بحران زباله در پایتخت ایتالیا

اتحادیه پزشکان رم، پایتخت ایتالیا با ارسال نامه‌ای به شهردار و وزیر بهداشت نسبت به جمع‌آوری نشدن زباله‌ها در سطح شهر هشدار داد. به گفته پزشکان، بحران باقی ماندن زباله‌ها در سطح شهر رم می‌تواند عامل بیماری‌های عفونی و واگیردار زیادی شود که مبارزه و از بین بردن آن نیازمند میلیون‌ها یورو هزینه خواهد بود. شهر رم مدت‌هاست درگیر بحران زباله است، بحرانی که شامل تمام مناطق این شهر زیبای باستانی می‌شود. کیسه‌های زباله مانند کوهی در تمام مناطق روی هم انباشته شده و گویا شهرداری از جمع‌آوری آنها صرف‌نظر کرده اما بحران انباشته شدن زباله‌ها از یازدهم دسامبر سال گذشته میلادی بیشتر شد و در دو هفته اخیر، به‌دلیل تعطیلات سال نوی میلادی و عدم همکاری ماموران شهرداری این بحران به معضل ملی تبدیل شده است.■

منبع: یورونیوز

قتل امید به زندگی را در مکزیک کاهش داده

میزان قتل به حدی در مکزیک بالاست که بر میزان امید به زندگی بین مردان تاثیر گذاشته. تحلیل اطلاعات دلیل مرگ موسسه آمار مکزیک حاکی از آن است که آدم‌کشی بین سال‌های ۲۰۰۵ تا ۲۰۱۵ میلادی در مقایسه با یک دهه پیش از آن ۵۳درصد افزایش یافته. تحقیقات دانشگاه کالیفرنیا درباره امید به زندگی در مکزیک در ۲۰ سال گذشته نشان می‌دهد بین سال‌های ۱۹۹۵ تا ۲۰۰۵ میلادی امید به زندگی بین مردان این کشور حدود ۵۸ سال بوده که طی ۱۰ سال بعدی تنها ۶ ماه به این میزان افزوده شده و مهم‌ترین دلیل آن افزایش آدم‌کشی بوده است. آدم‌کشی وقتی در مکزیک اوج گرفت که جنگ دولت با کارتل‌های بزرگ علیه مواد مخدر به میان مردم کشیده شد. به گفته کارشناسان، برای بالا بردن امید به زندگی بین مردان مکزیکی باید آدم‌کشی مهار شود.■

منبع: نیوزویک

سازمان جهانی بهداشت

شعار روز جهانی سرطان، ۱۵ بهمن، «ما می‌توانیم، من می‌توانم» است؛ یعنی هر کس می‌تواند سرطان را هدف قرار دهد

جهانی بدون سرطان بسازیم

مرجان یشایایی

شعار روز جهانی سرطان، ۱۵ بهمن، «ما می‌توانیم، من می‌توانم» است؛ به این معنی که هر کس می‌تواند با بار سرطان برخورد کند، می‌توانیم به کمک هم از عوامل خطرساز کم کنیم، بر موانع تشخیص زودهنگام و درمان‌های تسکینی چیره شویم، به کمک هم سرطان را بهتر مهار کنیم و به اهداف تعیین‌شده جهانی برای کاهش مرگ‌های زودهنگام بر اثر ابتلا به بیماری سرطان برسیم. هدف از نامگذاری چنین روزی افزایش آگاهی سازمان‌ها و افراد سراسر جهان درباره این بیماری و تبدیل آن به اولویت سلامت است. امید همه نهادهای مسوول و درگیر این است که با افزایش آگاهی درباره سرطان در وهله اول و بعد از آن بهبود تشخیص و درمان از تلفات فزاینده این بیماری جلوگیری کنند.

هر سال در جهان حدود ۹/۶ میلیون نفر بر اثر سرطان جان خود را از دست می‌دهند؛ یعنی آمار جانباختگان از این بیماری از مجموع قربانیان ایدز، مالاریا و سل بیشتر است. کارشناسان پیش‌بینی می‌کنند اگر روند رشد این بیماری به همین ترتیب ادامه پیدا کند، میزان قربانیان این بیماری تا سال ۲۰۳۰ میلادی سالانه بالغ بر ۱۳میلیون نفر خواهد بود.

در سال ۲۰۰۵ میلادی ۷/۶ میلیون نفر در سراسر جهان، براثر ابتلا به انواع سرطان‌ها جان دادند. ۷۰درصد از این تلفات در کشورهای کم‌درآمد یا با درآمد متوسط اتفاق افتاده که مهم‌ترین علت آن محدودیت یا نبود منابع برای پیشگیری، تشخیص یا درمان بوده، اما مساله این است که حتی اگر در کشورهای پیشرفته هم به سرطان مبتلا شوید، اگر جزو طبقات کم‌درآمد، بومی، مهاجر یا پناهنده یا روستانشین باشید، باز هم گرفتار نابرابری در درمان خواهید بود. اگر همین حالا وارد عمل نشویم، این عده در ۱۰ سال آینده به ۸۴ میلیون نفر خواهد رسید.

بیش از یک‌سوم از سرطان‌ها قابل پیشگیری هستند. یک‌سوم دیگر هم اگر به موقع تشخیص داده شوند، می‌توان درمان کرد. به این ترتیب، با تشخیص زودهنگام و درمان درست، می‌توان از مرگ ۳/۷میلیون نفر در سال جلوگیری کرد. امروز به یمن سرمایه‌گذاری در تحقیقات و نوآوری‌های تشخیص و درمان ما شاهد پیشرفت‌های چشمگیری در مهار بیماری هستیم. هرقدر بیشتر بدانیم بهتر می‌توانیم عوامل خطرآفرین را بشناسیم و تشخیص و درمان بهتری ارائه دهیم اما این اقدامات نمی‌توانند در سطوح محدود باقی بمانند. کشورها باید برای مبارزه با سرطان با هم همکاری کنند و جهان سیری یکپارچه را پیش بگیرد، ازجمله آنکه اقدام برای تشخیص و درمان سرطان باید در صحبت رهبران سیاسی هم انعکاس پیدا کند.

سرطان تا حد زیادی قابل پیشگیری است

بیش از ۴۰درصد از سرطان‌ها شامل سرطان پستان، روده و دهانه رحم را می‌توان پیشگیری و در صورت تشخیص زودهنگام درمان کرد. صرف‌نظر از میزان منابع، سازمان جهانی بهداشت توصیه می‌کند همه کشورها با پیش گرفتن اقداماتی در ۴ مرحله اساسی تا حد امکان تلفات خود را از سرطان کاهش دهند. این ۴ مرحله عبارتند از: پیشگیری، جستجوی زودهنگام، تشخیص و درمان و درنهایت مراقبت‌های آرامبخش که هم می‌تواند میزان ابتلا و مرگ براثر سرطان را کم کند و هم از درد و رنج مبتلایان بکاهد.

جستجوی زودهنگام سرطان راهی موثر برای کم کردن قربانیان این بیماری و درواقع کلید درمان بهتر است. یکی از مشکلات درمان در کشورهای درحال توسعه و کم‌درآمد تشخیص این بیماری در مراحل پایانی؛ یعنی وقتی است که دیگر برای درمان دیر شده. یکی از مسائل عدم تشخیص به موقع افزایش هزینه‌های درمان است. بی‌تردید اگر دولت‌ها برنامه‌هایی را برای آزمایش‌های غربالگری (آزمایش‌هایی که طیف وسیعی از مردم را شامل می‌شوند) پیش‌بینی کنند، از هزینه‌های درمان هم کم می‌شود. برای آنکه سرطان زودتر تشخیص داده شود، ابتدا باید موانع این کار را برطرف کرد.

سازمان جهانی بهداشت ۳ پیشنهاد اساسی برای برداشتن این موانع دارد که بخش بزرگی از آنها در حیطه وظایف دولت‌ها قرار می‌گیرند: اول، آگاهی عمومی درباره علائم بروز بیماری سرطان را باید بالا برد و مردم را تشویق کرد تا نسبت به این علائم هوشیار و حساس باشند و آنها را نادیده نگیرند.

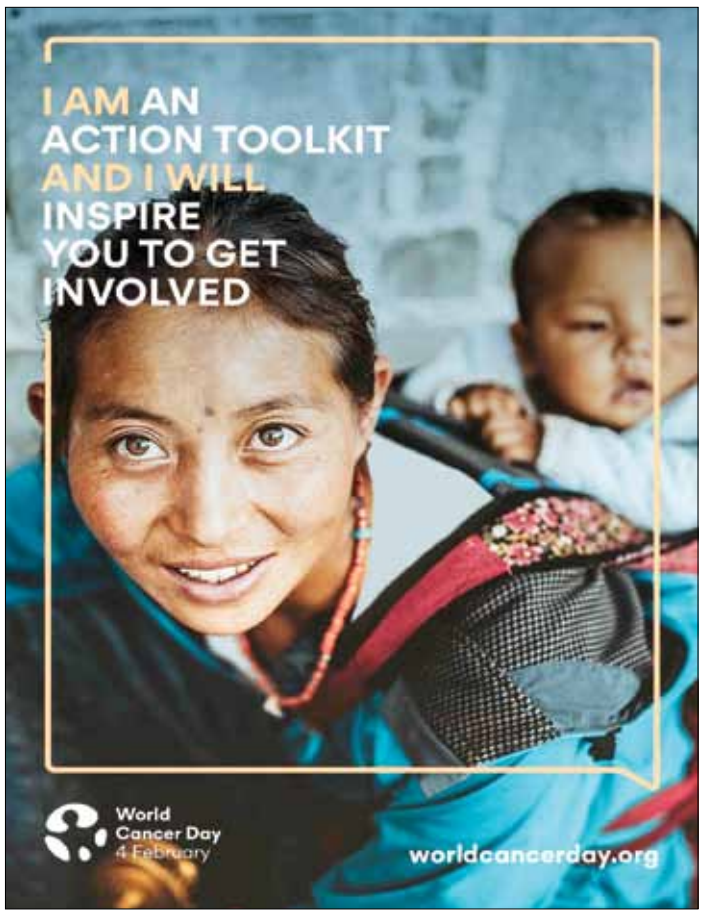
دوم، باید برای تقویت و تجهیز و آموزش کارکنان بخش سلامت سرمایه‌گذاری شود تا بتوانند به موقع اقدامات تشخیصی و درمانی را انجام دهند.

سوم، افراد مبتلا به سرطان باید مطمئن باشند که به درمان موثر و ایمن شامل مسکن‌های درد بدون در نظر گرفتن موانع فردی یا مالی دسترسی دارند. این همان سیاست ما برای از میان برداشتن نابرابری در درمان سرطان است. این نقشه راه را می‌توان باتوجه به امکانات و منابع در سطوح مختلف اجرا کرد. این سطوح متفاوت می‌توانند درگیر کردن اجتماعات در این اقدامات باشند یا بهبود روش‌های تشخیص و ظرفیت ارجاع بیماران مبتلا به مراکز درمانی یا فراهم آوردن راه‌هایی که مبتلایان اطمینان داشته باشند به درمان به‌موقع و باکیفیت دسترسی دارند.

مشکلات ظاهری در شیمی‌درمانی

علاوه بر همه آنچه گفته شد، یکی از اهداف روز جهان سرطان، انگزدایی از مبتلایان به بیماری است. در بسیاری از مواقع درمان بیماری همراه می‌شود با برخی تغییرات ظاهری در بدن که هرچند از نظر جسمانی اثر زیادی ندارند، از نظر روانی بیمار را تحت فشار قرار می‌دهند. یکی از این تغییرات ریختن موها در دوره شیمی‌درمانی است. برای حمایت از این افراد هر سال همزمان با روز جهانی سرطان در حرکتی جهانی به نام «همراهان بی‌مو» (هیرتیسپینت)، افراد سالم موی خود را می‌تراشند.■

منبع: سازمان جهانی بهداشت



برای مقابله با سرطان باید اطلاعات را در اختیار همه پزشکان قرار داد

در ایالات متحده، چارچوب واحدی برای تشخیص و درمان سرطان که همه درمانگران و بیمارستان‌ها از آن استفاده کنند و انگیزه‌ای برای انتقال مستندات مربوط به این حوزه از جایی به جای دیگر، وجود ندارد. آشفتگی در سوابق و اسناد پزشکی دست و پای تحقیقات را می‌بندد و سد راه تلاش برای درمان بهتر بیماران می‌شود.

به گفته دکتر ند شارپلس، مدیر موسسه ملی سرطان آمریکا، اطلاعات در تله گیر کرده‌اند و این مساله بیش از آنکه فکرش را کنید، مشکلی بزرگ است.

موسسه ملی سرطان میلیون‌ها دلار برای تعیین ترتیب ژنتیکی تومورهای سرطانی بیماران هزینه کرده و پژوهشگران هزاران ژن را کشف کرده‌اند که به نظر می‌رسد در رشد غده‌های سرطانی دخیل هستند، اما تا زمانی که سوابق پزشکی بیماران به داده‌های ژنتیکی گره خورده، نمی‌توان به این سوال‌های حیاتی پاسخ داد؛ چه دارویی برای آنها تجویز شده؟ آیا درمان موثر بوده و آنها زنده مانده‌اند؟ کجا درمان شده‌اند؟

دولت فدرال در زمان اوباما دستور داد سوابق الکترونیکی بیماران در شبکه‌ای الکترونیکی به شکلی واحد و استاندارد گردآوری و ثبت شود، اما به گفته کارشناسان، سطح این اطلاعات و جزییات داده‌های بالینی برای پاسخگویی به پرسش‌های علمی مورد نظر دانشمندان کافی نیست. برخی بنگاه‌های درمانی خصوصی در پی حل این مشکل برآمده‌اند. موسسه سلامت فلاتیرون به تازگی توانسته ۲/۲میلیون سابقه بیماران مبتلا به سرطان را جمع‌آوری کند و بعد از تقسیم‌بندی در اختیار پژوهشگران بگذارد. البته فلاتیرون مجبور است برای ادامه این کار ۹۰۰ پرستار و کارشناس ثبت تومور و کارشناس برنامه‌نویسی اطلاعات استخدام کند تا بتواند سوابق گردآوری‌شده را به صورت قابل استفاده دربیاورد. رئیس این شبکه می‌گوید: «دست‌کم نزدیک ۵۰درصد از اطلاعات اطلاعاتی که توانسته‌ایم جمع کنیم، داده‌های ساختارنیافته است. برخی فایل‌ها پی‌دی‌اف هستند که نمی‌توانیم محتوایشان را تغییر دهیم، ممکن است پزشکی یادداشت دستی یا تایپی کنار اطلاعات بیمارش گذاشته باشد. این یادداشت‌ها روایتی هستند که نمی‌توانند درحکم اطلاعات پزشکی در جداول علمی پزشکی گنجانده شوند و مشکل دیگر اینکه احتمال دارد اطلاعات موسسه فلاتیرون به‌سهولت در دسترس پژوهشگران قرار نگیرند، اما اگر بتوان با هزینه معقولی مشکلات گفته‌شده را حل کرد، کارشناسانی مایل به خرید و استفاده از این اطلاعات هستند.

برخی کارشناسان سال‌هاست بر موضوع گردآوری اطلاعات پزشکی از مراکز مختلف، سازمان دادن و گروه‌بندی و به اشتراک گذاشتن آنها کار می‌کنند، اما هنوز حجم اطلاعاتی که بتوانند به‌واقع مفید واقع شوند کم است.

دکتر وگل، یکی از این کارشناسان، داستان انگیزه خود برای شروع جمع کردن اطلاعات را این‌طور تعریف می‌کند که بیماری داشته با سرطان پیشرفته تیروئید که همه انتظار داشتند ظرف چند ماه زندگی‌اش به پایان برسد. در اوج ناامیدی، پزشکان دارویی برایش تجویز کردند که امیدی به اثرگذاری آن نداشتند. در کمال تعجب دارو جواب گرفت. تومور سرطانی از بین رفت و بیمار زنده ماند چون تومور طوری جهش ژنتیکی پیدا کرد که نتوانست دربرابر دارو مقاومت کند. همین موضوع دکتر وگل را به فکر فرو برد که چه خوب می‌شد اگر پزشکان به پایگاهی اطلاعاتی دسترسی داشته باشند که سوابق این بیماران خوش‌شانس، نوع تومورهایشان و نوع جهش ژنتیکی تومور که احتمال موفقیت درمان را پیش‌بینی‌پذیر می‌کند، در آن ثبت شده باشد و چه بهتر که علاوه بر اطلاعات استاندارد، اطلاعات درمان‌های غیراستانداردی هم که جان بیمار را نجات داده در دسترس پژوهشگران قرارگیرد.

برای انجام تحقیقات بهتر، پژوهشگران به پایگاه اطلاعاتی بزرگی نیاز دارند که اطلاعات بالینی و ژنتیکی و تجویزهای بیماران را کنار هم از مراکز مختلف گردآوری کرده باشد. علاوه بر اینها، اثری از روایت‌های شخصی پزشکان که نقشی حیاتی دارند، در مرکز اطلاعات رسمی دیده نمی‌شود. به این ترتیب، برای آنکه بهترین راه برای معالجه بیماران مبتلا به سرطان را پیش بگیریم، همه اطلاعات باید در مرکزی یکپارچه شوند و در اختیار همه قرار گیرند.■

منبع: نیویورک تایمز

چاقی و سلامت افسانه‌ای بی‌پایه است

با بیماری دست به گریبان هستند

براساس نتیجه تحقیقاتی که به تازگی انجام گرفته، شعار چاقی همراه با سلامت افسانه‌ای بیش نیست.

پژوهشگران موسسه مطالعات چاقی در دانشگاه بیرمنگام بریتانیا در گزارشی گفته‌اند افراد چاق در طول عمر خود با مشکلات جسمی مواجه می‌شوند ولو اینکه اوایل زندگی، نشانه‌ای از عوارض قلبی، دیابت و سطح بالای کلسترول در آنها دیده نشود.

در این گزارش که در نشست کنگره اروپایی بررسی چاقی در پرتغال ارائه شده، آمده: «اصطلاح چاق اما سالم» نظریه‌ای گمراه‌کننده است که اطمینان می‌دهد اگر فردی چاق باشد اما عوامل متابولیکی او مانند فشارخون و قندخون در حد مناسب باشد، از سلامت جسمی برخوردار است. این نظریه درست نیست.» برای تهیه این گزارش، پژوهشگران آمار و اطلاعات پزشکی مربوط به ۳ میلیون مرد و زن بریتانیایی را بین سال‌های ۱۹۹۵ تا ۲۰۱۵ میلادی مورد بررسی قرار دادند. از میان این افراد، وضعیت کسانی دنبال شد که در آغاز دوره مطالعه، با وجود اضافه وزن، نشانه‌ای از مشکلات پزشکی مانند فشارخون، قندخون و کلسترول بالا در آنها دیده نمی‌شد. (فرد چاق کسی است که شاخص توده بدنی او ۳۰ یا بیشتر باشد.)

نتیجه به دست آمده از این بررسی حاکی از آن است که افراد چاق اما از نظر متابولیسم بدنی سالم، بیش از افراد با وزن عادی در معرض ابتلا به بیماری قلبی، سکته مغزی و نارسایی قلبی قرار داشتند.

بیماری‌های مرتبط با چاقی ضرورت دارد

یک عضو بنیاد بیماری‌های قلبی بریتانیا در مورد این گزارش گفته معمولا انتظار نمی‌رود تحقیقات علمی با چنین قاطعیتی یک باور قدیمی و نادرست را بی‌اعتبار کند. پیش از این مشخص بود افرادی که اضافه وزن دارند یا چاق هستند به علت داشتن فشارخون یا کلسترول بالا بیش از سایرین با خطر سکته مغزی و حمله قلبی مواجه هستند. نکته جدید در این گزارش این است که نشان می‌دهد حتی افراد چاق هم که امروز از نظر پزشکی سالم تشخیص داده می‌شوند از ابتلای به این امراض در آینده در امان نیستند.

نتیجه این تحقیقات احتمالا بیشترین تاثیر را بر نگرش نسبت به اضافه وزن و چاقی نوجوانان و جوانان خواهد داشت که به تدریج به یک مشکل اساسی در بسیاری از کشورها، به‌خصوص کشورهای ثروتمند جهان تبدیل می‌شود. البته این گزارش هنوز همراه با جزییات تحقیقات انجام‌گرفته در یک نشریه علمی منتشر نشده و متخصصان دیگر امکان بررسی و ارزیابی نتایج آن را نداشته‌اند. با این همه، پذیرش آن برای ارائه در یک نشست علمی بین‌المللی دست‌کم می‌تواند هشداری برای ابراز تردید جدی در اعتبار و صحت نظریه «چاق اما سالم» باشد. بنیاد بیماری‌های قلبی بریتانیا به همگان توصیه می‌کند برای اجتناب از ابتلا به بیماری‌های قلبی، سیگار را ترک کنند، به رژیم غذایی معتدل و مناسبی روبیاورند و ورزش و حرکات بدنی را نادیده نگیرند. داشتن وزن مناسب نیز از دیگر توصیه‌های این بنیاد است.

چرا اضافه وزن زیاد می‌تواند خطر ابتلا به سرطان را افزایش دهد؟ محققان در کالج ترینیتی دوبلین دریافتند یک نوع سلول که بدن از آن برای منهدم کردن بافت‌های سرطانی استفاده می‌کند توسط چربی زیاد مسدود می‌شود و از کار می‌افتد. بنا به اعلام مرکز تحقیقات سرطان بریتانیا، چاقی بعد از سیگار بزرگ‌ترین عامل ابتلا به سرطان در این کشور است که می‌توان از آن پیشگیری کرد و از هر ۲۰ مورد سرطان – سالانه حدود ۲۲ هزار و ۸۰۰ مورد در بریتانیا – یک مورد به دلیل اضافه وزن زیاد است. براساس تعریف سازمان بهداشت بریتانیا (ان‌اچ‌اس)، کسانی که شاخص توده بدن آنها ۳۰ تا ۳۹/۹ است دچار اضافه وزن زیاد یا چاقی مفرط هستند.

کارشناسان از قبل سوءظن داشتند که چربی سیگنال‌هایی به بدن ارسال می‌کند که می‌تواند به سلول‌ها صدمه بزند و منجر به سرطان شود. اکنون دانشمندان در کالج ترینیتی توانسته‌اند نشان دهند سلول‌های ضدسرطانی بدن توسط چربی مسدود می‌شوند. نتیجه این مطالعه در نشریه «ایمنی‌شناسی نیچر» چاپ شده است.

آنها امیدوارند بتوانند معالجاتی برای احیای توانایی این سلول‌ها برای کشتن بافت‌های سرطانی پیدا کنند.■

منبع: رویترز

منبع: هفته‌نامه سلامت