یادداشت

طب سنتی یا مداخله در امور پزشکی

مهسا خوش‌اخلاق
پژوهشگر حقوق پزشکی

● طب سنتی به‌عنوان یکی از شاخه‌های پزشکی باید از سوی پزشکان یا متخصصان واجد مدارک قانونی و مؤسساتی که پروانه دارند، انجام شود. نبود چارچوب‌های قانونی لازم در این زمینه، موجب می‌شود برخی از اقدامات غیرقانونی در طب سنتی، مداخله در امور پزشکی محسوب شود. وزارت بهداشت به‌عنوان نهاد متولی قانونمندکردن فعالیت شاغلان حوزه سلامت و نظارت بر حفظ و تأمین سلامت جامعه، موظف است با تصویب مقررات انجام طب سنتی را نظام‌مند کند تا نه‌تنها بیماران بتوانند از خدمات طب سنتی بهره‌مند شوند، بلکه با نظارت‌های قانونی لازم، احتمال خطر و آسیب بر سلامت آنان نیز تا حد امکان کاهش یابد.بر اساس ماده ۳ قانون مربوط به مقررات امور پزشکی، دارویی و مواد خوردنی و آشامیدنی سال ۱۳۳۴، مبادرت به هریک از موارد زیر جرم مداخله در امور پزشکی محسوب می‌شود و مجازات آن حبس و جریمه نقدی و تعطیلی محل کار از سوی وزارت بهداشت است: ۱- هرگونه اشتغال به امور پزشکی، داروسازی، دندانپزشکی، آزمایشگاهی، فیزیوتراپی و مامایی بدون پروانه رسمی، ۲- تأسیس مؤسسات پزشکی بدون اخذ مجوز و پروانه از وزارت بهداشت، ۳- واگذاری پروانه به دیگران و ۴-استفاده از پروانه دیگری. در راستای زدودن ابهامات، اجتناب از تعطیلی کامل طب سنتی و منع و مجازات‌کردن افراد بدون صلاحیتی که به دلیل نداشتن تخصص و مهارت کافی موجب آسیب بیماران شده‌اند، انجام طب سنتی به چند روش قانونمند ازجمله تأسیس سلامتکده، در مطب یا واحد طب سنتی درمانگاه‌های عمومی ممکن شده است.سلامتکده‌ها مؤسساتی مختص انجام طب سنتی هستند و به موجب مقررات، فقط باید از طریق پزشکان و مشروط به اخذ پروانه از وزارت بهداشت و اشتغال دائم یک نفر مسئول فنی دارای مدرک طب سنتی تأسیس شوند. همچنین باید تمام خدمات در آنها از سوی پزشکانی که تخصص طب سنتی دارند یا پزشکانی که دوره آموزشی تأییدشده از سوی وزارت بهداشت را گذرانده‌اند، ارائه شود. انجام برخی روش‌های درمانی دستی مهم، فقط در سلامتکده‌ها مجاز است.برای انجام طب مکمل (مانند طب سوزنی، چینی، هومیوتراپی، کایروپراکتیک و ناتروپاتی) باید مجوزهای جداگانه‌ای اخذ شود و پزشکی با تخصص طب مکمل در سلامتکده اشتغال یابد. همه پزشکان متخصص طب سنتی یا سایر پزشکان دوره‌دیده می‌توانند با رعایت ضوابط، به ارائه خدمات مشاوره در اصلاح مزاج، حفظ سلامتی و اصلاح سبک زندگی و تشخیص یا درمان بیماری اقدام کنند. انجام حجامت و زالودرمانی در مطب، فقط باید به دست افراد با حداقل مدرک فوق‌دیپلم پیراپزشکی یا گواهی معتبر از وزارت بهداشت و تحت نظر پزشک متخصص مجاز است.خبرگان و افراد باتجربه در انجام طب سنتی که پزشک نیستند نیز مشروط بر گذراندن دوره‌های آموزشی مدون و موفقیت در آزمون، مجاز به انجام خدمات طب سنتی می‌شوند.هرگونه اقدام به طب سنتی از سوی اشخاص بدون صلاحیت و بدون رعایت شرایط و مقررات یادشده، مداخله در امور پزشکی محسوب شده و این مداخلات فی‌نفسه جرم هستند؛ به این معنا که وزارت بهداشت به‌محض اطلاع از وجود چنین فعالیت‌های غیرقانونی، حتی اگر شاکی خصوصی نیز نداشته باشند، باید مراکز را تعطیل و دایرکنندگان را مجازات کند.

از ماشین‌سواری روی سی‌وسه‌پل تا پیاده‌روی در چهارباغ

صدرا محقق: به وضعیت الان سی‌وسه‌پل نگاه نکنید که تک‌تک آجرهایش برای مردم چهارگوشه ایران مهم‌اند. تا همین ۳۵، ۳۶ سال پیش یعنی سال ۱۳۶۲ این پل تاریخی که ۴۲۳ سال از افتتاحش می‌گذرد، یکی از پل‌های ماشین‌رو شهر اصفهان بود. ماشین‌های چندتُنی بی‌خیال اهمیت ارزش‌های تاریخی و معمارانه این میراث باقی‌مانده از دوران شاه عباس بزرگ از روی این پل گازشان را می‌گرفتند و می‌رفتند و می‌آمدند.

اما حالا قصه عوض شده است. گذرهای تاریخی و زیبای نصف‌جهان که تا آن سال حتی سی‌وسه‌پل بی‌مانندش هم زیر چرخ خودروها می‌رفت و می‌لرزید، رفته‌رفته می‌خواهند از زیر سلطه ماشین‌دودی‌ها خارج شوند. مثل میدان نقش جهان که تا همین پنج، شش سال پیش هم ماشین‌های سبک و سنگین راحت و آزاد از دلش آمدوشد می‌کردند؛ اما حالا ممنوع شده است و فقط مخصوص عابران و گردشگران پیاده‌ای است که از زیبایی بهت‌برانگیز چهارسوی آن حظ می‌کنند.

جدیدترین جای اصفهان که مدتی است از چرخ ماشین‌ها و دود و دم‌شان آزاد شده، خیابان چهارباغ است. از میدان انقلاب در سمت شمالی سی‌وسه‌پل تا میدان دروازه‌دولت. مسیری زیبا، تاریخی، تجاری و مهم. کاری که شهرداری اصفهان مدت‌ها بود قصد اجرایش را داشت؛ اما عزم و اراده‌اش به هر دلیلی نبود و نمی‌شد.

پیاده‌راه چهارباغ به هر طرح و ترفندی بود، بالاخره رنگ اجرا به خود گرفت؛ هرچند هنوز تمام نشده است و ابهام و تردیدهای بحقی در زمینه آثار و ارزش‌های تاریخی این مسیر موجود است. موضوعی که هم محل نگرانی و پرسش دوستداران میراث تاریخی نصف‌جهان است و هم خیلی‌ها مایل‌اند بدانند آن پایین - در لایه‌های زیر خاک خیابان چهارباغ که قدمتی حداقل به درازای دوره صفوی و بعد از آن دارد - چه خبر است.

همین موضوع باعث شد مسئولان شهری اصفهان از شهردار تا رئیس میراث فرهنگی استان، مایل به اظهارنظر و ارائه توضیحاتی درباره ابعاد این پروژه و جزئیاتش بشوند.

در آن سوی ماجرا هم مردمی هستند که قرار است چهارباغ بخشی از هویت شهرشان بشود و در تردید سرانجام خوب و بدش هستند. چه کاسبان این خیابان که چرخ زندگی‌شان به حیات و رونق این خیابان بسته است و چه مردمان دیگر که دل در گروه اصفهان و زیبایی‌ها و تاریخش دارند.

آیا پیاده‌راه‌شدن چهارباغ که به گفته مسئولان شهرداری اصفهان برای سال ۹۸ حدود ۱۶ میلیارد تومان اعتبار برایش کنار گذاشته شده و تا همین الان هشت میلیاردش هم هزینه شده است، همه را راضی و خشنود خواهد کرد؟ باید هم توضیحات همه طرفین را شنید و هم به انتظار آینده و روزهای بهره‌برداری نهایی از این پیاده‌راه نشست؛ روزی که خبری از کارگاه ساخت‌وساز و بیل و کلنگ و بتون و سیمان کارگران نباشد.

مسئولان چه می‌گویند؟

قدرت‌الله نوروزی، شهردار اصفهان که از شهریور سال ۹۶ تاکنون این سمت را در نصف‌جهان در اختیار دارد، مسئول مستقیم پروژه و طرح ساماندهی خیابان چهارباغ است و بی‌تردید اصلی‌ترین مسئول برای پاسخ‌گویی دراین‌باره است. او دراین‌باره این‌طور می‌گوید:

عکس: مهدی زرگر

«به دلیل ارزش تاریخی و فرهنگی چهارباغ درصدد تبدیل این جاذبه گردشگری به محور فرهنگی و گردشگری هستیم؛ براساس‌این در ابتدا برای انجام طرح چهارباغ فراخوانی اعلام شد و برای رسیدن به این منظور نیز شش ماه زمان گذاشتیم؛ زیرا معتقدیم در این کار نباید عجله کرد؛ هرچند دراین‌میان استعلام‌گیری‌ها کار ما را عقب انداخت؛ اما سعی کردیم تا همه مجوزهای لازم را از میراث فرهنگی برای ساماندهی چهارباغ بگیریم و بعد شروع کنیم. من بشخصه ساماندهی چهارباغ را یک پروژه نمی‌نامم و آن را یک برنامه می‌دانم؛ ازاین‌رو جدولی را برای این طرح در نظر گرفته‌ایم. پیاده‌راه‌سازی محورهای شرقی و غربی چهارباغ حدود سه ماه زمان برد. دراین‌میان حدود چهار ماه نیز طرح میانی را در دستور کار قرار داده‌ایم؛ هرچند ممکن است در میانه راه نیازمند اصلاحاتی باشیم».

شهردار اصفهان در ادامه گفت: «حتی ممکن است این طرح پنج یا ۱۰ساله شود، سال‌ها قبل از این کار شروع شد و حدود ۳۰۰ متر از محور شرقی پیاده‌راهسازی شد. دراین‌میان سه سال زمان برد؛ اما ما توانستیم در سه ماه گذشته ۱۱۰ متر به‌علاوه ۸۰۰ متر دیگر را پیاده‌راه‌سازی کنیم. هرچند در دوره قبلی گودبرداری‌هایی را در چهارباغ انجام داده بودند؛ اما ما گودبرداری زیادی نداشتیم؛ بلکه به دنبال آن هستیم که این بخش از اهداف اولیه ما فاصله نگیرد و به‌عنوان میراث حفظ شود و مورد توجه قرار گیرد. ما نمی‌خواهیم چیزی را از میراث مخفی کنیم؛ هرچند ممکن است سرمایه‌گذاری و هزینه‌کردی که در چهارباغ انجام می‌دهیم، توجیه نداشته باشد؛ اما تمام این کارها برای آن است که این محور فرهنگی و گردشگری بیشتر شود؛ درعین‌حال این حق شهروندان اصفهان است که از فضای زندگی بهتری برخوردار شوند و با این هدف سعی می‌کنیم چهارباغ را به‌عنوان محور گردشگری اصفهان ایجاد کنیم».

یکی از موضوعاتی که ارتباطی مستقیم با سرانجام و نتیجه طرح پیاده‌راه‌شدن چهارباغ دارد، وضعیت کسب‌وکار و درآمد کاسبانی است که در دو سوی این خیابان مهم و مرکزی در اصفهان روزگار می‌گذرانند. بسیاری از آنها در گفت‌وگوهای حضوری دراین‌باره ابراز نگرانی و ابهام می‌کنند. ترسی در دلشان است که ورودی دخل‌شان در مقایسه با آن روزها که چهارباغ ماشین‌رو بود - حتی با وجود ترافیک نفس‌گیرش - کمتر شود. شهردار اصفهان دراین‌باره چه می‌گوید؟

این حرف‌های او در پاسخ به این نگرانی‌ها و سؤالات است: «هدف اصلی ما این است که هرکس به ایران سفر می‌کند، حتما به اصفهان بیاید و هرکس که به اصفهان سفر می‌کند، حتما دیدن چهارباغ را در برنامه‌اش بگذارد. بر همین اساس من فکر می‌کنم به‌طور قطع در آینده درآمد کسبه چندین برابر خواهد شد. تصورش را بکنید روزی که اینجا تبدیل به محل اصلی عبورومرور، تفریح و گشت‌وگذار شهروندان و گردشگران بشود، محلی می‌شود که از صبح تا نیمه‌های شب رونق و حیات دارد؛ همین‌ها حتما رونق اقتصادی را به این خیابان خواهد آورد. هرچند ممکن است طولانی‌شدن کار ساماندهی چهارباغ موجب نارضایتی کسبه شده باشد اما سعی ما بر آن است که کار را دقیق انجام دهیم و می‌خواهیم آسیب‌شناسی کنیم. ما مانند سربازان جنگنده تمام امور را می‌پاییم». نوروزی تأکید می‌کند: «چهارباغ زمانی یک فضای رفت‌وآمد صرف بود اما ما آن را تبدیل به یک مکان کرده‌ایم محور چهارباغ اکنون تبدیل به ایستگاه فرهنگی شده است و محل دیده‌شدن است اینجا محل گذر نیست و خودش تبدیل به یک مقصد شده است».

شهردار اصفهان همچنین درباره انجام کاوش‌های باستان‌شناسی در محور میانی چهارباغ نیز می‌گوید: «تاکنون کاوش‌های باستانی‌شناسی‌ای با هزینه‌های سنگین در محور چهارباغ انجام شده است. بخشی از این کاوش‌ها زمانی که مترو در حال راه‌اندازی بود انجام و نتایج آن به میراث فرهنگی ارائه شد. شهرداری سعی می‌کند تا کار کاوش را تسهیل کند در این میان از دروازه دولت تا آمادگاه کاوش شده است و از آمادگاه تا انقلاب نیز بخش بزرگی از آن توسط افرادی که برای مترو آمده بودند، کاوش شد. بخش کوچکی از محور میانی باقی مانده که آن را نیز انجام خواهیم داد. شهرداری اصفهان تاکنون بسیاری از کارهایی که در عهده‌اش نبوده است را انجام داده و اگر میراث توان پرداخت هزینه‌های کاوش را نداشته باشد، ما به آنها کمک خواهیم کرد؛ تمام این امور منوط به توافقی خواهد بود که در آینده صورت می‌گیرد».

شخم ۵۰ساله

دیگر مقام مسئول مرتبطی که دراین‌باره پای صحبت خبرنگاران نشست، فریدون اللهیاری، مدیرکل میراث فرهنگی صنایع‌دستی و گردشگری اصفهان بود. او که در عمارت تاریخی و زیبای دهدشتی در اصفهان میزبان خبرنگاران بود، دراین‌باره این‌طور توضیح داد: «در ۵۰ یا ۶۰ سال گذشته بخش‌هایی از چهارباغ شخم زده شده است و حتی لوله‌های بزرگ آب و سیم‌های برق فشار قوی در زیر خاک این گذر وجود دارد؛ باوجوداین اکنون کوچک‌ترین مداخلاتی را که در چهارباغ انجام می‌شود، کارشناسان بررسی می‌کنند. این نشان از توجه مردم و کارشناسان و دوستداران میراث به این موضوع و اهمیت آن است. طرحی که اکنون به‌عنوان محور فرهنگی و گردشگری چهارباغ و پیاده‌راه‌سازی آن اجرائی شده برنامه و آرزویی است که سال‌هاست مسئولان اصفهان به آن می‌اندیشند. حتی قبل از انقلاب نیز این طرح مطرح بود و به‌عنوان طرح بالادستی در نظر گرفته شده بود».

اللهیاری در ادامه گفت: «مرحله نخست اجرای طرح ساماندهی چهارباغ تبدیل این خیابان از سواره‌رو به پیاده‌راه بود. این طرح در شورای فنی تثبیت و با همکاری باستان‌شناس مقیم قرار شد اجرائی شود. حتی طرح را به تهران فرستادیم و در اواخر سال ۹۷ در دفتر حفظ و احیا تصویب شد و اعضای شورای فنی نیز قاعدتا در جریان این امر قرار گرفتند. از این‌رو از دروازه دولت تا آمادگاه مشکل خاصی نداشت اما از آمادگاه تا سی‌وسه‌پل نیازمند بررسی‌های بیشتر بود که باید به آن توجه شود».

او همچنین درباره انجام کاوش‌های باستان‌شناسی بر محور چهارباغ و مجوزهایی که باید از پژوهشگاه میراث فرهنگی و گردشگری گرفته می‌شد، گفت: «ما مطالعات باستان‌شناسی داشتیم که بخشی از آن در دوره قبل از چهارباغ و زمان انجام کار مترو و در دروازه دولت و ایستگاه انقلاب انجام شد. حتی در بخش کاخ جهان‌نما نیز کار باستان‌شناسی انجام دادیم و پایه‌های کاخ را پیدا کردیم و ایده‌هایی برای بهره‌برداری آن در نظر گرفتیم در این میان ۹ گمانه‌زنی انجام شد؛ در محور میانی و برای پشتیبانی از طرح این گمانه را انجام دادیم».به گفته مدیرکل میراث گردشگری اصفهان تاکنون بیش از ۸۰ درصد مطالعات و گمانه‌زنی‌های باستانی در محور چهارباغ انجام شده و ۲۰ درصد دیگر آن باقی مانده که در دو ماه دیگر با کمک و حمایت‌های شهرداری انجام خواهد شد. پروژه ساماندهی چهارباغ با مجوز میراث فرهنگی اصفهان آغاز و پژوهشکده برای مطالعات باستان‌شناسی آن اقدام خواهد کرد. باوجوداین تاکنون حدود پنج سال زمان برای مطالعات مقدماتی درباره باستان‌شناسی چهارباغ انجام شده است.

با همه این توضیحات، طرح ساماندهی و پیاده‌راه‌سازی چهارباغ در حال اجراست. این طرح و ایده شکل اولیه را به خودش گرفته است. اما هنوز تا رسیدن به مرحله پایانی زمان زیادی - حداقل طبق گفته مسئولان تا پایان امسال - برای راه‌اندازی کامل کار نیاز است. باید ماند و دید که آیا تبدیل این خیابان مهم و تاریخی در مرکزی‌ترین نقطه اصفهان به این شهر توریستی کمکی خواهد کرد یا خیر. تا آن روز می‌شود با رؤیای برگرداندن بخش مهمی از شهر به مردم و خلاصی از دست ماشین‌ها فکر کرد و لذت برد.

نگاه

آمار بالای سوءتغذیه در بیماران بیمارستان‌ها

● **ایسنا:** مسئول تغذیه بالینی وزارت بهداشت با اشاره به آمار سوءتغذیه در بیمارستان‌ها گفت: اکثر بیماران هنگام بستری‌شدن وضعیت تغذیه‌ای مناسبی ندارند.دکتر غلام‌رضا فارسانی با اشاره به وضعیت تغذیه‌ای بیماران در سطح کشور اظهار کرد: بر اساس مطالعات انجام‌شده در سطوح و بیمارستان‌های مختلف، تقریبا ۳۸ درصد از بیماران بستری‌شده در بیمارستان‌ها دچار سوءتغذیه متوسط تا شدید بوده و نیازمند حمایت‌های تغذیه‌ای اورژانسی هستند.او با بیان اینکه وضعیت بیمارانی که از سوءتغذیه رنج می‌برند، در بخش‌های مراقبت‌های ویژه نامناسب‌تر است، گفت: ۵۳ درصد بیماران بستری در بخش مراقبت‌های ویژه، دچار سوءتغذیه متوسط تا شدید بوده و این آمار، آماری است که می‌توان به آن استناد کرد و به‌طورکلی آن را تعمیم داد.او با تأکید بر انجام ارزیابی دقیق و فعالیت‌های وزارت بهداشت در این حوزه افزود: نتایج تحقیقات انجام‌شده در بیمارستان‌های کل کشور به‌زودی استخراج می‌شود.فارسان با اشاره به وضعیت تغذیه‌ای کودکان در بخش مراقبت‌های ویژه (PICU) گفت: وضعیت تغذیه‌ای کودکان در این بخش‌ها به‌مراتب نامناسب‌تر بوده و می‌توان گفت حدود ۶۳ درصد این کودکان نیز از سوءتغذیه متوسط تا شدید رنج می‌برند. در بخش‌هایی مانند بخش سرطان، سوختگی، شیمی‌درمانی، دیالیز و همودیالیز نیز نگرانی درباره سوءتغذیه وجود دارد.او با تأکید بر نقش حمایت‌های تغذیه‌ای در دستیابی به کفایت تغذیه‌ای گفت: کفایت تغذیه‌ای به تأمین ۸۰ درصد نیازهای تغذیه‌ای و انرژی فرد اشاره دارد و مطالعه یادشده نشان می‌دهد حدود ۷۳ درصد بیماران در بخش مراقبت‌های ویژه عدم کفایت پروتئین و ۶۴ درصد عدم کفایت انرژی دارند. وضعیت از این نظر در بخش مراقبت‌های ویژه کودکان به‌مراتب بدتر و نزدیک به ۹۰ درصد است. وضعیت موجود، مسئولیت کارشناسان تغذیه را سنگین‌تر می‌کند. باید به تکمیل حمایت‌های تغذیه‌ای در بیمارستان‌ها بیشتر توجه شود.وی با تأکید بر اینکه میانگین سنی بیماران بستری در بیمارستان‌های کشور بسیار پایین‌تر از سایر کشورها است، گفت: با توجه به اینکه جامعه ما به سوی سالمندی پیش می‌رود، مطمئنا در آینده با وضعیت بدتری روبه‌رو خواهیم بود و برای مقابله با این مشکل، باید از اکنون اقدامات پیشگیرانه را انجام دهیم. او با بیان اینکه آگاهی‌نداشتن تیم درمان از نقش تغذیه در ارتقای سلامت بیمار می‌تواند یکی از موانع احتمالی ارائه خدمات تغذیه‌ای مناسب به بیماران باشد، افزود: برای رفع این نقایص، لازم است هماهنگی بیشتری انجام شود؛ چراکه ناهماهنگی باعث افزایش هزینه‌های طول درمان و دارو و طول بستری در بیمارستان می‌شود. فارسان در ادامه با اشاره به سیاست‌های وزارت بهداشت در راستای حمایت‌های تغذیه‌ای از بیماران، متذکر شد: هماهنگی لازم با معاونت درمان به‌ویژه واحد نظارت و اعتباربخشی برای تدوین استانداردهای مربوطه در راستای ارائه خدمات تغذیه‌ای، به‌روزرسانی شناسنامه‌های تغذیه‌ای برای ارتقای وضعیت تغذیه بالینی و پیشگیری از تبعات ناشی از سوءتغذیه ازجمله اقدامات و برنامه‌های وزارت بهداشت در این زمینه است.

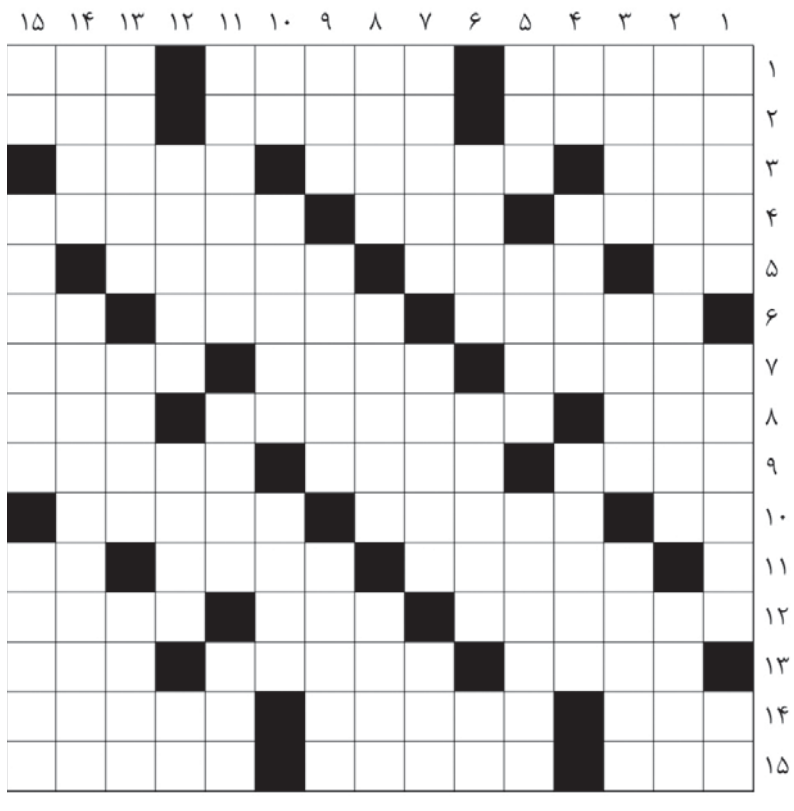
جدول ۳۳۸۷ ■ طراح: بیژن گورانی

افقی:

۱- فاقد شهرت- پایین دیوار- اندام شنوایی ۲- شاعر دربار سلطان سنجر- شهری در شهرستان دماوند- توده غله ۳- امیدواری- کمپوت- ادعا ۴- نماد- عشیره- افتخار و سرافرازی ۵- چوب خوشبو- ماءالشعیر- جبران کردن ۶- تر و تازه- پیشرفت- مشک ۷- از نیروهای سه‌گانه ارتش- آگاهی- ملاک برتری انسان‌ها از نظر قرآن ۸- واحد اندازه‌گیری توان الکتریکی- از القاب حضرت فاطمه(س)- الفت ۹- غذایی ایرانی و خوشمزه- غرق شده- آنچه اتفاق می‌افتد ۱۰- شهر آستان حضرت عبدالعظیم(ع)- زخمی- مجموع کارکنان یک اداره ۱۱- در گرو- ظرف جوهر و مرکب- کتف ۱۲- رمان مشهور شارلوت برونته انگلیسی- بشقاب بزرگ- نیلگون ۱۳- تجهیز شده- چند مرتبه- درخت همیشه سبز ۱۴- خطاب غیر مؤدبانه- قلب قرآن- از شاگردان میرعماد خوشنویس ۱۵- ریگ نرم- کشته‌شدن- پادشاهی.

عمودی:

۱- پیشخدمت رستوران- نازک نارنجی- آقای آلمانی ۲- کم‌عمق‌ترین اقیانوس جهان- کبوتر دشتی ۳- جانشینان- هر بخش یک مجموعه- شهر انرژی گیلان ۴- صد مترمربع- گلی زینتی- ملازم ۵- از ملزومات نجاری- لازم- عروس به خانه بخت می‌برد ۶- ضروری- متکبر و خودخواه- خاندان ۷- بایگانی- سر و ته- شبانگاه ۸- نیستی و فنا- مقابل تحسین- سکه زر دوره هخامنشی ۹- تربیت صحیح- به عقب انداختن- دینداری ۱۰- راه میانبر!- پارچه سفید روی لحاف- بیرونی‌ترین بخش بدن جانوران ۱۱- از ورزش‌های گروهی- نمایش و آواز- ماهوت پاک‌کن ۱۲- تندرستی- دفتر حساب روزانه- آبکی ۱۳- دسته‌جمعی- شهر زعفران- غیرقابل تجزیه ۱۴- لازم- کنایه از تحمل کردن غم و رنج بسیار است ۱۵- ریه- اولین دوره از دوران دوم زمین‌شناسی- وسایل.



سودوکو سخت ۲۳۸۳

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.

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

حل سودوکو سخت

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

حل سودوکو ۲۳۸۲

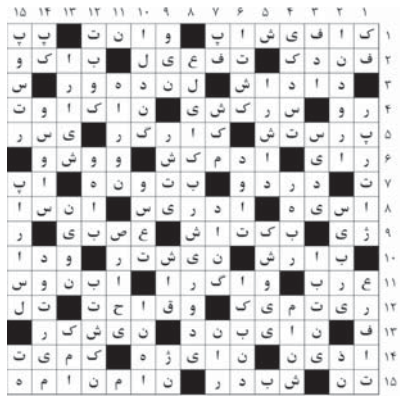
۷	۱	۹	۶	۴	۲	۸	۵	۳
۵	۶	۳	۸	۱	۷	۴	۲	۹
۲	۸	۴	۹	۳	۵	۱	۷	۶
۴	۳	۶	۲	۹	۸	۵	۱	۷
۱	۹	۵	۴	۷	۶	۲	۳	۸
۸	۷	۲	۱	۵	۳	۹	۶	۴
۳	۴	۷	۵	۲	۹	۶	۸	۱
۶	۵	۱	۳	۸	۴	۷	۹	۲
۹	۲	۸	۷	۶	۱	۳	۴	۵

سودوکو ساده ۲۳۸۳

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.

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

جدول ۳۳۸۶