

ورزش بادشدید در ابتدای هفته

اداره کل هواشناسی استان تهران ضمن پیش‌بینی آسمانی صاف تا قسمتی ابری طی پنج روز آینده از ورزش باد شدید از شنبه (۱۱ اسفندماه) در سطح استان تهران، همچنین گاهی افزایش ابر و بارش برف و کولاک برف در ارتفاعات و دامنه‌ها به ویژه در ارتفاعات شرقی خبر داد. بر پایه واکاوی الگوهای همدیدی و بررسی نقشه‌های پیش‌یابی طی پنج روز آینده (۱۰ جمعه ۱۰ اسفندماه) آسمان استان تهران صاف تا قسمتی ابری در بعضی ساعات همراه با افزایش ابر و ورزش باد پیش‌بینی می‌شود.
گفتنی است با ورود سامانه هواشناسی از بعد از ظهر شنبه (۱۱ اسفندماه) تا اواخر وقت یکشنبه (۱۲ اسفندماه) ورزش باد شدید تا خیلی شدید در سطح استان تهران و ویژه مناطق مرکزی و نیمه جنوبی و گاهی افزایش ابر و بارش برف و کولاک برف در ارتفاعات و دامنه‌ها به ویژه ارتفاعات شرقی پیش‌بینی می‌شود.

افتتاح مسیر سبز ۴۷ کیلومتری

مسیر ۴۷ کیلومتری پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری در پایتخت روز جمعه افتتاح ۴ پارک بزرگ تهران به مسیر پیاده‌روی متصل شدند. به گزارش ایلنا، با اجرای پروژه مسیر تندرستی، چهار بوستان باغ راه فدک، پردیسان، بوستان ۱۳ هکتاری و نهج‌البلاغه اکنون با ۴ پل جدید و یک تونل به هم متصل شده‌اند و مسیری ۴۷ کیلومتری یکپارچه برای پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری و استفاده از اسکوتر ایجاد شده‌است. این پروژه با هدف ایجاد فضای امن و مناسب برای پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری، بر اساس نیازهای متنوع شهروندان برنامه‌ریزی شده و تلاش دارد تا با کاهش وابستگی به خودرو، فرهنگ استفاده از حمل و نقل پاک را در میان مردم تقویت کند.

آماده‌باش کادر درمان در نوروز

معاون درمان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت:آماده‌باش کادر درمان در تعطیلات نوروزی ۱۴۰۴ مختص استان‌های پرسر فرست و در تمام استان‌ها این آمادگی وجود خواهد داشت. سجاد رضوی به ایرنا گفت: در ایام نوروز هیچ‌گونه تعطیلی خدمات در بخش درمان وجود ندارد. مردم هیچ نگرانی برای دریافت خدمت در زمینه بیماری‌های مزمن مانند تالاسمی، هموفیلی و امثال این‌ها نداشته باشند. خدمت‌رسانی در استان‌هایی که سفرهای بیشتری انجام می‌شود، فشرده‌تر و بیشتر است.

وضعیت جسمی نامطلوب «دلبر»

مدیرکل حفاظت محیط زیست استان سمنان از نامطلوب بودن حال جسمانی «دلبر» یوزپلنگ ماده ۱۴ ساله سایت تکثیر یوزپلنگ آسیایی در منطقه توران خبر داد. به گزارش مهر، سعید یوسف‌پور، مدیرکل حفاظت محیط‌زیست استان سمنان گفت:

از صبح پنج شنبه (۹ اسفند) علّامی از وضعیت نامطلوب بالینی در دلبر مشاهده شد به همین دلیل یک تیم دامپزشکی از استان در سایت حاضر شدند و وضعیت این یوزپلنگ را زیر نظر گرفتند. گفتنی است؛ دلبر در سال ۱۳۹۰ و در حالی که توله‌ای بسیار کوچک و آسیب‌پذیر بود از دست متخلفان شکار و صید که قصد فروش را داشتند نجات پیدا کرد. به دلیل آنکه سن کمی داشت و نمی‌توانست به‌تنهایی در طبیعت زندگی کند، برای مدتی در پارک ملی توران و در شرایط اسارت نگه‌داری شد و پس از آن به تهران منتقل شد و چند سالی در پارک پردیسان تهران نگه‌داری شد. در نهایت به سایت تکثیر و پرورش یوزپلنگ آسیایی در منطقه توران بازگردانده شد.

درمان «ایدز» رایگان است

رئیس اداره کنترل ایدز وزارت بهداشت با اشاره به تغییر الگوی انتقال ویروس HIV، گفت: اگرچه درمان قطعی برای HIV وجود ندارد اما داروهای موجود توان این را دارند تا میزان ویروس در خون را به صفر برسانند. دکتر هنگامه نامداری‌نبار در گفت‌وگو با ایسنا، با بیان اینکه افراد مبتلا به HIV باید تا پایان عمر خود دارو مصرف‌کنند، اظهار کرد: درمان قطعی برای HIV وجود ندارد به عبارتی نمی‌توان ادعا کرد که ویروس به طور کامل از بین می‌رود اما داروها توان این را دارند تا میزان ویروس در خون را به صفر برسانند. بنابراین افراد مبتلا نه تنها دچار عوارض بیماری نمی‌شوند، بلکه باعث انتقال بیماری هم نمی‌شوند. اگر افراد مبتلا به HIV از مصرف داروهای خود اجتناب‌کنند، سطح ویروس در بدن آنها افزایش می‌یابد و بیماری به دیگران منتقل می‌شود. رئیس اداره کنترل ایدز وزارت بهداشت با بیان اینکه درمان افراد مبتلا به HIV رایگان است، توضیح داد: درمان و مراقبت‌های افراد مبتلا به HIV رایگان است و تمام اطلاعات این افراد بااصل محرمانگی، حفظ می‌شود.

شنبه ۱۲ • ۱۴۰۳ ۳۰ شعبان ۱۴۴۶ / ۱۷ مارس ۲۰۲۵

سال هشتم شماره ۲۰۵۸

armanmeli.ir

گزارش «آرمان ملی» از حوادث آتش سوزی ولزوم پیشگیری از آنهادر هفته‌های پیش از چهارشنبه‌سوری

مخاطرات سور آتش



می‌گوید: اگر به عقب برمی‌گشتم، هرگز اقدام به ساخت نازنچک نمی‌کردم و چهارشنبه‌سوری را با همان بوته‌هایی که آتش می‌زدیم، برگزار می‌کردم. اما بعد از آن اتفاق تلخی که برایم افتاد، هرگز در هیچ مراسم چهارشنبه‌سوری شرکت نکردم. امیدوارم که هیچ‌سک دچار آتش‌سوزی نشود. همان سال چند تا از بچه محل‌های ما فوت کردند و هیچ‌وقت چهره‌هایشان را از یاد نمی‌برم. به خصوص در این ماه و روزهایی، که به چهارشنبه‌سوری نزدیک می‌شویم. در دهه‌های قبل، با توجه به اینکه شکل و شمایل تفریح‌ها و هیجان‌ها کمی متفاوت‌تر از امروز بود و امکانات نیز بسیار کمتر بود، نوجوانان و جوانان در برگزاری مراسم چهارشنبه‌سوری از مواد خطرناک‌تری استفاده می‌کردند. هرچند متأسفانه همچنان شاهد حوادث پر مخاطره‌ای در این شب هستیم. اما راهکارهایی هم گاهی در نظر گرفته شده‌ است، مانند اینکه از عصر روز سه‌شنبه صدا و سیما اقدام به نمایش برخی فیلم‌های سینمایی جالب و جذاب کرده‌است، تا نوجوانان بیشتر در خانه بمانند و این شب را در آرامش سپری کنند. برخی هم در سال‌های اخیر اقدام به برگزاری مهمانی‌های می‌کنند که خود این مساله هم می‌تواند، خطرات جدی ناشی از آتش‌سوزی‌ها و مواد محترقه را تا حدی کاهش دهد. اما شاید همان رسم دیرینه پریدن از روی آتش، با برپایی آتش در مکانی امن، در فضاهای باز، در فضای خانوادگی و با مواد محترقه‌ای که خطر چندانی ندارد، بتواند سهم موثری در کاهش این حوادث ایفا کند. تا در نهایت این شب هم چنان شب‌های دیگر، به آرامی سپری شود.

◀ لزوم فرهنگ‌سازی

در همین راستا، سید اشکان موسوی، مدیرکل روابط عمومی جمعیت هلال احمر، با بیان اینکه نقش آموزش در کاهش حوادث چهارشنبه‌سوری تاثیرگذار است، به ایرنا

گفت: هلال احمر تلاش دارد با آموزش و فرهنگ‌سازی در میان مردم به خصوص کودکان و جوانان به کاهش آسیب‌ها پرداخت و چهارشنبه‌سوری کمک کند. سید اشکان موسوی بیان کرد: هلال احمر به عنوان دبیر کارگروه تخصصی امور آموزش مدیریت بحران، با همکاری آتش‌نشانی، اورژانس، دفتر ارتقای سلامت وزارت بهداشت، صدا و سیما، رادیو سلامت، انجمن‌ها و سازمان‌های مردم‌نهاد مانند انجمن ققنوس، جامعه امداد ایرانیان، شورا‌های شهر و روستا، در سالیان اخیر اقدام به راه‌اندازی پویش‌هایی با هدف کاهش خطرات ناشی از چهارشنبه‌سوری کرده‌است. موسوی با اشاره به ایجاد یک دوره مجازی در وبسایت learn.rcs.ir و تشریح عموم مردم برای شرکت در این دوره‌ها، گفت: در کنار برگزاری دوره‌های آموزشی، تولید محتوای اینفوگرافیک، موشن‌گرافی و انتشار آن در فضاهای مجازی موجب تقویت این تعامل در جنبه‌ها شده‌ است. همچنین مدیرکل روابط عمومی و ارتباطات مردمی جمعیت هلال احمر با اعلام هشدار نسبت به وسایل آتش‌بازی خطرناک، افزود: خانواده‌ها در شادی فرزندان خود مشارکت کنند و با آنها را در تهیه وسایل آتش‌بازی بی‌خطر و مفرح، همراهی داشته باشند. کبریت و مواد آتش‌زا را از دسترس کودکان، دور نگه دارند و در خاموش کردن حریق‌های ناشی از وسایل الکتریکی و کابل‌های برق، از آب برای اطفای حریق استفاده نکنند همچنین به یاد داشته باشند که استفاده از مواد آتش‌بازی هرگز به طور کامل ایمن نیست، حتی در صورتی که کاملاً مراقبت صورت گیرد. امیدواریم که در روزهای پایانی امسال و باقی‌مانده تا شب چهارشنبه‌سوری، شاهد حوادث تلخ کمتری باشیم، تا کام هیچ خانواده‌ای پیش از آغاز سالی نو، تلخ نشود و نوجوانان هم در کنار خانواده‌های خود، با روش‌هایی که خطرتر، این شب را سپری کنند.

یگان حفاظت محیط‌زیست هشدار داد:

فروش غیرقانونی گونه‌های جانوری کمیاب

چند سالی می‌شود که در روزهای پایانی سال شاهد خرید و فروش گونه‌های جانوری در خطر انقراض و گیاهی مهاجم با هدف قراردادن بر روی سفره هفت‌سین هستیم، متأسفانه مردم برای آنها پول خوبی می‌دهند و همین متخلفان را ترغیب به عرضه می‌کند در حالیکه هم این گونه‌ها در نهایت محکوم به مرگ هستند و هم اینکه به محیط‌زیست آسیب وارد می‌شود، برای جلوگیری از آن یگان حفاظت محیط‌زیست گشت‌های نوروزی خود را آغاز کرده‌است. به گزارش ایرنا، نوروز به عنوان یکی از مهم‌ترین و قدیمی‌ترین جشن‌های ایران، در روز اول فروردین و با آغاز فصل بهار جشن گرفته می‌شود. این جشن نماد بارگشت به زندگی و تجدید قوا است که رسوم مختلف و زیبایی دارد، یکی از آنها پهن کردن سفره هفت‌سین به عنوان یک سنت فرهنگی است که معمولاً شامل عناصر خردسنی است که نشان‌دهنده طبیعت، آب، زندگی و جوانی است. سیب، سرکه، سمنو، سبزه، سکه، سنجد و سیر در تمام این سالها زینت بخش سفره هفت‌سین بودند اما در چند سال گذشته این روند زیبا دستخوش تغییراتی نامیمون شده‌است. درحالی‌که شاهدیم روزهای پایانی سال، بازار رنگ و بوی عید به خود می‌گیرد و در گوشه و کنار خیابان‌ها بساط فروش برپا است؛ اما گونه‌های جانوری که گاه‌ها برخی از آنها در خطر انقراض هستند هم دیده می‌شود، سمندر لرستانی، مار آبی، لاک‌پشت آبی و حتی سنبل آبی که گونه‌گیاهی مهاجمی است مشاهده می‌شود تا برای تریزین سفره هفت‌سین از آنها استفاده شود. این حرکت علاوه بر اینکه فرهنگ زیبای سفره‌هفت‌سین را مختل و دچار تغییر می‌کند بلکه برای محیط‌زیست و گونه‌های در خطر انقراض هم خطرناک است، حتی قوانین جهانی برای خرید و فروش گونه‌های در خطر انقراض وجود دارد؛ در واقع بر اساس کنوانسیون‌ها و قوانین مختلفی مانند(CITES کنوانسیون تجارت بین‌المللی گونه‌های در حال انقراض حیات وحش) ممنوع است، این قوانین تلاش دارند تا از انقراض این گونه‌ها جلوگیری کنند چون حذف یک گونه می‌تواند بر دیگر جانداران محیط‌زیست تأثیرگذار باشد و حتی بر اکوسیستم‌ها و زنجیره‌های غذایی تأثیرات منفی داشته باشد.

◀ **امتناع مردم از خرید**

بر این اساس سازمان حفاظت محیط‌زیست هر ساله نسبت به مقابله با این اقدام وارد عمل می‌شود، شاید تا حدی بتواند مانع از خرید و فروش این گونه‌ها شود اما مساله مهم مردم هستند که باید از خرید این گونه‌ها امتناع کنند؛ چون مار یا لاک‌پشت هیچ جایگاهی در فرهنگ سفره هفت‌سین ما ایرانیان ندارند حتی ماهی قرمز هم با این فرهنگ مغایرت دارد که متأسفانه خرید و فروش این آبی هم رواج یافته‌است در حالیکه تمام این گونه‌ها در نهایت محکوم به مرگ هستند. فرمانده یگان حفاظت محیط‌زیست درباره اقدامات پیشگیرانه سازمان حفاظت محیط‌زیست برای خرید و فروش گونه‌های گیاهی مهاجم و جانوری در خطر انقراض به ایرنا گفت: بخشنامه برای اقدامات خرید و فروش گونه‌های حیات وحش برای سفره هفت‌سین را صادر و به مدیران کل محیط‌زیست استان‌ها ابلاغ کردیم. سرهنگ جمشید محبت‌خانی افزود: چند سالی است که برای سفره هفت‌سین گونه‌هایی از

آرمان ملی

اجتماعی

۹

گزارش

اختلالات خواب؛ عامل تصادفات مرگبار

خسرو صادق‌نیت مشاور وزیر بهداشت و مدیرکل حوزه وزارتی، در سمینار اختلالات خواب که توسط دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز برگزار شده بود، به اهمیت این اختلالات به عنوان اصلی خطای انسانی و تصادفات اشاره کرد و گفت: بیش از ۷۰ درصد تصادفات به دلیل خطای انسانی رخ می‌دهد. به نقل از وبدا، خسرو صادق نیت، بر لزوم توجه بیشتر به علم خواب در ایران تأکید کرد و افزود: این علم در دنیا حدود ۵۰ سال و در ایران تقریباً ۲۰ سال سابقه دارد. مدیرکل حوزه وزارتی به ارتباط اختلالات خواب با بیماری‌هایی مانند فشارخون، افسردگی و دیابت اشاره کرد و بیان داشت، بی‌خوابی یکی از شایع‌ترین سخت‌درمان‌پذیرترین نوع اختلال خواب است. صادق‌نیت با اشاره به پویش‌نه به تصادفات اظهار کرد: این پویش با هدف کاهش سوانح رانندگی راه‌اندازی شده و نقش دانشگاه‌ها در زمینه اطلاع‌رسانی و تمرکز بر آگاهی به مردم بسیار مهم است. وی تأکید کرد که خواب‌آلودگی و اختلال خواب از مهم‌ترین علل تصادفات مرگبار هستند و نیاز به آگاهی عمومی در این زمینه وجود دارد. مشاور وزیر بهداشت با بیان خطرات خواب‌آلودگی در رانندگی و تأثیر آن بر وقوع تصادفات، خاطر‌نشان کرد: لازم است توجه ویژه‌ای به درمان اختلالات خواب شود تا آمار مرگ و میر ناشی از تصادفات کاهش یابد. حاتم بوستانی سرپرست دانشگاه علوم پزشکی اهواز، به اهمیت نیروی انسانی در توسعه جوامع اشاره کرد و گفت: نیروهای با انگیزه حوزه سلامت در سخت‌ترین شرایط همیشه سرآمد بوده‌اند. وی به چالش‌های سیستم سلامت در دوران‌های مختلف، از جمله انقلاب و کرونا، اشاره کرد و ادامه داد: بدهی‌های سنگین دانشگاه‌ها و خطرات آن برای آینده شغلی نیروهای سلامت جای نگرانی دارد. بوستانی همچنین به نا‌کافی بودن بازسازی زیرساخت‌های استان خوزستان پس از جنگ و کمبود بیمارستان‌های جدید اشاره کرد. وی به منابع طبیعی و صنعتی خوزستان و سهم کم مردم از این منابع به دلیل آل‌پنڈگی‌ها پرداخت و خواستار توجه بیشتر به حوزه سلامت در تخصیص منابع مالی شد. بوستانی با تأکید بر قناعت مردم خوزستان خواستار ارائه خدمات بهتر به این مردم شد تا استان در مسیر توسعه قرار گیرد و منابع آن به ثروت تبدیل شود. حانیه راجی، دبیر اجرایی سمینار اختلالات خواب، نیز بر اهمیت آگاهی بخشی به جامعه درباره اختلالات خواب تأکید کرد و گفت: به دلیل شیوع بالای این اختلالات، به ویژه در نوجوانان و کودکان، برگزاری این سمینار با حضور متخصصان پزشکی ضروری است. راجی افزود: این سمینار به بررسی انواع اختلالات خواب، از جمله بی‌خوابی و اختلالات تنفسی مرتبط با خواب، می‌پردازد و استفاده زیاد از گوشی‌های تلفن همراه وی ادامه داد: چاقی نیز به عنوان یک عامل خطرناک در بروز اختلال خواب شناخته می‌شود. این پزشک متخصص تأکید کرد: اختلال خواب می‌تواند بر کیفیت زندگی روزمره و عملکرد فرد تأثیر منفی بگذارد و متخصصان از رشته‌های مختلف پزشکی در این سمینار حضور دارند تا به بررسی این موضوع بپردازند. مهناز امینی دبیر علمی کنگره در اهواز تأکید کرد: شناخت اختلالات خواب می‌تواند نگرش جامعه‌را نسبت به اهمیت خواب تغییر دهد. امینی بیان کرد: خواب سالم به سلامت جسم و روح کمک می‌کند و تغییر نگرش مردم درباره خواب ضروری است، زیرا بسیاری خوابیدن را اتلاف وقت می‌دانند. وی به تأثیر استفاده زیاد از اینترنت و شبکه‌های اجتماعی بر خواب اشاره کرد و گفت که این موضوع باعث بیداری‌های شبانه و خواب‌آلودگی در روز می‌شود. همچنین، افزایش مصرف قهوه در میان جوانان را یکی از دلایل اختلالات خواب دانست. امینی به علائم اختلالات خواب مانند بختک، حرکت‌های غیرطبیعی در خواب و اختلالات تنفسی اشاره کرد و افزود که خواب بر قضاوت افراد تأثیر دارد و می‌تواند علت تصادفات رانندگی باشد. او همچنین گفت: درمان اختلالات خواب می‌تواند هزینه‌های درمانی را کاهش دهد و سیستم ایمنی بدن را تقویت کند.

روی خط آرمان ملی

۸۸۱۰۵۰۰۷

جلوگیری از جرم و جنایت

به دلیل جرم و جنایت‌هایی که در کشور اتفاق می‌افتد، پیشینه‌های می‌شود کارشناسان مسائل فرهنگی، مذهبی، اجتماعی، جامعه‌شناسی و دیگر متخصصان علوم اجتماعی و مشاوران زنده و همچنین قضات دادگاه‌ها و مسئولان نیروی انتظامی، هراز گاهی میزگردی تشکیل دهند و با ارائه تجارب با ارزش خود به بزهدکاران و راهنمایی‌های لازم، آنان را از خواب غفلت بیدار کنند.

کمالی از تهران

جاده خطرناک

جاده‌ای که از سمت ساوه به سمت اراک و شهرهای دیگر می‌رود واقعا جاده‌ای پرتردد و خطرناک است در این جاده اکثراً کامیون‌ها و تریلرها عبور و مرور می‌کنند و عرض این جاده بسیار باریک است از مسئولان تقاضا داریم که فکری به حال این مسیر کنند که خطرات تصادف در این جاده کمتر شود.

درمانگاه دولتی

برای گرفتن نوبت دندانپزشکی درمانگاه ۱۱۳ آبان تأمین اجتماعی نزدیک به یکساعت تماس می‌گیرفتم و مدام تلفن این درمانگاه اشغال بود و بعد از آزاد شدن تلفن این درمانگاه به صورت گویا اعلام شد که نوبت برای دندانپزشکی نداریم.

شاکر از تهران