یادداشت

۸ درصد جان‌باختگان تصادفات شهری کودکان هستند

● **شرق:** رئیس پلیس راهور ناجا اعلام کرد: ۲۷ درصد جان‌باختگان عابران پیاده در شهرها هستند و متأسفانه هشت درصد از جان‌باختگان را کودکان تشکیل می‌دهند. سردار کمال هادیانفر گفت: ما با دو مسئله جدی در کشور و در حوزه ترافیک مواجه هستیم؛ اول اینکه نیازمند ایجاد انضباط ترافیکی هستیم. ما در معابر شهری، چراغ‌های راهنمایی‌ورانندگی، علائم و... داریم، اما انضباط ترافیکی در حد مطلوب نداریم. البته انضباط خوب است، اما همان‌طور که گفتم مطلوب نیست و در تراز جمهوری اسلامی نیست. او ادامه داد: انضباط ترافیکی در دستور کار پلیس راهور ناجا است و ما در همین خصوص پنج موضوع را به مأمورانمان ابلاغ کردیم. رئیس پلیس راهور ناجا خاطرنشان کرد: تصادفات و تلفات جاده‌ای از موضوعاتی است که ما با آن روبه‌رو هستیم؛ ۱۷ هزار نفر در جاده‌های کشور جان خود را از دست دادند و همچنین ۳۶۵ هزار نفر معلول و مجروح شده‌اند که این عدد زیبنده کشورمان نیست؛ هرچند از سال ۸۵ تا ۹۶ توانسته‌ایم میزان تلفات جاده‌ای را از ۲۷ هزار نفر به ۱۷ هزار نفر برسانیم و کار گسترده‌ای در این زمینه صورت گرفته است، اما عدد ۱۷ هزار نفر هم برای ما زیاد است. او ادامه داد: ۲۷ درصد جان‌باختگان عابران پیاده در شهرها هستند و متأسفانه هشت درصد از جان‌باختگان را کودکان تشکیل می‌دهند این عدد اصلا برای ما خوب نیست و موجب دغدغه مقام معظم رهبری شده است و برای آن همه مسئولان باید برنامه داشته باشند. در سه ماه ابتدایی سال چهارهزار نفر جان خود را از دست داده و ۱۳ هزار نفر مجروح شده‌اند.

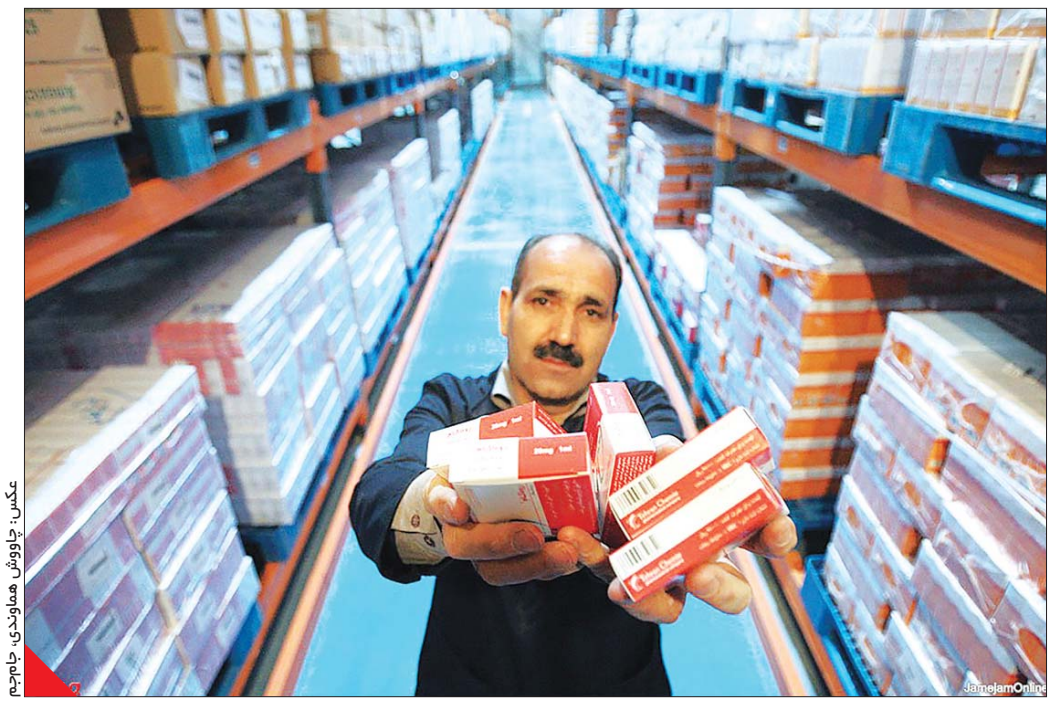
مشکلات صدور اوراق هویتی برای بی‌شناسنامه‌ها

● **ایسنا:** معاون رفاه اجتماعی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی درباره سرانجام لایحه «اعطای تابعیت از مادر ایرانی به فرزندان دارای پدر خارجی» و صدور اوراق هویتی برای کودکان بدون شناسنامه گفت: اکنون این مصوبه به شورای نگهبان رفته و باید تا ۱۰ روز دیگر پاسخ دهند که اصلاحیه مجلس کفایت می‌کند یا خیر؟ به نظر می‌رسد خواسته شورای نگهبان تأمین شده باشد و منتظریم تا تأییدیه نهایی را دریافت کنیم. احمد میدری درباره شمار افراد مشمول اظهار کرد: کسانی که آمدند و به ما درخواست داده و ثبت‌نام کردند ۴۹ هزار کودک هستند. با وزارت کشور مراحلی را برای اعطای کارت اقامت به این افراد طی کرده‌ایم و موفق شدیم برای تعدادی از آنها اوراق هویتی بگیریم، ولی در مجموع دسترسی‌ها به شکلی نیست که اینها بتوانند به‌راحتی کارت اقامت بگیرند. معاون رفاه اجتماعی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی با بیان اینکه امیدواریم با اصلاحیه قانون بتوانیم به سرعت مسئله تابعیت این خانواده‌ها را حل کنیم، اظهار کرد: درباره مشمولان واقعی تخمینی در کشور وجود ندارد. قبلا وزارت کشور آمار شش هزار نفر را ثبت کرده بود ولی ما در یک مرحله اطلاعات ۴۹ هزار نفر را ثبت کردیم. وزارت رفاه دو سال گذشته از زنانی که ازدواج فراملی داشتند، درخواست کرد تا کد ملی خود را به سامانه اعلام‌شده از سوی این وزارتخانه، پیامک کنند. آمارهای به دست آمده از تعداد کودکان فاقد شناسنامه رقم قابل تأملی را نشان می‌داد و حدود ۱۴ هزار و ۶۱۸ کد ملی از سوی زنان ارسال شد که ۴۹ هزار و ۹۶ فرزند داشتند که فاقد شناسنامه بودند.

گزارش «شرق» درباره تأثیر تحریم‌ها بر سلامت مردم

حتی زمان جنگ هم این‌طور نبود

سمیرا حسینی



عکس: جاووش همایوندی، جام‌جم

کمبود دارو، تجهیزات پزشکی و تجهیزات اتاق عمل؛ این برخی از مشکلاتی است که پس از تحریم‌های دور جدید آمریکا به وجود آمده و سلامت مردم را به خطر انداخته است. مشکلات بیماران در ماه‌های گذشته به‌قدری نگران‌کننده شده است که به‌تازگی رئیس کل سازمان نظام پزشکی در نامه‌ای خطاب به گزارشگر ویژه سازمان ملل نسبت به اثرات زیان‌آور تحریم‌های وضع‌شده بر سلامت مردم ایران هشدار داد.

مقامات آمریکایی با وجود اعمال تحریم‌های یک‌جانبه و فهرست بلندبالای آن، در ماه‌های گذشته بارها اعلام کرده‌اند دارو و تجهیزات پزشکی و درمانی شامل تحریم‌ها نیست؛ اما از ۱۳ آبان سال گذشته که دور جدید تحریم‌ها آغاز و روابط مالی و بانکی ایران با محدودیت‌های شدید روبه‌رو شده (ازجمله قطع سوییفت)، تأثیرات گسترده تحریم‌ها بر صنعت دارو و تأمین داروهای وارداتی نمایان شده و بیماران ایرانی و خانواده‌هایشان را با چالش‌هایی جدی مواجه کرده است؛ به‌ویژه بیماران مبتلا به بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج که بخش مهمی از داروها یا مواد اولیه مورد نیاز برای ساخت داروهایشان در شرکت‌های داروسازی داخلی، وارداتی است. تحریم‌هایی که به ادعای مقامات دولت ترامپ، علیه دولت و حکومت است و به مردم آسیبی نمی‌رساند؛ اما تجربه تحریم‌های گذشته نشان می‌دهند این تحریم‌ها نه‌تنها به دولت، بلکه به مردم نیز آسیبی جدی وارد می‌کنند؛ به‌ویژه به بیماران خاص.

محمدرضا ظفرقندی، رئیس کل سازمان نظام پزشکی، درباره تأثیر تحریم‌ها بر سلامت مردم به «شرق» می‌گوید: «آمریکا بارها اعلام کرده تحریمی در حوزه سلامت اعمال نکرده است؛ اما پس از تحریم‌ها، شرکت‌های واردکننده دارو و تجهیزات پزشکی در زمینه تبادلات مالی دچار مشکلات و محدودیت‌هایی شده‌اند که در عمل، بیماران را تحت تأثیر قرار داده و مشکلاتی برای آنها ایجاد کرده است. به‌عنوان یک پزشک و حتی رئیس سازمان نظام پزشکی، هر روز با مشکلاتی دراین‌باره مواجه هستم. یکی از مشکلات مربوط به تجهیزات پزشکی، وابسته به ارز است. حتی امروز هم در اتاق عمل یکی از بیمارستان‌ها با کمبود گرفت عروقی (رگ مصنوعی) مواجه شدم؛ مسئله‌ای که این روزها بارها اتفاق می‌افتد. این در حالی است که ما با بیمارانی مواجه هستیم که به صورت اورژانسی نیاز به این تجهیزات دارند؛ اما به دلیل مشکلات تحریم، با کمبود شدید آن مواجهیم و این باعث می‌شود سلامت آنها به خطر بیفتد. یکی دیگر از مشکلاتی که تحریم در حوزه سلامت ایجاد کرده، کمبود برخی مواد اولیه دارویی است که کشور را با کمبودهایی مواجه کرده و خودش را با تواتر در داروهای مختلف نشان می‌دهد. درباره کیت‌های آزمایشگاهی نیز همین‌طور است؛ امری که برای آزمایشگاه‌ها و تشخیص درمان نیاز است، ولی دچار کمبود هستیم. کمبود در تجهیزات و قطعات لوازم پزشکی نیز وجود دارد؛ برای مثال هنگامی که یکی از قطعات دستگاه، ام‌آرآی، سی‌تی‌اسکن، رادیولوژی و انژیوگرافی دچار مشکل می‌شود و از بین می‌رود، تقریبا دیگر امکان تهیه مجدد آن قطعه نیست یا بسیار سخت می‌توان آن را تهیه کرد. همه این مسائل باعث شده است واقعا نگران وضعیت موجود باشیم».

او دراین‌باره که تحریم‌ها بیشتر کدام گروه از بیماران را تحت تأثیر قرار داده است، می‌گوید: «به‌طور دقیق نمی‌توان به این سؤال پاسخ داد؛ به این دلیل که در دوره‌ای، برخی آنتی‌بیوتیک‌ها دچار کمبود می‌شوند؛ این بیماران را دچار مشکلاتی می‌کند و با زحمت زیادی این کمبود تأمین می‌شود؛ اما پس از آن برخی داروهای دیگر مانند شیمی‌درمانی دچار کمبود می‌شود و بازهم باید تلاش شود مشکلات و کمبود در این بخش را حل کنیم. به همین خاطر نمی‌توانیم به‌طور دقیق بگوییم تحریم‌ها کدام دسته از بیماران را بیشتر تحت تأثیر قرار داده است؛ چراکه کمبود دارو در هر گروه ثابت نیست و این اتفاق در طول زمان و در بخش‌های مختلف تکرار می‌شود. در بخش تجهیزات نیز شرایط به همین شکل است؛ وسایل مختلفی در اتاق عمل مورد نیاز است که بارها دچار کمبود می‌شوند و دولت با پیگیری و تأمین ارز در آن زمینه و از راه‌های مختلف، سعی می‌کند تحریم‌ها را دور بزند و وسایل را تهیه کند.

> **حتی در آن زمان نیز این‌طور کمبود وسایل و تجهیزات نداشتیم. آن زمان جراح بودم و همراه با همکاران عمل مجروحان را انجام می‌دادم؛ در حوزه وسایل جراحی، مواد مصرفی برای جراحی و نخ‌های جراحی با این میزان کمبود که درحال‌حاضر به دلیل تحریم‌ها ایجاد شده است، مواجه نبودیم**

حتی زمان جنگ هم این‌طور نبود

رئیس سازمان نظام پزشکی، تحریم‌های دور جدید را بسیار شدیدتر از تحریم‌های قبل و همچنین زمان جنگ تحمیلی می‌داند و اظهار می‌کند: «زمان جنگ من به‌عنوان پزشک داوطلب در جبهه‌ها خدمت می‌کردم، حتی در آن زمان نیز این‌طور کمبود وسایل و تجهیزات نداشتیم. آن زمان جراح بودم و همراه با همکاران عمل مجروحان را انجام می‌دادم؛ در حوزه وسایل جراحی، مواد مصرفی برای جراحی و نخ‌های جراحی با این میزان کمبود که درحال‌حاضر به دلیل تحریم‌ها ایجاد شده است، مواجه نبودیم. در دوره‌های قبل نیز تحریم وجود داشت؛ اما شدت آن در سال‌های اخیر بسیار شدیدتر شده و شرکت‌های دارویی و تجهیزات پزشکی را تحت تأثیر قرار داده است».

ظفرقندی درباره نامه به سازمان ملل و تأثیر تحریم‌ها بر سلامت ایرانیان می‌گوید: «تأکید ما روی بحث حقوق بشر و مقرراتی است که باید در تحریم‌ها و حتی جنگ نظامی در نظر گرفته شود تا سلامت مردم، کودکان و افراد مسن و بیماران به خطر نیفتد. پیش‌ازاین نیز همراه دکتر فاضل نامه‌ای خطاب به آنتونیو گوترش، دبیر کل سازمان ملل متحد نوشتیم و در آن نامه نسبت به عواقب تحریم‌های آمریکا بر نیازهای دارویی و پزشکی ایران هشدار دادیم. حالا نیز نامه‌ای برای ادریس جزایری، کارشناس شورای حقوق بشر سازمان ملل و گزارشگر شورای حقوق بشر سازمان ملل متحد نوشتیم و سعی می‌کنیم از راه‌های بین‌المللی مشکلاتی را که تحریم برای بیماران ایجاد کرده است، تاجایی‌که می‌توانیم برطرف کنیم. یکی از راه‌هایی که می‌توان از طریق آن حقوق حداقلی بیماران و کودکان را تأمین کرد، اطلاع‌رسانی و پیگیری توسط ارگان‌های مدنی است. به اعتقاد من این نوع پیگیری‌ها، خارج از مسیری که دولت طی می‌کند، می‌تواند کمک‌کننده باشد. می‌دانم وزارت بهداشت با تمام نیرویی که دارد، پیگیر تأمین این نیازهاست اما نهادهای مدنی به‌ویژه نظام پزشکی وظیفه دارد در این شرایط با نهادهای بین‌المللی مانند WHO (سازمان جهانی بهداشت) مکاتبه کند و پیگیر وضعیت بیماران ایرانی باشد. کما اینکه تجربه نشان می‌دهد این نوع مکاتبه‌ها تأثیرگذار است. در این نامه نیز اعتراض ما به کانال‌های مالی و حمل‌ونقل وسایل حوزه پزشکی و سلامت است که طبق همه قوانین حقوق‌بشری باید برای بیماران تأمین شود».

علاوه بر مشکلاتی که در حوزه انتقال ارز برای شرکت‌های دارویی و تجهیزات پزشکی ایجاد شده است، سال گذشته دولت آمریکا شرکت پارس‌ایزوتوپ را که تنها تأمین‌کننده داروهای رادیواکتیو مورد مصرف مراکز پزشکی هسته‌ای کشور بود، در فهرست تحریم‌ها قرار داد؛ شرکتی که در حوزه پزشکی هسته‌ای و تولید رادیوداروها فعال بود و بیش از یک میلیون بیمار به‌صورت مستقیم از خدماتش بهره می‌گرفتند. همچنین آسیب‌هایی که سال گذشته به بیماران هموفیلی وارد شد، به‌قدری نگران‌کننده بود که کانون هموفیلی ایران تصمیم گرفت به فدراسیون جهانی هموفیلی نامه‌ای بنویسد. برخی از بیماران هموفیلی پیش‌ازاین به دلیل تحریم‌ها دچار معلولیت‌های بازگشت‌ناپذیر شده بودند.

نامه رئیس کل سازمان نظام پزشکی به سازمان ملل

رئیس‌کل سازمان نظام پزشکی در نامه‌ای خطاب به گزارشگر ویژه، با تأکید بر تأثیرات منفی اقدامات قهری یک‌جانبه بر بهره‌مندی از حقوق بشر سازمان ملل، توجه او را به اثرات زیان‌آور تحریم‌های وضع‌شده بر سلامت مردم ایران جلب کرد. در متن نامه دکتر محمدرضا ظفرقندی خطاب به ادریس جزایری آمده است:

«به‌عنوان رئیس‌کل سازمان نظام پزشکی جمهوری اسلامی ایران که یکی از نهادهای اصلی قانون‌گذار حوزه سلامت و مدافع حقوق بیماران است، می‌خواهم توجه شما را به اثرات زیان‌آور تحریم‌های وضع‌شده بر سلامت مردم ایران جلب نمایم. تحریم‌هایی که در پی خروج یک‌جانبه ایالات متحده آمریکا از برنامه جامع اقدام مشترک در ۸ می ۲۰۱۸ اعمال شده است.

طبق ماده ۲۵ اعلامیه جهانی حقوق بشر:

۱) هر شخصی حق دارد که از سطح زندگی مناسب برای تأمین سلامتی و رفاه خود و خانواده‌اش، به‌ویژه از حیث خوراک، پوشاک، مسکن، مراقبت‌های پزشکی و خدمات اجتماعی ضروری برخوردار شود. همچنین حق دارد که در مواقع بی‌کاری، بیماری، نقص عضو، بیوگی، پیری یا در تمام موارد دیگری که به عللی مستقل از اراده خویش، وسایل امر معاشش را از دست داده باشد، از تأمین اجتماعی بهره‌مند گردد.

۲) مادران و کودکان حق دارند که از کمک و مراقبت ویژه برخوردار شوند. همه کودکان، اعم از آنکه در پی ازدواج یا بی‌ازدواج زاده شده باشند، حق دارند از حمایت اجتماعی یکسان بهره‌مند شوند.

محدودیت‌های فعلی در امور بانکی و حمل‌ونقل، به‌طور قابل‌توجهی واردات داروها و کالاهای ضروری را متأثر ساخته و منجر به بحران جدی در حوزه سلامت مردم ایران گردیده است. دسترسی به فراورده‌های دارویی و پزشکی ضروری، حق اساسی مردم است و هرگونه تحریمی که این حق را هدف قرار دهد، در تضاد با مفاد اعلامیه رسمی حقوق بشر و اصول اخلاقی پذیرفته شده است.

لذا خواهشمند است برای نجات جان مردم و جلوگیری از فاجعه انسانی، سازمان ملل کلیه تدابیر لازم را اتخاذ کند.

حقوق حیوانات

حفظ منابع آب شیرین با کاهش مصرف محصولات دامی

سپهر سلیمی

● کمبود آب شیرین و سالم یکی از مشکلات اساسی انسان در جهان امروز است؛ مشکلی که با افزایش جمعیت و آلودگی محیط زیست بیش از هر زمانی اهمیت پیدا کرده است. «آب مجازی» بیانگر مقدار آبی است که برای تولید مواد غذایی یا کالاهای تجاری به مصرف می‌رسد.

آب مجازی مصرفی برای تولید محصولات دامی در مقایسه با محصولات گیاهی به مراتب بیشتر است و ازاین‌رو توجه به این مسئله و دعوت از مردمان جهان برای استفاده بیشتر از محصولات گیاهی می‌تواند یکی از روش‌های مؤثر حفاظت از منابع آبی باشد. علاوه بر این، صنعت دامپروری نقش مؤثری در آلودگی منابع آب شیرین جهان دارد.

در سال ۲۰۵۰ جمعیت زمین از هفت‌ونیم میلیارد به ۱۰ میلیارد نفر خواهد رسید. در حال حاضر ۸۲۰ میلیون نفر در جهان از گرسنگی یا سوءتغذیه رنج می‌برند. از مجموع آب‌های کره‌زمین فقط یک‌دهم درصد آن، آب شیرین و در دسترس انسان‌ها است. فعالیت کشاورزی ۴۰ درصد زمین‌های جهان را دربرگرفته و بیش از ۷۰ درصد آب شیرین مصرفی را مورد استفاده قرار می‌دهد.

صنعت دامپروری از عوامل مهم آلودگی آب است. طبق گزارش سازمان حفاظت محیط زیست آمریکا، حیوانات مزرعه‌ای سالانه حدود ۵۰۰ میلیون تن مدفوع تولید می‌کنند. رواناب این دامپروری‌ها و صنایع وابسته از جمله علل آلودگی خاک و منابع آبی هستند. این رواناب حامل باکتری و ویروس‌هایی هستند که می‌توانند سفره‌های آب زیرزمینی را هم آلوده کنند. از دیگر سو رشد صنعت دامپروری سبب شده یک‌سوم زمین‌های کشاورزی جهان به تولید خوراک دام اختصاص یابد. سموم و کودهای شیمیایی برای تولید خوراک دام از دیگر عوامل آلوده‌کردن خاک و آب است. سموم و آفت‌کش‌های به‌کارگرفته‌شده برای سویا و ذرت دامی معمولا از نوع انسانی آن قوی‌تر است. از سال ۱۹۷۰ بیش از ۹۰درصد جنگل‌های آمازون برای تبدیل‌شدن به مزارع تولید خوراک دام پاک‌تراشی شده‌اند. طبق نظر کنوانسیون مبارزه با بیابان‌زایی سازمان ملل متحد در آمریکا ۵۶ میلیون هکتار برای تولید خوراک دام اختصاص یافته و این در حالی است که سهم زمین محصولات گیاهی خوراک انسان تنها چهار میلیون هکتار است.

آب مجازی برای تولید یک کیلو گوشت گاو حدود ۱۵ هزار لیتر، یک کیلو گوشت گوسفند هشت‌هزار و ۷۰۰ لیتر، یک کیلو گوشت مرغ چهار هزار و ۷۰۰ لیتر، یک کیلو شیر هزار لیتر، یک پرس چلوکباب چهار هزار و ۸۰۰ لیتر و یک همبرگر دو هزار و ۴۰۰ لیتر است. این در حالی است که برای تولید یک کیلو میوه کمتر از هزار لیتر، یک کیلو سبزیجات حدود ۳۲۰ لیتر، یک کیلو کلم بروکلی ۲۸۰ لیتر و یک کیلو غلات هزار و ۶۰۰ لیتر آب نیاز است. به‌طور متوسط گفته می‌شود برای تولید یک وعده غذای کاملا گیاهی گاهی حدود یک‌دهم یک وعده غذای گوشتی آب مصرف می‌شود. برخی یافته‌ها نشان می‌دهد فردی با رژیم غذایی کاملا گیاهی در قیاس با فردی با رژیم گوشتی سالانه حدود ۶۰۰ هزار لیتر آب کمتری مصرف می‌کند.

با توجه به این اعداد و ارقام به‌طور واضح می‌توان گفت تغذیه گیاهی یکی از روش‌های قطعی صرفه‌جویی در مصرف منابع آب شیرین است.

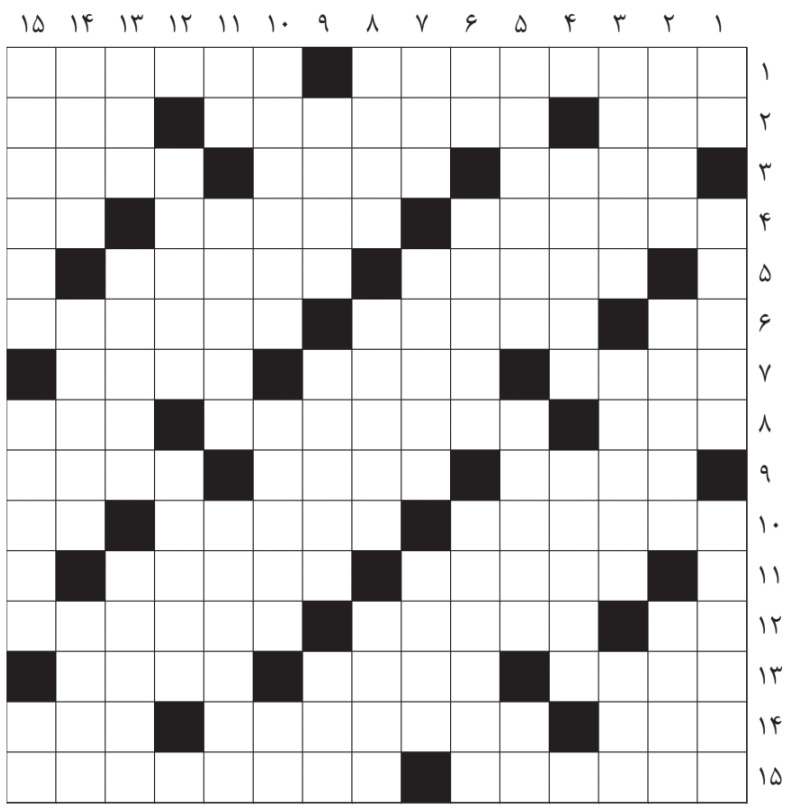
جدول ۳۴۴۴ ■ طراح: بیژن گورانی

افقی:

۱- چه نیکو که این جدول با یکی از نام‌های خداوند آغاز شده است- درخشنده ۲- شب نزول قرآن- معادل فارسی گرافیک- نیکویی ۳- جاده فرودگاه- افسانه‌گوی- متکا ۴- مستند حیات وحش- شهری در شمال شرقی فرانسه- حرف دهن‌کجی ۵- بندری در اوکراین- سپاسگزار ۶- تلاش دفاعی بدن در مقابل بیماری- اهانت- کشف‌کردن ۷- منبر وعظ و خطابه- استانی در هند- شهر ایتالیایی که ساکنانش با قایق تردد می‌کنند ۸- دهستانی در سنندج با قرآن تاریخی- از فراعنه مصر باستان- خدعه ۹- گواه- جریان متناوب برق- همدم ۱۰- دارای تمایز- پیشوای دینی زرتشتی- حرف ندا ۱۱- شرح جزء به جزء آیات قرآن- بیماری سیاهرگ ۱۲- دومین دورقمی- نقاش ایرانی عهد تیموری و صفوی- ماه اول میلادی ۱۳- پرنده‌ای با پاهای بلند- فدراسیون بین‌المللی شنا- از ابزار زراعی ۱۴- صدمه بدنی- صفحه نمایش- ماده اصلی تهیه کاغذ ۱۵- معاشر- فکرکردن.

عمودی:

۱- مردن از غصه- محل تعویض لباس ورزشکاران- درمان ۲- سخنوران- رجوع- گرامی ۳- طول- تندرستی- آهنگ بیان ۴- گیاهی- بازیکن خط میانی ۵- جنگلی زیبا در اردبیل- از آثار مشهور هومر- نت سوم ۶- جوی خون- نسبت‌دادن خطا به کسی- گیاهی زینتی که گل‌های آن خاصیت آرام‌بخشی دارد ۷- نومیدی- خبرگزاری دانشجویان- رودی در آلمان ۸- آرم- از تقسیمات شهری- جهان ۹- بی‌کم‌وکاست- آقای فرانسوی- پایتخت یونان ۱۰- وب‌سایت- چاپ‌های یک شماره روزنامه- بتی در عصر جاهلی ۱۱- مخفف اگر- حالت بی‌هوشی گذرا- اخوت ۱۲- رمان مشهور رضا امیرخانی- روز جمعه ۱۳- سوره هفتادوهشتم قرآن- محل نشستن- راننده درشکه ۱۴- غیروحشی- پاکان- قوم حضرت موسی(ع) ۱۵- پایتخت مولداوی- میوه آماده چیدن- ریشه.



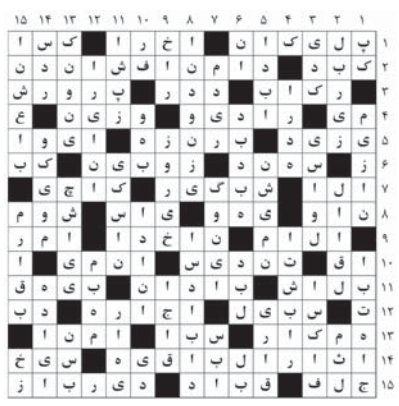
حل سودوکو سخت

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

حل سودوکو ۲۴۳۹

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

جدول ۳۴۴۳



سودوکو سخت ۲۴۴۰

زمان پیشنهادی: ۴۰ دقیقه

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.

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

سودوکو ساده ۲۴۴۰

زمان پیشنهادی: ۲۰ دقیقه

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