ایلام سلامت
سال ۶، شماره۶۱ ،اردیبهشت ماه ۹۴

اخبار تصویری

در دومین روز از هفته سلامت زنگ سلامت در مدارس ایلام نواخته شد

بازدید استاندار از مرکز دیالیزشهر ایلام

افتتاح و بازدید پایگاه شماره ۲ شهری منطقه بانبور ایلام

حضور کارکنان دانشگاه علوم پزشکی ایلام در تپه نورالشهدا

افتتاح آزمایشگاه طبی شهر سرابله با حضور ریاست دانشگاه

ویزیت رایگان در محل برگزاری نماز جمعه ایلام در هفته سلامت

دیدار مدیران بانک ملت با رئیس دانشگاه

افتتاح پایگاه فوریت پزشکی سرابباغ آبدانان

همایش پیاده روی در چقاسبز در هفته سلامت

دومین جلسه هم اندیشی ایثارگران دانشگاه

همایش تغذیه سالم

تجلیل رئیس دانشگاه از شیرزاد فتاحی جانباز۷۰درصد از کارکنان دانشگاه

مصرف بی رویه دگزامتازون خطرناک است

معاون غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی بجنورد گفت : تجویز داروها تنها می بایست با آگاهی و بررسی کامل منافع و مضرات دارو در هر بیمار صورت گیرد. دکتر سیدعلی وکیلی ، با اعلام این خبر گفت: در سال های اخیر مشاهده می شود که مصرف کورتیکواستروئیدها و در صدر آنها دگزامتازون بطور بی رویه ای در کشور ما در حال افزایش است. دکتر وکیلی با بیان اینکه نکته وخیم تر، افزایش بی رویه در مصرف خودسرانه این دارو بین مردم است، افزود:از آنجاییکه این دارو دارای اثرات پرقدرت ضد التهاب و ضد حساسیت به ویژه در محل مفاصل است بطور چشمگیری و صورت غیرضروری در شرایط بیماری های غیرحاد نظیر رفع نشانه های حساسیت های ساده و سرماخوردگی ها و کنترل درد در بیماری های التهابی مزمن همچون آرتریت، روماتوئید استفاده می شود. این مقام مسوول تصریح کرد: برای دفع علایم حساسیت های ساده و یا مزمن نباید از کورتیکواستروئیدهای سیستمیک به عنوان درمان های اولیه استفاده کرد زیرا این داروها می تواند سیستم ایمنی بدن را ضعیف کرده و زمینه را برای تشدید حالات عفونی فراهم و طول مدت بیماری را افزایش دهد. وکیلی در پایان افزود: شهروندان از مصرف خودسرانه کورتیکواستروئیدها نظیر دگزامتازون پرهیز کنند همچنین بیماران نیز باید در نظر داشته باشند که تجویز داروها با آگاهی و بررسی کامل منافع و مضرات دارو در هر بیمار صورت گیرد که این امر مستلزم داشتن اطلاعات و آگاهی دقیق از داروها و بیماری ها و نیز شرایط بیماران است.

پیشگیری از بروز حمله قلبی با مصرف آب در تابستان

نتایج یک پژوهش جدید نشان داده است: نوشیدن آب بهترین شیوه برای مقابله با تابستان طاقت‌فرساست که ممکن است منجر به سکته قلبی شود.به عقیده صاحب‌نظران پزشکی از دست رفتن محتوای آب بدن اگر به موقع تشخیص داده نشود، حتی ممکن است منجر به مرگ شود. متاسفانه بسیاری از مردم بویژه در روزهای داغ و بلند تابستان از نوشیدن آب در وعده‌های مکرر غفلت می‌کنند، و این امر منجر به افزایش سکته‌های قلبی می‌شود.همچنین محققان انستیتو آسیایی علوم پزشکی در این‌باره خاطرنشان کرد که در صورت پیری و ضعف جسمی، احتمال سکته قلبی بیشتر است. کارشناسان پزشکی توصیه می‌کنند در تابستان مقادیر زیادی آب حاوی مقادیر کافی نمک و قند باید مصرف شود. پوشیدن پوشاک آزاد نیز ضرورت دارد تا پوست بتواند نفس بکشد. بعلاوه خوردن میوه و سبزیجات، با محتوای آب زیاد در این فصل ضروری است.

مسئول و دبیر کمیته علمی غنی سازی مواد خوراکی و شامپنی:

تنقلاتی که مغز خام دارند مفیدند

بهترین انتخاب در مصرف تنقلات آنهایی هستند که مغزشان خام است اظهار داشت: از نظر تغذیه ای مغزهای پخته یا به اصطلاح بو داده شده به دلیل میزان بالای فلفل، نمک و انواع طعم دهنده هایی که به آن می افزایند خواص خود را از دست می دهند. وی افزود: از آنجاییکه این مغزها به دلیل وجود ویتامین، املاح، روغن و چربی های مفیدشان ارزش غذایی می یابند نمک زیاد می تواند خواص آن ها را از بین برده یا به حداقل برساند.
فولادی مقدم تصریح کرد: مضرات مصرف نمک زیاد، مثل روز بر همگان روشن است لذا اگر فردی مستعد بیماری باشد ممکن است به مصرف نمک زیاد به انواع بیماری های قلبی، عروقی و فشارخون و انواع دیگر از این دسته مشکلات مبتلا شود

ابتلای دوبرابری مردان به پارکینسون

آخرین روش های درمان این بیماری یک متخصص مغز و اعصاب با بیان اینکه مردان دو برابر زنان به پارکینسون مبتلا می‌شوند، آخرین روش های درمان پارکینسون را تشریح کرد. به گزارش وب دا به نقل از روابط عمومی انجمن متخصصین مغز و اعصاب ایران، دکتر محمد روحانی در مورد علت بروز بیماری پارکینسون گفت: در مغز انسان واسطه شیمیایی به نام دوپامین وجود دارد که یکی از مهمترین وظایف آن تسهیل حرکات است. در بیماری پارکینسون میزان این ماده در مغز کم میشود که باعث کندی حرکات و سایر علائم بیماری پارکینسون می‌گردد.این متخصص مغز و اعصاب با بیان اینکه علت کاهش دوپامین و تخریب نورون های مولد آن در مغز دقیقاًمشخص نیست، تصریح کرد: علت بروز بسیاری از بیماریهای تخریبی مغز و اعصاب، هنوز مشخص نیست همانطور که دقیقا نمی دانیم چرا بیماری آلزایمر ایجاد می شود. وی نقش وراثت را در بیماری پارکینسون موثر دانست و خاطر نشان کرد: این بدان معنا نیست که اگر یک بیمار مبتلا به پارکینسون درخانواده باشد سایرین نیز به آن مبتلا می شوند. امروزه در پارکینسون هایی که درسنین جوانی به ویژه زیر ۳۰ سال شروع می شوند، احتمالا نقش ژنتیک پررنگ تر است.
روحانی تاکید کرد: در بیماران زیر بیست سال و در مواردی که چند نفر در یک خانواده مبتلا هستند نقش ژنتیک و تاثیر آن اهمیت بیشتری دارد ولی این تاثیر در حد بیماری های دیگر با توارث غالب و مغلوب نمی باشد.
این متخصص مغز و اعصاب درباره تاثیر جنسیت در ابتلا به پارکینسون گفت: آمارها نشان می دهد که بیماری در جنس مذکر بیشتر است و مطالعه ای که ما بر روی بیش از ۱۷۰۰ بیمار انجام داده ایم شیوع پارکینسون در مردان را دو برابر زن ها نشان داده است.
وی با بیان اینکه خوشبختانه درمانهای مفید و قابل توجه و موثری برای بهبود علائم بیماران مبتلا به پارکینسون وجود دارد، گفت: اگرچه در حال حاضراًمکان متوقف کردن فرایند تخریب نورون های مغزی در بیماری پارکینسون نیست ولی درمان های موثری وجود دارد که علائم بیماری را کاهش داده و همین درمان ها باعث شده است بیماران پارکینسونی که زمانی محکوم به مرگ زود رس بودند امروزه بسیاری از آن ها طول عمر طبیعی داشته باشند.روحانی درباره تاثیر جنسیت در ابتلا گفت: چندین درمان خیلی موثر برای بیماری پارکینسون وجود دارد که مهمترین و اصلی ترین آنها ،لودوپا است که در بدن تبدیل به دوپامین شده و اکثرعلائم بیماری را کنترل می کند.
این متخصص مغز و اعصاب اضافه کرد: داروهای دیگری هم در همین راستا با هدف تقویت دوپامین مغز وجود دارد که موثر است. در سه دهه اخیر جراحی برای بیماری پارکینسون وجود دارد که علائم را بهبود می بخشد که خوشبختانه در کشور ما هم در بیمارستان حضرت رسول(ص) و دانشگاه علوم پزشکی ایران این جراحی از حدود سال ۱۳۸۴ آغاز شده و تاکنون نزدیک به ۲۰۰ بیمار مبتلا به پارکینسون تحت این عمل جراحی قرار گرفته اند. وی با بیان اینکه این عمل جراحی در دنیا کاملا مورد تایید است و بیش از ۱۰۰ هزار بیمار در دنیا از این جراحی بهره برده اند، گفت: با درمان های دارویی و جراحی بیماری پارکینسون که خوشبختانه در ایران هم وجود دارد، طول عمر بیماران و کیفیت زندگی آنها بهبود قابل توجهی پیدا کرده است. روحانی درباره نقش سلولهای بنیادی در درمان پارکینسون گفت: درمان با سلولهای بنیادی دربیماریهای مغز و اعصاب هنوز در مراحل بسیار ابتدایی قرار دارد و در مورد بیماری پارکینسون هم مطالعات محدودی انجام شده است ولی هنوز تاثیر آن به صورت قطعی ثابت نشده است. روحانی افزود: توصیه می کنم بیماران به پزشک متخصص مغز و اعصابی که تحت درمانش هستند اعتماد داشته باشند و همینطور از مراکز دانشگاهی درباره درمان های جدید کسب اطلاع کنند.
وی درباره موضوع سخنرانی اش در بیست و دومین کنگره بیماری های مغز و اعصاب گفت: در کنگره امسال بحثی که داریم در مورد سندروموها یا بیماریهای پارکینسون آتیپیک است. درصد اندکی از مبتلایان به پارکینسون مبتلا به انواع آتیپیک پارکینسون هستند که در کنگره امسال بیشتر برای متخصصان مغز و اعصاب در این مورد صحبت خواهیم کرد.
بر اساس این گزارش، بیست و دومین کنگره بیماری‌های مغز و اعصاب ایران از ۲۳ تا ۲۵ اردیبهشت ماه در هتل المپیک تهران برگزار می‌شود و علاقمندان جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانند با شماره تلفن ۶۶۴۲۰۵۵۶ تماس حاصل فرمایند.