



بررسی نقش فضای سبز در سلامت و بهبود زندگی انسان

1- تکتم تاج گردان*¹، 2- مریم ایمانی²، 3- رضا وحدانی³، 4- علی کشمیری⁴

- 1- دانش آموخته کارشناسی ارشد خاکشناسی دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان و کارشناس فضای سبز شهرداری بجنورد
Tajgardan_toktam@yahoo.com
- 2- دانش آموخته کارشناسی روانشناسی دانشگاه آزاد بجنورد
- 3- دانش آموخته کارشناسی ارشد برنامه ریزی و جغرافیای شهری دانشگاه آزاد شیروان
- 4- دانش آموخته کارشناسی ارشد برنامه ریزی و جغرافیای شهری دانشگاه آزاد شیروان

چکیده

سبک زندگی مدرن شهری با استرس مزمن، فعالیت بدنی ناکافی، انسان را در معرض خطرات محیطی قرار می دهد. پیشرفتهای تکنولوژی و کم رنگ شدن تعاملات اجتماعی، لزوم توجه به مسکن و ایجاد فضاهایی که در برقراری تعاملات اجتماعی و ارتقای روابط موثر باشد بیشتر نظر ما را به خود جلب می کند. از این رو فضای سبز به عنوان عاملی که می تواند پویایی اجتماعی، فرهنگی و روانی افراد را سبب شود مورد توجه این تحقیق قرار گرفته است. روش تحقیق از نوع توصیفی - اسنادی با استفاده از شیوه کتابخانه ای می باشد. یافته ها حاکی از آن است که گیاهان فضای سبز نقشی روانی، اجتماعی و اقتصادی داشته و در سلامت محیط زیست شهری نیز موثرند. از جمله تاثیرات اقتصادی آنها؛ سبب می گردند تا اشخاص با امکانات مالی ضعیف بتوانند از تحرک فیزیکی و جسمی برخوردار شوند و به تبع آن هزینه های دارویی و درمانی کاهش می یابد. و از تاثیرات زیست محیطی میتوان به کاهش آلودگی هوا، آلودگی های شنیداری، دیداری، جلوگیری از فرسایش خاک و باد، جذب پرتوهای زیان آور خورشیدی، تعدیل آب و هوا و میکروکلیمما و نیز دفع بوهای ناخوشایند و مزاحم اشاره داشت. بنابراین تامین فضای سبز شهری یک راه حل از انواع فواید شناخته شده برای سلامتی و تندرستی است و تامین دسترسی عادلانه به آن بایستی بعنوان سیاست شهری سلامت محور مد نظر قرار گیرد. پتانسیل فضای سبز در سلامت جوامع انسانی بسیار چشمگیرتر از آن بوده که به آن توجه شده است. بنابراین بایستی سعی بیشتری در حفظ و نگهداری آن باید داشته باشیم. امید است گسترش اینگونه فضاها در اولویت برنامه ها قرار گیرد تا گامی مهم در سلامت شهروندان بالاخص گروه پر خطر برداشته شود.

واژه های کلیدی: فضای سبز، سلامت جسم، آرامش، کیفیت زندگی