

ضرب‌المثل‌های جهان هر قدر به طبیعت نزدیک شوی، زندگانی شایسته‌تری را پیدا می‌کنی.

نیما یوشیج

گوناگون



گزارش از مریم زارع خفاری

شد که متخصصین شهر سازی نظریه شهر سالم را ارائه کنند. وی ادامه داد: در این نظریه شاخصه‌های ایمنی و امنیت، تعامل و همکاری بین مسئولان شهری و شهروندان، دسترسی



مناسب به شهر و امکانات، پویایی، سازگاری هویت، فضا برای تفریح و احساس تعلق به شهر جای می‌گیرد. وی یادآور شد: اگر ما می‌خواهیم شیراز سالم باشد باید ابتدا شهروندان سالم داشته باشیم و این کار در گرو مشارکت آنها در امور شهر است.

محمدرضا شیبانی دبیر علمی طلوع شهر نیز گفت: این صفحه جایگاهی برای ارائه مباحث شهرسازی و معماری با نگاه تئوری شهری مختص به جغرافیا و اقلیم شهر شیراز است.

وی ادامه داد: قصد دارم تئوری شکل شهر شیراز از پیکره شهری تا احساسات و عواطف شهری در این صفحه را به صورت دنباله بررسی و انتشار دهم و پژوهشگران و معماران برای ارائه مطالب در این صفحه ما را یاری کنند.



هانیه جاودانی افزود: امروزه کاهش ذخایر طبیعی و آلودگی‌های زیست محیطی به دلیل استفاده نادرست از منابع، دانشمندان را واداشته تا به دنبال سوخت‌های جایگزین و تجدیدپذیر به جای سوخت‌های فسیلی و هسته‌ای باشند. وی ادامه داد: در ساختمان‌های صفرانژری از طریق تکنولوژی بین مصرف و تولید منابع تعادل برقرار می‌کند و از طریق آن می‌توان در یک ساختمان بازیافت آب، محیطی امن، سالم و با حداقل ضایعات را ایجاد کرد. به گفته جاودانی این ساختمان‌ها همچنین سبب کاهش آلودگی هوا، کم شدن هزینه‌های تولید و مصرف سوخت، کاهش مصرف سوخت‌های فسیلی و بهره‌وری بهتر از انرژی می‌شود و در کنار آن می‌توان به‌عنوان یک نیروگاه تولید انرژی از آن استفاده و مازاد انرژی تولیدی آن را فروخت. این مدرسه دانشگاهی تأکید کرد: برای داشتن شهری سالم در وهله اول نیازمند یک شهر صفرانژری و پیدامحور هستیم.

وی بیان کرد: رسانه می‌تواند در شناساندن بهتر امر شهرسازی در مدیریت شهر و نخبگان استانی به شهرداران کمک کند و سؤال ما این است، وقتی در استان نیروهای متخصص وجود دارد چرا باید برای شهرسازی مشاورانی از تهران و استان‌های دیگر به فارس بیاورند.

از سوی دیگر حوزه شهرسازی یک حوزه مهم است بنابراین باید ارتباط بین دانشگاه و نخبگان این امر و مسئولان شهر افزایش یابد.

ساختمان های صفرانژری راهی برای ایجاد شهر سالم
پژوهشگر و مدرس معماری گفت: ساختمان‌های صفر انرژی راهی برای استفاده درست از منابع و ایجاد شهر سالم است.

شریفی افزود: در حوزه شهرسازی نیز مسکن بحث مهمی است که می‌توان با توجه به آن بهره‌وری را افزایش داد و از برخی مشکلات بعدی در شهر جلوگیری کرد.

این استاد دانشگاهی یادآور شد: مسکن یکی از مباحث مهم در حوزه شهرسازی است که اگر آن را به درستی مدیریت کنیم می‌توانیم بهره‌وری را افزایش دهیم. وی ادامه داد: ۵۰ درصد محصولات اصناف در حوزه مسکن مصرف می‌شود و اگر این بخش رکود داشته باشد، قطعا صنایع وابسته نیز دچار مشکل می‌شوند.

به گفته این پژوهشگر ۱۲۰ شغل به‌طور مستقیم و غیرمستقیم به این حوزه وابسته است و وقتی این مشکل را داشته باشیم معضل بیکاری گریبان‌گیر مردم شهر و روستا می‌شود و مهاجرت به شهرها را در پی خواهد داشت، همچنین عمر متوسط ساختمان در ایران ۴/۱ متوسط عمر جهانی است که نشان می‌دهد ما نتوانستیم از سرمایه‌های مان استفاده کنیم و هدررفت منابع زیاد است.

وی اضافه کرد: ۵۵ درصد انرژی تولیدی در ایران در واحدهای مسکونی، تجاری و اداری مصرف می‌شود در حالی که باید این منابع صرف تولید و صنعت شود.

شریفی اضافه کرد: از ظرفیت شهرسازان در حوزه نظارت عالی و نظارت بر عملکرد شهرداری‌ها در مباحث شهرسازی هنوز هم به نحو مطلوب استفاده نشده است، همچنین در هیئت مدیره نظام مهندسی تنها یک نماینده به شهرسازان اختصاص داده شده که صدای آن به جایی نمی‌رسد تا بتواند در هیئت رئیسه راه یابد و در تصمیم‌گیری‌های کلان نظام مهندسی نقش داشته باشد.

وی بیان کرد: رسانه می‌تواند در شناساندن بهتر امر شهرسازی در مدیریت شهر و نخبگان استانی به شهرداران کمک کند و سؤال ما این است، وقتی در استان نیروهای متخصص وجود دارد چرا باید برای شهرسازی مشاورانی از تهران و استان‌های دیگر به فارس بیاورند.

از سوی دیگر حوزه شهرسازی یک حوزه مهم است بنابراین باید ارتباط بین دانشگاه و نخبگان این امر و مسئولان شهر افزایش یابد.

توجه به سیاست‌های کلان شهرسازی، شهر ایمن را به دنبال دارد



عضو هیئت علمی دانشکده فنی و مهندسی شیراز (شهیدباهنر) نیز در این همایش گفت: توجه به مباحث شهرسازی می‌تواند در حوزه مدیریت شهرسازی و توسعه پایدار ما را کمک کند و رسانه‌ها با اطلاع‌رسانی و فرهنگ‌سازی می‌توانند ما را در رسیدن به یک توازن و مدیریت بهتر شهری کمک کنند.

مرتضی شریفی افزود: عدم توجه به مباحث شهرسازی و عدم تطابق نقشه‌ها با اصول مهندسی در نظر نگرفتن استانداردهای این حوزه می‌تواند در شهرها بحران و خسارت‌های مالی فراوانی در حوادث غیر مترقبه ایجاد کند.

این مدرس دانشگاهی ادامه داد: رعایت سیاست‌های کلان شهرسازی می‌تواند بسیاری از مشکلات را حل کند؛ اما متأسفانه تاکنون از این اصول غفلت شده است.

به گفته وی مکان‌یابی و توسعه شهر باید در چارچوب طرح آمایش سرزمین براساس استعدادهای اقتصادی، رعایت معیارهای زیست محیطی و مراقبت از منابع آب و خاک کشاورزی و ایمنی در مقابل سوانح طبیعی و امکان استفاده از زیرساخت‌های شهر یکی از این اصول است.

شریفی اضافه کرد: سیلاب در جنوب فارس و جنوب کشور که خسارت مالی و جانی نتیجه همین عدم جانمایی درست شهرها و روستاها، همچنین بی‌توجهی کسانی است که مبادرت به برنامه‌ریزی طرح جامع و تفصیلی و هادی شهرها و روستاها می‌کنند.

«طلوع شهر» صفحه‌ای است که در روزنامه طلوع به بحث معماری و شهرسازی که یکی از مولفه‌های شهر سالم و توسعه پایدار در هر منطقه است، اختصاص داده شده تا از طریق نظرات کارشناسانه راه‌حل‌ها و مشکلات این حوزه مطرح و بررسی شود.

طی آیینی با حضور اساتید دانشگاهی و مدیر مسئول روزنامه طلوع از این صفحه روزنامه رونمایی شد.

مدیرمسئول روزنامه طلوع در این مراسم گفت: مبنای علمی اگر پایه و اساس هر موضوعی قرار گیرد می‌تواند به پیشرفت و توسعه آن کمک کند. محمدمهدی جعفری‌زاده ادامه داد: ایجاد این صفحه فرصتی برای ارائه نظرات کارشناسانه در بحث شهرسازی است و ما پذیرای مقالات و نوشته‌های



علمی هستیم. وی افزود: روزنامه طلوع با چهار ویژگی تمام رنگی بودن، نمایش فیلم، تحلیل خبر و اینفوگرافیک سعی کرده کاری متفاوت در حوزه مطبوعات ارائه و به درک مخاطب از رویدادها کمک کند.

جعفری‌زاده ادامه داد: تمام رنگی بودن این مزیت را دارد که مطالبی که ارائه آن حساسیت زیادی به رنگ مانند معماری و پزشکی دارد به‌خوبی ارائه شود و مطلب ناقص نماند.

وی اضافه کرد: نمایش فیلم نیز توانسته دنیای مجازی را با نوشته‌های مکتوب پیوند زند و ما از آن به‌عنوان مکملی بصری و شنیداری برای ارائه مطالب به مخاطب امروز بهره می‌گیریم.

جعفری‌زاده از دانشجویان حاضر در این مراسم نیز خواست به سمت پژوهش‌های علمی و استفاده از فضای مجازی برای تکمیل دانش خود بروند و از وقت تلف کردن و خواندن مطالب بیهوده پرهیز کنند.

گاز زدن به میوه‌های گاز زده!



این روزها پرتقال، نارنگی، خرمالو و انواع میوه‌های خوش‌رنگ را در میوه‌فروشی‌ها به وفور می‌بینیم که پارتنگ‌های چشم‌نواز خودنمایی می‌کنند و تقریباً همه مردم می‌دانند که این میوه‌ها با استفاده از گاز تغییر رنگ داده‌اند و رنگ آن‌ها طبیعی و نشانه رسیده شدن نیست. فرایند تغییر رنگ این نوع میوه‌ها با گاز اتیلن رخ می‌دهد که با افزایش آن گاز، پرتقال و نارنگی سبز طی چند ساعت تا چند روز زرد و نارنجی می‌شود. در ادامه بیشتر بخوانید: میوه‌های کال با گاز اتیلن به شکل میوه رسیده درمی‌آیند و در فرایند رنگ‌آوری در دمای بالا حدود ۷۵ درجه ظاهری خوش‌رنگ می‌گیرند. هرچند این نوع میوه‌ها مزه دل‌چسپی ندارند؛ ولی مشتری‌پسند است. پرتقال تنها میوه‌ای نیست که نارس چیده و در فرایندی شیمیایی زودتر به بازار عرضه می‌شود. خرمالو نیز از میوه‌هایی است که مصرف‌کننده به‌جای زمستان در ابتدای پاییز مزه آن را می‌چشد.

گوگردی که به این میوه زده می‌شود، باعث درون میوه را به هم می‌ریزد و فقط کالبد بیرونی میوه را رسیده و خوش‌رنگ نشان می‌دهد.

این سؤال برای بسیاری از مردم مطرح است که هدف از این کار چیست و آیا گاز اتیلن می‌تواند تأثیر منفی بر سلامت میوه‌ها و کاهش ارزش تغذیه‌ای آن‌ها داشته باشد؟ رسیده شدن پیش از موعد میوه‌ها آیا تأثیری بر سلامت مردم دارد یا خیر؟

مهندس جمال رازقی جهرمی متخصص در رشته مهندسی غذایی از دانشگاه شیراز و رئیس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی شیراز در این زمینه گفت: رسانیدن میوه و سبزی با گازهایی که معمولاً طی مراحل رسیدگی آن‌ها به‌صورت طبیعی انجام می‌شود هیچ مشکلی ندارد مانند موز که الزاماً بایستی سبز برداشت شود و در سردخانه نگهداری می‌شود و قبل از عرضه به بازار تحت تأثیر گاز نسبت به رسیده شدن آن اقدام می‌کنند.

در سالیان اخیر خبرهایی مبنی بر استفاده از رنگ‌ها برای خارج کردن میوه‌ها از کال بودن به گوش می‌رسد که مثلاً هندوانه در این مورد قابل‌ذکر است.

یقیناً مصرف این محصول مشکل‌زا است، رسیده کردن مرکبات با گاز هم مشکلی ندارد، گرچه طعم رسیدگی نخواهند داشت و فقط رنگ تغییر می‌کند. برداشت‌های عامه مردم در این زمینه مبنی بر زیان‌آور بودن مصرف این میوه‌ها چندان اصالت ندارد. برخی از استادان دانشگاه علوم پزشکی شیراز نیز گفته‌های دکتر عباس یداللهی متخصص بیوتکنولوژی و عضو هیئت‌علمی دانشگاه تربیت مدرس را در این زمینه تأیید می‌کنند.

استفاده از گاز اتیلن برای تسریع فرایند رسیدن میوه‌ها خطری ندارد،

فصل سرد را بدون آنفلوآنزا سپری کنید

این افراد می‌توانند واکسن بزنند، اما اولویت با افراد پرخطر است.

آیا افراد سالمند محدودیت مصرف واکسن دارند؟
در سالمندان سیستم ایمنی افت می‌کند، بنابراین ممکن است اثربخشی واکسن کم شود. واکسن در سالمندان از موارد شدید بیماری، بستری شدن و مرگ‌ومیر جلوگیری می‌کند.

برای ایمنی بیشتر به بعضی واکسن‌ها ترکیباتی اضافه می‌شود. آیا می‌توان برای سالمندان از این واکسن‌ها استفاده کرد؟
در سالمندی مشکلاتی مانند دیابت و بیماری‌های متابولیک بیشتر است و می‌توان برای آن‌ها از این واکسن‌ها استفاده کرد.

کودکان چه زمانی باید واکسن دریافت کنند؟

کودکان زیر شش ماه نباید واکسن دریافت کنند. به کودکان از شش ماه تا شش سال توصیه می‌کنیم. به همه افراد یک‌بار در سال توصیه می‌کنیم، اما در بچه‌ها فرق می‌کند. اگر اولین سال است که واکسن می‌گیرد دو نوبت واکسن به فاصله یک ماه تزریق می‌شود البته در بچه‌های زیر ۹ سال این روش توصیه می‌شود، اما برای گروه شش ماه تا سه سال، دوز واکسن نصف می‌شود. واکسن باید واکسن همان سال باشد. واکسن‌ها شرایط نگهداری خاصی دارند. اگر برای خرید واکسن اقدام می‌کنید باید واکسن در یخچال نگهداری شود. وقتی واکسن را تهیه می‌کنید در حداقل زمان آن را تزریق کنید.



در سرماخوردگی تب بالاست؛ یعنی به ۵/۳۹ الی ۴۰ درجه می‌رسد. همچنین استخوان‌درد و دردهای عضلانی شدید و لرز زیاد از علائم رایج آنفلوآنزاست. یکی از راه‌های مقابله با سرماخوردگی؛ استفاده از واکسن سرماخوردگی است. در ادامه در مورد این واکسن بیشتر بخوانید:

آیا سرماخوردگی واکسن دارد؟
خیر به علت تنوع ویروس‌های سرماخوردگی، واکسن مربوط به سرماخوردگی ساخته نشده است. واکسن آنفلوآنزا هم از سرماخوردگی پیشگیری نمی‌کند.

فصل شیوع آنفلوآنزا و سایر بیماری‌های ویروسی چه زمانی است؟

آنفلوآنزا در فصول سرد سال شیوع دارد. سرخک هم در فصل سرما شایع می‌شود. آبله‌مرغان در نیمه دوم زمستان و اوایل بهار شایع می‌شود. پاییز و زمستان، زمان اوج بیماری آنفلوآنزاست و بیماری تا اوایل بهار و گرم شدن هوا فروکش می‌کند.

واکسن بیماری چه زمانی تزریق شود و چرا باید واکسن سالی یک‌بار تکرار شود؟

از نیمه شهریور تا نیمه مهرماه بهترین زمان است. البته اگر در تریتر هم تزریق شود بهتر از آن است که اصلاً تزریق نشود. واکسن آنفلوآنزا را بهتر است گروه‌های هدف سالانه تزریق کنند. چون واکسن، آنتی‌بادی تولید می‌کند که حدود یک سال دوام دارد، فرد باید سال بعد ایمنی خود را با دریافت واکسن تقویت کند. دوم این‌که واکسن علیه ویروس‌هایی ساخته می‌شود که در هر فصل شایع هستند. ویروس نسبت به سال قبل کمی فرق می‌کند.

چه افرادی باید واکسن آنفلوآنزا را دریافت کنند؟

- افراد در معرض خطر یا افراد پرخطر شامل این موارد می‌شوند:
 - افراد بالای ۶۰ سال
 - کودکان بین شش ماه تا شش سال
 - خانم‌های باردار
 - افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن مانند نارسایی قلبی، ریوی، کلیوی، افراد با نقص سیستم ایمنی و افرادی که شیمی‌درمانی می‌شوند.
 - افراد که عضو پیوندی دارند.
 - مبتلایان به ویروس ایدز و افراد دیابتی
 - همچنین کادر بهداشتی - درمانی، زیرا با بیمار مواجه می‌شوند و کارکنان مراکز نگهداری سالمندان و معلولان ذهنی.
 - در بیماری آنفلوآنزا ریسک بستری شدن بالاست و در بسیاری از موارد این افراد نیاز به آی سی یو و مراقبت‌های ویژه پزشکی دارند.

خانم‌های باردار هم باید واکسن دریافت کنند؟
سازمان بهداشت جهانی به خانم‌های باردار تزریق واکسن را توصیه می‌کند. چون بیماری هم برای خودشان خطرناک است هم در جاتی از سقط، زایمان زودرس و کم‌وزنی برای نوزاد در پی دارد.

برای افراد کاملاً سالم هم این واکسن را توصیه می‌کنند؟