

تازه‌ها

نجات جان هزاران نفر
با مداخلات ارزان قیمت

سپید: دانشمندان می‌گویند مداخلات ارزان بهداشتی با هزینه اندک ۱/۷۲ دلار آمریکا به ازای هر نفر، می‌تواند به جلوگیری از مرگ میر صدها هزار زن به علت سرطان پستان و دهانه رحم در کشورهای در حال توسعه سراسر جهان کمک کند. بر اساس این مطالعه، سالانه حدود ۸۰۰ هزار زن به دلیل سرطان پستان و دهانه رحم می‌میرند. دوسوم از مرگ‌ومیر سرطان پستان و ۹ تا از هر ده مرگ ناشی از سرطان دهانه رحم در کشورهای در حال توسعه رخ می‌دهد. برخی از امکانات تشخیصی و درمانی مانند ماموگرافی و پروتو درمانی اغلب در کشورهای فقیر در دسترس نیستند. اما مداخلات کم هزینه متعددی توانایی نجات جان‌ها را دارند. به گفته پژوهشگران دانشگاه تورنتو یک تصویر غلط رایج وجود دارد که پیشگیری از سرطان پستان و دهانه رحم، بسیار دشوار و گران قیمت است؛ به ویژه برای زنان در کشورهای فقیری که بیشترین بار این بیماری‌ها در آن کشورها دیده می‌شود.

برآوردهای اخیر نشان می‌دهد که یک بسته کنترل سرطان اولیه می‌تواند در کشورهای کم‌درآمد و با درآمد متوسط با هزینه بسیار پایین ۱/۷۲ دلار برای هر نفر معرفی شود که تنها معادل ۳ درصد از هزینه‌های سلامت کنونی در این کشورها است. هر سال مرگ‌ومیر سرطان پستان و گردن رحم، نزدیک به سه برابر بیشتر از عوارض ناشی از بارداری و زایمان است. انتظار می‌رود تعداد زنان مبتلا به سرطان پستان تا سال ۲۰۳۰، تقریباً دو برابر شده و به ۲/۲ میلیون تن برسد. دانشمندان هشدار می‌دهند هزینه انفعال، «عظیم» خواهد بود. آن‌ها می‌گویند اواکسیسینوویروس یا ویلوسای انسانی (HPV) در دختران فقیرترین کشورهای جهان در طی دوره چهار ساله، می‌تواند از ۶۰۰ هزار مرگ ناشی از سرطان دهانه رحم جلوگیری کند. کشورهای با درآمد کم و متوسط، تنها ۱۵ درصد از بودجه جهانی سرطان را دریافت می‌کنند که این معضل را تشدید کرده است. محققان توصیه می‌کنند ۲۰ درصد از دختران تا سال ۲۰۳۰ در برابر HPV ایمن‌سازی شده دسترس‌پذیر به تشخیص و درمان زودهنگام برای تمام زنان دارای سرطان پستان فراهم شود. ■

منبع: HealthcareAsia



تازه‌ها

افزایش ۱۳ برابری شمار افراد
۱۰۰ ساله در فرانسه تا ۲۰۲۰

سپید: به گفته پژوهشگران با افزایش سن امید به زندگی، شمار افراد ۱۰۰ ساله در فرانسه رو به افزایش است. بر اساس آمار ملی کشور فرانسه شمار افراد بالای ۱۰۰ سال در این کشور تا سال ۲۰۷۰، ۱۳ برابر خواهد شد. در ژانویه سال ۲۰۱۶، ۲۱ هزار شهروند بالای ۱۰۰ سال ساکن این کشور بودند که در مقایسه با ۱۹۷۰ این رقم ۲۰ برابر شده است. با ادامه روند افزایش سن امید به زندگی، این تعداد تا سال ۲۰۷۰ به ۲۷۰ هزار نفر خواهد رسید. طبق این گزارش، در حال حاضر بیشترین تعداد افراد بالای صد سال اروپا در فرانسه و بعد از آن در اسپانیا و ایتالیا زندگی می‌کنند. محققان دلایل آن را تعداد جمعیت بالای این کشورها و همچنین بالا بودن سن امید به زندگی زنان در این کشورها عنوان می‌کنند. پیش بینی می‌شود تا ۲۰۷۰، به ازای هر ۳ فرد بالای ۱۰۰ سال، یک نفر مرد باشد، در حالی که این نسبت در حال حاضر یک به ۶ است. ■

منبع: WebMD



چرا مصرف بیش از حد هروئین در آمریکا ناگهان بالا رفته است؟

ترجمه: مرجان یشایی

سپید: وقتی بر اساس قانونی قرار شد پزشکان میزان تجویز مسکن‌های شبه افیونی را کمتر کنند، کاهشی در بازار پیش آمد و همین کاهش سبب ورود هروئین برای کاهش درد شد که حال راحت‌تر از مسکن‌های تجویزی می‌شد آن را تهیه کرد.

چرا مصرف بیش از حد هروئین در سال‌های گذشته در آمریکا به شدت بالا رفته است؟ جالب است که بسیاری از مردم در عادت‌های رایج تقصیر را به گردن تولیدکنندگان دارو می‌اندازند که هرچند بی‌تقصیر نیستند، اما به واقع کانون مشکل در تولیدکنندگان دارو نیست، یا پزشکان را موجب آن می‌دانند که هرچند برخی مشکلات را ایجاد کرده‌اند، اما آن‌ها را نیز نمی‌توان تنها دلیل مصرف بیش از حد هروئین در آمریکا دانست.

انجمن درد آمریکا در سال ۱۹۹۶ شعار «درد علامت پنجم حیاتی است» را مطرح کرد. این باور از آنجا برآمد

که هنگام بررسی و درمان بیماری، در کنار ۴ علامت حیاتی (ضربان قلب، فشار خون، دمای بدن و میزان تنفس) باید درد را هم به عنوان یکی از علائم حیاتی در نظر گرفت. این شعار برای تأکید بر اهمیت درد مطرح شده است. هزاران سال است که بشر برای تسکین درد خود از مسکن‌های حاوی افیون استفاده کرده است. گیاه خشخاش در بسیاری از نقاط جهان کشت می‌شود.

وقتی مردم در روزگاران قدیم این گیاه را خوردند به خواص ضد درد آن پی بردند، حتی هومر در ادیسه درباره خواص تسکین درد این گیاه نوشته است: «شادمانه اندیشیدم. در کاسه‌ای که شرابی را در آن آمیخته بودند، او دارویی گذاشت که درد و زنج و خشم را می‌ربود و هر خار خاره درد آن را از میان می‌برد. هر آن کس که آن گیاه محلول در شراب را سرمی‌کشید، دیگر آن روز نمی‌توانست قطره اشکی حتی در سوگ پدر و مادر از دیده بچکاند یا اگر برادری یا پسرش را در مقابل چشمانش

هروئین
جای مسکن‌های
شبه افیونی را گرفت



در گور می‌گذاشتند...»

پس می‌دانیم که استفاده از افیون برای تسکین درد چیزی تازه نیست، اما با افت و خیزهایی که طی قرن‌ها اتفاق افتاد، در حوالی دهه ۱۹۹۰ داروهای ضد درد شبه افیونی دیگر آنقدرها رواج نداشت. بیشتر به دلیل جنگ علیه مواد مخدر که نیکسون آن را آغاز و در زمان رونالد ریگان به اوج رسید، پزشکان از بیم معاد شدن بیمارانشان از تجویز مسکن‌های شبه افیونی دوری می‌کردند. به همین دلیل، پزشکان برای بسیاری از بیماران گرفتار درد داروهایی مانند اسپیرین و ایبوپروفن و مانند آن‌ها تجویز می‌کردند. بسیاری از این مسکن‌ها به خصوص در بیماران सर्طانی کارایی چندانی نداشتند.

مجموعه این عوامل باعث شد تا گروه‌های هوادار بیماران علیه این پدیده صف‌آرایی کنند. طرح شعار «درد علامت حیاتی پنجم است» خیلی زود طرفداران فراوانی را پیدا کرد و نظر پزشکان را به عمق درد و

رنج بیمارانشان و آنچه که برای تسکین دردشان می‌توان انجام داد، جلب نمود.

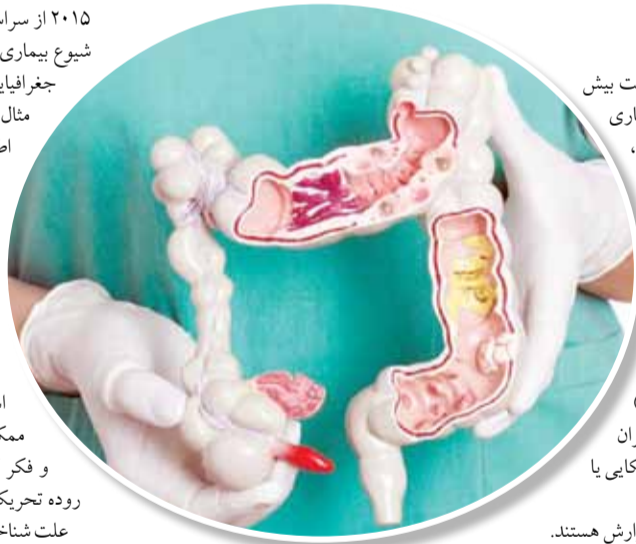
به این ترتیب، راه حل به تدریج نمایان شد و دیگر پزشکان از تجویز مسکن‌های شبه افیونی ترسی نداشتند. پس از مدتی، بسیاری از پزشکان در این راه به افراط افتادند و تجویز مسکن‌های شبه افیونی برای مواردی هم که بیمار پاسخ خوبی دریافت نکرده بود، مانند کمردرد، مزمن یا حتی بیماری‌های بدون وجود دردی خاص که سال‌ها می‌توانست ادامه پیدا کند، حالا دیگر کاری نادر در بین پزشکان نبود. با افزایش تجویز مسکن‌های شبه افیونی برای تسکین دردهای مزمن، ورود این نوع داروها که هر روز نوع قوی‌تری هم از آن‌ها ابداع می‌شدند، به بازارهای مصرف بیشتر شد. این جریان آنچنان سرعت گرفت که در سال ۲۰۱۲، ۲۵۹ میلیون داروی شبه افیونی از سوی پزشکان تجویز شد، یعنی برای هر فرد بزرگسال یک شیشه.

از آن زمان، این داروها هرچند درد بیمارانشان تسکین

نمی‌دهند، اما به تدریج به ابزاری برای سوءاستفاده تبدیل شدند. ■

افزایش بیماری التهابی روده در آمریکا

ترجمه: علی حاج رسولی‌ها



سپید: بر اساس برآوردهای جدید، ممکن است بیش از ۳ میلیون بزرگسال آمریکایی مبتلا به بیماری التهابی روده (IBD) باشند. به گفته محققان، این میزان حدود سه برابر تعداد برخی از تخمین‌های قبلی است. برآورد جدید بر اساس یک بررسی ملی در مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های آمریکا انجام شده است. از پاسخ‌دهندگان به نظرسنجی پرسیده شد که آیا پزشک و یا دیگر متخصصین سلامت تاکنون به آنان گفته که مبتلا به بیماری کرون یا کولیت زخم‌شونده (دو گونه از IBD) هستند یا خیر. طبق این پاسخ‌ها، پژوهشگران تخمین زدند که ۱۳ درصد از بزرگسالان آمریکایی یا ۳/۱ میلیون آمریکایی دارای IBD هستند.

این افراد دارای التهاب مزمن در دستگاه گوارش هستند. بیماران اغلب دچار درد شکم، دل‌درد، خستگی و اسهال می‌شوند. همچنین آن‌ها ممکن است کیفیت زندگی پایینی داشته باشند؛ زیرا اکثر عوارض شده و نیاز به بستری در بیمارستان یا انجام عمل جراحی دارند. با توجه به این گزارش، شیوع بیماری التهابی روده بسیار بالاتر از آنچه قبلاً برآورد شده بود، است. به علاوه این گزارش نشان می‌دهد که این بیماری در برخی گروه‌ها از جمله بزرگسالان بالای ۴۵ سال، اسپانیایی‌تبارها، سفیدپوستان غیر اسپانیایی‌تبار و

۲۰۱۵ از سراسر آمریکا را بررسی کردند. برآوردهای قبلی شیوع بیماری التهابی روده در این کشور محدود به مناطق جغرافیایی خاصی یا ادعای مراکز بهداشتی بود. برای مثال، یک مطالعه که در سال ۲۰۱۳ با استفاده از

اطلاعات ۱۲ میلیون نفر منتشر شد، تخمین زد ۱/۲ میلیون بزرگسال آمریکایی دارای IBD هستند. با این حال، امکان دارد شیوع بیماری در گزارش تازه دست بالا گرفته شده باشد. اغلب علائم در بیماران مبتلا به IBD در دیگر بیماری‌های شایع دستگاه گوارش مانند سندرم روده تحریک‌پذیر نیز رخ می‌دهد. تشخیص IBD نیاز به تأیید در معاینه با استفاده از آندوسکوپی دارد. برخی از افراد ممکن است نشانه‌های خود را اشتباه تفسیر کنند و فکر کنند IBD دارند؛ در حالی‌که مبتلا به سندرم روده تحریک‌پذیر هستند.

علت شناخته‌شده‌ای برای IBD وجود ندارد. این بیماری پیچیده، ناشی از عوامل متقابل ژنتیکی و محیطی متعددی، مانند رژیم غذایی، میکروب‌های روده و سیستم ایمنی بدن ایجاد می‌شود. افزایش میزان این بیماری در آمریکا می‌تواند با عوامل زیادی از جمله تغییر رژیم غذایی افراد شامل افزایش مصرف غذاهای بسته‌بندی شده و آماده، چربی و قند در ارتباط باشد؛ اما افزایش استفاده از آنتی‌بیوتیک‌ها، مواد شیمیایی غذاها و افزایش بروز چاقی نیز نقش دارد. ■

منبع: LiveScience

خبر

یانسگی زودهنگام و خطر بالای شکستگی استخوان

سپید: یک مطالعه جدید نشان می‌دهد یانسگی قبل از سن ۲۰ سالگی، خطر شکستگی استخوان را افزایش می‌دهد. حتی با وجود مصرف مکمل‌های کلسیم و ویتامین D، خطر بروز شکستگی استخوان در زنانی که زودهنگام یانسه شده اند، بیشتر است.

در این مطالعه محققان به بررسی تأثیر کلسیم، ویتامین D و هورمون‌ها در تعدیل ریسک بالای شکستگی در زنانی که زودهنگام یانسه شده بودند پرداختند. براساس ارزیابی‌های حدود ۲۲ هزار زن، افراد با سن کمتر از ۴۰ سال که یانسه شده بودند در مقایسه با زنانی که بعد از ۴۰ سالگی یانسه شده بودند، به شکل چشمگیری در معرض ریسک شکستگی بودند. زنان مبتلا به یانسگی زودهنگام تا حداقل میانگین سنی یانسگی (۵۲ سال) کاندیدای هورمون درمانی هستند تا خطر بیماری قلبی، پوکی استخوان و تغییرات شناختی و رفتاری در آنها کاهش یابد. ■

منبع: MNT

از ۱۴ تا ۲۱ آبان
هر روز به قید قرعه به
یک نفر از کسانی که
مشترک شش ماه سپید
شوند، یک سکه ربع بهار
آزادی اهدا می‌شود

«سپید»

تنهاروزنامه پزشکی خاورمیانه

برای اشتراک روزنامه سپید در تهران، یکصدوسی و دو هزار تومان به شماره کارت ۰۷۵۶۸۰۰۷۵۶۸۱۱۴۰۲۷۴۲۱۱۴ بانک اقتصاد نوین در وجه نشریه سپید واریز و شماره فیش واریزی را به همراه آدرس به تلفن ۹-۲۲۸۸۷۳۵۷ اعلام نمایید.

این هزینه اشتراک شش ماه فقط در تهران می‌باشد.
• ارسال روزنامه هر روز صبح با پیک انجام می‌شود.

@sepidonline

www.sepidonline.ir

@sepidonline