

هشدار درباره افزایش ابتلا به شپش در زمستان

در زمستان، خطر ابتلا به شپش سر در بین کودکان به طور قابل توجهی افزایش می یابد و لازم است در این باره نکاتی رعایت شود.

باشگاه خبرنگاران جوان؛ شپش سر با نام علمی پدیلولوزیس، حشره ریز قهوه ای یا خاکستری رنگ است که از خون پوست سر انسان تغذیه می کند. شپش ماده ای چسبناک تولید می کند که هر تخم شپش را محکم به ساقه مو متصل می کند. این موجود اغلب روی پوست سر، پشت گوش و نزدیک خط گردن در پشت گردن لانه می کند.

در زمستان، خطر ابتلا به شپش سر در بین کودکان به طور قابل توجهی افزایش می یابد. واقعیت این است که کلاه، کت، شانه یا لباس ها راه‌های اصلی انتقال انگل ها هستند. علی وورستر از مرکز علوم درمانی دانشگاه نگرزاس، در این باره به مدیکال اکسپرس توضیح داد.

ترفندی برای تغییر حال و هوای ذهنی



روانشناسان معتقدند منفی نگر یا مثبت‌اندیش بودن ویژگی‌هایی تغییرناپذیر و ثابت نیستند و با ترفندی ساده می‌توان حال‌وهوای ذهنی را تغییر داد.

به گزارش ایسنا، دکتر «ریک هانسون»، متخصص اعصاب و روان در این رابطه ترفندی موسوم به تثبیت کردن یا نصب را معرفی کرده است.دکتر هانسون توضیح می‌دهد که فرایند یادگیری دو مرحله دارد (شامل ۱) فعال‌سازی و ۲) نصب. در مرحله فعال‌سازی، ما تجربه‌ای را چه خوب و چه بد، از سر می‌گذرانیم. سپس وارد مرحله تثبیت کردن می‌شویم؛ جایی که خاطره آن تجربه را در مغزمان ذخیره می‌کنیم.

هانسون ادامه می‌دهد: بدون این تثبیت (یعنی مرحله انتقال تجربه از حافظه کوتاه‌مدت به ذخیره بلندمدت) تجربیات مفید مانند احساس مراقبت شدن، لحظاتی خوشایندند اما در واقع پایدار نیستند وهیچ یادگیری، رشد یا تغییری به سمت بهتر شدن صورت نمی‌گیرد. این در حالی است که تجربیات منفی به لطف تکامل، به شکل خودکار نصب می‌شوند. بنابراین اگر می‌خواهید تجربیات مثبت را تثبیت کنید، باید روی آنها کار کنید.برای این کار، باید تجربیات مثبت را تقویت کنید و هنگام رخ دادنشان، به درستی از آنها لذت ببرید. یعنی ابتداالحظه‌ای مکث کنید و به چیز خوبی که در آن تجربه وجود دارد، خواه طعم لذیذ یک غذا، خواه احساس آرامش هنگام پیاده‌روی در یک روز زیبا یا حتی شادی از خندیدن با یک دوست، بیشتر توجه کنید. دکتر هانسون پیشنهاد می‌دهد پنج تا ۱۰ ثانیه یا حتی بیشتر وقت بگذارید و در حس خوب آن تجربه بمانید. او تأکید می‌کند هرچه این نوروها بیشتر و با شدت بیشتری با هم فعال شوند، این قدرت درونی بیشتر در مغزتان شکل خواهد گرفت.

وقتی این کار را انجام می‌دهید، فقط در آن لحظه نیست که از جنبه‌های مثبت بیشتر بهره‌برداری می‌کنید. با تمرین، در واقع به مغزتان یاد می‌دهید که در آینده هم به جنبه‌های مثبت بیشتر توجه کنند. به گزارش نیویورک‌پست، در واقع شما واکنش عاطفی خود به آن تجربه مثبت را تقویت می‌کنید. آنچه با گذشت زمان، می‌تواند تمایل به منفی‌نگری را متعادل و در واقع مغز را آماده کند تا در آینده تجربیات خوب بیشتری را جذب و حفظ کند.

برای درک اینکه چرا این روش موثر است، ابتدا مهم است که بدانیم انسان، اصولا به منفی‌نگری تمایل دارد؛ به این معنی که بیشتر احتمال دارد به مسائل منفی توجه کنند و آنها را از مسائل مثبت مهم‌تر در نظر بگیرد.

این موضوع برای تمام افرادی که این تجربه را دارند که به یک نکته انتقادی و منفی در نقدی مثبت در محیط زندگی یا کار چسبیده‌اند یا اینکه نتوانسته‌اند ذهنشان را از تکرار یک لحظه شرم‌آور (یا وجود تعاملات بی‌شمار و غیر شرم‌آور بعدی) بازدارند، قابل درک و طبیعی به نظر می‌رسد.

از منظر تکاملی، تمرکز بر نکات منفی امری منطقی به نظر می‌رسد زیرا همان روشی است که انسان برای اجتناب از خطرها آموخته است. اما در دنیای مدرن، این وضعیت اغلب به معنای واکنش‌های افراطی به ناراحتی‌های کوچک است که در نهایت می‌تواند به بدبینی دائمی و احساس ناخوشایندی عمومی منجر شود. «لیلی لیز»، که یک هیپنوتراپیست است و تجربه شخصی موثقی در این زمینه دارد می‌گوید: اگر متوجه شدید که منفی فکر می‌کنید، این تقصیر شما نیست مغز شما به این ترتیب سیم کشی شده است. خبر خوب این است که شما در واقع می‌توانید با این سوگیری منفی مقابله کنید و نحوه عملکرد مغز خود را تغییر دهید.

جامعه



این پزشک یادآور شد که بر خلاف تصور رایج، شپش نمی‌پرد و پرواز نمی‌کند. علاوه بر این، افرادی که موهای کثیف یا نامرتب دارند، در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به شپش سر قرار نمی‌گیرند و برای شپش‌ها راحت‌تر است که روی موهای تمیز و لخت جای پای خود را پیدا کنند!

اغلب، شپش از طریق لباس و وسایل بهداشتی در بین کودکان در سنینی که به مدرسه می‌روند، پخش می‌شود. برای جلوگیری از شپش سر، به دانش آموزان هشدار داده می‌شود که لباس، کلاه یا شانه خود را با هم کلاسی‌های خود یا دیگران عوض نکنند. همچنین توصیه می‌شود از نزدیکی سر بین کودکان خودداری شود. پوشاک، ملحفه و سایر محصولات نساجی مورد استفاده دانش آموزان باید مرتباً در آب داغ شسته و در دمای بالا خشک شوند. اقلام غیر قابل شستشو مشکوک به آلوده بودن به شپش (مانند عروسک یا هدفون) باید در کیسه‌های پلاستیکی قرار داده شوند و به مدت ۲ هفته نگهداری شوند. واقعیت این است که یک شپش بالغ نمی‌تواند بیش از ۲ روز در خارج از سر انسان زنده بماند و تخم شپش هم نمی‌تواند بیش از ۱۰ روز زنده بماند.

گفتنی است داشتن شپش سر آزاردهنده است، اما خطرناک نیست و باعث شیوع بیماری نمی‌شود. علت شپش سر در بزرگسالان یا علت شپش سر در کودکان، نشانه این نیست که بهداشت فرد ضعیف بوده است. شپش سر به خون احتیاج دارد و فرقی نمی‌کند که این خون متعلق به فردی تمیز است که بهداشت را کاملاً رعایت می‌کند یا فردی که نامرتب و غیربهداشتی است.

معلم بلاگرها مجازات می شوند

چتر قانون بر سر دانش آموزان در فضای مجازی



می‌کند.

کاطظمی افزود: در عمل شاهد دو گونه فیلم از کودکان در فضای مجازی هستیم؛ دسته‌ای که حاکی از فیلم برداری از زندگی روزمره کودکان و شیرینی رفتارهای کودکانه و دسته‌ای دیگر که حکایت از به سخره گرفتن آن‌ها است، که هر دو دسته می‌تواند آثار سویی را به بار آورد. فارغ از بررسی جامعه شناسی و روانشناسی این اقدامات و تأثیرات آن بر فرایند رشد کودکان در بزرگسالی به بررسی و تحلیل حقوقی اقدام برخی معلمان در اخذ تصاویر و فیلم دانش آموزان خود در صفحات مجازی خواهیم پرداخت. این حقوق‌دان گفت: بنا بر کلیات قانونی فیلم‌برداری یا انتشار تصویر بدون رضایت فرد، ازجمله موارد نقض حریم خصوصی افراد به شمار می‌آید و می‌تواند جرم تلقی شود، در نظام حقوقی ایران حریم خصوصی شناسایی شده و نقض آن با ضمانت اجرایی کیفری همراه است.

وی افزود: از سوی دیگر این مهم در خصوص کودکان و نوجوانان با سختگیری بیشتری همراه است، چرا که کوچک‌ترین آسیبی به این طیف از جامعه می‌تواند سلامت اجتماعی فردای جامعه را با خطر مواجه کند و زمینه ساز بزه، انحراف و معضلات اجتماعی شود. در این راستا ماده ۱۶ پیمان نامه حقوق کودک مصوب ۲۰ نوامبر ۱۹۸۹ مجمع عمومی سازمان ملل متحد حفظ آبرو و سلامت روان کودک را اصلی اساسی دانسته و حمایت قانون از این مهم را تأکید دارد.

کاطظمی اظهار کرد: در این راستا در «قوانین داخلی قانون حمایت از اطفال و نوجوانان در جایگاه قانونی خاص» و «قانون جرایم رایانه‌ای در قالب قانونی عام» علاوه بر قوانین عمومی جزایی متضمن حمایت قانونی از اطفال و نوجوانان هستند.

این وکیل دادگستری گفت: چنانچه معلمی اقدام به تهیه فیلم از دانش آموزان کند و یا این فیلم را انتشار دهد بر اساس محتوای فیلم می‌تواند سرنوشت‌های حقوقی متفاوتی به شرح ذیل داشته باشد:

۱- اگر فیلم گرفته شده شامل «تصاویر برهنه از کودکان و یا

دیسس مرکز جوانی جمعیت و سلامت خانواده وزارت بهداشت:

۹۵ درصد سقط جنین ها در ایران غیر قانونی است

وزارت بهداشت ضابط قضایی در این حوزه نیست

رییس مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت اظهار کرد: بر اساس ماده ۵۸ قانون جوانی جمعیت، وزارت بهداشت موظف است داروهای مرتبط با سقط جنین را شناسایی و مشخص کند. این داروها در سامانه تیتک ثبت شده و تنها از طریق سیستم وزارت بهداشت توزیع می‌شوند. عرضه این داروها در بازار آزاد یا از طریق قاچاق غیرقانونی است.

دکتر جباری با اشاره به ماده ۵۹ قانون جوانی جمعیت عنوان کرد: وزارت اطلاعات و نیروی انتظامی با همکاری وزارت بهداشت مسئولیت مبارزه با سقط جنین را بر عهده دارند.

وی تأکید کرد: وزارت بهداشت ضابط قضایی در این حوزه نیست، اما با این نهادهای همکاری می‌کند؛ دکتر ظفرنندی نسبت به این موضوع حساسیت ویژه‌ای دارد.

وی با تأکید بر اینکه مشارکت در سقط جنین، تهیه دارو و لوازم مرتبط و دلالی در این زمینه غیرقانونی است، اظهار کرد: در بسیاری از موارد، خود وزارت بهداشت موارد غیرقانونی سقط را گزارش و پیگیری کرده و شماره پرونده را نیز اعلام کرده است.

رییس مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت افزود: طبق ماده ۵۶ قانون، در صورت کشف ابزارآلات مرتبط با سقعا غیرقانونی، باید پروانه مربوطه باطل شود.

وی با اشاره به عوامل موثر در سقط جنین خاطرنشان کرد: بر اساس آخرین پیمایش صورت‌گرفته، ۴۱ درصد از افرادی که اقدام به سقط جنین می‌کنند، به دلیل نخواستن فرزند بیشتر، ۲۱ درصد به علت مشکلات اقتصادی و ۲۰ درصد به دلیل بد بودن زمان بارداری، اقدام به سقط می‌کنند.

یکشنبه ۲ دی ۱۴۰۳ / شماره ۱۶۶۹۸ / سال سی ویکم **نورخوستان ۷**

سه فرآیند در ثبت شرکت‌ها تا پایان سال الکترونیکی می‌شود



مدیرکل ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیرتجاری سازمان ثبت اسناد و املاک کشور از الکترونیکی شدن سه فرآیند در ثبت شرکت‌ها تا پایان سال خبر داد.

به گزارش خبرگزاری مهر، ابوالفضل نصیری مدیرکل ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیرتجاری سازمان ثبت اسناد و املاک کشور گفت: مدیران ثبت شرکت‌ها از سال‌های قبل بر این اعتقاد بودند که بتوانند حضور ارباب رجوع در ادارات ثبت شرکت‌ها را به حداقل برسانند؛ لذا از سال قبل بیش از ۷ فرایند الکترونیکی و یک فرایند هوشمند شده است و تا پایان سال هم سه فرآیند دیگر الکترونیکی می‌شود.

وی افزود: ما تلاش داریم که فرایند پست هم که جز فرآیندهای پیچیده و طولانی کارهای فعالان اقتصادی است، به صورت الکترونیکی؛ با امضای الکترونیکی ذیل صورت جلسات شود.

نصیری ادامه داد: این فرآیندها عبارتند از پرداخت الکترونیکی آگهی‌ها، امضای الکترونیکی آگهی‌ها، خودکارسازی، ارسال به روزنامه رسمی، نقل و انتقال مالیاتی، پلمب دفاتر الکترونیکی، ثبت دفاتر تجاری، ثبت دفاتر اظهارنامه تجاری و تعیین نام هوشمند به نام نامیار.

مدیرکل ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیرتجاری سازمان ثبت اسناد و املاک کشور درباره فرآیند OTP گفت: فرآیند جدیدی که در دی ماه رونمایی خواهیم کرد و برای قوه قضائیه مهم است و جلوی بسیاری از پرونده‌های قضائی را خواهد گرفت، بحث otp و احراز سمت‌های هیئت مدیره است و برای تمام افرادی که بخواهند عضو هیئت مدیره یا بازرس در یک شرکت باشند، پیامکی ارسال می‌شود و باید آن را در سامانه کاتب تأیید کنند و بعد آن سمت احراز می‌شود و بعداً هیچکس نمی‌تواند ادعا کند که نمی‌دانستم در شرکتی بودم یا نبودم.

سرانه پایین مصرف لبنیات در میان ایرانی‌ها دستورالعمل وزارت بهداشت برای تامین غذای سالم خانواده‌ها ارائه آن به هیات دولت



مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت درباره ضرورت مصرف لبنیات و برنامه وزارت بهداشت برای افزایش مصرف موادغذایی سالم توضیحاتی ارائه داد.

دکتر احمد اسماعیل زاده در گفت‌وگو با ایسنا، با بیان اینکه سرانه مصرف لبنیات در کشور بسیار پایین است، اظهار کرد: بررسی‌ها بیانگر این است که سرانه مصرف لبنیات ایرانیان حدود یک واحد است. میزان سرانه مصرف لبنیات ایرانی‌ها از میزان استاندارد کمتر محسوب می‌شود.

وی ادامه داد: توصیه شده که هر نفر ۲ تا ۳ واحد لبنیات مصرف کند این در حالی است که سرانه مصرف لبنیات ایرانی‌ها حدود یک واحد یا کمتر است. مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت درباره ضرورت تخصیص پارانه برای تامین لبنیات در سبد کالای خانوار گفت: وزارت بهداشت، خواهان افزایش مصرف لبنیات در میان خانواده‌ها و کنترل قیمت محصولات لبنی است. مصرف محصولات لبنی، یک امر ضروری است چرا که اجتناب از مصرف لبنیات می‌تواند سبب بروز مشکلاتی در آینده شود.

وی درباره دستورالعمل وزارت بهداشت مبنی بر ارائه موادغذایی سالم به خانواده‌ها گفت: وزارت بهداشت در نظر دارد تا دستورالعمل تامین غذای سالم برای خانواده‌ها را در اختیار هیات دولت قرار دهد. وزیر بهداشت، دستورالعمل تامین غذای سالم برای خانواده‌ها را در اختیار هیات دولت قرار می‌دهد.

اسماعیل زاده اظهار کرد: دستورالعمل وزارت بهداشت به هیات‌دولت ارائه می‌شود تا مطلع شویم آیا دستگاه‌های مربوطه می‌توانند پارانه‌ای برای تامین غذای سالم مردم لحاظ کنند؟ این پارانه از محل مالیات کالاهای آسیب‌رسان تامین می‌شود و برای تامین موادغذایی سالم در قالب پارانه اختصاص می‌یابد.

وی گفت: دستورالعمل پیشنهادی وزارت بهداشت آماده است و طی یک ماه آینده به هیات‌دولت ارائه می‌شود.



دکتر جباری دلایل سقط جنین به دلیل نخواستن فرزند بیشتر و زمان بد بارداری را ناشی از اجرای افراطی برنامه‌های تنظیم خانواده در دهه ۷۰ دانست و اظهار کرد که این سیاست‌ها به ایجاد نگرش‌های منفی نسبت به بارداری و فرزندآوری منجر شده است.

رییس مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت با بیان اینکه سقط جنین از لحاظ اخلاقی، عرفی و فقهی در کشور ما و بسیاری از کشورهای دیگر ممنوع است، افزود: در حال حاضر در آمریکا نیز به هر دلیلی سقط جنین ممنوع شده است. دکتر جباری با اشاره به گردش مالی بالای سقط جنین یادآور شد: بخشی از سقط جنین توسط افراد سودجو در گروه پزشکی و بخش عمده آن در حوزه غیرپزشکی صورت می‌گیرد.

وی تصریح کرد: به عنوان مثال، داروی سقط جنین هر ورق ۱۰ تایی آن در سیستم بهداشت و درمان ۶۰ هزار تومان است، اما همین دارو در بازار آزاد و قاچاق، بین ۱.۵ تا ۲ میلیون تومان فروخته می‌شود. رییس مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت با بیان اینکه حدود ۶۰ درصد سقط جنین در منزل با استفاده از قرص‌های سقط جنین انجام می‌شود، گفت: ۳۰ درصد سقط جنین در مطب‌ها و ۱۰ درصد در عطاری‌ها و با استفاده از داروهای گیاهی صورت می‌گیرد.