روزنامه طلوع

تاریخ ۲۳ آذر ۱۴۰۰ سه‌شنبه

صفحه ۶

شماره ۳۲۴۶ سال بیست و هفتم

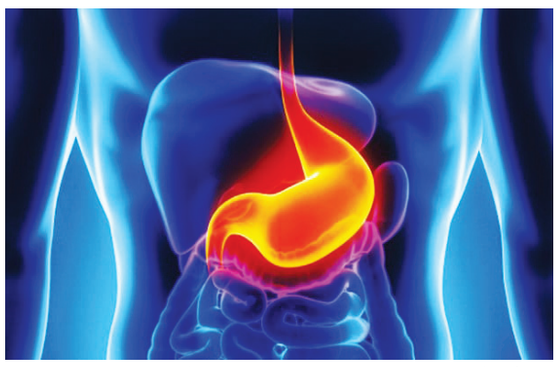
هر شماره؛معرفی یک بیماری و پیشگیری و درمان آن

این شماره: مشکلات گوارشی

سلامت

مشکلات هضم و گوارش چیست؟

دکتر زارعی



دستگاه گوارش یکی از قسمت های پیچیده و گسترده بدن است. دامنه آن از دهان تا راست روده متغیر است. سیستم هضم به بدن شما کمک می کند مواد مغذی و ضروری جذب شده و مواد زائد از بدن دفع شوند. مانند اکثر بیماریها؛ اختلالات گوارشی نیز در دو دسته حاد و مزمن قرار می گیرند. مشکلات جزئی که بدون درمان رها می شوند می توانند به مرحله ی مزمن و جدی برسند.

از آنجا که دستگاه گوارش دامنه گسترده ای دارد، طبیعی است که بسیاری از مردم انواع بیماریهای گوارشی را با ناراحتی های دیگر جسمانی به اشتباه تشخیص دهند. پس برای رفع این عوارض و تشخیص درست حتما به یک پزشک متخصص مراجعه کرده و از استفاده خودسرانه از داروهای گوارشی جداً دوری کنید.

از آنجا که دستگاه گوارش بسیار وسیع می باشد، بیماری هایی که قسمت های مختلفی از آن را درگیر می کنند، دارای اسامی خاصی هستند. از جمله:

یبوست مزمن

یبوست مزمن که در انگلیسی با نام Chronic constipation نام برده می شود، یکی از بیماری های شایع دستگاه گوارشی است. که به معنی مشکل در دفع مدفوع می باشد. این امر اغلب در مواقعی اتفاق می افتد که روده بزرگ نتواند مدفوع را از طریق لوله های دستگاه هضم عبور یا حرکت دهد. هنگام ابتلا به این عارضه شما ممکن است درد شکم ، نفخ و همچنین خروج گاز کمتر و همراه با درد داشته باشید.

رژیم پر فیبر ، آب و ورزش باعث جلوگیری از یبوست می شود. در مواردی جدی تر، دارو ها نیز می توانند نقش موثری در بهبودی وضعیت بدن شما داشته باشند.

عدم تحمل غذا

عدم تحمل غذایی زمانی اتفاق می افتد که سیستم گوارشی شما نتواند غذاهای خاصی را تحمل یا هضم کند. برخلاف آلرژی غذایی ، که می تواند باعث کهیر و مشکلات تنفسی شود ، عدم تحمل فقط بر هضم غذا تأثیر می گذارد.

علائم عدم تحمل غذا شامل موارد زیر است:

نفخ یا گرفتگی عضلات
اسهال
سردرد
سوزش سردل
تحریک پذیری
گاز معده
استفراغ

سعی کنید در این موارد یک دفترچه برای خود تهیه کرده و غذاهایی که هضم آنها برایتان سخت می باشد را یادداشت کنید.

بیماری سلیاک ، به وجود آمدن اختلال در ایمنی ، یکی از انواع عدم تحمل غذایی است. هنگام خوردن گلوتن (پروتئین موجود در گندم ، جو و چاودار) باعث مشکلات گوارشی می شوید. افراد مبتلا به بیماری سلیاک باید رژیم غذایی بدون گلوتن را دنبال کنند تا علائم و آسیب به روده کوچک را به حداقل برسانند.

سوزش معده یا سوزش سر دل

یکی از اتفاق هایی که گاهی اوقات برای بزرگسالان اتفاق می افتد، سوزش سر دل است. این اتفاق زمانی رخ می دهد که اسیدهای معده به مری برگردند که باعث درد سینه و احساس سوزش می شوند.

اگر سوزش معده مکرر دارید ، ممکن است دچار ریفلاکس معده و مری شده باشید. این اتفاقات مکرر می توانند در زندگی روزمره شما تداخل ایجاد کرده و به مری آسیب برسانند.

علائم سوزش معده شامل موارد زیر است:

ناراحتی قفسه سینه
سرفه خشک
طعم ترش در دهان
گلو درد
مشکل در بلعیدن

برای کنترل دل درد ممکن است به داروهایی نیاز داشته باشید. مری آسیب دیده می تواند بلع را دشوار کرده و بقیه دستگاه گوارش را هم مختل کند.

بیماری التهابی روده

بیماری التهابی روده (IBD) نوعی تورم مزمن است. روده یکی دیگر از قسمت‌های دستگاه گوارش است.

دو نوع بیماری التهابی روده وجود دارد:

بیماری کرون

عارضه کرون کل دستگاه گوارش از جمله روده کوچک و روده بزرگ را تحت تأثیر قرار می دهد.

کولیت اولسراتیو

بیماری کولیت فقط روده بزرگ را درگیر می کند.

از نشانه های بارز بیماری التهابی روده درد شکم و اسهال می باشد. ولی گاهی اوقات هم با علائم زیر خود را نشان می دهد:

خستگی
عرق شبانه
دفع ناقص مدفوع
خونریزی از رکتوم
کاهش اشتها و کاهش وزن متعاقب آن

تشخیص و درمان عارضه التهابی روده در اسرع وقت بسیار مهم است. با انجام این کار نه تنها خودتان راحت می شوید ، بلکه درمان زود هنگام نیز از آسیب به دستگاه گوارش جلوگیری کرده و آن را کاهش می دهد.

اسهال

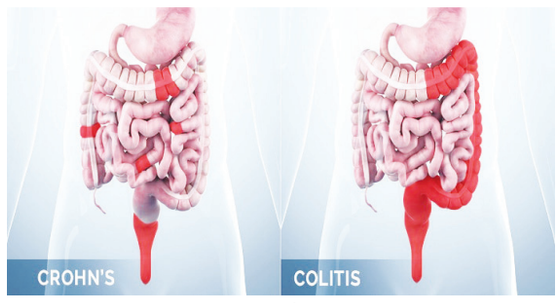
اسهال به مدفوع شل, آبکی و یا دفع مدفوع مکرر و خارج از حالت عادی یک مشکل نسبتا شایع است. خوشبختانه اسهال معمولاً کوتاه مدت است که بیش از چند روز طول نمی کشد. اما، هنگامی که اسهال هفته ها طول می کشد، معمولا نشان می دهد که مشکل دیگری هم در این اتفاق دخیل است. اگر شما هم جزو کسانی هستید که هفته ها این مشکل برایتان درد سر درست می کند، ممکن است دچار وضعیتی مانند سندرم روده تحریک پذیر، یا یک اختلال جدی تر مانند عفونت مداوم و بیماری التهابی روده شده باشید.

سندرم روده تحریک پذیر

به گزارش ویکی پدیا فارسی سندرم روده تحریک‌پذیر یا آی‌بی‌اِس (IBS) نوعی اختلال در عملکرد روده است که با درد مزمن در ناحیه شکم، احساس ناراحتی، نفخ و تغییرات در عادات روده‌ای، بدون هرگونه علت ارگانیک دیگری، مشخص می‌شود. اسهال و یبوست می‌توانند علامت غالب باشند که ممکن است به صورت متناوب ظاهر شوند.

نوعی از این بیماری که در آن اسهال علامت غالب باشد IBS-D و نوعی که یبوست علامت غالب را تشکیل دهد IBS-C، نامیده و به نوعی که این دو علامت متناوباً ظاهر شوند IBS-A می‌گویند. آی‌بی‌اس ممکن است پس از یک عفونت به وجود آید که آن را آی‌بی‌اس پس از عفونت، یا IBS-PI نامند.

چند مشکل گوارشی شایع و چگونگی درمان آنها



عصر ایران به نقل از «لیو استرانگ» نوشت: «تقریبا همه ما در طول زندگی خود معده درد را تجربه می کنیم اما افراد بسیاری هر ساله به بیماری های گوارشی مبتلا می شوند. در شرایطی که برخی بیماری های گوارشی بدون علائم هستند یا به ناراحتی های جزئی منجر می شوند، سایرین می توانند موجب درد شدید شده یا حتی به بستری شدن در بیمارستان یا عمل جراحی نیاز داشته باشند.

اگر علائم گوارشی را تجربه می کنید، این که دقیقا با چه شرایطی مواجه هستید و چگونه می توانید ناراحتی خود را تسکین دهید، اهمیت دارد. در ادامه با پنج مشکل گوارشی شایع همراه با گزینه های درمان توصیه شده برای آنها بیشتر آشنا می شویم.

بازگشت اسید

بازگشت اسید که به نام سوزش سردل نیز شناخته می شود، یکی از شایع‌ترین مشکلات معده است. زمانی که این شرایط به طور مکرر رخ می دهد، به نام بیماری بازگشت اسید معده به مری (GERD) شناخته می شود که موردی جدی‌تر است.

بازگشت اسید زمانی رخ می دهد که اسید معده از این اندام خارج شده و از طریق مری، لوله ای که دهان را معده متصل می کند، به سمت دهان بالا برود. این اسید معده می تواند دیواره داخلی مری را تحریک کرده و موجب احساس درد و فشار شود. با گذشت زمان، این شرایط می تواند موجب آسیبی جدی‌تر به دیواره داخلی مری شود.

علائم بازگشت اسید

درد سوزناک در سینه از نشانه های مشخص بازگشت اسید است و بر همین اساس به نام سوزش سردل نیز شناخته می شود. از علائم دیگر می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- دشواری در بلع
- احساس سوزش در سینه که ممکن است هنگام شب تشدید شود
- احساس وجود یک توده در گلو
- بالا آوردن مایع یا غذای ترش

دلایل مختلفی در تجربه بازگشت اسید نقش دارند.

آنچه می خورید می تواند یک عامل کلیدی باشد: وعده های غذایی بزرگ، غذاهای سرخ شده یا وعده های غذایی آخر شب و همچنین نوشیدن الکل یا قهوه می توانند به بازگشت اسید منجر شوند.

هشدار

در صورت مواجهه با علائم اضافه مانند سینه درد یا تنگی نفس همراه با بازگشت اسید، در پی دریافت کمک پزشکی فوری باشید زیرا این ممکن است نشانه ای از یک حمله قلبی باشد.

گزینه های درمان بازگشت اسید

روش های درمان برای بازگشت اسید به طور معمول با اصلاحات سبک زندگی آغاز می شوند.

برای این که حرکت اسید معده به سمت بالا دشوارتر شود، می توانید از بالابرهای تخت استفاده کنید تا سر تختخواب بالاتر از قسمت پایین آن قرار بگیرد. همچنین، شما می توانید از یک گوه بین تختخواب و تشک استفاده کنید.

از دیگر تغییرات سبک زندگی برای مقابله با بازگشت اسید می توان به پرهیز از غذا خوردن دو ساعت پیش از خواب و تغییرات غذایی اشاره کرد. داروهای بدون نسخه مانند ضد اسیدها نیز می توانند مفید باشند.

اگر داروهای بدون نسخه و اصلاحات سبک زندگی تاثیری در بهبود بازگشت اسید نداشته باشند، ممکن است به داروهای تجویزی یا عمل جراحی نیاز باشد.

زخم های پپتیک

اگر یک زخم در دیواره داخلی معده یا آغاز روده کوچک که به نام دوازدهه شناخته می شود، داشته باشید، احتمالا به شکلی از یک زخم پپتیک مبتلا هستید. این شرایطی شایع است و می تواند بسیار دردناک باشد.

در گذشته مردم بر این باور بودند که زخم های معده در نتیجه عوامل سبک زندگی مانند استرس زیاد یا خوردن غذاهای تند شکل می گیرند. اکنون، ما اطلاعات بیشتری درباره دلایل شکل گیری آنها داریم.

آن چه رخ می دهد این است که یک باکتری خاص به نام هلیکوباکتر پیلوری یا استفاده از داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی به مرور زمان موجب آسیب دیدن دیواره داخلی محافظ معده می شوند.

از عوامل خطر برای شکل‌گیری زخم ها می توان به سابقه خانوادگی، مصرف نوشیدنی های الکلی، سیگار کشیدن و بیماری های کبد یا کلیه اشاره کرد. در شرایطی که استرس و غذاهای تند نمی توانند موجب یک زخم پپتیک شوند، اما گاهی اوقات می توانند یک زخم موجود را تحریک کنند.

علائم زخم پپتیک

درد سوزناک که در جایی بین جناغ سینه و ناف شکل می گیرد، یکی از نشانه های مشخص برای زخم های پپتیک است. جدا از درد، از دیگر علائم زخم های پپتیک می توان به بادگلو، حالت تهوع، استفراغ و بی اشتهایی اشاره کرد.

اما این امکان وجود دارد که فرد هیچ علائمی نداشته باشد. با این وجود، اگر با علائم شدید مواجه هستید، بلافاصله در پی دریافت کمک پزشکی باشید. از جمله این علائم می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- درد شدید و ناگهانی در شکم
- علائم شوک مانند از جمله غش کردن، سردرگمی، احساس سبکی سر یا تعریق زیاد
- استفراغ خونی که ممکن است خون قرمز روشن یا شبیه به پودر قهوه دیده شود
- مدفوع تیره، قیر مانند یا خونی

زخم های پپتیک را می توان از طریق اندوسکوپی فوقانی تشخیص داد. برخی آزمایش های تشخیصی ممکن است نیازمند نوشیدن مایع مخصوص تصویربرداری مانند باریم برای تصویربرداری پرتو اکس باشند.

گزینه های درمان زخم پپتیک

در صورت تشخیص ابتلا به یک زخم پپتیک، درمان آن احتمالا شامل ترکیبی از اصلاحات سبک زندگی و داروها خواهد بود.

از تغییرات سبک زندگی می توان به ترک سیگار، ترک و محدود کردن مصرف الکل و کافئین و پرهیز از غذاهایی که می توانند به شعله‌ور شدن شرایط منجر شوند، اشاره کرد. داروهایی مانند آنتی بیوتیک ها، مسدودکننده های گیرنده هیستامین، مهارکننده های پمپ پروتون و ضد اسیدها می توانند به درمان زخم های پپتیک کمک کنند.

اگر زخم پپتیک به واسطه هلیکوباکتر پیلوری شکل گرفته باشد، آنتی بیوتیک برای درمان عفونت تجویز خواهد شد.

در شرایطی که بیشتر زخم ها با درمان مناسب به سرعت بهبود می یابند، دریافت کمک پزشکی برای حصول اطمینان از عدم ابتلا به یک بیماری جدی‌تر توصیه می شود.

دیورتیکولوز و دیورتیکولیت

دیورتیکولوز زمانی رخ می دهد که کیسه های کوچکی به نام دیورتیکول از روده بزرگ به سمت بیرون برآمده می شوند. دیورتیکولوز با افزایش سن شیوع بیشتری می یابد.

اگر دیورتیکول ها در روده بزرگ ملتهب شوند، این شرایط به نام دیورتیکولیت شناخته می شود.

آگهی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر آرای شماره ۱۴۰۰۶۰۳۱۱۰۰۲۰۰۰۶۶۰ و ۱۴۰۰۶۰۳۱۱۰۰۲۰۰۰۶۵۹ و ۱۴۰۰۶۰۳۱۱۰۰۲۰۰۰۶۵۷مورخ ۱۴۰۰/۰۷/۰۱ و ۱۴۰۰۶۰۳۱۱۰۰۲۰۰۰۷۸۳ مورخ ۱۴۰۰/۰۸/۰۹ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کازرون تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضیان آقای کاظم قزل بیگلو به شماره شناسنامه ۲۰۱۰ فرزند امیر حسین موازی ۱۸۰۰۰ سهم از ۵۹۶۳۲ سهم ششدانگ و آقای محمد قزل بیگلو به کدملی ۲۳۶۰۷۷۰۶۰۸ فرزند بهمن موازی ۱۸۰۰۰ سهم از ۵۹۶۳۲ سهم ششدانگ و آقای حسین علی قزل بیگلو به شماره شناسنامه ۷۳۷ فرزند امیرحسین موازی ۱۸۰۰۰ سهم از ۵۹۶۳۲ سهم ششدانگ و آقای حسن قزل بیگلو به شماره شناسنامه ۲۰۳۹ فرزند امیرحسین موازی ۵۶۳۲ سهم ششدانگ همگی در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۵۹۶۳۲ مترمربع پلاک ۱۴۲۸ فرعی از ۳۶ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۱۸ از ۳۵ و ۱۴ از ۳۶ قطعه ۷ بخش ۷ فارس کازرون خریداری از مالک رسمی آقای (امیرحسین قزل بیگلو) محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشارنوبت اول: ۱۴۰۰/۰۹/۰۸ تاریخ انتشارنوبت دوم: ۱۴۰۰/۰۹/۲۳

۳۷۱۲۳ ۳۲۴ م الف

داود انصاری– رئیس ثبت اسناد و املاک

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۰۶۰۳۱۱۲۴۱۰۰۳۴۹۴ مورخ ۱۴۰۰/۰۷/۱۸ موضوع پرونده کلاسه شماره ۱۳۹۹۱۱۴۴۱۱۲۴۱۰۰۰۰۵۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز – ناحیه ۵ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی محمد فلاح زاده به شناسنامه شماره ۹ کدملی ۵۰۳۹۷۱۹۲۰۵ صادره ابرکوه فرزند عبداله در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۱۱/۵۱ مترمربع به پلاک ۲۵۲۳۲ فرعی از ۱۷۹۲ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک شماره ۲۹۲ فرعی از ۱۷۹۲ اصلی واقع در بخش ۴ حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۵ خریداری از مالک رسمی خانم مهین جعفری محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشارنوبت اول: ۱۴۰۰/۰۹/۲۳ تاریخ انتشارنوبت دوم: ۱۴۰۰/۱۰/۰۸

۳۷۲۱۳/۱۹۵۴۱۵ ۳۶۰۷ م الف

محسن مرتضوی نیا– رئیس ثبت اسناد و املاک

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۰۶۰۳۱۱۰۳۳۰۰۰۲۸۳ مورخه ۱۴۰۰/۰۹/۱۰ هیات اول / دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رستم تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای باقر صفائی خواه فرزند علی بشماره شناسنامه ۱۱۸۱۳ صادره از مصیری نسبت به ۴/۵ دانگ مشاع از ششدانگ عرصه به انضمام ششدانگ اعیان یک باب خانه در قسمتی از پلاک ۸۶ اصلی واقع در قطعه ۰۹ بخش ۰۷ فارس به مساحت ۱۸۹/۸۷ مترمربع تحت پلاک ۶۹۶ فرعی از ۸۶ اصلی مفروز و مجزی شده از اصلی مذکور انتقالی از آقای حسین نیکنام فرزند سرمست محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشارنوبت اول: ۱۴۰۰/۰۹/۰۹ تاریخ انتشارنوبت دوم: ۱۴۰۰/۰۹/۲۳

۳۷۱۲۲/۱۹۵۲۶۶ ۷۵ م الف

موسی کشاورزی– رئیس ثبت اسناد و املاک

روزنامه طلوع آگهی و مشترک می‌پذیرد

۰۷۱ – ۳۲۳۴۴۷۷۲