

آکادمی

پزشکی فراتر از درمان بیماری



محمّدعلی آرامی
متخصص مغز و اعصاب

وقتی تاریخچه علم پزشکی را مرور می‌کنیم به اسامی بزرگانی چون ابن‌سینا و رازی و بقراط برمی‌خوریم که مردمان عنوان حکیم را برای آنان برگزیده بودند. واقعیت هم این است که آنان فیلسوفان پزشک یا پزشکان فیلسوف بودند. نباید گمان کرد که این همراهی به‌دلیل دانش محدود آن زمان بوده و با پیشرفت و گسترش علم پزشکی فراگرفتن همه مطالب طب و فلسفه از عهده افراد خارج شده است و این دو رشته از هم جدا شده‌اند. تصور من این است که در دوران پیشین نیز افرادی وجود داشتند که فقط به درمان دردهای جسمانی مردم می‌پرداختند، ولی چون افرادی عادی صنوف دیگر به فراموشی سپرده شدند، فقط طبیبانی ماندگار شدند که حکمت کافی داشتند. واقعیت این است که در روزگار ما نیز چهره‌های ماندگار پزشکی بین مردم کسانی هستند که دانشی فراتر از امراض پزشکی دارند. چهره‌هایی چون دکتر محمد قریب و دکتر یلدا ... را به خاطر بیابورد و به راز ماندگاری آنان فکر کنید؛ آنان حکیمانی فراتر از پزشکان زمانه خود بودند. واقعیت‌های تحول تاریخ پزشکی نشان می‌دهد که پس از دورانی که آموزش طب آکادمیک و به دانشگاه‌ها محدود شد، پزشکان مدرنی تربیت شدند که در تشخیص و درمان بیماری‌های جسمی حاذق‌تر بودند. آنان چنان آموزش داده می‌شدند که در بیمارستان‌ها و مطب‌ها بنشینند و مراجعان را معاینه احشا کنند و با دارو یا جراحی رفع مشکل و پاتولوژی کنند. مدتی نباید که محققان متوجه شدند میزان پیشرفت‌های اولیه درخشان در کاهش مرگ‌ومیر به حالتی ثابت رسید و از طرفی دیگر، برخی بیماری‌ها و شکایات همچنان ادامه یافته و حتی بیشتر شدند.

امروزه به‌دلیل مشاهدات فوق، دیدگاه قدیمی به مفهوم سلامت تغییر یافته است. «سلامت» دیگر به معنی نبود بیماری نیست؛ بلکه مجموعه فعالیت‌هایی آگاهانه برای رسیدن به بالاترین کیفیت از نظر جسمی، محیطی، روانی، احساسی، معنوی و جنبه‌های اجتماعی است. چنانچه وظیفه پزشکان را بهبود دلاستانی افراد بدانیم، این تعریف بار دیگر به پزشکان حکیم محتاجیم تا به اهداف دانش طب نائل شویم.

این درک مبتنی بر واقعیات منجر به اهمیت‌دادن بیشتر طراحان آموزش پزشکی در سراسر جهان به مقوله‌ای به نام طب جامعه‌نگر شد و دیپارتمان‌های پزشکی جامعه‌نگر در همه دانشگاه‌ها و وزارتخانه‌ها تشکیل شدند. در این شیوه طبابت برای آموزش بیمار به‌منظور ایجاد تغییرات مناسب در شیوه زندگی و مراقبت از خود، بهایی شایسته قائل شده و از طب مکمل به‌موقع بهره‌مند می‌شوند. برتری کاوش برای شناخت عوامل زمینه‌ساز بیماری به‌منظور درمان، علائم، از عناصر دیگر این شیوه پزشکی است. در این حوزه، پیشگیری بیش از درمان اهمیت دارد و از نظر اقتصاد، درمان مقرون‌به‌صرفه‌تر است. محققان این عرصه نشان دادند که یکی از فراموش‌شده‌ترین روش‌های طبابت برانگیختن توانایی‌های ذاتی خود بیمار برای درمان و بهبودی اوست. زیرا بیماری به‌عنوان تظاهراتی از اختلال کارکردها در کلیت وجود اوست، نه رویدادی جداگانه.



اهمیت مهارتی که پزشکان حکیم داشتند بار دیگر برجسته شده است و آن کیفیت رابطه ایجادشده بین پزشک و بیمار است، به نحوی که به آزادی عمل بیمار جایگاه ویژه‌ای داده می‌شود. برقراری رابطه‌ای ایده‌آل بین پزشک و بیمار، منوط به توجه کافی به نیازها، تمایلات قلبی، باورها و دانش و فرهنگ آنهاست. مشخص شده است که کلینیک، مکانی ایده‌آل برای آموزش است و مؤثرترین آموزش‌های چهره‌به‌چهره در این رابطه قابل پیاده‌کردن است و بخش مهمی از رسالت پزشک امروز باید آموزش باشد. بیماری، درد و درمان‌اند و هر یک می‌تواند فرصتی برای آموزش بیماران و پزشکان باشد. پزشکان الگوی سالم‌زیستی مردمانند و اهمیت‌دارن به سبک و شیوه زندگی خودشان را باید سرلوحه زندگی خویش قرار دهند. در این راستا انتقال امید و عشق به بیماران نیز بخش مهمی از تلاش طبیبان است. به سطور اول این نوشته بازگردیم؛ پزشکی و حکمت رابطه‌ای دیرینه و تنگناکت دارند و این را پزشکان بهتر از همه در کار روزمره خود درمی‌یابند.

شترت روزنامه

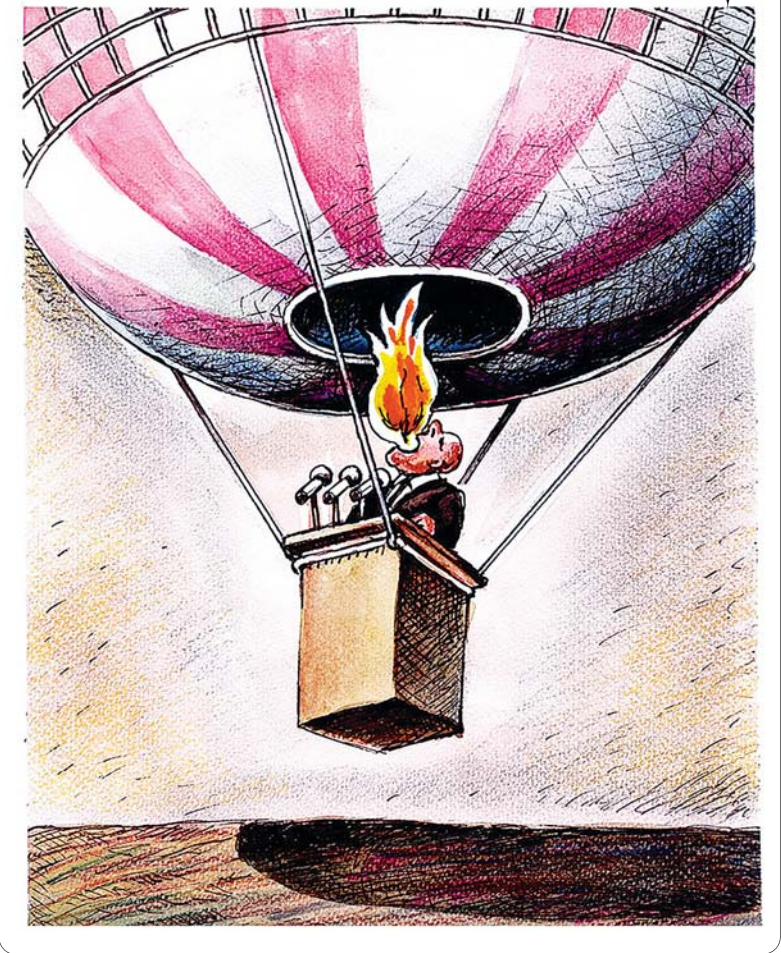
سه‌شنبه ۶ شهریور ۱۳۹۷ ۱۶ ذی‌الحجه ۱۴۳۹ ۲۸ آگوست ۲۰۱۸ سال شانزدهم • شماره ۳۲۳۰ • ۱۶ صفحه اذان ظهر تهران ۱۳:۰۶ • اذان مغرب ۱۹:۵۶ • اذان صبح فردا ۵:۰۶ • طلوع آفتاب ۶:۳۴

روزنامه‌فرا



کارتون خواب

میهایبایبگنات



اتفاق

تأثیر دلار بر روزنامه‌ها

کاغذ گران‌قیمت، به مدت سه روز انتشار نسخه کاغذی خود را متوقف می‌کند. درهمین‌حال چند روزنامه دیگر نیز اعلام کردند اگر وضعیت بر همین منوال ادامه پیدا کند، ناچارند یا قیمت نسخه فروشی خود را بالا ببرند یا اینکه درباره شمارگان و جذب آگهی خود تصمیم‌های جدیدی بگیرند.

در ایران نیز روزنامه‌ها به افزایش قیمت کاغذ و

واکنش نشان داده‌اند و هر روز خبری از افزایش قیمت یا کاهش تعداد صفحات روزنامه‌ها مطرح می‌شود. روزنامه خراسان چهار صفحه خود را کاهش داده است و روزنامه سازندگی نیز چندی پیش از تعداد صفحاتش کم کرد، اما به صفحات آخر هفته‌اش اضافه کرد. ماهنامه ایران فردا نیز قیمت خود را افزایش داد.

نمای نزدیک

دادگاه‌های فساد و مجازات

روز یکشنبه دادگاه سه نفر از متهمان به اخلا در نظام اقتصادی کشور برگزار شد؛ درست همرزمان با استیضاح وزیر اقتصاد در مجلس که البته به برکناری او منجر شد. هرچند عده‌ای معتقدند تیم اقتصادی رئیس‌جمهوری فراتر از وزیر اقتصاد فعالیت می‌کند و عده‌ای خلاف این نظر را دارند. همچنین دیروز اعلام شد گزارش تهیه شده و در آن آمده است ۳۱۱ نفر از افرادی که فساد مالی محکوم به اعدام، حبس ابد یا حبس شده‌اند، در مجموع به بیش از ۳۰ هزار سال حبس محکوم شده‌اند. مرور ارقامی که در این حکم‌ها داده شده است، در کنار ارقامی که در دادگاه اخلاالکران اقتصادی مطرح شد، شگفتی و احساس ترس را هم‌زمان به وجود می‌آورد. در مجموع قرار بوده ۳۷ میلیون یورو به این سه نفر اختصاص یابد که قرار بوده به‌تدریج در اختیارشان قرار گیرد و البته حدود ۲۱ میلیون یورو در اختیارشان قرار گرفته بود و این افراد متهم‌اند که بیش از ۱۴۰میلیارد ریال گران‌فروشی کرده‌اند و بازار را به‌هم ریخته‌اند. شگفتی از این است که چگونه

تغییر وزیران را در چارچوب اصلاح وضعیت اقتصادی فعلی مطلقاً نمی‌توان توجیه‌پذیر دانست. رای عدم اعتمادی که مجلس تاکنون به دو وزیر محترم داده است، هیچ کمکی به بهبود اوضاع نمی‌کند. هرکدام از این وزرا به دلیل سال‌های مت‌م‌س‌ادی حضور در دولت، در حوزه کاری خود نخ‌به بودند و مدیرانی به تمام معنا. افرادی که با کناررفتن این مدیران، جایگزین آنها می‌شوند، باید به طور قطع و یقین ماه‌ها و سال‌ها تلاش کنند تا بتوانند اصلاحاتی انجام دهند. تنها کاری که می‌شد در چنین شرایطی انجام داد و منصفانه و بی‌ار مؤثر بود، این بود که رئیس محترم جمهوری با رئیس مجلس شورای اسلامی از وزرا بخواهد که برنامه‌ای برای «مدیریت تغییر» ارائه دهند؛ یعنی نشان دهند که چگونه می‌توان حوزه‌هایی را که احتیاج به تغییر دارد، مدیریت کرد. در چه زمانی می‌توان مدیریت کرد و با چه برنامه‌ای این مدیریت تغییر صورت می‌گیرد. این مناسبت‌ترین و بهترین کاری بود که می‌شد انجام داد و با این روش می‌شد نشان داد که قصد از برکناری این بزرگواران عمدتاً سیاسی نبوده است. اکنون با وجود

تجربه دیگران

همه در اسکاندیناوی نمی‌خندند

● نظرسنجی‌ها نشان می‌دهد ساکنان کشورهای اسکاندیناوی شادترین مردمان جهان هستند، اما آن‌طور که در گزارش این هفته روزنامه گاردین آمده است، بخش قابل‌توجهی از جوانان این کشورها با غم شدید دست‌وپنجه نرم می‌کنند و از نگرانی و اضطراب و افسردگی در رنج هستند. به نوشته این روزنامه بریتانیایی، اقلیت قابل‌توجهی از جوانان در دانمارک، فنلاند، نروژ، سوئد و ایسلند مدام «در حال تقلا و در رنج» هستند. کشورهای شمال اروپا در نظرسنجی‌ها و بر مبنای شاخص‌های گوناگون عنوان شادترین‌ها در جهان را به خود اختصاص داده‌اند، اما این تصور که زندگی در اسکاندیناوی همه‌اش دوچرخه است و لبخندهای بزرگ، این واقعیت را که اقلیت چشمگیری از جوانان آن کشورها در غم به‌سر می‌برند، پنهان کرده است.

جوانان و به‌ویژه زنان جوان بخش بزرگی از افرادی را تشکیل می‌دهند که در دانمارک، فنلاند، نروژ، سوئد و ایسلند اعتقادی به اینکه زندگی خوب است، ندارند. درحالی‌که دلایل چنین نگرشی از یک فرد به فرد دیگر و از کشوری به کشور دیگر متفاوت است، به نظر می‌رسد استرس، تنهایی و احساس اینکه فرد برای موفق‌بودن تحت فشار قرار دارد، نقش مهمی در ناراحتی و نگرانی جوانان کشورهای شمال اروپا ایفا می‌کند.

احساس رضایت در میان مردم کشورهای شمال اروپا شاید برای سایر نقاط جهان ر‌شک‌برانگیز به نظر برسد. در شاخص‌های خوشبختی جهانی که سازمان ملل متحد با کمک سازمان همکاری اقتصادی و توسعه (OECD) ارائه کرده است، علاوه‌بر ثروت، احساس رضایت مردم از زندگی نیز مورد سنجش قرار می‌گیرد. امسال در جدول سازمان ملل، فنلاند رتبه اول شادی را به خود اختصاص داد، با آنکه تولید ناخالص داخلی این کشور از ایالات متحده و آلمان کمتر است.

اما شورای وزیران کشورهای نوردیک که سازمان همکاری پنج کشور به همراه جزایر فارو، گرینلند و آلاند است، تصمیم گرفته به این شاخص‌ها خیلی بها ندهد و به افرادی که کمتر احساس رضایت از زندگی دارند نیز بپردازد. در گزارشی که «مؤسسه تحقیقات اقتصادی» (۱) کپنهاگ به این شورا ارائه کرده است، «یک تصویر پرافت‌وخیزتر» به نمایش گذاشته شده است. در این گزارش همچنین آمده است: «افرادی نیز هستند که زندگی خود را پر از تقلا و رنج ارزیابی می‌کنند». در این گزارش نمره ۸، ۷ یا ۹ از ۱۰ به کسانی داده شده که در کشورهای شمال اروپا دارای زندگی نرمال محسوب می‌شوند و «نمره کمتر از ۷ را می‌توان به‌عنوان انحراف از معیار ارزیابی کرد». افراد دارای نمرات پنج تا شش «در حال کشمکش و تقلا» طبقه‌بندی و ارزیابی می‌شوند و از صفر تا چهار افراد «در رنج» محسوب می‌شوند. بر اساس این گزارش، در کشورهای نوردیک ۱۲،۳ درصد از مردم در حال تقلا یا رنج هستند و در گروه سنی ۱۸ تا ۲۳ سال این درصد بالاتر است و به ۱۳،۵ درصد می‌رسد. این رقم در میان زنان جوان سوئدی ۱۹،۵ درصد

– تقریباً یک‌پنجم جمعیت– است و می‌توان آن را با ۱۳،۸ درصد مردان جوان سوئدی مقایسه کرد. تنها گروه سنی‌ای که کمتر از جوانان شاد بوده‌اند، سالخوردترین بخش جمعیت است. در سنین بیش از ۸۰ سال، ۱۶ درصد در حال تقلا یا در رنج هستند، البته مشکلات سلامت جسمی و تنهایی در این گروه سنی مهم‌ترین عوامل محسوب می‌شوند.

یادداشت

برنامه مدیریت تغییر لازم بود، نه استیضاح

تمام توجیهات به نظر می‌رسد این تغییرات صرفاً جنبه غیرتخصصی و غیرکاری داشته و سیاسی بوده است. مایه تأسف است که در چنین شرایطی دست به چنین اقداماتی زده می‌شود. در بسیاری از حوزه‌های دولتی مشکل از فرد وزیر یا هیئت‌رئیس یک وزارتخانه نیست. در بسیاری از موارد، مشکلات نهادهی است. به‌عنوان مثال مشکلاتی قانونی داریم که می‌شد در چارچوب برنامه مدیریت تغییر برای حل آنها اقدام کرد. می‌شد از وزیر پرسید که با چه مشکلاتی از نظر قانونی روبه‌رو است و در چه مدتی امکان حل آن مشکلات وجود دارد یا باید حل شود. باید از دولت و مجلس کمک گرفته می‌شد تا آن مشکل مثلاً در مدت سه ماه یا شش ماه حل شود. بعضی از قوانین و مقررات عامل ایجاد مشکلات هستند. همچنان که در شاخص‌های «نظام‌تدبیر» می‌بینیم کیفیت مقررات ما نمره‌ای بسیار پایین دارد و جزء پایین‌ترین نمرات در دنیاست و این مشکل سبب می‌شود که مدام دور خود بچرخیم.

کاری که صورت گرفت، نباید به‌عنوان استیضاح انجام می‌شد. درست آن بود که در قالب سؤال انجام شود. باید از آقای وزیر درباره مشکلاتی می‌پرسیدند که به آنها رسیده‌اند و متوجه شده‌اند مانع پیشرفت کشور و فعالیت‌های اقتصادی است یا به مردم آسیب می‌رساند و آنگاه از او می‌خواستند که برنامه مدیریت تغییر خود را برای این مشکلات و این وضعیت ارائه دهد. آن وقت

می‌توانستند قضاوت کنند. درحال‌حاضر آمارهای رشد تورم نشان می‌دهد که ما در مسیر رو به بالای نرخ تورم گرفتار شده‌ایم و گمان نمی‌رود که بتوان آن را به‌سرعت پایین آورد. برخی از نرخ‌ها مثل نرخ بی‌کاری سر جای خود است و ممکن است در این شرایط تورمی، نرخ بی‌کاری هم بالا رود. نرخ اشتغال جدید و ایجاد اشتغال جدید خیلی دیده نمی‌شود. گمان نمی‌کنم وضعیت اقتصاد ما در کوتاه‌مدت خیلی درخشان باشد. در چنین شرایطی راهکار فوری برای جلوگیری از تورم افسارگسیخته وجود ندارد. کاری که به صورت کلاسیک می‌توان پیشنهاد کرد، جلوگیری از ریخت‌وباش است و همچنین جلوگیری از هزینه‌های فاقد بازده و حذف تمام عادت‌ها و رفتارها و زمینه‌های اسراف بیهوده در سیستم دولتی و کمک به واحدهای تولیدی صنعتی و کشاورزی برای رفع مشکلات این واحدها؛ چه از نظر تسهیلات و چه از نظر تکنولوژی و به‌هرحال تلاش برای عملی‌کردن بسیاری از حوزه‌های فعالیت اقتصادی که تاکنون چندان مورد توجه قرار نگرفته و لزوماً خیلی هم هزینه‌بر نیستند. باید جلوی واردات بیهوده را گرفت و نباید کالاهای رقیب محصولات داخلی را وارد کرد. اگر حوزه‌های مناسبی برای صادرات تاکنون به دست آمده است، باید آنها را حفظ کرد و علاوه‌برآن باید حوزه‌های جدیدی را پیدا کرد و گسترش داد.

زیر آسمان شهر

مدرسه و آموزه‌های توران‌خانم

میترا امام

«سیستم مدیریت شورا، شورایی و منظومه‌ای است ما نه رئیس داریم نه مرئوس». (۳) در سال ۱۳۵۸ هدف از تأسیس فرهنگ‌نامه در شورا این‌گونه تصویب می‌شود: «به‌وجودآوردن یک منبع مؤلف درست و مستند که ملهم باشد از فرهنگ و اندیشه ایران و منطقه و باید جالب، ساده، برانگیزاننده، قابل درک و با روش علمی باشد». (۴) این‌گونه است که کارگاه‌های آموزشی مقاله‌نویسی و ساده‌نویسی برقرار می‌شود و به موازات آن ۵۰ تا ۸۰ کودک ۱۰ تا ۱۶ ساله شورای مشورتی کودکان و نوجوانان فرهنگ‌نامه را تشکیل می‌دهند و نوشتن اولین،کامل‌ترین و جامع‌ترین فرهنگ‌نامه کودکان و نوجوانان آغاز می‌شود. به‌هرحال اکنون متأسفانه توران‌خانم در میان ما نیست.

ولی ما می‌توانیم آموزه‌های این قهرمان تعلیم و تربیت به قول خودش را به کار ببریم تا نسل جدید فرهادی‌ها را بسازیم. به قول خودشان: «قهرمان‌ها فقط قهرمان‌های ورزشی یا جنگی یا نجات‌دهنده انسان‌ها نیستند، ما در حوزه ادبیات و فرهنگ ایران شخصیت‌هایی داریم که کمتر از یک قهرمان بزرگ نیستند. کسانی مانند علی‌اکبر دهخدا، غلامحسین مصباح و خیلی از استادهایی که استادان همیشگی این نسل خواهند بود». (۵)

به‌جرت می‌توان گفت توران‌خانم از بزرگ‌ترین قهرمانان نسل ماست، چراکه نقش بسزایی در تعلیم و تربیت کودکان ایفا کرده است.

حال اندکی به مدرسه فرهاد می‌پردازیم: اصول اخلاقی در مدرسه فرهاد:

- احترام به انسان
- تسلط بر نفس: تسلط بر نفس فکر زاست. اگر از کودکی انسان یاد بگیرد اراده خود را حاکم بر تمایلات و عواطف خود کند، زودتر به معنویت انسان‌ساز می‌رسد. (۶)
- خاطره مطلوب: همیشه طوری رفتار کن که بعد بدون سرزنش وجدان و شادی به گذشته بگیری. (۷)
- احترام به انسان
- تسلط بر نفس: تسلط بر نفس فکر زاست. اگر از کودکی انسان یاد بگیرد اراده خود را حاکم بر تمایلات و عواطف خود کند، زودتر به معنویت انسان‌ساز می‌رسد. (۶)
- خاطره مطلوب: همیشه طوری رفتار کن که بعد بدون سرزنش وجدان و شادی به گذشته بگیری. (۷)
- احترام به انسان
- تسلط بر نفس: تسلط بر نفس فکر زاست. اگر از کودکی انسان یاد بگیرد اراده خود را حاکم بر تمایلات و عواطف خود کند، زودتر به معنویت انسان‌ساز می‌رسد. (۶)
- خاطره مطلوب: همیشه طوری رفتار کن که بعد بدون سرزنش وجدان و شادی به گذشته بگیری. (۷)
- احترام به انسان
- تسلط بر نفس: تسلط بر نفس فکر زاست. اگر از کودکی انسان یاد بگیرد اراده خود را حاکم بر تمایلات و عواطف خود کند، زودتر به معنویت انسان‌ساز می‌رسد. (۶)
- خاطره مطلوب: همیشه طوری رفتار کن که بعد بدون سرزنش وجدان و شادی به گذشته بگیری. (۷)
- احترام به انسان
- تسلط بر نفس: تسلط بر نفس فکر زاست. اگر از کودکی انسان یاد بگیرد اراده خود را حاکم بر تمایلات و عواطف خود کند، زودتر به معنویت انسان‌ساز می‌رسد. (۶)
- خاطره مطلوب: همیشه طوری رفتار کن که بعد بدون سرزنش وجدان و شادی به گذشته بگیری. (۷)

از نظر توران‌خانم احساس مفیدبودن و مورد احترام واقع‌شدن نیازی است که راه می‌خواهد تا رشد کند و به عالی‌ترین درجات ارضا از راه خدمت به همنوع برسد. به‌هرحال تجربه مدرسه فرهاد؛ مدرسه‌ای بدون رقابت و تنبیه و تشویق، مدرسه‌ای که با مشارکت واقعی کودکان اداره شده، تجربه‌ای است که باید آموزش داده شود تا همه معلمان گران‌قدر ما از آن بهره بگیرند. یادمان باشد مشارکت یعنی اعتقاد به توانایی همه اعضای گروه که باید در تصمیم‌سازی، تصمیم‌گیری و اجرا دخیل باشند تا احساس تعلق و مسئولیت در آنها شکل بگیرد. این جامعه‌ای است که ما نیاز داریم.

بی‌نوشته:

نقل‌قول‌ها از:

کتاب گفت‌وگو با زمان، تدوین مسعود میرعلایی کتاب جست‌وجو در راه‌ها و روش‌های تربیت توران میرهادی (خمارلو)

● رئیس هیئت‌مدیره انجمن پرنده درخت کوچک

زاینکی آن است.