

محققان هشدار می دهند:

مصرف زیاد آنتی بیوتیک با ابتلا به کولیت روده مرتبط است



گروه بهداشت و سلامت - یک مطالعه جدید نشان می دهد که هر چه سالمندان آنتی بیوتیک بیشتری مصرف کنند، خطر ابتلا به بیماری التهابی روده در آنها بیشتر است. به گفته نویسندگان این مطالعه، یافته‌ها می تواند به توضیح برخی از موارد افزایش بیماری کرون و کولیت اولسراتیو (انواع رایج بیماری التهابی روده) در بین افراد مسن کمک کند. دکتر «آدام فای»، محقق ارشد این مطالعه از دانشگاه نیویورک، گفت: «ما فکر می کنیم در افراد مسن، عوامل محیطی مهمتر از ژنتیک هستند.»

وی گفت: «وقتی به بیماران جوان با تشخیص‌های جدید بیماری کرون و کولیت اولسراتیو نگاه می کنید، به طور کلی یک سلسله‌ی خانوادگی قوی وجود دارد. اما در افراد مسن اینطور نیست، بنابراین در واقع چیزی در محیط است که باعث آن می شود.»

برای این مطالعه، محققان سابق تجویز دارو را برای ۲۳ میلیون بزرگسال ۶۰ ساله و بالاتر در دانمارک از سال ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۸ مبتلا به بیماری التهابی روده تشخیص داده شده بودند. تجزیه و تحلیل کردند. محققان ارتباطی بین مصرف هر گونه آنتی بیوتیک و میزان بالاتر بیماری التهابی روده پیدا کردند و خطر با هر دوره آنتی بیوتیک به طور قابل توجهی افزایش یافت.

در مقایسه با افرادی که در پنج سال گذشته از آنتی بیوتیک استفاده نکرده بودند، مصرف یک دوره آنتی بیوتیک با ۲۷ درصد بیشتر خطر تشخیص جدید التهابی روده مرتبط بود؛ مصرف دو دوره با خطر ۵۵ درصد بیشتر و سه دوره با خطر ۶۷ درصد بیشتر همراه بود. به گفته محققان، مصرف چهار دوره با خطر ۹۶ درصدی و پنج دوره یا بیشتر با خطر ۲۳۶ درصدی مرتبط بودند.

این مطالعه نشان داد افرادی که در یک یا دو سال گذشته آنتی بیوتیک مصرف کرده‌اند، بالاترین میزان تشخیص‌های جدید بیماری التهابی روده را داشتند، اما این خطر برای کسانی که این داروها را در دو تا

نگران واکسن زنده‌ها باشیم؟

مرگ‌های تک رقمی کرونا ما را فریب ندهد

گروه بهداشت و سلامت - آمار روزهای اخیر از وضعیت کرونا در کشور، نشان می دهد در شرایط خوبی قرار داریم، اما فراموش نکنیم پاندمی کووید ۱۹ هنوز به پایان نرسیده است.



رسمی و جمع بندی رئیس سازمان جهانی بهداشت، خطر کرونا همچنان به عنوان خطری جدی برای سیستم سلامت تلقی می شود و این سازمان کماکان کرونا را به عنوان آتشی توصیف می کند که شعله‌های آن می تواند در نظام سلامت سوزانده عمل کند

زالی تاکید کرد: تا زمانی که به بخش قابل قبولی از واکسیناسیون عمومی نرسیم، خطر کرونا همچنان وجود دارد.

طبق بررسی فنی سازمان بهداشت جهانی، حداقل ۷۰ درصد جمعیت در معرض خطر و ۱۰ درصد افراد با ریسک بالا در مقابل کرونا باید واکسینه شده باشند تا خطر افزایش بار بیماری به حداقل برسد.

در همین حال، عباس شبر اوژن سخنگوی ستاد ملی مقابله با کرونا، با اشاره به جلسه روز گذشته ستاد ملی، بر آمادگی مراکز درمانی کشور برای مواجهه احتمالی با موج جدید بیماری تاکید کرد.

این روزها همه از آمارهای کرونا خوشحالم و همین موضوع باعث شده که برخی از هموطنان فکر کنند که کرونا تمام شده است. در حالی که هنوز چند میلیون نفر در کشور هستند که حتی یک دوز واکسن کرونا نزده‌اند.

بعلافا فرودکش موج ششم کرونا با سوسه و امیکرون همراه بود، شرایط کرونا برای کشور رو به بهبود رفت و این روزها آمار روزانه فوتی‌ها تک رقمی شده است.

بر اساس اعلام وزارت بهداشت، تا کنون ۶۴ میلیون و ۳۲۲ هزار و ۲۷۲ نفر دوز اول، ۵۷ میلیون و ۷۰۰ هزار و ۳۶۰ نفر دوز دوم و ۲۷ میلیون و ۳۰۵ هزار و ۸۲۸ نفر، دوز سوم واکسن کرونا را تزریق کرده‌اند. مجموع واکسن‌های تزریق شده در کشور به ۱۴۹ میلیون و ۲۳۸ هزار و ۲۷۰ دوز رسید.

این آمارها نشان می دهد که شرایط تزریق دوز سوم واکسن کرونا در کشور، هنوز روند مطلوبی ندارد و اگر قدری سهل انگاری در رعایت پروتکل‌های بهداشتی اتفاق بیفتد می تواند ما را درگیر موج جدیدی از بیماری کند. البته مسئولان وزارت بهداشت و اعضای کمیته علمی کشوری کووید ۱۹ معتقدند حداقل تا فصل تابستان درگیر موج جدیدی از بیماری نخواهیم شد.

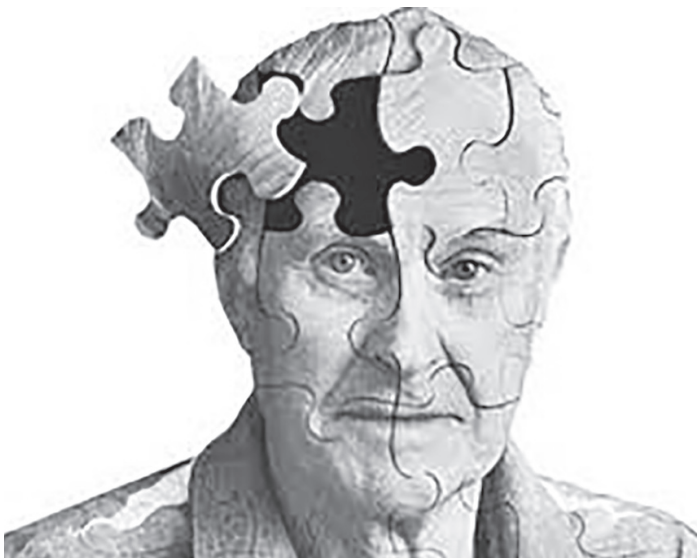
اما یادمان نرود که تعداد کسانی که دوز سوم واکسن کرونا تزریق کرده‌اند، در مقایسه با کسانی که یک دوز یا ۲ دوز واکسن تزریق کرده‌اند، خیلی کمتر است.

در همین حال گفته می شود، حدود ۱۴ میلیون نفر در کشور هنوز یک دوز واکسن هم نزده‌اند.

علیرضا زالی فرمانده ستاد مقابله با کرونا در کلاس تهران، با عنوان این مطلب که متأسفانه دچار سوء تفاهم جهانی شده‌ایم و برخی رسانه‌ها به غلط این موضوع را در دنیا ترویج کرده‌اند که کرونا به پایان رسیده است، گفت: در واقع کرونا تمام نشده است.

وی با اشاره به اینکه طبق اعلام سازمان جهانی بهداشت با چهره و سیمای جدیدی از کرونا مواجه هستیم، افزود: طبق اعلام

با ۶ گیاه به مبارزه با آلزایمر بروید



گروه بهداشت و سلامت - بسیاری از گیاهان دارای خاصیت ضدالتهاب هستند که با تغییرات مرتبط با افزایش سن در مغز مبارزه می کنند.

نتایج تحقیقات نشان می دهد که هویج، روغن زیتون، کرفس، آویشن، نعناع فلفلی و بابونه همگی می توانند به محافظت از حافظه در برابر پیری کمک کنند.

همه این غذاها حاوی لو تئولین هستند فلاونوئیدی که در بسیاری از گیاهان یافت می شود. لو تئولین التهاب مغز که با افزایش سن ایجاد می شود را کاهش می کند و این کار با مهار آزاد شدن مولکول‌های التهابی در مغز انجام می شود.

پروفسور راندی جانسون، سرپرست این تحقیق با مطالعه روی موش‌ها دریافت، زمانی که لو تئولین در رژیم غذایی موش‌های مسن قرار بگیرد، التهاب مغز کاهش می یابد و در عین حال حافظه کاری مانند آنچه در گر و هویج جوان وجود دارد، بازیگر داده می شود.

حافظه کاری برای نگه داشتن بخش‌های از اطلاعات بصری، کلامی یا سایر اطلاعات در ذهن زمانی که آنها را با مهارت مدیریت می کنید حیاتی است. حافظه کاری بهتر با بهبود یادگیری، توجه و سایر نتایج حیاتی مرتبط است.

پروفسور جانسون ادامه داد: ما معتقدیم که لو تئولین رژیم غذایی به مغز دسترسی پیدا می کند و فعال شدن سلول‌های میکرو گلیال و سیتوکنین‌های التهابی که آنها تولید می کنند را مهار یا کاهش می دهد. این اثر ضد التهابی احتمالا مکانیزمی است که به حافظه کاری آنها اجازه می دهد تا به آنچه در سنین پایین‌تر بوده بازگرداندند شود.

این داده‌ها نشان می دهد که رژیم غذایی سالم، پتانسیل کاهش التهاب مرتبط با سن در مغز را دارد و می تواند منجر به سلامت شناختی بهتر شود.

سایر منابع رایج لو تئولین شامل کلم بروکلی، فلفل سبز، پونه کوهی و جعفری است. نتایج این مطالعه نشان داد که لو تئولین با اثر مستقیم روی سلول‌های میکرو گلیال کار می کند. میکرو گلیال سلول‌هایی در مغز هستند که به تنظیم عملکرد طبیعی کمک می کنند.

پروفسور جانسون گفت: ما قبلا در یافتیم که در طول پیری طبیعی، سلول‌های میکرو گلیال بی نظم

عوارض مصرف افراطی دمنوش‌ها در طب سنتی



گروه بهداشت و سلامت - یک متخصص طب سنتی گفت: دمنوش یک اصطلاح جدید است که برای دموکرها به کار می رود که باید بدانیم همانگونه که برای سلامتی ما مفید هستند مصرف بی رویه آن‌ها نیز عوارض جانبی زیادی دارد. بدیهه امری در پاسخ به این سؤال که دمنوش چیست؟ اظهار کرد: دمنوش یک اصطلاح جدید است که برای دموکرها مورد استفاده قرار می گیرد.

وی ادامه داد: دمنوش‌ها نسبت به جوشانده‌ها عملکرد ملایم‌تر و باطبیع عوارض کمتری دارند ضمن این که برای مزاج‌ها، سنین و آب و هوای مختلف نیز سازگارتر هستند.

مرادی با اشاره به این که عمده دمنوش‌هایی که در حال حاضر مصرف آن رایج شده مزاج گرم دارند، افزود: چون دم کردن فرآیندی است که خروجی آن یک نوشیدنی با اجزای عملکردی نسبتا ضعیف است، مزاج‌های مختلف می توانند از دمنوش‌ها استفاده کنند، البته به این معنا نیست که مصرف دمنوش در افراد مختلف بدون عارضه است.

این متخصص طب سنتی با بیان این که دمنوش‌ها به عنوان گروه‌های متفرقه در تغذیه مصرف و به عنوان نوشیدنی زودین که همه مردم از آن استفاده کنند نیستند، عنوان کرد: علی‌الرغم سوسومند بودن دارو و دمنوش‌های گیاهی در بسیاری از بیماری‌ها، مصرف خودسرانه آن‌ها می تواند بسیار خطر آفرین بوده تهدیدکننده برای سلامت جامعه باشد.

وی ادامه داد: در بین مصرف کنندگان دمنوش‌ها افرادی هستند که آگاهی کافی از عوارض جانبی، دوز سمی و تداخلات گیاهان دارویی و شیمیایی ندارند و همین مسئله باعث می شود به جای بهره‌مندی از خواص گیاهان دارویی، به عوارض جانبی ایجاد شده از مصرف خودسرانه داروهای گیاهی گرفتار شوند و متأسفانه در برخی موارد، نمونه اصلی گیاه عرضه نمی شود و یا نمونه عرضه شده با آلودگی‌هایی همراه است.

مرادی ادامه داد: با توجه به این که اثر مخلوط کردن چند گیاه، خاصیت درمانی، اثرات تقویت کنندگی و آرام بخشی دمنوش‌ها افزایش یافته و گاهی هم از میزان عوارض جانبی گیاهان کاسته می شود اما باید بدانید در مواردی هم تداخل اثر چند گیاه با یکدیگر می تواند از خواص دمنوش کاسته یا با ایجاد سمیت باعث بروز عوارض جانبی یا شدید در مصرف کنندگان شود.

این متخصص طب سنتی در پاسخ به برخی خانوادها که عادت به مصرف میزان زیادی دمنوش در طول شبانه روز دارند و اغلب نگرانند که مصرف زیاد از حد این نوشیدنی‌ها تهدیدکننده سلامت‌شان باشد، گفت: با وجودی که دمنوش‌ها اثر کینایت نسبتا ضعیفی هستند ولی احتمال دارد بعضی از افراد به دلیل زمینه مزاجی و ارثی و شرایط متعدد دیگر با مبادومت مصرف دمنوش‌ها دچار عوارض ناخوشایند شوند. وی ادامه داد: این مسئله زمانی جدی‌تر می شود که بدانیم بسیاری از دمنوش‌هایی که با عنوان مختلف شامل دمنوش لاغری و امثال آن به وفور به فروش می‌رسد حاوی داروهایی هستند که خالی از سمیت نبوده و می‌تواند عوارض جدی داشته باشند.

مرادی با اشاره به این که برای مصرف دمنوش‌های گیاهی ابتدا باید به عواملی مانند سن افراد، طبع گیاه، موقعیت جغرافیایی و فصل توجه کرد، افزود: دمنوش‌ها باید روی حرارت غیر مستقیم دم کنند که این که روی حرارت جوشانده شوند و از گیاهانی برای دمنوش استفاده کنید که خاص بوده و از مواد افزودنی در آن‌ها استفاده نشده باشد. این متخصص طب سنتی عنوان کرد: برای دم کردن دمنوش‌ها قوری‌های چینی یا شیشه‌ای بهترین گزینه هستند و رنگ دهنده‌ها یا طعم‌دهنده‌های افزودنی در دراز مدت حاضر خواهند بود. بنابراین اگر دمنوشی را خریداری کردید از این نظر نیز اطمینان حاصل کنید.

وی با اشاره به این که دمنوش‌ها در سنین متفاوت تاثیرات مختلفی بر روی بدن دارند، برای مثال دمنوش بابونه به دلیل آنکه طبع گرمی دارد برای جوانان با طبع گرم مضر است، اما این دمنوش در میانسانی می تواند خاصیت چربی‌سوزی داشته باشد، تصریح کرد: افراد بعد از سن ۳۵ سالگی بهتر است که از دمنوش‌هایی مانند بابونه شیرازی استفاده کنند تا تعادل در سیستم گوارش آن‌ها برقرار شود، همچنین مصرف گل گاو زبان به صورت جوشیده ممکن است باعث ناراحتی‌های روحی و روانی شود. مرادی ادامه داد: یک دمنوش گیاهی وقتی بهترین تاثیر دارد که بر اساس نوع و قسمت مورد استفاده گیاه، میزان و مدت زمان دم کشیدن و مصرف آن با توجه به مزاج فرد تعیین شده باشد، زمان دم کشیدن بستگی به بخشی از گیاه دارد که مورد استفاده است و گل‌ها کمترین و ریشه‌ها بیشترین زمان را برای دم کشیدن نیاز دارند.

این متخصص طب سنتی عنوان کرد: دمنوش‌ها در عین دار بودن خواص مفید درمانی ممکن است مضراتی هم نداشته باشند که شما از آن بی اطلاع باشید پس مصرف خودسرانه و روزانه دمنوش‌ها به هیچ وجه توصیه نمی‌شود.

وی ادامه داد: بنابراین بهتر است پیش از مصرف دمنوش‌ها، ضمن مشورت با یک متخصص طب سنتی یا متخصص تغذیه، اطلاعاتی در مورد مزایا و معایب آن و همین‌طور بهترین زمان خوردن دمنوش به دست‌آوردید تا از عوارض احتمالی مصرف زیاد از حد آن‌ها دور بمانید.

بی‌حسی در دست و پا؛ نشانه احتمالی یک بیماری مزمن

شاید بشود. بالاچون افزود: گلوکز سوختی برای سلول‌های بدن است، بنابراین سطح بالایی از آن در خون وجود دارد، اما اگر ایمنو گلوبولین طبیعی انسان بد عمل کند باعث می‌شود همه چیز تبدیل به «گلوکز» شود. به گفته وی، دیابت بیماری‌های مزمن خفنه‌تر است که در فعال می‌کند که نشان دهنده عدم وجود علائم خارجی تشخیص دیابت است؛ بنابراین توجه به رژیم غذایی و ورزش منظم توصیه می‌شود.

گروه بهداشت و سلامت - یک پزشک روسی معتقد است اگر در دست و پای خود احساس بی‌حسی می‌کنید، احتمالا به دیابت مبتلا شده‌اید.

دکتر ناتالیا لاجوا متخصص غدد درون‌ریز در مسکو می‌گوید که کاهش حساسیت یا بی‌حسی در دست‌ها و پاها ممکن است نشانه دیابت باشد.

این متخصص روس توضیح داد که اختلال در متابولیسم اثر ژنی به دلیل افزایش سطح گلوکز خون، منجر به دیابت می‌شود. در صورت ابتلا به این بیماری، فرد احساس بی‌حالی و ضعف می‌کند و ممکن است دچار بی‌حسی در دست و پا و تشنگی

دگه مطبوعات

دگه اقتصاد

چرا گریل هتزل در امارات با بانک تشدید شد؟ آرمیای آفریقا و برهانه مسکن

عامل پنجم گرانی مسکن

پایان مک‌فالین

ورلدات خودرو

اقتصاد

روزنامه اقتصادی

روزنامه

برای مهار گرانی‌ها چاره‌اندیشی شود

همیشه‌پاری

آخرین گمانه‌ها برای افزایش یارانه بگیران

آرامش در بازار

دمنوش

یارانه جدید در ترازوی قیمت‌ها

هفت امیر در یک اقامت

جامه‌پوش

دهک‌های یارانه‌ای چگونه تعیین شده‌اند

فاد کورسین فوتبال

چیان‌سای برای مگ‌بازی!

این فیلم

آفتاب

عصبانیت آمریکا از عربستان

امروز همه مسائل

مردم بی‌دلیل بخندند!

صنایع چوب

حلاج کیش

تلفن: ۷۴۹۸۲۵۲

چوبی، MDF

دکوراسیون غرفه و منزل