نصب تصویر شهید سلیمانی در برخی مناطق تهران

نسل فردا: بعد از اتفاقات اصفهان، شهرداری تهران اقدام به نصب تصویر شهید سلیمانی در برخی از مناطق تهران کرده است. سازمان زیباسازی شهر تهران پس از اتفاقات دیشب بین تین الاتحاد و سپاهان اقدام به نصب تصویر شهید سلیمانی در برخی مناطق شهر تهران کرد.بازیکنان باشگاه الاتحاد عربستان در حالی که چند تن از یاران اصلی‌شان مثل کریم بنزما را در اختیار نداشتند با بهانه‌جویی نسبت به وجود تندیس حاج قاسم سلیمانی در وزرشگاه نقش جهان، از بازی مقابل سپاهان و طرفداران پرشور آن خودداری کردند.شامگاه دوشنبه، کاربران توییتر با استفاده از عبارت «از مجسمه حاج قاسم هم می‌ترسند» این موضوع را در فضای مجازی مطرح کردند. حالا سازمان زیباسازی با نصب شبانه بنرهایی مزین به تصویر حاج قاسم سلیمانی، زیر آن نوشته است: «از چشم‌هایش می‌هراسند».

احضار ۲۵۰۰ راننده متخلف به پلیس

نسل فردا: رئیس پلیس راهور تهران گفت: برای ۹۸۵ راننده ثبت شکایت منع خدمات داشته‌ایم که اگر برای دریافت خدمات ترافیکی مراجعه کنند، خداماتی نمی گیرند.سرهنگ موسوی پور گفت: از ابتدای سال تاکنون ۲۵۰۰ مورد تخلف حادثه ساز شناسایی و اعمال قانون شده است که سرعت وسیله نقلیه بالای ۵۰ کیلومتر بیش از حد مجاز بوده است.وی گفت: برای ۹۸۵ راننده نیز ثبت شکایت منع خدمات داشته‌ایم یعنی این رانندگان به علت تخلفاتی که داشته‌اند و در دوره آموزشی مدنظر پلیس شرکت و مراجعه نکرده‌اند این شکایت برای آن‌ها ثبت شده است و هر جایی از کشور برای دریافت خدمات ترافیکی مانند شماره گذاری و... مراجعه نمایند هیچگونه خدماتی به آنان ارائه نخواهد شد.سرهنگ موسوی پور افزود: این افراد می‌بایست در کلاس‌های آموزشی که پلیس راهور تهران بزرگ برای آنان در نظر گرفته است شرکت کنند تا نسبت به رفع منع خدمات در سیستم اقدام گردد.

خبر

صلح و سازش ۴۳ درصدی پرونده‌های شورای حل اختلاف

مریم یادگاری / گروه جامعه
news@naslefarda.net

رئیس مرکز توسعه حل اختلاف کشور از صلح و سازش ۴۳ درصدی در پرونده‌های شورای حل اختلاف کشور خبرداد.با توجه به سیاست دستگاه قضایی در کاهش جمعیت کیفری و نیز کاسته شدن از حجم پرونده‌های ورودی به محاکم قضایی و حل کردن دعاوی و اختلافات قبل از مراجعه و ورود به دستگاه قضایی، مراجعه به شوراهای حل اختلاف بیش از پیش رونق گرفته و مورد توجه قرار گرفته است.از سوی دیگر از آنجا که کشورمان مهد تمدن ایرانی و اسلامی است، یکی از توصیه‌های پرتکرار همین فرهنگ ناب اسلامی، اتکا به شیوه‌های صلح و سازش در دعاوی است که این مهم بارها در آیات مختلف قرآن کریم مورد تاکید و سفارش قرار گرفته است.حجت‌الاسلام والمسلمین هادی صادقی رئیس مرکز توسعه حل اختلاف کشور گفت: شوراهای حل اختلاف یکی از نهادهای مبارکی است که در جمهوری اسلامی پایه گذاری شد و بعد از ۲۱ سال که از تاسیس ان گذشته امروز یک نهاد بسیار کارآمد به شمار می‌آید.وی گفت: به عنوان نمونه در طی سه سال گذشته رشدی که عملکرد شوراهای حل اختلاف داشته قابل توجه بوده است.صادقی اظهار کرد: در سه سال گذشته در سال ۳ میلیون ۷۰۰ پرونده در شوراهای حل اختلاف رسیدگی می‌شد که حدود ۳۰ درصد این پرونده‌ها منجر به صلح و سازش می‌شد و هر پرونده در مدت زمان ۳۹ روز مورد رسیدگی قرار می‌گرفت. رئیس مرکز توسعه حل اختلاف کشور گفت: اکنون آمار رسیدگی به پرونده‌ها در شوراهای حل اختلاف کشور در یک سال به ۵ میلیون پرونده رسیده است و رسیدگی به پرونده‌ها به ۲۹ روز کاهش پیدا کرده و میزان صلح و سازش در پرونده‌های شورای حل اختلاف به ۴۳ درصد رسیده است. وی افزود: این معنی را به همراه دارد که کارآمدی و بهره وری افزایش پیدا کرده است درصورتی که همکاران ما در سراسر کشور از ۳۲ هزار نفر به ۲۸ هزار رسیده است.

کمک خیرین هلال احمر در راهی شدن دانش آموزان به مدرسه

نسل فردا: رئیس سازمان داوطلبان هلال احمر گفت: همزمان با آغاز سال تحصیلی جدید و با اجرای طرح «ارمغان مهر» از سوی داوطلبان و خیرین جمعیت هلال احمر در سراسر کشور، ۵۳۰۴ دانش آموز راهی مدرسه شدند.وحید سلیمی در این باره گفت: بیش از ۱۰ سال از اجرای طرح «ارمغان مهر» به مناسبت آغاز سال تحصیلی، با هدف کمک به دانش آموزان کم بضاعت و مناطق کم برخوردار در سراسر کشور می گذرد.سلیمی با اشاره به اجرای مرحله اول این طرح تا دهم مهرماه تصریح کرد: با همراهی خیرین نیک‌اندیش و مردم نوع دوست ایران عزیز، ۲۵میلیارد و ۷۹۱ میلیون و ۵۰۰ هزار ریال کمک‌های نقدی و غیرنقدی جمع‌آوری شد.رییس سازمان داوطلبان جمعیت هلال احمر ادامه داد: با کمک داوطلبان و همکاران ما در سراسر کشور ۵ هزار و ۴۲۹ بسته لوازم التحریر خریداری، بسته‌بندی و در میان دانش آموزان مناطق کم برخوردار و محلات طرح ۲۰۲۰ توزیع شد.سلیمی با اشاره به اقلام موجود در این بسته‌ها توضیح داد: لباس مدرسه، لباس ورزشی، حواله کفش، کیف مدرسه و انواع لوازم التحریر همچون دفترچه، مدادرنگی، خودکار، مداد، تراش، پاک کن، خط کش و... در این بسته‌ها متناسب با جامعه هدف موجود بود.وی در پایان ضمن قدردانی از حضور پرشور خیرین و داوطلبان تا این مرحله از اجرای طرح، خاطرنشان کرد: با توجه به اینکه اجرای طرح همچنان ادامه دارد، از تمامی هموطنان دعوت می‌شود هدایای نقدی و غیرنقدی خود را به خانه‌های هلال و یا شعب جمعیت هلال احمر محل سکونت خود تحویل دهند.

فاجعه سالمندی ایران در راه

یلدا توکلی / گروه جامعه
tavakoli.yalda11@gmail.com

در دنیا همیشه وقتی پنجره جمعیتی باز می‌شود و جوانان و جمعیت سنین بین ۱۵ تا ۶۵ سال بیشتر می‌شود، کشور به سمت توسعه می‌رود. در سال ۱۳۶۵ بیشترین رشد جمعیت را داشتیم اما اکنون در سال ۱۴۰۲ وضعیت برعکس شده است و فاجعه سالمندی ایران در راه است البته موضوع سالمندی در کشور ما غیرقابل پیش‌بینی نیست اما به نظر میرسد که کاهش جمعیت جوان و عدم فرزند آوری این خطر را جدی ترمی کند.

ما در زمره کشورهای سالمند قرار خواهیم گرفت

در سال ۱۳۵۵ جمعیت سالمند ما ۵ درصد بود، اما این نسبت در سال ۱۳۹۸ به ۱۰ درصد رسید. درصورتی که این روند تغییر نکند در سال ۱۴۲۱ بالغ بر ۲۰ درصد جمعیت سالمند و در سال‌های ۱۴۴۵ بالغ بر ۳۳ درصد جمعیت ما سالمند خواهد شد که دچار بحران سالمندی خواهیم شد.در واقع روند سالمندی در کشور روندی رو به شتاب است و اگر نسبت جمعیت سالمندی به ۱۴ درصد کل جمعیت برسد آن جامعه سالمند خواهد بود و این نسبت قطعا در سال ۱۴۱۰ محقق خواهد شد و ما در زمره کشورهای سالمند قرار خواهیم گرفت.البته درصورتی که مسله فرزندآوری در جامعه به عنوان موضوع اصلی در جامعه تبدیل شود بدون تردید می توانیم از بحران سالمندی به خوبی عبور کنیم.

سرعت دو و سه برابر شدن جمعیت سالمندی در کشور دکتر احمد دلبری رئیس انجمن علمی طب سالمندی ایران است وی با اعلام اینکه اکنون ۱۰ میلیون نفر از جمعیت کشور را سالمندان تشکیل می‌دهند، گفت: سرعت دو و سه برابر شدن جمعیت سالمندی در کشور نگران کننده است و پیش بینی می‌شود در سال ۱۴۳۰ ما ۳ برابر جمعیت فعلی سالمند داشته باشیم.

دلبری درباره جمعیت سالمندان کشور در حال حاضر، تصریح کرد: آخرین سرشماری رسمی کشور مربوط به سال ۱۳۹۵ بوده است اما، جمعیت‌شناسان برآورد می کنند که اکنون تقریبا ۱۰ میلیون نفر سالمند (فرد بالاتر از ۶۰ سال) داریم و موضوع نگران کننده برای ما سرعت سالمند شدن جمعیت است. سرعت سالمند شدن افراد در جامعه ما منحصر به فرد است؛ در کشورهای توسعه یافته زمان لازم برای دو برابر شدن جمعیت سالمندی بیش از ما است چنانکه این سرعت رشد دو برابر شدن از ۱۰ درصد به ۲۰ درصد، در فرانسه ۱۲۰ سال، در کشور سوئد ۹۰ سال و در آمریکا ۷۵ سال طول کشیده است اما سرعت دو برابر و سه برابر شدن جمعیت سالمندی در کشور ما بسیار نگران کننده است و بر همین اساس تخمین‌ها بر آن است که در سال ۱۴۳۰ ما ۳ برابر جمعیت فعلی سالمند خواهیم داشت.او ضمن آنکه شرایط رشد سالمندی در کشور را نگران کننده خواند، اظهار کرد: متاسفانه تنها نوشتن سند سلامت سالمندی در کشور ۱۸ سال طول کشید. حال در شرایطی که طی ۲۰ سال، جمعیت ۱۰ درصدی سالمندان به ۲۰ درصد برسد، آیا زیرساخت درستی برای مواجهه با این شرایط موجود است؟ جمعیت سالمند آسیب‌پذیر است و نیاز به زیرساخت دارد. چالش‌های سالمندی یک پازل با اجزای مختلف است.

عزم ملی برای برطرف کردن چالش‌های سالمندی

رئیس مرکز تحقیقات سالمندی با اشاره به اینکه ۶۰ درصد منابع بیمه‌ای کشور برای بازنشستگان هزینه می‌شود، گفت: این در حالی است که جمعیت بازنشستگان اکنون ۱۰ درصد است ولی آیا در سال ۱۴۲۰ هم همه صندوق‌ها می‌توانند از پس پرداخت این هزینه‌ها بربیایند؟ باید عزم ملی برای برطرف کردن چالش‌های سالمندی ایجاد شود.وی افزود: اکنون یک میلیون نفر فرد بالای ۸۰ سال و شش هزار نفر بالای ۱۰۰ سال در کشور داریم؛ اما ۲۰ سال دیگر آدم‌هایی که سن بالاتری دارند بیشتر زنده خواهند بود؛ چرا که با پیشرفت پزشکی، امید به زندگی افراد هم افزایش یافته است. چنانچه از ابتدای پیروزی انقلاب تاکنون عمر افراد جامعه ۲۰ سال بیشتر شده است. در ۲۰ سال آینده این پیشرفت‌های پزشکی بیشتر هم خواهد بود و قطعا آدم‌هایی با سن بالاتر زنده خواهند ماند، آیا سیستم‌های بهداشتی، درمانی، بیمه‌ای، رفاهی و ... آماده شرایط سالمندی در سال ۱۴۳۰ هستند.

آمار تجرد قطعی در سالمندی حدود ۸۰ هزار نفر است

دلبری ادامه داد: کارشناسان و متخصصان منکر اهمیت امر جوانی جمعیت نیستند اما این موضوع با سالمندی متفاوت است. اگر جمعیت جوان شود مشکلات سالمندان فعلی و سال‌های آتی از بین می‌رود؟ باید به موازات آنکه به جوانی جمعیت فکر می کنیم، به سالخوردگی و پیری جمعیت هم فکر کنیم.الان که هر سالمند فعلی به طور میانگین ۵ فرزند دارد، تقریبا ۳۰ درصد سالمندان ساکن در آسایشگاه‌ها را سالمندان مجهول‌الهویه تشکیل می‌دهند، حال به روند آینده فکر کنید که چگونه خواهد شد؟ در حال حاضر آمار تجرد قطعی در سالمندی حدود ۸۰ هزار نفر است اما در آینده چگونه خواهد بود؟ پیش‌بینی می‌شود که با توجه به عبور از سن ازدواج برخی جوانان، آمار تجرد قطعی سالمندان آینده در سال ۱۴۳۰ به بیش از ۲ میلیون و ۶۰۰ هزار نفر برسد.

بحران سالمندی برای آدم‌های بالای شهر

وی با اشاره به اینکه بحران سالمندی مربوط به آدم‌های بالای شهر است، بیان کرد: در روستا و یا پایین شهر بالاخره فرد سالمند یک نفر را دارد که کمک او کند، اما در بالای شهر است که می‌بینیم یک سالمند به تنهایی و بدون کمک هیچکس در یک خانه ۲ هزار متری زندگی می‌کند.

مصیبت‌بارترین تأثیر «شیشه» بر مغز

یکی از مهم‌ترین دلایل گرایش به مصرف مواد، باورهای نادرست و رایج است؛ باورهایی که دهان به دهان گشته و به صورت یک مبنای فکری زندگی فرد عمل می کنند و زندگی افراد را به بیراهه می کشانند.

انسان به آنچه که باور دارد عمل می کند. باورهای ما یعنی نگرش ما به یک موضوع و پنجره‌ای که از آن به همه چیز نگاه می کنیم. باورهای ما به مصرف مواد یعنی مثبت یا منفی دیدن آن؛ آیا تا به حال به این موضوع فکر کرده‌اید که باورهای شما در مورد مصرف مواد اعتیادآور چیست؟. در ادامه این گزارش به برخی از باورهای نادرست نسبت به مصرف مواد مخدر اشاره شده است:

«می‌شه تفننی مصرف کرد»

روند وابستگی به مواد اعتیادآور از مصرف تفریحی و گاه گاهی شروع می‌شود. بر رسی سابقه مصرف مواد در بیشتر بیمارانی که تحت درمان قرار دارند نشان داده که این افراد سخت بر این باور تأکید داشته‌اند که هرگز کسی با مصرف تفریحی معتاد نخواهد شد.

«مصرف شیشه توان و انرژی انسان روز یاد می‌کنه»

این باور که با مصرف شیشه می‌شود به شادی و نشاط دست یافت، ناشی از تجربه اولین مصرف است که مدت زیادی این شادی کاذب طول نمی کشد و بعد از چند بار مصرف، فرد مصرف کننده تبدیل به فردی عصبی و غم‌آلود خواهد شد که نیازمند درمان‌های روانپزشکی است؛ درمان‌هایی که ممکن است حتی سال‌ها طول بکشد و شاید بیمار هرگز به شرایط پیش از مصرف شیشه برنگردد.

«همه مصرف می‌کنن و این یک کار طبیعیه»

به نظر می آید بسیاری از افراد با تعمیم دادن رفتاری که خودشان به آن خو کرده‌اند به مصرف خود مشروعیت می‌دهند یا این که خودشان را آرام می کنند. این باور چگونه می‌تواند در اعتیاد فرد نقش داشته باشد؟ بسیاری از افراد به این باور هستند که همه مصرف می کنند و این یک کار طبیعی است. این افراد نمونه‌هایی از افراد مشهور یا ثروتمند را به عنوان مصرف کننده مواد مطرح می کنند و با این باور که همه مردم در هر صنف و طبقه‌ای به عنوان تفریح، مواد مصرف می کنند و این یک رفتار همه گیر است، به خود مجوزی برای مصرف مواد می دهند.

«با مصرف مواد اعتماد به نفس بالا می‌ره»

این باور رایج در میان بیشتر مصرف کنندگان مواد وجود دارد که اگر کسی به مشکلی گرفتار شود با مصرف مواد توانایی رو به رو شدن با مشکل را پیدا می کند و به راحتی می‌تواند آن را حل کند. برای نمونه فردی که توانایی صحبت کردن در میان جمع را ندارد یا این که نگران مورد تمسخر واقع شدن در جمع است با مصرف اندکی مواد می‌تواند بر این ترس غلبه و با اعتماد به نفس بالا به راحتی با دیگران ارتباط برقرار کند.

«ورزش نمی‌ذاره کسی معتاد بشه»

بعضی از مهارت‌ها در افراد منجر به ایجاد غرور غیر معمول می‌شود که آنها را در معرض خطر قرار می‌دهد؛ برای نمونه فردی که ورزشکار است، همواره باور دارد که قدرت بدنی و توانایی او با دیگران فرق می کند؛ پس هرگز اعتیاد او را تهدید نمی کند و این در حالیست که در میان افراد مصرف کننده مواد اعتیادآور که به مراکز درمانی مراجعه کرده‌اند کسانی دیده شده‌اند که ورزشکار بوده و تا مراحل قهرمانی نیز پیش رفته‌اند. این افراد به این نکته واقف نبودند که هیچ کس از اعتیاد در امان نیست و تنها دارا بودن مهارت کافی است که انسان را در برابر اعتیاد ایمن کند و نه ورزشکار بودن.

«من معتاد نمی‌شم»

بسیاری از افراد بر این باور هستند که با دیگران فرق دارند؛ خود را در برابر اعتیاد مصون می‌دانند؛ حتی به این نکته تأکید می کنند که در خانواده‌شان یک فرد معتاد وجود ندارد. کسی که چنین باوری به اعتیاد دارد یکی از تکان دهنده‌ترین باورها را با خودش به یدک می کشد؛ باوری که فرد را در قالب غرور و تعصب زندانی می کند.

«شیشه اعتیاد نداره»

تصور عموم مردم از اعتیاد تنها به دانسته‌های آنان در مورد مصرف مواد مخدر مانند تریاک یا هروئین محدود شده است. نشانه‌هایی مانند درد بدن و ریزش آب از بینی همراه با اسهال و استفراغ به عنوان علائم خماری شناخته شده، اعتیاد را تداعی می کند و فرد معتاد را کسی می دانیم که چرت می‌زند و یا در گوشه‌ای از خیابان در کنار زباله‌ها زندگی می کند. اما باید گفت بازار فروش و عرضه مواد اعتیادآور بسیار هوشمندانه عمل می کند و با توجه به نیاز نسل جدید مصرف کنندگان، مواد جدیدی به این بازار وارد شده که با شعار اعتیادآور نبودن، شادی و انرژی ایجاد می کند.

ورود شیشه با توجه به نیاز جوانان برای کسب انرژی و شادمانی تبلیغ شده است و قاچاقچیان مواد با این شعار که شیشه حاوی مورفین نیست، پس اعتیادآور هم نیست، مصرف آن را تبلیغ می کنند متاسفانه بسیاری از افراد ناآگاه، خواسته یا ناخواسته در دام این ماده محرک گرفتار می‌شوند. در حالی که شیشه شخص را در وضعیتی قرار می‌دهد که تمایل به درمان ندارد و شاید این مصیبت‌بارترین تأثیر شیشه بر مغز باشد که درمان و پیگیری این افراد را مشکل کرده است.

افراد مصرف کننده شیشه، بعد از اندک زمانی انتهای اعصاب مغزشان تحلیل رفته و مغز نمی‌تواند روند طبیعی خود را داشته باشد و بیمار فقط به خاطر ترس از عوارض ترک شیشه که مربوط به کارکرد ضعیف مغز است، آن را مصرف می کند و دیگر لذتی از مصرف شیشه نمی‌برد. در واقع اعتیادآورترین ماده در کشور که درمان آن نیز بسیار دشوار است، شیشه بوده و معتادان به شیشه، پاسخ درمانی کمتری دارند.

«می‌شه با کمی مواد حس خوبی داشت»

برخی افراد بر این باورند که مصرف اندکی مواد به صورت کنترل شده می‌تواند به آنها لذت کافی دهد. این باور تقویت کننده این رفتار است که می‌توانید مواد را همانگونه که می‌خواهید مصرف کنید. در واقع این شما هستید که بر میزان مصرف خود قدرت دارید. در حالی که مواد اعتیادآور به زودی قدرت تصمیم گیری فرد مصرف کننده را سلب می کند و دیگر او نیست که میزان مصرف را تعیین کند. به خاطر داشته باشید که اعتیاد به هر نوع مواد، در ابتدا با تجربه بسیار لذت‌بخشی همراه است تا آنجا که شخص باور می کند، می‌تواند مواد را به صورت کنترل شده مصرف کند و از تجربه‌های لذت‌بخش آن برخوردار شود، غافل از این که مصرف حتی مقدار کم مواد مخدر یا محرک، ساختمان مغز و کارکرد آن را تخریب می کند.

مصرف شیشه مورفین را پاک می‌کنه

به دنبال این فریب تبلیغاتی که مصرف شیشه به پاک کردن تریاک یا مواد مخدر دیگر کمک می کند، فروشندگان، مصرف شیشه را به مصرف کنندگان مواد مخدری مانند تریاک یا هروئین و کراک توصیه می کنند. لذا برخی معتادان به تریاک و سایر مواد مخدر به مصرف شیشه روی آوردند تا به وسیله آن از خماری ترک مواد مخدر نجات پیدا کنند. نتیجه این تصمیم ناآگاهانه نه تنها منجر به درمان اعتیاد به ماده مخدر نمی‌شود، بلکه فرد به دو اعتیاد خطرناک مبتلا می‌شود.

مصرف همزمان تریاک و شیشه خطر سکته‌های مغزی و قلبی را به شدت افزایش می‌دهد و بسیاری از افرادی که همزمان به مصرف این دو ماده وابسته شدند، عوارض سنگین‌تری را تجربه می کنند و در عین حال درمان اعتیاد آنها بسیار سخت‌تر است.

«با مصرف شیشه لاغر می‌شی و پوست شفاف پیدا می‌کنی»

ترویج دروغ بزرگی مبنی بر شفاف‌سازی پوست و تناسب اندام با مصرف شیشه از دیگر فریب‌هایی است که فروشندگان در مورد مصرف شیشه می گویند. در صورتی که شیشه با تحلیل عضلات و اندام‌ها، پیر کردن چهره و چروکیده کردن پوست و بی‌اشتهایی عصبی و بیمارگونه، در زیبایی و تناسب اندام نقشی ندارد. جوانان نیاز دارند توسط دیگران تایید شوند، گاهی لاغر شدن و زیبا شدن مهم‌ترین خواسته آنها از زندگی است.

بازار مواد به نیاز جوانان به خوبی واقف است و با تبلیغات در این زمینه تلاش می کند گروه جدیدی را به مصرف کنندگان مواد اضافه کند.

«شیشه تمرکز و انرژی روز یاد می‌کنه»

افرادی که بر این باور هستند که شیشه توان ذهنی را افزایش می‌دهد، حافظه را تقویت کرده و منبع تامین انرژی است، از ماهیت این افزایش انرژی غافل‌اند و نمی‌دانند که شیشه انرژی‌های ذخیره شده بدن را به یکباره تخلیه می کند و با از دست رفتن قدرت تمرکز، تخریب حافظه و اختلال حواس در اثر تخریب قشر مغز، مرگ فرد را نزدیک می کند.

«شیشه عارضه جدی نداره و نسبت به سایر مواد کم‌خطرتره»

تصور اشتباه بسیاری از افراد در مورد مصرف شیشه کم‌ضرر دانستن آن نسبت به مواد دیگر است. این گروه معتقدند مصرف شیشه تنها با ایجاد انرژی همراه است. از سوی دیگر طبق شواهد زنده‌ای که در مراکز درمانی از مصرف کنندگان شیشه وجود دارد، عوارض جدی مصرف شیشه عبارتند از اختلال در خواب، اختلال عملکرد در یچه پروستات، آسیب‌های کبدی و پوستی، عفونت روده، تضعیف قوای جنسی، توهم، هذیان، پرخاشگری، جنون، مشکلات گفتاری و مشکلات حافظه، بیماری‌های دهان و دندان، توهم حس حشره و... و از همه مهم‌تر عوارض جدی روانی و جنون آمیزی که منجر به قتل‌ها و خودکشی‌های بسیاری می‌شوند. آیا این همان شیشه کم خطری است که عوارض جدی ندارد؟.

«ترک اعتیاد آسونه»

از دیدگاه کسانی که هنوز اعتیاد را نمی‌شناسند، ترک اعتیاد بسیار آسان و هر زمان امکان پذیر است. همین باور، اقدام به درمان را به تأخیر می‌اندازد. طول دوره وابستگی به مواد، از زمان آغاز مصرف مواد که مرحله مصرف تفریحی است تا اعتیاد به معنای مصرف روزانه و منظم در هر فرد فرق می کند. این مراحل گاهی آنقدر آهسته طی می‌شود که فرد نمی‌داند در مرحله‌ای از وابستگی قرار گرفته است؛ به همین جهت با این تصور که هر وقت بخواهد می‌تواند ماده را کنار بگذارد و به راحتی ترک مصرف کند، همچنان به مصرف ادامه می‌دهد، غافل از اینکه با اولین تلاش برای ترک در می‌یابد که با مشکلات جسمی، روانی و اجتماعی زیادی روبه رو می‌شود که بدون هدایت یک متخصص امکان مواجهه با آن وجود ندارد.

ترک اعتیاد مرحله‌ای پیچیده و سخت است که نیاز به سال‌ها تلاش برای برگشت به زندگی طبیعی دارد. فرد در حال درمان اعتیاد، با موانع متعددی رو به رو خواهد شد که در صورت عدم آگاهی به آنها، بارها بازگشت به مصرف خواهد داشت که او را نسبت به درمان بی‌انگیزه و ناامید خواهد کرد.

یافته ها

فواید ازدواج

پریسا جمدی / گروه بین الملل
daryavafaei2009@gmil.com

جالب است بدانید که طی نتایج حاصل از تحقیقات جدید، ازدواج ممکن است بتواند زندگی شما را نجات دهد!

ممکن است اغراق‌آمیز به نظر برسد، اما نتایج حاصل از تحقیقات اخیر حاکی از آن است که افراد متاهل نسبت به افراد مجرد از سلامت بهتری برخوردارند.

از جمله تفاوت بین افراد متاهل و مجرد این است که افراد متاهل:

- بیشتر عمر می کنند
- کمتر دچار سکته و حملات قلبی می‌شوند
- کمتر دچار افسردگی می‌شوند
- احتمال ابتلا به سرطان پیشرفته در این افراد کمتر و احتمال بهبودی از سرطان بیشتر است

البته فکر نکنید منظور این است که افراد متاهل همینطوری بدون هیچ مقدمه‌ای از این مزایا بهره‌مند می‌شوند! قطعا افراد متاهلی که درگیر یک ازدواج پراسترس و اشتباه هستند نسبت به افراد مجردی که در یک خانواده حمایت گر و شاد زندگی می کنند اوضاع بدتری دارند. نکته جالب اینجاست که مردان از فواید یک ازدواج مناسب و موفق بیشتر از زنان بهره خواهند برد.

نتایج جدید در مورد مزایای ازدواج برای سلامت قلب!

اخیرا تحقیقی بر روی ۲۵۰۰۰ نفر در انگلیستان انجام شده که نتایج حاکی از آن بوده که افرادی که دچار حمله قلبی شده‌اند، نسبت به افراد مجرد ۱۴ درصد بیشتر احتمال زنده ماندن داشتند و پس از حمله قلبی ۲ روز زودتر از افراد مجرد از بیمارستان مرخص شدند.

این تحقیق و مطالعه در یک کنفرانس پزشکی مطرح شد و هنوز جای تحقیق و بررسی بیشتر دارد، اما باعث ایجاد سوالاتی می‌شود. برای مثال، آیا حملات قلبی و سکته در افراد مجرد شدیدتر از افراد متاهل است؟ و آیا سلامت افراد متاهل قبل از حمله قلبی بهتر از افراد مجرد بوده است؟

در ادامه علت رابطه‌ی بین ازدواج و سلامتی را شرح خواهیم داد.

- همه چیز به عملکرد سیستم ایمنی بدن برمی گردد. شواهد علمی حاکی از آن است که افرادی که درون روابط شاد قرار دارند، سیستم ایمنی قوی‌تری دارند. بعلاوه، هورمون کورتیزول در افراد متاهل نسبت به افراد مجرد بسیار کمتر ترشح می‌شود. هورمون کورتیزول رابطه مستقیمی با سطوح استرس دارد و سطوح بالای کورتیزول باعث ایجاد اختلال در عملکرد سیستم ایمنی بدن می‌شود.
- یک سری عادات و رفتارها با ازدواج کردن بهتر می‌شوند، برای مثال افراد متاهل نسبت به افراد مجرد کمتر ریسک می کنند، بهتر غذا می خورند و ممکن است حتی سبک زندگی سالم‌تری داشته باشند. بعلاوه، افراد متاهل بیشتر پایبند به چک‌آپ‌های سالانه پزشکی و انجام دستورات پزشکی نسبت به افراد مجرد هستند .
- افراد متاهل سلامت روان بهتری دارند، چرا که نرخ افسردگی، تنهایی و انزوای اجتماعی که برای سلامت روان بسیار مضر هستند در افراد متاهل کمتر است.
- افرادی که ازدواج می کنند در زمان مجردی از سلامت بیشتر و بهتری برخوردار بوده‌اند. معمولا افرادی که مشلات پزشکی دارند کمتر زیر بار ازدواج می‌روند. اما، نتایج برخی تحقیقات حاکی از آن است که مردان ناسالم بیشتر تمایل دارند در سنین پایین‌تر ازدواج کنند و کمتر از مردان سالم طلاق می گیرند.

لازم به ذکر است که هیچ یک از شواهدی که تایید کننده این نظریه‌ها هستند، مزایای سلامتی ازدواج را اثبات یا رد نمی کند. از این رو، دلیل دقیق مزایا و فواید ازدواج برای سلامتی مشخص نیست، اما محققان دست از بررسی و مطالعه بر نمی دارند.

در آینده بیشتر در مورد رابطه ازدواج و سلامتی اطلاعات و شواهد علمی کسب خواهیم کرد و شاید حتی به این درک برسیم که با ازدواج می‌توان سلامت کلی جامعه را بهبود بخشید.