

# ایران زندگی

گزارش «ایران» از روایت بهبود یافتگان کرونا و هشدار متخصصان درباره تشدید اختلالات روانی جامعه در پسا کرونا

# هشدار! برچسب کرونایی را شیوع ندهیم

فریباخان احمدی خبرنگار

«نمی دانستم روز و شب برای من و خانواده‌ام چطور می گذشت. زندگی برای ما سراسر ترس وحشت و نگرانی بوده؛ نگرانی از دست رفتن مادرمان. درباره بیماری کرونا در اخبار چیزهایی شنیده بودم. اما هیچ گاه تصور نمی کردم که مادرم جزو نخستین کسانی باشد که به این بیماری مهلک دچار شده باشد. مادرم را خدا به ما برگرداند ولی استرس و کاپوس‌های شبانه هنوز هم دست از سرخانواده‌ام برنمی دارد».

جملات بالا درد دل‌های زنی است که مادرش بیش از ۱۰ روز با ویروس کووید۱۹ دست و پنجه نرم کرده است. این زن می گوید اوو خانواده‌اش آن روزها در برزخ بوده‌اند و از نظر روحی و روانی بشدت بهم ریخته‌اند. رئیس سازمان نظام روانشناسی کشور هم درباره پیامدهای روحی و روانی ابتلا به کرونا هشدار می دهد. او می گوید: اگر دولت به فکر ارتقای سلامت روان شهروندان بویژه مبتلایان بهبود یافته کووید۱۹ و بازماندگان جانباختگان ناشی از کرونا نباشد بزودی شاهد فاجعه بزرگی در مسائل اجتماعی و اقتصادی کشور خواهیم بود. طلاق، اعتیاد، وسواس و افسردگی از جمله مواردی هستند که پشت پرده ویروس کروناییهان شده‌اند و با فروکش کردن موج اپیدمی کرونا رخ نشان می دهند. این موضوع زمانی نگران کننده‌تر می شود که بدانیم نتایج طرک تحقیقاتی که از سوی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تهیه شده نشان می دهد بیش از ۵۰ درصد از ترخیص شدگانی که به دلیل کرونا در بیمارستان بستری بودند، مشکلات روحی و روانی دارند.

■ **انگ‌زدان‌دمن کرونادر مرحله‌مان منتشر کرده‌ام!**

محسن اکرمی ۳۲ ساله که تا همین یکی دوماه پیش مسافركشی می کرد، به قول خودش از لب گور برخاسته است؛ اما می گوید مرگ را با چشم خودش دیده و روزهای اول با حال و روز وخیم امیدی به زنده ماندن نداشته است؛ او درباره مبتلا شدن به کرونا می گوید: «کار من مسافركشی است و صبح تا شب کلی مسافر سوار ماشینم می شوند. من جزو کسانی هستم که همان روزهای اولی که اعلام کردند کرونا به ایران آمده به این ویروس مبتلا شدم. البته تا چند روزی فکر می کردم آنفلوآنزا گرفته‌ام چرا که گلویم درد می کرد و کمی هم نفس تنگی داشتم. روز به روز حالم بدتر شد تا اینکه تب و سرفه‌های خشک به سراغم آمد. همسرم گفت اینجا نشانه کروناست. برادر مرا به بیمارستان پیکه آپاد برد و همان شب در مسیر بیمارستان از شدت ترس و نگرانی چند بار بالا آوردم. کلا یک هفته در بیمارستان بستری شدم». محسن که روزهای پراسر ترسی را گذرانده درباره مشاهداتش در بیمارستان می گوید: «وقتی مرا به بخش عفونی منتقل کردند، اصلاً وضعیت خوبی نداشتم و سرفه‌ها مالم را بریده بود. وقتی پیرمردی در بخش ما حالش بد شد و چند ساعت بعد از دنیا رفت به کلی روحیه‌ام را از دست دادم. هر لحظه منتظر مرگ بودم. سران را در دنیایورم بیماری وضعف بوی حالی و نفس تنگی و ترس از مردن از یک طرف و استرس این که نکند خانوادهم را آلوده کرده‌ام از طرفی مرا به مرز جنون کشانده بود.

روزهای بستری به من و خانواده‌ام فشار روانی زیادی وارد شد و از طرفی برچسبی که به خانوادام خورده که می گویند من کرونا را در محله‌مان منتشر کرده‌ام، الان یک ما است پایم را از خانه بیرون گذاشته‌ام و دچار افسردگی شده‌ام.»

■ **هنوز در شوک مانده‌ام**

مهدی علیزاده، ۴۴ سال دارود در طلافروشی پدرش کار می کند. او مدعی است که توصیه‌های پزشکی را رعایت کرده است و هیچ وقت فکرت را نمی کرده که به ویروس کرونا مبتلا شود.

وی درباره ر زمان ابتلا به ویروس خود می گوید: «بعد از ابتلا به بیماری کرونا و معاینه پزشک وضعیت جسمانی خوبی داشتم. در حین استراحت هم مدام افکار وحشتناکی سراغم می آمد و

**رئیس شورای شهر : باید به زلزله تهران**

**در حد ملی رسیدگی کرد**

موضوع زلزله جمعه شب تهران که در این دو شب هم تکانه‌های آن همچنان احساس می شد، دیروز به صحن علنی شورای شهر هم آمد تا در شرایطی که هنوز وضعیت آماده باش پایتخت به پایان نرسیده و نگرانی‌ها از فعال شدن دوباره یکی از مهم‌ترین گسل‌های این کلانشهر ۱۰میلیونی (مشا) وجود دارد، پرونده نیمه باز زلزله تهران از نو گشوده شود؛ کارشناس هنوز معتقدند که خطر جدی است، بنابراین باید پرسید حالی‌س از دو سال از زلزله ملارد سطح آمادگی تهران تا چه اندازه را با رفته است؟ اصلاً لایحه «واکنش اضطراری به زلزله در سریع‌ترین زمان» ممکن به کجا رسیده و چرا هنوز خبری از نصب «سامانه هشدار صوتی زلزله در پایتخت» نیست؟ بر اساس آخرین سرشماری، بیش از ۱۲ میلیون و ۳۰۰ هزار نفر روی گسل شمالی تهران زندگی می کنند و بخش مهمی از زلزله‌های تاریخی را به همین گسل نسبت می دهند که بیش از ۱۵۰ سال است به طور جدی فعال نشده است. مجید فراهانی در همین زمینه از در اختیار داشتن تعداد ۵۶ پایگاه پشتیبانی و مدیریت بحران از سوی سازمان ورزش شهرداری انتقاد کرد، به گزارش ایسنا، محسن هاشمی در جلسه دیروز با بیان اینکه باید با همکاری دولت زیرساخت‌ها در تهران افزایش یابد، گفت: نباید نسبت به زلزله تهران بی تفاوت بود، چرا که فرادولتی است. و باید در حد ملی به آن رسیدگی کرد، با توجه به حساسیت تهران در قانون جدید مدیریت بحران این اختیار به وزیر کشور و ستاد ملی بحران داده شده است، اما هر دولتی که بر سر کار می آید بحث انتقال پایتخت مطرح می شود که باید برای این انتقال پل زیادی صرف کرد و اگر یک مهم را از آن صرف ایمنی سازی کند، مشکل حل می شود. اما با هم این اتفاق نمی افتد. او همچنین از بررسی بسته ترافیکی روزهای کرونایی در دفتر کار شهردار تهران خبر داد. هاشمی در مورد سرانجام بسته ترافیکی شورای شهر تهران برای روزهای کرونایی گفت: این پیشنهادات به ستاد ملی کرونا داده شد اما آن طور که شنیدم، ستاد ملی بررسی بسته ترافیکی را به شورای ترافیک تهران محول کرده و به همین دلیل حاجتی اعضای شورای ترافیک را دعوت کرده است تا در دفتر کارش به سیم‌های برق را در دیوارها و کابل‌ها جزئیات آن بی خبر خصص.



تصاویر بیماران کرونایی را که در تلویزیون دیده بودم جلوی چشمم رژه می رفتند. من از تنگی نفس بیزار بودم و فوبیای مرگ بر اثر خفگی دارم. روز بعد حالم بدتر و بدتر شد و گذشته از سرفه‌های خشک و حالت تهوع، تبم پایین نمی آمد. برادرم مرا به بیمارستان برد و بستری شدم. دو روز بیمارستان ماندم و بقیه دوران نقاهت را در خانه گذراندم. راستش محیط بخش عفونی و ترس از بیماری و انتقال آن به خانواده خواه یا ناخواه مرا نگران می کرد ولی دکترا می گفتند استرس و ترس مانع از بهبودی می شود.

علیزاده درباره وضعیت روحی خود و خانواده‌اش می افزاید:

«بعد از ترخیص از بیمارستان و بهبودی نسبی، روحیه‌ام هم شاداب‌تر شد ولی متوجه شدم خانوادام چند روزی که بیمارستان بودم روزهای سخت و عذاب آوری را گذرانده‌اند و هنوز هم ترس دارند یکی دیگر از اعضای خانواده به این ویروس مبتلا شود».

■ **روزهای بدی را گذراندم**

محمدرضا پورهادی، مهندس مکانیک و ۴۲ ساله و اهل رشت است. او که نزدیک به ۱۰ روز به کرونا مبتلا بوده می گوید: «دوری از خانوادام به خصوص دخترم خیلی زجرآور بود. البته با آنها تماس تصویری می گرفتم تا از حال هم باخبر شوم. روزهای تلخ و سختی بود پر از استرس و نگرانی و کاپوس. به هر حال تمام شد اما حرف‌های برخی هنوز تمام نمی شود که فلانی کرونایی بود. من

**بی‌شناسانه‌های جنوب کرمان**  
**نه درس می خوانند، نه یارانه می گیرند، نه...**

ممکن است تا چند روز هیچ نشانه‌ای از بدن درد نداشته باشد و کوفتگی و بدن درد بعد از چند روز شروع می شود. او با بیان اینکه مبتلایان به ویروس کرونا استرس‌های حادی را تجربه می کنند، می افزاید: بعد از اتمام بیماری کووید۱۹ ایجاد پنهان این بیماری نمایان می شود و فرد دچار غم زدگی، افسردگی و «استرس بعد از بهبودی کرونا» می شود. به هر حال این بیماران دوران وخیمی را گذرانده‌اند و با بیماری مقابله کرده‌اند که بهبودی و مرگ در اثر آن نامعلوم است بنابراین بعد از بهبودی دچار خستگی روانی می شوند و احتمال اینکه اختلالات روانی و نشانه‌های این نوع اختلالات در آنها زیاد دیده شود بیشتر است. اوضمن هشدار درباره اینکه در دوران پسا کرونا نرخ اختلالات روانشناختی در همه شهروندان افزایش پیدا می کند می گوید: «مسئله اصلی ما در دوران پسا کرونا بیماری‌های روانی است. همین الان باید برای دوران پسا کرونا به فکر راه حل باشیم». وی از نامه‌نگاری سازمان نظام روانشناسی کشور به رئیس جمهوری درباره همه‌گیری اختلالات روانشناختی در دوران پسا کرونا خبر می دهد و می افزاید: این دوران در حال فرا رسیدن است ما هشدار می دهیم وضعیت سلامت روان مردم در مخاطره است و باید برای ارتقای سلامت روان فکری کرد. حاتمی اظهار می دارد: از رئیس جمهوری می‌خواهیم به منظور مقابله با اختلالات روانی و ارتقای سلامت روان شهروندان از حلال‌برنامه‌ریزی دست‌انداویژه سلامت روان با مسئولیت سازمان نظام روانشناسی کشور تشکیل شود. او در پاسخ به اینکه بهبود یافته‌های کرونا نیاز به چه نوع مداخلات درمانی دارند، می گوید: مهم‌ترین کار، غربالگری روانی بهبود یافته‌ها و خانواده‌های مبتلایان به بیماری کووید۱۹ است. به اعتقاد ما همه شهروندان ایرانی باید یک شناسنامه سلامت روان داشته باشند. لازم است برای ارتقای سلامت روان تمهیداتی در زمینه تدوین سنه‌های آموزش خودمراقبتی و دیگر مراقبتی برای شهروندان در نظر گرفته شود.

حاتمی می‌افزاید: شیوع ویروس کرونا موجب استرس و نگرانی در جامعه شده است و همه شهروندان نیاز دارند مهارت‌های کنترل خشم و کنترل استرس را از طریق آموزش و پرورش و برخی سازمان‌ها در سطح وسیع آموزش ببینند چرا که تاب آوری مردم در بحران کرونا پایین آمده و این بعد سلامت روان باید ترمیم شود. وی معتقد است، چنانچه نظام سلامت کشور به فکر تاب آوری و سلامت روان مردم نباشد، در آینده با شهروندانی مواجه خواهیم شد که از اشتغلی روانی غلب می‌برند و همین امر بیشتر بروز فاجعه را در مسائل اجتماعی و اقتصادی فراهم می‌کند.

این در حالی است که تمرکز اصلی ستاد ملی مقابله با کرونا متوجه اقدامات درمانی و بهداشتی است و از سلامت روان بیماران بهبود یافته و دیگر شهروندان در معرض خطر آلودگی با ویروس کرونا غافلند. رئیس سازمان نظام روانشناسی کشور می‌گوید:

پیش‌بینی می‌شود در دوران پسا کرونا نرخ اختلالات روانی و تبعات ناشی از آن از جمله اعتیاد، طلاق، افسردگی و وسواس به دلایل مختلفی افزایش پیدا کند و از الان باید به فکر برنامه‌ریزی باشیم. به گفته دکتر حاتمی، اغلب بیماران بهبود یافته کووید۱۹ دچار استیگمایا برچسب اجتماعی شده‌اند و از این موضوع رنج می‌برند. برچسب «کرونایی» از سوی گفتمان جامعه و حتی برخی رسانه‌ها شکل گرفته و روانشناسان در مرحله اول نسبت به برچسب‌گذاری با بیماران صحبت می‌کنند و با برخی تکنیک‌های گفت‌وگو در باورهای بیماران تغییراتی ایجاد می‌کند تا این افراد خودشان را کمتر از مردم پنهان کنند.

گزارش‌های روانشناسان نشان می‌دهد، برخی بیماران بهبود یافته کووید۱۹ به دلیل دوری و جدایی از خانواده‌هایشان دچار استرس، اضطراب و ترس شده‌اند حتی برخی نشانه‌های بیماری PTSD (اختلال استرس پس از سانحه) را تجربه می‌کنند که در موارد شدید حتی نیاز به دارو درمانی و روان درمانی دارند.



حذف شدند. همچنین از میان نزدیک به ۳۰۵ تا ۳۷۰ هزار متقاضی جدید استفاده از بیمه کارگران ساختمانی تنها حدود ۱۱۰ هزار نفر تأیید شدند. او ادامه می‌دهد: این شیوه بسیار موفق و رضایت‌بخش بود، اما ابلاغ بخشنامه واگذاری بازرسی‌ها به کارگزاری‌ها از دو سال پیش شرایط را برای کارگران نامناسب کرد. متأسفانه بازرسان کارگزاری‌ها تخصص لازم را نداشتند و در بسیاری از مواقع این منشی‌ها بودند که کار این دسته از کارگران مداوم و روزانه بررسی می‌کردند. از سوی دیگر دریافت مبلغ ۱۵ هزار تومان بابت بازرسی هر کارگر باعث می‌شود که گاهی برخی کارگران ۲ تا ۳ بار در سال مورد بازرسی قرار بگیرند. این در حالی است که کار این دسته از کارگران مداوم و روزانه نیست و این بازرسی غیرمتخصصانه متأسفانه به حذف نام بسیاری از کارگران ساختمانی از لیست‌های بیمه منجر شده است. امیدواریم با حذف کارگزاری‌ها از فرآیند بازرسی وضعیت کارگران مورد بازرسی قرار می‌گرفت. شوکت با اشاره به اینکه بازرسی و صحت‌سنجی هویت کارگران ساختمانی، در دومر حله انجام می‌شد، عنوان می‌کند: در این دو مرحله بازرسی ۲۵۰ هزار نفر که کارگر ساختمانی نبودند اما از بیمه کارگران ساختمانی استفاده می‌کردند،



**روندی نو در ارتباط مردم و مسئولان**

**فرید مهدیان/**سال جدید برای برخی تشک‌ل‌های صنفی، متفاوت‌تر از قبل بوده است. تشک‌ل‌های فرهنگیان، بازنشستگان لشکری و کشوری، پرستاری، آزمایشگاهیان بالینی و... از جمله گروه‌هایی بوده‌اند که از روزهای نخست فروردین ماه سال جاری تاکنون هریک در چندین نوبت، جلساتی با محمدباقر نوبخت معاون رئیس جمهوری و رئیس سازمان برنامه و بودجه داشته‌اند. بر اساس برخی گزارش‌های منتشره، دستور کار این جلسات، عموماً بیان رُوس خواسته‌های این اقشار در موضوعات معیشتی و حقوقی و همفکری برای رفع موانع اجرایی در تأمین آن بخش از خواسته‌هایی بوده که در چارچوب قانون قابلیت اجرایی داشته‌اند. هر چند خبرهای مربوط به برگزاری این جلسات و نتایج آن در لابه‌لای حجم انبوه اخبار مربوط به اپیدمی کرونا در رسانه‌های کشور کم‌رنگ شده است، اما از قرائن چنین برمی‌آید که این نشست‌ها، بعضاً به یافتن راه‌حل‌هایی اجرایی برای رفع برخی دغدغه‌های اقشار مذکور منجر شده است. از آن جمله می‌توان به موضوع نظام رتبه‌بندی فرهنگیان اشاره کرد؛ موضوعی که با حمایت حسن روحانی طی چند سال گذشته، از پشتوانه قانونی لازم برخوردار بوده اما به دلیل برخی اشکالات اجرایی در وزارت آموزش و پرورش، نتوانسته خرسندی عموم کارکنان آن وزارتخانه را تأکید بر معلمان را در پی داشته باشد. اکنون اما پس از برگزاری چندین جلسه فشرده میان نمایندگان تشک‌ل‌های فرهنگیان با نوبخت، نظام رتبه‌بندی مذکور ترمیم شده و با ابلاغ بخشنامه‌ای از سوی رئیس سازمان برنامه و بودجه، اجرای آن صرفاً معطل به صدور احکام جدید فرهنگیان از سوی وزارت آموزش و پرورش است. برگزاری نشست‌هایی میان تشک‌ل‌های صنفی و مقامات ارشد اجرایی کشور، اگر همچون نمونه‌های پیشین هفته به نتایج مشخصی منتهی نشود، به‌شمار می‌رود. هریک از طرفین) منجر شود، می‌تواند فصل جدیدی از رابطه میان مردم و مسئولان را که همواره مورد تأکید بنیانگذار انقلاب اسلامی و مقام معظم رهبری بوده است آغاز کند؛ فصلی که ضمن میدان دادن به کنگسری قانونمند صنفی، تعامل دوسویه و گفت‌وگو کارآمد جایگزین کنش‌های عامه‌پسند در یک سو و رفتارهای رنجانی در سوی دیگر می‌شود. در چنین فصلی می‌توان هم به واقع‌گرا تر شدن مطالبات شهروندان متناسب با مقتضیات و محدودیت‌های کلان کشور امیدوار بود و هم به ارتقای توان خودترمیمی دستگاه‌های اجرایی در مسیر تقویت حکمرانی خوب اعتماد داشت. این دو مهم، از جمله پیش‌نیاز توسعه پایدار در جای‌جای کشور به شمار رفته و قطعاً طبعی‌های امیدبخش در آغازین سال‌های کام دوم انقلاب اسلامی، به شمار می‌رود.

**بازگشایی مدارس از هفته آینده**

وزیر آموزش و پرورش از بازگشایی مدارس در هفته آینده (۲۷ اردیبهشت) با رعایت کامل پروتکل‌های بهداشتی و فراهم کردن تمهیدات لازم در ضدعفونی کردن مدارس خبر داد. به گزارش ایسنا، محسن حاجی میرزایی افزود: حضور دانش‌آموزان اجبار نیست و تنها برای رفع مشکلات و سوالات از معلمان می‌توانند به مدرسه مراجعه کنند. او ادامه داد: کلیه مدارس ابتدایی و متوسطه (به جز کودکان استثنایی) از ۲۷ اردیبهشت به منظور رفع اشکال و ارائه خدمات آموزشی غیر حضوری، بهره‌مند شوند دایر خواهد شد. وی گفت: با توجه به تعیین تاریخ ۱۷ خرداد برای شروع امتحانات پایه دوازدهم، ارائه خدمات ضروری به دانش‌آموزان پایه دوازدهم تا دهم خرداد ماه خواهد بود.

**شمار مبتلایان کرونا در کشور از ۱۰۷ هزار نفر گذشت**

سخنگوی وزارت بهداشت از شناسایی ۱۳۸۳ بیمار جدید مبتلا به کووید۱۹ خبر داد. به گزارش ایسنا، دکتر کیانوش جهانپور گفت: از ظهر روز ۲۰ اردیبهشت تا ظهر ۲۱ اردیبهشت ۱۹۴۹ و بر اساس معیارهای قطعی تشخیصی، ۱۳۸۳ بیمار جدید مبتلا به کووید۱۹ در کشور شناسایی شد. در طول این بازه زمانی، ۵۱۰ بیمار کووید۱۹ جان خود را از دست دادند.

**آبادان قرنطینه کامل شد**

به‌منظور قطع زنجیره کرونا، ادارات و بانک‌های شهرستان آبادان تا آخر هفته تعطیل اعلام شد و کوریدورهای ورودی آبادان از سمت اهواز و ماهشهر مسدود و تحت تدابیر سختگیرانه تردد قرار گرفت. با دستور سید نبی‌الضیاء موسوی معاون استاندار و فرماندار ویژه آبادان و در راستای کمک به قطع زنجیره بیماری کرونا تمام ادارات (از غیر از بخش‌های خدماتی و درمانی و عملیاتی) و بانک‌های شهرستان آبادان تا آخر هفته جاری تعطیل اعلام شد. موسوی در این باره با اشاره به اهمیت خود قرنطینه‌گی شهروندان گفت: ما هم مردم آبادان تقاضا داریم با اجتناب از سفر غیرضروری و رفت و آمد در سطح شهر، با ماندن در منزل به قطع زنجیره انتشار این بیماری کمک کنند. وی با بیان اینکه به‌منظور جلوگیری از ورود شهروندان شهرستان‌های تعطیل شده از امروز ورودی آبادان از دو نقطه اهواز و ماهشهر تا پایان هفته مسدود خواهد شد، از همه اهالی سایر شهرها خواست که در طول تعطیلات به آبادان سفر نکنند. موسوی با بیان اینکه در این مدت بازرسی‌های لازم توسط کمیته اجرایی در سطح شهرستان تشدید خواهد شد، گفت در پایان هفته نیز تصمیمات لازم اتخاذ خواهد شد.

**لزوم انجام مطالعات میدانی در حوزه گسل مشا**

خلأ لرزه‌ای این گسل در حفاصل فیروزکوه تا تهران بوده و در نگاه بدبینانه می‌توان این قسمت از گسل را مستعدترین منطقه برای لرزه‌های بزرگ اتی حوزه البرز مرکزی دانست. با وجود این نمی‌توان وقوع لرزه در تاریخ مشخصی در این محدوده را پیش‌بینی کرد. گسل مشا را می‌توان یکی از مهم‌ترین منابع لرزه‌ای منطقه البرز و تهدید کننده شهر تهران دانست و به همین دلیل شناخت بهتر از چگونگی فعالیت آن و همچنین تعیین ژئوفیزیکی و بزرگی زلزله‌های محتمل می‌تواند نقش بسزایی در رازرانی ریسک زلزله داشته باشد. لدامی‌توان نتیجه گرفت که این گسل نیاز به انجام مطالعات بسیار بیشتری دارد. در شرایط موجود تنها راه ممکن برای درآمان ماندن از چنین پدیده‌هایی ارتقای آمادگی و ایمنی در ساخت وسازها و در بعد کلان رتآب آوری است. در این خصوص ارزیابی خسارات محتمل ناشی از زلزله می‌تواند نقش مهمی در اعمال اقدامات کاهش ریسک و آمادگی هنگام سانحه داشته باشد. به عنوان نمونه‌ای از چنین اقداماتی می‌توان به سامانه تخمین سریع خسارات و تلفات زلزله شهر تهران اشاره کرد که با حمایت و محوریت سازمان مدیریت و بحران شهر تهران توسط متخصصان دانشکده عمران دانشگاه خواجه نصیرالدین طوسی طراحی و طی چندین سال گذشته به صورت خودکار عمل کرده است. این سامانه در صورت بروز لرزه با سرعت وارد عمل شده و با انجام مدل سازی‌های مختلف از پهنه خطر و تأثیر آن بر سازه‌ها، اقدام به تخمین خسارات و تلفات احتمالی می‌شود که در دوه‌بر مراجع ذیربط اطلاع رسانی می‌کند. بیشتر متخصصان در مباحث مربوط به زلزله به باءاد خود زلزله توجه می‌کنند اما یعنی که می‌تواند خطر آفرین و وحادثه‌ساز باشد. ساخت وسازهایی است که در تهران وجود دارد. در کلانشهرهایی مانند تهران، بزرگ‌ترین سرمایه یک خانواده در بیشتر موارد همسوسرپناه است. عوامل مختلفی در انتخاب مسکن، مطلوب ورتبعبندی آن برای عموم جامعه وجود داشته از جمله ظاهر، امکانات رفاهی، فضایی‌ها، ارزش افزوده و موقعیت مکانی، ولی متأسفانه کیفیت سازه‌ای و مقاومت و تاب آوری آن در برابر زلزله عموماً مدنظر نبوده است. طبیعی است با افزایش توجه مردم نسبت به کیفیت ساختمان‌ها و استفاده از شاخص‌های رتبه‌گذاری به عنوان معیار در انتخاب و خرید خانه، ساخت و ساز نیز ارتقا یافته و در نتیجه ساختمان‌های مستحکم‌تری ساخته خواهند شد. البته دولت هم می‌تواند با نظارت جدی در این راه کمک‌رسان باشد.

موضوع دیگر، تاب‌آوری اقتصادی جامعه در مواجهه با سوانح طبیعی نظیر زلزله است. یکی از خصوصیات ایجاد منابع رفی و دولتی برای بازپرداخت خسارات در زمان سانحه یکی از موضوعات مهم دیگر است که نقش صنعت بیمه را روشن می‌کند. صنعت بیمه با تهیه و ارائه پوشش‌های نظام‌مند و مبتنی بر مدیریت ریسک زلزله نه تنها می‌تواند سبب کاهش بار مالی دولت در زمان سوانح باشد بلکه در درازمدت سبب ارتقای فرهنگ مسئولیت‌پذیری و کیفیت ساختمان‌گرد.