



خبرگزاری: تسنیم

منبع: بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۷/۱۲

## در گفت‌وگو با تسنیم مطرح شد

### دانشگاهی که هیچ کدام از دانشجویانش بدون خوابگاه نماندند

شناسه خبر: ۸۷۸۲۳۸ سرویس: اجتماعی

۱۲ مهر ۱۳۹۴ - ۰۰:۵۰

رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی از پوشش کامل خوابگاهی برای دانشجویان ورودی جدید این دانشگاه به همراه دانشجویان مقاطع فوق لیسانس و Phd خبر داد و گفت: در مجموع هیچ دانشجویی امسال بدون خوابگاه نمانده است.

علی اصغر پیوندی در گفت‌وگو با خبرنگار سلامت خبرگزاری تسنیم، درباره برنامه‌های سال تحصیلی ۹۴ - ۹۵ برای دانشجویان ورودی جدید این دانشگاه اظهار کرد: دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی همیشه یکی از اهدافش این بوده است که دانشجویانی در مقاطع مختلف تحصیلی از یک آرامش نسبی برخوردار باشند، بنابراین شرایط مناسب برای آنها فراهم می‌شود، امسال نیز ما به تمام واجدین شرایط که تقاضای خوابگاه دولتی داشتند خوابگاه واگذار کردیم.

وی درباره تعداد واگذاری این خوابگاه‌ها عنوان کرد: بالغ بر حدود بیش از یک هزار دانشجوی جدید به دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی وارد می‌شوند ولی تعداد خوابگاه‌هایی که تقاضا می‌شود کمتر از این آمار است، بنابراین شرایط بی‌نظیر نسب به دانشگاه‌های کل کشور در این دانشگاه برای خوابگاه دانشجویان محقق شده است زیرا ما به طور رسمی نباید به دانشجویان PHD و مقاطع فوق لیسانس خوابگاه واگذار کنیم ولی به دلیل شرایط محیطی که افراد از شهرستان به تهران می‌آیند این تسهیلات از طرف دانشگاه به آنها ارائه می‌شود.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به اینکه بنابراین به تمام دانشجویانی که تقاضای خوابگاه داشتند از جمله ورودی‌های جدید و مقاطع فوق لیسانس و Phd خوابگاه واگذار شده است، خاطر نشان کرد: سال گذشته نیز تلاش‌هایی در این



باره صورت پذیرفت ولی کمی از برنامه عقب بودیم ولی امسال با تمهیداتی که در خوابگاه ها صورت پذیرفت شرایط کمبود خوابگاه در این دانشگاه برطرف شده است و هیچ دانشجویی بدون خوابگاه نیست البته دانشجویان بین المللی مان خوابگاه هایی برای شان گرفتیم که تحت نظر این دانشگاه است ولی مبالغ آن را باید خودشان پردازند زیرا دستورالعمل وزارت بهداشت نیز این بود ولی در مجموع هیچ دانشجویی امسال بدون خوابگاه نمانده است.

انتهای پیام/



خبرگزاری : موج

منبع : بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۷/۱۲

## رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی؛

### سپید پوشان سلامت در رسته های مختلف دفاع مقدس خوش درخشیدند

موج-رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در حاشیه مراسم نقش جامعه پزشکی در دفاع مقدس از حماسه جامعه پزشکی قدردانی کرد و گفت: یکی از صحنه های درخشان جامعه پزشکی در قبل و بعد از انقلاب اسلامی، شرکت فعالانه و حضور سپید پوشان سلامت در رسته های مختلف دفاع مقدس بوده است.

دکتر علی اصغر پیوندی، رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در حاشیه مراسم نقش جامعه پزشکی در دفاع مقدس در گفت و گوی اختصاصی با موج گفت: یکی از صحنه های درخشان جامعه پزشکی در قبل و بعد از انقلاب اسلامی، شرکت فعالانه و حضور سپید پوشان سلامت در رسته های مختلف دفاع مقدس بوده است. رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی افزود: دفاع مقدس صحنه ای از انقلاب بود که توانستیم از حیثیت، ملیت و دین خود دفاع کنیم و با حضور پررنگ جامعه پزشکی باعث شد که بتوانند برگ زرینی را در دفاع مقدس رقم بزنند. رئیس نظام پزشکی تهران ادامه داد: رسیدگی بی انتها و بی منت و شرکت اقشار مختلف جامعه پزشکی حاکی از آن است که جامعه پزشکی ما در مواقعی که ملت عزیزمان و میهن اسلامی به آن نیاز دارند شرکت کرده اند و موجب افتخار همه ما است. دکتر پیوندی در پایان گفت: امیدواریم روند تجلیل از جامعه پزشکی همچنان ادامه داشته باشد تا بتوانیم قدردان عزیزانی باشیم که با گذشتن از جان و مال خود تلاش کردند امنیت و آرامش امروز را برایمان فراهم کنند - .



روزنامه : همشهری

منبع : بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۷/۱۲

## سکسکه‌ای در مغز

سکته مغزی هر سال جان ۶ میلیون نفر را در جهان می‌گیرد و طبق آماري که سازمان نظام پزشکی منتشر کرده، در ایران هر روز ۲۵۰ تا ۳۰۰ نفر دچار سکته مغزی می‌شوند و هر سال ۲۰ هزار نفر از آنها، در اثر این نوع از سکته و عوارض ناشی از آن، جانشان را از دست می‌دهند.

این البته فقط بخشی از ماجراست؛ اگر بدانید که سن سکته مغزی در کشور ما ۱۰ سال کمتر از استانداردهای جهانی است، احتمالاً بیشتر نگران این بیماری می‌شوید. سکته مغزی آنطور که دکتر حسین پاکدامن، رئیس انجمن مغز و اعصاب ایران می‌گوید، به دلیل فشارهای محیطی و عوامل ژنتیک در میان ایرانی‌ها نرخ بالایی دارد و در سنین جوانی هم شایع است.

### سکته مغزی چیست؟

سکته مغزی حکم یک سکسکه در مغز را دارد که برای چند لحظه همه چیز را در بخش‌هایی از مغز متوقف می‌کند. درباره سکته مغزی، علائم واضحی وجود دارد و شما به سرعت می‌توانید نشانه‌های آن را دریابید. فردی که در معرض سکته مغزی قرار دارد، به شما خواهد گفت که گزگز ناگهانی صورت یا اندام‌های فوقانی یا تحتانی را تجربه می‌کند که عموماً در یک سمت بدن احساس می‌شود. او دچار گیجی ناگهانی، اختلال در بینایی، ناتوانی در برقراری تعادل حین راه رفتن و حتی ایستادن است. احساس می‌کند اتاق و اجسام آن دور سرش می‌چرخند، سردرد شدید و ناگهانی و بدون علت دارد یا در انجام حرکاتش، هماهنگی به چشم نمی‌خورد.

در وقوع سکته مغزی، چند عامل مؤثر وجود دارد. این عوامل عبارتند از: سن، جنسیت، سابقه سکته مغزی و سابقه خانوادگی.

سکته مغزی اگرچه در تمام سنین ممکن است اتفاق بیفتد ولی احتمال بروز آن در افراد مسن‌تر، بیشتر است. همچنین مردان



بیش از زنان دچار سکته مغزی می شوند. فردی که قبلاً سابقه سکته مغزی داشته است، بیشتر در معرض سکته های بعدی قرار دارد و احتمال سکته مغزی در افرادی که یکی از اعضای خانواده آنها به سکته دچار شده، بیشتر است.

### کمک های اولیه در سکته مغزی

خیلی مهم است که در بروز سکته های مغزی سریع عمل کنید. اگر هر کدام از علائم بالا را دیدید، منتظر نمانید تا رفع شوند. هر ثانیه ای که هدر دهید باعث مرگ سلول های بیشتر مغز می شود. بنابراین سریع با اورژانس تماس بگیرید و تا رسیدن آنها، کارهای زیر را انجام دهید:

1- تا رسیدن اورژانس، فرد را بنشانید یا از او بخواهید دراز بکشد. مراقب باشید راه نرود چون راه رفتن احتمال زمین خوردن فرد را بیشتر می کند و این به معنی وخیم تر شدن اوضاع است. با دراز کشیدن، قلب راحت تر خون را به مغز می رساند. چانه فرد را کمی بالاتر از گردن قرار دهید تا مجاری هوا باز بماند.

2- اگر فرد بیهوش است یا مشکل قورت دادن و نفس کشیدن دارد، یعنی مجاری هوا مشکل پیدا کرده اند. پس او را به پهلو بخوابانید و از دادن هر نوع غذا و نوشیدنی به او خودداری کنید چون احتمال خفگی را بالا می برند. همچنین بهتر است وقتی اورژانس می رسد شکم بیمار خالی باشد تا غذا از معده به دهان برنگردد.

### یک آزمون سه مرحله ای

دقایق اولیه بعد از بروز سکته مغزی، دقایق حساسی است؛ چون در این لحظه ها، خون رسانی به مغز دچار مشکل شده و ممکن است سلول های مغز صدمه دیده یا از بین بروند. می دانید که مغز تنها عضو بدن است که سلول های آن جایگزین نمی شوند. بنابراین، در صورت بروز صدمه مغزی، عوارض پایدار خواهد بود و فرد مهارت های طبیعی اش را از دست می دهد. همچنین فقط کافی است چند دقیقه اکسیژن به بافت های مغز نرسد تا فرد زندگی اش را از دست بدهد. بنابراین، برای اینکه مطمئن شوید



بیمار، سکته مغزی کرده یا نه، یک روش آزمایشی ۳ مرحله‌ای و ساده را به شما پیشنهاد می‌کنیم. وجود این علائم، احتمال بروز سکته را به ۷۰ درصد می‌رساند:

1- افتادگی صورت: صورت بیمار، قرینگی‌اش را از دست می‌دهد. او وقتی می‌خندد یا حرف می‌زند، فقط یک طرف صورتش حرکت دارد. بنابراین می‌توانید برای اطمینان بیشتر از بیمار بخواهید دندان‌هایش را به شما نشان دهد یا لبخند بزند.

2- سکته مغزی مهارت‌های حرکتی بدن را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بنابراین اگر از فرد بخواهید دودست خود را به سمت جلو دراز کند و همزمان چشمانش را برای ۱۰ ثانیه ببندد، خواهید دید که او نمی‌تواند یکی از دست‌ها را بالا ببرد یا اینکه حین بستن چشم‌ها یکی از دست‌ها به سمت پایین متمایل می‌شود که این نشان می‌دهد، همان سمت بدن فرد درگیر است.

3- بیمار توانایی صحبت کردن به صورت طبیعی را ندارد و کلمات را با مکث یا به اشتباه بیان می‌کند. حتی اگر وضع بیمار وخیم باشد، ممکن است نتواند ساده‌ترین جملات را به زبان بیاورد. بنابراین می‌توانید از او بخواهید که یک جمله ساده مثل: «چه هوای خوبی» بگوید. اگر فرد در بیان این جمله مشکل داشت، یعنی در معرض سکته مغزی قرار دارد.

تبصره: قند خون خیلی بالا یا خیلی پایین می‌تواند افت هوشیاری یا اختلال در عملکرد مغزی بیمار ایجاد کرده و نشانه‌های مشابه با سکته مغزی را نشان بدهد. به همین دلیل، قبل از هر چیز مطمئن شوید فرد بیمار مبتلا به دیابت نباشد. اگر دستگاه تست قند خون خانگی دارید، سریع تر قند خون او را اندازه بگیرید. اگر زیر ۶۰ یا بالای ۴۰۰ میلی گرم در دسی لیتر بود، علائمی که مشاهده می‌کنید به دلیل اختلال در میزان قند خون است.

یک سکته مغزی کوتاه

برخلاف سکته‌های مغزی معمول که با لخته شدن خون در رگ‌ها ایجاد می‌شود، یک نوع سکته مغزی کوتاه و گذرا هم وجود دارد که به خودی خود باعث عواقب وخیم نمی‌شود اما نشانه‌ای از یک حادثه بزرگ‌تر و فرارسیدن سکته مغزی جدی است. در این نوع سکته کوتاه، لخته خون قسمتی از مغز را به‌طور موقت از کار می‌اندازد و علائمی شبیه سکته مغزی نمایان می‌شود. اما



وقتی جریان خون دوباره برقرار شود، علائم و نشانه‌های سکته مغزی از میان می‌روند. اگر فردی از اطرافیان شما سکته مغزی

کوتاهی را پشت سر گذاشته باید بلافاصله به پزشک مراجعه کند تا تحت مراقبت باشد. چه کنیم که سکته نکنیم؟

سکته مغزی اگرچه بیماری شایعی است اما با رعایت برخی نکات، می‌توان خطر ابتلا به آن را پایین آورد و از بروز سکته مغزی

پیشگیری کرد. این راه‌ها عبارتند از: کنترل فشارخون بالا، دوری از استرس و افسردگی و درمان آنها، جلوگیری از تشکیل لخته

در رگ‌ها (مثلاً با خوردن آسپرین البته زیر نظر پزشک)، کنترل بیماری‌های خطرناک (مثل دیابت و مشکلات قلبی)، رژیم غذایی

سالم و سرشار از پروتئین، سبزی و میوه و مواد کم چرب، ترک سیگار و ورزش کردن ۵ روز در هفته.



خبرگزاری : تسنیم

منبع : بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۷/۱۱

## با اعلام جدیدترین آمار استعمال سیگار در کشور عنوان شد

### سواد ایرانی‌ها هر چه بالاتر، استعمال دخانیات‌شان بیشتر

دبیرکل جمعیت مبارزه با استعمال دخانیات کشور با اشاره به اینکه خدمات کلینیک‌های تازه تاسیس ترک سیگار رایگان است، گفت: هر چه سطح سواد در قشر جوان و تحصیلکرده افزایش می‌یابد، مصرف سیگارشان به ویژه در زنان تحصیلکرده افزایش می‌یابد.

به گزارش خبرنگار سلامت خبرگزاری تسنیم، نخستین گردهمایی همیاران سلامت را با حضور بازیگران محبوب کودکان و نوجوانان برنامه «فیتله ای‌ها» در کنار بعضی از بازیگران سینما و تلویزیون را در جهت آموزش زیان‌های استعمال دخانیات به نوجوانان ۱۰ تا ۱۷ سال، در سالن ورشو برگزار شد، در این رابطه دکتر محمد رضا مسجدی با استناد به آخرین آمارهای ارائه شده در زمینه مصرف سیگار اظهار کرد: ۲۵ تا ۲۷ درصد مردان بالای ۱۵ تا ۱۶ سال و ۳,۵ تا ۴ درصد زنان در کشور سیگار می‌کشند. همچنین هر چند سطح سواد در قشر جوان و تحصیلکرده افزایش می‌یابد، مصرف سیگار به ویژه در زنان تحصیلکرده نیز افزایش می‌یابد. بنابراین جایگزین کردن چیزی به جای سیگار در باور زنان نسبت به مردان بسیار سخت‌تر است.

دبیرکل جمعیت مبارزه با استعمال دخانیات کشور افزود: در مجموع حدود ۱۵ درصد از کل جمعیت کشور یعنی ۱۰ میلیون نفر سیگار می‌کشند. میزان مصرف سیگار سالانه ۵۵ تا ۶۰ میلیارد نخ است. به طور متوسط هر نخ سیگار در کشور حدود ۲۰ تومان است به این ترتیب سالانه مردم هزار و ۱۰۰ میلیارد تومان خرج سیگار می‌کنند. این در حالی است که دو برابر این رقم سالانه توسط دولت صرف هزینه‌های درمان بیماری‌های ناشی از مصرف سیگار است.





مسجدی با اشاره به این مطلب که ایران دومین کشور دنیا به لحاظ دارا بودن قانون جامع کنترل و مبارزه با دخانیات است، افزود: در مطالعه‌ای در سطح شهر تهران مشخص شده است که کمتر از چهار درصد مردم از این موضوع با اطلاع هستند. این در حالی است که فضا برای اجرای قانون در جامعه فراهم نیست. در این زمینه مردم از پستوانه‌های اصلی اجرای قانون هستند،

بنابراین در صورتیکه فرهنگ قانون مداری در کشور نهادینه شود بسیاری از معضلات امروزی جامعه در رابطه با مصرف دخانیات برطرف می‌شود. در صورتیکه از ۵۵ میلیارد نخ مصرف سالانه سیگار ۱۰ درصد کم شود می‌توان یک برنامه مفصل تلویزیونی در مورد سیگار و مواد دخانی را راه اندازی کرد.

وی متذکر شد: کلینیک‌های ترک سیگار در سطح کشور راه اندازی شدند و اغلب به صورت رایگان خدمات خود را ارائه می‌دهند. همچنین فرآموز (نفس پاک) که در ساختمان جمعیت مستقر است در رابطه با کودکان و نوجوانان برنامه‌هایی را برای مبارزه با استعمال دخانیات، راه‌های پیشگیری از آن و چگونگی نه گفتن جوانان به شرایط پُرخطر را می‌آموزد.

دبیر کل جمعیت مبارزه با استعمال دخانیات کشور در خاتمه با اشاره به برگزاری نخستین گردهمایی همیاران سلامت را با حضور بازیگران محبوب کودکان و نوجوانان برنامه «فیتله ای‌ها» در کنار بعضی از بازیگران سینما و تلویزیون در جهت آموزش زیان‌های استعمال دخانیات به نوجوانان ۱۰ تا ۱۷ سال، خاطرنشان کرد: این همایش به منظور گرد هم آوردن نوجوانانی بود که از سن خردسالی برای آموزش نسبت به مبارزه با استعمال سیگار و مواد دخانی و چگونگی نه گفتن به آن در بزرگسالی در مرکز فرآموز جمعیت در گذشته آمده بودند، با استفاده از آموزش‌های لازم تجربیات نوجوانی‌شان با یکدیگر به اشتراک گذاشته شد.

/انتهای پیام



خبرگزاری : سلامت نیوز

منبع: بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۷/۱۱

## فوق تخصص بیماری های عفونی و گرمسیری:

### وبا در کمین زائران عتبات عالیات

سلامت نیوز: یک فوق تخصص بیماری های عفونی و گرمسیری با بیان اینکه وبا در کمین زائران عتبات عالیات است، گفت: وبا به شدت در عراق شیوع یافته به گونه ای که مسئولان این کشور ناگزیر شدند بازگشایی مدارس را یکماه به تعویق بیندازند بنابراین زائران عتبات عالیات در ماه محرم و اربعین باید به شدت از ابتلا به این بیماری جلوگیری کنند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از آنا دکتر مسعود مردانی با توجه به شیوع بیماری وبا در عراق، عنوان کرد: با توجه به فرا رسیدن ایام محرم و اربعین حسینی افراد بسیاری از کشورهای مسلمان به عراق سفر خواهند کرد، همچنین شمار زیادی از عراقی ها نیز در این ایام به مشهد و قم سفر می کنند که این مساله احتمال بروز وبا را در کشور افزایش می دهد.

این فوق تخصص بیماری های عفونی و گرمسیری با بیان اینکه باکتری «ویبریو کلرا» عامل اصلی بروز بیماری وبا است، گفت: این باکتری بیشتر در آب های راکد موجود است. مصرف آب و مواد غذایی آلوده می تواند موجب آلودگی فرد به این باکتری و بروز بیماری وبا شود. وی در خصوص علائم بیماری وبا، عنوان کرد: این بیماری موجب بروز علائم گوارشی می شود و فرد طی این بیماری دچار اسهال آبکی می شود که خود را با تکرر اجابت مزاج نشان می دهد و به قدری شدت می یابد که موجب کم آبی و شوک در فرد می شود که در این صورت توصیه می شود، بیمار به مقدار فراوان آب و مایعات جهت جبران بی آبی و تنظیم الکترولیت های مورد نیاز استفاده کند.

این استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه یک درصد افراد مبتلا به وبا فوت می کنند، اظهار کرد: آنتی بیوتیکی مناسب برای درمان این بیماری وجود دارد که مهم ترین راه درمان مصرف آب و تنظیم الکترولیت های بدن است. مردانی درباره



تاریخچه این بیماری گفت: وبا سال ها بیماری بومی منطقه جنوب شرقی آسیا بوده که در کشورهایمانند بنگلادش، پاکستان و هندوستان موارد متعددی از بیماری گزارش شده و در حال حاضر نیز این بیماری در این مناطق به صورت بومی وجود دارد. در کشور ما نیز با افزایش سطح بهداشت و آگاهی مردم درباره راه های انتقال عفونت های روده ای میزان بروز بیماری وبا در سال های اخیر به میزان قابل توجهی کاهش یافته است.

عضو شورای عالی هیات موسس مرکز تحقیقات بیماری های عفونی و گرمسیری شهید بهشتی، افزود: آخرین شیوع بیماری وبا در ایران که شمار زیادی از هموطنان را گرفتار کرد در سال ۸۴ بود که حدود یک هزار ایرانی به این بیماری مبتلا شدند، اما بعد از آن ابتلا به وبا به صورت تک گیر بوده است که بیشتر به دلیل ورود اتباع خارجی به خصوص اتباع پاکستان، افغانستان و عراق به ایران بوده است.

وی با تاکید بر اینکه وبا در فصول گرم سال مانند تابستان شیوع می یابد، گفت: امسال شیوع وبا در کشورهای عراق به شدت افزایش یافته است به گونه ای که مسئولان کشور عراق ناچار شدند بازگشایی مدارس را جهت پیشگیری از شیوع و کنترل بیماری یکماه به تعویق بیندازند و چون ایران و عراق در ارتباط تنگاتنگ با یکدیگر هستند به افرادی که قصد سفر به عراق را دارند، توصیه می شود مسائل بهداشتی، فردی و اجتماعی را به شدت رعایت کنند. مردانی به بیان نکاتی در خصوص پیشگیری از بروز وبا پرداخت و گفت: مهم ترین نکته برای پیشگیری از ابتلا به وبا شست و شوی مکرر دست، شست و شو و ضد عفونی کردن دست ها بعد از اجابت مزاج، مصرف غذای استاندارد، پرهیز از خرید کردن مواد غذایی و آشامیدنی از دست فروشان، استفاده از ژل ضد عفونی کننده حاوی الکل برای شست و شوی دست ها در مواردی که دسترسی به آب سالم نباشد، است. وی افزود: افرادی که به عراق سفر می کنند باید در هنگام سفر و یا بازگشت اگر دچار اسهال شدند سریعاً به مراکز درمان و متخصص بیماری های عفونی و گرمسیری مراجعه کنند.



بر اساس این گزارش، وبا بیماری اسهالی مناطق گرمسیری است که بیشتر در فصول گرم سال بروز می یابد و توسط باکتری بنام «ویبریوکلا» ایجاد می شود. این بیماری منحصرآ انسان را مبتلا می کند و علائم آن ناشی از سمی است که توسط میکروب در روده انسان ترشح می شود. «ویبریوکلا» بر روی مخاط دستگاه گوارش انسان تأثیر می گذارد و موجب بروز اسهال و دفع مایعات از بدن می شود.

وبا یک بیماری مسری است که از طریق مصرف آب و غذای آلوده، میوه و سبزیجات آلوده و تماس با مواد دفعی و استفراغ بیماران موجب انتقال بیماری می شود و این در حالی است که شست و شوی مداوم دست با آب سالم و صابون موجب قطع زنجیره انتقال بیماری می شود. علائم بیماری شامل اسهال، بی حالی، کاهش مایعات بدن، دیده شدن خون در ادرار، عطش، ادرار زرد رنگ و غیره است که مهم ترین اینها اسهال است که باید به آن توجه زیادی شود، زیرا این علامت خود نیز موجب کاهش مایعات و الکترولیت های بدن می شود بنابراین فرد مبتلا باید مایعات بسیاری را برای جبران این کمبودها مصرف کنند و به شدت مسائل بهداشتی را برای پیشگیری از سرایت بیماری به دیگران رعایت کند.

گفتنی است؛ سالانه در ماه محرم و اربعین بیش از ۱۶ میلیون زائر به کشور عراق سفر می کنند و این در حالی است شماری بدون ویزا و با پای پیاده به این کشور می روند و این مساله موجب بروز بی نظمی هایی می شود زیرا عراق به تعداد کافی هتل و استراحتگاه برای این میزان زائر ندارد و افراد ناچار هستند در خیابان ها سپری کنند، که این امر موجب کاهش بهداشت و بروز بیماری هایی از جمله «وبا» می شود. این مساله به قدری موجب هرج و مرج و بروز، بیماری های عفونی و باکتری شده سازمان حج و زیارت اعلام کرده زائرانی که بدون داشتن ویزا به عراق سفر می کنند به ۶ ماه حبس محکوم می شوند.



خبرگزاری : آنا

منبع: بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۷/۱۱

## فوق تخصص بیماری های عفونی و گرمسیری:

### وبا در کمین زائران عتبات عالیات است / شست و شوی دست ها زنجیره انتقال بیماری را قطع می کند

یک فوق تخصص بیماری های عفونی و گرمسیری با بیان اینکه وبا در کمین زائران عتبات عالیات است، گفت: وبا به شدت در عراق شیوع یافته به گونه ای که مسئولان این کشور ناگزیر شدند بازگشایی مدارس را یکماه به تعویق بیندازند بنابراین زائران عتبات عالیات در ماه محرم و اربعین باید به شدت از ابتلا به این بیماری جلوگیری کنند.

دکتر مسعود مردانی در گفت و گو با خبرنگار گروه اجتماعی آنا با توجه به شیوع بیماری وبا در عراق، عنوان کرد: با توجه به فرا رسیدن ایام محرم و اربعین حسینی افراد بسیاری از کشورهای مسلمان به عراق سفر خواهند کرد، همچنین شمار زیادی از عراقی ها نیز در این ایام به مشهد و قم سفر می کنند که این مساله احتمال بروز وبا را در کشور افزایش می دهد.

این فوق تخصص بیماری های عفونی و گرمسیری با بیان اینکه باکتری «ویبریو کلرا» عامل اصلی بروز بیماری وبا است، گفت: این باکتری بیشتر در آب های راکد موجود است. مصرف آب و مواد غذایی آلوده می تواند موجب آلودگی فرد به این باکتری و بروز بیماری وبا شود.

وی در خصوص علائم بیماری وبا، عنوان کرد: این بیماری موجب بروز علائم گوارشی می شود و فرد طی این بیماری دچار اسهال آبکی می شود که خود را با تکرر اجابت مزاج نشان می دهد و به قدری شدت می یابد که موجب کم آبی و شوک در فرد می شود که در این صورت توصیه می شود، بیمار به مقدار فراوان آب و مایعات جهت جبران بی آبی و تنظیم الکترولیت های مورد نیاز استفاده کند.



این استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه یک درصد افراد مبتلا به وبا فوت می کنند، اظهار کرد: آنتی بیوتیکی مناسب برای درمان این بیماری وجود دارد که مهم ترین راه درمان مصرف آب و تنظیم الکترولیت های بدن است.

مردانی درباره تاریخچه این بیماری گفت: وبا سال ها بیماری بومی منطقه جنوب شرقی آسیا بوده که در کشورهایی مانند بنگلادش، پاکستان و هندوستان موارد متعددی از بیماری گزارش شده و در حال حاضر نیز این بیماری در این مناطق به صورت بومی وجود دارد. در کشور ما نیز با افزایش سطح بهداشت و آگاهی مردم درباره راه های انتقال عفونت های روده ای میزان بروز بیماری وبا در سال های اخیر به میزان قابل توجهی کاهش یافته است.

عضو شورای عالی هیات موسس مرکز تحقیقات بیماری های عفونی و گرمسیری شهید بهشتی، افزود: آخرین شیوع بیماری وبا در ایران که شمار زیادی از هموطنان را گرفتار کرد در سال ۸۴ بود که حدود یک هزار ایرانی به این بیماری مبتلا شدند، اما بعد از آن ابتلا به وبا به صورت تک گیر بوده است که بیشتر به دلیل ورود اتباع خارجی به خصوص اتباع پاکستان، افغانستان و عراق به ایران بوده است.

وی با تاکید بر اینکه وبا در فصول گرم سال مانند تابستان شیوع می یابد، گفت: امسال شیوع وبا در کشورهای عراق به شدت افزایش یافته است به گونه ای که مسئولان کشور عراق ناچار شدند بازگشایی مدارس را جهت پیشگیری از شیوع و کنترل بیماری یکماه به تعویق بیندازند و چون ایران و عراق در ارتباط تنگاتنگ با یکدیگر هستند به افرادی که قصد سفر به عراق را دارند، توصیه می شود مسائل بهداشتی، فردی و اجتماعی را به شدت رعایت کنند.

مردانی به بیان نکاتی در خصوص پیشگیری از بروز وبا پرداخت و گفت: مهم ترین نکته برای پیشگیری از ابتلا به وبا شست و شوی مکرر دست، شست و شو و ضدعفونی کردن دست ها بعد از اجابت مزاج، مصرف غذای استاندارد، پرهیز از خرید کردن مواد غذایی و آشامیدنی از دست فروشان، استفاده از ژل ضدعفونی کننده حاوی الکل برای شست و شوی دست ها در مواردی که دسترسی به آب سالم نباشد، است.



وی افزود: افرادی که به عراق سفر می کنند باید در هنگام سفر و یا بازگشت اگر دچار اسهال شدند سریعاً به مراکز درمان و متخصص بیماری‌های عفونی و گرمسیری مراجعه کنند.

بر اساس این گزارش، وبا بیماری اسهالی مناطق گرمسیری است که بیشتر در فصول گرم سال بروز می یابد و توسط باکتری بنام «ویبریوکلرا» ایجاد می شود. این بیماری منحصرآ انسان را مبتلا می کند و علائم آن ناشی از سمی است که توسط میکروب در روده انسان ترشح می شود.

«ویبریوکلرا» بر روی مخاط دستگاه گوارش انسان تأثیر می گذارد و موجب بروز اسهال و دفع مایعات از بدن می شود. وبا یک بیماری مسری است که از طریق مصرف آب و غذای آلوده، میوه و سبزیجات آلوده و تماس با مواد دفعی و استفراغ بیماران موجب انتقال بیماری می شود و این در حالی است که شست و شوی مداوم دست با آب سالم و صابون موجب قطع زنجیره انتقال بیماری می شود.

علائم بیماری شامل اسهال، بی حالی، کاهش مایعات بدن، دیده شدن خون در ادرار، عطش، ادرار زرد رنگ و غیره است که مهم ترین اینها اسهال است که باید به آن توجه زیادی شود، زیرا این علامت خود نیز موجب کاهش مایعات و الکترولیت های بدن می شود بنابراین فرد مبتلا باید مایعات بسیاری را برای جبران این کمبودها مصرف کنند و به شدت مسائل بهداشتی را برای پیشگیری از سرایت بیماری به دیگران رعایت کند.

گفتنی است؛ سالانه در ماه محرم و اربعین بیش از ۱۶ میلیون زائر به کشور عراق سفر می کنند و این در حالی است شماری بدون ویزا و با پای پیاده به این کشور می روند و این مساله موجب بروز بی نظمی هایی می شود زیرا عراق به تعداد کافی هتل و استراحتگاه برای این میزان زائر ندارد و افراد ناچار هستند در خیابان ها سپری کنند، که این امر موجب کاهش بهداشت و بروز بیماری هایی از جمله «وبا» می شود.



این مساله به قدری موجب هرج و مرج و بروز، بیماری های عفونی و باکتری شده سازمان حج و زیارت اعلام کرده زائرانی که بدون داشتن ویزا به عراق سفر می کنند به ۶ ماه حبس محکوم می شوند.





خبرگزاری: تابناک

منبع: بهداشت و درمان

تاریخ: ۱۳۹۴/۷/۱۱

## اولین زمان مراجعه به دندانپزشک

عضو شورای سلامت دهان وزارت بهداشت با بیان اینکه ۵۴ درصد افراد ۶۵ تا ۷۴ ساله به طور کامل فاقد دندان هستند، گفت: همچنین آمار پوسیدگی دندان‌های شیری در کودکان زیر ۳ سال ناراحت‌کننده و تکان‌دهنده است.

به گزارش فارس، محمدحسین خوشنویسان با بیان نتایج پیمایش کشوری سال ۹۲-۹۱ اظهار داشت: نتایج این پیمایش نشان می‌دهد ۵۴ درصد افراد ۶۵ تا ۷۴ ساله به طور کامل فاقد دندان هستند و این نشان می‌دهد که وضعیت مناسبی از نظر بهداشتی نداریم.

وی ادامه داد: در ژاپن با هدف‌گیری که در نظر گرفته‌اند، افراد ۸۰ ساله باید حداقل ۲۰ دندان سالم و کارا داشته باشند تا مسئولیت جویدن غذا را انجام دهند و به بهداشت عمومی آنها کمک کند.

عضو هیأت عملی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گفت: هر چند ما به هر افرادی که به هر دلیلی که دندان‌هایشان را از دست داده‌اند باید از روش‌های جایگزینی دندان استفاده کنیم اما آنچه مهم است از دست رفتن دندان‌ها از نظر علم دندانپزشکی قابل قبول نیست زیرا خداوند دندان‌ها را به گونه‌ای خلق کرده است در صورتی که هر روز تمیز شوند به طور مستمر بازسازی شده و این بازسازی موجب قوی شدن مینای دندان و جلوگیری از تخریب و پوسیدگی دندان‌ها می‌شود.

خوشنویسان ادامه داد: برای تغییر رویکرد فعلی باید از سن ۶ ماهگی اقدام شود و مادر با رویش اولین دندان کودک در صد مراقبت از آن برآید همچنین والدین باید تا ۳ سالگی از دندان‌های کودک مراقبت کنند. طبق آمار کودکان زیر ۳ سال در طول این مدت به طور متوسط حدود ۱۳ بار به پزشک عمومی یا متخصص اطفال مراجعه می‌کنند اما برای ویزیت نزد دندانپزشک نمی‌روند.



وی افزود: این در حالی است که آمار پوسیدگی دندان‌های شیری در کودکان زیر ۳ سال ناراحت‌کننده و تکان‌دهنده است و این نشان می‌دهد که دندانپزشکان به تنهایی قادر نیستند سلامت کامل دهان و دندان را برای مردم تأمین کنند و سایر گروه‌های پزشکی و پیراپزشکی نیز باید در این زمینه کمک کنند و به افراد توصیه کنند تا به حفظ بهداشت و مراقبت از دندان‌های خود برآیند.

عضو شورای سلامت دهان وزارت بهداشت گفت: توصیه می‌شود کودکان از لحظه تولد تا ۲ سالگی دو بار به دندانپزشک مراجعه کنند تا در صورت اشکال در دندان‌های شیری به درمان آنها پردازند. اکنون در کشورهای اسکاندیناوی بیش از ۲۵ سال است که یا پوسیدگی اتفاق نیفتاده یا بسیار کم شده است.

خوشنویسان اظهار داشت: خلقت دندان‌ها به گونه‌ای است که در صورت مصرف مواد غذایی ترش لایه‌ای از مینای دندان کنده می‌شود و در صورتی که مسواک بزنی و دندان‌ها تمیز باشند بزاق دهان روی دندان می‌نشیند و مینای دندان بازسازی می‌شود.

وی افزود: برای اینکه بتوانیم از این سیستم طبیعی حداکثر بهره را ببریم باید شب‌ها بعد از شام و صبح‌ها بعد از صبحانه مسواک بزنی. همچنین مسواک زدن ۶۵ درصد تمیزی را تأمین می‌کند و استفاده از نخ دندان برای پاک کردن سطوح بین دندان ۲۰ درصد و دهان‌شویه فلوراید یا آب نمک نیز ۱۵ درصد باقی‌مانده را تأمین می‌کند.

عضو شورای سلامت دهان وزارت بهداشت خاطر نشان کرد: دهان‌شویه فلوراید یا آب نمک محیط دهان را قلیایی می‌کند و در این محیط میکروب‌ها نمی‌توانند دندان را تخریب کنند و در صورتی که میکروب از راه تنفسی نیز وارد دهان شود قادر نخواهد بود تا به مینای دندان آسیب برساند.

وی خاطر نشان کرد: سلامت دهان بخشی از سلامت عمومی است و رعایت بهداشت دهان و دندان می‌تواند در تأمین سلامت کل بدن را مؤثر باشد.