

خبر

تاکید مقام آمریکایی بر مراقبت از سلامت روان نوجوانان

ایسنا: دکتر «ویوک مورتی»، جراح عمومی در ایالات متحده، از قانون‌گذاران خواست تا به دلیل اثرات مخرب شبکه‌های اجتماعی بر سلامت روان کودکان و نوجوانان، برجسب هشدار سلامت مانند آنچه در حال حاضر روی پاکت‌های سیگار درج می‌شود، برای این شبکه‌ها نیز الزامی شود. دکتر «ویوک مورتی»، جراح عمومی در ایالات متحده، در مقاله‌ای که نیویورک‌تایمز به چاپ رسانده است، گفت شبکه‌های اجتماعی یک عامل مؤثر در بحران سلامت روان در میان نوجوانان است؛ بنابراین وی لازم دانست تا والدین و فرزندان‌شان با اعلام هشدار از این موضوع آگاه شوند. او به دلیل حضور ۹۵درصدی جوانان در شبکه‌های اجتماعی، ضرورت این اقدام را فوری دانست و گفت: زمان آن فرارسیده است که برجسب هشدار را در پلتفرم‌های شبکه‌های اجتماعی الزامی کنیم؛ با این پیام که این شبکه‌ها با آسیب‌های سلامت روانی درخور توجهی برای نوجوانان همراه است. برجسب هشداری که توسط «جراح کل ایالات متحده آمریکا» به‌عنوان مجری خدمات بهداشت عمومی ایالات متحده بر روی محصولات توصیه می‌شود، در مورد سلامت محصولات هشدار می‌دهد. او دراین‌باره افزود: این برجسب هشدار که مستلزم اقدام کنگره است، مرتب به والدین و نوجوانان یادآوری می‌کند که امن‌بودن شبکه‌های اجتماعی ثابت نشده است. به گزارش بیرونیوز، همچنین در مورد مؤثربودن این برجسب‌ها درباره محدودیت استفاده از سیگار گفت: شاهد به‌دست‌آمده از مطالعات تنباکو نشان می‌دهد برجسب‌های هشداردهنده می‌توانند با افزایش آگاهی مردم، رفتارها را تغییر دهند و با همین شیوه، استفاده ۴۲درصدی سیگار در بین مردم در سال ۱۹۶۶ به ۱۲ درصد کاهش یافته است.

ابتلای ۲برابری به افسردگی واضطراب

دکتر مورتی با استفاده از داده‌های موجود هشدار داد کودکانی که روزانه به‌طور متوسط سه ساعت یا بیشتر در شبکه‌های اجتماعی وقت می‌گذرانند، دو برابر بیشتر در معرض ابتلا به علائم اضطراب و افسردگی هستند؛ به‌ویژه آن‌که متوسط میزان استفاده نوجوانان ۴.۸ ساعت در روز است. وی درباره امن‌نبودن شبکه‌های اجتماعی برای جوانان پیش‌تر نیز گفته بود سیاست‌گذاران همان‌طورکه به مواردی مانند صندلی ماشین، شیرخشک نوزاد، دارو و سایر محصولات مورد استفاده کودکان رسیدگی می‌کنند، باید قوانینی در حوزه شبکه‌های اجتماعی نیز تنظیم کنند. شرکت‌های شبکه‌های اجتماعی در حال حاضر اجازه ثبت‌نام کودکان زیر ۱۳ سال را نمی‌دهند، اما کودکان اغلب به‌راحتی می‌توانند این محدودیت را دور بزنند. مورتی در این مقاله آسیب‌های شبکه‌های اجتماعی از نتیجه انتشار فناوری بدون «اقدامات ایمنی کافی، شفافیت یا پاسخ‌گویی» دانسته بود. مجری بهداشت عمومی در ایالات متحده آمریکا توصیه می‌کند که شرکت‌ها می‌بایست داده‌های مربوط به اثرات سلامتی را با دانشمندان مستقل و مردم به اشتراک بگذارند و اجازه‌وضع قوانین ایمنی مستقل را بدهند. کاری که از انجام آن خودداری می‌کنند. مدارس و والدین نیز باید اوقات بدون تلفن همراه را فراهم کنند. در اروپا، قانون خدمات دیجیتال با هدف حفظ امنیت آنلاین کاربران و محدودکردن انتشار محتوای غیرقانونی در حوزه‌هایی همچون سوءاستفاده جنسی از کودکان، تدابیر تنبیهی شدیدی اندیشیده است.

شرق: معابر باریک و پر از دست‌انداز تهران راه‌رفتن را برای بخش زیادی از مردم سخت کرده، آنها که بعد از کرونا کمتر هم در خیابان‌ها حضور دارند. پارک‌ها و فضاهای عمومی کمتر در دسترس آنها هستند و مانع‌های فلزی تردد در پیاده‌روهای عریض را هم برایشان سخت کرده‌اند. این در حالی است که افراد دارای معلولیت در سسایر شهرهای دنیا این محرومیت فضایی را ندارند. امروزه اکثر کلان‌شهرهای دنیا، «افسران دسترسی» دارند که گاهی اوقات «افسران طراحی دسترسی» یا «افسران معلولیت‌ها» نیز نامیده می‌شوند. آنها مسئول مذاکره با توسعه‌دهندگان و طراحان شهری و ساختمانی برای تهیه بهترین استانداردهای دسترسی در تمام ساختمان‌ها و بزرگراه‌های شهرها هستند تا از این طریق نهنتها معلولان، بلکه سایر افراد مسن، کودکان و زنان باردار نیز بتوانند از امکانات شهری به راحتی استفاده کنند. در واقع این افسران در اختیار شهرداری‌ها هستند تا هنگام اجرای هر پروژه شهری یا ساختمانی به مجریان، پیمانکاران و توسعه‌دهندگان معرفی شده و مانند یک مشاور متخصص در کنار آن پروژه قرار بگیرند. نظارت بر سازگاری ساختمان‌های موجود با نیازهای

افراد معلول جسمی و سایر افراد ناتوان و دسترسی فضاهای شهری در طرح‌های جدیدی همچون «افسر دسترسی» انجام شد. اجرای طرح «افسر دسترسی» یک تغییر عمده در جهت مناسب‌سازی فضاهای شهری برای استفاده معلولان و تأمین حقوق آنها در روند برنامه‌ریزی و توسعه شهری بوده است. طرح‌های توسعه شهری در کشورهای پیشرفته اکنون الزامات سازگاری فضای شهری را بر برنامه‌ریزی مناسب برای استفاده از زمین شهری، استانداردهای ساختمان و مقررات موجود اجرا می‌کنند.

کشورهای اسکاندیناوی از جمله سوئد در این زمینه بسیار موفق‌تر از سایر کشورهای جهان عمل کرده‌اند. در واقع همه شهرداری‌های جهان، استانداردهایی را برای برنامه‌ریزی و طراحی شهری براساس نیاز معلولان تعیین کرده‌اند. «افسر دسترسی» مسئولیت طراحی یک برنامه توسعه شهری را برعهده دارد. دسترسی افراد دارای معلولیت جسمی به ساختمان‌ها، تجهیزات شهری، شبکه‌های حمل‌ونقل، مراکز تفریحی، جهانگردی و سایر ساختارهای مختلف فیزیکی شهری، به درستی و با رعایت استانداردهای لازم در طرح «افسر دسترسی» دیده شده و مورد توجه قرار دارند.

بنابراین، بررسی عدم تطابق فضاهای عمومی شهری با نیازها و خواسته‌های افراد دارای معلولیت جسمی بسیار مهم است. برنامه‌ریزی صحیح استفاده از زمین برای ایجاد فضاهای کاربردی شهری و تأمین نیازهای معلولان در شهر، بهترین راه برای بیرون‌آوردن افراد ازکارافتاده از خانه‌هایشان است. این امر نیز از طریق ایجاد فضاهای شهری مناسب و در دسترس، امکان‌پذیر خواهد بود.

در واقع «افسر دسترسی» در هر پروژه‌ای متناسب با فضای شهری، قوانین مربوطه و ساختار آن پروژه، مشاوره‌های لازم را می‌دهد و به طور دقیق بر اساس نقشه‌های تخصصی می‌گوید که چطور آن پروژه شهری یا ساختمانی باید امکانات و دسترسی‌های لازم برای معلولان و افراد ناتوان را در اختیار داشته باشد.

استرالیا، کانادا، هند، ژاپن، مکزیک، آمریکا و انگلستان از جمله کشورهایی هستند که بیشترین برنامه‌ریزی‌های شهری را برای افراد معلول و سایر ناتوانان جسمی انجام داده‌اند و طرح «افسر دسترسی» را به طور کامل اجرایی کرده‌اند. در واقع تمامی این طرح‌ها به گونه‌ای اجرا می‌شوند که افراد معلول و ناتوان بتوانند به راحتی در کنار افراد عادی جامعه زندگی و به خوبی از امکانات استفاده کنند. شهرهای نیویورک، وینستون، اورلاندو و شیکاگو در ایالات متحده

آمریکا بهترین محیط را برای معلولان دارند. بیرمنگام در انگلستان نیز به دلیل محبوبیت منابع برای معلولیت در فهرست برترین‌ها قرار گرفته است. این در حالی است که برلین آلمان هم به دلیل سیاست‌های جامع معلولیت و میزان بالای سرمایه‌گذاری برای افراد معلول و سایر افراد در صدر شهرهای جهان جای دارد. در بندر نات فرانسه، ساحل رودخانه لورین، به نوعی موفق بوده است. این شهر برای آنهاست. استکهلم شهری یک شهر ایذنال برای آنهاست. استکهلم شهری زیبا در سوئد که ۳۰ درصد آن روی آب است، با ایجاد شبکه‌های مختلفی از پل‌ها و خطوط شهری، برای معلولان بسیار ایذنال و مفید معرفی شده است. از منظر تئوری، شناسایی دقیق وضعیت معلولان و محدودیت‌های آنها در ارتباط با فضاهای عمومی شهری می‌تواند راهنمای ساختن شهرها به مکانی بهتر برای معلولان باشد. به منظور برنامه‌ریزی بهتر شهری برای انطباق فضاهای شهری (مسکن، مسیرهای عبوری، فضاهای اداری، ورزشی-تفریحی و…)، طبقه‌بندی معلولان براساس ضوابط مختلف، ضروری است. مهم‌ترین این معیارها شامل نوع معلولیت و محدودیت عملکردی، نوع وسایل حمل‌ونقل، نوع مسکن و کیفیت زندگی است.

از نظر جامعه‌شناسی، معلولان و جامعه وظایف متقابل دارند. وظیفه جامعه مدرن سازگاری فضاهای شهری با همه افراد جامعه از جمله معلولان است. به عنوان یک موجود



تهران شهری دسترس‌ناپذیر برای افراد کم‌توان و دارای معلولیت

حذف‌شدگان تاریخی از شهرها

اجتماعی، انسان‌ها برای تأمین نیازهای فردی و اجتماعی خود نیاز به برقراری ارتباط با محیط خود دارند.

در واقع دسترسی به امکانات شهری پیش‌نیاز اجتماعی شدن است. آنچه مهم است این است که افراد معلول باید به عنوان بخشی از جامعه‌ای که از فضاهای مختلف شهری استفاده می‌کنند، مورد توجه قرار گیرند. بنابراین، از دیدگاه نظری و تئوری، ضروری است که همه مردم، از جمله معلولان، در شهر فعال باشند. از این رو دسترسی به فضاهای عمومی مستلزم پذیرش این ایده است که همه افراد، از جمله افراد دارای معلولیت، باید از تمام امکانات شهر بهره‌مند شوند. در مقررات ساخت‌وساز باید طراحی ساختمان‌ها و اماکن عمومی به‌گونه‌ای باشد که در دسترس همگان باشد. این بدان معناست که شهرها باید مناطق کافی از زمین‌های شهری را به فضاها و زیرساخت‌های عمومی که هم‌زمان معلولان و ناتوانان جسمی هم بتوانند از آنها بهره ببرند، اختصاص دهند. علاوه بر این، هر شهر باید به گونه‌ای طراحی شود که هرکسی بتواند از آن برای هدف مورد نظر خود مانند حرکت یا مانند استفاده کند.

شهرام خلیلی شهرساز معتقد است: موضوع مناسب‌سازی خیابان‌ها یکی از موضوعات مهم شهری، به‌خصوص در فرایند شهرسازی است و می‌گوید متأسفانه شهر گاهی اوقات برای یک قشر خاص مثل جوان‌ها و به‌خصوص آقایان طراحی می‌شود؛ در حالی که شهر یک موجود زنده است که در آن تنوع فرهنگی، اجتماعی، جسمی و جنسی وجود دارد.

او در ادامه یک طراحی شهری موفق را طراحی‌ای می‌داند که شامل همه اقشار اجتماع از جمله زنان، مردان، سالمندان، کودکان، معلولان و… شود.

این شهرساز ایجاد آسیب‌شناسی این موضوع را بسیار وسیع عنوان کرده و می‌گوید: در نگاه کلی در فرایند شرح خدمات یا دستور کارها، وقتی با مسئله‌ای روبرو می‌شویم، مشخص می‌شود که آیین‌نامه‌ها و ضوابط و مقررات در این حوزه سخت‌گیری لازم را ندارند. در کشورهای توسعه‌یافته در زمینه ساخت خانه‌های مسکونی، مجتمع‌ها، فضاهای اداری و شهری از این بابت بسیار سخت‌گیرانه برخورد می‌کنند و طراح شهری یا کارفرما تمامی این ضوابط را بایستی در نظر بگیرد. او با انتقاد از اینکه در کارهای طراحی و پروژه‌های شهرسازی کمترین توجه و بیشترین بی‌مهری به‌خصوص به افراد دارای معلولیت می‌شود می‌گوید: نورپردازی، رمپ، نوع مصالح استفاده‌شده، آرام‌سازی محیط و بسیاری از شاخص‌ها و معیارهایی که در این حوزه مطرح است، باید مورد توجه جدی قرار بگیرد. او، بایستی ضوابط و معیارهای اسناد بالادستی که در ارتباط با طرح‌های شهری است، بازنگری و اصلاح شود و در فرایند اجرا هم یک مراقبت شدید، تامل و تعامل بهتری در این حوزه انجام داد که البته در تمامی این موارد نیاز به فرهنگ‌سازی، تبلیغات و جریان‌سازی دارد.

این شهرساز با اشاره به اینکه جامعه ایران به سمت جامعه سالمندگرا پیش می‌رود، می‌گوید: حضور سالمندان و افراد خاص در فضای شهری تا چه حد ممکن است و این فضا تا چه اندازه توانسته این امکان را مهیا کند. بنابراین بازنگری در ضوابط

او در پاسخ به این سؤال که آیا نبود ضوابط و کمبود بودجه در این امر تأثیری دارد یا نبود مدیران متخصص و رزینین هم بی‌تأثیر نبوده؟ تأکید می‌کند: حق شهر یکی از مسائل بسیار مهم است چراکه شهر می‌باید موجود زنده است و همه اجزا و اندام‌های جامعه شهری را در برمی‌گیرد، اما در نهایت نبود برخی ضوابط و البته اهمال مدیریت شهری در اجرای قوانین موجود، در مناسب‌سازی فضای شهری تأثیر دارد و در حقیقت نبود اعتبار یا بودجه بیشتر بهانه است تا مشکل.

مریم حمادی، شهرساز هم معتقد است فضای نامناسب شهری علاوه بر آسیب‌های جسمی باعث ایجاد آسیب روحی نیز می‌شود چراکه در این شرایط بخش اعظمی از جامعه خانه‌نشین و منزوی می‌شود. بنابراین دغدغه مدیران شهری برای حل مسئله بسیار مهم است. مدیریت شهری عامل دومی محسوب می‌شود که در بروز این مشکل تأثیر دارد و مسائل اقتصادی درصد کمی را به خود اختصاص می‌دهد. در حقیقت اگر نشاط اجتماعی ایجاد شود، بسیاری از آلام روحی و روانی را مرتفع می‌کند. او یادآوری می‌کند: وقتی صحبت از مدیریت شهری می‌شود باید با عنوان مدیریت یکپارچه از آن یاد کرد و نباید صرفاً شهرداری را هدف قرار داد. البته شهرداری رکن رکن این قضیه است اما عدم هماهنگی سازمان‌های مرتبط از جمله سالمندان، بهزیستی و… هم تأثیرگذار است یا بحث شهرهای هوشمند که به معلولان خوب توجه کرده است؛ آفشاری که در جریان حذف از محیط شهری قرار گرفته‌اند.

شرق

گزارش

روایت تلخ زلزله کاشمر

شرق: این روزها مملو از خبرهای تلخ حوادث است. از سیل تا آتش‌سوزی و زلزله و حالا خبرهای تلخ از زلزله کاشمر و تعداد بسیاری مصدومی و فوتی که در رسانه‌ها می‌چرخد. طبق آخرین اخباری که رسانه‌های رسمی منتشر کردند؛ وقوع زلزله‌ای به بزرگی پنج ریشتر در ساعت ۱۳:۲۴ دیروز (۲۹ خرداد) تاکنون ۱۱۵ نفر مصدوم و چهار فوتی داشته است. فرماندار کاشمر هم اظهار کرده: تاکنون حدود ۱۱۵ نفر مصدوم داشتیم که به جز ۳۵ نفر همه سربایی بودند و مرخص شده‌اند و حال چهار نفر از مصدومان طبق گزارش‌ها مساعد نیست. دو نفر هنگام فرار از مغازه‌شان بر اثر سقوط سردر مغازه جان باختند و دو نفر در روستای زنده‌جان کشته شدند. وی با اشاره به اینکه در روستای زنده‌جان از توابع بخش مرکزی کاشمر در حال آواربرداری یک ساختمان هستیم، گفت: مشکل خاصی در شهرستان نداریم و همه نیروهای امداد و نجات در حال آماده‌باش هستند. او با بیان اینکه دستگاه‌های امدادی اورژانس و هلال احمر و دستگاه‌های خدماتی آب، برق، گاز و مخابرات در حال آماده‌باش و خدمات‌رسانی‌اند، افزود: بیمارستان‌ها و پایگاه‌های اورژانس ۱۱۵ خلیل‌آباد و بردسکن و شهرهای مجاور کاشمر در آماده‌باش کامل قرار دارند تا در صورت اعلام نیاز، زیربها اعزام شوند. آتوبوس آمبولانس اورژانس ۱۱۵ از تربت حیدریه و نیشابور به کاشمر برای پشتیبانی لازم اعزام خواهند شد. اتاق بحران دانشگاه علوم پزشکی EOC و مرکز پایش مراقبت‌های درمانی برای تسهیل در انتقال مصدومان آمادگی دارند تا اگر نیاز بود مصدومان به سایر مراکز درمانی شهرستان‌ها و مشهد منتقل شوند.

هنگام زلزله چه کنیم؟

با وجود تغییرات اقلیمی احتمال بروز سیل و زلزله بیش از گذشته شده است، بنابراین هنگام وقوع زلزله باید بدانیم دقیقا چه کنیم. در این موقع خون‌سرد بمانید و به اصول مهمی که ذکر می‌شود توجه کنید و آنها را عملی کنید. در حالی که ساختمان

در حال لرزیدن است سعی نکنید از آن خارج شوید، چراکه امکان سقوط اشیاء و آسیب‌های ناخواسته وجود دارد. به زیر میز بروید، با یک دست محکم آن را بگیرید و با دستی دیگر از سر خود محافظت کنید. اگر میز در نزدیکی نیست، در کنار یک یانج دیوار (مرکزی خانه) در موقعیت نیمه‌نشسته قرار بگیرید و با دستتان از سر خود محافظت کنید یا می‌توانید لای چارچوب در قرار بگیرید. اگر در رختخواب هستید، به روی شکم بخوابید و با بالش از سر و گردن خود محافظت کنید. از پنجره، کمد‌ها، تابلوها و هر اثاثیه‌ای که امکان ریزش آن وجود دارد، دور بمانید. آتش‌خانه محل خطرناکی است؛ از آن خارج شوید و

از وسایل حرارتی فاصله بگیرید. همچنین اگر خارج از خانه هستید، در واقع همان‌جا بمانید. از راه‌پله استفاده کنید. از آسانسور استفاده نکنید. به فضای باز بروید. از ساختمان‌ها، دیوارها، درختان، تیرها و کابل‌های انتقال برق و هر چیزی که امکان افتادن آن هست، فاصله بگیرید. همچنین اگر در حال رانندگی هستید خودرو را با احتیاط متوقف کنید و ترمز دستی را کشید. تا پایان یافتن لرزه درون خودرو بمانید. تا حد امکان از توقف روی پل‌ها، درون تونل‌ها یا در نزدیکی درختان، چراغ‌های راهنما و هر چیزی که امکان ریزش آن وجود دارد، خودداری کنید. بعد از زلزله هم خود را معاینه کنید تا آسیب ندیده باشید. به افرادی که نیاز به کمک دارند (کودکان، سالمندان، افراد ناتوان و آسیب‌دیده و…) یاری برسانید. خطوط گاز، آب و برق را قطع کنید. در صورت آسیب‌دیدگی، ورودی آنها را قطع کنید. باید توجه داشت آتش‌سوزی و حریق معمول‌ترین رخدادهای پس از زلزله هستند. اگر در خانه هستید با توجه به اینکه احتمال پس‌لرزه وجود دارد، می‌توانید با احتیاط از آن خارج شوید و منتظر دستورالعمل مراجع ذی‌ربط بمانید. رادیوی قابل حمل داشته باشید و اخبار را از منابع موفق دنبال کنید. از تلفن همراه به غیر از موارد اورژانسی استفاده نکنید. اگر در خارج از خانه هستید و شرایط ایمن شده است، می‌توانید با احتیاط به خانه بازگردید. از ساختمان‌ها و اشیای آسیب‌دیده دور بمانید. در صورت امکان، لباس‌هایی مقاوم که بدن را در برابر آسیب‌ها محافظت می‌کنند، بپوشید.