

طبق نتایج یک مطالعه جدید، در کودکانی که در معرض آفت کش ها قرار می گیرند، خطر بروز مشکلات رفتاری افزایش می یابد. به گزارش مهر، آفت کش های موسوم به «پیرتیروتید» که عمدتاً برای محصولات کشاورزی استفاده می شود، در برخی حشره کش ها و محصولات مورد استفاده برای درمان شیش سر، گال و کمک به کار می رود. به گفته گروهی از محققان فرانسوی، «پیرتیروتید» همانند بسیاری از انواع حشره کش ها به اعصاب آسیب می رساند.

مترجم علیرضا - خونریزی داخلی در برخی موارد به راحتی تشخیص داده نمی شود.

اگر خونریزی سریع یا شدید باشد، احتمال تورم وجود دارد. از طرفی اگر خونریزی به طور همزمان در قسمت های مختلف بدن رخ دهد، ممکن است باعث شوک یا کاهش هوشیاری فرد شود.

به گفته محققان و به نقل از سایت نیوزویک، نشانه های خونریزی داخلی به طور قابل توجهی به محل خونریزی بستگی دارد. خونریزی تدریجی داخلی ممکن است عامل خطر کم خونی باشد که در نهایت به خستگی، از دست دادن انرژی، تنگی نفس و رنگ پریدی منجر می شود. خونریزی دستگاه گوارش باعث دفع مدفوع خونی می شود. همچنین، خونریزی در دستگاه ادراری ممکن است به خونی شدن ادرار بینجامد.

چه چیزی باعث خونریزی داخلی می شود؟

عوامل متعددی باعث خونریزی داخلی می شود. برخی از عوامل خطر خونریزی داخلی شامل استفاده از داروهای ضد انعقاد، هموفیلی، بیماری خونی ارثی نادر و تروماست. اختلالات پزشکی خاص نیز علل خونریزی داخلی شناخته شده است. علاوه بر این، مصرف برخی از داروها با خونریزی داخلی ارتباط داده می شود مانند مصرف طولانی مدت داروهای آستروئیدی ضد التهابی (NSAIDs) ایندومتاسین، ناپروکسن و ایبوپروفن. اگرچه خونریزی جزئی داخلی خود به خود در مان می شود، اما ممکن است عوارض خاصی داشته باشد. اگر بیمار طی خونریزی میزان قابل توجهی خون از دست بدهد، ممکن است به تزریق خون نیاز پیدا کند. در زمینه درمان خونریزی داخلی، ممکن است پزشک یکی از روش های زیر را توصیه کند: شناسایی محل خونریزی * مدیریت آسیب هایی که ممکن است بر اثر خونریزی رخ دهد.

علایم خونریزی داخلی:

درد شکم

در شکم می تواند یکی از نشانه های خونریزی داخلی باشد. درد شکم در ناحیه بین قفسه سینه و کشاله ران.

با این حال، این درد لزوماً به معنای خونریزی داخلی نیست و می تواند نتیجه گرفتگی معده مانند گاستروانتریت ویروسی باشد. در صورت بروز هر گونه ناراحتی غیر معمول شکم، توصیه

می شود فوراً به پزشک مراجعه کنید.

وجود خون در مدفوع:

از علایم خونریزی در دستگاه گوارش وجود خون قرمز روشن یا تیره در مدفوع است. ناگفته نماند که مصرف مواد غذایی مانند چغندر و گوجه فرنگی نیز باعث قرمز شدن مدفوع می شود. با انجام یک آزمایش ساده می توان علت خونریزی را فهمید. گاهی اوقات وجود خون در مدفوع به دلیل خونریزی در قسمت فوقانی مانند معده، مری و ابتدای روده کوچک است که باعث می شود مدفوع سیاه رنگ و قیری شود.

*** استفراغ خون:**

بازگرداندن غذا از معده همراه با لکه های خون (قرمز کمرنگ یا پررنگ) می تواند نشانه دیگری از خونریزی داخلی باشد. خون در استفراغ ممکن است از دستگاه گوارش فوقانی یعنی حلق، مری و دها ن باشد. استفراغ گاه به گاه باطولانی مدت یا استفراغ با فشار می تواند باعث پارگی عروق خونی کوچک شود.

*** سرفه خونی:**

سرفه خونی شامل مخاط حاوی لکه خون ممکن است از ریه ها یا گلو سرچشمه گرفته باشد. گاه مخاط آغشته به رگه هایی از خون نشان دهنده خونریزی داخلی است. در بسیاری از موارد، خون دفع شده هنگام سرفه دارای حباب است که ممکن است مخلوطی از مخاط و هوا از ریه باشد.

ادرار خونی:

خون در ادرار نشانه دیگری از خونریزی داخلی است. در برخی موارد، مقدار خون در ادرار به حدی کم است که تنها در زیر میکروسکوپ می توان آن را دید. وجود خون در ادرار می توان با مشکلات کلیه یا بخشی از دستگاه ادراری و مثانه یا از کار افتادن کلیه مرتبط دانست.

خونریزی واژینال:

دوره های قاعدگی نامنظم سنگین و طولانی مدت می تواند نشانه خونریزی داخلی باشد. دوره طبیعی قاعدگی معمولاً ۴ روز با ۲-۳ روز اضافه است، و به طور معمول بعد از هر ۲۸ روز رخ می دهد. خونریزی واژینال پس از یائسگی ممکن است به عوامل متعددی ارتباط داشته باشد که اغلب آن ها قابل درمان است. خونریزی غیر طبیعی واژینال نیز به بیماری سرطان ارتباط داده شده است. زنانی که پس از یائسگی دچار خونریزی قاعدگی می شوند، ۱۰ درصد بیشتر از دیگران در معرض خطر سرطان قرار دارند.

سندروم کمپارتمان:

سندروم کمپارتمان حالتی است که در آن بر اثر بالا رفتن فشار بافت در هر یک از اندام ها، درد شدیدی در آن به وجود می آید و پیامد این افزایش فشار، کاهش جریان خون در بافت و کاهش در اکسیژن رسانی است. بیماران مبتلا به سندروم کمپارتمان معمولاً دچار کاهش جریان خون می شوند و در نتیجه با آسیب

شیرینی لیمویی

آشپزی من

مواد لازم

کره به دمای محیط رسیده - ۱۰۰ گرم	خوری
پودر قند - ۸۰ گرم	نشاسته ذرت - ۲۰ گرم
زرده تخم مرغ - یک عدد	مارمالاد - به میزان لازم
وانیل - یک چهارم قاشق چای خوری	آرد - ۱۵۰ گرم
پوست رنده شده لیمو - یک قاشق چای	

طرز تهیه

ابتدا آرد و نشاسته ذرت را مخلوط و الک رد کنید. کره نرم پودر قند را با همزن مخلوط کنید. زرده تخم مرغ، وانیل و پوست رنده شده لیمو را اضافه کنید و یک دقیقه هم بزنید. آرد و نشاسته را اضافه کنید و با لیسک هم بزنید تا آرد به خورد مواد برود. خمیر ادر کاسه بچرخانید تا جمع شود (اصلاً ورز ندهید). خمیر آماده ردر کیسه فریزر بگذارید و باور دانه به ضخامت ۵ میلی متر باز کنید و برای یک ربع در یخچال بگذارید. خمیر را از کیسه فریزر خارج کنید و روی کاغذ روغنی بگذارید. ضخامت خمیر را تنظیم کنید و به دلخواه برش بزنید.

بایست سیخ کباب چوبی یک حفره روی خمیر ایجاد کنید تا بعد از پخت با مارمالاد حفره را پر کنید. خمیر های قالب زده ردر سینی فر که کاغذ روغنی انداخته اید با فاصله بچینید. می توانید هر بار خمیر را جمع و ضخامتش را تنظیم کنید. فر را روی حرارت ۱۸۰ درجه تنظیم کنید و یک ربع زمان دهید تا فر گرم شود. در این فاصله سینی خمیر های قالب زده ردر یخچال بگذارید. سپس سینی را در طبقه وسط برای مدت ۲۰ تا ۲۵ دقیقه قرار دهید تا زیر شیرینی ها طلایی شود.

نشانه های وسواس

* همه چیز در منزل را مرتب و منظم می چینید.
* گاز، قفل در، دکمه رایانه را بارها و بارها کنترل می کنید.
* گاهی وسواس عجیبی به جانتان می اقتد مثلاً اگر چراغ را چند بار روشن و خاموش نکنید، اتفاق بدی برای یکی از اعضای خانواده می افتد.
* یک موضوع کوچک مربوط به دوست، همکار یا عضو خانواده اخیلی بزرگ می کنید.
* مرتب نگران سلامتی خود یا فرزندانتان هستید و مرتب به آن ها زنگ می زنید.
* مرتب نظر دیگران را درباره لباسی که در مهمانی شب گذشته پوشیده بودید، جویا می شوید.
* همیشه با ظاهر خود مشکل دارید و هیچ وقت راضی نیستید.



پرسش و پاسخ

موضوع سوالات درباره مشکلات جسمی و پزشکی مبتلا به همه افراد در همه جاست امروز نمونه ای از پاسخ های دکتر «مارتین اسکر» یکی از پزشکان معروف انگلیسی را به سوالات بیماران آورده ایم.

علی

اخیراً متوجه شده ام که از زمانی که به منزل جدید نقل مکان کردیم، فرزندانم دچار سرفه شده اند. آیا احتمال دارد که سیستم تهویه باعث بروز این مشکل شده باشد؟

سرفه هایی که خوب نمی شود می تواند به علت های مختلف محیطی یا پزشکی باشد. برای مثال، اگر فیلتر های دستگاه تهویه برای مدت زمان طولانی تمیز نشده باشد، غبار، گرده یا سایر مواد حساسیت زا به خانه راه پیدامی کند و باعث آبریزش از بینی می شود. هنگام خواب که بچه ها دراز می کشند، ترشحات بینی به پشت گلوراه پیدامی کند و باعث سرفه ردرن آن ها می شود. اگر در خانواده سابقه آسم دارید، باید این نکته را در نظر بگیرید که ممکن است بچه ها دچار علایم بسیار خفیف آسم شده اند که با قرار گرفتن در محیط جدید تحریک شده است. یک بیماری جدی که با دستگاه تهویه ارتباط دارد، پنومونی لژیونلایی است. این باکتری می تواند یک عفونت جدی ریوی ایجاد و اغلب افرادی را که در یک واحد مشترک به سر می برند، آلوده کند. اگرچه احتمال این مورد بسیار کم است، اما برای بررسی مشکل فرزندانتان حتماً به پزشک عمومی یا متخصص اطفال مراجعه کنید.

سوزان

من ۴۹ سال دارم و اخیراً آزمایش خون داده ام. به گفته پزشک نتیجه آزمایش، کمبود فریتین (پروتئین ذخیره ساز آهن) را نشان داد و او فکر می کند که این مشکل به تنگی نفس که همیشه دارم، ارتباط دارد. لطفاً راهنمایی کنید.

علی

هر گونه علایم یا نگرانی درباره مشکل جسمی تان را باید با پزشک خود در میان بگذارید. اندازه گیری میزان فریتین آزمایشی است که پزشکان برای تعیین مقدار آهن در بدن تجویز می کنند. فریتین پایین نشانه ای از کاهش میزان آهن در بدن است. کاهش آهن، می تواند روی تنفس تاثیر بگذارد. بدن به آهن برای تولید هموگلوبین و گلبول های مؤثر نیاز دارد. این گلبول ها اکسیژن را از ریه به بدن منتقل می کند. پایین بودن میزان فریتین، به کاهش میزان آهن و در نتیجه هموگلوبین منجر می شود. این به آن معناست که قلب و ریه باید سخت تر کار کند تا اکسیژن به بافت برسد. این حالت می تواند دلیل تنگی نفس شدید باشد. پزشک با تشخیص دلیل کمبود فریتین و آهن در مان مناسب را آغاز می کند.



گلاب و گل سرخ، مقوی کبد

طب سنتی

گلاب و گل سرخ مقوی اعضای رئیسه بدن مانند قلب، مغز و کبد است. به گزارش باشگاه خبرنگاران پویا، سید مهدی میر غضنفری پژوهشگر طب سنتی درباره گل سرخ گفت: بهترین است افراد برای تعدد اعصاب، آرامش، خواب بهتر و بهبود روحیه گاهی عصاره گل سرخ را در بینی بچکانند. وی افزود: بوبیدن گل سرخ و گلاب برای بهبود سردرد های ناشی از گرمی بسیار مفید است.

رفع بوی بدن با عصاره گل سرخ

این پژوهشگر طب سنتی اضافه کرد: عصاره گل سرخ را می توان به لئه ها مالید چون برای تقویت لئه بسیار مفید است. همچنین روغن گل سرخ را می توان به بدن مالید که باعث رفع بوی بد بدن می شود. گلاب برای کسی که در آفتاب بوده و به دلیل افزایش حرارت سرو مغز، دچار سرخی چشم شده است، مفید است. گلاب تب را است و می توان گلاب را به آبی که برای پاشویه است، اضافه کرد. میر غضنفری یادآور شد: گلاب و گل سرخ مقوی اعضای رئیسه بدن قلب، مغز و کبد است. بنابر این تمام قوای بدن مرتبط با سیستم عصبی - مغزی، خونی - قلبی - عروقی و گوارشی را تقویت می کند؛ اگر گل سرخ به صورت خشک مصرف شود، خاصیت قایض آن بیشتر می شود.

آندومتريوز، بیماری دردناک و پرهزینه

شیوع بیماری آندومتريوز با پیشرفت جوامع افزایش پیدا کرده است؛ امری که نیازمند بررسی روش های درمانی و پیشگیری از عوارض این بیماری است. کیست های آندومتريوز می تواند به سرطان تخمدان تبدیل شود بنابراین باید به سرعت از طریق جراحی لاپاراسکوپی برداشته شود. در زمان این عارضه اعتماد دو جانبه پزشک و بیمار بسیار مهم است.

اهدایی وند مدیر گروه سلامت خانواده دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در گفت و گو با شبکه خبرنگاران جوان اظهار کرد: سونوگرافی، تست آزمایش خون، علایم کلینیکی، تاریخچه بیماری، معاینات بالینی و ... از روش های تشخیصی این بیماری است، اما خانم ها باید بدانند دردهای پیشرونده ناحیه شکم یک هشدار است و نباید به راحتی از آن گذشت.