



طبیبتب

## قرنطینه شهرها

## اقدامی لازم ولی نه کافی!

✚ از ابتدای این هفته با هدف خلوت شدن خیابان‌های ایران قوانین جدیدی اعلام و اعمال شد.به دنبال رشد رعب‌آور شمار مبتلایان به کووید-۱۹ در کشورمان در هفته‌های اخیر، رزمه‌های لزوم تعطیلی شهرها بلندتر شنیده می‌شد و کمتر مقام رسمی بود که خواستار این امر نباشد. تجربه‌های مشابه در سایر نقاط دنیا، زمانی با موفقیت همراه بود که محدودیت‌های شدید و بدون اغماض با حداقل تردد در سطح جامعه اعمال شد و هنگامی امور به روال عادی بازگشت که تعداد مبتلایان به کمترین حد خطر برای سایر افراد رسید و پیش‌بینی‌های لازم نیز برای برگشت محدودیت‌ها در صورت افزایش مبتلایان انجام شده بود. موفقیت طرح جدید به عوامل زیادی بستگی دارد؛ مدت دوهفته‌ای اعلام شده با نگاه به حداکثر دوره نهفتگی کووید-۱۹ بوده که برای کاهش چرخش ویروس در جامعه بسیار حائز اهمیت است. اعمال دورکاری برای کارمندان دولت با کاهش ازدحام در فضاهای بسته ادارات به کاهش میزان ابتلا در محل کار منجر خواهد شد؛ البته بهتر است برای کاهش مراجعه ارباب رجوع به این سازمان‌ها نیز تصمیماتی اتخاذ شود. همچنین مردم عزیزمان توجه داشته باشند این تصمیمات بیشتر با هدف کاهش تردد و ازدحام در سطح جامعه گرفته شده و قطعا برای موفقیت هر چه بیشتر آن همکاری هموطنانمان در کم کردن دوره‌می‌های خانوادگی، مسافرتها و خروج غیرضروری از منازل حیاتی خواهد بود. و در آخر، موفقیت این طرح اثر مقطعی در کاهش موارد بیماری و خستگی مغرط کادر درمان خواهد داشت و پس از پایان آن، حفظ اصول بهداشتی که بارها مورد تاکید قرار گرفته، جهت حفظ نتایج مثبت حاصله، ضروری خواهد بود. ✚



- ✚ ورزش را نیز فراموش نکنید. ورزش سنگین بهترین گزینه است اما حتی ورزش سبک و در فضای خانه هم از نداشتن هیچ نوع فعالیتی بهتر است.
- ✚ از مصرف غذاهای سنگین و استعمال دخانیات و کافئین در عصر و شب خودداری کنید. / ایسنا

بر اساس اندیکاسیون‌های مامایی عمل کنیم؛ یعنی زایمان طبیعی برای وی انجام شود.

✚ **اگر مادری آلوده به ویروس کرونا باشد هنگام مراجعه برای زایمان باید چه مواردی از سوی کادر پزشکی در مورد وی رعایت می‌شود؟**

در فرآیند زایمان طبیعی با توجه به این‌که خطر انتقال ویروس از طریق تنفس و استنشاق هوای تنفسی آلوده امکان‌پذیر است، بهتر است فرد را در اتاق جداگانه‌ای بستری کنیم. حداقل پرسنل با فرد در تماس باشند و افراد تیم درمان از وسایل محافظتی استفاده کنند. هوای محل نگهداری مادر باردار باید تهویه شود. کادر زایمان در فرآیند نهایی زایمان باید به مادر کمک‌کنند تا زودتر نتیجه به‌دست‌آید. از روش‌های بی‌دردی هم مثل استنشاق گاز اینتوتوکس باید پرهیز شود. نوزاد هم به محض به‌دنیا آمدن از مادر دور می‌شود. اگر فردی با علائم شدید کرونا و اُفت سطح اکسیژن خون مراجعه کند باید یک تیم پزشکی تشکیل و بر اساس شرایط مادر تصمیم‌گیری شود. اگر فرآیند زایمان بتواند به بقا و سیر بیماری مادر کمک‌کند، بسته به شرایط معمولاً سزارین انجام می‌شود تا هرچه سریع‌تر روند زایمان خاتمه پیدا کند. در صورت بروز مشکلات تنفسی شدید در مادر برای جنین هم بهتر است زودتر (بین ۳۲ تا ۳۴ هفته‌گی بارداری خروج جنین ممکن است) از رحم خارج شود تا دچار آسیب ناشی از کمبود اکسیژن خون مادر نشود.

✚ **در چنین شرایطی احتمال انتقال بیماری به نوزاد چقدر است؟** مطمئنا خیلی زیاد! نوزاد ایمنی پایی ندارد و باید بلافاصله از مادر توسط کسی که حامل و ناقل بیماری نیست، جدا و

- کنید. این کار ساعت بدن شما را تنظیم و کمک می‌کند شب‌ها راحت‌تر به خواب رفته و در طول شب نیز از خواب بیدار نشوید.
- ✚ اگر شب‌ها برای خوابیدن مشکل دارید از چرت‌زدن در بعدازظهرها خودداری کنید. از نور روشن برای کمک به مدیریت ریتم شبانه‌روزی خود استفاده کنید.



یک متخصص زنان و زایمان به جام جم می‌گوید اگر خانمی در فاز یک بیماری کرونا با علائم مختصر برای زایمان مراجعه کند، ترجیح ما زایمان طبیعی برای اوست

# نبرد با کرونا در دوراهی زایمان

✚ چندی پیش باخبر شدیم تعدادی از کادر درمانی یک بیمارستان طی زایمان مادری مبتلا به کرونا که علائم آلودگی شدید کووید-۱۹ نداشته است به این بیماری مبتلا شده‌اند. این اتفاق نشان می‌دهد فرآیند زایمان یک مادر آلوده به کووید-۱۹ می‌تواند برای کادر بیمارستان و نیز نوزاد به‌طور جدی با خطر انتقال کرونا همراه باشد. با این حال بسیاری می‌پرسند آیا خطر انتقال بیماری در زایمان طبیعی نسبت به سزارین ارجحیت دارد ؟ و آیا می‌شود نوزاد را از خطر آلودگی در امان نگه داشت؟ برای رسیدن به پاسخ سوالاتی از این دست با دکتر فیروزه بلاش، جراح و متخصص زنان و زایمان و عضو تیم تخصصی مرکز فوق تخصصی درمان ناباروری ابن سینا گفت‌وگو کرده‌ایم.

هفته اول ابتلا به کروناست. در نتیجه اگر خانمی در این زمان وارد فاز زایمان شود بیشترین خطر انتقال کرونا را دارد. در غیر این صورت احتمال آلودگی با ویروس از طریق تظاهراتی مثل سرفه و ترشحات تنفسی هم به کادر درمان و هم به نوزادی متولد شده وجود دارد. ✚ **برای کاهش خطر انتقال ویروس کرونا، زایمان طبیعی پیشنهاد می‌شود یا سزارین؟** این پرسشی است که نمی‌توانیم به‌طور قطعی به آن پاسخ دهیم. اگر

وجود دارد؟

بله، مطمئنا این خطر وجود دارد. بیشترین احتمال عفونت زایی کرونا از دو روز قبل از علامت‌دار شدن تا ۱۰روز بعد از آن است. اوج عفونت زایی در



پونه شیرازی

سلامت

✚ **آیا خطر انتقال کرونا در حین زایمان وجود دارد؟**

بله، مطمئنا این خطر وجود دارد. بیشترین احتمال عفونت زایی کرونا از دو روز قبل از علامت‌دار شدن تا ۱۰روز بعد از آن است. اوج عفونت زایی در

## زندگی ایران

# کلنگ دلال‌ها بر سر هگمتانه

شورای شهر و شهرداری همدان بدون توجه به قوانین میراثی طی روزهای گذشته مجوز ساخت و ساز در بافت تاریخی همدان را صادر کرده‌اند

✚ «این روزها و در جولان کرونا و گرانی و اقتصاد آشفته، کمتر کسی حواسش به میراث فرهنگی این سرزمین است، اما چشم تاریخ سخت همین روزها را نشانه گرفته؛ همین روزهایی که حال میراث فرهنگی کشور روبه وخامت است و ملت‌پزترین حال‌وروژ هم به نام میراث تاریخی- فرهنگی شهر همدان در حال رقم خوردن است؛ شهری که عنوان اولین پایتخت نخستین شاهنشاهی ایران (مادها) را در کارنامه دارد و دارای قدیمی‌ترین بافت‌ها و محلات مسکونی است اما طی ماه‌های اخیر با مجوزهای غیرقانونی نهادهایی چون شورای شهر و شهرداری و بدون توجه به قوانین میراثی در حال از دست‌دادن بافت‌ها و بناهای تاریخی‌اش است، نشان به آن نشان که یکشنبه ۲ آذر، معاون معماری و شهرسازی شهرداری همدان در اقدامی عجیب در نامه‌ای خطاب به شهرداران مناطق چهارگانه همدان اعلام کرد بر اساس طرح تفصیلی مجوز ساخت‌وساز در بافت تاریخی را صادر کنند و شگفت‌آورتر آن که چند ساعت بعد برای چند پرونده مجوز ساخت‌وساز صادر شد!



مریم طبیبی

ایران

همدان اولین پایتخت نخستین شاهنشاهی ایران (مادها) بوده است. این شهر در روزگار هخامنشیان، اشکانیان، ساسانیان، آل‌بویه و سلجوقیان نیز یکی از پایتخت‌های کشور بوده و قدیمی‌ترین آثار یافت‌شده از محوطه باستانی هگمتانه و نیز کتیبه‌های گنج‌نامه در این شهر مربوط به دوران هخامنشیان است. اینها تاریخچه‌ای از گذشته دور همدان بود، اما این شهر همیشه میراث‌دار تاریخی گهربار بوده و گواه این ادعا وجود ۱۵محله و مرکز محله قدیمی و تاریخی ارزشمند است که متأسفانه در سال‌های اخیر بسیاری از آنها ویران‌شده و از بین رفته و طی ماه‌های اخیر ضرب‌هنگ این تخریبات سرعت گرفته است. برای این‌که در جریان روند تخریبی محلات تاریخی همدان قرار بگیریم شاید بد نباشد مروری کوتاه بر آنچه طی سال‌های اخیر بر هگمتانه ایران گذشته، داشته باشیم. چهار شهر همدان، توپسرکان، نهاوند و ملایر جز ۱۶۸شهری هستند که شورای‌عالی معماری و شهرسازی محدوده بافت تاریخی آنها را سال ۹۴ تعیین، طبق و ابلاغ کرد؛ البته محدوده بافت تاریخی همدان سال ۸۸ هم از سوی سازمان میراث فرهنگی به وزارت کشور ابلاغ شده بود. بنابراین این خبر چندان جدی به نظر نمی‌رسید. کدام خبر؟ همین که سه ماه قبل ۱۰انفر از اعضای شورای شهر همدان در صحن شورا طرخی را تصویب کردند که طبق آن شهرداری‌ها برای

ساخت‌وساز در بافت تاریخی شهری یعنی رینگ‌اول و دوم نیازی به استعلام از اداره‌کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی استان ندارند. اما آرام‌آرام خبر جدی شد و شنیدنش ذهن میراث دوستان را به هم ریخت. همدانی بدون بافت تاریخی آدم را بیشتر به یاد اولیویه، جهان‌نگرد فرانسوی عصر قاجار و توصیفاتی‌اش از این شهر در سفرنامه‌اش می‌اندازد: «همدان در تمام سلطنت صفویه از شهرهای معظم ایران بوده، بعد از انقراض سلطنت از آن دودمان به بالاها و فلاکت‌های متعاقب گرفتار شده و اکنون جز قصبچه‌ای بیش نیست، لیکن باره و حصار شهر هنوز آثار عظمت را دارد و بعضی ابنیه خوب هنوز باقی است که از آجر ساخته‌اند و چند مسجد نیکو برجاست، اما جمعیت آن رفته و بیشتر از نصف خانه‌ها خراب‌شده و اگر که در جانب شهر و در روی تلی واقع بود، حال کلا ویران است.» شاید هم ما ربه یاد تخریب سه بنای تاریخی «خلاصی»، «شمسیان» و «پهرامی» واقع در چمن‌کبابیان از قدیمی‌ترین محلات همدان بیندازد که دی ۹۶ از سوی شهرداری تخریب محلات تاریخی موجود در شهر همدان را هم بدون مجوز و در حالی که از سال ۹۰ در کمیسیون ماده ۵ طرح تفصیلی تبدیل مرکز محله کبابیان به مکانی اقامتی با کاربری بوم‌گردی و گردشگری به‌صورت قانون مصوب و به شهرداری ابلاغ شده بود. هر چند ابراهیم شقاقی، مدیرکل حقوقی

این‌که هیچ تعارفی در حفظ بافت تاریخی شهر با کسی ندارد، تاکید کرده بود.

✚ **چشم طمع به بافت تاریخی**

همایون اسماعیل‌زاده، کارشناس ارشد مرمت دو موضوع را دلیل عمده تلاش‌ها برای بلندمرتبه‌سازی در بافت تاریخی می‌داند. نخست آن‌که زمین‌های اطراف همدان گران‌شده و دیگر برای بسازفروش‌ها ساخت‌وساز در آن محدوده صرف نمی‌کند و چشم همه آنها به بافت تاریخی دوخته شده است. دوم این‌که شهرداری منبع درآمدی ندارد و کرونا و تحریم‌ها مزید بر علت شده و وقتی ولع بسازفروش‌ها را می‌بیند، طبق معمول تراکم‌فروشی را راه‌حلی برای نجات خود از کمبود بودجه می‌پندارد. اسماعیل‌زاده با تاکید بر این‌که گردشگر به همدان نمی‌آید تا صرفاً گنج‌نامه یا غار علیصدر را ببیند، می‌افزاید: در گذشته همدان حدود ۵۱محله و مرکز محله داشت؛ محله صابونی‌ها، قاشق‌تراشان، جولان، سیدابافان، کبابیان، کلیا، چاپارخانه، محله حاجی، چوپان‌ها، نظربریگ و... که از برخی از آنها فقط نامی باقی مانده است. حتی بین این محلات تفاوت آداب و رسوم و لهجه وجود داشته که این خود بر جذابیت این محله‌ها می‌افزود، اما اکنون تنها ۱۸محله باقی مانده است. حالا به‌جای احیای این محلات برخی برای منافع خودشان چشم بر ثروت ملی و رونق گردشگری

✚ **نیازی به استعلام از میراث فرهنگی نیست**

از سویی دادستان همدان ۲۷ مهرماه در



محله تاریخی کبابیان در شهر همدان

نامه‌ای به مدیرکل میراث‌فرهنگی استان همدان دستور داده ضوابط اختصاصی میراث‌فرهنگی بافت تاریخی همدان را ظرف یک‌ماه صادر کند. در این بین سید مسعود عسگریان، رئیس شورای شهر همدان دوم آذرمه گفت: بر اساس نامه دادستان شهرداری در محدوده بافت تاریخی همدان به استثنای بناهای واجد ارزش و تاریخی نیازی به استعلام از میراث‌فرهنگی برای صدور پروانه ساختمانی ندارد. این درحالی است که وزارت میراث‌فرهنگی در طول این یک‌ماه ضوابط را مورد بررسی و تصویب قرار داد و ۲۹ آبان به استانداری همدان ابلاغ کرد، اما طبیعی است ابلاغ این ضوابط از استانداری به شهرداری با توجه به روال اداری چندروزی زمان ببرد. در همین حین معاون معماری و شهرسازی شهرداری همدان بر اقدامی عجیب روز دوم آذر در نامه‌ای خطاب به شهرداران مناطق چهارگانه همدان اعلام کرد:بر اساس طرح تفصیلی مجوز ساخت‌وساز در بافت تاریخی را صادر کنند و شگفت‌آورتر آن‌که چند ساعت بعد برای چندین پرونده مجوز ساخت‌وساز صادر شد!

اما المیر، مدیرکل میراث فرهنگی استان همدان رسماً به رسانه‌ها اعلام کرد: شهردار همدان دوم طبق مکاتباتی تاکید کرد که چون ضوابط هنوز تعیین نشده ما طبق نامه دادستان عمل خواهیم کرد که من تصویرنامه وزارتخانه و همچنین نامه خودم را برای شخص شهردار ارسال کرده‌ام. ✚

## شهرگردشگری

کتاب «شهره‌شهر»، خاطرات حسین ادیبیان، پدر تورگردانی و گردشگری خراسان بزرگ به بازار نشر آمد. این کتاب ۱۶۴صفحه‌ای نخستین تلاش انجمن توسعه گردشگری چهارباغ خراسان در حوزه ثبت تاریخ صنعت گردشگری این خطه از کشور محسوب می‌شود که در ۱۶۴صفحه توسط انتشارات محقق منتشر شده است. شهره‌شهر که توسط رضا سلیمان نوری تهیه و الهام پارسیایی آن را ویراستاری کرده، شامل ۴فصل خاطرات، نکوداشت، ارچ‌نامه و تصاویر است. ناگفته‌هایی از استاد محمدمتقی شریعتی، امام موسی‌صدر، حاج مهدی شجریان، نخستین فعالیت‌های گردشگری در خراسان و نخستین تورهای خارج کشور پس از انقلاب ازجمله مطالب خواندنی کتاب در فصل خاطرات است. حسین ادیبیان بیش از نیم قرن است در حوزه تاریخ و گردشگری ایران و خراسان فعالیت می‌کند و در این مدت نه‌تنها شاگردان بسیاری را پرورش داده که اکنون هرکدام از آنها در حرفه خود سرآمد و شاخص هستند. برگزاری توره‌های درون‌شهری و همچنین توره‌ای ایرانگردی خاصه توره‌ای ویژه شمال‌کشور و همچنین توره‌ای ویژه سفر به همسایگان شمالی برای نخستین‌بار ازجمله راه‌هایی است که استاد حسین ادیبیان آن را آغاز کرده و دیگران جا پای ایشان گذاشته‌اند. / جام‌جم‌دیلی

