



مدیرعامل سازمان تدارکات پزشکی هلال احمر اعلام کرد

تامین داروهای بیماران خاص از برندهای معتبر

توسط هلال احمر

◆ گروه سلامت //

مدیرعامل سازمان تدارکات پزشکی هلال احمر با اشاره به تامین داروهای بیماران خاص و تک نسخه‌ای از برندهای معتبر، گفت: **تأمین داروهای بیماران خاص با تعامل مناسب با سازمان غذا و دارو ادامه دارد.**

به گزارش ایسنا، علیرضا عسکری، مدیرعامل سازمان تدارکات پزشکی جمعیت هلال احمر گفت: داروخانه های تحت پوشش این سازمان از گذشته دور تاکنون داروهای خاص و حیاتی از قبیل داروهای بیماران پیوندی، دیالیز، سرطانی، بیماران MS و داروهای تک نسخه‌ای را با برندهای معتبر تامین و در اختیار بیماران قرار می‌دهد. تأمین داروهای بیماران خاص با تعامل مناسب با سازمان غذا و دارو ادامه دارد و همکاری و هماهنگی های لازم با سازمان غذا و داروی وزارت بهداشت صورت پذیرفته است.

وی افزود: یکی از شاخص های موفقیت مجموعه پخش سپا هلال، عملکرد مراکز پانزده‌گانه پخش در استان هاست که در راستای تحقق اهداف عالی جمعیت هلال احمر و به منظور پوشش مناطق مختلف در کشور، تأمین و توزیع انواع دارو و تجهیزات

پزشکی به ویژه در مناطق کم برخوردار را برعهده دارد.

این مقام مسئول در جمعیت هلال احمر خاطرنشان کرد: توزیع انواع دارو به منظور پوشش مناطق مختلف در کشور، یکی از مهم ترین اولویت های شرکت پخش سپا هلال است که بخش قابل توجهی از نیازهای مردم و بیماران را برطرف می کند. داروهای ویژه بیماران پیوندی، دیابت و سایر داروهای حیاتی از طریق مراکز توزیع داروی پخش

نماینده سازمان جهانی بهداشت:

کرونا هرگز به طور کامل از بین نخواهد رفت

◆ گروه سلامت //

نماینده سازمان جهانی بهداشت در روسیه گفت ویروس کرونا هرگز به طور کامل از بین نمی‌رود و در عوض به شکل یک بیماری بومی در گردش خواهد بود.

به گزارش صبح ساحل، به نقل از انتخاب، «ملیتا ووجنووچ»، نماینده سازمان جهانی بهداشت در روسیه گفت نحوه پیشرفت همه‌گیری کرونا نشان می‌دهد که ویروس هرگز به طور کامل از بین نمی‌رود و در عوض به شکل یک بیماری بومی در گردش خواهد بود. وی در این باره اظهار داشت: کرونا در راه تبدیل شدن به یک بیماری بومی است. این به معنی آن است که از بین نمی‌رود؛ اما می‌آید گرفته‌ایم که چگونه آن را درمان کنیم و چگونه از خود در برابر آن محافظت کنیم.

نماینده سازمان جهانی بهداشت افزود: مهم‌تر از همه، ما اکنون باید شیوع را مهار کنیم و تعداد افراد آسیب‌پذیر را کاهش دهیم، در غیر این صورت، سویه‌های جدید به شکل

غیرقابل پیش‌بینی ظاهر خواهد شد. او گفت که هنوز برای آسودگی خاطر بشر خیلی زود است.

ووجنووچ در خصوص اقدامات لازم برای مهار همه‌گیری گفت: علاوه بر واکسیناسیون، در حال حاضر رعایت سایر اقدامات حفاظتی نیز بسیار مهم است: زدن ماسک و تعویض آن در فواصل زمانی توصیه شده، تهویه اتاق‌ها و اجتناب از گروه‌های بزرگ افراد در فضا‌های بسته بسیار مهم است. اخیرا سویه جدید کرونا با نام اِمیکرون در حال شیوع در کشورهای جهان است و آمریکا و اروپا را با موج جدیدی از موارد ابتلا و بستری مواجه کرده است.

سازمان جهانی بهداشت روز ۵ آذر ۱۴۰۰ طی جلسه‌ای در ژنو با انتشار بیانیه‌ای رسماً سویه B.۱۱۵۲۹۹ را با نام اِمیکرون معرفی کرد و آن را در رده‌های نگران‌کننده در کنار سویه‌های آلفا، بتا، دلتا و گاما قرار داد. این سازمان در بیانیه خود به تمام کشورهای جهان توصیه کرد تا با افزایش نظارت و بررسی ژنتیکی سویه به درک بهتر آن کمک کنند

توانایی بیماری‌زایی کرونا بعد از ۵ دقیقه از بین می‌رود

این تحقیق اولین مطالعه‌ای است که چگونگی زنده ماندن ویروس در هوای بازدمی را بررسی می‌کند و بر اهمیت حفظ فاصله فیزیکی و استفاده از ماسک تأکید می‌کند. به گزارش صبح ساحل، بر اساس یک مطالعه جدید، توانایی کروناویروس در آلوده کردن افراد در عرض پنج دقیقه پس از انتقال در هوا شروع به کاهش می‌کند و ویروس در عرض ۲۰ دقیقه پس از حضور در هوا حدود ۹۰ درصد از قابلیت عفونت خود را از دست می‌دهد. از این رو سیستم تهویه، اگرچه هنوز ارزشمند است، اما احتمالاً تأثیر کمتری خواهد داشت. برای این مطالعه، محققان دانشگاه بریستول انگلستان دستگاهی ساختند که به آنها اجازه می‌داد هر تعداد ذرات ریز حاوی ویروس را تولید کنند و به آرامی آنها را بین دو حلقه الکتریکی بین پنج ثانیه تا ۲۰ دقیقه معلق نمایند، در حالی که به شدت دما، رطوبت و شدت نور UV محیط اطرافشان را تحت کنترل داشتند. آن‌ها دریافتند که ذرات ویروسی با خروج از شرایط نسبتاً مرطوب و غنی از دی اکسید کربن ریه‌ها به سرعت شروع به از دست دادن آب کرده و خشک می‌شوند.

سلامت

کووید ۱۹ خطر ابتلا به دیابت را در

کودکان افزایش می دهد

◆ گروه سلامت //

بر اساس نتایج یک مطالعه جدید، به نظر می رسد کودکان بهبودیافته از کووید۱۹ به طور قابل توجهی در معرض خطر ابتلا به دیابت نوع ۱ یا نوع ۲ هستند.

به گزارش خبرنگار مهر به نقل از وب مد، محققان در بررسی یک مجموعه داده، به افزایش ۲.۶ برابری موارد جدید ابتلاء به دیابت در میان کودکان پی بردند. در مجموعه داده دوم، آنها به ۳۰ درصد افزایش پی بردند. «شارون سیداح»، نویسنده اصلی مطالعه از مرکز کنترل بیماری‌ها در آمریکا، گفت: «افزایش در موارد ابتلاء به دیابت نوع ۱ و نوع ۲ در بین افرادی که مبتلا به کووید ۱۹ بودند و افرادی که بدون علامت بودند اما آزمایش شان مثبت بود مشاهده شد.»

محققان مطمئن نیستند که ابتلاء به دیابت نوع ۲ بعد از کووید ۱۹ یک بیماری مزمن باشد یا یک مشکل موقتی که زود برطرف می‌شود چراکه کودکان فقط برای حدود چهار ماه تحت نظر بودند.

وی در ادامه افزود: «با این حال یافته‌ها به اهمیت واکسیناسیون همه کودکانی که واجد شرایط واکسن کووید ۱۹ هستند، استفاده از ماسک و حفظ فاصله اجتماعی برای محافظت از کوچک‌ترین کودکانی که هنوز واجد شرایط نیستند و نظارت طولانی بر کودکان اشاره دارد.»

وی خاطرنشان می‌کند: «پزشکان، متخصصان اطفال و والدین باید از علائم و نشانه‌های دیابت آگاه باشند تا بتوانند در مورد کودکان خود این عارضه را تشخیص دهند.»

شايع‌ترين علائم و نشانه‌های دیابت عبارتند از افزایش تشنگی، تکرر ادرار، افزایش گرسنگی، کاهش وزن ناخواسته، درد معده، حالت تهوع، استفراغ و احساس خستگی.

چندین مطالعه نشان داده است که خطر ابتلاء به دیابت در بزرگسالان مبتلا به کووید ۱۹ افزایش می‌یابد و محققان در اروپا افزایش خطر ابتلاء به دیابت نوع ۱ را در بین کودکان گزارش کرده‌اند. با این حال، مطالعه کنونی اولین مطالعه‌ای است که افزایش خطر را برای هر دو نوع دیابت نشان می‌دهد.

به گفته محققان، کووید ۱۹ ممکن است به سیستم‌های اندامی که خطر دیابت را در بر می‌گیرند آسیب برساند. این ویروس همچنین ممکن است مستقیماً به سلول‌های پانکراس (لوزالمعده) حمله کند و باعث استرس و قند خون بالا در طول عفونت شود و متابولیسم گلوکزا تغییر دهد.

افزایش وزن ناشی از این پاندمی و بی تحرکی نیز می‌تواند در تشدید پیش دیابت به دیابت نقش داشته باشد.

۳ راه ساده و طبیعی برای کاهش

فشار خون



◆ گروه سلامت //

اگر فشار خون بالا دارید، می‌توانید با غذایی سالم و با سه نوع ورزش به طور طبیعی آن را کاهش دهید.

به گزارش ایسنا، با گذشت زمان فشار خون بالا به رگ‌ها آسیب می‌رساند و ممکن است به بیماری‌های قلبی-عروقی منجر شود. اما شما می‌توانید علاوه بر مصرف دارو و در پیش گرفتن سبک زندگی سالم، ورزش کنید و تأثیر مثبتی بر چگونگی فشارخون خود بگذارید. متخصصان متناسب با اندازه فشار خون، ورزش‌های متفاوتی را توصیه می‌کنند که تأثیر مثبت آن بر کاهش فشار خون تا ۲۴ ساعت باقی می‌ماند.

طبق گزارش مجله «فوکوس»، تقریباً از هر سه شهروند آلمان یک نفر از فشار خون رنج می‌برد. فشار خون بالا عامل اصلی اکثر بیماری‌های قلبی-عروقی در این کشور به حساب می‌آید، در حالی که می‌توان با یک رژیم غذایی سالم و ورزش‌های ساده به طور طبیعی فشارخون را کاهش داد.

در این گزارش به افرادی که فشارخونشان بالاتر از ۱۴۰ روی ۹۰ است توصیه شده که از ورزش‌هایی مانند پیاده‌روی، دویدن یا شنا به مدت ۳۰ دقیقه در پنج تا هفت روز در هفته بهره‌مند شوند.

به گفته پزشکان، تأثیر این ورزش‌ها بر کاهش فشار خون به اندازه تأثیر داروها و حتی بیش‌تر از آن‌هاست.

اگر فشار خون شما بین ۱۳۰ روی ۸۵ یا ۱۳۹ روی ۸۹ باشد باید بیشتر روی تمرین‌های ورزشی قدرتی تمرکز کنید، مانند ورزش با وزنه، تمرین‌های زانو، شنای سوندی (پوش آپ)، پرش متناوب به چپ و راست و «برپی» (یکی از کاربردی‌ترین تمرین‌های ورزشی که فواید فراوانی دارد).

اما طبق توصیه پزشکان، افرادی که مثلاً به دلیل سابقه خانوادگی خطر ابتلا به فشار خون بالا را دارند بهتر است تمرینات مقاومتی ایزومتریک انجام دهند.

بنابر گزارش دویچه وله، ورزش‌های ایزومتریک شامل تمریناتی می‌شود که در آن‌ها عضلات بدون این‌که حرکتی انجام شود منقبض می‌شوند، مانند اعمال نیرو علیه یک مقاومت ثابت مثل دیوار و تخته که در حین انجام آن، طول عضله ثابت می‌ماند اما حداکثر انقباض در آن انجام می‌شود.

به گفته محققان، تأثیر این تمرینات منظم ورزشی بر کاهش فشار خون حدود ۲۴ ساعت باقی می‌ماند.