

## جان کمپبل: داعش...

گروه‌های شورشی داخلی، داعش نیز یک خطر است.دولت افغانستان سه ماه است که برای مبارزه با داعش استراتژی تازه‌ای روی دست گرفته است. نخستین عملیات علیه این گروه در ولایت جنوبی هلمند اجرا شد که عبدالرئوف خادم رهبر محلی این گروه را کشت. اما تاکنون این استراتژی باعث نابودی گروه داعش در افغانستان نشده است، بلکه در شش ماه گذشته فعالیت این شورشیان گسترده‌تر هم شده است. (بی بی سی)

### اشرف غنی: پاکستان...

اردوی ملی کشور دارای اراده قوی میباشد، افزود هر کسی که اراده قوی قوای مسلح افغانستان را نادیده بگیرد، میدان را باخته است.

رئیس جمهور به سرپرست وزارت دفاع ملی و سایر مقامهای این وزارت هدایت داد تا امتیازهای جان باختگان اردوی ملی را به صورت عاجل افزایش دهند و همچنان در همکاری با نهادهای بین المللی، بنیادی را به‌خاطر کمک به خانوادههای شهدا و مجروحین نیروهای امنیتی کشور ایجاد نمایند.

محمد اشرف غنی در عین حال، ضمن تقدیر از مسولان امور صهی این وزارت بخاطر نجات جان صدها تن از سربازان مجروح گفت: «معالده موفقیت واضح میباشد و آن این است که باید مردم، قوای امنیتی و دفاعی و دولت را یک صف واحد قرار داشته باشند. ما خواهان جنگ نیستم؛ این جنگ بالای ما تحمیل شده است، ما صلح پایدار میخواهیم؛ اما جواب شمت را با شمت میدهیم».

رئیس دولت افزود: «اراده سیاسی ما مستحکم است، با وضاحت در یک صف واحد ایستادهایم، خاوند (ج)مسؤولیت دفاع این وطن را برای ما سپرده است، بر حق هستیم؛ بالای کسی تجاوز نکرده‌ایم و هنوز هم خواهان راه حل سیاسی میباشدیم و صلح باعزت میخواهیم؛ زیرا صلح با عزت منافع این وطن را تأمین میکند».

اشرف غنی با بیان اینکه افغانستان برای هیچ کشوری خرساز نخواهد بود، از تمام مردم کشور خواست تا در کنار نیروهای امنیتی خود بایستند.
وی در مورد روند صلح نیز گفت: «ما به دو نوع صلح نیاز داریم که یکی آن صلح با کشور همسایه پاکستان میباشد؛ زیرا این کشور در یک جنگ تا اعلام شده با ما قرار دارد.»

رئیس جمهور با اشاره تلویحی به صلح با طالبان نیز گفت: «از منافع ملی یک ذره هم نمیگذریم. اردو، پولیس و امنیت و هر فرد این کشور، باید اعتماد داشته باشد که صلح در چوکات قانون اساسی و دستورات این مقدس اسلام صورت میگيرد».
اشرف غنی در ادامه خاطرنشان کرد که به جنرالان و افسران کشور، بخاطر نمایندگی عزتمندانه از کشور باور دارد و مطمئن است که هیچ اتفاقی جاسوس خرابچهار نخواهد شد. (پژواک)

### امنیت ملی افغانستان...

در مورد موضوعات امنیتی، از جمله بحث تفاهنامه اطلاعاتی بین افغانستان و پاکستان فراهخوانده بود.

آقای نبیل در آغاز درخواست کرد که جلسه پشت درهای بسته برگزار شود و در پایان یکی از اعضای کمیسیون با رسانها صحبت کند.

یک عضو این کمیسیون که خواست نامش فاش شود گفت که هدف اصلی از تعیین این مراحل توجه حکومت به منافع ملی افغانستان است. این عضو کمیسیون گفت که آقای نبیل در نشستهای مقامات پاکستانی با مقامات افغان حضور نداشته و عدم حضور او در این نشست ها از خواستههای مقامهای پاکستانی بوده است. او گفت که آقای نبیل نسبت به این تفاهنامه متوجه بوده است.

امنیت ملی گفته برای نهایی کردن و اجرائی شدن این تفاهنامه، متن آن باید بر اساس منافع ملی و سیاست خارجی افغانستان باشد و برای گرفتن مشروعیت باید از این پنج مرحله بگذرد:

مرحله اول: چهارچوب، حدود و صلاحیتهای این تفاهنامه را رئیس جمهوری افغانستان تعیین خواهد کرد.

مرحله دوم: متن پیشنویس تفاهنامه توسط متخصصان نهادهای دولتی شامل ریاست عمومی امنیت ملی، وزارت امور خارجه، ریاست اجرائی حکومت و

دفتر شورای امنیت ملی تهیه و بررسی خواهد شد. امنیت ملی گفته که این گروه متخصصان به رئیس جمهوری افغانستان گزارش خواهند کرد.

مرحله سوم: شورای امنیت ملی افغانستان در مورد پیشنویس این تفاهنامه بحث خواهد کرد.

مرحله چهارم: بعد از این که تفاهنامه از شورای امنیت ملی گذشت، برای ایجاد «جماع ملی»، پیشنویس آن در اختیار بزرگان سیاسی، رهبران جهادی و نمایندگان مردم برای گرفتن نظرات آنها قرار خواهد گرفت.

مرحله پنجم: پس از گرفتن و درج نظرات، متن تفاهنامه به دولت پاکستان سپرده شود.

سازمان اطلاعاتی پاکستان تاکنون در مورد مراحل نهایی کردن این موافقتنامه چیزی نگفته است.

در روزهای گذشته بحث روی تفاهنامه اطلاعاتی بین سازمانهای اطلاعاتی افغانستان و پاکستان از موضوعات بحث برانگیز بود و واکنشهایی به همراه داشت. حکومت افغانستان به دنبال انتقادها در مورد این تفاهنامه، نگرسی با حضور سران جهادی برگزار کرد و در جلسات شورای امنیت نیز در مورد این تفاهنامه بحث شده که جزئیات آن در اختیار رسانهها قرار نگرفته است. ریاست امنیت ملی افغانستان گفته

## چیزی گفته نشده است. (طلوع نیوز) تلاشی افغانستان ...

اساسی سیاست خارجی تدوین شده ندارد. پارلمان بارها از حکومت خواسته تا سیاست خارجیش را تدوین کند و برای تصویب به پارلمان بفرستد.
سیاست «گاه دوست گاه دشمن» در رابطه به کشورهای همسایه بزرگترین انتقادی است که متوجه حکومت افغانستان است. در سیزده سال گذشته حکومت گاه با پاکستان بسیار نزدیک میشد و گاهی آن کشور را دشمن خطاب میکرد.

سیاست خارجی افغانستان با ایران، کشورهای آسیای میانه و چین نیز مشخص نیست. مقامهای حکومتی گاهی از ایران به دلیل سیاستهای مذاخلهگرانهاش انتقاد کرده و گاهی هم این کشور را دوست نزدیک افغانستان خوانده است.
اما کتابی که توسط یک تیم تحقیقی در وزارت خارجه چاپ شده، نا اندازه سیاست خارجی افغانستان را به جهان معرفی میکند. مقامها در وزارت خارجه میگویند افغانستان پیش از این توسط کشورهای پاکستانی، ایرانی و هندی به اشتراک معرفی میشد. فرامرز عرفی رئیس مرکز مطالعات استراتژیک وزارت خارجه افغانستان روز یک شنبه (۲ جوزای ۱۳۹۲) در نشستی در کابل گفت: «همیشه ما از دریچه چشم دیگران معرفی میشدیم. اگر خارجه میخواستند در باره افغانستان مطالعاتی داشته باشند، کتابهای پاکستانی، هندی و ایرانی را میخواندند.»

مسولان وزارت خارجه میگویند این کشور باید تلاش کند تا در زمینه های اجتماعی به خصوص عرصه سیاست خارجی، خود کتابهای معتبری برای معرفی افغانستان برای کشورهای دیگر به خصوص محققان داشته باشد.

به باور مقامهای این وزارت همه چنگها، بدبختیها و با دست آوردهایی که افغانستان در یک قرن گذشته داشته، متأثر از نحوه سیاست خارجی سیاستمداران افغانستای بوده است.

آقای تمنا افزود افغانستان به دلیل نداشتن سیاست خارجی مدون در یک قرن گذشته نتوانست از عواقب ناگوار حوادث بینالمللی در امان بماند به همین دلیل بخشی از آسیبهایی که افغانستان در این مدت دیده، از نداشتن یک سیاست خارجی ناشی میشود.

تمنا گفت: «بزرگترین مشکل ما در یک قرن گذشته در عرصه سیاست خارجی این بود که ما به خیلی از مسایلی که در پیرامون ما و در جهان اتفاق میافتاد، بی‌ارنامه از قبل تدوین شده نداشتیم. ما شایون جنگ سرد، فروپاشی اتحاد جماهیر بینی نیکردیم به همین دلیل این حوادث اتفاق میافتاد ما برنامهای نداشتیم و دانشگراییانه برخورد نمیکردیم.»

پس از شکست رژیم کمونیستی در افغانستان این کشور به یک انزوی تاریخی فرورفت. این کشور نسبت تنها سیاست خارجی روشنی نداشت بلکه کسب قدرت یک جنگ نیابتی را به نمایندگی از کشورهای همسایه در این کشور به را انداختند.

افغانستان در دوره طالبان به یکی از متوزیرترین کشورهای جهان تبدیل شده بود. طالبان با هیچ کشوری به این جزه پاکستان ارتباط نداشت؛ ایران به این گروه به عنوان دشمن مینگریست و کشورهای آسیای میانه از رشد افراطگرایی طالبانی نگران بودند.اما در سیزده سال گذشته حکومت بیشترین تلاش را به خرج داد تا توجه جهان را به خود جلب کند. کمکهایی که در این مدت با افغانستان شد، در تاریخ این کشور بیبیشینه است. روابط افغانستان نه تنها با همسایها و منطقه بلکه با همه کشورهای اروپایی و امریکایی گسترش یافت. (دوپیچه وله)

### شماری از اعضای ...

برای برگزاری انتخابات پارلمانی و شوراهای ولسوالی اقدام کنند.این اظهارات وی درحالی مطرح شد که پیشر یوسف نورستانی، رییس کمیسیون انتخابات در مجلس نمایندگان گفت که پول لازم برای برگزاری انتخابات پارلمانی وجود ندارد و سران حکومت برای برگزاری این انتخابات توجه نمیکنند.
افزود که برای برگزاری انتخابات پارلمانی حدود ۸۰ میلیون دالر نیاز است و کشورهای تمویل کننده برای پرداخت آن جواب مثبت ندادهاند.

اما رهبران حکومت وحدت ملی میگویند که برای برگزاری انتخابات پارلمانی اراده قوی دارند و به زودی اصلاحات جدی در نظام انتخاباتی بوجود خواهد آمد.

در همین حال شماری از اعضای مجلس سنا گفتند که اگر حکومت در ماه سرطان نمیتواند انتخابات پارلمانی و شوراهای ولسوالی برگزار کند، باید آمادگی برای برگزاری آن در ماه سنبله یا میزان داشته باشد.
اعضای این مجلس همچنان حکومت وحدت ملی را در تعام هرچه به شمول برگزاری انتخابات پارلمانی در وقت معین آن تاام خواندند.

صفیاله هاشمی عضو مجلس سنا گفت که اگر کار حکومت وحدت ملی به همین روند ادامه یابد، مردم بیش از هر زمانی ناامید خواهند شد.

او اجراءات مجلس نمایندگان را پس از اول سرطان سال جاری غیرقانونی خواند

و افزود، ما انتظار داشتیم با برگزاری انتخابات انتخابات پارلمانی و ولسوالی جای خالی یک ثلث مجلس پر شود، اما با توجه به وضعیت، چین چیزی امکان ندارد. (مرکز)

### سپهرهند: در مورد ...

کنسرسیوم متذکره، پیرامون تسهیلات پروژهٔ حاجیگک، ارزیابی صورت گرفته است.

نامبرده گفته است که دراین نشست، چنین فیصله ای صورت نگرفته؛ طوریکه رسانه ها پخش نموده اند.

عبدالقدوس حمیدی معین وزارت معادن، فسخ قرارداد معدن حاجیگک توسط کنسرسیوم کمپنی هندی را رد کرد . وی گفت که این قرارداد درحال حاضر درجریان طی مراحل قرارداد.

از سوی دیگر، وزارت معادن وپترولیم میگوید که مذاکرات روی مسوده قرارداد معدن حاجیگک، با دو شرکت هندی و کانادایی برنده داوطلبی این معدن و دولت افغانستان، از سال ۱۳۸۹ تا کنون، همچنان ادامه دارد.

در یک اعلامیه که از طرف دفتر مطبوعاتی وزارت مذکور به آژانس خبری پژواک مواصلت درزیده، آمده است: «خبر فسخ سرف از طریق روزنامه هندی فایننشال اکپرس و به نشر رسیده، وزارت معادن نمیتواند آنرا تأیید و یا هم رد نماید؛ چون تا کنون هیچ یک از شرکت های مورد نظر اشتراک کننده در داوطلبی، بطور شفاهی و کتبی از عدم اشتراک شان در تکمیل پروژه داوطلبی، دولت افغانستان را رسماً مطلع نساخته اند».

منبع قابل ذکر دانسته که تاکنون قرارداد واگذاری این معدن، عقد نگردیده است، وزارت معادن و پترولیم موضوع را از مجاری رسمی دولتی، تحت کار دارد و از نتیجهٔ آن مردم افغانستان را مطلع خواهد ساخت.معدن آن حاجیگک، در ولایت بامیان موقعیت دارد که توسط وزارت معادن درسال ۱۹۶۰ کشف شده است.

به اساس معلومات وزارت معادن و پترولیم، در این معدن حدود ۲ میلیاردتن مواد آهن دار معدنی تخمین شده است. که ۶۲ درصد آهن خالص در آن موجود است.

عبدال حاجیگک، در برج میزان سال ۱۳۸۹ به مزایده گذاشته شد که در نتایج وزارت معادن و پترولیم افغانستان در سال ۱۳۹۰ خورشیدی، کمپنی هندی (SAIL) و کمپنی کانادایی (KIL) را برنده اعلام نمود.کنسرسیوم کمپنی های هندی، امور حفاری معدن؛ و کمپنی کانادایی، امور اکتشاف و تحقیقات سرفا به عهده گرفت. به اساس قرارداد، کنسرسیوم کمپنی های هندی (سپیل) در طول ۱۱ سال؛ (۱۰،۸) میلیارد دالر سرمایه گذاری می نماید. (پژواک)

### کنفرانس روند ...

نمایندگان ۱۲ سازمان منطقه و جهان نیز اشتراک می ورزند.«پروسهٔ قلب آسیا استامبول» در سال ۱۳۹۱ خورشیدی از سوی کشورهای منطقه آغاز گردید تا در منطقه برای استقرار صلح و رشد اقتصاد اقدامات لازم اتخاذ کرد.
این بار در سال ۲۰۱۵ میزبانی این کنفرانس ریاست این ها برگزار می شود، کنفرانس پنجم این روند در اواخر سال جاری به سطح عالی در اسلام آباد دایر می شود. کنفرانس اخیر، این روند سال گذشته در بیجینگ مرکز چین دایر شده بود. کشورهای عضو «پروسهٔ قلب آسیا استامبول» افغانستان، آذربایجان، چین، هندوستان، ایران، قزاقستان، قرغزستان، پاکستان، برستان، روسیه، تاجکستان، ترکیه و ترکمنستان و کشورهای امارات متحدهٔ عربی می باشند.

همچنان استرالیا، کانادا، دنمارک، مصر، فنلند، فرانسه، آلمان، عراق، ایتالیا، جاپان، یولند، نازوی، اسپانیا، سوئد، بریتانیا و امریکا کشورهای همکار این روند هستند.
اتحادیهٔ اروپا، ناتو، ایکو، او ای سی، سارک و برخی سازمان های منطقه و جهان نیز در این کنفرانس اشتراک می ورزند.

نشست نخست پروسهٔ استامبول، تحت نام «کنفرانس جهانی همکاری و امنیت در قلب آسیا» در سال ۱۳۹۱ خورشیدی، در استامبول برگزار شده بود. (پژواک)

### یک دختر و یک ...

خبری پژواک گفت که جسد این دختر۱۵ساله ومرد ۲۲ساله، صبح دیروز در نزدیک مقر ولسوالی مردیان انداخته شده بودکه توسط موسفیدان محل، به اقارب شان تحویل داده شدوی افزود که تاحال مشخص نیست که این دوتن چنین عمل نامشروع را انجام داده بودند یا خیرا تحقیقات پولیس در زمینه آغاز شده است، این عملکرد، موجب عکس العمل برخی علما و سازمان حقوق بشر شده است.
مفتی محترممسول (مجهز) رییس شورای علمای جوزجان گفت: (( اگر این دوتن عمل زنا را هم مرتکب شده بودند، قانون او را گناهانی عدلی و قضایی وجود داردکه فیصله کند، نه اینکه افراد باشخاص و گروه ها))مجهز علاوه نمود که این خود، مخالف قانون است، باید محکمشدند که قانونین بعد از تحقیق محاکمه میشوند.
خانم مغفرت صمیمی رییس سازمان حقوق بشرجوزجان نیز این عملکرد را تقبیح کرده، گفت که باید اسناد وشواهد توسط شاهدان و طب عدلی ارایه می شد و بعداً در مورد فیصله میگردد. (پژواک)

## مردم در نگهداشت...

به گفتهٔ وی، فرسودگی و کتیف بودن بانکوت ها در معاملات مشکل ایجاد می کند؛ زیرا از ماشین هایه که برای حساب نمودن پول است، عبور کرده نمی تواند.
موصوف افزود که به همین دلیل، د افغانستان بانک مجبور است که بانکوت های کهنه و فرسوده را جمع آوری و حریق کند و به جای آن، پول جدید چاپ کند که خود برای بانک مشکل را ایجاد می کند.طراب گفت که بر علاوهٔ ایجاد مشکلات یادشده به بانک، زیان مالی نیز می رساند.
به گفتهٔ طراب، جهت جلوگیری از این مشکل، د افغانستان بانک بر نامه

های آگاهی دهی از طریق رسانه های تصویری داشته است.همچنان او به نصب و فعال کردن سیستم برقی پرداخت محصول گرمکی در گمرکات کشور اشاره کرده، گفت که این سیستم از کهنه شدن بانکوت های کاغذی جلوگیری می کند. این سیستم روز شنبه در گمرکات عملاً فعال گردید.وی از مردم خواست که به بانکوت های افغانی خود ارزش دهند و در حفظ و نگهداری آن توجه جدی نمایند و همیشه پول را در بکس جیبی نگهداری کنند تا از خراب شدن میلیون ها افغانی جلوگیری شود. (پژواک)

### انفجار در میدان...

به شمول یک خانم ودو طفل راحمل میگردد که مابین کنتراسرک در ساحة سلطان خیل ولسوالی دایمیراد، در مقابل آن انفجار کرد.سختگوی سرپرست ولایت میدان وردک گفت که دراین انفجار، دو فرد ملکی جان باخته و شش تن به شمول زن و دو طفل جراحات برداشته است.

وی علاوه کرد که مجروحین، جهت تدایوی به شفابخانه منتقل گردیده؛ اسادر مورد وضعیت صحنی آنان معلومات در دسترس ندارد.

مخالفان مسلح تا حال دراین مورد چیزی نگفته اند.گفتنی است که دفترسازمان ملل متحد در کابل (یوناما) درگزارش ربع اول سال ۲۰۱۵ می گوید، که از اول جنوری تا ۳۱ مارچ تلفات غیرنظامیان در افغانستان به ۶۶۵ تن واز مجروحین به ۱۱۵۵ تن میرسید که درجملهٔ کشته شدگان ۵۵ زن ودرجملهٔ مجروحین ۱۱۷زن شامل بوده است. (پژواک)

### ایود: برای انتخابات...

حاشیهٔ نشست متذکره به آژانس خبری پژواک گفت که دیروز علاوه بر اعلام موجودیتش، وکناشاپ ودوزه ای را برای برخی جوانان آغاز نمود.به گفتهٔ مذکور، این اداره در ورکشاپ یادشده؛ پیرامون ارزش، چگونگی و شفافیت انتخابات، آموزش اشتراک کنندگان معلومات ارایه می نماید، این جوانان در مناطق شان در مورد انتخابات، آگاهی عامه را مجانی ارایه می کنند.»به گفتهٔ ملکز، تاکنون افزون بر شهر جلال آباد در ولسوالیهای بهسود و کامه برای جوانان محل، چنین ورکشاپ هایی را دایر نموده اند، این روند به سطح زون در تمام ولسوالیها اجرا خواهدشد.محمد حنیف گردیوال سرپرست والی ننگرهار،

در نشست متذکره از جوانان خواست تا در تطبیق دیموکراسی اشتراک ورزند و مردم را در آگاهی عامه قرار دهند.
نشان در مورد چگونگی انتخابات گذشته و از مشکلات موجود در آن نیز یادآوری نمود و از جوانان تقاضا کرد تا پیرامون اهمیت انتخابات، به مردم معلومات دهند و جلو قلب را بگیرند.(پژواک)

### د سولې شورا او ...

د افغانستان د سولې د عالي شورا یوې سرچینې چې د نوم له اخیستلو یې ډډه کوله، چين ته د معصوم استازي سفر تاييد کړ خو سرچينې به دې اړه نور معلومات ور نه کړل د طالبانو وياند ذبيح الله مجاهد بيا وايي، چې په دې وروستيو کې يې کوم بلاوي چين نه له دې تللی د یادوني ده دا لوبړی حل دی، چې چين د طالبانو او افغان بلاوي ترمنځ د خبرو اترو کوربه توپ کوي.

چين تر دې ځولې اعلان کړی و، چې د افغانستان د سولې په پروسه کې د همکار رول ترسره کولو ته چمتو دی؛ دا په داسې حال کې ده، چې چين پخوا پر پاکستان کيکه کوله، څو د افغان سولې بهير پرمخ بځي. (پژواک)

### په کندهار کې د ...

هغه زياته کړه، د دې تر څنګ هندوستان کېو افغانانو ته د لوړو زده کړو زمينه برابره کړې او هر کال لسګونه افغان ځوانان د هېواد د بورسونو له لارې، په دغه شورا کې د بورسولې تر کچې د زده کړو اسانتياوې ترلاسه کوي.

د نوموړي په وينا، هندوستان او افغانستان د تاوېخ په اوږدو کې سره نږدې پاتې شوي او دغه دوستي به دوامداره وي.
هغه دغه راز ژمنه وکړه، چې هېواد به په افغانستان سره د بنسټيزو پروژو په تقارب شان تحويل داده شدری افزود که تاحال مشخص نیست که این دوتن چنین عمل نامشروع را انجام داده بودند یا خیرا تحقیقات پولیس در زمینه آغاز شده است، این عملکرد، موجب عکس العمل برخی علما و سازمان حقوق بشر شده است.
مفتی محترممسول (مجهز) رییس شورای علمای جوزجان گفت: (( اگر این دوتن عمل زنا را هم مرتکب شده بودند، قانون او را گناهانی عدلی و قضایی وجود داردکه فیصله کند، نه اینکه افراد باشخاص و گروه ها))مجهز علاوه نمود که این خود، مخالف قانون است، باید محکمشدند که قانونین بعد از تحقیق محاکمه میشوند.
خانم مغفرت صمیمی رییس سازمان حقوق بشرجوزجان نیز این عملکرد را تقبیح کرده، گفت که باید اسناد وشواهد توسط شاهدان و طب عدلی ارایه می شد و بعداً در مورد فیصله میگردد. (پژواک)

### د بي کاري له ...

د څه باندي ۷ زره متعادي نو نه درملنه کړي او اوس هم په خوښت کي په ياده برخه کي په نورو روغتونونه فعال دي که څه هم نوموړي د نشه يي توکو قاچاق او استعمال ر نه کړ ، خو ويي ويل چې د نشه يي توکو کړبه صفر شوې او دغه راز د نشه يي توکو د توليد او پروسس مخه يي په بشپړه توگه نيولې نيول شو.

په د بشپړه توگه کي نيولې نيول شوې گډه: «له ټولو امنيتي ارگانونو يي غوښتنه داده، چې د نشه يي توکو د قاچاق او د خړلاو او استعمال تر وروستي بڼه برسيږي. هغه يي عمده لامل د ځوانانو کي ښاري وژناري په کوته کولو او ويي ويل، چې لږسي دولت ځوانانو ته د کار زمينه برابره کړي، ښايي په نشه د روگدانو نه د شمېر کچه راټيټ شي نوموړي زياته کړه ا دنشه د نشه يي موادو قاچاق په ټيټه کچه پرته له ځنډه ښه په مخ روان دی او استعمال يي په کليو، بانډو او ولسواليو کي ورځ په ورځ زياتيږي. زياتره يي چرس او الکولي توکي خپروي. (پژواک)

# صحت و سلامت

## روماتيسم، بلاى جان مفاصل



بیماری آرتریت روماتید بیماری‌ای است که منجر به ایجاد درد و تورم در مفاصل کوچک دست‌ها، آرنج‌ها، زانوها و مفاصل انگشتان پا می‌شود، اما نکته اینجاست که این بیماری قابلیت آن را دارد که هر مفصل متحرکی در بدن را نیز متورم و درگیر کند.

البته یکی از مهم‌ترین عوارض آرتریت روماتید علاوه بر روم، خشکی مفاصل است که با احساس خشکی و تشدید درد مفاصل، بویژه در صبحگاه و بعد از بیدار شدن از خواب همراه بعلاوه بیمار در شروع بیماری و نیز طی زمان‌های عود آرتریت روماتید از ضعف و بی‌حالی، کاهش انرژی و سختگی زودرس رنج می‌برد.

به‌طور کلی روماتیسم به معنای التهابی است که می‌تواند باعث ایجاد التهاب و درد در عضلات، فیبروز و سفت یافت ری، اعصاب محیطی شود. بنابراین شامل طیف وسیعی از بیماری‌ها در رشته روماتولوژی می‌شود، ولی در این گروه از بیماری‌ها شناخته شده‌ترین علاشه، آرتریت روماتید است.

روماتیسیم با عوارض غیرمفصلی:

نشانه‌های بیماری آرتریت روماتید فقط به ورم مفاصل محدود نمی‌شود. در سیر بیماری تقریباً اکثر ارگان‌های بدن غیر از مفاصل مفعن است درگیر شوند که این ارگان شامل درگیری عروق قلبی، کم‌خونی ناشی از فعالیت‌بیماری، فیبروز و سفت شدن ریبه، التهاب عروق محیطی، پوکی استخوان و خشکی چشم و دهان می‌شود. درواقع، تشخیص بیماری آرتریت روماتید از طریق علائم بالینی مفصلی است و از طریق علائم خارج مفصلی تشخیص داده نمی‌شود.

عمده مشکلاتی که برای مفاصل فرد بیمار ایجاد می‌شود یک یک در دو سال اول بیماری به‌وجود می‌آید. بنابراین تشخیص زودرس و درمان مناسب از ارگان اصلی حفظ کارآیی مفاصل در بیماران است. علائم هشدار روماتیسمی:

بی‌شک اگر بیماری دچار درد و تورم مفصلی است و این تورم همراه خشکی صبحگاهی شدید و باز است، صلاح است که هرچه سریع‌تر از سوی متخصص روماتولوژی معاینه شود و در صورت تشخیص بیماری آرتریت روماتید درمان مناسب را دریافت کند. تشخیص بیماری آرتریت روماتیک، بالینی بوده و باید از سوی پزشک صورت گیرد. البته تست‌های آزمایشگاهی و روش‌های تصویربرداری در کنار علائم بالینی به تشخیص بیماری کمک می‌کند. باید توجه داشت که مصرف نکردن دارو در ماه‌های اول بیماری می‌تواند باعث گسترش گرفتاری مفاصل و شروع تخریب آنها شود.

نشان روماتیسم بر پوست:
تشخیص روماتیسم وجود دارد که روماتیسمی پسوریازیس نامیده می‌شود و در کسانی دیده می‌شود که به بیماری پوستی پسوریازیس مبتلا هستند.

یک چهارم مبتلایان به پسوریازیس که یک بیماری مزمن پوستی است، ممکن است مبتلا به روماتیسم مفصلی نیز شوند. البته این نوع روماتیسم از بعضی جهات با آرتریت روماتید تفاوت دارد. در این بیماران، مشاهده شایعات پوستی می‌تواند به تشخیص این نوع روماتیسم کمک کند.

مسئله در آرتریت روماتید، آسیب‌پذیرترین ارگان‌ها، مفاصل متحرک در اندام‌های فوقانی و تحتانی هستند که در صورت درگیری و بی‌توجهی به درمان می‌توانند تخریب و باعث کاهش کارایی فرد شوند.

تشخیص روماتیسم در کودکان شمامت:
اما بیماری ورم مفاصل چه کسانی را و به چه دلایلی درگیر می‌کند؟

آرتریت روماتید در هر سنی می‌تواند ایجاد شود، اما شایع‌ترین سن شروع بیماری در سنین ۳۰ تا ۵۰ سالگی است. البته خانم‌ود تا سه برابر بیشتر از آقایان به این بیماری مبتلا می‌شوند. علت ابتلا به این بیماری دقیقاً مشخص نیست، اما زمینه‌های ژنتیک فردی همراه با کارکرد نامرست سیستم ایمنی که تحت تأثیر عوامل ژنتیکی اتفاق می‌افتد در کنار عوامل فاکتورهای محیطی دست به دست هم داده و بیماری را ایجاد می‌کند. به بیان دیگر، زن‌ها به نوبه خود ممکن است در معرض عوامل محیطی که باعث تشدید آرتریت می‌شوند قرار بگیرند.

عوامل محیطی تشدیدکننده خطر آرتریت روماتید شامل صدمه به مفصل در افرادی می‌شود که دچار آسیب‌های مفصلی ناشی از ورزش یا حوادث می‌شوند. همچنین چاقی و وزن زیاد روی مفاصل فشار وارد می‌کند و به مفاصل بدن ازجمله مفاصل زانو، لگن و ستون فقرات آسیب می‌زند. به داد مفاصل بیمارگران برسید:

بیماری آرتریت روماتید در صورت درمان نشدن و در موارد کمی، حتی با درمان نیز می‌تواند باعث تخریب و کاهش کارآیی مفاصل و بیمار شود. در کنار این موارد، عوارض خارج مفصلی بیماری و عوارض احتمالی داروها نیز می‌تواند بر مشکلات بیمار افزوده شود. درمان ورم مفاصل دارای جنبه‌های مختلف بوده، ولی پایه اصلی آن را آموزش به بیمار و مصرف دارو تشکیل می‌دهد. در سیر بیماری نیز متخصص روماتولوژی می‌تواند از کمک همکاران روان‌شناس، آرتز و چشم پزشکی و دیگر تخصص‌ها نیز استفاده کند. البته ۱۵ درصد از بیماران، مصرف داروها باعث بهبود قطعی بیماری می‌شود، ولی در بقیه بیماران، داروها باعث کنترل بیماری و حفظ کیفیت مطلوب زندگی بیمار خواهد شد.

به یاد داشته باشید که در حال حاضر روش قطعی برای پیشگیری از ابتلا به آرتریت روماتید وجود ندارد، اما پیشگیری از عوامل خطر بیماری ازجمله چاقی و کنشیدن سیگار می‌تواند از عوامل پیشگیری‌کننده از روماتیسم محسوب شود.

## ارتباط ضربان تند قلب با دیابت

پزشکان بر این باورند که ضربان تند قلب می‌تواند نشانه‌ای برای تشخیص دیابت در مبتلایان یا افرادی باشد که مستعد ابتلا به این بیماری‌اند.

پزشکان چینی پس از انجام یک مطالعه در مدت زمان چهار سال دریافتند تند بودن ضربان قلب می‌تواند نشانه‌ای برای شناسایی افرادی باشد که به دیابت یا پیش‌دیابت مبتلا هستند.

در شروع این مطالعه ضربان قلب ۷۲ هزار و ۲۵۷ فرد بزرگسال چینی ثبت شد. در طول این چهار سال هر دو سال تست گلکز او انجام گرفته و مشخص شد ۶۴۴ نفر از آنان به دیابت مبتلا شده و ۱۷ هزار و ۶۴۲ بیمار مبتلا به پیش‌دیابت نیز شناسایی شدند. «شیپانگ گائو» یکی از متخصصان این مطالعه گفت: افرادی که ضربان قلب سریع‌ی داشته‌اند بیشتر در معرض ابتلا به دیابت و پیش دیابت بودند. همچنین ۱۰ ضربان قلب بیشتر در هر دقیقه با افزایش ۲۲ درصدی ابتلا به دیابت همراه بوده است.

به نقل از خبرگزاری یوآینتدپرس، به گفته گائو یافته‌های این مطالعه حاکی از آن است که تند بودن ضربان قلب می‌تواند شاخص پیش‌بالینی یا فاکتور خطررا برای ابتلا به دیابت باشد.