

سلامت

مدیرکل دفتر نظارت و پایش مصرف فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو اعلام کرد

«بوتولیسم» خطرناک‌ترین مسمومیت غذایی

جوشاندن ۲۰ دقیقه مواد غذایی کنسروی برای جلوگیری از مسمومیت ضروری است

محدثه جعفری

خبرنگار

باکتری‌ها، ویروس‌ها، قارچ‌ها، مواد افزودنی غیرمجاز، فلزات سنگین و باقی‌مانده سموم نیابتی از عوامل مهم ایجاد مسمومیت‌های غذایی محسوب می‌شود. مسمومیت با مواد غذایی می‌تواند در اثر آلودگی غذا در جریان تولید فرآورده‌های غذایی، تهیه و نگهداری آن‌ها ایجاد شود. به گفته مسئولان سازمان غذا و دارو در میان مسمومیت‌های غذایی مسمومیت بوتولیسم بسیار خطرناک است.

دکتر زهرا جهانگرد مدیرکل دفتر نظارت و پایش مصرف فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو در گفت و گو با «ایران»، در این زمینه گفت: نوعی از مسمومیت غذایی بوتولیسم به‌صورت تأخیری (۱۲) در این مسمومیت غذایی به‌شمار می‌رود. بوتولیسم در اثر مصرف مواد غذایی مانند سوسیس، کالباس، کنسرو ماهی، کنسرو ذرت، کنسرو لوبیا، کشک خام و عسل طبیعی که در شرایط نامناسب و غیربهداشتی شربت‌ها و نگهداری شده است ایجاد می‌شود. علائم و نشانه‌های مسمومیت به‌صورت تأخیری (۱۲) تا ۲۴ ساعت بعد از مصرف غذای آلوده به باکتری) و به‌صورت تاری دید، دوبینی، افتادگی پلک، عدم توانایی حرکتی، سختی در بلع، اختلال تکلم و بی‌هوش‌تظاهر می‌شود.

وی تأکید کرد: دستور طلایی برای پیشگیری از مسمومیت غذایی پختن و خوردن غذا در همان روز است. همچنین باید از مصرف کنسروهایی که در قوطی آنها آثار نشست، برآمدگی و فرورفتگی و زنگ‌زدگی مشاهده می‌شود، خودداری کنید و قوطی‌های کنسرو را بیش از استفاده حتماً ۲۰ دقیقه جوشانید.

ثبت ۲۱۱۹ مورد مسمومیت ناشی از قارچ‌ها و گیاهان سمی در سال ۱۴۰۱

دکتر جهانگرد با اشاره به مسمومیت با قارچ‌های سمی و گیاهان خانگی گفت: برخی از قارچ‌های سمی در صورت مصرف خوراکی می‌تواند باعث نارسایی حاد کبدی و مرگ شوند. همچنین شیره سمی برخی از گیاهان آپارتمانی مانند دیفن باخیا و کالادیوم در صورت خورده شدن می‌تواند سبب تورم، خارش و سوزش مخاط دهان و خفگی و با آسیب گوارشی فرد مسموم شود. ناگفته‌نماند از میان نزدیک به دو هزار و ۱۱۹ مورد مسمومیت ناشی از قارچ‌ها و گیاهان سمی که در سال ۱۴۰۱ به بیمارستان‌ها مراجعه کرده‌اند، ۱۵ درصد در اثر قارچ سمی و ۸۵ درصد در اثر گیاه سمی بوده است.



کودکان زیر ۵ سال پرخطرترین گروه سنی از نظر مسمومیت

مدیرکل دفتر نظارت و پایش مصرف فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو، با اشاره به اینکه اکثر مسمومیت‌های اتفاقی در کودکان زیر ۵ سال و به علت عدم توجه والدین رخ می‌دهد، گفت: کودکان خردسال ممکن است هرچیزی را به دهان ببرند. این عمل بخشی از آموزش و درک این گروه سنی از محیط اطرافشان و البته زمینه‌ساز بروز مسمومیت است. در هنگام استفاده از محصولات شیمیایی و پاک‌کننده چنانچه مجبور شدید به زنگ در یا تلفن جواب دهید، قبل از هر چیز در ظرف را ببندید و از کودک خود چشم‌پرندارید.

دکتر جهانگرد تصریح کرد: داروهای خود را در مقابل چشم کودکان نخورید، چرا که کودکان از رفتار بزرگسالان تقلید می‌کنند و ممکن است دور از چشم والدین دارو بخورند. همچنین اگر به کودکان خود دارو می‌دهید به او تفهیم کنید که این دارو است و از کلماتی مثل آب‌نیات و یا خوراکی استفاده نکنید.

وی یادآور شد: در صورتی که کودک شما ماده‌ای غیرخوراکی را بلعید، حتماً با مرکز اورژانس ۱۱۵ و یا مرکز کنترل مسمومیت‌ها تماس بگیرید.

مدیرکل دفتر نظارت و پایش مصرف فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو با اشاره به اینکه کودکان زیر ۵ سال، پرخطرترین گروه سنی از نظر بروز مسمومیت هستند، اظهارداشت: سال ۱۴۰۱ حدود ۱۲ درصد از مسمومیت‌های مراجعه شده به بیمارستان‌ها در کودکان زیر ۱۲ سال شکل گرفته است.

دکتر جهانگرد گفت: عمده‌ترین موارد مسمومیت در کودکان در اثر خوردن داروها، مواد شیمیایی و محصولات خانگی مانند مواد آرایشی بهداشتی، فرآورده‌های شونده، سفیدکننده و لوله بازن، لاک پاک‌کن (استون) و گیاهان سمی آپارتمانی بوده است. وی خاطرنشان کرد: مسمومیت اتفاقی در اثر بلع نفت در کودکان بسیار خطرناک است. در صورت بلع نفت توسط کودک هرچه سریع‌تر او را به نزدیک‌ترین مرکز درمانی منتقل کنید. اگر کودکی نفت را بلعد، او را وادار به استفراغ نکنید که این امر می‌تواند منجر به مرگ وی شود.

آلودگی هوا
اعصاب خردکن است

گزارش «ایران» درباره تأثیر روانی آلودگی هوا



سجاد صفری / ایران

مقاومت می‌کنند و با خشمم با والدین‌شان برخورد می‌کنند. به عبارتی آن اضطراب و جدایی که در ابتدای سال برای دانش‌آموزان وجود داشت و با تلاش والدین، درمان و برطرف شده بود، بار دیگر دوباره تکرار می‌شود. علاوه بر آن نگرانی خانواده‌ها برای فرزندان‌شان به این موضوع دامن می‌زند. هر خانواده ترس و نگرانی خاص خود را دارد که فرزندش با حضور در مدرسه مریض شود و به همین دلیل اضطرابش را به فرزند خود منتقل می‌کند و باعث می‌شود خلق و خوی بچه‌ها متشنج شده و خشم‌شان افزایش یابد و گاه کودکان بیشتر از خشم دچار اضطراب می‌شوند و با پدر و مادر با خشونت و مقاومت برخورد می‌کنند.

این روانشناس در ادامه اظهار کرد: از سوی دیگر آلوده‌های موجود در هوای آلوده قادر است بر توانمندی انسان تأثیر بگذارد یعنی توانمندی مغز را کاهش می‌دهد. برای مثال زمانی که ما ورزش می‌کنیم و اکسیژن کافی به مغز می‌رسانیم، سطح تمرکز، حافظه و شناخت فردی‌مان را بالا می‌دهیم و عملکرد مغز بسیار بالا می‌رود اما برعکس در هوای آلوده به‌دلیل کاهش اکسیژن و افزایش ریزآلوده‌های موجود، عملکرد مغز کاهش می‌یابد و در درازمدت اثر مستقیمی بر خلقیات، تمرکز و یادگیری فرد خواهد داشت. این رویه درباره دانش‌آموزان نیز صادق است زیرا می‌تواند میزان تمرکز و یادگیری‌شان را کاهش دهد.

مرکزی عصبی است که شامل مغز و نخاع می‌شود. این دو بخش عملاً تحت تأثیر مستقیم آلوده‌ها قرار می‌گیرند. وی با اشاره با اینکه آلودگی هوا می‌تواند بر احساس رضایت ما از زندگی تأثیر بگذارد، خاطرنشان کرد: افرادی که بیشتر تحت تأثیر آلودگی هوا هستند، به‌طور مثال راننده‌ها، عملاً بیشتر حالت‌های اضطرابی را تجربه می‌کنند و سیستم عصبی‌شان تحریک می‌شود.

این استاد دانشگاه گفت: یکی دیگر از معایب هوای آلوده و مضر، مختل کردن عملکرد مغزی در افراد اوتیسم و بیش‌فعال است. یک بچه بیش‌فعال هنگام قرار گرفتن در معرض آلوده‌ها تجربه‌های سخت‌تری خواهد داشت. همه ما می‌دانیم که آلودگی هوا الزامی و پارکینسون را هم تشدید می‌کند.

استرس‌های چندبیاره

دکتر «مهسا ساداتی» روانشناس، در گفت‌وگو با خبرنگار «ایران» در این زمینه گفت: آلودگی هوا باعث تغییر بزرگی در زندگی روزمره ما شده است؛ به‌طور مثال این آلودگی یک تغییر اساسی در رویه مدارس کودکان ایجاد کرده است. با آغاز هرپایر آلودگی، مدارس آلوده می‌شود و هرپایر که مدارس آنلاین می‌شود، پدر و مادرها با مشکل فرستادن فرزندان‌شان به مدرسه روبه‌رو هستند. این تنها یک بعد از ماجراست، زیرا برخی از کودکان برای حضور دوباره سرکلاس‌ها

تأثیرگذار است. در آزمایش دیگری که روی موش‌ها انجام شد و تحت تأثیر ذرات آلوده هوا قرار گرفتند، روشن شد که تأثیر ذرات آلوده هوا به حدی تأثیرگذار بود که موش‌ها نتوانستند از مسیرهای ماریج عبور کنند و به عبارتی عملکرد مغزشان به‌طور صحیح انجام نشد. همچنین علائم افسردگی و نشانه‌های سندروم داون مثل آسم، برونشیت و تنگی نفس. طبیعی است زمانی که هوا آلوده می‌شود فرد تحت فشار جسمانی بالا دچار مشکل می‌شود و این حالت از لحاظ روانی هم روی وی تأثیر می‌گذارد. واقعیت امر این است که حالت‌های روانی و جسمی مانند شیرو شکر در هم آمیخته‌اند و زمانی که ما از یک بعد دچار مشکل می‌شویم یا بعد دیگر هم عملکرد مناسبی نخواهیم داشت و مشکلات خاص خود را تجربه می‌کنیم کما اینکه در زندگی روزمره این موضوع را تجربه کرده‌ایم. برای مثال زمانی که دچار سرماخوردگی می‌شویم، انرژی هم نداریم و افسرده و بی‌رسمی می‌شویم.

کاهش انگیزه و افزایش اضطراب

این روانشناس عنوان کرد: در تحقیقاتی که در سال ۲۰۱۸ میلادی صورت گرفت، پژوهشگران متوجه شدند که سطح بالای آلودگی هوا می‌تواند باعث افزایش قتل، تجاوز، سرقت و جرایم خشونت‌آمیز شود. در بررسی‌ای که انجام شده مشخص شد که آلودگی هوا روی سلامت روان افراد به شدت

کاهش تعاملات اجتماعی، حس انزوا و افزایش پرخاشگری



برش

دکتر «حسین ایمانی جاجرمی» جامعه‌شناس، در گفت‌وگو با «ایران» درباره تأثیر آلودگی هوا بر روان و خلقیات فردی گفت: مهم‌ترین تأثیر آلودگی هوا در ابعاد اجتماعی، کاهش تعاملات انسانی است که عملاً در مسأله روابط اجتماعی و زندگی روزمره اختلال ایجاد می‌کند؛ بخصوص در بخش‌هایی از جامعه که صدایی ندارند یعنی در عرصه‌هایی که درمته قدرت، مقام و اداره امور قرار نگرفته‌اند و آسیب‌پذیر هستند. برای مثال در مدارس، به محض اینکه مسأله آلودگی هوا شدت می‌گیرد اولین راه حلی که به ذهن مدیران می‌رسد تعطیلی مدارس است در حالی‌که بخش عمده‌ای از اهداف زندگی جمعی، پرورش نسل آینده است. به‌عنوان راه حلی برای مقابله با آلودگی هوا، مدارس تعطیل می‌شوند، همه می‌دانیم تعطیلی باعث کاهش کیفیت تحصیل می‌شود که عملاً در فراگیری کودکان اختلال ایجاد می‌کند و یک بی‌عدالتی در جامعه صورت می‌گیرد، یعنی افرادی که نقشی در آلودگی ندارند قربانی می‌شوند و به همین دلیل باید به این موضوع بیشتر توجه شود. وی افزود: نکته دوم این است که زندگی شهری یک زندگی مبتنی بر تمرکز محرکی و مصرف‌گرایانه‌ای پرکاری

برای آنها در نظر گرفته نمی‌شود و این منزوی شدن، پرروح و روان و شادابی افراد تأثیر می‌گذارد و میزان پرخاشگری و خشم را با توجه به افزایش آلوده‌ها در پی خواهد داشت. به همین دلیل باید تمهیداتی در این ارتباط در نظر گرفته شود. برای مثال برنامه‌های سرگرم کننده‌ای در شبکه‌های اجتماعی یا تلویزیون پخش شود که روحیه این افراد با توجه به خانه‌نشینی بالا نکه داشته شود تا کمتر دچار افسردگی و بی‌تحریکی شوند.

تأثیر آلودگی هوا بر رتبه شهردار گزارش‌های جهانی

ایمانی جاجرمی گفت: نکته سوم مربوط به موضوع آبروی شهری است که هر سال گزارش‌های جهانی درباره کیفیت زندگی و شهرها منتشر می‌شود. موضوع این است که میزان سلامت آب و هوا، یکی از شاخص‌های مهم این ارزیابی‌ها در رتبه‌بندی شهرها در دنیاست و نشان‌دهنده جایگاه آن کلاتشهر در اقتصاد جهانی و جذب سرمایه است. در چنین شرایطی به‌عنوان مثال کلاتشهرهای کشورمان در سطح پایین رتبه‌بندی قرار می‌گیرند و از جدابیت‌های شهر برای توجه گردشگران و جذب سرمایه می‌کاهد.

و تنش‌های عصبی و روانی زیاد است. به عبارتی زندگی در کلاتشهرها آسان نیست و آلودگی هوا باعث می‌شود بسیاری از فعالیت‌هایی هم که می‌توان در مکان‌های عمومی انجام داد، دچار اختلال شود مثل ورزش و پیاده‌روی. عملاً ما در بعد جسمی، حرکتی، ورزشی و سلامت هم دچار مشکل می‌شویم و آسیب می‌بینیم. این جامعه‌شناس خاطرنشان کرد: زمانی که اکسیژن درمواقع آلودگی کاهش می‌یابد و آلوده‌ها هوا را پر می‌کنند، قطعاً کیفیت زندگی ما تحت تأثیر قرار می‌گیرد. این روند علاوه بر جسم، بر روان افراد هم تأثیر می‌گذارد. ما شاهدیم که در زمان آلودگی، آمار مرگ و میر ناشی از حمله‌های قلبی با مشکلات تنفسی، افزایش می‌یابد. از لحاظ دیگر هنگام آلودگی اغلب افراد بخصوص گروه‌های حساس مثل سالمندان و مبتلایان ببه بیماری‌های زمینه‌ای در خانه می‌مانند. این مورد بویژه برای سالمندان وخیم‌تر است، زیرا منزوی شدن و احساس گریز و در تله افتادن به فرد دست می‌دهد و امکان خروج از منزل به شدت کاهش می‌یابد. در زمان آلودگی به این افراد گفته می‌شود که از خانه خارج نشوند در حالی‌که هیچ برنامه خاص و مدونی

بیشتر پرخاشگری می‌شود. نتیجه یک مطالعه نشان می‌دهد که افزایش آلودگی، جرائم خشونت‌آمیز را افزایش می‌دهد. با انجام تحقیقات بیشتر، روشن شده است که آلودگی، تأثیر کمی بر سایر جرائم غیرخشونت‌آمیز مانند کلاهبرداری دارد اما برعکس بر میزان جرائم خشونت‌آمیز و کشائشی تأثیر داشته و موجب افزایش این نوع رفتارها می‌شود.

چه کاری می‌توانیم انجام دهیم؟

فوری‌ترین و ملموس‌ترین سیاستی که می‌توانیم برای کاهش آلودگی هوا به کار بگیریم، کاهش انتشار گازهای آلوده خروجی خودروهاست. کاهش آلوده‌های خودرو به معنای روی آوردن به خودروهای گران‌قیمت و تمام‌الکتریکی

با سیستم‌های تنظیم عصبی-شیمیایی ما تداخل می‌کند و توانایی ما را برای تنظیم افکار، احساسات و رفتارمان تحت تأثیر قرار می‌دهد. حتی نگران‌کننده‌تر، اینکه اثرات عصبی گسترده می‌تواند منجر به رفتارهای منفی خاصی مانند خشونت شود.

آلودگی هوا و افزایش رفتارهای تهاجمی

ذرات ریز یا ذرات با قطر کمتر از ۲٫۵ میکرون (PM۲٫۵) از طریق تنفس ما وارد جریان خون و باعث التهاب سیستمیک اندام‌های حیاتی از جمله مغز می‌شوند. التهاب مغز عملکرد شناختی را مختل می‌کند که به نوبه خود منجر به تصمیم‌گیری‌های تهاجمی بیشتر و موارد



آناتومی پرخاشگری

آلودگی هوا چگونه باعث افزایش تمایلات خشونت‌آمیز می‌شود؟

ترجمه / در حال حاضر، ما به خوبی از

اثرات فاجعه‌بار انتشار گازهای گلخانه‌ای آگاه هستیم. ما درحال پیمایش آلوده‌ها به اقصایم. ثابت شده است که آلوده‌های ارتفاع کم مانند مونوکسید کربن، دی‌اکسید نیتروژن، دی‌اکسید گوگرد و سرب، بر بروز برخی از سرطان‌ها مثل سرطان ریه تأثیرگذار است، موجب تشدید برخی از بیماری‌های قلبی و ریوی است. با این حال، یکی از قربانیان آلودگی هوا چندان موردتوجه قرار نگرفته است: یعنی «شناخت ما» و به‌عبارتی تأثیر روانی آلودگی هوا.

پژوهش‌های انجام‌شده اکنون تأیید می‌کند که آلودگی هوا به صورت مستقیم

۷۵

درصد

یک مطالعه در مورد ترافیک منطقه مترو «تورنتو» نشان می‌دهد، ۷۵درصد از آلوده‌های مضر از ۲۵درصد وسایل نقلیه که عموماً قدیمی‌ترند، نقص فنی دارند و مصرف سوختشان بیشتر است، ناشی می‌شود

