# رایج‌ترین باورهای خانمان‌سوز درباره اعتیاد

**دبیر کل ستاد مبارزه با مواد مخدر گفته که سن اعتیاد در کشور به ۲۴ سال رسیده، آیا فقط پسرهای جوان در خطر هستند و با یک بار مصرف معتاد نمی‌شویم؟**

مصطفی نجمی | پژوهشگر حوزه اعتیاد

محوری

**همزمان با افزایش میزان تولید موادمخدر، سن شروع اعتیاد همچنان سیر نزولی را دنبال می‌کند. تاکنون مطالب مختلفی در حوزه اعتیاد در همین صفحه نوشته شده و هر کدام از مطالب به نوعی سعی در آگاه‌سازی آحاد جامعه در خصوص پیشگیری، آسیب‌شناسی و درمان اعتیاد داشته است. به تازگی دبیر کل ستاد مبارزه با مواد مخدر گفته: «میانگین مصرف موادمخدر و سن اعتیاد در کشور ۲۴ سال و در دنیا ۱۹ سال است. ایران در همسایگی کشوری (افغانستان) قرار گرفته است که بالاترین میزان تولید موادمخدر را داشته و طی ۲۰ سال اخیر هم با دخالت برخی کشورها از جمله آمریکا ۵۰ برابر شـــده و از ۲۰۰ تن به ۹ هزار و ۵۰۰ تن رسیده است» (منبع خبر: ایرنا). بررسی‌های مختلف نشـــان می‌دهد که یکی از مهم‌ترین مولفه‌های گرایش به اعتیاد و جود باورها و اعتقادات نادرست و غیرمنطقی از پدیده اعتیاد است. باورهای نادرست و غلط، اعتقاداتی هستند که با شواهد و قراین عینی و واقعیت موجود مطابقت ندارند و افراد با پیروی کردن از این باورها زمینه آسیب را در خود فراهم می‌کنند. در ادامه به برخی از مهم‌ترین باورهای نادرست اما رایج و خانمان‌سوز درباره اعتیاد، اشاره می‌کنیم.**

## ۱ با یک بار مصرف هرگز معتاد نمی‌شوم!

گفت‌وگو با افراد معتاد نشان می‌دهد که وجود این باور که با یک بار مصرف هرگز معتاد نمی‌شوم، از جمله مهم‌ترین و رایج‌ترین باور مسموم در حوزه گرایش به مواد است. پژوهش‌های مختلف نشـان می‌دهد که این نوع باور غالبا در بین نوجوانان و جوانان رواج دارد که البته با توجه به کمتر برآورد کردن خطر یا به عبارتـی درک کمتر در این قشر بدیهی به نظر می‌رسد بنابراین به همین دلیل گروه سنی نوجوانان به شدت در معرض آسیب قرار دارند. البته پاسخ به این سوال که آیا با یک بار مصرف معتاد می‌شوم یا نه؟، به عوامل مختلفـی از جمله نـوع و میزان مصرف، ویژگی‌های شخصیتی و احساسـی که فرد بعد از مصرف پیدا می‌کند، بستگی دارد. به عنوان مثال فردی که پس از مصرف مواد، احساس کاذب سرخوشی و لذت را تجربه می‌کند در مقایسه با کسی که چنین حسی را تجربه نمی‌کند، به احتمال بیشتری حتی با یک بار مصرف هم به استعمال مواد اعتیادپیدا می‌کند. به‌طور کلی پژوهش‌های مختلف مبین این موضوع است که حتی یک بار مصرف مواد اگر به اعتیاد منجر نشـود، حداقل زمینه را بـرای اعتیاد فرد فراهم می‌کنـد. بنابراین این باور که با یـک بار مصرف هرگز معتاد نمی‌شوم از جمله باورهای غلط رایج است.

## ۲ فقط پسرهای جوان در معرض خطر هستند؟

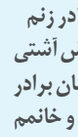
در سـال‌های دور اعتیـاد بـه مـواد، غالبـا امری مردانه محسوب می‌شـد ولی امروزه با ورود مواد و مخدرهـای جدید به شـکل‌های به ظاهـر متعارف‌تر مانند قرص و... برخـی دختران و زنان هـم در دام اعتیاد افتادند. متاسـفانه این باور که «فقط پسـرهای جوان در معرض خطر قرار دارند» باعث بی‌توجهی و بعضا سهل‌انگاری خانواده در خصوص پیشـگیری از اعتیاد در دختران شده است و همین مسئله تاثیر زیادی در زنانه‌شدن اعتیاد داشته است. برخی از باورها و انتظارات جامعه هم به بروز این پدیده (زنانه‌شدن اعتیاد) دامن زده است. برای مثال جامعه بـا مهم و باارزش تلقی کردن وزن مناسـب و حتـی لاغری برای زنـان جوان، زمینه را برای به وجود آوردن اعتیاد به برخی از مواد از جمله شیشه فراهم آورد!

## ۳ ترک مواد نسبت به گذشـته آسـان‌تر شده است

ترک مواد از دیرباز تا به امروز امر بسیار پرچالشی بوده اسـت، به طـوری که عبـور از ایـن منجلاب همیشـه با سـختی‌ها و مشـکلات مختلفی همـراه بوده اسـت. برخی افراد اظهـار می‌کنند که با پیشـرفت‌های صـورت گرفته در امر بهداشـت، پزشـکی و درمان، ترک مواد هم با پیشرفت و موفقیت چشمگیری همراه بوده است و همین مسئله این باور را که درمان و ترک مواد نسبت به گذشته آسان‌تر شده است، در ذهن این افراد به وجود آورده است، اما آیا واقعا ترک مواد نسبت به گذشته آسـان‌تر شده اسـت؟ به‌رغم پیشرفت‌های پزشکی و درمانی، آمارهای موجود این باور را تایید نمی‌کند و اکنـون همچنان پیشـگیری اولیـه مهم‌تریـن روش مقابله با پدیده اعتیاد اسـت. یکـی از مهم‌تریـن دلایل ابطـال این باور این اسـت که امـروزه جوامـع با انـواع مـواد صنعتی در قالب‌های مختلف روبه‌رو است که نه تنها ترک مواد را مشکل می‌کند بلکه عوارض و تخریب جسـمی و روان‌شناختی ناشـی از استعمال مواد را بسیار بالا برده است و حتی می‌توان ادعـا کرد که نـه تنها ترک مواد آسان‌تر نشده بلکه بسیار سخت‌تر از گذشته شـده اسـت. در گذشـته سوء مصرف مواد مربوط به مواد سنتی بود که عـوارض آن بـه مراتـب کمتر از آسیب مواد صنعتی است. ضمنا با توجه به این که مواد صنعتی وابستگی روانی بسیار بالاتری از مواد سنتی دارد، ترک آن به مراتب سـخت‌تر اسـت و همه این شـواهد این باور را که ترک مواد آسان‌تر شده است به چالش می‌کشد.

## زبان برادرزنم از مار زخمی گزنده‌تر است!

**مردی ۲۸ ساله‌ام. چهار سال پیش ازدواج کردم. از همان ابتدا با برادر زنم به مشکل خوردیم و سر چند موضوع، جر و بحث‌مان شد. هرچند بعدش آشتی کردیم ولی باز هم بدون مشکل نیستیم. اصل قصه هم این است که زبان برادر زنم از مار زخمی هم گزنده‌تر است. این مسئله دارد روی زندگی من و خانمم هم تاثیر می‌گذارد. چه کنم؟**



دکتر مهدی سودآوری | روان‌شناس و مدرس دانشگاه

مشاوره خانواده

با سـلام خدمـت شـما مخاطب گرامی. چهار سال است که برادرزن‌تان با شما مشـکل دارد ولـی چـون آشتی‌تان اصولی نبوده، مشکل همچنان وجود دارد. حـس شـما هم کـه نسـبت به ایشـان و صحبت‌هایش مثبت نیست و همین باعث شده تا اصـلاح این رابطه کار سـخت‌تری شـود. در ادامه، توصیه‌هایی به شما برای حل مشکل‌تان خواهم داشت.

**همسرتان را وارد این ماجرا نکنید**

گفته‌اید که این مسـئله دارد روی زندگی من و خانمم هم تاثیر می‌گـذارد. اولین موضوع این است که خود شـما با برادر همسرتان صحبت کنید و از واسطه قرار دادن همسرتان اجتناب کنید. خانم‌تان در موقعیت دشواری قرار دارد یک طرف بـرادر و یک طرف همسـر، پس بهتر است که بی‌طرف باقی بماند.

**ناراحتی‌تان را به برادرزن‌تان بگویید**

از سوی دیگر، اگر حرف‌های برادر همسرتان شـما را ناراحت می‌کند، به طور واضح و لی محترمانه به او بگویید. در این حالت همیشه از جملاتـی کـه بـا «مـن» شـروع می‌شـود اسـتفاده کنید. مثل «من از این حرف شما خیلی ناراحـت شـدم». در این حالـت ما از احسـاس خود صحبت می‌کنیـم و لی قصد و نیتی به گوینده نسـبت نمی‌دهیم اما مثلا جمله‌ای مثل «تـو این حـرف را زدی که مرا ناراحت کنی»، در ایـن حالت چیزی درباره گوینده گفته‌ایم که او می‌تواند رد کند و ما را به حساس بودن متهم کند.

**شاید لازم باشد که رفت‌وآمد را مدیریت کنید**

در آخر اگر دوراهکار مطرح شده جواب نداد و به هر دلیلی، مشکل پابرجا بود، فاصله خود را با فرد آزاردهنده حفظ کنید. حتی شاید لازم باشد که میزان رفت‌وآمدها را مدیریت کنید اما آن را قطـع نکنید. همچنین بـرای حفظ روابط حسـنه با همسـرتان و اصلاح رابطه با برادرش حتما از یک متخصص روابط زوجی کمک بگیریـد تا شـخصیت خود شـما را هم بررسی کند.

## هرگز مبلمان منزل را این گونه نچینید!

چیدمان

**اگر می‌خواهید چیدمان اتاق پذیرایی خود را تغییر دهید و برای چیدمان مبلمان نمی‌دانید از کجا باید شـــروع کنید، در ایـــن مطلب با رایج‌ترین اشتباهات برای چیدمان مبلمان در منزل آشنا خواهید شد.**

**با یک یا چند نقطه کانونی در خانه|** مهم‌ترین نکتـه‌ای کـه باید بـرای چیدمان مبلمان منازل خود در نظر داشته باشید این اسـت که هر فضایی فقـط و فقط یـک نقطه کانونی می‌خواهد. در غیر این صورت شلوغ و به‌هم‌ریخته به نظر می‌رسـد. نقطه کانونی جذابیت بیشتری به اتاق پذیرایی می‌دهد؛ تا حدودی جای هر وسیله را مشخص می‌کند و اجازه می‌دهد چشم افراد به اندازه لازم به هر یک از وسایل اتاق پذیرایی خیره شود. پس هر اتاقی باید فقط یک نقطه کانونی داشته باشد. گاهی اتاق‌ها خودشان نقطه کانونی دارند، گاهی هم خود صاحب‌خانه باید برای ایجاد آن دست به کار شود.

**بی‌توجهـی بـه فاصلـه مبل‌هـا برای گفت‌وگو|** فاصله بین مبل‌ها باید برای گفت وگو مناسب باشد تا افراد برای شنیدن صدای هم مجبور به فریادزدن، خم‌شدن یا جلوبردن گردن‌شـان نشـوند. پس هنگام چیدن اتاق نشیمن، در نظر داشته باشید که صندلی‌ها و مبل‌ها باید تا حدی روبه‌روی هم باشند.

**نگذاشـتن مسـیر رفت‌وآمـد بـرای چیدمـان مبلمـان|** یکـی از رایج‌تریـن اشـتباهات برای چیدمان مبلمـان در منزل بی‌توجهی به مسیر رفت‌وآمد است. مبلمان را طوری بچینید که به‌راحتی قابل دسترسی باشـد و اعضای خانواده برای استفاده از یک وسیله، مجبور به بالا رفتن از وسیله‌ای دیگر نشـوند یا هنگام رفت‌وآمد در خانه از مسـیر زیگزاگی و عجیب‌وغریب عبور نکنند.

**حفظ نکردن تعادل در چیدمان مبل|** یکی از رایج‌ترین اشـتباهات برای چیدمان مبلمان در منزل نبود تعادل در چیدمان است.

البته رعایت تعادل بدین معنی نیست که همه چیز باید بـا هم قرینه باشـد. به‌عنـوان مثال اگر یک سـمت خانه یک مبل ال می‌گذارید، سمت دیگر هم باید وسیله دیگری قرار دهید که از نظر بصری با مبل ال شما در تعادل باشد. حال این وسیله می‌تواند یک کاناپه دیگر، یک جفت صندلی، کمد، بوفه یا وسـیله مناسب دیگری باشد.

**بسته‌شـدن پنجره‌هـا به خاطـر مبل|** بهره‌مندی از نور طبیعی در هر خانه‌ای مهم اسـت و معمولا هر چه تعداد پنجره‌ها بیشتر باشـد، بهتـر اسـت. احتمالا شـما هـم مثل بسیاری از افراد می‌خواهید وسایل زیادی از جمله مبل‌ها را جلوی پنجره‌ها بچینید. ولی فراموش نکنیـد که هر چه بیشـتر جلوی نور خورشید را بگیرید، خانه کوچک‌تر، دلگیرتر و شـلوغ‌تر به نظر می‌رسـد. با این حـال اگر پنجره‌ها سرتاسری باشند، رعایت این نکته کمی دشوار می‌شود. پس اگر مجبور شدید مبلمان را جلوی پنجره بچینید، سعی کنید از آینه و وسـایل بـراق و لوازم روشـنایی قوی استفاده کنید که نور خورشـید را منعکس و خانه را روشن‌تر می‌کند.

برای نوشتن این مطلب از تابناک کمک گرفته‌شده‌است

## پرسش و پاسخ های ۱۰ ثانیه ای

**آیا بهترین روش تعامل با همکار زیرآب زن، مقابله به مثل و زدن زیرآب او است تا متوجه ناپسند بودن کارش شود؟**

خیر، این رفتار اصلا درست نیست، به جای ادامه دادن این روال غلط، باید با او ارتباط نزدیک‌تری برقرار کنید، هدفش را بیابید، توانمندی های خودتان را بالا ببرید و در نهایت، مسئله را با مدیرتان در میان بگذارید.

فهیمه میرزایی، کارشناس ارشد روان‌شناسی

### ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*پرونده «ضرب‌المثل فارسی چکیده خرد جمعی»، سـرگرم‌کننده بـود و از خواندنش حس خوبی به من دست داد. می‌خواستم از نویسنده‌اش و تلاش برای پاسداشت فرهنگ غنی ایرانی، تشکر کنم.

*ایـن چیزهایی کـه در مطلـب «نامزدهای کثیف‌تریـن تبانـی تاریـخ فوتبـال» چـاپ کردین، تبانی نیست. روی این بازی‌ها شرط بندی‌های سنگین می‌شه تا همچین نتایجی رقم بخوره و یک عده پول بزنن به جیب.

**ماوشما:** خب تا تبانی نباشـه ایـن نتایج رقم نمی‌خوره.

*درباره مطلب «سـلامت مغز با جایگزین کردن پله بـه جای آسانسـور» کـه در صفحه سـلامت چاپ شده، می‌خواسـتم بگم که به جاش، فاتحه زانوهامون خونده می‌شه. اونم پله‌ها در ایران که بیشترشون غیر استانداردن.

*اگر درسـت یادم باشـه، قدیم روزنامه‌تون یک صفحه‌داشت که از همین ضرب‌المثل‌ها کار می‌کرد. کوچک می‌زد در صفحه. من اونا رو دوست داشتم.

*کاش همه پدر و مادرهـا مثل والدین خانم طناز طباطبایـی باشـن، خیلی لـذت بردم که اجـازه دادن بره سـراغ علاقـه‌اش و حالا به دخترشـون افتخار کنن که برنده سیمرغ هم شده.

*نیمه اول یـک بازی ۲ صفر شـده، بعد ۹۵ بـر صفـر! تـازه بعـدش فدراسـیون فوتبال کشورشون گفته که مشـکو که و باید بررسی کنیم!

*باورم نمیشـه ۴۰ تا ۸۰ درصـد ازدواج‌ها در ایـران فامیلیه. من که از این مـدل ازدواج اصلا خوشـم نمیاد. هرچند از بچگی، مدام می‌گفتن کـه باید بـا دختر خالـه‌ات ازدواج کنی، شما خیلی به هم می‌خورین و....

*زندگی سلام. با پسـری که آشپزیش خوبه ازدواج نکنید چون که قهـر کردن‌تون براش تهدیدی به حساب نمیاد!

**آگهی دعوت تشکیل مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده (نوبت اول)**
**شرکت تعاونی مرزنشینان میثاق شوسف**

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۰۶/۰۲

جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده(نوبت اول)شرکت تعاونی مرزنشینان میثاق شوسف به شماره ثبت ۱۵۶ و شناسه ملی ۱۰۳۶۰۰۰۷۸۰۶ در ساعت ۱۰ روز شنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۷/۰۲ در محل حسینیه شهر شوسف برگزار می گردد.

از کلیه اعضا دعوت می شود با در دست داشتن برگه ورود به جلسه جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در این مجمع حضور به هم رسانند.ضمنا چنانچه عضوی بنا به دلایلی نتواند شخصا حضور یابد می تواند همزمان با نماینده تام الاختیار خویش با هم به دفتر شرکت تعاونی مراجعه و برگ وکالت نامه را تنظیم و برگه ورود به جلسه مجمع را دریافت نمایند.

حداکثر آرای وکالتی هر عضو سه رای و هر فرد غیر عضو یک رای می باشد.ضمنا داوطلبان عضویت در سمت هیات مدیره و بازرسی موظفند،حداکثر یک هفته بعد از تاریخ انتشار آگهی تشکیل مجمع عمومی عادی،مدارک مربوطه را به هیات مدیره تحویل نمایند.

**دستور جلسه:**

۱.استماع گزارش کتبی هیات مدیره و بازرس شرکت تعاونی
۲.طرح و تصویب صورت های مالی سال ۱۳۹۷-۱۳۹۸-۱۳۹۹-۱۴۰۰
۳.طرح و تصویب بودجه پیشنهادی سال مالی ۱۴۰۱
۴.انتخاب اعضای اصلی و علی البدل هیات مدیره برای مدت ۳سال
۵.انتخاب بازرسان اصلی و علی البدل برای مدت یک سال مالی

**هیات مدیره شرکت تعاونی مرزنشینان میثاق شوسف**

ج/۱۴۰۱۸۴۵۷۲

**آگهی مزایده اتومبیل**

به موجب پرونده اجرائی کلاسه ۱۴۰۰۰۰۴۵۰ یک دستگاه اتومبیل پراید ۱۳۲ سفید روغنی بشماره ۲۳۱ ط ۷۱ ایران۴۲ مدل ۱۳۹۰ متعلق به آقای سیدعلی داغیانی (مدیون)واقع در پارکینگ حمایت چناران که طبق نظر کارشناس رسمی ۸۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال(معادل هشتاد و پنج میلیون تومان ) ارزیابی شده ، از ساعت ۹ الی ۱۲ مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۱۲ روز شنبه در اداره ثبت اسناد و املاک چناران واقع در چهار راه دولت از طریق مزایده به فروش می رسد.

نوع و سیستم خودرو: یک دستگاه اتومبیل سواری پراید۱۳۲ سفید روغنی مدل ۱۳۹۰ شماره شاسی :۳۰۰۵۷۳ وضعیت ظاهری خودرو بازدید گردید چراغ ها و سپر جلو و عقب سالم است درب جلو و عقب و چپ و راست سالم است ، لاستیک های جلو و عقب ۴۰٪ ،شاسی ها و ستون ها سالم ،سقف مقدار کمی لکه رنگ دارد ،گلگیر عقب چپ آثار صافکاری گریسی دارد ، تزئینات داخلی در حد متعارف و پنل ضبط صوت و باند ندارد،صندلی و روکش ها سالم و در حد متعارف و معمول است وضعیت موتوری نیز بدلیل عدم دسترسی به سوییچ قابل ازمایش نبود و به ظاهر سالم و بدون دود کار می کند ،آثار ریزش روغن و غیره ندارد.

مزایده از مبلغ ۸۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال ( معادل هشتاد و پنج میلیون تومان ) شروع و به بالا ترین قیمت پیشنهادی نقداً فروخته می شد و کلیه هزینه های قانونی به عهده برنده مزایده است و نیم عشر و حق مزایده نقداً وصول خواهد شد ضمناً چنانچه روز مزایده تعطیل رسمی گردد،مزایده روز اداری بعد از تعطیلی در همان ساعت و مکان مقرر برگزار خواهد شد.

ثبت کننده : مرتضی ولایتی ۱۴۰۱۸۴۷۱۶/ش

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۰۸AT مدل ۱۳۹۷ به شماره انتظامی ۷۵۴ ق ۸۹ ایران ۳۲ رنگ سفید به شماره شاسی NAAG1C23XJD۰۰۶۵۲۷ به شماره موتور ۱۰FJCE۲۳۸۵۷۶۳ بنام فائزه علی زاده مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد. ۱۴۰۱۸۴۷۰۴/م

**برگ سبز ، سند کمپانی و کارت شناسایی موتورسیکلت**

هندا سیستم کسری مدل ۱۳۸۳ رنگ قرمز گوجه ای و به شماره موتور۳۰۰۰۲۶۸ و شماره شاسی ۲۰۰۳۵۲۲ و به شماره انتظامی ۹۶۳۳ ایران ۷۶۹ به نام سید مهدی حسینی خمی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است. ۱۴۰۱۸۴۷۳۹/ش

**اینجانب علی سارونی مالک خودرو سمند EF7 به شماره انتظامی ایران ۳۶-۱۸۳ ج ۱۲ به شماره موتور ۱۴۷۹۰۰۲۳۰۴۸ و شماره شاسی NAACR1HS7BF716163 به علت فقدان اسناد فروش (سند کمپانی ) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هرکس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد.** ۱۴۰۱۸۴۶۴۱/م

برگ سبز خودرو سواری رنو L90 لوگان مدل ۸۹ به شماره انتظامی ۷۴-۴۴۷ د ۴۴ به شماره موتور K۴MA۶۹۰D۱۰۴۴۹۷ به شماره شاسی NAPLSRALD۹۱۰۷۴۰۲۳ بنام احسان غفوری مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۴۷۳۵/م

برگ سبز، کارت، بیمه نامه، کارت سوخت و معاینه فنی خودرو سواری ام وی ام X۳۳ بنزینی مشکی متالیک مدل ۱۳۹۱ به شماره انتظامی ایران ۷۴-۸۷۴ و ۷۴ به شماره موتور MVM۴۸۴FAFA۰۰۸۲۵۳ به شماره شاسی NATGBAXK۲۰۱۰۰۸۵۳۰ بنام افسانه افشار مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۴۷۰۱/م

**برگ سبز موتور سیکلت پیشرو**

به شماره انتظامی ۱۲۳-۵۶۶۷۳ و شماره موتور ۰۱۲۵N۵F۸۰۱۷۲۲ و شماره تنه N۵P-۱۲۵H۹۵۸۲۷۷۹ بنام سید حسین عمامه پیچ مفقود گردیده و فاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۱۸۴۷۰۵/ش

**برگ سبز، سند کمپانی و کارت خودرو بیوک لسابر مدل ۱۹۸۷ به شماره انتظامی ایران ۱۲-۳۸۴ ق ۸۷ به شماره موتور ۵۴۱۶۷۵ به شماره شاسی ۵۴۱۶۷۵ بنام محمود دوستی مفقود و فاقد اعتبار است** ۱۴۰۱۸۴۶۶۳/م