



چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس انجام شد

ناصر سیم فروش، چهره ماندگار رشته ارولوژی کشور گفت: تاکنون ۳۰ هزار پیوند کلیه در کشور انجام شده و چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس هم در بیمارستان لبافی نژاد انجام شد. به گزارش فارس، ناصر سیم فروش در مراسم ضیافت افطار انجمن حمایت از بیماران کلیوی گفت: پیوند کلیه در کشور ما در سال های گذشته انسان های زیادی را از مرگ حتمی نجات داده و درد و رنج بی امان را از هزاران نفر جدا کرده و آنان را به زندگی سالم بازگردانده است. وی ادامه داد: تاکنون بیش از ۳۰ هزار پیوند کلیه در کشور ما انجام شده و کشورهای زیادی هستند که حسرت این همه پیشرفت علمی و پزشکی را در ایران می خورند و آرزو دارند بتوانند به روش هایی که پزشکان ما انجام می دهند بیمارانشان را به زندگی سالم برگردانند. وی گفت: بیش از ۵۰۰ کودک تاکنون با انجام پیوند کلیه به زندگی سالم برگردانده شده اند، زندگی که می تواند با دیالیز صفاقی یا دیالیز خونی یک عمر با درد و رنج و ناراحتی همراه باشد. سیم فروش ادامه داد: دیابت و چاقی اکنون دو عامل مهم افزایش بیماری های کلیوی است. باید با آموزش های مناسب به مردم جلوی بروز موارد بیشتر نارسایی کلیه را در کشور بگیریم و برای رسیدن به این هدف افزایش آگاهی خانواده ها و والدین ضروری است. وی همچنین از انجام چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس در بیمارستان لبافی نژاد خبر داد و گفت: این روش فقط از طریق اهدا از مرگ مغزی ممکن است. رئیس انجمن ارتوپدی ایران هم گفت: ۳۰ درصد مشکلات حوزه رو و درمان کشور ناشی از تحریم و ۷۰ درصد ناشی از سو [] مدیریت است، اعتبارات حوزه سلامت امسال منفی ۵ درصد رشد داشته و تعداد بیمارانی که به علت هزینه درمان فقیر می شوند، افزایش یافته است. دکتر تقی نوربخش، هم در این مراسم گفت: نظام سلامت ما با چالش های جدی مواجه است. برخی از این مشکلات ناشی از تحریم و کمبود منابع و بخشی نیز ناشی از سو [] مدیریت است. وی گفت: کل بودجه جاری کشور امسال در لایحه دولت ۱۷۰ هزار میلیارد تومان بود که مجلس آن را به ۲۳۰ هزار میلیارد تومان افزایش داد ولی در کل با کسری بودجه ۹۰ هزار میلیارد تومانی در سال جاری مواجه هستیم. نوربخش ادامه داد: کل بودجه بخش سلامت کشور در سال جاری نیز ۲۳ هزار و ۵۰۰ میلیارد تومان است که نسبت به سال گذشته منفی ۵ درصد رشد دارد یعنی رشد بودجه بخش سلامت امسال منفی است. وی ادامه داد: در حوزه دارویی با توجه به

تغییر نرخ ارز و مشکلات بانک ها و گمرک با نگرانی ها و مشکلات جدی مواجه هستیم. به گفته وی در حوزه دارویی مستقیماً با تحریم مواجه نیستیم اما مشکلات بانکی و تبادلات مالی باعث شده که امکان بازگشایی LC یا حساب اعتباری مقدور نباشد و داروسازان برای خرید مواد اولیه مجبور باشند به صورت نقدی و با ۱۰۰ درصد پیش پرداخت عمل کنند. نوبخش اضافه کرد: این مسئله به شدت تولید کنندگان دارو را با کمبود نقدینگی مواجه کرده است از طرفی حدود ۶۰ میلیون یورو داروی خریداری شده به علت مشکلات ارزی بین بانک ها و گمرک در انبارهای گمرک مانده و ترخیص نشده است. وی اضافه کرد: مشکلات و کمبودها همیشه وجود داشته است اما متأسفانه اوج مشکلات برای بیماران به خصوص بیماران خاص و سرطانی در سال های اخیر بوده است، تعداد بیمارانی که به خاطر هزینه های خانمانسوز درمانی به زیر خط فقر می روند، قرار بود طبق برنامه چهارم به زیر یک درصد جمعیت در سال برسد اما اکنون به یک روایت به ۶ تا ۷ درصد و به یک روایت به ۳ تا ۴ درصد جمعیت افزایش یافته است. ۱۴ page ۰۱ xpage codex

کد خبر: ۹۲۶۷۹۲۸

اخبار مرتبط:

✓ خورشید: انجام چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس



جوانه ها باعث رشد قد کودکان می شوند

دکتر رضا راست منش، متخصص تغذیه و رژیم درمانی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی به پرسش هایی درباره انواع جوانه ها، نحوه پرورش و نگهداری شان در خانه و اینکه چه موادمغذی ای دارند و آیا باید آنها را خام خورد یا می شود به صورت پخته نیز مصرف کرد؟ پاسخ می دهد: این ادعا درست است که جوانه ها ارزش غذایی بالایی دارند؟ بله. هر دانه ای یک قوه نامیه دارد یعنی در یک زمان تعریف شده می تواند مجدداً حیاتش را آغاز کند و طی این روند، میزان مواد مغذی موجود در آن افزایش پیدا می کند. به نظر شما ارزش غذایی دانه ها با جوانه هایشان یکسان است؟ نه. وقتی دانه به جوانه تبدیل می شود ویژگی هایی پیدا می کند که قبلاً نداشته است؛ مثلاً سلنیوم موجود در دانه یا قابل دسترسی نیست یا در کمترین مقدار قابل دسترسی است ولی وقتی دانه، جوانه می زند مقدار سلنیومی که بدن می تواند دریافت کند، به چند برابر افزایش می یابد. در مورد ویتامین ها هم همین طور است. به طور مثال، ۱۰۰ گرم عدس خام، ۱۵ میلی گرم ویتامین C دارد ولی ۱۰۰ گرم جوانه عدس، دارای ۵/۱۶ میلی گرم ویتامین C است. البته جوانه زدن باعث می شود میزان دسترسی بدن به پروتئین های گیاهی نیز افزایش پیدا کند. به همین دلیل توصیه می کنیم قبل از پخت غلات و حبوبات اجازه دهید جوانه بزنند. در این شرایط دسترسی به پروتئین به مراتب بیشتر می شود، مقدار پورین و پریمیدین جوانه ها نیز بالا می رود و این ترکیب ها زمانی اهمیت پیدا می کنند که فرد دچار سوختگی یا سرطان است و باید سلول ها تکثیر سریعی داشته باشند و زودتر ترمیم شوند. آیا با پختن یا تفت دادن جوانه ها از ارزش غذایی شان کاسته می شود؟ نه، می توانیم جوانه ها را روی سالادمان بریزیم. در ضمن، اگر آنها را بپزیم، حرارت باعث از بین رفتن موادمغذی آنها نمی شود. آیا ارزش غذایی جوانه های مختلف با هم متفاوت است؟ چارچوب کلی ترکیب های غذایی و میزان پروتئین، چربی، ویتامین ها و موادمعدنی آنها چندان تفاوتی با هم ندارد. البته برخی دانه ها و جوانه ها حاوی ترکیب هایی هستند که خاص خودشان است. مثلاً برخی جوانه ها ترکیب های حلقوی دارند که اشتها را بالا می برند، برخی دیگر اشتها را کاهش می دهند، برخی حاوی ویتامین K و... هستند. برخی هم بر شدت درد قاعدگی تاثیر می گذارند. می توانید بگویید مصرف چه جوانه ای برای چه فردی مناسب تر است؟ در کل، نمی توان گفت کدام جوانه مناسب

کدام فرد یا کدام بیماری است، اما تحقیقات نشان داده برای خانم های باردار بهترین جوانه، جوانه نخود و لوبیاست چون حداقل نمایه گلیسمی را دارند و جوانه های آنها حاوی مقادیر فراوانی از ماده ای به نام سلنوسیستین است که در فرآیند افزایش قد جنین تاثیر مثبتی می گذارد. قد جنین مادرانی که در طول بارداری از این جوانه ها مصرف می کنند در مقایسه با مادرانی که جوانه نخورده اند، بلندتر است. در کل، جوانه ها سلنیوم دارند و باعث افزایش قد کودکان می شود و ما به مادران توصیه می کنیم به فرزندانشان انواع جوانه ها را بدهند تا قدشان بلندتر شود. جوانه ها را با چه موادی مصرف کنیم تا جذب مواد مغذی شان بهتر شود؟ مواد موجود در جوانه ها، جذب کاملی دارند و میزان جذب آنها تابع شرایطی مثل حرارت و دما یا pH نیست. نیازی نیست کار خاصی انجام دهیم مثلا آن را با آبلیمو یا ماست یا روغن بخوریم تا جذب مواد مغذی شان بیشتر شود. آیا تمام جوانه ها قابل خوردن هستند یا محدودیت و ممنوعیتی وجود دارد؟ مصرف جوانه حبوبات و غلات، محدودیت و ممنوعیتی ندارد و می توان همه آنها را مصرف کرد. البته استثناهایی هم وجود دارد. مثلا برای فردی که مصرف باقلا برایش ممنوع است و فاویسم دارد، مسلما مصرف جوانه آن نیز توصیه نمی شود. جوانه ها را در چه شرایطی و تا چه مدت می توان نگهداری و مصرف کرد؟ مادامی که دانه خشک است، حداقل امکان فساد قارچی و کپکی را دارد اما وقتی جوانه زد چون میزان آب آن فراوان است، عمری بین ۲ تا ۶ روز در یخچال دارد. توصیه می شود برای پیشگیری از لزج و بدبو شدن جوانه، آنها را در یخچال نگهداری و فوراً مصرف کنید. وقتی جوانه تغییر رنگ می دهد و لزج می شود بو و طعم آن تغییر پیدا می کند و اینها نشانه هایی از فساد هستند. آیا لازم است جوانه ها را قبل از مصرف بشوییم؟ اگر خودتان در منزل آنها را تهیه کرده اید و دانه ها را قبل از جوانه زدن شسته اید و در شرایط مناسب نگهداری کرده اید، نیاز به شستن نیست اما جوانه های آماده بهتر است شسته و در سبزی آبشان گرفته شود و بعد مصرف شوند. منبع: سلامت نیوز

کد خبر: ۹۲۶۳۹۶۵



عمل موفقیت آمیز پیوند همزمان پانکراس و کلیه

برای نخستین بار عمل پیوند پانکراس بر روی یک مرد ۴۶ ساله در بیمارستان مدرس با موفقیت انجام شد. دکتر تارا، رئیس بخش نفرولوژی و عضو تیم پیوند بیمارستان شهید مدرس گفت: انجام پیوند پانکراس با توجه به شیوع بالای دیابت در کشور خیلی ضرورت دارد. این عمل سالهاست که در شیراز انجام می شود اما تهران علی رغم فعال بودن در پیوند کلیه و دارا بودن بالاترین آمار پیوند کلیه کشور، متأسفانه در زمینه پیوند پانکراس به دلیل دشوار بودن این نوع پیوند فعالیت گسترده ای نداشت.

وی افزود: با توجه به این گستره وسیع جمعیتی تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و تعداد زیاد بیماران دیابتی در این حوزه قطعاً پاسخگویی به این بیماران که دچار نارسایی کلیه ناشی از دیابت نیز هستند، دشوار است. در ۲۰ سال گذشته حدود ۲۵ درصد از بیماران نیازمند به دیالیز در نتیجه عوارض ناشی از دیابت مجبور به دیالیز بوده اند ولی امروزه با توجه به شیوع فراوان دیابت این آمار در کشور افزایش یافته و به حدود ۵۰ درصد رسیده است یعنی ۵۰ درصد بیماران که وارد بخشهای دیالیز یا پیوند کلیه می شوند مبتلا به دیابت بوده اند.

عضو تیم پیوند بیمارستان شهید مدرس با اشاره به نحوه درمان بیماران دیابتی مبتلا به نارسایی شدید کلیه عنوان کرد: بهترین درمان در مراحل نهایی این بیماران به دو روش امکان پذیر است؛ روش اول انجام پیوند همزمان کلیه و پانکراس است و در روش دوم ابتدا پیوند کلیه انجام می شود و بعد از چند ماه یا چند سال پیوند پانکراس در این بیمار صورت می گیرد.

وی با اشاره به انجام پیوند پانکراس در هفته گذشته در بیمارستان شهید مدرس گفت: پس از انجام پیگیری های لازم و فراهم شدن مقدمات، اولین عمل پیوند پانکراس در بیمارستان شهید مدرس بر روی آقای ۴۶ ساله ای انجام پذیرفت که خوشبختانه موفقیت آمیز بود.

دکتر تارا افزود: این بیمار چند سال قبل تحت عمل پیوند کلیه قرار گرفته بود اما به خاطر عوارض ناشی از دیابت و احتمال صدمه به کلیه پیوند شده در اثر دیابت کنترل نشده، درصدد انجام پیوند پانکراس در مورد وی برآمدیم و شش روز قبل تحت عمل پیوند پانکراس قرار گرفت.

تارا با بیان این که حال بیمار پیوند شده رضایتبخش است و در حال حاضر فندهای بیمار طبیعی بوده و هیچگونه نیازی به داروهای کنترل کننده قند خون ندارد، اظهار کرد: برنامه ما این است که پیوند قلب را نیز در ن مراکز راه اندازی کنیم که مقدمات آن تقریباً فراهم شده است و ان شا الله در آینده نزدیک پس از انجام هماهنگی های لازم با وزارت بهداشت این پیوند نیز در این مرکز انجام خواهد پذیرفت.

کد خبر: ۹۲۶۸۴۸۵



برگزاری مسابقه کتابخوانی ویژه ماه رمضان در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

مسابقه بزرگ کتابخوانی ویژه ماه مبارک رمضان در دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی برگزار می شود. به گزارش خبرنگار دانشگاهی خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، مسابقه بزرگ کتابخوانی ویژه ماه مبارک رمضان به منظور شرکت کارکنان، دانشجویان و اساتید دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی برگزار می شود. بر اساس این گزارش، آخرین مهلت ثبت نام، دریافت کتاب و سوالات مسابقه ۱۶ مرداد ماه و آخرین مهلت تحویل پاسخ نامه ها ۱۶ شهریور ماه ۹۲ است. این مسابقه با توزیع کتاب نظام حقوق زن در اسلام اثر استاد شهید مرتضی مطهری به صورت غیر حضوری، کتبی و چهار گزینه ای برگزار خواهد شد. علاقه مندان به شرکت در این مسابقه می توانند با مراجعه به روابط عمومی و با رابطین قرآنی تابعه دانشگاه امور فرهنگی دانشجویی دانشکده ها و با مراجعه به واحد قرآن و عترت مدیریت فرهنگی و فعالیت های فوق برنامه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی ثبت نام کنند.

انتهای پیام

کد خبر: ۹۲۵۹۲۹۲



منبع: باشگاه خبرنگاران جوان

گروه: علمی پزشکی

تاریخ خبر: ۱۳۹۲/۰۴/۲۸

داروی ضد انعقاد وارفارین آماده ورود به بازار

دکتر صابری رئیس مرکز فناوری های نوین دارویی وزارت بهداشت در گفتگو با خبرنگار علمی باشگاه خبرنگاراناز تولید داروی ضد انعقاد وارفارین خبر داد و گفت: از سال قبل برنامه تولید این برنامه را در دست اقدام داشته ایم و یکی از محققان دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی شروع به ساخت ماده اولیه این دارو کرده اند. وی اظهار داشت: فرم نهایی این دارو به شکل یک قرص ۵ میلی گرم است و با توجه به اینکه کلیه تست های کمی و کیفی را از سال قبل پشت سر گذاشته است و به زودی وارد بازار خواهد شد. وی در خصوص صرفه جویی ارزی این دارو گفت: صرفه جویی ارزی این دارو ۲، ۳ میلیارد در سال ۹۰ برای واردات آن بوده است و در حال حاضر با تولید این دارو در داخل حدود ۶ میلیارد تومان صرفه جویی ارزی خواهیم داشت همچنین قیمت تمام شده این دارو برای بیماران ۲/۳ قیمت نمونه خارجی خواهد بود. /ع ۲

کد خبر: ۹۲۵۸۷۹۸



منبع: تسنیم

گروه: صفحه اصلی

تاریخ خبر: ۱۳۹۲/۰۴/۲۸

شرایط روزه داری مادرانی که شیر می دهند/دادن آب به نوزاد تا ۶ ماهگی ممنوع

احمدرضا فرسار در گفت و گو با خبرنگار اجتماعی خبرگزاری تسنیم، در تشریح چگونگی روزه گرفتن مادرانی که به فرزندانشان شیر می دهند، اظهار داشت: مادرانی که به نوزدان خود شیر می دهند توصیه می شود برای پرهیز جهت از بین رفتن سلول های بدنی و به خطر افتادن سلامت مادر در سال نخست شیردهی برای روزه داری حتماً با پزشک معالج خود مشورت کنند ولی از سال دوم شیردهی برای روزه داری با مشکلی مواجه نخواهند بود.

وی افزود: مادران شیرده باید برای روزه داری احوالات جسمی خود را در نظر بگیرند تا در زمان روزه داری برای خودشان و همچنین نوزادی که از شیر آنان استفاده می کند مشکلی رخ ندهد.

فرسار در تشریح چگونگی تغذیه نوزاد به خصوص نوشیدن آب به نوزادان تصریح کرد: چون در شیر مادر به اندازه کافی آب وجود دارد، به هیچ عنوان لازم نیست تا ۶ ماهگی به نوزاد آب خورانده شود ولی نوزادانی که شیر خشک استفاده می کنند متأسفانه مجبور هستند به آنان آب خورانده شود.

وی با اشاره به معایب خوراندن آب به نوزادان تا قبل از ۶ ماهگی ادامه داد: خوراندن آب به نوزاد قبل از ۶ ماهگی باعث پر شدن معده نوزاد می شود و نوزاد دیگر نمی تواند حجم مورد نیاز شیر را در معده خود که بسیار کوچک است جا دهد و کم رسیدن شیر مادر به نوزاد باعث اختلال رشد نوزاد و همچنین کند شدن رشد مغزی نوزاد می شود.

فرسار خاطرنشان کرد: خوراندن آب ممکن است باعث شود میکروب هایی نیز وارد معده نوزاد شود و از سوی دیگر مکیدن کمتر سینه مادر توسط نوزاد می تواند تحریک سازی شیر در سینه مادر را نیز کاهش دهد. بنابراین نوزادانی که از شیر مادر استفاده می کنند به هیچ وجه لازم نیست تا سن ۶ ماهگی به آنان آب خورانده شود.

انتهای پیام/

کد خبر: ۹۲۶۳۲۵۵



منبع: فارس

گروه: اجتماعی

تاریخ خبر: ۱۳۹۲/۰۴/۲۸

خبرگزاری فارس

چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس انجام شد/انجام ۳۰ هزار پیوند کلیه در ایران

به گزارش خبرگزاری فارس، ناصر سیم فروش شب گذشته در مراسم ضیافت افطار انجمن حمایت از بیماران کلیوی گفت: پیوند کلیه در کشور ما طی سالهای گذشته انسانهای زیادی را از مرگ حتمی نجات داده و درد و رنج بی امان را از هزاران نفر جدا کرده و آنان را به زندگی سالم بازگردانده است. وی ادامه داد: تاکنون بیش از ۳۰ هزار پیوند کلیه در کشور ما انجام شده و کشورهای زیادی هستند که حسرت این همه پیشرفت علمی و پزشکی را در ایران می خورند و آرزو دارند بتوانند به روشهایی که پزشکان ما انجام می دهند بیماران را به زندگی سالم برگردانند. وی گفت: بیش از ۵۰۰ کودک تاکنون با انجام پیوند کلیه به زندگی سالم برگردانده شده اند، زندگی که می توانند با دیالیز صفاقی یا دیالیز خونی یک عمر با درد و رنج و ناراحتی همراه باشد. سیم فروش ادامه داد: دیابت و چاقی اکنون دو عامل مهم افزایش بیماریهای کلیوی است. باید با آموزشهای مناسب به مردم جلوی بروز موارد بیشتر نارسایی کلیه را در کشور بگیریم و برای رسیدن به این هدف افزایش آگاهی خانواده ها و والدین ضروری است. وی همچنین از انجام چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس در بیمارستان لبافی نژاد خبر داد و گفت: این روش فقط از طریق اهدا از مرگ مغزی ممکن است. انتهای پیام/

کد خبر: ۹۲۵۹۵۹۲

اخبار مرتبط:

✓ سلامت نیوز: چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس انجام شد/انجام ۳۰ هزار پیوند کلیه در ایران

✓ پانا: چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس انجام شد/انجام ۳۰ هزار پیوند کلیه در ایران



منبع: جهان نیوز

گروه: جامعه

تاریخ خبر: ۱۳۹۲/۰۴/۲۸



دو عامل مهم افزایش بیماریهای کلیوی

به گزارش جهان به نقل از فارس، ناصر سیم فروش شب گذشته در مراسم ضیافت افطار انجمن حمایت از بیماران کلیوی گفت: پیوند کلیه در کشور ما طی سالهای گذشته انسانهای زیادی را از مرگ حتمی نجات داده و درد و رنج بی امان را از هزاران نفر جدا کرده و آنان را به زندگی سالم بازگردانده است. وی ادامه داد: تاکنون بیش از ۳۰ هزار پیوند کلیه در کشور ما انجام شده و کشورهای زیادی هستند که حسرت این همه پیشرفت علمی و پزشکی را در ایران می خورند و آرزو دارند بتوانند به روشهایی که پزشکان ما انجام می دهند بیمارانشان را به زندگی سالم برگردانند. وی گفت: بیش از ۵۰۰ کودک تاکنون با انجام پیوند کلیه به زندگی سالم برگردانده شده اند، زندگی که می توانند با دیالیز صفاقی یا دیالیز خونی یک عمر با درد و رنج و ناراحتی همراه باشد. سیم فروش ادامه داد: دیابت و چاقی اکنون دو عامل مهم افزایش بیماریهای کلیوی است. باید با آموزشهای مناسب به مردم جلوی بروز موارد بیشتر نارسایی کلیه را در کشور بگیریم و برای رسیدن به این هدف افزایش آگاهی خانواده ها و والدین ضروری است. وی همچنین از انجام چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس در بیمارستان لبافی نژاد خبر داد و گفت: این روش فقط از طریق اهدا از مرگ مغزی ممکن است.

کد خبر: ۹۲۶۳۹۹۱

اخبار مرتبط:

✓ افکار نیوز: دو عامل مهم افزایش بیماریهای کلیوی

ها و سبزیجاتی مانند موز، هندوانه، طالبی، مرکبات، آلو، توت فرنگی، خیار، سبزیجات دارای برگ سبز، قرمز و بنفش مانند اسفناج، چغندر، گوجه فرنگی، کلم بروکلی، هویج، لوبیا و غذاهای با طبع سرد مثل غذاهای دریایی در این فصل بیشتر توصیه می شود؛ به همین علت تمایل به مصرف غذاهای سرد بیشتر از غذاهای گرم و پخته شده است و استفاده از غذاهای سنتی مانند مخلوط ماست و خیار به همراه سبزیجات، گردو و کشمش می تواند یک غذای مناسب در این فصل باشد. پیشگیری از گرما زدگیبا استفاده از راهکارهای زیر می توان از بروز گرمزدگی جلوگیری کرد: پوشیدن لباس های سبک با رنگ روشن؛ استفاده از کلاه های پهن؛ استفاده از کرم های ضد آفتاب با فاکتور حفاظتی ۳۰ و بالاتر؛ مصرف مقادیر فراوان مایعات (روزانه نوشیدن ۸ لیوان آب در تابستان توصیه می شود)؛ استفاده از مایعات شور مانند دوغ یا آب میوه در صورت عرق کردن؛ و اجتناب از فعالیت های ورزشی در روزهای گرم. رفع گرمزدگی با نوشیدنی های شیرین ممنوع! امیر نجاتی، متخصص طب اورژانس با بیان این که در حالت عادی درجه حرارت بدن بین ۳۶ تا ۳۸ درجه است، می گوید: نوشیدنی های کافئین دار مانند قهوه و چای ادرار آور است و سبب از دست دادن آب بدن می شود و توصیه می کنیم آن هایی که عادت به خوردن چای دارند، نهایتاً چای کم رنگ بنوشند. بهتر است افراد آب خنک حاوی یخ در قالب بطری با خود داشته باشند تا در صورت تشنگی یا مواجهه با گرما از آن استفاده کنند و اگر برای مدت مدیدی قرار است در گرما باشند، مقداری نمک یا آب لیمو در آب نوشیدنی خود بریزند. وجود قند در مایعات هم عاملی برای دفع آب بدن است، چرا که هضم قند نیاز به آب دارد، بنابراین مصرف نوشیدنی های شیرین مانند نوشابه و شربت در این موارد توصیه نمی شود. چه موقع به پزشک مراجعه کنیم؟ بروز گرمزدگی یک فوریت پزشکی است. اگر شما یا هر فرد دیگری نشانه های زیر را که مرتبط با گرمای هواست، از خود نشان دهد، فوراً باید به پزشک مراجعه کند: - احساس سرگیجه - خستگی بیش از حد - آشفستگی - درد شدید عضلات - تب یا تهوع - تشنج یا بیهوش شدن درمان گرمزدگی گرمزدگی یک فوریت پزشکی است. اگر دیدید کسی دچار گرمزدگی شده، فوراً یک آمبولانس خبر کنید یا هر چه سریع تر او را به نزدیک ترین بیمارستان برسانید. اولین اقدام، کاهش هر چه سریع تر دمای بدن فرد است. بنابراین اولین کاری که شما باید برای یک فرد گرمزده انجام دهید، این است که ۱- لباس های فرد گرمزده را درآورده و بدن او را در آب سرد فرو برید. اگر چنین امکانی وجود نداشت، با استفاده از یک پارچه یا حوله یا اسفنج، بدن فرد را با آب سرد خیس کنید یا اینکه قطعات یخ را به آرامی به بدن فرد بمالید. اگر مقدار آبی که در اختیار دارید کم است، ابتدا سر و گردن او را خنک کنید. تکه های یخ را روی گردن، زیر بغل و کشاله ران او قرار دهید. توسط یک تکه کاغذ یا حوله یا پنکه، او را باد بزنید ۲- بعد از حمام گرفتن، فرد را در مکان خنکی قرار دهید ۳- پاهای فرد را در محل بالاتری نسبت به بدن او قرار دهید تا جریان خون بیشتر به طرف سر او

برود۴- دست ها و پاهای فرد را ماساژ دهید تا خونی که خنک شده ، به سمت مغز و مرکز بدن او برود۵- . اگر شخص به هوش است، او را تشویق کنید تا کم کم آب یا یک نوشیدنی خنک بنوشد، ولی اگر شخص بی هوش باشد، نمی توانید این کار را انجام دهید، بنابراین همانطور که گفتم بدن او را خنک کنید تا وقتی به هوش آمد، آب بنوشد۶- وقتی بدن فرد خنک شد، هر ۱۰ دقیقه یک بار دمای بدن او را از طریق مقعد اندازه گیری کنید تا دمای بدنش کمتر از ۵/۳۸ درجه سانتیگراد نشود. هنگامی هم که بدن فرد را در آب سرد فرو می کنید، باید مراقب باشید تا دمای بدنش کمتر از ۵/۳۹ درجه نشود. اگر هم دماسنج در اختیار نداشتید، تا وقتی که با لمس کردن بدن او احساس می کنید خنک نشده، عمل خنک کردن را ادامه دهید، ولی به محض خنک شدن بدن فرد ، عمل خنک کردن (در آب سرد یا به شکل دیگر) را متوقف کنید و اگر دمای بدن او دوباره افزایش یافت، عمل خنک کردن را از نو شروع کنید.

کد خبر: ۹۲۴۳۸۷۰



منبع: سلامت نیوز

گروه: صفحه اصلی

تاریخ خبر: ۱۳۹۲/۰۴/۲۸

سلامت نیوز

چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس انجام شد/انجام ۳۰ هزار پیوند کلیه در ایران

سلامت نیوز: ناصر سیم فروش، چهره ماندگار رشته ارولوژی کشور گفت: تاکنون ۳۰ هزار پیوند کلیه در کشور انجام شده و چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس هم در بیمارستان لبافی نژاد انجام شد. به گزارش سلامت نیوز به نقل از فارس، ناصر سیم فروش شب گذشته در مراسم ضیافت افطار انجمن حمایت از بیماران کلیوی گفت: پیوند کلیه در کشور ما طی سالهای گذشته انسانهای زیادی را از مرگ حتمی نجات داده و درد و رنج بی‌امان را از هزاران نفر جدا کرده و آنان را به زندگی سالم بازگردانده است. وی ادامه داد: تاکنون بیش از ۳۰ هزار پیوند کلیه در کشور ما انجام شده و کشورهای زیادی هستند که حسرت این همه پیشرفت علمی و پزشکی را در ایران می‌خورند و آرزو دارند بتوانند به روشهایی که پزشکان ما انجام می‌دهند بیمارانشان را به زندگی سالم برگردانند. وی گفت: بیش از ۵۰۰ کودک تاکنون با انجام پیوند کلیه به زندگی سالم برگردانده شده‌اند، زندگی که می‌توانند با دیالیز صفاقی یا دیالیز خونی یک عمر با درد و رنج و ناراحتی همراه باشد. سیم فروش ادامه داد: دیابت و چاقی اکنون دو عامل مهم افزایش بیماریهای کلیوی است. باید با آموزشهای مناسب به مردم جلوی بروز موارد بیشتر نارسایی کلیه را در کشور بگیریم و برای رسیدن به این هدف افزایش آگاهی خانواده‌ها و والدین ضروری است. وی همچنین از انجام چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس در بیمارستان لبافی نژاد خبر داد و گفت: این روش فقط از طریق اهدا از مرگ مغزی ممکن است.

کد خبر: ۹۲۶۱۹۴۶

اخبار مرتبط:

✓ فارس: چهارمین پیوند همزمان کلیه و پانکراس انجام شد/انجام ۳۰ هزار پیوند کلیه در ایران



تنها راه مبارزه با آبسه دندان

دکتر مسعود اجلالی، متخصص دندانپزشک و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در گفتگو با باشگاه خبرنگاران، با بیان این مطلب افزود: آبسه به معنی جمع شدن چرک در هر بخشی از بدن است که می تواند منجر به ایجاد تورم و التهاب شود که آبسه معمولاً به دنبال پوسیدگی دندان ایجاد می شود و بتدریج مینا را تخریب می کند. وی با بیان اینکه دو نوع آبسه دندانی و لثه ای داریم، ادامه داد: یکی از آبسه های دندانی، آبسه لثه ای است و زمانی رخ می دهد که اگر عفونتی در اطراف دندان ها و بافت های نگه دارنده دندان ها ایجاد شود، آبسه ایجاد می شود. این متخصص دندانپزشک با بیان اینکه اگر بهداشت دهان و دندان رعایت شود، آبسه بوجود نمی آید، اظهار داشت: بطور کلی برای جلوگیری از بروز آبسه مراقبت های ویژه بهداشتی باید صورت گیرد. همچنین اگر فرد احساس ناراحتی و درد دندان کرد حتماً به پزشک متخصص مراجعه کند تا درمان آن صورت پذیرد. گفتنی است؛ درد شدید در لمس دندان مبتلا، سست شدن دندان، تورم حساس و قرمز رنگ لثه روی ریشه دندان و آزاد شدن چرک به داخل دندان از جمله علائم آبسه دندان است. /ح

کد خبر: ۹۲۶۸۶۹۵

اخبار مرتبط:

✓ باشگاه خبرنگاران جوان: رعایت بهداشت دهان و دندان تنها راه مبارزه با آبسه



آش و حلیم دست فروشان عامل بیماری های انگلی هستند

عرش نیوز: آریتا حکمت دوست، متخصص تغذیه با بیان اینکه باید حلیم و آش را از مکان هایی تهیه کنید که نکات بهداشتی را رعایت کنند، اظهار داشت: روزه داران از میزان رعایت نکات بهداشتی دست فروشان مطلع نیستند به همین دلیل توصیه می شود از خریدن این نوع غذاها از دستفروشان پرهیز کنید. وی افزود: غذاهایی که از دست فروشان در خیابان ها به فروش می رسد به دلیل باز بودن در ظرف غذا در معرض گرد و خاک و آلودگی های محیطی هستند. این استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تاکید کرد: حرارت از بین برنده میکروب است و زمانی که حرارت این غذاها کم شود به میکروب های محیطی آلوده می شوند، همین عامل باعث مبتلا شدن مصرف کنندگان به اسهال میکروبی و بیماری های انگلی می شود. حکمت دوست گفت: بیمار مبتلا به اسهال میکروبی تا ۴ روز و بیمار مبتلا به عفونت های انگلی تا دراز مدت به این میکروب مبتلا هستند. وی درباره کودکان نیز اظهار داشت: کودکان به دلیل سیستم دفاعی ضعیفتر از ضعف بیشتری در برابر این بیماری ها برخوردار هستند.

کد خبر: ۹۲۵۸۷۶۴