

آغاز شمارش معکوس برای پرتاب منظومه ماهواره‌های ایران از پایگاه فضایی روسیه

ارتقای چشمگیر سطح علمی پزشکان کشور

## بی‌نیازی از اعزام بیمار به خارج از کشور برای درمان





## خبر

## واریز یارانه ارزی طرح دارویار به حساب داروخانه‌ها

**سپهرغرب، گروه سلامت،** **مدیریت منابع سازمان غذا و دارو اعلام کرد که یارانه ارزی طرح دارویار سهم تامین اجتماعی برای داروخانه‌ها توسط سازمان هدفمندی واریز شده و یارانه بیمه سلامت که مربوط به مطالبات تا پایان تیرماه مربوط خواهد شد. هفته آینده به حساب آنها واریز خواهد شد.**



دکتر میرزاده

دکتر فرشته میرزاده گفت: این اقدام در راستای حمایت از دسترسی آسان‌تر مردم به دارو و افزایش شفافیت در زنجیره تامین دارو انجام شده است. در پی اجرای طرح دارویار و تلاش برای کاهش هزینه‌های دارویی بیماران، سازمان غذا و دارو در همکاری با سازمان‌های بیمه‌ای گام‌های جدی برای واریز یارانه‌های ارزی به داروخانه‌ها برداشته است.

وی همچنین افزود: یارانه ارزی بیمه سلامت نیز به منظور تسریع دسترسی بیماران به داروهای مورد نیاز که مربوط به مطالبات تا پایان تیرماه است، هفته آینده پرداخت خواهد شد. به گفته میرزاده، این تخصیص منابع نقش مهمی در جلوگیری از کمبودهای دارویی و مدیریت بهینه دارو در سطح کشور ایفا خواهد کرد. واریز به موقع یارانه‌های ارزی به داروخانه‌ها، از اولویت‌های سازمان غذا و دارو است و این سازمان با همکاری نهادهای بیمه‌ای در تلاش است تا شرایط مناسبی برای تامین داروی مورد نیاز بیماران فراهم آورد. وی افزود: این اقدامات در راستای بهبود شفافیت و افزایش نظارت بر فرآیندهای دارویی کشور صورت گرفته تا دارو با قیمت مناسب به دست مصرف‌کنندگان برسد و از فشار مالی بر مردم کاسته شود.

بنابر اعلام سازمان غذا و دارو، به گفته وی، حمایت از داروخانه‌ها به‌ویژه در مناطق کم‌برخوردار نیز یکی از اهداف اصلی این طرح است تا بتوان دسترسی همگانی به خدمات دارویی را تقویت کرد و وضعیت تامین دارو در کشور را بهبود بخشید.

●

## منشاء پنج‌گانه بروز کمردرد را بشناسید

**سپهرغرب، گروه سلامت، مدیر کلینیک طب پیشگیری و ارتقای سلامت سازمان جهاد دانشگاهی علوم پزشکی تهران با بیان اینکه پنج عامل مختلف می‌تواند منشاء بروز کمردرد در فرد باشد، گفت: تمام افراد مبتلا به درد کمردرد مشابه یکدیگر نیستند و این پزشک است که با گرفتن شرح حال دقیق و معاینه بالینی می‌تواند به منشاء اصلی ایجاد کمردرد در فرد برسد.**



دکتر پارزی

دکتر سودا محرم‌زاده دربارۀ وضعیت ابتلا به دیابت در جهان گفت: براساس آخرین گزارش فدراسیون بین‌المللی دیابت (IDF) که در سال ۲۰۲۱ منتشر شده، بیش از ۵۰۰ میلیون نفر در جهان به دیابت مبتلا هستند. سرعت شیوع دیابت بسیار زیاد است و حدود ارزیابی‌ها بیانگر این است که تعداد مبتلایان به این بیماری به ۷۰۰ میلیون نفر تا سال ۲۰۳۰ می‌رسد.

این متخصص طب فیزیکی درباره منشاء دوم بروز کمردرد گفت: آسیب‌های «مفصلی» هم می‌توانند منشاء بروز کمردرد باشند. ساییدگی یا همان آرتروز کمز یا روماتیسم ستون فقرات انواعی از کمردرد با منشاء آسیب مفاصل ستون فقرات هستند.

مدیر کلینیک طب پیشگیری و ارتقای سلامت سازمان جهاد دانشگاهی علوم پزشکی تهران با بیان اینکه آسیب بافت (عضلات) هم می‌تواند منشاء کمردرد باشد، گفت: اگر عضلات کنار ستون فقرات، لگن و باسن آسیب ببینند و دچار گرفتگی، اسپاسم، کشیدگی، نقطه‌های ای یا مسائل دیگر شوند، می‌توانند کمردرد ایجاد کنند. شایع‌ترین عامل کمردرد، آسیب عضلات و بافت نرم مجاور ستون فقرات است. وی درباره چهارمین منشاء بروز کمردرد نیز اظهار کرد: در ساختار ستون فقرات بین دو مهره دیسک بین مهره‌ای وجود دارد و آسیب آنها می‌تواند چهارمین عامل بروز کمز درد باشد. اگر دیسک‌های میان ۲ مهره دچار آسیب‌های مختلف مانند «خشک شدن و از دست دادن آب»، «فتق و بیرون‌زدگی»، «پارشدن» و موارد دیگر شوند، درد در ناحیه کمز ایجاد می‌شود.

پارزی با بیان اینکه آسیب «سیستم عصبی» پنجمین منشاء کمردرد شناخته می‌شود، گفت: گاهی اوقات، دیسک بیرون‌زده یا زائده‌های استخوانی ناشی از آرتروز و... روی نخاع یا ریشه‌های عصبی فشار وارد می‌کنند و سبب آسیب سیستم عصبی می‌شوند. آسیب سیستم عصبی سبب بروز درد در کمز و پاها می‌شود. دردی که به دلیل فشار روی ریشه‌های عصبی باشد از کمز وارد پاها می‌شوند و به آن «درد سیاتیک» می‌گویند.

## شایع‌ترین بیماری‌های چشمی در ایران

**سپهرغرب، گروه سلامت،** **فلوشیپ قرنیه و گلوکوم، در ارتباط با شایع‌ترین بیماری‌های چشمی در ایران، توضیحاتی داد.** نوید نیلفروشان گفت: بیماری‌های چشمی که در ایران بیشترین شیوع را دارند شامل آب مروارید، آب سیاه و تغییرات چشمی ناشی از کوهول سن و دیابت است که برخی از این بیماری‌ها درمان قطعی دارد و برخی نیز به علت خطراتی که به همراه دارد منجر به نابینایی یا کم بینایی بیماران می‌شود. وی افزود: برخی بیماری‌های چشمی ناشی از دیابت در مراحلی از بیماری با اختلالات دید همراه است و اگر افراد دیر به پزشک مراجعه کنند، ممکن است به نابینایی مبتلا شوند. عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران ادامه داد: با توجه به سبک زندگی و استفاده از وسایل الکترونیک از جمله تلفن همراه و تبلت و رایانه، به‌ویژه در کودکان، سن بروز بیماری‌های چشمی در کشور کاهش داشته است. نیلفروشان افزود: بسیاری از اعمال جراحی در رشته چشم‌پزشکی با کمک تجهیزات پزشکی انجام می‌شود و در حاشیه این همایش، نمایشگاهی از محصولات دانش‌بنیان و تولید داخل در عرصه پزشکی برگزار شده است.



وی با بیان اینکه «ابتلا به دیابت» طیف‌های متفاوتی دارد، خاطرنشان کرد: این احتمال وجود دارد که مبتلایان به دیابت، هنوز در مراحل ابتدایی ابتلا بوده و اصطلاحاً در مرحله «پیش دیابت» باشند و هنوز قند خون آن‌ها افزایش نیافته باشد. این متخصص فیزیولوژی ورزش کلینیک دیابت پژوهشگاه رویان با اشاره به افراد مستعد ابتلا به دیابت گفت: مبتلایان به چاقی، افراد دارای بافت عضلانی کم، کسانی که رژیم غذایی مناسبی ندارند و به اندازه کافی سبزیجات و فیبر مصرف نمی‌کنند و مهم‌تر از همه افرادی که زندگی غیر فعالی دارند، در حال سپری کردن پله‌های مقدماتی دیابت هستند.

وی با اشاره به باورهای جامعه در ارتباط با ابتلا به دیابت تأکید کرد: بنابر باور عمومی جامعه، فقط افراد بسیار چاق به دیابت مبتلا می‌شوند؛ این در حالی است که شیوع دیابت در افرادی که به چاقی مبتلا نیستند میان افراد لاغر بیانگر این است که منشاء دیابت فقط به تجمع چربی در بدن محدود نمی‌شود بلکه «کمبود بافت عضلانی» نیز می‌تواند منشاء ابتلا به دیابت باشد.

محرم‌زاده با بیان اینکه کمبود بافت عضلانی به افزایش احتمال وجود دیابت در دیابت‌های تجویزی را مصرف کنند اما نسبت به رعایت الگوی غذایی و فعالیت ورزشی بی‌توجه باشند، نه تنها بیماری آنها بهبود نمی‌یابد بلکه نیاز به مصرف دارو نیز افزایش می‌یابد. محرم‌زاده درباره الگوهای غذایی مبتلایان به دیابت نوع ۲ توضیح داد: افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ می‌بایست مصرف افزایش قدرت و حجم بافت عضلانی خود برنامه غذایی مناسب خود کاهش دهند و از پرخوری اجتناب کنند و فیبر بیشتری مصرف کنند.

محرم‌زاده با بیان اینکه کمبود بافت عضلانی به افزایش احتمال وجود دیابت در دیابت‌های تجویزی را مصرف نمی‌شود، افزود: سبک زندگی، نقش موثری در پیشگیری از ابتلا به دیابت دارد. هنگامی که از سبک زندگی سخن می‌گوییم، دو مولفه «سبک تغذیه» و «میزان فعالیت بدنی» را در کانون توجه قرار می‌دهیم. این متخصص فیزیولوژی ورزش کلینیک دیابت پژوهشگاه رویان بیان کرد: مجامع علمی بر میزان بافت عضلانی و ظرفیت متابولیزه کردن هر چه بیشتر و مؤثرتر مواد غذایی برای پیشگیری از دیابت تأکید می‌کنند. فعالیت‌های ورزشی می‌توانند سبب افزایش بافت عضلانی شوند. ماهیت سیستم عضلانی بدن مانند سایر سیستم‌های بدن است و اگر مورد استفاده داد، قرار نگیرد، تحلیل می‌رود. محرم‌زاده ادامه داد: برخی افراد، الگوهای غذایی سالم دارند، اما با فعالیت‌های ورزشی بیگانه هستند. عضلات بدن، در فقدان فعالیت ورزشی رفته‌رفته کوچک می‌شود و شاید به نازکی پوست برسد. بر همین اساس هم برخی از مراجعان کلینیک دیابت رویان به هیچ‌وجه چاق نیستند اما هیچ‌گونه فعالیت ورزشی نداشته‌اند. عضلات بدن برخی مبتلایان به دیابت به قدری نازک شده که استخوان‌های زیر عضلات آنها به راحتی لمس می‌شود. فقدان بافت عضلانی، افراد را در مسیری قرار می‌دهد که نتوانند مواد غذایی را به خوبی متابولیزه کنند و کلید ابتلا به دیابت آنها زده شود.

**پیشگیری از دیابت با ورزش**
این متخصص فیزیولوژی ورزش کلینیک دیابت پژوهشگاه رویان با بیان اینکه فعالیت

ورزشی برای پیشگیری از ابتلا به دیابت بسیار ضروری است، تأکید کرد: فعالیت ورزشی فواید متنوعی دارد که تقویت بافت یکی از آن فواید به حساب می‌آید. همچنین برای داشتن یک سبک زندگی سالم، «تعادل میان دریافت مواد غذایی و سوزاندن آن»، بسیار مهم است که باید همواره مورد توجه قرار گیرد. به طور معمول، میزان مواد غذایی دریافتی از میزان نیاز پایه‌ای بدن بیشتر است که این میزان مازاد می‌بایست سوزانده شود؛ هنگامی که میزان مواد غذایی مازاد و انرژی حاصل از آن سوزانده نشود، در بدن تجمع کرده و به بدن آسیب وارد می‌کند. بیماری‌های متابولیک مانند چاقی، سندروم متابولیک و دیابت نوع ۲ در بسیاری از موارد به دلیل تجمع کالری مازاد در بدن در طولانی مدت ایجاد می‌شود.

وی ادامه داد: انسولین، یکی از چهار هورمون موثر در ساخت عضله است؛ به دلیل اینکه سلول‌های عضلانی در بدن بیماران دیابتی به خوبی به انسولین واکنش نمی‌هد، در نتیجه عضله‌سازی به درستی انجام نمی‌شود. به طور معمول پس از ۳۰ سالگی، یک تا ۲ درصد بافت عضلانی بدن به صورت سالانه از دست می‌رود و این پدیده برای مبتلایان به دیابت به چهار تا پنج درصد می‌رسد.

محرم‌زاده گفت: حرکات قدرتی سبب تقویت عضلات می‌شود؛ بنابراین برای داشتن عضلات خوب باید تمریناتی فراتر از کارهای روزانه ورزشی داشته باشیم. تمرین‌های ورزشی با کش، وزنه‌زدن با دمبل، تمرین با دستگاه‌های بدنسازی یا با وزن بدن به افزایش بافت عضلانی کمک می‌کند.



وی با بیان اینکه «تغذیه»، «دارو درمانی» و «فعالیت ورزشی» سه اضلاع مثلث درمان دیابت نوع ۲ را تشکیل می‌دهند، گفت:

اهمیت اضلاع مثلث درمانی دیابت نوع ۲ به یک اندازه است.

اگر مبتلایان به دیابت نوع ۲ فقط داروهای تجویزی را مصرف کنند اما نسبت به رعایت الگوی غذایی و فعالیت ورزشی بی‌توجه باشند، نه تنها بیماری آنها بهبود نمی‌یابد بلکه نیاز به مصرف دارو نیز افزایش می‌یابد.

محرم‌زاده درباره الگوهای غذایی مبتلایان به دیابت نوع ۲ توضیح داد: افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ می‌بایست مصرف افزایش قدرت و حجم بافت عضلانی خود برنامه غذایی مناسب خود کاهش دهند و از پرخوری اجتناب کنند و فیبر بیشتری مصرف کنند.

**اهمیت ورزش و توقف عضله‌سوزی در دیابتی‌ها**

این متخصص با بیان اینکه درباره فعالیت‌های ورزشی بیماران مبتلا به دیابت چندان سخن گفته نمی‌شود، افزود: پیاده‌روی، راحت‌ترین و در دسترس‌ترین کار ممکن است؛ به نحوی که تمام افراد جامعه با پیاده‌روی می‌توانند کمک قابل توجهی به کنترل قند خون خود کنند. اگرچه پیاده‌روی به کنترل قند خون کمک می‌کند اما ضعف بزرگ بیماران دیابتی یعنی کمبود بافت عضلانی را جبران نمی‌کند. بیماران که به دلیل ضعف و کمبود بافت عضلانی به دیابت مبتلا شده‌اند با پیاده‌روی نمی‌توانند این کمبود را جبران کنند.

وی ادامه داد: ساخت بافت عضلانی مبتلایان دیابت به دلیل سخت‌بودن جذب کربوهیدرات‌ها با سرعت کمی انجام می‌شود. نه تنها عضله‌سازی به سختی انجام می‌شود، بلکه میزان عضله‌سوزی این بیماران بیشتر از دیگر است. برنامه ورزشی مبتلایان به دیابت نوع ۲ باید به نحوی باشد که آمادگی جسمانی آنها برای توقف روند عضله‌سوزی افزایش دهد.

**چرایی کاهش عضله‌سازی در مبتلایان دیابت**

این متخصص درباره چرایی افزایش عضله‌سوزی و کاهش عضله‌سازی مبتلایان به دیابت گفت: مقاومت به انسولین، مهم ترین ویژگی دیابت نوع ۲ است. انسولین مانند کلید عمل می‌کند؛ یعنی در سلول‌ها به روی قند باز می‌کند. هنگامی که انسولین کاهش می‌یابد یا سلول به آن پاسخ نمی‌دهد، مقاومت به انسولین ایجاد

می‌شود. سیستم بدنی اغلب بیماران دیابتی به انسولین به طور مؤثری پاسخ نمی‌دهد. انسولین علاوه بر این که برای دریافت قند توسط سلول، ضروری است، از مهمترین موادی است که فعالیت «آناپولیک» دارد؛ یعنی سبب ترمیم و رشد عضلات می‌شود.

وی ادامه داد: انسولین، یکی از چهار هورمون موثر در ساخت عضله است؛ به دلیل اینکه سلول‌های عضلانی در بدن بیماران دیابتی به خوبی به انسولین واکنش نمی‌هد، در نتیجه عضله‌سازی به درستی انجام نمی‌شود. به طور معمول پس از ۳۰ سالگی، یک تا ۲ درصد بافت عضلانی بدن به صورت سالانه از دست می‌رود و این پدیده برای مبتلایان به دیابت به چهار تا پنج درصد می‌رسد.

محرم‌زاده گفت: حرکات قدرتی سبب تقویت عضلات می‌شود؛ بنابراین برای داشتن عضلات خوب باید تمریناتی فراتر از کارهای روزانه ورزشی داشته باشیم. تمرین‌های ورزشی با کش، وزنه‌زدن با دمبل، تمرین با دستگاه‌های بدنسازی یا با وزن بدن به افزایش بافت عضلانی کمک می‌کند.

**احتمال ابتلا به سایر بیماری‌ها با حرکات ورزشی اشتباه**

وی با بیان اینکه سلامت عمومی دیابتی‌ها می‌بایست هنگام ورزش کردن در نظر گرفته شود، گفت: افراد مبتلا به دیابت با چالش‌های متعددی در ارتباط با سلامتی خود مواجه هستند و معمولاً به بیماری‌های مختلفی مانند آرتروز و التهاب مبتلا می‌شوند. پیش از شروع فعالیت

می‌کند.

مجامع علمی بر میزان بافت عضلانی و ظرفیت متابولیزه کردن هر چه بیشتر و مؤثرتر مواد غذایی برای پیشگیری از دیابت تأکید می‌کنند. فعالیت‌های ورزشی می‌توانند سبب افزایش بافت عضلانی شوند. ماهیت سیستم عضلانی بدن مانند سایر سیستم‌های بدن است و اگر مورد استفاده قرار نگیرد، تحلیل می‌رود. محرم‌زاده ادامه داد: برخی افراد، الگوهای غذایی سالم دارند، اما با فعالیت‌های ورزشی بیگانه هستند. عضلات بدن، در فقدان فعالیت ورزشی رفته‌رفته کوچک می‌شود و شاید به نازکی پوست برسد.

ورزشی، وضعیت جسمانی مبتلایان به دیابت باید ارزیابی شود. محرم‌زاده درباره برنامه ورزشی مناسب بیماران مبتلا به دیابت خاطرنشان کرد: یک برنامه ورزشی مناسب و اصولی باید در وهله نخست در جهت رفع مسائل و مشکلات بیماران مانند زانو درد، کمردرد یا ضعف عضلانی باشد و سپس دنبال اهداف دیگر، مانند کاهش وزن باشد. برنامه ورزشی بیماران دیابتی می‌بایست پله به پله ارزیابی شود و بیماران باید به برنامه ورزشی پایبند باشند.

**تاخیر در بهبود زخم‌ها در مبتلایان دیابت**

این متخصص فیزیولوژی ورزش گفت: میزان آسیب‌دیدگی بیماران مبتلا به دیابت نسبت به سایر افراد بیشتر است و زخم‌های این بیماران با تاخیر خوب می‌شود.

زخم می‌تواند بیرونی باشد و روی پوست ایجاد شود یا «درونی و مثلاً زخم تاندون باشد. با توجه به احتمال بالای آسیب بیماران دیابتی، این گروه از بیماران باید به نحوی ورزش کنند تا از مزایای ورزش کردن برخوردار شوند و آسیب نبینند. وی ادامه داد: بیماران مبتلا به دیابت نباید در زمان ورزش کردن، درد داشته باشند. اگر یک بیماری دیابتی به هنگام ورزش کردن درد را احساس کند، باید بدانند که در حال آسیب دیدن است. ورزش کردن نباید با درد همراه باشد. افرادی که برای بیماران دیابتی برنامه ورزشی تنظیم می‌کنند، می‌بایست درباره مکانیسم بیماری دیابت و مشکلات متعددی که بیماران دیابتی مستعد آن‌ها هستند، همچنین داروهای مصرفی بیماران، اطلاعات کافی داشته باشند.

پیش از شروع یک برنامه تمرین ورزشی، بیماران دیابتی با یک فرد متخصص مشورت کنند. خوشبختانه، گروهی از متخصصان فیزیولوژی ورزش نسبت به وضعیت بیماران دیابتی دارای دانش کافی هستند و در این زمینه فعالیت می‌کنند.

**از ورزش فرار نکند**
محرم‌زاده تأکید کرد: به تمام افراد جامعه توصیه می‌کنم که از ورزش کردن فراری نباشند. همچنین دیابتی‌ها باید بدانند که ورزش می‌تواند معجزه‌های فراوانی برای آنها در رمغان بیآورد. بعنوان کسی که سال‌هاست به‌ر زمینه تجویز تمرین ورزشی برای بیماران فعالیت می‌کند، باید بگویم ورزش کردن برای دیابت حقیقتاً یک معجزه می‌کند.



## تحلیل

### هشدار درباره تبعات اخبار نادرست درباره زنده شدن بیمار مرگ مغزی

**سپهرغرب، گروه سلامت: معاون فراهم‌آوری اعضا و نسوج پیوندی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی درخصوص پیامدهای منفی خبر نادرست زنده شدن یک مورد مرگ مغزی هشدار داد.**



دکتر قربانی

دکتر فریبا قربانی با بیان این مطلب و با اشاره به مطلبی که به اشتباه درباره زنده شدن بیمار مرگ مغزی در یکی از رسانه‌ها منتشر شده، گفت: این خبر بعد از انتشار اولیه در یورونیوز نیز ویرایش شده است. در واقع بیمار مذکور به دنبال مسمومیت با مواد دارویی دچار کاهش سطح هوشیاری شده بوده است. این درحالیست که مراحل تشخیص مرگ مغزی به درستی انجام نگرفته است و تشخیص مرگ مغزی برای بیمار کاملاً اشتباه بوده است.

وی با اشاره به اینکه تاکنون بالغ بر ۲۶۰۰ عزیز مرگ مغزی در واحد اهدای عضو بیمارستان دکتر مسیح دانشوری به اهدا رسیده‌اند، گفت: ما نسبت به خانواده‌های این عزیزان مسئولیت داریم و نباید با انتشار اخبار نادرست سبب ایجاد نگرانی و تشویش خاطر خانواده‌های بزرگوار اهدا کننده، شویم. قربانی با اشاره به برگزاری برنامه‌های آموزشی متنوع در جامعه و همچنین برای کادر درمان، به اهمیت افزایش آگاهی و داشتن نگرش مثبت نسبت به مقوله مرگ مغزی تأکید کرد و گفت: با چنین اشتباهاتی، تمام فعالیت‌های فرهنگی در این خصوص تحت تأثیر اخبار نادرست قرار می‌گیرد.

قربانی همچنین با بیان این مطلب که طی روزهای گذشته پاسخگوی بسیاری از مردم بوده‌ایم، اظهار کرد: پروتکل تشخیص مرگ مغزی در ایران بسیار دقیق و سخت‌گیرانه است و مرگ مغزی یکی از تالیلهای رخداد مرگ قطعی است که تقریباً از هر ۱۰۰ مورد مرگ در ۲ مورد اتفاق می‌افتد.

وی تأکید کرد: در شرایط مسمومیت‌های دارویی تشخیص مرگ مغزی با گذشت زمان مناسب از وقوع مسمومیت انجام می‌گیرد و در صورت نیاز از تست‌های تکمیلی نیز استفاده می‌شود.

وی در پایان سخنان خود گفت: خانواده‌های اهدا کننده هرگز در تصمیم بزرگوارانه و خدا پسندانه خود تردید نداشته باشند و تشخیص و تأیید مرگ مغزی با پروتکل‌های دقیق و سختگیرانه صورت می‌گیرد.



### لاغری یا چاقی بیش از حد کودک عملکرد ریه را مختل می‌کند

**سپهرغرب، گروه سلامت: یک مطالعه جدید هشدار می‌دهد بچه‌هایی که خیلی لاغر یا خیلی چاق هستند در معرض خطر اختلال عملکرد ریه هستند.**



دکتر اریک ملن

دکتر «اریک ملن»، محقق اصلی و متخصص اطفال در مؤسسه کارولینسکا در سوئد، گفت: «این نشان می‌دهد که بیهیسه‌سازی رشد کودکان چه در اوایل زندگی و چه در سال‌های ابتدایی مدرسه و نوجوانی بسیار مهم است.»

محققان توضیح دادند که از هر ۱۰ کودک، ۱ کودک در دوران کودکی رشد عملکرد ریه اش کاهش می‌یابد و در نتیجه نمی‌تواند به حداکثر ظرفیت ریه در بزرگسالی دست یابد.

این امر خطر ابتلا به مشکلات سلامتی جدی مانند بیماری قلبی، بیماری ریوی و دیابت را افزایش می‌دهد. برای این مطالعه، محققان ۳۲۰۰ کودک را از بد تولد تا ۲۴ سالگی ردیابی کردند. در طول این دوره، شاخص توده بدنی (BMI) کودکان بین ۴ تا ۱۴ بار اندازه‌گیری شد.

ملن گفت: «در این مطالعه، ما توانستیم کودکان را از بدو تولد تا سن ۲۴ سالگی دنبال کنیم و کل دوره رشد عملکرد ریه را پوشش دهیم.»

به گفته محققان، عملکرد ریه در سنین ۸، ۱۶ و ۲۴ سالگی معمولاً در کودکان با BMI بالا همچنین سطوح بالایی از متابولیت‌های اسید آمینه ضروری هیستیدین را نشان داد. الگوی مشابهی نیز در بیماران مبتلا به آسم و بیماری انسداد مزمن ریه مشاهده شد.

اما محققان دریافته‌اند BMI پایین‌تر با کاهش عملکرد ریه نیز مرتبط است، که در این مورد به دلیل رشد ناکافی ریه است.

ملن خاطرنشان کرد: «جالب است که ما دریافتیم که در گروهی که در ابتدا BMI بالایی داشتند اما قبل از بلوغ BMI نرمال شده بودند، عملکرد ریه در بزرگسالی مختل نشد.» ملن همچنین ادراک کودکان با BMI بالا همچنین سطوح بالایی از متابولیت‌های اسید آمینه ضروری هیستیدین را نشان داد. الگوی مشابهی نیز در بیماران مبتلا به آسم و بیماری انسداد مزمن ریه مشاهده شد. اما محققان دریافته‌اند BMI پایین‌تر با کاهش عملکرد ریه نیز مرتبط است، که در این مورد به دلیل رشد ناکافی ریه است.



برگردد، خاطرنشان کرد: تفاهات خوبی را که بین نظام پزشکی و وزارتخانه وجود دارد، به فال نیک می‌گیریم، چون این مساله به نفع جراحان عمومی خواهد بود. جراحان عمومی نباید درخصوص انتخابات

به جامعه، تصریح کرد: یکی از راه‌های افزایش توانمندی، دانشکده پزشکی است اما مهمتر از آن، همین گردهمایی‌هاست که در آن به همکاران یاد بدهیم و از همکاران یاد بگیریم و بدون هیچ چشمداشت مالی، داد

به جامعه، تصریح کرد: یکی از راه‌های افزایش توانمندی، دانشکده پزشکی است اما مهمتر از آن، همین گردهمایی‌هاست که در آن به همکاران یاد بدهیم و از همکاران یاد بگیریم و بدون هیچ چشمداشت مالی، داد

## بی‌نیازی از اعزام بیمار به خارج از کشور برای درمان

ارتقای چشمگیر سطح علمی پزشکان کشور

پیش روی نظام پزشکی بی‌تفاوت باشند، بلکه باید در صحنه حاضر باشیم تا بتوانیم رشته خود را تقویت کنیم و افراد علاقه‌مند را به بدنه نظام پزشکی بفرستیم.

خوشبختانه تنش‌های پیش با وزارتخانه قبلی در حال حاضر وجود ندارد و امیدواریم که بتوانیم کوریکولوم را به دلخواه خود به ثبت برسانیم. در ادامه دکتر مهرداد پهلوی، دبیر دومین کنگره سالیانه انجمن علمی جراحان عمومی ایران با یادآوری اینکه جراحی نوین در ایران با پروفیسور عدل آغاز شد گفت: بعد از ایشان بزرگان دیگری چون دکتر حسایی، دکتر هدایت، دکتر فاضل و در حال حاضر دکتر صحت پرچم‌دار این مهم هستند. وی با اشاره به اینکه در این کنگره از ۹ پنل با ۱۰۲ سخنران و ۱۱ کارگاه

و ستد علمی داشته باشیم. افشارفرد با اشاره به اینکه انجمن جراحان عمومی در یک سال گذشته از طریق دوره‌های متعدد، توانمندی‌های زیادی ایجاد کرده است، افزود: اخیراً رایج شده که کوریکولوم آموزشی در هر رشته به صورت جداگانه مصوب شود. ما در تنظیم کوریکولوم مشکل داریم و تلاش می‌کنیم که آن را در سطحی وسیع‌جا بیندازیم، اما مشکلات فراوان و سنگ اندازی‌های زیادی وجود دارد. خوشبختانه اخیراً با یاد و تحولات وزارتخانه، امید زیادی به رخداد اتفاقات مثبت داریم.

وی با یادآوری اینکه پیش از این، ماده واحد صلاحیت حرفه‌ای از بین رفته بود و اکنون تلاش می‌شود که به جای خود

این مهم، اصل اساسی برنامه‌های بازآموزی است که از مدت‌ها پیش در دنیا مرسوم شده است. انجمن جراحان عمومی سال‌هاست تلاش خود را معطوف به افزایش سطح علمی پزشکان کشور کرده و خوشبختانه در این مسیر موفق بوده است. کمااینکه همکاران جراح شرایطی را فراهم کردند که هیچ بیماری مجبور نباشد برای درمان به خارج از کشور مسافرت کند.

رئیس انجمن علمی جراحان عمومی ایران مطالعه انفرادی را یک روند طاق‌فرسا در مسیر به روزآوری دانش پزشکان معرفی و خاطرنشان کرد: برگزاری این همایش‌ها، نقش موثری در مسیر دانش‌افزایی پزشکان ایفا می‌کند و انجمن علمی جراحان عمومی تلاش کرده که در نقاط مختلف کشور، برنامه‌های بازآموزی اجرا کند و مسائل مختلف را مورد بحث قرار دهد، از سخنرانی‌ها حذر کند و با گردهمایی، مطالب را از منظر مختلف مورد بررسی قرار دهد. در این مسیر به شونندگان نیز اجازه می‌دهد که در موارد مختلف مطالب خود را عنوان کنند و به جواب برسند.

وی ضمن اشاره به ارائه سخنرانی‌های کوتاه در طول کنگره، افزود: غالب ارائه‌ها به صورت میزگرد طراحی شده تا بحث صورت گیرد و همکاران نیز سوالات خود را مطرح کنند تا در نهایت بتوانند به بیماران خدمت بهتری ارائه کنند.

در ادامه دکتر ابوالفضل افشارفرد، دبیر علمی دومین کنگره سالیانه انجمن علمی جراحان عمومی ایران با بیان اینکه اهمیت این گردهمایی‌ها در همدلی، همفکری و هم‌رازی برای پیشبرد رشته جراحی در مسیر خدمت به انسان‌های نیازمند است، گفت: هیچ بیمارستانی بدون جراح، بیمارستان نخواهد بود. وی با تأکید بر لزوم افزایش توانمندی جراحان عمومی برای خدمت بهتر

**سپهرغرب، گروه سلامت: رئیس دومین کنگره سالیانه انجمن علمی جراحان عمومی ایران با اشاره به ارتقای چشمگیر سطح علمی پزشکان کشور گفت: جراحان شرایطی را فراهم کردند که هیچ بیماری مجبور نباشد برای درمان به خارج از کشور مسافرت کند.**



دکتر دامن

دکتر سیاوش صحت، رئیس دومین کنگره سالیانه انجمن علمی جراحان عمومی ایران در مراسم افتتاحیه این کنگره با اشاره به طرح مسائل اقتصادی در پنل‌های مختلف کنگره، گفت: متأسفانه انگار فراموش کرده‌ایم که پزشک برای ارائه خدمت موثر و به روزآوری معلومات خود، نباید دغدغه معیشتی داشته باشد. متأسفانه در جامعه برای خدمات پزشکی قیمت مناسبی تعیین نشده و این قشر با تورم افسارگریخته دست به گریبان هستند. حضور پزشکان در انجمن‌ها آنها را قدرتمند کرده و این همبستگی را ایجاد می‌کند تا خودمان مسائل خودمان را مطرح کنیم.

وی با تأکید بر اینکه سلامتی، عزیزترین سرمایه انسان‌هاست، گفت: جراحان عمومی پاسدار سلامتی هستند و لذا وظیفه بزرگی دارند. پیشرفت فراینده و روز به روز علم پزشکی مخصوصاً در رشته جراحی، جراحان عمومی را به سمت افزایش روزانه معلومات خود سوق داده و دانستن مطالب جدید را به یکی از ضروریات زندگی این قشر فرهیخته تبدیل کرده است.

صحت با انتقاد از اینکه اعتراضات نسبت به تشخیص و درمان زودرس و پیگیری بیماران روز به روز در حال افزایش است، تصریح کرد: به منظور جلوگیری از این معضل، می‌بایست وظایف خود را با اطلاع کامل انجام دهیم و

## بهبود مشکلات تنفسی و بیماری‌های پوستی با نمک

وی در این گفتگو به برخی از کاربردهای دارویی و درمانی نمک اشاره کرد و گفت: نمک دارای خاصیت ضد باکتریایی و ضدالتهابی است و می‌تواند به بهبود مشکلات تنفسی مانند سرماخوردگی، آسم و سینوزیت کمک کند. استفاده از بخور آب نمک یا اتاق‌های نمک در این زمینه بسیار مؤثر است.

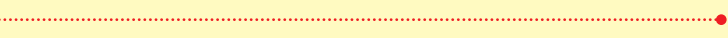
وی افزود: نمک دریا به دلیل داشتن مواد معدنی مانند منیزیم، پتاسیم و کلسیم برای پوست مفید است. استفاده از نمک دریا به صورت ماسک یا اضافه کردن آن به وان حمام می‌تواند در کاهش التهابات پوستی و خشکی پوست مؤثر باشد. صید محمدیان همچنین به تأثیر نمک در بهبود سلامت دهان و دندان



مواد معدنی

**سپهرغرب، گروه سلامت: معاون فنی اداره کل امور فرآورده‌های طبیعی، سنتی، مکمل و شیرخشک سازمان غذا و دارو به بررسی فواید درمانی نمک و نظارت‌های این سازمان بر کیفیت و ایمنی نمک‌های خوراکی پرداخت.**

بهادر صید محمدیان بیان کرد: نمک یکی از مهم‌ترین مواد معدنی طبیعی است که در طب سنتی و حوزه داروهای طبیعی جایگاه ویژه‌ای دارد. این ماده به دلیل ترکیبات معدنی خاص، دارای فواید و کاربردهای مختلف در درمان بیماری‌ها و حفظ سلامتی است.



سازمان جهانی بهداشت هشدار داد:

## سل دوباره کشنده‌ترین بیماری عفونی جهان شد

بهداشت، نسبت به تداوم تلفات این بیماری ابراز نگرانی کرد. او گفت: این واقعیت که سل هنوز هم تعداد زیادی از مردم را می‌کشد و بیمار می‌کند، در حالی که ابزارهایی برای پیشگیری، تشخیص و درمان آن در اختیار داریم، ناراحت کننده است.

او از کشورها خواست به تعهدات خود برای مبارزه با سل عمل کنند. به گزارش آناتولی، این گزارش ناپرابری‌های نگران‌کننده را نشان می‌دهد، به‌طوری‌که ۳۰ کشور – عمدتاً هند، اندونزی، چین، فیلیپین و پاکستان – ۵۶ درصد از بار جهانی سل را به دوش می‌کشند.

این گزارش همچنین بر تأمین بودجه بحران برای پیشگیری، تشخیص و درمان سل به ویژه در کشورهای با درآمد کم و متوسط (LMICs) که ۹۸ درصد بار جهانی سل را متحمل می‌شوند، تأکید کرد.

«ترازا کاساوا»، مدیر برنامه جهانی سل در سازمان جهانی بهداشت نیز با اشاره به اینکه تنها ۲۶ درصد از هدف ۲۲ میلیارد

**سپهرغرب، گروه سلامت: سازمان جهانی بهداشت (WHO) روز گذشته (سه‌شنبه) هشداردهنده‌ای منتشر کرد که نشان می‌دهد سل (TB) بار دیگر به عنوان کشنده‌ترین بیماری جهان رتبه‌بندی می‌شود.**



سازمان جهانی بهداشت

طبق آخرین گزارش سازمان جهانی بهداشت، در سال گذشته میلادی (۲۰۲۳) تقریباً ۸٫۲ میلیون بیمار مبتلا به سل تشخیص داده شده‌اند.

در بیانیه این سازمان آمده است: این رقم نشان دهنده افزایش قابل توجه از ۷٫۵ میلیون مورد گزارش شده در سال ۲۰۲۲ است که سل را دوباره به عنوان عامل اصلی بیماری‌های عفونی کشنده در سال ۲۰۲۳ مطرح می‌کند و با این آمار از کووید-۱۹ پیشی می‌گیرد.

در همین حال «اندروس آدهانوم قیریوس»، دبیر کل سازمان جهانی

## چگونه از هدفون بدون آسیب رساندن به گوش استفاده کنیم؟

حال، گاهی هم گوش‌های شما دیگر بهبود نمی‌یابند. این وضعیت کم‌شنوایی پایدار نامیده می‌شود و هیچ درمانی ندارد. هدفون‌ها تقریباً به همان روشی که صداهای بلند به گوش آسیب می‌رسانند، به این عضو مهم و حساس صدمه می‌زنند. با این حال، تأثیر آنها به تدریج در یک دوره زمانی طولانی احساس می‌شود. اگر هر روز با صدای بلند هدفون به موسیقی گوش دهید، موهای روی حلزون گوش شما شروع به جمع شدن می‌کنند و همین امر باعث کاهش شنوایی می‌شود. اغلب، موها آتقدر خم می‌شوند که آسیب، دائمی می‌شود. در حالی که صداهای بلند از طریق هدفون مطمئناً برای شنوایی شما عالی نیستند، گوش دادن به چیزی به واسطه هدفون در سطح متوسط در مدت زمان طولانی نیز می‌تواند به شنوایی شما آسیب برساند. به بیان ساده، «مدت زمان» استفاده از هدفون به اندازه «بلندی صدا» اهمیت دارد.



شنوایی

**سپهرغرب، گروه سلامت: وقتی به عوامل احتمالی کاهش شنوایی فکر می‌کنید، شاید دلایل گوناگونی چون تصادفات، صداهای بلند یا مواد منفجره به ذهن‌تان خطور کند با این حال، شایع‌ترین علت کم‌شنوایی این روزها استفاده از هدفون است.**



هدفون

**عظرات هدفون چیست؟**

صدای هدفون‌هایی که داخل گوش قرار می‌گیرند، بسیار بلندتر از هر صدایی است که به طور طبیعی بسیار نزدیک به قسمت داخلی گوش شما ایجاد می‌شود. امواج صوتی ساطع شده از هدفون‌ها باعث لرزش پرده گوش شما می‌شود. امواج ارتعاشی می‌توانند از طریق یک سری استخوان‌های کوچک حرکت کنند و به بخشی از گوش به نام «حلزون گوش» نفوذ کنند. حلزون گوش محفظه‌ای در گوش است که پر از مایع است و قسمت بیرونی آن دارای کرک است. هدفون، مایع را به لرزه در می‌آورد و موها را حرکت می‌دهد. هرچه صدای موسیقی شما بلندتر باشد، ارتعاشات در این ناحیه شدیدتر خواهند بود و هرچه ارتعاشات قوی‌تر باشند، موها بیشتر حرکت می‌کنند. اگر اغلب یا برای مدت طولانی به صداهای بلند گوش دهید، موهای حلزون گوش حساسیت خود را نسبت به ارتعاشات از دست می‌دهند. برخی صداهای حتی ممکن است باعث شود که شکل سلول‌ها در این عضو تغییر کند. اگر شروع به معالجه آسیب‌ورده کنید، اوقات بهبودی گوش‌ها زمان می‌برد. با این





## ایران و جهان

## به‌کارگیری تجهیزات جدید در رزمایش سپاه در جنوب‌شرق

**سپهرغرب، گروه ایران و جهان؛ سخنگوی رزمایش شهدای امنیت در جنوب‌شرق کشور از به‌کارگیری و آزمایش تجهیزات جدید نیروی زمینی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در این رزمایش خبر داد.**



سردار شفاهی

سردار شفاهی گفت: این رزمایش بر اساس تدابیر فرمانده نیروی زمینی سپاه و مبتنی بر تمرینات مقابله با تهدیدات امنیتی و به‌دنبال شناسایی تحرکات تیم‌های تروریستی و مقابله با اقدامات شرارت‌آمیز نیابتی دشمن از سوی آنان، طراحی و اجرا شده است.

وی افزود: در جریان این رزمایش و تنها ۱۴ ساعت بعد از اقدام تروریست‌ها در منطقه گوهرکوه نفتان، محل اختفای آنان شناسایی و کشف گردید و بلافاصله توسط پهبادهای رزمی نیروی زمینی سپاه مورد هدف قرار گرفت که به هلاکت ۴ تروریست و دستگیری تعدادی از آنها انجامید.

سخنگوی رزمایش افزایش سطح آمادگی یگان‌ها، تقویت هماهنگی میان رده‌ها، تمرین به‌کارگیری آموزه‌های تئوری در میدان عملیاتی را از دیگر اهداف این رزمایش بیان کرد و گفت: در این رزمایش با بهره‌گیری از بخشی از تجهیزات نوین فرمی نیز صابرین، نیروی مخصوص، هوانیروز، پهبادی، جنگال، مهندسی و همچنین مشارکت نیروهایی از فراجا و اداره‌کل اطلاعات و بسیج مردمی در حال برگزاری است. تعدادی از ادوات و تجهیزات نوین فرمی نیز مورد آزمون و آزمایش میدانی و عملیاتی قرار گرفته می‌شود و بخشی از تاکتیک‌ها و تکنیک‌های رزمی و دفاعی روزرسانی‌شده نیز در این رزمایش به‌کارگیری خواهد شد.

سردار شفاهی تأکید کرد: در این رزمایش و به‌دنبال حادثه تروریستی در گوهرکوه نفتان، محدودیت‌هایی از جمله ایجاد و افزایش ایستگاه‌های کنترل تردد و بازرسی در بخشی از جاده‌های اتوبان به مرحله اجرا درآمده است که این محدودیت در راستای پاسداری و صیانت از امنیت مردم و شناسایی و انهدام یاقیمانده‌های تیم‌های تروریستی در بخش از منطقه رزمایش ایجاد شده است که از مردم فهیم منطقه به‌خاطر همکاری در اجرای ناگزیر این محدودیت‌ها و صبر و منانت و مشارکت و همراهی یکپاک آنان در مقابله با اشرار مزدور و نفوذی و انهدام تیم‌های تروریستی، صمیمانه سپاسگزاریم.

- 
- 

## تلفات سیل ویرانگر در اسپانیا به ۲۰۵ نفر رسید

هزاران نفر به آب و غذا دسترسی ندارند

**سپهرغرب، گروه ایران و جهان؛ سخنگوی سیل ویرانگر در اسپانیا به ۲۰۵ نفر رسید؛ هزاران نفر به آب و غذا دسترسی ندارند**



اسپانیا

به ۲۰۵ نفر رسیده است.

در همین حال، به ساکنان منطقه «والنسیا» هشدار داده شده که برای بارندگی بیشتر آماده شوند و ۱۰۰۰ سرباز دیگر نیز برای کمک به عملیات امدادی در نظر گرفته شده‌اند.

مقامات والنسیا بعدازظهر روز گذشته (جمعه) افزایش تعداد تلفات سیل را که مرگبارترین سیل در تاریخ مدرن اسپانیا بوده است، اعلام کردند.

همچنین اوایل روز گذشته گفته شد چهار منطقه از جمله والنسیا به دلیل خطر باران و طوفان در حالت آماده باش باقی مانده‌اند.

سیل ناگهانی پل‌ها، اتومبیل‌ها و تیرهای چراغ برق در خیابان را با خود برد و تعداد افراد مفقود شده نیز هنوز مشخص نیست.

در همین حال، هزاران نفر دیگر به آب یا غذا دسترسی ندارند و بخش‌هایی از مناطقی که بیشترین آسیب را دیده‌اند، غیرقابل دسترس هستند. آوار برجای مانده، برخی از ساکنان را در خانه‌هایشان محبوس کرده است در حالی که برخی دیگر بدون برق یا سرویس تلفن ثابت هستند.

یکی از ساکنان محلی در این باره گفت: این یک فاجعه است. شما تصاویری را در تلویزیون می‌بینید، اما شرایط ما بدتر است... ما نمی توانیم اینطور ادامه دهیم، ما به کمک نیاز داریم.

در همین حال گفته می‌شود مقامات این کشور هشدارهای سیل را پیش از وقوع آن دیر منتشر کرده‌اند و در زمینه اطلاع‌رسانی به‌موقع، بی‌توجهی و اهمال رخ داده است.

به گزارش روزنامه گاردین، بسیاری از کارشناسان این طوفان را با بحران آب و هوایی مرتبط دانستند و گفته‌اند رویدادهای شدید آب و هوایی مانند موج‌های گرم‌ا و طوفان به دلیل تغییرات آب و هوایی شدیدتر می‌شوند.

اسپانیا سه روز عزای رسمی ملی را از روز پنج‌شنبه با نیمه‌افراشته بودن پرچم‌ها روی ساختمان‌های رسمی آغاز کرد.

صاحب امتیاز: مسعود جواندل | مدیرمسئول: سیدحسن قشمی سردبیر: زهره پوروهایی | دبیر:سمیرا گمار

| گستره توزیع: استان های ایلام - کرمانشاه - کردستان - مرکزی - همدان |



مراستنی کتید

■ یکشنبه ۱۳ آبان‌ماه ۱۴۰۳ ■

■ سال سیزدهم ■ شماره ۲۹۸۴ ■



حدیث

www.sepehrpress.ir

@sepehrgharb

Email: sepehrgharb.news@gmail.com

# فصل جدید روابط اقلیم کردستان عراق با ایران

**سپهرغرب، گروه ایران و جهان؛ رئیس اقلیم کردستان عراق، دیدار سفر(مسعودپزشکیان)به‌اربیل را مرحله جدیدی از روابط با ایران توصیف‌کرد.**



نیچروان بارزانی

کنفرانس سالانه انستیتوی پژوهشی خاورمیانه تحت عنوان «امیری»(MERI : The Middle East Research Institute) در شهر اربیل گفت: دیدار و ملاقات با حضرت آیتالله خامنه‌ای مقام معظم رهبری جمهوری اسلامی ایران و دیدار با رئیس جمهوری «ابراهیم رئیسی» و همچنین سفر دکتر «مسعود پزشکیان» رئیس‌جمهور ایران به اربیل و بغداد، مرحله جدیدی از روابط با ایران است. رئیس اقلیم کردستان عراق درباره روابط با همسایگان خود گفت: موضع اقلیم کردستان در یک مورد، خیلی شفاف و روشن است و آن این است که میخواهیم فاکتور اصلی در برقراری آرامش و ثبات در منطقه باشیم و با ایران و ترکیه هم در چارچوب همکاری هماهنگی با بغداد؛ در ارتباط مداوم هستیم. برای نمونه در حال حاضر با ترکیه رابطه خیلی خوبی داریم و مبادلات بازرگانی ترکیه با عراق در حدود ۱۲ میلیارد دلار است و به نظر مبادلات تجاری با ایران هم در همین حدود است. سلام گذشته توانستیم مشکلاتی که با ایران داشتیم را تا حدود زیادی برطرف کنیم. معتقدم بعد از سفری که بنده به تهران انجام دادم و دیدار و ملاقات با حضرت آیتالله خامنه‌ای مقام معظم‌رهبری جمهوری اسلامی ایران و رئیس جمهوری «ابراهیم رئیسی» و سفر دکتر «مسعود پزشکیان» رئیس جمهور جدید ایران به اربیل و بغداد، همین‌دو دسین سفر رئیس جمهور ترکیه به اربیل، ثابت شد که در مرحله جدیدی از روابط با همسایگان خود قرار داریم.

**انتخابات اقلیم کردستان به صورت موفقیت‌آمیز برگزار شد**

رئیس اقلیم کردستان در ادامه سخنانش تصریح کرد، منظور این نیست که همه چیز خوب است و هیچ مشکلی وجود ندارد؛ ولی در چهارچوب پروسه

دموکراسی، مردم کردستان ثابت کردند که بیشتر از اینها شایسته و لایق هستند که به آنها خدمت شود. چون این ملت، شایسته تقدیر و تشکر ویژه هستند؛ به دلیل اینکه به این هوشیاری و درایت رسیده‌اند که در این مرحله حساس کنونی، معتقدنند که مشکلات و مسائل مختلف از طریق برگزاری همهپرسی و صندوق رأی، برطرف میشوند. وظیفه خود میدانم که از همه مردم اقلیم کردستان که در انتخابات شرکت کردند، تشکر و قدردانی کنم. از هر زاویه‌ای که نگاه کنیم و با هر معیاری که آن را بسنجیم؛ انتخابات اقلیم کردستان به صورت موفقیت‌آمیز برگزار شد. «یونامی» سازمان ملل متحد در عراق و چندین سازمان بین‌المللی دیگر نیز از این انتخابات به عنوان انتخاباتی بدون شک و شبهه و پاک نام میبرند.

**برگزاری انتخابات پارلمان مقطع مهمی برای اقلیم کردستان بود**

این دیپلمات ارشد درباره برگزاری ششمین دوره انتخابات پارلمان اقلیم کردستان گفت: برگزاری انتخابات پارلمان، مقطع مهم دیگری برای اقلیم کردستان بود؛ همه‌شما مطلع هستید‌که انتخابات، سرچشمه شرعیت به حاکمیت اقلیم کردستان است و واقعاً موکل کردن انتخابات به زمان دیگر، برای ما خیلی گران تمام میشد. بدون شک و با تلاش و کوشش زیاد با بغداد، که در حقیقت در اینجا باید اشاره کنم که شخصیت‌های تأثیرگذار در بغداد از جمله: شخص آقای «محمد شیاع رائی» نخست‌وزیر محترم عراق، «فرمان رزیدان» رئیس محترم شورای عالی قضایی، «جاسم محمد عبود» رئیس دادگاه فدرالی و همچنین رئیس پارلمان عراق

## حذف یارانهٔ نقدی افراد پردرآمد از هفته جاری کلید می‌خورد

**سپهرغرب، گروه ایران و جهان؛ طی سال‌های اخیر قرار بوده که یارانهٔ افراد پردرآمد شناسایی و حذف شود، به‌گفتهٔ وزیر کار آئین‌نامه حذف افراد پردرآمد از یارانه هفتهٔ جاری ابلاغ می‌شود.**

یارانه نقدی که نخستین مرحله واریز آن در آذر ۱۳۸۹ اجرا شد، در زمان حاضر به یک دغدغه برای دولت‌ها تبدیل شده است و تاکنون دولت‌های مختلف با طرح و ایده‌های گوناگون سعی کرده‌اند آن را اجرا کنند. دولت‌ها یا هدف ایجاد عدالت در واریز یارانه‌ها و از بین بردن ناترازی بودجه هدفمندی، تغییرات در مبلغ یارانه و فهرست افراد مشمول دریافت آن ایجاد کرده‌اند اما همچنان نه مشکل ناترازی رفع شده است و نه می‌توان مطمئن بود که عدالت در خصوص واریز یارانه‌ها به‌طورکامل در حال پیاده شدن است.

مطابق لایحه بودجه ۱۴۰۴، سازمان هدفمندسازی یارانه‌ها موظف شده است با همکاری وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی نسبت به حذف یارانه خانوارهای غیرمشمول حمایت دولت اقدام کند. منظور از خانوارهای غیرمشمول حمایت دولت در واقع همان خانوارهای پردرآمد است.

**وزیر کار، آئین‌نامه حذف افراد پردرآمد از یارانه هفته جاری ابلاغ می‌شود**

احمد میدری، وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی در پاسخ به این که آیا در لایحه بودجه سال آینده هم مطلبی برای حذف افراد پردرآمد از یارانه‌ها و پرداخت یارانه بیشتر به نیازمندان، دیده شده است، گفت: خیر، چیزی در لایحه بودجه نیامده است. وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی گفت: برای حذف افراد پردرآمد از یارانه‌های نقدی یک آئین‌نامه هفته قبل در دولت مطرح و بررسی شد و به تصویب رسید که هفته جاری ابلاغ می‌شود.

میدری همچنین در مورد اجرای کالابریگ الکترونیکی نیز بیان داشت، سال قبل مبلغی برای کالابریگ در بودجه دیده نشد، در لایحه بودجه ۱۴۰۴ هم اجرای برای کالابریگ دیده نشده است.

در قانون بودجه سال جاری در تبصره ۸ آمده است: منابع جزء (۱) این بند برای پرداخت یارانه دارو، شیر خشک و ملزومات مصرفی پزشکی، یارانه نقدی، معیشتی و کالابریگ الکترونیک، کمک به خانوارهای تحت پوشش کمیته امداد امام خمینی و سازمان بهزیستی کشور، یارانه نان، یارانه بیمه ملوانان و هزینه‌های سرمایه‌گذاری و کمک به شرکت نفت و گاز و پالایش و پخش فرآورده‌های نفتی، مصارف صرفه‌جویی انرژی و سایر مصارف ضروری در چهارچوب قانون هدفمند کردن کردن یارانه‌ها تخصیص می‌یابد. یارانه نقدی ـ معیشتی و مستمری مددجویان تحت پوشش سازمان بهزیستی کشور و یارانه داروی موضوع این بند مستقیماً به ذی‌نفع نهائی (حسب مورد سرپرستان خانوارها و داروخانه‌ها) پرداخت می‌شود. سازمان هدفمندسازی یارانه‌ها موظف است با ابلاغ و تخصیص سازمان برنامه و بودجه کشور نسبت به پرداخت مصارف در حدود منابع وصولی اقدام نماید.

همچنین در جدول ۱۴ قانون بودجه امسال، ۳۱۵هزار میلیارد تومان منابع برای یارانه نقدی، معیشتی و کالابریگ الکترونیکی در نظر گرفته شده است و دولت موظف شده است کالابریگ را برای ۱۹میلیون خانوار کم‌درآمد اجرا کند.

مرحله هم احزاب، گروهها و جریانهای سیاسی باید با دلی گشاده و روی باز، با همدیگر گفت‌مان داشته باشند؛ تلاش کنند میان خود، همپیمانی برقرار نمایند و کابینه جدید حکومت اقلیم کردستان را تشکیل دهند. چون مردم اقلیم کردستان، بیصبرانه منتظر تشکیل حکومت هستند؛ این کار ارزشمند، امروز برای کردستان حائز اهمیت است و جایگاه و موقعیت ما را نیز در بغداد محکم خواهد کرد.

**اقلیم کردستان یک قواره سیاسی در چارچوب قانون اساسی عراق است**

بارزانی درباره اهمیت برگزاری ششمین دوره انتخابات پارلمان اقلیم کردستان گفت: انتخابات به این دلیل حائز اهمیت است، چون مردم به کسانی که در انتخابات برنده میشوند، حاکمیت و مشروعیت میبخشند و اقلیم کردستان نیز در چهارچوب عراق، این شیوه را برای خود برگزیده است. عراق نیز این شیوه همهپرسی از طریق صندوق رأیگیری را برای خود انتخاب کرده است. به همین دلیل، این نوع انتخابات؛ برای اقلیم کردستان بسیار بااهمیت بوده است. ما شیوه دموکراسی و برگزیدن حاکمیت توسط اقلیم کردستان نیز واضح و آشکار است که باید به چه شیوه‌ای باشد. اکنون هم در وضعیت قابل قبولی قرار داریم؛ انتخابات موفقی را برگزار کردیم. به نظر از سال ۱۹۹۱ این مهمترین انتخابات اقلیم کردستان است و بعد از مشکلات متعددی که پشت سر گذاشتیم، هم اکنون زمان مناسبی است تا به یک مدل کاملی دست پیدا کنیم که چگونه با مشکلات فیمابین‌رابرطرف نماییم. باید سعی کنیم راهکار تفاهم و وفاق را برای حل مشکلاتی که با بغداد وجود دارد، پیدا کنیم و بدون تعارف در مورد این موضوعات با همدیگر صحبت کنیم. چون بغداد با اقلیم کردستان به صورت فدرالی تعامل نمیکند، به هیچ شیوه‌ای فدرالی نیست، بلکه خیلی هم مرمزی است. سیاستی در عراق وجود دارد که به آن سیستم فدرالی گفته میشود؛ در حقیقت، در ذات خود همه چیز است، ولی فقط فدرالی نیست. آنچه که در این زمینه من را نگران میکند و برای حل آن دغدغه زیادی دارم، این است که بایستی هر دو طرف، به شیوه‌ای استراتژیک به فکر حل این مشکلات باشیم.

**برطرف شدن مشکلات اقلیم کردستان با بغداد**

وی همچنین گفت: بدون شک، این صحبتها را به صورت مداوم با بغداد هم مطرح کرده‌ام، نه اینکه فقط آنها را در اینجا بیان کنم. با برادران خودمان در بغداد، با همه گروههای سیاسی بغداد، در جلسات متعدد، خیلی واضح و بدون تعارف این صحبتها را مطرح کرده‌ام. به آنها گفته‌ام که اگر بخواهیم عراق با ملت خودش و از نظر سیاسی هم در وضعیت آرام و باثباتی باشد؛ کلید حل، این برطرف شدن مشکلات با اقلیم کردستان است. از سال ۲۰۰۳ صحبتهای ما دو ولی در حقیقت ما مشاهده نمیکنیم که این شیوه رعایت شود. بدون شک، این گزاره‌ای نیست که فقط متوجه بغداد باشد، بلکه در مورد اقلیم کردستان نیز همیشه این را گفته‌ام. ولی معتقدم این انتخابات، فرصت بزرگی را فراهم کرده است تا با بغداد به یک راه حل مشترک و تفاهم برسیم که هم اقلیم کردستان و هم بغداد از آن راضی باشند و خیر همه عراق نیز در آن گنجانده شود. این انتخابات مهم است و باید ما در سریعترین زمان ممکن، حکومت فعال، کارا و قوی خود را تشکیل دهیم و با بغداد هم به سر همه مسائلی که تاکنون به صورت حلنشده، باقی مانده است، به گفتگو بنشینیم. از جمله؛ مسئله بودجه،

مسئله ماده ۱۴۰، یعنی فقط این دو مشکل نیست که حل نشده باقی مانده باشند؛ بلکه در این بین، مشکلات زیادی وجود دارد.

**در سال ۲۰۰۳ کُردها در پروسه سیاسی عراق حضور جدی داشتند**

رئیس اقلیم کردستان در ادامه سخنانش تأکید کرد: در سال ۲۰۰۳ کُردها در پروسه سیاسی عراق حضور جدی داشتند، به این امید که عراق به کشوری دموکراسی و فدرالی تبدیل شود. ما قبل از سال ۲۰۰۳ همین وضعیت الان را داشتیم، خیلی سمتی داریم حرکت میکنیم؟ تا چه زمانی ما فقط و در این مرحله سیاسی به صورت فعال حضور داشتیم؛ برای اینکه این سیستم حکمرانی تثبیت شود. امروزه سؤال اصلی این است که به چه سمتی داریم حرکت میکنیم؟ تا چه زمانی ما فقط بگوئیم؛ قانون اساسی، قانون اساسی، قانون اساسی؛ که تا این لحظه هم مشاهده نمیکنیم که هیچ گامی برای اجرا و انجام دادن این قانون اساسی برداشته شده باشد. اکنون به وضعیت قابل قبولی قرار داریم؛ انتخابات موفقی را برگزار کردیم. به نظر از سال ۱۹۹۱ این مهمترین انتخابات اقلیم کردستان است و بعد از مشکلات متعددی که پشت سر گذشتیم، هم اکنون زمان مناسبی است تا به یک مدل کاملی دست پیدا کنیم که چگونه با مشکلات فیمابین‌رابرطرف نماییم. باید سعی کنیم راهکار تفاهم و وفاق را برای حل مشکلاتی که با بغداد وجود دارد، پیدا کنیم و بدون تعارف در مورد این موضوعات با همدیگر صحبت کنیم. چون بغداد با اقلیم کردستان به صورت فدرالی تعامل نمیکند، به هیچ شیوه‌ای فدرالی نیست، بلکه خیلی هم مرمزی است. سیاستی در عراق وجود دارد که به آن سیستم فدرالی گفته میشود؛ در حقیقت، در ذات خود همه چیز است، ولی فقط فدرالی نیست. آنچه که در این زمینه من را نگران میکند و برای حل آن دغدغه زیادی دارم، این است که بایستی هر دو طرف، به شیوه‌ای استراتژیک به فکر حل این مشکلات باشیم.

**جلسه مشترک سه جانبه با نخست وزیر، دادگاه فدرالی و رئیس دادگاه**

این دیپلمات باتجربه در ادامه سخنانش افزود، مسئله حلقت کارمندان، معیشت و برق و روزی مردم کردستان، برای ما در اولویت اصلی قرار دارد. با سیاس از نخست‌وزیر، دادگاه فدرالی و رئیس دادگاه، در این زمینه تاکنون جلسه مشترک سه جانبه‌ای هم بدون حضور رسانهها برگزار کرده‌ایم. هر سه نفر هم نظرات خود را به صورت شفاف اعلام کردیم و با تشکر از یابندگی، تلاش جدی و پیگیری مداوم آقای السودانی در این چهارچوب، تا این لحظه این مشکل برطرف شده است.

**نفت یک مسئله اقتصادی است، نه سیاسی**

بارزانی درباره برطرف شدن مشکل صدور نفت اقلیم کردستان به خارج از کشور گفت: تعدادی از گروهها در عراق معتقدند که نفت یک مسئله سیاسی است و ما هیچوقت به نفت به عنوان یک موضوع سیاسی نگاه نکرده‌ایم؛ بلکه نفت یک مسئله اقتصادی است. چون اگر به جغرافیای اقلیم کردستان هم بنگریم، ما نمیتوانیم نفت را به این شیوه ببینیم که مسئله‌ای سیاسی است، بلکه یک مسئله بازرگانی است و ما آن را بدینگونه میبینیم. یک تشکر از ترکیه که به ما اجازه داد، نفت را به خارج از کشور صادر کنیم. ترکیه در این زمینه هیچ نفعی نبرد، بلکه بیشتر همکاری عراق و اقلیم کردستان بود. ما به هیچوقت به ترکیه نفت فروختیم و نه آنها هیچوقت به ما فشار آوردند که به آنها نفت بفروشیم. نفت به کمپانیهای خارجی فروخته شده است. با در نظرگرفتن همه این جوانب، شرایطی که هم اکنون وجود دارد، این است که نفت نفت از طریق لولههای نفتی به خارج از کشور صادر شود، خود عراق بیشتر از همه ضرر کرده است، منظور

**فیض الله الجهاد عزّاللاسلام**  
خداوند جهاد را برای عزّت و سربلندی اسلام واجب فرمود.

نوع البلاغه، ص ۵۱۲، ج ۲۴۲

سراسر کشور عراق است که در این قضیه متضرر بوده‌اند.

**۱۵ میلیارد دلاری عراق از صادرنشدن نفت اقلیم کردستان**

او همچنین گفت: به دلیل بستن لولههای نفتی اقلیم کردستان و جلوگیری از صدور نفت؛ تا این لحظه، عراق حداقل ۱۵ میلیارد دلار ضرر کرده است. که این به هیچ شیوه‌ای معقول نیست، بنابراین چرا بغداد در این زمینه چاره‌ای اساسی نمایندیشد؟ آنها خودشان بارها اعلام کرده‌اند که قراردادهای اقلیم کردستان با عراق متفاوت است. قرارداد مشارکتی است، کمپانیا باید در این زمینه راضی باشند که آن را تحویل بگیرند و آنچه که در عراق وجود دارد؛ بیشتر قرارداد خدمتگداری است. در اینجا فرصت مناسبی است که از بغداد درخواست کنیم؛ به شیوه‌ای درست، امتق و عاقلانه به این موضوع بیایندیشند و از زاویه دید اقتصادی و نه سیاسی به این موضوع بنگرند. از نگاه اقتصادی دقت کنند که کجا عراق متضرر شده و از کجا منتفع شده است؟ باید بدین شیوه، به موضوع نگرسیته شود. به نظر من، حل دقیق و درست مسئله این است که یک بار دیگر، نفت اقلیم کردستان همچون نفت عراق؛ وارد لولههای نفتی شده و به خارج از کشور صادر شود. ترکیه هیچ مشکلی با این قضیه ندارد؛ بلکه مشکل اصلی در حال حاضر در بغداد و همچنین در پارلمان عراق است. در اینجا دوباره تأکید میکنم در این مرحله، متضرر اصلی عراق است و باید این مشکل به زودی برطرف شود.

**در منطقه خاورمیانه، جنگ بزرگی در جریان است**

«نیچروان ادريس مصطفی بارزانی» در پاسخ به پرسشی درباره برنامه و استراتژی اقلیم کردستان در وضعیت حساس و کنونی منطقه خاورمیانه گفت: در حقیقت در منطقه خاورمیانه، جنگ بزرگی در جریان است؛ ولی آنچه که برای اقلیم کردستان حائز اهمیت است با هماهنگی با بغداد باید تلاش کنیم که عراق، وارد این بحران و ناآرامیها نشود؛ زیرا عراق خودش مشکلات خیلی زیادی دارد و وضعیت عراق خیلی حساس و ویژه است. برای ما نیز در اقلیم کردستان به عنوان بخشی از عراق، مهمترین مسئله این است که به این بحرانی که خاورمیانه را در بر گرفته است، ورود پیدا نکنیم، صلحت عراق و اقلیم کردستان در این چهارچوب قرار دارد، چون معتقدم بعد از تحقیقاتی که انجام داده‌ایم هنوز داعش و گروههای تروریستی یک تهدید برای امنیت و ثبات عراق و اقلیم کردستان به شمار میروند.

**وقتیکه داعش حمله کرده‌ما با اتهام عراقی بودن مواجه بودیم**

رئیس اقلیم کردستان عراق، در بخش پایانی سخنانش در پنل کنفرانس سالانه انستیتوی پژوهشی خاورمیانه تحت عنوان «امیری» (MERI تأکید کرد: وقتیکه داعش در سال ۲۰۱۴ به عراق حمله کرد، نمیپرسیدند که این سنی است یا شیعه، یا این کُرده است یا عرب، یا مسیحی و یا ایزدی است؛ بلکه همه ما یک اتهام مواجه بودیم و آن عراقی بودن همه ما بود. و حمله کرد و هر آنچه که از دستش برمیآمد را انجام داد. در جبهههای جنگ با داعش هم، وقتیکه همه با هم قاطعی شد، از پیشمرگه گرفته تا سرباز عراقی و حشد الشعبی؛ اینها در کنار تفاوتی در این زمینه وجود نداشت. به نظر من حال حاضر هم عراق به حمایت پشتیبانی نیروهای خارجی ندارد؛ بخصوص آمریکا که ریاست نیروهای همپیمان و ائتلاف ضدداعش را برعهده دارد.

## آغاز شمارش معکوس برای پرتاب منظومه ماهواره‌های ایران از پایگاه فضایی روسیه

**سپهرغرب، گروه ایران و جهان؛ دو ماهواره بخش خصوصی ایران در پایگاه وستوچنی روسیه آماده پرتاب می‌شوند و قرار است از داده‌های آنها در مدت دو سال در حوزه‌های محیط زیست، کشاورزی، اینترنت اشیا و غیره مورد بهره‌برداری قرار گیرد.**

ایران قرار است به‌زودی دو ماهواره بومی («کوثر» و «هدهد») را که توسط بخش خصوصی کشور ساخته شده‌اند، به مدار زمین ارسال کند. این دو ماهواره که در پایگاه فضایی روسیه به فضا پرتاب خواهند شد، نخستین پروژه‌های ماهواره‌ای بخش خصوصی ایران محسوب می‌شوند و نقطه عطفی در صنعت فضایی ایران به شمار می‌روند. این دو ماهواره به نام‌های «هدهد» و («کوثر») هستند و قرار است از پایگاه وستوچنی روسیه در روز ۱۵ آبان ماه جاری به مدار تزریق شوند.

**مشخصات فنی ماهواره کوثر**

ماهواره کوثر که در سال ۲۰۱۹ توسعه‌یافته است، به‌عنوان یک ماهواره سنجنش از دور با وضوح تصویری بالا طراحی شده و قابلیت تصویربرداری با کیفیت ۳٫۵ متر در هر پیکسل را دارد. این ماهواره به منظور استفاده در بخش‌های کشاورزی، مدیریت منابع طبیعی، پایش محیطی و نقشه‌برداری دقیق ساخته شده است و می‌تواند به پایش تغییرات زیست‌محیطی و مدیریت بلایای طبیعی کمک کند. عمر عملیاتی این ماهواره در مدار حدود دو سال پیش‌بینی شده و از فناوری‌های پیشرفته تصویربرداری و انتقال داده بهره می‌برد. این ماهواره برای استفاده در کشاورزی دقیق، مدیریت منابع طبیعی، پایش محیط زیست و مدیریت بحران توسعه یافته است.

**مشخصات فنی ماهواره هدهد**

ماهواره هدهد به عنوان یک ماهواره ارتباطی با قابلیت پشتیبانی از اینترنت اشياء (IoT) طراحی شده و برای برقراری ارتباطات در مناطق دورافتاده و کم‌دسترسی به شبکه‌های زمینی به کار خواهد رفت. این ماهواره می‌تواند در حوزه‌هایی مانند کشاورزی هوشمند، حمل‌ونقل و مدیریت بحران کاربرد داشته باشد. فناوری‌های ارتباطی پیشرفته در هدهد امکان ایجاد زیرساخت‌های ارتباطی پایدار و کم‌هزینه را فراهم می‌کند. پرتاب این ماهواره‌ها که با همکاری سازمان فضایی ایران و بخش خصوصی و در راستای تقویت توانمندی‌های بومی در فناوری فضایی انجام می‌شود، گام مهم در مسیر خودکفایی کشور در زمینه ساخت و بهره‌برداری از ماهواره‌ها به شمار می‌رود. به گفته رئیس سازمان فضایی ایران، این ماهواره‌ها توانایی استفاده در پروژه‌های تحقیقاتی و تجاری را دارند و به ویژه ماهواره کوثر می‌تواند به عنوان یک ابزار دقیق در تحلیل و نظارت بر تغییرات محیطی و منابع طبیعی عمل کند.