

خراسان جنوبی روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی

روز های سوخته دخترک

نگاهی به آسمان می کند و آهی از دل بر می آورد. رنگ به ر خسار تکیده اش نیست. دندان های زرد و سیاهش توی ذوق می زند. قصد پنهان کردن دردها را دارد اما زیر بار سنگین آن طاقت نمی آورد و بغضش می تر کند. کودکش را به طور ناشیانه در آغوش می گیرد. نگاهی به در خانه پدر می اندازد. می خواهد از خطاهایش بگوید. خجل از زروی مادر لب به سخن می کشاید. ۱۳ سال بیشتر نداشتم که در کوچه پشتی خانه چشمم به جوانی افتاد که ظاهری معقول داشت. مریم که ۱۸ سال دارودر اوج خامی صاحب یک فرزند سه ساله است، می گوید: از همان کودکی بسیار لاغر بودم اما چهره ای موجه داشتم. وقتی برای اولین بار هیجانات روزهای نوجوانی به غلیان درآمد به دنبال محبت و نگاه دیگران در کوچه و خیابان بودم. هیچ گاه نخواستم باعث شرمندگی پدر شوم اما ... وقتی برای اولین بار چشم در چشم امید شدم با همان نگاهدل باختم. سن و سالی نداشتم. دور از چشمان همیشه نگران مادر در همان کوچه پس کوچه‌های اطراف خانه با امید، قرار می گذاشتم. او را مانند خود می دیدم. فکر می کردم می تواند پشت و پناهم شود. تک پسر بودو همه چیز در اختیارش. با هم دوست شدیم و یک سال از دوستی مان گذشت که تصمیم گرفتیم با هم ازدواج کنیم. خانواده من مخالفت چندانی نداشتند چون به هر حال نقص هایی داشتم که برای کسی مرامی آزد. خانواده امید مخالف بودند اما با مقاومت او به عقد هم درآمدیم. اگر چه خطاهای بسیاری را ما سر زده بود اما بعد از عقد، راحت و آذانه تر زندگی کردیم. تمام روزهاو شب هایمان شده بود گشت و گذار و خوش گذرانی، به درس خواندن علاقه ای نداشتم. هیچ کار دار روزهای خوشی حواسم به این نبود که امید چه می کند و دوستانش چه کسانی هستند. قصد لذت بردن از زندگی بود. لحظاتی که از هم جدا بودیم امید با دوستانش می گشت و من هم در خانه به انتظار او زمانی که پی برآمد میشیبه مصرف می کند، کار از کار گذشته بود. به اصرار خانه و زندگی راجدا کردیم. مدت کوتاهی پس از زندگی مشترک مادر شدم. برای آن که فراموش کنم چه بلایی به سرم آمده است همیای امید مصرف کردم و حال این روزگار من است. او سر باز فراری است و مدتی می رود که از خانه هم فراری شده است و من در خانه پدرم به سر می برم. مادر ما ترس این که آسینبی به فرزندم بزنم از من مراقبت می کند. می خواهم ترک کنم اما می دانم که ترک اعتیاد سخت است. در سن ۱۸ سالگی با این سر و شک به زن های ۷۰ ساله می مانم. کاخ آرزوهایم فرو ریخته ...

یک مشاور در باره هیجانات نوجوانی و جوانی و انتخاب های اشتباه می گوید: نوجوانان و تا حدودی جوانان با توجه به سن خود دچار یک گمان افسانه شخصی هستند. افسانه شخصی یعنی این که من با بقیه تفاوت دارم و به طور مثال رابطه من با جنس مخالف را رابطه یقیه نوجوانان با جنس مخالف متفاوت است و برای من مشکلی ایجاد نمی کند. به گفته موهبیتی «معمولاً نوجوان ها قبول نمی کنند که یک کار بد برای همه بد است و مشکلات خانوادگی سبب می شود دوستی های خیابانی به دل بستگی افراطی ختم شود. احساس کمبودهای عاطفی در خانواده با تنش های بین والدین، ناخودآگاه یک نوجوان با جوان را برای رسیدن به آرامش و جبران نیاز عاطفی به سمت دوستی های نامناسب سوق می دهد. وی می افزاید: وقتی خانواده، فرزند را با مهارت خود مهارگی آشنا نکرده باشد، ممکن است نوجوان برای پاسخ به نیازهای طبیعی اش راه های غیر منطقی و اشتباه را انتخاب کند. البته کم توجهی به نیازهای فرزندان هم می تواند عاملی برای شروع دوستی های خیابانی باشد. خانواده باید فرزند را وادار به فکر کردن و تصمیم گیری در باره چنین دوستی هایی با در نظر گرفتن همه جوانب این قضیه کنند. به گفته وی وقتی نوجوان ، اختیار و فرصت فکر کردن را نداشته باشد ، می تواند تصمیم گیری کند. خانواده ها باید به موضوع ازدواج فرزندان به عنوان یک نیاز طبیعی توجه کنند و زمینه ازدواج به موقع را برای نوجوان و جوان فراهم کنند تا فرزندان به این نتیجه برسند که خانواده ها مخالف اصل ازدواج کردن آن ها نیستند بلکه با توجه به شرایط و وضعیت فرد مد نظر تصمیم می گیرند.

یک شنبه ۹ آذر ۱۳۹۹ ۱۳ ربیع الثانی ۱۴۴۲ شماره ۳۴۲۹

اذان ظهر ۱۱:۲۲ غروب آفتاب ۱۶:۲۴ اذان مغرب ۱۶:۴۶ اذان صبح ۵:۱۱ طلوع آفتاب فردا ۵:۱۷

صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان مدیر مسئول: محمد سعید احدیان سردبیر: علی ولیزاده

نسخه های کمبود و دارونویسی در دست مردم

بیمار؛ سرگردان مطب و داروخانه

اکبری

در کنار گرانی های بی حد و حصر دارو و کمبود برخی اقلام دارویی، از سویی اصرار پزشک بر استفاده از نمونه خارجی و سازگاری همان داروی خاص با بدن بیمار و از سوی دیگر نوشتن داروی کمتر یا بیشتر از میزان نیاز از جمله معضلاتی است که بیماران جدا از مقاومت در برابر بیماری باید با آن دست و پنجه نرم کنند. همچنین بسیاری از بیماران در این روزهای کرونایی که در بن بست نبود و گرانی داروهای مورد نیازشان گرفتار شده اند، برای استفاده از نمونه مشابه داروهایشان نیز میان مطب پزشک، بیمارستان و داروخانه ها سرگردان هستند و پزشکان هم با علم به این که می دانند نمونه خارجی دارو در بازار موجود نیست اما آن را نسخه می کنند و بیماران و خانواده هایشان را به در دسر می اندازند.

مراجعه ماهانه به پزشک برای تهیه یک دارو

بیماری اعصاب و روان دارد. حدود پنج سال است که یک داروی خاص را مصرف می کند. اگر چه همیشه با چالش گرانی و کمبود داروی خارجی دست و پنجه نرم می کند اما در این روزهای کرونایی که باید بیشتر در خانه بماند نبود داروی مد نظر و تامین مشابه ایرانی آن، او را به در دسر انداخته است. «اکبری» می گوید: هر ماه باید به پزشک مراجعه کنم تا همان دارو برایم نسخه شود. دیگری مدتی است سر دردهای مداوم امانش را بریده است. پس از انجام MRI و مراجعه به پزشکان مختلف بالاخره مشخص شد علت دردش چیست. زن جوان در حالی که نسخه ای در دست دارو با نگاهی سرگردان و جستجوگر به اطراف خیابان می نگرد، می گوید: پزشک تشخیص داده است غده ای در سرم قرار دارد که باید نوع خاصی از دارو را مصرف کنم تا غده کم کم کوچک و سر دردهایم کمتر شود. «احمدی» ادامه می دهد: حدود هفت سال است که به این بیماری مبتلا هستم و پس از دو سال از این شهر به آن شهر شدن و مراجعه به پزشکان مختلف علت درد هم مشخص شد. اوایل با گرانی دارو کنار می آمدم و به هر سختی بود با قالی باقی هزینه های درمان را تامین می کردم. اما مدتی است آمبول خاصی که تزریق می کنم و قرصی که می خورم به جز گرانی و قیمت چندین برابر، کمیاب و یاباب هم شده است. او می گوید: پزشک هر بار نوع خاصی این دارو را می نویسد. چند مرتبه است که به داروخانه مراجعه می کنم و هر بار مسئول داروخانه می گوید: نوع خارجی آن را نداریم، می توانید مشابه ایرانی آن را استفاده کنید. حال نمی دانم که مشابه آن با بدنم سازگار است یا نه؟ باید دوباره به پزشک هم مراجعه کنم.

داروی مشابه ناسازگار

«سینبی» دیگر بیماری است که برای تهیه داروهای خود سرگردان بین داروخانه ها، در رفت و آمده است. او هنگام کار با دستگاه به مویرک های سرش آسیب رسیده و به نا راحتی اعصاب مبتلا شده است. حدود چهار سال است که با این بیماری دست و پنجه نرم می کند و ماهانه حدود ۴۰۰ هزار تومان از حقوق از کار افتادگی اش را برای تهیه دارو هزینه می کند. مدتی است برای تامین داروها که بیشتر اوقات نوع خارجی اش را مصرف می کند به در بسته خورده است و توصیه کرده اند که نمونه ایرانی آن را مصرف کند. اما این نمونه دارو را هر چند به سختی تهیه کرده است ولی گویا با بدنش سازگار نیست و دوبار تشنه و حالت های عصبی اش بر می گردد. دیگر بیمار هم که چند ماه قبل عمل قلب باز انجام داده است به تجویز پزشک

باید در سال اول درمان، نوع خارجی یک داروی قلب را مصرف کند که در بازار موجود نیست. اما پزشک می گوید: به طور حتم نیاز است در سال اول نوع خارجی مصرف شود. او می گوید: این دارو نایاب است و نمی دانم چه کاری انجام دهم؟ می خواهم نمونه ایرانی را مصرف کنم شاید چاره ساز باشد اما قبل از آن نیاز به معاینه دوباره پزشک است.

کم یا زیادنویسی دارو

اما در کنار کمبود دارو و اصرار پزشک بر مصرف نوع خارجی، آن هم در شرایطی که در بازار وجود ندارد و شاید نوع ایرانی آن سازگار با بدن بیمار باشد دیگر موضوعی که بیماران سرگردان مقابل داروخانه ها به آن اشاره کردند کم نوشتن یا زیاد نوشتن برخی داروهاست. یک بیمار می گوید: خانه ام تبدیل به داروخانه شده است. نمی دانم با داروهای اضافه در خانه چه کنم؟ مسئول یک داروخانه با تایید حرف این بیمار می گوید: مراجعان زیادی داریم که وقتی با حجم دارو و قیمت بالای آن مواجه می شوند با مشورت با متصدی داروخانه از میزان داروها کم می کنند. اظهار می کند: بسیاری از داروها بیشتر از دوره درمان تجویز می شود. برخی افراد که با سواد هستند کم و بیش آشنایی دارند از دریافت داروی اضافه خودداری می کنند و برخی هم که از راه های دور تر آمده اند اگر چه هزینه نسخه هایشان بالاست اما آن را به خانه می برند و چندی بعد در مراجعه به داروخانه می گویند، اضافه است، از آن ها بخریم که چنین امکانی برای ما وجود ندارد. دیگر بیمار هم می گوید: هر ماه برای یک بیماری ثابت باید به پزشک مراجعه کنم، هزینه ویزیت بدهم و گاهی پزشک آن قدر کم می نویسد که تا وسط ماه هم دارو کفایت نمی کند و دوباره باید به پزشک و بیمارستان مراجعه کنم. وقتی هم اعتراض می کنم پزشک می گوید: حداقل برای یک ماه می توانم بنویسم، ماه بعد فقط دفترچه را بیاورید تا دوباره بنویسم. او می گوید: هر ماه برای تامین دارو باید سرگردان داروخانه ها باشم و در چند وقت اخیر برای

دفترمرکز: مشهد، بلوار شهید صادقی(سازمان آب) صندوق پستی: ۹۱۷۳۵-۱۱۱ تلفن: ۰۵۱-۳۷۶۳۴۰۰۰ شماره: ۰۵۱-۳۷۶۴۴۳۹۵-۵۱-۵۱

پایمل: ۲۰۰۰۹۹۹ سرپرستی: استان خراسان جنوبی، بیر جند، خیابان مدرس، خیابان ن باهنر غربی، شماره ۷۷ تلفن سرپرست: ۰۵۶-۳۲۴۴۳۹۳۹-۵۶-۵۶ تحریریه: ۰۵۶-۳۲۴۴۸۰۵۰-۵۶-۵۶

نمابر تحریریه: ۰۵۶-۳۲۴۴۸۰۵۴-۵۶-۵۶ واحد آگهی و اشتراک: ۰۵۶-۳۲۴۴۸۰۵۲-۵۶-۵۶ صندوق پستی: ۰۵۱۴-۹۷۱۷۵ نمابر آگهی و اشتراک: ۰۵۳-۳۲۴۴۸۰۵۳-۵۶ چاپ: شهر چاپ خراسان

گزارش خبری

نگرانی ها از حمایت نشدن در دور جدید کمک های کرونایی

سبب حمایتی، خالی برای برخی کارگران

چند روز پیش خبر جدید پر داخت کمک هزینه ماهانه ۱۰۰ هزار تومانی برای هر یک از افراد خانواده های کم درآمد بدون درآمد، ارائه وام یک میلیونی به افراد یارانه بگیر و... سبب شد تا بسیاری از افرادی که مشمول این کمک های شونده به ادارات مرتبط مراجعه در خواست کنند تا این مرحله مانند مراحل گذشته خارج از گود حمایت قرار نگیرند. به گزارش «خراسان جنوبی» نبود آمار دقیق و درست از مشمولان طرح، سبب شده است تا بسیاری از کارگران و افرادی بی بضاعت جامعه مشمول این بسته های حمایتی نشوند و در دور جدید نیز دغدغه آن ها این است که این بار هم کمک ها شامل حالشان نشود. کارگر است و بیمه ای هم ندارد. اگر چه یارانه می گیرد اما در هیچ کدام از مراحل قبلی سبدهای حمایتی دولت، مشمول حمایت ها نشده است. یک روز سر کار می رود باز چند روز بیکار است، نمی داند خرج چهار سر عائله اش را چگونه تامین کند، نگران است که نکند در این مرحله هم مشمول حمایت نباشد. او می گوید: نمی دانم کمک ها بر چه اساس است و به چه کسانی تعلق می گیرد یا شناسایی افراد چگونه انجام می شود؟ نمی خواهم آو نهاله کنم. شاید حتما درمندتر از من و خانواده ام نیز وجود دارد. دیگر کارگر ساختمانی هم که در دوره قبل برای دریافت وام یک میلیونی پیامک داده اما موفق به دریافت آن نشده است، اظهار می کند: باین که کارگر هستم ولی مشمول هیچ بسته حمایتی نشده ام. به اداره کار و کارن کارگران هم رفته ام اما هنوز خبری نیست. در این باره «تیزکاری» مسئول روابط عمومی اداره کل تامین اجتماعی می گوید: هنوز ابلاغیه و دستورالعملی برای شناسایی افراد فاقد بیمه به این سازمان اعلام نشده است. مسئول روابط عمومی اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان نیز اظهار می کند: این که به چه افرادی این کمک ها تعلق می گیرد در اختیار استان نیست و در سامانه ای که اطلاعات افراد به ثبت رسیده است، پایش و شناسایی آنان انجام می شود. به گفته «مسلم زاده» برای این موضوع افراد زیادی به این اداره مراجعه داشته اند و هم اکنون شناسایی افراد از اختیارات ما خارج است. او ادامه می دهد، در این مرحله کمک های دولتی به افراد یارانه بگیر که فاقد درآمد و بیمه هستند تعلق می گیرد و کسانی که در مراحل قبل جاماند اند به احتمال زیاد جاماندگان از ثبت نام برای یارانه هستند.

۵۰۰۰ دانش آموز، مددجوی بهزیستی

پنج هزار دانش آموز تحت پوشش بهزیستی هستند. معاون امور مشارکت های مردمی و اشتغال بهزیستی با بیان این مطلب، از توزیع هزار و ۵۰۰ کوله پشتی و بسته تحصیلی از ابتدای سال بین دانش آموزان تحت حمایت این نهاد خبر داد و افزود: با هدف پوشش پازل همدلی دو هزار کوله و بسته تحصیلی را بین دانش آموزان تحت پوشش این نهاد حمایتی در استان توزیع می کنیم. به گفته «رحیمی»، برای این تعداد کوله پشتی و بسته تحصیلی که دانش آموزان شهرهای نهبندان، پوز کوه، سریش و درمیان از آن بهره مند می شوند، بیش از ۲۰۰ میلیون تومان کمک جمع آوری شده است.

کدبانو

شیرینی پاییزی



روزهای درداشت محصول زعفران از مزارع ارغوانی است و برای برخورداری از خواص این گیاه موثر، بهجت شیرینی زعفرانی مخصوص فصل پاییز توصیه می شود.
عفران خواص آنتی اکسیدان ، آنتی باکتریال و ضد سرطان دارد و انرژی بخش است. آرام بخشی و تقویت سیستم ایمنی بدن از دیگر

معجزه گری های این ماده دارویی و گیاه موثر است. به گفته یک محقق گیاهان دارویی، مصرف زعفران باعث کاهش درد قو لنج و بهبود عملکرد قلب می شود. ه گفته مهرداد «پویان» استفاده مداوم از زعفران، فعالیت مغز را افزایش می دهد و از زوال آن جلوگیری می کند.

مواد لازم:

آرد: ۲۰۰ گرم- کره یا روغن جامد: ۱۵۰ گرم- پودر قند: ۱۲۰ گرم- تخم مرغ: یک عدد- گلاب: یک قاشق- زعفران دم کرده: ۲ قاشق- وانیل: نصف قاشق چای خوی- ما ملالادیا مربا: به مقدار لازم
دستور پخت: کره را در دمای محیط قرار دهید تا نرم شود. سپس پودر قند را به آن بیفزایید و به صورت تپا یکدست شود. تخم مرغ ها را نیز دانه دانه اضافه کنید و زعفران دم کرده و وانیل را نیز بیفزایید و سپس به مدت یک دقیقه هم بزنید. آرد را الک کنید و پس از آن به آرامی به مواد بیفزایید و مواد را مخلوط کنید تا خمیر لطیف و نرمی حاصل شود. سپس حدود نیم ساعت اجازه دهید خمیر استراحت کند. پس از آن می توانید روی یک سینی پهن کنید و به اندازه های دلخواه برش بزنید. همچنین می توانید از مواد به اندازه یک توپ کوچک بردارید و در کف دست، آن را گرد کنید. شیرینی را در طبقه میانی فر قرار دهید دمای ۱۷۵ درجه سانتی گراد برای پخت مناسب است.

مسئول اداره

نظارت بر امور

دارویی دانشگاه

علوم پزشکی

پیرچند: برخی

خانه ها تبدیل به

داروخانه شده

است و عده ای

هنگامی که کمبود

دارویی را حس می

کنند از آن دارو

چند نوع را تهیه می

کنند به طوری که تا

مدت ها این دارو

را در اختیار دارند

که این درست

نیست

۳۸ درصد کاهش برو بیا در ورودی شهرها

تردها، بیش از چهار هزار و ۲۰۰ جریمه به دلیل رعایت نشدن محدودیت ها و پروتکل های بهداشتی توسط سامانه های ثبت تخلف استان به ثبت رسیده است. با بیان این خبر، افزود: از ابتدای طرح محدودیت

آمد و شد خودروهای شخصی از مبادی ورودی استان ۳۸ درصد کاهش یافت.

«پهنمی» رئیس اداره مرکز مدیریت راه های استان

یک سنت قدیمی

آن روزها که خبری از آسفالت و آیزوگام نبود، پیش از شروع فصل بارندگی، همه اهالی خاک را از جایی خاص تهیه می کردند. چند روزی آن را همراه کاه خیس می کردند تا رطوبت به عمق خاک ها نفوذ کند. بعد از چند روز مردان روستا را برای یختن کاه ها بر پشت فرامی خواندند. سنت قدیمی اندود و کاهگل در روستاها برای مقاوم کردن سقف خانه



شارژی وقتی دوستت شارژه

با معرفی سیم کارت اعتباری به دوستانتان #۳۴۱*۱۰*