

تزریق بوتاکس از بهترین روش های درمان است که طی آن از طریق تزریق سم بوتولینوم، عضله به طور موقت فلج می شود. بوتولینوم نوعی سم غذایی است که توسط میکروبی تولید می شود که باعث بیماری بوتولیسم می شود. بوتاکس بیشتر برای کاهش چین و چروک صورت به کار می رود اما همچنین برای درمان اسپاسم گردن، تعریق بیش از حد (هیپرهیدروز)، مثانه بیش فعال و همچنین برخی انواع انحراف چشم نیز به کار می رود. در برخی افراد تزریق بوتاکس می تواند در پیشگیری از میگرن مزمن نیز موثر واقع شود.

اولین دارویی که از سم بوتولینوم ساخته شد بوتاکس بود اما امروزه محصولات جدیدتری شامل دیسپورت مایوبلاگ و زونومین نیز در بازار موجودند. هر یک از این محصولات از نظر مقدار مصرف و ... با دیگری متفاوت است و نمی تواند به جای دیگری مورد استفاده قرار گیرد.

علت انجام

تزریق سم بوتولینوم فعالیت برخی انتقال دهنده های عصبی را مسدود می کند و از رسیدن پیام هایی که منجر به انقباض عضله می شوند، جلوگیری می کند. تزریق بوتاکس بیشتر برای شل کردن موقت آن دسته از عضلات صورت به کار می رود که مسئول چین و چروک هستند، از جمله:

- ❖ خط اخم بین ابروها
- ❖ چین های پنجه کلاغی گوشه خارجی چشم
- ❖ خطوط افقی پیشانی که در زمان بالا بردن ابروها ایجاد می شود.
- بوتاکس علاوه بر کاربردش در موارد زیبایی برای درمان برخی مشکلات دیگر در بدن نیز به کار می رود، برای مثال:
- ❖ **گرفتگی گردن:** گرفتگی گردن شرایط دردناکی را ایجاد می کند که گردن فرد به دلیل انقباض عضلات گردنی در حالت های ناراحت کننده و دردناک قرار می گیرد.
- ❖ **تبلی چشم:** رایج ترین دلیل تبلی چشم عدم تعادل ماهیچه های حرکت دهنده چشم است. این وضعیت ممکن است منجر به انحراف چشم ها به سمت داخل شود.
- ❖ **انقباض عضلانی:** برخی مشکلات عصبی مانند فلج مغزی ممکن است باعث جمع شدن دست و پاها به سمت داخل شود. در برخی موارد این عضلات انقباض یافته، می توانند با تزریق بوتاکس شل شوند و از انقباض درآیند.
- ❖ **هیپرهیدروز (تعریق بیش از حد):** در این وضعیت

همه چیزهایی که باید در مورد تزریق بوتاکس بدانیم

زیبایی به قیمت فلج عضله



فردحتی زمانی که ورزش نمی کند یا محیط گرم نیست بیش از حد عرق می کند یا دست هایشان عرق می کند.

❖ **نقص عملکرد مثانه:** تزریق بوتولینوم می تواند در کاهش تکررادرار در افراد مبتلا به مثانه بیش فعال موثر باشد.

خطرات احتمالی

تزریق بوتاکس روش نسبتاً امنی است، به شرط آنکه توسط یک پزشک باتجربه انجام شود. بیشتر عوارض جانبی آن شامل تورم یا کبودی در محل تزریق و علائمی شبیه سردرد و سرماخوردگی است. در صورتی که تزریق در منطقه درستی انجام نشود ممکن است دارو در بافت های مجاور پخش شود و منجر به مشکلاتی شود، نظیر:

- ❖ افتادگی پلک
- ❖ تابه تا شدن ابروها
- ❖ نارقم شدن لیختند
- ❖ خشکی چشم یا اشک چشم بیش از حد

به ندرت ممکن است سم بوتولینوم به قسمت های

چگونه آماده شوید
در صورتی که طی ۴ ماه پیش از مراجعه فعلی تزریق بوتاکس داشته اید به پزشکتان اطلاع دهید. در صورتی که از داروهای رقیق کننده خون استفاده می کنید، ممکن است لازم باشد چند روز قبل از تزریق بوتاکس استفاده از آنها را متوقف کنید تا احتمال خونریزی یا کبودی را کاهش دهید. همچنین در صورتی که از شل کننده های عضلانی، داروهای خواب آور یا ضد حساسیت استفاده می کنید به پزشکتان اطلاع دهید.

آنچه می توانید انتظار داشته باشید

▲ **پیش از تزریق:**
اگرچه اغلب افراد درد ناشی از تزریق را به راحتی تحمل می کنند، برخی افراد تمایل دارند موضع مورد نظر را پیش از تزریق بی حس کنند. در این رابطه چند انتخاب در پیش روی فرد قرار دارد:

- ❖ تزریق بی حس کننده در موضع مورد نظر
- ❖ کرم های بی حس کننده موضعی که ۶۰ تا ۹۰ دقیقه پیش از تزریق باید استفاده شوند.
- ❖ اسپری های بی حس کننده که به مدت ۱۰ ثانیه بر پوست اسپری می شوند و بی حسی ناشی از آنها فقط تا چند ثانیه دوام دارد.

▲ طی تزریق:

پزشک از طریق یک سرنگ ظریف سم بوتولینوم را به پوست یا ماهیچه تزریق می کند. تعداد تزریق های مورد نیاز بستگی به عوامل زیادی از جمله وسعت ناحیه مورد نظر دارد. تزریق بوتاکس معمولاً در مطب پزشک انجام می شود.

▲ پس از تزریق:

پس از تزریق فرد می تواند به انجام کارهای روزانه اش ادامه دهد. فقط مراقب باشید که ناحیه تزریق بوتاکس را نمالید یا ماساژ ندهید. این کار ممکن است منجر به انتشار دارو به قسمت های دیگر شود.

نتایج

تأثیر تزریق سم بوتولینوم معمولاً چند روز پس از تزریق مشخص می شود. بسته به مشکل درمان شده در فرد تأثیر آن ممکن است ۳ تا ۱۲ ماه دوام یابد. برای دوام پیدا کردن تأثیر فرد باید به طور منظم تزریق بوتاکس را ادامه دهید. ■

منبع: Your Doctor

هفت سرطانی که دیر تشخیص داده می شوند



❶ **سرطان پانکراس (لوزالمعده):** با استفاده از فناوری های جدید از جمله آزمایش خون مولکولی و سایر رویکردهای جدید، می توان تلاش های تشخیصی زودهنگام این نوع تومورها را گسترش داد. علت دشوار بودن تشخیص سرطان لوزالمعده، نداشتن علائم و درد است، به استثنای زمانی که زردی به دلیل انسداد مجاری صفراوی اتفاق بیفتد.

❷ **سرطان کلیه:** تشخیص سرطان کلیه می تواند سخت باشد زیرا تا زمان ظهور علائمی مانند درد کمر، خستگی مزمن، کاهش وزن بدون علت، و خون در ادرار ظاهر شوند، بیماران تحت آزمایش قرار نمی گیرند. تومورهای کوچک کلیه در معاینه قابل تشخیص نیستند و آزمون غربالگری برای تشخیص زودهنگام سرطان کلیه وجود ندارد. توصیه پزشکان به افرادی که در معرض خطر بیشتر هستند، انجام منظم آزمایشات، CT scan یا MRI برای تشخیص زودهنگام بیماری است.

❸ **سرطان سلول غیر کوچک ریه:** سه چهارم سرطان های ریه پس از گسترش سرطان به سایر نقاط بدن تشخیص داده می شوند و اغلب بیماران زمانی که تومور رشد می کند و سیستم لنفاوی را درگیر می کنند، علائمی را مانند سرفه، تنگی نفس و ذات الریه پیدا می کنند. سرطان سلول غیر کوچک ریه شایع ترین نوع سرطان ریه است و به دلیل نداشتن علائم و عدم کشف آن توسط عکسبرداری با اشعه ایکس، تشخیص آن در مراحل اولیه بیماری دشوار است.

برای تشخیص سرطان ریه PET scan و CT scan کارایی دارند. تشخیص دیر هنگام بیماری میزان بقا بیماران را بسیار کم می کند. توصیه می شود CT scan جهت

خوب ببینید و ایمن برانید

تصادفات رانندگی دومین عامل مرگ و میر انسان پس از بیماری های قلبی و عروقی است. در کشور ما ۷۰ درصد این حوادث به دلیل خطای انسانی روی می دهند و در برخی موارد مشکلات بینایی هم مزید بر علت می شود. در این مطلب به اختصار چند راهکار ساده را برای کاهش مشکلات بینایی برمی شماریم؛ با این امید که سفری ایمن داشته باشید و از تعطیلات نوروز لذت ببرید.

۱ عینک آفتابی بزنید

استفاده از عینک آفتابی حین رانندگی به سلامت چشمها و کیفیت بینایی شما کمک می کند. عینک های استاندارد با برخورداری از لایه های محافظ، پرتوهای زیان بار آفتاب را پالایش کرده و مانع رسیدن آنها به چشم می شود. برخی از انواع عینک های آفتابی به فیلترهای ضد بازتاب یا شیشه پولاریزه هم مجهز هستند که در این حالت نور

بدانیم

نقرس و علل ایجاد کننده آن

■ مهرداد منصور

نقرس بیماری است که بر اثر تجمع زیاد ماده ای به نام اسید اوریک در بدن ایجاد شده و می تواند موجب بروز علائمی مثل درد و تورم در مفاصل شود. بروز نقرس می تواند ارتباط نزدیکی با مصرف زیاد غذاهای پرپروتئین به خصوص گوشت داشته باشد.

نقرس چگونه ایجاد می شود؟

همانطور که گفته شد، علت اصلی نقرس تجمع اسید اوریک در بدن است. اسید اوریک در واقع پسماند متابولیسم و سوختن پروتئین در بدن است. گاهی اوقات بر اثر تولید زیاد این ماده در بدن یا ناتوانی کلیه در دفع آن، این ماده به طور غیرطبیعی در مایعات بدن جمع شده و به دنبال آن بلورهای این ماده در مفاصل بدن رسوب می کند. رسوب بلورهای اسید اوریک در بدن موجب تحریک سلول های ایمنی شده و بدنبال آن موجب التهاب و درد مفصل می شود.

تشکیل کریستال های اسید اوریک در مفصل موجب می شوند تا سلول های ایمنی بدن آنها را مهاجم تلقی کرده و بخورند. به دنبال آن، این سلول ها مواد شیمیایی خاصی را به نام پروستاگلاندین و لوکوترین از خود ترشح می کنند که این مواد موجب ایجاد علامت التهاب در مفصل (درد و تورم) می شوند.

از علامت شایع این بیماری درد و تورم ناگهانی مفصل به خصوص مفصل بزرگ شست پا (ماتاراسوفالانژیال) است. بروز ناگهانی درد و تورم مفصل را حمله نقرسی می نامند. ضربات مکرر به این (مثلاً به دنبال راه رفتن طولانی) موجب می شود کریستال های اسید اوریک که قبلاً در بافت های مفصل رسوب کرده، ناگهان به داخل مفصل ریزش کرده و موجب پاسخ التهابی بدن به آن شوند. هر عاملی که بتواند سطح اسید اوریک خون را به ناگهان بالا ببرد (مانند بروز کم آبی در بدن، مصرف الکل و اسیدی شدن خون) هم می تواند موجب حملات نقرسی شود.

حملات درد و تورم مفصل شست پا در نقرس معمولاً شبانه است. در طول روز به علت وضعیت ایستاده بدن، مایع میان بافتی زیادی در اندام تحتانی و بخصوص پایین ترین قسمت های آن یعنی پاها جمع می شود. شب هنگام و وقتی بیمار دراز کشیده و به حالت افقی درمی آید، این مایع میان بافتی دوباره به جریان خون برمی گردد. در این بازگشت، مایعات زودتر از اسید اوریک به جریان خون برمی گردند و در نتیجه غلظت اسید اوریک در پا افزایش می یابد. این اسید اوریک در مفاصل پا رسوب می کند و چون در شب پا سردتر می شود این سرما به رسوب کریستال های اسید اوریک در مفصل پا کمک می کند. به همین علت بروز حملات درد و تورم مفصل در شب بیشتر است.

رسوب اسید اوریک در مفاصل می تواند در نهایت موجب تخریب آنها شود. سنگ کلیه و اختلال در عملکرد کلیه از دیگر عوارض این بیماری است. نقرس در مردها ۹ برابر شایع تر بوده و معمولاً در سنین میانسال بروز می کند. این بیماری زمینه ارثی و خانوادگی دارد. نکته جالب این است که حدود ۱۰ درصد مردم اسید اوریک بالایی دارند ولی همه آنها علائم نقرس را نشان نمی دهند. در مقابل بعضی افراد با علائم بالینی نقرس اسید اوریک بالایی ندارند. در واقع در بسیاری اوقات در موقع بروز علائم بالینی نقرس که به صورت شروع ناگهانی درد و تورم مفصلی است اسید اوریک خون کاهش می یابد. در حمله نقرسی مفصل ماتاراسوفالانژیال ناگهان متورم و دردناک شده و پوست روی آن قرمز و براق می شود. ممکن است پوست روی مفصل قدری پوسته ریزی کند و گاهی احساس خارش هم در مفصل وجود می آید. شروع بسیاری از این حملات شبانه است و بیمار را از خواب بیدار می کند. مفصل به شدت دردناک و حساس می شود، به طوری که که تماس پتو به پوست شست هم ممکن است دردناک باشد. گاهی اوقات بیمار در حین حمله نقرسی تب می کند. ■



کردن است چرا که از عملکرد چشمها به شدت کاسته می شود.

۳ رانندگی ایمن برای مبتلایان به عیوب انکساری

اگر چشم تان دارای عیب انکساری است حتماً از عینک طبی، به ویژه در ساعات ابتدای غروب و شب، استفاده کنید و چنانچه بیش از ۲ ساعت پشت فرمان هستید حتماً عینک فتوکرومیک بزنید.

بهتر است پیش از آغاز سفرهای نوروزی و برای اطمینان از سلامت چشمهایتان نزد متخصص بروید و چکاپ بینایی انجام دهید. ■

منبع: Vision



فرابنفش، سایه ها و سایر انعکاس های زائده بصری گرفته شده و محیط واضحی پیش روی شما قرار می گیرد.

یادتان باشد استفاده از عینک های آفتابی با فیلتر پولاریزه در خودروهای مجهز به صفحه کیلومتر شمار کریستال مایع، توصیه نمی شود زیرا در این صورت خواندن اطلاعات روی نمایشگر امکان پذیر نیست.

۲ از بهترین زمان رانندگی استفاده کنید

به نظر چشم پزشکان ساعت ۹ صبح تا ۱۳ و ۱۷ عصر تا ۴ دقیقه مانده به غروب آفتاب بهترین شرایط بینایی برای رانندگی وجود دارد و رانند در جاده با اطمینان و سهولت بیشتری امکان پذیر است. در مقابل، ابتدای طلوع و غروب آفتاب بدترین زمان رانندگی