

تغییر سبک زندگی در عصر کرونا

یلدا گلزاری

زندگی در عصر فرامردن و شیوع ویروس کوید ۱۹ دنیا را با بحرانی مواجه کرده که طی ۷۵ سال اخیر، چنین شرایط حادی را تجربه نکرده بود. برای برون رفت از این بحران، باید سبک زندگی تغییر کند. انسانی که با دخالت در زندگی حیوانات و تخریب محیط زیست و تغییر اقلیم و مهاجرت جانوران، این ویروس را وارد زندگی خود کرده، هم‌اینک خود نیز گرفتار عکس‌العمل طبیعت شده است.

• راهکارهایی مناسب و شاید نامناسب
مدت ۸ ماه از درگیری انسان با این ویروس ناشناخته می‌گذرد، در این مدت به ناچار دنبال اجرای راهکارهایی بودیم موقتی و شاید بی‌اثر. راهکارهایی که به نصب جداکننده‌هایی از جنس نایلون و پلاستیک بسنده کرده، یا با برعکس کردن صندلی‌های ادارات برای ایجاد سدی که مانع نزدیک شدن از یکدیگر به پاسخ‌گوییان نشسته بر پشت صندلی، شود. اینها جزو همین راهکارهای موقت و بی‌اساسی‌ست که تکمیل از یکدیگر را به جا نیاورده و تنها به فکر ایمن نگه داشتن جان کارمندان ادارات در آن نهادینه شده است. بدون در نظر گرفتن این موضوع که همین کارمند پس از اتمام ساعات اداری‌اش در اجتماع در حال معاشرت است.

در عوض اقدام ثانوی در سطح شهر را می‌بینیم که صندلی‌هایی روبروی مغازه‌ها با فاصله گذاشته تا از تجمع جلوگیری شود و هم مراجعه کنندگانش را تکمیل کند و یا دستکش و ماسک‌هایی که توسط افرادی به طور رایگان در اختیار شهروندان گذاشته می‌شود تا کمی از بار کمبود ماسک را جبران کنند.

این اقدامات مردمی در حالی‌ست که در ادارات، راهکارهایی که برای تامین امنیت جانی برای کارمندان در نظر گرفته شده به بهای تنگ کردن فضای

ارباب‌رجوع است. گویا ارزشی برای جان دیگر شهروندان قابل نباشند. **• زیرساخت‌های شهری به روز شوند**
صالحه حسینی؛ کارشناس و دکترای امور شهرسازی در رابطه با مسایل شهرسازی این گونه می‌گوید: قرن ۲۰ و ۲۱ قرن خدمات هست و مردم پول می‌دهند تا از خدمات بهتری برخوردار شوند. ۷۰ درصد مشاغل جهان امروزی، خدماتی‌اند. دقیقاً این همان چیزی‌ست که باعث شد، بیماری عفونی کوید ۱۹ ضرر و زیان زیادی به اقتصاد وارد کند. از لحاظ اقتصادی باید زیرساخت‌ها را با فن‌آوری گره بزنیم و برویم به سمت هوشمندسازی. از لحاظ اجتماعی باید سطح آگاهی و تعاملات مردم را به سمت خودآگاهی تغییر دهیم، از لحاظ زیست محیطی و فن‌آوری باید رایگان در اختیار شهروندان گذاشته می‌شود تا کمی از بار کمبود ماسک را جبران کنند.

این اقدامات مردمی در حالی‌ست که در ادارات، راهکارهایی که برای تامین امنیت جانی برای کارمندان در نظر گرفته شده به بهای تنگ کردن فضای



عکس:الناز پیشیار اسخن تازه

رعایت شود، پارک‌ها، میلمان شهری، آب‌خوری‌ها باید بررسی شود که هم از لحاظ اقتصادی و هم از لحاظ حفظ فاصله اجتماعی به صرفه باشد، به عنوان مثال آب‌خوری‌هایی که الان در سطح شهر وجود دارد باید تعطیل شوند، چون در حال حاضر بهداشتی نیستند.

این کارشناس امور شهرسازی در رابطه با مسایل شهرسازی در ادامه گفت: سطوح زباله سطح شهر باید به گونه ای باشد که وسایل دور ریختنی در آنها دوباره وارد چرخه نشوند پس باید در طراحی سطوح زباله به سمتی برویم که کسی نتواند به زباله‌ها دسترسی داشته باشد یا سطوحی مخصوص انداختن دستکش و ماسک طراحی شود. اصلاح پیاده‌روها و میلمان شهری‌ست که به سمتی رود که فاصله‌گذاری اجتماعی رعایت شود. در حال حاضر همگی شاهد اثبات جمعیت در ادارات هستیم، در حالی که هیچ کدام از طراحی‌هایی همچون نصب نرده و یا جداکننده‌هایی که این فاصله اجتماعی را حفظ کند، دیده نمی‌شود و

یا دوربین‌هایی که سر چهارراه‌ها نصب شده را می‌توانیم به سنسورهای مجهز کنیم که نسبت به درجه حرارت بدن حساس باشند. اگر این امکان در ابتدای ورود کرونا در دوربین‌ها به وجود آمده بود، مطمئناً سریع‌تر می‌توانست به شناسایی و کشف موارد آلوده کمک کند. اما در حال حاضر باید از همین امکاناتی که داریم استفاده کنیم به عنوان مثال در ادارات یا مطب پزشکان، از محیط‌های بیرون بیشتر استفاده کنند. یا تعداد صندلی‌ها را کم کنند و با فاصله گذاشته شوند و اگر مطب این امکان را ندارد، از پیاده‌رو یا از حیاط آن استفاده کنند و یا نوبت‌دهی‌ها به شکلی باشد که حداقل مریض در مطب حضور داشته باشند، و تا جایی که امکان دارد ویزیت آنلاین را جایگزین ویزیت حضوری کرد.

حسینی در پایان افزود: در بانک‌ها که فضای کمتری دارند می‌توانند بیشتر برنامه‌ها را از طریق الکترونیک و اپلیکشنی که وجود دارد انجام داد. در هر پارکی دو یا سه ایستگاه شست و شو قرار دهیم و باید به سمتی برویم

سخن تازه شماره ۶۲۰ مهر ۱۳۹۹ شهر

که این ایستگاه‌ها مورد اعتماد بیشتر در فضای شهری به کار برده شوند. **• دنیای پس از کرونا.**

جای بهتری برای زندگی خواهد بود
تجربه نشان داده که شهرهای پس از کرونا جای بهتری برای زندگی خواهد بود. چون روش‌های زندگی تغییر خواهد کرد و شاید باعث تغییراتی در سبک زندگی شود که مردم مجبور به سر وقت حضور یافتن کنند. تجربه نشان داده که با بروز بیماری‌های واگیر چون وبا و در قرن ۱۹ بیماری مثل طاعون، باعث به وجود آمدن فلاب یا جمع شدن زباله‌ها از محیط اطراف زندگی انسان‌ها شد.

• چرخه‌ی باطل
باید به این تصور باشیم که با ایجاد موقعیت و مکان‌هایی امن برای قشر مرفه شهر، امنیت را برای آن‌ها فراهم آوردیم. بلکه باید پایین‌ترین فرد جامعه را ببینیم و زیرساخت‌های شهری را بر اساس آن طراحی کنیم وگرنه چرخه‌ی کرونا قطع نخواهد شد. این همان تعبیر هرم وارونه است که باید ابتدا کف جامعه را ببینیم و سپس راس هرم را.

• پروتکل فاصله گذاری ابلاغ نشده
در تکمیل این صحبت‌ها، با دکتر محمد موقری، معاونت بهداشتی دانشکده علوم پزشکی گفتگو کردیم. از وی در رابطه با اجرای راهکارهای ایمنی برای پیشگیری از شیوع بیماری کوید ۱۹ پرسیدیم که وی در این باره چنین توضیح داد: «در این رابطه باید یک پروتکلی تنظیم شود به نام پروتکل فاصله گذاری، که نحوه‌ی چیدمان میلمان اداری و سایر موارد پیگیرانه در کل کشور باید ابلاغ شود که هنوز این کار صورت نگرفته. این یک اقدام در مقیاس کشوری‌ست که در حال طراحی‌ست و همه‌ی جوانب امر را باید در نظر بگیرد و سپس ابلاغ گردد. اما هنوز این پروتکل فاصله‌گذاری ابلاغ نشده است.»

ضعف فرهنگ برخورد مناسب با بیمار در سیرجان آخی چه دردی درمونی داری!

سمیرا سرچمی: «گرم درد می‌کرد، مشکوک به کرونا بودم. رفتم آزمایش بدم. توی آزمایشگاه گفتند اومدم تست کرونا بدم. هم مردم و هم کارکنان اونجا به جوری نگاه می‌کردند و با پیچ من رو با دست نشون می‌دادند که خیلی برام آزار دهنده بود. جوری که دیگه نتوانستم تحمل کنم و بلند بلند گفتم چیه؟ تا حالا اسم کرونا رو نشنیدین؟ کووید نوزده به گوش‌تون نخورده؟ حالا که فکر می‌کنم، با این طور برخورد، خوشحالم که تست منفی شد وگرنه معلوم نبود با بیمارهای مسلم چه رفتاری میکنند؟!»

این متن کامل پیام مردمی‌ئی بود که هفته‌ی پیش به دستم رسید. پیامی که از فرهنگ بد برخورد با بیمار حکایت می‌کند. فرهنگی که خاص بیماران مبتلا به کرونا هم نیست. برای مثال همین چند ماه پیش یکی از همشهریان - که بیماری خاص دارد- از بی تماس با سخن‌تازه درد دل کرده بود: «رفتم به درمانگاهی که مختص تزریق داروی بیماریم هست اما متأسفانه بسته بود. ناچار شدم برای جا به جا نشدن تاریخ مصرف داروم، به درمانگاه دیگری مراجعه کنم. توی اتاق تزریقات درمانگاه، طرف با همکاری شروع کرد پیچ بچ کردن؛ وای وای. جوون بی چاره‌ا چه دردی بی درمونی میگیرن مردم. چی می‌کشن خونواده‌ش! معلوم نیست چه گانه‌ی به درگاه خدا کردن اینا که این جور بیماری‌هایی می‌گیرن؟! و از این حرف‌هایی که شنیدن‌شون برای هر بیماری آزار دهنده است. خواستم بگم کاش شما رسانه‌ها فرهنگ‌سازی بکنید یا دست کم خود درمانگاه‌ها به نیروهاشون آموزش بدهند که این چیزا رو به بیمار یا جلولی بیمار نکن.»

• با آموزش هم خلق و خوی کسی را نمی‌شود عوض کرد
همین موضوع را با رییس یکی از درمانگاه‌های سیرجان مطرح می‌کنم. او که خود پزشک است از شنیدن چنین گزارش مردمی‌ئی بی‌امون درمانگاه تحت مدیریتش، دلگیر می‌شود. دلگیر نه برای حرف و انتقاد ما بلکه به خاطر اینکه پیشگیری از مطرح شدن چنین حرف‌هایی جلوی بیمار از دست او خارج است. او ضمن پوزش از اینکه اگر در درمانگاه تحت مدیریتش چنین برخوردهایی با بیماران شده باشد، می‌گوید: «باور کنید بارها جلسه‌ی توجیهی گذاشته‌ایم. بسیاری از نیروها هم رعایت می‌کنند اما بعضی‌ها هم نه. به همان شیوه ادامه می‌دهند و برایشان مهم نیست! انگار ناف بعضی‌ها را با این حرف‌ها برده‌اند.» او نبود ثبات شغلی و ثابت نماندن برخی نیروها به صورت مستمر در بخش خدمات درمانی را از دیگر دلایل ضعف فرهنگ برخورد مناسب با بیماران در سیرجان می‌داند.

• القای «پایان راه بودن» به بیمار!
به همین بهانه به سراغ فاطمه شیبانی روانشناس و مدرس دانشگاه رفتم که اتفاقاً خود او به بیماری ام اس دچار است. او بر طبق دانش و تجربه‌ی شخصی خودش، فرهنگ بد برخورد آزاردهنده با بیمار را روانکاو می‌کند: «طرف می‌گه آخی تو که جوونی چرا؟ آخی تو که خوشگلی چرا؟ آخی تو که دوتا بچه داری، تو چرا مریض شدی؟ از این حرف‌ها زیاد زده میشه. من اسمش رو بی‌فرهنگی یا بد فرهنگی نمی‌ذارم. اسمش رو عدم شناخت می‌ذارم. وقتی شرایط یک بیمار رو درست نشناسی و اینکه به بیمار القا کنی که مساوی با یک فرد تمام شده است!»

• فرهنگ خودخواهی
علی سوند رومی جامعه‌شناس همشهری نیز در همین باره به سخن تازه می‌گوید: «اینگونه رفتارها ناشی از نگاه غیر مشفقانه و خودخواهانه است. جدای از اینکه نوعی حس پیشگیرانه و برآورد کردن خطر و احتمال واگیر در رابطه با موضوعی همچون کرونا هم در آن پیدا می‌شود تا در نهایت منجر به رفتاری بیمارگونه با بیماران می‌شود.» سوند رومی به نفس چنین رفتاری با بیمار اشاره می‌کند و چنین رفتارها و گفتارهایی را با بیمار به خودی خود برگرفته از بیماری روانی فردی می‌داند که چنین رفتار و گفتاری از او سر می‌زند: «این کارها ریشه در اختلال شخصیت خودشیفته، اختلال شخصیت مرزی و اختلال شخصیت ضداجتماعی و همچنین شخصیت وسواسی، اسکیزوئید و اختلال فوبیا اجتماعی و مواردی از این دست دارد که بعضی از افراد درگیر آن هستند و متأسفانه اگر این افراد دارای مسوولیت درمانی باشند خیلی به چشم می‌آید.»

انوسواران
تعداد محدود
مرکز خرید و فروش خودروهای کلارکرده
بلوار قآنی - خیابان معلم (مراجعه حضوری)
مدیران خودرو
سایپا
Aurora

فروشگاه قطعات یدک توپوتا آزاد
ما حاضریم سرمایه مان را از دست بدهیم تا اعتماد شما را
هر قطعه ای اصل نمی باشد، با اطمینان خرید کنید
سیرجان/بلوار دکتر صادقی/نبش چهارراه دانشگاه آزاد
تلفن: ۰۷۰۲۷۰۲۲۳۴ - ۰۳۴۴
همراه: ۰۹۱۳۲۴۷۳۱۶۰ پورجعفر آبادی

دوست گرانقدر!
جناب آقای حاج عطا الله نائری
ضایعه درگذشت همسر گرانقدرتان را به جنابعالی و خانواده محترمتان تسلیت عرض نموده، از درگاه احدیت برای آن مرحومه رحمت و مغفرت الهی و برای عموم بازماندگان صبر و شکیبائی مسئلت داریم.
برادران گویشی - فروشگاه پوشیران
به مناسبت نهمین سالگرد درگذشت خواهر عزیزمان؛ مرحومه وحیده عسکری با قرائت فاتحه ای یاد و خاطره شان را گرامی می داریم.

یونیک اسپرت unique sport
نصب و فروش انواع سیستمهای صوتی حرفه ای
ارائه دهنده انواع دوربین های مدار بسته Analog,AHD,IP و Digital
نصب و فروش جهت (مغازه، منزل، انبار و سوله) - فروش انواع روکش و کفپوش های اتومبیل ایرانی و خارجی
نصب انواع دزدگیرهای(امکن و اتومبیل) و تعمیرات تخصصی دزدگیر امکن و اتومبیل(دزدگیر تصویری)
فروش انواع ریموت های دزدگیر و تعمیرات تخصصی قفل مرکزی و شیشه بالا بر
برقی کردن انواع شیشه بالابرای دستی
نصب انواع دودی های معمولی- ضد خش-UV دار ضد خش، شبرنگ و روز رنگ
بلوار سید جمال، نرسیده به مشعل گاز، روبروی کلاتتری ۱۳
نبش کوچه مدیریت: مصطفی محمودآبادی- ۰۹۱۳۲۴۵۷۹۸۹
تعمیر حرفه ای ماشین شارژی

آهن آلات دست دوم و انواع ضایعات
شما را با بالاترین قیمت در محل خریداریم.
۰۹۱۳۲۶۴۳۱۴۵ / ۰۹۱۳۳۰۵۲۲۷۸
۰۹۱۳۲۳۰۵۳۶ خدائی