۲۰۰ بار اهدای زندگی

حسین زمانی، بازیگر تلویزیون در گفت‌وگوی اختصاصی با روزنامه «جام جم» از ۲۰۰ بار اهدای خون و ترویج فرهنگ ایثار می‌گوید

هانا چراغی
جام‌جم آنلاین

اهدای خون یکی از ساده‌ترین راه‌های کمک به بیماران است اما تامین مستمر خون مورد نیاز مراکز درمانی، به مشارکت مداوم اهداکنندگان نیاز دارد. بیماران، مصدومان حوادث و افراد نیازمند جراحی و درمان‌های خاص، به ذخایر پایدار خون و فرآورده‌های خونی وابسته‌اند؛ بنابراین اهدای خون نباید تنها در زمان اعلام کمبود یا شرایط بحرانی مورد توجه قرار گیرد. ترویج این فرهنگ نیز تنها برعهده مراکز انتقال خون نیست و خانواده‌ها، رسانه‌ها و چهره‌های شناخته‌شده می‌توانند در تشویق افراد واجد شرایط نقش داشته باشند. هنرمندان و بازیگران نیز با توجه به ارتباط گسترده با جامعه، می‌توانند از ظرفیت خود برای فرهنگ‌سازی و تبدیل اهدای خون به یک رفتار اجتماعی مستمر استفاده کنند؛ به‌ویژه زمانی که خودشان نیز در این مسیر مشارکت داشته باشند. در همین زمینه با حسین زمانی، بازیگر باسابقه سینما و تلویزیون، پیشکسوت و سفیر انتقال خون که از ۱۹سالگی اهدای خون را آغاز کرده و نزدیک به ۲۰۰ مرتبه خون اهدا کرده است، درباره اهمیت اهدای خون و نقش هنرمندان در ترویج این فرهنگ گفت‌وگو کرده‌ایم.

از چه زمانی اهدای خون را شروع کردید و چه شد که این کار برای شما به یک اقدام مستمر تبدیل شد؟

۶۵ ساله و بازنشسته کادر درمان هستم و از ۱۹ سالگی اهدای خون را آغاز کردم. سال ۱۳۵۹ که سرباز بودم، دو مرتبه در تهران خون اهدا کردم. بار دوم، با توجه به این‌که فرصت زیادی نداشتم، همراه یکی از دوستانم به سازمان انتقال خون که آن زمان در خیابان ویلا قرار داشت، رفتیم. قرار بود ساعت ۱۷ با قطار به منطقه عملیاتی برگردیم، چون در جبهه خدمت می‌کردم و به مرخصی آمده بودم. خون اهدا کردیم و بعد به راه‌آهن رفتیم. ساعت ۱۷ سوار قطار شدیم و به اندیمشک رسیدیم. خودروی ارتش برای انتقال ما به منطقه آمده بود و پس از سوار شدن، راهی منطقه شدیم. به‌محض این‌که به گردان رسیدیم، شاهد درگیری سختی در خط مقدم بودم و ترکش کوچکی به ساق پایم و ترکش دیگری به آرنجم اصابت کرد. ترکش آرنج باعث خونریزی زیادی شده بود اما حال عمومی‌ام خوب بود. خودم هم عضو بهداری ارتش بودم و به بهداری مراجعه کردم. پزشک پس از معاینه گفت باید به پایگاه هوایی دزفول اعزام شوم تا هموگلوبین خونم بررسی شود. ما را به بیمارستان پایگاه هوایی دزفول فرستادند و پس از آزمایش، پزشک گفت هموگلوبینم بسیار پایین است و باید دو واحد خون دریافت کنم. آن زمان کیسه‌های خون مانند امروز بارکد نداشت و مشخصات گروه خونی و نام فرد با ماژیک روی کیسه نوشته می‌شد و کیسه‌ها را در یخدان‌های یونولیتی حمل می‌کردند. پزشکیار ارتشی که مسئول خون بود، در یخدان را باز کرد و گفت فکر می‌کنم یکی از این کیسه‌ها گروه خونی A مثبت باشد. از من درباره گروه خونی‌ام پرسید. در همان لحظه متوجه شدم کیسه خونی که روز قبل در تهران اهدا کرده بودم، به بیمارستان پایگاه هوایی دزفول و منطقه عملیاتی رسیده و قرار است به خودم تزریق شود. گفتم مطمئن باشید این کیسه خون متعلق به خودم است و نیازی به تطبیق مجدد ندارد اما او گفت باید آزمایش تطبیق انجام شود. آزمایش را انجام دادند و همان خون به من تزریق شد. این اتفاق باعث شد بیش از گذشته به اهمیت اهدای خون پی ببرم و ببینم خونی که اهدا می‌کنیم چگونه و در چه شرایطی به‌دست بیماری می‌رسد. بعد از آن، با توجه به این‌که دو بار خون اهدا کرده بودم، تصمیم گرفتم به‌طور مستمر این کار را ادامه دهم. تقریبا هر سه ماه یک بار، به هر شکلی که بود خودم را به پایگاه‌های انتقال خون می‌رساندم و یک کیسه خون اهدا می‌کردم.

در طول این سال‌ها چند مرتبه خون اهدا کرده‌اید و فکر می‌کنید این خون‌ها به چند نفر کمک کرده است؟

تاکنون نزدیک به ۲۰۰ مرتبه خون اهدا کرده‌ام و امیدوارم به زودی این تعداد بیشتر شود هر کیسه خون به بیش از سه فرآورده شامل گلبول قرمز، پلاکت و پلاسما تبدیل می‌شود؛ بنابراین این تعداد اهدای خون می‌تواند به تهیه حدود ۶۰۰ فرآورده خونی منجر شود. این‌که آیا با این تعداد اهدای خون توانسته‌ام جان یک نفر را نجات دهم یا نه، دقیق نمی‌دانم اما از این بابت خوشحالم و خدا را شکر می‌کنم که توانایی داشته‌ام هر سه ماه یک‌بار برای اهدای خون مراجعه کنم. در تمام این سال‌ها تقریبا به‌صورت منظم خون اهدا کردم و فقط یک‌بار، در دوران کرونا، فاصله اهدای خونم به چهار ماه رسید؛ چون خودم به کرونا مبتلا شده بودم و امکان اهدای خون نداشتم. پس از آن دوباره اهدای خون را ادامه دادم.

با توجه به سابقه فعالیت شما در کادر درمان، در دوران کرونا هم در کنار مردم بودید؟

بله. چون جزو کادر درمان بودم، در دوران کرونا به‌هر شکلی که می‌توانستم به درمان بیماران کمک می‌کردم. برخی افراد به سرم یا دارو نیاز داشتند و من نیز تا جایی که در توانم بود، به آنها کمک می‌کردم؛ سرم وصل می‌کردم، داروهای‌شان را می‌رساندم و هرکاری از دستم برمی‌آمد، انجام می‌دادم. آن دوران شرایط دشواری بود و بسیاری از مردم از نظر جسمی و روحی تحت فشار بودند و تلاش می‌کردم بخشی از مشکلات درمانی بیماران را برطرف کنم.

آیا تاکنون برای بیماران، به‌صورت مستقیم و فوری خون اهدا کرده‌اید؟

بله. در بیمارستانی که کار می‌کردم، از طریق بلندگو اعلام کردند که به خون گرم نیاز دارند. چون گروه خونی من A مثبت است و همان گروه مورد نیاز بود، خودم را به اتاق عمل رساندم و به‌صورت مستقیم به بیمار، خون اهدا کردم.

با وجود نزدیک به ۲۰۰ مرتبه اهدای خون، آیا از نظر جسمی با مشکلی مواجه نشده‌اید؟

بعد از این تعداد اهدای خون و در ۶۵سالگی، از نظر خونی و جسمی مشکلی پیدا نکردم. به‌همین دلیل هرجا فرصت پیدا کنم، مردم را به اهدای خون تشویق کرده و درباره اهمیت این‌کار صحبت می‌کنم. البته توصیه من این است که افراد واجد شرایط و کسانی که از نظر پزشکی امکان اهدای خون دارند، برای این کار اقدام کنند. اهدای خون فرآیندی است که تحت نظارت کادر پزشکی انجام می‌شود و پس از اهدا نیز بدن با سازوکار طبیعی خود، روند جبران خون از دست‌رفته را آغاز می‌کند. ناگفته نماند برای هر فردی که اقدام به اهدای خون می‌کند، در صورت تمایل به طور رایگان آزمایشات کامل روی خون او انجام می‌شود.

فعالیت شما به‌عنوان بازیگر هم فرصتی برای ترویج فرهنگ اهدای خون فراهم کرده است؟

بازیگر سینما و تلویزیون هستم و عضویت انجمن بازیگران و خانه سینما را نیز دارم. در پروژه‌های مختلف به‌ویژه در سال‌های اخیر، هر جا فرصتی بوده، همکارانم را به اهدای خون تشویق کرده‌ام. در سریال «اجل معلق» نیز رضا عطاران و عباس جمشیدی‌فر از این موضوع استقبال کردند و در چند قسمت، درباره اهدای خون و اهدای زندگی صحبت شد. خوشحالم که در حد توانم توانسته‌ام از فضای بازیگری هم برای ترویج فرهنگ اهدای خون استفاده کنم.

درباره فیلم «کارما» که با موضوع اهدای خون ساخته شده، توضیح می‌دهید؟

با همکاری آقای کرمی که از مدیران این سازمان بودند، فیلم داستانی «کارما» را با موضوع اهدای خون ساختیم. کارگردانی این فیلم را کامبیز کرمی برعهده داشته‌اند و من نیز نقش پزشک فیلم را بازی کرده‌ام. امیدوارم این فیلم به‌زودی پخش شود و بتواند در زمینه ترویج فرهنگ اهدای خون مؤثر باشد. از کامبیز کرمی نیز که برای ساخت این اثر زحمت کشیدند، تشکر می‌کنم.

به‌نظر می‌رسد خانواده شما نیز در زمینه اهدای خون فعال هستند.

بله. برادرم، خواهرم، دامادم و باجناقم نیز جزو اهداکنندگان مستمر خون هستند و این موضوع در خانواده ما مورد توجه قرار دارد. امیدوارم فرهنگ اهدای خون در خانواده‌های بیشتری شکل بگیرد و افراد واجد شرایط، این کار را به‌صورت مستمر دنبال کنند.

متن کامل را در جام‌جم آنلاین بخوانید

برش

پیام برای کسانی که هنوز برای اهدای خون اقدام نکرده‌اند

پیام من به مردم این است: «اهدای خون، اهدای زندگی». از کسانی که شرایط لازم برای اهدای خون را دارند، خواهش می‌کنم بخشی از وقت خود را به این کار اختصاص دهند. اهدای خون زمان زیادی نمی‌گیرد اما خونی که اهدا می‌کنید ممکن است در بیمارستان برای یک بیمار دیالیزی، فردی که دچار حادثه و تصادف شده یا بیماری مبتلا به سرطان استفاده شود. این‌کار علاوه بر کمک به بیماران، اجر معنوی نیز دارد؛ بنابراین از مردم تقاضا می‌کنم اگر شرایط اهدای خون را دارند، بعد از تایید پزشک در مراکز اهدای خون، در این کار مشارکت کنند و با اهدای خون به نجات جان بیماران کمک کنند.

یادداشت

حامد تیموری
رئیس مرکز ارتباطات نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها

دفاع مقدس از موزه خاطرات تا مدرسه آینده

هر نسلی جنگ خود را دارد؛ اما آنچه نسل‌ها را به یکدیگر پیوند می‌دهد، تجربه‌ای است که از جنگ به‌جا می‌ماند. دفاع مقدس برای نسل امروز دیگر یک تجربه زیسته نیست؛ بخشی از تاریخ معاصر ماست که باید آن را از دل خاطرات، اسناد و روایت‌ها بیرون کشید و به دانشی برای فهم و ساختن آینده تبدیل کرد.

شاید مهم‌ترین پرسش امروز این باشد که دانشگاه‌ها با تجربه دفاع‌مقدس چه باید بکنند؟ اگر دفاع مقدس قرار است همچنان برای نسل جدید حرفی برای گفتن داشته باشد، باید از «موضوعی برای یادآوری» به «منبعی برای یادگیری» تبدیل شود.

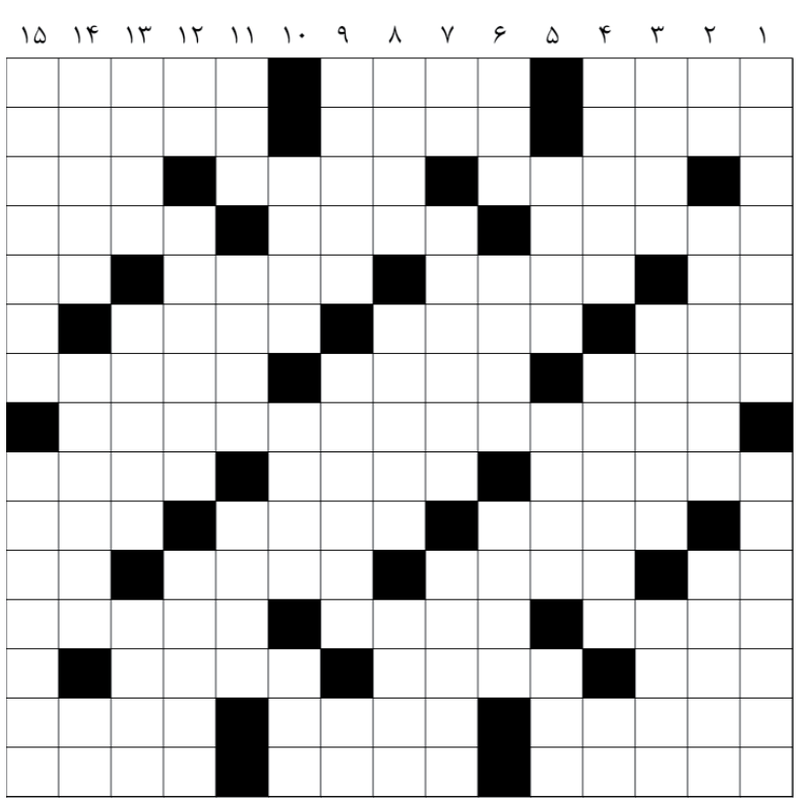
جنگ ۱۲روزه و جنگ رمضان که با حملات آمریکا و اسرائیل به ایران آغاز شد، بار دیگر نشان داد که مسأله جنگ و تهدید نظامی برای کشور، صرفا موضوعی متعلق به تاریخ نیست. در جنگ ۱۲روزه، در کنار حملات نظامی اسرائیل، ایالات متحده نیز مستقیما وارد درگیری شد و مراکز هسته‌ای ایران را هدف قرار داد. چند ماه بعد، با آغاز جنگ رمضان، تجربه‌ای تازه و متفاوت پیش روی جامعه ایرانی قرار گرفت. این تحولات نشان می‌دهد که بازخوانی دفاع‌مقدس باید بتواند از گذشته به اکنون و از اکنون به آینده امتداد پیدا کند. ماهیت تهدیدها نیز تغییر کرده است. میدان نبرد دیگر فقط مرزها و جغرافیا نیست. رسانه، شبکه‌های اجتماعی، افکار عمومی، اقتصاد، فضای سایبری و حتی ادراک و ذهن انسان‌ها نیز به بخشی از میدان تقابل تبدیل شده‌اند. بنابراین بازخوانی دفاع مقدس باید بتواند میان تجربه دیروز و مسأله امروز پل بزند. دانشگاه دقیقا در همین نقطه می‌تواند نقش‌آفرین باشد. تجربه دفاع مقدس باید به پرسش‌های علمی تبدیل شود؛ چگونه جامعه در شرایط جنگی تاب‌آوری خود را حفظ کرد؟ چگونه سرمایه اجتماعی شکل گرفت؟ چگونه کمبود منابع به فرصت خلاقیت و ابتکار تبدیل شد؟ چه شیوه‌هایی از مدیریت، فرماندهی، بسیج اجتماعی و اطلاع‌رسانی در آن دوران شکل گرفت؟ و مهم‌تر از همه، کدام‌یک از این تجربه‌ها می‌تواند برای مواجهه با تهدیدهای ترکیبی امروز و فردا به کار آید؟ این بازخوانی البته نباید گرفتار نوستالژی شود. نسل جدید بیش از آن‌که به تکرار روایت‌ها نیاز داشته باشد، به فهم منطق و چرایی آن تجربه‌ها نیازمند است. باید بتواند بفهمد چرا یک جامعه در شرایط دشوار می‌تواند تاب‌آوری داشته باشد، چگونه اعتماد عمومی ساخته می‌شود و چگونه می‌توان در شرایط بحران، تصمیم درست گرفت. دانشگاه همچنین می‌تواند محل گفت‌وگوی تجربه و علم باشد؛ جایی که رزمندگان و خانواده‌های شهدا، استادان و پژوهشگران و نسل جوان در کنار یکدیگر قرار گیرند.

متن کامل را در جام‌جم آنلاین بخوانید

طراح: بیژن گورانی

جدول ۷۳۴۴

جدول عادی



افقی: ۱) فرمانروا ـ تفریق ـ ری‌اکشن ۲) دعای مستحبی روز جمعه ـ دستگاهی برای تهویه مطبوع تابستانی ـ لقب تیم ملی فوتبال ساحل عاج ۳) علم نحو می‌داند ـ انجمن بین‌المللی حمل‌ونقل هوایی ـ به دور زمین می‌چرخد ۴) همسر حضرت موسی (ع) ـ شنونده ـ هیجان‌انگیز ۵) B ـ مجازات ـ شفاعت‌کننده ـ انتها ۶) چند رأی ـ واحدی برای اندازه‌گیری طول ـ رشته باریک و دراز ۷) از ملزومات استحمام ـ اما ـ الاستیک ۸) مجموعه داستانی نوشته احمد محمود ۹) له شده ـ تحفه ـ سعی ۱۰) زهر ـ معراج مومن است ـ به‌هوش باش ۱۱) خاک سرخ ـ از پسران فریدون پیشدادی ـ نوعی پارچه پنبه‌ای ـ جانشین او ۱۲) گیاه ـ خرامنده ـ حشره‌ای مزاحم ۱۳) نوعی دسر ـ موتور جست‌وجوگر اینترنتی ـ مقر فرماندهی در ارتش ۱۴) ینگه دنیایی ـ دوزخ ـ پستاندار اقیانوسی ۱۵) افسرده و غمگین ـ حالتی مخصوص زن آبستن ـ دالان ورودی خانه‌های قدیمی.

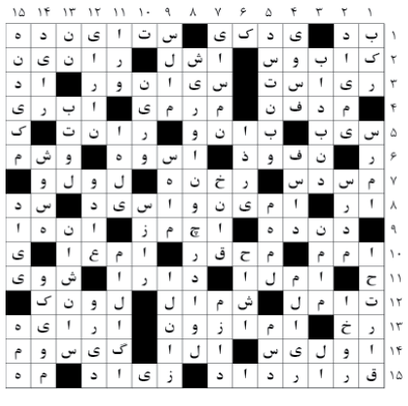
عمودی: ۱) فاتح قلعه‌الموت ـ بیماری التهاب حنجره ۲) مادر عرب ـ سنگی زینتی ـ سومین قله بلند ایران ۳) نوعی قایق پارویی ـ ناپاکی ـ قطعه موسیقی ۴) دارای حرکت ـ ترکیب شیمیایی آبدار ـ پیش‌شماره تلفن ۵) لازم ـ گروی ـ قوم ساکن شمال ایران ۶) ساعت دست ـ خاکستری روشن ـ گردکان ۷) ساز هفت بند ـ از متعلقات اسلحه که برای جنگ تن‌به‌تن استفاده می‌شود ـ مبارز ۸) نامی دخترانه ـ تراوش کردن مایع از جایی ـ خداوندی ۹) آسودگی ـ پدر سام در شاهنامه ـ رمق آخر ۱۰) گندیدگی ـ شهرستانی در استان همدان ـ افسانه ۱۱) شرط دوستی ـ گلی آپارتمانی ـ فاقد ظرافت ۱۲) حرف ندا ـ از اصول زندگی اجتماعی است ـ ساحل دریا ۱۳) واژه ـ پایان‌نامه ـ هراس‌انگیز ۱۴) پایان ـ غیردیجیتال ـ یادداشت ۱۵) بنای تاج محل در هند به دستور وی ساخته شد ـ لیاقت.

جدول ویژه

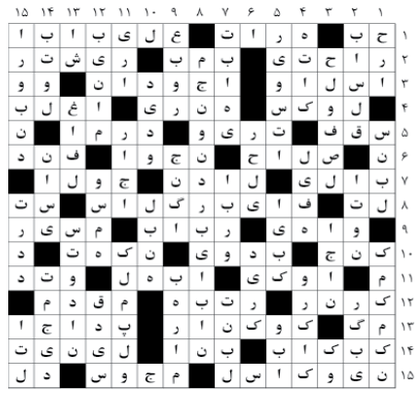
افقی: ۱) اکنون ـ ترن ـ از معتبرترین مؤسسات نظرسنجی در جهان ۲) خاک ـ دل‌انگیز ـ پاینده ۳) بانگ قلم ـ بی‌اعتبار ـ پول اتیوپی ۴) فیلم کمدی درام ایتالیایی به کارگردانی جوزپه تورناتوره ـ منزل ـ مقدار کمی از نوشیدنی ۵) شخص ـ نوعی میمون ـ ورزش آرامش‌بخش ـ همه را شامل می‌شود ۶) از حروف مقطعه قرآن ـ نامی پسرانه ـ حرکت و جابه‌جایی ۷) وجود ندارد ـ عاجز و ناتوان ـ از بین رفته ۸) شاعر فقید معاصر که با عنوان شاعر تهران شناخته می‌شود ۹) جانور ـ جانوران رام نشده ـ هیچ‌وقت ۱۰) فرسوده ـ لکنت زبان ـ شهری در یونان ۱۱) اصل هر چیز ـ پدر عمار ـ اتحادیه فوتبال اروپا ـ آب‌بند ۱۲) از بت‌های دوران جاهلیت ـ اشعه فرابنفش ـ مازاد ۱۳) تنگ چشمی ـ زندان ـ ضرباهنگ ۱۴) موزه‌ای در پاریس ـ دستوری ـ جزیره گردشگری اندونزی ۱۵) شکار ـ درخت جوان ـ برگه دریافت کالا.

عمودی: ۱) سلسله‌ای از فرمانروایان ترک‌نژاد فارس ـ از اماکن دیدنی و گردشگری سنندج بازمانده از دوره قاجار ۲) مساوی ـ از نقوش زیبا در هنر نگارگری ـ از تداول افتاده ۳) یاری‌کننده ـ جادوشده ـ بالنگ ۴) عظمت ـ بدون نقص بودن ـ بله ایتالیایی ۵) تخم کتان ـ گیتی ـ فرمانده ۶) گوشه‌ای در دستگاه شور ـ چشمداشت ـ لقب حضرت عیسی (ع) ۷) از حروف الفبا ـ میوه پاییزی ـ نوار تزئینی ۸) جزیره تبعیدگاه ناپلئون ـ پند ـ از هفت قلم آرایش قدیم ۹) خداشناس ـ بی‌آبرویی ـ رام نشده ۱۰) پاک‌کننده ـ زبان مردم افغانستان ـ جاده قطار ۱۱) شکستگی‌های طبقات رسوبی زمین ـ پرتویی الکترومغناطیسی ـ مارگرزه ۱۲) R ـ درست و حسابی ـ نوعی بیماری و با ۱۳) تکان ولرزش ـ گلی آپارتمانی ـ ورم ۱۴) امانت ـ از بهترین آثار تاریخ سینمای ژاپن ساخته میزوگوچی ـ حرف دهن‌کجی ۱۵) لقب خواجه عبدالله انصاری ـ خدابیامرز.

حل جدول عادی ۷۳۴۳



حل جدول ویژه ۷۳۴۳



حل سودوکو ۵۲۱۸

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

برای حل جدول اعداد باید در هر مربع کوچک‌تر ۳ در ۳ هیچ عدد تکراری وجود نداشته باشد. همچنین هیچ عددی در یک سطر یا ستون مربع بزرگ ۹ در ۹ تکرار نشده باشد.

سودوکو ۵۲۱۹

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

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

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