گوناگون

نظارت بیشتر بر میزان سبوس گیری از آرد در راستای حفظ سلامت عمومی

رئیس اداره غذاهای ویژه سازمان غذا و دارو، بر اهمیت نظارت دقیق بر میزان سبوس‌گیری از آرد مصرفی طبق استانداردهای ملی و تأثیر آن بر سلامت عمومی جامعه تأکید کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، زهره پوراحمد با اشاره به اهمیت پیگیری و نظارت دقیق بر میزان سبوس گیری از آرد مصرفی، گفت: رعایت استاندارد ۱۰۳ در فرآیند سبوس‌گیری آرد از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و باید در تمام مراحل تولید و توزیع آرد مورد توجه قرار گیرد. وی افزود: این اقدام نه‌تنها بر کیفیت آرد تأثیرگذار است بلکه ارتباط مستقیم با سلامت عمومی جامعه دارد. وی در ادامه به مشکلات و چالش‌های موجود در حوزه تولید و توزیع آرد اشاره کرده و افزود: برای رفع این مشکلات نیاز به همکاری و هماهنگی بین دستگاه‌های مختلف است.وی همچنین گفت: بازدیدهای مستمر از کارخانجات تولید آرد و نمونه‌برداری از محصولات، به‌طور مرتب انجام می‌شود تا از رعایت استانداردها اطمینان حاصل کنیم.

تامین سلامت دانشجو معلمان از برنامه‌های دانشگاه فرهنگیان است

رئیس دانشگاه فرهنگیان استان تهران گفت: تامین سلامت دانشجو معلمان از طریق تغذیه سالم و بهداشت سراها از برنامه های اصلی دانشگاه فرهنگیان تهران است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از دانشگاه فرهنگیان، علی محمدی روز پنجشنبه در همایش یکروزه کارکنان بخش های خدماتی، سراها، آشپزخانه و مالی و پشتیبانی اظهار کرد: اولویت اصلی برنامه‌های ما در آستانه ماه مبارک رمضان توجه به بهداشت سراها و تغذیه سالم است؛ هرچقدر در ارتقای کیفی و کمی موضوعات رفاهی و تغذیه‌ای دانشجو معلمان هزینه کنیم نه تنها اسراف نیست بلکه کار درست و اساسی است. رئیس دانشگاه فرهنگیان استان تهران تاکید کرد: به‌هیچ عنوان از غذای ناایمن و کنسروهای مختلف در برنامه‌های غذایی دانشجویان استفاده نمی‌شود و با رعایت اصل صرفه جویی و تنظیم برنامه‌های غذای مناسب با نظر کارشناسان دانشجویی از نگهداری غذاهای مانده در یخچال‌ها پرهیز شود. محمدی گفت: سرای دانشجویی باید محل امن و آرامش دانشجویان باشد و مسئولان سراها باید پدرانه و مادرانه از معلمان آینده مانند فرزندان خود مراقبت و پذیرای کنند.

سردرد سینوزیتی یا میگرن؟ تفاوتی که نباید نادیده گرفت

متخصص و جراح گوش و حلق و بینی درباره تفاوت سردردهای سینوزیتی و میگرنی توضیح داد و بر لزوم تشخیص دقیق و پرهیز از خوددرمانی تاکید کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، پرفسور ابراهیم رزم پا متخصص و جراح گوش و حلق و بینی گفت: سینوزیت معمولاً با گرفتگی بینی، ترشحات چرکی و سنگینی سر همراه است. این علائم اغلب به دنبال یک سرماخوردگی ایجاد می‌شوند و در مواردی که سینوزیت حاد باشد، هنگام خم شدن سر، درد بیشتر می‌شود. اما سردردهای میگرنی یا عصبی معمولاً یک‌طرفه هستند، ممکن است با تهوع و استفراغ همراه شوند و ارتباط مستقیمی با علائم بینی ندارند.

تفاوت سردرد سینوزیتی با میگرن و سردرد عصبی

وی افزود: بسیاری از سردردهایی که به اشتباه سینوزیت تشخیص داده می‌شوند، در واقع سردردهای عصبی یا میگرنی هستند. متأسفانه در چنین مواردی، آنتی‌بیوتیک و داروهای نامناسب تجویز می‌شود. تشخیص دقیق بسیار مهم است و معمولاً نیاز به بررسی بالینی و گاهی تصویربرداری وجود دارد. پرفسور رزم پا ادامه داد: افرادی که مرتباً دچار سینوزیت می‌شوند باید بررسی تخصصی شوند. گاهی این مشکل به دلیل عواملی مانند انحراف تیغه بینی، پولیپ بینی یا آلرژی ایجاد می‌شود. در چنین مواردی، ممکن است نیاز به جراحی یا درمان‌های خاص برای باز کردن راه تخلیه سینوس‌ها باشد. وی در پایان خاطرنشان کرد: مهم‌ترین نکته این است که افراد از خوددرمانی پرهیز کنند و بی‌رویه از آنتی‌بیوتیک استفاده نکنند. اگر علائمی مانند سردرد مداوم، ترشحات چرکی از بینی یا خونریزی مکرر بینی داشتند، حتماً به متخصص گوش، حلق و بینی مراجعه کنند.

کاهش کلسترول با مصرف جایگزین‌های گیاهی

شواهد اخیر نشان می دهد که هر جایگزین گوشت گیاهی ممکن است در مورد سلامت قلبی متابولیک بهتر از گوشت قرمز باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیکال نیوز تودی، داده‌های یک بررسی سیستماتیک و متاآنالیز نشان می‌دهد که استفاده کوتاه مدت از جایگزین‌های گوشت گیاهی ممکن است به کاهش کلسترول بد، کلسترول کل و وزن کمک کند. جایگزین‌های گوشت گیاهی از جنبه‌های گوشت تقلید می‌کنند اما از گیاهان تولید می‌شوند. یافته‌ها نشان می‌دهد که جایگزین کردن گوشت با جایگزین‌های گوشت گیاهی به مدت ۸ هفته یا کمتر ممکن است به کاهش کلسترول کل تا حدود ۶ درصد و کلسترول بد (LDL)، تا حدود ۱۲ درصد در بزرگسالان بدون بیماری قلبی عروقی کمک می‌کند. محققان به این نتیجه رسیدند که استفاده از جایگزین‌های گوشتی گیاهی ممکن است به افراد در گذار به رژیم‌های غذایی گیاهی کمک کند، اما محققان باید مطالعات طولانی‌مدتی را برای بررسی واقعی اثرات قلبی متابولیک جایگزین‌های گوشت گیاهی انجام دهند.

داده‌های اخیر نشان می‌دهد که مصرف بیشتر پروتئین گیاهی و مصرف کمتر پروتئین حیوانی می‌تواند به کاهش خطر بیماری‌های قلبی عروقی و بیماری عروق کرونر قلب کمک کند. بررسی فعلی اشاره می‌کند که اخیراً به دلایل بهداشتی و زیست‌محیطی علاقه به خوردن گوشت کمتر و روی آوردن به غذاهای گیاهی بیشتر شده است.

جایگزین‌های گوشتی گیاهی ارزش غذایی متفاوتی دارند. بسیاری از آنها غذاهای فوق فرآوری شده در نظر گرفته می‌شوند. تجزیه و تحلیل‌های که فقط به جایگزین‌های مبتنی بر مایکوپروتئین که از قارچ‌ها مشتق می‌شوند، نشان داد که به نظر می‌رسد غذاهای مبتنی بر مایکوپروتئین به طور قابل توجهی به کاهش کلسترول کل و کلسترول LDL کمک می‌کنند.

زنان و خانواده

بهروز آذر: نقش اصلاحی و آموزشی رسانه در حل مسائل زنان محوری است

معاون رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده با تاکید بر نقش محوری رسانه‌ها در کمک به حل مسایل بانوان از جمله

آموزش و اصلاح فرهنگ، گفت: بخش عمده‌ای از مشکلات مرتبط با حوزه زنان، فرهنگی است و صرف تغییر قوانین، برای حل مشکلات و بهبود شرایط کافی نیست.

به گزارش پیام آشنا به نقل از معاونت ریاست‌جمهوری در امور زنان و خانواده، زهرا بهروزآذر در بازدید از مؤسسه فرهنگی و مطبوعاتی ایران و دیدار با مدیرمسئول و کارکنان این موسسه و روزنامه، افزود: برای اصلاح فرهنگ نیازمند آگاهی بخشی و ترویج الگوهای موفق در حوزه‌های مختلف هستیم که نقش رسانه‌ها در این زمینه بسیار چشمگیر و غیرقابل انکار است.

وی با اشاره به اینکه بیشتر مشکلات بانوان در حوزه فرهنگی است، اظهار کرد: در مباحث فرهنگی، تغییر قوانین به تنهایی کافی نیست و توجه به آموزش و همچنین اصلاح رویکردها و برخی باورها لازمه کسب موفقیت در این عرصه است.

بهروز آذر، نداشتن مهارت‌های ارتباطی را از دلایل اصلی خشونت‌های اجتماعی ذکر کرد و گفت: حل این معضل نیز با قانونگذاری ممکن نیست و نیاز به آموزش مستمر و مهارت آموزی در شنیدن مؤثر، گفت‌وگو و کنترل خشم دارد که رسانه نقش موثری در همراهی برای تحقق این مهم دارد.

معاون رئیس جمهور تصریح کرد: آموزش موثر باید در سه سطح آگاهی‌بخشی، ایجاد علاقه و در نهایت مهارت‌آموزی ارائه شود.

بهروزآذر همچنین بر مشارکت جمعی برای حل مسائل زنان تأکید کرد و گفت: دولت به تنهایی نمی تواند این مسائل را حل و فصل کند و نیازمند همکاری همه نهادهای مدنی و مشارکت فعال بخش خصوصی است.

وی در ادامه با بیان اینکه جمعیت و کاهش ازدواج و فرزندآوری چالشی اساسی برای کشور است، افزود: افراد تا زمانی که احساس نکنند آینده‌شان بهتر از امروز خواهد شده برای ازدواج یا فرزندآوری اقدام نمی‌کنند و به همین دلیل باید این نگاه را تغییر داده و ثابت کنیم فردای بهتر، امروز ساخته‌می‌شود.

معاون رییس جمهور در امور زنان و خانواده با تأکید بر اهمیت ارزش‌های خانواده و لزوم ترویج آن، اظهار کرد: اگرچه فناوری می‌تواند ابزار مفیدی باشد، اما جایگزین مناسب ارزش‌هایی مانند عشق، صداقت و همدلی نیست چراکه این اصول و ارزش‌ها باید در بستر خانواده و از نسلی به نسل دیگر منتقل شود.

به گفته وی، حفظ و انتقال این ارزش‌ها، مسئولیت والدین است که در کنار فناوری‌های نوین، فرزندان خود را با مهارت‌های ارتباطی مؤثر و ارزش‌های خانوادگی نیز آشنا کنند

معاون رییس جمهور با تقدیر از نقش رسانه‌ها در شناخت مسائل زنان و ارائه راهکار برای حل آنها، گفت: ادعا نداریم که پاسخ همه مسائل را می‌دانیم ولی رسانه‌ها این ظرفیت را دارند که صدای افراد مختلف را بشنوند و برای شناسایی مشکلات و یافتن راه‌حل‌ها به دولت کمک کنند.

براساس این گزارش، علی متقیان مدیر عامل مؤسسه فرهنگی و مطبوعاتی ایران نیز در این دیدار با اشاره به جایگاه مهم رسانه‌ها در اطلاع‌رسانی عملکرد دولت، بر پرهیز از شعارزدگی به عنوان یکی از چالش های اصلی اطلاع‌رسانی تاکید کرد.

موسسه فرهنگی و مطبوعاتی ایران در سال ۱۳۷۳ تاسیس شد، روزنامه ایران زیرمجموعه این موسسه محسوب می‌شود

وزیر بهداشت خبر داد

خدمت‌رسانی اورژانس با انجام ۶ میلیون ماموریت و پاسخ به ۲۰ میلیون تماس

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با اشاره به برقراری سالانه ۲۰ میلیون تماس مردمی با مرکز فوریت های پزشکی «اورژانس ۱۱۵»، گفت: از این تعداد تماس، ۶ میلیون مورد آن منجر به انجام ماموریت امداد و نجات توسط نیروهای خدوم اورژانس در مناطق مختلف کشور می شود که البته بخش قابل توجهی از تماس‌ها برای ارائه خدمات درمانی نیز با مشاوره نیروهای متخصص مستقر در مرکز (واحد دیسپچ اورژانس) حل و فصل می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وزارت بهداشت، دکتر محمدرضا ظفرقندی روز پنجشنبه در آیین افتتاح ۱۳۷ طرح مرکز فوریت های پزشکی (اورژانس) سراسر کشور، سرعت عمل در اجرای ماموریت و انتقال بیماران و تشخیص و درمان مصدوم را سه ویژگی بارز نیروهای اورژانس عنوان کرد و افزود: روزانه حدود ۵۰ هزار تماس با مرکز ۱۱۵ برقرار می شود و به طور میانگین ۱۵ هزار ماموریت نیز در هر شبانه روز براساس تماس های دریافتی در کشور انجام می شود که کاری بسیار بزرگ و ارزشمندی است.

وی با بیان اینکه افتتاح این طرح های جدید گامی بزرگ در جهت بهبود خدمات رسانی به مردم است، اظهار کرد: «پایگاه های جدید، موتورلانس‌ها، سامانه‌های پایش و ردیابی ناوگان آمبولانس و تفسیر هوشمند نوار قلبی» از جمله طرح‌های افتتاح شده در راستای تقویت نیروها در فرآیند انجام ماموریت و خدمت رسانی بهینه به مردم است.

دکتر ظفرقندی تاکید کرد: نیروهای اورژانس در خط مقدم نظام سلامت به صورت شبانه روزی و به رغم برخی کمبودها به ویژه در بحث نیروی انسانی با تحمل سختی و فشار کار خدمات قابل توجه و موثری را ارائه می دهند که توسعه و تقویت زیرساخت‌ها از جمله بهره برداری از پروژه های جدید و همچنین جذب نیروی کارآمد از طریق آزمون استخدامی موجب افزایش کارآمدی و رفع مشکلات موجود در مسیر خدمت رسانی بهینه نیروهای اورژانس خواهد شد

براساس این گزارش، بهره برداری از ۱۳۷ طرح و پروژه مرکز فوریت های پزشکی (اورژانس) با اعتباری بالغ بر ۴۲۰ میلیارد تومان، پنجشنبه و به صورت همزمان در مراسمی با حضور وزیر بهداشت و جمعی از مدیران این وزارتخانه به صورت ارتباط تصویری (وبیناری) در سراسر کشور آغاز شد.

روزنه

حدود ۷۰ درصد ابتلا به سرطان سینه با تغذیه سالم قابل پیشگیری است

مطالعات انجام شده وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی نشان می‌دهد که ۵۰ تا ۷۰ درصد از سرطان‌های سینه با پیروی از تغذیه سالم قابل پیشگیری است و حتی مرگ و میر را بر اثر این بیماری کاهش می‌دهد بنابراین اینکه چه بخوریم و چه نخوریم تا سرطان سینه نگیریم امر مهمی است که باید در زندگی رعایت کنیم.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، سبک زندگی جدید شاید راحتی های زیادی را برای بشر به ارمغان آورده اما مشکلاتی را هم به همراه دارد که بروز انواع بیماری‌ها یکی از آنها است، هر چه زندگی پیشرفته‌تر می‌شود استرس و نگرانی هم افزایش می‌یابد، در این رهگذر اما انواع غذاهای آماده و به اصلاح فست فوت ها هم وارد میدان شده‌اند و به کمک شیوع انواع بیماری‌ها آمده‌اند که یکی از آنها سرطان سینه است.

سرطان سینه، بیماری منحصر به فرد زنان جهان و شایع‌ترین سرطان در زنان ایرانی است و پنج درصد مبتلایان به این بیماری در کشور زیر ۳۰ سال هستند، البته شایع‌ترین سن ابتلا به این بیماری در کشور ۴۵ تا ۵۵ سالگی است و حدود ۳۴ نفر در هر ۱۰۰ هزار نفر زن ایرانی به سرطان سینه مبتلا می‌شوند.

رئیس مرکز تحقیقات سرطان دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی چندی پیش به سرعت رشد سرطان سینه در کشور اشاره کرد و گفته بود: حدود ۲۰ درصد مبتلایان به سرطان سینه سابقه فامیلی دارند، همچنین چاقی، مصرف هورمون (مصرف هورمون تحت عنوان زیبایی بی‌رویه می‌شود و بسیار خطرناک است)، ازدواج نکردن، عدم باروری، عدم شیردهی، تاخیر در بارداری، استرس و مصرف دخانیات از دیگر عوامل ابتلا به این سرطان است.

اسماعیل اکبری افزود: در سال حدود هزار و ۲۰۰ عمل جراحی سرطان سینه در کشور انجام می شود و ۷۸ درصد بیماران مبتلا به سرطان سینه در کشور بهبود می‌یابند

وی با بیان اینکه ۳۰ درصد بیماران در مرحله پیشرفته مراجعه می‌کنند، اظهار کرد: متاسفانه ۳۰ درصد بیشتر از دنیا برای بیماران مبتلا به سرطان سینه شیمی درمانی در کشور انجام می شود در حالی که شیمی درمانی فقط ۱۱ درصد اثر پذیری دارد.

البته متخصصان معتقدند برخی از عواملی که با خطر ابتلا به سرطان سینه مرتبط اند خارج از کنترل فرد هستند مانند سن و سابقه خانوادگی، اما رژیم غذایی یکی از چندین عامل ابتلا به این سرطان است که می تواند نقشی اساسی در کاهش ابتلا به این بیماری داشته باشد.

تحقیقات انجام شده تاکنون، نشان داده است بسیاری از غذاها و مواد مغذی شناخته شده برای سلامت بدن مانند سبزیجات و فیبرها در سلامت نقش کلیدی دارند، به باور برخی از متخصصان، حدود ۳۰ درصد از سرطان های سینه تشخیص داده شده پس از یائسگی و به عوامل خطر قابل اصلاح مانند رژیم غذایی مرتبط است، بنابراین نقش تغذیه در جلوگیری از بروز سرطان سینه بسیار پررنگ است.

ارتباط بین رژیم غذایی و خطر سرطان سینه

کارشناس دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی در این زمینه گفت: اضافه وزن یا چاقی یک عامل خطر شناخته شده برای سرطان سینه است و تغذیه سالم نقش اساسی در کمک به کاهش وزن دارد، توده چربی اضافی به دلیل اثرات آن بر التهاب، سطوح هورمونی، عوامل تنظیم کننده رشد سلولی و غیره با خطر افزایش ابتلا به این بیماری در زنان یائسه مرتبط است.

زهرا حسینی افزود: مصرف مداوم میوه‌ها و سبزیجات، به طور معمول میوه‌های به رنگ قرمز، نارنجی، زرد، سبز تیره بیشترین مواد مغذی را دارند، لوبیا و عدس، غلات کامل مانند بلغور جو دوسر، برنج قهوه‌ای و نان سبوس دار، روغن زیتون، ماهی و ادویه‌ها که سرشار از آنتی اکسیدان هستند برای پیشگیری از ابتلا به سرطان سینه مفید هستند.

حسینی تصریح کرد: غذاهای سرشار از چربی اشباع شده، به ویژه محصولات لبنی پرچرب مانند کره و پنیر، ممکن است مرگ و میر ناشی از سرطان سینه را افزایش دهند.

وی اظهار کرد: سایر غذاهای سرشار از چربی اشباع شده مانند گوشت گاو، بره، مرغ، روغن نارگیل و بسیاری از غذاهای پخته و سرخ شده مانند فست فودها و چربی های ترانس موجود در غذاهای سرخ شده نیز باید پرهیز شود زیرا مطالعات نشان می‌دهد که مصرف چربی‌های ترانس با ۴۵ درصد افزایش خطر مرگ و میر سرطان سینه و ۷۸ درصد مرگ و میر ناشی از همه علل مرتبط است.

خطراتی که در آینده کودکان چاق را تهدید می کند

کمک به کودکان چاق برای کاهش وزن می تواند تأثیر زیادی بر سلامت آینده آنها داشته باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث دی نیوز، محققان گزارش می‌دهند که وقتی این کودکان و نوجوانان وزن کم می کنند، کمتر در بزرگسالی به دیابت نوع ۲، فشار خون بالا و کلسترول بالا مبتلا می‌شوند.

نتایج آنها نشان می‌دهد که خطر مرگ در سنین پایین نیز در آنها وجود دارد.

«امیلیا هاگمن»، محقق ارشد و متخصص علوم بالینی در مؤسسه کارولینسکا در سوئد، در یک بیانیه خبری گفت: «نتایج خبر بسیار خوبی است. اینکه درمان چاقی در دوران کودکی فواید سلامتی درازمدت دارد یا خیر، مورد بحث قرار گرفته است، زیرا حفظ کاهش وزن دشوار است. این امر بر اهمیت ارائه درمان زودهنگام تاکید می کند، زیرا می‌دانیم که مداخله به موقع احتمال موفقیت را افزایش می‌دهد و به کاهش خطرات درازمدت سلامت مرتبط با چاقی کمک می‌کند».

برای این مطالعه، محققان داده‌های بیش از ۶۷۰۰ کودک سوئدی را که بین سال‌های ۱۹۹۶ تا ۲۰۱۹ برای درمان چاقی ثبت نام کرده بودند، تجزیه و تحلیل کردند.

همه آنها حداقل یک سال قبل از ۱۸ سالگی تحت درمان چاقی قرار گرفتند. محققان گزارش می‌دهند که به طور متوسط، بچه‌ها درمان را از ۱۲ سالگی شروع کردند و حدود سه سال تحت درمان قرار گرفتند.

سپس تیم تحقیقات بچه‌ها را که به بزرگسالی رسیدند- بین ۱۸ تا ۳۰ سال- تحت نظر گرفتند تا ببینند آیا کاهش وزن به آنها کمک کرده است یا خیر.

محققان دریافتند حدود ۱۰۷۰ کودک پاسخ خوبی به درمان کاهش وزن خود داشتند و ۱۵۰۰ کودک دیگر به اندازه‌ای وزن کم کردند که دیگر چاق محسوب نمی‌شدند.

در مقایسه با کودکانی که وزن کم نکردند، آن دسته از کودکانی که پاسخ خوبی داشتند، این موارد مشاهده شد:

- ۵۸ درصد خطر کمتر ابتلاء به دیابت نوع ۲.
- ۶۹ درصد کاهش خطر کلسترول بالا.
- ۵۸ درصد خطر کمتر نیاز به جراحی چاقی.

محققان گزارش می‌دهند، کودکانی که به اندازه کافی وزن کم کردند تا دیگر چاق تلقی نشوند، کاهش خطر مشابهی داشتند و همچنین ۶۰ درصد کمتر در معرض خطر فشار خون بالا بودند. نتایج نشان می‌دهد بهبود چاقی یا پاسخ خوب به درمان وزن نیز با ۸۸ درصد خطر کمتر مرگ زودرس همراه است.

محققان در گزارش خود به این نتیجه رسیدند که پاسخ درمانی مفید در درمان چاقی کودکان اثرات مثبت پایداری در بزرگسالی جوان داشت.

محققان دریافتند متأسفانه کاهش وزن تأثیری بر خطر افسردگی و اضطراب در آینده ندارد. مهم نیست که یک کودک چگونه به درمان چاقی پاسخ می‌دهد، خطر ابتلاء به اختلال خلقی در بزرگسالی بدون تغییر باقی می‌ماند.

هاگمن گفت: «این باور وجود داشت که کاهش وزن می‌تواند علائم افسردگی و اضطراب را کاهش دهد، اما اکنون می‌توانیم نشان دهیم که این‌طور نیست. اگرچه ارتباطی بین این دو بیماری وجود دارد، اما باید به طور موازی درمان شوند».

تازه های سلامت

با تشخیص به‌موقع قوز قرنیه نیاز به پیوند ندارید

یک جراح و متخصص چشم گفت: با تشخیص به‌موقع، کنترل و درمان قوز قرنیه می‌توان از پیشروی و پیوند قرنیه پیشگیری کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وبدا، الهام سلطانی با اشاره به اینکه قوز قرنیه چشم یا کراتوکونوس بیماری ارثی غیرالتهابی است، اظهار کرد: غالبا افراد مبتلا به این مشکل، زمینه خانوادگی در این خصوص دارند و معمولا این بیماری با عیوب انکساری به سرعت پیش‌رونده خود را نشان می‌دهد. وی در ادامه اظهار کرد: فرد مبتلا به قوز قرنیه معمولا با این علائم به ما مراجعه می‌کند که نمره عینکم تند تند تغییر کرده و عینک را زود به زود عوض می کنم و این بدان معناست که عینک نتوانسته به‌صورت قابل قبول مشکل بینایی فرد را اصلاح کند.

این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی همدان با بیان اینکه تشخیص قطعی با عکس‌برداری‌هایی از سطح قرنیه ممکن است، ادامه داد: معمولا بیماران در سنین ۲۰ تا ۳۰ سال به این مشکل مبتلا می‌شوند و شیوع آن در سایر گروه‌های سنی کمتر است.

وی اضافه کرد: درمان‌ها در این بیماران بر حسب شدت و سن بیمار متفاوت است اما معمولا در انواع خفیف بیماری، عینک یا لنز نرم ممکن است کمک‌کننده باشد ولی با پیشرفت بیماری و نازک‌تر شدن و تغییر شکل بیشتر قرنیه این درمان‌ها دیگر چندان کارساز نخواهد بود.

سلطانی در ادامه اظهار کرد: درمان بعدی بیماری استفاده از لنزهای سخت دارای قابلیت نفوذ گاز است، این لنزها قابلیت بیشتری برای اصلاح آستیگماتیسم نامنظم ناشی از کراتوکونوس (قوز قرنیه) دارند اما در حال حاضر در بیمارانی که قادر به تحمل لنزهای سخت نیستند از روش‌های جدیدتری مانند قرار دادن رینگ‌های داخل قرنیه مثل Intacs و Ferrara و رینگ کامل Myoring استفاده می‌شود.

وی با اشاره به اینکه یکی از روش‌های درمان قوز قرنیه، روش جراحی کراس‌لینکینگ است که باعث استحکام قرنیه و پیشگیری از پیشرفت بیماری است، گفت: در این روش بینایی فرد با و بدون عینک بهبود یافته و میزان آستیگماتیسم، کاهش قابل ملاحظه‌ای خواهد داشت و این روش باعث می‌شود به پیوند قرنیه نیاز نباشد.

تنبلی چشم را در کودکان جدی بگیرید

این متخصص و جراح چشم در بخش دیگری از سخنان خود به یکی دیگر از مشکلات چشمی در گروه‌سنی کودکان اشاره و اظهار کرد: «تنبلی چشم» یکی از مشکلات شایع چشم در سنین کودکی است که دید بیمار بدون وجود هیچ علت شناخته‌شده ارگانیک کاهش می‌یابد و با روش‌های موجود مثل عینک قابل اصلاح نیست.

وی افزود: این موضوع به دلیل عدم تکامل سیستم مغزی در بینایی چشم ایجاد می‌شود. اگر به هر دلیلی در دو سال نخست زندگی علتی وجود داشته باشد که مانع از دیدن تصویر در یکی از چشم‌ها شود مغز بیشتر بر یک چشم تمرکز می کند و عملا چشم «تنبل» را نادیده می گیرد و چنانچه این چشم به درستی تحریک نشود، سلول های عصبی که مسئول بینایی هستند به طور طبیعی تکامل نمی یابند.

سلطانی یادآور شد: انحرافات چشم، وجود کدورت در مسیر بینایی، ایجاد ضایعه در قرنیه و عیوب انکساری قابل توجه از جمله مسائلی هستند که می‌توانند در کاهش دید یک چشم و ایجاد تنبلی چشم مؤثر واقع شوند در نتیجه کودک باید در مدت زمان طلایی از نظر وجود این مشکلات غربالگری شود و مغز بیاموزد و این تصاویر را اصلاح کند.

وی متذکر شد در این بیماری عیوب انکساری بر حسب شدت با تجویز عینک اصلاح می‌شود و اگر روند درمان کودک به‌طور منظم پیگیری شود، رفع تنبلی چشم و بهبودی کامل حاصل می‌شود، معمولا هر چه سن کودک کمتر باشد، اثربخشی درمان بیشتر خواهد بود. پس از هشت سالگی، احتمال بهبود بینایی به طور قابل توجهی کاهش می یابد ولی درمان هنوز هم می تواند موثر باشد.

پیرچشمی یا کاهش قدرت تطابق چشم چیست؟

این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی همدان در ادامه به موضوع پیرچشمی اشاره و اظهار کرد: ضعف بینایی که به دلیل افزایش سن اتفاق می‌افتد پیرچشمی نامیده می‌شود و در واقع کاهش قدرت تطابق چشم با افزایش سن است.

وی اضافه کرد: در حالت عادی همه ما می توانیم اجسام دور و نوشته‌های ریز یک را از نزدیک با دید خود ببینیم و این ناشی از قدرت تطابق در چشم است که ممکن است با افزایش سن، این قدرت تطابق کاهش می‌یابد.

سلطانی با اشاره به اینکه در اغلب موارد، پیرچشمی از سنین ۴۰ سالگی به بعد آغاز می‌شود، اظهار کرد: مناسب‌ترین و بهترین راه درمان این مشکل استفاده از عینک است البته روش‌های جراحی هم وجود دارد اما استفاده عمومی ندارد چون نتایج قابل پیش‌بینی ندارند.