یادداشت

تجربه زیسته از «ام‌اس»

اعتماد به پزشک گامی در راستای درمان

مریم پیمان

● دیگر خسته شده‌ام. هرکسی من را می‌بیند شماره یک دکتر، یک فرادرمانگر یا نمی‌دانم روان‌درمانگر، یک دکتر گیاهی، یک متخصص یا فوق‌تخصص که فقط‌وفقط آن فرد توانسته با یک شیوه جدید یک آشنای «ام‌اسی» را که اوضاعش خیلی بدتر از من بوده در طبق اخلاص می‌گذارد و با دلسوزی و «الهی بمیرم خوب میشی و نمی‌میری» ضمنی تحویلم می‌دهد. یک‌سری که خدایی خیلی جالب‌ترند. برخی از همکارهایم که خبرنگارند یا حتی خاله‌جان بنده که بیشتر روز پای تلویزیون وقت می‌گذراند هم، رسالت خودشان می‌دانند که آخرین اخبار مرتبط با کشف داروها را که از رسانه‌ها دیده یا شنیده‌اند با دیدن من مطرح کنند. خیلی خوب است اما انگار کسی باور نمی‌کند که این داروهای جدید آزمایش نشده‌اند و اگر خوب بودند و در ایران موجود، حتما دکتر بیچاره من هم به مغزش می‌رسید که پیشنهاد کند. «ام‌اس» از فرد به فرد فرق دارد اما دکترها به خدا می‌فهمند که برای چه شرایطی باید چه دارویی تجویز کنند. براساس وضعیت بیمار، دارو پیشنهاد می‌شود. وضعیت عبارت است از شرایط جسمی و روحی، عوارض دارویی و نوع پاسخ بدن بیمار به دارو، توانایی پرداخت هزینه مداوم داروها، زن یا مردبودن، تأهل یا تجرد، نوع و تعداد ساعت شغل البته در صورت اشتغال، داشتن یا نداشتن فرزند برای زنان و هزار فاکتور محیطی دیگر. همه این حرف‌ها را زدم که دو قصه تلخ را بگویم که بارها آزارم داده است؛ اول اینکه از ترحم و نگاه دیگران به‌عنوان یک بیمارِ لاعلاجِ بدخت به خودم متنفرم. حتی اگر آن آدم دلسوزترین و نزدیک‌ترین فرد به من یعنی مادر، خواهر، همسر یا دوستم باشد. در این حالت دو واکنش نشان می‌دهم؛ خشم یا سکوت. خشم منجر به کدورت و ناراحتی طرف مقابل می‌شود و سکوت منتهی به فرسایش تدریجی من. این مسئله در برابر داستان دوم، یک شوخی است چون به‌هرحال با مراعات اطرافیان و بی‌خیال‌گفتن درونی به خودم می‌توانم حلش کنم. اما قصه دوم خیلی تلخ است؛ بیمارهایی را دیدم که اوضاع جسمی بدی را تجربه می‌کردند و برای پیداکردن راه‌حل جدید، با پرس‌وجو سراغ دکترهای بهتر در حوزه «ام‌اس» می‌گشتند، از این دکتر به آن دکتر، آزمایش‌ها و ام‌آرآی‌های متعدد. داروهایشان را مرتب عوض می‌کردند و به بهانه عوارض با ناامیدی، اعتماد به دکتر را به‌عنوان اصل مهم تأثیر دارو زیر پا می‌گذاشتند. شک موجب اوج بیماری و حمله می‌شود. یعنی اگر به دکتر و دارویی که مصرف می‌کنیم اعتماد نداشته باشیم، ناامیدی به سراغمان می‌آید و با ناامیدی و افسردگی این مریضی مرموز پیشرفت می‌کند و آن‌وقت است که باید گشت و دکتری را پیدا کرد که شرایط جدیدی را که به‌نسبت قبل بدتر هم شده است بهتر کند. دوست همدرد من! به دکترت اعتماد کن! تعویض مکرر دکتر قبل از هرچیز، ارتباط انسانی با دکترت و شناخت او از وضعیت جسم و روحت را کمتر می‌کند و این یعنی تجویز داروی نامناسب یا کمترمناسب با شرایط جسمی و روحی بیمار. به هر روش مکملی که رجوع می‌کنی فراموش نکن روش اصلی در این بیماری دارودرمانی است و با رهاکردن داروهایت در بلندمدت آسیب‌های جدی به خودت خواهی زد.

برشی از زندگی ۲ جانبازی که می‌گویند فراموش شده‌اند

منتظریم برای ایثارمان درجه تعیین کنند

شهرزاد همتی

جلوی در بیمارستان مصطفی خمینی با هم قرار گذاشته‌ایم. در تماس‌های تلفنی، عصبی به نظر می‌رسید، به هیچ عنوان فرصتی برای بازنگری روی اتفاقات نبود. حرفش یک کلام بود و مدام تکرارش می‌کرد: «یک بار ما وکیل شما شدیم و جلوی دشمن ایستادیم، حالا وکیل ما روزنامه‌ها و رسانه‌ها هستند. صدای ما را به گوش رئیس بنیاد شهید برسانید». اینها همه جملات امیرحسین خرم است، جانباز شیمیایی ۴۶ساله که در کش‌وقوس حوادثی عجیب درصد جانبازی‌اش از ۵۰ به ۲۵ درصد می‌رسد و بعد از مدتی آن ۲۵ درصد را نیز از دست می‌دهد و از فهرست جانبازان بنیاد شهید و جانبازان خارج می‌شود. خرم، مردی ریزنقش با ریش‌های کاملا سفید و کاپشن خاکی روبه‌روی بیمارستان در انتظار بود تا برای دیدن کریم نورمحمدی، جانباز دیگری که بعد از پیگیری‌های فراوان همسرش در بیمارستان مصطفی خمینی بستری بود، وارد بخش عمومی مردان شویم.

کریم نورمحمدی روی تخت دراز کشیده بود و قاب عکسی را در دستش محکم فشار می‌داد. دستانش را برایمان تکان داد و سعی کرد بنشیند اما نتوانست.

همسرش با اشک، داستان زندگی کریم نورمحمدی، بسیجی ۱۵ساله‌ای که این روزها حال‌وروز خوشی ندارد را برایمان تعریف کرد. «همسرم نامش کریم است. ۱۵سالگی به جبهه رفت، در عملیات والفجر مقدماتی و خیبر شرکت داشت و سال ۶۲ در طلاییه مجروح شد». اشک‌های همسر آقا کریم بند نمی‌آید. آقا کریم قاب عکس را از دستانش جدا نمی‌کند، آرام توی گوش همسرش می‌پرسم عکس متعلق به کیست و زن با بی‌حالی می‌گوید: «عکس پسرم است. دو سال پیش وقتی ۱۳ساله بود خودکشی کرد». آنها دلیل خودکشی پسرشان را وضعیت نابهنجار کریم می‌دانند. کریم بعد از برگشتن از جبهه وقتی ازدواج می‌کند، مثل همه آدم‌های عادی به کار مشغول می‌شود.

زنش این را می‌گوید و میان بغض ادامه می‌دهد: «خیاطی و رانندگی می‌کرد. رفتارهایش عصبی بود، پرخاشگری داشت، کتکم می‌زد، دو بار دستم شکست، من همه اینها را به حساب بدخلقی و بداخلاقی‌اش می‌گذاشتم، تا سال ۸۰ ما اصلا نمی‌دانستیم کریم جانباز است...».

کریم حالا دیگر توانایی راه‌رفتن هم ندارد. قصه این راه‌نرفتن‌ها هم حکایت عجیبی است، همسرش می‌گوید: «درد عجیبی توی گردنش داشت، نمی‌توانست بنشیند، تازه فهمیده بودیم جانباز اعصاب و روان است و فکر کردیم مربوط به همین اعصاب خرابش است، تا اینکه به خاطر درد شدید به پزشک معتمد بنیاد شهید مراجعه کردیم و معلوم شد وقتی کریم را موج انفجار می‌گیرد، با ضربه داخل خاکریز پرت می‌شود و برای همین ضربه سنگین، دچار ضایعه نخاعی شده. دکتر گفت باید عمل شود، بعد از عمل یک‌عصایی شد، بعد دوعصایی، بعد واکر، بعد هم ویلچر...».

کریم نورمحمدی دلگیر است؛ همسرش می‌گوید آن‌قدر که زجر تروخشک‌کردن کریم عذاب‌آور بود، درد مرگ فرزندانش عذابش نداده.

از نوروز به بعد، مشکلات آنها بیشتر می‌شود، از نوروز تا همین حالا بیشتر از سه مرتبه نتوانسته حمام کند. همسرش می‌گوید: «حمام خانه ما یک متر بیشتر نیست، برای حمام‌کردنش باید آمبولانس بگیرم و بیرون ببرم، اما هیچ‌کس کمکمان نمی‌کند». آنها برایمان تعریف می‌کنند که کریم نورمحمدی را به بنیاد شهید برده‌اند و بنیاد شهید آنها را بیرون کرده است، تعریف می‌کنند که هیچ آسایشگاهی قبول نکرده کریم را هم مثل جانبازهای دیگر نگهداری کند. همسرش می‌گوید: «چون جانباز اعصاب و روان است، چون پرخاش می‌کند، کسی حاضر نیست کمکش کند. حالا هم به ما می‌گویند شما دروغ می‌گویید و این فلج‌شدن شوهرت ربطی به جبهه ندارد... من و شوهرم جایی توی بیمارستان جانبازان نداریم، بیمارستان ساسان و بیمارستان خاتم‌الانبیا هم حاضر نشدند کریم را نگه دارند. برای عفونتش هم جایی قبولش نکردند».

حالا در دفتر روزنامه نشسته‌ایم. سرفه‌هایش تمامی ندارد. خرم را می‌گویم. برای او تمام روزهای سال، روزهای جنگ است. شب‌ها تا صبح خواب ترکش می‌بیند. کیسه رنگ‌ورورفته‌اش را باز می‌کند و مدارکش را جلویمان می‌ریزد.

سینه‌اش را صاف می‌کند و می‌گوید: «به علی قسم، بریدم. خانم! خرم تازه سانس خون‌ریزی‌ها و سرفه‌هاش شب‌ها شروع می‌شه. خرم سه تا سانس داره، این سانس‌ها از ۱۲ شب شروع می‌شه تا اذان صبح. خانم بریدم».

من شناسنامه‌ام را دستکاری کردم تا جبهه بروم. آن زمان برای خودمان مسئولیت داشتیم، مسئولیت هم سرمان می‌شد. این فیلم‌هایی که حضرات می‌سازند و به جای واقعی‌ها، خنده مردم را در می‌آورند، ما اصلش را دیدیم.

تمام روزنامه‌هایی که تابه‌حال درباره‌اش نوشته‌اند را جلویمان می‌گذارد. بعد نگاهش روی کارت جانبازی‌اش خیره می‌ماند. کارت جانبازی که حالا از درجه اعتبار ساقط شده و روی آن نوشته: امیرحسین خرم، درصد جانبازی ۲۵ درصد.

خرم می‌گوید: «از تمام دار دنیا یک دانشگاه‌رفتن بچه‌ها به ما رسید. جانباز ۵۰ درصد بودم و به‌خاطر اعتراض‌ها و سروصداهایم شدم ۲۵ درصد. بعد برگه‌ای درمی‌آورد که متعلق به بنیاد شهید است و فهرست تمامی جانبازها با درصدهایشان روی آن یادداشت شده، تا همین سه، چهار سال پیش آقای خرم، جانباز ۵۰ درصد بوده، اما الان او را جزء جانبازها حساب نمی‌کنند. او می‌خواهد از اول جبهه‌رفتنش را برایمان تعریف کند، صدایش را صاف می‌کند و می‌گوید: «من شناسنامه‌ام را دستکاری کردم تا جبهه بروم. آن زمان برای خودمان مسئولیت داشتیم، مسئولیت هم سرمان می‌شد. این فیلم‌هایی که حضرات می‌سازند و به جای واقعی‌ها، خنده مردم را در می‌آورند، ما اصلش را دیدیم. آنها تشخیص دادند من که بی‌سیم‌چی و تخریب‌چی و تک‌تیرانداز و آرپی‌جی‌زن بوده‌ام، دیگر جانباز نیستم، دیگر حقی ندارم. آنها به من یاد دادند ایثارگری هم باید عدد و رقم داشته باشد. آنها یادم دادند بعد از ۲۵ سال باید برایشان صورت سانحه ببرم. مغز من هنگ شده».

خرم ۱۷ سال تمام کارمند بنیاد شهید بوده. او در بایگانی بنیاد شهید کار می‌کرد و می‌فهمید چه کسانی جانبازان واقعی هستند. او می‌گوید: «طرف توی دست‌انداز با ماشینش می‌افتاد و پایش به مشکل می‌خورد و بعد کارت جانبازی می‌گرفت. من هم اعتراض کردم، نتیجه اعتراضم اخراج از بنیاد شهید بود. بعد هم دارویم را قطع کردند. وکیل گرفتم، وکیلم را هم راه ندادند و هرچه کردم راه به جایی نرسید». هرچند دقیقه یک‌بار با دستمالی که در دستش دارد عرق‌های درشت پیشانی‌اش را پاک می‌کند و می‌گوید: «خانم بریدم. آن زمان که جبهه بودم هیچ‌وقت فکر نمی‌کردم یک روز ببرم، هیچ‌وقت فکر نمی‌کردم یادتان بیاورم ما مال این وطنیم، هیچ‌وقت نمی‌دانستم باید داد بزنم که ایهاالناس هیچ‌کدامتان توان ندارید حال و روز من را وقتی خون بالا می‌آورم، تحمل کنید...».

امیرحسین خرم، متولد۲۶ تیرماه ۱۳۴۸ است، قرص‌های قوی مصرف می‌کند و کنترل اعصابش را هم خیلی زود از دست می‌دهد. خانه‌ای از خودش ندارد و مدت‌هاست که در خانه پدر همسرش ساکن است.

او در ۱۵ سالگی به دوکوهه اعزام می‌شود. خرم درباره اخراج از بنیاد شهید می‌گوید: «در کارگزینی یکی از مناطق بنیاد شهید مشغول به‌کار شدم و آنجا از مدارک کارگزینی فهمیدم جانباز ۵۰ درصد هستم و این کارت ۲۵ درصدی من باید ۵۰ درصد باشد، همین باعث شد شغلم را از دست بدهم».

امیرحسین خرم می‌گوید سال‌هاست فراموش شده، هر روز با کیسه مدارکش به رسانه‌ها مراجعه می‌کند تا به قول خودش رسانه‌ها وکالتش را بر عهده بگیرند.

او می‌گوید: «جانباز ۲۵ درصد، یعنی باید روی پای خودت بایستی، چون پاودست داری، دستت را باید برای کمک دراز کنی ولی اینکه اعصاب و نفس نداری هنوز برایش تعرفه‌ای مشخص نکرده‌اند و من باید منتظر باشم تا برای جنگیدنم، برای اینکه نگذاشتم یک وجب از خاک این مملکت کم بشود درجه و اعتبار تعیین کنند. وقتی از در بیرون می‌رود دوباره می‌گوید: «من بریدم خانم. به علی بریدم. آنها وکیل من را هم تهدید کرده‌اند کارهایم را پیگیری نکند،آنها نمی‌خواهند یادشان بیاید که هم‌قطارهای من حتی کپسول اکسیژن ندارند...».

خبر

۹۱ هزار معتاد در کشور جمع‌آوری شدند

● **مهر:** قائم‌مقام دبیرکل ستاد مبارزه با مواد مخدر ریاست‌جمهوری گفت: امسال با تلاش نهادهای مربوطه ۹۱ هزار معتاد را در سطح کشور دستگیر کرده و برای ساماندهی به مراکز درمانی ارجاع داده‌ایم. وی با اشاره به شرایط مرزی سیستان‌وبلوچستان بیان کرد: ۲۴۰ هزار هکتار از زمین‌های کشور افغانستان زیر کشت خشخاش است که این امر شرایط ویژه‌ای را بر مرزهای شرقی کشور تحمیل کرده است. جزینی افزود: امروزه در کشور افغانستان هفت هزار تن مواد مخدر تولید می‌شود که این آمار نسبت به سال‌های گذشته افزایش چشمگیری داشته است. قائم‌مقام دبیرکل ستاد مبارزه با مواد مخدر ریاست‌جمهوری با بیان اینکه تولید، قاچاق و ترانزیت مواد مخدر در سراسر جهان، ۸۵ میلیارد دلار ارزش مادی دارد، تصریح کرد: از این آمار، سهم کشاورزان افغان یک درصد و سهم قاچاقچیان افغان نیز دو درصد است. جزینی گفت: مأموریت مبارزه با مواد مخدر بسیار حساس است و با توجه به مرزهای طولانی استان و تولید مواد مخدر در افغانستان، مبارزه با این پدیده خانمان‌سوز با جدیت دنبال می‌شود. وی گفت: ۵۴۰ تن انواع مواد مخدر در ۱۰ ماه نخست سال جاری در کشور کشف شده که در هم‌سنجی با زمان مشابه سال قبل ۱۶ درصد افزایش داشته است. قائم‌مقام دبیرکل ستاد مبارزه با مواد مخدر ریاست‌جمهوری تأکید کرد: ۸۸ درصد کشفیات در سال جاری، مواد مخدر از نوع تریاک بوده و بیشترین کشفیات نیز توسط نیروی انتظامی انجام شده است. وی افزود: ۳۰۰ هزار نفر در این مدت در ارتباط با مواد مخدر در کشور دستگیر شدند که ۷۰ درصد آنها، افراد قاچاقچی و باندهای توزیع‌کننده مواد مخدر هستند.

واکنش به تکرار انتشار فیلم تخلفات برخی مأموران

● **ایسنا:** فرمانده نیروی انتظامی به انتشار تصاویر جهت‌دار از برخی اقدامات نادرست ناجا در سال‌های گذشته واکنش نشان داد و گفت: همان زمان با متخلفان برخورد کرده بودیم اما مجددا این تصاویر در فضای مجازی منتشر شده است. سردار حسین اشتری در پاسخ به سؤالی درباره فیلمی که در آن برخی از اشرار اقدام به قدرت‌نمایی و بیان الفاظ رکیک کرده بودند، گفت: چندی‌پیش فیلم‌هایی در شبکه‌های مجازی از تعدادی از اوباش پخش شد که این فیلم‌ها مربوط به قبل است و بسیاری از افراد حاضر در آنها شناسایی و دستگیر شده و پرونده‌شان در مراجع قضائی است. وی با بیان اینکه برخی از این افراد نیز فراری هستند و در آینده دستگیر و به سزای اعمالشان خواهند رسید، خاطرنشان کرد: البته این افراد در محیط خصوصی اقدام به این کار کرده و قدرت‌نمایی‌شان در ملأعام نبوده اما با توجه به اینکه سبب وحشت مردم شده و اقدام خلاف قانون بوده است، با آنها برخورد خواهیم کرد. اشتری در پاسخ به سؤالی درباره انتشار فیلم‌هایی از تخلفات برخی از مأموران نیروی انتظامی در فضای مجازی، اظهار کرد: ما با تخلفات حتی اگر داخل ناجا نیز باشد، برخورد می‌کنیم. برخی از این فیلم‌ها که در فضای مجازی نمایش داده می‌شوند، مربوط به چند سال گذشته است که ما مأموران خاطی را شناسایی و با آنها برخورد کردیم اما فیلم‌ها و تصاویر آن به‌تازگی در فضای مجازی منتشر شده است.

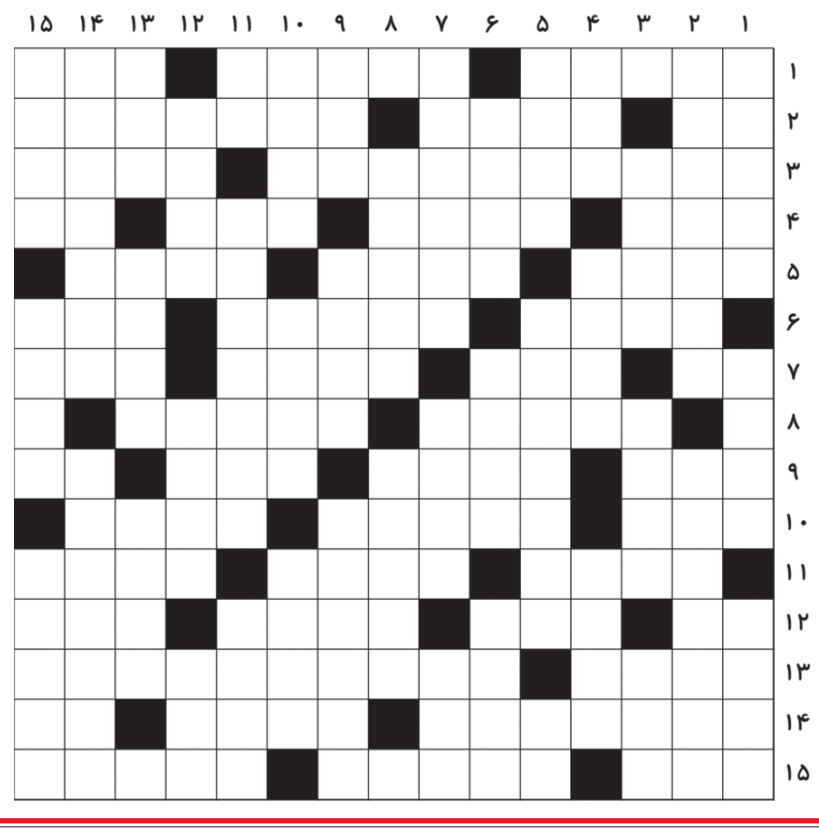
جدول ۲۴۶۷ ■ طراح: بیژن گورانی

افقی:

۱- دارای طراوت و تازگی- ظرف آب سربازان- پروردگار عالم ۲- جدید- برج کج ایتالیا- منبع عظیم آب در سطح زمین ۳- فیلمی ساخته کلینت ایستوود و بازی کوین کاستنر- صادق و صمیمی ۴- دستور- چگونگی انجام کاری در طول زمان- قسمتی از پا- نور اندک ۵- پیک کاغذی- متداول- امام علی (ع) آن را گمشده مومن می‌داند ۶- یاری‌دهنده- خود را به بیماری زدن- دهستانی در سنندج با قرآن تاریخی و قدیمی ۷- خط کش مهندسی- پس غذا- نامی دخترانه- گریبان ۸- دانشمند دینی- قسی القلب ۹- هر کار زشت و غیراخلاقی- ظرف آزمایشگاهی- نقره- درهم‌پیچیدن ۱۰- لوس- تقاضا- از یاران امام‌حسین(ع) ۱۱- مقابل سردی- اولین رهبر اتحاد جماهیر شوروی- باعث و موجب ۱۲- داخل- مجلس جشن و شادی- مرکز استان مرکزی- امر به رفتن دارد ۱۳- بارکش- موطلایی ۱۴- مدخل در دایره‌المعارف- خواهش‌های نفسانی- عدد اول ۱۵- گهواره- فیلسوف یونانی خمره نشین- نویسنده آلمانی نمایش نامه گیوم‌تل.

عمودی:

۱- آهن گداخته را روی آن می‌کوبند- اختراع گراهام بل- لبخند ملیح ۲- مراسمی برای معرفی کتاب تازه منتشر شده- فسیل ۳- نمایش‌نامه‌ای از فدریکو گارسیا لورکا- قرار داده شده- نمو ۴- مراقب و نگهبان- کجاوه- آشکار و هویدا ۵- کشور پهناور آفریقایی- روز قیامت- نام هموطن آذربایجانی ۶- کتاب حضرت داوود (ع)- سالک- بدخلق و عصبی ۷- شهری در استان خراسان‌رضوی- واسطه خریدار و فروشنده- به طور ناگهانی ۸- همنشین زن- میمون آدم نما ۹- هیچ کاره- دل‌انگیز- از جشنهای قدیم ایرانیان ۱۰- تقصیرکار- سرکرده- آوای حزین ۱۱- ضمیر مونث عربی- ورقه فراخوانی به مراجع قانونی- جست‌وجو ۱۲- قید زمان- گرمابه- خداحافظی بیگانه ۱۳- سرد مطبوع- ستاره شناس- خویشاوندی ۱۴- اختلاف عقیده در میان جمعی- پایتخت گابن ۱۵- پایتخت نروژ- زیلوباف- مخزن ثابت یا متحرک ذخیره سیمان.



سودوکو سخت ۱۴۶۴

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.

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

سودوکو ۱۴۶۴

سودوکو

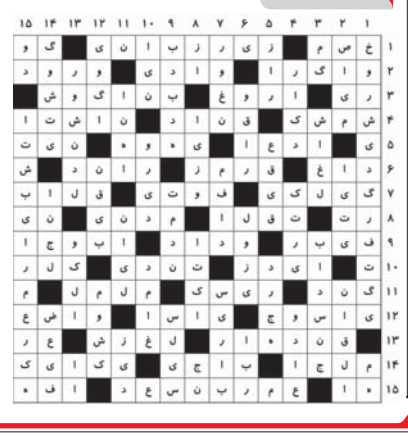
سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

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

حل سودوکو سخت

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

حل سودوکو ۱۴۶۳

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

جدول ۲۴۶۶