

تأمین شیرخشک‌های متابولیک با برندهای معتبر جایگزین در دستور کار سازمان غذا و دارو

خرداد 4، 1404



کیا پرس /مدیرکل فرآورده‌های طبیعی، سنتی، مکمل و شیرخشک سازمان غذا و دارو از جایگزینی برندهای شیرخشک متابولیک با نمونه‌های وارداتی معتبر خبر داد و تأکید کرد که بیماران نگران کمبود این فرآورده‌ها نباشند.

به گزارش کیا پرس از ایفدانا، مدیرکل فرآورده‌های طبیعی، سنتی، مکمل و شیرخشک سازمان غذا و دارو با بیان اینکه شیرخشک‌های متابولیک بخشی از درمان بیماران خاص به‌شمار می‌روند، گفت: این محصولات براساس نیاز بیماران در گروه‌های مختلف بیماری، به‌صورت هدفمند تأمین می‌شوند و تنوع برندها همواره مورد توجه سازمان بوده است.

وی با اشاره به بدعهدی و عدم پایبندی یکی از شرکت‌های واردکننده به تعهدات خود افزود: با وجود برگزاری جلسات متعدد و پیگیری‌های مکرر، مشکل این شرکت برطرف نشده و سازمان غذا و دارو ضمن پیگیری حقوقی، تأمین همان برند از منابع جایگزین را نیز در دستور کار قرار داده است.

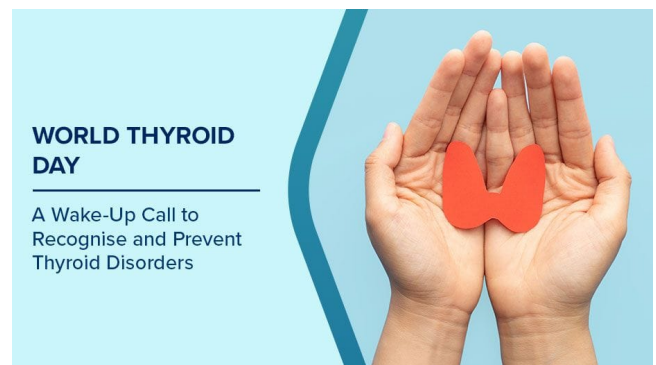
به گفته وی، جایگزینی برندهای مورد نیاز بیماران متابولیک با هماهنگی کامل با تیم‌های درمانی انجام می‌شود و انتظار می‌رود پزشکان با اطمینان دادن به بیماران، آنان را نسبت به مصرف برندهای جایگزین تشویق کنند. این محصولات از کارخانه‌های معتبر اروپایی تهیه شده‌اند و در برخی موارد قیمت تمام‌شده بالاتری دارند،

اما با اختصاص یارانه بیشتر، قیمت مصرفکننده بدون تغییر باقی مانده است.

مدیرکل فرآورده‌های طبیعی، سنتی، مکمل و شیرخشک همچنین تأکید کرد: سازمان غذا و دارو با رصد مستمر وضعیت بازار و همکاری با شرکتهای واردکننده، اجازه نخواهد داد تأمین این فرآورده‌های حیاتی دچار اختلال شود.

درصد قابل توجهی از افراد دچار اختلالات عملکردی تیروئید بدون تشخیص باقی می‌مانند

خرداد ۴، ۱۴۰۴



کیا پرس /دکتر باقر لاریجانی، رئیس پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی تهران به مناسبت ۲۵ می (۴ خرداد)، روز جهانی تیروئید اعلام کردند:

درصد قابل توجهی از افراد، به‌ویژه زنان، ممکن است دچار اختلالات عملکردی تیروئید باشند، در حالی‌که بسیاری از این موارد بدون تشخیص باقی می‌مانند.

غربالگری منظم*، به‌ویژه در گروه‌های پرخطر مانند زنان باردار، نقش کلیدی در پیشگیری از اختلالات تیروئید دارد.

پیشرفت‌های علمی از جمله استفاده از *پزشکی فردمحور، آزمایش‌های

ژنتیکی، هوش مصنوعی و تصویربرداری پیشرفته،* امکان تشخیص دقیق‌تر و درمان مؤثرتر اختلالات تیروئید را فراهم میکند.

آگاهی، مراجعه منظم به پزشک و انجام آزمایش‌های ساده* تأثیر قابل توجهی در ارتقای سلامت تیروئید و کیفیت زندگی بیماران دارد.

سرطان تیروئید* یکی از شایع‌ترین سرطان‌های غدد درون‌ریز است و در صورت تشخیص زودهنگام، معمولاً* پیش‌آگهی خوبی* دارد.

پیشگیری از سرطان تیروئید با* پایش منظم سلامت تیروئید، خودآزمایی گردن برای بررسی توده‌ها، و توجه به علائم مشکوک مانند گرفتگی صدا یا بزرگ شدن غده تیروئید* ممکن است.

بررسی ایمنی نسبت به آبله مرغان پیش از بارداری، ضروری است

خرداد 4، 1404



کیا پرس/برای جلوگیری از آسیب به جنین، بررسی ایمنی نسبت به آبله مرغان پیش از بارداری یک ضرورت است

به گزارش کیا پرس از روابط عمومی مرکز درمان ناباروری ابن‌سینا، با توجه به موجود شدن واکسن آبله‌مرغان در داروخانه‌ها، متخصصان توصیه می‌کنند خانم‌هایی که قصد بارداری دارند، پیش از اقدام، از وضعیت ایمنی خود نسبت به این ویروس اطمینان حاصل کنند.

خانم دکتر زهرا ثقه‌الاسلامی، متخصص بیماری‌های عفونی مرکز درمان ناباروری ابن‌سینا با تأکید بر اهمیت این موضوع گفت: «اگر مادر در سه‌ماهه نخست بارداری به ویروس آبله‌مرغان مبتلا شود، ممکن است به دلیل همزمانی با شکل‌گیری اندام‌های حیاتی جنین همچون مغز، چشم و سایر ارگان‌ها، ویروس آسیب‌های جدی به این ساختارها وارد کند.»

وی افزود: «ابتلا به این ویروس در سه‌ماهه دوم و سوم بارداری نیز با عوارضی نظیر پنومونی (عفونت ریه) همراه است که در مواردی می‌تواند برای مادر بسیار شدید و حتی کشنده باشد. همچنین اگر عفونت در نزدیکی زمان زایمان رخ دهد، خطر انتقال ویروس به نوزاد و بروز عوارض نوزادی وجود دارد.»

این عضو تخصصی مرکز درمان ابن‌سینا توصیه کرد: «تمامی بانوان پیش از بارداری باید با انجام آزمایش، از وجود آنتی‌بادی آبله‌مرغان در بدن خود مطمئن شوند. در صورت نبود ایمنی، تزریق دو نوبت واکسن با فاصله‌ی ۱ الی ۲ ماه ضروری است. البته با توجه به اینکه این واکسن حاوی ویروس زنده تضعیف‌شده است، بارداری باید حداقل دو ماه پس از نوبت دوم واکسن انجام شود تا از آسیب احتمالی به جنین جلوگیری شود.»

مرکز درمان ناباروری ابن‌سینا از تمامی بانوان در سنین باروری دعوت می‌کند با مراجعه به مراکز درمانی و انجام آزمایش‌های مربوطه، از سلامت پیش از بارداری خود اطمینان حاصل کنند.

مشکل کمبود شیرخشک‌های رژیمی همچنان پا برجاست

خرداد ۴، ۱۴۰۴



کیا پرس/عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس، معتقد است که مشکل کمبود شیرخشک‌های رژیمی همچنان پا برجا است.

به گزارش کیا پرس از خانه ملت، همایون سامه‌یج، با بیان اینکه در

مورد کمبود شیرخشک نمی‌توان تمام تقصیرها را بر گردن یک مدیر یا یک دستگاه اجرایی انداخت، گفت: در موضوعاتی مانند تأمین دارو و شیرخشک، مجموعه‌ای از عوامل درگیر هستند و نیاز به عزم و اقدام ملی داریم البته رئیس سازمان غذا و دارو وعده‌هایی برای بهبود وضعیت داده‌اند و اگر این وعده‌ها محقق نشود به طور قطع جلسات نظارتی برگزار خواهیم کرد.

وی افزود: سازمان غذا و دارو در نشست اخیر کمیسیون بهداشت توضیح داد که در مورد شیرخشک‌های معمولی، تولید داخلی در حد نیاز جامعه در حال انجام است و در این حوزه تأمین تا حدودی مدیریت شده است اما در رابطه با شیرخشک‌های رژیمی که برای نوزادان و کودکان دارای بیماری‌های خاص تجویز می‌شود، هنوز کمبود جدی وجود دارد.

نماینده مردم کلیمیان در مجلس دوازدهم، ادامه داد: شیرخشک‌های رژیمی نیاز به مواد اولیه خاصی دارند که باید از خارج کشور وارد شود و به دلیل تحریم‌ها، مشکلات ارزی، محدودیت در انتقال پول و کمبود نقدینگی، تأمین این مواد با اختلال مواجه شده و در حال حاضر، کمبود این اقلام ادامه دارد و باعث سرگردانی مردم در داروخانه‌ها شده است.

سامه یح نجف‌آبادی با اشاره به سابقه کمبود شیرخشک در دولت گذشته، افزود: در برهه‌ای از زمان، حتی شیرخشک معمولی نیز با کمبود شدید مواجه بود و به بازار آزاد راه پیدا کرده بود هرچند شرایط تأمین این نوع شیرخشک اکنون تا حدی بهتر شده، اما مشکل کمبود شیرخشک‌های رژیمی همچنان پابرجا است.

وی با بیان اینکه تأمین این نوع شیرخشک نیازمند زیرساخت‌های فناورانه، مواد مؤثره و امکان دسترسی به آن است، گفت: باید تکنولوژی ساخت مواد مؤثره را در داخل توسعه دهیم یا دسترسی ما به منابع خارجی تسهیل شود اما در حال حاضر، مجموعه‌ای از موانع شامل تحریم‌ها، کمبود منابع ارزی، عدم امکان انتقال پول و مشکلات لجستیکی، موجب ایجاد بحران در تأمین شده‌اند.

سامه یح در مورد وعده سازمان غذا و دارو برای تأمین شیرخشک، افزود: نمی‌توان تمام تقصیرها را بر گردن یک مدیر یا یک دستگاه اجرایی انداخت و در موضوعاتی مانند تأمین دارو و شیرخشک، مجموعه‌ای از عوامل درگیر هستند و نیاز به عزم و اقدام ملی داریم البته رئیس سازمان غذا و دارو وعده‌هایی برای بهبود وضعیت داده‌اند

و اگر این وعده‌ها محقق نشود به طور قطع جلسات نظارتی برگزار خواهیم کرد.

عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس، ابراز امیدواری کرد که با رفع موانع بین‌المللی و برنامه‌ریزی مؤثر داخلی، کمبودهای کنونی به زودی برطرف و حداقل یک سطح از زندگی عادی و پایدار برای خانواده‌ها، فراهم شود.

تجرد دختران روستا بیشتر از شهر/گروه سنی ۲۰ تا ۲۴ سال بیشترین تمایل را به فرزندآوری دارند

خرداد ۴، ۱۴۰۴



کیا پرس/دبیر ستاد ملی جمعیت با ارایه گزارشی در خصوص روند ولادتهای ثبت شده از سال ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۳، گفت: در سال ۱۴۰۳ تعداد ۹۷۹ هزار و ۹۲۳ رویداد ولادت ثبت شده که نسبت به مدت مشابه سال قبل ۷٫۴ درصد کاهش داشته است.

به گزارش کیا پرس، دکتر مرضیه وحید دستجردی در همایش کشوری معاونان تحقیقات و فناوری دانشگاه‌های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی که امروز پنجشنبه به میزبانی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی برگزار شد، درباره روند ولادتهای ثبت شده ادامه داد: در سال ۱۴۰۳ بیشترین درصد تغییرات مربوط به استانهای کهگیلویه و بویر

احمد با منفی ۱۲ و ۹ دهم، خراسان شمالی با منفی ۱۱ و ۶ دهم و گلستان با منفی ۱۱ و سه دهم و کمترین تغییرات مربوط به استان‌های سمنان با منفی یک، یزد با منفی ۲ و چهار دهم و قم با منفی ۳ و دو دهم بوده است.

به گفته دکتر دستجردی میانگین کشوری سن مادر در اولین فرزندآوری در سال ۱۴۰۳، ۲۷ و نیم بوده است.

دبیر ستاد ملی جمعیت، به ارایه آماری در خصوص نسبت‌های مجرد در مناطق شهری و روستایی پرداخت و گفت: بنابر نتایج پیمایش انجام شده، نسبت‌های مجرد در دختران روستایی بیشتر از دختران شهری است، اما برای مردان این قضیه برعکس است و نسبت‌های مجرد پسران در مناطق شهری بیشتر از مناطق روستایی است و مهاجرت پسران علت مهم مجرد دختران در مناطق روستایی به شمار می‌رود.

وی ادامه داد: طبق نتایج پیمایش ملی تمایلات و رفتار فرزندآوری ایرانیان که زمستان ۱۴۰۳ انجام شده است، گروه سنی ۲۰ تا ۲۴ بیشترین تمایل به فرزندآوری و گروه سنی ۴۵ تا ۴۹ سال کمترین تمایل به فرزندآوری را دارند.

نرخ باروری ما از برخی از کشورهای اروپایی هم پایین تر است/ به سمت سالمندی می رویم

خرداد ۴، ۱۴۰۴



کیا پرس/دبیر ستاد ملی جمعیت با اشاره به اینکه هرم جمعیتی کشور نشان می دهد که به سمت سالمندی می رویم، گفت: در سال ۱۴۰۲ سالمندی ما ۱۲ درصد بوده است.

به گزارش خبرنگار کیا پرس، دکتر مرضیه وحید دستجردی روز پنجشنبه در همایش کشوری معاونین تحقیقات و فناوری دانشگاه های علوم پزشکی کشور که در سالن همایش دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی برگزار شد، افزود: وضعیت ساختار جمعیتی نشان می دهد ۱۱.۷ میلیون نفر دختران ما کمتر از ۲۰ سال هستند که مجرد می باشند.

وی با اشاره به اینکه همچنین ۱۲.۹ میلیون نفر از پسران هم کمتر ۲۰ سال هستند، بیان داشت؛ اگر برنامه ریزی خوبی داشته باشیم یا آموزش های مناسبی ارائه کنیم می توان از این جمعیت چند میلیونی استفاده کنیم تا مشکلات جمعیتی را برطرف کنیم.

وی بیان داشت: نرخ باروری کلی در سال ۱۴۰۲ به ۱.۵۴ فرزند بوده و در سال ۱۴۰۳ متأسفانه مجددا کاهش شده و به ۱.۴۴ رسیده است.

وی ادامه داد: نرخ باروری ما از برخی از کشورهای اروپایی هم پایین تر است به طور مثال در فرانسه ۱.۵۹ فرزند است.

وی افزود: این موضوع زنگ خطر خیلی جدی برای کشور است و باید اقدامات جدی در این زمینه انجام گیرد.

وی با بیان اینکه مقام معظم رهبری برای اولین بار در سال ۱۳۹۲ زنگ خطر جمعیت را در کشور به صدا درآورد، تاکید رییس جمهور برای فعال شدن دستگاه های اجرایی را برای رفع چالش های جمعیتی کشور یادآور شد.

دکتر دستجردی ضمن تشریح هرم جمعیتی کشور و نتایج حاصل از پیمایش

انجام شده در خصوص جمعیت کشور توسط این ستاد، به اولویت بندی پژوهش‌های کاربردی حیطه جمعیت فرزندآوری و ازدواج پرداخت.

وی با تاکید بر اهمیت فرصت‌های هم‌افزا در تحقیقات اثرگذار، موانع فرزندآوری، دلایل تمایل و عدم تمایل را نخستین اولویت پژوهشی در این زمینه عنوان کرد.

وی همچنین به ترتیب پژوهش درباره عوامل موثر بر گرایش به فرزندآوری و نقش حمایت اجتماعی، موانع و چالش‌های ازدواج، تاثیر سیاست‌های تشویقی در ازدواج، تاثیر سیاست‌های تشویقی در فرزندآوری، دیدگاه‌های مجردین در سنین مختلف نسبت به ازدواج، دیدگاه‌های مجردین در سنین مختلف نسبت به فرزندآوری و نقش چالش‌های مالی و اقتصادی در تمایل به ازدواج را از دیگر اولویت‌های پژوهش‌های کاربردی در حیطه جمعیت، فرزندآوری و ازدواج عنوان کرد.

خودسرانه گیاهان دارویی مصرف نکنید

خرداد 4، 1404



کیا پرس - اختصاصی/سرپرست معاونت توسعه سلامت دفتر طب ایرانی گفت: میزان مصرف گیاهان دارویی و تکرار آن باید توسط پزشک مشخص و به بیمار اعلام شود، افراد از مصرف خودسرانه آن اجتناب کنند.

دکتر مهشید چایچی در گفت و گو با خبرنگار کیا پرس افزود: افرادی

که مبتلا به بیماری های زمینه ای هستند و در حال مصرف دارو می باشند، توجه داشته باشند مصرف گیاهان دارویی می تواند مشکلاتی را برای آنها ایجاد کند.

وی ادامه داد: توصیه می کنیم افرادی که تمایل به مصرف گیاهان دارویی و داروهای گیاهی را دارند با تجویز پزشک متخصص این کار را انجام دهند.

وی با اشاره به اینکه پزشک با تداخلات دارویی آشنا هستند، گفت: داروی گیاهی را تجویز می کنند که هم فرد دچار مشکلات نشود و هم روند بهبودی تسریع شود.

وی ادامه داد: در صورت استفاده موردی از گیاهان دارویی مثلاً گاهی اوقات دمنوش نعنا یا بابونه استفاده کنیم، اشکالی ایجاد نمی کند اما اگر بخواهیم به عنوان داروی گیاهی استفاده کنیم، می توانند مشکلاتی به وجود آورد و باید با تجویز پزشک باشد.

وی ادامه داد: مادران باردار در سه ماهه اول بارداری باید از مصرف برخی از گیاهان دارویی پرهیز کنند، به عبارتی این داروها می تواند برای آنها خطرناک باشد.

آیا مصرف زیاد روغن حیوانی در مادرانی که تازه زایمان کرده اند، مفید است؟

خرداد 4، 1404



کیا پرس/دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت در پاسخ به باور غلط مبنی بر مفید بودن مصرف زیاد روغن حیوانی در مادرانی که تازه زایمان کرده‌اند، عنوان کرد که این باور فاقد شواهد علمی بوده و این روغن‌ها تنها حاوی کالری بالا و بدون هیچ ویتامین و املاحی هستند و به هیچ عنوان نقشی در تقویت زنان در دوران بارداری و بعد از زایمان ندارند.

به گزارش کیا پرس از وبدا، دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت در پاسخ به اینکه آیا مصرف زیاد روغن حیوانی در مادرانی که تازه زایمان کرده‌اند، مفید است؟، مطرح کرد: روغن‌هایی که منبع حیوانی دارند، دارای اسید چرب اشباع بالایی هستند که این نوع از چربی‌ها خطر ابتلا به انواع بیماری‌های قلبی و عروقی را افزایش می‌دهند.

این روغن‌ها تنها حاوی کالری بالا و بدون هیچ ویتامین و املاحی هستند و به هیچ عنوان نقشی در تقویت زنان در دوران بارداری و بعد از زایمان ندارند.

رونمایی از سه محصول استراتژیک در حوزه سرولوژی آزمایشگاهی

خرداد 4، 1404



کیا پرس «در سالی که با تدبیر مقام معظم رهبری به عنوان «سرمایه گذاری برای تولید» نام گذاری شده است، شرکت مادر تخصصی پالایش و پژوهش خون، با تکیه بر ظرفیت های علمی کشور، اقدام به تولید و رونمایی از سه محصول استراتژیک و دانش بنیان در حوزه سرولوژی آزمایشگاهی خواهد کرد.

به گزارش کیا پرس از وبدا، دکتر فردین بلوچی، مدیرعامل شرکت مادر تخصصی پالایش و پژوهش خون، ضمن اعلام این خبر افزود: ما به زودی و با افتخار، سه محصول کاملاً بومی و تخصصی شامل: محلول LISS، Check Cell، و کیت تعیین گروه خونی Back Type با بهره گیری از بافر اختصاصی Alsevers را رونمایی می کنیم؛ این محصولات، حاصل ماه ها تلاش متخصصان داخلی و بخشی از برنامه گسترده ما برای توسعه زیرساخت های فناورانه و آزمایشگاهی کشور در راستای سیاست های کلان نظام سلامت و امنیت زیستی است.

دکتر بلوچی اضافه کرد: پس از بازگشت مجموعه به بدنه وزارت بهداشت و خروج از بخش خصوصی، این حرکت جدید با حمایت قاطع وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و شخص دکتر طفرقندی، وزیر فرهیخته و علمی، وارد مرحله ای تازه شد. در این مسیر، از پشتیبانی ارزشمند مجلس شورای اسلامی، به ویژه کمیسیون بهداشت و درمان نیز برخوردار بوده ایم و همین تعامل سه جانبه میان دولت، مجلس و نخبگان حوزه سلامت، مسیر ما را برای رشد و تعالی هموارتر ساخته است.

وی ادامه داد: این سه محصول که اکنون در کشور تنها توسط معدود شرکت ها و گاهی بدون مجوزهای قانونی تولید می شود، گامی مؤثر در تحقق راهبرد کاهش وابستگی وارداتی، افزایش تاب آوری آزمایشگاهی و دستیابی به استانداردهای EU GMP در صنایع مرتبط با خون و فرآورده های خونی به شمار می رود. همچنین، این پروژه ها بخشی از نقشه راه ما در برنامه هفتم توسعه هستند و در آینده نزدیک،

محصولات دیگری نیز به سبد تولیدی شرکت افزوده خواهد شد.

مدیرعامل شرکت مادر تخصصی پالایش و پتروشیمی خون در پایان تأکید کرد: در صورت تداوم حمایت‌های همه‌جانبه از این شرکت فوق تخصصی و دانش‌بنیان، شاهد شکوفایی هرچه بیشتر کشور در عرصه سلامت، کاهش قابل‌توجه خروج ارز، خودکفایی در تأمین ملزومات حیاتی آزمایشگاهی و حتی صادرات محصولات پیشرفته ایرانی به بازارهای بین‌المللی خواهیم بود. این مسیر، می‌تواند ایران را به یکی از بازیگران مهم حوزه سلامت در منطقه و جهان بدل سازد.

گفتنی است، مراسم رسمی رونمایی از این سه محصول در آینده نزدیک با حضور مسئولین عالی‌رتبه وزارت بهداشت، نمایندگان مجلس، نخبگان علمی کشور و اصحاب رسانه برگزار خواهد شد.

زخم معده ای ها ؛ چی بخورند ، چی نخورند

خرداد 4 ، 1404



کیا پرس - اختصاصی/رئیس مرکز تحقیقات گوارش و کبد بیمارستان بقیه الله (عج) گفت: زخم معده معمولاً به دلیل التهاب مزمن، عفونت با باکتری هلیکوباکتر پیلوری، مصرف زیاد داروهای ضدالتهاب یا عوامل دیگر ایجاد می‌شود.

زخم معده، که به آن گاهی اولسر معده یا زخم پپتیک هم گفته می‌شود،

زخم های عمیق در مخاط معده یا روده باریک هستند که ایجاد درد و ناراحتی می کنند.

دکتر محمدعلی ابیضی، فوق تخصص گوارش و کبد در گفت و گو با خبرنگار کیاپرس اظهار داشت: این زخم می تواند سبب درد، سوزش، سوءهاضمه و در موارد شدید خونریزی یا سوراخ شدن دیواره معده یا روده شود.

وی ادامه داد: درمان معمولاً شامل داروهای ضد اسید، آنتی بیوتیک ها برای ریشه کنی باکتری، و تغییر در سبک زندگی است.

وی به مهمترین علائم زخم معده اشاره کرد که عبارتند از: . درد معده: معمولاً در ناحیه بالای شکم و ممکن است به صورت سوزش یا درد شدید احساس شود.

. نفخ و ترش کردن: احساس نفخ بعد از خوردن غذا یا ترش کردن مداوم.

. کاهش اشتها: به دلیل درد و ناراحتی ناشی از غذا خوردن، ممکن است فرد تمایل به خوردن نداشته باشد.

. حالت تهوع و استفراغ: ممکن است فرد احساس تهوع کند و در برخی موارد استفراغ نماید.

. مدفوع خونی: وجود خون در مدفوع به صورت واضح یا مخفی می تواند نشانه ای از زخم معده باشد و نیاز به توجه فوری پزشکی دارد.

وی ادامه داد: مواد غذایی که در روند بهبودی موثر هستند، عبارت است از:

. غذاهای غنی از فیبر: مانند میوه ها، سبزیجات و غلات کامل که به هضم بهتر کمک می کنند.

. محصولات لبنی کم چرب: مانند ماست و شیر که می توانند به کاهش التهابات کمک کنند.

. مواد غذایی پروتئینی: مانند مرغ و ماهی که به ترمیم بافت ها کمک می کنند.

. چای سبز و زنجبیل: به عنوان آنتی اکسیدان عمل کرده و می توانند به کاهش التهاب کمک کنند.

. غسل: خواص ضدباکتریایی دارد و میتواند در بهبودی زخمها موثر باشد.

وب گفت: مواد غذایی یا چیزهایی که این بیماری را تشدید میکند عبارتند از:

. غذاهای تند و ادویه‌دار: میتوانند باعث تحریک معده شوند.

. قهوه و نوشیدنی‌های کافئین‌دار: ممکن است تولید اسید معده را افزایش دهند.

. الکل: میتواند غشای معده را تحریک کند و باعث ایجاد زخم گردد.

. غذاهای چرب و سرخ‌کردنی: میتوانند مشکلات گوارشی و درد را تشدید کنند.

. نوشیدنی‌های گازدار: ممکن است باعث نفخ و ناراحتی شوند.

. غذاهای فرآوری شده که در تولید فست فودها کاربرد وسیع دارند.