



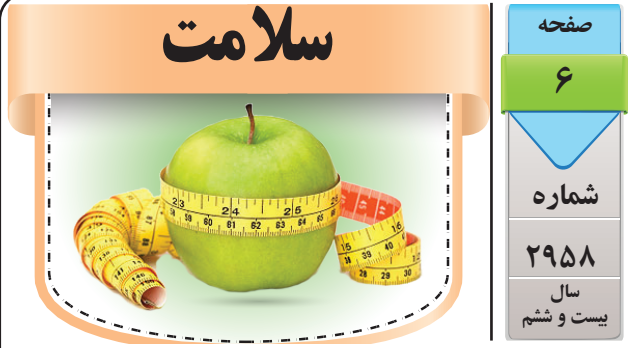
تاریخ
۱۷
آذر
۱۳۹۹
دوشنبه

وقت مانند مد دریاست برای کسی منتظر نمی ماند

ضرب‌المثل‌های جهان

انگلیسی

سلامت



صفحه
۶
شماره
۲۹۵۸
سال
بیست و ششم

باورهایی درباره در خودماندگی؛

اوتیسم قابل کنترل و درمان است



دارد.

استفاده از این روش بازی‌های تمرینی که در حقیقت نوعی بازی ویدئویی جهت انجام فعالیت‌های عملی محسوب می‌شوند، پتانسیل کافی برای اضافه شدن به روش‌های درمانی در کودکان مبتلا به اوتیسم و گروهی از این افراد که از اختلالات بینایی رنج می‌برند داشته و می‌تواند محرک‌های موجود در سیستم عصبی آن‌ها را تقویت کند. البته گاهی برای درمان اوتیسم از روش‌های دارویی نیز استفاده می‌شود.

برای نمونه پژوهش‌های جدید دانشمندان دانشگاه ایالتی پنسیلوانیا در ایالات‌متحده آمریکا منجر به شناسایی دارویی جدید شده است که برای درمان نقص‌های مرتبط با وظایف سلول‌های عصبی انسان کاربرد داشته و می‌تواند جهت درمان اوتیسم استفاده شود.

با توجه به اینکه دلایل ایجاد اوتیسم ناشناخته بوده و روش درمان قطعی

نیز برای آن وجود ندارد، روش قطعی پیشگیری از اوتیسم هنوز ارائه نشده

است اما مطالعات بالینی نشان می‌دهد که برخی موارد می‌توانند خطر ابتلا

به اوتیسم را کاهش دهند.

مهم‌ترین عوامل پیشگیرانه از اوتیسم عبارت‌اند از:

تغذیه با شیر مادر؛ مصرف شیر مادر، خطر ابتلا به اوتیسم را در نوزادانی که زمینه ابتلا به این اختلال را به صورت ژنتیکی دارند، کم می‌کند. یک تیم پژوهشی به سرپرستی کاتلین کرول (Kathleen Krol) از مؤسسه ماکس پلانک در لایپزیگ آلمان، با تمرکز بر تغذیه با شیر مادر، ژن‌ها و توانایی درک احساسات دریافتند نوزادانی که از شیر مادر تغذیه می‌کنند کمتر به اوتیسم مبتلا می‌شوند.

دیابت بارداری؛ احتمال تولد فرزندان دارای اختلال اوتیسم در مادرانی که طی ۲۶ هفته نخست بارداری خود، به دیابت بارداری مبتلا می‌شوند، بسیار بیشتر از سایر مادران باردار است.

بارداری در سن بالا؛ احتمال ابتلا به اختلال اوتیسم در فرزندان والدینی که در سنین بالا نسبت به بچه‌دار شدن اقدام می‌کنند به نسبت والدین جوان، بیشتر است.

باورهای غلط در مورد اوتیسم

افراد دارای اوتیسم از نظر هوشی مشکل‌دارند؛ افراد دارای اوتیسم از نظر هوشی تفاوت چندانی با سایر افراد نداشته و در صورت برخوردار شدن از آموزش مناسب می‌توانند در جنبه‌های مختلف علمی، هنری و … رشد کرده و حتی بسیاری از دانشمندان در طول تاریخ دارای این عارضه بوده‌اند. اوتیسم درمان‌ناپذیر نیست؛ این باور کاملاً غلط بوده و باید اعلام کرد که اوتیسم قابل کنترل بوده و افراد دارای این عارضه در صورت ارائه آموزش‌های صحیح، قادر به داشتن زندگی عادی خواهند بود.

واکسن‌های سه‌گانه منجر به اوتیسم می‌شوند؛ در برخی کشورها شایعه‌ای مبنی بر این موضوع وجود دارد اما مطالعات پژوهشگران نشان می‌دهد واکسن‌های سه‌گانه trivalent دیفتری، کزاز و سیاه‌سرفه به هیچ‌عنوان نقشی در افزایش خطر ابتلا به اوتیسم نداشته و اصولاً از عوامل ایجادکننده این عارضه محسوب نمی‌شوند.

این نکته را فراموش نکنیم؛ درست است که علت اصلی این بیماری ناشناخته است اما نباید براساس شبه علم و باورهای غیرعلمی با بیماری‌ها برخورد کنیم.

استاد تمام بیماری‌های عفونی کالج امپریال لندن:

آغاز فرآیند بازگشت به زندگی عادی از بهار ۲۰۲۱

کمیته مشترک واکسناسیون و ایمن سازی همچنین عنوان کرده است که ساکنین خانه‌های مراقبت نیز در اولویت دریافت واکسن قرار دارند اظهار کرد: این کمیته داده‌ها را در مورد اینکه چه کسانی از ویروس رنج می‌برند و چه کسانی بیشتر در معرض خطر مرگ ناشی از این بیماری قرار دارند در مورد بررسی قرار داده است و براساس آن دستورالعمل‌های موقتی را که در ابتدای سال منتشر کرده بود را تا حدودی اصلاح کرده به طوری که در راهنمای جدید، افرادی که از نظر بالینی بسیار آسیب‌پذیر شناخته می‌شوند در بالاترین لیست اولویت‌های دریافت واکسن کرونا قرار گرفته‌اند.

اولویت دریافت واکسن با چه کسانی است؟

این استاد زیست‌شناسی سلولی درباره لیست اولویت مرحله یک برنامه واکسناسیون کووید ۱۹ گفت: در این لیست افراد ساکن در خانه‌های مراقبت از افراد مسن و مراقبان آنها، تمامی افراد ۸۰ سال به بالا و مددکاران بهداشت و مراقبت‌های اجتماعی در خط مقدم، تمامی افراد ۷۵ سال سن و بالاتر، تمامی افراد ۷۰ ساله و بالاتر و افرادی که از نظر بالینی بسیار آسیب‌پذیر هستند، تمامی افراد ۶۵ سال به بالا، تمامی افراد ۱۶ ساله تا ۶۴ ساله با شرایط بیماری زمینه‌ای که آنها را در معرض خطر بیشتری از بیماری و مرگ و میر قرار می‌دهد، تمامی افراد دارای ۶۰ سال سن و بالاتر و تمامی افراد دارای ۵۵ سال سن و بیشتر قرار دارند.

باوم در پاسخ به این سؤال که واکسناسیون چه زمانی آغاز خواهد شد؟ گفت: برای انجام مراحل واکسناسیون هیچ زمان مشخصی هنوز وجود ندارد اما امید می‌رود واکسناسیون تا قبل از کریسمس در کشور انگلیس شروع شود.

وی ادامه داد: تصور می‌شود از ۴۰ میلیون دوز سفارش شده توسط دولت انگلیس، ۱۰ میلیون دوز تا قبل از پایان سال به این کشور برسد تا در اختیار افراد مسن و آسیب‌پذیر قرار گیرد.

اوتیسم یا درخودماندگی (Autism) نوعی اختلال رشدی از نوع روابط اجتماعی است که با رفتارهای ارتباطی و کلامی غیرطبیعی مشخص می‌شود. علائم این اختلال معمولاً تا پیش از سه سالگی بروز می‌کند و علت اصلی آن ناشناخته است. به گزارش سیناپرس، اختلالات طیف اوتیسم (ASD) اختلالات پیچیده‌ای است و مطالعات انجام‌شده نشان می‌دهند که این اختلالات با صدها ژن مرتبط هستند و به همین دلیل هنوز دلیل اصلی این بیماری کشف نشده است.

اوتیسم بر رشد طبیعی مغز در حیطه تعاملات اجتماعی و مهارت‌های ارتباطی تأثیر می‌گذارد. در واقع کودکان و بزرگسالان مبتلا به اوتیسم، در ارتباطات کلامی و غیرکلامی، تعاملات اجتماعی و فعالیت‌های مربوط به بازی، دارای مشکل هستند و این اختلال، ارتباط با دیگران و دنیای خارج را برای آن‌ها دشوار می‌کند.

هنوز دلیل قطعی و مشخصی برای اختلال اوتیسم شناسایی

نشده ولی تحقیقات دانشمندان نشان می‌دهد؛ این اختلال با صدها ژن و یک شبکه مولکولی پیچیده در ارتباط است. برخی از پژوهشگران نیز معتقدند، ممکن است اوتیسم در اثر اتصال ضعیف بین نیمکره‌های راست و چپ مغز ایجاد شود.

معمولاً کودکانی که دارای عارضه اوتیسم هستند، خود را با موضوعاتی سرگرم می‌کنند که فهم آن موارد برای سایرین دشوار است و این موضوع می‌تواند شرایط زندگی را برای این کودکان دشوار کند. موضوعی که باید در این میان مدنظر قرارداد، این است که این گروه از کودکان، مسیر و نگرش خاص خود را برای مواجهه با دنیای اطراف خود و حرکت به جلو در زندگی دارند.

بر اساس تعریف عمومی پزشکی، اوتیسم نوعی بیماری و اختلال رفتاری است که دارای نشانه‌هایی از قبیل اختلال در رفتارهای ارتباطی و کلامی بوده و این اختلال در پسران شایع‌تر از دخترها بوده و بر رشد طبیعی مغز تأثیر می‌گذارد از دیگر نشانه‌های اوتیسم می‌توان به انجام حرکات تکراری و مداوم و مشکل در ایجاد ارتباطات اجتماعی اشاره کرد، علائم اوتیسم معمولاً در سال‌های نخست زندگی ظاهر می‌شود.

به گزارش سیناپرس، کودکان اوتیسمی زمانی که در معرض خطر قرار دارند به سختی می‌توانند میان غریبه و آشنا وجه تمایز قائل شوند، دچار تغییرات ناگهانی خلق و خو شده، نسبت به شرایط و اطرافیان واکنش تند نشان می‌دهند، به سرعت عصبانی شده و در فضا و شرایط جدید وحشت‌زده می‌شوند و در بعضی موارد رفتارهای خودآزارانه و پرخاشگری نیز در آن‌ها دیده می‌شود. در این افراد حرکات تکراری مانند دست زدن، پریدن و پاسخ‌های غیرمعمول به افراد، دل‌بستگی به اشیاء و یا مقاومت در مقابل تغییر نیز دیده می‌شود. در برخی موارد، اوتیسم موجب بروز حساسیت در بینایی، شنوایی، لامسه، بویایی و چشایی افراد مبتلا به این عارضه می‌شود.

والدین با انجام این آزمایش غربالگری قادر خواهند بود بیماری اوتیسم را تشخیص داده و به پزشک مراجعه کنند. این پرسشنامه غربالگری، ۱-PDQ نام دارد؛

آیا کودک به نقاط یا حرکات علاقه‌مند می‌شود و یا نسبت به آن‌ها بی‌توجه است؟

آیا کودک به نام خود عکس‌العمل نشان داده و پاسخ می‌دهد؟

آیا کودک به بازی کودکانه «دالی موشه» علاقه نشان داده و آن را دنبال می‌کند؟

آیا کودک صحبت کردن را با ادای کلمات آغاز کرده است؟

آیا کودک با دیگران ارتباط برقرار می‌کند؟

متأسفانه روش درمان قطعی برای اوتیسم وجود ندارد و روش‌های درمانی فعلی بیشتر مبتنی بر کنترل عوارض و کمک به زندگی عادی در بیماران است. نوع رفتار والدین کودکان مبتلا به اوتیسم، تأثیر به‌سزایی در بهبود علائم این بیماری دارد.

والدین این گروه از اطفال باید تحت تعلیمات ویژه آموزشی قرار گیرند. پژوهش‌های جدید نشان می‌دهد که استفاده از بازی‌های رایانه‌ای می‌تواند شرایط جسمی و روحی کودکان مبتلا به اوتیسم را بهبود بخشیده و این موضوع به ویژه در زمینه اختلالات بینایی این گروه از کودکان کاربرد از دلایل ذات الریه بیماریاستانی می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:کادر درمان ممکن است عامل بیماری‌زا را هنگام سر کشی از یک بیمار به بیمار دیگر با دست، لباس، یا تجهیزات خود پخش کنند. بهداشت ضعیف دهان که احتمال ورود باکتری‌ها از بزاق به ریه‌ها را افزایش می‌دهد. به این شرایط میکروآسپیراسیون گفته می‌شود. میکروآسپیراسیون ها می‌توانند در بیمارستان خطرناک شوند زیرا بیماران نه تنها در تماس با باکتری‌های بیشتری هستند، بلکه با انواع متفاوتی از آنچه در خانه تجربه می‌کنند، مواجه هستند. در همین حال، بهداشت دهان در بیماران بستری در بیمارستان به طور معمول از اولویت‌های اصلی محسوب نمی‌شود زیرا کادر درمان روی مشکلاتی که بیماران به دلیل آن بستری شده‌اند، متمرکز شده و این شرایط می‌تواند سطوح باکتری‌ها در دهان آنها را افزایش دهد.

رعایت بهداشت دهان مانند مسواک زدن دندان‌ها طی دوران بستری شدن در بیمارستان ممکن است خطر ذات الریه بیمارستانی را کاهش دهد.

ذات الریه مرتبط با دستگاه تنفس مصنوعی

ذات الریه مرتبط با دستگاه تنفس مصنوعی یکی دیگر از اشکال ذات الریه است که می‌تواند هنگام اتصال فرد به دستگاه تنفس مصنوعی به واسطه ورود میکروب‌ها به لوله تنفسی وی شکل بگیرد.

ذات الریه آسپیراسیون

ذات الریه آسپیراسیون نوعی از ذات الریه است که هنگام ورود غذا یا مایع به درون ریه‌ها و بروز عفونت شکل می‌گیرد. این یکی از شایع‌ترین دلایل ذات الریه در بیمارانی است که در مراکز مراقبت بلند مدت حضور دارند. اگرچه موارد این بیماری طی دهه گذشته به میزان قابل توجهی کاهش داشته است اما همچنان یک خطر ویژه برای بیمارانی که بیش از ۶۵ سال سن دارند، محسوب می‌شود.



دروغ گفتن به پزشک می‌تواند به عوارض جدی در سلامتی و تهدید زندگی‌تان منجر شود.

به گزارش ایرنا زندگی، قرار ملاقات دکترها اغلب می‌تواند طولانی و خسته کننده باشد، به‌خصوص هنگامی که برای اولین بار به پزشکی جدید مراجعه می‌کنید. با این حال: سؤالات و نگرانی‌هایی که پزشکان مطرح می‌کنند اغلب در رابطه با مراقبت‌های بهداشتی هستند که بسیار مهم است. ممکن است فکر کنید کمی دروغ زیاد مهم نیست، در حالی که صداقت امن‌ترین راه است. به پزشکان خود هرگز نباید دروغ بگویید. سعی کنید عمداً یا سهواً موارد زیر را از قلم نیندازید. قرص‌های شیمیایی ممکن است با یکدیگر تداخل داشته باشند و عوارض جانبی آنها به قیمت از دست دادن جان باشد. بهتر است هر نوع قرص و دارویی که استفاده می‌کنید ام از داروهایی که با نسخه پزشک مصرف می‌کنید یا داروهایی که بدون نسخه تهیه و مصرف می‌کنید را به پزشک خود بگویید.

چه مواردی را باید به پزشک بگویم؟

سالیان سال، بسیاری از انسان‌ها با بی‌دقتی در دادن اطلاعات خود به پزشک، سلامتی و زندگی‌شان را از دست دادند. «ایرنا زندگی» امیدوار است که این گزارش برای حفظ جان و سلامتی خود و عزیزانتان کمک کند. اگر به دارویی حساسیت دارید و با مصرف آن م‌سککه، سرگیجه، حالت تهوع و علائم دیگری حس می‌کنید، حتماً به پزشک خود اطلاع دهید. اگر از داروهای انعقاد خون، رقیق کننده خون، ضداسفردگی، تقویت‌کننده میل جنسی، ضد اضطراب، خواب‌آور و درد‌های اپیوئیدی مصرف می‌کنید، پزشک خود را در جریان بگذارید. پیتربیلی، پزشک خانواده، می‌گوید: معمولاً مشاهده

چند دلیل اصلی ابتلا به ذات الریه

ویروس‌ی به طور معمول خفیف‌تر از ذات الریه باکتریایی بوده و دوره بیماری نیز کوتاه‌تر است زیرا التهاب کمتری در بدن ایجاد می‌شود.

بیماری‌های تنفسی مانند آتفلوآنزا یا کووید-۱۹ می‌توانند به واسطه التهاب و انباشت مایع در ریه‌ها که تنفس را برای بیماری دشوارتر می‌کند، موجب ذات الریه شوند.

برای بیشتر ذات الریه های ویروسی تعداد محدود یا هیچ درمانی

وجود ندارد، به این معنی که بیمار باید برای به پایان رسیدن دوره

عفونت صبر کند. با این وجود، اگر پزشک بر این باور باشد که

یک ویروس آتفلوآنزا دلیل ذات الریه است، ممکن است برخی

درمان‌های ضد ویروس می‌تواند برای داروهای دیگر را برای کمک به تسهیل

تنفس بیمار تجویز کند.

ذات الریه بیمارستانی

ذات الریه بیمارستانی به مواردی ارجاع می‌شود که فرد به هر نوع ذات الریه طی مدت ۴۸ ساعت یا بیشتر پس از پذیرش در بیمارستان مبتلا می‌شود. این شرایط نه تنها به دلیل احتمال ضعف در سیستم ایمنی بیمار به واسطه بیماری‌های دیگر جدی است، بلکه باکتری‌هایی که در بیمارستان وجود دارند می‌توانند در برابر آنتی بیوتیک ها مقاوم باشند.

از دلایل ذات الریه بیماریاستانی می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:کادر درمان ممکن است عامل بیماری‌زا را هنگام سر کشی از یک بیمار به بیمار دیگر با دست، لباس، یا تجهیزات خود پخش کنند. بهداشت ضعیف دهان که احتمال ورود باکتری‌ها از بزاق به ریه‌ها را افزایش می‌دهد. به این شرایط میکروآسپیراسیون گفته می‌شود. میکروآسپیراسیون ها می‌توانند در بیمارستان خطرناک شوند زیرا بیماران نه تنها در تماس با باکتری‌های بیشتری هستند، بلکه با انواع متفاوتی از آنچه در خانه تجربه می‌کنند، مواجه هستند. در همین حال، بهداشت دهان در بیماران بستری در بیمارستان به طور معمول از اولویت‌های اصلی محسوب نمی‌شود زیرا کادر درمان روی مشکلاتی که بیماران به دلیل آن بستری شده‌اند، متمرکز شده و این شرایط می‌تواند سطوح باکتری‌ها در دهان آنها را افزایش دهد.

رعایت بهداشت دهان مانند مسواک زدن دندان‌ها طی دوران بستری شدن در بیمارستان ممکن است خطر ذات الریه بیمارستانی را کاهش دهد.

ذات الریه مرتبط با دستگاه تنفس مصنوعی

ذات الریه مرتبط با دستگاه تنفس مصنوعی یکی دیگر از اشکال ذات الریه است که می‌تواند هنگام اتصال فرد به دستگاه تنفس مصنوعی به واسطه ورود میکروب‌ها به لوله تنفسی وی شکل بگیرد.

ذات الریه آسپیراسیون

ذات الریه آسپیراسیون نوعی از ذات الریه است که هنگام ورود غذا یا مایع به درون ریه‌ها و بروز عفونت شکل می‌گیرد. این یکی از شایع‌ترین دلایل ذات الریه در بیمارانی است که در مراکز مراقبت بلند مدت حضور دارند. اگرچه موارد این بیماری طی دهه گذشته به میزان قابل توجهی کاهش داشته است اما همچنان یک خطر ویژه برای بیمارانی که بیش از ۶۵ سال سن دارند، محسوب می‌شود.

برخی ویروس‌ها مانند آنهایی که موجب چشم صورتی (ورم ملتحمه) یا آتفلوآنزا می‌شوند می‌توانند موجب ذات الریه شوند.

به گزارش عصر ایران، ذات الریه یا سینه پهلو یک عفونت ریوی است که می‌تواند به واسطه باکتری‌ها، قارچ‌ها، یا ویروس‌ها شکل بگیرد. از علائم این شرایط می‌توان به تنگی نفس، تب و سرفه اشاره کرد.

به گزارش اینسایدر، در ادامه با چند دلیل اصلی بروز ذات الریه و چگونگی پیشگیری از آن بیشتر آشنا می‌شویم.

ذات الریه باکتریایی به هر نوع ذات الریه با منشأ باکتری گفته می‌شود و به طور معمول با آنتی بیوتیک ها درمان می‌شود. استرپتوکوک پنومونیه که به طور معمول در بینی و گلو دیده می‌شود، یکی از شایع‌ترین دلایل ذات الریه باکتریایی است. باکتری‌ها می‌توانند از طریق قطرات بزاق یا مخاط هنگام عطسه یا سرفه پخش شوند. در شرایطی که افراد بسیاری حامل این باکتری هستند بدون این که بیماری شوند، استرپتوکوک پنومونیه اغلب موجب ذات الریه در افراد مسن، کودکان خردسال، و افراد سیگاری یا آن‌هایی می‌شود که به واسطه بیماری یا مصرف دارو از سیستم ایمنی ضعیفی برخوردار هستند.

باکتری‌های دیگر نیز می‌توانند موجب بروز ذات الریه شوند، اگرچه شیوع آنها کمتر است. این شرایط به نام ذات الریه غیرمعمول یا ذات الریه پیاده‌روی شناخته می‌شود. این نوع اغلب دارای علائم خفیف‌تر است و فرد مجبور به استراحت در تختخواب نمی‌شود.

قارچ‌ها

هاگ برخی انواع قارچ در صورت استنشاق در مقادیر زیاد می‌تواند به ذات الریه منجر شود. البته ذات الریه قارچی شیوع بسیار کمتری نسبت به انواع باکتریایی دارد.

از جمله قارچ‌هایی که می‌توانند موجب ذات الریه شوند می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

– هیستوپلاسموز
– کریپتوکوکوس
– کوکسیدیئومایکوزیس

کشاورزان، کارگران فعال در بخش کشاورزی، و محوطه سازان در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به ذات الریه قارچی قرار دارند زیرا در تماس مستقیم با خاک که می‌تواند حاوی قارچ‌ها باشد، کار می‌کنند.

افزون بر این، قارچ پنوموسیستیس جیرووسی می‌تواند موجب شرایطی جدی به نام ذات الریه پنوموسیستیس در افراد مبتلا به نقص ایمنی، مانند آنهایی که به اچ‌آی‌وی مبتلا هستند یا به تازگی عمل پیوند عضو داشته‌اند، منجر شود. ذات الریه قارچی با داروهای ضد قارچ قابل درمان است.

ویروس‌ها

برخی ویروس‌ها مانند آنهایی که موجب چشم صورتی (ورم ملتحمه) یا آتفلوآنزا می‌شوند می‌توانند موجب ذات الریه شوند. ذات الریه