

زنان شاخص

پریسا



فاطمه سادات واعظی (زاده ۲۵ اسفند ۱۳۲۸ شهسوار) با نام هنری پریسا، خواننده موسیقی سنتی ایرانی است. از کودکی با تشویق‌های پدرش در برنامه‌های هنری شرکت می‌کرد تا اینکه در مسابقات هنری مدارس در رشته آواز رتبه اول را در بین تمام دانش‌آموزان سراسر کشور کسب کرد و از آن زمان با محمود کریمی که از اعضای هیئت داوران بود آشنا و برای فراگیری دستگاه‌ها و ردیف موسیقی سنتی ایران شاگرد ایشان شد. بعد از دو سال برای آغاز کار حرفه‌ای، وارد وزارت فرهنگ و هنر وقت شد، که در این مدت برنامه‌هایی در تلویزیون اجرا کرد و کنسرت‌هایی در تهران و بعضی شهرستان‌ها و کنسرت‌هایی در خارج از کشور برای معرفی موسیقی سنتی ایران برگزار نمودند. در سال ۱۳۵۲ با امیر افراز ازدواج کرد و حاصل آن سه فرزند با نام‌های سارا، لیلیا و دارا می‌باشد. بعد از ازدواج همکاری پریسا با مرکز حفظ و اشاعه موسیقی آغاز شد و تا سال ۱۳۵۷ ادامه داشت. در این دوران در محضر استاد دوامی نیز با سبک اجرای تصنیف‌های قدیمی و آواز

راه‌های پایان دادن به گریه کودک

می‌نشیند را راه می‌اندازم و با صدای موسیقی و شکلک درآوردن ذهن آنها را منحرف می‌کنم. وقتی حقه من می‌گیرد و آنها می‌خندند، به هر کدام یک اسباب بازی می‌دهم. حتی می‌توانید به بچه‌ها در این موارد رشوه هم بدهید. یک روز زمستان پوشیده از برف وقتی نیبوی مادر سه فرزند قد و نیم قد، در دستکش بچه‌هایش شکلات قايم می‌کرد، فهمیدم چرا



شواهد اینطور می‌گویند که کودک خودش را روی زمین می‌اندازد و با دهان پر از خوراکی فریاد می‌زند که نرویم! نرویم! نمی‌خواهیم!

مهمترین چیز در داشتن کودکی که خواسته‌هایش را طلب می‌کند، این است که او در حال کشف و تمرین کسب اراده برای داشتن چیزهایی است که می‌خواهد.

البته مقاومت تنها طبیعی نیست، بلکه کودک در این بین اعتماد به نفس، استقلال فردی و شناخت از خود را یاد می‌گیرد. خبر خوب اینکه ترندهایی برای هدایت او وجود دارد تا در حفظ این روند مثبت با او همکاری کنید.

در اینجا برخی رفتارهای خسته‌کننده کودکان نوپا که شاید بارها با آن برخورد داشته‌اید را با هم بررسی می‌کنیم:

فرزند روی صندلی کودک ماشین نمی‌نشیند

ارزش جنگیدن را دارد؟

کاملاً. استفاده از صندلی کودک ماشین فقط رعایت یک قانون نیست، بلکه مرگ و زندگی است. کودک خود را به شیوه‌های مختلف روی صندلی نگه دارید. آنها روی صندلی کودک ایمنی بیشتری دارند و نمی‌توانند براحتی از آن بیرون بیایند.

تاکتیک مختلف را امتحان کنید: پافشاری کنید
من بازی‌های مختلفی راه می‌اندازم تا دو قلوهای ۲ ساله‌ام را روی صندلی ماشین کودک بنشانم. مثلاً مسابقه اینکه ببینیم چه کسی زودتر روی صندلی ماشین

شکلات قايم می‌کند تا سر آنها را گرم کند.

فرزند نمی‌خواهد مادر بزرگ اش را ببوسد

ارزش جنگیدن را دارد؟

نه، دبی گلاسر دکترای روانشناسی و بنیانگذار یک موسسه آموزش والدین می‌گوید: توصیه نمی‌کنم کودکان نو پای خود را مجبور به بوسیدن بستگان کنید. این رویکرد منجر به نتیجه معکوس می‌شود و کودکان اشتیاق خود را نسبت به بوسیدن مراد به بستگان از دست می‌دهند. به هر حال بوسیدن صادقانه بسیار رفتار شایسته‌تری است.

تاکتیک را امتحان کنید: درباره بوسیدن بستگان با فرزند خود حرف بزنید
یک راه بهتر برای ایجاد نزدیکی فرزندان با بستگان آماده کردن او



تنفس از طریق دهان و این آسیب‌ها

تنفس از راه دهان چه عوارضی برای سلامتی ما به همراه دارد این عارضه چه راهکارهای درمانی دارد اگر از طریق دهان نفس بکشیم چه خطراتی متوجه سلامتی ماست؟ تنفس از دهان موجب تهدید سلامت دهان و دندان و بروز بدشکلی در ظاهر صورت افراد می‌شود. بینی موجب گرم کردن هوا، تصفیه هوا و وارد کردن آن به داخل ریه است. بنابراین هر فردی که از طریق دهان تنفس می‌کند، هوای تصفیه نشده وارد ریه‌های خود می‌کند که این امر می‌تواند عوارضی را برای فرد به همراه داشته باشد. تنفس از دهان در کودکان عمدتاً به دلیل بزرگی لوزه سوم، حساسیت، انحراف تیغه بینی و ناهنجاری‌های مادرزادی است که موجب استفاده بیش از حد فرد از عضلات اطراف دهان می‌شود. افزایش حرکات عضلات اطراف دهان روی استخوان‌سازی اطراف صورت تأثیر سوء می‌گذارد و در نهایت منجر به بدشکلی در ظاهر صورت، کام و دندان می‌شود به گونه‌ای که کام به سمت بالا، صورت کشیده‌تر، گونه به سمت عقب و چانه به سمت جلو کشیده می‌شود و در اطراف چشم هاله سیاهی دیده می‌شود. اگر این اختلال در کودکان به موقع تشخیص داده شود و مورد درمان قرار بگیرد می‌تواند از بروز این دسته از ناهنجاری‌ها و بدشکلی‌های ظاهری صورت پیشگیری کرد. تنفس از طریق دهان موجب بدشکلی دندان و کاهش سلامت دهان می‌شود.

برای این ارتباط است. مثلاً من برای فرزندم توضیح می‌دهم که امشب خاله لیندا برای شام به خانه ما می‌آید و او بغل کردن را خیلی دوست دارد. قبل از اینکه خاله لیندا هم وارد خانه شود، به فرزندم می‌گویم: خاله لیندا آمد، اگر به او لبخند بزنی و بغلش کنی، خوشحال می‌شود. با همین حرف فرزندم تشویق می‌شود که خاله‌اش را ببوسد. پدر شوهرم همیشه دوست دارد تا دخترتم او را ببوسد ولی دخترتم اغلب از این کار فرار می‌کند. در این مواقع من می‌خندم و می‌گویم: او بوسیدن را دوست ندارد ولی من این کار را دوست دارم.

در این شرایط بوسیدن من هم پدر شوهرم را ناراحت نمی‌کند و هم به دخترتم یاد می‌دهد که بوسیدن عزیزان دلچسب است.

چال گونه چیست؟

شاید شما نیز توجه کرده باشید



فرزندم مسواک زدن را دوست ندارد

ارزش جنگیدن را دارد؟

این بستگی به اهمیت بهداشت دهان و دندان برای شما دارد. من شخصاً هرگز دندان فرزندانم را مسواک نمی‌زدم تا اینکه یک مسواک نرم و ایده‌آل برای هر دوی آنها خریدم و به فرزندانم یاد دادم که چطور مسواک بزنند.

بعد از یک مدتی دیگر به دلیل مشغله کاری برای آنها تایمر گذاشتم تا سر موعد مقرر، خودشان بدانند باید مسواک بزنند. شاید من خیلی خوش شانس بودم که ستایش مسواک زدن آنها را تحت تأثیر قرار داد و غرغره و تف کردن برای هر دوی آنها یک سرگرمی بزرگ شد. پزشکان معتقدند روزی دوبار باید در دوران کودکی مسواک زد و بچه‌ها تا قبل ۶ سالگی هم باید بیاموزند تا با یک دست مسواک بزنند.



سیمین بهبهانی

شوریده ی آزرده دل بی سر و پا من
در شهر شما عاشق انگشت نما من
دیوانه تر از مردم دیوانه اگر هست
جانا، به خدا من... به خدا من... به خدا من
شاه همه خوبان سخنگوی غزل ساز
اما به در خانه ی عشق تو گدا من
یک دم، نه به یاد من و رنجوری ی من تو
یک عمر، گرفتار به زنجیر وفا من
تا بیشتر از غم، دل دیوانه بسوزد
برداشته شب تا به سحر دست دعا من
سیمین! طلب یاریم از دوست خطا بود:
ای بی دل آشفته! کجا دوست؟ کجا من؟

چال در گونه مصنوعی

اما برخی دیگر برای داشتن این حرفه‌های کوچک میلیون‌ها تومان هزینه می‌کنند و این موضوع کاملاً سلیقه‌ای است. بسیاری از هنرپیشه‌ها و ستارگان هالیوودی نیز چال گونه دارند و در بیشتر موارد مصنوعی است؛ افراد بسیاری در سراسر دنیا به کزافی را صرف بوجود آمدن نقصی در صورت به منظور افزایش زیبایی خود می‌کنند و جالب‌تر اینکه برخی از پزشکان با انجام این کار موافقت می‌کنند.

عمل جراحی کاشت چال گونه چگونه انجام می‌شود؟

معمولاً این عمل جراحی زیبایی از داخل انجام می‌شود و بافت‌های چربی آن قسمتی که افراد می‌خواهند گود شود، از داخل دهان بریده می‌شود یا تنها به کمک بخیه‌هایی ریز جمع می‌شود اما این عمل بسیار ظریف است و اگر دقیق انجام نشود ممکن است چاله‌ای عمیق و طولی در صورت فرد ایجاد شود که زیبایی او را کاهش دهد یا هیچ تفاوتی با قبل رخ ندهد و عمل بی‌فایده باشد.

علاوه بر این، با انجام عمل جراحی بینی یا ساکشن چربی‌های صورت واقع در نواحی گونه نیز ممکن است گونه‌ها برجسته‌تر شوند و دو حفره کوچک زیر آن‌ها پدید آید. از طرف دیگر، پروتز گونه نیز ممکن است چال گونه را بوجود بیاورد اما چند مدت

بیشتر متخصصان حرفه‌ای جراحی پزشکی بر این باورند که عمل جراحی پلاستیک تنها باید صرف رفع نقص و مشکلات جدی داخلی و بیرونی شود و انجام چنین عمل‌هایی را بی پایه و اساس می‌دانند و به همین دلیل نه تنها انجام این قبیل عمل‌ها را توصیه نمی‌کنند، بلکه هیچ گاه با انجام آن موافقت نمی‌کنند. از طرف دیگر، برخی جراحان این دسته کارها را حق مسلم بیمار دانسته و انجام می‌دهند. در این بین برخی پزشکان بر این باورند که عمل کاشت چال گونه هیچ تأثیری بر زیبایی فرد ندارد.

اثرهای جانبی عمل کاشت لبخند گونه چیست؟

طی مطالعات و تحقیقاتی در آمریکا بر روی افرادی که تحت عمل جراحی چال گونه قرار گرفته بودند، این نتیجه بدست آمد که بر اثر بوجود آمدن چال گونه غیر طبیعی بر صورت، افراد ممکن است نتوانند مثل قبل بخندند یا صحبت کنند؛ به بیانی، حالت صورت خود را ممکن است از دست دهند. علاوه بر این، بر اثر فشار به برخی قسمت‌های صورت و اطراف لب با خندیدن یا حرف زدن پس از مدتی آن قسمت‌ها چروک می‌شود.

گاهی اوقات طی این عمل جراحی، برخی از عصب‌های گونه و اطراف دهان دچار مشکل می‌شود و آن نقاط دچار بی حسی موضعی می‌شوند. از جمله عوارض این عمل می‌توان به بروز عفونت در دهان، خون ریزی، بی حس شدن قسمتی از صورت، چروک شدن نقاط افراد دهان، ورم و کبودی صورت، آسیب به ماهیچه‌های دهان و نیاز به عمل جراحی ترمیمی اشاره کرد. متأسفانه باوری اشتباه میان اقشاری از جامعه باب شده که اگر مدت کوتاهی بعد از تولد نوزاد، مادر به طور منظم و مرتب قسمتی از گونه‌های او را فشار دهد چون استخوان بندی و ماهیچه‌های نوزاد در ماه‌های اول بعد از تولد تازه شکل گرفته و قابل انعطاف است، کودک دارای چال گونه می‌شود. این باور کاملاً غلط است و از نظر پزشکی هیچ پشتوانه‌ای ندارد.



یکبار نیاز به ترمیم و بازسازی دارد. این عمل جراحی نیاز به بیهوشی عمومی ندارد و با بی حسی موضعی قابل انجام است که عملی سرپایی محسوب می‌شود. گفته می‌شود که بیشتر جراحی کاشت چال گونه بر روی زنان انجام شده و گاهی نیاز به بیهوشی عمومی دارد. اگر بخیه‌هایی که از داخل دهان برای بوجود آمدن چال گونه می‌زنند با یکدیگر به خوبی پیوند بخورد، این حفره‌ها تا مدت بسیار طولانی بر صورت افراد می‌ماند اما در غیر این صورت افراد تنها چندین ماه یا چند سال می‌توانند از آن لذت ببرند. اگر از طریق ساکشن یا پروتز گونه، این چاله‌ها بوجود آید، هر چند وقت یکبار نیاز به ترمیم و بازسازی دارد.

آیا کاشت چال گونه پشتوانه علمی پزشکی دارد؟

جالب این است که در بسیاری