

خودکشی، از قرنطینه تا جرم انگاری!

در طول قرنطینه خودکشی افزایش نیافت، اما کارشناسان می‌گویند تهدید همچنان هست

فرشته کیانی در محله فینزبری پارک در شمال لندن، خانه آجری چهارطبقه، در خیابانی خلوت خودنمایی می‌کند. درون، آرام و مرتب است با کاکتوس‌ها و گیاهانی که پنجره‌ها را زینت داده است. دیوارهای پاستلی با نقاشی‌هایی از رنگین‌کمان، حیوانات و سایر آثار ساکنان آراسته شده است.

دکمه‌های تماس در کنار تخت‌ها، تنها نشانه‌ای است که می‌گوید خانه Maytree تنها مرکز اقامتی در انگلستان برای افرادی است که تصمیم به خودکشی دارند.

جان میسون، مدیر هماهنگی در Maytree، خانه‌ای که افرادی با افکار خودکشی چهار روز در آنجا می‌مانند، مشاوره می‌گیرند، غذای سالم می‌خورند و برای یافتن امید تلاش می‌کنند، توضیح داد: «اینجا مامن و گریزگاهی است، جای توقف و فاصله‌گرفتن از زندگی‌شان، جایی که می‌توانند صحبت کنند.» این خانه ۱۹ سال است که باز است و هیچ‌کس که تحت مراقبت‌شان بوده، نمرده است. سادیا احمد، از گردانندگان Maytree، گفت هدف نهایی جلوگیری از تلفات جانی است. در بریتانیا، ماده‌های قرصی داریم! همیشه به راحتی نمی‌توانیم درباره احساس خود صحبت کنیم و در ابراز احساسات هنگامی که ازده ایم، خوشبختی زیادی داریم؛ «این خصیصه باعث می‌شود به مرگ فکر کنیم، ما را به سوی ناامیدی و سرخوردگی سوق می‌دهد و واداران می‌کند به پایان بد بیندیشیم. اما در فضا‌هایی مثل اینجا، افراد راحت‌ترند و ترسی از حرف زدن ندارند. در واقع بیشتر به دنبال کمک گرفتن هستند و کمتر احتمال دارد اقدام به خودکشی و بر اساس افکارشان عمل کنند.»

سالانه نزدیک به ۸۰۰ هزار نفر در سراسر جهان جان خود را می‌گیرند. رقم سالانه برای انگلستان ۶ هزار نفر است. پیش‌بینی می‌شد این تعداد در طول همه‌گیری کرونا افزایش یابد؛ موسسات خیریه درباره افزایش تماس‌ها، اضطراب، تنهایی و ترس گزارش کردند، اما آمارهای اولیه نشان می‌دهد که در تعدادی از کشورها از جمله انگلستان چنین نیست. دانشمندان علوم اجتماعی هشدار می‌دهند اعداد و ارقام ممکن است تغییر کند، به ویژه اگر همه‌گیری با رکود اقتصادی همراه شود. اما کارشناسان بهداشت روانی می‌گویند حمایت‌ها مانند حس همبستگی و مشارکت اجتماعی افزایش یافت (همه ما با یک پاندمی مواجه بودیم. به علاوه خانواده، دوستان و همسایگان بیشتر مراقب علایم هشداردهنده بودند)

رود موسسات خیریه برای جبران استیصال دولت

در حالی که خدمات بهداشت ملی بریتانیا (NHS) در برابر



اوقلیا در میان گل‌ها، اثر اودیلون ردون. Photograph World History Archive/Alamy

نیازهای بهداشت روانی مستأصل و در مانده شده است، موسسات خیریه وارد عمل شده‌اند.

جیک میلز، ۳۲ ساله، پس از تلاش برای خودکشی در سال ۲۰۱۳، Chasing the Stigma را تأسیس کرد.

راشل کوگان در دفاتر خیریه در لیورپول، سفیران امید را آموزش می‌دهد تا بتوانند به اجتماع بروند و به مردم آموزش دهند که چگونه در مورد بیماری‌های روانی صحبت کنند و علایم خودکشی را تشخیص دهند.

کوگان می‌گوید ۸۴ مرد در هفته (یا ۱۲ نفر در روز؛ یک نفر در هر دو ساعت) در بریتانیا خودکشی می‌کنند. خودکشی بزرگ‌ترین قاتل مردان زیر ۴۵ سال در بریتانیا است!

کوگان که شوهرش از افسردگی رنج می‌برد، توضیح داد: «ما متخصص نیستیم، اما می‌دانیم متخصصان کجا هستند. از آنجا که ما افراد عادی هستیم که تجربه مسائل مربوط به سلامت روان را داریم، بسیار در دسترس هستیم.»

همچنین میلز «کانون امید» راه‌اندازی کرده است، برنامه‌ای برای یافتن خدمات بهداشت روانی در محله. این برنامه بسیار موفق بوده است. بیش از ۵۰ هزار نفر این برنامه را دانلود کرده‌اند که شامل ۳۵۰ سرویس در زمینه کاهش خودکشی و سلامت روان است. میلز توضیح داد ما به سرعت متوجه شدیم چه تعداد از مردم

سارا کلاین، بنیان‌گذار «اتحاد برای سلامت روان جهانی» گفت: «جرم انگاری خودکشی نتیجه‌ای معکوس دارد؛ این کار مردم را از خودکشی باز نمی‌دارد، بلکه آنان را از درخواست کمک در لحظه حاد بحران بازمی‌دارد و ممکن است افراد را از دریافت حمایتی که به آن نیاز دارند، ناامید کند.»

دکتر لاکشمی ویجایا کومار، روانپزشک در چنای، هند و بنیان‌گذار سازمان پیشگیری از خودکشی، تأثیر قوانین جرم انگاری خودکشی را بررسی کرده است. او معتقد است قوانین به انگ (استیگما) و تبعیض در مورد سلامت روان می‌انجامد.

خانم ویجایا کومار با بیان اینکه «این قوانین علمی نیستند، آنها مستقیماً آسیب‌پذیرترین افراد را در آسیب‌پذیرترین کشورها تحت تأثیر قرار می‌دهند»، می‌افزاید «این قانون‌ها در کشورهای با درآمد متوسط و کم وجود دارد، نقاطی که ۷۷ درصد خودکشی‌ها در آنها اتفاق می‌افتد.»

زنی از منطقه سند پاکستان که خواست نامش فاش نشود و از خودکشی نجات یافته بود، گفت پلیس برای دستگیری او به خانه‌اش آمد!

«من برای اقدام به خودکشی احساس گناه و حماقت می‌کردم. به علاوه آنچه باعث بدتر شدن آن شد، رفتار پلیس در مواجهه با آن بود. آنها پدرم را تحقیر کردند تا بتوانند از او پول بگیرند. کلمات افسر پلیس این بود: یاد خنرت زندانی می‌شود یا تو.» پدرش در نهایت رشوه می‌دهد تا اقدامات بعدی را متوقف کند.

در سال‌های اخیر قوانین خودکشی با موفقیت لغو یا با قوانین جدید در برخی از کشورها جایگزین شده است. در جزایر کیمین، خودکشی در دسامبر ۲۰۲۰ جرم‌زدایی شد، بعد از اینکه کمپینی نشان داد فقط ۵ درصد از کودکان و جوانان در معرض خطر، به دلیل انگی که تا حدودی ناشی از جرم انگاری خودکشی است، به دنبال کمک بودند. این امر نشان داد خودکشی مسأله بهداشت روانی است و هرگز جنایت محسوب نمی‌شود.

خودکشی همچنان از عوامل اصلی مرگ در سراسر جهان است. جان‌هایی که سالانه بر اثر خودکشی از دست می‌روند، بیشتر از مرگ در نتیجه HIV، مالاریا، سرطان سینه یا حتی جنگ است! در سال ۲۰۱۹، بیش از ۷۰۰ هزار نفر بر اثر خودکشی جان دادند؛ یک مرگ از هر ۱۰۰ مرگ.

کلاین افزود: «امسال وزیران بهداشت موافقت کردند که جرم‌زدایی سیاستی مهم برای کاهش میزان خودکشی است. اکنون وقت آن است که کشورهای باقی‌مانده قوانین خود را اصلاح کنند.»

منابع: **گاردین - الجزیره**

زندگی با «کووید»!

باگذشت بیش از ۱۸ ماه از پاندمی کرونا، برخی از کشورها می‌خواهند قفل‌ها را بکشایند و «زندگی با کووید» را آغاز کنند

شهر وند باگذشت بیش از ۱۸ ماه از همه‌گیری ویروس کرونا، تعدادی از کشورهای تصمیم گرفته‌اند قفل‌ها را بکشایند و «زندگی با کووید» را آغاز کنند. برخی میزان واکسیناسیون‌شان رشک انگیز است، برخی دیگر بر این عقیده‌اند که هزینه محدودیت‌های ادامه‌دار اقتصادی و اجتماعی، بیشتر از مزایای آن است. در اینجا نحوه عملکرد و استراتژی‌های پنج کشور آمده است:

دانمارک: کشوری که پایان اقدامات احتیاطی را اعلام کرد

دولت دانمارک ۱۰ سپتامبر تمام محدودیت‌های باقیمانده کرونا در این کشور را لغو کرد و گفت کووید-۱۹ دیگر تهدیدی جدی برای جامعه نیست. اکنون دانمارکی‌ها می‌توانند بدون نشان دادن گذرنامه کووید به رستوران بروند، از وسایل نقلیه عمومی بدون پوشش ماسک استفاده کنند، بدون محدودیت دور هم جمع شوند و اساساً به زندگی قبل از همه‌گیری بازگردند! کلید موفقیت دانمارک تا حدی در واکسیناسیون آن نهفته است: تا ۱۳ سپتامبر بیش از ۷۴ درصد از مردم دانمارک کاملاً علیه کووید واکسینه شده‌اند.

سنگاپور: تلاش برای «زندگی با کووید»، اگر دلتا بنگذارد!

دولت سنگاپور ژوئن اعلام کرد قصد دارد استراتژی «زندگی با کووید» را اتخاذ کند، با تلاش برای کنترل شیوع بیماری با واکسن و نظارت بر بستری شدن به جای محدود کردن زندگی شهروندان. مقامات بلندپایه سنگاپور در زمینه کووید-۱۹ در آن زمان نوشتند: «خبر بد این است که کووید-۱۹ ممکن است هرگز از بین نرود، خبر خوب این است که در میان ما، زندگی معمولی با آن ممکن است.» مقامات آگوست برخی محدودیت‌ها را کاهش و به کاملاً واکسینه شده‌ها اجازه دادند در رستوران‌ها غذا بخورند و در گروه‌های پنج نفره جمع شوند. اما افزایش موارد ابتلا به نوع بسیار مسری دلتا (Delta)، این استراتژی را متاثر کرده و باعث شده مقامات بازگشایی‌های بیشتر را متوقف کنند. آنان هفته گذشته هشدار دادند در صورت مهار نشدن شیوع جدید، ممکن است نیاز به اعمال مجدد محدودیت‌ها باشد. مقامات گفتند واکسیناسیون تعداد افرادی را که به شدت بیمار می‌شوند کم کرده است. سنگاپور بیش از تغییر رویکرد خود، استراتژی تهاجمی و بلندپروازانه «صفر-کووید» را دنبال



سی‌ام جولای ۲۰۲۱، مردم در پارک تقریبی در سانتیاگو، شیلی

کرد و یکی از کشورهای دارای میزان واکسیناسیون بالاتر در جهان است؛ ۸۱ درصد از مردم کاملاً واکسینه شده‌اند.

تایلند: واکسیناسیون آهسته است، اما به هر حال بازگشایی رخ می‌دهد

مقامات هفته گذشته گفتند تایلند قصد دارد ماه آینده بانکوک و سایر گردشگاه‌های پرطرفدار را به روی بازدیدکنندگان خارجی بگشاید. این کشور جنوب شرقی آسیا تلاش می‌کند صنعت گردشگری مهم خود را با وجود افزایش تعداد مبتلایان احیا کند. به گزارش رویترز، بر اساس برنامه، گردشگرانی که کاملاً علیه کووید-۱۹ واکسینه شده و متعهد به آزمایش هستند، اجازه ورود به پایتخت، هوآهین، پاتایا و چیانگ مای را خواهند داشت. اگرچه به دلیل اقدامات موفقیت‌آمیز مهار، تعداد موارد ابتلا در سال ۲۰۲۰ پایین بود، اما تایلند امسال برای کنترل ابتلا در تلاش است. میزان واکسیناسیون نسبت به برخی همسایگان عقب است. کمتر از ۱۸ درصد از جمعیت تایلند تا ۱۳ سپتامبر کاملاً واکسینه شده‌اند و ۲۱ درصد دیگر هم یک دوز رزده‌اند.

آفریقای جنوبی: کاهش محدودیت‌ها، اما «دلتا» هنوز تهدید است

آفریقای جنوبی با کاهش میزان ابتلا در این کشور، شروع به کاهش محدودیت‌های متعددی در مورد کووید-۱۹ کرده است. کاهش محدودیت‌ها، که سپریل رامافوسا، رئیس‌جمهوری، روز یکشنبه اعلام کرد- در کشوری که بسیاری از بیماری‌های همه‌گیر را با قوانین فاصله‌گذاری اجتماعی بسیار سخت پشت سر گذاشته است، حتی ممنوعیت همه تجمعات به جز مراسم تشییع جنازه، در مواردی، و در جایی که میزان واکسیناسیون پایین است - چشمگیر است. رامافوسا هشدار داد که موج ویرانگر سوم کووید از نوع قابل انتقال دلتا هنوز فروکش نکرده، اما افزود که این کشور هم اکنون واکسن کافی برای پوشش کل جمعیت بزرگسال دارد و بیش از یک چهارم بزرگسالان حداقل یک دوز را دریافت کرده‌اند. او همه را تشویق کرد که واکسینه شوند و بارعایت محدودیت‌های باقیمانده اجازه دهند کشور به حالت عادی بازگردد: «موج سوم هنوز به پایان نرسیده و فقط با اقدامات فردی و جمعی می‌توانیم موارد جدید ابتلا را کاهش دهیم.»

شیلی: میزان بالای واکسیناسیون یعنی گردشگران بازگردید!

شیلی به دلیل کمپین واکسیناسیون روان و موفق، مورد ستایش بین‌المللی قرار گرفته است. بر اساس آخرین گزارش‌های وزارت بهداشت، تقریباً ۸۷ درصد از افراد واجد شرایط شیلی کاملاً واکسینه شده‌اند. این کشور هم اکنون توزیع دوز سوم را برای کسانی که کاملاً واکسینه شده‌اند، آغاز کرده است. مقامات بهداشتی روز پنجشنبه استفاده از واکسن چینی سینوواک (Sinovac) را برای کودکان ۶ ساله و بالاتر تأیید کردند. با وجود تهدید دلتا، دولت چهارشنبه اعلام کرد که از اول اکتبر، درست در فصل تابستان این کشور نیمکره جنوبی، درها را به روی گردشگران بین‌المللی باز می‌کند. خارجیان غیرمقیم با داشتن شرایطی خاص و قرنطینه پنج‌روزه در بدو ورود، می‌توانند وارد این کشور شوند. حوزه لوئیس اوربارت، معاون وزیر گردشگری، گفت: «این واقعیت که گردشگران خارجی می‌توانند به شیلی بیایند، گامی مهم برای بهبود آمار گردشگران ورودی است. این نخستین قدم است و تا زمانی که شرایط بهداشتی مناسب را حفظ کنیم، می‌توانیم به جلو حرکت کنیم.»

منبع: **CNN**