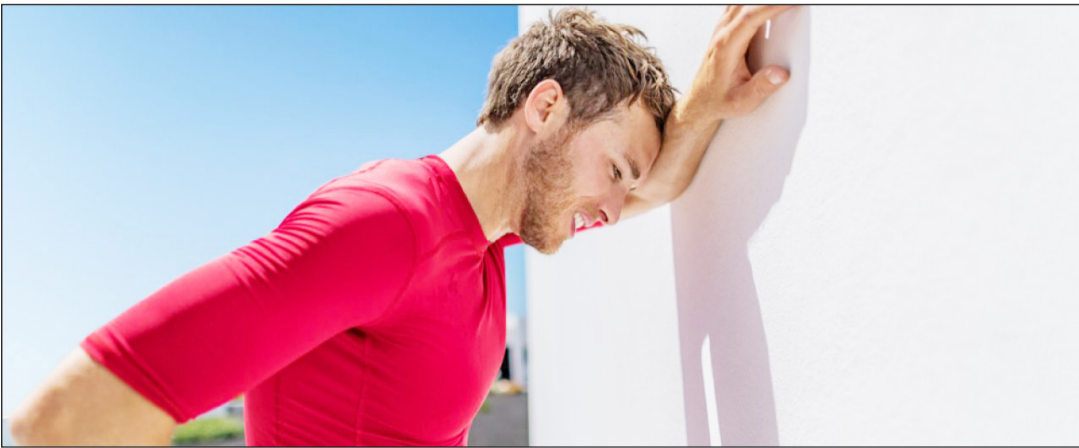


این خستگی را دست کم نگیرید!

خستگی گرمایی و راهکارهای مقابله با آن



بدن شما حین فعالیت بدنی از طریق عرق مایعات از دست می دهد. اگر این مایعات را با نوشیدن آب و دیگر مایعات جایگزین نکنید، بدنتان دهیدراته خواهد شد. دهیدراته شدن بدن می تواند شما در معرض خستگی گرمایی قرار بدهد. علائم خستگی گرمایی شامل سرگیجه، سردرد، تهوع، گرفتگی عضلانی و... می شود. خستگی گرمایی زمانی روی می دهد که بدن بیش از حد گرم می شود و نمی تواند خودش را خنک کند. بدن شما می تواند حین ورزش و هرگونه فعالیت بدنی داغ شود، خصوصاً در هوای گرم و مرطوب.

خستگی گرمایی چقدر شایع است؟

خستگی گرمایی و دیگر انواع ناخوشی های مربوط به گرما خیلی بیشتر از آنچه فکرش را بکنید شایع اند. خستگی گرمایی ناشی از ورزش، اغلب در روزهای بسیار گرم و شرجی رخ می دهد. عواملی که می توانند موجب خستگی گرمایی شوند شامل موارد زیرند:

سن: افراد سنین بالاتر و بچه های کوچک بیشتر احتمال دارد به خستگی گرمایی دچار شوند. افراد بالای ۶۵ سال و کودکان زیر ۴ سال نمی توانند دمای بدن خود را به راحتی تنظیم کنند. همچنین بدن این افراد بیشتر ممکن است دهیدراته شود (بدن مایعات کافی نداشته باشد).
سبک زندگی: فعالیت بدنی در محیط بسیار گرم و شرجی، بدن را بیشتر مستعد گرمازدگی می کند و اگر لباس ضخیم بپوشید تننتان باشد این احتمال بیشتر هم خواهد شد. کسانی که عادت به فعالیت در هوا یا محیط خیلی گرم ندارند بیشتر احتمال دارد دچار خستگی گرمایی شوند.

داروها: عوارض جانبی برخی از داروهای تجویزی شامل اسهال و استفراغ و کم آبی بدن می شود که می تواند احتمال خستگی گرمایی را افزایش دهد. داروهای ادرازرآور که برای درمان نارسایی قلبی تجویز می شوند می توانند میزان مایعات بدن را کاهش دهند و بدن را دهیدراته کنند. داروهای شیمی درمانی که برای درمان سرطان به کار می روند و همچنین مهارکننده های بنا که برای کاهش فشار خون و پایین آوردن ضربان قلب به کار می روند نیز می توانند ریسک گرمازدگی و خستگی گرمایی را بالا ببرند. وزن بدن و وضعیت سلامت عمومی: افرادی که اضافه وزن دارند بیشتر ممکن است به خستگی گرمایی دچار شوند. چاقی و برخی از عوارض مانند دیابت و بیماری قلبی احتمال خستگی گرمایی را بیشتر می کنند.

علائم خستگی گرمایی چیست؟

سن طلایی ابتلا به سرطان پروستات؛

سرطان پروستات در مراحل اولیه بی علامت است

سرطان شناس کشورمان با اشاره به اینکه سرطان پروستات در سنین بالا بسیار شایع است گفت: این بیماری در مراحل اولیه بی علامت است و اگر زود تشخیص داده شود درمانی بسیار آسان خواهد داشت.

حسن کامران زاده فوق تخصص خون و سرطان شناس درباره سرطان پروستات و دلایل ایجاد گفت: سرطان در قدیم، بیماری شناخته شده ای نبود و انسان ها انقدر عمر نمی کردند که سرطان در آنها بروز کند.

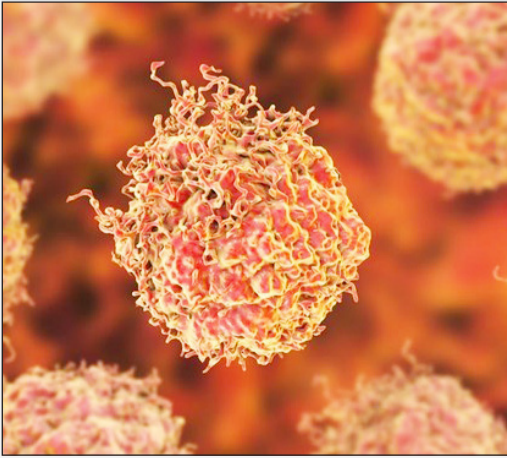
وی افزود: سرطان پروستات به عنوان شایع ترین سرطان آقایان در سنین بالا و سنی شایع است. به طوریکه بیشتر افراد بالای ۹۰ سال درجه ای از سرطان پروستات را دارند. خوشبختانه سرطان پروستات علیرغم شیوع بالا به راحتی توسط یک آزمایش ساده خون قابل تشخیص است حتی اگر بدون علامت باشد . در کنار آزمایش، معاینات معمول توسط پزشک هم می تواند به تشخیص این بیماری کمک کند. سرطان پروستات در مراحل اولیه بی علامت است در بسیاری موارد با تشخیص زودهنگام به راحتی قابل درمان است اما اگر دیر تشخیص داده شود؛ می تواند ارگان های دیگر بدن مثل استخوان و کبد را درگیر کند که نیاز به درمان های پیشرفته خواهد داشت.

سرطان شناس کشورمان با اشاره به اینکه ۴۰ سالگی، سنی خاص و بحرانی در آقایان و خانم ها است. بررسی اکثر سرطان ها در این سن آغاز می شود. نیازی نیست این آزمایش ها به تعداد بالا انجام شود بلکه اغلب این بررسی های دوره ای به صورت سالیانه انجام می شود. از ۴۰ تا ۵۰ سال به بالا باید برای آزمایش پروستات اقدام شود. آزمایش مثبت قطعا به معنای ابتلا به بیماری نیست بلکه احتمال بیماری را نشان می دهد. در این شرایط مداخلات دیگری نیاز است تا اثبات شود فرد به بیماری سرطان پروستات مبتلا شده یا خیر. نکته ای که باید به آن توجه کرد این است که آزمایش بدون معاینه پزشک ارزشی ندارد.

وی درباره راه های پیشگیری از سرطان پروستات اظهار داشت: دارو یا مکملی وجود ندارد که تجویز آن بتواند به طور کلی از بروز سرطان پروستات جلوگیری کند اما برای جلوگیری از تمام بیماری های به ویژه سرطان ها، سبک زندگی سالم(تغذیه مناسب، ورزش و داشتن فعالیت های فیزیکی، نداشتن اضافه وزن و آرامش روان) توصیه می شود.

کامران زاده با تاکید بر اینکه سلامتی فقط سلامت جسم نیست بلکه سلامتی روان می تواند به سلامتی جسم کمک کند گفت: برای درمان بیماری جسمی، مهمترین عامل روحیه مناسب بیمار است. بیماری که روحیه قوی نداشته باشد ممکن است روند در مان را مختل کند و نتیجه در مان مناسبی نداشته باشد.

فوق تخصص خون کشورمان تصریح کرد: برای درمان سرطان پروستات در مراحل اولیه در مان های هورمونی وجود دارد و اگر بیماری محدود به پروستات باشد با جراحی و رادیوتراپی کاملا ریشه کن می شود. در مراحل پیشرفته تر به درمان های هورمونی و در نهایت شیمی درمانی نیاز دارد تا منجر به طول عمر بیشتر برای بیمار شود.



اینفوگرافه

رایج ترین دلایل بالا بودن آنزیم های کبدی

آشنایی با رایج ترین دلایل بالا بودن آنزیم های کبدی در آزمایش خون

			
عفونت	پلی میوزیت (بیماری التهابی ضعف عضلانی)	برخی از داروهای تجویزی مانند استاتین ها	داروهای مسکن رایج خصوصاً استامینوفن
سیتومگالوویروس (از خانواده ویروس تبخال)			
			
بیماری سلیاک	هپاتیت ها	نارسایی قلبی	نوشیدن الکل
			
برخی مکمل های گیاهی و ویتامینی صرع	سپسیس (عفونت خون)	بیماری ویلسون (تجمع مس در بدن)	هموکروماتوز (تجمع آهن در بدن)
			
چاقی	دیابت	سرطان کبد	سندروم متابولیک
			
اختلالات تیروئید	مونونوکلئوز عفونی	بیماری کبد چرب غیرالکلی	

سلامت ۳۱

توصیه ها و هشدار ها

هریسک فاکتور در بارداری های پُرخطر؛

عوارضی که بر بارداری اثر می گذارند



شنیدن این خبر که باردارید می تواند بسیار هیجان زده تان کند؛ اما قطعا در دلتان احساس اضطراب نیز خواهید کرد. یکی از ترس های رایج خیلی از خانم ها، داشتن یک بارداری پُر خطر است، یعنی وقتی که مادر یا جنین رسک فاکتورها یا عوارضی حین بارداری دارند. تحقیقات نشان می دهد ۸ درصد از بارداری ها یا خطر همراه می شوند.

لازم است بدانید بیشتر خانم ها بارداری های موفق ی دارند. هر چند ممکن است در این مسیر ۹ ماهه چالش هایی به وجود بیاید که نیازمند ارزیابی ها و پیگیری های بیشتر باشد، اما حتی مادرهایی که دچار پیچیده ترین مشکلات می شوند هم اغلب بارداری موفق و کودکی سالم دارند.

عوارض زیر مشکلات شایعی هستند که اغلب ریسک فاکتوری در بارداری های پُرخطر محسوب می شوند.

دیابت

تقریباً یک تا دو درصد از زنان باردار دیابت نوع اول یا دیابت نوع دوم دارند. همچنین، تقریباً ۶ تا ۹ درصد از زنان باردار به دیابت بارداری دچار می شوند که طی بارداری ظاهر شده و معمولاً بعد از زایمان برطرف می شود.

بالا بودن قند خون طی بارداری می تواند احتمال ابتلا به دیابت نوع دوم یا چاقی را در مادر و همچنین ریسک تولد نوزاد با سزارین را افزایش دهد. علاوه بر این، احتمال نقص های مادرزادی، زایمان زودرس، فرده زایی و ماکروزومی (عارضه ای که در آن نوزاد بزرگتر از حد معمول به دنیا می آید) بیشتر می شود.

چه باید کرد؟

برای کمک به کنترل دیابت در بارداری لازم است به محض اینکه تصمیم به بارداری گرفتید با پزشکتان مشورت کنید.

پزشک شما می تواند کمکتان کند سطح قندخونتان را کنترل کنید و تغییرات لازم را در داروهایتان ایجاد می کند. همچنین پزشک می تواند از جهت دیگر عوارض ناشی از دیابت که بر بارداری اثر می گذارند، مانند بیماری چشم، قلب و یا کلیه نیز وضعیت شما را بررسی کند.

شما هم پیش از بارداری کارهایی که می توانید بکنید این است که رژیم غذایی سالمی داشته باشید، ورزش کنید و اسونلین را طبق نظر پزشک مصرف کنید.

چاقی

زنانی که چاق هستند و باردار می شوند معمولاً وضع حمل سخت تری دارند و پزشکتان طی زایمان به راحتی نمی تواند وضعیت جنین را زیر نظر بگیرد. در نتیجه احتمال سزارین بیشتر خواهد شد.

چاق بودن طی بارداری می تواند مشکلات دیگری هم ایجاد کند، از جمله دیابت بارداری، پره اکلامپسی و آینه خواب. ضمناً فرزندان زنان بارداری که اضافه وزن دارند در معرض نقص های مادرزادی، ماکروزومی، تولد زودرس و مرده به دنیا آمدن هستند.

چه باید کرد؟

پزشکان توصیه می کنند پیش از باردار شدن، اضافه وزن خود را کم کنید تا احتمال مشکلات ناشی از چاقی کمتر شود، با ورزش منظم و در پیش گرفتن رژیم غذایی کنترل شده می توانید وضعیت سلامت عمومی خود را بهتر کرده و راهی را که برای بارداری در پیش دارید ساده تر و کم خطرتر کنید.

فشارخون بالا

مشکل فشارخون بالا در بارداری مسئله ای تقریباً شایع است. اصلی ترین و معمول ترین مشکلی که فشارخون بالا در بارداری ایجاد می کند متوجه رشد جنین یا محدودیت رشد جنین در داخل رحم است که می تواند ریسک مُرده زایی را افزایش دهد.

ضمناً زنانی که سابقه ی فشارخون بالا دارند بیشتر احتمال دارد به پره اکلامپسی دچار شوند که عارضه ای خطرناک بوده و می تواند عوارضی هم برای مادر و هم برای جنین داشته باشد. معالعات نشان می دهند پره اکلامپسی در تقریباً یک بیست و پنجم بارداری رخ می دهد. اکثر خانم هایی که در معرض پره اکلامپسی هستند، دچار مشکل خیلی حادی نمی شوند، اما قابل پیش بینی نبودن و ترس از اینکه چه اتفاقی ممکن است بیفتد، شرایط را سخت و پیچیده می کند.

چه باید کرد؟

اگر باردار هستید و فشارخونتان بالاست، تیم مراقبتی شما وضعیت عمومی سلامتتان را به دقت مرور و بررسی می کند تا اثرات این عارضه بهتر کنترل شود، از جمله سابقه ی فشارخون بالا، داروها و دیگر عوارض.

افزایش سن

بارداری که در سنین بالا رخ می دهد می تواند بر سلامت کودک اثر بگذارد، مثلاً رشد ناکامل کودک و مشکلات ژنتیکی که شایع ترین آن سندرم داون می باشد.

با بالاترین سن یک خانم، تخمک هایی که با آن ها متولد شده نیز پیر می شوند و با گذشت هر سال، احتمال ابتلای جنین به مشکل ژنتیکی کمی بیشتر خواهد شد؛ اما راه هایی برای کمک به ارزیابی این ریسک وجود دارد، مثلاً مشاوره ژنتیک پیش از برنامه ریزی برای بارداری.

در خانم های بالای ۳۵ سال احتمال دیگر مشکلات بارداری بیشتر است، مانند دیابت بارداری و فشارخون بالا یا پره اکلامپسی. برای خانم های زیر ۳۵ سال نیز احتمال یک بارداری پُر خطر می تواند وجود داشته باشد؛ اما بستگی به ریسک فاکتورهای شخصی هر زنی دارد.

چه باید کرد؟

حتی اگر مادر هیچ مشکلی نداشته باشد، باز هم احتمال کمی وجود دارد که کودک با مشکلی ژنتیکی به دنیا بیاید یا یک مشکل ساختاری داشته باشد؛ اما امروزه با توجه به خدمات مراقبت های پیش از زایمان، غربالگری ژنتیک و مشاوره ژنتیک و برنامه ریزی برای بارداری، اکثر خانم های باردار در هر سن و سالی دچار مشکلی در بارداری خود نخواهند شد.

یک باور اشتباه در گذشته وجود داشت که زنانی که صرع دارند نمی توانند بارداری سالمی داشته باشند زیرا خیلی خطرناک است؛ اما این باور امروزه دیگر درست نیست. طبق آمار انجمن صرع، بیش از ۹۰ درصد زنانی که صرع دارند می توانند باردار شوند و فرزندانی سالم به دنیا بیاورند.

یک نگرانی دیگر در مورد خانم هایی که صرع دارند، مدیریت این بیماری طی بارداری است که می تواند ریسک هایی برای جنین داشته باشد، مثلاً ترومای پلانت (ترومای غیرنافذ)، هایپوکسمیا (کاهش اکسیژن در بافت بدن)، آسیب کشنده، تولد زودرس و احتمال سقط؛ اما تحقیقات جدید نشان می دهد اگر مراقبت های پیش از زایمان برای خانمی که صرع دارد به خوبی انجام شود، احتمال بروز مشکل در بارداری زیاد نخواهد بود.

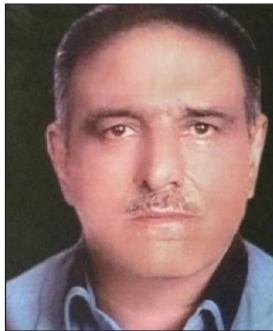
چه باید کرد؟

به توصیه های پزشک عمل کنید چون او می تواند با راهنمایی ها و دارو هایی که تجویز می کند، تغییرات هورمونی و متابولیسمی بدنتان را کنترل کرده و از بروز مشکل در بارداری پیشگیری نماید. امروزه پیشرفت های علمی زیادی صورت گرفته و زنانی که صرع دارند با قرار گرفتن در شرایطی بهتر و ایمن تر می توانند بارداری های سالم تر و زود تر و زودتری داشته باشند و فرزندانی سالم به دنیا بیاورند.

یادمان

هادی بادی فوتبالبست خوش استیل و تکنیکی بود؛

کهن کسوت دیگری آسمانی شد



پایان باشکوه رفتن اش که در آرامستان بهشت معلومیه تهران در ۶۰ درتیم خوب فوتبال هنگ شکوفا شد.
جثه ریز اندام او و تکنیک ناب اش همگان را شفیفته فوتبال زیبایی وی ساخته بود.

چهره زیبا با آن موهای لخت

واندامی مناسب از او یک هافبک مقتدر در میانه میدان فوتبال قم نشان میداد.

هادی بادی از جمله بازیکنان مستعد و خلاقی بود که خیلی زود در فوتبال آموزشگاهها چهره شد و با نگاه درست استاد ابوالفضل رسولی مربی زحمتکش هنگ به این تیم خوب پیوست

تا قدیمیهای فوتبالی قم خاطرات بازیهای باشکوه وی را در دهه ۶۰ و ۷۰ به یاد داشته باشند.

هادی عضو تیم منتخب فوتبال قم نیز بود و بازیهای زیبا و درخشان وی هنوز در

انذهان دوستداران فوتبالی باقی است.

هادی بعد از تحمل یک بیماری سخت و جانکاه تسلیم رضای پروردگار متعال شد و رخت سفر به آسمان زیبا بست تا عروچی ملکوتی به دیار بهشت داشته باشد.

هادی بادی از جمله مربیان خوشنام آموزشگاهها بود که سالها بعنوان معلم ورزش به آموزش و پرورش این شهر خدمت نمود و در دو رشته ژیمناستیک و دو میدانی هم حرفهای زیادی برای گفتن داشت.

باشکوهی که دوستانش از او کردند یادآور این نکته بود که هادی در قلعه‌ها جاداشت و باویر رفتنش برای اهالی فهیم فوتبالی بسیار سخت بود.

تحریریه سرویس ورزشی روزنامه ایمان تسلیت صمیمانه خود را خدمت همسر فرزندان پرورمند و خاندان معزز بادی تقدیم می نماید.

روحش شاد و یادش همواره گرامی.

اخبار

رئیس هیئت شمشیربازی استان قم؛

قم ظرفیت قهرمانی در شمشیربازی را دارد

رئیس هیئت شمشیربازی استان قم با اشاره به ظرفیت بالای استان در این رشته ورزشی، گفت: استعدادیابی را در دانشگاه‌ها و مدارس قم پیگیری می‌کنیم. علی قنبری در گفت وگویی اظهار داشت : هیئت شمشیربازی مجموعه تازه تاسیس و نوپایی است که حدود ۲ سال از عمر آن در قم می‌گذرد متأسفانه سال اول ناسپن هیئت، فعالیت‌های ما همزمان شد با ایام کرونا و نتوانستیم برنامه‌های مدنظر خود را اجرا کنیم، اما در سال جاری برنامه‌های متفاوت با محوریت آموزشی و استعدادیابی را دنبال خواهیم کرد.

وی ادامه داد: در برنامه‌ای که ابتدای انتصاب به عنوان رئیس هیئت شمشیربازی تحویل فدراسیون و ادای کل ورزش و جوانان استان دادم ۴ هدف اصلی را برای دوره ۴ ساله برگزیدم، هدف اول من مباحث مربوط به فراهم کردن زیرساخت‌ها می‌باشد که در حال پیگیری است و اقدامات مثبتی هم در این زمینه انجام شده است،

میجت دوم ما مرتبط به آموزش است که در حال حاضر تیم‌های در بخش آقایان و بانوان در سالن ورزشی خانه شمشیربازی مشغول فعالیت هستند.

قنبری افزود: هدف سوم ما در هیئت شمشیربازی بحث استعدادیابی است که می‌تاکید بسیاری در این موضوع دارم. با دانشگاه‌های مختلف استان مانند دانشگاه قم، علوم پزشکی، طوع مهر و چند دانشگاه دیگر بحث آموزشی و استعدادیابی را دنبال کرده‌ایم. در سال تحصیلی جدید در مدارس نیز برنامه‌هایی داریم و در حال حاضر مشغول رایزنی و مکاتبات با آموزش و پرورش استان قم هستیم.

وی افزود: در آموزش و پرورش ابتدا برای معلمین ورزش مدارس کلاس‌های آموزشی برگزار خواهیم کرد که آشنایی لازم در خصوص این رشته ورزشی را داشته باشند تا از طریق این عزیزان بتوانیم استعدادهای توانمند قمی را کشف کنیم.

قنبری در خصوص برنامه‌های سال دوم هیئت شمشیربازی تصریح کرد: در سال دوم علاوه بر آموزش به ورزشکاران بحث کلاس‌های مربی‌گری و داوری و ۲ اسلحه اِپه، سایر و فلوره را برای علاقه‌مندان به این ورزش برگزار خواهیم کرد.

رئیس هیئت شمشیربازی استان قم عنوان کرد: در سال گذشته با توجه به اینکه اولین سال فعالیت هیئت ورزشی شمشیربازی در قم به شمار می‌رفت یک دوره مسابقات در بخش آقایان و یک دوره در بخش بانوان در اسلحه فلوره را در تقویم ورزشی داشتیم. وی ادامه داد: در سال گذشته یک تیم در بخش جوانان و جوانان راه‌های مسابقات کشوری کردیم با توجه به اینکه ورزشکاران تجربه مسابقات کشوری را نداشتند اما توقعات ما را برآورده کردند و از نظر بسیاری از کارشناسان نتیجه قابل قبولی را گرفتند و توانستند چند برد در مرحله مقدماتی کسب کنند که این نشان داد تیم شمشیربازی قم رزنگ‌نفریحی برای دیگر استان‌ها محسوب نمی‌شود.



تیم بسکتبال بانوان شیمیدر قم با کسب برتری در مجموع دیدارهای فینال فصل ۱۴۰۱ - ۱۴۰۰ لیگ دسته زنان باشگاه‌های ایران، با اقتدار بر سکوی نخست ایستاد.

به گزارش خبرنگار ما، شاگردان زهرا گلی بعد از پیروزی ۵۴ بر ۳۱ برابر لنوئارد شاهین‌شهر در بازی نخست فینال و دومین مسابقه این مرحله که نتیجه ۶۱ بر ۵۸ به نفع حریف شد، عصر شنبه ۲۸ خرداد در سومین مسابقه با ارائه یک نمایش بسیار خوب و بازی حساب شده ۵۶ بر ۴۷ برابر حریف به برتری رسیده و با شایستگی جشن قهرمانی گرفتند.

این گزارش می‌افزاید، این موفقیت در حالی به دست آمد که پیش از این شاگردان شایسته شمشیرچی در تیم لیگ برتری شیمیدر، عنوان قهرمانی فصل ۱۴۰۱ -۱۴۰۰ لیگ برتر بسکتبال بانوان کشور را به دست آورده بودند.

رئیس هیات کشتی استان قم خبرداد: دعوت سه کشتی گیر قمی به اردوی تیم ملی کشتی فرنگی

رئیس هیات کشتی استان قم گفت: سه کشته گیر و یک مربی قمی به اردوی آماده سازی تیم ملی کشتی فرنگی جوانان ایران دعوت شدند.

هادی علیایی اظهار داشت: مهدی جوهری در وزن ۵۵ کیلوگرم، امیرعبدی در وزن ۷۲ کیلوگرم و شاهرخ میکائیلی در وزن ۱۲۰ کیلوگرم به اردو دعوت شده اند. وی افزود: مهدی علیزاده پورینا مربی قمی نیز در کنار سه فرنگی کار استان در اردو حاضر می‌شود.

علیایی ادامه داد: هفتمین مرحله اردوی تیم ملی کشتی فرنگی جوانان برای آماده سازی حضور در مسابقات آسیایی و جهانی، ۲۹ خرداد در محل خانه کشتی فدراسیون در تهران برگزار می‌شود.

ملی پوش باسابقه فوتبال کشورمان گفت: برای اسکوچیچ احترام قائل هستم، اما تیم ملی برای حضور قدرتمند در جام جهانی خیلی کار دارد.

مسعود شجاعی، ملی پوش باسابقه فوتبال کشورمان پس از بازگشت از اروپا به ایران در سال‌های اخیر عملکرد موفقی با تیم‌های تراکتور و نساجی داشته و در سه سال اخیر، دوبار با تیم‌های خود عنوان قهرمانی جام حذفی را کسب کرده است. این بازیکن در گفت و گو با خبرنگار ورزشی خبرگزاری فارس، درباره آخرین شرایط تیم ملی قبل از جام جهانی، احتمال بازگشت دراگان اسکوچیچ، دلایل خود برای قبول نکردن سرمربیگری نساجی و … صحبت کرده که مشروح این گفت‌وگو را ادامه می‌خوانید.

امسال وضعیت برگزاری لیگ برتر و جام حذفی چگونه بود؟

همه می‌دانند مسئولان برای برگزاری بازی‌های منظم لیگ چند تلاش می‌کنند اما متأسفانه وقفه‌هایی که به دلیل روزه‌های فیفا و برخی اردوهای تیم ملی در جریان مسابقات می‌افتد، به کیفیت لیگ ضربه می‌زند. هر چند ما به این موضوع عادت نداشتیم اما جام حذفی استاندارد برگزار شد و بازی‌ها پشت سر هم انجام شد. برخلاف خیلی از سال‌ها فینال این مسابقات قبل از اتمام لیگ برتر، برگزار شد. در این مورد پیشرفت داشتیم. هر چند کم و کاستی‌هایی وجود داشت اما از تلاش همه زحمتکشان که سعی کردند بازی‌ها به بهترین شکل انجام شود، ممنون هستم. فقط مشکلی در زمینه ورود تماشاگران به استادیوم‌ها وجود دارد که باید برنامه منظم و مدونی برای آن در نظر بگیرند. نباید اینگونه باشد که هواداران یک بازی به ورزشگاه بیایند و یک بازی نبایند. این اتفاق در لیگ خیلی افتاد و اگر مثل همه دنیا حل شود، بازی‌ها با کیفیت خیلی بیشتری انجام می‌شود.

قهرمانی نساجی در جام حذفی چقدر برایت اهمیت دارد؟

خیلی برای من اهمیت دارد که توانستم در سه سال یا ۲ تیم تراکتور و نساجی جام حذفی را کسب کنم. این اتفاق خیلی برای من بزرگ است. قهرمانی با نساجی برای من ارزشمند بود. همانگونه که قهرمانی با تراکتور ارزشمند بود. همیشه اول فصل به پیچه‌های تیم می‌گفتم ششم یا دوازدهم شدن در لیگ برتر هیچ فرقی ندارد. زیرا نتوانستیم کار مهمی انجام بدهیم. در لیگ برتر به آنچه استحقاقتش را داشتیم نرسیدیم اما خیلی دوست داشتم اتفاق خوبی برای تیم‌مان در جام حذفی بیفتد. خدا را شکر تیم قهرمان شد. از این بابت خیلی خوشحالم و فکر می‌کنم با تلاش و

شجاعی: یکی از سخت‌ترین جام‌های جهانی را پیش رو داریم

در صورت تغییر سر مربی، کی روش بهترین گزینه است

و همیشه گفته‌ام امیدوارم فردی مثل او در فدراسیون باشد زیرا به قول معروف، دادکان نماد مدیر خوب است. افراد دلسوزی که ذاتاً مدیر باشند، با توجه به علم خود خیلی می‌توانند به ورزش و فوتبال ما کمک کنند. اکنون هم باید مسئولان و اعضای مجمع با علم و آگاهی چنین فاکتورهایی را در نظر بگیرند و فردی را انتخاب کنند. در این حالت فوتبال ما به موفقیت‌های بیشتری می‌رسد.

۸ شهریور روز انتخابات فدراسیون فوتبال است. فکر می‌کنید چه کسی رئیس فدراسیون شود؟

با توجه به اتفاقاتی که رخ داده مشخص نیست چه فردی کاندید شود. این هم مثل خیلی از کارهای دیگر مان است که هیچ حساسی نمی‌توان روی آن کرد و هیچ پیشبینی از این قضیه ندارم.

وضعیت تیم ملی برای حضور در جام جهانی چطور است؟ به نظر شما در آگان اسکوچیچ گزینه خوبی برای هدایت تیم ملی در این رقابت‌ها است؟
وضعیت تیم ملی در بازی‌های گذشته از لحاظ کسب نتیجه بد نبوده اما از لحاظ کیفیت تیمی و کار گروهی، هنوز خیلی کار داریم. برای شخصیت اسکوچیچ خیلی احترام قائل هستم و بی‌نیاهیت به او احترام می‌گذارم زیرا تمام زحمتش را می‌کشد و بهترین خودش را ارائه می‌دهد ولی برای حضور قدرتمند در جام جهانی خیلی کار داریم. مثل خیلی از دوستان نمی‌گویم باید از گروه صعود کنیم زیرا فوتبال ما خیلی از استانداردار روز دنیا عقب است اما برای حضور آبرومند در جام جهانی، حتما باید بیشتر کار کنیم. هر چند وقتی نمانده و فیفادی‌های زیادی را از دست دادیم. متأسفانه این اتفاق می‌تواند در بازی‌ها ضربه بزرگی به ما بزند.

خط زدن بازیکنان استقلال را قبل از اعزام تیم به قطر و بازگشت آنها را چگونه می‌بینید؟

نمی‌خواهم موضوع را شخصی کرده و نظر بدهم اما اطمینان دارم فردی که اکنون در راس کادرفنی است و مشاوران و دستیاران او باید بهترین تصمیم را بگیرند و امیدوارم این کار را انجام بدهند.

وضعیت گروه ایران در جام جهانی ۲۲ ۲۰ قطر را چگونه ارزیابی می‌کنید.

آیا می‌توانیم در این گروه صعود کنیم؟

یکی از سخت ترین جام های جهانی را پیش رو داریم. هر چند طبق نظر کارشناسان در دوره قبلی گروه ما گروه مرگ و سخت‌ترین بود. همیشه گفته‌ام برخی تیم‌ها هستند که مقابل آنها به مشکل می‌خوریم یا به زبان عامیانه اگر بگویم فوتبال شان به فوتبال ما نمی‌خورد. در قاره آسیا نگاه کنید حتی اگر مقابل تیم‌هایی مثل عمان و بحرین برنده شویم، همیشه به سختی آنها را می‌بریم. الان هم به این دلیل که بسیاری از بازیکنان ولز و آمریکا در لیگ برتر انگلیس بازی می‌کنند، ناخودآگاه شیوه بازی و فلسفه این دو تیم شبیه انگلیس است. با توجه به نوع بازی این تیم‌ها به مشکل می‌خوریم. ولز تیمی بسیار قوی است و بازی کردن مقابل این تیم اصلا آسان نیست. ولز در حد مراکش است که دوره قبلی با آن بازی کردیم. هر چند مراکش را یک بر صفر بردیم اما خیلی ما را اذیت کردند. البته وضعیت تیم ملی در جام جهانی قبل از لحاظ هماهنگی و کار تیمی خیلی بهتر از الان بود.

اگر بخواهید یک تصمیم برای اصلاح وضعیت فوتبال کشور بگیرید، چیست؟
من در جایگاهی نیستم که بخواهم در این مورد نظر بدهم اما اگر یک روز بخواهم پیشنهاد یا نظر شخصی بدهم یا روزی برسد که مسئولیتی داشته باشم، قطعاً با مشورت دلسوزان فوتبال، افرادی که برای ورزش زحمت کشیده یا علم دارند، تغییرات کلی انجام خواهم داد.

این روزها بحث بازگشت کارلوس کی‌روش به تیم ملی جدی شده است. به عنوان بازیکنی که سال‌ها او کار کرده اید چه نظری در این مورد دارید؟
من هم خبرهایی شنیدم و نظر من روی بازگشت کی‌روش مثبت است. این نظر شخصی من است و امیدوارم جور دیگری تلقی نشود یا کسی به خودش نکرد. اطمینان دارم با توجه به زمان کمی که تا جام جهانی مانده و شناختی که او از فوتبال ما دارد، اگر قرار است تغییری ایجاد شود و بنا بر این موضوع است، کی‌روش بهترین گزینه‌است.

علیرضا اکبریور:

مجیدی می‌ماند تکرار قهرمانی انتظار به حقی بود

این حرف‌های من جبهه بگیرند. به هر حال من هم به احترام هواداران می‌گویم بهتر است مربی خارجی بیاید. در حقیقت این تیم برای هواداران است و آن‌ها باید راضی باشند اما به هر حال اینطور نیست که حتماً و صد درصد خواسته آن‌ها برآورده شود. بعضی مواقع شرایط مناسب است اما در کل دوست دارم خواسته هواداران و چیزی که آنها دوست دارند، انجام شود.

وی در خصوص اینکه با توجه به درخواست یک میلیون دلاری الکساندر نوری به نظر می‌رسد برخی به خاطر شرایط پرفشار باشگاه استقلال ممکن است پیشنهادات بالایی را مطرح کنند، گفت: چنین اتفاقی طبیعی است. هواداران باید این را در نظر بگیرند که توان مالی باشگاه چقدر است. به هر حال محدودیت‌هایی برای جذب مربی و بازیکن وجود دارد.

اکبریور تصریح کرد: من از نوری شناختی ندارم و مثل بقیه شنیده‌ام که بیرون از ایران کار کرده است. طبیعتاً ممکن است وقتی فردی ببیند همه او را قبول دارند، باشگاه روی او تمرکز کرده و از طرفی روی باشگاه هجوم وجود دارد، رقمی را در خواست کند که شاید در توان باشگاه نباشد. این سوء استفاده است. شاید خیلی‌ها اصلاً نمی‌دانند او کجا کار کرده، فقط چون خارج بوده گفتند او بیاروید!

گلزن اسبق استقلال گفت: ما مدیریت آجرو را دیدیم. در آن شرایط تیم را تحویل گرفت، درآمدزایی خوبی داشت و تیم را هم به قهرمانی رساند. او نقش به‌سزایی در این قهرمانی داشت. باید این حق را به مدیرعامل بدهیم فردی را انتخاب کند که از نظر فنی و مالی با شرایط باشگاه هماهنگی داشته باشد. شاید با مبلغی که نوری می‌خواست حتی بتوان مربیان خارجی بهتری را جذب کرد.



نباید از سرمربی جدید انتظار قهرمانی داشت

وی در مورد اینکه انتظارات از سرمربی جدید به خاطر قهرمانی با کوردهای خوب بالا است و به همین خاطر هر کسی حاضر نیست با فتراهای موجود، روی تیمکت استقلال بنشیند، اظهار داشت: طبیعتاً هرکسی بخواهد به تیمی که قهرمان شده و مربی‌اش رفته بیاید، کار سختی دارد. تکرار قهرمانی کار بسیار سختی است. شرایط به گونه‌ای است که سرمربی جدید تحت فشار قرار می‌گیرد. الان هواداران علاوه بر اینکه قهرمانی دوباره لیگ را می‌خواهند، انتظار قهرمانی آسیا را هم دارند اما باید به مربی جدید زمان و فرصت کار داد.

پیشکسوت استقلال تصریح کرد: اینطور نیست که چون استقلال سال قبل قهرمان شده امسال هم حتماً قهرمان می‌شود. اگر سرمربی قبلی به کار خودش ادامه می‌داد بله، این

حسین کعبی:

برنامه‌های فدراسیون فوتبال، دشمن تیم ملی است



به عنوان دفاع وسط به کار بگیرند یا امیر عبدالزاد در ترکیب اصلی باشد، همه به نظرات کادرفنی و مربی برمی‌گردد و ما در جریان نیستیم و نمی‌توانیم بدون دیدن

