



## پیام تبریک رئیس دانشگاه به مناسبت مبعث پیامبر اکرم (ص)

رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایلام طی پیامی فرا رسیدن مبعث پیامبر گرامی اسلام حضرت محمد(ص) را تبریک گفت.

به گزارش خبرنگار وب دا، متن پیام دکتر کریم همتی به شرح زیر می باشد:

بسم الله الرحمن الرحيم

۲۷ رجب سالروز برانگیخته شدن پیامبر

عظیم الشان اسلام، گل سرسید بوستان هستی، پیام آور رحمت و مهربانی، حضرت محمد مصطفی صلی الله علیه و آله یکی از روزهای بزرگ خداوند است. روزی که پروردگار یکتا نعمت بعثت را بر آخرین فرستاده خویش، فخر کائنات و گنجینه اسرار الهی ارزانی داشت و آن را وسیله ای برای هدایت انسان از ظلمات و

تاریکی به سوی نور و روشنایی قرار داد. حمد و سپاس از آن خداوندی است که خوان نعمتش را برای تمامی مخلوقات خویش گشوده و پیامبران را با نام مسماى حجت های ظاهری و عقل را در وجه حجت باطنی بر آدمیان نازل فرمود تا فهم آیات الهی و حکمت خلقت کائنات مضاعف در روح و جان بشر

آمیخته گردد .

عید مبعث سالروز برگزیده شدن خوبرترین خلقت خدا، تبسم سبز ایمان ، رسول نور و عشق، حضرت محمد (ص) را به تمامی مسلمین جهان بویژه مردم ولایتمدار استان ایلام تبریک عرض می نمایم

## فعالیت مداخله‌ای گفتاردرمانگران بر رفع مشکلات بلع و تغذیه نوزادان نارس مؤثر است



زودتر این نوزادان به توانایی تغذیه مستقل شوند و با توجه به اینکه «تغذیه مستقل» یکی از شاخص های مهم در رشد و تکامل نوزادان نارس و ترخیص آنان از بخش های مراقبت های ویژه بیمارستان ها یا زایشگاه ها تلقی می شود، اجرای روش های مداخله ای گفتاردرمانگران برای نوزادان نارس بسیار حائز اهمیت است.

نوزادان نارس، مؤثر است.

به گزارش وبدا، دکتر فریبا یادگاری با بیان این مطلب افزود: این طرح پژوهشی تحت عنوان «بررسی اثربخشی پروتکل مداخله حرکتی دهانی نوزادان نارس (PIOMI) بر پیشرفت دهانی در نوزادان نارس با سن جنینی ۲۶ تا ۲۹ هفته»، توسط «حدیثه قمی» در قالب پایان نامه مقطع کارشناسی ارشد رشته گفتاردرمانی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی و با همکاری مشترک گروه آموزشی گفتاردرمانی و مرکز تحقیقات توانبخشی اعصاب اطفال این دانشگاه اجرا شده است.

مدیر گروه گفتاردرمانی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، در مورد نتایج این طرح تحقیقاتی افزود: در واقع، گفتاردرمانگران علاوه بر رفع اختلالات رشد گفتار و زبان کودکان، مأموریت ویژه در رفع اختلالات بلع و تغذیه نوزادان نارس دارند.

این عضو هیات علمی دانشگاه اظهارداشت: گفتاردرمانگران آموزش دیده و ماهر می توانند با اجرای روش های لمس درمانی و ارتباطی برای نوزادان نارس، باعث دستیابی

## درمان عفونت های مزمن گوش در صورت مراجعه به موقع بیمار به متخصص



رئیس انجمن علمی جراحان گوش، گلو، بینی و سر و گردن ایران گفت: در ایران متناسب با پیشرفت هایی که در دنیا در زمینه جراحی های ناحیه گوش، گلو، بینی و سر و گردن روی داده، امکانات بسیاری وجود دارد و بیماری ها در این خصوص، قابل درمان هستند.

به گزارش وبدا، دکتر مهدی خواجهی با بیان اینکه در گذشته زمانی که بر اثر عفونت گوش آسیب پایدار به گوش میانی وارد می شد تمام گوش میانی توسط جراح تخلیه می شد و شنوایی افت بسزایی پیدا می کرد، اظهار داشت: امروزه با عمل های جراحی در صورتی که بیمار به موقع به متخصص مراجعه کند، نه تنها می توان عفونت مزمن را با درمان های ترمیمی کنترل کرد بلکه این اقدام، شنوایی فرد را هم بهبود می بخشد. وی در خصوص تومورهای اعصاب شنوایی که داخل جمجمه قرار دارد، بیان کرد: در گذشته جراحی بسیار وسیعی در این زمینه صورت می گرفت و آسیب جدی به اعصاب شنوایی و تعادلی و همچنین اعصاب صورت وارد می شد، اما در حال حاضر، با روش های محافظه کارانه بدون آسیب به نسوج و اعصاب دیگر داخل مغز، تومور برداشته شده و سلامتی فرد به او بازگردانده می شود.

دکتر خواجهی در ادامه افزود: در مورد تومورهای حنجره نیز، اگر بیمار با توجه به علائم اولیه مراجعه کند با روش های ساده معاینه در مطب بیماری تشخیص داده می شود و با روش های پیشرفته ای که وجود دارد، تومورها کامل درمان می شوند و حتی بیمار می تواند صدای خود را داشته باشد. در مراحل پیشرفته هم، که حنجره به طور کامل برداشته می شود، با توجه به امکانات پیشرفته امروزی قدرت قادر به تکلم و صحبت کردن است. در مجموع در ایران نیز متناسب با پیشرفت هایی که در دنیا در زمینه جراحی های ناحیه گوش، گلو، بینی و سر و گردن روی داده، امکانات بسیاری وجود دارد و بیماری ها در این

خصوص، قابل درمان هستند. خصوصاً روش های جراحی قاعده جمجمه به وسیله روش های آندوسکوپیک پیشرفته بدون نیاز به باز کردن قسمت های مهمی از صورت و جمجمه، انجام شده و بیمار هم از نظر ظاهر و هم عملکرد آسیب نمی بینند.

شازدهمین کنگره بین المللی انجمن علمی جراحان گوش، گلو، بینی و سر و گردن ایران ۶ تا ۹ آذرماه سال جاری در مرکز همایش های رازی تهران با حضور صاحب نظران بین المللی و اساتید دانشگاه های علوم پزشکی سراسر کشور برگزار می شود. علاقمندان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر به سایت [www.com.Ent2018.com](http://www.com.Ent2018.com) مراجعه کنند.

## توصیه هایی برای کاهش تماس با امواج موبایل

تلفن همراه مصون نگه می دارد. ۷. از هدست استفاده کنید: برای اینکه امواج تلفن همراه هنگامی که آن را روی گوش تان قرار داده اید مغز شما را نشانه نزنند باید آن را از سر تان دور کنید. بهترین کار این است که به جای قرار دادن تلفن همراه روی گوش تان از یک «هندزفری» یا «هدست» استفاده کنید. این کار موجب می شود امواج تلفن همراه به سمت مغز شما نیابند و فقط بتوانید با هندزفری مکالمه خودتان را انجام دهید.

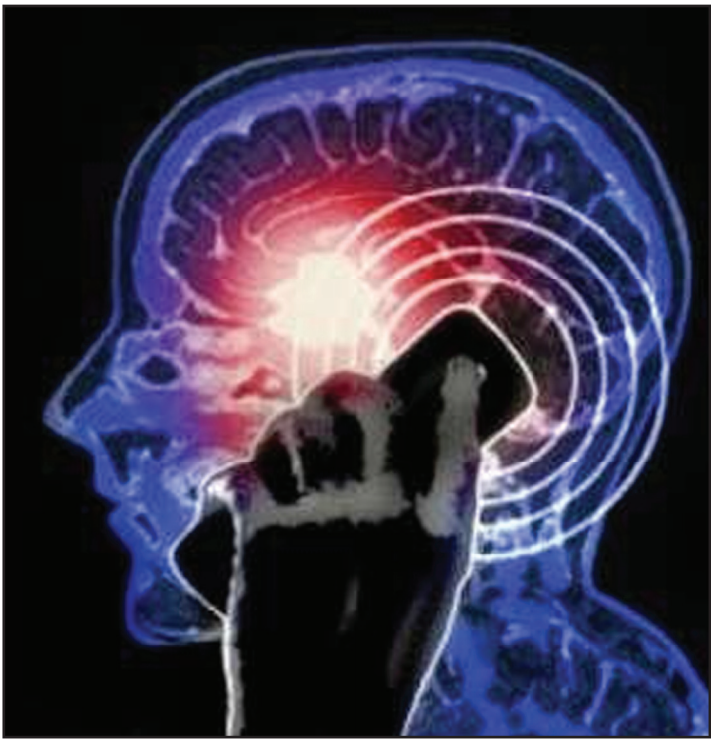
۸. از هندزفری های بلوتوث دار استفاده کنید: گرچه این مدل از هندزفری ها هم امواجی را به سمت مغز شما می فرستد ولی محققان می گویند این امواج ۱۰۰ مرتبه کمتر از امواجی هستند که هنگامی که گوشی تلفن همراه را روی گوش تان قرار می دهید، به مغز تان می رسد ولی فراموش نکنید آن را هنگامی که صحبت نمی کنید از گوش تان جدا کنید چون در این شرایط باز هم امواج بلوتوث به سمت مغز شما می آیند.

۹. از هدست (هندزفری) هایی استفاده کنید که درون گوش تان یک لوله تو خالی به کار رفته است: این هندزفری ها درست مانند هندزفری های معمولی هستند با این تفاوت که آن بخش از هندزفری که در مجاورت گوش قرار می گیرد از یک لوله تو خالی که درون آن هیچ سیمی عبور داده نشده، تشکیل شده است. به این ترتیب صدا به طور مستقیم از هوای درون این لوله خالی و با ارتعاش مولکول های هوا به گوش شما می رسد و امواجی را که به مغز می رسد کاهش می دهد.

۱۰. از اسپیکر یا پخش صدا استفاده کنید: یک راه آسان دیگر برای کاهش تماس با امواج مضر تلفن همراه این است که هنگام صحبت کردن با آن، اسپیکر یا پخش صدا استفاده کنید. فراموش نکنید در این شرایط تلاش کنید تا می توانید تلفن همراه را دورتر از بدن تان قرار دهید. با بیشتر شدن فاصله میزان امواج الکترومغناطیس به میزان زیادی کاهش می یابد.

۱۱. از آنتی اکسیدان ها استفاده کنید: آنتی اکسیدان ها موادی در بدن هستند که از پیری پیشگیری می کنند و برای سلامت بدن بسیار ضروری هستند. امواج تلفن همراه می توانند این ترکیبات حیاتی بدن را از بین ببرند و فرمول شیمیایی آنها را بشکنند بنابراین چون در طول روز شما مدت زیادی تحت تابش این اشعه های مضر قرار می گیرید خوب است از مکمل های آنتی اکسیدان در غذاهای روزانه تان استفاده کنید.

۱۲. جلوی آنتن موبایل تان را بپوشانید: سعی کنید جلوی آنتن موبایل تان را بپوشانید. مسدود کردن آنتن تلفن همراه هنگام استفاده مقدار پرتوهای جذب شده از طریق مغز را افزایش می دهد. این کار موجب می شود کارایی تلفن همراه کاهش یابد و موجب شود موبایل از برق بیشتری برای ایجاد کیفیت بیشتر استفاده کند و پرتوهای بیشتری را منتشر کند.



۳. تلفن همراه را در جیب شلوارتان و یا روی کمر بندان قرار ندهید: بهتر است در آمریکا فقط به ۲۲۰ میلیون نفر می رسد. تصورش را بکنید ما در دنیایی از امواج تلفن های همراه زندگی می کنیم. میزان جذب امواجی که از تلفن همراه به سمت گوش می آید، با توجه به فاصله تلفن همراه از گوش و فرکانس موج متفاوت است. به طور معمول بیش از ۷۰ درصد امواج می خورد

۴. اول بگذارید ارتباط برقرار شود: اگر شما از هدست یا گوشی استفاده نمی کنید وقتی شماره می گیرید اجازه دهید اول تلفن همراهتان وصل و ارتباط با طرف مقابل برقرار شود سپس آن را روی گوش تان قرار دهید در این صورت تحت اشعه مضر کمتری قرار می گیرید. شما می توانید برقرار شدن ارتباط را روی صفحه تلفن همراهتان ببینید. ۵. تلفن همراهتان را داخل پوشش های فلزی و محفظه های درسته فلزی قرار ندهید: برای موبایل تان پوشش های فلزی نخرید و آن را درون بسته های فلزی در بسته قرار ندهید. این محفظه های فلزی مانند یک گیرنده عمل کرده و اثر امواج تلفن همراه را که به سمت بدن شما می آیند تشدید می کنند. ۶. تلفن همراهی با میزان این آر.ای. آر پایین تر (تلفن همراهی با جذب پایین اشعه برای بدن) بخرید: هنگام خرید تلفن همراه به میزان این آر.ای. آر آن توجه کنید. این عدد به طور معمول به وسیله شرکت سازنده تلفن همراه روی گوشی و یا کاتالوگ آن درج می شود و نشان می دهد که هنگام استفاده از تلفن همراه چه مقدار از امواج جذب بدن شما می شود. هرچه این عدد در یک گوشی تلفن همراه پایین تر باشد آن گوشی ایمن تر است و بیشتر شما را از آثار مخرب اشعه های

۱. مدت زمان مکالمه تان را کاهش دهید: بهترین راهکار این است که مدت زمان تماس و مکالمه با تلفن همراهتان را کاهش دهید. مطالعات نشان می دهد که اگر شما بیش از دو دقیقه با تلفن همراه صحبت کنید، امواج مغزی شما تحت تاثیر امواج تلفن همراه قرار می گیرد. ۲. کودکان فقط در مواقع اورژانس: این به هیچ وجه درست نیست که کودکان یک تلفن همراه مخصوص خودشان داشته باشند چون مغز کودکان در حال رشد است و اثر امواج تلفن همراه بر آن بیشتر است. بهتر است کودکان جز در موارد اورژانس با تلفن همراه خود صحبت نکنند.

## هشدار درباره مصرف بدون تجویز داروهای ضد سرفه و رفع علائم سرماخوردگی در کودکان

مؤثر مشترک دارند و در صورت تجویز همزمان چند دارو با هم خطر مسمومیت کودک وجود دارد، به همین دلیل توصیه سازمان غذا و دارو این است پزشکان از تجویز غیر ضروری بیش از یک فرآورده دارویی برای کودکان اجتناب کنند.

سخنگوی سازمان غذا و دارو با بیان اینکه متأسفانه برخی والدین از شربت های سرفه و سرماخوردگی برای خواباندن کودک استفاده می کنند، گفت: داروهای ضد سرفه و درمان علائم سرماخوردگی نباید برای خواباندن کودک و ایجاد حالت خواب آلودگی مصرف شود.

وی در باره میزان مصرف داروهای ضد سرفه و درمان علائم سرماخوردگی در کودکان گفت: توصیه می شود که به منظور تنظیم مقدار تجویز شده برای کودک، والدین از پیمانه یا قاشق های مخصوص اندازه گیری دارو استفاده کنند و از اندازه گیری مقدار مصرف دارو با قاشق های خانگی به دلیل اینکه استاندارد نیستند، خودداری کنند.

دکتر جهانپور افزود: والدین باید بدانند که داروهای ذکر شده فقط به منظور درمان علائم سرماخوردگی و سرفه کمک کننده هستند و علت بروز بیماری را از بین نمی برند و در کوتاه شدن مدت زمان دوره بیماری هم مؤثر نیستند.

سخنگوی سازمان غذا و دارو تأکید کرد: والدین داروهای ضد سرفه و درمان سرماخوردگی را در محلی دور از دسترس کودک نگهداری کنند زیرا مصرف بیش از اندازه این داروها تهدید کننده جان کودک است. دکتر جهانپور افزود: مصرف بیش از حد و استفاده نادرست از داروهای رفع سرفه و علائم سرماخوردگی در کودکان می تواند منجر به عوارض جدی مانند افزایش ضربان قلب، گیجی، دیرسوی تنفسی و تشنج در کودک شود و جان او را به خطر بیندازد.



سخنگوی سازمان غذا و دارو لیست داروهای ممنوعه ضد سرفه و درمان سرماخوردگی در کودکان را اعلام کرد.

به گزارش وبدا، دکتر کیانوش جهانپور سخنگوی سازمان غذا و دارو؛ ضمن هشدار درباره مصرف بدون تجویز داروهای ضد سرفه و رفع علائم سرماخوردگی در کودکان گفت: مصرف فرآورده های دارویی جهت رفع سرفه و علائم سرماخوردگی در کودکان کمتر از ۲ سال به دلیل خطر ایجاد عوارض شدید توصیه نمی شود.

وی ادامه داد: مرکز اطلاع رسانی دارو سموم (DPIC) و مرکز ثبت و بررسی عوارض ناخواسته دارو سازمان غذا و دارو (ADR) با توجه به اطلاعیه های FDA و مرکز فارماکو ویزیلانس کانادا مبنی بر اجتناب از مصرف داروهای ضد سرفه و رفع علائم سرماخوردگی در کودکان و اقدام داوطلبانه برخی شرکت های سازنده داروها نسبت به درج هشدار در باره ممنوعیت مصرف در کودکان زیر ۴ سال در آمریکا و کودکان کمتر از ۶ سال در کانادا، تأکید دارد که پزشکان در تجویز این داروها احتیاط و رعایت موارد منع مصرف را در نظر بگیرند.

## شیار پوش کردن دندان ها، راهی مؤثر برای پیشگیری از پوسیدگی سطح جونده دندان

دکتر حیدری این نقاط را محلی برای شروع پوسیدگی دانست و برای پیشگیری از این نوع پوسیدگی گفت: می توان این شیارها و حفرات عمیق را به وسیله مواد ویژه ای پرکرد تا راه نفوذ باکتری ها و مواد غذایی به آن شیارها مسدود شود.

وی بهترین زمان برای استفاده از این نوع روش پیشگیری را هنگامی دانست که دندان به تازگی رویش یافته و هنوز پوسیدگی در این نواحی شروع نشده است و از این رو به والدین توصیه کرد: والدین می توانند در هنگام رویش دندان های آسیای دایمی کودکان برای انجام

یکی از روشهای مؤثر در پیشگیری از پوسیدگی دندان ها فیشور سیلنت یا شیارپوش است . بر اساس گزارش مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به نقل از دانشگاه علوم پزشکی البرز دکتر یزدانالله حیدری، کارشناس مسئول واحد بهداشت دهان و دندان دانشگاه با بیان مطلب فوق تصریح کرد: سطح جونده دندان های آسیاب به طور طبیعی دارای شیارها و حفراتی است که در بیشتر موارد به اندازه ای ظرفیت هستند که عمق آنها به وسیله مسواک تمیز نمی شوند و محیطی برای پرورش باکتری های پوسیدگی زا به وجود می آورد .