



تاریخ
۲۰
تیر
۱۴۰۵
شنبه

توصیه‌هایی برای حفظ کیفیت و اثربخشی داروها



این متخصص شیمی دارویی همچنین خارج کردن قرص‌ها از بسته‌بندی اصلی و نگهداری آن‌ها در یک جعبه مشترک را از دیگر اشتباهات رایج دانست و گفت: این کار علاوه بر افزایش احتمال اشتباه در مصرف، می‌تواند دارو را در معرض رطوبت، نور و هوا قرار داده و پایداری آن را کاهش دهد.

دکتر رضایی با اشاره به اهمیت رعایت اصول نگهداری دارو در سفرهای تابستانی، خاطر نشان کرد: داروها نباید برای مدت طولانی در صندوق عقب خودرو یا محیط‌های گرم باقی بمانند و در صورت نیاز، استفاده از کیف‌های مخصوص نگهداری داروهای حساس به دما می‌تواند به حفظ کیفیت آن‌ها کمک کند.

وی تأکید کرد: دارویی که در شرایط نامناسب نگهداری شود، ممکن است اثربخشی درمانی مورد انتظار را نداشته باشد و در برخی موارد، فرآورده‌های حاصل از تخریب آن نیز برای مصرف مناسب نباشند. این عضو هیأت علمی دانشکده داروسازی دانشگاه علوم پزشکی شیراز در پایان توصیه کرد: مطالعه شرایط نگهداری درج‌شده روی بسته‌بندی دارو، رعایت توصیه‌های داروساز و مشورت با داروساز در صورت وجود هرگونه ابهام، از مهم‌ترین راهکارها برای حفظ کیفیت دارو و افزایش اثربخشی درمان است.

ب کمپلکس یا مصرف جداگانه ویتامین‌های گروه B؟ کدامیک مفیدتر است؟



تیروئید، بیماری‌های مزمن یا کمبود سایر مواد مغذی داشته باشد؛ بنابراین مصرف خوسرانه مکمل‌ها همیشه راه‌حل مناسبی نیست. دکتر مرادی موضوع قابل توجه دیگر در این زمینه را مصرف بیش از نیاز برخی ویتامین‌های گروه B عنوان کرد و گفت: اگرچه این ویتامین‌ها محلول در آب هستند و مقادیر اضافی بسیاری از آن‌ها از طریق ادرار دفع می‌شود، اما مصرف طولانی‌مدت و دوزهای بالای برخی ویتامین‌ها، به‌ویژه ویتامین B۶، می‌تواند با عوارضی همراه باشد. او زرد شدن رنگ ادرار در برخی افراد پس از مصرف ب کمپلکس را از جمله عوارض مصرف این فرآورده دانست که می‌تواند موجب نگرانی از آسیب به کلیه‌ها یا کبد شود و افزود، در اغلب موارد این تغییر رنگ ناشی از دفع ویتامین B۲ اضافی است و یک پدیده طبیعی محسوب می‌شود؛ موضوع دیگری که گاهی باعث سردرگمی می‌شود، تمایل به مصرف آمپول‌های حاوی ویتامین‌های گروه B به جای قرص یا کپسول است، در حالی که در بسیاری از افراد، مصرف فرآورده‌های خوراکی می‌تواند نیاز بدن را به خوبی تأمین کند و تزریق تنها در شرایط خاص و با نظر پزشک ضرورت پیدا می‌کند.به گفته دکتر مرادی، از نگاه داروسازی، انتخاب میان ب کمپلکس و یک ویتامین اختصاصی باید بر اساس نیاز واقعی فرد و نه تنها بر اساس تبلیغات یا توصیه اطرافیان انجام شود؛ چرا که مصرف هدفمند مکمل‌ها علاوه بر اثربخشی بیشتر، در دریافت غیرضروری برخی ترکیبات نیز جلوگیری می‌کند.

او ویتامین‌های گروه B را مفید و پرکاربرد برشمرد و اضافه کرد: بهترین انتخاب همواره برای همه افراد مناسب نیست، گاهی بدن تنها به یک ویتامین خاص نیاز دارد و تشخیص این موضوع با بررسی شرایط فرد، رژیم غذایی، داروهای مصرفی و در برخی موارد انجام آزمایش‌های لازم امکان‌پذیر است؛ در این زمینه مشورت با داروساز می‌تواند به انتخاب آگاهانه‌تر و مصرف منطقی‌تر این مکمل‌ها کمک کند.

هشدار متخصص دندانپزشکی درباره عوارض جدی دندان قروچه

وی تصریح کرد: دندان‌های طبیعی تا حدی دارای خاصیت ارتجاعی هستند، اما مواد ترمیمی مانند کامپوزیت، سرامیک و آلماگام از چنین ویژگی‌ای برخوردار نیستند؛ بنابراین فشارهای شدید ناشی از دندان‌قروچه می‌تواند موجب ترک‌خوردگی، شکستگی یا حتی جدا شدن ترمیم‌ها از دندان شود.

نویخت ادامه داد: همچنین در اثر این فشارها، سطح روکش‌های دندان‌ی به‌تدریج دچار سایش شده و از ارتفاع آن‌ها کاسته می‌شود. از سوی دیگر، باز شدن مرز اتصال میان دندان و مواد ترمیمی، راه نفوذ باکتری‌ها را فراهم کرده و زمینه بروز پوسیدگی مجدد و حساسیت شدید دندان را ایجاد می‌کند. در مورد ایمپلنت‌ها نیز انتقال نیرو به پایه‌های فلزی، احتمال لق شدن یا حتی شکستن پیچ‌های ایمپلنت را افزایش می‌دهد. وی با تأکید بر اینکه دندان‌های سالم نیز از آسیب‌های دندان‌قروچه در امان نیستند، اظهار داشت: سایش تدریجی مینای دندان، کوتاه شدن دندان‌های جلویی، صاف شدن سطوح جوده دندان‌های عقبی و ایجاد ترک‌های مویی در مینا، از مهم‌ترین پیامدهای این عارضه است؛ ترک‌هایی که ممکن است در نهایت هنگام جویدن حتی یک غذای نرم، به شکستگی کامل دندان منجر شوند.

ضرب‌المثل‌های جهان

آن قدر بارکن که بکشد

نه آن قدر که بگشد

ایرانی

سلامت



صفحه
۶
شماره
۴۵۲۷
سال
سی و یکم

واکنارهای کم آسیب‌کردن طلاق برای کودکان



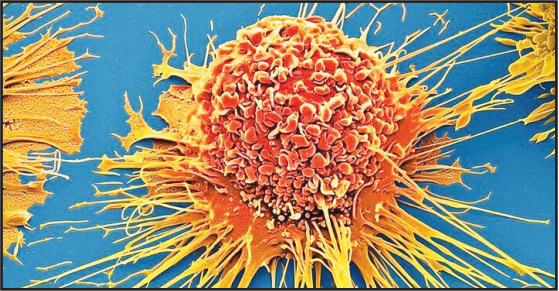
طلاق، حفظ پیوندهای قبلی فرزند با زندگی و روابط مهمش، و همچنین کمک به کودک و والدین برای اصلاح برداشتها و افکار منفی است. به زبان ساده، اگر پدر و مادر پس از جدایی بتوانند تنش‌های خود را تا حد ممکن از فضای زندگی کودک دور نگه دارند، احتمال آسیب کمتر می‌شود.

نتیجه دیگر این مطالعه آن است که کاهش آسیب طلاق فقط با توجه به کودک به دست نمی‌آید، بلکه نیازمند توجه همزمان به کل نظام خانواده است. بر اساس جمع‌بندی پژوهش، مداخلات مشاوره‌ای برای والدین و فرزندان، آموزش شیوه‌های درست والدگری پس از جدایی، رعایت حد و مرز در ارتباط والدین، شنیدن احساسات کودک و فراهم کردن محیطی پایبات برای او، از عناصر اصلی طلاق کم‌آسیب به شمار می‌روند. پژوهشگران تأکید دارند که اگر والدین تنها نقش همسری را کنار بگذارند اما نقش پدری و مادری خود را با کیفیت مناسب ادامه دهند، می‌توان از بخشی از فشار روانی وارده‌به فرزند جلوگیری کرد. طبق اطلاعات تکمیلی این پژوهش، نخستین محور مهم، مداخلات مشاوره‌ای است. دلیل این موضوع آن است که طلاق معمولاً با جدایی قانونی پایان نمی‌یابد و اعضای خانواده تا مدت‌ها با مسائل عاطفی، تربیتی، اقتصادی و حتی حقوقی آن درگیر می‌مانند. در چنین شرایطی، مشاوره می‌تواند به والدین کمک کند هیجان‌های شدید خود را بهتر مدیریت کنند و به کودکان نیز امکان دهد احساساتشان را بیان کنند. این موضوع مهم است، چون بسیاری از کودکان در جریان طلاق خود را مقصر می‌دانند یا از بیان ترس و ناراحتی‌شان خودداری می‌کنند. صحبت با یک فرد متخصص و قابل اعتماد می‌تواند به آن‌ها کمک کند تجربه خود را بهتر بفهمند و با فشارهای آن کنار بیایند.

محور دوم و سوم این پژوهش نیز بر والدین و کودکان متمرکز است. از نظر پژوهشگران، کودکان بیش از هر چیز به ثبات، امنیت و تداوم رابطه سالم با هر دو والد نیاز دارند. اگر کودک در میانه درگیری، رقابت یا تلاش والدین برای جلب وفاداری او قرار گیرد، فشار روانی بیشتری را تجربه می‌کند.

در مقابل، اگر زمان باکیفیت با والدین حفظ شود، محیط ملاقات‌ها آرام باشد و احساسات کودک جدی گرفته شود، سازگاری او با شرایط جدید آسان‌تر خواهد شد. این یافته‌ها از این نظر مهم‌اند که نشان می‌دهند طلاق لزوماً به یک مسیر کاملاً ویرانگر برای کودک تبدیل نمی‌شود، به شرط آن‌که با آگاهی، برنامه‌ریزی و حمایت حرفه‌ای همراه باشد.

نابودی ۹۹ درصدی سلول‌های سرطانی بدون شیمی‌درمانی



سریع‌تر از موتورهای نوع فرینگای سابق هستند و به جای نور مرئی می‌توانند با نور نزدیک به فرورسرخ فعال شوند.

مولکول‌های آمینوسیانین در حال حاضر در تصویربرداری زیستی به عنوان رنگ‌های مصنوعی استفاده می‌شوند. آنها که معمولاً در دوزهای پایین برای تشخیص سرطان استفاده می‌شوند، در آب پایدار می‌مانند و در اتصال خود به خارج از سلول‌ها بسیار خوب هستند.

استفاده از نور نزدیک به فرورسرخ مهم است، زیرا دانشمندان را قادر می‌کند تا به اعماق بدن نفوذ کنند. سرطان در استخوان‌ها و اندام‌ها می‌تواند بدون نیاز به جراحی برای رسیدن به رشد سرطان، به طور بالقوه درمان شود.

ساختار و خواص شیمیایی مولکول‌های آمینوسیانین به این معنی است که آنها با محرک مناسب مانند نور نزدیک به فرورسرخ همگام می‌مانند. وقتی مولکول‌ها در حرکت هستند، الکترون‌های درون آنها چیزی به نام پلاسمون‌ها را تشکیل می‌دهند که به صورت جمعی در حال ارتعاش هستند و حرکت را در کل مولکول هدایت می‌کنند.

آیالا-اوروزکو گفت: آنچه باید برجسته شود، این است که ما توضیح دیگری برای نحوه عملکرد این مولکول‌ها کشف کرده‌ایم.

وی افزود: این اولین باری است که از یک پلاسمون مولکولی به این روش برای تحریک کل مولکول و ایجاد عمل مکانیکی برای دستیابی به یک هدف خاص (در این مورد، پاره کردن غشای سلول‌های سرطانی) استفاده می‌شود.پلاسمون‌ها در یک طرف خود یک بازو دارند که به اتصال مولکول‌ها به غشای سلول‌های سرطانی کمک می‌کند، در حالی که حرکات ارتعاشات، آنها را از هم جدا می‌کند.

هنوز روزهای اولیه این پژوهش محسوب می‌شود، اما این یافته‌های اولیه بسیار امیدوارکننده هستند.

محققان در جدیدترین کار خود، نگرانی‌ها در مورد سمیت بالقوه این مولکول‌ها را مورد بررسی قرار دادند و دریافتند که دوزهای پایین مت‌های مولکولی غیرفعال به سرعت توسط سلول‌های طبیعی جذب و پاکسازی می‌شوند.محققان می‌گویند: پاکسازی نسبتاً سریع مت‌های مولکولی از سلول‌های مشاهده شده در این مطالعه، مسیر بالقوه‌ای را برای حذف آنها از بدن نشان می‌دهد. این مکانیسم پاکسازی، بینش‌های مهمی در مورد مشخصات ایمنی بالقوه چکش‌های مولکولی برای کاربردهای درمانی ارائه می‌دهد.

در تحقیق جدیدی که توسط محققان ایرانی انجام شده است، ابعاد مختلف طلاق از زاویه اثر آن بر کودکان واکاوی شده تا روشن شود چه نوع برخورد‌ها و حمایت‌هایی می‌تواند از شدت آسیب‌های این تجربه بکاهد. به گزارش ایسنا، طلاق برای بسیاری از خانواده‌ها فقط یک جدایی حقوقی یا پایان زندگی مشترک نیست، بلکه رویدادی پیچیده و دردناک است که می‌تواند ساختار زندگی روزمره، روابط عاطفی و احساس امنیت اعضای خانواده را دگرگون کند. این تغییر برای والدین دشوار است، اما برای کودکان اغلب به شکلی عمیق‌تر و طولانی‌تر تجربه می‌شود. کودکی که با جدایی پدر و مادر روبه‌رو می‌شود، ممکن است همزمان با احساساتی مانند ترس، سردرگمی، غم، خشم و ناامنی مواجه شود. از سوی دیگر، تغییر محل زندگی، کاهش تماس با یکی از والدین، تنش‌های خانوادگی و تغییر در نقش‌ها و مسئولیت‌ها، این تجربه را برای او سنگین‌تر می‌کند. به همین دلیل، طلاق فقط یک مسئله بین دو بزرگسال نیست و آثار آن می‌تواند بر سلامت روان، روابط اجتماعی و مسیر رشد فرزندان نیز اثر بگذارد.

آمار طلاق در سال‌های اخیر افزایش یافته و در نتیجه شمار بیشتری از کودکان در معرض پیامدهای آن قرار دارند. طلاق والدین می‌تواند با مشکلاتی مانند اضطراب، افسردگی، احساس تنهایی، افت رفاه، کاهش اعتماد به والدین، دشواری در روابط اجتماعی و حتی برخی رفتارهای پرخطر در سال‌های بعد همراه باشد. با این حال، همه طلاق‌ها به یک اندازه آسیب‌زا نیستند. کیفیت رابطه والدین در هنگام جدایی و پس از آن، نحوه برخورد با کودک، میزان تعارض و وجود یا نبود حمایت‌های مناسب، نقش تعیین‌کننده‌ای در شدت این آسیب‌ها دارد. به همین دلیل، شناخت عواملی که می‌تواند طلاق را برای کودکان کم‌آسیب‌تر کند، نه فقط برای خانواده‌ها بلکه برای مشاوران و نهادهای مرتبط نیز اهمیت زیادی دارد. در همین زمینه، کیمیا اسدی تیرانی، پژوهشگر مشاوره خانواده از گروه مشاوره دانشکدهٔ علوم اجتماعی دانشگاه رازی کرمانشاه، همراه با دو همکار هم‌دانشگاهی خود، پژوهشی درباره شاخص‌های طلاق کم‌آسیب برای کودکان انجام داده‌اند. در این پژوهش تلاش شده است از دل تجربه‌های حرفه‌ای متخصصان حوزه طلاق، نشانه‌ها و راهکارهای مهم در این زمینه استخراج گردد.

این مطالعه با روش کیفی و از نوع پدیدارشناسی انجام شد؛ روشی که به جای اندازه‌گیری صرف، می‌کوشد تجربه‌ها و برداشت‌های افراد را به‌صورت عمیق بررسی کند. شرکت‌کنندگان این پژوهش ۱۳ نفر از مشاوران روان‌شناختی حوزه طلاق در شهر کرمانشاه بودند، یعنی افرادی که تجربه و دانش مستقیم در این زمینه داشتند. تجربه‌های این متخصصان در سه محور اصلی دسته‌بندی شد: مداخلات مشاوره‌ای، مداخلات معطوف به والدین و مداخلات معطوف به کودکان.

یافته‌های پژوهش که در «نشریه رویش روان‌شناسی» وابسته به انجمن روان‌شناسی بالینی کودک و نوجوان منتشر شدند، نشان دادند طلاق زمانی می‌تواند برای کودکان آسیب کمتری داشته باشد که این فرایند به حال خود رها نشود و برای آن مداخلات برنامه‌ریزی‌شده در نظر گرفته شود. از جمله نکات مهمی که در این مطالعه برجسته شده، تضعیف نکردن جایگاه والد دیگر در برابر کودک، حفظ ارتباط سالم میان والدین پس از

یک تکنیک بدون شیمی‌درمانی نشان داد می‌تواند ۹۹ درصد از سلول‌های سرطانی را در آزمایشگاه از بین ببرد.

به گزارش ایسنا، دانشمندان احتمالا راهی برای از بین بردن سلول‌های سرطانی بدون تکیه اولیه بر شیمی‌درمانی، جراحی یا پرتودرمانی پیدا کرده باشند.

این رویکرد «هته مولکولی» نام دارد و به چیزی بیش از نور و یک مولکول پزشکی شناخته‌شده متکی نیست.

این تکنیک شامل استفاده از مولکول‌های آمینوسیانین (aminocyanine) که رنگ‌های مصنوعی هستند که در حال حاضر به طور گسترده در تصویربرداری پزشکی استفاده می‌شوند و تحریک آنها با نور نزدیک به فرورسرخ است.

این کار باعث می‌شود که آنها با سرعت حدود ۴۰ تریلیون نوسان در ثانیه به طور هماهنگ ارتعاش کنند که به اندازه‌ای سریع است که می‌توانند غشای یک سلول سرطانی را از نظر فیزیکی پاره کنند.

این روش می‌تواند سلول‌های سرطانی را در عرض چند دقیقه، حتی در دوزهای پایین از بین ببرد.

نتایج اولین آزمایش‌ها با استفاده از تکنیک «هته مولکولی» در پایان سال ۲۰۲۳ در مجله Nature Chemistry توسط تیمی از دانشگاه رایس، تگزاس A&M و دانشگاه تگزاس منتشر شد.

این آزمایش‌ها میزان موفقیت ۹۹ درصدی را در از بین بردن سلول‌های سرطانی در کشت‌های آزمایشگاهی نشان دادند.

در مدل‌های موش مبتلا به ملانوما نیز نیمی از حیوانات از سرطان رهایی یافتند.

از آن زمان یکی از محققان به نام جیمز تور(James Tour)، شیمیدان دانشگاه رایس، این رویکرد را با همکاریانش توسعه داده است.

محققان در اواخر سال ۲۰۲۴ مقاله‌ای تکمیلی در مجله Advanced Science منتشر کردند که در آن انواع مختلف مت‌های مولکولی در حال توسعه را شرح می‌داد که در چپه‌ای را برای هدف قرار دادن انواع مختلف سرطان با دقت بیشتر باز می‌کند.

امید در اینجا فقط میزان موفقیت نیست. در نظر داشته باشیم که نتایج تاکنون همگی در مدل‌های آزمایشگاهی و حیوانی حاصل شده‌اند و انتقال همان اثربخشی به انسان همیشۀ چندان ساده نیست.

البته دانشمندان فکر می‌کنند از آنجا که این یک تکنیک مکانیکی است، چیزی نیست که سلول‌های سرطانی احتمالا در برابر آن مقاومت نشان دهند.

سیسرون آیالا-اوروزکو(Ciceron Ayala-Orozco)، شیمیدان دانشگاه رایس گفت: این مطالعه در مورد روشی متفاوت برای درمان سرطان با استفاده از نیروهای مکانیکی در مقیاس مولکولی است.

این رویکرد، پیشرفتی در نوع دیگری از ماشین مولکولی کشفده سرطان به نام «موتورهای نوع فرینگا» است که قبلاً توسعه یافته بود که می‌توانند ساختار سلول‌های مشکل‌ساز را نیز بشکنند.

تور در دسامبر ۲۰۲۳ گفت: این یک نسل کاملاً جدید از ماشین‌های مولکولی است. آنها در حرکت مکانیکی خود بیش از یک میلیون برابر