

یادداشت مدیر مسئول

زنان در مسیر حکمرانی؛ از کرسی مجلس تا قلب جامعه



علی محمد کردنایج
مدیر مسئول هفته نامه چشم انداز بازار

وقتی برای نخستین بار نام او را در فهرست کاندیدها دیدم، پرسشی ساده اما عمیق در ذهنم شکل گرفت: آیا این حضور نمادی صرف است، یا آغاز حکمرانی‌ای که می‌تواند زندگی مردم را واقعاً تغییر دهد؟ پاسخ به این سؤال، همان چیزی است که مسیر زنان در قانون‌گذاری و مجلس را معنا می‌بخشد.

حضور زنان در مجلس تنها به صندلی و عدد محدود نمی‌شود؛ این حضور فرصتی است برای وارد کردن تجربه‌های زندگی روزمره به قانون‌گذاری، دغدغه‌های واقعی خانواده، آموزش، بهداشت و امنیت اجتماعی، وقتی توسط زنانی مطرح شود که خود آن تجربه‌ها را داشته‌اند، دیگر صرفاً شعار نیست؛ به قانون تبدیل می‌شود و اثرش ملموس است. این همان پلی است که مجلس را از فضایی خشک و رسمی به مکانی برای حکمرانی واقعی تبدیل می‌کند.

در جلسات کمیسیون‌ها، فضا پر از اختلاف نظر است. اما حضور زنان با صبر و تمرکز، نه تنها آرامش‌بخش خواهد بود، بلکه باعث می‌شود گفتگوها انسانی‌تر و نتیجه‌ها کاربردی‌تر شوند. زنان در مجلس می‌آموزند که تأثیرگذاری واقعی تنها در گفتن حقایق نیست؛ بلکه در ایجاد مسیرهایی است که قوانین تصویب‌شده به زندگی مردم سرایت کنند.

البته مسیر آسان نیست. محدودیت‌های ساختاری، پیچیدگی قوانین و تضاد منافع، گاه سد راه می‌شوند. با این حال، تجربه نشان داده هرچا زنان توانمند و مصمم حضور یافته‌اند، تغییر واقعی شکل گرفته است. آنان نیمه پر لیوان را می‌بینند و به جای غر زدن، فرصت‌ها را به عمل تبدیل می‌کنند. همین نگاه مثبت، اما نقادانه، مجلس را به محلی تبدیل می‌کند که قانون نه فقط روی کاغذ، بلکه در زندگی واقعی مردم اثر می‌گذارد.

حکمرانی زنان به معنای حضور عددی نیست؛ حکمرانی واقعی یعنی تأثیرگذاری در تصمیم‌ها، اجرای قانون و پاسخگویی به نیازهای جامعه. این مسیر از کرسی‌های مجلس آغاز می‌شود، اما هدف نهایی، نفوذ به قلب جامعه است. قوانین تصویب‌شده توسط زنانی که تجربه زیستن در جامعه را دارند، نه تنها با عدالت نزدیک‌تر است، بلکه زندگی روزمره مردم را بهبود می‌بخشد. این همان فاصله‌ای است که میان شعار و واقعیت وجود دارد و باید پر شود.

امروز زنان در مجلس نشسته‌اند، فردا در قلب جامعه اثر می‌گذارند؛ در تصمیم‌هایی که بر خانواده‌ها، کودکان و شهرها تأثیر می‌گذارد. آن‌ها نه فقط قانون‌گذار، بلکه حلقه‌ای بین قانون و زندگی واقعی مردم هستند. حکمرانی زنان یعنی تبدیل شعار به اقدام، حضور به اثرگذاری و وعده به واقعیت.

در نهایت، مسیر زنان در مجلس و قانون‌گذاری یک سفر است؛ سفری که با هر گام، کیفیت تصمیم‌ها و عدالت اجتماعی ارتقا می‌یابد. حکمرانی واقعی از کرسی مجلس آغاز می‌شود، اما با دست‌ها و نگاه‌هایی که قلب جامعه را لمس می‌کند، ادامه می‌یابد. اگر به دنبال الگویی برای تحقق شعار «زن، قانون، زندگی» هستیم، باید بدانیم که این آغاز راه است؛ آغاز حکمرانی‌ای که امید را به زندگی مردم می‌آورد و آینده‌ای متعادل و انسانی می‌سازد.

ارتباط مصرف بیشتر ویتامین K با ریسک کمتر شکستگی استخوان

تحقیقات نشان داده است که ویتامین K۱ می‌تواند به کاهش خطر شکستگی، به ویژه شکستگی لگن، در افراد مسن کمک کند. به گزارش خبرنگار مهر به نقل از ساینس دیلی، این مطالعه به بررسی رابطه بین بستری شدن ناشی از شکستگی در بیمارستان و دریافت ویتامین K۱ در تقریباً ۱۴۰۰ زن مسن استرالیایی طی یک دوره ۱۴۵ ساله در زنان سالخورده پرداخت. مطالعه مؤسسه تحقیقاتی نوآوری تغذیه و سلامت دانشگاه ادیت کوان استرالیان نشان داد زنانی که بیش از ۱۰۰ میکروگرم ویتامین K۱ مصرف کردند (معادل حدود ۱۲۵ گرم سبزیجات با برگ تیره یا یک تا دو وعده سبزیجات) در مقایسه با شرکت کنندگانی که کمتر از ۶۰ میکروگرم در روز از این ویتامین مصرف می‌کردند، ۳۱ درصد کمتر در معرض خطر شکستگی قرار داشتند. دستورالعمل فعلی مصرف کافی ویتامین K در استرالیا برای زنان ۶۰ میکروگرم در روز است. نتایج همچنین نشان داد کسانی که بیشترین ویتامین K۱ را مصرف کردند، خطر بستری شدن شأن در نتیجه با شکستگی استخوان در بیمارستان تقریباً به نصف کاهش یافت (۴۹ درصد).

دکتر «مارک سیم»، سرپرست این مطالعه، گفت: «نتایج شواهد دیگری از مزایای ویتامین K۱ را در مورد افزایش سلامت قلب و عروق نشان می‌دهد». سیم در ادامه افزود: «خوردن بیش از ۱۰۰ میکروگرم ویتامین K۱ در روز ایده آل است و خوشبختانه انجام آن چندان دشوار نیست».

وی گفت: «مصرف روزانه این مقدار ویتامین K۱ را می‌توان به راحتی با مصرف بین ۷۵ تا ۱۵۰ گرم، معادل یک تا دو وعده، سبزیجاتی مانند اسفناج، کلم پیچ، کلم بروکلی و کلم به دست آورد».

غذاهای غنی از ویتامینK۱: سبزیجات: کلم پیچ، اسفناج، کلم بروکلی، لوبیا سبز، میوه‌ها: آلو، کیوی، آووکادو

افزایش نرخ بنزین دوباره در صدر اخبار



به پزشکیان تلقی شد که از ابتدای صادرات به دنبال افزایش نرخ بنزین بوده است.

هر چند بعدازانتشار ویدئوی این صحبت‌ها اصلاحیه‌ای از سوی دفتر رئیس مجلس منتشر شد و این صحبت‌ها را قطع شده عنوان کرد اما سرسوزنی از جنجال این ماجرا کم نکرد.

در این اصلاحیه قید شده بود که: «جمله‌ای از آقای قالیباف درباره قیمت بنزین در برخی کانال‌ها با قطعیه بازنشر شده که با مواضع اصولی و ثابت وی در این باره همخوانی ندارد. رییس مجلس در مواضع متعدد لاقال در ۵ سال اخیر درباره اصلاح ناترازی انرژی بر دو نکته همیشه تأکید کرده است: «هر گونه اصلاح الگوی مصرف

و رفع ناترازی انرژی نباید با شوک‌درمانی و تصمیماتی مشابه سال ۹۸ همراه باشد. در هر گونه اصلاحات یارانه‌های حوزه انرژی و رفع ناترازی این بخش حتما باید خانواده‌ها

مشخص داشته باشند.» اما حواشی این اظهارات قالیباف ادامه‌دار بود، طوری‌که صدای روزنامه‌های خودی و هم‌مسلك اصولگرایان هم روزنامه

جوان در متنی انتقادی، این اظهارات قالیباف را نادرست دانست و آن را بازی با آتش تلقی کرد. اما مورد جالب درباره این صحبت‌ها، هم‌صدایی عباس عبدی اصلاح‌طلب با

صحبت‌های قالیباف اصولگرا بود. این روزنامه‌نگار طی مطلبی در شماره هفته گذشته روزنامه هم‌میهن نوشت: بنزین و گاز و گازوبیل و برق را آزاد کنید و دخالتی در آن نکنید. حداقل پرداختی به یک شهروند ایرانی، خیلی زیاد خواهد شد و به مرور مشکلات تولید خودروهای بنجل، اتلاف انرژی و مصارف بالا، قاچاق و فساد و... هم نخواهید داشت. چرا این کار را نمی‌کنید و به جای آن این همه خسارت به کشور و مردم و اقتصاد وارد می‌کنید؟

عبدی در ادامه اصلاحیه دفتر رئیس مجلس را آمیخته با ترس عنوان کرد و نوشت: آن اصلاحیه خیلی سریع و این انتقاد درون جراحی نشان از ترس عمیق ولی انکارشده‌ای دارد. ۶ سال است که قیمت بنزین ثابت است در حالی که در این مدت شاخص قیمت‌ها حدود ۸ برابر افزایش یافته و جالب است که مطابق سخنان آقای قالیباف برای حفظ قیمت موجود سالانه ۵ تا ۶ میلیارد دلار بی‌زبان را صرف واردات بنزین می‌کنند تا آن را به صورت رایگان به مردم بدهند، در حالی که رییس جمهور هم در بندرعباس از بی‌پولی گفت که: «سر یک میلیارد دلار داریم چانه می‌زنیم.»

باید دید سرنوشت نرخ بنزین به کجا خواهد کشید، انتقادات مردم و کارشناسان مستقل درباره تبعات افزایش نرخ بنزین جواب خواهد داد و حاکمیت عقب‌نشینی خواهد کرد یا اینکه دولت پزشکیان به برنامه خود برای افزایش نرخ حامل‌های انرژی عمل خواهد کرد.

نقشه جدید مسعود پزشکیان برای واردات خودرو



ثبت سفارش جدید در سال جدید آن طور که باید نیستیم، این تصور برای برخی ایجاد شده که واردات خودرو متوقف شده است. محمدصادق مفتی، قائم‌مقام وزیر صمت در این باره می‌گوید: «همچنان واردات خودرو دراولوبیتی که بوده قرار دارد و دولت هیچ تصمیمی در زمینه توقف واردات خودرو ندارد.»

به واردات خودرو نیز می‌گوید: «مشکل اصلی در زمینه واردات خودرو همین تخصیص ارز است. ممکن است مقدرات بانک مرکزی براساس اولویت تأمین دلار عوض شود اما مصوبه اصلی که از بین نمی‌رود و پای‌رجا خواهد بود».

به دلیل شرایطی که برای واردات خودرو ایجاد شده و شاهد

وارداتی در بازار با تأخیر و قیمت بالا عرضه شوند. در عین حال، کارشناسان معتقدند با ایجاد ثبات در سیاست‌های ارزی، بازنگری تدریجی در تعرفه‌ها و ساده‌سازی فرآیندهای اداری، می‌توان روند واردات را روان‌تر کرد. در این صورت واردات نه تنها به افزایش تنوع خودروها منجر می‌شود، بلکه می‌تواند نقش مؤثری در ایجاد رقابت سالم و تعدیل قیمت‌ها در بازار ایفا کند.

نظر صمت به تعرفه پلکانی است

محمدصادق مفتی، قائم مقام وزیر صمت درباره شرایط واردات خودرو و اتفاقاتی که قرار است برای تعرفه واردات رخ دهد، می‌گوید: «اگر مصوبه مجلس ابلاغ شود الزام قانونی دارد و باید به آن عمل کرد.»

روز چهارشنبه در روزنامه از قول سخنگوی کمیسیون صنایع و معادن مجلس نقل کردیم؛ «برادرانی که هیأت تطبیق درباره آیین‌نامه واردات تشخیص داده بود، به نسخه خردادماه مربوط می‌شد، نه بخشنامه اصلاحی مردادماه. دولت حالا مستندات اصلاح‌شده‌ای را ارائه کرده که به تأیید دیوان عدالت اداری نیز رسیده و اساس آن ایرادات بر مرفع شده است.

اما هنوز امضای رسمی رئیس مجلس باقی مانده که آیین‌نامه برای اجرا نهایی شود. اگر این اصلاحیه ایرادی نداشته باشد و ریاست مجلس آن را تأیید کند، دولت می‌تواند تعرفه پلکانی واردات خودرو را اجرا کند.

«از سوی دیگر، قائم‌مقام وزیر صمت تأکید می‌کند: «دولت موافق تعرفه پلکانی است؛ اگر مجلس موافقت کند نظر به تعرفه پلکانی است.» محمدصادق مفتی درباره مجاری تخصیص ارز

ایران: در ماه‌های اخیر روند واردات خودرو با چالش‌هایی همراه شده که دلایل آن را می‌توان در چند محور اقتصادی و اجرایی بررسی کرد. نخستین عامل، تعرفه‌های گمرکی است. در حالی که هدف از آزادسازی واردات، ایجاد رقابت و متعادل شدن قیمت‌ها در بازار داخلی عنوان شده بود، اما نرخ بالای تعرفه‌ها باعث شده هزینه نهایی خودروهای وارداتی همچنان قابل توجه باشد.

به بیان دیگر، حتی اگر شرکت‌های واردکننده بتوانند خودرو را با قیمت جهانی مناسب تهیه کنند، پس از محاسبه حقوق گمرکی، عوارض و مالیات، محصول نهایی با بهای بالایی به دست مصرف‌کننده می‌رسد.

موضوع دوم به تأمین ارز بازمی‌گردد. واردکنندگان برای ثبت سفارش نیازمند ارز قابل دسترس هستند، اما به دلیل محدودیت‌های ارزی و سیاست‌های مدیریت منابع، تأمین ارز در حجم بالا زمانبر و پیچیده است. در برخی موارد شرکت‌ها مجبور می‌شوند ماه‌ها برای دریافت ارز مورد نیاز منتظر بمانند یا به بازار آزاد رجوع کنند که این امر هزینه نهایی را باز هم افزایش می‌دهد.

نکته دیگر مربوط به فرآیندهای اداری و لجستیکی است. هماهنگی میان وزارتخانه‌ها، بانک‌ها و گمرک زمانبر بوده و گاهی باعث توقف محموله‌ها در مبادی ورودی می‌شود. همچنین تفاوت مقررات در زمینه استانداردهای ایمنی و زیست‌محیطی، انتخاب مدل‌های مناسب برای واردات را محدود کرده است.

به طور کلی، مجموعه این عوامل سبب شده خودروهای

متوسط هزینه ماهانه خانوار، درآمد سرانه خانوار و وزن‌دهی به ارزش دارایی‌ها مانند خودروها، املاک و حساب‌های بانکی است. در نهایت، به هر خانوار بر اساس این شاخص‌ها امتیاز یا رتبه‌ای اختصاص داده می‌شود تا سطح حمایت‌های دریافتی مشخص گردد.

با توجه به تغییرات اخیر دهک‌بندی، برخی خانوارها که پیشتر مشمول دریافت یارانه‌های حمایتی بودند، از لیست خارج شده‌اند. به منظور ثبت اعتراض، دولت و وزارت رفاه سامانه‌ای جدید تحت عنوان «سامانه اعتراض به دهک‌بندی یارانه» یا «سامانه جامع رفاه ایرانیان» راه‌اندازی کرده‌اند.

این سامانه که با عنوان سامانه حمایت معیشتی شناخته می‌شود، از طریق آدرس hemayat.mcls.gov.ir در دسترس متقاضیان قرار دارد و امکان ثبت اعتراض، درخواست بررسی و پیگیری نتیجه اعتراض با استفاده از کد ملی فراهم است. برای استفاده از این سامانه، متقاضی باید وارد سایت hemayat.mcls.gov.ir شده و گزینه ورود به سامانه حمایت را انتخاب کند. با این حال، بررسی‌ها نشان می‌دهد که سامانه در حال حاضر به‌روزرسانی می‌شود و کاربران با پیامی مبنی بر قطع دسترسی مواجه می‌شوند. هدف از ایجاد این سامانه، افزایش شفافیت در روند دهک‌بندی و امکان پیگیری اعتراض برای خانوارهایی است که تغییر دهک آنها باعث محرومیت از دریافت یارانه‌های نقدی با معیشتی شده است.

دهک‌بندی یارانه خانوار یکی از روش‌های هدفمندسازی حمایت‌های دولتی است که خانوارها را بر اساس معیارهای اقتصادی در ۱۰ گروه درآمدی (دهک ۱ تا ۱۰) طبقه‌بندی می‌کند.

هدف اصلی این سیستم، توزیع عادلانه‌تر یارانه‌ها و کمک‌های مالی است تا حمایت‌ها به صورت مؤثرتری به اقشار کم‌درآمد برسد. دهک‌های پایین‌تر (۱ تا ۳) معمولاً مشمول حمایت‌های بیشتری شده، در حالی که دهک‌های بالاتر (۸ تا ۱۰) ممکن است از دریافت برخی مزایا محروم شوند.

جمع‌آوری داده‌ها برای دهک‌بندی بر اساس اطلاعات جامع و به‌روز از سامانه‌های مختلف صورت می‌گیرد. این داده‌ها شامل اطلاعات هویتی و جمعیتی مانند تعداد اعضای خانوار، وضعیت تأهل و سن افراد است که از طریق ثبت احوال و سامانه ملی ثبت اطلاعات ایرانیان استخراج می‌شود. بخش درآمدی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و شامل اطلاعات حقوق و دستمزد کارمندان و بازنشستگان (از طریق سازمان تأمین اجتماعی و سازمان امور مالیاتی)، سوابق تراکنش‌های بانکی و اطلاعات حساب‌ها، مالکیت املاک و خودرو و سایر دارایی‌های مشهود و اطلاعات شغلی افراد می‌شود.

پس از جمع‌آوری داده‌ها، مدل‌های آماری و الگوریتم‌های پیچیده برای تبدیل داده‌های خام به شاخص رفاهی هر خانوار به کار گرفته می‌شوند. شاخص‌ها شامل

پرداخت ۳۰ درصد از مطالبات بخش خصوصی



مدیرعامل توانیر گفت: در قانون بودجه امسال برای پرداخت مطالبات تولیدکنندگان و پیمانکاران و تامین کنندگان تجهیزات برق ۶۰ همت پیش‌بینی شده که تاکنون حدود ۳۰ درصد مطالبات پرداخت شده است. به گزارش توانیر، مصطفی رجبی مشهودی افزود: بر اساس قانون بودجه ۱۴۰۴، مقرر شده تا ۶۰ هزار میلیارد تومان از مطالبات نیروگاه‌های خصوصی، پیمانکاران و تامین‌کنندگان تجهیزات برق پرداخت شود که تاکنون حدود ۳۰ درصد این مطالبات کارسازی شده است.

وی همچنین از ثبت بیش از ۴۰ هزار میلیارد تومانی معاملات برق در نیمه نخست سال خبر داد و گفت: این روند موجب خروج دولت و شرکت توانیر از خرید و فروش برق، پویایی بازار رقابتی و بهبود فضای کسب‌وکار و سرمایه‌گذاری در صنعت برق خواهد شد. مدیرعامل توانیر با اشاره به توسعه بازار برق اظهار داشت: ایجاد تابلو برق آزاد موجب جذاب‌تر شدن فضای کسب‌وکار و افزایش شفافیت در معاملات شده است.

به گفته وی، تنها در نیمه نخست امسال بیش از ۴۰ هزار میلیارد تومان معاملات به خارج از بازار عمده فروشی برق به ثبت رسید که نشان‌دهنده پویایی بازار و افزایش انگیزه سرمایه‌گذاری بخش خصوصی در صنعت برق است.

دست انداز قیمتی در بازار طلا؛

عقب نشینی ۳ درصدی سکه تمام

بازار طلا در حالی با کاهش قیمت نسبت به روز گذشته رو به روست که طلای ۱۸ عیار هم‌اکنون با نرخ ۱۰,۱۹۳,۴۰۰ تومان و سکه تمام با قیمت ۱۰,۹۱۵,۰۰۰ تومان در حال معامله‌هستند.

به گزارش خبرنگار مهر، هفته گذشته بازار طلای ایران در حالی به فعالیت خود ادامه می‌دهد که روند معاملات از ابتدای روز تا این لحظه کاهشی بوده و نرخ‌ها در تمامی اقلام طلای خام و مسکوکات از سقف‌های روزانه فاصله گرفته‌اند. در لحظه تنظیم این گزارش، قیمت‌ها در محدوده‌های میانی تا پایینی دامنه نوسان روزانه قرار دارند، موضوعی که نشانه غلبه فشار فروش بر معاملات هفته گذشته است.

افت همزمان در معاملات طلا و آبشده

طلای ۱۸ عیار در حال حاضر به نرخ ۱۰,۱۹۳,۴۰۰ تومان رسیده است؛ این رقم با کاهش ۱۶۰ هزار تومانی نسبت به آغاز روز، افت منفی ۱۶۱ درصدی را نشان می‌دهد. نوسانات این عیار بین کف ۱۰,۱۲۸,۱۰۰ تومان و سقف ۱۰,۳۵۶,۴۰۰ تومان ثبت شده و نرخ فعلی در نزدیکی کف روزانه معامله می‌شود.

طلای ۲۴ عیار نیز با رقم ۱۳,۵۹۱,۱۰۰ تومان در حال دادوستد است که نسبت به قیمت آغازین با کاهش ۲۲۰ هزار تومان همراه بوده و افت منفی ۱۶۱ درصدی را رقم زده است.

دامنه حرکت میان ۱۳,۵۰۴,۰۰۰ تا ۱۳,۸۰۸,۴۰۰ تومان قرار دارد و نرخ کنونی در قسمت پایین این محدوده جای گرفته است.

در بازار متقال طلا، قیمت آبشده به ۴۴,۱۵۴,۰۰۰ تومان رسیده، کاهشی برابر با ۷۵۰,۰۰۰ تومان (منفی ۱.۶ درصد) نسبت به ابتدای روز.

معاملات هفته گذشته این کالا بین کف ۴۳,۸۷۰,۰۰۰ تومان و سقف ۴۴,۸۲۵,۰۰۰ تومان در جریان بوده و نرخ فعلی کمتر از میانگین روزانه است.

افت محسوس در سکه امامی و دیگر مسکوکات
سکه تمام در این لحظه با نرخ ۱۰,۹۱۵,۰۰۰ تومان معامله می‌شود که کاهش ۳,۵۱۰,۰۰۰ تومان (منفی ۳.۲۲ درصد) نسبت به نرخ آغازین را ثبت کرده است. نوسانات روزانه این سکه از کف ۱۰,۹۱۳,۰۰۰ تومان تا سقف ۱۱,۲۶۵,۰۰۰ تومان بوده و بهای فعلی در محدوده نزدیک به کف معاملات روز قرار دارد.

سکه بهار آزادی نیز با قیمت ۱۰,۳۷۸,۰۰۰ تومان دادوستد می‌شود که نسبت به شروع روز ۱۰۰ هزار تومان افت کرده است (منفی ۰.۱ درصد). این سکه هفته گذشته بین ۱۰,۳۲۷,۰۰۰ تا ۱۰,۴۲۱,۰۰۰ تومان معامله شده و اکنون در نیمه پایین این بازه است. نیم‌سکه در حال حاضر با نرخ ۵۹,۲۶۰,۰۰۰ تومان خرید و فروش می‌شود و کاهش ۸۰۰,۰۰۰ تومان (منفی ۱.۳۵ درصد) را نسبت به قیمت آغازین ثبت کرده است. دامنه هفته گذشته نیم‌سکه از ۵۹,۱۶۰,۰۰۰ تا ۵۹,۶۶۰,۰۰۰ تومان بوده و نرخ فعلی به کف روزانه نزدیک است.

ربع‌سکه نیز با رقم ۳۴,۴۶۰,۰۰۰ تومان در جریان معاملات حضور دارد؛ ۲۰۰,۰۰۰ تومان کاهش (منفی ۱.۱۶ درصد) نسبت به آغاز روز را تجربه کرده و هفته گذشته بین ۳۵,۰۶۰,۰۰۰ تا ۳۵,۰۶۰,۰۰۰ تومان نوسان داشته است. سکه گرمی با قیمت ۱۷,۰۳۰,۰۰۰ تومان در حال معامله است. این نرخ که ۳۰۰,۰۰۰ تومان کمتر از قیمت آغاز روز است (منفی ۱.۱۶ درصد)، هفته گذشته در محدوده ۱۷,۰۳۰,۰۰۰ تا ۱۷,۲۳۰,۰۰۰ تومان تغییر کرده و اکنون بر کف دامنه روزانه قرار دارد.

بیوتکنولوژی به تضمین غذا برای سیاره‌ای که دائماً در حال تغییر است، کمک می‌کند. در سال ۲۰۲۵ میلادی محصولات تراریخته مانند سویا، ذرت، پنبه و کتانو به شکل گسترده مورد استفاده قرار گرفته‌اند.

به گزارش خبرنگار مهر، محصولات تراریخته در حال حاضر در ۳۰ کشور کشت می‌شوند و واردات آنها در ۷۰ کشور تأیید شده است. آمارها در نیمه سال ۲۰۲۵ میلادی حکایت از آن دارد که پذیرش جهانی محصولات اصلاح‌شده ژنتیکی (GM) که معمولاً به عنوان تراریخته شناخته می‌شوند همچنان رو به افزایش است که ناشی از پیشرفت در فناوری محصولات زراعی و افزایش مجوزهای نظارتی است. حسین شیرزاد، تحلیلگر توسعه کشاورزی در یادداشتی اختصاصی برای خبرگزاری مهر در ادامه این موضوع نوشت، ۵ کشور برتر از نظر سطح زیر کشت محصولات تراریخته (ایالات متحده، برزیل، آرژانتین، هند و کانادا) ۹۱ درصد را در جهان تشکیل می‌دهند.

محصولات اصلاح‌شده ژنتیکی (GM) گیاهان کشاورزی هستند که از طریق تکنیک‌های مهندسی ژنتیک، تغییراتی در DNA آنها ایجاد شده است. این اصلاحات با استفاده از بیوتکنولوژی برای ایجاد ویژگی‌های خاص مانند بهبود مقاومت در برابر آفات، افزایش محتوای غذایی یا افزایش تحمل در برابر عوامل استرس‌زای محیطی انجام می‌شوند که همگی با هدف افزایش بهره‌وری و پایداری کشاورزی انجام می‌شوند.

دسته‌های اصلی صفات در محصولات اصلاح‌شده ژنتیکی شامل تحمل علف‌کش (HT)، مقاومت در برابر حشرات (IR)، صفات انباشته (ST) و موارد دیگر است. گونه‌های کلیدی محصولات شامل سویا، پنبه، ذرت، کلزا، تیناکو و سایر محصولات هستند.

رکورد پذیرش محصولات تراریخته در سال ۲۰۲۴ به ۲۱۰ میلیون هکتار رسید. تکنیک‌های مختلفی در اصلاح ژنتیکی محصولات کشاورزی به کار گرفته می‌شود، مانند تفنگ‌های ژنی، الکتروپوریشن، میکرواینجکشن، آگروباکتریوم و سایر روش‌ها. انواع اصلاحات شامل تراریخته، سیس-ژنیک، ساب-ژنیک و ادغام چند صفتی است که همه آنها هم در تحقیقات علمی و هم در کشت محصولات کشاورزی کاربرد دارند.

آمریکا رهبر کشت تراریخته‌ها در جهان
توجه داشته باشید که چشم‌انداز این بازار تحت تأثیر تغییرات سریع در روابط تجاری و تعرفه‌ها در سطح جهانی قرار دارد. آمریکای جنوبی با افزایش ۳.۵ درصدی، بیشترین رشد را در سطح زیر کشت محصولات اصلاح‌شده ژنتیکی داشته و پس از آن آمریکای شمالی با ۱.۱ درصد قرار دارد. ایالات متحده همچنان با آمار کشت ۷۵.۴

میلیون هکتار محصولات تراریخته که نسبت به سال قبل ۱.۳ درصد افزایش یافته است، رهبر جهانی تراریخته‌ها است.

برزیل با ۶۷.۹ میلیون هکتار (رشد ۱.۴ درصدی) در رتبه بعدی قرار دارد؛ در حالی که آرژانتین با رشد قابل توجه ۸.۳ درصدی به ۲۳.۸ میلیون هکتار رسیده است. در میان کشورهای که بیش از ۱۰۰ هزار هکتار کشت محصولات تراریخته داشته‌اند، قابل توجه‌ترین افزایش سطح زیر کشت در ویتنام (رشد ۹۳.۲ درصدی، آروگوئه (رشد ۴۹.۸ درصدی)، اسپانیا (رشد ۴۰.۳ درصد) و میانمار (رشد ۳۹.۲ درصدی) رخ داده است.

این افزایش‌ها هم به دلیل گسترش کلی سطح زیر کشت و هم به دلیل افزایش نرخ پذیرش گونه‌های تراریخته بوده است. از سوی دیگر بیشترین کاهش در سطح زیر کشت محصولات تراریخته در پاکستان (۱۶.۷ درصد)، هند (۷.۱- درصد)، آفریقای جنوبی (۰.۵- درصد)، کانادا (۰.۴- درصد) و استرالیا (۰.۳- درصد) مشاهده شد.

«سویا» رکوردار تراریخته‌ها

در بین محصولات اصلاح‌شده ژنتیکی (GM) پیشرو همچنان سویا رکورددار است که تقریباً ۱۰۵.۱ میلیون هکتار را تشکیل می‌دهند که تقریباً نیمی از کل سطح زیر کشت محصولات اصلاح‌شده ژنتیکی در سراسر جهان می‌شود.

پس از آنها ذرت (۶۸.۴ میلیون هکتار)، پنبه (۲۴.۸ میلیون) و کتانو (۱۰.۴ میلیون) قرار دارند. آمریکای شمالی بازگترین منطقه در بازار محصولات اصلاح ژنتیکی شده در سال ۲۰۲۵ بود. آمریکای جنوبی دومین منطقه بزرگ در سهم بازار جهانی محصولات اصلاح ژنتیکی شده بود. مناطق تحت پوشش گزارش بازار محصولات اصلاح ژنتیکی شده عبارت‌ند از آسیا و اقیانوسیه، اروپای غربی، اروپای شرقی، آمریکای شمالی، آمریکای جنوبی، خاورمیانه و آفریقا. در حالی که کاربرد مهندسی ژنتیک قدیمی عمدتاً بر ۴ گیاه سویا، ذرت، کلزا و پنبه که به عنوان خوراک دام، مواد غذایی فراوری شده، سوخت یا پوشاک استفاده می‌شدند، متمرکز بود، طیف کاربرد محصولات تراریخته جدید بسیار گسترده‌تر است. با مهندسی ژنتیک جدید، شرکت‌ها روی انواع گیاهانی کار می‌کنند که برای مصرف مستقیم انسان در نظر گرفته شده‌اند.

توسعه دهندگان محصولات تراریخته جدید متنوع‌تر شده‌اند به گونه‌ای که در حالی که محصولات تراریخته قدیمی عمدتاً توسط ۴ غول ژنی جهان یعنی کورتوا، بایر، BASF و سینجنتا تولید و به بازار عرضه می‌شدند، در سال ۲۰۲۵ بسیاری از شرکت‌ها و همچنین مؤسسات دولتی

در توسعه محصولات تراریخته جدید مشارکت دارند که از جمله مزایای کلیدی پذیرش محصولات تراریخته می‌توان به بهبود بهره‌وری و افزایش پایداری اشاره کرد.

مطالعات نشان داده شده است که برخی از ویژگی‌های محصولات تراریخته، عملکرد در هر هکتار را افزایش می‌دهند و امکان استفاده کارآمدتر از زمین‌های کشاورزی موجود را فراهم می‌کنند. علاوه بر این، گونه‌های مقاوم در برابر علف‌کش‌ها و آفات با پشتیبانی از شیوه‌های کم‌خاک‌ورزی، که به ترسیب کربن و حفظ خاک کمک می‌کنند، به کاهش ردپای زیست‌محیطی کشاورزی کمک می‌کنند. گسترش مداوم پذیرش محصولات تراریخته نه تنها نشان دهنده رشد در هکتارهای زیر کشت، بلکه پیشرفت در بیوتکنولوژی نیز به شمار می‌رود. تنها در سال ۲۰۲۴، تعداد ۲۸ کشور گونه‌های جدید تراریخته در جمله برنج طلایی و سایر محصولات با ویژگی‌های جدید را تأیید کردند.

تراریخته‌ها و ۹۵ درصد حیواناتی که به عنوان غذای انسان استفاده می‌شود

حدود ۹۲ تا ۹۷ درصد از محصولات تراریخته تولید شده در جهان برای تغذیه دام استفاده می‌شوند.

در ایالات متحده آمریکا با نرخ پذیرش بالای این محصولات بیش از ۹۵ درصد از حیواناتی که به عنوان غذای انسان استفاده می‌شوند، توسط گیاهان تراریخته تغذیه می‌شوند و بیش از ۱۱۰ میلیارد دام در طول دهه گذشته تغذیه شده‌اند. سلامت و عملکرد دام نیز مورد مطالعه قرار گرفته است و هیچ اثر نامطلوبی ناشی از تغذیه دام با محصولات تراریخته در مقایسه با غذاهای معمولی که به حیوانات داده می‌شود، مشاهده نشده است. اندازه بازار محصولات اصلاح‌شده ژنتیکی در سال‌های اخیر به شدت رشد کرده است. این بازار از ۲۳.۸۸ میلیارد دلار در سال ۲۰۲۴ به ۲۵.۲۶ میلیارد دلار در سال ۲۰۲۵ با نرخ رشد مرکب سالانه (CAGR) ۵.۷ درصد افزایش خواهد یافت. این رشد در دوره تاریخی را می‌توان به ابتکارات دولتها برای مواد غذایی اصلاح‌شده ژنتیکی، رشد بازارهای نام ظهور و افزایش تقاضا برای خوراک دام نسبت داد.

جمعیت آینده و رشد ۳۲ درصدی تراریخته‌ها

انتظار می‌رود بازار محصولات اصلاح‌شده ژنتیکی در چند سال آینده رشد چشمگیری داشته باشد. این بازار در سال ۲۰۲۹ با نرخ رشد مرکب سالانه (CAGR) ۶.۳ درصد به ۳۲.۱۹ میلیارد دلار خواهد رسید. رشد در دوره پیش‌بینی را می‌توان به افزایش جمعیت، ضایعات

گزارش بازار جهانی محصولات تراریخته تا نیمه سال ۲۰۲۵ میلادی



باشند. در عین حال به کشاورزان این قدرت را می‌دهد تا فناوری‌هایی را اتخاذ کنند که به مقابله با چالش‌های کلیدی مانند آفات، خشکسالی و تغییرات اقلیمی کمک می‌کند و در نهایت از تولید پایدارتر کشاورزی حمایت می‌کند. همچنین اینکه رشد بی‌سابقه در سطح زیر کشت محصولات تراریخته (۲۰۹۸ میلیون هکتار) نه تنها یک واقعیت است، بلکه نشان دهنده تعهد جهانی به کشاورزی کارآمدتر، مقاوم‌تر و پایدارتر است. این نشان می‌دهد که نوآوری بیوتکنولوژیکی می‌تواند فراگیر، پاسخگو و همسو با چالش‌های فعلی توسعه کشاورزی باشد.

بهبود امنیت غذایی و کاهش آسیب‌های زیست‌محیطی

بیوتکنولوژی به تضمین غذا برای سیاره‌ای که دائماً در حال تغییر است، کمک می‌کند. در سال ۲۰۲۵ محصولات تراریخته مانند سویا، ذرت، پنبه و کتانو به دلیل مقاومت در برابر آفات و تحمل علف‌کش‌ها، کاهش استفاده از آفت‌کش‌ها و ترویج کشاورزی پایدار، به طور گسترده مورد استفاده قرار گرفته‌اند. این محصولات باعث افزایش عملکرد، بهبود امنیت غذایی و کاهش آسیب‌های زیست‌محیطی مانند روان‌آب‌های شیمیایی شده‌اند. علاوه بر این، محصولات تراریخته کم‌بودهای تغذیه‌ای را در برخی مناطق برطرف می‌کنند. با این حال، نگرانی‌ها در مورد اثرات بالقوه زیست‌محیطی مانند مقاومت در برابر حشرات و جریان ژن همچنان ادامه دارد و بحث‌ها در مورد ایمنی بلندمدت ادامه دارد.

پیشرفت‌هایی مانند CRISPR-Cas9 ویرایش دقیق ژنوم را ارائه می‌دهند و محصولاتی با ویژگی‌هایی مانند تحمل به خشکی و تغذیه بهبود یافته را قادر می‌کنند تا با چالش‌های جهانی مانند تغییرات آب و هوایی و رشد جمعیت مقابله کنند.

رهبری چین در بازار ذرت

چین با نرخ پذیرش ۹۸.۳ درصدی پنبه تراریخته، به تازگی به سمت کشت ذرت و سویای تراریخته حرکت کرده است. اگرچه این محصولات در حال حاضر در مراحل پیشرفته آزمایش تجاری هستند، اما این گزارش تخمین می‌زند که چین در سال ۲۰۲۴ بیش از ۶۶۶ هزار هکتار ذرت تراریخته را به عنوان بخشی از مرحله آزمایش کشت کرده است. پس از تجاری‌سازی کامل، انتظار می‌رود ذرت تراریخته در بخش عمده‌ای از تقریباً ۴۳ میلیون هکتار زمین ذرت‌کاری چین گسترش یابد که به طور بالقوه چین را به رهبر جهان در منطقه ذرت تراریخته تبدیل می‌کند. در حال حاضر، چین گواهینامه‌های ایمنی برای تولید و کاربرد ۲۰ نوع ذرت تراریخته و ۷ نوع سویای تراریخته را تأیید کرده و ۶۴ هکتار ذرت تراریخته و ۱۷ نوع سویای تراریخته را اعتبارسنجی کرده است.

گزارشات تأکید می‌کنند که بیوتکنولوژی کشاورزی راه‌حل‌های حیاتی ارائه می‌دهد و دانشمندان را قادر می‌سازد تا گونه‌های گیاهی را توسعه دهند که پربارتر، مقاوم‌تر و مغذی‌تر

سکته ارزی کالاهای اساسی و تامین امنیت غذایی

ارزی برای تأمین نهاده دامی استفاده کرده‌اند، اعمال می‌کند اما هیچ‌گونه تعهد زمانی در بدهی بانک مرکزی و نیکو حتی بعد از دریافت ریال ندارد؟ این فعال اقتصادی ابراز امیدواری کرد که مراجع قضائی به این سوءمدیریت و ترک فعل‌ها با توجه به آثار مخرب آن بر امنیت غذایی و افزایش قیمت‌ها در بازار ورود کرده و اجازه تنش بیشتر ندهند.

به گزارش خبرنگارای مهر، تخصیص ارز برای واردات کالاهای اساسی، به‌ویژه نهاده‌های دامی، در سال‌های اخیر روندی نزولی داشته است. بر اساس آمار رسمی، سال گذشته حدود ۱۱۵ میلیارد دلار ارز به این بخش اختصاص یافت، در حالی که امسال این رقم به حدود ۸ میلیارد دلار کاهش پیدا کرده است. در سال‌های قبل، این رقم حتی به حدود ۱۷ میلیارد دلار نیز رسیده بود. این کاهش، در شرایطی رخ می‌دهد که کشور همچنان تحت فشار تحریم‌های خارجی و تهدید فعال شدن مکانیسم «سنسبک» قرار دارد.

همزمان، مشکلات داخلی مانند ناهماهنگی میان دستگاه‌های اجرایی، تأخیر طولانی در تخصیص ارز و ضعف مدیریت در تأمین کالاهای اساسی، نگرانی‌ها درباره امنیت غذایی را به‌طور جدی افزایش داده است. این وضعیت نه‌تنها بازار و قیمت‌ها را تحت‌تأثیر قرار داده بلکه اعتماد عمومی به کارآمدی مدیران برای مقابله با بحران‌ها را کاهش داده است.

واکسیناسیون سگ‌ها تا ۷۰ درصد برای ایمنی جامعه انسانی ضروری است



پیشهاد تشکیل ستاد ملی با شرح وظایف مشخص را مطرح کرد و گفت: اگر بخواهیم تا سال ۲۰۳۰ به هدف جهانی ریشه‌کنی برسم، باید همه نهادهای پای کار بایند و بودجه‌ای مستقل از فصل سلامت برای این مأموریت در نظر گرفته شود.

حسینی در پایان همچنین خواستار اختصاص اعتبار مشخص از بودجه سلامت کشور به سازمان دامپزشکی شد و تأکید کرد: سازمان دامپزشکی کشور نقش مستقیم در بهداشت عمومی دارد، اما از بودجه سلامت سهمی ندارد. انتظار داریم این نقیصه در برنامه‌ریزی‌های آینده اصلاح شود.

رقم به حدود ۱۷ میلیارد دلار هم می‌رسید.

محمد مهدی نپاوندی، عضو هیئت مدیره اتحادیه واردکنندگان نهاده‌های دام و طیور درباره کاهش سهم ارز واردات نهاده‌های دامی و کالاهای اساسی به خبرنگار مهر، گفت: پیش از فعال شدن اسنپ بک از سوی دشمنان، ناهماهنگی و بی‌عملی مدیران، شرایط سختی را به ویژه در حوزه امنیت غذایی کشور ایجاد کرده است.

وی با اشاره به سکنه ارزی کالاهای اساسی افزود: بی‌تفاوتی مسئولان دولتی و سر درگمی تأمین کنندگان کالاهای اساسی موجب از بین رفتن اعتبار مسئولان و کاهش اعتماد عمومی به توانایی مدیران برای مقابله با مشکلات شده است.

به گفته نپاوندی اینکه بعد از ۹ ماه از تحویل کالا توسط بخش خصوصی به وزارت جهاد کشاورزی تخصیص ارز شده و با وجود تأمین ریال آن توسط واردکننده ارزی تأمین نشده، یعنی اقتصاد کشور بیشتر گرفتار سوءمدیریت است تا تحریم‌های خارجی. این مسئول صنفی تصریح کرد: انتظار می‌رود دستگاه‌های امنیت و به ویژه قوه قضائیه در مقابل تضییع حقوق و آسیب‌های وارد شده به امنیت غذایی ورود و از بحران‌تر شدن شرایط جلوگیری کنند.

نپاوندی عنوان کرد: چرا سیستم بانکی که تابع سیاست‌های بانک مرکزی است، بدون هیچ گونه اغماضی جرایم سنگین برای فعالان بخش خصوصی که از تسهیلات



یک مسئول صنفی گفت:بعداز ۹ماه از تحویل کالا توسط بخش خصوصی به وزارت جهاد، تخصیص ارز شده و باوجود تأمین ریال آن توسط واردکننده، ارزی تأمین نشده یعنی اقتصاد بیشتر گرفتار سوءمدیریت است تا تحریم.

به گزارش خبرنگار مهر، در دولت چهاردهم سالانه تخصیص ارز به کالاهای اساسی روند کاهشیی دارد. امسال این رقم به حدود ۸ میلیارد دلار رسیده در حالی که سال گذشته حدود ۱۱۵ میلیارد دلار بود. این در حالی است که برای سال‌های قبل این

معاون بهداشت و پیشگیری سازمان دامپزشکی با اشاره به شاخص سرایت پایه در سگ‌ها که بین یک تا دو برآورد شده است، گفت: برای دستیابی به آستانه ایمنی گله‌ای، واکسیناسیون حداقل ۷۰ درصدی ضروری است.

به گزارش مهر، یکشنبه ۶ مهر ۱۴۰۴ مصادف با ۲۷ سپتامبر ۲۰۲۵ روز جهانی‌های است. به همین مناسبت همایش ملی‌های را با حضور رئیس سازمان دامپزشکی کشور، رئیس انستیتو پاستور ایران، رئیس سازمان نظام دامپزشکی جمهوری اسلامی و معاونان وزارت بهداشت و سازمان محیط زیست در محل انستیتو پاستور کشور برگزار شد.

سید سعید حسینی، معاون بهداشتی و پیشگیری وزارت سازمان دامپزشکی کشور در این مراسم با بیان اینکه ایران در جهان رتبه سوم را در مرگ ناشی از بیماری‌های دارد را اشتباه دانست و گفت: ضرورت دارد اقدام عملی و هم‌افزایی نهادهای انجام شده و «ستاد ملی ریشه‌کنی‌های» تشکیل شود.

وی با اشاره به همکاری انستیتو پاستور و یادآوری تلاش‌های تاریخی، واکسیناسیون گسترده در جمعیت سگ‌ها را تنها راه مؤثر برای کنترل بیماری‌ها دانست و ادامه داد: امروز پس از ۱۵۰ سال تجربه جهانی، به این نتیجه رسیدیم‌که راه اصلی، واکسیناسیون است.

حسینی با استناد به راهبردهای سازمان جهانی بهداشت دام، ۴ محور اصلی کنترل‌های را پوشش واکسیناسیون، نظارت بر حیوانات، آموزش عمومی و مدیریت سگ‌های پرست‌ن عنوان کرد و افزود: اگر فقط سگ‌های صاحب‌دار با پناهگاه‌های



مطالعات روی محصولات تراریخته موجود در بازار هیچ گونه خطر عمده‌ای برای سلامت انسان را نشان نمی‌دهند اما ضرورت دارد این مواد غذایی برچسب‌گذاری شوند تا مصرف‌کنندگان قدرت انتخاب داشته باشند.

بیوتکنولوژی کشاورزی مجموعه‌ای از ابزارها را فراهم می‌کند که قابلیت‌های کشاورزی را برای انطباق با تغییرات آب و هوایی و کاهش ردپای زیست‌محیطی آن افزایش می‌دهد. این بخشی از مجموعه‌ای از رویکردهای پایداری است. بیوتکنولوژی کشاورزی دقت و سرعت اصلاح نباتات را افزایش می‌دهد و می‌تواند مواد ژنتیکی در دسترس کشاورزان را گسترش دهد. حسین شیرزاد، تحلیلگر کشاورزی توسعه در یادداشتی اختصاصی برای مهر نوشت، منظومه تراریخته‌ها از چندین ابزار تشکیل شده که ممکن است منجر به کاربردهای زیادی شود و هر یک از این برنامه‌ها نیاز به ارزیابی مستقل دارند. با این حال، مقررات باید کارآمد باشند و منافع و خطرات را متعادل کنند. کشورها در مراحل اولیه استفاده از مهندسی ژنتیک نباتی هستند و برنامه‌های کاربردی در کشاورزی به شدت تنظیم شده است. با این حال، قبلاً دیده‌ایم که این فناوری باعث افزایش بازده، رفاه مصرف‌کننده و درآمد کشاورزان و کاهش انتشار گازهای گلخانه‌ای و هزینه‌های زیست‌محیطی کشاورزی می‌شود؛ علاوه بر این، مهندسی ژنتیک نباتی پتانسیل افزایش تنوع زیستی محصولات را دارد و ممکن است در بازگرداندن گونه‌ها یا گونه‌های خفته یا تقریباً منقرض شده نقش داشته باشد.

تاکنون دانش محصولات تراریخته یک کالای عمومی است. مقررات مالکیت فکری ممکن است به افزایش سرمایه‌گذاری در فناوری کمک کند، اما در عین حال دسترسی به برنامه‌های کاربردی آن را محدود می‌کند. بنابراین باید مکانیسم‌هایی را برای گسترش دسترسی به این بیوتکنولوژی‌ها، به‌ویژه برای توسعه انواعی که به نفع فقرای روستایی و کشاورزان خرده پا هستند، بررسی کرد. محدودیت‌های اصلی برای پذیرش فناوری تراریخته‌ها در واقع مقرراتی خاص هستند. مقررات موجود که عملاً استفاده از این فناوری را با محصولات خاص در نقاط مختلف جهان ممنوع می‌کنند، به فقرا آسیب می‌رساند. مقررات باید به گونه‌ای طراحی شوند که خطرات و منافع را متعادل کنند، زیرا اقدامات احتیاطی بیش از حد، مزایای ارزشمند فناوری را به تأخیر می‌اندازد. مصرف‌کنندگان و کشاورزان باید در مورد خواص و شایستگی‌های فناوری تراریخته آموزش بیشتری ببینند. به هر حال تکامل محصولات تراریخته در مراحل ابتدایی خود است و می‌تواند توانایی انسان برای مقابله با چالش‌های ناشی از تغییرات آب و هوایی، امنیت غذایی و حفاظت از محیط زیست را افزایش دهد.

مناقشات عمومی در مورد خطرات و مزایای تراریخته‌ها

رها کردن فناوری‌های تراریخته‌ها یا محدود کردن شدید

پیشرفت آنها به دلیل خطرات درک شده، اشتباه بزرگی خواهد بود. در مقابل جامعه باید این فناوری‌ها را پرورش دهد و به دقت ارزیابی و از آنها به نفع بشریت و محیط زیست استفاده کند. علیرغم پذیرش سریع محصولات اصلاح شده ژنتیکی (تراریخته) توسط کشاورزان در بسیاری از کشورها، مناقشات عمومی در مورد خطرات و مزایای آن همچنان ادامه دارد. بسیاری از آکادمی‌های علمی مستقل و نهادهای نظارتی شواهد مربوط به خطرات را بررسی کرده‌اند و به این نتیجه رسیده‌اند که محصولات تجاری تراریخته برای مصرف انسان و محیط زیست ایمن هستند. همچنین مطالعات زیادی وجود دارد که نشان می‌دهد محصولات تراریخته از نظر بازدهی بالاتر و صرفه‌جویی در هزینه‌ها در تولید کشاورزی و منافع رفاهی در میان خانوارهای کشاورز سود می‌برند. با این حال، برخی استدلال می‌کنند که شواهد در مورد اثرات مختلط است و مطالعاتی که مزایای زیادی را نشان می‌دهند ممکن است با داده‌ها و روش‌های مورد استفاده مشکلاتی داشته باشند. عدم اطمینان در مورد اثرات محصولات تراریخته یکی از دلایل سو ظن گسترده عمومی نسبت به این فناوری است. محصولات اصلاح شده ژنتیکی تمام پتانسیل لازم را برای تضمین امنیت غذایی دارند. تصور نادرستی در مورد محصولات تراریخته مبنی بر مضر بودن آن برای طبیعت و مواد غذایی تراریخته برای سلامتی انسان وجود دارد این به دلیل ناآگاهی کامل نسبت به شواهد علمی است که محصولات تراریخته تحت دستورالعمل‌های مناسب دارای هیچیک از این تهدیدات نیستند.

غذاهای ارگانیک به کود مصنوعی یا حشره‌کش‌ها یا علف‌کش‌ها نیاز ندارند، اما به دلیل بهره‌وری پایین محدود می‌شوند. به راحتی قابل درک است که کشاورزی ارگانیک نمی‌تواند عملکرد محصولات مورد نیاز ما را تأمین کند. واریته‌های پرمحصول که از طریق روش‌های اصلاحی مرسوم ایجاد می‌شوند، اغلب به نهاده‌های شیمیایی مصنوعی سنگین از جمله علف‌کش‌ها، آفت‌کش‌ها، کودها نیاز دارند. مضراتی که از طریق استفاده زیاد از چنین مواد شیمیایی مصنوعی به محیط زیست وارد می‌شود بسیار مضرتر است. در سال‌های اخیر، محصولات تراریخته با صفات انباشته محبوبیت بیشتری پیدا کرده‌اند. در روش‌های مرسوم، برای ایجاد تنوع با ویژگی‌های دلخواه چندگانه، زمان زیادی نیاز است. این بدان معناست که محصولات تراریخته می‌توانند ما را برای چالش‌های امنیت غذایی آینده آماده کنند. محصولات تراریخته قبل از معرفی به بازار باید قوانین مناسبی را از جمله ارزیابی خطرات بهداشتی و زیست محیطی طی کنند. هیچ گونه محصول تراریخته موجود در بازار برای استفاده تجاری هیچ نشانه‌ای از آسیب به سلامت انسان را نشان نداد. غذاهای تراریخته حاصل از محصولات تراریخته نیز به درستی تنظیم و برچسب‌گذاری می‌شوند.

جامعه علمی باید سخت تلاش کند تا مردم را در مورد این فناوری و مزایای آن درک کند تا تصورات غلط در مورد

محصولات و غذاهای تراریخته ریشه کن نشود، در حالی که نهادهای نظارتی باید از طریق دستورالعمل‌های مناسب برای جلب اعتماد مردم تلاش کنند تا بتوانند جذب محصولات تراریخته یا غذاهای تراریخته شوند. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که با پذیرش اجتماعی مناسب، محصولات اصلاح شده ژنتیکی می‌توانند امنیت غذایی جهان آینده را تضمین کنند.

ارزیابی خطر سلامت انسان و ایمنی محصولات دستکاری شده ژنتیکی

عموم مردم غذاهای به دست آمده از محصولات معمولی را بی‌خطر می‌دانند و برخی هم معتقدند که محصولات تراریخته خطراتی برای سلامت انسان و محیط زیست دارند. پیش از این ارزیابی، ریسک بر اساس برخی از اصول رایج که در سال ۱۹۹۳ معرفی شدند، انجام می‌شد. در ادامه، یک نهاد بین‌المللی به نام گروه ویژه بین‌دولتی در مورد مواد غذایی حاصل از بیوتکنولوژی، کمیسیون Codex Alimentarius که به طور مشترک توسط سازمان غذا و کشاورزی (FAO) و سازمان بهداشت جهانی بود، (WHO) تأسیس شد و دستورالعملی برای کمک به مقامات ملی برای ارزیابی خطر سلامت انسان از غذاهای تراریخته را عهده‌دار شد.

این کمیسیون ۳ نگرانی اصلی برای سلامت انسان از غذاهای تراریخته را عبارتند از: نخست حساسیت را نباشد. تراریخته نباید آلرژی را باشد؛ البته در حال حاضر هیچ اثر حساسیتی ثبت نشده است. دوم، انتقال ژن است. از غذای GM به سلول‌های بدن یا به باکتری‌های روده منتقل شود؛ به ویژه در مورد اینکه آیا از ژن‌های مقاوم به آنتی‌بیوتیک استفاده می‌شود. بنابراین، هر روشی که در توسعه محصولات تراریخته استفاده می‌شود که شامل ژن‌های مقاوم به آنتی‌بیوتیک باشد، منع می‌شود. سوم اینکه برون‌زدایی این محصولات است. چندین مورد گزارش شده است که در آن تراریخته از محصولات تراریخته برای خوراک دام یا اهداف صنعتی تأیید شده، شناسایی شده است. با توجه به Codex Alimentarius، ارزیابی خطر سلامتی انسان در محصولات تراریخته بر این اصل استوار است که یک محصول جدید تراریخته باید با نمونه معمولی با سابقه استفاده ایمن مقایسه شود. کل ایده این است که محصول GM تازه توسعه یافته از نظر ترکیبی با همتای معمولی خود تفاوتی ندارد به جز محصول‌های ژنی که بر اساس مطالعات مؤسسه ملی سرطان، از سال ۱۹۷۵ تا ۲۰۱۱، برخی از انواع خاص بروز سرطان در ایالات متحده آمریکا افزایش و برخی دیگر کاهش یافته است. هیچ الگوی مطلقى در عود کردن یا کاهش بروز سرطان مشاهده نمی‌شود. اگر غذاهای تراریخته عملی برای افزایش بروز سرطان در انسان بود، پس از سال ۱۹۹۵ که ایالات متحده محصولات تراریخته را در بازار معرفی کرد، افزایش قابل توجهی در بروز سرطان وجود داشت.

مطالعه دیگری داده‌هایی را در مورد بروز سرطان در سراسر جهان از سال ۱۹۸۰ تا ۲۰۱۰ در مورد سرطان سینه و دهانه رحم منتشر کرد. این گزارش نشان داد که میزان بروز این ۲ سرطان با الگوی مشابهی در آمریکا، کانادا و اروپا افزایش یافته است. جالب است که محصولات تراریخته به طور کلی در اتحادیه اروپا مصرف نمی‌شوند.

مطالعه‌ای دیگر داده‌های اپیدمیولوژیک در ایالات متحده را مورد بررسی قرار داد تا ارتباط بین غذاهای GM و بیماری مزمن کلیوی (CKD) را پیدا کند. شیوع تمام مراحل CKD در ایالات متحده بین سال‌های ۱۹۹۴ تا ۲۰۰۴ کمتر از ۲ درصد افزایش یافته است. بنابراین، این افزایش با مصرف غذاهای تراریخته ارتباطی ندارد. به طور مشابه، هیچ ارتباطی بین چاقی و دیابت نوع دوم با مصرف غذاهای تراریخته یافت نشد. نتیجه‌گیری مشابهی برای بیماری‌های دستگاه گوارش، بیماری سلیاک و آلرژی غذایی و اوتیسم نیز انجام شد. مصرف غذاهای اصلاح شده ژنتیکی به طور مستقیم ارزیابی ایمنی سلامت انسان را ایمن یا نایمن در نظر می‌گیرد.

بسیاری از سازمان‌ها مانند آژانس حفاظت از محیط زیست، وزارت کشاورزی و سازمان غذا و داروی ایالات متحده و سایر آژانس‌ها در کشورهای دیگر و نیز مؤسسات دانشگاهی چندین تحقیق برای ارزیابی ایمنی سلامت انسان در این خصوص انجام

داد. انجمن آمریکایی برای پیشرفت علم می‌گوید که بهبود محصول با تکنیک‌های مولکولی مدرن بیوتکنولوژی ایمن است. غذاهای دستکاری شده ژنتیکی که در حال حاضر در بازار بین‌المللی موجود است، ارزیابی‌های ایمنی را پشت سر گذاشته‌اند و به احتمال زیاد خطراتی برای سلامت انسان سازمان بهداشت جهانی ندارد.

تمامی محصولات تراریخته موجود در بازار هیچ گونه خطر عمده‌ای برای سلامت انسان را نشان نداده‌اند. همچنین، محصولات تراریخته تازه توسعه یافته باید ارزیابی‌های ریسک و ایمنی مناسب را برای پذیرش بهتر انجام دهند. این ضرورت برچسب‌گذاری مواد غذایی تراریخته را پیشنهاد می‌کند تا مصرف‌کنندگان بتوانند انتخاب خود را انجام دهند.

ارزیابی‌های ایمنی زیستی مواد غذایی اصلاح شده ایمنی زیستی به مدیریت ایمن موجودات زنده و مواد ژنتیکی از جمله پاتوژن‌ها و موجودات اصلاح شده ژنتیکی اشاره دارد. بر اساس قوانین و سیاست‌های بین‌المللی محیط زیست، ایمنی زیستی به نیاز به حفاظت از محیط زیست و سلامت انسان در برابر اثرات نامطلوب احتمالی موجودات اصلاح شده ژنتیکی (GMOs) و محصولات ناشی از بیوتکنولوژی مدرن اشاره دارد. در حال حاضر، هسته اصلی رژیم بین‌المللی ایمنی زیستی، پروتکل ۲۰۰۰ کارتاخا (CPB) در مورد ایمنی زیستی است که تحت کنوانسیون تنوع زیستی (CBD) به تصویب رسیده است. در حال حاضر ده‌ها محصول غذایی و حیوانی اصلاح شده ژنتیکی (تراریخته) در کشورهای مختلف توسعه یافته و تجاری شده است. به همین دلیل است که چندین نگرانی ایمنی زیستی مانند خطر برای سلامت انسان، خطر برای محیط زیست، نگرانی‌های زیست محیطی پس از تجاری‌سازی سریع محصولات تراریخته هر ساله در سراسر جهان مطرح شده است. بنابراین قبل از معرفی یک محصول تراریخته به بازار باید دستورالعمل‌های ایمنی زیستی سختگیرانه رعایت شود.

طبق پروتکل ایمنی زیستی کارتاخا اقدامات مناسبی را برای تنظیم، مدیریت یا کنترل خطراتی که ممکن است در اثر استفاده و جابجایی ارگانیسم‌های زنده اصلاح‌شده (LMOS) که ممکن است تهدیدی برای بیولوژیکی باشد و برای اطمینان از حمل و نقل ایمن ایجاد شود، اتخاذ کنند. ارزیابی ایمنی مطابق با اصول و دستورالعمل‌های علمی بین‌المللی که از طریق کار سازمان همکاری ارگانیسم‌های زنده اصلاح‌شده (LMOS) که کشاورزی (FAO) سازمان ملل متحد، سازمان بهداشت جهانی (WHO) و کمیسیون Codex Alimentarius است، ارزیابی خطر باید بر اساس شواهد علمی تکمیل شود تا اثرات احتمالی GMO را حفظ و استفاده پایدار از تنوع زیستی و همچنین خطرات برای سلامت انسان شناسایی و ارزیابی شود؛ همچنین ارزیابی ریسک خطرات بالقوه و یا اثرات نامطلوب محصولات تراریخته یا محصولات مشتق شده بر موجودات غیر هدف و یا محیط را شناسایی می‌کند. این شامل تعدادی از مراحل هماهنگ مانند شناسایی ریسک، شناسایی ریسک و طبقه‌بندی ریسک است. مدیریت ریسک شامل تکنیک‌های استراتژیک برای کاهش اثرات نامطلوب محصولات تراریخته و محصولات مرتبط با گونه‌های غیر هدف یا محیط زیست و همچنین کاهش شانس ایجاد مقاومت در جمعیت آفات هدف است.

مدیریت ریسک، پیگیری اجرای ارزیابی ریسک است که شامل ایجاد مکانیسم‌ها، مراحل و استراتژی‌های مناسب برای مدیریت و کنترل ریسک‌های شناسایی‌شده در ارزیابی ریسک است. تعهد ناشی از اعمال مدیریت ریسک برای این اشخاص ایجاد و پیاده‌سازی یک سیستم نظارتی با ظرفیت کافی برای مدیریت و کنترل این ریسک‌ها است.

مقررات جابجایی، حمل و نقل، بسته‌بندی و استفاده از GMO بخشی از تلاش‌ها برای اطمینان از ایمنی توسعه GMO مطابق با الزامات استانداردهای بین‌المللی مربوطه است. ارزیابی ایمنی غذاهای تراریخته باید به صورت موردی و با مقایسه خواص مواد غذایی جدید با مواد غذایی مشابه معمولی انجام شود.

فاطمه امیر احمدی



صحت ندارد. کشورهای منطقه مانند ترکیه برق را با نرخ سه تا پنج سنت تأمین می‌کنند، در حالی‌که هزینه انرژی برای صنایع ایرانی چند برابر است. بنابراین مزیت رقابتی انرژی در صنعت فولاد ایران از بین رفته است.

محمدی درباره میزان خسارات وارده ناشی

خبر کوتاه

شیوه‌نامه‌های اجرایی برای رتبه‌بندی شرکت‌های هواپیمایی تدوین می‌شود



رئیس سازمان هواپیمایی کشوری گفت: ضروری است برای تمامی فرآیندهای نظارتی، صدور مجوزها و رتبه‌بندی شرکت‌ها از نظر تأخیر پروازی و سایر شاخص‌ها، شیوه‌نامه و دستورالعمل‌های اجرایی دقیق تدوین شود.

به گزارش خبرگزاری مهر، حسین پورفرزانه رئیس سازمان هواپیمایی کشوری در نشست صمیمانه با کارکنان دفتر نظارت بر فرودگاه‌ها، شرکت‌ها و مؤسسات هوانوردی بر ضرورت بازنگری ساختاری، تدوین شیوه‌نامه‌های اجرایی و بهره‌گیری از کارگزاران برای ارتقای سیاست‌گذاری‌ها تأکید کرد.

پورفرزانه ضمن قدرانی از هماهنگی‌ها و برنامه‌ریزی‌های دقیق این دفتر در زمینه صدور مجوزها و نظارت و بازرسی از عملکرد شرکت‌های هواپیمایی و دفاتر فروش بلیت، به‌ویژه در بازه‌های پرتراфик همچون ارپیم و نوروز، گفت: نظارت دقیق موجب قانونمند شدن فعالیت شرکت‌های هواپیمایی و دفاتر فروش بلیت می‌شود و از هر گونه خطا و قصور در خدمت‌رسانی به مردم جلوگیری می‌کند.

وی با اشاره به اهمیت پیشبرد برنامه‌های اجرایی این دفتر در چارچوب ضوابط قانونی، خاطرنشان کرد: ضروری است برای تمامی فرآیندهای نظارتی، صدور مجوزها و حتی رتبه‌بندی شرکت‌ها از نظر تأخیر پروازی، شکایات و سایر شاخص‌ها، شیوه‌نامه‌ها و دستورالعمل‌های اجرایی دقیق تدوین و به‌دفعان اطلاع‌رسانی کامل شود.

رئیس سازمان هواپیمایی کشوری همچنین بهره‌گیری از کارگزاران و شوراهای تخصصی را یکی از عوامل مهم ارتقای عملکرد دانست و افزود: تصمیم‌گیری‌ها در تعامل با کارگزاران و شوراهای تخصصی، به‌ویژه دفاتر خدمات مسافرتی و آژانس‌ها، می‌تواند به سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی دقیق‌تر و اثربخش‌تر منجر شود.

وی در پایان با اشاره به بازنگری در معماری افزایش دفتر نظارت بیان کرد: با توجه به توسعه معناری افزایش ظرفیت فرودگاه‌ها و زیرساخت‌های کشور، بازتعریف مشاغل تخصصی و بازنگری در ساختار این دفتر می‌تواند زمینه‌ساز خروجی‌های مؤثرتر در فرآیند نظارت بر شرکت‌های هواپیمایی و فرودگاه‌ها باشد.

تمرکز سازمان مدیریت صنعتی بر توسعه بنگاه‌های کوچک و متوسط

مدیرعامل سازمان مدیریت صنعتی گفت: با تمرکز بر صنایع کوچک و متوسط، مشاوره تخصصی و آموزش مدیران را تقویت می‌کنیم تا توسعه مدیریت و رشد کسب‌وکارها تسریع شود.

به گزارش خبرنگار مهر، قاسم خرمی، مدیرعامل سازمان مدیریت صنعتی کشور، در نشست خبری بیست‌وسومین دوره جایزه ملی تعالی سازمانی اظهار کرد: رسالت اصلی این سازمان فعال‌سازی مشاوران است، اما مأموریت‌های دیگری نیز در دستور کار قرار دارد که از جمله آنها باید به تربیت هزار مدیر تا پایان دولت چهاردهم اشاره کرد.

او با تأکید بر اینکه بخش مشاوره در صنایع تقویت خواهد شد، افزود: خدمات مشاوره‌ای هسته اصلی فعالیت این سازمان است و مشاوران می‌توانند برای بنگاه‌های اقتصادی استراتژی تعریف کنند؛ موضوعی که در نهایت به توسعه مدیریت و ساختار سازمان‌ها منجر می‌شود.

خرمی ادامه داد: سیستم آموزشی سازمان مدیریت صنعتی دقیق و کاربردی است؛ آموزش نیز یکی از نتایج مشاوره محسوب می‌شود. در سال‌های گذشته بخش مشاوره تا حدودی کم‌رنگ شده بود، اما اکنون آموزش مشاوران صنعتی و برگزاری کلینیک‌های تخصصی در دستور کار قرار گرفته است.

به گفته وی، همه کسب‌وکارها می‌توانند در فرآیندهای مختلف از خدمات مشاوره علمی و تخصصی بهره ببرند. بسیاری از کسب‌وکارهایی که بدون دانش مدیریتی شکل می‌گیرند، دیرتر به اهمیت مشاوره پی می‌برند.

مدیرعامل سازمان مدیریت صنعتی با اشاره به سابقه جایزه ملی تعالی سازمانی گفت: این رویداد برگرفته از تجربیات داخلی و خارجی است که متناسب با شرایط کسب‌وکارهای ایران بومی‌سازی شده است. تاکنون یک‌هزار و ۶۱۵ نفر در این دوره‌ها شرکت کرده و بیش از پنج هزار و ۳۰۰ ارزیاب تربیت شده‌اند تا ارزیابی‌های فنی و تخصصی شرکت‌ها و صنایع را انجام دهند.

او افزود: هدف اصلی این جایزه، شناسایی نقاط قوت و ضعف بنگاه‌ها و کمک به توسعه و بهبود آنهاست. در فرآیند ارزیابی، گزارش‌های دقیق و کارشناسی ارائه می‌شود که می‌تواند مبنای تصمیم‌گیری مدیران و سیاست‌گذاران باشد. خرمی با اشاره به استقبال از این دوره گفت: تاکنون ۷۷ شرکت ثبت‌نام کرده‌اند و با توجه به ادامه فراخوان در یک ماه آینده، انتظار می‌رود تعداد بیشتری از بنگاه‌ها به این جمع بپیوندند.

وی خاطرنشان کرد: در سال جاری تمرکز اصلی بر شرکت‌ها و بنگاه‌های کوچک و متوسط خواهد بود، در حالی که در گذشته بیشتر بنگاه‌های بزرگ در این رویداد حضور داشتند. بیست‌وسومین جایزه ملی تعالی سازمانی بهمن‌ماه اسفال برگزار می‌شود.

خبر کوتاه

سند تحول دانش‌بنیان و توسعه فناوری وزارت راه طی دو هفته تدوین می‌شود

معاون علمی و فناوری رئیس‌جمهوری در نشست هم‌اندیشی با وزیر راه و شهرسازی، خواستار تهیه سند تحول دانش‌بنیان و توسعه فناوری وزارت راه و شهرسازی طی دو هفته آینده شد.

به گزارش خبرگزاری مهر، فرانزه صادق وزیر راه و شهرسازی، در نشست هم‌اندیشی با حسین افشین، معاون علمی و فناوری رئیس‌جمهوری، و جمعی از فعالان حوزه فناوری ساختمان، بر تهیه سند تحول دانش‌بنیان و توسعه فناوری وزارت راه و شهرسازی تأکید کرد.

این سند قرار است با دریافت نقطه‌نظرهای صاحب‌نظران و دست‌اندرکاران حوزه حمل‌ونقل و ساختمان تدوین شود. در ابتدای نشست، مدعوین توانمندی‌ها و اقدامات مجموعه‌های خود را تشریح کردند و آیین‌نامه حمایت از تولید دانش‌بنیان و اشتغال آفرین در صنعت ساختمان، به‌همراه چالش‌های موجود در حوزه فناوری ساختمان، مورد بحث و تبادل نظر قرار گرفت.

حسین افشین، معاون علمی و فناوری رئیس‌جمهوری، با اشاره به نقش شرکت‌های دانش‌بنیان در ارتقای جایگاه صنعت ساختمان و حمل‌ونقل، خواستار تهیه سند تحول دانش‌بنیان و توسعه فناوری وزارت راه و شهرسازی با چشم‌انداز کوتاه‌مدت، میان‌مدت و بلندمدت شد و تأکید کرد: این سند با همکاری اکوسیستم حمل‌ونقل و ساختمان و دست‌اندرکاران طی دو هفته آینده آماده شود. معاون علمی و فناوری رئیس‌جمهوری همچنین بر ضرورت ایجاد مراکز نوآوری ساختمان و حمل‌ونقل با هدف هم‌افزایی و قرارگیری شرکت‌های دانش‌بنیان در کنار یکدیگر تأکید کرد.

وزیر راه و شهرسازی نیز با تأکید بر دستیابی به نتایج ملموس و مؤثر، بر حضور فعالان عرصه فناوری و شرکت‌های دانش‌بنیان در فرآیند نوسازی و توسعه صنعت ساختمان تأکید کرد و به موضوعاتی از جمله مدیریت ساخت، مصالح، ضوابط و مقررات، مدیریت منابع مالی و بهره‌برداری ساختمان، همچنین حوزه‌های نرم‌افزاری، سامانه‌ای و فرآیندهای حمل‌ونقل اشاره کرد.

فرهنگ‌سازی و تغییر رفتار، کلید مصرف بهینه گاز در ساختمان‌ها

مدیرعامل شرکت ملی گاز، رعایت میحت ۱۹ را شرط

گذر از رومستان بدون بحران دانست.

به گزارش خبرنگار مهر، سعید توکلی، در برنامه «سکه صبح» رادیو اقتصاد گفت: بیشترین میزان مصرف انرژی کشور در بخش ساختمان متمرکز شده است و بیش از ۱۰ سال از تدوین میحت ۱۹ مقررات ملی ساختمان که بر بهینه‌سازی انرژی در ساختمان تأکید دارد، می‌گذرد. وی افزود: برچسب انرژی برای بیشتر محصولات انرژی‌بر تدوین و الزامی شده که باید به آن توجه شود.

توکلی با اشاره به اینکه بیش از ۷۰ درصد مصرف مرتبط با گرمایش محیط است، تصریح کرد: می‌توان با روش‌های مرسوم و توصیه‌شده مانند پوشاندن دریچه کولر، دوچاره کردن پنجره‌ها و انتخاب تجهیزات با بازدهی بالا، بر مصرف بهینه تکیه کرد.

مدیرعامل شرکت ملی گاز ایران افزود: ایران به عنوان دومین دارنده مخازن گاز و سومین تولیدکننده شناخته می‌شود، اما این ثروت می‌تواند به تهدید تبدیل شود زیرا بیش از ۸۰ درصد سوخت نیروگاه‌های کشور از گاز طبیعی تأمین می‌شود.

وی ادامه داد: کاهش مصرف گاز در نیروگاه‌ها و استفاده از سوخت‌های تجدیدپذیر، فرصت بیشتری برای مصرف بهینه ایجاد می‌کند.

توکلی یادآور شد: تحویل گاز به نیروگاه‌های کشور از ابتدای سال تاکنون با افزایش ۲ میلیارد و ۱۰۰ میلیون مترمکعب همراه بوده است، در حالی که تأمین برق پایدار در روزهای اوج مصرف تابستان از مهم‌ترین اولویت‌ها بود. مدیرعامل شرکت ملی گاز ایران تأکید کرد: هم‌اکنون نیروگاه‌ها با ظرفیت کامل گاز را دریافت می‌کنند و هیچ نیروگاهی در پاییز و رومستان با کمبود مواجه نخواهد شد، اما دارنده رومستان بدون مشکل نیازمند مصرف بهینه گاز در منازل است.

وی افزود: رعایت نکاتی مانند پوشیدن لباس گرم، رسیدن به دمای آسایش و توجه به میحت ۱۹ ساختمان‌ها ضروری است.

توکلی در پایان گفت: گروه‌های بازرسی و امداد گاز در صورت مشاهده مصرف بالای انرژی در ساختمان‌ها، تذکرات لازم را ارائه می‌دهند و رعایت میحت ۱۹ به ویژه در پایان کار ساختمان‌ها، الزامی است. این مقررات هر سال به ادارات دولتی ابلاغ و پیگیری می‌شود.

کشف بیش از ۳۰۰دستگاه گوشی هوشمندسرقتی حین خروج از کشور

مأموران یگان حفاظت گمرک ایران موفق به کشف و ضبط

تعداد ۳۰۰ دستگاه گوشی هوشمند سرقتی در حین خروج

از کشور شدند.

به گزارش خبرگزاری مهر، مأموران یگان حفاظت مستقر در سالن مسافری گمرک دوغان‌رو به کالای همراه مسافر یکی از مسافران خروجی مظنون و پس از اسکن و بازرسی موفق به کشف و ضبط تعداد ۳۰۲ دستگاه انواع گوشی هوشمند شدند که در بازرسی‌های بعدی مشخص شد تمامی این گوشی‌ها سرقتی هستند.

براساس این گزارش، گوشی‌ها به طرز ماهرانه‌ای در جوف دوقطعه شیشه جاسازی شده بود که در حین خروج از کشور با هوشیاری مأموران یگان حفاظت گمرک کشف و ضبط گردید.

محور جلفا – کلاله و پل مرزی کلاله – آغند با اتصال ایران و آذربایجان، ظرفیت ترانزیت شرق به غرب را توسعه می‌دهد و به برگ برنده دیپلماسی اقتصادی و گسترش تجارت دو کشور تبدیل می‌شود.

به گزارش خبرنگار مهر، «ترانزیت بار بین‌المللی» امروزه به یکی از شاخص‌های اصلی توسعه پایدار در اقتصاد جهانی تبدیل شده و کشورها با توجه به شرایط ژئوپولیتیکی خود، تلاش می‌کنند از ظرفیت‌های این صنعت استراتژیک بهره‌برداری کنند. جغرافیای ایران و موقعیت ژئوپلیتیکی آن، جایگاه ویژه‌ای در ترانزیت بار در سطح جهانی به کشور بخشیده است. شبکه‌های ارتباطی ریلی، جاده‌ای و هوایی ایران، فرصت‌های اقتصادی و تجاری ارزشمندی ایجاد کرده و این ظرفیت‌ها، به یک مزیت استثنایی برای توسعه کشور تبدیل شده‌اند.

توسعه ترانزیت، علاوه بر نقش مهم در توسعه پایدار، امروز به یک ابزار استراتژیک در درآمدزایی جهانی و منطقه‌ای دولتها تبدیل شده است. راهدانازی مسیرهای ترانزیتی، برخلاف خام‌فروشی منابع طبیعی از جمله نفت و معادن، می‌تواند برای یک کشور درآمد ملی بلندمدت ایجاد کند. ایران به عنوان کشوری با بیشترین همسایگان در منطقه، دارای ۱۵ کشور همسایه از طریق مرزهای خاکی و آبی است و دسترسی به سواحل خزر، آسیای میانه، قفقاز و همچنین خلیج فارس، تنگه هرمز و سواحل مکران، موقعیت استراتژیک بی‌ظثیری برای کشور فراهم کرده است.

واقع شدن ایران در مسیر کمربند اتصال شرق به غرب، به عنوان کوتاه‌ترین، امن‌ترین و مقرون به‌صرفه‌ترین راه حمل و نقل و تجارت کالا بین دو نیم‌کره زمین، اهمیت این کشور را در عرصه ترانزیت دوچندان کرده است. شهرت تاریخی ایران به عنوان شاهراه تجارت جهانی و جاده ابریشم، گواهی بر این موقعیت استراتژیک است.

تأکید رهبر معظم انقلاب بر توسعه ترانزیت بین‌المللی ایران

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای رهبر معظم انقلاب، در سخنرانی ۱۱ آبان ۱۴۰۱ نسبت به کم‌کاری دولتها در حوزه توسعه ترانزیت تذکر دادند و فرمودند: «از لحاظ موقعیت جغرافیایی؛ ما چهارراه ارتباطات شرق و غرب و شمال و جنوبیم. شما روی نقشه نگاه کنید، نقشه دنیا را بگذارید نگاه کنید؛ ما در یک نقطه‌ی حتناس هستیم. شرق و غرب از ما می‌توانند عبور کنند؛ شمال و جنوب هم از ما می‌توانند عبور کنند. ما یک معبر ترانزیت بسیار پیشرفته و خوبی می‌توانیم در دنیا باشیم. البته احتیاج دارد به خطوط راه‌آهن، خطوط ریلی؛ با جاذبه نمی‌شود که من راجع به این خطوط ریلی هم باز این درددل‌ها را با شما جوان‌ها باید بکنیم مگر؟ در دولتهای مختلف راجع به خطوط ریلی من تأکید کرده‌ام، متأسفانه کوتاهی شده. البته در آن اوایل بعد از رحلت امام چرا، یک مقداری کارهای ریلی خوبی انجام شد، اولیاً بعدش دیگر کار درستی انجام نشده و حالا آن‌شالله بنا دارند کارهای خوبی را انجام بدهند. ما بایستی آن‌شالله در این زمینه‌ی رفت‌وآمدها و حمل و نقل بتوانیم جایگاه خودمان را پیدا کنیم.»

هدف دولت چهاردهم؛ ایران توسعه‌یافته با هویت اسلامی – انقلابی و جایگاه نخست اقتصادی در منطقه

مستولان کشور با تشدید تحریم‌های نفتی و نوسانات ارزی اخیر، ضرورت بهره‌گیری از ظرفیت‌های ترانزیتی را به‌عنوان راهبردی برای ایجاد درآمد‌های ارزی و مقابله با تحریم‌ها بیش از پیش در ک کرده‌اند، همچنین به نظر می‌رسد، بر اساس گفته‌های مسعود پزشکیان، توجه دولت چهاردهم به توسعه دیپلماسی اقتصادی، به‌ویژه با کشورهای همسایه افزایش یافته است.

از ۷ مرداد ۱۴۰۳ و با روی کار آمدن دولت چهاردهم، هدف اصلی این دولت، تحقق ایران توسعه‌یافته با هویت اسلامی – انقلابی و جایگاه نخست اقتصادی در منطقه عنوان شده است. تمرکز کلان این دولت به طور کلی «اقتصادمحور کردن سیاست خارجی» تعریف شده است.

مسعود پزشکیان، رئیس‌جمهور دولت چهاردهم، در مراسم تنفیذ، ایران را کشوری توسعه‌یافته با جایگاه اول اقتصادی، علمی و فناوری در سطح منطقه و دارای هویت اسلامی و

انقلابی الهام‌بخش در جهان اسلام معرفی کرد که در عین حال، دارای تعامل سازنده و مؤثر در روابط بین‌الملل است.

وی تأکید کرد: در این چشم‌انداز، کشورمان به جایگاه اول علمی، اقتصادی و فناوری در سطح منطقه دست خواهد یافت و

با تکیه بر جنبش نرم‌افزاری و تولید علم، رشد مستمر اقتصادی، ارتقای نسبی سطح درآمد جامعه، اشتغال کامل و همچنین الگوی مردم‌سالاری دینی، توسعه کارآمد، جامعه اخلاقی و نواندیش، فعال و مؤثر در جهان اسلام خواهد بود.

گسترش ترانزیت از خاک ایران؛ برگ برنده برای خنثی‌سازی تحریم‌ها

با توجه به موقعیت ژئوپلیتیک منحصربه‌فرد ایران، تسریع در ورود سرمایه‌گذاری‌های خارجی، افزایش صادرات، و تبدیل کشور به محور ترانزیت کالا، خدمات و مسافر، مستلزم دیپلماسی فعال، تعاملی و همه‌جانبه است. این اقدام نه تنها

فرصت‌های اقتصادی را افزایش می‌دهد، بلکه ظرفیت ایران را برای ایفای نقش راهبردی در معادلات منطقه‌ای و جهانی تقویت می‌کند.

دستیابی ایران به جایگاه نخست اقتصادی در منطقه، منوط به استفاده کامل از ظرفیت دستگاه دیپلماسی تحت عنوان دیپلماسی اقتصادی است. برای تحقق چنین هدفی، کشور نیازمند اقتصاد قوی، اقتدار ملی و زیرساخت‌های توانمند اقتصادی است. بدین ترتیب، دیپلماسی اقتصادی، به معنای اهمیت یافتن مناسبات اقتصادی در روابط خارجی، یکی از ابزارهای کلیدی پیشبرد اهداف بلندمدت و راهبردی کشور محسوب می‌شود و می‌تواند به تحقق اهداف اقتصادی، تقویت زنجیره‌های ارزش منطقه‌ای و ارتقای جایگاه ایران در تجارت بین‌الملل کمک شایانی کند.

نقش کلیدی وزیر راه در تکمیل کریدورها و توسعه تجارت

تکمیل زیرساخت‌های حمل‌ونقلی و ترانزیتی به عنوان مهم‌ترین پیش‌شرط توسعه تجارت با کشورهای همسایه، در اولویت برنامه‌های دولت چهاردهم قرار دارد؛ مسئولیتی که رأس آن بر عهده وزارت راه و شهرسازی است. فرانزه صادق، وزیر راه و شهرسازی، به عنوان یکی از اعضای کلیدی کابینه، نقشی محوری در پیشبرد خطوط ترانزیتی و مسافری کشور ایفا می‌کند؛ نقشی که تحقق اهداف کلان دولت در تقویت تجارت منطقه‌ای و ارتقای جایگاه ژئوپلیتیک ایران را ممکن می‌سازد. صادق علاوه بر راهبری پروژه‌های ملی، ریاست بیش‌از چهار کمیسیون مشترک اقتصادی با کشورهای همسایه شامل ایران – ترکیه، ایران – پاکستان، ایران – ترکمنستان و ایران – آذربایجان را نیز بر عهده دارد. این مسئولیت، جایگاه او را به عنوان یکی از چهره‌های اثرگذار در توسعه ترانزیت بین‌المللی برجسته کرده است. در همین راستا، تعریض و چهارباندن کردن محور راهبردی جلفا – کلاله به عنوان بخشی از کریدور ترانزیتی شرق به غرب، یکی از پروژه‌های اولویت‌دار وزارت راه و دولت به شمار می‌رود. این محور، علاوه بر افزایش ایمنی و سرعت جابه‌جایی بار و مسافر در شمال‌غرب کشور، گامی کلیدی در توسعه تجارت ایران و جمهوری آذربایجان محسوب می‌شود و زمینه‌ساز گسترش تبادلات اقتصادی دو کشور خواهد بود.

توسعه محور جلفا – کلاله؛ گامی راهبردی برای تقویت تجارت ایران و آذربایجان

پیشبرد محور جلفا – کلاله، مقدمه‌است ای برای اجرای طرح تکمیل پل انومبیل‌ور مرزی کلاله – آغند؛ پلی که با بهره‌برداری نهایی، حلقه اتصال زمینی مستقیم ایران و جمهوری آذربایجان را تقویت کرده و ظرفیت ترانزیت کالایمان دو کشور را به شکل چشمگیری افزایش می‌دهد. این پل علاوه بر تسهیل مبادلات تجاری دو جانبه، امکان پیوند ایران با دریای سیاه و گرجستان را نیز فراهم می‌کند و به تقویت نقش ایران در کریدورهای ترانزیتی منطقه می‌انجامد.

مسیر این کریدور از کلاله در شهرستان جلفا در شمال آذربایجان شرقی آغاز شده و با احداث پل کلاله، ایران را به آغند در خاک جمهوری آذربایجان متصل می‌کند. طرح احداث کریدور جاده‌ای و ریلی ارس – جلفا – کلاله به طول ۱۰۷ کیلومتر و با اعتباری بالغ بر ۴۹ هزار میلیارد ریال تعریف شده است؛ بخش جاده‌ای آن هم‌اکنون در حال اجراست و بخش ریلی نیز مراحل مطالعاتی خود را طی می‌کند. اهمیت این دو پروژه راهبردی با اضمای تفاهمات رسمی میان دو کشور وارد مرحله عملیاتی شد. در نشست رؤسای کمیسیون‌های مشترک اقتصادی ایران و جمهوری آذربایجان در ۱۵ آبان ۱۴۰۲، صورت‌جلسه اجرایی آغاز عملیات پل آغند و همچنین عبور مسیر ریلی از خاک ایران به منظور احداث کریدور ریلی ارس، به امضا رسید. این توافقات چارچوب حقوقی و فنی لازم برای آغاز مراحل اجرایی دو پروژه مشترک را فراهم کرده و زمینه را برای تکمیل سریع‌تر این مسیر استراتژیک هموار ساخته است.

با تکمیل این کریدور، ایران ضمن افزایش ظرفیت ترانزیتی خود در مسیر شرق به غرب، جایگاه اقتصادی و ژئوپلیتیک خود را در معادلات منطقه‌ای و بین‌المللی تثبیت خواهد کرد؛ اقدامی که نه تنها تجارت با کشورهای همسایه را شتاب می‌بخشد بلکه در کاهش اثر تحریم‌های اقتصادی نیز نقش آفرین خواهد بود. کارشناسان دیپلماسی اقتصادی معتقدند که صادرات ایران به کشورهای همسایه، در قیاس با صادرات به اروپا و سایر مناطق آسیایی، مقرون به‌صرفه‌تر است و تمرکز بر بازارهای منطقه‌ای، به ویژه کشورهای با بیشترین اشتراکات فرهنگی، تاریخی و اقتصادی با ایران، از اهمیت بالایی برخوردار است. ایجاد شبکه‌ای از روابط راهبردی با محوریت کشورهای دوست و همسایگان و بهره‌گیری از اشتراکات تاریخی، همگنی و زبانی، می‌تواند پیوندی اقتصادی و تجاری مستحکم میان کشورها ایجاد کند و زمینه توسعه زنجیره‌های ارزش منطقه‌ای را فراهم سازد.

بازدید رؤسای کمیسیون مشترک ایران و آذربایجان از پل مرزی کلاله – آغند

اهمیت این دو پروژه راهبردی موجب شد «فرانزه صادق»،



پل مرزی کلاله – آغند؛

شریان طلایی دیپلماسی ترانزیت ایران - آذربایجان



وزیر راه و شهرسازی، و «شاهین مصطفی‌یف»، معاون نخست‌وزیر جمهوری آذربایجان، روز سه‌شنبه یکم مهرماه با هدف بازدید میدانی و بررسی آخرین وضعیت اجرایی، به استان آذربایجان شرقی سفر کنند. این بازدید مشترک، نشانه عزم دو کشور برای تسریع در تکمیل محور جلفا – کلاله و پل مرزی کلاله – آغند و بهره‌گیری حداکثری از ظرفیت‌های ترانزیتی مشترک است.

صادق: کریدور ارس کوتاه‌ترین و امن‌ترین مسیر بین آسیای مرکزی و اروپا است

فرانزه صادق وزیر و شهرسازی در جریان این بازدید با اشاره به سرعت پیشرفت چشمگیر پروژه راهبردی محور جلفا – کلاله در طول یک سال گذشته، اظهار کرد: اهمیت این مسیر، بسیار بالاست؛ چرا که ایران با موقعیت استراتژیک و ژئوپلیتیکی خود، می‌تواند محور اتصال کریدورهای شرق به غرب و شمال به جنوب باشد.

وی افزود: کشور دوست و همسایه ایران، جمهوری آذربایجان، با وجود مرز مشترک، کریدور ارس را به‌عنوان یکی از امن‌ترین و کوتاه‌ترین مسیرهای ترانزیتی در اختیار دارد که می‌تواند کالاهای را از شرق و آسیای مرکزی به سمت اروپا منتقل و علاوه بر این با خلیج فارس و دریای سیاه نیز ارتباط برقرار کند.

وزیر راه و شهرسازی تصریح کرد: براساس تفاهمات صورت‌گرفته، برنامه‌ریزی شده است تا پایان سال عملیات اجرایی پسل کلاله – آغند به اتمام خواهد رسید، همچنین موضوعات ترانزیتی مربوط به گمرک نیز برطرف شود تا کامیون‌ها و رانندگان آذربایجان بتوانند با سهولت از خاک ایران عبور و به اروپا سفر کنند.

صادق یادآور شد: در بخش ریلی نیز حدود ۵۲ کیلومتر مسیر در داخل خاک ایران قرار دارد که راینی‌های لازم برای اجرای آن در حال انجام است. نکته مهم این است که تصمیم‌گیران در کشورهای همسایه هستند اینکه این ارتباط چگونه پررنگ‌تر شود؛ چرا که این پروژه تنها ارتباط دو کشور را هدف قرار نداده، بلکه حلقه اتصال آسیا به اروپا محسوب می‌شود. عضو کابینه دولت چهاردهم تأکید کرد: تصمیماتی که در دورترین نقاط این دو کشور گرفته می‌شود، نیز تأثیری بر ارتباطات دو کشور ایران و آذربایجان نخواهد داشت. تأمین اعتبار برای تکمیل این پروژه از مهم‌ترین اولویت‌هاست. این موضوع مورد تأکید اکید رئیس‌جمهور است و با تأمین منابع مالی پیش‌بینی‌شده، شاهد سرعت گرفتن عملیات اجرایی خواهیم بود.

صادق خاطر‌نشان کرد: مردم ساکن استان نیز طی ماه‌های گذشته شاهد پیشرفت قابل توجه پروژه بوده‌اند و طبق مطالبات جمهوری آذربایجان و توافقات میان دو کشور تلاش داریم در کوتاه‌ترین زمان تعریض محور جلفا – کلاله انجام گیرد. به گزارش مهر، محور جلفا – کلاله و پل مرزی کلاله – آغند به دلیل نقش کلیدی در تردد کامیون‌ها، جابه‌جایی محموله‌های تجاری و تقویت تجارت منطقه‌ای، از جایگاهی راهبردی برخوردارند و باید به‌عنوان یک مسیر ملی و جاده‌ای استراتژیک مورد توجه ویژه قرار گیرند.

تکمیل این پروژه‌ها علاوه بر افزایش ظرفیت ترانزیتی کشور، به‌عنوان حلقه مکمل در کریدورهای شرق – غرب و شمال – جنوب و کریدور اوراسیا است که ارتباط جمهوری آذربایجان با سایر کشورهای منطقه را نیز به‌طور چشمگیری تقویت خواهد کرد.

مصطفی‌یف: حجم تجارت ایران و آذربایجان در نیمه اول سال به ۳۰۰ میلیون دلار رسید

همچنین، «شاهین مصطفی‌یف» معاون نخست‌وزیر جمهوری آذربایجان در جریان بازدید میدانی از محور جلفا – کلاله، به سرعت پیشرفت چشمگیر این پروژه راهبردی از ابتدای دولت چهاردهم و اهمیت استراتژیک این مسیر تأکید کرد و گفت: در نیمه اول سال جاری، حجم گردش تجاری ایران و آذربایجان بیش از ۳۰۰ میلیون دلار بوده، با توجه به قراردادهای پیش‌نویس‌های جدید پیش‌بینی می‌شود این رقم را افزایش دهد.

معاون نخست‌وزیر جمهوری آذربایجان با تأکید بر اهمیت همکاری کلا و مسافر ندارند، بلکه در آینده می‌توانند قدرت و سیاست منطقه‌ای را نیز تحت تأثیر قرار دهند. در پی تنش‌ها و اختلافات مرزی میان جمهوری آذربایجان و ارمنستان، تردد

کریدورهای ترانزیتی آینده قدرت و سیاست منطقه‌ای را شکل می‌دهند

کارشناسان همچنین معتقدند که کریدورها تنها نقش جابجایی کالا و مسافر ندارند، بلکه در آینده می‌توانند قدرت و سیاست منطقه‌ای را نیز تحت تأثیر قرار دهند. در پی تنش‌ها و اختلافات مرزی میان جمهوری آذربایجان و ارمنستان، تردد



یک کارشناس صنعت ریلی با اشاره به اهمیت راه‌آهن شلمچه بصره گفت: این مسیر علاوه بر جابه‌جایی مسافر، بستر مبادلات سالانه ۲۰ میلیارد دلاری ایران و عراق را فراهم و تجارت منطقه‌ای را متحول می‌کند.

محمد جواد شاهجویی کارشناس صنعت حمل‌ونقل ریلی در گفتگو با خبرنگار مهر با بیان اینکه پروژه ریلی شلمچه – بصره یک پروژه کلیدی برای تقویت همکاری‌های اقتصادی و اجتماعی میان ایران و عراق است، این مسیر نقش مهمی در تحول تجارت منطقه‌ای و ارتباطات بین‌المللی به نفع دو کشور ایفا می‌کند.

وی با اشاره به اهمیت اتصال خط ریلی شلمچه – بصره گفت:

واکسیناسیون جمعیت حیوانی هزینه درمان‌هاری را ۵۰ برابر کاهش می‌دهد

یک مسئول بخش بهداشت گفت: هزینه‌های سنگین درمان انسانی در برابر هزینه‌های پیشگیری در دام، اگر با واکسیناسیون در جمعیت حیوانی به‌درستی انجام شود تا ۵۰ برابر هزینه درمان‌هاری را کاهش می‌دهد.

به گزارش خبرنگار مهر، امروز یکشنبه ۶ مهر ۱۴۰۴ مصادف با ۲۷ سپتامبر ۲۰۲۵ روز جهانی هاری است. به همین مناسبت همایش ملی‌هاری با حضور رئیس سازمان دامپزشکی کشور، رئیس انستیتو پاستور ایران، رئیس شورا انتقاد نظام دامپزشکی جمهوری اسلامی و معاونان وزارت بهداشت و سازمان محیط زیست در محل انستیتو پاستور کشور برگزار شد.

عباسعلی مطلبلی، رئیس سازمان نظام دامپزشکی جمهوری اسلامی در این مراسم، گفت: مقابله با بیماری‌های زئونوز (هاری) نیازمند تصمیمات فراتر از جلسات است.

وی با تأکید بر ضرورت اقدام عملی و فرابخشی در مقابله با بیماری‌های قابل انتقال بین انسان و حیوان، افزود: اگر می‌خواهیم تا سال ۲۰۳۰ به هدف حذف‌هاری برسیم، باید از چارچوب‌های صرفاً اداری و سمیناری عبور کنیم و تصمیماتی

فراتر از کاغذ و جلسه اتخاذ کنیم.

این مسئول با اشاره به سابقه ۳۵ ساله خود در حوزه دامپزشکی، بیماری‌های زئونوز را فراتر از یک مسئله صرفاً دامپزشکی دانست و گفت: سلامت واحد، مفهومی است که نیازمند هم‌افزایی دامپزشکی، پزشکی، محیط زیست و حتی بهداشت گیاهی است.

وی با یادآوری تلاش‌های گذشته برای تشکیل شورای هماهنگی بیماری‌های زئونوز با حضور ۴ وزیر و دادستان کل کشور، از لغو این شورا انتقاد کرد و گفت: شعار همکاری بین‌بخشی باید به اقدام واقعی تبدیل شود.

مطلبی با اشاره به هزینه‌های سنگین درمان انسانی در برابر هزینه‌های پیشگیری در دام، تصریح کرد: اگر واکسیناسیون در جمعیت حیوانی به‌درستی انجام شود، هزینه‌های انسانی تا ۵۰ برابر کاهش می‌یابد.

وی تأکید کرد: جمعیت سگ‌های بدون صاحب و پرسم‌زن باید شناسایی و مدیریت شود و در این مسیر، شناسنامه‌دار کردن حیوانات خانگی صاحب‌دار می‌تواند گام مؤثری باشد.

رئیس سازمان نظام دامپزشکی جمهوری

بلندمدت بهره‌برداری از آن برای حمل کالا نیز در دستور کار است.

وی ادامه داد: برآوردها نشان می‌دهد که ظرفیت اقتصادی مبادلات میان دو کشور در آینده به حدود ۲۰ میلیارد دلار در سال خواهد رسید. این در حالی است که شبکه‌های ریلی و جاده‌ای موجود پاسخگوی این حجم از تبادلات نیستند. بنابراین توسعه مسیرهای جدید و تقویت زیرساخت‌های ریلی و جاده‌ای میان دو کشور امری ضروری است.

شاهجویی افزود: کشورهای دیگر در پی استفاده از مسیر ایران و عراق برای گسترش تجارت خود هستند و بنابراین اهمیت مسیر شلمچه – بصره فراتر از مرزهای دو کشور می‌رود. این پروژه می‌تواند نقش کلیدی در تغییر قواعد موجود در تجارت منطقه‌ای ایفا کند. این پروژه نه‌تنها تجارت دو کشور را تقویت می‌کند، بلکه فرصت بهره‌مندی مشترک ایران و عراق از منافع اقتصادی شبکه ریلی منطقه‌ای و بین‌المللی را فراهم می‌آورد.

وی تصریح کرد: جمهوری اسلامی ایران تلاش دارد حضور فعالی در مسیرهای کریدور شمال – جنوب و کریدور شرق – غرب داشته باشد. برای این هدف در کنار استفاده از ظرفیت ترکیه در تلاش است از طریق اتصال به عراق نیز مسیر شرق – غرب را شکل دهد.

راه‌آهن شلمچه – بصره دروازه همکاری ایران، عراق و چین
کارشناس صنعت حمل‌ونقل ریلی با اشاره به اهمیت مسیرهای بین‌المللی، همکاری‌های منطقه‌ای و نقش اتصال ریلی ایران و عراق در آنها گفت: چین، قصد دارد از مسیر ایران و عراق برای صادرات کالا به اروپا و آفریقا بهره ببرد. بر همین اساس توسعه ارتباط ریلی میان چین و ایران می‌تواند زمینه‌ای برای تقویت ارتباطات عراق با چین و آسیای میانه نیز باشد. پروژه‌های جدیدی همچون راه‌آهن شلمچه-بصره، هرات-مزار

شریف و ایجاد شبکه ریلی یکپارچه از چین تا عراق به‌واسطه ایران، نقش مهمی در تجارت منطقه‌ای ایفا می‌کنند.

وی در خصوص نگرانی‌ها نسبت به تأثیر منفی مسیر ریلی شلمچه – بصره بر بنادر عراق نیز اظهار کرد: این مسیر هیچ تهدیدی برای بنادر عراق ایجاد نمی‌کند و روابط میان بنادر ایران و عراق به شکل همکاری و هم‌افزایی است. در حال حاضر پیمان خواهرخواندگی میان بندر شهید رجایی ایران با بندر بلژیک و بندر انزلی با بندر اولیا در روسیه و بندر اکتاو در قزاقستان وجود دارد که این مسئله با بنادر عراق نیز می‌تواند شکل بگیرد.

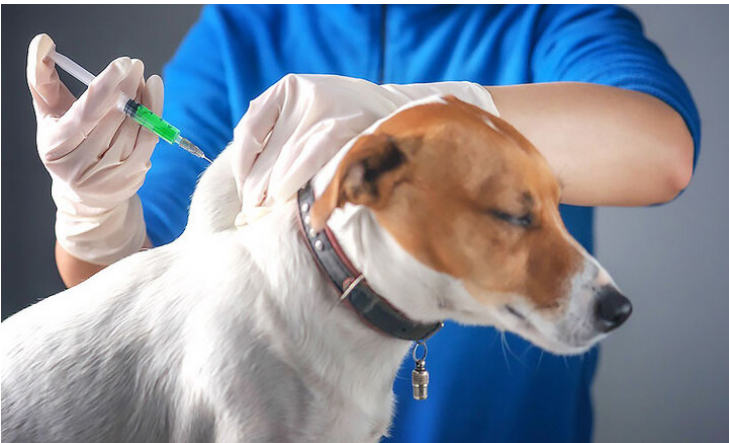
رئیس کمیته برنامه‌ریزی حمل و نقل ایران ادامه داد: ارتباط بندر فاو و بنادر ایرانی نیز می‌تواند در همین چارچوب دیده شود، در واقع توسعه اقتصادی عراق به توسعه اقتصاد ایران نیز کمک می‌کند و نگاه جمهوری اسلامی ایران به این پروژه، نه رقابتی، بلکه حمایتی و همکارانه است.

شاهجویی ضمن تریک به کشور عراق برای پیوستن به پیمان حمل‌ونقل جاده‌ای بین‌المللی (TIR) گفت: ایران نیز سال‌ها پیش عضو این پیمان شده و از ظرفیت‌های آن برای تقویت همکاری‌های حمل‌ونقلی بهره می‌برد.

وی با تأکید بر سیاست جمهوری اسلامی ایران در گسترش اتصال همه‌جانبه با کشورهای همسایه در خصوص سایر پروژه‌های اتصال بین ایران و عراق افزود: ایران توسعه کریدور شمال – جنوب به سمت روسیه را از مسیرهای شرقی، غربی و آبی دریای خزر دنبال می‌کند.

کارشناس صنعت حمل‌ونقل ریلی در پایان خاطرنشان کرد: همین سیاست در قبال عراق نیز وجود دارد و هدف آن، تقویت شبکه‌های ریلی و جاده‌ای مشترک میان دو کشور است. مسیر خسروی – خاتقین برای ایران اهمیت راهبردی دارد و پروژه اتصال تهران – خسروی – خاتقین – بغداد در دستور کار قرار گرفته است.

واکسیناسیون جمعیت حیوانی هزینه درمان‌هاری را ۵۰ برابر کاهش می‌دهد



ببینند که چگونه با حیوانات رفتار کنند و در صورت مواجهه با گزش، چه اقداماتی انجام دهند.

وی اظهار کرد: سازمان نظام دامپزشکی

به‌عنوان یکی از ارکان اجرایی حوزه دامپزشکی کشور، آمادگی دارد در کنار سایر نهادهای برای تحقق سلامت واحد اقدام کند.

مطلبی با اشاره به آمار مرگ‌ومیر ناشی از هاری، گفت: حتی مرگ یک نفر نیز در این زمینه زیاد

جایگزینی مؤثر در راستای تأمین هر چه سریع‌تر و مطلوب‌تر

سیاست‌گذاری اشتباه در نهاده دامی قیمت گوشت را نجومی کرد

مهم آنکه این شرکت‌ها در بنادر برزیل به دلیل قانون این کشور مبنی بر صدور مجوز تخلیه کالا پس از دریافت وجه کالا، ارز TBI را در همان زمان حرکت از مبدأ گرانتری می‌نمایند و با مجوز دولت، معادل ربالی این ارز نیز می‌توانند. ۹۰ روز بعد پرداخت کنند؛ به عبارت دیگر این شرکت‌ها نه تنها ارز مربوط به خرید را در کمتر از یک ماه دریافت می‌کنند بلکه مهلتی ۹۰ روزه نیز برای بازپرداخت آن هم به صورت ربالی دریافت می‌کنند.

فوریت در گشایش ال‌سی از مسیر بانک‌های روسیه
یکی از راهکارهای مهم برای جبران محدودیت ارزی دولت به خصوص از مسیر نیکو، گشایش خط اعتباری ال‌سی از مسیر بانک‌های روسیه بوده که بیش از ۲ ماه است غیرم طرح موضوع، در گریزدار ترین نرخ در بانک مرکزی و وزارت جهاد کشاورزی هنوز اجرایی نشده است. بنابراین، تصمیم‌گیری فوری پیش از آغاز فصل جدید برداشت روسیه برای پرداخت ارز تأمین‌کنندگان روس به صورت ال‌سی و از طریق بانک‌های VTB و میر بیزنس باید در دستور کار دولت و به خصوص بانک مرکزی قرار گیرد تا منابع مالی مورد نیاز برای خرید نهاده فصل جدید تأمین شود. در حالی که بخش اعظم تأمین نهاده ۴ ماهه اول امسال در غیاب کشور برزیل از مسیرهالک بانک و کشورهای اوکراین و قزاقستان انجام شده، بازار با عدم پرداخت ارز این کشتی‌ها، دچار التهاب شده است. بنابراین تسریع و افزایش سهم پرداختی مطالبات ارزی نهاده‌های دامی از مسیر این بانک نیز باید در اولویت قرار گیرد.

بانک مرکزی و لزوم توجه به مبنای پدافند غیرعامل
تکنه بسیار مهم و حیاتی که باید در تأمین نهاده از مبادی شمال و با استفاده از ارز نیکو در نظر گرفت این است که اکثر شرکت‌های تأمین‌کننده روس با افتتاح دفتر در کشور امارات، ارز خود از مسیر شرکت نیکو را به صورت درهم مطالبه می‌کنند که می‌تواند به خصوص در مواقع درگیری و تشدید تحریم برای شرکت‌های ایرانی مشکل ساز شود؛ در نتیجه بانک مرکزی باید با هماهنگی و ریزینی با دولت روسیه بر دریافت ارزی مطالبات تأمین‌کنندگان از مسیر بانک‌های روسیه و پرداخت روبلی و استفاده از ظرفیت یوآن و یورو، تأمین نهاده از مسیر شمال را هموار کند.

خبر کوتاه

معاون وزیر جهاد:

محموله گوشت آلوده مغولستان این هفته تعیین تکلیف می‌شود

معاون وزیر جهاد کشاورزی با اشاره به توقیف محموله گوشت‌های آلوده مغولستان، گفت: سرنوشت این محموله در هفته جاری تعیین تکلیف می‌شود.

به گزارش خبرنگار مهر، هفته گذشته معاون وزیر جهاد کشاورزی به خبرگزاری مهر اعلام کرد، گوشت‌های آلوده وارد شده از مغولستان، ترانزیتی بوده و به مقصد عراق وارد گمرک ایران شد. اما عدم انطباق اسناد باعث شد تا این محموله در گمرک کشور توقف شود.

در ادامه علیرضا رفیعی پور در پاسخ به پرسش خبرنگار مهر در خصوص سرنوشت این محموله گوشت آلوده، گفت: هـر فرآورده دامی خام در صورت عدم انطباق با استانداردهای سازمان دامپزشکی طبق صراحت قانون تصمیم‌گیری درباره آن در ۳ مسیر انجام خواهد شد. رئیس سازمان دامپزشکی کشور افزود: این ۳ مسیر، نخست برگشت محموله است که بسیاری از کشورها مبادرت به این امر می‌کنند، دوم، معوم سازی تصمیم دیگر دو قابل اتخاذ است. سوم، راه دیگر این است که اگر محموله امکان سالم‌سازی داشته باشد موضوع در دستور کار قرار می‌گیرد.

وی ادامه داد: قانون به سازمان دامپزشکی این اختیار را داده درباره محموله فرآورده دامی خام که با بهداشت عمومی جامعه سروکار دارد سخت‌گیرانه تر عمل کند. معاون وزیر جهاد کشاورزی با بیان اینکه موضوع گوشت‌های آلوده مغولستانی از سوی سازمان دامپزشکی به دستگاه قضا معرفی شده و پس از دستور قاضی ما هم به عنوان تأیید‌کننده سلامت و بهداشت فرآورده‌های خام دامی پیشنهاد خود را در خصوص هر یک از ۳ مسیر ارائه می‌دهیم. سپس بعد از پاسخ سازمان دامپزشکی به دستگاه قضا تصمیم‌گیری می‌شود.

رئیس سازمان دامپزشکی کشور اضافه کرد: برچسب‌های متفاوت عراقی و ایرانی روی گوشت‌ها مورد اشاره و عدم انطباق اسناد و مدارک منجر به توقیف محموله در گمرک استان گیلان شد و موضوع از سوی این سازمان به دستگاه قضا این استان معرفی شد. رفیعی پور در پایان گفت: این محموله در هفته جاری تعیین تکلیف می‌شود.

چشم‌انداز

کم اثر بودن مکنایسم ماشه با گذر زمان مشخص می‌شود

یک نماینده مجلس با اشاره به فعال شدن مکنایسم ماشه علیه ایران، گفت: بار روانی این سازوکار بر بازار و ارز پررنگتر از اثر عملی آن است و تحریم‌های کنونی کارایی گذشته را ندارند.

به گزارش خبرنگارمهر، مکنایسم ماشه با «سنسپک»، سازوکاری در برجام بود که به طرف‌های توافق اجازه می‌دهد در صورت ادعای نقض تعهدات، تحریم‌های شورای امنیت را به‌طور خودکار بازگردانند. پس از خروج آمریکا از برجام در سال ۲۰۱۸ و بازگشت تحریم‌های یک‌جانبه، این سازوکار از سوی اروپایی‌ها مطرح شد، اما اثرات عملی آن به دلیل شدت و گستردگی تحریم‌های آمریکانسیبت به تحریم‌های سازمان ملل کمتر ارزیابی شده است. در سال‌های گذشته، جمهوری اسلامی ایران با اتکا به توان داخلی و ارتباط با کشورهای هم‌پیمان مانند چین و روسیه، مسیرهای جایگزین برای کاهش اثر تحریم‌ها یافته و اغلب تحلیلگران، جنبه روانی این اقدامات را بر بازار ارز و طلا مهم‌تر از جنبه عملی آن می‌دانند. محمدرضا احمدی سنکر، نماینده مردم رشت در مجلس شورای اسلامی در گفتگو باخبرنگار مهر با اشاره به فعال شدن مکنایسم ماشه علیه ایران عنوان کرد که این موضوع از مدت‌ها قبل پیش‌بینی می‌شد. اما آنچه لازم به توجه است، جنبه روانی اسنپ یک است.

وی ادامه داد: بار روانی اسنسپک نسبت به بعد عملیاتی آن پررنگ‌تر است، چراکه تحریم‌های آمریکانسیبت به تحریم‌های سازمان ملل، بیشتر و قوی‌تر بوده‌اند.

این نماینده مجلس معتقد است: جمهوری اسلامی اکنون مستقل شده و قادر است امور دفاعی، نظامی و اقتصادی خود را پیش ببرد. در واقع تحریم‌ها کارایی خود را از دست داده‌اند. احمدی سنسگر تصریح کرد: همان‌طور که رهبر انقلاب پیش‌تر به آن اشاره کرده‌اند، امروز راهی غیر از اتحاد و اتکا به مردم نداریم. ما با تکیه به مردم و ظرفیت‌های داخلی می‌توانیم از بیبیه تاریخی عبور کنیم.

او اظهار داشت: اعمال تحریم‌های جدید علیه ملت ایران نشان داد که اروپایی‌ها و آمریکایی‌ها به هیچ وجه قابل اعتماد نیستند. از سوی دیگر، برخی کشورها سال‌ها تحت سخت‌ترین تحریم‌ها قرار داشته‌اند، اما راه خود را پیدا کرده‌اند. جمهوری اسلامی نیز باید مانند این کشورها با اتکا به توان داخلی، مسیر پیشرفت خود را طی کند. به گفته این نماینده خانه ملت، ایران کشوری قدرتمند است و با کمک کشورهای دوست مانند چین و روسیه که در آخرین لحظه در جلسه شورای امنیت از ما دفاع کرده‌اند، می‌تواند امور اقتصادی و نظامی خود را تقویت کند و مانند تمام این سال‌ها تحریم‌ها را دور بزند.

احمدی سنسگر یادآور شد: باید با کشورهایی ارتباط داشته باشیم که دوست و شرکای اقتصادی وفادار ما هستند و به اقتصاد کشورمان کمک می‌کنند. معتقدم مکنایسم ماشه آنچنان کم اثر باید اثر گذار نخواهد بود و تنها جنبه روانی قدرتمندی دارد. همان‌طور که تحریم‌های آمریکان نشان دادند، قابلیت خود را از دست داده‌اند و به زودی مردم و بازار خواهند فهمید که اسنپ یک جنبه روانی پررنگ‌تری داشته است. این نماینده مجلس در پایان عنوان کرد: افزایش غیرمنطقی قیمت دلار، متاثر از جنبه روانی مکنایسم ماشه بوده است. در این برهمه‌ای حساس، لازم است تا مردم شریف ایران تحت تأثیر فسادسازی سودجویان قرار نگیرند و با ورود احساسی به بازار ارز و طلا، متضرر نشوند.

مهدی ناظری، کارشناس بخشی کشاورزی در یادداشتی اختصاصی برای خبرگزاری مهر نوشت، در آستانه فصل جدید عرضه نهاده جو و ذرت روسیه و قزاقستان، تجار متأسفانه با انباشت ۹ ماهه مطالبات ارزی از دولت و محدودیت شدید منابع مالی برای خرید مواجه هستند که می‌تواند به فصلی ناموفق در تأمین نهاده از مسیر امن شمال منجر شده و کشور را در ریسک تأمین صرف نهاده از جنوب مجبور کند؛ در این راستا بانک

چتر گسترده پدافند غیرعامل در مبادی شمالی

یکی از مهمترین دلایل اتخاذ سیاست حمایت از تأمین کنندگان مبادی شمالی نهاده، همانطور که ذکر شد، اعمال محدودیت‌های ناشی از تحریم و وقایع سیاسی است که حلقه تأمین کنندگان و مراحل بازرگیری تا ترخیص را بعضاً با مشکلاتی عدیده مواجه می‌کند و در این میان مسیر شمال با توجه به مناسبات سیاسی با کشورهای تأمین‌کننده می‌تواند

آسیای نو؛ میدان نبردی که خودروسازان آمریکایی در آن عقب مانده‌اند

با وجود کاهش تعرفه‌ها و توافق‌های تجاری، برندهای آمریکایی در بازارهای کلیدی آسیا از جمله ویتنام، اندونزی و ژاپن، هنوز نتوانسته‌اند به رقبای آسیایی و اروپایی نزدیک شوند.

به گزارش خبرگزاری مهر به نقل از دیپلی صباح ایالات متحده سهه بازار اصلی در آسیا را هدف گرفته است؛ ویتنام، اندونزی و ژاپن، واشنگتن امیدوار است با استفاده از توافق‌های تجاری و کاهش تعرفه‌ها، راه ورود خودروسازان آمریکایی را به این کشورها هموار کند. ویتام با رشد اقتصادی سریع و جایگاه راهبردی در برابر چین، یک آزمون جدی برای صنعت خودروسازی آمریکا است. اندونزی به عنوان بزرگ‌ترین اقتصاد جنوب شرق آسیا، و ژاپن به عنوان نزدیک‌ترین متحد واشنگتن در منطقه، هر دو از روند افزایشی تقاضای مصرف‌کننده، توسعه طبقه متوسط و پروژه‌های زیرساختی گسترده بهره می‌برند.

با این حال، داده‌ها بازار تصویر دیگری نشان می‌دهد. در ویتنام، برند داخلی «وین‌فست» یک‌سوم بازار را در اختیار دارد و تویوتا، هیوندای و هوندا، همگی جلوتر از فورد که تنها ۹.۲ درصد سهم دارد، قرار گرفته‌اند. حتی کاهش تدریجی تعرفه‌ها در توافق با اتحادیه اروپا نتوانست جایگاه برندهای آمریکایی را ارتقا دهد. در اندونزی، ۱۰ مدل پرفروش سال جاری همگی ژاپنی هستند و بازار خودروهای برقی تحت سلطه برند چینی بی‌آی‌دی با سهم ۴۱.۴ درصد قرار دارد. ژاپن نیز با هر چند تعرفه صفر، سخت‌ترین بازار برای آمریکایی‌ها باقی مانده است. بازار واردات خودرو در این کشور تحت نفوذ برندهای آلمانی چون مرسدس‌بنز و بی‌ام‌دبلیو است و تنها نام آمریکایی حاضر، «جیپ» با ۳۶ درصد سهم، فاصله زیادی با رقیبا دارد. تفاوت طراحی، اندازه، مصرف سوخت و سبک زندگی، عامل اصلی عقب‌ماندگی برندهای آمریکایی در این کشور عنوان می‌شود.

علاوه بر موانع خارجی، سیاست‌های تعرفه‌ای داخلی آمریکا نیز هزینه تولید را افزایش داده و قیمت رقابتی را از دسترس خارج کرده است. در حالی که چین و اروپا با شتاب به سمت خودروهای برقی، باتری‌های پیشرفته و فناوری خودران حرکت می‌کنند، گذار آمریکا به فناوری سبز همچنان در بن‌بست سیاسی گرفتار است. کارشناسان هشدار می‌دهند که بدون تطبیق قیمت‌ها، طراحی متناسب با بازار و سرمایه‌گذاری جدی در نوآوری و برند، خودروسازان آمریکایی حتی در بازارهایی که تصور می‌کنند برنده می‌شوند، عملاً در حال باخت هستند.

بزرگراه ایران –آذربایجان به مرز جدید و مرکز لجستیک تجاری می‌رسد

رئیس سازمان راهداری با اشاره به پروژه بزرگراه ایران و آذربایجان گفت: مرز جدید آستارا با قرار گرفتن در کنار خط ریلی، به مرکزی لجستیکی برای حمل و نقل کالاهای تجاری تبدیل خواهد شد.

به گزارش خبرگزاری مهر، رضا اکبری رئیس سازمان راهداری و حمل‌ونقل جاده‌ای با اشاره به روند تکمیل پروژه بزرگراه آستارا – آستارا اظهار کرد: این پروژه که از چند سال گذشته آغاز شده بود، اکنون به مراحل پایانی نزدیک شده و با بهره‌برداری از آن، ۱۴۰۰ متر بزرگراه به مرز جدید آستارا متصل می‌شود.

وی با اشاره به ساخت پایانه جدید مرزی آستارا در این نقطه گفت: زمین مورد نیاز برای احداث پایانه مرزی آماده‌سازی شده و طرح نهایی این پایانه نیز تکمیل شده است.

رئیس سازمان راهداری و حمل‌ونقل جاده‌ای خاطرنشان کرد: عملیات ساخت ساختمان‌ها و مستندات داخلی پایانه به زودی آغاز می‌شود و با بهره‌برداری از آن، تردد کامیون‌های سنگین از داخل شهر آستارا به این پایانه منتقل خواهد شد.

معاون وزیر راه و شهرسازی با بیان اینکه مرز جدید بسیاری از مشکلات مرزهای قدیمی دو کشور ایران و جمهوری آذربایجان را کاهش می‌دهد، تصریح کرد: این مسیر به دلیل قرار گرفتن در کنار خط ریلی، به مرکزی لجستیکی برای حمل‌ونقل کالاهای تجاری تبدیل خواهد شد.

تحويل پالایشگاه فاز ۱۴ به مجتمع گاز پارس جنوبی

پالایشگاه فاز ۱۴ پارس جنوبی به مجتمع گاز پارس جنوبی به‌عنوان بهره‌بردار نهایی تحويل داده شد. به گزارش خبرگزاری مهر به نقل از شرکت نفت و گاز پارس، راهبری عملیات تولید پالایشگاه فاز ۱۴ به‌عنوان سیزدهمین پالایشگاه میدان مشترک پارس جنوبی از ابتدای مهر امسال به شرکت مجتمع گاز پارس جنوبی واگذار شده است.

بر اساس این گزارش، در چارچوب قرارداد طرح توسعه فاز ۱۴ پارس جنوبی، مسئولیت تکمیل ساخت و راه‌اندازی واحدهای باقی‌مانده و بازسازی و راه‌اندازی ردیف آسیب‌دیده پالایشگاه، کماکان به‌عهده شرکت نفت و گاز پارس است که بر اساس برنامه زمان‌بندی پیش‌خواهد رفت. تحويل آخرین پالایشگاه پارس جنوبی به بهره‌بردار نهایی، افزون بر اینکه سبب تقسیم وظایف تخصصی، کاهش هزینه‌های بهره‌برداری و افزایش بهره‌وری می‌شود، مدیریت متمرکز بهره‌برداری از پالایشگاه‌های پارس جنوبی و اطمینان بیشتر از تامین گاز سراسری در فصول اوج مصرف را به همراه خواهد داشت.

کشورهای ساحلی خزر با سرعت و فناوری نوین در حال بهره‌برداری انرژی هستند و ایران باید با سرمایه‌گذاری و توسعه فوری، سهم خود را از این میدان نفتی و گاز ارتقا دهد.

به گزارش خبرنگار مهر دریای خزر بزرگ‌ترین منبع بسته آب جهان است که با دارا بودن ذخایر قابل‌توجه هیدروکربنی، در کلون توجه پنج کشور ساحلی یعنی ایران، روسیه، جمهوری آذربایجان، ترکمنستان و قزاقستان قرار دارد. این پهنه آبی نه تنها به لحاظ منابع انرژی بلکه از منظر امنیت، حمل‌ونقل و ژئوپلیتیک، اهمیت ویژه‌ای دارد.

برآوردها نشان می‌دهد خزر دارای ده‌ها میلیارد بشکه نفت و صدها تریلیون فوت مکعب گاز طبیعی است. بخش قابل توجهی از اِیسن ذخایر در میادین دریایی یا نزدیک به مرزهای آبی مشترک قرار دارد، که بهره‌برداری از آن، همواره محل رقابت و تعامل کشورهای ساحلی بوده است.

شتاب برداشت رقبا و جایگاه ایران

در دهه گذشته، روند برداشت و اکتشاف در کشورهای حاشیه‌ی خزر به سرعت افزایش یافته است. آذربایجان با بهره‌گیری از همکاری شرکت‌های بزرگ بین‌المللی مانند BP و SOCAR، پروژه‌های عظیم حفاری دریایی را اجرا کرده و توانسته تولید نفت خود را تا مرز صدها هزار بشکه در روز تثبیت کند. روسیه نیز با استفاده از توان فنی و تجهیزات پیشرفته، در بخش شمالی خزر ذخایر جدیدی را کشف و وارد مرحله بهره‌برداری کرده است.

ترکمنستان بیش از پیش به سمت گسترش بخش انرژی دریایی خود حرکت کرده و قراردادهای چند میلیارد دلاری را با شرکت‌های آسیایی و اروپایی منعقد کرده است. این وضعیت در قزاقستان نیز مشهود است؛ پروژه‌هایی مانند میدان “کاشاگان” به‌عنوان یکی از بزرگ‌ترین میادین نفتی تازه‌کشف‌شده جهان، با فناوری‌های پیشرفته توسعه یافته است.

در این میان، ایران نیز سهم معینی از ذخایر خزر دارد، اما سرعت توسعه میادین آبی آن، به‌ویژه در بخش شمالی، قابل مقایسه با شتاب رقبای نیست.

چالش‌های فنی و مالی ایران

ایران طی سال‌های اخیر، پروژه‌هایی برای اکتشاف و برداشت در خزر آغاز کرده است؛ از جمله استقرار سکوی جدید حفاری در بندر نوشهر و عملیات اکتشافی در بلوک‌های دریایی، اما این اقدامات با موانع متعددی روبه‌رو است:

فناوری حفاری در آب‌های عمیق: بخش‌های زیادی از ذخایر ایران در مناطق عمیق یا فوق‌عمیق قرار دارد. حفاری در این اعماق، نیازمند تجهیزات پیچیده و فناوری‌های پیشرفته مانند سیستم‌های کنترل فشار خودکار، لوله‌گذاری زیرآبی و کشتی‌های تخصصی پشتیبان است. تحریم‌ها و محدودیت‌های انتقال دانش فنی، دسترسی ایران به این فناوری‌ها را با مشکل مواجه کرده است.

کمبود سرمایه‌گذاری خارجی:

پروژه‌های دریایی نیازمند میلیارد‌ها دلار سرمایه اولیه برای تجهیز، حفاری و ایجاد زیرساخت‌های انتقال هستند. فضای نااطمینان سیاسی و اقتصادی، بسیاری از سرمایه‌گذاران خارجی را محتاط و بعضاً منصرف کرده است.

زیرساخت‌های انتقال انرژی:

خطوط لوله زیرآبی، سکوی فرآورش و پایانه‌های ساحلی باید قبل از بهره‌برداری کامل ساخته و عملیاتی شوند. نبود این زیرساخت‌ها، باعث افزایش هزینه حمل با نفتکش و کاهش بهره‌وری برداشت می‌شود.

ابعاد اقتصادی رقابت در خزر

برداشت سریع و پیوسته کشورهای رقیب، معنای اقتصادی روشنی دارد؛ کاهش سهم واقعی ایران از منابع مشترک. در میادین دریایی، هر واحد انرژی که استخراج می‌شود، امکان برداشت آن برای سایر کشورها را از بین می‌برد. این مسئله نه تنها درآمدهای ارزی آتی کشور را تهدید می‌کند بلکه مانع توسعه صنایع پایین‌دستی مانند پتروشیمی، پالایشگاهی و فرآوری گاز در شمال ایران می‌شود.

همچنین، وجود منابع انرژی قابل‌توجه در خزر، می‌تواند ایران را در جایگاه صادرکننده به بازارهای اروپایی یا آسیایی مرکزی قرار دهد. اما بدون برنامه توسعه سریع، این فرصت به راحتی از دست خواهد رفت.

ابعاد ژئوپلیتیک و امنیت انرژی

علاوه بر جنبه اقتصادی، دریای خزر یک میدان رقابت ژئوپلیتیک است. حضور شرکت‌های اروپایی و آسیایی در پروژه‌های کشورهای دیگر، باعث تثبیت نفوذ سیاسی این بازیگران در منطقه شده است. اگر ایران در این رقابت حضور

به‌گونه‌ای انجام می‌شود که توجیه اقتصادی آن تقویت شود.

وی ادامه داد: در این فرایند بسا برآوردهای خوش‌بینانه در زمینه تقاضای بار و مسافری یا کاهش هزینه‌های ساخت، تلاش می‌شود پروژه از نظر اقتصادی موجه جلوه داده شود. این رویه می‌تواند منجر به تعریف پروژه‌هایی شود که در عمل از توجیه اقتصادی کافی برخوردار نیستند، اما با محاسبات تنظیم‌شده، اقتصادی جلوه می‌کنند و به مرحله اجرا می‌رسند.

این کارشناس صنعت ریلی با اشاره به چالش‌های تعریف و تأمین بودجه پروژه‌های ریلی، اظهار کرد: واقعیت این است که تمامی پروژه‌هایی که موفق به دریافت ردیف بودجه عمرانی شده‌اند، به ظاهر باید دارای افاس (FS) اقتصادی باشند تا امکان تعریف و پیشبرد آنها در شرکت ساخت فراهم شود.

وی ادامه داد: با این حال، نمونه‌های متعددی وجود دارد که پروژه‌ها صرفاً به دلیل برخورداری از ردیف بودجه، اقتصادی جلوه داده شده‌اند، در حالی که در عمل فاقد توجیه اقتصادی کافی هستند. به عنوان نمونه می‌توان به راه‌آهن تهران – همدان اشاره کرد که در زمان تصویب بودجه، به عنوان پروژه‌ای اقتصادی معرفی شد، اما بررسی آمار عملکرد این مسیر از زمان بهره‌برداری تاکنون نشان می‌دهد میزان بار و مسافر جابه‌جا شده به حدی نبوده که حتی اصل سرمایه‌گذاری انجام‌شده بازگردانده شود، چه رسد به سودآوری یا ایجاد تحرک اقتصادی در منطقه.

یوسفی:

خواهند شد و در مقابل، بانک‌های متعهد از امکان افزایش ترازنامه و ارائه تسهیلات بیشتر برخوردار می‌شوند.

وی گفت: علاوه بر این، در برنامه هفتم توسعه موضوع الحاق زمین نیز مطرح شده است که در صورت اجرای دقیق آن می‌توان اقدامات عملی گسترده‌تری برای تأمین مالی پروژه‌های مسکن انجام داد. به این ترتیب، مجموعه قوانین و احکام برنامه هفتم این ظرفیت را ایجاد کرده است که با مدیریت دقیق و هوشمند در اختیار بخش مسکن قرار گیرد.

یوسفی با ارزیابی عملکرد وزارت راه و شهرسازی در یک سال گذشته، گفت: اینکه بگوییم وزارت راه و شهرسازی در حوزه مسکن کم‌کاری کرده، دقیق نیست، اما باید توجه داشت که این وزارتخانه هیچ وزارتخانه تخصصی است و بر اساس قانون، تولید مسکن و دبیری شورای عالی مسکن را بر عهده دارد. در حوزه پرداخت تسهیلات، اشکال اصلی به شبکه بانکی بازمی‌گردد و به همین دلیل در کمیسیون عمران جلسات متعددی برگزار کرده‌ایم و حتی طرح تحقیق و تفحص نیز در دستور کار قرار دارد.



می‌تواند در این زمینه راهگشا باشد. ایجاد زیرساخت‌های انتقال سریع نیز از دیگر کارهایی است که باید انجام شود. خط لوله زیرآبی و ایستگاه‌های فرآورش ساحلی باید در اولویت قرار گیرد تا برداشت و عرضه انرژی بدون توقف و با کمترین هزینه انجام شود.

ضرورت نگاه راهبردی

اگرچه برخی تصمیمات کوتاه‌مدت می‌تواند بخشی از عقب‌ماندگی را جبران کند، اما رقابت در دریای خزر نیازمند برنامه‌ریزی بلندمدت و نگاه راهبردی است. ایران باید جایگاه خود را به‌عنوان مالک بخشی از منابع انرژی این دریا تثبیت کرده و ظرفیت برداشت را متناسب با تحولات فنی و اقتصادی روز ارتقاء دهد.

رقابت در خزر، مسابقه‌ای است با سرعت بالا و استانداردهای فنی پیچیده. هر کشوری که زودتر به بهره‌برداری برسد، سهم بیشتری از این گنجینه انرژی خواهد داشت. ایران برای حفظ و تثبیت جایگاه خود، باید با اقدام سریع، سرمایه‌گذاری گسترده و استفاده از فناوری‌های نوین، فاصله خود با رقبایا کاهش دهد. عدم توجه به این ضرورت، نه‌تنها سهم ایران از منابع خزر را کاهش می‌دهد، بلکه پیامدهای اقتصادی و ژئوپلیتیک جدی برای کشور به همراه خواهد داشت.

پروژه ریلی شیراز – بندرعباس توجیه اقتصادی ندارد

آثار اقتصادی آن از منظر کاهش مصرف سوخت، کاهش تلفات و منافع جانبی مشخص شود. شاهجوبی تصریح کرد: برای هر گونه تصمیم‌گیری، دو محک اساسی باید مدنظر قرار گیرد. نخست، تصویب و اجرای طرح جامع حمل‌ونقل کشور است که بیش از ۲۰ سال است در انتظار نهایی شدن قرار دارد. در صورت تصویب این طرح، پروژه‌ها بر اساس منافع اقتصادی و منافع ملی و با اتکا به ارزیابی دقیق عرضه و تقاضای بار و مسافر اولویت‌بندی می‌شوند و دیگر امکان اعمال فشارهای سیاسی یا لابی‌های فردی برای تصویب پروژه‌ها از بین می‌رود.

وی ادامه داد: دومین معیار، سنجش میزان آماجگی بخش غیردولتی برای سرمایه‌گذاری است. اگر یک پروژه واقعا اقتصادی باشد، سرمایه‌گذاران غیردولتی که نگاه سودآور دارند، حاضر به مشارکت خواهند بود. در این صورت اگر نماینده مجلس یا مقام مسئولی خواستار اجرای یک پروژه باشد، می‌تواند از مسیر جذب سرمایه‌گذار خصوصی اقدام کند و اگر سرمایه‌گذار ورود کرد، این نشان‌دهنده توجیه‌پذیری اقتصادی طرح خواهد بود.

این کارشناس صنعت ریلی تأکید کرد: هر چند اجرای هر خط ریلی به توسعه کشور، ایجاد دسترسی، رشد مناطق و ارتقای شاخص‌های اقتصادی کمک می‌کند، اما با توجه به محدودیت منابع بودجه‌ای، ضروری است اولویت‌بندی دقیق بر اساس طرح جامع و منطبق سرمایه‌گذاری انجام شود تا از هدر رفت منابع جلوگیری شود.

وزارت راه و شهرسازی تنها ۱۲ درصد تکلیف الحاق زمین را انجام داد

وی افزود: در حوزه زمین، قانون به صراحت مقرر کرده است که باید سالانه دو دهم درصد به وسعت سرزمینی شهرها و روستاها اضافه شود تا مشکل اقتصاد زمین کاهش یابد. این رقم معادل ۳۳۰ هزار هکتار در طول پنج سال است که به‌طور میانگین سالانه حدود ۶۶ هزار هکتار می‌شود. این افزایش وسعت سرزمینی می‌تواند بخشی از مشکل مسکن را با اختصاص تدریجی زمین به خانوارها، به‌ویژه به روش‌های دهه ۶۰ و تجربه‌های جهانی، برطرف کند.

عضو کمیسیون عمران مجلس ادامه داد: براساس این قانون، وزارت راه و شهرسازی می‌بایست در سال نخست حدود ۶۶ هزار هکتار زمین الحاق کند، اما عملکرد فعلی کمتر از ۹ هزار هکتار بوده که کمتر از ۱۲ درصد تکلیف قانونی است. این عقب‌ماندگی باید در سال‌های بعد جبران شود و تحقق آن نیازمند همکاری بین‌بخشی، حمایت شورای عالی مسکن، پیگیری شخص رئیس‌جمهور و هماهنگی با بخش‌های اقتصادی دولت است.



یک کارشناس ارشد بازار مسکن گفت: طولانی شدن صدور جواز، پایان کار و سند مالکیت در ایران زمان ساخت‌وساز را تا پنج سال افزایش داده و این روند بحران مسکن را تشدید می‌کند.

رسول قربان‌نژاد کارشناس ارشد بازار مسکن در گفتگو با خبرنگار مهر با بیان اینکه کنترل دامنه نوسانات نرخ ارز و ایجاد امکان پیش‌بینی برای فعالان بازار از مهم‌ترین پیش‌شرط‌های مهر تورم مسکن است، گفت:اگر فعالان صنعت ساختمان بتوانند نرخ ارز یک سال آینده را در یک بازه قابل پیش‌بینی ارزیابی کنند، ریسک تولید کاهش یافته و سرمایه‌گذاری افزایش می‌یابد.

ضرورت استانداردسازی واحدهای مسکونی مطابق نیاز بازار
وی با اشاره به تأثیر ساخت‌وساز و عرضه واحدهای کوچک‌متر از در کاهش بحران مسکن گفت: کوچک‌سازی در واقع نوعی استانداردسازی است و نباید صرفاً به معنای کاهش متر از یک سال آینده باشد. متأسفانه طی سال‌های گذشته روند ساخت‌وساز در کشور دچار انحراف شده و عرضه مسکن به بازار با الگوی واقعی تقاضا همخوانی ندارد.
این کارشناس ارشد بازار مسکن افزود: در حالی که نیاز اصلی بازار به واحدهای میان‌متر از است، ساخت‌وسازها عمدتاً به سمت واحدهای بزرگ ۲۰۰ تا ۳۰۰ متری حرکت کرده که عملاً پاسخگوی تقاضای مصرفی نبوده و بیشتر تقاضای سرمایه‌ای را پوشش داده است.اگر جهت ساخت‌وساز به سمت واحدهای ۸۰ تا ۱۲۰ متری تغییر کند، نقدشوندگی املاک به شدت افزایش خواهد یافت. این اقدام علاوه بر کاهش هزینه سرمایه‌گذاری، امکان خرید برای متقاضیان واقعی را فراهم می‌کند و به بهبود جریان معاملات کمک خواهد کرد.

قربان‌نژاد ادامه داد: در بسیاری از کشورها اپارتمان‌های ۴۰ تا ۸۰ متری با مشاعات مناسب و امکانات کامل ساخته می‌شود، رویکردی که هم برای سرمایه‌گذار جذاب است و هم برای خریدار نهایی که به دنبال واحد مصرفی است. این روند نیازمند تصمیم‌گیری و حمایت حاکمیتی است تا بتوان استاندارد متناسب هر منطقه را تعیین و اجرا کرد.

نوسانات نهادهای ساختمانی قیمت مسکن را افزایش می‌دهد

وی با بیان اینکه نهادهای ساختمانی یکی از اصلی‌ترین عوامل تأثیرگذار بر قیمت تمام‌شده هستند، تصریح کرد: به دلیل ماهیت تورمی اقتصاد و نوسانات نرخ ارز، مصالحی همچون فولاد، سیمان و اقلام تأسیساتی به‌طور مستقیم از تغییرات ارزی

قربان‌نژاد:

طولانی شدن صدورمجوزهای ساخت مسکن، بحران را تشدید می‌کند

ضعف در تأمین مالی و نوسانات تورمی گرفته تا افزایش قیمت نهادهای ساختمانی. ایجاد یک ساختار تأمین مالی یکپارچه با محوریت نظام بانکی و ارائه تسهیلات هدفمند به سازندگان می‌تواند بسیاری از این مشکلات را برطرف کند.

طولانی بودن مجوزها زمان ساخت مسکن را تا پنج سال افزایش می‌دهد

وی ادامه داد: علاوه بر چالش‌های مالی، طولانی بودن فرآیندهای اداری از مهم‌ترین موانع کاهش زمان ساخت است. به عنوان نمونه، اخذ جواز ساخت در ایران به طور میانگین یک سال زمان می‌برد، در حالی که این فرآیند در کشورهای توسعه‌یافته کمتر از یک ماه طول می‌کشد. در کشور ما یک سوم زمان اجرای پروژه صرف دریافت مجوزها می‌شود، در حالی که می‌توان با مقررات‌زدایی و ساده‌سازی فرآیندها، این مدت را به شکل چشمگیری کاهش داد.

قربان‌نژاد خاطرنشان کرد: پس از پایان عملیات اجرایی نیز فرایند دریافت پایان کار و صدور سند مالکیت بین ۶ ماه تا یک سال به طول می‌انجامد، به همین دلیل یک پروژه معمولی ممکن است پنج سال برای تکمیل زمان نیاز داشته باشد، در حالی که در بسیاری از کشورها این مراحل کمتر از دو هفته انجام می‌شود.

این کارشناس بازار مسکن تأکید کرد: اگر مقررات‌زدایی به‌درستی اجرا و فرآیندها کوتاه شود، می‌توان علاوه بر کاهش زمان ساخت، سرمایه‌گذاران را به ورود به این بخش تشویق کرد و از رکود طولانی‌مدت در بازار مسکن جلوگیری به عمل آورد.

ضرورت ورود هدفمند نظام بانکی به تأمین مالی ساخت‌وساز
وی با تأکید بر ضرورت ورود جدی‌تر نظام بانکی به حوزه تأمین مالی ساخت‌وساز گفت: بخش مسکن به عنوان بزرگ‌ترین بخش اقتصاد کشور نیازمند حمایت و توجه ویژه نظام بانکی است، اما در حال حاضر بخش عمده تأمین مالی پروژه‌های ساختمانی خارج از شبکه بانکی و بازار سرمایه انجام می‌شود و نمونه‌های موفق در این زمینه بسیار محدود است.

قربان‌نژاد افزود: بازار سرمایه و نظام بانکی باید سهم واقعی خود را در تأمین مالی صنعت ساختمان ایفا کنند. بازار مسکن به‌تنهایی می‌تواند محرک اصلی رشد اقتصادی باشد. اهرم‌های حمایتی، ارائه مشوق‌ها و صدور ضمانت‌نامه‌های بانکی از جمله ابزارهایی است که می‌تواند زمینه فعالیت سازندگان را تسهیل کند، اما این اقدامات هنوز به شکل منسجم و در مسیر درست به کار گرفته نشده است.

وی ادامه داد: نظام بانکی باید نقش پررنگ‌تری در ارائه تسهیلات، تضمین پروژه‌ها و ایجاد امنیت سرمایه‌گذاری ایفا کند تا منابع مالی خرد و کلان به سمت بخش مسکن هدایت شود. در شرایط فعلی که تأمین مالی عمدتاً از مسیرهای غیررسمی و پریسک انجام می‌شود، نبود حمایت کافی بانک‌ها مانعی جدی در مسیر ساخت‌وساز و توسعه پایدار مسکن است، ورود هدفمند و برنامه‌ریزی‌شده نظام بانکی می‌تواند علاوه بر کاهش ریسک پروژه‌ها، باعث شتاب‌بخشی به تولید مسکن و تعادل در بازار شود.

مالیات فراگیر بر کل بازار مسکن، شفافیت و عدالت اقتصادی ایجاد می‌کند

این کارشناس بازار مسکن با اشاره به ضرورت بازنگری در رویکردهای مالیاتی بخش مسکن گفت: برای هرگونه سیاست‌گذاری مالیاتی ابتدا باید هدف دقیق آن مشخص شود. برپیش اسانی این است که آیا هدف از اعمال مالیات، وادار



شهرداری قرار دارد که بخش زیادی از آن بلااستفاده مانده است.»

گزارش‌ها نشان می‌دهند؛ ایران با بیش از ۹۹/۱ مالکیت دولت بر زمین‌های ملی مواجه است؛ به‌عبارتی دولت مالک تقریباً تمام زمین‌های ملی است و این حجم از مالکیت دولتی، همراه با بروز احتکار زمین، به مهم‌ترین عامل رشد قیمت زمین و مسکن تبدیل شده است.

فشار معیشتی بر خانوارها؛ هشدار کارشناسان

فرهاد بیضایی، کارشناس مسکن، با استناد به داده‌های مرکز آمار ایران می‌گوید: «خانوارهای شهری در تهران بیش از ۵۰ درصد درآمد خود را صرف هزینه‌های مسکن می‌کنند.»

این وضعیت به افزایش سن ازدواج، مهاجرت اجباری به حاشیه شهرها و کاهش کیفیت زندگی در کلان‌شهرها دامن زده است. کارشناسان هشدار می‌دهند که در صورت تداوم این روند، شکاف طبقاتی و مشکلات اجتماعی عمیق‌تر خواهد شد.

بحران مسکن در ایران اکنون به سطحی رسیده که رهبر انقلاب با صراحت از آن به‌عنوان یک اولویت قطعی اقتصادی و یک مشکل اساسی یاد کرده‌اند. انحصار زمین در دست نهادهای دولتی، مشکلات محدوده شهری و تراکم‌فروشی، همراه با رشد بی‌سابقه قیمت‌ها، تصویری روشن از ریشه‌های بحران ارائه می‌دهد. با وجود هشدار کارشناسان و نمایندگان، پرسش اصلی همچنان پابرجاست؛ آیا سیاست‌گذاران می‌توانند با شکستن انحصار زمین و بازنگری در سیاست‌های شهری، قفل بازار مسکن را بگشایند؟

هفته نامه اقتصادی چشم انداز بازار / سال دهم/ شماره ۴۷۰ / یکشنبه ۱۳ مهرماه ۱۴۰۴

خبر کوتاه

حمله پهپادی رژیم صهیونیستی به یک کشتی حمل گاز LPG

وزیر کشور پاکستان اعلام کرد که چند روز پیش رژیم‌صهیونی با پهپاد به یک کشتی حمل LPG حمله کرده است.

به گزارش خبرنگار مهر به نقل از NDTV، محسن نقوی، وزیر کشور پاکستان، در حساب کاربری خود در شبکه اجتماعی X توییت سابق، اعلام کرد که چند روز پیش رژیم صهیونی به یک کشتی حمل LPG که کاپیتان و ۲۳ نفر دیگر از خدمه آن پاکستانی بودند در ساحل یمن حمله کرده است.

این کشتی پیشتر توسط نیروهای مقاومت یمنی توقیف شده بود و در نزدیکی بندر رأس عیسی در این کشور قرار داشت.

به گفته وزیر کشور پاکستان حمله رژیم صهیونیستی به انفجار مخزن LPG در این کشتی منجر شد اما خدمه آن توانستند آتش سوزی آنرا مهار کنند و نیروهای انصار الله نیز سپس این کشتی را آزاد کردند.

به گفته نقوی، این کشتی هم اکنون از آبهای یمن خارج شده و در کنار ۲۴ خدمه پاکستانی ۲ خدمه دیگر آن اهل سرلانکا و یکی دیگر نیز اهل نیال بوده است. به گزارش مهر، از زمان آغاز جنگ در غزه نیروهای مقاومت یمن در حمایت از مردم این باریکه و فلسطین بارها با رژیم صهیونیستی درگیر شده و ضربات جدی به اقتصاد آن وارد کرده اند.

در پی تدابیر نیروهای انصار الله یمن تجارت خارجی صهیونیست‌ها تقریباً فلج شده و فعالیت بندار و فرودگاه‌های این رژیم هم تا حد زیادی مختل شده است.

سهم ۲۵ درصدی بافت‌های فرسوده از وام نهضت ملی مسکن اجرا نشد

مدیرعامل شرکت بازآفرینی شهری ایران گفت: براساس مصوبه شورای‌عالی مسکن مقرر شده تا ۲۵ درصد از وام‌های نهضت ملی مسکن به بافت‌های فرسوده تخصیص یابد که تاکنون عملیاتی نشده است.

به گزارش خبرگزاری مهر، عبدالرضا گلپایگانی مدیرعامل شرکت بازآفرینی شهری ایران با قدرانی از تلاش ادارات کل راه و شهرسازی در جذب اعتبار تأمین سرانه‌های خدماتی و بهسازی معابر از محل قیر، گفت: این فرآیند موجب افزایش صدور پروانه‌های ساختمانی در بافت‌های هدف بازآفرینی شهری شده و امیدواریم این روند در سال جاری تقویت شود.

وی با اشاره به اجرای بسته تشویقی نوسازی بافت‌های هدف بازآفرینی شهری در ۲۱۶ شهر کشور، بیان کرد: این مشقوها در نوسازی بافت‌های فرسوده اثرگذار بوده است. همچنین در شهرهایی که دارای بافت تاریخی هستند، در صورت محدود بودن اعتبارات معاونت شهرسازی و معماری وزارت راه و شهرسازی، شرکت بازآفرینی شهری ایران آمادگی دارد برای تأمین اعتبار تهیه طرح‌های ویژه حفاظت و احیای بافت‌های تاریخی اقدام کند.

گلپایگانی با اشاره به تسهیلات بافت‌های فرسوده گفت: متأسفانه در ارائه وام به حوزه بافت فرسوده مشکلاتی وجود دارد. برای رفع این مشکل پیشنهاد می‌شود در مکاتبه معاونت مسکن و ساختمان با بانک مرکزی، تسهیلات مسکن حمایتی به واحدهای واقع در بافت‌های فرسوده نیز اختصاص یابد.

معاون وزیر راه و شهرسازی با تأکید بر ضرورت اجرای مصوبه شورای‌عالی مسکن درباره تخصیص ۲۵ درصدی وام‌های نهضت ملی مسکن به بافت‌های فرسوده یادآور شد: در این شورا مقرر شده بود یک‌چهارم تسهیلات نهضت ملی به این‌ بخش اختصاص پیدا کند که تاکنون عملیاتی نشده است. اجرای این مصوبه می‌تواند محرکی جدی برای نوسازی و بازآفرینی واحدهای فرسوده باشد.

گلپایگانی در پایان از مدیران کل راه و شهرسازی خواست تا در استان‌های خود، پیگیر به روز کردن آمار صدور پروانه ساختمانی توسط شهرداری‌ها باشند.

افزایش ۱۱ هزار مگاوات ظرفیت تولید برق تا تابستان آینده

مدیرعامل توانیر گفت: برنامه‌ریزی صنعت برق برای تابستان ۱۴۰۵ شامل افزایش ظرفیت نیروگاه‌های تجدیدپذیر تا ۱۱ هزار مگاوات و توسعه بیش از ۳ هزار مگاوات ظرفیت غیرتجدیدپذیر است.

به گزارش خبرگزاری مهر به نقل از توانیر، مصطفی رجبی شهیدی مدیر عامل توانیر گفت: برنامه‌ریزی صنعت برق برای تابستان ۱۴۰۵ شامل افزایش ظرفیت نیروگاه‌های تجدیدپذیر در ۱۱ هزار مگاوات و توسعه بیش از ۳ هزار مگاوات ظرفیت غیرتجدیدپذیر است.

وی ادامه داد: همزمان با توسعه تولید، بیش از ۱۰ میلیون کنتور هوشمند نصب خواهد شد و احداث نیروگاه‌های جدید توسط صنایع انرژی‌بر در دستور کار قرار دارد.

وی تصریح کرد: در حوزه انتقال نیز توسعه ۱۰ هزار مگاوات آمپر پست و ۲۰۰۰ کیلومتر مدار خطوط فوق توزیع و انتقال پیش‌بینی شده است.

به گفته مدیرعامل توانیر، با اجرای این برنامه‌ها و ادامه روند مدیریت مصرف، رشد نیاز مصرف برای نخستین بار منفی خواهد شد و کشور بدون دغدغه ناترازی از اوج بار تابستان ۱۴۰۵ عبور خواهد کرد.

هنگام خونریزی بینی چه کنیم ؟



یک متخصص گفت: خونریزی بینی به دلیل خشکی هوا به خصوص در فصول سرد سال، شیوع بیشتری دارد.

غلامرضا باهوش، فوق تخصص خون کودکان و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران در خصوص خونریزی بینی در کودکان در برنامه مادر و کودک به گفت و گو پرداخت.

کارشناس برنامه بینی را یکی از مناطق پر خون بدن دانست که مملو از

شبهه‌های عروق خونی است که در نهایت به دیواره بینی می‌رسند. کودکان معمولاً به دلیل عدم مراقبت از خود و بازیگوشی که دارند، به علت‌های خیلی ساده، دچار خونریزی بینی می‌شوند.

او گفت: ۶۵ درصد کودکان بین ۶ تا ۱۰ سال، حداقل یک بار خونریزی بینی را تجربه می‌کنند.

باهوش افزود: خشکی بینی، شایع‌ترین علت خونریزی بینی است. اگر

ترشحات لیز کننده مخاط بینی خشک شوند، مخاط ترک برمی دارد و دسترسی به شبکه خونی بینی، راحت‌تر می‌شود و خونریزی اتفاق می‌افتد. خشکی هوا به خصوص در فصول سرد سال، شیوع بیشتری دارد.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران گفت: با توجه به این که در شهرهای آلوده میزان آلرژی زمینه‌ای بیشتری داریم، (بسیاری از افراد نیز دچار آلرژی ذاتی هستند)، یکی از تظاهرات آلرژی، رینیت آلرژیک (التهاب مخاط بینی است که منجر به ترشحات آبکی می‌شود)، التهاب و خشکی مخاط، و وجود شبکه پر خون در بینی است که دست به دست هم می‌دهند و خونریزی بینی را برای کودک ایجاد می‌کنند.

وی افزود: در فردی که مبتلا به رینیت آلرژیک است، در مخاط سینوس‌ها، التهاب وجود دارد که فرد را مستعد ابتلا به عفونت می‌کند. این نکته قابل توجه پزشکان است که گاهی عفونت‌ها همراه با علامت نیستند، به خصوص باکتری‌های گروه استافیلوکوک که بر روی مخاط بینی می‌نشینند که منجر به خونریزی بینی می‌شود.

کارشناس برنامه یادآور شد: یکی دیگر از علل رایج خونریزی بینی در کودکان، سوزش و خارش مخاط بینی است. در این هنگام، کودک انگشت خود را داخل بینی می‌کند که با توجه به التهاب موجود در مخاط بینی، منجر به خونریزی از بینی می‌شود. این عارضه نیز گاهی در خواب اتفاق می‌افتد.

او ادامه داد: ضربه به بینی، وارد کردن جسم خارجی به داخل بینی (توسط کودکان) و گاهی به شکل نادر، تومورهای خوش خیم و بدخیم سینوس‌ها از دیگر عوامل ایجاد خونریزی بینی در کودکان هستند.

باهوش افزود: گاهی به دلیل مصرف داروهایی مانند آسپرین، ایبوپروفن و یا مصرف داروهای ضد انعقاد، بیماری‌های خونریزی دهنده ارثی (هموفیلی) و یا حتی افزایش فشار خون نیز خونریزی بینی، مشاهده می‌شود.

این استاد دانشگاه به خانواده‌ها تاکید کرد: برفون را به عنوان داروی

انتخابی برای قطع تب کودک، انتخاب نکنند. تنها داروی انتخابی برای قطع تب کودک، استامینوفن با دوز مناسب است. عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران تاکید کرد: کودکانی که به دلیل خشکی بینی، دچار خونریزی بینی می‌شوند، باید داخل بینی را به طور مداوم با پمادهای چشمی ویتامین A چرب کنند.

وی همچنین مصرف غذاهای حاوی ویتامین C را کمک کننده دانست. این استاد دانشگاه یادآور شد: حفظ خونسردی و کنترل اعصاب در هنگام خونریزی بینی بسیار اهمیت دارد. این اتفاق در اکثر مواقع، خود محدود شونده است و به دلیل سیستم انعقادی موجود در بدن، خون ریزی کنترل می‌شود.

باهوش در پاسخ به این سوال که هنگام خونریزی بینی چه کنیم، گفت: نکته مهم این است که قسمت غضروف بینی را به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه محکم فشار دهیم و در این مدت، کودک از دهان نفس بکشد. (می‌توان تنها سوراخی را گرفت که خونریزی می‌دهد) پس از اتمام خونریزی، شست و شوی با سرم فیزیولوژی بینی توصیه می‌شود.

وی تاکید کرد: خونریزی‌هایی که بیش از نیم ساعت طول بکشند، نیاز به پیگیری بیشتر دارند.

کارشناس برنامه تاکید کرد: برخلاف عادت مرسوم، هنگام خونریزی بینی، سر را به عقب برنگردانید؛ زیرا در این صورت خون وارد معده شده و با تحریک معده باعث ایجاد حالت تهوع می‌شود.

وی گفت: با جلو و پایین نگه داشتن سر و نگه داشتن غضروف بینی، باعث بند آمدن و خارج شدن خون از بینی شوید.

این استاد دانشگاه یادآور شد: متأسفانه افراد شیدای هستند که از این باور غلط (در آوردن تول از بینی) استفاده می‌کنند و با انجام شعبده بازی، جسم خارجی را از بینی خارج می‌کنند.

او تاکید کرد افراد نباید به هیچ عنوان گول بخورند و دنبال این گونه تفکرات غلط نروند.

نکات مهم تغذیه‌ای برای مبتلایان به عفونت ادراری



غذایی به علت توانایی که در پیشگیری از عفونت مجاری ادراری دارند، در زمانی که مستعد ابتلا به عفونت هستند، توصیه می‌شود.

بنابر اعلام روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، حقیقیان در خاتمه خاطرنشان کرد: به طور کلی مصرف مواد غذایی غنی از آنتی‌اکسیدان‌ها، ویتامین‌ها و فیبر

دریافت اسیدهای چرب ترانس توصیه کرد که معمولاً در مواد غذایی فرآوری شده و آماده مثل کلوچه‌ها، کراکرها، سبب‌زمینی سرخ کرده، مواد غذایی فرآوری شده و مارگارین وجود دارد.

به گفته این استادیار دانشکده تغذیه، بیماران مذکور باید از مصرف قهوه و سایر محرک‌ها مانند الکل و تنباکو پرهیز کنند. وی افزود: داشتن حداقل ۳۰ دقیقه فعالیت بدنی مناسب پنج روز در هفته، مصرف روزانه مکمل ویتامین C از منابع غذایی آن، مصرف منابع غذایی اسید چرب امگا ۳ مثل روغن ماهی و دانه کتان به منظور کاهش التهاب از دیگر توصیه‌های مهم به بیماران دچار عفونت ادراری است. همچنین مصرف گرپ‌فروت یا آب آن به دلیل خاصیت ضدباکتری، ضد قارچ و فعالیت ضدویروسی در این افراد مفید است. همچنین نوشیدن چای سبز به علت خاصیت آنتی‌اکسیدانی، ضد سرطان و اثرات ایمنی توصیه می‌شود.

او با اشاره به این که کاهش دریافت چربی در رژیم غذایی باعث تحریک سیستم ایمنی می‌شود، اظهار کرد: به همین دلیل در زمان عفونت حاد، دریافت کم چربی پیشنهاد می‌شود.

یک بشقاب غذای سالم برای فرزاندمان

بچه‌ها باید از همه گروه‌های غذایی استفاده کنند، بنابراین آنها را برای خوردن غذای خاص مجبور نکنید. سعی کنید هوشمندانه از جایگزین‌های آنها استفاده کنید. هدف رساندن انرژی، پروتئین‌ها و موادغذایی موردنیاز روزانه به بدن است. در ادامه به میزان کالری مورد نیاز در سن‌های مختلف اشاره گذاری داریم. پادتان باشد، میزان فعالیت و وزن همه بچه‌ها یکسان نیست و باید از یک متخصص تغذیه برای این منظور مشورت بخواهید.

بشقاب غذای کودک

ظرف غذای کودک در یک وعده اصلی باید ترکیبی از این موادغذایی باشد.

غذاهای نشاسته‌ای مانند نان، برنج، سیب‌زمینی یا پاستا غذاهای پروتئینی مانند گوشت، ماهی، تخم‌مرغ یا لوبیا

یک ماده لبنی مانند پنیر یا ماست سبزیجات یا سالاد و یک واحد میوه

همچنین توصیه می‌کنیم:

مصرف شکر و جایگزین‌های شکر را محدود کنید.

به‌جای آب‌میوه به آنها میوه بدهید تا فیبر موردنیاز

بدنشان نیز تأمین شود. روزانه یک لیوان آب‌میوه کافی است.

به‌جای دادن پول به آنها چاشنت و تغذیه مدرسه‌شان را خودتان آماده کنید.

چربی‌های سالم را در رژیم غذایی‌شان قرار دهید. چربی‌های سالم اسیدهای چرب ضروری مانند امگا ۳ و امگا ۶ دارند که بدن آنها را نمی‌سازد و باید ازطریق غذا تأمین شود.

برای غذاهای ناسالم مانند فست‌فودها جایگزین سالم پیدا کنید.

مصرف نمک را کنترل کنید. غذاهای فرآوری شده و انواع خوراکی‌های بسته‌بندی نمک زیادی دارند.

بچه‌ها چه خوراکی بخورند؟



جای کارتان می‌لنگد، زیرا عادت‌های غذایی در آنها ساختنی هستند و می‌توان به ذائقه چشایی آنها سمت‌وسو داد. برای این منظور کافی است؛

همیشه غذاهای سالم و طبیعی در دسترسشان قرار دهید. از جمله‌های مثبت درباره غذاهای سالم استفاده کنید و

با لذت غذا بخورید.

عادت‌های غذایی خودتان را اصلاح کنید و مراقب خورد

و خوراکتان باشید.

از غذا برای تنبیه یا تشویق فرزندانتان استفاده نکنید.

آن‌ها را از غذایی منع نکنید، بلکه میزان دسترسی و

انتظارشان را برای مصرف کمتر کنید.

در انتخاب غذاهای سالم آنها را آزاد بگذارید.

برای صرف وعده‌های غذایی اصلی به‌ویژه صبحانه زمان بگذارید و خانوادگی غذا بخورید.

از فرزندانتان در تهیه غذا یا خوراک موردعلاقه‌شان کمک بگیرید.

مراقب اضافه‌وزن فرزندتان باشید.

اضافه‌وزن در بچه‌ها خطرناک است و می‌تواند زمینه چاقی در بزرگ‌سالی و ابتلا به بیماری‌های مزمن را در آنها

چندبرابر کند. اگر شاهد این مشکل در فرزندتان هستید، حتماً از یک متخصص تغذیه کمک بگیرید. همچنین لازم

است که تا هجده‌سالگی زیر نظر این متخصص باشند. افزون بر این باید چند نکته مهم دیگر را هم مدنظر داشته باشید. فعالیت بدنی روزانه آنها را دست‌کم به ۶۰ دقیقه در روز

برسانید.

آن‌ها را در یک‌رشته ورزشی ثبت‌نام کنید.

برای آخر هفته‌های خانواده تفریحات همراه با فعالیت بدنی برنامه‌ریزی کنید.

این امکان را فراهم کنید تا بچه‌ها مسیر مدرسه تا خانه را پیاده یا با دوچرخه طی کنند.

فرزندانتان را عادت بدهید شب‌ها پیش از ساعت ۱۰ بخوابند. ترشح هورمون‌های رشد و تثبیت و تقویت حافظه در این ساعت‌ها اتفاق می‌افتد.

اصول تغذیه سالم در کودکان

اصول تغذیه سالم در کودکان مانند بزرگ‌ترهاست. آنها نیز به همه گروه‌های غذایی متناسب با وزنشان نیاز دارند؛ انواع ویتامین‌ها، مواد معدنی، کربوهیدرات‌ها، پروتئین و

چربی، یعنی یک بشقاب سالم برای بچه‌ها باید هم دارای میوه‌ها و سبزیجات باشد و هم غلات کامل و پروتئین، البته در ۳ وعده‌غذایی اصلی و یک تا ۳ میان‌وعده در روز.



ذائقه چشایی فرزندانمان را از کودکی به مصرف خوراکی‌های طبیعی عادت بدهیم.

معصومه متین‌نژاد - شهرآرانیوز؛ در حال گشت‌وگذار در فضای مجازی هستم و مطالب مربوط به تغذیه کودکان را

زیوررو می‌کنم که دوستی از راه می‌رسد. متوجه موضوع گزارشم که می‌شود؛ انگار داغ دلش را تازه کرده باشم، سردرد دلش باز می‌شود: «نمی‌دانی هر روز با چه غذایی

آشپزی می‌کنم، مهارد لب به گوشت نمی‌زند از هر نوعی که باشد. این یعنی حذف کامل همه غذاهای خورشتی، کبابی و سوخاری و کنتلی. آش دوست ندارد و غذاهای پلویی را هم بخورونمیر می‌خورد. برای همین هفته‌ای شش روز را ماکارونی، لازانیا یا سیب‌زمینی سرخ‌کرده داریم.» موضوعی که این روزها به یکی از چالش‌های جدی پدر و مادرها، به‌ویژه والدین جوان هم تبدیل شده است.

بچه‌هایی که اشتهایی برای غذا خوردن ندارند، بسیار بدغذا هستند، هرچه می‌خورند، سیرمانی ندارند یا عادت‌هایی

مانند نخوردن صبحانه دارند. آن‌قدر که همه انرژی و توان ما را می‌گیرند، همه این‌ها هم در حالی است که این فاصله زمانی، یعنی از بدو تولد تا آغاز جوانی، مهم‌ترین سال‌های تغذیه‌ای بدن محسوب می‌شود و ما تأثیرش را حتی در کهن‌سالی نیز می‌بینیم. موضوعی که آن را با دکتر سارا

نکاتی درباره سرطان ریه



به گفته متخصصان سلامت، داشتن رژیم غذایی سالم، ورزش کردن منظم و انجام فعالیت‌هایی در جهت کاهش استرس می‌تواند به بیماران در مقابله با عوارض منفی روند درمان سرطان و همچنین پیامدهای خود بیماری کمک کند

به گزارش ایسنا، در حقیقت، درمان‌های مختلف سرطان زمانی بهتر عمل می‌کنند که بیمار رژیم غذایی خود را تغییر دهد، بیشتر ورزش کند و عادت‌های بدی مانند سیگار کشیدن را ترک نماید.

اگر بیمار مبتلا به سرطان هستید، یک سبک زندگی سالم می‌تواند به شما کمک کند تا تناسب جسمی خود را در طول درمان و بعد از آن حفظ کنید. تحقیقات نشان می‌دهد که غذای خوب خوردن، فعال بودن و انجام سایر فعالیت‌های سالم می‌تواند کیفیت زندگی شما را در حین درمان بهبود بخشد.

یکی از متخصصان در این باره گفت: به عهده گرفتن مسئولیت سلامتی خود با ایجاد عادات سالم، شما را قادر می‌سازد تا درمان خود و هر گونه عوارض جانبی بالقوه را

بهتر مدیریت کنید. برای برخی از افراد مبتلا به سرطان ریه، درمان ممکن است بتواند سرطان را ریشه کن یا حذف کند و تکمیل درمان می‌تواند استرس‌زا و هیجان‌انگیز باشد زیرا ممکن است از تکمیل درمان نتیجه مطلوب بگیرند اما برایشان مشکل است که نگران رشد یا بازگشت سرطان نباشند. این حالت برای افرادی که سرطان خود را درمان کرده اند، بسیار رایج است. سرطان ریه ممکن است هرگز به طور کامل ناپدید نشود و برخی افراد ممکن است به طور منظم شیمی درمانی، پرتودرمانی یا سایر درمان‌ها را برای کنترل سرطان خود دریافت کنند.

روش‌های حفظ یک سبک زندگی سالم در طول و بعد از درمان

حفظ یک سبک زندگی سالم در طول و بعد از درمان سرطان ریه می‌تواند کیفیت زندگی بیمار را بهبود بخشد. کشف اینکه یک فرد مبتلا به سرطان ریه است ممکن است باعث تغییر در نحوه نگرش و مدیریت وی نسبت به سلامتی خود شود در حالی که دیگران نیز پذیرش عادات سالم جدید را چالش برانگیز می‌دانند.

در ادامه به نقل از هندوستان تایمز به چند نکته در این زمینه خواهیم پرداخت.

• سیگار را ترک کنید: حتی اگر از قبل می‌دانید که سرطان ریه دارید، ترک سیگار به حفظ فشار خون و ضربان قلب شما کمک می‌کند.

• مواد غذایی مغذی بخورید: اولویت شماره یک باید بر حفظ یک رژیم غذایی سالم برای بیماران مبتلا به سرطان باشد. یک متخصص در این زمینه توصیه کرده است:

مصرف غذاهای مناسب به شما کمک می‌کند تا احساس بهتری داشته باشید، قدرت خود را حفظ کنید و با عفونت‌ها مبارزه کنید.

• وعده‌های غذایی کوچک را جایگزین وعده‌های غذایی بزرگ کنید: به جای خوردن سه وعده غذایی بزرگ و پرچجم در سه نوبت، چندین وعده غذایی کوچک هر سه یا چهار ساعت مصرف کنید. هر روزه بخش‌های کوچکی از غذاهای پرکالری مانند آجیل، پنیر و کره بادام زمینی مصرف کنید. همچنین از غذاهای غنی از آهن مانند گوشت قرمز بدون چربی، برنج قهوه ای، نان سبوس دار و کره بادام زمینی استفاده کنید. به یاد داشته باشید که قبل از تغییر رژیم غذایی با پزشک خود مشورت کنید.

• تحرک داشته باشید: ورزش کردن منظم می‌تواند به کاهش خستگی، بهبود خلق و خو و حفظ وزن سالم بدن کمک کند. حتی مقدار کمی ورزش مانند پیاده روی یا انجام برخی حرکات کششی سبک برای سلامتی شما مفید است.

• یک سیستم حمایتی داشته باشید: علاوه بر سلامت جسمانی، حفظ سلامت روانی و عاطفی شما بسیار مهم است. صحبت کردن با یک مشاور یا سایر افرادی که با سرطان مبارزه می‌کنند و می‌توانند با احساسات شما ارتباط برقرار کنند، در این زمینه مفید است.

• درمان خود را مدیریت کنید: با افرادی که در درمان سرطان به شما کمک می‌کنند، یک خط ارتباطی باز داشته باشید، قرار ملاقات‌های خود را تنظیم کنید و به علامت و عوارض جانبی خود توجه دقیق داشته باشید.

کودکان را در معرض اخبار ناگوار قرار ندهید



وقتی بچه‌ها کارهای روزمره را به روال سابق انجام دهند از شدت تاثیر اخبار بد کاسته می‌شود. ماهورام با اشاره به این که با بالاتر رفتن سن کودک خواه ناخواه توسط ابزاری که کودک در اختیار دارد از خبرها و اتفاقات ناراحت کننده مطلع می‌شود، ادامه داد: با بالا رفتن سن کودکان به دلیل تکامل مغزی که در نوجوانی در حال شکل گیری است، نوجوانان بیشتر به

سمت خبرها سوق داده شوند. ماهورام تاکید کرد: نوجوانان را با منابع خبری معتبر آشنا کنید و بر منابع رسانه‌ای که نوجوان اخبار را دریافت می‌کند نظارت داشته باشید. محدودیت‌های سنی و هشدارهایی در رسانه‌های معتبر قید می‌شود که لازم است والدین ضمن نظارت بر نحوه رصد اخبار توسط فرزند خود، اجازه مشاهده این تصاویر و اخبار را به او ندهند.

می‌کنند که گویا این اتفاق ناگوار برای او یا اعضای خانواده رخ داده است.

وی ادامه داد: اخبار و اتفاق‌های ناگوار به شدت کودکان را هراسان می‌کند.

فوق تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان گفت: اگر کودکان به هر شکل یا دلیلی با اخبار ناگوار و خشن مواجه شدند، گام اول این است که این اطمینان خاطر به کودک داده شود که قرار نیست این رخداد ناگوار لزوماً برای او یا خانواده رخ دهد.

وی با بیان این‌که والدین باید کودک را مطمئن کنند که از او در هر شرایط و موقعیتی مراقبت می‌کنند، عنوان کرد: اگر فرزند شما احساس ترس، غم و ناامیدی دارد این حس او را کوچک ندانید، احساسات کودکان مهم هستند و باید والدین آن را معتبر بدانند.

ایجاد زمینه گفت‌وگو با کودک و نوجوان در زمان وقایع ناگوار و خبرهای ناراحت کننده، راهکار مناسبی برای بهبود شرایط و مراقبت از روان اعضای خانواده است که این عضو هیئت علمی دانشگاه به آن اشاره کرد.

وی گفت: کودکان باید احساسی که به

فوق تخصص روانپزشکی کودک و نوجوان دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی با بیان اینکه باید برای احساسات کودکان اعتبار قابل شد، هشدار داد: کودکان را در معرض اخبار خصوصاً

اخبار بد و ناگوار قرار ندهید.

به گزارش ایسنا، دکتر امین ماهورام با اشاره به این‌که برای محافظت از روان کودکان در برابر اخبار ناخوشایند باید ابتدا به رده سنی کودک توجه داشته باشید، اظهار کرد: تفاوت زیادی بین رفتار و برداشت از موقعیت‌ها بین یک کودک و یک نوجوان در بحران‌ها وجود دارد.

بنابر اعلام روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، وی افزود: والدین برای محافظت از روان کودک در برابر آسیب‌های محیطی باید سن و تکامل ذهنی کودک را در نظر داشته باشند.

این عضو هیئت علمی دانشگاه با اشاره به این‌که کودکی که کمتر از ۱۰ سال سن دارد اگر در معرض اخبار ناخوشایند قرار گیرد، بیش از سایرین تحت تاثیر قرار خواهد گرفت، ادامه داد: این کودکان خود را در موقعیتی تصور



تاکتون چند بار برای خود یا فرزندان از داروهای بدون نسخه برای درمان تب، سرماخوردگی یا آنفلوآنزا استفاده کرده‌اید؟ مطالعات نشان می‌دهد که در بسیاری از

کشورها مصرف خودسرانه داروهای آنتی بیوتیک افزایش چشمگیر یافته که در یک دوره زمانی می‌تواند به عواقب ناخوشایندی منجر شود.

به گزارش ایسنا، با وجود اینکه آنتی بیوتیک‌ها داروهای تجویزی هستند، معمولاً در داروخانه‌ها بدون نسخه در دسترس هستند. هنگامیکه برای مدت زمان طولانی در مصرف داروهای آنتی بیوتیک افراط شود،

مقاومت آنتی بیوتیکی ایجاد می‌شود. هند یکی از کشورهایی است که بالاترین میزان مقاومت ضد میکروبی را در سراسر جهان دارد.

مقاومت آنتی بیوتیکی زمانی رخ می‌دهد که باکتری در واکنش به مصرف این داروها تغییر کند. طبق اعلام سازمان جهانی بهداشت (WHO)، درمان عفونت‌هایی مانند ذات‌الریه، سل، سوزاک و سالمونلوز سخت‌تر می‌شود زیرا آنتی‌بیوتیک‌های مورد استفاده برای درمان آنها اثربخشی خود را تا حدودی از دست داده‌اند.

به گفته پزشکان هندی، آنتی بیوتیک‌ها

«شکاف سنی» بین اندام‌ها و بدن فرد چیست؟



تحقیقات جدید نشان می‌دهد که همه اعضای بدن لزوماً به طور هماهنگ پیر نمی‌شوند و برخی اندام‌ها سریع‌تر از بقیه به سمت خط پایان پیش می‌روند؛ موضوعی که می‌تواند یک نگرانی قابل‌توجه برای سلامتی به شمار رود.

به گزارش ایسنا به نقل از ایندپندنت، دانشمندان دانشکده پزشکی «استنفورد» دریافتند از هر پنج بزرگسال بالای ۵۰ سال، یک نفر مستعد ابتلا به این ویژگی کالبدشناختی است و به‌مراتب سریع‌تر پیر می‌شود.

آنها در این پژوهش اشاره کردند خطر نارسایی قلبی در افرادی که پیری قلبی شتاب‌گیرنده دارند، ۲۵۰ برابر بیشتر است.

«نیویورک پست» گزارش می‌دهد که این متخصصان دریافتند شتاب پیری مغز و پیری عروق حاکی از پیشرفت آلزایمر و پیری پرشتاب کلیه‌ها به دیابت و فشار خون بالا مرتبط است.

جالب اینجا است که یک آزمایش خون ساده علامت هشداردهنده اولیه را برای افراد در معرض خطر آشکار می‌کند. در این آزمایش برای تعیین احتمال این شتاب از چندین پروتئین تجزیه و تحلیل عمیق و مبتنی بر یادگیری ماشینی به عمل می‌آید. متخصصان بر اساس این داده‌ها، اصطلاح «شکاف سنی» بین اندام‌ها و بدن فرد به عنوان یک کل را ایجاد کردند.

«تونی وبس—کوی» نویسنده ارشد این مطالعه، گفت: می‌توانیم سن زیستی یک اندام را در فردی به‌ظاهر سالم تخمین بزنیم. این به نوبه خود خطر ابتلا به بیماری مربوط به آن اندام را هم پیش‌بینی می‌کند. این گروه با مطالعه بیماری ۱۱ اندام مهم و بخش‌های مرتبط با آناتومی آن در ۵۶۷۸ بیمار به آمار تکان‌دهنده یک در پنج رسیدند.

ویس کوی گفت: ما دریافتیم که این افراد آبا سن اندام بالا در ۱۵ سال آینده برای ابتلا به بیماری در آن عضو خاص بیشتر در معرض خطرند.

متخصصان امیدوارند این آزمایش خون پیش از آنکه آسیب موجود درمان‌ناپذیر شود، بتواند آن را مشخص کند. ویس کوی اظهار کرد: این یعنی با نظارت بر سلامت اندام‌های خاص در افراد به‌ظاهر سالم، ممکن است بتوانیم اندام‌های متاثر از پیری شتاب‌گیرنده را بباییم و ممکن است بتوانیم پیش از ابتلای این اندام‌ها به بیماری، آنها را مداوا کنیم.

زمانی که بحث پیری و بالا رفتن سن به میان می‌آید، بهتر است به جای کمیت به کیفیت زندگی فکر کنیم و با استفاده از راهکارهایی کیفیت زندگی را ارتقاء دهیم. متخصصان معتقدند در کنار فعالیت فیزیکی و خوردن غذای سالم، فعال نگه داشتن ذهن و تقویت روابط اجتماعی، مراقبت از سلامت چشم، گوش و سلامت کلی بدن نیز در بهبود این کیفیت تمرکز است.

زمان یائسگی می‌تواند در تحلیل عضلات زنان تأثیرگذار باشد

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد زنانی که زودتر وارد یائسگی می‌شوند ممکن است در سنین بالا در معرض خطر از دست دادن عضلات قرار بگیرند. به گزارش خبرنگار مهر به نقل از هلث دی نیوز، برعکس، هر چه دوره باروری زنان طولانی‌تر باشد، خطر کاهش توده عضلانی که با قدرت گرفتن چیزی در دست اندازه‌گیری می‌شود، کمتر می‌شود.

دکتر «استفانی فلوپیون»، مدیر پزشکی انجمن یائسگی می‌گوید: «این مطالعه نشان داد که دوره باروری طولانی‌تر و سن دیرتر در یائسگی با خطر کمتر کاهش قدرت دست در زنان یائسه مرتبط است.» او در بیانیه خبری افزود: «این یافته ممکن است به اثرات مفید استروژن بر عضلات اسکلتی مربوط باشد.» به گفته محققان، پیش‌بینی می‌شود تا سال ۲۰۴۵ بیش از ۷۰ درصد از افراد بالای ۶۵ سال تحت تأثیر سارکوپنی قرار گیرند؛ سارکوپنی، کاهش توده عضلانی و عملکرد است که به عنوان بخشی از روند پیری رخ می‌دهد.

طول عمر باروری یک زن - زمان بین شروع و پایان دوره‌های عادت ماهیانه‌او- بر روند پیری او تأثیر می‌گذارد.

مطالعه جدید بیش از ۲۳۰۰ زن کره‌ای یائسه را بین سنین ۴۵ تا ۷۵ سال مورد ارزیابی قرار داد و قدرت دست آنها را آزمایش کرد که یکی از رایج‌ترین راه‌ها برای بررسی از دست دادن عضلات است.

محققان دریافتند که سن یائسگی با کاهش قدرت در دست گرفتن اشیاء مرتبط است، اما نه با سن شروع قاعدگی.

محققان خاطرنشان کردند که این نتایج می‌تواند برای زنان سایر نژادها متفاوت باشد، زیرا زنان آسیایی معمولاً کمتر سارکوپنی را تجربه می‌کنند.



نشانه‌های حمله قلبی در مردان

حمله قلبی زمانی رخ می‌دهد که جریان خون به قلب مسدود می‌شود و دلیل آن، لخته شدن خون در عروق کرونر است که خون را به قلب می‌رسانند.

به گزارش ایسنا به نقل از «وری‌ول هلت»، در حالی که هر دو گروه زنان و مردان دچار حمله قلبی می‌شوند، این عارضه در مردان شایع‌تر است.

با آگاهی داشتن از نشانه‌های حمله قلبی در مردان می‌توانید در صورت وقوع خطر به موقع با اورژانس تماس بگیرید.

مردان اغلب با احساس ناراحتی در قفسه سینه، درد بالای بدن، تنگی نفس یا عرق سرد مواجه می‌شوند که البته زنان را هم تحت تاثیر قرار می‌دهد.اما علاوه بر این‌ها مردان نشانه‌هایی دارند که با زنان متفاوت است.

نشانه‌های حمله قلبی در مردان عبارت‌انداز:

- فشار قفسه سینه، درد یا ناراحتی که در مرکز قفسه سینه رخ می‌دهد.این فشار و ناراحتی بیش از چند دقیقه طول می‌کشد یا طلی یک چرخه فروکش می‌کند و سپس دوباره بیشتر می‌شود.

-سرگیجه

- آریتمی یا ضرایب قلب سریع یا نامنظم

- تنگی نفس بدون ناراحتی قفسه سینه یا همراه با ناراحتی

- درد، سفتی یا بی‌حسی در ناحیه بالای کمر مانند یک یا هر دو بازو، پشت، گردن، فک یا معده همچنین علامت‌هایی مانند درد در بازوی چپ، عرق سرد ریختن و ناراحتی معده یا سوءهاضمه در حمله قلبی مردان شایع است.

حمله قلبی خاموش

به گزارش ایندپیندنت، همه حملات قلبی نشانه‌های یکسانی ایجاد نمی‌کنند. برخی حملات قلبی نسبت به حمله قلبی شایع، درد کمتر یا اثرات جزئی‌تری ایجاد می‌کنند

حمله‌های قلبی که درد شدید قفسه سینه رایج ایجاد نمی‌کنند موارد زیر را شامل می‌شوند:

حمله قلبی با آنفارکتوس میوکارد: این وضعیت زمانی اتفاق می‌افتد که جریان خون در یکی از عروق کرونر اصلی تا حدی مسدود شود. این حمله قلبی کوچک، انتقال خون حاوی اکسیژن به عضله قلب را محدود می‌کند اما معمولا باعث آسیب شدید قلب نمی‌شود.

حمله قلبی با آنفارکتوس میوکارد خاموش: در برخی موارد حمله قلبی با علامت‌های ناشناخته یا بدون هیچ علامتی رخ می‌دهد. این حمله قلبی خاموش نامیده می‌شود و بین ۲۰ تا ۵۰ درصد از حمله‌های قلبی را تشکیل می‌دهد.

علامت‌های حمله قلبی در برخی موارد ممکن است نادیده گرفته شوند یا با شرایط دیگر اشتباه گرفته شوند حتی اگر لخته خون در شریان‌ها به خودی خود حل شوند، بازهم می‌توانند آسیب جبران‌ناپذیری ایجاد کنند و خطر حمله قلبی شایع را افزایش دهند.

در صورت مشاهده هر کدام از این نشانه‌ها حتما با پزشک یا متخصص مربوط به مراقبت‌های پزشکی تماس بگیرید.

ضعف یا خستگی طولانی مدت

تنگی نفس

احساس ناراحتی عمومی

تعریق بی‌دلیل

حالت تهوع یا استفراغ

حالت سبکی در سر یا سر گیجه

درد خفیف در گلو یا قفسه سینه

درد در پشت یا بازوها، شبیه به رگ‌بهرگ شدن یا کشیده شدن عضلات

اثر بخشی ورزش بر لاغری

صبح بیشتر است یا عصر؟

نتایج یک مطالعه نشان می‌دهد ورزش صبحگاهی در کاهش وزن بیشترین اثر را دارد. افرادی که این زمان ورزش می‌کنند در مقایسه با افرادی که در ساعات دیگر روز ورزش می‌کنند شاخص توده بدنی و سایز دور کمر کمتری دارند.

به گزارش ایسنا، علیرغم تلاش‌های قابل توجه برای ترویج سبک زندگی سالم، نرخ اضافه وزن و چاقی در سراسر جهان در حال افزایش است و چاقی در حال حاضر به عنوان یک بیماری همه‌گیر در نظر گرفته می‌شود. اگرچه مداخله رژیم غذایی موثرترین مداخله سبک زندگی برای کاهش وزن است، اما ورزش نقش مهمی در مدیریت وزن دارد و حجم بالای ورزش (بیش از ۲۵۰ دقیقه در هفته) برای کاهش وزن بالینی قابل توجه به افراد توصیه می‌شود.

صبح و عصر پنجره‌های کلیدی فرصت برای ترکیب ورزش هستند. شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد ورزش در زمان معین هر روز برای نگهداری طولانی مدت کاهش وزن مهم است.

سیستم شبانه‌روزی تقیم مهمی در تنظیم چندین فرآیند فیزیولوژیکی ایفا می‌کند که بر اشتها، چرخه خواب و بیداری و عملکرد ورزش تأثیر می‌گذارد؛ بنابراین، منطقی است که پیشنهاد کنیم که پاسخ‌های فیزیولوژیکی به ورزش می‌تواند در صبح در مقایسه با عصر متفاوت باشد. در مطالعات مشخص شده است کسانی که به طور تصادفی در تمرین صبحگاهی قرار می‌گیرند، به‌طور قابل توجهی وزن بیشتری نسبت به کسانی که به‌طور تصادفی تمرین عصر گاهی دارند، از دست می‌دهند. بنابراین ورزش صبحگاهی در کاهش وزن بیشترین اثر را دارد. این افراد در مقایسه با افرادی که در ساعت دیگر روز ورزش می‌کنند شاخص توده بدنی و سایز دور کمر کمتری دارند. بنابر اعلام دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، گرچه بهترین زمان ورزش کردن هنوز شناخته نشده است اما شواهد جدید حاکی از آن است که ورزش کردن بین ساعت ۷ تا ۹ صبح بهترین تاثیر را برای کاهش وزن افراد دارد.

کمبود ویتامینی که اغلب نادیده گرفته می‌شود



این ویتامین یک فرآیند پیچیده چند مرحله‌ای است که از دهان شروع می‌شود و در انتهای روده کوچک پایان می‌گیرد. هنگام جویدن، ماده غذایی با بزاق دهان ترکیب می‌شود. هنگامی که غذا بلعیده می‌شود، ماده‌ای در بزاق موسوم به پروتئین R «پروتئینی که از تخریب ویتامین B۱۲در معده محافظت میکند» همراه با غذا وارد معده می‌شود.

سلول‌های خاصی در جداره معده دو ماده ترشح می‌کنند که برای جذب ویتامین B۱۲ مهم هستند. یکی اسید معده است که مواد غذایی و B۱۲ را از هم جدا کرده و به ویتامین اجازه می‌دهد به پروتئین R متصل شود. ماده دیگری که فاکتور داخلی نام دارد با محتویات معده ترکیب شده و همراه آنها وارد قسمت اول روده کوچک می‌شود. پس از آن، شیره پانکراس، B۱۲ را از پروتئین R آزاد می‌کند و آن را در اختیار فاکتور داخلی قرار میدهد. این ترکیب به ویتامین B۱۲ اجازه می‌دهد تا در سلول‌ها جذب شود و به حفظ سلول‌های عصبی و تشکیل گلبول‌های قرمز سالم کمک کند. کمبود ویتامین B۱۲معمولا شامل اختلال در یک یا چند مرحله از مسیر جذب است.

عوامل خطر برای کمبودB۱۲

بدون بزاق، B۱۲ به پروتئین R بزاق متصل نمی‌شود و توانایی بدن در جذب آن تحت تاثیر قرار می‌گیرد. صدها داری مختلف وجود دارد که می‌تواند باعث خشکی دهان شود و در نتیجه بزاق بسیار کمی تولید شود. این داروها شامل داروهای استنشاقی، ضد احتقان، داروهای ضد افسردگی، داروهای فشار خون و بنزدوبازین‌ها مانند زاناکس می‌شود که برای

دکتر متیو واکر، «نویسنده این مطالعه و از محققان دانشگاه کالیفرنیا». گفت: امیدواریم یافته‌های ما به اطلاع رسانی بیشتر و بهینه سازی هوشیاری کمک کند. این موضوع به ویژه در زمینه آموزش که هوشیار بودن برای کسب دانش در کلاس درس ضروری است، بسیار مهم است. در اینجانبان نتایج ما نشان می‌دهد که تغییر ساعت آغاز کلاس‌های درس و اجتناب از صبحانه با شاخص گلیسمی بالا ممکن است منجر به هوشیاری مطلوب هنگام صبح شود.

اختلال در هوشیاری و عوامل خطر
اینرسی خواب (Sleep inertia) به مرحله‌ای از اختلال در هوشیاری و عملکرد اشاره دارد که بین خواب و بیداری رخ می‌دهد و می‌تواند بین چند دقیقه تا چند ساعت پس از بیدار شدن ادامه پیدا کند. اگرچه این یک پدیده رایج است اما می‌تواند تاثیر عمیقی بر بهره وری و ایمنی افراد داشته باشد. به طور خاص، اینرسی خواب می‌تواند بر سطح ایمنی کارگران در مشاغل خطرناک تاثیر بگذارد یا

تصمیم‌گیری کارکنان بخش خدمات اضطراری از جمله کادر درمان و آتش نشانان را مختل کند که در نتیجه می‌تواند ایمنی دیگران را تحت تاثیر قرار دهد.

علاوه بر این کاهش سطح هوشیاری در طول روز به دلیل خواب ناکافی با کاهش بهره وری و افزایش خطر تصادفات رانندگی همراه است. هرچند، شواهد علمی کافی در مورد عوامل موثر بر سطح هوشیاری پس از بیدار شدن از خواب وجود ندارد.

در این بررسی، محققان عوامل مرتبط با تغییرات روزانه در سطح هوشیاری صبحگاهی را ارزیابی کردند. آنها تاثیر خواب شب قبل، فعالیت بدنی در روز قبل، ترکیب غذایی صبحانه و سطح قند خون بعد از صبحانه را بر هوشیاری صبحگاهی ارزیابی کردند.

محققان در بررسی انجام شده ارتباطی بین مدت زمان خواب و زمان خواب با سطح هوشیاری صبحگاهی پیدا کردند. به‌طور خاص، زمانی که یک فرد بیشتر از حد معمول بخوابد یا دیرتر از زمان معمول خود از خواب بیدار شود،

روزانه چقدر مایعات بنوشیم؟



از مواد غذایی را مصرف کرد و ادعا کرد که چون نوشابه رژیمی مصرف می‌شود، چاقی را به دنبال نخواهد داشت. بنابر این باید توجه داشت که جایگزین کردن نوشابه‌های رژیمی انتخاب مناسبی برای پیشگیری و کنترل چاقی نیست. - افرادی که فعالیت بدنی شدید داشته یا در معرض آب و هوای گرم قرار دارند، باید مایعات بیشتری مصرف کنند.

- بر مصرف مایعات، به ویژه در سنین بالای ۵۵ سال نیز تاکید می‌شود. در افراد مسن، مصرف روزانه حداقل شش لیوان مایعات برای تأمین آب بدن ضروری است. زیرا این افراد علی‌رغم نیاز واقعی به مایعات، کمتر احساس تشنگی می‌کنند و به همین دلیل بیشتر مستعد کم آبی بدن و یبوست هستند. - به‌طور کلی آب بهترین نوشیدنی است و باید بخش اعظم مایعات دریافتی ما را تشکیل دهد. نوشابه‌ها، شربت‌ها و آبمیوه‌های صنعتی، شکر بسیار زیاد و ویتامین و املاح معدنی بسیار کمی دارند. به عبارت دیگر مقدار انرژی بالایی داشته و در عین حال، به ندرت حاوی مواد مغذی هستند. چای و قهوه نیز می‌توانند تأمین‌کننده بخشی از مایعات بدن باشند، اما

بیشتر احتمال دارد که صبح روز بعد سطح بالاتری از هوشیاری را نشان دهد.

همچنین نتایج بررسی‌ها حاکی از آن است سطح بالاتر فعالیت بدنی در روز قبل با افزایش سطح هوشیاری صبحگاهی همراه بود. هرچند، سطح فعالیت بدنی طی ساعاتی از روز با سطح هوشیاری صبحگاهی رابطه مثبت داشت و فعالیت بدنی در طول شب با هوشیاری کمتر صبحگاهی همراه بود.

سپس محققان تاثیر ترکیب درشت مغذی‌ها در وعده صبحانه را بر سطح هوشیاری صبحگاهی بررسی کردند. شرکت کنندگان صبحانه‌های استاندارد منطبق با کالری را که دارای ترکیبات غذایی متفاوت بود از جمله خوراکی‌های حاوی کربوهیدرات، پروتئین و فیبر بالا را دریافت کردند.

به گزارش میدیکال نیوز تودی، محققان مشاهده کردند: مصرف یک صبحانه حاوی کربوهیدرات بالا با سطح بالاتری از هوشیاری صبحگاهی همراه بود. در مقابل، صبحانه حاوی پروتئین بالا با سطح هوشیاری کمتری مرتبط بود.

به عبارت دیگر نمی‌توان هر نوع و هر مقدار

خبر کوتاه

واکسنی که عمر مبتلایان به سرطان مغز را افزایش می دهد

نتایج یک آزمایش جهانی توسط یک پروفیسور ایرانی نشان می دهد که اولین واکسن جهان برای درمان یکی از انواع سرطان توسعه یافته است. نتایج یک آزمایش جهانی که از سال ۲۰۰۷ توسط یک پروفیسور ایرانی به نام «کیومرث اشکان» و همکارانش در جریان بود، نشان می دهد اولین واکسن جهان که برای درمان یکی از کشنده ترین انواع سرطان مغز، گلیوبلاستوما توسعه یافته است، می تواند عمر مبتلایان به این بیماری را افزایش دهد. افراد مبتلا به این بیماری تنها ۱۲ تا ۱۸ ماه پس از تشخیص یا حتی مدت زمان کمتری زنده خواهند بود. اما طبق یک پژوهش بین المللی بلندمدت با ۳۳۱ مشارکت کننده، واکسن جدید DCVax می تواند طول عمر این افراد را افزایش دهد. کیومرث اشکان، جراح مغز و اعصاب ایرانی بیمارستان کینگز کالج لندن می گوید این واکسن با ترکیب پروتئین های تومور خود بیمار با گلبول های سفید خون تولید می شود. این واکسن در آزمایش ها توانسته مدت زمان زندگی یکی از مبتلایان را ۸ سال افزایش دهد.

اثرات داروهای دیابت بر بیماری ام اس

طبق تحقیق دانشمندان، داروهای درمان دیابت خطر ابتلا به بیماری ام اس را افزایش می دهند. مطالعه جدید محققان دانشگاه آریزونا نشان داد که افراد بالای ۴۵ سال و به ویژه زنان که دیابت نوع ۲ آنها با داروهای ضدهایپر گلیسمی درمان شده بود، با افزایش خطر ابتلا به بیماری ام اس روبرو بودند؛ اما قرار گرفتن در معرض داروهای ضدهایپر گلیسمی در افراد کمتر از ۴۵ سال این خطر را کاهش داد. کاتلین راجرز محقق ارشد، در این باره گفت: یافته های ما نیاز به یک رویکرد پزشکی دقیق برای پیشگیری از ام اس در این جمعیت های آسیب پذیر را تقویت می کنند. بیماری ام اس، یک اختلال عصبی خودایمنی غیر قابل پیش بینی است که بر سیستم عصبی مرکزی تأثیر می گذارد و منجر به ناتوانی شدید جسمی و شناختی می شود. تخمین زده می شود که بیش از ۲.۸ میلیون نفر در سراسر جهان با ام اس زندگی می کنند. برای افراد مبتلا به دیابت نوع ۲، شواهد فزاینده ای وجود دارد که بین اختلالات متابولیک و ام اس از طریق یک محرک مشترک افزایش خودایمنی ارتباط وجود دارد. این موضوع تأثیر درمان های ضدهایپر گلیسمی مورد استفاده برای درمان دیابت نوع ۲ از جمله انسولین، را بر بروز ام اس زیر سوال می برد. دکتر راجرز گفت: تحقیقات قبلی اثر محافظت عصبی داروهای ضدهایپر گلیسمی را در بیماری آلزایمر و سایر زوال عقل های مرتبط نشان داده است. در مورد ام اس، ما می خواستیم تفاوت های سنی و جنسیتی، به ویژه بین مردان و زنان زیر ۴۵ سال مبتلا به دیابت نوع ۲ را بیشتر بررسی کنیم. آنها دریافتند که مردان بالای ۴۵ سال افزایش اندکی در خطر ام اس دارند و زنان بالای ۴۵ سال افزایش قابل توجهی در بروز ام اس پس از قرار گرفتن در معرض ضدهایپر گلیسمی نشان دادند. علاوه بر تفاوت های سنی، تجزیه و تحلیل خطر بر اساس گروه دارویی نشان داد که قرار گرفتن در معرض انسولین در بیماران بالای ۴۵ سال با افزایش خطر بیشتری در مقایسه با سایر درمان ها همراه بود. در بیماران کمتر از ۴۵ سال، قرار گرفتن در معرض ضدهایپر گلیسمی از ابتلا به ام اس محافظت می کند.

توصیه ای برای کند ساختن روند تحلیل حافظه

نتایج یک مطالعه نشان می دهد: مصرف روزانه یک وعده سبزیجات برگه ای و تیره رنگ می تواند روند تحلیل رفتن حافظه را کند سازد. به گزارش ایسنا، نتایج مطالعه ای که روز گذشته (سه شنبه) منتشر شد، نشان می دهد: افرادی که از غذاهای حاوی فلاونول مصرف می کنند، ممکن است در سنین بالا با سرعت کمتری روند تحلیل رفتن حافظه را طی کنند. فلاونول ها در برخی انواع میوه و سبزیجات از جمله کلم پیچ، گوجه فرنگی، سیب و پرتقال یافت می شود. یافته های این مطالعه در مجله آکادمی نورولوژی آمریکا منتشر شد. دکتر توماس ام هالاند، نویسنده ارشد این مطالعه گفت: انجام اقدامات ساده مانند مصرف میزان بیشتری از میوه و سبزیجات و نوشیدن جای بیشتر راهی آسان برای افراد است تا نقش فعالی در حفظ سلامت مغز خود داشته باشند. دراین بررسی مشاهده شد: میزان زوال شناختی در افرادی که بالاترین سطح فلاونول را مصرف میکنند یعنی روزانه یک وعده سبزیجات دارای برگ های تیره در رژیم غذایی شان گنجانده شده است در مقایسه با افرادی که پایین ترین سطح مصرف فلاونول ها را داشتند، ۳۲ درصد کمتر بوده است.

هالاند افزود: اعمال تغییر در رژیم غذایی و سبک زندگی در اوایل دوران زندگی به احتمال زیاد بهترین نتایج را به همراه خواهد داشت به این دلیل که تغییرات در مغز مانند انباشت پلاک های آمیلوئید و پروتئین تاو یا توده های نوروفیبریلار در مورد بیماری آلزایمر، ۱۰ تا ۲۰ سال قبل از شروع علائم بالینی شروع می شود. به گزارش خبرگزاری یونایتد پرس، هرچند این محقق تأکید کرد که رفتارهای سالم به ویژه در مورد نوع مواد غذایی مصرفی همیشه به موقع است.

ریسک کمتر سگته مغزی با مصرف داروهای کاهنده کلسترول

سگته مغزی ناشی از لخته های خون را کاهش می دهند، تحقیقات متناقضی در مورد اینکه آیا استفاده از استاتین ها باعث افزایش یا کاهش خطر ابتلا به اولین خونریزی داخل مغزی در فرد می شود، وجود دارد.

وی در ادامه افزود: ما در این مطالعه به بررسی نواحی لوب و غیر لوب مغز پرداختیم تا ببینیم آیا این نواحی، عاملی برای استفاده از استاتین و خطر اولین خونریزی داخل مغزی است یا خیر. ما متوجه شدیم افرادی که از استاتین استفاده می کنند، کمتر در معرض خطر ابتلا به این نوع سگته مغزی خونریزی دهند در هر دو ناحیه مغز هستند. خطر با استفاده طولانی مدت از استاتین حتی کمتر بود.

ناحیه لوب مغز شامل قسمت اعظم مغز از جمله لوب های فرونتال، جداری، تمپورال و پس سری است. ناحیه غیر لوب عمدتاً شامل عقده های قاعده ای، تالاموس، مخچه و ساقه مغز است.

برای این مطالعه، محققان سوابق سلامتی در دامکار را بررسی کردند و ۹۸۹ نفر با میانگین سنی ۷۶ سال را شناسایی کردند که خونریزی داخل مغزی در ناحیه لوب مغز داشتند. آنها با ۳۹۵۰۰ نفر مقایسه شدند که این نوع سگته را نداشتند و از نظر سن، جنسیت و عوامل دیگر مشابه بودند.



مغزی روبرو هستند. دیوید گیست، نویسنده این مطالعه از دانشگاه دامکار، گفت: در حالی که نشان داده شده است که استاتین ها خطر

بر اساس یک مطالعه جدید، افرادی که از داروهای کاهش دهنده کلسترول به نام استاتین استفاده می کنند، با خطر کمتر ابتلا به نوعی سگته مغزی موسوم به خونریزی داخل

ویتامین D در کاهش روند پیری مغز موثر است

تفکر افراد مسن آزمایش کرده اند. و تاکنون هیچ مدرک روشنی مبنی بر مزایا وجود ندارد.

محققان این مطالعه، بافت مغزی کالبد شکافی شده را از افراد مسن که قبل از مرگشان در پروژه حافظه عجله و پیری شرکت کرده بودند، مورد مطالعه قرار دادند. این پروژه که در دهه ۱۹۹۰ آغاز شد، یک مطالعه طولانی مدت است که به دنبال درک بهتر پیری طبیعی و غیر طبیعی مغز است. شرکت کنندگان سلالته تحت آزمایش های شناختی قرار گرفته و رضایت دادند که بافت مغزشان برای مطالعه پس از مرگ اهدا شود. تیم بوث بافت مغز ۲۹۰ شرکت کننده در مطالعه را که میانگین سنی آنها در زمان مرگ ۹۲ سال بود، تجزیه و تحلیل کردند.

مشخص شد که ویتامین D در واقع در تمام نواحی مغزی که محققان آنالیز کردند وجود دارد در جمله در دو ناحیه که ناهنجاری های مرتبط با آلزایمر در آنجا آشکار می شوند.

و به طور کلی، افراد مسن تری که مغزشان دارای مقادیر بیشتری ویتامین D بود، معمولاً در تست های شناختی این مطالعه عملکرد بهتری داشتند. به ازای هر دو برابر شدن غلظت ویتامین D، شرکت کنندگان ۲۵ تا ۳۳ درصد کمتر احتمال داشت که در آخرین ویزیت از مطالعه دچار زوال عقل یا اختلال شناختی خفیف شده باشند.

بوث گفت: «یک احتمال این است که تغذیه خوب، از جمله ویتامین D کافی، به

یک مطالعه جدید نشان می دهد افراد مسنی که ویتامین D بیشتری در مغز خود دارند، ممکن است از نظر ذهنی تیزتر بمانند.

به گزارش خبرنگار مهر به نقل از مدیسین نت، محققان دریافتند وقتی افراد مسن دارای میزان بالاتر ویتامین D در بافت مغزشان هستند، در تست های استاندارد حافظه و تفکر بهتر عمل می کنند. آنها همچنین کمتر به زوال عقل یا اختلالات شناختی خفیف تر مبتلا بودند.

کارشناسان تأکید کردند که این مطالعه ثابت نمی کند که ویتامین D به خودی خود در برابر زوال عقل محافظت می کند. از اینرو هیچ کس نباید بر اساس یافته ها شروع به مصرف مکمل ها کند. چرا که ویتامین D بیش از حد می تواند مضر باشد. «سارا بوث»، محقق ارشد از دانشگاه تافتس در بوستون، گفت: «ما هیچ مدرکی مبنی بر اینکه مصرف بیش از مقدار توصیه شده ویتامین D برای مغز بهتر است، نداریم.»

ویتامین D نقش مهمی مانند حفظ سلامت استخوان ها و ماهیچه ها و همچنین حمایت از دفاع ایمنی دارد. اما اینکه آیا به محافظت از مغز افراد مسن کمک می کند، مشخص نیست.

برخی از مطالعات ارتباط بین سطوح پایین ویتامین D در خون و خطر بالاتر زوال عقل در افراد مسن را یافته اند. در همین حال، چند کارآزمایی اثرات مکمل های ویتامین D را بر حافظه و

نقش عوامل بیماری های القاکننده قلب وعروق در بروز بیماری سرطان درنشتی مشترک با متخصصین مورد بررسی قرار گرفت.

درنشتی مشترک با متخصصین قلب وعروق بیمارستان شریعتی در موردبیماری های قلبی و عروقی که اولین عامل مرگ ومیر درایران و دنیا است، و همچنین راه های تشخیص زودرس بیماری های مزبور

وکاهش مرگ ومیر درایران بحث و تبادل نظر شد.

رئیس پژوهشگاه ژنتیک درخصوص همکاری های مشترک گفت: باید کارمشترک بین پژوهشکده پزشکی این پژوهشگاه و بخش قلب وعروق بیمارستان شریعتی تعریف شود.

وی افزود: دراین کار مشترک، فعالیت های مربوط به ژنتیک با پژوهشگاه وکارهای کلینیکال ازطرف بخش

علائم تیروئید کم کار در کودکان و نوجوانان

کم کاری تیروئید (تیروئید کم کار) عارضه ای است که در آن غده تیروئید به اندازه کافی برخی از هورمون های حیاتی را تولید نمی کند. به گزارش ایسنا، به طور کلی، کودکان و نوجوانانی که به کم کاری تیروئید مبتلا می شوند علائم و نشانه های مشابه با بزرگسالان را دارند با این حال ممکن است علائم زیر را نیز تجربه کنند:

- رشد ضعیف و در نتیجه کوتاهی قد
- تأخیر در رشد دندان های دائمی
- تأخیر در بلوغ
- رشد ذهنی ضعیف

کم کاری تیروئید ممکن است در مراحل اولیه علائم قابل توجهی ایجاد نکند اما با گذشت زمان، کم کاری تیروئید که درمان نشده می تواند باعث بروز شماری از مشکلات سلامتی مانند چاقی، درد مفاصل، ناباروری و بیماری قلبی شود. به گزارش سایت اطلاع رسانی «مایو کلینیک»، همچنین توجه به این نکته ضروریست که اگرچه هر کسی ممکن است به کم کاری تیروئید مبتلا شود، اما اگر یک زن هستید، بیشتر از ۶۰ سال دارید، سابقه خانوادگی بیماری تیروئید دارید، یک بیماری خود ایمنی مانند دیابت نوع یک یا بیماری سلیاک دارید، امواج رادیوگرافی به گردن یا بالای سینه شما برخورد کرده، جراحی تیروئید (تیروئیدبرداری) داشته اید یا در شش ماه گذشته باردار یا بچه دار شده اید، احتمال ابتلایتان به تیروئید کم کار بیشتر است.

در صورت مشاهده هر یک از علائم کم کاری تیروئید از جمله ضعف و خستگی، خواب آلودگی، پوست خشک، عدم تحمل سرما، افزایش وزن و ... بهتر است با پزشک عمومی مشورت شود تا با انجام آزمایش خون و اندازه گیری سطح هورمون ها، عملکرد غده تیروئید مورد بررسی قرار گیرد.

کودکان و نوجوانان نیز می بایست در صورتی که علائم ذکر شده را به صورت چشمگیر دارند، توسط پزشک متخصص معاینه شوند.

دارویی ممنوعه برای کودکان تب دار

عضو کمیته علمی کشوری مقابله با کرونا گفت: مصرف خودسرانه نوعی دارو برای درمان آنفولانزا در کودکان ممکن است منجر به نارسایی شدید کبدی شود. دکتر سید احمد طباطبایی، عضو کمیته علمی کشوری مقابله با کرونا، درباره مصرف خودسرانه آسپرین برای درمان عفونت های ویروسی تنفسی مانند آنفولانزا در کودکان، تصریح کرد: یکی از داروهای ممنوعه در این شرایط برای کودکان آسپرین است؛ زیرا به دنبال ابتلا به آنفولانزا و مصرف آسپرین ممکن است کودک به مرحله نارسایی شدید کبدی برسد که متأسفانه مرگ و میر در آن زیاد است.

او افزود: استفاده از بخور برای عفونت های ساده تنفسی تا حدودی مفید است؛ اما در افرادی که زمینه آسم و تحریک پذیری راه های هوایی دارند، استفاده از بخور مناسب نیست و حتی می تواند سبب تشدید سرفه های آنها شود؛ زیرا رقیق تر از مایعات بدن است. در افرادی که زمینه تحریک پذیری ندارند استفاده از بخور تا حدی مناسب است.

آن ها همچنین ۱۱۷۵ نفر با میانگین سنی ۷۵ سال را که خونریزی داخل مغزی در قسمت های غیر لوب مغزی داشتند، بررسی کردند. این افراد با ۴۶۷۵۵ نفر مقایسه شدند که این نوع سگته را نداشتند و از نظر سن، جنسیت و عوامل دیگر مشابه بودند.

از مجموع شرکت کنندگان، ۶۸٪ که سگته مغزی داشتند، به مدت پنج سال یا بیشتر از استاتین استفاده می کردند.

محققان دریافتند افرادی که در حال حاضر از استاتین استفاده می کنند، ۱۷ درصد کمتر در معرض خطر سگته مغزی در نواحی لوب مغز و ۱۶ درصد کمتر در معرض خطر سگته مغزی در نواحی غیر لوب مغز هستند.

استفاده طولانی تر از استاتین ها با کاهش خطر سگته مغزی در هر دو ناحیه مغز همراه بود. با استفاده از استاتین ها برای بیش از پنج سال، خطر سگته مغزی در ناحیه لوب مغز در افراد ۳۳ درصد و در ناحیه غیر لوب مغز ۳۸ درصد کمتر بود.

به گفته محققان، خبر اطمینان بخش برای افرادی که استاتین مصرف می کنند، این است که به نظر می رسد این داروها خطر سگته مغزی ناشی از خونریزی و همچنین خطر سگته مغزی ناشی از لخته شدن خون را کاهش می دهند.



بافر مغز در برابر تغییرات پاتولوژیک که زوال عقل را نشان می دهد، کمک می کند.» در واقع، محققان این نظریه را مطرح می کنند که عوامل محیطی مختلف از جمله آموزش، ورزش و تحریک ذهنی ممکن است به افراد مسن کمک کند تا عملکرد شناختی خود را برای مدت طولانی تری حفظ کنند، حتی زمانی که این تغییرات مغزی ایجاد می شود.

قلب وعروق آن بیمارستان انجام خواهد شد.

سپس دکتر محققى از متخصصین قلب وعروق بیمارستان شریعتى ضمن اعلام آمادگی برای همکاری های مشترک اظهار داشت: می توانیم موارد بیماران قلبی خود درمورد تصلب شراین را برای بررسی ژنتیکی به پژوهشگاه ژنتیک معرفی کنیم.

وی افزود: ما باید بین علم پزشکی قدیم وجدید پل

رزرو آسان

سریع و از زمان بلیت بگیریید

و با لذت به سفر بروید

سفری آسوده و مطمئن

در هر زمان و در هر مکان

تنها با یک کلیک

sr724.ir

تلفن: ۰۲۵۳۲۲۹۳۵۳۹۳
همراه: ۰۹۱۲۵۵۳۲۱۰۰

سفیر رحمت قم
شرکت خدمات مسافرت هوایی و جهانگردی

تغییرات آب و هوایی بیماران دارای مشکلات عصبی را نشانه گرفته است

ایسنا/خراسان رضوی تغییرات اقلیمی غیر از چالش‌های واضحی مانند افزایش دما، رویدادهای شدید آب و هوایی و افزایش سطح دریا، چالش‌های زیاد دیگری را نیز برای بشریت به همراه دارد. احتمالا حتی به برخی از این چالش‌ها فکر نکرده‌ایم اما با واکنش اکوسیستم‌های زمین به شرایط گرم‌تر، آنها بخشی از زندگی ما خواهند شد.

به نقل از ارث، مطالعه جدید منتشر شده در مجله پزشکی آکادمی عصب‌شناسی آمریکا بررسی کرده که تغییرات آب و هوایی و آلودگی بر میزان و شدت بیماری‌های عصبی مانند سردرد و میگرن، سکته مغزی، زوال عقل، ام‌اس (MS) و بیماری پارکینسون تأثیر می‌گذارد.

نویسندگان این بررسی جستجو کردند تا تحقیقاتی را در مورد تغییرات آب و هوا، آلاینده‌ها، دمای شدید و بیماری‌های عصبی بین سال‌های ۱۹۹۰ تا ۲۰۲۲ بیابند. کارشناسان ۲۶۴ مطالعه مرتبط را در سه دسته شناسایی کردند.

نتایج این بررسی نشان داد که رویدادهای شدید آب و هوایی و نوسانات دما با بروز و شدت سکته مغزی و همچنین با سردردهای میگرنی، افزایش بستری شدن در بیمارستان آن هم در بیماران مبتلا به زوال عقل و بدتر شدن علائم ام‌اس مرتبط است.

علاوه بر این تغییر شرایط آب و هوایی منجر به گسترش محیط‌های مساعد برای بیماری‌های عصبی نوظهور شده است. این بیماری‌ها که توسط حشرات و سایر حیوانات منتقل می‌شوند، اکنون خطر ابتلا به بیماری را برای جمعیت انسانی به همراه دارند.

ذرات ریز که به عنوان PM۲.۵ نیز شناخته می‌شود، یک آلاینده رایج هواست. بررسی‌ها نشان داد قرار گرفتن در معرض این نوع آلاینده‌های موجود در هوا همراه با قرار گرفتن در معرض نیترات‌ها با افزایش بروز و شدت سکته مغزی و همچنین با سردرد، بیماری پارکینسون و بدتر شدن علائم ام‌اس و زوال عقل همراه است.

محققان اظهار کردند: تغییرات اقلیمی چالش‌های زیادی برای بشریت ایجاد می‌کند که برخی از آن به خوبی مطالعه نشده است. برای مثال بررسی ما هیچ مقاله‌ای در رابطه با تأثیرات ناشی از ناامنی غذا و آب بر سلامت عصبی پیدا نکرد؛ با این حال این موارد به وضوح سلامت عصبی و تغییرات آب و هوایی مرتبط هستند. از آنجایی که بیشتر نشریات تحقیقاتی در نظر گرفته شده در این بررسی، داده‌ها را در مناطق غنی از منابع جهان جمع‌آوری می‌کنند، نتایج ممکن است در مناطقی با منابع کمتر، جایی که احتمال وقوع چنین تغییراتی حتی بیشتر است، قابل اجرا نباشد. با وجود این محدودیت واضح است که تغییر شرایط آب و هوایی و آلودگی هوا احتمالا شرایط عصبی را در بیماران انسانی آینده تشدید می‌کند.

اکسیر عمر طولانی کشف شد

ایسنا/خراسان رضوی غذاهای غنی از اسید چرب امگا سه باعث کاهش خطر مرگ به خصوص در اثر بیماری عروق کرونر قلب خواهد شد. همچنین آجیل و دانه‌های روغنی به دلیل غنی بودن از اسید چرب ضروری امگا سه موجب بهبود امید به زندگی می‌شود.

به نقل از هلث، اسید آلفا لینولنیک (ALA) همان اسید چرب امگا سه است که به طور طبیعی در موادی مانند گردو، بادام، فندق، دانه کنان، شاهدانه، سویا، دانه چیا و روغن کانولا یافت می‌شود.

نتایج یک تحقیق جدید نشان داد مصرف مقدار زیادی اسید آلفا لینولنیک با کاهش خطر مرگ و میر ناشی از همه دلایل بیماری از جمله بیماری‌های قلبی و عروقی مرتبط است.

در مقابل غذاها و نوشیدنی‌های حاوی قند بالا جدا از ابتلا به چاقی یا دیابت می‌تواند باعث مشکلات جدی سلامتی شود.

یافته‌های بر اساس تجزیه و تحلیل ۴۱ تحقیق انجام شده از سال ۱۹۹۱ تا ۲۰۲۱ منتشر شده تا مشخص شود آیا ارتباطی بین مصرف اسید آلفا لینولنیک و علل مختلف بیماری مانند سرطان و بیماری قلبی عروقی (CVD) وجود دارد یا خیر.

گروه تحقیقاتی دریافتند که مصرف بیشتر اسید آلفا لینولنیک با ۱۱ درصد کاهش خطر مرگ ناشی از بیماری عروق کرونر قلب، کاهش ۱۰ درصد خطر مرگ به علت هر بیماری و هشت درصد کاهش خطر مرگ ناشی از بیماری قلبی عروقی همراه است.

هر چه میزان مصرف اسید آلفا لینولنیک بیشتر باشد، میزان مرگ و میر ناشی از بیماری قلبی عروقی کمتر است. به عنوان مثال افزایش مصرف روزانه اسید آلفا لینولنیک به میزان یک گرم با کاهش پنج درصدی خطر مرگ ناشی از بیماری قلبی عروقی مرتبط بود.

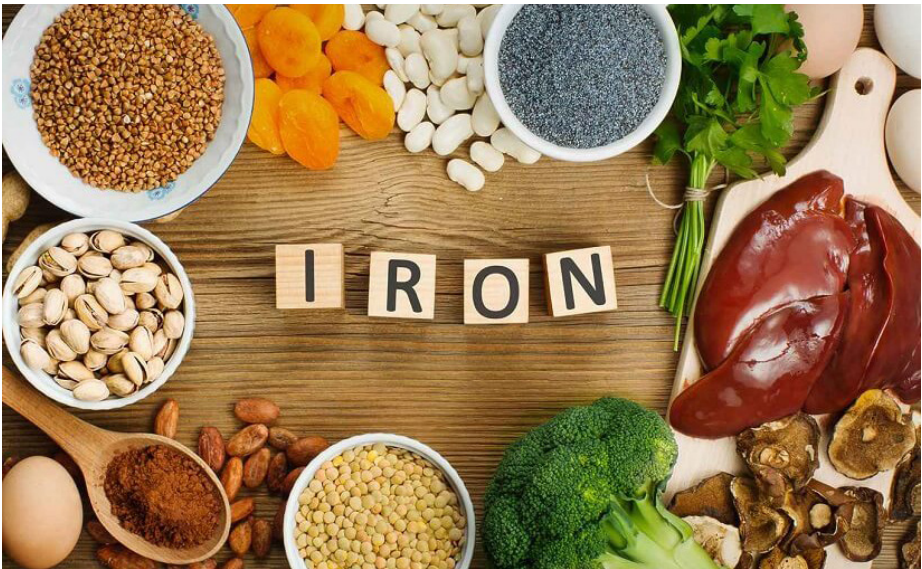
یک قاشق غذاخوری روغن کانولا یا یک وعده ۱۵ گرمی روغن گردو حاوی یک گرم اسید آلفا لینولنیک و یک وعده ۲۸ گرمی گردو حاوی ۲.۵ گرم از این ماده مغذی است.

این مطالعه شواهد بیشتری را به اثرات مفید احتمالی اسیدهای چرب غیراشباع امگا سه رژیم غذایی اضافه می‌کند.

محققان اظهار کردند: مطالعات بیشتری باید انجام شود تا ارتباط بین اسید آلفا لینولنیک و طیف وسیع‌تری از علل مرگ را بررسی کند. همچنین ارزیابی جامع‌تری از اثرات بالقوه اسید آلفا لینولنیک بر سلامتی و بررسی اینکه آیا غذاهای خاص غنی از اسید آلفا لینولنیک با مرگ و میر ناشی از سرطان و سایر موارد مرتبط است یا خیر لازم است.

یافته‌های این تحقیق در نشریه Medical بریتانیا منتشر شده است.

مواد غذایی که آهن بدن تان را تامین می‌کند



در عین حال گندم یا عدس به صورت جوانه‌زده نیز از منابع بسیار خوب آهن محسوب می‌شوند که می‌توانید آنها را همراه سالاد با آبلیمو میل کنید و حتی از این جوانه‌ها به صورت تازه یا خشک شده در غذاهای کودکان استفاده کنید.

جعفری منابع خوب آهن گیاهی هستند. همچنین در ۱۰۰ گرم تخم ریحان ۹۸ میلی‌گرم، پسته ۱۴ میلی‌گرم، توت خشک ۹.۵ میلی‌گرم، بادام خشک ۴.۷ میلی‌گرم آهن وجود دارد که از منابع بسیار خوب آهن گیاهی هستند.

تبدیل شده‌اند و همین امر امنیت غذایی را در بسیاری از خانوارها به خصوص مناطق حاشیه شهر و استان‌های محروم به خطر انداخته است.

بنابر اعلام دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، افزایش قیمت اقلام مواد غذایی به خصوص گوشت قرمز، لبنیات و میوه در طی سال‌های گذشته باعث شده است که سهم گوشت قرمز در سبد خرید خانوار محدود شود. در حالی که گوشت قرمز منبع اصلی و خوب دریافت آهن در سفره خانوار محسوب می‌شود که آهن آن از نوع آهن «هم» است که جذب آن حدود ۱۵ تا ۳۵ درصد است. در عین حال آهن «غیر هم» در منابع گیاهی وجود دارد و جذب آن ۲ تا ۲۰ درصد است. باید توجه کرد که منبع غنی آهن «هم» نیز جگر گاو است و به غیر از این ماده غذایی گوشت قرمز، زرده تخم مرغ و گوشت مرغ هم دارای آهن «هم» هستند، اما مقدار آهن آنها از جگر گاو کمتر است. در حال حاضر با توجه به شرایط اقتصادی جامعه برخی از خانوارها که قدرت خرید گوشت قرمز را ندارند یا به دلایلی مثل گیاه‌خواری نمی‌توانند گوشت قرمز یا تخم مرغ مصرف کنند، می‌توانند از منابع گیاهی حاوی آهن تا حد زیادی از نیاز خود به این عنصر را تأمین کنند.

به عنوان مثال حبوباتی مانند عدس، لوبیا چشم بلبلی، لوبیا سفید و سبزی‌هایی مثل شوید، جعفری، ترخون و

خون باید در برابر نیروی گرانش به قلب پمپ شود. پیشگیری از این عارضه مهم است زیرا واریس در مراحل پیشرفته می‌تواند منجر به عوارض مختلف از درد موضعی و پاهای ورم کرده تا لخته‌شدن خون یا زخم‌های خطرناک شود. مطالعات نشان داده‌اند که در حدود نیمی از بیماران مبتلا به اختلالات وریدی، چندین نفر در خانواده تحت‌تأثیر قرار می‌گیرند. علاوه بر استعداد ژنتیکی، عوامل خطر دیگری نیز وجود دارد:

در دوران بارداری، احتمال ظاهر شدن رگ‌های واریسی و رگ‌های عنکبوتی افزایش می‌یابد

خطر احتقان یا احتباس خون در وریدهای پا در افرادی که عمدتاً ایستاده یا نشسته کار می‌کنند نیز افزایش می‌یابد.

در افراد دارای اضافه وزن، وزن زیاد بدن فشار زیادی به رگ‌های خونی وارد می‌کند. در درازمدت، این روند می‌تواند منجر به ایجاد



اما می‌توان وقوع آنها را به تأخیر انداخت و از شدت آنها کاست. در بیشتر موارد، رگ‌های واریسی و رگ‌های عنکبوتی به‌دلیل ضعف مادرزادی بافت همبند ایجاد می‌شوند. این باعث می‌شود که دیواره‌های سیاهرگ در طول زمان فرسوده شوند.

پاهای به‌ویژه تحت تأثیر قرار می‌گیرند؛ زیرا

تغییرات ناخوشایند در رگ‌های خونی پاها مشکل بسیاری از افراد است؛ اگرچه به‌نظر می‌رسد که استعداد ابتلا به این مشکل ارثی است، اما اقداماتی وجود دارد که می‌توانید برای جلوگیری از واریسی انجام دهید.

به گزارش ایسنا، شاید نتوان به‌طور کامل از رگ‌های واریسی و عنکبوتی اجتناب کرد،

دکترای تخصصی علوم تغذیه، با اشاره به نقش موثر پروبیوتیک‌ها و پره‌بیوتیک‌ها در سلامت بدن، مصرف این مواد را در بهبود اختلالات گوارشی، عفونت‌های تنفسی و بیماری‌های التهابی روده موثر برشمرد.

به گزارش خبرگزاری مهر، غزاله اسلامیان، میکروبیوم را مجموعه‌ای از همه میکروب‌ها (باکتری‌ها، قارچ‌ها، ویروس‌ها و ژن‌های آنها) عنوان کرد که به‌طور طبیعی روی پوست و درون بدن انسان زندگی می‌کنند.

به گفته وی، میکروبیوم‌ها با میکروسکوپ قابل رؤیت هستند و از جهات مختلف به سلامت و تندرستی انسان کمک می‌کنند.

این استادیار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی افزود: روده بزرگ محیطی با اکسیژن کم و مناسب برای رشد میکروبیوم‌ها (باکتری‌های بی‌هوازی) مانند استروپتوکوک، بیفیدوباکتریوم، لاکتوباسیلوس و کلسترییدیوم است.

این دکترای علوم تغذیه خاطرنشان کرد: این میکروب‌ها از رشد بیش از حد باکتری‌های مضر جلوگیری می‌کنند که برای مواد مغذی و مکان‌های اتصال به غشاهای مخاطی روده که



عضو رسمی انجمن صنفی مدیران رسانه و تعاونی مطبوعات کشور

صاحب امتیاز: کرار ضیغمی

مدیر مسئول: علی محمد کردناج

سرمدیر: محمد انصاری منش

دبیر تحریریه: محمد علی بهستانی

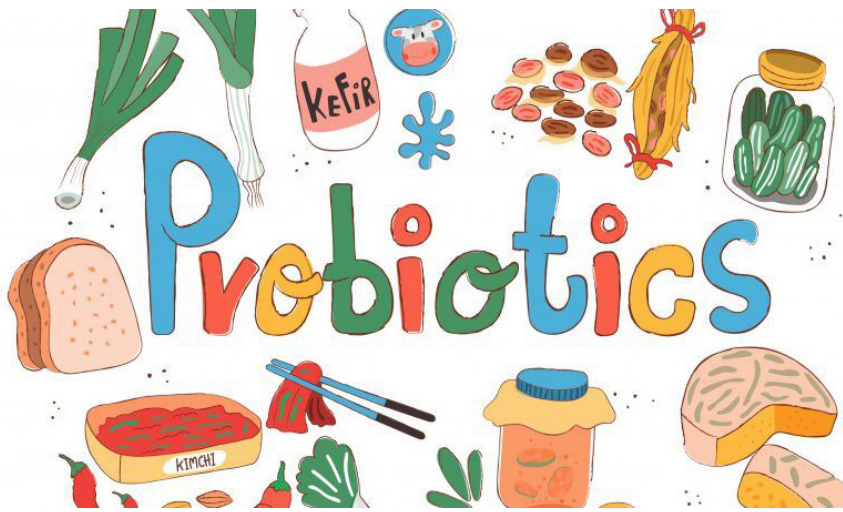
دبیر سرویس اجتماعی: مسلم حداد

تلفن: ۳۳۳۹۱۶۴۷ فاکس: ۰۲۱۴۲۶۹۵۶۹۶

آدرس: تهران، شهری، دولت آباد، خیابان مرادی، گروه ۱۱۴، بلوک ۱۷، واحد ۱۲

چاپ و لیتوگرافی: معلم

نقش پروبیوتیک‌ها در بهبود اختلالات گوارشی و عفونت‌های تنفسی



میکروبیوم روده کمک می‌کند

اسلامیان خاطرنشان کرد: رژیم‌های غذایی پرچرب با اسید چرب ترانس و اشباع بالا و رژیم‌های غذایی پرکربوهیدرات با میزان قند ساده بالا منجر به برهم خوردن تعادل میکروبیوم روده می‌شود.

وی افزود: چربی‌های ترانس در فست‌فودها، شیرینی‌ها، بیسکویت‌ها، کیک‌ها و مارگارین وجود دارند. چربی‌های اشباع در کره، گوشت‌های پرچرب، چربی‌های حیوانی و شیرینی‌های قنادی وجود دارند.

این استادیار دانشکده علوم تغذیه خاطرنشان کرد: براساس نتایج پژوهش‌ها مصرف پروبیوتیک‌ها و پره‌بیوتیک‌ها می‌تواند در بهبود برخی اختلالات گوارشی مانند نفخ، اسهال، یبوست، ریفلاکس، سندرم روده تحریک‌پذیر، عفونت‌های تنفسی و بیماری‌های التهابی روده نقش درمانی و مفیدی داشته باشند.

اسلامیان یادآور شد: پروبیوتیک‌ها به شکل مکمل‌های غذایی یا به‌طور طبیعی در برخی مواد غذایی وجود دارند که مواد غذایی تخمیری شامل کفیر، ماست، ترشی‌های تخمیری، مایه‌های پختن سبزی و چای تخمیری از آن جمله هستند.

به گفته وی، منابع غذایی پره‌بیوتیک‌ها شامل موز، پیاز، پیازچه، سیر، موسیر، سیب‌تره، فرنگی، غلات سبوس‌دار، جو دوسر و انواع حبوبات است.

به گفته این استادیار دانشکده علوم تغذیه، رژیم‌های سرشار از غلات سبوس‌دار، میوه، سبزی، مغزها و دانه‌ها می‌توانند فیبر کافی را برای بدن تأمین کنند و میکروب‌های مفید روده از این فیبر تغذیه می‌کنند.

این دکترای علوم تغذیه افزود: افراد مبتلا به چاقی و اضافه وزن، عدم تعادل میکروبیوم روده را تجربه می‌کنند و کاهش وزن اصولی به برگشت تعادل میکروب‌ها و بهبود جمعیت