

بهترین زمان جراحی لوزه چه سنی است؟

✿ سرویس سلامت

متخصص گوش، حلق و بینی با بیان اینکه لوزه سوم کف جمجمه و پشت بینی قرار دارد، گفت: سن مناسب برداشتن لوزه‌ها تا پنج سالگی است.

دکتر علیرضا موحدی درباره جراحی‌های لوزه، دلایل، عوارض و راه‌های پیشگیری از آن اظهار داشت: نباید به بهانه کوچک‌شدن یا از بین رفتن خود به خودی لوزه، نسبت به جراحی و برداشتن آن بی‌تفاوت باشیم زیرا لوزه‌های بزرگ با بالارفتن سن کوچک می‌شوند ولی عارضه‌های آن تا همیشه با فرد همراه است. عضوهای علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به نقش لوزه در بدن اظهار کرد: لوزه‌ها بخش لنفاوی دفاعی بدن است که دفاع موضعی بخشی از بدن را برعهده دارند. وی با بیان اینکه تمام بخش سیستم دفاعی بدن را لوزه‌ها انجام نمی‌دهند و تنها دفاع منطقه‌ای و موضعی کار لوزه است، توضیح داد: در مواردی پیش می‌آید که لوزه‌ها متورم می‌شوند، شایع‌ترین علت این مسئله عفونت‌های مکرر و محیط مناسب لوزه‌ها برای رشد میکروب باکتری است.

موحدی با یادآوری این نکته که عوامل آلرژیک، استفاده از برخی غذاها، داروها و شرایط ائمی بدن، می‌تواند منجر به بزرگ شدن لوزه‌ها شود اضافه کرد: البته در تمامی افراد بزرگ شدن لوزه‌ها مشکل‌آفرین نمی‌شود، ممکن است لوزه‌های فردی از حد معمول بزرگتر شده باشد ولی هیچ مشکلی هم ایجاد نکند.

چه کسانی کاندید جراحی برداشتن لوزه هستند

دکتر موحدی ادامه داد: چنانچه تورم لوزه‌ها اختلالاتی در خواب ایجاد کند به این معنی

که فرد نتواند به راحتی نفس بکشد، خرخر شبانه داشته باشد یا اینکه گلودرد مکرر داشته باشد یا در سال بیشتر از سه بار دچار عفونت چرکی و میکروبی ناحیه گلو شود که هر سه بار هم نیاز به مصرف آنتی‌بیوتیک باشد یا دچار گوش دردهای مکرر شود، نیاز به بررسی توسط متخصص دارد. متخصص گوش، حلق و بینی با بیان اینکه معمولاً لوزه‌های متورم با لوزه سوم همراه است ادامه داد: محل لوزه‌های بزرگ در حفره دهانی و حلق است ولی لوزه سوم کف جمجمه و پشت بینی قرار دارد، بنابراین این موضوع می‌تواند مشکلات تنفسی در ناحیه گوش برای بیمار ایجاد کند. وی یادآور شد: ایجاد مشکلات جدی در ناحیه گوش، حلق و گلو، عفونت‌های مکرر گوش و اختلال خواب از جمله مواردی است که باید توسط پزشک متخصص بررسی شود.

ردپای لوزه‌های بزرگ در روند رشد

موحدی اختلال در روند رشد را یکی دیگر از عوارض بزرگ شدن لوزه‌ها دانست و توضیح



داد: فردی که نتواند از بینی نفس بکشد معمولاً دچار کم اشتهایی هم می‌شود، یعنی تنفس از راه دهان، تنفس خشکی است که منجر به کاهش اشتها می‌شود. استاد دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی با اشاره به اینکه بزرگ شدن لوزه، همیشه نیاز به مداخلات جراحی ندارد خاطرنشان کرد: در برخی موارد با دارو درمانی، عفونت، نحوه تنفس کشیدن، روند خواب کنترل و یا درمان می‌شود و نیاز به جراحی نیست، به شرط اینکه تنفس فرد، از راه بینی باشد و بیمار در طول شب راحت بخوابد، در این شرایط نیازی به جراحی نیست.وی تأکید کرد: عفونت‌های مکرر، بدخوابی، خرخر شبانه و نهایتاً اختلال رشد از مهمترین دلایلی است که فرد را کاندید جراحی برداشتن لوزه می‌کند.دکتر موحدی درباره سن مناسب جراحی لوزه نیز توضیح داد: اگر فردی با دهان باز می‌خوابد، خرخر شبانه دارد و یا بیشتر از معمول دچار عفونت گلو می‌شود، چنانچه جراحی برداشتن لوزه‌ها دراو قبل از شکل‌گیری فک بالا و در سنین پایین یعنی حدود پنج سال باشد به مراتب بهتر است، چرا

که با اختلالات دندانی و فکی مواجه نخواهد شد، ولی بعد از ۱۰ سالگی، ضایعات و عوارض دهانی و فکی و همچنین اختلال رشد متوجه فرد است.

وی در پاسخ به این سوال که آیا با برداشتن لوزه‌ها با عارضه‌هایی همراه است یا خیر؟ توضیح داد: تا زمانی که فرد با مشکلاتی که به آن اشاره شد مواجه نشده باشد، جراحی برداشتن لوزه برای او انجام نمی‌شود، بنابراین برداشتن لوزه صرفاً با هدف درمان و همچنین پیشگیری از ایجاد مشکلات بعدی انجام می‌شود.متخصص گوش، حلق وبینی دانشگاه تأکید کرد: لوزه سوم تا سن ۱۰ سالگی آرام آرام تحلیل می‌رود و به عبارتی کوچکتر می‌شود اما در صورت نادیده گرفتن آن تا سنین بالاتر از ۱۰ سال خصوصاً در مواردی که تنفس را دچار مشکل کرده، قطعاً اختلالات رشدی و فک به همراه خواهد داشت.

وی با بیان اینکه اختلال در رشد فک نیز نیاز به درمان‌های اختصاصی دارد ادامه داد: لوزه سوم در سن ۱۰ سالگی ممکن است به صورت کامل از بین برود ولی عارضه‌هایی از جمله اختلال رشد، فک، بدشکلی صورت برای فرد باقی می‌ماند بنابراین نیازی نیست تا ده سالگی صبر کنیم که لوزه از بین برود چرا که این اقدام عارضه‌های بیشتر و همیشگی را به دنبال خواهد داشت.موحدی با بیان اینکه جراحی برداشتن لوزه‌ها با تشخیص پزشک و برای افرادی که دچارعارضه هستند ضرورت دارد، یادآوری کرد: اگر این جراحی به موقع انجام شود عارضه‌ای برای بیمار ندارد، اما چنانچه دیرتر از موعدا(بالتر از ۱۰ سال) انجام شود عملاً فایده‌ای برای فرد نخواهد داشت ضمن اینکه سایر مشکلات رشدی، دهانی و فکی برای همیشه برای فرد باقی می‌ماند.

در نامه‌ای به وزیر بهداشت مطرح شد؛

حذف هیپاتیت C در ایران رسماً اعلام شود

است. لازم به ذکر است همکاری انجمن‌های مردم نهاد، کانون هموفیلی، انجمن تالاسمی ایران و خانواده بیماران هموفیل و تالاسمی زبانزد است. درمان رایگان بیش از ۲۰ هزار بیمار خاص مبتلا به هیپاتیت C برکه درخشان‌ی از خدمت خالصانه به این بیماران است که سبب کاهش جدی مرگ و میر ناشی از آن شده است. در بسیاری از استان‌ها، از بیماران خاص مبتلا به بیماری هیپاتیت خبری نیست و اولین استان در سال ۱۳۹۶، خراسان جنوبی بود که ریشه کنی هیپاتیت C در بیماران خاص انجام داد و از طرف شبکه هیپاتیت ایران به مسعود ضیایی متخصص بیماری‌های عفونی و گرمسیری جایزه نینا (Novelty in NoHep activity) اهدا شد.حال آنچه که سبب شد تا به حضرتعالی

نامه بنویسیم این است:۱- اعلام رسمی حذف هیپاتیت C با توجه به کاهش بیش از ۹۰ درصد مبتلایان در بیماران خاص در کشور به سازمان بهداشت جهانی و پیگیری انتقال این تجربه به سایر کشورها ۲- تأکید به تمامی مراکز بیماران خاص در کشور تا در صورت مشاهده موارد ابتلای جدید به هیپاتیت C با تأیید مولکولی (پی سی آر) سریعاً به وزارت بهداشت اعلام، تا پیگیری درمان و ریشه یابی راه انتقال در موارد جدید صورت گیرد. در خاتمه خواهشمند است دستور فرمائید تمامی مکاتبات اینجانب در مسئولیت قبلی به عنوان رئیس شبکه هیپاتیت ایران مورد بازبینی حضرتعالی و کارشناسان و مدیران مرتبط قرار گیرد./مهر

✿ سرویس سلامت

رئیس انجمن علمی مطالعات بیماری‌های کبدی ایران، خواستار اعلام رسمی حذف هیپاتیت C در کشور از سوی وزارت بهداشت شد.

سیدمؤید علویان، در نامه‌ای به بهرام عین‌اللهی وزیر بهداشت، عنوان داشت: همانطور که مستحضرد وزارت بهداشت با سال‌ها فعالیت و تلاش مستمر در جهت حفظ سلامت جامعه که منجر به کاهش قابل توجه بار بیماری‌های ناشی از هیپاتیت B و هیپاتیت C در جامعه خصوصاً بیماران خاص شده است. غربالگری خون‌های اهدایی از نظر هیپاتیت C از سال ۱۳۷۵ اثر چشم‌گیری در کاهش شیوع این بیماری در جمعیت‌های پرخطر از جمله بیماران هموفیلی، تالاسمی و دیالیزی داشته

کووید باعث تحریک آسم در کودکان نمی‌شود

✿ سرویس سلامت

اولین مطالعه تا به امروز نشان می‌دهد که هیچ مدرکی مبنی بر اینکه عفونت کووید خطر ابتلا به آسم را در کودکان افزایش می‌دهد وجود ندارد.

دکتر «دیوید هیل»، نویسنده ارشد این مطالعه و پزشک معالج در بخش آلرژی و ایمونولوژی در بیمارستان کودکان فیلادلفیا، گفت: «ما براساس برخی از مطالعات بسیار خوب در دهه گذشته

می‌دانستیم که عفونت‌های ویروسی تنفسی یک عامل خطر برای ایجاد آسم در کودکان هستند.»وی گفت: «بنابراین منطق خوبی وجود داشت که فکر کنیم عفونت بالقوه کروناویروس می‌تواند خطر ابتلا به آسم را نیز افزایش دهد. اما در واقع متوجه شدیم که هیچ ارتباطی در این زمینه وجود نداشت. هم خطر ابتلا به آسم در کودکان را افزایش نداد و هم خطر ابتلا به آسم را در کودکان کاهش نداد.»

در این مطالعه، تیم داده‌های بیش از ۲۷۰۰۰ کودک را که بین ۱ مارس ۲۰۲۰ و ۲۸ فوریه ۲۰۲۱ تحت آزمایش واکنش زنجیره‌ای پلیمراز (PCR) برای کروناویروس قرار گرفتند، تجزیه و تحلیل کردند. آنها طی یک دوره ۱۸ ماهه تحت نظر بودند.آزمایش



بیش از ۳۱۰۰ کودک مثبت و بیش از ۲۴۰۰۰ نفر برای کروناویروس منفی بود. محققان دریافتند که تست کروناویروس تأثیر قابل توجهی بر احتمال تشخیص جدید آسم ندارد. این مطالعه تأیید کرد کودکانی که عوامل خطر شناخته شده برای آسم مانند نژاد، آلرژی‌های غذایی، تب یونجه و زایمان زودرس دارند، بیشتر در معرض ابتلا به آسم هستند.در آغاز همه‌گیری، نگرانی‌های زیادی در مورد اینکه چگونه افراد مبتلا به آسم تحت تأثیر این ویروس قرار می‌گیرند وجود داشت. در اوایل، آزمایشگاه هیل تحقیقاتی انجام داد که نشان داد آسم یک عامل خطر برای پیامدهای بدتر کووید نیست. به گفته محققان، آنها همچنین دریافتند که اگر تست کووید در کودکان مبتلا به آسم مثبت باشد، احتمال تشدید بیماری در آنها بیشتر نیست.هیل گفت: «از آنجایی که مطالعه صرفاً بر روی کودکان متمرکز شده است، تحقیقات بیشتری برای ارزیابی بیماران در سنین مختلف و در فواصل زمانی طولانی‌تر مورد نیاز است تا تأیید شود که بین کروناویروس و ایجاد آسم طولانی مدت رابطه وجود ندارد.»

بهترین رژیم غذایی برای سلامت مغز

✿ سرویس سلامت

حوزه سلامت در هفته رو به پایان، در جهان، شاهد اخبار و رویدادهای متعدد و مختلفی بود که به مرور گریده ای از مهم‌ترین آنها می‌پردازیم.

مهم‌ترین اخبار منتشرشده در حوزه بهداشت، درمان و تغذیه در سطح جهان به شرح زیر بوده اند:

طبق یک مطالعه جدید روی موش‌ها، رژیم فستینگ ممکن است سلامت روده را با افزایش سن حفظ کند.

استامینوفن ممکن است برای سلامت قلب ایمن نباشد

یک مطالعه جدید نشان داد که استامینوفن پروتئین‌ها را در بافت قلبی عروقی تغییر می‌دهد و به طور بالقوه بر عملکرد قلب تأثیر می‌گذارد.

آرتروز زانو با پیری سریع‌تر مغز و خطر زوال عقل مرتبط است

محققان در چین و ایالات متحده دریافتند اند که درد مزمن اسکلتی عضلانی می‌تواند با خطر بالاتر پیری مغز و زوال عقل مرتبط باشد.

✿ دانستنی

ضد آفتاب مناسب برای مادران باردار و کودکان چیست؟

✿ سرویس سلامت

کارشناس اداره کل آرایشی و بهداشتی سازمان غذا و دارو درباره مصرف بی‌خطر ضد آفتاب برای مادران باردار و کودکان توضیح داد. دکتر سارا میرحقی ساعتچی اظهار داشت: اغلب زنان باردار می‌دانند که خوردن برخی مواد غذایی یا ویتامین‌ها ممکن است برای جنین خطرناک باشد، اما شاید به این موضوع دقت نکنند که برخی از موادی که از طریق پوست نیز جذب می‌شود مانند کرم و لوسیون‌ها ممکن است بر سلامت جنین تأثیرگذار باشد.این کارشناس سازمان غذا و دارو در رابطه با مصرف کرم ضد آفتاب برای خانم‌های باردار و کودکان تصریح کرد: برای این گروه توصیه می‌شود، از ضدآفتاب‌های فیزیکی یا مینرال استفاده کنند که دارای فیلترهای فیزیکی زینک اکساید یا تیتانیوم دی اکساید هستند.میرحقی ساعتچی گفت: در صورت مصرف ضدآفتاب‌های حاوی رنگدانه باید در رابطه با مصرف ضدآفتاب‌های رنگی دقت شده و میزان کافی از ضدآفتاب مورد استفاده قرار گیرد./ایسنا

برخی از داروهای HIV می‌توانند با آلزایمر مقابله کنند

✿ سرویس سلامت

در یک مطالعه جدید، افراد مبتلا به اچ‌آی‌وی که داروهای استاندارد برای دور نگه‌داشتن ویروس دریافت می‌کردند، نرخ بسیار پایین‌تر ابتلا به بیماری آلزایمر داشتند. این نتایج نشان می‌دهد این داروها ممکن است خطر ابتلاء به بیماری مغزی را نیز کاهش دهند.تیمنی به سرپرستی دکتر «جرولد چان» از دانشگاه کالیفرنیا به این نتیجه رسیدند که این تحقیقات در مراحل اولیه است، اما این امکان وجود دارد که مکانیسم‌های مورد استفاده توسط این داروهای HIV در سطح ژنتیکی برای خنثی کردن آلزایمر در مغز عمل کنند. در این مطالعه، گروه چان نرخ بیماری آلزایمر را در میان تقریباً ۸۰۰۰۰ فرد مبتلا به HIV مثبت بالای ۶۰ سال بررسی کردند. برای بیش از ۴۶۰۰۰ نفر از آنها نوعی داروهای سرکوب‌کننده HIV معروف به مهارکننده‌های ترانس کریپتاز معکوس (RT) تجویز شده بود.محققان دریافتند در میان این زیرگروه، تشخیص آلزایمر در حدود ۲.۵ نفر در هر ۱۰۰۰ نفر رخ می‌دهد که بسیار کمتر از ۶.۱۵ در هر ۱۰۰۰ مشاهده شده در گروه کنترل از افراد مسن بدون HIV بود.این مطالعه برای اثبات اینکه مهارکننده‌های RT مستقیماً از بیماری آلزایمر جلوگیری می‌کنند طراحی نشده است. با این حال، این یافته جالب بود و مکانیسم‌های ژنتیکی وجود دارد که ممکن است این ارتباط را توضیح دهد.در یافته‌های اخیر، تحقیق چان نشان داد که در بیماران آلزایمری، ژنی که در نورون‌ها یافت می‌شود دچار جهش‌هایی می‌شود که می‌تواند هزاران نوع ژن جدید تولید کند.ژن مرتبط با آلزایمر، به نام APP، با استفاده از همان آنزیمی که HIV برای ربودن ژنتیکی سلول‌های انسان از آن استفاده می‌کند، دچار این تغییر شکل می‌شود.به همین دلیل است که داروهای بازدارنده RT یک عنصر رایج در داروی است که افراد HIV مثبت برای سرکوب ویروس از آن استفاده می‌کنند.بنابراین، این منطقی است که مهارکننده‌های RT فرآیندهای RT درگیر در بیماری آلزایمر را در سلول‌های مغز هم خنثی کنند.چان می‌گوید: «آنچه ما اکنون به آن پرداخته ایم بسیار خام است. گام بعدی واضح برای آزمایشگاه ما این است که تشخیص دهیم کدام نسخه از RT را در مغز فرد مبتلا به بیماری آلزایمر کار می‌کنند، به طوری که می‌توان درمان‌های هدفمندتری را کشف کرد.»/مهر

کدام مراکز مجاز به ارائه خدمات زالدورمانی هستند

✿ سرویس سلامت

رئیس اداره دارو سنتی سازمان غذا و دارو، مراکز مجاز به ارائه خدمات زالدورمانی را اعلام کرد.

مریم مشهود گفت: متأسفانه مشاهده می‌شود افرادی به صورت مستقیم زالو را از طریق فضای مجازی یا سایر تبلیغات تهیه کرده و بدون بررسی کیفیت، به صورت مستقیم برای بیمار تجویز یا مصرف می‌کنند. این کار خلاف مقررات بوده و همانند دیگر داروها و کالاهای سلامت که هیچ پزشکی اجازه ندارد خود به صورت مستقیم اقدام به تهیه و تجویز و مصرف برای بیمار نماید، زالو هم مانند دارو و سایر ملزومات پزشکی باید از طریق داروخانه تهیه و سپس در زنجیره مصرف قرار گیرد.وی همچنین در رابطه با خطرات تهیه زالو از مسیرهای غیرقانونی و بی‌ضابطه افزود: زالویی که خارج از زنجیره سلامت و تأمین سازمان غذا و دارو تهیه می‌شود ممکن است که از زالوهای صید شده در تالاب‌ها و مرداب‌ها بوده و یا زالویی باشد که پس از مصرف بر روی یک بیمار به درستی معدوم نشده و به طبیعت بازگشته باشد، چنانچه بیمار قبلی که زالو درمانی کرده دارای بیماری عفونی مسری مانند ایدز، هپاتیت یا سایر بیماری‌های قابل انتقال باشد، زالوهای صید شده می‌توانند این بیماری‌ها را به افراد دیگر منتقل کند.

مشهود خاطرنشان کرد با توجه به دستورالعمل‌های ثبت شده در سایت سازمان غذا و دارو تنها دو روش استفاده از الکل ۷۰ درصد و فریز کردن در دمای منفی ۲۰ درجه سانتیگراد برای معدوم سازی زالوی مصرف شده قابل قبول است.رئیس اداره دارو سنتی سازمان غذا و دارو گفت: در مواردی دیده شده که زالوی مصرفی را در آب نمک یا نمک گذاشته و پس از قی کردن زالو به اشتباه فرد استعمال کننده تصور می‌کند که زالو از بین رفته در حالی که این طور نیست و در صورتی که معدوم نشود در طبیعت دوباره به چرخه باز می‌گردد و می‌تواند عامل انتقال بیماری‌ها باشد./مهر