

تأمیل کمتر مردان برای انجام مراقبت‌های بهداشتی

کرونا مردان را بیشتر کشته‌است

سلامت مردان به‌عنوان نیمی از جمعیت کشور و نیروی مولد جامعه، بسیار اهمیت دارد. مواجهه با خطرات بیولوژیک، فیزیولوژیک و محیطی، سلامت مردان را همواره تهدید می‌کند.

دکتر محمد احمدیان، مدیر گروه سلامت خانواده، جمعیت و مدارس معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد، نکته‌هایی را درباره اهمیت پرداختن به سلامت جسمانی مردان بیان می‌کند، آن هم در هفته‌ای که به نام سلامت آنان نام‌گذاری شده است. یکم تا هفتم اسفند هر سال زمانی است که بیش از گذشته باید به بیماری‌ها و خطرات سلامت جسمی و روحی مردان توجه کنیم اما امسال اضافه‌شدن بیماری کووید ۱۹ مهم‌ترین اولویت است. دکتر احمدیان در این باره می‌گوید: اگر چه همه افراد جامعه در معرض خطر کرونا و ویروس هستند، سن و جنس، دو فاکتور مهم در ابتلا یا شدت علائم به شمار می‌رود. تاکنون موارد آلودگی، شدت ابتلا و مرگ‌ومیر در مردان بیشتر از زنان گزارش شده‌است.

به‌دلیل اهمیت سلامت مردان جامعه، در بسته خدمات سلامت، همه افراد مذکر در گروه‌های سنی مختلف از طریق مراقبت‌های ادغام‌یافته در دانشگاه علوم پزشکی مشهد تحت ارزیابی قرار می‌گیرند، درحالی‌که مشکل اصلی، تأمیل کم مردان به برنامه‌های غربالگری است.

وی مهم‌ترین عوامل ابتلا به کرونا و شدت عوارض این بیماری را در مردان، دلایل ژنتیکی، هورمونی و آنزیم‌ها، مسئولیت‌های شغلی و اقتصادی که سبب مواجهه بیشتر آنان با عوامل خطر می‌شود، دلایل فرهنگی از جمله باور غلط مردان مبنی بر قوی‌تر بودن و رعایت کمتر اصول بهداشتی مانند شست‌وشو و مکرر دست‌ها، استفاده از ماسک و دستکش عنوان می‌کند.

همچنین وجود بیماری‌های مزمن، رفتارهای ناسالم همچون تغذیه ناسالم و مصرف دخانیات، از دیگر عوامل مهم و مؤثر در این تفاوت است و باید گفت هیچ چیز به اندازه یک برنامه غذایی کامل و صحیح به همراه فعالیت فیزیکی مناسب به تقویت سیستم دفاعی کمک نمی‌کند.

همچنین در زمان فاصله‌گذاری اجتماعی، پرهیز از زندگی بی‌تحرک و فعالیت بدنی کافی در این گروه از اهمیت زیادی برخوردار است؛ فعالیت بدنی با شدت متوسط، ایمنی بدن را در مقابل بیماری کرونا افزایش می‌دهد و در کاهش استرس‌های ناشی از این بیماری مؤثر است.

نتایج مراقبت‌های مردان ۱۸ سال به بالا در مشهد

<p>۲۶/۶۵ درصد</p> <p>بیشترین مرگ مردان با بیماری‌های قلبی و عروقی است</p>	<p>۳۴/۳۱ درصد</p> <p>جمعیت مردان کمی بیش از یک سوم جمعیت مشهد است</p>
<p>۳۳۶۰۴ نفر</p> <p>آزمایش کووید ۱۹ این تعداد مثبت بوده است</p>	<p>۱۰۶۲۸۶ نفر</p> <p>از این تعداد آزمایش سرپایی کووید ۱۹ گرفته شده است</p>
<p>۱۸۷۶ نفر</p> <p>تعداد مردانی که بر اثر کووید ۱۹ جان باخته‌اند</p>	<p>۵۸۴۸ نفر</p> <p>تعداد مردانی که برای کووید ۱۹ بستری شده‌اند</p>

بسته مراقبت مردان در سامانه پرونده الکترونیک سینا

۱۸ تا ۲۹ سال
نوع مراقبت:
 تن‌سنجی، غربالگری رفتارهای تغذیه‌ای و فعالیت فیزیکی، سابقه بیماری فرد، غربالگری اولیه، درگیری با مصرف سیگار، الکل و مواد مخدر، غربالگری سلامت روان، غربالگری صرع، معلولیت ذهنی

۳۰ تا ۵۹ سال
نوع مراقبت:
 تن‌سنجی و ارزیابی الگوی تغذیه، ارزیابی فعالیت بدنی، درگیری با مصرف دخانیات، مصرف غیرپزشکی دارو، الکل و مواد مخدر، ارزیابی روان‌شناختی، بررسی سوابق و علائم بیماری‌های غیرواگیر و خطر سنجی حوادث قلبی و عروقی، غربالگری سل، ارزیابی سرطان روده بزرگ

بالای ۶۰ سال
نوع مراقبت:
 بررسی وضعیت فشارخون، تغذیه، استعمال دخانیات، دیابت، سقوط، ارزیابی سرطان روده بزرگ، خطر سنجی حوادث قلبی عروقی در سالمندان و ارزیابی روان، افسردگی

شهریار

روزنامه شهرامید وزندگی
۴شنبه
 ۱۳۹۶ اسفند ۱۲
 ۱۴۴۴ رجب ۱۲
 ۱۳۹۶ شمهر ۳



جامعه

هزینه‌های زندگی، کرونا، بیکاری و مشکلات خانوادگی برای مردان ماحال و روزی به‌جا نگذاشته است

ناخوش احوالی پدران

تکتم جاوید
 T.javid@shahranews.ir

خبر روز

«بابا بودن در این دوره و زمونه استخون خرد کرده. هر روز باید هزار جور فکر و خیال در تو روی سرت بچرخونی و هی حساب و کتاب کنی اما نهش شب که می‌شه برمی‌گردی سر خونه اول.» سخن گفتن از مشکلات مردان در جامعه‌ای که بنای حمایت از زنان و تمرکز بر جبران تبعیض‌های تاریخی دارد، ممکن است عجیب به نظر برسد. در حالی که مردان این روزها هر کدام در تنگناهایی هستند که زندگی و زیستن را هر روز بر آن‌ها دشوارتر می‌کند. از وضعیت اقتصادی و حفظ شغلشان با چنگ و دندان گرفته تا اداره امور خانه و دادن «جواب زن و بچه» همگی دغدغه‌های عادی یک مرد امروزی است. روزگاری مشکلات زندگی مشترک و سروکله‌زدن با بچه‌ها مربوط به مردان جوان نبود اما مدت‌هاست موسسیدهایی می‌بینید که هنوز مسافرخشی و کارگری می‌کنند و نگرانی از وضعیت زندگی آرامشان نگذاشته‌است. هفته‌ای که رو به آخر است، «سلامت مردان» نام‌گذاری شده و پنجشنبه‌ای که بیاید، روز پدر است. اگر چه حتی بدون نوشتن از شرایط و اوضاع جامعه می‌توان به حال و روز مردان و پدران پی برد، در فرصت پیش‌رو پای سخن تعدادی از آن‌ها نشستیم تا بدانیم «پدری در روزگار کرونا یعنی چه؟» و بعد حرف‌های یک روان‌شناس را درباره شرایط روحی و روانی مردان امروز شهر و کشورمان شنیدیم.

رنگ خوشی و آرامش ندیدیم
 نیازی نیست دلیلی برای پرسیدن اوضاع و احوالشان بیاوریم. همین که بپرسیم اینجا کنار خیابان و بسر گذر چه می‌کنند، سفره دلشان را بر ایمان باز می‌کنند. یکی دختر و پسر دم بخت دارد و در شصت‌وهفت‌سالگی بتأیی می‌کند، دیگری از کارخانه است و «تعدیل» شده، فرزندش تازه به دنیا آمده و هیچ کاری جز کارگری پیدا نکرده‌است. غلامرضا اما پیرترینشان است؛ «هفتادوشش‌ساله است. پنج‌ساله هست که به‌اصرا بچه‌ها از روستا کوچ کرده‌ایم مشهد. آنجا روی زمین‌های مردم کار می‌کردم.» خانه و زندگی‌شان را آوردند و حاشیه شهر ساکن شدند و آشنایی برایش کار پرستاری از یک پیرمرد را پیدا کرد. «چند سال پیرمرد را جمع کردم تا اینکه اسفند پارسال مُرد و من بیکار شدم. کاری پیدا نکردم برای همین نشستیم سر گذر.» شب‌ها هم گاهی به خانه نمی‌رود که سربار خانواده‌اش نباشد. زندگی‌شان اما در این اوضاع گرانی «خیلی سخت» می‌گذرد؛ «از وقتی از روستا آمدیم زم در خانه‌های مردم کار می‌کرد. الان هم کار می‌کند والا از گرسنگی می‌میریم.»

غصه‌هایشان تمامی ندارد. هر چه از اوضاع اقتصادی می‌گویند دلشان آرام نمی‌شود؛ «آخر عمرمان است ولی رنگ خوشی و آرامش را ندیده‌ایم. بابا بودن همین است. شش‌بچه‌ام هم همین اوضاع را دارند؛ فروشندگی و شاگردی.»

کرونا زندگی خیلی‌ها را نابود کرد
 شاید مهم‌ترین اتفاقی که می‌توانست برایشان بیفتد و افتاد، همین کرونا بود. تا پیش از این نگرانی‌گاه و بیگانه اجناس و سکه و طلا داشتند اما کرونا کاروبار خیلی‌هایشان را از بیخ و بن زد. تعطیل شدند و خانه‌نشین. هر کدام دست‌کم یک نفر را می‌شناسیم که ماه‌هاست بیکار

شده، کاروبارش را جمع کرده یا اخراج شده‌است. نیروهای بخش خدماتی مانند هتل‌ها و مسافرخانه‌ها، کارگاه‌های خانگی، رستوران‌ها حتی تاکسی‌هایی که تا سال پیش، کارشان جابه‌جایی زائر بود، درآمد و شغلی ندارند. نیمی‌جوان بیست‌وهفت‌ساله‌ای است که دو سال پیش عقد کرده است و قصد داشت امسال مجلس عروسی بگیرد و همسرش را به خانه ببرد. مریبی ورزش است و یک باشگاه ورزشی جمع‌وجور در زیرزمین یک مغازه داشت که زندگی‌اش را با همان تأمین می‌کرد اما به محض شیوع کرونا کاسبی‌اش تعطیل شد. از اوضاع نامساعد زندگی و کارش می‌گوید: باشگاه‌های ورزشی خط مقدم شیوع کرونا بودند؛ برای همین زود تعطیل شدند، آن هم نزدیک عید که هر سال مشتری‌ها بیشتر هستند. تعطیلی باشگاه مساوی بود با حذف درآمد و چون توان برای فرار از طلبکاران راهی شهر دیگری شد. همسر دیگر حاضر نشد شرایط مادی سخت را تحمل کند؛ چیزی‌به‌اش را جمع کرد و رفت. دو سال است در شهر دیگری کار می‌کند تا بدهی‌هایم را صاف کنم و بچه‌ها را هم نگه‌می‌دارم.»

حال و روزش با نگهداری از یک دختر و پسر پنج و هشت‌ساله، اخطارهای بانک، حکم جلب طلبکاران و تأمین هزینه‌های روزمره غم‌انگیز است. بعد از ۱۰سال زندگی مشترک و داشتن شغلی که با آن برای خودش برویایی داشت حالا این حجم از سرخوردگی قابل تحمل نیست؛ «هیچ امید و آرزویی برای آینده ندارم. تنها هدفم این است که هر هینه روزمره زندگی بچه‌ها و اجاره‌خانه را بدهم. بعد هم مهربه همسرمان است که بعد از طلاق توافقی باید هر شش‌ماه یک‌سکه پرداخت کنم.»

در شرایطی که مردان در تأمین خوراک روزمره زندگی در رنج هستند، عده‌ای دیگر باید هزینه سکه بعد از طلاق، نگهداری از فرزند یا همسر بیمار،



عکس: یاحمد حسینی شهرآرا

حرف زد؛ «گاهی نیاز به مصرف دارو هم پیدا می‌شود؛ زیرا برخی افکار خودکشی پیدا کرده یا آن را عملی می‌کنند. عملکرد آن هم ساده است. وقتی فرد دچار ازهم‌پاشیدگی روانی شود گاهی شدت فشارها آرام‌آرام مزمزم می‌شود و در طی یکی دو‌سال طوری که خودتان هم نمی‌دانید، آن‌قدر انرژی‌تان خالی می‌شود که با یک عامل بیرونی همچون کاهش ارزش بورس، دزدیده‌شدن خودرو، اعتیاد فرزندان و... متلاشی می‌شوید.»

تداوم استرس، عده‌ای را به سوی مواد مخدر می‌کشاند، تعدادی را به سوی جدایی و برخی را به سمت خودکشی.

این روان‌شناس بالینی اما واقعیت تلخی را پیش‌رویمان می‌گذارد: «ما مشکلات فردی مردانی را که دچار افسردگی و اضطراب می‌شوند با همان شیوه‌های معمول - که چندان کارآمد نیست - درمان می‌کنیم؛ زیرا افسردگی آن‌ها برپایه متغییری دائم‌تحریک‌کننده به نام «تاکامی بیرونی» است که افراد در شغل و شرایط خانوادگی با آن‌ها مواجه هستند.» زیبایی دیگر همکاری‌شان در کلینیک‌های مشاوره تلاش می‌کنند سازگاری را در مردان افزایش دهند. نگرش‌ها را به موضوعات تغییر می‌دهند تا حل مراجعان بهتر شود و بحران‌ها را به تدریج طی کنند. کمک می‌کنند تا ذهن را متمرکز کنند به تلاش خود افراد، نه آینده‌ای که از کنترل خارج است.

پایان پدرانگی
 علیرضا که نوزادش ماهه‌اش را با مادرش تنها گذاشت و رفت، شبیه صدها پدری بود که کرونا آن‌ها را از خانواده‌شان گرفت. پدرانگی که همین یک‌سال پیش با امید و ساختن آینده‌فرزندانشان، نگران‌گران‌شدن هزینه‌ها بودند و امید داشتند که همه چیز را سامان بدهند و فرزندانشان را در لباس ازدواج ببینند. فقیر و غنی می‌نداشت. کرونا خانه‌های زیادی را از حضور پدر خالی کرد.

دختران و پسران در آستانه ازدواج، تهدیدیدی برای زندگی زوج‌هاست.»

شرایط کنونی سخت نیست، بلکه قفل شده‌است
 «جوان امروزی به دیدن اوضاع پدر و مادرش نه تمایلی به ازدواج دارد و نه فرزندآوری، در گذشته پدرها برای رفع مشکلات تلاش و آن را به نوعی حل‌وفصل می‌کردند اما اکنون شرایط سخت نیست، بلکه قفل شده‌است؛ به‌گونه‌ای که می‌دانیم هیچ کاری از ما بر نمی‌آید و ما به این وضعیت شرایط «درمانده‌کننده» می‌گوییم.» زیبایی در توضیح این وضعیت می‌افزاید: این درمادنگی و واماندگی، مردان را به‌سوی افسردگی می‌کشاند. «درماندگی آموخته‌شده» یکی از دلایل اصلی افسردگی است یعنی یاد بگیرد که درمانده شوید. یاد بگیرد که هیچ کاری نکند؛ زیرا رفتار شما با چیزی که مشاهده می‌کنید، ارتباطی ندارد.

سؤال بعدی این است که در این شرایط اوضاع مادرها بدتر است یا پدرها؟ پاسخ این مشاور خانواده «هر دو» است؛ «نمی‌توان گفت وضع کدام بدتر است؛ زیرا هر کدام شرایط نامناسب روحی داشته باشد به دیگری آسیب می‌رساند. در شرایط کنونی حال همه مردم جامعه بد است حتی ثروتمندان.» وی در ادامه به دسته دیگری از پدران اشاره می‌کند که فرزندان نوجوان دارند. در نگاه او، تنش‌های تحصیلی، بی‌حوصلگی و بی‌انگیزه‌شدن بچه‌ها، چالش‌های خانگی بین این پدران و فرزندان است که باعث بروز اختلاف بین والدین هم می‌شود.

به گفته این روان‌شناس، دسته دیگر مردانی هستند که به‌تازگی ازدواج کرده و هنوز با مشکلات فرزندان درگیر نشده‌اند و مسائلشان در حد رفع امور مالی است. این مردان شرایطی بهتر از دیگران دارند و چالش آن‌ها مبارزه با تورم است.

سخن از دردهای روحی که به میان می‌آید، باید از درمان هم

<p>۹۸ درصد</p> <p>تا سال ۹۶ مردان ۹۸ درصد زندانیان کشور را تشکیل داده‌اند</p>	<p>۴۰ سالگی</p> <p>مردان از حدود ۴۰ سالگی در معرض بیماری‌های قلبی هستند</p>
<p>۱/۶ سهم</p> <p>از هر ۶ مرد ایرانی یک مرد با احتمال ابتلا به سرطان روده‌روست</p>	<p>۹ برابر</p> <p>مردان ۹ برابر بیشتر از زنان بر اثر سوء مصرف مواد مخدر جان می‌سپارند</p>

او حالا با این بلا تکلیفی به این نتیجه رسیده که کاش ازدواج نمی‌کرد اما چه کسی چنین روزگاری را پیش‌بینی کرده‌بود؟

ورشکستگی و زندگی پس از طلاق
 صحبت از زندگی مشترک که به میان می‌آید، باید وضعیت سخت‌کنونی را به حال و روز مردانی که در آستانه جدایی یا

<p>۱۳۹ برابر</p> <p>احتمال مرگ در بیماران مرد نسبت به بیماران زن بیشتر است</p>	<p>۱۰ سال</p> <p>شاخص امید به زندگی در مردان ۱۰سال کمتر از زنان است</p>
<p>رتبه ۱</p> <p>چندشغله بودن اولین عامل بیماری‌های روحی در مردان است</p>	<p>برابر</p> <p>مردان دوبرابر زنان کرونا می‌گیرند</p>

پذیرش آگهی و تبلیغات در شهر آرا

۵-۳۷۲۸۸۸۱۱-۵ داخلی ۵۲۷

آگهی مناقصه عمومی (سازمان پارکها و فضای سبز شهرداری مشهد)

موضوع (تجدید مناقصه شماره ۱۳۹): خرید و حمل درختچه‌های گلدار.
 مبلغ برآورد اولیه: ۱۳۰۵۴۵۲۱۱.۲۵۰ ریال.

موضوع (مناقصه شماره ۱۴۱): انجام اقدامات حفاظت فیزیکی شامل حفاظت و نگاهداری ۲۴ ساعته در کلیه ایام مدت قرارداد از امکان، تاسیسات، خودروهای ساترانی و ادوات فنی و مهندسی، گل و گیاه و اشجار داخل مجموعه‌ها و اموال منقول و غیرمنقول سازمان پارکها و فضای سبز شهرداری مشهد شامل ساختمان‌های ستاد مرکزی، تولیدات فرودگاه، تولیدات تغذیر، بوستان ریحانه، چاه نمایشگاه، چاه دانشجو، چاه فلاجی، المانهای استقبال از بهار، نمایشگاه گل و گیاه، انبارها، پارکینگ‌ها و فضای پیرامونی مجموعه‌ها.

مبلغ برآورد اولیه: ۱۵۸۰۱۵۱۰۱۵۱۰۱۴۵۰ ریال

جهت شرکت در مناقصه و کسب اطلاعات بیشتر به سایت مناقصات و مزایدات شهرداری مشهد به آدرس <https://m.mshd.mil.ir> مراجعه نمائید و همچنین جهت اطلاع در روزنامه رسمی به آدرس www.mil.ir درج می‌گردد.

اصلاحیه

مناقصه ساخت پارکینگ مسقف در پایانه مسافری امام رضا (ع) توضیحات: یا توجه به تغییر برآورد اولیه از «منشعب به پیمان» به «فهرست بهای ابنیه» متقاضیان محترم برای دریافت مجدد اسناد به آدرس اینترنتی www.mshd.mil.ir مراجعه و یا با شماره تلفن ۳۱۳۹۶۹۵۳-۰۳۱۳۰۵۱ تماس حاصل نمایند.

سازمان پایانه‌های مسافری شهرداری مشهد مقدس

قبول سفارشات طراحی لوگو و نشان تجاری شما

