



# ماهنامه صحت و زنده گی

سال دوم، شماره یازدهم، سنبله ۱۳۹۷ سپتمبر ۲۰۱۸

## در برگ های این شماره

- ۱ عامې روغتيا وزارت د پوليو د له منځه وړلو په مبارزه...
- ۳ وزارت صحت عامه حمايت بيشتر مردم را در امر مبارزه...
- ۵ نگذاريم که بيماري پوليو کودکان ما را زمين گير سازد!
- ۷ معتادان جز به مواد مخدر به هيچ چيزي ديگري نمي انديشند
- ۹ خشونت يک بيماري است متوجه سرچشمه هاي آن باشيم
- ۱۱ آلوده گي صوتي بخشي از آلوده گي محيط زيست!
- ۱۴ گفت و گويي در پيوند به بيماري سرطان و شيوه هاي...
- ۱۶ خلورم خپرکي د مور د شيدو د خاي نيونکو،...
- ۱۷ پنځم خپرکي د تي په وړاندې د ماشوم وضعيت او تماس
- ۱۹ بخش جديد عمليات خانه شفاخانه زایشگاه ملالی...
- ۲۰ خودکشی يک چالش عمده برای وزارت صحت عامه مي باشد
- ۲۱ ديدار وزير صحت عامه با هيئت هلال احمر ايران
- ۲۲ پيام هاي صحي
- ۲۳ آموزش هاي فوق ليسانس در بخش تغذي
- ۲۴ کمپاين سرتاسري واکسين بيماري سرخکان
- ۲۵ د شري (سرخکان) ناروغي ضد واکسين کمپاين
- ۲۶ نتايج کاري کمپ هاي سپار چشم در شش ماه گذشته
- ۲۷ در ماه سنبله سال جاري ۲۰۵ تن از شهروندان کشور در...
- ۲۸ گواهينامه آموزشي برای دوصد تن از واکسيناتوران
- ۲۹ بسته هاي توليدات صحي برای جلوگیری از کم خوني...
- ۳۰ ديدار وزير صحت عامه با نماينده گان بانک جهاني...
- ۳۱ خشونت عليه زنان تنها نقض حقوق بشري نيست؛...
- ۳۳ دهمين نشست گروه کاري تغذيه، در تالار وزارت صحت عامه
- ۳۴ کلک هوډ او هڅي زه څنگه بريالي کړم
- ۳۵ وزارت صحت عامه بودجه انکشافی خود را موفقانه...
- ۳۶ پيام هايي در پيوند به اخذ فيس در شفاخانه هاي دولتي
- ۳۷ همه چيز را با نور زبان می بينيم و می شناسيم
- ۳۸ نشانه گذاري يا نقطه گذاري چيست چگونه بايد نشانه...



## ارگان نشرات وزارت صحت عامه

زیر نظر گروه دبیران

### گزارشگران

اسدالله امیری و نصیر احمد حیدری

### تصویر برداران

عبدالکریم صبری و قند آغا لطیفی

### گرافیسټ:

مطیع الله مسعودی

### ویب سایت:

www.moph.gov.af

### فیسبوک:

Ministry of Public Health of Afghanistan

### الکترونیکی:

moph.spokesman@gmail.com

### تویتر:

@official moph

### شماره های تماس:

۰۲۰-۲۳۰۱۳۷۴

۰۷۸۱ ۱۷۷ ۱۹۱

## عامې روغتيا وزارت د پوليو د له منځه وړلو په مبارزه کې د ټولنې د لازياتې ملاتړ غوښتنه کوي



د عامې روغتيا وزير ډاکټر فيروز الدين فيروز وويل: دغه پيښه د ټولنې لپاره وينسونکې پيام دی چې د خدای مکره د هغوی د غفلت په پايله کې زمونږ نور ماشومان په دې ناروغۍ اخته نشي. مونږ سړکال د تير کال په پرتله د پوليو د پيښو د لوړ خطر سره مخ يو. سره له دې چې د پوليو د له منځه وړلو پروگرام خپله دنده ددې ناروغۍ د پيښو په موندنه او څارنه کې په ښه توگه ترسره کړې او تل هڅه کوي چې نور ماشومان ددې بدمرغې ناروغۍ څخه وژغوري، خو د ټولنې د وکړو د مرستې او ونډې پرته نشي کولای دغه ناروغۍ په بشپړه توگه له منځه يوسي. عام وکړي بايد د پوليو په منځه وړنه کې ونډه واخلي او د پوليو

د پوليو کوم وروستۍ مثبتنه پيښه چې د ارزگان ولايت څخه راپور شوه، د پوليو په له منځه وړلو کې د ټولنې د وکړو د لازياتې ونډې د اړتيا ښودنه کوي. دغه پيښه د ياد ولايت په شهيد حساس ولسوالۍ کې رامنځته شوه چې په ترڅ کې له بده مرغه يو ۱۱ مياشتنې هلک ماشوم د تل لپاره فلج شو. په دې سره په افغانستان کې د پوليو د مثبتو پيښو شمير په روان زيږديز کال کې ۱۳ پيښو ته رسېږي. افغانستان په روان کال کې په نړۍ کې تر ټولو ډيرې مثبتې پيښې لري چې ټول ټال د نړۍ ۷۵ سلنه د پوليو پيښې په همې هيواد کې ثبت شوي دي.

کالو کې له هغې مودې څخه چې نړۍ ددې ناروغۍ د له منځه وړلو په خاطر سره راغونډ شول، د افغانستان، پاکستان او نایجریا هیوادو څخه پرته د نړۍ نور هیوادونه د پولیو د له منځه وړلو هدف ته ورسیدل. افغانستان کیدلای شي یو داسې هیواد شي چې د پولیو د له منځه وړلو ویاړ د ټولې نړۍ لپاره وگټي که چیرې ددې ناروغۍ په وړاندې په ګډه مبارزه وشي.

په افغانستان کې لاهم د گرمې او تودوخې موسم جریان لري چې په کې د پولیو ویروس سرایت او انتقال زیات وي. کوم ماشومان د کمپاینونو په بهیر کې د غیابت او یا د کمپاینونو د ممانعت له وجې له واکسین څخه پاتې کیږي، هغوی ژر تر ژره نیردې روغتیايي مرکز ته د واکسین کولو لپاره یوړل شي. د پولیو ضد واکسین په بشپړه توګه خوندي دی او هیڅ ډول منفي جانبي عوارض نلري. نوي زیږیدلی او ناروغ ماشومان تر ټولو ډیر واکسین ته اړتیا لري، ځکه د هغوی د بدن دفاعي سیستم کمزوری او که چیرې واکسین نشي، ډیر ژر په پولیو اخته کیږي. د پولیو ضد واکسین د هیواد او نړۍ په کچه د دیني عالمانو له خوا تائید شوی او ورکول یې ماشومانو ته حتمي او ضروري بللی دی. د پولیو واکسین راتلونکي کمپاین د روان کال د سپټمبر له ۲۴ څخه تر ۲۸ نیتې پورې د هیواد په هغو سیمو کې چې د پولیو د لوړ خطر سره مخ دي، پلي کیږي.

کابل، د ۱۳۹۷ کال د وږي ۲۵ مه -

واکسین د کمپاینونو په بریالي پلي کیدو په تیره بیا په هغو ولسوالیو کې ددې ناروغۍ د لوړ خطر سره مخ دي، مرسته وکړي.

په افغانستان کې دا مهال شاوخوا ۱،۲ میلیونه ماشومان له بده مرغه د پولیو ضد واکسین څخه بې برخې پاتې کیږي. دا ځکه چې دوی په هغو ولسوالیو کې ژوند کوي چې د پولیو واکسین کمپاینونو ته کور په کور اجازه نه ورکول کیږي، یا کورنۍ د پولیو واکسین څخه ډډه کیږي او یا هم کله چې واکسیناتوران کورنو ته ورځي، ماشومان د واکسین کولو لپاره نه راویستل کیږي. کور په کور د پولیو ضد واکسین کمپاین یواځنی لاره ده چې په دې سره کولای شو پولیو محو کړو. کومې کورنۍ چې د پولیو ضد واکسین څخه ډډه کوي، ګویا هغوی خپل ماشومان په خپل لاس د پولیو د اخته کیدو په خطر کې اچوي. په نړۍ کې د مسلمانانو میلیونونه ماشومان د پولیو په وړاندې د واکسیناسیون د پرله پسې کمپاینونو په پایله په خوندي توګه وقایه کړي دي. د افغانستان، پاکستان او نایجریا هیوادونو څخه پرته د نړۍ هر اسلامي هیواد پولیو ناروغۍ له خپلې خاورې محو کړې ده.

دعامې روغتیا وزیر وویل: زه غواړم چې په ډاګه یې کړم چې د پولیو په وړاندې دا یوه بې پرې مبارزه، موخه یې ددې ناروغۍ څخه یوازې د هیواد د ماشومانو خوندي ساتل دي. په تیرو ۳۰

## پیام صحی در رابطه به فلج کودکان

واکسین کودکان در برابر بیماری فلج کار دشواری نیست. دو قطره واکسین در دهان کودکان چکانده می شود و تمام. گروه واکسین کننده گان خود پشت دروازه خانه شما می آیند، شما مجبور نیستید که به جاهای دوری بروید! وقتی واکسین کننده گان پشت خانه شما می آیند؛ مگر شما نمی توانید کودکان تان را به نزد آنان ببرید!

این که کار دشواری نیست! این کار را بکنید دو قطره واکسین در دو لحظه در دهان کودک چکانده می شود. شما با این کار در حقیقت کودک خود را از بیماری فلج نجات داده اید. روز های کمپاین واکسین کودکان را به یاد داشته باشید! در این روزها در خانه بمانید و کودکان خود را واکسین کنید! ورنه سایه سیاه و شوم پولیو فلج بر سر کودکان شما باقی خواهد ماند!

شما ادامه هستی کودکان خود هستید، بکوشید که در وجود کودکان تان استوار بمانید!



## وزارت صحت عامه حمایت بیشتر مردم را در امر مبارزه با بیماری فلج کودکان خواهان است

زنده گی می کنند که کمپاین های واکسین پولیو به گونه خانه به خانه اجازه داده نمی شود. یا هم پدر و مادر از پذیرفتن واکسین و یا هم کودکان شان را هنگام آمدن واکسین کننده گان به پشت دروازه خانه به نزد آنان نمی برند. کمپاین واکسین پولیو به گونه خانه به خانه یگانه راهی است که می توان به تمام کودکان با دو قطره واکسین پولیو رسیده گی کرد؛ زیرا بسیاری از خانم ها نمی توانند که برای واکسین نمودن کودکان شان از خانه های خود بیرون شوند و به جای دیگری بروند. از این رو کمپاین خانه به خانه یگانه راه است که می توان بیماری فلج کودکان یا پولیو را نابود کنیم. خانواده های که واکسین پولیو را رد می کنند، در حقیقت کودکان خود را با دستان خود در خطر دائمی فلج کودکان قرار می دهند. میلیون ها کودک مسلمان در جهان در مقابل پولیو از طریق کمپاین های پی در پی واکسیناسیون از بیماری فلج محافظت شده اند. در واقع هر کشور اسلامی در جهان به جز از افغانستان و پاکستان پولیو را از سرزمین شان نابود کرده است. «

وزیر صحت عامه هم چنان گفت: «می خواهیم روشن سازم که این یک مبارزه غیر جانب دارانه، تنها به هدف محافظت هر کودک این کشور از فلج دائمی می باشد. در 30 سال گذشته از زمانی که جهان به خاطر ریشه کن سازی فلج کودکان اقدام کرده، به جز از افغانستان، پاکستان و نایجریا سایر کشور های جهان قادر شدند تا پولیو را نابود سازند.

افغانستان می تواند کشوری باشد که افتخار نابودسازی پولیو را برای تمام جهان داشته باشد؛ اما چنین افتخاری زمانی میسر

اخیراً یک واقعه مثبت پولیو در ولایت ارزگان به ثبت رسید. این امر ضرورت بیشتر سهم گیری مردم را در نابودسازی پولیو نشان می دهد. بر بنیاد این گزارش پولیو پسر 11 ماهه یی را در ولسوالی شهید حساس ولایت ارزگان برای همیشه فلج ساخت. با کشف این واقعه شمار واقعه های مثبت پولیو در افغانستان در سال روان میلادی (2018) به 13 واقعه رسیده است. افغانستان بیشترین واقعه های پولیو را نسبت به هرکشور دیگری دارا می باشد که دست کم 75 درصد کل واقعیات پولیو در جهان را نشان می دهد.

\* \* \*

داکتر فیروزالدین فیروز وزیر صحت عامه افغانستان در پیوند به این واقعه می گوید که: « این واقعه یک هشدار تکان دهنده برای افغانستان است. ما امسال نسبت به سال 2017 در خطر واقعات بیشتر پولیو قرار داریم. با آن که برنامه نابود سازی پولیو وظایف خود را در پیوند به نظارت و واقعه یابی پولیو به گونه بهتر انجام می دهد و همواره تلاش می کند تا سایر کودکانی که در خطر ویروس پولیو قرار دارند را نجات دهد؛ ولی به تنهایی بدون همکاری مردم نمی تواند به مصیبت پولیو پایان دهد. تمام مردم باید در محو پولیو سهم داشته باشند و این رسالت دینی و میهنی خود را در حمایت از تطبیق موفقانه کمپاین های واکسین پولیو به گونه خاص در ولسوالی های دارای خطر بلند اجرا کنند تا از سرایت ویروس پولیو جلوگیری به عمل آید. «

وزیر صحت عامه در ادامه سخنان خود افزود: « متأسفانه در حال حاضر حدود 1.2 میلیون کودک در افغانستان قادر به دریافت واکسین ضد پولیو نیستند، زیرا آنان در ولسوالی های



به این واکسین دارند، زیرا سیستم دفاعی بدن آنان ضعیف است و اگر واکسین نشوند، بسیار زود به این مرض مصاب می‌گردند. واکسین پولیو به سطح ملی و بین‌المللی توسط عالمان دین نیز مورد تایید قرار گرفته است. کمپاین بعدی واکسین پولیو در تمام ساحات دارای خطر بلند سرایت ویروس پولیو از 2-6 میزان سال روان خورشیدی راه انداز می‌شود.

کابل، ۲۵ سنبله ۱۳۹۷

می‌شود که حکومت و مردم به گونه مشترک به خاطر وقایع کودکان خود در مقابل بیماری فلج تلاش کنند.»

در فصل گرما انتقال و سرایت ویروس پولیو بیشتر می‌شود. کودکانی که در جریان کمپاین‌ها به دلیل غیابت در خانه و یا هم‌ممانعت از تطبیق کمپاین واکسین ضد پولیو باز می‌مانند، باید به نزدیک‌ترین مرکز صحت محلی به خاطر واکسین شدن برده شوند. واکسین پولیو کاملاً مصوون است و هیچ‌گونه عوارض جانبی منفی ندارد. کودکان نوزاد و مریض نیاز بیشتر

## پیام‌های صحت

وزارت صحت عامه افغانستان با همکاری یونسف صندوق حمایت کودکان سازمان ملل متحد، می‌خواهد بیماری فلج کودکان یا پولیو در افغانستان را ریشه کن سازد. همه ساله ملیون‌ها افغانی در کمپاین‌های فلج کودکان به مصرف می‌رسد. به این نکته توجه کنیم که بدون همکاری شما وطنداران عزیز، آیا ممکن است بتوان بیماری فلج کودکان یا پولیو در افغانستان را ریشه کن کرد؟

هرگز چنین نخواهد شد. برای آن که هم‌کاری شمار در امر مبارزه با فلج کودکان بسیار مهم است. به خاطر داشته باشید از شما هم‌کاری بزرگی خواسته نمی‌شود. از شما پول گرفته نمی‌شود! تنها از شما خواسته می‌شود که در روزهای کمپاین پولیو کودکان تان را به نزد واکسین‌کننده‌گان ببرید تا واکسین شوند. آن‌ها خود به پشت دروازه خانه شما می‌آیند. شما با این هم‌کاری نه تنها زنده‌گی و آینده کودک خود را تضمین می‌کنید؛ بلکه در امر ریشه‌کن کردن فلج کودکان و افغانستان پاک شده از فلج کودکان سهم بزرگی می‌گیرید. این بزرگترین خدمت شماست که هم برای خانواده خود و هم برای کشور خود انجام می‌دهید!

\*

بیماری فلج کودکان یا پولیو به وسیله یک چیزی که بسیار بسیار کوچک است و به چشم دیده نمی‌شود به وجود می‌آید و این بیماری را انتقال می‌دهد. این چیز بسیار بسیار کوچک را در علم طب ویروس می‌گویند. فکر نکنید که در منطقه شما کدام کودکی فلج وجود ندارد، پس نیاز ندارید که کودک تان را واکسین کنید. به یاد داشته باشید که این ویروس شاید فردا به منطقه شما برسد و کودکانی را که واکسین نشده اند گرفتار فلج سازد.

این نکته راه همیشه در نظر داشته باشید که اگر کودکان تان را واکسین نکنید، خطر فلج می‌تواند زنده‌گی آن‌ها را تهدید کند و آن‌ها روزی به این بیماری خطرناک گرفتار شوند. با کمپاین پولیو هم‌کار باشیم، هم برای کودکان خود و هم برای سرزمین و وطن خود!



# نگذاریم که بیماری پولیو کودکان ما را زمین گیر سازد!

بیماری فلج کودکان یا پولیو به وسیله یک چیزی که بسیار بسیار کوچک است و به چشم دیده نمی شود به وجود می آید و این بیماری را انتقال می دهد. این چیز بسیار بسیار کوچک را در علم طب ویروس می گویند. فکر نکنید که در منطقه شما کدام کودکی فلج وجود ندارد، پس نیاز ندارید که کودک تان را واکسین کنید. به یاد داشته باشید که این ویروس شاید فردا به منطقه شما برسد و کودکانی را که واکسین نشده اند گرفتار فلج سازد.

این نکته راه همیشه در نظر داشته باشید که اگر کودکان تان را واکسین نکنید، خطر فلج می تواند زنده گی آن ها را تهدید کند و آن ها روزی به این بیماری خطرناک گرفتار شوند. با کمپاین پولیو هم کار باشیم، هم برای کودکان خود و هم برای سرزمین و وطن خود!

\*

با کودکان تان که به بیماری فلج گرفتار شده اند، هرگز با خشونت رفتار نکنید؛ بیشتر مهربان باشید! مگر نمی اندیشید که آن کودکان به سبب بی پروایی شما به این بلا گرفتار شده اند. حال کودکان فلج شده شما نمی توانند از جای بر خیزند و به مانند کودکان دیگر بازی کنند، به مکتب بروند و درس بخوانند. شما از دیدن آنان رنج می برید! گناه آنان نیست که فلج شده اند، خود را باید

وزارت صحت افغانستان با همکاری یونسف صندوق حمایت کودکان سازمان ملل متحد، می خواهد بیماری فلج کودکان یا پولیو در افغانستان را ریشه کن سازد. همه ساله میلیون ها افغانی در کمپاین های فلج کودکان به مصرف می رسد. به این نکته توجه کنیم که بدون همکاری شما وطنداران عزیز، آیا ممکن است که بتوان بیماری فلج کودکان یا پولیو در افغانستان را ریشه کن کرد؟

هرگز چنین نخواهد شد. برای آن که همکاری شما در امر مبارزه با فلج کودکان بسیار مهم است. به خاطر داشته باشید از شما هم کاری بزرگی خواسته نمی شود. از شما پول گرفته نمی شود! تنها از شما خواسته می شود که در روزهای کمپاین پولیو کودکان تان را به نزد واکسینران ببرید تا واکسین شوند. واکسینران خود به پشت دروازه خانه شما می آیند. شما با این هم کاری نه تنها زنده گی و آینده کودک خود را تضمین می کنید؛ بلکه در امر ریشه کن کردن فلج کودکان و افغانستان پاک شده از فلج کودکان سهمیم بزرگی می گیرید. این بزرگترین خدمت شماست که هم برای خانواده خود و هم برای کشور خود انجام می دهید!

\*

شدن یک کودک به مفهوم فلج شدن یک خانواده است. فلج جامعه است.

وقتی کودکی فلج می‌شود، آرام آرام از توجه خانواده دور می‌شود. حتا بعضی خانواده‌ها با او به مهربانی رفتار نمی‌کنند. او در خانواده تنها می‌ماند. در حالی که او یک انسان است. حس دارد و عاطفه دارد، عشق دارد. گناه او نیست که به چنین روزی افتاده است. این بی توجهی پدر و مادر است که او را به این روز انداخته است. متوجه کودکان خود باشیم، آنان را واکسین کنیم تا زمین گیر نشوند و ما را هم زمین گیر و دل شکسته نسازند!

\*

زمانی که نهالی می‌نشانید، چه آرزو دارید؟ آرزو دارید تا سبز شود، قامت بکشد، گل بدهد و به میوه برسد. نهال که می‌نشانید متوجه اش هستید پرورشش می‌دهید؛ مگر کودکان شما نهال های زنده گی شما نیستند؟ نهال های اصلی زنده گی شما کودکان شماست. پرورش کودکان تنها دادن آب و نان به آن ها نیست؛ بلکه نگهداری زنده گی آنان از هرگونه خطری نیز مسوولیت شماست. هر پدر و مادر انتظار دارد که کودکان شان قامت بکشند، به ثمر برسند، ثمر کودکان شما تنها از شما نیست؛ بلکه از کشور شما نیز هست. زمانی که شما بی توجهی می‌کنید و کودک تان را واکسین نمی‌کنید، او به بیماری فلج گرفتار می‌شود. این دیگر نتیجه بی توجهی شما نسبت به کودکان است. وقتی کودکی به فلج گرفتار می‌شود مانند آن است که توفانی نهال های جوان شما را از ریشه برکنده است. یا شما خود نهال زنده گی تان را قطع می‌کنید. کودکان تان را واکسین کنید تا قامت بکشند و به گل و ثمر برسند!

پرتو نادری

سرزنش کنید که چرا آنان را در برابر پولیو واکسین نکردید!

به خاطر داشته باشید که یک لحظه بی پروایی می‌تواند کودک تان را از شما بگیرد. وقتی کودکی به بیماری فلج گرفتار می‌شود به این معنی است که دیگر زنده گی اش تمام شده است. پیش چشم شما تمام روز بر روی خاک پرپر می‌زند. دل شما مانند مرغ سربریده بی نیز پرپر می‌زند؛ اما دیگر کار از کار گذشته است! همیشه در فکر روزهای کمپاین پولیو باشید و کودکان خود را واکسین کنید تا یک عمر بیماری فلج، کودکان شما را رنج ندهد و شما هم یک عمر عذاب وجدان نکشید!

\*

بسیاری ها باور دارند که همه بیماری ها به خواست خداوند است و کوشش های بنده گی ما فایده یی ندارد. به همین دلیل چنین کسانی چندان علاقه نمی‌گیرند تا کودکان شان را واکسین کنند. در این گفته تردیدی نیست که همه چیز از سوی خداوند است؛ اما به خاطر داشته باشیم که اگر بیماری ها از سوی خداوند است، خداوند درمان بیماری ها را نیز آفریده است. خداوند ما را نیز هدایت کرده است که متوجه زنده گی و جان خود باشیم. خداوند برای ما خرد داده است تا با خرد خود با مشکلات مبارزه کنیم!

پولیو یا فلج کودکان مانند وبا یک بیماری خطرناک است، اما چاره اش هم همان دو قطره واکسین است، پس بیایید با این کار آسان، زنده گی کودکان خود را از بیماری فلج نجات دهیم! شاهد برومندی و نیک بختی کودکان خود باشیم. کمپاین های پولیو یا فلج کودکان را از یاد نبریم و کودکان مان را واکسین کنیم!

\*

هر کودکی که به ویروس پولیو گرفتار می‌شود، فلج می‌شود، تمام عمر زمین گیر می‌شود، از راه رفتن می‌ماند. شاید او بزرگترین استعدادی باشد که به این روز گرفتار شده است. فلج



# معتادان، جز به مواد مخدر به هیچ چیزی دیگری نمی اندیشند

معتادان جز به مواد مخدر به دیگری چیزی دیگری نمی اندیشند. اراده خود را از دست می دهند. عاطفه انسانی آن ها آرام آرام از بین می رود. گویی هیچ گونه پیوندی با هیچ کسی ندارند و تمام پیوند های انسانی آن ها با مواد مخدر و چند تن معتاد خلاصه می شود. چنین است که از آغوش گرم خانواده یا رانده می شوند، یا هم خود در جست و جوی مواد مخدر، خانواده را ترک می کنند!

\*

جوانان عزیز! اعتیاد راه نا بودی است در این راه گام مگذارید! از گروه معتادان دوری جوید! خود را و جوانی خود را در دود مواد مخدر نابود نسازید که آینده یک سرزمین به جوانان صحت مند و آموزش دیده آن وابسته است. با اعتیاد نمی توانید برای سرزمین خود، برای خانواده خود و حتی برای خود سود و ثمری داشته باشید!

\*

هیچ گاهی و در هیچ جایی دیده نشده است که کسی از راه اعتیاد و مواد مخدر به پیروزی و سر بلندی دست یافته باشد! جوانان ارجمند! بخوانید، بیاموزید و ورزش کنید که خوش بختی و بزرگی از چنین راه های می گذرد نه از میان دود بوی ناک مواد مخدر!

\*

خانواده های ارجمند! خطر اعتیاد می تواند در همه جا وجود داشته باشد، حتی پشت دروازه خانه شما! این خطر می تواند هر جوانی، چه دختر و چه پسر را تهدید کند. تمام آن هایی که معتاد شده اند از روزی که به دنیا آمده اند معتاد نبوده اند؛ بلکه این شرایط اجتماعی و خشونت های خانواده گی بوده است که آن ها را به سوی اعتیاد کشانده است. متوجه این خطر و متوجه رفتار فرزندان تان باشید تا اعتیاد در بیشه سبز خانواده های شما آتش نیفزود!

\*

مواد مخدر را حتی یکبار هم تجربه نکنید! همین یک بار تجربه می تواند نخستین گام شما در راه سیاه اعتیاد باشد. یک بار استفاده مواد مخدر شما را چنان وسوسه می کند که باید بار دیگر آن را استعمال کنید و این گام دیگری است به سوی سیاه چال اعتیاد.

\*

مواد مخدر هیچ گونه غم و اندهی را از دل شما بیرون نمی کند؛ بلکه خود سبب ایجاد هزاران درد و انده و پریشانی برای شما می گردد. امروزه دیده می شود که شماری از جوانان همین که با مشکلی در زنده گی رو به رو می شوند، به مواد مخدر روی می آورند. می اندیشند که مواد مخدر می تواند غم آنان را تسکین دهد. هرگز این گونه نیندیشید! مواد مخدر نه تنها اندهی را از بین نمی برد؛ بلکه خود دروازه بد بختی های بزرگی است که به روی معتاد گشوده می شود!

\*



وقتی که مواد مخدر در دسترس باشد؛ این امر می‌تواند زمینه ساز اعتیاد در میان جوانان گردد. با این حال دسترسی به مواد مخدر تنها عامل اعتیاد نیست. نشست و برخاست با افراد معتاد نیز می‌تواند زمینه ساز گردد.

جوانان عزیز در مورد پیوندها و رابطه‌های اجتماعی خود بیشتر فکر کنید تا نشود که در دام اعتیاد فرو افتید!

\*

بزرگ‌ترین زبانی که مواد مخدر در انسان پدید می‌آورد، همانا تخریب شخصیت اجتماعی انسان است. معتاد آرام آرام اراده خود و شخصیت اجتماعی خود را از دست می‌دهد. معتاد نمی‌تواند در باره آینده خود فکر کند و برنامه‌ی داشته باشد. همیشه در توهم زنده‌گی می‌کند. جوانان عزیز! اعتیاد دروازه بزرگ بدختی است که نه تنها معتاد؛ بلکه خانواده او را نیز به تباهی می‌کشاند!

\*

وقتی مشکلات زنده‌گی شما را ناامید می‌سازد، وقتی از زنده‌گی خسته می‌شوید، وقتی حس می‌کنید که تنها هستید، هیچ گاهی به دامن اعتیاد پناه نبرید! برای آن که هیچ هشیاری خود را دست بسته در میان آتش، یا هم سیلاب نمی‌اندازد! وقتی با مشکلی رو به رو می‌شوید، مشکل خود را با خانواده خود در میان گذارید! خانواده شما را کمک کنند، یا هم مشکل خود را با دوستان خوب خود در میان بگذارید و نگذارید که مشکلات زنده‌گی اراده شما را بشکند! این اراده شما است که می‌تواند پیروزی شما را بر مشکلات زنده‌گی تضمین کند نه مواد مخدر.



# خشونت یک بیماری است، متوجه سرچشمه‌هاے آن باشیم

احمد نیرو

بسیاری‌ها مایل اند تا هرگونه مشکل فردی، خانواده‌گی و اجتماعی را با شیوه‌های خشونت آمیز حل کنند. البته حل خشونت‌آمیز هر مشکل خانواده‌گی و اجتماعی در گام بعد خود سرچشمه خشونت دیگری خواهد شد.

فقر و تنگ‌دستی عامل دیگری خشونت است. مثلاً وقتی مردی توان فراهم آوری مصارف خانواده را ندارد و بار زنده‌گی بر شانه‌های سنگینی می‌کند. چنین کسی بیشتر خواسته‌های خانواده را با خشونت پاسخ می‌دهد. چنین کسی در خانواده به خشونت‌های زبانی و فیزیکی متوسل می‌شوند. ازدواج‌های اجباری و پیش از وقت خود عامل دیگری خشونت است که در تمام زنده‌گی یک خانواده می‌تواند ادامه یابد. به همین گونه زمانی که مردی چند بار ازدواج می‌کند و خانواده بزرگی را پدید می‌آورد، چنین خانواده می‌تواند خود زمینه‌ساز خشونت‌های گسترده خانواده‌گی گردد.

تجربه نشان داده است که پدران در چنین خانواده‌های کمتر توانسته‌اند تا عدالت خانواده‌گی را تأمین کنند و بی‌عدالتی چه در خانواده و چه در جامعه می‌تواند ریشه بزرگ خشونت خانواده‌گی و اجتماعی را پدید آورد.

خشونت خانواده‌گی می‌تواند نسل در نسل ادامه یابد. آن‌گاه که مرد در برابر زن از خشونت استفاده می‌کند، زن به خشونت زبانی یا فیزیکی در برابر کودکان خود می‌پردازد. ادامه این وضعیت سبب می‌شود تا آن‌ها در آینده نتوانند خانواده خوشبختی داشته باشند!

خشونت می‌تواند به گونه فردی و اجتماعی پدید آید. فردی بر می‌خیزد و کسی را با مشت و لگد و یا هم با وسایل دیگری می‌کوبد این یک خشونت فردی فیزیکی است. اگر همین فرد تنها با گفتن سخنان زشت و رکیک بر شخصیت کس دیگری اهانت کند این نیز یک خشونت است، خشونت زبانی. گاهی هم خشونت به گونه گروهی صورت می‌گیرد. خشونت در شکل و سیمای گوناگون ظاهر می‌شود که به گونه عمده می‌توان آن را به دو دسته تقسیم کرد. نخست خشونت فیزیکی، و دیگر خشونت زبانی.

همان گونه که گفته شد در خشونت‌های فیزیکی کسی مورد هجوم قرار می‌گیرد و لت و کوب می‌شود؛ اما در خشونت‌های زبانی بیشتر افراد از نظر روانی آسیب می‌بینند. گاهی فکر می‌شود که گویا خشونت زبانی نسبت به خشونت فیزیکی کمتر آزار دهنده است. در حالی که یک کلمه زشت و یک جمله زشت می‌تواند سالیان درازی روان کسی را شکنجه کند.

این ضرب‌المثل را زیاد شنیده ایم که می‌گویند «زخم تبر می‌رود؛ اما زخم زبان نی!» پس هر جمله زشتی را که کسی به کس دیگری می‌گوید روان او را خونین و زخم آگین می‌سازد!

خشونت عوامل گوناگونی دارد که اگر بخواهیم جامعه آرامی داشته باشیم باید همه ریشه‌ها و عوامل خشونت را از میان برداریم. بی‌سوادی و عدم آگاهی از حقوق اسلامی، حقوق بشری و مدنی و دیگر ارزش‌های اسلامی و انسانی سبب می‌شود که افراد یک جامعه در زنده‌گی روزمره خود به خشونت متوسل شوند. این امرگاهی آن قدر دامنه پیدا می‌کند که

اعتیاد است. اعتیاد به مواد مخدر نه تنها زنده گی معتاد را به باد می‌دهد؛ بلکه این معتاد به نوبه خود سرچشمه خشونت‌های بی‌پایانی می‌گردد.

گزارش‌های وجود دارد که میزان خشونت در خانواده‌های که یک یا چند تن آنان به مواد مخدر معتاد اند، چندین مرتبه بیشتر از خانواده‌های سالم است. می‌شود گفت که یک فرد معتاد همیشه یک فرد خطرناک و خشونت‌بار است. برای آن که اعتیاد نیروی فکری، اراده و عاطفه انسانی آنان را از بین می‌برد. دزدی، قتل و دیگر جرایم در میان معتادان میزان بیشتری دارد. هر قدر شمار معتادان در جامعه افزایش می‌یابد، به همان پیمانه میزان جنایات در جامعه نیز افزایش می‌یابد. گزارش‌هایی وجود دارد که معتادان در لحظه‌های بی‌خوابی زنان و حتی کودکان خود را زخمی یا حتی کشته اند.

هم اکنون شمار رو به افزایش معتادان در افغانستان خطر بزرگی است که کشور با آن رو به رو شده است. عدم توجه و روی دست نگرفتن یک برنامه بزرگ مبارزه ملی در برابر اعتیاد می‌تواند دامنه این خطر بزرگ را همچنان بزرگ‌تر سازد. گفته می‌شود هم اکنون افزون بر سه میلیون تن در افغانستان از بیماری اعتیاد رنج می‌برند. این رقم بزرگی است، حتی بیشتر از نفوس شماری از کشورها. در میان این معتادان زنان و حتی کودکان نیز دیده می‌شوند. وقتی مادر معتاد می‌شود این به مفهوم معتاد شدن خانواده است. وقتی جوانی معتاد می‌شود این امر به مفهوم ویرانی آینده کشور است. و وقتی پدر خانواده معتاد می‌شود این به مفهوم ویرانی خانواده است.

این امر یک خطر بزرگ ملی است، برای از میان برداشتن این خطر نباید شهروندان نباید بی‌اعتنا به این امر بنشینند که دولت چه می‌کند، شهروندان باید این پرسش را مطرح کنند آنان در برابر این خطر چه کرده می‌توانند و آن باید نیرو و توانایی‌های شان را با هم شریک سازند، که غم، درد و خطر مشترک را تنها با اراده مشترک و تلاش مشترک می‌توان از میان برداشت.

هیچ ممکن نیست که در یک خانواده پر از خشونت کودکان با روحیه سالم بزرگ شوند. برای آن که فرهنگ خشونت از پدر و مادر به کودکان می‌رسد که در گام بعدی، برادران بزرگ‌تر در برابر برادران خواهران خورد خود با خشونت زبانی و فیزیکی رفتار می‌کنند و می‌خواهند که خواسته‌های شان را با استفاده از فرهنگ خشونت برآورده سازند.

خشونت در برابر زنان در خانواده‌ها گذشته از آسیب‌های جسمی و روانی، شخصیت مادر را در برابر کودکان از بین می‌برد. کودکان دیگر به سخنان و گفته‌های او توجه نمی‌کنند. در چنین وضعی زن در خانواده خود را تنها و بی‌پشتی بان احساس می‌کند. برایش اختلالات روانی دست می‌دهد. می‌اندیشد که عزت نفس خود را از دست داده است. گاهی به مواد مخدر پناه می‌برد که خود دامنه خشونت را بیشتر می‌سازد. در نتیجه یک چنین فضایی است که زنان دست به خودکودسوزی می‌زنند، از خانواده فرار می‌کنند، عاطفه مادری خود را از دست می‌دهند، گوشه‌گیری می‌کنند و گاهی هم به سبب افزایش اضطراب‌های شدید روانی دست به خودکشی می‌زنند. خشونت نه تنها در برابر زنان؛ بلکه خشونت در برابر هر انسانی و حتی در برابر جانوران در اسلام عمل زشت و ناستوده گفته شده است.

نوع دیگر بی‌عدالتی در خانواده‌ها همان برتری دادن پسران بر دختران است، این امر سبب می‌شود که دختران در محیط خانواده خود را فرزند درجه دوم حس کند که بعداً چنین روحیه‌بی خود خشونت‌های دیگری را در زنده گی او پدید می‌آورد!

به همین گونه اگر ریشه‌های خشونت اجتماعی را جست و جو کنیم در می‌یابیم که ریشه بزرگ خشونت‌های اجتماعی به بی‌عدالتی اجتماعی بر می‌گردد. زمانی که حقوق گروهی از مردم پایمال می‌شود. زمانی که گروه مردم از حقوق مدنی و بشری خود محروم می‌مانند. زمانی که جماعتی حس می‌کنند که به حال آن‌ها رسیده گی نمی‌شود، به دادخواهی بر می‌خیزند که بیشترین این دادخواهی به گونه خشونت بار پدید می‌آید. از این همه که بگذریم یکی از سرچشمه‌های خونین خشونت،



## آلوده گی صوتی بخشی از آلوده گی محیط زیست!



آلوده گی صوتی خود بخشی از آلوده گی محیط زیست است. با دریغ در کشور ما هنوز به این امر توجه چندانی صورت نمی گیرد. در حالی که آلوده گی صوتی چنان بخشی از آلوده گی محیط زیست باید در نظر گرفته شود. هر صوت سبب حرکت مولیکول های هوا می شود و هر قدر که منبع صوت بلندتر باشد، به همان پیمانه سرعت مالیکول ها بیش تر می شود. وقتی مالیکول های صوتی با چنین شدتی به گونه ی یک انگیزه به پرده های گوش ما می خورد، پرده های گوش ما به اهتزاز می آیند. میزان و شدت این اهتزاز وابسته به شدت حرکت مالیکول ها می باشد.

اگر کسی به گونه ی دوام دار در معرض صداها شدید قرار داشته باشد، این امر به این مفهوم است که پرده های گوش او همیشه

صحت آدمی با چگونه محیط زیست او پیوند مستقیم دارد. به همان پیمانه که محیط زیست آلوده می شود به همان پیمانه میزان صحت مندی جامعه پایین می آید. از همین روی مسأله محیط زیست امروزه در همه جهان به یک امر جدی در حفظ الصحة محیطی بدل شده است.

آلوده گی محیط زیست گونه های گوناگونی دارد. سرو صداها ی آزار دهنده، هارن موتورها، فریاد دست فروشان، صدای بلند موسیقی در رستوران ها، غرش طیاره ها و صدای های بلند دیگر که سبب نا آرامی انسان می گردد، گونه های از آلوده گی صوتی اند.



همه و همه آلوده گی صوتی در محیط خانواده است که می توانند میزان آلوده گی صوتی را در محیط خانواده تا آن پیمانه بالا ببرند که سبب خسته گی و در نهایت سبب پیدایی خشونت در میان اعضای خانواده گردد. در دراز مدت اعضای چنین خانواده های عادت می کنند تا همیشه بلند و پر سرو صدا سخن گویند. شما در زنده گی خود متوجه شده اید که اگر کسی با صدای بلند با شما سخن گوید، بعد از چند دقیقه شما را خسته می سازد.

بارها دیده شده است، آنانی که با سرو صدا با یک دیگر سخن می گویند، بعد از چند دقیقه سخنان آنان رنگ مشاجره و در نهایت خشونت را به خود می گیرد. هر چند این خشونت گفتاری می تواند دلایل دیگری نیز داشته باشد؛ ولی بدون تردید یکی از عوامل مهم آن بر می گردد به همین شیوه سخن گفتن آنان.

در جهت دیگر انسان در محیط آرام و کم سرو صدا احساس آرامش می کند. ما به سخنان آنانی که به آرامی سخن می گویند، بیش تر گوش می نهیم و بیش تر لذت می بریم تا سخنانی کسی که با صدای بلند و غیر ضروری سخن می گوید. زنده گی کردن در محیطی که پر از آلوده گی صوتی است، همیشه سبب سردردی می شود. بسیار دیده شده است که افرادی پیوسته از سردردی می نالند، شاید این سردردی عوامل دیگری هم داشته باشد؛ اما یکی از عوامل مهم می تواند آلوده گی صوتی باشد.

به همین گونه بخش بیش تر از کارمندان دولت و نهادهای دیگر در محیط کاری خود با آلوده گی صوتی سردچار اند. حال فکر کنید شما در دفتری کار می کنید که ده متر مکعب حجم دارد. پنج تن در آن جا در کنار هم نشسته و کار می کنند. بارها دیده شده است که این پنج تن همزمان با صدای بلند باهم سخن می گویند، یا هم زمان به وسیله موبایل های خود با صدای بلند و ازیت کننده با کسانی دیگر در بیرون سخن می گویند. در این صورت آن دفتر چه وضعی می داشته باشد. آن چنین فضایی می تواند فضای مساعد برای کار بوده باشد؟ به هیچ صورت! چنین وضعی همه را گرفتار سردردی، عصبانیت می سازد.

در اهتزاز شدید قرار دارد. این امر روشن است که گاهی یک اهتزاز شدید می تواند سبب گردد تا پرده های گوش بترکند.

در بهترین حالت اهتزاز شدید پرده های گوش به گونه دوام دار می تواند رشته مشکلات عصبی را در انسان پدید آورد. چنین مشکلات عصبی روز تا روز دامنه گسترده تری پیدا می کند. گسترش مشکلات عصبی در دراز مدت انسان را بیش تر و بیش تر عصبی و خشن به بار می آورد. انسان های که همیشه در چنین حالتی قرار دارند، از نظر روحی انسان های نا آرام، خشن و نا شکیبا می باشند. فکر کنید شما از خیابانی می گذرید که پر است از آلوده گی صوتی. هنوز فاصله چندانی را راه نرفته اید که متوجه می شوید نوع عصبانیت به شما دست داده است و شما حتا حوصله سخن گفتن با دوستی را که در کنار شما راه می رود ندارید. متوجه میشوید که این همه سروصداها سبب خسته گی روحی شما شده است. بسیاری ها می اندیشند که آلوده گی محیط زیست، تنها همان آلوده گی است که دیده می شود. در حالی که آلوده گی محیط زیست، مفهوم گسترده یی دارد و باید این مفهوم را با تمام ابعاد آن در نظر داشت تا بتوان در برابر آن مبارزه همه جانبه یی را راه اندازی کرد. غیر از آلوده گی صوتی، آلوده گی امواج مقناطیسی را نیز نمی توانیم ببینیم، در حالی که الوده گی امواج مقناطیسی در محیط زیست ما وجود دارد، عمدتاً در شهرها. باید توجه داشت که آلوده گی صوتی و آلوده گی امواج مقناطیسی در زنده گی ما همان قدر زیان بار است که آلوده گی هوا، آب و خاک. مردمان و گاهی حکومت ها تنها متوجه آلوده گی آب هوا و خاک اند و به آلوده گی صوتی و آلوده گی امواج مقناطیسی چندان توجه نمی کنند!

این نکته را در نظر داشته باشیم که آلوده گی صوتی تنها مربوط به محیط زنده گی ما در شهرها نیست، بلکه این آلوده گی می تواند در محیط خانواده و محیط کار نیز وجود داشته باشد. در محیط خانواده با صدای بلند و غیر ضروری سخن گفتن، کوبیدن دروازه های خانه در هنگام باز و بسته کردن، صدای بلند تلویزیون، رادیو، یا هم بدون نیاز به وسیله موبایل با دوستی سخن گفتن، سرو صدا، چیغ و فریاد زدن

محیط زیست مطرح می‌شود. چنین است که دولت‌ها با راه اندازی آموزش‌های مدنی تلاش می‌کنند تا به شهروندان خود این پیام را برسانند که محیط پر سر و صدا و محیط آلوده با امواج مقناطیسی، محیط زیست پاکیزه نیست. کسی با فرو افگندن توته کاغذی، یا قطی نوشابه‌یی یا پلاستیکی یا زباله، محیط زیست را تخریب می‌کنند، به همان گونه کسانی که سبب پخش صداها از ایت کننده می‌شوند نیز تخریب کننده گان محیط زیست اند.

پاکیزه نگه‌داری محیط زیست خود بخشی از فرهنگ جامعه است. بخشی از آلوده گی محیط زیست به مردم برمی گردد که باید متوجه محیط زیست خود باشند، با دریغ در افغانستان هنوز مردم در پیوند به نگه‌داری حفظ محیط توجه چندانی ندارد؛ نه تنها توجه ندارند بلکه خود در تخریب محیط زیست سهم و بدین گونه زمینه گسترش بیماری های گوناگون را فراهم می‌سازند.

بیشترین بر خورده های غیر دوستان در دفترهای به وجود می آید که آنان خود محیط کاری خود را با آلوده گی صوتی می آمیزند. وقتی فضا پر است از آلوده گی صوتی و شما دردی را در سر خود احساس می‌کنید، پس چگونه می‌تواند ممکن باشد که کارمندی بتواند با فکر و اعصاب آرام کارهای دفتری خود را به پیش ببرد .

همان گونه که گفته شد، آلوده گی صوتی سبب ناراحتی عصبی، سردردی، بی حوصله گی می‌شود، انسانی های که پیوسته با آلوده گی صوتی به سر می‌برند، بیش تر از دیگران احساس خسته گی می‌کنند و علاقمندی به کار در میان آن‌ها کم شود. حس شنوایی آن‌ها ضعیف می‌گردد، ضربان قلب شان بیش تر می‌شود. رفتار و سخن گفتن آن‌ها نیز دست خوش دگرگونی می‌شود. در دراز مدت آلودگی صوتی می‌تواند نوع افسرده گی روحی را در انسان‌ها سبب شود. آلوده گی صوتی بیش تر در شهر وجود دارد. امروزه در جهان وقتی مساله آلوده گی محیط زیست مطرح می‌شود، آلوده گی صوتی و آلوده گی امواج مقناطیسی نیز چنان بخش مهم آلوده گی





گفت و گویی با داکتر ذبیح الله ستانکزی در رابطه به بیماری سرطان

## و شیوه‌های درمان آن

**پرسش:** معافیتی عوامل: لکه دبدن حالت معافیتی سیستم ناتوانی .

**درمل:** هغه درمل چې معافیتی سیستم ته زیان رسوی اودمعافیتی سیستم تخریب لامل کیږي .

**محیطی عوامل:** سرطانی موادوسره تماس لکه الکترومقناطیسی امواج.

**غذایی فکتورونه:** لکه غوښی څخه زیاته استفاده او سبزیجاتو څخه کمه استفاده

**میکروبونه:** بعضی وایروسونه ایچ ای وی د سارکوما او لمفوما لامل دی، ایچ پی وی وایروس دی عنق رحم د سرطان لامل ده او همدارنگه بعضی بکتیریا گانی لکه ایچ پیلوری چی د معدی او مری د سرطان لامل کیداشیږ.

**پرسش:** چند گونه سرطان وجود دارد؟

**ځواب:** سرطان د کومی عضوی نه چی منشا اخلی د هماغی عضوی د سرطان په نوم یادیږی لکه د سینی سرطان، د مثانی سرطان د وینی سرطان او داسی نور.

**پرسش:** گفته می شود که در سال‌های اخیر واقعیات سرطان بیشتر شده است، فکر می کنید چرا چنین شده است؟

**ځواب:** د سرطان واقعات کال تر بله په زیاتیدو دی او داسی ویل کیږی چی په تیرو سلو کلو کی یی واقعات څلور برابره زیات شوی دی. د دی زیات والی عمده لاملونه د ژوند مدرن کیدل، د هوا ککر تیا، د دخانیاتو څخه د استفادی زیاتوالی، د فزیکي فعالیتونو کموالی او داسی نور.

**پرسش:** سرطان چگونه بیماری است، چه تعریفی از بیماری سرطان دارید؟

**ځواب:** سرطان دناروغيو یوه ټولگه ده چې د وجود د حجراتو غیر ضروری، غیر قابل کنترول او سریع ودی یا نمو څخه مینځ ته راځی .

**پرسش:** از چه زمانی انسان این بیماری را شناخته است؟

**ځواب:** د سرطان په هکله ۱۶۰۰ کاله مخکی له میلاد څخه مصری عالمانو لیکنی کری وی او همدارنگه هیپوکرات ۴۰۰ کاله مخکی له میلاد څخه د سرطان مختلف ډولونه معرفی کری ول او سرطان ته یی دی کارسینوس اصطلاح استعمال کړه دا اصطلاح پ کنسر بدله کړه.

**پرسش:** فکر می کنید که هنوز سرطان یک بیماری درمان ناپذیر است؟

**ځواب:** سرطان د علاج وړه ناروغی ده اما مهمه خبره د سرطان مقدم تشخیص ده که چیری سرطان په ابتدایی مراحلو کښی تشخیص شی تداوی اسانه او کامیابه ده.

**پرسش:** گفته می شود که هنوز عامل اصلی و عمده سرطان معلوم نیست، با این حال دانش طب چه می گوید، عمدتاً چه عواملی سبب سرطان می شود؟

**ځواب:** د سرطان لاملونه واضحا معلوم نه دی اما بعضی فکتورونه د زمینه ساز لامل په توگه پیژندل شوی چی په لاندی توگه دی:

**جنیتکي عوامل:** په کروموزمونوکې ستونزه اویا دمعیوب جین انتقال جنین ته .

**پرسش:** در افغانستان عمدتاً کدام گونه بیماری سرطان بیشتر وجود دارد؟

**خواب:** په افغانستان کېنېي د سيني يا تيو سرطان په ښځينه جنس کېنېي په اوله درجه کېنېي قرار لري او په دوهمه درجه کېنېي د هضمي جهاز سرطانونه لکه د مري او معدې سرطانونه دي او ورپسې د وينې سرطانونه په دريم قطار کې دي په څلورم قطار کې دي عنق رحم سرطانونه دي او داسې نور.

**پرسش:** آیا در کشور مرکز سرطان درمانی وجود دارد؟

**خواب:** په افغانستان کېنېي له بده مرغه اوس مهال يواځې يو مرکز د سرطاني ناروغانو د درملنې لپاره وجود لري چې د عامې روغتيا وزارت له خوا په جمهوريت روغتون کېنېي تاسيس شوی دی.

**پرسش:** آیا در کشور امکانات شعاع درمانی وجود دارد؟

**خواب:** په افغانستان کېنېي له بده مرغه اوس مهال د وړانگو په واسطه د سرطان دی تداوی مرکز وجود نه لري خو په دی ورستيو کېنېي د عامې روغتيا وزارت په دی و توانيدو چې له یوې امريکايي شرکت سره هوکړه لاسليک کړي او نوموړی شرکت ژمنه کړی تر سو په راتلونکي يو کال کېنېي د شعاعي تداوی مرکز په جمهوريت روغتون کېنېي پرانيږي.

**پرسش:** فکر می کنید که پس از این بیماران سرطانی می توانند خود را در کشور درمان کنند؟

**خواب:** په هيواد دننه د سرطاني ناروغيو تداوی شونې ده يواځينې ستونزه د شعاعي تداوی کموالی دی چې اوس مهال هغه ناروغان چې شعاعي تداوی ته اړتيا لري له هيواده بهر بايد لار شي.

**پرسش:** آیا می توانید بگوئيد که سالانه در سطح جهان چند تن به سبب بیماری سرطان جان می دهند؟

**خواب:** د نړۍ په کچه هر کال ۶/۹ ميليونه انسانان د سرطاني ناروغيو له امله خپل ژوند له لاسه ورکوي او د ۱ له ۶ مرگو لامل سرطان دی.

**پرسش:** میزان تلفات سرطان سالانه در کشور به چند تن می رسد؟

**خواب:** د نړۍ روغتيايي سازمان د وړاندوينې په اساس هر کال په افغانستان کېنېي ۱۵۰۰۰ کسان د سرطاني ناروغيو له وجې خپل ژوند له لاسه ورکوي.

**پرسش:** آیا سرطان یک بیماری کاملاً علاج ناپذیر است؟

**خواب:** سرطان يوه کاملاً د علاج وړه ناروغي ده خو که چيرې په مقدم مرحله کېنېي تشخيص شي.

**پرسش:** آیا علايمي وجود دارد که کسی بداند که او به سرطان مبتلا شده است؟

**خواب:** د هر عضوی سرطان هماغې عضويته مخصوص ښېي ښېانې لري خو په عمومي ډول لاندې ښېي ښېانې په اکثر سرطانونو کېنېي ليدل کيږي: درد، د اشتها خراب والی، د وزن کميدل، تبه، او داسې نور.

**پرسش:** تاثیرات روانی برای یک بیمار روانی چقدر کشنده است، چون همين که کسی دریافت که او سرطان دارند ديگر او کاملاً به مرگ تسليم شده است؟

**خواب:** د سرطاني ناروغيو د تداوی پر مهال اکثر ناروغان د روان پوهانو مشورې ته ضرورت پيدا کوي چې دا کار مونږ هم په خپل مرکز تر سره کوو.

**پرسش:** هم اکنون شما در امر درمان بیماران سرطان با چه مشکلاتی رو به رو هستید؟

د شعاعي تداوی نشتون او د تشخيصيه وسايلو کموالی.

**پرسش:** فکر می کنید که وزارت صحت عامه و در کل حکومت باید چه کارهایی را انجام دهد؟

**خواب:** د شعاعي تداوی زر تر زره مهيا کول، د تشخيصيه وسايلو تهيه کول، همدارنگه مريضانو ته د کيموتراپي دواگانو تهيه کول، او د سرطاني ناروغيو د تداوی لپاره ځانگړی روغتون اختصاص کول.





## خلورم خپرکی

### د مور د شیدو د خای نیوونکو، د مصنوعي تي خوکو او د شیدو د بوتل زیانونه

۱۷. د مصنوعي شیدو په واسطه د تغذیې (د شیدو بوتل) اضرار څه دي؟

د مصنوعي شیدو (وچې شیدې) ترکیب یو شان دی او د مور د شیدو په شان بدلون نه مومي. هورمونونه، انزایمونه او د هغو د جذب څرنګوالی او په سلګونه هغه معافیتي فکتورونه چې د مور په شیدو کېنې موجود دي په مصنوعي شیدو کېنې شتون نلري. له دې پرته، د مصنوعي شیدو په واسطه د تغذیې په صورت کېنې ماشومان د بلوغ په دوران کېنې د مور د شیدو له داسې ښیګڼو څخه محروم پاتې کېږي، لکه: د ذکاوت پیاوړتیا او همدا راز عاطفه او رواني روغتیا، چې دا ټول په راتلونکي کېنې د ماشوم په رواني-ټولنیز تکامل باندې اغیزه کوي. د مصنوعي شیدو د چمتو کولو په وخت کېنې د هغو ککړتیا او نا سم چمتو والی یعنی د مصنوعي شیدو رقیقوالی یا غلیظ والی ماشوم له ناروغيو سره مخامخوي او د ناکافي یا زیاتو مغذي موادو د تر لاسه کیدو لامل کېږي چې په پایله کېنې ماشوم د ودې له کموالي یا د خوارځواکۍ له نورو ډولونو او لوړې سره مخامخوي. د مصنوعي شیدو په واسطه د تغذیې نور خطرونه په لاندې ډول دي: په ډیرو ناروغيو باندې د تي رودونکو ماشومانو اخته کیدل (مثلاً نس ناسته او کانګې، د ګیدې درد، د غوړ او بولي سیستم انتانات، مننجیت، اکزیما، سا لنډي او...)، په زیات عمر کېنې په چاغۍ، د زړه په ناروغيو او د شکرې په ناروغۍ د اخته کیدو احتمال زیاتېږي. له دې سره سره مور هم د شیدو ورکولو له ښیګڼو څخه محرومه کېږي. د مصنوعي شیدو د پېر لګښت د مور د سمې تغذیې د وړتیا وړ لګښت څو برېره ده، له دې پرته روهي فشار او د ماشوم د ناروغيو زیات لګښت هم د کورنیو په اوږو ایښودل کېږي.

۱۸. آیا تي رودونکي ماشوم ته د شیدو بوتل یا مصنوعي تي خوکی ورکړو که نه؟

د تي رودونکي ماشوم د ارامولو تر ټولو زیاته دود او بده لاره هغه ته د مصنوعي تي خوکی ورکول دی. رودل د ماشوم له طبیعي اړتیاوو او غریزو څخه عبارت دي. ماشوم خپله دا اړتیا د مور د تي په رودلو سره ارضا کوي او که چیرته هغه د خپل لاس ګوتې وروي، دا د مصنوعي تي خوکی له رودلو څخه غوره ده. مصنوعي تي خوکه په اسانۍ سره ککړېږي او تي رودونکی ماشوم ناروغه کوي، او د هغې پاک ساتل او ضد عفونی کول ساده کار ندی، د اوږد مهال لپاره د ماشوم د خولې او غاښونو شکل او حالت ته زیان رسوي. د مصنوعي تي خوکو او د شیدو د بوتل ځینې عوارض په لاندې ډول دي: د رودلو په ترڅ کېنې تلولتیا او د مور د تي له نیولو څخه ډډه کول، په شپه او ورځ کې د تي رودنې په مودې کموالی راتلل (د تي رودلو او تحریک ته د لیوالتیا نه شتون او د شیدو په تخلیه کې کموالی) د دې لامل کېږي تر څو د مور د شیدو په واسطه د تغذیې په موده کې کموالی راشي، د هغو په وړاندې تمایل له منځه لاړ شي او شیدې ورکول پرې شي، د ژر امیندواره کیدو او په ځینو میندو کېنې د تي د آېسې احتمال زیاتېږي، په ماشوم کېنې د غوړ انتانات، د خولې د جوف انتانات او د غاښونو خرابوالی او د هغو نامناسبه وده منځته راځي چې له نوموړو اغیزو څخه ځینې یې دایمي دي او د ژوند په راتلونکو پړاوونو کېنې د هغو د پایلو اصلاح کول ډیر زیات ستونزمن دي. د مور د شیدو په واسطه د تغذیو په دفعاتو کېنې کموالی او د ماشوم په وزن اخیستنې کېنې بطائت د ماشوم په ذکاوت او د هغه په رواني-ټولنیز تکامل باندې ناوړه اغیزې لري او له مصنوعي تي خوکی او د شیدو له بوتل سره د ماشوم د پرله پسې تړاو لامل کېږي



## پنځم څپرکی

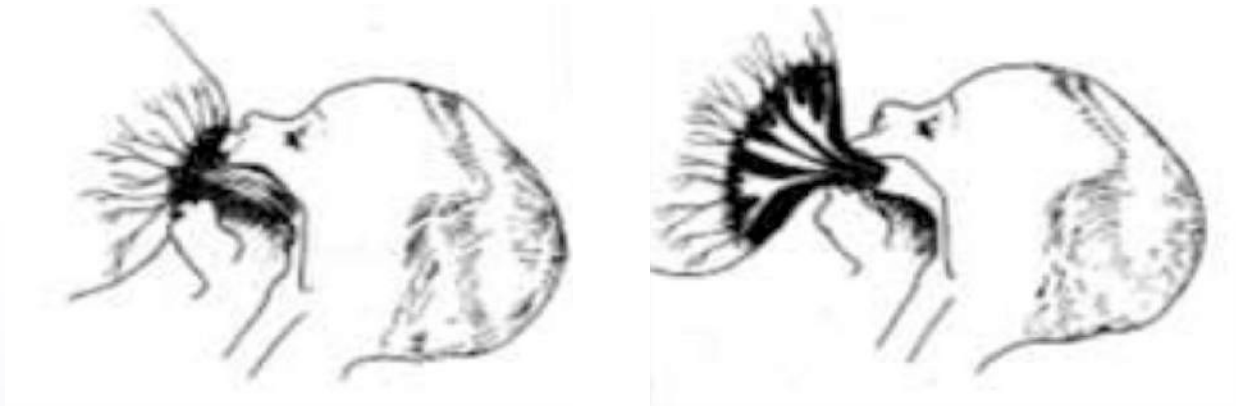
# د تي په وړاندې د ماشوم وضعیت او تماس

۱۹. ولې باید ماشوم په سم وضعیت کېنې په غېږه کې ونیول شي او په مناسب وضعیت او تماس کېنې د مور د تي په واسطه تغذیه شي؟

په غېږه کېنې د ماشوم د نیولو او د تي نیولو څرنگوالي ته باید د تي ورکولو د یوې یا دوه وو لومړیو اونیو په لړ کې ځانګړې پاملرنه ولري. که چیرته په غېږه کېنې د ماشوم د نیولو او د تي د نیولو څرنگوالی مطلوب وي، دا کار د تیانو د څوکو له ټپي کیدو ځنې مخنیوی کوي او د ماشوم سمه تي رودنه د شیدو تولید هم زیاتوي. هغه میندې چې به مداومه توګه د تیانو د څوکو په ټپونو یا مستایټس اخته کېږي، یا ماشوم په بطائت سره وزن تر لاسه کوي دا کیدای شي په ناسمه توګه په غېږه کې د ماشوم د نیولو او شیدو ورکولو له کبله وي.

۲۰. که چیرته تي رودونکي ماشوم تی په سمه توګه نه وي نیولی څه باید وشي؟

د ناسم او سم وضعیت داخلي منظره



ماشوم باید له تي نه جلا کړي او له هغه سره مرسته وکړي تر څو تی په سمه توګه ونیسي. په داسې حالاتو کېنې باید د تي رودونکي ماشوم د رودنې فشار خنثی کړي او وروسته بیا هغه له تي نه جلا کړي تر څو تي ته زیان و نه رسیږي. لومړی خپله یوه پاکه ګوته د تي رودونکي ماشوم د خولې په یوه کنج کېنې دننه کړي یا د تي په هغه برخه باندې فشار وارد کړي چې د تي رودونکي ماشوم له خولې سره نږدې قرار لري او یا هم د تي رودونکي ماشوم زنه لاندې لوري ته وڅوڅوي تر څو تی خوشې کړي.

۲۱. د شیدو ورکولو په بهیر کېنې باید د مور وضعیت څرنگه وي؟

که چیرته یو داسې روغ نوزېږی ماشوم چې په وخت زیږېدلی وي او د مور په غېږه کېنې قرار ونیسي د تي د لتون، رودلو او د شیدو د بلع کولو توان لري، لیکن هغه ته باید ورزده کړای شي چې څرنگه تی په خوله کېنې ونیسي. لومړی باید پخپله روزنه تر لاسه کړي او بای یې له تي رودونکي ماشوم سره تمرین کړي. تي رودونکی ماشوم باید د تي له څوکې نه پرته د تي د څوکې شاوخوا قهوه یي

رنگه هالې زیاته برخه چې تر لاندې یې د شیدو زیرمې قرار لري په خوله کښې ونیسي. په دې صورت کښې د ماشوم په خوله کښې د تې اوږده څوکه تشکیلېږي او هغه کولی شي د خپل کلک تالو او ورویو په واسطه د شیدو په زیرمو باندې فشار وارد کړي او شیدو په خپله خوله کښې راولوښي او بلع کړي. دلته مهمه مسئله دا ده چې تې په خوله کښې په سمه توګه ونیول او کش کړای شي او د تې هواره، لنډه، اوږده یا ننوتې څوکه د شیدې رودلو په وضعیت کښې چندان ونډه نلري، البته په دې شرط چې د هالې زیاته برخه د تې رودونکي ماشوم په خولې کښې قرار نیولی وي.

په سم وضعیت کښې لاندې شرایط مراعات شوي وي:

د تې رودونکي ماشوم بدن مور ته مخامخ او د هغې له بدن سره نږدې تماس لري.

د ماشوم سر او بدن په یوه لیکه کښې قرار لري.

د ماشوم مخ د مور تې ته مخامخ وي او زنه یې له تې سره نښتې وي.

د ماشوم خوله په بشپړه توګه پرانیستې وي او لاندنۍ شونده یې په بشپړه توګه د باندې لور ته اووښتې وي او د تې د هالې یوه کمه برخه د ماشوم له پورتنۍ شونډې نه پورته لیدل کېږي او کیدای شي د هغه د لاندنۍ شونډې لاندې د تې هاله هیڅ و نه لیدل شي (یوازې د هالې د زیاتوالي په صورت کې د هغې یوه برخه د لید وړ وي).

ورو او ژوره تې رودنه.

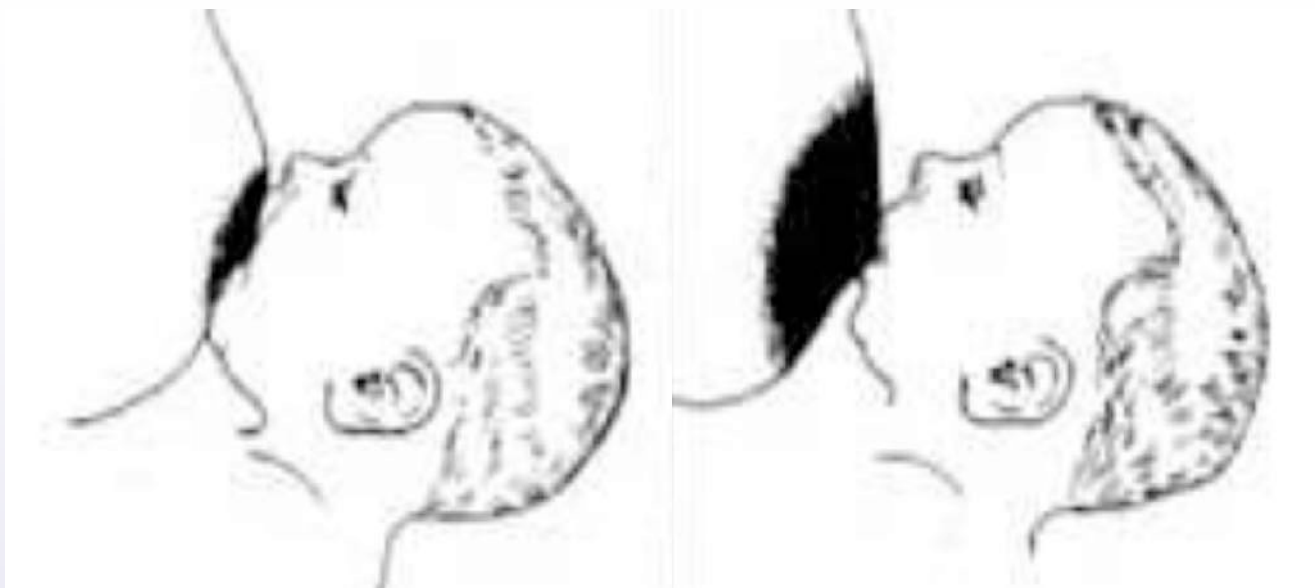
د شیدو د بلع کولو آوزونه په ښه توګه اوریدل کېږي.

تې رودونکي ماشوم د رضایت او مړښت له احساس نه وروسته پخپله تې خوشې کوي.

مور د شیدو ورکولو په بهیر کښې د درد او ناراحتۍ احساس نه کوي.

د مور تې د ماشوم د پزې له سوریو څخه واټن لري او د هغه تنفسي لارې نه بندوي.

د ناسم او سم وضعیت بهرنۍ منظره



## بخش جدید عملیات خانه شفاخانه زایشگاه ملالی به بهره برداری سپرده شد



داکتر فیروزالدین فیروز وزیر صحت عامه کشور روز شنبه دهم سنبله سال روان، بخش جدید عملیات خانه شفاخانه ملالی زیژنتون را افتتاح و به بهره برداری سپرد .

این عملیات خانه در 13 اتاق دارای بخش های ریکوری، کودک، اوتوکلف، ذخیرگاه ادویه، اتاق تعقیب و اتاق های بیماران داخل بستر می باشد و از سامان افزار طبی پیشرفته برخوردار است.

وزیر صحت عامه در مراسم گشایش این عملیات خانه در سخنرانی خود گفت: « با گشایش این بخش نه تنها زمینه بهتر درمان برای بیماران نسایی ولادی فراهم می گردد؛ بلکه زمینه آموزش برای داکترانی که در بخش تخصص آموزش می بینند، نیز فراهم شده است.»

وزیر صحت عامه هم چنان گفت: زایشگاه ملالی همراه دست کم 4000 واقعه ولادی را درمان می کند و نزدیک به 6000 زنان باردار به گونه سراپا زیر درمان و مراقبت قرار می گیرند.

کار باز سازی بخش عملیات خانه شفاخانه زایشگاه ملالی شش ماه را در بر گرفته بود.



# خودکشی چالش

## عمده‌ی در برابر وزارت صحت عامه

کرده است. این مشاوران در مراکز صحتی و شفاخانه‌های ولایتی خدمات مشاوره‌دهی روانی ارائه می‌کنند. گذشته از آن شمار زیادی از داکتران و نرس - قابل‌ها در سیستم صحتی کشور در بخش صحت روانی و خودکشی آموزش دیده‌اند

در سال 2006 تحقیقی در ولایت‌های کابل، هرات و وردک صورت گرفته بود، نشان می‌دهد که 2300 نفر در این سه ولایت خود سوزی کرده‌اند. حدود 90 درصد آنان را زنان بین سنین 14-19 ساله بوده‌اند. علل بیشتر این خودکشی‌ها خشونت‌های خانوادگی و ازدواج‌های اجباری گفته شده است.

در افغانستان بر عکس دیگر کشورها تعداد قربانیان خودکشی را زنان تشکیل می‌دهد. اما در دیگر کشورها مردان بیشتر نسبت به زنان دست به خودکشی می‌زنند.

وزارت صحت عامه برای جلوگیری و کاهش خودکشی در کشور، در سال 2017 پیش‌نویس راهبرد ملی وقایه از خودکشی را تهیه کرده بود که در سال 2018 تصویب شد. در این راهبرد وزارت‌های سکتوری مانند تحصیلات عالی - معارف، امور زنان، کار امور اجتماعی-شهاد و معلولین، شهرسازی و مسکن و زراعت و آبیاری در وقایه از خودکشی بخش صحت را همکاری می‌کنند. قرار است پلان تطبیقی این راهبرد به زودی تهیه و تطبیق آن در تمام بخش‌ها در 5 سال آینده صورت گیرد.

نزدیم سنبله برابر با دهم سپتمبر روز جهانی وقایه از خودکشی است. این روز در سراسر جهان به هدف مبارزه در برابر انگیزه‌های خودکشی و بلند بردن سطح آگاهی مردم در پیوند به عوامل آن، تجلیل می‌گردد.

خودکشی یکی از چالش‌های عمده صحت در جهان به شمار می‌رود. این عمل یکی از اسباب عمده مرگ و میر افراد میان سنین 15 الی 24 ساله گفته شده است. 76 درصد واقعات خودکشی در کشورهای کم‌درآمد رخ می‌دهد.

افغانستان نیز در شمار آن کشور های قرار دارد که خودکشی در آن کشورها میزان بلندی دارد.

آمارهای جهانی نشان می‌دهد که در هر دقیقه دو الی سه انسان در جهان دست به خودکشی می‌زنند. به گونه میانگین سالانه حدود 8 صد هزار تن در جهان خودکشی می‌کنند. در سال 2013، در افغانستان 1205 واقعه خودکشی گزارش شده بود. که از این میان 605 تن آنان را زنان و 600 تن دیگر آن مردان بودند

بیماری‌های روانی، خشونت‌های خانوادگی، مشکلات اقتصادی بیماری‌های غیر قابل درمان و دیگر مواردی که سبب صدمه روحی افراد می‌شود، دلایل عمده خودکشی را می‌سازند.

خودکشی دواي مشخصی برای درمان ندارد؛ اما با روش‌های غیر دوايي مانند مشاوره روانی-اجتماعی قابل وقایه و درمان می‌باشد.

وزارت صحت عامه از سال 2007 تا کنون به تعداد 750 مشاور روانی را برای روان درمان انسان‌های افسرده تریه

# دیدار وزیر صحت عامه با هیئت هلال احمر ایران



بخش دیگر خدمات این شفاخانه به بازتوانایی (Rehabilitation) قربانیان جنگ و کودکان و نوزادان دارای اختلالات ولادی چون اختلالات آموزشی، شنوایی و گفتاری بر می‌گردد.

از ظرفیت‌های دیگر این شفاخانه این است که افزون بر عرضه خدمات صحتی، به گونه‌ای مرکز آموزشی زمینه آموزش بیشتر پزشکان جوان و کارمندان صحتی را نیز فراهم می‌سازد.

در افغانستان معلولیت، معیوبیت و ناتوانی‌های جسمی ناشی از جنگ به گونه‌ای مستقیم و غیرمستقیم بر زنده‌گی مردم سایه انداخته است.

این در حالی است که معلولیت‌ها و ناتوانی‌های جسمی و فکری ناشی از بیماری‌های ولادی نیز بر این معضله دامنه بیشتری داده است.

داکتر فیروزالدین فیروز روز چهارشنبه ۲۱ سنبله سال روان در دفتر کارش با داکتر پیوندی رئیس جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران دیدار و گفت‌وگو کرد.

در این دیدار رئیس هلال احمر ایران به وزیر صحت عامه خبرداد که هلال احمر ایران می‌خواهد شفاخانه افشار که به کمک مالی ایران ساخته شده است هرچه زودتر به بهره‌برداری سپرده شود.

این شفاخانه از شمار مجهزترین و تخصصی‌ترین شفاخانه در شهر کابل خواهد بود. مدیریت و رهبری این شفاخانه مربوط به وزارت صحت عامه است و اما جمعیت هلال احمر ایران آن را حمایت می‌کند.

خدمات معالجوی و تخصصی در این شفاخانه به وسیله متخصصان افغانستان و ایران به پیش برده می‌شود.

## پیام های صلی

صحت شما، بدون صحت روانی تکمیل نیست. برای خلاقیت، ابتکار، تصمیم گیری های معقول و ایجاد پیوندهای موثر اجتماعی، باید از صحت جسمی و روانی برخوردار بود.

اختلالات خفیف روانی مانند افسرده گی و اضطراب در نوجوانان و جوانان سبب میشود تا آنان به مواد نشه آور مانند چرس، الکهول، تابلیت های به اصطلاح «k» و دیگر مواد مخدر روی آورند.

اختلالات روانی و خودکشی قابل وقایه بوده و در اکثر حالات بدون ادویه و مداخلات پیشرفته طبی امکان پذیر است. چنین افرادی را میتوان با مشوره های سالم کمک کرد.

خودکشی و خود آزاری تنها موضوع صحت نیست؛ بلکه پدیده گسترده اجتماعی بوده که مهار سازی آنان به تلاش چندین بخش نیاز دارد.

سرمایه گذاری روی صحت روانی جوانان، بهبود وضعیت اقتصادی-اجتماعی و در نهایت ترقی و پیشرفت یک کشور را در پی دارد.

هم اکنون در کشور ظرفیت های فنی و منابع انسانی برای رسیده گی به چنین بیماری هایی بسیار گسترده نیست. این در حالی است که کودکان مبتلا به اختلالات ولادی و اختلال های آموزشی، اختلال های گفتاری و رفتاری به ارائه خدمات بیشتری نیاز دارند و با دریغ هنوز مراکز مجهز و پیشرفته باز توانایی برای چنین کودکانی و برای خانواده، هنوز بسنده نیست و وزارت صحت عامه از این ناحیه با دشواری های روبه رو است.



با توجه به وضعیتی فعالیت چنین شفاخانهیی که دارای مرکز باز توانایی می تواند برای عرضه خدمات صحتی در این زمینه بسیار سودمند باشد.

داکتر فیروزالدین فیروز در این دیدار ضمن قدردانی از هیئت ایرانی به خاطر ساختمان شفاخانه افشار، ابراز امیدواری کرد تا این شفاخانه بتواند آن رشته خدمات صحتی را که تا کنون در افغانستان ارائه نشده است، ارائه کند.

مثلاً با فعالیت این شفاخانه این امکانات به وجود آید که خدمات برای بیماران که از مشکلات سکته مغزی، ضایعات نخاعی، ضربه مغزی، سوخته گی، کم شنوایی، مشکلات تعادل و غیره رنج می برند، ارائه گردد.

همچنان وزیر صحت عامه از هیئت ایرانی برای ظرفیت سازی کادرهای تخصصی و فوق تخصصی افغانستان، به ویژه در عرصه های باز توانایی خواستار همکاری های بیشتر و دوامدار گردید.



# آموزش های فوق لیسانس در بخش تغذی



بیست و پنج تن از کارمندان صحتی که در بخش تغذی به درجه فوق لیسانس در کشور هندوستان آموزش دیده بودند به روز شنبه دهم سنبله سال جاری، گواهی نامه های فراغت شان را به دست آوردند.

در نشست که به همین مناسبت در تالار صحت عامه راه اندازی شده بود داکتر فیروزالدین فیروز وزیر صحت عامه کشور، نماینده دفتر آغاخان و نماینده سفارت کانادا در افغانستان حضور داشتند.

این کارمندان صحتی از سوی وزارت صحت عامه به کمک مالی دفتر آغاخان و سفارت کانادا در افغانستان به کشور هندوستان فرستاده شده بودند که مدت یک سال در بخش تغذی آموزش دیدند.

داکتر فیروزالدین فیروز وزیر صحت عامه کشور فراغت این کارمندان صحتی را در راستای بهبود وضعیت تغذی در افغانستان با اهمیت خوانده گفت که: «سوء تغذی یکی از چالش های عمده در بخش صحت می باشد. در افغانستان نزدیک به 40 درصد کودکان مبتلا به سوء تغذی مزمن اند و یا هم از قدکوتاهی رنج می برند. از همین رو نیاز است برای مبارزه با این چالش ظرفیت کارمندان صحتی در این راستا بلند برده شود.»

همچنان قرار است تا یک ماه دیگر 25 تن از کارمندان صحتی پس از سپری کردن یک آزمون رقابتی از سوی وزارت عامه برای آموزش در بخش تغذی به کشور هندوستان فرستاده شوند.



# کمپاین سرتاسری واکسین بیماری سرخکان



بهترین و ارزان‌ترین شیوه برای جلوگیری از اختلالات ناشی از این بیماری می‌باشد.»

در حال حاضر نزدیک به 60 درصد کودکان کشور زیر پوشش خدمات واکسین سرخکان قرار دارند. وزارت صحت عامه مصمم است تا این سطح پوشش خدمات واکسین را در سه سال آینده به 95 الی 100 درصد افزایش دهد.

در همین حال داکتر «ریچارت پیپر کارن» نماینده سازمان صحتی جهان راه اندازی این کمپاین را در راستای کاهش مرگ و میر کودکان مهم خوانده و بر ادامه حمایت سازمان صحتی جهان برای تطبیق برنامه واکسین در افغانستان تاکید ورزید.

آقای احسان الحق حنفی نماینده وزارت حج و اوقاف و آقای شمس الحق فروتن از عالمان دین که در این نشست صحبت داشتند در سخنان خود تاکید کردند که تطبیق واکسین سرخکان از دیدگاه دین اسلام جایز و حلال می‌باشد و مادران باید کودکان شانرا برای جلوگیری از این بیماری واکسین کنند. واکسین سرخکان توسط بیشتر از 40 هزار کارکن مسلکی به گونه رایگان در سراسر کشور تطبیق می‌شود. این کارکنان در دورترین دهکده‌های کشور کودکان را واکسین خواهند کرد.

وزارت صحت عامه جمهوری اسلامی افغانستان روز شنبه دهم سنبله سال روان، کمپاین تطبیق واکسین بیماری سرخکان را در سراسر کشور با همکاری اداره یونیسف و سازمان صحتی جهان راه اندازی کرد. قرار است در این کمپاین حدود 13 میلیون و 800 هزار کودک 9 ماهه الی 10 ساله در برابر بیماری سرخکان واکسین شوند.

این کمپاین در دو مرحله راه اندازی گردید، مرحله نخست آن روز دهم سنبله آغاز شد و به مدت ده روز ادامه یافت و مرحله دوم آن به تاریخ هفت عقرب سال روان آغاز می‌شود.

داکتر فیروزالدین فیروز وزیر صحت عامه کشور در نشستی که به این مناسبت سخنرانی داشت، هدف از راه اندازی این کمپاین را وقایه کودکان در برابر بیماری سرخکان و جلوگیری از مرگ و میر آنان عنوان کرد.

وزیر صحت عامه کشور در ادامه سخنان خود گفت: «بیماری سرخکان یک بیماری ساری و کشنده است. این بیماری سالانه سبب مرگ 30 الی 35 هزار کودک در افغانستان می‌شود. راه اندازی این کمپاین می‌تواند کودکان را از خطرات ناشی از بیماری سرخکان مصون نگه‌دارد. تطبیق واکسین سرخکان

## د شري (سرخکان) ناروغۍ ضد واکسين کمپاين

نېټه: د وږي په شپږمه ورځ د میدان وردگو ولایت د عامې روغتیا ریاست په انگر کې د شري ناروغۍ ضد واکسين کمپاين د عامې روغتیا رئیس ډاکټر محمد سالم اصغر خېل، عامې روغتیا وزارت د کتلوي معافیت استازی ډاکټر عبدالقادر صديقي، عامې روغتیا ریاست کارکوونکو، ولایتي روغتون، نړیوالې روغتيايي ټولنې، یونیسیف ادارې، د معارف، حج اوقافو او نورو اړونده ادارو استازو په گډون په رسمي توگه پرانیستل شو.

غونډه د قرآن کریم د مبارکو آیتونو په تلاوت سره پیل شوه ورپسې د عامې روغتیا رئیس ټولو گډونوالو ته د ښه راغلاست ویلو تر څنګ د عامې روغتیا جلالتمآب وزیر صاحب ډاکټر فیروزالدین (فیروز) پیغام ولوست چې د دا ډول کمپاینو په ذریعه کولای شو د شري ناروغۍ له امله د مرګ او ژوبلې کچه را ټیټه کړو. همدارنګه یې خپلو خبرو کې زیاته کړه چې ما شوم ته د واکسين رسول زموږ ایماني او وجداني دنده ده، واکسين د ماشوم امانت دی چې باید په سم ډول ور ورسول شي. له درنو میندو او پلرونو څخه هیله کوو ترڅو خپلو ماشومانو ته چې عمر یې د نهو میاشتو څخه تر لسو کالو وي د شري واکسين ورکړي خو له دې مهلکې ناروغۍ څخه په امن شي.



ورپسې د کتلوي معافیت آمر الحاج صاحب الدین امرخېل د ولایت په کچه د کمپاین او هدف وړ ماشومانو په هکله هر اړخیز معلومات ورکړل چې د دغه کمپاین په ترڅ کې به د ټول ولایت په کچه ۲۸۰۲۶۴ ماشومان واکسين شي او نوموړی کمپاین د ۷۴۶ کسانو له خوا تطبیق او کنټرولېږي؟

# نتایج کاری کمپ‌های سیار چشم

## در شش ماه گذشته

بیماری‌های چشم و نابینایی یکی از مشکلات عمده صحتی در افغانستان است. بر اساس تخمین‌های سازمان صحتی جهان و نماینده‌گی بین المللی وقایه از نابینایی ۱/۵ تا ۲ درصد نابینایی در کشور شیوع دارد. بر این اساس هم‌اکنون بیش از ۵۰۰ هزار تن از شهروندان کشور از نابینایی رنج می‌برند. افزون بر این دست کم ۱/۵ میلیون شهروند دیگر نگران نابینایی خود اند به زبان دیگر در خطر نابینایی قرار دارند. به گونه میانگین همه ساله دست کم ۲۵ هزار تن در کشور نیروی بینایی یک چشم خود را از دست می‌دهند. این در حالی است که دست کم هشتاد درصد این نابینایی‌ها قابل پیش گیری یعنی وقایه و درمان می‌باشند. از شروع سال ۱۳۹۷ الی اخیر ماه سنبله آمریت مراقبت‌های صحتی چشم وزارت صحت عامه (۹) کمپ سیار چشم را در ولایت‌های میدان شهر، پکتیا، نیمروز، شبرغان، غور، ارزگان، کاپیسا و کابل ایجاد کرده است.

نتایج کاری این کمپ‌های سیار در شش ماه گذشته نشان می‌دهد که به گونه کلی به تعداد ۲۲۹۹ تن بینایی خویش را بعد از عملیات جراحی چشم به دست آورده اند که از این شمار ۵۹ درصد مردان و ۴۱ درصد زنان می‌باشند. افزون بر این به تعداد ۲۳۳۳۸ که گرفتار بعضی از بیماری‌های چشم بودند معاینه شدند. برای شان داروی لازم داده شده است که ۵۲ درصد را مردان و ۴۸ درصد را زنان تشکیل می‌دهند. هم چنان در شش ماه گذشته گروه‌های کاری سیار ۱۸۰۰ تن دیگر را پس از معاینه برای شان عینک توزیع نموده است. قابل یادکرد است که تمام این خدمات به گونه رایگان به شهروندان ارائه شده است.

دسترگو ناروگی او روندوالی په افغانستان کی دعامی روغتیا یوه ستره ستونزه شمیرل کیږي. د نړیوال روغتیا سازمان او د روندوالی دمخنیوی د بین المللی نمایندگی د ارقامو له مخی په افغانستان کی له ۱۰۵ څخه تر ۲ سلنه (اضافه له ۵۰۰۰۰۰) خلک ړانده او څه د پاسه یونیم میلیون وگړی د دید تشوش لری. په منځنی ډول په کال کی ۲۵۰۰۰ کسان په افغانستان کی د یوی سترگی لید د لاسه ورکوی پداسی حال کی چه تقریبا ۸۰ سلنه دغه روندوالی دمخنیوی او تداوی وړ دی.

د عامی روغتیا وزارت د سترگو د روغتیا پاملرنی د امریت گرځنده تیم د ۱۳۹۷ کال د حمل د میاشتی څخه د سنبلی میاشتی تر اخری نیټی پوری نهه کمپونه په مختلفو ولایتونو (میدان شهر، پکتیا، نیمروز، شبرغان، غور، ارزگان، کاپیسا او د کابل پلچرخي محبس) کی اجرا کړی. پدی جریان کی ۲۲۹۹ هغه کسان چه ړانده و د سترگی د پردی د جراحی عملیات په ذریعه هغوی خپل لید بیرته لاسته راوړی (۵۹٪ نارینه او ۴۱٪ زنانه)، ۲۳۳۳۸ کسان چه د سترگو په ناروگیو اخته وو معاینه او لازم درمل ورته تجویز شوی دی (۵۲٪ نارینه او ۴۲٪ زنانه) او ۱۸۰۰ کسانوته د مطالعی طبی عینکی توزیع شوی.

هم چنان در شش ماه گذشته گروه‌های کاری سیار ۱۸۰۰ تن دیگر را پس از معاینه برای شان عینک توزیع نموده است. قابل یادکرد است که تمام این خدمات به گونه رایگان به شهروندان ارائه شده است.

افزون بر این به تعداد ۲۳۳۳۸ که گرفتار بعضی از بیماری‌های چشم بودند معاینه شدند. برای شان داروی لازم داده شده است که ۵۲ درصد را مردان و ۴۸ درصد را زنان تشکیل می‌دهند.

هم چنان در شش ماه گذشته گروه‌های کاری سیار ۱۸۰۰ تن دیگر را پس از معاینه برای شان عینک توزیع نموده است. قابل یادکرد است که تمام این خدمات به گونه رایگان به شهروندان ارائه شده است.



## در ماه سنبله سال جاری 205 تن از شهروندان کشور در ولایت کاپیسا بینایی خود را باز یافتند!



گروه کاری سیار آمريت مراقبت‌های صحتی چشم وزارت صحت عامه که در ماه سنبله به ولایت کاپیسا رفته بودند در چهارچوب برنامه کاری خود، در جریان دو هفته، پرده چشم 205 تن را عملیات کردند که آنان بینایی خود را دوباره به دست آوردند. به همین گونه این گروه کاری چشمان 2921 تن شهروند دیگر را به گونه سرایا معاینه کرده و ادویه لازم دادند. هم چنان چشم 450 تن دیگر را که نیازمند عینک طبی بودند معاینه کرده و برای شان عینک توزیع کردند. بیماری‌های چشم و نابینایی یکی از مشکلات عمده صحتی در افغانستان است. ارقام تخمینی سازمان صحتی جهان و نماینده گی بین المللی وقایه از نابینایی، نشان دهنده آن است که شیوع نابینایی در میان شهروندان کشور از 1.5 تا 2 درصد می‌رسد و هم اکنون بیش از 500,000 شهروند کشور از نابینایی رنج می‌برند. این در حالی است که دست کم یک و نیم میلیون تن در خطر نابینایی قرار دارد. به گونه میانگین سالانه دست کم 25000 تن در افغانستان بینایی خود را از دست می‌دهند در صورتی که حدود هشتاد درصد این نابینایی‌ها را می‌شود که با وقایه و درمان پیش‌گیری کرد.



# گواهینامه آموزش برای دو صد تن واکسیناتور



دو صد تن از واکسیناتوران کشور پس از سپری کردن دوره آموزشی سه ماهه در ولایت های کابل و هرات امروز شنبه 31 سنبله سال روان طی نشستی از سوی وزارت صحت عامه گواهی نامه فراغت شان را بدست آوردند..

هدف از راه اندازی این برنامه آموزشی بلند بردن ظرفیت دانش مسلکی واکسیناتوران می باشد که این برنامه تاثیر مستقیم بالای کیفیت عرضه خدمات واکسیناسیون خواهد داشت..

داکتر فدامحمد پیکان معین عرضه خدمات صحت وزارت صحت عامه که در این محفل اشتراک نموده بود فراغت این واکسیناتوران را در راستای بهبود عرضه خدمات واکسیناسیون مهم عنوان نموده گفت: « وزارت صحت عامه با در نظر داشت اهمیت واکسین در امر کاهش مرگ و میر اطفال، برنامه های آموزشی کوتاه مدت را به کمک مالی اداره یونیسف در کشور راه اندازی نموده است که امروز ما شاهد فراغت دو صد تن از آنان می باشیم».

معین عرضه خدمات صحت وزارت صحت عامه از تمام این فارغان خواست تا در ارائه خدمات واکسین برای مردم متعهد باشند و وظایف شان را بدون در نظر داشت تعصبات قومی و مذهبی انجام دهند.

در این برنامه آموزشی واکسیناتوران از هفده ولایت کشور پروان، کاپیسا، پنجشیر، لوگر، دایکندی، وردک، بامیان، کابل ولایات حوزه غرب اشتراک نموده و تطبیق برنامه های واکسین را به گونه مسلکی آموزش دیده اند. قرار است دو صد تن دیگر از واکسیناتوران نیز در سال آینده تحت آموزش قرار گیرند.

# بسته‌های تولیدات صحی

برای جلوگیری از کم خونی و اسهالات



کشورهای جهان و منطقه آمار بلند مرگ و میر مادران را دارا می‌باشد. تولید صحی که امروز به معرفی گرفته شد برای کم خونی در نزد خانم‌ها و اسهالات در نزد کودکان سودمند است.»

معین پلان و پالیسی هم‌چنان در ادامه سخنانش گفت: «در حال حاضر بخش صحت افغانستان وابسته به کمک‌های کشورهای بیرونی است. وزارت صحت عامه تلاش دارد در هم‌کاری با سکتور خصوصی بخش صحت افغانستان را از این

وزارت صحت عامه روز یک‌شنبه چهارم سنبله سال روان، بسته‌های تولیدات صحی را با راه اندازی نشست معرفی کرد. این تولیدات صحی شامل بسته او آر اس، تابلیت‌های تقویه خون، زینک و اکتواتبس می‌باشد.

داکتر احمدجان نعیم معین پلان و پالیسی وزارت صحت عامه که در این نشست صحبت می‌کرد گفت: «با وجود این که در سال‌های اخیر کاهش قابل‌ملاحظه‌ای در مرگ و میر مادران و نوزادان به وجود آمده است؛ اما هنوز هم افغانستان در میان

## دیدار وزیر صحت عامه با نماینده گان بانک جهانی در افغانستان



در این دیدار در پیوند به چگونگی اجرای ظایف بخش های وزارت در چارچوب اهداف محوری این وزارت گفت و گوهایی صورت گرفت و بر این مساله تمرکز صورت گرفت که آیا همه وظایفی که به وسیله بخش های گوناگون وزارت صحت عامه صورت می گیر با اهداف کلی و پایه ای این وزارت هم آهنگ است یا نه؟

آقای یوسف مبارک الفدیل نماینده بانک جهانی در این دیدار بیان داشت که وزارت صحت عامه نخستین وزارتی است که وظایف آن هم آهنگ با اهداف کلی آن به پیش برده می شود و در این زمینه دست آوردهای چشم گیر داشته است.

بر بنیاد دستور رئیس جمهور افغانستان قرار است وظایف ده وزارت خانه و از آن شمار وظایف وزارت صحت عامه ارزیابی شود که وظایفی را که این وزارت خانه ها اجرا می کنند تا چه اندازه با اهداف نهایی و کلی این وزارت خانه ها هم خوانی دارد.

برای اجرای چنین کاری، نماینده گان بانک جهانی، کمیسیون اصلاحات اداری و نماینده گان وزارت خانه ها، وظایفی این وزارت خانه ها را در تناسب با اهداف پایه ای و کلی وزارت خانه ها بررسی و مرور می کنند که تا چه پیمانه با اهداف پایه ای و کلی این وزارت خانه ها هم آهنگ است و تا چه اندازه با وظایفی که نهادهای دیگر انجام می دهند تداخل دارد. رهبری گروه کاری مرور بر وظایف را خود وزارت خانه ها بر عهده دارد.

وابسته گی های مالی نجات دهد. کار امروز یکی از نمونه های آن می باشد.»



موسسه بازاریابی محصولات صحتی افغان در هم کاری با وزارت صحت عامه این چهار قلم بسته صحتی را با کیفیت بالا در بازارهای کشور عرضه می کند. مردم می تواند برای جلوگیری از کم خونی و اسهالات در دوا فروشی ها مراجعه کنند و این بسته های دوايي را اخذ نمایند. این کار می تواند حجم کار مراکز صحتی دولتی را که تعدادی از مردم بخاطر اسهالات و کم خونی مراجعه می کنند کم نماید.

هم چنان داکتر ذلیخا انوری رئیس صحت باروری وزارت صحت عامه در پیوند به اهمیت این تولیدات صحتی صحبت نموده گفت که مرگ مادران و نوزادان یک چالش صحتی برای وزارت صحت عامه می باشد و 56 درصد مرگ و میر مادران را کم خونی تشکیل میدهد. این بسته های صحتی می تواند که در کاهش مرگ و میر مادران و نوزادان موثر واقع شود.

از سوی دیگر داکتر انوری شایعاتی که در پیوند به تابلیت های کم خونی یا فولیک اسید که در مکاتب برای دخترها داده می شود آنرا نادرست خوانده و تاکید نمود که این تابلیت ها می تواند از کم خونی در نزد دخترها جلوگیری کند و هیچ گونه تاثیرات منفی بالای صحت آنان ندارد.

کاهش مرگ و میر مادران و نوزادان یکی از اولویت های وزارت صحت عامه می باشد. اکنون در این راستا کاهش قابل ملاحظه ی بوجود آمده است. چنانچه در سال 2002 در هر صدهزار ولادت زنده ششصد خانم جان می باخت و اکنون این آمار در صدهزار ولادت زنده به 327 تن کاهش یافته است.



## خشونت علیه زنان تنها نقض حقوق بشری نیست؛ بلکه یک مشکل صحتی نیز است



معین وزارت صحت عامه صحت عامه هم‌چنان بیان داشت که « این وزارت با ایجاد کمیته رسیده‌گی به واقعات خشونت های مبتنی بر جنسیت تاکنون 22957 واقعه خشونت علیه زن را در بخش های روانی، فیزیکی، تجاوز جنسی، آزار و اذیت جنسی، ازدواج های اجباری را در بانک اطلاعاتی خود به ثبت رسانده است.»

قابل ذکر است که این وزارت تاکنون 24 مرکز حمایتی خانواده را در 22 ولایت کشور جهت رسیدگی برای زنانی که مورد خشونت قرار گرفته اند ایجاد کرده است. در این مراکز خدمات مشاوره روانی، خدمات طبی، کمک های حقوقی، رجعت دهی به نهادهای

وزارت صحت عامه جمهوری افغانستان امروز نشست را در پیوند به خشونت علیه زنان و تأثیرات ناگوار آن بر صحت و روان زنان در این وزارت راه اندازی کرد.

این نشست با سخنرانی داکتر احمد جان نعیم معین پالیسی و پلان وزارت صحت به کار آغاز کرد. او در بخشی از سخنرانی خود گفت: « خشونت علیه زنان نه تنها یک تخطی حقوق بشری و نقض حقوق بشری زنان است؛ بلکه یک مشکل صحتی نیز می باشد که رشته مشکلات صحتی فیزیکی و روانی در زنان به وجود می آورد.»



خود زمینه ساز گسترش بیشتر خشونت علیه زنان می‌گردد.»

وزارت صحت عامه، ریاست "جنדר" را در چارچوب تشکیلات خود، جهت رسیدگی به واقعات خشونت ایجاد نموده است. این وزارت متعهد به عرضه خدمات صحتی به همه شهروندان و به خصوص به زنانی است که مورد خشونت های گوناگونی قرار می‌گیرند.

عدلی و قضایی و آموزش کارمندان صحتی در پیوند به واقعات خشونت مبنی جنسیت ارائه می‌گردد.

در همین حال خانم سپوژمی وردک معین پالیسی وزارت امور زنان وزارت صحت را یکی از هم‌کاران خوب وزارت امور زنان در راستای مبارزه برضد خشونت علیه زنان عنوان نموده گفت: « بلند بردن سطح آگاهی مردم با درنظر داشت قوانین اسلامی در جهت کاهش خشونت



خشونت علیه زنان در هر جلوه آن می‌تواند جامعه را از بنیاد صدمه زند برای آن که اگر جامعه سالم می‌خواهیم نخست باید مادران از صدمه های ذهنی، روانی، جسمی و جنسیتی بر کنار باشند تا تهداب خانواده سالم گذاشته شود و این خانواده‌های سالم است که جامعه سالم را شکل می‌دهند.

علیه زنان بسیار با اهمیت است. »

در همین حال Bannet Ndyanabangi، نماینده صندوق جمعیت سازمان ملل متحد، در سخنرانی خود در این نشست گفت: « هر چند خشونت های مبتنی بر جنسیت؛ امنیت و اراده حیثت زنان را صدمه می‌زند با این حال آنان خواهند خاموش بمانند و این خاموشی

# دهمین نشست گروه کاری تغذیه،

## در تالار وزارت صحت عامه



این نشست با سخنان داکتر احمد جان نعیم معین پالیسی و پلان وزارت صحت عامه به کار آغاز کرد. او در بخشی از سخنان خود گفت: ما در نشست های گذشته روی موضوعات مختلف از جمله مشکل قد کوتاهی، کم خونی مادران و کودکان، استفاده از نوشابه های شیرین بحث های داشتیم که با در نظر داشت این موضوعات ما باید در کارگروهی تغذیه و مصوونیت غذایی بسیار دقیق باشیم. تابتوانیم شهروندان کشور به گونه خاص مادران و کودکان را بیشتر کمک نماییم.

در آغاز مروری بر موضوعات نشست های پیشین صورت گرفت. پس از آن در بخش کارگروهی داکترلیمه رسول به نمایندگی از ریاست ارتقای صحت وزارت صحت عامه در پیوند به موضوعات تغذیه در نصاب معارف و تهیه جزوه های معلوماتی برای ملا امامان، اطلاعاتی را از کارهای انجام شده، برای اشتراک کننده گان ارائه کرد.

به همین گونه در بخش کارگروهی نماینده احصایی مرکزی در پیوند به مصوونیت غذایی و تغذیه در افغانستان در چارچوب برنامه استراتژیک ملی برای اشتراک کننده گان ارائه گردید.

در بخش دیگر در پیوند به ضرورت تقویت بیشتر لابراتورهای وزارت صحت نیز موضوعاتی مطرح گردید.

پس از ارائه کارهای گروهی، نشست به بحث آزاد پرداخت. شماری از اشتراک کننده گان پرسش های مشخصی را در پیوند به مسأله مصوونیت غذایی و تغذیه مطرح کردند که مسوولان بخش ها به پاسخ پرسش ها پرداختند. قرار است نشست بعدی گروه کاری تغذیه بعد از عید قربان برگزار شود.



# کلیک هوډ او هڅی

## زه څنگه بريالی کړم

په ننگرهار ولايت کې د AADA مؤسسې لخوا د روانې ټولنيز مشاور تر عنوان لاندې ځينې بستونه اعلان شوي و چې له يادو بستونو څخه ما د کامې ولسوالۍ مرکزي روغتون (کامې DH) لپاره ځان کانديد کړو او د کانديدو دليل مې دا وو چې زه د کابل د روان شناسۍ پوهنځي څخه فارغ شوی وم او د دې تر څنگ مې دخپلې ټولنې دستونزو په نظر کې نيولو سره دروانې ټولنيز مشاور کيدومسلک لپاره ډيره مينه او علاقه درلوده. د آزاد رقابت د لاري مو آزمويښه ورکړه چې دازموينې بهير خورا شفاف وو او په آزمويښه کې مې د کاميابۍ لورې نمرې واخيستې له هغې وروسته د ادا مؤسسې لخوا کامياب کسان و غوښتل شول او ځينې تعهد فورمې ورکړې او ورته هدايت و شو چې موږ تاسې کابل ته د دريو مياشتو لپاره تريننگ ته لېږو تاسې منتظر اوسئ. يو څو ورځې وروسته ما خبر تر لاسه کړو چې کامياب کسان کابل ته د تريننگ لپاره لاره، زه ددې خبر په اوريدو سره سمدستي د AADA دفتر ته لارم او هلته مې پوښتنه وکړه چې زه ولې له تريننگ پاتې شوی يم د هغوئ د ليل دا وو چې ستا جوړه محرم نه ده. ما ځينې منطقي د ليل او پوښتنې وکړې خو چا را ته ځواب نه درلودو، ما پلټنه وکړه چې حقيقت څه شى دى کله چې په حقيقت پوه شوم چې دا بست جوړى ته ضرورت نه لري او ځينو دولتي چارواکو په ولايت کې غوښتل چې زما په عوض هغه نفر تريننگ ته را وليږي چې په آزمويښه کې زما نه ئې ډيرې نمرې کمې وې ولې چې په هغوى بانيد د وکيلانو له طرفه ډير فشار اچوول شوى وو. له هغې وروسته مې له قانوني لارې خپله ددفاع هڅه پيل کړه او د صحې شبکې دموسسې تريننگ سنتر کې چې ددى مشاورينو روزنيز مرکز وو ددى پروژې مسؤلينو سره مې موضوع شريکه کړه او هغوى اطمینان را کړو چې تا ته به خپل حق در رسېږي د هيلنټ موسسې موضوع د روانې روغتيا امریت دلاری دعامې روغتيا وزارت له مسؤلينو سره شريکه کړه وه وروسته د لسو ورځو له ډيرو جنجالونو او مناقشو زه وتوانيدم چې تريننگ ته په قانوني ډول معرفي شم ځکه دروانې روغتيا امریت د مجبوریت له مخې فيصله کړې وه چې دواړه نارينه دى تريننگ ته معرفي کړي ولې ددى خبر په اوريدو چې کله د ټولنې خلک خبرېږي د ټولنې مشران د ننگرهار عامې روغتيا رياست او د AADA موسسې ته راځي او غوښتنه کوي چې بايد د اصولو مطابق بنځينه مشاوره بايد مونږ ته راوليږل شى ترڅو زمونږ روانې ستونزې چې په بنځينه وو کښې زياتې دى حل او راکمې شى چې بالاخره زه او يو بل تن بنځينه مشاوره دغه تراننگ ته معرفي او د تراننگ دغه دوره مو په کاميابۍ بشپړه کړه.

مطيع الله "نسيم"

د ننگرهار ولايت د کامې د شفاخانې

روانې - ټولنيز مشاور



## وزارت صحت عامه بودجه انکشافی خود را موفقانه به مصرف رسانده است



چهارشنبه ۷ سنبله سال روان طی جلسه کمیته داخلی بودجه با حضور دوکتور ماموسی زیور معین امور اداری و مالی و رؤسای عمومی و مستقل وزارت صحت عامه، روند مصرف بودجه انکشافی سال مالی ۱۳۹۷ این وزارت به بررسی گرفته شد.

بر اساس تازه ترین آمار، تا این دم وزارت صحت عامه توانسته است بخش بزرگی از بودجه انکشافی سال جاری را با تطبیق پروژه های بهبود کیفیت عرضه خدمات صحتی و بالا بردن سطح دسترسی به خدمات صحتی در سرتاسر کشور، بمصرف برساند.

قابل یادآوریست که مصرف بودجه این وزارت تا بررسی و وسط سال بیشتر از ۶۷ درصد بود که با اضافه نمودن بودجه مورد نیاز پروژه ها در بررسی وسط سال، فیصدی مجموعی مصرف به ۴۶ فیصد رسیده است. این تعدیل جهت پرداخت تعداد زیادی از قراردادهای می باشد که با صورت پرداخت این قراردادها سقف مصرف بیشتر بلند خواهد رفت و طی این مجلس جهت تسریع روند همه پرداخت ها تاکید نیز صورت گرفت.

دوکتور ماموسی زیور معین اداری و مالی با تاکید بر تسریع روند مصرف بودجه، به روسا هدایات سپرد تا از چگونگی روند مصارف و گزارش دهی دقیق نیز نظارت و پیگیری جدی داشته باشند.

با پیگیری های مصمم رهبری وزارت صحت عامه از چگونگی و تسریع روند مصرف بودجه، کیفیت عرضه خدمات صحتی در دورترین و دشوارگزارترین نقاط کشور بشکل قابل ملاحظه ای بهبود یافته است



## پیامهایی به مناسبت روز جهانی صحت روانی

تغییرات در دوره های گوناگونی زنده گی، استفاده روز افزون از تکنولوژی، رابطه های تلفونی و انترنیتی، دستیابی به مواد نشه آور، یک رشته مشکلات رفتاری و روانی در میان جوانان سبب میشود. دست کم پنجاه درصد اختلالات روانی در سنین چهارده ساله گی یا بالاتر از آن آغاز میگردد.

در سطح جهان در میان جوانانی که از پانزده تا بیست و نه سال، خودکشی و افسرده گی دومین و سومین عامل مرگ و میر آنان است. با در نظر داشت جنسیت در افغانستان میزان خودکشی در میان دختران بیشتر از پسران است.

استفاده نادرست از الکحول، ادویه های غیر قانونی، تابلیت های به اصطلاح «k» و مواد مخدر در میان جوانان رفتارهای خطرناکی در امر راننده گی در روابط جنسی نامصوون و زمینه های دیگر زنده گی سبب میشود.

ارتقای صحت سبب میشود تا مقاومت و حفظ الصحة جوانان در مکتب، خانواده و جامعه بهبود یابد؛ مشکلات روانی، جسمی در آنان کاهش یابد و آنان به نیروی موثری کاری در جامعه بدل شوند.

## پیام هایی در پیوند به اخذ فیس در شفاخانه های دولتی

هموطنان گرانقدر! ما با پولی که شما برای دریافت خدمات به شفاخانه های دولتی میپردازید، کیفیت خدمات صحتی را بهبود می بخشیم.

شما با پولی که به نام فیس به شفاخانه های دولتی میپردازید؛ در امر توسعه خدمات صحتی کشور سهم میگیرید.

شفاخانه های دولتی از همه ماست. بیائید با پرداخت فیس در بهتر شدن خدمات صحتی سهم خود را ادا نماییم.

پرداخت فیس زمینه ساز برای عرضه خدمات با کیفیت در شفاخانه های دولتی میشود.

فیس، پول اندکی است که با پرداخت آن شما میتوانید در پایداری مالی نظام صحتی کشور سهم داشته باشید.

بیایید به عوض مصارف هنگفت برای تداوی در بیرون کشور، با پرداخت فیس در شفاخانه های دولتی زمینه تداوی را در داخل کشور فراهم نماییم.

ما در مقابل فیس که شما می پردازید؛ خدمات صحتی با کیفیت تر را برای شما عرضه می نماییم.

## همه چیز را با نور زبان می بینیم و می شناسیم

می کنیم که این زبان است که این دانش ها را به ما می رساند. زبان در دانش های طبیعی و بشری مانند آن است که خود را پنهان می سازد، در حالی که اگر زبان را بر داریم دانشی نمی تواند به ما برسد و به زنده گی خود ادامه دهد. از این نقطه نظر هیچ رشته یی از دانش نمی تواند بی نیاز از زبان بوده باشد.

این نکته را نیز باید همین جا روشن کرد که پایه اصلی زبان را همان زبان گفتار می سازد. به مفهوم دیگر « زبان واقعی همان زبان گفتار است، یعنی زبان زنده. هر زبان در شرایط تجربی و تاریخی ویژه یی شکل می گیرد و در جریان زمان با دگرگونی زنده گی و زنده گان دگرگون می شود.» یعنی زبان یک پدیده اجتماعی تحول یابنده است و تحولات سیاسی - اجتماعی و فرهنگی جامعه را بازتاب می دهد.

بسیاری ها همین که زبان گفتار را یاد دارند، می پندارند که بر آن زبان مسلط اند و فکر می کنند که نیازی برای آموزش بیشتر زبان ندارند. این یک امر بسیار اشتباه آمیز است. برای آن که زبان تنها گفتار نیست، زبان را در گونه های نوشتاری و ادبی آن باید نیز فرا گرفت. باید در زبان توانایی اندیشیدن و نوشتن را پیدا کرد تا از آگاهی بر زبان بتوان سخن گفت.

از این جا می توان گفت: ما چه طبیب، چه مهندس، چه سیاست گر، چه دانشمند دانش های طبیعی و دانش های دیگر همه برای بیان دانش و اندیشه های خود نیاز به زبان داریم و باید آن را چه در سخن گفتن و چه در نوشتار به گونه درست در نظر داشته باشیم.

یک تلقی نا درست در افغانستان وجود دارد که هر فارسی زبان می اندیشد او زبان فارسی را می داند و به همین گونه هر پشتو

دانشمندی زبان را به نور همانند کرده است. او می گوید: « همه چیز را به زبان می شناسیم؛ اما زبان را جز به زبان نمی توان شناخت. زبان را به تنها چیزی که در جهان همانند می توان کرد نور است. چرا که ما همه چیز را به نور می بینیم، اما؛ نور را جز به نور نمی توان دید. نور خود روشن گر خویش است. آن چنان روشن گری که هم چیز را پدیدار می کند؛ اما خود پنهان می ماند. نور است که به چشمان ما توان دیدن هر آن چیزی را می دهد که دیدنی است؛ اما زبان هر آن چیزی که شنیدنی است به ما می شنواند.»

سخنان این دانشمند این مفهوم دانش فزیک را در ذهن ما روشن می سازد که چون وقتی نور نیست، ما چیزی را نمی توانیم ببینیم. به این مفهوم که بدون نور چیزی با ذهن ما نمی تواند پیوندی پدید آورد. وقتی نور است و ما همه چیز را می بینیم و این هم چیز با ذهن ما پیوند به وجود می آورد. همان گونه که همه چیز را با زبان می شناسیم و می شنویم؛ اما متوجه خود زبان نمی شویم.

همه چیز بدون زبان مفهوم خود را از دست می دهد و گویی همه چیز با زبان است که هستی می یابد. وقتی زبان نیست گویی دیگر همه چیز حتما رابطه های انسانی در میان انسان ها نیز پایان یافته است. از این نقطه نظر همه چیز برای بیان هستی خود، به زبان نیاز دارد.

گاهی ما متوجه این نکته مهم نمی شویم که با زبان است که می توانیم دانش های گوناگون را فرا گیریم، با زبان است که عواطف و دیدگاه های خود را بیان می کنیم، با زبان است که دانش فرا می گیریم. وقتی به آموزش دانش های طبیعی و حتما دانش های بشری و تاریخی می پردازیم کمتر به این نکته توجه

جمله نخست: « بخشش لازم نیست، اعدام شود! » ، جمله دوم: « بخشش، لازم نیست اعدام شود! ».

همه چیز با نور زبان جمله نخست می گوید که بخشیده نمی شود و باید اعدام شود ؛ اما تغییر یک کامه معنای جمله این گونه تغییر می دهد: بخشش شود ، لازم نیست که اعدام شود. از این جا می توان به اهمیت نشانه گذاری یا نقطه گذاری در یک متن متوجه شد.

وزارت صحت عامه نشریه های گونانی چاپی و برقی دارد و همه روزه متن های زیادی به وسیله این نشریه ها به نشر می رسند. از این روی خواستیم تا اصول و شیوه نشانه گذاری را این جا به نشر برسانیم تا دوستان در نوشته های و گزارش های خود از آن استفاده کنند. این نقطه نیز قابل یاددهانی است که این اصول نقطه گذاری در هر دو زبان پارسی دری و پشتو یک سان به کار گرفته می شود.

زبان خود را آگاه به زبان پشتو می داند در حالی که چنین نیست. باید زبان را فراگرفت.

همین بی توجهی به زبان است که گاهی یک دانشمند دانش های طبیعی یا دانش های اجتماعی یا یک سیاست گر وقتی چیزی می نویسد آن نوشته با اشتباهاتی چشم گیری به همراه است و این اشتباهات می تواند اعتبار دانشمند و نوشته او را در نزد خواننده از بین ببرد. وقتی کسی با اشتباهات دستوری، املائی و انشایی می نویسد دیگر خواننده نمی تواند به دانش او باورمند باشد. از این روی ما باید در گام شیوه درست نویسی را فراگیریم. یعنی گذشته از فراگیری درست سخن گفتن باید با شیوه های درست نوشتن را نیز بیاموزیم.

با دریغ هنوز در کشور ما به امر نقطه گذاری کمتر توجه صورت می گیرد. گویی نقطه گذاری مفهومی ندارد در حالی اشتباه در نقطه گذاری می تواند حتا مفهوم متن را نیز تغییر دهد.

مثلاً در دو جمله زیرین می بینیم که یک « کامه » چگونه مفهوم یک جمله را کاملاً تغییر می دهد:

## نشانه گذاری یا نقطه گذاری چیست چگونه باید نشانه گذاری کنیم بخش نخست

### مقدمه

غربی رواج یافته اند، با این حال امروزه بخش مهمی اصول نگارش را می سازند. این نکته را در نظر داشته باشیم که همان قدر کاربرد درست این نشانه ها در متن مهم است به همان اندازه کاربرد نادرست آنان می تواند حتا مفهوم متن را تغییر دهید و متن را مغشوش سازد. با این یادکرد کوتاه می پردازیم به موارد کاربرد نشانه های معمول در پارسی دری.

نشانه گذاری یا نقطه گذاری در یک متن بسیار مهم است. هر زمانی که چیزی نوشتید نشانه گذاری را از یاد نبرید. هدف از علامه یا نشانه گذاری کاربرد یک رشته علامه ها و نشانه ها در متن است. نشانه گذاری فهم و خواندن متن را برای خواننده آسان می سازد. هر چند این علامه ها در زبان پارسی دری سابقه درازی ندارند و در یکی دو قرن اخیر به پیروی از نوشته های

### نقطه (Full Stop) ( . )

نقطه نشانه توقف یا درنگ نسبتاً دراز است که در آخر جمله می‌آید. جمله که تمام می‌شود باید توقفی صورت گیرد. از نقطه در این موارد استفاده می‌شود:

الف) در پایان جمله‌های کامل خبری نقطه گذاشته می‌شود؛ مانند:

ابن سینا یکی از دانشمندان بزرگ خراسان بود.

به روز بیست و هشتم میزان ۱۳۹۷ انتخابات پارلمانی در افغانستان آغاز می‌شود.

ب) پس از حرف‌های اختصاری نقطه گذاشته می‌شود، مثلاً:

- ارسطو به سال ۳۲۲ ق.م. (قبل از میلاد) زنده گی می‌کرد.

واصف باختری به سال ۱۳۲۱ ه. خ. (هجری خورشیدی) در شهر مزار شریف چشم به جهان گشود.

- نماینده سازمان م.م. (ملل متحد) دی‌روز به افغانستان رسید.

ج) در پایان جمله‌های مرکب خبری نیز نقطه گذاشته می‌شود؛ مثلاً:

- همین که به خانه رسیدم، شروع کردم به خواندن کتاب صد سال تنهایی.

د) در پایان مأخذ در مقاله‌های علمی - تحقیق یا کتاب علمی - تحقیق نیز نقطه گذاشته می‌شود؛ مثلاً: باختری و اصف، سفالینه چند بر پیشخوان بلورین فردا، انتشارات عازم، کابل، ۱۳۹۵، ص ۴۵.

ح) پس از کلمه‌های که به گونه جمله‌ها به کار رفته باشند؛ مثلاً وقتی پرسیده شود که:

- تو شاهنامه را خوانده ای؟

نه.

بلی.

در این جا واژه‌های نه و بلی مفهوم جمله را دارند. در حقیقت پاسخ دهنده می‌گوید که: نه، من شاهنامه را نخوانده ام. در صورت بلی یعنی من شاهنامه را خوانده ام.

### ۲- ویرگل (Coma) ( , )

ویرگل نشانه توقف یا درنگ کوتاه است که در موارد زیر به کار گرفته می‌شود:

الف) در میان عبارت‌ها و یا جمله‌های غیر مستقل که در مجموع یک جمله کامل را تشکیل می‌دهند به کار برده می‌شود:

پس از سال‌ها انتظار، سرانجام دی‌روز خداوند به احمد، فرزند زیبایی داد.

همیشه غروب در کوهستان‌ها، زیبا و خیال انگیز است.

اگر به گفتن کارها تمام می‌شد، جهان گل و گل‌زار می‌بود.

ب) در میان عبارت‌های که به گونه توضیح می‌آیند؛ مثلاً:

- هفته پیش، روز عید قربان، به کابل آمدم.

- مقبره ناصر خسرو بلخ، شاعر بزرگ پارسی دری، در دره یمگان بدخشان قرار دارد.

ج) در میان اسم‌هایی که پیهم می‌آیند؛ مثلاً:

- ولایت‌های بدخشان، تخار، کندز، بلخ و جوزجان در شمال افغانستان قرار دارند.

- کوهستان‌های ولایت‌های پکتیا، خوست، کنر و نورستان پوشیده از جنگل‌های درختان بلوط، سرو و جلعوز می‌باشند.

- تربوز، خربوزه، بادرنگ، بادام و پسته از تولیدات مهم ولایات شمال افغانستان است.

- پ، چ، ژ و گ از گرافیم‌ها یا حروف خاص زبان پارسی دری است.

د) در مأخذ مقاله‌ها و کتاب‌های تحقیق برای جدا کردن نام نویسنده، نام اثر، ناشر، سال نشر و صفحه اثر به کار برده می‌شود؛ مثلاً

- غبار، میرغلام محمد، افغانستان در مسیر تاریخ، انتشارات میوند، کابل، ۱۳۸۳، ص ۴۰-۴۵.

ح) اگر جمله‌ها با کلمه‌های نه، نی، بلی، من، درست، کاملاً، آغاز شود پس از این کلمه‌ها کامه گذاشته می‌شود؛ مانند:

- توگاهی به اروپا سفر کرده ای؟

- نه، هرگز نرفته ام.

- بلی، همین سال گذشته به فرانسه رفته بودم.

### ۳- ویرگل با نقطه با سیمکولن (Semicolon) ( ; )

پیش از این گفته شد که نقطه و ویرگل نشانه‌ها یا علامه‌های درنگ است. نقطه درنگ نسبتاً دراز و کامه یا ویرگل درنگ کوتاه تر از آن است. سیمیکولن یا ویرگل با نقطه نیز نشانه درنگ





ب) پس از عنوان های کوچک کناری صفحه ( : ) شارحه گذاشته می شود، در صورتی که سطر به ادامه آن نوشته شود.  
ج) هرگاه برای بر شمردن اجزای یک چیز از ترکیب « عبارت اند از » استفاده شود، پیش از ترکیب عبارت انداز، ( : ) شارحه گذاشته می شود؛ مثلاً: اقوام افغانستان عبارت انداز: تاجیک، پشتون، اوزبیک، هزاره، ترکمن، بلوچ، نورستانی، بهاوی، قزل باش و ... می باشد.

د) بعد از کلمه های مثلاً، چون، به مانند، به گونه نمونه علامه شارحه یا دو نقطه گذاشته می شود.

- در این دانشگاه چندین دانشجو درس می خوانند که از استعداد شگرفی برخوردار اند، مانند: فریبا، ناهید و فردوس.

#### ۵- علامت نقل و قول یا گیومه، یا قوس ناخنک «...»

این علامت یا نشانه برای نشان دادن نقل قول مستقیم از کسی یا کتابی به کار گرفته می شود. یا هم برای مشخص کردن نامی یا اصطلاحی به کار می رود. به گونه مشخص در موارد زیر از آن استفاده می شود:

الف) وقتی بخواهیم گفته یا نوشته کسی را به گونه مستقیم بیاوریم؛ مانند:

سعدی گوید: « جور استاد به زمهر پدر. »

در قانون اساسی افغانستان آمده است که: « قدرت سیاسی به مردم افغانستان تعلق دارد. »

ب) کلمه ها و اصطلاح های علمی و عامیانه را در میان قوس ناخنک قرار می دهند؛ مثلاً:

- واژه « کلتور » فرانسوی است، در عربی به آن « ثقافت » گویند در فارسی آن را « فرهنگ » می گویند.

ج) هنگام ذکر عنوان مقاله ها، رساله، اشعار و روزنامه ها، اثر هنری، فصل ها و بخش های یک کتاب به کار می رود؛ مانند:

- نویسنده رمان « بینوایان » ویکتور هوگو است.

- « بوستان » و « گلستان » آثاری سعدی شیرازی اند.

- احمد در مقاله یی زیرنام « افغانستان کشور جنگ زده » عومل درونی و بیرونی جنگ افغانستان را بررسی کرده است.

#### ۶- علامت یا نشانه پرسشی یا سوالیه ( ؟ )

از نشانه پرسشی یا علامه سوالیه در این موارد استفاده می شود:

الف) در پایان جمله های پرسشی مستقیم؛ مانند:

است؛ اما کوتاه تر از درنگ نقطه و درازتر از درنگ کامه یا ویرگل. از سمیکولن در این موارد استفاده می شود:

الف) برای جدا کردن عبارت ها و جمله های که در یک جمله دراز پیهم می آیند که ظاهر مستقل به نظر می آیند؛ ولی در معنی با یک دیگر وابسته اند؛ مانند:

مشک آن است که خود بوید؛ نه آن که عطار گوید.

دوست واقعی آن است که یار روز بد باشد؛ نه مار آستین.

از بدکرداران نفرت دارم؛ از ساده باوران خوشم نمی آید؛ راست گویان و نیکوکاران را دوست دارم.

ب) در جمله های توضیحی پیش از کلمه های « مانند، چون، به گونه نمونه، به گونه مثال، ولی، مگر، زیرا و اما. » می آید؛ مثلاً:

- او می خواست آواز خوان شود؛ اما پدرش نپذیرفت.

- در کتاب افق دانش، شاهکارهای ادبی پارسی دری وجود دارند؛ مانند: مثنوی معنوی، شاهنامه و غزلیات حافظ.

- او نامه یی به معشوق خود فرستاد؛ ولی معشوقش نامه را به دور انداخت.

ج) برای جدا کردن اجزای و تفکیک اجزای مختلف یک حکم کلی؛ مانند:

اثر مولانا جلال الدین محمد بلخی عبارت اند از: مثنوی معنوی؛ دیوان شمس؛ فیه مافیه و مکتوبات می باشد.

شاگردان برای آموزش بهتر به کتاب خانه؛ آزمایش گاه ها؛ میدان های ورزشی و کتاب های درسی نیاز دارند.

#### ۴- دو نقطه یا کولن ( Colon ) ( : )

این علامه را دو نقطه سر به سر، یا شارحه نیز می گویند. موارد استعمال آن چنین است:

الف) پیش از نقل و قول؛ مثلاً:

رییس جمهور دیروز گفت: « دوره کاری حکومت وحدت ملی در جوازری ۱۳۹۸ به پایان می رسد. »

یعنی هر جا که سخنی را از کسی یا کتابی نقل و قول می کنید، باید پیش از قوس ناخنک دو نقطه سر به سر گذاشته شود.

از حکیمی پرسیدند که عالم بی عمل به چه ماند؟ گفت: « به زنبور بی عسل. »

چرا در امتحان نمره خوب نگرفتی؟

آثار کدام نویسندگان افغانستان را بیشتر دوست داری؟

این نکته را به یاد داشت باشید که در پایان جمله‌های پرسشی غیر مستقیم سوالیه نمی‌گذارند؛ بلکه نقطه می‌گذارند؛ مانند: هر آیه‌یی که از سوی خداوند نازل می‌شد؛ پیغمبر می‌دانست که چرا و به چه سبب نازل شده است.

رییس جمهور زمانی که با کنایه سخن می‌گوید؛ مخالفانش می‌دانند که چرا او به کنایه گویی پناه می‌برد.

ب) در مواردی که بخواهند تردید خود را نشان دهند؛ یا استهزا کنند؛ از علامه سوالیه استفاده می‌کنند؛ اما در این صورت این علامت را در میان پرانتز یا قوس قرار می‌دهند؛ مانند:

تاریخ وفات سنایی غزنوی را ۵۲۵ هجری (؟) نوشته‌اند.

جمهوری اسلامی ایران ادعا دارد که این رژیم، یک رژیم دموکراتیک (؟) است.

رییس جمهور می‌گوید که حکومت در پروسه انتخابات مداخله (؟) نکرده است.

این نکته را به یاد داشته باشیم که هرگاه در جمله پرسشی خواهشی و تمنایی مطرح باشد؛ بر آن علامت پرسشی نمی‌گذارند؛ مانند:

اجازه می‌دهید که دوباره برگردم.

علاقه دارید که فردا هم به دیدار شما بیایم.

ممکن است که دست از سر من بردارید.

ج) اگر یک بخش جمله خود علامت سوالیه داشته باشد، آن علامت در همان جا می‌آید؛ مثلاً نام کتابی با علامت سوالیه آمده و شما در جمله از آن کتاب یاد کرده اید، در این صورت علامت سوالیه نوشته می‌شود؛ مثلاً:

- پس چه باید کرد ای اقوام شرق؟ نام کتابی است از علامه اقبال.

- چه باید کرد؟ یکی از کتاب‌های دکتر علی شریعتی است.

د) بعد از هر کلمه یا عبارتی که جای جمله استفهامی مستقیم را بگیرد، علامت سوالیه می‌گذارند؛ مانند:

- کدام را خوش داری؟ گل سپید؟ یا سرخ را؟

- خوش داری با موتر بروی؟ یا طیاره؟

گاهی علامت سوالیه را به جای علامت تعجب به کار می‌برند که درست نیست و به همین گونه گاهی برای نشان دادن تعجب زیاد چندین علامت سوالیه را در کنار هم می‌گذارند که این نیز نادرست است.

#### ۷- علامه تعجب (!)

این علامت تنها نشانه تعجب نیست؛ بلکه در پایان جمله‌های نیز به کار برده می‌شود که بیان‌گر یکی از حالات شدید نفسانی و عاطفی می‌باشد؛ مانند: تعجب، تاکید، تحسین، تحقیر، تنفر، ترحم، استهزا، شک و تردید، امر و نهی، تهدید، حسرت، آرزو، درد و الم، دعا و ندا و ... چنان که در جمله‌های زیرین می‌بینیم:

عجب انسان جگرآوری است!

ای کاش که در کشور ما جنگ نمی‌بود!

ای دوست، ای یگانه‌ترین دوست!

آه، از بی‌دادگری از خدا بی‌خبر!

بسیار خوب!

خدا او را بیامرزد!

چه خوب شد، که آمدی!

گفتیم از این نشانه در استهزا نیز کار گرفته می‌شود؛ مثلاً: کسی که به خیانت ملی متهم است در باره اش گفته می‌شود:

چه انسانی وطن پرستی!

این جا این علامه مفهوم منفی و استهزا را دارد. یا برای انسانی ناتوانی که پیوسته گزافه می‌گوید، به استهزا گفته شود که: چه

رستمی دستانی!

پژوهش و نگارش از پرتونادری

# تصویر های خبری





# تصویر های خبری

