



تاریخ	۸
دی	۱۳۹۹
دوشنبه	

ضرب‌المثل‌های جهان

بر سوگند کسی که زیاد سوگند می‌خورد اعتماد مکن

آذربایجانی

سلامت

صفحه	۶
شماره	۲۹۷۶
سال	بیست و ششم

۶۰ هزار نفر داوطلب تزریق واکسن کرونا شدند

آغاز تزریق واکسن ایرانی در هفته جاری



دبیر ستاد ملی مقابله با کرونا گفت: در ۴۸ ساعت گذشته ۶۰ هزار نفر داوطلب تزریق واکسن کرونا شده‌اند. به گزارش میزان، حمیدرضا جمشیدی، در برنامه گفت‌وگوی ویژه خبری شبکه با بیان اینکه در ۴۸ ساعت گذشته ۶۰ هزار نفر داوطلب تزریق واکسن کرونا شده‌اند که از این تعداد ۵۶ نفر برای تزریق واکسن انتخاب می‌شوند، گفت: همه تمهیدات لازم در حد استاندارد برای آن‌ها انجام می‌شود و در این هفته واکسن به آن‌ها تزریق خواهد شد. وی ضمن اشاره به اینکه حدود یک ماه تا ۳۵ روز فاز یک تزریق انسانی واکسن کرونا انجام می‌شود، افزود: فضایی ساخته بودند که مگر ایران می‌تواند واکسن بسازد، باید به آن‌ها بگویم ما تجربه ۱۰۰ ساله واکسن‌سازی داریم. وی ادامه داد: نیروی انسانی بسیار توانمند و جوانان پرانرژی دانشمند و بالنگیزه‌ای داریم که شبانه روز برای تولید واکسن تلاش می‌کنند و ما شرمندۀ آن‌ها هستیم.

جمشیدی افزود: همه تمهیدات و حداقل استانداردهای جهانی را برای این دانشمندان ایجاد کرده‌ایم که نمونه آن تهیه لباس‌های بسیار گران قیمت ۱۵۰ میلیون تومانی برای آن‌ها به وسیله ستاد اجرایی فرمان امام (ره) است. دبیر ستاد ملی مقابله با کرونا گفت: ۵۰ نفر در پلتفرم‌های گوناگون واکسن در ستاد اجرایی فرمان امام (ره)، انستیتو پاستور و انستیتو رازی فعال هستند. وی ادامه داد: در ستاد اجرایی ۶ پلتفرم واکسن وجود دارد که مسیر استفاده از ویروس غیرفعال از همه جلوتر است.

جمشیدی با اشاره به مراحل تهیه واکسن، گفت: واکسنی که قرار است این هفته وارد فاز آزمایش انسانی شود روی موش، خرگوش، میمون و کوچک‌آزمایش شده است و حتی برای آزمایش آن روی حیوانات مجوز اخلاق گرفتیم. وی اضافه کرد: این واکسن موجب تب، شوک، مسمومیت و... نمی‌شود و بی‌خطر است، اما باید برای استفاده آن مطمئن شویم. جمشیدی افزود: پس از نتیجه گرفتن از آزمایش واکسن روی انسان باید همه مستندات خود را به وزارت بهداشت ارائه دهیم و متخصصان این وزارتخانه دوباره نتایج را راستی آزمایی می‌کنند و دهه‌ها آزمایش انجام می‌دهند.

دبیر ستاد ملی مقابله با کرونا با بیان اینکه آزمایش فاز یک انسانی در کمیته اخلاق ستاد ملی مقابله با کرونا مصوب شده است، افزود: سه کمپانی بزرگ دنیا واکسن شرکت شفا را تولید و عرضه کرده‌اند، اما ما استانداردهایی را برای تولید این واکسن بیشتر از آن‌ها رعایت کرده و هیچ‌چیزی کم نگذاشته‌ایم. وی با بیان اینکه برای تولید انبوه واکسن باید آزمایش‌ها در فاز دو و سه انسانی را نیز انجام دهیم، اضافه کرد: برخی کشورها فاز دو و سه را در هم ادغام کرده‌اند که ما نیز در این زمینه برای افزایش سرعت تولید انبوه واکسن و وزارت بهداشت گفتگو کرده‌ایم.

جمشیدی با بیان اینکه انواع واکسن در کشور در حال تولید است که برخی از آن‌ها نتایج خوب و درخشانی گرفته‌اند و مانند واکسن ویروس غیرفعال که در آینده وارد فاز آزمایش انسانی می‌شود، گفت: بخش خصوصی نیز در قالب شرکت‌های دانش‌بنیان وارد این کار شده است. وی، تولید انبوه واکسن را گلوگاه ساخت واکسن خواند و افزود: ستاد اجرایی فرمان امام (ره) زیرساخت‌های بسیار سنگینی را برای تولید انبوه واکسن ایجاد کرده است که می‌توانیم روزانه یک و نیم میلیون دوز واکسن تهیه کنیم. جمشیدی اضافه کرد: اگر ۷۰ درصد مردم ایمنی داشته باشند زنجیره ویروس متوقف می‌شود و ما تزریق واکسن را از گروه‌های آسیب‌پذیر آغاز می‌کنیم.

دبیر ستاد ملی مقابله با کرونا با اشاره به اینکه همه واکسن‌های دنیا عارضه دارند، اما آستانه عارضه مهم است، افزود: التهاب، سرخی و تب عارضه طبیعی واکسن است، اما هر کدام حد مشخصی دارد و بر همین اساس همه استانداردهای دنیا برای تولید واکسن ایرانی با وسواس بیشتری انجام می‌شود. جمشیدی گفت: برای آزمایش واکسن کیت‌هایی را برای دقت بیشتر به سختی وارد کشور کردیم و پس از انجام فاز یک، دو و سه مردم با خیال آسوده واکسن ایرانی را تزریق کنند. وی با تأکید بر اینکه سازمان غذا و دارو اجازه نمی‌دهد واکسنی که مشکل دارد در کشور استفاده شود، اظهار کرد: بحث واکسن کاملاً علمی است و

افزایش خطر ابتلا به آنفلوآنزای پرندگان بر اثر تماس با گوشت ماکیان



فوق تخصص بیماری‌های عفونی نوشت: افرادی که با گوشت ماکیان سر و کار دارند، مانند مرغداران، مزرعه‌داران، دامپزشکان و دامداران بیشتر از سایرین در معرض خطر ابتلا به آنفلوآنزای پرندگان هستند. به گزارش ایرنا، دکتر ایلاذ علوی در یادداشتی افزود: تاکنون در دنیا بیش از ۸۰۰-۹۰۰ مورد ابتلای انسانی به آنفلوآنزای پرندگان گزارش شده که گاهی بسیار شدید و مرگ‌آور نیز بوده است. آنفلوآنزای پرندگان لزوماً ناشی از یک ویروس منفرد نیست و همانند بسیاری دیگری از سویه‌های مشترک انسان با پستانداران، موارد متعددی را شامل می‌شود. وی تأکید کرد: گاهی در سیر تغییرات طبیعی حضور هم‌زمان دو سویه مختلف مانند سویه پرندگان و انسان در بدن یک میزبان واحد مانند خوک‌ها به ادغام برخی خصوصیات ژنتیکی دو ویروس و ایجاد مورد جدیدی منجر می‌شود که قابلیت‌های تازه‌ای همچون توان طغیان یا افزایش قدرت سرایت ویروس‌های این‌گونه ایجاد می‌کند. آنفلوآنزای پرندگان از سال‌ها پیش اتفاق افتاده است. علوی خاطر نشان کرد: از طرفی با این که انتقال انسان به انسان در ویروس‌های آنفلوآنزای پرندگان به ندرت اتفاق می‌افتد، اما این میزان هیچ‌گاه غیرممکن نیست و آنفلوآنزای پرندگان می‌تواند مستقیم از پرندگان بیمار، لاشه آن‌ها و گاهی از محیط‌های آلوده مانند تالاب‌ها به انسان منتقل شود. غذا و دان نظارت نشده پرندگان نیز یکی از راه‌های گسترش آن بین مرغداران است. وی یادآور شد: هر از گاهی طغیان‌هایی در سراسر جهان از جمله ایران به ویژه در استان‌های شمالی و اردبیل گزارش می‌شود و اخیراً نیز مواردی در این مناطق کشور گزارش شده است. بی‌توجهی به قوانین و ملاحظات بهداشتی از مزرعه‌داری و دامداری سنتی محلی تا صنعتی، شکار و مواردی از

فوق تخصص بیماری‌های عفونی نوشت: افرادی که با گوشت ماکیان سر و کار دارند، مانند مرغداران، مزرعه‌داران، دامپزشکان و دامداران بیشتر از سایرین در معرض خطر ابتلا به آنفلوآنزای پرندگان هستند. به گزارش ایرنا، دکتر ایلاذ علوی در یادداشتی افزود: تاکنون در دنیا بیش از ۸۰۰-۹۰۰ مورد ابتلای انسانی به آنفلوآنزای پرندگان گزارش شده که گاهی بسیار شدید و مرگ‌آور نیز بوده است. آنفلوآنزای پرندگان لزوماً ناشی از یک ویروس منفرد نیست و همانند بسیاری دیگری از سویه‌های مشترک انسان با پستانداران، موارد متعددی را شامل می‌شود. وی تأکید کرد: گاهی در سیر تغییرات طبیعی حضور هم‌زمان دو سویه مختلف مانند سویه پرندگان و انسان در بدن یک میزبان واحد مانند خوک‌ها به ادغام برخی خصوصیات ژنتیکی دو ویروس و ایجاد مورد جدیدی منجر می‌شود که قابلیت‌های تازه‌ای همچون توان طغیان یا افزایش قدرت سرایت ویروس‌های این‌گونه ایجاد می‌کند. آنفلوآنزای پرندگان از سال‌ها پیش اتفاق افتاده است. علوی خاطر نشان کرد: از طرفی با این که انتقال انسان به انسان در ویروس‌های آنفلوآنزای پرندگان به ندرت اتفاق می‌افتد، اما این میزان هیچ‌گاه غیرممکن نیست و آنفلوآنزای پرندگان می‌تواند مستقیم از پرندگان بیمار، لاشه آن‌ها و گاهی از محیط‌های آلوده مانند تالاب‌ها به انسان منتقل شود. غذا و دان نظارت نشده پرندگان نیز یکی از راه‌های گسترش آن بین مرغداران است. وی یادآور شد: هر از گاهی طغیان‌هایی در سراسر جهان از جمله ایران به ویژه در استان‌های شمالی و اردبیل گزارش می‌شود و اخیراً نیز مواردی در این مناطق کشور گزارش شده است. بی‌توجهی به قوانین و ملاحظات بهداشتی از مزرعه‌داری و دامداری سنتی محلی تا صنعتی، شکار و مواردی از

فوق تخصص بیماری‌های عفونی نوشت: افرادی که با گوشت ماکیان سر و کار دارند، مانند مرغداران، مزرعه‌داران، دامپزشکان و دامداران بیشتر از سایرین در معرض خطر ابتلا به آنفلوآنزای پرندگان هستند. به گزارش ایرنا، دکتر ایلاذ علوی در یادداشتی افزود: تاکنون در دنیا بیش از ۸۰۰-۹۰۰ مورد ابتلای انسانی به آنفلوآنزای پرندگان گزارش شده که گاهی بسیار شدید و مرگ‌آور نیز بوده است. آنفلوآنزای پرندگان لزوماً ناشی از یک ویروس منفرد نیست و همانند بسیاری دیگری از سویه‌های مشترک انسان با پستانداران، موارد متعددی را شامل می‌شود. وی تأکید کرد: گاهی در سیر تغییرات طبیعی حضور هم‌زمان دو سویه مختلف مانند سویه پرندگان و انسان در بدن یک میزبان واحد مانند خوک‌ها به ادغام برخی خصوصیات ژنتیکی دو ویروس و ایجاد مورد جدیدی منجر می‌شود که قابلیت‌های تازه‌ای همچون توان طغیان یا افزایش قدرت سرایت ویروس‌های این‌گونه ایجاد می‌کند. آنفلوآنزای پرندگان از سال‌ها پیش اتفاق افتاده است. علوی خاطر نشان کرد: از طرفی با این که انتقال انسان به انسان در ویروس‌های آنفلوآنزای پرندگان به ندرت اتفاق می‌افتد، اما این میزان هیچ‌گاه غیرممکن نیست و آنفلوآنزای پرندگان می‌تواند مستقیم از پرندگان بیمار، لاشه آن‌ها و گاهی از محیط‌های آلوده مانند تالاب‌ها به انسان منتقل شود. غذا و دان نظارت نشده پرندگان نیز یکی از راه‌های گسترش آن بین مرغداران است. وی یادآور شد: هر از گاهی طغیان‌هایی در سراسر جهان از جمله ایران به ویژه در استان‌های شمالی و اردبیل گزارش می‌شود و اخیراً نیز مواردی در این مناطق کشور گزارش شده است. بی‌توجهی به قوانین و ملاحظات بهداشتی از مزرعه‌داری و دامداری سنتی محلی تا صنعتی، شکار و مواردی از

ارتودنسی دندان: سؤالاتی که باید پاسخ آن را بدانید

مسواک زدن دندان ارتودنسی شده: همیشه از یک مسواک نرم استفاده کنید. مهم‌ترین جایی که باید در طول دوره درمان تمیز شود بالای بریس (بین بریس و لثه) است. از آنجایی که این فضا درست در کنار لثه قرار دارد، غیر ممکن است که برس مسواک به آن نرسد. در نتیجه استفاده از مسواک‌های هارد و متوسط به لثه آسیب می‌زنند و موجب بروز بیماری‌های التهابی می‌شود. از سوی دیگر مسواک‌های عادی برای تمیز کردن دندان ارتودنسی شده مناسب نیستند. در مورد انتخاب مسواک مناسب برای وضعیت فعلی خود (مسواک برقی، مسواک ارتودنسی و غیره) با دندان پزشک مشورت کنید. برای تمیز شدن براکت‌ها و بین آرج و ایرها بهتر است از مقدار خمیردندان کمی استفاده کنید تا کف مانع دیدن کار شما نشود. برای تمیز کردن بین براکت‌ها می‌توانید از مسواک بین‌دندانی استفاده کنید.



مسواک زدن دندان ارتودنسی شده بیشتر از دندان عادی طول می‌کشد. برای این کار حداقل باید دو دقیقه صرف کنید. فک خود را به چهار طرف تقسیم کنید و هر طرف را ۳۰ ثانیه تمیز کنید. استفاده از نخ دندان برای بیماران ارتودنسی دشوار است. به همین دلیل بسیاری از بیماران این مرحله از بهداشت دهان و دندان را از برنامه روزانه خود حذف می‌کنند. برای آسان‌تر شدن نخ دندان کشیدن در بیماران ارتودنسی، نخ دندان سوپر فلاس و فلاس تردیدر به بازار معرفی شده است که کار تمیز کردن دندان‌های ارتودنسی شده را بسیار آسان‌تر کرده است. برای آشنایی بیشتر در این رابطه، بهتر است سایر مطالب ما در مورد تمیز کردن و نخ دندان کشیدن دندان ارتودنسی شده را مطالعه کنید.

تغذیه در طول دوره درمان ارتودنسی حظور است؟ به عنوان یک قانون کلی باید از هر چیزی که می‌تواند به بریس و آرج و ایرها بچسبد یا زیر آن‌ها گیر کند پرهیز کنید. به طور کلی هر چه بافت غذا نرم‌تر باشد، بهتر است. مواد غذایی مجاز در طول دوره ارتودنسی عبارتند از: میوه‌های نرم مانند گریپ فروت، شلیل، کیوی و نارنگی • سبزیجات بخارپز شده و نرم • محصولات لبنی مانند ماست و پنیر جایگزین خوبی برای گوشت هستند. • گوشت نرم مانند مرغ و ماهی از گوشت استیک و کیاب بهتر است. • دسرهای مانند پودینگ، پای سیب، بستنی • غلات نرم، ماکارونی پخته، برنج پخته شده • نان نرم، کلوچه، پنکیک • اسموتی‌ها • تخم مرغ نیز یکی دیگر از جایگزین‌های خوب گوشت به خصوص برای صبحانه است. **مواد غذایی غیر مجاز برای تغذیه در طول ارتودنسی:** مواد غذایی سفت • گوشت‌های کبابی سفت • مواد غذایی چسبناک • چوبیدن مواد خارجی • پیچ • بریس‌ها چه زمانی برداشته می‌شوند و چه چیزی در انتظار من است؟

طول دوره درمان به شدت مال آلکوزن بستگی دارد. به طور کلی، طول دوره درمان از ۶ ماه تا دو سال متفاوت است. قبل از اینکه به پایدها و بنایدهای برداشتن بریس ارتودنسی بپردازیم، باید به چند چیز توجه کنید. اولین چیز حساسیت دندان‌هایتان است که برای چند روز یا چند هفته آینده ادامه می‌یابد. در نتیجه هر چند خوردن غذاهای ترد و چسبناک و سوسانگیز است، اما باید فعلاً از آنها چشم‌پوشی کنید. به هر حال دندان‌هایتان باید کم‌کم به موقعیت جدید خود و غذاهای جدید عادت کنند. متخصصان ارتودنسی در کلینیک دندانپزشکی شبانه روزی یوسف‌آباد آماده ارائه خدمت و پاسخگویی به سؤالات شما هستند.

مشکلات عملکردی خاص دهان و دندان چه کسانی می‌توانند از این روش درمانی استفاده کنند؟ زمانی تصور می‌شد که ارتودنسی تنها برای کودکان به کار می‌رود؛ اما حقیقت ای است که بیش از یک چهارم بیماران را بزرگسالان تشکیل می‌دهند. درمان ارتودنسی در هر سنی می‌تواند موفقیت‌آمیز باشد. هیچ کس هرگز برای استفاده از این روش درمانی پیر نیست. **آیا ارتودنسی درد دارد؟** درد ارتودنسی در هر مرحله از درمان متفاوت است؛ اما به طور کلی درد در تمام مراحل درمان، قابل کنترل است. برای کنترل درد می‌توانید از مسکن‌های بدون نسخه استفاده کنید. برای آشنایی بیشتر با درد ارتودنسی به مطلب ما در این زمینه مراجعه کنید. **قرارگیری بریس‌ها:** در زمان قرارگیری بریس روی دندان‌ها، هیچ گونه دردی نخواهد داشت؛ اما پس از اتمام درمان و خروج از مطب دندانپزشکی، درد شروع خواهد شد که با عادت کردن به شرایط توجیح می‌یابد. در خود روز درمان، غذا خوردن شما مقدار زیادی طول می‌کشد زیرا باید خود را با جویدن تطبیق دهید. بهتر است چند روز اول درمان غذاهای نرم‌تر مانند ماست، سوپ و ماکارونی و پنیر به جای غذاهای گوشتی و پلویی مصرف کنید. استفاده از داروی مسکن کمی از ناراحتی شما خواهد کاست.

بهداشت جهانی: کرونا آخرین همه‌گیری جهان نخواهد بود

غیرمنتظره در نظر گرفته شود، چون طی سال‌های گذشته گزارش‌ها و تحقیقات و هشدارهای متعددی وجود داشت که همگی می‌گفتند جهان برای مقابله با هرگونه همه‌گیری آماده نیست. این در حالی است که دانشگاه جانز هاپکینز در تازه‌ترین آمار خود شمار مبتلایان به ویروس کرونا در سرتاسر جهان را بیش از ۸۰ میلیون نفر اعلام کرد. بر اساس آمار این دانشگاه، شمار تلفات ویروس کرونا در جهان نیز به بیش از یک میلیون و ۷۵۳ هزار نفر رسیده است. از سوی دیگر گونه جدید ویروس کرونا که از انگلیس نشأت گرفته باعث افزایش نگرانی‌ها در اروپا شده است. گونه جدید ویروس کرونا که میزان انتشار آن بسیار بیشتر از گونه اولیه ویروس کرونا است سبب شده تا اغلب کشورهای اروپایی به همراه چین و برزیل، پروازهای ورودی از انگلیس را متوقف کنند. البته کروناوی انگلیس بیشتر در کشورهای نظیر آلمان، ایتالیا، دانمارک، هلند، سرزمین‌های اشغالی و تعداد دیگری از کشورها مشاهده شده است. از سوی دیگر ملینا ووچوچیک نماینده سازمان جهانی بهداشت در روسیه گفته جیش ویروس کرونا که در انگلیس کشف شده اهمیت چندانی ندارد. او گفت: «ویروس کرونا تا به امروز جیش بسیار کم‌اهمیتی داشته و تغییراتش تا به اینجا تأثیری بر اثربخشی ابزارهای تشخیصی، آمادگی‌های دارویی و واکسن‌های در حال ساخت نداشته است.» وی گفت توصیه سازمان جهانی بهداشت اجرای تمامی تمهیدات پزشکی و اجتماعی شامل فاصله‌گذاری اجتماعی، اخذ تست و حفظ بهداشت شخصی و پوشیدن ماسک است.



رئیس سازمان جهانی بهداشت گفت که کرونا آخرین همه‌گیری نخواهد بود که جهان را در می‌نوردد. به گزارش فارس، تدروس آدهانوم رئیس سازمان جهانی بهداشت روز شنبه گفت که همه‌گیری ویروس کرونا که جهان را در سال ۲۰۲۰ در نوردید آخرین همه‌گیری نخواهد بود. وی در پیامی ضبط شده که توسط سازمان جهانی بهداشت منتشر شد، گفت: «خیلی سخت است که بگویم کووید-۱۹ برای ما کاملاً ناآشنا بود و جهان ما در ۱۲ ماه گذشته کاملاً دگرگون شد.» آدهانوم اضافه کرد که پیامدهای همه‌گیری کرونا بسیار فراتر از خود بیماری بوده و پیامدها طولانی مدتی درخصوص اجتماع‌ها و اقتصادها به همراه خواهد داشت. رئیس سازمان جهانی بهداشت افزود: اما این نباید به عنوان یک عامل