

پرسش و پاسخ

تجویز داروها تنها با معاینه بالینی و گرفتن شرح حال امکان پذیر است و اگر در پاسخ به سؤالات مصرف دارویی توصیه می‌شود، پس از مشورت با متخصص مصرف شود.

زهره نیکبخت

متخصص پوست و مو

راهکارهای درمان زگیل چیست؟

این بیماری در د ندارد، مسری است و به علت این که نوعی بیماری خاموش به شمار می‌رود، افراد به آن توجهی نمی‌کنند تا جایی که در قسمت‌های مختلف بدن فراگیر می‌شود.

این زگیل‌ها می‌تواند در دست، زبان، زیر ناخن، دهان، اطراف چشم و صورت ... ایجاد شود. از آن جا که این بیماری ویروسی است، یک ویروس آن می‌تواند به صد ویروس تقسیم شود و در قسمت‌های مختلف انتشار یابد.

درمان‌های دارویی، استفاده از لیزر، سرمازدگی و استفاده از روش‌های الکتریکی در این زمینه مؤثر هستند که پزشک بنا به تشخیص، راهکار مناسب را پیشنهاد و تجویز می‌کند.

البته گاهی زگیل‌ها خود به خود ناپدید می‌شوند اگر چه ممکن است ماه‌ها حتی سال‌ها به طول انجامد تا ناپدید شوند اما بعضی از زگیل‌ها هم خود به خود از بین نمی‌روند و پزشکان هنوز مطمئن نیستند چرا بعضی زگیل‌ها به خودی خود ناپدید می‌شوند و بعضی دیگر نمی‌شوند.

پیشگیری

برای جلوگیری از گسترش زگیل‌ها، آن‌ها را نخراشید. زگیل‌ها با برش‌ها و خراش‌های کوچک به راحتی گسترش می‌یابند. کفش‌هایی بپوشید که مناسب اندازه باشند.

ورزش

ورزش نه تنها در باز توانی شناختی این افراد تاثیر دارد بلکه از ایجاد اختلالات بعدی که در اثر قطع دارو ممکن است رخ دهد، جلوگیری می‌کند

احساس افسردگی یا ناامیدی، بی‌حالی یا دلشوره، بی‌حسی یا عصبانیت، مشکلات هاضمه، علائم سیستم عصبی همچون عرق کردن، خشکی یا آب‌یاد دهان سرد و تنش‌های عضلانی از علائم معمول اعتیاد است. مشاهده شده که ورزش مکرر، استرس، نگرانی و افسردگی را از بین برده است. از آن جا که این‌ها علائم اصلی ترک اعتیاد هستند، کارشناسان بر این باورند که ورزش می‌تواند علائم ترک اعتیاد را از بین ببرد.

از طرفی محققان می‌گویند، اعتیاد منجر می‌شود مدارهای نورونی که تحت تاثیر شناخت فعالیت می‌کنند، به صورت فیزیولوژیک تحت تاثیر این مواد قرار گیرند و عملکرد و رفتار مدارها به نحو نامطلوبی تغییر کند. پس همان مدارهایی که شناخت، حافظه و یادگیری را کنترل می‌کنند تحت تاثیر مواد مخدری همچون مورفین قرار می‌گیرند و عملکرد آن‌ها به گونه‌ای تغییر می‌کند که به اختلالات شناختی منجر می‌شود

به عنوان مثال، باعث می‌شود توانایی پردازش اطلاعات مختل شود. محققان کشور در طرحی با حمایت ستاد توسعه علوم

و فناوری‌های شناختی معاونت علمی، نشان دادند انجام فعالیت‌های بدنی عملکرد نوروهای مغزی فرد معتاد را که به علت مصرف مواد مخدر دچار تغییر شده است، به حالت اولیه بازمی‌گرداند.

علی‌رشدی پور محقق این طرح اظهار کرد: اعتیاد در

ترک اعتیاد یک تجربه ناخوشایند است و زمان می‌برد تا فرد به یک ماده اعتیاد آور یا یک رفتار اعتیاد آور همچون خوردن بیش از حد ادامه‌دار شود. شدت علائم ترک اعتیاد متفاوت است

و این که چه علائمی تجربه شود، وابسته به فرد است که چه چیزی را ترک می‌کند اما آن چه در ترک اعتیاد مهم است، هوس بیشتر بر آن ماده یا رفتار است.

هر زمانی که فرد دچار کند، چه در زمانی که فرزند از مادری معتاد متولد یا فردی بالغ درگیر این بیماری شود عملکرد و شکل پذیری مغز را تغییر می‌دهد. این تغییرات در ساختارهایی از مغز که مربوط به حافظه یادگیری و شناخت است، به وضوح دیده می‌شود.

درمان اعتیاد

برای درمان اعتیاد از دارو و روش‌هایی مثل متادون تراپی استفاده می‌شود که درمانی نگه‌دارنده است و اگر بخواهیم در این بیماران اختلالات شناختی، رفتاری و اضطرابی را اصلاح کنیم، باید مدارهای نورونی درگیر

• **ورزش مداوم و منظم نه‌شدید**  
چند نکته وجود دارد؛ نخست باید ورزش مداوم و منظم باشد و یا برنامه پیش‌رود. البته شدت ورزش هم موضوع مهمی است. اگر ورزش از حالت متوسط خارج و شدید شود آثار مثبتی به همراه ندارد و در شدت‌های بالا استرس را نیز می‌شود و غلظت هورمون‌های استرس را در خون تغییر می‌دهد پس در این هنگام نه تنها باز توانی انجام نمی‌شود بلکه آثار منفی نیز دیده می‌شود.



خودنمایی، سلامت خود و آینده فرزندانشان را در معرض تهدید قرار دهند. نکته قابل تأمل این جاست، تنها در عمل سزارین امکان دستکاری تاریخ تولد وجود دارد و زایمان طبیعی و انکش طبیعی بدن مادر است و درست هنگامی اتفاق می‌افتد که نوزاد تمامی مراحل رشدش را در بدن مادر پشت سر گذاشته است و باید متولد شود.

دست‌وپنجه نرم می‌کنند و برخی هایشان در آرزوی داشتن یک فرزند می‌سوزند و می‌سازند، درست در کنار کودکان و نوجوانان و خانواده‌هایی که در شرایط اقتصادی کنونی جامعه توان تغذیه مناسب را ندارند و در معرض انواع و اقسام بیماری‌ها قرار می‌گیرند، خانواده‌هایی هستند که آن‌چنان در تجملات و نمایش ثروت خود فرو رفته‌اند که حاضرند برای

می‌اندازد. به گزارش شفا آنلاین، دستکاری در تاریخ زایمان برای تاریخ تولد جالب یا هماهنگ کردن تاریخ تولد فرزند با سالگرد ازدواج پدر و مادر مد تازه‌ای در میان قشرهای مرفه جامعه است که بار تبعات آن علاوه بر نوزاد و پدر و مادرش بر دوش نظام سلامت جامعه نیز می‌افتد.

در شرایطی که ۲۰ درصد زوج‌ها با ناباروری

دستکاری در تاریخ زایمان‌ها، میزان بستری نوزادان در NICU و حتی مرگ نوزادان را افزایش می‌دهد. پس از چالش‌هایی در زمینه تهیه آلبوم جنین و سونوگرافی‌های سه‌بعدی، با وجود تمام تبعاتی که برای مادر و جنین دارد، حالا نوبت به چالش تازه‌ای رسیده است که هم موجب دردسر خود والدین می‌شود و هم سلامت نوزاد را به خطر

مد خطرناک برای زایمان!

برای درج آگهی در صفحه سلامت با شماره‌های ۰۱۰۴۷۰۳۶۰ - ۱۱۱۸۶۱۳۶۰ تماس حاصل فرمائید



می‌توان به زندگی بازگشت...  
ساعت کار: ۱۲/۲۰۶۹/۳۰  
کلینیک بازتوانی و درمان اعتیاد فیوشا  
بین پیروزی ۳۸ و میدان هاشمیه تلفن: ۰۲۸۸۳۰۰۷۸ تحت نظارت اداره بهزیستی

دکتر پگاه میرزائی  
- برداشت کلیه ضایعات پوستی خال و زگیل با دستگاه بدون خونریزی  
- شفاف سازی و جوانسازی پوست به روش میکرودرم ابریش  
تماس و رزرو وقت ۰۷۱۲۸-۰۹۳۵۵۵۵۵  
تماس ۱۲-۱۰-۱۸ مشاوره حضوری رایگان

خدمات پرستاری در منزل  
رهبان سلامت  
پرستار مراقب  
فیزیوتراپی، پزشکی  
ارائه تجهیزات  
روانشناس بالینی  
پزشکی و پرستاری  
مددکار اجتماعی  
شانه روزی در منزل و بیمارستان  
۰۹۰۲۷۶۲۸۰۶۰ - ۳۷۵۱۳۵۰۱  
۰۹۱۵۶۱۵۲۲۹۰ تلگرام

دکتر  
محمد رضا نجاریان  
داخلی، کودکان  
پوست  
درمان اعتیاد،  
معاینات ورزشی  
دانش آموزان  
فکوری ۸ و یلای ۱  
۰۹۱۵۵۱۵۲۲۰۴ - ۳۸۱۷۰۴۴۴

مرکز درمان اعتیاد زندگی دوباره (بستری)  
• برنامه های آموزش روزانه در مرکز  
• شرکت در جلسات گروه درمانی خارج از مرکز  
• استخر، سونا خارج از مرکز  
۰۹۱۵۹۱۱۸۶۱ - ۳۵۲۳۵۶۰۵  
قاسم آباد، بلوار فلاحی، بلوار فاطمیه ۱، پلاک ۶ (مدیریت خودری)

مرکز روانشناسی و روان درمانی، مشاور کودک و خانواده  
حسین حسینی  
دانشجو دکتری تخصصی روانشناسی  
مؤلف کتاب کودک - مدرسه دانشگاه  
وکیل آباد ۲۳، جنب داروخانه دکتر انسان ۰۹۳۰۹۱۵۱۰۵۰ - ۳۶۰۸۱۶۱۳

دکتر هاشم نعمتی  
کلینیک مشاوره و روانشناسی اندیشه مهر  
روانشناسی / مشاور PHD / عضو هیئت علمی گروه روانشناسی  
و مشاوره دانشگاه پیام نور  
بین معلم ۴۵ و چهارراه دانشجو ۰۹۱۵۳۱۰۸۷۲۲ - ۳۹۶۴۴۹۱۶

مرکز مشاوره خوارزمی  
طرح ازدواج بدون شکست  
۳۸۴۲۰۳۰۱ - ۳۸۴۶۲۱۵۲  
۰۹۳۶۱۳۸۴۳۴۱

درمانگاه شبانه روزی سرو  
دارای بخش تخصص زنان و زایمان  
خدمات دندانپزشکی  
دارای بخش تزریقات  
حجامت - پانسمان  
ایمپلنت و کارهای زیبایی دندان  
پدیرش با کلیه بیمه ها:  
ایثارگران، نیروهای مسلح، دانا، ایران، تأمین اجتماعی و خدمات درمانی  
یست متری طلاب - علیمردانی ۵  
۳۲۷۱۳۵۷۳ - ۰۲۷۰۰۶۷۷

کلینیک فیزیوتراپی توانمهر  
فیزیوتراپیست: حسین فراسی  
\*\*\* نظام پزشکی ف ۱۸۴ \*\*\*  
فیزیوتراپی و توانبخشی بیمارهای ارتوپدی  
مجهز به لیزر تراپی cpm و مگنت  
۳۸۴۵۴۱۳۴  
آدرس: میدان احمدآباد خیابان سلمان فارسی  
روبروی سلمان فارسی ساختمان پزشکان آبتار

دندانپزشک زیبایی  
دکتر مظفری  
مراجعه لیفت زیبا  
لامینت سرامیکی و کامپوزیت  
تعیین نوبت: ۰۵۱۳۶۰۲۲۷۶۱  
@dentistrymodern

مجید جلیلیان  
• هیپنوتیزم درمانی  
• افسردگی  
• اضطراب، ازدواج، خانواده  
• وسواس، ترس ها  
۳۸۴۷۶۵۷۰

مشاوره تخصصی پیش از ازدواج  
پریسا باغانی کارشناس ارشد بالینی  
مشاوره طلاق، زوج، افسردگی، اضطراب و اختلالات روانی  
فلسطین ۱۲ - پلاک ۲، خانه علوم روانشناسی ۳۷۶۶۷۳۵۱

تغذیه ورزشیم درمانی احمدآباد  
اعضای انجمن تغذیه ایران  
• رژیم درمانی کاهش وزن و افزایش وزن  
• پایش رشد و درمان اختلالات تغذیه ای کودکان  
۰۹۱۵۵۷۱۲۵۵۷ - ۰۹۳۸۷۸۰۶۲۲۵  
احمدآباد مقابل بیمارستان قائم نیش خیابان پشت جنب بانک گردشگری ساختمان حبیبی ط ۸