

صفحه ۱، بهروز قلی پور

برش های کوتاه

لااله الاکندری
بازیگر



۴۰روز از پرواز کودکان معصوم مدرسه منیاب گذشت؛ چه آرزوهایی که در خاک نشست و چه داغ هایی که بر دل نشست... دریغ و درداز این رفتن ها...

عباس صالحی
وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی



ما با یک معجزه تاریخی از نسوی مردم روبه رو هستیم. یک ابرقدرتی به یک قدرت منطقه‌ای حمله می کند، روز اول رهبرش را شهید می کند، فرماندهان و کودکانش را شهید می کند تا بگوید که من هستم، اما مردم در این جغرافیای وسیع ایران پای کار می آیند، چیزی معجزه‌وار که قلب‌ها را تکان داده و با تمام سلیقه‌ها و عقیده‌ها مردم را پای کار آورده است.

مهران غفوریان
بازیگر



می‌بوسم دست تک تک نیروهای مسلح و از تش کشور عزیزم رو، تک تک مردم ایران خسته نباشید.

حبیب ایل‌بگی
مدیر مؤسسه «سینماشهر»



برگزاری جشنواره‌ها و رویدادهای فرهنگی، دیدن آثار نمایشی، شنیدن شعر، تماشای فیلم و موسیقی حماسی همگی می‌توانند به شکل قابل توجهی باعث دلگرمی و آرامش مردم شوند.

خیرالله تقیانی پور
کارگردان



امروز به چشم می‌بینیم که مردم معیوب شده‌اند و این مردم هستند که جنگ را پیش می‌برند.

سبک زندگی
بروانه بندپی؛ روزنامه‌نگار

توصیه‌های طلایی
برای رفع بی‌خوابی سالمندان

مشکل خواب بسیاری از سالمندان در شرایط جنگ تشدید می‌شود؛ صداهای رعب‌آور جنگنده‌ها، انفجارهای مهیب و اخبار منفی باعث استرس در همه افراد مخصوصاً سالمندان و کودکان شده و کیفیت خواب‌شان را بدتر از زمان قبل از جنگ می‌کند. دکتر احمد دلبری، متخصص طب سالمندان در این‌باره می‌گوید: بی‌خوابی شبانه در سالمندان فقط باعث خستگی و کسالت سالمند در طول روز نمی‌شود، بلکه عوارض و خطرات متعددی هم در پی دارد مثل گیجی، عدم تعادل و لوتلو خوردن، زمین خوردن و خطرات ناشی از زمین خوردن (مثل شکستگی لگن و سایر استخوان‌ها) و حتی تشدید بیماری‌های فرد و در نتیجه بستری شدن.

به گفته دلبری، ادامه چرخه بی‌خوابی، یک زنگ خطر است و اصلاً موضوع ساده‌ای نیست.

دکتر دلبری در این زمینه می‌گوید: برای رفع یا کاهش این مشکل چند راهکار ساده اما بسیار مهم وجود دارد؛ مهم‌ترینش این است که ساعت خواب و بیداری افراد سالمند ثابت و بدون تغییر باشد. یعنی فرد شب‌ها در ساعت مشخص (بین ۹ تا ۱۱) بخوابد و صبح‌ها هم راس ساعت مشخصی (حداکثر ساعت ۷ تا ۸) بیدار شود، حتی اگر شب خواب خوبی نداشته، صبح حتماً سر همان ساعت مشخص و ثابت همیشگی بیدار شود. این برنامه کمک می‌کند که بدنش به تدریج تنظیم شود.

این متخصص طب سالمندی ادامه می‌دهد: مورد مهم دیگر این است که صبح‌ها اجازه ندهد نور طبیعی به بدنش برسد. به گفته دکتر دلبری، یکی دیگر از مواردی که باید مورد توجه سالمندان بدخواب باشد، این است که چرت روزانه طولانی نداشته باشند. چرت روز باید کمتر از ۴۰ دقیقه باشد، نه بیشتر. متخصصان همچنین تأکید دارند که افراد سالمند برای داشتن خواب باکیفیت، در طول روز فعالیت بدنی منظم داشته باشند. همچنین مصرف کافئین و نیکوتین (مثل چای و قهوه و سیگار) هم می‌تواند خواب شب را مختل کند.

استفاده از تکنیک‌های آرام‌سازی مثل مدیتیشن، تنفس عمیق یا گوش دادن به موسیقی آرامش‌بخش قبل از خواب هم می‌تواند به کاهش اضطراب و بهبود خواب کمک کند. همچنین اگر بی‌خواب شدند، سراغ موبایل نزنند. چون نور موبایل به شدت روی کیفیت خواب اثر می‌گذارد و بی‌خوابی را تشدید می‌کند. یکی دیگر از مواردی که کارشناسان بسیار توصیه می‌کنند، محدود کردن مصرف مایعات در ساعات نزدیک به زمان خواب است.



عکس: همشهری/امیر رستمی



شرایط اکران «قمارباز»

فیلم «قمارباز» ما درباره جنگ است و موضوعش جنگ سایبری در زمان جنگ ۱۲ روزه است. موضوعش طوری است که در تمام جنگ‌ها می‌تواند پیش‌باید و اتفاق بیفتد. اگر حتی یک نفر یا فیلم ما درباره جنگ تغییر رویه دهد، ما دنیا و آخرت ما را برده‌ایم. اگر یک نفر با دیدن فیلم ما تحقیق کند و بفهمد اصلاً جنگ سایبری چیست و بیشتر با آن آشنا شود، اتفاق بسیار خوبی است.



فرود موشک در نزدیکی محل فیلمبرداری

محسن بهاری، کارگردان ایزود «رستگاری در گاندی» از سریال «اهل ایران»؛ وقتی قرار شد در مجموعه «اهل ایران» باشم، نه از سر شجاعت بود، نه برای قهرمان‌بازی؛ بیشتر یک حس ساده درونی بود که می‌گفت بهتر است بی‌تفاوت نمانم. انگار وجدانم با همین اندازه مشارکت هم آرام‌تر می‌شد. با خودم گفته بودم اگر حتی یک نفر با دیدن این فیلم لطمه‌ای مکت و برداشتش از ماچرا کمی تغییر کند، برای من کافی است. شب‌ها کار می‌کردیم، زیر آسمانی که هر لحظه ممکن بود با عبور چنگنده‌ها ناآرام شود. یک‌بار موشکی آنقدر نزدیکمان فرود آمد که زمین زیر پایمان به‌شدت لرزید. ترس در چشم‌ها بود، اما همان شب پلان آخر سکانس را هم گرفتیم. چند شب بعد، واکنش‌ها فرق کرده بود؛ صداهای دیگر آنقدر غافلگیرکننده نبود. بین نور آتش و گرد و خاک، هم کار می‌کردیم و هم گاهی می‌خندیدیم؛ انگار آدم به‌مرور با شرایط کنار می‌آید.

ایران با این ملت هرگز شکست نمی‌خورد

محسن بهاری، کارگردان «رستگاری در گاندی»

از حال و هوای وطن و حس همبستگی ملی می‌گوید



گزارش
گروه ۲۴ | محسن بهاری یکی از پرکارترین کارگردان‌های سینمای ایران در یک سال اخیر است.

او این روزها «قمارباز» را با موضوع جنگ ۱۲ روزه روی پرده سینماها دارد و به تازگی ایزود «رستگاری در گاندی» را کارگردانی کرده که یکی از قسمت‌های سریال «اهل ایران» است. بهاری در گفت‌وگو با همشهری از حال و هوای این روزهای وطن و آثاری که ساخته سخن گفته است.

همه حس وطن دوستی دارند

مثل همه آدم‌ها حس من هم بیشتر شده است. همه حس وطن دوستی دارند و الان این حس بزرگ‌تر شده است. قدر این شب‌ها را بدانیم و قدر این مردم را که چنین در میدان حاضرند. ایران با این ملت پای کار هرگز شکست نمی‌خورد. البته کسانی هم هستند که طور دیگری فکر می‌کنند و همچنان این توهم را دارند که این کسی که آمده قرار است کم‌کشان کند. من بیشتر از این مسئله ناراحتم. جواب دشمن را که می‌دهیم و محکم هم می‌دهیم و او هم پشیمان و دل‌شکسته یک گوشه گریه می‌کند. اما ناراحتی من این است که کسانی فکر می‌کنند این حمله برای نجات آنهاست. این خیلی بیشتر اذیت می‌کند.

سینما پای کار جنگ و ایران آمده است

ببینید، سینما هم پای کار جنگ و ایران آمده است. حالا که پای کار آمده‌ایم و فیلم را در این شرایط به نمایش گذاشته‌ایم، حداقل کمی بیشتر برای فیلم تبلیغ کنند. الان تمام تبلیغات سمت فیلم دیگری رفته است. جالب است بگویم که فیلمبرداری ما ۲ روز قبل از تماس گرفت و پرسید فیلم در حال اکران است یا نه. وقتی فیلمبرداری ما که خودش آدمی سینمایی است، متوجه اکران نشده، ببینید اوضاع چگونه است. ما حتی تیزرهایمان را هم به تلویزیون داده‌ایم، اما پخش نمی‌شود و این به‌نظر بی‌عدالتی فرهنگی است. کارگردان فیلمی هم که تبلیغاتش زیاد است، دوست من است. من حتی پشت صحنه فیلمش بوده‌ام. نمی‌خواهم از او گلايه کنم، ولی واقعیت این است که اگر قرار است کاری برای سینما و ایران بکنیم، همه چیز باید مساوی باشد. مسئله دیگر این است که الان درست است که فیلم را اکران کرده‌ایم، ولی دوست داریم مردم فیلم را در کنار حضور در خیابان ببینند. به‌نظر من الان حضور مردم در خیابان‌ها و میدان‌ها از تماشای فیلم مهم‌تر است.



روایت فتح
علیرضا محمودی؛ روزنامه‌نگار

جهان بینی جنگ ایرانی



مجموعه تلویزیونی روایت فتح، ساخته شهید مرتضی اوینی یکی از مهم‌ترین دستاوردهای سینمای مستند جنگی ایران در زمینه تبیین تمایزهای دفاع مقدس با جنگ‌های مشابه است. کارگردان این مجموعه سعی می‌کند با کمک دو بازوی تدوین و گفتار به تصاویر و صداهای رسیده از مناطق جنگی تحرکی روایی بدهد. این حرکت محتوای جنگ ۸ساله در جبهه‌های غرب و جنوب ایران را ابعادی الهی می‌دهد.

تحرك روایی فیلم‌های روایت فتح در گفتار با تأمل در متن‌ها و گفتارهای قابل تمایز است. بخشی که با توصیف حضور رزمندگان در مناطق جنگی فضای کلی را شرح می‌دهد، با تأکید روی یک یا دو رزمنده که فیلمبرداری با او درباره موضوعی خاص یا عام حرف زده‌اند، ذهنیات رزمندگان را به گفتار می‌آورد و بخش دیگر زمانی است که گفتار به سمت شرح معنوی جنگ به‌عنوان راهی برای رسیدن به سرشت و سرنویشت الهی جهان می‌پردازد. هنر بزرگ اوینی در نوشتن این گفتارها در مسیری است که سعی می‌کند جهان بینی جنگ ایرانی را روی تصاویر خاکریزها، شلیک‌ها و جابه‌جایی نیروها با شمایل‌ها و پرچم‌های مذهبی و ایرانی توضیح بدهد. مسیری از حال تا آینده تاریخ.

در پایان فیلم «در یادان صفشکن» از مجموعه روایت فتح، شهید مرتضی اوینی روی تصاویر رزمندگان در حاشیه آروند این گفتار را می‌خواند؛ آنها مجاهدان راه خدا و علم‌داران آن تحول عظیمی هستند که انسان امروز را از بنیان تغییر می‌دهد. آنها تاریخ آینده بشریت را می‌سازند و آینده بشریت، آینده‌ای الهی است.



برای نخستین بار در هرمزگان دستگاه ام آر آی بیماران تالاسمی راه اندازی شد

دکتر آرش رحیمی، معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان گفت: با تلاش و همت بی‌وقفه دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان، برای نخستین بار در سطح استان، دستگاه پیشرفته ام آر آی T2STAR جهت تشخیص و پایش وضعیت میزان بار آهن قلب و کبد در بیماران تالاسمی در بیمارستان شهید محمدی بندرعباس به بهره‌برداری رسید.



چرا دارو کم نشد؟

بازار دارویی کشور در سومین جنگ تحمیلی به ۱۱ دلیل سربلند بود و بحران کمبود را مدیریت کرد

۱۱ عامل کم نشدن دارو در جنگ

- تولید داخلی ۹۷ درصد داروها و نزدیک شدن به خودکفایی
- تداوم فعالیت ۳۴۰ کارخانه داروسازی و مدیریت بحران جدید
- استفاده از تجربه جنگ ۱۲ روزه در مدیریت بحران جدید
- پایش روزانه بازار دارو، شیرخشک و ملزومات پزشکی
- مدیریت توزیع در شرایط افزایش تقاضا (به‌ویژه در مناطق با مسافرپذیری بالا)
- تأمین بامواد ۱۰۰ درصد
- اتکا به نیروی انسانی متخصص و واکنش سریع صنعت دارو
- مدیریت نسبی اختلالات واردات مواد اولیه با تکیه بر توان داخلی



گروه تندرستی | در جریان جنگ تحمیلی سوم، یکی از نگرانی‌های جدی وضعیت تأمین دارو و تاب‌آوری صنعت دارویی کشور بود. اما تولید داخلی حدود ۹۷ درصد داروها و برنامه‌ریزی تأمین ذخایر استراتژیک پس از جنگ ۱۲ روزه باعث شد حتی با وجود آسیب به بیش از ۲۵ واحد تولید و توزیع دارو، بیماران با کمبودهای بحرانی مواجه نشوند. این امر نتیجه سال‌ها تلاش متولیان نظام سلامت است که سیاست تقویت صنعت داروسازی کشور را با وجود تحریم‌های ظالمانه پایبندی کرده‌اند تا در مواجهه با بحران تاب‌آوری زنجیره تولید و تأمین دارو مختل نشود؛ موضوعی که حالا متولیان این حوزه با جزئیات بیشتری به آن می‌پردازند.

داروخانه‌ها، ستون پنهان بحران

هادی احمدی، دبیر انجمن داروسازان معتقد است که سال‌ها تحریم و تجربه جنگ، صنعت دارویی کشور را به سطحی از تاب‌آوری رسانده تا بتواند در شرایط سخت نیز پاسخگوی نیازها باشد. او در توضیح بیشتر به همشهری می‌گوید: «تا امروز هیچ کمبود گسترده دارویی گزارش نشده و اگر هم کمبودهای مقطعی وجود دارد، موضوع تازه‌ای نیست و در شرایط عادی هم رخ می‌دهد.» به گفته احمدی، شبکه گسترده داروخانه‌ها نقش مهمی در این پایداری ایفا کرده‌اند: «حدود ۱۸ هزار داروخانه در سراسر کشور به‌صورت مویرگی فعالیت می‌کنند و هر یک نوعی ذخیره استراتژیک کوچک محسوب می‌شوند. این داروخانه‌ها به شکل ۲۴ ساعته در حال خدمت‌رسانی هستند و حتی در صورت آسیب به برخی واحدها روند ارائه خدمات متوقف نمی‌شود.»

خودکفایی به کار آمد

محمد هاشمی، سخنگوی سازمان غذا و دارو به همشهری می‌گوید: «در جریان جنگ تحمیلی اخیر، بیش از ۲۵ شرکت دارویی، تجهیزات پزشکی و تولیدکنندگان فرآورده‌های سلامت‌محور دچار آسیب‌های کلی و جزئی ناشی از حملات شدند. با این حال، به‌دلیل برنامه‌ریزی‌های قبلی و استفاده از تجربه جنگ ۱۲ روزه، ذخایر استراتژیک دارو و تجهیزات پزشکی از قبیل پیش‌بینی شده بود.» به گفته او، همین مسئله باعث شد که در حال حاضر بسیاری از داروهای حیاتی و اساسی در انبارها موجود باشد و بازار با کمبود جدی مواجه نشود. هاشمی به برخی محدودیت‌ها در تأمین مواد اولیه دارویی هم اشاره می‌کند و می‌گوید: «بسته بودن مرزهای هوایی و اختلال در مسیرهای حمل‌ونقل تأمین برخی اقلام را دشوارتر کرد، اما به‌دلیل اتکای ۹۷ درصدی به تولید داخل و نزدیک شدن به مرز خودکفایی، این مشکلات به بحران تبدیل نشد. حتی در حوزه‌هایی مانند شیرخشک و ملزومات پزشکی نیز با وجود افزایش تقاضا، به‌ویژه در استان‌های شمالی، پایش روزانه انجام می‌شد و مشکل جدی گزارش نشد.» سخنگوی سازمان غذا و دارو همچنین با اشاره به واکنش جالب کارکنان صنعت دارو در زمان حملات به شرکت‌های دارویی عنوان می‌کند: «در مواردی که کارخانه‌ها مورد اصابت قرار گرفتند کارکنان بلافاصله در محل حاضر شدند و برای بازسازی و از سرگیری تولید اعلام آمادگی کردند. حتی یکی از شرکت‌ها ۴ مرتبه دچار آسیب شد، اما هر بار در کوتاه‌ترین زمان ممکن فعالیت خود را سر گرفت.»

پاستور؛ ادامه حیات علمی در دل ویرانی

در کنار این تاب‌آوری صنعت دارو اما آسیب به برخی مراکز کلیدی علمی - تحقیقاتی هم رخ داد. از جمله انستیتو پاستور ایران که خیلی‌ها آن را یکی از واکنس‌سازهای معتبر جهان می‌شناسند. این مرکز چندین بار هدف قرار گرفت و در آخرین اصابت هم بخش‌های وسیعی از آن تخریب شد. احسان مصطفوی، رئیس این مجموعه به همشهری می‌گوید: «حدود ۲۳ هزار مترمربع از فضای آزمایشگاهی آسیب دیده که شامل آزمایشگاه‌های مرجع کشوری، مراکز همکار سازمان بهداشت جهانی، بانک‌های زیستی و واحدهای تحقیقاتی و واکنس‌اسیون بوده است. بخش قابل توجهی از تجهیزات پیشرفته و نمونه‌های نگهداری شده نیز در این حملات آسیب دیده‌اند.» با این حال، او تأکید می‌کند که خدمات اصلی این مجموعه متوقف نشده است: «فعالیت‌های تشخیصی، تولیدی، آموزشی و تحقیقاتی در سایر شعب ادامه دارد و زنجیره خدمات‌رسانی، از جمله تولید واکسن همچنان برقرار است.» به گفته مصطفوی، بازسازی این مجموعه نیازمند منابع مالی گسترده و همکاری‌های بین‌المللی برای واردات دوباره تجهیزات است، اما اراده برای ادامه مسیر علمی کشور، حتی در سخت‌ترین شرایط همچنان پابرجاست.

۲۴۰ کارخانه تولید دارو و ۸۰ واحد تولید مواد در کشور فعال است که مانع کمبودهای دارویی در ایام جنگ می‌شود.

۲۵ واحد تولید و توزیع دارو خسارت‌های جزئی و کلی ناشی از اصابت موشک‌ها دید.

۱۳ آزمایشگاه مرجع انستیتو پاستور در آخرین حمله آسیب جدی دید.

۳ بخش انبوه، تجهیزات و نمونه‌های زیستی در حمله به انستیتو پاستور دچار آسیب شد.

۲ داروساز در ایام جنگ به شهادت رسیدند. هر دو خانم، در تهران و حین فعالیت در داروخانه

۹۷ درصد داروی داخل کشور تولید داخلی است.