این روزها هرکسی برداشت خاص خود را برای استفاده از ماسک دارد

پروتکل‌های شخصی

ترانه‌بنی‌یعقوب
گزارش‌نویس

تا همین چند وقت پیش خیلی‌ها می‌گفتند باید بپذیرید که دیگر ماسک جزئی از پوشش ما شده است؛ بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی. خیلی‌ها می‌گفتند تا وقتی کرونا وجود دارد، ماسک هم هست. اما اگر این روزها به دور و برتان نگاه کنید، می‌فهمید این موضوع در حال تغییر است و استفاده از ماسک به کمترین حد خود رسیده است.

شما جزو کدام دسته‌اید؟ از آنهایی که سفت و سخت به ماسک‌تان چسبیده‌اید یا از آنها که دیگر نصفه نیمه از ماسک استفاده می‌کنند یعنی در مکان‌های سربسته و بدون تهویه ماسک می‌زنید و در فضای آزاد با خیال راحت ماسک‌تان را برمی‌دارید. شاید هم جزو گروهی هستید که دیگر از ماسک زدن خسته شده‌اید و بدون ماسک در همه فضاهای عمومی تردد می‌کنید. با هم به چند جا سر می‌زنیم تا ببینیم اوضاع از چه قرار است. بعد هم پای حرف‌های یک پزشک می‌نشینیم تا ببینیم نظرش درباره استفاده از ماسک چیست؟

زن و دو دخترش در یک مرکز خرید نسبتاً شلوغ ویترین مغازه‌ها را نگاه می‌کنند؛ هر سه بدون ماسک. چند لحظه نگاه‌شان می‌کنم وارد یک فروشگاه می‌شوند و قیمت چند لباس را می‌پرسند. وقتی از آنها می‌پرسم چرا از ماسک استفاده نمی‌کنند، خیلی متعجب می‌گویند چرا باید از ماسک استفاده کنند وقتی سه دوز واکس زده‌اند و کرونا هم دیگر وجود ندارد. مادر ابروهایش را بالا می‌اندازد و می‌گوید: «ایام عید کلی رفت‌وآمد داشتیم اما کسی کرونا نگرفت. گفتیم چه کاری است که ماسک بزنیم و نگذاریم اکسیژن به مغزمان برسد بعد هم فامیل‌هایمان که کانادا هستند گفته‌اند دولت اعلام کرده هیچ‌کس ماسک نزند. اینجا به نظرم زیادی سخت می‌گیرند دیگر وقت آن شده اعلام کنند ماسک نزنیم.»

یکی از دخترها هم با خنده می‌گوید: «مامان مگر حالا تو از اولش ماسک می‌زدی؟ خانم همیشه ماسکش روی چانه‌اش بود، گفتیم دیگر همان را هم نزن اما من و خواهرم واقعاً از ماسک خسته شدیم. دو سال ماسک زدیم دیگر بس است.»

«بدون ماسک وارد نشوید.» این را یکی از بوتیک‌دارها روی سر در فروشگاهش چسبانده و خودش هم دو لایه ماسک زده. بوتیک کوچکش را نشانم می‌دهد که نه تهویه‌ای دارد و نه پنجره‌ای رو به بیرون: «در این دو متر جا با وجود ماسک بازهم دوبار کرونا گرفتم. الان هرکسی هم بگوید ماسک نزن من یکی اهمیتی نمی‌دهم. کسی را هم بدون ماسک راه نمی‌دهم. نمی‌دانم یک‌مرتبه چه شد که همه بی‌خیال شدند. الان دقیقاً ۵۰ درصد مردم ماسک نمی‌زنند. یک بار دلتا گرفتم اما ریه‌ام درگیر نشد. دکتر گفت به‌خاطر استفاده از ماسک شانس آوردی و حجم اندکی ویروس وارد ریه‌ات شده. برای همین هرکس بگوید ماسک نزن گوش نمی‌دهم و اینجا هم کسی را بدون ماسک راه نمی‌دهم.» چند دخترجوان در پارک سرسبزی که این روزها با انبوهی از یاس بنفش زیبا شده و بوی خوش آن مشام را نوازش می‌دهد با هم حرف می‌زنند. هرسه ماسک‌ها را دور دست‌شان انداخته‌اند: «راستش را بخواهی دیگر توی فضای باز مثل اینجا ماسک نمی‌زنیم، اما در فضای سربسته و بدون تهویه چرا.» یکی از دخترها می‌گوید: «می‌دانی بعد از دو سال یاد گرفته‌ایم که چطور از ماسک استفاده کنیم. واقعاً دلیلی ندارد در خیابان ماسک بزنیم مگر ویروس چقدر می‌تواند در فضای باز جولان بدهد.» دختر دیگر ادامه می‌دهد: «البته خیلی‌ها در فضای سربسته هم ماسک نمی‌زنند و گول کشورهای دیگر را خورده‌اند که استفاده از ماسک را آزاد کرده‌اند مثل فرانسه و کانادا. اما دوست من می‌گفت در فرانسه همین که اجبار استفاده از ماسک برداشته شد، آمار کرونا بالا رفت. الان فقط در وسایل حمل و نقل عمومی ماسک اجباری است و در محل کار و همه جا رفت و آمد بدون ماسک مجاز است اما هر کشوری شرایط خودش را دارد.» پسر مقابل یک کافه سیار ایستاده. قهوه می‌نوشد و به سیگارش پک می‌زند: «خانم من دیگر خسته شده‌ام از ماسک، همین‌طور از الکل و هر چیزی که به کرونا مربوط است. توقع زیادی است که مردم همچنان ماسک بزنند برای من ماسک دیگر معنایی ندارد، همان طور که کرونا معنایی ندارد.» اما واقعاً کرونا تمام شده؟ آیا ما هم باید مثل بعضی نقاط دنیا منتظر این باشیم که رسماً اعلام کنند می‌توانیم ماسک را برداریم؟ آیا زندگی بدون ماسک هم ممکن است یا آن‌طور که برخی می‌گویند ماسک دیگر همراه همیشگی ما شده است؟ دکتر هادی یزدانی، پزشک درباره ماسک و استفاده از آن در این روزها توضیح می‌دهد: «استفاده از ماسک در این روزها به کمترین حد رسیده. باید توجه داشت هیچ سیاست تک‌عاملی نمی‌تواند باعث عبور ما از همه‌گیری شود. یعنی نمی‌توان گفت فقط استفاده از ماسک، واکسن، شستن دست‌ها یا فاصله‌گذاری همه‌گیری را از بین می‌برد. همه اینها در کنار هم لایه به لایه می‌تواند جلوی بیماری را بگیرد. برای همین می‌توان گفت ماسک بخشی از همین سیاستگذاری‌هاست تا بتواند جلوی پخش شدن ویروس را بگیرد یا شدت ورود ویروس به بدن را کم کند تا اگر فرد با ویروس مواجه شد، حجم کمی وارد بدنش شود و از این نظر استفاده از ماسک مهم است.» اما چرا این روزها به کمترین حد استفاده از ماسک در دوران همه‌گیری رسیده‌ایم؟ یزدانی به این سؤال هم این‌گونه پاسخ می‌دهد: «چون خیلی‌ها فکر می‌کنند ماجرا تمام شده و دیگر کرونایی وجود ندارد و چیزی شبیه آنفلوانزای فصلی داریم درحالی که این اطلاعات کاملاً غلط است. مثل اینکه اگر ماسک بزنیم و واکسن هم بزنیم دیگر در برابر بیماری مصون می‌شویم. درحالی که همه اینها با هم موجب می‌شود افراد ریسک کمتری برای ابتلا داشته باشند یا در صورت ابتلا علائم کمتری را تجربه کنند اما کسی صد درصد مصون نمی‌شود. همین گزاره‌های غلط کارآمدی ماسک را زیر سؤال برد و در کنار آن عادی انگاری هم اقبال استفاده از ماسک را کاهش داد.» اما چرا برخی کشورها استفاده از ماسک را آزاد گذاشته‌اند؟ آیا این سیاست در کشور ما هم با توجه به آمار ابتلا و مرگ و میر قابل اجراست؟ یزدانی می‌گوید: «متناسب با شرایط باید برای بحران‌های کشور سیاستگذاری کرد. یعنی ما باید در زمینه پروتکل‌های درمانی و واکسن مشابه عمل کنیم اما درباره سیاست‌های دیگر با توجه به موقعیت و امکانات هر جایی باید معقول و منطقی باشیم. دارو یا واکسنی که در کشور دیگری استفاده شده می‌تواند در کشور ما هم استفاده شود اما سیاستگذاری‌های یک کشور دیگر ممکن است اینجا کارایی نداشته باشد. مثلاً ممکن است در کشوری با تست‌های زیاد و رایگان بیماریابی خوبی انجام شود و به این نتیجه برسند که آمار ابتلا واقعاً پایین است اما ما در این مورد ناموفق بوده‌ایم و اصلاً در ردیابی تماس، خوب عمل نکرده‌ایم. پس نمی‌توان سیاست کشور دیگری را اینجا پیاده کنیم. طبیعتاً نقش ماسک در همه‌گیری بدون انکار است و به غیر از ماسک‌های N۹۵ همین ماسک‌های جراحی معمولی هم نقش مهمی در جلوگیری از بیماری و گسترش آن داشته‌اند.» دکتر یزدانی در پاسخ به این سؤال که تا چه زمانی استفاده از ماسک ضروری است، می‌گوید: «کرونا به ما نشان داد چقدر تماس‌های نزدیک انسان‌ها مثل دست دادن، روبوسی و بغل کردن و از فاصله نزدیک صحبت کردن می‌تواند خطرناک باشد. من معتقدم همچنان ماسک زدن در مکان‌های بسته و پر رفت و آمد لازم است و تا زمانی که سازمان بهداشت جهانی پایان همه‌گیری را اعلام نکرده، ماسک زدن برای همه ضروری است. وقتی هم پایان همه‌گیری اعلام شود باز هم در مکان‌هایی که سربسته است و تهویه مناسبی ندارد مثل مکان‌های بهداشتی و درمانی حتماً همه افراد باید ماسک بزنند. این یکی از تغییراتی است که بعد از کووید باید در زندگی همه ایجاد شود. اینکه عده‌ای هم می‌گویند استفاده از ماسک به مغز آسیب می‌زند کاملاً غلط است و ما اکسیژن لازم را با ماسک هم دریافت می‌کنیم. اینها بهانه‌هایی است که افراد می‌آورند تا از زیر بار مسئولیت اجتماعی که همان ماسک زدن است، شانه خالی کنند.»

چه بخواهیم و چه نخواهیم ماسک این روزها از ما جدا نمی‌شود پس تا اعلام رسمی پایان همه‌گیری همچنان باید ماسک را به عنوان بخشی از لباس و پوشش خود بپذیریم.

> کرونا به ما نشان داد چقدر تماس‌های نزدیک مثل دست دادن، روبوسی و بغل کردن یا از فاصله نزدیک صحبت کردن می‌تواند خطرناک باشد. از این به بعد ماسک زدن در مکان‌های بسته و پررفت و آمد برای همیشه لازم است و تا زمانی که سازمان بهداشت جهانی پایان همه گیری را اعلام نکرده، ماسک زدن برای همه ضروری است

عکس: علی محمدی / ایران

جدول سودوکو | ۳۹۱۸

ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود

آسان

						۳	۸	
	۶				۳	۴	۷	
۸		۴				۱	۹	۵
۴	۷			۸	۹			
	۸		۶		۵		۴	
			۱	۲			۵	۷
۲	۱	۸				۵		۴
	۴	۷	۵				۳	
	۵	۶						

متوسط

	۸	۷	۳		۲			۴
	۶		۹	۵				
		۹		۴				
		۱		۳	۸			۶
۶			۴		۵			۱
۴			۷	۱		۲		
				۷		۱		
				۲	۹		۳	
۲			۶		۳	۴	۹	

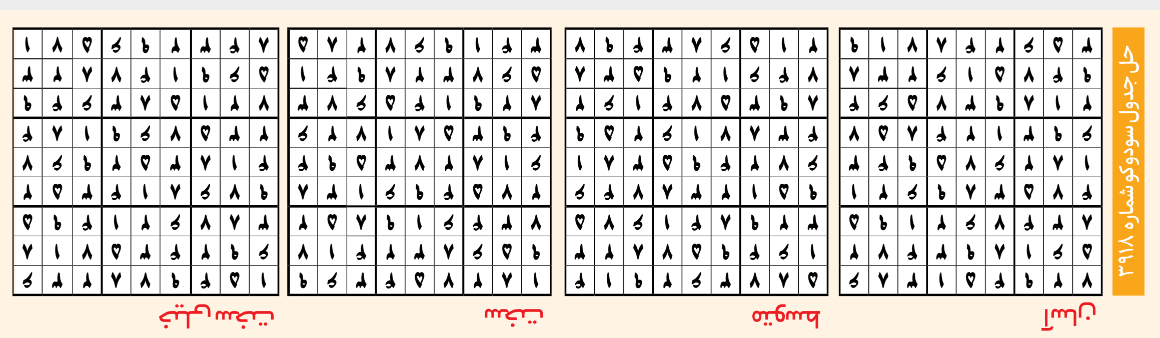
سخت

۱	۸			۵				
۹			۸	۳		۴		
		۴			۹			
۲				۹			۳	۸
۴	۹			۸				۶
			۱			۶		
		۷		۲	۸			۱
				۶			۸	۵

خیلی سخت

	۵				۸			
۶		۲	۴					
۳		۷			۱			
۹		۶		۱				۲
۴								۷
۲				۶		۱		۴
			۵			۶		۹
					۷	۸		۳
			۲				۷	

حل جدول سودوکو شماره ۳۹۱۸



یک جدول با دو شرح | ۷۸۸۷

جدول روزنامه *ایران* دارای دو «شرح عادی و ویژه» است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرح‌ها را با مداد حل کرده و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم بپردازید.

جدول عادی

افقی:

۱- سوا و مستقل- فستیوال
۲- جوش صورت- آراستگی صفات- دستگاهی در موسیقی خودمان
۳- نامی ماندگار در ورزش مشت‌زنی- درجه‌دار فرانسوی- زاییده‌شدن
۴- فرستادن- آسیب- سازشستی دار- مضمون اثر ادبی
۵- راه شاعران- دیده دوختن بدون پلک زدن- نصف صورت
۶- پشتگرمی- امر به پیمودن- بلادرنگ
۷- قبیله‌ای در کنار خزرج- آغاز- بهنجار
۸- ضد آبکی!- گلزن ایرانی تیم «پورتو»- بخشش
۹- مظلوم شاهنامه- مجبور شده- قلعه حکومتی
۱۰- سنگ قیمتی- پارسنگ ترازو- لقب مولانا
۱۱- سرزمین افراسیاب- آموزگار- فتنه
۱۲- شله- سخنان بیمارگونه- یارپت!- ادیب ایرلندی با نام «اسکار»
۱۳- نردباز ماهر- پرنده‌ای کوچک و قهوه‌ای رنگ- نژادی سفیدپوست
۱۴- پشت سرهم- پدر- بت دوره جاهلیت
۱۵- مبهوت- ترمیم بدنه خودرو

عمودی:

۱- پایتخت کشور «اندونزی»- قلب تپنده گردشگری زنجان
۲- بی‌رنگ کردن مو- پهناور- سهامداران
۳- انس گیرنده- پوشش خیابان- قدر و مرتبه
۴- مخفف گاه- مأنوس شدن- درون- فیلم پخش کن سابق!
۵- معشوقه زئوس- کنکاش- مخفف ازاو
۶- شهر شمالی- میانجی- دوری از مسابقه
۷- رفیق و ندیم- غرامت- بالاترین نقطه
۸- از دیده روان می‌شود- خرم و آراسته- ضمیر مفعولی
۹- درخشش و تلألؤ- بداقبالی- دارای تخلص
۱۰- سرزنشگر- واحد طول- پسوند پاک کننده
۱۱- خیسی اندک - خواندنی محبوب خانم ها- ابزار به راه افتادن بچه
۱۲- سخنور و قصه خوان- گذشتن- شامگاهان- سرراست
۱۳- جیران و غزال- نوعی نان و شیرینی- حنا
۱۴- شیرینی پیچی- توزیع کننده- پوشاک پاها
۱۵- بی‌نظم و قاعده- ماده‌ای از مواد درسی بود

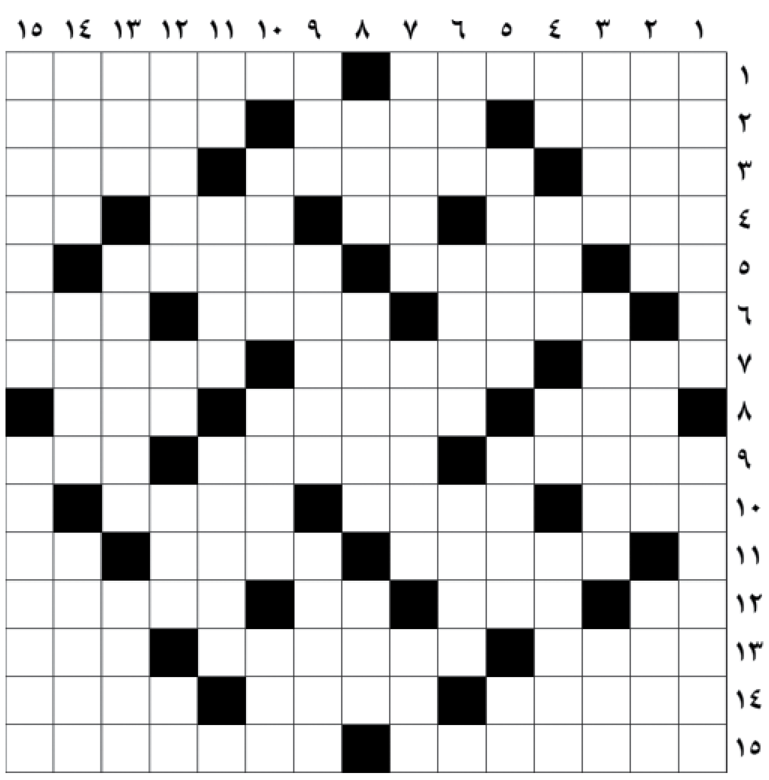
جدول ویژه

افقی:

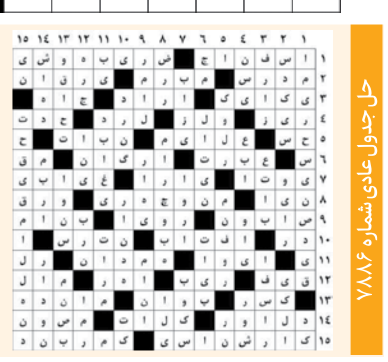
۱- سنگی قیمتی- یکی از غذاهای شیرازی
۲- وسیله بازتاب- پرسش- در زبان آشوری به معنی ملکه است
۳- صف- نیروی پنهانی!- خطای رایانه‌ای
۴- خط خوش- دشمن زائو!- موقع تعجب می خورند- عددعنقا
۵- پرچانگی- جمع حرف- تولد یافته
۶- مخفف حیوان مکار- همراه «پلو»- شهری در «آلمان»
۷- مخفف هم او- جرأت و جسارت- هتل سیرجان
۸- از توابع شبستر- پادشاه فرانسوی- عقاب سیاه
۹- پرنده خوش آواز- پایتخت «کرواسی»- ذره باردار
۱۰- جواب‌های!- شش ضلعی- جنس کلاه روستایی
۱۱- گوهر گرانبها و بی‌نظیر- فیلم «بردپیت»- تخم مرغ فرنگی
۱۲- موش صحرایی- درون چیزی- کاکل اسب- کنفرانس تاریخی
۱۳- برادر به زبان مازنی- فیلمی به کارگردانی همایون اسعدیان- سرسرا
۱۴- صورت قانونی داشتن- بند چرمی- زاری
۱۵- کتاب «داستایوفسکی»- اثر «هرمان ملویل»

عمودی:

۱- نوعی طرح پیراهن- شهری در بخش مرحمت آباد شهرستان میاندوآب
۲- از نقاط دیدنی استان هرمزگان- شهر «کاخ کرملین»- کم دل
۳- تفریق- خیالی و ایده آل- نام زنانه فرنگی
۴- خوب- مانند- سمت- تکرار یک فعالیت
۵- موسیقیدان عصر ساسانی- اندازه و مقدار- خمیرترش
۶- سخن شیوا- دفعه و مرحله- خودروی ملی
۷- جودوسر- عدد فوتبالی- نابود کردن
۸- کمترین اندازه- خرخر- آزمایش لباس
۹- برنج سفید پخته شده- رگ‌های خونی ظریف- ظرف غذاخوری
۱۰- بخاری برقی- حنا- از بانک‌های ایرانی
۱۱- نقطه ضعف- ساعی- شهری در «هند»
۱۲- سم کشنده- پیش شماره- آبشاری در «کانادا»- فیلم «رابرت دی»
۱۳- کهنسال- مایملک و ثروت- زبانه آتش
۱۴- جایگاه ژن در کروموزوم- دایی- پایتخت سیاسی «کانادا»
۱۵- اصطلاحی در آمار- ایالتی در «هند»



حل جدول عادی شماره ۷۸۸۶



حل جدول ویژه شماره ۷۸۸۶