



صاحب امتیاز: موسسه همگامان آذربایجان
مدیر مسئول: محمود جباری - سردبیر: باقره جباری
نماینده: کریم پور تاجیان - فرهنگ: جبار کابون
گزارش: سامان رحیمی - ناشر: جباری
تلفن: ۲۲۵۲۳۲۳۲ - ۲۲۵۲۳۲۳۲ - ۲۲۵۲۳۲۳۲
۲۲۵۲۳۲۳۲ - ۲۲۵۲۳۲۳۲
آدرس: پلاک ۱۰، خیابان ولیعصر، تهران
پست: ۱۹۱۸۱ - ۱۹۱۸۱
چاپ: مرکز

محروم اگر شدم ز سر کوی او چه شد؟
از گلشن زمانه که بوی وفا شنید؟
ساقی بیا که عشق ندایم کند بلند
کان کس که گفت قصه ما هم ز ما شنید

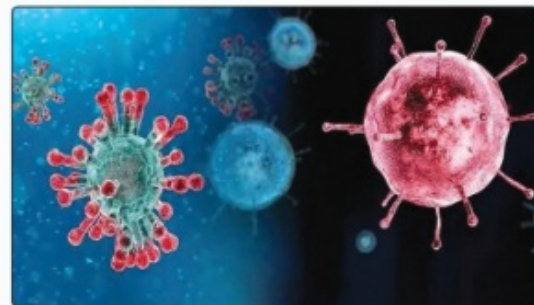
طلب منصب فانی نکند
صاحب عقل
عاقبت آن است که
اندیشه کند پایان را
سعدی



ای کج	اوقات شرعی فردا
انسان صبح	۴:۲۵
طلوع آفتاب	۵:۵۰
انسان ظهر	۱۲:۰۱
غروب آفتاب	۱۸:۱۱
انسان مغرب	۱۸:۴۹

فرقی نمی کند ۲۰ ساله هستید یا ۸۰ ساله!
هر کس آموختن را متوقف کند پیر خواهد شد.

گزارش روز



با نزدیک شدن به فصل سرد سال، نشانه های افزایش گردش ویروس های تنفسی در کشور جدی تر شده است. از یک سو کرونا از آستانه هشدار بالا عبور کرده و از سوی دیگر آنفلوآنزا نوع B در گردش است. این در حالیست که برغم شرایط جنگ و تحریم انتظارها برای تلقین و توزیع واکسن آنفلوآنزا هر چند با تأخیر ادامه دارد.

در نظام مراقبت آزمایشگاهی نیز ۲۲۹۶ نمونه تنفسی بررسی شده که ۱۰۳ مورد آنفلوآنزا مثبت بوده است. هر چند که بی تردید این رقم به معنای بازگشت شرایط همه گیری های سال های ابتدایی کرونا نیست، اما نشان می دهد کوید-۱۹ همچنان در میان عوامل بیماری زای تنفسی، همدند سایر نقاط دنیاست. در گردش است و با نزدیک شدن به فصل سرما، مراقبت از روند آن اهمیت بیشتری پیدا می کند.

در همین راستا دکتر علیرضا ربیعی، معاون بهداشت وزارت بهداشت چندی پیش با اشاره به روند بیماری های تنفسی تأکید کرده بود که کوید-۱۹ اکنون مانند آنفلوآنزا به بیماری های بومی تبدیل شده و افزایش موارد آن لزوماً به معنای قرار گرفتن کشور در شرایط اضطراری نیست. با این حال، رعایت اصول پیشگیری همچنان امریست که بر همه کس لازم است. طبق توصیه های مطرح شده، استفاده از ماسک، بویژه در جمعیت و همچنین از سوی افراد دارای علامت بیماری، شست و شوی دست ها و خودداری افراد دارای علامت از حضور در جمعیت و فضاهای بسته می تواند به کاهش انتقال این بیماری ها کمک کند.

آنفلوآنزا نوع B در گردش

در کنار کرونا، آنفلوآنزا نیز در حال گردش است. اما داده های اسل تفاوت با سال گذشته تفاوتی در نشان می دهد. بر اساس گزارش مرکز مدیریت بیماری های واگیر، ۶۶۶ درصد موارد مثبت آنفلوآنزا مربوط به تایپ B است و این تایپ همچنان غالب محسوب می شود. در حالی که در مقطع زمانی مشابه سال گذشته، تایپ A آنفلوآنزا غالب بوده است.

به این ترتیب، الگوی گردش آنفلوآنزا نسبت به سال قبل تغییر کرده و همین موضوع اهمیت پایش مستمر ویروس های در گردش را دوچندان می کند؛ چرا که تصمیم گیری درباره پیشگیری

به گزارش پیام آفتاب، به نقل از اینستاگرام مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت در تازه ترین گزارش خود از افزایش درصد مثبت کوید-۱۹ نسبت به هفته قبل خبر داده به طوری که درصد مثبت شدن آزمایش های کرونا به ۱۱٫۷ درصد رسیده و آستانه هشدار بالا عبور کرده است؛ موضوعی که بی تردید بر ضرورت تشدید مراقبت از عفونت های حاد تنفسی تأکید دارد. همچنین در هفته بیست و پنجم سال ۷۴ درصد مراجعان سرپای دارای علامت شبه آنفلوآنزا و ۶۹ درصد بیماران بستری دارای علامت عفونت تنفسی شدید بودند.

این روند در شرایطی اهمیت بیشتری دارد که به فصل پاییز و زمستان نزدیک می شود؛ دوره ای که به دلیل افزایش حضور افراد در فضاهای بسته، جمعیت، بازگشایی مدارس و دانشگاه ها و مواردی از این قبیل، زمینه برای انتقال ویروس های تنفسی بیشتر می شود. بنابراین شاید بتوان گفت که افزایش فعلی موارد عفونت های تنفسی نظیر کرونا و آنفلوآنزا را نمی توان صرفاً یک عدد آزمایشگاهی دانست؛ بلکه می تواند هشدار برای ضرورت تقویت مراقبت ها پیش از ورود به ماه های سرد سال باشد.

کرونا از آستانه هشدار بالا گذشت

در میان عوامل بیماری زای تنفسی، این روزها کرونا بار دیگر مورد توجه قرار گرفته است. درصد مثبت کوید-۱۹ در هفته بیست و پنجم به ۱۱٫۷ درصد رسیده. در حالی که این رقم در هفته مشابه سال گذشته ۸٫۷ درصد بوده است. از سوی دیگر،

برش

اجرای مصوبه صدور گواهینامه موتورسیکلت برای بانوان را رانندگی بانوان بدون مهارت موتورسیکلتی پیشگیری از حوادث رانندگی مرتبط و حتی جانیان؛ اینجالبه که کشته شدن سه نفر در تصادف موتورسیکلتی در تهران، مصداق آشکار این مسئله است. مسئولان انتظامی کشور از راه پاسخ در این زمینه هم خودداری نمی کنند.

به گزارش پیام آفتاب، به نقل از اطلاعات ترافیک های سنگین و گرانی ها انواع خودرو سبب شده است. مردم بیش از پیش برای تردهای شهری از موتورسیکلت استفاده کنند. سهولت در استفاده از این وسیله نقلیه سبب شده است طی چند سال گذشته علاوه بر افزایش شمار موتورسواران مرد، خانم ها هم از این وسیله نقلیه استفاده کنند. به نحوی که اکنون اکثر معابر تهران و دیگر شهرهای کشور هم ملو از بانوانی است که پشت فرمان موتورسیکلت نشسته اند. به راحتی به مقصد می رسند اما این همه ماجرا نیست و در حقیقت تک تک این بانوان با زیرآگاه شدن قوانین راهنمایی و رانندگی، موتور

زنگ خطر کرونا و آنفلوآنزا پیش از آغاز فصل سرما؛ واکسن آنفلوآنزا اگر فتر تحریم

و واکسیناسیون باید بر مبنای الگوی بیماری و ویروس های در گردش انجام شود.

سهام قابل توجه کودکان در موارد مثبت آنفلوآنزا

بررسی های نظام مراقبت دیدموری همچنین نشان می دهد کودکان سهم قابل توجهی از موارد مثبت آنفلوآنزا را تشکیل می دهند. به طوری که ۳۶۸ درصد موارد مثبت آنفلوآنزا در گروه سنی کودکان گزارش شده است. این سهم در کودکان زیر دو سال ۷۷ درصد، در گروه سنی دو تا پنج سال ۱۱۶ درصد و در گروه شش تا ۱۵ سال ۱۷۵ درصد بوده است. این آمار بار دیگر اهمیت مراقبت از کودکان و رعایت اصول پیشگیری در مدارس و محیط های جمعی را یادآوری می کند.

واکسنی که گرفتار تحریم و شرایط حمل و نقل است

در چنین شرایطی، واکسن آنفلوآنزا یکی از مهم ترین ابزارهای پیشگیری بویژه برای گروه های در معرض خطر محسوب می شود؛ اما تاکنون آن در معرض خطر قرار گرفته است. در حالی که چالش های مواجه شده است. مسئولان سازمان غذا و دارو اعلام کرده اند که سفارش گذاری واکسن از ماه ها قبل انجام شده اما مشکلاتی نظیر نقل و انتقال مالی و دشواری های حمل و نقل تحت تأثیر تحریم ها و جنگ، روند

تأمین را با اختلال مواجه کرده است. بر اساس اعلام سازمان غذا و دارو، بخشی از واکسن مورد نیاز شبکه بهداشت قرار است از منابع مختلف تأمین شود و پیش بینی شده واکسن های مربوط به گروه های هدف از اواخر شهریور و اوایل مهر در دسترس قرار گیرند. با این حال، مسئله واکسن اسل فقط به میزان تقاضا یا تولید محدود نمی شود؛ زنجیره تأمین واکسن از تولید و خرید خارجی تا انتقال منابع مالی، حمل و نقل بین المللی و ورود محموله به کشور تحت تأثیر شرایط تحریمی قرار دارد. از سوی دیگر، توقف تولید داخلی واکسن آنفلوآنزا نیز بر پیچیدگی شرایط افزوده است.

وقتی دو ویروس همزمان در گردش اند

در چنین شرایطی، نگرانی اصلی صرفاً افزایش یک ویروس نیست؛ بلکه همزمانی گردش کرونا و آنفلوآنزا در ماه های سرد سال است. هر دو

موتورسیکلت برای بانوان را که از سوی هیات وزیران به تصویب رسیده بود را ابطال کرد و به این ترتیب فرماندهی انتظامی کل کشور به عنوان مجری قانون موظف شد آن را اجرا کند. بر اساس این مصوبه، فرماندهی انتظامی کل کشور موظف شده است پس از اتخاذ تدابیر لازم برای آموزش بانوان متقاضیان دریافت گواهینامه رانندگی موتورسیکلت، نسبت به برگزاری آزمون و صدور گواهینامه این اقدام کند. اجرای این مصوبه که اکنون به خواستش شمار زیادی از بانوان کشورمان بدل شده است به طور حتم می تواند ضمن جلوگیری از سی قانونی از رانندگی بانوان بدون مهارت موتورسیکلتی، پیشگیری و از حوادث رانندگی مرتبط و حتی جانیان آنها جلوگیری کند. اما متأسفانه نه فقط این مصوبه اجرا نشده است بلکه مسئولان انتظامی کشور از راه

توقفه این مبنی بر آموزش و صدور گواهینامه برای بانوان اقدام می کنند. ۱۴ بهمن ماه پارسال محمدرضا عساف معاون اول رئیس جمهوری مصوبه صدور گواهینامه

گوشی شما می داند چه زمانی می خواهید؛ این اطلاعات را از کجا به دست می آورد؟

گوشی هوشمند می تواند حتی بدون فعال کردن دستی قابلیت ردیابی خواب زمان تقریبی خوابیدن و بیدار شدن کاربر را تخمین بزند. این اطلاعات از ترکیب داده های مانند الگوی استفاده از گوشی، حسگرهای دستگاه و اطلاعات سیگنال های هوشمند به دست می آیند. اما این داده ها تا چه اندازه خصوصی هستند و چه کسی می تواند به اطلاعات مربوط به خواب شما دسترسی داشته باشد؟

به گزارش پیام آفتاب، به نقل از اینستاگرام خود را ببینید. گوشی هوشمند، اکثر تخت می گذارد و مسیر رانندگی را از آغاز اطلاعاتی روزمره، دوباره آن را برمی گرداند. اما در همین ساعات به ظاهر آرام شب، گوشی شما اطلاعات مفصلی جمع آوری داده ای که کمک آن را می تواند زمان به خواب رفتن، زمان بیدار شدن و حتی مدت زمان خواب شما را تخمین بزند. آن هم بدون آنکه لازم باشد برنامه خاصی مخصوص خواب را با کد یا دکمه ای برای شروع ردیابی فشار دهید. این اطلاعات را یک منبع واحد به دست نمی آید، بلکه گوشی هوشمند آن را از میان طیف گسترده ای از داده های تولید شده توسط خود دستگاه و نیز از ساعت های هوشمند، پوشش های و اپلیکیشن های که به آن اجازه دسترسی به اطلاعات فعالیت بدنی و سلامت داده شده است، استخراج می کند.

رصد الگوی استفاده از گوشی یکی از ساده ترین شیوه های که گوشی هوشمند از طریق آن می تواند زمان خواب و بیداری شما را تخمین بزند، پایش الگوی استفاده از دستگاه است. زمانی که کاربر برای مدتی طولانی در طول شب دست از لمس گوشی خود می کشد و سپس مجدداً به سراغ آن می رود، برخی سامانه ها و اپلیکیشن های می توانند از همین الگو برای برآورد مدت زمان خواب استفاده کنند.

نقش حسگرها در آشکارسازی اطلاعات بیشتر گوشی های هوشمند امروزی مجهز به طیف وسیعی از حسگرها هستند که بسته به مدل دستگاه و مجوزهای اعطایده به اپلیکیشن ها می تواند انواع مختلفی از داده ها همچون حرکت، نور، صدا، موقعیت مکانی، ثابت، حرکتی یا نمونه یک حسگر حرکتی قادر است تشخیص دهد که آیا گوشی برای مدتی طولانی به حرکت مانده یا نه. در همین حال، برخی اپلیکیشن ها با ترکیب سایر داده ها، تصویری جامع تر از فعالیت روزانه کاربر ترسیم می کنند. البته هرچند وجود این حسگرها به معنای بهره گیری خودکار از تمامی داده های این شخص خواب نیست، این موضوع گهگاهی به دست عمل اپلیکیشن مورد استفاده و مجوزهای بستگی دارد که کاربر در اختیار آن قرار داده است.

ساعت هوشمند هم برای برآورد دقیق تر همتایی که کاربر در طول خواب ساعت هوشمند خود را نیز به دست داشته باشد، اطلاعات بیشتری را جمع آوری می کند. این ساعت ها می توانند با استفاده از سنسورهای مختلف، به خصوص سنسور قلب و گاه سایر حسگرهای تخصصی، می توانند دوره های خواب و بیداری و همچنین مراحل مختلف خواب را تخمین بزنند. این ساعت ها با ترکیب داده های زمانی، حرکتی و حرارتی قلب تصویر از وضعیت کاربر ارائه می دهند. به همین دلیل است که اپلیکیشن های سلامت و خواب، در صورت استفاده همزمان از ساعت یا دیاب، نتایج بسیار دقیق تر و موثری را به شما ارائه می کنند.

بخشی از یک سامانه های بیومتریک سلامت داده های مربوط به خواب معمولاً بخشی از یک سامانه گسترده سلامت و تناسب اندام به شمار می روند. آگاهی از الگوی خواب کاربر می تواند به اپلیکیشن ها کمک کند تا گزارش هایی از فعالیت روزانه ارائه دهند. زمان مناسب برای خواب را به یادآوری دهند و اطلاعات خواب را با سایر شاخص ها همچون فعالیت بدنی و ضربان قلب مقایسه کنند. برخی سرویس ها نیز بسته به ماهیت دستگاه و مجوزهای دریافتی، از این داده های شخصی سازی تجربه کاربری بهره می گیرند. نکته حائز اهمیت این است که حساسیت این اطلاعات تنها به نحوه جمع آوری آن ها محدود نمی شود، بلکه به آنچه می تواند در ترکیب با سایر داده ها آشکار شود نیز مربوط است.

مالکیت داده های خواب با کیست؟ کاربران می توانند فهرست اپلیکیشن های را که به داده های سلامت و فعالیت بدنی دسترسی دارند بررسی کنند و مشخص کنند که چه نوع داده های سلامت و تناسب اندام بررسی شود تا مشخص گردد چه نوع داده ای جمع آوری و به اشتراک گذاشته می شود. با آگاهی از این داده ها و رویه های ذخیره می شوند یا در یک سرور ابری.

نگران نباشید؛ گوشی افکار شما را نمی خواند اگرچه این ایده که گوشی همراه از زمان به خواب رفتن شما آگاه است ممکن است در نگاه نخست نگران کننده به نظر برسد، اما توضیح این پدیده معمولاً بسیار ساده تر از آن چیزی است که تصور می شود. گوشی می تواند با داشتن دقیق آنچه در طول خواب رخ می دهد، ندارد این دستگاه صرفاً سیگنال های گوناگونی همچون دوره های عدم فعالیت، حرکت و داده های دریافتی از ساعت هوشمند یا اپلیکیشن ها را جمع آوری کرده و بر اساس آن الگوهای خواب شما را تخمین می زند. به این ترتیب، گوشی هوشمند می تواند بدون آنکه مستقیماً از شما اطلاعاتی دریافت کند، حسن بخت به زمانی احتمالاً خوابیده و چه زمانی بیدار شده باشد.