

وضعیت تجهیزات پزشکی در کشور؛

هشدار کمیسیون بهداشت به دولت

وضعیت بودجه و ارز تخصیصی به تجهیزات و ملزومات پزشکی در سال ۱۴۰۲، در نشست مشترک مسئولان دستگاه های مختلف اجرایی با اعضای کمیسیون بهداشت و درمان مجلس، مورد بحث و بررسی قرار گرفت.دست اندرکاران حوزه تجهیزات پزشکی معتقدند که سال ۱۴۰۲، با توجه به محدودیت‌های بودجه‌ای، حذف ارز ترجیحی، افزایش نرخ تورم، گرانی کالاها و... سال سخت و شکننده‌ای برای آنها خواهد بود و لازم است که تدابیر لازم از هم اکنون، پیش بینی و اتخاذ شود. زیرا، اگر دولت توجهی به مسائل و مشکلات تولیدکنندگان و تأمین کنندگان تجهیزات و ملزومات

پزشکی نداشته باشد، بازار تجهیزات پزشکی کشور؛ ملتهب و بحرانی خواهد شد.این نگرانی، باعث شد تا اعضای کمیسیون بهداشت و درمان مجلس، از مسئولان دستگاه اجرایی بخواهند در یک نشست مشترک، وضعیت حوزه تجهیزات پزشکی را مورد بررسی قرار دهند. از همین رو، این نشست؛ با حضور معاون توسعه وزارت بهداشت، رئیس سازمان غذا و دارو، مسئولان سازمان برنامه و بودجه، بانک مرکزی، وزارتخانه‌های صمت و اقتصاد و گمرک، در جلسه اخیر کمیسیون بهداشت و درمان مجلس شورای اسلامی، برگزار شد:رها شیخی سخنگوی کمیسیون بهداشت و درمان

گزارش جدید وزیر بهداشت از مسمومیت دانش‌آموزان

اضطراب و شیطنت دلیل بیش از ۹۰ درصد بدحالی‌ها

اساتید در کشور تشکیل و وضعیت دانش‌آموزان بررسی شد. از آنجایی که شواهد محکمی برای مسمومیت دانش‌آموزان وجود نداشت، عمدتا این بدحالی دانش آموزان بود که اتفاق می افتاد.

وی افزود: باید توجه کرد که در هر بیماری، هم خود بیماری مطرح است و هم آثار روانی ناشی از آن. حتی در کرونا

وزیر بهداشت گزارش آخرین بررسی‌ها درباره علل مسمومیت دانش آموزان را تشریح کرد. دکتر بهرام عین‌اللهی شب گذشته با حضور در اداره کل انتقال خون استان تهران و پس از اهدای خون، در جمع خبرنگاران درباره آخرین وضعیت بررسی علل مسمومیت دانش‌آموزان، گفت: کمیته علمی با حضور بهترین

چگونه چربی‌های شکم را آب کنیم؟

گرچه از دست دادن چربی ناحیه شکم می‌تواند دشوار باشد، اما اگر به دنبال کاهش چربی اضافی شکم هستید، چندین کار موثر وجود دارد که می‌توانید انجام دهید. داشتن چربی اضافی شکم می‌تواند بر سلامتی تأثیر منفی بگذارد. چربی احشایی یک عامل خطر اصلی برای دیابت نوع ۲، بیماری قلبی و ... است. بسیاری از سازمان‌های بهداشتی از شاخص توده بدنی (BMI) برای طبقه‌بندی وزن و پیش‌بینی خطر بیماری متابولیک استفاده می‌کنند. با این حال BMI فقط با استفاده از قد و وزن محاسبه می‌شود و ترکیب بدن یا چربی احشایی را در نظر نمی‌گیرد. بنابر اعلام دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، هرچند که از دست دادن چربی از این ناحیه می‌تواند دشوار باشد، اما اگر به دنبال کاهش چربی اضافی شکم هستید، می‌توانید راهکارهایی را دنبال کنید که در ادامه می‌آید:

در چه سنی استرس موجب اختلال شناختی می‌شود؟

استرس داشتند، بیشتر بود. محققان داده‌های ۲۴ هزار و ۴۴۸ فرد ۴۵ ساله و بالاتر را که در یک مطالعه طولانی‌مدت و مداوم در مورد سلامت مغز شرکت داشتند، مورد تجزیه و تحلیل قرار دادند. حدود ۲۳ درصد از شرکت‌کنندگان سطوح بالایی از استرس را گزارش کردند.

آنان سپس دریافتند، شرکت‌کنندگانی که استرس بالایی داشتند ۳۷ درصد بیشتر در معرض مشکلات شناختی بودند. محققان نوشتند: این مطالعه نشان می‌دهد که ارتباط مستقلی بین استرس مشاهده شده و اختلالات شناختی شایع و اتفاقی وجود دارد. یافته‌ها نیاز به غربالگری منظم و مداخلات هدفمند برای استرس در میان افراد مسن را نشان می‌دهد.

وزن موجب بروز التهاب می‌شود که خود آن آغازگر تغییرات سلولی در بدن است. یک بررسی انجام شده بر روی زنان یائسه که نتایج آن در مجله تحقیقات سرطان به چاپ رسیده است، نشان داد که درجات خطرناک التهاب تنها با کاهش پنج درصدی وزن بدن قابل تخفیف است. _ لذت بردن از فعالیت‌های جسمی: صرف انجام کارهای روزمره نسبت به افرادی که وزن طبیعی دارند، فعالیت‌های جسمی ممکن است موجب درد مفاصل و سوزش ریه‌های شما شود. وقتی شروع به لاغر شدن می‌کنید، دیگر انجام ورزش در شما احساس انجام یک کار روزمره سخت و طاقت فرسا را ایجاد نمی‌کند و بیشتر شبیه تجربه‌ای سرگرم کننده در می‌آید. علاوه بر این سبک وزن بودن موجب می‌شود شما سریع‌تر و نیرومندتر شوید.

به تولیدکنندگان و واردکنندگان تجهیزات و ملزومات مصرفی پزشک انتقاد کردند زیرا چندین سال است این موضوع بر زمین مانده و به آن توجه لازم نشده است.شیخی یادآور شد، به طور قطع اگر رئیس جمهور، وزیر اقتصاد و رئیس سازمان برنامه و بودجه در زمان مناسب از لازم را به تجهیزات پزشکی اختصاص ندهند و تصمیم گیری درستی در این رابطه نداشته باشند، احتمال کمبود قابل توجه ملزومات پزشکی دور از انتظار نیست واعضای کمیسیون بهداشت و درمان مجلس تأکید کردند که باید به صورت عاجل مشکل حل شود تا تولیدکنندگان و واردکنندگان نسبت به تریخیص مواد اولیه اقدام کنند و شاهد کمبود و گرانی این کالاها نباشیم.در همین حال، محمد رئیس زاده رئیس کل سازمان نظام پزشکی ایران، در نامه‌ای به رئیس جمهور، نسبت به عدم شفافیت در نحوه تخصیص ارز تجهیزات پزشکی و سازوکار پرداخت

بلکه بیشتر ناشی از اضطراب و استرس بوده است. البته در درصد کمی از دانش آموزان نیز شیطنت‌هایی بوده که اتفاق افتاده و برخی از دانش آموزان در نتیجه این شیطنت ها دچار بدحالی می شدند. این جمع بندی کلی کمیته بوده که به وزارت کشور هم اعلام شده است. عین‌اللهی تأکید کرد، بدحالی دانش‌آموزان عوارض پایداری نداشته است، به طور کلی هیچ نوع عارضه پایداری در دانش‌آموزان ندیدیم و آثار بدحالی موقت وجود داشت که خدا را شکر هیچ مشکلی بعد از آن نداشتند.

مطالعات نشان می دهد که به ویژه در کاهش چربی شکم و چربی کلی بدن موثر است.

– مصرف زیاد پروتئین باعث افزایش ترشح هورمون سیری پپتید YY می‌شود که باعث کاهش اشتها و افزایش سیری خواهد شد. پروتئین همچنین سرعت متابولیسم شما را افزایش می‌دهد و به شما کمک می‌کند تا توده عضلانی را در طول کاهش وزن حفظ کنید. حتما در هر وعده غذایی از یک منبع پروتئین خوب استفاده کنید؛ مانند گوشت، ماهی، تخم مرغ، لبنیات، پروتئین آب پنیر، لوبیا و ... – سطح استرس خود را کاهش دهید: استرس می‌تواند با تحریک غدد فوق کلیوی برای تولید کورتیزول، که به عنوان هورمون استرس نیز شناخته می‌شود، چربی شکمی را افزایش دهد. – غذاهای شیرین زیاد نخورید. مصرف بیش از اندازه شکرم می‌تواند منجر به افزایش چربی شکم شود. حتی قندهای طبیعی مانند عسل واقعی نیز باید در حد اعتدال مصرف شوند.

– انجام تمرینات هوازی: ورزش هوازی یک روش موثر کاهش وزن است.

در چه سنی استرس موجب اختلال شناختی می‌شود؟

استرس داشتند، بیشتر بود. محققان داده‌های ۲۴ هزار و ۴۴۸ فرد ۴۵ ساله و بالاتر را که در یک مطالعه طولانی‌مدت و مداوم در مورد سلامت مغز شرکت داشتند، مورد تجزیه و تحلیل قرار دادند. حدود ۲۳ درصد از شرکت‌کنندگان سطوح بالایی از استرس را گزارش کردند. آنان سپس دریافتند، شرکت‌کنندگانی که استرس بالایی داشتند ۳۷ درصد بیشتر در معرض مشکلات شناختی بودند. محققان نوشتند: این مطالعه نشان می‌دهد که ارتباط مستقلی بین استرس مشاهده شده و اختلالات شناختی شایع و اتفاقی وجود دارد. یافته‌ها نیاز به غربالگری منظم و مداخلات هدفمند برای استرس در میان افراد مسن را نشان می‌دهد.

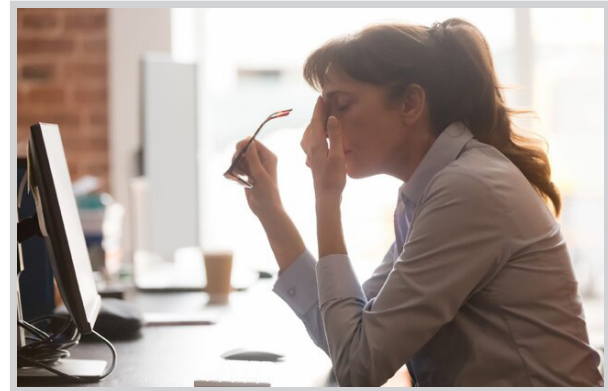
وزن موجب بروز التهاب می‌شود که خود آن آغازگر تغییرات سلولی در بدن است. یک بررسی انجام شده بر روی زنان یائسه که نتایج آن در مجله تحقیقات سرطان به چاپ رسیده است، نشان داد که درجات خطرناک التهاب تنها با کاهش پنج درصدی وزن بدن قابل تخفیف است. _ لذت بردن از فعالیت‌های جسمی: صرف انجام کارهای روزمره نسبت به افرادی که وزن طبیعی دارند، فعالیت‌های جسمی ممکن است موجب درد مفاصل و سوزش ریه‌های شما شود. وقتی شروع به لاغر شدن می‌کنید، دیگر انجام ورزش در شما احساس انجام یک کار روزمره سخت و طاقت فرسا را ایجاد نمی‌کند و بیشتر شبیه تجربه‌ای سرگرم کننده در می‌آید. علاوه بر این سبک وزن بودن موجب می‌شود شما سریع‌تر و نیرومندتر شوید.



مايه التفاوت آن در قانون بودجه سال ۱۴۰۲، ابراز گلایه کرده و نوشت: به یکباره و بدون اطلاع قبلی، اولویت‌های کالایی بسیاری از تجهیزات پزشکی



کننده است. – هر هفته ماهی بخورید: ماهی سرشار از پروتئین با کیفیت بالا و چربی‌های امگا ۳ هستند که می‌تواند از شما در برابر بیماری‌های مزمن محافظت کند. برخی شواهد نشان می‌دهد که این چربی‌های امگا ۳ عملکرد سیستم ایمنی. در حالی که پروبوتیک‌ها ممکن است برای کاهش وزن مفید باشند که البته در این زمینه به تحقیقات بیشتری نیاز است. مهم است که قبل از افزودن پروبوتیک‌ها یا سایر مکمل‌ها به برنامه روزانه خود، با پزشک مشورت کنید.



خواب کمبود خواب می‌تواند باعث ترشح هورمون استرس، کورتیزول در بدن شود. ۷ تا ۹ ساعت خوابیدن در شب به کاهش سطح کورتیزول و آرامش بدن کمک می‌کند. مدیتیشن نفس‌های عمیق، انجام حرکات کششی و مدیتیشن می‌تواند به آرامش ذهن و بدن شما در هنگام مواجهه با استرس کمک کند.



و حتی قبل از آن با تمامی پیامدهای سلامتی برای فرزند در ارتباط است، کاهش وزن و لاغرشدن کمک می‌کند که فرد از داشتن یک بارداری سالم و فرزندی سالم مطمئن شود. _ افزایش سلامت چشم: در اکثر افراد کاهش وزن در واقع باعث محافظت بینایی برای او مشکل‌تر خواهد شد. از آنجایی‌که وزن مادر در طی بارداری

جامعه شنبه ۲۶ فروردین ماه ۱۴۰۲ آغاز سال دوازدهم شماره ۱۶۲۳

هشدار پزشکان انگلیسی در مورد حساسیت‌های شدید به ژل ناخن
به گفته پزشکان در انگلیس استفاده از برخی انواع ژل ناخن باعث افزایش موارد بروز حساسیت‌های شدید و خطرناک شده است.

به نقل از شبکه خبری بی بی سی، عامل این حساسیت وارد شدن مواد شیمیایی موسوم به «اکریلات»ها به پوست است. در صورت بروز حساسیت در فرد نسبت به این ماده، بدن او دیگر نمی‌تواند آن را تحمل کند و ادامه استفاده از آن حتی برای موارد ضروری پزشکی نیز عواقب درمانی ناگواری دارد. پس از حساس شدن، بدن دیگر اکریلات‌ها را تحمل نخواهد کرد و این امر در نهایت باعث دشواری در درمان‌های پزشکی می‌شود که در آنها این ماده به کار می‌رود. این موارد شامل درمان آب مروارید، تعویض مفصل و بعضی از مداخلات دندانپزشکی است.

متخصص پوست می‌گویند که این مشکل با افزایش استفاده از کیت‌های ارزاقیمت ژل خانگی وخیم‌تر می‌شود.

افزایش شیوع اوتیسم

رضوی مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری آمریکا اظهار کرد که یک کودک از هر ۲۶ کودک در این کشور، به اختلال اوتیسم مبتلا هست.

در ایالاتمتحده طی ۲۰ سال گذشته از هر ۱۵۰ کودک، یک نفر مبتلا به اوتیسم بوده است که برخی از عوامل موثر در افزایش آمار، آگاهی و غربالگری بهتر برای اوتیسم، تغییر در معیارهای تشخیصی و عوامل محیطی یا ژنتیکی است.

اختلالات طیف اوتیسم بسیار متنوع هستند و پیشرفت‌های بسیاری در افزایش آگاهی و پذیرش اوتیسم در سال‌های اخیر صورت گرفته است.

بر اساس گزارش مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها، شیوع اوتیسم در بین کودکان ایالاتمتحده در سال‌های اخیر به طور قابل توجهی افزایش یافته است.

در حالی که ۶.۷ کودک از هر ۱۰۰۰ کودک در سال ۲۰۰۰، مبتلا به اختلال طیف اوتیسم تشخیص داده شد و این تعداد به ۲۷.۶ در هر ۱۰۰۰ کودک تا سال ۲۰۲۰ افزایش یافته و دلایل این افزایش به طور کامل شناخته نشده و احتمالاً پیچیده است. افزایش تعداد کودکان مبتلا به اوتیسم، اهمیت شناسایی و مداخله زودهنگام برای کمک به کودکان مبتلا به این اختلال را برای رسیدن به نتایج بهتر برجسته خواهد کرد.

سازمان بهداشت جهانی اعلام کرد که اختلالات طیف اوتیسم با درجاتی از مشکل در تعامل اجتماعی و ارتباطات مشخص می‌شود و الگوهای غیر معمول فعالیت‌ها و رفتارها نیز در این افراد اهمیت دارد.

کرونا در جهان؛ رکوردشکنی جنوب‌شرق آسیا در یک ماه اخیر

سازمان جهانی بهداشت (WHO) در تازه‌ترین گزارش خود، میزان ابتلا به کووید ۱۹ و فوتی‌های مرتبط با این بیماری در سراسر جهان طی یک ماه اخیر را منتشر کرد. به نقل از اسپوتنیک، این سازمان در گزارش جدید خود اعلام کرد که میزان ابتلا به کروناویروس (کووید ۱۹) در منطقه جنوب شرق آسیا نزدیک به ۴۸۱ درصد و در منطقه مدیترانه شرقی ۱۴۴ درصد تنها ظرف یک ماه افزایش یافت اما در مجموع نرخ ابتلا و مرگومیر جهانی ناشی از این بیماری در این بازه زمانی رو به کاهش بوده است.

بنابراین آمار در بازه زمانی بررسی شده کشورهای نپال، هند و مالدیو، بیشترین موارد جدید ابتلا را گزارش کردند.

همچنین در سطح منطقه‌ای، از بین شش منطقه تقسیم‌بندی شده توسط سازمان جهانی بهداشت در سرتاسر چهار منطقه شامل آفریقا، غرب اقیانوس آرام، آمریکا و اروپا، کاهش موارد جدید ابتلا در این بازه زمانی یک ماهه گزارش شده است.

به گفته کارشناسان این سازمان، آمار دقیق مربوط به ۲۸ روز اخیر از ۱۳ مارس تا ۹ آوریل سال جاری میلادی است.

این سازمان همچنین تصریح کرد که تعداد تلفات مرتبط با کووید-۱۹ در دوره گزارش شده، ۱۰۹ درصد در جنوب شرق آسیا و ۱۲۸ درصد در منطقه مدیترانه شرقی افزایش یافته است.

عسل می‌تواند جایگزین آنتی‌بیوتیک‌ها باشد

با ادامه افزایش عفونت‌های مقاوم به آنتی‌بیوتیک، متخصصان در جست‌وجوی داروهای ضدمیکروبی جایگزین، به خواص درمانی طبیعی عسل پرداخته‌اند. به نقل از گزارش مجله پزشکی لنست (Lancet)، سال ۲۰۱۹ در سراسر جهان، بیش از یک میلیون و ۲۰۰ هزار نفر در نتیجه عفونت‌های باکتریایی مقاوم به آنتی‌بیوتیک جان خود را از دست دادند.مقاومت فزاینده باکتری‌ها در برابر آنتی‌بیوتیک‌ها به منزله تهدید بازگشت به دوران قبل از آنتی‌بیوتیک است که برای سلامت و امنیت جهانی تهدیدی بزرگ به شمار می‌رود.

پروفسور «لیلی» از دانشکده داروسازی دانشگاه کاردیف گفت: ما باکتری‌هایی را می‌بینیم که تکامل یافته‌اند، تقریباً به همه آنتی‌بیوتیک‌ها مقاوم‌اند و به مرحله‌ای می‌رسیم که درمان خالی است. این استاد دانشگاه در گفت‌وگو با بی‌بی‌سی افزود که تحقیقات دانشگاه در مورد عسل تلاشی برای کاهش گشت درمان‌های سنتنی است تا ببینیم آیا می‌توانیم از اجدادمان بیاموزیم یا خیر.عسل حاوی آنتی‌بیوتیک است و قرن‌ها است که به عنوان یک درمان طبیعی برای مبارزه با انواع بیماری‌ها و درمان زخم‌ها استفاده می‌شود.عسل همچنین مواد شیمیایی گیاهی ضدمیکروبی دارد که برای تولید داروهای برای درمان عفونت‌های میکروبی منبعی غنی از سرب به حساب می‌آید. متخصصان دانشگاه کاردیف در تلاش‌اند این ترکیب‌های ضدمیکروبی را بیابند و آن‌ها را جداسازی کنند. آنان برای این کار از عسل به عنوان ابزار کشف دارو استفاده می‌کنند تا ببینند آیا زنبورها به طرف گیاهی که آنتی‌بیوتیک دارد می‌روند یا خیر. وقتی که گیاه را کشف کردند، می‌توانند ترکیب‌های آن را بررسی کنند.