

به بهانه ۲۱ سپتامبر، روز جهانی آزیم

روزی برای یادآوری فراموشی



سعیده علیپور

پیشرفت مداوم همراه بوده و به مرور توانایی‌های ذهنی را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

اختلال حافظه بارزترین مشکل این بیماری است که به تدریج ایجاد شده و پیشرفت می‌کند. در ابتدا اختلال حافظه به وقایع و آموخته‌های اخیر محدود می‌شود، ولی کم‌کم خاطرات قدیمی هم آسیب می‌بینند. بیمار پاسخ پریشانی را که چند لحظه قبل پرسیده است فراموش می‌کند و مجدداً همان سؤال را می‌پرسد. وسایلش را گم می‌کند و نمی‌داند کجا گذاشته است. در خرید و پرداخت پول دچار مشکل می‌شود و نمی‌تواند حساب اموالش را نگه دارد. به تدریج در شناخت دوستان و آشنایان و نام بردن اسامی آنها نیز دچار مشکل می‌شود. کم‌کم مشکل مسیریابی پیدا کرده و اگر تنها از منزل بیرون برود ممکن است گم شود. در موارد شدیدتر حتی در تشخیص اتاق خواب، آشپزخانه، دستشویی و حمام در منزل خودش هم مشکل پدید می‌آید. بروز اختلال حافظه و روند تفکر سبب آسیب عملکردهای اجتماعی و شخصی بیمار شده و در نتیجه ممکن است سبب افسردگی، عصبانیت و پرخاشگری بیمار شود.

گفته می‌شود؛ پنج درصد از جمعیت ۶۵ ساله و بالاتر به بیماری آلزایمر متوسط تا شدید مبتلا هستند و این در حالیست که ۱۵-۱۰ درصد سالمندان در

همین گروه سنی از بیماری آلزایمر خفیف رنج می‌برند.

هر هفت دقیقه یک مبتلا

بر اساس آمارها بیش از ۵۰ میلیون نفر در جهان با دمانس زندگی می‌کنند، گرچه این رقم در ایران هنوز قطعی نیست، اما تخمین زده می‌شود که بیش از ۷۵۰ تا ۸۰۰ هزار نفر فرد مبتلا به دمانس در کشور زندگی می‌کنند که توجه به کیفیت زندگی آنها و مراقبان آنها امری ضروری است.

در همین باره معصومه صالحی، مدیرعامل انجمن آلزایمر ایران با اشاره به اینکه شعار امسال انجمن جهانی آلزایمر مانند سال قبل «بیایید بدون شرم در باره بیماری آلزایمر صحبت کنیم» است، می‌گوید: «بیماری آلزایمر و انواع دمانس از بیماری‌های غیرواگبری است که با بالا رفتن سن بیشترین مشکلات را برای خود فرد، مراقبین و جامعه پدید می‌آورد». به گفته او علت انتخاب این شعار این است که وقتی شرم از ابراز بیماری در تمام جوامع به ویژه در کشورهای خاورمیانه وجود دارد، بیماری به راحتی تشخیص داده نمی‌شود و فرد مبتلا به آلزایمر خانه‌نشین شده و ارتباط اجتماعی‌اش به حداقل می‌رسد و مراقبین درجه یک این فرد نیز دچار مشکلاتی مانند افسردگی خواهند شد.

این در حالی است که اگر شرم از ابراز بیماری وجود نداشته باشد، می‌توان بیماری را زودتر

تشخیص داد و هر یک سال تشخیص زود هنگام، پنج سال مشکلات ناشی از بیماری آلزایمر به تعویق می‌آید.

تشخیص داد و هر یک سال تشخیص زود هنگام، پنج سال مشکلات ناشی از بیماری آلزایمر به تعویق می‌آید.

عوامل مؤثر در بروز راه‌های پیشگیری

اماد این میان گرچه متخصصان به صورت قطعی از عوامل ابتلا به این بیماری صحبت نکرده‌اند، اما برخی داشتن حداقل سواد خواندن و نوشتن و خواندن کتاب و داشتن سرگرمی را در پیشگیری از ابتلا به آلزایمر دخیل می‌دانند. از سوی دیگر معتقدند؛ ابتلا به بیماری‌هایی نظیر فشارخون بالا، افزایش چربی خون و... پس از ۴۰ سالگی می‌تواند خطری برای ابتلا به آلزایمر باشد، زیرا عدم درمان این بیماری‌های مزمن به عروق ریز مغزی آسیب می‌رساند و در دراز مدت ریسک ابتلا به مشکلات مغزی را افزایش می‌دهد. همچنین چاقی عامل مؤثر دیگری برای ابتلا به آلزایمر است که با افزایش استفاده از غذاهای فست فود، چرب، عدم فعالیت جسمی و...

بیش از گذشته دیده می‌شود. به طوری که گفته می‌شود هر چقدر اندازه دور کمر افراد افزایش پیدا کند، احتمال ابتلا به آلزایمر هم همچون بیماری‌های دیگر افزایش می‌یابد.

در این میان مصرف دخانیات و الکل نیز که سبب مختل شدن خون‌رسانی در مغز می‌شود و عامل مؤثر دیگری برای ابتلا به دمانس و آلزایمر است.

اما نباید فراموش کرد که احتمال افسردگی در سالمندی نسبت به دوره‌های دیگر زندگی افزایش می‌یابد؛ فوت همسر، دور شدن فرزندان، تغییر محل زندگی و... سبب تنهایی سالمندی می‌شود و در نتیجه احتمال بروز آلزایمر قوت می‌گیرد. معمولاً افراد پس از بازنشستگی نیز ممکن است به افسردگی مبتلا شوند که توصیه اکید کارشناسان جذب این افراد در کارهای گروهی به ویژه کارهای خیریه است تا فرد احساس رضایت از خود داشته و شاد شود. این در حالی است که این روزها به دلیل بحران کووید ۱۹ فعالیت‌های اجتماعی کاهش یافته است و پیش‌بینی می‌شود این موضوع در درازمدت آثار بدی در افزایش آمار ابتلا به آلزایمر بر جا بگذارد.

در این میان آنچه بیش از هر مورد برای سالمندان توصیه می‌شود، ورزش و فعالیت بدنی است. متخصصان معتقدند، با نهادینه شدن ورزش از کودکی تا سالمندی خون‌رسانی در سیستم بدن افزایش می‌یابد. به طوری که روزی حداقل ۲۰ دقیقه تا نیم‌ساعت پیاده‌روی در حفظ سلامت مؤثر است.

ایران و تهدید آلزایمر در سال‌های پیش رو

در حالی که پیش‌بینی می‌شود در ۳۰ سال آینده شمار مبتلایان به آلزایمر به ۱۳۲ میلیون نفر در جهان برسد، گفته می‌شود در ایران، به دلیل تغییرات جمعیتی و تغییر سبک زندگی و مشکلات فراوان اقتصادی و اجتماعی این رقم از متوسط جهانی نیز پیشی بگیرد. آمارهای وزارت بهداشت می‌دهد کشورمان در سال‌های آینده با جمعیت عظیمی از سالمندان روبرو خواهد بود، جمعیتی که آلزایمر خطر بالقوه دوران سالمندی‌شان محسوب می‌شود و به همین دلیل اگر آمادگی لازم در این زمینه نباشد، مشکلات و هزینه‌های سنگینی

بیش از گذشته دیده می‌شود. به طوری که گفته می‌شود هر چقدر اندازه دور کمر افراد افزایش پیدا کند، احتمال ابتلا به آلزایمر هم همچون بیماری‌های دیگر افزایش می‌یابد.

در این میان مصرف دخانیات و الکل نیز که سبب مختل شدن خون‌رسانی در مغز می‌شود و عامل مؤثر دیگری برای ابتلا به دمانس و آلزایمر است.

اما نباید فراموش کرد که احتمال افسردگی در سالمندی نسبت به دوره‌های دیگر زندگی افزایش می‌یابد؛ فوت همسر، دور شدن فرزندان، تغییر محل زندگی و... سبب تنهایی سالمندی می‌شود و در نتیجه احتمال بروز آلزایمر قوت می‌گیرد. معمولاً افراد پس از بازنشستگی نیز ممکن است به افسردگی مبتلا شوند که توصیه اکید کارشناسان جذب این افراد در کارهای گروهی به ویژه کارهای خیریه است تا فرد احساس رضایت از خود داشته و شاد شود. این در حالی است که این روزها به دلیل بحران کووید ۱۹ فعالیت‌های اجتماعی کاهش یافته است و پیش‌بینی می‌شود این موضوع در درازمدت آثار بدی در افزایش آمار ابتلا به آلزایمر بر جا بگذارد.

لزم فعالیت گسترده در حوزه آلزایمر

آلزایمر صرف نظر از هزینه‌های مستقیم اقتصادی بر خانواده، هزینه‌های پنهان دیگر همچون تهدید بهداشت روانی و جسمانی فرد پرستار بیمار و اعضای خانواده را در پی دارد. تأثیر مستقیم در شغل فرد پرستار، ایجاد افسردگی و بیماری‌های استخوانی در فرد نگهداری‌کننده بیمار، افزایش تنش در اعضای خانواده که گاه منجر به طلاق می‌شود و نیز مشکلات تحصیلی فرزندان خانواده از جمله هزینه‌های پنهان این بیماری بر خانواده است.

از گوشه و کنار

فرد ایرانی الاصل زرتشتی قول داد

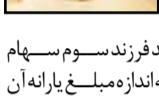
فروش ۲۰ میلیون دوز واکسن کرونا به ایران



سعید نمکی وزیر بهداشت در جلسه ستاد ملی مقابله با کرونا گفت: یک شرکت هندی ۱۰۰ میلیون دوز واکسن کرونا

به آمریکایی‌ها پیش‌فروش کرده است، مدیرعامل این شرکت فردی ایرانی الاصل زرتشتی است که به ما قول داده است ۲۰ میلیون دوز واکسن را با قیمت پایین‌تر به ما بفروشد.

اعلام جزئیاتی از طرح تشویق زاد و ولد



به گفته یک نماینده مجلس، در طرح در دست بررسی «تشویق زاد و ولد» پیش‌بینی شده که برای سه دهک

پایین جامعه، به محض تولد فرزند سوم سهم آیندگان تعلق گیرد که به اندازه مبلغ یارانه آن خانوار است و ماهانه پرداخت خواهد شد. سیدعلی موسوی، با بیان اینکه سهام آیندگان از محل ۵ درصد سهام شرکت‌های دولتی است که در اختیار بنیاد ملی جمعیت قرار می‌گیرد، گفت: مادر باره این طرح پارتنر کمیسیون فرهنگی مشورت کردیم و قرار شد پس از ارائه نظر کارشناسی مرکز پژوهش‌ها این طرح در صحن مجلس مطرح شود.

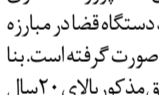
تکذیب قطع انگشت ۳ کودک به جرم سرقت



قوه قضاییه قطع انگشت ۳ کودک که به جرم سرقت را تکذیب کرد. مرکز رسانه قوه قضاییه

جمعه شب خبر منتشره پیرامون اجرای حکم قطع انگشت دست سه کودک به جرم سرقت را تکذیب محض خواند. به گزارش مرکز رسانه قوه قضاییه، پیگیری‌های مرکز رسانه قوه قضاییه از دادگستری استان آذربایجان غربی نشان می‌دهد؛ ادعای مطرح شده در برخی رسانه‌های خارجی مبنی بر تأیید و اجرای حکم قطع انگشت دست سه کودک که به جرم سرقت، صحت نداشته و این موج تبلیغاتی نیز در راستای ادامه پروژه فضا سازی رسانه‌ای غرب علیه و ریکور دستگاه قضا در مبارزه همه جانبه با فساد و ناامنی صورت گرفته است. بنا به این گزارش، مجرمان سارق مذکور بالای ۲۰ سال سن دارند و هم‌اکنون در حال گذراندن دوران محکومیت خود هستند.

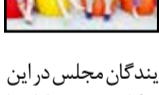
بررسی واگذاری مهدهای کودک به آموزش و پرورش



معان امور اجتماعی سازمان بهزیستی کشور با بیان اینکه بحث واگذاری مهدهای کودک همچنان در حال بررسی است،

گفت: در جلسه‌ای که با نمایندگان مجلس در این خصوص برگزار شد، نمایندگان به صورت کلی با واگذاری مهدهای کودک به آموزش و پرورش موافقت کردند، اما برهه‌های مهمی همچون وجود دارد که در این راستا مقرر شد کمیته‌های متشکل از بهزیستی، آموزش و پرورش، نمایندگان مجلس و... تشکیل و در این رابطه جزئی‌تر تصمیم‌گیری شود. حبیب‌الله مسعودی فرید گفت: سازمان بهزیستی درخواست دارد که کودکان زیر سن دبستان یک گروه تلقی شوند و تولی‌گری مهدهای کودک باید بر عهده یک نهاد قرار گیرد، چرا که تولی‌گری دوگانه یا چندگانه به حوزه کودک آسیب می‌زند.

گاو خونی زنده نشد



مدیرکل دفتر حفاظت و احیای تالاب‌های سازمان حفاظت محیط زیست ضمن اشاره به اینکه با وجود بارش‌های خوب دوسال اخیر تالاب گاو خونی همچنان در وضعیت خوبی نیست، گفت: به دلیل حجم بارگذاری‌ها در بالادست تالاب اگر سه برابر میانگین بارش سالانه، بارندگی داشته باشیم باز هم آب تالاب گاو خونی نمی‌رسد. مسعودی با قرائت کمیته اشاره به اینکه به عنوان کارشناس تالاب بر این باورم که تالاب گاو خونی مظلوم‌ترین تالاب ایران است، اظهار کرد: بیشتر تالاب‌های مادر کشور چندین رگ حیاتی دارند اما تالاب گاو خونی تنها یک رگ حیاتی دارد که آن هم زنده رود است.



برنامه‌ریزی درستی نداشته باشیم و این تخمین واقعی شود، یک فاجعه در کشور رخ می‌دهد. طبرسی مجدداً بر رعایت پروتکل‌های بهداشتی و پوشش ماسک از سوی مردم تأکید کرد و گفت: از مردمی که تا به امروز هر رعایت نمی‌کردند، می‌خواهیم که پوشش ماسک و رفتارهای بهداشتی را جدی بگیرند، از تجمعات و رفتن و آمدهای غیر ضروری پرهیز کنند، چرا که اوضاع بدی داریم و اگر این موج سوم شکل بگیرد متأسفانه مرگ و میرها بسیار بالاتر می‌رود.

مرگ و میر در آبان ماه به ۶۰۰ نفر در روز می‌رسد

بهداشتی را رعایت کرده و حواس خود را سرگرم اخبار واکسن و دارو نکرده.

پیام طبرسی با اشاره به افزایش تقاضای بستری در بخش اورژانس بیمارستان مسیح دانشوری از اواخر هفته گذشته، عنوان کرد: متأسفانه آمار مراجعه به اورژانس از حدود ۶۸ نفر در چند روز گذشته، این روزها به حدود ۲۰۰ نفر در روز رسیده، به گونه‌ای که مردم برای بستری در اورژانس صف کشیده‌اند و فشار کاری شدیدی طی چند روز اخیر شروع شده است.

وی همچنین از مسئولان خواست که بحران کرونا را جدی‌تر بگیرند و تأکید کرد: نباید صبر کنیم که شرایط بحرانی شود و بعد به دنبال حل آن بحران باشیم. شیوع موج سوم از اواخر هفته گذشته آغاز شده و اگر به همین منوال پیش برویم، طبق تخمین دکتر حریری در نموداری که نشان دادند، در آبان ماه مرگ و میر ناشی از کرونا به ۶۰۰ نفر در روز می‌رسد، البته امیدواریم که این تخمین هیچ وقت محقق نشود، ولی اگر

لغو طرح ترافیک نیز در کاهش مبتلایان اثری نداشته است.

عضو شورای شهر تهران ادامه داد: علیرغم تذکرات ستاد ملی مقابله با کرونا برخی از مردم هنوز هشدارها و توصیه‌ها را جدی نمی‌گیرند و فاصله‌گذاری فیزیکی و استفاده از ماسک نسبت به ماه‌های قبل متأسفانه در تهران کمتر مدنظر شهروندان قرار دارد که این بی‌توجهی و سهل‌انگاری‌ها افزایش آمار مبتلایان را سبب می‌شود.

شروع موج سوم کرونا و ضرورت پیش از پیش استفاده از ماسک

همچنین رئیس بخش عفونی بیمارستان مسیح دانشوری با اشاره به پیک سوم کرونا و بیان اینکه این روزها چیزی به اسم سرماخوردگی نداریم و هر علامت تنفسی مطمئناً کروناست، گفت: متأسفانه موج سوم کرونا شروع شده، حداقل تا چهار ماه آینده باید برای جلوگیری از فاجعه جدید پروتکل‌های

پیش‌بینی تشدید کرونا در موج سوم؛

از اوج‌گیری سفرها در روزهای پایانی تابستان گرفته تا برگزاری مراسم عزاداری محرم و بازگشایی مدارس و دانشگاه‌ها و لغو دورکاری یک سوم از شاغلان مراکز دولتی در تهران؛ رفتارهایی است که کارشناس معتقدند کشور را خیلی زود وارد پیک سوم کرونا کرده است. گرچه سیما سادات لاری، سخنگوی وزارت بهداشت، دیروز از شناسایی ۲۸۴۵ مورد ابتلا و ۱۶۶ فوتی ناشی از کووید-۱۹ طی یک شبانه‌روز خبر داد، اما پیش‌بینی می‌شود، مرگ و میر ناشی از کرونا در نیمه پاییز بیش از سه بار آنچه در این روزها با آن مواجهیم افزایش پیدا کند.

در تهران روزی ۶۰۰ نفر بر اثر کرونا می‌میرند

در این میان، این روزها شرایط در پایتخت کمی وخیم‌تر از سایر نقاط کشور نیز هست. به طوری که زهرا صدر اعظم نوری، عضو شورای شهر تهران با اشاره به فوت روزانه بیش از ۶۰۰ نفر در پایتخت به دلیل ابتلا به کرونا گفت که حتی

گزارش