

## گزارش

### تاثیر نوع تغذیه در اثربخشی واکسن کرونا

رئیس گروه بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان گفت: اثربخشی واکسن کرونا در همه افراد یکسان نیست بلکه عوامل مختلفی از جمله نوع تغذیه و میزان مواد مغذی خون می‌تواند در میزان اثربخشی واکسن کرونا تأثیر بگذارد. آرزو کاوه‌ئی بیان کرد: این روزها براساس برنامه زمان‌بندی گروه‌های سنی اقدام به تزریق واکسن کرونا می‌کنند و یکی از شایع‌ترین سوال آنها تأثیر نوع تغذیه در اثربخشی واکسن کرونا است. وی اظهار داشت: درباره اینکه آیا هنگام تزریق واکسن کرونا، نوع تغذیه به تأثیرگذاری واکسن کمک می‌کند یا خیر نیازمند مطالعه است که با توجه به اینکه زمان کمی از آغاز تزریق واکسن می‌گذرد مطالعات محدودی در این زمینه انجام شده است. رئیس گروه بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان اظهار داشت: با توجه به تشابه کرونا با بسیاری از بیماری‌ها از جمله آنفلوآنزا، دانشمندان یکسری تحقیقات و مطالعات انجام شده درباره دیگر واکسن‌ها را به کرونا نیز بسط داده‌اند. کاوه‌ئی ادامه داد: آزمایش‌های انجام شده درباره تغذیه روی اثربخشی واکسن گویای این است که بعد از تزریق واکسن سطح آنتی‌بادی در همه افراد به یک میزان بالا نمی‌رود و در واقع، اثربخشی واکسن در همه افراد یکسان نیست و به عواملی نظیر نوع تغذیه افراد و میزان مغذی خون بستگی دارد.

#### ضرورت وجود مواد مغذی بدن

وی توضیح داد: مواد مغذی موجود در بدن انسان روی سیستم ایمنی تأثیر گذاشته و سیستم ایمنی نیز به دنبال تزریق واکسن کرونا، آنتی‌بادی زیادی ترشح می‌کند که این آنتی‌بادی مانع ابتلا فرد به کرونا می‌شود. رئیس گروه بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان گفت: یکی از مهم‌ترین فاکتورهایی که توسط کارشناسان نیز تأیید شده میزان ویتامین «دی» موجود در بدن افراد است یعنی پس از تزریق واکسن، آنتی‌بادی کمتری در بدن افرادی که سطح ویتامین «دی» کمی دارند تولید می‌شود. کاوه‌ئی افزود: همچنین این قبیل افراد هنگام ابتلا به این ویروس شدت بیماری‌شان بیشتر از دیگر افراد بوده و نیاز بیشتر به بستری در بخش «آی.سی.یو.» و مراقبت‌های ویژه دارند. وی از شهروندان خواست پیش از تزریق واکسن کرونا، سطوح ویتامین «دی» بدن را چک کنند و سطح بالای ۵۰ قابل قبول برای سلامت انسان است. رئیس گروه بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی همدان اضافه کرد: «روی» نیز بر سیستم ایمنی بدن تأثیر مثبت بالایی می‌گذارد و افراد در صورت مصرف اندک غلات، حبوبات و گوشت در وعده غذایی، پیش از تزریق واکسن کرونا آزمایش داده و در صورت محرز شدن کمبود «روی» در بدن زیر نظر پزشک اقدام به مصرف مکمل‌هایی برای بالا بردن میزان «روی» بدن کنند.

## نکته

### کارگران از دولت بعد چه توقعاتی دارند؟

رئیس مجمع نمایندگان کارگران استان تهران درباره انتظارات قشر کارگری از دولت آینده، توضیحاتی داد. محمد رضا تاجیک رئیس مجمع نمایندگان کارگران استان تهران درباره انتظارات جامعه کارگری از دولت آینده اظهار کرد: مطالبات جامعه کارگری در راستای امنیت شغلی است و اگر امنیت شغلی نیروی کار حفظ شود می‌توان بسیاری از مشکلات آن‌ها را مرتفع کرد و شاهد افزایش رونق تولید در چرخه اقتصاد بود. نماینده کارگران ادامه داد: برخی از کارفرمایان گمان می‌کنند در قراردادهای دائم‌بازدهی تولید پایین‌تر است اما در قراردادهای موقت کارگر نسبت به آینده و فردای خود دغدغه خاطر داشته و نگران است که شاید ماه آینده تسویه حساب کند و دیگر سرکار نباشد، لذا قرارداد‌های موقت بزرگترین آسیب را به جامعه کار و تولید می‌زند و انتظار داریم که در دولت آینده به این مساله به طور جدی ورود و موضوع قرارداد‌های موقت کار را اصلاح کنند. عضو کمیته دستمزد کشور با اشاره به اجرای صحیح قانون کار در راستای تأمین معیشت و مطالبات کارگران از دولت تصریح کرد: متأسفانه طی این سال‌ها اجرای صحیح تبصره یک و دو ماده ۴۱ قانون کار از سوی دولت‌ها شاهد نبودیم و دولت‌ها اجرای آن‌ها را شانه خالی کرده‌اند و اگر به ماده ۴۱ طی این سال‌ها به درستی اجرا می‌شد کارگران مشکل معیشتی نداشتند و در حال حاضر کارگر ۵۰ درصد هزینه زندگی خود را به عنوان دستمزد دریافت می‌کند. این فعال کارگری ادامه داد: رعایت اصل ۴۳ و ۲۹ قانون اساسی وظیفه تمام دولت‌هاست و تأمین کار برای همه احاد جامعه مانند مسکن، آموزش رایگان و تأمین اجتماعی بر عهده دولت‌هاست، لذا رئیس‌جمهور آینده باید نقش حمایتی خود را نسبت به مساله اشتغال، امنیت شغلی، معیشت و مسکن کارگران بیش از پیش نشان بدهد.

# معاون درمان ستاد کرونای استان تهران اعلام کرد



معاون درمان ستاد کرونای استان تهران ضمن تشریح روند بیماری در استان، از موارد تک‌گیر ویروس جهش یافته هندی و آفریقای جنوبی در تهران خبر داد و در عین حال درباره امکان جایگزینی دوز دوم واکسن‌های تزریق شده با دیگر واکسن‌های موجود، توضیح داد. دکتر نادر توکلی با اشاره به روند کاهشی بیماری کرونا در استان تهران، گفت: البته شیب بسیار ملایم است و کم‌کم تعداد بستری‌های قابل توجه است اما خوشبختانه تعداد فوتی‌ها کمتر شده است. اما روند کاهشی مانند پیک‌های قبلی چشمگیر نیست، نسبت به دهم فروردین که پیک آغاز شد و تا انتهای فروردین به اوج خود رسید می‌توان گفت روند پیک بیماری تقریباً ۵۰ درصد کاهش داشته است و تعداد بستری‌ها از حدود ۱۷۰۰ نفر به ۷۰۰ نفر رسیده است و به همین ترتیب مراجعات سرپایی هم اکنون حدود ۴۵۰۰ نفر در روز است. تعداد کل بیماران از حدود ۱۰ هزار نفر به حدود ۳۵۰۰ نفر رسیده است و فوتی‌های روزانه حدود ۳۰ تا ۳۵ نفر شده است. حدوداً هفته‌ها ۱۵ تا ۲۰ درصد کاهش بار بیماری داشتیم و در ۳ یا ۴ هفته اخیر ۵۰ درصد کاهش بار بیماری داشتیم، البته کم‌کم مراجعات به مراکز درمانی ادامه دارد. وی افزود: از طرفی در مواردی تعداد ترخیصی‌ها از تعداد بستری‌ها افزایش می‌یابد زیرا هم مراقبت‌ها افزایش یافته است و هم بیماری از نظر مرگ و میر و شدت، سیر آرام‌تری دارد. خوشبختانه میزان مرگ و میر افراد بالای ۷۰ سال کاهش یافته است که شاید به نوعی این موضوع را بتوان با گسترش پاشه واکسناسیون مرتبط دانست.

#### علت روند کاهشی گذر از پیک چهارم

توکلی علت روند کاهشی گذر از پیک چهارم را حجم بالای ویروس معرفی و اظهار کرد: ما حجم زیادی از بیماران را در

کلینیک‌های سرپایی مدیریت می‌کردیم تا با کمبودی مواجه نشویم، اما به نظر می‌رسد این رفتار یک ویروس جهش یافته است. البته این امکان از نظر اقتصادی وجود ندارد که تک‌تک بیماران از نظر اینکه به چه نوع جهشی از ویروس مبتلا شدند را بررسی کنیم هر چند که از نظر اپیدمیولوژیک هم این موضوع توجیه ندارد ولی طبیعتاً رفتار جدید ویروس با سال گذشته و ویروس وهان متفاوت است. موارد تک‌گیری از ویروس هندی و آفریقای هم در استان گزارش شده است اما اینگونه نیست که بخواهیم همه مبتلایان را مرتبط با این جهش‌ها بدانیم. وی همچنین درباره برگزاری انتخابات ریاست‌جمهوری و رعایت پروتکل‌های بهداشتی آن، تأکید کرد: قطعاً ستاد ملی مقابله با کرونا پروتکل‌هایی را ابلاغ می‌کند و بر این اساس و با رعایت آن‌ها، چالش ما به شدت کاهش می‌یابد.

#### سرعت بخشیدن به مقوله واکسناسیون

به گفته وی، با سرعت بخشیدن به مقوله واکسناسیون پیش‌بینی‌ها از روند بیماری بویژه مرگ و میر ناشی از آن طی روزهای آتی کاهشی است. توکلی درباره احتمال بروز پیک پنجم کرونا نیز به ایسنا گفت: نمی‌توان صد درصد اعلام کرد پیک پنجم رخ می‌دهد یا خیر. طبیعتاً اگر پروتکل‌ها به درستی انجام نشود فراز و نشیب‌هایی خواهیم داشت. محاسباتی برای بررسی شدت عفونت ویروس داریم که بر اساس ضریبی به نام R بیان می‌شود. وقتی R کمتر از عدد یک باشد یعنی بیماری روبه کاهش است، در حال حاضر عدد R در یک ماه اخیر کمتر از یک بوده است و روند ثابتی را نشان می‌دهد که بیماری را در پی نیست. وی درباره روند واکسناسیون کرونا در استان تهران نیز اظهار کرد: هر فردی که از اول واکسن را دریافت کرده است در فاصله زمانی مشخص برای دریافت دوز دوم فراخوان می‌شود.

## سراب مهاجرت به کلانشهرها پایان می‌یابد؟

# نمک کرونا روی زخم حاشیه‌نشینی



زبانی در گوشه و کنار شهرهای بزرگ در دسدهای بسیاری دارد به ویژه برای زنانی که مسئولیت حمایت از یک خانواده را به دوش می‌کشند. صبح که می‌شود وقتی که هنوز آفتاب کامل طلوع نکرده شال و کلاه می‌کنند تا رأس ساعت معین به محل کار خود در مرکز شهر برسد. در اطراف شهر از وسیله نقلیه‌ای که مرتب و بی‌وقفه بیاید و برود خیری نیست یا شاید بهتر است بگوییم وسایل حمل و نقل عمومی در برخی مناطق اصلاً وجود ندارد. با خط عوض کردن در مترو و اتوبوس به محل کارش می‌رسد و روز جدید خود را آغاز می‌کند. فکر رسیدگی و تربیت درست فرزند خردسالش که در سن بسیار حساس قرار دارد و حالا در معرض آسیب‌های اجتماعی گوناگونی که در حاشیه‌شهر لبریز است؛ قرار گرفته، او را رها نمی‌کند. به این فکر می‌کند که وقت بیشتری را در خانه و در کنار فرزندش بگذراند تا او را از اعتیاد، بزهکاری، دزدی، ترک تحصیل، فساد که در محل زندگی‌اش فراوان وجود دارد در امان نگه دارد، اما ترس از دست دادن کسب‌وکارش و ماندن در تأمین هزینه‌های خانواده مانعش می‌شود. اصلاً چطور می‌توان مانع از نفوذ مسائل اجتماعی می‌شمارد که در اطراف شهرها بیداد می‌کند، شد؟ آسیب‌های فراوانی که کوچمه و محله را در بر گرفته و حتی در محیط مدرسه که محلی برای آموزش و تربیت است، نفوذ کرده است. این معضلات تنها قسمت کوچکی از واقعیت تلخ حاشیه‌نشینی آن‌هم برای زنان است. همین عوامل کوچک و بزرگ باعث افتادن در دام آسیب‌های اجتماعی و بسته شدن پرونده زندگی سالم گذشته می‌شود. زنان سرپرست خانوار، این سه کلمه در کنار هم آنقدر وزن

زبانی در عین حال بالا بودن هزینه زندگی در شهرهای بزرگ و درآمد نه چندانی کافی برخی اقشار جامعه که اغلب زنان سرپرست خانوار را هم شامل می‌شود به افزایش هرچه بیشتر حاشیه‌نشینی و آسیب‌های اجتماعی گوناگون و گاهی جبران‌ناپذیر می‌انجامد. نکته قابل توجه آن است که با زدن گرگ کور بیکاری در مناطق حاشیه‌ای و روستاها و ایجاد زیرساخت‌های لازم برای رفع مشکلات حاد اقتصادی و اجتماعی و ایجاد مشاغل گوناگون با درآمد کافی برای اقشار بعدی کم‌تر شدن نرخ مهاجرت به شهرهای بزرگ و کاهش آسیب‌های اجتماعی کمک کند این دسته

سید امیرحسین مدنی مدیرعامل بنیاد برکت ستاد اجرایی فرمان حضرت امام (ره) در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان بیان کرد: حتماً بارها شنیده‌اید که بسیاری از هموطنان روستایی به دلیل بیکاری و امید به ساختن زندگی بهتر، از روستا به شهر و حاشیه شهرها مهاجرت می‌کنند. او با بیان اینکه این افراد در نهایت به مشاغل کاذب و ناپایدار روی می‌آورند و مشکلاتشان چند برابر می‌شود، گفت: بنیاد برکت ستاد اجرایی فرمان امام تصمیم دارد کمک کند این دسته از هم‌وطنان را بازگشت به روستا زندگی خود را دوباره همان‌جا بسازند. مدنی گفت: در طرح «به روستا بر می‌گردم» روستاییانی که به شهرها مهاجرت کردند می‌توانند با کمک تسهیلات ویژه و استفاده از مهارت‌ها و امکاناتی که دارند در شغل مناسب در روستای خود مشغول به کار و درآمدزایی شوند. او بیان کرد: با اجرای این پویش، مهاجرت معکوس ۲۰ هزار نفر از حاشیه شهرها به روستاهای مادری برنامه‌ریزی شده است. مدنی با اشاره به اینکه مشکلات این افراد باید از جانب نهادهای دیگر حل شود و در این باره دیوان محاسبات و مجلس شورای اسلامی اقداماتی انجام داده‌اند تا واگذاری‌ها به زودی انجام شوند، گفت: بسیاری از حاشیه‌نشین‌ها در شرایط کرونا دچار بیکاری شده‌اند و عمده‌ترین دلیلش هم مهاجرت اشتباه آن‌ها از روستاها به شهرها بوده است.

#### گسترش کوچ کردن به حاشیه شهرهای بزرگ

مدیرعامل بنیاد برکت افزود: ما از طریق مجموعه تسهیلاتگران آمادگی داریم برای افرادی که قصد دارند از حاشیه نشینی به روستای محل زندگی خود بازگردند شغل ایجاد کنیم، به شرط اینکه در ۲۳۵ شهرستانی باشند که تسهیلاتگران ما حضور دارند که شامل ۶۰ درصد کل شهرستان‌های کشور است. مساله گسترش کوچ کردن به حاشیه شهرهای بزرگ و صنعتی در بین مردم کشور و به ویژه زنان سرپرست خانوار که ناچار به انجام آن می‌شوند، باید از نظر اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی مورد بررسی قرار گیرد و آسیب‌شناسی شود و برای ساماندهی و رفع آن برنامه‌ریزی‌های بلندمدت و حمایت‌های همه‌جانبه صورت گیرد تا بتواند به این معضل اجتماعی رسیدگی کرد.

## روی خط

افزایش موارد سرخک در کشور

### احتمال بازگشت بیماری وجود دارد

رئیس اداره بیماری‌های قابل پیشگیری با واکسن وزارت بهداشت، نسبت به افزایش موارد بیماری سرخک در کشور هشدار داد. محسن زهرایی، در برنامه سلام صبح بخیر شبکه ۳ سیما، گفت: با شیوع کرونا در دنیا، شاهد اختلال در روند واکسناسیون اطفال بوده‌ایم. وی با اشاره به گزارش‌های سازمان جهانی بهداشت، افزود: بررسی‌ها و مطالعات نشان داد که ۳۵ درصد افت شاخص‌های بهداشتی را در دوران کرونا شاهد بوده‌ایم و این آمار جهانی است. زهرایی با عنوان این مطلب که در فروردین وارد بهشت ۹۹، مراجعه خانواده‌ها برای واکسناسیون بچه‌ها کاهش یافت، گفت: پوشش واکسناسیون در کشور تا قبل از کرونا، ۹۸ تا ۹۹ درصد بود که با شیوع کرونا به زیر ۹۵ درصد رسید. وی افزود: البته این پوشش در برخی از واکسن‌های عمومی بچه‌ها به ۸۴ درصد هم رسید و مانگران این روند بودیم. رئیس اداره بیماری‌های قابل پیشگیری با واکسن وزارت بهداشت، با تأکید بر اینکه برنامه‌های زیادی به کار گرفته شد تا واکسناسیون بچه‌ها دچار مشکل نشود، ادامه داد: کودکان ۶ نوبت از بدو تولد تا سن مدرسه دارند که در خانه‌های بهداشت، مراکز سلامت و... انجام می‌شود.

#### نگران بازگشت بیماری‌های واگیردار هستیم

زهرایی با عنوان این مطلب که نگران بازگشت بیماری‌های واگیردار از کشورهای همسایه هستیم، گفت: یادمان باشد که در کنار ایران، دو کشور همسایه قرار دارند که هنوز نتوانسته‌اند بیماری‌های واگیردار کودکان را مهار کنند. وی افزود: در کشور همسایه افغانستان پوشش واکسناسیون بین ۷۰ تا ۸۰ درصد است. زهرایی با عنوان این مطلب که فلج اطفال ۲۰ سال است در ایران مهار شده است، گفت: اگر در روند واکسناسیون اطفال دچار مشکل شویم، این احتمال هست که بیماری‌های واگیردار کودکان دوباره برگردد. رئیس اداره بیماری‌های قابل پیشگیری با واکسن وزارت بهداشت، به بیماری سرخک اشاره کرد و افزود: ۳۲ مورد سرخک در کشور گزارش شده که ۱۰ مورد آنها در یک هفته دیده شده است.

#### سرخک از طریق تنفس منتقل می‌شود

وی با تأکید بر اینکه هیچ بچه‌ای نباید بدون واکسن بماند، گفت: سرخک یک بیماری ویروسی است و جزو مسری‌ترین عوامل عفونی در دنیا است که یک فرد مبتلا می‌تواند ۱۸ نفر را مبتلا کند. زهرایی ادامه داد: سرخک با واکسناسیون کنترل می‌شود اما اگر پوشش کاهش یابد، دوباره بر می‌گردد. وی با بیان این مطلب که سرخک از طریق تنفس منتقل می‌شود، گفت: این بیماری حتی از فاصله ۱۰ متری هم منتقل می‌شود. زهرایی به علامت ظاهری سرخک که دانه‌های قرمز رنگ روی صورت با تب ۴۰ درجه است، اشاره کرد و افزود: سرخک حتی در افراد بزرگ‌تر هم می‌تواند بروز کند. وی گفت: سرخک بسیار مسری است. زهرایی با عنوان این مطلب که موج بسیار بزرگ سرخک در سال‌های ۸۱ تا ۸۲ در کشور داد، افزود: در آن سال‌ها ۱۱ هزار مورد سرخک در کشور گزارش شد و آن سال‌ها، بیشتر جوان‌ها درگیر می‌کرد. رئیس اداره بیماری‌های قابل پیشگیری با واکسن وزارت بهداشت، گفت: نهایتاً دو سال پیش توانستیم سرخک را حذف کنیم و الان در منطقه فسطه کشور بحرین، عمان و جمهوری اسلامی ایران هستند که نتوانسته‌اند بر سرخک غلبه کنند. لذا، نباید اجازه بدهیم این بیماری دوباره بازگردد.

## زاویه

معاون سازمان محیط‌زیست:

### شرایط محیط‌زیست کشور شکننده است

معاون محیط‌زیست انسانی سازمان حفاظت محیط‌زیست گفت: ما به عنوان یک کشور در حال توسعه می‌توانیم تا حدی قبول کنیم که به سمت توسعه برویم و محیط‌زیست را تا حدی کمتر ببینیم اما شرایط آسیب‌پذیر و شکننده محیط‌زیست حکایت از آن دارد که ما به این حد هم توجه نکردیم. مسعود تجریشی در پیامی به مناسبت هفته محیط‌زیست (۱۷ تا ۲۳ خرداد) ضمن تبریک این هفته افزود: دست‌انداران محیط‌زیست همانطور که برای خانواده خود وقت می‌گذارند که زندگی خوبی داشته باشند تلاش می‌کنند که نسل بعدی نیز محیط‌زیست خوبی داشته باشد، بسیاری از مثال‌ها همیشه این بوده که محیط‌زیست امانتی در دست ما برای نسل‌های آینده است. وی اظهار داشت: اما نکته‌ای که وجود دارد این است که وقتی این هفته‌ها می‌آید ما می‌توانیم هم تبریک بگوییم، هم درددل شویم و هم به پرسش‌ها پاسخ دهیم. یک ارزیابی داشته باشیم از اینکه کجا بودیم کجا هستیم و چالش‌ها و مسائلی که داریم چیست. وی ادامه داد: محیط‌زیست کشور در شرایط خوبی به سر نمی‌برد به عنوان یک کشور در حال توسعه می‌توانیم تا یک حدی قبول کنیم که به سمت توسعه برویم و محیط‌زیست را تا حدی کمتر ببینیم اما شرایط محیط‌زیست کشور و آسیب‌پذیری آن همه حکایت از این دارد که ما به این حد هم توجه نکردیم و واقعاً شرایط زیست محیطی کشور بسیار شکننده است. تجریشی اظهار داشت: شاخص‌ها در وضعیت مطلوبی قرار ندارند و غیر از اینکه امانتی است برای نسل‌های بعدی قطعاً خسارت‌هایی که به لحاظ اقتصادی و چه بهداشتی و هزینه‌ای که به کشور وارد می‌شود می‌توانیم انتظار داشته باشیم که هر چه زودتر خودمان را به شرایط شکننده نزدیک کنیم و در بسیاری از مواقع غیر قابل برگشت باشد، مثلاً آب زیرزمینی غیرقابل برگشت است اگر آب تجدیدپذیر را به عنوان آب زیرزمینی در نظر بگیریم با نشتی که الان در شهرهایی مانند تهران، رفسنجان، کرمان، ساوه و بسیاری از مناطق خشک کشور دارد اتفاق می‌افتد غیرقابل برگشت شده است پس می‌توانیم انتظار داشته باشیم که در برخی از قسمت‌ها شرایط غیرقابل برگشت می‌شود. تجریشی تأکید کرد: بنابراین می‌توانیم بگوییم ما شکننده هستیم و هم‌زمان را آرام آرام داریم از دست می‌دهیم و شرایط را به سمتی می‌بریم که دیگر غیرقابل برگشت باشد.

