

ورود سامانه جدید بارشی به کشور

رئیس مرکز ملی پیش بینی و مدیریت بحران مخاطرات وضع هوا از ورود سامانه بارشی جدید به کشور از بعد از ظهر روز جمعه دوم خرداد ماه به کشور خبر داد.

صادق ضیاییان در گفت و گو با ایسنا، درباره پیش بینی جوی مناطق کشور با بیان اینکه پیش بینی کلی بر اساس نقشه های همدیدی و آینده نگری نشان می دهد که از بعد از ظهر جمعه دوم خرداد ماه با ورود سامانه بارشی در برخی مناطق آذربایجان غربی، شمال استان های آذربایجان شرقی و ارتفاعات البرز مرکزی در استان های قزوین، البرز و تهران افزایش ابر رگبار برانگنده رعد و برق و وزش باد شدید موقت پیش بینی می شود. گفت: شبیه سوم خرداد ماه با تقویت سامانه بارشی در برخی مناطق شمال غرب، شمال شرق استان های ساحلی دریای خزر و برخی مناطق استان های واقع در دامنه های جنوبی البرز رگبار برانگنده رعد و برق و وزش باد شدید موقت رخ میدهد.

هوای تهران در وضعیت ناسالم

بر اساس اعلام شرکت کنترل کیفیت هوای تهران، شاخص کیفیت هوا در حال حاضر بر روی عدد ۱۲۵ قرار گرفته و هوای تهران در وضعیت نازنجی و آلوده برای گروه های حساس است.

بر اساس اعلام شرکت کنترل کیفیت هوای تهران، شاخص کیفیت هوا در حال حاضر بر روی عدد ۱۲۵ قرار گرفته و هوای تهران در وضعیت نازنجی و آلوده برای گروه های حساس است.

همچنین طی ۲۴ ساعت گذشته شاخص کیفیت هوا بر روی عدد ۱۲۴ بوده و کیفیت هوای تهران ناسالم برای گروه های حساس بود.

توضیح شهرداری درباره قطع درختان میدان آزادی

شهرداری منطقه ۹ تهران به انتشار تصاویری در مورد قطع درختان میدان آزادی واکنش نشان داد.

به گزارش ایسنا، شهرداری منطقه ۹ با صدور اطلاعیه ای درباره قطع درختان میدان آزادی اعلام کرد: به توجه به انتشار خبری مبنی بر قطع سه هکتار درخت در میدان آزادی، بدین وسیله به اطلاع می رساند که اداره فضای سبز شهرداری منطقه ۹، به جهت خطر ساز بودن درختان خشک در راستای حفظ جان و مال شهروندان، همچنین به دلیل آلودگی و آفت این درختان و احتمال تسری آن به سایر درختان سالم با رعایت کامل شفافیت وثبت در سامانه مربوطه، با حضور کارشناس متخصص دکتری گیاه پزشکی اقدام به رفع خطر و جابه جایی تنه درختان آلوده مذکور کرده است. همچنین، به منظور حفظی و ارتقای فضای سبز منطقه، ۲۲ اصله نهال درخت چنار توسط کارشناسان اداره فضای سبز، پس از پاکسازی و آفت زدایی کامل، به صورت جایگزین کاشته خواهد شد.

میانگین سن ازدواج در سال ۱۴۰۳

سازمان ثبت احوال اعلام کرد: میانگین سن در اولین ازدواج در سال ۱۴۰۳ به تفکیک برای زوج ۲۸.۳ سال و برای زوج ه ۲۴.۱ سال، ثبت شده است.

به گزارش مهر، سازمان ثبت احوال اعلام کرد: بر اساس داده های مرکز رصد جمعیت سازمان ثبت احوال کشور، میانگین سن در اولین ازدواج در سال ۱۴۰۳ به تفکیک برای زوج ۲۸.۳ سال و برای زوج ه ۲۴.۱ سال، ثبت شده است. بر اساس این گزارش در حالی میانگین سن در اولین ازدواج در کشور برای مردان ۲۸.۲ و برای زنان ۲۴.۱ سال است که استان سیستان و بلوچستان پایین ترین و استان تهران بالاترین میانگین سن ازدواج را در کشور دارد.

تأیید اولین داروی درمان بیماری آلزایمر

آژانس تنظیم مقررات دارویی و درمانی استرالیا اولین دارو را برای درمان بیماری آلزایمر تایید کرده است.

به گزارش ایسنا، اداره کالاهای درمانی (TGA) داروی Donanemab را تایید کرده که مشخص شده است با پاکسازی پروتئین هادر مغز، پیشرفت آلزایمر را کاهش می دهد.

این دارو برای افرادی است که دارای اختلال شناختی خفیف با زوال عقل خفیف ناشی از آلزایمر هستند که شایع ترین نوع زوال عقل است. این بیماری اولین علت مرگ و میر زنان استرالیایی و دومین علت شایع مرگ و میر در مردان است.

این دارو به صورت انفوزیون داخل وریدی از طریق بازو هر چهار هفته یکبار به مدت حداکثر ۱۸ ماه تجویز می شود.

آزمایش های بالینی نشان داده است که این دارو می تواند در مراحل اولیه بیماری آلزایمر کمک کننده باشد. با این حال، این یک درمان نیست و زوال شناختی را متوقف نمی کند. اما می تواند روند بیماری را کند، کند و به افراد امکان می دهد برای مدت طولانی تری کیفیت زندگی بهتری داشته باشند.

شنبه	۰۵۳ ۱۴۰۴		
۲۶ ذی القعدة ۱۴۴۶	۲۴ فروردین ۱۴۰۵	شماره ۲۱۱۵	سال هشتم

گزارش «آرمان ملی» در آستانه هفته ملی بدون دخانیات

لحظه هایی که دود می شود



ایران مربوط به بیماری های قلبی وعروقی،سرطان،بیماری های مزمن تنفسی، دیابت و اختلالات اعصاب و روان است و در سال گذشته ۱۶۰ هزار نفر به علت بیماری های قلبی وعروقی، ۱۲۵ هزار نفر به دلیل سکنه مغزی و ۸۷ هزار نفر به علت سرطان فوت کردند که مصرف دخانیات از عوامل ابتلا به این بیماری بوده است.

۴۰ هزار ثانیه یک جان

همچنین رهرا صدر، مدیر پرستاری بیمارستان مسیح دانشوری و مدیر واحد بانوان جمعیت مبارزه با دخانیات ایران، به ایرنا گفت: طبق آمار سازمان جهانی بهداشت در سال ۲۰۱۹ در ۴۰ هزار ثانیه سیگار جان یک نفر امی گیرد که یک میلیون نفر در اثر دود تحمیلی ناشی از دخانیات جان خود را از دست می دهند. صدر تصریح کرد: قرار گرفتن در معرض دود سیگار نیز عامل فوت ۶ تا ۱۶ هزار نفر در سال در دنیا است که از این تعداد نیز ۲۰ درصد در حدود ۶۰۰ تا ۸۰۰ نفر کودکان هستند. به گفته صدر مدیر پرستاری بیمارستان مسیح دانشوری، مصرف روزانه سیگار ۱۹۰ درصد در زنان و ۴۶ درصد در میان مردان افزایش یافته است.

بوستان های پر دود

بوستان های تهران حالاتنها محل پیاده روی و ورزش های روزانه افراد مختلف نیست. کافی است در یکی از بوستان های نزدیک محل زندگی خود کمی قدم بزنید. آنچه بیشتر از تعداد عابرانی که ورزش می کنند، خواهید دید. جوانان سیگار به دستی که سیگار را بی سیگار، دود می کنند و در جواب گلابه های پیزی که بر پیاه روی می کنند، تنها می گویند «گیر نده مرد رجان»، بگذار سیگارمان را بکنشیم. این میان سهم دخترکان هم کمتر از پسران نیست. کنار هم روی نیمکت ها نشسته اند و سیگارشان را دود می کنند، برخی هم سیگار برقی می کشند. اما حتی در این بوستان بزرگ هم جایی نیست که از دود سیگار بی نصیب بمانید. کافی است در ساعت های بعد از تعطیلی مدارس، سری به بوستان ها بزنید. اغلب دانش آموزان کم سن و سال، مشغول سیگار کشیدن هستند.

عوارض مصرف خودسرانه ریتالین در شب های امتحان

در حالی که عوارض مصرف خودسرانه این قرص ها می تواند مانند افتمامین ها باشد. آ زاده اولیایی روانشناس و درمانگر اعتیاد گفت: ریتالین به طور معمول برای افزایش تمرکز، درمان بیش فعالی و کم توجهی تجویز می شود اما وقتی افراد سالم که مصرف دارو نیازی ندارند از آن استفاده کنند شاید به طور موقت و بسیار کوتاه مدت موجب بهبود تمرکز شود اما به دلیل وجود ماده افتمامین ماده ای که در شیشه استفاده می شود دچار وابستگی شدید به قرص می شوند.

عوارض سوء مصرف ریتالین

وی تصریح کرد: مصرف ریتالین هیچ تاثیر مستقیمی بر یادگیری یا درک مطلب ندارد و نه تنها باعث کاهش استرس نمی شود بلکه اتفاقا بعد از مدتی خود به خود یکی از عوارضی که مصرف این قرص ایجاد می کند، افزایش استرس و اضطراب است. اولیایی درباره عوارض سوء مصرف ریتالین اظهار کرد: بی خوابی یکی از عوارض مصرف این دارو است و چون افراد دچار اضطراب و تحریک پذیری بیشتر می شوند به همراه آن فشار خون و ضربان قلب آنها نیز افزایش می یابد همچنین مصرف این قرص باعث ایجاد سردرد و حالت تهوع می شود. این کارشناس درمانگر اعتیاد گفت: مصرف ریتالین وابستگی بسیار شدید روانی ایجاد می کند و برخلاف بسیاری از مواد که ممکن است وابستگی جسمی و روانی در پی داشته باشد اما ریتالین بیشتر وابستگی روانی دارد و مصرف آن در درهای بالا باعث ایجاد توهم و رفتارهای پرخطر گانه می شود و حتی در مواردی باعث حمله قلبی می شود.

کارشناس مبارزه با اعتیاد و مدیرکل اسبق درمان ستاد مبارزه با مواد مخدر در گفت وگو با ایرنا درباره مصرف خودسرانه ریتالین اظهار کرد: ریتالین ماده محرکی است که برای موارد خاصی مصرف می شود و در زمان امتحانات جوانان به دو علت اصلی از آن استفاده می کنند؛ یکی به خاطر اینکه خواب خود را کم کنند چون بی خوابی شدید ایجاد می کند و دوم اینکه تمرکز یا توجه خود را افزایش دهند. سعید صفاتیان ادامه داد: مصرف قرص ریتالین با تجویز پزشک می تواند اختلال توجه، حملات خواب و مشکلات رفتاری را کنترل کند همچنین موجب افزایش مهارت گوش دادن می شود و برای درمان افرادی که تا حدودی افسرده هستند نیز تجویز می شود. صفاتیان اضافه کرد: در زمان های امتحان آنچه برای یک دانش آموز یا دانشجوی مهم است این است که توجه و تمرکز خود را افزایش و میزان خواب خود را کم کند در نتیجه خودسرانه دز بالای قرص ریتالین را مصرف می کند؛ در حالی که این مصرف خودسرانه نمی تواند برای افراد عادی موثر باشد.

و در جلوی چشم همگان سیگار به دست گیری، حالا دیگر چه رسد به اینکه در مهمانی یا جمع های خانوادگی سیگار بکشی، اما امروز نوجوانان حتی در کوچه و خیابان و بوستان ها به راحتی سیگار می کشند و اصلا هم برایشان مهم نیست که کسی آنها را ببینند. شعار امسال سازمان جهانی بهداشت در روز جهانی مبارزه با دخانیات «برده برداری و افشای تانکیک های صنعت دخانیات در مورد جذاب کردن دخانیات و محصولات نیکوتینی» است، اما از حرف تا عمل فاصله بسیار است. با وجود راه های جذاب تر جلوه دادن مواد دخانی، مانند سیگارهای الکترونیکی یا ویپ، که این روزها به خصوص در میان جوانان بسیار استفاده می شود، نمی توان تنها دل به شعارهایی بست که تنها در یک روز یا هفته، به کار برده می شود. در دهه های گذشته، سیگار کشیدن برای زنان نوعی تابو بود. یعنی کمتر پیش می آمد که در کوچه و خیابان زنانی را مشاهده کنید که سیگار مصرف می کنند. اما امروز حتی به خودروهایی که از کنارشان می گذزند هم اگر نگاه کنید، زنان بسیاری را می بینید که به سیگار دود کردن مشغولند.

مرگ سالانه ۷۰ هزار نفر

محمد رضا مسجیدی، دبیرکل جمعیت مبارزه با دخانیات کشور با بیان اینکه سالانه ۷۰ میلیارد نخ سیگار در کشور تولید و مصرف می شود، گفت: ۷۰ هزار نفر بر اثر مصرف سیگار جان خود را از دست می دهند. مسجیدی در نشست خبری که در آستانه هفته ملی بدون دخانیات (۳ تا ۹ خرداد) برگزار شد، با هشدار نسبت به افزایش مصرف دخانیات در میان جوانان، به ایرنا گفت: حدود ۲۲ درصد مردان در کشور دخانیات مصرف می کنند و این رقم در بانوان کمتر از پنج درصد است و باید از روند افزایشی آن جلوگیری کنیم. وی ادامه داد: مصرف روزانه سیگار در زنان در گروه سنی ۱۸ تا ۲۴ سال ۱۹۰ درصد افزایش یافته است و نگران این قشر هستیم چون مادران آینده هستند و سلامت آنها در خطر است. مسجیدی با بیان اینکه سیگار قاچاق در کشور به وفور یافت می شود، افزود: بیش از ۷۰ درصد مرگ و میر در دنیا و

عوارض مصرف خودسرانه ریتالین در شب های امتحان

خودسرانه دارو جلوگیری کنند تا از آسیب های جبران ناپذیر پیشگیری شود. پیش از این نیز مریم اخگری رئیس کنترل کیفی امور آزمایشگاهی سازمان پزشکی قانونی با هشدار در خصوص مصرف داروی ریتالین توسط دانشجویان و دانش آموزان گفت: داروی ریتالین تنها با نسخه پزشک برای افرادی بیش فعال و در موارد کاهش تمرکز تجویز می شود در حالی که برخی دانشجویان با دانش آموزان این دارو را شب امتحان استفاده می کنند و بی خبر از آنکه این دارو در مغز آنان ایجاد عارضه برگشت ناپذیر می کند و موجب اختلال در یادآوری خاطرات و حافظه می شود.

ریتالین تأثیری در کاهش اضطراب ندارد

ریتالین یک محرک از خانواده افتمامین ها است که باعث ترشح دوپامین و در نهایت سرخوشی بدون دلیل می شود و ظاهرا مغز فرد مصرف کننده گزارشش مبنی بر خستگی بدن و نیاز به خواب را درک و دریافت نمی کند و فرد می تواند با کمبود خواب تا مدتی دچار مشکل نشود در حالی که این بی نیازی به استراحت، کاذب است و همین کمبود استراحت منجر به پرخاشگری در فرد می شود.

ریتالین تأثیری در کاهش اضطراب ندارد و حتی ممکن است اضطراب را نیز باشد. عوارض کلی مصرف آن علاوه بر اعتیاد آور بودن، ایجاد روان پریشی نیز هست. ترکیبات این دارو اشتراکاتی با داروهای محرکی چون کواکاین، حشیش و اکستازی دارد بنابراین مصرف نادرست و خودسرانه آن می تواند فرد را مستعد اعتیاد به محرک های خطرناک کند. متأسفانه بسیاری از زنان و دختران در اثر تبلیغات سالن ها و باشگاه های ورزشی این قرص را به عنوان یک داروی لاغری مصرف می کنند همچنین، بسیاری از رانندگان برای زود رسیدن به مقصد و بیدار ماندن در طول راه به مصرف این دارو می پردازند.

کسانی که در مراحل اولیه سوء مصرف ریتالین قرار دارند با هنوز میزان مصرف دارویی آنها حساس نشده دچار سردردهای میگرنی، اختلالات گوارشی، پرخاشگری مزمن، تیش قلب می شوند و با ادامه مصرف و بالا رفتن دوز عوارضی همچون سردردهای شدید، اختلال خواب، هذیان گویی، راه رفتن در خواب و حتی در مواردی شوک ناگهانی و مرگ می شوند. اگر کسی این قرص را به طور مرتب یا با فواصل کوتاه مصرف کند، به آن وابسته می شود و وقتی می خواهد آن را کنار بگذارد، در صورتی که تحت نظر پزشک نباشد، ممکن است به افسردگی دچار شود. از آنجا که ریتالین دارویی است که توسط پزشکان تجویز می شود، مصرف کنندگان تصور می کنند این قرص های بی خطر هستند و بد نامی مواد مخدر را ندارند؛

اجتماعی

گزارش

رشد ۳ درصدی کرونا

این روزها بیماری کرونا دوباره در حال اوج گرفتن است به طوری که با اعلام جامعه پزشکی میزان مراجعه مردم به خصوص کودکان و سالمندان به مراکز درمانی در اردیبهشت ماه نسبت به فروردین رشد ۳ درصدی داشته است، آنان معتقدند بهترین راه دوری از این بیماری رعایت پروتکل های بهداشتی است. در روزهای اخیر بیماری کرونا با زیرسویه های امیکرون که علائمی شبیه به آنفلوآنزا دارد باعث افزایش مراجعه مردم به مراکز درمانی شده به طوری که بر اساس اعلام وزارت بهداشت از هر ۱۰۰ آزمایش کرونا چهار مورد مثبت گزارش می شود. برخی از پزشکان می گویند؛ در هفته های گذشته، موارد ابتلا به ویروس کرونا به ویژه با زیرگونه های جدید امیکرون، در کشور روندی صعودی به خود گرفته و آمار بستری بیماران در اردیبهشت نسبت به فروردین افزایش محسوسی داشته است. به گفته آنان، خطر ابتلا به کرونا برای سالمندان و بیماران زمینه ای همچنان بسیار جدی است، با توجه به روند صعودی موارد، رعایت دقیق پروتکل های بهداشتی دوباره به یک ضرورت تبدیل شده است. در همین راستا علیرضا رئیسی معاون بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در روزهای اخیر با ارسال نامه ای به معاونان بهداشت دانشگاه های علوم پزشکی بر لزوم تشدید اقدامات مراقبتی در برابر بیماری های حاد تنفسی، به ویژه کووید- ۱۹ و آنفلوآنزا تأکید کرده است. وی تصریح کرد: برای افرادی که دچار ضعف سیستم ایمنی هستند همچنین برای افراد مبتلا به بیماری های مزمن کلیوی، ریه یا سرطان تزریق واکسن آنفلوآنزا ضروری است. وی توصیه کرد: وقتی در منطقه ای این بیماری شیوع یافت افراد مبتلا باید از ماسک استفاده کنند. در مجموع از نظر پزشکان و متخصصان بهترین راه حل برای دور ماندن از بیماری رعایت پروتکل های بهداشتی است. معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به گردش ویروس های تنفسی همچون آنفلوآنزا و کرونا در محیط تأکید کرد: بهترین راه برای پیشگیری از عفونت های تنفسی رعایت پروتکل های بهداشتی است.

سید سعید هاشمی روز یکشنبه در گفت وگو با ایرنا در این زمینه با اشاره به گردش ویروس های تنفسی همچون کرونا در محیط افزود: بهترین راه برای پیشگیری از عفونت های تنفسی رعایت پروتکل های بهداشتی است. وی، بهداشت تنفسی را پوشاندن دهان و بینی با رنچ خم شده به دستمال کاغذی در هنگام عطسه و سرفه عنوان کرد و گفت: بلافاصله پس از سرفه و عطسه، دستمال کاغذی را به طور صحیح دور بیندازند. هاشمی با تأکید بر ضرورت استفاده از ماسک در بیماران مبتلا به عفونت های تنفسی، تصریح کرد: فردی که احساس ابتلا به بیماری دارد باید ضمن رعایت فاصله اجتماعی با دیگران به طور صحیح از ماسک استفاده کند تا از انتقال بیماری به سایرین به ویژه گروه های حساس (سالمندان، کودکان و افراد دارای ضعف سیستم ایمنی) پیشگیری شود. وی از شهروندان خواست درصورت احساس بیماری در خانه مانده و تا حد امکان از حضور در اجتماعات، جلسات و اماکن عمومی خودداری کنند و در صورت بروز نشانه ها و علائمی مانند تب، سرفه یا تنفس سخت مراجعه افراد به پزشک الزامی است.

هاشمی، شست و شوی مرتب و کامل دست ها با آب و صابون یا محلول های ضد عفونی کننده حاوی الکل را بخش دیگری از فرهنگ خودمراقبتی برای پیشگیری از بیماری های واگیر برشمرد و گفت: لمس چشم ها، دهان و بینی با دست های آلوده باعث ورود ویروس ها به بدن افراد و ابتلا به کرونا می شود و افراد ضمن شست و شوی مرتب و صحیح دست ها از لمس چشم ها، دهان و بینی خود با دست آلوده پرهیز کنند.

رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران نیز در گفت وگو با ایرنا افزود: بیماری کرونا در کشور بومی شده و شمار ابتلا به آن نسبت به ماه گذشته افزایش یافته که لازم است اصول بهداشتی رعایت شود.

ایرج خسرونی با اشاره به افزایش سه درصدی مراجعه به مراکز درمانی به علت ابتلا به کرونا، گفت: استفاده از ماسک در مکان شلوغ و اجتماعات ضروری است. وی اظهار داشت: علائم کرونا شبیه سرماخوردگی بوده و با استخوان درد، تب، بدن درد خود را نشان می دهد و بهتر است و دوره نقاهت به صورت معمول ۷ تا ۱۰ روز به طول می انجامد.

خسرونی با بیان اینکه در صورت بروز علائم یاد شده از ویزوسی و رفت و آمد با دیگران پرهیز شود، اظهار داشت: مسافرت های بین کشورها نیز از عوامل افزایش بیماری کرونا است و هواپیمای، اتوبوس و مترو شایع ترین مکان برای انتشار آلودگی کرونا بوده و بهتر است افراد در تردد این مکان ها حتما از ماسک استفاده کنند.

روی خط آرمان ملی

۸۸۱۰۵۰۰۷

نگهداری سگ در خانه

برای کسانی که در خانه سگ نگهداری می کنند باید قانونی اتخاذ شود تا بلکه از آزار و اذیت آنها در آپارتمان ها کاسته شود. هستند کسانی که با نگهداری چند سگ در خانه هایشان باعث آلودگی صوتی و رعب و وحشت بقیه ساکنان آپارتمان می شوند جادارد فکری اساسی برای این موضوع شود.

مجیدی از تهران

پیاده‌رو

تردد برخی موتورسواران و گاهی دوچرخه سوارهای بی ملاحظه در پارک ها و پیاده روها که در واقع محل عبور عابران پیاده است، باعث آزار و اذیت مردم می شود. این شهروندان که بدون رعایت حقوق عابران با سرعت و بدون رعایت ایمنی دیگران از این معابر عبور می کنند، نه تنها در مقابل تذکرات دیگران بی توجهند، بلکه اهمیتی هم به رعایت قانون نمی دهند. از مسئولان تقاضا داریم که به این قضیه ورود کنند تا حداقل عابرین پیاده در پیاده رو امنیت جانی داشته باشند.

منجی از تهران