

چاقی و دیابت عوامل خطر جدی سقط جنین

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی کاشان، با اشاره به نقش بیماری‌های زمینه‌ای در سلامت بارداری، چاقی و دیابت را یکی از مهم‌ترین عوامل خطر برای سقط جنین عنوان کرد.
محبوبه رسول‌زاده در گفتگو با مهر اظهار کرد: سقط جنین که به معنای از دست رفتن جنین پیش از ۲۰ هفته بارداری است، یکی از پدیده‌های شایع و مهم در حوزه مامایی و سلامت مادران به شمار می‌رود با تأکید بر تعریف سازمان جهانی بهداشت در این زمینه، خاطرنشان کرد: بسیاری از موارد سقط به صورت خودبه‌خودی و به دلایل مختلفی مانند اختلالات کروموزومی جنین، مشکلات پزشکی زمینه‌ای مادر و سبک زندگی ناسالم رخ می‌دهد.عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی کاشان با اشاره به نشانه‌های اولیه سقط از جمله خون‌ریزی و درد شکمی گفت: آگاهی از این علائم و مراجعه فوری به مراکز درمانی از اهمیت بسزایی برخوردار است و می‌تواند از خطرات بیشتر پیشگیری کند.او اشاره به تأثیر بیماری‌های مزمن مانند دیابت، چاقی و اختلالات تیروئیدی بر روند بارداری افزود: این بیماری‌ها در صورت کنترل نشدن، ریسک سقط جنین را افزایش می‌دهند و لازم است پیش از اقدام به بارداری، اقدامات درمانی و مراقبتی لازم صورت گیرد.
رسول‌زاده همچنین، با تأکید بر لزوم مشاوره‌های پیش از بارداری اظهار کرد: زوجین باید پیش از بارداری تحت مشاوره قبا از بارداری قرار گیرند و در صورت ابتلا به بیماری‌های پزشکی و مزمن، با نظر متخصصان تحت کنترل قرار گیرند.
او نقش تغذیه و سبک زندگی سالم را نیز در پیشگیری از سقط جنین موثر دانست و خاطرنشان کرد مصرف اسید فولیک، آهن، و کنترل وزن در دوران پیش و حین بارداری، از عوامل کلیدی در کاهش خطرات دوران بارداری محسوب می‌شود.

دستگاه قضا نیاز مند قضاتی انقلابی است

رئیس کل دادگستری استان اصفهان گفت:دستگاه قضایی نیازمند قضاتی انقلابی با روحیه جهادی است که با تلاش و همت بالا در مسیر اجرای عدالت و تحقق اهداف عالیه دستگاه و اجرای دقیق مفاد سند تحول قضایی حرکت کنند.

به گزارش اصفهان امروز، حجت‌الاسلام اسدالله جعفری، در جمع کارآموزان قضایی دوره بیست و دوم عمومی، اظهار داشت: هرگاه نیت و منش کاری الهی باشد نتیجه و برکت آن غیرقابل وصف و بی‌نظیر می‌شود و کار قضاوت که منشأ الهی دارد باید با انی و توکل بر خدا آغاز شود.او افزود: روح زندگی به چپاد و مجاهدت خاموش است و همه بزرگان در این مسیر حرکت کرده‌اند و در مسیر اجرای عدالت و قضاوت نیز شرط موفقیت، همین اصل مقدس است.جعفری خاطرنشان کرد: عدالت یکی از اصول مهمی است که هر فرد باید در تمام شوئن شخصی، خانوادگی و اجتماعی به آن پایبند باشد؛ اما قاضی نا توجه به اهمیت جایگاه والای قضاوت، علاوه بر آن باید متصل به ملکه عدالت باشد.نشرینس کل دادگستری استان اصفهان تصریح کرد: دستگاه قضایی نیازمند قضاتی انقلابی با روحیه جهادی است که با تلاش و همت بالا در مسیر اجرای عدالت و تحقق اهداف عالیه دستگاه و اجرای دقیق مفاد سند تحول قضایی حرکت کنند.

سارقان ۹۰ میلیاردی منازل اصفهان در دام پلیس

جانشین فرمانده انتظامی استان از انهدام پانچ بند نفره که با دستبرد به ۱۲ منزل در شهر اصفهان ۹۰ میلیارد ریال اموال شهروندان را به سرقت برده بودند خبر داد.
به گزارش اصفهان امروز، سردار محمد رضا هاشمی فر اظهار کرد: به دنبال وقوع چند فقره سرقت منزل درسطح شهر اصفهان، موضوع شناسایی و دستگیری سارقی با سارقان به صورت ویژه در دستور کار کارآگاهان پایگاه جنوب پلیس آگاهی مرکز استان قرار گرفت.

این مقام ارشد انتظامی در ادامه افزود: در این راستا کارآگاهان پلیس با بررسی دقیق این سرفت‌ها و انجام اقدامات تخصصی، پنج متهم اصلی این سرفت‌ها را شناسایی و ضمن هماهنگی با مرجع قضائی طی عملیاتی ضربتی آنها را در مخفیگاهشان در شهر اصفهان دستگیر کردند.جانشین فرمانده انتظامی استان اصفهان با اشاره به اینکه ارزش اموال به سرقت رفته توسطه این سارقان ۹۰ میلیارد ریال برآورد شده است، تصریح کرد: متهمان در تحقیقات کارآگاهان به ۱۲ فقره سرقت از چند شهر اصفهان اقرار کرد از تکمیل تحقیقات، برای انجام اقدامات قانونی به مرجع قضائی معرفی شدند.

ظروف تفلون بازسازی شده تهدیدی جدی برای سلامت

معاون اداره کل آزمایشگاه مرجع سازمان غذا و دارو با اشاره به نتایج آزمایش‌های انجام‌شده، نسبت به استفاده از ظروف تفلون بازسازی شده هشدار داد.

به گزارش ایمنّا، کلوم خیرالهی با بیان اینکه در فرایند بازسازی ظروف تفلون به طور معمول نفلزاتی بر کیفیت مواد اولیه وجود ندارد، اظهار کرد: در بسیاری از موارد پویش‌های استفاده‌شده غیراستاندارد و نامطمئن است و در اثر حرارت می‌تواند ترکیبات مضر را وارد غذا کند.او افزود: چنانچه پوشش تفلون طرخی آسیب دیده یا جدا شده باشد، به‌هیچ‌وجه نباید دوباره مورد استفاده قرار گیرد. تماس مواد غذایی با فلز پایه می‌تواند باعث آزاد شدن فلزات سنگین و دیگر آلایندہ‌های خطرناک شود.معاون اداره کل آزمایشگاه مرجع سازمان غذا و دارو با تأکید بر ضرورت آگاهی‌رسانی عمومی دامنه‌ها در ظروف بازسازی شده که مجدداً در بازار می‌شوند، به‌طور مطلق فائق استانداردهای ایمنی و بهداشتی لازم است و استفاده از آن‌ها به‌شدت سلامت مصرف‌کنندگان را تهدید می‌کند.

سه شنبه ۳۱ تیر ۱۴۰۴ | سال بیست و یکم | شماره ۵۲۱۹

سفره‌هایی که آب می‌روند

از غذای بی‌ر مق تا سلامتی بی‌صدا



نمی‌خوریم، نان و تخم‌مرغ هم که گران شد، شس‌ها به بچه‌های نان و چای می‌دهم، چون می‌ترسم صبح مدرسه از گرسنگی حالشان بشود.»

در خیابان طاهرزاده آقای ناصری، بازنشسته فرهنگی، از «جایگزین مقرون‌به‌صرفه» به «کالای پرهزینه» تبدیل شده.دلبنیات که ستون فقرات تغذیه سالم کودکان به شمار می‌رفت، امروز در بسیاری از خانه‌ها جایگاهی ندارد. پنیر، شیر، ماست و دوغ دیگر حضور روزانه ندارند و به اقلامی تبدیل شده‌اند که خریدشان با احتیاط و گاه با حسرت همراه است. در میدان‌های میوه و تره‌بار، تابلوهای قیمت نه‌تنها مشتری، بلکه امید را هم با آن‌لداختنه‌اند. زردآلو، الیالو، گیل‌اس و حتی هندوانه حالا دیگر نماد طراوت نیستند، بلکه نماد فاصله‌اند؛ فاصله بین دست‌های خالی و ویتنرین‌های پُر.

نان، آخرین پناهگاه سفره‌ها، هم‌دیگر پناه مطمئنی نیست، نه‌تنها قیمت آن دیگر قابل‌پیش‌بینی نیست، بلکه حتی در ساده‌ترین شکل خود هم به کالایی فکر شده تبدیل شده است. خانواده‌های پرجمعیت، مستأجران، و اقشار کارگر، حتی برای سیرشدن با نان هم برنامه‌ریزی می‌کنند.

خاتم ف، افق، مادر کو کودک در خیابان احمدآباد، می‌گوید: «گوشت و مرغ از سفره ما رفته، حالا پنیر هم

هشدار خود نسبت به تعات تغذیه ناکافی و تنوع غذایی پایین در جوامع بحران‌زده، زنگ خطر را به صدا درآورده و اعلام کرده است که آسیب‌های تغذیه‌ای فعلی می‌تواند تا دو نسل آینده ادامه یابد. به‌ویژه در کشورهایی با بحران معیشت، حذف مداوم اقلام پایه‌ای از سبد غذایی خانوار، به بروز بیماری‌های مزمن، اختلالات روانی و افت یادگیری در کودکان منجر خواهد شد.مسئله‌هایی که در دانشگاه علوم پزشکی اصفهان انجام شده نیز نشان می‌دهد بیش از نیمی از خانواده‌های شهری، کمتر از نصف نیاز روزانه خود به منابع کلیدی، آهن پروتئین را تأمین می‌کنند. دکتر منصوره آقایی، متخصص تغذیه می‌گوید: «آنچه امروز از سفره‌ها حذف شده، فقط غذا نیست؛ این حذف‌ها، آینده کودکان را نشانه گرفته‌اند. ما با نسلی مواجه خواهیم بود که در سنین جوانی با اختلالات رشد، ضعف یادگیری و کاهش پرموری ذهنی روبه‌رو خواهد شد.»

در پژوهشی میدانی که در چند منطقه با سطح اقتصادی متفاوت در اصفهان انجام شده، مشخص شد که بسیاری از مادران به طور روزانه هیچ لبنیاتی به فرزند خود نمی‌دهند.

معیشت معلمان تنها محدود به مسائل اقتصادی نمی‌شود

پروژه هنوز شروع نشده است.مدیرکل سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس استان اصفهان با اشاره به وضعیت پروژه‌های شروع‌شده عنوان کرد: از نظر تمهات مالی، بالا‌شگاه نفت، ۶۰ میلیارد تمهد داده است که ۴۰ میلیارد آن پرداخت و این پروژه گویندراری شد اما متوقف شده است و اکنون باید پاسخگوی دانش‌آموزان و مردم باشیم؛ پروژه پیشرو پارسیان از ۱۸ میلیارد تنها ۶ میلیارد پرداخت کرده‌اند و برخی شرکت‌هان نیز هیچ پرداختی نداشتند.فحنی با تأکید بر اینکه خواستار پیگیری تمهات هستیم، ادامه داد: به‌روز رسانی تمهات با توجه به افزایش قیمت‌ها برای آغاز پروژه‌ها باید مدنظر قرار داده شود تا بتوانیم این پروژه‌ها را به اتمام برسانیم، همچنین ایملواریم مسئولان شرکت نفت پاسخگو باشند تا شرمنده دانش‌آموزان و خانواده‌هایشان نشویم.او با اشاره به مسئله انشعابات مدارس خاطرنشان کرد: هزینه انشعابات مدارس مبلغ قابل‌توجهی می‌شود که طبق توافق نامه‌ایش‌بینی می‌کنیم بتوانیم در فصل هفتم سال جاری، تمام این مبلغ را پرداخت کنیم، اما مسئله اصلی شک به انشعابات است که در پرداخت آن با چالش جدی مواجه هستیم.

۷ هنرستان‌های جوار صنعت، نقطه عطف تربیت هنرجویان

رئیس اداره آموزش فنی و حرفه‌ای استان اصفهان با اشاره به اهمیت هنرستان‌های جوار صنعت در تربیت نیروی متخصص گفت: افزایش کیفیت‌های آموزش مهارتی و تخصصی یکی از اهداف کلان این هنرستان‌ها است که می‌تواند موجب صرفه‌جویی در هزینه‌های آموزشی و پرورشی شود.احمدرضا انصاری با بیان اینکه بحث هنرستان‌ها و هنرستان‌سازی مسئله‌ای است که از دیپار باز بوده، اظهار کرد: در استان اصفهان، ۵۱۹ هنرستان وجود دارد که هنرچون در رشته در آن مشغول تحصیل هستند، همچنین ۸ هنرستان برای هنرجویان با نیازهای ویژه موجود است و در مجموع بیش از ۹۰ هزار هنرجو در استان اصفهان دربرابر با بیان اینکه در مهر ۱۴۰۳، بیش از ۲۳ هزار هنرجو در پایه دهم ثبت‌نام شدند، افزود: برنامه‌ریزی‌های استانی تا سال ۱۴۰۷ از پذیرش بیش از ۵۵ درصد هنرجو در رشته‌های فنی و حرفه‌ای شامل صنعت، کشاورزی، خدمات و هنر خبر می‌دهد.رئیس اداره آموزش فنی و حرفه‌ای استان اصفهان با اشاره به اهمیت هنرستان‌های جوار صنعت عنوان کرد: منظور از هنرستان‌های جوار صنعت، واحدهای آموزشی است که در مجاورت یا درون مراکز صنعتی، خدماتی و کشاورزی مستقر می‌شود و آموزش تئوری هنرجویان برعهده آموزش‌وپرورش و آموزش عملی با مرکز صنعتی است که یکی از اهداف کلان آن، افزایش کیفیت‌های آموزش مهارتی و تخصصی است.انصاری با اشاره به اینکه هنرستان‌های جوار صنعت می‌تواند موجب صرفه‌جویی در هزینه‌های آموزشی و پرورشی شود، ادامه داد: چهار رکن اصلی برای توسعه هنرستان‌ها وجود دارد که شامل استانداردلی است که محوریت اصلی و اساسی را برعهده دارد، همچنین آموزش و پرورش، مجمع خیران مدرسه‌ساز و بخش صنایع از ارکان اصلی توسعه هنرستان‌ها محسوب می‌شوند.او با بیان انتظارات و مطالبات خود از مسئولان شورای آموزش و پرورش خاطرنشان کرد: همکاری موثرتر و حضور پررنگ‌تر استاندارلی، پیگیری پروژه‌های هنرستان جوار صنعت و تسهیل مشق‌های مالیاتی را از مسئولان انتظار داریم.

استان اصفهان برگزار شد، افزود: ۱۵ پروژه شروع شد، اما ۲۸

موضوعات خاص در دست طراحی است. در زمینه آموزش دانش‌آموزان نیز اقداماتی بر اساس سرفصل‌های تعیین‌شده توسط کمیته‌های تخصصی صورت گرفته و پژوهش‌سراها با همکاری دانشگاه آزاد در نواحی مختلف برای آموزش تخصصی فعال شدند.

۷ شناسایی و حمایت از استعدادهای بر تر

نظران خاطرنشان کرد: بیش از ۱۵۰۰ معلم آمادگی خود را برای عضویت در کمیته‌ها اعلام کرده‌اند و تاکنون ۱۱۱۰ دانش‌آموز نیز شناسایی شده‌اند. برگزاری نخستین رویداد «معلم هوشمند» طراحی کارسوق‌های تخصصی، ایجاد کاتال اطلاع‌رسانی «هوش‌نگار»، نسخه اولیه چت‌بات «معلم‌یار» و انعقاد تفاهجه‌نامه با دانشگاه آزاد اسلامی از دیگر اقدامات در این زمینه است.مدیرکل آموزش‌وپرورش استان اصفهان، از تدوین «راهنمای اخلاقی پرورگیری از هوش مصنوعی» ویژه دانش‌آموزان و معلمان خبر

داد و آن را ضروری برای بهره‌برداری مسئولانه و آگاهانه از این فناوری دانست.نظران در پایان به برنامه‌های آتی در این حوزه اشاره کرد و گفت: تأمین تجهیزات، تجهیز مدارس، آموزش نیروی انسانی و طراحی چت‌بات‌های هوشمند در اولویت قرار دارد. طراحی دانش‌وردهای مدیریتی و تولید محتوای آموزشی نیز به‌طور جدی دنبال می‌شود.او از طراحی چت‌باتی با عنوان «فیق‌بات» برای کمک به دانش‌آموزان در زمینه آسیب‌های اجتماعی و انتخاب مسیر تحصیلی خبر داد و افزود: نسخه توسعه‌یافته چت‌بات «معلم‌یار» نیز می‌تواند فرایند یاددهی را تسهیل کرده و از نظر اقتصادی باعث بازگشت سرمایه و کاهش هزینه‌های پنهان شود.

۷ پیگیری تمهات مدرسه‌سازی اصفهان هستیم

مدیرکل سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس استان اصفهان با تأکید بر اینکه خواستار پیگیری تمهات مدرسه‌سازی استان هستیم، گفت: به‌روز رسانی تمهات با توجه به افزایش قیمت برای آغاز پروژه‌ها باید مدنظر قرار داده شود تا پروژه‌ها را به اتمام برسانیم.ناصر فحنی اظهار کرد: در بیست‌و‌نهم خرداد ۱۴۰۳ جشن گل‌ریزان در بالا‌شگاه نفت برگزار و تفاهجه‌نامه‌ای با نام‌با بالا‌شگاه تنظیم و امضا شد که طبق آن برای ساخت ۵۰ پروژه شش کلاسه و در مجموع ۳۰۰ کلاس در ۲۰ ناحیه آموزش‌وپرورش برنامه‌ریزی شلو با اشاره به اینکه مراسم گل‌گزینی این پروژه در جمعه یک دوره ۲۶ ساعته برای معلمان سراسر استان که در حال اجراست، همچنین یک دوره آموزشی تفکیک‌شده براساس

سایه سنگین سرکوب احساسات در کودکی بر آینده

زندگی

درک و پذیرش احساسات کودکان، مهم‌ترین گام در حفظ سلامت روان آن‌ها است و زمانی که والدین بدون قضاوت و انکار به حرف‌های فرزند خود گوش می‌دهند، کودک یاد می‌گیرد احساسات او ارزشمند و قابل احترام است و همین امر از شکل‌گیری اضطراب‌های پنهان در آینده جلوگیری می‌کند.

قرار گرفتن کودکان در معرض اخبار منفی، تصاویر دلخراش یا گفت‌وگوهای ترسناک، می‌تواند تأثیرات روانی عمیقی بر آنان بگذارد، چراکه حساسیت کودکان به محرک‌های بیرونی بسیار بالا و لازم است والدین با ایجاد محیطی آرام و کنترل‌شده، احساس امنیت روانی فرزندان را تقویت کنند تا از بروز اضطراب مزمن جلوگیری شود.

فضایی که کودکان بتوانند آزادانه احساسات خود را بیان کنند، نقش مهمی در سلامت روان آنان دارد. والدینی که شنونده خوبی هستند و بدون قضاوت یا انکار احساسات، فرزندان را تشویق به صحبت می‌کنند، نه‌تنها اعتماد فرزندان را افزایش می‌دهند، بلکه به آن‌ها یاد می‌دهند که احساسات طبیعی هستند و نباید سرکوب شوند.

درک این نکته که اضطراب بخشی طبیعی از زندگی انسان‌ها است، می‌تواند بار بزرگی از دوش کودکان بردارد، وقتی والدین درباره اضطراب‌های خود صحبت می‌کنند و تجربه‌های مشترک را با فرزندان در میان می‌گذارند، دیوارهای سکوت شکسته می‌شود و فرزند احساس می‌کند تنها نیست و احساسی که تجربه می‌کند، احساسی طبیعی است.

جمع شدن اعضای خانواده برای گفت‌وگو درباره احساسات نه تنها ارتباطات خانوادگی را عمیق‌تر می‌کند، بلکه الگویی مثبت برای ابراز عاطفی ایجاد می‌کند و در چنین فضاهایی کودک نه‌تنها از اضطراب خود صحبت می‌کند، بلکه نحوه مواجهه بزرگسالان با استرس را مشاهده می‌کند و یاد می‌گیرد.

پاسخ‌هایی مانند «فوی باش» یا «تترس»، اگرچه ممکن است نیت خوبی داشته باشند، اما در واقع حس ترس و اضطراب کودک را بی‌اعتبار می‌کند، در واقع این جملات باعث می‌شود کودک احساس کند که باید احساس و عواطف خود را مخفی کند یا از آن خجالت بکشد و در نتیجه، این رویه منجر به انباشت فشار روانی می‌شود. مهرداد ششتی، روانشناس و مشاور خانواده در گفت‌وگو با ایمنّا با بیان اینکه به منظور کاهش و مدیریت استرس و اضطراب کودکان، والدین باید آنها را از اخبار منفی، موضوعات ترسناک و به ویژه تصاویر دلخراش دور نگه دارند اظهار کرد: عوارض استرس و اضطراب کودکان می‌تواند بسیار پیچیده و گسترده باشد و والدین باید نسبت به این موضوع توجهی ویژه داشته باشند.

او با بیان اینکه والدین باید فضایی به کودکان و نوجوانان بدهند تا آنها بتوانند درباره احساسات و عواطف خود صحبت کنند، افزود: کودکان و نوجوانان باید بدانند که داشتن استرس، اضطراب و تنش، امری طبیعی است و بزرگسالان نیز این شرایط را تجربه می‌کنند، در واقع والدین نباید اضطراب خود را انکار و فرزندان را نسبت به صحبت درباره احساسات خود تشویق کنند.

روانشناس و مشاور خانواده با بیان اینکه والدین می‌توانند پرسپین احساسات و عواطف فرزندان را نسبت به موضوعات مختلف مد نظر داشته باشند تا فضایی برای گفت‌وگو و بازگو کردن احساسات و عواطف کودکان و نوجوانان ایجاد شود، تصریح کرد: توصیه می‌شود اعضای خانواده در کنار یکدیگر حضور پیدا و درباره عواطف و احساسات خود صحبت کنند.

دشتی با بیان اینکه شنیدن احساسات در ارتباط با استرس و اضطراب و طبیعی دانستن آنها، نخستین موضوعی است که باید والدین به آن توجه داشته باشند، ادامه داد: والدین باید پس از شنیدن احساسات و عواطف فرزندان خود، از دادن پاسخ‌های مخرب به آنها پرهیز و از استفاده جملاتی که احساس ترس و اضطراب آنها را انکار می‌کند، دوری کنند.

او با بیان اینکه جملاتی مانند «فوی باش»، «تترس»، «ترس ندارد» و «ترس خوب نیست» پاسخ‌هایی مخرب است که ترس را بی‌اعتبار می‌کند، گفت: این پاسخ‌ها، احساسات کودکان و نوجوانان را بی‌اعتبار می‌کند و در عین حال، که می‌تواند آنها را ساکت کند، آنها را آرام نخواند کرد و کودکان و نوجوانان، احساسات منفی را درون خود مخفی می‌کنند.

روانشناس و مشاور خانواده با بیان اینکه سرکوب کردن احساسات، رویه‌ای نادرست است که با بی‌اعتبار کردن احساسات و عواطف آنها توسط والدین ایجاد می‌شود، اضافه کرد: سرکوب احساسات، در زندگی افراد و به ویژه بزرگسالی منجر به بروز اضطراب در دیگر ابعاد زندگی و حتی افسردگی منجر می‌شود.وقتی احساسات کودکان در مراحل ابتدایی زندگی توسط والدین نادیده گرفته یا سرکوب می‌شود، این مسئله در بزرگسالی ممکن است به اختلالاتی مانند اضطراب مزمن، افسردگی، اختلال در تصمیم‌گیری و حتی روابط ناسالم منجر شود و سرکوب احساسات، تنها واکنش لحظه‌ای نیست، بلکه بنای فروپاشی سلامت روان در سال‌های آتی است.برای پیشگیری از آسیب‌های بلندمدت روانی در فرزندان، لازم است والدین رویکرد خود را نسبت به احساسات کودکان تغییر دهند و این تغییر نه برای بیان احساساتش وجود دارد، نه‌تنها آراش روانی پیدا می‌کند، بلکه مهارت‌های هیجانی و ارتباطی او نیز تقویت می‌شود و این نقطه تحول نه‌تنها زندگی کودک را متحول می‌کند بلکه کیفیت ارتباطات خانوادگی را نیز عمیق‌تر و پایدارتر می‌سازد.