صفحه‌آرا: مهرداد هاشمیان

اینفوگرافیک

صعود پرقدرت بورس تهران

شاخص کل بورس تهران در پایان معاملات شنبه ۷ آذر با رشد بیش از ۲۲۵هزار واحدی به ۸میلیون و ۸۹۹هزار واحد رسید.
بازار سهام در معاملات شنبه ۷ آذر ۱۴۰۵ با افزایش شاخص‌های اصلی به‌کار خود پایان داد. شاخص کل بورس تهران با رشد ۲۲۵هزار و ۶۹۶واحدی در سطح ۸میلیون و ۸۹۹هزار و ۳۵۹واحد ایستاد و تا مرز ۸/۹میلیون واحد پیش رفت. این میزان افزایش معادل حدود ۲/۶درصد رشد روزانه شاخص کل است.
شاخص کل هم‌وزن نیز با افزایش ۵۴هزار و ۱۵۱واحدی به ۲میلیون و ۶۶۸هزار و ۹۹۰واحد رسید. رشد حدود ۲/۱درصدی این شاخص در کنار افزایش شاخص کل، نشان‌دهنده صعود همزمان هر دو نماگر اصلی بازار سهام است؛ هرچند میزان رشد شاخص کل بیشتر بود.
در میان نمادهای اثرگذار بر شاخص کل، فملی با ۳۸هزار و ۲۷۰واحد بیشترین نقش را در افزایش شاخص داشت.

۲۲۵ هزار و ۶۹۶واحد
میزان رشد شاخص کل بورس تهران

۲/۶ درصد
میزان رشد
روزانه شاخص کل بورس

۲/۱ درصد
میزان رشد
شاخص کل هم‌وزن

۸/۹ میلیون واحد
رقم فعلی شاخص کل بورس تهران

۳۸/۱۶ همت
ارزش معاملات خرد بازار سهام

۱۲۸/۲ همت
مجموع ارزش معاملات بورس و فرابورس

۱/۳۹ میلیون معامله
تعداد معاملات ثبت‌شده در بورس و فرابورس

۱۰۶ میلیون

حمید بورد، سرپرست وزارت نفت با تشریح تازه‌ترین اقدام‌ها برای بازسازی تاسیسات آسیب‌دیده در جنگ، افزایش تولید گاز و جمع‌آوری گازهای مشعل اعلام کرد: تاکنون حدود ۱۰۶میلیون مترمکعب در روز گاز به چرخه تولید بازگشته و برای پیشبرد این برنامه‌ها ۳۵۰میلیون دلار، معادل ۷۰هزار میلیارد تومان، درنظر گرفته شده است.

عدد خبر

مصطفی تنها، سخنگوی انجمن صنعت تایر ایران گفت: تولیدکنندگان تایر موظف شده‌اند ماهانه یک میلیون و ۸۰۰هزار حلقه تایر سواری در بازار عرضه کنند. هدف از این سازوکار آن است که در کنار تغییر نظام قیمت‌گذاری، عرضه تایر به میزان کافی ادامه پیدا کند و مصرف‌کنندگان با کمبود محصولات مورد نیاز خود مواجه نشوند.

۱/۸ میلیون

پاکسازی بازار ارز از التهاب رمزارز

بانک مرکزی در ادامه برخورد با قیمت‌سازی رمزارزها، دسترسی بانکی ۹صرافی را محدود کرد

گزارش

بهزاد رنجبر | روزنامه‌نگار | بانک مرکزی دسترسی بانکی ۹صرافی را محدود کرد؛ اقدامی که در ادامه تلاش برای مقابله با قیمت‌سازی و جلوگیری از انتقال التهاب رمزارزها به بازار ارز انجام می‌شود، همچنین برخی خبرها حاکی از آن است که معاملات تتر نیز در همه صرافی‌های ارز دیجیتال متوقف شده است.

محدودیت برای ۹سکو
بانک مرکزی ابتدا محدودیت‌هایی برای ۳سکوی رمزارزی اعمال کرد و سپس از محدود شدن ابزارهای برداشت غیرحضوری ۶سکوی دیگر خبر داد.

توقف معاملات تتر
براساس اطلاعیه‌های منتشرشده از سوی چند صرافی، خرید و فروش تتر در برابر تومان از ساعت ۲۳:۳۰ پنجشنبه ۵ آذر تا ساعت ۱۱:۳۰ شنبه ۷ آذر متوقف شد. صرافی‌ها این اقدام را اجرای الزامات ابلاغی بانک مرکزی اعلام کرده‌اند.

همه معاملات متوقف نشد
این محدودیت به‌معنای تعطیلی صرافی‌ها نبود. محدودیت اعلام‌شده فقط خرید و فروش تتر در برابر تومان را در برمی‌گیرد. طبق اطلاعیه برخی سکوها، معاملات سایر رمزارزها و خدمات واریز و برداشت دارایی‌ها همچنان فعال بود.



کنترل مسیر ورود پول
محدود کردن دسترسی بانکی صرافی‌ها، مسیر انتقال ریال را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد که می‌تواند قدرت عملیاتی آنها را کاهش دهد و امکان تسویه معاملات را محدود کند.

تتر؛ دلار دیجیتال
تتر رمزارزی پایه ثابت است که ارزش آن به دلار آمریکا متصل شده است. بسیاری از معامله‌گران ایرانی از آن برای حفظ ارزش دارایی یا جابه‌جایی سرمایه استفاده می‌کنند؛ به همین دلیل، قیمت تتر به یکی از شاخص‌های مورد توجه بازار ارز تبدیل شده است.

دلیل رسمی: قیمت‌سازی
بانک مرکزی در اطلاعیه خود درباره این اقدام از رعایت نکردن الزامات معاملات مجاز و ترویج قیمت‌های بی‌معیار برای استیبل کوین‌ها نام برده است؛ توضیحی که محور رسمی برخورد اخیر را روشن می‌کند، اما جزئیات تخلفات را مشخص نمی‌کند.

سرنوشت دارایی کاربران
توقف معاملات تتر لزوما به‌معنای توقیف دارایی کاربران نیست. برخی صرافی‌ها تأکید کرده‌اند که در دوره توقف معاملات، امکان برداشت ریالی همچنان برقرار است.

تتر چگونه قیمت‌سازی می‌کند؟
اگر سفارش‌های غیرواقعی یا هماهنگ، تصویری بزرگ‌نمایی‌شده از تقاضا و عرضه تتر بسازند، معامله‌گران ممکن است نرخ حاصل را نشانه حرکت دلار تلقی کنند. این سازوکار می‌تواند انتظارات را جابه‌جا کند؛ هرچند مصداق تخلف باید مستند شود.

سرایت التهاب به بازار ارز
قیمت تتر در بازار ایران به عرضه و تقاضا و انتظارات معامله‌گران وابسته است. جهش نرخ این رمزارز ممکن است به‌عنوان نشانه افزایش قیمت دلار بازنشر شود و بر رفتار خریداران و فروشندگان بازار غیررسمی ارز اثر بگذارد.

پارک‌وی

جزئیات خرید ۱۰هزار دلار دولتی

کارشناس اداره پایش بازار ارز بانک مرکزی، با تشریح جزئیات طرح فروش ارز به اشخاص حقیقی گفت: افراد بالای ۱۸ سال می‌توانند با ارائه کارت ملی، تا سقف ۱۰ هزار دلار از طریق بازار رسمی ارز خریداری کنند.مصطفی نصری، در گفت‌وگو با برنامه «پارک‌وی» تلویزیون همشهری، با اشاره به آغاز این طرح از مهرماه افزود: متقاضیان می‌توانند از طریق بانک‌های ملی، ملت، سامان، تجارت و صادرات و صرافی‌های وابسته به این بانک‌ها، درخواست خرید ارز خود را ثبت و معامله کنند.او با بیان اینکه خرید ارز در این طرح به ۲ شیوه حضوری و غیرحضوری امکان‌پذیر است، گفت: در بانک‌های ملی، ملت و صادرات، بسترهای اینترنتی برای ثبت درخواست خرید فراهم شده است و متقاضیان می‌توانند پس از ثبت درخواست و پرداخت معادل ریالی، برای دریافت ارز به شعبه انتخابی مراجعه کنند. در سایر بانک‌های مشمول نیز خرید به‌صورت حضوری انجام می‌شود و فهرست شعب فعال در وبسایت بانک‌ها در دسترس است.نصری درباره مدارک موردنیاز برای خرید ارز توضیح داد: ارائه کارت ملی برای انجام معامله کافی است. البته برای ثبت درخواست در سامانه‌ها، سیم‌کارت باید به نام متقاضی باشد و وجه ریالی نیز باید در کارت بانکی متعلق به‌خود فرد قرار داشته باشد.این کارشناس بانک مرکزی با تأکید بر اینکه خرید یکجای ۱۰ هزار دلار الزامی نیست، افزود: متقاضیان می‌توانند متناسب با نیاز خود درخواست خرید را ثبت و به همان میزان ارز دریافت کنند.او درباره نرخ فروش ارز در این طرح نیز گفت: نرخ به‌صورت روزانه و در حاشیه بازار تعیین می‌شود و میزان اختلاف آن با نرخ بازار آزاد به شرایط روز بازار بستگی دارد.
به گفته نصری، حضور بانک مرکزی در سمت عرضه بازار می‌تواند به ایجاد تعادل در بازار ارز کمک کند.



صفحه‌آرا: حامد یزدانی

نکته روز



بلایی که با یک‌بار کشیدن ویپ سر تان می‌آید

بسیاری از افراد بر این باورند که سیگارهای الکترونیکی نسبت به‌خود سیگار زیان کمتری دارد اما پژوهشگران دانشگاه پنسیلوانیا دریافته‌اند که حتی یک نوبت استفاده از سیگار الکترونیکی، بدون توجه به‌وجود نیکوتین می‌تواند تغییرات قابل‌اندازه‌گیری در عملکرد عروق ایجاد کند. در این مطالعه، پس از مصرف ویپ و حتی سیگار، کاهش ناگهانی سطح اکسیژن خون و تغییراتی در جریان گردش خون مشاهده شد. نکته قابل‌توجه اینکه ویپ در مقایسه با سیگار معمولی، در تعداد بیشتری از شاخص‌های عملکرد عروقی تغییر ایجاد کرد. محققان معتقدند این اثرات فقط به نیکوتین مربوط نیست و ذرات معلق و مواد شیمیایی حاصل از گرم شدن مایع ویپ نیز می‌تواند در بروز آن نقش داشته باشد. به‌گفته پژوهشگران، تکرار این مواجهه ممکن است در بلندمدت سلامت قلب و عروق را تهدید کند.

سبک زندگی

این بیماری خطر آلزایمر را افزایش می‌دهد

دیابت نوع ۲ می‌تواند خطر ابتلا به آلزایمر را افزایش دهد. نتایج یک مرور نظام‌مند و فراتحلیل جدید نشان می‌دهد افراد مبتلا به این بیماری، ۵۳درصد بیشتر از افراد غیردیابتی در معرض ابتلا به آلزایمر قرار دارند؛ یعنی احتمال ابتلا در آنها حدود ۱/۵برابر است. پژوهشگران تأکید می‌کنند این ارتباط به‌معنای علت‌مستقیم‌بودن دیابت در بروز آلزایمر نیست، اما کنترل قند خون می‌تواند در کاهش خطر نقش داشته باشد. به‌گفته متخصصان، قند خون بالا ممکن است باعث سفت و باریک شدن عروق مغزی و کاهش خون‌رسانی و اکسیژن به سلول‌های مغز شود. از سوی دیگر، مقاومت به انسولین می‌تواند توانایی سلول‌های عصبی برای استفاده از گلوکز و تأمین انرژی را مختل کند. متخصصان می‌گویند حفظ سطح قند خون در حد مطلوب می‌تواند خطر ابتلا به آلزایمر را کاهش دهد. برخی داروهای گروه GLP-1 هم با کمک به کنترل قند خون و کاهش التهاب مغزی، ممکن است در کاهش عوامل خطر آلزایمر مؤثر باشند.

توضیح وزارت بهداشت درباره فوت ۲کودک سیرجانی

حسین کرمانپور، رئیس روابط‌عمومی وزارت بهداشت درباره فوت ۲کودک در سیرجان به‌دلیل آنفلوآنزا گفته، این مسئله نیازمند بررسی تخصصی‌تر است اما از والدین درخواست می‌کنیم اگر فرزند آنها دارای تب، سرفه، گلودرد یا آبریزش بینی است او را به مدرسه و مهدکودک نفرستند.

خبرهایی که نمی‌بینید

تعرفه‌های پرستاری باید ۷۵ تا ۱۰۰درصد افزایش پیدا کند

احمد نجاتیان، رئیس کل سازمان نظام پرستاری معتقد است ارزش نسبی تعرفه‌های پرستاری باید ۷۵ تا ۱۰۰درصد افزایش پیدا کند. به‌گفته او، تعرفه‌های پرستاری سال گذشته به جای ۵۰درصد، فقط ۲۵درصد رشد کرد و همین مسئله موجب افزایش فاصله و نابرابری میان تعرفه گروه‌های مختلف حوزه سلامت شد.

هجوم سرطان به روده‌های جوان

سن ابتلا به سرطان روده بزرگ در ایران کاهش یافته و کارشناسان درباره عواقب سبک زندگی ایرانیان هشدار می‌دهند

مهم‌ترین علت ابتلا به سرطان روده
- ژنتیک (مهم‌ترین عامل)
- سبک زندگی نامناسب
- رژیم غذایی ناسالم
- مصرف سیگار و موادمخدر
- عفونت‌های مکرر
- زیاد نشستن

۲۰ درصد
موارد جدید ابتلا در افراد زیر ۵۰سال تشخیص داده می‌شود.



چرا سن ابتلا پایین آمده است؟
خسرونیا می‌گوید: «سن سرطان روده بزرگ در ایران رو به کاهش است و استعمال دخانیات، مصرف انواع موادمخدر و داروهای گوناگون به‌خصوص مصرف خودسرانه آنتی‌بیوتیک‌ها بر بیماری‌های دستگاه گوارش تأثیر می‌گذارند.»

نکته
شایع‌ترین سرطان‌ها در ایران در هردو جنس زن و مرد، سرطان‌های پستان، روده بزرگ، معده، پروستات و ریه هستند.

۲عامل مهم ابتلا
دکتر ایرج خسرونیا، فوق تخصص بیماری‌های گوارش و کبد در گفت‌وگو با همشهری درباره افزایش موارد ابتلا به سرطان روده بزرگ می‌گوید: سرطان روده بزرگ، یکی از شایع‌ترین سرطان‌های دستگاه گوارش است که متأسفانه هر سال بر تعداد مبتلایان آن افزوده می‌شود. البته بررسی‌ها در ایران نشان می‌دهد که «عوامل وراثتی» و «زمینه ژنتیک» نقش پررنگ‌تری در ابتلا به سرطان روده بزرگ دارند.

غربالگری را از ۴۵ سالگی جدی بگیرید
خسرونیا درباره روند بروز این سرطان توضیح می‌دهد: «این بیماری در ابتدا به شکل یک پولیپ معمولی ظاهر می‌شود و اگر این پولیپ جراحی و برداشته نشود، به‌تدریج به سرطان تبدیل خواهد شد. افراد از ۴۵سالگی به بعد باید هر ۳سال یک‌بار کولونوسکوپی انجام دهند تا درصورت وجود پولیپ در روده بزرگ، آن را بردارند و به این ترتیب احتمال ابتلا به سرطان روده کاهش یابد.»

کم‌خونی بدون علت را جدی بگیرید
این متخصص گوارش، کم‌خونی بدون علت مشخص را هم از نشانه‌هایی عنوان می‌کند که نباید نادیده گرفته شود. «درصورتی که فرد دچار کم‌خونی باشد و علت آن مشخص نباشد، اما به‌تدریج علائمی مانند ضعف عمومی، بی‌حالی و رنگ‌پریدگی در او ظاهر شود، حتما باید برای تشخیص علت کم‌خونی به پزشک مراجعه کند. نباید به‌خوددرمانی، تزریق داروهای تقویتی یا مصرف ویتامین و ب کمپلکس و موارد مشابه روی آورد.»

با کارشناس



چرا در روزهای ابری هم باید ضدآفتاب بزنیم؟

بسیاری از افراد تصور می‌کنند در روزهای ابری و سرد، پوست نیازی به ضدآفتاب ندارد؛ درحالی‌که پرتوهای فرابنفش خورشید حتی در نبود نور مستقیم آفتاب هم به سطح زمین می‌رسند و می‌توانند به پوست آسیب بزنند. مواجهه مکرر با این پرتوها در طولانی‌مدت خطر ایجاد لک، چین‌وچروک، پیری زودرس و حتی سرطان پوست را افزایش می‌دهد. امیرهوشنگ احسانی، متخصص پوست و مو و زیبایی، دبیر بورد تخصصی پوست کشور و استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران، در گفت‌وگو با همشهری تأکید می‌کند که اشعه فرابنفش هم در هوای آفتابی و هم در هوای ابری به پوست می‌رسد و استفاده از ضدآفتاب در هر دو شرایط ضروری است. به‌گفته او، کاهش نور خورشید به‌معنای کاهش اشعه UV نیست و حتی در برخی شرایط، شدت این تابش در هوای ابری می‌تواند افزایش پیدا کند.

چرا اشعه UV خطرناک است؟
پرتوهای فرابنفش ۲ نوع مهم UVA و UVB دارند. اشعه UVB عامل اصلی آفتاب‌سوختگی است و می‌تواند به سلول‌های پوست آسیب برساند. در مقابل، UVA به لایه‌های عمیق‌تر پوست نفوذ می‌کند و در ایجاد لک، چین‌وچروک و پیری زودرس نقش دارد. هر دو نوع این پرتوها در افزایش خطر ابتلا به سرطان پوست مؤثرند. نکته مهم اینکه پرتوهایی که حتی وقتی خورشید را نمی‌بینیم، ممکن است همچنان به پوست ما برسند و بدون آنکه متوجه شویم، به آن آسیب بزنند.

ایران در میان کشورهای با شیوع بالای سرطان پوست
احسانی درباره وضعیت سرطان پوست در ایران هم توضیح می‌دهد: شیوع این سرطان در کشور ما در مقایسه با برخی کشورها کمتر است، اما ایران همچنان در میان کشورهای دارای شیوع بالای سرطان پوست قرار دارد.
به‌گفته او، یکی از دلایل این وضعیت، بی‌توجهی طولانی‌مدت به مراقبت از پوست در برابر نور خورشید است.
این متخصص تأکید می‌کند که قرار گرفتن طولانی‌مدت در معرض نور خورشید بدون محافظت، می‌تواند احتمال ابتلا به سرطان پوست را افزایش دهد، بنابراین ضدآفتاب نباید فقط به روزهای گرم تابستان یا زمان‌هایی که خورشید مستقیما می‌تابد محدود شود؛ حتی در روزهای سرد و ابری نیز محافظت از پوست اهمیت دارد.