

برخی از مواد افزودنی سمی و ممنوع هنوز هم در اسباب بازی‌های پلاستیکی در بازارهای تنظیم‌شده یافت می‌شوند، به‌عنوان مثال عدم اطلاع از سوی تولیدکنندگان یا عدم وجود مقررات در کشور تولیدکننده باعث می‌شود پلاستیک‌های آلوده بازیافت شوند و در ساخت اسباب بازی به‌کار بروند

مواظب «مروارید بدن» باشید!

فوق تخصص قرنیه گفت: آب مروارید می‌تواند با بالا رفتن سن و عواملی مثل ضربه به سرو صورت، مصرف داروهای کورتونی و بیماری‌های سیستمی تشدید شود. محمد جعفر قائم پناه، فوق تخصص قرنیه در گفت‌وگو با فارس درباره «بیماری آب مروارید»، گفت:لنز طبیعی در پشت عنبیه چشم ما وجود دارد که با شکست نور می‌توانیم اشیاء را در دور و نزدیک ببینیم. وی افزود:این بافت پروتئینی شفاف به مرور زمان و به دلایل مختلف کدر می‌شود. هرگونه کدورت داخل لنز را کاتاراکت یا آب مروارید می‌گویند و دلیل نامگذاری آن به دلیل این است که وقتی کدورت خیلی طول بکشد، وسط مردمک که سیاهرنگ است شبیه مروارید می‌شود؛ به همین دلیل به این بیماری آب مروارید می‌گویند.این فوق تخصص قرنیه با بیان اینکه بروز آب مروارید دو علت دارد، افزود:شایعترین نوع آن مربوط به سن است؛ معمولا حدود ۴۰ تا ۵۰ درصد افراد بالای ۴۰ سال درجاتی از آب مروارید را دارند و با بالا رفتن سن درصد آن بیشتر می‌شود. قائم پناه خاطرنشان کرد:نوع دوم آب مروارید می‌تواند ناشی از ضربه به سرو صورت ایجاد شود یا ناشی از مصرف داروهای کورتونی باشد. همچنین آب مروارید می‌تواند به دلیل بیماری‌های سیستمی ایجاد شود و در برخی موارد نیز می‌تواند مادرزادی باشد. وی اضافه کرد: این بیماری در افرادی که دیابت دارند و در معرض آفتاب شدید و مواد شیمیایی خاص هستند، شدیدتر است.

بازی اسباب بازی‌ها با جان کودکان



◆ گروه سلامت //

مطالعه گسترده و جهانی محققان نشان می‌دهد در اسباب‌بازی‌های پلاستیکی بیش از ۱۰۰ ماده وجود دارد که ممکن است به کودکان آسیب جدی برسانند.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، سال‌ها است که خطرات بالقوه سلامتی مواد شیمیایی مورداستفاده در اسباب‌بازی‌های پلاستیکی دانشمندان را نگران کرده است، اما تحقیقات جدید نشان می‌دهد که خطر آسیب به کودکان تا چه اندازه گسترده است. محققان بین‌المللی، محققان ترکیبات شیمیایی اسباب‌بازی‌ها و میزان مواجهه انسان با این مواد را تخمین زدند و در نهایت بیش از ۱۰۰ ماده شیمیایی را در مواد پلاستیکی اسباب‌بازی یافتند که می‌تواند خطرات سلامتی غیرقابل چشم‌پوشی برای کودکان داشته باشد.

در این خصوص پیتز فانتکه محقق دانشگاه فنی دانمارک می‌گوید: از ۴۱۹ ماده شیمیایی موجود در مواد پلاستیکی سخت، نرم و فومی که در اسباب‌بازی‌های کودکان استفاده می‌شود، ۱۲۶ ماده را شناسایی کردیم که می‌تواند یا از طریق سرطان یا اثرات غیر سرطانی به‌طور بالقوه به سلامت کودکان آسیب برساند، ازجمله ۳۱ ماده نرم‌کننده پلاستیک، ۱۸ ماده ضد شعله و ۸ عطر و رایحه.

به گفته محققان، درحالی‌که در بسیاری

از کشورها استفاده از برخی مواد شیمیایی بالقوه سمی در اسباب‌بازی‌های پلاستیکی طبق قوانین انجام می‌شود، در سطح بین‌المللی هیچ رویکرد سازگاری وجود ندارد و محافظت‌های فعلی، به‌طور کافی میزان گسترده‌ای از مواد بالقوه مضرّ ساخته‌شده از اسباب‌بازی‌ها را منع نمی‌کند.درواقع مقررات موجود معمولاً بر روی مواد شیمیایی خاص (به‌عنوان مثال فتالات، بازدارنده‌های شعله برومیت و فلزات) متمرکز است، درحالی‌که در حال حاضرطیف گسترده‌ای ازمواد شیمیایی را که در اسباب‌بازی‌های پلاستیکی یافت می‌شود، پوشش نمی‌دهد.

علاوه بر این، برخی از مواد افزودنی سمی و ممنوع هنوز هم در اسباب‌بازی‌های پلاستیکی در بازارهای تنظیم‌شده یافت می‌شوند، به‌عنوان مثال عدم اطلاع از سوی تولیدکنندگان یا عدم وجود مقررات در کشور تولیدکننده باعث می‌شود پلاستیک‌های آلوده بازیافت شوند و در ساخت اسباب بازی به‌کار بروند.برای برجسته کردن مقیاس این مشکل، محققان فهرستی از محتوای شیمیایی مواد اسباب‌بازی را تهیه کردند؛ چیزی که به‌راحتی توسط سازندگان محصول فاش نمی‌شود، اما باین‌وجود در تحقیقات دانشمندان مورد تجزیه‌وتحلیل قرار داشت. محققان با جمع‌آوری داده‌های شیمیایی از ۲۵ مطالعه بررسی‌شده و ارزیابی خطر قرار گرفتن در معرض مواد بر اساس نحوه دست

مواد مضریاد می‌شود، اما معلوم است که خود آن‌ها هم خطرناک هستند.

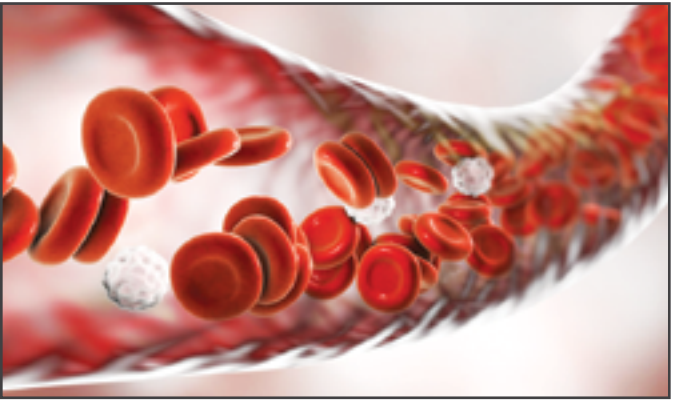
سایر مواد شیمیایی نگران‌کننده که در این مطالعه شناسایی شده‌اند شامل موادی هستند که ممکن است مضر باشند، اما در حد قابل قبولی ظاهر می‌شوند، یا به دلایل مختلف کیفیت آن‌ها نمی‌تواند به‌عنوان مواد خطرناک طبقه‌بندی شود.

محققان می‌گویند مجموعه‌ای از آستانه‌ها تحت عنوان «حداکثر محتوای شیمیایی قابل‌قبول» می‌تواند برای ایجاد محدودیت در مقدار مواد شیمیایی نگران‌کننده مورداستفاده در داخل اسباب‌بازی‌ها اعمال شود. این امر می‌تواند شکاف بین سیستم‌های نظارتی مختلفی که امروزه وجود دارد را پر کند.

ازآنجاکه مواد شیمیایی مشابه در غلظت‌های مختلف در بین مواد اسباب‌بازی یافت می‌شود، محققان حداکثرمحتوای شیمیایی قابل‌قبول را برای تمام موادی که اعلام شده در اسباب‌بازی‌های پلاستیکی یافت می‌شود، تخمین زده‌اند. چنین اطلاعاتی تصمیم‌گیرندگان را قادر می‌سازد تا معیارهای مختلف مواد شیمیایی را در کاربردهای مختلف تهیه کنند. همچنین به شرکت‌های اسباب‌بازی کمک می‌کند تا مقدار مواد شیمیایی مورداستفاده برای عملکرد خاص را در برابراین معیارها ارزیابی کنند.

تا زمانی که تصمیم‌گیرندگان به این نوع مطالب تسلط پیدا نکرده‌اند، والدین می‌توانند براساس نتایج گزارش‌های موجود عمل کنند. ساده‌ترین کاری که والدین می‌توانند انجام دهند این است که کودکان خود را با اسباب‌بازی‌های پلاستیکی احاطه نکنند. به گفته محققان، کودکان در کشورهای غربی سالانه به‌طور متوسط ۱۸.۳ کیلوگرم مواد پلاستیکی اسباب‌بازی جمع می‌کنند که این میزان ازمواد پلاستیکی می‌تواند منشأ بسیاری از خطرهاباشد. محققان معتقدند یک روش کارآمد و عملی برای کاهش قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی موجود در اسباب‌بازی‌های پلاستیکی، کاهش میزان اسباب‌بازی‌های جدید است که هرساله وارد خانه‌ها می‌شود. همچنین اخیرا یک مطالعه نشان داد کیفیت بازی کودکان که تحت تأثیر فراوانی اسباب‌بازی‌ها قرار دارند کاهش می‌یابد و همچنین تعداد کمتر اسباب‌بازی‌ها به کودکان نوپا کمک کند تا علاوه بر تمرکزبهرتر، خلاقانه‌تر بازی کنند.

۸ نشانه هشدار دهنده لخته شدن خون در بدن



اگر قلب و ریه‌ها به دلیل لخته خون تحت فشار باشند، ممکن است تنگی نفس ایجاد شود. این وضعیت (به علاوه علائم اضافی مرتبط با تشکیل لخته خون) نشانه جدی بودن مشکل است و باید سریعاًرفع شود.

۵- درد قفسه سینه

وقتی لخته خون به ریه‌ها برسد، فرد دچار درد شدیدی در قفسه سینه و پهلوهوا خواهد شد.

۴- تنگی نفس

این درد شدید و سوزاننده خواهد بود.

۶- درد در زمان حرکت

یکی از نشانه‌های لخته شدن خون این است که یک حرکت ساده باعث درد می‌شود. اینکه فرد با انجام کارهای عادی مانند خم شدن، خندیدن یا سرفه احساس درد می‌کند، نشانه آن است که لخته به ریه‌ها رسیده و باید سریعاً درمان شود.

۷- سرفه‌های غیرمنتظره

سرفه‌هایی ناگهان از راه می‌رسند و شدید می‌شوند، می‌توانند نشانه تشکیل لخته، هرچند کوچک، در ریه‌ها باشند. علائم جدی‌تر بودن شامل سرفه خون یا تولید موکوس حاوی خون است.

۸- گرفتگی عضله

اگر گرفتگی‌های عضلات شدید و مکررا رخ دهد، نشانه جدی وجود لخته خون است. همه افراد گاه به گاه گرفتگی عضلانی را تجربه می‌کنند، اما دهیدراته شدن بدن همراه با لخته شدن خون می‌تواند منجر به گرفتگی عضلات شود. این گرفتگی بیشتر در ماهیچه پشت ساق پا رخ می‌دهد.



آیا می‌توان قرص‌ها را با آبمیوه، چای یا شیر مصرف کرد؟

◆ گروه سلامت //

یک متخصص تغذیه درباره مصرف قرص‌ها به همراه نوشیدنی‌های غیر آب مثل آبمیوه، چای یا شیر و مضرات این کار توضیح داد.

شهاب اولیایی رژیم شناس و متخصص تغذیه در گفت‌وگو با خبرنگار باشگاه خبرنگاران جوان، گفت: بعضی افراد بر خلاف توصیه‌های فراوان متخصصان تغذیه مبنی بر نوشیدن آب کافی در طول شبانه روز؛ متأسفانه نه تنها به این توصیه توجهی نمی‌کنند بلکه در مصرف آب به همراه قرص بی‌توجهی می‌کنند. برخی افراد هم سعی می‌کنند قرص را بدون نوشیدن آب مصرف کنند. این افراد قرص را با براق دهان خود استفاده می‌کنند که کار بسیار اشتباهی است و باعث می‌شود قرص بلعیده نشود. درواقع مصرف قرص بدون مصرف آب باعث می‌شود بادیواره‌های سیستم گوارشی قبل از معده آغشته‌شود که آسیب به حلق و نواحی مری را ایجاد می‌کند.

او افزود: همه قرص‌ها دارای مواد شیمیایی هستند که اگر با مقادیر کافی آب مصرف نشوند؛ می‌توانند مشکلاتی در نواحی حلق، دهان و مری را ایجاد کنند. برخی افراد هم قرص را با چای، آبمیوه، دوغ یا شیر مصرف می‌کنند. نکته مهم این است که در آبمیوه، چای، دوغ یا نوشابه‌ها موادی ممکن است وجود داشته باشد که با مواد شیمیایی تشکیل دهنده قرص واکنش نشان دهند.

این مشاور تغذیه بیان کرد: در واقع بسیاری از مواد موجود در آبمیوه ممکن است با خود قرص واکنش دهند یا اثر آن را از بین ببرند. به عنوان مثال خوردن برخی آنتی بیوتیک‌ها با شیر یا آبمیوه‌های ترش به خاطر اسیدی بودن؛ خاصیت درمانی آنتی بیوتیک را تضعیف می‌کند چرا که ساختار آن دارو مورد تخریب قرارگرفته است.

اولیایی گفت: ممکن است حرارت جای داغ به دارو آسیب برساند یا در بعضی موارد، کافئین موجود در چای باعث تخریب دارو شود. همچنین گریپ فروت به علت مهار آنزیم تجزیه‌کننده داروها باعث کاهش سرعت متابولیسم می‌شود. برخی از داروها که گریپ فروت نباید با آن‌ها مصرف کنیم می‌توان به داروهای ضدکلسترول، کاهش دهنده فشار خون و بیماری‌های اعصاب و روان اشاره کرد. این مشاور تغذیه مطرح کرد: برخی نوشیدنی‌ها مانند نوشابه‌های الکلی، آبمیوه‌های حاوی موز و آب آناناس سبب کاهش اثر داروهای کاهنده فشار خون می‌شوند. همچنین دمنوش حاوی شیرین بیان هم باعث کاهش قدرت اثر دارو می‌شود.

اولیایی در پایان تصریح کرد: با توجه به این موضوع که افراد اثر محتوای آبمیوه، شیر یا هر نوشیدنی دیگر غیر از آب را بر موادتشکیل دهنده دارو نمی‌دانیم؛ بنابراین بهتر است برای مصرف قرص‌ها فقط از آب استفاده کنیم تا بتواند اثر موثر خود را بر معده اعمال کند.

امیدی تازه برای درمان کرونا

◆ گروه سلامت //

همه گیری کرونا محققان را بر آن داشت تا در مورد چگونگی اتصال پروتئین اصلی این ویروس به سلول‌های انسان در طی فرآیند ابتلا تحقیق کنند.

به نقل از وب سایت العین، گروهی از دانشمندان اطلاعاتی را در مورد پروتئین اصلی ویروس کرونا شناسایی کرده اند که نه تنها می‌تواند توضیح دهد که جشش‌های جدید این ویروس چگونه سریعتر فرد را مبتلا می‌کنند، بلکه می‌تواند به درمان و تولید واکسن نیز کمک کند.

در حال حاضر تحقیقات مهمی برای بررسی چگونگی اتصال این پروتئین به سلول‌های انسانی در حال انجام است، اما درباره تغییرات دیگری که در این پروتئین در نتیجه ارتباط با سلول انسانی رخ می‌دهد اطلاعات کمی در دست است.

جاناش آناند استادیار شیمی در دانشگاه ایالتی پنسیلوانیا و محقق اصلی تحقیق می‌گوید: ما در زیر پروتئین اصلی کرونا، نقاط گرمی را شناسایی کردیم که برای تسری ویروس بسیار اهمیت دارد و ممکن است اهداف جدیدی برای مداخله درمانی باشد.آناند و همکارانش از فرآیندی به نام طیف سنجی جرمی تبادل هیدروژن – دوتریم (HDXMS) برای شناسایی تغییرات ویروس هنگام اتصال پروتئین اصلی به سلول انسانی استفاده کردند.طیف سنج آب سنگین یا اکسید دوتریم (D۲O) که یک ایزوتوپ طبیعی غیررادیواکتیو بوده و از هیدروژن سنگین یا دوتریم تشکیل شده، برای ترسیم پروتئین‌ها به عنوان یک کاوشگر استفاده می‌کند. این تیم تحقیقاتی پروتئین اصلی کرونا و گیرنده ACE۲ را در آب سنگین قرار داده و اثرات گیرنده‌ها بر روی پروتئین را به دست آوردند. آناند می‌گوید: اگر پروتئین اصلی و گیرنده ACE۲ را در محلولی از آب سنگین یا اکسید دوتریم قرار دهید، سطح و نواحی انعطاف پذیرتر هر دو پروتئین در مقایسه با داخل آن، هیدروژن را با دوتریم راحت‌تر مبادله می‌کنند. با استفاده از این روش، تیم تحقیقاتی تشخیص داد که اتصال پروتئین اصلی و گیرنده ACE۲ برای پروتئازهای شبیه فورین (خانواده‌ای از آنزیم‌های انسانی) ضروری است. آناند گفت: پروتئین‌های اصلی موجود در سطح ویروس مدام می‌چرخند تا گیرنده‌های ACE۲ را جستجو کنند و به آن‌ها بچسبند. بعد از اینکه پروتئاز فورین پروتئین را قطع کرد، قسمت باقیمانده با غشای سلول ترکیب می‌شود و اجازه ورود به آن را می‌دهد.

آناند یادآوری کرد: محققان بیش از این چگونگی اتصال پروتئین اصلی کرونا به گیرنده‌های ACE را پیدا کرده اند، اما تاکنون هیچ کس نمی‌داند که چگونه این پیوند به پروتئاز فورین پیام می‌دهد که پروتئین اصلی را قطع کند. این پدیده فعالیت از راه دور نامیده می‌شود.او افزود، یافته‌های ما نشان می‌دهد که اتصال گیرنده ACE۲ به پروتئین اصلی باعث تغییرات طولانی مدت و تجزیه پروتئاز در محل تجزیه زیرواحد S۲ / S1 دیسیتال می‌شود. در حالی که محقق در حال حاضر فقط بر روی روش‌های درمانی متمرکز هستند که از اتصال پروتئین اصلی کرونا به گیرنده ACE۲ جلوگیری می‌کند، آناند تأکید کرد این تنها ضعف ویروس کرونا نیست که می‌توان از آن استفاده کرد.