

بیماری اگزما علت ژنتیکی دارد. نتایج تحقیقات جدید نشان داده است، برخی از عوامل ژنتیکی در بروز در مائیت آتوپیک که با عنوان اگزما هم شناخته می شود، نقش دارد. این یافته می تواند به کشف در مان های جدید کمک کند. در مائیت آتوپیک یک بیماری پوستی مزمن و غیر مسری است. افراد مبتلا به اگزما، مستعد ابتلا به دیگر بیماری های ویروسی یا باکتریایی نیز هستند، زیرا این افراد، پروتئین هایی را که در پوست افراد سالم وجود دارد و در برابر عفونت از بدن محافظت می کند، ندارند.

عوامل اصلی حساسیت به شیر

حساسیت به شیر با سیستم ایمنی بدن انسان در ارتباط است. در این شرایط، یک آنتی بادی به نام ایمونوگلوبولین E، پروتئین های موجود در شیر را به عنوان مواد مضر شناسایی می کند تا آن ها را از بین ببرد. اگر هر بار پس از مصرف شیر دچار اسهال می شوید، احتمالاً یک بیماری زمینه ای وجود دارد که این شرایط را ایجاد می کند. عدم تحمل لاکتوز و حساسیت به شیر ممکن است از عوامل اصلی در این زمینه باشد.

عدم تحمل لاکتوز

هنگامی که با کمبود آنزیم لاکتاز که مسئول گوارش لاکتوز در دستگاه گوارش است، مواجه باشید، دچار عدم تحمل لاکتوز می شوید. افراد مبتلا توانایی گوارش لاکتوز موجود در شیر را ندارند و از این رو، معمولاً پس از مصرف آن دچار اسهال می شوند. عدم تحمل لاکتوز می تواند علایمی بسیار ناخوشایند را در پی داشته باشد که به طور معمول ۱۵ دقیقه تا دو ساعت پس از مصرف شیر یا دیگر غذاهای حاوی لاکتوز پدیدار می شود. از دیگر علائم رایج عدم تحمل لاکتوز می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- گرگفتگی های شکمی
- نفخ
- حالت تهوع
- استفراغ
- گاز معده

حساسیت به شیر

به گزارش عصر ایران به نقل از "نیو هلث ادوایزر"، حساسیت به شیر زمانی شکل می گیرد که بدن به پروتئین شیر، چه وی و چه کازئین، واکنش نشان می دهد. اسهال یکی از رایج ترین علائم حساسیت به شیر است. در شرایطی که شیر تهیه شده از هرستانداری می تواند موجب این شرایط شود، شیر گاو عامل اصلی شناخته می شود. نشانه ها و علائم به طور معمول بین پنج دقیقه تا سه ساعت پس از خوردن یا نوشیدن غذای حاوی شیر پدیدار می شود.

میکروب های روده عامل بروز سندروم خستگی مزمن

دانشمندان دریافته‌ند تفاوت های موجود در باکتری های روده افراد مبتلا به سندروم خستگی مزمن، عامل بروز این مشکل در آنهاست. به گزارش مهر، افراد مبتلا به سندروم خستگی

مزمن معمولاً بعد از فعالیت شدید از خستگی بی نهایت زیاد، درد عضلات و مفاصل، دشواری در تفکر و مشکلات خواب شکایت می کنند. اما فقط حدود ۲۰ درصد افراد مبتلا به این مشکل

از آن مطلع هستند چراکه تشخیص آن دشوار است. به گفته محققان، زنان بیش از مردان مبتلا به این سندروم هستند. محققان دانشگاه کلمبیا نیویورک برای یافتن علت بروز این ناهنجاری، میکروبیوم های روده را بررسی کردند. این لیپکین، سرپرست گروه تحقیق، در این باره می گوید: باکتری های روده بر احساس ما، نحوه

واکنش سیستم ایمنی به محیط زیست و مقاومت در برابر بیماری ها تاثیر دارند. نتایج نشان داد: افراد مبتلا به سندروم خستگی مزمن در مقایسه با افراد سالم، دارای باکتری های متفاوتی در روده شان بودند. همچنین تعداد چندین گونه باکتری روده ای در آنان بیشتر از افراد سالم بود. محققان همچنان بر انجام مطالعات بیشتر تاکید دارند.

سلامت

راهنمای استفاده از گیاهان در آشپزی

شاید نتوانید در خانه تان، یک باغچه پر از گیاهان مختلف داشته باشید اما با دیدگی موارد استفاده از آنها می توانید دیگران را تحت تاثیر قرار دهید و از آن برای هر چه بهتر شدن غذاها استفاده کنید.

ریحان:	
ریحان: از ریحان برای سرخ کردنِ ها، غذاهای ایتالیایی، سس پستو و همچنین به عنوان چاشنی استفاده می شود.	
بهترین روغن برای استفاده: روغن زیتون، کنجد، هسته انگور	
طعم های مکمل: گوجه فرنگی، پونه کوهی، رازیانه و آویشن	
شوید:	
ریحان: آبگوشت، خورش، طعم دادن به خامه و پنیر محلی، سالاد سبزیجات و خیار شور	
بهترین روغن برای استفاده: روغن کانولا، روغن زیتون	
طعم دهنده های مکمل: خردل، فلفل، میخک، زنجبیل، پیاز چه، جوز هندی، جعفری	
تنوع:	
مواد استفاده: رویه کیک، ژله، پای	
بهترین روغن برای استفاده: روغن کانولا، گردو، نارگیل، گلرنگ	
طعم دهنده های مکمل: زنجبیل، فلفل قرمز، زیره، بابونه	
رزماری:	
ریحان: سس گوجه فرنگی، پیتزا	
بهترین روغن: روغن کانولا، روغن گلرنگ	
طعم دهنده های مکمل: فلفل، برگ بو، پونه کوهی، مرزنجوش، رازیانه، ریحان	

بوی بنزین به کاهش رشد کودک منجر می شود

نتایج مطالعات نشان می دهد استشمام بوی بنزین در کاهش رشد کودکان موثر است. به گزارش ایسا، محققان دریافته اند استشمام بوی بنزین در رشد کودکان تاثیر منفی دارد و رشد آنها را کاهش می دهد. این بررسی بین ۱۱۸ نفر در استرالیا انجام شد. بر اساس این تحقیق، ۸۶ نفر از شرکت کنندگان که بوی بنزین را در ۱۳ سالگی استنشاق کرده بودند، بعد از دو سال

کودک



پرسش و پاسخ

دکتر محمد رضا نوروزی اورولوژیست ایستا

در خانواده ما سابقه ابتلا به سرطان پروستات وجود دارد. توصیه های شما برای پیشگیری از آن چیست؟

بهترین راه پیشگیری از سرطان پروستات، تشخیص به موقع این بیماری است. این سرطان معمولاً در سنین بالای ۵۰ بروز می کند. همچنین اگر در خانواده ای سابقه ابتلا به سرطان پروستات وجود داشته باشد، احتمال ابتلای مردان خانواده برای ابتلا به این بیماری بیشتر است. به عنوان مثال اگر پدر یک خانواده سرطان پروستات داشته باشد، پسر او چهار برابر بیش از دیگر مردان در معرض ابتلا به سرطان پروستات قرار می گیرد. بر این اساس اگر در خانواده ای سابقه ابتلا به این سرطان به ویژه از سمت خانواده پدری، وجود داشته باشد افراد را برای بررسی و کنترل شرایط خود باید هر چه سریع تر به پزشک مراجعه کنند. متأسفانه سرطان پروستات از جمله سرطان های بدون علامت است و حتی ممکن است هیچ گونه علامت خاصی از خود بروز ندهد. این موضوع حتی در موارد پیشرفته این سرطان نیز صدق می کند. برای نمونه ممکن است فردی به دلیل کمردرد به ما مراجعه کند و ما متوجه شویم که سرطان از پروستات به ستون فقرات پخش شده است. در بیماری بزرگی خوش خیم پروستات، افراد دچار علائم ادراری مانند تکرر ادرار، مشکل در ادرار و... می شوند؛ در حالی که سرطان پروستات از بخش محیطی پروستات منشأ می گیرد و ممکن است، هیچ علامتی نداشته باشد. بنابراین در این بیماری تنها هوشیار بودن است که اهمیت دارد. خیلی ها می پرسند ما چگونه متوجه شویم که مبتلا به سرطان پروستات هستیم یا خیر؟

به این افراد توصیه می کنیم که وقتی برای چکاپ به پزشک مراجعه می کنند، از پزشک بخواهند که آزمایش مربوط به سرطان پروستات داده شود که در صورت مشکوک بودن آزمایش، با نمونه برداری این سرطان را تشخیص می دهیم.

آیا تغذیه در سرطان پروستات نقش دارد؟

باید گفت که طبق مطالعات انجام شده، بسیاری از غذاهای چرب وقتی مصرف می شود، احتمال ابتلا به سرطان پروستات را هم افزایش می دهد. همچنین مصرف زیاد گوجه فرنگی احتمال بروز سرطان پروستات را کاهش می دهد. البته این مطالعات کاملاً اثبات شده نیست. اگر در مراحل اولیه، بروز این سرطان تشخیص داده شود، می توان آن را با یک جراحی یا رادیوتراپی به طور کامل درمان کرد. این در حالی است که اگر بیماری گسترش یابد و به غدد لنفاوی یا استخوان ها برسد، درمان کمی سخت تر می شود و ممکن است از هورمون درمانی استفاده کنیم. بنابراین زمانی می توانیم از درمان کامل سرطان پروستات صحبت کنیم که بیماری در محدوده پروستات باشد. بنابراین تشخیص به موقع در این زمینه اهمیت بسیار زیادی دارد.

علایم پارکینسون را با سالمندی اشتباه نگیریم!

کافه سلامت

"پارکینسون" بیماری استحال‌ه‌ای مغز است که نخستین بار در سال ۱۸۱۷ میلادی توسط یک پزشک انگلیسی به نام "جیمز پارکینسون" معرفی شد. از سال ۱۹۹۷ میلادی، سالروز تولد وی در ۱۱ آوریل به نام روز جهانی این بیماری نامگذاری شد که البته در کشورهای مختلف این تاریخ کمی متفاوت است. این بیماری استحاله‌ای به ندرت در سنین پیش از ۴۵ سال بروز می کند اما ۱/۵ درصد جمعیت سالمندان بالای ۶۵ سال به ویژه مردان را مبتلا می کند. مهم ترین آسیب این بیماری به نورون های تولید کننده دوپامین است. دوپامین یکی از ناقل های سیستم عصبی است که در عملکرد نورون های مسئول کنترل حرکات بدن تاثیر دارد. کمبود این ماده در مغز زمینه ساز اختلالات حرکتی می شود.

علایم بیماری

کاهش قدرت تحرک، خستگی غیر عادی، دردهای غیر مشخص، اختلال در نوشتن و لرزش یک دست در آغاز بیماری ممکن است چندان مورد توجه نباشد اما به تدریج علایم دیگری نیز بروز می کند که مهم ترین آن عبارت است از: کندی حرکات بدن، خشکی اندام ها، لرزش مداوم، اختلال در تعادل، درد (معمولاً به شکل گرفتگی مور مور)، مشکلات گوارشی، افت فشار خون، تعریق، گرگرفتگی، ترشح بیش از حد بزاق، اختلالات روانشناختی مانند اضطراب، افسردگی و تحریک پذیری.

پیشرفت بیماری

پارکینسون یک بیماری مزمن است که روش های درمانی تا حدی زیادی می تواند به بهبود آن کمک کند اما درمان قطعی ندارد. معمولاً پس از یک دوره درمان، به دلیل تاثیر داروها علایم به شدت کاهش می یابد و یا حتی ممکن است به کلی برطرف شود اما پس از مدتی عود می کند و نیاز به مصرف داروست. البته مصرف دارو ممکن است عوارضی در پی داشته و نیاز باشد داروهای دیگری برای کنترل آن تجویز شود.

منبع: **مریم سادات کاظمی**
Organisation Mondiale de Santé. fr:

نقش وراثت در بروز زوال عقل

سرگیجه به تنهایی و بدون علامت دیگر، در بیشتر مواقع نشان دهنده اختلال در سیستم تعادلی و گوش است ولی اگر این مشکل همراه با ضعف اندام ها، تغییر هوشیاری و اختلال در بینایی باشد، نشان دهنده مشکل در سیستم مغزو اعصاب است. به گزارش فارس، بایک زمانی گفت: زوال عقل در کشور رو به افزایش است که مهم ترین دلیل آن سالمند شدن جامعه است. وی افزود: زوال عقل در افراد کمتر از ۴۰ سال بسیار نایب است و بیشتر سنین بالای ۶۰ سال را درگیر می کند. زمانی گفت: آلزایمر نیز در واقع اختلال در یادگیری ایجاد می کند و نمی توان آن را فراموشی محض دانست. رئیس کنگره نورولوژی و الکتروفیزیولوژی ایران افزود: وراثت نقش مهمی در بیماری های مغز و اعصاب از جمله زوال عقل و آلزایمر دارد که در برخی مواقع می توان از بروز آن جلوگیری کرد.

پزشکی