

پنجشنبه **نوزدهم اسفند** ماه **۱۳۹۵** — **سال نوزدهم** — **شماره ۴۳۳۸**

روژه

بخش هایی از اقتصاد ایران هنوز گروگان دولت پیشین است

اقتصاد در متنگنه بدهی ها و یارانه‌ها

آخرین روزهای سال ۱۳۹۵ در حالی سبری می شود که هنوز بخش هایی از اقتصاد ایران گروگان دولت پیشین باقی مانده است.
بررسی ها نشان می دهد برخی تصمیمات دولت دهم ، در فضایی اتخاذ شده است که نه تنها دولت های پس از آن که کلیت اقتصاد تا سال ها وامدار این تصمیمات خواهد بود.

یارانه

پرداخت نقدی یارانه ها حالا دیگر وارد هفتمین سال خود می شود. یارانه های نقدی به ازای هر ابرامی ۲۵ هزار و پانصد تومان که با هدف رقابتی تر شدن شرایط اقتصادی و بهبود پرداخت شده در عمل نه تنها بساط یارانه از اقتصاد ایران برچیده نشد ،بلکه فشار ناشی از پرداخت یارانه نقدی از یک سو و حضور پرتنگ و دیواره یارانه پنهان از سوی دیگر ،اقتصاد را میان متنگه یارانه قرار داد.

ایران سال هاست بابحران ناشی از یارانه ها وپنهان روبروست وطرح دهفمندی یارانه هاقرار بود در ۵سال قدرت رقابت را در اقتصاد ایران افزایش داده و بهبودسطح درآمدی خواروار به همراه داشته باشد.

هر چند این طرح با هدف جبران افزایش قیمت برخی اقلام یارانه ای در دستور کار قرار گرفت.اما خیلی زود از وارد اجتماع و سیاست سر برآورد و هر اقدامی برای بهبود و اصلاح این ساختار یا فشارهای اجتماعی و سیاسی از سوی منتقدان دولت روبرو شد به طوری که طرح اولیه دولت یازدهم برای انصراف خود خواسته از یارانه ها زیر سایه تبلیغات منفی منتقدان نتوانست راهی به سوی اجرای ببرد.
هر ماه بیش از ۳ هزار و ۴۰۰ میلیارد تومان پول نقد در ایران توزیع می شود که رقمی بسیار قابل توجه است.

مسکن مهر

مسکن مهر بی مهری های فراوانی با اقتصاد ایران کرده است. تنها منتقد مسکن مهر عباس آخوندی ،وزیر راه و شهرسازی نیست بلکه شخص رئیس جمهور و بسیاری از کارشناس در خصوص ناکارامدی این شیوه از ساخت و ساز هشدار داده اند. مسکن مهر بزرگترین دخالت دولتی در بازار به شدت خصوصی را رقم زد و امروز رکود این بخش مدیون تصمیماتی است که در دولت پیشین برای خله دار کردن تمامی مردم اتخاذ شد.

پول رفتاری که به اجرای این پروژه تخصیص یافت.خود تورمی نزدیک به چهل درصد را رقم زد و حالا دولت یازدهم در حالی اجرای این پروژه را بگیری می کند که انعان دارد این واحدهای مسکونی سر برآورده در بیابان ها فاقد امکانات لازم هستند و باید فکری برایشان شود.

به هر روی تعهدات دولت ایران برای دولت یازدهم نیز به رسمیت شناخته شد و واحدهای مسکونی مسکن مهر در حال احداث هستند.

مکان یابی نامناسب،بود امکانات شهری مناسب و استفاده از مصالح نامناسب سبب شده است بسیاری از کارشناس هشدار بدهند که این واحدها در ۵ سال آینده به بافت

فرسوده تبدیل می شوند. بانک مرکزی برای اجرای این طرح ۲۵ هزار میلیارد تومان

پول چاپ کرد.

ارز چند نرخی

دولت یازدهم وعده تک نرخی دادن ارز را داده است. امسال شرایط برای اجرای این طرح مساعد نبود اما در حقیقت ارز چند نرخی دست پخت دولت پیشین برای اقتصاد ایران بود.

وقتی تحریم ها شدت گرفت و دلار باگهان بالا چیده‌ا و از قیمت ۱۷۰۰ تومان به مرز ۴ هزار تومن رسید، دولت نسبت به اولویت بندی کالاهای وارداتی به ایران اقدام کرد و ارز مورد استفاده برای هر کالای خاصی که در گروهی خاص قرار می گرفت ، با گروه دیگر تفاوت داشت. ارز ازران تر برای غذا و دارو و ارز گران تر برای کالای مصرفی ، بااین حال پوشه و لوازم آرایشی بود که به جای غذا و دارو و غذا سر از بازار ایران درآورد. ماندگارای تحریم هانیز مانع از آن شد که ارز دوباره وضعیت سابق را تجربه کند،حالا دولت یازدهم سال آینده را زمان مناسب برای اجرای این سیاست می داند.

بدهی ۷۰۰هزار میلیارد تومانی

علی طیب نیا وزیر امور اقتصادی و دارایی می گوید وقتی در بدو ورود به دولت بدهی های دولت در گزاریش ۱۵۰ هزار میلیارد تومان برآورد شد. از اعلام عمومی این رقم ابی داشتیم چرا که فکر می کردم در این حوزه کمی بزرگمبای شده است. (نقل بهمضمون).

راه اندازی دفترتری برای احصای بدهی های دولتی در دستور کار قرار گرفت ونتیجه این شد که حالا مشخص است دولت ایران بیش از ۷۰۰ هزار میلیارد تومان بدهی دارد.

در خشکسالی مالی و بحران کمبود اعتبارات ، به نظر می رسد بحران دولت برای بازپرداخت این رقم به دولتی ازدهم محدود نباشد و دولت های بعدی نیز با مشکلات ناشی از این بدهی بزرگ روبرو باشند . بخشی از بدهی دولت به پیمانکاران است. این بدهی سبب می شود پیمانکاران با ضعف اقتصادی برای مداوم فعالیت روبرو باشند.

بیکاری

بیکاری بحران امروز و دیروز اقتصاد ایران نیست اما شاید اگر هزار میلیارد دلار درآمد ارزی که در سال های ۱۳۸۲ تا ۱۳۹۲ حاصل شد ، صرف بهبود وضعیت در حوزه اشتغال شده بود، امروز همچنان اقتصاد ایران با نرخ بیکاری بالاتر از ۱۲ درصد روبرو نبود.

این اتفاق رخ نداد و طلایی ترین فرصت ایران از دست رفت تا دیگر ، نامیدان از یافتن تهدید و معجزه ترجیح دهند به جای فعالیت اقتصادی یا به افسردگی پناه ببرند یا به دانشگاه تا لقب بیکار تحصیلکرده را از آن خود کنند چرا که اقتصاد ایران توان ایجاد شغل برای این تعداد تحصیلکرده را دارا نیست.

اخبار

از ۲۱ اسفند آغاز می‌شود

پیش فروش ظرفیت‌های جدیدقطارهای نوروژی

یک مقام مسئول گفت‌با توجه به تکمیل ظرفیت قطارها در برخی این ترموز ۹۶ شرکت رجا با ایجاد ظرفیت‌های جدید برای سفرهای نوروژی ۱۶لیت‌ها را از صبح شنبه به‌مقتضیان عرضه‌می‌کند.

به گزارش از شرکت رجا، محسن یلوری افزود: پس از پیش فروش بلیت قطارهای نوروژ ۹۶ (۱۵۹ اسفند ۹۵ لغایت ۹۶ فروردین ۹۶) و اتمام ظرفیت ایجادشده یعنی روزه‌ا، این شرکت با تخصیص واگن های جدید ظرفیت‌های تازه ای برای سفر هموطنان ایجاد کرده‌است.

وی اظهار داشت: بلیت ظرفیت‌های جدید ایجاد شده، روز شنبه ۲۱ اسفند ماه ساعت ۱۰ صبح در سامانه فروش قرار می گیرد و برای خرید کلیه کتال‌های فروش شرکت شامل آژانس‌های مسافرتی، وب سایت رجا، اپلیکیشن فروش بلیت هم قطار و سامانه ۱۵۳۹۶ قابل خریداری است. رئیس ستاد هماهنگی سفرهای نوروژی با بیان اینکه در این ترموز در بهای بلیت بعضی از قطارها تخفیف اعمال شده است، گفت: هم وطنان با برنامه ریزی مطلوب، علاوه بر ظرفیت‌های ایجاد شده جدید می‌توانند از تخفیف‌های ارائه شده در بلیت برخی قطارهای این شرکت در مسیرهای مختلف به ویژه در هفته دوم تعطیلات نوروژی بهره‌مند شوند.

تذکر دوباره سازمان هواپیمایی به مسافران

رشد ۱۱ درصدی پروازهای نوروژی ۹۶

به نزدیک شدن به آغاز تعطیلات نوروژی و برنامه‌های ۲۰ روزه سفر در این ایام سازمان هواپیمایی بار دیگر بر لزوم رعایت برخی جوانب ایمنی در خرید بلیت تأکید کرد. به گزارش اسنا، براساس برآوردهای صورت گرفته از سوی این سازمان ۱۴ ایرلاین داخلی قصد دارند تا تاریخ ۲۵ اسفندماه از ۱۵ فروردین‌ماه بیش از ۱۴ هزار پرواز انجام خواهند داد. این پروازها که در حدود ۶۰۰ فرودگاه فعال داخلی انجام می‌گیرد، در قریب‌با مدت مشابه سال گذشته رشدی ۱۱ درصدی را نشان می‌دهد.

طبق برنامه‌ریزی‌های صورت گرفته، از سوی وزارت راه و شهرسازی که به‌عنوان هماهکری ایرلاین‌های داخلی همراه شده‌با این است که نرخ بلیت پروازهای داخلی با وجود آنکه همچنان براساس آژانس‌های اعلام می‌شود اما شرایطی معقول داشته باشد و افزایش غیرقابل کنترل قیمت‌ها جلوگیری شود.

در طول ماه‌های گذشته سازمان هواپیمایی توانسته شرایط را طوری مدیریت کند که در ایام پیک سفر نرخ‌ها از حالت عادی آن خارج نشوند و به نظر می‌رسد در تعطیلات نوروژ اسما نیز همین شرایط ادامه خواهد داشت.

در کنار مسافتی که در بازار رسمی خرید بلیت نوروژی مطرح شده یکی از ابهام‌های مهمی که این بازار در تعطیلات نوروژ پیش‌ورو با آن روبروست، بحث ورود سایت‌های مجازی و شبکه‌های اجتماعی به خرید و فروش بلیت هواپیماست، هرچند وزارت راه و شهرسازی خبری مبنی بر ممنوعیت خرید بلیت از این سامانه‌ها ارائه نکرده، اما بارها با تأکید شده‌است که مسافران نباید تنها از دفاتری که مجوز بند «الف» این سازمان را دریافت کرده‌اند نسبت به خرید بلیت اقدام کنند، زیرا در غیر این صورت احتمال آنکه برای برنامه سفری آن مشکلاتی به وجود بیاید خواهد بود.

طیّب نیا جزئیات بلوکه شدن منابع بانک مرکزی را تشریح کرد؛

اقدام آمریکا خلاف حقوق بین الملل است

نام صورت گرفته بود، فروش اسقاطی ۱۰ ساله بوده است. یعنی افراد دینفع باید طی ۱۰ سال بهایش را پرداخت می کردند.

طیّب نیا افزود: دو دهک از افراد کم درآمد ، ۵۰ درصد تخفیف داشتند و باید ۵۰ درصد وجه را پرداخت می کردند تا کل آن را مالک شوند. برای پرداخت اسقاط بنا شد،از محل سود شرکت های سرمایه پذیر طی مدت ۱۰ سال اقدام شود.امسال، ۹۵ سال است. ۱۰ سال به پایان رسیده و طبق قانون ما مکلف بودیم آن بخش که پرداخت نشده را به مالکیت دولت برگردانیم.

وزیر امور اقتصادی و دارایی اضافه کرد: در شورای عالی سیاست های اصل ۴۴ در هیات دولت به این جمع بندی رسیدیم که اولاً دو دهک کم درآمد جامعه چون ۵۰ درصد تخفیف داشتند و ۵۰ درصد قیمت راهم پرداخت کرده‌اند، الا مال کلک بهمم هستند.

طیّب نیا گفت: ارزش اولیه سهام حدود یک میلیون تومان بود که ارزش فعلی حدود دو برابر آن است. معنایش این است که در دو دهک کم درآمد هر نفر حدود دو میلیون سهام را امروز مالک شده و ما این مالکیت را به رسمیت می شناسیم و می‌تواند از سال آینده در آن دخل و تصرف کند.عضو کابینه تدبیر و امید خاطرنشان کرد: درخصوص چهار دهک دیگر که نیمی از بها را پرداخت کرده اند، مالک نیمی از آن سهم شده اند. یعنی حدود ۵۰۰ هزار تومان به ارزش اولیه و حدود یک میلیون تومان

سهام را در اختیار دارند. اگر بخواهیم برای این فرزندان اشتغالزایی داشته باشیم، خرید کالاهای داخلی یکی از بهترین راه های است که می توان پیشنهاد کرد. وی ادامه داد: با خرید کالاهای ایرانی، جرخ تولید داخلی می گردد. و در این بستر، با ایجاد اشتغال زمینه فعالیت جوانان در عرصه های مختلف فراهم می شود.معاون حقوقی رئیس جمهوری، خرید کالاهای داخلی را یک وظیفه ملی، دینی و اخلاقی دانست و تصریح کرد: همت و غیرت ایرانی اقتضای کند از کالاهای وطنی بخریم. هر چند اگر کیفیت این کالاها از نوع مشابه خارجی پایین تر باشد. انصاری با بیان این مطلب که متأسفانه مساله کیفیت در برخی از کالاهای داخلی مغفول مانده است، اظهار داشت: البته خارجی ها هم در بسیاری موارد با تبلیغ، کالاهای خود را بزرگ کرده و بزرگ جلوه می دهند؛ این در حالی است که در کشور به موضوع کیفیت کالاهای داخلی کم توجهی شده است و با وجود کیفیت خوب بسیاری از کالاهای وطنی، انگونه که باید به آن پرداخته نمی شود. معاون حقوقی رئیس جمهوری در پاسخ به این پرسش خبرنگار ایرنا که آیا خود و خانواده به خرید کالاهای داخلی توجه دارید؟ گفت: در خانه به بچه ها توصیه کرده ام اگر کالایی مشابه ایرانی دارد، حتماً از نوع ایرانی تهیه کنند. خبرگزاری جمهوری اسلامی (ایرنا) همسو با تأکیدات رهبر معظم انقلاب مبنی بر عملیاتی شدن سیاست‌های اقتصاد مقاومتی و برنامه‌های دولت در این زمینه، کمترین خبری خرید کالای با کیفیت داخلی را با هدف افزایش توانمندی صنایع داخلی و تشویق به بهبود تولیدات خود، از این هفته آغاز کرده است.

یک مسوول آفای کشور:

تکمیل آبرسانی پایدار به شهرهای کشور نیازمند ۲۴۰ هزار میلیارد ریال اعتبار است

مدیر دفتر برنامه ریزی و توسعه شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور با اشاره به برنامه های آبرسانی به شهرهای کشور افزود: ۱۱۰۰ طرح فعال در این زمینه وجود دارد که ۳۰۰ شهر کشور و اکثر روستاهای طول مسیر آنها را پوشش می دهد و تکمیل همه این طرح ها به قیمت امروز به ۲۴۰ هزار میلیارد ریال اعتبار نیازدار.

«همچنین رقمی» افزود: سال گذشته ۲۴ هزار میلیارد ریال فاینانس از محل منابع داخلی کشور برای تأمین مالی خطوط اصلی آب رسانی تهیه شد که این خطوط اولیه به ۲۶ طرح بزرگ آب پوشش داد. وی افزود: برای تکمیل آبرسانی پایدار در این مناطق، تقسیم کار باید بر مبنای اصل کشور اجرای طرح های آب رسانی ویژه است، ادامه داد. هیچ شهر یا روستایی در کشور بدون آب نیست، اما با توجه به استانداردهای بهداشتی داخلی که در اغلب حتی از استانداردهای سازمان بهداشت جهانی (WHO) نیز سختگیرانه تر است، تأمین آب شرب پایدار را برای دوره طولانی مدت در مناطق شهری و روستایی در دستور کار دارویی بایب داشت. این طرح ها به گونه ای پیش بینی شده که حتی نیازهای کشاورزی، دامداری و دامپروری روستایان نیز در آنها در نظر گرفته شده است.

مدیر دفتر برنامه ریزی و توسعه شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور با اشاره به مشارکت فعال بخش خصوصی در طرح های تأمین آب، بطور نمونه به برخی جزایر جنوبی کشور اشاره کرد و گفت: تا حدود اواسط دهه ۱۳۸۰ تأمین آب جزایری نظیر هرمز، هنگام و … با لنج و از طریق انتقال آب انجام می شد و آن زمان قیمت هر متر مکعب آب شرب در این مناطق دستکم ۷۰ هزار ریال بود، اما امروز با حضور و مشارکت بخش خصوصی این مشکلات مرتفع شده است.

وی اظهار داشت: امروز بخش خصوصی با مشارکت فعالانه به تأمین آب در این مناطق از طریق سرمایه گذاری در آب شیرین کن ها و پروداخته و دولت نیز آب تولید شده آنها را به نرخ تضمینی خریداری می کند.رقیعی ارزش قرار دادهای منعقد شده از حدود سال ۱۳۸۶ با بخش خصوصی را بیش از ۵۵ هزار میلیارد ریال عنوان کرد که شامل طرح های مختلف آب شیرین کن ها، خطوط انتقال آب، متفیل خانه های آب و فاضلاب، طرح های بازسازی و رفع رقت آب و قرار دادهای بيع متفیل پروژه در استان های بزره، اصفهان، تهران، هرمزگان و خراسان های رضوی، شمالی و جنوبی است.این مقام مسئول بیشتر اعلام کرده بود، سه هزار و ۵۰۰ روستا با جمعیت بیش از ۲ میلیون و ۵۰۰ هزار نفر تا پایان سال مالی ۱۳۹۵ از نعمت آب شرب پایدار بهلاشتی برخوردار می شوند.

واردات ۱۰۴ دستگاه خودرو از آمریکا

آمار گمرک ایران نشان می‌دهد که سهم خودرو از واردات در ۱۱ ماهه سال جاری، حدود یک میلیارد و ۶۰۰ میلیون دلار بوده است. به گزارش اسنا، در ۱۱ ماهه سال جاری کلاً ۶۱ هزار و ۲۴۵ دستگاه خودرو به ایران وارد شده که ارزش آن به حدود یک میلیارد و ۶۰۰ میلیون دلار می‌رسد. در عین حال، ارزش ریالی واردات خودرو به ایران در این مدت نیز رقمی در حدود ۵۰ هزار میلیارد تومان است.

بر اساس مقررات واردات، خودروهای واردشده بسته به نوع و حجم موتور مشمول پرداخت تعرفه‌های مختلفی می‌شوند که واردکننده برای ورود به کشور باید این تعرفه‌ها و عوارض را به‌پردازد. این ترتیب تعرفه‌های با حجم موتور کمتر از ۲۰۰۰ سی‌سی باید ۴۰ درصد و خودروهای با حجم موتور ۲۰۰۰ تا ۲۵۰۰ سی‌سی ۵۵ درصد از ارزش سیف خودروهای وارداتی را برای ورود به ایران پرداخت کنند؛ این در حالی است که خودروهای هیدریدی را هر حجم موتوری تنها مشمول پرداخت چهار درصد تعرفه برای ورود به کشور هستند؛از سوی دیگر واردکنندگان، علاوه بر این مبالغ باید ۹ درصد مالیات بر ارزش افزوده و چهار درصد مالیات علی‌الحساب نیز بپردازند. میزان خودروهای واردشده به ایران، بیشترین تعداد خودروهای وارد شده مربوط به کشور امارات متحده عربی می‌شود، به طوری‌که بیش از ۶۸ درصد خودروهای واردشده به ایران از مبدأ این کشور بوده است، به عبارت دیگر از مجموع ۶۱ هزار و ۲۴۵ دستگاه خودروی واردشده به ایران، بیش از ۴۲ هزار دستگاه از امارات به ایران وارد شده است. همچنین در حالی که واردات خودرو از آمریکا ممنوع اعلام شده است و در سال جاری حرف و حدیث‌های زیادی درباره واردات خودرو از آمریکا پیش آمد، آمار گمرک نشان می‌دهد که در این مدت ۱۰۴ دستگاه خودرو نیز از آمریکا به ایران وارد شده است.

تنظیم نرخ گوشت با افزایش عرضه آن در بازار شب عید

نماینده مردم گلیاپگان و خونسار در مجلس با بیان اینکه دولت کام‌رمد را با تنظیم بهینه ترخ گوشت شیرین کند،گفت:افزایش عرضه راهکاری برای تنظیم ترخ گوشت در آستانه عید به شمرایم.
اید.

عضو کمیسیون حقوقی و قضایی مجلس یادآورشد:یکی از راهکارهای اصولی تنظیم بازارگوشت ایجاد یک شبکه توزیع برای انتقال تولیدات از دامداری و کشتارگاه بطور مستقیم بدست مصرف کننده است تا دراین راستا نرخ گوشت با رعایت مولفه های اقتصاد در شرایط متعادل تعیین شود.

اقتصادی

اخبار

معاون حقوقی رئیس جمهوری:

خرید کالای ایرانی عامل رونق تولید و اشتغالزایی است

معاون حقوقی رئیس جمهوری گفت: خرید کالاهای ایرانی موجب به حرکت در آمدن جرخ تولید و اقتصاد کشور می شود و زمینه ساز اشتغالزایی برای جوانان است. حجت الاسلام مجید انصاری روز درباره خرید کالاهای ایرانی در آستانه سال جدید و تأثیر آن بر بهبود فضای اقتصادی کشور، افزود: مهمترین کاری که مردم می توانند به عنوان خدمت به خود، خانواده و جامعه انجام دهند، خرید کالاهای ایرانی است.

معاون حقوقی رئیس جمهوری خاطرنشان کرد: کالاهای ایرانی از کیفیت خوبی برخوردار هستند، البته شاید گاهی در مقایسه با کالاهای مشابه، کیفیت پایین تر داشته باشند اما این مساله ای غیرطبیعی نیست چون کشورهایی که کالاهای با کیفیت بهتر تولید می کنند، از همان روز نخست به این کیفیت نرسیده اند و سال ها تلاش کرده اند تا کالایشان امروز به این سطح از کیفیت برسد.

وی تأکید کرد، ما اگر بخواهیم روی پای خود بایستیم و بچه هایمان شغل داشته باشند باید کالاهای داخلی مصرف کنیم.

انصاری ی بیان اینکه در هر خانواده ایرانی به طور متوسط یک تا دو فرزند تحصیلکرده بیکار وجود دارد، اظهار کرد: اگر بخواهیم برای این فرزندان اشتغالزایی داشته باشیم، خرید کالاهای داخلی یکی از بهترین راه های است که می توان پیشنهاد کرد. وی ادامه داد: با خرید کالاهای ایرانی، جرخ تولید داخلی می گردد. و در این بستر، با ایجاد اشتغال زمینه فعالیت جوانان در عرصه های مختلف فراهم می شود.معاون حقوقی رئیس جمهوری، خرید کالاهای داخلی را یک وظیفه ملی، دینی و اخلاقی دانست و تصریح کرد: همت و غیرت ایرانی اقتضای کند از کالاهای وطنی بخریم. هر چند اگر کیفیت این کالاها از نوع مشابه خارجی پایین تر باشد.

انصاری با بیان این مطلب که متأسفانه مساله کیفیت در برخی از کالاهای داخلی مغفول مانده است، اظهار داشت: البته خارجی ها هم در بسیاری موارد با تبلیغ، کالاهای خود را بزرگ کرده و بزرگ جلوه می دهند؛ این در حالی است که در کشور به موضوع کیفیت کالاهای داخلی کم توجهی شده است و با وجود کیفیت خوب بسیاری از کالاهای وطنی، انگونه که باید به آن پرداخته نمی شود.

معاون حقوقی رئیس جمهوری در پاسخ به این پرسش خبرنگار ایرنا که آیا خود و خانواده به خرید کالاهای داخلی توجه دارید؟ گفت: در خانه به بچه ها توصیه کرده ام اگر کالایی مشابه ایرانی دارد، حتماً از نوع ایرانی تهیه کنند.

خبرگزاری جمهوری اسلامی (ایرنا) همسو با تأکیدات رهبر معظم انقلاب مبنی بر عملیاتی شدن سیاست‌های اقتصاد مقاومتی و برنامه‌های دولت در این زمینه، کمترین خبری خرید کالای با کیفیت داخلی را با هدف افزایش توانمندی صنایع داخلی و تشویق به بهبود تولیدات خود، از این هفته آغاز کرده است.

تکمیل آبرسانی پایدار به شهرهای کشور نیازمند ۲۴۰ هزار میلیارد ریال اعتبار است

مدیر دفتر برنامه ریزی و توسعه شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور با اشاره به برنامه های آبرسانی به شهرهای کشور افزود: ۱۱۰۰ طرح فعال در این زمینه وجود دارد که ۳۰۰ شهر کشور و اکثر روستاهای طول مسیر آنها را پوشش می دهد و تکمیل همه این طرح ها به قیمت امروز به ۲۴۰ هزار میلیارد ریال اعتبار نیازدار.

«همچنین رقمی» افزود: سال گذشته ۲۴ هزار میلیارد ریال فاینانس از محل منابع داخلی کشور برای تأمین مالی خطوط اصلی آب رسانی تهیه شد که این خطوط اولیه به ۲۶ طرح بزرگ آب پوشش داد. وی افزود: برای تکمیل آبرسانی پایدار در این مناطق، تقسیم کار باید بر مبنای اصل کشور اجرای طرح های آب رسانی ویژه است، ادامه داد. هیچ شهر یا روستایی در کشور بدون آب نیست، اما با توجه به استانداردهای بهداشتی داخلی که در اغلب حتی از استانداردهای سازمان بهداشت جهانی (WHO) نیز سختگیرانه تر است، تأمین آب شرب پایدار را برای دوره طولانی مدت در مناطق شهری و روستایی در دستور کار دارویی بایب داشت. این طرح ها به گونه ای پیش بینی شده که حتی نیازهای کشاورزی، دامداری و دامپروری روستایان نیز در آنها در نظر گرفته شده است.

مدیر دفتر برنامه ریزی و توسعه شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور با اشاره به مشارکت فعال بخش خصوصی در طرح های تأمین آب، بطور نمونه به برخی جزایر جنوبی کشور اشاره کرد و گفت: تا حدود اواسط دهه ۱۳۸۰ تأمین آب جزایری نظیر هرمز، هنگام و … با لنج و از طریق انتقال آب انجام می شد و آن زمان قیمت هر متر مکعب آب شرب در این مناطق دستکم ۷۰ هزار ریال بود، اما امروز با حضور و مشارکت بخش خصوصی این مشکلات مرتفع شده است.

وی اظهار داشت: امروز بخش خصوصی با مشارکت فعالانه به تأمین آب در این مناطق از طریق سرمایه گذاری در آب شیرین کن ها و پروداخته و دولت نیز آب تولید شده آنها را به نرخ تضمینی خریداری می کند.رقیعی ارزش قرار دادهای منعقد شده از حدود سال ۱۳۸۶ با بخش خصوصی را بیش از ۵۵ هزار میلیارد ریال عنوان کرد که شامل طرح های مختلف آب شیرین کن ها، خطوط انتقال آب، متفیل خانه های آب و فاضلاب، طرح های بازسازی و رفع رقت آب و قرار دادهای بيع متفیل پروژه در استان های بزره، اصفهان، تهران، هرمزگان و خراسان های رضوی، شمالی و جنوبی است.این مقام مسئول بیشتر اعلام کرده بود، سه هزار و ۵۰۰ روستا با جمعیت بیش از ۲ میلیون و ۵۰۰ هزار نفر تا پایان سال مالی ۱۳۹۵ از نعمت آب شرب پایدار بهلاشتی برخوردار می شوند.

واردات ۱۰۴ دستگاه خودرو از آمریکا

آمار گمرک ایران نشان می‌دهد که سهم خودرو از واردات در ۱۱ ماهه سال جاری، حدود یک میلیارد و ۶۰۰ میلیون دلار بوده است. به گزارش اسنا، در ۱۱ ماهه سال جاری کلاً ۶۱ هزار و ۲۴۵ دستگاه خودرو به ایران وارد شده که ارزش آن به حدود یک میلیارد و ۶۰۰ میلیون دلار می‌رسد. در عین حال، ارزش ریالی واردات خودرو به ایران در این مدت نیز رقمی در حدود ۵۰ هزار میلیارد تومان است.

بر اساس مقررات واردات، خودروهای واردشده بسته به نوع و حجم موتور مشمول پرداخت تعرفه‌های مختلفی می‌شوند که واردکننده برای ورود به کشور باید این تعرفه‌ها و عوارض را به‌پردازد. این ترتیب تعرفه‌های با حجم موتور کمتر از ۲۰۰۰ سی‌سی باید ۴۰ درصد و خودروهای با حجم موتور ۲۰۰۰ تا ۲۵۰۰ سی‌سی ۵۵ درصد از ارزش سیف خودروهای وارداتی را برای ورود به ایران پرداخت کنند؛ این در حالی است که خودروهای هیدریدی را هر حجم موتوری تنها مشمول پرداخت چهار درصد تعرفه برای ورود به کشور هستند؛از سوی دیگر واردکنندگان، علاوه بر این مبالغ باید ۹ درصد مالیات بر ارزش افزوده و چهار درصد مالیات علی‌الحساب نیز بپردازند. میزان خودروهای واردشده به ایران، بیشترین تعداد خودروهای وارد شده مربوط به کشور امارات متحده عربی می‌شود، به طوری‌که بیش از ۶۸ درصد خودروهای واردشده به ایران از مبدأ این کشور بوده است، به عبارت دیگر از مجموع ۶۱ هزار و ۲۴۵ دستگاه خودروی واردشده به ایران، بیش از ۴۲ هزار دستگاه از امارات به ایران وارد شده است. همچنین در حالی که واردات خودرو از آمریکا ممنوع اعلام شده است و در سال جاری حرف و حدیث‌های زیادی درباره واردات خودرو از آمریکا پیش آمد، آمار گمرک نشان می‌دهد که در این مدت ۱۰۴ دستگاه خودرو نیز از آمریکا به ایران وارد شده است.

تنظیم نرخ گوشت با افزایش عرضه آن در بازار شب عید

نماینده مردم گلیاپگان و خونسار در مجلس با بیان اینکه دولت کام‌رمد را با تنظیم بهینه ترخ گوشت شیرین کند،گفت:افزایش عرضه راهکاری برای تنظیم ترخ گوشت در آستانه عید به شمرایم.
اید.

عضو کمیسیون حقوقی و قضایی مجلس یادآورشد:یکی از راهکارهای اصولی تنظیم بازارگوشت ایجاد یک شبکه توزیع برای انتقال تولیدات از دامداری و کشتارگاه بطور مستقیم بدست مصرف کننده است تا دراین راستا نرخ گوشت با رعایت مولفه های اقتصاد در شرایط متعادل تعیین شود.

عضو کمیسیون حقوقی و قضایی مجلس یادآورشد:یکی از راهکارهای اصولی تنظیم بازارگوشت ایجاد یک شبکه توزیع برای انتقال تولیدات از دامداری و کشتارگاه بطور مستقیم بدست مصرف کننده است تا در این راستا نرخ گوشت با رعایت مولفه های اقتصاد در شرایط متعادل تعیین شود.

بیشتر بدانیم

فوق تخصص جراحی اطفال مطرح کرد

خطرات مصرف فست فود در دوران بارداری

فوق تخصص جراحی اطفال گفت: مصرف بعضی خوراکی‌ها در دوران بارداری مانند فست‌فودها می‌تواند منجر به ایجاد ناهنجاری در جنین شود؛ به همین دلیل توصیه می‌شود زن در دوران بارداری از خوراکی‌های کنسروی و فست‌فودها کمتر استفاده کنند.

هدایت الله نجوی، فوق تخصص جراحی اطفال گفت: کمبود بعضی مواد و ویتامین‌ها همچون اسیدفولیک موجب مشکلات و ناهنجاری در کودکان می‌شود. وی افزود: مثلاً بیماری مننگوسل (سر، جمجمه و نخاع با بیرون ارتباط داشته باشد) با مصرف اسیدفولیک در دوران بارداری می‌تواند پیشگیری شود. همچنین مصرف بعضی خوراکی‌ها در دوران بارداری مانند فست‌فودها می‌تواند منجر به ناهنجاری شود به همین دلیل توصیه می‌شود زنان در دوران بارداری از مواد ساختگی کمتر استفاده کنند.
نجوی گفت: در بدن برای تشکیل هر عضو، یک تقویمی وجود دارد؛ بنابراین در هفته‌های اول بارداری هر چه استفاده از مواد ناهنجاری‌ساز بیشتر شود عارضه‌هایی هم که ایجاد می‌کند سنگین‌تر خواهد بود. در بسیاری از موارد می‌گویند این مواد می‌تواند منجر به سقط جنین شود و اگر سقط را ایجاد نکند ناهنجاری‌ها را به وجود می‌آوردوی گفت: ژنتیک هم در ایجاد این ناهنجاری‌ها موثر هستند. مثلاً بیماری‌هایی داریم که تنها از طریق ژن منتقل می‌شوند. این فوق تخصص جراحی اطفال گفت: برای باردار شدن انجام مشاوره‌های ژنتیک قبل از نواج بسیار ضروری است. ما در دنیا جزو کشورهایی پیشرفته‌تر این زمینه هستیم زیرا اگر تشخیص ناهنجاری جنین داده شود مراجع دینی اجازه سقط طبیی اینگونه موارد را داده‌اند. وی گفت: یکی از ناهنجاری‌های مادرزادی سندروم داون (چهره مونگولیست) است. این بیماران از نظر ذهنی دچار مشکل می‌شوند و همچنین طول عمر مشخصی دارند. بیماری‌های قلبی در بین این افراد ۳۰ تا ۵۰ درصد شدید و غیرقابل اصلاح است.
نجوی افزود: سندروم داون، ژن مشخصی دارد و از روی ژنتیک قابل تشخیص است. علائم آن مشخص و ارگان‌هایی همچون قلب و عروق، گوش‌ر، سر و صورت، چشم و مغز را درگیر می‌کنند اجازه سقط این جنین در ماه‌های مشخصی از بارداری داده می‌شود. فوق تخصص جراحی اطفال در پایان گفت: ما در سیستم جراحی اطفال با متخصص زنان، ژنتیک و با متخصص جراحی اپاتولوژی در ارتباط هستیم تا با نامه‌های خاص پیشگیری، کنترل و درمان این ناهنجاری‌ها را اجرا نماییم.

یک کارشناس ارشد طب سنتی :

مصرف کدو سبز مانع ام.اس می‌شود

یک کارشناس ارشد طب سنتی گفته مصرف کدو سبز از ابتلا به بیماری " ام‌اس " جلوگیری می‌کند.

هالیه ناصری، با اشاره به خواص کدو سبز اظهار کرد: کدو سبز به دلیل داشتن ویتامین C، در درمان برخی از بیماری‌های ناشی از کمبود ویتامین C مانند "اسکوربوت" موثر است.

وی با بیان اینکه کدو سبز حاوی آنتی‌اکسیدان قوی و ضد التهاب است، تأکید کرد:

مصرف کدو سبز از ابتلا به بیماری ام‌اس جلوگیری می‌کند.

این کارشناس طب سنتی کدو سبز را دارای مقدار مفیدی فولات، پتاسیم و ویتامین A دانست و تأکید کرد: ویتامین C و لوئتین موجود در کدوسبز برای چشم مفیداست.

به گفته ناصری از نظر طب قدیمی کدو سبز سرد و خنک کننده است و از لحاظ شیمیایی بدن را قلیایی می‌کند.

وی معتقد است، پوست خشک شده کدو برای درمان بواسیر و خونریزی معده و روده مفید است. این کارشناس طب سنتی با بیان اینکه کدو سبز در درمان آسم موثر است، یادآوری کرد: کدو سبز به خاطر داشتن آب فراوان (بیش از ۹۸ درصد) می‌تواند برای افرادی که دارای رژیم غذایی هستند، مفید باشد.

ناصری در خصوص خواص تخم کدوسبز نیز افزود: تخم کدو خام، گرم روده را دفع می‌کند و برای رفع یبوست و اختلالات گوارشی مفید است و به پیشگیری از سرطان ریه کمک می‌کند. وی کمک به بهبود زخم روده و مثله، کمک به رفع سوزش ادرار، درمان سرفه و بهبود دلپیچه را از دیگر خواص تخم کدو برشمرد.

علم- فناوری

تایر "کروی" آینده خودروسازی را دگرگون می‌کند



در نمایشگاه خودرویی که در ژنو در حال برگزاری است از یک تایر فوق هوشمند تویی‌شکل رونمایی شده که می‌تواند در جهات مختلف گردش کند. این تایر با استفاده از نیرو مغناطیسی به خودرو متصل می‌شود و می‌تواند امکان چرخش در تمام جهات را به صورت ۳۶۰ درجه برای آن فراهم کند. در سراسر سطح این تایر از حسگرهایی استفاده شده است که همانند پوست مصنوعی می‌تواند سطح چاده را

ژان کلود کین رئیس گود بر درباره محصول جدید شرکتش گفت: برای مواجهه با تمام اتفاقات پیش‌بینی نشده‌ای که در جاده‌ها و در زمان رانندگی رخ می‌دهد باید آمادگی لازم وجود داشته باشد و ماسعی کرد.ایم با استفاده از سامانه‌های هوشمند باید گیرنده حسگرهای متعدد این توانایی را در ایگل ۳۶۰ ایجاد کنیم.

وی افزود: با وجود ارتباط کامل این تایر با محیط پیرامون، وضعیت چاده و دیگر خودروهای در حال حرکت، تایر ایگل ۴۶۰ می‌تواند با استفاده از شبکه عصبی یادگیرنده خود مناسب‌ترین تصمیم را اتخاذ کند.

در صورتی که بخشی از این تایر آسیب ببیند یا سوراخ شود سامانه هوشمند آن وضعیت چرخش را به حالتی در می‌آورد که کمترین فشار ممکن به نقطه آسیب‌دیده وارد شود و سپس سامانه خود درمانی این تایر تلاش می‌کند محل آسیب‌دیده را تعمیر کند. نحوه خود درمانی این تایر به این صورت است که با استفاده از فعل و افعلات شیمیایی و فیزیکی یک پوشش مولکولی برای قسمت آسیب دیده ایجاد می‌شود.

با توجه به کروی بودن لاستیک‌ها امکان پارک کردن

از آن قسمت از جاده حرکت می‌دهد. کمپانی گود بر اعلام کرده است که قصد دارد از این تایر برای خودروهای خودران استفاده کند. این تایر "ایگل ۳۶۰ شهری" نامیده شده است.

تولید نانو حسگر هوشمند هشدار دهنده فساد گوشت

کردیم که در برابر ترکیبات آزاد شده از گوشت فاسد واکنش نشان داده و تغییر رنگ می‌دهد، گل محمدی ادامه داد: استفاده از این نانوحسگر در بسته بندی‌های هوشمند موجب می‌شود فساد احتمالی فرآورده‌های گوشتی پیش از عرضه به بازار مشخص شود و محصولات با کیفیت بهتری به مصرف کنندگان ارائه شود. همچنین عوارض بیماری‌های ناشی از مصرف گوشت‌های فاسد به صورت قابل توجهی کاهش یابد. گل محمدی قانع با اشاره به جزئیات اجرای این طرح، خاطر نشان کرد: در این طرح، نانوذرات پلاسمونی نقره درون یک بستر نانوسولز باکتریایی تثبیت و از آن به عنوان یک نانوحسگر جهت تشخیص بخار آمونیاک متصاعد شده از گوشت فرمز و ماهی گوشتی فرایند فساد آنها استفاده شد.

این محقق اضافه کرد: همچنین حضور ذرات در ابعاد ناّو موجب بسته شده بندی نهایی از خواص میکابکی مطلوبی بر خوردار باشد. همچنین با بهره‌گیری از فناوری ناّو، امکان تولید لایه‌های بسیار نازک، منعطف و شفاف فراهم آمده است. به گفته وی از این ناّو حسگر می‌توان در بسته‌بندی‌های هوشمند مواد غذایی استفاده کرد.

این تحقیقات از تلاش‌های دکتر حامد گل محمدی قلع عضو هیأت علمی پژوهشگاه شیمی و مهندسی شیمی ایران، بنساخته‌ی حلی دانشجوی مقطع دکتری دانشگاه پالی تکنیک مونترال کانادا و همکاری دیگر از این دانشگاه است و نتایج این کار در مجله Nanoscale با ضرب تأثیر ۷/۷۶ چاپ شد.

پشت سر گذاشتن درمانی با کمک واقعیت مجازی

مسئولان یک بیمارستان در استرالیا با استفاده از واقعیت مجازی تلاش می‌کنند میزان استرس بیماران را که تحت شیمی‌درمانی قرار می‌گیرند، کاهش دهند. شیمی‌درمانی یکی از روش‌های درمانی سرطان است که استرس و نگرانی زیادی برای بیماران و وجود می‌آورد و به همین دلیل در یک بیمارستان استرالیایی مسئولان با استفاده از فناوری واقعیت مجازی تلاش می‌کنند ضمن پرت کردن حواس بیماران از روند شیمی‌درمانی استر آنها را کاهش دهند. بیمارستان "کروس ایرین" یکی از بیمارستان‌های مختص سرطان در استرالیاست که با همکاری ساسونگ هدست‌های واقعیت مجازی این شرکت را

اگر دچار پیچ خورده‌گی مچ پامی شوید بخوانید!

دیده، مهم است و باید در ۲۴ تا ۴۸ ساعت اولیه بعد از پیچ‌خوردگی، حتماً یخ روی محل آسیب دیده گذاشته شود. چنین کاری در کاهش التهاب، درد و تورم، مفید است. برای این منظور باید یک کیسه حاوی یخ که دور آن حوله‌ای پیچیده شده، روی محل آسیب دیده گذاشته شود. قرار دادن یخ به‌صورت مستقیم روی محل آسیب‌دیده، کار نادرستی است و از انجام آن باید پرهیز کرد. یخ باید حدود ۱۰ تا ۱۵ دقیقه روی پوست قرار بگیرد و پس از گذشت ۲ ساعت ادامه یابد. اگر شدت آسیب ناشی از پیچ‌خوردگی زیاد باشد، باید محل آسیب دیده را به حالت بی‌حرکت در آورد. بالاتر نگه داشتن محل آسیب دیده نسبت به دیگر قسمت‌های بدن، یکی از این اقدامات ضروری است که برای این منظور می‌توان یک بالش، زیر اندام آسیب‌دیده گذاشت. انجام این کار در کاهش تورم و درد، نقش مهمی را ایفا می‌کند. یکی از نکاتی که در زمان پیچ‌خوردگی مچ پا نباید آن را از یاد برد، احتمال شکستگی است. به‌دلیل این احتمال، بعد از پیچ‌خوردگی مچ پا، باید حتماً برای بررسی و معاینه، به پزشک متخصص ارتوپدی مراجعه کرد. پزشک متخصص ارتوپدی علاوه بر این که پا را معاینه می‌کند، رادیوگرافی از ناحیه آسیب دیده را نیز به‌فرد توصیه خواهد کرد تا احتمال هر نوع شکستگی و آسیب جدی مورد بررسی قرار بگیرد. البته در برخی موارد که پیچ‌خوردگی مچ پا خفیف باشد، این احتمال وجود دارد که رادیوگرافی انجام نشود که تشخیص این مساله نیز به عهده پزشک متخصص ارتوپدی است.

استعداد پیچ‌خوردن دارید؟

ساختار کف پای برخی افراد به گونه‌ای است که بیش از دیگر افراد، مستعد ابتلا به پیچ‌خوردگی مچ پا هستند. افرادی که پای صاف دارند یا پای آنها قوس بیش از اندازه دارد، بیشتر از دیگر افراد دچار پیچ‌خوردگی مچ پا خواهند شد. همچنین برخی از افراد بعد از گذشت سه ماه و بعد از درمان، درد و ناراحتی در مچ پا خواهند داشت و پای آسیب‌دیده آنها به پیچ‌خوردگی عادت می‌کند و بارها پیچ خواهد خورد. دلایل زیادی می‌تواند در به وجود آمدن این مساله نقش داشته باشد که یکی از آنها آسیب غسرونی یا التهاب و آسیب در تاندون‌هاست. برای کاهش احتمال چنین مشکلی، افرادی که دچار پیچ‌خوردگی مچ پا می‌شوند، باید حتماً بعد از درمان، از فیزیوتراپیست کمک بگیرند. علاوه بر این، تقویت عضلات مچ پا نیز یکی دیگر از مواردی است که می‌تواند در کاهش احتمال پیچ‌خوردگی مجدد با نقش داشته باشد. برخی از ورزش‌هایی که به حفظ تعادل بدن کمک می‌کند، در کاهش احتمال پیچ‌خوردگی مچ پا نقش بسیار مهمی را ایفا خواهد کرد. افرادی که دچار پیچ‌خوردگی مچ پا می‌شوند، باید حتماً در کشش‌های خود، کفی پهن قرار بدهند. علاوه بر این، خانم‌ها باید استفاده از کشش‌های باشنه بلند را کنار بگذارند، چون استفاده از این نوع کشش‌ها، احتمال پیچ‌خوردگی مجدد مچ پا را افزایش می‌دهد. افرادی که مستعد پیچ‌خوردگی مجدد مچ پا هستند، باید تمام دستورات پزشک متخصص ارتوپدی را با دقت انجام بدهند تا از شر این مشکل رها شوند.

پیش‌بینی حرکات بازیکنان فوتبال با استفاده از هوش مصنوعی



محققان سه شرکت آمریکایی دیزنی، کلکت و اسات سامانه‌ای بر مبنای هوش مصنوعی ایجاد کرده‌اند که می‌تواند حرکات بازیکنان فوتبال را پیش‌بینی کند.

این سامانه که با شبکه‌های عصبی کار می‌کند پس از بررسی حرکات گذشته بازیکنان و تشکیل پایگاه داده‌ای از مجموعه رفتارهای وی، یک طرح‌واره مجازی از این بازیکن ایجاد می‌کند و در زمان برگزاری بازی واقعی رفتارهای این طرح‌واره را با بازیکن واقعی تطبیق می‌دهد و حرکات مختلف وی را پیش‌بینی می‌کند.

با توجه به یادگیرنده بودن این سامانه، هر چه بازی‌های بیشتر و حرکات متنوع‌تری از بازیکن مورد بررسی قرار بگیرد کیفیت پیش‌بینی‌ها افزایش خواهد یافت.

از قابلیت‌های این سامانه این است که می‌تواند به صورت زنده نیز یک بازیکن را تحلیل و حرکات وی را پیش‌بینی کند.

آزمایش‌های اولیه این سامانه در بازی فولهام و سوانسی از لیگ برتر انگلیس تا حدودی امیدوارکننده بوده است و محققان اعلام کرده‌اند که برای افزایش قدرت این سامانه تلاش خواهند کرد و سعی می‌کنند این سامانه را برای ورزش‌های دیگر نیز آماده کنند.

راه اندازی اتوبوس کاملاً خودران در کالیفرنیا

استفاده آزمایشی از دو اتوبوس کاملاً خودران و بدون نیاز به راننده در کالیفرنیا آغاز شده است.

قیمت هر یک از این اتوبوس ها ۲۵۰ هزار دلار است و تعداد صندلی های آنها اندکی کمتر از اتوبوس های عادی است.

نکته جالب این است که برای اولین بار اتوبوس های یاد شده فاقد راننده هستند و برخلاف اتوبوس های خودران قبلی هیچ فردی به عنوان پشتیبان هم در اتوبوس های یاد شده حضور نخواهد داشت تا در شرایط خاصی کنترل این اتوبوس ها را در دست بگیرد. بنابراین هیچ سازوکاری برای حضور افرادی به غیر از مسافران در این اتوبوس ها پیش بینی نشده است. اتوبوس های یاد شده تنها ۱۲ نفر ظرفیت دارند و قرار است در آینده نزدیک در خیابان های کالیفرنیا برای حمل و نقل مسافران به کار گرفته شوند. هر چند در این زمینه تاریخ دقیقی اعلام نشده است.

منابع خبری می گویند احتمال می رود استفاده عمومی از این اتوبوس ها از سال ۲۰۱۸ آغاز شود. در عین حال تمهیدات قانونی برای مشخص کردن شرایط حرکت این اتوبوس ها در خیابان های شهرهای کالیفرنیا در دست بررسی است.



علمی و سلامت

توصیه‌ها و هشدارها

بیش فعالی یا اختلال کم توجهی

نوکس نیک سخ شیرازی

بیش فعالی یا اختلال کم توجهی یکی از اختلالات شایع ، در عین حال با تشخیص سخت برای پزشکان است. این بیماری پیچیده است اغلب تشخیص داده نمی شود.و شایع ترین اختلال روان پزشکی است و بر اساس جدیدترین آمار میزان تولد کودکان مبتلا به AD HD در کشور ایالات متحده جهشی ۴۳ درصدی در طول دهه اخیر داشته است.

سه علامت عمده بیش فعالی

پرفعالیتی -کمبود توجه و تمرکز و بروز اعمال تکانشی (ناگهان و غیرقابل پیش بینی) می باشد. و روحیه نا آرام و پرخاشگری و بی قراری از علائم بیش فعالی در کودکان محسوب می شود.مهمترین وجه تمایزی که کودکان هم سن خود دارند فراموشکاری و پرخاشگری و فعالیت بیش از حد:از آنهاست.داشتن ۶ علامت یا بیشتر از علائم اختلال کم توجهی یا بیش فعالی باید دست کم ۶ ماه وجود داشته باشد تا بتوان گفت کودک بیش فعال است.

از علائم دیگر آن می توان به موارد زیر اشاره کرد

کودک غالباً با دست هایش بازی می کند و در جایش تکان می خورد.

معمولاً کلاس را ترک می کند،می دود، می پرد،اغلب بازی یا فعالیت هایش بر سر وسایل است کودک همیشه در حال حرکت است و عدم تمرکز و زیاد صحبت می کند -تخریب وسایل به ویژه اسباب بازی وسایل مدرسه -از توجه به جزئیات ناتوان است- قادر به پیگری دستورات یا انجام کارها نیست وسایل خود را گم می کند -بی خوابی در شب و خوابیدن در روز - کسالت و بی حوصلگی و انجام برخی رفتارها ممکن است سخت باشد و از علائم شایع آن تاخیر در گفتار و دست خط ضعیف می باشد.

حال بهتر است این سوال ها را از خود تا بپرسید:

۱- آیا زمانی که کودکان می خواهد کاری انجام دهد مشکل در شنیدن دارد؟

۲- آیا او نسبت به دیگران سریع تر هیجان زده می شود؟

۳- آیا خانه شما در زمان غذا خوردن - خوابیدن - شستن دندان ها و دیگر کارها به میدان جنگ مبدل می شود؟

۴- آیا معلم کودک شما نسبت به رفتار کودک شما در مدرسه نگران است و تمرکزش را روز از دست می دهد؟

شروع سن بیش فعالی معمولاً از ۳/۵ یا ۴ سالگی است و در دوره سنی ۷- ۵ سال شناسایی شده است و معدل سنی از ۲ یا ۳ سالگی است،از عواملی که در بیش فعالی تاثیر دارد می توان به موارد زیر اشاره کرد:

ژنتیک،آسب کوچک مغزی در زمان تولد و حتی استرس و نگرانی در دوران بارداری مواجهه با مواد سمی محیطی مولدی که در تولید مواد آرایشی و پلاستیک و برده حمام) و حشره کش ها ، رنگ های خوراکی ، کیک ها ، بیسکویت ها، بسیاری از تنقلات مثل چیپس و نوشابه شیرین کربوهیدرات های تصفیع شده مثل آبنبات -شکر و عسل و محصولات تهیه شده از آرد سفید مثل برنج سفید و سبب زمینه و همچنین چربی حیوانی که محل ذخیره آنتی بیوتیک ها و آنتی کش ها است. مواد غذایی که برای مغز مفید است می تواند بعد از گذشت سه ماه و بعد از درمان، درد و ناراحتی در مچ پا پروتئین مثل پنیر، لوبیا، تخم مرغ - گوشت بدون چربی ومغزها کربوهیدرات پیچیده مثل سبزیجات -میوه ها برقال - تازنکی -گریپ فرت- کلابی و کیوی) اسفناج و کلم و غلات سیوس دار و درارچین وزردچوبه مصرف ویتامین D در دوران بارداری خطر بیش فعالی را کاهش می دهد و دیابت دوران بارداری خطر بیش فعالی را افزایش می دهد.

عوارض بیش فعالی

در صورت طولانی شدن این بیماری و عدم کنترل آن باعث ایجاد مشکلات در آینده می شود. و باعث افسردگی و عدم برقراری ارتباط اجتماعی صحیح و عدم تمرکز و اختلال شخصیتی می شود.

راهکارها برای ADHD در درمان آن

درمان آن رفتاری است و در صورت تشدید درمان دارویی لازم است. اگر کودکان برخی از علائم اختلال AD HD را دارند ولی تشخیص کامل بیماری در آن ها دیده نشده باید از مصرف دارو پرهیز کنند. در صورت AD HD باید والدین و مربیان و اطرافیان کودک از سرزنش و تنبیه بپرهیزند و جدیدترین در مان ADHD آموزش رفتاری به خانواده است. رفتار مناسب با کودکان در درمان آن ها تاثیر گذار است.

طبق نظر متخصص اطفال بهترین درمان دارویی ویتائین است. درمان کودکان AD HD باید از همان کودکی آغاز شود وقت مشاوره قرار گیرد و برای کاهش علائم بیش فعالی رنگها هم تاثیر بسزایی دارند. رنگ آبی و سبز و بنفش باعث کاهش بیش فعالی و استرس و آرامش و جلوگیری از بی خوابی و افزایش قوه خلاقیت و ابتکار می شود. برای پیشگیری از این بیماری داشتن آرامش و تغذیه مناسب در دوران بارداری و شیردهی بیماری مناسب است و دوری از آلاینده ها و مواد سمی و محرک تا حدی می تواند از بیش فعالی جلوگیری کند.

بی اشتهایی در کودکان

حمیرا حیدری

یکی از شایعترین اختلالات رفتاری کودکان بی اشتهایی است بی اشتهایی به آسانی ایجاد می شود و به آسانی نیز درمان پذیر است در این اختلال کودک به غذای میل یا کم میل می شود بی اشتهایی علل مختلفی دارد که دانستن آنها به رفع مشکل کمک می‌کند مثلاً روش نادرست اطرافیان در تغذیه کودک با رفتارهای اشتباه به هنگام غذا دادن ، که به تدریج موجب لجباز شدن کودک و امتناع از غذا خوردن می‌شود. گاهی نیز در اثر بیماری کودک موقتاً بی اشتها می‌شود بعضی اوقات بی اشتهایی کودک امری طبیعی است که در اثر کاهش سرعت رشد کودک در سنین مختلف ایجاد می‌شود گاهی نیز کودک به انداز غذای خود ولی والدین تصور می‌کنند که باید بیش از این می خورد و کم خورده است بهترین ابزار بررسی رشد مطلوب کودک نمودار رشد می‌باشد جهت رفع مشکل بی اشتهایی کودکان بهتر است بدانیم:
هنگام غذا دادن به اجبار به کودک غذا بدهند یا به هنگام غذا دادن ابزار احساسات نشان دهند کودک متوجه می‌شود که غذا خوردن وی چقدر برای اطرافیان مهم است و کم که عادات نامطلوب غذایی در او ایجاد می‌شود.

بهتر است این روش ها را در غذا دادن به کودک استفاده نکنیم:

۱- اجبار
۲- رشوه دادن و دادن پاداش بعد از خوردن غذا
۳- پرت کردن حواس کودک با گوشی و شکلک درآوردن و...
۴- تهدید کردن به تنبیه یا ترک کردن وی
۵- استفاده خودسرانه از شربتهای تقویتی و در نهایت التماس و خواهش برای خوردن غذا

پس بهتر است به هنگام غذا دادن به کودک

۱- آرامش داشته باشیم:
۲- خود کودک در غذا خوردن مشارکت داشته باشد-
۳- تنوع غذایی داشته باشیم:
۴- نظم در وعده های غذایی -
۵- غذای جدید را به تدریج شروع کنیم

و اگر کودک تمایل به غذای جدید نداشت آنرا کم که به غذای قبلی کودک اضافه کنیم به طوری که در ظاهر غذا تغییری ایجاد نشود. در نهایت کودک خود را با دیگر کودکان همسال مقایسه نکنیم چرا که اشتها او روند رشد در کودکان مختلف متفاوت است.

افسردگی پس از زایمان و عوامل موثر بر آن

اعظم اسماعیل زاده

زنان باردار پس از وضع حمل در اثر تغییرات هورمونی ایجاد شده در بدن دچار تغییرات خلقی می‌شوند که در گروهی از مادران این حالت شدیدتر بوده و گاهی منجر به افسردگی می‌شود.

از علائم افسردگی پس از زایمان:

۱- تمایل به گریه-
۲- کاهش توجه-
۳- اختلالات خلقی و در صورت شدید بودن افکار خودکشی-
۴- بی خوابی-
۵- خواب بی کیفیت-
۶- افکار آسیب به نوزاد-
۷- احساس غم و اندوه-
۸- مشکل تمرکز کردن-
۹- خستگی بسیار زیاد-
۱۰- توانایی در تصمیم گیری-
۱۱- میل به خوردن ملود یا تمایل نداشتن به خوردن-
۱۲- احساس گناه بی دلیل یا احساس بی ارزش بودن یا درماندگی-
۱۳- خشم

از عوامل تهدید کننده رایج:

۱- سابقه افسردگی در خود یا خانواده-
۲- مشکلات رابطه ای-
۳- درمان ناباروری
۴- سابقه داشتن حاملگی ناموفق-
۵- حاملگی همراه با مشکل-
۶- پیشامدهای استرس زای زندگی-
۷- سابقه سوء استفاده جنسی-
۸- سن کم-
۹- تنهایی-
۱۰- حاملگی ناخواسته

۱- گفتار درمانی-
۲- مشاوره

۱- مصرف دارو یا ترکیب هر سه که این درمان تا ۶ ماه باید ادامه یابد-
تغذیه مناسب به خصوص مصرف غذاهای حاوی اسیدهای چرب امگا ۳ برای جلوگیری از افسردگی بسیار مفید می باشد،امگا ۳ منجر به تولید سروتونین در مغز می شود و از مادر به جنین و از طریق شیر به نوزاد منتقل می شود. و این سروتونین بر تنظیم خلق و خو نقش دارد میزان این اسید چرب (امگا ۳) در دوران بارداری با حداقل ۶ هفته پس از زایمان به شدت کاهش می یابد پس باید از طریق مواد غذایی مانند ماهی های چرب مثل سالمون -ساردین- قزل آلا- گردو - دانه کنار و شاهانه کمبود این اسید چرب جبران شود یا بصورت قرص های شیمیایی امگا ۳ طبق دستور پزشک مصرف شود.

