گوناگون

کشیدن دندان‌های شیری کودکان بدون توجیه مشکل ساز می‌شود

نایب رئیس انجمن دندانپزشکی کودکان ایران، گفت: خارج نمودن زودرس و بدون توجیه دندان‌های شیری کودکان مشکل ساز می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهرعلی رشیدیان، در آستانه برگزاری هجدهمین کنگره انجمن دندانپزشکی کودکان ایران، اظهار کرد: دندان‌های شیری کودکان از ۶ ماهگی شروع به رویش می‌کند و تا سه سالگی کامل می‌شود. سرپرست هجدهمین کنگره دندانپزشکی کودکان ایران، در ارتباط با عوارض کشیدن دندان‌های شیری کودکان، گفت: خارج نمودن زودرس و بدون توجیه دندان‌های شیری از چند جهت سبب بروز مشکل می‌شود. جدا از بروز اختلال در جویدن مواد غذایی، دندان‌های جانشین دائمی مسیر رویشی صحیح خود را از دست داده و سبب کاهش طول قوس فکی خواهد شد. رئیس بخش دندانپزشکی کودکان دانشگاه علوم پزشکی آزاد تهران، ادامه داد: در بعضی موارد با بررسی کلینیکی و رادیو گرافیک، دندانپزشک به این تصمیم می‌رسد که درمان دندان شیری امکانپذیر نیست و یا باقی ماندن آن سبب آسیب به جوانه دندان دائمی می‌شود. در این صورت دندان شیری خارج شده و از قضا نگهدارنده برجسب مورد، برای حفظ مسیر روشی مناسب دندان‌های دائمی جایگزین استفاده می‌شود. رشیدیان با عنوان این مطلب که درمان دندانپزشکی برای کودکان در هر سنی امکانپذیر است و امر در مورد درمان‌های زیبایی نیز صادق است. افزود: متخصصین دندانپزشکی کودکان با توجه به میزان همکاری کودک ممکن است این درمان‌ها را در کلینیک و یا در اتاق عمل تحت بیهوشی و با آرامبخشی انجام دهند. وی در ادامه به هجدهمین کنگره انجمن دندانپزشکی کودکان ایران که از یکم تا چهارم مرداد ۹۸ در دانشکده دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران برگزار خواهد شد، اشاره کرد و گفت: عنوان کنگره امسال، «دندانپزشکی کودکان مبتنی بر شواهد؛ مفاهیم نوین» در نظر گرفته شده است. این متخصص دندانپزشکی کودکان، تاکید کرد: تجارب اندوخته شده بر پایه دانش روز و شواهد کلینیکی در روند درمان بیماران در حیطه دندانپزشکی کودکان، افقی نوین را فراروی همکاران قرار داده است و این فرصت را فراهم می‌سازد تا مطلوب‌ترین روش‌های درمانی در جهت ارتقا سلامت بیماران، به کار گرفته شود.

"روغن حیوانی" سوخت سلولهای قلبی و عضلانی!

سلولهای قلبی و عضلانی از روغن حیوانی به‌عنوان سوخت استفاده می‌کنند؛ افرادی سالها به‌دروغ گفته‌اند "خوردن روغن حیوانی باعث سکته می‌شود"؟ و سوال این است که آیا جوانان امروزی که در سن ۳۵ سالگی بر اثر سکته قوت می‌کنند، روغن حیوانی مصرف کرده‌اند؟!!

به گزارش پیام آشنا به نقل از تسنیم؛ پیش از این مطالبی با عنوان خیانت در حق سلامتی مردم با حذف «روغن حیوانی»؟ از دکتر حسن اکبری؛ متخصص آسیب‌شناسی، دانشیار دانشگاه شهید بهشتی و محقق طب سنتی ایرانی ـ اسلامی منتشر کردیم. در آن مطلب اشاره شد که "اگر سلولهای بدن مثل سلولهای مغزی از گلوکز به‌عنوان سوخت استفاده کرده اما سلولهای قلبی و عضلانی از روغن حیوانی به‌عنوان سوخت استفاده می‌کنند؛ افرادی سالها به‌دروغ گفته‌اند "خوردن روغن حیوانی باعث سکته می‌شود"؟ و سوال من این است که آیا جوانانی که در سن ۳۵ سالگی بر اثر سکته قوت می‌کنند، روغن حیوانی مصرف کرده‌اند؟ یا همین روغن‌های مایع موجود در بازار کشور را مصرف کرده‌اند؟!" در ادامه مطلبی درباره "روغن دنبه" به‌عنوان یکی از روغن‌های سالم حیوانی، تقدیم مخاطبان تسنیم شده که متأسفانه این روغن حیوانی سالم و پرارزش طی چند دهه؛ اخیر به‌دلیل حجم گسترده تبلیغات تاصحیح از سفره غذایی مردم کشورمان حذف شده است؛ از دیدگاه بوعلی سینا و حکمای ما اگر قاعل یعنی بدن و سیستم بدنی به‌خوبی قوی باشد که بتواند اثرات روغن حاصل از دنبه گوسفند را حل کند یا اینکه بدن قوی باشد یا قرد مزاج خیلی گرمی داشته باشد که بتواند دنبه را هضم کند یا اینکه قرد کارهای سنگین و فعالیت‌های سنگین مانند کشاورزی داشته باشد در این موارد خوردن روغن دنبه مفید است و در غیر این صورت باید مصرف آن را کم کند به‌ویژه در سنین کهنسالی. در روستاها دیده می‌شود که قرد ۱۰۰ سال عمر دارد اما به‌راحتی روغن دنبه مصرف می‌کند و هیچ مشکلی برایش ایجاد نمی‌شود چرا که با انجام کارهای سنگین دنبه را به‌خوبی هضم می‌کند و در برخی موارد کمی مزه، یا آویشن همراه آن می‌خورند که اثرات آن را بهتر می‌کند. برای کسانی که خیلی دوست دارند دنبه بخورند نسخه‌ای وجود دارد از رازی و بوعلی سینا که آن را تأیید کرده‌اند و گفته‌اند که اگر کسی خواست دنبه مصرف کند بهتر است سه کیلو دنبه گوسفندی را با سه عدد پیاز درشت بافاصله یک لیوان سرکه یا آبلیمو یا آبغوره خانگی یا رب‌انار خانگی به‌همراه یک لیوان گلاب اضافه کرده و ۱۵۰ گرم پوست سیب درختی یا رنده سیب درختی یا ۱۵۰ گرم میوه "به" نیز به آن اضافه شود همچنین، یک قاشق چایخوری میخک یا ۲ قاشق کاکوتی اصل به‌مخلوط دنبه خود اضافه کنیم و همه را هم چرخ کرده و این ترکیب را با مقداری آب مخلوط و روی شعله ملایم می‌گذاریم تا آب آن بخار شود و روغن خالص بماند و بعد صافش می‌کنیم و می‌گذاریم در جایی منجمد شود. پیاز و ترکیباتی که به دنبه گوسفند اضافه می‌کنیم بوی بد دنبه را از بین می‌برد و اصلاحش می‌کند یعنی آن لزوجت و غلظت آن را از بین می‌برد و ملح رسوب آن می‌شود و اگر به این صورت تهیه شود می‌توان مصرف کرد.

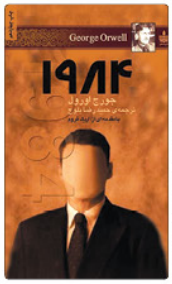
پخت غذا با شعله کم در پیشگیری از آلزایمر موثر است

تحقیقات نشان می‌دهد خوردن غذاهایی که با حرارت بالا طبخ شده‌اند، خطر ابتلا به آلزایمر را افزایش می‌دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، پخت غذا با حرارت بالا باعث افزایش تشکیل ترکیباتی موسوم به گلیکوزیله پیشرفته (AGEs) می‌شود؛ این ترکیبات گروهی از ترکیبات شامل شکر، پروتئین و سایر مولکول‌های بزرگ هستند. محصولات نهایی گلیکوزیله پیشرفته (AGEs)، از طریق برخی مکانیسم‌ها شامل افزایش التهاب و فشار اکسیداتیو، خطر ابتلاء به بیماری‌های مزمن را افزایش می‌دهند. آنها همچنین قادر به اتصال به گیرنده RAGE هستند؛ این گیرنده، پروتئین‌های بتاآمیلوئید را در مسد خونی مغز عبور داده و باعث بروز بیماری‌هایی مانند آلزایمر در ارتباط است.

محققان دانشکده پزشکی آیسان بیمارستان مونت‌سینای نیویورک اقدام به پخت ۵۴۹ غذا با روش‌های مختلف طبخ کرده و محتوای AGEs آنها را در غذای پخته شده اندازه‌گیری کردند. بررسی موش‌ها با رژیم غذایی دارای مقادیر بالای AGEs نشان می‌دهد، این موش‌ها دارای میزان بالای AGEs به همراه رسوب پروتئین بتاآمیلوئید در مغز هستند به گفته محققان، حرارت بالا در هنگام پخت غذا با سطوح بالای AGEs و احتمال ابتلاء به بیماری آلزایمر در ارتباط است.

یک جرعه کتاب



۱۹۸۴
نویسنده: جرج اورول
مترجم: حمیدرضا باوج
انتشارات: مجید

پیام آشنا: بعد از شهرتی که کتاب «قلعه حیوانات» برای «اورول» به ارمغان آورد «۱۹۸۴» شاهکار وی به شمار می‌آید و به بیش از ۶۵ زبان مختلف ترجمه و میلیون‌ها نسخه از آن به فروش رسیده است.

این اثر که همیشه جزء ده رمان برتر قرن بیستم شناخته شده و طبق نظرخواهی از خوانندگان مجله تایم به عنوان برترین رمان در طول تاریخ انتخاب شده، رمانی است که مانند «قلعه حیوانات»، پس خوانده شدن، همیشه با شما خواهد بود. داستان این اثر، در سال ۱۹۸۴ و در شهر لندن رخ می‌دهد. اما «جورج اورول» ۳۵ سال قبل از آن و در سال ۱۹۴۹ آن را نوشته است. درست زمانی که جنگ جهانی دوم به تازگی تمام شده بود و جهان هنوز تسلیم‌شدن در مقابل حکومتی ظالم و دیکتاتوری را به چهبی احساس می‌کرد.

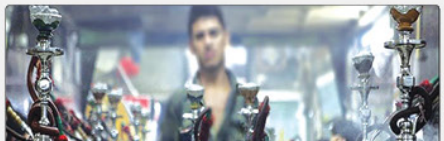
وینستون اسمیت یک کارمند سازمانی حکومتی تک حزبی و توتالیتر در شهر لندن است. حکومتی که همه‌جا دم از برابری و برادری می‌زند اما ناتش به شدت طبقاتی است و به شدت همه زندگی مردم را زیر نظر دارد. هیچ‌کس هیچ‌جا تنها نیست. تمام حرکات و رفتار آدم‌ها ثبت و ضبط می‌شود. حق عاشق شدن ندارند. حق ازدواج ندارند. مگر برای تولید مثل. حق تفکر و مطالعه ندارند مگر آنچه حزب می‌گوید و حق تشکیل محافل دوستانه ندارند. مگر این که در آن سخن از حکومت باشد. قضایی بر از خفقان، وحشت و همراه با حس اژجار از وضعیت سرد و ترسناک جامعه در رمان «۱۹۸۴» در جریان است. در یک جمله، انسان بودن در جامعه‌ای که اورول توصیف می‌کند، جرم و داشتن عواطف انسانی گناه است. در رأس این حکومت، قردی است که مردم جز نامی از او نشنیده‌اند و حتی در وجود او هم شک است اما چنان او را می‌پرستند که خدا را. وزارت خفه‌ها و نهادهای این کشور هم عجیب‌اند و همه‌شان کاری را انجام می‌دهند که بر خلاف نام و وظیفه‌شان است. در میان این جامعه عجیب، وینستون اسمیت ۳۴ ساله که مخفیانه برای خودش یک دفترچه یادداشت دارد و افکار آزادی‌خواهانه‌اش را در آن می‌نویسد. دست به کارهای ممنوعه می‌زند، عشق، قرارهای پنهانی و مبارزه. اورول این کتاب را در واقع برای اخطار به غرب در مورد گسترش کمونیسم نوشت، اما داستان این اثر را می‌توان تا حدود زیادی به شرایط حاکم بر تمام جوامع تحت سلطهٔ حکومت‌های استبدادی تعمیم داد؛ در واقع یعنی هر کسی گمان می‌کند که کتاب برای عصر او نوشته شده و می‌تواند از هر صفحه‌ی کتاب چندین مصداق برای زندگی امروزی‌اش پیدا کند. شاید تازگی ابدی این اثر به ما می‌آموزد که در قرن‌های بعد هم چیزی عوض نخواهد شد. «۱۹۸۴» یکی از شاهکارهای مسلم ادبیات جهان است که تأثیر زیادی در قرهنگ عامه و رسانه‌های جهانی گذاشته است. رمانی در ژانر تخیلی، سیاسی و اجتماعی، که شاید خواندنش سخت باشد ولی به همان اندازه لذت‌بخش نیز خواهد بود.

ارائه قلیان در قهوه‌خانه، سفره‌خانه و کافه‌ها ممنوع است

معاون نظارت بر اماکن پلیس امنیت عمومی تهران بزرگ گفت: ارائه قلیان در سفره‌خانه‌ها، کافه‌ها و... ممنوع است و به هیچ عنوان هیچ قهوه‌خانه‌ای اجازه ندارد در محلش سرو قلیان داشته باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، سرهنگ تقی افرند- معاون نظارت بر اماکن پلیس امنیت عمومی تهران بزرگ در خصوص سرو قلیان در سفره‌خانه‌ها، رستوران‌ها، کافه‌ها و... اظهار کرد: ارائه قلیان در سفره‌خانه‌ها، کافه‌ها و... ممنوع است و به هیچ عنوان هیچ قهوه‌خانه‌ای اجازه ندارد در محلش سرو قلیان داشته باشد. وی افزود: این موضوع اظهار نظر شخصی اماکن نیست، بلکه بر روی پروانه کسب هر قهوه‌خانه از سوی اتحادیه قهوه‌خانه‌ها ذکر شده است که ارائه قلیان به هر نحو ممنوع است.

معاون نظارت بر اماکن پلیس امنیت عمومی تهران بزرگ تصریح کرد: مأموران اماکن وقتی در بازدیدهای میدانی خود مشاهده می‌کنند یک واحد صنفی اقدام به ارائه قلیان کرده



است این موضوع را به اتحادیه آن واحد اعلام می‌کنند و مطابق قانون با آن واحد صنفی متخلف برخورد می‌شود (آن واحد صنفی پلمب می‌شود) افزند خاطرنشان کرد: ارائه قلیان هم رفتاری خلاف مقررات بهداشتی است و هم می‌تواند سلامت جوانان جامعه را به خطر اندازد. وی در پاسخ به سوالی مبنی بر اینکه برخی قهوه خانه دارها ادعا می‌کنند ما مجوز ارائه قلیان داریم، آیا درست می‌گویند یا صرفاً یک ادعا است گفت: ما و هیچ نهادی برای ارائه قلیان مجوزی صادر نمی‌کنیم اما احتمال دارد برخی قهوه خانه‌ها که پروانه کسبشان قدیمی است بر روی مجوزشان نوشته باشد «ارائه قلیان ممنوع است» و به همین دلیل فکر می‌کنند که می‌توانند قلیان را داخل قهوه خانه بدهند. افزند که البته این تفکر اشتباه است و نمی‌توان به استناد آن موضوع در قهوه خانه قلیان ارائه دهند.

معاون نظارت بر اماکن پلیس امنیت عمومی تهران بزرگ در پایان یادآور شد: خانواده جانبازان و شهدا می‌توانند مشکلاتی که مربوط به اماکن می‌شود را خارج از نوبت با اماکن درمیان بگذارند و همچنین هر شهروندی می‌تواند برای دریافت مشاوره در انجام اموری که به اماکن مربوط است به دفتر معاون نظارت بر اماکن پلیس امنیت عمومی تهران بزرگ مراجعه کند.

بدانیم

چه رنگ هایی در خانه تأثیر منفی می گذارند؟

مردم معمولا رنگ ها را بر اساس سلیقه شخصی یا هماهنگ با رنگ دیگر وسایل خانه انتخاب می کنند. اما هنگام انتخاب رنگ باید تاثیر آن روی احساسات مان را نیز در نظر بگیریم.

به گزارش پیام آشنا به نقل از بیتوته، بعضی رنگ ها مثل خاکستری بعد از یک روز طولانی و پر استرس حس خوبی به ما نمی‌دهند و حتی باعث ایجاد احساس خستگی و افسردگی می شوند. در ادامه با رنگ هایی که تاثیر منفی روی احساسات دارند و نباید در رنگ آمیزی خانه به کار برده شوند بیشتر آشنا شویم.

زرد روشن

رنگ زرد به بعضی افراد احساس اضطراب می دهد. درست است که این رنگ ویژگی های خوبی نیز دارد اما استفاده از آن در اتاق کمی تند و خشن است.

باعث ایجاد احساس اضطراب و عصبانیت می شود به علاوه چون یک رنگ گرم و تیره است قضا را کوچک تر نشان می دهد.

ذهن را بیش از حد تحریک کرده و باعث سردرد می شود.

زرد آفتابی

این رنگ صرف نظر از این که به دکوراسیون پاییزی جلوه زیبایی می دهند اگر در به کار بردن آن زیاده روی شود

قهوه‌ای تیره

اگر می خواهید برای اتاق و رنگ آرام بخش قهوه ای استفاده کنید باید در انتخاب طیف آن دقت کنید. به عنوان مثال رنگ قهوه ای تیره باعث افسردگی و تحلیل انرژی می شود. از این رنگ به عنوان رنگ حاشیه استفاده کنید و برای دیوار اتاق از طیف های روشن تر استفاده کنید

صورتی پاستلی

انتخاب طیف مناسب صورتی کمی سخت است چون خیلی از آن ها کودکانه و بیش از حد دخترانه هستند. مثل صورتی پاستلی که یک فضای افسرده کننده ایجاد می کنند.

خاکستری در آشپزخانه و پذیرایی

این رنگ در اتاق خواب و حمام آرامش بخش است اما طراحان خانه‌ها از آن آن را در آشپزخانه و اتاق های دیگر توصیه نمی کنند. رنگ خاکستری را در آشپزخانه و پذیرایی به کار نبرید مگر این که بخواهید اشتهای خود را کم کنید.

قرمز روشن

اگر تمام دیوار اتاق را قرمز کنید در شما احساس خشونت و استرس ایجاد می کند. اگر علاقه زیادی به این رنگ دارید از آن به عنوان رنگ حاشیه استفاده کنید.

تب کنگو می تواند کُشنده باشد

تب کریمه کنگو به عنوان یکی از بیماری های قابل انتقال از حیوان به انسان، سلامت برخی گروه های شغلی را به شدت تهدید می کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، تب کریمه کنگو یک عفونت ویروسی مشترک بین انسان و حیوان است و این بیماری از طریق گزش کنه به حیوانات منتقل می شود و آنها را بیمار می کند. اما علامتی در حیوان ایجاد نمی کند که باعث تشخیص شود و ظاهر حیوان کاملا طبیعی است. بیماری تب کریمه کنگو می تواند به صورت مستقیم از دام به انسان و یا از طریق گزش انسان توسط کنه آلوده منتقل شود. این در حالی است که اکثر موارد این بیماری در افرادی دیده می شود که با دام سر و کار داشته‌اند. چرا که بیماری تب کریمه کنگو از طریق گزش دام توسط کنه آلوده ایجاد می شود.

بیماری که می تواند کشنده باشد

محمدمهدی گویا رئیس مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت، با خطرناک خواندن تب کریمه کنگو گفت: این بیماری جان قرد مبتلا را به شدت در معرض تهدید جدی قرار می دهد و اگر به موقع اقدامات مراقبتی و درمانی صورت نگیرد، تا حدود ۳۰ درصد موارد مبتلا می تواند منجر به مرگ شود. وی با اشاره به اینکه از ابتدای سال جاری تاکنون ۵۴ مورد ابتلاء به این بیماری مشاهده شده است که تمامی موارد تحت مراقبت و درمان قرار گرفته‌اند. افزود: ۵ نفر از افراد مبتلا شده نیز به رغم انجام اقدامات درمانی، جان خود را از دست داده‌اند. رئیس مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت، گفت: اکثر موارد بیماری تاکنون در تمام طول سال هایی که این بیماری شناسایی شده است، مربوط به استان‌های مرزی کشور و به خصوص سیستان و بلوچستان بوده است. وی با تاکید بر تشدید مراقبت‌های بهداشتی، گفت: اگر این نکات بهداشتی کاملاً رعایت نشود، شانس ابتلای به بیماری افزایش پیدا می کند. زیرا ظاهر دام به هیچ‌عنوان نمی توانند نشان دهنده وجود بیماری در حیوان باشد. رئیس مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت تصریح کرد: یکی از اقدامات بسیار مهم در کشتار گله‌ها این است که وقتی دام به کشتارگاه سپرده شد تا تذبح شود، حداقل ۲۴ ساعت در یک قضای مخصوص نگه داری شود که به آن قضای پیش سرد گفته می‌شود. زیرا این اقدام باعث می‌شود که ویروس در بدن دام از بین رود و بعد از آن به بازار عرضه می‌شود در صورتیکه اگر ذبح دام در کنار خیابان‌ها و جاده‌ها باشد و توسط مردم عادی انجام شود، چنین امکانی برای نگهداری وجود نداشته و جان کسی که با این دام سروکار دارد، مورد تهدید قرار می گیرد.

بیماری مشترک حیوان و انسان

مسعود مردانی عضو هیئت مؤسس مرکز تحقیقات بیماری‌های عفونی و گرمسیری دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، گفت: بیماری تب خونریزی دهنده کریمه کنگو (CCHF)، یک بیماری مشترک بین انسان و حیوان است که به وسیله کنه‌های سخت گونه «هیالوما» به انسان و یا حیوان منتقل می‌شود. علاوه بر آن، سایر راه‌های انتقال این بیماری به دنبال تماس با خون و یا بافت آلوده انسان و حیوان آلوده است. به علت بیماری زایی بالای ویروس امکان انتقال قرهبیمارستانی این بیماری نیز محتمل است که متأسفانه در ایران عدای قربانی این بیماری شده‌اند. وی افزود: تماس با خون و بافت بیماران به خصوص در مرحله خونریزی با انجام هرگونه اعمالی که منجر به تماس انسان با خون، بزاق، ادرار، مدفوع و استفراغ آنها گردد باعث انتقال بیماری می‌شود. بیمار در طی مدتی که در بیمارستان بستری است بدشت برای دیگران آلوده کننده است. که موجب عفونت‌های بیمارستانی نیز خواهد شد.

علائم بیماری تب خونریزی دهنده کریمه کنگو

۱- دوره کمون: بستگی به فرد ورود ویروس دارد. پس از گزش کنه، دوره کمون معمولاً یک تا ۳ روز است و حداکثر به ۹ روز می‌رسد. دوره کمون به دنبال تماس با بافت‌ها یا خون آلوده معمولاً ۵ تا ۶ روز است و حداکثر زمان ثابت شده ۱۳ روز بوده است. ۲- قبل از خونریزی: شروع علائم ناگهانی شامل تب، سردرد، کمردرد، بیمار دچار سردرد شدید، تب لرز، درد عضلانی بخصوص در پشت و پاها، گیجی، درد و سفتی گردن، درد چشم، ترس از نور می‌شود. ممکن است حالت تهوع، استفراغ بدون ارتباط با غذا خوردن و گلو درد و احتقان ملتحمه در اوایل بیماری وجود داشته باشد که گاهی با اسهال و درد شکم و کاهش اشتها همراه می‌شود. تب معمولاً بین ۳ تا ۱۶ روز طول می‌کشد. تورم و قرمزی صورت، گردن و قفسه سینه، برخونی خفیف حلق و ضایعات نقطه‌ای در کام نرم و سخت شایع هستند. تغییرات قلبی عروقی شامل کاهش ضربان قلب و کاهش فشار خون مشاهده می‌شود. ۳- مرحله خونریزی دهنده: مرحله کوتاهی است که به سرعت ایجاد می‌شود و معمولاً در روز ۳ تا ۵ بیماری شروع می‌شود و یک تا ۱۰ روز به طور متوسط ۴ روز طول می‌کشد. خونریزی در مخاط‌ها و پوست به خصوص در قسمت بالای بدن و در طول خط زیر بغلی و زیر پستان در خانم‌ها دیده می‌شود. ۴- دوره نقاهت: بیماران از روز دهم وقتی ضایعات پوستی کمرنگ می‌شود، به تدریج بهبودی پیدا می‌کنند. اغلب بیماران در هفته‌های سوم تا ششم بعد از شروع بیماری وقتی شاخص‌های خونی و آزمایش ادرار طبیعی شد از بیمارستان مرخص می‌شوند. مشخصه دوره نقاهت طولانی بودن آن به همراه ضعف است که ممکن است برای یک ماه یا بیشتر باقی بماند. گاهی موها کامل می‌ریزد که پس از ۴ تا ۵ ماه ترمیم می‌شود.

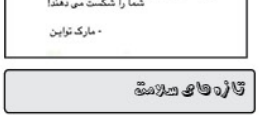
درمان بیماری تب خونریزی دهنده کریمه کنگو

مردانی در خصوص درمان بیماری گفت: این بیماری را با درمان ضد ویروس «ریباویرین» می‌توان کنترل نمود برای اولین بار مطالعات پژوهشی اساتید دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی کارایی این دارو را در بیماران تب خونریزی دهنده کریمه کنگو به اثبات رساندند که از حدود ۱۰ دهه قبل رفرانس کتاب‌های مرجع پزشکی از جمله کتاب مندل قرار گرفته است. قابل ذکر است این دارو توسط معاونت امور بهداشتی وزارت بهداشت به رایگان در تمامی مراکز بهداشتی و درمانی کشور، در اختیار نیازمندان قرار داده می‌شود.

پیشگیری از بیماری تب خونریزی دهنده کریمه کنگو

استاد گروه عفونی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، جهت پیشگیری از این بیماری، رعایت مسائل بهداشت فردی و اجتماعی و عدم استفاده از گوشت تازه قربانی شده، ذبح بهداشتی گوسفند در کشتارگاه‌ها و رعایت بهداشت کنترل عفونت در موارد بیمارستانی را توصیه نمود. و افزود: گوشت گوسفند در ۲۴ ساعت بعد از ذبح از ویروس پاک می‌شود و استفاده از آن بلامانع است ولی توصیه می‌شود در ۲۴ ساعت ابتدای ذبح حیوان از گوشت و جگر تازه آنها استفاده نشود. وی گفت: باتوجه به اینکه بعد از مراسم عیدی حج و عید سعید قربان و افزایش موارد ذبح غیربهداشتی دام، امکان بروز موارد جدید این بیماری اجتناب ناپذیر است. برای جلوگیری از این موضوع، باید نسبت به ذبح بهداشتی دام در کشتارگاه‌های صنعتی که مورد تأیید سازمان دامپزشکی است، اقدام نمود. بر اساس گزارش وزارت بهداشت، در سال‌های اول شناخت تب کریمه کنگو در دهه ۷۰، سالانه بین ۱۵۰ تا ۲۰۰ مورد از این بیماری در کشور تشخیص داده می‌شد که بیشتر در مرزهای شرقی کشور بود. اوایل که این بیماری درست شناخته نمی‌شد و دیر متوجه آن می‌شدند ۳۰ تا ۵۰ درصد تلفات داشت. در حال حاضر که این بیماری شناخته شده است تلفات آن به کمتر از ۱۰ درصد کاهش یافته است.

مینیمال
هایی برای زندگی



مینیمال هایی برای زندگی
مرکز با احمق ها بحث نکنید.
انها اول شما را تا سطح خودشان پایین می کشند،
بعد با تجربه ی یک عمر زندگی در ان سطح ،
شما را شکست می دهند!

• مارک تواین

تازه های سلامت

هر آنچه از تب مالت باید بدانید!

یکی از مهمترین و شایعترین بیماری های قابل انتقال بین انسان و حیوان در ایران می باشد. بیماری تب مالت از حیوان آلوده به انسان منتقل می‌شود، اما از انسان به انسان منتقل نمی‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مرکز بهداشت غرب کرج، تب مالت باعث آسیب مغز، چشم و سایر دستگاه های بدن می‌شود درمان تب مالت هزینه‌های زیادی به سیستم بهداشتی کشور وارد می‌کند.

جهت پیشگیری از بیماری تب مالت موارد زیر را رعایت نمایید:

از شیر، خامه و بستنی پاستوریزه استفاده نمایید. از مصرف لبنیات غیر پاستوریزه (به ویژه پنیر محلی) پرهیز شود.

میکروب تب مالت در اثر حرارت مناسب از بین می رود. بنا براین شیر محلی را بجوشانید و ۳-۵ دقیقه (معادل ۶۰ صلوات) در حالت جوش نگه دارید. از طرفی مراقب باشید که حرارت دادن زیاد شیر باعث می‌شود که برخی مواد داخل شیر از بین بروند.

ماست چون از شیر جوشیده بدست می‌آید معمولاً آلوده نیست و یک ماده لبنیاتی بسیار خوب است. هم چنین کشک و دوغی که از ماست تهیه شود معمولاً آلوده نیست.

موقع پاک کردن و خرد کردن گوشت از دستکش استفاده کنید

قبل از مصرف گوشت، آن را کامل بپزید. از خوردن جگر خام یا نیم پز جداً خودداری کنید.

- بعضی افرادی که در معرض بیماری تب مالت هستند عبارتند از :

افرادی که محل کار یا زندگی آن ها به محل نگهداری دام ها بسیار نزدیک است.

افرادی که در اطراف محل سکونتشان کود و فضولات حیوانی وجود داشته باشد.

کودکانی که با دام ها بازی می کنند و یا از آن ها نگهداری می‌نمایند.

چوپان‌ها و کسانی که پشم و موی دام های آلوده دست می‌زنند.

افرادی که به نوعی خون و یا ترشحات آلوده در چشمشان پاشیده و یا با مخاط دهان و بینی آن ها تماس یابد.

کسانی که سبزیجات و میوه های آلوده به کود حیوانی را به درستی شستشو و ضدعفونی ننمایند.

افرادی که با کفش آلوده از آغل به محل زندگی انسان ها رفته و باعث آلودگی می‌شوند و یا این کار، خود و اهل خانواده را در معرض بیماری تب مالت قرار می‌دهند.

کارگران کشتارگاه ها، قصاب ها، دامداران، افرادی که پنیر محلی درست می‌کنند و یا از پنیر تازه آلوده استفاده می‌کنند.

باجامعه همراه باشید

صفحه "جامعه" با رویکردی متفاوت از گذشته با مطالب متنوع در حوزه های جامعه‌شناسی، روانشناسی، سلامت، تغذیه، دکوراسیون، بانوان، آموزه های قرآنی، معرفی کتاب، مشاوره و مدیریت خانواده، مسائل حقوقی و قضایی و هزاران موضوع جذاب و خواندنی دیگر، میهمان خانه هایتان است.

امید که بتوانیم با هم‌راهی شما یاران همیشگی پیام آشنا در راستای ارتقای سبک زندگی گام برداریم.

نظرات، دیدگاه و انتقادات سازنده خود را با ما در میان بگذارید. از مطالب صاحبان قلم در حوزه های اجتماعی استقبال می‌شود.

شماره تماس: ۳۲۵۵۳۸۳۸