payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۱۷۳۹
دوشنبه / ۱۰ آذر / ۱۳۹۹
۱۴ / ربیع الثانی / ۱۴۴۲
30 / November / 2020

صاحب امتیاز موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری - سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار نخلون، خیابان فرهنگ، جنب کافون، کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۲۸۳۸-۳۲۵۳۲۴۴۳ - ۰۲۶ فکس: ۳۲۵۵۳۸۳۸
فکس اینترنتی پیام آشنا: ۸۹۷۸۶۷۳۹-۰۲۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۴۲/۴۶
چاپ: کارگر

کافه پیام

برای انعکاس نظرات و گلایه ها و پیشنهادات خود درباره مسائل البرز با پیام آشنا تماس بگیرید

۳۲۵۵۳۸۳۸
۳۲۵۴۱۴۹۵
۰۹۰۱۴۰۴۸۳۳۳

فال ۴۴۴ — امروز با حافظ

شهر پست پر طریفان و از هر طرف نگاری
یاران صلای عشق است گر می کنید کاری
چشم فلک نبیند زین طرفه تر جوانی
در دست کس نیفتد زین خوبتر نگاری

خوشه

هر قدر به طبیعت نزدیک شوی، زندگانی شایسته تری را پیدا می کنی.

نیمایوشیج

اذان ترک — اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۵:۲۸	۰۶:۵۹	۱۱:۵۷	۱۶:۵۴	۱۷:۱۳

برگ

چیزی ساده تر از بزرگی نیست آری ساده بودن هماتا بزرگ بودن است.

امرسون

خبر

بررسی اولویت‌بندی‌ها برای تزریق واکسن کرونا

واکسن کرونا به چه کسانی باید تزریق شود؟

دبیر کمیته ملی اخلاق در پژوهش وزارت بهداشت و عضو کمیته اخلاق توزیع واکسن در سازمان جهانی بهداشت درباره لزوم اولویت‌بندی گروه‌هایی که باید بعد از دسترسی به واکسن کرونا در کشور آن را دریافت کنند گفت که مجموعه زیر نظر سازمان جهانی بهداشت است. دارو و واکسن کرونا را برای ۲۰ درصد جمعیت‌مان هم دریافت کنیم باید بتوانیم اولویت‌بندی کنیم. کووکس تعهد تأمین واکسن ۲۰ درصد از جمعیت کشور را به ما داده است. حتی اگر این میزان واکسن هم در اختیار ما قرار گیرد، به صورت تدریجی و بخش بخش وارد کشور خواهد شد. بنابراین موضوع اولویت‌بندی خدمات سلامت و به ویژه مسأله کنونی ما یعنی اولویت‌بندی برای تزریق واکسن کووید۱۹، مسأله بسیار مهمی است.

حساسیت‌های اجتماعی برای واکسن کرونا و تجربه واکسن آنفلوآنزا

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا دکتر احسان شمسی کوشکی افزود: به هرحال حتی اگر بتوانیم از طریق مکانیزم کووکس که مجموعه زیر نظر سازمان جهانی بهداشت است، دارو و واکسن کرونا را برای ۲۰ درصد جمعیت‌مان هم دریافت کنیم باید بتوانیم اولویت‌بندی کنیم. کووکس تعهد تأمین واکسن ۲۰ درصد از جمعیت کشور را به ما داده است. حتی اگر این میزان واکسن هم در اختیار ما قرار گیرد، به صورت تدریجی و بخش بخش وارد کشور خواهد شد. بنابراین موضوع اولویت‌بندی خدمات سلامت و به ویژه مسأله کنونی ما یعنی اولویت‌بندی برای تزریق واکسن کووید۱۹، مسأله بسیار مهمی است.

شمسی کوشکی ادامه داد: در عین حال این اولویت‌بندی‌ها باید بر اساس شاخص‌های روشن و شفاف شاخص‌بندی شود. تجربه واکسن آنفلوآنزا که تعداد محدودی از آن وارد کشور شد، به ما نشان داد که چقدر در این زمینه حساسیت اجتماعی داریم. به عنوان مثال ۱۵۰۰ واکسنی که طی پروسه‌ای به داوطلبه مجلس شورای اسلامی داده شده بود و عکس‌العمل‌های اجتماعی را به دنبال داشت، نشان از حساسیت جامعه در این حوزه دارد. به هر حال جامعه مطالبه کرد که به چه اساسی این واکسن‌ها را به مجلس ارائه دادهاند. حال دیراه واکسن کرونا قطعاً این حساسیت بالاتر است، زیرا واکسنی است که در صورت موفقیت می‌تواند مردم را به زندگی عادی برگرداند. بنابراین حساسیت‌های اجتماعی روی آن زیاد است و باید در توزیع این واکسن دقت زیادی شود و نیازمند شاخص‌های کاملاً شفاف و منصفانه است که این موضوع هم در حوزه اخلاق پزشکی است.

وی با اشاره به شاخص‌هایی که باید در اولویت‌بندی تزریق واکسن کرونا مورد توجه قرار گیرند، گفت: شاخص اصلی سودرسانی به جامعه و کنترل موضوع است و بر همین اساس معمولا ارائه کنندگان خدمات سلامت که در خط اول ارائه خدمت هستند اولویت تزریق این واکسن را دارند. زیرا از بین رفتن هر یک از این افراد می‌تواند تعداد زیادی از مردم را دچار مشکل کند. شاخص دیگر در اولویت‌بندی دریافت منابع سلامت بحث آسیب‌پذیری است. معمولا گروه‌هایی که آسیب‌پذیرتر هستند در اولویت قرار دارند. مانند افراد دارای سن بالا، مبتلایان به بیماری‌های زمینه‌ای و... حال اگر فردی سن بالا دارد و یک بیماری زمینه‌ای جدی هم دارد، در چه اولویتش افزایش می‌یابد. یک شاخص دیگر، نقش افراد در زنجیره انتقال بیماری است. به عنوان مثال شاید ما به این نتیجه برسیم که اگر راننده‌گان وسایل حمل و نقل عمومی بیشترین افرادی هستند که ممکن است بیماری را منتشر کنند، باید برای نفع جامعه آن‌ها را در اولویت قرار دهیم.

چه کسی مسئول اولویت بندی برای واکسن کرونا است؟

شمسی کوشکی اظهار کرد: به نظر می‌رسد کمیته ملی اخلاق بالینی وزارت بهداشت که اعضای آن با حکم وزیر بهداشت تعیین می‌شوند و رییس آن معاون درمان وزارت بهداشت است، باید مرجع تدوین پیش‌نویس اولیه در این باره باشد و شورای عالی اخلاق پزشکی وزارت بهداشت هم که رئیس آن شخص وزیر بهداشت است می‌تواند نتیجه کمیته ملی اخلاق بالینی را تصویب کند تا بر اساس آن عمل شود.

هشدار

آمار سقط جنین کشور نزدیک به ۳ برابر مرگ‌ومیر کرونا!

یکی از عوامل اصلی کاهش جمعیت سقط جنین است؛ آمار سقط جنین در کشور نزدیک به سه‌برابر مرگ‌ومیر کرونا است؛ در یک کشور اسلامی که اعتقاد دارد کشتن یک فرد بی‌گناه در پیشگاه الهی جرم است، سقط جنین به‌راحتی توسط برخی از پزشکان تجویز می‌شود؛ با توسط خود والدین انجام می‌شود؛ متأسفانه برخی پزشکان، سن بالای ۳۵ سال و سن خطرناک برای بارداری تعیین می‌کنند و بیشتر از گذشته متضرر خواهیم شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از باشگاه خبرنگاران پویا: جمعیت یکی از مباحث بسیار بسیار مهم برای جامعه اسلامی است که اگر دولت و نهادهای حاکمیتی در این رابطه تصمیم درستی اتخاذ نکنند بیشتر از گذشته متضرر خواهیم شد.

یکی از عوامل اصلی کاهش جمعیت سقط جنین است طبق آمار در کشورمان هر روز بیش از ۱۰۰۰ جنین توسط والدین کشته می‌شوند که تنها حدود ۱۰ مورد آن قانونی است.

بر این اساس، آمار روزانه سقط جنین در کشور ما نزدیک به سه‌برابر مرگ‌ومیر ناشی از کرونا است؛ در یک کشور اسلامی، در کشوری که اعتقاد دارد کشتن یک فرد بی‌گناه در پیشگاه الهی جرم است، سقط جنین به‌راحتی توسط برخی از پزشکان تجویز می‌شود یا توسط خود والدین انجام می‌شود؛ متأسفانه برخی پزشکان، سن بالای ۳۵ سال و سن خطرناک برای بارداری تعیین می‌کنند و شاغل مادر حرمت بارداد شدن این موضوع را پنهان می‌کنند؛ حتی در مرخصی اضطراب از دست دادن شغلشان را دارند و در نتیجه شیردهی کاملی برای کودک صورت نمی‌گیرد!

یکی دیگر از حمایت‌های اجتماعی موضوع ازدواج است؛ امروز جوانان بعد از فارغ‌التحصیل شدن از دانشگاه شغل و مسکن ندارند؛ حمایت اجتماعی و قانون تسهیل ازدواج کجاست؟! قرار بود که در سه سال ابتدای ازدواج، به زوجها مسکن تعلق گیرد! موضوع دیگر بیمه ناباروری و بیمه مادران خانه‌دار است در همه کشورها این بیمه‌ها به زوجها تعلق پیدا کرده است اما در کشور ما سال‌هاست که دولت تنها وعده بیمه مادران خانه‌دار را مطرح کرده است!

دریچه

۳ مسکن طبیعی برای تسکین درد کمر

لومباگو یا همان درد کمر شامل درد شدید و حادی در قسمت پایین کمر و بالای کفل است که گاهی در عضلات و کفل‌ها نیز احساس می‌شود. این نوع درد معمولا به‌دلیل قرار گرفتن مکرر بدن در وضعیت بد، بلند کردن اشیاء سنگین یا آسیب‌دیدگی عضلانی بروز می‌کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تیسان، در حالت کلی لومباگو بعد از زمین خوردن یا ضربه ناگهانی و سخت به ناحیه کمر خود را نشان می‌دهد. البته ممکن است بعد از یک جلسه ورزشی نامناسب، پیاده‌روی طولانی و خسته‌کننده و غیره نیز بروز کند. مقاله با درد کمر یا لومباگو کاری است که نیاز به مراقبت مداوم و پایدار دارد. در این مطلب در خصوص کمردرد و مقاله با روش‌های طبیعی آن بیشتر صحبت می‌کنیم.

انواع کمردرد

درد کمر ممکن است به صورت موقت و گذرا یا یک مشکل مزمن و مکرر بروز کند. برای مقابله با کمردرد مهم است انواع مختلف آن را بشناسید. در واقع برحسب ویژگی‌های خود به دو نوع تقسیم می‌شود.

کمردرد گاهیه‌گاه

این نوع کمردرد بعد از یک فعالیت ناگهانی یا قرار گرفتن در وضعیت بدنی نامناسب در ناحیه کمر بروز می‌کند و بین ۳ تا ۴ روز به خودی خود برطرف می‌شود.

می‌توانید از دم کرده بادرنجبویه یا اسطوخودوس نیز برای آرامش اعصابتان استفاده کرده و از بروز گرفتگی کمر برای فرشارهای روانی جلوگیری کنید.

کمردردمزمن یامکرر

اگر کمردرد به طور مکرر و منظم بروز کند و به مدت بیش از ۱۲ هفته به طور می‌انجامد تبدیل به کمردرد مزمن می‌شود. متخصصان معتقد هستند که در ۲۰ درصد موارد، کمردردها مزمن می‌شوند. گفتنی است که کمردرد یا لومباگو به بارداری، اضافه وزن، آرتروز و حتی استرس‌های عاطفی نیز مربوط می‌شود.

برای مقابله با درد بهترین کار این است که وضعیت بدن را اصلاح کنید و همچنین از قرار گرفتن در وضعیت‌هایی است که باعث کمردرد می‌شود. بهترین‌اینهاالبته اقدامات برای تسکین ناراحتی کمر هستند. علاوه براین توصیه می‌شود که با نظر پزشک و متناسب با نوع کمردرد و وضعیتتان فیزیوتراپی، طب سوزنی یا ماساژ درمانی را نیز امتحان کنید.

درخت بیدسفید

مشتقات سالیسیل موجود در درخت بید سفید به‌ویژه در ناحیه مفاصل اثرات ضدالتهابی دارند. این ترکیبات همچنین روی درد و تب نیز تأثیر می‌گذارند. بنابراین می‌توان از درخت بید سفید در درمان سرماخوردگی و آنفلوآنزا نیز استفاده کرد. علاوه براین باید بدانید که پوست درخت بید سفید باعث تسکین هر نوع دردی به‌ویژه دردهای مفصلی می‌شود. در نتیجه برای مقابله با کمردرد نیز مؤثر عمل می‌کند. برای این کار می‌توانید روزانه تا ۳ فنجان از دم کرده این گیاه را مصرف کنید. بهتر است پوست درخت بید را با گیاهان دیگری نیز ترکیب کنید که خاصیت آن را بالا برده و طعمش را بهتر کنند. به عنوان مثال می‌توانید این گیاه را به همراه گیاه بومادران، نعناع و گیاه دم‌اسبی دم کنید.

زنجبیل

زنجبیل یک ادویه ضدالتهاب است که به کاهش دردهایی مانند کمردرد کمک می‌کند. می‌توان زنجبیل را به صورت دمنوش یا استفاده موضعی مصرف کرد. این ادویه به دلیل قدرت ضدالتهابی بالا شهرت دارد. به همین دلیل نیز می‌تواند برای تسکین دردهای کمری مؤثر واقع شود. در مواقعی که کمردرد به سرافتان می‌آید زنجبیل دم کرده و میل کنید و یا آن را به کمرتان بمالید. برای این کار کافی است دو قاشق غذاخوری زنجبیل را در نصف لیتر آب جوش بریزید و اجازه دهید دم بکشد. می‌توانید این نوشیدنی را میل کنید و یا یک گاز استریل را به آن آغشته کرده و روی ناحیه دردناک قرار دهید. علاوه بر این باید بدانید که زنجبیل خاصیت آرام‌بخشی و مسکنی نیز دارد. در نتیجه می‌توانید از آن در ماساژ ملایم نواحی دردناک نیز استفاده کنید. برای این کار کافی است مقداری پودر زنجبیل و یا ۵ قطره عصاره روغنی زنجبیل را با ۱۰ قطره روغن گیاهی بادام شیرین یا روغن زیتون و یا روغن سیاه‌دانه مخلوط کرده و به کمرتان بمالید و خیلی آرام ماساژ دهید.

گیاه بنفشه بیطالن

نتایج برخی از پژوهش‌ها حاکی از آن است که استفاده از گیاه بنفشه بیطالن باعث کاهش کوتاهمدت دردهای کمری و کاهش نیاز به مصرف داروهای مسکن می‌شود. البته باید بدانید که استفاده از گیاه بنفشه بیطالن به عنوان روش درمان دردهای کمری مستلزم این است که به مدت ۲ یا ۳ ماه مصرف شود تا اثرات آن بروز کرده و مؤثر بماند. گیاه بنفشه بیطالن حاوی خواص ضدالتهابی، مسکنی و ضدباسیلم است. این گیاه زمانی که بافت‌ها و تاندون‌های علائم دردناک و التهابی بروز می‌دهند خواص مسکنی خود را نشان می‌دهد. می‌توانید از آنسولین روزانه، حداقل چهار نوبت قند خون خود را اندازه‌گیری کنند و همچنین توصیه می‌شود در صورتی که بیماری این افراد به خوبی تحت کنترل است، فاصله مراجعه به پزشک را افزایش دهند.

وی ادامه داد: افراد در صورت ابتلاء به فشار خون بدون تجویز پزشک از داروهایی که فشار خون یا بالا می‌برد، مانند تاپروکسن، بروفن، ایبوپروفن و... استفاده نکنند. همچنین ضروری است بیمارانی که از داروهای درمان سرطان یا بیماری‌های مغزی و یا کورتون استفاده می‌کنند، فشار خون‌شان را هر دو هفته یکبار و یا حداکثر به صورت ماهانه اندازه‌گیری و کنترل کنند.

خبر

توصیه‌های روزهای کرونایی به بیماران دیابتی

سخنگوی وزارت بهداشت برای افرادی که بیماری زمینه‌ای دارند، در روزهای کرونایی، توصیه‌هایی داشت.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، سیما سادات لاری با بیان اینکه افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای در معرض خطر بیشتر ابتلاء به کرونا هستند، گفت: توصیه می‌کنیم این افراد در صورت ابتلاء به فشار خون یا دیابت از پزشک خود بخواهند تا در صورت تحت کنترل بودن بیماری، داروهای آنها را به مدت ۲ تا ۶ ماه تجویز کنند تا کمتر مجبور به مراجعه به پزشک باشند.

لاری تأکید کرد: افراد دیابتی در صورت استفاده از انسولین روزانه، حداقل چهار نوبت قند خون خود را اندازه‌گیری کنند و همچنین توصیه می‌شود در صورتی که بیماری این افراد به خوبی تحت کنترل است، فاصله مراجعه به پزشک را افزایش دهند.

وی ادامه داد: افراد در صورت ابتلاء به فشار خون یا بالا می‌برد، مانند تاپروکسن، بروفن، ایبوپروفن و... استفاده نکنند. همچنین ضروری است بیمارانی که از داروهای درمان سرطان یا بیماری‌های مغزی و یا کورتون استفاده می‌کنند، فشار خون‌شان را هر دو هفته یکبار و یا حداکثر به صورت ماهانه اندازه‌گیری و کنترل کنند.

معرفی کتاب

مانیفست یک فمینیست در پانزده پیشنهاد

نویسنده: چیمامانداگوزی آدیشی
مترجم: فاطمه افشاتی

پیام آشنا: چیمامانداگوزی آدیشی (۱۹۷۷) نویسنده «مانیفست یک فمینیست در پانزده پیشنهاد» با رمان پرفروش «نیمه یک خورشید زرد» شناخته شد و در بیشتر رمان‌ها و کتاب‌هایش دوران کودکی‌اش در نیجریه و جایگاه نژاد را به تصویر می‌کشد به گزارش گاردین، این نویسنده موفق با نخستین رمانش جایزه اورنج ۲۰۰۷ را از آن خود کرد و بسیار معروف شد. این بانوی خوش‌قریحه با عنوان نویسنده‌ی نترس معروف است و در تمام آثارش هر گونه تبعیض نژادی، به‌ویژه تبعیض جنسیتی را به چالش می‌کشد این اثر نیز از پروفروش‌های نیویورک تایمز و هیردیف کتاب دیگر او در این زمینه با نام «ما همه باید فمینیست باشیم» است که پرفروش‌ترین کتاب آمازون در حوزه‌ی مطالعات عمومی جنسیتی است.

در مقدمه این اثر چنین می‌خوانید:

وقتی چند سال پیش یکی از دوستان دوران کودکی‌ام که حالا بانویی زیبا و قوی شده بود از من پرسید که چطور باید دختر کوچولوی را یک فمینیست بار بیاورد، اولین چیزی که به ذهنم رسید، این بود که خودم هم نمی‌دانم.

به‌نظرم سؤال سختی بود.

اما من سخنرانی‌های زیادی در مورد فمینیسم انجام داده بودم و شاید همین موجب شده بود که او چنین سؤال سختی را از من به‌اصطلاح کارشناس بپرسد. علاوه‌براین، سال‌های سال تجربه کمک در بزرگ کردن بچه‌های دوستان و فامیل داشتم؛ حتی مدتی به‌عنوان پرستار کودک کار کرده و خواهرزاده‌هـا و برادرزاده‌هایم را هم خودم بزرگ کرده بودم. دیده‌ها و شـنیده‌های زیادی داشتم و بیش از هر چیز در این مورد اندیشیده بودم.

در پاسخ به پیشنهاد دوستم، تصمیم گرفتم برایش نامه‌ای بنویسم و امیدوار بودم این نامه صادقانه و عملی باشد و بتواند به‌عنوان نقشه راهی برای تفکر فمینیستی کارآمد از آب دربیاید. این کتاب، نسخه‌ای از همان نامه است که البته برخی جزئیات آن را تغییر داده‌ام.

تازه های سلامت

کووید۱۹ مسری تر نشده است

بر اساس نتایج یک مطالعه علمی که یک نظریه شایع را کم‌ارزش می‌کند، چهش‌های ویروس کرونا، آن را مسری‌تر نکرده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، بیشتر موارد ابتلا به ویروس کرونا که اکنون در سطح جهان دیده می‌شود، ناشی از یک چهش ژنتیکی خاص به نام D۶۱۴G است که با گونه اصلی این ویروس که سال گذشته در «ووهان» چین ظاهر شد، متفاوت است. کارشناسان بیم داشتند که این گونه جدید ویروس کرونا، از نسخه اصلی آن مسری‌تر باشد.

اما اکنون محققان کالج دانشگاهی لندن در جریان یک مطالعه متوجه شدند که چهش های کووید۱۹ برخلاف تصوری که پیش از این بیم آن می‌رفت ویروس کرونا را مسری‌تر نکرده‌اند. محققان در این مطالعه بیش از ۴۶ هزار و ۷۲۳ مورد ابتلا به کووید۱۹ را در بیش از ۹۹ کشور جهان بررسی و نحوه ظهور چهش‌ها و تغییر قابلیت انتقال آنها را ارزیابی کردند. آن‌ها در کل ۱۲ هزار و ۷۰۶ چهش در SARS-CoV-۲ - ویروسی را که موجب ابتلا به کووید۱۹ می‌شود، پیدا کردند و متوجه شدند که هیچ کدام از این چهش‌ها باعث افزایش قابلیت انتقال ویروس کرونا نمی‌شوند. از جمله این چهش‌های یاد شده می‌توان به چهش D۶۱۴G اشاره کرد که در پروتئین «سپایک» ویروس کرونا یافت می‌شود و به این ویروس اجازه می‌دهد که به سلول‌های انسانی بچسبد. این مکانیسم به ویروس کرونا اجازه می‌دهد که افراد را آلوده کند.

«لوسی ون دوریم»، نویسنده اول این مطالعه از مؤسسه ژنتیک کالج دانشگاهی لندن، اظهار کرد: خوشبختانه متوجه شدیم که هیچ یک از این چهش‌ها باعث گسترش سریع کووید۱۹ نمی‌شود. اما لازم است که هوشیار بمانیم و نظارت بر چهش‌های جدید را به ویژه با توجه به ارائه واکسن‌های کرونا ادامه بدهیم. محققان بر اساس مدل سازی درخت تکاملی ویروس، اعلام کردند که آن‌ها هیچ مدرکی که نشان دهد چهش‌های رایج ویروس کرونا موجب افزایش قابلیت سرایت این ویروس می شود، پیدا نکرده اند. در عوض، آن‌ها متوجه شدند که بیشتر چهش‌های رایج ویروس کرونا یک تأثیر خنثی روی این ویروس دارند و باعث تقویت قدرت سرایت آن نمی‌شوند. از جمله این چهش‌ها D۶۱۴G است که شایع ترین گونه ویروس کرونا محسوب می‌شود که مردم سراسر جهان را مبتلا کرده است.

بر اساس این گزارش، ویروس کرونا موسوم به «کووید۱۹» اواسط ماه دسامبر (۳۴ آذر) در شهر ووهان واقع در مرکز چین گزارش شد. ابتدا آن بیماری به عنوان تات‌ارلیه نام برده می‌شد، اما کمیسیون ملی بهداشت چین در ۲۰ دسامبر سال ۲۰۱۹ (۹ دی ماه۹۸) به صورت رسمی شیوع این ویروس را در چین اعلام کرد. شرکت فایزر آمریکا روز ۱۹ آبان ماه امسال اعلام کرد که به واکسن کرونا دست یافته و این واکسن تا ۹۰ درصد در پیشگیری از ابتلا به کرونا مؤثر عمل کرده است. شرکت مدرنا که یک شرکت آمریکایی است هم روز دوشنبه ۲۵ آبان‌ماه اعلام کرد که واکسن تولیدی این شرکت برای کرونا تا حدود ۹۵ درصد مؤثر بوده و ایمنی ایجاد کرده است.

کوتاه‌ترین

پیشنهاد نامگذاری "۹ آذر" به عنوان روز فرزندآوری ایمن

مشاور وزیر بهداشت در امور مامایی با اشاره به ضرورت مقابله با عوارض زایمان‌های تقویمی و زودرس، ضمن پیشنهاد نام‌گذاری تاریخ ۹ آذرماه هر سال به عنوان روز فرزندآوری ایمن، تأکید کرد: سیاست‌های اتخاذی وزارت بهداشت و همکاری بین‌بخشی با ارگان های دیگر از جمله ثبت احوال و آگاهی بخشی مادران جامعه می‌تواند نقش پیشگیری بهتر از درمان را به خوبی نمایان سازد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی وزارت بهداشت، دکتر شهلا خسروی- مشاور وزیر بهداشت در امور مامایی با بیان این که متأسفانه بحث پر انتهاب زایمان زودهنگام در "روزهای رند" که با اصرار والدین اتفاق می‌افتد و به نظر می‌رسد اتفاق منحصر به فردی در کشور ماست، تصریح کرد: جلوگیری از زایمان‌های طبیعی و علاقه والدین بر تولد فرزندشان در تاریخی خاص برخلاف تصور عامه امری کاملا غیر روشنفکرانه است. اتفاقا برعکس به اصلاح این باور و فعالیت فرهنگی در خصوص تولد ایمن و جلوگیری از عوارض مادری و نوزادی یکی از شاخص‌های مهم بهداشتی در هر کشور می باشد که در اهداف توسعه هزاره نیز بدان اشاره شده است. وی تأکید کرد: تولد پیش از موعد و نارسی نوزاد هزینه های زیادی را به سیستم سلامت و درمان و نسل آینده کشور وارد می کند و باعث ایجاد عوارض جسمانی و به خطر افتادن سلامت مادر و نوزاد به‌ویژه در بحران کرونا می شود و بیشترین ضربه را به نوزاد وارد می کند؛ چرا که بیشترین رشد و تکامل مغزی در سه ماهه آخر بارداری صورت می گیرد.

مشاور وزیر در امور مامایی یادآور شد: محروم کردن نوزادان از زندگی کامل رحمی و به خصوص عبور از کانال زایمان، بلایی است که افراد ناگاه با تعیین زمان تولد نوزادان زودتر از موعد و بدون درد زایمان می آورند و این تراژدی دردناک تاریخ تولد لاکچری، می تواند خسگی کادر درمان در دوران کرونا را مضاعف کند و بار بزرگی باشد که نتوان آن را جبران کرد.

خسروی ضمن پیشنهاد نام‌گذاری تاریخ ۹ آذر هر سال به عنوان روز فرزندآوری ایمن، تأکید کرد: سیاست های اتخاذی وزارت بهداشت و همکاری بین بخشی با ارگان‌های دیگر از جمله ثبت احوال و آگاهی بخشی مادران جامعه می تواند نقش پیشگیری بهتر از درمان را به خوبی نمایان سازد.

جراحی کاهش وزن در نوجوانی موجب تضعیف استخوان‌هامی‌شود

بر اساس مطالعه جدید، عمل جراحی کاهش وزن متداول در نوجوانان چاق موسوم به "گاستر کتومی اسلیو"، اثرات مضری بر استخوان‌ها دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، «میریام بردلا»، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه «هاوارد یوستون»، در این باره می گوید: «چاقی دوره کودکی مشکلی است که در طول ۱۰ سال گذشته افزایش یافته است. گاستر کتومی اسلیو متداول‌ترین شیوه جراحی کاهش وزن در کودکان و بزرگسالان است.» در گاستر کتومی اسلیو، تقریباً ۷۵ درصد معده برداشته می‌شود تا مصرف غذا محدود شده و کاهش وزن ایجاد شود. نتیجه آن این است که معده به شکل لوله نیزی آید که چون شیپه آستین است به آن اسلیو گفته می‌شود. بردلا در ادامه می‌افزاید: «در افراد بزرگسال، جراحی کاهش وزن می‌تواند تأثیرات بلندمدتی بر استخوان‌ها داشته باشد که منجر به افزایش ریسک شکستگی بیشتر استخوان‌ها می‌شود». در این مطالعه، ۵۲ نوجوان دارای چاقی متوسط تا شدید مورد بررسی قرار گرفتند که ۲۶ نفرشان تحت جراحی گاستر کتومی اسلیو قرار گرفته بودند و ۲۶ نفر بقیه، در گروه کنترل بودند. قبل و ۱۲ ماه بعد از گاستر کتومی اسلیو (یا گروه بدون جراحی)، بیماران تحت سی تی اسکن ستون فقرات کمر قرار گرفتند تا تراکم معدنی استخوان شأن اندازه گیری شود. مطالعات اخیر نشان داده است که چربی مغز استخوان به تغییرات در تغذیه واکنش می‌دهد و ممکن است به عنوان یک نشانگر زیستی برای کیفیت استخوان عمل کند. بنابراین بیماران برای تعیین کمیت چربی مغز استخوان ستون فقرات کمر تحت طیف سنجی MR قرار گرفتند. یک سال پس از جراحی، نوجوانانی که تحت عمل جراحی گاستر کتومی اسلیو قرار گرفتند ۳۴ کیلوگرم وزن کم کردند، در حالی که در گروه کنترل تغییر قابل توجهی در وزن مشاهده نشد. در مقایسه با گروه کنترل، بیماران گاستر کتومی اسلیو افزایش قابل توجهی در چربی مغز استخوان و کاهش تراکم استخوان در ستون فقرات کمر داشتند. دکتر بردلا در این باره می گوید: «نوجوانانی که تحت عمل جراحی گاستر کتومی اسلیو قرار گرفتند، علیرغم کاهش چشمگیر چربی بدن، دچار از دست دادن استخوان و افزایش چربی مغز استخوان شدند. در حالی که جراحی کاهش وزن برای کاهش وزن و بهبود اختلالات متابولیک موفقیت آمیز است، اما تأثیرات منفی بر استخوان دارد». به گفته محققان، از دست دادن تراکم استخوان پس از گاستر کتومی اسلیو پیش بینی می‌شد زیرا تحمل وزن بیشتر باعث تقویت استخوان‌ها می‌شود. علاوه بر کاهش تراکم استخوان، از دیگر اثرات جراحی کاهش وزن می‌توان به اختلال در هورمون‌ها و مواد مغذی مهم برای سلامت استخوان‌ها اشاره کرد.