فقط سه ساعت وقت دارید!

درمان جدید سکته مغزی در ایران

سکته مغزی تا چند سال پیش سومین علت مرگ و میر در دنیا بوده است که در کشورهای پیشرفته با برنامه ریزی و همکاری سیستم‌های بهداشتی، درمانی و مردم به پنجمین علت تنزل یافته ولی متاسفانه در ایران و کشورهای جهان سوم در رده دوم علل مرگ و میر قرار دارد. خوشبختانه امروزه با توجه به تحقیقات و پژوهش‌های علمی سکته مغزی قابل درمان می‌باشد. به طوریکه زمان طلایی درمان سکته مغزی با روش درمانی TPA (استفاده از فعال کننده پلاسمینوژن بافتی) سه ساعت پس از شروع علائم است که بهبودی چشم گیر و قابل ملاحظه‌ای را در ۳۹ تا ۳۶ درصد بیماران به همراه خواهد داشت. البته در این روش لازمه شروع درمان، مراجعه سریع و کمتر از ۳ ساعت به بیمارستان و انجام اقدامات لازم است.

عبدالرضا قریشی متخصص مغز و اعصاب در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: سکته مغزی قابل درمان است به شرط آنکه وقت را از دست ندهیم. وی بیان کرد سکته مغزی به اختلال در عملکرد مغز، ناشی از اختلال در خون‌رسانی به نسج مغز گفته می‌شود و چنانچه یکی از عروق خون‌رسان مغز به دلیل وجود لخته‌ای دچار انسداد شده و خون به یک ناحیه از مغز نرسد، آن ناحیه عملکرد خود را از دست داده و سکته مغزی عارض می‌شود.

سکته مغزی؛ دومین عامل مرگ‌ومیر در ایران

مسئول واحد درمان سکته حاد مغزی استان زنجان، اظهار کرد: اولین علت اهمیت سکته مغزی شیوع آن است. سکته مغزی دومین عامل مرگ‌ومیر در تمام سنین در ایران است. در هر پنج دقیقه یک سکته مغزی و در هر روز ۳۰۰ نفر از هموطنان‌مان دچار این عارضه می‌شوند و این در حالی است که ۲۵ درصد کل سکته‌های مغزی هم در افراد جوان و زیر ۵۵ سال رخ می‌دهد. قریشی با اشاره به اینکه عوارض و مرگ و میر سکته مغزی موجب اهمیت این موضوع می‌شود، افزود: متاسفانه ۱۰ درصد از افرادی که دچار سکته مغزی شده‌اند، جان خود را از دست می‌دهند. ۷۰ درصد از افرادی که دچار سکته مغزی می‌شوند نیز شغل خود را از دست می‌دهند و ۳۰ درصد از این گروه هم زمین‌گیر می‌شوند و قادر به راه رفتن بدون کمک سایرین نیستند.

زمان طلایی درمان؛ سه ساعت نخست بروز سکته

این متخصص مغز و اعصاب خاطرنشان کرد: این عارضه درمان‌پذیر است در صورتی که بیمار به‌موقع به بیمارستان منتقل شود. اگر این عارضه به خوبی شناخته شود و به موقع و در زمان طلایی «سه ساعت نخست بروز سکته» به بیمارستان منتقل شود، امکان درمان وجود دارد، اما بعد از زمان طلایی نمی‌توان کاری کرد. وی ادامه داد: در هر دقیقه‌ای که از سکته مغزی سپری می‌شود، ۲ میلیون عدد از سلول‌های مغزی می‌میرند که بر این اساس در عرض یک ساعت ۱۲۰ میلیون سلول مغزی از بین می‌رود. بنابراین مراجعه و انتقال سریع بیمار مبتلا به سکته مغزی به مراکز درمانی جهت نتیجه‌بخش بودن درمان الزامی خواهد بود.

مسئول واحد درمان سکته حاد مغزی استان زنجان خاطرنشان کرد: شایع‌ترین علایم سکته مغزی شامل انحراف صورت است که بدین صورت هر کسی که به‌صورت ناگهانی دچار انحراف در یک سمت صورت شود، احتمال سکته مغزی وجود دارد و باید بلافاصله با ۱۱۵ تماس گرفته شود. ضعف اندام‌ها که موجب احساس ضعف و یا سنگینی در یک یا دو اندام می‌شود، می‌تواند علامتی از سکته مغزی باشد. همچنین فلج شدن ناگهانی یک دست و یا یک پا و یا هر دو، اختلال در تکلم، صحبت کردن و ادای کلمات، اختلال تعادل ناگهانی و بعضی اوقات سرگیجه و اختلال ناگهانی دید از دیگر علایم سکته مغزی است؛ از اینرو اگر فردی دچار آسیب در عضلات صورت و بروز اختلالاتی در نحوه صحبت کردن اعم از عدم تکلم، عدم درک تکلم، عدم امکان تولید صوت و یا سنگینی کلام شود باید بلافاصله با ۱۱۵ تماس گرفته شود.

در صورتی که بیمار سکته مغزی، به موقع و در کمتر سه ساعت به بیمارستان رسانده شود، پس از انجام اقدامات تشخیصی، تحت درمان با داروی حل کننده لخته قرار می‌گیرند که با برداشته شدن لخته و رفع انسداد، حیات به مغز باز می‌شود

کاهش مرگ‌ومیر با داروی حل کننده لخته خون

بنابراین یکی از راه‌های کاهش عوارض و ناتوانی‌های ناشی از سکته حاد مغزی راه‌اندازی واحد مراقبت سکته حاد مغزی (Stroke Care Unit) است که در آن افرادی شاغل به کار هستند که آموزش‌های تخصصی لازم جهت درمان سکته حاد مغزی و عوارض ناشی از آن را دریافت کرده‌اند. البته مطالعات متعددی نشان می‌دهد که بستری بیماران سکته حاد مغزی در واحد مراقبت سکته حاد مغزی منجر به کاهش مرگ‌ومیر و ناشی از سکته حاد مغزی می‌شود.

بستری بیماران در SCU با مراقبت‌های ویژه، منجر به کاهش ۱۸ درصد در عوارض و مرگ‌ومیر سکته مغزی می‌شود. با بهره‌گیری از داروی حل کننده لخته خون، ۳۰ تا ۵۰ درصد کاهش در عوارض و مرگ‌ومیر ناشی از سکته مغزی را خواهیم داشت.

قریشی گفت: در صورتی که بیمار سکته مغزی، به موقع و در کمتر سه ساعت به بیمارستان رسانده شود، پس از انجام اقدامات تشخیصی، تحت درمان با داروی حل کننده لخته قرار می‌گیرند که با برداشته شدن لخته و رفع انسداد، حیات به مغز باز می‌شود. وی خاطرنشان کرد: واحد درمان سکته حاد مغزی استان زنجان، از یکم تیرماه سال ۹۵ افتتاح شد، از آن زمان تا ۲۵ مهرماه امسال ۲۷۰ بیمار در SCU زنجان تحت درمان با داروی حل کننده لخته قرار گرفته‌اند. درطی دو سال اخیر در قالب طرح تحول نظام سلامت، ۵۵ بیمارستان در کل کشور مجهز به SCU شده که خدمات درمان پیشرفته سکته مغزی را به هم‌وطنان ارایه می‌کنند. سامانه‌ای توسط وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی راه‌اندازی شده است که اطلاعات مربوط به سکته مغزی در آن ثبت می‌شود.

شایع‌ترین علایم بروز سکته مغزی شامل انحراف صورت است؛ بدین صورت هر کسی که به‌صورت ناگهانی دچار انحراف در یک سمت صورت شود، احتمال سکته مغزی وجود دارد و بر این اساس نباید وقت را از دست داد و بلافاصله با ۱۱۵ باید تماس گرفته شود

قریشی افزود: از زمان فعالیت سامانه مذکور، زنجان با ثبت ۲۷۰ بیمار، استان پیشرو در سطح کشور برای درمان سکته حاد مغزی شناخته شده است.

راه‌های جلوگیری از بروز سکته مغزی

مسئول واحد درمان سکته حاد مغزی استان زنجان خاطرنشان کرد: در این بین، خدمات مرکز فوریت‌های پزشکی در زمینه سکته مغزی اهمیت بالایی دارد. پرسنل مرکز فوریت‌های پزشکی آموزش‌های لازم در جهت تشخیص و انتقال سریع بیماران سکته مغزی به واحد درمان سکته مغزی را دریافت کرده‌اند.

طی دو ماه اخیر، اورژانس هوایی به یاری بیماران سکته مغزی در دیگر مناطق استان آمده که در این مدت هفت بیمار سکته مغزی از مناطق دوردست استان زنجان توسط هلیکوپتر به بیمارستان ولیعصر منتقل و تحت درمان قرار گرفته‌اند که به دلیل سرعت بالای انتقال، درمان نتایج خوبی داشته است. وی در پاسخ به اینکه چه کنیم تا دچار سکته مغزی نشویم، گفت: کنترل فشار خون کنترل قند و درمان دیابت، ترک سیگار و قلیان، درمان چاقی، درمان چربی و کلسترول، فعالیت بدنی کافی و ورزش، رژیم غذایی سالم درمان بیماری‌های قلبی و مصرف منظم داروهای تجویزی از راه‌های پیشگیری از سکته مغزی است. در صورت بروز علایم سکته مغزی، اولین اقدام تماس با ۱۱۵ است و نباید وقت را با تماس با اطرافیان از دست داد.

خبر

با آغاز فصل سرما و افزایش آلودگی هوا

جوش صورت و نازایی در مردان افزایش می‌یابد

رییس انجمن تغذیه ایران دکتر جلال‌الدین میرزای رزاز ضمن تشریح عوارض و مضرات آلودگی هوا، در گفت‌وگو با ایسنا گفت: به منظور پیشگیری از آسیب‌های ناشی از آلودگی هوا، باید از نظر تغذیه‌ای بدن خود را از مواد آنتی‌اکسیدان غنی کنیم تا ضرر ناشی از تنفس آلاینده‌های هوایی به حداقل برسد.

بنابر تحقیقات و پژوهش‌های انجام شده اثبات شده است آلودگی هوا به طرق گوناگونی می‌تواند آثار زیان‌بار درازمدت و کوتاه‌مدتی بر سلامت انسان‌ها بگذارد. تاثیر آلودگی هوا بر افراد مختلف، متفاوت است. آسیب‌پذیری برخی افراد در برابر آلودگی هوا بسیار بیشتر از سایرین است. کودکان کم سن و سال و سالمندان بیشتر از دیگران از آلودگی هوا آسیب می‌بینند. بر اساس مطالعات اپیدمیولوژیک بیشترین تاثیر آلودگی هوا بر اساس ایجاد استرس اکسیداتیو در بدن است. چنانچه برخی بیماری‌ها مانند آسم، بیماری قلبی و ریوی در مواقع آلودگی هوا تشدید می‌شوند، معمولا میزان آسیب‌ها بستگی به میزان قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی زیان‌بار دارد؛ یعنی مدت تماس با آلاینده‌ها و غلظت مواد شیمیایی مهم است.

رزاز درباره عوارض آلودگی هوا اظهار داشت حساسیت چشم‌ها، بینی و حلق، عفونت‌های دستگاه تنفسی فوقانی مانند برونشیت و ذات الریه، سردرد، تهوع و واکنش‌های آلرژیک نیز از عوارض کوتاه مدت این مشکل زیست‌محیطی هستند. همچنین آثار درازمدت آلودگی هوا می‌تواند بیماری مزمن تنفسی، سرطان ریه، بیماری قلبی و حتی آسیب به مغز، اعصاب، کبد و کلیه‌ها را شامل شود. این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه عقیمی ناشی از کاهش شمار اسپرم در مردان نیز از عوارض آلودگی هوا شناخته شده می‌شود، گفت: آلودگی هوا نه تنها در تشدید آسم نقش دارد، بلکه بزرگترین عامل خطر در ایجاد این بیماری محسوب می‌شود.

تبعات آلودگی هوا در دیابتی‌ها

رزاز یکی از عوامل موثر در بروز جوش صورت را آلودگی هوا معرفی کرد و افزود: آلودگی هوا برای بیماران دیابتی مرگ‌بار است. آلودگی هوا در فرایند کنترل جریان خون در دیابتی‌ها اختلال ایجاد می‌کند. در تحقیقات انجام شده، مشخص شده است که آلودگی هوا در بروز چاقی نیز نقش دارد و مرگ زودرس در نواحی آلوده شهرها به اثبات رسیده است. وی گفت: اخیرا عنوان شده است که در گیاهان، آلاینده‌ها توان گیاهان را برای مقابله با بیماری‌ها و حشرات کاهش می‌دهند و در رشد آنها تاثیر منفی می‌گذارند. در همین راستا بسیاری از درختان در بزرگراه‌های شهر تهران به علت انباشت لایه‌ای از ذرات آلاینده بر شاخ و برگ آن‌ها، در حالت نیمه مرگی هستند.

رییس انجمن تغذیه ایران افزود: با بررسی مکانیسم اثر آلاینده‌ها بر بدن به این نتیجه می‌رسیم که تنفس موادی نظیر اوزون، نیتروژن دی‌اکسید و ذرات غبار و یا ترکیبات سوخت بنزین، باعث از بین رفتن انواع ترکیبات آنزیمی و غیر آنزیمی با کارکرد آنتی اکسیدانی در بدن می‌شوند و در نتیجه مواد اکسیدان به راحتی به ارگان‌های بدن انسان آسیب می‌رسانند. وی ادامه داد: به منظور پیشگیری از این آسیب، باید از نظر تغذیه‌ای بدن خود را از مواد آنتی‌اکسیدان غنی کنیم تا ضرر ناشی از تنفس آلاینده‌های هوایی به حداقل برسد. آنتی اکسیدان‌های مفید برای بدن را می‌توان از طریق مواد غذایی تامین کرد.

آنتی‌اکسیدان‌های کاهنده مضرات آلودگی هوا

رزاز درباره آنتی‌اکسیدان‌های مفید برای بدن و منبع تغذیه‌ای هر یک از آنها گفت: آنتی اکسیدان‌هایی مانند ویتامین E در روغن گیاهی، روغن دانه‌ها، حبوبات، سبزیجات سبز و تخم‌مرغ و ویتامین C در میوه‌ها، مرکبات، توت و سبزیجات (بروکلی، فلفل شیرین، گل کلم، کلم بروکسل و کلم پیچ) می‌توان تامین کرد. همچنین ویتامین D موجود در نور خورشید، شیر غنی شده، ماهی و روغن ماهی و فولات (B۹) در سبزیجات برگ‌دار، حبوبات، نخود فرنگی، برخی میوه‌ها و خرچنگ نیز از دیگر آنتی اکسیدان‌هایی هستند که می‌توانند از آسیب‌های آلودگی هوا در بدن را کاهش دهند. وی افزود: سلنیوم در غلات، محصولات حیوانی بخصوص احشاء (دل و جگر) و غذاهای خوراکی، روی در پروتئین حیوانی، حبوبات، آجیل، دانه آفتابگردان و کدو تنبل و اسید چرب غیر اشباع نظیر امگا- ۳ و امگا- ۶ در روغن ماهی، ماهی و صدف، روغن کانولا و سویا از دیگر آنتی‌اکسیدان‌های موجود در مواد غذایی هستند. رییس انجمن تغذیه ایران در پایان صحبت‌های خویش اظهار داشت فلاونوئیدها در سیب، لیمو، پرتقال، سیب زمینی، گل کلم، چای، ریشه ها، ایزوفلاونوئیدها در حبوبات، سویا، لوبیا، لپه، عدس و لیگنان در دانه‌های روغنی (دانه کتان، سویا، کلزا)، حبوبات، سبزیجات و میوه‌ها دسته دیگری از آنتی اکسیدان‌های کاهنده مضرات آلوگی هوا هستند.

تازه‌های علم

مرگ زودرس در اثر تماشای بیش از ۲ ساعت تلویزیون

محققان براساس نتایج یک بررسی جدید هشدار داده‌اند، تماشای روزانه بیش از ۲ ساعت و ۱۲ دقیقه تلویزیون در روز منجر به افزایش ریسک مرگ زودرس می‌شود. باتوجه به مطالعات جدیدی که توسط تیم دانشگاهی گلاسگو صورت گرفته، ثابت شده است که میان تماشای بیش از حد تلویزیون و مرگ زودرس ارتباط مستقیمی وجود دارد. محققان باور دارند، میان تماشای زیاد تلویزیون و مصرف خوراکی‌های چرب، استعمال سیگار و الکل ارتباط مستقیم وجود دارد.

براساس داده‌های به دست آمده از یک پژوهش که ۳۲۹ هزار نفر را تحت بررسی قرار داده است، مردم مناطق فقیر بیش از دیگر مناطق برای تماشای تلویزیون وقت می‌گذارند. این مطالعه جدید تأیید می‌کند، افرادی که به طور مداوم پای تماشای تلویزیون می‌نشینند، ریسک بروز بیماری‌های قلبی در خود را به میزان بالقوه‌ای افزایش می‌دهند. محقق ارشد این پژوهش و سرپرست تیم مطالعه می‌گوید: «علاوه بر چاقی، دیابت و بیماری‌های قلبی که محصول تماشای بیش از ۲ ساعت تلویزیون هستند، افسردگی نیز از بارزترین عوارض دیدن تلویزیون است تماشای تلویزیون انزوای اجتماعی به دنبال دارد که در پی آن افسردگی بروز می‌کند».

کشف بقایای کشتی نوح در تکاب

براساس گزارش نیویورک پست گروهی از محققان مدعی شدند بقایای کشتی نوح را بر روی قله کوهی در ایران کشف کرده‌اند. به گزارش زریان موکریان به نقل از خبرگزاری صدا و سیما، یک روزنامه آمریکایی نوشت گروهی از محققان مدعی شدند بقایای کشتی نوح را بر روی قله کوهی در ایران کشف کرده‌اند.

روزنامه نیویورک پست چاپ آمریکا در گزارشی به قلم «آلاهنا کیندرد» در پایگاه اینترنتی خود نوشت: محققان موسسه تحقیقات باستان‌شناسی مستقر در آمریکا (BASE) اعلام کردند اسناد محکمی بدست آورده اند که بر اساس آنها می‌گویند بقایای کشتی نوح را بر فراز کوه تخت سلیمان در استان آذربایجان غربی در ایران کشف کرده‌اند.

محققان این گروه باستان شناسی می‌گویند تکه ها و قطعاتی از چوب را بر فراز ارتفاع هزار و پانصد متری کوهی در ایران کشف کرده‌اند و این قطعات چوب را در آزمایشگاه مورد بررسی و تحقیق قرار داده و متوجه شده‌اند که نشانه‌هایی از فسیل شدن بر روی این چوب ها مشاهده می شود. علاوه بر آن این محققان نشانه‌هایی از زندگی دریایی را بر روی نمونه‌های سنگ های منطقه کشف کرده‌اند که بطور معمول در اعماق اقیانوس‌ها می‌توان این نشانه‌ها را دید.

این گروه از باستان شناسان می‌گویند تحقیقات آنها نشان می‌دهد کوه تخت سلیمان حاوی اسناد و نشانه‌های بسیار قاطعی از دوره‌های گذشته است.

محققان این گروه می‌گویند نمی‌توانند مدعی شوند که بقایای کشتی نوح را بر فراز این کوه در ایران کشف کرده‌اند بلکه تنها اسناد و نشانه‌ها محکمی را ارائه می‌کنند و نتیجه‌گیری را به مخاطب واگذار می‌کنند. به نوشته نیویورک پست، کشتی نوح یکی از بزرگترین اسرار انجیلی جهان است و محققان از مدتها قبل تلاش‌های زیادی برای یافتن نشانه‌هایی از آن شروع کرده‌اند که خود این کشتی نشانه وقوع توفانی بسیار بزرگ در جهان است.