



اختصاص ۱۰ درصد بودجه ۱۰۰ میلیون یورویی
صندوق توسعه برای پرداخت بدهی ایران
به پایگاه‌های علمی



نقدینگی؛ چالش اساسی حوزه دارو

رئیس سازمان غذا و دارو از ارسال اساسنامه (دارورسانی در منزل بیماران) به معاونت حقوقی وزارت بهداشت خبر داد و گفت: نقدینگی از چالش‌های حوزه غذا...

صفحه ۱۰



عملکرد موفق انستیتو پاستور در دوران کرونا

تولید واکسن مؤثر در کنترل سرطان مثانه
رئیس انستیتو پاستور ایران با اشاره به سابقه ۱۰۰ ساله...

صفحه ۱۰



هشدار به والدین؛

شوینده‌ها را از دسترس کودکان دور کنید

یک متخصص کودکان، با اشاره به خطر بلع مواد سوزاننده در کودکان، گفت: بلع مواد سوزاننده...

صفحه ۱۰



مکمل‌های امگا ۳ در پیشگیری از بیماری‌های خودایمنی مؤثرترند

بیماری‌های خودایمنی شامل آرتریت روماتوئید، پسوریازیس، لوپوس و بیماری التهابی روده هستند.

صفحه ۱۱



بلاگرها همچنان دور از تور سازمان امور مالیاتی

قانون چه می‌گوید؟

تحلیل

هشدار به والدین؛

شوینده‌ها را از دسترس کودکان دور کنید

سپهرغرب، گروه سلامت، یک متخصص کودکان، با اشاره به خطر بلع مواد سوزاننده در کودکان، گفت: بلع مواد سوزاننده در اکثر موارد به صورت ناآگاهانه و بی احتیاطی والدین، توسط کودکان استفاده می‌شود.



جعفری‌تبار

هادی جعفری‌تبار، در آستانه نزدیک شدن به سال جدید و شروع خانه‌تکانی، با اشاره به اینکه مواد سوزاننده در واقع به دو صورت اسیدی و باز است، اظهار کرد، به طور کلی بازها از اسیدها خطرناک‌ترند و این مواد در منازل به عنوان لوله باز کن، جرم‌گیر، جوهر نمک و غیره استفاده می‌شود.

وی افزود: بازها به طور کلی خطرناک‌تر از اسیدها هستند چرا که اولاً اسید بسیار تند و بدبوست و کودک مقدار کمتری از آن را می‌خورد، ولی بازها را به میزان بیشتری می‌خورند و ثانیاً اسید نگرزور انعقادی ایجاد می‌کند که کمتر در بافت نفوذ می‌کند ولی بازها نگرزور میعانی ایجاد می‌کنند و تا عمق بیشتری در بافت نفوذ می‌کنند.

جعفری‌تبار با اشاره به این که کودکان زیر پنج سال به شدت نسبت به محیط اطراف خود کنجکاو هستند، اظهار کرد: کودکان سعی دارند با اجسام پیرامون خود بازی و یا آن را در دهان خود بگذارند، بنابراین والدین باید هوشیار باشند و برای پیشگیری از بروز برخی آسیب‌ها و حوادث احتمالی محیط امنی برای کودک مهیا کنند.

عضو هیئت علمی دانشگاه گفت: متأسفانه گاهی سهل انگاری والدین و افزایش کنجکاوای کودکان موجب بروز مسائلی از قبیل نفوذی از طریق مصرف مواد قلیایی و اسیدی می‌شود.



وی ادامه داد: نکته مهم این است که ارتباط دقیق بین میزان آسیب دهان و آسیب مری وجود ندارد یعنی اینکه ممکن است دهان سالم باشد و یا آسیب کمی دیده باشد ولی مری، معده و یا دستگاه گوارش آسیب جدی دیده باشد.

جعفری‌تبار درباره داروهای پیلینگ، میخچه و شوینده‌های سبزی به والدین هشدار داد: این داروها را دسترس کودکان قرار ندهید چرا که این مواد دارای ترکیبات شیمیایی هستند و قطعاً شنیدنی ایجاد می‌کنند.

وی به والدین توصیه کرد: زمانی که متوجه مصرف مواد قلیایی و اسیدی توسط کودکان شدید سریعاً کودک را به مراکز درمان ارجاع دهد و از اقدامات خودسرانه پرهیز کنید زیرا هر گونه اقدام اضافی می‌تواند آسیب بیشتری را بر جای بگذارد.

جعفری‌تبار ضمن بررسی شیوع و عوارض ناشی از بلع اجسام خارجی در کودکان خاطرشان کرد: انواع و اقسام اجسام خارجی وجود دارند که کودکان با توجه به سن و شرایط سنی خود آنها را بلع می‌کنند.

وی درباره بلع اجسام خارجی توسط کودکان اظهار کرد: اجسام خارجی که توسط کودکان بلع می‌شوند معمولاً انواع سکه‌ها، قطعات اسباب‌بازی، تیله‌ها و هسته میوه‌ها هستند.

این متخصص گوارش کودکان با بیان اینکه سن شایع کودکانی که اجسام خارجی را می‌بلعند شش ماهگی تا سه سالگی و در موارد کمتری پنج سالگی است، اظهار کرد: کودکانی که دچار مشکلات تکاملی و عصبی هستند نیز ممکن است اجسام خارجی را بیشتر از همسالانشان بلعند.

وی ادامه داد: بلع برخی اجسام خارجی خطرناک است، مثلاً باتری‌های کوچک سکه‌ای که در اسباب‌بازی‌ها و چراغ قوه‌ها گذاشته می‌شوند می‌تواند در مری گیر کرده و کمتر از یک ساعت باعث سوراخ شدن آن و عوارض جدی برای کودک شود.

متخصص گوارش کودکان توصیه کرد: نباید اسباب‌بازی‌ها، ساعت‌های مچی و وسایلی که از این باتری‌ها دارند را در دسترس کودکان سنین پایین قرار داد زیرا در صورت بلعیده شدن نیاز به آندوسکوپی دارد بنابراین اگر والدین نسبت به این موضوع شک کردند باید در اولین فرصت به پزشک مراجعه کنند.

جعفری‌تبار تصریح کرد: آهن‌ریا یکی دیگر از اجسام خارجی خطرناک است که در صورتی که توسط کودکان بلعیده شود می‌تواند موجب گیر کردن قسمتی از روده یا معده توسط آن شود که در نهایت سوراخ شدن روده یا معده را در پی دارد و باید با عمل جراحی سنگین خارج شود در این مورد نیز توصیه می‌شود کودکان زیر چهار سال به آهن‌ریا دست نزنند.

وی، بلعیدن اجسام نوک تیز مانند سوزن، سوزن، ته‌گرد و سنجاخ قفلی را عاملی برای سوراخ شدن مری، معده و روده دانست که باید جهت درمان کودک را آندوسکوپی کرد.

مجوز عطاری‌ها را کدام وزارتخانه صادر می‌کند؟

سپهرغرب، گروه سلامت: مدیرکل دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت، از برنامه وزارت بهداشت برای آموزش صنف عطاری‌ها خبر داد. نفیسه حسینی‌یکتا، گفت: مجوز عطاری‌ها را وزارت صمت می‌دهد، اما فعالیت آنها مرتبط با حوزه سلامت است؛ از همین رو مذاکرات مستمر بین وزارتخانه‌ای در دستور کار قرار داشته که در حال عملیاتی شدن است. مدیرکل دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت، به آموزش عطاری‌ها اشاره کرد و افزود: این آموزش‌ها با نظارت وزارت بهداشت و هماهنگی وزارت صمت انجام می‌شود. وی ادامه داد: آموزش عطاری‌ها در خصوص محدوده قانونی فعالیت آنها و استفاده از گیاهان دارویی است. مدیرکل دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت، در پاسخ به طولانی شدن زمان ساماندهی عطاری‌ها، گفت: طولانی شدن این پروسه، ناشی از چند مرکزی‌تولیت صنف عطاری‌ها است. وی افزود: با توجه به مشکلاتی که از ناحیه فعالیت برخی عطاری‌ها مشاهده می‌شود، لازم است این ساماندهی هرچه زودتر به سرانجام برسد. بعد از ساماندهی نیز مجوز عطاری‌ها‌کاماکان از ناحیه وزارت صمت صادر خواهد شد، اما آموزش‌ها را دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت ارائه خواهد داد.

نقدینگی؛ چالش اساسی حوزه دارو

پزشکی مورد نیاز در داخل کشور تولید می‌شود. وی با بیان اینکه بسیاری از اقلام مورد نیاز مراکز درمانی توسط محققان داخلی عرضه می‌شود، گفت: این احتمال وجود دارد که تولیدات کشور نتوانند پاسخگوی نیاز داخلی باشد و کفاف مراکز درمانی را ندهد؛ به همین دلیل، با بهره‌گیری از ظرفیت تولیدکنندگان در جهت رفع نیاز گام برمی‌داریم.

رئیس سازمان غذا و دارو ادامه داد: محققان و پژوهشگران در جهت تولید نیازهای دارویی و تجهیزات کشور گام برداشتند و شرایط به نحوی است که برخی از مراکز درمانی با استفاده از تجهیزات داخلی در جهت رفع موارد مورد نیاز خود گام برداشته‌اند. وی با بیان اینکه مشکلات تامین ارز در حوزه دارو برطرف شده است، گفت: پس از پیگیری‌های فراوان و با همت بانک مرکزی، مشکلات مربوط به تامین ارز برطرف شده است. همچنین رسانه‌های تخصصی حوزه سلامت در این زمینه ما را یاری کردند.

محمدی با بیان اینکه نقدینگی از چالش‌های حوزه غذا و دارو به حساب می‌آید، تصریح کرد: امیدواریم که با همت بانک مرکزی و با همکاری بانک‌های عامل مشکلات مربوط به حوزه نقدینگی تولیدکنندگان غذا و دارو برطرف شود.

وی با بیان اینکه حمایت سازمان‌های بیمه‌گر در حوزه دارو از اهمیت فراوانی برخوردار است، تصریح کرد: اگر قصور در حوزه پوشش بیمه‌ای وجود داشته باشد، شرایط به این معنا است که باید هزینه‌ها را از جیب مردم پرداخت کنیم. اگر بخواهیم پرداخت هزینه‌ها به صورت ثابت باشد و تغییر نکند، باید پوشش بیمه به صورت کامل اجرا شود.

محمدی همچنین در ادامه درباره ارز شیرخشک نیز گفت: ارز شیر خشک را از ۲۵ هزار و ۵۰۰ تومانی منتقل کرده‌ایم و ماباه‌التفاوت ناشی از افزایش قیمت

سپهرغرب، گروه سلامت:

رئیس سازمان غذا و دارو از ارسال اساسنامه («دارورسانی درپ منزل بیماران») معاونت حقوقی وزارت بهداشت خبر داد و گفت: نقدینگی از چالش‌های حوزه غذا و دارو به حساب می‌آید که امیدواریم با همت بانک مرکزی و با همکاری بانک‌های عامل مشکلات مربوط به حوزه نقدینگی تولیدکنندگان غذا و دارو برطرف شود.



محمدی

دکتر سید حیدر محمدی اظهار کرد: کارنامه کاری دارو و تجهیزات پزشکی وزارت بهداشت بیانگر این است سال‌ها در حوزه سلامت و تولید کالاهای سلامت افتخارآفرینی کرده‌ایم. وی افزود: بررسی‌ها بیانگر این است که به نسبت تعداد داروهای که در این دوره به سبد دارویی کشور اضافه شد نسبت به دوره گذشته بیشتر است.

رئیس سازمان غذا و دارو با بیان اینکه دستاوردهای نمایشگاه سلامت‌بنیان محدود به ارائه داروی جدید نمی‌شود، گفت: تجهیزات و ملزومات مصرفی پزشکی، فرآورده‌های طب سنتی، گیاهان دارویی و محصولات غذایی جدید با محوریت دانش بنیان به سبد محصولات غذایی و دارویی کشور اضافه شدند.

محمدی درباره جزئیات محصولات جدید نمایشگاه سلامت بنیان گفت: ۱۷ قلم داروی جدید، ۳۳ قلم تجهیزات پزشکی و ۸ قلم محصولات طب سنتی در این نمایشگاه رونمایی شد. تمام داروایی و محصولات غذایی جدید با محوریت دانش بنیان به سبد محصولات غذایی و دارویی کشور اضافه شدند. («های‌تک» هستند.

رئیس سازمان غذا و دارو درباره تامین داروی مورد نیاز کشور گفت: بیش از ۹۹ درصد داروی مورد نیاز کشور، در داخل تامین می‌شود. همچنین ۶۹ درصد از تجهیزات

پیاده‌روی و یوگا داروهای خوبی برای افسردگی هستند



محققان کاهش شدید افسردگی را در رابطه با انجام حرکات موزون و کاهش متوسط در رابطه با پیاده روی یا دویدن آهسته، یوگا، تمرینات قدرتی، تمرینات هوازی ترکیبی و تای چی یا چیگونگ گزارش کردند. این مطالعه نشان داد در حالی که پیاده روی یا آهسته دویدن به مردان و زنان کم می‌کند، زنان از تمرینات قدرتی و مردان از یوگا یا چی گونگ بهره بیشتری می‌برند.

یوگا در افراد مسن مؤثرتر بود، در حالی که تمرینات قدرتی در بین جوانان بهترین نتیجه بود. محققان گفتند ورزش کردن به تنهایی یا گروهی مزایای مشابهی داشت. نویسندگان این مطالعه در یک نشریه خبری گفتند: «یافته‌های ما از گنجاندن

۹۹٫۸ درصد تامین بازار شیرخشک از تولید داخل

دکتر سجاد اسماعیلی درباره آخرین وضعیت تولید و توزیع شیر خشک در کشور اظهار کرد: در حال حاضر وضعیت تامین شیر خشک‌های معمولی و رژیمی در کشور پایدار است و به میزان کافی در داروخانه‌ها وجود دارد. وی ادامه داد: تقریباً ۹۹٫۸ درصد تامین شیر خشک از تولید داخلی انجام می‌شود و ۰٫۲ درصد نیز مربوط به مجوزهای صادر شده قبلی واردات است. در مجموع طی یک ماه گذشته هیچ مجوز جدیدی

سپهرغرب، گروه سلامت: **نتایج یک مطالعه جدید نشان می‌دهد پیاده‌روی، آهسته دویدن، یوگا یا تمرینات قدرتی مؤثرترین تمرینات برای کاهش افسردگی هستند.**



کاهش‌افسردگی

طبق بررسی شواهد، این فعالیت‌ها می‌توانند به تنهایی یا همراه با دارو و روان درمانی به‌کار گرفته شوند.

سازمان جهانی بهداشت تخمین می‌زند که بیش از ۳۰۰ میلیون نفر در سراسر جهان افسردگی دارند. در حالی که ورزش اغلب برای مقابله با افسردگی توصیه می‌شود، دستورالعمل‌های درمانی و تحقیقات قبلی در مورد بهترین راه‌های تجویز آن برای افسردگی متفاوت است.

محققان در استرالیا و اروپا ۲۱۸ کارآزمایی تصادفی شده را بررسی کردند که ورزش را با سایر درمان‌های افسردگی مقایسه کرده بودند. این مطالعات شامل بیش از ۱۴۱۰۰ شرکت کننده بود.

هنگامی که ورزش با داروهای ضد افسردگی SSRI یا روان درمانی ترکیب شده بود، محققان فواید معنی داری پیدا کردند که نشان می‌داد ورزش کردن می‌تواند در کنار این درمان‌های شناخته شده مفید باشد.

سپهرغرب، گروه سلامت: **سختگوی سازمان غذا و دارو با تاکید بر وضعیت پایدار تولید و تامین انواع شیر خشک در کشور گفت: ۹۹٫۸ درصد تامین شیر خشک مورد نیاز کشور از تولیدات داخلی است و طی یک ماه گذشته هیچ مجوز جدیدی مبنی بر واردات شیر خشک صادر نشده است.**



اسماعیلی



کرده باشد، مشمول افزایش قیمت نمی‌شود. جلوگیری از افزایش قیمت دارو برای افرادی که تحت پوشش بیمه هستند از تیر ماه سال گذشته آغاز شده است. تلاش می‌کنیم که قیمت دارو را ثابت نگه‌داریم و از مردم می‌خواهیم که دارو و شیر خشک مورد نیاز خود را از طریق بیمه تامین کنند. افراد با مراجعه به داروخانه و با ارایه کد ملی می‌توانند نسبت به تامین شیر خشک فرزندان زیر دو سال اقدام کنند که تحت شمول یارانه دارویی باشد.

وی در پاسخ به پرسشی درباره دارو رسانی درب منزل بیماران نیز گفت: حدود یک ماه از زمان تدوین دستورالعمل ارسال دارو به درب منزل می‌گذرد. ما به منظور تدوین این اساسنامه از افراد مختلف نظرسنجی کردیم و اساسنامه تنظیم شده را به تیم حقوقی وزارت بهداشت تحویل داده‌ایم. حدود یک

هفته پیش، اساسنامه را به تیم حقوقی وزارت بهداشت تحویل دادیم. تلاش می‌شود این طرح طی روزهای آتی وارد مرحله اجرایی شود و مردم از خدمات تحویل دارو در درب منزل برخوردار شوند.

رئیس سازمان غذا و دارو همچنین درباره واکسیناسیون پنوموکوک و روتاویروس نیز گفت: تزریق واکسن پنوموکوک از بندریاس آغاز شده است و هفته گذشته، واکسن‌های وارداتی را به معاونت بهداشت وزارت بهداشت

تحویل دادیم. در نظر داریم که واکسن مورد نیاز طرح واکسیناسیون ملی پنوموکوک را طی افراد با مراجعه به داروخانه و با ارایه کد ملی می‌توانند نسبت به تامین شیر خشک فرزندان زیر دو سال اقدام کنند که تحت شمول یارانه دارویی باشد. وی در پاسخ به پرسشی درباره دارو رسانی درب منزل بیماران نیز گفت: حدود یک ماه از زمان تدوین دستورالعمل ارسال دارو به درب منزل می‌گذرد. ما به منظور تدوین این اساسنامه از افراد مختلف نظرسنجی کردیم و اساسنامه تنظیم شده را به تیم حقوقی وزارت بهداشت تحویل داده‌ایم. حدود یک



محمدی درباره جزئیات محصولات جدید نمایشگاه سلامت بنیان گفت: ۱۷ قلم داروی جدید، ۳۳ قلم تجهیزات پزشکی و ۸ قلم محصولات طب سنتی در این نمایشگاه رونمایی شد. تمام محصولات که در دومین دوره نمایشگاه سلامت بنیان رونمایی شدند «های‌تک» هستند.

تداوم طرح واکسیناسیون ملی پنوموکوک را با واکسن داخلی ادامه دهیم.

محمدی در پاسخ به پرسشی درباره فروش اینترنتی دارو، اظهار کرد: دو مولفه («فروش دارو به صورت اینترنتی») و («تحویل دارو در

درب منزل») با یکدیگر متفاوت است. در فروش اینترنتی دارو بیماران می‌توانند اطلاعات نسخ و کد رهگیری آن را در سامانه‌های مدنظر وارد کنند و دارو را در درب منزل تحویل بگیرند.

رئیس سازمان سازمان غذا و دارو ادامه داد: به دلیل اینکه دارو یک محصول استراتژیک است ممکن است برخی از مردم ترجیح دهند آن را به صورت حضوری در داروخانه‌ها و با حضور یک متخصص دریافت کنند. اگر برنامه تحویل دارو در درب منزل اجرا شود تمام شهروندان ایرانی می‌توانند دارو را در درب منزل تحویل بگیرند.

عملکرد موفق انستیتو پاستور در دوران کرونا

تولید واکسن مؤثر در کنترل سرطان مثانه

۱،۱JN کووید در کشور خبر داد؛ سوبه‌ای که مدتی است در کشورهای غربی و اروپایی در گردش است.

وی افزود: در دوره کرونا، ایجاد حوزه زیست فناوری گام بزرگی برای تولید سایر واکسن‌ها بود. رشد انستیتو پاستور در زمان کرونا منجر به تولید پاستوکوک شد و واکسن سازی در دوره کرونا موجب موفق عمل کرد، پاستوکوکتی که ۱۶ میلیون دز در کشور تولید شد.

سروری ادامه داد: واکسنی نیز برای کنترل سرطان مثانه تولید می‌شود و ۱۲ مرکز آزمایشگاهی کشور در مورد رصد نمونه‌های آبله میمونی توسط این انستیتو ایجاد شده و در این زمینه کیت‌های تشخیصی نیز تولید شده است. همچنین در انستیتو پاستور برای تمامی ساب واریانت‌های کرونا اومیکرون کیت‌های تشخیصی را تولید کردیم.

وی افزود: ما در دوره اخیر واکسن‌های متنوعی را تولید می‌کنیم که از جمله آن‌ها واکسن هیپاتیت B، همچنین ب ژ است و برای اولین بار اولین صادرات واکسن از ایران بعد از انقلاب به کشور ونزوئلا بود که واکسن ب ژ بود.

پس از پاستوکوک نیز واکسن پاستوسیس را در حال تولید داریم که برای بیماری سرطان مثانه از آن استفاده می‌شود.

سروری، فاز سوم تاریخ انستیتو پاستور را پایه‌گذاری رشد فعلی این مؤسسه در سال ۷۴ با ایجاد اولین ظرفیت‌های آموزشی در فرآورده‌های بیولوژیک دانست و افزود: اغلب واکسن‌های تولید شده توسط انستیتوپاستور، حتی واکسن‌های اخیر مرهون این دوره است. در این دوره، از ظرفیت روسیه و مدرسان خارجی استفاده شد و با اعزام نیروها به کووبا واکسن هیپاتیت بی تولید شد.

وی همچنین با اشاره به اقدامات انستیتوپاستور ایران در دوران کرونا و شناسایی اولین موارد این بیماری در دوران بحران کرونا، در عین حال از شناسایی سوبه



افزایش بی سابقه مصرف خون؛ هموطنان آستین بالا بزنند

سپهرغرب، گروه سلامت: مدیرعامل سازمان انتقال خون ایران، در پی افزایش بی سابقه مصرف خون، از هموطنان درخواست کرد برای تکمیل ذخایر خون آستین بالا بزنند.

مصطفی جمالی گفت: با توجه به در پیش بودن ماه مبارک رمضان و روزه داری مردم و همچنین عید نوروز، که هر دو سبب کاهش مراجعات به مراکز اهدای خون می‌گردد، از اهدانندگان دعوت می‌کنیم که با اهدای خون در ماه پایانی سال، سازمان انتقال خون را در نگهداشت ذخایر خونی کشور کمک کنند. وی اضافه کرد: شیوع بیماری‌های فصلی، بردودت هوا، بارندگی و مشغله‌های آخر سال نیز از دلایل دیگر کاهش مراجعات مردم برای اهدای خون است که امیدواریم با مشارکت بیشتر اهدانندگان خون کاری کنیم تعداد بیشتری از بیماران بعد از ارزیابی سلامت، بتوانند در شروع سال نو در کنار خانواده خود باشند. مدیرعامل سازمان انتقال خون ایران افزود: برخی فرآورده‌های خونی همچون پلاکت دارای عمر ۳ روز هستند و برای تأمین این فرآورده خونی و نجات جان بیماران، نیازمند اهدای خون مستمر و همیشگی هستیم.

طب سوزنی خطر سکتة مغزی را کاهش می‌دهد؟



خون طبیعی در معرض خطر سکتة مغزی بودند، در حالی که افراد مبتلا به دیابت ۵۸ درصد بیشتر در معرض خطر ابتلا به سکتة بودند.

با این حال، موارد به‌طور قابل توجهی کمتر از سکتة مغزی ایسکمیک در میان گروه طب سوزنی وجود داشت؛ ۳۴۱ در مقابل ۶۰۵. معادل ۴۳ درصد خطر کمتر که مستقل از سن، جنس، مصرف دارو و بیماری هم‌زمان بود. پژوهش کتونی، تحقیقی مشاهده‌ای است و به این ترتیب، هیچ نتیجه‌گیری قطعی در مورد علت و معلول نمی‌توان گرفت و محققان همچنین اذعان داشتند که آنان فقط می‌توانستند شدت بیماری را از روی داروهایی که بیماران مصرف می‌کردند تخمین بزنند.

آنان همچنین اطلاعاتی در مورد عوامل بالقوه تأثیرگذار مانند قد، وزن، آزمایش‌های آزمایشگاهی، یا سطح فعالیت بدنی نداشتند و همه افراد فشار یکسانی ثبت نکردند. محققان پیشنهاد کردند، التهاب یک پیش‌بینی‌کننده ثابت و مستقل بیماری‌های قلبی عروقی در روماتیسم مفصلی است. بنابراین طب سوزنی ممکن است پروتئین‌های پیش التهابی و در نتیجه خطر بیماری‌های قلبی عروقی، از جمله سکتة مغزی ایسکمیک را کاهش دهد.

آنان توضیح دادند، فشار خون ناپایدار و پروفایل لیپیدی دو عامل خطر برای سکتة مغزی ایسکمیک هستند و درمان با طب سوزنی این مزیت را دارد که هم فشار خون و هم دیس لیپیدی (اختلال چربی خون) را کنترل کند.

محققان افزودند: اگر طب سوزنی، سختی و درد مفاصل صبحگاهی را تسکین دهد، بیماران ممکن است از افزایش فعالیت‌های روزانه نیز بهره ببرند که شاید خطر سکتة را نیز کاهش دهد. یافته‌های این تحقیق در مجله دسترسی آزاد Open BMJ منتشر شده است؛ منبع: <https://bmjopen.bmj.com>

سکتة مغزی ایسکمیک در بیماران مبتلا به روماتیسم مفصلی را بررسی کنند. آنان از سوابق پزشکی ملی پایگاه داده بیماران مبتلا به «بیماری فاجعه‌آمیز» برای ۴۷ هزار ۸۰۹ بزرگسال که به‌تازگی مبتلا به روماتیسم مفصلی بین سال‌های ۱۹۹۷ تا ۲۰۱۰ تشخیص داده شده بودند، استفاده کردند. تجزیه و تحلیل نهایی شامل ۲۳ هزار و ۲۲۶ بیمار با اطلاعات کامل بود که ۱۲ هزار و ۲۶۶ نفر از آنان پس از تشخیص تا پایان دسامبر ۲۰۱۰ تحت درمان با طب سوزنی قرار گرفتند. از این تعداد، ۱۱ هزار و ۶۱۳ مورد از نظر سن، جنس، بیماری هم‌زمان یعنی دیابت، فشار خون بالا، چربی خون بالا، نارسایی احتقانی قلب، اضطراب یا افسردگی، چاقی، فیبرلاسیون دهلیزی، وابستگی به الکل، و سیگار کشیدن، مصرف داروهای ضدالتهابی استروئیدی، استاتین‌ها و داروهای تعدیل‌کننده بیماری و سال تشخیص با بیمارانی که تحت درمان طب سوزنی قرار نگرفته بودند، مطابقت داده شدند. زنان، افراد ۴۰ تا ۵۹ ساله و شرکت‌کنندگان با فشار خون بالا در هر دو گروه غالب بودند.

بیشتر (۸۷ درصد) کسانی که در گروه طب سوزنی بودند با طب سوزنی دستی درمان شدند. سه درصد با طب سوزنی الکتریکی تحت درمان قرار گرفتند که به موجب آن الکترودی که پالس پایینی از الکتریسیته تولید می‌کند به سوزن متصل می‌شود و ۱۰ درصد هر دو نوع را دریافت کردند. به‌طور متوسط ۱۰۶۵ روز بین تشخیص روماتیسم مفصلی و دریافت اولین درمان طب سوزنی سپری شد که تعداد درمان‌ها در مجموع به‌طور متوسط حدود ۱۰ روز بود. در طول دوره پایش تا پایان سال ۲۰۱۱، ۹۴۶ بیمار سکتة مغزی ایسکمیک داشتند. جای تعجب نیست که خطر هم‌زمان با افزایش سن و با تعداد بیماری‌های هم‌زمان افزایش می‌یابد. به‌عنوان مثال، افرادی که فشار خون بالا دارند، بیش از دو برابر افراد دارای فشار

است. تعیین عوامل در پیشگیری از سکتة مغزی، یک مسئله ضروری برای پزشکان و بیماران بالینی است. نسخه‌های رایج برای درمان روماتیسم مفصلی داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی، استروئیدها، داروهای ضد روماتیسمی معمولی تعدیل‌کننده بیماری و داروهای بیولوژیکی مانند اتانرسپت، اینفلیکسیماب (مهارکننده TNF-) و آناکینرا (مهارکننده IL-1) استروئیدها و داروهای ضد روماتیسمی معمولی تعدیل‌کننده بیماری، مانند متوترکسات و اینفلیکسیماب است که در پیشگیری از سکتة مغزی ایسکمیک در بیماران روماتیسم مفصلی دارای مزایایی هستند.

برخی از اینها می‌توانند منجر به عوارضی در مغز استخوان و اختلال در پلاکت‌های خون شوند، بنابراین یافتن مداخلات جایگزین برای کنترل روماتیسم مفصلی در حالی که عوارض ناشی از درمان را کاهش می‌دهد، به موضوعی تبدیل شده است که به‌خوبی مورد بحث قرار گرفته است.

در بسیاری از کشورها مانند تایوان، آلمان و چین، طب سوزنی، به‌طور گسترده‌ای برای کنترل درد، زمانی که بیماران دارای مشکلات اسکلتی-عضلانی و ایمنی هستند، از جمله روماتیسم مفصلی استفاده می‌شود. نتایج تحقیق هم‌گروهی قبلی نشان داد که حدود ۲۷٫۳ درصد از بیماران مبتلا به روماتیسم مفصلی در تایوان تا به‌حال از خدمات طب سنتی چینی استفاده و ۲۳٫۶ درصد از این بیماران طب سوزنی دریافت کرده‌اند. علاوه بر این، پیشگیری از سکتة مغزی ثانویه نیز در نتیجه استفاده از طب سوزنی درمانی در جمعیت تابوانی ذکر شده است.

مکانیسم فرضی که توسط آن طب سوزنی میزان سکتة مغزی را کاهش می‌دهد، شبیه به داروهای ضد روماتیسم مفصلی - ضد التهابی است، بنابراین، محققان می‌خواستند رابطه بین مداخله طب سوزنی و بروز

سپهرغرب، گروه سلامت: تحقیق مقایسه‌ای کتونی نشان می‌دهد که یک دوره طب سوزنی ممکن است خطر افزایش یافته سکتة مغزی مرتبط با روماتیسم مفصلی را کاهش دهد.



طب سوزنی

علت اصلی مرگ در افراد مبتلا به روماتیسم مفصلی بیماری قلبی عروقی است و محققان خاطرنشان کردند که احتمال سکتة مغزی در آنان بیشتر از جمعیت عمومی است. در حال حاضر، طب سوزنی برای کنترل درد و کاهش التهاب استفاده می‌شود و محققان می‌خواستند دریابند که آیا ممکن است این طب، خطر سکتة مغزی ایسکمیک ناشی از رختة خون در مغز را که با التهاب سیستمیک مرتبط است نیز کاهش دهد یا خیر.

آرتزیت روماتوئید یا روماتیسم مفصلی، بیماری روماتیسمی شایع است که به‌صورت پلی‌آرتزیت در مفاصل (التهاب چندین مفصل)، اغلب التهاب سینوویال و سفتی صبحگاهی ظاهر می‌شود. فرسایش استخوان، تغییر شکل مفصل و از دست دادن توانایی‌های عملکردی از عوارض طولانی مدت این بیماری هستند.

در مورد فرآیندهای مزمن، وضعیت التهاب را می‌توان در کل بدن مشاهده کرد که شامل پریکاردیت (التهاب حاد یا مزمن کیسه غشایی دربرگیرنده قلب)، میوکاردیت (التهاب عضله قلب)، پلورزی (التهاب لایه نازک اطراف حفره قفسه سینه و ریه‌ها)، فیبروز بینابینی ریه، پوکی استخوان و بیماری‌های قلبی عروقی است.

بیماری‌های قلبی عروقی، مانند سکتة مغزی، عامل اصلی مرگ در بیماران مبتلا به روماتیسم مفصلی هستند و در مقایسه با جمعیت عمومی، سکتة مغزی در بیماران به روماتیسم مفصلی شایع‌تر است. شیوع این بیماری در سطح جهانی و در آسیا به‌ترتیب ۴۶۰ در ۱۰۰ هزار نفر و ۱۵۰/۸ در ۱۰۰ هزار نفر

مکمل‌های امگا ۳ در پیشگیری از بیماری‌های خود ایمنی مؤثرترند

سپهرغرب، گروه سلامت: بیماری‌های خودایمنی شامل آرتزیت روماتوئید، پسوریازیس، لوپوس و بیماری التهابی روده هستند.



بیماری خودایمنی

مکمل‌هایی که در تنظیم التهاب و درد مزمن مؤثرند و می‌توانند اثرات بیماری‌های خودایمنی را از بین ببرند در پیشگیری از این بیماری‌ها مؤثر بوده‌اند. محققان به‌طور خاص به دنبال بررسی دو مکمل هستند؛ ویتامین D و اسیدهای چرب امگا ۳. مطالعه اخیر روی بیش از ۲۰۰۰ شرکت‌کننده نشان داد که پس از گذشت دو سال از مصرف آزمایشی پنج ساله، مزایای ویتامین D در پیشگیری از بیماری‌های خودایمنی کاهش یافت، در حالی که تأثیر اسیدهای چرب امگا ۳ هنوز قوی بود.

در این مطالعه ۲۱۵۹۲ شرکت‌کننده در آزمایشات VITAL که برای تعیین اثرات ویتامین D و مکمل‌های امگا ۳ بر سرطان و بیماری‌های قلبی عروقی انجام شد، حضور داشتند. پس از قطع عروقی تصادفی و ۴۲ مورد جدید در مرحله پیگیری شدند.

در میان جمعیت شرکت‌کنندگان، که مردان بالای ۵۰ سال و زنان بالای ۵۵ سال بودند، نوپسندگان مطالعه ۲۳۶ مورد جدید بیماری خودایمنی تأیید شده از زمان انتشار نتایج کارآزمایی اولیه، ۶۵ مورد احتمالی در ۵٫۳ سال کارآزمایی تصادفی و ۴۲ مورد جدید در مرحله پیگیری ۲ ساله تشخیص دادند.

پس از دوره مشاهده دو ساله، ۲۵۵ نفر که به‌طور تصادفی ویتامین D دریافت کرده بودند، یک بیماری خودایمنی تأیید شده جدید داشتند، در مقایسه با ۲۵۹ نفر که دارونما دریافت کرده بودند. ۲۳۴ مورد تأیید شده بیماری خودایمنی



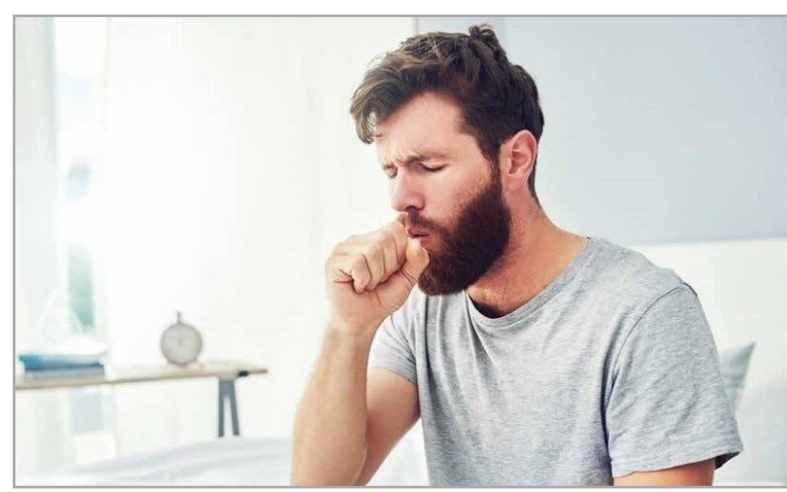
سرفه چند هفته بعد از عفونت ادامه دارد؟

سپهرغرب، گروه سلامت: حتی چند هفته پس از عفونت با سرفه دست و پنجه نرم می‌کنید؟ محققان می‌گویند که سرفه پس از ابتلا به عفونت، بیماری نسبتاً شایع است و حدود ۱۱ تا ۲۵ درصد از بزرگسالان را پس از یک دوره بیماری تنفسی تحت تأثیر قرار می‌دهد.



تنباکو

سرفه پس از عفونت یا سرفه پس از ابتلا به ویروس، سرفه حاد است که بین سه تا هشت هفته طول می‌کشد. سرفه مزمن در نظر گرفته می‌شود و نیاز به ارزیابی بیشتر برای رد شرایطی مانند آسم یا بیماری انسداد مزمن ریه دارد همچنین هنگامی که علائمی مانند هموپتیزی (سرفه خونی)، علائم سیستمیک (مانند تب، لرز و درد بدن)، مشکل در بلع، تنگی نفس یا گرفتگی صدا وجود دارد، نگران‌کننده خواهد بود.



در چنین مواردی، بررسی‌های اضافی ضروری است که معمولاً شامل رادیوگرافی قفسه سینه می‌شود. افراد مبتلا به ذات‌الریه مکرر یا سابقه طولانی کشیدن سیگار در صورت تجربه سرفه مداوم باید به دنبال مراقبت‌های پزشکی باشند.

اطمینان دادن به بیماران مبتنی بر اینکه سرفه پس از عفونت، محدود به زمان است، به خودی خود می‌تواند نسخه‌های غیرضروری از جمله تجویز آنتی‌بیوتیک‌ها را کاهش دهد. پزشکان باید به بیماران توصیه کنند که اگر سرفه‌هایشان طی هشت هفته برطرف نشد یا علائم جدی مشاهده کردند قرار ملاقات بعدی با پزشک معالج خود برای بررسی‌های بیشتر ترتیب دهند.

جسمی وی از جمله بیماری‌هایی مانند آسم، بیماری انسداد مزمن ریه (COPD) و بیماری ریفلاکس معده به مری مشاهده نشود، سرفه وی، سرفه پس از عفونت طبقه‌بندی می‌شود. محقق ارشد این تحقیق، دکتر کوین لیانگ می‌گوید: «بیشتر اوقات سرفه خود به خود و بدون هیچ دارو یا درمانی برطرف می‌شود اما می‌تواند بسیار بیشتر از آنچه فکر می‌کنید طول بکشد.» محققان خاطرنشان کردند که نتایج تحقیقات فقدان شواهد روشنی در حمایت از اثربخشی کورتیکواستروئیدهای استنشاقی، گشادکننده‌های برونش و داروهای خوراکی در

تنباکو کدام قسمت‌های بدن را بیشتر تحت تأثیر قرار می‌دهد؟

که بسیاری از آنها تحت عنوان بیماری مزمن انسدادی ریه یا COPD دسته‌بندی می‌شوند. در این بیماری، عدم تعادل ناشی از تنباکو در سلول‌های دهان، بینی و گلو باعث می‌شود که آنها مخاط غلیظ‌تری تولید کنند. علاوه بر این، برونش (مسیر هوایی ریه بعد از نای) مسدود می‌شود و علائمی شبیه خفگی ایجاد می‌کند. افراد مبتلا به COPD بیشتر در معرض ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی و سرطان ریه هستند.

سپهرغرب، گروه سلامت: همان‌ماده تیره‌ای که به فیلتر سیگار چسبیده است، وارد ریه‌های شما شده و دیواره آن را سیاه می‌کند.



فیلتر سیگار

لذت مصرف تنباکو در مقایسه با آسیب‌های بی‌شماری که به سلول‌ها وارد می‌کند، بی‌معنی به نظر می‌رسد. دود تنباکو بعد از وارد شدن به دهان به ریه‌ها و سلول‌ها رفته و سپس سیستم‌های در هر مرحله، اثرات علمی ثابت‌شده‌ای را که این ماده در سطح میکروسکوپی و سلولی بر بدن ما دارد، خواهیم دید.

اثرات اولیه در دهان و حلق اولین سلول‌هایی که دود را دریافت می‌کنند در دهان، بینی و گلو هستند. این دود حاوی ۵۰ ماده سرطان‌زا است که به سرعت در بزاق و مایعات بینی حل می‌شوند، به تمام سلول‌های این ناحیه می‌رسند و باعث مرگ سلولی می‌شوند.

در بدترین حالت، آنها باعث «جهش DNA» می‌شوند که می‌تواند منجر به ایجاد سرطان شود. هرچند تنباکو را بیشتر با سرطان ریه مرتبط می‌دانیم، اما یکی از مهم‌ترین عوامل خطر، ایجاد سرطان دهان است که در دهه هشتم میان سرطان‌های مرگبار قرار دارد.

علاوه بر این، تنباکو باعث تغییراتی در عملکرد سیستم ایمنی بدن می‌شود که احتمال ابتلا به سرطان را افزایش می‌دهد. همچنین دود تنباکو حس چشایی و بویایی را از ما سلب می‌کند و طعم تلخ تقریباً مداومی در دهان باقی می‌گذارد. این نتیجه ضعف اندام‌های حسی ما است.

آسیب ریه دود تنباکو علائمی در ریه‌ها ایجاد می‌کند



