خبر

درخشش دانش‌آموزان ایران در مسابقات بین‌المللی روسیه با ۶ طلا

تیم المپیاد نجوم جمهوری اسلامی ایران در پنجمین دوره المپیاد بین‌المللی آزاد نجوم (OWAO ۲۰۲۶) که از ۱۵ تا ۲۳ آبان ۱۴۰۵ (۶ تا ۱۴ نوامبر ۲۰۲۶) در منطقه فدرال سیریوس روسیه برگزار شد، موفق به کسب ۶ مدال طلا، شد.

در این دوره از رقابت‌ها که با حضور دانش‌آموزانی از کشورهای مختلف جهان برگزار شد، پنج دانش‌آموز به نمایندگی از ایران حضور داشتند و مدال‌های زیر را کسب کردند:

* سارینا علم‌پور: مدال طلا
* پارسیا حسن‌زاده: مدال طلا
*الشن روحانی:** مدال طلا
* محمدرضا محمدی: مدال طلا
* بردیا قیلاوی‌زاده: مدال طلا*
*مهدی آریافر:** مدال طلا*



اعضای تیم ایران با ارائه عملکردی درخشان، بار دیگر توان علمی دانش‌آموزان کشور را به نمایش گذاشتند.

این موفقیت ارزشمند، نشان‌دهنده تلاش، پشتکار و شایستگی دانش‌آموزان مستعد ایرانی است.

«جام جم» به مناسبت «روز جهانی دیابت»، دستاوردهای پزشکی ایران و چالش‌های پیش‌روی بیماران دیابتی را بررسی می‌کند

درمان دیابت؛ از چالش‌ها تا پیشرفت‌ها



نرگس خانعلی‌زاده
گروه جامعه

دیابت دیگر صرفا یک بیماری نیازمند مصرف دارو و کنترل قند خون نیست؛ معادله‌ای پیچیده است که از دانش پزشکی و دستاوردهای درمانی تا سبک زندگی و خودمراقبتی را دربرمی‌گیرد. هفتمین کنگره بین‌المللی درمان دیابت نیز هفته گذشته و در آستانه «روز جهانی دیابت»، با همت انجمن دیابت ایران و به میزبانی دانشگاه علوم پزشکی ایران برگزار شد؛ رویدادی که سنگ محک ارزیابی جدیدترین دستاوردهای علمی و نقاط درخشان پزشکی کشور در حوزه غدد بود. درواقع در حالی که آمار مبتلایان به این بیماری در ایران سیری صعودی به خود گرفته است اما متخصصان تاکید می‌کنند که علم و دانش برای کنترل و درمان دیابت در ایران به جایگاه ویژه‌ای رسیده است. روز جهانی دیابت، فرصت خوبی برای یادآوری این واقعیت است که فارغ از راه‌های کنترلی و درمانی موجود، دیابت، ریشه‌ای عمیق در سبک زندگی ما دارد؛ از همین رو، با وجود پیشرفت‌های علمی در این حوزه، همچنان شاهد شمار قابل توجهی از مبتلایان به این بیماری هستیم.



دست بالای ایران در درمان دیابت

دهه‌های قبل همه‌چیز متفاوت بود. دیابت برای سال‌های طولانی، بیماری خاموشی بود که درست زمانی تشخیص داده می‌شد که کار به عوارض تخریب‌کننده آن رسیده بود اما مسیر ایران در دهه‌های اخیر، یک دگرگونی بنیادین را تجربه کرده است؛ از سال‌هایی که سیستم بهداشت و درمان کشور حتی در ابتدایی‌ترین فرم‌های انسولین و پروتکل‌های مراقبت‌های اولیه وابسته و دست‌بسته بود. تا امروز که به لطف شبکه گسترده بهداشت، آموزش پزشکان و متخصصان زبده و ورود به عرصه‌های نوین پژوهشی، ایران به یکی از قطب‌ها و مراجع علمی مدیریت دیابت در منطقه تبدیل شده است: «امروز جامعه پزشکی ایران با وجود صدها پزشک دیابتولوژیست و متخصص غدد، پا به پای آخرین مقالات و گایدلاین‌های جهانی پیش می‌رود.» این را دکتر سعید کلباسی، رئیس هیأت‌مدیره انجمن دیابت ایران در گفت‌وگو با جام جم می‌گوید و ادامه می‌دهد: «در سال‌های اخیر به همت انجمن دیابت ایران و تلاش بی‌وقفه جامعه پزشکی، توانسته‌ایم از نظر سواد و بنیه علمی در حوزه دیابتولوژی به سطحی برسیم که کاملا هم‌تراز با کشورهای پیشرفته دنیا حرکت کنیم. دانش متخصصان ما به‌روز است و با برگزاری مداوم کارگاه‌ها و جلسات علمی، پزشکان ایرانی آخرین دستاوردهای درمانی را در عمل به کار می‌گیرند.» دکتر کلباسی معتقد است که ما حتی در سخت‌ترین شرایط تحریمی موفق شدیم جدیدترین خط داروهای تزریقی روز دنیا را به چرخه درمانی کشور وارد کنیم؛ دستاوردی که ایران را در حوزه دیابت در میان کشورهای منطقه و دنیا زبانزد کرده است.

اول سبک زندگی، وسط درمان، آخر سبک زندگی!

اما در طرف دیگر این میدان، توانمندی نظام سلامت ایران در شناسایی زودهنگام بیماری، نمونه‌ای کم‌نظیر در سطح جهان به ثبت رسانده است. دکتر سینا کوثری، عضو هیأت‌مدیره انجمن دیابت ایران هم در گفت‌وگویی با جام جم، از کارنامه درخشان کشور در پایش ملی می‌گوید: «از منظر آمار و زیرساخت، عملکرد نظام سلامت ما درخشان است؛ برای نمونه در پویش ملی سلامت در سال ۱۴۰۲، ما موفق شدیم بیش از ۷۴ درصد از جمعیت بالای ۱۸ سال کشور را در زمینه دیابت و فشار خون غربالگری کنیم؛ رکوردی بزرگ که نشان می‌دهد سطح آگاهی و حساسیت بهداشتی نسبت به دیابت در کشور ما از بسیاری از مناطق دنیا و کشورهای هم‌تراز بالاتر است.» اتفاقی که نشان می‌دهد توانمندی، تخصص و بنیه علمی ما در این زمینه غنی است و حتی در بخش‌هایی، جلوتر از کشورهای دیگر حرکت می‌کنیم. دکتر کوثری اما به روی دیگر این سکه اشاره و تاکید می‌کند: «با وجود این‌که آگاهی‌بخشی اولیه بسیار خوب بوده اما متأسفانه هنوز کیفیت کنترل قند خون در میان بیماران، به نقطه مطلوب و ایده‌آل نرسیده است.» اما ریشه این مسأله کجاست؟ سؤالی که دکتر کوثری، پاسخش را در سبک زندگی بیماران مبتلا به دیابت می‌داند و عنوان می‌کند: «ما بیماری را کشف می‌کنیم و هشدار لازم را به او می‌دهیم اما از این نقطه به بعد، مدیریت دیابت به رفتار و پیگیری خود بیمار گره می‌خورد. متأسفانه گروهی از بیماران پس از شناسایی اولیه، برای پیگیری مستمر، تنظیم دوز، اصلاح سبک زندگی و مراجعه‌های دوره‌ای به پزشک تعلل می‌کنند. یعنی دانش و تخصص به قدر کفایت در کشور مستقر است اما نیاز داریم فرهنگ خودمراقبتی و پیگیری درمان که در بیماری دیابت، بسیار اهمیت دارد را میان مردم نهادینه کنیم تا چرخه درمان کامل شود.» موضوعی که دکتر امیر کامران نیکوسخن، مدیرعامل انجمن دیابت ایران در گفت‌وگوی خود با خبرنگار جام جم هم آن را تأیید و از آمار نه چندان خوشایند مبتلایان به دیابت می‌گوید: «در حال حاضر حدود ۱۴ درصد از جمعیت بزرگسال ایران با بیماری دیابت دست و پنجه نرم می‌کنند و از آن نگران‌تر، آمار ۲۰ درصدی افرادی است که در مرز ابتلا و در مرحله پیش‌دیابت قرار دارند. وضعیتی که اگر با بی‌توجهی، اصلاح نکردن سبک زندگی و سهل‌انگاری فردی مواجه شود، می‌تواند در سال‌های آینده به انفجار جمعیت مبتلایان و تحمیل باری سنگین بر دوش نظام سلامت کشور منجر شود.» درواقع به نظر می‌رسد که هرچقدر هم که دانش ایرانی در زمینه بیماری دیابت پیشرفت کند، متخصصان زبده در کنگره‌های بین‌المللی از دستاوردهای نوین بگویند و داروهای به‌روز به بازار بیاید، یک سایه سنگین و خاموش همچنان بر سر سلامت جامعه دیابتی سنگینی می‌کند؛ آن هم سایه بی‌توجهی به هشدارهاست.

دسترسی عادلانه به ابزارهای کنترلی؛ درمان لوکس یا ضرورت؟

با وجود این‌که دانش پزشکی در قله‌های افتخار ایستاده است، اما وقتی پای ابزار مدرن کنترل بیماری دیابت به میان می‌آید، تصویری تازه از نابرابری دسترسی به ابزارهایی برای مدیریت هوشمند قند خون، خودش را نشان می‌دهد. درواقع در شرایطی که پزشکان بر به‌روز بودن علم درمان تاکید دارند، بیماران در زمینه درمان، با دیواری به نام هزینه‌های سرسام‌آور تجهیزات مواجه می‌شوند.

متن کامل را در جام جم آنلاین بخوانید

یادداشت

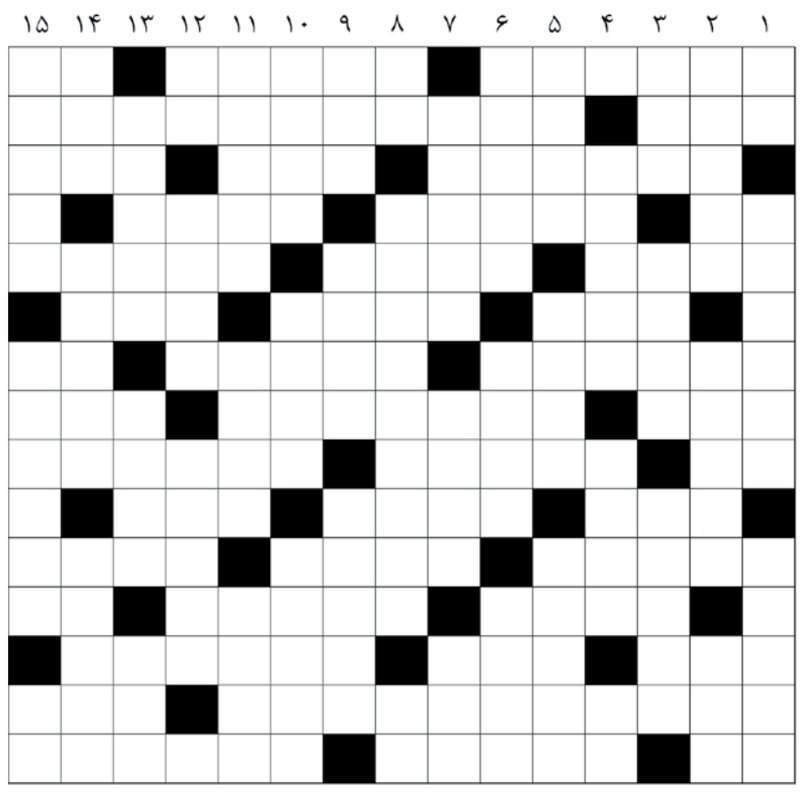
جواد بخشی الموتی | عضو هیأت علمی دانشگاه فرهنگیان

نعمت نخبگان و اقتدار علمی

پیام اخیر رهبر انقلاب اسلامی و ترسیم حدود و ثغور نخبگی و تعمیم آن به آحاد ملت که در گذر از پیچ‌های حیاتی، با بصیرت و جهاد، نقش‌آفرینی تاریخ‌ساز داشته‌اند، نشان از نگاه بلند ایشان و پیوند دوسویه اقتدار مردمی و علمی است. نخبگان در این منظومه فکری، پیشتاز عرصه نبرد علمی و فناوری‌اند و مردم با بصیرت و میدان‌داری، حمایتی بی‌بدیل را به عرصه ظهور می‌رسانند. در این الگو، ایران سربلند ذره‌ای عقب نمی‌نشیند و تا رسیدن به مقصود، همان ایستادن بر فراز قله‌های پیشرفت راه خود را ادامه می‌دهد. در این مسیر، همه سرباز ایران‌اند؛ عده‌ای در بخش‌های نظامی، عده‌ای با حضور در صحنه و عده‌ای با ایستادن بر مرزهای دانش، نقش خود را ایفا می‌کنند. در این خوانش از علم و آینده، حرکت حساب‌شده است و نتیجه نیز مشخص. اینجا دقیقا همان نقطه تصادم با خط قرمزهای غرب است؛ زیرا غرب می‌داند که کسب دانش در جغرافیای ایران، به معنای مقابله بیشتر با زورگویی و نپذیرفتن ظلم و محرومیت است. هدف نخستین تحریم‌ها نیز همین بود؛ جلوگیری از پیشتازی علمی و رسیدن به اقتدار در عرصه‌های مختلف و رشد روزافزون ملتی بزرگ که در ادوار تاریخ، مورد تهاجم، ظلم و ددمنشی دشمن داخلی و خارجی قرار گرفته است. از این رو شاهدیم که اگر هدف جنگ شناختی، القای عقب‌ماندگی و سیاه‌نمایی دستاوردهاست، هدف جنگ سخت، ترور دانشمندان و نخبگان ایران در سال‌های گذشته بوده؛ الگویی که با توجه به نتیجه نامطلوب برای دشمنان ایران در سال‌های گذشته گسترش یافته و به دو جنگ اخیر انجامیده است و نخبگان سیاسی، علمی و نظامی مورد تهاجم و اقدامات تروریستی قرار می‌گیرند؛ تا جایی که برای ترور یک دانشمند ایرانی، چند ده میلیون دلار هزینه می‌شود. در چنین شرایطی، پیام رهبر انقلاب نه صرفا احساس یک ضرورت، بلکه توجه دادن به تکلیفی همگانی برای نیل به مقصود است؛ مقصودی که حال و آینده ایران را توأمان متحول خواهد کرد. از این رو، مسئولان در سطوح مختلف و نخبگان در عرصه‌های گوناگون، به‌ویژه در حوزه‌های علوم پایه و علوم انسانی، وظیفه‌ای سنگین‌تر بر دوش دارند و راه ادای این تکلیف، فعالیت علمی بیشتر و پیشتازی بیشتر در عرصه‌های فناوری است. البته برای نیل به قله‌ها در این مسیر، انسان‌سازی پیش‌درآمد است و علوم انسانی، همسو با فرهنگ ایران اسلامی، ظرفیت بالایی برای محقق کردن آن دارد. جوانان با خلاقیت و شور و شوق جوانی می‌توانند در این میدان اثربخش باشند و مرزشکنی کنند. موانع و ساختارهای زاید باید کنار گذاشته شود و با نوآوری و همدلی مسئولان و نخبگان، شرایط برای گام‌های بلندتر در این مسیر مهیا شود. دانش‌آموز در مدرسه فرصت‌های زیادی دارد و می‌تواند خلاق و مرزشکن تربیت شود؛ در عین حال باید دغدغه‌مند و باورمند به هویت ایرانی خود باشد. این دانش‌آموز در دانشگاه و در کسوت‌های دانشجویی، محققی و استادی نیز می‌تواند همان مسیر خود را ادامه دهد و خیزش علمی را محقق کند. اگرچه تمامی اینها نیازمند اصلاح ساختارها و گسترش علوم پایه، شرکت‌های دانش‌بنیان، ارتباط صنعت و دانشگاه و ده‌ها عامل دیگر است اما تا حل این مسائل نباید انتظار کشید و تمامی نخبگان و اهل علم و دانش وظیفه دارند به حد توان خود و با ظرفیت‌های در دسترس، نقش‌آفرینی کنند.

طراح: بیژن گورانی

جدول ۷۳۸۵



جدول عادی

افقی: ۱) مدرسه ابتدایی ـ جواهرفروش ـ سمت یسار۲) رنگ ـ از برنامه‌های پرمخاطب شبکه‌های تلویزیونی ۳) نقطه ضعفی که با استفاده از آن می‌توان کسی را مطیع خود ساخت ـ سربلندی ـ پوشش ۴) روز گذشته ـ رشته‌هایی از پوست گیاه ـ آهنربا۵) غیرقابل تغییر ـ پرازدحام ـ از میراث‌های معنوی ایران در یونسکو۶) سگ بیمار ـ بزرگ‌ترین سوره قرآن ـ شرح و توضیح۷) بین صلبیه و شبکیه چشم ـ دستورات ـ مذکر۸) سوغات ارومیه ـ جذاب و دوست‌داشتنی ـ رشد۹) مادر لر ـ رأی بی‌تأثیر ـ موقعیت غیرعادی و حساس۱۰) حالت ـ غلاف شمشیر ـ سنگ آذری۱۱) زمزمه‌کننده ـ غرور ـ برودت۱۲) آشکار ـ نمایشنامه معروف شکسپیر ـ پدربزرگ ۱۳) ماه چهارم ـ ریگ نرم ـ در ورودی بزرگ و اصلی۱۴) رمانی رئالیستی نوشته محمود دولت‌آبادی ـ قوم سفیدپوست از نژاد اسلاو۱۵) نیم‌صدای دراز گوش ـ پیچیدگی ـ سخن کنایه‌آمیز.

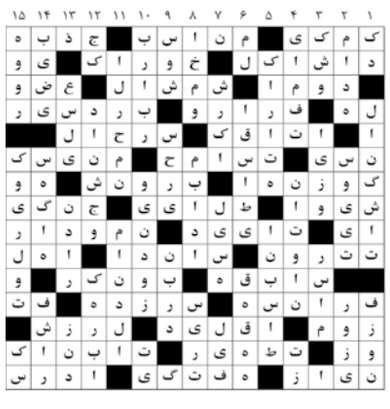
عمودی: ۱) سرای محبت ـ آزرده و اندوهگین ـ واپس‌گرا۲) حصیر ـ سنگدلی و بی‌رحمی ـ معشوق ۳) گویند در مقام صبر لعل می‌شود ـ ستاره کم‌پیدا ـ لازم۴) روحانی یهودی ـ مفهوم ـ کتف۵) غروب کردن ـ ضرباهنگ ـ اسباب نواختن سنتور۶) دعا به درگاه خدا ـ خوش‌اندام ـ هجوم۷) سرشار ـ جهان ـ همسر حضرت یعقوب(ع)۸) ناپیدا ـ خارج از برنامه معمول ـ زهر۹) قدرت مالی ـ فرورفتن خورشید در افق ـ برابر و مساوی۱۰) چوب سوزاندنی ـ گریزان ـ گلابی۱۱) کاشف اشعه ایکس ـ یکتاپرست ـ کشتی پهلوانی و سنتی مازندران۱۲) دریا ـ میوه تازه به بازار آمده ـ امتداد۱۳) فشار عصبی ـ منتشرکننده کتاب ـ لباس رزم۱۴) پارچه نخی نازک گلدار ـ آلبومی با آواز ایرج بسطامی ـ ناشناخته۱۵) فاتح ـ ماجرا ـ جهت.

جدول ویژه

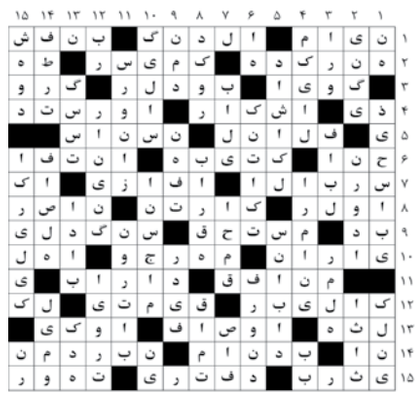
افقی: ۱) استقبال ـ قلابی و غیرواقعی ـ از ادات پرسش ۲) پسندیده ـ رمانی ترسناک و تخیلی از مری شلی، بانوی نویسنده انگلیسی ۳) حشره‌ای با تنه دراز ـ عزا ـ دچار گیجی موقت ۴) چه وقت ـ آماده کردن ـ چرخه ۵) کفایت‌کننده ـ مؤسسه پولی ـ سروری ۶) کمانگیر باستانی ـ قتلگاه ـ جاده و ۷) فیلمی رمانتیک و کمدی ساخته وودی آلن ـ مظهر حیله‌گری ـ حرف دهن‌کجی ۸) سوره مورچه ـ از ورزش‌های نوین ـ کشتی جنگی ۹) ضمیر غایب ـ هدایت‌کننده ـ مساحت فضای قابل استفاده هر واحد مسکونی۱۰) برکت سفره ـ خمیده ـ نیرو۱۱) جوینده عاطفه ـ نوعی بیماری التهابی حاد ـ فیلمی ساخته مجید مجیدی ۱۲) نوشیدنی ـ نوار تزئینی ـ E۱۳) کمیاب ـ گل ته حوض ـ ماجرا۱۴) کارگردان بزرگ سینمای آمریکا با فیلم‌های بن هور و کلکسیونر ـ غله برافشان ۱۵) باغ انگور ـ پایه دیوار ـ دارای ترکیب ناهماهنگ و عجیب.

عمودی: ۱) قلم انگلیسی ـ قهوه ایتالیایی ـ نامه سرگشاده۲) یکی پس از دیگری ـ الگو ـ رد پا۳) بذله‌گو ـ مجموعه‌ای از داده‌های مرتبط در کامپیوتر ـ اوباش، ولگردان ۴) راه و روش ـ دل‌آزردگی ـ تیر پیکاندار۵) جنگ و جدال ـ حس بویایی ـ تزئینی پرده۶) صفرا ـ طناز ـ مختصر و کوتاه۷) بزرگداشت ـ هفتمین ماه سریانی ـ نغمه۸) نیمی از دنیا! ـ دانشسرای عالی موسیقی ـ نام آذری۹) سینمای سوخته آبادان ـ باشگاه ـ شاعر دربار سلطان سنجر۱۰) الهه عشق و زیبایی ـ نانوا ـ بیماری مشترک بین انسان و میمون۱۱) وسیله‌ای برای جلوگیری از افتادن کتاب‌ها در قفسه ـ جفتک ـ از پسران فریدون پیشدادی ۱۲) نشانه مصدر جعلی ـ در حمام می‌کشند ـ نقاب ۱۳) نمک‌ها ـ پیکار ـ مارال۱۴) بزرگ‌ترین تولیدکننده برنج در جهان ـ روان شدن ـ دارِبست درخت انگور۱۵) بسیار زیاد ـ به‌طور پنهانی و مخفیانه ـ مردن از غصه.

حل جدول عادی ۷۳۸۴



حل جدول ویژه ۷۳۸۴



حل سودوکو ۵۲۵۹

۳	۴	۹	۵	۶	۱	۸	۷	۲
۱	۵	۶	۸	۷	۲	۴	۳	۹
۸	۲	۷	۴	۹	۳	۶	۵	۱
۷	۱	۵	۳	۲	۶	۹	۴	۸
۴	۶	۳	۹	۸	۷	۱	۲	۵
۹	۸	۲	۱	۴	۵	۷	۶	۳
۵	۳	۴	۷	۱	۸	۲	۹	۶
۶	۹	۱	۲	۵	۴	۳	۸	۷
۲	۷	۸	۶	۳	۹	۵	۱	۴

۹	۴	۷	۵	۱	۶	۸	۲	۳
۵	۱	۳	۴	۸	۲	۷	۶	۹
۶	۲	۸	۹	۳	۷	۱	۵	۴
۳	۹	۶	۷	۲	۵	۴	۱	۸
۷	۸	۴	۶	۹	۱	۲	۳	۵
۱	۵	۲	۳	۴	۸	۹	۷	۶
۴	۳	۱	۲	۶	۹	۵	۸	۷
۲	۶	۹	۸	۷	۵	۳	۴	۱
۸	۷	۵	۱	۳	۴	۶	۹	۲

۶	۷	۵	۸	۱	۳	۹	۴	۲
۲	۳	۹	۷	۶	۴	۸	۵	۱
۱	۸	۴	۵	۹	۲	۷	۶	۳
۵	۴	۳	۲	۷	۶	۱	۸	۹
۹	۲	۶	۱	۵	۸	۴	۳	۷
۸	۱	۷	۳	۴	۹	۶	۲	۵
۳	۹	۱	۴	۸	۵	۲	۷	۶
۷	۵	۸	۶	۲	۱	۳	۹	۴
۴	۶	۲	۹	۳	۷	۵	۱	۸

برای حل جدول اعداد باید در هر مربع کوچک‌تر ۳ در ۳ هیچ عدد تکراری وجود نداشته باشد. همچنین هیچ عددی در یک سطر یا ستون مربع بزرگ ۹ در ۹ تکرار نشده باشد.

سودوکو ۵۲۶۰

		۲				۶		
			۸		۹			
۴		۷				۹		۳
	۲			۱			۵	
			۷		۶			
	۹			۵			۴	
۲		۸				۴		۵
		۹			۳			
						۳		

		۲				۱		
			۱		۲			
۹		۳				۶		۴
				۷			۳	
			۵		۹			
		۶				۷		
		۷		۸			۶	
			۸		۳			
		۱				۲		

		۶				۱		
	۹			۲				
۷		۵				۴		۸
	۱			۹			۳	
			۳		۶			
	۶			۴			۷	
۹		۸				۲		۳
		۴			۱			
		۱				۷		