

آتش نشان می رسانند پی می برند که او به خاطر مسمومیت گاز و نرسیدن اکسیژن به حالت کما رفته است .



بدین ترتیب آتش نشان فداکار امید عباسی، با دلآوری و از خود گذشتگی خود، فصل دیگری از افسانه های ماندگار این سرزمین را در گنجینه " امیدهای سرزمین من ... " رقم می زند. افسانه ای که به خاطر پایان زیبایش در ذهن نگارنده این متن جاودانه شده است. پایانی که همانند خیلی از افسانه های کهن این سرزمین ، لزوما شیرین نبوده اند، اما بسیار زیبا بوده اند .

غریبگی ظروف یکبار مصرف با محیط زیست...

زمانی که برای اولین بار ظروف یکبار مصرف وارد بازارها شدند، همه نفس راحتی کشیدند و به خود وعده زندگی سالم تر و البته راحت تری دادند. در حال حاضر سالهاست که این ظروف حتی در نذریها و سفره های ما جای خود را باز کرده اند و از زمانی که نذری در سینیها و ظروف فلزی در بین مردم پخش می شد زمان زیادی گذشته است. کسانی که حداقل یک وعده غذای خود را در ادارات و سازمانها می خورند از جمله کسانی هستند که هر روز در معرض خطرات این ظروف قرار دارند، اما به راستی این صرفه جوییها در زمان و البته هزینه به چه بهایی انجام می شود؟ سلامتی مصرف کنندگان؟ نابودی محیط زیست؟

ماندگاری ظروف یکبار مصرف پلاستیکی در طبیعت ۳۰۰ تا ۵۰۰ سال است. در حال حاضر بسیاری از کشورها به ویژه کشورهای اروپایی با به کار بستن روش های جانشین سعی کرده اند استفاده از ظروف یکبار مصرف را به حداقل برسانند. کاربرد

امیدهای سرزمین من...

داستان شهادتش به افسانه های کهن این سرزمین می ماند. افسانه دلآوری که به نبرد اهریمن پلید بر می خیزد ! مأمور جوان آتش نشان، روز چهارشنبه ۲۵ اردیبهشت ۱۳۹۲ زمانی که به همراه تیم آتش نشانی برای اطفای حریق در طبقه دهم یک ساختمان مسکونی در غرب تهران وارد آپارتمان می شود، با دختر بچه ای ۸ ساله ای روبه رو می شود که در میان آتش و دود در گوشه ای از خانه گیر افتاده است . داستان از آنجا شروع می شود که در سکوت ظهر آن روز با فریاد کمک خواهی زنی از طبقه دهم مجتمع «زیتون» شهرک شهید باقری، همه ساکنان این مجتمع از ماجرای آتش سوزی آپارتمانی باخبر می شوند. همسایه ها به سرعت خود را به طبقه دهم می رسانند اما شعله های آتش خانه را محاصره کرده است و زن جوانی پسرش را در آغوش گرفته و با گریه و فریاد حبس شدن دخترش را در میان شعله های آتش خبر می دهد. با اعلام این خبر تیمی از ماموران آتش نشانی به محل حادثه می رسند و وقتی خود را در برابر آتش سوزی بزرگی می بینند ، از ایستگاه های دیگر درخواست کمک می کنند. جان دخترکی که در میان جهنمی از آتش گیر افتاده است، در خطر حتمی قرار دارد. گام نخست چند تن از ماموران برای تخلیه ساختمان اقدام می کنند و سه آتش نشان دیگر مأموریت می یابند که خود را به کانون آتش بزنند و ریحانه را از محاصره شعله ها نجات بدهند.

امید عباسی یکی از این آتش نشانان با ماسکی که روی صورتش دارد، خود را به آتش می زند. وقتی به اتاق و راهرو شعله ور راه می یابد اثری از ریحانه نمی بیند. چند قدم جلوتر می رود و صدای ریحانه را از اتاق روبه رویش می شنود که شعله های آتش از چارچوب در ورودی اش به بیرون زبانه می کشند. آتش نشان فداکار در محاصره دود و آتش از چارچوب در می گذرد و وارد اتاق می شود. یکی دو بار ریحانه را صدا می زند تا این که می فهمد دخترک در کنج اتاق در کنار یک کمد شعله ور پناه گرفته است و هر لحظه بیم آن می رود خرمی از آتش بر سرش فرو بریزد. آتش نشان فداکار خودش را به ریحانه می رساند. احساس می کند دخترک هر لحظه ممکن است به خاطر تنفس دود از پای دربیاید، به سرعت ماسک تنفس را از چهره خود برمی دارد و به صورت دختر بچه می زند، بعد پتویی را که در دست دارد روی سر او می کشد و تلاش می کند از میان آتش و دود بیرون بیاید. وقتی ریحانه را نجات می دهد، خود در راهروی ساختمان نقش زمین می شود. عوامل اورژانس وقتی خود را به بالای سر این

برابر حرارت است. مواد به کار برده شده در این ظروف فاقد عکس العمل شیمیایی که باعث بروز بیماری‌های اختلالات عصبی و خونی می‌شود، است.

مزایای تکنولوژی تولید محصولات ظروف یکبار مصرف تجزیه پذیر:

- قابل تجزیه در طبیعت

- بهداشتی بودن

- موجود بودن و در دسترس بودن خوراک این تکنولوژی در داخل کشور (نشاسته

ذرت، نشاسته گندم و نشاسته سیب زمینی) با قیمت مناسب

- امکان تولید محصول در رنگها و طرحهای مختلف و متنوع

- توانایی تکنولوژی در استفاده از انواع نشاسته های رایج نظیر نشاسته ذرت، سیب

زمینی و گندم

- کاهش مصرف منابع طبیعی و ثروتهای خدادادی

به هر حال وقت آن رسیده که بر اساس اثرات منفی مستقیم و غیر مستقیم پلاستیک

بر روی محیط زیست انسانی و سلامتی تمامی موجودات، یک "نه" بزرگ به ظروف

پلاستیکی بگوییم تا اینگونه به سمت یک زیستن پایدار و کم خطر حرکت کرده

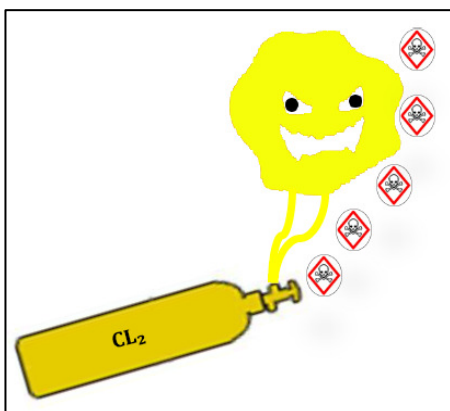
باشیم.

گاز کلر

کلر در شرایط محیط به شکل گاز، به رنگ زرد متمایل به سبز با بوی تند و نافذ

بوده و حدود ۲/۵ برابر از هوا سنگین تر بوده و بنابراین در هوای ساکن، نزدیک سطح

زمین قرار می‌گیرد.



روش تشخیص گاز کلر: آسان ترین روش

برای تشخیص نشت گاز کلر محلول غلیظ

آمونیاک است، نزدیک نمودن محلول

آمونیاک به گاز کلر باعث تولید دود سفید

می‌گردد.

شرایط اضطراری در هنگام نشتی گاز کلر:

- به نقاط مرتفع پناه ببرید. (کلر به دلیل سنگینی در سطح زمین و نقاط گود جمع

می‌شود)

- جهت موافق باد از منطقه نشتی فاصله بگیرید و مراکز امدادی را مطلع سازید.

- محوطه اطراف نشتی را با فاصله از کپسول دارای نشتی اسپری آب نمایید.

پلیمرهای گیاهی جهت تولید ظروف یکبار مصرف و به کارگیری کیسه های پارچه ای

به جای کیسه های نایلونی در هنگام خرید نمونه ای از این روش ها است.



ظروف یکبار مصرف گیاهی به عنوان جایگزین

کار روی پلیمرهای گیاهی در جهان از سال ۱۹۷۰ و در زمان بحران نفت آغاز شد،

در آن زمان کشورهای پیشرفته به فکر استفاده از موادی برای بسته بندی افتادند که

وابسته به نفت و مشتقات آن نباشد، بنابراین پلیمرهای گیاهی ساخته شده با

ترکیباتی مانند سیب زمینی، ذرت و گندم مورد آزمایش قرار گرفت. در حال حاضر

نیز بخش عمده کشورهای اروپایی ظروف یک بار مصرف گیاهی را جایگزین ظروف

بسته بندی حاصل از مشتقات نفتی کرده اند. شکل و ظاهر این ظروف کاملاً مشابه

ظروف پلاستیکی است با این تفاوت که "زیست تخریب پذیر" هستند. واژه زیست

تخریب پذیر یا Biodegradable به معنی موادی است که به سادگی توسط فعالیت

موجودات زنده به زیر واحد های سازنده خود تجزیه شده و بنابراین در محیط باقی

نمی‌مانند. طبق تحقیقات به عمل آمده زمان برگشت ظروف پلاستیکی یکبار مصرف

به طبیعت ۳۰۰ تا ۵۰۰ سال است. اما این زمان برای ظروف یک بار مصرف گیاهی که

از نشاسته ذرت اصلاح شده تهیه شده است، پنج تا شش ماه بدون هیچ آسیب زیست

محیطی می‌باشد.

ظروف تهیه شده از این پلیمر های زیست تخریب پذیر در صورت مدفون شدن در

خاک تحت پنج عامل شامل میکرو ارگانیسم های خاک، دما، رطوبت، اکسیژن و فشار

خاک حداکثر در مدت شش ماه تجزیه شده و می‌پوسند. این ظروف عاری از هر گونه

اثرات مضر و عکس العمل های شیمیایی در تماس با مایعات و غذاهای داغ و مقاوم در

یکی از موثرترین روش ها برای کنترل دیابت در افراد ، اندازه گیری مداوم قند خون می باشد. در حالت نرمال و در افراد سالم قند خون ناشتا بین ۹۹ و پایین تر می باشد. این قند دو ساعت بعد از صرف غذا به ۱۳۹ و پایین تر می رسد . در حالت پیش دیابت (فرد در معرض خطر دیابت است) قند ناشتا بین ۱۲۵ تا ۱۰۰ و دو ساعت بعد از غذا بین ۱۹۹ تا ۱۴۰ می رسد . در افراد مبتلا به دیابت قند ناشتا بین ۱۲۶ و بالاتر و دو ساعت بعد از صرف غذا بین ۲۰۰ و بالاتر می رسد.

از علائم مهم و اولیه بروز بیماری دیابت میتوان تشنگی فراوان، تکررادرار، عصبی و بی حوصله بودن، اختلال در بینایی، بی حسی و یا مورمور شدن انگشتان ، ایجاد زخم و دیر بهبود یافتن زخم ها را نام برد. این گونه علام را بایستی جدی گرفت. خصوصا در افرادی که سابقه دیابت در در میان بستگان آنها مشاهده شده است.

در برخی افراد مبتلا به بیماری های دیگر از قبیل تالاسمی، بیماری های لوزالمعده، بیماری های غدد درون ریز و... دیابت نیز بعضا بروز می کند. این گونه بیماران ریسک بالاتری برای ابتلا به دیابت را دارند. در بسیاری از افراد علائم دیابت نوع ۲ چندان مشهود نیست و یا این که بروز و پیشروی آن بسیار کند است و به همین دلیل تشخیص این نوع دیابت غالبا " دیر هنگام صورت میگیرد و متاسفانه اغلب این دیابتی ها زمانی به پزشک مراجعه می کنند که بسیاری از ایشان دچار یکی از عوارض دیابت شده اند. از هر سه نفر مبتلا به این نوع دیابت یک نفر اضافه وزن ناشی از رژیم غذایی نا سالم دارد و از هر ده نفر مبتلا یک نفر چاقی ناشی از عدم داشتن تحرک دارد. از مهم ترین عوارض دیابت می توان سکنه مغزی و قلبی، آسیب به اعصاب بینایی، بیماری عروق کرونر، آسیب به کلیه ها، زخم و عفونت و قطع پای دابتی می باشد.

توصیه ها برای پیشگیری از دیابت : ۱- خوردن غذای سالم ۲- داشتن فعالیتهای ورزشی ۳- کنترل وزن ۴- کنترل قند خون ۵- رعایت توصیه های پزشکی.

- هرگز بر روی سیلندر در حال نشستی آب پاشیده نشود یا سیلندر، داخل حوضچه آب (خالص) انداخته نشود. در هنگام خروج گاز از سیلندر، به دلیل سرمای تبخیر، کلر مایع داخل سیلندر منجمد شده و بدنه بیرونی سیلندر برفک می زند که این خود باعث کندی یا توقف خروج گاز می شود. پاشیدن آب بر روی سیلندر باعث ذوب کلر مایع و تشدید تبخیر می گردد.

اکثر نشستی های جزئی گاز از شیر سیلندر را می توان بوسیله در پوش یا محکم نمودن اتصالات و پیچ و مهره ها به طور موقت مهار نموده سپس اقدام به انداختن سیلندر به داخل محلول سود یا شیرآهک نمود.

لوازم حفاظت فردی در مواجهه با نشستی گاز کلر:

لباس تمام ایزوله ضد گاز کلر- تجهیز تنفسی به همراه ماسک تمام صورت - کفش تمام ایزوله

دیابت

یکی از بیماری های شایع عصر حاضر دیابت یا به اصطلاح آشنای مردم قند خون است. آمارهای جهانی موبد این حقیقت است که امروزه دیابت در جهان در حال افزایش است. این عارضه علاوه بر عوامل وراثتی ناشی از شیوه زندگی و تغذیه ای انسان ها در عصر حاضر دارد. دو نوع دیابت در میان بیماران شناسایی شده است. دیابت نوع ۱ بیتاری است که طی آن سلول های لوزالمعده مبتلایان به این نوع دیابت



دیگر هیچ انسولینی ترشح نمی کند. در دیابت نوع ۲ که این نوع دیابت مهم ترین نوع و به دیابت بزرگسالی معروف است. در بدن افراد مبتلا، انسولین به اندازه کافی ترشح می شود. اما به عللی موثر واقع نمی شود. نوع دیگری دیابت وجود دارد که به دیابت حاملگی معروف است و حدود ۳ تا ۵ درصد خانم های باردار ، به خصوص در اواخر دوران حاملگی به این نوع دیابت مبتلا می شوند.

در کل از هر ۱۱ نفر بزرگسال یک نفر مبتلا به انواع دیابت است. جمعا ۴۲۲ میلیون بزرگسال مبتلا به دیابت نوع ۲ هستند که از میان آنها مرگ سالانه ۱/۵ میلیون نفر در اثر این نوع دیابت گزارش شده است