



۳۰ دی ۱۳۹۴ چهارشنبه

با قانون زندگی کنیم

هر کس به ساختن، فروش، خرید، فروش، حمل و عرضه مشروبات الکلی مبادرت کند به ۶ ماه تا ۲ سال حبس محکوم می شود و یا در اثر ترغیب یا تطمیع و نیرنگ، و وسایل استفاده از آن را فراهم نماید در حکم معاون در شرب مسکرات محسوب می گردد و به تازیه تا ۷۴ ضربه محکوم می شود.

قانون مجازات اسلامی ماده ۱۷۵

بانوان

شماره ۷

۱۵۹۶

سال بیست و یکم

نقش تعداد فرزندان در طول عمر مادران

کارشناسان بر این باورند که راز افزایش طول عمر زنان می تواند در داشتن تعداد فرزندان بیشتر، نهفته باشد.

به گزارش سرویس سلامت خیرگزاری دانشجویان ایران (ایستا)، اکنون کارشناسان برخلاف نتایج مطالعات پیشین به این نتیجه دست یافته اند که داشتن تعداد فرزند بیشتر به زنان کمک می کند تا با سرعت کمتری پیر شوند و طول عمر بیشتری داشته باشند.

در این مطالعه، ۷۵ زن که در منطقه جنوب غربی گواتمالا ساکن بودند برای مدت زمان ۱۳ سال مورد بررسی قرار گرفتند. DNA این زنان از نمونه بزاق و گونه های آنان به منظور ارزیابی و کنترل طول تلومر (پایانه فیزیکی کروموزوم های خطی) در شروع این مطالعه گرفته شد.

علاوه بر این، سبک زندگی این افراد نسبتا برابر بوده، همچنین رژیم غذایی، سطح فعالیت های جسمی، تحصیلات و جایگاه اقتصادی - اجتماعی آنان مشابه بوده است.

کارشناسان مشاهده کردند در زنانی که تعداد فرزند بیشتری داشتند طول تلومرها بلندتر بوده و می توان نتیجه گرفت که بارداری ممکن است تأثیرات حفاظتی بر بدن داشته باشد.

به گفته کارشناسان، نتایج به دست آمده حاکی از آن است که حداقل در میان این گروه، داشتن تعداد فرزند بیشتر همچون فاکتور حفاظتی عمل کرده و سرعت کوتاه شدن طول تلومر را که با کوتاه شدن طول عمر رابطه مستقیم دارد، کاهش می دهد.

به گزارش مدیکال دیلی، کارشناسان می گویند: شاید داشتن تعداد فرزندان بیشتر با افزایش حمایت های اجتماعی اعضای خانواده و دوستان از مادران همراه باشد، همچنین افزایش حمایت های اجتماعی می تواند به کاهش هزینه های بارداری های بعدی کمک کند.

استرس، بلای جان رابطه زناشویی!

زناشویی و عدم تخلیه انرژی روانی او باشد، برقراری رابطه می تواند نکتته حائز اهمیت این است که فقدان رابطه زناشویی در بسیاری از افراد منجر به ذخیره سازی انرژی زیادی می شود که ممکن است آنها را عصبانی، خشمگین، حساس و ناراحت کند که در چنین شرایطی برقراری رابطه زناشویی می تواند به تعدیل این هیجانات منفی کمک کند. مطالعات جدیدی هم نشان داده است که رابطه زناشویی روزانه و مستمر ممکن است باعث کاهش استرس در افراد شود؛ این مطالعات نشان داده اند که رابطه زناشویی روزانه می تواند باعث رشد سلول های در هیپوکامپ مغز شود که مسئول کنترل سطح استرس است. مطالعات دیگر نشان داده، داشتن رابطه زناشویی روزانه به مدت ۲ هفته، باعث کاهش فشار خون و سطح استرس می شود. با این حال این مطالعات اندک بوده و قابل تعمیم نیستند.

راه حل چیست؟

آنچه می توان به زوجینی که دارای فشارهای روانی و عصبی هستند توصیه کرد، این است که در مرحله اول به دنبال ارزیابی روانشناختی و سلامت روان خود باشند. به این ترتیب می توان مشکلات احتمالی را شناسایی و برای رفع آنها اقدام کرد. شناسایی منشأ فشارهای روانی عصبی می تواند بسیار کمک کننده باشد؛ چرا که نوع علت در تعیین نوع مداخله بسیار موثر است. وجود علائم اختلالات روانی در افراد، استرس های روزمره، استرس ناشی از تعارضات بین فردی و مشکلات ارتباطی و عاطفی زوجین هر کدام روند مداخلات را به سمتی سوق خواهد داد. تغییر سبک زندگی، ورزش کردن، داشتن برنامه های تفریحی، کم کردن بار شغلی، پرداختن به برنامه های خاص آموزشی و نظایر آن می تواند در بهبود زندگی زناشویی کمک کننده باشد و زوجین با چنین ویژگی هایی باید بدانند پرداختن به رابطه زناشویی، در شرایط نامطلوب و استرس زا ممکن است نه تنها مفید نباشد بلکه منجر به شکل گیری مشکلات بیشتری شود و فشار روانی عصبی را افزایش دهد.

بنابراین این افراد بهتر است به دنبال کمک های تخصصی تر باشند و حتی با یادگیری مهارت های لازم، زندگی را که استرس، باعث ایجاد نارضایتی بین آنها شده و در حال از هم پاشیدن است، نجات دهند. دکتر حامد محمدی کنگرانی، روانپزشک و مشاور خانواده و عضو کمیته رسانه انجمن روانپزشکان ایران گفت:

متخصصان غدد بر این باورند که استرس روی هورمون های فوق کلیه تأثیر می گذارد و باعث ترشح هورمون کورتیزول یا هورمون استرس می شود. معمولا در مواقع هیجان، ترس و حتی افسردگی، ترشح این هورمون افزایش می یابد تا مقاومت بدن را در مواجهه با استرس بالا ببرد. علاوه بر این، استرس و افسردگی می توانند از طریق تأثیر بر هورمون های هیپوفیز که فرماندهی غدد درون ریز بدن را بر عهده دارند، باعث کاهش ترشح هورمون های جنسی شوند. به عبارت ساده تر در شرایط پر استرس، ترشح هورمون های هیپوفیز و هیپوتالاموس کاهش می یابد و در نهایت با تأثیر روی غدد جنسی باعث کاهش ترشح هورمون های جنسی می شود. به همین دلیل یکی از علل کاهش میل جنسی، استرس و افسردگی است. البته بد نیست بدانید که جدا از تأثیر سیستم هورمونی، استرس و افسردگی به تنهایی نیز باعث کاهش میل جنسی می شوند.

تأثیر استرس بر زندگی مشترک

بدون شک وجود علائمی از مشکلات روانی نظیر استرس، نوسانات خلقی و نگرانی های روزمره یا بالینی یکی از زوجین یا هر دوی آنها می تواند باعث شکل گیری اختلالات جنسی، نارضایتی جنسی و فقدان تجربه لذتبخش جنسی برای آنها شود.

این مسئله در پژوهش ها و مطالعات زیادی مورد بررسی قرار گرفته و به اثبات رسیده است. با این حال این فرضیه که افزایش روابط جنسی می تواند باعث کاهش فشار عصبی زوجین شود، الزاما در تمام شرایط درست نیست و شواهد پژوهشی چندانی هم در حمایت از این فرضیه وجود ندارد.

در بیشتر مواقع وقتی زن و شوهری با وجود فشارهای عصبی، اضطراب، استرس، خلق پایین و مانند آن اقدام به برقراری رابطه زناشویی می کنند، عملا به دلیل شرایط خاصی که تجربه می کنند، نمی توانند از روابط خود لذت ببرند و به دنبال آن حتی ممکن است میلی به برقراری رابطه نداشته باشند یا در یک بار از مراحل رابطه زناشویی نتوانند موفق عمل کنند.

تأثیر رابطه زناشویی در تعدیل هیجانات منفی

رابطه زناشویی، یک تجربه لذتبخش است. وقتی زوجین دارای اضطراب عملکرد جنسی هستند، داشتن این رابطه نمی تواند چندان برای آنها لذتبخش باشد و بالطبع هم نمی توان انتظار داشت باعث کاهش استرس شود؛ اما اگر فشار روانی فرد، ناشی از فقدان رابطه

وادث

کشف کالای قاچاق میلیونی در شهرستان لارستان

فرمانده انتظامی شهرستان «لارستان» از کشف دو محموله کالای قاچاق به ارزش ۲۸۰ میلیون ریال در آن شهرستان خبر داد.

به گزارش خبرنگار پایگاه خبری پلیس، سرهنگ «حسین دیندارلو» با اعلام این خبر گفت: ماموران هنگام کنترل خودروهای در حال عبور از جاده های فرعی شهرستان «لارستان» به یک دستگاه خودرو سواری پراید مشکوک شده و آن را متوقف کردند.

وی بیان کرد: در بازدید از خودرو پراید مشخص شد این خودرو حامل ۲ هزار و ۸۸۲ توب البسه خارجی فاقدمجوز قانونی و گمرکی می باشد.

فرمانده انتظامی شهرستان «لارستان» اضافه کرد: در عملیات دیگری، ماموران در اطراف روستای «کهنه» هنگام کنترل خودروهای عبوری به یک دستگاه خودرو سواری پراید مشکوک شده و پس از متوقف کردن خودرو در بازرسی از آن، تعداد ۲ هزار و ۸۶۴ توب پوشاک خارجی قاچاق کشف کردند.

سرهنگ «دیندارلو» با بیان اینکه ارزش این دو محموله کالای قاچاق ۲۸۵ میلیون ریال برآورد شده، خاطر نشان کرد: در این دو عملیات ۲ دستگاه خودرو پراید توقیف شد و تعداد ۵ نفر دستگیر و برای سیر مراحل قانونی به مراجع قضایی فرستاده شدند.

توقیف خودروی ۲۰۶ با ۱۸۶ میلیون ریال خلافی در شهرستان ممسنی

فرماندهی انتظامی شهرستان ممسنی استان فارس از توقیف یک دستگاه خودرو پژو ۲۰۶ با خلافی ۱۸۶ میلیون ریال در آن شهرستان خبر داد.

به گزارش خبرنگار پایگاه خبری پلیس، سرهنگ «محمد عبادی نژاد» با بیان این مطلب گفت: بر اساس ماده ۸ قانون رسیدگی به تخلفات رانندگی، در صورتی که مبلغ تخلف به ده میلیون ریال برسد، رانندگی باید مراتب را به مالک خودرو اعلام کند و چنانچه ظرف مهلت یک ماه از تاریخ ابلاغ، مالک خودرو نسبت به پرداخت جریمه اقدام نکند، خودرو توقیف خواهد شد.

وی افزود: در راستای اجرای این ماده توسط ماموران راهنمایی و رانندگی شهرستان «ممسنی»، یک دستگاه خودرو پژو ۲۰۶ با خلافی ۱۸۶ میلیون ریال، توقیف و به پارکینگ منتقل شد.

لازم به ذکر است در اجرای این طرح، از ۳۵ دستگاه خودرو استعلام و تعداد ۵ دستگاه خودرو به علت داشتن دستور قضایی نیز توقیف شد.

سرهنگ عبادی نژاد از رانندگان درخواست کرد: با رعایت قوانین و مقررات رانندگی، سلامتی خود و دیگران را تضمین و در صورت جریمه شدن، با پرداخت به موقع آن، از بالا رفتن مقدار جریمه و توقیف خودرو خود جلوگیری کنند.

شکار دختران به بهانه استخدام مدلینگ

دانشجوی انصرافی با راه اندازی یک سایت اینترنتی برای جذب مدلینگ، دختران جوان را در دام شیطانی خود گرفتار می کرد.

به گزارش جام جم، ماجرای فعالیت های تبهکارانه این جوان از ۹ ماه پیش با شکایت دختری جوان در دستور کار پلیس فتای استان خراسان رضوی قرار گرفت.

شاکتی در اظهاراتش گفت: من علاقه داشتم به یک مدل تبدیل شوم و برای ادامه فعالیتیم به خارج از کشور سفر کنم بنابراین سایت های اینترنتی را رصد می کردم تا شرکتی را پیدا کنم که در زمینه مدل شدن دختران جوان فعالیت داشته باشد. پس از چند ماه با یک سایت اینترنتی آشنا شدم که در آن مطالبی نوشته شده بود که نشان می داد این شرکت با کشورهای اروپایی در ارتباط است و می تواند آموزش مدلینگ و مقدمات کار جوانان به عنوان مدل را در کشورهای دیگر فراهم کند. این شرکت ادعا کرده بود حقوق ماهانه مدل ها در این کشورها ۲۰۰۰ دلار است.

وی اضافه کرد: با سودای این که سه ماهه می توانم به یک مدل تبدیل شوم و با سفر به اروپا به رویاهایم دست یابم، فریب تبلیغات این شرکت را خوردم و با شماره درج شده در آن سایت تماس گرفتم. پس از گفت و گو با مدیر شرکت، به دفتر او در یکی از محله های شهر مشهد رفتم. چند مرتبه دیگر هم به دفتر کار وی رفتم و پس از گفت و گوهای مقدماتی، با وی به توافق رسیدم که ابتدا چند ماه توسط وی آموزش ببینم و بعد او مرا برای کار به خارج از کشور اعزام کند.

اخاذی به جای اعزام به خارج

شاکتی تصریح کرد: در روزهای اولی که به دفتر این مرد رفتم، او عکس های معمولی از من گرفت و بعد مدعی شد که عکس ها را به شرکت های مدلینگ اروپایی ارسال کرده، اما آنها این تصاویر را نپذیرفته اند و باید عکس هایم به گونه ای باشد که بتواند فیزیک بدنم را مورد بررسی قرار دهند و عکس هایم شبیه مدل های خارجی باشد.

با اعتماد به این مرد و با توجه به علاقه ای که به مدل شدن داشتم، حرف های او را باور کردم و اجازه دادم عکس های دیگری از من بگیرد. یک ماه بعد مدعی شد شرکت مدلینگ که با آنها ارتباط کاری دارد، عکس هایم را پسندیده و بزودی مقدمات سفر و کارم را به اروپا فراهم می کند.

دختر جوان گفت: یک روز مرد جوان با من تماس گرفت و تهدیدم کرد که مدلینگ در کار نیست و اگر می خواهم او عکس های

۸ ساعت عملیات، جهت نجات سرباز گرفتار در کوهستان

تیم جست و جو و نجات کوهستان جمعیت هلال احمر شیراز در یک عملیات نفس گیر، سرباز گرفتار شده در کوه های منطقه بیضا را نجات داد. به گزارش روابط عمومی جمعیت هلال احمر استان فارس؛ رئیس شعبه شیراز در این خصوص گفت: طی تماس تلفنی اخیر از مرکز کنترل عملیات جمعیت هلال احمر استان (EOC) مبنی بر گرفتاری سربازی در کوه های منطقه بخش بیضا در ۴۰ کیلومتری شمال شرق شیراز، بلافاصله پس از اطلاع رسانی به نجاتگران و هماهنگی با مرکز ستاد، تیمی متشکل از ۵ نجاتگر با یک دستگاه خودرو و امدادی به منطقه اعزام شدند.

محمد جواد رشیدی ادامه داد: تیم جست و جو و نجات کوهستان هلال احمر شیراز پس از رسیدن به منطقه و استقرار در آن، نسبت به شناسایی محل و موقعیت فیزیکی فرد گرفتار شده، اقدام نمودند و پس از بررسی های اولیه با نظر مسئول فنی عملیات، تصمیم بر آن شد تا از سمت بالای کوه نسبت به دستیابی به مصدوم اقدام نمایند. وی گفت: ۳ نفر از نجاتگران تیم جست و جو و نجات کوهستان پس از مجهز شدن به ابزار و لوازم فنی صعود، خود را به ارتفاعات کوه رسانده و با برپایی کارگاه های تخصصی، نسبت به دستیابی به سرباز گرفتار اقدام نمودند.

رئیس جمعیت هلال احمر شیراز تصریح کرد: تاریکی و سردی هوا لحظه به لحظه خطر سقوط و از بین رفتن سرباز را افزایش می داد و به همین علت نجاتگران با نزدیک شدن به فرد، اقدام به حمایت های روانی نمودند تا وی بتواند خود را تا رسیدن امدادگران از سقوط نگاه دارد.

رشیدی افزود: پس از برپایی کارگاه های تخصصی، یکی از امدادگران با فرود رفتن به سمت سرباز گرفتار که حدودا در ۱۵ متری او قرار داشت، خود را به وی رساند و با لوازم فنی و امدادی، فرد گرفتار را تثبیت نمود.

وی ادامه داد: بعد از اطمینان نجاتگران از سلامت فرد گرفتار، به تجهیز کردن وی جهت رهاسازی اقدام کرده و پس از حدود یک ساعت، سرباز را سالم به پایین انتقال دادند.

رئیس جمعیت هلال احمر شیراز در پایان نجاتگران تیم جست و جو و نجات کوهستان، از هاشم کشاورزی، علی شاکری، بهزاد افشار، حسین جلیانی و سید هادی موسوی به عنوان اعضای این جمعیت نام برد.

گفتنی است عملیات یاد شده که در اثر سهل انگاری و بی تجربگی این سرباز اتفاق افتاده بود، پس از ۸ ساعت تلاش توانست با موفقیت به پایان برسد.