

تغذیه مادران در مضيقه مالی

گزارشی از ناامنی غذایی در برخی مناطق شهری که با سیاست های قانون جوانی جمعیت در تضاد است

گزارش روز

خبرنگار

مقصودمه قرمانی

آشنا

مادر همیشه مادر است و هیچ کد امشان باهم فرقی ندارند اما هنوز زیر سقف این شهر، خیلی از سفره ها جانی ندارند، لقمه های نان دست به دست می شود و سهم مادر از سفره تقریبا هیچ است؛ شاید برای اینکه لقمه ای بیشتر به دیگری برسد. فقر مزمن و تغذیه نا کافی، درد دارد و بر روح و جان زخم می زند و طاقت آوردنش هم سخت است. اما بار این تهدید سستی بر زنان بیشتر است، آن هم زنانی که قرار است مادر شوند یا در آستانه ورود به این دنیای بزرگ و بی انتها هستند. این، قصه مشترک زنانی است که سر نوشتشان کمی یاد یگران متفاوت تر است؛ دخترانی که هنوز به بلوغ نرسیده اند، باید با کودکی شان خدا حافظی کنند و بروند خانه بخت و در حالی که هنوز طعم دنیای زیر یک سقف زندگی کردن را درست نچشیده اند، چشم انتظار باشند که کی مادر می شوند و این چرخه ادامه دارد؛ نوزاد اول تازه متولد شده و تن و جان شان فرصت ترمیم را نداشته است، بارداری دوم را تجربه می کنند و... مثل این ها زیادند؛ جمعیت مادرانی که در محدوده های مختلف شهر دچار ناامنی غذایی اند و پای سفره، فقط تماشاگر غذا خوردن فرزندانشان هستند و گاه چیزی فراتر از یک لقمه به آن هانمی رسد. این ها حرف نیست، دغدغه همیشگی فعالان اجتماعی مناطق حاشیه ای شهر است که با رها در جلسه های رسمی و غیر رسمی مطرحش کرده اند، آن ها که ادعای کنند فقر غذایی در برخی مناطق، چهره ای زنانه گرفته است و زنان، در چرخه شیردهی و کار خانگی و ننداری، فرسوده می شوند و از پامی افتند، آن هم در حالی که نرخ رشد جمعیت و تعدد بارداری در مناطق کم بر خوردار بیشتر است و بایدالتفات بیشتری به آن بشود. تعدادی از همین فعالان به شهر آرا گزارش می دهند که توزیع مکمل های تقویتی از مراکز بهداشت، قطع شده است و موانع مالی، این برنامه ها را به سایه ای از آنچه باید باشند، تبدیل کرده است.

طرح هایی که اجرایی نمی شوند

دکتر محمد احمدیان ادامه می دهد: این موضوع برای خود ما هم دارای اهمیت است؛ برای ما، هم مادران و هم کودکانی که قرار است به دنیا بیایند و آینده ما را بسازند، مهم هستند. مدیر جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس و دانشگاه علوم پزشکی مشهد از یافته های مطالعاتی می گوید که ارتباط بین تغذیه در دوران جنینی با بیماری های کلیوی و پرفشاری خون و سایر بیماری های قلبی و عروقی در بزرگ سالی را بررسی می کند و ادامه می دهد: وضعیت تغذیه در دوران بارداری، نه تنها بر سلامت سال های اولیه زندگی نوزاد تأثیرگذار است، بلکه پژوهش ها حاکی از ارتباط بین چگونگی تغذیه دوران جنینی با تندرستی در بزرگ سالی است و به همین خاطر برای جبران کمبود های تغذیه ای، مصرف مکمل های دارویی مانند آهن، اسید فولیک، ویتامین و کلسیم توصیه می شود، کمبود مواد مغذی مانند آهن، ویتامین و کلسیم در دوران بارداری، به عوارضی نظیر زایمان زودرس، کم وزنی نوزاد و اختلالات رشد می انجامد.

او ادامه می دهد: در این دوران، نیاز به ویتامین ها و املاح معدنی افزایش می یابد و به خصوص در شرایطی که ترکیب برنامه غذایی روزانه خانم باردار، تعادل و تنوع لازم را ندارد، یا او به علت بارداری های مکرر و با فاصله کم، ذخایر بدنی اش کاهش یافته است، مکمل مولتی ویتامین که مناسب نیازهای مادران باردار تولید شده است و ویتامین ها و مواد معدنی را تأمین می کند، باید استفاده شود.

احمدیان یادآوری می کند: براساس دستورالعمل کشوری، خانم ها از ابتدای بارداری تا پایان ماه سوم یا به عبارتی هفته دوازدهم بارداری، روزانه یک قرص اسید فولیک باید مصرف کنند و از پایان ماه چهارم (هفته شانزدهم) تا سه ماه بعد از زایمان، باید روزانه یک کپسول مولتی ویتامین

حرف ها و اعتراض های کنشگران اجتماعی تمامی ندارد؛ آن ها که می گویند: خانواده ها استطاعت مالی ندارند، نمی توانند گوشت بخردند و مکمل های دارویی گران است، زنان باردار و حتی دختران به بلوغ رسیده از کم خونی رنج می برند؛ چون اولویت های مهم تری در زندگی دارند و ترجیح می دهند به این چیزها فکر نکنند. آن ها از یک طرف نگران سفره های کم جان خانواده ها هستند و از سوی دیگر، می گویند دسترسی به مکمل ها در مراکز بهداشت کم است و هزاران هزار حرف دیگر که گفتنش تکراری است.

ما این روزها پشتمان گرم قوانینی است که برای حمایت از خانواده و جوانی جمعیت، تدوین می شوند و مسئولان حوزه های مختلف، بر طمطمراق از اجرا کردنشان حرف می زنند. گرچه به مدد قانون جوانی جمعیت، تدوین طرح ها و برنامه های مختلف در حمایت از مادران باردار به ویژه در مناطق محروم و روستایی در سال های اخیر پراهمیت تر شده است، به نظری رسد طرح ها بر روی کاغذ و در حدو اندازه دستورالعمل، باقی مانده اند و اجرایی شدنشان لنگ می زند؛ نشان به این نشان که حالا از مناطق مختلف خبر می رسد در مراکز بهداشت، یا کمپلی برای توزیع وجود ندارد یا نیروی کافی برای مشاوره و پیگیری نیست.

برای ما، مادران مهم هستند

اما مسئولان حوزه مرتبط این موضوع را قبول ندارند. مدیر جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس دانشگاه علوم پزشکی مشهد می گوید: نظارت بر نحوه خدمات دهی به مادران باردار، نظارت بر توزیع و مصرف مکمل ها، ارسوی ما و همچنین گروه بهبود تغذیه ساد معاونت بهداشتی دانشگاه به صورت مستمر دنبال می شود.

مناطق کم بر خوردار در اولویت هستند

می خواهیم به مراکز بهداشتی مراجعه کنند تا تحت نظارت قرار گیرند. پایش ها شامل بررسی وزن، فشارخون و نیاز به واکسیناسیون است. مشاوره های تغذیه ای و روان شناختی نیز داده می شود.

اباصلتی توضیح می دهد: مکمل ها براساس مناطق روستایی و محدوده های کم بر خوردار توزیع می شود. مناطق روستایی و حاشیه ای در اولویت قرار دارند و تلاش می شود این مکمل ها به صورت رایگان در اختیار مادران قرار گیرد؛ البته این موضوع را هم یادآوری کنم که اعتبار و منابع همیشه پاسخگو نیست؛ چرا که مکمل ها علاوه بر مادران باردار بین دانش آموزان و سالمندان هم تقسیم می شود. در صورت کمبود نیز از کمک های خیران و سازمان های غیردولتی استفاده می شود. او بیان می کند: پایش های انجام شده نشان می دهد که حدود ۴۰ درصد مادران وزن گیری نامناسبی دارند؛ به این صورت که یا وزنشان کم است یا بیشتر از حد معمول است که هر دو مهم است؛ چون هر دو بر رشد جنین تأثیر می گذارد. مادری که وزن جنینش زیاد است، با مشکل مواجه است، همچنین مادری که وزن کم دارد، این کاهش

وزن بر سلامت مادر و جنین خیلی تأثیرگذار است، اما همه مربوط به سوء تغذیه نمی شود. آموزش های مربوط به این موضوع در پایگاه های سلامت، خانه های بهداشت و مراکز خدمات جامع سلامت فراداده می شود.

به گفته اباصلتی، کارشناسان تغذیه در این مراکز، به مادران آموزش می دهند که چطور با یک سبد غذایی مناسب و کم خرج، همه نیازهای بدن را تأمین کنند. مدبرگروه تغذیه به معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد می گوید: مادرانی که در دوران بارداری به شبکه های بهداشت و درمان مراجعه می کنند، مکمل ها را دریافت می کنند. او بیان می کند: مشکلی که ما در برنامه مکمل یاری داریم، این است که هر چند اعتبارات این برنامه را وزارت بهداشت تخصیص می دهد، اعتبارات محدودی است و به همین دلیل، برنامه مکمل یاری به آن میزانی که مدنظر ماست، پوشش داده نمی شود که تلاش کردیم این مسئله نیز حل وفصل شود و در مناطق و محدوده هایی که خانواده ها توان مالی برای تهیه مکمل ها ندارند، سمن ها و گروه های مردمی مشارکت می کنند.



گزارش جیبی

۲هشدار برای یک بحران

پیش بینی های هواشناسی و آبفا ی خراسان رضوی از پاییزی کم بارش حکایت دارد

پیش بینی های هواشناسی برای پاییز امسال، از ادامه وضعیت وخیم منابع آبی مشهد خبر می دهند؛ پاییزی که به گفته کارشناسان، با بارش کمتر از میانگین بلند مدت، آغاز خواهد شد و تأمین آب در بخش های شمال شرق، مناطق مرکزی و غربی کشور، از جمله خراسان رضوی، با چالش جدی روبه رو خواهد شد.

یجیی قاثنی پور، معاون توسعه پیش بینی و مدیریت بحران هواشناسی خراسان رضوی، براساس یافته های مرکز ملی اقلیم شناسی ایران، توضیح می دهد: تنها نوار جنوبی و بخش هایی از سواحل جنوبی کشور، شانس دریافت بارش های مطلوب را دارند.

او هشدار می دهد که این الگوی کم بارش می تواند بر کشاورزی، آب شرب و پروژه های عمرانی اثر مستقیم بگذارد و ضرورت مدیریت مصرف را دو چندان کند.

وی با وجود این هشدارها، به روزه ای از امید نیز اشاره می کند و می گوید: مدل های بلند مدت هواشناسی، نشان می دهد که از او خراذر تا اوایل دی، با تغییر الگوهای فشار و فعال شدن سامانه های مدیترانه ای و غربی، شرایط بارش در بسیاری از نقاط کشور از جمله خراسان رضوی، رو به بهبود خواهد رفت.

قاثنی پور تصریح می کند: زمستان احتمالاً می تواند در محدوده نرمال سال های گذشته قرار گیرد و بخشی از کمبود پاییز را جبران کند، اما حتی بارش نرمال زمستان نیز همه آثار پاییز خشک را برطرف نمی کند.

سدها، آب های زیرزمینی و سفره های آبی، نیازمند ترمیم بلند مدت هستند و مدیریت تقاضا تا پایان سال آبی باید ادامه یابد.

در همین حال، حسین اسماعیلیان، مدیرعامل شرکت آب وفاضلاب مشهد، تصویر کم سابقه ای از وضعیت مخازن آبی شهر ترسیم می کند و این شرایط را «کمترین سطح ذخایر چهار دهه اخیر» می خواند.

او با اشاره به افت ۷۰ درصدی حجم آب نسبت به سال گذشته، می گوید: سال گذشته فقط ۱۵۲ میلی متر بارندگی داشتیم، در حالی که میانگین بلند مدت مشهد حدود ۲۴۵ میلی متر است. این کاهش ۴۰ درصدی تنها یک عدد خشک نیست، بلکه فشار شدیدی بر منابع وارد کرده است.

اسماعیلیان توضیح می دهد: حتی در کم بارش ترین سال ها، مخزن سدها تا این میزان خالی نمی شد و اکنون تنها ۴ درصد ظرفیت ذخیره آب باقی مانده است؛ رقمی که معنای عملی آن، آغاز فصل های سرد با «تنش شدید آبی» است. مقایسه با بار سال، تصویر روشن تر از ترسیم می کند؛ سال گذشته ۱۸۰ میلیون مترمکعب آب در سدهای مشهد ذخیره بود، امروز فقط ۴۷ میلیون مترمکعب و این یک بحران جدی است.

او تأکید می کند: چهار تابستان سخت را با همکاری مردم پشت سر گذاشتیم، اما امسال، نگرانی اصلی برای عبور از پاییز و زمستان است.

به گفته مدیرعامل آبفا ی مشهد، الگوی بارش های پاییزی استان، معمولاً پراکنده و کوتاه مدت است و رواناب قابل توجهی ایجاد نمی کند، بنابراین حتی بارش نرمال تأثیر واقعی بر مخازن نمی گذارد. این هم زمانی بحران و امید، پیچیدگی مدیریت آب در مشهد را آشکار می کند.

اسماعیلیان بر نقش مستقیم شهروندان در این زمینه تأکید می کند و می گوید: در شرایط فعلی، کوچک ترین بی توجهی به مدیریت مصرف، می تواند تعادل شکننده منابع را برهم بزند و فشار بی سابقه ای بر شبکه وارد کند.

ابعاد اجتماعی و اقتصادی بحران نیز پرتنگ است. افت منابع آبی صرفاً تهدیدی برای کیفیت زندگی شهری نیست، بلکه می تواند هزینه های تولید، تأمین، کشاورزی و صنعت را افزایش دهد و فشار اقتصادی به جامعه منتقل کند. همین پیوند میان هشدارهای فنی و اثرات ملموس زندگی روزمره، ضرورت واکنش هماهنگ مردم و نهادها را روشن تر می سازد.

دو مقام مسئول، با همه تفاوت مأموریت حرفه ای شان، بر یک نقطه مشترک ایستاده اند: «تا رسیدن بارش های مؤثر زمستان، صرفه جویی و مدیریت سختگیرانه، تنها راه عبور از این دوره بحرانی است.»

یادداشت

امنیت، یعنی خیابان ها بوی آرامش بدهد

محمدرضا شهیدی | امنیت را باید از نو تعریف کرد؛ البته نه در عبارات پیچیده و کلاسیک، بلکه به زبان عامه مردم؛ همان که مردم کوچه و خیابان هم فهم و البته احساس می کنند. برای مردم، امنیت فقط این نیست که در خیابان صدای آژیر نیاید. فقط این نیست که از آسمان، چیزی جز باران نیارد. امنیت، یعنی وقتی مادری نوجوانش را می فرستد نانوا یی، دلش نلرزد، یعنی وقتی چراغ قرمز می شود، راننده با خیال راحت ترمز کند، نه اینکه بترسد کسی باقیمه از راه برسد. امنیت یعنی آدم ها، آدم بمانند، حتی وقتی شب است و کوچه خلوت. حواس همه به این واقعیت باشد که ما، تازه از یک جنگ دوازده روزه بیرون آمده ایم؛ جنگی که دشمن خواست با آن رعب بپاشد، ولی ما ایستادیم. مردم ایستادند. دلاوران نظامی، ایستادند. پلیس ایستاد. اما خب، جنگ، زخمش را می زند؛ اگرچه بدن سالم مانده باشد، دل ها زخم دار می شوند از تیغ احساس هایی که به زودی از خاطر نمی رود.

حالا باید یکی باشد که این دل های زخمی را مرهم بگذارد؛ یکی که هم مردم را درک کند، هم دشمن را بشناسد؛ یکی که وقتی در میدان است، نفس حضورش، امن باشد، نه سنگین. این «یکی» کیست؟ بی شک باید گفت پلیس، آن هم نه پلیسی که فقط سوت بزند یا گاهی فریاد، بلکه پلیسی که گوش داشته باشد برای شنیدن صدای مردم. چشم داشته باشد برای دیدن درد مردم و دل داشته باشد برای همدلی با مردم. در این روزهای پس از جنگ، مردم به امنیتی عمیق تر از حضور سرباز در خیابان نیاز دارند؛ امنیتی که از نگاه پلیس شروع شود، از رفتار پلیس ادامه پیدا کند و به لیخند مردم ختم شود.

حالا، دشمن ممکن است بازمه دندان تیز کند؛ او جنگ را تمام نکرده، فقط به وقت دیگری حواله داده است؛ یعنی ما هنوز هم در معرض تهدیدیم. در وضعیتی هستیم که می گویند: نه صلح کامل است، نه جنگ تمام شده است.

اینجا، پلیس باید بلد باشد بین اقتدار و آرامش، جمع ببندد. یعنی در چشم هایش، هم اخم برای دشمن باشد، هم لیخند برای مردم. اگر پلیس، مرد میدان باشد نه فقط مأمور قانون، آن وقت می شود «پشتیبان مردم» نه فقط «ضابط قوه قضاییه». آن وقت مردم، خودشان می آیند کنار پلیس. اگر پلیس، مردم را باور کند، مردم هم پلیس را باور می کنند. این باور

مشترک، می شود ستون خیمه امنیت. می دانیم که دشمن می خواهد ترس را به جای امنیت، جا بزند. دستش را خوانده ایم که می خواهد پلیس را خشن نشان دهد تا مردم از او فاصله بگیرند. اما ما باید کاری کنیم که وقتی بچه ای گم می شود، اول از همه دنبال پلیس بگردد. پلیس خوب، امنیت رانه فقط حفظ می کند، بلکه در «تولید» آن هم نقشی احترام برانگیز دارد از دل کوچه ها، از تعامل با مردم، از فهم زبان بی زبانی محرومان.

و حالا که ما در «روزهای سخت» هستیم، باید پلیسمان در «تراز ایمان، عقلانیت و مردم داری» باشد؛ پلیسی که بلد است «بی سرو صدا، بی خشونت، اما با قدرت» شهر را امن نگه دارد. ما جنگ را باخون بریدیم، اما صلح را باید با عقل و انصاف حفظ کنیم و در این راه، پلیس اگر مردم را ببیند و مردم اگر پلیس را بشنوند، دشمن در هیچ کوچه ای جای پا پیدا نخواهد کرد.

خبرنگار

اشنبه

۱۳ شهریور ۱۴۰۴

شماره ۴۴۷

۱۳

SHAHRAHNEWS.IR



خبرنگار