

در حالی که آلودگی هوا طی روزهای اخیر سلامت میلیون‌ها شهروند تهرانی را تهدید کرده است، روند تصمیم‌گیری درباره تعطیلی مدارس، اجرای دورکاری و مدیریت وضعیت اضطرار بار دیگر با تأخیر، ناهماهنگی و اظهارنظرهای متناقض همراه شد؛ هشدارهای هواشناسی از چند روز قبل قابل مشاهده بود، اما تصمیمات دقیقه نودی و واکنشی، شهروندان را در شرایطی پر از سردرگمی و بی‌اعتمادی قرار داده است. به گزارش ایسنا، آلودگی هوای تهران در روزهای اخیر جان میلیون‌ها شهروند را در معرض خطر قرار داده است؛ بحرانی تکراری که با وجود تجربه سال‌های گذشته بازهم در حوزه اطلاع‌رسانی، تصمیم‌گیری و مدیریت وضعیت اضطرار با ناهماهنگی و سردرگمی همراه بوده است. شاخص آلودگی هوا در بسیاری از مناطق پایتخت طی چند روز اخیر در وضعیت «ناسالم» برای همه شهروندان قرار داشته؛ موضوعی که به طور طبیعی باید تصمیم‌گیری درباره تعطیلی مدارس، کاهش فعالیت‌های اداری یا اجرای دورکاری را تسریع کند، اما روند اعلام تصمیمات به‌گونه‌ای پیش رفته است که نه تنها آرامشی برای خانواده‌ها و شهروندان ایجاد نکرد، بلکه سردرگمی و نارضایتی گسترده‌ای را نیز در پی داشت. در شرایطی که سازمان هواشناسی از روزهای قبل نسبت به پایداری هوا و افزایش غلظت آلاینده‌ها هشدار داده بود، کارگروه اضطرار آلودگی هوای تهران در ابتدا اعلام کرد فقط مقطع ابتدایی مدارس به صورت آنلاین فعالیت خواهند کرد و اظهارنظرهای متناقض از سوی متولیان امر در این خصوص به انتشار رسید، اما کمتر از ۲۴ ساعت بعد هم‌زمان با وخیم‌تر شدن شرایط، خبر تعطیلی تمامی مقاطع تحصیلی و مجازی شدن مدارس منتشر شد؛ تصمیمی که برخلاف انتظار، نه‌از یک جمع‌بندی دقیق، بلکه بیشتر به شکل واکنشی و دیر هنگام اتخاذ شد. این ناهماهنگی در شرایطی رخ داد که بر اساس شاخص‌های کیفیت هوا و هشدارهای مکرر، روند آلودگی کاملاً قابل پیش‌بینی بود و امکان اتخاذ یک تصمیم واحد و شفاف از ابتدا وجود داشت و حتی وزارت بهداشت نیز پیشنهاد داده بود تا مدارس و دانشگاه‌ها و حتی ادارات دورکاری شوند. این تأخیر در اعلام مصوبات کمیته اضطرار آلودگی هوادر شرایطی است که بسیاری از خانواده‌ها، مدیران مدارس و دستگاه‌های اجرایی در این مدت سردرگم بودند و این پرسش را مطرح می‌کردند که چرا تصمیم‌های مربوط به سلامت مردم باید تا این اندازه قطره‌ای و غیرشفاف باشد؟

تصمیم‌گیری قطره‌چکانی

به طور واضح یکی از مشکلات اصلی مدیریت آلودگی هوا در تهران نبود یک رویکرد «پیش‌دستانه» است. زمانی که نقشه‌های جوی، مدل‌های بارش و پیش‌بینی‌های معتبر از چند روز قبل مشخص می‌کند که وضعیت هوا به سمت بحران پیش می‌رود، دیگر جایی برای تصمیم‌های دقیقه‌نودی باقی نمی‌ماند. بحران آلودگی هوا شبیه زلزله یا سیل نیست که ناگهانی و غافلگیرکننده باشد؛ بلکه کاملاً روندی، قابل پیگیری و قابل پیش‌بینی است. بنابراین تصمیم‌گیری باید با نگاه آینده‌نگر و با هدف کاهش ریسک انجام شود نه اینکه هر روز هر ساعت تصمیمی تازه اعلام شود و جامعه را دچار بلاتکلیفی کند. در شرایطی که آلودگی هوا می‌تواند منجر به افزایش آمار مرگ‌ومیر، تشدید بیماری‌های قلبی و تنفسی و آسیب به گروه‌های حساس شود، انتظار از می‌رود سلامت مردم محور اصلی تصمیمات باشد، اما تجربه اخیر نشان داد که این رویکرد هنوز در الگوی مدیریت بحران به صورت جدی نهادینه نشده است. از یکسو، دستگاه‌های مسئول بر ضرورت اجرای طرح‌های بلندمدت تأسعه حمل‌ونقل پاک، کنترل آلاینده‌ها و جایگزینی خودروهای دودزا تأکید می‌کنند، اما از سوی دیگر، در روزهای بحرانی همین اقدامات کوتاه‌مدت و ضروری برای کاهش مواجهه مردم با آلودگی نیز به موقع و به صورت قاطع انجام نمی‌شود.

خلوت کردن تهران

درحالی‌که راه‌حل‌های ریشه‌ای برای آلودگی هوا نیازمند زمان و بودجه و هماهنگی‌های کلان است، اما برخی از ساده‌ترین راهکارهای کوتاه‌مدت همچنان جدی گرفته نمی‌شود؛ به اعتقاد کارشناسان اجرای دورکاری گسترده‌تر، کاهش ساعات فعالیت ادارات، تعطیلی به موقع مدارس و دانشگاه‌ها، محدودیت تردد خودروهای شخصی و لغو فعالیت‌های آلاینده صنعتی می‌تواند در همان ۲۴ ساعت اول، بار آلودگی را به میزان قابل توجهی کاهش دهد. اگر امکان کنترل صنایع و منابع آلاینده به صورت فوری وجود ندارد، حداقل می‌توان با خلوت کردن تهران از شدت آلودگی کاست.

لزوم تصمیم قاطعانه‌تر

از منظر شهروندان و حتی مدیران شهری، انتظار می‌رود استانداری تهران در کارگروه اضطرار آلودگی هوا که ریاست کمیته نیز استاندار تهران است، قاطعانه‌تر، سریع‌تر و با برنامه‌ریزی دقیق‌تر وارد عمل شود. بحران آلودگی هوا نیازمند مدیریت واحد، شفاف و بدون تناقض است؛ موضوعی که تنها با هماهنگی بین بخشی و تصمیم‌گیری یکپارچه امکان‌پذیر خواهد بود. در نهایت تجربه این روزها نشان داد که تهران نه تنها درگیر آلودگی هواست، بلکه با تناقض در تصمیم‌گیری نیز مواجه شده است. تا زمانی که اطلاع‌رسانی دقیق، مدیریت یکپارچه و نگاه آینده‌نگر در کارگروه‌های مسئول نهاده‌یبه نشود، هر بار با آغاز پایداری جوی، پایتخت و شهروندانش دوباره درگیر سردرگمی و آسیب

انتقال راحت ویروس از یک بیمار به ده‌هائفر

موج جدید آنفلوآنزای تازد



ده‌ها نفر دیگر را مبتلا کند. وی افزود: کودکان معمولاً ماسک نمی‌زنند و اغلب آداب صحیح سرفه و عطسه کردن را نیز نمی‌دانند، بنابراین اینگونه محیط‌ها به کانون‌های اصلی انتشار بیماری تبدیل می‌شوند. به گفته وی، آموزش اصول بهداشتی باید از همین مدارس آغاز شود و در بافت فرهنگ جامعه نهادینه گردد.

در زمینه درمان، اگرچه آنفلوآنزا یک بیماری ویروسی است و آنتی‌بیوتیک در درمان آن نقشی ندارد، اما خوشبختانه داروهای ضدویروس اختصاصی برای آن وجود دارد. داروی اختصاصی درمان آنفلوآنزا در کشور موجود است، اما اثربخشی آن منوط به مراجعه سریع به پزشک و شروع به موقع درمان است.

وی تأکید می‌کند که در صورت مشاهده علائم شدید، مراجعه فوری به پزشک ضروری است، چراکه پزشک می‌تواند بر اساس علائم بالینی، حتی بدون انجام آزمایش قطعی PCR که هزینه‌بر است، داروی ویژه را تجویز کند.

علیرضا رئیس‌ی معاون بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی نیز با تأیید روند صعودی ابتلا به آنفلوآنزا در کشور، از احتمال ادامه دار بودن این موج تا دو ماه آینده خبر داده است.

وی تغییرات آب‌وهوایی، سردی هوا و کم‌بارشی در برخی مناطق را از عوامل افزایش شیوع بیماری‌های تنفسی دانسته و اعلام کرده که هشدارهای لازم به دانشگاه‌های علوم پزشکی سراسر کشور ابلاغ شده است. معاون بهداشت وزارت بهداشت بیشترین موارد ابتلا در موج کنونی را مربوط به دانش‌آموزان و کودکان اعلام کرد و از خانواده‌ها خواست در صورت مشاهده علائم عفونت تنفسی در فرزندان خود، از فرستادن آنان به مدرسه جداً خودداری کنند.

رئیس‌ی به تأکید در این زمینه هشدار داد که حضور فرد بیمار در محیط‌های بسته مانند کلاس درس می‌تواند منجر به انتقال گسترده ویروس و در نهایت، به تعطیلی کلاس یا حتی کل مدرسه بینجامد.

مکث زمان ادامه‌ی موج

پیش‌بینی‌ها درباره مدت زمان ادامه این موج حاکی از آن است که ایرانیان باید تا اواخر زمستان امسال هوشیاری خود را حفظ کنند. دکتر رئیس‌ی با بیان اینکه پایان موج بیماری دقیقاً قابل پیش‌بینی نیست، افزود که با توجه به شروع دیر هنگام موج امسال، پیش‌بینی می‌شودیک تا دو ماه آینده نیز ادامه داشته‌و در اواخر بهمن و اسفندماه میزان ابتلا کاهش یابد. این زمان به معنای آن است که رعایت اصول بهداشتی دست کم برای دو ماه دیگر نیز باید با جدیت پیگیری شود. وضعیت جغرافیایی شیوع بیماری در کشور نیز حائز توجه است. معاون بهداشت وزارت بهداشت اشاره کرده که استان‌های سرد و خشک کشور بیشترین میزان شیوع را داشته‌اند، اما این روند می‌تواند به تدریج سایر استان‌ها را نیز

گزارش

آلوده‌ترین شهرهای ایران کدامند؟

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه هر ۱۳ دقیقه یک مرگ در پی آلودگی هوادر جهان رخ می‌دهد، اسامی آلوده‌ترین شهرهای کشور از نظر غلظت ذرات آلاینده را برشمرد.

عباس شاهسونی در گفت‌وگو با تسنیم با اشاره به ثبت بیش از ۵۴ هزار مرگ منتسب به آلودگی هوا طی یک سال اظهار کرد: طبق گزارش مؤسسه بار بیماری‌ها در کشور ما به ازای هر ۱۰۰ هزار نفر جمعیت، ۸۶ مرگ منتسب به علت آلودگی هوا رخ می‌دهد که این آمار از میانگین جهانی بالاتر است.

وی درباره آلوده‌ترین شهرهای کشور از نظر غلظت ذرات آلاینده افزود: به‌طور کلی طی مطالعات صورت‌گرفته، آلوده‌ترین شهرهای کشور از نظر ذرات معلق شهرهای رابل، ایران‌شهر و بوشهر هستند اما عمدتاً آلودگی در این شهرها ناشی از منابع طبیعی است و در واقع این افزایش ذرات معلق به علت طوفان‌های گردوغبار است، در عین حال بین کلان‌شهرها شهرهای تهران، اراک، اصفهان، مشهد و تبریز بالاترین غلظت ذرات معلق را دارند که عمدتاً ناشی از منابع متحرک و منابع ثابت است، یعنی بیشتر این آلودگی انسان‌ساز است.

شاهسونی با اشاره به آمار قابل توجه مرگ‌های ناشی از آلودگی هوادر دنیا بیان کرد: در جهان آمارها نشان می‌دهد که ۸۶ درصد از مرگ‌هایی که به علت بیماری‌های غیرواگیر اتفاق می‌افتد منتسب به آلودگی هواست.

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی درباره هزینه‌های آلودگی هوا نیز خاطرنشان کرد: آخرین گزارشی که بانک جهانی ارائه کرده است، نشان می‌دهد هزینه‌های مربوط به آلودگی هوا ۸٫۱ تریلیون دلار است و هر ۱۳ دقیقه یک مرگ به علت آلودگی هوا اتفاق می‌افتد و از هر ۸ مرگی که در جهان رخ می‌دهد یک مورد آن به دلیل آلودگی هواست.

وی به ارائه توصیه‌هایی به مردم در شرایط آلودگی هوا پرداخت و تصریح کرد: توصیه ما به مردم به ویژه گروه‌های آسیب‌پذیر مانند کودکان، زنان باردار، سالمندان، بیماران قلبی-تنفسی و افراد چاق این است که در معرض هوای آلوده قرار نگیرند و از حضور در هوای آزاد خودداری کنند؛ اگر حضور در بیرون را منزل ضروری است، زمان آن را به حداقل برسانند و حتماً از ماسک طبی استفاده کنند.

او تأکید کرد: ماسک باید کاملاً روی صورت تنظیم شود و فاصله‌ی با صورت نداشته باشد تا ذرات معلق وارد سیستم تنفسی نشود.

شاهسونی ادامه داد: گروه‌های آسیب‌پذیر، از جمله سالمندان و بیماران قلبی و تنفسی، لازم است هنگام حضور در فضای آزاد در زمان آلودگی هوا، حتماً داروهایشان همراهشان باشد، هرچند ما توصیه می‌کنیم در صورت امکان در این شرایط از خانه خارج نشوند، اما اگر مجبور به حضور هستند، حتماً از ماسک استفاده کنند و داروهای ضروری را همراه داشته باشند. او تصریح کرد: در صورتی که دچار تنگی نفس شدید، لازم است به مراکز بهداشتی درمانی مراجعه‌کنند، سایر افراد نیز اگر در زمان آلودگی هوادر چار تنگی نفس، سرگیجه یا علائم مشابه شدند، باید به مراکز درمانی مراجعه‌کنند.

وی با هشدار اینکه افراد به هیچ‌وجه نباید در زمان آلودگی هوا در فضای آزاد فعالیت ورزشی داشته باشند، گفت: توصیه ما این است که افراد در محیط‌های بسته مانند منزل بمانند و پنجره‌ها را بسته نگه دارند تا هوای آلوده وارد نشود، همچنین می‌توانند از دستگاه تصفیه‌هوای استاندارد استفاده کنند.

تصفیه‌هوای استاندارد

شاهسونی با تأکید بر این‌که اگر دستگاه تصفیه هوا استاندارد نباشد، نه تنها کمکی نمی‌کند، بلکه بعضی از برند‌های موجود در بازار خودشان موجب حساسیت و بیماری‌های تنفسی می‌شوند. توضیح داد: دستگاه تصفیه‌هو باید چند ویژگی مهم داشته باشد؛ اول آن‌که دارای فیلترهای استاندارد باشد؛ مانند فیلترهای هپا و کربن فعال دستگاه‌هایی که ازون تولید می‌کنند، یون تولید می‌کنند، باز پالاسمای سرد استفاده می‌کنند مناسب نیستند، زیرا خودشان آلزایندیگی ایجاد می‌کنند و باعث حساسیت می‌شوند.

وی یادآور شد: قدرت تصفیه دستگاه باید تناسب کامل با متراژ محیط داشته باشد، برای مثال، دستگاهی که برای ۴۰ مترمربع طراحی شده، اگر در فضای ۱۰۰ مترای استفاده شود، عملکردایی لازم را نخواهد داشت بنابراین ضروری است که هم‌وطنان عزیز هنگام خرید، به نوع فیلتر، استاندارد بودن دستگاه، و تناسب ظرفیت آن با فضای منزل توجه‌کنند.

عضوهیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه پیروی از رژیم غذایی سالم نقش مهمی در سلامت افراد در روزهای آلوده ایفا می‌کند، تأکید کرد: افراد باید آب بیشتری بنوشند تا دفع سموم بهتر انجام شود و از میوه‌ها و سبزیجات تازه استفاده کنند.

وی اضافه کرد: افراد سیگاری نیز جزو گروه‌های آسیب‌پذیر هستند؛ زیرا هنگام سیگار کشیدن، هوای آلوده بیشتری وارد ریه می‌شود و اثرات آلودگی هواتشدید می‌شود.

او همچنین با توجه به نقش مردم در کاهش آلودگی هوا نیز گفت: مردم باید برای کمک به کاهش آلودگی هوا، حتماً خودروهای خود را برای معاینه فنی به مراکز ببرند، این موضوع درباره خودروهای ساری، موتورسیکلت‌ها و به‌ویژه مینی‌بوس‌ها و اتوبوس‌ها اهمیت بیشتری دارد، زیرا متأسفانه بسیاری از آن‌ها فاقد معاینه فنی هستند. با گرفتن معاینه فنی و رفع مشکلات می‌زند، تا کی مصرف‌کنندگان بی‌پناه باید قربانی اجحاف و سوءاستفاده‌های بی‌حد و مرز باشند؟