گوناگون

جامعه دارای اعتیاد در شأن ایران اسلامی نیست

معاون اجرایی رئیس جمهور با بیان اینکه رویکرد دولت چهارم، «زندگی خوب» برای همه مردم ایران است، گفت: جامعه دارای اعتیاد در شأن ایران اسلامی نیست.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی ستاد مبارزه با مواد مخدر، محمدجعفر قائم‌پناه روز دوشنبه در بازدید از دومین نمایشگاه یارگیران زندگی، هدف دولت چهارم را ریشه کن شدن تمامی آسیب‌های اجتماعی عنوان کرد و افزود: نقطه کمال ما ایران مرفه، بدون آسیب اجتماعی و بدون خشونت و اعتیاد است. وی بر تکاه دولت چهارم به ایران، با وفاق و دوستی اشاره کرد و گفت: وقتی صحبت از اعتیاد می‌شود بحثی از همپاشیدگی هویت و شخصیت فرد و کیان خانواده که نتیجه زشت خانواده و خیابان‌های شهر است.

به گفته معاون اجرایی رئیس جمهور، قطعا رویکرد دولت پیشگیری از آسیب اجتماعی به ویژه آسیب خانمان سوز اعتیاد است و در این زمینه معتقد به سرمایه گذاری است. البته این هدف آسان نیست و همه باید در این زمینه وارد میدان شوند؛ نخست باید خانواده در این زمینه با فرهنگ سازی، آگاه و ایمن شود. قائم‌پناه تاکید کرد: همه افراد جامعه، اعم از مردم و مسئولین باید در نمایشگاه یارگیران زندگی شرکت کنند و از نزدیک در این فضا قرار گیرند. وی با بیان اینکه، ایران قدرتمند و توانا زمانی محقق می شود که تک تک افراد آن قدرتمند باشند، اظهار کرد: در جامعه ای که جوانان از اعتیاد ناتوان شده باشند این جامعه دیگر توانمند نیست و همین مسئله در سطح خانواده نیز وجود دارد که پایه اصلی جامعه را تشکیل می‌دهد. دومین نمایشگاه یارگیران زندگی از ۲۳ تا ۲۹ آبان در محل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان واقع در خیابان حجاب برقرار است.

کاهش خطاهای پزشکی با تشخیص آزمایشگاهی در بستر هوش مصنوعی

رئیس کل سازمان نظام پزشکی با بیان اینکه تشخیص زودرس کلید اصلی درمان همه بیماری‌هاست، گفت: تشخیص آزمایشگاهی در بستر هوش مصنوعی باعث کاهش خطاهای پزشکی می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، محمد رییس زاده عصر دوشنبه در مراسم افتتاح آزمایشگاه تخصصی ژنتیک و پاتوبیولوژی گفت: بحث غربالگری باید با تکنولوژی روز دنیا و براساس تعامل هورمونی و سنجش فلزات انجام شود و اکنون آندوسکوپی دیگر قدیمی شده است و ما باید در تشخیص زودرس و غربالگری از هوش مصنوعی استفاده کنیم. وی اظهار کرد: تحول در دانش پزشکی دنیا شروع شده و باید از این تکنولوژی عقب نمانیم و خوشبختانه این تغییر، تحول و پیشرفت در حوزه تشخیص و درمان کشور بوجود آمده است. به گفته رییس زاده، ژن درمانی و سلول درمانی نیز بحث مهمی در حوزه درمان است که باید کشورمان نیز به این سمت سوق داده شود تا بیماری ها به موقع درمان شود. وی با اشاره به وجود یک مدیریت کلان در امر تشخیص و درمان به موقع در کشور، اظهار کرد: حتی می توان با استفاده از تکنولوژی و هوش مصنوعی روند پیری را نیز به عقب انداخت و افراد در دوره سالمندی با مشکلات اسکلتی و عضلانی مواجه نشوند.

پیشگیری بهتر از درمان است

رئیس هیات مدیر آزمایشگاه تخصصی ژنتیک و پاتوبیولوژی نیل وابسته به دانشگاه علوم پزشکی ایران نیز در این مراسم با بیان اینکه پیشگیری بهتر از درمان است، گفت: تشخیص اصل مهم در تحقق این هدف است و این آزمایشگاه می تواند در تشخیص سرطان و سایر بیماری‌های مهم در حوزه سلامت موثر باشد. مسعود سلیمانی ادامه داد: طی پنج سال گذشته شمار مبتلایان به سرطان در کشور ما مانند دنیا رو به افزایش است اما با تشخیص به موقع و درمان اصلی می توان از روند این بیماری جلوگیری کرد. وی ادامه داد: از اهداف این آزمایشگاه تشخیص به موقع و سریع سرطان است و در بخش پاتوبیولوژی نیز با کمک هوش مصنوعی بیماری‌ها نیز به سرعت در مدت ۲ ساعت تشخیص داده می‌شود. به گفته سلیمانی، در آزمایشگاه ما مشکلاتی که در اثر خطای بینایی و تشخیصی انجام می‌شود با کمک هوش مصنوعی تا ۸۵ درصد کاهش می یابد و امیدواریم خدمات به موقع و ارزنده به بیماران ارائه دهیم تا روند درمان نیز انجام شود.

روش‌های تشخیصی و آزمایشگاهی به موازات علم، در کشور رو به افزایش است

رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایران نیز گفت: بحث روش‌های تشخیصی و آزمایشگاهی به موازات علم، در کشور رو به افزایش است و این آزمایشگاه حرکت بسیار خوب برای تسهیل چرخه درمان است. نادر توکلی ادامه داد: با توجه به اهمیت تشخیص بیماری در تسریع روند درمان، تعرفه های حوزه سلامت نیاز به بازبینی دارد در این راستا وزارت بهداشت و سازمان بیمه گر نقش اساسی دارند. وی ادامه داد: وقتی خدمتی گسترش پیدا می کند می تواند کمک حاکمیتی برای جامعه داشته باشد و درمان های پیشرفته مورد حمایت قرار بگیرد.

فشار خون را در افراد چاق چگونه کاهش دهیم؟

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد مکمل‌های ویتامین D ممکن است فشار خون را در سالمندان چاق کاهش داده و سلامت قلب آنها را بهبود بخشند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مدیسن نت: محققان گزارش می‌دهند که مصرف بیش از دوز روزانه توصیه شده، مزایای سلامتی بیشتری را به همراه نخواهد داشت. دکتر «فاده الحاج فولیهان»، محقق ارشد از مرکز پزشکی دانشگاه آمریکایی بیروت در لبنان، گفت: «مطالعه ما نشان داد که مکمل ویتامین D ممکن است فشار خون را در زیرگروه‌های خاصی از جمله افراد مسن، افراد چاق و احتمالاً افراد دارای سطح ویتامین D پایین کاهش دهد».

محققان در یادداشت‌های پس زمینه گفتند، مطالعات کمبود ویتامین D را با افزایش خطر فشار خون بالا مرتبط می‌دانند. با این حال، شواهد محکمی وجود ندارد که آیا مصرف مکمل‌های ویتامین D می‌تواند به کاهش فشار خون کمک کند. به گفته محققان، دوز توصیه شده روزانه ویتامین D، ۶۰۰ واحد بین المللی یا حدود ۱۵ میکروگرم است. برای این مطالعه، محققان سلامت ۲۲۱ سالمند مبتلا به چاقی را که به مدت یک سال ۶۰۰ واحد بین‌المللی یا ۳۷۵۰ واحد بین‌المللی مکمل ویتامین D مصرف می‌کردند، بررسی کردند.

نتایج نشان می‌دهد که مکمل‌ها فشار خون خود را کاهش دادند. آندوزهای بالاتر فواید بیشتری ارائه نکردند. الحاج فولیهان در یک بیانیه خبری گفت: «دوزهای بالای ویتامین D در مقایسه با دوز توصیه شده روزانه مؤسسات پزشکی، مزایای سلامتی بیشتری را به همراه نداشت».

زنان و خانواده

راه خروج از خشونت‌های چهار دیواری

سرعت گردش اطلاعات در فضای مجازی بسیار بالا رفته و اخیراً خیلی زود به بیرون از خانواده‌ها درز می‌کند. واقعیت این است که در هر جامعه‌ای که معمولاً به صورت مقطعی دچار بحران‌های خاص می‌شود، خشونت‌های جنسیتی هم افزایش می‌یابد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایران، یک پژوهشگر حوزه زنان با اشاره به اینکه خشونت امری جهانی علیه زنان است به «ایران» می‌گوید: خشونت ملموس‌ترین شکل در بحث تبعیض علیه زنان است.

به اعتقاد دکتر کتایون مصری، خشونت ذیل بلی فراگیر تبعیضات جنسیتی قرار می‌گیرد و تابع فرهنگ هر کشور است که در عین حال متناسب با میزان آگاهی جنسیتی و توجه به کرامت انسان‌ها از بار خشونت‌ها کاسته می‌شود. اما در کشور ما خشونت‌های جنسیتی انواع و اشکال متعددی دارد و چنانچه بخواهیم به لحاظ جرم‌شناسی بررسی کنیم، قاعدتاً باید به این اشکال توجه کنیم. در ایران با توجه به بستر تاریخی و شرایط فرهنگی بسیار ریشه‌دار، زنان همیشه به حریم خصوصی اختصاص داشته و مردان به حریم عمومی. از قضا همین حریم خصوصی نباید افشا شود و به بیرون درز کند. از این رو بسیاری خشونت‌ها افشا نمی‌شد و باورهایی مانند اینکه «با لباس سفید عروس می‌شوی و با کفن سفید می‌میری» رواج پیدا کرد. از قدیم گفته شده که فرهنگ تمکین مخصوص زن است و همین امر، استیلا و هژمونی مرد در خانواده را دامن زده و گویای این است که مرد و برادر می‌توانند بر زن حکومت کنند.

مصری ادامه داد: خشونت فیزیکی در بخشی از حکومت‌ها ملموس است. صحبت‌های خود را ادامه می‌دهد: شدیدترین شکل خشونت فیزیکی قتل‌های خانوادگی، زن‌کشی یا همسرکشی است که شاهد آن هستیم. اما این روزها با افزایش حضور زنان در جامعه علاوه بر خشونت‌های فیزیکی، شاهد خشونت‌های کلامی و روانی بیشتر علیه زنان نیز هستیم. حالا بر اساس آنچه شواهد نشان می‌دهد و مصری هم بر آن صحه می‌گذارد، به اندازه‌ای خشونت علیه زنان در سطح خرد و در خانه افزایش یافته که دیگر قانون از این تحول عظیم جا مانده و به شکلی دچار تأخر حقوقی در این حوزه هستیم، از این رو نیازمند نگاه جامع به انواع خشونت هستیم. هر اگاهی وقوع چند رویداد سبب می‌شود مسئولان حساس شده و قانون، فرهنگ‌سازی و آموزش را توصیه کنند اما از آنجا که زنان همیشه ضعیف پنداشته شده‌اند، همواره خشونت وجود دارد. پس شناخت اشکال خشونت و آسیب‌شناسی آن امری اجتناب‌ناپذیر است.

تأثیر سرعت گردش اطلاعات در درز اخبار خشونت خانگی به بیرون

سرعت گردش اطلاعات در فضای مجازی بسیار بالا رفته و اخیراً خیلی زود به بیرون از خانواده‌ها درز می‌کند. واقعیت این است که در هر جامعه‌ای که معمولاً به صورت مقطعی دچار بحران‌های خاص می‌شود، خشونت‌های جنسیتی هم افزایش می‌یابد.

دراین‌باره مصری ارتباط بحران‌های اقتصادی خانواده‌ها را با خشونت مثال می‌زند: وقتی مردانگی در موضع ضعف قرار می‌گیرد، انگیزه اعمال خشونت، متجر به قربانی‌سازی زن، شوهر یا فرزندان می‌شود. البته که اغلب این اتفاق برای زنان بیش از سایرین می‌افتد. این آمارها در همه کشورها وجود دارد و اتفاقاً قتل همسر به معنای آن نیست که مرد بالفطره جانی و قاتل است. چون عامل اجتماعی مسبب جرم شده است. یکی از محرک‌ها و انگیزه‌های وقوع قتل‌های خانوادگی می‌تواند دشواری‌های اقتصادی برای معاش خانواده باشد. دست بلند کردن روی زن در خیابان از خانه‌ها یک عادت است و دلیل مهم دیگر می‌تواند نبود آگاهی درست مردان نسبت به جنس مخالف باشد.

رویکرد معاونت زنان و خانواده رئیس‌جمهور نسبت به لایحه معاونت رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده در دولت جدید قصد دارد که موضوع پیگیری لایحه منع خشونت علیه زنان را در اولویت کاری خود قرار دهد و در عناوینی که روزانه ایران در روزهای اخیر از عملکرد ۱۰۰ روزه آغاز به کار دولت هم به نقل از دکتر زهرا بهروز آذر به آن پرداخته، این موضوع جزو ۱۰ گام نخست معاونت زنان آمده است.

کوتاه درباره ابعاد حقوقی لایحه منع خشونت علیه زنان

دکتر بهرام مرادیان، حقوقدان نیز با اشاره به اینکه موضوع حمایت از امنیت بانوان در روابط اجتماعی برای نخستین بار در قانون برنامه پنجم توسعه مطرح شد، در توضیح ابعاد حقوقی لایحه به «ایران» می‌گوید: تدوین «سند ملی امنیت بانوان و کودکان در روابط اجتماعی» با مشارکت نهادهای مربوطه به دولت واگذار شد و به دنبال آن، لایحه «حمایت از امنیت‌دیدگی زنان و ارتقای امنیت آن در برابر خشونت» در دولت تهیه و در دی‌ماه ۱۳۹۹ برای طی مراحل قانونی به مجلس یازدهم ارسال شد. کلیات این لایحه در ۲۱ فروردین ۱۴۰۲ با نام «لایحه حفظ کرامت و حمایت از زنان در برابر خشونت» به تصویب مجلس رسید و برای بررسی جزئیات یار دیگر راهی کمیسیون اجتماعی شد و همچنان در نوبت بررسی و تصویب کمیسیون قرار دارد. او اضافه می‌کند: در این لایحه تمامی زنان و دختران تبعه ایران در داخل یا خارج و زنان و دختران غیرایرانی که در قلمرو جمهوری اسلامی ایران حضور یا سکونت دارند، مورد حمایت قرار می‌گیرند.

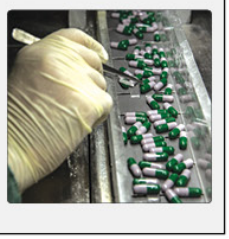
بر اساس مفاد این لایحه، هر رفتار اعم از فعل یا ترک فعل که به جهت جنسیت یا موقعیت آسیب‌پذیر یا نوع رابطه مرتکب، بر زن واقع شود و موجب ورود آسیب یا ضرر به جسم یا روان یا شخصیت، حیثیت یا محدودیت یا محرومیت از حقوق و آزادی‌های قانونی وی شود جرم بوده و مستلزم مجازات‌های قانونی است.

از تأسیسات و ابداعات این لایحه می‌توان به ایجاد صندوق حمایت از زنان خشونت‌دیده یا در معرض خشونت اشاره کرد که در موارد پرداخت تفاضل دیه زن و مرد و تأمین هزینه‌های درمانی، آموزش مهارت‌های زندگی و مهارت‌های شغلی در طول مدت حبس برای زنان زندانی استفاده می‌شود.

به گفته مرادیان، از جرایمی که این لایحه برای اولین بار آن را جرم‌انگاری کرده است می‌توان به تهدید، تحریک، تشویق، تسهیل یا آموزش برای اینکه زنی به خود آسیب جسمی وارد کند، ارسال پیام‌ها یا تصاویر نامتعارف، بر خلاف تمایل زن که موجب آزار روحی یا روانی وی شود، درخواست یا پیشنهاد برقراری رابطه نامشروع اشاره کرد. اگرچه لایحه مزبور همچنان در نوبت تصویب است اما ایجاد هنجارهای قانونی در جهت حمایت از زنان یکی از مطالبات مردم بوده؛ جامعه زنان به شمار می‌رود که در بدنه الزامات حقوقی، این جمعیت قابل ملاحظه بتوانند به جایگاه شایسته اجتماعی، اقتصادی و کرامتی خود دست یابند.

رئیس سازمان غذا و دارو

مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک مقاومت میکروبی ایجاد می کند



رئیس سازمان غذا و دارو ضمن تاکید بر ضرورت مصرف آنتی بیوتیک‌ها تنها تحت نظارت پزشک، از مردم خواست تا از مصرف خودسرانه این داروها خودداری کنند و با رعایت اصول مصرف صحیح، مسئولانه در برابر پدیده مقاومت میکروبی عمل کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از سازمان غذا و دارو، مهدی پیرصالحی روز دوشنبه در پیامی به مناسبت هفته جهانی آگاهی از آنتی‌بیوتیک‌ها (۲۸ آبان تا سوم آذر) گفت: مصرف خودسرانه و بی‌رویه آنتی‌بیوتیک‌ها، به ویژه در بیماری‌های ویروسی همچون سرماخوردگی و آنفلوانزا، یکی از دلایل اصلی بروز مقاومت میکروبی است. وی افزود: این پدیده تهدیدی برای درمان عفونت‌های رایج و پیچیده است و می‌تواند توانایی بشر در مقابله با بیماری‌ها را به شدت کاهش دهد.

پیرصالحی ادامه داد: سازمان جهانی بهداشت، مقاومت میکروبی را یکی از ۱۰ چالش اصلی بهداشت عمومی معرفی کرده که نه تنها سلامت انسان‌ها، بلکه اقتصاد جهانی را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد. طولانی‌تر شدن دوره بیماری، افزایش هزینه‌های درمان و نیاز به داروهای گران‌تر از جمله پیامدهای این پدیده است. وی ادامه داد: همچنین بدون داروهای مؤثر ضد میکروبی، موفقیت درمان‌ها در اعمال جراحی و شیمی‌درمانی سرطان‌ها با چالش روبه‌رو خواهد شد.

رئیس سازمان غذا و دارو با تاکید بر رعایت اصول مصرف صحیح و مسوولانه آنتی‌بیوتیک‌ها، از مردم خواست تا از مصرف خودسرانه این داروها در سرماخوردگی و آنفلوآنزا خودداری کنند.

برش

آیا واقعا به ۱۰ هزار قدم پیاده‌روی در روز نیاز داریم؟

متخصصان می‌گویند پیاده‌روی راهی آسان برای بهبود سلامت جسم و روان، تقویت تناسب اندام و پیشگیری از بیماری‌هاست.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایندیپندنت، با اینکه برای دستیابی به سلامتی نمی‌توان فقط به پیاده‌روی اتکا کرد اما اولین قدم بزرگ برای رسیدن به زندگی سالم است. همچنین برای پیاده‌روی به تجهیزات ورزشی و عضو شدن در باشگاه نیازی نیست.

«آسوشیتدپرس» در مطلبی در این باره آورده است: پیاده‌روی، به دستورالعمل پزشکی عمومی ایالات متحده مبنی بر اینکه بزرگسالان باید در طول هفته دو ساعت و نیم تمرینات بدنی متوسط تا شدید داشته باشند، جامه عمل می‌پوشاند و به کاهش خطر بیماری قلبی، فشار خون بالا، زوال عقل، افسردگی و انواع سرطان‌ها کمک می‌کند.

«جولی اشمید» پرستار مرکز «بهداشت و درمان نورتون» (Norton Healthcare) که باشگاه رایگان پیاده‌روی سالم را اداره می‌کند، می‌گوید: پیاده‌روی سطح قند خون را تنظیم می‌کند، برای سلامت استخوان‌ها مفید است و در کاهش وزن و کیفیت خواب نقش دارد. مزیت دیگر پیاده‌روی این است که فشار کمتری به مفاصل وارد می‌کند و تقویت قلب و ریه را به همراه دارد.

البته «آنیتا گالست»، استاد علوم ورزش در دانشگاه مینه‌سوتا کروکستون (University of Minnesota Crookston)، می‌گوید که پیاده‌روی به‌رغم تمام مزیت‌هایش برای سلامت کلی بدن کافی نیست و جای تمرینات مقاومتی را که قدرت و استقامت عضلات را افزایش می‌دهند، نمی‌گیرد. این موضوع به‌ویژه برای زنانی که سن‌شان رو به افزایش است، اهمیت دارد. بنابراین متخصصان توصیه می‌کنند که برای تقویت عضلات دست‌کم دو بار در هفته از تجهیزات بدن‌سازی استفاده کنید و تمرینات افزایش انعطاف‌پذیری مانند یوگا یا حرکات کششی انجام دهید.

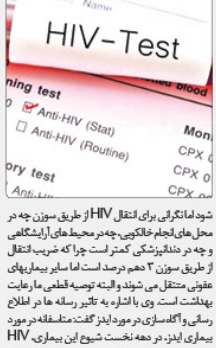
احتمالاً همه درباره ۱۰ هزار قدم پیاده‌روی روزانه شنیده‌اید. البته این هدف در دهه ۱۹۶۰ و کارزار بازاریابی ژاپن بازمی‌گردد و متخصصان می‌گویند که این فقط یک دستورالعمل است. بااین حال اشمید می‌گوید آمریکایی‌ها به طور متوسط روزی سه تا چهار هزار قدم را می‌روند، اما خوب است که کم‌کم آن را به ۱۰ هزار قدم برسانند.

به گفته او، تعیین هدف زمانی هم خوب است. او می‌گوید که می‌تواند دستورالعمل ۱۵۰ دقیقه ورزش هفتگی را به روزی ۳۰ دقیقه یا سه دور ۱۰ دقیقه‌ای روزانه و به مدت پنج روز در هفته تقسیم کنید. اگر آب‌وهوا مساعد نبود می‌توانید در فروشگاه‌ها یا روی ترمیل راه بروید. وقتی در پیاده‌روی با تجربه‌تر شدید، می‌توانید سراغ پله‌ها یا تپه‌ها بروید اما یادتان باشد که سطح فعالیت را در حد متوسط نگه دارید.

برای بالابردن انگیزه پیاده‌روی می‌توانید با دوستان و عزیزانتان همراه شوید. پیاده‌روی نه‌تنها سلامت جسم را بهبود می‌بخشد که بر سلامت روان هم تاثیر می‌گذارد. استنشاق هوای تازه مشاهده طبیعت و تغییر فصل‌ها همگی نوعی مراقبه به شمار می‌روند و با تمعق و تفکر درباره جهان پیرامون می‌توانید سلامت روان را هم تقویت کنید.

ایدز امروز مخصوص گروه خاصی نیست

تشخیص؛ عاملی مهم در کنترل و پیشگیری



رئیس اداره کنترل ایدز وزارت بهداشت با بیان اینکه HIV امروز مخصوص گروه خاصی نیست، گفت: ما نباید فکر کنیم هرکس ایدز دارد حتما جزو یکی از گروه‌های پرخطر بوده است؛ اگرچه در بین گروه‌های پر خطر احتمال ابتلا به این بیماری بیشتر است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از وزارت بهداشت، هنگامه نامداری تبار به مناسبت آغاز پویش «من هم تست HIV می دهم» با بیان اینکه HIV یک بیماری عفونی و کاملا قابل کنترل است، اظهار کرد: قابل کنترل بودن HIV به شرط این است که به موقع تشخیص داده شود و به شکل درست و دقیقی تحت درمان قرار گیرد و در این صورت افراد مبتلا به HIV نه تنها زندگی نرمالی خواهند داشت بلکه بیماری را نیز به دیگران منتقل نمی کنند. وی از همکاری سازمان ملی همجنس سازمان زنانها بهزیستی، وزارت کشور، ستاد مبارزه با مواد مخدر و بخش‌های مختلف وزارت بهداشت از جمله اداره اعتیاد، اداره HIV و ... در پویش «من هم تست HIV می دهم» خبر داد و گفت: پویش «من هم تست HIV می‌دهم» از ۲۰ آبان تا ۲۰ آذرماه با دو هدف شفابخشی و تحت درمان قرار دادن بیماران و اطلاع‌رسانی به جامعه و کاهش ترس از HIV اجرا می‌شود. نامداری تبار درباره روش های آلوده شدن به ویروس HIV یادآور شد: ویروس HIV فقط در گلبول های سفید قادر به ادامه حیات است و گلبول های سفید نیز در خون و ترشحات وجود دارند بنابراین HIV در روابط معمولی همچون آشامیدن، رویوسی کردن و دست دادن قابل انتقال نیست و در صورتی که خون افراد با هم تلاقی یابد ویروس منتقل می شود.

انتقال از طریق مادر به جنین یا کودک یافت نشده است

وی افزود: در گذشته ویروس HIV از طریق مادر به جنین و همچنین با استفاده از شیر مادر به نوزاد قابل انتقال بود اما خوشبختانه دستاورد بزرگ دانشمندان ما این بوده که طی چند سال اخیر از بین افراد شناسایی شده انتقال از طریق مادر به جنین یا کودک یافت نشده است. رئیس اداره کنترل ایدز وزارت بهداشت همچنین خبر داد: طی چند سال اخیر از بین افراد شناسایی شده هیچ کدام انتقال از مادر به کودک نبوده و این در حالی است که برخی از مادران در دوران بارداری HIV مثبت داشتند اما پس از دارو گرفتن، سطح ویروس در خون‌شان پائین آمده و نوزادهای آنان فاقد HIV بوده و سالم هستند که موفقیت بزرگی در زمینه کنترل HIV به وجود آمده است. وی گفت: از سوی دیگر با برنامه های متنجمی که در جهت کاهش آسیب در بین مصرف کنندگان مواد تزریقی صورت گرفته است، ضریب انتقال در گروه معتادان تزریقی پائین آمده است و اکنون الگوی انتقال بیشتر از طریق روابط جنسی است.

HIV امروز مخصوص گروه خاصی نیست

رئیس اداره کنترل ایدز وزارت بهداشت با بیان اینکه HIV امروز مخصوص گروه خاصی نیست، گفت: ما نباید فکر کنیم هرکس HIV دارد حتما جزو یکی از گروه های پر خطر بوده است؛ اگرچه در بین گروه های پر خطر احتمال ابتلا به HIV بیشتر است. نامداری تبار تصریح کرد: انقلابی بزرگ در پیشگیری و کنترل HIV صورت گرفته است و اکنون داروهای ضد ویروس ایدز بسیار موثر هستند اما در عین حال تاکید می کنیم که درمان قطعی برای HIV وجود ندارد به عبارتی نمی توان ادعا کرد که ویروس به طور کامل از بین می رود اما داروها توان این را دارند تا میزان ویروس در خون به صفر برسانند. نامداری تبار این افراد مبتلا به تنها دچار عوارض بیماری نمی شوند بلکه باعث انتقال بیماری هم نمی شوند به گفته وی، اگر بیمار مبتلا به ایدز روند دارو گرفتن را قطع کند دوباره میزان ویروس HIV در خون او افزایش می یابد به عبارتی رفتار این ویروس همچون دیابت در بیمار شده است. رئیس اداره کنترل ایدز وزارت بهداشت در پاسخ به سوالی در خصوص استفاده از سوزن آلوده در محیط‌های انجام خلافکیی اظهار کرد: ما توصیه می کنیم که حتما رعایت بهداشت برای جلوگیری از انتقال هپاتیت و سایر بیماری های عفونی جدی تلقی شود اما نگرانی برای انتقال HIV از طریق سوزن چه در محل های انجام خلافکیی، چه در محیط های آزمایشگاهی و چه در دندانپزشکی کمتر است چرا که ضریب انتقال از طریق سوزن ۲ دهم درصد است اما سایر بیماری‌های عفونی منتقل می شوند و البته توصیه قطعی ما رعایت بهداشت است. وی با اشاره به تاثیر رسانه ها در اطلاع رسانی و آگاه‌سازی در مورد ایدز گفت: متاسفانه در مورد بیماری ایدز، در دهه نخست شیوع این بیماری، HIV در اذهان عمومی تبدیل به یک هیولا شد اما اکنون ما با یک بیماری عفونی سو کار داریم که با مصرف دارو، فرد بیمار می تواند زندگی نرمال داشته باشد و بیماری را به کسی منتقل نکند. نامداری تبار در پایان از آماده شدن رویکرد نوین آموزش HIV خبر داد و تاکید کرد که اگر این رویکرد با هزینه کم به پزشک مراجعه کنید تا از روش‌های صحیح و موثر برای درمان به موقع بیماری شما استفاده کند.

تازه های سلامت

باورهای غلط درباره سرماخوردگی

فصل شیوع ویروس‌های تنفسی از راه رسیده و احتمال ابتلا به سرماخوردگی بیشتر از هر زمان دیگر است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، از آنجا که هر شخص به طور متوسط دو تا سه بار در سال سرما می‌خورد، افراد می‌کوشند تا با برخی اقدامات و ترفندها از ابتلا به سرماخوردگی پیشگیری کنند اما به گفته متخصصان، برخی باورها در مورد سرماخوردگی نادرست هستند و نمی‌توان به آنها استناد کرد.

«یاهولایف» در گزارشی به نقل از دکتر «توماس روسو»، استاد بیماری‌های عفونی دانشگاه «بوفالو» در نیویورک پنج باور غلط در مورد سرماخوردگی را برشمرده است.

باور غلط شماره ۱: تنها یک ویروس، عامل سرماخوردگی است

دلیل اینکه ممکن است در یک فصل چندین بار سرما بخورید، حتی زمانی که تازه بهبود یافته‌اید این است که انواع مختلفی از ویروس‌ها می‌توانند باعث سرماخوردگی شوند. حدود ۲۰۰ نوع ویروس تنفسی در ابتلا به سرماخوردگی معمولی نقش دارند.

این حجم از ویروس برای سیستم ایمنی بدن بسیار زیاد است. در ایالات متحده «رایینوویروس» شایع‌ترین عامل سرماخوردگی است اما ویروس‌های دیگری مانند ویروس کرونای انسانی، ویروس‌های پارآنفلوانزا، آدنوویروس‌ها، انتروویروس‌ها و متاپنومویروس انسانی هم در ابتلا به سرماخوردگی نقش دارند.

باور غلط شماره ۲: بیرون رفتن با موهای خیس خطر ابتلا به سرماخوردگی را افزایش می‌دهد

روسو در مقاله خود به نقل از دکتر «ویلیام شافنر»، استاد دانشگاه و متخصص بیماری‌های عفونی، می‌نویسد: این باوری بسیار شایع اما نادرست است.

عامل سرماخوردگی ویروس است و برای ویروس‌ها مهم نیست که موهایتان خیس یا سردتان است!

باور غلط شماره ۳: ویتامین ث (C) از سرماخوردگی جلوگیری می‌کند

قفسه‌های داروخانه‌ها و فروشگاه پر از مکمل‌های ویتامین ث است که نشان می‌دهد تقاضای زیادی برای این محصولات وجود دارد اما این باور که ویتامین ث مانع سرماخوردگی می‌شود، پشتوانه علمی ندارد.

نتایج بررسی ۲۹ آزمایش بالینی روی بیش از ۱۱ هزار نفر نشان داد که مصرف منظم ویتامین ث بر تعداد دفعات ابتلا به سرماخوردگی تاثیری ندارد.

بااین حال برخی داده‌ها نشان می‌دهند که مصرف ویتامین ث «بعد از ابتلا به سرماخوردگی» ممکن است مفید باشد.

یک تحلیل از آزمایش‌های بالینی نشان داد در افرادی که هنگام سرماخوردگی حداقل یک گرم ویتامین ث در روز مصرف کردند، شدت بیماری ۱۵ درصد کاهش یافت.

مطالعه دیگری هم نشان داد که مصرف ویتامین ث در ۲۴ ساعت اول شروع علائم، ممکن است به کاهش مدت سرماخوردگی کمک کند.

باور غلط شماره ۴: فقط در زمستان سرما می‌خورید

درست است که سرماخوردگی در فصل زمستان بیشتر و بر اساس اطلاعات مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های آمریکا بین سپتامبر تا ماه مه (آخر شهریور تا اردیبهشت) شایع‌تر است اما اگر در تابستان هم سرما خوردید، تعجب نکنید. به گزارش ایندیپندنت، دکتر روسو می‌گوید: ویروس‌ها همیشه وجود دارند اما بعضی ویروس‌ها در فصل‌های خاص بیشتر شده و ویروس‌های سرماخوردگی تابستانی هم وجود دارند.

با وجود آنکه رینوویروس‌ها به طور کلی شایع‌ترین علت سرماخوردگی هستند، معمولاً آنتروویروس‌ها باعث سرماخوردگی تابستانی می‌شوند.

باور غلط شماره ۵: آنتی‌بیوتیک‌ها به درمان سرماخوردگی کمک می‌کنند

آنقدر از آنتی‌بیوتیک‌ها برای درمان انواع بیماری‌ها استفاده کرده‌ایم که اگر بگویند روی سرماخوردگی تاثیری ندارد، تعجب می‌کنیم اما دکتر روسو می‌گوید: آنتی‌بیوتیک‌ها داروهایی ضد باکتری هستند نه ضدویروس. به عبارت دیگر، آنتی‌بیوتیک‌ها هیچ تاثیری بر درمان سرماخوردگی شما که عامل ویروسی دارد، نخواهند داشت.

به گفته متخصصان، مصرف بی‌رویه آنتی‌بیوتیک تنها مقاومت باکتری‌ها در مقابل این دارو را بیشتر می‌کند.

بنابراین در صورت بدتر شدن علائم سرماخوردگی و مشاهده مواردی مانند تب یا سرفه حتما به پزشک مراجعه کنید تا از روش‌های صحیح و موثر برای درمان به موقع بیماری شما استفاده کند.