکه آیا سطوح ویتامین D ممکن است بر اثربخشی مهار کننده‌های ایمونوتراپی تأثیر بگذارد، متخصصان خون ۲۰۰ بیمار مبتلا به ملانومای پیشرفته را قبل و هر ۱۲ هفته در طول درمان ایمونوتراپی تجزیه و تحلیل کردند. داده‌های این بررسی نشان داد که سطوح ویتامین D بر اثربخشی مهار کننده‌های ایمونوتراپی تأثیر مثبت دارد یکی از نویسندگان اصلی این مطالعه گفت: ویتامین D به خودی خود یک داروی ضد سرطان نیست اما سطوح سرمی