

در حالی که کودکان مبتلا به عفونت

SARS-CoV-۲ معمولا بدون علامت بوده

یا به نوع خفیف این بیماری مبتلا می شوند

و میزان بستری شدن آنها در بیمارستان کم

است ، هنوز خطرو ویژگی های

بیماری کووید طولانی به خوبی درک

نشده است

آمادگی بیمه سلامت برای تسویه مطالبات مراکز درمانی دولتی

معاون برنامه ریزی مدیریت و توسعه منابع سازمان بیمه سلامت ایران، از اعلام آمادگی تسویه کامل مطالبات سه ماه اول سال جاری بخش دولتی و دانشگاهی در آینده نزدیک خبر داد. به گزارش مهر، حسین رنجبران گفت: همخوانی منابع و مصارف یکی از مهم‌ترین موضوعاتی است که باید مورد توجه قرار دهیم و با اتکا به علم و دانش، منابع را مدیریت کنیم. کما اینکه نظم در پرداخت‌ها که این روزها شاهد آن هستیم نتیجه به کارگیری علمی است که در ادارات کل استان‌ها شاهد هستیم. وی ادامه داد: با تأمین منابع صورت گرفته آماده هستیم که همانند تسویه کامل ۳ ماهه اول سال بخش غیردولتی، مطالبات سه ماه اول سال جاری بخش دولتی و دانشگاهی را نیز تسویه و حتی مطالبات تیرماه را نیز به صورت علی‌الحساب پرداخت کنیم. رنجبران بر مدیریت منابع از سوی ادارات کل استان‌ها تأکید کرد و گفت: باید توجه داشت که تعهد مازاد بر منابع به هیچ وجه قابل قبول نیست. باید بپذیریم که هزینه‌ها در حال افزایش است و لازم است منابع به نحوی مدیریت شود که بتوانیم با منابع موجود تا پایان سال، هزینه‌ها را مدیریت نماییم.

جزئیات ثبت نام واکسیناسیون دانش آموزان

♦ گروه سلامت //

معاون تربیت بدنی و سلامت آموزش و پرورش درباره چگونگی و محل تزریق واکسیناسیون دانش آموزان توضیح داد.

مهرزاد حمیدی معاون تربیت بدنی و سلامت آموزش و پرورش در گفت‌وگو باشگاه خبرنگاران جوان، درباره جزئیات واکسیناسیون دانش آموزان بیان کرد: طی جلسه‌ای که اخیرا با وزارت بهداشت انجام شده است، واکسیناسیون دانش آموزان در دستور کار قرار گرفت و بنا شد تا با استفاده از واکسن‌هایی که مجوز گرفته اند، واکسیناسیون انجام شود.

او ادامه داد: براساس اولویت بندی‌های انجام شده، دانش آموزان با نیازهای ویژه همچنین دارای بیماری‌های خاص و پایه دوازدهم در اولویت واکسینه شدن قرار دارند. معاون تربیت بدنی و سلامت آموزش و پرورش درباره مراکز تزریق واکسن بیان کرد: بنا داریم در مدارس پر جمعیت این کار به طور مدرسه‌ای انجام شود همچنین در مدارس کم جمعیت با تجمیع چند مدرسه نزدیک به هم واکسیناسیون انجام شود. به گفته حمیدی مشکلی بابت تامین واکسن برای دانش آموزان وجود ندارد و با توجه به واردات ۳ میلیون دز واکسن، دانش آموزان متوسطه دوم و حتی بخشی از متوسطه اول واکسینه خواهند شد.

او تأکید کرد: بنا بر آنچه وزارت بهداشت به آن اشاره داشته است، واکسن‌های مورد استفاده برای دانش آموزان هم دو دزی است؛ ضمن اینکه هیچ اجباری هم در تزریق واکسن وجود ندارد همانطور که در تزریق واکسیناسیون بزرگسالان وجود نداشت، اما باید توجه داشته باشیم که واکسیناسیون به کاهش شیوع بیماری کمک می‌کند.

دریافت همزمان واکسن کووید ۱۹ و آنفلوانزا بلامانع است

♦ گروه سلامت //

محققان تأیید کردند که دریافت همزمان واکسن های کووید ۱۹ و آنفلوانزا بلامانع است.

به گزارش مهر به نقل از هلث لاین، اگرچه کارشناسان اذعان می‌کنند که برای افراد در گروه‌های پرخطر، ترکیبی از ویروس‌های کووید ۱۹ و آنفلوانزا می‌تواند بسیار کشنده باشد. مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها ایالات متحده اعلام کرده که دریافت واکسن کووید ۱۹ و آنفلوانزا به طور همزمان خوب است. به گفته این سازمان، دریافت واکسن آنفلوانزا بخش مهمی از حفاظت از سلامتی افراد خانواده در هر سال است. «لن هوروویتز» پزشک متخصص داخلی و ریه در بیمارستان لنوکس هیل در نیویورک، در این باره می‌گوید: اساسا همه باید در برابر آنفلوانزا واکسینه شوند. هیچ دلیلی برای عدم واکسیناسیون وجود ندارد، مگر اینکه در فرد حساسیت به واکسن وجود داشته باشد، سابقه بیماری گیلن باره داشته باشد یا مبتلا به ام اس باشد که نباید واکسینه شوند. به گفته محققان، «به نظر می‌رسد که واکسن آنفوانزا و واکسن‌های کووید ۱۹ از نوع mRNA را می‌توان با هم تزریق کرد.» محققان اذعان دارند که سال گذشته موارد ابتلا به آنفلوانزا به دلیل فاصله گذاری فیزیکی یا اجتماعی و استفاده از ماسک برای جلوگیری از شیوع ویروس کرونا به شدت کاهش یافت. متخصصان خاطرنشان می‌کنند که استفاده از ماسک و فاصله فیزیکی از ویروس‌های تنفسی مانند آنفلوانزا و کووید ۱۹ محافظت می‌کند، اما دریافت واکسن آنفلوانزا مزایای قابل توجهی را نیز به همراه دارد.

باکتری های روده نشانگر خطر ابتلا به سرطان روده هستند

♦ گروه سلامت //

محققان به ارتباط بین افزایش وجود برخی از باکتری ها در روده و سرطان روده پی بردند.

به گزارش مهر به نقل از ساینس دیلی، مطالعات محققان دانشگاه واشنگتن نشان داد که افزایش حضور برخی از باکتری‌ها در روده، احتمال سرطانی شدن پولیپ روده بزرگ را نشان می‌دهد. «ویلیام دی پائولو»، استادیار دانشکده پزشکی دانشگاه واشنگتن، ۴۰ بیمار را که تحت کولونوسکوپی قرار گرفته بودند و بیوپسی پولیپ شان برای تشخیص باکتری‌های موجود به میزان نسبتا بالاتر در مقایسه با بیماران فاقد پولیپ انجام شده بود را تحت بررسی قرار داد. همه بیماران بین ۵۰ تا ۷۵ سال سن داشتند. به گفته محققان: «افزایش بروز سرطان روده بزرگ یک دغدغه اصلی سلامت است، اما اطلاعات کمی در مورد ترکیب و نقش میکروبیوم های مرتبط با پولیپ‌های پیش سرطانی وجود دارد.»

تیم تحقیق دریافت که یک باکتری متداول موسوم به Bacteroides fragilis، در بیوپسی (نمونه برداری) مخاط بیماران مبتلا به پولیپ افزایش یافته بود. این تحقیقات همچنین امضای میکروبی متمایزی را نشان داد که بیماران مبتلا به پولیپ را از افرادی که پولیپ ندارند متمایز می‌کند و ارتباط بین میزان B. fragilis در نمونه‌ها و التهاب پولیپ‌های کوچک را مشخص می‌کند. با بررسی دقیق‌تر، محققان پی بردند که B. fragilis بدست آمده از بیماران مبتلا به پولیپ در مقایسه با B. fragilis حاصل از افراد فاقد پولیپ، در توانایی ایجاد التهاب متفاوت هستند. به گفته دی پائولو، تنها ۵ درصد از پولیپ‌های روده بزرگ سرطانی هستند. «به نظر می‌رسد که پولیپ‌ها در همان نواحی روده بزرگ به طور مداوم ایجاد می‌شوند و مقدار مشخص از گونه خاص B. fragilis می‌تواند شاخص پیش بینی کننده سرطان باشد.»

ماساژ کف پا؛ روشی برای کاهش زردی نوزادان

فوتوراپی قرار گرفتند.

نتایج این مطالعه نشان داد که پس از ۴۸ ساعت مداخله، نوزادانی که علاوه بر فوتوراپی رفلکسولوژی نیز دریافت کردند، کاهش بیشتری در میزان بیلی روبین خون داشتند. همچنین یافته‌های این مطالعه حاکی از آن بود که میانگین دفع «مکونیوم» در نوزادانی که فقط تحت درمان با فوتوراپی بودند، نسبت به گروه رفلکسولوژی و ماساژ کمتر بود و دفعات دفع مکونیوم در نوزادان تحت رفلکسولوژی بیشتر از دو گروه دیگر بود. مکونیوم مدفوعی است که در دو، سه روز آغاز تولد از نوزاد دفع می‌شود و این مدفوع از موادی که جنین در رحم بلعیده، تشکیل شده است.

پژوهشگران این مطالعه می‌گویند، به نظر می‌رسد انجام رفلکسولوژی یا ماساژ کف پا در کاهش میزان بیلی‌روبین نوزادان موثرتر از ماساژ است و پرستاران می‌توانند برای کاهش بیلی‌روبین در کنار فوتوراپی، از رفلکسولوژی و ماساژ به عنوان دو روش غیر دارویی استفاده کنند.

در انجام این تحقیق نگار نیکزاد، مجید کاظمی و فاطمه عبدلی؛ پژوهشگران دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان مشارکت داشتند. یافته‌های این مطالعه شهرپورماه سال جاری، به صورت مقاله علمی با عنوان «مقایسه تاثیر رفلکسولوژی و ماساژ میزان بیلی روبین سرمی نوزادان مبتلا به هیپر بیلی روبینمی تحت درمان با فوتوراپی؛ یک کارآزمایی بالینی تصادفی شده» در مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران منتشر شده است.



«رفلکسولوژی» یا ماساژ کف پا است که ممکن است برای کاهش میزان بیلی‌روبین مناسب باشد. بر همین اساس پژوهشگران دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان با انجام یک مطالعه تاثیر رفلکسولوژی و ماساژ را بر بیلی‌روبین خون نوزادان مبتلا به زردی بررسی کردند و تأثیر این دو روش را با یکدیگر مورد مقایسه قرار دادند.

در این کارآزمایی بالینی تصادفی شده که در سال ۱۳۹۸ انجام شد، ۹۰ نوزاد تحت فوتوراپی مورد مطالعه قرار گرفتند. نمونه‌ها به دو گروه مداخله ماساژ و رفلکسولوژی و یک گروه کنترل تقسیم شدند.

نوزادان گذرانده ماساژ، روزانه سه بار به مدت ۲۰ دقیقه ماساژ و نوزادان گروه رفلکسولوژی، روزانه سه بار به مدت ۲۰ دقیقه ماساژ کف پا دریافت کردند. گروه کنترل نیز تنها تحت

کارگیری روش‌های با عارضه کمتر معقول به نظر می‌رسد. روش‌هایی که بتوانند سرعت پاسخ به فوتوراپی را تسریع کنند، کمک زیادی به نوزاد والدینش می‌کند و هزینه‌های درمان را نیز کاهش می‌دهد. یکی از روش‌هایی که در کنار فوتوراپی پیشنهاد شده است، استفاده از درمان‌های مکمل است.

مطالعات زیادی، مزایای ماساژ برای نوزادان را به اثبات رسانده است. همچنین ماساژ می‌تواند جذب بیلی‌روبین به داخل خون را کاهش داده و در کاهش میزان بیلی‌روبین خون موثر باشد. مطالعات زیادی تأثیر انواع مختلف ماساژ بر میزان بیلی‌روبین نوزادان را مورد بررسی قرار داده‌اند و نتایج متناقضی از آن حاصل شده است.

یکی دیگر از درمان‌های مکمل،

اختلالی که با تغییر فصل خود را نشان می دهد



نوجوان دستکم برای دو سال پیاپی شاهد مشکلات جدی افسردگی در یک فصل خاص خواهد بود.

علائم غالب این اختلال شامل موارد ذیل می‌شود:

۱- احساس افسردگی در غالب اوقات

۲- احساس ناامیدی و بی ارزشی

۳- انرژی پایین

۴- از دست دادن علاقه برای انجام فعالیت‌هایی که از آن لذت می‌برد

♦ گروه سلامت //

پژوهشگران معتقدند برخی از بیماری‌های روانی مانند افسردگی در یک فصل خاص خود را نشان می‌دهند.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، به نقل از وبو پوینت سنتر، چند روزی تا پایان فصل تابستان و آغاز فصل پاییز باقی نمانده است. بسیاری از مردم می‌دانند که شروع فصل پاییز یعنی آغاز فصل آنفلوانزا و سرماخوردگی اما کمتر کسی می‌داند که شیوع بسیاری از بیماری‌های دیگر نیز وابسته به فصول است. یکی از این بیماری‌ها اختلال عاطفی فصلی است. همزمان با تغییرات در طول روز، رطوبت هوا، و درجه حرارت بروز اختلالات خلقی در نوجوانان می‌تواند باعث تغییرات در سطح

انرژی و استرس آن‌ها شود. برخی نوجوانان علائمی همچون افسردگی را نشان می‌دهند که مرتبط با اختلال عاطفی فصلی است و در برخی فصول در طول سال بروز کرده و سپس به پایان می‌رسد. اختلال عاطفی فصلی که به افسردگی تابستانی یا زمستانی نیز شهرت دارد به حالتی اطلاق می‌شود که فردی که در بیشتر اوقات سال شرایط طبیعی دارد، در زمستان یا تابستان دچار اختلالات عاطفی می‌شود. متأسفانه در بیشتر موارد این اختلال با افسردگی اشتباه گرفته می‌شود. در این اختلال

می‌کند. همچنین به از بین بردن بوی بد دهان کمک می‌کند. یافته‌های مطالعه جدید کالج پرستاری دانشگاه نیویورک نشان می‌دهد استفاده از نخ دندان می‌تواند از زوال شناختی جلوگیری کند. نتایج مطالعه نشان می‌دهد بزرگسالانی که دندان‌های بیشتری را از دست داده اند ۱.۴۸ برابر بیشتر در معرض اختلال شناختی و ۱.۲۸ برابر بیشتر در معرض خطر زوال عقل قرار دارند. اگر دندان مصنوعی جایگزین دندان‌های از دست رفته شود، این خطر همچنان وجود دارد. به گفته محققان، بزرگسالانی که دندان‌های شان را از دست داده اند در صورت نداشتن پروتز دندان، بیشتر دچار ضعف شناختی می‌شوند. اکثر مردم از این واقعیت که سلامت دندان‌ها بر سلول‌های مغزی تأثیر می‌گذارد، آگاه نیستند.

♦ گروه سلامت //

نتایج یک مطالعه جدید نشان می دهد استفاده از نخ دندان از مغز در برابر التهاب محافظت کرده و از زوال شناختی جلوگیری می کند.

به گزارش مهر به نقل از هلث سایت، استفاده از نخ دندان برای رعایت بهداشت دهان و دندان ضروری است. در واقع، دندانپزشکان در سراسر جهان حداقل یک بار استفاده در روز برای حفظ بهداشت دهان و دندان را توصیه می‌کنند. دندانهای ما پنج طرف دارد. هنگام مسواک زدن، فقط سه طرف از این جهات تمیز می‌شوند. استفاده از نخ دندان به حذف ذرات غذا و باکتری‌ها از بین دندان‌ها کمک می‌کند. این کار، یک اقدام ساده است اما به جلوگیری از ایجاد حفره در دندان، تجمع پلاک و بیماری‌های لثه مانند التهاب لثه کمک