من و اماس

انکار مثبت یا منفی؟! من اماس ندارم!

مریم پیمان

● «وقتی عجله داری نیا داروخانه!». کیفم را روی شانه‌ام جابه‌جا می‌کنم. کلافه به صورت آرام دکتر داروخانه خیره می‌شوم؛ حق با اوست. من زیادی بی‌تابم و زمان برای من تنگ. در محیط سفیدرنگ و خنک ایستاده است و جعبه‌های قرص‌ها را دانه‌دانه جابه‌جا می‌کند. به شیشه مقابلش تکیه می‌دهم و در رنگ‌های جعبه‌های شیرخشک غرق می‌شوم؛ در آرزوهای بربادرفته. به روزهای خوش می‌رسم؛ روزهایی بدون وقت دکتر و داروخانه؛ روزهایی با عصرهایی فراخ و یله برای قدم‌زدن، گشتن و رهابودن. سرم را بالا می‌گیرم و باد خنک کولر را می‌بلعم. چشم‌های بی‌جانش در خاطرم زنده می‌شود. تیرماه پنج سال پیش، پیش از من در صف داروخانه ۱۳ آبان ایستاده بود؛ برای هر قدم، با دست پای راستش را به جلو هل می‌داد. «من اماس ندارم!» پاسخ او به پرسش عریان من شَک‌برانگیز بود. نوع دارو، مهر دکتر متخصص مغز و اعصاب زیر نسخه و نشانه‌های ناتوانی در راه‌رفتن و ایستادن. چیزی درست نبود. به داروخانه‌چی گفت دارو برای خودش است و سوار موتور شد و رفت. او هم کسی را نداشت تا داروهایش را در ظهر تیرماه در صف طولانی داروخانه بگیرد. چند دقیقه نگذشته بود که پیامک او رسید: «ترجیح می‌دهم کسی نداند». هنوز در بهت انکار و پنهان‌کاری او مانده‌ام که چهره مادری نگران به خاطرم می‌آید؛ چشم‌های او در پس جمله‌های کوتاه و عجولانه‌اش حرف‌های دیگری هم می‌زد. از دخترانش می‌گفت و بیماری یکسان هر دوی آنها با وجود اختلاف سن و روحیات. «نمی‌گذارم داروخانه بیایند. برای روحیه‌شان خوب نیست. ناهید داروهایش را می‌خورد؛ اما نوشین حتی نمی‌پذیرد که «اماس» دارد». مادر رنجورتر و دل‌شکسته نصیحتم کرد که دیگر داروخانه نروم. آن روز خندیدم؛ اما امروز آرزوی ندیدن داروخانه را در هر ثانیه تجربه می‌کنم. دلم می‌خواهد مثل بسیاری از بیماران مبتلا ندانم و نپذیرم که «اماس» در روزها و شب‌های من حضور دارد؛ روزها آفتاب را برای من از لذت به درد تبدیل می‌کند و شب‌ها مهتاب را شاهد می‌گیرد برای رنج‌های بیماری. در سرم تکرار می‌شود؛ «بگذر شبی به خلوت این همنشین درد». بی‌طاقت روی صندلی داروخانه می‌نشینم. فهرست دوستانم را در موبایلم بالا و پایین می‌کنم؛ در میان آنها دوستان حلقه «اماس» کم نیستند. اگر «اماس» نداشتم، آنها هرگز نبودند. خشم و غم از دوراهی خوبی‌ها و بدی‌های بیماری دست در دست هم سرم را به بالا و دور از صفحه هُل می‌دهند. از پاهای لاغر مردی در مقابلم به دستان پر از داروی او می‌رسم. صورتش می‌خندد و از دکتر داروخانه خداحافظی می‌کند. هنوز به در نرسیده است که کسی نامم را می‌خواند. فیش را می‌گیرم. باز هم نسخه، باز هم دارو، باز هم پرسش‌های همیشگی و حرف‌های تکراری؛ «بار اول‌تان است؟ این دارو را زدید؟ حتما در یخچال نگه دارید». حرف‌های تکراری، آدم‌های شبیه و دردهای مضاعف. به هُرم گرمای آفتاب خیابان خیره می‌شوم. هیچ چاره‌ای نیست. درها باز می‌شوند و گرما حمله می‌کند. خسته از تکرار واژه و واقعیت اماس زیر آفتاب قدم برمی‌دارم و در خیالم فریاد می‌زنم: «من اماس ندارم!».

عکس: مهدی حسنی

برج‌بازی روی گسل

ادامه از صفحه اول

این موضوع یکی از مهم‌ترین نکات فرایند تصمیم‌گیری در سال‌های گذشته به‌ویژه در چند سال اخیر درباره بلندمرتبه‌سازی و مجتمع‌های بزرگ‌مقیاس بوده است. طبق طرح جامع و تفصیلی چه درباره بلندمرتبه‌سازی و چه در زمینه مجتمع‌های بزرگ‌مقیاس، تکلیف شده است که شهرداری تهران ابتدا مطالعات همه‌جانبه مربوطه را انجام دهد و همه پیوست‌های لازم را تهیه کند و بعد در کمیسیون ماده پنج یا هر بخش دیگری تصویب شود. او می‌گوید اشکال اساسی این بوده که طرح تفصیلی را ابلاغ کرده‌اند و در آن، مجوزهای بلندمرتبه‌سازی و پهنه‌بندی‌هایی را برای اجرای پروژه‌های چندمنظوره قرار داده‌اند که تکالیف آنها انجام نشده است. سالاری تاکید دارد در این سال‌ها طرح تفصیلی نه‌تنها در هدایت و راهبری و ساماندهی و ارتقای کیفیت شهر تهران که هدفش بوده، تأثیری نداشت بلکه منجر به کاهش کیفیت زندگی هم شده است.

رئیس کمیسیون شهرسازی و معماری شهر تهران با اشاره به تعریف پهنه‌های جدید در طرح جامع و تفصیلی، مطابق با آنچه نظر شهرداری تهران بوده است، گفت: به‌ویژه در پهنه S که شامل بلندمرتبه‌سازی‌ها و مجتمع‌های بزرگ‌مقیاس مثل مال‌ها می‌شود، به هیچ عنوان تکالیفشان انجام نشده که این تعداد پروانه را صادر کرده‌اند و در این سال‌ها به صورت موردی اقدام کردند و در شورای عالی منطقه و یا در نهایت در کمیسیون ماده پنج با رویکرد درآمدزایی تصمیم گرفتند. حرف ما این است اگر پیوست‌های مطالعاتی انجام می‌شد، بسیاری از این برج‌ها، مال‌ها و مگامال‌ها مجوز نمی‌گرفتند یا حداقل با این میزان کاربری به آنها مجوز نمی‌دادند.

سالاری می‌گوید همین که فعلا شورای عالی شهرسازی جلوی بلندمرتبه‌سازی‌ها و صدور مجوز جدید را گرفته، اتفاق خوبی است؛ هرچند این بلندمرتبه‌سازی درباره ساختمان‌های ۱۲طبقه به بالاست و هنوز برای کمتر از این توقفی نداریم. مسئله مهم و نگران‌کننده، درباره مال‌ها و مگامال‌ها است که صدور پروانه و مجوز برای آنها متوقف نشده است. او می‌گوید این‌قدر برای این مجموعه‌های بزرگ‌مقیاس در شمال تهران مجوز داده‌اند که دیگر جاذبه‌ای در شمال تهران ندارند و به همین دلیل در مناطق دیگر تهران دوباره در حال شکل‌گیری هستند. این عضو شورای شهر تهران در دوره چهارم که در دوره پنجم نیز جزء منتخبان شهر تهران است، با اشاره به اینکه بسیاری از مجوزهای مربوط به برج‌ها و مجتمع‌های بزرگ‌مقیاس هنوز اجرائی نشده‌اند، گفت: می‌توانیم در دوره جدید مدیریت شهری کمیته‌ای متشکل از شورا و شورای عالی شهرسازی و معماری تشکیل دهیم تا درباره این مجوزها و شرایطی که دارند، بررسی کرده و در صورت لزوم، تجدید نظر شود. این را که چه تعدادی هستند و چه شرایطی دارند، نمی‌دانیم و این اتفاق خوبی نیست که باید هر چه زودتر اصلاح شود.

پیروز حناچی، دبیر شورای‌عالی ترافیک کشور، بارها درباره نگرانی‌های بسیاری که در منطقه ۲۲ تهران وجود دارد، صحبت کرده است. او معتقد است کل منطقه ۲۲ اشکالات اساسی دارد و برج‌هایی که امروز به شکل عارضه‌هایی ناهماهنگ بیرون زده، شکل آشکار اشکالات این منطقه است و باید درباره بسیاری از اشکالات ساختاری این منطقه بررسی‌های جدید صورت گیرد. او به‌عنوان نمونه به پروژه‌های بزرگ‌مقیاس جدید و درحال‌ساخت در این منطقه اشاره کرد و به «شرق» گفت: علاوه بر پروژه نیمه‌کاره هزارویک شب در انتهای اتوبان همت، پروژه تجاری ایران‌مال با مشخصاتی عظیم در این محدوده در حال ساخت است که نگرانی‌های زیادی دارد. او می‌گوید این پروژه کلان نه‌تنها مردم تهران بلکه مردم ایران را به محدوده غرب تهران جذب می‌کند؛ درحالی‌که اتوبان کرج و اتوبان‌های اطراف این مجموعه بزرگ در بیشتر ساعات به‌ویژه ساعات پیک ترافیک همین حالا قفل هستند و مشخص نیست با بهره‌برداری از این مجموعه چه بار ترافیکی به این منطقه و غرب تهران که خروجی مهمی است، تحمیل شود.

شهرداری تهران در اقدامی بی‌سابقه برای بیش از ۴۰۰ برج پروانه صادر کرده است. او می‌گوید: برای ما گزارش‌های اولیه تکان‌دهنده بوده است؛ وجود ۱۰۱ برج در حریم گسل‌های تهران و حدود ۲۵۰ برج از این تعداد در معابر کمتر از شش تا ۲۰ متر عرض که ماشین‌های آتش‌نشانی نمی‌توانند در زمان حادثه احتمالی در آنها خدمات بدهند

پروژه‌ای که حناچی از آن صحبت می‌کند و به ایران‌مال معروف شده است، بیش از یک‌میلیون‌و ۷۰۰ هزار مترمربع مساحت دارد و روی دست همه مراکز تجاری و مال‌ها و مگامال‌های داخل شهر تهران خواهد زد؛ درحالی‌که مشخص نیست مجوزهای چنین پروژه عظیمی چه زمان و از کجا صادر شده است. پیش‌تر درباره ناامنی و مشکلات محله‌ای و منطقه‌ای و فرامنطقه‌ای که مجتمع‌های تجاری بزرگ‌مقیاس در مناطق حساس و مهم تهران داشته‌اند بارها تذکر داده شده و گزارش‌های زیادی نوشته شده است؛ اما این روند به شکلی کور و منفعت‌جویانه از سوی شهرداری تهران و سرمایه‌گذاران ادامه دارد و گویا قرار نیست پایانی برای آنها وجود داشته باشد. استاندار تهران در گفت‌وگویی که پیش‌ازاین با «شرق» داشت، درباره محدودیت‌هایی که مجموعه تجاری پالادیوم در شمال تهران ایجاد کرده است، تذکر داده و اعلام نگرانی کرده بود.

به گزارش «شرق»، موضوع پیگیری و توقف مجوزهایی که کمیسیون ماده پنج در سال‌های گذشته تاکنون صادر کرده است، بارها صحبت و نقد شده است. بسیاری از پروژه‌هایی که حادثه و تبعات منفی برای شهر قبل و بعد از اجرا داشته‌اند، نتیجه تصمیمات اشتباه کمیسیون ماده پنج بوده است؛ تصمیماتی که گاه به واسطه ورود یکی از مسئولان یا رسانه‌ای‌شدن موضوع جلوی آنها گرفته شده؛ مانند مصوبه پروژه‌ای تجاری که در پروژه مترو ونک- تجریش پیش‌بینی شده بود و در بسیاری از موارد هم توقفی نداشته‌اند و تا انتها کارشان را پیش بردند.

مسئله اینجاست که روند بلندمرتبه‌سازی‌ها و مجتمع‌های بزرگ‌مقیاس در تهران البته با تخلفاتی بالادستی از زوایا و مراجع مختلفی صورت می‌گیرد یا در هر دوره‌ای شکلی جدید پیدا می‌کند و نمی‌توان این روند پنهانی را رصد کرد و جلوی آن را گرفت. این‌گونه است که یکباره گوشه‌ای از تهران یک گود بزرگ ایجاد می‌شود و خیلی زود ستون‌هایی بلند به آسمان می‌رود و برجی سبز می‌شود. شهردار تهران که در ۱۲ سال گذشته به تهیه و اجرای طرح جامع و تفصیلی در شهر تهران افتخار کرده است؛ تا نیمه مرداد دیگر مسئولیتی در مدیریت شهری نخواهد داشت و تهران با مجوزهای داده‌شده و حقوق مکتسبه‌ای که یک طرف آن سرمایه‌داران شهر تهران هستند و البته برج‌ها و مجتمع‌هایی که هرکدام می‌توانند آبستن حادثه‌ای باشند، تنها می‌مانند.

شاید این گزارش بهانه‌ای برای یادآوری از حادثه فروریزش ساختمان پلاسکو و آنچه در آن مغفول و مبهم ماند، هم باشد. شاید برای آینده خود و خانواده‌هایمان و شهرمان لازم است به یاد بیاوریم که پس از اعلام گزارش نهایی هیئت ویژه گزارش ملی بررسی حادثه پلاسکو که رئیس‌جمهور تعیین کرده بود، این گزارش برای دولت ارسال شد؛ اما از آن زمان تاکنون دولت هیچ پاسخ یا پیگیری و اعلام نظری نداشته است. از آن زمان به بعد درباره آمادگی برج‌ها و ساختمان‌های بلند و مجتمع‌های تجاری بزرگ‌مقیاس تهران در مقابل حوادثی نظیر آتش‌سوزی دیگر صحبت و پیگیری نشد. دوره کوتاه قبل و بعد از انتخابات و حواشی آن در شهرداری تهران و دولت گذشته است و خوب است که هرکدام از این دو یعنی مدیریت شهری فعلی و دولت یازدهم تا نیمه مرداد که وقت رفتن و تغییر و شروع مجددشان است، درباره این موضوع پاسخ و پیگیری مناسبی داشته باشند.

یادداشت

رویکرد سیاستی تمام نیازهای شخص در سلامت:

سیاستی پست‌مدرنیتی

دکتر حمید بهلولی*

● با تأمین نیازهای اولیه فیزیکی بهداشتی و سلامتی شهروندان در کشورهای توسعه‌یافته، در اوایل قرن حاضر و غلبه نسبی پارادایم پست‌مدرن به همراه ارتقای سطح آگاهی‌های اجتماعی و فردی در جوامع انسانی، رویکرد سیاستی جدیدی در حوزه سلامت در حال تکوین است. از آنجا که در زبان فارسی کلمه مناسب‌تری از مراقبت، تیمارکردن و توجه‌کردن برای تعریف مفهوم (Care) نداریم به‌ناچار از کلمه مراقبت برای تعریف آن استفاده می‌کنیم. رویکرد جدید (Whole person care) یا مراقبت کامل (همه، کل) شخص که به معنی مراقبت و توجه به همه وجوه انسان است، سلامت فرد را برایند و حاصل‌جمع تمامی وجوه انسانی می‌داند و دارای دو مؤلفه مهم هست. طبق مؤلفه اول، این رویکرد، تعریف و به‌رسمیت‌شناختن ارتباط وثیق مابین سلامت فیزیکی و سلامت روانی و نیازهای مراقبت اجتماعی را مدنظر خود قرار داده و آنها را نه‌تنها سه ضلع یک مثلث ارائه خدمات، بلکه وسط دایره سلامت انسانی به‌صورت ممتزج و ادغام‌یافته تصور می‌کند و از همدیگر قابل تفکیک نمی‌داند. طبق مؤلفه دوم این رویکرد منزل و مسکن شخصی افراد را در مجموع جای بهتری برای حفظ سلامتی افراد نسبت به بیمارستان می‌داند و از ارائه خدمات لازم به بیماران در منزل خودشان حمایت می‌کند. این رویکرد برای ارائه این توصیه هر دو متغیر افزایش برون‌دهی سلامت و وجهه اقتصادی‌بودن آن (از جهت اطمینان از اثربخشی مناسب‌تر میزان هزینه‌ای که برای حفظ سلامت افراد می‌شود)، را در نظر می‌گیرد. از آنجا که بیشتر کسانی که برای ده‌ها سال از بیماری‌های مزمنی مانند دیابت، نارسایی‌های کلیوی، ریوی و قلبی عروقی رنج می‌برند می‌توانند بیشتر خدمات مورد نیاز خود را به‌صورت خود - مراقبتی در خانه خود دریافت کنند، این رویکرد جدید (مراقبت کامل شخص) توجه اول و مرکزی خود را به شخص معطوف می‌کند و نه به سیستم ارائه خدمات و در نظر دارد خدمات انسانی‌شده و منعطف خود را به افراد و داخل خانه‌های آنها برساند و در کنار تأمین نیازهای پزشکی و دارویی افراد، در جهت کاهش و از بین بردن تنهایی آنها (loneliness) و کنترل افسردگی‌های تبعی آن اهتمام بورزد. این رویکرد با گذاشتن انسان و فرد در مرکز توجه خود برای ارائه مراقبت کامل و توجه به تمام وجوه فیزیکی، روانی و اجتماعی او، بیشترین توجه خود را به افراد سالمند و بیماران رنجور از بیماری‌های مزمن معطوف می‌کند و سیستم ارائه خدمت سلامتی را مطابق این رویکرد بازتعریف می‌کند و آن را برای چنین رویکردی مناسب‌سازی می‌کند و برای پیاده‌سازی عملی این سیاست چند قدم را پیشنهاد می‌کند.

۱- تأمین یک نقطه تماس راحت و قابل دسترسی برای ارائه تمامی خدمات ادغام یافته برای کلیه نیازهای سلامتی و خدمات اجتماعی.

۲-دسترسی هر فرد به دیگر افراد با شرایط مشابه سلامتی و اجتماعی، برای کاهش احساس تنهایی و ارائه سرویس‌های متقابل بین افراد به همدیگر

۳- برنامه‌ریزی ارائه مراقبت‌های شخصی‌شده متناسب با شرایط و نیازهای هر فرد برای پوشش نیازهای سلامتی و خدمات اجتماعی او.

۴- ارائه حمایت زندگی به‌صورت بودجه شخصی که می‌تواند تأثیر مهمی در سلامتی و شادی فرد داشته باشد.

*مدرس سابق دانشگاه تهران

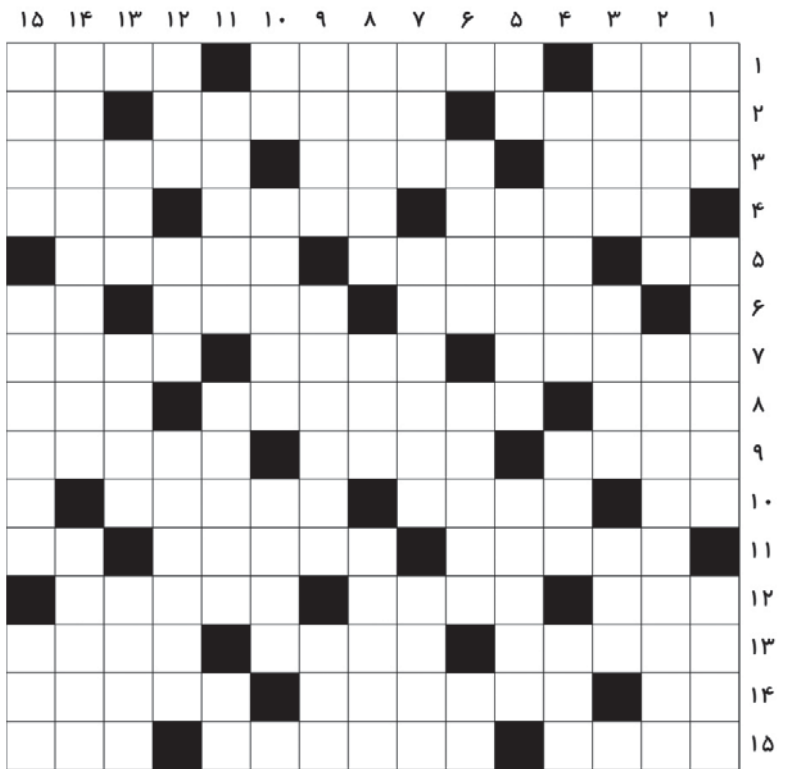
جدول ۲۸۴۷ ■ طراح: بیژن گورانی

افقی:

۱- از نمازهای یومیه- سنگی آذرین- چاک ۲- آش هفت‌دانه- شبکه اتوبوس‌رانی شهری- تردید ۳- خوشبخت- چاپلوسی- سپاسگزار ۴- بچه کنجکاو و پرتحرک- نشانه اختصاری سازمان بهره‌وری انرژی ایران- میوه ریز شیرین ۵- نگاه خیره- تاندون- در نزدیکی ۶- واحد پول نیجریه- بی‌حیا- حمله نظامی ۷- فیلم زندگی کابوهای غرب- راه فرار- فال‌گرفتن ۸- مراقب و نگهبان- تنبیه‌کردن- باختر ۹- کشوری در قاره سیاه در همسایگی لیبی و الجزایر- جانوری شبیه راسو که در زمستان رنگش سفید می‌شود- زیبایی و آراستگی ۱۰- حیوان وحشی- قهوه خانه فرنگی- لبه تیز شمشیر ۱۱- ساز بادی بلوچستان- آلوده به ننگ- از واحدهای سنتی وزن ۱۲- پول خرد هند- خواهش‌های نفسانی- توهین ۱۳- گل سرخ- شمشیر برنده- گیاه ۱۴- نت ششم- جنگاور- شهری در مازندران ۱۵- سردار- تأخیر- رها و آزاد.

عمودی:

۱- نیستی- ساخت‌وپاخت- مقابل فرعی ۲- از ابزار بنایی - رمانی نوشته جک لندن ۳- آتشگیره- زاده چهارپایان- از شهدای نامی کربلا ۴- ابزاری برای محکم کردن چین‌های بافته شده در قالیبافی- قسمت مهم و اساسی هر چیز- پیامبران ۵- رایحه- صدای افتادن اشیای فلزی- تالاب آب شور گنبد کاووس ۶- رنجش و آزردگی- وقف‌نامه- مجازات شرعی ۷- جراحت- سلطان- شاعر بافقی ۸- گلی زیبا- تاب و توان- زخمی و مجروح ۹- از انجیل‌های معتبر- شهر برج علاالدوله- دیدنی بم ۱۰- حرف فاصله- به وعده خود وفا نمی‌کند- افسار ۱۱- دارای ویژگی‌های دلاورانه- روزانه- ناپسند ۱۲- تندی و تیزی- قسمت زیرین- درست و حسابی ۱۳- در خواب بیند پنبه دانه- ناله و زاری- پروفیل فلزی به شکل زاویه قائمه ۱۴- از آثار داستانی فهیمه رحیمی، بانوی فقید ادبیات عامه پسند- همسرگزیده ۱۵- اندیشه- ابزار دندان‌پزشکان قدیم- هر نوع سبزی خوردنی.



حل سودوکو سخت

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

حل سودوکو ۱۸۴۲

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

جدول ۲۸۴۶

سودوکو سخت ۱۸۴۳

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.

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

سودوکو ۱۸۴۳

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.

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