

ماسک زدن در اماکن عمومی الزامی شد

سرویس سلامت

شیوع رو به افزایش بیماری‌های تنفسی به خصوص آنفلوانزا در ماه پایانی پاییز، وزارت بهداشت را مجاب ساخت تا استفاده از ماسک در اماکن عمومی را الزامی کند.

روند افزایشی بیماری‌های تنفسی مثل سرماخوردگی، آنفلوانزا و البته، سوبه‌های جدید کرونا، باعث شده تا وزارت بهداشت از مردم بخواهد در اماکن عمومی و محیط‌های شلوغ و پر رفت و آمد، هموطنان از ماسک استفاده کنند.

شهنام عرشی رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت، با بیان اینکه ۲۰ درصد سرماخوردگی‌ها، آنفلوانزا تشخیص داده می‌شود، گفت: افراد برای حفظ سلامت خود بهتر است در اماکن عمومی از ماسک استفاده کنند. وی افزود: در تابستان امسال نیز ۳۰ درصد از موارد سرماخوردگی مربوط به کرونا بود و اکنون این میزان به ۵ درصد رسیده است.

رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت با بیان اینکه موج آنفلوانزا اواخر آذر فروکش می‌کند، گفت: آنفلوانزا از ۶ هفته گذشته شدت بیشتری پیدا کرده و دو سوم بستری‌های ناشی از بیماری‌های تنفسی در مراکز درمانی، مربوط به افرادی است که درگیر آنفلوانزا شده‌اند. البته باید بگویم که بیماران



بستری، عمدتاً افراد بالای ۶۵ سال و کسانی هستند که نقص ایمنی دارند. تغییرات جوی، سرد شدن هوا و شروع بارش‌ها، به یکباره باعث افزایش موارد سرماخوردگی شده که همین موضوع می‌تواند شرایط را برای تشدید موج بیماری‌های تنفسی، فراهم کند. لذا، توصیه پزشکان به کسانی که علائم سرماخوردگی دارند؛ این است که تا کاهش علائم و گذر از دوره ناقل بودن، در منزل بمانند و استراحت کنند تا سایرین را هم در معرض خطر قرار ندهند. در صورتی که اجبار به خروج از منزل دارند، حتماً از ماسک استفاده کنند

کرونا در کشور در گردش است و به شکل مداوم هم در حال رصد هستیم تا در صورت شیوع سوبه جدید ویروس به سرعت آگاه شویم. وی به این نکته هم اشاره کرد که عموماً مشکلات تنفسی سبب بستری شدن مبتلایان آنفلوانزا در بیمارستان‌ها می‌شود.

در همین حال، مینو محرز متخصص بیماری‌های عفونی، گفت: در حال حاضر و با توجه به اینکه واکسن‌های کرونا در مقابل سوبه‌های جدید خیلی اثربخش نیستند، سازمان بهداشت جهانی؛ سه توصیه دارد که با رعایت آنها، مانع از انتقال ویروس می‌شویم. وی افزود: استفاده از ماسک، شستن مرتب دست‌ها و فاصله گذاری فیزیکی، سه توصیه سازمان بهداشت جهانی است.

محرز همچنین به استفاده از تهویه هوا اشاره کرد و گفت: استفاده از تهویه هوا برای جلوگیری از انتقال ویروس‌های تنفسی خیلی اهمیت دارد.

این در حالی است که در ماه آذر شاهد افزایش آلاینده‌های هوا هستیم و همین موضوع نیز می‌تواند به گردش ویروس‌ها و انتقال بیماری‌های تنفسی کمک کند. بنابراین، بهترین راهکار ساده اما مهم؛ زدن ماسک و شستن دست‌ها و همچنین، فاصله گرفتن از افراد بیمار است. / مهر

یک فوق تخصص ریه کودکان تشریح کرد

آنچه در خصوص مضرات اسپند دود کردن باید بدانیم

سرویس سلامت

چند وقتی است اخبار و مطالبی در خصوص دود اسپند و معایب آن و هشدارهایی که در خصوص سرطان زایی این گیاه وجود دارد در فضای مجازی و همچنین سایت‌های خبری دست به دست می‌شود، که بعضاً به ارائه مستندات آزمایشگاهی در این باره می‌پردازند.

در گزارشها و مطالبی که به این موضوع پرداخته شده اند ادعا می‌شود که مقداری اسپند را در آزمایشگاه مورد بررسی قرار داده‌اند تا عناصر تشکیل دهنده دود آن را پیدا کنند. از جمله نتایج این بررسی وجود ماده‌های هارمین و بنزن در دود اسپند است؛ هارمین ماده شیمیایی شناخته شده است که باعث خواب آلودگی می‌شود و مقدار زیاد آن توهّم‌زا بوده و در برخی کشورها غیرقانونی است. بنزن هم یک ماده سرطان‌زای شناخته شده است و تحقیقات نشان داده که اگر بنزن با تنفس وارد بدن شود به دی.ان.ای آسیب می‌زند و باعث سرطان می‌شود.

از آنجا که اسپند دود کردن در ایران و برخی کشورهای دیگر تاریخ کهنی دارد و آن را در دفع چشم زخم و بلا، درمان برخی بیماری‌ها، ضد عفونی کردن محیط و... مفید می‌دانند، انتشار نتایج این بررسی، نگرانی‌ها و واکنش‌های مختلفی را برانگیخته است. در همین رابطه با دکتر حسین میرلوحی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران و فوق تخصص ریه کودکان به گفت‌وگو پرداخته‌ایم.

وی با تأکید بر اینکه هر ماده‌ای در آزمایشگاه ممکن است یک نتایج و در بدن ما یک نتایج دیگری بدهد، اظهار کرد: در آن گزارش خبری تحقیق آزمایشگاهی انجام شد و نتیجه‌گیری کردند که دود اسپند می‌تواند سرطان‌زا باشد، اما این آزمایش خیلی استنادات متقنی ندارد که بگویم لزوماً درست است یا حتی آن را رد کنیم.

اسپند دود کردن را توصیه نمی‌کنیم

میرلوحی ادامه داد: ولی در هر صورت ما کلاً اسپند دود کردن را توصیه نمی‌کنیم چون بسیاری از بیماری‌های ریوی و همچنین

تنگی نفس در بیمار مبتلا به آسم را هم ممکن است، تشدید کند.

این فوق تخصص ریه کودکان در پاسخ به پرسشی در مورد خاصیت ضد عفونی‌کنندگی و ویروس‌کشی اسپند عنوان کرد: خاصیت میکروب‌کشی و ویروس‌کشی اسپند را قبول نداریم و این موضوع اثبات نشده است. اسپند عوارضی دارد البته نه لزوماً سرطان‌زایی، چون هنوز در بالین و در افراد سالم بررسی نشده که ببینیم آیا واقعاً سرطان ایجاد می‌کند یا خیر، بلکه براساس اطلاعات آزمایشگاهی این نتیجه‌گیری را کردند که اگر چه نتیجه‌گیری غلطی نیست اما نتیجه‌گیری کاملی هم نیست. میرلوحی افزود: از آن طرف دود اسپند در افرادی که آسم یا هر بیماری تنفسی دارند عوارضی ایجاد می‌کند. استنشاق دود اسپند یا هر دودی می‌تواند باعث تشدید و شعله‌ور شدن بیماری شود و جزو توصیه‌های معمول ماست که اسپند برای بیمارهای آسمی دود نکنید. در بیمار آسمی دود اسپند می‌تواند باعث تنگی نایچه‌ها و نای شود که در پزشکی به آن اسپاسم می‌گوییم که خطرناک بوده و حتی می‌تواند تهدیدکننده حیات هم باشد.

اسپند دود کردن در بهبود کرونا، سرماخوردگی، آنفلوانزا و... هیچ تأثیری ندارد

وی تصریح کرد: اسپند دود کردن در بهبود کرونا، سرماخوردگی، آنفلوانزا و... هم هیچ تأثیری ندارد و مطالعه متقنی در این زمینه نداریم. این فوق تخصص ریه کودکان در پاسخ به این پرسش که آیا در کشور ما تحقیقات برای اسپند انجام شده است؟ بیان کرد: من تاکنون تحقیقی در این زمینه ندیده‌ام. ممکن است طب سنتی تحقیقی انجام داده باشد اما من چیزی که در مجله معتبر چاپ شده باشد ندیده‌ام.

میرلوحی در مورد ضرورت تحقیق در این زمینه افزود: هر ماده‌ای به صرف اینکه قدما می‌با طب سنتی در مورد منفعت آن صحبت کرده‌اند لزوماً به نفع نیست، از طرفی نمی‌شود هم آن را صد درصد رد کرد. در نتیجه باید تحقیق علمی انجام و نتایج منتشر شود. وقتی چنین چیزی مثل اسپند دود کردن



به صورت گسترده در کشور ما وجود دارد باید سود و ضرر آن را مشخص کنیم.

هر چیزی که در طبیعت وجود دارد، مفید نیست

وی ادامه داد: عده‌ای معتقدند هر چیزی که در طبیعت وجود دارد، مفید است، در حالی که اینگونه نیست. قارچ‌های زیادی در طبیعت وجود دارد که اگر آنها را بخوریم می‌میریم یا سرطان کبد ایجاد می‌کند. هر چیز طبیعی لزوماً سالم نیست. راه آن تحقیقات و مطالعات زیاد است. ممکن است فلان پزشک طب سنتی بگوید که من درباره فلان موضوع تحقیقی انجام دادم، اما باید دید آیا آن تحقیق در شرایط درستی انجام و معیارهای علمی رعایت شده یا خیر. اگر تمام شرایط رعایت شده بود با تحقیقات و مطالعات بیشتر آن نتیجه تأیید خواهد شد. در پزشکی هیچ وقت براساس یک مقاله و یک مطالعه نمی‌توان چیزی را رد یا تأیید کرد. عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران همچنین در مورد دود کردن عنبرنسا اظهار کرد: ما اثر مثبتی از اسپند و عنبرنسا ندیدیم اما اثر منفی زیاد دیده‌ایم. خیلی از افراد ممکن است آسم داشته باشند، اما از آن بی اطلاع باشند و آسم خفیفی داشته باشند. بسیاری از مواقع کودک آسم خفیفی دارد که با همین دوده‌ها یعنی اسپند و عنبرنسا بیماری آنها شعله‌ور می‌شود؛ یعنی کودک در آستانه خشکی به دست ما می‌رسد. / ایسنا

ناملایمات اوایل زندگی بر عملکرد مغز تأثیر دارند؟

سرویس سلامت

آیا فکر می‌کنید بزرگسالانی که سابقه آسیب در دوران کودکی دارند، پاسخ مغزشان به چالش‌های روانی تغییر می‌کند؟ نتایج تحقیقات قبلی نشان داد که این امر در حیوانات آزمایشگاهی امکان دارد رخ دهد، اما امکان وقوع آن در انسان مشخص نبوده است.

به گزارش مدیکال اکسپرس، اکنون گروهی از دانشمندان به سرپرستی محققان دانشگاه مک گیل کانادا شواهدی یافته‌اند که نشان

می‌دهد قرار گرفتن در معرض ناملایمات دوران کودکی با تغییر توانایی پردازش چالش‌های استرس‌زا و سایر مطالب احساسی مرتبط است. این اثرات ممکن است توانایی مقابله با رویدادهای تهدیدکننده را کاهش و خطر ابتلا به اختلالات روان‌پزشکی را در آینده افزایش دهد. مارکو لیتون، استاد تمام گروه روان‌پزشکی دانشگاه مک گیل می‌گوید: ما توانستیم با ادغام نتایج ۸۳ تحقیق قبلی تصویربرداری مغز، واضح‌ترین شواهدی را ارائه کنیم که نشان می‌دهد بزرگسالانی که در

معرض آسیب‌های اولیه زندگی قرار گرفته‌اند، واکنش‌های مغزی متفاوتی به چالش‌های روان‌شناختی دارند. لیتون، مدیر آزمایشگاه زیست‌شناسی بدخلقی در مک گیل افزود: این موارد شامل پاسخ‌های اغراق‌آمیز در ناحیه‌ای است که اطلاعات شدید احساسی را پردازش (آمیگدال) و پاسخ‌های کاهش یافته در ناحیه احساسات و رفتارهای مرتبط را تنظیم (قشر پیشانی) می‌کند. محقق اول این تحقیق، دکتر نیکی حسینی کامکار اظهار کرد: این یافته‌ها ممکن است توضیح دهند، چرا بزرگسالانی که

میزخبر

بخش زایمان مشمول تعرفه گذاری خدمات پرستاری شد

سرویس سلامت

دکتر بابایی گفت: در دولت مردمی اقدامات قابل توجهی در زمینه ارتقاء خدمات مامایی و جایگاه ماما صورت گرفته و این اقدامات با جدیت ادامه خواهد یافت.

دکتر فرح بابایی رئیس اداره مامایی معاونت درمان وزارت بهداشت با بیان اینکه بخش زایمان نیز مشمول تعرفه گذاری خدمات پرستاری شد، گفت: پس از ابلاغ تعرفه گذاری خدمات پرستاری در سال گذشته، پیگیری جهت تعرفه گذاری خدمات همکاران ماما در بخش‌های مرتبط سلامت مادر و نوزاد صورت پذیرفت و نهایتاً طی مصوبه هیات وزیران ابلاغ شد.

وی افزود: در راستای افزایش دسترسی مادران باردار به خدمات سلامت و با توجه به در دسترس بودن همکاران ماما در تمامی نقاط کشور و به منظور اجرایی شدن ماده ۴۵ قانون جوانی جمعیت، پوشش بیمه‌ای خدمات ماما در دوران بارداری و غیر بارداری سال ۱۴۰۱ مصوب و ابلاغ شده است که توسط اکثر بیمه‌ها اجرا می‌شود و پوشش بیمه‌ای سازمان تامین اجتماعی نیز در دست انجام است. بابایی در خصوص اقدامات صورت گرفته در زمینه ماده ۴۹ قانون جوانی جمعیت (یک مادر به دو ماما) گفت: برآورد نیروی انسانی ماما مورد نیاز جهت ارائه خدمات به مادران باردار در بخش‌های زایمانی صورت گرفت از این رو سهمیه استخدام ۶۰۰ ماما در حوزه درمان در آزمون استخدامی وزارت بهداشت در نظر گرفته شد. همچنین طرح نیروی انسانی مامایی از سال ۱۴۰۲ جهت اجرایی کردن ماده ۴۹ قانون جوانی جمعیت الزامی شد. به گفته رئیس اداره مامایی معاونت درمان وزارت بهداشت دوره‌های ارتقای توانمندی گروه مامایی جهت ارائه خدمات با کیفیت به زنان و ترویج فرهنگ فرزندآوری به صورت پیوسته برگزار می‌شود. وی با اشاره به برنامه‌های در حال اجرا برای تقویت جایگاه مامایی، از افزایش ضریب سختی شرایط محیط کار حرفه مامایی، افزایش ضریب حرفه مامایی در مشاغل سخت و زیان آور، تبیین و تقویت جایگاه مامای خانواده در برنامه سلامت خانواده و نظام ارجاع، تقویت نقش ماما در تیم زایمان در کنار دیگر ذینفعان، تبیین و تقویت جایگاه ماما در اجرایی سازی قانون جوانی جمعیت و فرهنگ سازی فرزندآوری و هماهنگی با حوزه معاونت آموزشی در راستای تقویت آموزش دانشجویان مامایی با رویکرد ارتقای کار تیمی در آموزش به عنوان بخشی از این اقدامات یاد کرد. / ایرنا

بیماری‌های قلبی علت ۴۰ درصد

مرگ و میر در کشور

سرویس سلامت

معاون فنی مرکز مدیریت بیماری‌های غیرواگیر وزارت بهداشت، با بیان اینکه ۴۰ درصد مرگ و میر در کشور به دلیل بیماری‌های قلبی و عروقی است، بر مشارکت مردم در طرح پوشش ملی سلامت تأکید کرد.

علیرضا مهدوی، در خصوص پوشش ملی «غربالگری پرفشاری خون و دیابت» در سنین ۱۸ سال به بالا، گفت: این پوشش در مناطق روستایی، شهرهای زیر ۲۰ هزار نفر و با جمعیتی ۷ میلیون نفری در ۹۳ شهر تحت پوشش برنامه سلامت خانواده به شکل ۱۰۰ درصدی اجرا می‌شود. وی افزود: مجموع مناطق ذکر شده جمعیتی تقریباً ۲۴ میلیون نفری دارند و در نقاط شهری از جمله کلانشهرها هدف گذاری ما ۷۰ درصد از جمعیت گروه هدف است. در نهایت هدف گذاری کلی ما برای انجام غربالگری حدود ۵۴ میلیون نفر است. معاون فنی مرکز مدیریت بیماری‌های غیرواگیر وزارت بهداشت، تأکید کرد: طی هفته گذشته ۶۳ دانشگاه علوم پزشکی کار را شروع کردند و از زمانی که خدمات الکترونیک بارگذاری شده است (اول آذر)، تاکنون، ۶۰۰ هزار نفر غربالگری شده‌اند و امیدواریم تا ۱۵ دی به جمعیت هدف برسیم. / مهر

توزیع تمام شیر خشک‌های موجود

در انبارها جهت جلوگیری از احتکار

سرویس سلامت

رئیس سازمان غذا و دارو با اعلام اینکه گروه‌های نظارتی در سراسر کشور بازدید از تمامی شرکت‌های پخش را در دستور کار قرار داده‌اند، گفت: با صدور برنامه توزیع توسط معاونت‌های معاونان غذا و دارو دانشگاه‌های علوم پزشکی شیرخشک موجود در انبارهای شرکت‌های پخش بین داروخانه‌ها توزیع می‌شود.

دکتر سیدحیدر محمدی از مانور نظارتی گسترده در مراکز توزیع شیر خشک خبر داد و گفت: در راستای اصلاح سیاست‌های ارزی شیرخشک و به منظور اطمینان از مدیریت صحیح زنجیره تأمین شیرخشک برای نوزادان، سازمان غذا و دارو اقدام به برپایی گروه‌های نظارتی گسترده در سطح کشور کرد. بدین ترتیب که شرکت‌های توزیع‌کننده شیرخشک، در سطح کشور به صورت همزمان مورد بازرسی قرار می‌گیرند. وی افزود: به منظور جلوگیری از احتکار، تمامی محصولات که در انبار شرکت‌ها موجودند، با صدور برنامه توزیع توسط معاونت‌های غذا و دارو سطح کشور، بین داروخانه‌ها توزیع می‌شوند تا از رسیدن هرچه زودتر محصول به دست مصرف‌کنندگان نهایی اطمینان حاصل کنیم.

رئیس سازمان غذا و دارو کشور ضمن تأکید بر اینکه در استان تهران گروه‌های بازرسی سه دانشگاه علوم پزشکی به صورت متمرکز از طرف سازمان غذا و دارو اعزام شده‌اند، گفت: در اولین مانور نظارتی در سطح استان تهران ۱۰ گروه بازرسی به منظور بازدید از ۲۵ شعبه متعلق به ۱۳ شرکت پخش، اعزام شده‌اند تا بر روند توزیع مناسب شیرخشک نظارت داشته باشند. بنابر اعلام روابط عمومی سازمان غذا و دارو، نظارت‌های سازمان غذا و دارو طی روزهای آینده نیز به صورت مستمر در سراسر کشور فعال بوده و گسترش خواهد یافت. / ایسنا