

# قدم کوتاهه، همت بلند!

**الیه توانا-** هفت‌ساله بودم. مثل همه هفت‌ساله‌ها، با هیجانی آمیخته به کمی ترس، دست پدرم را محکم گرفتم که بروم مدرسه. ثبت‌نام نکردند. گفتند: «این که هنوز بچه است. چهار پنج سالش بیشتر نیست، حتما شناسنامه بزرگ‌تر از سنش براش گرفتی». وقتی رفتم مدرسه هشت ساله شده‌بودم. دیگر از هیجان و اشتیاق خبری نبود. فقط ترس بود. ترس از این که مرا نپذیرند، نپینند، نفهمند. خیلی طول کشید تا معلم‌ها بفهمند

هوش و توانایی ذهنی من درست مثل بقیه دانش‌آموزهاست. خیلی طول کشید تا بچه‌ها بفهمند من عجیب و غریب و خطرناک نیستم. حالا دیگر دوست پیدا کرده‌بودم. البته بیشتر باعث سرگرمی و بازی بچه‌ها بودم تا دوستشان؛ مثل یک عروسک بغلم می‌کردند و دست‌به‌دست می‌چرخاندند اما از فرار کردن و مسخره کردن بهتر بود. من روزبه‌روز بزرگ‌تر می‌شدم، اما مشکلاتم دقیقه‌به دقیقه و ساعت‌به ساعت بزرگ‌تر

می‌شد. از آن روزها، چیز زیادی تغییر نکرد، نه نگاه‌ها و برخوردهای آزاردهنده، نه موانع و سختی‌ها. من اما آن قدر بزرگ شده‌ام که دیگر دست هیچ مشکلی به قامت نمی‌رسد؛ این حرف‌ها شاید سرگذشت تعداد زیادی از کوتاه‌قامتان جامعه مان باشد. در پرونده امروز به سراغ انجمن «کوتاه‌قامتان» مشهد رفته‌ایم و ضمن شنیدن حرف‌ها و دغدغه‌های اعضای آن با مقوله «کوتاه‌قامتی» بیشتر آشنا می‌شویم. با ما همراه باشید.

ZENDEGI - SALAM

ضمیمه سیمک زندگی روزنامه خراسان  
چهارشنبه ۴ اسفند ۱۳۹۵  
۲۴ جمادی الاول ۱۴۳۸ ۳۲ فوریه ۲۰۱۷

۷۰۴



## تاریخچه شکل‌گیری انجمن کوتاه‌قامتان در ایران

کوتاه‌قامتی، اختلالی جدید و منحصر به این روز و روزگار نیست، اما توجه به افراد کوتاه‌قامت و دیدن مشکلات و توانایی‌ها و دغدغه‌ها و نیازهای آنان، اتفاقی تازه و البته امیدوارکننده است. انجمن کوتاه‌قامتان اولین بار در تهران راه‌اندازی شد. با تاریخچه این انجمن آشنا می‌شویم.

- این انجمن، سال ۸۸ ابتدا با نام «انجمن کوچولوهای ایرانی» شروع به کار کرد.
- حیطه‌های فعالیتش چیه؟**
- \* فرهنگی، هنری، آموزشی. برگزاری کلاس‌ها و گروه‌های هنری، برگزاری سفرهای داخلی و خارجی، چاپ ماهنامه و ...
- \* ورزشی: تشکیل تیم فوتبال، اتومبیلرانی و ...
- \* اشتغال: معرفی افراد به گروه‌های هنری و نمایشی، استخدام اعضا در شرکت‌های خصوصی و ...
- \* ازدواج: فراهم کردن زمینه آشنایی و ازدواج اعضا با یکدیگر.

- کی تأسیس کرد؟**
- حمید ابراهیمی، متولد ۱۳۵۱
- آقای ابراهیمی، ۱۶-۱۵ سال پیش با یک خانم بلندقامت ازدواج کرد.
- او حالا یک دختر نوجوان سالم و بلندقد دارد که به پدر توانمندش افتخار می‌کند.
- از کی شروع به فعالیت کرد؟**
- ابراهیمی که خودش کوتاه‌قامت است و مشکلات و کمبودهای این قشر را خوب می‌شناسد، بعد از دو سال ونیم تلاش، موفق شد مجوز ثبت این شرکت را بگیرد.

درباره علل و درمان کوتاه‌قامتی

## کوتاه‌قامتی چیست؟

می‌کند. «کوتاه‌قامتی ژنتیکی»، نوع دیگری از اختلال کوتاه‌قامتی است که در پی نوعی جهش ژنتیکی خاص به‌وجود می‌آید. «کوتاه‌قامتی ژنتیکی» شایع‌ترین نوع «دوارفیزم» است که حدود ۷۰ درصد افراد کوتاه‌قامت را شامل می‌شود و درمان قطعی ندارد. افراد کوتاه‌قامت، بالاتنه طبیعی دارند و کوتاهی در اندام‌هایشان دیده می‌شود؛ یعنی ران‌ها و بازوها، محدودیت حرکت در آرنج و اشکال در باز کردن کامل آن، سر بزرگ با پیشانی برجسته و پاهای پرانتری از دیگر علایم این موضوع است اما آنچه لازم است درباره افراد مبتلا به کوتاه‌قامتی بدانیم این است که: اگر چه بیشتر آن‌ها دارای تکامل حرکتی تأخیری هستند ولی بهره‌هوشی طبیعی دارند.

کوتاه‌قامتی، از اختلالات رشد است. قد افراد مبتلا، کوتاه‌تر از ۱۴۷ سانتی‌متر است، هم‌اندازه کودک هفت‌هشت‌ساله‌ای باشد معمولی. در این اختلال، هیپوفیز قادر نیست به میزان کافی هورمون رشد در دوران کودکی تولید کند و این موضوع باعث تأخیر در رشد می‌شود. این اختلال نسبتاً نادر است و سوءتغذیه و بیماری‌های قلبی مادرزادی از علل شایع‌توقفر شده‌هستند. این نوع کوتاه‌قامتی، «کوتاه‌قامتی هیپوفیزی» است که در صورت تشخیص به‌موقع قابل درمان است. به این ترتیب که اگر رشد کودک با میزان رشد پیش‌بینی‌شده در جدول راهنمای رشد منطبق نباشد، پزشک علاوه بر بررسی علل شایع، میزان هورمون رشد خون کودک را هم اندازه‌گیری و در صورت لزوم هورمون رشد تزریق

آشنایی با برخی کوتاه‌قامتان مشهور ایران و جهان

## کوتاه‌قامتان آشنا

برخی آدم‌ها حتی اگر با بقیه متفاوت باشند، به رغم همه سختی‌ها راه‌خودشان را می‌روند، رشد می‌کنند، موفق می‌شوند. وجود آدم‌های معروف کوتاه‌قامت، گواه همین موضوع است.

- کی هست؟ منوچهر رشید اصلانی**
- از کجا می‌شناسیمش؟ **سمندون**
- دهه هفتاد سریالی پخش می‌شد به نام «سمندون». این سریال درباره بچه‌غولی ۲۰۰۰ساله بود که در زیرزمین خانه‌ای زندگی می‌کرد. آقای اصلانی، بازیگر نقش بچه‌غول، آن زمان کوچک‌ترها را حسابی ترساند و برای بزرگ‌ترها خاطرات خوبی ساخت. اصلانی از هفده‌سالگی بازیگری را با کار تئاتر شروع کرد، مدتی در آکروبات فعال بود و مدتی هم ورزش زیبایی اندام کار می‌کرد. «من زمین را دوست دارم» هم از سینمایی‌های محبوب دهه هفتاد بود که اصلانی در آن بازی کرده‌بود.
- رشید اصلانی در سال ۸۱ درگذشت.

- کی هست؟ اسدا... یکتا**

از کجا می‌شناسیمش؟ **چاق و لاغر**

آقای یکتا در بیش از شصت فیلم و سریال بازی کرده و نمی‌شود یکی از کارهایش را به عنوان معروف‌ترینش انتخاب کرد اما سریال عروسکی چاق و لاغر، یکی از ماندگارترین آثار تلویزیونی و بنابه‌نظر خود آقای یکتا نقش «چاق» یکی از سخت‌ترین نقش‌های ایشان است. اسدا... یکتا، کارش را در نوجوانی با بازی در تئاتر شروع کرد و با بعضی کارگردان‌های بزرگ سینمای ایران هم همکاری‌هایی داشت. آقای یکتا با وجود این سابقه هنری‌اش، مدتی مجبور شد برای امرار معاش، سیگار بفروشد!

- کی هست؟ پیتر هایدن دینکلیج**
- از کجا می‌شناسیمش؟ **بازی تاج و تخت**
- دینکلیج آمریکایی، یکی از کوتاه‌قامتان ثروتمند هالیوود است. او در سال ۲۰۱۵ موفق شد جایزه امی و گلدن گلوب را برای بازی در سریال تلویزیونی «بازی تاج و تخت» دریافت کند. قبل‌تر هم برای بازی در فیلم «زندگی در فراموشی» مورد تحسین منتقدان قرار گرفته بود.

- کی هست؟ کنی بیکر**
- از کجا می‌شناسیمش؟ **جنگ ستارگان**
- بیکر انگلیسی، بازیگر نقش روبات در ۶ فیلم محبوب جنگ ستارگان بود. او پیش از شروع فعالیت حرفه‌ای اش مدتی در سیرک کار کرد، مدتی هم به اجرای پانتومیم و نمایش روی بیه مشغول بود. کنی یکی از کوتاه‌قامتان دوست‌داشتنی و معروف سینما بود که وقتی فوت کرد هالیوود به تجلیل از او پرداخت.

- کی هست؟ جهانگیر پارساخو**
- از کجا می‌شناسیمش؟ **آقای جدول ایران**
- آقای پارساخو در طول بیش از چهل سال فعالیت در مطبوعات ایران، بیش از چهل هزار جدول و سرگرمی طراحی کرد. جدول‌ها و سرگرمی‌های او در مجله‌هایی مثل تهران‌مصور، دانستنیها، گل آقاو بسیاری از نشریات دیگر به چاپ رسیده‌است.

پای درد دل اعضای انجمن کوتاه‌قامتان مشهد

## از آن بالا صدای ما را می‌شنوید؟

\* نجما، ۲۴ ساله است و اهل نیشابور. از آن دسته افرادی است که سختی و مشکل برایشان مفهومی ندارد؛ از آن‌هایی که توی مصاحبه‌های تلویزیونی از اراده و پشتکار حرف می‌زنند و توپیش‌خودت می‌گوین: «چه‌قدر شعار میدهم! اما نجما را من دارم از نزدیک می‌بینم؛ نه این‌هوای برفی و سرد باعث شده بی‌خیال آمدن به انجمن شوم، نه مشکلات کوچک و بزرگ توانسته است مانع علاقه او به درس خواندن شود. نجما که دانشجوی سال آخر رشته ژئومورفولوژی است و بیکاری دوستان کوتاه‌قامت تحصیل کرده‌اش باعث نگرانی‌اش می‌شده، می‌گوید: «امکاناتی که ما برای درس خواندن داریم، با امکانات دیگران هیچ فرقی ندارد. ما فقط مشکلاتمان بیشتر است و توقع زیادی هم نداریم. توقعمان فقط این است که بتوانیم متناسب با توانایی و مدرک تحصیلی‌مان شغلی داشته باشیم. مسئله دیگر من و همه آدم‌های مثل من، رفت وآمد است. هیچ وسیله نقلیه‌ای مناسب ما وجود ندارد و همه چیز برای قدم‌مازیادی بلند است».

\* خانم اسکندری ۳۵ساله است و کارشناسی ارشد روان‌شناسی دارد. او درباره نگاه‌های از روی کنجکاوی و تمسخر می‌گوید: «دغدغه آدم‌های شبیه من، طرز نگاه و برخورد مردم است. این که با ما مثل آدم‌های عادی رفتار نمی‌شود. مثلاً من یک دوره‌ای می‌خواستم توی مهد کودک کار کنم اما بهم می‌گفتند تو همقد بچه‌ها هستی و از پس این کار بر نمی‌آیی. البته این مسائل برای خود من پذیرفته شده‌است ولی این نگاه‌ها خانواده‌ام را خیلی اذیت می‌کند».

\* آقای شفاعتی، ۳۶ ساله و متأهل است. او که کارمند شرکت مخابرات است، از مشکلاتش این‌طور می‌گوید: «عابر بانک‌ها طوری طراحی شده که با ما اصلاً نمی‌توانیم از آن استفاده کنیم یا به زحمت دستمان را به آن می‌رسانیم و چندباری زمین می‌خوریم. دغدغه دیگر کوتاه‌قامت‌ها، گواهینامه است. من چندسال پیش گواهینامه گرفتم. سیستم ماشینم «دستی» است و خیلی راحت رانندگی می‌کنم، بدون این که برای کسی مشکلی ایجاد کنم اما الان خیلی از دوستان هستند که نیاز دارند گواهینامه بگیرند و با موانع جدی مواجه می‌شوند».

\* وحید که ۳۲ ساله است و توی بهزیستی بزرگ شده، ترجیح می‌دهد به جای حرف زدن از هر مشکلی، ماجرای خواستگاری‌اش را تعریف کند: «من انباردار یک شرکت هستم و از صبح تا بعدازظهر کار می‌کنم. چندوقت پیش با یک خانم کوتاه‌قامت آشنا شدم و از ایشان خواستگاری کردم اما خانواده‌اش موافقت نمی‌کنند و به من می‌گویند ما با مشکلات کوتاه‌قامتی آشنا نیستیم و می‌دانیم تو نمی‌توانی از پس مدیریت زندگی بریایی!». مسئله ازدواج برای کوتاه‌قامتان، مسئله‌ای جدی است اما در همین جمع کوتاه‌قامتانی هستند که ازدواج کرده‌اند -بعضی‌هایشان حتی با فردی بلندقد- و زندگی خوبی هم دارند. با همسر یکی از این افراد گفت‌وگو می‌کنم. خانم افقهی، ۳۰ساله است و مدرک کارشناسی ادبیات دارد. او درباره این که چه‌طور شد با فردی کوتاه‌قامت ازدواج کرد، می‌گوید: «من به تمام معیارهایی که برای ازدواج داشتم، رسیدم. شاید باور نکنید اما من بعد از گذشت یک‌سال از زندگی مشترک‌مان، هنوز وضعیت جسمی همسر را نمی‌بینم. زندگی ما بدون مشکل نیست، اما مگر زندگی بدون مشکل اصلاً وجود دارد؟». راه‌های ارتباط با انجمن کوتاه‌قامتان مشهد: **سامانه پیامکی: ۰۸۴۶۴۸۹۶۰۰۰۰۰۰۰۰**  
**کانال تلگرام: @NGOmashhad**

یک ساعت همراه با «جامعه کوتاه‌قامتان بلندهمت خراسان رضوی»

## یک جمع باصفا!

چندروز قبل برف شروع به بارش کرده بود و خیال تمام‌شدن هم نداشت. از آن برف‌های بچگی که وقتی شروع به باریدن می‌کرد، لازم نبود بنشینیم پای اخبار و منتظر اعلام تعطیلی مدرسه بمانیم؛ مشق‌ها را نوشته ننوشتند، هر‌امی‌کردیم و می‌گشتیم دنبال هویج و کلاه‌و شال‌گردن‌برای آدم‌رفی فردا. با اعضای انجمن «کوتاه‌قامتان بلندهمت» قرار دارم. هنوز بچه‌ها را ندیده‌ام، اما همین که توی این برف و سرما قرارمان را کنسل نکرده‌اند و سختی رفت‌وآمد را به‌جان خریده‌اند، باعث می‌شود «بلندهمتی»‌شان را باور کنم. محل قرار مان مکانی است در یکی از خیابان‌های نزدیک به حرم مطهر. به‌خاطر لغزنده بودن خیابان‌ها، دیر رسیده‌ام. آماده‌عذرخواهی و توضیح دادن هستم اما با چنان خوشرویی و محبتی مواجه می‌شوم که حرف‌هایم را فراموش می‌کنم.

**نجات‌دهنده بین ماست!**

نجیه حاجی‌پور، رئیس و بنیان‌گذار انجمن کوتاه‌قامتان مشهد، برایم تعریف می‌کند که کی و چه‌طور این انجمن را تأسیس کرده‌است: «چند سال پیش از طریق یک برنامه‌تلویزیونی متوجه شدم در تهران انجمنی وجود دارد که آدم‌هایی مثل من، آن‌جا دور هم جمع می‌شوند. خیلی دوست داشتم انجمنی شبیه آن در مشهد هم وجود داشته باشد. چند سال طول کشید تا فهمیدم این کار را خودم باید انجام بدهم. به کمک آقای فرجادی، یکی از حامیان انجمن، مهرماه ۹۵ اقدامات اولیه را انجام دادیم. یک‌ماه بعد انجمن کوتاه‌قامتان خراسان رضوی را راه‌روارت کشور ثبت کردیم. لازم است بگویم آقای دکتر صاحبی (عضو شورای شهر) و «امور اجتماعی استانداری خراسان» در تأسیس این انجمن، بسیار به ما کمک کردند. الان هم در مراحل آخر انجام کار هستیم و امیدواریم به‌زودی بتوانیم پروانه تأسیس را بگیریم و مکان ثابتی داشته باشیم. انجمن ما الان حدود ۷۰ نفر جمعیت دارد. تعدادی از دوستان هم از شهرستان‌هایی مثل نیشابور و سبزوار و خواف و بجنورد می‌آیند و چون مکان شخصی نداریم، فعلاً در خانه‌ام از آن‌ها پذیرایی می‌کنم».

**روزی‌های خوب در راه است**

این انجمن با این که زمان زیادی از عمرش نمی‌گذرد و امکانات فوق‌العاده‌ای هم ندارد، اما فعالیت‌های موفقیت‌آمیزش نویددهنده‌روزهای خوب و اتفاقات بزرگ برای کوتاه‌قامتان استان است. درخشش تیم فوتسال کوتاه‌قامتان، یکی از این اتفاقات خوب است. محمدعلی صنعتی، مربی تیم فوتسال انجمن، در این باره می‌گوید: «روزی‌های اولی که تیم را راه‌انداختیم، چهار نفر بودیم. نه لباس ورزشی داشتیم، نه محل تمرین و نه حتی توپ! روزبه‌روز تعدادمان بیشتر شد و الان یک تیم ۱۶ نفره قوی هستیم. آن قدر که بعد از چهارماه تمرین، در یک مسابقه شش جانبه توانستیم بین دوتیم کوتاه‌قامت و چهار تیم بلندقامت، نایب‌قهرمان شویم» سیدوحید فرجادی، از موسسان و حامیان انجمن، از برنامه‌های آینده برای اعضای انجمن می‌گوید: «من وقتی به‌واسطه یکی از همکاران کوتاه‌قامت با این بچه‌ها آشنا شدم، متوجه شدم حتی پیش‌پاافتاده‌ترین مسائل هم برای کوتاه‌قامتان مشکل بزرگی محسوب می‌شود. به همین دلیل، تصمیم گرفتیم برای توانمندسازی کوتاه‌قامتان کاری انجام بدهیم و هدفمان از تشکیل انجمن هم همین بود. مثلاً یکی از مشکلات کوتاه‌قامتان، لباس است. بنابراین یکی از برنامه‌های ما آموزش خیاطی به اعضاست، هم برای این که نیازهای خودشان را تأمین کنند و هم برای این که شغل و درآمدی داشته باشند. امکانات و کلاس‌های آموزشی دیگری هم مدنظرمان است که در برنامه پنج‌ساله انجمن پیش‌بینی شده و امیدواریم به‌زودی بتوانیم عملی‌شان کنیم».