

سونوگرافی یادگاری ممنوع

◆ گروه سلامت //

د ست و پای کوچک با شکم و سری بزرگ، تصاویری معمول از جنین در هنگام سونوگرافی زنان باردار است که پدر و مادرها با ذوق به آن می‌نگرند؛ تجربه‌ای استثنایی برای پدر و مادرها و البته تجارتی پرسود برای پزشکان آلمانی. آیا سونوگرافی بی‌خطر است؟ به گزارش ایسنا، آیا رشد جنین معمولی است و طفل سالم است؟ برای پاسخ دادن به چنین پرسش‌هایی، پزشکان نخستین سونوگرافی از جنین را در زنان باردار بین هفته‌های ۹ام تا ۱۲م انجام می‌دهند که از طریق آن می‌توان م وارد زیادی را در مورد وضعیت سلامتی جنین تشخیص داد. با سونوگرافی حتی امکان تشخیص جنسیت جنین پس از گذشت چند ماه وجود دارد.

دوپیچه‌وله در گزارشی در این باره آورده است: بیشتر مادرها پس از سونوگرافی از پزشک م‌ی‌خواهند که یک نسخه از عکس‌های سونوگرافی از جنین‌شان را به آنها بدهد؛ برای نشان دادن به بستگان یا برای یادگاری. اگرچه پزشکان معمولاً مخالفتی با این مسئله ندارند، اما موظف نیستند این تصاویر را حتما در اختیار پدر و مادر قرار دهند. پزشکان حتی در این مورد هشدار می‌دهند چرا که والدین ممکن است دست به تفسیرهایی نابه‌جا بزنند که از نظر پزشکی پایه و اساسی ندارد اما آنها را مردد می‌کند. همه کارشناسان بر سر این مسئله توافق دارند که تصاویر چه دو بعدی، سه بعدی یا چهاربعدی برای مادر و جنین ضرری ندارند. با این حال انجمن آلمانی سونوگرافی در بخش

بیشتر مادرها پس از سونوگرافی از پزشک می‌خواهند که یک نسخه از عکس‌های سونوگرافی از جنین‌شان را به آنها بدهد؛ یادگاری. اگرچه پزشکان معمولاً مخالفتی با این مسئله ندارند، اما موظف نیستند این تصاویر را حتما در اختیار پدر و مادر قرار دهند



پزشکی، توصیه می‌کند که از برداشتن چنین تصاویری (عکس و ویدئو) تنها به منظور یادگاری پرهیز شود. توجیه این انجمن این است که سونوگرافی ابزاری است در دست پزشکان برای تشخیص پزشکی و تنها این گروه و متخصصان هستند که می‌دانند چگونه این عکس‌ها باید فهمیده و تفسیر شوند.

در هنگام سونوگرافی چه اتفاقی می‌افتد؟

د ر هنگام سونوگرافی یا به عبارتی در اثر سونوگرافی، بیمارانه دردی احساس می‌کند و نه اشعه‌ای دریافت می‌کند و امواج صوتی برخلاف پرتونگاری، تأثیر منفی روی جنین و سلول‌های آن ندارند. پزشک با کمک این امواج می‌تواند اندام‌های گوناگونی را معاینه کند. امواج صوتی تصاویری از بافت‌ها و ارگان‌های داخلی بدن ا نسان می‌دهند که پس از پردازش بر روی

زمان ورود واکسن HPV ایرانی به بازار مشخص شد

دبیر ستاد توسعه زیست فناوری معاونت علمی درباره زمان ورود واکسن HPV ایرانی ساخته شده در یکی از شرکت‌های دانش بنیان توضیح داد. زمان ورود واکسن HPV ایرانی به بازار مشخص شدمصطفی قانعی دبیر ستاد توسعه زیست فناوری معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری در گفت‌وگو با خبرنگار باشگاه خبرنگاران جوان، درباره جزئیات ساخت واکسن HPV ایرانی اظهار کرد؛ یکی از شرکت‌های دانش بنیان ایرانی موفق به تولید واکسن HPV با کیفیت و همانند نمونه خارجی در کشور شده است. دبیر ستاد توسعه زیست فناوری معاونت علمی با اشاره به مراحل تست‌های حیوانی این واکسن گفت: مراحل تست‌های حیوانی واکسن HPV ایرانی که از سال گذشته آغاز شده بود اکنون با موفقیت در حال به اتمام رسیدن است. قانعی درباره زمان ورود واکسن HPV ایرانی به بازار بیان کرد: همانطور که گفته شده بود این واکسن امسال روانه بازار می‌شود. وی ادامه داد: البته زمان دقیق ورود واکس HPV به بازار دارویی کشور مشخص نیست اما بر اساس برنامه ریزی‌های انجام شده قرار است پاییز امسال این واکسن روانه بازار شود.

مانیتور قابل مشاهده است.

این سونوگرافی‌ها معمولاً برای بررسی ضریان قلب، تخمین مدت بارداری، موقعیت جنین و ناهنجاری‌های احتمالی به کار گرفته می‌شود. با این حال بسیاری از پزشکان نسبت به انجام سونوگرافی‌های غیرضروری، تعدد آنها و صدمه‌ای که این معاینه‌ها می‌توانند در ماه‌های مشخصی از بارداری روی جنین بگذارند، هشدار می‌دهند.

تجارتی پرسود برای پزشکان آلمانی

در حالی که پزشک در حال سونوگرافی است، والدین هم این امکان را دارند که حرکات جنین را روی صفحه‌ی نمایش کوچکی دنبال کنند.

برای برخی از پدر و مادرها تماشای این تصاویر از جنین روی صفحه نمایش، تجربه‌ای منحصر به فرد است و عده‌ای هم وجود دارند که می‌خواهند این تجربه را با دیگران قسمت کنند. برای این دسته هم در آلمان بازاری به راه افتاده؛ هزینه ضبط این تصاویر در آلمان بسته به اینکه تصاویر سه بعدی باشند یا برای مثال روی یک فلش ذخیره شوند، رنگی باشند یا چه جور بسته‌بندی شوند، تکی باشند یا در آلوم و ... بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ یوروست.

«Baby-TV»، ایده‌ای تجاری است که به نظر می‌رسد در آلمان طرفداران زیادی پیدا کرده است.

با این حال با توجه به مشکلات احتمالی ناشی از تجاری شدن این شیوه معاینات پزشکی، قرار است تا پایان سال ۲۰۲۰ میلادی مقررات و بخشنامه جدیدی در مورد حفاظت در برابر امواج اجزایی شود که در صورت پیاده‌شدن آن، امکان ممنوعیت و برچیده شدن بساط استفاده تجاری از سونوگرافی و Baby TV وجود دارد.

استقبال از تابستان با چند توصیه سلامتی

در فصل تابستان سال تحصیلی کودکان پایان یافته و تعطیلی مدارس، زمان زیادی را برای کودکان به منظور شرکت در فعالیت‌های مختلف به همراه دارد. این می‌تواند فرصتی مناسب برای خانواده‌ها باشد تا کودکان خود را در کارهای خانه از جمله آشپزی شرکت دهند. این کار نه تنها لحظاتی زیبا و پرنشاط را برای خانواده‌ها به ارمغان می‌آورد، بلکه انتخاب کودکان را از غذاهای ناسالم مانند هله و هوله و شیرینی‌جات به سمت غذاهای خانگی و سالم تغییر می‌دهد. خوردن غذاهای سالم در فصل تابستان با توجه به این‌که بسیاری در این فصل به سلامت خود به اندازه کافی اهمیت نمی‌دهند، اهمیت بالایی دارد. در حالی‌که آشپزی در کنار اعضای خانواده می‌تواند بسیار لذت‌بخش و راهی عالی برای گذران وقت در تابستان باشد، بهتر است توجه داشته باشید که هوای گرم در این فصل باعث می‌شود غذاها بسیار سریع فاسد شوند. در واقع رها کردن مواد غذایی در دمای اتاق برای مدتی طولانی در فصل تابستان منجر به رشد سطوح خطرناک باکتری‌ها و ویروس‌ها در آن‌ها می‌شود. برای جلوگیری از فاسد شدن مواد غذایی در فصل تابستان از یخچال فریزرهای دوگانه خنک کننده استفاده کنید.

در طول تابستان میوه‌های فصلی بسیاری از جمله آووکادو، آناناس، انبه، هندوانه، نارگیل و موز وجود دارند. میل خود به خوردن شیرینی را با خوردن این میوه‌ها به جای خوردن انواع کیک، شیرینی و دونات برطرف کنید. هم‌چنین می‌توانید اسموتی‌های میوه‌های مختلف را تهیه کرده و سبزیجاتی مانند اسفناج را به آن اضافه کنید. تهیه اسموتی‌های خانگی راهی سالم برای مقابله با گرمای تابستان است.

فصل ایده‌آل برای فعالیت‌های فضای باز

تابستان به دلایل مختلفی یکی از فصل‌های مورد علاقه خانواده‌هاست. از آن جایی‌که طول روزها در تابستان بلندتر است، این فصل برای فعالیت‌های بیرون از خانه مانند شنا و پیاده‌روی به ویژه هنگام عصر و کاهش شدت تابش خورشید بسیار مناسب است. انجام فعالیت‌های بدنی یا ورزش کردن نه تنها خطر ابتلاء به بیماری‌هایی مانند دیابت نوع دو، سرطان و بیماری‌های قلبی-عروقی را کاهش می‌دهد، بلکه فواید فوری و طولانی مدتی را برای جسم و روان به همراه می‌آورد.

فرصتی مناسب برای شرکت دادن کودکان در آشپزی

حقایقی در مورد قلیان و اثرات ناگوار آن بر سلامت

برای کم کردن سختی و تندی دود توتون و ایجاد جذابیت برای مصرف کنندگان، استفاده خانوادگی و گروهی از قلیان به عنوان یک وسیله برای گذراندن اوقات فراغت و همچنین باورهای غلط در مورد کم‌ضرر بودن یا بی‌ضرر بودن قلیان به خاطر گذشتن مسیر دود از آب و تصفیه آن اشاره کرد.

این در حالی است که آب فقط برای کم کردن دمای دود حاصل از زغال گداخته بوده و به علت مقاومت ایجاد شده، شدت یک زدن به میزان عمق تنفسی و حجم ورودی به ریه‌ها را افزایش می‌دهد.

ترکیبات موجود در تنباکوی معطر حاوی ۷۰ تا ۸۰ درصد مواد افزودنی، اسانس و ترکیبات شیمیایی است که به دلیل ایجاد بو و طعم میوه‌ها و گیاهان پرفایده بسیاری از جوانان و افراد را با ایجاد تصور ذهنی غلط نسبت به مفید بودن مصرف آن گمراه می‌کند. در بررسی‌های انجام شده روی این نوع تنباکوها، مقادیر بسیار زیادی مواد سمی و سرطان‌زا به‌ویژه ترکیبات بنزن، هیدروکربن‌های معطر چند حلقوی و فلزات سنگین شناسایی

شده است.

لازم به ذکر است مواجهه با بنزن طی ۳ تا ۱۵ سال باعث بروز سرطان به خصوص سرطان خون می‌شود و بیشتر این راه جذب بنزن از طریق تنفس است. طبق گزارش سازمان جهانی بهداشت هر وعده مصرف قلیان، دودی معادل مصرف ۵ تا ۱۰ پاکت سیگار یعنی ۱۰۰ تا ۲۰۰ نخ سیگار را وارد ریه فرد می‌کند. میزان مواجهه با دود قلیان نیز برای اطرافیان معادل ۵ تا ۱۰ سیگار برآورد شده‌است. همچنین تماس و مواجهه با دود دست دوم قلیان و نشستن در کنار جمع قلیان کش‌ها برای اطرافیان و خصوصاً



علت افزایش ریزش ارثی مو در تابستان

◆ گروه سلامت //

یک متخصص پوست و مو، گفت: ریزش ارثی مو در فصل تابستان بیشتر می‌شود که دلیل آن، ترشح بیش از حد هورمون تستسترون است.

به گزارش مهر، تحقیقات نشان می‌دهد که ریزش مو در فصل

تابستان نسبت به سایر فصول بیشتر است. متخصصین پوست و مو بر این باورند که فولیکول مو که در طول سال وظیفه تولید مو را بر عهده دارد در فصل گرما قدرت عمل چندانی ندارد و همین موضوع می‌تواند منجر به افزایش ریزش مو شود. از سوی دیگر، گرما سبب فعال شدن برخی از هورمون‌های بدن مانند تستسترون می‌شود که خود عامل اصلی ریزش ارثی موی سراسر است.

همچنین، قرار گرفتن بیش از اندازه در معرض اشعه «بی‌وی» می‌تواند به موها آسیب جدی وارد کند. بدین صورت که رطوبت مو به مرور کم شده و کوتیکول مو کم کم از بین می‌رود که این امر خود باعث خشک، شکننده و آسیب دیدگی موها می‌گردد، به همه این موارد چرب شدن پوست سر و بسته شدن منافذ آب رسان به ریشه مو در اثر تعرق تابستان نیز می‌بایست اضافه شود.

مجتبی امیری متخصص پوست و مو، با توصیه به اینکه در فصل گرما از شامپوها و محلول‌هایی که این تأثیرات را کم می‌کنند، استفاده کنید، گفت: لیکوید دارای کمپلکس کافئین می‌تواند راه حل مناسبی برای محافظت از موها در فصل تابستان باشد. زیرا، این دسته از محصولات درمانی علاوه بر رساندن کمپلکس کافئین به فولیکول‌ها و بی اثر کردن فرآیند مخرب تستسترون بر روی موها، با عصاره نعناع موجود در خود می‌توانند سبب خنک شدن پوست سر شده و با آب رسانی به لایه‌های زیرین، شادابی و طراوت را در فصل تابستان به پوست سر بازگرداند.

وی افزود: ریزش ارثی موی سر از شایع‌ترین دلایل ریزش موی آقایان است که دلیل آن هم ترشح بیش از حد هورمن تستسترون است که اتفاقاً در فصل تابستان به دلیل گرما افزایش می‌یابد. از این رو کمپلکس کافئین می‌تواند عامل بازدارنده‌ای برای ریزش ارثی تشدید شده در فصل تابستان باشد. بد نیست بدانید طبق تحقیقات به عمل آمده افزایش میزان موهای از دست رفته در تابستان اغلب موجب نگرانی و افزایش مراجعه به پزشک و گاهی صرف هزینه‌های بسیار برای درمان می‌گردد در صورتی که باید همواره توجه داشت این موضوع امری است کاملاً طبیعی که در چرخه زیست انسان اتفاق می‌افتد.

هرچند برای این مسئله راه حل قطعی وجود ندارد و هر چه انجام دهیم باز هم در فصول گرم سال، ریزش مو نسبت به سایر فصول افزایش می‌یابد و با میزان بیشتری از موی از دست رفته رو به رو می‌شویم؛ اما برای کاهش این روند باید تا حد ممکن با استفاده از محصولات مناسب از مو محافظت به عمل آورد.

اگر این نشانه‌ها را دارید

در معرض ابتلا به یک بیماری خطرناک هستید

◆ گروه سلامت //

یکی از بیماری‌هایی که با درد شدید در بدن ظاهر می‌شود و می‌تواند سبب التهاب شود، سندرمی به نام درد منطقه‌ای پیچیده CRPS است.

به گزارش باشگاه خبرنگاران، بیشتر انسان‌ها بر اثر موارد مختلف دچار احساس درد در مناطق مختلف

بدن می‌شوند از جمله مشکل‌های گوارشی، کوفتگی و ضربه خوردگی، زخم، سوختگی، بروز سرطان، درد قاعدگی در بانوان، شکستگی و مواردی از این دست که با بررسی علامت‌ها و مراجعه به پزشک این مشکل قابل شناسایی و درمان است. یکی از بیماری‌هایی که با درد فراوان و بسیار شدید در بدن ظاهر می‌شود و می‌تواند سبب التهاب، مقاومت به درمان و تشخیص دیر هنگام به دلیل وجود نشانه‌های مشترک با دیگر بیماری‌ها شود سندرمی به نام درد منطقه‌ای پیچیده CRPS است. سندرم درد منطقه‌ای پیچیده یک بیماری شدید و با ماندگاری بالا است که بیشتر اوقات اندام‌های تحتانی بدن انسان، چون پاها را درگیر می‌کند. این بیماری می‌تواند سبب التهاب، تورم عضو درگیر و بروز درد شدید و غیرقابل تحمل شود و در برخی بیماران درد از نقطه به نقطه دیگر بدن جابه جا و اعضای دیگر بدن را درگیر می‌کند. بنا بر مطالعه‌های انجام شده این بیماری در زنان شایع تر است و در هرسنی روی می‌دهد، اما به طور معمول افراد بالای ۵۰ سال بیش از دیگران دچار آن می‌شوند. در بسیاری مواقع با انجام درمان و خودمراقبتی بیماران پس از یک سال درمان می‌شوند یا حتی گاهی اوقات بدون انجام درمان خاص و تنها با گذشت زمان سندرم بهبود می‌یابد، اما بیماری بسیار درد فراوان و ۲۰ درصد مبتلایان می‌شود به طوری که تصمیم اشتباه به قطع عضو برای خلاص شدن از درد می‌گیرند که به گفته پزشکان اقدامی اشتباه است و در نهایت می‌تواند درد فرد را کنترل کرد.

کارشناسان اعلام کرده اند شناسایی هرچه سریع‌تر بیماری می‌تواند سبب موفقیت بیشتر در درمان و جلوگیری از گسترش و سرایت آن در بیمار شود.

یکی از نشانه‌های ابتلا به این بیماری ریزش موی شدید و در عوض رشد سریع ناخن‌ها به دلیل افزایش جریان خون در اعضای، چون پا یا دست است که حتی می‌تواند سبب زخم در محل ناخن‌ها شود. عضو درگیر در این بیماری می‌تواند قرمز شود و گاهی اوقات داغ یا بسیار سرد احساس شود، زیرا درگیری در آن سبب می‌شود

سیگنال‌های عصبی طبیعی به مغز ارسال و دریافت نشود.

علت ابتلا به این بیماری هنوز به طور کامل شناخته شده نیست، اما احتمال بروز نقص در عملکرد سیستم ایمنی بدن و ابتلای فرد به بیماری خود ایمنی در آن وجود دارد. از جمله درمان‌های کنونی برای این بیماری مصرف داروهای مسکن، شرکت در جلسه‌های توان بخشی همچون فیزیوتراپی، انتخاب شغل‌هایی مناسب که سبب کاهش درد بیمار شود و نیز حمایت روانی و شرکت در جلسه‌های مشاوره را می‌توان نام برد.