خبر

محیط‌زیست اصفهان ۲۲۷۰ پایش شبانه‌روزی انجام داد

رئیس اداره امور آزمایشگاه‌های حفاظت محیط‌زیست اصفهان گفت: بیش از ۲۲۷۰ مورد پایش روزانه و شبانه از منابع ثابت آلاینده از ابتدای آبان ماه تاکنون انجام و یک واحد پلمب شده است.

به گزارش مهر، بابک صادقیان در جلسه کارگروه کاهش آلودگی هوای اصفهان اظهار کرد: بررسی‌ها نشان می‌دهد از ابتدای سال جاری تا آبان ماه، کیفیت هوای اصفهان نسبت به مدت مشابه سال گذشته حدود ۲۵ درصد بهبود یافته و تعداد روزهای ناسالم برای عموم مردم یک‌چهارم کاهش یافته است.

او ادامه داد: با این حال در یک ماه اخیر از ابتدای آبان تا روز گذشته ۹ آذر به‌دلیل پایداری جوی و وارونگی دما، شرایط وخیم شده و تعداد روزهای ناسالم برای عموم چهار برابر شده است.

به گفته رئیس اداره امور آزمایشگاه‌های حفاظت محیط‌زیست اصفهان، در هشت ماه نخست سال جاری در مقایسه با مدت مشابه سال قبل، شمار روزهای قابل قبول از ۹۸ روز به ۱۳۳ روز افزایش یافت و روزهای بسیار ناسالم و خطرناک از هشت روز به تنها ۲ روز رسید اما در بازه یک‌ماهه آبان و ابتدای آذر، روزهای قابل قبول به یک‌سوم کاهش یافت و روزهای ناسالم برای عموم از ۲ روز به هفت روز رسید.

او تأکید کرد: مقایسه دقیق‌تر باید در دوره پایداری جوی و وارونگی دما انجام شود زیرا در نیمه اول سال به‌دلیل ناپایداری‌های جوی و گردوغبار فصلی، آلودگی کمتری ثبت می‌شود و امسال نیز روزهای گردوغباری کمتری داشتیم.

صادقیان همچنین از تشدید نظارت‌های محیط‌زیست خبر داد و گفت: از ابتدای آبان تا ۹ آذر، بیش از ۲ هزار و ۲۷۰ مورد پایش روزانه و شبانه انجام و ۳۴۴ اخطار زیست‌محیطی صادر شده است؛ همچنین ۸۹ پرونده قضائی تشکیل شده و یک واحد متخلف نیز پلمب شده است.

او با بیان اینکه مکاران ما از اول آبان طبق برنامه سالانه، پایش شبانه‌روزی صنایع در شعاع ۵۰ کیلومتری کلان‌شهر اصفهان و شهرستان‌های اطراف را با شدت بیشتری اجرا کردند. خاطرنشان کرد: تمرکز اصلی پایش‌ها بر نیروگاه‌ها، پالایشگاه‌ها، صنایع ریخته‌گری، سیمان و تولید زغال بوده است.

رئیس اداره امور آزمایشگاه‌های محیط‌زیست استان ابراز امیدواری کرد: با بارش‌های پیش‌بینی‌شده در روزهای آینده، استان از شرایط آلودگی فعلی عبور کند.

ابلاغ دستورالعمل مراقبت از آنفلوانزا در مدارس اصفهان

مدیرکل مدیریت بحران استانداری اصفهان گفت: اجرای دستورالعمل وزارت بهداشت برای کنترل آنفلوانزادرمدارس آغازشده‌ومدیران‌موظفندتمامی‌اقدامات‌پیشگیرانه‌راباهماهنگی شبکه‌های بهداشت اجرا کنند.

منصور شیشه‌فروش در گفتگو با مهر اظهار کرد: بر اساس بخشنامه معاونت بهداشت وزارت بهداشت، شیوه‌نامه جامع مراقبت و کنترل آنفلوانزا و بیماری‌های حاد تنفسی به تمامی مدارس استان ابلاغ شده و مدیران واحدهای آموزشی مکلف هستند اقدامات پیشگیرانه را با همکاری مراکز بهداشت شهرستان‌ها و مدیران مناطق و نواحی آموزش و پرورش اجرا کنند.

مدیرکل مدیریت بحران استانداری اصفهان گفت: در چارچوب این شیوه‌نامه، تشکیل کمیته سلامت در سطح مدرسه ضروری است و این کمیته وظیفه دارد برنامه‌های اطلاع‌رسانی و آموزش مربوط به رعایت اصول بهداشتی، محافظت فردی، شست‌وشوی دست‌ها، رعایت آداب سرفه، تهویه مناسب کلاس‌ها و نظارت بر بهداشت محیط و سرویس‌های بهداشتی را به صورت مستمر دنبال کند.

به گفته او، پایش روزانه وضعیت سلامت دانش‌آموزان، آموزش کارکنان اجرایی و آگاهی‌بخشی به والدین درخصوص راه‌های پیشگیری از بیماری نیز در دستور کار مدارس قرار گرفته است.

شیشه‌فروش افزود: مطابق با شیوه‌نامه ابلاغی، در صورتی که سه دانش‌آموز یک کلاس به بیماری حاد تنفسی مبتلا شوند، مدیر مدرسه می‌تواند با هماهنگی مرکز بهداشت و منطقه آموزش و پرورش نسبت به غیرحضوری کردن آن کلاس تا زمان قطع زنجیره انتقال اقدام کند.

او ادامه داد: اگر موارد بیماری در سه کلاس یا بیشتر گزارش شود، با تأیید مرکز بهداشت، اداره آموزش و پرورش و فرمانداری، آموزش در کل مدرسه به‌صورت غیرحضوری ادامه خواهد یافت.

مدیرکل مدیریت بحران استانداری اصفهان تأکید کرد: هدف از اجرای این ضوابط پیشگیری از گسترش بیماری در محیط‌های آموزشی و حفظ سلامت دانش‌آموزان است و از مدیران مدارس خواست نسبت به اجرای دقیق این دستورالعمل و گزارش‌دهی مستمر به نهادهای بهداشتی توجه ویژه داشته باشند.

مشاهده هما بر فراز زیستگاه‌های طبیعی فریدن

تصاویر پرواز سه فرد هُما بر فراز زیستگاه‌های طبیعی فریدن توسط طبیعت دوست اصفهانی ثبت شد.

به گزارش مهر، طبیعت دوست اصفهانی مسعود احمدی موفق به ثبت تصویری از هما در طبیعت کوهستانی فریدن اصفهان شد؛ پرنده‌ای که در فرهنگ ایرانی نماد خوش‌اقبالی و برکت است.این تصویر توسط طبیعت دوست اصفهانی در چهارشنبه گذشته ثبت شده و به گفته وی، سه فرد از این گونه به صورت همزمان در آسمان درحال پرواز بودند.این مشاهده نه تنها یک لحظه ناب برای علاقه‌مندان به حیات وحش بود که بر اهمیت اکوسیستم‌های کوهستانی زاگرس به عنوان زیستگاه یکی از کمیاب‌ترین کرکس‌های جهان تأکید دارد. این مشاهده در شهرستان فریدن که بخشی از زیستگاه‌های اصلی هما در رشته کوه‌های زاگرس است، نشان‌دهنده تداوم حضور این گونه ارزشمند در مناطق بکر ایران است.

تعطیلی مدارس ناشی از آنفلوآنزا بود، نه آلایندگی؛

نفس اصفهان زیر فشار آلاینده‌ها

عکس: ایسنا

اصفهان در شرایط نامطلوب هوایی و شیوع بیماری آنفلوآنزا دارد؛ محدودیت‌های اضطراری، پایش صنایع و تعطیلی مدارس برای سلامت عمومی اجرا می‌شود، اما مشکلات ریشه‌ای همچنان پابرجاست.

در چند سال اخیر، کلان‌شهر اصفهان با معضل پیچیده‌ای مواجه است که به‌طور هم‌زمان سلامت شهروندان و پایداری شهری را تهدید می‌کند: ترکیبی از آلودگی هوا، فرسودگی ناوگان حمل‌ونقل عمومی و شیوع بیماری‌های فصلی. شرایط جوی خاص، از جمله سکون هوا و وارونگی دمایی، باعث انباشت آلاینده‌ها می‌شود و حتی محدودیت‌های اضطراری تردد خودروها، تعطیلی برخی مدارس و اعمال دورکاری در ادارات قادر به کاهش قابل توجه شاخص‌های آلودگی نیست. در مقابل، افزایش روزافزون خودروهای فرسوده و ناکافی بودن ظرفیت حمل‌ونقل عمومی فشار مضاعفی بر محیط زیست وارد می‌کند و ترافیک معابر را به عامل تشدیدکننده آلودگی تبدیل می‌کند.

موج‌های فصلی آنفلوآنزا نیز بر این وضعیت افزوده است و باعث اتخاذ تصمیمات اضطراری در حوزه آموزش شده است. تعطیلی مدارس، برنامه‌ریزی برای کاهش تماس‌های اجتماعی و اجرای پروتکل‌های بهداشتی، همگی در راستای حفاظت از سلامت دانش‌آموزان انجام می‌شود، در حالی که سطح هشدارهای هواشناسی نیز در تصمیم‌گیری‌ها نقش تعیین‌کننده دارد. به این ترتیب، استان در تلاش است تعادلی بین محدود کردن تماس مردم با آلاینده‌ها و مدیریت بیماری‌های واگیردار ایجاد کند، بدون آنکه تصمیمات لحظه‌ای موجب تشدید مشکلات طولانی‌مدت شود.

حل پایدار بحران مستلزم نوسازی ناوگان حمل‌ونقل، کاهش وابستگی به سوخت‌های فسیلی، توسعه انرژی‌های پاک و سرمایه‌گذاری در صنایع پاک و بهینه است. سیاستگذاری کوتاه‌مدت تنها می‌تواند از تشدید شرایط جلوگیری کند، اما بدون اجرای بلندمدت و پیوسته برنامه‌ها، اثرگذاری واقعی بر کاهش آلودگی و بهبود سلامت عمومی محدود خواهد ماند. این ترکیب از چالش‌های زیست‌محیطی، حمل‌ونقلی و بهداشتی، مسیر پیش رو را پیچیده و پرهزینه کرده و نیازمند همکاری دولت، بخش خصوصی و مشارکت مردم است.

انباشت سال‌ها تکلیف اجرا نشده، ریشه بحران امروز

داریوش گل‌علیزاده، مدیرکل محیط‌زیست استان اصفهان با تشریح ریشه‌ها و پیامدهای آلودگی هوا در این استان به ایسنا می‌گوید: حل این مسئله نیازمند اجرای پیوسته برنامه‌هایی است که سال‌ها پیش در قانون هوای پاک و سند کاهش آلودگی هوای استان تعیین شده است؛ برنامه‌ای شامل حدود ۱۱۰ تکلیف و ۱۷ دستگاه مسئول که اجرای بخش عمده‌ای از آن طی دو دهه گذشته به تأخیر افتاده است.

او با اشاره به مجموعه اقداماتی که در شرایط اضطرار آلودگی هوا اجرا می‌شود، می‌افزاید: این تصمیمات با دو هدف دنبال می‌شود؛ نخست، کاهش مواجهه مردم با آلاینده‌ها و جلوگیری از اثرات مخرب بر سلامت و دوم، جلوگیری از تشدید فعالیت‌های آلاینده. بخش قابل توجهی از ترددهای روزانه شهر، مربوط به سرویس مدارس است و طبیعی است که کاهش تردد خودروها، چه با دورکاری و چه با تعطیلی آموزشی، در کاهش آلودگی هوا نقش دارد. با این حال در روزهایی که سکون کامل هوا و انباشت آلاینده‌ها وجود دارد، حتی این محدودیت‌ها نیز ممکن است موجب کاهش محسوس شاخص نشود؛ اما اگر اعمال نشوند، شرایط به‌مراتب بدتر خواهد شد.

مدیرکل محیط زیست استان اصفهان از تقویت گشت‌های پایشی روزانه و شبانه خبر می‌دهد و بیان می‌کند: براساس حکم دادستانی، واحدهای آلاینده‌ای که آلودگی شدید ایجاد کنند به‌صورت فوری متوقف می‌شوند.

گل‌علیزاده به تعطیلی ۴۴ واحد غیرمجاز و قطع انشعاب گاز آن‌ها اشاره می‌کند و می‌افزاید: محدودیت در مصرف گاز صنایع نیز به دلیل ناترازی انرژی در زمستان ادامه دارد.

او تأکید می‌کند: نیروگاه شهید منتظری نزدیک به شش هفته است مازوت نمی‌سوزاند و تمام واحدهای آن با گاز فعالیت می‌کنند؛ بنابراین مازوت‌سوزی در آلودگی اخیر نقشی نداشته است.

مدیرکل محیط زیست استان اصفهان با استناد به گزارش سازمان هواشناسی می‌گوید: از عصر امروز انتظار می‌رود ناپایداری جوی، بارش‌های پراکنده و کاهش وارونگی دمایی به تخلیه بخشی از آلودگی کمک کند.

گل‌علیزاده با بیان اینکه ریشه بحران فعلی «انباشت تکالیف انجام‌نشده دو تا سه دهه اخیر» است، ادامه می‌دهد: قوانین متعددی از سال ۸۶ و ۸۹ وجود داشته، اما اجرا نشده و امروز با حجم بالای خودروهای فرسوده، حمل‌ونقل عمومی ناکافی و مصرف انرژی بسیار بالا مواجهیم.

او اضافه می‌کند: از حدود ۳۰ میلیون خودروی پلاک‌شده در کشور، بین ۱۶ تا ۱۷ میلیون فرسوده‌اند و در حالی که سال گذشته تنها حدود ۳۵۰ هزار خودرو از رده خارج شده، یک تا یک‌میلیون و ۲۰۰هزار خودروی جدید شماره‌گذاری شده است.

فرسودگی ناوگان؛ اصلی‌ترین منبع آلودگی هوای اصفهان

مدیرکل محیط زیست استان اصفهان با اشاره به فرسودگی ناوگان عمومی، به‌ویژه خودروهای دیزلی بدون فیلتر دوده تأکید می‌کند: این وسایل پرپیمایش سهم جدی در انتشار ذرات معلق دارند.

گل‌علیزاده راه‌حل کاهش آلودگی هوا را کاملا مشخص می‌داند و می‌گوید: آلودگی هوا در جهان قابل حل است، اما نیازمند کاهش وابستگی ۹۴ درصدی تولید انرژی به سوخت فسیلی، توسعه انرژی‌های تجدیدپذیر، بهبود مصرف در وسایل گرمایشی و سرمایشی و توسعه حمل‌ونقل عمومی پاک به‌ویژه مترو و خودروهای برقی است.

او با بیان اینکه به‌طور مثال اگر اصفهان حدود ۹۱۰ اتوبوس داشته باشد و افزایش این تعداد بدون نوسازی ناوگان فعلی اثری در بهبود آلودگی ندارد، تأکید می‌کند: توسعه ناوگان باید هم‌زمان با خروج اتوبوس‌های فرسوده باشد. حدود ۲۰ درصد جابه‌جایی مسافر در شهر با موتورسیکلت انجام می‌شود که ۹۰ درصد آن‌ها فرسوده هستند

مدیرکل محیط‌زیست استان اصفهان تعطیلی مدارس و تعطیلات اضطراری را «راه‌حل» ندانست و آن را تصمیمی لحظه‌ای برای کاهش تماس مردم با آلودگی توصیف می‌کند و می‌گوید: راه‌حل واقعی، اجرای کامل و دائمی قانون هوای پاک و پرهیز از تصمیماتی است که وضعیت را بدتر می‌کند، از جمله توسعه طرح‌ها و صنایع آلاینده یا اضافه‌کردن ناوگان جدید بدون نوسازی ناوگان قدیمی.

تبدیل نیروگاه شهید منتظری به سیکل ترکیبی؛ اولویت اصلی محیط زیست استان اصفهان

گل‌علیزاده یکی از اولویت‌های مهم خود را تبدیل نیروگاه شهید منتظری به سیکل ترکیبی اعلام می‌کند و می‌افزاید: این اقدام راندمان نیروگاه را از ۲۹ درصد به ۵۶ درصد افزایش می‌دهد، مصرف سوخت و آب را کاهش می‌دهد و انتشار آلاینده‌هایی مانند اکسیدهای نیتروژن را تا ۹۰ درصد کنترل می‌کند؛ اقدامی که علاوه بر مزیت‌های زیست‌محیطی، برای سرمایه‌گذاران نیز جذاب است.

او با اشاره به سهم قابل توجه خودروها در آلودگی هوای اصفهان، از جمله تردد روزانه حدود ۱۵۰۰ نفت‌کش حامل فرآورده‌های نفتی و هزاران سرویس کارکنان صنایع اظهار می‌کند: در روزهای وارونگی دمایی، پایین بودن عمق لایه مرزی باعث می‌شود شاخص آلودگی در وضعیت ناسالم قرار گیرد. ادامه این وضعیت خسارت‌های گسترده‌ای از سلامت تا اقتصاد به همراه دارد و نیازمند توجه فوری و اجرای جدی تکالیف قانونی است.

تعطیلی مدارس به‌دلیل آنفولانزا بود، نه آلودگی هوا

منصور شیشه‌فروش، مدیرکل مدیریت بحران استان اصفهان با بیان اینکه تعطیلی مدارس در روزهای شنبه و یکشنبه هیچ ارتباطی با آلودگی هوا نداشته، اظهار می‌کند: علت این تصمیم افزایش موارد ابتلا به آنفلوآنزا در مدارس بوده است.

او می‌افزاید: هواشناسی برای فردا اطلاعیه سطح زرد صادر کرده، در حالی که پیش از این هشدار سطح نارنجی داشتیم که بر همان اساس اقدامات لازم انجام شد.

اکنون اطلاعیه سطح زرد جایگزین شده و طبیعتا تصمیمات نیز متناسب با همین سطح هشدار اتخاذ می‌شود.

مدیرکل مدیریت بحران استان اصفهان با اشاره به شیوه‌نامه ابلاغی مرکز بهداشت به آموزش‌وپرورش ادامه می‌دهد: براساس این پروتکل، چنانچه تعداد مبتلایان به آنفلوآنزا در یک مدرسه افزایش یابد، مدیر مدرسه رأسا می‌تواند تصمیم لازم را برای تعطیلی یا مدیریت وضعیت اتخاذ کند.

این روند اکنون در مدارس استان در حال اجرا است و تصمیم اخیر نیز ناشی از همین سیاست بوده است.

شیشه‌فروش درباره وضعیت جوی استان نیز اظهار می‌کند: هواشناسی اعلام کرده امروز عصر شاهد گذر امواج ناپایدار خواهیم بود و به‌تدریج شرایط جوی رو به بهبود می‌رود. بر همین اساس پیش‌بینی می‌شود میزان غلظت آلایندگی‌ها کاهش پیدا کند.

او تأکید می‌کند: همه تصمیمات اخیر مستند به اطلاعیه سطح زرد هواشناسی و براساس دستورالعمل کارگروه بوده و علت تعطیلی امروز مدارس نیز «پروتکل ابلاغی مرکز بهداشت و شیوع آنفلوآنزا» بوده است، نه آلودگی هوا.

با وجود تصمیمات فوری و محدودیت‌های اضطراری، به نظر می‌رسد بدون اصلاح ساختاری در حمل‌ونقل، انرژی و مدیریت شهری، شهروندان اصفهان همچنان در معرض تهدیدات جدی سلامت و محیط زیست قرار خواهند داشت و تنها اجرای مستمر برنامه‌های بلندمدت می‌تواند چشم‌انداز قابل اعتمادی برای کاهش آلودگی و افزایش ایمنی شهری ایجاد کند.

نگاهی به یک چرخه معیوب

اعتیاد چگونه سلامت روان را می‌بلعد؟

سلامت روان ضعیف در نوجوانان می‌تواند زمینه‌ساز گرایش به مصرف مواد مخدر شود، زیرا اضطراب، افسردگی یا فشارهای اجتماعی آنان را به سمت راه‌های ناسالم برای کاهش تنش می‌برد و اعتیاد نیز به‌نوبه خود مشکلات روانی را تشدید و چرخه‌ای معیوب ایجاد می‌کند.به گزارش ایمنا، بسیاری از نوجوانان مصرف مواد را نه از سر لذت، بلکه به‌عنوان سازوکاری دفاعی در برابر فشارهای روانی تجربه می‌کنند و اضطراب امتحانات، ترس از طرد اجتماعی یا احساس ناکامی در روابط خانوادگی می‌تواند آنان را به سمت استفاده از مواد سوق دهد و این مواد برای آنان همچون سپری موقت در برابر اضطراب یا احساس شکست عمل می‌کنند، اما در واقعیت، سپری شکننده است که دیر یا زود فرو می‌ریزد و مصرف مواد نه‌تنها مشکل اصلی را حل نمی‌کند، بلکه آن را پیچیده‌تر می‌سازد و نوجوان را در چرخه‌ای گرفتار می‌کند که خروج از آن دشوارتر از ورود است.در دنیای امروز، نوجوانان نه‌تنها با فشارهای محلی، بلکه با جریان‌های جهانی فرهنگ و رسانه مواجه هستند و مقایسه خود با همسالان در شبکه‌های اجتماعی، احساس ناکافی بودن و فشار برای به‌روز بودن می‌تواند سلامت روان را تضعیف کند. نوجوانی که مدام خود را با تصاویر و روایت‌های غیرواقعی مقایسه می‌کند، ممکن است احساس کند تنها راه رسیدن به پذیرش اجتماعی، تجربه رفتارهای پرخطر مانند مصرف مواد است و این فشارها گاه نوجوان را به سمت مصرف مواد به‌عنوان راهی برای هم‌رنگی با جریان جهانی سوق می‌دهد، در حالی که در واقع او در دام الگویی ناسالم گرفتار می‌شود.

هرگونه اختلال در سلامت روان می‌تواند زمینه‌ساز رفتارهای پرخطر شود

سمیه طاهری، روان‌شناس و مشاور خانواده با بیان اینکه سلامت روان در دوران نوجوانی نقشی بنیادین در شکل‌گیری شخصیت و آینده فرد دارد، به ایمنا می‌گوید: این دوره با تغییرات شدید زیستی، روانی و اجتماعی همراه است و هرگونه اختلال در سلامت روان می‌تواند زمینه‌ساز رفتارهای پرخطر شود که یکی از مهم‌ترین این رفتارها، گرایش به مصرف مواد و اعتیاد است که اغلب به عنوان راهی برای فرار از فشارهای روانی تجربه می‌شود.او با بیان اینکه نوجوانانی که با اضطراب، افسردگی یا اختلالات رفتاری روبه‌رو هستند، بیشتر در معرض خطر مصرف مواد قرار دارند، می‌افزاید: این اختلالات می‌توانند توانایی نوجوان در مدیریت هیجان‌ها و تصمیم‌گیری‌های سالم را کاهش دهند و در نتیجه، مواد مخدر یا الکل به عنوان ابزاری برای تسکین موقت احساسات منفی وارد زندگی آنان می‌شود.روان‌شناس و مشاور خانواده با بیان اینکه خانواده و محیط اجتماعی نقش کلیدی در پیوند سلامت روان و اعتیاد دارند، تصریح می‌کند: نوجوانانی که از حمایت عاطفی کافی برخوردار نیستند یا در محیط‌های پرتنش زندگی می‌کنند، بیشتر به سمت مصرف مواد گرایش پیدا می‌کنند و نبود ارتباط سالم با والدین و دوستان می‌تواند احساس تنهایی و بی‌پناهی را تشدید کند و زمینه‌ساز اعتیاد شود.طاهری با اشاره به اینکه مدرسه به عنوان محیط دوم زندگی نوجوانان، می‌تواند هم عامل محافظتی و هم عامل خطر باشد، تصریح می‌کند: فشارهای تحصیلی، رقابت شدید و نبود برنامه‌های حمایتی روانی در مدارس، احتمال گرایش به مصرف مواد را افزایش خواهد داد و در مقابل، وجود مشاوران روان‌شناس و برنامه‌های آموزشی درباره مهارت‌های زندگی می‌تواند نقش پیشگیرانه داشته باشد.او با اشاره به اینکه مصرف مواد نه‌تنها مشکلات روانی موجود را تشدید می‌کند، بلکه خود به ایجاد اختلالات جدید منجر می‌شود، می‌گوید: نوجوانی که برای مقابله با اضطراب به مواد پناه می‌برد، در نهایت با افسردگی شدیدتر، افت تحصیلی و مشکلات اجتماعی روبه رو می‌شود و این چرخه معیوب باعث می‌شود اعتیاد و اختلالات روانی یکدیگر را تقویت کنند.روان‌شناس و مشاور خانواده با بیان اینکه برای شکستن این چرخه، توجه هم‌زمان به سلامت روان و پیشگیری از اعتیاد ضروری است، اضافه می‌کند: آموزش مهارت‌های مدیریت استرس، تقویت ارتباطات خانوادگی، ایجاد محیط‌های حمایتی در مدرسه و دسترسی آسان به خدمات مشاوره‌ای می‌تواند نوجوانان را در برابر خطر اعتیاد مقاوم کند و رویکردهای جامع که سلامت روان و پیشگیری از مصرف مواد را در کنار هم قرار می‌دهند، بیشترین اثربخشی را دارند.فاطمه خدادادی، روان‌شناس بالینی با بیان اینکه نوجوانی مرحله‌ای است که فرد میان کودکی و بزرگسالی در نوسان است، به خبرنگار ایمنا می‌گوید: این وضعیت گذار، همراه با تغییرات هویتی و فشارهای اجتماعی، نوجوان را آسیب‌پذیر می‌کند و در چنین شرایطی، هرگونه خلأ در سلامت روان می‌تواند زمینه‌ساز گرایش به رفتارهای پرخطر از جمله مصرف مواد باشد.او با بیان اینکه در بسیاری از موارد، اعتیاد در نوجوانان بیشتر نشانه‌ای از مشکلات عمیق‌تر روانی است و مشکلات اصلی در حاشیه قرار می‌گیرند، می‌افزاید: مصرف مواد می‌تواند تلاشی برای پوشاندن اضطراب، افسردگی یا احساس بی‌ارزشی باشد، بنابراین درمان اعتیاد بدون توجه به ریشه‌های روانی آن، تنها سطح مشکل را می‌پوشاند.روان‌شناس بالینی با بیان اینکه نوجوانان در تلاش برای ساختن هویت شخصی و اجتماعی خود هستند، تصریح می‌کند: اگر این فرایند با سردرگمی یا احساس ناکامی همراه شود، احتمال دارد نوجوان برای یافتن جایگاه یا پذیرش اجتماعی به مصرف مواد روی آورد و ضعف در خودپنداری و عزت‌نفس پایین، پیوندی مستقیم با خطر اعتیاد دارد.خدادادی با بیان اینکه رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی نیز در این پیوند نقش مهمی دارند، ادامه می‌دهد: نوجوانانی که در معرض الگوهای ناسالم یا تبلیغات غیرمستقیم مصرف مواد قرار می‌گیرند، بیشتر در معرض خطر هستند و فشار برای هم‌رنگ جماعت بودن می‌تواند سلامت روان را تضعیف و مسیر اعتیاد را هموار کند.او با بیان اینکه سلامت روان ضعیف می‌تواند نوجوان را به سمت اعتیاد سوق دهد و اعتیاد نیز به‌نوبه خود سلامت روان را تخریب می‌کند، می‌گوید: این رابطه دوطرفه باعث می‌شود نوجوان در چرخه‌ای گرفتار شود که خروج از آن دشوار است و مشکلات تحصیلی، روابط اجتماعی ناسالم و افزایش خطر رفتارهای پرخطر از پیامدهای این چرخه هستند.روان‌شناس بالینی با بیان اینکه برای مقابله با این پیوند پیچیده، رویکردی جامع لازم است، اضافه می‌کند: مداخلات باید هم سلامت روان نوجوان را تقویت کنند و هم آگاهی او را درباره خطرات مصرف مواد افزایش دهند و ترکیب آموزش مهارت‌های زندگی، حمایت خانوادگی و سیاست‌های اجتماعی پیشگیرانه می‌تواند راهی مؤثر برای کاهش خطر اعتیاد در نوجوانان باشد.سلامت روان و اعتیاد رابطه‌ای خطی ندارند، بلکه شبکه‌ای پیچیده از تأثیرات متقابل هستند؛ اعتیاد می‌تواند اختلالات روانی را تشدید کند و اختلالات روانی می‌توانند اعتیاد را تقویت کنند و این شبکه مانند تار عنکبوتی است که نوجوان را در خود گرفتار می‌کند و هر حرکت برای رهایی، اگر بدون حمایت باشد، او را بیشتر درگیر می‌سازد، به‌عنوان مثال، نوجوانی که برای مقابله با افسردگی به مصرف مواد روی آورده است، پس از مدتی با افسردگی شدیدتر، افت تحصیلی و مشکلات اجتماعی روبه‌رو می‌شود و این چرخه معیوب نشان می‌دهد که اعتیاد و سلامت روان یکدیگر را تغذیه می‌کنند و بدون مداخله جدی، این چرخه شکسته نمی‌شود.

دیدگاه

نگاه‌هایی پر از فریاد

نجمه سیددخت: در میان همهمه جمعیت، صدای جیرجیر ویلچرش نگاه مردی را میخکوب می‌کند. وقتی در جمع ظاهر می‌شود، همه زیرچشمی نگاه می‌کنند و یکی هم با ترحم. او همه آن نگاه‌ها را در ذهنش تحلیل می‌کند و تصویری می‌سازد که هیچ‌گاه از خاطره‌اش پاک نمی‌شود. با زبان بی‌زبانی می‌گوید من نیازمند ترحم نیستم؛ به من عادی نگاه کنید، ترحم شما دردی را از من دوا نمی‌کند.

دنیای معلولان در سکوتی که گاه جامعه آن را نمی‌بیند پر است از حدیث‌های ناگفته، قصه‌هایی از اراده، تلاش، صبر و پشتکار.

این نیاز به دیده شدن و شنیده شدن، سبب شد تا سازمان ملل متحد، سوم دسامبر را به عنوان روز جهانی افراد دارای معلولیت نامگذاری کند؛ روزی برای یادآوری حق حیات، آموزش، اشتغال، مشارکت اجتماعی و کرامت انسانی میلیون‌ها فردی که با محدودیت‌های جسمی یا ذهنی زندگی می‌کنند. هدف از نامگذاری این روز، بالا بردن آگاهی عمومی، ترویج شمول اجتماعی و حذف موانع و تبعیض است و یادآور این نکته که معلولیت پایان راه نیست؛ نقطه شروعی برای اثبات توانایی‌هاست.

آمارها نشان می دهد که بیش از ۱٫۳ میلیارد نفر در جهان، نزدیک به ۱۶ درصد جمعیت، دارای معلولیت هستند. در ایران نیز حدود ۱۰٫۵ میلیون نفر، معادل نزدیک به ۱۲ درصد جمعیت کشور، دارای معلولیت‌اند. این افراد همانند دیگران حق زندگی شرافتمندانه، آموزش، کار و مشارکت اجتماعی دارند؛ اما بسیاری از آنها، هنوز از دسترسی به خدمات آموزشی، شغلی و توانبخشی محروم هستند و شکاف بزرگی میان نیاز و امکانات موجود وجود دارد.

با وجود همه این محدودیت‌ها، دنیای معلولان پر است از نمونه‌های الهام‌بخش. نوجوانانی که با معلولیت شدید، رتبه‌های برتر کنکور را کسب کرده‌اند؛ ورزشکارانی که با محدودیت جسمی در رشته‌های پارالمپیک مدال آورده‌اند؛ هنرمندانی که با کم‌توانی حرکتی، آثارشان در موزه‌ها و جشنواره‌ها می‌درخشد و کارآفرینانی که با تلاش خود، فرصت‌های شغلی و آموزشی ایجاد کرده‌اند. این نمونه‌ها نشان می‌دهند که معلولیت، محدودیت توانایی نیست.

اما علیرغم این همه موفقیت‌ها، بسیاری از قوانین حمایتی هنوز به درستی در مورد معلولان اجرا نمی‌شوند. مناسب‌سازی محیط شهری که بر عهده شهرداری‌ها و شهرسازان است در بسیاری از نقاط کشور رعایت نمی‌شود. پیاده‌روها برای عبور نابینایان استاندارد نیستند، رمپ‌ها و آسانسورها ناکافی هستند و ساختمان های عمومی محدودیت ایجاد می‌کنند. سهمیه استخدامی سه درصدی معلولان نیز اغلب رعایت نمی‌شود و میلیون‌ها انسان با توانایی بالقوه از فرصت شغلی همچنان محروم‌اند.

این شکاف میان قانون و واقعیت، ضرورت اقدام فوری را یادآوری می کند. نهادهای دولتی موظف‌اند قوانین را اجرا و سازمان‌های نظارتی بر حسن اجرای آن‌ها نظارت کنند. محیط شهری و پیاده‌روها باید مطابق استانداردهای جهانی طراحی شوند، ساختمان‌ها و مراکز عمومی، دسترس پذیر شوند و سهمیه استخدامی به شکل عملی رعایت شود.

نقش موسسات خیریه، انجمن‌های حمایتی و سازمان‌های مردم‌نهاد در این میان حیاتی است. این نهادها می‌توانند خلاهای قانونی و اجرایی را پر کنند، امکانات توانبخشی و آموزشی فراهم کنند و صدای معلولان را به گوش مسئولان برسانند. حمایت از توانبخشان نه یک عمل خیریه ساده؛ بلکه یک وظیفه اجتماعی و انسانی است که می‌تواند مسیر برابری و عدالت را هموار کند.روز جهانی معلولان یادآور این حقیقت است که معلولان، بخش جدایی‌ناپذیر جامعه‌اند و هر انسانی حق دارد با کرامت و آزادی زندگی کند.ایجاد تسهیلات مناسب، مناسب‌سازی محیط‌ها، اجرای سهمیه‌های قانونی و حمایت مستمر از موسسات حامی معلولان، راه‌هایی هستند برای ساختن جامعه‌ای که در آن معلولان توانمند، دیده و شنیده شوند. نگاه‌های پر از فریاد آنان را بشنویم و راه را برای موفقیت آنان فراهم کنیم که رضای خدا و خلایق در آن نهفته است.

خبر

افزایش ۲۰ درصدی ابتلاء اصفهانی‌ها به «آنفلوآنزا»

مسئول گروه بیماری‌های واگیر مرکز بهداشت اصفهان گفت: روند ابتلاء به بیماری «آنفلوآنزا» در استان شیب صعودی پیدا کرده است و گزارش‌های هفتگی از از افزایش ۱۴ تا ۲۰ درصدی مبتلایان خبر می‌دهد.رضا فدایی در گفت وگو با ایرنا افزود: روند ابتلا به آنفلوآنزا در استان از حدود ۲۰ آبان شیب افزایشی یافت که همچنان نیز ادامه دارد. بر اساس نتایج نمونه‌گیری از افراد علامت‌دار، جواب ۴۰ تا ۸۰ درصد تست‌های گرفته شده، مثبت اعلام شده است.

فدایی افزود: در حال حاضر ابتلاء شهروندان به این بیماری، در همه گروه‌های سنی اعم از کودکان و بزرگسالان مشاهده می‌شود اما در سالمندان کمتر است.او تاکید کرد: وزارت بهداشت، چند روز پیش، رهنمودهایی برای بررسی تعطیلی مدارس منتشر کرد که وفق آن، بر اساس تعداد دانش‌آموزان غایب تصمیم‌گیری می‌شود و اگر این رقم افزایش یابد، احتمال تعطیلی یک کلاس یا یک مدرسه باید مورد توجه قرار زگیرد، اما تعطیلی آموزشگاه‌ها، الزامی نیست .