گوناگون

بیماری‌هایی که بعد از کرونا بروز کردند

رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران، به تشریح بیماری‌هایی پرداخت که بعد از شروع پاندمی کرونا، افراد به آنها مبتلا شده‌اند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، ایرج خرونیا گفت: کرونا باعث شد که بسیاری از بیماری‌های داخلی آشکار شود. به عنوان مثال خیلی‌ها قبل از اپیدمی کرونا پیش دیابتیک بودند و بعد از کرونا به دلیل مصرف کورتن و برخی داروها، اکنون مبتلا به دیابت شده‌اند و قزود. تعداد موارد دیابت که در طول مدت اپیدمی کرونا شناسایی و ویزیت کردیم، خیلی بیشتر از دوران قبل از کرونا بوده است. البته موارد شناسایی شده تحت نظر متخصصین داخلی و فوق تخصص غدد هستند. خرونیا ادامه داد: شاید بتوان گفت در مورد سایر بیماری‌ها از جمله امراض گوارش نیز تعداد موارد بروز مشکلات گوارشی بعد از ابتلا به کرونا افزایش پیدا کرده است. حتی در اوایل عوارض گوارشی از جمله اسهال و یبوست و دردهای گوارشی کووید۱۹ بیشتر بود و بعد به مشکلات ریوی و سایر مشکلات تبدیل می‌شد. وی افزود: بیماران دچار مشکلات مزمن دستگاه گوارش از جمله کولیت اولسروز، سیروز کبدی و... دچار تشدید بیماری و عوارض آن متعاقب ابتلا به کرونا شدند. خرونیا با عنوان این مطلب که کرونا همچنان وجود دارد و عوارض درازمدت آن باقی خواهد ماند، گفت: تغییرات اجابت مزاج و موارد ابتلا به کبد چرب و حتی بروز زخم‌های گوارش نیز از پیامدهای کرونا است و با قاطعیت می‌توان گفت که از دهان تا مقعد، عوارضی را ایجاد کند ولی هر چه باشد قابل کنترل خواهد بود.

رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران تاکید کرد، با وجود کنترل اپیدمی و درمان هنوز برخی افراد بی اشتها هستند و با مزه غذا یا بوها را متوجه نمی‌شوند. ابتدا تصور می‌شد این عوارض کوتاه مدت است و بر طرف می‌شود؛ حتی به برخی بیماران قول بازگشت چشایی و بویایی بعد از «عاد داده بودیم» ولی هنوز درگیر این عوارض هستند.

ارتباط افسردگی بارداری با بروز مشکلات رفتاری کودک

محققان می گویند کودکانی که مادرشان در دوران بارداری میزان بالایی از افسردگی داشتند، به نظر می رسد با افزایش خطر ابتلا به مشکلات رفتاری روبرو هستند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث دی نیوز، «گابریل رین» نویسنده ارشد این مطالعه از دانشگاه کالیفرنیا، گفت: «یافته‌های ما نشان می‌دهد که افزایش علائم افسردگی مادر از قبل از بارداری تا پس از زایمان در کاهش توجه و کنترل رفتاری کودکان نقش دارد که می‌تواند خطر مشکلات را در طول زندگی افزایش دهد».

رین در ادامه افزود: «ما والدین باید بدانند که می‌توان با مداخله در اوایل دوران کودکی به این مشکل رسیدگی کرد». این مطالعه هفت ساله شامل ۱۲۵ زن آمریکایی و فرزندانشان بود که از قبل از بارداری تا ۵ سالگی کودکان تحت نظر بودند. زنان چهار بار در مورد علائم افسردگی خود مصاحبه شدند: یک بار قبل از بارداری شدن، دو بار در دوران بارداری و دوباره حدود سه ماه پس از تولد نوزادشان. هنگامی که فرزندانشان ۴ ساله بودند، از مادران خواسته شد تا خلق و خوی و رفتار فرزندشان، به ویژه دوره‌های پریشانی عاطفی و توانایی آن‌ها در کنترل احساسات را توصیف کنند. در سن ۵ سالگی به کودکان یک تکلیف کامپیوتری داده شد تا توانایی آنها در تمرکز ارزیابی شود. فرزندان مادرانی که افسردگی آنها در دوران بارداری افزایش یافته بود، نسبت به کودکانی که مادرانشان علائم افسردگی پایینی داشتند، این تکلیف را بدتر انجام دادند. طبق این مطالعه، کودکانی که مادرانشان به طور مداوم افسردگی بالایی داشتند و آنهایی که مادرانشان به طور مداوم افسردگی پایینی داشتند، نتایج مشابهی در انجام این تکلیف داشتند. به گفته محققان، این اولین مورد‌ی است که نشان می‌دهد تغییرات در سطح افسردگی مادران در طول زمان ممکن است بر رفتار و آرامش عاطفی فرزندان خردسال آنها تأثیر بگذارد. این مطالعه نشان می‌دهد که الگوی افزایش افسردگی ممکن است بر کودکان تأثیر منفی بگذارد. محققان اذعان دارند که همه این کودکان بعداً مشکلات رفتاری را تجربه نخواهند کرد. فقط ممکن است خطر بروز آن در آنها بیشتر باشد.

بهبود یافتگان کرونا نگران ابتلا مجدد نباشند

زمانی که همه‌گیری کووید ۱۹ برای اولین بار در سال ۲۰۲۰ آغاز شد، اطلاعات زیادی در مورد چگونگی انتقال، مدت‌زمان ماندگاری آنتی‌بادی و موارد دیگر این ویروس وجود نداشت اما اکنون دانشمندان اطلاعات بیشتری در مورد این ویروس کسب کردند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث، موسسه ملی بهداشت ایالات متحده اعلام کرده بس از اینکه فردی مبتلا به کووید ۱۹ شد، سلول‌های ایمنی و پروتئین‌های موجود در بدن وی معمولا می‌توانند ویروس را تشخیص دهند و در صورت بیماری مجدد آن را از بین ببرند. به طور کلی محافظت از بدن و ایمنی شامل آنتی‌بادی‌ها و سلول‌های تی کمکی است که می‌توانند پاتوژن‌ها را تشخیص دهند. همچنین سلول‌های تی کشنده پاتوژن‌ها را از بین می‌برند و سلول‌های بی در صورت نیاز، آنتی‌بادی‌های جدید می‌سازند. نتایج تحقیقات نشان داده اگر کسانی که از کووید ۱۹ بهبود یافته‌اند، از هر چهار مورد محافظتی برخوردار هستند. با این حال تحقیقات جدید تا حدودی روشن می‌کند دقیقا چه مدت این آنتی‌بادی‌ها در سیستم ایمنی بدن شما باقی می‌مانند. پیش از این دانشمندان تنها تخمین‌هایی درباره مدت ماندگاری آنتی‌بادی‌های ضد کووید ۱۹ در بدن داشتند. اکنون تحقیقات جدید مرکز علوم بهداشتی دانشگاه نگزاس در هیوستون پاسخی در مورد دیگر ارائه کرده است. در این تحقیق پژوهشگران بیش از ۵۷ هزار داوطلب ۲۰ ساله یا بیشتر را مورد بررسی قرار دادند که بین اکتبر ۲۰۲۰ و سپتامبر ۲۰۲۱ نمونه خون آنان جمع‌آوری شد. کاهش ابتلا با عواملی مانند سن و شدت بیماری متفاوت بود. مایکل سوارتز- محقق ارشد این تحقیق، می‌گوید: ما اکنون تخمین خوبی از مدت زمان ماندگاری آنتی‌بادی‌ها پس از عفونت با کووید ۱۹ داریم. نتایج تحقیقات ما نشان می‌دهد سطح آنتی‌بادی‌ها در کسانی که قبلا آلوده شده بودند در ۱۰۰ روز اول پس از عفونت افزایش می‌یابد؛ سپس به تدریج طی ۵۰۰ روز آینده و بعد از آن کاهش می‌یابد. با این حال اگر هنوز واکسن دریافت نکرده‌اید، محققان این مطالعه همچنان توصیه می‌کنند حتی اگر قبلا آلوده شده‌اید، منتظر نمانید به گفته سوارتز واکسیناسیون حتی محافظت بیشتری را در برابر بیماری و بستری شدن در بیمارستان به ویژه در مورد سویه‌های مختلف فراهم می‌کند.

زنان و خانواده

پیگیری مسأله خشونت علیه زنان سینما به دور از شیطنت باشد!

کارگردان مجموعه دردسرهای شیرین درباره جنبش خشونت علیه زنان سینما گفت: امیدوارم همه راست بگویند و عاری از حب و بغض و شیطنت هایی که ممکن است در این جریان وجود داشته باشد پیش روند و به نتیجه برسد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، سهیل موفق درباره ماهیت و هدف جنبشی که به عنوان خشونت علیه زنان سینما مطرح شد، اظهار کرد: محتوای این جنبش و هدفی که به دنبال آن هستند، هدف والایی است و در تمام دنیا ارزش و اهمیت دارد؛ جنبشی که والاترین و بدیهی‌ترین حقوق انسانی را گوشزد می‌کند. وی با اشاره به امید خود برای مسیر پیش روی جنبش «می‌تو» اظهار کرد: امیدوارم این جنبش منحرف نشود به سمت و سوی سوءاستفاده برخی ها نرود و دوستان سینماگر و کمیته‌ای که قرار است این جنبش را هدایت کنند به دور از شعارزدگی و هیاهو این وظیفه را انجام دهند و ما هم از این جنبش پشتیبانی و حمایت می کنیم چرا که کاری از ریشه درست و انسانی است.

کارگردان مجموعه دردسرهای شیرین (۱۴۰۱) ادامه داد: چون از نوجوانی در این حرفه مشغول کار و فعالیت هستم، همیشه در ذهن و روحم این موضوع، خط قرمز بوده؛ چرا که حرفه سینما کار تخصصی است که حضور در آن مستلزم رعایت اصول است و جای کارهای دیگر اینجا نیست. کارگردان فیلم سیمیلی پاسارونیی (۱۳۹۷) تأکید کرد: امیدوارم همه راست بگویند و عاری از حب و بغض و شیطنت هایی که ممکن است در این جریان وجود داشته باشد پیش روند و به نتیجه برسد. موفق در پاسخ به این پرسش که چرا امضاکنندگان بیانیه تا به امروز فقط زنان بوده اند و مردان در پیشبرد این جنبش نقش و حضوری فعال نداشته اند، بیان کرد: چون از ما نخواسته اند که امضا کنیم و گرنه اگر می خواستند ما هر بیانیه ای که کاری انسانی و عادلانه را دنبال کند، قطعا امضا و از آن حمایت می کنیم. کارگردان فیلم سینمایی شکلاتی (۱۳۹۵) تصریح کرد: هر زمانی از ما در چنین موضوعاتی امضا و حمایت خواسته اند با کمال میل امضا کرده ایم اما خانم ها فعلا خواسته اند که این جنبش و حرکت را زنانه برگزار کنند و ما هم گفته ایم چشم ولی هر زمانی از ما بخواهند، در خدمت هستیم و نظر ما به این موضوع مثبت است.

کرونا تمام نشده؛ ماسک‌ها را کنار نگذارید

عضو کمیته علمی کرونا با تأکید بر لـزوم ادامه رعایت پروتکل‌ها برای کنترل بیماری کرونا در کشـور، گفت: برگزاری جشـن کنار گذاشتن ماسـک در صدا و سیما می‌تواند یک اعتماد کاذبی ایجاد کند که افراد به دلیل عدم رعایت مسائل بهداشتی در معرض عفونت قرار گیرند و این درحالی‌است که تصور می‌کنند کرونا خاتمه یافته، درحالی که چنین نیست.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، احمد طباطبایی با تأکید بر اینکه کرونا به اتمام نرسیده است، گفت: هنوز به صورت تک‌گیر بیماران را مشاهده می‌کنیم و گاهی اوقات چند نفر از اعضای یک خانواده به فرمهای خفیف بیماری با المیکرون مبتلا می‌شوند. گاهی اوقات هم در برخی مواقع می‌بینیم که هنوز عده‌ای علائم کرونای دلتا را دارند بنابراین: نمی‌توان کرونا را خاتمه یافته تلقی کرد.

او درباره برگزاری جشـن کنار گذاشتن ماسک در برنامه تلویزیونی پر بیننده خندوانه، تصریح کرد: از نظر علمی در مراکزی که جمعیت زیادی حضور دارد در مجامع عمومی، مساجد، جشن‌ها، فضاهای سر بسته، محیط‌های درمانی و بیمارستان‌ها و ـ به هیچ وجه توصیه نمی‌شود که افراد ماسک را کنار بگذارند. البته اگر افراد در یک فضای باز با فاصله زیاد از یکدیگر قرار بگیرند و از عدم ابتلای یکدیگر به کرونا مطمئن باشند می‌توانند بدون ماسک حضور داشته باشند اما این حصول اطمینان تقریبا میسر نیست. بنابراین توصیه همچنان استفاده از ماسک در فضاهای عمومی است.

وی درباره آثار برگزاری چنین برنامه‌هایی از فضای رسانه ملی، تصریح کرد: این دست اتفاقات می‌تواند یک اعتماد کاذبی ایجاد کند که افراد به دلیل عدم رعایت مسائل بهداشتی در معرض عفونت قرار گیرند و این درحالی است که تصور می‌کنند کرونا خاتمه یافته در حالی که چنین نیست. پس چنین برنامه‌هایی نباید اجازه این اقدامات را به خود بدهند.

عضو کمیته علمی کرونا با اشـاره به اینکه روند رعایت پروتکل‌ها در کشور بسیار کاهش یافته است، اظهار کرد به دلیل اینکه صدا و سیما هم اعلام می‌کند که آمار مرگ و میر تک‌رقمی شده و تعداد بستری‌ها کاهش یافته است، مردم خـود را در یک کراله امنیت تصور می‌کنند و فکر می‌کنند که می‌توان ماندن قبل زندگی کرد درحالی که برخی کشورها مانند چین و برخی کشورهای اروپایی با یک افزایش بیماری مواجه هستند.

او در خصـوص روند بیماری علی مامه‌ای آتی، بیان کرد: هنوز برای پیش‌بینی زود اسـت. از نظر افزایش شـیوع بیماری مقداری تعداد بیماران در انتهای فروردین و بعد از مسافرت‌ها افزایش یافته بود؛ اما از آنجایی که ماهیت بیماری خفیف‌تر بود برخی اصلا به مراکز درمانی مراجعه نمی‌کردند و یا حتی در صورت مراجعه کارشان به بستری نمی‌کشید. در کل به نظر می‌رسد هنوز لازم باشد رعایت پروتکل‌های بهداشتی، استفاده از ماسـک شـستوشوی دست و... انجام شود.

طباطبایی با بیان اینکه روند تزریق دُزهای یادآور واکسـن کاهش یافته است. گفت: به دلیل کاهش یافتن شدت و شیوع بیماری مردم خود را در کراله امنی تصور می‌کنند و این سبب می‌شود که برای تزریق دُز سـوم و چهارم مراجعه نکنند.

وی درباره تأسـیس کلینیک‌های پسـاکرونا، اظهار کرد: موضوع کرونای طول کشـیده یا عـوارض کرونا چیزی است که طی دو سال و نیم اخیر همیشه به عنوان زنگ خطر برای پزشـکان مطرح بوده است. بسیاری از علائم سندروم‌ها، مشکلات دستگاه تنفسی و گوارشی، عصبی، غـدد و ـ در برخی افـراد با ابتلا به کرونا گزارش شـده است. شاید نتوان اظهار نظر قطعی کرد اما، شکل‌گیری کلینیک‌های پساکرونا، منطقی به نظر می‌رسد.

روزنه

میزان مناسب خواب برای هر گروه سنی چقدر است؟

اگر فکر می‌کنید فرزند شما به اندازه کافی می‌خوابد ممکن است در اشتباه باشید. طبق گزارش بنیاد ملی خواب «اگر بچه‌ها کمتر از آنچه والدینشان تصور می‌کنند می‌خوابند اما چند ساعت خواب در طول شبانه روز به رشد کودکان کمک می‌کند؟

به گزارش پیام آشنا به نقل از اداره بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، تحقیقات نشـان می‌دهد که خواب به اندازه تغذیه و ورزش برای سلامتی فرزندان اهمیت دارد. دانشـمندان معتقدند خواب کم با افزایش وزن و ایجاد دیابت نوع ۲ ارتباط دارد. محققان این تأثیر را بر وزن بدن کودکانی که مادرانشان علائم افسردگی پایینی داشتند، این تکلیف را بدتر انجام دادند. طبق این مطالعه، کودکانی که مادرانشان به طور مداوم افسردگی بالایی داشتند و آنهایی که مادرانشان به طور مداوم افسردگی پایینی داشتند، نتایج مشابهی در انجام این تکلیف داشتند. به گفته محققان، این اولین مورد‌ی است که نشان می‌دهد تغییرات در سطح افسردگی مادران در طول زمان ممکن است بر رفتار و آرامش عاطفی فرزندان خردسال آنها تأثیر بگذارد. این مطالعه نشان می‌دهد که الگوی افزایش افسردگی ممکن است بر کودکان تأثیر منفی بگذارد. محققان اذعان دارند که همه این کودکان بعداً مشکلات رفتاری را تجربه نخواهند کرد. فقط ممکن است خطر بروز آن در آنها بیشتر باشد.

وزن این اسـت که خواب ناکافی سـطح هورمون‌هایی را افزایش می‌دهد که اشتها و مصرف غذا را افزایش می‌دهند. بنابراین، خواب کم به معنای دریافت بیشتری از غذاها و میان وعده است.

بچه‌هایـی که خواب کافی ندارند، فاقـد انرژی و تمرکز برای بازی در بیرون و انجام تکالیف مدرسـه هسـتند به احتمال زیاد آنها جاوی تلویزیون می‌نشیند و کاری کمی می‌سوزانند و ذهن خود و بدن خود را به چالش نمی‌کشند. خـواب را در اولویت قرار دهید. اگر والدین خواب را برای خود در اولویت قرار ندهند، احتمالا فرزندان آنها نیز این کار را نخواهند کرد.

توصیه‌هایی که می‌توانید برای کمک به خواب بهتر و طولانی مدت کودکان انجام دهید:

- باشـگاه‌ها و ورزش‌های بعد از مدرسه را به تعداد قابل کنترل محدود کنید.
- زمان خواب منظم را تنظیم و اجرا کنید.
- فعالیت‌های غیر ضروری را در روزهای مدرسه محدود یا قطع کنید.
- تلفن‌ها را خور از اتاق خواب نگه دارید.
- تقریباً ۳۰ دقیقه قبل از خواب یک برنامه معمول ایجاد کنید و با فرزندان خود فعالیت‌های آرام و آرامش بخش مانند خواندن، گوش دادن به موسیقی یا صحبت کردن در مورد روز آنها داشته باشید این فعالیت‌ها به آنها کمک می کند تا آرام شوند و برای خواب آماده شوند.
- اولویت‌هایی را برای کودکان خردسال تعیین کنید و به کودکان بزرگتر کمک کنید تا خودشان تعیین کنند.

بر اساس این گزارش، نیازهای خواب با توجه به سن متفاوت است و با بزرگ شدن کودکان کمتر می‌شود. نیازهای خواب در هر سن به شرح زیر است:

- نوزادان تازه متولد شـده: صفر تا ۲ ماهگی: ۱۲ تا ۱۸ ساعت
- نوزادان: ۴ تا ۱۲ ماه: ۱۲ تا ۱۶ ساعت
- کودکان نوپا: ۱ تا ۲ سال: ۱۱ تا ۱۴ ساعت
- کودکان پیش دبسـتانی: ۳ تا ۵ سال: ۱۰ تا ۱۳ ساعت
- کودکان مدرسه‌ای: ۶ تا ۱۲ سال: ۹ تا ۱۲ ساعت
- نوجوانان: ۱۳ تا ۱۸ سال: ۸ تا ۱۰ ساعت
- بزرگسالان: ۱۸ سال به بالا: ۷ تا ۹ ساعت

اهمیت شناخت تفاوت‌های ذاتی زوجین در سال های اول زندگی مشترک

یک مشـاور خانـواده، توجه زوجین به شـناخت تفاوت‌های ذاتی که در وجود زن و مرد وجود دارد را از عوامل تحکیم بنیان خانواده در سال‌های اول زندگی مشترک دانست.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، شیوا جمز آرا، با عنوان این مطلب کـه زنان و مردان در جنبه‌های مختلف زندگی تفاوت‌های قابل توجهی دارند، گفت: آنچه که همگان به آن مستحضرند تفاوت‌های فیزیکی در زنان و مردان است که بر کسی پوشیده نیست، اما این تفاوت‌ها به جسم محدود نمی‌شود و در طرز فکر، روان و نگاه این دو جنس هم وجود دارد.

وی افـزود: بی توجهی به برخی از تفاوت‌های زنان و مردان باعث می‌شـود اختلاف و ناراحتی‌هایی بین زوجین ایجاد شود. لذا اگر به این تفاوت‌ها آگاه نباشیم متوجه ابراز محبت همسر خویش نمی‌شویم، احساس تنهایی به ما دست می‌دهد و فقدان توجه و محبت باعث می‌شود نسبت به زندگی سرد شویم و با هنگامی که همسر ما به ما محبتی می‌کند پیام عاشقانه او را طور دیگری تفسـیر کنیم و قضاوت اشتباه ما باعث ایجاد سـوءتفاهم و نزاع در خانواده می‌شود. از این رو شناخت این تفاوت‌ها برای هر زوجی ضروری است.

جمن‌آرا ادامه داد: اولین موضوعی که به آن می‌پردازیم شدت عشق در شروع رابطه است. هنگام شروع یک رابطه وقتی دختر و پسـر به تازگی پایه‌های زندگی مشترک را بنا می نهند شدت عشق در آقایان بسیار بیشـتر از بانوان است در مقابل عشق آتشین پسرها با سـردی در رفتار خانم مواجه می‌شود و سردرگم می‌شود که آیا او از ازدواج با من پشیمان است، و اگر به این تفاوت آگاه نباشد ممکن است این سردی باعث ایجاد ناراحتی و کینه شـود و در جای جای زندگی مشترک بروز پیدا کند.

وی افزود: برای اینکه شیرینی رابطه به تلخی تبدیل نشود لازم اسـت هردو جنس به این مسئله آگاهی داشته باشند که این تفاوت در بروز احسـاسات امری طبیعی است و به نشانه دلسردی و عدم علاقه خانم نمی‌تواند باشد و هر دو تلاش کنند از تبعات این تفاوت بکاهند. یک بازه زمانی مشخص کنند که چه زمانی تا چه حد و به چه شکل به یکدیگر محبت و ابراز علاقه کنند تا با متوازن شدن ابراز علایق، این تفاوت باعث سردی در رابطه آنها نشود.

این مشاور خانواده تأکید کرد: از تفاوت‌های دیگر در این حوزه، تفاوت در جایگاه عشـق در مغز است. در آقایان جایگاه ابراز احسـاسات و عشق در سمت راست مغز اسـت و در بانوان در تمام مغز و این تفاوت باعث می‌شود که آقایان در بسیاری از امور سرسـخانه عمل کنند و بایت این سرسـختی، زنان فکر می‌کنند اصلا عشقی در وجود همسرشان نیست.

وی ادامه داد: هنگامی که مردها در سمت چپ مغز خود باشـند و سمت چپ مغزشـان فعال باشد که هیچ جلوه عاشقی از خود بروز نمی‌دهند اما خانم‌ها که عشق در هر دو سمت مغزشان وجود دارد عاطفه را در همه امور دخالت می‌دهند. هر چند خودشان لذت می‌برند اما این رفتار برای آقا بسیار ناراحت کننده است و باعث عصبانیت او خواهد شد و معمولاً آقایان شکایت دارند که خانم‌ها در همه جا عاطفه را دخیل کرده و احساساتی تصمیم‌گیری کردند.

جمن‌آرا گفت: برای مدیریت این تفاوت بهتر اسـت زوجین این قاعده را بشناسند و بدانند این تفاوت‌ها چه تبعاتی دارند. بهتر اسـت زنان در موقعیت‌های مناسب که مرد مشـغول انجام کار خاصی نیسـت و یا دل مشغولی و درگیری ذهنی ندارد، ابراز محبت و علاقه کنند و مردان تلاش کنند ظرف عاطفه همسرشان را از عشق پر کنند تا او با بهانه گیری و... این احساس فقدان عشق را در سرتاسر زندگی تعمیم ندهد.

وی ادامه داد: از تفاوت‌های دیگر که باعث عدم درک و همراهی زوجین می‌شود، تفاوت در مکان هندسی در زمان عشق ورزی است. برای اینکه پیغام عشق ورزی ما به همسـر ما برسد و او عشق را دریافت کند لازم است هنگام صحبت و ابراز محبت خانم‌ها در سمت راست آقایان قرار بگیرند. وقتی یک خانم رو به روی یک آقا قرار بگیرید و ابراز محبت کند به جای فعال کردن نیمه کره راسـت مغز او که جایگاه عشق اسـت نیم کره چپ فعال می‌شود و آقا به جای عشق بیشتر منطق در پیش می‌گیرد و منطقی برخورد می‌کند.

جمن‌آرا گفت: بعد بدانید زنان دوسـت دارند هنگام صحبت و مراوده عاشقانه همسرشان رو به روی آنها بایستند و اگر شما هنگام صحبت با خانم رو به روی او نباشید این پیغام به او منتقل می‌شود که حواسش به موضوع جمع نیست و اهمیتی به صحبت او نمی‌دهید. پس لازم است زوجین به این نکته توجه و عمل کنند. این مشـاور خانواده به موضوع تولد فرزند در خانواده اشـاره کرد و افزود: تولد فرزند یکـی از تفاوت‌ها و چالش‌هایی اسـت که که زوجین بـا آن مواجه اند. هنگام به دنیا آمدن فرزند بروز عشـق در آقا کاهش می‌یابد برای خرج و مخارج درگیری ذهنی بیشتری پیدا می‌کند و حسابی و کتابهایش دقیق‌تر می‌شود و میزان زیادی از توجهش معطوف به کودک می‌شود. میل جنسی مردافت زیادی می‌کند و به همین دلیل تمایل و درخواست به رابطه در او کم می‌شود.

وی ادامه داد: اما در خانم‌ها، تولد کودک ابراز عشق و محبت بیشتر و نیاز آنان به توجه هم بیشتر می‌شود. در این زمان زنان حسـاس‌تر و شکننده‌تر می‌شوند احسـاس می‌کنند که جسم آنان بابت تغییراتی که داشته غیر جذاب شده و علت کاهش میل جنسی در همسرشان همین مسئله است. فکر می‌کند همسرش او را به خاطر بچه می خواسته و حالا که به خواسته اش رسیده توجه اش به او کم شده و دیگر او را مثل سـابق دوسـت ندارد و گاها برخی زنان با مشاهده کاهش میل جنسی همسرشـان فکر می‌کنند که خیانت به آنان شده است و همسرشان با فرد دیگری در ارتباط است.

جمن‌آرا گفت: برای اینکه این تفاوت مشکل ایجاد نکند و با توجه به روحیه حسلس زنان در این شرایط و برای اینکه دچار افسـردگی پس از زایمان نشوند لازم است هر دوی آنان خوب این قاعده را بشناسند و تلاش کنند تغییرات جدیدی که در زندگی خودشان به وجود آمده فاصله‌ای بین آنان ایجاد نکند. حتما برای ابراز عشـق در طول روز و هفته وقت گذارند و برنامه داشته باشـند و تلاش کنند با هم بیشتر گفت‌وگو داشته‌باشند.

تامین هـزینه شیر خشـک و مکمـل‌های غـذایی، برای کودکان معلـول ذهـنی موسسـه خیریه کهـریزک
مشارکت از طریق کد دستوری:
*۷۸۰*۶۵#
*۷۳۷*۷۰۰#
پرداخت آنلاین

مینمال
هایی برای زندگی

تازه های سلامت

فاکتورهای شگفت‌انگیز افزایش یا کاهش احتمال ابتلا به کووید۱۹

یک مطالعه جدید، نتایج غیرمنتظره‌ای در مورد عواملی که ممکن اسـت بر احتمال ابتلا به کووید۱۹ تأثیر بگذارد ارائه می دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسن نت، یافته‌ها نشان داد افراد مبتلا به آلرژی غذایی نسبت به افراد بدون آلرژی کمتر در معرض خطر ابتلاء به عفونت کووید۱۹ هسـتند، در حالی که آسم بر این خطر تأثیری ندارد. در همین حال، چاقی و داشتن BMI بالا احتمال ابتلاء به کووید را افزایش می‌دهد.

احتمال ابتلای کودکان ۱۲ سـاله و کمتر به اندازه نوجوانان و بزرگسالان بود. اما طبق این مطالعه، سه چهارم عفونت‌ها در کودکان بدون علامت هسـتند. همچنین تأیید شد که انتقال پذیری بیماری کووید در خانواده‌های دارای فرزند، بیشتر است. تحقیقات قبلی نشان داد که داشتن یک بیماری آلرژیک ممکن است احتمال ابتلاء فرد به عفونت کووید را کاهش دهد و آخرین مطالعه نشان داد که داشتن آلرژی غذایی خطر ابتلاء به عفونت را به نصف کاهش می‌دهد، اما آسـم و سایر شرایط آلرژیک مانند اگزما و رینیت آلرژیک خطر ابتلاء را تغییر نمی‌دهند.

چرا آلرژی غذایی ممکن اسـت نقش محافظ داشته باشد؟

التهاب نوع ۲ مشخصه شرایط آلرژیک است و ممکن است سطح پروتئینی به نام گیرنده ACE۲ را در سطح سلول‌های مجاری هوایی کاهش دهد. محققان توضیح می‌دهند که کرونا ویروس از این گیرنده برای ورود به سلول‌ها استفاده می‌کند، بنابراین میزان پایین‌تر آن می‌تواند توانایی ویروس را برای آلوده کردن سلول‌ها محدود کند.

مطالعات قبلی نشـان داده اند که چاقی عامل خطر ابتلاء به کووید۱۹ شدید است. و این مطالعه نشان داد که هر ۱۰ امتیاز افزایش در BMI (شاخص توده بدنی، اندازه گیری وزن نسبت به قد) خطر ابتلاء به عفونت ۹ ا درصد افزایش می‌دهد. افرادی که اضافه وزن داشته یا چاق بودند ۴۱ درصد بیشـتر از افراد دارای وزن طبیعی در معرض خطر ابتلاء به عفونت بودند. نزدیکی به یک فرد آلوده نیز در افزایش احتمال ابتلاء به کووید۱۹ نقش دارد: در ۵۸ درصد از خانواده‌هایی که یک نفر آلوده شده بود، کرونا ویروس به چندین عضو خانواده منتقل شده بود.

محققان به این نتیجه رسیدند که کودکان خردسال ممکن است به دلیل نرخ بالای عفونت بدون علامت، بار ویروسی بالا و تعامل فیزیکی نزدیک با اعضای خانواده، از انتقال دهندگان اصلی کووید۱۹ در خانواده باشند.

محققان تأکید می‌کنند ارتباط مشاهده شده بین آلرژی غذایی و خطر ابتلاء به کووید۱۹ و همچنین بین شاخص توده بدنی و خطر این بیماری، مستلزم بررسی بیشتر است.

باجامعه همراه‌باشید

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

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

نظرات، دیدگاه و انتقادات سـازنده خـود را با ما در میان بگذاریـد. از مطالب صاحبان قلم در حـوزه های اجتماعی استقبال می‌شود.

شماره تماس: ۳۲۵۵۳۸۳۸