

بلوغ زودرس دختران با افزایش وزن مرتبط است

سرویس سلامت

محققان به این نتیجه رسیده‌اند که زن‌ها ممکن است به‌طور غیرمستقیم بر سن دختران با تسریع افزایش وزن در دوران کودکی، که عاملی برای خطر بلوغ زودرس است، تأثیر بگذارد. بر اساس این مطالعه، زن‌های دیگری نیز وجود دارند که می‌توانند به‌طور مستقیم بر بلوغ تأثیر بگذارند.

طبق یک مطالعه در بریتانیا «بلوغ زودرس منجر به نرخ بالاتر اضافه وزن و چاقی در بزرگسالی می‌شود.» خانوادها و پزشکان می‌توانند با پیش‌بینی اینکه چه کسی با خطر بلوغ زودرس مواجه می‌شود، اقداماتی را برای کاهش این خطر انجام دهند، که با افزایش خطر ابتلا به تعدادی از بیماری‌ها در سنین بالاتر از جمله دیابت نوع ۲ و بیماری قلبی مرتبط است. براساس این مطالعه، بلوغ دیررس با سلامتی در بزرگسالی و طول عمر بیشتر همراه است.

مطالعه ای شامل ۸۰۰۰۰۰ زن

یک تیم بین‌المللی به رهبری محققان واحد اپیدمیولوژی در شورای تحقیقات پزشکی در دانشگاه کمبریج DNA در بزرگترین مطالعه در نوع خود تا به امروز، حدود ۸۰۰۰۰۰ زن از اروپا، آمریکای شمالی، چین، ژاپن و کره را مورد مطالعه قرار دادند. محققان به این نتیجه رسیدند که بیش از ۱۰۰ متغیر (تغییرات محدودی در DNA) وجود دارد که بر سنی که برای اولین بار قاعدگی اتفاق می‌افتد تأثیر می‌گذارد.



گذارد. در این مطالعه، حدود ۶۰۰ مورد از این انواع برای اولین بار مشاهده شد. پروفیسور جان بری، یکی از نویسندگان این مطالعه و مسئول ارتباطات، گفت: «بسیاری از زن‌هایی که ما پیدا کردیم، ابتدا با تسریع افزایش وزن در نوزادان و کودکان خردسال، بر بلوغ اولیه تأثیر می‌گذارند.» وی افزود: «این می‌تواند بعداً منجر به مشکلات بالقوه جدی سلامتی شود، زیرا بلوغ زود هنگام منجر به افزایش نرخ اضافه وزن و چاقی در بزرگسالی می‌شود.»

پروفیسور کن اونگ از دانشگاه کمبریج، یکی از محققان شرکت‌کننده در این مطالعه، گفت که ارتباط با خطرات مربوط به بیماری‌های جدی در مراحل بعدی زندگی، اهمیت بهداشت عمومی اجتناب از بلوغ زودرس را برجسته می‌دهند. وی افزود: «برای کودکان و خانواده‌ها، تأثیر مستقیم بلوغ زودرس ممکن است اتخاذ

متفورمین و سرماخوردگی پرمصرف‌ترین داروهای کشور

سرویس سلامت

مدیرکل دارو و مواد تحت کنترل سازمان غذا و دارو گفت: قرص سرماخوردگی با ۲۵۰ میلیون عدد و قرص متفورمین با ۲۷۶ میلیون عدد پرمصرف‌ترین داروها در سه ماه اخیر هستند.

غلامحسین صادقیان مدیرکل دارو و مواد تحت کنترل سازمان غذا و دارو با اشاره به مصرف غیرمنطقی آنتی‌بیوتیک‌ها در کشور گفت: از ابتدای سال کیسول آموکسی‌سیلین با تعداد ۵۰۰ میلیون عدد و مبلغ هزار و ۲۰۰ میلیارد تومان پرمصرف‌ترین داروی کشور طی سه ماه اول سال بوده است. وی اظهار کرد: بازار دارویی کشور از ابتدای سال جاری تاکنون حدود ۴۵ هزار میلیارد تومان بوده و ۹۸ درصد بازار دارویی از لحاظ عددی مربوط به داروهای تولید داخل و ۲ درصد مربوط به داروهای وارداتی بوده است. صادقان تصریح کرد: همچنین ۸۱ درصد بازار دارویی از لحاظ ریالی تولید داخل و ۱۹ درصد آن مربوط به داروهای وارداتی بوده است. به گفته وی، آمار و ارقام تخصیص ارز نشان‌دهنده این است که شرکت‌های تولیدکننده و واردکننده دارو و تجهیزات پزشکی نتوانسته‌اند نقدینگی خود را تأمین کنند و با این چالش مواجه هستند. صادقان افزود: در سال گذشته به‌منظور پایش هرچه‌بهرتر فعالیت‌های جاری در حوزه صنعت مواد اولیه دارویی، اقداماتی از جمله تهیه آمارنامه سالیانه مواد دارویی، اصلاح ساختار جلسات بازخوانی، به‌روزرسانی لیست مواد دارای محدودیت واردات، برگزاری شورای برنامه‌ریزی جهت سیاست‌گذاری وزنی برای موادی که در لیست محدودیت واردات قرار دارند، صورت‌گرفته است. / باشگاه خبرنگاران جوان

اسباب بازی های حاوی سرب، باعث مسمومیت و عوارض جدی در کودکان

سرویس سلامت

عضو گروه سم‌شناسی آزمایشگاهی دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت: اسباب بازی‌های حاوی سرب می‌توانند باعث مسمومیت و عوارض جدی در کودکان شوند.

دکتر بامداد ریاحی زنجانی با بیان این که برخی افراد شاغل همچون باطری‌سازهای ماشین و نقاش‌های ساختمان با فلز سرب، صنایع شیشه‌گری با فلز آرسنیک و سازندگان اسباب بازی با جیوه و سرب، سر و کار دارند؛ افزود: این تماس مستمر به مرور منجر به مسمومیت افراد می‌شود و لذا انجام آزمایش‌های دوره‌ای برای اطلاع از میزان غلظت این فلزات سنگین، برای این افراد توصیه می‌شود. عضو هیأت علمی دانشگاه خاطر نشان کرد: کودکانی که اسباب بازی حاوی سرب را در دهان خود وارد کنند، اغلب به‌عرض خطر مسمومیت با فلز سرب قرار می‌گیرند و با توجه به این که، تا سن ۱۵ سالگی هوش کودکان رو به افزایش است، چنانچه در این سنین، کودک در معرض این فلز سنگین قرار گیرد، منجر به عقب‌ماندگی ذهنی، کاهش یادگیری و حافظه وی می‌شود. دکتر ریاحی همچنین گفت: مسمومیت‌های فلزات سنگین، در مناطقی که از فقر اقتصادی و فرهنگی رنج می‌برند، بیشتر دیده می‌شود. لذا مسئولین بهداشت و درمان می‌توانند با ورود به آن مکان‌ها و انجام آزمایش‌های مربوطه، میزان غلظت فلزات سنگین را در کودکان بررسی و درمان کنند تا بتوانیم جوانانی با هوش بالا پرورش دهیم؛ چرا که آن‌ها آینده‌ان این مرز و بوم بوده و باعث پیشرفت کشورمان خواهند شد. وی این نکته مهم را نیز یادآور شد که طبق تحقیقات انجام شده، سیر می‌تواند از افزایش غلظت سرب در بدن پیشگیری کند.

احساس تنهایی خطر سکتة مغزی را افزایش می‌دهد

سرویس سلامت

حاصل یک پژوهش نشان می‌دهد احساس تنهایی خطر سکتة مغزی را افزایش می‌دهد. وبگاه فرانسوی لوزرنال ۲۰م ژوئیه آورده است: در فرانسه، تعداد سکتة مغزی حدود ۱۵۰ هزار مورد در سال برآورد شده است؛ یعنی از هر پنج نفر یک نفر در طول زندگی خود دچار سکتة می‌شود. سکتة مغزی معمولاً به دلیل انسداد یک رگ خونی در داخل مغز روی می‌دهد که به خونریزی درون جمجمه‌ای منجر می‌شود و به صورت ضعف یا فلج عضلانی یک طرف بدن (بازو، صورت و/یا پا)، تغییر شکل دهان، اختلال در گفتار و از دست دادن بینایی در یک چشم یا بخشی از میدان بینایی نمایان می‌شود. بر اساس پژوهش جدید محققان دانشگاه هاروارد در آمریکا، خطر سکتة مغزی به صورت مستقیم با کیفیت زندگی و به ویژه با شرایطی که بر بسیاری از افراد تأثیر می‌گذارد، مرتبط است. بر اساس این پژوهش که در مجله eClinical Medicine منتشر شده، احساس تنهایی احتمال سکتة مغزی را بسیار افزایش می‌دهد. افرادی که در طول زمان به‌طور مداوم زیاد احساس تنهایی می‌کنند در مقایسه با افرادی که به صورت مداوم کمتر احساس تنهایی می‌کنند، ۵۶ درصد بیشتر در معرض خطر سکتة مغزی هستند. به گفته پنی سو (Yenee Soh)، سرپرست گروه پژوهشی، احساس تنهایی به عنوان یک مساله مهم بهداشت عمومی شناخته می‌شود و یافته‌های این پژوهش دلیل آن را بیشتر نمایان می‌کند. پژوهشگران معتقدند افرادی که هر از چندگاهی احساس تنهایی را تجربه می‌کنند در معرض خطر سکتة مغزی نیستند و این نشان می‌دهد تأثیر منفی احساس تنهایی در طولانی‌مدت مشخص می‌شود. آن‌ها برای از بین بردن این احساس و حفظ سلامتی، این اقدامات را به افراد توصیه می‌کنند: به باشگاه‌ها یا گروه‌های اجتماعی بپیوندید، در کلاس‌های مختلف (آشپزی، موسیقی و غیره) شرکت کنید، از رسانه‌های اجتماعی استفاده کنید، از خانه بیرون بروید (به پارک، کتابخانه و... بروید)، با همسایگان خود صحبت کنید و مراقب خود باشید (مثلاً ورزش‌های داخل سالن انجام دهید و به سینما بروید). ایجاد روابط با سایر افراد نیازمند زمان است. اگر فوراً همه چیز طبق برنامه پیش نرفت، دل‌سرد نشوید و ادامه دهید. / ایرنا

بدن را کنترل می‌کند و زمان بلوغ و سرعت رشد را در کودکان تنظیم می‌کند.

کاترین کنتیستو، محقق ارشد این مطالعه گفت: «این اولین بار است که می‌توانیم انواع ژنتیکی نادر را در این مقیاس تجزیه و تحلیل کنیم و ۶ زن را شناسایی کرده‌ایم که به شدت بر بلوغ تأثیر می‌گذارند.» وی گفت: «اگرچه این زن‌ها در دختران کشف شده‌اند، اما اغلب تأثیر یکسانی بر زمان بلوغ در پسران دارند. همچنین مکانیسم‌های جدیدی که ارائه می‌کنیم می‌تواند مبنای مداخلات برای افرادی باشد که در معرض خطر بلوغ زودرس و چاقی زودرس هستند.»

در مطالعه جدید که نتایج آن در مجله Nature Genetics منتشر شد، محققان مجموعه‌ای از نکات ژنتیکی را مشخص کردند که پیش‌بینی می‌کند احتمال بلوغ دختر در سنین بسیار پایین‌تر باشد. این یافته‌ها در دخترانی که در ۱ درصد از این امتیازات ژنتیکی حضور داشتند، تقریباً ۱۱ برابر بیشتر احتمال دارد که بعد از ۱۵ سالگی خیلی دیر به بلوغ برسند. از سوی دیگر، دخترانی که در ۱ درصد پایین‌ترین نمرات ژنتیکی قرار گرفتند، حدود ۱۴ برابر بیشتر احتمال داشت که خیلی زود، قبل از تولد ۱۰ سالگی، به بلوغ برسند. اونگ، محقق و متخصص اطفال، گفت: «در آینده، ممکن است بتوانیم این امکان را فراهم کنیم که از این نقاط ژنتیکی در کلینیک‌ها برای شناسایی دخترانی که خیلی زود یا خیلی دیر به بلوغ می‌رسند استفاده کنیم.»

علائم سیروز کبدی در زنان متفاوت از مردان است؟

سرویس سلامت

سیروز کبدی، وضعیت جدی در سلامت افراد است که در آن بافت سالم کبد به بافت آسیب دیده تبدیل می‌شود و عملکرد کبد را مختل می‌کند.

بروز این بیماری می‌تواند ناشی از علل مختلفی مانند مصرف مزمن الکل، هپاتیت ویروسی و بیماری کبد چرب باشد. شناخت علائم سیروز کبدی، به ویژه در زنان، برای تشخیص زودهنگام و مدیریت آن بسیار مهم است. سیروز کبدی اغلب بدون نشان دادن علائم قابل توجهی در مراحل اولیه بیماری پیشرفت می‌کند و با پیشرفت بیماری، علائم بیشتر ظاهر می‌شوند. زنان ممکن است به دلیل تفاوت‌های بیولوژیکی و هورمونی برخی علائم منحصر به فرد یا واضح‌تری را نسبت به مردان تجربه کنند.

خستگی

یکی از اولین علائم سیروز کبدی می‌تواند خستگی باشد. زنان مبتلا به سیروز کبدی ممکن است با وجود استراحت کافی احساس خستگی غیرعادی کنند. این خستگی می‌تواند مداوم و ناتوان‌کننده باشد و بر فعالیت‌های روزانه تأثیر بگذارد.

زردی

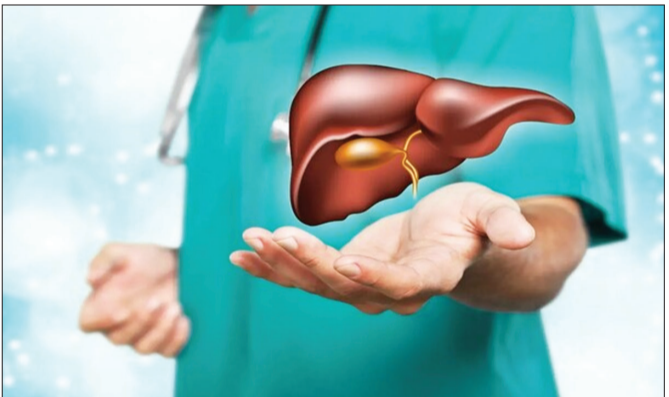
یکی دیگر از علائم، زردی است که پوست و سفیدی چشم زرد می‌شود و به این دلیل رخ می‌دهد که کبد نمی‌تواند بیلی‌روبین حاصل از تجزیه سلول‌های خونی قدیمی را پردازش کند. زنان ممکن است این علامت را به دلیل ماهیت قابل مشاهده آن با سهولت بیشتری متوجه شوند.

تغییر در چرخه قاعدگی

تغییرات در چرخه قاعدگی نیز ممکن است رخ دهد. زنان ممکن است عادت ماهانه نامنظم یا قطع کامل قاعدگی را تجربه کنند که مربوط به یائسگی نیست. این علامت به این دلیل ایجاد می‌شود که سیروز می‌تواند تعادل هورمونی لازم برای چرخه‌های قاعدگی منظم را مختل کند.

نفخ و تورم شکم

نفخ یا تورم شکم که به‌عنوان آسیت شناخته می‌شود، زمانی اتفاق می‌افتد که مایع در شکم به دلیل کاهش توانایی کبد در تولید آلبومین، پروتئینی که از نشستن مایع از رگ‌های خونی



جلوگیری می‌کند، جمع می‌شود. این علامت می‌تواند به خصوص ناراحت‌کننده باشد و ممکن است با تورم در پاها و مچ پا به دلیل احتباس مایعات همراه شود.

مشکلات گوارشی

مشکلات گوارشی نیز در افراد مبتلا به سیروز کبدی شایع هستند و ممکن است شامل حالت تهوع، کاهش اشتها و کاهش وزن شوند. با کاهش عملکرد کبد، پردازش و هضم غذا برای بدن سخت‌تر و منجر به این علائم می‌شود. زنان همچنین ممکن است در مقایسه با مردان دوره‌های شدیدتری از حالت تهوع را تجربه کنند.

کبودی و خونریزی

کبودی و خونریزی از دیگر علائمی است که باید از آنها آگاه بود. کبد پروتئین‌هایی تولید می‌کند که به لخته شدن خون کمک می‌کند، بنابراین وقتی آسیب می‌بیند، حتی آسیب‌های جزئی می‌تواند باعث کبودی یا خونریزی قابل توجهی شود که توقف آن بیش از حد معمول طول می‌کشد.

مشکلات عصبی

علائم عصبی می‌تواند به دلیل تجمع سموم در خون رخ دهد که کبد دیگر قادر به فیلتر کردن آنها نیست. این مورد می‌تواند منجر به وضعیتی به نام انسفالوپاتی کبدی شود که به صورت گیجی، مشکلات حافظه و تغییرات در خلق و خوی و شخصیت ظاهر می‌شود. شناسایی این علائم می‌تواند چالش‌برانگیزتر باشد، اما حیاتی محسوب می‌شوند زیرا نشان‌دهنده اختلال قابل توجه کبدی هستند. نتایج تحقیقات بر اهمیت تشخیص زودهنگام این

جبران شده و سیروز جبران نشده می‌شود؛ افراد مبتلا به سیروز جبرانی علائمی را نشان نمی‌دهند، در حالی که امید به زندگی در آنان حدود ۹ تا ۱۲ سال است. یک فرد می‌تواند سال‌ها بدون علامت بماند، اگرچه پنج تا هفت درصد از مبتلایان به این عارضه هر سال علائم را نشان می‌دهند.

در سیروز جبران نشده افراد علائم و عوارضی را از قبل تجربه می‌کنند. امید به زندگی در این افراد نسبت به کسانی که سیروز جبران شده دارند بسیار کاهش می‌یابد و متخصصان توصیه می‌کنند در این موارد برای پیوند کبد احتمالی ارجح شوند. شواهد نشان می‌دهد که فرد مبتلا به سیروز در مراحل پیشرفته، میانگین امید به زندگی حدود ۲ سال خواهد داشت.

برخی از افراد مبتلا به این بیماری می‌توانند از مرحله جبران نشده یا علامت‌دار به مرحله بدون علامت بگردند که فرآیندی چالش‌برانگیز است و یکی از مراحل حیاتی اجتناب از مصرف هر نوع الکل است. برای جلوگیری از پیشرفت از مرحله بدون علامت به مرحله علامت‌دار، افراد می‌توانند تغییراتی در سبک زندگی خود ایجاد کنند که شامل ورزش منظم، حفظ وزن در حد متوسط، دریافت درمان برای شرایطی که ممکن است باعث سیروز شده باشد، مانند هپاتیت C یا B، انجام معاینات منظم و درمان فوری برای عوارض و ترک سیگار است.

از بین افرادی که به سیروز مبتلا می‌شوند، ۲۰ تا ۶۰ درصد به سوء تغذیه، عوارض اضافی، بستری طولانی‌تر در بیمارستان و کاهش سیروز کبدی می‌توانند منجر به مداخلاتی شود و ممکن است پیشرفت بیماری را متوقف و حتی برخی از اثرات آن را معکوس کند. در واقع سیروز کبدی بیماری شدید و پیشرونده است، اما درک و شناخت علائم آن در زنان می‌تواند منجر به مدیریت زودتر و موثرتر شود.

مشکلات گوارشی نیز در افراد مبتلا به سیروز کبدی شایع هستند و ممکن است شامل حالت تهوع، کاهش اشتها و کاهش وزن شوند. با کاهش عملکرد کبد، پردازش و هضم غذا برای بدن سخت‌تر و منجر به این علائم می‌شود. زنان همچنین ممکن است در مقایسه با مردان دوره‌های شدیدتری از حالت تهوع را تجربه کنند.

کاهش امید به زندگی در افراد مبتلا به سیروز کبدی

با گذشت زمان، این بیماری از عملکرد صحیح کبد جلوگیری خواهد کرد و در نهایت باعث نارسایی خواهد شد. امید به زندگی با سیروز کبدی می‌تواند بر اساس مرحله بیماری و نحوه درمان و مدیریت آن متفاوت باشد. به‌طور معمول، یک فرد مبتلا به سیروز کبدی ممکن است امید به زندگی حدود ۲ تا ۱۲ سال داشته باشد.

سیروز کبدی ۲ نوع است که شامل سیروز