من و اماس

## «قاعدگی» زیر سایه «اماس»

مریم پیمان

● مضطرب از پله‌های طبقه پنجم ساختمان پزشکان به خیابان می‌رسم. روزهای این هفته میهمان مطب‌ها خواهم بود. نیاز به اکسیژن دارم. دلم چندروزی است مثل تهران، گرفته. قرار بود تا بیشتر هوای خودم را داشته باشم، اما نشد. خشم درونم شعله می‌کشد مثل آتش زیر خاکستر «پلاسکو». دلم نمی‌خواهد صدای انعکاسِ قدم‌هایم را در گرگ‌ومیش غروب تهران بشنوم. موسیقی را روشن می‌کنم؛ «همه شب نالم چون نِی، که غمی دارم/ دل و جان بردی اما، نشدی یارم/ با ما بودی، بی ما رفتی/ چو بوی گُل به کجا رفتی؟ / تنها ماندم، تنها رفتی». راهم را به سمت پارک تغییر می‌دهم. نباید با این عصبانیت با مادرم مواجه شوم؛ «کسی در ماندگاری عفونت در بدنم مقصر نیست. باید این ماه هم آزمایش می‌دادم. سهل‌انگاری خودم بود». وقتی غرق در زندگی و کار می‌شوم، درد را فراموش می‌کنم. «کاش! درد هم من را فراموش می‌کرد».

خُنکی صندلی‌های چوبی تب بدنم را پایین می‌آورد. علت مشخص است؛ کم‌خوابی، بی‌نظمی در کارها، بی‌دقتی در مصرف دارو و... . حتی فرصت نوشتن فهرستی از کارهایم را ندارم. «کاش! روزها ۴۸ ساعت بود. کاش! نیازی به خواب نداشتم. کاش! ۱۰ سال جوان‌تر بودم». حس عقب‌بودن از عقربه‌های شناسنامه‌ام آزارم می‌دهد. باز فهمیدم چیزهایی ممکن است در «یدِ قدرت» من نباشد. حرف‌های دکتر تلخ نبود، اما زمان‌بندی‌ام را تغییر داد؛ «تا عفونت در بدن هست، تنظیم سیستم قاعدگی ممکن نیست». دختران جوانی با صورت‌هایی رنگین از کنارم می‌گذرند. تعویقِ وقت لیزر موهای زاده از عوارض داروها در صورتم اتفاق مهمی نیست، اما می‌توانست شادترم کند. مهم است، یک ماه برای من مهم است، چون بهار با گرمای بی‌رحمش در کمین زمستان پرسوگ ایستاده. کلافه شده‌ام. «باید راهی برای درمان قطعی عفونت پیدا کنم». سکوت پارک آزارم می‌دهد. سرم را به‌سوی آسمان می‌گیرم. صدای اذان آرامم می‌کند و با سلول‌های بدنم بازی. صورت خیسم را با دستانم می‌پوشانم. موسیقی را دوباره روشن می‌کنم؛ «قُتادم از پا به ناتوانی، اسیر عشقم، چنان که دانی/ رهایی از غم نمی‌توانم، تو چاره‌ای کن که می‌توانی/ گر زِ دل بر آرم آهی، آتش از دلم خیزد/ چون ستاره از مژگانم، اشک آتشین ریزد/ چو کاروان رَود، فغانم از زمین بر آسمان رَود/ دور از یارم، خون می‌بارم» گوشی همراهم روشن و خاموش می‌شود، پارک خلوت‌تر و من با خدا همراه‌تر. تنهایی مقدس شده است. «نه حریفی تا با او غم دل گویم/ نه امیدی در خاطر که تو را جویم/ ای شادی جان! سرو روان! کَز بَر ما رفتی/ از محفل ما، چون دل ما، سوی کجا رفتی؟ / تنها ماندم، تنها رفتی» نتایج آزمایش‌ها را ورق می‌زنم. دستم می‌سوزد. آستینم را بالا می‌زنم. زیر نور چراغ‌های زردرنگ پارک به اثر سفیدرنگ آنژیوکت‌های سال‌های «اماس» خیره می‌شوم. «فغانِ زارِ من بشنو! بازآ! / از صبا حکایتی ز روزگار من بشنو! بازآ!» سوز برف در هواست. برای بار آخر به آسمان، تمام‌قد التماس می‌کنم. ناگهان «او» یادآور می‌شود؛ «قوی باش!» بلند نفس می‌کشم. زندگی در من بیدار می‌شود. بلند می‌شوم. باید به مادرم سر بزنم.

گزارش «شرق» از وقوع سیل بی‌سابقه در جنوب استان سیستان‌وبلوچستان

# تولد «باران» در سیل

**صدرا محقق:** سیل هفته اخیر در جنوب سیستان‌وبلوچستان خسارت‌های زیادی به بار آورد؛ خانه‌های آب‌گرفته، جاده‌های تخریب‌شده و تلفن و آب و برق قطع‌شده تنها بخشی از این خسارات بود، اما این سیل با خودش فقط خبر بد نیاورد، بارش ۱۶۴ میلی‌متر باران در سه روز برای بسیاری از اهالی این منطقه که ۱۰ سال پیاپی را خشک‌سالی و بی‌آبی کشیدند بهترین خبر ممکن بود. در همین سه روز تیم‌های امدادی هلال‌احمر و اورژانس دست‌کم ۱۲ زن باردار را در روستاهای سیل‌زده با انواع وسایل، اعم از آمبولانس، کامیون و لودر از سیلاب خروشان عبور داده و به بیمارستان‌ها و مراکز درمانی رساندند. آن‌طور که غلامرضا اربابی، مدیرکل مدیریت بحران استان سیستان‌وبلوچستان، به «شرق» خبر داده: «والدین یکی از همین نوزادان که فرزندشان در مسیر رساندن به مراکز درمانی در آمبولانس به دنیا آمد، تصمیم گرفتند به شکرانه بارش این باران‌ها که نویدبخش پایان خشک‌سالی است، اسم نوزادشان را باران بگذارند».

سیستان‌وبلوچستان تا هفته قبل، از خشک‌سالی و بی‌آبی شدید رنج می‌برد و در نمودار آمار میزان بارش سال آبی جاری، بین همه استان‌های کشور در رده آخر بود. رودخانه‌ها و سدهایش خشک و زمینش لب‌تشنه و بی‌رطوبت بود؛ اما یکباره ابرهای بارانی از اوایل این هفته بر فراز آسمان این استان ظاهر شدند، اهالی استان از خوشحالی دست به دعا بلند کردند، بارش شروع شد و بارید و بارید آن‌قدر که خود به بلایی جدید بدل شد. حالا خبرها از این استان از بی‌آبی به سیل و طغیان رودخانه‌ها و سرریزشدن سدها و آسیب به خانه‌های برخی از اهالی تغییر کرده است.

علی‌اوسط هاشمی، استاندار سیستان‌وبلوچستان که برای بررسی وضعیت مناطق سیل‌زده از نزدیک به مناطق آسیب‌دیده رفته است، ظهر روز گذشته در اظهارنظری اعلام کرد: «خالی‌بودن سدها توانست از بروز یک فاجعه جلوگیری کند». به دلیل وقوع سیل، ستاد مدیریت بحران به ریاست استاندار و با حضور فرماندار کنارک و سرپرست فرمانداری چابهار و دیگر دستگاه‌های اجرائی در کنارک تشکیل شد تا به موضوع رسیدگی شود.

براساس اعلام علی ملاشاهی، کارشناس اداره پیش‌بینی هواشناسی سیستان‌وبلوچستان، براساس آخرین آمار جمع‌بندی‌شده تا صبح روز گذشته منطقه دستگرد شهرستان نیک‌شهر با ۱۶۴میلی‌متر بارش باران، رکوردار میزان بارش‌ها در چند روز اخیر استان بوده است.

برای اطلاع از جزئیات بیشتر پیرامون موضوع با محمد بلوچزهی، بخشدار مرکزی شهرستان نیک‌شهر، تماس گرفتیم. او در گفت‌وگو با «شرق» دراین‌باره، این‌طور توضیح داد: «تقریبا می‌توان گفت که در ۱۰ الی ۱۲ سال گذشته، چنین بارندگی‌هایی با این حجم درخور توجه در سطح مناطق ما کم‌نظیر بوده است. حدود سه روز است پیاپی باران می‌بارد. به طور میانگین، میزان بارش‌های این چند روز از متوسط سالیانه گذشته است؛ یعنی در همین چند روز، در مقیاس بارش‌های یک‌سال بیشتر بوده است».

بلوچزهی همچنین درباره تلاش‌های امدادی برای حل مشکلات مردم سیل‌زده نیز می‌گوید: «درحال‌حاضر، تیم‌های امداد و نجات در مناطق مختلف روستایی مشغول امدادرسانی هستند و از میزان خسارت‌ها در سطح بخش نمی‌توان آمار دقیقی ارائه کرد؛ فقط می‌توان اشاره کرد که طغیان رودخانه‌ها و جاری‌شدن سیل، منجر به آسیب‌دیدن زیرساخت‌های روستایی ازجمله راه، برق، تلفن و... شده است. درحال‌حاضر، بیشتر مسیرهای ارتباطی ما به علت طغیان رودخانه‌ها مسدود شده، ارتباط جاده‌ای ما با روستاهای چهار دهستان بخش مرکزی با اختلال مواجه شده و با توجه به حجم بالای آورد رودخانه‌ها و اینکه در بلوچستان رودخانه‌ها به تعبیری وحشی هستند، اقدامات ما منوط به فروکش‌کردن آب‌های خروشان است».

وی همچنین در پاسخ به این سؤال که آیا سیل اخیر در منطقه شما تلفات جانی هم بر جای گذاشته است، گفت: «خدا را شکر درحال‌حاضر بارندگی‌ها هیچ‌گونه تلفات جانی نداشته است؛ فقط در روزهای گذشته دو خودرو به علت بی‌احتیاطی طعمه امواج خروشان رودخانه‌های وحشی چاهان شده است؛ یک وانت‌بار با هفت نفر سرنشین در پی بی‌احتیاطی در رودخانه کوراندپ دهستان چاهان واژگون شده که آسیب‌دیدگان دچار زخم‌های سطحی شده‌اند و بلافاصله افراد گرفتار در سیل، از امواج خروشان نجات پیدا کرده‌اند. یک کامیون نیز بر اثر بی‌احتیاطی در چاهان گرفتار سیل شده و راننده کامیون با اقدامات انجام‌گرفته نجات یافته؛ اما درحال‌حاضر حجم بالای امواج خروشان شرایط را برای انتقال کامیون به خشکی نامساعد کرده است».

این بخشی دیگر از توضیحات بخشدار مرکزی نیک‌شهر درباره سیل اخیر در منطقه بلوچستان است: «خوشبختانه این سیل با وجود خسارت‌هایی که به بار آورده است، ابعاد مثبت زیادی هم دارد؛ چراکه در سال‌های اخیر اقدامات خوبی برای ساخت بندهای خاکی و سدسازی انجام گرفته است و با توجه به بارندگی‌های اخیر، انتظار می‌رود آب‌های ذخیره‌شده در پشت سدها و بندهای خاکی، سنگی و بتنی، کم‌آبی‌ها و خشک‌سالی چند سال گذشته را جبران کرده و به رونق کشاورزی و دامداری در منطقه کمک کند. در سال‌های اخیر با توجه به خشک‌سالی، مردم زیان‌های بسیاری را از این پدیده مخرب دیده‌اند. خشک‌سالی‌های اخیر معیشت مردم را با خطر جدی مواجه کرده است. بیش از ۷۰ درصد روستاهای بخش مرکزی نیک‌شهر با تانکر آبرسانی سیار می‌شوند. آب قنوات و چاه‌های منطقه کاملا خشک شده، درختان خرما، انبه و مرکبات ۴۰ تا ۵۰ ساله در مدت یک‌سال کاملا خشک شده‌اند و دامداری نیز از بین رفته است؛ به‌تبع آن آمار سوءتغذیه کودکان و مادران باردار در منطقه بسیار بالا رفته است؛ اگرچه در برخی از روستاها تخریب منازل نیز به ما گزارش شده است؛ اما خوشحالی و شادی مردم از پایان‌یافتن خشک‌سالی چندین‌ساله باعث شده است که مردم خسارات را احساس نکنند. یک خبر جالب و درخورتوجه این است که بیش از ۱۵ نفر از جوانان روستای رمضان کلگ بخش مرکزی نیک‌شهر به دلیل بارندگی‌های درخور توجه چند روز گذشته سه روز نذر روزه کرده‌اند و همین‌طور یک کشاورز خسارت‌دیده در روستای زیرک‌آباد بخش مرکزی دو بز نذر کرده و گوشت آنها را بین فقرا و همسایه‌ها تقسیم کرده است».

بلوچزهی همچنین در ادامه می‌افزاید: «بیشترین خسارت‌ها را در پی خشک‌سالی‌های اخیر مردم روستای رمضان کلگ متحمل شده‌اند، البته خسارت ناشی از طغیان رودخانه‌ها و جاری‌شدن سیلاب‌ها هیچ‌گاه از حلاوت شادمانی و خوشحالی مردم نکاست. مردم بخش مرکزی نیک‌شهر با وجود مسدودشدن مسیرهای ارتباطی جشن آب برپا کرده‌اند. دهیاران و شوراها کماکان از طریق تلفن با ما ارتباط دارند و ما نیز به طور پیوسته با آنها ارتباط داریم. هیچ خطری تاکنون روستاییان را تهدید نکرده است. در چند روز گذشته خطوط تلفن با شدت‌یافتن بارندگی‌ها اختلال پیدا کرده بودند که بلافاصله با اعزام نیرو مشکلات مخابراتی و همین‌طور قطع برق رفع شد». وی همچنین درباره میزان دقیق خسارت‌ها به «شرق» گفت: «هنوز بررسی دقیقی انجام نگرفته است. باید در روزهای آینده برآورد خسارات شود. اگر امروز مسیرها باز شود، کارشناسان را به مناطق مختلف اعزام خواهیم کرد؛ البته پیش‌بینی می‌کنم حجم خسارات بالا باشد».

غلامرضا اربابی، مدیرکل بحران استان سیستان‌وبلوچستان، نیز در گفت‌وگو با «شرق» درباره باران اخیر در استان سیستان‌وبلوچستان این‌طور گفت: «بعد از ۱۰ سال خشک‌سالی که کل میانگین متوسط بارندگی سالانه ما ۱۰۶ میلی‌متر بوده است، در این سه روز در استان ۱۶۴ میلیمتر باران باریده است که دو برابر میانگین سالانه استان بوده که باعث آب‌گرفتگی و سیل شده است؛ به‌همین‌دلیل هم اگرچه بسیاری از مردم از بارش‌ها خوشحال شده‌اند؛ اما یک‌سری مشکلات نیز ایجاد کرده است، به دلیل همین بارش‌ها، ۱۵ راه فرعی در مناطق جنوبی استان مسدود شده‌اند که تا ظهر چهارشنبه باز شده‌اند».

طبق گفته وی مناطق دروگان، ایرانشهر و کنارک به جاسک بیشترین خسارت‌ها را از سیل این هفته استان سیستان‌وبلوچستان متحمل شده‌اند. بیشتر آب‌گرفتگی‌ها در مناطق روستایی بوده؛ اما در برخی مناطق شهری مثل کنارک و زرآباد نیز آب‌گرفتگی داشته‌ایم. براساس آخرین آمار ما تا روز چهارشنبه روی‌هم‌رفته ۱۶۸ واحد مسکونی در جنوب استان خسارت دیده‌اند و ۱۹۵ خانوار هم اسکان اضطراری داده شده‌اند؛ همچنین برق ۳۰ منطقه قطع شده بود که تا ظهر چهارشنبه وصل شده است».

دراین‌حال آن‌طور که خبرگزاری ایرنای این استان خبر داده است، مدیرعامل جمعیت هلال‌احمر سیستان‌وبلوچستان گفت: نیروهای امدادی این نهاد از آغاز جاری‌شدن سیل در یک بهمن تاکنون به چهارهزارو ۶۳۵ نفر از مردم سیل‌زده جنوب استان در قالب ۹۹۳ خانوار امدادرسانی کردند.

رسول راشکی گفت: همچنین در این مدت سه‌هزارو ۳۲۹ نفر از مردم جنوب استان در قالب ۷۲۴ خانوار اسکان اضطراری داده شدند و با رهاسازی ۱۲۲ خودرو از سیلاب ۴۸۸ نفر نجات یافتند. وی ادامه داد: ۶۵۱ باب چادر، ۶۷۲ تخته موکت، هزارو ۴۶۱ تخته پتو، دوهزارو ۵۹۵ کیلوگرم نایلون، ۴۹۵ شعله چراغ والور، ۲۳۹ شعله فانوس، ۱۵۷ دست ظرف، هفت‌هزارو ۳۰۶ قوطی کنسرو، ۱۹۹ عدد کُلمن آب، ۷۰۰ قرص نان و ۶۲۲ کیلوگرم برنج ازجمله اقلام توزیع‌شده در این مدت بین مردم جنوب سیستان‌وبلوچستان بوده است.

وی تصریح کرد: ۶۴۶ نفر امدادگر در قالب ۱۱۴ تیم عملیاتی با ۸۴ دستگاه خودرو به مردم ۱۶۲ روستای جنوب استان در این مدت امدادرسانی کردند. مدیرعامل جمعیت هلال‌احمر سیستان‌وبلوچستان با قدردانی از استان‌های مختلف در کمک به مردم این استان گفت: کمک‌های ارسالی جمعیت هلال‌احمر استان‌های یزد، فارس، کرمان، خراسان‌رضوی و سازمان امداد و نجات کشور در قالب پتو، موکت و چادر امدادی روز چهارشنبه به استان رسید.

در خبری دیگر به نقل از رئیس جمعیت هلال‌احمر خاش اعلام شد بر اثر بارندگی شدید سقف صد منزل در این شهرستان ریزش کرده است. برخی رسانه‌ها همچنین از فوت یک زن به دلیل ریزش سقف خانه‌اش در این شهرستان خبر داده‌اند؛ همچنین براساس عکس‌ها و اخباری که منتشر شد، خانم حمیرا ریگی فرماندار شهرستان قصرقند نیز از مناطق سیل‌زده این شهرستان بازدید کرد. به غیر از او برخی دیگر از مسئولان شهرستان‌های سیل‌زده این استان با انتشار لحظه‌به‌لحظه اقدامات انجام‌شده در شبکه‌های اجتماعی مانند اینستاگرام و توییتر آخرین اخبار در این زمینه را به مخاطبان خود می‌رساندند.

همچنین براساس گزارش‌های منتشرشده در اقدامی مهم که با حضور مدیران شهری و دولتی ایرانشهر شامل شهردار، فرماندار، نماینده هلال‌احمر، اورژانس و آتش‌نشانی ایرانشهر انجام شد، با مدیریت سیلی که در حال آمدن به سمت بخش‌هایی از محله‌های شرقی و جنوبی ایرانشهر بود، توانستند بحران سیل در این شهر را مدیریت کنند. یکی از اهالی ایرانشهر دراین‌باره در توییتر خود نوشته است: «نصف بیشتر جمعیت ایرانشهر در همین قسمت شرقی و جنوبی ساکن هستند. من شاهد بودم در همین قسمت شرقی شهر لودرها مشغول درست‌کردن سیل‌بند بودند. من چون خودم ساکن ایرانشهر هستم، می‌دانم اگه این اتفاق می‌افتاد، فاجعه‌ای هزار برابر پلاسکو رخ می داد... خدا را شکر».

در مدتی که سیل در این استان رخ داده بود، برخی از کاربران شبکه‌های اجتماعی نسبت به نپرداختن رسانه‌های کشور به این موضوع انتقاداتی را مطرح کردند که از آن جمله نوید برهان‌زهی یکی از شهروندان این استان که خود ساکن ایرانشهر است، در توییتر خود نوشت: «سه روزه که مردم سیستان‌وبلوچستان گرفتار باران و سیل هستند، خونه‌هاشون رو سرشون داره خراب میشه، دریغ از یک خبر». همین خبررسانی‌ها در شبکه‌های اجتماعی منجر به‌راه‌افتادن یک موج در شبکه‌های اجتماعی درباره اطلاع‌رسانی درباره سیل در این استان شد.

خبر

## رشد سرطان در ایران پایین‌تر از متوسط جهانی است

● قائم‌مقام وزیر بهداشت با بیان اینکه رشد سرطان در کشور مطابق کشورهای دیگر است، ولی هنوز از متوسط جهانی کمتر گزارش می‌شود، اظهار کرد: پیش‌بینی می‌کنیم همین روند ادامه یابد. دکتر ایرج حریرچی، در نشست خبری کنگره بین‌المللی پیشگیری و تشخیص زودهنگام سرطان درباره آخرین وضعیت ابتلا به این بیماری در دنیا گفت: ابتلا به سرطان از ۱۰ میلیون مورد در سال ۲۰۰۶ به ۱۴ میلیون در سال ۲۰۱۲ رسید و پیش‌بینی می‌شود که این رقم در سال ۲۰۳۰ به ۲۵ میلیون مورد برسد. وی افزود: مرگ ناشی از انواع سرطان نیز در سال ۲۰۰۶ حدود شش میلیون نفر در سال گزارش شده است. این آمار در سال ۲۰۱۲ به هشت میلیون نفر رسید و پیش‌بینی می‌شود در سال ۲۰۳۰ تا مرز ۱۳ میلیون نفر نیز برسد. در ایران بدون احتساب سرطان‌های پوست، سالانه ۹۲ هزار مورد جدید اتفاق می‌افتد که با این حساب، سرطان‌ها به بیش از صد هزار مورد افزایش می‌یابد. به گفته قائم‌مقام وزیر بهداشت، شایع‌ترین سرطان‌ها در مردان به ترتیب معده، پروستات و روده بزرگ و در زنان سرطان‌های پستان، روده بزرگ، معده و لوسمی است. وی در ادامه تصریح کرد: این آمار در مردان ۱۳۴ به ازای هر صد هزار نفر و در زنان ۱۲۸ به ازای هر صد هزار نفر اعلام شده است. متوسط بروز موارد جدید در دنیا نیز برای مردان به ۲۰۵ و برای زنان ۱۶۵ مورد در هر صد هزار نفر است. پیش‌بینی می‌کنیم در سال ۲۰۳۰ تعداد موارد جدید ابتلا به سرطان به ۱۵۵ مورد در هر صد هزار نفر برسد. حریرچی با تأکید بر اینکه رشد سرطان در ایران مطابق کشورهای دیگر و از متوسط جهانی کمتر است، ادامه داد: اما درعین‌حال پیش‌بینی می‌کنیم این روند ادامه پیدا کند و شاید فاصله آن با کشورهای دیگر کمتر شود. یکی از علل اصلی بروز سرطان افزایش سن جامعه است؛ چراکه سرطان بیماری دوران پیری است. همچنین تغییر شیوه زندگی نیز در افزایش این آمار مؤثر است. درحال‌حاضر بیش از ۱۰ درصد افراد بالغ در کشور سیگار می‌کشند. همچنین ۹۰ درصد مردم نیز کمتر از میزان توصیه‌شده در روز از سبزی و میوه‌جات استفاده می‌کنند. ۳۵ درصد آنها نیز فعالیت بدنی کمی دارند و ۵۰ درصد با کلسترول خون بالا روبه‌رو هستند. همچنین ۱۰ درصد مردم نیز قند خون بالایی دارند. حریرچی عوامل محیطی را یکی دیگر از فاکتورهای اثرگذار در ابتلا به سرطان عنوان کرد و گفت: مصرف نفت و تجهیزات معادل آن در کشور، سالانه دوهزارو ۸۱۲ کیلو به ازای هر نفر است. اما رقم متوسط جهانی آن هزارو ۸۰۹ کیلو اعلام شده است. سالانه به ازای هر نفر در ایران، هفت تن دی‌اکسید کربن تولید می‌شود؛ درحالی‌که متوسط جهانی آن ۴.۶ تن است. ذرات معلق در هر مترمکعب هوا در شهرهای بزرگ نیز به ازای هر نفر در سال ۱۱۵ میکروگرم است، اما در مقایسه با متوسط جهانی آن که ۷۷ میکروگرم گزارش می‌شود، عدد بالایی است. این در حالی است که تعداد خودروها در کشور ۱۱۳ عدد به ازای هر هزار نفر است، اما متوسط جهانی آن ۱۲۰ عدد است. وی افزود: حدود ۲۰ درصد تولید ناخالص جهانی، صرف درمان سرطان می‌شود که این رقم ۱۶ درصد بیش از هزینه بیماری‌های قلبی و عروقی است. در سال ۲۰۱۶، هزارو ۱۶۰ میلیارد دلار در حوزه سرطان هزینه شد. اما این رقم در سال ۲۰۱۳، ۸۹۵ میلیارد دلار بود که یکی از علل اصلی آن ورود داروهای گران‌تر و پیشرفته‌تر برای درمان این بیماری است.

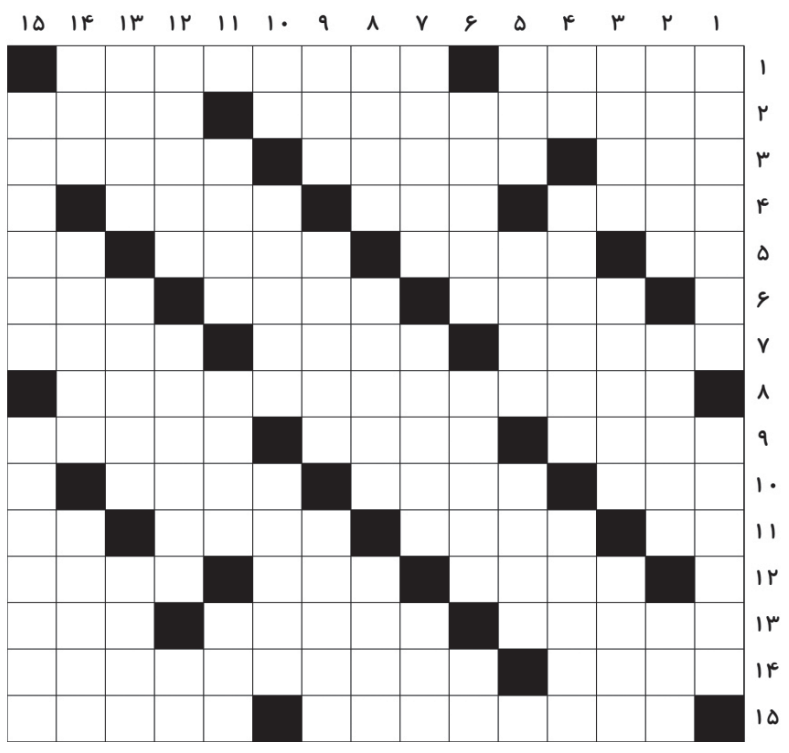
### جدول ۲۷۴۶ ■ طراح: بیژن گورانی

**افقی:**

۱- نیکوکاران- از ملزومات کلاس درس ۲ - بازیگر خانم فیلم «خانه‌ای در خیابان ۴۱»- هوای گرفته ۳- مرکز استان البرز- نور ماه- به‌هم‌پیوستگی ۴- نوزاد حشره- خالص- محصول درخت ۵- حرف عطف عربی- از عناصر تشکیل‌دهنده هوا- پرنده‌ای زیبا و خوش‌آواز- سیلی ۶- شریک زندگی- نوعی شیرینی شکلاتی- راه و روش ۷- فراخوانده‌شده- متعفن و گندیده- همسایه کنگو و کامرون ۸- صاحب تفسیر ارزشمند المیزان ۹- چراغ پیه‌سوز قدیمی- اندرون- شهری کوچک در حوالی تهران ۱۰ - با... آشنا سخن آشنا بگو- بی‌توجهی- دید و نظر ۱۱- رب‌النوع خورشید در مصر باستان- دور از شلوغی و ازدحام- منزل- همدست بی‌دست! ۱۲- بوته گل- از قبایل قدیمی اعراب- بخشی از دستگاه عصبی مرکزی ۱۳- گاری- چک مسافرتی- تنگی و باریکی ۱۴- فریاد شادی- رمانی از ارسکین کالدول، نویسنده ادبیات آمریکا ۱۵- نقاشی ظریف ایرانی- هریک از سلول‌های خونی جانوران.

**عمودی:**

۱- دختر امام علی(ع)- از آثار معروف ویلیام شکسپیر ۲- نام چند نفر از پادشاهان ساسانی بود- سبزی خوشبو- سوره سی‌ام قرآن ۳- کماندوی آمریکایی- از ادوات ورزش بدن‌سازی- ارابه ۴- تکرار حرفی از الفبا- مقروض - راننده هواپیما ۵- پیکار- طراح- چیرگی ۶- حداد- وسیله‌ای برای شنیدن صدای وسایل صوتی- مکان ۷- آتش‌فشانی نیمه‌فعال در جنوب شرقی ایران- بی‌کارگی- قومی ایرانی ۸- مخزن گلوله- تیره‌روز- گردهمایی کوتاه‌مدت و شبانه‌روزی ۹- از وسایل بازی کودکان در پارک‌ها- عقب هر چیز- همشیره ۱۰- آقای آلمانی- دارای ارتباط- عالم ماده ۱۱- دیگ دهان‌گشاد- شهربندری وقدیمی نروژ- دارای پای معیوب ۱۲- مرکز کهگیلویه‌وبویراحمد- ابزاری برای شخم‌زدن و شیارنمودن زمین- مخترع تلفن ۱۳- تاول سوختگی- سوره پنجم قرآن- حنا ۱۴- بریدن شاخه‌های زائد- از ارائه‌های ادبی- شعر کوتاه ژاپنی ۱۵- نخستین رئیس‌جمهور روسیه پس از فروپاشی اتحاد جماهیر شوروی- برخلاف عقل.



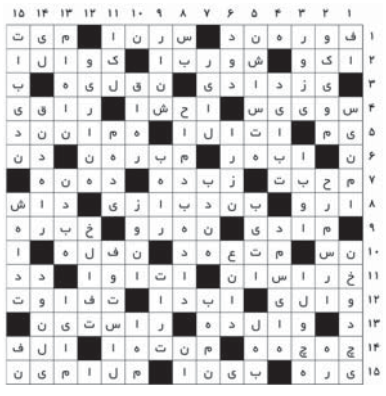
### حل سودوکو سخت

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۳ | ۲ | ۵ | ۸ | ۶ | ۷ | ۱ | ۴ | ۹ |
| ۴ | ۸ | ۹ | ۵ | ۳ | ۱ | ۷ | ۲ | ۶ |
| ۷ | ۶ | ۱ | ۲ | ۴ | ۹ | ۳ | ۸ | ۵ |
| ۵ | ۷ | ۲ | ۱ | ۹ | ۶ | ۸ | ۳ | ۴ |
| ۶ | ۱ | ۴ | ۳ | ۸ | ۵ | ۹ | ۷ | ۲ |
| ۸ | ۹ | ۳ | ۴ | ۷ | ۲ | ۶ | ۵ | ۱ |
| ۲ | ۵ | ۸ | ۹ | ۱ | ۳ | ۴ | ۶ | ۷ |
| ۹ | ۳ | ۷ | ۶ | ۲ | ۴ | ۵ | ۱ | ۸ |
| ۱ | ۴ | ۶ | ۷ | ۵ | ۸ | ۲ | ۹ | ۳ |

### حل سودوکو ۱۷۴۱

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۷ | ۵ | ۲ | ۶ | ۱ | ۸ | ۴ | ۹ | ۳ |
| ۹ | ۱ | ۴ | ۳ | ۷ | ۲ | ۶ | ۸ | ۵ |
| ۳ | ۸ | ۶ | ۵ | ۴ | ۹ | ۲ | ۷ | ۱ |
| ۶ | ۳ | ۸ | ۷ | ۹ | ۵ | ۱ | ۲ | ۴ |
| ۱ | ۴ | ۷ | ۲ | ۳ | ۶ | ۸ | ۵ | ۹ |
| ۲ | ۹ | ۵ | ۴ | ۸ | ۱ | ۷ | ۳ | ۶ |
| ۵ | ۶ | ۹ | ۱ | ۲ | ۷ | ۳ | ۴ | ۸ |
| ۸ | ۲ | ۳ | ۹ | ۶ | ۴ | ۵ | ۱ | ۷ |
| ۴ | ۷ | ۱ | ۸ | ۵ | ۳ | ۹ | ۶ | ۲ |

### جدول ۲۷۴۵



### سودوکو سخت ۱۷۴۲

**قانون‌های حل جدول سودوکو:**

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.

۲- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ۶ | ۱ | | ۸ | | | ۴ | ۵ |
| | ۳ | ۹ | | | | ۶ | ۷ | |
| | | | | ۷ | | ۱ | | |
| | | | ۲ | ۴ | | ۸ | | |
| | | | | ۳ | ۸ | ۴ | | |
| | | ۲ | ۹ | | | | ۵ | |
| ۱ | | ۷ | ۴ | | ۳ | | | |
| | | ۶ | ۵ | ۹ | | | | |
| | | | ۸ | ۲ | | | | |

### سودوکو ۱۷۴۲

**سودوکو**

سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۵ | ۷ | | | ۳ | | | | ۹ |
| ۱ | | | ۵ | ۸ | | ۶ | | |
| ۶ | ۸ | | | ۱ | | | | ۲ |
| ۳ | ۱ | ۲ | | | | ۷ | | |
| | ۶ | | | ۲ | | ۴ | ۹ | ۵ |
| ۹ | ۴ | ۵ | | ۶ | | | | ۳ |
| ۴ | | ۷ | ۱ | | ۲ | | | |
| ۸ | ۹ | | | | | | ۵ | ۴ |
| | ۳ | ۶ | ۸ | | | ۹ | ۷ | |