خبر

کوچکترین بی‌توجهی به قوانین رانندگی به قیمت جان انسان تمام شود

رییس پلیس راهنمایی و رانندگی اصفهان گفت: قوانین راهنمایی و رانندگی براساس پیشگیری از خطر در موقعیت‌های مختلف تنظیم شده و هر گونه بی‌توجهی در رعایت آن‌ها می‌تواند بهای سنگینی به وسعت جان افراد بر جا گذارد.

علی اصغر زارع در گفت وگو با ایرنا افزود: بر این اساس توقیف وسایل نقلیه متخلف در سطح شهرهای اصفهان توسط تیم ضربت پلیس راهور با جدیت دنبال می شود.

او، یکی از غفلت‌های رانندگان را استفاده نکردن صحیح از راهنما در رانندگی عنوان کرد که عامل بروز بسیاری از تصادفات فوتی و جرحی است.

رییس پلیس راهور اصفهان افزود: استفاده از راهنما پیش از تغییر مسیر یا گردش، یک اصل ساده اما حیاتی در رانندگی است که نیازمند فرهنگ سازی و توجه جدی از سوی رانندگان است.

او خاطرنشان کرد: این بی‌توجهی نه تنها جان راننده را به خطر می‌اندازد، بلکه امنیت دیگر کاربران جاده، اعم از خودروها و موتورسواران و عابران پیاده را نیز تهدید می کند.

سرهنگ زارع به رانندگان توصیه کرد که پیش از هرگونه تغییر مسیر، گردش یا توقف، با استفاده از راهنما، دیگران را از تصمیم خود مطلع سازند و سهم خود را در ایمنی معابر ایفا کنند.

او توجه به تابلوهای سرعت و رعایت سرعت مجاز، استفاده از کمربند ایمنی توسط راننده و سرنشینان و استفاده نکردن از تلفن همراه در هنگام رانندگی را از موارد پیشگیرانه در بروز تصادفات برشمرد.

رییس پلیس راهور اصفهان افزود: در حین رانندگی باید فاصله ایمن و مناسب با خودروی جلویی حفظ شود تا در صورت نیاز به توقف، زمان کافی وجود داشته باشد.

او یادآور شد: توجه به تمامی علائم و چراغ‌های راهنمایی و احترام به آن‌ها یکی از اصول مهم پیشگیری از تصادف است.

سرهنگ زارع ضمن هشدار نسبت به خطرات استفاده نادرست از سانروف خودروها، گفت: خروج سر یا بدن از سانروف، امنیت سرنشینان را به شدت تهدید می کند و در صورت مشاهده، با متخلفان برخورد قانونی خواهد شد.

او تاکیدکرد: در معابر شهری و بزرگراه‌ها، خروج بدن از سانروف می‌تواند در اثر ترمزهای ناگهانی، برخورد با موانع یا واژگونی خودرو، باعث آسیب‌های شدید یا مرگ سرنشین شود و چنین رفتاری مصداق بارز بی‌احتیاطی و بی‌مبالاتی در رانندگی است.

او با اشاره به تدام اجرای پویش «نه به تصادف» از شهروندان خواست تا ابتدا به خاطر حفظ جان خود و در نهایت پیشگیری از بروز حوادث رانندگی به این پویش بپیوندند.

همدلی مثال‌زدنی

مدیرکل انتقال خون اصفهان گفت: مراکز اهدای خون استان اصفهان شاهد شکوه ایثار و پذیرای استقبال کم‌نظیر مردم در روزهای هفتم تا دهم اردیبهشت‌ماه ۱۴۰۴ بود.

در پی وقوع حادثه دلخراش در بندرعباس که منجر به مصدوم شدن تعدادی از هم‌وطنانمان شد، مردم نوع‌دوست استان اصفهان با حضور پرشور در مراکز انتقال خون، بار دیگر روحیه همبستگی و انسان‌دوستی خود را به نمایش گذاشتند. انتشار خبر انفجار در بندر شهید رجایی در بندرعباس، سبب شد تا موجی از همدردی در میان مردم شکل بگیرد. به‌محض اعلام نیاز به خون، مردم تمام شهرهای کشور از شرق تا غرب و از شمال تا جنوب کشور به مراکز انتقال خون هجوم بردند و با تشکیل صف‌های طولانی به میدان آمدند تا به سهم خود به آسیب‌دیدگان این واقعه تلخ کمک کنند.

در کنار همدلی مثال‌زدنی مردم ایران، رسانه‌های فارسی‌زبان طبق شیوه نخ‌نما و قدیمی خود پمپاژ ناامیدی و نارضایتی را شروع کردند، اما مردم نوع‌دوست ایران همانند همه موقعیت‌های مشابه، بی‌توجه به نارضایتی‌ها و حاشیه‌سازی‌ها، تصویری از همدلی و انسجام ایرانی را به نمایش گذاشت.

از نخستین ساعات اعلام نیاز به خون برای مصدومان، صف‌های طولانی در پایگاه‌های انتقال خون شهر اصفهان و دیگر شهرهای استان شکل گرفت.

مسئولان سازمان انتقال خون استان اعلام کردند که تنها در ۲۴ ساعت گذشته، بیش از ۲ هزار نفر برای اهدای خون مراجعه کردند که این آمار نسبت به روزهای عادی افزایش چشمگیری داشته است.

کیان دهراب‌پور، مدیرکل انتقال خون استان اصفهان، در گفت‌وگو با فارس اظهار کرد: میزان مشارکت مردم در این اقدام انسان‌دوستانه بسیار قابل‌توجه بوده و ما توانسته‌ایم محموله‌هایی از خون و فرآورده‌های خونی موردنیاز را با همکاری سریع دستگاه‌های امدادی به بندرعباس ارسال کنیم

او افزود: مراکز اهدای خون استان اصفهان شاهد شکوه ایثار و پذیرای استقبال کم‌نظیر دیگری در روزهای هفتم، هشتم، نهم و دهم اردیبهشت‌ماه ۱۴۰۴ بود.

مدیرکل انتقال خون اصفهان با اشاره به حضور گسترده مردم استان اصفهان برای اهدای خون خاطرنشان کرد: باتوجه‌به اینکه ذخیره خون استان در چند روز اخیر به بیش از حد ایده‌آل رسیده است از اهداکنندگان عزیز خون می‌خواهیم که اهدای خون خود را به روزها و هفته‌های بعد موکول کنند.

دهراب پور با بیان اینکه سال گذشته از ۷ تا ۱۰ اردیبهشت‌ماه تعداد ۲۲۳۳ نفر به مراکز انتقال خون استان اصفهان مراجعه کردند که ۱۷۸۹ نفر موفق به خون‌گیری شدند که از این تعداد ۱۷۱۹ مرد و ۷۰ نفر زن بودند، گفت: امسال در همین مدت از ۵۵۵۹ نفر مراجعه‌کننده ۴۲۰۹ نفر موفق به خون‌گیری شدند که از این تعداد ۳۵۰۲ نفر مرد و ۷۰۷ نفر زن بودند. او خاطرنشان کرد: میانگین اهدای خون بانوان اصفهانی در سال گذشته ۷/۳ درصد بود که این رقم در چند روز گذشته به ۸/۱۶ درصد افزایش یافت.

ریزگردهای مزاحم در کانون‌های بحرانی اصفهان

عکس: ایرنا

پروژه‌های بیابان‌زدایی در یک سال اخیر در ۶۷۷ هکتار از کانون‌های بحرانی انتشار گرد و غبار اصفهان اجرا شده است تا مزاحمت و ضرر ریزگردهای درون استانی را تا حد ممکن مهار کند.

ریزگردها را باید مضر، مزاحم و یکی از چالش‌های اصلی کشور و به ویژه استان اصفهان دانست که در بسیاری از روزهای سال شرایط ناگواری را برای منطقه پدید می‌آورد و حتی اعلام تعطیلی مدارس و دستگاه‌های اجرایی را به مسئولان تحمیل می کند.

این پدیده در روزهای اخیر نیز شدت یافته و در بسیاری از نواحی کشور مشکلات عدیده‌ای را رقم زده تا جایی که باز هم اهمیت پروژه‌های مرتبط با مقابله با ریزگرد و گرد و غبار را به میان آورده است.

بر مبنای گزارش‌های سازمان زمین‌شناسی و اکتشافات معدنی، ایران وارد یک دوره خشکسالی ۳۰ ساله شده است که از حدود ۲۰ سال پیش و اکنون ایران با چالش ریزگردها و گرد و غبار به عنوان یکی از آثار این دوره خشکسالی روبرو است.

ایران بالغ بر ۲.۴ درصد از مجموع کل بیابان‌های جهان را در خود جای داده با این حال بر پایه تحقیقات، ۳۰ درصد گرد و غبار کشور دارای منشا خارجی و ۷۰ درصد دیگر داخلی است.

به غیر پهنه‌های بیابانی موجود از گذشته، کاهش توان مراتع و کمبود پوشش گیاهی در آنها موجب شده سطح اراضی بیابانی از حدود ۱۳ تا ۱۴ میلیون به ۳۰ میلیون هکتار افزایش پیدا کند که متاسفانه ۱۴ میلیون هکتار از آن کانون فرسایش بادی متشکل از ریزگردها و گرد و غبار است. به گفته رییس سازمان منابع طبیعی و آبخیزداری کشور، کاهش ۲۰ درصدی فرسایش خاک، اجرای عملیات آبخیزداری در ۲۰ میلیون هکتار، کاهش ۲۰ درصدی کانون‌های بحرانی ریزگرد، و افزایش ۲۰ درصدی ضریب حفاظت از جنگل‌ها و مراتع از جمله تکالیف و اهداف اصلی سازمان در برنامه هفتم توسعه است.

۱۵ میلیون هکتار بیابان منشا ریزگردهای بحرانی در ایران

علی تیموری اضافه کرد: جنگل‌های کشور حدود ۱۵ میلیون هکتار، مراتع ۸۳ میلیون هکتار، درختچه و بیشه‌زار ۲.۵ میلیون هکتار و بیابان‌ها ۲۹ میلیون هکتار وسعت دارند و از این میزان، ۱۵ میلیون هکتار بیابان منشا ریزگردهای بحرانی هستند که در اولویت برنامه‌های سازمان قرار دارند.

بیابان‌زایی در استان به‌ویژه در شرق اصفهان، سالانه در کنار به خطر انداختن سلامت مردم و تخریب محیط زیست، به امکانات زیربنایی و منابع طبیعی این استان خسارت وارد می‌کند که عمده آن به فرودگاه شهید بهشتی اصفهان، اراضی کشاورزی، محورهای مواصلاتی و شهرک‌های صنعتی، راه‌آهن و شهرهای پیرامون وارد می‌شود.

بیابانزایی و ریزگرد می‌تواند بر اثر پدیده‌های طبیعی زمین شناسی مانند تغییرات اقلیمی و کاهش بارندگی یا ناشی از فعالیت‌های انسانی مانند بوته‌کنی، چرای بی‌رویه دام در مرتع، تبدیل مراتع به دیم‌زارها، معدن‌کاوی، جاده‌سازی و توسعه غیر اصولی شهرها و روستاها بدون توجه به آمایش سرزمینی ایجاد شود، اما به گفته کارشناسان، کاهش شدید سطح آب‌های زیرزمینی بر اثر برداشت بی‌رویه از این منابع، مهمترین دلیل تشدید این پدیده در استان اصفهان و جای جای ایران است.

جدای از اینکه هر ساله صدها میلیارد به دلیل انتشار ریزگرد به زیرساخت‌های استان خسارت وارد می‌شود، این ریزگردها تهدیدی جدی برای سلامتی انسان به شمار می‌رود و باید توجه داشت که وجود کانون‌های بحرانی تنها به مردم همان خطه آسیب نمی‌زند بلکه استان‌های همجوار را نیز تحت الشعاع قرار می‌دهد.

اصفهان درگیر ۱.۵ میلیون هکتار کانون‌های بحرانی فرسایش بادی

۳.۲ میلیون هکتار معادل ۳۰ درصد مساحت استان اصفهان در بخش‌های شمالی و شرقی را اراضی بیابانی و شن‌زار تشکیل داده که ۲ میلیون و ۸۳۰ هزار هکتار از این مناطق تحت تاثیر فرسایش بادی و بالغ بر یک میلیون و ۵۰۰ هزار هکتار از آن کانون‌های بحرانی فرسایش بادی است.

مدیرکل منابع طبیعی و آبخیزداری اصفهان در این ارتباط گفت: اجرای پروژه‌های مرتبط با بیابان زدایی همواره جزو جدایی ناپذیر از اقدامات ما بوده است اما کمبود اعتبارات چالش اساسی در افزایش آن‌ها به شمار می‌رود.

محمدعلی کاظمی در گفت وگو با ایرنا افزود: شرایط جغرافیایی این استان به گونه‌ای است که باید همه ساله اعتبارات مناسبی برای اجرای پروژه‌های اختصاصی در این زمینه تخصیص پیدا کند. در استان اصفهان در سال‌های گذشته طرح‌های متعدد مانند نهالکاری، مدیریت رواناب، مالچ پاشی، احداث بادشکن و مدیریت جنگل دست کاشت در نواحی بیابانی اجرا شده است.

آمار موجود نشان می‌دهد که در دهه‌های اخیر ۳۰۸ هزار هکتار از کانون‌های بحرانی فرسایش بادی در استان تبدیل به جنگل‌های دست کاشت شده که حدود ۱۵ درصد جنگل‌های بیابانی دست کاشت کشور را تشکیل می‌دهد.

مطالعه طرح‌های بیابان‌زدایی در ۹۷۰ هزار هکتار، مالچ پاشی ۳۱ هزار هکتار، احداث بادشکن در یک هزار و ۱۰۰ کیلومتر و اجرای پروژه‌های مشارکتی با مردم در چهار هزار و ۵۰۰ هکتار دیگر اقداماتی به شمار می‌رود که این سال‌ها اجرا شده است.

اجرای پروژه‌های بیابان‌زدایی در ۶۷۷ هکتار از عرصه‌های استان

و اما در سال گذشته طرح‌های گوناگون مرتبط با بیابان زدایی همچون نهالکاری، آبیاری و مراقبت از نهالکاری‌های سنواتی با استفاده از منابع اعتباری گوناگون در ۶۷۷ هکتار از اراضی استان اجرا شد.

معاون فنی اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری اصفهان در این پیوند گفت: نهالکاری در ۱۲۵ هکتار از اراضی بیابانی و کانون‌های بحرانی انتشار ریزگرد این استان در سال گذشته (۱۴۰۳) اجرا شد.

مهدی عالیپور در گفتگو با ایرنا اضافه کرد: این نهالکاری بیشتر در منطقه «فَساران» در شرق شهرستان اصفهان که از جمله کانون‌های بحرانی انتشار ریزگرد به‌شمار می‌رود، صورت گرفت.

او ادامه داد: همچنین طرح آبیاری و مراقبت از نهالکاری‌های سنواتی در ۲۳۶ هکتار از اراضی بیابانی استان اصفهان نیز در سال گذشته اجرا شد.

معاون فنی اداره کل منابع طبیعی اصفهان تصریح کرد: طرح آبیاری و مراقبت از نهالکاری‌های سنواتی با هدف بهبود رشد و ارتقای پوشش گیاهی در مناطق بیابانی انجام می‌شود. عالیپور افزود: طرح مذکور در شهرستان‌های اصفهان و بُرخوار که کانون‌های بیابانی، فرسایش بادی و انتشار ریزگرد متعددی دارند، انجام شد.

او گفت: سال قبل همچنین عملیات مدیریت جنگل‌های دست کاشت بیابانی در سطح ۱۹۰ هکتار از اراضی این استان در قالب مبارزه با آفات و جانوران موذی مخرب پوشش گیاهی انجام گرفت.

معاون فنی اداره کل منابع طبیعی اصفهان ادامه داد: عملیات مذکور در اراضی بیابانی واقع در پایگاه هوای شهید بابایی اصفهان، تاغزارهای محدوده امامزاده آقا علی عباس شهرستان نطنز و روستاهای خوش آباد و حسن آباد موغار در شهرستان اردستان بوده است.

عالیپور تصریح کرد: نوعی از موش صحرایی به عنوان یکی از آفات با خوردن ریشه‌های برخی درختان بیابانی از جمله تاغ و قره داغ سبب نابودی این گیاهان می‌شود بنابراین مبارزه با آن ضروری است.

معاون فنی اداره کل منابع طبیعی اضافه کرد: در راستای مدیریت مناطق بیابانی و توجه هرچه بیشتر به کانون‌های بحران فرسایش بادی، ۱۲۶ هکتار از مناطق بیابانی منطقه فساران در شرق شهرستان اصفهان نیز نهالکاری شده است.

عالیپور اضافه کرد: اقدامات مورد نظر با توجه به میزان اعتبار تخصیصی از محل طرح‌های تثبیت شن‌های روان، مدیریت مناطق بیابانی استان و پروژه‌های مرتبط با مقابله با بیابان‌زایی اجرا شد.

آگاهی و پیگیری؛ رمز مدیریت بیماری دیابت و پیشگیری از عوارض آن

دیابت یکی از بیماری‌های شایع و جدی است که در صورت کنترل نشدن، می‌تواند سیستم ایمنی بدن را تضعیف و روند ترمیم زخم‌ها را مختل کند و سطح بالای قند خون نیز باعث آسیب به رگ‌های خونی و اعصاب می‌شود و احتمال ایجاد زخم‌های دیابتی را افزایش می‌دهد. به گزارش ایمنا، بیماری دیابت عملکرد طبیعی بدن در تنظیم قند خون را مختل می‌کند و به مرور زمان، اثرات متعددی بر اندام‌های مختلف بدن می‌گذارد و در صورت کنترل نکردن صحیح این بیماری، ممکن است مشکلات جدی متوجه افراد شود؛ در دیابت نوع ۱، بدن بیمار قادر به تولید انسولین نیست و دیابت نوع ۲، سلول‌ها پاسخ مناسبی به انسولین نمی‌دهند و هر دو نوع بیماری دیابت می‌تواند تأثیرات نامطلوبی بر سلامت افراد داشته باشد؛ قند خون بالا در طولانی‌مدت موجب آسیب به رگ‌های خونی، اعصاب و سیستم ایمنی می‌شود و فرد را در معرض خطر عفونت‌ها و بیماری‌های مختلف قرار می‌دهد. با مدیریت و کنترل نشدن بیماری دیابت، تغییرات مخربی در سیستم‌های مختلف بدن رخ می‌دهد که مهم‌ترین پیامد دیابت کنترل‌نشده، تأثیر آن بر گردش خون و عملکرد عروق است؛ سطح بالای قند خون موجب کاهش انعطاف‌پذیری رگ‌های خونی می‌شود و خون‌رسانی به اندام‌های حیاتی را مختل می‌کند که این وضعیت می‌تواند به مشکلات قلبی و عروقی منجر شود و افزایش خطر حملات قلبی، سکته‌های مغزی و بیماری‌های کلیوی را به همراه داشته باشد، همچنین بیماری دیابت روی سیستم عصبی نیز تأثیرگذار است و می‌تواند به نوروپاتی دیابتی منجر می‌شود که باعث کاهش حس در اندام‌ها به‌ویژه پاها می‌شود و در پی همین اتفاق، بیماران دیابتی متوجه زخم‌ها و آسیب‌های پای خود نمی‌شوند و ممکن است زخم‌های دیابتی تشدید شود. سیستم ایمنی نقش کلیدی در محافظت از بدن در برابر عوامل بیماری‌زا دارد، اما در بیماران دیابتی این عملکرد به شدت تحت تأثیر قرار می‌گیرد، در واقع سطح بالای قند خون، کارایی سلول‌های ایمنی را کاهش می‌دهد و توانایی بدن در مقابله با عفونت‌ها را مختل می‌کند، از این رو افراد مبتلا به دیابت بیشتر در معرض خطر عفونت‌های پوستی، زخم‌های مزمن و حتی بیماری‌های شدیدتر قرار دارند و علاوه بر این، ترمیم زخم‌ها در بدن این افراد کندتر است، زیرا جریان خون ضعیف‌تر، موجب کاهش اکسیژن‌رسانی و تأمین مواد مغذی مورد نیاز برای بازسازی بافت‌ها می‌شود و به همین دلیل، پیشگیری از آسیب‌های پوستی و مدیریت به‌موقع هرگونه زخم اهمیت بسیاری دارد.

یکی از جدی‌ترین عوارض دیابت، زخم‌های دیابتی است که بیشتر اوقات در ناحیه پاها ایجاد می‌شود و به دلیل آسیب‌های عصبی ناشی از نوروپاتی دیابتی، بیماران کاهش حس درد یا فشار را تجربه می‌کنند و همین امر موجب می‌شود زخم‌های کوچک مورد توجه قرار نگیرد و به‌مرور زمان به زخم‌های پیچیده‌تری تبدیل شود، بیماران باید توجه داشته باشند که اگر زخم‌های دیابتی به موقع درمان نشود، ممکن است دچار عفونت و به مشکلاتی مانند زخم‌های مزمن، قانقاریا و حتی قطع عضو منجر شود، از همین رو مراقبت ویژه از پاها، انتخاب کفش مناسب و بررسی روزانه پوست از جمله راه‌های مؤثر برای جلوگیری از این مشکل به شمار می‌رود.

زخم‌های دیابتی چگونه ایجاد می‌شود؟

علی کچویی، فوق تخصص غدد درون‌ریز و متابولیسم در گفت‌وگو با خبرنگار ایمنا با بیان اینکه روند بهبودی زخم در بیماران دیابتی خوب نیست، اظهار کرد: قند خون کنترل نشده و درگیری عروق یا کم بودن خون‌رسانی به اعضا، روند بهبودی زخم در بیماران دیابتی کند است.

او با بیان اینکه سیستم ایمنی بدن برای داشتن عملکرد خوب و مناسب باید خون‌رسانی خوبی داشته باشد، افزود: بافتی که به آن به خوبی خون‌رسانی نمی‌شوند، در معرض عفونت قرار می‌گیرد و بیمار در این بافت احساس ندارد و به همین دلیل ممکن است عضو بیمار دیابتی دچار زخم شود، اما بیمار متوجه آن نباشد.

فوق تخصص غدد درون‌ریز و متابولیسم با بیان اینکه بیماران دیابتی همواره باید از دست‌کاری زخم‌ها پرهیز کنند، چراکه این اقدام منجر به بزرگ‌تر شدن زخم می‌شود و حتی در مواردی قطع عضو می‌شود، تصریح کرد: به بیماران دیابتی توصیه می‌شود روزانه پاهای خود را بررسی کنند تا در صورت وجود زخم، برای درمان به پزشک مراجعه شود.

راهکارهای پیشگیری از ایجاد زخم پای دیابتی

کچویی با بیان اینکه توصیه می‌شود در صورتی که پای بیماران دیابتی دچار خشکی شده است، از کرم‌های مرطوب‌کننده استفاده کنند، ادامه داد: مطالعه‌ای روی ۱۸۰ بیمار درگیر زخم پای دیابتی انجام شده است که نشان می‌دهد شایع‌ترین علت توسعه زخم، دست‌کاری زخم و تنگ بودن کفش بوده است. او با بیان اینکه بازرسی کفش و پاها و مراقبت از پاها نیازمند در نظر گرفتن آموزش‌های ضروری برای بیماران است، گفت: پزشکان نیز باید به فواصل زمانی منظم، پاهای بیماران دیابتی را از نظر گرفتاری اعصاب محیطی معاینه و بررسی کنند تا از ایجاد زخم‌های عمیق و رسیدن بیمار به مرحله قطع عضو جلوگیری شود. فوق تخصص غدد درون‌ریز و متابولیسم با بیان اینکه توصیه می‌شود بیماران دیابتی در ساعات بعدازظهر اقدام به خرید کفش کنند تا کفش مقداری ورم داشته باشد و کفش تنگ انتخاب نکنند، اضافه کرد: هنگام استحمام، بیماران باید از دمای آب اطمینان حاصل کنند و اگر دست بیماران نیز برای این اقدام حس ندارد، از دیگران کمک بگیرند. پیشگیری از زخم‌های دیابتی نیازمند رعایت مجموعه‌ای از توصیه‌ها و تغییر سبک زندگی است که نخستین و مهم‌ترین اقدام، کنترل دقیق سطح قند خون از طریق رعایت رژیم غذایی مناسب، مصرف داروهای تجویز شده و انجام ورزش منظم است، همچنین بیماران باید به‌طور منظم پاهای خود را بررسی کنند تا پیگیری‌های لازم برای هرگونه تغییر غیرعادی صورت گیرد، شست‌وشوی پاها با آب ولرم، خشک کردن دقیق، و استفاده از مرطوب‌کننده برای جلوگیری از خشکی پوست نیز به بیماران توصیه می‌شود و اجتناب از راه رفتن با پای برهنه، مراقبت از ناخن‌ها و دوری از عواملی که باعث آسیب پوستی می‌شود نیز از جمله اقدامات مهمی است که باید مد نظر گرفته شود. انتخاب کفش مناسب نقش مهمی در کاهش احتمال ایجاد زخم‌های دیابتی دارد، از همین رو بیماران باید کفش‌هایی انتخاب کنند که دارای کفی نرم و انعطاف‌پذیر باشد و فضای کافی برای انگشتان پا داشته باشد، کفش‌هایی با درزهای داخلی یا قسمت‌های سفت می‌تواند به پا فشار وارد کند و زمینه‌ساز آسیب‌های پوستی شود و علاوه بر این، استفاده از جوراب‌های مخصوص دیابتی که دارای الیاف نرم و قابلیت تنفس بالا است، توصیه می‌شود، تعویض مرتب کفش‌ها و بررسی داخل آن‌ها نیز برای اطمینان از نبود اجسام خارجی در کفش از جمله اقداماتی است که می‌تواند از آسیب‌های احتمالی جلوگیری کند.

به طور کلی، در صورتی که بیماری دیابت به درستی کنترل نشود، می‌تواند اثرات مخربی بر سلامت عمومی بدن داشته باشد و زخم‌های دیابتی یکی از جدی‌ترین عوارض این بیماری است که می‌تواند به مشکلات پیچیده‌ای منجر شود و با رعایت نکات پیشگیرانه، مراقبت از پاها و انتخاب کفش مناسب، می‌توان تا حد زیادی از بروز زخم‌های دیابتی جلوگیری کرد و کیفیت زندگی بیماران را بهبود بخشید؛ در همین راستا، ارتقای آگاهی بیماران، آموزش خودمراقبتی و پیگیری مداوم، می‌تواند در مدیریت موفق این بیماری تأثیرگذار باشد و از بسیاری مشکلات و عوارض جدی آنها جلوگیری کند.

خبر

روانشناسی سازمانی، ظرفیتی مغفول و نیازمند ساختارسازی در جامعه

عضو هیئت علمی گروه روانشناسی دانشگاه اصفهان با بیان اینکه گرایش روانشناسی صنعتی و سازمانی، ظرفیتی مغفول و نیازمند ساختارسازی در جامعه است، گفت: با توجه به نوپا بودن رشته روان‌شناسی صنعتی و سازمانی در ایران، هنوز زیرساخت‌های لازم برای استفاده مؤثر از قابلیت‌های آن در صنعت و جامعه فراهم نشده است. سید میثم دیباجی در گفت‌وگو با ایمنا درباره وضعیت کنونی آموزش در دانشگاه‌ها اظهار کرد: در نظام آموزش عالی ما، ملاحظه می‌شود که به دلایل ساختاری و اولویت‌بندی‌های موجود، کارکرد آموزشی دانشگاه‌ها تا حدی تحت‌الشعاع تمرکز فزاینده بر فعالیت‌های پژوهشی قرار گرفته است. او با تأکید بر پایداری نسبی رویکردهای آموزشی در طول دهه‌های متمادی افزود: اگر بخواهیم با اغراق نسبی سخن بگوییم، تحول بنیادین مشهود در روش‌های آموزشی به‌طور عمده محدود به جایگزینی ابزارهای نوشتاری سنتی نظیر گچ و تخته با فناوری‌های نوین‌تر همچون ماژیک و وایت‌برد بوده است و پابه‌پای تغییر محتوای علم، روش‌های عرضه‌ی آن تغییر نیافته است. عضو هیئت علمی گروه روان‌شناسی دانشگاه اصفهان با اشاره به گسست معرفتی و عملیاتی موجود میان ساختار دانشگاهی و تحولات پارادایمی در حوزه فناوری‌های آموزشی و دگرگونی‌های محتوایی در شماری از رشته‌های علمی، این مهم را مورد تأکید قرار داد: نظام آموزشی حاکم، دانشجویان را نه در راستای آمادگی برای رویارویی با اقتضائات آتی سپهر کار و زندگی، بلکه به‌طور عمده در انطباق با شرایط و مقتضیات علمی و فناوری که در حال افول و گذر است، تربیت می‌کند. او با تأکید مضاعف بر ضرورت ایجاد تحول بنیادین در نظام آموزشی، به ویژه در حوزه علوم انسانی، عنوان کرد: این دگردیسی اساسی، تنها از طریق ایجاد مناسک، تشریفات و ساختارهای سازمانی نوین در دانشگاه‌ها به منصه ظهور نخواهد رسید، بلکه مستلزم نهادینه‌سازی یک فرهنگ سازمانی مبتنی بر پذیرش فعال و التزام عملی تمام ذی‌نفعان به بازاندیشی و تحول در رویکردهای آموزشی استوار باشد دیباجی در تشریح پارادایم غالب در فرایند آموزش عالی تصریح کرد: همچنان استمرار رویکرد آموزشی مبتنی بر مونولوگ استادمحور در محیط‌های یادگیری مشهود است که در این ساختار، دانشجو به‌طور عمده در نقش گیرنده غیرفعال داده‌های آموزشی و فاقد عاملیت شناختی پویا تعریف می‌شود. او با تبیین تمایزهای بنیادین در فلسفه و عملکرد نظام آموزش عالی ایران در قیاس با مؤسسات آکادمیک سرآمد جهانی افزود: در حالی که دانشگاه‌های دارای رتبه بندی ممتاز نظیر هاروارد، کمبریج و آکسفورد، اعتبار و جایگاه خود را به‌طور عمده از طریق ارائه آموزش با کیفیت ممتاز و اثربخشی آموزشی حاصل می‌کند، در نظام ما، رویکرد غالب و محرک، معطوف به کمیت‌گرایی در تولید انتشارات علمی نمایه شده در پایگاه ISI از طریق فرایندهایی است که گاهی منجر به تقلیل کیفیت و اصالت محتوای پژوهشی شده و واجد پیامدهای نامطلوب و مخاطرات بالقوه برای اعتبار و اثربخشی حقیقی دستاوردهای علمی است. عضو هیئت علمی گروه روانشناسی دانشگاه اصفهان با استناد به تحلیل داده‌های آماری بازه زمانی ۲۰۰۵ تا ۲۰۱۲ میلادی بیان کرد: با وجود نمایان شدن یک رشد نمایی در حجم انتشارات علمی نمایه شده، هیچ گونه همبستگی معنادار و تأثیر قابل ملاحظه‌ای بر شاخص تولید ناخالص داخلی (GDP) کشور مشاهده نشد؛ این یافته‌های کمی، به شدت دلالت بر فقدان ترجمان عملی و اثربخشی اقتصادی قابل توجه در غالب این تولیدات علمی در سطح کلان اقتصادی دارد. او در تشریح چالش‌های ساختاری پیش روی رشته روان‌شناسی صنعتی و سازمانی خاطرنشان کرد: با وجود ماهیت به‌طور نسبی نوین این حوزه تخصصی در اکوسیستم علمی و کاربردی کشور، زیرساخت‌های نهادی و رویه‌ای لازم جهت استقرار نظام‌مند و بهره‌برداری بهینه از قابلیت‌های آن در سطوح مختلف جامعه هنوز به نحو مطلوب ایجاد نشده و این امر به وضوح در فرایندهای جذب و استخدام نیروی انسانی قابل مشاهده است؛ به طوری که در مواردی، متخصصانی با پیشینه‌های تحصیلی نامتجانس با الزامات شغلی، در موقعیت‌هایی که نیازمند دانش تخصصی روان‌شناسی صنعتی و سازمانی است، به کار گرفته می‌شود.

دیباجی با تاکید بر اهمیت ژئواستراتژیک رشته روان‌شناسی صنعتی و سازمانی در توسعه سازمانی و ارتقای سرمایه انسانی، خاطرنشان کرد: بهتر است تعاملات راهبردی و رایزنی‌های اثربخش با نهادهای تقنینی نظیر مجلس شورای اسلامی و سایر ارگان‌های ذی‌صلاح به منظور تبیین جایگاه کانونی و ضرورت به‌کارگیری این حوزه تخصصی در سیاست‌گذاری‌های کلان صورت گیرد؛ زیرا دانش روان‌شناسی صنعتی و سازمانی، با تمرکز بر تحلیل دقیق ابعاد شناختی، عاطفی و رفتاری کنشگران انسانی در محیط‌های کار، واجد ظرفیت‌های تحول‌آفرین بالقوه در جهت ایجاد تأثیرات به‌طور عمیق مثبت، به ویژه در بستر فرهنگی جامعه ایران با ویژگی‌های متمایز در حوزه ارزش‌های انسانی و تعاملات اجتماعی است.

کشف مواد مخدر از زوج قاچاقچی در اصفهان

فرمانده انتظامی شهرستان شاهین‌شهر از توقیف خودرو پژو پارس و کشف ۱۲ کیلو تریاک در عملیات ماموران انتظامی این فرماندهی خبر داد.

به گزارش اصفهان امروز، هادی کیان‌مهر اظهار کرد: مأموران پلیس مبارزه با مواد مخدر این فرماندهی در عملیاتی مشترک با مأموران پلیس مبارزه با مواد مخدر مرکز استان، هنگام کنترل خودروهای عبوری در یکی از محورهای مواصلاتی شهرستان موفق به توقیف خودرو پژو پارس یک زوج قاچاقچی شدند. او افزود: این زن و شوهر مقدار ۱۲ کیلو تریاک را به طرزی ماهرانه در خودرو خوجاسازیاز و در پوشش مسافرت خانوادگی، قصد انتقال این محوله به استانهم‌جوارار را داشتند، با هوشیاری مأموران دستگیر و تمامی مواد مخدجاسازیاز شده در خودرو کشف شد.