

تبعات افت قندخون

در کودکان دیابتی

یک عضو مرکز تحقیقات رشد و تغذیه با تأکید بر این که افت قند خون شایع ترین مشکل بیماری دیابت است، گفت: افت قند خون روی سیستم عصبی نوزادان و کودکان تأثیر می گذارد و در صورت ادامه منجر به تشنج‌های مکرر و در نهایت باعث عقب افتادگی مغزی در بیمار می شود.



زاویه

چرایی روی آوردن به سیگار

آرین خاقانی: تمرین‌های ذهن و بدن یکی از راه‌های شناخته شده در درمان شناختی است که به ترک سیگار کمک می کند. آخرین پژوهش‌ها نشان می دهد، استعمال دخانیات پیوه سیگار در بیش از ۲۵درصد افراد جوامع مختلف شایع است که مطابق با آمارهای بدست آمده نرخ سیگاری‌ها در میان بزرگسالان با تحصیلات کمتر و فقر فرهنگی و اقتصادی بیشتر، بالاتر گزارش شده است.

مطابق با تحقیقات انجام شده استعمال دخانیات علاوه بر افزایش خطر مرگ زودرس و شیوع بیماری هایی مانند حملات قلبی و آسیب‌های ریوی، در دهه‌های اخیر، قدرت باروری مردان و زنان را تحت تأثیر قرار داده و می توان آن را در فهرست ریسک فاکتورهای مربوط به ناباروری قرار داد. تخریب DNA اسپرم‌ها و تولد نوزادان نارس و افزایش خطر سندرم مرگ ناگهانی در آنها و همچنین بالا رفتن آمار سقط جنین از تبعات استعمال دخانیات یا قرار گرفتن طولانی مدت در معرض دود سیگار است، که در دهه‌های اخیر رشد چشمگیری داشته است. با این حال، به رغم راهاندازی کمپین‌ها و تبلیغات مبنی بر مضر بودن سیگار، باز هم جامعه آماری شاهد افزایش روزافزون نرخ سیگاری‌ها و کاهش سن طرفداران این ماده مخدر مهلک است. محققان علم رفتارشناسی، بررسی ریشه‌های روان شناختی و علل گرایش به سیگار و همچنین انجام تمرین‌های ذهنی را یکی از مؤثرترین روش‌ها برای پیشگیری از استعمال دخانیات و همچنین ترک سیگار معرفی می کنند.

چرا بعضی‌ها سیگاری می شوند ؟

قدم نخست برای فرار از این مخدر آغوا کننده و باز گرداندن سلامتی به بدن، شناخت ریسک فاکتورهایی است که افراد را به سمت سیگار سوق می دهد. شیوه مراقبت والدین در نخستین ماه‌های تولد، روش‌های نادرست فرزندپروری، اختلافات بین والدین و همچنین زمینه‌های وراثتی منجر به شکل گیری شخصیت و خود پندارم‌ای در فرد می شود که روان شناسان آن را عامل اصلی استعمال دخانیات معرفی می کنند. در واقع بسیاری از افراد از سیگار به عنوان راهی برای کنار آمدن با استرس، غلبه بر ترس‌های وجودی، کاهش وزن، به دست آوردن عزت نفس و حل تعارضات درونی استفاده می کنند. در حالی که این روش کاملاً نادرست و غیر منطقی بوده و باعث می‌شود فرد مشکلاتش را انکار کند و در دام اعتیاد گرفتار شود. در صورتی که افراد از مشکلات و ضعف‌های شخصیتی شان آگاهی پیدا کنند و برای به دست آوردن استقلال فردی، اعتماد به نفس، توجه دیگران و مهمتر از هر چیزی احساس رضایت از خود و مقابله به استرس، خودسازی فردی را آغاز کنند دیگر نیازی به استفاده از سیگار نخواهد بود. روان شناسان، جایگزین کردن عادات درست با سبک زندگی آسیب زا، یادگیری روش‌های حل مسأله و کنترل هیجانات منفی و همچنین استفاده از روش‌های مراقبه و انجام تمرین‌های مناسب ترین

ذهنی را از راهکارهای ترک سیگار یا پیشگیری از سیگاری شدن معرفی می کنند.

مناسب ترین

دکتر فرزانه روحانی مشکلات سیستم محیطی و عصبی مرکز راز از علایم افت قند خون در کودکان زیر ۳سال دانست و گفت: لرزش دست‌ها، رنگ پریدگی، عرق ریز سر و صورت، سر درد، بدخلقی، پر خاشگری، گوشه گیری و احساس گرسنگی از نشانه‌های سیستم محیطی و تشنج، از دست رفتن هشیاری و کم‌از نشانه‌های سیستم عصبی مرکزی است که می‌تواند بسیار خطرناک و آسیب‌رسان باشد.این عضو مرکز تحقیقات رشد و تغذیه با اشاره به این که علایم ظاهری بیماری دیابت در کودکان زیر ۳سال در طول ۲ هفته مشخص می‌شود، خاطر نشان کرد: آردار زیاد، نوشیدن مایعات، شب ادراری، کاهش وزن، اشتهای زیاد و بالا رفتن عدم هوشیاری از جمله علایم ابتلا به دیابت در کودکان است که والدین در صورت مشاهده آن باید به پزشک مراجعه کنند.این دانشیار دانشگاه علوم پزشکی ایران یادآور شد: اگر کودک در اثر کاهش قند خون بیپوش باشد، خوردن مایعات در این شرایط خطرناک است و منجر به خفه شدن کودک می‌شود. به همین علت گذاشتن مقداری عسل زیر زبان وی بهترین راهکاری است که به افزایش قندخون کمک می‌کند. همچنین در شرایطی که کودک تشنج دارد و بدنش قفل کرده، استفاده از پودر گلوکوز از راه مقعد تنها راه بالا بردن قند خون است.این عضو مرکز تحقیقات غدد و متابولیسم با تأکید بر این که بودن یک شیشه عسل در محل حضور کودکان دیابتی ضروری است، تصریح کرد: والدین باید همیشه مراقب قندخون کودکان زیر ۳سال خود باشند؛ چرا که آنها متوجه گرسنگی خود نمی‌شوند. همچنین در هنگام خواب باید دقت کنیم که قند خون آنها کمتر از ۱۰۰ نباشد تا کودک در خواب دچار افت قند خون نشود.

با رضایت والدین بانوی جوان، تنها دختر خانواده اهدای عضو شد

توقف ابدی کنار تابلوی زندگی

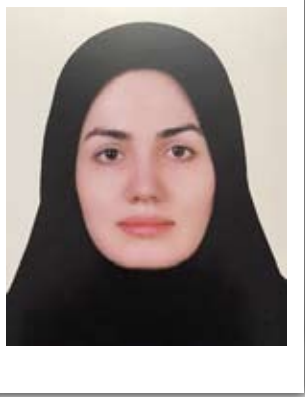
۳۵ عضو بدن این معلم و دانشجوی جوان چراغ امید دل‌های خسته بیماران شد

مادر م خیره ششوم و از اتاق بیرون آمدم اما چند دقیقه بعد متوجه شدم مادر با روی باز از این پیشنهاد استقبال کرده و همه اعضای بدن مریم را بخشیده است. برادر مریم قادری از روزی که خواهرش ناگهان از میان آنها پر کشید این گونه گفت: مریم دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت «آی تی» بود. پدرمان استاد بازنشسته دانشگاه است از کودکی به تحصیل ما اهمیت می‌داد. مریم علاقه زیادی به آی تی داشت و باقبولی در کنکور در دانشگاه تهران مشغول تحصیل شد. از نوجوانی علاقه زیادی به معلمی داشت و می‌گفت معلم بهترین انسان روی زمین است.

روحیه سخاوتمندانه‌ای داشت و ما این موضوع را از زبان بسیاری از نزدیکان شنیدیم. سرانجام دو سال قبل به خواسته دلش رسید و در یکی از مدارس شرق تهران مشغول تدریس در پایه پنجم ابتدایی شد. بارها در خانه از بچه‌های کلاس می‌گفت و کارهایی را که قرار بود در جلسه بعدی کلاس انجام بدهد مرور می‌کرد. با فرا رسیدن فصل امتحانات همه توجهش کسب بهترین نمرات توسط دانش آموزانش بود و از سوی دیگر برای طرح درسی‌اش تلاش می‌کرد و از برادر کوچکترمان خواسته بود تا در انجام بخشی از این طرح به او کمک کند.

کوچ عاشقانه
همه چیز خیلی ناگهانی اتفاق افتاد. مریم

دکتر فرزانه روحانی مشکلات سیستم محیطی و عصبی مرکز راز از علایم افت قند خون در کودکان زیر ۳سال دانست و گفت: لرزش دست‌ها، رنگ پریدگی، عرق ریز سر و صورت، سر درد، بدخلقی، پر خاشگری و احساس گرسنگی از نشانه‌های سیستم محیطی و تشنج، از دست رفتن هشیاری و کم‌از نشانه‌های سیستم عصبی مرکزی است که می‌تواند بسیار خطرناک و آسیب‌رسان باشد.این عضو مرکز تحقیقات رشد و تغذیه با اشاره به این که علایم ظاهری بیماری دیابت در کودکان زیر ۳سال در طول ۲ هفته مشخص می‌شود، خاطر نشان کرد: آردار زیاد، نوشیدن مایعات، شب ادراری، کاهش وزن، اشتهای زیاد و بالا رفتن عدم هوشیاری از جمله علایم ابتلا به دیابت در کودکان است که والدین در صورت مشاهده آن باید به پزشک مراجعه کنند.این دانشیار دانشگاه علوم پزشکی ایران یادآور شد: اگر کودک در اثر کاهش قند خون بیپوش باشد، خوردن مایعات در این شرایط خطرناک است و منجر به خفه شدن کودک می‌شود. به همین علت گذاشتن مقداری عسل زیر زبان وی بهترین راهکاری است که به افزایش قندخون کمک می‌کند. همچنین در شرایطی که کودک تشنج دارد و بدنش قفل کرده، استفاده از پودر گلوکوز از راه مقعد تنها راه بالا بردن قند خون است.این عضو مرکز تحقیقات غدد و متابولیسم با تأکید بر این که بودن یک شیشه عسل در محل حضور کودکان دیابتی ضروری است، تصریح کرد: والدین باید همیشه مراقب قندخون کودکان زیر ۳سال خود باشند؛ چرا که آنها متوجه گرسنگی خود نمی‌شوند. همچنین در هنگام خواب باید دقت کنیم که قند خون آنها کمتر از ۱۰۰ نباشد تا کودک در خواب دچار افت قند خون نشود.



همراه چند نفر از اقوام برای دوچرخه سواری به مجموعه دوچرخه سواری پارک چیتگر رفته بود و در سرپایینی مسیر به خاطر سرعت زیاد، نتوانسته بود دوچرخه را کنترل کند به این علت با حاشیه مسیر دوچرخه سواری شدت برخورد کرده بود.

متأسفانه به دلیل نداشتن کلاه ایمنی سرش دچار آسیب جدی شده بود. محمدرضا که هنوز نمی‌تواند جای خالی خواهر را در خانه باور کند و بعد از انتقال به آی سی یو روز بعد پزشکان اعلام کردند مریم مرگ مغزی شده است. هیچ کدام از ما نمی‌توانستیم این حقیقت تلخ را باور کنیم. ساعتی بعد وقتی نماینده‌ای از سوی

آنجا به بیمارستان دیگری منتقل کردند. چند ساعت بعد وقتی پزشک معالج بیمارستان بر بالین مریم حاضر شد با دیدن سی تی اسکن از آسیب دیدگی مغز خواهرم خبر داد و گفت باید تحت نظر باشد. آن روز مریم بیپوش بود جملاتی که به زبان جاری می‌کرد نامفهوم بود و همه این‌ها علامت خوبی نبودند. اما روزهای بعد وضعیت او کمی بهتر شد می‌گفت فصل امتحانات دانش آموزان است و باید هر چه زودتر به مدرسه باز گردد. در آن لحظات نیز به فکر بچه‌هایی بود که انتظار بازگشت او را به مدرسه می‌کشیدند. در این دو روز حالت تهوع شدیدی داشت، مادر در یک لحظه از او جدانمی‌شد سعی می‌کرد تا نگرانیش را از مریم پنهان کند. در این مدت مریم سردرد داشت و متأسفانه پزشکان او را در اتاق مراقبت‌های ویژه بستری نکردند و در بخش عمومی بستری بود. روز ششم ناگهان تشنج کرد و بعد از انتقال به آی سی یو روز بعد پزشکان اعلام کردند مریم مرگ مغزی شده است. هیچ کدام از ما نمی‌توانستیم این حقیقت تلخ را باور کنیم. ساعتی بعد وقتی نماینده‌ای از سوی

۱۳

یکشنبه
۱۰ خردادماه ۱۳۹۴
۱۲ شعبان ۱۴۳۶
۱۳مهر ۲۰۱۵
سال بیست و یکم
شماره ۵۹۴۲

زندگی

ایران

گروه زندگی: ۸۸۷۵۷۷۵۸

فقط با ضمانت
۰۲۱-۸۲۵۵ سرویس

برای اطلاع از قوانین و مقررات حتما به سایت سام سرویس مراجعه فرمایید