

پاسخ به سوالات رایج درباره واکسیناسیون کودکان ۵ تا ۱۱ سال

■ اواسط دی ماه امسال بود که کمیته ملی مقابله با کرونا تزریق واکسن برای کودکان ۵ تا ۱۱ سال را الزامی اعلام کرد. تایید نوع واکسن این گروه سنی به عهده سازمان غذا و دارو گذاشته شد و اعلام شد هر واکسنی که توسط این کمیته تایید شود برای تزریق به کودکان مصوب خواهد شد.

درد، تزریق سه دز از این واکسن در بزرگسالان بیش از ۹۰ درصد ایمنی ایجاد می کند. البته میزان دز استفاده شده برای کودکان کمتر از این مقدار است اما برای این گروه سنی نیز این واکسن به عنوان بسی خطر ترین و همچنین موثرترین واکسن موجود در کشور شناخته شده است.

پاستوکوک با استفاده از چه پلتفرمی ساخته شده است. در این واکسن ویروس زنده وجود دارد یا تضعیف شده و غیر فعال؟

نوع ترکیب این واکسن مانند پلتفرم واکسن هایی است که به کودکان و شیرخواران تزریق می شود. یعنی از نوع نو ترکیب کژوگه و ترکیبی است. این نوع از واکسن همان پلتفرمی را دارد که در واکسن پنومو کوک، ذات الریه یا مننژیت داریم. لازم است که والدین این را بدانند که کودکان آن ها پیش از این نیز از این نوع واکسن ها برای پیشگیری از بیماری های مختلف دریافت کرده اند. به همین دلیل نیز به متخصصان به سراغ این نوع پلتفرم رفته اند تا از کارا بودن و همچنین ایمنی آن یقین داشته باشند.

عوارض احتمالی این واکسن برای کودکانی که در مرحله بالینی و آزمایشی آن را دریافت کرده اند به چه صورت بروز پیدا کرده است؟

پیش از این در کشور کوپا این تزریق این واکسن را بر روی کودکان ۲ تا ۱۲ سال انجام داده اند. نتیجه به این صورت بوده که در گزارش ها عوارضی بیان نشده است. عوارض احتمالی این واکسن در کودکان بسیار محدود و بیشتر به صورت موضعی بوده است. برخی از کودکان تا یک



واکسن انستیتو پاستور ایران با همکاری کشور کوپا ساخته شده است. کار آن مایه این واکسن در ایران در روی بزرگسالان و در کشور کوپا بر روی کودکان انجام شده است. با توجه به مراحل این مطالعات برای متخصصان کمیته مقابله با کرونا و نامعین شده که این واکسن ایمن و بی خطر است.

روز بعد از زمان تزریق علائمی مانند قرمزی و تورم در محل تزریق دیده می شود. بی حالی کوتاه مدت و درد



خود آن را تجربه می کنند. این درد به صورت حال ناخوشی و احساس ناراحتی در زیر سینه تا ناف خود را نشان می دهد. بسیاری از دردهای شکیمی جای نگرانی ندارند و بدون مراجعه به پزشک و به مرور زمان

چه زمانی درد شکم خطرناک است؟

تشدید شده و با سایر علائم همراه است. **طیف گسترده ای از مسائل شکم می تواند منجر به بروز درد در شکم شود که مهم ترین آن ها شامل موارد ذیل می شود:**

- ۱- درد حاد و شدید. این گونه دردها در طی چند ساعت یا چند روز بروز کرده و با سایر علائم خود را نشان می دهد.
- ۲- دردهای مزمن: این دردهای شکیمی برای چند هفته تا چند ماه طول می کشد و به طور متناوب تشدید شده و التیام می یابد.
- ۳- دردهای پیش رونده: این گونه دردهای شکیمی به مرور زمان تشدید شده و با سایر علائم همراه است.
- ۴- دردهای منقطع: این دردها در طول روز و در طول هفته تکرار می شود.
- ۵- سندرم روده تحریک پذیر
- ۶- بیماری کرون و یا زخم کولیت
- ۷- مسمومیت غذایی
- ۸- آرزوی به مواد غذایی

ساله ها وجود دارد؟ همانطور که عنوان شد بسیاری از کشورها واکسیناسیون کودکان را آغاز کرده اند. برخی از کشورها مانند کوپا کودکان ۲ ساله را نیز در برابر این بیماری ایمن می کنند. در بحث واکسیناسیون کودکان چند مسئله جدی وجود دارد. نخست بحث باز شدن مهد کودک ها و مدارس است. بیش از ۲ سال است که کودکان از حضور در این مراکز آموزشی و تحصیلی محروم مانده اند. کارشناسان بارها عنوان کرده اند که لطعات درسی این تعطیلی طولانی مدت برای بسیاری از دانش آموزان غیر قابل جبران خواهد بود. اگر دانش آموزان واکسینه شوند مدارس با ایمنی بیشتر به فعالیت شان ادامه می دهند و والدین هم می توانند با آسودگی بیشتری به فعالیت های اجتماعی خود بپردازند. مسئله دوم نیز به اندازه همین بحث اول جدی است. این درست است که کودکان به طور جدی درگیر ویروس کرونا نمی شوند اما یادمان نرود که به دلیل فعالیت زیاد بچه ها در بازی و همراهی با بزرگسالان و همین طور رعایت نکردن دقیق پروتکل های بهداشتی توسط آن ها این گروه سنی به عنوان یکی از ناقل ترین گروه های جامعه شناخته می شوند. واکسینه شدن کودکان به طور حتم چرخش ویروس در جامعه ها تا میزان زیادی کاهش می دهد. پس از واکسیناسیون این گروه سنی والدین نیز آسودگی خاطر بیشتری را درباره سلامتی فرزندان شان تجربه خواهند کرد.

پاستوکوک در چند دن به

کودکان تزریق می شود؟ واکسن پاستوکوک کودکان در ۲ دز و با فاصله ۲۸ روز برای کودکان بین ۱۱ تا ۱۲ سال تزریق می شود. **این واکسن برای کدام دسته از کودکان و با چه نوع بیماری هایی ممنوع است؟** هنوز مشخص نشده که این واکسن برای چه گروه هایی از کودکان غیر مجاز است. به احتمال زیاد محدودیت برای تزریق این واکسن وجود نخواهد داشت اما مانند هر واکسن دیگری برخی احتیاط ها در زمینه تزریق آن در دست دارد که این موارد نیز اعلام خواهد شد.

آیا پس از تزریق این واکسن کودکان باز هم نیازمند رعایت پروتکل های بهداشتی خواهند بود؟ تا جایی که کارآزمایی های بالینی نشان داده اند این واکسن در کودکان بیش از ۶۵ درصد در بزرگسالان تا ۹۰ درصد ایمنی ایجاد کرده است. اما مانند تزریق هر واکسن دیگری این موضوع به آن معنا نیست که دیگر نیازی به رعایت شیوه نامه های بهداشتی نداریم. شستشوی مکرر دستان کودکان با آب و صابون، استفاده از ماسک استاندارد، رعایت فاصله اجتماعی و همچنین پرهیز از توقف طولانی مدت در اماکن عمومی که تهبویه مناسبی ندارند از مهم ترین این پروتکل ها شناخته می شوند. با تزریق واکسن و رعایت این شیوه نامه های بهداشتی می توانیم این امیدواری را داشته باشیم که چرخه ویروس و کشورمان کاهش محسوسی پیدا کند.

اگر مادر زمستان بیشتر بروزی کند

گروه بهداشت و سلامت-متخصص پوست و مو گفت: اگر ما یک بیماری التهابی پوست است که در فصل زمستان به دلیل تغییرات دمایی و خشکی هوا علائم آن برای بسیاری از افراد اوج می گیرد. علی اصیل بیان گفت: اگر ما می تواند برای هر کسی و در هر سنی رخ دهد. اغلب مزمن است: یعنی به صورت دوره ای عود می کند. بر اثر آن قسمت هایی از پوست قرمز شده و دچار خارش می شوند. در انواعی از اگزما، ممکن است برجستگی های ریز پر از مایع روی سطح پوست ایجاد شوند. اگر ما با ماریت آتوپیک، نوعی بیماری پوستی است که با پوسته شدن و خارش در بالای پوست همراه است. شخص مبتلا به اگزما احساس خارش می کند و در صورت خراشیدن، اگرما تشدید می شود. اگر والدین یا خواهر و برادر به این بیماری مبتلا باشند، احتمال ابتلای فرزندان آن ها بیشتر است؛ اما این بیماری در اکثر کودکان با رسیدن به سنین نوجوانی بهبود می یابد و فقط ممکن است در سنین بزرگسالی به طور ناگهانی پدیدار شود. اگر ما گفت: افزایش مبتلا به اگزما دارای پوست خشکی هستند و باید به صورت مداوم از مرطوب کننده های قوی استفاده کنند. بهترین زمان مصرف مرطوب کننده ها بعد از شستن دست ها است. این کار موجب می شود پوست کمتر دچار خشکی شود. استفاده از روغن ماهی، ویتامین D (روزی ۲۰۰۰) و پروبیوتیک ها می تواند از ابتلای به اگزما جلوگیری کرد.

دکه مطبوعات

صبح میل

دادستان های ضد فساد و جهادی شناسایی شوند

موتور همکاری بانک سرمایه

روزگاری از حقایق تبعیضات و مشکلات

اقتصاد کیش

هم اندیشی برای حل مشکلات جامعه هنلاران کیش

کمیته ای برای حل مشکلات هنرآموزان کیش

اعتنا

با مردم همراه شویم

با نگاه حیات وحش که محیط بان داران

با مردم همراه شویم

همیشه برای

یک جامعه پشت در خواست پلیس

با نگاه زندان از شرفزا

باقی مواد غذایی ضد سرطان

سبک تن

سبک تن های مثبت از روین

حکایت مغز وصل گش

و جدوی می روش

ایران

حقوق عادلانه برای کارمندان در ۱۴۰۱

زنده رود

مسئله های جوانان

۳۱ ماده غذایی برای مبارزه با سرطان

سرطانی شهرت دارند، می توان به فلاونول مورین اشاره کرد. **سسیر:** سسیر در درمان سرطان پانکراس بسیار موثر است. یک مطالعه که در سانفرانسیسکو انجام شد نشان داد که ریسک ابتلا به سرطان پانکراس در افرادی که مقدار بیشتری سیر مصرف کردند، در مقایسه با افرادی که سیر کمی مصرف کردند، ۵۴ درصد کاهش یافت. **لوبیا:** از مدت ها قبل ارتباط بین لوبیا و کاهش خطر ابتلا به سرطان یافت شده است. در یک مطالعه کامل و روشن گانه که سال ها پیش انجام شد و داده های ۴۰ کشور را جمع آوری کرده بود، محققان پی بردند که مصرف منظم لوبیا، تعداد مرگ و میر ناشی از سرطان سینه و پروستات را کاهش داد. طی این سال ها محققان زیادی ادعا کرده اند که لوبیا یکی از بخش های مهم رژیم غذایی برای مبارزه با سرطان است. سسب: این میوه خوش طعم و متواضع ترکیبی به نام فلاونوئید دارد و به همین دلیل در فهرست ۳۱ ماده غذایی ضد سرطان قرار می گیرد. تحقیقات بسیاری ثابت کرده اند که فلاونوئید با انواع تومور و سرطان از جمله سرطان های سینه، ریه، پانکراس، روده بزرگ و پروستات مبارزه می کند. **زغال اخته:** این میوه نیز مانند سسب دارای نوعی فلاونوئید به نام آنتوسیانین است. این ترکیب، مسئول رنگ انواع توت و سیب است و به مهار رادیکال های آزاد از بدن کمک می کند. مطالعات بسیاری نشان می دهند که آنتی اکسیدان هایی مانند فلاونوئید و آنتوسیانین، به جلوگیری از آسیب سرطانی ناشی از رادیکال های آزاد

از بدن است. **کلم بروکلی:** این گیاه مغذی علاوه بر خواص زیادی که برای سلامتی دارد، بهترین ماده غذایی برای مبارزه با سرطان است، زیرا حاوی مواد ضد سرطانی طبیعی است که رشد سلول های سرطانی را مهار می کنند؛ بنابراین به کلم بروکلی به عنوان یک ماده طبیعی برای شیمی درمانی طبیعی نگاه کنید. یک تحقیق نشان داده است که خطر ابتلا به انواع سرطان در افرادی که روزانه دست کم دو وعده کلم بروکلی خوردند، تا ۵۰٪ کاهش یافت. **توت فرنگی:** این میوه زیبا و خوش طعم و مزه مانند دیگر انواع توت دارای الازیک اسید است که از سرطان پوست و سینه جلوگیری می کند. الازیک اسید در پزشکی نیز برای مبارزه با سلول های سرطانی به کار می رود. این ماده باعث می شود سلول های سرطانی بدون آسیب زدن به سلول های سالم بدن، وارد فرآیند طبیعی آپوپتوز (کشتن سلول های سرطانی) شوند. **گوجه فرنگی:** رنگ گوجه فرنگی به دلیل وجود ماده ای به نام لیکوپن است که به مهار رادیکال های آزاد (عوامل ایجاد سلول های سرطانی) کمک می کند. مطابق با تحقیقات انجام شده لیکوپن به پیشگیری از سرطان های ریه و معده کمک می کند. **گردو:** مصرف گردو می تواند به توقف رشد سلول های سرطانی کمک کند. گردو حاوی فیتونوترینت های نادر و قوی است که در خوراکی های معدودی یافت می شوند. از این مواد شگفت انگیز که به داشتن خواص ضد



کیش نوش

تولید و توزیع آب معدنی در سراسر جزیره، تحویل در محل

۴۴۴۷۳۴۲۲ - ۴۴۴۷۳۴۲۱