کرونا و هراس از درمان‌های اورژانسی

از ترس چاله در چاه نیفتید

ترانه بنی‌یعقوب
گزارش نویس

زندگی مسالمت‌آمیز با کرونا؟ زندگی مسالمت‌آمیز! حتماً برای شما هم شنیدن این حرف کمی ترسناک است. یعنی چه؟ محال است این روزها بخواهیم تصمیمی بگیریم و کرونا را کنار بگذاریم؛ فرقی نمی‌کند هر تصمیمی از یک خرید ساده بگیرید تا قراری دوستانه یا حتی آشپزی و... کرونا همه جا با ما هست. شاید خوشبینانه برنامه‌های مهمی را به بعد از کرونا موکول کرده‌اید و حالا با ماندن طولانی مدت این میهمان ناخوانده فکر می‌کنید چکار باید بکنید و چه تصمیمی بگیرید که واقعاً در این شرایط درست باشد. می‌گویید چه تصمیم مهمی؟ فرض کنید یک کمردرد قدیمی که تا حالا با آن مدارا کرده‌اید و دیگر تحملش را ندارید. وضعیت اورژانسی است و هرچه سریع‌تر باید کاری کنید. درست مثل مادر نازنین که کمر درد او هم خودش و هم خانواده را در شرایط بدی قرار داده است. او می‌گوید: «راستش را بخواهی همه ما یعنی همه اعضای خانواده دو ماه کامل است که در قرنطینه هستیم. حتی به دیدن مادرمان نرفتیم که مبادا ناقل بیماری باشیم اما ناگهان کمر درد قدیمی مادرم عود کرد و دکتر گفته باید حتماً جراحی شود.

راستش خیلی خودمان را به در و دیوار زدیم که جراحی را به تعویق بیندازیم اما درد زیاد و اورژانسی بودن شرایط، این اجازه را به ما نداد. حالا همه خانواده مجبور شده‌ایم قواعد قرنطینه را بشکنیم. اول خواهرم مجبور شد برود پیش مادرم که در شهرستان زندگی می‌کند و حالا هم من مجبورم بروم تا به عنوان همراه در بیمارستان کنارش باشم. بعد از عمل هم بقیه اعضای خانواده به نوبت مجبورند برای مراقبت بروند و بیایند. از آن طرف فکر کنید سفر کردن در این شرایط چه سختی‌هایی دارد و چقدر باید مراقب باشیم تا خدای ناکرده با خودمان ویروس کرونا را پیش مادرم نبریم. ترس از بیمارستان و مراقبت‌ها و در معرض آلودگی قرار گرفتن هم که جای خودش را دارد.

این مدت مدام توصیه کرده‌اند که از مراجعه غیرضروری به مراکز درمانی خودداری کنید و ما هم همین کار را کرده‌ایم اما یک مرتبه کارمان به بیمارستان کشید. می‌خواهم بگویم تا جایی می‌توانی به قواعد پایبند باشی و بعد از آن دیگر چاره‌ای برایت نمی‌ماند و مجبوری شانه به شانه کرونا بزنی به دل ماجرا.»

داستان خانواده راحله هم تقریباً از همین جنس است. پدر او مدت‌ها درگیر سرطان و شیمی درمانی و رادیوتراپی بوده و بعد از همه این‌ها مشکل تومور وریدی روی انگشت دستش پیش آمده و بعد از آزمایش‌های مختلف پزشکان توصیه کرده‌اند خیلی زود جراحی شود: «این توصیه اوایل اسفند به پدرم شد که دقیقاً اوج بحران کرونا بود. توده در حال خونریزی بود و همه ما نگران بودیم اما به خاطر شرایطی که پیش آمد تصمیم گرفتیم عمل را عقب بیندازیم و دکتر توصیه کرد یک هفته بیشتر عمل عقب نیفتد. آن موقع تصور نمی‌کردیم روزگار ما تا این اندازه با کرونا درهم گره بخورد. حالا هفته‌ها گذشته و تقریباً دو ماه از وقتی که پدرم توصیه به عمل شد می‌گذرد. حالا هم نگران آلودگی بیمارستان هستیم. پدرم مسن است و تازه سرطان و شیمی‌درمانی را پشت سر گذاشته و قطعاً بدنش مقاومت لازم را ندارد. با این همه ما پذیرفتیم این کار را انجام دهد اما دیگر دکترش قبول نمی‌کند و می‌گوید اصلاً سمت بیمارستان نیایید مگر اینکه پای مرگ و زندگی در میان باشد.

ما فکر می‌کنیم دکترها پیش خودشان می‌گویند دیگر این جراحی‌ها ضرورت ندارد؛ مثلاً می‌گویند مریض انگشتش را از دست بدهد یا دستش آسیب ببیند بهتر از آن است که کرونا بگیرد یا خودمان کرونا بگیریم. خودمان هم مانده‌ایم چکار کنیم. مادرم هم سنگ کلیه دارد و وقتی با بیمارستان تماس گرفته توصیه کرده‌اند، مراجعه نکند و حتی گفته‌اند دکترش نیست و مادرم هم مجبور شده خوددرمانی کند. حالا هم واقعاً دارد عذاب می‌کشد.»

یاسر اما معتقد است اگر شرایط بیمار بحرانی شود باید تن به درمان داد و اتفاقاً همین جاها است که باید زندگی مسالمت‌آمیز با کرونا را تمرین کنیم: «پدر من ۱۴ اسفند تا ۲۳ اسفند در بیمارستان شریعتی مشهد بستری شد. مشکلش جدی بود و نمی‌شد کاری کرد. دستکش و ماسک و مواد ضدعفونی برداشتم و رفتم بیمارستان. مرتب با الکل تخت و کمد و میزش را ضدعفونی می‌کردم. ناهار و شامش را خودم با دستکش می‌دادم. با وجود ممنوعیت، ملحفه و پتو را هم از خانه بردم. بیشتر کارهایش را خودم می‌کردم چون بالاخره کادر درمان با خیلی‌ها در تماس بودند و همین طور بی‌دلیل در محیط بیمارستان تردد نمی‌کردم.

وقتی شرایط این طوری پیش می‌آید چاره‌ای نیست، باید روحیه خودمان و بیمار را بالا ببریم و یک جوری با رعایت همه موازین بهداشتی سایه کرونا را نادیده بگیریم.»

> پدر بنفشه اسفند ماه جراحی شد و او همراهش بود. می‌گوید شرایط سختی داشته آن هم در بیمارستانی که طبقه بالایش بیماران مبتلا به کرونا بستری بوده‌اند. البته کسانی هم هستند که به خاطر وحشت بیش از اندازه از کرونا ریسک بالایی می‌کنند مثل امید که می‌گوید یکی از بستگان نزدیکش با اینکه توصیه به آنژیوی قلب شده بود به بیمارستان مراجعه نکرده و متأسفانه به خاطر ایست قلبی درگذشت

بنفشه هم تجربه مشابهی دارد؛ پدر او اسفند ماه جراحی شد و او همراهش بود. بنفشه هم روی نقش همراه بیمار تأکید می‌کند و اینکه شرایط سختی داشته آن هم در بیمارستانی که طبقه بالایش بیماران مبتلا به کرونا بستری بوده‌اند. به هرحال با مراقبت‌های کامل او و عوامل بیمارستان همه چیز به خیر گذشت. البته کسانی هم هستند که به خاطر وحشت بیش از اندازه از کرونا ریسک بالایی می‌کنند مثل امید که می‌گوید یکی از بستگان نزدیکش با اینکه توصیه به آنژیوی قلب شده بود به بیمارستان مراجعه نکرده و متأسفانه به خاطر ایست قلبی درگذشت.

لیلا هم که پدرش قبل از عید سکته شدیدی کرد در روزهای اوج کرونا بستری شد و بیمارستان هم اجازه نداد همراه داشته باشد: «پدرم از بیمارستان مرخص شد اما آنقدر ترسیده که دیگر برای ادامه کارهای درمانی‌اش حاضر نیست دوباره مراجعه کند. می‌دانیم این برای سلامتیش خطرناک است اما نمی‌دانیم چطور هراسش را از بین ببریم. شاید این روزها وجود روانپزشک و روانشناس و مشاور برای همه بیماران ضروری باشد تا بپذیرند که در شرایط اورژانسی چاره‌ای جز درمان ندارند.»

حسین ابراهیمی مقدم، روانشناس و استاد دانشگاه درباره هراس از مراجعه به مراکز درمانی می‌گوید: «همه ما درجاتی از تلقین‌پذیری داریم که این در افراد مختلف متفاوت است. از طرف دیگر فضای حاکم بر جامعه هم که یک فضای پر از ترس و استرس است. اخباری از این دست هم این روزها کم نیست که اگر به مراکز درمانی بروید چنین و چنان خواهد شد و افراد بر اساس میزان تلقین‌پذیری‌شان آن را می‌پذیرند و درونی می‌کنند. گاهی آدم‌ها بر اساس این باورها زندگی می‌کنند و گاه حتی تحت تأثیر آن به سمت مردن حرکت می‌کنند. بنابراین باید بدانیم چه حرفی را به چه کسی می‌زنیم.»

او تأکید می‌کند: «درست است که با وجود شیوع ویروس کرونا رفتن به مراکز درمانی ممکن است برای همه خطرناک باشد اما طبیعی آن است که اگر کسی مشکل شدیدی دارد از خدمات اورژانسی استفاده کند. ما نمی‌توانیم بگذاریم آن آدم غرق و خفه شود چون فکر کنیم اگر بخواهیم نجاتش بدهیم ممکن است کمربند ما دور گردنش بپیچد و خفه‌اش کنیم. نکته دوم مسأله اضطراب بیماری است؛ به این معنی که خیلی از افراد درگیر با اضطراب‌های خاصی هستند و نگران مشکل هستند. این اضطراب بیماری خود موجب بیمارانگاری می‌شود. در این حالت نگرانی‌های فرد افزایش پیدا می‌کند و گاهی به جای راه‌های احتراز از انتقال بیماری کلاً بی‌خیال حل آن می‌شود.

مراجعی داشتم که از سگ همسایه‌اش می‌ترسید و چهار سال مسافت زیادی را طی می‌کرد تا از جلوی آن خانه رد نشود. با کلی درمان و مواجه سازی به او یاد دادیم که از جلوی خانه عبور کند و تازه فهمیدیم که همسایه سه سال است از آن خانه رفته و اصلاً سگی در کار نیست. خیلی اوقات افراد از چیزهایی می‌ترسند که اصلاً وجود ندارد.»

او در ادامه می‌گوید: «برخی درباره همه چیز اظهار نظر می‌کنند درحالی‌که در این موارد فقط باید به نظر متخصصان بسنده کنیم. الان خیلی‌ها خودشان را در زمینه کرونا متخصص می‌دانند درحالی که معلوم نیست اخبار را هم از کجا به دست می‌آورند. متأسفانه گاهی این اخبار را به دیگران هم با اطمینان تلقین می‌کنند. بنابراین اظهارنظر درست را از متخصص مربوطه دریافت کنید. یک متخصص هیچوقت توصیه نمی‌کند اگر دچار مشکل اورژانسی هستید آن علائم را چک نکنید!

شاید یک عده درست در همین شرایط احتیاج به عمل‌های اورژانسی دارند که باید انجام شود. البته که الان جایز نیست کسی عمل زیبایی انجام دهد و اشغال تخت‌ها واستفاده از برخی داروها هم نابجاست ولی اگر خدای نکرده یک مورد اورژانسی اتفاق افتاد باید با عقل سلیم و بر اساس نظر متخصصان مربوط عمل کنیم.»

علی محمدی / ایران

جـــدول سـودوکو

ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود

۳۳۶۴

آسان

۶		۹	۵			۲		
				۸				۶
	۳		۱	۶	۲	۷	۹	۸
		۸		۵				
۱	۴		۹		۶		۷	۵
				۱		۹		
۷	۹	۴	۶	۳	۸		۱	
۳				۴				
		۱			۵	۳		۷

متوسط

	۶					۵		۱
	۸		۱					
	۱	۵		۴	۶		۹	
۶				۹	۷			۴
۴			۶	۸				۷
	۴		۳	۲		۹	۸	
					۹		۴	
۸		۲					۶	

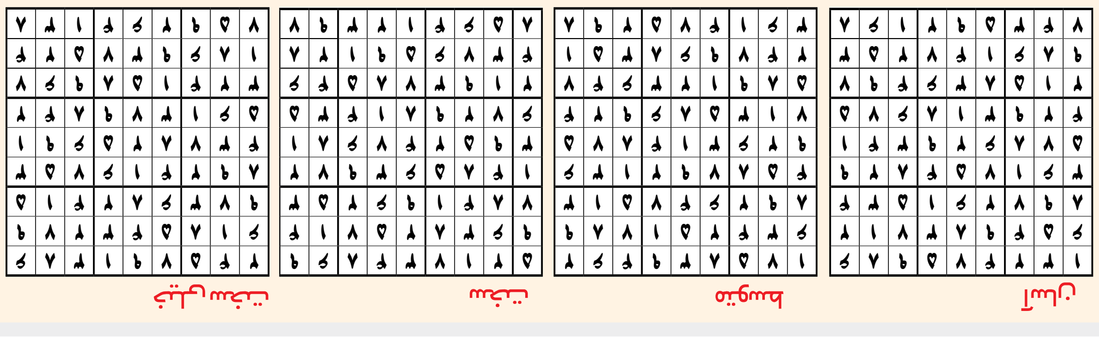
سخت

		۸			۷	۱		
		۷	۵			۳		
				۹	۱		۸	
							۴	
	۸		۷	۴	۲		۹	
	۳							
	۴		۸	۷				
		۱			۶	۷		
		۳	۲			۶		

خیلی سخت

			۱		۷	۵		
۹		۲					۱	
۵				۸				
۳			۶			۲		۸
	۹						۳	
۲		۸			۳			۵
				۵				۳
	۲					۶		۱
		۱	۴		۲			

حل جدول سودوکو شماره ۳۳۶۴



یک جدول با دو شرح

جدول روزنامه *ایران* دارای دو «شرح عادی و ویژه» است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرح‌ها را با مداد حل کرده و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم بپردازید.

۷۳۲۹

جدول عادی

افقی:

۱-یکی از سرفصل‌های مهم و مطرح در «اقتصاد کلان» که به «سیکل تجاری» نیز معروف است-باقیمانده جان
۲-مقصود-نوعی شیرینی-غمباد
۳-صندلی چندنفره-مدت زمان معین-ترشابه
۴-کیوسک-دوتا الف-علم مواد-کوشش
۵-حرف معرفه-غول فولادی!-بیماری چینی
۶-کناره‌ها-شایسته-سیلی و تپانچه
۷-گیاهی دارویی-درس دادن-چند نکته
۸-وردان-شعر، قصیده-جالب و جذاب
۹-برکس مگویید-شهر «گنبدغفاریه»-گلزن ایرانی تیم «زنیت»
۱۰-ناپیدا-آوای خفته-شهرداری سابق
۱۱-برادر مادر-بخشی از وظایف پرستاران را انجام می‌دهد-والده
۱۲-کلمه نهی از گفتن-جمع خادم-کدبانوی خانه-همشوی
۱۳-آسوده خاطر-خویشاوندی مستقیم و پدر و مادری-کالاها
۱۴-دختر بی‌پدر-سرما آفرین تابستانی-مقابل «سردی»
۱۵-هذیان بیمار-دومین شهر بزرگ «برزیل»

عمودی:

۱-ریشه خوراکی-مهم جلوه دادن
۲-پسر مازنی-افسار-فیلمی به کارگردانی «مسعود مددی»
۳-خانه چادری-روا، مباح-در مرتبه دوم قرار دارد
۴-بی‌حرمتی-دل درد از پری معده-دوش-اثر رطوبت
۵-غرامت-رب‌النوع جنگ-بعضی از بر تشخیص ندهند
۶-یک مجموعه کامل-پسر عرب-به گرد چیزی گشتن
۷-از عناصر اربعه-خلاقیت، نوآوری-«کاخ کرملین» نماد این شهر است
۸-شمالی‌ترین قله البرز مرکزی-فراتر از گرم-خوب شدن بیمار
۹-ظرف تهیه چای-از غذاهای شمالی یا شیرازی-زرد انگلیسی
۱۰-مرغ....غاز است!-لغزنده-ماتیک
۱۱-سیب زمینی ندارد!-خشک-شهری در «ترکیه» با جاذبه‌های توریستی
۱۲-بس-نقش هنری-چاره و علاج-گیاه مرداب
۱۳-از فراعنه مصری-آجر نصفه-پادشاه انگلیسی
۱۴-کالا-خودسر-دستورها
۱۵-کشور «بیشکک»-آقای فرانسوی

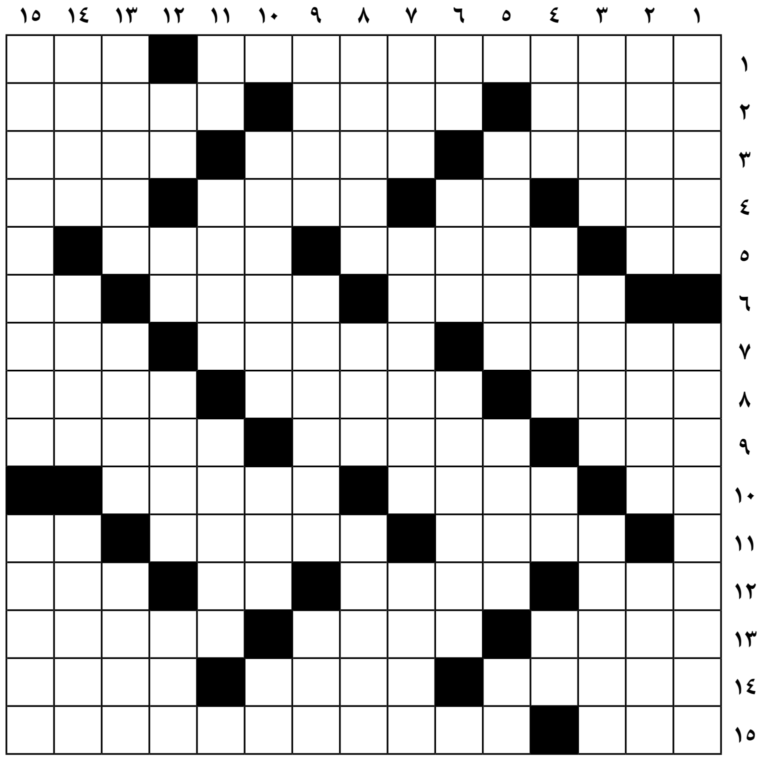
جدول ویژه

افقی:

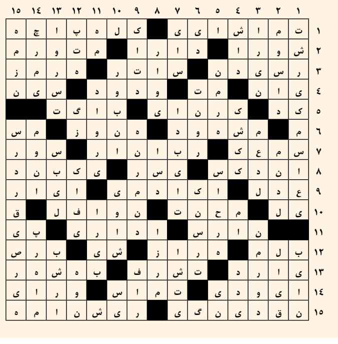
۱-بازیگر فیلم «لامینور» (بزودی اکران می‌شود)-جنگل «شاهرود»
۲-دستبند-کسی که پاک از تهمت است-با عقیده واحد
۳-عنصر فلزی شماره ۷۵ جدول تناوبی-ساز سیمی-خشک
۴-کتاب هندوان-سماق-پایه سنگی، چوبی یا سیمانی که در زیر بنا سازند-زورق
۵-پول سامورایی‌ها-زمزمه کننده-آشیانه
۶-پراکنده-واحد کوچکی در طول-لقب مردان اسپانیایی
۷-آگاهی داشتن-میوه‌ای ریز و قرمز-ماچ
۸-ماه میلادی-یک نوع تغییر مزه که قبل از غذای اصلی سرو می‌شود-پیکر
۹-شکوه-شگفت زدگی-ظاهر ساختن
۱۰-بینوا-شگفتی-پرداخت
۱۱-جنب و کنار-جنگ افزار گرم-عددی یک رقمی
۱۲-بدبو-زمین لم یزرع-یک و یک-مرواریدها
۱۳-مهربان-وجود-کشوری در جنوب آفریقا
۱۴-احسنت-زادگاه «عطار»-تنها
۱۵-مادربزرگ-زبانی در برنامه نویسی

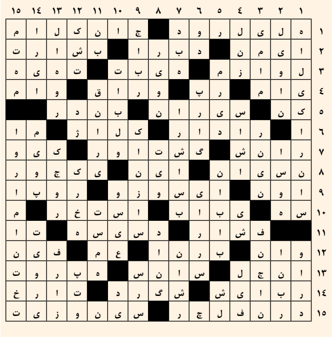
عمودی:

۱-متابعت-اثر باستانی شهرستان «پردیس»
۲-طرد کردن-شیرینی‌تر-از دستگاه‌های ارتباط از دور
۳-گستره بزرگ آبی-بنیاد چیزی-ساختاری در دیوار اتاق و ساختمان
۴-ناگهان خودمانی-باوقار-انتها-کلمه‌ای به نشانه تعجب و حیرت
۵-متوجه-برتر، والا-اندرون دهان
۶-والده-جرقه آتش-شخص عجیب که مردم را به تعجب اندازد
۷-دانه کوچک-اثر باستانی استان «فارس»-شهری در استان «آذربایجان شرقی»
۸-آیین‌های سنتی-نماز سر وقت خود-آغاز شده
۹-اسباب ورزش-خودرو شرکت واحد-مقیاس
۱۰-پیراهن بافتنی-کلمه شرط-گرداگرد لب
۱۱-کلمه اخطار و تنبیه-ششمین شهر بزرگ «فرانسه»-فرستادن
۱۲-داغ کردن-به معنی نه-گونه و نوع-از تفریحات لازم
۱۳-گاری دوچرخ که از چوب ساخته شده-آشکارا-فراق
۱۴-تمدنی باستانی-خم شده-درجه ارتشی
۱۵-فیلمی تلویزیونی از «علیرضا امینی»-پدر تاریخ



حل جدول عادی شماره ۷۳۲۸



حل جدول ویژه شماره ۷۳۲۸