

آنچه شب انجام می‌گیرد هنگام روز آشکار می‌شود

برزیلی



مبارزه با کووید-۱۹ با پنکه سقفی بدون تیغه!



یک پنکه سقفی بدون تیغه با مصرف نیمی از انرژی دستگاه‌های مشابه قادر است علاوه بر سریع‌تر خنک کردن محیط، فضاهای بسته را نیز ضدعفونی کند و به مبارزه با بیماری همه‌گیر کووید-۱۹ کمک کند. به گزارش ایسنا و به نقل از آی‌ای، یک شرکت نوع جدیدی از پنکه سقفی را عرضه کرده است که می‌تواند اتاق را سریعتر از پنکه‌های معمولی و با مصرف انرژی کمتر، خنک کند. ضمن اینکه این پنکه سقفی فضاهای بسته را ضدعفونی می‌کند و چون تیغه ندارد، لمس آن نیز کاملاً ایمن است. این پنکه سقفی جدید که ورتک (Vortec) نام دارد، اتاق‌ها را با نصف انرژی مصرفی پنکه‌های دیگر، دو برابر سریعتر خنک می‌کند و همزمان هوای اتاق را نیز ضدعفونی می‌کند. علاوه بر این دارای یک لامپ آل‌ای‌دی است که هم به عنوان یک لامپ سقفی عمل می‌کند و هم با مجهز بودن منتشر کننده اشعه ماوراء بنفش دارای عملکرد ضدعفونی کننده است و به طور بالقوه خطر ابتلا به بیماری‌های قابل انتقال از راه هوا را در فضاهای بسته کاهش می‌دهد.

این پنکه محصول شرکتی به همین نام یعنی "Vortec" است که یک شرکت زیر نظر دانشگاه فناوری نایانگ سنگاپور (NTU) است. بنابراین به نظر می‌رسد این پنکه سقفی و سایر محصولات مشابه در اقدامات متوقف کننده و کاهش سرعت شیوع بیماری کووید-۱۹ مؤثر واقع شوند.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایران خبر داد؛

پایش سلامت خانواده بیمار کرونایی

افراد مبتلا قرنطینه می‌شوند



رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایران، از اجرای برنامه ردیابی بیماران کرونایی به منظور قطع زنجیره انتقال ویروس خبر داد. به گزارش خبرگزاری مهر، جلیل کوهپایه زاده، گفت: ردیابی بیماران مبتلا به کرونا با پایش سلامت خانواده بیماران کرونایی مراجعه کننده به مراکز درمانی، به طور ویژه در دستور کار دانشگاه علوم پزشکی ایران قرار گرفت.

وی افزود: با توجه به آمار بالای ابتلاء و تلفات بیماران کووید ۱۹ برای کنترل بیماری، سلامت اعضای خانواده افراد مراجعه کننده به مراکز درمانی با اقدام معاونت بهداشت و همکاری بسیج جامعه پزشکی، رصد و در صورت ابتلای سایر اعضای خانواده کار قرنطینه و درمان آنان پیگیری شود.

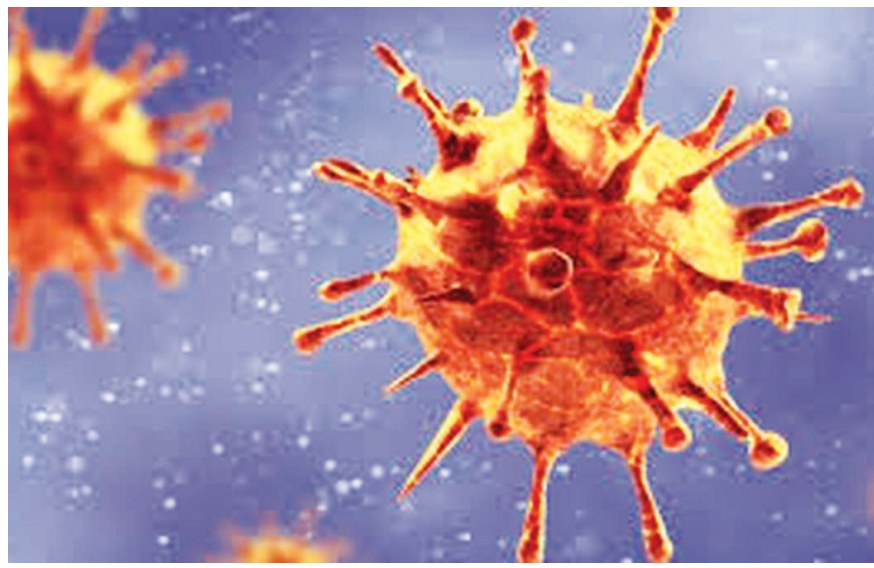
رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایران، با اشاره به تلاش شبانه روزی کارکنان بهداشتی و درمانی برای جلوگیری از شیوع بیشتر کرونا و خدمت رسانی به بیماران، تصریح کرد: ظرفیت مراکز درمانی ما در حال تکمیل شدن است و اگر میزان ابتلای بیماران جدید کنترل نشود، دچار مشکل می‌شویم. وی، اقدامات پیشگیرانه و کاهش آمار مبتلایان جدید را راهکاری مهم برای تاب

آوری ارائه خدمات درمانی برشمرده و افزود: باید توجه بیشتری به بهداشت و ردیابی بیماران داشته باشیم. کوهپایه زاده گفت: تشکیل تیم علمی برای بررسی عملکرد مراکز درمانی، اثر بخشی پروتکل‌ها و داروهای مصرفی هر بیمارستان و تیم‌های درمانی، استفاده از ظرفیت تخصصی دانشجویان استعداد درخشان دانشگاه و ورود

جدی تر پدافند غیر عامل دانشگاه در مدیریت بیماری، از دیگر موارد مطرح شده در این نشست از سوی اعضای ستاد بحران بود. وی افزود: خدمات بهداشتی و درمانی بیش از ۵ میلیون نفر از اهالی غرب تهران و شهرستان‌های شهریار، رباط کریم، بهارستان، ملارد و قدس بر عهده دانشگاه علوم پزشکی ایران است.

سخنگوی وزارت بهداشت عنوان کرد؛

قدرت سرایت ویروس در فضای بدون تهویه سرعت می‌گیرد



سخنگوی وزارت بهداشت گفت: طبق آخرین تحقیقات ذرات سبک تر ویروس می‌تواند ساعت‌ها در هوای پیرامون فرد مبتلا باقی بماند. به گزارش خبرگزاری مهر، سیما سادات لاری، اظهار کرد: ویروس کرونا از طریق عطسه، سرفه و حتی صحبت کردن فرد آلوده به فضای اطراف منتقل می‌شود و طبق آخرین تحقیقات ذرات سبک تر ویروس می‌تواند ساعت‌ها در هوای پیرامون فرد مبتلا باقی بماند.

وی ادامه داد: بنابراین برخورداری از تهویه مناسب در محیط‌های سرپسته می‌تواند تا حد زیادی خطر انتقال ویروس را کاهش دهد.

حضور خود را در فضاهای سرپسته و اماکن پرتجمع مانند مراکز خرید به حداقل رسانند و در صورت حضور در چنین اماکنی حتماً از ماسک استفاده کرده و نسبت به حفظ اصول فاصله گذاری یک و نیم تا دو متر حساس باشند. وی گفت: در چنین شرایطی لازم است از برگزاری مهمانی‌ها و دورهمی‌های خانوادگی خودداری شود.

از سوی محققان داخلی مطرح شد راهکاری برای کنترل استرس آنژیوگرافی



یافته‌های پژوهشی که توسط محققان کشور انجام شده، نشان از آن دارد که استفاده از طب فشاری روی لاله‌های گوش، می‌تواند موجب از بین رفتن استرس بیمارانی شود که در انتظار برای انجام آنژیوگرافی قرار دارند. به گزارش ایسنا، بیماری‌های قلبی عروقی به گروهی از اختلالات از جمله بیماری‌های عروق کرونر و آریتمی‌های قلبی گفته می‌شود که سیستم جریان خون در آن‌ها با مشکل روبرو می‌شود. بیماری‌های قلبی عروقی از علل اصلی مرگ‌ومیر در سراسر جهان هستند.

طبق آمار سازمان بهداشت جهانی، بیماری‌های قلبی سالانه بالغ بر ۱۷ میلیون نفر را در دنیا به کام مرگ می‌کشاند که این مقدار ۳۰ درصد از کل مرگ‌ومیرهای جهانی را شامل می‌شود. در بررسی‌هایی که در ایران انجام شده است، نسبت مرگ‌ومیر حاصل از بیماری‌های قلبی عروقی حدود ۴۰ درصد بوده است.

به گفته متخصصان، راه‌های تشخیص انسداد و بیماری‌های عروق کرونر بستگی به شرایط بیمار و نوع انسداد دارد. ولی به‌طور کلی روش‌هایی مانند نوار قلبی و اکوکاردیوگرافی، اسکن تالیوم و آنژیوگرافی برای تشخیص چنین مشکلی مورد استفاده قرار می‌گیرند. در این میان، روش آنژیوگرافی، اطلاعات بسیار مفیدی راجع به وضعیت شریان‌های قلبی ارائه می‌دهد، اما این روش منبع بسیاری از استرس برای بیمار محسوب می‌شود که می‌تواند در پذیرش یا عدم پذیرش این روش از سوی بیمار نقش مهمی داشته باشد. بر همین اساس برای کنترل آن بایستی اقدامات مؤثری انجام داد.

بدین منظور، محققان کشورمان از دانشگاه علوم پزشکی آجا استفاده از روشی غیر دارویی تحت عنوان «اوریکولوتراپی» را برای کاهش استرس بیماران کاندید آنژیوگرافی عروق کرونر بررسی کرده‌اند. در این روش از تحریک گوش خارجی از طریق طب فشاری استفاده می‌شود و از این طریق، تمامی نقاط آناتومیک بدن و نیز قسمت‌های مختلف مغز، نخاع و هسته‌های اعصاب مرکزی تحت تأثیر قرار می‌گیرند.

محققان برای انجام این تحقیق، از مشارکت ۹۴ بیمار نیازمند آنژیوگرافی در یک بیمارستان منتخب آجا واقع در شهر تهران بهره گرفتند. مداخله اوریکولوتراپی برای این بیماران توسط پژوهشگر آموزش دیده و ۶۰ دقیقه قبل از انجام آنژیوگرافی صورت گرفت. برای این کار، محققان طب فشاری را روی نقاط مختلف لاله گوش بیماران اعمال کردند.

نتایج این بررسی‌ها نشان داد که انجام روش اوریکولوتراپی به‌عنوان یک روش مکمل و بدون هرگونه استفاده از دارو، منجر به کاهش استرس در بیماران کاندید آنژیوگرافی می‌شود.

در این باره، سیده اعظم سجادی، استادیار و محقق گروه مدیریت پرستاری دانشگاه علوم پزشکی آجا و همکارانش اظهار داشته‌اند: نتایج مطالعه ما نشان داد استفاده از طب فشاری روی نقاط مختلف گوش یا اصطلاحاً اوریکولوتراپی، باعث کاهش میزان استرس در بیماران کاندید آنژیوگرافی عروق کرونر می‌شود. به همین دلیل و از آنجایی که پرستاران در برخورد مستقیم با بیماران قرار دارند و مسئول فراهم نمودن آسایش بیماران می‌باشند، می‌توان به آن‌ها توصیه کرد که مداخلاتی نظیر اوریکولوتراپی را برای کاهش استرس این بیماران، فرا گیرند و در برنامه مراقبتی خود جهت بیماران نیازمند به کار بندند.

آن‌ها افزودند: تأثیر مداخلاتی مانند انواع ماساژ ممکن است ناشی از احساس بیمار از تأثیر مثبت آن و یا برقراری ارتباط و توجه به بیمار باشد؛ بنابراین می‌توان پرستاران را تشویق نمود تا با انجام طب فشاری گامی در جهت ارتقاء کیفیت مراقبت‌های پرستاری و بهبود وضعیت بالینی بیماران بردارند. این یافته‌ها در مجله «علوم مراقبتی نظامی» منتشر شده‌اند. این نشریه به‌صورت فصل‌نامه توسط دانشکده پرستاری دانشگاه علوم پزشکی آجا مدیریت شده و انتشار می‌یابد.

مصرف منبع سرشار از ویتامین C فراموش نشود



یک متخصص تغذیه، با اشاره به فواید مصرف لیموترش جهت تقویت سیستم ایمنی بدن به بیان خواص آن به عنوان منبع سرشار از ویتامین C پرداخت. احمد ساعی، در گفتگو با خبرنگار مهر، در خصوص خواص لیموترش و مصرف آن به منظور تقویت سیستم ایمنی بدن، گفت: لیموترش یکی از مرکبات سرشار از ویتامین C است و از این جهت برای تقویت سیستم ایمنی بدن و دریافت ویتامین C گزینه خوبی است.

این متخصص تغذیه بیان کرد: یکی از مزایای لیموترش علاوه بر ویتامین C ترشی ناشی از PH پایین آن است که این خاصیت اسیدی سبب می‌شود علاوه بر دریافت ویتامین C سبب دریافت فلزاتی مانند روی و زینک شود که در دسته ویتامین‌های محلول در آب و عناصر معدنی هستند می‌شود که بسیار برای بدن مفید و ضروری است.

ندیده باشد. وی در خصوص مصرف لیموترش و عسل نیز چنین عنوان کرد: هرچند که ما دستوراتی برای مصرف لیموترش به همراه عسل جهت جلوگیری از ابتلاء به بیماری نداریم اما استفاده این ترکیب را منع نمی‌کنیم و فقط توجه به این نکته ضروری است که افراد دیابتی و چاق برای استفاده از این ترکیب باید محتاطانه تر عمل کنند. ساعی در آخر تأکید کرد: لیموترش به رغم باور غلطی که در میان افراد جامعه وجود دارد از میزان قند بالایی برخوردار نیست و مانند سایر میوه‌ها اعم از پرتقال، نارنگی و... قندی طبیعی دارد.

ساعی با اشاره به اینکه به دلیل ترشی لیموترش مصرف آن کمتر است، اظهار کرد: بیشتر افراد ویتامین C را از میوه‌هایی مانند نارنگی، پرتقال و کیوی دریافت می‌کنند و لیموترش به دلیل ترشی آن کمتر مصرف می‌شود اما پیشنهاد ما این است که از لیموترش به عنوان اسانس و طعم دهنده در خورش‌ها و غذاهایی که کم‌حرارت هستند، استفاده شود. برای مثال یک پیشنهاد بسیار خوب برای مصرف لیموترش این است که چند قطره از آن را در پارچ آب ریخته و آن را مصرف کرد تا هم از ترشی آن کاسته شود و هم حرارت

مشاور ارشد دولت آمریکا:

در حال ورود به مرگ‌بارترین و نگران‌کننده‌ترین مرحله پاندمی کرونا هستیم

عضو کارگروه مقابله با کرونا در آمریکا و یکی از مشاوران ارشد دولت این کشور هشدار داد که ایالات متحده در حال ورود به مرگ‌بارترین مرحله از پاندمی کرونا است. به گزارش ایلنا به نقل از سی‌ان‌ان، دیورا برکس عضو کارگروه مقابله با کرونا در آمریکا و یکی از مشاوران ارشد دولت این کشور هشدار داد که ایالات متحده در حال ورود به مرگ‌بارترین مرحله از پاندمی کرونا است. وی که همواره سعی کرده است به طور محتاطانه مرزی میان سیاست و علم ترسیم کند، به طور خصوصی به مقام‌های ارشد کاخ سفید هشدار داده است

که همه‌گیری کرونا وارد مرحله‌ای جدید و مرگ‌باری شده که نیازمند اتخاذ رویکردهای جدی‌تر است. برکس افزود که ترامپ و مشاورانش بیش از حدی روی مسئله قرنطینه متمرکز شده‌اند و به اندازه کافی به کنترل ویروس نپرداخته‌اند. وی ادامه داد: وارد نگران‌کننده‌ترین و مرگ‌بارترین مرحله پاندمی کرونا می‌شویم. این مسئله به قرنطینه و تعطیلی ارتباطی ندارد، این مسئله از ماه مارس و آوریل هم مطرح نبود. موضوع این است که باید رویکردی متوازن و متعادل اتخاذ کنیم؛ اقدامی که از ابتدا انجام نشده است.