

لاپاراسکوپی و ظرفیت جراحی سرطان های بزرگ شکمی در ایران



اشاره کرد و گفت: در زمینه لاپاراسکوپی از کشورهای حوزه خلیج فارس بهتر هستیم و با ترکیه رقابت می کنیم. ذبیحی ادامه داد: هرچند کشورهای امارات، جراحان خارجی را به کشور خود آورده و بیمارستان های بزرگی راه اندازی کرده، اما هنوز ما بهتر از امارات در این زمینه هستیم. چهاردهمین کنگره بین المللی جراحی های کم تهاجمی درون بین ایران از ۱۴ تا ۱۶ آذر ماه در سالن پروفیسور عدل بیمارستان سینا برگزار می شود.

زودتر بهبودی از جمله مزایای این روش درمانی است.وی به امکان انجام عمل جراحی گشادشدگی آئورت شکمی (رگ اصلی بدن) با لاپاراسکوپی اشاره کرد و گفت: این عمل جراحی به صورت باز انجام می شد که با مرگ و میر بالایی همراه بود و در حال حاضر امکان این عمل با لاپاراسکوپی در ایران فراهم شده و این روش از میزان مرگ و میر هم کاسته است. وی به وجود پزشکان برجسته در حوزه لاپاراسکوپی در ایران

دبیرجراحی چهارمین کنگره بین المللی جراحی های کم تهاجمی درون بین ایران گفت: در ایران تقریباً تمامی جراحی های عمومی، شکمی و قفسه سینه و سرطان های بزرگ شکمی را می توان با لاپاراسکوپی عمل کرد.به گزارش مهر، دکتر حسین ذبیحی افزود: فقط در مواردی مانند پیوند کبد امکان استفاده از این روش درمانی وجود ندارد. وی ادامه داد که کوتاه شدن زمان بستری، کم شدن مدت عمل جراحی و به دست آوردن

گفتگو

آفتاب یزد در گفت و گو با متخصص اورولوژی بررسی کرد

دلیل سوزش ادرار چیست؟

آفتاب یزد - فاطمه مظفری: بسیاری از افراد هنگام ادرار، کمی احساس ناراحتی دارند. داشتن احساس درد هنگام ادرار، ممکن است مربوط به ناراحتی سوزش ادرار باشد. سوزش ادرار به تنهایی بیماری محسوب نمی شود، بلکه نشانه وجود بیماری های دیگر است که باید علت یابی شود زیرا احتمال این که نشانه ای از بیماری مهم باشد وجود دارد که در نتیجه می تواند سلامت زندگی فرد را به مخاطره بیندازد.دبا توجه به اهمیت موضوع آفتاب یزد در این باره، دکتر عباس بصیری، متخصص اورولوژی گفت و گو کرده است.

وی در این باره می گوید: سوزش ادرار در حقیقت یک احساسی مانند تیر کشیدن در مجاری ادرار است که ممکن است همراه با درد باشد که شبیه درد حاصل از پاشیدن نمک روی زخم است که در این صورت احتمال اینکه در قسمت پایین مثانه و مجاری ادرار، التهاب وجود داشته باشد، بسیار است.

ایشان تصریح کرد: در افراد مسن و پسرهای جوان سوزش ادرار اغلب به دلیل داشتن سنگ در ناحیه مثانه می باشد. دکتر بصیری اضافه کرد: در افراد مسن در صورت باریک شدن یا نیامدن ادرار همراه با سوزش ادرار احتمال بزرگ شدن پروستات وجود دارد و در اغلب موارد به علت بزرگ شدن پروستات، آمدن ادرار دچار مشکل می شود و سنگ در ناحیه مثانه به طور ثانویه ایجاد می شود که باعث افزایش سوزش و تیر کشیدن مجاری ادرار می گردد.

این متخصص اورولوژی در مورد علت سوزش های ادرار همراه با خونریزی بیان کرد: در اغلب موارد سوزش ادرار همراه با خونریزی در خانم ها به دلیل داشتن عفونت بخصوص عفونت های ویروسی در مجاری ادرار می باشد و در مردان نیز احتمال سرطان مثانه وجود دارد که باید ابتدا این موارد مورد بررسی قرار گیرد.

وی افزود: گاهی اوقات سوزش ادرار همراه با درد در ناحیه پهلو می باشد که در اغلب موارد نشان دهنده وجود سنگ در حالب است و وارد دهنده وجود سنگ در قسمت حالب است که در حال ورود و سسزی های تازه، غلات کامل و حبوبات، مغزها و دانه های خوراکی، گوشت بدون چربی و ماهی می شود.

این متخصص اورولوژی در مورد علت سوزش های ادرار همراه با خونریزی بیان کرد: در اغلب موارد سوزش ادرار همراه با خونریزی در خانم ها به دلیل داشتن عفونت بخصوص عفونت های ویروسی در مجاری ادرار می باشد و در مردان نیز احتمال سرطان مثانه وجود دارد که باید ابتدا این موارد مورد بررسی قرار گیرد. وی افزود: گاهی اوقات سوزش ادرار همراه با درد در ناحیه پهلو می باشد که در اغلب موارد نشان دهنده وجود سنگ در قسمت حالب است و وارد دهنده وجود سنگ در قسمت حالب است که در حال ورود و سسزی های تازه، غلات کامل و حبوبات، مغزها و دانه های خوراکی، گوشت بدون چربی و ماهی می شود.

دکتر بصیری تاکید کرد: سوزش ادرار در مردان جوان با توجه به اینکه امکان دارد به علت داشتن التهاب و عفونت در ناحیه پروستات باشد باید به طور کامل بررسی و درمان شود بدین خاطر که درمان ناقص احتمال مزمن شدن بیماری را دارد و میکروب ها سلامت فرد را بیشتر به مخاطره می اندازند.

این متخصص اورولوژی عنوان کرد: افراد میانسال بخصوص آنهایی که سیگار می کشند ویا مواد شیمیایی سر و کار دارند در صورت داشتن سوزش ادرار باید سریعاً به پزشک مراجعه کنند زیرا احتمال ابتلا به سرطان مثانه از دیگر افراد بیشتر است که اگر در مرحله مقدماتی باشد قابل درمان است و باید سریع اقدامات درمانی آغاز شود.

وی در پایان گفت: خانم هایی که دچار سوزش ادرار و تکرر ادرار به صورت مکرر می شوند نیز باید این مشکل را جدی بگیرند و در کودکان نیز با توجه به اینکه امکان دارد سوزش ادرار نشانه ای از عفونت و داشتن سنگ در مجاری ادرار باشد درمان سریع از اهمیت بیشتری برخوردار است بدین خاطر که برای کودکان می تواند خطرات بیشتری نسبت به بزرگسالان داشته باشد.



نکته

چگونه اشتباهات همسر را به او بگویم؟

یک روانشناس گفت: همه ما کم و بیش در زندگی اشتباهاتی داشته و داریم. مهم این است که درک کنیم چه اشتباهاتی کرده ایم و آن هارا تکرار نکنیم. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، وحید اکبری اظهار کرد: گاهی اشتباهی از همسرمان سر می زند که عدی نبوده، حتی ممکن است خودش هم نداند که کارش اشتباه است یا نه. بنابراین جدای از ناراحتی پیش آمده، باید خیلی آرام با او درباره مسئله صحبت کنیم؛ زیرا ممکن است باز هم این رفتار را اشتباه ر تکرار کند و شما ناراحتی تان بیشتر شود. اکبری ادامه داد: ممکن است همسرمان بگوید که «من که نمی دانستم این کارم از نظر تو اشتباه است.» بنابراین وقتی حس می کنیم تکرار یک رفتار می تواند ما را برنجاند و همسرمان هم از آن بی خبر است، آن را حتما به شریک زندگی مان بگوییم. وی با اشاره به اینکه برای عنوان کردن اشتباه ملامت رفتاری نباید فراموش شود، افزود: هنگام عنوان کردن اشتباهات همسرمان، ملامت رفتاری و گفتاری را فراموش نکنید. سر او داد نکشید و با توهین یا کلمات نامناسب

اسیدهای چرب امگا-۳ مصرف کنید

مواد غذایی حاوی اسیدهای چرب امگا-۳ برای سلامت سرخرگ ها بسیار مفید هستند. این نوع از چربی سطوح کلسترول خوب (HDL) را افزایش می دهد، در شرایطی که کلسترول بد (LDL) تری گلیسرید را در بدن کاهش می دهد. مصرف منظم اسیدهای چرب امگا-۳ خطر آترواسکلروز (سخت شدن رگ های خونی)، پر فشاری خون و حمله قلبی را کاهش می دهد. افزون بر این، اسیدهای چرب امگا-۳ از خواص ضد التهابی سود می برند، از این رو، برای دستگاه گردش خون و مغز مفید هستند.

فرمولی برای حفظ سلامت سرخرگ ها

حفظ سلامت سرخرگ ها از اهمیت بسیاری زیادی برخوردار است. دنبال کردن برخی عادات سالم چیزی است که سرخرگ های شما به آن نیاز دارند. به گزارش عصر ایران، بسیاری از مشکلات قلبی عروقی که امروزه با آنها مواجه هستیم، در نتیجه آسیب است که کلسترول و سموم به سرخرگ ها وارد می کنند و این در شرایطی است که افراد بسیاری از آن آگاه نیستند. دنبال کردن یک سبک زندگی کم تحرک و رژیم غذایی ضعیف از محرک های اصلی بروز این شرایط محسوب می شوند. حتی اگر در ابتدا علائمی آشکار وجود نداشته باشند، در ادامه مشکلات دستگاه قلبی و عروقی پدیدار خواهند شد. از این رو، پیش از بروز یک بیماری جدی، آگاهی از چگونگی ایجاد تغییرات مثبت در سبک زندگی برای بهبود و تقویت سلامت سرخرگ ها اهمیت دارد.



رژیم غذایی متعادل

مصرف یک رژیم غذایی متعادل برای حفظ سلامت سرخرگ ها مفید است. از آنجایی که رژیم غذایی متعادل از بهترین روش ها برای کاهش وزن و حفظ سطوح سالم کلسترول در بدن است. بهتر است در رژیم غذایی متعادل خود میزان شکر و نمک را محدود کنید زیرا مصرف بیش از حد آنها می تواند به سلامت سرخرگ ها آسیب وارد کند. یک رژیم غذایی متعادل شامل میوه ها و سبزی های تازه، غلات کامل و حبوبات، مغزها و دانه های خوراکی، گوشت بدون چربی و ماهی می شود.



از سیگار کشیدن پرهیز کنید

مصرف نوشیدنی های الکلی می تواند اثر منفی بر سرخرگ های شما داشته باشد. مواد سمی موجود در سیگار نیز می تواند به سرخرگ ها آسیب وارد کند. سیگار کشیدن سطوح کلسترول خوب را کاهش داده و احتمال ابتلا به هایپرکلسترولمی را افزایش می دهد. در پایان، باید به این نکته اشاره داشته باشید که معاینات پزشکی منظم را نباید فراموش کرد زیرا از این طریق می توان بیماری و شرایط نامطلوب سلامت را پیش از این که به مشکلی جدی تبدیل شوند، شناسایی کرد.

ورزش منظم را فراموش نکنید

ورزش منظم یکی از عادات توصیه شده برای حفظ سلامت سرخرگ ها است. فعالیت جسمانی به گردش خون بهتر و حفظ سلامت دستگاه تنفسی کمک می کند. بر همین اساس است که هر گونه فعالیت جسمانی برای پیشگیری از شرایطی مانند کلسترول بالا، فشار خون بالا و مشکلات مرتبط با وزن مفید است. در حقیقت، تنها با ۳۰ دقیقه ورزش در روز، حتی در حد پیاده روی، خطر حمله قلبی و سکته مغزی می تواند به میزان قابل توجهی کاهش یابد.



سطوح استرس

زمانی که بدن با استرس مداوم و بلند مدت مواجه است، برخی واکنش های شیمیایی خاص رخ می دهند که می توانند به بروز مشکلاتی در سرخرگ ها منجر شوند. ضربان قلب افزایش می یابد، فشار خون بالا می رود و گردش خون اغلب با آثاری منفی مواجه می شود. اگرچه نوسانات خلقی به طور مستقیم مسئول سلامت سرخرگی ضعیف نیستند، اما اثر منفی بر آن دارند. از این رو، تن آرامی و تمرینات تنفس ضروری هستند. شما باید چگونگی مدیریت و کاهش استرس را فرا بگیرید.

مصرف زیاد کلسترول ممنوع

مقدار بیش از حد کلسترول در سرخرگ ها می تواند به عملی برای بروز بسیاری از بیماری های قلبی تبدیل شود، پس اگر حفظ سلامت سرخرگ های خود را مد نظر قرار داده اید تا حد امکان از آنها پرهیز کنید. از منابع رایج کلسترول می توان به گوشت قرمز، محصولات لبنی پر چرب و کره، گوشت دودی، سوسیس، کالباس و گوشت های فرآوری شده دیگر، غذاهای سرخ شده و چپس سبب زمینگی، شیرینی ها و نان های فرآوری شده اشاره کرد.

ارتباط مصرف غلات کامل با ابتلا به سرطان روده

می گوید: «بررسی گسترده مطالب علمی آشکار ساخت سرطان روده بزرگ عمدتاً از طریق رژیم غذایی سالم و سبک زندگی قابل پیشگیری است.» وی در ادامه می افزاید: «حفظ وزن سالم بدن، فعالیت بدنی، رژیم غذایی سالم، اجتناب از استعمال سیگار و مصرف الکل همگی در کاهش ریسک ابتلا به سرطان روده بزرگ نقش دارند.» بر اساس این تحلیل ها، محققان بر محدود کردن مصرف گوشت قرمز به کمتر از ۵۰۰ گرم در هفته (وزن گوشت پخته) توصیه می کنند. محققان همچنین بر کاهش مصرف یا عدم مصرف گوشت های فرآوری شده نظیر همبرگر، هات داگ و ژامبون تاکید دارند. چاقی و همبرگر، هات داگ و ژامبون تاکید دارند. چاقی و



سرطان، کارشناسان پیش بینی می کنند تا سال ۲۰۳۲ حدود ۶۰ درصد افزایش در موارد جدید سرطان روده اتفاق بیفتد.

خطر 'خروپف' برای قلب زنان

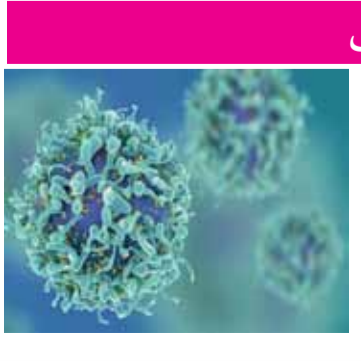
خروپف کردن می تواند با بالا رفتن سن خطرناک تر شود و احتمال ابتلا به بیماری قلبی را در فرد افزایش دهد. همچنین انواع مختلفی از این خواب (وقفه تنفسی حین خواب) وجود دارد که رایج ترین آن آپنه انسدادی خواب است. به گزارش ایسنا، آپنه انسدادی بر فرایند تنفس هنگام خواب تاثیر می گذارد و باعث می شود تنفس فرد برای لحظه ای قطع شده و مجدد از سر گرفته شود. حدود نیمی از افرادی که با صدای بلند خروپف می کنند به آپنه انسدادی خواب مبتلا هستند. اثر عارضه آپنه انسدادی خواب ماهیچه های گلو که کمک می کند مجرای هوا باز نگه داشته شود مانع از جریان پیدا کردن هوا می شوند. طبق مطالعه ای که به تازگی انجام گرفته خروپف و آپنه انسدادی به نارسایی سریع عملکرد قلبی در زنان نسبت به مردان منجر می شود. در حال حاضر مشخص نیست که آیا آپنه خواب به شکل مستقیم موجب بیماری قلبی می شود یا نه اما برخی از متخصصان معقدند افراد مبتلا به آپنه خواب در معرض ابتلا به فشار خون

خال و خطوط مشکی ناخن نشانه چیست؟

یک متخصص پوست و مو با بیان اینکه اگر یک ناخن دچار تغییر رنگ خود به خودی به ویژه اطراف ناخن باشد نیازمند مراجعه به متخصص پوست است، گفت: ابتلا به یک ناخن و تغییر تیره رنگ به صورت خطوط سیاه و خال بسیار مهم است. عبدالرضا عرفانی در گفت و گو با ایسنا، با ذکر نامی از بیماری ملانوم، اظهار کرد: نشانه ابتلا به این بیماری تغییر رنگ در ناخن به صورت یک خط مشکی و خال است، البته تغییر رنگ در ناخن ها نشانه بد خیم بودن آن نیست، اما ممکن است مشکل آفرین شود. وی با اشاره به اینکه در صورتی که این خطوط و خال ها با پوست اطراف ناخن همراه شوند در بیشتر موارد بروز این خطوط بدخیم است و لازم است که نمونه برداری شود، ادامه داد: اما در صورتی که این خطوط با پوست اطراف ناخن همراه نباشد و به صورت نوار تیره رنگ بروز کند نگران کننده نیست. وی تصریح کرد: ممکن است بروز این خطوط به دلایلی از جمله بر اثر ضربه های ناخن و تروما و

ایمونوتراپی موثرتر از شیمی در مانی

محققان با انجام آزمایشات بالینی دریافتند درمان بیماران مبتلا به سرطان سر و گردن که در برابر شیمی درمانی مقاومت، با استفاده از ایمونوتراپی بسیار موثرتر و با عوارض جانبی کمتر است. به گزارش ایرنا، در این مطالعه وی در مدت یک سال و نیم باقی می ماند. همچنین متوسط بقای بیماران که با داروی pembrolizumab تحت درمان قرار می گیرند در طول یک سال پس از مصرف



داروها در مقایسه با سایرین بالاتر است. ایمونوتراپی یک روش درمانی است که با تحریک یا سرکوب پاسخ سیستم ایمنی عمل می کند و داروی pembrolizumab نیز دقیقاً همین عملکرد را دارد. در واقع داروی pembrolizumab نوعی آنتی بادی است که تعاملات غیرعادی بین مولکول های PD-1 سلول های ایمنی و مولکول های PS-1 سلول های سرطانی را مسدود کرده و امکان فعالیت و تهاجم سلول های ایمنی به سلول های سرطانی را فراهم می کند.