

تحقیق

تبخال خطر ابتلا به آنزایم را دو برابر افزایش می‌دهد

محققان سوئدی متوجه شدند که عفونت به ویروس «هریس سیمپلیکس ۱» که باعث ابتلا به تبخال می‌شود خطر ابتلا به بیماری آنزایم را دو برابر افزایش می‌دهد. به گزارش هلت، بدن پس از اولین عفونت به ویروس «هریس سیمپلیکس ۱» برای همیشه حامل این ویروس است که هر زمان می‌تواند فعال شده و باعث بروز تبخال شود. در حالی که ۹۰ درصد از بزرگسالان حامل ویروس «هریس سیمپلیکس ۱» هستند تنها حدود یک چهارم آنها مرتب دچار تبخال می‌شوند.

محققان می‌گویند این ویروس می‌تواند خطر ابتلا به بیماری آنزایم را افزایش دهد زیرا سیستم ایمنی ضعیف سالمندان به این ویروس فرصت می‌دهد تا در مغز گسترش یابد.

سپس این ویروس در مغز می‌تواند موجب آغاز روندی شود که منجر به ابتلا به بیماری آنزایم می‌شود. به این ترتیب پلاک‌هایی در مغز ساخته می‌شود که منجر به مرگ سلول‌های مغزی و قطع ارتباط میان آنها می‌شود.

این موضوع موجب از دست دادن حافظه و کاهش توانایی تفکر می‌شود که اینها از مشخصه‌های ابتلا



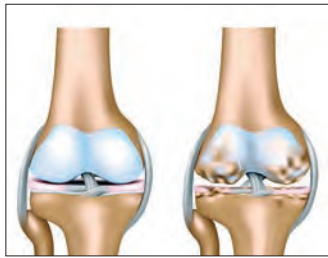
به آنزایم هستند. محققان متوجه شدند که اگر شخصی حامل ویروس «هریس سیمپلیکس ۱» باشد خطر ابتلا وی به بیماری آنزایم دو برابر افزایش می‌یابد.

مطب

بهترین راه درمان آرتروز تعویض مفصل فرسوده است

آلامعلی عکاشه |

رئیس انجمن علمی جراحان ارتوپدی ایران |



روش‌های مختلف غیر جراحی برای درمان آرتروز ارایه می‌شود اما بهترین راه درمان تعویض مفصل فرسوده است.

تجربه نشان می‌دهد استفاده از روش‌های غیر جراحی برای درمان آرتروز نسبت به عمل جراحی با موفقیت کمتری همراه است.

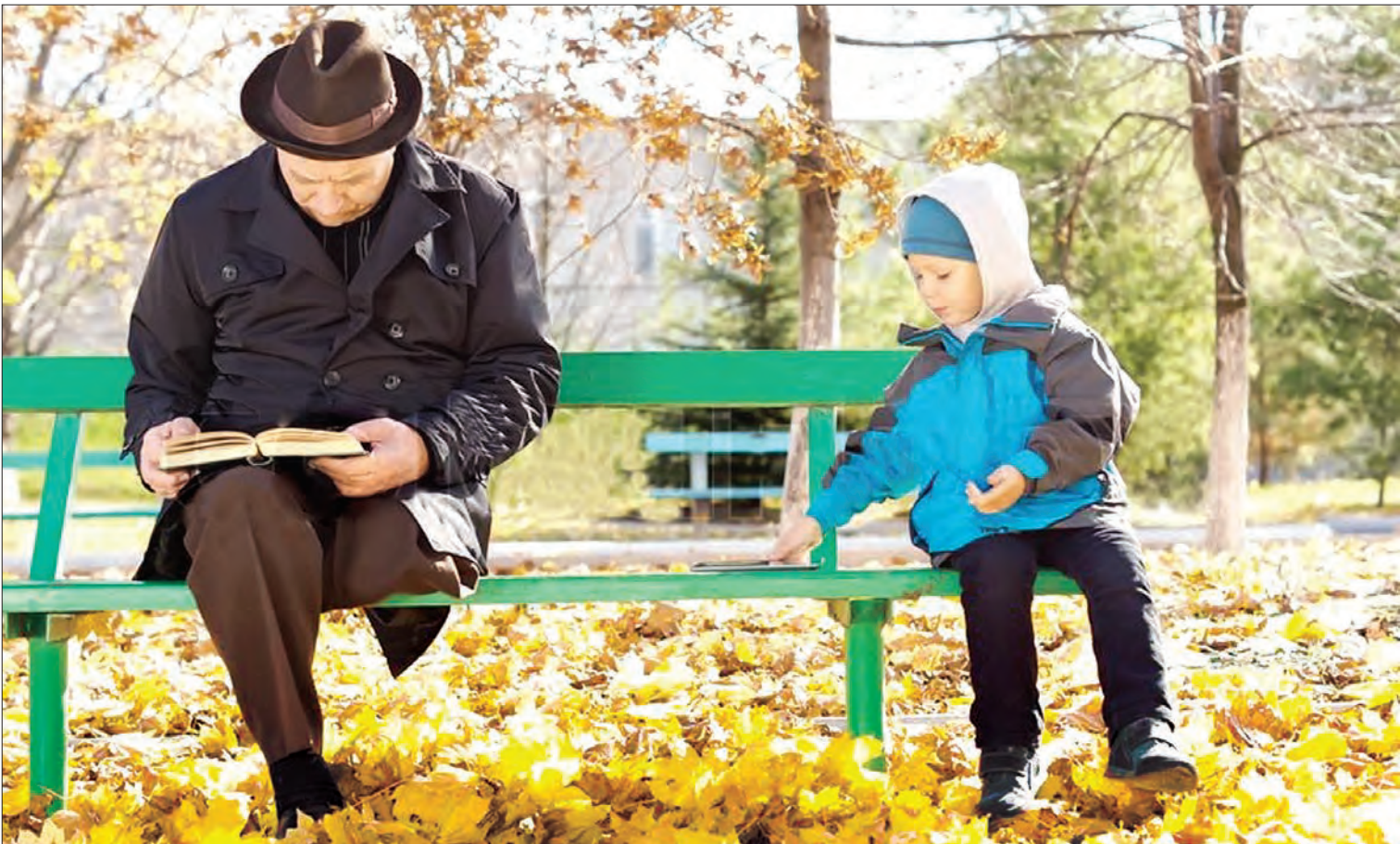
زمانی که مفصلی تاحدی فرسوده می‌شود که غضروف‌های آن از بین رفته است بهترین راه درمان، تعویض مفصل فرسوده است، البته روش‌هایی مانند ورزش کردن یا مصرف دارو هم وجود دارد اما بهترین روش عمل جراحی است. تلاش می‌شود تعویض مفصل در سنین متوسط رو به بالا انجام شود. در روش تعویض مفصل غضروف‌های تخریب شده برداشته و مفصل با غضروف مصنوعی جایگزین می‌شود. در واقع آرتروز یکی از مشکلاتی است که جامعه امروزی را درگیر کرده است و راه‌های متعددی برای درمان آن در ایران و جهان وجود دارد. همچنین حوادث رانندگی، عوامل غیر طبیعی و صدمات ناشی از آنها یکی از بزرگترین معضلات کنونی جامعه است که علاوه بر مرگومیر موجب بروز صدمه به فرد می‌شود.

هزینه تعویض مفصل در تمام دنیا بالاست زیرا تولید مفصل مصنوعی (پروتز) بنا به جنس فلز، علم ساختن آن و علم پزشکی بسیار بالاست، با توجه به تعرفه‌های پزشکی در ایران هزینه تعویض مفصل با هزینه بیمارستان و جراحی تقریباً برابر می‌شود.

تازه‌ها

تشخیص زود هنگام سرطان ریه با شاتلگر زیستی خون

با دستاورد دانشمندان کلینیک کلیولند، پزشکان به زودی خواهند توانست سرطان ریه را با کمک یک نشانگر زیستی خون در مراحل اولیه شناسایی کنند. یک پژوهش جدید نشان داد که بیماران مبتلا به سرطان ریه سرطان ریه سلول غیر کوچک مرحله یک تا سه نسبت به بیماران در معرض خطری که هنوز به آن مبتلا نشده‌اند، از نمایه‌های متابولیکی متفاوتی در خونشان برخوردارند. دکتر پیتز ماژون، رئیس برنامه سرطان ریه موسسه تنفسی کلینیک کلیولند اظهار کرد، نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که بیماران مبتلا به سرطان ریه از فرآیندهای متابولیکی دگرگون شده برخوردارند. این اطلاعات می‌تواند به تولید یک نشانگر زیستی تشخیصی برای شناسایی زود هنگام سرطان ریه منجر شود. این پژوهش در مجله CHEST منتشر شده است.



خانواده‌ها از چه آسیبی می‌ترسند؟

ناتوانی والدین در شناخت رفتارهای فرزندان

دکتر محمدرضا ابراهیمی | روانشناس

والدین و فرزندان دو جریان رشد متفاوت را تجربه می‌کنند و این امر منجر به ایجاد فاصله بین اعضای خانواده می‌شود و خودش در ساده‌ترین فرم بیان باعث ایجاد شکاف بین دو نسل می‌شود.

نگاه سنتی والدین تضعیف می‌شود و نسل جدید بر آنها غلبه می‌کنند که این امر را در تغییر نظام آموزش و پرورش از معلم محوری به سمت شیوه‌های دانش آموز محوری مشاهده می‌کنیم. در سطوح اجتماعی هم همین روند ادامه می‌یابد و والدین به مرور از نگاه سنتی به سمت نگاه مبتنی بر تکنولوژی می‌روند. تغییر می‌کنند، این امر خود به خود آسیب به نظر نمی‌رسد که بخواهیم به دنبال راه‌حل برای آن باشیم، زیرا آسیب وقتی است که تنش به مزانه جدی بین والدین و فرزندان منجر شود و فشار وارده به افسردگی فرزندان واضطراب والدین بینجامد.

تفاوت نظام ارزشی بین فرزندان و والدین یک فرایند اجتماعی است. در صورتی که خانواده‌ها بتوانند از عوامل مختلف اجتماعی مانند مدرسه، خانواده، گروه همسالان و وسایل ارتباط جمعی کمک بگیرند و راهکارهای مناسبی برای مواجهه با این پدیده اجتماعی اتخاذ کنند، در روابطشان با فرزندان موفق خواهند بود و گر نه جلال بین والدین و فرزندان

رہاسازی بیش از حد و عدم کنترلی که در خانواده‌ها دیده می‌شود هر دو آسیب زنده است. امروزه مسائل معیشتی، اقتصادی و معضلات مالی به نحو مستقیم و غیر مستقیم بر کارکرد خانواده تأثیر سوء دارد لذا ناتوانی والدین در رفع نیازهای اقتصادی کودکان، باعث ایجاد آسیب در روابط عاطفی بین والدین و فرزندان می‌شود. در واقع چنانچه وضع مالی خانواده همواره نامشکلات بیشتری باشد، میزان درگیری‌های عاطفی بیشتر می‌شود و از کان خانواده با آسیب‌های بیشتری دست و پنجه نرم می‌کند.

تحوالات اجتماعی و تفاوت بین دو نسل در جامعه کنونی آسیب دیگری است که خانواده‌ها با آن مواجهند. کودکان با پدیده‌های جدید و فناوری نوین ماهواره و رسانه‌ها رویه و هستند از این رو همواره شاهدیم بین دو نسل شکاف عمیقی ایجاد شده است. از نظر والدین، با توجه به نگاه سنتی و اولیه و مطابق با ارزش‌های خودشان آنان حشاشان می‌دانند که نسل جدید آنها را بر روند و مطابق میل آنها رفتار کنند و از دید فرزندان، آنها مجبورند در دنیای پر رقابت کنونی راه قدیمی‌ها را کنار بگذارند و برای عقب نیفتادن از قافله هم‌سن و سالان خود، از سنت‌ها فاصله بگیرند و اقل‌جاست که به بنیان خانواده آسیب می‌رسد.

کشنده و مخرب می‌شود و اجازه می‌دهد افزایش اعتیاد و نزاع‌های درون خانواده و افزایش ناسازگاری، ترک تحصیل، ازدواج‌های زودرس و دیررس و به نحوی جلال بین دو نسل ریشه بگیرد. این نسل به دلیل جدید بودن آسیب‌ها نیاز بیشتری به مشاوره و کارشناسان مسائل تربیتی دارد زیرا کاستی در تجربه و نداشتن مهارت منجر به ایجاد مشکل در سلوک گوناگون روانی و اجتماعی و به تبع آن بروز آسیب‌های روانی می‌شود. در حقیقت بخشی از آسیب‌های روانی خانواده مربوط به ماهیت ذاتی نسل جدید است که بر توقع، عجز، طغیانگر و سرکش هستند که به دامنه جدال و تنش بین این نسل با نسل قدیم می‌انجامد. در گذشته هم شکاف نسل‌ها وجود داشته اما سرعت زیر با گذشتن قواعد و سنت‌ها و آداب کم بوده و آن قدر شدت منازعات خفیف بوده که به‌طور طبیعی حل می‌شده است اما در حال حاضر، «زمان» معضلی جدی است و گذشت زمان وجود ندارد. در واقع تحول و نوسازی خانواده به طرز جفیمی سرعت دارد لذا در نتیجه کالستی زمان، هجوم آسیب‌ها منجر به آسیب‌های رفتاری در نسل جدید می‌شود.

تغذیه

مردان در برابر غذاهای پر چرب آسیب‌پذیر ترند

محققان علوم پزشکی در مرکز پزشکی سدراس سینای آمریکا اعلام کردند مصرف غذای پر چرب برای مردان بسیار خطرناک‌تر از زنان است.

مطالعات این محققان به سرپرستی دکتر دوبرا کالگ بر موش‌های آزمایشگاهی نشان می‌دهد میزان آسیب‌پذیری موش‌های نر پس از مصرف غذای سرشار از چربی، از میزان آسیب‌پذیری موش‌های ماده، به مراتب بیشتر است. به گفته محققان، موش‌های ماده در این بررسی، قدرت مقابله بسیار بالایی با مواد غذایی سرشار از چربی نشان دادند. محققان می‌گویند احتمالاً مغز حیوانات ماده، نیروی شیمیایی قدرتمندی برای مقابله با تأثیرگذاری غذاهای چرب دارد در حالی که این قدرت، در مغز موش‌های نر مشاهده نمی‌شود.

محققان می‌گویند احتمالاً با تناوب چنین بررسی‌هایی بتوان با چاقی در همه گروه‌های جنسی، به خصوص گروه مردان، مقابله کرد. عوامل موثر در ایجاد چاقی شامل عوامل ارثی، پر خوری، تغییر سوخت‌وساز بافت چربی، کاهش تولید گرما، کاهش فعالیت جسمی بدون کاهش مقدار غذای دریافتی و برخی از داروهاست. افزایش چربی شکم نیز که به چاقی شکم موسوم است با افزایش خطر بروز بیماری‌های قلبی عروقی همراه است. محققان بر این باورند که ذخیره اصلی انرژی بدن، چربی است.



روان

استرس، عامل پنهان افسردگی در دختران نوجوان است

دختران نوجوان نسبت به استرس، آسیب‌پذیری بیشتری دارند و والدین می‌توانند تأثیر بیشتری بر کاهش این مشکل داشته باشند. بر اساس تحقیقات جدید، دختران در مقایسه با پسران بیشتر در معرض موقعیت‌های استرس‌زا قرار دارند. کارشناسان سلامت روان معتقدند استرس می‌تواند منجر به افسردگی شود و کسانی که به شدت به موقعیت‌های استرس‌زا فکر می‌کنند و به نوعی اختلال موسوم به «نشخوار فکری» مبتلا هستند، بیشتر در معرض خطر ابتلا به افسردگی قرار دارند.

بیشتر عوامل اختلال نشان می‌دهد شرایط پر استرسی که نوجوانان معمولاً در معرض آنها هستند مانند مشاغل پر استرس یا دوستان و والدین در مقایسه با استرس‌های خارج از کنترل مانند مرگومیر نزدیکان، بیشتر منجر به نشخوار فکری در این گروه سنی می‌شوند. علاوه بر این در میان دختران، نشخوار فکری بیشتر است و همین موضوع خطر ابتلا به افسردگی را در آنها افزایش می‌دهد.

بنابراین استرس نقش پنهانی در افزایش افسردگی به‌خصوص در میان دخترها دارد و یافته‌ها نشان می‌دهد علایم افسردگی در میان دختران بیشتر از پسران است چرا که دختران در معرض عوامل استرس‌زا بیشتری نسبت به پسران نوجوان هستند و همین موضوع موجب فکر کردن بیشتر دختران به استرس‌هایشان و روش نتیجه‌شده این مشکل می‌شود. به گزارش هلب گاید، کارشناسان روانشناسی و والدین و معرفی می‌کنند که آنها را در حل بهتر مشکلاتی این جنبی در دختران نوجوانان و مدیریت مناسب‌ترین شرایطی می‌دهند:

- به روش زندگی دختر نوجوانان احترام بگذارید. والدین معمولاً به روش‌های زندگی فرزندان انتقال می‌کنند و آن را با زمان جوانی خود مقایسه می‌کنند. اما نباید به خورد مغزی با روش زندگی نوجوانان داشت. همچنین باید این مسأله را در نظر داشت که رسانه‌های اجتماعی و تلفن‌های هوشمند بخش عظیمی از زندگی یک نوجوان امروزی را تشکیل می‌دهند و نحوه تعامل آنها تأثیر می‌گذارد. بنابراین انتقاد از استفاده از این وسایل توسط آنها کمکی در این زمینه نمی‌کند. - هویت نوجوانان را بر سوال نپرسید و او را مسخره نکنید. روانشناسان معتقدند دختران نوجوان به هر جنبی از جانب دیگران و به خصوص والدین حساس هستند. حتی یک اظهار نظر خشن هم می‌تواند موجب استرس آنها شود.

- در کنارشان باشید. به فرزندان نشان بگویید که دوستشان دارید و در آنچه آنها را ناراحت می‌کند آگاه شوید اما بر آنها فشار نیارید چرا که آنها نیازمند یک فضای شخصی هستند.

- انتظار اتان را از آنها معقول سازید. گاهی اوقات والدین توقعات زیادی از فرزندان نشان دارند و این توقعات بالا موجب فشارهای عصبی بر آنها می‌شود. این توقعات را نمی‌توان مخفی کرد و فرزندان کاملاً به آنچه والدین از آنها انتظار دارند آگاه هستند. - احساساتشان را کوچک و بی‌اهمیت نشمارید. به احساس فرزندان احترام گذاشته و آن را بی‌اهمیت ندانید. نصیحت‌های مثل «این موضوع خیلی هم مهم نیست»، شاید در ظاهر خوب به نظر برسد اما اوضاع را بدتر می‌کند.

دستاورد

شیوه راه رفتن بر خلق و خوی افراد تأثیر می‌گذارد

پس از سوزدها خواستند روی تردمیلی راه بروند در حالی که حرکت و سرعت بدنشان ارزیابی می‌شد. یک صفحه به شرکت کنندگان معیاری را نشان می‌داد که بسته به این که سبک راه رفتن آنها افسرده یا شاد بود، به سمت چپ یا راست حرکت می‌کرد اما سوزدها نمی‌دانستند که این معیار، چه چیزی را ارزیابی می‌کند. محققان به تعدادی از شرکت کنندگان گفتند با راه رفتنشان، این معیار را به سمت چپ حرکت دهند در حالی که از دیگران خواستند آن را به سمت راست حرکت دهند. پس از آن شرکت کنندگان باید واژگانی را که از فهرست‌های منفی و مثبت به یاد داشتند، یادداشت کنند. تفاوت در یادآوری نشان می‌داد که راه رفتن افسردوار واقعاً خلق و خوی افسردگی را موجب می‌شد. مطالعات پیشین نشان داده بودند بیماری‌هایی که افسرده هستند، واقعه‌های منفی را بیش از امور مثبت زندگی‌شان (به ویژه مناسب‌های رخ داده در باره خودشان) به یاد می‌آورند و این که به یاد آوردن مناسب‌های منفی خلق و خوی آنها را بدتر می‌کند. جزییات این دستاورد علمی در مجله Behavior Therapy and Experimental Psychiatry منتشر شد.



مطالعه

فصل تولد عامل موثر در شکل‌گیری خلق و خوی افراد

مطالعات محققان مجارستانی نشان می‌دهد که فصل تولد تأثیر قابل ملاحظه‌ای در روحیه افراد و اختلالات خلقی دارد. به گزارش ساینس، تحقیقات این گروه نشان داده است که تولد در زمان‌های خاصی از سال باعث شکل‌گیری خلق و خوی عاطفی به گونه‌ای می‌شود که احتمال اختلالات خلقی را افزایش می‌دهد. فصل تولد در فرهنگ عامه و طالع‌بینی‌های سنتی با صفات خاص شخصیتی همراه بوده و همین امر باعث شده است که محققان مجارستان تحقیقات گسترده‌ای را در این زمینه آغاز کنند تا از مبنای علمی این موضوع اطمینان حاصل شود.

مطالعات بیوشیمیایی در این زمینه نشان می‌دهد که فصل تولد نقش مهمی در انتقال هورمون‌های عصبی چون دوپامین و سروتونین دارد.

محققان معتقدند که فاکتورهای دیگری نیز با فصل تولد مرتبط هستند که نیازمند بررسی‌های بیشتر است. آنچه برای دانشمندان اهمیت دارد، یافتن نشانگرهای ژنتیکی مرتبط با فصل تولد و خلق و خوی است. در این تحقیقات چند ویژگی خلق و خوی مرتبط با فصل تولد، از نظر علمی تأیید

