گوناگون

امکان مواجهه با پاندمی‌های جدید وجود دارد

رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت گفت: امکان مواجهه با پاندمی‌های جدید همچنان وجود دارد، از این رو ضروری است آمادگی خود را برای مقابله با بیماری‌ها افزایش دهیم.

به گزارش پیام آشنا، محمدمهدی گویا با اشاره به اختلالات و آسیب‌های روانی ناشی از همه‌گیری کرونا، افزود: در طول همه گیری کرونا ما شاهد تعداد قابل توجه مرگ و میر در سطح دنیا بودیم. در برخی از کشورها اقتصاد تحت تأثیر قرار گرفت و مردم از تحصیل و کار بازماندند. وی با بیان اینکه حدود ۲.۵ سال از شیوع کووید۱۹ در دنیامی گذرد و این پاندمی درس آموخته‌های بسیاری را برای ما داشته است، گفت: باید این درس آموخته‌ها را برای نسل آینده به کار گیریم. گویا خاطرنشان کرد: دنیا در کمتر از یک سال واکسن کووید۱۹ را عرضه کرد و در کشور ما نیز با توان متخصصان داخلی واکسن‌های کرونا در کمترین زمان ممکن به بازار آمد و بخش قابل توجهی از مردم کشور با واکسن‌های داخلی در برابر این پاندمی محافظت شدند.

ارائه ۱۹ هزار خدمت به زائرین حج از سوی هلال احمر تا کنون

رئیس مرکز پزشکی حج و زیارت جمعیت هلال احمر با بیان این که کیفیت بالای خدمات درمانی و بهداشتی ارائه شده از سوی ایران مورد تایید وزارت بهداشت عربستان قرار گرفت، در عین حال از ارائه ۱۹ هزار خدمت تا صبح امروز به حجاج خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از پایگاه اطلاع رسانی جمعیت هلال احمر، سیدعلی مرعشی در خصوص خدمات بهداشتی و درمانی ارائه شده به زائرین حج ۱۴۰۱ گفت: در شهر مدینه تاکنون ۴۸۰۰ ویزیت، ۱۹۰۰ تزریق و ۲۰۰ فقره سرم تراپی توسط تیم های اعزامی صورت گرفت و ۴ فقره از حجاج نیز جهت درمان تکمیلی به بیمارستان اعزام شده اند. وی افزود: در شهر مکه نیز ۳ هزار و ۵۰۹ نفر از زائرین ویزیت شده و به ۱۲۳۲ نفر خدمات پاراکلینیکی ارائه شده است. تاکنون ۳۹ نفر از حجاج در بیمارستان جهت درمان های تخصصی بستری شده اند. همچنین به سه هزار و ۴۵۲ نفر نیز خدمات دارویی از طریق داروخانه هلال احمر ارائه شده است. مرعشی ادامه داد: خدمات بهداشتی و درمانی متنوعی به حجاج و زائرین ارائه می شود و در مجموع از ابتدای آغاز مراسم حج ۱۴۰۱ تاکنون ۱۹ هزار خدمت به حجاج ارائه شده و خوشبختانه مشکل خاصی تاکنون برای زائرین بوجود نیامده است. رئیس مرکز پزشکی حج و زیارت جمعیت هلال احمر با اشاره به این که جمهوری اسلامی ایران خدمات بهداشتی و درمانی منحصربه‌فردی در مراسم حج ۱۴۰۱ به حاجیان ارائه می دهد، گفت: نمایندگان وزارت صحه عربستان در روزهای اخیر از خدمات بهداشتی و درمانی ارائه شده از سوی ایران و مراکز درمانی هلال احمر بازدید کردند و پس از این بازدید، ابراز رضایت خود را عنوان و خدمات بهداشتی ارائه شده از سوی ایران را بی نقص دانستند.

گمرک باید پاسخگوی ترخیص داروهای بدون ثبت سفارش باشد

مدیرکل دارو و مواد تحت کنترل سازمان غذا و دارو، در ارتباط با ترخیص کالاهای سلامت محور از گمرک بدون مجوز سازمان غذا و دارو، توضیحاتی ارائه داد.

به گزارش پیام آشنا، حمیدرضا ایناللو، با اشاره به لزوم ثبت سفارش کالای سلامت محور، گفت: در صورتی که کالایی با IRC وارد گمرک شده باشد، اقدامات لازم به منظور ترخیص به صورت سیستمی و در کمترین زمان ممکن انجام می‌شود. وی اظهار کرد: تمامی مجوزها برای محموله‌های وارداتی دارو از ۶ ماه قبل توسط سازمان غذا و دارو در سامانه تی تک بارگذاری می‌شود. ایناللو افزود: کاهنت مربوط به اصلاح تعرفه در سامانه تی تک در کمتر از یک روز توسط کارشناس انجام و نامه‌های حداقل اسناد در کوتاه‌ترین زمان ممکن رسیدگی می‌شود. مدیرکل داروی سازمان غذا و دارو با تاکید بر اینکه سازمان غذا و دارو هیچ اطلاعی نسبت به محموله‌های وارد شده بدون ثبت سفارش نداشته و بدیهی است که رسیدگی و ترخیص آن حیطه وظیفه این سازمان خارج است، تصریح کرد: گمرک باید در خصوص چرایی صدور مجوز تخلیه محموله‌های فاقد هرگونه ثبت سفارش و خارج از نظارت وزارت بهداشت، پاسخگو باشد. به گفته وی، گمرک باید به صورت آنلاین ورود کالاها را به اطلاع دستگاه‌های صادرکننده مجوز برساند تا در صورت داشتن مجوز ترخیص به سرعت انجام شده و در صورت نداشتن مجوز کالا مرجوع شود.

۹۰ درصد مشکلات بیماران به دست پزشک خانواده رفع می شود

مدیر کل دفتر خدمات عمومی سلامت سازمان بیمه سلامت ایران گفت: نظام ارجاع مبتنی بر پزشکی خانواده از دوبخش نظام ارجاع و پزشکی خانواده تشکیل شده است.

به گزارش پیام آشنا، مسعود مشایخی افزود: سطح‌بندی یعنی فردی که نیاز به خدمات سلامت دارد باید از مسیر مشخصی عبور کند. ابتدا خدمات را از ارائه دهندگان سطح اول خدمات دریافت کرده، در صورت تشخیص، فرد به سطح دوم ارجاع می‌شود. به عنوان مثال ارائه دهنده خدمات سطح اول می‌تواند پزشک خانواده باشد وی با بیان اینکه پزشک خانواده تا حدود ۹۰ درصد مشکلات بیماران را مرتفع می کند تصریح کرد: ممکن است تنها ۱۰ درصد افراد نیازمند خدمات سطح دوم باشند، در این صورت با تشخیص پزشک خانواده فرد به پزشک متخصص در سطح دوم ارجاع داده می‌شود. مشایخی گفت: پزشک متخصص در عمده موارد مشکل بیمار را حل می کند، اگر نیاز به خدمات سطح سوم باشد، بیمار به پزشک فوق تخصص ارجاع داده می‌شود. در هر مرحله از ارجاع پزشک خلاصه‌ای از اقدامات درمانی را به پزشک سطح بعدی ارائه می‌دهد. مدیر کل دفتر خدمات عمومی سلامت سازمان بیمه سلامت ایران، با بیان اینکه بازخورد ارجاع توسط پزشک ارائه می‌شود گفت: ممکن است نظام ارجاع مبتنی بر پزشک عمومی تعریف شود، باید تاکید کرد در این شرایط حساسیتی مبنی بر مراجعه بیمار به پزشک عمومی خاصی وجود ندارد، اما در پزشک خانواده برای هر فرد یک پزشک خانواده تعریف شده وجود دارد.

زنان و خانواده

ممنوعیت عرضه داروهای سقط جنین در داروخانه‌های غیربیمارستانی

مدیر اداره دارو و مواد تحت کنترل معاونت غذا و دارو گفت: توزیع و فروش هرگونه داروی سقط جنین در داروخانه‌های غیربیمارستانی، غیرقانونی تلقی و با متخلفین برخورد قضایی می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایلنا، ژیلا محسنی- مدیر اداره دارو و مواد تحت کنترل معاونت غذا و دارو درباره قوانین موجود در حوزه توزیع داروهای سقط جنین اظهار کرد: بر اساس قانون، داروهای سقط جنین صرفا با تشخیص پزشک معالج و تایید داروخانه بیمارستانی و ثبت دقیق آن‌ها در سامانه قابل تجویز است و توزیع و فروش هرگونه دارویی که منجر به سقط جنین می‌شوند در داروخانه‌های غیربیمارستانی و خارج از این صوبه، غیرقانونی تلقی می‌شود و درصورت انجام بر فروش و نگهداری این قلم در داروخانه به مرجع قضایی معرفی میشوند.

وی افزود: در جلسه قرارگاه جوانی جمعیت مصوب است که معاونت غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی نسبت به نظارت و رصد توزیع داروهای سقط جنین و برخورد با داروخانه‌های متخلف اقدام کند.

محسنی گفت: داروهای سقط جنین عوارض زیادی دارند و از آنجا که عمده افرادی که از این داروها استفاده می‌کنند، مصرف آن را کتمان و دیر به مراکز درمانی مراجعه می‌کنند؛ زمانی مراجعه می‌کنند که دچار خونریزی‌های شدید و افت فشار خون و هموگلوبین می‌شوند.

مدیر اداره دارو و مواد تحت کنترل معاونت غذا و دارو با ارائه مثالی ادامه داد: مواردی از مراجعه زنان در پی مصرف داروهای سقط جنین را داشته‌ایم که فرد دچار شوک شده و درمان او سخت شده است. محسنی هشدار داد: داروهای سقط جنینی که خارج از داروخانه‌های بیمارستانی توزیع می‌شوند ممکن است اصالت نداشته باشند و تقلبی باشند و بنابراین دارای کیفیت نامناسبی هستند و مصرف آنها می‌تواند عوارض زیادی به جا بگذارد.

موج هفتم کرونا تا پاییز نداریم

عضو ستاد ملی مقابله با کرونا گفت: بر اساس یافته‌های اپیدمیولوژی در ایران، بروز عفونت‌های ویروسی مانند کرونا در تابستان اندک است و موج هفتم کووید۱۹ نخواهیم‌داشت.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، اکنون کرونا به سمت مهار شدن پیش می‌رود و مرگ ناشی از کرونا به صفر می‌رسد، اما ابتلا تک و یا دو رقمی می‌شود. اینها همه اثار و نتایج جدیتی است که دولت از ابتدا در موضوع صیانت از جان مردم در برابر کرونا نشان داد و اکنون ضمن مهار اپیدمی شدن کرونا به سمت اندمیک شدن آن در جامعه پیش برویم.

این برنامه چنان موفقیت‌آمیز بود که در هفته سوم خرداد ماه ۱۴۰۱، مصادف با هفته ۱۲۱ همه‌گیری کرونا در کشور، کاهش و ثبات بیماران بستری در ۲۱ استان و کاهش یا ایستایی موارد مثبت متوفی در ۲۶ استان کشور گزارش شده است.

بررسی هفتگی وضعیت موجود کرونا در کشور در هفته سوم خرداد مصادف با هفته ۱۲۱ همه‌گیری، نشان می‌دهد که در هفته اخیر تعداد موارد سرپایی مثبت شناسایی شده ۸۹۲ نفر، تعداد موارد بستری جدید ۱۹۸ و تعداد موارد فوت جدید ۲۰ نفر بوده است.

در استان تهران در هفته اخیر، تعداد موارد سرپایی مثبت شناسایی شده ۸۶ نفر، تعداد موارد بستری جدید ۵۷ نفر و تعداد فوتی های جدید هفت نفر بوده است.

اما همه این اقدامات به گونه‌ای پیش رفت که پس از ۲ سال و ۱۰۰ روز مهم‌ترین اقدامی که در این دولت شاهد بودیم، آمار صفر مرگ ناشی از کرونا بود که پس از ۸۲۱ روز مرگ‌هایی که با عدد ۲ در روز ۳۰ بهمن ۱۳۹۸ آغاز شد، آمار مرگ و میری ناشی از این بیماری در روزهای ۱۲، ۲۰ و ۲۶ خرداد ۱۴۰۱ به صفر رسید.

مسعود مردانی افزود: در حال حاضر ایران جزو کشورهای برتر در کنترل کرونا بشمار می آید و اکنون در وضعیت بسیار خوبی از لحاظ مهار و مدیریت این بیماری هستیم و درصد زیادی از تستهایی که روزانه برای تشخیص آن در آزمایشگاهها و مراکز درمانی انجام می‌دهد، منفی است.

وی اظهار کرد: تا آغاز فصل پاییز از لحاظ کنترل کرونا در حد مطلوبی قرار خواهیم داشت، زیرا موارد ابتلا به بیماری بیشتر سرپایی بوده و شدید نیستند که بستری شوند، البته واکسیناسیون عمومی کمک بزرگی به کاهش مرگ و میرها کرده و تعداد بستری‌شدگان در مراقبت های ویژه نیز کم شده است.

این متخصص بیماری های عفونی ادامه داد: مورد مثبت بیماری کرونا در کشور کاهش یافته و مردم نیز همراهی خوبی با کادر درمان و مسوولان در کنترل و مدیریت این بیمار داشتند و علاوه بر تکمیل روند واکسیناسیون، دستورالعمل های بهداشتی از جمله استفاده از ماسک و حفظ فاصله گذاری اجتماعی را رعایت می کنند.

به گفته مردانی، در حال حاضر در اروپا موج هفتم کرونا شیوع یافته ولی این موضوع وحشتناک نیست و موارد ابتلا خفیف است و همه گیری آن مانند موج‌های پنجم و ششم یعنی سویه‌های دلتا و امیکرون، زیاد نیست و نباید نگران این موج در کشورمان باشیم.

وی تصریح کرد از مردم می‌خواهیم در اماکنی مانند سالن‌های تئاتر، سینما، متروی لی ترتی حتما از ماسک استفاده کنند اما در اماکنی که دارای فضای باز است، زدن ماسک ضروری ندارد.

این عضو ستاد ملی مقابله با کرونا اظهار کرد: روش‌های تشخیص کرونا در مراکز درمانی و آزمایشگاه‌ها در سراسر کشور در دسترس است و ۸۰ درصد مورد تشخیص این بیماری منفی است. افرادی که هنوز دُز سوم واکسن کرونا را تزریق نکردند لازم است که برای این کار اقدام کنند.

روزنه

هفت راهکار عبور از گرمازدگی در تابستان

اصول آبرسانی به بدن را در گرم‌ترین روزهای سال یاد بگیریم

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام جم، از بیست‌ویکم خردادماه ساعت کاری ادارات‌های دولتی کاهش یافت تا بار مصرف انرژی کلیه شوا ها در روز ۲۳ خرداد، ساعت ۱۴ و ۲۶ دقیقه ظهر، میزان مصرف برق کشور از مرز ۵۹ هزار و ۸۹۲ مگاوات فراتر رفت و رکورد بی‌سابقه‌ای را ثبت کرد. به گفته مدیرعامل شرکت تولید، انتقال و توزیع نیروی برق ایران، پیش‌بینی می‌شود در فصل تابستان با رقم ۶۷ هزار مگاوات نیز روبه‌رو شویم. این نشان می‌دهد هوا، پس ناجوانمردانه گرم است و کولرهای آبی و گازی و... به شدت در حال فعالیت‌اند. اما نمی‌توانیم کولر به خودمان نصب کنیم و از منزل خارج شویم! بنابراین بدن در معرض دو اتفاق قرار دارد: نخست کمبود آب بدن و دوم، گرمازدگی. چه کار کنیم که علاوه بر تامین آب بدن، مانع گرمازدگی در روزهای گرم و تفتیده سال شویم؟

۱- به نوشیدنی‌های دیگر هم نیاز دارید

بدن به نوشیدنی‌های سالم دیگری نیز نیاز دارد. به این علت که در حین تعرق، بخشی از املاح بدن نیز از دست می‌رود. بعضی از نوشیدنی‌ها مانند شیر، مدت زمان طولانی‌تری بدن را سیراب نگه می‌دارند. پس از ورزش حتما باید املاح و ویتامین‌های از دست‌رفته تامین شوند؛ بنابراین به نوشیدنی‌های سالم دیگری علاوه بر آب نیاز دارید. شیر، شیرموز، شیر توت‌فرنگی، آب‌میوه طبیعی مانند آب‌هندوانه، پرتقال و دیگر مرکبات مناسب است.

۲- گاهی بیشتر آب بنوشید

تحرک بدنی، در هر فصلی از سال، میزان دریافت آب را افزایش می‌دهد و این در فصل گرما، مهم‌تر است. از نظر متخصصان مایوکلینیک، آمریکا اگر ورزش می‌کنید، علاوه بر نیاز پایه، ۱۵ تا ۲۵ لیوان آب بیشتری نیاز دارید. اگر فعالیت بدنی شما بیش از یک ساعت طول بکشد، به مقدار آب بیشتری نیاز خواهید داشت. اگر جمع‌بندی کنیم، میزان نیاز روزانه به آب به میزان تعرق بدنی، نوع و مدت زمان ورزش بستگی دارد.

۳- به میزان کافی آب بنوشید

زنان باردار و همین طور زنان در دوره شیردهی به میزان آب بیشتری نیاز دارند اما برای آنکه بدن در طول روز میزان کافی آب دریافت کرده باشد، به شکل پایه باید در این فواصل زمانی، به میزان یک لیوان آب بنوشید. پس از برخاستن از خواب، پیش از رفتن به رختخواب، پایان هر وعده غذایی و دو بار در طول روز برای مثال همراه با میان‌وعده صبح و عصر اما در روزهای گرم سال، باید علاوه بر این مقدار، دو فنجان دیگر نیز بنوشید.

۴- میوه‌های سبز و آب‌دار مهم است

همین الان به یک قاچ هندوانه فکر کنید! خواهید دید با فکر کردن به آن هم تشنگی شما برطرف خواهد شد. بنابراین در برنامه غذایی روزانه سبزی‌ها و میوه‌های آبداری مانند اسفناج (خام و بخارپز)، انواع کاهو و کلم، لیموترش، هلو، سیب، انواع گیلاس و آلبالو، انگورها، آناناس، آلو و زردآلو را بگنجانید. انواع دمنوش‌ها و سردنوش‌ها نیز گزینه‌های بسیار خوبی هستند.

۵- لطفا در گرما چای نوشید!

نوشیدن همه نوشیدنی‌ها در اوج گرما خوب نیست. از جمله آنها نوشیدنی‌های حاوی کافئین است. مصرف نوشیدنی‌هایی مانند چای (به‌ویژه پررنگ) و قهوه و انواع نوشیدنی‌های تهیه‌شده از آن، باعث تشدید تشنگی می‌شود. دلیل آن نیز کافئین و تنین موجود در قهوه و چای است. در صورتی که علاوه به نوشیدن چای و قهوه دارید مقدار آن را بسیار کاهش دهید تا آب بدن کاهش پیدا نکند.

۶- نخی و طبیعی بپوشید

آنچه می‌پوشید، به اندازه آنچه می‌نوشید مهم است. در روزهای گرم سال از لباس‌های تهیه‌شده از الیاف طبیعی و نخی استفاده کنید. اگر عافت به استفاده از جوراب دارید، انواع نخی با ساق کوتاه را انتخاب کنید. مانتو بلوز، شلوار و پیراهن بهتر است کمی گشاد به تن بایستند تا تبادل هوایی بهتری انجام شود. شال‌های نخی را انتخاب کنید تا می‌توانید از لباس‌های دارای الیاف مصنوعی فاصله بگیرید. هر روز دوش آب سرد بگیرید.

۷- کلیدهای کاهش آب بدن را بشناسید

رنگ ادرار: هر چه رنگ ادرار به سمت زرد پررنگ پیش رود، یعنی اینکه میزان آب بدن کافی نیست.

خشکی دهان: پوست و چشم‌ها در اثر کم‌آبی خشک، حساس، ملتهب و چروکیده شده و چشم‌ها شروع به خارش می‌کنند. اینها نشانه کم‌آبی بدن است.

علامت‌ها: سرگیجه، حالت تهوع، نفس‌زدن، گرفتگی عضله‌ها و غش کردن، نشانه‌های بروز کم‌آبی شدید در بدن است و باید به‌سرعت به بدن رسیدگی کنید.

منابع: frederickhealth.org و extension.usu.edu

ردپای انحصار در کیسه‌های خون فیلتردار

ماجرای واردات کیسه های خون فیلتردار که یکی از کالاهای اساسی و مورد نیاز سازمان انتقال خون است، با حاشیه هایی همراه شده است.

به گزارش پیام آشنا، به نقل از مهر، چند سالی هست که اخبار متعددی در رابطه با تولید کیسه‌های خونی فیلتردار در کشور شنیده می‌شود و مدیران و مسئولان مختلف نسبت به راه اندازی خطوط تولید کیسه خون مباهات می‌کنند. ولی وقتی اسناد و مدارک مناقصه‌های سازمان انتقال خون را مرور می کنیم با تعجب شاهد برنده شدن یک شرکت خاص برای واردات کیسه‌های خونی فیلتردار در سال‌های مختلف هستیم.

گزارش‌ها حاکی از آن است که تنها یک شرکت با دریافت مجوز تولید این کیسه‌ها در سال‌های حدود ۱۳۹۴ تا ۱۳۹۵ توانسته است به پهانه اخذ مجوز تولید و توجیه اینکه قرارداد تحت لیسانس دارد و انتقال تکنولوژی منوط به آن است، انحصار واردات این کیسه‌ها را در دست بگیرد و در چندین مرحله، حتی در سال ۱۳۹۸ یعنی حدود ۳ تا ۴ سال بعد از دریافت مجوزها و تعهد تولید، بازهم اقدام به واردات این کالا کند.

شاید در اولین محموله‌های وارداتی پس از سال ۱۳۹۴، واردات کالای ساخته شده و تعویض جعبه‌های بسته‌بندی آنها قابل توجیه باشد ولی واردات پس از ۵ سال، قطعاً خالی از اشکال نیست.

در این رابطه احتمال دریافت ارز ترجیحی جهت خرید کالای ساخته شده (نه مواد اولیه یا قطعات محصول)، زمینه سازی برای رقابت نامسالم و حذف رقبا به بهانه‌های مختلف نیز حائز اهمیت است. ضمن اینکه بحث خرید کیسه‌های خون با تاریخ مصرف نزدیک توسط سازمان انتقال خون نیز موضوعی است که نیازمند بررسی بیشتر است.

توجه به این نکته ضروری است که به طور کلی وقتی وارد کننده‌ای، کالایی را به اندازه‌ای بیش از مصرف دو سال کشور وارد کند و با محدودسازی عملکرد سایر رقبا، بازار را به کلی در دست بگیرد، قطعاً می‌تواند با ایجاد کمبودهای مصنوعی، توقایی بیشتری در چانه زنی و افزایش قیمت خود داشته باشد. ضمن اینکه در تحویل‌های بعدی، شرایط به گونه‌ای رقم خواهد خورد که مشتری، گریزی جز خرید کالای با تاریخ مصرف نزدیک نداشته باشد (پیش فرض قانونی این است که کیسه‌ها باید در زمان تحویل بیش از یک سال تاریخ انقضا داشته باشد). علاوه بر اینها، معمولا و به مرور و با فربه شدن شرکت‌ها، آنها می‌توانند مختصاتی را به شرایط و تشریفات قانونی برگزاری مناقصه‌ها تحمیل کنند که تنها خودشان حائز آن باشند.

لیستی از نکاتی که در صورتی که بررسی‌های بعدی بر وقوع آنها دلالت کند، باید مورد رسیدگی قرار گیرد:

- با گذشت بیش از سه سال از اخذ مجوز تولید، باید تولید واقعی صورت می گرفت ولی شاهد هستیم که هنوز و پس از ۵ سال کماکان مشغول واردات کیسه‌های خون فیلتردار هستند
- فروش کالا به سازمان انتقال خون به صورت ترک مناقصه
- واردات، به میزان بیش از مصرف دو سال کشور / فروش کالای با تاریخ مصرف نزدیک و بیش از قیمت مصوب اولیه
- حذف رقبا، به اشکال مختلف و ایجاد انحصار در واردات.
- دریافت ارز ترجیحی بدون برگزاری مناقصه و برای واردات کالای ساخته شده

شنیده‌ها حاکی از آن است که سازمان انتقال خون در تدارک برگزاری مناقصه‌های جدید برای خرید میزان زیادی کیسه‌های خون، بالغ بر مصرف دو سال کشور است و در این وضعیت محدودیت ارزی کشور به نظر می‌رسد که باز هم‌ان شرکت که وعده تولید کیسه‌های فیلتردار را داده بود، قصد دارد این کیسه‌ها را از طریق واردات تأمین کند. سوالی که مطرح می‌شود، این است که چرا سازمان انتقال خون و اداره کل تجهیزات پزشکی نسبت به این موضوع سکوت کرده اند.

قربونِ دَسِت، اون شیر آبُ ببند.

منیمال
هایی برای زندگی

چون رهگذری خسته
که می‌آساید
آسایش آفتاب
در سایه‌ی توست

قیصر امین‌پور

Minimalha
Minimal.Have.Baraye.Zendegi Minimalha MinimalForLife

تازه های سلامت

نوشیدنی معجزه‌آسا برای پیشگیری از ابتلا به پارکینسون

فلوشیپ اختلالات حرکتی با اشاره به این نکته که پارکینسون دومین بیماری شایع تخریب کننده سیستم عصب مرکزی در بین بیماری های مغز و اعصاب به حساب می‌آید، گفت: نوشیدن روزی یک فنجان قهوه در روز می‌تواند از ابتلا به پارکینسون جلوگیری کند و نقش موثری در حفاظت از سلول‌های عصبی را دارا است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از فارس، مهری سالاری- متخصص مغز و اعصاب و فلوشیپ اختلالات حرکتی با اشاره به این نکته که پارکینسون دومین بیماری شایع تخریب کننده سیستم عصب مرکزی در بین بیماری های مغز و اعصاب به حساب می‌آید، اظهار کرد: پارکینسون یک بیماری مزمن است و ابتلا به این بیماری معمولا در افراد بالای ۶۰ سال شایع است و شیوع آن در آقایان بیشتر از خانم‌ها است و علائم اصلی آن در فرد مبتلا کندی در حرکت، سفتی و وجود لرزش است.

وی با اعلام اینکه درمان دارویی در مراحل اولیه و پیشرفته پارکینسون می تواند برای بیماران بسیار کمک‌کننده باشد، ادامه داد: خوشبختانه پارکینسون در بین بیماری های مغز و اعصاب به خوبی به درمان دارویی جواب می‌دهد و می‌تواند باعث بهبود کیفیت زندگی بیماران و بهبود عملکرد فرد مبتلا شود، داروهای مورد استفاده عوارض خاصی نداشته و فقط در برخی از بیماران باعث ایجاد حرکت اضافه شده که نشان‌دهنده تأثیر خوب و کارکرد درست دارو است. این متخصص مغز و اعصاب گفت: پارکینسون یک بیماری پیش‌رونده است و تنها روش ثابت شده که توانایی کاهش سرعت پیشرفت این بیماری را دارد انجام ورزش و فعالیت های مداوم بدنی است که از نظر علمی سه روز ورزش در هفته هر بار یک ساعت بسیار کمک کننده و مفید خواهد بود و تغییر در سبک زندگی تاثیر بسیار زیادی در جلوگیری از ابتلا به پارکینسون را دارد. سالاری با تاکید بر سبک زندگی سالم و مصرف سبزیجات و میوه‌جات تازه و استفاده بیشتر از گوشت سفید، بیان کرد: از نظر علمی ثابت شده که نوشیدن روزی یک فنجان قهوه در روز می‌تواند از ابتلا به پارکینسون جلوگیری کند و نقش موثری در حفاظت از سلول های عصبی را دارا می باشد.

این فلوشیپ اختلالات حرکتی یادآور شد: برخلاف باور عمومی که وجود لرزش را دلیل بر ابتلا به پارکینسون می‌داند، تصریح کرد: هر لرزشی بیماری پارکینسون نیست، به عنوان مثال بیماری شایعتری از پارکینسون به نام لرزش خوش خیم و یا لرزش خانوادگی وجود دارد که این بیماری نیز با افزایش سن شیوع آن بیشتر می شود که در برخی از بیماران که لرزش دست و سر دارند امکان وجود این بیماری دور از ذهن نیست که با مراجعه به پزشک و معاینه توسط یک متخصص مغز و اعصاب و بررسی خصوصیات لرزشی و وجود و یا عدم وجود کندی و سفتی در حرکت تشخیص ابتلا به نوع بیماری آسان خواهد شد.

وی گفت: درحال حاضر هیچ گونه روش غربالگری برای تشخیص ابتلا به پارکینسون درآینده وجود ندارد و استفاده از MRI فقط تفکیک پارکینسون از دیگر بیماری‌ها است. این عضو هیئت مدیره انجمن پارکینسون با اعلام برنامه‌ریزی‌های حمایتی و ایجاد تسهیلات با هزینه‌های بسیار اندک برای کار درمانی و ورزش‌های حرکتی توسط انجمن پارکینسون در آینده نزدیک، گفت: از بیماران دعوت می شود تا با ثبت اطلاعات خود در پایگاه اینترنتی انجمن پارکینسون به آدرس اینترنتی www.Pdiran.ir از این برنامه‌های حمایتی که در دستور کار این انجمن هست با خبر و بهره‌مند شوند و یاری‌رسان ما در کنترل این بیماری در سطح کشور باشند.