

سال ۱۴۰۰؛
تولید پستی‌بانی مانع زوایا

«غرق در اندیشه کن آفاق را» | سال نو مبارک |

از تئاتر مدرسه

گاهنامه فرهنگی-اجتماعی دانشکده پیراپزشکی و بهداشت فردوس
شماره نهم | سال هشتم | فروردین ۱۴۰۰



علاج مشکلات

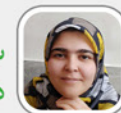
ص ۹

رهبر انقلاب اسلامی:
دولت جوان و حزب الهی علاج مشکلات کشور است.

در این شماره:

سخن سردبیر / رویش لبخند / واکسن کرونا زیر ذره‌بین / مصاحبه با مسئول آموزش مجازی / شاید برای شما اتفاق بیفتد! / می‌شود در را بگشایی؟ / علاج مشکلات / اولین سفر... / معرفی کتاب و معرفی فیلم.

صاحب امتیاز: بسیج دانشجویی دانشکده پیراپزشکی و بهداشت فردوس
مدیر مسئول: امیرحسین رحمتی
سر دبیر: فاطمه عامری
تیم تحریریه: سمانه جلالی / مائده حیدری / فاطمه عامری / فاطمه هوشنگی / آرمان محمدی / مهدی محمدزاده / اکرم آزاد / فائزه حاجی اسلام / آزاده ساده
طراحی جلد و صفحه آرایی: مصطفی مرادیان



سخن سردبیر: فاطمه عامری
 دانشجوی فناوری اطلاعات سلامت / ترم ۶

بهار با آمدنش شور و شوق می آورد، با خودش حال خوب و هوای خوب و روزهای خوب می آورد. همیشه از زیبایی های بهار همه جا گفته اند؛ از رودخانه های پرخروشش، از آسمان آبی و از درخت های سبز و گل های رنگارنگش، از باران های گاه و بی گاهش و رنگین کمان بعد از آن گفته اند. اما این بار بیایید کمی بهار را این گونه ببینید؛

همیشه بعد از زمستانی سخت بهاری زیبا در کمین است و پشت هر سختی راهی آسان و هموار در انتظار ماست. بهار یعنی کینه ها را از دل دور کنی و محبت را بپرورانی، بهار یعنی مانند غنچه ایی زیبا بشکُفی تا دنیا نیز به روی تو لبخند بزند.

بهار یعنی عید باستانی ایرانیان در پس هر کدام از سین های سفره شان دریایی از فکر نهفته است. کاش ما نیز کمی بیشتر به بهار و نوروز و تغییر و بالیدن و ورق زدن زمستان سرد زندگی فکر کنیم.

بهار اصلی در زندگی ما از خود ما شروع می شود مهم این است که دلت بهاری باشد اگر دلت بهاری شد در سردترین روزها و سخت ترین لحظه ها نیز دلت گرم و شکوفه باران است.



مهدی محمدزاده
 دانشجوی فوریت پزشکی / ترم ۳

رویش لبخند

بهار ای فصل زیبایی شکوفه با تو پیدا شد
 شدی آن رویش لبخند تمام غنچه ها و اش
 دوباره نغمه خوانی کن که عطریاس پیچیده
 تویی امید آن رودی که از شوق تو دریاس شد
 رسیده فصل روییدن شبیه چشمه ای جاری
 گذر کرد از میان شب طلوع نور فردا شد
 مسافر گشته ام با تو به رویایی پر از احساس
 میان دفتر شعرم بهار اعجاز دنیا شد
 شکسته بغض ابر بی قرارای های این قصه
 برایت جشن نوروزی چقد جانانه برپا شد
 زمین دلتنگ آهنگ قدم های شکفتن بود
 چه زیبا آمدی جانای طبیعت با تو معنا شد
 در این دنیای وارونه تویی آن چشم بیداری
 دلم غرق نگاه تو پر از تصویر و رویا شد
 بهاری میرسد آخر که عشقی تا ابد باشد
 بیا مهدی که از یادت دلم بی تاب و شیدا شد

واکسن کرونا زیر دره بین



گرد آورنده: فاطمه هوشنگی
 دانشجوی فناوری اطلاعات سلامت / ترم ۶

می توان آن را در دمای استاندارد یخچال (۲-۸ درجه سانتی گراد) به مدت ۳۰ روز نگهداری کرد بنابراین ارسال این واکسن به کشورهای دیگر آسان تر است. همچنین واکسن مدرنا نسبت به واکسن فایزر ارزان تر می باشد. انجام تحقیقات نشان داد که جهش های مختلف ویروس کووید-۱۹ از کشور انگلستان و آفریقا بر روی واکسن مدرنا بی تاثیر بوده و این واکسن همچنان قادر به ایجاد ایمنی در این افراد خواهد بود. واکسن *sputnik v*: این واکسن بر پایه آدنوویروس ضعیف شده است که در دو دوز تزریق می شود. مطالعات فاز سوم آن در ژورنال معتبر the lancet منشر شده که بر اساس آن این واکسن به میزان ۹۱٪ اثربخش بوده و توانسته ۱۰۰٪ علیه نوع حاد بیماری موثر باشد. واکسن اسپوتنیک ارزان تر از واکسن های فوق بوده و در دمای ۲-۸ درجه سانتی گراد نگهداری می شود. واکسن *Astrazeneca*: دانشگاه آکسفورد با همکاری شرکت دارویی آسترازنکا واکسنی بنام *ChAdOx1 (AZD1222)* بر پایه آدنوویروس ضعیف شده تولید کرده و در دو دوز تزریق می شود که بر اساس نتایج فاز سوم تحقیقات بالینی واکسن آسترازنکا، تاثیر گذاری ۷۹٪ مقابل بیماری علامت دار و ۱۰۰٪ اثربخشی در جلوگیری از بیماری شدید و بستری شدن در بیمارستان را نشان داد. این واکسن به راحتی در دمای یخچال نگهداری می شود (۲-۸ درجه سانتی گراد). همچنین تحقیقات نشان داده واکسن آسترازنکا علیه جهش های جدید ویروس کووید-۱۹ هم موثر بوده است. واکسن *Johnson & Johnson*: واکسن تک دوز جانسون و جانسون بنام *Ad26.cov2.s* مجوز استفاده اضطراری سازمان FDA را دریافت کرده که میزان تاثیر گذاری آن ۶۶.۵٪ است. بنابر گزارش ارائه شده به سازمان غذا و دارو، این واکسن در برابر جهش های

با شروع بیماری کرونا از ابتدای سال ۲۰۲۰ میلادی، شرکت های مختلف دارویی در سراسر جهان برای ساخت واکسن مقابله با این پاندمی تلاش کردند. واکسن ها پیش از ورود به بازار نیازمند گذراندن فرآیند آزمایش بالینی هستند که خود بسیار زمان بر است. حتی اگر واکسنی تایید شود، هنگام تولید و پخش نیز با موانعی از جمله اینکه چه افرادی جهت دریافت واکسن در اولویت هستند و واکسن با چه قیمتی باید به بازار عرضه شود، روبرو هستند. در ادامه چند نمونه از این واکسن ها را که فاز سوم تحقیقات را به طور موفقیت آمیزی به انجام رسانده اند را بررسی می کنیم:

واکسن Pfizer: شرکت فایزر طی آزمایش های مشترکی که با *BioNTech* آلمان داشته است، واکسن *BNT162b2* را تولید کرده که در فاز سوم مطالعات بالینی خود ۹۵٪ اثربخشی داشته، همچنین برای اثربخشی بیشتر باید در دو دوز و به فاصله ۳ هفته به فرد تزریق شود. این واکسن به عنوان اولین واکسن کووید-۱۹ مورد تایید سازمان غذا و داروی آمریکا (FDA) شناخته می شود. از جمله مشکلات واکسن شرکت فایزر این است که باید در دمای -۷۰ درجه سانتی گراد نگهداری شده و در جعبه های مخصوص حمل شود. واکسن *moderna*: مدرنا دومین واکسن مورد تایید FDA با نام *mRNA-1273* است. این واکسن همانند فایزر، واکسن خود را بر پایه mRNA ساخته است که به میزان ۹۴.۵٪ اثربخشی داشته و در دو دوز و به فاصله ۳ هفته به فرد تزریق می شود. مهم ترین مزیت واکسن مدرنا نسبت به واکسن فایزر این است که

دیده شده در کشور آفریقای جنوبی، آمریکا و برزیل موثر بوده و از بیماری با شدت بالا در جهش‌ها جلوگیری می‌کند. این واکسن در دمای ۲- تا ۸- درجه سانتی‌گراد تا سه ماه قابل نگهداری می‌باشد. علاوه بر این موارد، واکسن‌های Sinovac Biotech و Sinopharm چین و واکسن Novavax آمریکا و واکسن Curevac آلمان هم به نتایج قابل توجهی دست یافته‌اند و هم اکنون در حال استفاده هستند.

درباره واکسن‌های ایرانی باید بگوییم، در حال حاضر ۴ واکسن ایرانی کرونا، مراحل تست انسانی خود را طی می‌کنند که بر اساس آخرین آمار فرودین ماه ۱۴۰۰ به فازهای جدیدی وارد خواهند شد:

واکسن کووایران برکت: نخستین پروژه ساخت واکسن کرونا در ایران که توسط شرکت داروسازی شفا (Shifa Pharmd) کلید خورده، کووایران برکت نام دارد و با استفاده از روش ویروس غیرفعال شده تولید شده است. دکتر حامد حسینی، مدیر مرکز کارآزمایی بالینی دانشگاه علوم پزشکی تهران و مسئول تیم نظارت بر آزمایشات انسانی واکسن کرونا ستاد اجرایی فرمان حضرت امام خمینی (ره) در خصوص آخرین وضعیت تست انسانی فاز دوم این واکسن گفت: خوشبختانه افراد داوطلب تست انسانی تا این مرحله نیز وضعیت خوبی داشته و از مشکل خاصی برخوردار نبودند. پیش‌بینی می‌کنیم تمامی افراد واجد شرایط برای فاز سوم را تا هفته سوم فروردین شاید هم زودتر وارد مطالعه کنیم. مینو محرز، عضو علمی ستاد مقابله با کرونا و محقق اصلی پروژه تولید واکسن ایرانی کوویرکت اذعان داشت: با انجام آزمایشات مختلف بر واکسن کوویرکت، مشخص شد این واکسن بر روی ویروس جهش یافته انگلیسی از اثربخشی بالایی برخوردار است. فکر می‌کنیم می‌توانیم در اواخر خرداد ماه این واکسن را به تولید انبوه برسانیم. **واکسن کووپارس:** این واکسن بر پایه واکسن‌های نوترکیب است و توسط شرکت داروسازی رازی ساخته شده. واکسن کووپارس در دو دوز تزریقی همراه با روش افشانی از طریق بینی استنشاق می‌شود. محمد حسین فلاح مهرآبادی معاون تحقیقات و فناوری مؤسسه تحقیقات واکسن و سرم‌سازی رازی در خصوص آخرین وضعیت تست انسانی فاز ۱ واکسن کووپارس اظهار کرد: تاکنون این واکسن به بیش از ۵۰ داوطلب تزریق شده و مشکل خاصی هم از لحاظ عوارض جانبی نداشتیم و تا پایان فروردین کل تست انسانی ۱۳۳ نفر به اتمام می‌رسد.

واکسن مشترک ایران-کوبا: دکتر علیرضا بیگلری رئیس انستیتو پاستور ایران درباره آخرین وضعیت واکسن مشترک ایران-کوبا کرونا اظهار کرد: در نیمه دوم فروردین کارآزمایی بالینی فاز سوم واکسن پاستور که فاز نهایی هم هست روی ۲۵ هزار داوطلب در ۷ استان کشور انجام خواهد شد. وی خاطر نشان کرد: این فاز با تزریق ۲ مرحله‌ای به فاصله ۲۸ روز از تزریق اول انجام خواهد گرفت و پیش‌بینی می‌شود برای هر تزریق یک ماه طول بکشد.

واکسن فخر: سخنگوی پروژه واکسن فخر گفته است: امید است با تلاش و همت متخصصین و دانشمندان «سپند» و مشارکت جمعی هموطنان ارجمند، هرچه زودتر بتوانیم فازهای اول و دوم کارآزمایی بالینی واکسن فخر را با موفقیت پشت سر گذاشته و از این طریق گام بلندی در جهت ریشه کنی بیماری منحوس کرونا برداریم. پیش از این نیز، دکتر احمد کریمی، مدیر پروژه واکسن فخر گفته بود: فکر می‌کنیم اوایل تابستان سال ۱۴۰۰ برای تولید انبوه واکسن فخر آماده‌باشیم.

با این وجود، تا زمان تحقق ایمنی جمعی که بوسیله واکسیناسیون عمومی بدست می‌آید، ضروری است که همه ی پروتکل‌های بهداشتی از آغاز پاندمی به دقت و سخت‌گیرانه تر اجرا شود تا شاهد هرچه کمتر شدن مبتلایان و مرگ و میر ناشی از این ویروس باشیم.

منابع: خبرگزاری مهر، تسنیم، دانشجو، تابناک، صداوسیما، ژورنال جاما و لنست

مصاحبه با مسئول آموزش مجازی

استاد: زهره جوانمرد



مصاحبه کننده: فاطمه عامری
دانشجوی فناوری اطلاعات سلامت/ترم ۶

لطفا خودتان را معرفی کنید.

سلام زهره جوانمرد هستیم، عضو هیئت علمی گروه فناوری اطلاعات سلامت و مسئول آموزش مجازی دانشکده پیراپزشکی و بهداشت فردوس.

۲. کمی در مورد وضعیت حاضر و حال و هوای آموزش مجازی بگویید

در حال حاضر به غیر از کارآموزی‌ها که به طور فشرده و حضوری برگزار شدند، کلیه کلاس‌ها به صورت مجازی و متشکل از کلاس‌های آنلاین و آفلاین هستند. دانشکده حال و هوای خیلی متفاوتی دارد و زحمات اساتید چندین برابر شده، علاوه بر زحمتی که برای تولید محتوا بر دوش اساتید است، ضبط کردن صدا، پیدا کردن فضای آرام، استرس پیدا کردن هدست و لپ‌تاپ هم به مشغله کاری و فکری ما اضافه شده است. ولی در کل تجربه متفاوتی است.

۳. از فواید و معایب آموزش مجازی بگویید.

بنظر من بیش‌ترین فایده را برای دانشجویان دارد؛ اولاً که محتواهای آموزشی به طور کامل در اختیار آن‌ها قرار دارد، دوماً فایل‌های صوتی را می‌توانند چندین بار گوش بدهند و در صورت هرگونه ابهام سوالات خود را از طریق سامانه نوید از اساتید بپرسند، سوماً رفت و آمد دانشجویان به حداقل رسیده است، هزینه اسکان و خورد و خوراک آن‌ها در شهر محل تحصیل عملاً حذف شده است. برای اساتید هم قاعدتاً فوایدی داشته که مهم‌ترین آن می‌تواند تجربه مدیریت و برگزاری کلاس به صورت مجازی باشد. از طرفی مشکل برخی



از همکاران که در محل دانشکده حضور ندارند و پیش‌تر مجبور به رفت و آمد بودند، به حداقل رسیده است. مهم‌ترین معایبی که در این روش آموزش مطرح است، به نظر بنده، کاهش سطح یادگیری و رقابت بین دانشجویان، افزایش تقلب، فعالیت و مشارکت کم برخی از دانشجویان، کاهش سطح مدیریت اثربخش کلاس توسط استاد، شکل‌گیری ارتباط ضعیف بین استاد و دانشجو، جمع شدن تکالیف، فیلم‌های آموزشی و صداها ضبط شده که هنوز توسط دانشجو شنیده یا مشاهده نشده‌اند، هزینه اینترنت و...

۴. از نظر شما چه اقداماتی (چه از طرف اساتید چه از طرف دانشجویان) می‌تواند به بهبود آموزش مجازی کمک کند؟

اساتید سعی کنند بیشتر دانشجویان را در مباحث درسی مشارکت بدهند، از آن‌ها سوال بپرسند، سعی کنند فضای کلاس را طوری تنظیم کنند که علاوه بر اینکه یکنواخت نباشد، باعث علاقمندی بیش‌تر دانشجویان به مبحث درسی بشود. برای مشارکت دانشجویان در بحث‌های کلاسی نمره لحاظ کنند، تکلیف و خودآزمون طرح کنند، ارائه کلاسی تعیین کنند و برای افزایش بازدهی و اثربخشی کلاس از دانشجویان نظرخواهی کنند. دانشجویان خودشان را ملزم کنند که حتماً در کلاس حضور فعال داشته باشند، فعالیت‌ها و تکالیف را انجام بدهند، اگر مشکلی برای حضور در کلاس‌های آنلاین دارند، اساتید خود را در جریان قرار دهند، سعی کنند نهایت استفاده را از آموزش مجازی و محتواهای آموزشی ببرند چرا که دوران خوبی برای افزایش مهارت‌ها است، به دور از دغدغه‌هایی که در گذشته داشتند.



گردآورنده: مائده حیدری
دانشجوی پرستاری اترم ۶

افسردگی یک بیماری فراگیر است و امکان ابتلا به آن در تمام سنین وجود دارد. افسردگی توانایی های روزانه افراد را کم می کند و اضطراب ناشی از آن، گاهی اوقات فرد مبتلا را خانه نشین می کند. قطعاً خانه نشینی و سبک زندگی جدید کرونایی احتمال بروز افسردگی در افراد جامعه را بیشتر از گذشته ممکن کرده است. این نوشته قصد دارد یک جمع بندی ساده و کلی برای روش های پیشگیری از افسردگی، علائم و راهکار های درمانی به شما عزیزان ارائه بدهد. **هشدار! البته این مطلب صرفاً جنبه آموزشی دارد و برای استفاده از آن لازم است با پزشک یا متخصص مربوطه مشورت کنید.**

علائم افسردگی:

احساس درماندگی و نومیدی، عدم علاقه به انجام فعالیت های روزانه، تغییرات اشتها و وزن: امکان دارد بطور چشمگیر کاهش وزن یا افزایش وزن داشته باشید.

• تغییرات خواب: مخصوصاً در ساعت های اولیه بامداد بی خوابی داشته و یا دیر از خواب بلند شوید.

• خشم و تحریک پذیری، نبود انرژی، حس از خود بیزاری، مشکلات عدم تمرکز، افکار خودکشی، درد ها و رنج های ناشناخته: افزایش شکایت های جسمی مثل سردرد، کمر درد، درد عضلات و معده از دیگر علائم و نشانه های افسردگی هستند.

راه های پیشگیری و غلبه بر افسردگی:

موسیقی های شاد گوش کنید: موسیقی همیشه مثل غذای روح بوده است. یک آهنگ شاد می تواند فوراً فضا را عوض

کند و حال و هوای مثبت تری بوجود بیاورد. موسیقی های شاد و تند شیمی اعصاب را دگرگون می کند و می تواند روحیه تان را بهتر کند.

• تمرینات مراقبه (تمرکز ذهن): برای اینکه از فواید مراقبه بهره مند شوید، لازم نیست مانند راهبان ساعت های طولانی به مراقبه بنشینید. مطالعات ثابت کرده فقط ۱۵ دقیقه مراقبه در روز به مدت هشت هفته ی پیاپی کافی است تا پیامدهای شگفت انگیز آن را لمس کنید.

• چند نفس عمیق بکشید: نفس کشیدن عمیق باعث شل شدن عضلات و در ادامه تسکین روح می شود. باور کنید این روش ساده موثر است و استرس را از شما دور می کند. می توانید امتحان کنید.

• خواب خوب: کم خوابی علاوه بر اینکه احتمال بروز بیماری های قلبی، سکته، پرفشاری خون و دیابت را افزایش می دهد؛ درصد تمرکز شما را هم مختل می کند. به این ترتیب بسیار راحت در معرض استرس و تیک های عصبی قرار می گیرید و هوشیاری و قوه استدلال شما نیز کم می شود.

• خندیدن از ته دل: قدیمی ها می گفتند خنده بر هر درد بی درمان دواست. پزشکان هم به این نتیجه رسیده اند که خندیدن میزان هورمون های استرس در بدن را کاهش می دهد و تیک های عصبی را از بین می برد. خندیدن باعث تسکین دردها، افزایش نشاط و تقویت سیستم ایمنی بدن می شود.

• پیگیری علاقه مندی ها: قبل از هر چیزی باید فعالیتی را که عاشق انجام دادنش هستید، پیدا کنید. شادی حاصل از انجام این چنین فعالیتی هرگز رنگ نمی بازد. نویسندگی،

نوآوری، کارهای خیر، ورزش یا هر چیز دیگری که عمیقاً مورد علاقه تان باشد، دوز لازم چالش و هیجان را به زندگی تان تزریق خواهد کرد. پس برای اینکه با اشتیاق زندگی کنید، اول از همه باید علاقه ی واقعی زندگی تان را بشناسید.

• برنامه ریزی

اگر می خواهید در انجام امور زندگی تان شکست نخورید، برنامه ریزی زمانی خوبی داشته باشید. شما نمی توانید چند کار درست و کامل را در یک روز انجام بدهید، زیرا دچار اضطراب می شوید. بنابراین تنها برای کارهایی که کیفیت زندگی تان را بالا می برند وقت بگذارید. خیلی مهم است که تا حد امکان تابع یک روتین سالم باشید. به فعالیت های موثر و خلاقانه بپردازید و روی منفی ها تمرکز نکنید. زیادی از ابتلا به افسردگی در امان خواهید ماند، بلکه حتی می توانید زندگی شادتری را در مقایسه با افرادی که افسرده نیستند، تجربه کنید.

منابع: psychologytoday, lifehack.org



می شود در را بگشایی؟



نویسنده: سمانه جلالی
دانشجوی فناوری اطلاعات سلامت/ اترم ۶

تا می آیم از تو بنویسم، کلمات آرام آرام به گوشه های تاریک ذهنم می خزند و محو می شوند. هیچ واژه ای توان از تو گفتن را ندارد. حالا می فهمم که موسوی گرمارودی وقتی در وصف علی (ع) نوشت: «شعر سپید من، رو سیاه ماند که در فضای تو به بی وزنی افتاد» از چه حرف می زد. تو هم دقیقاً همانی. اما امیدم همه این است که «کلام از تو وزن می گیرد.» هر چند واژه ها نیست باشند و حقیر، آن هنگام که

سایه ی نامت بر سرشان بیفتد، می بالند، از خاک پستی می رویند و سبز می شوند. نامت از جان سرد واژه ها، نور می رویاند. نام هایت بی شماراند، اما از میان تمامشان، موسیقی قلب من برای «مهدی» دلنوازتر می نوازد. می دانی «مهدی» زیادی برایم پر معناست. می گویند هر کسی شبیه نامش است و این نام، عجیب به تو می آید. می دانی چرا؟! وقتی که جهان با تمام وسعتش تنگ می شود، وقتی که تاریکی همه چیز را فرا می گیرد و حتی برق نگاه هم افول می کند، آن زمانی که لب ها خندیدن را از یاد می برند و رنگ ها خاکستری می شوند، آن زمانی که تمام چیزی که از پرواز می ماند، سقوط است، میان آن سال هایی که در کبیسه ی زمستان اسیر می شوند و بهار آمدن را به فراموشی می سپارد و آن لحظه ای که انسان، به گوشه ترین کنج تاریک جهان تنهایی اش پناه می برد و در برابر ناامیدی به زانو می افتد...

ناگهان در باز می شود، نور می تابد، رنگ ها نفس می کشند و از نو جان می گرند و بال پرواز دوباره بر شانه های افکارمان می روید، تو با عطر بهار از راه می رسی، تقویم را ورق می زنی و تنهایی را به سرزمین فراموشی تبعید میکنی.

نام تو، «مهدی» است...

می آیی تا ما را که در میان دریایی از ترس و ناامیدی و تنهایی گم شده ایم، به ساحل آرامش راهنمایی کنی. تا دست های یخ زده از زمستان قلبمان را در دست هایت که بوی آفتاب می دهد بگیری و فصل غم انگیز داستان تنهاییمان را ورق بزنی.

این روزها، سربال بلند زندگی هایمان، ترسناک شده. همه جا بوی مرگ می دهد، بغض راه نفس هایمان را تنگ کرده، پایمان به رنج ها زنجیر شده و از پرواز، جز خاطره ی یک آبی دور بیکران، چیزی باقی نمانده. دیگر حجم جهانمان برای عشق تنگ است.

آقاجان، دارد یک قرن دیگر از نبودنت می گذرد. سال جدید هنوز نیامده آنقدر دلتنگ بودنت شده که تقویم ها را مجبور کرده دوبار میلادت را میان روزهایش جا بدهند.

سربال زندگی هایمان به جایی رسیده که دیگر باید قهرمان داستان از راه برسد. باید دست دلمان را بگیرد و از میان تمام تنهایی ها نجات دهد.

ای منجی عالم، ما میان دنیایی از تاریکی ها اسیر شده ایم، منتظریم و نگاهمان تنها به در است، می شود آن را بگشایی؟



گردآورنده: آرمان محمدی
دانشجوی فوریت پزشکی / ترم ۳

دولت جوان انقلابی، علاج مشکلات کشور

گفتمان دولت‌های روی کار آمده در نظام جمهوری اسلامی ایران از ابتدای انقلاب تاکنون، هیچ گاه به طور کامل با گفتمان اصیل انقلاب اسلامی منطبق نبوده است. ضعف‌های اندیشه‌ای و اجرایی دولت‌های مختلف، به مرور زمان سبب ایجاد خلل در کارآمدی سیاسی، اقتصادی و فرهنگی نظام شده‌اند. این امر سبب شده تا روی کار آمدن یک دولت پرتوان و مکتبی تحت عنوان «دولت جوان حزب‌اللهی» بیشتر از پیش ضرورت و اهمیت یابد. مسئله‌ای که در سال‌های گذشته همواره مورد تأکید رهبر معظم انقلاب بوده است. فلذا در سلسله‌یادداشت‌های «الزامات شکل‌گیری دولت جوان حزب‌اللهی» به بررسی بایدها و شاخص‌های دولت مذکور خواهیم پرداخت.

اهمیت شکل‌گیری دولت جوان انقلابی

طبق اصول قانون اساسی و ساختار سیاسی جمهوری اسلامی ایران، رئیس‌جمهور به عنوان رئیس دولت مسئول اجرای قانون اساسی است. علاوه بر این دولت بازوی اجرای سیاست‌ها، خط‌مشی‌ها و برنامه‌های بالادستی و کلان کشور نیز هست. به عبارت دیگر دولت‌ها در نظام جمهوری اسلامی دارای بیش‌ترین قدرت اجرایی و بالاترین جایگاه سیاسی در بین قوا هستند؛ امری که با توجه به سوابق دولت‌های مختلف جمهوری اسلامی، علاوه بر داشتن ثمرات مثبت، آسیب‌های بی‌شماری را نیز به همراه داشته است. یکی از مهم‌ترین آسیب‌ها در موضوع دولت در جمهوری اسلامی،

تفاوت نظر در مبانی انقلاب اسلامی و به دنبال آن حرکت بر خلاف سیاست‌ها و خط‌مشی‌های کلان جمهوری اسلامی است. به دیگر معنا تفاوت‌های بنیادی در نوع نگاه به بایدها و نبایدهای جمهوری اسلامی از یک طرف و برخورداری از بسط ید در تمامی امور اجرایی کشور از طرف دیگر، باعث شده تا دولت مطلوب و متناسب با ساختار سیاسی جمهوری اسلامی شکل نگیرد و جایگاه قانونی دولت در قانون اساسی محقق نشود.

چیستی دولت جوان حزب‌اللهی

برای روشن‌تر شدن ابعاد مختلف دولتی با نشان انقلاب اسلامی، لازم است تعریفی مشخص از آن ارائه شود. منظور از واژه «جوان» در دولت جوان حزب‌اللهی؛ دولتی برخوردار از روحیه جهادی، با نشاط و پرتلاش و دارای انگیزه جهت حل مشکلات کلان کشور است. چنین دولتی در بزنگاه‌های اقتصادی، سیاسی، فرهنگی و بین‌المللی به جای بهانه‌تراشی برای فرار از مسئولیت، از تمامی ظرفیت‌های موجود کشور و محیط پیرامونی آن برای رفع موانع حرکت نظام جمهوری اسلامی به سمت اهداف مادی و معنوی خود، بهره می‌برد. باید توجه داشت که در منطق سیاسی مقام معظم رهبری جوانگرایی در تقابل با شایسته‌سالاری نیست. نباید با تأکید بر جوانگرایی، شایستگان را حذف کرد و یا امور را به دست جوان کم‌تجربه‌تری سپرد که فاقد شایستگی و تخصص لازم برای پیشبرد امور کلان کشور هستند. بدون شک نگرش رهبری بر سپردن امور به جوانان شایسته و صاحب صلاحیت است و باید نسبت به این شاخص دقت لازم را داشت تا نسخه اتخاذ شده به فساد و ناکارآمدی منتهی نشود.

در تعریف رکن انقلابی بودن عبارت دولت جوان حزب‌اللهی باید بیان کرد که بر اساس منویات رهبر معظم انقلاب، دولت حزب‌اللهی عبارت است از: «دستگاه مدیریتی تحقق ارزش‌ها و مسئول اجرای قانون اساسی که ارکان مختلف آن معتقد به اصول و مبانی انقلاب اسلامی باشد.» به عبارت دیگر پشتوانه چنین دولتی، اعتقاد به مبانی ناب و قاطع حکومت اسلامی است و دغدغه اصلی این دولت حل مسائل مردم و انقلاب اسلامی بر اساس نظامات برآمده از اندیشه اصیل انقلاب اسلامی است. طبق بیانات آیت‌الله خامنه‌ای اگر دولت از خصیصه «روحیه انقلابی و اسلامی عمیق» بهره‌مند باشد، تمام برنامه‌ها و اهداف آن دولت در حوزه‌های روبنایی جامعه مثل اقتصاد تحقق می‌پذیرد.

رهبر انقلاب اسلامی:

دولت جوان و حزب‌اللهی علاج مشکلات کشور است.



گردآورنده: آزاده ساده
دانشجوی فناوری اطلاعات سلامت / ترم ۴

«رمضان» در لغت از «مضاء» به معنای شدت حرارت گرفته شده و به معنای سوزانیدن می‌باشد. چون در این ماه گناهان انسان بخشیده می‌شود، به این ماه مبارک رمضان گفته‌اند. گفتنی است، رمضان فرصت مناسبی برای تمرین بندگی و همچنین تزکیه نفس است، روزه داران نباید به راحتی از منزلت و مقام روزهای ماه رمضان غافل شوند، چرا که طبق حدیثی از رسول اکرم (ص) «درهای آسمان در اولین شب ماه رمضان گشوده می‌شود و تا آخرین شب آن بسته نخواهد شد»

برخی از فواید و فضائل روزه:

الف. تقویت تقوا، پرهیزگاری و اخلاص

حضرت فاطمه (س) می‌فرماید: «خداوند روزه را برای استواری اخلاص، واجب فرمود»

ب. مانع عذاب‌های دنیوی و اخروی:

پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «روزه سپری در برابر آتش است» ج. مانع نفوذ شیطان:

امام علی (ع) به پیامبر اکرم (ص) عرض کرد: یا رسول‌الله! چه چیزی شیطان را از ما دور می‌کند؟ پیامبر گرامی (ص) فرمود: روزه چهره او را سیاه می‌کند و صدقه پشت او را می‌شکند» د. مساوات بین غنی و فقیر:

انسان روزه دار در هنگام گرسنگی و تشنگی، فقرا و بینوایان را یاد می‌کند و در نتیجه به کمک آن‌ها می‌شتابد.

منابع: (۱) مفردات الفاظ القرآن، راغب اصفهانی (۲) میزان الحکمه

(۳) مستدرک الوسائل، محدث نوری (۴) بحار الانوار



اولین سفر...



نویسنده: سمانه جلالی
دانشجوی فناوری اطلاعات سلامت / ترم ۶

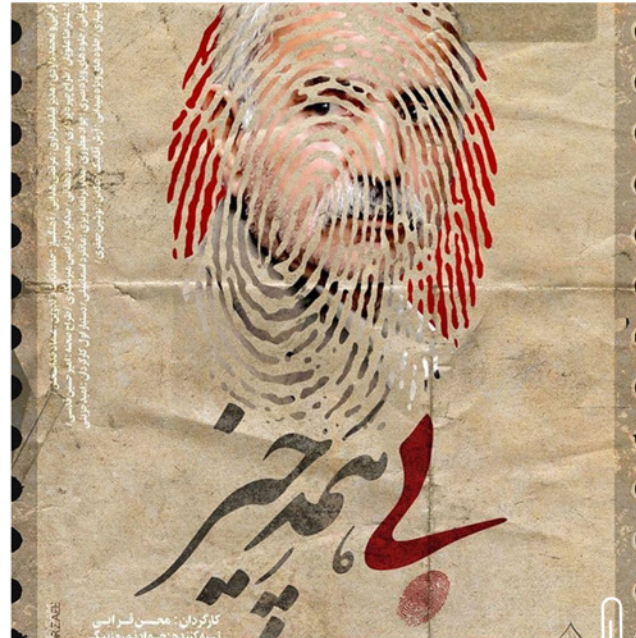
از اتوبوس که پیاده شدیم با دیدن منظره نیشم شل شد و لبخندم کش آمد. عاشق نیزارهای بلند و پل دست ساز روی مرداب شدم. از قصد جوری راه می‌رفتم که پل بلرزد و ته دل بچه‌ها خالی شود روی زمین نشستیم، منتظر یک سخنرانی بلند بالا بودم. اصلاً حوصله نداشتم. دلم می‌خواست یواشکی جیم بزنم و به دور و اطراف سرکی بکشم، منظره اش خوراک عکس و سلفی بود، دیگر شور سلفی و پست و استوری را درآورده بودم. تا خواستم یواشکی از جمع بچه‌ها جدا شوم، روحانی جوانی میکروفون را به دست گرفت و جلوی جمعیت ایستاد، زدم به پیشانی ام و پوف

کشداری کشیدم: «ای بابا!...» دستم را بی حوصله زیر چانه زدم و با چوب توی دستم روی خاک نم دار نقاشی می کشیدم که سوال مرد توجه ام را جلب کرد: «اون طرف ارونند رو می بینید؟ اونجا خاک عراقه... کی حاضره تا اونجا شنا کنه؟» خوشمزگی ام گل کرد و با پوزخند گفتم: «خب معلومه، هر کی خُل شده باشه.» نگاهم کرد و پرسید: «واسه چی؟» به آب اشاره کردم و گفتم: «سرعت آب و نگا، هرچی سر راهش باشه رو با خودش می بره. تازه هم هوا سرده هم فاصله زیاد، آدم فقط باید خل باشه تا بزنه به این آب.» مرد لیخندی زد و گفت: «با باید خُل باشه یا خیلی عاشق.» چپکی نگاهش کردم: «عاشقی کجا بود بابا، تو این سرما عاشقی کیلو چنده؟» به ارونند نگاهی انداخت و گفت: «ولی مردایی که توی دی ماه ۶۵ زدن به این آب، عاشق بودن.» چشمانم گرد شد، مرد ادامه داد: «گردان حبیب و ولی عصر(ع)، پر شده بود از فرزندان دریا، غواص هایی که از مدت ها قبل توی رودخونه ی کارون، تمرینات سخت غواصی انجام می دادن تا بلکه برای عبور از ارونند خروشان آماده بشن. همه چیز به اون ها بستگی داشت. عراق، از مدت ها قبل توی منطقه ی مرزی موانع وسیعی مثل میدون مین و سیم خاردار گذاشته بود و عبور از این هفت خوان رستم، دل شیر می خواست. عراق بعد از عملیات والفجر ۸، برای جلوگیری از حمله ی غواص های ایرانی وجب به وجب ارونند رو با نورافکن روشن می کرد. شب مثل روز روشن بود، اونقدر روشن که نور ماه و ستاره ها بی فروغ و بی حال به نظرمی رسیداروند پر خشم، دل زمین رو می شکافت و خیال مهربونی نداشت. دلش از جنگ به درد می اومد و نفرتش از مرگ، طغیان می کرد. تنش بوی خون می داد و ساحلش و گلوله ها و مین ها نقش زده بودن.

۳ دی ماه، عملیات با نوای یا محمد(ص) آغاز شد، غواص ها به دل آب زدن. ارونند بی مهابا می تاخت و با موج های پرشتایش سیلی می زد. انگار می خواست به غواص ها هشدار بده، انگار می خواست از رفتنشون به سمت مرگ جلوگیری کنه، اما اون ها عاشق بودن، به دل آب زدن و پیش رفتن. از آسمون آتیش می بارید، نفس تیربارها بوی گلوله و دود و سرب می داد. آب شکافته می شد، دشمن مثل گرگ گرسنه به انتظار شکار نشسته بود. عملیات کربلای چهار، لو رفته بود...» مرد سکوت کرد، دستم را روی صورتم کشیدم، خیس بود...

ادامه داد: «بعد از ۳۰ سال، اجساد ۱۷۵ نفر از غواص ها که با

دست های بسته به شهادت رسیده بودن توی خاک عراق کشف شد، دست هایی بسته شده با سیم خاردار. بعضی از غواص ها زنده به گور شده بودن.» بغض راه گلویش را بست و سکوت کرد، نفسم تنگ شد، بوی خاک در سرم پیچید و طعم دهانم تلخ شد. وقتی از روی خاک بلند می شدم گیج بودم و میبوت، هضم این حرف ها برایم سخت بود و غیرممکن. من آمده بودم راهبان نور تا چند روزی از دانشگاه جیم بزنم و کمی آتش بسوزانم، مرا چه به جنگ و مرگ؟ باورم نمی شد... گفتند برایمان خبر خوشی دارند، می توانیم سوار لنج شویم و دوری روی ارونند بزنیم. جلیقه ی نجات نارنجی را پوشیدم، لنج به راه افتاد. صدای برخورد امواج، مرا به فکر فرو برد. به ارونند نگاه کردم، چه غم انگیز پیچ و تاب می خورد. نظرم درباره ی سفرم عوض شده بود، حالا می خواستم بیشتر بدانم، بیشتر ببینم، می خواستم بشنوم، هر گوشه ی این خاک داستان عاشقانه ای را زمزمه می کرد. از بغل دستی ام پرسیدم: «اروند از کجا میاد؟» جواب داد: «از دجله و فرات.» با خودم زمزمه کردم: «فرات...» و کربلا به یادم آمد. انگار ارونند هم مانند پدرش بود، هردوی آن ها در میان موج به موجشان، حماسه ها، غم ها، رشادت ها و افسانه ها پنهان بود. حماسه هایی به نام کربلا... (به یاد راهبان نور که این روزها جایش میان خاطراتمان خالیست)



فیلم خوب ببینیم...

گردآورنده: فائزه حاجی اسلام
دانشجوی فناوری اطلاعات سلامت / ترم ۶



نام فیلم: بی همه چیز

کارگردان: محسن قزایی

نویسندگان: محسن قزایی و محمد داوودی

سال تولید: ۱۳۹۹

داستان بی همه چیز به سال های قبل از انقلاب باز می گردد. امیر به خاطر کارهای خوبی که انجام داده معتمد روستاست و همه به او اعتماد کامل دارند.

حالا پس از سال ها لی لی زنی که به خاطر تهمت مردم، روستا را ترک کرده به عنوان اشراف زاده وارد روستا می شود و...

بی همه چیز روایت مردمی است که حاضرند برای منافع خود دست به کارهایی بزنند که حوادث داستان را شکل می دهد. در این فیلم هدیه تهرانی با نقش لی لی به دوران ستاره بودن خود باز می گردد، پرویز پرستویی بازیگر نقش امیر بوده و پدرام شریفی، بازی درخشانی را در نقش معلم ارائه می دهد.

این فیلم برنده چند سیمرغ بلورین شده که یکی از آنها سیمرغ بهترین فیلمنامه اقتباسی است، همچنین نامزد سیمرغ بهترین فیلم در سی و نهمین جشنواره فیلم فجر نیز می باشد.

دیدن این فیلم را در این روزهای قرنطینه پیشنهاد می کنم.



کتاب خوب بخوانیم...

گردآورنده: اکرم آزاد
دانشجوی فناوری اطلاعات سلامت / ترم ۶



کتاب آفتاب در حجاب از جمله آثار سید مهدی شجاعی، نویسنده معاصر ایرانی در حوزه ی ادبیات مذهبی است. آفتاب در حجاب اثر پرکاری است که تاکنون سی مرتبه تجدید چاپ شده است. به طور کلی این کتاب زندگی حضرت زینب (س) را از کودکی تا وفات توصیف کرده و همچنین جزئیات زندگی این حضرت را با استفاده از اسناد های تاریخی فراوان بیان کرده است. در این کتاب سید مهدی شجاعی به مفهوم دیگری از حجاب اشاره می کند او می گوید حجاب چیزی است که مانع دیدن حقیقت می شود، می تواند از جنس تاریکی و نور باشد. آفتاب در حجاب به معنای آفتاب تابانی است در خصوص شخصیت بزرگ و والای حضرت زینب (س) که هنوز درک نشده و از این جهت در حجاب مانده است. داستان با یک کابوس آغاز می شود: چشم های اشک آلودت را به پیامبر دوختی، لب برچیدی و گفتی: «خواب دیدم، خواب پریشان دیدم. دیدم که طوفان به پا شده، طوفانی که دنیا را تیره و تار کرده است. طوفانی که چشم به بنیان هستی دارد...» آفتاب در حجاب در هجده بخش تنظیم شده است که بخش عظیمی از آن معطوف به داستان کربلاست. در انتهای کتاب باز سید مهدی شجاعی به همان کابوس کودکی بازمی گردد و می نویسد: «تعبیر شد خواب کودکی های من پیامبر! و من اکنون با یک دنیا مصیبت و غربت تنها مانده ام...»

هفت سین ما

اولین سین سفره ما سبزی سرخ است که مادر آن را از شاخه های دور آفرینش چیده است، آن روز که از بهشت بیرون می آمد. ما آن را در سفره می گذاریم تا به یاد بیاوریم که جهان با سبزی سرخ شروع شد؛ همرنگ عشق.

مادر سکه هایی را در ظرف می چیند، سکه هایی از عهد سلیمان را، سکه هایی که به نام خدا ضرب خورده است و می گوید: باشد که به یاد آوریم که تنها خدا پادشاه جهان است و تنها نام اوست که هرگز از سکه نمی افتد و تنها پیام آوران اویند که بر هستی حکومت می کنند و سکه آنان است که از ازل تا ابد، رونق بازار جهان است.

مادر به جای سنبل و به جای سوسن، گیاه سیاووش را بر سفره می گذارد، که از خون سیاوش روییده است. این سومین سین هفت سین ماست. تا به یادآوریم که باید پاک بود و دلیر و از آتش گذشت. و بدانیم که پاکان و عاشقان را پروای آتش نیست.

مادر می گوید: ما عاشقی می کنیم و پاکی، آنقدر تا سوگ سیاوش را به شور سیاوش بدل کنیم.

و سین چهارممان، سرود سروش است تا از سبزپوشان آسمان یادی کنیم و یاری بخواهیم که جهان اگر سبز است، از سبزی آنان است و هر سبزه که هر جا می روید از رد پای فرشته ای است که پا بر خاک نهاده است. مادر، تنگ بلور را از آب جیحون پر می کند و ماهی، بی تاب می شود. زیرا که ماهیان بوی جوی مولیان را می شناسند. و ما دعا می کنیم که آن ماهی از جوی مولیان تا دریای بیکران، عشق را یکریز شناکند.

مادر می گوید: ما همه ماهیانیم بی تاب دریای دوست. مادر، پری از سیمرغ بر سفره می گذارد تا به یادمان بیاورد که سفری هست و سیمرغی و کوه قافی و ما همه مرغانیم در پی همد. باشد که پست و بلند این سفر را تاب بیاوریم که هر پرنده سزاوار سیمرغ است. مبدا که گنجشکی کنیم و زاغی و طاووسی، که سیمرغ ما را می طلبد. مادر، شاخه ای سرو بر سفره می نشاند که نشان سربلندی است و می گوید: تعلق بار است، خموده و خمیده تان می کند. و بی تعلقی سرافرازی. و سرو این چنین است، بی تعلق و سرفراز و آزاد. باشد که در خاک جهان سرو آزاد باشیم.

سین هفتم هفت سین مان، سرمه ای است از خاک وطن که مادر آن را توتیای چشمش کرده است. ما نیز آن را بر چشم می کشیم و از توتیای این خاک است که بینا می

می شویم و چشم مان روشن.

مادر آب می آورد و آینه و قرآن، و سپند را در آتشدان می ریزد و گرداگرد این سرزمین می چرخاند، سپندی برای دفع چشم زخم آنکه شور و شادی و شکوه این سرزمین را نتواند دید.

عرفان نظر آهاری

برنامه ها و فعالیت های بسیج دانشجویی دانشکده پیراپزشکی

در ترم بهمن ماه ۹۹

مسابقات:

- ۱- مسابقه ماملت امام حسینیم به مناسبت شهادت سردار سلیمانی
- ۲- مسابقه دانشجوی هنرمند
- ۳- مسابقه یادکست فجر انقلاب به مناسبت دهه فجر
- ۴- مسابقه حل جدول به مناسبت ولادت حضرت علی (ع)
- ۵- مسابقه یادکست عید نو عهد نو؛ به مناسبت ولادت حضرت امام زمان عج

برنامه های مجازی برگزار شده:

۱۲ بهمن
تربیت آزاد
نقش مردم و حکومت در تحقق عدالت اجتماعی
دکتر بخشی محبی

مستشار محترم دادگاه های تجدید نظر خراسان رضوی و معاون سابق حقوق عامه خراسان رضوی

۱۳ بهمن

وبینار روابط دختر و پسر؛ باید ها و نباید ها
خانم دکتر خادمی رئیس دانشگاه فرهنگیان فردوس و استاد دانشگاه

۱۴ بهمن

وبینار سیره زندگی حضرت زهرا (س)

حجه السلام هادی رضانی

کارشناس مسایل دینی و خانواده

۲۰ بهمن

در مسیر قله

گفتگویی پیرامون آرمان های انقلاب اسلامی

جناب آقای صلاحی

مسئول محترم بسیج دانشجویی خراسان جنوبی

افتخارات:

- ۱- برگزیده شدن بسیج دانشکده در پویش کشوری فراق اربعین
- ۲- سرکار خانم سمانه جلالی؛ برگزیده بخش داستان نویسی بیست و پنجمین جشنواره کشوری قرآنی هدهد
- ۳- آقای مصطفی مرادیان؛ برگزیده جشنواره ققنوس بخش طراحی پوستر مرحله استانی
- ۴- پذیرش مقاله خانم ها فاطمه عامری و سمانه جلالی در چهارمین کنگره بین المللی سلامت همراه با عنوان:
The effect of using mHealth on the self_care of patients with type 2 diabetes:A systematic review
[نویسندگان: سمانه جلالی، اعظم صباحی، فاطمه عامری/نوع پذیرش: پوستر]
- ۵- راه یابی خانم ها سارا گلمکانی، طلیعه خورسندی و سمانه جلالی به مرحله دوم مسابقه OPAC ۲۰۲۱ چهارمین کنگره بین المللی التهاب عصبی
- ۶- انتخاب امیرحسین رحمتی مسئول بسیج به عنوان یکی از نمایندگان خانه نشریات دانشجویی وزارت بهداشت منطقه شمال شرق



سرکار خانم سمانه جلالی



سرکار خانم فاطمه عامری



سرکار خانم سارا گلمکانی



سرکار خانم طلیعه خورسندی



جناب آقای امیرحسین رحمتی



جناب آقای مصطفی مرادیان

* اسامی منتخبین مسابقه شماره قبلی نشریه: ۱- آقای سینا توکلی کرفند (ترم ۲ فناوری) ۲- خانم زیبا نظری (ترم ۴ اتاق عمل) ۳- آقای کاوه جبرئیلی زیویه (ترم ۶ پرستاری)