



قصه بی پایان تغییر کاربری اراضی در مازندران

■ قصه تلخ تغییر غیرمجاز کاربری اراضی در مازندران اگرچه ممکن است آغازی داشته باشد، ولی به طور قطع با توجه به ارزش زمین هایش در مقابل پیشنهادات وسوسه انگیز پایانی ندارد و نخواهد داشت و تنها راهکار برای مقابله با آن، داشتن آمار و تهیه آمایش از وضعیت زمین های کشاورزی استان است.

کمبود گردشگاه و نرده نگهبان، چرایی افزایش زباله در جنگل هیرکانی

۳

باورهای غلط و حقایق درباره سلامت روان

۴

ایرانی جان می‌دهد؛ اما خلیج فارس را نه...

۵



لاستیک دولتی

برای خودروهای

بیرون شهری و درون شهری

برای شهروندان سوادکوه (شیرگاه)

ثبت نام و توزیع

شیرگاه - دور میدان - جنب سپاه - دفتر مازندگشت - مدیریت: عباس نژاد - ۰۹۰۱۸۵۰۳۰۰۰

● خبر

شارژ مرحله جدید بن‌کارت خرید سبد غذایی کودکان دارای سوءتغذیه

معاون رفاه و امور اقتصادی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی از شارژ اعتبار بن‌کارت خرید سبد غذایی کودکان مبتلا به سوءتغذیه در ماه جاری خبر داد.

اسماعیل گرجی پور با اعلام این خبر گفت: بیش از ۱۳۴ هزار کودک ۵ تا ۵۹ ماهه مبتلا به سوءتغذیه در سال جاری بن‌کارت خرید سبد غذایی می‌گیرند.

وی افزود: بسا توجه به دستور رییس‌جمهور و تأکید وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی مبنی بر رفع فقر در کشور و در راستای تحقق بخشی از وعده‌های دولت چهاردهم، سرپرستان خانوار بیش از ۱۳۴ هزار کودک زیر ۵ سال مبتلا به سوءتغذیه (دارای کوتاه‌قدی، کم‌وزنی، لاغری شدید و...)، بن‌کارت خرید سبد غذایی از طریق طرح کالبرگ الکترونیکی می‌گیرند.

معاون رفاه و امور اقتصادی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی با بیان این‌که برنامه امنیت غذایی کودکان از ابتدای سال جاری، در دو مرحله اجرایی شده است، گفت: این برنامه تا پایان سال ادامه خواهد داشت. وی درباره نحوه پرداخت سرانه اعتبار خرید سبدغذایی کودکان که به حساب سرپرست خانوار از طریق طرح کالبرگ الکترونیکی انجام می‌شود، گفت: برای ۱۲۵ هزار و ۶۴۲ کودک دارای سوءتغذیه دهک‌های یک تا پنج، مبلغ یک میلیون و ۱۰۰ هزار تومان و برای ۸ هزار و ۷۸۳ کودک دارای سوءتغذیه در دهک‌های شش و هفت مبلغ ۶۶۰ هزارتومان برای تأمین سبد غذایی مشتمل بر اقلام مورد تأیید وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در نظر گرفته شده است.

معاون رفاه و امور اقتصادی وزارت تعاون، کار ورفاه اجتماعی تصریح کرد: خوشبختانه تخصیص اعتبارات لازم برای اجرای این طرح در سال ۱۴۰۳ به صورت ماهیانه از سوی سازمان برنامه و بودجه کشور ابلاغ شده و مجموع اعتبار هر مرحله حدود ۱۴۴ میلیارد تومان بابت خرید اقلام غذایی است که برای سهولت دسترسی به حساب سرپرست خانوار مشمولین واریز می‌شود و مشمولین می‌توانند از مبلغ تخصیص یافته استفاده کنند.

وی گفت: در همین راستا مقرر شد اعتبار خرید سبد غذایی مورد تأیید وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به ازای هر کودک به صورت یارانه در اختیار سرپرست خانوار دارای کودک مبتلا به سوءتغذیه زیر ۵ سال قرار گیرد.

گرجی پور یادآور شد: این سبد غذایی مشتمل بر ۱۶ قلم کالای اساسی هرم غذایی است. وی افزود: اقلام سبد تعیین شده در همه فروشگاه‌های طرف قرارداد کالبرگ الکترونیکی در دسترس خانوار قرار داشته و قابل دریافت است. معاون رفاه و امور اقتصادی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی دربارۀ نحوه شناسایی کودکان واجد شرایط این طرح افزود: کودکان یادشده از طریق پایش شاخص‌های تن‌سنجی کودک(اندازه گیری وزن و قد و مقایسه با منحنی‌های رشد) در پایگاه‌ها و خانه‌های بهداشت به‌منظور کاهش سوءتغذیه (لاغری، کم‌وزنی و کوتاه‌قدی) شناسایی شده و پس از جمع‌بندی داده‌ها در دانشگاه‌های علوم پزشکی سراسر کشور، اطلاعات موردنیاز توسط وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی ارسال می‌شود. به گزارش مرکز روابط عمومی و امور بین الملل وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی، گرجی پور اظهار امیدواری کرد: با اجرای این برنامه شاهد کاهش سوءتغذیه (لاغری، کم‌وزنی و کوتاه‌قدی) کودکان، ارتقای امنیت غذایی و افزایش کیفیت خدمات مشاوره تغذیه به مادران از طریق کارشناسان تغذیه در مراکز خدمات جامع سلامت و نیز ارتقای سطح آگاهی، نگرش و عملکرد مادران در زمینه الگوی تغذیه صحیح و رشد کودکان باشیم.

باورهای غلط و حقایق درباره سلامت روان



برخلاف تصور عامه مردم مبنی بر اینکه فرد با مشکلات سلامت روان از هوش پایینی برخوردار است در حالیکه این افراد بدون توجه به هوش، طبقه اجتماعی یا سطح درآمد تحت تأثیر قرار می دهد .

● توجه به «سلامت روان» در تقویم کشور هم نامگذاری شده اما هنوز در باور عمومی جامعه تصورات غلطی درباره این موضوع وجود دارد که می‌تواند مانع اقدام افراد برای درمان شود.

تحت تأثیر قرار می دهد .

تصور غلط دیگر این است که در صورتی از سلامت روان خود مراقبت کنید که مشکلات سلامت روانی دارید در حالیکه همه از برداشتن گام های فعال برای ارتقای رفاه و بهبود سلامت روان خود می بایست استفاده کنند.

سلامت روانی ضعیف در نوجوانان مساله مهمی نیست و بخشی از فرایند بلوغ آنها به شمار می رود و این موضوع نیز از جمله باورهای غلط دراین خصوص به شمار می رود و نوجوانان اغلب نوسانات خلقی دارند و ۱۴ درصد نوجوانان

به عقیده کارشناسان، سلامت روان بخش مهمی از زندگی انسان‌هاست و نه تنها در محیط فردی و خانوادگی بلکه در محیط کار نیز یکی از مولفه‌های رضایت از زندگی به شمار می‌رود و سلامت روان به طور کلی در کنار سلامت جسمانی یکی از ابعاد مهم زندگی بشر را شکل می‌دهد

برخلاف تصور عامه مردم مبنی بر اینکه فرد با مشکلات سلامت روان از هوش پایینی برخوردار است در حالیکه این افراد بدون توجه به هوش ،طبقه اجتماعی یا سطح درآمد

جهان مشکلات سلامت روان را تجربه کردند . این باور غلط که هیچ کاری نمی توان برای محافظت از افراد در برابر ابتلا به بیماری های روانی انجام داد همچون قفلی بر پای این بیماران برای درمان است!ما عوامل زیادی می تواند افراد را از ابتلا به بیماری های روانی محافظت کنند که از آن جمله تقویت مهارت های اجتماعی و عاطفی ،کمک و حمایت زودهنگام ، ایجاد روابط حمایتی، محبت آمیز، گرم خانوادگی و داشتن محیط مدرسه مثبت و الگوهای خواب سالم است.



افسردگی می تواند هرکسی را بدون توجه به وضعیت اجتماعی و اقتصادی آنها یا اینکه چقدر زندگی آنها در ظاهر خوب به نظر می رسد تحت تأثیر قرار دهد. فقر و بیکاری و قرار گرفتن در معرض خشونت «مهاجرت بر روی سلامت روان تأثیر دارد اما برخی نوجوانان با وجود والدین حمایتگر به بیماری های روانی مبتلا می شوند و اینکه گفته می شود والدین بد باعث ایجاد شرایط روانی در نوجوانان می شود نیز باور غلط است.

اینکه وضعیت سلامت روان را به عنوان ضعف به شمار آورد باور غلط و رایج دیگر درجامعه است و وضعیت سلامت روان به ضعیف بودن و نداشتن اراده ربطی ندارد. گفتند این موضوع نوجوانی که نمرات خوبی می گیرد و یا دوستان زیادی دارد دچار مشکل سلامت روان نمی شوند از دیگر باورهای غلط در این حوزه است و باید بدانیم که افسردگی یک وضعیت سلامت روان رایج است که از تعمل پیچیده عوامل اجتماعی،روانی و بیولوژیکی ناشی می شود.

هویت چندگانه در جوانان با شیوه‌های سنتی ازدواج همراه نیست

دچار چالش می‌شوند چون الگوهای متفاوتی که پیروی می‌کنند با هم‌خوانی ندارد. از این رو امروز افراد پیش بینی پذیری کمتر دارند. تعدد هویتی موجب شده که ما به الگوهای دیگری هم فکر کنیم. این پژوهشگر در ادامه بیان کرد: یکی از دلایل فرار جوانان از الگوی سنتی سهولت الگوهای غیر سنتی است. فرایند ازدواج در الگوی سنتی برای جوانان امروز سخت است از این رو راه دیگری را انتخاب می‌کنند. از طرفی بسیاری معتقدند که ازدواج دیگر نیاز به آموزش ندارد. این سبب شده که اعتماد کم بشود و جامعه خودش را مستغنی می‌بیند. در حالی که حتی امور غریزی نیاز به آموزش دارد ما با جامعه‌ای طرفیم که فانتزی‌های مختلفی دارد که از واقعیت دورش می‌کند.

دسترس نیست. این تغییر الگوی ازدواج لزوماً مثبت نیست و باعث بالا رفتن سن ازدواج و یا ازدواج‌های خارج از عرف هم شده است. وی با اشاره به اینکه در دهه شصت افراد مذهبی و غیر مذهبی مرزهای مشخصی داشتند گفت: به دلیل موج جهانی شدن، زندگی فردی و یا عوامل دیگر تعدد الگوی شخصیتی و هویتی داریم. زمانی یک آقای مذهبی با یک خانم مذهبی ازدواج می‌کرد، خانواده انتخاب می‌کرد اما آنها با هم همدلی می‌کردند. اما در حال حاضر اینگونه نیست فضای دین داری ما متفاوت شده است. وی در ادامه گفت: قبلاً یک الگو بیشتر برای فرد مذهبی نداشتیم اما امروزه الگوهای متفاوتی داریم. فرزندان ما هویت خود را از الگوهای مختلف گزینش می‌کنند و الگوی جدید می‌سازند و وقتی با هم ازدواج می‌کنند

همسر گزینی داریم. جوانان می‌گویند ما نمی‌خواهیم سنتی ازدواج کنیم. با اینکه در طول تاریخ هم خیلی از الگوهای همسرگزینی توسط خود دختر و پسر انتخاب می‌شد. اما امروز یک دو گانه ازدواج مدرن و سنتی داریم. این کلیشه قرائتی است که در ذهن جوانان ما است که نمی‌خواهم پدر و مادر برای من انتخاب کنند.

وی افزود: مواردی داریم که در فضای مجازی با هم آشنا می‌شوند. باید این دو مرحله آشنایی اولیه و شناخت خانوادگی را از هم جدا کنیم. معاشرت و آشنایی را باید از هم جدا



سجاد مهدی زاده پژوهشگر و عضو هیأت علمی دانشگاه فرهنگ و ارتباطات، در نشست هم‌اندیشی ازدواج پایدار در فضای مجازی گفت: یک کلیشه و دوگانه‌ای در مورد الگوهای

عضو هیأت علمی
دانشگاه فرهنگ
و ارتباطات گفت:
جوانان ما هویت
خود را از الگوهای
مختلف گزینش
می‌کنند از این رو
ممکن است با
روش‌های سنتی
ازدواج همراه نباشند..

شناخت علائم اسکیزوفرنی؛ سعی می‌کردم همه چیز را درک کنم



می‌گذارد. این بیماری هرچه زودتر شناخته و درمان شود، در آینده بهتر قابل کنترل خواهد بود. در صورتی که علایم زودتر شناخته شود و درمان شروع شود: احتمال بستری شدن کمتر است. فرد بیمار نیاز کمتری به کمک در خانه خواهد داشت. در صورت نیاز مدت بستری کوتاهی خواهد داشت.

به احتمال قوی قادر به انجام کار و زندگی مستقل خواهد بود. درمان

اگر شما برای اولین بار علایم اسکیزوفرنی را دارید استفاده از دارو را زیر نظر پزشک شروع کنید .

ممکن است نیازی به بستری شدن در بیمارستان نداشته باشید اما بایستی به روانپزشک و یک گروه روانپزشکی درمانگاهی مراجعه کنید. کمک‌ها و مراقبت‌های لازم توسط تیم در خانه انجام می‌شود. حتی در صورتی که مجبور به بستری شدن در بیمارستان باشید تنها برای چند هفته است و بقیه درمان در خانه انجام می‌گیرد. استفاده از دارو می‌تواند اکثر علایم آزاردهنده بیماری را برطرف سازد. اما پاسخ کاملی نخواهد بود. با این وجود برای شروع قدم بسیار مهمی است که استفاده از بقیه روش‌ها را ممکن می‌سازد. کمک‌های دوستان و خانواده، درمان روانشناختی و خدماتی مانند مراقبت در خانه نیز بسیار مهم است.

به گزارش «وب ام دی»، تسای با این امید که گزارش تغییر حالات و پیشرفت بیماری‌اش بتواند به بیماران مشابه در شناسایی علائم‌شان کمک کند، اضافه کرد: اگر شما با یکی از نزدیکانتان مبتلا به اسکیزوفرنی هستید، مهم است که علائم هشداردهنده مانند تغییر در خلق و خو، افکار غیرمعمول، ناتوانی در خوابیدن یا شنیدن صداها را بدانید. این آگاهی منجر به مداخله حرفه‌ای زودتر برای مدیریت بهتر بیماری می‌شود.

روان‌گسیختگی، اسکیزوفرنی یا شیزوفرنی (Schizophrenia) یک اختلال روانی است که با دوره‌های مداوم یا عودکننده روان‌پریشانه مشخص می‌شود. علائم اصلی شامل توهم (غالباً توهم شنیداری)، هذیان و اختلال تفکر است. علائم دیگر عبارتند از کناره‌گیری اجتماعی، کاهش ابزار عواطف و بی‌تفاوتی.

تحقیقات نشان می‌دهد در صورتی که اسکیزوفرنی طولانی مدت بدون درمان رها شود اثرات بیشتری بر زندگی شخص

می‌توانستم یک فعالیت روتین را انجام دهم. دوستانم مرا به عنوان شخصی که «خودش نیست» می‌دیدند و مرا زیر نظر داشتند. همانطور که مغز من به تلاش برای درک همه چیز ادامه می‌داد، اسکیزوفرنی من تسریع شد و علائم بیشتری اضافه شد. پس از مدتی در کنار احساسات و افکار غیرمعمول، افراد نامرئی با من صحبت می‌کردند. توهمات شنوایی از علائم اسکیزوفرنی است. وقتی صحبت کردن افراد نامرئی با من ثابت شد، نمی‌توانستم بخوابم، غذا خوردن را فراموش کردم و نمی‌توانستم کار کنم. بعد از این وضعیت، برای کمک به خودم خیلی دیر شده بود. من یک فروپاشی روانی را تجربه می‌کردم و دوستانم سریع مرا نزد پزشک بردند.

روشن شدن موتور ماشین پارک شده در حالی که در پیاده‌رو راه می‌رفتم، بدون دلیل منطقی باعث عصبانیت من می‌شد. افکار من واکنش‌هایی را در پی داشت. گزینه من برای درک احساساتم شاید در حالت هوشیاری، منطقی نبود. صدای موتور چه معنی دارد؟ در ابتدا نمی‌توانستم از خودم بپرسم که چرا متوجه صدای موتور به این شکل خاص شدم. در آن لحظه احساس خاصی داشت، اما من آن را زیر سوال نبردم بلکه سعی کردم آن احساس را درک کنم. این احساسات به مرور زمان منجر به تغییر روحیه من شد. بعد از مدتی به جای خود همیشه‌ام، سرد و راضی به نظر می‌رسیدم، درگیر افکار بودم و ساکت‌تر به نظر می‌رسیدم. با این حال در این مرحله هنوز

اولین باری که اسکیزوفرنی را تجربه کردم، نمی‌دانستم چیست. نه احساس مرتبط با آن را، نه افکار و نه صداها‌ی ناشی از آن را. به گزارش ایسنا، «مینی تسای»، یک بیمار مبتلا به اسکیزوفرنی که اختلال وی از سال ۲۰۰۴ میلادی تشخیص داده شده، درباره تجربیات خود صحبت کرده است. وی می‌گوید: از آن زمان من و دوستانم سعی می‌کنیم هر چه زودتر علائم بیماری را تشخیص دهیم. اسکیزوفرنی شکل مشخصی دارد و آموزش تشخیص زودهنگام علائم می‌تواند نجات‌دهنده باشد. علائم من با احساس خاصی شروع شد. متوجه نکات و تغییرات جزئی شدم که اگر از این اختلال آگاه نبودم، تنها به آنها نگاه گذرا می‌کردم. به عنوان مثال، شنیدن صدای

خبر

مردم زمان طلایی برای درمان سکته مغزی را از دست ندهند



دبیر انجمن سکته مغزی ایران گفت: زمان طلایی چهار و نیم ساعت برای سکته مغزی مهم است هر ثانیه تأخیر در درمان آسیب‌های جبران ناپذیری به دنبال دارد.

به گزارش خبرگزاری مهر، احسان شریفی پور دبیر انجمن سکته مغزی ایران در مصاحبه تلفنی با برنامه روزنه رادیو گفت و گو گفت: یک نفر از هر چهار نفر در طول عمر خود دچار سکته مغزی می‌شود.

وی با بیان اینکه این بیماری مرگ بار است و دومین علت اصلی مرگ و میر و ناتوانی به حساب می‌آید افزود: سکته مغزی هم قابل پیشگیری و هم قابل درمان است. زمان طلایی چهار و نیم ساعت برای سکته مغزی مهم است هر ثانیه تأخیر در درمان خطرات جبران ناپذیری به همراه دارد.

شریفی پور تصریح کرد: در هر دقیقه دو میلیون سلول مغزی و در هر ثانیه سی تا چهل هزار سلول مغزی به صورت برگشت ناپذیر از بین می‌روند. اگر کسی دچار ضعف ناگهانی در صورت و اندام فوقانی و تحتانی شد و یا اختلال صحبت کردن پیدا کرد بلافاصله به مرکز درمانی منتقل شود.

دبیر انجمن سکته مغزی ایران اظهار کرد: به صورت سیستماتیک با سیستم اورژانس کشور هماهنگ شده و کدی تحت عنوان سما مخفف سکته مغزی ایران تعریف شده که هر کسی علائم سکته مغزی را داشت بلافاصله شناسایی شده و به مراکز درمانی منتقل شود.

آموزش دیده منتقل شود. شریفی پور گفت: بیمار باید در زمان طلایی به مراکز درمانی منتقل شود و حتماً توسط اورژانس به مرکز درمانی منتخب انتقال یابد. مثلاً در شهر تهران شاید ده مرکز منتخب برای درمان این افراد وجود داشته باشد.

وی افزود: بافت مغز بیست درصد از گردش خون بدن را به خود اختصاص داده و فرمانده است اگر خون به سلول مغزی نرسد از بین می‌رود سلول‌های مغزی ترمیم نمی‌شوند. ما از خیلی از درمان‌ها برای کم کردن ناتوانی افراد آسیب دیده استفاده می‌کنیم اما اگر زمان طلایی را از دست داده باشیم اصل قضیه از بین رفته است.

شریفی پور گفت: اگر آسیب شدید باشد فرد دچار مرگ مغزی می‌شود و دیگر نمی‌توان کاری انجام داد. سکته مغزی بسیار اهمیت دارد اما قابل پیشگیری است اگر ما فشار خون خود را کنترل کرده و ورزش کنیم و رژیم غذایی مناسبی را دنبال کنیم به راحتی می‌توانیم از سکته مغزی پیشگیری کنیم. مردم باید علائم سکته مغزی را بشناسند و در اسرع وقت توسط اورژانس بیمار را به مراکز درمانی منتخب منتقل کنند.

تازه ترین «ورژن»

تغییر چهره

«گرایش به زیبایی که با عمل جراحی بینی شروع شد، حالا به سایر اعضای صورت رسیده است. تغییر رنگ چشم، یکی دیگر از اولویت های برخی افراد برای به اصطلاح زیباتر شدن است.

هر چه جلوتر می‌رویم، خواسته‌ها و نیازهای بشر بر اساس برخی توقعات ناپجا دستخوش تغییر می‌شود؛ از جمله گرایش به زیبایی چهره است که از عمل جراحی بینی شروع و شیوع یافته و امروز، به تغییر رنگ چشم رسیده است. در واقع، تغییر جراحی تغییر رنگ چشم بی خطر نیستند، تغییر چهره تلقی کرد که البته با خطراتی برای سلامت فرد همراه است. شاید با عمل بینی، مشکلی در تنفس یا چهره فرد پیش بیایید که البته قابل تحمل و مدارا باشد؛ اما، تغییر رنگ چشم به همین سادگی‌ها نیست که بتوان در آن دست برد. هرچقدر هم که چشم رنگی بخواهید، اما باید ریسک آن را بپذیرید و قبول کنید که کار خطرناکی است.

ملاتین رنگدانه ای است که رنگ عنبیه یا به عبارتی رنگ چشم انسان را تعیین می‌کند؛ میزان و رنگ ملاتین تولید شده در دوران جنینی هم به ژن‌هایی که فرزند از پدر و مادر به ارث می‌برد بستگی دارد. به همین دلیل در سراسر کره زمین، انسان‌هایی با رنگ چشم‌های گوناگون متولد می‌شوند. رنگ چشم افراد در دوران نوزادی قدری تغییر خواهد کرد ولی بعد از این دوران، همه انسان‌ها تا پایان عمر با همان رنگ چشم تثبیت شده زندگی می‌کنند؛ اما با پیشرفت فناوری و دانش بشر، در حال حاضر تغییر رنگ چشم‌ها به رنگ دلخواه امکان پذیر شده و عمل تغییر رنگ چشم در بسیاری از کشورهای دنیا در حال انجام است تغییر رنگ چشم همانگونه که از نامش پیدا است، به منظور تغییر دادن رنگ عنبیه (قسمت رنگی چشم)

صورت می‌گیرد.

روش‌های جراحی تغییر رنگ چشم بی‌خطر نیستند

نادر نصیری فوق تخصص قرنیه و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، با بیان اینکه هیچ‌یک از روش‌های جراحی تغییر رنگ چشم بی خطر نیستند، اما در برخی موارد به دلیل عفونت قرنیه، لک‌های سفید در قرنیه ایجاد می‌شود که استفاده از لنزهای تماسی یکی از راه‌های پوشاندن این سفیدی است. این لنزها به صورت موقت روی چشم قرار می‌گیرد و موقع خواب باید از چشم خارج شوند.

استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه تنوی چشم از دیگر روش‌های تغییر رنگ چشم و بهبود ظاهر چشم برای افرادی است که قرنیه سفید دارند و دید مطلوبی ندارند، گفت: این روش نیز که در گذشته رواج بیشتری داشته است نوعی جراحی محسوب می‌شود، اما در جریان آن چشم باز نمی‌شود، بلکه مرکب یا دوت را با اتوکلاو استریل کرده، روی قرنیه می‌ریزند و با نوک سوزن قرنیه چند سوراخ روی قرنیه ایجاد می‌کنند. تنوی چشم ممکن است از یک سال تا پنج سال ماندگاری داشته باشد و پس از آن باید تمدید شود.



تفاوت غذاهای فراسودمند و غذاهای دارویی

● کارشناس غذایی سازمان غذا و دارو گفت: غذاهای فراسودمند و غذاهای دارویی هر دو نقش مهمی در ارتقاء سلامت و پیشگیری از بیماری‌ها دارند؛ اما باید توجه داشت که این دو دسته غذا از نظر هدف و نحوه مصرف تفاوت‌های اساسی با یکدیگر دارند.

به گزارش ایسنا، مهندس زهره پوراحمدی اظهار داشت: غذاهای فراسودمند، غذاهایی هستند که علاوه بر تأمین نیازهای تغذیه‌ای روزانه، خواص بهداشتی و درمانی دارند و می‌توانند به پیشگیری از بیماری‌ها کمک کنند. به عنوان مثال، محصولات پروبیوتیک، مایه‌های چرب و مغزهای خشک (مانند گردو) نمونه‌هایی از این غذاها هستند. این نوع غذاها به دلیل ترکیبات مفیدشان می‌توانند به بهبود عملکرد سیستم ایمنی، کاهش التهاب و سلامت قلب و عروق کمک کنند.

وی همچنین افزود: غذاهای دارویی به طور خاص برای درمان بیماری‌ها یا کاهش علائم آن‌ها طراحی شده‌اند. این غذاها معمولاً حاوی ترکیبات فعال هستند که تأثیر مستقیمی بر روی بیماری‌های خاص دارند. برای مثال، زردچوبه به خاطر خاصیت ضد التهابی‌اش در درمان برخی بیماری‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد. این دسته از غذاها ممکن است به عنوان مکملی برای درمان‌های دارویی تجویز شوند و نیاز به مشاوره با پزشک یا متخصص تغذیه دارند.

پوراحمدی در ادامه توضیح داد: هدف اصلی غذاهای فراسودمند، حفظ و ارتقاء سلامت عمومی است؛ در حالی که غذاهای دارویی برای درمان و مدیریت بیماری‌ها مصرف می‌شوند.

بنابر اعلام سازمان غذا و دارو، او به اهمیت مشورت با متخصصان در مورد مصرف غذاهای دارویی تأکید کرد و گفت: این غذاها ممکن است عوارض جانبی داشته باشند یا با داروهای دیگر تداخل کنند، بنابراین مصرف آن‌ها باید تحت نظر پزشک باشد.

او همچنین توصیه کرد که افراد به ترکیب مناسبی از هر دو نوع غذا در رژیم غذایی خود توجه داشته باشند تا از فواید هر دو بهره‌مند شوند.

نصیری ادامه داد: روش دیگر از بین بردن لایه قهوه‌ای رنگ روی چشم به کمک لیزر است. چشم اغلب ایرانی‌ها قهوه‌ای تیره مایل به مشکی است، جراح به کمک تاباندن ممتد پالس لیزر لایه‌های بالایی رنگدانه یا همان ملاتین‌های رنگ چشم را از بین می‌برد، بنابراین قرنیه شفاف‌تر می‌شود و لایه‌های زیرین که روشن‌تر هستند، ظاهر می‌شود.

وی ادامه داد: در این روش احتمال ایجاد رسوب روی عدسی یا قرنیه چشم وجود دارد که در نهایت منجر به تاری دید می‌شود. از طرفی این روش ممکن است منجر به انسداد مجاری اشکی، اختلال در خروج مایع اشکی، اختلال در خون‌رسانی، افزایش فشار چشم و گلوکوم نیز شود.

مضرترین روش تغییر رنگ چشم نصیری، کاشت عنبیه مصنوعی را از دیگر

روش‌های تغییر رنگ چشم دانست و افزود: این روش مضرترین روش تغییر رنگ چشم است و انواع مشکلات را به همراه دارد.

البته به طور کلی تمامی این روش‌ها که با دستکاری چشم همراه است، روش‌های بی‌خطری نیستند؛ چشم و مهم‌تر از آن قرنیه عضو به شدت ظریف و حساس است و هرگونه تغییر بی‌دلیل روی آن منجر به بروز اختلال دید و عوارض جبران ناپذیر خواهد شد. همچنین اگر در آینده به دلیل هرگونه مشکل نیاز به مداخله جراح پیدا کند، میدان دید جراح نیز بسیار محدود می‌شود.

در همین حال، سیدمرتضی انتظاری فلوشیپ جراحی شبکیه و لیزر، در خصوص یکی از روش‌های پرطرفدار تغییر رنگ چشم، گفت:

بهداشت



مصرف داروی تشنج می تواند بیماری آلزایمر را نیز درمان کند

● در بسیاری از افراد، اختلال شناختی خفیف می تواند اولین علامت بیماری آلزایمر باشد.

محققان دانشگاه جان هاپکینز مریلند در حال بررسی استفاده از یک داروی تحقیقاتی برای درمان اختلالات شناختی خفیف فراموشی ناشی از بیماری آلزایمر هستند.

دانشمندان دریافتند که این دارو به کُند کردن پیشرفت اتروفری مغز در افراد مبتلا به اختلال شناختی خفیف به دلیل بیماری آلزایمر که ناقل گونه ژنتیکی ApoE۴-افزاینده است، کمک می‌کند.

تحقیقات گذشته نشان می‌دهد که برای بسیاری از افراد، اختلال شناختی خفیف می‌تواند اولین علامت بیماری آلزایمر باشد.

حدود یک سوم افرادی که به دلیل بیماری آلزایمر دارای اختلال شناختی خفیف هستند در عرض ۵ سال به زوال عقل دچار می‌شوند.

دکتر «میشلا گالاگر»، محقق ارشد، می‌گوید: «طالع‌ات ما نشان داده‌اند که بیماران مبتلا به اختلال شناختی خفیف، علاوه بر داشتن پاتولوژی آمیلوئید و تپاو، بیش‌فعالی را در ناحیه‌ای از مغز به نام هیپوکامپ نشان می‌دهند که ساختاری حیاتی برای ایجاد و بازیابی خاطرات است.»

او توضیح داد: «بیش‌فعالی در این ناحیه مغز به اختلال حافظه‌ای که این بیماران تجربه می‌کنند منجر می‌شود و احتمالاً در پیشرفت بیماری تأثیرگذار است.»

این مطالعه فاز ۲b کارآزمایی بالینی HOPE۴MCI است که استفاده از داروی تحقیقاتی موسوم به AGB۱۰۱ را برای درمان اختلالات شناختی خفیف در ۱۶۴ فرد مبتلا به بیماری آلزایمر ارزیابی کرد.

گالاگر گفت: AGB۱۰۱ یک فرمول قرص یک بار در روز از یک داروی ضد تشنج است که این بیش‌فعالی را در مغز کاهش می‌دهد.»

وی افزود: «این نشان دهنده حفظ معنی دار عملکرد شناختی و روزانه برای بیماران در این دوره است.»

عمل جراحی پیوند انگشت با موفقیت انجام شد

این بیمار به علت بی احتیاطی در استفاده از سنگ فرز قطع شده بود. وی در خصوص روش پیوند فلپ شکمی نیز گفت: در این روش، ناحیه آسیب‌دیده بدن به زیر پوست شکم فرد پیوند داده می‌شود تا با

منطقه مرزی سراوان، عمل جراحی حساس پیوند انگشت دست به روش فلپ شکمی با موفقیت بر روی بیمار انجام شد.

مصطفی مطهری، متخصص ارتوپدی بیمارستان ایرانمهر و جراح این عمل نیز گفت: انگشت

عمل جراحی پیوند انگشت به روش فلپ شکمی در بیمارستان ایرانمهر با موفقیت انجام شد. سینا خواجه چهرمی، رئیس بیمارستان ایرانمهر سراوان با بیان اعلام این خبر گفت: در یک اقدام پزشکی نوین و کم نظیر در



است.

انتظاری با بیان اینکه انجام این عمل برای تغییر هر رنگ چشم به هر رنگ دیگری امکان‌پذیر است، ماندگاری این جراحی را بستگی به رنگ انتخابی فرد دانست.

مهم‌ترین عارضه‌های تغییر رنگ چشم

– برخی افراد ممکن است بینایی خود را از دست بدهند

– ایجاد گلوکوم یا آب سیاه چشم که یک بیماری جدی و خطرناک است

– ایجاد آب مروارید

– آسیب قرنیه

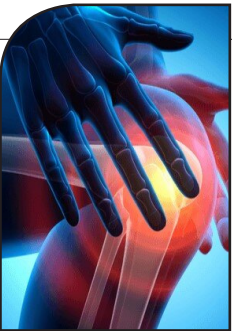
– ورم قرنیه

– رنگ‌آمیزی آن بیمار به اختلال و تاری دید مبتلا شده و دید کدری پیدا می‌کند،

از همین رو این نوع جراحی از سوی انجمن چشم پزشکی کشور غیرعلمی اعلام شده و بسیاری از مراکز درمانی انجام آن را ممنوع اعلام کرده‌اند.

به گفته وی، تاری دید در روشنایی محسوس‌تر است و ممکن است فرد را دچار ترس از نور کند.

انتظاری افزود: این مدل عمل جراحی میدان دید فرد را مختل می‌کند و بیمار فقط از مرکز مردمک چشم دید خوبی دارد که این اتفاقی آزار دهنده است. حتی ممکن است به دلیل این اختلال فرد نیاز به جراحی کاتاراکت یا آب مروارید پیدا کند که در این صورت مسائلی پیش روی بیمار و جراح قرار دارد. وی گفت: اینکه فرد نیاز به جراحی پیدا کند یک چالش است و اینکه کدورت ایجاد شده به دنبال جراحی تغییر رنگ چشم، دقت لازم را از جراح می‌گیرد، چالش دیگری شوند جراحی آنها سخت خواهد بود.



زنان پوکی استخوان را جدی بگیرند

● مشاور امور پژوهشی فرهنگستان علوم گفت: وزارت بهداشت باید برای زنان برنامه ریزی آموزشی داشته باشد.

به گزارش خبرگزاری مهر، شاهدی ضمن گرامیداشت هفته سلامت بانوان گفت: حفظ سلامت در جامعه با دارو و درمان متفاوت است. چراکه نوعی از سلامت نظر به حوزه دارو درمان و رفع بیماری است ولی پیشگیری در حوزه سلامت، به درمان اولویت دارد و ما در این بخش دارای ضعف هستیم چون متولی قوی در این حوزه نداریم.

وی عوامل حفظ سلامت انسان را هوای پاک، آب سالم و تمیز و غذای سالم دانست و افزود: در خصوص غذای سالم اندکی شک داریم چون نظارت در این حوزه آن طور که باید، نیست.

شاهدی با اشاره به کنترل‌های ناقص در زمینه فراوری صنایع غذایی گفت: در رابطه با میوه و سبزی، کنترلی روی استفاده از سموم، کودها و نگهداری مطلوب صورت نمی‌گیرد که بر سلامت جامعه اثر گذار است.

وی همچنین محیط زیست سالم و حفظ روان و تعالی انسان را گوشزد کرد و افزود: در برخی از موارد شاهد ضعف‌هایی هستیم و باید به این حوزه توجه بیشتری صورت گیرد.

شاهدی گفت: بخش مهمی از سلامت زنان به خود خانم‌ها بستگی دارد چون سبک زندگی و سلامت غذا و شرایط مطلوب زندگی را باید در خانواده فراهم آورند.

وی افزود: اگر به فست فود و غذاهای غربی روی آوریم، باید دانست که چنین غذاهایی سالم نیست و دارای اسید آمینه هستند. از این رو بخشی از سلامت به زنان مربوط می‌شود؛ از طرفی در بخش‌هایی از جامعه دچار ضعف هستیم. تغذیه زنان در دوره‌های مختلف باید با مراقبت‌هایی همراه باشد و بایستی در رابطه با کمبود آهن و ضعف خونی دقت لازم شود.

وی در رادیو گفت‌وگو اظهار کرد: وزارت بهداشت باید برای زنان برنامه ریزی آموزشی داشته باشد خاصه اینکه زنان محور خانواده هستند و در فرزند آوری نقشی پر رنگ دارند و از این رو سلامت بدنشان باید تأمین باشد.

منطقه محسوب می‌شود و با انجام این عمل، بیماران با آسیب‌های شدید دست می‌توانند امیدوار به بازگشت عملکرد دست خود باشند.

خون رسانی مناسب و محافظت از بافت پیوندی، شرایط بهتری برای پیوند و بهبودی فراهم شود و شانس موفقیت در پیوند افزایش یابد. وی افزود: این روش جراحی پیچیده گامی مهم در جهت ارتقای سطح خدمات پزشکی در

خبر

پیشکسوت دوومیدانی: ویزا بهانه است



روح‌الله گلستانی در مورد عدم اعزام دوومیدانی‌کاران به مسابقات قهرمانی صحرانوردی آسیا بیان کرد: حدود چهار ماه قبل بود در مورد تیم تصمیم‌گیری کرده بودند، پس چطور در این مدت ویزا را نگرفتند؟ مسابقات دوی صحرانوردی قهرمانی آسیا از یکشنبه، ۲۹ مهر به میزبانی هنگ‌کنگ برگزار می‌شود اما فدراسیون دوومیدانی روز گذشته (شنبه، ۳۰ مهر) اعلام کرد که به دلیل صدور دیر هنگام ویزا از سوی کشور میزبان تیم ملی ایران به این مسابقات اعزام نخواهد شد. در پی این ماجرا جلیل ناصری یکی از ملی‌پوشانی که قرار بود اعزام شود، در صفحه شخصی خود در اینستاگرام از دوومیدانی خداحافظی کرد. او همچنین اعلام کرد حتی یک اردو هم برای این مسابقات برگزار نشده بود.

روح‌الله گلستانی از پیشکسوتان این رشته در گفت‌وگو با ایسنا به عدم حضور تیم ایران در قهرمانی آسیا اشاره و بیان کرد: در یک جلسه با حضور احسان حدادی گفتم برای انتخاب نفرات اعزامی سه دوره مسابقات باشگاه‌های صحرانوردی را برگزار کنید اما برخی گفتند کسانی که در لیگ ۵ و ۱۰ هزار متر خوب بودند را انتخاب می‌کنیم. در نهایت هم با نظرم مخالفت کردند. او ادامه داد: فدراسیون واقف است که صدر ویزای هنگ‌کنگ یک ماه طول می‌کشد. اینها اولین دوره باشگاه‌ها که حدود چهار ماه قبل بود در مورد تیم تصمیم‌گیری کرده بودند، چطور در این چند ماه ویزا را نگرفتند؟ چطور ممکن است یک فدراسیون نداند چطور باید ویزا بگیرد؟ وقت بسیار داشتند اما اعزام نشدنشان سوال است.

گلستانی در مورد عدم حضور زنان در لیست اعزامی به قهرمانی آسیا گفت: گفتم در بخش زنان تعداد کمی تیم شرکت می‌کنند، اگر زنان را اعزام کنیم به راحتی روی سکو می‌رویم که ابتدا پذیرفتند اما متأسفانه اهمیت ندادند. این در حالی است که زنان ما در یک دهه اخیر نشان داده‌اند ظرفیت پیشرفت زیادی دارند. او با بیان اینکه ما همیشه در دوهای استقامت و نیمه استقامت آسیا آقای می‌کردیم، ادامه داد: تا حدود ۸،۷ سال قبل در آسیا طلا داشتیم و روی سکو بودیم اما الان اعزام نشدن تیم برایم قابل قبول نیست. ویزا را بهانه کرده‌اند و الان دهنده استقامت ما خداحافظی کرده است.

گلستانی به بسته شدن درهای آفتاب انقلاب به روی دوومیدانی‌کاران هم اشاره و بیان کرد: به آقای اسبقیان گفتم باید چندین استادیوم آفتاب انقلاب داشته باشیم. می‌توانستیم در ورزشگاه آزادی و مجموعه انقلاب کمپ تخصصی دوومیدانی را ببندیم. سالن سرپوشیده و پیست کشوری به مجاور فدراسیون بود را هم از دست دادیم. یک آفتاب انقلاب داشتیم که آن را هم برای غیر تیم ملی ممنوع کردند. او ادامه داد: پیش از این چندین شاگرد قهرمان داشتیم اما الان برای سلامتی تمرین می‌کنند و کسی انگیزه قهرمانی ندارد. متأسفانه نتوانستیم تیم دوومیدانی را به خانه‌ها ببریم. با آمدن آقای حدادی هم در حال حاضر خیلی‌ها ناراضی هستند. الان یک خاموشی در دوومیدانی حاکم است.

گلستانی بیان کرد: در ورزشگاه شیروودی فوتبال تمرین می‌کنند و پیش از این بارها در این پیست دعوا شده بود. بارها مهدی زمانی را دستگیر کردند و به حراست بردند چون با فوتبالیست‌ها درگیر شده بود. با این شرایط ما فقط ورزشگاه آفتاب انقلاب را داشتیم که آن را هم بستند. ما نمی‌توانیم از پیست‌های دیگر استفاده کنیم. از طرفی ما در پرتاب مدال داریم اما الان نمی‌توانیم در پیست‌های دیگر پرتاب کنیم.

السد به دنبال برپایی دو جشن در بازی با پرسپولیس

روزنامه قطری الراه به انتشار مطلبی در خصوص بازی دو تیم السد و پرسپولیس نوشت: این بازی هم‌زمان با سالروز تأسیس باشگاه السد است و هواداران به دنبال برپایی دو جشن در برابر پرسپولیس هستند.

به گزارش خبرنگار مهر، تیم‌های فوتبال پرسپولیس ایران و السد قطر در هفته سوم رقابت‌های لیگ نخبیگان آسیا شامگاه دوشنبه ۳۰ مهر و در ورزشگاه جام بن حمد دوحه رو در روی هم قرار می‌گیرند. هر دو تیم شرایط خوبی در لیگ‌های داخلی خود دارند اما در جدول لیگ نخبیگان آسیا پرسپولیس از دو بازی تنها یک امتیاز به دست آورده و در جایگاه نهم قرار دارد و السد نیز با ۴ امتیاز رقابت تنگناگی به النصر عربستان برای حفظ جایگاه سومی رقابت دارد. روزنامه الراه قطر در رابطه با این بازی نوشت: پنجاه و پنجمین سالگرد تأسیس باشگاه السد قطر با بازی امروز این تیم مقابل پرسپولیس ایران هم‌زمان شده است. السد که در ۲۱ اکتبر ۱۹۶۹ تأسیس شد، به عنوان یکی از برترین باشگاه‌های قطری شناخته می‌شود. هواداران این تیم با استفاده از هشتک‌های مرتبط با این مناسبت در شبکه‌های اجتماعی به حمایت از تیم خود پرداخته‌اند. همچنین از طرفداران دعوت شده است تا با حضور در ورزشگاه، تیم را در این دیدار مهم تشویق کنند تا بتوانند با کسب پیروزی و سه امتیاز جشن سالگرد تأسیس این باشگاه بزرگ را کامل کنند.



میزان مصدومیت مهاجم تیم ملی فوتبال ایران مشخص شد

مهاجم تیم ملی فوتبال ایران با پشت سر گذاشتن دوره نقاهت خود می‌تواند به زودی در مستطیل سبز حاضر شود. سردار آزمون پس از درخشش در ترکیب تیم ملی ایران مقابل قطر با زدن دوگل در بازی هفته گذشته شباب الاهلی امارات با دپیا در جام حذفی امارات هم بازی کرد و توانست در دقیقه ۹ گلزنی کند. با این حال مصدومیت مهاجم ایرانی شباب الاهلی باعث شد تا در دقیقه ۳۲ از زمین مسابقه خارج شده و به رختکن برود تا پیش بینی‌های مختلفی درباره میزان آسیب دیدگی او مطرح شود. آزمون پس از معاینه‌های اولیه و بررسی کادر پزشکی باشگاه خود مشخص شد مشکلی بابت ناحیه رباط صلیبی ندارد و با پشت سر گذاشتن دوره درمان کمتر از یک ماه می‌تواند برای تیمش بازی کند. با این حال احتمال غیبت او در دو بازی آینده تیم ملی ایران مقابل کره شمالی و قرقیزستان در مرحله سوم انتخابی جام جهانی ۲۰۲۶ وجود دارد تا دوره درمان خود را کامل طی کند. شایان ذکر است تیم ملی ایران مقابل کره شمالی و قرقیزستان روزهای ۲۴ و ۲۹ آبان ماه بازی خواهد کرد.



معضل چاقی ایرانیان و آمارهای نگران کننده

● هر چند در هفته تربیت بدنی آمارهای خوبی از عملکرد ورزش ایران منتشر می شود، اما انتشار برخی اخبار که با سلامتی مردم ار تباط مستقیم دارد، نگرانی ها را برای آینده افزایش داده است.

عبدالحمید احمدی معاون سابق فرهنگی و ورزش همگانی وزارت ورزش و جوانان در یادداشتی نوشت: هفته تربیت بدنی بهانه و فرصتی است تا راجع به ورزش و تأثیرات آن در جامعه و مردم صحبت و گفتگو شود. گفتگویی شفاف که در آن سهم ورزش در بهبود کیفیت زندگی مردم و تأثیرات آن در سلامت فردی و اجتماعی احداث جامعه با

آمار و اطلاعات دقیق بیان شود.

متأسفانه آن چه که کمتر در چنین مناسبیتی دنبال شده همین موضوع است و آنچه که بیشتر در برنامه‌های دستگاه‌های متولی ورزش شاهد آن هستیم همایش‌ها و نمایش‌هایی است که رنگ و بویی از توجه به آسیب‌ها و معضلات مرتبط با کیفیت و سبک زندگی مردم و کم تحرکی و فقر حرکتی احداث و اقشار جامعه ندارد و پس از پایان یافتن این هفته و برنامه‌های تبلیغاتی آن، دوباره این موضوع مهم و حیاتی که با سلامت مردم ارتباط مستقیم دارد به محاق و فراموشی سپرده می‌شود.

نگاهی به آمار ارائه شده از سوی مسئولین سازمان‌ها و نهادهای کشور گویای اوج گرفتن چاقی و اضافه وزن که نشانه مهمی از وخامت وضعیت سلامت جسمی و به تبع آن سلامت روانی و اجتماعی مردم اعم از دانش آموزان، بانوان، و سایر اقشار جامعه به ویژه در کلانشهرها و شهرهای



بزرگ ایران است.

– به گفته رئیس اداره سلامت میانسالان و مادران وزارت بهداشت حدود ۳۱ درصد زنان ایرانی چاق هستند و فقط ۲۸ درصد آنان، وزن متناسب و مابقی اضافه وزن دارند. یعنی در مجموع ۷۲ درصد زنان ایرانی چاقی و اضافه وزن دارند!

– براساس صحبت رئیس کل سازمان نظام پزشکی، ایران جزو ۴۲ کشور چاق دنیا است و متأسفانه با سرعت رشد چاقی در چند سال آینده، ایران جزو کشورهای چهارم و پنجم چاق دنیا خواهد بود!

– به گفته معاون تربیت‌بدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش بیش از ۴۰

نگران این وضعیت نگران کننده و دلایل و عوامل وقوع آن باشند؟

آیا با توجه به این اعداد و ارقام راجع به چاقی و اضافه وزن که می‌تواند تبعات بی شمار از جمله ابتلاء به بیماری‌های غیرواگیر و انواع سرطان‌ها که بسیار پرهزینه اند داشته باشد برنامه‌ای ملی برای پیشگیری و کاهش آن از سوی وزارتخانه‌های بهداشت و ورزش و آموزش و پرورش وجود دارد؟

و آیا وزارت ورزش و جوانان در دولت سیزدهم پاسخی برای رکود ورزش همگانی و تعطیلی و توقف بیش از ۲۰ برنامه و پروژه ملی ورزش همگانی از جمله طرح ملی شهر فعال، که قرار بود با مشارکت شهرداری‌های سراسر کشور و دستگاه‌ها اجرا و استمرار می‌توانست پاسخگوی بخشی از نیاز مردم در ورزش همگانی باشد، دارد؟

انتظار آن است که در دولت چهاردهم و با توجه به آمارها و گزارش‌های نگران کننده شیوع اضافه وزن و چاقی در بین مردم، و وضعیت نابسامان و بلا تکلیف ورزش همگانی که منجر به افزایش کم تحرکی و فقر حرکتی در اقشار جامعه و بویژه دانش آموزان و بانوان شده است تدبیر و برنامه ریزی لازم انجام شود.

آیا با توجه به این

اعداد و ارقام راجع به

چاقی و اضافه وزن

که می‌تواند تبعات بی

شمار از جمله ابتلاء به

بیماری‌های غیرواگیر

و انواع سرطان‌ها که

بسیار پرهزینه اند

داشته باشد برنامه‌ای

ملی برای پیشگیری

و کاهش آن از

سوی وزارتخانه‌های

بهداشت و ورزش

و آموزش و پرورش

وجود دارد؟

مجله

مازندران – گیلان – گلستان

روزنامه سیاسی ، اجتماعی و فرهنگی شمال ایران
صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری چشمه توسعه آفاق دانش
مدیر مسئول: ناهید شیرزاد
آدرس: ساری-بلوار پاسداران-روبروی بیمارستان بو علی سینا-کوچه شهید رضایی-پلاک ۶۱
تلفن: ۰۱۱-۳۳۳۴۰۷۹۷
چاپ: تکم
طراح: زهرا اسدی راد

حرف‌پچینی: موسسه فرهنگی هنری چشمه توسعه آفاق دانش

خبر

مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان مازندران:

ترویج فرهنگ ایثار و شهادت ضرورت است



مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان مازندران بر ضرورت ترویج فرهنگ ایثار و شهادت تاکید کرد. به گزارش جویبار، حامد فاضلی کبریا در آیین رونمایی از نخستین جشنواره سراسری فرهنگی-هنری سیمِرخ که با محوریت خلبان شهید امیر سرلشگر احمد کشوری در کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان شهرستان سیمِرخ برگزار شد، اظهار کرد: این جشنواره نیز گامی فرهنگی و هنری برای زنده نگه داشتن یاد شهدا و ترویج فرهنگ ایثار و شهادت است.

مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان مازندران با اشاره به اینکه شهرستان سیمِرخ مزین به شهدای بزرگی است، خاطرنشان کرد: نام شهدا به عنوان یک سرمایه اجتماعی موجب شده است تا در دنیا بدرخشیم. فاضلی اعلام کرد: امروز در تمام دنیا جبهه مقاومت که برگرفته از دفاع مقدس است شناخته شده و ارزشمند است.

وی افزود: دفاع مقدس برای ما گنجینه تمام ناشدنی است و باید برای اعتلای فرهنگ ایثار و شهادت قدم برداریم.

مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان مازندران تصریح کرد: برای اداره هر مجموعه نیاز به سرمایه‌های متعددی داریم که سرمایه اجتماعی یکی از با ارزش‌ترین سرمایه‌ها است. فاضلی یادآور شد: نخستین جشنواره سراسری فرهنگی هنری سیمِرخ برای نوجوانان ۱۵ تا ۱۸ سال و جوانان ۱۹ تا ۲۶ سال برگزار می‌شود.

تقارن یادواره شهدا و اختتامیه نخستین جشنواره سراسری سیمِرخ فرماندار سیمِرخ در آیین آیین گفت: یادواره شهدای سیمِرخ و اختتامیه نخستین جشنواره سراسری فرهنگی هنری سیمِرخ همزمان ۱۵ آذرماه برگزار می‌شود. لهراسب رحمتی اظهار کرد: از داوران ملی برای بررسی آثار بهره خواهیم برد و در آیین اختتامیه نیز مقامات لشکری و کشوری حضور خواهند داشت.

وی با اشاره به اینکه خدا را شاکریم که شاهد رونمایی نخستین جشنواره ملی فرهنگی و هنری سیمِرخ در این شهرستان هستیم و جای بسی افتخار است، افزود: در طول بیش از یک دهه از نامگذاری شهر سیمِرخ تا به امروز شاهد هیچ جشنواره فرهنگی و هنری نبوده‌ایم و این جشنواره را به فال نیک می‌گیریم. فرماندار سیمِرخ خاطرنشان کرد: از امروز این جشنواره در سطح ملی آغاز خواهد شد و قطعاً نواقصی خواهد داشت که در رویدادهای بعدی مرتفع خواهد شد.



در همین راستا پس از صدور موافقت اصولی طرح گردشگری از سوی اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری استان، در سال ۱۴۰۰ از اداره کل حفاظت محیط زیست اعلام به عمل آمد و موافقت زیست محیطی فعالیت گردشگری، به مساحت ۴ هکتار به صورت جداگانه از «پارک وحش مایا» ، پس از دریافت طرح توجیهی، صادر شد.



وی با اشاره به صید ۲۰۰ تن ماهی‌های استخوانی از دریای مازندران، افزود: صیادان مازندرانی از ۱۵ همراه تاکنون این میزان ماهی را از دریای خزر صید و روانه بازار کردند. مدیرکل شیلات مازندران درباره ترکیب گونه ماهی‌های صید شده، بیان کرد: از این میزان صید ۵۰ درصد آن کپور، ۳۰ درصد کفال و ۲۰ درصد ماهی سفید بوده است.



اداره کل حفاظت محیط زیست مازندران درباره پارک حیات وحش مجموعه گردشگری الیمالات نور توضیحاتی ارائه کرد.

در پی اخبار منتشرشده اخیر در رسانه‌ها و فضای مجازی در خصوص مجموعه گردشگری الیمالات واقع در بخش چمستان شهرستان نور، اداره کل حفاظت محیط زیست مازندران، توضیحاتی را به شرح زیر، جهت تنویر افکار عمومی ارائه شد:

مجموعه تفریحی الیمالات در قالب منطقه نمونه گردشگری، شامل پهنه آبی سد و اراضی پیرامونی آن، که در خارج از مناطق چهارگانه تحت مدیریت محیط زیست استان قرار گرفته است، به استناد قانون تعیین حریم دریاچه‌های احداثی در پشت سدها و آئین نامه اجرایی آن توسط شرکت «نون پویا سبیز گستر نور» در سال ۱۳۹۹ طی قرارداد ۲۵ ساله با شرکت آب منطقه‌ای استان (۶ سال ساخت و ۱۹ سال بهره برداری)، با هدف بهره برداری از منافع دریاچه سد و اراضی پیرامونی، شکل گرفت. نکته مهم در این خصوص، آن است که مجموعه سد خاکی الیمالات و عرصه‌های پیرامونی آن مجموعاً به مساحت ۲۱ هکتار، تحت مدیریت آب منطقه‌ای

توضیح محیط زیست درباره پارک حیات وحش الیمالات نور

استان قرار دارد، کاملاً فَنس کشی شده و توسط سیم خاردار از عرصه‌های جنگلی مجاور جدا شده و «پارک وحش مایا» نیز در پلان پیشنهادی آن، پیش بینی شده بود.

در همین راستا پس از صدور موافقت اصولی طرح گردشگری از سوی اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری استان، در سال ۱۴۰۰ از اداره کل حفاظت محیط زیست اعلام به عمل آمد و موافقت زیست محیطی فعالیت گردشگری، به مساحت ۴ و هشت دهم هکتار به صورت جداگانه از «پارک وحش مایا» ، پس از دریافت طرح توجیهی، صادر شد.

همچنین، مجوز زیست محیطی «پارک حیات وحش مایا» طی درخواستی جداگانه، پس از ارائه طرح توجیهی، در عرصه‌ای به مساحت سه و نیم هکتار (بخشی از کل مجموعه گردشگری الیمالات)، در راستای تفویض اختیار صورت گرفته از سوی ریاست سازمان متبوع، پس از هماهنگی با دفتر حفاظت و مدیریت حیات وحش و کسب موافقت اداره کل دامپزشکی استان، در مهر ماه ۱۴۰۲ صادر شد که لازم به تاکید است مرجع صدور مجوز پارک‌های حیات وحش، سازمان حفاظت محیط زیست بوده، نه سازمان منابع طبیعی و آبخیزداری!

سپس، آن مجموعه مبادرت به ساخت قَرْنطینه، استخرهای بتونی و گلی، انبار مواد غذایی، سردخانه و فنس کشی ایمن اقدام و شرایط را جهت انتقال حیات وحش فراهم کرد.

در همین راستا پس از تأیید ساخت و ساز صورت گرفته، مجوز انتقال ببرها با موافقت ادارات کل محیط زیست و دامپزشکی استان‌های مبدا و مقصد (مازندران و خراسان رضوی) و موافقت دفتر حفاظت و مدیریت حیات وحش سازمان، صادر و ببرها در فرودین ماه سال جاری به آن مجموعه منتقل شدند.

دست پُر صیادان مازندران در آغاز فصل صید

به مدت مشابه سال قبل از رشد پنج درصدی برخوردار بوده که شروع فصلی خوب برای صیادان است، افزود: ارزش اقتصادی این میزان ماهی صید شده ۵۵۰ میلیارد ریال بوده است که از این لحاظ نسبت به سال قبل، هشت درصد افزایش صید داشته است.

وی یادآور شد: علت افزایش صید ماهی در دریای مازندران، تکثیر و رهاسازی سالانه میلیون‌ها قطعه انواع ماهی در رودخانه‌های مهم شیلاتی استان بوده است.

مدیرکل شیلات مازندران یادآور شد: فصل صید ماهی استخوانی در دریای مازندران به مدت ۶ ماه تا ۱۵ فروردین‌ماه سال آینده ادامه خواهد داشت. صید و ماهیگیری در سواحل دریای خزر به روش « پره » است به این صورت که تورهایی با ارتفاع هفت تا ۱۰ متر و به طول یک هزار و ۲۰۰ متر به کمک یک قایق به صورت نیم دایره در فاصله مشخصی از ساحل دریا (۱۴ متری عمق دریا) ریخته و پس از انباشته شدن از ماهیان استخوانی شامل گونه های کفال، سفید و کپور، به وسیله تراکتور به ساحل کشیده می شود.

سر صیاد، فوکا پوش (صیادان باچکمه های بلند) تور ریز، چینت چی (مرمت کار تور) قایقران و تراکتور ران از نیروهای اصلی در انجام صیادی پره هستند.



صادرات ۱۲۵ قلم کالا از مازندران به ۴۲ کشور جهان

وی عراق را مقصد نخست صادراتی با ۷۱ میلیون دلار ذکر کرد و گفت: همچنین ۵۷ میلیون دلار کالا به روسیه، ۱۳ میلیون دلار کالا به ترکمنستان، ۹ میلیون دلار به قزاقستان شش میلیون دلار به امارات صادر شده است.

جمشیدی ادامه داد: فرآورده‌های لبنی با ۶۲ ملیون دلار کالای نخست صادراتی و سیمان با ۲۳ میلیون دلار، مواد پلاستیکی با ۲۰ میلیون دلار، فلزات معمولی با ۱۷ میلیون دلار و فرآورده‌های خوراکی گوناگو با ۱۲ میلیون دلار دیگر کالاهای صادراتی استان به شمار می‌رود.

خبر



مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای مازندران:

۷۸ هزار متر مربع از بستر و حریم رودخانه‌های

مازندران در نیمه نخست سال رفع تصرف شد

مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای مازندران گفت: در ۶ ماه نخست امسال با تلاش و پیگیری‌های ادارات منابع آب شهرستان‌ها و همکاری دستگاه قضا و نیروی انتظامی بیش از ۷۸ هزار متر مربع از بستر و حریم رودخانه‌های مازندران که به صورت غیرقانونی توسط اشخاص تصرف شده بود رفع تصرف و آرداسازی شد.

۶۶

به گزارش جویبار، حیدر داوودی‌ان با بیان این‌که ۵۷ پرونده رفع تصرف بستر و حریم رودخانه‌های این استان در نیمه نخست سال جاری با اجرای حکم رفع تصرف مختومه شد، اظهار کرد: مجموع مساحت زمین‌های رفع تصرف شده از حریم و بستر رودخانه‌های مازندران در نیمه نخست سال جاری ۷۸ هزار و ۶۰۰ متر مربع (۷.۸ هکتار) است.

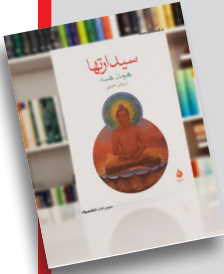
وی افزود: بیشترین تعداد پرونده‌های رفع تصرف که به اجرای حکم رسید در این بازه زمانی مربوط به اداره منابع آب نور و روبان بود که ۱۲ پرونده به رفع تصرف شده از حریم و بستر رودخانه‌های مازندران در نیمه نخست سال جاری ۱۱ پرونده در اداره منابع آب «نوشهر و چالوس» با ۱۸ هزار و ۷۰۰ متر مربع رفع تصرف، ۱۱ پرونده در اداره منابع آب «ساری و میان‌دورود» با ۱۰ هزار و ۸۰۰ متر مربع آزادسازی و هفت پرونده نیز در اداره منابع آب «بابل و بابلسر» با ۱۸ هزار و ۵۰۰ متر مربع رفع تصرف سرانجام رسید.

داوودی‌ان خاطرنشان کرد: در حال حاضر ۱۳۴ پرونده تصرف بستر رودخانه و زمین‌های تحت مالکیت شرکت و مجاری آبی توسط واحد حقوقی این شرکت در دستگاه قضایی پیگیری می‌شود که امیدواریم به زودی شاهد رفع تصرف این عرصه‌ها نیز باشیم. وی افزود: شرکت آب منطقه‌ای

داوودی‌ان خاطرنشان کرد: در حال حاضر ۱۳۴ پرونده تصرف بستر رودخانه و زمین‌های تحت مالکیت شرکت و مجاری آبی توسط واحد حقوقی این شرکت در دستگاه قضایی پیگیری می‌شود که امیدواریم به زودی شاهد رفع تصرف این عرصه‌ها نیز باشیم. وی افزود: شرکت آب منطقه‌ای

...

سیدارتها هدفی پیش روی داشت، هدفی یگانه، و آن خالی شدن بود: می‌خواست از عطش و از خواهش‌ها، از روپا و شادی‌ها و نیز از رنج خالی شود.



سیدارتها
هرمان هسه