

پیراپزشک

#علوم_ پزشکی_ تسلیت



هیپنوتیزم بیهوشی

کلید اشتباه

یه وزن می گیری؟

دستان فاسد قطع شوند!

هیس! میخوایم زنده بمانم

صدا و سیما یا بنگاه اسپانسری؟!

پاییز فصل آخر سال است

کلید اشتباه

• میلاد جهانیان

یادش بخیر قدیم... با رفقا جمع میشدیم، جمعه صبح ها میرفتیم کله پاچه ایه سر نیش، یه دست کامل سفارش میدادیم با کلی مخلفات و دوغ آبعلی همش درمیومد شصت، هفتاد تومان. این صحبت های یه فرد مسن در مورد دوران جوانیش نیست! صحبت های یه جوان دهه هفتادیه، که در مورد چهار سال پیش داره صحبت میکنه! ولی حالا چی؟ طی چهار سال دلار از چهار تومان رسید به بیست تومان! لبنیات و گوشت و بنزین و مرغ و خدمات و... حداقل دو، سه برابر شدن! خب درآمد ها چطور؟ خیلی جاها که هیچی، بعضی جاها فقط یک افزایش ناچیزی داشتن. خونه و زمین که ربطی به دلار نداره پس نباید زیاد گرون بشه. چی؟! درست شنیدم؟ پشت بام نشینی!! وضعیتی که امروزه شاهد آن هستیم بخش بزرگ آن بخاطر عدم نگاه مسئولین به ظرفیت های داخل کشور و امید واهی و بیخود به کشور های بیگانه است، اما تحریم تأثیر خیلی کمتری نسبت به نحوه مدیریت ضعیف مسئولین بر اقتصاد میگذارد؛ بارها سازمان ها و ارگان های غیر دولتی با تکیه بر ظرفیت های داخل و با رسیدن به دستاوردهای شگرفی، این موضوع را اثبات کرده اند. اگر مسئولین با اعتماد به جوان انقلابی و استفاده از ظرفیت های داخلی حرکت کنند و اقتصاد مقاومتی را سرلوحه کار خود قرار دهند شاهد این افسار گسیختگی قیمت ارز و مسکن و... نخواهیم بود. و اما در این اوضاع وخیم اقتصادی و ناامیدی از مسئولین غریبزه، خودمان باید مراقب همدیگر(خصوصاً ضعیف ترها) باشیم همدلی هایی که در ابتدای شیوع کرونا داشتیم فراموش نکنیم و همچنان ادامه دهیم. خطاب به افرادی که از آب گل آلود ماهی میگیرن و از هیچ فرصتی برای صدمه زدن به هم نوع خود دریغ نمیکندند حواسشون باشه که خدا تو زندگیشان کم رنگ نشه، بادشون زره آخرتی هم هست! و وضعیت رو بهونه نکنند که به همدیگر صدمه بزنند! این اوضاع افسار گسیخته اقتصادی را میتوان درمان کرد! اما نه با غر زدن! نه با خراب کردن! بلکه با پاری خدا و همدیگر و صد البته با درست انتخاب کردن... و با نگاه به ظرفیت های داخل کشور و اعتماد به نسل جوان قطعا آینده ی بهتری خواهیم ساخت.

عارضه ای ندارد بلکه نتایج بهتری هم در پیش داشته است. مدتی پیش در مشهد جراحی دشوار و سنگینی روی استخوان دست بیماری با استفاده از هیپنوتیزم انجام شد که در نوع خود نخستین است. دکتر مهدی فتاحی درباره بیهوشی بیمار به این روش میگوید: درد از نظر مغز انسان یک ادراک است و بافت های عصبی هنگام درد دچار خلقیات هیجانی می شوند. کاری که ما در هیپنوتیزم انجام می دهیم تعویض حالات هیجانی با تصاویر خوشایند است. به طوری که بیمار را از محیط اتاق عمل جدا کرده و در ذهن او تصاویر خوب تداعی میکنیم و آن تصاویر خوشایند از رخ دادن فعل و انفعالات هورمونی - عصبی که در مغز هنگام درد اتفاق می افتد، جلوگیری میکند و در نتیجه درد، درد را احساس نمیکند. در واقع نوعی فراموشی نسبت به جراحی ایجاد می شود.

البته این روش نمیتواند جایگزین بیهوشی یا بی حسی باشد فقط در شرایط اضطراری و خاص که استفاده از داروهای بیهوشی برای بیمار ضرر داشته باشد پس از گذراندن جلسه روانپزشکی و باقی اقدامات مربوطه از روش هیپنوتیزم استفاده می شود.



هیپنوتیزم بیهوشی

• مرجان کشاورز

✓ تعریف هیپنوتیزم

هیپنوتیزم یا خوابگری واژه هیپنوتیزم از کلمه یونانی هیپنوز که به معنای خواب است گرفته شده است.

هیپنوتیزم شاخه ای از علم روانشناسی است که در آن به وسیله تلقین، شخص در حالت خاصی از هوشیاری قرار میگیرد. هیپنوتیزم یا به طور دقیقتر هیپنوز موجب تسلط دیگری بر فرد نمی شود بلکه با استفاده از ضمیر ناخودآگاه آدمی به مکالمه و القای تلقینات می پردازند.

✓ تاریخچه هیپنوتیزم

هیپنوتیزم اولین بار توسط دکتر برید در حدود ۱۶۰ سال پیش ابداع شد.

از تمدن سه هزار ساله مصر باستان سنگ نوشته هایی بر جای مانده که از هیپنوتیزم و روشهای مربوط به آن بحث شده است. از پدیده های تاریخی هیپنوتیزم میتوان به خیر شدن به بلور، معالجه به وسیله پاسهای دست، عبور از دیوار، غلبه بر جاذبه زمین و ... نام برد.

✓ ارتباط بیهوشی و هیپنوتیزم

پروفسور فابیین رولانتز، یکی از متخصصان بیهوشی مرکز بیمارستانی تحقیقاتی سنت لوک بلژیک، برپایه مطالعات انجام شده در این مرکز، معتقد است بیهوشی همراه با هیپنوتیزم یا همان هیپنوز در مقایسه با بیهوشی به روش کلاسیک، کارایی بهتری دارد. خصوصاً در مورد دوره نقاحت پس از جراحی، چرا که بیمار در طول عمل به آن معنا نمی خوابد و به نوعی هوشیاری خود را حفظ می کند.

این مسئله روند بازیافت سلامت را تسریع می کند و دردهای پس از جراحی و به تبع آن استفاده از داروهای مسکن را کاهش می دهد.

✓ هیپنوتیزم جایگزینی برای بیهوشی

همانطور که میدانید داروهای بیهوشی که برای عمل های جراحی استفاده میشود عوارضی در پی دارد که فرار از آنها اجتناب ناپذیر است.

اخیرا به جای استفاده از داروی بیهوشی از روش هیپنوتیزم استفاده میشود که این روش نه تنها هیچ

#علوم_ پزشکی_ تسلیت

به کلمات فکر میکنم ؛

به راستی کدام کلمات میتوانند عمق همدردی و دلشکستگی ما را از فاجعه ی کلینیک سینا بیان کنند .

به خانواده هایی که درعرض چند دقیقه،

ثمره ی سال ها عشق و زحمتشان را از دست دادند؛ به امیدها و لبخند ها و آرزوهایی که پرپر شد..

تعداد زیادی از دوستان و عزیزانمان دیگر درمیان ما نیستند.

غم نبودنشان را عمیقا حس میکنیم.

با اینکه هرچه بگوییم نمیتوانیم جای خالیشان را پر کنیم،

اما تصمیم گرفتیم به رسم یاد بود برایشان بنویسیم.

محدثه رضی ،مریم زمانی ،فهیمه رحمانی،پرستو مهر علی ، و فاطمه اعلائی سرچشمه ،همگی از کارشناسان هوشبری و اتاق عمل در کلینیک سینا بودند که سه شنبه شب آسمانی شدند.

ما دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی آزاد تهران برایتان به سوگ نشسته ایم .

روح بزرگوارتان در آرامش باشد

برای خانواده ی این عزیزان از خداوند صبر میخواهیم ،

ما را نیز در غم خودتان شریک بدانید.



یه وزن می گیری؟

• مینو فرخی

دفعه‌های زیادی شده که دیدمش پسره شاید یه بچه ی دوازده ساله ست... اصلا تو حدس زدن سن خوب نیستیم! یه کوله پشتی داره که روش میشینه با یه ترازوی آبی با صدای بامزه همه رو صدا میزنه: خسته نباشی آقا، یه وزن میگیری؟ خاله، شما وزن نمیکنی؟ بارها تصور کردم یه روز جلوش می‌ایستم، چند تومنیه بهش میدم و کوله‌مو میذارم رو ترازوش و نشون میدم که هر روز چه وزنه‌ای تا دانشگاه میبرم و برمیگردونم!

هر دفعه که صداشو میشنیدم با خودم میگفتم «چقدر باید بهش بدم؟ اول باید لبخند بزنم؟ شاید از ش اسمشو پرسیدیم!» و بعد از همه ی اینا، وقتی کوله پشتیمو وزن کردم با یه لبخند خسته، خداحافظی می کنم. شبیه دلمو زدم به دریا...

سلام کردم و با شوخی گفتم: «چند میگیری واسه وزن کردن؟»

گفت: «هر چی خودتون بدین خاله»

کیف پولمو دراوردم و کیفم رو اوردم پایین که بذارم روی ترازوش، اما لحظه ی آخر اونو یه ذره اینورتر، گذاشتم رو پاهام

پول رو دادم بهش، کولم رو برداشتم و رفتم سمت پله ها؛ گفتم «وزن نمیکنی؟» با لبخند سرتگون دادم. هزار بار دیدمش و هر بار تو فکرم کیفمو می داشتتم رو ترازوش ولی حتی یه بار نفهمیدم چه کار احمقانه ای میخوام انجام بدم!

ولی شبیه، بعد از اینکه از مترو اومدم بیرون، نفس عمیقی کشیدم و با خودم گفتم «تو از زندگی اون چی میدونی؟»

میخوای سنگینی کوله پشتیت رو نشون پسر بچه ای بدی که سنگینی بار زندگی رو نمیتونه با هیچ کدوم از ترازو های دنیا اندازه بگیره؟»

دستان فاسد قطع شوند!

• مبینا مجتبی فر

بیانات رهبر انقلاب در دیدار تصویری با سران قوه قضائیه: مبارزه با مجرمین از دوره ی قبل در قوه قضائیه آغاز شده بود و اکنون به دوره ی اوج خود رسیده است. پ.ن: در دوره ی قبل نیز مفسدان و مجرمان بسیاری همچون بابک زنجانی، شهرام جزایری و... به سزای اعمالشان رسیده اند.

• مبارزه با فساد باید فقط بر طبق قانون و عدل باشد و بدون هیچ ملاحظه ای با قدرت ادامه پیدا کند. چراکه مردم با این گونه مبارزات، امیدوار میشوند و ابتدا این مبارزه باید در داخل قوه به صورت جدی و کارشناسی انجام شود. زیرا تبعات فساد در داخل قوه قضائیه بسیار سنگین خواهد بود. پ.ن: دست از رانت و تبعیض بردارید و دست طبری ها را که تبر بر ریشه اعتماد مردم به مسئولین میزنند را رو کنید که به فرموده امام علی (ع) دوستی مردم با مسئولین و قهر عده ای خاص بهتر از دوستی خاص و قهر مردم است.

• افراد بی گناه نباید مورد تعدی قرار بگیرند و رسیدگی کارها کاملا بر اساس قانون و عدالت باشد. مردم و جوانان مومن مراقب باشند تعدی نکنند. پ.ن: فضای رسانه ای غالب بر اتفاقات و پرونده های اخیر سبب شده که بسیاری از مردم و مسئولین چشمان خود را بر روی خدمات افراد ببندند و بدون آن که جرمی ثابت شود، انگشت اتهام بر آنان گمارده اند. اما باید گفت که بر طبق قانون اساسی کشور (خوشبختانه یا متأسفانه) سهل انگاری، رفیق بازی و قبیله گرایی جرم محسوب نمیشود، اما می توان آن ها را نقد کرد و از آنها مطالبه نمود. !

• مردم از لحاظ معیشتی در سختی هستند و تمامی دستگاه ها باید به اقتصاد کشور کمک کنند. پ.ن: رهبر انقلاب در سخنرانی های خود همواره راهکار هایی برای حل مشکلات اقتصاد و تولید بیان کردند و البته گوش شنوایی در این باب پیدا نشد. (آقای محترم سیاست مدار، به جای نوشتن نامه های سرگشاده، خودتان جوابگو باشید که چرا دولت و افراد نور چشمیتان عملکردشان دقیقا عکس شعار هایشان است و این گونه به مردم و اقتصاد کشور فشار آمده است؟) 😡

• فساد، مثل همین ویروس کرونا به شدت مسری و واگیر دار است. مفسد، دیگران را هم به فساد سوق میدهد. البته در فساد دست ها جز قطع شدن چاره دیگری ندارد. پ.ن: دستان پشت پرده، همراه دستان قطع شده نشوید تا شما نیز به ویروس مبتلا نشده و قطعه قطعه نشوید! 😷

• کرونا تمام نشده است و همه باید مراقبت کنند. وقتی شما که مسئول دولتی و در اجتماع ماسک نمیزنید، جوانی هم که در خیابان است، تشویق میشود ماسک نزنند. پ.ن: بدون شرح 😷

هیس! میخواهم زنده

بمانم

• مبینا مجتبی فر



را می بوسد و قرآنش فرزندکشی و دخترکشی را به وضوح نهی کرده و برای روح جنسیتی قائل نمیشود و ارزش انسان را در تقوا میداند و فرهنگی غنی که سرشار از برابری جنسیتی و توجه به دختران و زنان است.

اگر دنباله ی این قتل ها و تبعیض ها و... را بگیریم به چند معضل مشترک میرسیم:

✓ **مردم چی میگن؟!**

دنبال کردن کورکورانه حرف مردم و تعصبات قومی و چیدن اصول زندگی طبق آن، سبب میشود فرزندان از کانون گرم خانواده فاصله گرفته و پنهانی زندگی کنند.

✓ **خشم خاموش:**

اختلالات رفتاری و اخلاقی، عقده های فکری گذشته و یا حتی خشم های خاموشی که همیشه بروز نمیکند و ممکن است عادی تلقی شود، با گذشت زمان و در شرایط ویژه اوج میگیرد و حتی سبب قتل میشود. مصرف مواد مخدر و روان گردان ها نیز باعث از دست دادن کنترل و افزایش خشم میشود و فرد رفتاری از خود نشان میدهد که در زمان هشیاری از کرده ی خود پشیمان میشود.

✓ **قدرت ازلی:**

ساختار تکامل جنسیتی به گونه ای است که نیاز به قدرت در مردان بارزتر است چرا که آنان منبع شکار، حمایت و... بوده اند. البته اگر این ویژگی به اندازه و درست باشد سبب آرامش و آسایش بیشتر اعضای خانواده می شود ولی اگر بیشتر باشد و یا سرکوب شود باعث بروز خشونت و آزار می شود.

✓ **راهکار ها و مطالبات:**

موارد فوق به همراه مشکلات دیگر، سبب خشونت ها، آزارهای جنسی و... میشود که متأسفانه در هر جامعه‌ای (حتی جوامع با سطح رابطه آزاد) رخ میدهد و این نشانگر عدم مراجعه مردم جهان به روانشناسان و روانپزشکان است. می توان با کمک مددکاران و فعالین اجتماعی و رسانه ها و آموزش و پرورش، به جنبه های مختلف این مسائل پرداخت و توجه بیشتری به خانواده، دختران و جوانان داشت. و همچنین باید آموزش هایی برای کنترل خشم و مدیریت عواطف و مهارت های مواجهه با این گونه مشکلات و رفع آنها در نظر گرفت تا در آینده ای نزدیک شاهد خانواده و جامعه ای ایده آل باشیم.

صدا و سیما یا بنگاه اسپانسر ی؟!!

• مهدی موسی زاده

داستان را اینگونه شروع می‌کنم که روزی در جامعه ای دو دنیای موازی وجود داشت. افراد دنیای اول که سبک زندگی بسیار ساده با مشکلات مالی بسیار و دنیای دیگری که سرشار از اموال و تجملات لاکچری به دور از شئون اخلاقی، انسانی و کاملا متفاوت از دنیای اول روزگار را سپری می‌کردند.

مردم دنیای دوم با اعداد و ارقامی زندگی می‌کردند که شاید آدم‌های دنیای اول حتی در رویاهای خود، تصور نکرده و با شعار امشب را زنده بمانیم و فردا خدا بزرگ است، گذر عمر می‌کنند و اما آنچه میان این دو دنیا به چشم می‌خورد دیواری مات و کدر از حسرت‌ها و سرخوردگی‌های دنیای اول و فخر فروشی‌ها و زیاده خواهی‌های به دور از شأن و جایگاه و عدالت در دنیای دوم است.

داستان بالا شاید بهترین تمثیل برای فاصله دنیای مردم عادی و سلبریتی‌هایی باشد که امروزه خود را بر همان مردمی که با حمایت آنها به شهرت رسیده‌اند، برتر دانسته و حاضر به شفاف سازی دستمزدهای نجومی خود نیستند در حالی که حقوق و دستمزد آنها از بیت المال تأمین می‌شود که مردم برای آنها خون دلها می‌خورند. اما در این میان از نقش مخرب

نهادی چون صدا و سیما نمی‌توان چشم پوشید و سؤال اینجاست که چه چیزی باعث شده صدا و سیما تا این حد از رسالت وجودی خود به بیراهه‌ی بنگاه‌های سلبریتی ساز منحرف شود؟! رسالت‌هایی که برای بعضی از آنها هیچ نهاد یا مجموعه جایگزینی در ایران وجود ندارد!

شاید یکی از مهمترین دلایل، رانت و تأمین مالی همین دوستان نجومی بگیر باشد که صدا و سیما را مجاب می‌کند تا منافع ایشان را بر منافع ملت و وظایف اصلی خود ارجعیت داده و در پشت واژه‌ی اسپانسر به بنگاداری روی آورد و نتیجه بدتر آنکه، حمایت جهت‌مند اسپانسر ها منجر به تولید برنامه‌ها و فیلم‌های روز به روز بی محتوا تر و در مقابل پرهزینه‌تر در جهت تبلیغات زندگی های لوکس همان سلبریتی‌ها و دور از دسترس عوام ملت شده است.

بطوری که مسئولان این مجموعه عظیم مرتب در توجیه بسیاری از رفتارهای غلط مدیریتی و ضعف‌های کیفی، کمبود بودجه در صدا و سیما را بهانه می‌کنند؛ حال آنکه صورت‌های مالی این مجموعه هیچ‌گاه به‌طور کامل، شفاف و قابل بررسی منتشر نشده است و جز مدیران سازمان هیچ مرجعی تایید نکرده که صدا و سیما واقعا به دلیل تنگناهای مالی است که مجبور به انجام بسیاری از رفتارهای غیرقابل‌قبول می‌شود. اساسا چه کسی به صورت‌های مالی این مجموعه دسترسی کامل دارد که بتواند چنین ادعایی را راستی‌آزمایی کند؟!



پاییز فصل آخر سال است

• مبینا شاطریان

پاییز فصل آخر سال است اولین رمان چاپی نسیم مرعشی است که سال نود و سه از نشر چشمه منتشر شد.

درنگاه اول شاید چهل و چهار بار چاپ شدن کتاب اول یک نویسنده عجیب باشد اما باید بگویم وقتی کتاب را می خوانیم متوجه قلم روان و جذاب نویسنده همچنین فضا سازی های ماهرانه ی او می شویم. قصه از یکی از روزهای گنگ زندگی لیلا آغاز می شود. لیلا یی که با همسرش میثاق برای مهاجرت کردن مجادله دارد و در نهایت او می ماند و قلبی که پراز میثاق است و خانه ای که از او خالی است. روجا، دختری که برای رسیدن به هرآنچه دارد از جان مایه گذاشته. در یک شرکت کار میکند و هم زمان برای پس انداز کردن به عنوان معلم خصوصی درس می دهد. روزهایش را درگیر بستن بارسفر به فرانسه است و منتظر جواب سفارت.

روجا نماد همه ی امید هایی است که داریم. هدف هایی که با اطمینان بنا نکرده ایم و بعضا دودین ها و نرسیدن ها.

شبانه، اگر میخواستم او را در یک کلمه توصیف کنم می گفتم: «دو دل»

شبانه ای که نمی داند دقیقا از زندگی اش چه



میخواهد. خودش را مقصر مشکلات ذهنی برادر کوچکترش ماهان میداند و با همین فکر سال هاست زندگی را به کام خودش تلخ کرده.

نکته ی مثبت این کتاب نوشتن از دیدگاه هر سه شخصیت می باشد. سبک نگارشی که خیلی کم در میان کتاب ها می بینیم. وقتی کتابی را معرفی می کنیم باید هم خوبی هایش را بگویم هم ایراداتش را مشخص کنیم، جایز است بگویم وقتی کتاب را میخواندم بین لحن صحبت لیلا و دوشخصیت دیگر تفاوتی نمی دیدم، انگار که شبانه یا روجا همان لیلا هستند و فقط اسمشان تغییر کرده. اما فراموش نکنیم این اولین کتاب نویسنده است و طبیعی است اگر ایرادی داشته باشد.

اگر برای خرید این کتاب شک داشتید، رفتار شبانه طور را کنار بگذارید. کتاب ها همیشه به دانسته هایمان اضافه می کنند.

حال دلتان به گرمی تابستان و سرسبزی بهار

صاحب امتیاز: بسیج دانشجویی دانشگاه آزاد علوم

پزشکی تهران

شماره مجوز: ۹۱۸۷

مدیرمسئول: میلاد جهانیان

سردبیر: فاطمه تاجیک قلعه

هیئت دبیران: عرفان اکبری، مرجان کشاورز، مبینا

مجتبی فر، زهرا جلیلی

هیئت تحریریه: میلاد جهانیان، مهدی موسی زاده،

مبینا شاطریان، مبینا مجتبی فر، مرجان کشاورز،

مینو فرخی

طراح: هانیه جماعتی

ویراستار: الهه حنیفه نیا

راه همکاری و ارتباط:

@pirateb_pub