



#### کرونا ممنوع

## بهداشت در واحدهای عرضه گوشت و مرغ

🔴 متخصصان بهداشت محیط وزارت بهداشت تأکیدمی‌کنندفرآورده‌های خام دامی از جمله مرغ، ماهی و میگو و گوشت در بسته‌بندی‌هایی‌که مورد تأیید سازمان دامپزشکی است در فروشگاه‌های زنجیره‌ای و میادین تره‌بار عرضه شود. در صورتی‌که این محصولات به‌صورت سنتی عرضه می‌شوند دارای پوشش مناسب بوده و به صورت روباز عرضه‌نشوند. به‌منظور کاهش تماس‌مرغ، ماهی و میگو با سطوح دست از قطعه‌قطعه‌کردن، تمیزکردن در مراکز عرضه صنفی خودداری شود. لازم است فرآورده‌های خام دامی خارج از یخچال نگهداری نشود.

یخچال‌ها و فریزرها و ابزار و تجهیزات، میکار، تخته کار، چاقو، ساطور، سینی، لگن، باسکول و ترازو به‌طور مستمر گندزدایی شود. وسایل نظافت نیز پس از هر بار گندزدایی تمیز شود. کارتهخوان‌ها و دستگیره در و یخچال و فریزر به طور مستمر باید گندزدایی شوند. سطوح گندزدایی شده به مدت ۱۰دقیقه خیس بماند تا اثرگذاری ماده گندزدا بیشتر باشد. به منظور ایجاد تهویه مناسب در واحدهای صنفی و محل‌های فروش، استفاده از هواکش و بازگذاشتن درها و پنجره‌ها درواحدهای صنفی ضروری‌است، به‌طوری‌که هوای مناسب‌وبدون بو در داخل محل باشد.

باید یخچال‌ها و فریزرها به منظور حفظ دمای مناسب به صورت روزانه کنترل شوند و از خراب‌نبودن آنها مطمئن شوئید. در فروشگاه‌هایی‌که جمع‌مشتري درآنهامشاهده می‌شودباید تمهیداتی برای رعایت فاصله‌گذاری از سوی مدیر فروشگاه اعمال شود. 🔴



تولید بیشتر مخاط شده و سرماخوردگی و سرفه را تشدید و سیستم ایمنی را ضعیف می‌کند.

**موادقندی و شیرینی:** این نوع از خوراکی‌ها موجب التهاب شدید در بدن می‌شود و با تضعیف سیستم ایمنی عارضه سرماخوردگی و سرفه را تشدید می‌کند. /ایسنا

🔴 **چه عوارضی و در کدام دسته از مبتلایان به کرونا نشان‌دهنده آن است که کووید-۱۹ به مغز سرایت کرده‌است؟**

این روزها موارد زیادی را در مبتلایان به کرونا می‌بینیم که در هفته‌های دوم به بعد دچار سردرده‌های شدیدی می‌شوند و تا مدتی هم ممکن است این سردرد ادامه پیدا کند. ولی این سردردها به این معنی نیست که ویروس وارد سیستم عصبی شده و عفونت مغزی ایجاد می‌کند. سردرد، جزو عوارض بیشتر بیماری‌های ویروسی است. اما درصد بسیار ناچیزی از درگیری ویروس با سیستم عصبی تاکنون گزارش شده است.

🔴 **در چه مواردی باید نسبت به خطر سکنه مغزی در فرد مبتلا به کرونا شک کرد؟**

یکی از عوارضی‌که ویروس کرونا ایجاد می‌کند افزایش اعتقادپذیری خون است. بنابراین تا حدی ممکن است ریسک سکنه‌ها را افزایش دهد. اما این اتفاق به‌خصوص در کسانی ممکن است رخ بدهد که عوامل خطر دیگر مثل فشار خون، بیماری قلبی، سیگار کشیدن، چربی خون و دیابت دارند. پس در چنین مواردی باید بیشتر نگران سکنه قلبی و مغزی پس از ابتلا به بیماری کرونای شدید باشیم. به این دسته از افراد در صورت ابتلا به کرونای شدید باید داروی ضداعتقاد خون هم داده شود.

🔴 **آیا لزوماً افراد با سن بالا یا سابقه مشکلات سیستم عصبی، در خطر سکنه مغزی در پی ابتلا به کرونا هستند؟**

سن بالا به خودی خود، یک عامل خطر برای سکنه مغزی است. پس اگر فرد دچار بیماری‌های دیگری مثل کووید-۱۹ شود، نگرانی بیشتری خواهیم داشت. به‌ویژه اگر فرد سابقه سکنه مغزی را نیز داشته باشد، احتمال سکنه مجدد وجود دارد.

🔴 **در صورتی‌که فرد مبتلا به کرونا در خانه دوران نقاهت خود را طی می‌کند، با مشاهده چه عوارض و نشانه‌هایی باید نسبت به خطر**

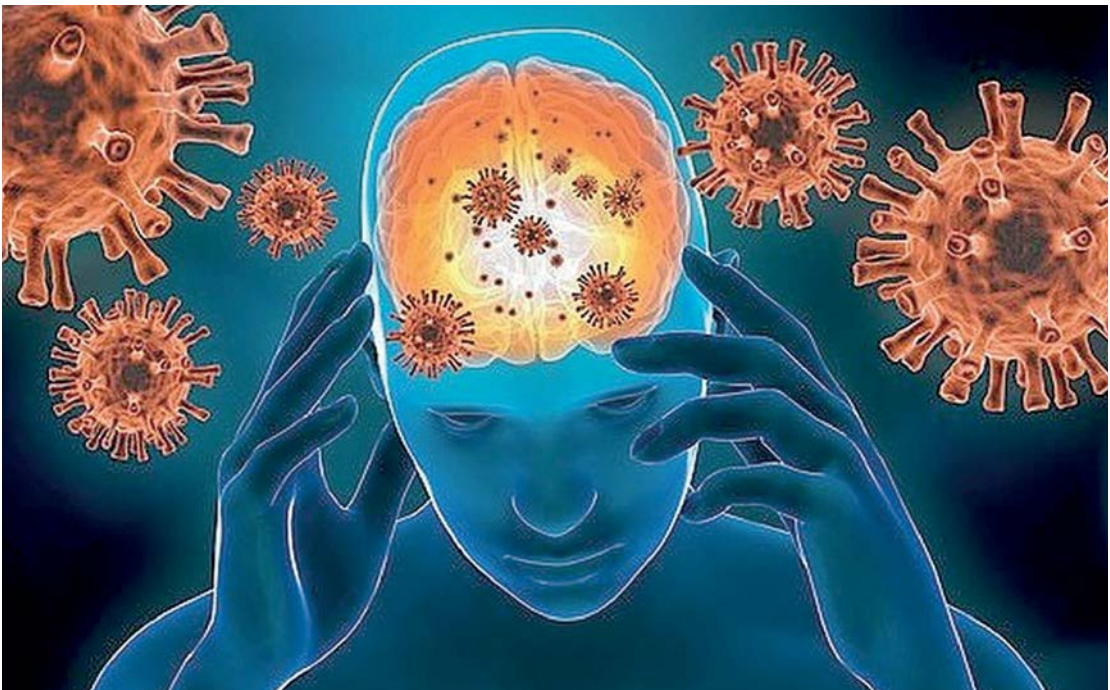
است که هنگام سرماخوردگی و سرفه کردن افزایش می‌یابد. **شیر:** مصرف شیر و لبنیات هنگام سرماخوردگی و وجود علائم سرفه می‌تواند مشکل ساز باشد، چراکه عامل تولید مخاط بیشتر در بدن است.

**کافئین:** خوراکی‌ها و نوشیدنی‌های حاوی کافئین از قبیل قهوه و نوشابه موجب

### هنگام سرماخوردگی شیر نخورید

با سرد شدن هوا موارد ابتلا به سرماخوردگی و سرفه کردن ناشی از آن بیشتر شایع می‌شود، بنابراین خودداری از مصرف برخی انواع خوراکی‌ها هنگام سرماخوردگی و سرفه کردن توصیه می‌شود. برخی از انواع این خوراکی‌ها عبارتند از:

**غذاهای سرخ‌شده:** روغن و چربی موجود در این مواد غذایی تولیدکننده مخاط



### رئیس انجمن سکنه مغزی ایران به جام جم گفته است بروز سردرد

در مبتلایان به کرونا غالباً نشان‌دهنده درگیری سیستم عصبی با کووید-۱۹ نیست

# نیش کرونا بر مغز

🔴 خیلی‌ها از سکنه مغزی بیش از سکنه قلبی می‌ترسند، زیرا سکنه قلبی را اگر رد کنی با طی دوره‌های درمانی به‌موقع و اصلاح سبک زندگی می‌توانی به زندگی عادی بازگردی. اما متأسفانه سکنه مغزی در بسیاری موارد با کم‌توانی و ناتوانی‌های تکلمی، حسی و حرکتی همراه می‌شود که شاید همیشه با فرد باقی بماند. کما این‌که از ۷ میلیون نفری که بنا بر گزارش‌های سازمان‌های جهانی به سکنه مغزی دچار می‌شوند، تقریباً شش میلیون نفر می‌میرند و بقیه دچار انواع معلولیت‌ها می‌شوند.

متأسفانه شیوع کرونا علاوه بر درگیری‌های ریوی به ایجاد لخته خون در عروق مغزو بروز سکنه مغزی در برخی مبتلایان منجر شده است که همین مسأله، ترس از سکنه مغزی را به‌ویژه در افرادی که فاکتورهای خطری مانند فشار خون، چربی خون و سابقه مشکلات عروقی مغزی را دارند دوچندان کرده است.

با وجود این، آنچه باعث نگرانی متخصصان مغز و اعصاب شده آن است که شرایط ناشی از همه‌گیری کووید-۱۹ و امتناع بیماران از بستری شدن، باعث افزایش مرگ‌ومیر و عوارض سکنه مغزی به‌دلیل مراجعه دیر هنگام به مراکز درمانی شده است. این موضوعات موجب شد با دکتر مسعود مهرپور، رئیس انجمن سکنه مغزی ایران گفت‌وگو کنیم.

## زندگی ایران

به بهانه تخریب خانه زند نوابی در میدان فلسطین
مروری کرده‌ایم بر تاریخ فرهنگی، سیاسی و اجتماعی این میدان و بناهایش

# میراثی که ویران می‌شود

🔴 خبر سریع پخش می‌شود در هیاهوی پاییزی شهر در روزگار کرونایی؛ خانه زند نواب صفوی که سال ۸۸ با رای دیوان عدالت اداری از ثبت ملی خارج و بخشی از آن در سال ۸۹ تخریب شده‌بود، بار دیگر اواخر آبان ۹۹ مورد هجوم لودرها قرار گرفت تا باقیمانده خاطرات تاریخی- فرهنگی میدان فلسطین (کاخ سابق) برای همیشه محو و زده‌ده شود. البته درحال حاضر و با واکنش میراث‌دوستان و ورود رسانه‌ها، روند تخریبی خانه متوقف شده است، اما مشخص نیست در نبود قوانین درست و درمان حفاظتی از یک‌سو و نبود دغدغه در مسؤولان برای حفظ این میراث، فردارز دوباره ازسرگیری تخریب این خانه و نابودی پرونده تاریخی این میدان پرخطر نه‌پاشیم. شاید اگر مردم و مسؤولان متوجه اهمیت تاریخی، فرهنگی و سیاسی میدان و منطقه‌ای که این خانه در آن واقع شده، بودند، همت بیشتری برای حفظ و نگهداری آن از خود نشان می‌دادند. اتفاقی که برای خانه زند نوابی افتاد بهانه‌ای شد تا ما در گفت‌وگو با چند تهران‌شناس سراغ خاطرات این خانه و میدان فلسطین برویم و هویتی که نابودی‌اش، نابودی اصالت یک تاریخ و فرهنگ است؛ نابودی خاطرات زیبایی آبا و اجدادی ...

به سویت هجوم می‌آورد. ضلع جنوب‌غربی در اراضی بتول خانم، همسر فرمانفرما که دفتر محل کار فرمانفرما بوده و روزگاری یک بنای تاریخی، حالا مسجدی قد برافراشته که امروزه جزئی از نماد میدان شده است. به سمت خیابان طالقانی غربی (تخت جمشید سابق) که به‌خیرچراک پلاک ۵۱۴ اثری از وارطان هوانسیان، معمار ارمنی تبار و از مدافعان سرسخت معماری مدرن در ایران با نام «خانه وارطان» خودنمایی می‌کند. خانواده فرمانفرمایان در خیابان فلسطین املاک زیادی داشته‌اند. بخشی از این املاک، که دفتر کار عبدالعزیز فرمانفرمایان (اعاقا AFFA) هم جزوی از آن بوده، در میدان فلسطین واقع شده بود. در ضلع جنوب‌شرقی در محل سازمان تبلیغات اسلامی منزل دکتر محمد قریب، بنیانگذار پزشکی اطفال در ایران قرار دارد و در ضلع شمال شرقی میدان، خانه زند نواب صفوی و کمی آن‌طرف‌تر در همان خیابان ساختمان دایره‌المعارف اسلامی است.

اما این تمام داستان خیابان فلسطین یا کاخ نیست. دکتر نصر... حدادی، تهران‌شناس درباره این خیابان به جام جم می‌گوید: خیابان کاخ را چند رشته خیابان بزرگ قطع می‌کند؛ زحمله جمهوری (شاه و نادری)، انقلاب (شاهرضا)، طالقانی (تخت جمشید)، بلوار کشاورز (بلوار الزیارت) و در هرکدام از این قسمت‌ها چندین روایت فرهنگی، اقتصادی و سیاسی وجود دارد. قدرت در باستور، مراکز اداری در تخت جمشید، کتاب‌فروشی‌ها در انقلاب و تفریح و خوشگذرانی در بلوار. از بالا پس از میدان فاطمی (سازمان آب) و خیابان زرتشت تا بلوار کشاورز پارچه‌فروشی، پرده‌فروشی و مزون عروس بود و از میدان به سمت جنوب تا انقلاب راسته عینک‌فروشی‌ها و کتاب‌فروشی‌هاست. به سمت جمهوری، عمده‌فروشی‌های لباس و کلوچه‌فروشی است. در کنار همه این‌ها دانشگاه‌ها، ادارات، رستوران‌ها، کافه‌ها و قهوه‌خانه‌ها. خشکسویی، انتشاراتی و ... است. به لحاظ سیاسی، در فلسطین جنوبی اراضی به خاندان فرمانفرما تعلق دارد، همچنان که نزدیک به میدان چنین بود. اما نام کاخ به همین دلیل روی این خیابان

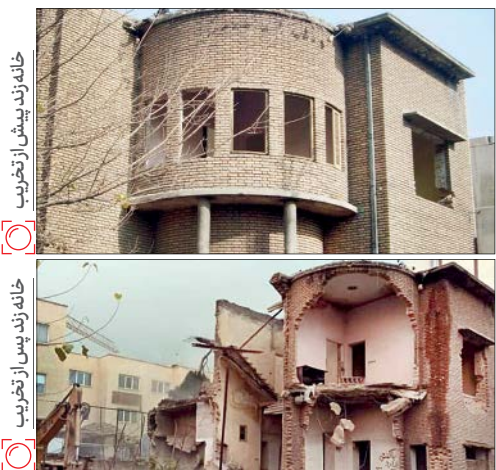


گذاشته شد؛ چون زمین کاخ مرمر در ابتدا متعلق به شاهزادگان قاجاری و خاندان فرمانفرمایان بود. کاخ مرمر را که به دستور رضاشاه‌روی همین اراضی بنا کردند، همزمان سعی شد به خیابان مقابل خیابان پهلوی (ولی‌عصر) شکل و شمایل جدیدی داده شود که این همان خیابان کاخ بود که محدوده جنوبی‌اش تاکنون همان کارکرد محدوده ادارات دولتی و حکومتی و ... را دارد. جلوتر خانه برخی رجال ارجمله محمد مصدق بود و اتفاقات کودتا در همین محدوده رخ داد. قوام‌السلطنه هم در خیابان کاخ لباس‌خانه‌ای داشت که فقط لباس‌هایش را آنجا عوض می‌کرد؛ خانه‌ای که بعدها سفارت اسرائیل و اکنون فلسطین شده است. به لحاظ فرهنگی و تفریحی چندین انتشاراتی و کتاب‌فروشی سرشناس در این محدوده وجود داشت.

کافه و سالن ورزشی، کلوپ‌ها از جمله «کوچینی» نیش بلوار که پاتوق افرادی چون «فرهاد» بود یا سینما فلسطین (کلند سیتی) و سینما عصرجدید (تخت‌جمشید) در نزدیکی میدان کاخ بود. از سویی در خیابان کاخ هم افراد سرشناسی زندگی می‌کردند، مثلاً نخستین اطباء چشم‌پزشکی ایران در این خیابان مطب داشتند و سایر پزشکان مطرح چون دکتر محمد صادق زاده‌اسکویی، دکتر لشکری، دکتر وثوق، دکتر قریب و... که تمام اینها اهمیت این خیابان را صدپندان می‌کند. اما اکنون به نظر می‌رسد نه تنها این خیابان که خیلی از آثار و مناطق تاریخی به دلیل کمبودوجه‌یاوایع ساخت‌وساز به حال خود رها شده و تخریب‌شان برای مسؤولان شهری اهمیتی ندارد.

#### 🔴 سرنوشتی که دامن زند نوابی را گرفت

پای را که از تاریخ بیرون بگذاریم باز این درد کهنه عود می‌کند؛ تخریب خانه زند نواب صفوی. این بنا متعلق به دوره پهلوی دوم بودودر سال‌های ۱۳۳۴-۱۳۲۰ با مساحتی حدود ۲۰ متر ساخته شده و در سال ۱۳۸۵ در فهرست آثار ملی قرار گرفته بود. مالکیت این بنا به «ولی نواب صفوی» می‌رسید که ملک از او ابتدا به خواهران و سپس به برادرش محمد زند نوابی و پس از فوت او به همسر دخترش رسید که آنها هم ملک را به شخصی می‌فروشنند. در سال‌های داغ‌شدن بحث خروج از ثبت‌ها یعنی سال‌های ۸۸ یکباره خبر رسید که این خانه از فهرست ثبت‌ملی خارج و بخشی



بسته‌های تشویقی وجود ندارد! معلوم است وقتی هیچ راه و بسته تشویقی وجود ندارد مردم فکر می‌کنند با ثبت ملی یک اثر زندگی و سرمایه‌شان تباه می‌شود. او ادامه می‌دهد: با همین قوانین و طرز فکر، مردم دشمن میراث فرهنگی شده‌اند. با قوانین ثبت نه کسی حاضر است ملک را از مالک بخرد، نه می‌تواند بفروشد نه بسازد نه تغییر بدهد. نه تنها مالکان که همسایه‌های آنها هم در عذابند. باید قانون ۱۳۰۹ و قانون ثبت آثار اصلاح شود.

#### 🔴 خاطرات زیبای یک شهر

این استاد دانشگاه با بیان این که مگر می‌شود معمار باشی و دلت برای بناهای تاریخی تنید، تأکید می‌کند: این خانه‌ها، بناهای مهم دوره پهلوی اول و دومند و تقریباً در سبک کارهای وارطان که با استفاده از مصالح قالب آن دوره یعنی آجر سیمان قرم‌هایی را ایجاد کرده‌اند، از نمونه‌های اروپایی خیلی بهتر هستند، هم به لحاظ فرم بیرونی و هم ترکیب فضای داخلی. تمام کسانی‌که هنرهای زیبا، دانشگاه تهران یا حتی شهید بهشتی درس خوانده‌اند و نه حتی دانشجویان معماری، بلکه کل مردم پایتخت از این میدان خاطره شهری دارند. در کجای دنیا چنین بی‌پروا خاطرات شهری را پاک می‌کنند؟ اصلاً بخش خاطرات شهری متعلق به شهروندان است و شهرداری و میراث‌فرهنگی موظف به حفظ آن هستند، همچنان که ملک متعلق به مالک است و باید حق و حقوق او رعایت و پرداخت شود.

مشتاق گوهری ادامه می‌دهد که در دنیا این ساختمان‌ها را به‌روز کرده و امکان کاربری برایشان فراهم می‌کنند، اما وقتی فقط بگوئیم ثبت کردیم و دیگر هیچ یعنی ما روایت کج و معوجی از فرهنگ و میراث‌فرهنگی داریم یا اصلاً موضوع را نفهمیدیم یا کج متوجه شدیم.

این کارشناس معماری تأکید می‌کند که حالا باید خود مردم مانند حوزه محیط‌زیست مطالبه‌گر باشند، انجمن‌های تخصصی شکل بگیرد و باید با کمک وکلای حادق اشکالات حقوقی و شهری درخصوص این قبیل بناها را یافت و با مجلس و قوه‌قضائیه رایزنی کرد و برای رفع آنها راهکار داد. مسؤولان موظف به حفظ حقوق شهروندان از جمله حفظ میراث فرهنگی‌اند. 🔴



پونه شیرازی

سلامت

مریم عطایی

ایران