

با پزشکان

همزمان با یکصد و دهمین سالگرد تولد پروفیسور شمس

هشتادمین سالگرد دیوند فر نیه، هفتم اسفندماه در تهران برگزار می‌شود

همزمان با یکصد و دهمین سالگرد تولد پروفیسور فقید محمدقلی شمس، پدر چشم‌پزشکی نوین ایران و مراسم هشتادمین سال تأسیس بیمارستان فارابی (نخستین مرکز تخصصی چشم‌پزشکی کشور)، هشتادمین سالگرد دیوند فر نیه چشم‌هفتم اسفندماه امسال در بیمارستان فارابی تهران برگزار می‌شود.

دکتر هرمز شمس، نایب‌رئیس جشنواره چشم‌پزشکی و علوم‌بینایی با اعلام این خبر افزود: بیمارستان فارابی در نظر دارد، یادواره پروفیسور محمدقلی شمس، پدر چشم‌پزشکی نوین ایران و موسس بیمارستان فارابی و انجمن چشم‌پزشکی را امسال به‌مناسبت یکصد و دهمین سالگرد تولد این پروفیسور فقید برگزار کند.

وی ادامه داد: در روز هفتم اسفند همچنین برترین‌های این جشنواره با هدف تجلیل و تشویق دانشمندان و محققان، معرفی پروژه‌های برتر علمی و پژوهشی، انگیزش آفرینی برای شکل‌گیری و هدایت پژوهش‌های جدید و هدایت آنها به‌سوی اولویت‌های ملی و مرزهای دانش و نیز تشویق دانشمندان دانشجویی و تالیف‌های انجام‌شده در عرصه چشم‌پزشکی و علوم‌بینایی برگزار می‌شود. دکتر شمس تصریح کرد: هفتمین جشنواره چشم‌پزشکی و علوم‌بینایی شمس در ۲ دسته رقابتی و غیررقابتی برگزار می‌شود که در بخش رقابتی، بخش‌های ابداع یا اختراع برتر، کتاب و پایان‌نامه برتر، نوآوری برتر در روش جراحی، مقاله برتر فارسی و انگلیسی، طرح پژوهش برتر و بخش دانشور جوان برگزار می‌شود.

وی افزود: در دسته غیررقابتی، بخش‌هایی همچون معرفی بانوی چشم‌پزشکی کشور، چشم‌پزشک پارسی، ادیب چشم‌پزشکان، نشان خدمت و مسئولیت‌پذیری حرفه‌ای و اجتماعی، نودوستی و پیشگیری از نابینایی، آموزگار برتر و دانشمندتر معرفی خواهند شد.

نایب‌رئیس جشنواره چشم‌پزشکی و علوم‌بینایی گفت: در این مراسم همچنین از تمبر «طیب‌دیدگان» به‌مناسبت ریشه‌کنی تراخم و خدمات پروفیسور محمدقلی شمس روزنامه‌ی می‌شود.

بررسی

آدامس جویدن

۱۰۰ میلیون باکتری را از بین می‌برد

از دوران کودکی این هشدار را بارها شنیده‌ایم که جویدن آدامس یکی از دلایل پوسیدگی دندان و بروز بیماری‌های دهن است اما ظاهراً مطالعات جدید خلاف این امر نشان می‌دهند.

بررسی‌های جدید حاکی از آن است که جویدن آدامس سلامت دندان را همچون مسواک‌زدن و استفاده از نخ دندان حفظ می‌کند. به گفته متخصصان، آدامس جویدن برای مدت ۱۰ دقیقه می‌تواند حدود ۱۰۰ میلیون باکتری را از دندان پاک کند. ۱۰ درصد از حجم میکروبی بزاق دهن را از بین ببرد، بنابراین مطالعه‌ای که در سال ۲۰۰۶ در مجله دندانل رسچ منتشر شد، به‌طور معمول در بیشتر آدامس‌های تجاری این محصول باشرین‌کننده‌ها، طعم‌دهنده‌ها و ترکیبات دیگری تولید می‌شود اما هم‌اکنون در تولید این آدامس‌ها شرین‌کننده‌های مصنوعی مثل زایلیتول یا مانیتول جایگزین قند شده‌اند و جایگزین‌های بدون قند در واقع می‌توانند احتمال تشکیل زیست‌لایه دهنی که عامل رشد بیماری‌های عفونی و پوسیدگی دندان



و بیماری‌های لته است، کاهش دهد. در مطالعات پیشین همچنین تأثیر جویدن آدامس بر عملکرد شناختی ذهن، بهبود وضع روحی، هوشیاری و کنترل اشتها مشاهده شده است. اخیراً گروهی از متخصصان هلندی به بررسی نقش تأثیر جویدن آدامس در از بین بردن باکتری‌های دهن پرداختند. در این بررسی از تعدادی شرکت‌کننده درخواست شد در مدت زمان ۳۰ ثانیه تا ۱۰ دقیقه آدامس بجودند. پس از آن نمونه آدامس جویده شده مورد مطالعه قرار گرفت و مشخص شد حدود ۱۰۰ میلیون باکتری روی هر یک از این نمونه‌ها وجود دارد. همچنین آشکار شد تعداد این باکتری‌ها افزایش مدت‌زمان جویدن آدامس بیشتر می‌شود.

۳۰ ثانیه از مدت زمان جویدن آدامس اسحاج خود را از دست می‌دهد و این تغییر به این مفهوم است که در مجموع از تعداد باکتری‌هایی که جذب آدامس شده‌اند کاسته شده است. به گزارش مدیکال دیلی، برخی تولیدکنندگان آدامس عناصر فعالی را در تولید این محصول به کار می‌گیرند تا قابلیت آن را در کاهش پوسیدگی دندان و پلاک‌افزایش دهند و به همین دلیل از فلورایدها و ترکیب‌های آنتی میکروبی استفاده می‌کنند که البته بررسی تأثیر آنها بر دهن و دندان به شکل دقیق‌تر ضروری است.



درباره حساسیت دارویی

وقتی بدن واکنش نشان می‌دهد

می‌دهد.

آنتی‌بیوتیک‌ها از مقصران اصلی واکنش‌های حساسیتی

واکنش‌های حساسیت‌زا نسبت به داروهای شایع است و آنتی‌بیوتیک‌ها یکی از مقصران اصلی برانگیختن واکنش‌های حساسیتی به‌شمار می‌روند. اگر فردی به یک آنتی‌بیوتیک حساسیت داشته باشد، احتمال زیادی وجود دارد که نسبت به ماده شیمیایی مشابه با آنتی‌بیوتیک دیگری از همان خانواده نیز حساس باشد.

شناخت حساسیت‌های فردی بسیار مهم است چرا که باید بتواند در مواقع لزوم آنتی‌بیوتیک دریافت کند. موضوع دیگر که اغلب اشتباه گرفته می‌شود، افتراق بین عوارض جانبی از حساسیت یعنی یادون مکانیسم شناخته‌شده است.

مهم‌ترین راه‌های ایجاد حساسیت‌های دارویی

به گزارش روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تهران، تزریق عضلانی، وریدی و استفاده موضعی دارو مهم‌ترین راه‌های ایجاد حساسیت است.

مصرف خوراکی دارو کمتر ایجاد حساسیت دارویی می‌کند، شایع‌ترین شاخص پوستی واکنش‌های دارویی دانه‌های قرمز رنگ موسوم به «راش» است. راش‌ها یک تا ۳ هفته بعد از مصرف دارو ایجاد می‌شود؛ واکنش‌های حساسیت پوستی شدید به علت این که با مرگ و زندگی ارتباط دارد باید سریع تشخیص داده شود.

هنگامی که برای نخستین بار دارو مصرف می‌شود، واکنش‌ها غالباً بروز نمی‌کند و بیمار تحمل نشان

آنتی‌بیوتیک‌ها وجود دارد.

۴. بیشتر متخصصان اولین قدم برای مبارزه با حساسیت را دوری از ماده حساسیت‌زا عنوان می‌کنند. اگر بتوان عامل حساسیت‌زا را پیدا کرده و به همین ترتیب از آن دوری کرد دیگر نیازی به دارو نخواهی داشت.

۵. مصرف داروهای ضد حساسیت مشکلی را حل نخواهد کرد، فقط درمان تسکینی است.

۶. در برخی مواقع پزشک دارویی که قبلاً موجب بروز عوارض جانبی برای فرد شده را برای او تجویز می‌کند، اما به ندرت دارویی را تجویز می‌کند که فرد در گذشته نسبت به آن حساسیت نشان داده است.

بنابراین هنگام ویزیت پزشکان به آنها سابقه حساسیت دارویی خود را اطلاع دهید.

۷. آلرژی‌های غذایی برای آنهایی که دچار واکنش‌های شدید حساسیتی می‌شوند، مهم است.

۸. گرده گیاهان و سایر اجزای گیاهی حساسیت‌زا از علل شایع حساسیت‌های فصلی هستند، این احتمال وجود دارد که عامل حساسیت‌زا در خانه وجود داشته باشد و در خانه ماندن موجب تشدید حساسیت فرد شود. بنابراین باید تلاش شود تا خانه از تپه‌به‌مناسب‌تر خردار باشد.

۹. در صورتی که فرد سابقه حساسیت دارویی دارد یا شروع علائم باید به پزشک مراجعه کند.

۱۰. برای بهبود علائم طبق دستور پزشک می‌توان حساسیت‌های دارویی به‌شمار می‌رود.

روان

راه‌های شناخت افسردگی کودکان

انگرم نوری | کارشناس روان‌شناسی



بسیاری از افراد تصور می‌کنند افسردگی تنها گریبان‌گیر بزرگسالان می‌شود، در حالی که کودکان نیز دچار افسردگی می‌شوند.

راه‌های متعددی برای تشخیص مشکلات روانی کودکان وجود دارد که مهم‌ترین آن‌ها ناراحتی مداوم و نگرانی‌های بی‌دلیل کودک است که به موضوع خاصی مربوط نمی‌شود. در این خصوص والدین می‌توانند عکس‌العمل کودکان را هنگامی که مسئله ناراحت‌کننده‌ای رخ می‌دهد ببینند، برای مثال زمانی که کسی می‌میرد، طبیعی است که افراد و اطرافیان ناراحت شوند. شایدهد و افراطی کودک در مقابل با این اتفاق بسیار شدید و افراطی باشد یا مدت زیادی طول بکشد، این موضوع یکی از نشانه‌های افسردگی است.

همچنین اگر نوجوانی قادر به انجام تکالیفش در مدرسه نباشد و علاقه‌اش را به فعالیت‌هایی که در گذشته به آن‌ها گرایش داشت از دست بدهد، این تغییر نیز یکی از علائم اصلی ابتلا به افسردگی به‌شمار می‌رود. بنابراین با شناسایی این علائم می‌توان افسردگی در کودکان را تشخیص داد.

مطب

احتمال نابینایی در مبتلایان آرتریت روماتوئید

بهبودی با مایه‌ی وعسل

رضاشیاری | فوق تخصص روماتولوژی اطفال

مصرف زنجبیل، عسل، دارچین و مواد حاوی آنتی‌اکسیدان مانند ماهی، چای سبز و روغن زیتون در کنترل آرتریت روماتوئید کودکان موثر است.

آرتریت روماتوئیدیکی از شایع‌ترین بیماری‌های مفصل در کودکان و نوجوانان است. آرتریت روماتوئید تحت عنوان JIA یا JRA بیان می‌شود و در کودکان زیر ۱۶ سال اتفاق می‌افتد.

مهم‌ترین نشانه آرتریت روماتوئید این است که ورم مفصل باید حداقل ۶ هفته وجود داشته باشد و این ورم می‌تواند به صورت تک‌مفصلی یا چند مفصلی باشد، گاهی نیز به صورت سیستمی با طرح علامت پوستی مانند کبیر و دانه همراه است و بعدها نیز می‌تواند تغییرات مفصلی ایجاد کند.

اهمیت آرتریت روماتوئید این است که هر چه بیماری سریع‌تر تشخیص داده شود، عوارض



مفصلی کمتری دارد. اگر آن را دیرتر تشخیص داده یا فرد مبتلا به موقع به روماتولوژیست اطفال از جاع داده نشود قابلیت تخریب مفصل در کودک وجود دارد، این بیماری یکی از شایع‌ترین علت معلولیت در کودکان است.

آرتریت روماتوئید می‌تواند با التهاب چشم نیز همراه باشد که ممکن است خانواده در ظاهر متوجه نشود. ولی همزمان با فعالیت بیمار وجود داشته باشد و موجب اختلال بینایی و حتی نابینایی فرد مبتلا شود. بنابراین ۲ عارضه مهم روماتیسم مفصلی کودکان، معلولیت جسمی و اختلالات بینایی یا عوارض چشمی ناشی از این بیماری است.

بسیاری از انواع بیماری‌های روماتیسمی مفصلی کودکان قابل کنترل و درمان است، بنابراین تأکید می‌شود در مواردی که کودک از خواب بیدار می‌شود و در صبح‌ها صبحگاهی و خشکی مفصل می‌شود، به علت عدم توانایی در حرکت طبیعی مفصل، قابلیت برخواستن و حرکت کردن از مفصل را ندارد. به پزشک متخصص روماتولوژی مراجعه کند.

معمولاً در این حالت، کودک ترجیح می‌دهد نیم ساعت تا ۴۵ دقیقه در بستر بخوابد تا مفاصل کم‌کم قابلیت حرکت پیدا کنند. گاهی نیز موقع راه رفتن لنگ می‌زند یا درد دارند. اگر ورم مفصل طول کشنده باشد از جاع به روماتولوژیست اطفال ضروری است. آرتریت روماتوئید در پسران و دختران دیده می‌شود. البته شیوع آن در جنس مذکر بیشتر از مؤنث است و بسته به این که نوع تک‌مفصلی، چندمفصلی و سیستمی باشد، بروز سنی آن متفاوت است.

نکته قابل توجه این است که در طب روماتیسمی مفصلی کودکان برخلاف بزرگسالان، یافته‌های آزمایشگاهی طبیعی است بنابراین کمتر از ۱۰ درصد مبتلایان به روماتیسم مفصلی فاکتور مثبت نامیده می‌شوند و حدود ۹۰ درصد فاکتور

روماتیسمی منفی دارند بنابراین اگر کودکی به روماتیسم مبتلا شود و پزشک در ارزیابی آزمایش روماتیسمی عنوان کند نادرست است زیرا یافته‌های آزمایشگاهی نمی‌توان این بیماری را تشخیص داد. تشخیص آرتریت روماتوئید با معاینه بالینی و شرح حال توسط فوق تخصص روماتولوژی اطفال میسر است. در طب روماتیسمی کودکان، تشخیص سریع و درمان تهاجمی می‌تواند بیماری را در همان ابتدا خاموش کند، بنابراین در مواردی که والدین با دردهای عضلانی-اسکلتی غیراختصاصی، تظاهرات عودکننده مفصلی، خشکی صبحگاهی و اختلال دید در کودک مواجه می‌شود به روماتولوژیست اطفال مراجعه کنند.

تغذیه

چرا بعضی‌ها «خاک» می‌خورند؟

مریم شیرمستی | کارشناس تغذیه

برخی افراد به خوردن مواد غیر خوراکی مانند خاک و تمایل دارند. گاهی این تمایل در زنان باردار رخ می‌دهد که ناشی از ویار بارداری است و معمولاً جنبه ارثی دارد. مصرف خاک، مهر نماز، نوک‌مداد و... گاهی در افراد عادی و بزرگسال نیز دیده می‌شود که ناشی از کمبود روی و آهن است. این افراد معمولاً به خوردن گچ نیز تمایل دارند و گاهی از بوهای خاص مثل بوی لاک و بنزین لذت می‌برند. مصرف خاک و گچ تأثیری در کاهش کمبود روی و آهن ندارد. به این افراد توصیه می‌شود کمبود صورت‌مغز به پزشک و متخصص کمک گرفت، به علاوه در داروهای شیمیایی و مناسبات اطفال یا نوجوانان تجویز می‌شود. احتمال ابتلا به افسردگی در کودکانی که یکی از والدین آن‌ها افسرده است، دو برابر و در کودکانی که هر دو والد آن‌ها افسردگی را در زندگی تجربه کرده‌اند، چهار برابر بیشتر از سایر کودکان است. باید در نظر داشته باشیم که همه کودکان و نوجوانان نیازمند دریافت حبس احترام، ارزشمندی و دوست داشته شدن از سوی دیگران هستند و نیاز شدیدی به برقراری ارتباط با والدین‌شان دارند.

این مواد وارد بدن می‌شود.