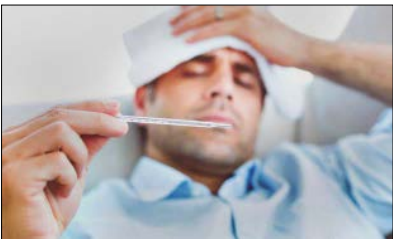


## خود پیما رانگاری




اختلال ساختگی، اختلال روانی است که در آن فرد با تظاهر به بیماری، دیگران را بدون هدف خاصی فریب می‌دهد. با دروغ گفتن، تغییر نتیجه آزمایش‌ها یا حتی آسیب‌زدن به خود، بیمار به بیمارانی می‌گردد. این افراد سابقه پزشکی بلندبالا و متناقضی دارند یا پس از بهبودی، پیش‌بینی‌نشده و برخلاف انتظار دچار دو بیماری می‌شوند. ششانه‌های اختلال ساختگی شامل تظاهر به بیماری با زخمی بودن و افراط در نشان دادن علامت بیماری است تا دیگران را فریب دهند. ممکن است تشخیص این‌که آن‌ها واقعا به یک بیماری روان‌ساختی مبتلا هستند، سخت شود. علتم می‌شود. بیمار هیچ دلیل مشخصی برای اختلال مبهم و متناقض است، بدون هیچ دلیل مشخصی بیماری آنها بدین می‌شوند و تمایل ندارند پزشکشان با اعضای خانواده و دوستانشان صحبت کند. مرتباً به پزشک مراجعه می‌کنند و آزمایش‌های متعدد انجام می‌دهند یا در بیمارستان بستری می‌شوند و با پزشکان و کارکنان بیمارستان دعوا می‌کنند. در ادلایل بروز این اختلال می‌توان به ضربات روحی دوران کودکی، سوءاستفاده عاطفی، جسمانی یا جنسی، ابتلا به بیماری جدی در دوران کودکی، مرگ عزیزان، قطع توجهی که در گذشته به دلیل بیدار شدن دریافت می‌کردند، کمبود عزت نفس، اختلال شخصیتی و افسردگی اشاره کرد. درمان این اختلال اغلب سخت است به دلیل این‌که مبتلایان اختلال ساختگی دوست دارند در نقش بیمار باشند. اغلب آنها اختلال ایجاد شده را نمی‌پذیرند. پزشکان برای درمان این اختلال بیشتر روی کنترل شرایط تمرکز می‌کنند تا از بین بردن کامل اختلال. ممکن است درمان از روان دارو درمانی استفاده می‌شود اما جهت کنترل درمان توسط واقع‌نشد. در این موارد، هدف اصلی جلوگیری از حملات بیشتر است.

# پول سازی از توده چربی!

برخی مراکز لاغری مدعی‌اند می‌توانند با دستگاه‌هایشان و بدون نیاز به رژیم و ورزش ما را لاغر کنند، اما این ادعا از سوی متخصصان تربیت بدنی رد می‌شود





**زهرا حامدی**

گروه جامعه‌شناسی

این روزها که تبلیغات در فضای مجازی افسار پاره کرده‌است و هر روز سرنوشت یک دستگاه و مدت جدید برای بازسازی صورت و بدن افراد متناسب با شاخص‌های روز جامعه پیدا می‌شود، شیوه‌های تبلیغی مربوط به لاغری و تناسب اندام نیز به اوج خود رسیده؛ از وعده کم‌کردن ۱۰ کیلو وزن در ۲۲ ساعت گرفته تا تبلیغات عریض و طویل با نشانگانه‌های شوخی و تحکم؛ تبلیغاتی با ادعای به‌کارگیری روش‌های نوین در عرصه ورزش که بیشتر از این‌که تناسب اندام و سلامت افراد هدفشان باشد، جیب آنها را نشانه گرفته‌است؛ چاقی و عوامل مبتلایه آن از جمله مسائلی است که در قرن اخیر عده زیادی در دنیا با آن مواجه هستند و این موضوع به‌خصوص در کشورهای در حال توسعه و در حال گذار، بیشتر مشاهده می‌شود. در این میان توصیه انواع رژیم‌ها و روش‌ها برای کاهش وزن بازار گرمی دارد. برخی تبلیغات مجازی و رسانه‌ای برای اقلامی با هزینه وسیله قرص، کمربند، داروی گیاهی و... (۱) نوعی جدی است از مخاطب‌ها و می‌کند روش قطعی کاهش وزن یا افزایش آن یافته‌است اما واقعیت چیز دیگری است.

**۸ ساعت ورزش بی دردسر!**

این روزها که بازار کلینیک‌های زیبایی و لاغری حسابی داغ است با یک جست‌وجوی ساده می‌توان بدون دردسر به انبوهی از صفحات و آگهی‌های تبلیغات لاغری دست‌یافت. یکی از این مراکز که چهار شعبه

فقال در تهران نیز دارد مدعی است بدون تحرک می‌تواند افراد را به وزن دلخواه‌شان برساند. در سایت این مجموعه آمده که برنامه‌های این مرکز برای آژین بدن سریع اثرناهی نامطلوب با نتایجی قابل انتظار است. در یک جلسه اصلاحی طرحی شده‌است. امواج و سیگنال‌های چرخشی به تخلیه مایعات اضافه، تنزل و تقلیل حجم چربی و سفت‌کردن ماهیچه‌های اطراف شکم، کمر، باسن و ران‌ها کمک می‌کنند. برای اطلاع از جزئیات با این باشگاه تماس بگیرید. فرد پاسخ‌دهنده این باشگاه ورزشی می‌گوید: «در این باشگاه از شبیه‌ساز ورزشی استفاده می‌شود. به این صورت که انقباض حدود ۲۰ پری بدن فرد، ۱۴۰ ورزش از حرکت سباز ورزشی شبیه‌ساز می‌شود؛ به‌طوری‌که هر ۴۵ دقیقه آن معادل هشت



پیشنهاد کاهش وزن بدون حرکت برای کسانی است که مشکلات جسمی مثل تپش بالای قلب، رماتیسم مفصلی و... دارند، اما درعین حال نیز برای سلامتی باید وزن کم کنند

صفحه اینستاگرام این مرکز مملو از تصاویر افرادی است که پس از استفاده از این دستگاه‌ها، تغییرات چشمگیری در اندام خود مشاهده کرده‌اند. به‌طوری‌که برخی افراد فقط در یک جلسه، موفق به کاهش دور شکم به میزان ۴ سانتی متر شده‌اند! مسئولین پاسخگویی این مرکز که یک کلینیک زیبایی است و خدمات مختلفی، از تزریق ژل و بوتاکس گرفته تا لاسر می‌دهد، در گفت‌وگو با ما می‌گوید: «ما با استفاده از دستگاه RF در قسمت‌های مورد نیاز شما کار لاسر می‌دهیم که به اطلاع بیشتری درباره نحوه کار این مرکز نمی‌دهد در مورد هزینه‌های حدودی می‌گوید: «برای نتایجگیری حداقل پنج جلسه استفاده از دستگاه‌ها نیاز است و برای هر جلسه استفاده از دستگاه‌ها روی هر قسمت از اندام‌تان که می‌خواهید لاغر شود، ۴۰ هزار تومان هزینه دارد.»

**بیزینس لاغری!**

پس از گفت‌وگو با این دومرکز برای اطلاع از کارایی روش‌های مطرح‌شده و تاثیر آن روی کاهش وزن بدون عوارض، با علی الهامی‌پور، مربی بدنسازی و قهرمان کشور طی دو سال متوالی به گفت‌وگو نشستیم. این مربی بدنسازی می‌گوید: «پیشنهاد کاهش وزن بدون حرکت برای کسانی است که مشکلاتی جسمی مثل تپش بالای قلب، مارتینیس، مفاصلی... دارند، اما درعین حال نیز برای سلامتی باید وزن کم کنند. در این شرایط از برخی دستگاه‌ها

تنها برای ماه‌های اول، نه ادامه‌دار، آن هم با هدف درمان استفاده می‌شود. وی می‌افزاید: «من به عنوان یک مربی برای صد نفر ممکن است صد نوع روش متفاوت جهت لاغری و کاهش وزن پیشنهاد دهم، چراکه افراد با توجه به ویژگی‌های بالینی و BMI بدن خود با هم تفاوت دارند.» این قهرمان کشور می‌گوید: «متأسفانه امروزه افراد بسیاری هستند که از ناآگاهی عموم افراد سوءاستفاده می‌کنند و تبلیغات

تجاری و استفاده از اصطلاحاتی که صرفاً جنبه کلاس و پرستیژ دارد بینس راه انداخته اند و پول می گیرند.

اگرچه استفاده از برخی از این دستگاه ها برای افراد دارای مشکلات جسمانی تایید شده اما برای فردی با بدن سالم و BMI نرمال هیچ اثری ندارد.»



متر

## حرکت ماندگار برای کاهش فقر؛

## پالایش نفت آفتاب با چنده میلیاردریال به میدان آمد!

ی‌بافه این شرکت با کرد و گفت: این آبروس که در حاشای  
مجرور است با اینگان داندزپزشکی اوجه می‌دهد چنانچه  
اقدامی در سطح کشور به سبب است و مراغه به جهت  
میلدات دهان و دندان در این امر قائل مجرم شده است.  
چنانکه کمیته اهرازگان به توزیع بیش از هزار بسته  
معینی توسط شرکت بایلاش قائل افتاد و کرد و نقش  
مؤثر این شرکت در تأمین نیازهای اولیه زندگی خانواده‌های  
نیازمند درمانی کرد و این شرکت را همکارهای و  
احیای حایانی نشان‌دهنده تعهد عوفی کرد این همکاران  
آفتاب به مسئولیت‌های اجتماعی خود است و امیدواریم که  
صنایع و شرکت‌های بزرگ کشور نیز با همین جدیت به  
مسائل این اقشار آسیب‌پذیر بپردازند.



در راستای تحقق مسئولیت اجتماعی و کمک به رفع فقر و کاهش فقر در استان هرمزگان، شرکت پالایش نفت اقیانوس با حمایت مالی چند ده میلیارد ریالی، اقدام به توزیع هزاران دستگاه لوازم خیریه (مثل یخچال، ماشین لباسشویی، جارو برقی، سشوار و غیره) در استان هرمزگان در سال گذشته است. شرکت پالایش نفت اقیانوس در این اقدام خیرخواهانه و اجتماعی، به هدف بهبود شرایط معیشتی اقشار آسیب‌پذیر و کمک به توسعه و بهبود وضعیت معیشتی این اقشار صورت گرفته و نتایج به‌دست آمده از گزارش کمیته عمومی شرکت پالایش نفت اقیانوس توزیع لوازم خانگی از جمله یخچال، ماشین لباسشویی، جارو کار، سشوار و غیره و سایر لوازم خانگی نیازمند به روش سیستم توزیع و به‌دست آوردن این اقلام می‌باشد. به سبب این کار، مشکلات این اقلام را برطرف می‌کنند و این اقدام کمک شایانی به کاهش فقر می‌کند. (ان‌ا‌ک‌د)

مسئولیت اجتماعی در اوج؛ پالایش نفت آفتاب زندگی  
هزاران نفر را در هرزگان متحول کرد!

توزیع لوازم خانگی بین مددجویان، تاثیر مستقیم بر کیفیت زندگی آن‌ها دارد. بسیاری از این خانواده‌ها، که تا پیش از این قادر به تهیه این اقلام نبودند، اکنون با داشتن امکانات بهتری، شرایط زندگی مطلوب‌تری را تجربه می‌کنند. این تغییرات کوچک، می‌تواند تاثیرات بزرگی بر روحیه و امید آن‌ها به

آینده داشته باشد. احیای حمایت از سوی نهادهای و شرکتهای بزرگ، این تردید را نسبت به آیندهی پهنای آمبدورتر کاهش داد و انگیزه آن‌ها را برای بهبود شرایط زندگی و رفاه برای اقشار پستی می‌دهد.

مقدمه پالیسین فنت آفتاب را اختصاصی چند دهه میلاریز است و این در طرح، نقش مهمی در بهبود شرایط اجتماعی و اقتصادی استان هرمزگان ایفا کرده است. این شرکت با درک عمیق از مسئولیت اجتماعی خود، تلاش کرده تا با همکاری کمیته آندام اندام مخم (ره)، با رفع نیازهای اساسی مددجویان پربازدهان، خوش‌مشغول، کارمندان، و بهبود وضعیت زندگی مردم ایفا کند.

بزرگ‌ترین تفاهم‌نامه در حوزه مسئولیت اجتماعی کشور فی مابین  
شرکت پالایش نفت آفتاب و کمیته امداد (ره)

[illegible]

**تحول در زندگی نیازمندان هرمزان: تأثیرات مثبت اقدامات شرکت پالایش نفت آفتاب**

مدیرکل کمیته امداد هرمزان یکی از برجسته‌ترین اقدامات شرکت پالایش نفت آفتاب را تهیه و توزیع هزار بسته لوازمالتحریر برای دانش‌آموزان استان سندس و طهران از اقدام که با نظیر و پیگیری مستند بوده است، قلمی در حاشیات این تحول امداد شرکت پالایش نفت آفتاب را ثبت کرده است. با این کار، شرکت پالایش نفت آفتاب علاوه بر تأمین نیازهای تحصیلی کودکان، به کمک شرایط مطلوب آموزشی و پرورشی این دانش‌آموزان فراهم آمدن آسائس‌ها همچنین به اقدامات این شرکت در حمایت از کودکان بی‌پناه و سرگردان و از رفاه و تربیت پالایش نفت آفتاب در راستای مسئولیت اجتماعی خود در ۱۵۰۰۰ بسته در استان حمایت می‌کند. این اقدامات حاصل کمک‌های مردمی و هیأت خدامت و نیز هدیه‌های شرکتی است که تأثیرات مثبت در زندگی و آینده‌ها داشته است و از ابزاری آویس تولیدکننده‌های دانش‌گست که به عنوان یکی دیگر از اقدامات

افسردگی از جمله اختلالات روانی شایع در جوامع امروزی محسوب می‌شود. این اختلال به‌گونه‌ای است که می‌تواند به‌طور قابل توجهی بر کیفیت زندگی افراد تأثیر بگذارد. در حالی که در گذشته، این اختلال اغلب نادیده گرفته می‌شد، امروزه به‌عنوان یک مشکل جدی در سلامت روان شناخته می‌شود. این مقاله به بررسی علل، علائم و راهکارهای درمانی این اختلال می‌پردازد. همچنین به اهمیت تشخیص زودهنگام و نقش حمایت اجتماعی در بهبود وضعیت بیماران اشاره می‌کند. در ادامه، به بررسی تفاوت‌های افسردگی با غم و اندوه پرداخته می‌شود و به روش‌های نوین درمانی مانند درمان‌های شناختی-رفتاری و داروهای جدید اشاره می‌گردد. در نهایت، به اهمیت نقش پزشکان و روانشناسان در تشخیص و درمان این اختلال تأکید می‌گردد.

# افسردگی در زنان

15 14 13 12 11 10 9

(۲) شاعر نامی  
ن. گرد و خاک -  
(۳) بسیار گرم  
(۴) مذاهب اسلام  
کدو - مجسمه  
جایب هفتخانه  
(۵) کریمسمن N.  
طاهره - ضمیری  
کلمه - قبایل  
نهران - یاران  
(۶) پی - پیژ -  
اندازه گیری بار

## حل جدول ویژه ۶۸۲۵

۱	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۲	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۳	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۴	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۵	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۶	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۷	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۸	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۹	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۱۰	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۱۱	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۱۲	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۱۳	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م
۱۴	د	ی	ن	ا	ب	ک	ا	د	ا	م	ن	د	ا	م

هوگو.

تاج-سمبلیک ۱۲) زهفت قلم آرایش  
قدیم- شیرینی فروش- به دور زمین  
می چرخد ۱۳) فیلمی ساخته داریوش  
مهرجویی- فصل بهار ۱۴) بی مهری  
به معشوق- کارهای خوب- گازی  
رادیو اکا ۱۵) غمخواری- دانش اصلاح  
بی نظمی های دندان.

## جدول ویژه

**افقی: ۱)** خودم - آبی که نمک دارد -  
مقررات ۲) از معروف ترین تانک های  
جنگی جهان ساخت آلمان - نوعی

## حل جدول عادی ۶۸۲۵

[illegible]