گوناگون

شهرهای قرمز کرونایی دوباره افزایش یافت

تازه ترین گزارش وزارت بهداشت از تغییر در رنگ بندی نقشه کرونایی کشور اعلام شد و بر همین اساس، شهر تهران در وضعیت زرد قرار گرفت.

به گزارش پیام آشنا، در هفته گذشته ۷۸ شهرستان در وضعیت قرمز، ۱۸۴ شهرستان در وضعیت نارنجی، ۱۷۴ شهرستان در وضعیت زرد و ۱۲ شهرستان در وضعیت آبی قرار داشتند. بر اساس اعلام وزارت بهداشت، وضعیت رنگ بندی نقشه کرونایی کشور در روز جمعه ۲۸ مرداد ۱۴۰۱، دچار تغییراتی شد، به طوری که تعداد شهرهای قرمز رنگ دوباره افزایش یافت.

بنابر این گزارش، تعداد شهرهای قرمز از ۷۸ به ۱۰۶ شهر افزایش یافت. همچنین، شهرهای نارنجی رنگ به ۱۵۶، شهرهای زرد از ۱۷۴ به ۱۷۳ شهر و تعداد شهرهای آبی رنگ نیز به ۱۲ شهر رسید. در همین حال، شهر تهران در وضعیت زرد قرار گرفت.

لیست شهرهای آبی رنگ

اندیمشک، بلوی، بیناود، پارس آباد، چابهار، دشتیاری، دلگان، سرباز، سیب و سوران، کنارک لامرد، مهرستان و نیک شهر، در وضعیت آبی قرار دارند.

اعلام رسمی افزایش حقوق بازنشستگان تامین اجتماعی

رئیس کانون عالی کارگران بازنشسته و مستمری بگیر سراسر کشور، از اعلام رسمی افزایش حقوق بازنشستگان تامین اجتماعی خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، علی اصغر بیات به بیانیه کانون عالی کارگران بازنشسته و مستمری بگیر اشاره کرد و گفت: پس از فراز و فرودهای فراوان، سرپرست وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی در مجمع عمومی کانون عالی که در شهرستان بندر انزلی برگزار شد، افزایش رسمی حقوق بازنشستگان و مستمری بگیران غیر حداقل بگیر تأمین اجتماعی را اعلام کرد. وی با عنوان این مطلب که افزایش حقوق مطابق با مصوبه شورای عالی کار، هیأت امنا و هیأت مدیره سازمان تأمین اجتماعی بوده است، افزود: این تصمیم برخواسته از نص صریح قانون، دیدگان پریشان و نگران بسیاری از بازنشستگان و مستمری بگیران دغدغه مند تأمین اجتماعی را شیرین کرد. بیات ادامه داد: کانون عالی کارگران بازنشسته و مستمری بگیر سراسر کشور در اثنای تلاش و کوشش های گسترده خود این نوید را به جامعه چند میلیونی تحت پوشش خود داده بود که در چارچوب تعاملات و رایزنی های صورت پذیرفته قدمی کوتاه نخواهد آمد و عقب نشینی نخواهد کرد و امروز به فضل خدا و به پشتوانه حمایت های یکایک عزیزان سربلند و شاکریم. وی افزود: متأسفانه افراد و جریان هایی به پیروی از اهداف و اغراض شخصی و گروهی، بی مهری هایی را متوجه برخی مسئولان نمودند، اما اینگونه اقدامات خللی در عزم و اراده خدمتگزاران صدیق نظام وارد نساخت. این رهاورد مهم، اندوخته ها و تجربیات گرانبهایی نیز با خود به همراه داشت که ضروری است ابعاد گوناگون آن مورد بررسی قرار گیرد. بیات با عنوان این مطلب که هجمه هایی نسبت به رئیس جمهور، اعضای دولت، معاون اول رئیس جمهور، وزیر سابق و سرپرست فعلی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی و سایر مسئولان صورت پذیرفت، گفت: این اتفاق مهم بار دیگر ثابت نمود مطالبه گری و مداومت در استیفای حق همراه با صبر و تدبیر و به دور از هیجان زدگی نتایج راهگشایی را به دنبال دارد. وی افزود: کانون عالی کارگران بازنشسته و مستمری بگیر سراسر کشور ضمن حمایت همه جانبه از موکلان خود و تقدیر و تشکر از رویکرد قانونمدار به مسئولان، از تمامی تلاش های مستمر دلسوزان قدرتی نموده و انتظار دارد در اسرع وقت نسبت به صدور احکام اصلاحی جدید بازنشستگان غیر حداقل بگیر تأمین اجتماعی یعنی اعمال افزایش ۲۸ درصد و مبلغ ثابت ۵۱۵ هزار تومان اقدام گردد. بیات گفت: شایسته است از حسن نظر رئیس جمهور که چندین بار دستور پیگیری ویژه در راستای رفع موانع و مشکلات و جلب رضایتمندی اقشار بازنشستگان صادر نمود، تقدیر و تشکر نمائیم. از سعه صدر و پیگیری های مستمر معاون اول رئیس جمهور و همچنین سرپرست وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی که در جلسات متعدد کارشناسی، زمینه انجام رایزنی ها و تعاملات سازنده را فراهم ساختند، سپاسگزاری نموده و از ریاست مجلس شورای اسلامی و هیأت تطبیق مقررات مجلس، کمیسیون های تخصصی و نمایندگان همراه و همسو کمال امتنان را ابراز نمائیم. وی با اشاره به بیانیه کانون، عنوان کرد: مراتب امتنان قلبی خود را از تلاش ها و همراهی های مشفقانه و ارزشمند مدیرعامل سابق سازمان تأمین اجتماعی اعلام می نمائیم. بیات گفت: آمادگی کامل کانون عالی کارگران بازنشسته و مستمری بگیر سراسر کشور را به منظور تحقق پیشنهاد سرپرست وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی مبنی بر بهبود معیشت اقشار بازنشستگان و مستمری بگیران از طریق تأسیس شرکت های سرمایه گذاری و ایجاد صندوق های زمین و ساختمان اعلام می نمائیم و امیدواریم حرکت در مسیر ارتقای رضایتمندی بازنشستگان و مستمری بگیران تأمین اجتماعی بیش از پیش، همه جانبه و با شتاب بیشتری ادامه یابد.

واکسن آبله میمون ۱۰۰ درصد در پیشگیری از بیماری موثر نیست

سازمان جهانی بهداشت کارآیی واکسن آبله میمون را با توجه به گزارش های مربوط به عفونت های پیشرو در افراد زیر سوال می برد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث سایت، بر اساس داده های موجود، بیش از ۳۸ هزار مورد آبله میمون در جهان در ۹۴ کشور جهان گزارش شده است. تلفات به ۱۲ نفر رسیده است. با افزایش موارد ابتلاء و مرگ و میرها، تقاضا برای واکسن آبله میمون نیز در حال افزایش است. سازمان جهانی بهداشت، گزارش هایی در مورد اثربخشی واکسن دریافت کرده است و طبق گزارش مقامات، حتی پس از دریافت واکسن، برخی عفونت های پیشرفتی نیز وجود داشته است. با توجه به این موارد، آنها اظهار کردند، این واکسن صد در صد برای فرار از این عفونت مؤثر نخواهد بود. از اینرو دریافت این واکسن به این معنا نیست که افراد می توانند اقدامات پیشگیرانه را کنار بگذارند.

مقامات سازمان جهانی بهداشت اعلام کردند، هر فردی که احساس می کند در معرض خطر است و می خواهد سطح خطر خود را کاهش دهد، مداخلات زیادی در اختیار دارد که شامل موارد زیر است.

- واکسیناسیون در هر جایی که در دسترس باشد.
- محافظت در برابر فعالیت هایی که ممکن است خطر عفونت وجود داشته باشد.
- پرهیز از رابطه جنسی گروهی.

مقامات خاطرنشان کردند که این رخداد عفونتی جدید نیست و توضیح دادند که مطالعات دهه ۱۹۸۰ همچنین نشان داد که واکسن ها تنها می توانند ۸۵ درصد در برابر ویروس محافظت ایجاد کنند. اما داشتن تمام اطلاعات در مورد اثربخشی واکسن نیز مهم است زیرا مسئولان می توانند گام بعدی را برای پیشگیری بردارند.

زنان و خانواده

درمان سقط مکرر به خدمات بیمه‌ای اضافه شد

معاون بیمه و خدمات سلامت سازمان بیمه سلامت ایران، با اعلام اینکه سقف ارائه خدمات درمان ناباروری برداشته شده است، در عین حال گفت: خدمات مربوط به درمان سقط‌های مکرر نیز به خدمات بیمه‌ای اضافه شده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی سازمان بیمه سلامت، مهدی رضایی گفت: خدمات مربوط به ناباروری درمجموع جزء خدمات گران قیمت محسوب می‌شود، خوشبختانه از سال گذشته این خدمات برای نخستین بار تحت پوشش بیمه پایه قرار گرفته است؛ چون در سال اول خدمت بود مشکلاتی در نحوه ارائه خدمت توسط سازمان‌های بیمه‌گر مشاهده شد.

وی افزود: به تدریج اشکالات مشخص شده و ما در سیر تکاملی شاهد ارتقای خدمات هستیم، سال گذشته بسته‌هایی توسط شورای عالی بیمه تدوین و ابلاغ شد که ارائه دهندگان خدمت معترض این بسته‌ها بودند، زیرا محدودیت هایی را اعمال می کرد به نوعی که ارائه دهندگان خدمت متضرر می‌شدند، بنابراین برای عقد قرارداد ارائه دهندگان خدمت تمکین نمی کردند.

معاون بیمه و خدمات سلامت سازمان بیمه سلامت ایران، با اشاره به اینکه در ارائه خدمات تجدید نظرهایی صورت گرفت، تصریح کرد: در حال حاضر خدمات ارائه می‌شود و بیمه مدون سقف خدمات را خریداری می کند، ضمن اینکه تعرفه های تحت پوشش در سازمان های بیمه گر پایه بر مبنای تعرفه‌های دولتی انجام می شد که این مساله هم مورد نقد بود؛ در حال حاضر تعرفه های عمومی هم که تقریباً ۱.۵ برابر تعرفه های دولتی محسوب می شود تحت پوشش قرار گرفته است که امیدواریم با تقویت منابع، به تعرفه‌های بخش خصوصی مصوب دولت نیز در آینده تعمیم یابد.

رضایی با بیان اینکه بهتر است مردم از خدمات در بخش دولتی استفاده کنند، اظهار کرد: در بخش دولتی ۹۰ درصد خدمات در بخش سرپایی و بستری تحت پوشش قرارداد، ۱۰ درصد فرانشیز توسط بیمه شده پرداخت می‌شود، اگر بیمه شده ای به بخش خصوصی مراجعه کند، تعرفه عمومی که تقریباً ۱.۵ برابر تعرفه دولتی است مبنای پرداخت بیمه‌ها قرار خواهد گرفت. وی با تأکید براینکه درحال حاضر سقف ارائه خدمات برای درمان ناباروری نیز برداشته شده است گفت: اگر افرادی ناباروری ثانویه داشته باشند نیز خدمات برای آنها درنظر گرفته شده است، همچنین سقط های مکرر نیز به خدمات بیمه ای اضافه شده است.

معاون بیمه و خدمات سلامت سازمان بیمه سلامت ایران افزود: یکی از راهکارهای درست در هزینه کرد نظام سلامت و بهبود اثربخشی آن استفاده منابع از طریق بیمه‌ها است، لذا عملکرد این دو سال گذشته نیز نشان می دهد که با توجه به این رویکرد دقیق‌تر به اهداف نزدیک می شویم.

همه چیز درباره "لانگیا"، ویروس جدید در چین

یک اپیدمیولوژیست درباره ویروس جدیدی که به عنوان لانگیا در چین مطرح شده است، توضیحاتی ارائه کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، حمید سوری درباره ویروس جدیدی که به عنوان لانگیا مطرح شده است، گفت: ویروسی که اخیرا با نام لانگیا مطرح شده، از جمله ویروس‌هایی است که در شرایط تغییرات ژنتیکی و بیولوژیکی که رخ می‌دهد، اتفاق افتاده است. البته این ویروس هنوز یک الگوی جهانی پیدا نکرده است، اما از آنجایی که مقداری حساسیت نسبت به این ویروس‌ها و بیماری‌ها افزایش یافته، طبیعتا جامعه مقداری نسبت به موضوع حساس‌تر است. بنابراین لانگیا خیلی مساله حاد جهانی نیست که جای نگرانی داشته باشد.

وی افزود: آنچه که به عنوان لانگیا در چین دیده شده، ویروسی است که احتمال می‌رود که در آینده به یک عامل بیماری‌زایی تبدیل شود که منجر به یک پاندمی شود. عمدا لانگیا ویروس جدیدی محسوب می‌شود و الگوی آن را به خوبی نمی‌شناسیم. تاکنون طبق گزارشاتی که انجام شده، این ویروس دهها نفر را مبتلا کرده و ۳۰ تا ۴۰ نفر هم ابتلای شدید داشته‌اند. البته تاکنون فوتی نداشته است.

منشأ لانگیا

سوری با بیان اینکه به نظر می‌رسد سرعت پخش آن بالاست و می‌تواند به اندازه کووید کشنده باشد، گفت: منشاء این ویروس از نوعی موش خاص است که نوعی حشره‌خوار بوده و به آن Shrew گفته می‌شود. البته در سایر حیوانات هم مانند بز، سگ و گربه و... هم ممکن است با میزان کمتری دیده شود. به نوعی بیماری مشترک بین حیوان و انسان است و از حیوان به انسان منتقل می‌شود.

هنوز انتقال انسان به انسان از لانگیا گزارش نشده است. وی با بیان اینکه هنوز انتقال انسان به انسان این ویروس گزارش نشده است، گفت: البته این هشدار وجود دارد که با گسترش بیماری در بین انسان‌ها انتقال انسان به انسان آن هم ایجاد شود. افرادی که تاکنون این بیماری در آن‌ها گزارش شده است، هیچ ارتباط مشترکی با هم نداشتند و اعضای خانواده‌شان هم مبتلا نشدند.

سوری ادامه داد: چین کشوری است که سرایت این بیماری‌ها در آن بالاست. یکی از دلایلش این است که در آنجا مصرف مواد مختلف و انواع حیوانات متداول است و بر همین اساس طبیعتا احتمال شکل‌گیری بیماری‌های خاصی در آنجا زیاد است. از طرفی هم گفته می‌شود که از برخی آزمایشگاه‌ها در چین که روی این ویروس‌ها کار می‌کنند، گاهی اوقات خواسته یا ناخواسته این ویروس‌ها به بیرون سرایت کرده و دردسر ایجاد می‌کنند.

علائم لانگیا

وی با بیان اینکه لانگیا از خانواده ویروس‌های RNA است و ویژگی‌های خاصی دارد، گفت: خستگی، بی‌حالی، بی‌رمقی مهم‌ترین ویژگی این بیماری است. در عین حال تب، سرفه، سردرد، دردهای عضلانی و... نیز در مبتلایان دیده شده است. البته برخی از مبتلایان هم بدون علامت بودند. ویروس هم عملا درمان اختصاصی ندارد و عمدتا درمان علامتی خواهد بود.

عمده موارد لانگیا در چین و تایوان

سوری تأکید کرد: اکنون خیلی درباره این ویروس اطلاعات مبسوطی نداریم. عمدتا مواردی که دیده شده در چین و تایوان بوده است. تحقیقات هم به ویژه در تایوان و چین در حال انجام است. در کشور ما خوشبختانه تاکنون موردی نبوده، اما در این شرایط سیستم بهداشتی باید هوشیاری خودش را افزایش دهد. فعلا این ویروس در مرحله‌ای نیست که بخواهد در جامعه نگرانی ایجاد کند.

وی گفت: بعید به نظر می‌رسد که این بیماری ویژگی پاندمی ماند. کووید ۱۹ را داشته باشد. بالاخره کرونا از طریق قطرات تنفسی و از انسان به انسان منتقل می‌شود، اما در این ویروس هنوز انسان به عنوان منبع انتقال شناخته نشده است و بیشتر از حیوان به انسان منتقل می‌شود.

محض اطلاع

کاهش تشنج در صرع و آلزایمر با کمک یک اسپری!

دانشمندان گزارش کردهاند پپتید جدید ایجاد شده توسط دانشمندان، مکانیسم طبیعی مغز را برای کمک به پیشگیری از تشنج و محافظت از نورون‌ها در مدل‌های تحقیقاتی آلزایمر و صرع تقویت می‌کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از همشهری آنلاین، کوین وانگ، نورو فارماکولوژیست و مدیر موسس برنامه کشف درمان آلزایمر در کالج پزشکی جورجیا در دانشگاه آگوستا آمریکا می‌گوید: پپتید A1R-CT که توسط دانشمندان به تازگی تولید شده است (پپتیدها زنجیرهایی از اسیدهای آمینه است که موجب ساخت پروتئین می‌شود) این قابلیت را دارد که از طریق اسپری بینی مورد استفاده قرار گیرد.

به نقل از یورکالرت، این دارو نویددبخش کاهش فعالیت الکتریکی کنترل نشده پس از آسیب یا سکته مغزی است که بیش از نیمی از افراد مبتلا به آلزایمر را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

وی بیان می‌کند: این واقعیت که پپتید می‌تواند از طریق بینی منتقل شود، نشان‌دهنده ظرفیت این محصول به عنوان دارویی نجات‌بخش برای مقابله با تشنج است.

وانگ توضیح می‌دهد: پپتید A1R-CT با مهار نورابین، پروتئینی که مکانیسم محافظت از خود را تضمین می‌کند، تحریک‌پذیری بیش از حد نورون‌ها که مختل‌کننده ارتباط عادی بین نورون‌هاست و موجب تشنج می‌شود را کاهش می‌دهد. پپتید جدید تولید شده توسط آدنوزین فعال می‌شود که یک ماده شیمیایی است و بیشتر در مغز توسط سلول‌های گلیال حامی نورون در پاسخ به تحریک‌پذیری بیش از حد ساخته می‌شود.

وانگ می‌گوید: این دارو یک گیرنده قوی برای متوقف کردن نورون‌هاست و فعالیت الکتریکی را که می‌تواند منجر به ضربان قلب نامنظم شود، مسدود می‌کند.

آلزایمر اغلب با تشنج همراه است زیرا تجمع خاص پروتئین‌های آمیلوئید و تاو در مغز ارتباط بین نورون‌ها را مختل می‌کند و باعث افزایش استرس اکسیداتیو و التهاب ناشی از آن می‌شود. در پاسخ به این تغییر نورون‌های مغز می‌توانند بیش از حد برانگیخته شوند. در آلزایمر بخش‌های زیادی از مغز معیوب می‌شود همچنین تشنج می‌تواند قبل از زوال شناختی در آلزایمر رخ دهد و به طور قطع در ابتلا به این بیماری دخیل است.

به نظر می‌رسد فعال‌سازی این گیرنده توسط پپتید جدید یک هدف درمانی منطقی برای تشنج باشد اما از آنجایی که این فعال‌سازی در سراسر بدن بسیار فراگیر است، احتمال بروز عوارض جانبی در قلب، ریه‌ها و کلیه‌ها در صورت مصرف آن وجود دارد.

وانگ اظهار کرد: این واقعیت که نورابین بیشتر در مغز وجود دارد، به این معنی است که تغییر فعالیت آن نباید تاثیر بالقوه‌ای برای تغییر مستقیم فعالیت گیرنده A1 در بدن داشته باشد. نورابین یک ترمز است بنابراین کار زیادی انجام نمی‌دهد، اما اکنون باید آن را حذف کنیم تا قدرت A1 آزاد شود به همین دلیل محققان شروع به ایجاد پپتیدی کردند که می‌تواند با گیرنده A1 و تعامل نورابین تداخل داشته باشد و از این طریق مزایای محافظتی طبیعی و کاهش تشنج را بیشتر کند.

فعال‌سازی گیرنده A1 با تعدیل کانال‌های یونی حالت برانگیختگی نورون‌ها را کاهش می‌دهد همچنین باعث کاهش انتشار گلوتامات، یک انتقال‌دهنده عصبی تولید شده توسط نورون‌ها و محرک نورون‌ها می‌شود. علاوه بر این، با ایجاد مقداری محافظت در برابر اکسیژن و ذخایر خون ناکافی که ممکن است در صورت آسیب رخ دهد، مزایای بیشتری برای نورون‌ها فراهم می‌کند.

اکنون دانشمندان نشان دادهاند که مهار نورابین با کاهش مستقیم آن یا با پپتید آن، باعث افزایش فعالیت A1 برای کاهش فعالیت الکتریکی بیش از حد در مغز می‌شود. محققان نشان دادند که این پپتید هم در مدل موش مبتلا به صرع شدید و هم در مدل موش مبتلا به آلزایمر در تشنج تاثیر دارد و زمانی موثر است که بهطور مستقیم به مغز یا از طریق اسپری بینی تزریق شود.

دانشمندان تصمیم گرفتند برای بررسی کامل فواید بالقوه این پپتید، به ارائه اسپری بینی فکر کنند. آنان پاسخ قوی مشابهی را در هر دو مدل تشنج و آلزایمر پیدا کردند.

با نگاهی بیشتر به تاثیر هدف قرار دادن نورابین، محققان دریافتند که موش‌های مبتلا به کمبود نورابین بهطور قابل توجهی تشنج کوتاه‌تر با شدت کمتر داشتند و همه آنها زنده ماندند. آنهایی که سطح نورابین طبیعی داشتند، تشنج‌هایی را تجربه کردند که تا ۳۰ دقیقه طول کشید و حدود ۱۰ درصد از موش‌ها مدت کوتاهی پس از آن از بین رفتند. مسدود کردن گیرنده A1 منجر به تشنج شدیدتر در موش‌های فاقد نورابین شد و میزان مرگ‌ومیر را به بیش از ۵۰ درصد افزایش داد.

تشنج‌های صرع پس از یک آسیب مغزی تروماتیک، سکته مغزی که یک آسیب مغزی اکتسابی در نظر گرفته می‌شود یا بیماری‌های عصبی مزمن از جمله آلزایمر شایع هستند.

دانشمندان خاطر نشان کردند: ۶۴ درصد از حدود ۵۰ میلیون فرد مبتلا به آلزایمر تشنج را تجربه می‌کنند. تشنج تقریبا در ۴۰ درصد از افراد کنترل نشده و نشان‌دهنده نیاز فوری به درمان‌های جدید است و درمان‌های فعلی در افراد مبتلا به آلزایمر کمتر موثر هستند. اگر تشنج‌ها کنترل نشوند می‌توانند باعث آسیب مغزی و اختلال شناختی شوند.

یافته‌های این تحقیق در مجله JCI Insight منتشر شده است.

فشارخون بالا را جدی بگیرید

فوق تخصص بیماری های کلیه و فشارخون، با اشاره به اینکه بالارفتن فشار خون معمولا علائم خاصی ایجاد نمی‌کند، گفت: فشار خون در صورتی که کنترل نشود، باعث آسیب به بخش‌های مختلف بدن می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، امیرحسین میلادی‌پور با بیان اینکه فشار خون بالا می‌تواند به تدریج باعث ایجاد اختلال در عملکرد قلب، رگ‌های خونی، کلیه و سایر اندام‌های بدن شود، اظهار کرد: در موارد‌ی فشار خون به قدری افزایش پیدا می‌کند که می‌تواند زندگی فرد را تهدید و عارضه‌های بالقوه و جدی به‌همراه داشته باشد.

وی با بیان اینکه ممکن است فشار خون به طور ناگهانی افزایش یابد، اظهار کرد: فشار خون ۱۸ یا بالاتر از آن بسیار خطرناک است.

میلادی‌پور گفت: فشار خون چنانچه از عدد ۱۸ بالاتر رود، اقدامات باید اورژانسی انجام شود. در این شرایط ممکن است بیمار از سردرد و درد قفسه سینه شکایت کند.

این فوق تخصص بیماری‌های کلیه و فشارخون، سردرد شدید همراه با گیجی و تاری دید، حالت تهوع و استفراغ، تشویش و نگرانی شدید، نفس تنگی، صرع و تشنج را از نشانه‌های افزایش بیش از حد فشار خون عنوان کرد و گفت: این علامت‌ها می‌تواند زندگی فرد را به شدت تهدید کند.

میلادی‌پور ادامه داد: در شرایطی که مطمئن شدید فشار خون بالا است ابتدا بیمار را به حالت نشسته یا نیمه نشسته قرار دهید، فعالیت‌های او را به‌طور کامل متوقف کرده و برای چند دقیقه یا تا زمان از بین رفتن احساس گیجی یا سر درد از او بخواهید نفس عمیق بکشید.

وی با اشاره به اینکه افزایش ناگهانی فشار خون می‌تواند در نتیجه انجام فعالیت‌ها یا حرکت‌های شدید یا بیش از حد نیز ایجاد شود، گفت: در این شرایط لازم است فعالیت متوقف شده و به بدن استراحت داده شود.

فوق تخصص بیماری‌های کلیه و فشارخون، با بیان این موضوع که فشار خون می‌تواند در نتیجه استرس یا تشویش نیز افزایش پیدا کند، خاطرنشان کرد: در صورتی که این شرایط علت افزایش فشار خون باشد، بهتر است دراز کشیده یا نشسته و از نفس کشیدن آرام، عمیق و همراه با آرامش برای بهبود وضعیت خود استفاده کنید و انجام این کار را تا زمانی ادامه دهید که با بهبود علامت‌های بیماری مواجه شوید.

وی با تاکید بر این که همزمان با رعایت توصیه‌ها برای کنترل و یا افزایش ناگهانی فشار خون در خانه، می‌توان از داروهای کنترل فشار خون نیز استفاده کرد، هشدار داد: فشار خون را نباید به یکباره یا قرص و دارو پایین آورد، توصیه می‌شود در این حالت ضمن تماس با اورژانس اگر بیمار سابقه فشار خون دارد به او داروهای کاهش فشار خون رابخورانید.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، با یادآوری اینکه در صورت وجود علامت‌های ابتلاء به فشار خون بالا به سرعت با اورژانس تماس بگیرید توصیه کرد: در این موارد ضمن حفظ خونسردی خود و تماس با اورژانس سعی کنید تا جای ممکن از استرس بیمار نیز بکاهید.

وی ادامه داد: در گام بعد فشار خون بیمار را چک کنید. تفاوتی ندارد، می‌توانید از دست راست یا چپ بیمار برای سنجش فشار خون استفاده کنید.

میلادی‌پور ادامه داد: اگر فشار خون فرد در پی استرس ۱۴ تا ۱۵ باشد نیازی به اقدامات اورژانسی نیست ولی اگر فشار خون ۱۸ تا ۲۰ باشد، بسیار خطرناک و باید اقدامات اورژانسی انجام شود.

مینیمال
هایی برای زندگی

حسین منزوی

خورشید شدی سر زدی از خویش که من باز
روشن شوم از ظلمت و پیدا شوم از گم

Minimalha
Minimal.Have.Bazaye.Zendegi
Minimalhaa
MinimalFotc.ite

تازه های سلامت

داروی ضدآلرژی در کاهش ریسک مرگ‌های کرونایی مؤثر است

داروی «دوپیلوماب» در حال حاضر برای درمان آسم و اگزما استفاده می‌شود. یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که ممکن است این دارو به کاهش مرگ و میر ناشی از کووید۱۹ کمک کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از هلث لاین، آنچه در حال حاضر همه در جهان می‌خواهند، پایان پاندمی کووید ۱۹ است. اما با توجه به افزایش تعداد مبتلایان و مرگ و میرهای جدید مرتبط با این بیماری در بسیاری از کشورها، بعید است به این زودی اتفاق بیفتد. شواهد موجود نشان می‌دهد که واکسیناسیون علیه این بیماری بهترین راه برای جلوگیری از بیماری شدید و بستری شدن در بیمارستان است.

در همین حال، محققان همچنین در حال ارائه راهبردهای درمانی جدید برای بهبود بقای بیماران کووید ۱۹ هستند. به عنوان مثال، یک کارآزمایی بالینی انجام شده در سیستم بهداشتی دانشگاه ویرجینیا نشان داده است که داروی ضد آلرژی dupilumab که برای درمان آسم، اگزما و التهاب مزمن سینوس استفاده می‌شود، می‌تواند خطر مرگ ناشی از کووید ۱۹ را کاهش دهد. این دارو به طور گسترده با نام تجاری Dupixent در دسترس است.

در این کارآزمایی تصادفی، ۹۰ درصد از بیمارانی که آنتی بادی مونوکلونال (dupilumab) دریافت کردند در مقایسه با ۷۶.۲ درصد از بیمارانی که دارونما دریافت کردند، در طول ۶۰ روز زنده بودند. همچنین تعداد کمتری از بیماران دریافت کننده دوپیلوماب در مقایسه با گروه دارونما به مراقبت‌های ویژه نیاز داشتند.

محققان امیدوارند که این داروی ضد آلرژی بتواند درمانی امیدوارکننده برای کووید ۱۹ باشد و به کاهش مرگ و میر ناشی از این بیماری کمک کند.

به گفته محققان، خطر نیاز به دستگاه تنفس مصنوعی در بیماران کرونایی که میزان بالای اینترلوکین -۱۳ در خون خود دارند، به طور قابل توجهی بیشتر است. اینترلوکین ۱۳ پروتئینی است که به عنوان محرک التهاب در بدن شناخته شده است. آنها دریافتند که دوپیلوماب می‌تواند پاسخ ایمنی بدن به کووید ۱۹ را با مسدود کردن اثرات IL-۱۳ بهبود بخشد.

با این حال، کارشناسان خاطرنشان کردند که دوپیلوماب یک گلوله جادویی در برابر کووید ۱۹ نیست. آنها فقط پیشنهاد می‌کنند که می‌تواند یک درمان مفید برای بیماران باشد. علاوه بر این، آنها تاکید کردند که برای درک بهتر مزایای بالقوه دارو، آزمایشات بزرگ‌تری نیاز است.