



کارشناسان معتقدند چنانچه تصمیمات به‌موقع و مناسبی از سوی مسئولان گرفته نشود هیچ بعید نیست که افزایش مراجعه به مراکز درمانی که این روزها شاهدش هستیم به افزایش بیماران نیازمند بستری منجر شود و به این شکل بار دیگر نظام درمانی کشور تحت فشاری قرار بگیرد که برای آن آماده نیست.

شاخص‌های فراموش شده

عصر دیروز تصمیمات تازه‌ای در جهت مقابله با آلودگی هوای تهران گرفته شد. با تصمیم کارگروه اضطرار آلودگی هوا، تمامی مقاطع تحصیلی استان تهران به جز فیروزکوه امروز و فردا به‌صورت غیرحضوری فعالیت خواهند کرد. علاوه بر این کارمندان ادارات دولتی و غیردولتی با نظر مدیرشان در این بازه زمانی می‌توانند دورکاری کنند.

بانک‌های استان تهران نیز به‌صورت شعب کشیک فعالیت خواهند داشت. لازم به یادآوری است طرح زوج و فرد نیز از در منازل از ساعت ۳:۳۰ تا ۴:۳۰ اجرا می‌شود. شدت‌گرفتن آلودگی هوا در کلانشهرها بار دیگر توجه‌ها را به سازوکارهای قانونی مدیریت بحران جلب کرده است؛ مقرراتی که حد آستانه‌های مشخص برای تعطیلی فعالیت‌ها را تعیین می‌کنند، اما در عمل اجرای یکسان و منسجمی ندارند. دکتر عباس شاهشونی، عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و رئیس پیشین گروه سلامت هوا و تغییر اقلیم



وزارت بهداشت به جام‌چم می‌گوید: «یکی از نگرانی‌های جدی این روزها، موضوع آلودگی هواست که بیش از همه سلامت گروه‌های آسیب‌پذیر، به‌ویژه کودکان را تهدید می‌کند. طبق آیین‌نامه مصوب هیأت وزیران، زمانی که شاخص کیفیت هوا از عدد ۱۵۰ فراتر می‌رود، تمامی مقاطع تحصیلی باید تعطیل شوند.» اما یکی دیگر از مواردی که در چنین شرایطی مطرح می‌شود، ضرورت تخلیه شهر است. آن‌طور که شاهشونی در این خصوص توضیح می‌دهد: «اگر شاخص کیفیت هوا به بالای ۳۰۰ برسد، عملاً با وضعیتی بحرانی مواجه هستیم. واقعیت این است که در سال‌های اخیر چنین شاخصی در کشور مشاهده نشده، مگر در شرایط خاص مانند وقوع طوفان‌های گردوغبار. نمونه‌هایی از این وضعیت در اهواز یا زابل دیده شده و گاهی نیز در تهران به‌صورت لحظه‌ای و

کوتاه‌مدت رخ داده است. در آیین‌نامه مصوب دولت و به‌ویژه ماده ۳، هیچ اشاره‌ای به تخلیه شهرها در چنین شرایطی نشده است. اگر قرار باشد با شاخص بالای ۳۰۰ شهرها تخلیه شوند، باید همانند برخی مناطق چین عمل کنیم؛ در حالی که در آن کشورها شاخص کیفیت هوا در برخی شهرها حتی به بالای ۴۰۰ یا ۵۰۰ نیز می‌رسد.»

یادداشت دکتر منوچهرزا استادبیماری‌های عفونی دانشگاه تهران

طغیان ویروس در هوای آلوده

به نظر می‌رسد تعطیل کردن مدارس و ادارات در شرایطی که هم آلودگی هوا و هم آفتل‌اوزا به مرز هشدار رسیده، از نظر علمی چندان مؤثر نیست. آفتل‌اوزا تازه وارد شده و نمی‌توان چند ماه مدارس یا ادارات را تعطیل کرد؛ در نهایت افراد به‌تدریج مبتلا خواهند شد. سوبیه جدید نیز قدرت انتقال بیشتری دارد. شاید واکسن بتواند تا حدی ایمنی ایجاد کند اما این ویروس به در ترکیب واکسن‌های فعلی وجود ندارد، زیرا تازه امسال به جهان معرفی شده است. بنابراین تنها توصیه این است که اگر



امکانش وجود دارد، افراد از واکسن‌های موجود استفاده کنند تا سطح مصونیت‌شان افزایش یابد. ضروری است کودکان بیمار تا حد امکان به مدرسه فرستاده نشوند. بسیاری از والدین به‌دلیل مشغله کاری ناچارند فرزندان خود را به مدرسه یا مهدکودک بفرستند اما این موضوع خطر انتقال بیماری را افزایش می‌دهد؛ به‌ویژه وقتی کودکان ماسک را به‌درستی استفاده نمی‌کنند. این درحالی است که آلودگی هوا نیز به‌تدریج اثرات خود را بر افراد می‌گذارد و برای کسانی که آلرژی یا بیماری‌های زمینه‌ای دارند، هم‌زمانی این دو عامل شرایط را وخیم‌تر می‌کند. آفتل‌اوزا به‌تنهایی نیز بیماری شدیدی بوده و امسال نوعی از آن مشاهده شده که سابقه مشابهی نداشته و نمونه آن در استرالیا دیده شد، جایی که با

احتمال ابتلا به ویروس‌های تنفسی مانند کرونا و آفتل‌اوزا بیشتر می‌شود. دلیل اصلی این موضوع آن است که ذرات آلاینده موجود در هوا باعث ایجاد التهاب مزمن در راه‌های هوایی می‌شوند. این التهاب، سیستم دفاعی بدن را تضعیف کرده و زمینه را برای عفونت‌های ویروسی فراهم می‌کند.» به گفته وی، آلودگی هوا عملکرد مرگ‌های تنفسی را که مسئول پاکسازی ویروس‌ها و ذرات خارجی از دستگاه تنفسی هستند، با اختلال مواجه می‌سازد. تضعیف این سامانه دفاعی طبیعی، ماندگاری و تکثیر آسان‌تر ویروس‌ها در بدن می‌شود. این رویداد زنجیره‌ای نه‌تنها احتمال عفونت را بالا می‌برد، بلکه به افزایش شدت بیماری، شمار بستری‌ها و حتی نرخ مرگ‌ومیر ناشی از بیماری‌هایی مانند کرونا می‌انجامد.

وجود واکسیناسیون گسترده، بسیاری دوباره مبتلا شدند و بیماری به‌شدت سخت بود. راهکار اصلی، مانند دوران کرونا، استفاده از ماسک، شست‌وشوی مرتب دست‌ها و آموزش رعایت سرفه‌کردن به کودکان است. باید از دوران مدرسه آموزش داده شود که هنگام سرفه، دست یا بازو جلوی دهان قرار گیرد تا از انتقال بیماری جلوگیری شود. توصیه می‌شود افراد بیمار حتی الامکان در خانه بمانند؛ این کار هم به بهبود سریع‌تر آنها کمک می‌کند و هم مانع انتقال بیماری به دیگران در محیط کار یا مدرسه می‌شود. تجمع ۴ تا ۵ نفره در کلاس‌های درس با پنجره‌های بسته، خود عاملی جدی برای گسترش بیماری است. در حال حاضر که این ویروس وارد ایران شده، بسیاری از کودکان درگیر شده‌اند.

دکتر شاهشونی نیز با دکتر پوردست هم‌نظر است و تأکید می‌کند که تجربه دوران کرونا ثابت کرد آلودگی هوا نه‌تنها موارد ابتلا، بلکه شدت علائم بیماری را نیز افزایش می‌دهد. شواهد منتشرشده در آن دوره حاکی از آن بود که ذرات آلاینده در نقش حامل‌های ویروسی عمل کرده و با نفوذ به ریه‌ها، هم احتمال عفونت را افزایش می‌دهند و هم بر وخامت حال بیماران می‌افزایند.

آموزش یا سلامت؛ اولویت کدام است؟

دکتر پوردست درخصوص تصمیم‌گیری درباره تعطیلی مراکز آموزشی به دلیل آلودگی هوا بر این باور است که در چنین شرایطی، آموزش باید در اولویت قرار گیرد اما اگر دانش‌آموزان مقاطع بالاتر علائم تنفسی دارند، ضروری است از حضور در مدرسه خودداری کنند. وی آموزش رعایت بهداشت فردی و ارتقای سواد سلامت در مدارس و حتی مقاطع دانشگاهی را از اولویت‌های مهم در این روزهای داند و می‌افزاید: «کلاس‌های درس باید از سیستم تهویه مناسب بهره‌مند باشند و از محیط‌های کاملاً بسته پرهیز شود. ایجاد جریان هوا با ورود از یک سمت و خروج از سمتی دیگر ضروری است. در شرایطی که تهویه استاندارد میسر نباشد، حداقل باید در کلاس باز نگه داشته شود. استفاده از ماسک‌های جراحی ساده نیز برای دانش‌آموزان در فضای آموزشی توصیه می‌شود. علاوه بر این، مصرف میوه و سبزی تازه، نوشیدن مایعات کافی و شست‌وشوی مکرر دست‌ها با آب و صابون از دیگر راهکارهای مهم برای حفظ سلامت به شمار می‌روند.»

با توجه به هم‌زمانی دو چالش عمده در کشور - آلودگی هوا و شیوع بیماری‌های تنفسی مانند آفتل‌اوزا - ضرورت اقدام سریع، هماهنگی بین بخشی و اجرای دقیق دستورالعمل‌های بهداشتی آشکار شده است. این شرایط خطری جدی برای سلامت جامعه، به‌ویژه گروه‌های حساس به شمار می‌رود. در چنین وضعیتی، تعطیلی مدارس و ادارات احتمالاً راهکار جامعی نباشد؛ بلکه مدیریت این بحران‌های تومآن، مستلزم برقراری توازن بین حفظ سلامت شهروندان و تداوم فرآیند آموزشی است.

نکته اساسی دیگر، در دسترس بودن داروهای ضدویروسی برای درمان آفتل‌اوزا است. از این رو، مراجعه به پزشک در صورت مشاهده علائم، امکان تشخیص به‌موقع و دریافت درمان مناسب را فراهم می‌کند که این امر هم طول دوره بیماری را کوتاه‌تر و هم کنترل آن را آسان‌تر می‌سازد.

آفتل‌اوزا در حالی وارد کشور شده که هنوز هوا به‌طور کامل سرد نشده است. بر پایه مشاهدات پیشین، این بیماری معمولاً تا اردیبهشت‌ماه سال آینده فعال خواهد بود. از این رو، به افراد واکسینه‌نشده که در حال حاضر سالم هستند، توصیه می‌شود نسبت به تزریق واکسن اقدام کنند. البته این روند به شرایط جوی کشور نیز وابسته است، اگرچه تجربیات سال‌های گذشته حاکی از تداوم فعالیت ویروس تا اوایل بهار است.

شماره مناقشه	موضوع مناقشه	مبلغ تضمین شرکت در مناقشه (ریال)	بازگشایی پاکات
شماره فراخوان در سامانه ستاد ۱۴۰۲۰۶۳ ۱۴۰۲۰۵۲۲۱۰۰۰۰۰۶۳	خرید سکسور گازي هوشمند	۵,۳۴۴,۰۰۰,۰۰۰	تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۲۵ ساعت ۱۰
۱۴۰۲۰۶۹ ۱۴۰۲۰۵۲۲۱۰۰۰۰۰۰۰۶۹	خرید انواع کلید انواع تک گروه یک	۴,۸۳۰,۰۰۰,۰۰۰	تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۲۵ ساعت ۱۱:۳۰
<p>۱- دستگاه مناقشه گزار: شرکت توزیع نیروی برق استان البرز</p> <p>۲- شرایط لازم: رعایت استانداردها، معیارها و الزامات فنی، مدارک و مستندات مربوطه طبق شرایط مندرج در اسناد مناقشه</p> <p>۳- مهلت خرید و محل دریافت اسناد مناقشه: متقاضیان می‌توانند از تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۰۱ لغایت ۱۴۰۴/۰۹/۱۳ یا مراجعه به درگاه www.setadiran.ir نسبت به خرید و دانلود اسناد اقدام نمایند.</p> <p>۴- مبلغ تضمین شرکت در مناقشه: به شرح فوق و مبلغ مندرج در اسناد مناقشه می‌باشد که مناقشه‌گران بایستی سپرده مذکور را به‌صورت ضمانتنامه بانکی یا فیش بانکی واریزی به حساب شماره ۱۵۲۰۰۱۵۲۰۰۰۱۰۱ نزد بانک صادرات شعبه چهار راه طالقانی کرج و یا چک بانکی تضمینی و یا ضبط از نزد بانک صادرات شعبه چهار راه طالقانی کرج و یا چک بانکی تضمینی و یا ضبط از</p>			

شماره مناقشه	موضوع مناقشه	مبلغ پایه (ریال)	تضمین شرکت در مناقشه (ریال)	تاریخ بازگشایی پاکات
شماره فراخوان در سامانه ستاد ۱۴۰۴۰۴۷ ۲۰۰۴۰۵۲۲۱۰۰۰۰۰۴۷	تأمین خودرو و عملیاتی جهت اجرای عملیات مربوط به نگهداشت و تعمیرات (نت) شبکه توزیع شهرستان ساوجبلاغ	۸۷,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۵,۴۶۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۴۰۴/۰۹/۲۳ ساعت ۸
۱۴۰۴۰۴۸ ۲۰۰۴۰۵۲۲۱۰۰۰۰۰۴۸	تأمین خودرو و عملیاتی جهت اجرای عملیات مربوط به نگهداشت و تعمیرات (نت) شبکه توزیع شهرستان نظرآباد	۵۱,۹۶۰,۰۰۰,۰۰۰	۴,۰۲۵,۰۰۰,۰۰۰	۱۴۰۴/۰۹/۲۳ ساعت ۸:۳۰
۱۴۰۴۰۴۹ ۲۰۰۴۰۵۲۲۱۰۰۰۰۰۴۹	تأمین خودرو و عملیاتی جهت اجرای عملیات مربوط به نگهداشت و تعمیرات (نت) شبکه توزیع امور چهار باغ	۶۶,۷۲۰,۰۰۰,۰۰۰	۴,۷۶۵,۰۰۰,۰۰۰	۱۴۰۴/۰۹/۲۳ ساعت ۹

۱- **دستگاه مناقشه گزار**: شرکت توزیع نیروی برق استان البرز

۲- **شرایط لازم**: ارائه گواهی تأیید صلاحیت از وزارت کار و امور اجتماعی در حوزه فعالیت مرتبط

۳- **مهلت خرید و محل دریافت اسناد مناقشه**: متقاضیان می‌توانند از تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۰۱ لغایت ۱۴۰۴/۰۹/۱۰ یا مراجعه به درگاه www.setadiran.ir نسبت به خرید و دانلود اسناد اقدام نمایند.

۴- **قیمت پایه مناقشه**: به شرح فوق می‌باشد.

۵- **مبلغ تضمین شرکت در مناقشه**: به شرح فوق و مبلغ مندرج در اسناد مناقشه می‌باشد که مناقشه‌گران بایستی سپرده مذکور را به‌صورت ضمانتنامه بانکی یا فیش بانکی واریزی به حساب شماره ۱۵۲۰۰۱۵۲۰۰۰۱۰۱ نزد بانک صادرات شعبه چهارراه طالقانی کرج و یا چک بانکی تضمینی و یا ضبط از حساب مطالبات تأیید شده مناقشه‌گر نزد مناقشه‌گزار ارائه نمایند .



طراح: بیژن گورانی	جدول ۷۱۴۶	جدول عادی	افقی: (۱) از طوایف ایرانی – دروغی – دیرینه(۲) رایحه – هفتم – روز بزرگ و مهم و متبرک(۳) دخت نبی اکرم(ص) و همسر امام علی(ع) (۴) پسر گودرز در شاهنامه – سنگ سخت – از سازهای بادی محلی موسیقی ایران(۵) آنچه به عنوان برآورده شدن حاجات به تنگدستان می‌بخشد – سترگی – راه میانبر(۶) نصف فلفل! – سازمان بیمان مرکزی – شهری در ایتالیا(۷) چاره‌اندیشی – تغییر یافته – ترسنده(۸) قرار دادن – زمزمه‌کننده(۹) دین رایج در هند. از اختراعات ادیسون مرآت(۱۰) فولکلوریک – نگین انگشتر- روز گذشته(۱۱) چه کسی – درزی – علم طلسمات(۱۲) ریاکار – حرف اول یونانی- برنده‌ای وحشی(۱۳) کتابی مشهور از دکتر علی شریعتی(۱۴) اتاقک در بسته فلزی برای حمل اجناس- از هفت سین نوروزی – حمله نظامی(۱۵) کل ... چه کم از لاله قرمز دارد. شب زنده‌داری – میل به غذا. عمودی: (۱) مهارت. آشوب. دامنه‌کود(۲) کتابی از مجد خوافی به تقلید از گلستان سعدی – شهری در استان اردبیل – سرچشمه حیات(۳) عقیده. شهر ساحلی – جنگ و جدال(۴) پیایی – قوم حضرت موسی(ع). سست و ناتوان(۵) میان شکم – زندانیان جنگی. شیرینی سوغات یزد(۶) شکست خوردن در مسابقه – شجاع – لطف(۷) عطا کردن – خواش – پایتخت مصر(۸) ترسانده شده. گوناگون(۹) آسمان – باین شلوار – بوسیده(۱۰) درنده جنگلی – خوراکی یا تخم مرغ و گوجه‌فرنگی – حرکت شدید امواج دریا(۱۱) متخصص در
۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	<div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> </div>	<div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> </div>	<div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> </div>

کارهای ساختمانی – تیرانداز – کوهی در مکه(۱۲) تلاوت‌کننده قرآن – از غذاهای محلی شمال خراسان. بی‌خبر از خود(۱۳) واسطه خریدار و فروشنده – مشهور. چین و چوک پوست(۱۴) پهلوان – در بیان علت به کار می‌رود – از روی بی‌اطلاعی(۱۵) المپیک ۲۰۱۲. غذای لذیذ افغانستان(۷) خبر دروغ – صلح. دلسوزی و مهربانی(۸) از مقام‌های موسیقی قدیمی ایران – مخزن مواد گازی(۹) مؤسسه پولی – شهری در استان چهارمحال و بختیاری – ماه دهم میلادی(۱۰) پیدا کردن – ضربه‌ای در کاراته – (۱۱) فلز سرخ – چاک – نوعی

جدول ویژه

حل جدول ویژه ۷۱۴۵

حل جدول ویژه ۷۱۴۵	حل جدول ویژه ۷۱۴۵
<div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> </div>	<div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> <div></div> </div>

خطرناک. اقدام به جرم- سبکی.