



رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت در گفت‌وگو با «ایران»:

کرونا بخشی از سرماخوردگی‌هاست

گزارش

محدثه جعفری

خبرنگار

تجمعات مردمی، سفرها و همچنین سرد بودن هوا از جمله عوامل برای شیوع سرماخوردگی میان مردم است، به طوری که اکنون در اطرافیانمان مشاهده می‌کنیم افراد کم و بیش با علائمی شبیه به سرماخوردگی درگیر هستند. با کاهش رعایت نکات بهداشتی، افراد سرماخوردگی تحت تأثیر رفت و آمدها، دیگران را نیز مبتلا می‌کنند. در واقع باید گفت که موج سرماخوردگی زمستانی را با تأخیر داشتیم و بعد از تعطیلات نوروزی شاهد افزایش موارد مراجعه به مراکز درمانی هستیم، به نظر می‌رسد که روند ابتلا به این بیماری‌ها در حال افزایش است به طوری که رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با اعلام اینکه سه درصد ویروس‌های سرماخوردگی را کرونا تشکیل می‌دهد، عنوان می‌کند: بیماری‌های تنفسی که اکنون مشاهده می‌شود، عمدتاً سرماخوردگی است و ویروس جدیدی نه تنها در ایران بلکه در سایر کشورها مشاهده نشده است.

آفلواتزا افزایش پیدا نکرده است، عنوان می‌کند: طبق بررسی‌هایی دقیق که انجام می‌شود در دو هفته آخر اسفندماه آفلواتزا به حد کمتر از مورد انتظار اپیدمی‌اش رسید یعنی زیر ۱۰ درصد و این یعنی بیک‌های آفلواتزا را رد کردیم. مواردی که اکنون مشاهده می‌شود، عمدتاً سرماخوردگی است. رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت با بیان اینکه حداقل ۲۱ نوع ویروس که علائم مشابه سرماخوردگی ایجاد می‌کنند به طور مرتب رصد می‌شوند، می‌گوید: موج و جبهه هوای سرد در اواخر سال گذشته به کشور ورود کرد و سبب افزایش موارد سرماخوردگی شد. اگرچه موارد سرماخوردگی و بیماری‌های تنفسی افزایش یافت اما افزایش مشخص

دکتر شهنام عرشی با اشاره به علت افزایش موارد بیماری‌های تنفسی در کشور به «ایران» می‌گوید: بیماری‌های تنفسی‌ای که اکنون در کشور و میان مردم مشاهده می‌شود نوعی سرماخوردگی است به این صورت که بخشی از ویروس‌های سرماخوردگی یعنی حدود ۳ درصد را بعد از این کرونا تشکیل می‌دهد. وی می‌افزاید: به علت تغییرات آب و هوایی، سرد بودن هوا، تجمعاتی که به علت دید و بازدید نوروزی و مسافرت‌ها صورت گرفته، طبیعی است اکنون موجی از بیماری‌های تنفسی را شاهد باشیم.

۲۱ نوع ویروس علائم سرماخوردگی ایجاد می‌کند عرشی با بیان اینکه الزاماً بستری‌های ما به علت کرونا و



ایرنا

نایب‌رئیس انجمن متخصصان عفونی ایران:

افزایش بیماری‌های تنفسی در بهار دور از انتظار نیست



برش

دکتر مرتضی ایزدی متخصص بیماری‌های عفونی و گرمسیری در خصوص افزایش موارد ابتلا به بیماری‌های تنفسی در کشور به «ایران» می‌گوید: انتظار اینکه بیماری‌های تنفسی با غلبه آفلواتزا، کووید ۱۹، کروناها قدیمی، ویروس تنفسی «راس وی»... و معمولاً علائمی شبیه به سرماخوردگی دارند در پاییز، زمستان و اوایل بهار بیشتر در میان مردم جوان می‌دهند خصوصاً با تجمعاتی که در شروع فصل بهار با مسافرت‌ها، دید و بازدیدها و البته عدم رعایت نکات بهداشتی صورت می‌گیرد دور از انتظار نیست. وی می‌افزاید: تا قبل از شروع بهار بیشترین سوبه‌ای که داشتیم آفلواتزا بود اما اکنون به نظر می‌رسد کمی افزایش کرونا را میان مردم شاهد هستیم اینکه با چه سوبه‌ای روبه‌رو هستیم باید جواب آزمایشات به دستمان برسد تا مشخص شود نوع ویروس گسترش یافته چیست. نمی‌توان تفاوتی بین علائم سرماخوردگی یا کرونا قائل شد و تنها راه تشخیص نوع آن انجام آزمایش است. این استاد دانشگاه با اشاره به افرادی که ریسک بالایی در دریافت این ویروس‌ها دارند، می‌گوید: افرادی که بیماری‌های ریوی، قلبی و نقص ایمنی دارند یا باردار هستند، حتماً در زمان ابتلا به ویروس‌های تنفسی به پزشک مراجعه کنند، دیگر افراد که علائم محدود دارند، می‌توانند با درمان‌های رایج و استراحت بهبودی خود را به دست آورند.

اما مصرف خودسرانه داروهای مایعات، میوه‌های حاوی ویتامین C و سبزیجات مصرف کننده همچنین در روند درمان نندارد، خودداری کنند.

ایمنی بدن باشند همچنین در زمان ابتلا به سرماخوردگی می‌توانند از داروهای که بدون نسخه برای این بیماری وجود دارد استفاده کنند

ماسک استفاده کنند و به طور مرتب مایعات، میوه‌های حاوی ویتامین C و سبزیجات مصرف کنند همچنین مراقب افراد سالمند با نقص سیستم

خبر

وزیر بهداشت در دیدار نوروزی با کارکنان این وزارتخانه اعلام کرد

سلامت مردم خط قرمز وزارت بهداشت است

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با اشاره به عملکرد این وزارتخانه در ایام نوروز به انجام بیش از ۴ میلیون ویزیت و ۱۵۰ هزار عمل جراحی اشاره کرده و گفت: سلامت مردم خط قرمز وزارت بهداشت است و با احیای طب ایرانی می‌توانیم فرهنگ استفاده بیش از حد از داروهای شیمیایی را اصلاح کنیم. به گزارش وبدا، دکتر بهرام عین‌اللهی در دیدار نوروزی با کارکنان، مدیران و معاونان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و سازمان‌های تابعه، ضمن تبریک سال نو و قدرتی از تلاش‌های یک‌ساله مجموعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در راه خدمت‌رسانی به مردم، عنوان کرد: سال ۱۴۰۳ با دو بهار آغاز شد، بهار طبیعت و بهار دل‌ها. امیدوارم همان‌طور که بهار طبیعت باعث تحول و شکوفایی جهان می‌شود، خاوند متعال ما را یاری دهد تا همگام با طبیعت، این تحول را در درون خود نیز ایجاد کنیم.

وی با تأکید بر ضرورت مستندسازی و اطلاع‌رسانی اقدامات مثبت و سازنده نظام سلامت به مردم، گفت: «پیگیری» و «ارزایی»، دو موضوع مهمی است که در سال جدید به طور جدی به آن می‌پردازیم.

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با اشاره به حضور شبانه‌روزی و فعال کادر بهداشت و درمان کشور در تعطیلات نوروز به منظور خدمت‌رسانی به مردم، یادآور شد: در این ایام بخش اورژانس و درمان به صورت ۱۰۰ درصدی فعال بود و بیش از ۴ میلیون ویزیت و ۱۵۰ هزار عمل جراحی انجام شد. وی با تأکید بر موضوع «کرامت بیمار» خاطرنشان کرد: تمام کارکنان حوزه سلامت در مراکز درمانی باید موضوع کرامت بیمار را رعایت کنند؛ چرا که محترم شمردن شأن انسانی افراد از جمله اولویت‌های ماست.

وی ادامه داد: فرصت خدمت کوتاه است و باید این فرصتی که خداوند متعال عنایت کرده، در جهت خدمت به مردم به کار گیریم و اقداماتی مثبت و ماندگار برجای بگذاریم؛ به عبارتی باید بتوانیم فرصت خدمت را به فصل شکوفایی و تجلی کارهای ماندگار مبدل کنیم.

وی با بیان اینکه سلامت مردم خط قرمز وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی محسوب می‌شود، افزود: مجموعه دانشگاه‌های علوم پزشکی باید با یکدیگر هماهنگ و همدل باشند و در جهت خدمت به مردم کار کنند. وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی همچنین با تأکید بر لزوم توجه به ظرفیت طب ایرانی، گفت: با احیای طب ایرانی می‌توانیم فرهنگ استفاده بیش از حد از داروهای شیمیایی را اصلاح کنیم، بویژه آن‌که بسیاری از بیماری‌ها بدون استفاده از داروهای شیمیایی قابل کنترل و درمان است.

زندگی به سبک سالم

تازه‌ترین نتایج پژوهش‌ها نشان داد تغذیه بر اختلال بیش فعالی تأثیر دارد



ترجمه

آرزو کیهان

خبرنگار

متخصصان تغذیه در کانادا بر این باورند که ۴ نوع رژیم غذایی می‌تواند بر اختلال «ای‌دی‌جی» ADHD تأثیر بگذارد و اثرات این بیماری را کاهش دهد.

اختلال «ای‌دی‌جی» اختلالی عصبی-رشدی است که موجب رفتارهای تکانشی، بیش‌فعالی و نقص توجه می‌شود و خانواده‌های زیادی را می‌درگیر کرده است. محققان تغذیه بر این باورند کمبود برخی ویتامین‌ها می‌تواند بر افزایش این اختلال در کودکان تأثیرگذار باشد. البته این اختلال مختص کودکان نیست و بزرگسالانی هم هستند که با آن دست‌وپنجه نرم می‌کنند.

رفتارهای تکانشی چیست؟

رفتارهای تکانشی (impulsivity) یکی از ویژگی‌های متمایز در اختلال‌های شخصیتی است. تصمیمات ناگهانی و عجولانه، ناتوانی در جلوگیری نکردن از تصمیم‌های غلط و احساسی، ناتوانی در بروز واکنش ب موقع و متناسب با رخدادها مخصوصاً در موقعیت‌های هیجانی مثبت یا منفی، نداشتن دوران‌دیشی و بی‌توجهی به عواقب تصمیمات و ناتوانی در پیش‌بینی پیامدهای مثبت یا منفی تصمیمات، از جمله حالت‌های این اختلال است.

یکی از راه‌های مقابله با افزایش و بروز این اختلال تغذیه مناسب عنوان شده است. رعایت نکاتی در تغذیه می‌تواند تا حد زیادی این اختلال را کاهش دهد که از جمله می‌توان به انتخاب رژیم غذایی سرشار از پروتئین، امگا ۳ و دریافت مولتی ویتامین روزانه مورد نیاز بدن اشاره کرد. به عبارتی تغییر در انتخاب غذاهای مغذی می‌تواند در یک‌دوازده ماه به شما کمک کند. روند متخصصان تغذیه که روی ایجاد رابطه سالم غذا و بدن کار می‌کنند، می‌گویند: به‌عنوان متخصص تغذیه،

خواهد بود. اگر غذاهای دریایی را دوست ندارید یا به هر دلیلی به آن دسترسی ندارید، مکمل روغن ماهی امگا ۳ مصرف کنید که شامل دو نوع اسید چرب EPA و DHA است.

روزانه یک مولتی ویتامین مصرف کنید

تحقیقات نشان داده برخی از کودکان مبتلا به «ای‌دی‌جی» ممکن است کمبود برخی ویتامین‌ها و مواد معدنی خاصی مانند آهن، منیزیم، روی و ویتامین D داشته باشند. یکی از راه‌های آسان و ایمن برای افزایش سطح همه این موارد، مصرف روزانه مولتی ویتامین است که می‌تواند به همه چیز، از سلامت قلب گرفته تا داشتن پوست شفاف‌تر کمک کند. چه مبتلا به «ای‌دی‌جی» باشید و چه نباشید، مصرف روزانه مولتی ویتامین می‌تواند کمبودهای ویتامینی بدن را تضمین کند و این نکته شامل کودکان هم می‌شود.

آخرین نکته، لزوم انجام غربالگری کامل برای تشخیص کمبود ویتامین‌ها در بدن است. می‌توانید میزان ویتامین‌های موجود در بدن فرزندتان را با دستور یک متخصص غربالگری کرده و در چنین شرایطی قادرخواهید بود منوی غذایی فرزندتان را تنظیم کنید و انجام این کار با یک آزمایش خون ساده امکان‌پذیر است. اختلال «ای‌دی‌جی» مختص کودکان نیست، بلکه افراد بزرگسال هم می‌توانند درگیر چنین اختلالی شوند. تاکنون ۱۴۰ میلیون نفر در سراسر جهان به این بیماری مبتلا شده‌اند. این اختلال در پسران دو برابر دختران و در مردان یک‌وشش برابر است.

رئیس انجمن آنستزیولوژی (بیهوشی) و مراقبت‌های ویژه ایران در گفت‌وگو با «ایران» اعلام کرد

مشکل اصلی باور نداشتن به جایگاه استراتژیک رشته بیهوشی است

صندلی‌های خالی دستپاری بیهوشی، نشانه مشکلی است که در صورت بی‌توجهی تبدیل به بحران می‌شود

گزارش خبری

گروه اجتماعی



متخصص بیهوشی و مراقبت‌های ویژه، یکی از ارکان تأثیرگذار در حوزه سلامت و درمان است. حال این رشته با کمبود نیرو و صندلی‌های خالی در دوره تخصص روبه‌رو شده است، به طوری که دکتر محمد رئیس‌زاده، رئیس سازمان نظام پزشکی کشور، در صحبت‌های اخیر خود، به کمبود هزار دستپار بیهوشی در کشور اشاره کرد و اینکه به‌دلیل حقوق کم دستپاری، پزشکان عمومی رغبتی برای ادامه تحصیل در دوره دستپاری و گرفتن تخصص ندارند.

در همین زمینه، دکتر علیرضا سلیمی، رئیس انجمن بیهوشی و مراقبت‌های ویژه ایران، از بی‌عدالتی بین‌رشته‌ای صحبت کرد و گفت: برای برقراری عدالت بین‌رشته‌ای نهایت اختلاف درآمد باید ۵ تا ۱۰ برابر باشد اما اکنون این اختلاف بعضاً بیش از ۱۰۰ برابر است و متخصصان بیهوشی دریافتی اندکی دارند.

رئیس انجمن بیهوشی در گفت‌وگو با «ایران» با اشاره به بی‌تدبیری دولت‌های گذشته در خصوص رشته تخصصی بیهوشی و مراقبت‌های ویژه گفت: در دولت‌های قبل بارها پیشکشوتان و متولیان این رشته هشدار دادند که چنین شرایطی در آینده نه چندان دور ایجاد خواهد شد. متأسفانه در آن زمان صورت‌مسأله و مشکل را قبول نداشتند و موضوعی که راحت‌تر در آن زمان حل می‌شد، اکنون تبدیل به معضلی پیچیده شده است.

هستند و این نگرش درست، قطعاً در تعریف، درآمد، علاقه به کار و سایر شاخص‌های افراد این حوزه تأثیرگذار است و پزشکان عمومی برای حضور در این رشته اشتیاق دارند.

ظرفیت صندلی دستپاری بیهوشی خالی است

رئیس انجمن بیهوشی با اشاره به اینکه اکنون در کشور ما ظرفیت صندلی‌های دستپاری بیهوشی خالی است، افزود: پیامد بی‌توجهی مسئولان نظام سلامت در دهه‌های گذشته اکنون خودش را نشان می‌دهد و می‌بینیم پزشکان عمومی به جای انتخاب رشته دستپاری بیهوشی سوق پیدا کرده‌اند. اگر بخواهیم درآمد رشته را اکنون زیاد کنیم مدیریت بحران انجام داده‌ایم اما به طور کلی باید نگرش اولیه به این رشته را اصلاح کنیم.

آموزش متخصص بیهوشی فرایند یک شبه نیست

این متخصص بیهوشی خاطرنشان کرد: پزشکان و متخصصان این رشته باید جایگاه خودشان را در نظام سلامت پیدا کنند. برای حل مشکلات باید از تمام ظرفیت‌ها استفاده کنیم و کمیته‌های ویژه‌ای را برای آن ایجاد کنیم. اگر این مهم انجام شود، پزشکان عمومی هم برای حضور در این رشته اشتیاق پیدا می‌کنند. وی با بیان اینکه باید ضریب کارایی متخصصان را بالا ببریم، افزود: اکنون کمبود چشمگیری در حوزه تخصص بیهوشی نداریم اما باید

انگیزه‌های لازم برای ورود به این رشته را ایجاد کنیم تا در آینده نزدیک به مشکل برنخوریم؛ چرا که بحث آموزش فرایند یک شبه نیست و باید الان برای فردی این رشته کام برداریم.

دکتر سلیمی با بیان اینکه بیهوشی رشته‌ای استراتژیک و کلیدی است، اظهارداشت: این رشته می‌تواند شاخص‌های بهداشتی را تغییر دهد، جلوی مرگ‌ومیر مادران و کودکان را بگیرد و... به همین دلیل متولیان سلامت برای رشته بیهوشی و مراقبت‌های ویژه در کشورهای پیشرفته جایگاه بسیار خوبی متصور

دکتر علیرضا سلیمی افزود: در این دولت، مسئولان نظام سلامت به این مسأله واقف شدند و در تلاش برای رفع آن هستند اما اکنون برای رفع مشکلات در حوزه بیهوشی، نمی‌توان به راحتی گام برداشت و حل کردن آن با یک نشست امکان‌پذیر نیست. رئیس انجمن بیهوشی با اشاره به اینکه اکنون باید با بهره‌گیری و کمک از نظرات تمامی دست‌اندرکاران و متولیان از جمله انجمن بیهوشی و صاحب‌نظران این حوزه و صرف وقت و برنامه‌ریزی دقیق، به راهکارهای حل این مشکل دست یافت، گفت: اولین خواسته ما پذیرش این مشکل از سوی مسئولان بود که این اتفاق در دوره این دولت رخ داد. وی ادامه داد: در کشورهای پیشرفته رشته تخصصی بیهوشی جزو سه رشته مهم، پولساز و تأثیرگذار است، اما این درحالی است که این رشته در ایران با بی‌توجهی روبه‌رو شده است چرا که در چند دهه گذشته، سیاست حوزه سلامت در سایه «جراح‌سالاری» بود و به همین دلیل رشته‌هایی که بیشترین توجه در سطح جهانی را دارند در ایران جزو رشته‌های درجه دو قرار گرفتند.