خبر

پنج مرکز کانون زبان در لرستان ایجاد می‌شود

وزیر آموزش‌وپرورش گفت: پنج مرکز کانون زبان در لرستان ایجاد می‌شود.

به گزارش زمان،رضامراد صحرایی در جمع مدیران لرستان، با بیان اینکه اولویت ما تربیت است، اظهار کرد: ۱۰ میلیارد از سوی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان برای تکمیل سه مرکز در لرستان اختصاص داده شده است.

وی ادامه داد: اختصاص ۴۰ هزار جلد کتاب به مراکز کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان استان را نیز خواهیم داشت.

وزیر آموزش‌وپرورش از ایجاد پنج کانون زبان در لرستان خبر داد و گفت: همچنین برای تدوین و چاپ کتاب گویش و اشعار لری آموزش‌وپرورش حمایت و همکاری خواهد داشت. صحرایی اظهار کرد: وزارت آموزش‌وپرورش برای احداث و تکمیل استخر فرهنگیان لرستان حمایت و مشارکت مالی خواهد کرد و همچنین برای ساخت استخر دورود نیز از طریق صندوق ذخیره حمایت‌های لازم را خواهیم داشت.

وی حمایت و احیای مراکز شبانه‌روزی در اولویت وزارت خانه آموزش‌وپرورش قرار دارد، افزود: توزیع کتاب در میان مدارس و کتابخانه‌های روستایی لرستان در دستور کار قرار گرفته است.

وزیر آموزش‌وپرورش با اشاره به حمایت مالی برای اجرای طرح شهید سلیمانی در لرستان، اضافه کرد: احداث ۲۱۰۰ فضای ورزشی مدرسه‌ای در کشور در دستور کار قرار گرفته است. صحرایی بیان کرد: شورای آموزش‌وپرورش قدرت تصمیم‌گیری دارد.

شش ماده غذایی که از اشتهای بیش از حد پیشگیری می کند

اگر تاکنون راه‌های زیادی را برای کاهش وزن انتخاب کرده و موفق نبوده‌اید باید بدانید کربوهیدرات‌های پیچیده حاوی ۲ نوع ماده به نام‌های بتاگلوتان و اینولین هستند که برای رسیدن به هدف کاهش وزن به شما کمک خواهند کرد.

به گزارش زمان، مصرف این نوع کربوهیدرات‌ها باعث تولید بیشتر هورمون کنترل اشتها شده و به فرد احساس سیری طولانی مدت می‌دهد. همچنین مصرف این کربوهیدرات‌ها به سطوح پایین‌تر چربی‌های مضر و چربی احشایی که با خطر ابتلا به دیابت، بیماری‌های قلبی و برخی از انواع سرطان‌ها مرتبط هستند، کمک می‌کند.

بنابر اعلام دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت، با شش گزینه گیاهی که به آنها اشاره خواهیم کرد می‌توان به کنترل اشتهای بیش از حد کمک کرد:

_ مارچوبه: برخی غذاها در فرایند هضم تاثیر فراوانی دارند و مارچوبه یکی از این غذاها است. این گیاه منبع اینولین، فیبر ویژه‌ای است که به افزایش باکتری‌های خوب روده کمک می‌کند و باعث هضم موثرتر غذاها می‌شود. مارچوبه باعث افزایش متابولیسم بدن شده و به عنوان یک چربی سوز، به لاغری شما کمک می‌کند. هر ۱۰۰ گرم مارچوبه فقط ۲۰ کیلوکالری انرژی دارد و بدین ترتیب یک جایگزین بسیار عالی برای میان وعده‌های پر کالری است.

_ موز: مصرف این میوه سرشار از پتاسیم و ویتامین ب ۶، باعث افزایش تولید سروتونین در مغز می‌شود. به طوری که مصرف آن با کاهش استرس و اضطراب رابطه دارد. اگرچه موز میزان کربوهیدرات یا قند بالایی دارد، اثر چندانی بر سطح قندخون بدن نمی‌گذارد.

_ پیاز: مصرف پیاز یک راه طبیعی برای کاهش وزن و چربی اضافی بدن است. پیاز حاوی اسانس‌های مختلف و مواد معدنی است، که به سرعت سوخت و ساز بدن را بالا برده و منجر به کاهش وزن طبیعی می‌شود. پیاز دارای آنتی اکسیدان‌ها و خواص ضد التهابی است که یکی از سلاح‌های عالی در برابر افزایش وزن است.

_ جو: این را بدانید که تنها دو وعده روزانه مصرف جو، کلسترول LDL یا مضر را تا بیش از ۵ درصد در عرض ۶ هفته کاهش می‌دهد. بتاگلوتان موجود در جو باعث دفع LDL از بدن می‌شود.

_ کنگر فرنگی: آرتیشو یا کنگر فرنگی، داروی لاغری است و کسانی که می‌خواهند وزن کم کنند و لاغر شوند می‌توانند هر روز کنگر فرنگی بخورند. از تمام نقاط این گیاه می‌توان برای تهیه انواع سالادها و غذاها استفاده کرد. گیاه تازه را پس از تمیز کردن می‌توان منجمد کرد تا در فصول مختلف از آن استفاده شود.

_ قارچ: می‌توان با مصرف قارچ به جنگ با چربی‌های بدن رفت، البته مصرف قارچ سرخ شده از سوی متخصصان توصیه نمی‌شود. قارچ بخارپز یا کبابی شده در فر انتخاب مناسب‌تری است. توصیه می‌شود که در این رژیم وعده ناهار یا شام را به قارچ اختصاص دهید. البته می‌توانید صبحانه هم یک غذای ترکیبی مثلا املت قارچ بخورید. قارچ حاوی بتا گلوکان است که برای تقویت سیستم ایمنی و افزایش مقاومت بدن در برابر بیماری‌ها مهم و لازم است.

رییس مرکز ارتقاء سلامت جامعه در گفت و گو با زمان تاکید کرد:

لزوم توجه به آموزش تاب آوری در نوجوانان

رییس مرکز ارتقاء سلامت جامعه؛ویژگی تاب آوری در افراد نه تنها افزایش قدرت تحمل و سازگاری فرد در برخورد با مشکلات را بالا می برد بلکه مهم تر ازآن برای حفظ سلامت روانی و ارتقاء آن است. تاب آوری به افراد توانایی می بخشد تا با مشکلات و ناملایمات زندگی روبرو شوند بدون اینکه دچار آسیب شوند

به گزارش محبوبه بیدکی خبرنگار سرویس اجتماعی زمان،دکتر مجید رضازاده متخصص طب پیشگیری از اعتیاد و رییس مرکز ارتقاء سلامت جامعه وابسته به دانشگاه علوم پزشکی ایران با اشاره به گرایش افراد به خصوص نوجوانان و جوانان به رفتارهای اعتیادی گفت: گرایش به رفتارهای پرخطر سلامت جسمی، روان شناختی ، اجتماعی افراد و جامعه را به خطر می اندازد و منجر به آسیب‌ها ،مسائل و مشکلات روانشناختی برای جوانان و نوجوانان می‌شود که از چند جنبه مورد بررسی قرار می‌گیرد. وی در ادامه در مورد جنبه های مختلف عوامل گرایش به رفتارهای پرخطر تاکید کرد: اگر بخواهیم از جنبه روانی این موضوع را بررسی کنیم یکی از بیماری های روانی مهم اختلال شخصیت مرزی است که بر نحوه تفکر و احساس بیمار در مورد خود اثر می گذارد و باعث اشکال در عملکرد روزمره وی می شود،همچنین از جنبه اجتماعی نیز مربوط به خانواده و جامعه می شود. رییس مرکز ارتقاء سلامت جامعه در ادامه تصریح کرد:بخشی از این عوامل که جنبه روانی دارد با یک سری آموزش ها و تاب آوری ها بایدبرای نوجوانان در خانواده یا مدرسه و در همه مباحث فرهنگی که وظیفه آنان تربیت نوجوانان و جوانان است، رخ دهد، در واقع واژه تاب‌آوری را می‌توان توانایی بیرون آمدن از شرایط سخت یا تعدیل آن، تعریف کرد. وی با ذکر مثالی ادامه داد: افراد تاب آور پس از وقوع یک اتفاق سخت سریع تر از دیگران خود را پیدا می کنند و به روال عادی زندگی بر می گردند. تغییرات ناگهانی از جمله بلایای طبیعی، مرگ عزیزان، شکست عاطفی، از دست دادن شغل و یا سایر موارد دیگر همه نمونه هایی است که می تواند در زندگی بحران ایجاد کند؛ اما مواجهه با بحران یا عبور سالم از آن در گرو تاب آوری افراد است، آنان در مقابل مشکلات امکان دارد که خم بشوند اما نمی‌شکنند و زمانی که این فرد توانست در برابر مشکلات مقاومت کند، پس از رفع مشکل این فرد رشد بیشتری نسبت به رشد طبیعی خود قبل از مواجهه با بحران خواهد داشت.

وی یادآور شد: ویژگی تاب آوری در افراد نه تنها افزایش قدرت تحمل و سازگاری فرد در برخورد با مشکلات را بالا می برد بلکه مهم تر ازآن برای حفظ سلامت روانی و ارتقاء آن است. تاب آوری به افراد توانایی می بخشد تا با مشکلات و ناملایمات زندگی روبرو شوند بدون اینکه دچار آسیب شده و حتی این موقعیتها را فرصتی برای ارتقاء و رشد شخصیت خود مورد استفاده قرار می دهند که می توان به بسیاری از افراد صاحب نظر و مشهور و نامی در دنیا که دارای این ویژگی هستند اشاره کرد.

رضازاده در ادامه افزود: از سوی دیگر افرادی که دارای تاب آوری نیستند در مقابل مشکلات به سرعت آسیب می‌بینند و به سمت و سوی اعتیاد خودکشی و یا مسائل پرخطر دیگر که ناشی از عدم سلامت روانی آنان است می‌روند بنابراین موضوع آموزشی و تربیتی برای تاب آوری نوجوانان و جوانان مسئله بسیار مهمی است و باید از حمایت اجتماعی و خانوادگی بسیار قوی برخوردار باشند تا از ویژگی تاب آوری برخوردار شوند. وی در ادامه اظهارداشت:تاب آوری اجتماعی از ظرفیت و توانایی خاصی در افراد و گروه ها، خانواده و جوامع برخوردار است که در بحرانهای اجتماعی نقش عمده ای ایفا می کند، شناخته شده ترین عاملی که با تاب آوری اجتماعی رابطه معکوس دارد آسیب پذیری اجتماعی است،به عنوان مثال اگر در مدرسه حمایت خوبی از فرد دانش آموز یا نوجوان صورت گیرد و یا آنان را در مسئولیت‌های مختلف اجتماعی یا اداره امور مدرسه مشارکت دهیم این دانش آموزان از حمایت اجتماعی خوبی برخوردار خواهند شد و خطر افتادن آینده آنان،از احتمال کمتری برخوردار است. و همینطور بالعکس اگر فردی را در مسئولیت‌های اجتماعی مشارکت ندهند و برخورد خوبی با او نداشته باشند در معرض آسیب‌های جدی اجتماعی قرار خواهد گرفت.

رییس مرکز ارتقاء سلامت جامعه یادآور شد: خانواده‌ها، جامعه و مدارس وظایف مهمی در قبال نوجوانان و جوانان بر عهده دارند خانواده‌ها باید در زمینه فرزند پروری که مدت‌هاست در مراکز ارتقای سلامت و بهزیستی رایج شده آموزش های لازم را ببینند چرا که بسیاری از اختلالات رفتاری، روانی، آسیب ها و گرفتاری های اجتماعی، از طریق ارتباطات حمایتی و راه حل های مشارکتی بهبود می یابند.

وی اضافه کرد:خطرات در جامعه می توانند محیطی، فردی، اجتماعی، حوادث زندگی، یا تهدیدات بلند مدت باشند. بی تردید باید میزان آگاهی افراد،نوجوانان،والدین،اولیاء مدرسه از تهدیدات موجود ارزیابی شده تا بتوانند از عهده آن بر آیند. رضازاده در پایان خاطر نشان کرد: آموزش‌های تربیت فرزند، فرزند پروری و تربیت اقتصادی فرزند مسائلی است که به نوجوانان و جوانان کمک می‌کند تا در مواجهه با مشکلات جامعه بتواند خود را مدیریت کنند و این مشکلات را برطرف کنند، قطعاً باید اولیاء مدرسه نیز این آموزش‌ها را دیده باشند تا آموزش های لازم را به نوجوانان و جوانان منتقل کنند به نظر می‌رسد اگر این دو جنبه مورد بررسی قرار گیرد نسل جوان در آینده شرایط بهتری خواهد داشت.

سامانه نسخه الکترونیک برای همه بیمه ها یکسان می شود

بنابر تصمیم مدیران عامل سه سازمان بیمه گر، سامانه نسخه الکترونیک برای همه بیمه ها یکسان می شود.

به گزارش زمان، در نشست اخیر مدیران عامل سازمان‌های تأمین اجتماعی، بیمه سلامت و بیمه نیروهای مسلح که به میزبانی سازمان بیمه سلامت ایران برگزار شد، موضوع یکپارچه سازی سامانه نسخه الکترونیک مورد توافق طرفین قرار گرفت.

محمدمهدی ناصحی مدیرعامل سازمان بیمه سلامت ایران، هدف از اجرای این طرح را، سرعت در ارائه خدمت به مردم عنوان کرد و گفت: این تصمیم، یک اتفاق خوب است که باعث اطمینان بیشتر مردم به بیمه‌ها می‌شود.

وی افزود: با این تصمیم، اگر احیاناً به هر علتی، یکی از سامانه‌ها قطع شد؛ سامانه دیگر بتواند پوشش دهد.

ناصحی همچنین، کوتاه شدن فرایند خدمت را مورد تاکید قرار داد و گفت: از ناحیه سازمان بیمه سلامت ایران، شرایط برای یکسان شدن سامانه نسخه الکترونیک فراهم است. وی افزود: ۹۸ هزار پزشک اعم از طرف قرارداد و غیر قرارداد، با بیمه سلامت نسخه تجویز می‌کنند.

در عین حال، میرهاشم موسوی مدیرعامل سازمان تأمین اجتماعی نیز، بر آماده شدن سکوهای مشترک و ایجاد زیرساخت‌ها برای یکسان شدن سامانه نسخه الکترونیک تاکید کرد.

بنابر آنچه در نشست مشترک مدیران بیمه مورد تاکید قرار گرفته، قرار شده ظرف یک ماه آینده سامانه مشترک نسخه الکترونیک برای پزشکان قابل استفاده باشد.

برگزیدگان پویش کتابخوانی هیس‌طوری معرفی شدند

پویش کتابخوانی هیس‌طوری با معرفی نوجوانان برگزیده به کار خود پایان داد.

به گزارش زمان به نقل از فارس، اختتامیه پویش کتابخوانی هیس‌طوری در کاخ سعدآباد برگزار شد. علی باقری کنی معاون سیاسی وزیر امور خارجه در این مراسم با بیان اینکه هر فردی هویت نداشته باشد، موجودیت ندارد، اظهار کرد: دشمن برای دستیابی به منافع خود همواره سعی می‌کند که هویت و مرزهای هویتی ما را مخدوش کند.

وی خطاب به دانش آموزان گفت: ما دارای ارکان و ریشه‌های زیرساختی بسیار قوی هستیم لذا شما جوانان که آینده‌سازان این کشور و نظام هستید قطعا یک مسؤولیت سنگینی را برای صیانت از مرزهای هویتی بر دوش دارید لذا هدف دشمن هم، شما هستید.

معاون وزیر امور خارجه با تأکید بر اینکه امروزه برای صیانت از هویت کشورمان مسؤولیت داریم، افزود: شما جوانان با داشتن پوشه ارزشمند از تاریخ این ملت، باید آمادگی میدان‌داری برای صیانت از مرزهای ملت ایران را داشته باشید؛ امیدوارم این گردهمایی اندیشه‌ورز ترویج پیدا کند و در عرصه‌های متنوعی در کشور زیرساخت توانمندی علمی جوانان را فراهم کند.

باقری عنوان کرد: امروز که دشمن در تمام جبهه‌ها به ویژه عرصه فرهنگی با کارهای ضدفرهنگی قصد دارد هویت مسلمانان را مورد تهاجم قرار دهد، با اراده و توانمندی‌های علمی باید در مقابل این تهاجم‌ها بایستیم و مسیرهای جدیدی را برای بشریت باز کنیم.

حجت‌الاسلام محمد قمی رئیس سازمان تبلیغات اسلامی اظهار کرد: به همه افرادی که تاریخ را جدی می گیرند و زمینه بهره‌مندی موثر از تاریخ را با جدی گرفتن تاریخ فراهم می‌کنند، احسنت می‌گویم.

توصیه های طب ایرانی برای تغذیه زائران اربعین

معاون دفتر طب ایرانی وزارت بهداشت، برای نوع تغذیه زائران اربعین، توصیه هایی داشت.

به گزارش زمان، حسین رضایی زاده، پیرامون موضوع توصیه‌های طب سنتی برای پیشگیری از بیماری‌ها و مشکلات گوارشی در پیاده روی اربعین گفت: در گرمای هوا که با پیاده روی همراه شده توصیه ما این است که پیاده روی را صبح زود و هنگام غروب انجام دهند.

وی افزود: غذاهای پر حجم و چرب می‌تواند برای زائران مشکلاتی را به وجود آورد. زائران از در هم خوری پرهیز کرده و در دفعات بیشتر و غذای کمتر میل کنند.

معاون دفتر طب ایرانی وزارت بهداشت تصریح کرد: زائران لیموترش تازه، آلو بخارا، عناب، خاک شیر، گل سرخ، بابونه و روغن زیتون به همراه داشته باشند و غذا را ایستاده میل نکنند و جویدن کامل صورت بگیرد. افرادی که دچار یبوست هستند شربت خاک شیر با آب گرم به صورت ناشتا میل کنند. اضافه کردن کمی پودر گل سرخ به ماست نیز می‌تواند کمک کننده باشد. آب سرد و یخ را به میزان زیاد و یکباره مصرف نکنند چرا که شخص به شدت دچار سردی دستگاه گوارش می‌شود. رضایی زاده اظهار کرد: اضافه کردن کمی آب لیمو یا سرکه یا شربت سکنجبین می‌تواند شدت تشنگی را کم کرده و از گرما زدگی جلوگیری کند. نوشه دانشتن چند عدد کشک یا آلو بخارا در دهان می‌تواند رطوبت دهان را تأمین کرده و باعث کاهش تشنگی شود. خرما و زنجبیل و موز و خوراکی‌های با طبع گرم به مقدار زیاد مصرف نشود. انواع سوپ و خوراک های ساده بدون گوشت مانند عدسی، لوبیا، خوراک سبزیجات یا آبدوغ خیار از غذاهای بسیار مناسب است. مصرف مایعات برای پیشگیری از گرمازدگی و یبوست ضروری است. وی افزود: اضافه کردن کمی سماق به برنج یا خوردن سیب زمینی آب پز با کمی پودر نعنا یا آویشن برای افرادی که اسهال دارند مفید است. رضایی زاده تاکید کرد: در صورت ادامه اسهال به همکاران و پزشکان هلال احمر مراجعه کنند و کمک بگیرند، خواب شبانه حتماً باید حداقل چهار ساعت باشد و در طول روز نیز در مکان مناسب و سایه چند ساعت استراحت کنند، در مجموع همه حدود ۸ تا ۱۰ ساعت در شبانه روز خواب کافی داشته باشند. افراد سالمند و کودکان و بانوان باردار باید بیشتر مراقب خود باشند و همراهان خود را با شرایط آنها هماهنگ کنند و به آنها فشار نیاورند که زودتر مسیر را طی کنند.

بدگویی پشت سر همسر چه بلایی بر سر زندگی مشترک می‌آورد

یک روانشناس با بیان اینکه احترام به همسر راز بقای زندگی مشترک است، گفت: زوجین نباید فراموش کنند که نزد دیگران و پشت سر همسر خود به هیچ عنوان بدگویی نکنند چراکه این رفتار نوعی بی‌احترامی به همسر محسوب می‌شود. به گزارش زمان به نقل از ایسنا،شبنم طلوعی با بیان اینکه احترام به همسر مهمترین راز بقای یک رابطه زناشویی است، اظهار کرد: با این حال خیلی از زوجین به سادگی از کنار این عنصر مهم عبور می کنند و آن را نادیده می‌گیرند.

این روانشناس تاکید کرد: هرچقدر زوجین حرمت همسر را نگه دارند، حس خوب و عاشقانه همسر نسبت به خود را بیشتر درک می‌کنند و به تبع رابطه زیباتری را با هم تجربه خواهند کرد.

وی در ادامه با اشاره به اینکه احترام به همسر در رابطه زناشویی قوانین خاص خود را دارد، بخشی از این قوانین را بیان کرد: زوجین نباید فراموش کنند که نزد دیگران و پشت سر همسر خود به هیچ عنوان بدگویی نکنند، مسائل خصوصی زندگی مشترک را نزد دوستان یا خانواده فاش نکنند و درباره رفتارهای آزار دهنده همسر نزد دیگران بدگویی نکنند. اینکه در غیاب همسر پشت سرش بدگویی کنند نشان دهنده بی‌احترامی به همسر است.

طلوعی خطاب به زوجین تاکید کرد: نگذارید احساسات منفی بین شما و همسر تلنبار شود؛ اجازه ندهید که احساسات منفی و حتی مثبت زندگی زناشویی روی هم جمع شوند و به نقطه‌ای برسید که دیگر چاره‌ای جز داد و فریاد نداشته باشید. اگر چیزی آزارتان می‌دهد از همسرتان بخواهید چند لحظه ای به صورت جدی درباره مسائل آزار دهنده با هم صحبت کنید تا مشکلات رفع شود. زوجین نباید دلخوری را آنقدر طول دهند تا خود همسر ناراحتی را حدس بزند.

این روانشناس معتقد است اینکه یکی از زوجین حاضر نباشد درباره ناراحتی پیش آمده با همسر خود صحبت کند نیز نوعی بی‌احترامی به همسر تلقی می شود چراکه همسر حق دارد بداند چه مساله‌ای باعث ناراحتی شده است. وی خطاب به زوجین خاطرنشان کرد: احساسات همسر را با تعریف و تمجید بی‌جا درباره همجنس‌هایش جریحه‌دار نکنید. نسبت به محبت‌های همسر بی‌اعتماد نباشید. نباید طوری رفتار کنید تا همسر فکر کند رابطه زناشویی را جدی نگرفته‌اید و به اصول زندگی مشترک پایبند نیستید. اگر پیش همسر درباره طرز تعریف، گفتار و چهره و نوع پوشش زن یا مردهای دیگر تعریف کنید، مطمئن باشید همسر خود را رنجیده خاطر می کنید چراکه صحبت‌های این چنینی، نوعی بی‌احترامی به او محسوب می‌شود.

سرمقاله

سایه خطرناک آمریکا بر پیمان‌های جهانی

* اسماعیل نصرالله زاده حق گو

در پیمان محدود سازی سلاح های هسته ای به اختصار NPT بند اول حکم به نابودی سلاح های هسته ای نزد قدرت‌های هسته ای تا آن زمان، و نرفتن به سوی این نوع سلاح ها در کشورهای غیر برخوردار می دهد. امری که از همان ابتدا، قدرت‌های هسته ای به آن بی اعتنا شدند. نه سلاح ها را از بین بردن و نه به ممنوعیت صدور فن‌آوری غیر صلح آمیز هسته ای تن دادند، و بدتر از همه، از همان روز اول با تسلیح رژیم های «شرور و غیر مسئول» مانند اسرائیل که سازمان ملل این تعبیر را برای آن بکار برده است، روح و جان پیمان را از آن گرفتند.

اساس پیمان ان پی تی ، یک معامله جهانی بود که بر طبق آن قرار شد کشورهای دارای سلاح هسته‌ای به سمت کنار گذاشتن و خلع سلاح هسته‌ای حرکت کنند و کشورهای خارج از باشگاه دارندگان این دسته از تسلیحات ، در صدد دستیابی به سلاح هسته‌ای بر نیایند ، و حال کاملا مشخص است که بنیان‌های این توافق بین‌المللی از هر دو جهت توسط کشورها و رژیم های شرور زیر پا گذاشته است و قدرت‌های هسته‌ای که در برابر پیمان متعهد به خلع سلاح و عدم اشاعه آن بودند خود به بزرگ‌ترین ناقض آن مبدل شده اند که در راس آن‌ها ایالات متحده آمریکا قرار دارد . سناتور «مک کین» از داوطلبان انتخابات ریاست جمهوری اخیر آمریکا در سخنرانی انتخاباتی خود در «نیوهمشایر» ، گفت :آمریکا به رغم ادعاهایش ، خود بزرگ‌ترین ناقض پیمان ان پی تی بوده است ،زیرا نه تنها به خلع سلاح که از شروط اساسی پیمان بوده عمل نکرده ، بلکه زرادخانه‌های هسته‌ای خود را نیز توسعه داده و به اشاعه سلاح‌های هسته‌ای پرداخته است.

۱۱۶ کشور عضو جنبش نامتعهدها که ایران نیز عضو آن می‌باشد ، قوی‌ترین بلوکی است که در آژانس بین‌المللی انرژی هسته‌ای مقابل زیاده خواهی‌های آمریکا و نگاه منفعت محور آن به پیمان ان پی تی ایستاده است. این بلوک اختلافات عمیقی با آمریکا دارد . به عقیده این بلوک ، آمریکا که جرم نابخشودنی تسلیح هسته ای اسراییل را بر دوش دارد ، حق ندارد که دیگر کشورها از جمله ایران را برخلاف حقوقی که به صراحت و طبق پیمان از آن برخوردار است ، از حق خود باز بدارد و یا در این مسیر مانع تراشی کند.

عمق اختلاف بلوک نامتعهدها و قدرت‌های غربی و در راس آن‌ها آمریکا در نشست‌های کمیته مقدماتی اجلاس بازنگری پیمان درسال ۲۰۱۰ میلادی نمایان شد که درآن بلوک کشورهای غیر متعهد همان‌طور که در ماه مه سال ۲۰۰۵ میلادی نگذاشت آخرین اجلاس ان پی تی به نتیجه یی که مورد نظر آمریکا بود ، برسد ، این بار نیز در برابر زیاده خواهی‌های واشنگتن ایستادتا هم حق قانونی کشورهای در حال توسعه برای دسترسی به انرژی هسته‌ای صلح آمیز توسط قدرت‌های بزرگ اعتراف شود ، و هم این‌که خلع سلاح هسته‌ای به عنوان یک اصل از اصول اساسی پیمان که همه ی اعضاء از جمله قدرت‌های هسته‌ای به آن متعهد شده‌اند ، با تاکید بر این مهم که خلع سلاح هسته‌ای باید از خاورمیانه شروع شود ، به اجرا در آید، خاورمیانه‌ای که در آن رژیم به تعبیر «محمد البرادعی» مدیر کل پیشین آژانس بین المللی انرژی هسته‌ای « غیر مسوول» اسراییل و به گزارش آژانس تحت یک زرادخانه فوق‌العاده بزرگ هسته‌ای مستقر کرده است که بین ۲۰۰ تا ۴۰۰ کلاهک هسته‌ای بدون هیچ گونه نظارت جهانی در آن نگهداری می‌شود. نگاه‌های منفعت‌طلبانه آمریکا به پیمان ان پی تی همواره موجب شده است تا واشنگتن با دیپلماسی و سیاست‌های یک جانبه ، سیاست‌های چند جانبه و بین المللی را به گروگان گرفته و نشست‌های ان پی تی را با شورای امنیت سازمان ملل (که در آن دارای حق وتو است) اشتباه بگیرد! نگاهی به نشست های پیمان در سال‌های اخیر و مواضعی که آمریکا در آن‌ها اتخاذ کرده ، تایید این مهم است. کنفرانس بازنگری معاهده ۱۹۹۰ در ژنو به دلیل مخالفت آمریکا با متن پاراگرافی مبنی بر توقف آزمایش‌های هسته‌ای (که به صراحت در پیمان ذکر و اعضای متعهد به آن هستند) با شکست مواجه شد و در آن زمان جمهوری اسلامی ایران به نمایندگی از نامتعهدها ، مصرانه تلاش کرد که سه کشور آمریکا ، شوروی و انگلیس یعنی کشورهای دارنده سلاح هسته‌ای که در آن زمان عضو ان پی تی بودند را مجبور به تعهد عدم آزمایش هسته‌ای کند. علاوه بر آن کنفرانس ۲۰۰۵ در نیویورک نیز به دلیل مخالفت آمریکا با دستور جلسه به خصوص اشاره به کنفرانس ۲۰۰۰ در رابطه با خلع سلاح هسته‌ای (روح پیمان) ، با شکست مواجه شد و علاوه بر این‌ها آمریکا و کشورهای غربی دیگر که با اسرائیل همکاری هسته‌ای دارند ، هیچ وقت برخلاف ماده چهارم پیمان نه تنها نسبت به قطع این همکاری‌ها اقدام نکرده‌اند ، بلکه به جامعه جهانی نیز پاسخگو نبوده اند. در فضایی این چنین ، نگاه کاملا منفعت محور آمریکا به مقوله این‌که چه کشور و رژیمی می‌تواند از نعمت چراغ سبز واشنگن جهت داشتن سلاح هسته ای برخوردار باشد (مانند کشورهای پاکستان و هند و رژیم اسرائیل) و چه کشوری حتی حق داشتن فرآیندهای یک فلسی-عروقی دیگر را کاهش دهند.

با این حال بر اساس یافته‌های یک مطالعه جدید، فقط کمتر از نیمی از بیماران مبتلا به بیماری قلبی و عروقی در سراسر جهان با مصرف آسپرین می‌کوشند تا از بروز ناراحتی قلبی جدید پیشگیری کنند.

در این مطالعه افرادی بررسی شدند که سابقه بیماری قلبی عروقی داشتند اما در بین این افراد، فقط حدود ۴۰ درصد برای جلوگیری از حمله قلبی، سکته مغزی یا ناراحتی‌های قلبی و عروقی دیگر، آسپرین مصرف می‌کردند.

Alborz.payam@gmail.com

پیشگیری از حمله‌های قلبی با مصرف آسپرین

آسپرین» می‌تواند خطر حمله قلبی دوم را کاهش دهد اما یافته‌های مطالعات جدید نشان می‌دهد که کمتر از نیمی از بزرگسالان واجد شرایط، این دارو را مصرف می‌کنند.

به گزارش زمان به نقل از شبکه خبری سی‌ان‌ان، بزرگسالانی که از حمله قلبی یا سکته جان سالم به در برده‌اند با مصرف منظم آسپرین می‌توانند خطر بروز ناراحتی‌های قلبی-عروقی دیگر را کاهش دهند.