دیدگاه خود در مورد مطالب و گزارش اصلی این صفحه را به صورت پیامک با شماره ۳۰۰۰۱۴۱۴۲۷ در میان بگذارید.

ارتباط زایمان زودرس با افزایش بیماری قلب مادران

یـک مطالعه جدید نشـان می دهد زنانـی که زایمان زودهنگام داشته اند به مرور زمان با ریسک بالاتر بیماری قلبی مواجه هسـتند.به گزارش مهر، محققان معتقدند پزشکان باید در زمان ارزیابی احتمال بیماری قلبی زنان سـابقه زایمان آنها را نیز درنظر بگیرند.دکتر «کیسـی کرامپ»، سرپرسـت تیـم تحقیق در این باره مـی گوید: «زایمان زودهنگام باید به عنوان یک فاکتور پرخطر مسـتقل بیماری قلبی ایسـکمیک در طول زندگی در نظر گرفته شود.» زایمان زودهنگام به معنای تولد نوزاد قبل از هفته ۳۷ بارداری است.این مطالعه، نشان داد زنانی که زایمان زودهنگام داشتند (هفته ۳۴ تا ۳۶ بارداری) در مقایسه با زنانی که بعد از اتمام بارداری کامل زایمان کرده بودند، در طول ۱۰ سال بعد از زایمان، دو برابر بیشتر با خطر بیماری قلبی ایسکمیک روبرو بودند.همچنین زنانی که بین هفته های ۲۲ تا ۲۷ زایمان کرده بودند چهار برابر بیشتر با این ریسک روبرو بودند.زایمان در بین هفته های ۳۷ و ۳۸ بارداری هم با افزایش ۱.۴ برابری ریسک بیماری قلبی مرتبط بود.بیماری قلبی ایسکمیک، مشکلی است که در آن، پلاک و لخته های تشکیل شده در شریان ها موجب کاهش جریان خون به قلب می شود.به گفته محققان، این ریسک مستقل از سایر عوامل دخیل در بیماری قلبی نظیر سیگارکشیدن یا چاقی بود.مطالعات قبلی هم نشان داده اند زنانی که زایمان زودهنگام دارند با احتمال بیشتر ابتلا به فشارخون بالا، دیابت و میزان بالا چربی در خون که همگی از فاکتورهای پرخطر اصلی بیماری قلبی هستند مواجه اند.

ورزش روند از بین رفتن بینایی را کُند می کند

محققـان دریافتند ورزش موجب کاهش رشـد بیـش از حد عروق خونی در چشـم‌های موش‌های ازمایشگاهی تا ۴۵ درصد شد. گرفتگی رگ‌های خونی نقش اصلی در دژنراسیون ماکولا و چندین بیماری چشمی دیگر دارد. به گزارش مهر،«بردلی گلفند»، سرپرست تیم تحقیق، در این بارِه می‌گوید: «تحقیق ما نشـان می‌دهد که فواید ورزش برای سلامت در مورد میزان نسبتاً کم ورزش بود و ورزش بیشتر به معنای فایده بیشتر نیست.»

راهکار

علائم افت ناگهانی قند خون چیست؟

قنـد خون انـدازه گلوکز موجـود در خون انسان اسـت. زیرا بدن انسان توانایی این را دارد که از طریق عمل هموستاز میزان قند خـون را کنترل کند.کاهش قند خون طبق اسـتاندارد موجود بسـته به جنسیت و سن متفاوت اسـت و در صـورت کاهش باعث بروز بیماری هیپوگلیسـمی می شـود و از طرفـی افزایش قندخون نیـز باعث بیماری هیپرگلیسمی خواهد شـد که نوع حاد آن، دیابت نامیده می‌شـود.قند خون ناشـتای طبیعـی برای یک فـرد طبیعی غیر دیابتی در حـدود ۷۰ تا ۱۰۰ میلی‌گرم در دسـی لیتر اسـت. هیپوگلیسـمی عبارت است از کاهـش قند خون بـه کمتـر از ۷۰ تا ۸۰ میلی‌گرم در دسی لیتر و علائم آن عبارتند از افزایش ضربان قلب، سـرگیجه، سنگینی سـر، احسـاس گیجـی و گنگـی، لرزش، اضطـراب، عـرق کـردن، خـواب آلودگی، احسـاس ضعـف و گرسـنگی و اختلال در صحبت کردن. محمدرضا مهاجری تهرانی، فوق تخصص غدد و متابولیسم در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان درباره تشخیص قند خون سـالمندان اظهار کرد: سالمندان باید در رژیم غذایی خود از غذاهای سبک و کم کالری استفاده کنند.مهاجری با اشاره به اینکه بدن، قندهای مختلفی را از خوراکی‌ها جذب می‌کند، بیان کرد: گلوکز، قندی است که بیشترین اسـتفاده را در بدن دارد، قند فروکتوز در میوه‌ها و لاکتوز در شـیر است که بعد از استفاده در بدن به گلوکوز تبدیل شـده و در آخـر به انرژی تبدیل می‌شـود. او گفـت: اگـر عدد قند خون فـرد پایین‌تر از ۱۰۰ باشـد، فرد به دیابت مبتلا نیسـت و میـزان قند خون طبیعی اسـت؛ اگر بین ۱۰۰ الی ۱۲۶ باشـد پیش دیابت اسـت و آن‌ها مستعد ابتلا به بیماری دیابت در آینده هسـتند، قند خون بالای ۱۳۰ مبتلا به نوع دیابت یک اسـت و فرد باید خیلی سـریع تحت درمـان قرار گیرد.ایـن فوق تخصص غدد با اشـاره به اینکه شاخص هموگلوبین در بدن نشان دهنده میزان قند خون است، افزود: اگر عدد هموگلوبین بالا باشد و معدل قند خون، سـه ماه باشـد بیمار باید تحت درمـان قرار بگیـرد. وی افـزود: در صورت تشـخیص قند خون بالا فرد حتمـا باید از رژیم غذایی مناسـب استفاده کند، از اضافه وزن جلوگیری کرده و فعالیت مناسب بدنی داشـته باشد.مهاجری درباره اینکه استفاده از فسـت فودها برای بدن مضر است و نباید هیچ یک از افـراد در مصرف آن زیاده روی کنند، گفت: شاید یک بار خوردن فست فود در بـدن فرد مشـکلی ایجاد نکنـد؛ اما اگر ایـن روش تغذیه به صورت عادت غذایی در آید، فرد به سـوی دیابت کشـیده می‌شود، اضافه وزن و مقاومت به انسولین دو فاکتور اصلی ابتلا به دیابت هستند، علاوه بر اینکه بسـیاری از فسـت فودها به طور مصنوعی بـا چربی‌های مضر و نیـز کربوهیدرات‌های تصفیه شـده و مصنوعی اشـباع می‌شـوند کـه این موضـوع خطـر ابتلا بـه دیابت را افزایـش می‌دهد.ایـن فـوق تخصص غدد در خصوص میزان هموگلوبین در قند خون بیـان کرد: اگر عـدد هموگلوبین قند خون از حدی بالاتر باشـد، دیابت نوع یک اسـت که همراه با پرنوشـی، سرگیجه و تکرر ادرار خود را نشـان می‌دهد؛ در نوع ۲، قند خون بالا نیسـت و هیچ علامتـی ندارد و بیماری باید با آزمایش چک شود و بعد از تشخیص میزان قند خون مناسب، بیمار تحت درمان قرار گیرد.او درباره افراد مبتلا به فشار خون گفت: اگر افراد بعد از مراجعه به بیمارستان و تشخیص اینکه قند خون آنها حالت ثابت ندارد، باید زیر نظر پزشک متخصص باشند و میزان قند خون آن‌ها مرتب کنترل شود؛ همچنین می‌توانند دسـتگاه قندخون تهیه کرده و در منزل، به طور مستمر میزان قند خون خود را بررسی کنند.

هیپوگلیسـمی عبارت است از کاهش قند خون به کمتر از ۷۰ تا ۸۰ میلی گرم در دسـی لیتـر و علائـم آن عبارتند از افزایش ضربان قلب، سرگیجه، سنگینی سر، احسـاس گیجی و گنگی، لرزش، اضطراب، عرق کـردن، خواب آلودگی، احساس ضعف و گرسنگی و اختلال در صحبت کردن

توصیه

عوارض ابتلا کودکان به کرونا در بزرگسالی

یک فـوق تخصص ریه کودکان در خصوص عـوارض ریـوی کرونـا در کـودکان گفت: درگیـری مزمـن ریـه در کودکانـی که به کرونـا مبتـلا می‌شـوند، شـایع نیسـت و ایـن عارضـه بیشـتر در بزرگسـالان دیده می‌شود.

بـه گـزارش میزان،ثمیلـه نوربخش ضمن اشاره با اینکه برخلاف آنچه در اوایل شیوع ایـن بیمـاری تصورمـی شـد، در کودکان نیزامکان ابتلا به کرونا وجود دارد، ادامه داد: در کودکان علائم کرونا غیر اختصاصی است و کووید ۱۹ در آنها بیشـتر با نشـانه‌هایی نظیر تب، اسهال واستفراغ بروز پیدا می‌کند و اگرهـم در آن‌هـا درگیری ریـه رخ دهد، مزمـن نمی‌شـود. ایـن فوق تحصـص ریه کـودکان با بیـان اینکه بیمـاری کرونا در بزرگسالان ممکن است با عوارض دراز مدت ریـوی همراه باشـد، گفت: عـوارض ریوی ناشـی از ابتلا به ویـروس کرونا در کودکان شـایع نیسـت و به طور معمول اطفالی که درگیر این بیماری می‌شـوند، در بزرگسالی دچار مشـکلات ریوی نمی‌شوند، مگر اینکه بیماری‌های زمینه‌ای مثل آسم و یا مشکلات مادر زادی ریه داشته باشند که ابتلا به کرونا در این صورت سبب پیشرفت آن اختلالات می‌شود.نوربخش افزود: درگیری مزمن ریه ناشـی از ابتلا به ویروس کووید ۱۹ در افراد زیر ۱۸ سـال کمتر دیده می‌شـود، اما اگر آن‌ها هنرمع بیماری زمینه‌ای ریوی داشـته باشند، بر اثر ابتلا به کرونا مریضی اصلیشان تشدید می‌شـود و می‌تواند با عوارضی برای آن‌ها همراه باشـد، در غیر این صورت ابتلا به کووید ۱۹ اثرات جانبی ریوی چندانی در کودکان ندارد.

یافته

راهکاری برای کاهش آسیب‌های ناشی از سکته

پژوهشـگران آمریکایی، نوعـی داروی جدید را مورد بررسـی قرار داده‌اند که شاید بتواند آسـیب‌های ناشی از سـکته را کاهش دهد. به گزارش ایسنا ، سـکته می‌تواند مشکلات مادام‌العمری را ایجاد کند زیرا نورون‌ها هنگام بروز سکته، آسیب می‌بینند و از بین می‌روند. پژوهشـگران داروی جدیـدی را شناسـایی کرده‌اند که شـاید بتواند ازآسیب‌های پس از سکته پیشگیری کند. آزمایش‌هایی این دارو روی موش‌هـا موفقیت‌آمیـز بوده‌اند."الیاس آیزنمان" از پژوهشـگران این پروژه گفت: ما در جسـتجوی راه‌هایی هسـتیم تا از مرگ نورون‌ها پیشگیری کنیم. اگر بتوانیم از عهده این کار برآییم، ممکن است روند بازیابی نیز بهبود یابد و بهتر بتوانیم به افرادی که سکته را پشـت سر گذاشته‌اند کمک کنیم. شاید با کمک این دارو بتوانیم سـرعت روند سکته را پیش از این که نیاز به بسـتری کردن بیمار باشد، کاهش دهیم.این گروه پژوهشی، نوعی داروی آزمایشی ارائه داده‌اند که شاید بتواند ازعهـده این کارهـا برآید. ایـن پژوهش، بر اسـاس یافته‌های پژوهش پیشین این گروه انجام شده است. پژوهشگران طی آن بررسی، مکانیسمی را کشف کردند که به مرگ سلول منجر می‌شود.

پژوهشـگران در بررسـی‌های پیشـین خود دریافتنـد کـه نورون‌ها می‌تواننـد به خاطر نشـت یون‌هـای پتاسـیم از یـک کانـال پتاسـیم موسـوم به "Kv۲,۱" بمیرند. این موضـوع می‌تواند در پی تعامـل میان کانال و پروتئینـی موسـوم بـه "سینتاکسـین " پیش بیاید. پژوهشـگران دریافتند که شاید بتواننـد با مداخلـه در این روند به واسـطه ترکیبـی موسـوم بـه "TAT-C۱aB"، از مرگ سـلول پیشـگیری کنند. پژوهشگران در این پـروژه، یک راه احتمالـی یافته‌اند تا از یافته‌های پژوهش خود برای کاهش مرگ سـلول پس از بروز سکته استفاده کنند. آنها دریافتنـد که دو نـوع کانـال" Kv۲,۱ "در غشـای نورون‌هـا وجود دارد و یکـی از آنها بـه کانال‌هـای اضافـی "Kv۲,۱ "کمـک می‌کند تا مسـیر خـود را به داخل سـلول بیابند. این موضوع به نوبه خود، به از دسـت رفتن بیشتر پتاسـیم و افزایش مرگ سلولی منجـر می‌شـود.آیزنمان و همکارانش برای مقابله با این مشـکل، پروتئینی موسـوم به "TAT-DP-۲"رامهندسی کردند که می‌تواند از نشت پتاسیم به داخل سلول پیشگیری کند و سـلول را زنده نگه دارد.آزمایش‌ها نشـان داد که ناحیه آسـیب دیـده مغز موش‌هایی که "TAT-DP-۲ "به آنها تزریق شده بود، پس از سکته، بسـیار کوچک‌تر از موش‌های درمان نشـده اسـت. عملکـرد نورون‌ها در موش‌های درمان شـده، بهتر و پایدارتر بود. پژوهشگران امیدوار هستند که نهایتا بتوانند این دارو را برای کاهش آسـیب‌های ناشـی از سـکته مغزی و بهبود توانبخشـی بیماران به کار بگیرند.

آفتاب یزد در گفت و گو با فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان بررسی کرد

هر آنچه باید درباره بیماری آتاکسی در کودکان بدانیم

آفتاب یزد- گروه زندگی: آتاکسـی کلمه‌ای یونانی اسـت که به معنای ناهماهنگی است.آتاکسـی گروهی از بیماری‌های دسـتگاه عصبـی را توصیف می‌کند که باعث می‌شـوند افـراد دچار حرکات کنترل‌نشـده اندام‌ها، صورت و بدن شوند. آتاکسی خود یک اختلال یـا یک بیماری نیسـت بلکـه نشـانه‌ای از اختلالات یـا بیمارهای زمینه‌ای دیگری می‌باشـد. پزشـکان در سراسـر جهان ۵۰ تا ۱۰۰ آتاکسـی مختلف را تاکنون کشف کرده‌اند. این آتاکسی ها بر اساس علت آن‌ها، یا بر اسـاس اندامی که مبتلابه آتاکسـی شده است در مقوله‌هایی گروه‌بندی می‌کنند. با توجه به اهمیت موضوع آفتاب یزد در این باره با دکتر محمود محمدی، فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان گفت و گو کرده است .

وی در این باره می گوید : آتاکسـی یک نشـانگر عصبی اسـت که اختلال در سیسـتم عصبی را نشـان می‌دهد. زمانی که شخصی از آتاکسـی رنج می‌برد، به عنوان عدم کنتـرل بر روی گروه خاصی از عضلات خود ابتلا به این بیماری را نشان می‌دهد.

دکتر محمدی ادامه داد : این عدم کنترل بیشـتر در راه رفتن این افراد بروز می‌کند. بنابراین، شناسـایی نشـانه‌ها و درک درمان‌های احتمالی برای بهبود کیفیت زندگی این افراد بسیار مهم است.

ایـن فوق تخصص مغز و اعصاب کـودکان ابراز کرد : اگرچه بیماری آتاکسی ، اختلال شایعی در بین اطفال نیست ولی اهمیت زیادی در کیفیت زندگی آنها دارد . در صورت ابتلا کودک به نوع حاد بیماری آتاکسی ، وی دچار عدم تعادل در هنگام راه رفتن ، عدم توانایی در راه رفتن ، لرزش در بدن و اندام و اختلال تکلم می شود .

وی بیان کرد : علت‌های بسـیاری برای آتاکسـی وجود دارد. برخی از آن‌ها ژنتیکی و برخی دیگر اکتسابی هستند، مثل آسیب‌ها و در برخـی مـوارد نیز وقتی‌که هیچ ژن جهش یافتـه را کودک به ارث نبرده باشـد یا دچار یک بیماری یا آسـیبی نشده است که منجر به آتاکسـی در وی شده باشـد کودک به آتاکسی ایدیوپاتیک (بدون علت شناخته شده) مبتلا است زیرا پزشک متخصص نتوانسته یک علت پزشکی برای علائم بیماری آتاکسی در کودک بیابد .

دکتر محمدی افزود : عوامل ژنتیکی بدین صورت باعث ابتلا کودک به بیماری آتاکسـی می شـود که احتمال دارد یک ژن جهش یا تغییریافته از یکی از والدین یا هردوی آن‌ها وی به ارث ببرد که باعث ابتلا به آتاکسـی می‌شود و یا ممکن است یک ژن جهش‌یافته‌ای را به ارث ببرد که باعث بروز یک اختلال شود که آتاکسی از علائم آن می‌باشد.این فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان عنوان کرد : از علل اکتسـابی ابتلا کودک به بیماری آتاکسی ، مسمومیت دارویی است

آتاکسـی یک نشـانگر عصبی اسـت که اختلال در سیسـتم عصبی را نشان می‌دهد. زمانی که شخصی از آتاکسـی رنج می‌بـرد، به عنوان عدم کنتـرل بر روی گـروه خاصی از عضلات خود ابتلا بـه این بیماری را نشان می‌دهد

عوامـل ژنتیکی بدیـن صورت باعث ابتـلا کودک به بیماری آتاکسـی می شـود که احتمال دارد یک ژن جهش یا تغییریافته از یکی از والدین یا هردوی آن‌ها وی به ارث ببرد که باعث ابتلا به آتاکسـی می‌شود و یا ممکن اسـت یک ژن جهش‌یافته‌ای را به ارث ببرد که باعث بروز یک اختلال شـود که آتاکسی از علائم آن می‌باشد

زیرا مصرف زیاد دارو های ضد حساسـیت (آنتی هیسـتامین ها)؛ داروهای ضد تشـنج ، داروهای ضد افسردگی و داروهای خواب آور ماننـد دیازپـام ، لورازپام و... می تواند باعث بـروز اختلال تعادل و خواب آلودگی در کودک شـود که معمولا چند روز طول می کشد و پس از آن بیمار بهبود می یابد .وی اظهار کرد : سلول های عصبی مخچـه وظیفه هماهنگی حرکت عضـلات را در بدن برعهده دارند و آتاکسـی مخچه ای که علت آن التهاب اسـت . معمولا به دنبال عفونت های ویروسـی مثل سـرماخوردگی ، آنفلوآنزا و آبله مرغان کودک دچار اختلال ، استفراغ و گاه لرزش بدن و دست ها می شود و این اختلال معمولا چند روز تا چند هفته طول می کشـد و اغلب بدون نیاز به درمان خاص بهبودی حاصل می شود .

دکتر محمدی مطرح کرد : یکی از علل مهم ابتلا کودک به بیماری آتاکسی حاد ، وارد شدن ضربه به سر است که گاه همراه با خونریزی در مغز و گاه بدون خونریزی در مغز اسـت که کودک بدین خاطر دچار سـرگیجه و اختلال تعادل می شود لذا در این هنگام بایستی به پزشـک مراجعه کرد و کودک مورد بررسـی قرار گیرد تا از بروز مشکلات بیشتر جلوگیری شود و روند درمان راحت تر طی شود .

این فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان گفت : التهاب گوش میانی و سیستم وستیبولار (سیستم تعادل گوش) در کودکان باعث بروز سرگیجه و لرزش چشم و اختلال در تعادل (آتاکسی) می شود که در این بیماران با سرگیجه ، تهوع ، استفراغ همراه با حرکات لرزشی چشم و اختلالات شنوایی به صورت کم شنوایی یا وزوز گوش اغلب همراه است .

وی عنوان کرد : یکی از علل مهم ابتلا به بیماری آتاکسی (اختلال تعادل) در کودکان افزایش فشار مغز، تومور مغز و خونریزی مغزی است که حتما بایستی با عکسبرداری از مغز علت بیماری مشخص و سریعا اقدامات درمانی آغاز شود .

دکتر محمدی بیان کرد : بروز بیماری آتاکسی در کودکان ممکن است بر اثر بروز تشنج ، میگرن و یا کمبود برخی از ویتامین ها باشد که باید مورد بررسی و درمان قرار گیرد.

ایـن فـوق تخصص مغـز و اعصاب کـودکان افزود : بـه طور کلی آتاکسـی یک علامت مهم در کودکان اسـت که در صورت مشاهده این علامت در کودک باید هرچه سـریع تر به پزشک مراجعه نمود تـا کودک مـورد ارزیابی دقیق قـرار گیرد . وی اظهار داشـت : به منظور تشخیص بیماری آتاکسی، پزشک یک معاینه فیزیکی را انجام می‌دهد. او تعادل و هماهنگی، شنوایی، بینایی، رفلکس و حافظه را بررسی می‌کند. همچنین اگر فرد نیاز به معاینه عصبی داشته باشد ممکن اسـت نیاز به سـی تی اسکن و... باشد. در طی این معاینات ساختار مغز کودک برای یافتن مشکل بررسی می‌شود. برای برخی از موارد نیز پزشک ممکن است آزمایشات مایع نخاعی را توصیه کند. برای انجام این کار، یک سـوزن به کمر وارد می‌شـود و مایع مغزی نخاعی نمونه گیری می‌شـود و برای آزمایش به آزمایشـگاه ارسال می‌گردد. برای رد علت ژنتیکی آتاکسـی نیز ممکن اسـت وی به آزمایش ژنتیکی نیاز داشته باشد تا بتواند درمان مناسب را به بیمار توصیه کند.

دکتر محمدی درپایان گفت : به خاطر داشته باشید چالشی که یک فرد در زندگی با آتاکسی با آن مواجه است، می تواند باعث کم شدن اسـتقلال فردی در زندگی و احساس تنهایی و در نتیجه افسردگی وی شود. به همین علت، مراجعه به یک مشاور یا پزشک می تواند به کمتر شدن چنین مشکلاتی کمک کند.

سرما بخورید تا کووید-۱۹ نگیرید!

دانشمندان معتقد هستند که ابتلای یک فرد به بیماری سرماخوردگی می‌تواند سطحی از ایمنی را برای وی در مقابل بیماری کووید-۱۹ ایجاد کند.به گزارش ایسنا ، محققان می‌گویند سلول‌های T به اندازه پادتن‌ها مهم هستند. در یک مطالعه جدید، محققان بر این باورند که سـلول‌های تی(T) ممکن است کلید محافظت در برابر ویروس باشـند و قرار گرفتن در معرض ویروس و بیماری سـرماخوردگی می‌تواند سـطحی از ایمنی را برای مقابله بـا کروناویروس در بدن فراهم کند.دانشمندان می‌گویند که سلول‌های T مانند پادتن‌ها یا همان آنتی‌بادی‌ها نقشـی اساسـی در فراهم کردن ایمنی در برابر کووید-۱۹ دارند.سـلول‌های T نوعی گلبول سـفید هستند که با سیسـتم ایمنی بدن ما برای مقابله با مهاجمـان خارجی از جمله ویروس‌هایی مانند "SARS-CoV-۲" کار می‌کنند.محققان برای به دسـت آوردن نتایج مورد نیاز خـود، نمونه خون افرادی را که از کووید-۱۹ بهبود یافته‌اند و همچنین افرادی که هنوز آلوده نشده‌اند، جمع آوری کردند و آنها را با یکدیگر مقایسه کردند.نتیجه حاکی از آن بود که ۸۱ درصد از ۱۸۵ نفری که به کروناویروس آلوده نشـده بودند، دارای واکنش سـلول T به ویروس بودند.محققان دریافتند که این واکنش با قرار گرفتن این افراد در معرض سرماخوردگی در گذشـته مرتبط است، به این معنا که افرادی که در معرض ویروس سـرماخوردگی قرار گرفته‌اند، می‌توانند از میزان ایمنی خاصی در برابر بیماری بسـیار مسری کووید-۱۹ برخوردار باشند.این مطالعه هنوز مورد داوری همتا قرار نگرفته اسـت. داوری همتا، بازنگری با دقت یا داوری دقیق بـه روند بازنگری همه‌جانبه مقاله‌های علمی توسـط متخصصان همان رشـته گفته می‌شـود. این نخستین بار نیست که ابتلا به سرماخوردگی رایج به ایجاد نوعی از محافظت در برابر کروناویروس مرتبط می‌شـود. به عنوان مثال "جان بل" استاد برجسـته پزشکی در دانشگاه آکسـفورد به این مسئله اشاره کرده اسـت. به گفته وی، افراد جوان در مقایسه با بزرگسالان بیشتر در معرض سرماخوردگی قرار دارند، به همین دلیل است که کووید-۱۹ با شدت کمتری آنها را درگیر می‌کند.علاوه بر این در همین رابطه دو مطالعه منتشـر کرده که در مورد سـلول‌های T و نقش آنها در کمک به بـدن در مبارزه با کرناویروس تمرکز دارد. براسـاس این مطالعات، کسانی که مبتلا به کووید-۱۹ هستند، دارای سلول‌های T هسـتند که به طور خاص ویروس "SARS-CoV-۲" را هدف قرار می‌دهنـد و می‌تواند به آنها در بهبـودی کمک کند.از طرفی مشاهده محققان نشان می‌دهد که افرادی که هنوز به کروناویروس آلوده نشـده‌اند نیز دارای همین نوع خط دفاعی سـلولی هستند و این احتمالا به این دلیل است که آنها قبلاً در معرض سرماخوردگی قـرار داشـته‌اند.برخی از سـرماخوردگی‌های متـداول در اثر انواع مختلفی از خانواده کروناویروس‌ها ایجاد می‌شود که بسیار کمتر از "SARS-CoV-۲" خطرناک هسـتند.لازم به ذکر است که هنوز هیچ درمانی برای سرماخوردگی وجود ندارد و با مراقبت باید منتظر ماند تا پس از گذشـت حدود یک هفته تا ۱۰ روز بدن بر آن پیروز شود.

راز دیرینه التهاب حاصل از استرس کشف شد

یک مطالعـه راز دیرینه‌ای را در مورد اینکه اسـترس حـاد چگونه بـه رغم اینکه بسـیاری از هورمون‌هـای اسـترس در واقع سیسـتم ایمنـی بـدن را سـرکوب می‌کنند، به تقویت بیماری التهابی می‌انجامد، کشف کرده‌اند.

بـه گزارش ایسـنا، ایـن مطالعه فـاش کرد هنگامی که یک ارگانیسـم با اسـترس منظم مواجه می‌شـود، سـلول ایمنی خاصی توسط سلول‌های چربی آزاد می‌شـود. چندین دهه است که ارتباط بین استرس و بیماری التهابی کاملاً روشـن است و بسـیاری از بیماری‌های مزمن در اثر اسـترس حاد شعله‌ور می‌شوند. با این حـال، زیربنای این موضوع همواره یک تناقـض غیرقابل توضیح بوده اسـت، چرا که هورمون‌هایـی مانند کورتیزول و آدرنالین که در مواجهه با اسـترس در بدن آزاد می‌شوند، اثرات سرکوب کننده برای سیستم ایمنی بدن دارند، در حالی که به نظر می‌رسـد اسـترس باعث تحریک التهاب می‌شـود. "اندرو وانگ" نویسنده مسئول این مطالعه توضیح می‌دهد: ما شـاهد حوادث فـوق العاده اسـترس‌زایی بوده‌ایـم که بیماری التهابـی را بدتر می‌کنند و تا به حال دلیل آن را نمی‌دانسـتیم. مطالعه جدیـد روی مشـاهدات آزمایشـگاهی انجام شد.

گرفتـن نمونه خون از موش‌ها همیشـه یک روش اسـترس‌زا بـرای آنها اسـت و محققان متوجه ارتباط این اسـترس با افزایش سـطح هورمـون "اینترلوکیـن ۶"(IL-۶) شـدند. افزایش سـطح "IL-۶" قبلاً در شـرایط خود ایمنی و اسـترس حاد شناسایی شده بود، اما نحـوه آزاد شـدن آن مورد مطالعه قـرار نگرفتـه بود. نتایـج این مطالعـه جدید که توسـط محققان، کاملاً غیر منتظره توصیف شـده اسـت، نشـان می‌دهد که "IL-۶" در مواجهـه با اسـترس حاد توسـط سـلول‌های چربی قهوه‌ای ترشح می‌شود. این یک مکانیسم ایمنی است که وقتی که با یک وضعیت اسـترس زا روبرو هسـتیم، التهاب را تقویت می‌کند و هنگامی که سیگنالینگ بین مغز و سـلول‌های چربی قهـوه‌ای در موش‌ها مسدود شد، این حیوانات دیگر وقتی با شرایط اسـترس‌زا مواجه می‌شـدند، واکنش التهابی نشان نمی‌دادند.

اما یک سؤال هنوز هم بی پاسخ مانده است؛ اینکه کدام عملکـرد تکاملی توضیح می‌دهد که چرا اسـترس باعث ایجاد چنین مکانیسم آسیب پذیری برای سیستم ایمنی می‌شود؟در اینجـا محققان دریافتند که "IL-۶" نقشـی اساسـی در میانجی‌گـری کم شـدن قند در خون دارد. در اصل، این هورمون به بدن برای افزایـش تولید گلوکز لازم به عنوان سـوخت کمک می‌کند.

بنابراین، ایـن یافته‌ها مسـیرهای تحقیقاتی قانع کننده و جدیدی را نه تنها برای تعدادی از شـرایط خود ایمنی، بلکـه همچنین برای بسـیاری از اختـلالات سـلامت روان ارائـه می‌دهنـد. هنگامی کـه "IL-۶" در موش‌ها مسـدود شـد، آنها کاهش قابـل توجهی در علائـم هیجان نشـان دادند کـه این موضوع نشـان می‌دهد ایـن مکانیسـم ایمنی ممکن اسـت در اضطـراب و افسـردگی نقـش داشته باشد.

عفونت‌های ویروسی، شایع‌ترین بیماری چشم در فصل گرما

عفونت‌هـای ویروسـی از شـایع‌ترین بیماری‌هـای چشـم در فصل گرما است کـه بـا ترشـح، سـوزش و قرمـزی چشـم قابـل شناسـایی اسـت.صادق والایی در گفت وگو با ایرنا افزود: عفونت های چشمی از طریق ترشحات چشم باعث سوزش و ورم پلک ها، قرمزی چشـم و پوسـت پلک شده و به شدت متورم می شود و خارج شدن ترشحات از چشـم را به دنبال دارد.وی اظهار داشت: در بسیاری از بیماران ترشحات خونی در قسمت سفیدی چشـم اتفاق می افتد که رعایت بهداشت فردی برای جلوگیری از شیوع عفونت های چشمی در افراد الزامی است زیرا ایـن عفوت ها به شـدت واگیردار بـوده و از فـردی به فـرد دیگر قابـل انتقـال و درمان بـا توجه به نوع ترشـحات از سـه هفته تا ۹ مـاه نیز در صـورت وخامت طول می کشـد. والایـی ادامه داد: با توجه بـه خطرناک بودن عفونت های ویروسـی چشم و احتمال از بین رفتـن بینایی و بروز لکه های مـدور بر روی سطح قرنیه در انواع شدید بهتر است به پزشک مراجعه شود و در درمان اولیه پزشک مصرف قطره های ضد ویروس و ضد التهاب، قرص های درمان کننده این عفونت ها و پماد های موضعی چشـمی را تجویز و در بسیاری از موارد برای درمان مصرف قطره های اشک مصنوعی بدون مـاده نگهدارنـده را نیز توصیه مـی کند.این متخصص چشـم، تقویت سیستم ایمنی بدن برای جلوگیری از انواع بیماری های ویروسی، رعایـت کردن اصول بهداشـتی، اسـتفاده از پارچه سـفید بر روی بالش، ضد عفونی کردن و قـرار دادن بالش در معرض نور خورشـید، شست و شـوی مداوم دست ها با مواد شـوینده و پرهیز از تماس دسـت با چشـم را ضـروری دانسـت.به گفتـه والایی عفونت های ویروسی از شـایع ترین علـت های بیماری چشم هستند که به عنوان خطر جدی برای سلامتی چشم ها محسوب می شوند، این ویروس ها که موجودی بسیار ریزی هستند در صورت آلوده کردن چشم باعث بروز مشکلاتی برای چشـم خواهند شد و به جنسیت و سن و سال ربطی ندارد.وی افزود: عفونت می‌تواند به بخش‌های داخلی پلک‌های بالا و پایین اثر بگذارد و باعث گل مژه یا برآمدگی پلک شود، هنگامی که عفونت به غده‌های اشـکی چشم حملـه می‌کنـد، بیماری‌های التهابـی ایجاد می شـود که زمینه‌ای برای زخم قرنیه است. والایی تصریح کرد: زخم قرنیه در صورت عدم درمان می‌تواند منجر به کاهش شدید بینایی شـود و در عین حال بسـیاری از عفونت‌های ویروسـی شـایع چشـم خود به خود برطرف می‌شـوند، بـرای اطمینـان از درمان سـریع عفونـت اسـتفاده از کمپرس‌هـای سـرد یا گرم، قطره چشـم، کرم یـا آنتی بیوتیک لازم است.وی خاطرنشـان کرد: برای پیشگیری از عفونت چشم، از شستن دست‌ها پیش از لمس کردن چشم‌ها یا پلک‌های خود از عفونت‌های چشـمی جلوگیری و اگر از لنزهای تماسـی اسـتفاده می‌کنید، باید نـکات ایمنی را برای بهداشـت مناسـب رعایت کرده و اگر یکی از اعضای خانواده دچار قرمزی چشـم یا عفونت چشـمی باشـد، رختخواب و حوله‌های وی را تمیز نگه دارید و از استفاده مشترک از وسایل وی خودداری کنید.