info@payamdaily.ir
نخستین روزنامه صبح البرز
پیام آشنا
شماره ۲۲۵۱
دوشنبه / ۸ اسفند/ ۱۴۰۱
۶ /شعبان / ۱۴۴۴
۲۷ / February / ۲۰۲۳

صاحب امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۳۸۳۸-۳۲۵۳۴۳۴۳ -۰۲۶-فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸/۲۳
چاپ: کارگر

غزل ۶۲

امروز با حافظ

بس نگویم شمّه‌ای از شرحِ شوقِ خود از آنک
دردسر باشد نمودن بیش از این ابرام دوست
گر دهد دستم کشم در دیده همچون توتیا
خاک راهی کان مشرف گردد از اقدامِ دوست

غزلانه

ز نورش ذرّه خورشید و ملهست
همه ذرّات را پشت و پناهست
عطار

افق کرج

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۵:۱۴	۰۶:۳۸	۱۲:۱۸	۱۷:۵۹	۱۸:۱۸

برگه

زندگی بسیار جالب است، در نهایت برخی از بزرگترین دردهای شما تبدیل به بزرگترین نقاط قوت شما می‌شوند.

دروبریمور

مکث

از رقابت تا دو قطبی سیاسی؛ آینده اتحادیه اروپا چه می‌شود؟

اگرچه پس از بحران مالی منطقه یورو در سال ۲۰۰۸ انتظار می‌رفت چالش های اتحادیه اروپا به پایان برسد اما رقابت‌های سیاسی برای رهبری در اروپا یکی از موانع مهم این اتحادیه است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، آغاز جنگ اوکراین، آزادی عمل در جریان‌های راست افراطی و بحران انرژی و تورم از جمله عوامل تاثیر گذار در سستی پیوند میان اعضای اتحادیه اروپا است. به طوری که اندیشکده استراتفور در ایالات متحده در گزارش علمی خود فروپاشی اتحادیه را در فرایندی ۱۰ ساله پیش بینی کرده است: در بخشی از این گزارش آمده است اتحادیه اروپا وارد بحران شده است و این بحران همچنان در حال تشدید است و اروپا در این شرایط نمی‌تواند به دوران اتحاد خود-بازگردد، اگر هم کشورها وحدت داشته باشند در حوزه‌هایی مشخص و محدود خواهد بود، هر چند عواملی که مطرح شده است می‌تواند آغازی بر پایان اتحادیه اروپا در آینده‌ای نه چندان دور باشد اما رقابت‌های سیاسی و اختلاف نظر میان کشورهای عضو اتحادیه اروپا نیز می‌تواند بستر دوقطبی در داخل اتحادیه را نیز فراهم کند. در واقع مهم‌ترین دلیل در گسستن رشته پیوند در این نهاد بین المللی، مربوط به رقابت‌های سیاسی در اتحادیه اروپا است که بازیگران اصلی این رقابت نیز آلمان و فرانسه هستند. زیرا هر دو کشور سودای رهبری در اتحادیه اروپا را در سر دارند که این شرایط به ویژه بعد از رفتن «آنگلا مرکل صدراعظم» سابق آلمان بیشتر مشهود شده است. البته تاریخچه اختلافات میان برلین و پاریس به ۶۰ سال پیش بازمی گردد که معاهده الیزه در سال ۱۹۶۳ میلادی سندی بر پایان جنگ‌های طولانی بین دو کشور و نقطه عطفی بین آلمان و فرانسه برای آغاز همکاری به جای درگیری بود. اما حال اختلافات بین فرانسه و برلین به عنوان دو دولت پیشرو در اتحادیه اروپا روند فعالیت و تأثیرگذاری این اتحادیه را نیز با موانعی مواجه کرده است.

از نزدیکی به چین تا سیاست انرژی

دلایل اختلافات دو کشور را می‌توان در چهار حوزه بررسی کرد که اولین دلیل به تغییر سیاست‌های امنیتی برلین باز می‌گردد: در اوایل جنگ اوکراین مقامات برلین سخنانی در خصوص توسعه فعالیت‌های نظامی خود برای حفظ امنیت کشور و اروپا مطرح کردند که این موضوع از سوی پاریس نیز مورد استقبال قرار گرفت. اما بی توجهی این مقامات به پروژه‌های مشترک تولید تسلیحات آلمان-فرانسه و خرید جنگنده‌های اف-۳۵ از ایالات متحده آمریکا زمینه بی اعتمادی میان دو کشور را پدید آورد. زیرا فرانسه همیشه در تلاش بوده اتحادیه اروپا بدون وابستگی به آمریکا مسیر سیاسی خود را طی کند. برای همین خواهان محدود شدن توسعه مناسبات نظامی کشورهای عضو اتحادیه با واشنگتن بوده است. از طرفی ایجاد یک صندوق ۱۰۰ میلیارد یورویی توسط دولت فدرال برای هزینه‌های دفاعی نگرانی مقامات پاریس را از این بابت که این رویداد می‌تواند موجب تغییر توازن قدرت نظامی در اروپا علیه فرانسه شود را در پی داشته است.

مساله دیگر که موجب تنش میان دو کشور شده است رویکرد آلمان مقابل چین است: از نظر فرانسه دولت آلمان کشور چین را نه تنها همانند رقیب و یا دشمن خود نمی بیند بلکه همانند شریک تجاری خود در نظر گرفته و در حال گسترش روابطش است. برای نمونه سفر «ولاف شولتز» صدراعظم آلمان به کشور چین و تاکید این سیاستمدار بر توسعه مراودات اقتصادی با پکن اتفاقی خوشایند برای فرانسه نبود زیرا فرانسه روابط تنگاتنگ اقتصادی آلمان با چین را علیه امنیت اروپا تفسیر می‌کند.

دلیل سوم این کشمش‌ها به نبود اتفاق نظر در سیاست انرژی دو کشور مرتبط است: از پیامدهای جنگ اوکراین برای اتحادیه اروپا بحران انرژی بود. آلمان با وجود اینکه بیشترین وابستگی به نفت و گاز روسیه را داشته و با قطع بخش بزرگی از این وابستگی‌ها، مانند بسیاری از کشورهای اروپایی در بحران تامین انرژی قرار داشت اما با این حال با برنامه کاهش قیمت حامل‌های انرژی و تعیین سقف ارزش گذاری موافقت نکرد. همین موضوع انتقاد امانوئل ماکرون رئیس جمهور فرانسه را در پی داشت. تمایل آلمان به سمت اروپای شرقی نیز موضوع چهارمی است که بر اختلافات آلمان و فرانسه دامن زده است: شولتز صدراعظم آلمان در جریان سفرش به پراگ در اوت سال ۲۰۲۲ وعده کمک‌های دائمی به اوکراین و تداوم سیاست‌های دفاعی مشترک میان کشورهای عضو اتحادیه را مطرح کرد. این سخنان اگر چه از سوی اروپا مورد استقبال قرار گرفت اما نگرانی اتاق فکر پاریس را نیز در پی داشت. زیرا کشورهای اروپای شرقی در محور اصلی سخنرانی شولتز قرار داشته و این صدراعظم هیچ اشاره‌ای به روابط و مشارکت آلمان و فرانسه و پروژه‌های دفاعی مشترک شان مانند تولید جنگنده و تانک نسل جدید نداشته است که این موضوع به عنوان تمایل آلمان به سمت اروپای شرقی و شمالی ارزیابی می‌شود. البته تنش های نرمی که میان دو کشور وجود دارد را نمی‌توان صرفاً محدود به اختلاف نظر و تفاوت منافع دو کشور دانست؛ بلکه اختلافات راهبردی و استراتژیک ژئوپلتیکی نیز میان دو کشور در جریان است: برلین و پاریس اگر چه دو قدرت مهم در اتحادیه اروپا محسوب می‌شوند اما هر دو کشور مدت‌هاست که بر اهداف متفاوتی تمرکز کرده‌اند: سیاست خارجی فرانسه از یک سو جلوگیری از تسلط آمریکا بر اروپا و ایجاد توازن در قدرت سیاسی-نظامی اتحادیه و از سوی دیگر تلاش برای کنترل رشد مجدد جمهوری فدرال آلمان و نفوذ آن در اروپا است. اما هدف استراتژیک آلمان پس از جنگ جهانی دوم تحقق استقلال و حاکمیت محدود خود در سیاست خارجی و سپس تضمین وحدت ملی خود بوده است.

نتیجه

همانطور که گفته شد آلمان و فرانسه دو کشور پیشرو و مهم در اتحادیه اروپا هستند که هر کدام برای بدست آوردن رهبری اتحادیه با هم رقابت و در نتیجه اختلافات سیاسی دارند. برای همین اگر چه صرفاً عمیق‌تر شدن این اختلافات موجب فروپاشی اتحادیه نخواهد شد اما بستر بروز دوقطبی و در نتیجه سستی پیوند در اتحادیه اروپا را فراهم خواهد کرد. به طور خلاصه فرانسه در تلاش است اروپا از نظر استراتژی مستقل، از بعد نظامی خودکفا و نهاد سیاسی تاثیر گذار در دنیا باشد.

البته آلمان با این هدف فرانسه مشکلی ندارد اما رفتار فرانسه به عنوان دولتی پیشرو در اتحادیه رویکردی مورد قبول برای آلمان نیست. آلمان نیز مانند فرانسه طرفدار اروپایی است که بتواند به عنوان یک "مرکز قدرت" مستقل در سیاست جهانی عمل کند اما به شرطی که برلین در مرکز و رهبریت این نهاد بین المللی باشد. این شرایط ممکن است دوگانگی سیاسی در اتحادیه اروپا را در آینده برجسته کند که از نظر تحلیلگران ممکن است از یک سو شاهد رهبری فرانسه برای کشورهای حاشیه دریای مدیترانه و از طرفی شاهد همگامی آلمان با اروپای شرقی و شمالی باشیم.

گزارش روز

آیا امید و رویا همسفر می‌شوند؟

حالا که امید (تک درنای سیبری) با جفت بلژیکی خود «رویا» مسیر جدیدی را در زندگی آغاز کرده سوال این است که آیا این دو پرنده در مهاجرت به سیبری با هم همسفر می‌شوند؟ آیا ۱۵ سال تنها مهاجرت کردن امید به پایان رسیده و سال آینده این دو را با هم در فریدونکنار خواهیم دید؟

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، بعد از ۱۵ سال دوباره رقص و آواز درنای نر برای جلب توجه درنای ماده در منطقه فریدونکنار از سر گرفته شد: به عبارتی تاریخ برای امید تک درنای فریدونکنار دوباره تکرار شد، امید تک درنای سیبری را که ۱۵ سال است به تنهایی برای زمستان گذرانی وارد فریدونکنار می شود قطعا خیلی ها می شناسند، این پرنده که تنها بازمانده از جمعیت غربی درنای سیبری است از لحاظ وفاداری و حفظ مسیر مهاجرتش به ایران به قهرمانی تبدیل شده که در این مدت به تنهایی کریدرو غربی مهاجرت که به ایران ختم می شد را حفظ کرده است: اما مساله این است که این تک درنا تا چه زمانی می تواند این رسالت را انجام دهد: اگر اتفاقی برایش بیفتد و تلف شود و یا به مرگ طبیعی بمیرد، آنوقت تکلیف این مسیر پروازی و نسل این گونه ارزشمند چه می شود؟

در واقع این نگرانی و دغدغه مسوولان سازمان حفاظت محیط زیست بود که با تلف شدن امید، مسیر پروازی غربی که به ایران ختم می شود هم از بین می رود و کور می شود از این رو صدد برآمدند تا این مسیر را حفظ کنند که بعد از تصمیم نهایی برای این کار، با رایزنی با مرکزی در بلژیک موفق شدند تا جفتی را برای امید پیدا کنند.

بعد از انجام اقدامات بین المللی ۶ بهمن ماه امسال رویا جفت امید از بلژیک به ایران آمد و با رعایت پروتکل های لازم وارد منطقه فریدونکنار شد ابتدا در سازه رها سازی در محل زمستان گذرانی امید جای گرفت که بعد از دیدن رفتارها و آواهای مخصوص از سوی این دو پرنده، با مشاوره های بین المللی تصمیم بر رهاسازی گرفته شد بر این اساس رهاسازی به طور تدریجی انجام گرفت و باعث شد تا امید بعد از ۱۵ سال دوباره رقص و آواز را از سر بگیرد تا توجه رویا را به خود جلب کند و بعد از آن هر دو به رقص درآمدند، این نزدیکی بارقه امید را در دل دوستداران محیط زیست برای حفظ این مسیر پروازی و ادامه نسل این گونه جمعیتی روشن کرد.

درنای سیبری به سه جمعیت اصلی شرقی، غربی و مرکزی تقسیم می شد که جمعیت مرکزی آن به هند مهاجرت می کرد و منقرض شد، جمعیت غربی به ایران می آمد که الان فقط یک درنای نر با نام امید از آن باقی مانده که با تلف شدن آن این جمعیت نیز کامل منقرض می شود اما جمعیت شرقی آن هنوز وجود دارد و می گویند که سه هزار درنا از آن همچنان به چین مهاجرت می کند که سازمان حفاظت محیط زیست در صدد حفظ مسیر غربی و جمعیت این گونه برآمد.

زمانی که رویا وارد ایران شد، پروفسور جرج آرچیبالد بنیانگذار بنیاد بین المللی درنا (ICF) در پیامی ضمن قدردانی از همکاران ایرانی و مرکز پرورش درنا در بلژیک (CBCCBelguim) گفت: همه با هم دعا کنیم که این دو درنای سیبری مبارک به سرزمین زادآوری در سیبری مهاجرت کنند و آنجا یک درنای جوان را پرورش دهند و سپس در امنیت به تالاب ایران بازگردند جایی که عشق را آغاز کردند. حال که به زمان مهاجرت امید نزدیک می شویم نگاه ها به رفتار این دو پرنده است که آیا امید، رویا را هم با خود می برد یا رویا با امید می رود؟ که مدیر کل دفتر حفاظت و مدیریت حیات وحش سازمان حفاظت محیط زیست در این باره گفت: انتظار داریم که امید و رویا نیمه اول اسفندماه مهاجرت کنند.

غلامرضا ابدالی افزود: اکنون این دو پرنده کاملا با هم هستند و به خوبی با هم کنار آمده اند و امیدواریم با همدیگر مهاجرت کنند اما اگر درصد کمی این اتفاق نیفتد سناریوی دومی تعریف کرده ایم که از رویا نگهداری کنیم تا سال آینده که امید دوباره به ایران برگردد.

همچنین عضو تیم بین المللی احیای درنای سیبری درباره شرایط امید و رویا به خبرنگار محیط زیست ایرنا گفت: امید و رویا شبانه روز در کنار هم هستند، تغذیه بسیار عالی در طبیعت دارند، پرواز می کنند، آواز می خوانند و آماده مهاجرت هستند، در واقع شواهد نشان می دهد حتما مهاجرت می کنند.

کرامت حافظی افزود: در طول مسیر مهاجرت در ایران از استان های مازندران، گیلان و اردبیل عبور می کنند که از شهروندان این شهرها درخواست داریم به محل استراحت این پرنده ها نزدیک نشوند چون موجب نگرانی و استرس این دو پرنده خواهد شد، امید و رویا باید استراحت کامل داشته باشند و نباید زودتر از زمان موعد از محل های استراحت پرواز کنند، مهمترین بخش مراقبت این است ونباید برای گرفتن عکس وبازدید به آنها نزدیک شد.

وی تاکید کرد: البته ادارات کل محیط زیست این استان ها مراقبت های لازم را خواهند داشت اما در صورت مشاهده رویا و امید حتما به اداره محیط زیست شهرستان مربوطه گزارش لازم داده و از نزدیک شدن به آنها جلوگیری شود.

عضو کمیته ثبت پرندگان ایران، درباره کشورهایی که این دو پرنده در مسیر مهاجرت خود از آنها عبور می کنند، گفت: در واقع مسیر امید در کناره های غربی دریای خزر و حاشیه رود ولگا است، اولین مقصد خارج از ایران، پارک ملی شیروان در آذربایجان است، دلتای رود ولگا، تالاب Narzum در قزاقستان، رود Ob در نزدیکی شهر Uvat جایی که درناهای خاکستری زادآوری دارند هم مسیرهای بعدی است: امید تنها درنای سیبری جمعیت غربی در حیات وحش است و رویا نیز از جمعیت غربی در اسارت است، هر دو از جمعیت غربی درناهای سیبری هستند، در سیبری محل زادآوری جمعیت غربی و شرقی چند هزار کیلومتر با هم فاصله دارد و امید در این ۱۵ سال چه در ایران چه در سیبری و چه در مسیر مهاجرت تنها بوده است.

وی ادامه داد: کشورهای مسیر مهاجرت نیز توسط بنیاد بین المللی درنا (ICF) هماهنگ شده اند تا امید و رویا مهاجرت و زادآوری موفقی داشته باشند و پاییز آینده به مازندران بازگردند، همه چیز بسیار عالی است و تاکنون دفتر حفاظت و مدیریت حیات وحش ایران و اداره کل محیط زیست مازندران، محیط بانان و جوامع محلی و مردم مازندران همکاری خوبی داشتند، همچنین بنیاد بین المللی درنا (ICF) و مرکز پرورش، حفاظت و تکثیر درنا در بلژیک (CBCC Belgium) از اقدامات انجام شده توسط محیط زیست ایران بسیار قدردانی کردند.

حافظی تاکید کرد: امید تنها بازمانده حیات وحش جمعیت غربی است که دانش مهاجرت باستانی این جمعیت را می داند و آموزش این دانش به رویا جزو مهمترین اهداف برنامه احیای درنای سیبری جمعیت غربی است، این حتی مهمتر از زادآوری است چون الان درنای سیبری جمعیت غربی در اسارت هم دارد اما آنها دانش مهاجرت را ندارند و تنها امید این دانش را دارد که باید به مرور به درناهایی که می توانند همراهش شوند آموزش بدهد.

وی درباره زمان مهاجرت امید گفت: زمان مهاجرت امید سال گذشته ۱۷ اسفند ماه بود اما سالهای های قبل زودتر از این زمان انجام می شد: در مجموع از هفته اول اسفند به بعد امکان آغاز مهاجرت وجود دارد.

عضو تیم بین المللی احیای جمعیت غربی درنای سیبری درباره رویا گفت: رویا ماده جوان هفت ساله اهدایی از مرکز CBCC Belgium در بلژیک به سازمان حفاظت محیط زیست برای همراهی با امید است، تا به اینجای کار بخشی که باید توسط انسان برای این همراهی انجام شود بدون خطا انجام شد بعد از این بر عهده دو پرنده است که بتوانند از پس یک مهاجرت دونفره برآیند.

اشاره

چرا با تغییر فصل احساس افسردگی عود می کند؟

متخصص روانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به این که شیدایی یا "مانیا" حالتی از افسردگی است، گفت: این اختلال همزمان با فصل بهار آغاز می‌شود و با تظاهراتی همانند نشاط زدگی، خلق بالا به صورت شادی، خوش‌بینی افراطی، اشکال در تمرکز و برنامه‌ریزی‌های بلندپروازانه دیده می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی، جمال شمس با بیان اینکه در برخی از فصول سال به دلایل نامعلوم ممکن است خلق برخی از افراد دستخوش تغییراتی شود، اظهار کرد: افسردگی فصلی اختلالی است که معمولا با تغییر فصل به بالاترین میزان خود می‌رسد.

وی افزود: به طور کلی افسردگی فصلی نوعی اختلال است که در آن فرد در دیگر زمان‌های سال شرایطی عادی دارد ولی در فصلی خاص احساس اضطراب و افسردگی می‌کند.

این متخصص روانپزشکی با بیان اینکه با شروع پاییز کوتاهتر شدن طول روز و کمتر شدن نور خورشید احتمال ابتلا به افسردگی افزایش می‌یابد، اظهار کرد: تغییرات خلق مستقیما به تغییرات فصلی مرتبط است.

وی با اشاره به اینکه تابش نور خورشید و ساعت بیولوژیکی بدن که تنظیم کننده ترشح هورمون‌ها است می‌تواند خلق وخو و خواب را تحت تاثیر قرار دهد، تاکید کرد: افرادی که با تغییر فصل دچار افسردگی می‌شوند، به هر میزان نور بیشتری دریافت کنند، زودتر از افسردگی و تنگی خلق رهایی می‌یابند.

عضو هیئت علمی گروه روانپزشکی دانشگاه شهید بهشتی، گفت: خلق ۱۱ درصد از عموم مردم با شروع فصل پاییز و سرد شدن هوا کاهش پیدا می‌کند.

وی با تاکید بر این که تمامی افرادی که دچار افسردگی فصلی می‌شوند ضرورتا مبتلا به اختلال افسردگی نیستند، توضیح داد: ممکن است درصد کمی از افرادی که به یکباره با تغییر فصل دچار اضطراب و افسردگی می‌شوند، به درمان‌های مداخله‌ای نیاز داشته باشند.

وی با بیان اینکه اختلال عاطفی و یا افسردگی فصلی افراد را به شکل‌های متفاوتی تحت تاثیر قرار می‌دهد، افزود: احتمال تغییر خلق در فصل بهار نیز وجود دارد.

شمس با اشاره به اینکه احتمال بروز افسردگی با شروع فصل پاییز به مراتب بیشتر از بهار است، توضیح داد: شیدایی یا مانیا حالتی از افسردگی است، در این مدل از اختلال خلق که همزمان با فصل بهار آغاز می‌شود، انرژی فرد بسیار زیاد می‌شود؛ به شکلی که این اختلال با تظاهراتی همانند نشاط زدگی، تحریک‌پذیری، فعالیت بیش از حد، خلق بالا به صورت شادی، خوش‌بینی افراطی، بی‌قراری حرکتی، اشکال در تمرکز و برنامه‌ریزی‌های بلندپروازانه دیده می‌شود.

وی افزود: در مبتلایان به بیماری دوقطبی، علائم مانیا و شیدایی با شروع فصل بهار و اختلال افسردگی در فصل پاییز عود می‌کند.

او با بیان این که علائم و نشانه‌های افسردگی فصلی با اختلال افسردگی دائم شباهت زیادی دارد، تصریح کرد: کاهش انرژی، تغییرات محسوس در میزان خواب، توجه و تمرکز و تغییر در میزان اشتها از نشانه‌های افسردگی است.

وی تنها فاکتوری که افسردگی فصلی را نسبت به سایر اختلالات روانی و افسردگی‌ها متفاوت می‌کند، زمان بروز افسردگی فصلی دانست و گفت: افسردگی فصلی در بازه زمانی خاص در سال عود می‌کند.

شمس با بیان اینکه احتمال بروز تمامی بیماری‌ها و اختلالات روان تقریبا یکسان است، گفت: به طور مثال بیشترین سن بروز افسردگی بین ۳۰ تا ۴۰ سال است و یا اختلال دوقطبی و یا بروز شیدایی در ۲۰ تا ۲۵ ساله‌ها بیشتر دیده می‌شود.

وی با اشاره به اینکه به طور کلی انواع بیماری‌ها، که اختلالات روان هم از این قاعده مستثنی نیست، تاریخ دقیق شروع و یا سن خاصی ندارد، تاکید کرد: حتی ممکن است فردی در سن بالای ۵۰ یا کمتر از ۲۰ سال دچار افسردگی یا افسردگی فصلی شود.

شمس با اشاره به اهمیت درمان انواع افسردگی‌ها، بیان کرد: اگر چنانچه این بیماری به موقع تشخیص و درمان‌ها پیش از شدت گرفتن علائم آغاز شود، روند درمان تا حدود زیادی از بروز مشکلات بعدی جلوگیری خواهد کرد.

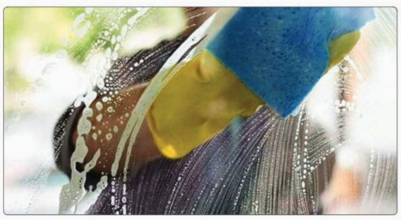
وی استفاده از درمان های دارویی، غیر دارویی یا مشاوره را از جمله روش‌های درمان افسردگی فصلی دانست و تاکید کرد: درمان این اختلال به کمک نور درمانی، دارو و روش‌های روان‌پزشکی انجام می‌شود و اگر چنانچه فرد به اختلال دوقطبی مبتلا باشد باید به پزشک خود اطلاع دهد؛ چرا که این موضوع برای زمان تجویز نور درمانی و دیگر داروهای ضد افسردگی بسیار اهمیت دارد.

او در خاتمه اظهار کرد: درمان با داروهای ضد افسردگی برای برخی از بیماران مبتلا به اختلال عاطفی فصلی، خصوصا اگر علائم شدید باشد، بسیار موثر خواهد بود.

برش

خانه‌تکانی کنید، اما مسموم نشوید!

یکی از سنت‌های رایج در میان خانواده‌های ایرانی، خانه تکانی منازل در روزهای پایانی سال است؛ نکته مهم آن است که توجه ویژه به نکات ایمنی هنگام نظافت منزل ضروری است؛ چرا که هر سال با شروع خانه تکانی آمار مسمومیت‌های ناشی از مصرف شوینده‌ها افزایش می‌یابد.



به گزارش پیام آشنا به نقل از مرکز اطلاع‌رسانی سازمان غذا و دارو، همزمان با فرارسیدن روزهای پایانی سال و در آستانه نوروز، سنت خانه تکانی در بین خانواده‌های ایرانی اجرا می‌شود. در عین حال توجه ویژه به نکات ایمنی هنگام نظافت منزل بسیار حائز اهمیت است؛ چرا که همواره با شروع خانه تکانی منازل در روزهای پایانی هر سال آمار مسمومیت‌های ناشی از عدم رعایت نکات ایمنی در استفاده از شوینده‌ها افزایش می‌یابد.

باید توجه کرد که استفاده نابجا و بدون آگاهی از مواد شوینده و پاک کننده شیمیایی می‌تواند خطرات جبران ناپذیری را برای افراد ایجاد کند. بنابراین باید پیش از استفاده از مواد شیمیایی و فرآورده‌های شوینده و پاک‌کننده، ابتدا برچسب روی بسته‌بندی را مطالعه کرده و هنگام استفاده از این مواد نکات ایمنی را رعایت و از لوازم حفاظت فردی استفاده کنید.

محصولات شیمیایی و شوینده، نفت و بنزین و داروها را همیشه در ظرف اصلی آن نگهداری کنید و هرگز این فرآورده‌ها را در ظرف مواد خوراکی (مانند بطری نوشابه) نگهداری نکنید؛ چراکه ممکن است این مواد اشتباهی توسط کودکان مصرف و سبب مسمومیت شدید آنها شود.

همچنین از اختلاط مواد شیمیایی مانند جوهر نمک و مواد سفید کننده، لکبر و الکل جدا خودداری کنید؛ چرا که بخارات و گازهای ناشی از این اختلاط بسیار سمی و خفه‌کننده است.

به خاطر داشته باشید در صورتی که نزدیکان شما ماده‌ای غیر خوراکی و سمی را بلعید یا بخارات آن را استنشاق کرده‌اند، سریعا با مرکز اورژانس ۱۱۵ یا مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم ۱۹۰ معاونت‌های غذا و دارو تماس بگیرید

رسانه چه خبر

شناسایی ۵۹ بیمار جدید کرونایی در کشور

وبدا: در شبانه‌روز گذشته بر اساس معیارهای قطعی تشخیصی، ۵۹ بیمار جدید مبتلا به کووید ۱۹ در کشور شناسایی و ۲۴ نفر از آنها بستری شدند. مجموع بیماران کووید ۱۹ در کشور به ۷ میلیون و ۵۶۷ هزار و ۶۱۹ نفر رسید. در طول ۲۴ ساعت گذشته، ۳ نفر از بیماران کووید ۱۹ در کشور جان خود را از دست دادند و مجموع جان باختگان این بیماری، به ۱۴۴ هزار و ۸۳۵ رسید. تا کنون ۷ میلیون ۳۳۹ هزار و ۱۲۹ نفر از بیماران، بهبود یافته و یا از بیمارستان‌ها ترخیص شده‌اند. ۲۷۹ نفر از بیماران مبتلا به کووید ۱۹ در بخش‌های مراقبت‌های ویژه بیمارستانها تحت مراقبت قرار دارند. تا کنون ۵۵ میلیون و ۲۵۲ هزار و ۶۴۸ آزمایش تشخیص کووید ۱۹ در کشور انجام شده است. در حال حاضر، ۶ شهر در وضعیت نارنجی، ۹۴ شهر در وضعیت زرد و ۳۴۸ شهر کشور نیز در وضعیت آبی قرار دارند.

پیشنهاد پلیس برای افزایش مبلغ جریمه‌های رانندگی تا نوروز ۱۴۰۲

ایسنا: رئیس پلیس راهور فراجا از بررسی پیشنهاد پلیس برای افزایش مبلغ جرائم رانندگی از سوی دولت خبر داد و گفت: در صورت موافقت دولت این رقم‌ها در نوروز ۱۴۰۲ اعمال خواهد شد. سردار سید کمال هادیانفر با اشاره به ضرورت بازدارندگی جرائم رانندگی گفت: یکی از مجازات‌های مربوط به تخلفات رانندگی در کشورهای توسعه یافته محرومیت از خدمات اجتماعی است و افرادی که تخلف رانندگی داشته باشند از حضور در برخی از مسئولیت‌ها نیز منع خواهند شد چرا که قانونمداری افراد هم در سنجش صلاحیت آنان لحاظ می‌شود. وی با بیان اینکه باید قوانین راهنمایی و رانندگی اصلاح شود، گفت: وقتی از افزایش مبلغ جریمه صحبت می‌شود منظور پرداخت جریمه نیست، منظور بازدارندگی جریمه است، جریمه یک میلیونی برای پرداخت نیست بلکه برای پیشگیری از ارتکاب تخلف است. رئیس پلیس راهور فراجا افزود: در همین راستا هم ما پیشنهاد اصلاح قوانین راهنمایی و رانندگی را مطرح کردیم که انجام شد و در دستور قرار گرفته است. هادیانفر با اشاره به ارایه پیشنهاد افزایش مبلغ جرائم رانندگی به دولت در جلسه اخیر شورایعالی ایمنی و هماهنگی ترافیک کشور که با حضور معاون اول رئیس جمهوری و وزیران مربوطه برگزار شد، گفت: امیدواریم این پیشنهاد بررسی و با آن موافقت شود و ما بتوانیم آن را در ایام نوروز ۱۴۰۲ اجرا کنیم. به گفته وی افزایش مبلغ جرائم رانندگی متناسب با نرخ تورم خواهد بود و این موضوع در قانون هم پیش‌بینی شده است و هدف ما نیز نه درآمد بلکه بازدارندگی جرائم است. هادیانفر گفت: در برخی از کشورها جریمه یک تخلف برای خودرویی ۳۰۰۰ یورو است، یعنی آن فرد باید تمام درآمد ماهانه خود را برای پرداخت جریمه یک تخلف بدهد.

احتمال درمان بیماران HIV با سلول های بنیادی تا ۱۰ سال آینده

هلث دی نیوز: مردی برای درمان سرطان خود تحت پیوند سلول‌های بنیادی قرار گرفت، شواهد قوی نشان می‌دهد که این روش HIV او را نیز درمان کرده است. این بیمار که مردی ۵۰ ساله است، زمانی که برای درمان سرطان خون تحت پیوند سلول‌های بنیادی قرار گرفت، HIV مثبت بود. این روش به طور موثر سیستم ایمنی جدیدی را به او داد. اکنون، محققان گزارش می‌دهند که این بیمار چهار سال است که داروهای HIV را قطع کرده است و هیچ نشانه‌ای از باقی ماندن ویروس در بدنش وجود ندارد. کارشناسان در مورد اعلام این روش به عنوان یک درمان قطعی محتاط هستند، زیرا HIV با ترفندهای زیادی در تلاش برای زنده ماندن است. به گفته دکتر «بیورن جنسن»، رئیس بخش بیماری‌های عفونی در بیمارستان دانشگاه دوسلدورف در آلمان، «در عین حال، همه چیز امیدوارکننده به نظر می‌رسد.» جنسن گفت: «بیمار به مدت چهار سال مصرف تمام داروهای ضدویروسی را متوقف کرده است، و هیچ مدرکی دال بر وجود اچ آی وی در بدن او وجود ندارد.» او گفت: «بیشتر کارشناسان این وضعیت را یک درمان می‌دانند.» این مرد که به عنوان "بیمار دوسلدورف" شناخته می‌شود، سومین موردی است که در گزارشات پزشکی گزارش شده است. اولین مورد تقریباً ۱۵ سال پیش در مجله پزشکی نیوانگلند مطرح شد، زمانی که پزشکان پرونده "بیمار برلینی" را شرح دادند. بیش از یک دهه بعد، تیم پزشکی دیگری گزارش دادند که به عقیده آنها دومین درمان HIV در فردی که "بیمار لندنی" نام داشت، اتفاق افتاده است. هر سه مرد به پیوند سلول‌های بنیادی نیاز داشتند زیرا سرطان خون داشتند و گزینه‌های درمانی دیگری نداشتند. اما یک احتمال ثانویه نیز وجود داشت: پیوند ممکن است با HIV آنها نیز مقابله کند. جنسن تاکید می‌کند: «هیچ کس پیشنهاد نمی‌کند که پیوند سلول‌های بنیادی به یک درمان HIV تبدیل شود. این یک روش پرخطر است که می‌تواند عوارض مرگباری داشته باشد و تنها زمانی باید انجام شود که بیمار مبتلا به سرطان خون مرگبار باشد.» او گفت: «ما امیدواریم که یافته‌های این درمان و چند مورد دیگر از درمان HIV، از تحقیقات آینده برای توسعه استراتژی‌های کم‌خطرتر و کاربردی‌تر برای درمان HIV حمایت کند».