

تیرت هفته گذشته سلامت را می خوانم: «خبر مرگ را چگونه بگویم؟»وبعدیک دکتر روان پزشکی توصیه

کرده بودند که خبر مرگ را نباید ناگهانی گفت بلکه اول باید زمینه را آماده کرد؟ اما از این بی مقدمه‌تر نمی شد. پیام خیلی کوتاه بود.به کوتاهی فاصله مرگ وزندگی: «خسرو شکیبایی درگذشت.» اما درباره تو همه چیز تفاوت می کرد. حتی اگر هزار سال هم برای گفتن این خبر مقدمه چینی می شد، باز هم فرقی نمی کرد. خبر، آوار می شد بر سرت. درباره تو همه چیز فرق می کرد. چه کسی می توانست بهتر از تو نقش یک عاشق پیشه را در سالاد فصل بازی کند، چه کسی می توانست بهتر از تو پدر باشد؛ آن وقت که خانواده‌ای سبز تشکیل می دهی و می خواهی همه چیز را سبز کنی.

این را راست گفته‌اند، هنرمند هیچ وقت نمی میرد، به خصوص وقتی که آن هنر بازگری باشد. انگار آدم با سینما راز جاودانگی را کشف کرد، سینما همان اکسیر زندگانی است. پرده سینما آدم را جاودانه می کند اما این پرده سینما نبود که تو را جاودانه کرد، حتی حالاآن سیمرخ‌هایی که به دلیل فیلم‌های هامون، کیمیا و سالاد فصل هم گرفتی خیلی در جاودانگی تو اثری ندارند که تو برای جاودانگی به هیچ کدام از آنها احتیاج نداشتی واین سیمرخ‌ها هستند که با تو ارزش و اعتبار می یابند. تو جاودانه شدی چون انسان بودی، انسانی که سبز زندگی کرد و زندگی را نیز برای دیگران سبز خواست.

خبر کوتاه بود. خسرو شکیبایی صبح روز ۲۸ تیر ماه بر اثر عارضه کبدی در بیمارستان پاریسان، دارقانی را وداع گفت. به گفته سوپروایزر بیمارستان پاریسان خسرو شکیبایی ساعت ۳/۴۵ روز جمعه به دلیل کاهش سطح هوشیاری و اختلالات تنفسی به بیمارستان منتقل می شود و تحت مراقبت‌های ویژه قرار می گیرد. در ساعت ۸ صبح روز جمعه آقای شکیبایی دچار ایست قلبی می شود و اقدامات لازم برای احیای قلبی صورت می‌پذیرد.اما در نهایت ساعت ۸/۵۰ دقیقه صبح فوت می کنند.

دکتر ابراهیم دریانی، فوق تخصص گوارش که در آخرین ساعات بیماری در بیمارستان پاریسان خسرو شکیبایی را معاینه کرده بود، درباره بیماری وی می گوید: «شکیبایی به سرطان پیشرفته کبد دچار شده بود و همین عامل در نهایت به فوت ایشان منجر شد.» دکتر دریانی می گوید: «به دلیل نوع بیماری شکیبایی امکان پیوند کبد وجود نداشت.»

دکتر رضاملک زاده، فوق تخصص گوارش نیز که یک هفته پیش از فوت شکیبایی وی را معاینه کرده بود می گوید: «شکیبایی به سرطان پیشرفته کبد دچار شده بود و سرعت گسترش بیماری به حدی زیاد بود که امکان شیمی درمانی نیز وجود نداشت.»

رییس بیمارستان پاریسان نیز درباره

نگاهی به پرونده پزشکی خسرو شکیبایی

سینمای ایران شکیبایی اش را از دست داد

بیماری شکیبایی می گوید: «بازیگر محبوب کشورمان از مدتی پیش دچار سیروز کبدی شده بود که این بیماری عملکرد کبد را مختل کرده بود.»

محمدرضا نوروزی در ادامه می افزاید: «سیروز کبدی یکی از عوامل زمینه‌ساز سرطان کبد است که بیماری سیروز کبدی خسرو شکیبایی در نهایت به سرطان کبد منجر شده بود.»

دکتر نوروزی در پاسخ به این سوال ما که اگر شکیبایی زودتر به پزشک مراجعه می کرد، آیا امکان بهبود وی وجود داشت می گوید: «اگر اقدامات پزشکی لازم در زمان مناسب صورت می گرفت، امکان اینکه زمان بیشتری از هنر شکیبایی استفاده کنیم، وجود داشت.»

وی با بیان اینکه هنرمندان ممکن است به دلیل مشغله کاری به سلامت خود بی توجه باشند، به هنرمندان توصیه کرد هر شش ماه یکبار برای چکاپ‌های لازم به پزشک مراجعه کنند و به سلامت خود بیشتر اهمیت دهند. این در حالی است که در مهر ماه سال ۸۶ نیز استاد بازیگری سینمای ایران به دلیل بیماری دیابت در بیمارستان آتیه بستری شده بود. شکیبایی آن زمان پس از انجام آزمایش‌های لازم و دو روز مراقبت از بیمارستان، مرخص شده بود.

پویا شکیبایی فرزند شکیبایی نیز درباره درگذشت پدرش می گوید: «حال پدرم عصر

روز پنجشنبه بد شد و ساعت ۳ پامداد اورژانس را خبر کردیم و وی را بلافاصله به بیمارستان پاریسان منتقل کردیم. به دلیل مشکلات تنفسی، ابتدا در بخش اورژانس بیمارستان اقدامات اولیه انجام شد. سپس در حدود ساعت پنج به آی.سی.یو منتقل شد و در ساعت نه صبح به دلیل ایست قلبی درگذشت.»

از محمود تا هامون سینمای ایران خسرو سینمای ایران که بچه‌محل‌های خیابان مولوی «محمود» صدایش می کردند، در سال ۱۳۳۳ به دنیا آمد. پدرش سرگرد ارش بود. در ۱۴ سالگی، پدر برای خسرو شکیبایی به قاب عکسی روی دیوار تبدیل شد. به همین علت شاید به نوعی کودکی خسرو شکیبایی نیمه تمام ماند تا او خیلی زود با سختی‌های روزگار مواجه شود. همین تجربه‌ها بود که بعدها او را به یکی از بهترین بازیگران سینمای ایران تبدیل کرد. شکیبایی که فارغ‌التحصیل رشته بازیگری از دانشکده هنرهای زیبای دانشگاه تهران است، کار بازیگری را با تئاتر شروع کرد. از جمله نمایش‌های او می‌توان به «سنگ و سرن» و «بیا تا گل برافشانیم» اشاره کرد. در ۱۹ سالگی برای اولین بار روی صحنه تئاتر رفت. شکیبایی از سال ۱۳۴۷ تا ۱۳۴۹ به گوندگی در استودیو شهاب مشغول بود. در سال ۱۳۵۳ وقتی که ۳۰ ساله بود، برای اولین بار در فیلم کوتاه «کتیبه» «سالادفصل» به کارگردانی فریدون جیرانی پرداخت. اما اولین فیلم مهم او را می‌توان «خط قرمز» به کارگردانی مسعود کیمیایی دانست که در سال ۱۳۶۱ ساخته شد.

شکیبایی در این باره می گوید: «کیمیایی مرا به سینما آورد و با وضعیت آبرومندانه هم آورد.»

دکتر ابراهیم

دریانی،

فوق تخصص

گوارش که در

آخرین ساعات

بیماری در

بیمارستان

پاریسان

خسرو

شکیبایی را

معاینه کرده

بود، درباره

بیماری وی

می گوید:

«شکیبایی

به سرطان

پیش‌رفته کبد

دچار شده بود

و همین عامل

در نهایت به

فوت ایشان

منجر شد.»

“

دکتر

رضاملک زاده،

فوق تخصص

گوارش نیز

که یک هفته

پیش از فوت

شکیبایی وی

را معاینه

کرده بود

می گوید:

«شکیبایی

به سرطان

پیش‌رفته کبد

دچار شده

بود و سرعت

گسترش

بیماری به

حدی زیاد

بود که امکان

شیمی درمانی

نیز وجود

نداشت.»



وقتی عملکرد کبد مختل می شود

عواقب اعتصاب در پالایشگاه بدن

بیماری‌های کبد آشنا شوید

آشکارترین بیماری کبدی، هپاتیت است که اغلب در سه نوع هپاتیت A، B و C طبقه‌بندی می شود. هپاتیت A بیشتر از طریق آب و غذای آلوده منتقل و موجب التهاب کبد می‌شود. اغلب این بیماری به وسیله سیستم ایمنی بدن درمان می شود. اما هپاتیت B و C به‌طور معمول، بیماری‌هایی خطرناک محسوب می‌شوند که می‌تواند یکی از عوامل زمینه‌ساز سیروز کبدی باشند. هپاتیت B و C از طریق خون، محصولات خونی و تماس جنسی منتقل می‌شوند. شما می‌توانید با تزریق واکسن هپاتیت B از ابتلا به این بیماری جلوگیری کنید. سیروز کبدی شایع‌ترین بیماری کبد است که یک بیماری مزمن به شمار می‌آید. در اثر سیروز، بافت فیبری کبد گسترش می‌یابد و سلول‌های کبدی تخریب می‌شوند. سیروز ممکن است در اثر بیماری‌هایی مانند هپاتیت، مصرف مشروبات الکلی و بیماری‌های خودایمنی بدن به‌وجودآید.

سوء تغذیه، جمع شدن آب در شکم و تغییرات قندخون و خون‌ریزی از مری و استفراغ علائم شدید کبد است. سیروز می‌تواند به سرطان کبد منجر شود. سرطان کبد سومین عامل مرگ و میر ناشی از سرطان در جهان است. درد در ناحیه راست شکم، بی‌اشتهایی، کاهش وزن، اختلالات متابولیکی، زردی چشم و پوست سر از کبد ما در می‌آورد. کبد دود سیگار، مواد شیمیایی، الکل، داروها و هر چیز دیگری را که برای بدنمان مضر باشد، تصفیه می‌کند. با این همه، اگر کبد شما آسیب دید، خیلی نگران نباشید چون کبد ویژگی شگفت‌انگیزی الکل و استفاده از استروئیدها می‌تواند از عوامل

شکیبایی با فیلم‌های بعدی‌اش نیز، این وضعیت آبرومندانه را حفظ کرد. پس از آن، شکیبایی در فیلم‌های «دادشاه»، «صاعقه»، «دزد و نویسنده»، «رابطه»، «ترن»، «شکار» و «عبور از غبار» بازی کرد. بازی در فیلم «هامون» به کارگردانی داریوش مهرجویی، تولد دوباره خسرو شکیبایی بود در عالم سینما. شکیبایی در این فیلم نقش یک استاد فلسفه را بازی می‌کند که مشغول نوشتن رساله‌اش درباره عشق و ایمان است اما خود سرگشتگی فراوانی دارد.

شکیبایی با ایفای نقش هامون به نماد روشنفکران طبقهٔ متوسط در ایران تبدیل شد.

فیلم هامون شکیبایی را به بازیگر محبوب سال‌های پایانی دهه ۶۰ تبدیل کرد. محبوبیتی که تا روز درگذشتش همچنان ادامه داشت.

شکیبایی برای ایفای نقش حمیدهامون، اولین سیمرخ دوران بازیگری‌اش را از هشتمین دوره جشنواره فجر دریافت کرد. منتقدان، هامون را ماندگارترین نقش در تاریخ سینمای ایران می‌دانند. نوار درخشش‌های شکیبایی پس از هامون همچنان ادامه یافت و در سیزدهمین جشنواره فیلم فجر برای بار دوم سیمرخ بلورین بهترین بازیگر نقش اول مرد را برای فیلم «کیمیا» به کارگردانی احمدرضا درویش دریافت کرد. در فاصله دو سیمرخ، شکیبایی در فیلم‌هایی همچون «عبور از غبار» و «بانو» به ایفای نقش پرداخت. سومین سیمرخ بلورین بازیگری را شکیبایی در بیست و دومین دوره جشنواره فیلم برای «سالادفصل» به کارگردانی فریدون جیرانی به دست آورد. شکیبایی در سال ۱۳۸۶ در فیلم شب به کارگردانی رسول صدرعاملی ایفای نقش کرد که این فیلم هنوز اکران نشده است.

آخرین حضور سینمای شکیبایی مربوط به فیلم «حیران» است. اما موفقیت‌های شکیبایی فقط مربوط به دنیای سینما نیست، چرا که او ایفاگر نقش در برخی از بهترین سریال‌های تلویزیونی بوده است. بازی او در سریال‌های مدرس، روزی روزگاری، خانه سبز، تفنگ سرپر؛ آواز هم، در کنار هم و سرزمین سبز برای همیشه ماندگار خواهد بود. از شکیبایی همچنین آلبوم‌های پری‌خوانی، حچم سبز، نشانی‌ها، نامه‌ها و مهربانی منتشر شده است که در آن به دکلمه شعر شاعرانی مانند سهراب سپهری و سیدعلی صالحی پرداخته است. حالا خسرو شکیبایی دیگر در میان ما نیست؛ اگر چه او با هفت فیلم آماده اکران دوباره به پرده سینماها می‌آید و خاطر‌های ما به همراه داغ دلمان را تازه خواهد کرد. شکیبایی زود رفت، زودتر از آنچه که ما فکر می‌کردیم. به قول کاتبیان «هنوز سینمای ایران با تو کار داشت». شکیبایی با بازی در آخرین پلان زندگی‌اش در بیمارستان پاریسان همه ما را بهت زده کرد؛ همان‌طور که با فیلم‌هایش این کار را می‌کرد. شکیبایی در جایی گفته بود: «مردم بدون من، همیشه مردم‌اند، من اما بدون مردم، مرده‌ام». اما مردم با فیلم‌های شکیبایی زندگی کردند و او برای همیشه در خاطره ما زنده خواهد بود. ■

دارد. اگر حدود ۷۰ درصد کبد در اثر جراحی برداشته شود، آن هم ۳۰ درصد قدرت این را دارند که کبد را به طور کامل بازسازی کنند. قدرت خود ترمیمی کبد شگفت‌انگیز است و می‌تواند در عرض چند ماه به طور کامل خود را بازسازی کند. از این خاصیت کبد در پیوند کبد استفاده می‌شود، به گونه‌ای که در پیوند کبد تنها لوب بزرگ‌تر فرد سالم به بدن فرد دریافت‌کننده پیوند زده می‌شود و پس از چند هفته ما با او فرد سالم روبه‌رو هستیم چون هم کبد فرد اهداکننده دوباره بازسازی می‌شود و هم کبد فرد دریافت‌کننده سلامت خود را باز می‌یابد. ■

۱۳ راه مراقبت از کبد

- مصرف سیر، پیاز، انواع کلم، آب‌لیمو ترش چغندر و انواع میوه‌ها و آرتیشو به بهبود عملکرد کبد کمک می‌کند.
- الکل نوشید.
- واکسن هپاتیت B بزنید.
- تا حد امکان از استروئیدها استفاده نکنید.
- یک رژیم غذایی کم‌چرب و پرفیبر داشته باشید.
- از عوامل آلاینده مانند دود آگروز ماشین‌ها، پاک‌کننده‌های شیمیایی و حلال‌ها دوری کنید.
- مصرف آنتی‌اکسیدان‌ها مانند ویتامین C را مورد توجه قرار دهید.
- از مصرف خودسرانه داروها بپرهیزید.
- از روغن‌های گیاهی مایع استفاده کنید.
- از مصرف مواد غذایی هورمونی بپرهیزید و بیشتر از گوشت سفید مانند مرغ و ماهی استفاده کنید.
- مصرف نمک را کاهش دهید.
- از مصرف دخانیات بپرهیزید، به خصوص اگر همراه با مصرف الکل باشد. مصرف هم‌زمان الکل و مواد دخانی آسیب جدی به کبد وارد می‌کند.
- مصرف قهوه در پیشگیری از سرطان کبد موثر است. نوشیدن دو فنجان قهوه در روز توصیه می‌شود.

سلامت

شماره صدو هفتادونه آشنبه پنج مرداد هشتاد و هفت

هنر، رسانه و سلامت

دکتر مصطفی جلالی‌نخ

تیغی که رنگ سلامت‌تان را می‌زند!

شاید فیلم «تیغ زن» را که مدتی به پرده سینماهای پایتخت راه یافت، دیده باشید؛ اثری عجیب و غریب که شاید سر و ته درست و حسابی نداشته باشد و خیلی‌ها را گیج کرده است. شنیدم‌ام که سردرد تماشاگر در پایان این فیلم نتیجه شایعی بوده و البته قصدمان حرف زدن در باره سردرد پس از تماشای فیلم نیست… نکته‌ای که به حساسیت این ستون مربوط می‌شود، این است که به نظرم «تیغ‌زن» تشویقی‌ترین فیلم سال‌های اخیر سینمای ایران در استعمال دخانیات است. این چانه تنها سیگار کشیدن مرد و زن مجاز است، بلکه شیوه مصرف آن هم با وسوسه برانگیزی قابل توجه است. محض نمونه، یکی از پسرها بالذت با بزگو شانه‌ی، بازدم دود حسیب سیگارش را حلقه حلقه بیرون می‌دهد و این کار را به حرکتی دل‌سب و سرخوشانه تبدیل می‌کند. در طول فیلم هم که چند باری شاهد سیگار روشن کردن و کشیدن شخصیت اصلی «تیغ‌زن» یعنی لادن مستوفی هستیم. حتی یک بار، دست سیگار به دستش را از پنجره ماشین بیرون می‌کند و بر سیگارت سفید رژ لبی شده‌اش تاکید می‌شود. شیوه کشیدن آن هم با جزئیات خاص زنده است که زمانی درها لورود و با مقاصد دیگری به کار می‌رفت. موضع ما در این نوشته نگرانی در باره سلامت است، هرچند که سیگار کشیدن زنان در فیلم‌ها به دلایل دیگری هم ممنوع بوده و هست. این در حالی است که متأسفانه آمار استعمال سیگار در دختران و زنان ۱۵ تا ۳۵ سال تهران به مرزهای نگران‌کننده‌ای رسیده است. همچنان متحیرم که این صحنه‌ها چگونه و با چه توجیهی مجال نمایش یافته‌اند. گیرم که این تیغ زن باشد و خوب کاره نباشد و … هرچند که در پایان و بدون هیچ تحولی، رستگار هم می‌شود!

در فصل دیگری و در واکنش به بی‌وفایی معشوق (همین تیغ زن خانم سیگاری)، دو جوان اصلی فیلم که یکی‌شان عاشق ناکام است و به پیشنهاد دیگری، قرص آکس می‌خورند و با صدای بلند موسیقی می‌رقصند. در واقع فیلم به تماشاگر خود پیشنهاد می‌دهد که برای گریز از شرایط دشوار و غم‌گین، مواد مخدر شیمیایی، گزینه قابل انجامی است. آن دو مدتی می‌رقصدند و می‌خندند و تمام. هیچ نتیجه دال بر طرد این تفکر غلط هم مشاهده نمی‌شود و دست آخر هم آتلیه می‌زنند و از عروسی معشوق با عاشق دیگر (عطا) تصویربرداری می‌کنند. نمی‌دانم چنین ترویجی تا چه حد آگاهانه بوده است اما هرگونه نمایش مصرف بی‌عقوبت مواد مخدر می‌تواند نتایج فاجعه‌باری به بار آورد. عجیب این که در برابر چنین ناپهنجاری، کنش تبدیلی هم به‌وسیله فیلمساز رخ می‌دهد. در ادامه همین فصل است که عطا (آدم مثبت داستان) هم پیاله و هم شانه تخدیر مست گونه جوان می‌شود که تنها مانده و همچنان در حال نشنگی آکس به سر می‌برد. شاید داودنژاد برای پرهیز از سینمای پیام رسان و نمایش عینی دنیای بیمار جوانان است که به این نمایش بی‌دخالت رسیده اما در عمل، مهر پذیرش به این بزه رفتارها زده است. کاش

نظرسنجی معتبری انجام می‌شد تا بدانیم قضاوت تماشاگران پس از تماشای «تیغ زن» در این باره چیست. ■

■ **بهترین مقاله را انتخاب کنید**

۱۷۹۳۵۱

۲۰۰۰۲۸

روی حرف دختر عمو، پسر عمو حساب باز نکنید!

به تازگی تلویزیون در بخش پیام‌های **دکتر مجید سلطانی** بازگانی خود به‌طور گسترده‌ای تیزر تبلیغاتی یک بانک خصوصی را پخش می‌کند که موضوع آن هدیه دادن دفترچه پس‌انداز از سوی پسرعمو به دختر عموست.

احتمالاً شما هم این تیزر تبلیغاتی را از رسانه ملی تماشا کرده‌اید و احساساً از شکل و شمایل این دو شخصیت کارتونی و شیوه حرف زدن‌شان لیخندی بر لبان‌تان نقش بسته است اما اگر بدانید این تیزر تبلیغاتی به طور غیرمستقیم نگرش‌ها و باورهای سلامتی مخاطبان خود را تغییر داده است، شاید اخم‌هایتان در هم کشیده شود و از این پس در برابر رفتار رسانه‌ها قدری تیزبین خواهید شد و مشابه کشورهای پیشرفته از بانک مورد نظر توقع خواهید داشت تا به‌طور رسمی از مردم عذرخواهی کند و از بازپخش این تیزر جلوگیری کند.

نخستین پیامی که این تبلیغ به طور غیرمستقیم به بیننده نجیب ایرانی می‌دهد، ترویج ازدواج فامیلی یا همان ازدواج دختر عمو با پسرعموست، در حالی که می‌دانیم ماندگارترین پیام‌ها در ذهن، پیام‌های غیرمستقیم است و همچنین می‌دانیم که دستگاه‌های بهداشتی کشورمان سال‌هاست برای مبارزه با معلولیت‌های ناشی از ازدواج فامیلی که چند برابر ازدواج‌های غیرفامیلی است تلاش می‌کنند و به طور گسترده‌ای آن را به گوش مردم رسانده‌اند، اکنون شاید این سوال برایتان پیش آید که این تبلیغ چگونه توانسته است باورهای ما را عوض کند. در پاسخ باید گفت که این پیام غیرمستقیم کودکان و فرزندان شما را هدف قرار داده است و باورهای غلطی را در سنین کودکی و نوجوانی در ضمیر ناخودآگاه آنان حک می‌کند و سال‌ها بعد تأثیر آن را مشاهده خواهید کرد.

دومین پیام غیرمستقیم این تیزر، تبلیغ پستانک است. تیزر تبلیغاتی مورد نظر را یک بار در ذهن خود تصویرسازی کنید، جایی که پسرعمو به دختر عمو می‌خود می‌گوید: «سرمایه من از دنیا همین پستانک است». شاید شما خواننده محترم کمتر اطلاع داشته باشید اما سال‌هاست که پزشکان کشور و دستگاه‌های ذی‌ربط می‌کشند باور غلط مکیدن پستانک را در کودکان ایرانی از بین ببرند اما با پخش این تیزر شاید نیاز به سال‌ها وقت و انرژی و سرمایه‌گذاری است تا این باور غلط اصلاح شود.

سخن دیگر اینکه، این‌جانب به عنوان شهروندی ایرانی از سازمان‌های بهداشتی و وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی انتظار دارم برای پیشگیری از معلولیت‌ها و ترویج تغذیه با شیر مادر، اجازه ندهند یک شرکت خصوصی برای کسب منافع بیشتر، خواسته یا ناخواسته هر گونه تبلیغی را برای خود مجاز بشمارد. هنوز فراموش نکرده‌ایم که در هفته بهزیستی قرار داریم و چند روز دیگر نیز هفته ترویج تغذیه با شیر مادر است. بنابراین پیشنهاد می‌کنم به بهانه این روزها، مسولان در کنار گزارش عملکرد دستگاه‌های متبوع خود،

از مسولان تلویزیون بخواهند که به مخاطبان خود احترام گذاشته و از پخش این تیزر جلوگیری کنند. ■

■ **بهترین مقاله را انتخاب کنید**

۱۷۹۳۵۳

۲۰۰۰۲۸