ایلام سلامت
سال۶، شماره ۶۳ ،تیر ۹۴

خبر

روش‌های متعدد رفع بی‌اختیاری ادرار در مطب و بیمارستان قابل انجام است

دکتر ناهید حمزه‌ای اصفهانی متخصص کلیه و مجاری ادراری دانشگاه علوم پزشکی ایلام گفت:امروزه روش‌های متعددی برای رفع بی‌اختیاری ادرار وجود دارد که بعضی از آنها سرپایی در مطب و بعضی در بیمارستان و اتاق عمل انجام می‌گیرند.

به گزارش خبرنگار وب دا، این متخصص در ادامه سخنان خود بیان داشت: بی‌اختیاری ادرار از هر نوعی که باشد، محدودیت‌های زیادی برای فرد ایجاد می‌کند.

افرادی که از این مشکل رنج می‌برند، نمی‌توانند راحت و بی‌دغدغه از خانه بیرون بروند یا حتی در مهمانی‌ها و فعالیت‌های عمومی شرکت کنند چراکه مدام باید مثانه خود را تخلیه کنند.

امروزه روش‌های متعددی برای رفع بی‌اختیاری ادرار وجود دارد در این میان، تبلیغاتی در مورد روشی دیده می‌شود که ادعا می‌شود بدون درد و خونریزی مشکل بی‌اختیاری را حل می‌کند، اما آیا واقعا چنین روشی وجود دارد؟

وی به انواع بی‌اختیاری ادرار در افراد مبتلا به این بیماری اضافه کرد: بی‌اختیاری ادراری را می‌توان به ۴ گروه تقسیم کرد: از شایع‌ترین انواع آن بی‌اختیاری از نوع استرس است که به علت افزایش فشار شکمی و به دنبال سرفه، عطسه، خندیدن، بلند کردن اشیاء سنگین یا حرکات ورزشی ایجاد می‌شود. بی‌اختیاری از نوع اضطرار باعث می‌شود فرد با پر شدن مثانه برای رفتن به دستشویی احساس فوریت داشته باشد، طوری که نتواند خود را کنترل کند و تا قبل از رسیدن به دستشویی ادرارش خارج شود.

دکتر حمزه‌ای اصفهانی در ادامه این بحث گفت: نوع سوم بی‌اختیاری، سرریز کننده است که بر اثر انسداد مثانه با از دست رفتن خاصیت ارتجاعی و عضلانی آن ایجاد می‌شود؛ یعنی مثانه به یک کیسه معمولی تبدیل می‌شود و هر زمان ادرار به حجم بیش از حدی برسد، آن را سرریز می‌کند. بی‌اختیاری کامل هم ممکن است بر اثر صدمه یا قطع شدن گردن مثانه ایجاد شود.

این بیماران کاملا بی‌اختیار هستند؛ یعنی در هر زمان و شرایطی ادرار از مثانه‌شان خارج می‌شود. بیشتر مبتلایان به بی‌اختیاری ادرار خانم‌ها هستند.

وی با اشاره به اینکه کدام درمان می تواند مناسب‌تر باشد، خاطر نشان کرد: هریک از انواع بی‌اختیاری ادرار، روش‌های درمانی مختلفی دارد بنابراین قبل از انتخاب روش مناسب، باید دلیل بی‌اختیاری تشخیص داده شود. به این منظور پزشک سونوگرافی، نوار مثانه و سیستوسکوپی (اندوسکوپی داخل مجرا و مثانه) درخواست می‌کند. پد تست و چارت‌های تخلیه ادرار نیز مشخص می‌کنند که آیا شکایت بیمار از بی‌اختیاری حقیقی است یا تصور می‌کند دچار بی‌اختیاری است.

در پد تست، بیمار باید از پوشک یا نوار بهداشتی مخصوصی استفاده کند و برای یک تا چند ساعت مایعات بنوشد اما ادرار نکند. سپس میزان رطوبت پد اندازه‌گیری می‌شود. در چارت‌های تخلیه ادرار نیز باید فواصل ادرار و حجم آن را طی شبانه‌روز ثبت شود.

علاوه بر اینها، سابقه بیماری‌های معزی مثل پارکینسون، سکته مغزی، دیسک کمر، برداشتن رحم یا هیستر کتومی و تعداد دفعات زایمان نیز باید در نظر گرفته شوند و فرد کاملا از لحاظ حس منطقه لگنی بررسی شود.

این متخصص کلیه و مجاری ادراری با بیان این مطلب که این بیماری درمان فوری ندارد، یادآوری کرد: بعد از تشخیص علت بی‌اختیاری ادرار، پزشک سعی می‌کند راحت‌ترین و کم‌عارضه‌ترین روش درمان را در نظر بگیرد. به همین دلیل اغلب در مرحله اول از دارودرمانی استفاده می‌شود.

بیماران باید صبور باشند و با پزشک خود همکاری کنند. متاسفانه خیلی از افراد زمانی به پزشک مراجعه می‌کنند که دیگر وضعیت برایشان قابل‌تحمل نیست. از طرفی انتظار دارند در عرض یک هفته درمان شوند درحالی که رسیدن به نتیجه دلخواه زمان می‌برد.

دکتر حمزه ای اصفهانی بیان داشت: اگر بی‌اختیاری ادرار با گذشت حدود ۳ ماه به دارودرمانی جواب ندهد، باید از روش‌های درمانی دیگر استفاده کنیم.یکی از این روش‌ها جراحی است که به شیوه‌های مختلفی انجام می‌شود. جراحی باز را می‌توان از ناحیه وازن، روی شکم یا هر دو ناحیه همزمان انجام داد. این جراحی‌ها از روش‌های درمانی قدیمی‌تر محسوب می‌شوند اما هنوز هم برای بعضی بیماران مناسب‌ترند.

توديع و معارفه شبكه بهداشت و درمان دهلران

مراسم توديع و معارفه مديريت شبكه بهداشت ودرمان شهرستان دهلران برگزار شد مراسم توديع و معارفه مديريت شبكه بهداشت و درمان دهلران با حضور معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشكی استان ايلام، فرماندار دهلران، مسئول حراست دانشگاه علوم پزشكی و برخی مسئولان شهرستانی در فرمانداری دهلران برگزار شد.

به گزارش خبرنگار وب دا، در ابتدای اين مراسم فرماندار دهلران اظهار داشت: طرح تحول سلامت خدمتی ماندگار از دولت تدبير و اميد است كه سبب خرسندی و ابراز رضايت مردم از اين طرح عظيم شده است.

سبزی در ادامه گفت: اين طرح با وجود اينكه مدت زيادی از اجرای آن نمی گذرد اما توانسته رضايت مندی درصد بالايی از مردم را به خود اختصاص دهد كه اثرات آن در جامعه به وضوح آشكار است.

وی بيان داشت: مراكز بهداشتی و درمانی در پهله زرين آباد و دشت عباس به لحاظ امكانات و تجهيزات جهت ارايه خدمات به مردم اين مناطق نيازمند توجه جدی است.

فرماندار شهرستان دهلران به خدمات دولت در بحث بهداشت و درمان در شهرستان اشاره كرد و افزود: توجه به مراكز بهداشتی و درمانی به ويژه درپخش‌ها ازضروريات است.

وی مسئوليت را فرصتی برای خدمت به مردم دانست و افزود: تلاش و برنامه‌ريزی برای بهبود ارايه خدمات به مردم بايد در دستور كار قرار گيرد.

فرماندار دهلران در پايان سخنان خود ضمن تقدير از خدمات دكترعبدالصاحب شريفی در مدت مديريت شبكه بهداشت و درمان شهرستان دهلران، برای مدير جديد اين شبكه آرزوی موفقيت نمود.

در ادامه اين مراسم توديع و معارفه معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشكی ايلام با بيان اينكه خدمت به مردم بالاترين ارزش است، ابراز داشت: تغييرات مديريتی به منظور ارتقاء سطح خدمات است و لذا پذيرش مسئوليت به عنوان فرصتی است كه خداوند متعال در اختيار افراد قرار می دهدو بايد از اين فرصت ها به نحو شايسته در خدمت به مردم بهره برداری شود.

دكتر راضی ناصری فر تصريح كرد: با تلاش مجموعه شبكه بهداشت و درمان شهرستان دهلران خدمت به مردم برای دستيابی به سلامتی روند خوبی داشته كه حاصل تلاش تمامی كاركنان حوزه سلامت در اين شهرستان است.

وی افزود:با توجه به اينكه طرح تحول نظام سلامت و شروع بسته بهداشتی اين طرح عظيم و ملی، مناطق حاشيه نشين شهرها در اين طرح بيشتر مورد توجه قرار گرفته اند و اميدواريم كه در شهر دهلران نيز خدمات مطلوبی به مردم حاشيه نشين ارائه شود.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشكی ايلام بيان داشت:خوشبختانه درزمان تصدی دكتر شريفی به عنوان مدير شبكه بهداشت و درمان شهرستان دهلران خدمات ارزشمندی صورت گرفته كه از جمله آن تلاش برای به حداقل رساندن مشكلات بهداشتی و درمانی بوده است.

دكتر عبدالصاحب شريفی نيز به عنوان مدير اسبق شبكه بهداشت و درمان شهرستان دهلران ضمن تقدير از خدمات و زحمات كليه پرسنل اين شبكه گفت: حدود هفت سال سرپرستی شبكه بهداشت و خدمت به مردم شهرستان دهلران افتخار بزرگی بود كه در آن سعی نموده ام تمام تلاش خود را در جهت خدمت صادقانه وقف كنم.

وی همچنين در ادامه سخنان خود ضمن آرزوی موفقيت برای مدير جديد شبكه، از كاركنان شبكه درخواست نمود نهايت تعامل و همكاری را با دكتر رسولی به عنوان مدير جديد داشته باشند.

دكتر شهريار رسولی نيز به عنوان مدير جديد شبكه بهداشت و درمان شهرستان دهلران از خدمات دكتر شريفی و مجموعه كاركنان شبكه تقدير نمود و به بيان برنامه های مد نظر خود در اين شبكه پرداخت.

در پايان اين مراسم، شهريار رسولی به عنوان مدير جديد شبكه بهداشت و درمان شهرستان دهلران معرفی و از خدمات عبدالصاحب شريفی تقدير شد.

بازدید رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام از بیمارستان های سطح استان

قائم مقام وزیر بهداشت و رئیس دانشگاه علوم پزشکی استان ایلام در راستای نظارت بر نحوه اجرای برنامه تحول نظام سلامت، از بیمارستان های امام علی(ع) سرابله، امام حسین(ع) مهران، امام رضا(ع) ایوان و ولی عصر(عج) دره شهر بازدید کرد.

به گزارش خبرنگار وب دا، دکتر علی دل پیشه به همراه معاون و مدیر درمان و مدیران ستادی دانشگاه در ماه مبارک رمضان ضمن دیدار با مسئولین بیمارستان ها، پزشکان، پرستاران، کادر اداری و خدمات و همچنین بیماران بستری در این بیمارستان ها دیدار و گفتگو نمود و از نزدیک بر جریان روند اجرای طرح تحول نظام سلامت در این مراکز قرار گرفت.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی استان ایلام در حاشیه این بازدیدها به خبرنگار وب دا گفت: خوشبختانه همگرایی بسیار خوبی بین تمامی بخش های بیمارستان ها بوجود آمده و در مسیر خدمت به مردم قرار گرفته است.

وی خاطر نشان نمود: حمایت و رضایت مردم از اجرای این طرح در بیمارستان های دولتی و وابسته به دانشگاه علوم پزشکی محسوس است زیرا هزینه تمام شده خدمات ارائه شده بالاتربوده اما وزارت بهداشت تعهد نموده مابه التفاوت آن را به عنوان یارانه سلامت به مردم پرداخت کند.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی استان ایلام در پایان سخنان خود یادآورشد: ان شا الله با تداوم این طرح در سالهای آینده و اجرایی شدن کامل تر آن، قطعا شاهد اتفاقات بسیار خوبی در بحث عدالت سلامت در کشور و استان خواهیم بود.

گفتنی است که در پایان این دیدارها، ضیافت افطاری در ماه مبارک رمضان با حضور همکاران بیمارستانی در فضایی صمیمانه و دوستانه برپا شد.

بازدید رئیس دانشگاه علوم پزشکی از بخش‌های مختلف مرکز بهداشت و درمان شهرستان ملکشاهی

رئیس دانشگاه علوم پزشکی استان ایلام با همراهی معاون توسعه مدیریت و منابع دانشگاه و مدیر شبکه بهداشت و درمان شهرستان ملکشاهی، از بخش‌های مختلف مرکز بهداشت و درمان این شهرستان بازدید نمود.

به گزارش خبرنگار وب دا، در این بازدید دکتر علی دل پیشه ضمن تقدیر از خدمات کارکنان این شبکه اظهار کرد: خدمت شایسته و بی منت در حال حاضر اولویت اصلی دانشگاه علوم پزشکی ایلام می باشد و تمامی مجموعه خوشبختانه تلاش های ارزنده ای را بکار بسته اند تا رضایت مردم را در بالاترین سطح ممکن بدست آورند.

وی با بیان اینکه شهرستان تازه تاسیس ملکشاهی به توجه بیشتری در زمینه بهداشت و درمان نیاز دارد، ابراز کرد: مردم عظیم و ملی کوشا باشند.

گفتنی است که دکتر دل پیشه با حضور در مرکز بهداشتی ولیعصر(عج) و اورژانس شهر ملکشاهی ضمن بازدید از بخش‌های مختلف، از بیماران بستری عیادت و دلجویی نمود و همچنین میزان خدمات دهی و نحوه خدمات دهی از سوی پرسنل این مراکز را از بیماران جویا شد.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی استان ایلام در بخش دیگری از سفر خود همچنین از پروژه دی کلینیک در حال ساخت این شهرستان بازدید نموده و در جریان پیشرفت فیزیکی آن قرار گرفت و در ادامه نیز مرکز بهداشتی درمانی و پایگاه جاده ای گنبد پیرمحمد(ع) مورد بازدید دکتر دل پیشه و همراهان وی قرار گرفت.

فهیم و لایتمدار این شهرستان شایسته بالاترین و بهترین خدمت ها در زمینه بهداشت و درمان می باشند،لذا تمام تلاش خود را بکار خواهیم گرفت تا در این عرصه مطابق انتظار مردم عمل نماییم.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی استان ایلام در ادامه با بیان اینکه اجرای طرح تحول نظام سلامت باعث فراهم شدن بستر عدالت در خدمات دهی به مردم شده، خاطر نشان نمود: با توجه به این که طرح تحول نظام سلامت در سراسر کشور توانسته خدمات ارزنده ای را به مردم تقدیم کند، باید همه دست اندرکاران حوزه سلامت استان با جدیت در راستای تحقق اهداف این طرح

محصولات غذایی را با نشانگرهای تغذیه‌ای انتخاب کنید

دبیر کل نظارت و ارزیابی فرآورده های خوراکی، آشامیدنی و آرایشی و بهداشتی سازمان غذا و دارو گفت: نشانگرهای رنگی تغذیه‌ای به مصرف کننده کمک می کند با توجه به شرایط جسمی و نیازهای شخصی، انتخابی آگاهانه داشته باشند.

به گزارش وب دا دکتر هدایت حسینی، گفت: برنامه مهم نشانگرهای تغذیه‌ای اکنون در حال انجام است و به تمام دانشگاه‌ها و شرکت‌های تولید کننده ابلاغ شده تا این برنامه با هدف افزایش آگاهی مصرف کنندگان، اصلاح الگوی مصرف و ارتقای سلامت جامعه، اجرا شود.

وی گفت: نشانگرهای رنگی تغذیه‌ای به مصرف کننده کمک می کند با توجه به شرایط جسمی و نیازهای شخصی، انتخاب آگاهانه داشته باشند.

اجرای برنامه پایش سموم باقیمانده در میوه‌ها

مدیر کل نظارت و ارزیابی فرآورده‌های خوراکی، آشامیدنی و آرایشی و بهداشتی سازمان غذا و دارو یادآور شد: سال گذشته فعالیت‌های بسیار خوبی در کاهش سموم باقیمانده انجام دادیم. این برنامه هم اکنون با جدیت در حال انجام است و نتایج نیز اعلام می‌شود.

اجرای برنامه ارتقای سلامت لبنیات

مدیر کل نظارت و ارزیابی فرآورده‌های خوراکی، آشامیدنی و آرایشی و بهداشتی سازمان غذا و دارو گفت: ارتقای سلامت لبنیات که از سال گذشته شروع شده است نیز از برنامه‌های جدی و حساس این اداره است که با توجه به حساسیت لبنیات کارشناسان این اداره به طور منظم از شرکت‌های مربوطه نظارت و گزارش‌ها را اعلام می‌کنند.

دکتر حسینی افزود: با شرکت‌هایی که کوچکترین تخلفی داشته باشند برخورد و پرونده آنها به مراجع قضایی فرستاده می‌شود.

وی افزود: ارتباط‌های موثری را با سازمان‌های مربوطه دیگر از جمله استاندارد، دامپزشکی و جهاد کشاورزی برقرار کرده ایم که هدف از این ارتباط ها ارتقای سلامت مواد غذایی و تبادل نظر با سازمان‌های مرتبط است.

این مقام مسول افزود: سلامت مردم برای ما بسیار اهمیت دارد و با هیچ گونه‌ای معامله نمی کنیم و اگر متوجه شویم شرکت‌هایی سوء استفاده کنند و تخلفی را داشته باشند برخورد جدی با آنها می‌شود.

رئیس نخستین سمینار تومورهای سروگردن اعلام کرد:

گرفتگی صدا، اولین علامت سرطان حنجره شانس ۷برابری ابتلا به سرطان حلق و حنجره با مصرف سیگار و الکل

رئیس نخستین سمینار تومورهای سروگردن ایران با تاکید بر اینکه اگر شخصی دچار گرفتگی صدا شد و این گرفتگی بیش از یک هفته تا ۱۰ روز ادامه پیدا کرد باید حتما به پزشک متخصص مراجعه کند.

به گزارش وب دا، دکتر مهدی خواجوی علائم ابتلا به سرطان حنجره را برشمرد و گفت: علائم بسته به اینکه تومورها در کدام قسمت حنجره ایجاد شوند متفاوت است.

وی افزود: اکثر تومورها در طناب های صوتی که تکلم از طریق آنها صورت می گیرد، واقع می شوند و گرفتگی صدا می تواند اولین علامت سرطان حنجره در پرده های صوتی باشد.

رئیس نخستین سمینار تومورهای سروگردن ایران با تاکید بر اینکه اگر شخصی دچار گرفتگی صدا شد و این گرفتگی بیش از یک هفته تا ۱۰ روز ادامه پیدا کرد باید حتما به پزشک متخصص مراجعه کند عنوان کرد: بسیاری اوقات سرماخوردگی و مصرف غذای تحریک کننده یا فریادزدن باعث گرفتگی صدا و تورم حنجره می شود که باقی ماندن آن تا چند روز طبیعی است ولی طولانی شدنش را باید حتما بررسی کرد.

خواجوی افزود: اگر سرطان در قسمت های بالاتر حنجره ایجاد شده باشد ممکن است خود را به صورت درد نه حلق بویژه هنگام بلع و قورت دادن غذا نشان دهد. همچنین بروز تغییراتی در تون صدا هم از دیگر علائم است.

رئیس نخستین سمینار تومورهای سروگردن که اول و دوم مرداد در تهران برگزار می شود با بیان اینکه همچنین ممکن است فرد هنگام بلع احساس کند توده ای در گلویش وجود دارد گفت: اگر هم تومورها در قسمت های پایین تر از طناب‌های صوتی بروز پیدا کرده باشند، نخستین علامت آن می تواند تنگی نفس باشد.

وی ضمن تصریح این مطلب که تشخیص سرطان حنجره به علت آنکه علائم اختصاصی ندارد، مشکل و معمولا دیررس تر است گفت: متاسفانه این سرطان معمولا در مراحل پیشرفته تری تشخیص داده می شود.

وی در پاسخ به اینکه آیا افرادی که سخنرانی می کنند و از صدایشان استفاده بسیاری می کنند نیز به سرطان حنجره مبتلا می شوند یا خیر اظهار کرد: افرادی که کارشان صحبت کردن است، سرطان نمی گیرند.

وی ادامه داد: اما ممکن است تغییراتی در حنجره این افراد ایجاد شود. به عنوان مثال شاید دانه هایی روی طناب های صوتی شان پیدا شود که توده های کوچکی هستند ولی سرطانی نیست و می شود آنها را براحتی برداشت .

خواجوی قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی را بیش از هر عامل دیگری در بروز سرطان حنجره مهم دانست و گفت: بخصوص کسانی که دخانیات و الکل مصرف می کنند بیشتر در معرض ابتلا قرار دارند. مصرف توامان سیگار و الکل هم اثر سرطان زایی حنجره و حلق را تا هفت برابر افزایش می دهد.

رئیس نخستین سمینار تومورهای سروگردن افزود: عادات غذایی نادرست، آلودگی هوا، وجود ریفلاکس و بازگشت اسید معده به حلق که روی حنجره تاثیر می گذارد نیز از دیگر عوامل ابتلا به این نوع از سرطان هستند.

وی با بیان اینکه اگر سرطان حنجره در مراحل پیشرفته نباشد می توانیم با جراحی یا رادیوتراپی ضمن درمان، حنجره را حفظ کنیم گفت: از این طریق راه تنفس و تکلم هم حفظ می شود. اما وقتی سرطان در بافت های انعطاف گردن و سایر بافت‌ها منتشر شده باشد نمی شود درمان قطعی و کامل در نظر گرفت.

بر اساس این گزارش، نخستین سمینار تومورهای سروگردن اول و دوم مرداد ماه در سالن شهید غرضی بیمارستان میلاد برگزار می شود.

ارزش غذایی جوانه ها بسیار بالا است

جوانه ها مواد غذایی هستند که با روند طبیعی رشد و تولیدشان، در طبقه سبزی ها آن هم با ارزش غذایی بالا از نظر ویتامین ها و املاح محسوب می شود.

بر اساس گزارش مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی وزارت بهداشت،درمان و آموزش پزشکی ، حسن برائی زاده مدیر کل نظارت بر مواد غذایی و بهداشتی خراسان شمالی با بیان مطلب فوق گفت: جوانه ها مواد غذایی هستند که با روند طبیعی رشد و تولیدشان، در طبقه سبزی ها آن هم با ارزش غذایی بالا از نظر ویتامین ها و املاح محسوب می شود.

وی افزود: بذرها در هنگام شروع روند جوانه زدن چنان تغییرات شیمیایی را در ظرف چند ساعت در خود پدید می آورند که عناصر و املاح و ویتامین های آن حتی قابل مقایسه با حالت جوانه نزده آن نیست.

برائی زاده در ادامه گفت: با وجود تغذیه نامناسب و رایج در کشور امکان تامین نیازهای بدن با روش تغذیه موجود میسر نبوده لذا اینجاست که جوانه ها به دلیل در دسترس بودن، ارزان و سالم بودن می توانند بخش عمده ای از کمبود های املاح و ویتامینی و آنزیمی بدن را تامین کند.