

ساعتی با انجمن «نیکوتینی های بی نام» که دغدغه ترک افراد از دخانیات را دارد

خدا حافظی با پک های سمی

فرزانه شهامت

ورود ۴هزار ماده شیمیایی و چهارصد ماده سرطان زا به بدن فقط با چند پک سمی! این آمار یکی از دلایلی است که ما را به گفت وگو با مدیرعامل انجمن نیکوتینی های بی نام مجاب می کند، انجمنی که رویش آن از مشهود است و با وجود ثبت رسمی در سال ۱۳۹۹، نامش برای خیلی هایمان تازه گی دارد. این پرسش و پاسخ ها را به یاد آن ۶۰هزار نفری بخوانید که سالانه در کشورمان جان می دهند، به یک دلیل ساده، اینکه شاید مشابه داده های این مطلب به موقع به گوششان نرسید. شاید هم رسید و جدی نگرفتند. در نتیجه دچار عوارضی شدند که برای گرفتار شدن به آن از جیب خودشان و کشور، هزینه های هنگفت کرده بودند! آمار دقیق تر زبان های اقتصادی مصرف دخانیات را مدتی پیش وزارت بهداشت اعلام کرد و از ۴۰هزار میلیارد تومانی گفت که هر سال در کشور از بین می رود، همین طور از ۶۰هزار میلیارد تومانی که صرف هزینه های درمانی ناشی از مصرف دخانیات می شود. همه این ها جدا از بار مالی نا توانی ها و از کار افتادگی های ناشی از مصرف سیگار و قلیان است. محمّد ت. چهل ودوساله است و به دلیل برخی پیمان های درون گروهی از ما می خواهد که نام خانوادگی اش را به ودیعه نزد خود نگه داریم.

شناخته شده نیستید. قبول دارید؟

از آسیب های اجتماعی گفتید. از تجربه کسانی که با انجمن ارتباط دارند، بگوئید. با آماری که از زمینه سازی مواد دخانی برای اعتیاد دارد، هم خوانی دارد؟

کاملا. بیش از ۹۵درصد کسانی که مواد مخدر یا الکل استفاده کرده اند، کارشان را با سیگار یا یکی از اقسام مواد دخانی شروع کرده اند. اکنون بیشتر کسانی که با انجمن ما مرتبط هستند و افکارشان را با ما در میان می گذارند، اذعان می کنند که پس از استفاده از مواد مخدر و الکل، سیگار می کشند.

با توجه به برآوردی که از جمعیت سیگاری ها در مشهد داشتید، آلودگی ناشی از فیلترهای آن با توجه به فراوانی انواع آلودگی ها در این کلان شهر چقدر می تواند جدی تلقی شود؟

اجازه بدهید ابتدا با نگاهی جهانی ماجرا را بر بررسی کنیم. جالب است که بدانید پرچم ترین زباله دنیا همین فیلترهای کوچک و البته بسیار سمی سیگار است. برآورد شمار سیگاری های مشهد ضرب در میانگین بیست نخ سیگاری که در روز دود می کنند، معادل روزانه ۶ میلیون تا ۸ میلیون نخ سیگار و تولید همین میزان ته سیگار می شود. اگر هر کدامشان فقط یک گرم وزن داشته باشند، می شود روزی شش تاهشت تن زباله سمی که اگر به آب برسد، آن را مسموم می کند. ضمن اینکه ۴هزار ماده شیمیایی به اضافه نیترات و آرسنیک در سیگار وجود دارد که از طریق ریشه گیاهان قابل جذب می کنند و خواه ناخواه این سم ها که مسبب چهل نوع سرطان و سکنه هستند، وارد چرخه غذایی همه می شوند. همه یعنی حتی کسانی که شاید مصرف کننده سیگار نباشند و در اطرافیان شان هم فرد سیگاری نداشته باشند.

می گوئید این ها نکانی است که کمتر توجه می شود.

دقیقا. آسیب انگاری این قضیه آن قدر کم است که می بینیم یک مادر در باره پسر جوان

سیگاری اش می گوید بچه ام فقط سیگار می کشد! همین طور پدرهایی را سراغ داریم که به فرزندشان می گویند بیا با خودم قلیان بکش، اما سراغ رفیق بازی نرو!

اگر بخواهید به دلایل کم بودن میل به ترک مصرف نیکوتین اشاره کنید، چه می گوئید؟

یکی از دلایلی بیشتر بودن قدرت اعتیادآوری نیکوتین به نسبت مخدرهایی مثل هروئین است. کسانی که در انجمن با ما مرتبط هستند نیز به دشواری ترک آن اشاره می کنند. دلیل دیگر دردسترس بودن مواد دخانی و ارزان بودن آن است. چرخه اقتصادی قوی در این صنعت نیز دلیل دیگر است، موضوعی که مرزها فراتر رفته است و کمتر کسی از خودش می پرسد چرا به فلان داروی سرطان که می رسم، از تحریم می گویند، اما نوبت به انواع سیگار که می شود، از تحریم خبری نیست.

به دشواری قطع مصرف که اشاره کردید، آیا این کار شدنی است؟

بله. هست. ما کسانی را در انجمن نیکوتینی های بی نام داریم که پانزده تا هجده سال است که مصرفشان را قطع کرده اند. برخی هم تازه واردند و ۲۴ ساعت است که مصرف نمی کنند. اینکه مدت مصرفشان چقدر بوده است هم اهمیتی ندارد.

از تعداد جلسات دراستان یا مشهد، آمار دارید؟

بین ۳۵ تا ۴۰مورد است. برخی روزانه و برخی هفتگی جلسه تشکیل می دهند. همین امروز که با هم صحبت می کنیم، بیست جلسه در استان دایر است. مدت هر کدام یک ساعت و نیم است. این آمار را به ۱۰همایشی که در یک سال گذشته برگزار کردیم، اضافه کنید. در ضمن، جلسه مختلط نداریم و جلسات آقایان و خانم ها جداست.

خبرنگاری حرفه ای برای بیداری

مهدی میرزایی، مدیر عامل و سردبیر خبرگزاری شهرا

شهروندی و حقوق ذاتی می کنند. آری، خبرنگاری در جهان متلاطم، صیانت از شرافت و کرامت انسانی است. آزادی والا ترین فضیلت انسانی و خبرنگاری صیانت از این فضیلت بی بدیل است. مهم ترین رسالت خبرنگار، بیدار بودن و بیدار کردن است. تا خود بیدار نباشی، نمی توانی دیگران را بیدار کنی. فضیلت مهم خبرنگاری در جامعه توحیدی، بیدار کردن کسانی است

گزارش

افزایش ۹۰درصدی مصرف سیگار در زنان

جعفر جندقی، رئیس مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت: مصرف دخانیات در سال های ۱۳۹۵ تا ۱۴۰۰ در گروه سنی ۱۸تا ۲۴سال در مردان ۳۴درصد و در زنان ۹۰درصد افزایش داشته است. مصرف روزانه سیگار در بین زنان حدود ۱۹۰درصد و در بین مردان ۴۶درصد و در گروه سنی ۲۵تا ۲۴سال نیز در مردان ۱۹٫۶درصد و در زنان ۹۰٫۸۸درصد افزایش داشته است.

خراسان رضوی رتبه دوم مصرف دخانیات کشور را دارد

ناصر امینی، مدیر پیشگیری و مبارزه با بیماری های دانشگاه علوم پزشکی مشهد: میزان استفاده از مواد دخانی در خراسان رضوی در سال ۱۴۰۰، ۲۶٫۹درصد برآورد می شود و بر این اساس استان ما پس از کهگیلویه و بویراحمد در جایگاه دوم کشور قرار دارد.

سیگار، عامل سرطان

سودابه شهید ثالث، رئیس بیمارستان امید و عضو هیئت علمی گروه آنکولوژی دانشگاه علوم پزشکی مشهد: سالانه حدود ۸میلیون نفر به دلیل مصرف دخانیات فوت می کنند که فوت بیش از ۷میلیون نفر آنان از طریق مصرف مستقیم است و مابقی کسانی هستند که در معرض دود قرار گرفته اند. اصلی ترین عامل پیشگیری از سرطان، نکشیدن سیگار است. در دود سیگار ماده شیمیایی وجود دارد و این مواد به دی ان ای و کروموزوم ها وزن های محافظت کننده در برابر سرطان آسیب می زنند. در کنار آن مصرف الکل را نیز هم زمان با سیگار می بینیم که وضعیت بیماری را تشدید می کند.

شناسایی ۲۷۸ واحد عرضه قلیان

فرشید وفا، مدیر سلامت محیط و کار دانشگاه علوم پزشکی مشهد: پارسال ۲۷۸ واحد عرضه قلیان شناسایی شدند که ۶۰درصدشان در مشهد، ۳۷درصد در طبرقه شاندیز و ۲درصد در دیگر شهرهای حوزه زیرپوشش دانشگاه علوم پزشکی مشهد بوده اند. همچنین تعداد مکان های غیرمجاز پلمب شده در شهرهای زیرپوشش این دانشگاه ۵۱مورد بوده که ۶۰درصد آن در مشهد، ۳۸درصد در طبرقه شاندیز و ۲درصد در دیگر شهرهای حوزه زیرپوشش دانشگاه علوم پزشکی مشهد بوده است.

که به بیراهه افتاده اند. آیات ابتدایی سوره مدثر خطاب به پیامبر (ص) از حقیقت و اهمیت خبررسانی رونمایی می کند. خطاب «یا ایها المدثر قم فاندثر وربک فکبر و یابک فطهر والرجز فاهجر»، ترسیمگر این حقیقت عرشی است. از چنین منظری، خبرنگاری نوعی امر به معروف و نهی از منکر است. امید است در راهی که قدم گذاشته اید، ترسیمگر سعادت فردی و اجتماعی باشید. باقلبی آکنده از مهر، روز خبرنگار را به شما خبرنگاران بصیر و خبیری که بارصدمرزه های شرافت و کرامت، از حقوق ذاتی و شهروندی دفاع می کنید، تبریک می گویم و توقیقات همه خبرنگاران دغدغه مند و رسالت محور را در صیانت از قله های شرافت و کرامت خواستارم.

چشماتن روشن

خدمت رسانی به مردم به سبک آقای راننده

شهریار

شاهرانews.ir

۱۱ مرداد ۱۴۰۲
۲۳ شهریور ۱۴۰۲
شماره ۲۰۰۸

۱۳

↓

چشماتن روشن

تا حالا فکر کرده اید که شما به عنوان همین کسی که اکنون هستید، در همین جایگاه و شغلی که قرار دارید، چه خدمت ویژه ای جدا از وظایفان می توانید به دیگران ارائه دهید برای اینکه دنیا را به جای بهتر و زیباتری برای زندگی تبدیل کنید؟ ما در بسته های خبر خوب گاهی بعضی ایده های دیگران را در این زمینه برایتان می آوریم.

مثلا این راننده کامیون خوش فکر و دریادل، اسباب منزل بچه های بی سرپرست و بدون شغل و نیز جهیزیه عروس و دامادها را رایگان جابه جا می کند؛ هم دست نیازمندان را می گیرد و هم به سهم خودش از دواج جوانان را آسان و آن ها را به ازدواج تشویق می کند.

اگر هر کدام از ما به اندازه این راننده کامیون خوش قلب، از اطرافیانمان دستگیری کنیم و هوای زوج های جوان را داشته باشیم، آیا دنیا روی زیباتری از خودش را نشانمان نمی دهد؟

بافتنهک باشیم

فرهنگ انسان ساز
یا انسان فرهنگ ساز؟

پژوهشگران فرهنگ و مدیریت فرهنگی همواره با یک سؤال ساده اما مهم روبه رو هستند و آن سؤال این است که تأثیر فرهنگ بر انسان ها چگونه است؟ آیا این رابطه، یک طرفه است؟ یعنی صرفا انسان است که از فرهنگ تأثیر می پذیرد یا می تواند فرهنگ ساز هم باشد؟

برای پاسخ به این سؤال اجازه بدهید بخشی از مشخصات فرهنگ را با یکدیگر مرور کنیم. فرهنگ یک کلیت انسجام بخش و معنادارنده به زندگی است. فرهنگ یکسان کننده تمایلات و کنترل کننده نظم در جامعه است. فرهنگ ریشه و مبدأ همه خوشبختی ها و بدبختی های یک ملت است.

می توان از جملات فوق چنین استنباط کرد که فرهنگ بر انسان غالب است و مدیریت ما را برعهده دارد، اما آیا به واقع چنین است؟ پاسخ این سؤال تا حد زیادی به نوع انسان، زمان و مکان وابستگی دارد.

به عنوان مثال اگر انسان منظر سؤال، امام حسین (ع) باشد، کلام و حرکت او چراغ راه فرهنگ، بلکه اصلا خود فرهنگ می شود و راه او خط کش فرهنگی یک امت برای تشخیص خوب و بد فرهنگی خواهد بود. از این منظر، این رابطه به شکل غالب یک طرفه به سود انسان خواهد بود.

اما گاهی افراد توانایی تأثیرگذاری چندان زیادی بر فرهنگ ندارند، به طوری که صرفا یک آینه از فرهنگ زیست بومی می شوند که در آن زندگی می کنند، مثل خیلی از ما. در بررسی زمانی (دوران تولد تا مرگ یک فرد)، غالبا افراد در بدو تولد بیشترین تأثیرپذیری از فرهنگ زیست بوم خود را دارند. این تأثیرها به شکل واضح در لباس، زبان، تغذیه و... آن ها مشاهده می شود. آهنگ این تأثیرپذیری در ابتدای تولد بسیار شدید است، اما رفته رفته با افزایش سن کند یا حتی متوقف می شود. کمی جلوتر برویم، نوبت به بزرگ سالی می رسد. خیلی اوقات ظهور و بروز عقاید و افکار جدید در افراد باعث می شود نسبت به سرمایه فرهنگی خودشان تردید کنند، چیز جدیدی به آن بیفزایند یا به طورکل از فرهنگ گذشته شان روی گردان شوند و به آن پشت کنند. به عنوان مثال در میان مهاجران افرادی هستند که پس از مهاجرت از هویت فرهنگی خود به صورت کامل روی گردان و در فرهنگ جدید هضم می شوند.

در آخر اجازه بدهید تأثیر مکان بر رابطه فرهنگ و انسان را با ذکر یک مثال بررسی کنیم. یکی از این موارد، هنگامی است که شما در یک محفل روضه نشسته اید و با دقت به سخنرانی گوش می دهید. بی گمان در این موارد آماده اید تا بیشترین تأثیرپذیری از فرهنگ حسینی را داشته باشید. تأثیر فرهنگ بر انسان تحت اثر مکان-مثال دیگر کلاس درس)

نتیجه اینکه جاده انسان و فرهنگ جاده ای دوطرفه است که می تواند از هر دو سو تأثیرگذار باشد که بستگی به انسان، زمان و مکانش دارد. گاهی به دلیل وزانت و وجهت فرد، رفتار و اخلاق و گفتار او می شود مبدأ فرهنگ یک ملت و او است که با سکوت و کلامش، بانثست و برخاستش، حتی با نگاهش، برای فرهنگ خط مشی می گذارد و برعکس، گاهی ممکن است انسان کمترین تأثیر را بر فرهنگ بگذارد. ضمن اینکه از لحاظ زمان و مکان هم شدت این رابطه متغیر است.

با این توضیحات، نظر شما درباره رابطه افرادی مثل امام خمینی (ع) با فرهنگ چیست؟ آیا آن ها بر فرهنگ اثر می گذارند یا فرهنگ بر رشد و پرورش آن ها؟