

عضو انجمن صنفی مدیران رسانه و شرکت تعاونی مطبوعات کشور	صاحبامتیاز: جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران
دفتر مرکزی: تهران، فکده دوم صادقیه ابتدای بزرگراه جناح کوچه شهید طهریان، شماره ۲۴	تلفن سازمان آگهی ها: ۴۴۹۵۶۱۰۰-۲
کدپستی: ۱۴۸۱۶۳۵۳۳	سامانه پیامکی: ۴۴۹۵۶۱۰۰-۵
فکس: ۴۴۹۵۶۱۰۰	سایت شهروند: www.shahrvand-newspaper.ir
تلفن: ۴۴۹۵۶۱۰۰	اینستاگرام شهروند: shahrvandonline.ir
چاپ: موسسه جام جم برتریا	شبکه ایکس شهروند: shahrvandonline



- زادروز ژان پل مارا، انقلابی فرانسوی، از سران انقلاب کبیر این کشور (۱۷۴۳ میلادی)
- درگذشت الکساندر دوم، نویسنده شهیر اهل فرانسه، پسر الکساندر دوم (۱۸۹۵ میلادی)
- درگذشت یوجین اونیل، نمایشنامه‌نویس آمریکایی، برنده جایزه ادبی نوبل (۱۹۵۳ میلادی)
- انتشار نامه مقام معظم رهبری خطاب به جوانان در کشورهای غربی (۱۳۹۴ خورشیدی)
- شهادت محسن فخری زاده، از دانشمندان شهیر صنعت هسته‌ای ایران (۱۳۹۹ خورشیدی)

## امروز باسلامت

### تاثیر نامطلوب سیگار الکترونیکی بدون نیکوتین بر رگ‌ها

سیگارهای الکترونیکی یا «ویپ» مدت‌ها به عنوان جایگزینی ایمن تر برای سیگارهای معمولی تبلیغ شده‌اند، اما اکنون محققان به بررسی اثرات ویپ «با نیکوتین» و «بدون نیکوتین» پرداخته‌اند. آن‌ها به این نتیجه رسیده‌اند حتی زمانی که سیگارهای الکترونیکی فاقد نیکوتین باشند، تأثیرات فوری بر رگ‌های خونی دارند. این نتیجه مطالعاتی جدید با استفاده از تصویربرداری است. این تحقیق که در دانشگاه پنسیلوانیا انجام شد، شامل ۳۱ فرد سالم بود که با سیگار می‌کشیدند یا از سیگار الکترونیکی استفاده می‌کردند و در بازه سنی ۲۱ تا ۴۹ سال قرار داشتند. هر شرکت‌کننده دو بار تحت تصویربرداری MRI قرار گرفت، یک بار پیش از مصرف و یک بار پس از استفاده از سه نوع مختلف دود، یعنی سیگار تنباکویی، سیگار الکترونیکی حاوی نیکوتین و سیگار الکترونیکی بدون نیکوتین.

در جریان این آزمایش، پس از استنشاق هر نوع دود یا بخار، جریان خون در شریان ران به شدت کاهش یافت. این شریان که در امتداد ران قرار دارد، خون غنی از اکسیژن را به تمام قسمت‌های پایین تنه می‌رساند. کاهش عملکرد و ریدها در افرادی که از سیگار الکترونیکی حاوی نیکوتین استفاده می‌کردند، بیشترین مقدار بود. سیگارهای الکترونیکی بدون نیکوتین نیز تأثیر زیادی داشتند. محققان همچنین متوجه شدند و ریدهای افرادی که از سیگار الکترونیکی استفاده می‌کردند، اکسیژن کمتری داشتند، که نشان دهنده کاهش فوری در میزان جذب اکسیژن پس از استنشاق است. نتیجه این که، اگر مصرف حاد یک سیگار الکترونیکی می‌تواند به‌طور فوری اثری در سطح رگ‌ها ایجاد کند، تصور این مسئله منطقی است که مصرف مزمن ممکن است منجر به بیماری‌های عروقی شود.



## امروز با پزشکی

### کمک به خودترمیمی قلب آسیب‌دیده با استفاده از ابزار کمکی

توانایی قلب انسان برای بازسازی سلول‌های ماهیچه‌ای خود (میوسیت‌ها)، بسیار محدود است و مشخص نیست هنگام آسیب دیدن قلب در اثر نارسایی شدید، برای این قابلیت چه اتفاقی می‌افتد. پژوهشگران مؤسسه کارولینسکا در سوئد به این نتیجه رسیده‌اند که سرعت بازسازی سلول‌های قلب آسیب‌دیده در مقایسه با قلب سالم کمتر است. استانداردها مراقبت از بیماران مبتلا به نارسایی قلبی پیشرفته، کاشت پمپی است که به حرکت خون کمک می‌کند و «دستگاه کمکی بطن چپ» یا (LVAD) نامیده می‌شود. حال این گروه پژوهشی دریافته‌اند عملکرد قلب بیماران که برای آن‌ها پمپ قلبی کاشته می‌شود بهبود چشمگیری داشته است و سلول‌های ماهیچه قلب آن‌ها با سرعتی بیش از شش برابر بیشتر از قلب‌های سالم بازسازی می‌شود.

پژوهشگران بخش زیست‌شناسی سلولی و مولکولی در مؤسسه کارولینسکا معتقدند نتایج این پژوهش نشان می‌دهد ممکن است راهی پنهان برای سرعت بخشیدن به سازوکار ترمیم قلب وجود داشته باشد. البته محققان بر این واقعیت نیز انگشت می‌گذارند که این سازوکار هنوز ناشناخته است و هیچ توضیحی برای آن وجود ندارد. یافته‌های این پژوهشگران امکان طراحی روش‌های درمانی جدید از طریق تحریک توانایی قلب برای ترمیم خود پس از آسیب جدی، در افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی و خیم رافراهم می‌کند. به این ترتیب، بیماران مجبور نیستند فقط به پیوند قلب با سایر انواع وسایل حمایت مکانیکی طولانی مدت متکی باشند. فقط کافی است یک وسیله برای مدتی هنگام عملیات پمپاژ به قلب کمک‌کنند تا این عضو حیاتی ترمیم خود را پیش ببرد.

## امروز با قانون

### نکات کاربردی حقوقی که لازم است همه از آن‌ها آگاه باشند

همه شهروندان لازم است سطح آگاهی‌های حقوقی خود را افزایش بدهند. این امر موجب تحقق و ارتقاء اصل حاکمیت قانون در جامعه، ارتقاء سطح سواد حقوقی افراد، کاهش مراجعات مردم به نهادهای قضایی و شبه قضایی، همچنین فرهنگ‌سازی و آمادگی عموم برای تبعیت از قانون خواهد شد.

#### اجاره پارکینگ و انباری آپارتمان

اجاره پارکینگ و انباری واحد آپارتمان به اشخاصی خارج از ساکنین آپارتمان ممنوع است. اما اجاره به هریک از ساکنین آپارتمان بلا مانع است.

#### تغییر در حیاط خلوت، زیرزمین و...

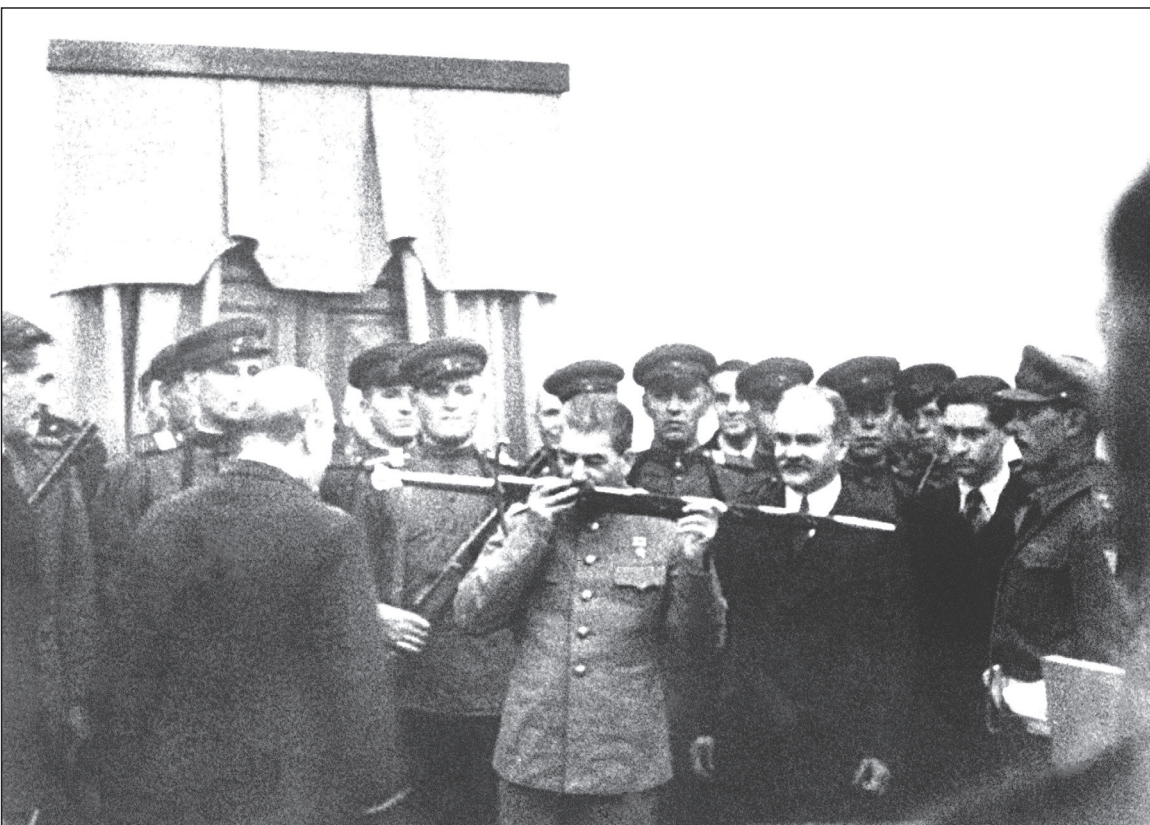
هرگونه تغییر در حیاط خلوت، پاسیو و زیرزمین مشاعی (مشترک) حتی اگر دیگر طبقات دسترسی به آن نداشته باشند منوط به اجازه مالکان مشاعی است.

#### هزینه نگهداری از حیاط، بالکن و...

اگر نحوه استقرار حیاط ساختمان یا بالکن یا تراس آپارتمان به گونه‌ای باشد که تنها از یک یا چند واحد مسکونی، امکان دسترسی به آن باشد، هزینه حفظ و نگهداری آن قسمت به عهده استفاده‌کننده یا استفاده‌کنندگان است.



## عکس دیروز



### «شمشیر استالینگراد»، هدیه چرچیل به دشمن خونی آینده

۸۱ سال پیش در چنین روزی، برابر ۷ آذر ۱۳۲۲ خورشیدی، در دومین روز نشست سران متفقین در تهران موسوم به «کنفرانس تهران»، وینستون چرچیل نخست‌وزیر انگلستان، برای قدرانی از مقاومت ارتش سرخ در برابر هجوم آلمان نازی، یک قبضه شمشیر به ژوزف استالین رهبر اتحاد جماهیر شوروی هدیه داد. این شمشیر که در محل سفارت روس هادر تهران و با حضور فرانکلین روزولت رئیس جمهوری آمریکا اهدا شد، بعدها به «شمشیر استالینگراد» شهرت یافت. شوروی تحت زعامت استالین اما بعداً به بزرگترین دشمن انگلستان و آمریکا تبدیل شد و در معرکه‌هایی چون جنگ کره و محاصره برلین، این دوستان سابق تا سرحد مرگ به هم جنگ و دندان‌نشان دادند و دیگر خبری از دوستی و اهدای نمادین شمشیر نبود.

## نگاه روز

### «کربلای ۳»، اجرای مجدد و بی‌کم‌وکاست حماسه «مروارید»

از کار انداخت. سال‌ها پس از (عملیات مروارید) اما ارتش عراق اقدام به بازیابی توان خود در اسکله‌های الامیه و البکر کرد و این موضوعی نبود که از چشم ایران دور بماند. با وجود سامانه‌های راداری و موشکی عراق بر روی این دو اسکله، ایران نمی‌توانست داعیه حکمرانی نظامی بر شمال خلیج فارس را داشته باشد، پس تصمیمی اخذ شد که نتیجه آن به عملیات «کربلای ۳» منتهی شد.

#### «افق» ملاقلی پور، راوی رشادت کربلای ۳

جالب است بدانید موضوع فیلم سینمایی «افق» یکی از موفق‌ترین و پرفروش‌ترین آثار سینمای دفاع مقدس به کارگردانی زنده‌یاد رسول ملاقلی پور نیز به عملیات «کربلای ۳» اشاره دارد. در این فیلم زرمندگان ایرانی نقشه‌ای را برای حمله به اسکله نفتی الامیه طراحی کرده و آن را به کمک غواصان شجاعی که در تیره شب به دل آب‌های خروشان می‌زنند، به اجرامی گذارند. در فیلم «افق» به رادارهای رازیت عراق که روی اسکله الامیه نصب شده بودند، اشاره فراوان می‌شود. عراق با این رادارها آمد و شد همه کشتی‌ها در پهنه خلیج فارس را زیر نظر داشت و توسط آن هانبروی هوایی خود را برای هدف قرار دادن کشتی‌های ایرانی هدایت می‌کرد. در نهایت اما زرمندگان کشورمان با هجوم به این دو اسکله و تصرف آن‌ها، تجهیزات نظامی و راداری‌شان را کاملاً نابود کرده و چون قصدی برای حفظ موقعیت نداشتند، تأسیسات نابود شده را تحویل عراقی‌ها دادند.

[مطالب مربوط به «عملیات مروارید» را می‌توانید در صفحه ۸ روزنامه امروز مطالعه کنید]



«شهروند» دهم شهریور ۱۳۶۵ خورشیدی، یکی از موفق‌ترین عملیات‌های تاریخ جنگ تحمیلی تحت عنوان «کربلای ۳» در منطقه عملیاتی جنوب کشور به اجرا درآمد و طی آن مهم‌ترین اسکله‌های عراق به نام‌های الامیه و البکر، توسط ایران نابود شدند. این دو اسکله تا قبل از آغاز جنگ تحمیلی روزانه یک میلیون بشکه نفت عراق را صادر می‌کردند و پس از شروع جنگ نیز به اصلی‌ترین دژ نظامی رژیم بعث در منطقه عملیاتی شمال خلیج فارس تبدیل شده و برای تردد کشتی‌های ایرانی و صادرات نفت کشورمان مزاحمت‌های اساسی ایجاد می‌کردند. ۱۱ متر ارتفاع اسکله و تجهیزات و ادوات مستقر در آن، این امکان را به نظامیان عراقی می‌داد که از روی الامیه و البکر منطقه وسیعی را زیر آتش خود بگیرند. به این ترتیب زرمندگان نیروی دریایی سپاه پاسداران با همراهی تیپ‌پروازان نیروی هوایی ارتش جمهوری اسلامی، در سحرگاه ۱۰ شهریور ۱۳۶۵، حمله به این دو اسکله را آغاز کردند.

#### تثبیت سیادت دریایی ایران در خلیج فارس

هدف عملیات «کربلای ۳» نابودی توان عملیاتی نیروی دریایی عراق در شمال خلیج فارس بود، اما این نخستین باری نبود که ایران اقدام به این کار می‌کرد. درست ۱۸ روز پس از آغاز جنگ تحمیلی، یا در واقع ۴۴ سال پیش در چنین روزی، برابر ۷ آذر ۱۳۵۹ خورشیدی، نیروی دریایی ایران طی عملیاتی غافلگیرانه و موفق که نام «مروارید» را روی خود داشت، بندر بزرگ ام‌القصر و اسکله‌های نفتی الامیه و البکر را کاملاً منهدم کرد و



## عکس روز



## خاطرات الرجال

اسدالله علم، وزیر دربار و از نزدیکترین چهره‌ها به محمدرضا شاه، تنها رجل سیاسی دوران پهلوی دوم است که خاطرات خود از ۱۰ سال همنشینینی نزدیک با شخص شاه و خاندان پهلوی را مکتوب کرده است. این تقریرات در ۷ جلد تحت عنوان «یادداشت‌های علم» به چاپ رسیده‌اند و ما در این ستون به تناوب این یادداشت‌ها را مرور می‌کنیم.

### پایان مهمانی لاشخورها!

امروز علیحضرت فرمودند: «راستی به تو خبر خوش بدهم که تصمیم گرفتم به مهمانی‌های خواهرهای خودم نروم، به علاوه تصمیم گرفتم تمام این که و گندهایی که این‌جا هم دعوت می‌شدند دیگر دعوت نشوند. جز مشغله و دردسر برای من چیزی نداشتند. پدرسوخته‌ها یا من بلوت یا بریج بازی می‌کنند و در فاصله انداختن هر ورق یک تقاضایی از من دارند. یا در منزل خواهرها یک عده لاشخور پدرسوخته جز تقاضا دیگر چیزی ندارند. دیشب تصمیم خودم را به علیاحضرت گفتم، بسیار ناراحت شدند.» عرض کردم من که مکرر این مطلب را به عرض خاکپای مبارک رسانده بودم، توجه نمی‌فرمودید. هروقت در نوشهر یا در کیش شرفیاب می‌شدم و این بی‌تربیتی‌ها را می‌دیدم خونم به جوش می‌آمد... فرمودند: محض خاطر شهبانو چیزی نمی‌گفتم، ولی دیگر احساس می‌کنم قابل تحمل نیست و به این جهت موقوف شد.» عرض کردم تبریک عرض می‌کنم و باید این کار، چنان که مکرر عرض کرده بودم از ۱۰ سال پیش که شروع شده بود موقوف می‌شد. ۵۶،۳،۱۸

#### شیره مالی سرپدرسوخته‌ها!

صبح شرفیاب شدم، البته بعد از آن که در خانه، عده‌ای شماری شاکی انتخاباتی راه انداخته‌ایم یا به قول معروف سر آن‌ها شیره مالیدم، چون هرچه من بگویم به گوش‌شان که فرو نمی‌رود، مگر آن که قول انتخاب شدن آن‌ها را بدهم. آن وقت همین پدرسوخته‌ها از عدم آزادی انتخابات و ظلم و ستمی که به آن‌ها شده شکایت می‌کنند، ولی می‌خواهند که من دست آن‌ها را در انتخاباتی که باید به وسیله مردم بشود، بگیرم. کارهایی که به عرض رساندم تمام انتخاباتی بود و واقعا راجع به جاهایی که به این آزادی نسبی انتخاباتی که این دوره داده شده به نظر من تخطی علنی شده است. اوامری به دولت صادر فرمودند که رسیدگی به عمل آید... ۵۶،۳،۱۸

#### سرکار گذاشتن اندیشمندان!

صبح شرفیاب شدم امروز گروه اندیشمندان در حدود ۵۰ نفر شرفیاب می‌شدند. این‌ها مسائل ایران را به خیال خودشان بررسی می‌کنند و نظرآشان را توسط دفتر مخصوص به دولت می‌رسانند. رئیس آن‌ها هوشنگ نهاوندی است که سابقاً رئیس دانشگاه تهران بود و حالا رئیس دفتر مخصوص علیاحضرت شهبانو است. نایب رئیس آن‌ها دکتر عباس صفویان، طبیب معالج من است. وقتی این‌ها تشکیل شدند که شاهنشاه می‌خواستند در مقابل حزب ایران نوین قوه دیگری هم غیر از حزب مردم باشد و همه مغزها مثلاً در حزب ایران نوین جمع نشود. ولی حالا که یک حزب رستاخیز داریم این‌ها شأن نزول خودشان را از دست داده‌اند، ولی نمی‌فهمند. کسی هم حرفی ندارد، بگذار باشند و وقت بگذراند چه عیبی دارد؟ ۵۶،۳،۲۱

