انجام بیش از ۲۰ هزار عمل کاشت حلزون شنوایی در کشور

اسفند 13, 1403

کیاپرس/مهندس صفوی همزمان با روز جهانی شنوایی از انجام بیش از ۲۰ هزار عمل کاشت حلزون شنوایی خبرداد و گفت: هیات امنای صرفه‌جویی ارزی در معالجه بیماران به عنوان نخستین و بزرگ‌ترین حامی کاشت حلزون شنوایی در کشورمان محسوب می‌شود.

به گزارش کیاپرس از وبدا، مهندس سید حسین صفوی، رئیس هیات امنای صرفه‌جویی ارزی در معالجه بیماران، ضمن تبریک روز جهانی شنوایی و لزوم فراهم کردن امکانات و ایجاد فرصت‌های برابر برای حضور فعال همه افراد ناشنوا و کم شنوا در جامعه خاطرنشان کرد: احترام به حقوق این عزیزان و فراهم کردن شرایط مناسب، وظیفه‌ای همگانی است که نیازمند همکاری همه نهادهای مسئول است.

وی در ادامه به دستاوردهای کشور در حوزه کاشت حلزون شنوایی اشاره کرد و گفت: کاشت حلزون شنوایی یکی از پیشرفته‌ترین راهکارهای پزشکی برای بازگرداندن شنوایی به افراد ناشنواست. این روش از سال ۱۳۷۲ در کشور ما آغاز شده و تاکنون، با حمایت هیات امنای صرفه‌جویی ارزی در معالجه بیماران، بیش از ۲۰ هزار عمل کاشت حلزون انجام شده است.

مهندس صفوی ادامه داد: امروز، خانواده بزرگ ۲۰ هزار نفری کاشت حلزون که شامل فرزندان کاشت‌شده است، افتخار بزرگی برای کشور به شمار می‌روند. این عزیزان، که توانسته‌اند با بهره‌گیری از این فناوری پزشکی، مسیر رشد و پیشرفت را طی کنند، نماد توانمندی، امید و موفقیت در جامعه هستند. حضور فعال آن‌ها در عرصه‌های علمی،

فرهنگی و اجتماعی، نشان‌دهنده ظرفیت‌های بی‌نظیر این فرزندان در اعتلای کشور است.

وی تأکید کرد: هیات امنای صرفه‌جویی ارزی، به عنوان نخستین و بزرگ‌ترین حامی کاشت حلزون شنوایی در ایران، موفق شده است با توسعه مراکز درمانی، خدمات کاشت حلزون را در ۱۶ مرکز در استان‌های مختلف از جمله خراسان، تبریز، زاهدان، اهواز و سایر نقاط کشور گسترش دهد تا بیماران بدون نیاز به سفرهای طولانی به این خدمات دسترسی داشته باشند.

مهندس صفوی با اشاره به جایگاه ممتاز ایران در این حوزه افزود: با افتخار اعلام می‌کنیم که کشور ما در منطقه خاورمیانه رتبه نخست کاشت حلزون را به خود اختصاص داده و در سطح جهانی نیز در میان ۱۰ کشور برتر دنیا قرار دارد. این موفقیت، نه‌تنها حاصل تلاش متخصصان و حمایت‌های مستمر از بیماران نیازمند است، بلکه مرهون اراده و همت فرزندان کاشت حلزون است که امروز، با حضور مؤثر خود در جامعه، افتخارآفرینی می‌کنند.

رئیس هیات امنای صرفه‌جویی ارزی ابراز امیدواری کرد که با ادامه این مسیر، گام‌های مؤثرتری در جهت بهبود کیفیت زندگی افراد ناشنوا برداشته شود و شاهد روزی باشیم که هیچ فردی به دلیل مشکلات شنوایی، از نعمت ارتباط و مشارکت اجتماعی محروم نماند.

هشدار سازمان غذا و دارو درباره استفاده از آسپرین به عنوان ماسک پوست

اسفند 13, 1403

کیاپرس/دفتر نظارت و پایش فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو نسبت به تبلیغات نادرست درباره استفاده موضعی از قرص آسپرین هشدار داد.

به گزارش کیاپرس از ایفدانا دکتر نازیلا یوسفی تأکید کرد که چنین روشی فاقد پشتوانه علمی بوده و می‌تواند باعث آسیب‌های جدی پوستی شود.

سرپرست دفتر نظارت و پایش فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو درباره انتشار تبلیغات گسترده در فضای مجازی مبنی بر استفاده از قرص آسپرین به عنوان ماسک خانگی گفت: استفاده از این دارو به صورت موضعی نه تنها هیچ پایه علمی ندارد، بلکه ممکن است باعث خشکی شدید، قرمزی، التهاب و حتی سوختگی شیمیایی پوست شود.

وی بااشاره به این که آسپرین یک داروی خوراکی است که برای کاهش التهاب، تسکین درد و پیشگیری از لخته شدن خون تولید شده، افزود این دارو هیچ گونه مجوزی برای استفاده روی پوست ندارد و ایمنی و اثربخشی آن در این زمینه تأیید نشده است.

وی درباره شباهت شیمیایی آسپرین با سالیسیلیک اسید که در محصولات مراقبت از پوست به کار می‌رود، توضیح داد با وجود برخی شباهت‌های ساختاری، این دو ترکیب عملکرد متفاوتی دارند. سالیسیلیک اسید به عنوان یک عامل لایه بردار مجاز در فرآورده‌های پوستی استفاده می‌شود، در حالی که آسپرین فاقد تعادل اسیدی مناسب برای پوست است و می‌تواند سد محافظتی آن را تضعیف کند.

سرپرست دفتر نظارت و پایش فرآورده‌های سلامت با تأکید بر لزوم استفاده از محصولات تأیید شده گفت بهترین روش برای مراقبت از پوست، استفاده از فرآورده‌های دارای مجوز و استانداردهای لازم است. توصیه می‌شود افراد پیش از استفاده از هرگونه محصول پوستی با

متخصصان مشورت کنند تا از بروز آسیب‌های احتمالی جلوگیری شود.

هزینه‌های سنگین تصادفات، ۷ درصد تولید ناخالص ملی است

اسفند 13, 1403

کیاپرس/رییس دانشگاه علوم پزشکی بم گفت: با توجه به افزایش آمار تصادفات در ایام نوروز، دانشگاه علوم پزشکی بم با همراهی وزارت بهداشت، کمپین "نه به تصادف" را از ابتدای اسفندماه آغاز کرده است.

به گزارش کیاپرس از وبدا، دکتر علی صدیقی در جلسه شورای ترافیک این شهرستان ضمن تبریک ماه مبارک رمضان و تسلیت حادثه تروریستی ریگان، با ارائه آمارهای تکان‌دهنده از تصادفات جاده‌ای، زنگ خطر را به صدا درآورد.

وی با اشاره به آمار سال ۱۴۰۲، گفت: حدود ۲۰ هزار و ۴۵ نفر در کشور بر اثر تصادفات رانندگی جان خود را از دست داده‌اند که این رقم، روزانه به طور میانگین ۵۵ نفر را شامل می‌شود که از میانگین جهانی بالاتر است و وضعیت بحرانی جاده‌های کشور را نشان می‌دهد.

او افزود: استان کرمان با یک هزار و ۳۹۴ فوتی، در جایگاه چهارم کشور قرار دارد و استان سیستان و بلوچستان نیز با یک هزار و ۴۳۶ فوتی، رتبه سوم را به خود اختصاص داده است.

هزینه‌های سنگین تصادفات؛ ۷ درصد تولید ناخالص ملی

دکتر صدیقی با اشاره به هزینه‌های سنگین تصادفات برای سیستم بهداشت و درمان کشور، گفت که سهم هزینه‌های تصادفات از تولید ناخالص ملی، گاهی تا ۷ درصد نیز تخمین زده می‌شود، در حالی که کمتر از ۴ درصد تولید ناخالص ملی صرف هزینه‌های بهداشت و درمان می‌شود.

رئیس دانشگاه علوم‌پزشکی بم ادامه داد: با توجه به افزایش آمار تصادفات در ایام نوروز، دانشگاه علوم پزشکی بم با همراهی وزارت بهداشت، کمپین "نه به تصادف" را از ابتدای اسفندماه آغاز کرده است.

او عنوان کرد: هدف اصلی این پویش، ارتقای فرهنگ رانندگی ایمن و کاهش تلفات و خسارات ناشی از تصادفات جاده‌ای است.

آمادگی کامل اورژانس و بیمارستان‌ها

دکتر صدیقی با اشاره به آمار ۱۱۰۰ تا ۱۲۰۰ فوتی در ایام نوروز سال‌های گذشته، از آمادگی کامل اورژانس پیش بیمارستانی و اورژانس‌های بیمارستان‌ها برای کاهش آسیب‌های ناشی از تصادفات خبر داد.

تجهیز ناوگان اورژانس و آموزش کادر درمان

وی گفت: دانشگاه علوم پزشکی بم در راستای بهبود خدمات اورژانس، اقداماتی نظیر تجهیز ناوگان اورژانس با پنج دستگاه آمبولانس جدید اهدایی از طرف خیرین و یک دستگاه از طرف وزارت بهداشت و همچنین برگزاری برنامه‌های آموزشی ویژه برای کادر اورژانس و بیمارستان‌ها را انجام داده است.

تأکید بر فرهنگسازی و افزایش آگاهی عمومی

دکتر صدیقی، فرهنگسازی و افزایش آگاهی عمومی را از مهم‌ترین عوامل کاهش تصادفات دانست و بر نقش رسانه‌ها، شبکه‌های اجتماعی، چهره‌های سرشناس و آموزش و پرورش در این زمینه تأکید کرد.

وی همچنین خواستار احیای طرح‌هایی مانند همیار پلیس شد.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی بم، نوروز را فرصتی برای همکاری

همه‌جانبه و وفاق ملی در راستای کاهش آمار تلفات و تصادفات دانست و خواستار توجه جدی به فرهنگ ایمنی رانندگی و پرهیز از رفتارهای خطرساز در جاده‌ها شد.

دکتر صدیقی در پایان سخنان خود، از شهرداری‌ها، ارگان‌های ذی‌ربط و رسانه‌ها خواست تا با نصب تابلوها و بنرهای ایمنی رانندگی، همکاری با رسانه‌ها و رفع مشکلات جاده‌ای، در این پویش همراهی کنند.

حوادث مرتبط با چهارشنبه آخر سال بازهم قربانیانی برجا گذاشت/۴۸ مصدوم ؛ ۲۵ مورد سوختگی

اسفند 13, 1403

کیاپرس/سخنگوی سازمان اورژانس کشور گفت:متاسفانه علیرغم هشدارهایی که هر سال داده می شود، امسال هم حوادث مرتبط با چهارشنبه آخر سال قربانیانی برجا گذاشت.

به گزارش خبرنگار کیاپرس، بابک یکتاپرست اظهار داشت: تاکنون ۴۸ مصدوم داشتیم که ۴۵ نفر وضعیت مساعدی نداشتند و به مراکز درمانی اعزام شدند .

وی با اشاره به اینکه از این تعداد ۱۰ نفر هنوز به دلیل شدت

جراحت، بستری هستند، بیان داشت: ۸ نفر از مصدومین دچار قطع عضو شدند.

وی بیان داشت: ۱۰ نفر هم دچار آسیب چشمی شدند، همچنین تاکنون ۲۵ مورد سوختگی در سطوح مختلف؛ داشتیم.

چگونه از گران‌فروشی و خرید محصولات تقلبی جلوگیری کنیم؟

اسفند 13, 1403

کیاپرس /سرپرست دفتر بازرسی، ارزیابی عملکرد و پاسخگویی به شکایات سازمان غذا و دارو، تأکید کرد که شهروندان باید در خرید تجهیزات پزشکی، فرآورده‌های آرایشی و غذایی دقت بیشتری داشته باشند تا از گرفتار شدن در دام گران‌فروشی و خرید محصولات تقلبی جلوگیری کنند.

به گزارش کیاپرس از ایفدانا، دکتر سعید مهرزادی توصیه کرد تجهیزات پزشکی، فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی و مکمل‌ها باید از داروخانه‌ها و فروشگاه‌های مجاز تهیه شوند. همچنین، بررسی برچسب اصالت کالا و استعلام کد رهگیری از طریق سامانه تی‌تک یکی از روش‌های

اطمینان از اصالت محصول است.

وی با اشاره به راهکارهای مقابله با گران‌فروشی افزود دریافت فاکتور رسمی یکی از مهم‌ترین اقدامات است. شهروندان باید قیمت کالاها را با نرخ‌های مصوب مقایسه کنند و در صورت مشاهده تخلفات، موارد مشکوک را گزارش دهند.

سرپرست دفتر بازرسی، ارزیابی عملکرد و پاسخگویی به شکایات سازمان غذا و دارو ،در ادامه تصریح کرد تاریخ مصرف محصولات، به‌ویژه در حوزه فرآورده‌های غذایی و مکمل‌ها، باید هنگام خرید مورد توجه قرار گیرد. مصرف‌کنندگان باید از خرید کالاهای تاریخ‌گذشته یا دارای تاریخ مخدوش خودداری کنند.

دکتر مهرزادی در پایان خاطرنشان کرد در صورت مشاهده تخلفات، مردم می‌توانند از طریق سامانه ۱۹۰ یا سایر درگاه‌های اطلاع‌رسانی سازمان غذا و دارو گزارش دهند تا برخورد قانونی با متخلفان انجام شود.

فواید روزه‌داری از نظر علم پزشکی؛ تقویت سلامت جسم و روان

اسفند 13, 1403

کیاپرس/مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، در خصوص فواید روزه‌داری برای سلامت بدن، گفت: تحقیقات علمی مختلف نشان داده‌اند که روزه‌داری نه تنها برای بدن مضر نیست، بلکه می‌تواند تأثیرات مثبتی بر سلامت افراد داشته باشد.

به گزارش کیاپرس از وبدا، دکتر احمد اسماعیل‌زاده، درخصوص فواید روزه داری برای سلامت بدن، گفت: تحقیقات مختلف علم نوین فواید بسیاری را از روزه داری برای سلامت انسانها ثابت کرده اند.

وی ادامه داد: یکی از پرسش‌های همیشگی در میان مردم این است که آیا روزه‌داری می‌تواند به سلامت آسیب برساند یا اینکه واقعاً برای بدن مفید است. بر اساس شواهد علمی و مطالعات متعدد، فواید روزه‌داری برای سلامت به‌طور کامل اثبات شده است. با این حال، افرادی که به برخی مشکلات پزشکی مانند بیماری‌های گوارشی، سنگ کلیه یا دیابت وابسته به انسولین مبتلا هستند، می‌توانند با نظر پزشک، از گرفتن روزه معاف شوند.

دکتر اسماعیل‌زاده تأکید کرد: افرادی که از سلامت کامل برخوردارند، نه‌تنها با روزه‌داری دچار مشکل نمی‌شوند، بلکه این امر می‌تواند تأثیرات مثبتی بر سلامت آن‌ها داشته باشد. روزه‌داری با محدود کردن دریافت کالری، به کاهش چربی بدن کمک می‌کند. این کاهش چربی، در نهایت منجر به کنترل فشار خون، کاهش قند خون و بهبود سطح چربی‌های خون می‌شود؛ مشکلاتی که امروزه به‌طور گسترده در جامعه شایع شده و بسیاری از افراد با آن‌ها دست‌وپنجه نرم می‌کنند.

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت تصریح کرد: کاهش وزن ناشی از روزه‌داری می‌تواند نقش مؤثری در بهبود سلامت افراد، به‌ویژه کسانی که مبتلا به کبد چرب هستند، داشته باشد. روزه‌داری نه‌تنها به التیام کبد کمک می‌کند، بلکه با ایجاد فرصتی برای استراحت دستگاه گوارش، عملکرد آن را بهبود بخشیده و موجب ارتقای سلامت گوارشی در طول زمان می‌شود.

وی گفت: مطالعات نشان داده‌اند که روزه‌داری نه‌تنها موجب آرامش روان و کاهش استرس می‌شود، بلکه با کاهش التهاب در بدن همراه است. وقتی تمامی این مزایا را در کنار یکدیگر قرار دهیم، به این نتیجه می‌رسیم که روزه‌داری می‌تواند تأثیرات مثبتی بر سلامت جسم و روان داشته باشد و در طولانی‌مدت به حفظ و ارتقای سلامت افراد کمک کند.

وی افزود: البته برخی افراد با مشکلات خاص سلامتی، مانند رفلاکس معده، سنگ کلیه، یا دیابت وابسته به انسولین، بهتر است از روزه‌داری پرهیز کنند. همچنین، افرادی که نیاز به مصرف مداوم دارو دارند، نباید بدون مشورت با پزشک اقدام به روزه‌داری کنند. دین اسلام هم روزه‌داری برای افراد با شرایط خاص را محدود کرده و توصیه

کرده که بهتر است روزه نگیرند.

دکتر اسماعیل‌زاده در پایان عنوان کرد: در دین اسلام همواره بر حفظ سلامت تأکید شده است. اولویت اصلی همیشه سلامت افراد است و گفته شده که در صورتی که پزشک معالج شما و وضعیت سلامتیتان اجازه دهد، روزه‌داری مشکلی ندارد. روزه‌داری می‌تواند به بهبود و ارتقای سلامت افراد سالم کمک کند و حتی باعث افزایش طول عمر آنها شود.

توصیه‌هایی در مورد خانه‌تکانی پیش از نوروز

اسفند 13, 1403

کیاپرس/با نزدیک شدن به روزهای پایانی سال و آغاز تعطیلات نوروزی، بسیاری از خانواده‌ها به خانه‌تکانی و نظافت منزل می‌پردازند. دکتر احمد موذن‌زاده، نایب‌رئیس انجمن فیزیوتراپی ایران، توصیه‌هایی برای پیشگیری از آسیب‌های جسمانی در این ایام ارائه کرده است:

بهتر است خانه‌تکانی به‌صورت تدریجی و در یک بازه زمانی یک‌هفته‌ای انجام شود تا از وارد شدن فشار بیش از حد به ستون فقرات و مفاصل جلوگیری شود.

انجام نظافت و جابه‌جایی‌های سنگین در یک روز می‌تواند منجر به مشکلات حاد اسکلتی و عضلانی شود همچنین افرادی که برای تمیز کردن بخشهای مرتفع از چهارپایه یا نردبان استفاده می‌کنند، باید نکات ایمنی را رعایت کنند، زیرا سقوط از ارتفاع یکی از دلایل شایع شکستگی‌های اندام تحتانی و فوقانی در این ایام است.

در رابطه با نظافت‌هایی مانند شستن فرش و جابه‌جایی وسایل سنگین، توصیه می‌شود از وضعیت‌های نامناسب بدن مانند خم‌شدن طولانی‌مدت یا نشستن روی زانو پرهیز شود.

همچنین جابه‌جایی اجسام سنگین باید به‌صورت گروهی (دو یا سه نفره) انجام شود تا فشار کمتری به ستون فقرات و زانوها وارد شود.

دکتر موذن‌زاده در پایان تأکید کرد که رعایت اصول ارگونومیک و مدیریت زمان در انجام خانه‌تکانی، نقش مهمی در پیشگیری از آسیب‌های جسمانی و حفظ سلامت افراد دارد.

انتقاد معاون وزیر بهداشت در خصوص سنجش سلامت مواد غذایی

اسفند 13, 1403

کیاپرس/معاون بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: در برخی از بازرسی از مراکز صنفی مواد غذایی همکاران باید سموم باقیمانده و بار میکروبی را در همان محل بسنجند؛ اینکه این مواد را به آزمایشگاه بفرستیم و یک هفته بعد جواب آزمایش آماده شود، خیلی دیر است و آن کالا احتمالاً در این مدت مصرف شده است.

به گزارش کیاپرس ، علیرضا رئیسی گفت:همکاران ما در حوزه بهداشت محیط و حرفه‌ای برای بازدید و بازرسی نیاز به ابزار لازم دارند، هرچند یکسری ابزار تامین شده ولی کافی نیست .

وی ادامه داد: چند روز پیش با یک شرکت دانش‌بنیان صحبت کردیم تا این مجموعه بتواند ابزار داخلی و ارزان‌قیمت تولید کنند. در برخی از بازرسی همکاران ما باید سموم باقیمانده و بار میکروبی را در همان محل بسنجند به عبارتی نیاز است عوامل زیان‌آور در حوزه عرضه؛ خیلی سریع سنجیده شود.

رئیسی اضافه کرد: اینکه این مواد را به آزمایشگاه بفرستیم و به طور مثال یک هفته بعد جواب آزمایش آماده شود، خیلی دیر است و آن کالا احتمالاً در این مدت مصرف شده است.

معاون بهداشت وزیر بهداشت خاطرنشان کرد: در این زمینه باید از هوش مصنوعی بهره ببریم تا بتوانیم ابزارهای دقیقی داشته باشیم و با بهره‌گیری از این ابزارها، تحلیل اولیه را دراسرع‌وقت داشته باشیم.

وی گفت: شما اعم از بهداشت محیط و بهداشت حرفه‌ای تعدادتان آن‌قدر نیست که بتوانید همه انتظاراتی که از شما است را برآورده سازید.

رئیسی افزود: پوشش بهداشت را حداقل به ۸۵ درصد باید برسانیم، در حال حاضر اکثر پوشش‌های بهداشت محیط و حرفه‌ای این درصد نیست.درصد پوشش در استان‌های مختلف، متفاوت است و برخی استان‌ها خیلی بالا و برخی استان‌های دیگر خیلی پایین هستند.

وی تصریح کرد: کمبود تعداد نیرو، خودرو و ابزار از جمله مشکلاتی است که سبب شده به درصد پوشش حداقل ۸۵ درصدی نرسیم.

وی ادامه داد: از خدمات دفاتر سلامت استفاده بیشتری ببرید، آنها جای کسی را تنگ نمی‌کنند. بگذارید کارها را آنها انجام دهند ولی شما باید نظارتتان بر این دفاتر خیلی دقیق باشد.

معاون بهداشت وزیر بهداشت گفت: از دفاتر خدمات سلامت در سراسر کشور استفاده کنید اما بر آنها نظارت داشته باشید، اگر این کار را انجام دهید درصد پوششتان خیلی افزایش می‌یابد.

وی با بیان اینکه همکاران بهداشتی در دوران کرونا جانانه و ایثارگرایانه و بسیار شجاعانه، فعالیت داشتند و بهداشت را روسفید کردید، بیان کرد: اقداماتی که شما در دوران کرونا انجام دادید واقعاً بی‌نظیر بوده است.
در دوران کرونا از امتحان و آزمون سخت به‌خوبی عبور کردید و فقط

خداوند می‌تواند پاداش کار شما را جبران کند.

رئیسی ادامه داد: کار شما تخصصی و فوق‌العاده سخت است.مردم واکسیناسیون و کار شما را به‌عنوان اقدامات وزارت بهداشت می‌دانند.

رئیسی کارهای همکاران بهداشت را جز کارهای سخت و قابل آسیب اعلام کرد و گفت: وزیر بهداشت در موضوع معیشت کارکنان خیلی تلاش می‌کنند.یکی از اولویت‌های ما حوزه بهداشت محیط و حرفه‌ای است که داریم دنبال می‌کنیم که امیدواریم راهکارهای حمایتی را پیدا کنیم.

آنتی‌بیوتیک؛ دارویی بی‌تأثیر بر عفونت‌های ویروسی

اسفند 13, 1403

کیاپرس/عضو هیات‌علمی دانشگاه علوم پزشکی همدان باتوجه‌به تأثیر مستقیم سبک زندگی، شغل و رفتارهای پرخطر در شیوع بیماری‌های عفونی، گفت: آگاهی از راه‌های پیشگیری و توجه به علائم اولیه می‌تواند در کاهش میزان ابتلا و گسترش این بیماری‌ها نقش مهمی ایفا کند.

به گزارش کیاپرس از وبدا، دکتر پیمان عینی با بیان اینکه بیماری‌های عفونی یکی از چالشهای مهم سلامت عمومی هستند که در برخی موارد، شیوع بیشتری در میان مردان دارند، مطرح کرد: این تفاوت آماری می‌تواند به دلایلی از جمله ساختار آناتومیکی بدن، محیطهای شغلی خاص و سبک زندگی متفاوت میان مردان و زنان مرتبط باشد.

وی با بیان اینکه برخی از بیماری‌های عفونی مستقیماً با جنسیت مرتبط هستند؛ عنوان کرد: عفونت‌های مرتبط با پروستات مانند پروستات حاد، تنها در مردان دیده می‌شوند.

عضو هیات‌علمی دانشگاه علوم پزشکی همدان با بیان اینکه برخی بیماری‌ها به دلیل نوع فعالیت‌های شغلی در مردان شیوع بیشتری دارند، ابراز کرد: تب مالت نمونه‌ای از این بیماری‌هاست که بیشتر در میان دامداران، قصابان و افرادی که در کشتارگاه‌ها یا دامپزشکی مشغول به کار هستند، مشاهده می‌شود.

رفتارهای پرخطر و شیوع بیشتر عفونت‌ها در مردان

عینی با بیان اینکه بر اساس آمارهای جهانی و کشوری، برخی بیماری‌های عفونی به دلیل سبک زندگی و رفتارهای پرخطر در مردان بیشتر دیده می‌شود، مطرح کرد: از جمله این بیماری‌ها می‌توان به هپاتیت B و C و عفونت HIV اشاره کرد که در مردان شیوع بالاتری نسبت به زنان دارد.

وی خاطرنشان کرد: اعتیاد تزریقی و رفتارهای پرخطر از جمله عواملی هستند که ریسک انتقال این بیماری‌ها را افزایش می‌دهند.

این متخصص بیماری‌های عفونی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی همدان گفت: علاوه بر محیط‌های شغلی، برخی مکان‌های عمومی نیز می‌توانند بستری برای انتقال بیماری‌های عفونی باشند.

وی با بیان اینکه با رعایت برخی اصول بهداشتی، می‌توان احتمال ابتلا به بیماری‌های عفونی را کاهش داد، مطرح کرد: در این راستا رعایت بهداشت فردی، شست‌وشوی مرتب دست‌ها و استفاده از ماسک در محیط‌های آلوده، پرهیز از تماس مستقیم با افراد مبتلا به بیماری‌های عفونی، استفاده از وسایل شخصی و جلوگیری از اشتراک‌گذاری تجهیزات ورزشی و بهداشتی، رعایت اصول بهداشتی در محیط‌های شغلی مرتبط با دام و مواد گوشتی توصیه می‌شود.

عضو هیات‌علمی دانشگاه علوم پزشکی همدان اظهار کرد: باتوجه‌به تنوع بیماری‌های عفونی، علائم آن‌ها نیز متفاوت است، اما برخی نشانه‌های عمومی همچون احساس ضعف، بی‌حالی و تب، سرفه، خلط و سوزش یا تکرر ادرار، تغییر رنگ پوست و بروز برآمدگی‌های پوستی مانند سلولیت یا آبسه، افزایش برخی شاخص‌های التهابی در آزمایش خون مانند CRP و ESR و.. را از خود نشان می‌دهد.

عینی تأکید کرد: باتوجه‌به تأثیر مستقیم سبک زندگی، شغل و رفتارهای پرخطر در شیوع بیماری‌های عفونی، آگاهی از راه‌های پیشگیری و توجه به علائم اولیه می‌تواند در کاهش میزان ابتلا و گسترش این بیماری‌ها نقش مهمی ایفا کند.

عینی بیان کرد: رعایت بهداشت فردی، استفاده از وسایل ایمنی در محیط‌های شغلی و پرهیز از رفتارهای پرخطر، مهم‌ترین راهکارهای کنترل و پیشگیری از بیماری‌های عفونی به شمار می‌روند،

وی با اشاره به بیماری تب مالت، توصیه کرد: شیر و لبنیات محلی قبل از مصرف حتماً به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه جوشانده شوند؛ علاوه بر این، استفاده از محصولات لبنی پاستوریزه و استریلیزه، راهکار مناسبی برای کاهش خطر انتقال بیماری است.

آنتی‌بیوتیک؛ دارویی بی‌تأثیر بر عفونت‌های ویروسی

عضو هیات‌علمی دانشگاه علوم پزشکی همدان با انتقاد از مصرف خودسرانه آنتی‌بیوتیک در ایران، این روند را یک فرهنگ غلط دانست و گفت: متأسفانه بسیاری از افراد، به‌محض مشاهده علائمی مانند سرفه، آبریزش بینی و تب، بدون مراجعه به پزشک، مصرف داروهایی مانند آموکسی‌سیلین، آزیترومایسین و سایر آنتی‌بیوتیک‌ها را آغاز می‌کنند؛ درحالی‌که این داروها هیچ تأثیری بر ویروس‌ها ندارند و فقط در مواردی که عفونت منشأ باکتریایی داشته باشد، آن هم تحت‌نظر پزشک، باید مصرف شوند.

روزه داری به پاکسازی بدن کمک می کند

اسفند 13, 1403

کیاپرس/معاون تعالی دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت با بیان اینکه ریشه بسیاری از مشکلات و بیماری‌ها رطوبت‌هایی است که در بدن تجمع می‌یابد؛ روزه داری صحیح را سبب دفع قسمتی از مواد رطوبتی و پاکسازی بدن دانست.

به گزارش کیاپرس از وبدا، دکتر سید مهدی میرغضنفری؛ معاون تعالی دفتر طب ایرانی و مکمل با بیان اینکه ریشه بسیاری از مشکلات و بیماری‌ها رطوبت‌هایی است که در بدن تجمع می‌یابد؛ گفت: روزه به‌دلیل مزاج گرم و خشکی که دارد می‌تواند قسمتی از مواد رطوبتی را دفع کند و اصطلاحا سبب پاکسازی بدن شود. همچنین می‌تواند فرد را کم‌اشتها، لاغر و معده را کوچک کند و از پف‌آلودگی و التهابات بدنی بکاهد.

وی افزود: با توجه به حرارت بالا و مزاج خشک روزه، مزاج‌های گرم و خشک باید در حین روزه‌داری تدابیر تغذیه‌ای را رعایت کنند تا از بروز یکسری علائم ناخوشایند جلوگیری شود. در این افراد چون مزاج به سمت خشکی پیش می‌رود و حرارت بدن زیاد می‌شود احتمال خشکی پوست و یبوست وجود دارد.

معاون تعالی دفتر طب ایرانی و مکمل ادامه داد: برای کاهش خشکی و گرمی ناشی از روزه‌داری به‌خصوص در افراد دارای این مزاج باید پس از افطار تا هنگام خواب بیشتر از سبزی و میوه‌هایی همچون کاهو و مرکبات و کمتر از آب استفاده شود.

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی ارتش با بیان اینکه در مزاج گرم و خشک عطش ناشی از خشکی بدن می‌تواند آزاردهنده باشد اظهار داشت: استفاده از عرقیات خنک مانند کاسنی و شاتره در حد یک لیوان یا مصرف خاکشیر و مواد ترش نظیر آبلیمو و آب‌آلبالو و همچنین استفاده از یک قاشق چایخوری تخم خرفه در آب یا عرقیات هنگام سحر برای رفع عطش مفرط و کم‌آبی توصیه می‌شود.

وی افزود: انواع سبزی خوردن نظیر تره، ترخون و پیازچه به‌دلیل ترکیبات تندی که دارند، می‌توانند با افزایش حرارت بدن سبب تشنگی شوند. توصیه بر این است که سبزی‌خوردن را از وعده سحر حذف و کاهو و سالاد را جایگزین آن کنید. البته می‌توانید در فواصل افطار تا زمان خواب از انواع سبزی خوردن و منافع سرشار آن بهره‌مند شوید.

به گفته دکتر میرغضنفری افرادی که معده و مزاج گرم دارند بهتر است روزه را با شربت سکنجبین تهیه شده با آب معمولی و در حجم مناسب (در حد یک فنجان یا حداکثر نصف یک لیوان معمولی) باز کنند. این نوشیدنی مزاج متعادلی دارد و برای کاهش عطش و آماده کردن معده برای پذیرش غذای بعدی بسیار مناسب است.

دکتر میرغضنفری تصریح کرد: برای افطار بهتر است از غذاهای غلیظ یا غذاهایی که هضم سخت دارند پرهیز شود. مثلا باید از مصرف بعضی از انواع آش که دارای لعاب و مقدار زیادی حبوبات، روغن، پیاز و نعناداغ و سیرسرخ کرده هستند اجتناب یا در حجم خیلی کم از آنها میل یا آنها را به‌صورت سبک تهیه و مصرف کرد.

معاون تعالی دفتر طب ایرانی و مکمل با بیان اینکه هنگام روزه‌داری بروز یبوست شایع است، گفت: برای رفع این مشکل بهتر است از تمام ملین‌ها، مسهل‌ها و مدرها هنگام سحر اجتناب و هنگام افطار استفاده شود. البته مصرف ملین‌های ضعیف هنگام سحر مشکلی ایجاد نمی‌کند و می‌تواند برای جلوگیری از یبوست روزه‌دار مفید باشد. راهکار طب سنتی جهت رفع یبوست پرهیز از گرمی‌جات و موادغذایی شور و سرخ‌کرده و مصرف کاهو، خیار، آلو و انجیرخشک است. خیس کردن حدود پنج آلو بخارا همراه با دو عدد انجیرخشک در یک فنجان آب از شب قبل و خوردن آن هنگام سحر به‌دلیل مزاج متعادلی که دارد برای اکثر مزاج‌ها مناسب است.

وی با اشاره به اینکه به دلیل کاهش میزان رطوبت‌های مغز و قند خون ممکن است برخی دچار ضعف اعصاب و تندخویی شوند توصیه کرد: افرادی که دچار ضعف اعصاب می‌شوند بهتر است بعد از افطار دمنوش سنبله‌طیب یا گل‌گاوزبان استفاده کنند.

دکتر میرغضنفری در پایان گفت: از دیدگاه طب‌سنتی علت اصلی کندذهنی رطوبت‌های مغزی است و چون روزه این رطوبت‌ها را از بین می‌برد باعث تقویت حافظه می‌شود. البته برای دستیابی به این عملکرد باید تدابیر اصلاح تغذیه در ایام روزه‌داری رعایت شود تا مشکلاتی مانند

افت قند یا کاهش فشار خون سبب عدم تمرکز و ضعف حافظه نشود.