

اخبار

یک متخصص شبکه چشم؛ دیابت از عوامل نابینایی و کاهش دید است

عضو هیئت علمی چشم پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز، بر ضرورت معاینه چشم پزشکی بیماران دیابتی تاکید کرد و گفت: دیابت از عوامل بروز نابینایی و کاهش بینایی است. دکتر حسین اشرف در آستانه برگزاری بیست و ششمین کنگره سالیانه چشم پزشکی ایران، اظهارداشت: در این کنگره، آخرین دستاوردهای علمی در زمینه تشخیص و درمان بیماری های چشمی از جمله شبکهیه، مورد بحث و بررسی چشم پزشکان داخلی و خارجی قرار می گیرد.

وی از کنگره سالیانه چشم پزشکی به عنوان فرصت ایده آل برای تبادل اطلاعات علمی و تجربی برای تشخیص و درمان بیماری های شبکهیه نام برد و افزود: در برنامه پیش کنگره، ۴ سمپوزیوم در زمینه راه های تشخیص و درمان بیماری های شبکهیه که در منطقه بیشتر شایع است، برگزار می شود.

مسئول برنامه شبکهیه در کنگره سالیانه چشم پزشکی ایران با اعلام اینکه از حضور ۷ مهمان خارجی از اروپا و آمریکا در کنگره خبر داد و گفت: این افراد از اساتید و محققین برجسته در زمینه شبکهیه هستند که قرار است در کنگره سخنرانی داشته باشند.

اشرف در ادامه به عوامل بروز بیماری های شبکهیه اشاره کرد و افزود: دیابت، از عوامل بروز بیماری های شبکهیه چشم است.

وی با اشاره به آمار ۱۰ درصدی دیابت در کشور، گفت: دیابت، یکی از مهم ترین علل نابینایی و کاهش بینایی است.

این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز با اعلام اینکه اختلالات شبکهیه در سنین بالا رخ می دهد، افزود: با توجه به اینکه جامعه ایران رو به سالمندی می رود، موارد اختلالات در شبکهیه چشم رو به افزایش می رود.

اشرف همچنین از ترموا و ضربه به سر به عنوان دیگر عوامل بروز اختلالات در شبکهیه چشم نام برد و گفت: تغییر شیوه زندگی، کاملا می تواند بر سرنوشت چشمی بیمار دیابتی تاثیر گذار باشد.

این متخصص شبکهیه چشم با تاکید بر اینکه بیماران دیابتی باید چکاپ های دوره ای را رعایت کنند، افزود: بیماران مبتلا به دیابت، علاوه بر اینکه نزد متخصص داخلی و غدد می روند، می بایست معاینات دوره ای چشم پزشکی را نیز انجام دهند. بطوریکه بعد از سن بلوغ، حداقل سالی یکبار معاینه چشم پزشکی شوند و اگر دچار اختلال دید بودند، این فاصله زمانی به ۶، ۹ و ۳ ماه کاهش می یابد.

بیست و ششمین کنگره سالیانه چشم پزشکی ایران در روزهای ۲۲ تا ۲۵ آذر ۹۵ در سالن همایش های رازی برگزار می شود.



دبیر علمی بخش کودکان کنگره دندانپزشکان عمومی ایران: شیردهی شانه به کودکان باعث پوسیدگی دندان های شیری می شود دبیر علمی بخش کودکان یازدهمین کنگره انجمن دندانپزشکان عمومی ایران، مهم ترین علت پوسیدگی دندان های شیری در سنین پایین را ، شیردهی شانه و با شیر خوابیدن کودکان دانست.

به گزارش خبرگزاری مهر، دکتر کتابون اصفهانی زاده گفت: این پوسیدگی ها بیشتر در سنین یک تا دو سالگی مورد توجه والدین قرار میگیرند که معمولا درد شروع میشود، درحالیکه شروع پوسیدگی از بدو رویش دندان های شیری شروع شده است. وی افزود: به طور متوسط می توان ۶ دندان پوسیده شیری در یک کودک ۲ ساله مشاهده کرد، اما گاهی نیز مشاهده می شود که تمامی دندان های شیری یک کودک دارای پوسیدگی است و به ندرت کودکی را می بینیم که دندان پوسیده شیری نداشته باشد.

اصفهانی زاده ادامه داد: این پوسیدگی ها در نهایت منجر به عصب کشی یا کشیدن دندان می شودو از آنجایی که کودکان کوچک توانایی کافی برای همکاری را دندانپزشک خود را ندارند، اغلب اوقات جهت انجام درمانهای دندانپزشکی بیهوشی عمومی لازم میماند.

وی همچنین گفت:بروز پوسیدگی دندان های شیری در دو سال اول تولد بیشتر به این دلیل رخ می دهد که مادران شیرده و مادرانی که با شیرخشک کودک خود را تغذیه می کنند، او را با شیر می خوابانند و در طول ساعات شب حین خواب، چندین وعده شیر به اومی دهند.

این مساله باعث می شود که قندشیر که همان لاکتوز میباشد، به مدت طولانی در مجاورت دندان ها باقی بماند و سبب تخریب آنها شود. اصفهانی زاده ادامه داد: این درحالی است که اگر مادران بعد از دادن شیر، قدری به کودک خود آب بدهند و یا با یک گوش پاکین با تنظیم مرطوب دندان ها را تمیزنمایند، بروز این قبیل پوسیدگی ها به حداقل می رسد.

وی گفت: در سنین بالاتر که کودک از شیر گرفته می شود و غذا می خورد نیز اشتباه دیگری که مادران می کنند این است که به کودکان خود در وعده های متعددی ماقادندی می دهند. این درحالی است که اگر تعداد دفعات خوراکی های حاوی قند را به یک تا دو وعده در روز کاهش دهند و بعد از آن به کودک خود آب بدهند تا دندان هایشان شسته شود به جلوگیری از پوسیدگی دندانن کمک می کند.

اصفهانی زاده در این خصوص توضیح داد: وقتی که کودک خوراکی می خورد، محیط دهان او اسیدی می شود و اگر این خوردن خوراکی مرتب و به فواصل کم صورت گیرد، محیط دهان او در طول روز با حمله اسیدی مواجه است و فرصتی برای پاکسازی پیدا نمی کند، بنابراین دندان هایی که در این محیط اسیدی هستند به شدت در معرض تخریب قرار می گیرند.

قانون تعرفه گذاری خدمات پرستاری که تابستان سال ۸۶ به تصویب مجلس رسید، حالا برای اجرای شدن بر شورای عالی بیمه رفته و پرستاران چشم انتظار موافقت وزیر رفاه و بیمه ها هستند.

جامعه پرستاری کشور که در خط مقدم خدمت به مردم و بیماران قرار دارد، از تیر ماه سال ۱۳۸۶ که قانون تعرفه گذاری خدمات پرستاری به تصویب نمایندگان مجلس شورای اسلامی رسیده است، تا امروز چشم انتظار اجرایی شدن این قانون است تا شاید از این طریق به بخشی از خواسته های به حق خودشان برسند.

انطور که از شواهد امر پیداست، در حال حاضر پرستاران خدماتی را انجام می دهند که هیچ نفع مالی برای آنها ندارد و دلیل آن هم، نداشتن تعرفه های پرستاری است که بتوان حق الزحمه آنها را از بیمه ها گرفت. همانطور که جامعه پزشکی در قبال خدماتی که انجام می دهد، پول آن را می گیرد. جامعه پرستاری کشور بر این عقیده است که خدمات پرستاری از اهمیت ویژه ای در نظام سلامت برخوردار است و می بایست برای این خدمات ارزش مالی و معنوی قائل شد. اما پرستاران معتقدند نه تنها ارزش مالی خدمات پرستاری لحاظ نشده است، که حتی ارزش معنوی هم برای خدمات آنها قائل نیستند و اغلب بیماران پس از ترخیص از بیمارستان، یک جمله می گویند: خدا خیرت بده دکتر!

تعرفه های پرستاری بدون پول اجرا نمی شود آخرین اظهار نظر بالاترین مقام وزارت بهداشت در مورد سرنوشت قانون تعرفه گذاری خدمات پرستاری، باز می گردد به هفته گذشته که عنوان کرد اجرایی شدن این قانون نیازمند اعتبار لازم است.

دکتر سید حسن هاشمی وزیر بهداشت در واکنش به این سؤال که چرا تعرفه های پرستاری اجرا نمی شود، گفت: دلیل اجرا نشدن این قانون این است که مجلس برای آن اعتباری پیش بینی نکرده است.

وی با اشاره به اینکه نمایندگان مجلس مدعی هستند تنها ۳۰ درصد از برنامه پنجم اجرا شده است، افزود: از جمله این قوانین قانون تعرفه گذاری خدمات پرستاری است که اعتبار آن در همان زمان تصویب دیده می شد امروز مشکلی برای اجرای آن وجود نداشت.



وزیر بهداشت از پرستاران خواست برای اجرایی شدن تعرفه های پرستاری می بایست به سراغ مجلس بروند و از نمایندگان بخواهند برای اجرای قانون تعرفه گذاری در سال ۹۶ اعتبار تخصیص داده شود. در همین حال، حسین علی نسائی عضو شورای عالی نظام پرستاری کشور، عضو شورای عالی سازمان نظام پرستاری کشور، اجرای قانون تعرفه‌گذاری خدمات پرستاری را نجات‌بخش طرح تحول سلامت و بیمه‌ها دانست و گفت: اجرایی شدن قانون تعرفه گذاری خدمات پرستاری از درخواست‌های القایی پزشکی نیز به شدت خواهد کاست. می توان گفت یکی از راه‌های نجات و اصلاح طرح تحول هم‌اکنون اجرای تعرفه‌های پرستاری است. همچنین اجرای این تعرفه‌ها از شکاف طبقاتی می کاهد و باعث توزیع متوازن ثروت می شود.

وی معتقد است که اجرای تعرفه‌های پرستاری نه تنها برای دولت بار مالی برای ایجاد نمی‌کند بلکه اجرای آن می تواند طرح تحول سلامت و بیمه‌ها را نجات دهد زیرا بسیاری از تعرفه‌ها و خدمات پرتکرار پرستاری با پزشکی مشترک است و تعرفه‌های پرستاری ارزان‌تر است و از هزینه‌های دولت و بیمه‌ها خواهد کاست.

وعده های ۴ وزیر بهداشت به پرستاران
تصویب قانون تعرفه گذاری خدمات پرستاری در سال ۱۳۸۶، مقارن بود با حضور دکتر کامران باقری لنکرانی در وزارت بهداشت دولت نهم،

یک گام تا اجرای تعرفه های پرستاری ؛

چشم پرستاران به وزیر رفاه



به دنبال تشکیل دولت دهم، دکتر مرزیه وحیددستجری بر مسند وزارت بهداشت قرار گرفت و به دنبال برکناری او از این مسند در چند ماه پایانی دولت دهم، دکتر محمد حسن طریقت منفرد سکان وزارت بهداشت را عهده دار شد و در نهایت با تشکیل دولت یازدهم، دکتر سید حسن هاشمی بر مسند وزارت بهداشت قرار دارد.

وقتی قانون تعرفه گذاری خدمات پرستاری به عنوان یک طرح در مجلس شورای اسلامی تصویب شد، وزارت بهداشت می بایست ظرف مدت ۶ ماه آیین نامه اجرایی آن و تعرفه های پرستاری را تهیه می کرد. جامعه پرستاری خیلی مشتاق بودند که هرچه زودتر این آیین نامه از وزارت بهداشت بیرون بیاید، و رویای آنها رنگ واقعیت بگیرد.

از سال ۱۳۸۶ تا امروز، وقتی روز پرستار از راه می رسد، مسئولان حوزه سلامت از این فرصت استفاده می کنند و در جمع پرستاران می آیند و به آنها وعده اجرای قانونی را می دهند که از آن به عنوان «ام المطالبات پرستاری» نام برده می شود. حالا نزدیک به ۱۰ سال از تصویب این قانون می گذرد اما هنوز اتفاقی نیفتاده که پرستاران را خوشحال کند.

جامعه پرستاری از فردای روز تصویب تعرفه های پرستاری تا امروز، فقط از وزرای بهداشت وعده شنیده است. از اجرای آزمایشی قانون در چند بیمارستان، تا تغییر روش اجرای آن، همه و همه وعده هایی بوده است که در این سال ها، پرستاران شنیده اند.

قائم مقام وزیر بهداشت:

خدمات درمانی هلال احمر در عراق بی نظیر است

قائم مقام وزیر بهداشت:

هلال احمر را شایسته تقدیر دانست و گفت: با این حال نمی‌توان گفت در حال حاضر مجموعه امکانات، تجهیزات و نیروی انسانی در حد کافی است، بلکه باید برای ارائه خدمات بهتر در سال‌های آتی تدارکات بیشتری فراهم کرد.وی خاطرنشان کرد: داوطلبانه بودن خدمات نیروهای درمانی هلال احمر نقطه ایده‌آلی تلقی شده و باید برای رسیدن به وضعیت مطلوب، برای جبران نقاط ضعف برنامه‌ریزی کنیم.

حربرجی افزود: خوشبختانه هلال احمر امسال توانست با همکاری دولت عراق حجم بیشتری دارو وارد این کشور کند، اما ۲۷۰ قلم دارو کافی نیست و پزشکان مجبور هستند از داروهای مشابه استفاده کنند.

یک فوق تخصص پیوند کلیه خبر داد:

کاهش عوارض جراحی پروستات با لیزر امکان پذیر است

و در نتیجه بدن آنها ظرفیت انجام جراحی باز را ندارد.

وی ادامه داد: استفاده از لیزر برای درمان پروستات، علاوه بر اینکه عوارض کمتری برای بیمار به همراه دارد، طول مدت بستری را نیز کاهش می دهد.

چوانمرد اظهارداشت: لیزر در پزشکی برای آن دسته از بیماری ها که به درمان های حمایتی جواب نمی دهد، روش مناسبی است. دبیر علمی دومین کنگره لیزر در اورولوژی با تاکید بر اینکه در زمینه لیزر درمانی خیلی از دنیا عقب نیستیم و با همان سرعت آنها پیش می رویم، تصریح کرد: تحریم ها باعث شد در زمینه تجهیزات مورد نیاز با مشکل مواجه شویم که البته تلاش کرده ایم با بومی سازی تجهیزات، بر این مشکل فائق آییم. چوانمرد با عنوان این مطلب که در حال حاضر

مواد غذایی مفید برای مقابله با آلودگی هوا

این ویتامین محلول در چربی در خط مقدم دفاع در برابر صدمات وارده بر بافت‌های بدن قرار دارد.

۱. ویتامین E
رژیم غذایی ما معمولاً از گیاهان تشکیل‌دهنده‌ی روغن‌های نباتی به دست می‌آید.آفتابگردان، گلرنگ و روغن سیبوس برنج، بهترین تأمین‌کننده‌ی ویتامین E هستند پس از آنها کازا، بادام‌زمینی و روغن زیتون قرار دارد.

۲. بادام و دانه‌های آفتابگردان نیز از منابع خوب ویتامین E محسوب می‌شوند. دانه‌ها و آجیل‌ها چربی بالایی دارند، پس مصرف ۲۸ گرم از این مواد غذایی در روز کفایت می‌کند.

۳. در میان ماهی‌ها، مصرف سالمون، اسهیل و مارماهی برای تأمین ویتامین E توصیه می‌شود.

۴. ادویه‌جات و گیاهانی مانند پودر فلفل، پاپریکا، میخک، پونه‌کوهی، ریحان و جعفری به میزان خوبی ویتامین E دارند. معمولاً از بیشتر این ادویه‌جات به میزان کمی مصرف می‌شود.افزافه کردن مقداری از این ادویه‌ها و گیاهان به غذاهای‌تان به حفظ میزان ویتامین E بدن کمک می‌کند.

بتاکاروتن

فواید بتاکاروتن برای مقابله با آلودگی هوا

بتاکاروتن به دلیل داشتن فعالیت آنتی‌اکسیدانی نقش بسیاری مهمی در کنترل التهاب ایفا می‌کند. همچنین این ماده در بدن به ویتامین A تبدیل می‌شود.

۱. سبزیجات برگی مانند گل تاج‌خروس، گشنیز، شنبلیله، کاهو و اسفناج سرشار از بتاکاروتن هستند.

۲. برگ تربچه و هویج نیز از منابع خوب بتاکاروتن محسوب می‌شوند.

چربی‌های امگا ۳

فواید چربی های امگا ۳ برای مقابله با آلودگی هوا

این چربی‌ها در برابر اثرات آسیب‌زای آلودگی هوا بر روی سلامت

اخبار

انجمن مقابله با سرطان غرب آسیا در ایران تشکیل می شود

دبیر انجمن علمی سرطان ایران گفت: با همکاری سازمان بهداشت جهانی قرار است انجمن مقابله با سرطان غرب آسیا در ایران تشکیل شود.

فرهاد سمیعی در حاشیه کنفرانس بین المللی سرطان غرب آسیا در تهران، افزود: این کنفرانس با همکاری سازمان بهداشت جهانی با موضوع سرطان و مفاهیم علمی در خصوص علوم پایه، پیشگیری و درمان این بیماری برگزار شد. وی ادامه داد: طبق جلساتی که انجمن علمی سرطان با کشورهای شرکت کننده در این کنفرانس داشته و با همکاری سازمان بهداشت جهانی قرار شده است یک مجمع غیر دولتی آسیایی به نام جامعه مبارزه با سرطان غرب آسیا تشکیل شود.

سمیعی اظهار داشت: این مجمع با رعایت مسیر قانونی و اخلاقی و همچنین رعایت همه مصادیق علمی با هدف بسیج کردن سایر کشورها در برخورد و مقابله با سرطان از طریق برنامه متحد و با همکاری سازمان بهداشت جهانی تشکیل خواهد شد.

محمود عابد مقدم عضو کمیته اجرایی و علمی کنفرانس بین المللی سرطان غرب آسیا نیز گفت: کنفرانس سرطان غرب آسیا برای اولین بار است که در ایران و در سطح منطقه به صورت بین المللی برگزار شده است.

وی با اشاره به این که این کنفرانس با حضور ۱۶ کشور از آمریکا، اروپا، آفریقا و آسیا برگزار شده عنوان کرد: کنفرانس سرطان غرب آسیا در ۳ روز از ۲۷ تا ۲۹ آبان در تهران با حضور دانشمندان داخلی و خارجی برگزار شد. عابد مقدم افزود: در روز اول این کنفرانس مباحث پایه و بنیادی در خصوص پیشگیری از سرطان و درمان های حمایتی مطرح شد.

وی گفت: در این کنفرانس که به زبان انگلیسی برگزار شد مباحثی در خصوص آخرین یافته های جراحی، شیمی درمانی، پروتو درمانی و ایمنی درمانی سرطان مورد بررسی قرار گرفت. عابد مقدم هدف از برگزاری این کنفرانس را ارتقای سطح علمی پزشکان و سایر افرادی که با سرطان ارتباط دارند، دانست و تاکید کرد: سبک درست زندگی که شامل پرهیز از مصرف دخانیات، انجام تمرینات ورزشی، حفظ تناسب اندام، تغذیه مناسب، استفاده از میوه و سبزیجات در رژیم غذایی و پرهیز از مصرف نمک، شکر و غذاهای چرب است، مهم ترین راهکارهای پیشگیری از سرطان محسوب می شود.



یافته های جدید تحقیقاتی؛ تاثیر ویتامین D بر بازماندگان سرطان سینه

مطالعه جدید نشان می دهد میزان ویتامین D بر شانس زنده ماندن بیشتر بیماران مبتلا به سرطان سینه تاثیر دارد.

محققان موسسه سرطان رزول پارک نیویورک داده های حدود ۱۷۰۰ بیمار مبتلا به سرطان سینه را در کالیفرنیا بررسی کردند و دریافتند میزان بالاتر ویتامین D به هنگام تشخیص بیماری با شانس بیشتر زنده ماندن فرد مرتبط است. این رابطه در زنان قبل از سن یائسگی قوی تر است.

محققان دریافتند میزان ویتامین D در بیماران مبتلا به تومورهای در مرحله پیشرفته کمتر است و در زنان قبل از سن یائسگی مبتلا به سرطان سه گانه منفی در کمترین میزان است. سرطان سه گانه منفی شایع ترین نوع سرطان سینه در بین زنانی است که با تغییر در ژن موسوم به BRCA۱ همراه است. به گفته محققان این یافته ها، شواهد تجربی قانع کننده ای در مورد رابطه بین میزان پایین ویتامین D و ریسک پیشرفت سرطان سینه و مرگ را نشان می دهد.



محققان اتریشی می گویند؛ پنیر طول عمر را افزایش می دهد
آزمایش بر روی موش ها نشان می دهد پنیر موجب افزایش طول عمر آنها شد و احتمالاً این خاصیت را نیز برای انسان ها به همراه دارد.

تحقیق جدید محققان اتریشی نشان می دهد وجود پلی آمینی موسوم به اسپرمیدین در پنییر قادر به افزایش سلامت قلب و حتی افزایش طول عمر است.

این مطالعه جدید آشکار ساخته است اسپرمیدین، ترکیب یافت شده در بسیاری از مواد طبیعی نظیر برخی پنیرها، قارچ، محصولات سویا، حبوبات، ذرت و غلات، منجر به عملکرد بهتر قلب شد و طول عمر موش ها را افزایش داد. محققان ادعان می دارند که هنوز بسیار زود است نتایج مشابه را به انسان ها هم نسبت دهیم.

در مطالعات قلبی مشخص شده بود که اسپرمیدین موجب افزایش طول عمر ارگانسیم های ساده تر نظیر پشه میوه و مخرم شده است، اما این اولین بار است که تحقیق بر روی یک ارگانسیم پیچیده انجام شده است.

دکتر فرانک مادون، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه پزشکی گراز اتریش، در این باره می گوید: «زمانیکه ما اسپرمیدین را به آب آشامیدنی موش ها اضافه کردیم، نه تنها عمرشان طولانی شد بلکه عملکرد قلب شان هم سالم تر بود».

این تحقیق آشکار ساخته است که اسپرمیدین موجب اتوفازی می شود و در نتیجه سلول های قلب بخش های از خود را که عملکرد بدی داشته یا دیگر لازم نیستند را از کار می اندازند.

همچنین به موش های که اسپرمیدین داده شده بود، عملکرد قلب بهتر و فشارخون پایین تر بود که همگی این شرایط در نهایت منجر به افزایش طول عمر می شوند.