

از گوشه و کنار

افزایش مصرف «گل» در پایتخت



رئیس پلیس مبارزه با مواد مخدر تهران بزرگ درباره مصرف گل در کشورمان بیسان کرد که متأسفانه مصرف گل در پایتخت افزایش داشته که این شیوع بیشتر در میان جوانان است، از این رو خانواده‌ها باید نظارت بیشتری بر فرزندان خود داشته باشند.

سرهنگ محمدبخشنده، همچنین از شناسایی و انهدام باندی که اقدام به توزیع مواد مخدر در فضای مجازی کرده بود، خبر داد و گفت: سه نفر از سوی پلیس بازداشت شده‌اند و از آنان سه کیلوگرم مواد مخدر کشف شد. به گفته رئیس پلیس مبارزه با مواد مخدر تهران بزرگ، پلیس در منطقه هندی، شوش و مولوی حضور جدی دارد. بخشنده همچنین بیان کرد: در تمام سطح شهر مافعل هستند و اقدام به جمع‌آوری معتادان متجاهر می‌کنیم؛ به طوری که در سال ۹۷ بیش از ۱۰ هزار معتاد متجاهر جمع‌آوری شدند که حدود ۸۵ درصد آن‌ها به مراکز بازپروری منتقل شده‌اند. باقی نیز به دلیل بیماری‌های خاص و شرایط خاص باید تحت نظر و ویژه قرار بگیرند.

استفاده از تلویزیون برای کودکان زیر ۲ سال ممنوع اعلام شد



سازمان جهانی بهداشت تماشای تلویزیون با بازی با تلفن‌های هوشمند را برای کودکان زیر دو سال ممنوع اعلام کرده است و از خانواده‌ها می‌خواهد تا مراقب فعالیت و خواب کافی کودکان خود باشند. این سازمان به تازگی توصیه‌نامه خود را درباره میزان فعالیت‌های فیزیکی و خواب کودکان زیر پنج سال منتشر و تأکید کرد که خانواده‌ها باید این توصیه‌نامه را برای سالم بودن کودکان در حد ممکن رعایت کنند. این توصیه‌نامه شامل هشدارهایی درباره استفاده از صفحه‌های نمایش بخصوص برای کودکان زیر دو سال است. بچه‌های زیر دو سال نباید به هیچ‌عنوان از صفحه‌های نمایش مثل موبایل یا تلویزیون استفاده کنند؛ البته کودکان بین دو تا پنج سال نیز حداکثر یک ساعت در روز اجازه استفاده از صفحات نمایش را دارند. این سازمان در عین حال تأکید می‌کند که تعامل کودکان با والدینشان در هنگام استفاده از صفحات نمایش، نقش مهم‌تری را نسبت به مدت زمان استفاده از صفحات نمایش ایفا می‌کند. سازمان جهانی بهداشت در توصیه‌نامه خود همچنین برای خواب کودکان پیشنهاد کرده است که بچه‌های یک تا دو سال ۱۱ تا ۱۴ ساعت در شبانه‌روز بخوابند و کودکان سه تا چهار سال نیز ۱۰ تا ۱۳ ساعت در روز استراحت داشته باشند و کودکان بالای یک سال باید ۱۸۰ دقیقه در روز فعالیت فیزیکی داشته باشند.

۲۹۲ بیماری نادر در ایران وجود دارد

مدیرعامل بنیاد امور بیماری‌های نادر کشور گفت: حدود هشت هزار بیماری نادر در جهان وجود دارد که ۲۹۲ مورد آن در ایران شناسایی شده است. حمیدرضا اکی، افزود: اطلاعات و اسامی مبتلایان این بیماری در سامانه بیماران نادر ایران ثبت شده و اطلاعات پزشکی آن‌ها به طور مرتب در یافت می‌شود. به گفته مدیرعامل بنیاد امور بیماری‌های نادر کشور بیماری‌های نادر که دسته‌ای از بیماری‌هایی است که شیوع آن‌ها میان ۲ نفر از هر ۱۰ هزار نفر باشد و همین شیوع کم کافی است تا متوجه مظلومیت این بیماران شویم. مدیرعامل بنیاد امور بیماری‌های نادر ایران گفت: غربالگری این بیماری‌ها از طریق آنژیوگرافی، ام‌آر‌آی و سی‌تی‌اسکن حتی در دوران بارداری امکان پذیر است اما به شرطی که خانواده‌ها در این خصوص آموزش دیده و اطلاعات لازم را داشته باشند و ادامه داد: اطلس بیماری‌های نادر ایران در هشتم اسفندماه سال گذشته رونمایی شد تا روش درمان و شیوع تمام بیماری‌های شناخته شده در ایران برای پزشکان ارسال شود.

موسسه گالوپ در تازه‌ترین نظر سنجی خود اعلام کرده است که عصبانی‌ترین مردم جهان ارمنستانی‌ها، عراقی‌ها، ایرانی‌ها، فلسطینی‌ها و مراکشی‌ها هستند. بر این اساس، میزان استرس نیز در میان مردم جهان به رکوردی جدید دست یافته و مردم یونان و ارمنستان در جایگاه اول در استرس قرار دارند

بالا تر از این حکایت می‌کنند تاجایی که روانشناسان چند سالی می‌شود زنگ خطر افسردگی را در ایران به صدا در آورده‌اند، اما دریغ از اندکی توجه برای از بین بردن یا کاهش این مسئله مهم. به گفته یکی از روانشناسان، افسردگی یک بیماری «شایع» است. در روان‌شناسی از چیزی به نام سرماخوردگی روانی از آن یاد می‌شود. در این بیماری هر شکستی در فرد منجر به آسیب خواهد شد و ابتدا با حسی ناخوشایند شروع می‌شود. پرخشگری، کاهش میل جنسی، کاهش تحرک و... از تأثیرات آن است. مهدی مسلمی فر می‌گوید: نکته‌ای که در مورد افسردگی وجود دارد این است که این آسیب یک آسیب راحت است؛ به این معنا که به راحتی در افراد به وجود می‌آید و از طریق آن سقوط کردن نیز آسان خواهد بود. چرا که همدستی‌های اجتماعی افسردگی را ساپورت خواهند کرد. این هم‌دستی‌ها همان کسانی هستند که از این فضا استقبال می‌کنند و به مرور تبدیل به فرد ناجی زندگی فرد افسرده می‌شوند. حال آنکه همدستی‌ها نیز افسرده‌اند. به گفته او همین اتفاق در سطح کلان نیز رخ داده است؛ یعنی ایجاد مشکلاتی از بیرون که منجر به افسردگی افراد می‌شود و نتیجه آن چیزی جز شیوع این بیماری خاموش نیست.

به غمگین بودن مردم توجه نمی‌شود

با توجه به شرایط جوی اخیر و بارش‌های شدید ابتدای سال که منجر به سیل در بیشتر شهرهای کشور شدند خطر افسردگی‌های جدید دوباره به صدا درآمده است. مردم زیادی این روزها خانه و زندگی خود را از دست داده‌اند و در کشور ما هیچ وقت این موضوع تجربه نشده است. بعد از زلزله که منشاء افسردگی در زنان و دختران بسیاری شیوع پیدا کرد، روزهای اول روانشناسان زیادی به مناطق اعزام شدند اما بعد از آن پیگیری و وضعیت و رسیدگی به این افراد به صورت چشمگیری کاهش پیدا کرد. این اتفاق در شهرهای سیل‌زده نیز به زودی رخ خواهد داد و آمار افسردگی را به صورت ویژه در زنان بالا خواهد برد.

شرایط سخت اقتصادی داپره زندگی را تنگ کرده

همان‌طور که پیش‌تر هم گفته شد، قرار گرفتن ایران در ایسن جایگاه زیاد دور از ذهن نیست. با یک نگاه اجمالی به افرادی که کنار ماندگی می‌کنند از خانواده تا همکاران، از دوستان تا اقوام متوجه می‌شویم ایرانیان همواره از مشکلات عصبی، افسردگی، خشم و فشارهای روحی و روانی رنج می‌برند. در سال‌های اخیر آمار نزارهای خیابانی به صورت چشمگیر افزایش داشته است. از سوی دیگر آمارهای رسمی از افزایش ۱۴ درصدی و برخی آمارهای غیررسمی از افزایش ۳۰ درصدی افسردگی در کشور خبر می‌دهند. همین آمارها نشان می‌دهد مؤلفه‌هایی همچون خشم و افسردگی در کشور به شدت زیاد است و هر روز هم بیشتر از روز قبل می‌شود؛ اما در این میان نمی‌توانیم از مشکلات اقتصادی اخیر چشم‌پوشی کنیم. یکی از دلایلی که ایرانیان هر روز با آن مواجه‌اند، افسردگی بیشتر و بی‌رومی‌شوند شرایط نا بسامان اقتصادی و معیشتی است. صف‌های طولانی برای گرفتن گوشت، شکر یا افزایش‌های لحظه‌ای و بی‌دلیل کالاها اساسی باعث می‌شود تا افرادی که از شرایط اقتصادی متوسط تا پایین‌تری به سر می‌برند بیش از سایرین احساس ناخوشایند از خودشان و شرایط داشته باشند. زمانی که وضعیت اقتصادی افراد محدود شود، انتخاب و برنامه‌ریزی‌ها نیز دچار محدودیت می‌شوند و نشاط جایش را به افسردگی و رکود می‌دهد.

زنگ خطر شیوع افسردگی در ایران

افسردگی یکی از شایع‌ترین بیماری‌های جهان است که با علامت متفاوتی در فرد نمود پیدا می‌کند. شرایط کنونی باعث شده تا ایرانی‌ها افسردگی را بیش از پیش تجربه کنند. بر اساس آمارهای ارائه شده، میزان افسرده‌های جهان ۹ درصد یا نزدیک به ۱۰ درصد است. اما در ایران این میزان به ۱۲٫۶ درصد رسیده و سهم زنان ایران از این افسردگی ۱۶٫۵ درصد بوده که مهم‌ترین دلیل آن عوامل محیطی شناخته شده‌اند و در کل می‌توان به این نکته اشاره کرد که ایرانیان بین ۲۱ تا ۲۵ درصد درگیر افسردگی هستند. لازم به ذکر است این ارقام آمارهای رسمی هستند و آمارهای غیررسمی از ارقامی



چرایی حضور ایرانی‌ها در چهارمین رتبه غمگین‌ترین مردمان جهان

آن‌ها مشکل ایجاد کردن برای سلامت جسمی شهروندان است. حال چه می‌شود که در شهر ما مردم دچار اختلالات روحی و روانی می‌شوند؟ ارتباط نداشتن مردم با یکدیگر و نداشتن تعلقات اجتماعی در شهر باعث می‌شود آن‌ها هر روز چنین رفتاری را ببینند و بر روح و روانشان تأثیر گذار است. وقتی وارد خانه می‌شوند این تأثیر را به خانواده و فرزندانشان منتقل می‌دهند و آن‌ها هم دچار ناراحتی می‌شوند. در نتیجه بعد از مدتی، چنین فردی چون زمینه ناراحتی و روحی روانی دارد، دچار عصبانیت و پرخشگری می‌شود. داشتن روحیه عصبانیت و پرخشگری طبق نظریه کلاسیک جامعه‌شناسی، یکی از عوامل خودکشی مردم شهر است که مدتی است در خبرها بیشتر از گذشته شاهد آن هستیم. اما چرا باید جوانان و مردم شهر دست به خودکشی بزنند و زندگی‌شان خوب نباشد؟ جوابش ساده اما عمیق

کبرای مردم کشورمان چنین اتفاقی بیفتد و جزو غمگین‌ترین مردمان جهان باشند؟

اگر در یک کلمه بخواهیم علت و چرایی ایجاد اختلال روحی و روانی مردم شهر را بگوئیم، باید به جامعه‌اشاره کنیم، جامعه‌ای که مردم در آن در حال زندگی هستند و از آن تأثیر می‌پذیرند. همین جامعه باعث می‌شود آن‌ها بی‌اشد باشند یا ناراحت یا عصبی باشند یا آرام؛ پس در نتیجه گیری کلی جامعه‌اشاره که روح و روان آدم‌ها را شکل می‌دهد.

خوشنوت و خوشنوت‌گرایی، ناراحتی روحی و روانی امری ذاتی، ارثی و نژادی نیست، بلکه دلایل متعددی دارد که یکی از آن‌ها جامعه است. اینکه مردم ما امروز دچار ناراحتی، صدمه روحی و روانی یا دچار پرخشگری شده‌اند، نتیجه و زاده جامعه است. اما ایجاد این ناراحتی روحی و روانی آثار ادامه‌داری دارد که یکی از

در تازه‌ترین نتایج یک نظرسنجی معتبر جهانی اعلام شد؛

غمگین‌ترین مردمان جهانیم



ریحانه جولایی

از تکنولوژی و رصد دائم شبکه‌های اجتماعی است که طبق نظرسنجی یک موسسه معتبر که در این زمینه فعالیت می‌کند؛ مردم جهان به مراتب استرس زیادی‌تری را تجربه کرده و خشمگین‌تر شده‌اند. موسسه گالوپ در تازه‌ترین نظرسنجی خود اعلام کرده است که عصبانی‌ترین و غمگین‌ترین مردم جهان ارمنستانی‌ها، عراقی‌ها، ایرانی‌ها، فلسطینی‌ها و مراکشی‌ها هستند. این موسسه همچنین بیان کرده است که میزان استرس نیز در میان مردم جهان به رکوردی جدید دست یافته و مردم یونان و ارمنستان در جایگاه اول در استرس قرار دارند. با این حال مردم آمریکای لاتین - پاراگوئه و پاناما کمترین استرس را تجربه می‌کنند.

ایران، کشوری غمگین

سال گذشته بود که رئیس انجمن مددکاری ایران گفت: ایران دومین کشور غمگین جهان است. ادعایی که چندان قابل باور نیست، اما نمی‌توان آن را دور از ذهن هم دانست. این ادعا که سید حسن موسوی چلک به آن پرداخته بود از سوی سازمان‌های معتبر بین‌المللی مطرح شده بود. طبق این نظرسنجی که در سال ۲۰۱۷ انجام شده بود، ایران در میان ۱۸۵ کشور در رتبه ۱۰۵ قرار گرفته و در جدول غمگین‌ها از پایین جدول، رتبه دوم را دارد و بعد از عراق دومین کشور غمگین جهان محسوب می‌شویم. بعد از مطرح شدن این خبر از سوی موسوی چلک، روانشناسان به نقد او نشستند و معتقد بودند این کار امید بیش از پیش در دل مردم کشته می‌شود.

حالا خبرهای دیگری در رابطه با غمگین بودن مردم کشورمان از دیروز تا حالا که نتایج این نظرسنجی منتشر شده است، دست به دست می‌چرخد. بر اساس نظرسنجی موسسه گالوپ ایرانیان برای دومین بار پیاپی غمگین‌ترین و خشمگین‌ترین و ترسناک‌ترین از هر زمانی

با دداشت

امان‌الله قرایی مقدم - جامعه‌شناس

روز گذشته نتایج نظرسنجی موسسه معتبری منتشر شد که در آن نشان داده شده بود که مردم در سراسر جهان در سال ۲۰۱۸ میلادی، برای دومین سال پیاپی غمگین‌ترین و خشمگین‌ترین و ترسناک‌ترین از هر زمانی شده‌اند. وقتی به نام کشور خودمان در بین لیست کشورهای افسرده‌خشمگین بر خودم یاد خبری اقدام که سال گذشته یکی از مسئولین کشورمان درباره آن صحبت کرده بود و آن هم این بود که طبق بررسی‌ها درباره اختلالات روحی و روانی، ۲۳٫۴ درصد از آحاد جامعه دچار اختلال هستند و در این بررسی، کسانی که دچار اختلال شده‌اند، این مسئله در آن‌ها بیشتر مشاهده می‌شود. اما چرا باید جامعه جوان‌مان این حد دچار اختلال روحی و روانی باشد؟ چه عواملی باعث می‌شود