دیدگاه خود در مورد مطالب و گزارش اصلی این صفحه را به صورت پیامک با شماره ۳۰۰۰۱۴۱۴۲۸ در میان بگذارید.

هشدار درباره عوارض جراحی‌های جوانسازی پوست

عضو انجمن متخصصین پوست و مو ایران گفت: تنها راه شاداب ماندن وضعیت چهره، جراحی نیست بلکه می‌توان با روش‌های غیرجراحی به مراقبت از پوست پرداخت. به گزارش تسنیم، مسعود جعفری اظهار کرد: افرادی که به‌دلیل افتادگی دو طرف صورت دچار عمیق‌تر شدن خط خنده، اندوه و ... در گوشه های چشم می‌شوند اغلب برای شاداب نگه‌داشتن پوست اقدام به جراحی می‌کنند، در حالی که این جراحی‌ها می‌تواند عوارض بدی را به همراه داشته باشد.

مصرف سرخ کردنی‌ها خطر مرگ را در زنان افزایش می‌دهد

متخصصان در بررسی جدید خود به زنان بالای ۵۰ سال که به طور مرتب از غذاهای سرخ‌کردنی مصرف می‌کنند هشدار دادند که این خوراکی‌ها خطر مرگ را در آنان افزایش می‌دهند. به گزارش ایسنا، آنها در مطالعات بسیاری بر این نکته تاکید کرده‌اند که مصرف غذاهای سرخ‌کردنی بر سلامت سیستم قلب و عروق تأثیر گذاشته و خطر دیابت نوع ۲ را افزایش می‌دهد.در این بررسی متخصصان به مطالعه روی تعدادی زن بالای ۵۰ سال پرداخته و دریافتند که افراط در مصرف غذاهای سرخ‌کردنی می‌تواند خطر مرگ ناشی از عوامل مختلف را افزایش دهد.متخصصان به بررسی اطلاعات ۱۰۶ هزار و ۹۶۶ زن ۵۰ تا ۷۹ ساله در فاصله سال‌های ۱۹۹۳ تا ۱۹۹۸ پرداختند ،در مدت زمان انجام مطالعه ۳۱ هزار و ۵۸۸ نفر از این زنان فوت کردند. از میان فوتی‌ها ۹۳۲۰ نفر به دلیل مشکلات قلبی و ۸۳۵۸ نفر بر اثر پیامدهای ناشی از سرطان جان خود را از دست داده‌اند. همچنین ۱۳ هزار و ۸۸۰ نفر بر اثر عوامل دیگر فوت کرده‌اند. ارزیابی‌های محققان نشان داد بین مصرف مرتب غذاهای سرخ‌کردنی و افزایش خطر مرگ و میر بر اثر عوامل مختلف رابطه‌ای وجود دارد. هرچند خطر مرگ و میر ناشی از مشکلات قلبی بیشتر بوده است. همچنین متخصصان دریافتند خطر مرگ در افرادی که حداقل یک‌بار در روز از غذاهای سرخ‌کردنی مصرف می‌کنند در مقایسه با زنانی که از این نوع غذاها مصرف نمی‌کنند هشت درصد بیشتر است.

آفتاب — گفتگو

آفتاب یزد در گفت و گو با فوق تخصص بیماری های کلیه کودکان بررسی کرد

عفونت ادراری در کودکان

آفتاب یزد – فاطمه مظفری : عفونت ادراری یک بیماری مهم و شایع میان کودکان است، عواقبی که می‌تواند این بیماری برای کودکان داشته باشد آنقدر مهم است که هر پدر یا مادری باید برای سالم ماندن فرزندش و دور ماندن او از این آسیب‌ها و عواقب، این بیماری را بشناسد. علائم و نشانه‌های عفونت ادراری کودکان شبیه به علائم بزرگسالان نیست. البته این موضوع را به خاطر بسپارید که تشخیص عفونت ادراری در کودک تا حدی دشوار است. با توجه به اهمیت موضوع آفتاب یزد در این باره با دکتر حمید رضا صفایی ، متخصص کودکان، فوق تخصص بیماری های کلیه کودکان گفت و گو کرده است .

وی در این باره می گوید : بعد از عفونت گوش، دومین عفونت باکتریایی شایع دربچه ها ، بیماری عفونت ادراری می باشد .

دکتر صفایی ادامه داد : با توجه به این نکته که علایم عفونت ادراری در کودکان با بزرگسالان متفاوت است و در هر سنی با یک علامت خاصی

> **■ تشخیص زودهنگام بیماری عفونت ادراری در کودکان از این لحاظ می‌تواند با اهمیت باشد که این بیماری با گذشت زمان بیماری‌هایی از جمله فشار خون، نارسایی کلیه و... را که غیر قابل جبران هستند را می تواند در پی داشته باشد**
>
> **■ در صورتی که سن کودک از دو سالگی بیشتر باشد بیماری عفونت ادراری با علایمی مانند تب، سوزش ادرار، تکرر ادرار، لرز و درد در پهلو خود را نشان می دهد**

این بیماری بروز می نماید هدف والدین و پزشک تشخیص زودتر این بیماری به دلیل اینکه تشخیص زودهنگام این بیماری از اهمیت ویژه ای برای سلامت کودک برخوردار است .

این فوق تخصص بیماری های کلیه کودکان عنوان کرد : تشخیص زودهنگام بیماری عفونت ادراری در کودکان از این لحاظ می‌تواند بااهمیت باشد که این بیماری با گذشت زمان بیماری‌هایی از جمله فشار خون، نارسایی کلیه و... را که غیر قابل جبران هستند را می تواند در پی داشته باشد .

وی اظهار کرد : علایم بیماری عفونت ادراری در سنین مختلف برای کودکان متفاوت است بدین گونه که در نوزادان این بیماری می تواند با علایمی از جمله بیماری زردی طول کشیده ، عدم رشد مناسب ، استفراغ، تب ، بی قراری، شیر نخوردن در حد نیاز و دمای بدن پایین خود را نشان می دهد .

دکتر صفایی خاطرنشان کرد: در کودکان یک تا دو ساله نیز بیماری عفونت ادراری با علایمی مانند تب، بی قراری ، رشد نکردن مناسب و ایجاد عفونت های شدید می گردد.

این متخصص اطفال بیان کرد : در صورتی که سن کودک از دو سالگی بیشتر باشد بیماری عفونت ادراری با علایمی مانند تب، سوزش ادرار، تکرر ادرار، لرز و درد در پهلو خود را نشان می دهد.وی با اشاره به اهمیت مشکلات زمینه‌ای کلیه در عفونت‌های ادراری اظهار کرد : حدود ۲۰ درصد از کودکانی که به بیماری عفونت ادراری مبتلا هستند احتمال اینکه یک مشکل زمینه ای داشته باشند وجود دارد .

دکتر صفایی بیان کرد : به گفته این متخصص، گاهی هم وسواس بیش از حد مادران می‌تواند زمینه ابتلا به بیماری عفونت کلیه را مهیا کند. در واقع هنگامی که مادران بیش از حد طبیعی با مواد شوینده (صابون و شامپو) فرزندشان را شست‌وشو می‌دهند در وضعیت باکتری‌ها و میکروب‌های طبیعی اختلال ایجاد می‌کنند و باعث بروز و رشد میکروب‌های بیماری‌زا می‌شوند. شست‌وشو در لگن یا وان نیز امکان ابتلا به عفونت را افزایش می‌دهد. بنابراین بهتر است کودک در لگن و وان شسته نشود.

وی در ادامه با تأکید بر اهمیت نمونه‌گیری درست برای آزمایش تصریح می‌کند: در بحث نمونه‌گیری نکته مهم این است که نمونه‌گیری از کودکان برای آزمایش کمی متفاوت است و والدین باید راهنمایی لازم را از پزشک معالج دریافت کنند.

این متخصص در پایان توصیه کرد : هوشیاری والدین نسبت به شناخت علائم بیماری عفونت ادرای از اهمیت ویژه ای برخوردار است زیرا باید به موقع به پزشک متخصص جهت درمان مراجعه شود . در این مرحله با انجام آزمایش و بررسی‌های لازم دلیل بیماری مشخص می‌شود اگر کودکی بدون مشکلات زمینه‌ای دچار عفونت شده باشد باید تا چند ماه تحت نظر پزشک باشد و هر ماه هم آزمایش کشت ادرار انجام دهد. اما در موارد حاد عفونت‌های ادراری توصیه می‌شود کودکان در بیمارستان بستری شده و درمان لازم را دریافت کنند.

چهار ماده غذایی که نباید خام خورده شود!

۱ متخصصان تغذیه اعلام کردند که خوردن برخی مواد غذایی به دلیل داشتن مواد سمی و آلودگی‌ها به صورت خام می‌تواند مشکلاتی برای سلامتی به وجود بیاورند. به گزارش زندگی آنلاین، در ادامه با چند مورد از این مواد غذایی آشنا خواهید شد.

۲ سیب‌زمینی

سیب‌زمینی خام به ویژه آن‌هایی که سبز و جوانه زده‌اند به دلیل تولید «سولانین» سمی هستند. سم «آلکالوئید» می‌تواند منجر به اسهال، تهوع، گرفتگی، سردرد و در برخی موارد نادر نیز منجر به مرگ شود. در حقیقت باید مصرف سیب‌زمینی‌های سبز را حتی به صورت پخته نیز از قلم بیندازید.

۳ جوانه‌ها

جوانه‌ها می‌توانند حاوی باکتری‌های مضر «ئی. کولای، سالمونلا و لیستریا» باشند.جوانه‌ها در شرایط گرم و مرطوب پرورش داده می‌شوند که محیطی مناسب برای تکثیر این باکتری‌ها نیز محسوب می‌شود. اگر قصد خرید جوانه‌ها را دارید آن‌ها را به صورت تازه خریداری کرده و پختن را فراموش نکنید.

۴ بادمجان

بادمجان خام نیز حاوی سولانین است و همان گونه که اشاره شد در سیب زمینی سبز شده نیز وجود دارد. بادمجان‌های جوان یا آن‌هایی که زود برداشت می‌شوند حاوی بیشترین میزان از این سم (سولانین)هستند و خوردن آن‌ها تاثیرات ناخوشایندی بر معده و روده می‌گذارد و برای سلامتی مضر است.

۵ بادام تلخ

بادامی که از مصرف آن لذت می‌بریم ، بادام شیرین شناخته می‌شود اما گونه‌ای دیگر به نام بادام تلخ نیز وجود دارد که حاوی اسید هیدروسیانیک، ترکیبی خطرناک از سیانید هیدروژن و آب است. تنها ۷۰ گرم بادام تلخ برای مرگ یک فرد است. اما اگر آن را بپزید می‌توانید آن را مصرف کنید.

ده غذایی که چربی های بدن را می سوزانند

اگر از چربی هایی که زیر پوستتان جا خوش کرده‌اند خسته شده‌اید و می خواهید خوش اندام تر شوید، باید بدانید چاره کار در نخوردن و سختی کشیدن نیست. شما باید به فکر تغذیه سالم و داشتن تحرک بدنی باشید. البته باید بدانید هیچ ماده غذایی یا روش معجزه گری وجود ندارد که یک شبه شما را به هدفتان برساند. رسیدن به وزن ایده آل نیاز به اراده و برنامه ریزی درست دارد.به گزارش آوای سلامت ، در اینجا مواد غذایی مفید که به چربی سوزی و خوش اندامی شما کمک زیادی می کنند، معرفی شده اند:

■ دارچین

برخی مطالعات نشان می دهد که دارچین سطح قند خون را تثبیت می کند و اشتها را بخصوص در افراد مبتلا به دیابت نوع دو مهار می نماید.

■ فلفل تند

فلفل حاوی یک ماده شیمیایی به نام "کپسایسین" است که برای جلوگیری از اشتها و افزایش سرعت سوخت و ساز مفید به نظر می رسد.

■ چای سبز

" کاتچین" موجود در چای سبز به از دست دادن وزن و تحریک بدن برای سوزاندن چربی کمک می کند. روزانه ۴ تا ۶ فنجان چای سبز به علاوه ۱۸۰ دقیقه ورزش هوازی در هفته به از دست دادن چربی کمک زیادی می کند.

■ گریپ فروت

خاصیت چربی سوزی جادویی ندارد اما به شما در داشتن احساس سیری کامل کمک می کند و دلیلش هم این است که گریپ فروت حاوی فیبر محلول است و طول می کشد که هضم شود. یک لیوان آب گریپ فروت قبل از غذا اگر میل شود، احساس سیری می دهد و شما کالری کمتری در طول غذا خوردن دریافت می کنید.

■ هندوانه

خوراکی های غنی از آب فضای بیشتری از روده را اشغال می کنند و سیگنال هایی در بدن ایجاد می شود که غذا به اندازه کافی دریافت شده است. بسیاری از میوه ها و سبزیجات خام سرشار از آب و مواد مغذی و کم کالری هستند.

■ گلابی و سیب

این دو میوه نیز حاوی آب فراوان و فیبر هستند و به احساس سیری کمک می کنند.

■ تخم مرغ

برای لاغری باید میزان کالری های دریافتی تان را کاهش دهید اما به پروتئین نیاز مبرم دارید. تخم مرغ هم یکی از منابع طبیعی پروتئین است. مطالعات نشان می دهد افرادی که رژیم غذایی سرشار از پروتئین دارند بعد از یک سال به میزان ۳۸ درصد چربی بیشتری نسبت به افرادی که کربوهیدرات های بیشتری مصرف می کنند از دست داده و لاغرتر شدند.

■ گردو و بادام

گردو، بادام و کلا میوه‌های صدفی یا پوسته دار باعث آب شدن چربی های دور شکم می شوند. متخصصان معتقدند که مغزها و کلا میوه های پوسته دار تاثیر مثبتی روی تناسب اندام دارند به شرطی که در مصرف آن ها زیاده روی نکنید. دلیلش هم این است که این میوه ها سرشار از فیبر، پروتئین و چربی های مفید هستند که قادرند حساسیت بدن را نسبت به انسولین بالا برده و به کاهش وزن کمک کنند.

■ ماهی آزاد

به عقیده محققان امگا ۳ ماهی باعث کاهش توده چربی بدن می‌شود. البته تاکنون به درستی مشخص نشده است این اسیدهای چرب با چه مکانیسمی به کاهش چربی ها کمک می کنند. محققان در جریان بررسی های خود مشاهده کردند که امگا ۳ با اشتهای زیادی مقابله می کند و تا دو ساعت بعد از مصرف ماهی های سرشار از این اسیدهای چرب گرسنگی به سراغتان نمی آید.

■ شیر کم چرب

نتایج بررسی های متعدد نشان می دهد که کلسیم یک تاثیر اساسی روی سلامت بدن دارد. محصولات لبنی مانند شیر، پنیر و همچنین ماست منبع فوق العاده کلسیم هستند.

■ سیر

ماده مغذی موجود در سیر از مغز در برابر روند پیری و بیماری محافظت می کند؛ علاوه بر آن از بروز بیماری های مربوط به اعصاب مانند آلزایمر و پارکینسون نیز پیشگیری می نماید. سیر با مقاوم کردن مغز در برابر استرس و التهاب مربوط به روند پیری و بیماری ها، به اعصاب سود می رساند.

نکته

بهترین ادویه جات و گیاهان برای مغز شما

گیاهان و ادویه جات بدون هیچ کالری اضافی و بدون چربی نه تنها عطر و طعم خوشی به غذاها می دهند بلکه منافع بی شماری نیز می توانند برای اندام مختلف بخصوص مغز داشته باشند.به گزارش آوای سلامت ،منافع بزرگ برخی گیاهان و ادویه جات در افزایش سطح حافظه، کاهش اضطراب و حتی شاید حفاظت در برابر تومورهای مغزی ثابت شده است.

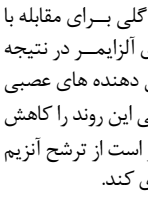
■ جعفری و آویشن

یک نوع فلاونوئید به نام "آپی ژنین" در این دو گیاه وجود دارد که موجب افزایش تولید نورون ها شده و ارتباطات بین سلول های مغزی را قوت می بخشد. محققان مشاهده کرده‌اند که اگر سلول های بنیادی انسانی را با اپی ژنین درمان کنند این سلول ها ظرف مدت ۲۵ روز به نورون تبدیل می شوند. علاوه بر این این نورون‌ها بعد از تیمار با این ترکیب طبیعی، ارتباطات قوی تر و مناسب تری را بین خودشان تشکیل می دهند. وجود این ارتباطات قوی تر برای عملکرد مناسب مغز، تثبیت حافظه و یادگیری حیاتی است. همچنین رژیم غذایی غنی از آپی ژنین، منجر به دفع آلزایمر، پارکینسون و افسردگی می گردد.

■ بابونه

انتخاب همیشگی برای مصرف کنندگان چای در اواخر شب می‌تواند چای بابونه باشد چون از بین برنده قوی استرس است. بابونه نیز حاوی فلاونوئید اپی ژنینن است و منجر به کاهش سطح اضطراب می شود.

■ زردچوبه



"کورمومین" ماده ای که به طور طبیعی در زردچوبه وجود دارد، با کاهش التهاب، افزایش سلامتی را به دنبال دارد. کورکومین که در درمان بیماری هایی نظیر آلرژی، دیابت و زخم معده به کار برده می شود، در دستگاه گوارش باقی می‌ماند و هر ماده ای را که جذب شده، سریعا متابولیز می کند. علاوه بر این، بدن شما هورمونی به‌نام "BDNF" یا فاکتور نورون زایی مشتق شده از مغز تولید می کند که نقشی مهم در تقسیم و تکثیر نورون ها دارد. تولید "BDNF" با استرس و بالا رفتن سن کاهش پیدا می کند. زردچوبه می تواند با افزایش تولید و عملکرد این هورمون، تاثیرات کاهش ادراک که مربوط به سن هستند را معکوس کند و در نتیجه حافظه را تقویت کرده و قابلیت مغز را افزایش دهد.

■ گیاه مریم گلی

این گیاه حافظه را بهبود می بخشد. در مطالعات کوچک مشخص شده که عصاره این گیاه منجر به بهبود عملکرد افراد در آزمون حافظه در مقایسه با داروهای شده است. اسانس ها و عصاره مریم گلی برای مقابله با آلزایمر موثر است. بیماری آلزایمر در نتیجه کاهش سطح یکی از انتقال دهنده های عصبی بروز می کند که مریم گلی این روند را کاهش می دهد. به خاطر اینکه قادر است از ترشح آنزیم مسئول این تخریب جلوگیری کند.

کاهش سن کم شنوایی غیر قابل درمان

دبیر علمی هجدهمین کنگره علمی شنوایی شناسی ایران ضمن هشدار نسبت به کاهش سن کم شنوایی غیر قابل درمان گفت: امروزه سن آغاز کم شنوایی های ناشی از سروصدای زیاد متاسفانه به ۱۴ سالگی رسیده است. به گزارش مهر، گیتا موللی، با اشاره به برگزاری هجدهمین کنگره علمی شنوایی شناسی ایران اظهار داشت: این کنگره اردیبهشت ۹۸ برگزار می‌شود .عضو هیئت مدیره انجمن شنوایی شناسی، با اشاره به اینکه پیشرفت های علمی شنوایی شناسی در دهه های اخیر بسیار چشمگیر بوده و این موضوع بسیار تخصصی شده است، افزود: در کشور ما حدود ۳۰۰۰ ادیولوژیست یا شنوایی شناس فعال هستند که این رقم نسبت به کشورهای آسیا، آفریقا و حتی اروپا بسیار چشمگیر است. وی افزود: موضوع شنوایی شناسی بسیار گسترده است و از نوزادی تا سالمندی را دربرمی‌گیرد و فرد در هر سنی می تواند درگیر مشکلات شنوایی باشد.وی با اشاره به اینکه تشخیص زودهنگام مشکلات شنوایی در درمان به موقع و موفقیت آمیز آن حائز اهمیت است، گفت: حس شنوایی از پنج ماهگی جنین کامل می‌شود بنابراین توجه به این مسئله حتی از زمان بارداری مادر نیز قابل توجه است. کودک کم شنوا در بدو تولد قابل شناسایی است و می تواند در هفته های اول پس ازتولد سمعک بگیرد. موللی اظهار داشت: صداهای محیطی بلند می تواند باعث آسیب به شنوایی شوند مثلا افرادی که موسیقی از طریق هدفون با صدای بلند یا موسیقی بلند در فضای بسته استفاده می‌کنند شنوایی آنها دچار مشکل شده و به نوعی غیر قابل درمان و غیر قابل بازگشت است.وی ضمن هشدار نسبت به کاهش سن کم شنوایی غیر قابل درمان در کشور، گفت: استفاده از هدفون‌های استاندارد و اینکه صدای موسیقی خیلی بلند نباشد می‌تواند در مراقبت از گوش موثر واقع شود و البته باید به این نکته توجه داشت که افرادی که بعد از شنیدن صداهای بلند دچار وزوز گوش یا کرخی گوش می‌شود این مسئله نوعی زنگ خطر برای آنها به شمار می رود.

کاهش سرعت پیری با رمزگشایی فرآیند داخلی سلول ها

محققان نحوه عملکرد یک فرآیند کلیدی را که در تمام سلول های انسان وجود داشته و در بیماری هایی مانند سرطان، بیماری‌های انحطاط عصبی و پیری نقش دارد، رمزگشایی کردند.به گزارش ایرنا ، فرآیند اتوفاژی، ابزار پاکسازی سلول‌ها است که به منظور تجزیه ضایعاتی مانند پروتئین های معیوب، قطعات غشای سلول، ویروس ها و باکتری ها به کار گرفته می شود. سلول ها از غشاهای خاصی برای به دام انداختن و بازیافت انرژی این نوع ضایعات استفاده می‌کنند. تاکنون تصور می شد گیرنده های اتوفاژی وظیفه گردآوری این غشاها را بر عهده دارند، اما اکنون محققان دریافتند ماجرا کاملا برعکس است و غشاهای مورد استفاده برای اتوفاژی، تلاش می کنند تا گیرنده‌های بیشتری را جذب کرده و فرآیند تجزیه را تسریع کنند.در فرآیند اتوفاژی سلول اجزای معیوب خود را در غشایی بسته بندی کرده و آن را با اندامک های بازیافت درمی‌آمیزد تا مواد مورد نظر را تخریب کند و انرژی لازم برای تولید بخش های جدید را به دست آورد. در صورتی که فرآیند اتوفاژی به درستی انجام نشود، سلول ها توسط اجزای آسیب دیده خود خفه شده و شخص دچار بیماری هایی مانند دیابت، دیستروفی عضلانی، پارکینسون و آلزایمر می شود.نتیجه این تحقیقات نحوه صحیح پاکسازی سلول ها از ضایعات را مشخص کرده و امکان توسعه راهکارهای مناسب برای کنترل این فرآیند را در اختیار می گذارد. به گفته محققان در حال حاضر روش های درمانی مختلفی برای کنترل فعالیت پروتئین ها بر اساس فرضیات قبلی در حال توسعه است که مسلما به نتیجه‌ای نخواهند رسید.فرآیند اتوفاژی دائما درون سلول ها فعال هستند اما گاهی این فرآیند سرعت کافی را ندارد. در صورتی که محققان بتوانند دارویی را برای تسریع فرآیند شناسایی کنند، می توانند مانع تجمع ضایعات پروتئینی درون سلول های عصبی و در نتیجه ابتلا به بیماری هایی مانند آلزایمر شوند.

بی‌توجهی به اضطراب کودکی؛ اختلال عملکرد در بزرگسالی

معاون امور توسعه و پیشگیری اداره‌کل بهزیستی استان زنجان گفت: بی‌توجهی به اضطراب کودکی، موجب پایداری آن در بزرگسالی می‌شود. به گزارش ایسنا،گلنساء آقامحمدی با اشاره به عوارض و تاثیرات منفی وجود اضطراب در دوران کودکی اظهار کرد: اگر اضطراب در دوران کودکی نادیده گرفته شود، می‌تواند در دوران نوجوانی و بزرگسالی موجب افت عملکرد تحصیلی، اجتماعی و شغلی شود. همچنین زمینه را برای بروز اختلالاتی از جمله افسردگی، ترس مرضی، رفتارهای اجتنابی و سوء مصرف مواد مخدر فراهم کند.این مسئول ادامه داد: اضطراب یک احساس ناخوشایند و مبهم از دلواپسی و هراس با منشاء ناشناخته است که به فرد دست می‌دهد و باعث عدم اطمینان، درماندگی و برانگیختگی فیزیولوژی می‌شود. این در حالی است که بیشتر والدین، دنیای کودکان‌شان را پر از شور و نشاط و بدون نگرانی می‌دانند و چون خودشان از فرزندان مراقبت و نگهداری می‌کنند و درصدد تامین نیاز آن‌ها هستند، توجهی به عوامل استرس‌زا نداشته و آن را زود گذر می‌پندارند.وی در ادامه افزود: به منظور افزایش سلامت جسمی و روانی نونهالان و کودکان، همه ساله سه طرح مهم پیشگیری با موضوع غربالگری اضطراب کودکان ۵ تا ۶ سال، شنوایی‌سنجی کودکان ۳ تا ۵ سال و غربالگری تنبلی چشم کودکان ۳ تا ۶ سال در مهدهای کودک اجرا می‌شود.آقامحمدی تصریح کرد: تعاریف مختلفی برای سلامت روان وجود دارد ولی این مهم در وهله اول به معنای نداشتن اختلال روان است؛ در واقع چیزی نزدیک به ۲۶۰ اختلال روانی وجود دارد که رایج‌ترین و شایع‌ترین آن‌ها به خصوص در دوران کودکی، اختلالات اضطرابی است که درونمایه اصلی آن نیز اضطراب و نگرانی است. وی با تاکید بر این‌که اختلال اضطراب کودکی، پدیده‌ای گذرا نیست و در صورت بی‌توجهی و اقدام نکردن برای درمان، تا سنین نوجوانی و بزرگسالی ادامه می‌یابد، یادآور شد: طرح غربالگری اضطراب با هدف شناسایی، پیشگیری، مداخله بهنگام و موثر اختلالات روانی و ارتقای سلامت روان جامعه با مشارکت مراکز مشاوره تحت نظارت بهزیستی اجرا می‌شود. وی همچنین با بیان این‌که با تشخیص به موقع و مداخلات بهنگام می‌توان از طریق والدین و مربیان به کودکان یاد داد که چگونه اضطراب خود را کنترل کنند و یک زندگی طبیعی و آرام داشته باشند، خاطرنشان کرد: طرح غربالگری اضطراب ویژه کودکان ۵-۶ سال برای پنجمین بار متوالی در استان زنجان توسط مراکز مشاوره و سلامت روان محلی در مهدهای کودک تحت نظارت بهزیستی تا پایان امسال به اجرا در می‌آید.