



■ سه‌شنبه ۵ شهریور ۱۳۹۸ ■
 ■ سال یازدهم ■ شماره ۱۵۴۸ ■

www.sepehrpress.com

سپهرغرب، گروه سلامت – طبیه اسدیبگی: یک کارشناس مامایی با بیان اینکه مشکلاتی که فرد به‌خاطر سقط جنین مداوم با آن‌ها مواجه می‌شود ممکن است بارداری‌های بعدی را نیز تحت تأثیر قرار دهد و احتمال بارداری مجدد را سخت کند، اذعان کرد: چراکه سقط مکرر باعث نازکی یا کلفتی رحم شده و موجب نازایی می‌شود.

دوران بارداری معمولاً با دل‌پره‌های شیرینی همراه است، هم برای زن و شوهرهایی که نخستین‌بار است پدر و مادر می‌شوند و هم برای والدینی که بار دیگر قرار است کودکی به زندگی‌شان وارد شود؛ اما گاهی به دلایل مختلف پدر و مادر مجبور می‌شوند از فرزند آینده خود بگذرند و عمل سقط جنین را انجام دهند.

سقط جنین به معنی از دست رفتن محصول حاملگی (جنین یا رویان) قبل از هفته ۲۰ بارداری است، اما پزشکان بیشتر از این اصطلاح برای توصیف هر نوع ختم حاملگی در سه‌ماهه نخست بارداری استفاده می‌کنند.

سقط جنین به معنای پایان یافتن بارداری در هر مرحله‌ای بوده که زندگی نوزاد در جریان است، اگرچه غالباً به لحاظ فنی و تخصصی، خاتمه یافتن بارداری به‌واسطه جراحی یا خارج کردن جنین با رویمان از رحم (پیش از آنکه قادر به ادامه حیات باشد) را سقط جنین می‌گویند.

مرگ جنین اگر به‌صورت خودبه‌خود رخ دهد، به آن سقط خودبه‌خودی ناخواسته گفته می‌شود. سقط جنین عمدی (خواسته) دارای سابقه تاریخی طولانی است و به روش‌های مختلفی همچون سقط‌کننده‌های گیاهی، استفاده از ابزار تیز، آسیب جسمانی و دیگر روش‌های سنتی انجام می‌شده؛ علم پزشکی معاصر با بهره‌گیری از داروها و روش‌های جراحی، سقط جنین را راحت کرده است.

یک زن به دو صورت اقدام به انجام سقط می‌کند؛ در روش نخست می‌تواند در یک محل استریل و سالم و به‌وسیله فرد دارای مهارت کافی جنین را سقط کند. گاهی هم در شرایط بد بهداشتی و به‌وسیله افراد ناوارد جنین خود را سقط می‌کند که درواقع علاوه بر عوارض و تهدید جان مادر، خطرات بسیاری دارد، البته عارضه در شرایط مطمئن به حداقل می‌رسد و صفر نمی‌شود. در دنیای امروز آمار سقط جنین عمدی رو به افزایش است و زنان سقط جنین را بهترین و آسان‌ترین راه برای پیشگیری از تولد نوزادان ناخواسته می‌دانند، درصورتی که این عمل خطرات و عوارض متعددی خواهد داشت. عوارض زودرس می‌تواند شامل خونریزی و عفونت باشد و عوارض دیررس مانند از دست دادن

تفریح ارزانی

که بلای جانتان می‌شود استعمال هر وعده قلیان

معادل چند پاکت سیگار است؟

سپهرغرب، گروه سلامت: مصرف قلیان این روزها رو به افزایش است، درحالی‌که این ماده دخانی عوارض مرگبار و خطرناک‌تری نسبت به سیگار دارد.

روز جمعه بود و همراه خانواده برای تفریح به یکی از بوستان‌های شهر رفیقیم، دور هم نشسته بودیم که بوی خاصی مشامم را آزار داده این بو چیزی جزء بوی تنباکوی قلیان نبود. خانواده‌ای در چند قدمی ما دور هم نشسته بودند و از کودک سه‌ساله تا پیرمرد ۷۰ ساله همه باهم می‌کشیدند و هیچ‌کس از قلیان کشیدن و شرمندۀ نبود، توبتی چند پک می‌زدند و قلیان را به نفر بعدی می‌دادند.

متأسفانه این روزها مصرف قلیان به یک تفریح خانوادگی تبدیل شده است، تفریحی که سلامت همه اعضای خانواده را به خطر انداخته و انواع و اقسام سرطان‌ها و عوارضی همچون ناباروری را به جان افرام می‌اندازد؛ اغلب خانواده‌ها با مصرف سیگار فرزندان خود مخالف هستند، این درحالی‌بوده که عوارض مصرف قلیان برای سلامت بدن چندبرابر سیگار است.

● آمار مصرف مواد دخانی در ایرانیان

رحم، نازایی، از دست دادن تخمدان، چسبندگی به دنبال عفونت‌ها، درد و حتی انسداد روده‌ها است. اکثر بارداری‌هایی که به سقط جنین ختم می‌شوند، با خونریزی همراه بوده و گاهی اوقات خونریزی تا ماه‌ها بعد ادامه پیدا می‌کند و مشکلاتی مانند ضعف، کم‌خونی و افسردگی به دنبال دارد.

در کشور‌های توسعه‌یافته مدت مدیدی است که سقط جنین خودخواسته و قانونی به لحاظ پزشکی از امن‌ترین فرآیندها محسوب می‌شود، بااین‌حال سقط جنین ناسالم (که توسط فرد بدون آموزش مناسب یا خارج از محیط‌های پزشکی انجام می‌شود) تخمین زده شده که ۲۰ میلیون از آن‌ها به شکلی ناسالم انجام شده است؛ چهل درصد زنان حامله جهان از داشتن امکانات درمانی و حق انتخاب برای سقط جنین محروم هستند.

قانونی بودن، همه‌گیری، وضعیت فرهنگی و مذهبی در نوع نگاه به سقط جنین تفاوت قابل ملاحظه‌ای ایجاد می‌کند؛ در بسیاری از نقاط جهان بحث‌های جنجالی بر سرّ قانونی و اخلاقی بودن سقط جنین وجود دارد.

به نظر می‌رسد عدم دسترسی به آموزش و خدمات تنظیم خانواده برای پیشگیری از بارداری در سراسر جهان، از مهم‌ترین عوامل سقط جنین است.

● سقط جنین ناامن (غیر بهداشتی)
گاهی اوقات زنان برای خاتمه دادن به دوره بارداری خود به شیوه‌های ناامن متوسل می‌شوند، به‌خصوص زمانی که عمل سقط جنین محدودیت قانونی نیز به همراه داشته باشد؛ حدود یک مورد از هشت مرگ‌ومیر مرتبط با حاملگی در سراسر جهان، به سقط جنین ناامن مربوط می‌شود.

تعریف سازمان بهداشت جهانی (WHO) از سقط جنین ناامن، روش انجام عمل سقط جنین توسط افراد فاقد مهارت‌های لازم و یا انجام این عمل در محیط‌هایی با حداقل استانداردهای پزشکی یا دارا بودن هردوی این شرایط است. سقط جنین ناامن ممکن است از طریق خود زن یا توسط فرد دیگری بدون آموزش‌های پزشکی و یا به‌وسیله عامل حرفه‌ای در محیطی با شرایطی زیر استانداردهای لازم انجام بگیرد؛ قانونی بودن سقط جنین یکی از عوامل اصلی ایمنی آن است. علاوه بر این عدم دسترسی به راه‌های امن و مؤثر پیشگیری از بارداری، منجر به سقط جنین ناامن می‌شود؛ برآورد شده است که اگر برنامه‌های

درباره مضرات مصرف قلیان اظهار کرد: واقعیت امر این است که مصرف قلیان جامعه ما را به‌شدت تهدید می‌کند و همین مسئله آسیب‌های جدی برای خانواده دارد.
محمدرضا مسجدی ادامه داد:براساس آمارها حدود ۲۵ درصد دانش‌جویان کشور مصرف قلیان را یکبار تجربه کرده‌اند و مصرف این ماده دخانی در سال‌های اخیر چهار تا پنج‌برابر افزایش پیدا کرده‌است. وی گفت: در کشور ما ۲۰ درصد از مردان و سه درصد از زنان سیگار مصرف می‌کنند، اما برخی‌ها تحت تأثیر شرکت‌های بین‌المللی به دنبال ترویج مصرف قلیان در بین دختران و پسران هستند.

دیر ستاد کنترل دخانیات وزارت بهداشت با اشاره به آمار مصرف مواد دخانی در ایران، افزود: آمار مصرف دخانیات در بین مردان ۳۸ و در بین مصرف چهار درصد است.

وی ادامه داد: مصرف قلیان خطر افزایش استفاده از سیگار را به دنبال دارد و براساس آمارها حدود ۱۳.۵ درصد مردان انواع مواد دخانی را به‌صورت روزانه و غیر روزانه دود می‌کنند.

● تفریحی که سلامت دانش‌آموزان را تهدید می‌کند

مسجدی افزود: امروزه مصرف قلیان در بین دانش‌آموزان و دانشجویان افزایش پیدا کرده و استعمال قلیان به‌عنوان تفریحی برای نوجوانان و جوانان شده است.

دبیرکل جمعیت مبارزه با دخانیات ایران بیان

کارشناس مامایی مطرح کرد:

سقط جنین مکرر یکی از عوامل نازایی

مربوط به تنظیم خانواده و خدمات بهداشتی در سطح جهانی به‌راحتی قابل دسترس خانواده‌ها باشد، بروز سقط جنین ناامن می‌تواند ۷۳ درصد کاهش یابد، بدون آنکه تغییری در محدودیت‌های قانونی مربوط به سقط جنین ایجاد شود.

عواقب مربوط به سقط جنین حدود ۱۲ درصد مرگ مادران در آسیا، ۲۵ درصد در آمریکای لاتین و ۱۳ درصد در کشور‌های جنوب صحرائی آفریقا محاسبه شده است.

تخمین زده شده است که حدود ۲۴ میلیون زن دچار ناباروری ثانویه ناشی از سقط جنین ناامن می‌شوند.

اگرچه نرخ جهانی سقط جنین از ۴۵/۶ میلیون نفر در سال ۱۹۹۵ به ۴۱/۶ میلیون نفر در سال ۲۰۰۳ کاهش یافته است، بااین‌حال روش‌های ناامن همچنان ۴۸٪ کل روش‌های سقط جنین انجام‌شده در سال ۲۰۰۳ را تشکیل می‌دادند.

دسترسی به برنامه‌های تنظیم خانواده، آموزش بهداشت و بهبود مراقبت‌های بهداشتی حین و بعد از سقط جنین توصیه می‌شود تا به‌دسترسی به این پدیده رسیدگی شود.

از عوارض سقط جنین به لحاظ روحی می‌توان به افسردگی پس از سقط جنین و از نظر جسمی می‌توان به خون‌ریزی زیاد، عفونت‌هایی مانند عفونت رحم و به‌طورکلی بیماری‌های زنان اشاره کرد.

یکی از شایع‌ترین مشکلات مربوط به سقط جنین این است که مقداری از بافت‌های مربوط به بارداری در رحم باقی بماند که به آن سقط ناقص می‌گویند؛ اگر تا مدت‌ها پس از سقط جنین همچنان خونریزی شدید دارید و یا دردهای انقباضی در ناحیه زیر شکم‌تان بیش‌ازحد معمول است، احتمال سقط ناقص وجود دارد.

معمولاً مدت کوتاهی پس از سقط جنین، خونریزی متوقف می‌شود؛ اما اگر بیش از دو هفته طول بکشد، باید به پزشک مراجعه کنید.

گاهی اوقات سقط جنین ناقص خودبه‌خود و با دفع بافت برطرف می‌شود؛ در غیر این صورت باید با درمان‌های شناخته‌شده مانند روش D&C دیلاتاسیون و کورتاژ یا مصرف دارو باقی‌مانده بافت‌های مربوط به بارداری از رحم پاک شود، فراموش نکنید این کار را پزشک باید انجام دهد. تحقیقات نشان می‌دهد از دست دادن فرزند اگرچه به‌صورت عمدی باشد، بر روحیه اکثر زنان تأثیر منفی گذاشته و احتمال ابتلا به بیماری‌های روحی افزایش پیدا می‌کند.

احساس غم و اندوه پس از سقط جنین کاملاً طبیعی است، اما گاهی زنان افسردگی را با این احساس زودگذر اشتباه می‌گیرند و درمانش

کرد: براساس قانون توزیع و فروش تنباکوی معطر در کشور ممنوع است، اما متأسفانه تنباکوی معطر در قلیان مورد استفاده قرار می‌گیرد و به‌دلیل بوی خوشی که دارد، افراد زیادی را جذب خود می‌کند.

● بیش از ۷۲۰۰ ماده زیان‌بخش در قلیان

مسجدی افزود: در قلیان بیش از هفت هزار و ۲۰۰ ماده زیان‌بخش وجود دارد، درحالی که در سیگار تنها چهار هزار ماده مضر شناسایی شده؛ باید توجه داشت که ضرر قلیان بسیار بیشتر از مصرف سیگار است.

دبیرکل جمعیت مبارزه با دخانیات ایران تأکید کرد: هر وعده مصرف قلیان معادل کشیدن سه پاکت سیگار است، جوانان جلوی والدین خود سیگار مصرف نمی‌کنند، اما خانوادگی روی به مصرف قلیان می‌آورند.

مسجدی بیان کرد: درحال حاضر ۹۰ درصد از مراکز عرضه قلیان بدون مجوز هستند و تنها ۱۰ درصد از این مراکز قلیان را با مجوز عرضه می‌کنند.

● بیماری‌هایی که قلیان به جانتان می‌اندازد

دبیرکل جمعیت مبارزه با دخانیات ایران گفت: مصرف قلیان بیشترین آسیب را به دستگاه تنفسی وارد می‌کند و مشکلات دهانی، سرطان حنجره، عفونت‌های مکرر، برونشیت و سرطان ریه ازجمله بیماری‌های مرتبط با مصرف قلیان است.

نمی‌کنند، اگر افسردگی را درمان نکنید، تمام جسم و روح‌تان را درگیر خواهد کرد.

البته هنوز بحث‌هایی راجع به اینکه آیا افسردگی پس از سقط جنین مشابه افسردگی پس از زایمان است یا خیر، وجود دارد؛ اما به‌رحال افسردگی یک بیماری جدی است و نباید درمان آن را پشت گوش بیندازید. حتی اگر اطمینان ندارید که این نشانه‌ها در شما وجود دارد یا خیر، بازهم به پزشک مراجعه کنید.

در هنگام سقط جنین میکروب‌ها یا باکتری‌ها می‌توانند از طریق واژن یا دهانه رحم وارد بدن شوند و ایجاد عفونت کنند.

سندرم آشرمن یکی دیگر از عوارض سقط جنین است. این سندرم که «چسبندگی داخل رحمی» نیز نامیده می‌شود، بسیار نادر است و معمولاً به‌دلیل دیلاتاسیون و کورتاژ (D&C) یا عفونت اتفاق می‌افتد.

همان‌طور که آمارها نشان می‌دهد سقط جنین از هر نوعی که باشد چه عمدی و چه غیر عمدی، عوارضی را به همراه دارد که بهتر است با آن‌ها آشنا باشید تا درصورت مشاهده علائم به پزشک مراجعه کنید.

در این خصوص گفت‌وگویی داشتیم با کارشناس مامایی که در ادامه می‌خوانید:

سیده‌فاطمه صالحی ناباروری، خونریزی‌های رحمی، عمل کورتاژ، بیماری‌های بدخیم و سرطان رحم را ازجمله عوارض سقط جنین عنوان کرد و افزود: اگر سقط جنین تحت نظر پزشک یا ماما انجام شود، به‌صورت بهداشتی انجام پذیرد، قطعاً عوارض کمتری خواهد داشت.

وی خاطرنشان کرد: فردی که سقط غیر قانونی انجام داده بود، با خونریزی فراوان به بیمارستان مراجعه کرد و بلافاصله در راهروی بیمارستان بی‌هوش شد، اگر فقط چند دقیقه دیرتر به بیمارستان منتقل می‌شد، ممکن بود جان خود را از دست بدهد.

کارشناس مامایی با تأکید بر اینکه معتقدم برای جلوگیری از عارضه سقط جنین عمدی راه‌های پیشگیری از بارداری‌های ناخواسته را به زوجین آموزش دهم و در آیین خصوص نیاز به فرهنگ‌سازی بیشتری در کشور ما وجود دارد، اظهار کرد: متأسفانه سلح آگاهی در این خصوص بسیار کم است.

صالحی با عنوان اینکه سقط‌های غیر قانونی باعث افزایش بیماری‌ها در جامعه می‌شوند، اذعان کرد: افراد بی‌اطلاع و ناگاه اقدام به تهیه داروهای سقط کرده و با مصرف اشتباه آن با جان خود بازی می‌کنند، چراکه ممکن موجب مرگ شود.

وی با اشاره به اینکه متأسفانه در روز ۷۰۰

مسجدی افزود: باید توجه داشت که به‌دلیل مصرف مواد دخانی، سرطان ریه شایع‌ترین سرطان در بین مردان است؛ همچنین مصرف قلیان سبب بروز سکنه‌های مغزی و قلبی در بین افراد می‌شود و برعکس سیگار عوارض مصرف قلیان ۱۵ سال بعد ظاهر می‌شود.

● بیماری‌های ویروسی که با قلیان منتقل می‌شوند

رئیس دبیرخانه ستاد کشوری کنترل دخانیات وزارت بهداشت با اشاره به ضررهای مصرف قلیان، اظهار کرد: مصرف قلیان باعث وارد آمدن آسیب‌های زیادی به بدن انسان می‌شود، به‌طوری که بخشی از آسیب استعمال قلیان مربوط به تنباکو بوده و قسمت دیگر مربوط به زغال، ساختار قلیان و مخفطه آب آن است. بهژاد ولی‌زاده ادامه داد: متأسفانه مصرف قلیان در انتقال بیماری‌های واگیر و غیر واگیر نقش مؤثری دارد و بیماری‌های قابل انتقال مانند تب‌خال و ویروس‌های موجود در دهانه شلنگ قلیان به فرد مصرف‌کننده دیگر منتقل می‌شوند و مشکلات متعددی برای افرادی که قلیان استعمال می‌کنند به‌وجود می‌آورند.

ولی‌زاده تأکید کرد: زغال مورد استفاده در قلیان حاوی مونوکسیدکربن و فلزات سنگین است و این زغال بیماری‌های خونی را به همراه دارد و باعث ایجاد سرطان‌های مختلف در بین افراد مصرف‌کننده می‌شود.

رئیس دبیرخانه ستاد کشوری کنترل دخانیات

سلامت

sepehrgharb.news@gmail.com



روزنامه صبح **سپهر** کشور



خبر

در مراسم رونمایی از داروی ایرانی مطرح شد: پیش‌بینی بروز ۱۰۰ بیماری نوپدید در دنیا

تولید دارویی که جان نوزادان نارس را نجات می‌دهد

سپهرغرب، گروه سلامت: عضو هیئت‌علمی دانشگاه تهران و انستیتوپاستور گفت: کشور‌های شمال یا توسعه‌یافته در راستای اعمال سیاست‌های آپارتاید نژادی با داشتن کشورهای جنوب از داروهای بیماری‌های نوپدید هستند.

محمدرضا مخبرذرفولی در مراسم رونمایی از داروی ایرانی زجر تنفسی نوزادان که روز یکشنبه گذشته با حضور وزیر بهداشت و معاون علمی و فناوری رئیس‌جمهور در کرج برگزار شد، اظهار کرد: طبق پیش‌بینی‌های انجام‌شده تا سال ۲۰۵۰ بیش از ۱۰۰ بیماری نوپدید در دنیا ایجاد می‌شود.

وی با اشاره به اینکه کشورهای شمال یا توسعه‌یافته در راستای اعمال سیاست‌های آپارتاید نژادی به دنبال محروم نگه داشتن کشور‌های جنوب از داروهای بیماری‌های نوپدید هستند، افزود: ما به دنبال سلامت آحاد بشر هستیم و امیدواریم بتوان با تعامل بین رشت‌های در جنگ‌های آینده که هدفشان نابودی بشر است، پیروز شویم.

مخبرذرفولی توضیح داد: علوم جدا از هم نیستند و نمی‌شود مرزی برای آن‌ها قائل شد و اگر به دنبال ایجاد جریان قوی علمی در دنیا هستیم، باید به اصل تعامل بین رشته‌ای توجه کنیم.

وی تأکید کرد: بقای کشور‌ها به حوزه بیوتکنولوژی وابسته است، به همین دلیل باید با حساسیت بیشتری در این حوزه حرکت کنیم.

عضو هیئت‌علمی دانشگاه تهران گفت: سورفکتانت داروی خاصی است که ممکن بود در آینده به‌واسطه تحریم‌ها در واردات آن‌ها با مشکل مواجه شویم و مجبور باشیم با قیمت بالا خریداری کنیم.

مخبرذرفولی اظهار کرد: متخصصان کودک نگرانی‌هایی از دسترسی به این دارو داشتند که با تولید داخلی آن این دغدغه برطرف شده است.

مخبرذرفولی افزود: این دارو از کیفیت بالایی برخوردار است و تست‌های پیچیده را پشت سر گذاشته و با استفاده از آن نوزادان زودرس می‌توانند به‌راحتی نفس بکشند.

افرادی که زود خسته می‌شوند هوشیار باشند

سپهرغرب، گروه سلامت: نتایج یک بررسی نشان می‌دهد افرادی که با انجام حرکات ورزشی بسیار سبک سریع خسته می‌شوند، بیشتر در معرض ابتلا به مشکلات قلبی قرار دارند.

محققان آمریکایی در بررسی‌های خود دریافتند افرادی که با انجام حرکات ورزشی بسیار سبک سریع خسته می‌شوند، نسبت به افرادی که این سطح از خستگی را تجربه نمی‌کنند، بیشتر در معرض ابتلا به بیماری قلبی‌های هستند.

در این بررسی اطلاعات ۶۲۵ نفر با میانگین سنی ۶۸ سال مورد مطالعه قرار گرفت. این تیم تحقیقاتی دریافتند افرادی که با انجام ورزش‌های سبک زود احساس خستگی می‌کنند، بیشتر احتمال دارد در آینده به بیماری‌های قلبی عروقی دچار شوند.

محققان ابتدا خطر ابتلای این افراد به بیماری‌های قلبی و سکنه مغزی را در مدت ۱۰ سال بررسی کرده و پس از گذشت ۴.۵ سال وضعیت هریک از آنان را با انجام تستی که شامل پیاده‌روی به‌شدت آهسته بود، ارزیابی کردند. هریک از این شرکت‌کنندگان به مدت پنج دقیقه روی تردمیل راه رفته تا میزان خستگی‌پذیر بودن آنان بررسی شود.

محققان به مطالعه تمامی اطلاعات موجود دریافتند افرادی که با بیشترین میزان خطر ابتلا به بیماری قلبی عروقی روبرو بودند، انجام حرکات فیزیکی ساده را خسته‌کننده می‌دانستند.

به گزارش میدکال نیوز تودی، طبق اعلام سازمان بهداشت جهانی (WHO) بیماری‌های قلبی عروقی عامل اصلی مرگ و میر در جهان است. کارشناسان بر این باورند که طی ۱۵ سال آینده میزان مرگ و میرهای ناشی از این بیماری‌ها از ۱۷.۹ میلیون مورد در سال ۲۰۱۶ میلادی به ۲۳.۶ میلیون در سال ۲۰۳۰ افزایش پیدا می‌کند.

تبلیغات	تبلیغات	تبلیغات
۳۱۳۳۰ سازمان آگهی و بازرگانی	۳۱۳۳۰ سازمان آگهی و بازرگانی	۳۱۳۳۰ سازمان آگهی و بازرگانی
تبلیغات	تبلیغات	تبلیغات
۳۱۳۳۰ سازمان آگهی و بازرگانی	۳۱۳۳۰ سازمان آگهی و بازرگانی	۳۱۳۳۰ سازمان آگهی و بازرگانی
تبلیغات	تبلیغات	تبلیغات
۳۱۳۳۰ سازمان آگهی و بازرگانی	۳۱۳۳۰ سازمان آگهی و بازرگانی	۳۱۳۳۰ سازمان آگهی و بازرگانی