

# آیا کاوازاکی کودکان همان کرونا بزرگ سالان است؟

آیا عفونت کرونا می‌تواند عامل بیماری کاوازاکی کودکان باشد؟  
سوالی که این روزها ذهن بسیاری را مشغول کرده است

## پزشکی

خبرهای چند روز گذشته نشان می‌دهد که همزمانی بروز سندروم کاوازاکی با شیوع کرونا باعث شده است تا نگرانی بسیاری از خانواده‌ها بیشتر شود، به همین دلیل دکتر علیرضا زالی فرمانده ستاد مقابله با کرونا می‌گوید: «بیماری کاوازاکی ربطی به کرونا ندارد». این در حالی است که سندروم کاوازاکی هر سال در پایان زمستان و اوایل بهار به سراغ کودکان می‌آید و نمی‌شود با قطعیت گفت که سندروم کاوازاکی با کرونا ارتباطی داشته است. در ایران موارد ابتلا به

سندروم کاوازاکی بیش از سال‌های گذشته اعلام نشده است، در حالی که در اروپا از رشد چند برابری آن سخن می‌گویند، اما پیام‌طبرسی متخصص بیماری‌های عفونی و معاون آموزش شی بیمارستان مسیح دانشوری معتقد است بسیاری از ویروس‌ها می‌تواند باعث کاوازاکی در کودکان شود، و هم‌اکنون نیز می‌توان گفت که یکی از علل بروز این سندروم در کودکان احتمال دارد ویروس کووید-۱۹ همان عامل بیماری کرونا باشد. در این مطلب به بررسی علایم بیماری کاوازاکی و تفاوت آن با بیماری کووید ۱۹ می‌پردازیم:

### ● کاوازاکی مسری نیست

بیماری کاوازاکی مسری نیست اما باعث می‌شود سیستم ایمنی بدن «بیش از حد» فعال شود و تب، اسهال شدید، ضایعه پوستی و ورم ملتحمه چشم را در پی دارد. این بیماری از یک فرد به فرد دیگر قابل انتقال نیست و هنوز ویروس و باکتری خاصی به عنوان عامل بیماری شناخته نشده است اما برخی از پزشکان معتقدند شاید چندین عفونت به زور همزمان باعث ایجاد بیماری شود.

### ● ارتباط کاوازاکی با کرونا قابل اثبات نیست

اگرچه ویروس‌ها و میکروب‌ها مانند سرماخوردگی و آنفلوآنزا ممکن است با بیماری کاوازاکی در ارتباط باشند اما هنوز رابطه این بیماری با کرونا تایید نشده است.

### ● علایم اولیه

شایع‌ترین علامت بیماری کاوازاکی تبی است که بیشتر از پنج روز طول کشیده باشد و معمولاً به بیشتر داروهای تب‌بر جواب نمی‌دهد.

قرمزی و خارش چشم‌ها  
ایجاد بثورات جلدی  
زبان و لب‌های متورم  
دست و پای متورم و قرمز  
غدد لنفاوی متورم در ناحیه گردن

### ● علایم دیگر

علامت دیگر این بیماری بثورات پوستی است که مثل مخمک است و در صورت و اندام‌ها ظاهر می‌شود، بعد از مدتی در کف دست یا کف پا پوسته‌ریزی اتفاق می‌افتد. کاوازاکی بیماری است که مخاط و غدد لنفاوی و عروق کرونر را درگیر می‌کند.

تشخیص بیماری بالینی همراه با تب بیش از پنج روز، بزرگی غدد لنفاوی، راش سرتاسری به‌ویژه در کشاله پا، لب‌های خشک و ترک خورده، تغییرات مخاطی و پوسته‌ریزی و افزایش پلاکت خون است.

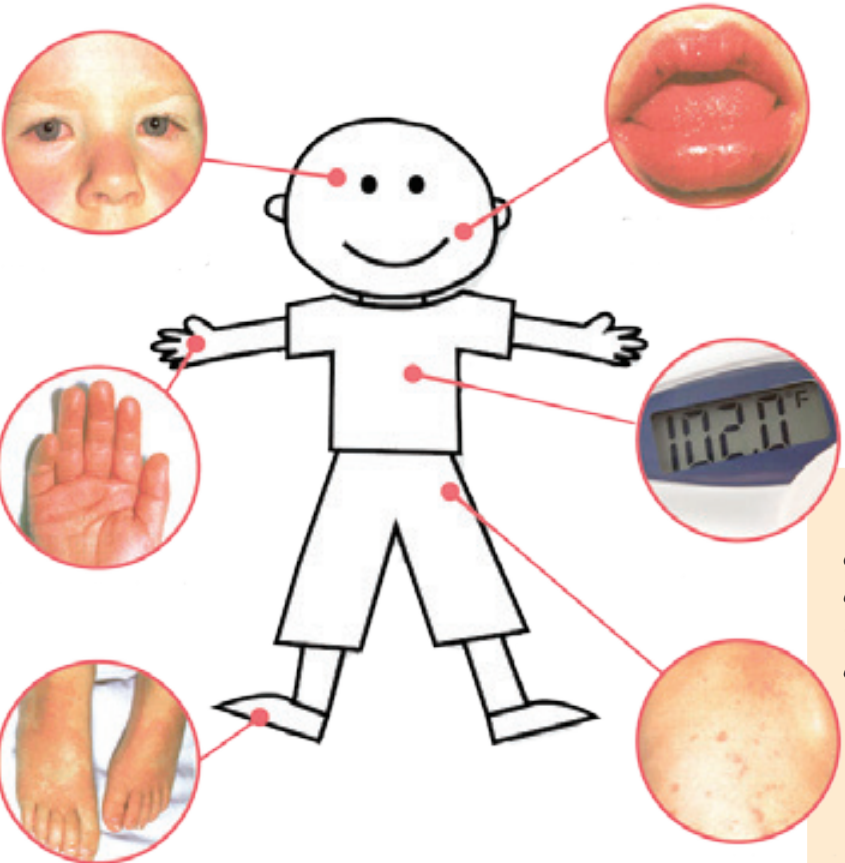
### ● تفاوت کاوازاکی با کرونا

✓ در بسیاری از موارد کرونا ممکن است بدون علامت

یا بدون تب بالا باشد، اما تب بالا علامت مهم کاوازاکی است که پنج روز طول می‌کشد.  
✓ بثورات پوستی (ضایعه پوستی) در کرونا نادر است، اما سندروم کاوازاکی همراه با بثورات پوستی است.  
✓ در بیماری کرونا تغییرات لب و زبان را نداریم، اما در کاوازاکی این علایم موجود است.  
✓ کاوازاکی کودکان زیر ۵ سال را درگیر می‌کند در حالی که کرونا بالای ۱۸ سال را نشانه می‌گیرد.

### ● عارضه مهم کاوازاکی

عارضه مهم بیماری کاوازاکی ضعف عروق کرونر است. آسیب به عروق خونی باعث اتساع یا حبابی شدن (آنوریسم) این عروق می‌شود و هرچه مدت تب طولانی‌تر باشد، احتمال تشکیل آنوریسم بیشتر است.  
✓ در موارد حاد بیماری در جاتی از التهاب عضله قلب دیده می‌شود و نارسایی قلبی با افزایش ضربان قلب همراه است و اکوکاردیوگرافی نشان می‌دهد که قلب به‌طور کامل فشرده نمی‌شود و به عبارتی ضعف عضله



قلب باعث کاهش برون‌ده آن می‌شود. التهاب در پیچه و نارسایی در پیچه میترا ل هم دیده می‌شود و در موارد حاد بیماری به همراه افزایش پلاکت‌ها و پروتئین‌های انعقادی خطر ایجاد لخته خون را افزایش می‌دهد.

### ● افراد در معرض خطر

این بیماری در تمام نژادها دیده می‌شود و ۸۵ درصد مبتلایان، کودکان زیر پنج سال هستند. جنس مذکر بیش از جنس مؤنث به این بیماری مبتلا می‌شود. ریسک‌نا منصور قناعی فوق تخصص بیماری عفونی کودکان هم با اشاره به این که مهم‌ترین نکته، تشخیص زودرس این بیماری است، می‌افزاید: این سندروم در مان پذیر است اما اگر به موقع در مان نشود عوارض جبران‌ناپذیری را در پی خواهد داشت. تا حد امکان کودکان را تشویق به شستن صحیح دست‌ها و از حضور آن‌ها در تجمعات منعادت کنیم.

منبع: Sciencedaily

## تغذیه

## ۳ دسر خوشمزه برای افراد دیابتی

زینب طباطبایی  
نویسنده

## بانوان

ما در این مطلب به کمک خانم‌های خانه‌آمده‌ایم با ۳ دسر کم‌کربوهیدرات که با شیرین‌کننده‌های طبیعی شیرین می‌شوند.

### ● موس زربری و موز

#### مواد لازم

- سفیده تخم مرغ (خام) - ۲ عدد
- پودر استویا (شیرین برگ) - ۱ قاشق غذاخوری
- موز یخ زده - ۱۰۰ گرم
- تمشک منجمد - ۵۰ گرم
- انواع توت تازه (اختیاری)

#### روش تهیه

- ۱- استویا یکی از بهترین شیرین‌کننده‌های طبیعی است که می‌توانید آن را جایگزین شکر کنید. ۲- به وسیله یک همزن برقی پودر سویا و سفیده تخم مرغ را با هم به مدت ۱ تا ۲ دقیقه بزنیید تا فرم بگیرد. ۳- سپس موز و انواع توت را اضافه و مواد را آن قدر با هم ترکیب کنید تا صورتی رنگ شود. ۴- باقی میوه‌ها را داخل لیوان قرار دهید و مایه دسر را روی آن‌ها بریزید.

### ● دسر ماست بستنی

#### مواد لازم

- ۱- ماست ایسلندی - ۷۰ گرم
- ۲- پودر پروتئین وانیلی - ۱۵ گرم
- ۳- پودر کاکائو - ۱ قاشق چای خوری
- ۴- شکر قهوه‌ای - نصف فنجان
- ۵- عصاره وانیل - ۱ قاشق چای خوری
- ۶- استویا - ۲ قاشق غذاخوری
- ۷- بادام و انواع توت‌ها (اختیاری)

#### روش تهیه

- ۱- مخلوط ماست، پودر پروتئین، کاکائو، استویا و عصاره وانیل را داخل مخلوط کن بریزید و به‌طور کامل باهم مخلوط کنید. ۲- اگر مخلوط کن ندارید به کمک لیسک این کار را انجام دهید. مخلوط را به مدت ۲ ساعت داخل فریزر یا بستنی‌ساز بریزید. ۳- هر نیم ساعت یک بار آن را از فریزر بیرون بیاورید و هم بزنیید تا یخ نزنند. دسر را همراه بادام‌تازه و انواع توت سرو کنید.

### ● چیز کیک

#### مواد لازم

- ۱- پنیر کم‌چرب - ۲۴۰ گرم
- ۲- سفیده تخم مرغ - ۲ عدد
- ۳- پودر پروتئین وانیلی - ۱ قاشق چای خوری
- ۴- استویا - ۱ قاشق غذاخوری
- ۵- عصاره وانیل - ۱ قاشق چای خوری
- ۶- ژله توت‌فرنگی بدون قند - ۱ بسته
- ۷- آب - به میزان لازم

#### روش تهیه

- ۱- فر را روی دمای ۱۶۰ درجه سانتی‌گراد تنظیم کنید. ۲- ژله را طبق دستور العمل روی بسته درست کنید. ۳- داخل مخلوط کن سفیده تخم مرغ و پنیر را هم بزنیید تا کاملاً نرم و صاف شود. ۴- حالا داخل یک کاسه مایه پنیری را همراه پودر پروتئین، استویا و عصاره وانیل مخلوط کنید. مایه چیز کیک را داخل یک تابه کوچک بریزید و تابه را به مدت ۲۵ دقیقه داخل فر قرار دهید تا پیزد. بعد از این که کاملاً خنک شد، مایه ژله را روی آن بریزید و داخل یخچال قرار دهید.

### بیشتر بدانیم

## ضد عفونی کننده بودن گرمای داخل خودرو

گرمای داخل خودرو برای از بین بردن ویروس‌های فضای داخلی خودرو می‌تواند مفید باشد

هر سال با گرم شدن هوا و ایجاد گرمای زیاد داخل خودرو با اتفاقات جانی و مالی بسیاری روبه‌رو هستیم، اما امسال نه تنها از گرمای ایجاد شده از نور خورشید بر خودرو ناراحت نیستیم، بلکه این گرما عاملی در از بین بردن ویروس کرونا عامل بیماری کووید-۱۹ شده است.  
به گزارش فوربس، بر اساس نتایج تحقیق منتشر شده در نشریه نیوانگلند، مدت‌زمان زنده ماندن ویروس کرونا بر سطوح متفاوت است و گفته شده روی سطوح مقوایی ۲۴ ساعت و سطوح پلاستیک و استیل نیز بیش از سه روز زنده می‌ماند. اما باید توجه داشت این نتایج بر اساس دمای تقریباً ۲۱ درجه سانتی‌گراد ارائه شده است.  
پروفسور تراویس گلن که در این تحقیقات نقشی ندارد، نتایج بررسی‌های دانشگاه جورجیای ایالات متحده را تفسیر کرد و گفت:

ویروس کرونا در دمای اتاق چند روز باقی می‌ماند، اما در دمای بالاتر زودتر از بین می‌رود. دمای ۵۴ درجه سانتی‌گراد ۲۰ دقیقه زمان برای از بین بردن ۹۹/۹۹ درصد ویروس‌ها لازم دارد. این میزان در دمای ۶۵ درجه سانتی‌گراد و بالاتر فقط پنج دقیقه است. برای لباس‌هایی توان این میزان را با خشک‌کن هانتظیم کرد، اما برای دیگر موارد باید از چه وسیله‌ای استفاده کرد؟

محقق هواشناسی، جان نول از گلدن گیت کالیفرنیا پیشنهاد می‌کند که خودروها می‌توانند عامل مفیدی برای کشتن ویروس روی برخی مواد باشند. دانشمندانی مانند نول و اندی گروندشتاین از دانشگاه جورجیا سال‌ها در باره‌ها نکردن بچه‌ها، حیوانات خانگی یا لوازم الکترونیکی در خودروها هشدار دادند، اما هم‌اکنون آن را روشی برای از بین بردن

ویروس کرونای جدید می‌دانند.

پنجره‌های شفاف خودرو در برابر اشعه خورشید کمی گرم می‌شوند و در صورت باقی ماندن طولانی‌مدت در آفتاب مواد به رنگ تیره خودرو (داشبرد، صندلی‌ها و اشیای دیگر) به‌طور قابل توجهی گرم و سپس هوا از طریق فرایندهای انتقال همرفت هدایت می‌شود، این اشیا اشعه مادون قرمز (انرژی گرمایی) ساطع می‌کنند و این اثر «گلخانه‌ای» خودرو در از بین بردن ویروس کرونا مفید است.

بر اساس نتایج این تحقیق، بهترین روش برای ضد عفونی کردن ماسک، قرار دادن آن داخل خودروی قرار گرفته شده در آفتاب است. البته محققان هشدار دادند این روش فقط برای ابزارهایی که به گرما حساس نیستند کار بردی است.

منبع: ایسنا

## راهکارهای استفاده ایمن از کولرگازی در روزهای کرونایی

کولرهای گازی به خودی خود نمی‌توانند تولیدکننده یا انتقال‌دهنده ویروس کرونا باشند اما به این علت که سرعت جریان هوا در یک محیط بسته را افزایش می‌دهند، در صورت وجود ترشحات تنفسی یک فرد مبتلا در محیط می‌توانند موجب پخش شدن ویروس شوند.



**فاصله‌گذاری با جدیت بیشتری رعایت و از تجمع افراد به ویژه برای مدت طولانی اجتناب شود**

**بهتر است پنجره یا در اتاق کمی باز باشد تا هوا جریان داشته باشد**

**اگر فرد آلوده را ندارید، دیگر افراد حاضر در آن فضا هم از ماسک استفاده کنند**

**فرد آلوده یا محتل یا فردی که سرفه و عطسه می‌کند تمام وقت ماسک مناسب**

**رعایت بهداشت فردی مانند شستن دست‌ها و کنترل سرفه و عطسه جدی‌تر باشد**

**از تراکم افراد در فضایی که فرد مبتلا یا محتل در آن حضور دارد اجتناب شود**

**با فاصله زمانی مدتی خاموش و تهویه مناسب برای اتاق فراهم شود**

**درجه حرارت محیط کمتر از ۲۴ درجه سانتی‌گراد نشود**

**در ساعات خنک‌تر شبانه روز، تا حد امکان از روشن کردن کولر پرهیز شود**