علی محمدی/ ایران

غربالگری و تشخیص بیماری‌های خطرناک پنهان توسط کووید ۱۹

کرونا زندگی‌ام را نجات داد

محمد مطلق
دبیر گروه گزارش

داستان کرونا، داستانی سراسر شر و بدبختی نیست؛ چنانچه همین بیماری جان خیلی‌ها را هم نجات داده است. مثل همسر مریم که با علایم کرونا به پزشک مراجعه کرد و متوجه شد به سرطان ریه مبتلاست. او حالا بستری است و دکترها گفته‌اند چون بیماری در مراحل اولیه، تشخیص داده شده، بزودی سلامتی خود را به‌دست خواهد آورد. مریم می‌گوید: «ما هر دو در همان موج اول کرونا مبتلا شدیم. همسرم اتفاقاً به سلامتی‌اش خیلی اهمیت می‌دهد، مدام پیاده‌روی وورزش می‌کند و حتی لااقل سالی یک بار آزمایش هم می‌دهد. به‌هرحال خدا خواست و به بهانه ابتلا به کرونا خیلی زود متوجه مشکلش شدیم.»

دکتر روزبه بیاتی متخصص بیماری‌های عفونی و عضو هیأت علمی دانشگاه تهران نیز با تأیید فراوانی مواردی از این دست می‌گوید: «من شخصاً با بیماری که بواسطه کرونا متوجه سرطان او شده باشم، برخورد نکرده‌ام اما تا دل‌تان بخواهد با بیمارانی مواجه بوده‌ام که بیماری مزمن ریوی داشته‌اند و تا پیش از آزمایش کرونا متوجه این موضوع نبوده‌اند. این موارد واقعاً زیاد است.»

اگرچه تحقیقات مختلف نشان می‌دهد احتمال مرگ ناشی از ویروس کرونا در بیمارانی که فشارخون دارند، ۲ برابر بیشتر از بیمارانی است که به این عارضه مبتلا نیستند، با این همه هنوز هم آمار مرگ و میر بر اثر بیماری غیرواگیردار فشارخون بالاتر از کروناست. به گفته وزیر بهداشت، فشار خون تنها در سال ۱۳۹۶ باعث مرگ ۹۷ هزار ایرانی بوده است. وی چندی پیش در این زمینه اعلام کرد: «در سال ۹۶ حدود ۳۸۰ هزار مرگ در کشور گزارش شد که ۳۱۳ هزار مورد آن به‌دلیل بیماری‌های غیرواگیر بود. از این ۳۱۳ هزار مورد، ۱۶۱ هزار مورد به‌دلیل بیماری‌های قلبی و عروقی بود که حدود ۹۷ هزار مورد از این مرگ و میرها مستقیماً به‌دلیل فشارخون بوده است.» جالب است بدانید طبق آمار حداقل ۴۰ درصد و در برخی مناطق کشور حدود ۶۰ درصد مردم از فشار خون خود بی‌اطلاع هستند اما این روزها کرونا باعث شده خیلی‌ها از وضع سلامت و لااقل از میزان فشار خون خود اطلاع پیدا کنند. دکتر منوچهر اکبری کارشناس مسائل بهداشتی می‌گوید: «متأسفانه هم در فرهنگ عمومی کشور و هم در ساختار مدیریت سلامت، همواره بحث درمان مقدم بر بهداشت و پیشگیری بوده است. حتماً همه ما افراد زیادی دور و بر خود می‌شناسیم که تا وقتی بیمار نشده‌اند، به پزشک مراجعه نمی‌کنند و از وضع سلامت خود بی‌اطلاع هستند. این موضوع علاوه بر هزینه زیادی که به تک تک افراد و درنهایت به کل کشور وارد می‌کند، جامعه را هم در مقابل بیماری شکننده و آسیب پذیر می‌کند. عوارض پایین آمدن راندمان کاری و در محاسبه‌ای بزرگتر پایین آمدن شتاب توسعه یا حتی بالاتر از این پایین آمدن کیفیت روابط خانوادگی که جای خود دارد و بحث دیگری است. به‌عنوان مثال کمبود ویتامین دی یا ب ۶ می‌تواند اساساً طرف را در وضعیتی قرار دهد که تمام روابط او را با اطرافیان مختل کند. خب چرا باید کار به جایی برسد که یک فرد با علایم کرونا به مرکز درمانی مراجعه کند و تازه متوجه شود فشار خونش بالاست و ممکن است بعد از خلاصی از کرونا، به یکی از بیماری‌های قلبی و عروقی دچار شود؟ ما حتی گاهی با نوعی لجبازی با سلامت خود هم طرف هستیم؛ یعنی شخص فکر می‌کند تحت هیچ شرایطی نباید به پزشک مراجعه کند و چکاپ و آزمایش و رعایت کردن مسائل بهداشتی کار او نیست.»

محمد با علایم کرونا به بیمارستان رفته تازه متوجه شده فشار خون دارد: «من ۴۵ ساله هستم و می‌دانم بعد از ۴۰ سالگی باید مدام فشار خون را چک کرد ولی همیشه نسبت به این موضوع بی‌توجه بوده‌ام. چند سال پیش به خاطر سرماخوردگی شدید دکتر رفته بودم که گفتند فشارم بالاست و دو سه بار دیگر باید مراجعه کنم و پیگیر باشم اما ظاهراً مشکلی نداشتم جز سرگیجه گاه و بی‌گاه و کسالت مدام و... تا اینکه این بار باز هم گفتند فشارم بالاست و باید دارو بخورم.»

از فشارخون به‌عنوان یک بیماری پنهان موذی و شایع اما غیرواگیردار که بگذریم کرونا گاهی مثل همسر مریم از اساس معجزه می‌کند و زندگی فرد را به او برمی‌گرداند یا به وی هشداری جدی می‌دهد که ممکن است پس از این در موقعیت‌های خطرناکی قرار گیرد. مثل مهدی خاکی فیروز از همکاران روزنامه‌نگار ما که پس از مراجعه به بیمارستان با علایم کرونا متوجه شد به تالاسمی مینور مبتلاست: «من ۴۳ ساله هستم و در تمام این سال‌ها هیچ وقت متوجه بیماری‌ام نشده بودم چون نه روایتی از نسل قبلی خود شنیده بودم و در میان بقیه بستگانم بروز وظهوری داشت. وقتی پرسیدم چند درصد مبتلایان ممکن است مثل من از این بیماری خود بی‌اطلاع باشند، گفتند در حالت عادی تنها ۱۰ درصد متوجه می‌شوند مگر اینکه کسی به وضع سلامتی‌اش حساس باشد و آزمایش ادواری خون را جدی بگیرد. به هرحال خوشبختانه بیمارستانی که من بستری شده بودم، بیمارستان مجهزی است و البته شانس هم آوردم که اوج همه‌گیری کرونا نبود و پرسنل و کادر درمان با دقت بیشتری کار می‌کردند. می‌خواهم بگویم ممکن است خیلی‌ها همچنان بیماری زمینه‌ای پنهانی داشته باشند و متوجه‌اش نشوند و بی‌احتیاطی کنند. مردم باید همواره فرض را بر این بگیرند که مبتلا به یک بیماری زمینه‌ای پنهان‌هستند.»

> نگذاریم کرونا متوجه شود چه بیماری زمینه‌ای یا چه بیماری خطرناک پنهانی داریم مثل پدر ایوب که بالاخره کرونا وادارش کرد به بیمارستان برود و تازه آنجا متوجه بشود دل درد چند ماه‌هاش به خاطر رشد غده‌ای سرطانی است. ایوب می‌گوید پدرم چند ماهی بود که دل درد داشت و خودش می‌گفت سردی کرده‌ام و حالت تهوع دارم و چیزی نیست تا اینکه در یکی از بیمارستان‌های سنندج با بیماری کرونا بستری شد و آنجا تازه متوجه شدیم چه خبر است

مهدی می‌گوید اگرچه نوع تالاسمی‌اش خطرناک نیست اما لااقل متوجه شده است که سطح ایمنی بدن او نسبت به شهروندان دیگر آسیب‌پذیرتر است که همین موضوع گام بزرگی برای سلامتی است.

دکتر مهدیار سعیدیان مدیر روابط عمومی انجمن پزشکان خراسان رضوی با تأیید حرف‌های دکتر اکبری می‌گوید، کرونا به وسیله‌ای برای غربالگری بیماری‌های زمینه‌ای تبدیل شده است: «من چند هفته پیش موقع سوار شدن به اتومبیلم، لیز خوردم و دستم از دو جا شکست و در پروسه درمان متوجه شدم پوکی استخوان دارم، با وجود اینکه هم لبنیات مصرف می‌کنم و هم به وضعیت سلامتی‌ام حساس هستم. کرونا هم درحال حاضر به همین شکل عمل می‌کند هرچند عکس قضیه هم هست مثلاً موارد زیادی از تصادف داریم که درجریان درمان متوجه می‌شویم به کرونای پیشرفته هم مبتلا هستند.»

به هرحال این موضوع را باید در قالب اولویت بهداشت و پیشگیری بر درمان دید که هم فرهنگ عمومی متأسفانه در این زمینه ضعیف است، هم اساساً فرهنگ‌سازی نشده، هم درمان‌های جانبی و حاشیه‌ای اختلال ایجاد می‌کند و درنهایت اینکه برنامه‌های کلان مدیریتی هم در این زمینه اولویت را بر درمان می‌دهد درحالی که سلامت جامعه، امنیت جامعه است و ما نتوانسته‌ایم در این زمینه درست کار کنیم طوری که الان خانه‌های بهداشت ما که زمانی افتخار کشور بود، وضعیت خوبی ندارند.»

وی در مورد درمان‌های حاشیه‌ای می‌گوید: «متأسفانه مشاهده شده بیمار دیابتی که با انسولین زنده است، داروی خود را قطع کرده و به داروی گیاهی روی آورده و فوت کرده است. خب چنین فردی معلوم است که نسبت به سلامت خود و شناخت از وضعیت خود چقدر بی‌توجه است. ما در این زمینه‌ها کار نکرده‌ایم.»

سعیدیان نیز بر مرگ‌های ناگهانی، شیوع افسردگی و تأثیر آن بر روابط خانوادگی و اجتماعی و نیز پایین آمدن راندمان اقتصادی و توسعه کشور تأکید می‌کند و معتقد است ریشه بسیاری از اینها در بیماری‌های زمینه‌ای یا موارد ساده‌تری مثل کمبود ویتامین و به تبع آن، ایمنی پایین است که با غربالگری و توسعه بهداشت و فرهنگ‌سازی و اقبال فرهنگ عمومی در این زمینه قابل کنترل و مدیریت است: «همین حالا در مورد کرونا، تحقیقات پزشکی ثابت کرده است افرادی که سطح ویتامین دی خون آنها وضعیت نرمالی دارد، در مقابل این بیماری مقاوم‌تر هستند و درگیری کمتری دارند.»

نگذاریم کرونا متوجه شود چه بیماری زمینه‌ای یا چه بیماری خطرناک پنهانی داریم مثل پدر ایوب که بالاخره کرونا وادارش کرد به بیمارستان برود و تازه آنجا متوجه بشود دل درد چند ماه‌هاش به خاطر رشد غده‌ای سرطانی است. ایوب می‌گوید: «پدرم چند ماهی بود که دل درد داشت و خودش می‌گفت سردی کرده‌ام و حالت تهوع دارم و چیزی نیست تا اینکه در یکی از بیمارستان‌های سنندج با بیماری کرونا بستری شد و آنجا تازه متوجه شدیم چه خبر است. خوشبختانه بنیه خوبی دارد و خیلی زود از دست کرونا خلاص شد و الان هم زیر نظر پزشک دارد درمان می‌شود. دکترها می‌گویند خیلی امیدوارند.»

جدول سودوکو

ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود

۳۵۲۱

آسان

			۱		۷			
۵	۷				۸			۹
	۲			۸	۳			
۳	۹		۸		۵		۱	۶
		۵		۱		۷		
۸	۱		۳		۴		۹	۵
	۶		۵	۹				
۴	۸					۶	۱	
			۴		۸			

متوسط

			۲			۹		
		۸		۴		۲	۶	
۲				۳	۹	۸		۷
۳				۵				۱
	۷	۱	۴		۷	۶		
۷				۲				۹
۸		۹	۳	۷				۶
	۷	۵		۶		۳		
		۳			۸			

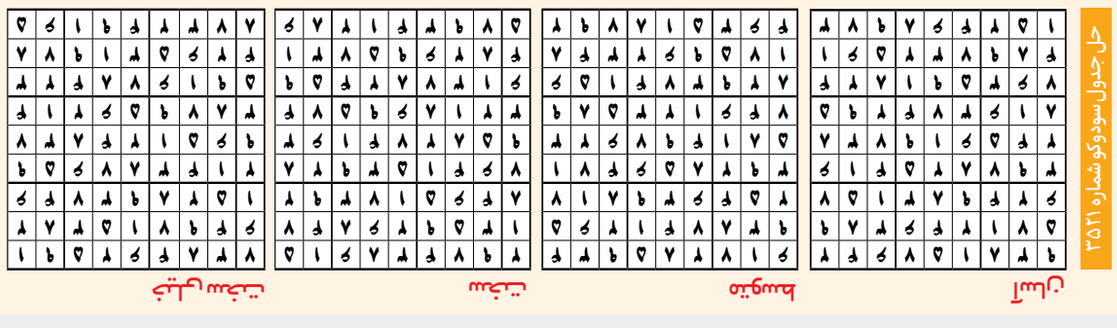
سخت

			۴			۶	۱	
	۵			۲				۷
۸				۱		۳		
		۴		۵			۲	
۹			۲		۴			۳
	۲			۶		۵		
		۳		۸				۹
۴				۹		۷		
	۷	۹			۱			

خیلی سخت

	۳	۸				۹	۱	
				۵		۸		
			۹			۴	۶	
۲	۱		۳					
			۱		۴			
				۶		۱	۴	
۵	۹			۷				
	۲		۵					
۸	۷					۱	۶	

حل جدول سودوکو شماره ۳۵۲۱



یک جدول با دو شرح

جدول روزنامه ایران دارای دو «شرح عادی و ویژه» است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرح‌ها را با مداد حل کرده و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم بپردازید.

۷۴۸۷

جدول عادی

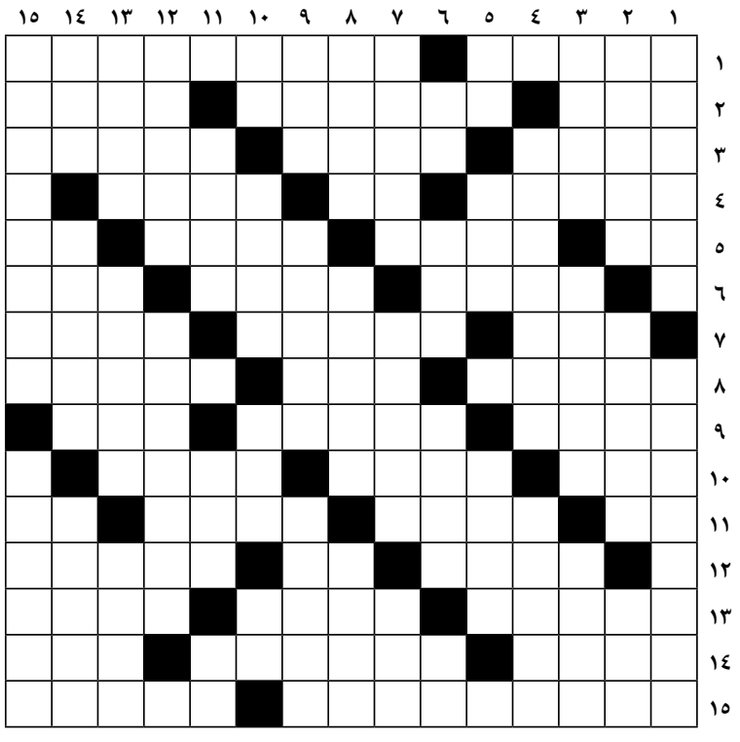
افقی:
۱- مرکز«مصر»- آنچه عوض دارد گله ندارد
۲- آویخته- سلطان- پدرفرنگی
۳- گلی زینتی- شهری توریستی در استان«گیلان»- مرکز «کهگیلویه‌وبویراحمد»
۴- طیران- حرف خطاب- خرد و ریز
۵- سودای نالـه- مرد بی فرزند- مانند اینکه- بخار و حرارت
۶- فرمانروایان- راه خروج- پیشوند ضد
۷- یک دهم- شهر دیدنی «هرمزگان»- دستگاهی در آزمایشگاه
۸- واحد شمردن سگ- نهر بزرگ- سازمان ارتباط تلفنی راه دور
۹- کشیدنی در رانندگی!- جرأت و جسارت- محصول آتش
۱۰- جایگاه خداوندی- نام نوعی چسب- ظرف تهیه چای
۱۱- حرف جمع فارسی- رنگرز- شاعره یونانی- لنگه بار
۱۲- پاک- داخل صدف می‌توان یافت- ضد «روشن»
۱۳- کتاب دینی مسیحیان- باغ و لاله زار- شاعر«یوش»
۱۴- چهره‌پرداز- هنر رزمی ژاپنی- برزن
۱۵- طنز ترسیمی- نام«گتوزو»سرمربی ناپولی

عمودی:
۱- پرنده‌ای در بندر انزلی- فیلمی از«عبدالرضا کاهانی»
۲- عتیقه- واحد پول«سودان»- کابوی خوش شانس
۳- رقم اول از سمت راست عدد- آهوی آذری- داریوش نام«مسیح»- واحد وزن
۸- اعمال حسنه- بخش بارگیر تریلر- شهرکی در «اسلامشهر»
۹- سریالی با حضور«لاله مرزبان»- دفعه- شهری در«گیلان»
۱۰- برکت سفره- دنیا- نمایندگان
۱۱- شمار- شاهد- گریزان- ارمغان طبیعت
۱۲- پول«کانادا»- من و تو می‌شویم- زبانی قراردادی
۱۳- تالابی در«آق قلا»- جوش چرکین- تفاله چغندر
۱۴- هجوم- بسیار وسیع- یاری
۱۵- نوعی بیماری روانی- خوراک آماده داخل قوطی

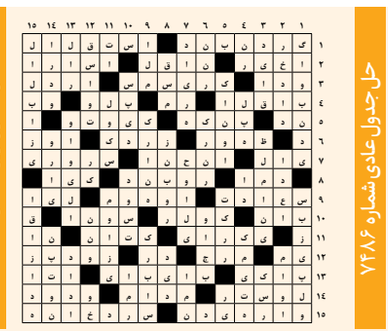
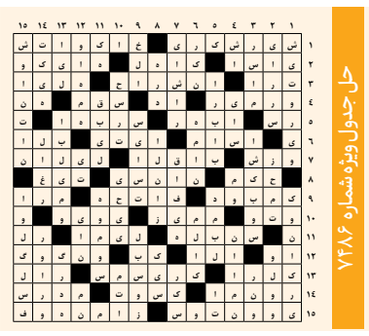
عمودی:
۱- پوششی برای چرخ- از آثار تاریخی استان«هرمزگان»
۲- بی خانمان- مایه نشاط و خرمی دل- سوره زنان
۳- اهل هند- آسودگی، راحتی- سوداگران
۴- یأس- یکدل و یکرنگ
۵- قرص- مقابل«زیر و پایین»- بروت
۶- قبل از G- بی مو- بلند قامت- یک ویک
۷- گردش‌های فلک- فرمان مغولی- ورودی مسافر در فرودگاه
۸- سبزتیره- قلندر- قطعه توزیع برق خودرو
۹- خمیر پخته بر آتش- ماشین تسطیح جاده- یکی از لبنیات
۱۰- میوه خوب!- جوش چرکین- کمیت- چوب خوشبو
۱۱- اسباب بازی قدیمی- حرارت دادن- درخت جنگلی
۱۲- فیلمی از«آرش معیریان»- مرحوم
۱۳- عابد و زاهد- اطاعت- پسر مازندرانی
۱۴- انبار، مخزن- الزام و اثبات- نخستین پادشاه گورکانی
۱۵- برترین تنیسور تاریخ- ماده اولیه شکلات

جدول ویژه

افقی:
۱- مدلی از خودروی«سانگ یانگ»- غذای محلی«کرمان»
۲- مخفف آنکه- نمایک- فدراسیون شنا
۳- نوعی پارچه- کشوری جزیره‌ای در شرق دریای مدیترانه- مرحله دوم عمل تنفسی
۴- ضمیر اشاره اشخاص نزدیک- یک لحظه- اداکردن پیمان
۵- عدد پیشتاز- مهراس- سازه«هرمزگان»- بدون نیروی کافی
۶- با«جادو»می‌آید- سازمان فضایی امریکا- قصد
۷- روسیاه مطبخ- مدافع مس رفسنجان با سوم
۴- بی‌وقت- گردش و تفرج در باغ
۵- بوی ماندگی- سره- کیسه پشمی خشن
۶- کام- با«جلز»آید- عنان- به معنی شکم
۷- هوانورد- به ناخواست- پارچه نفیس
۸- آرنج- پنهان کردن- انس گیرنده
۹- شوربای غلیظ- ادب آموختن- ریاضیدان «انگلیسی»
۱۰- ماضی شدن- از عناصر معماری ایرانی- در آن غوطه‌وریم- خاصیت ارتجاعی دارد
۱۱- آگاه- نرم افزاری برای ساخت آبجکتهای دو بعدی- منفرد
۱۲- کفن- رهبر ارکستر«اتریشی»
۱۳- امضای گذرنامه- شنونده- دستگاه مخابراتی
۱۴- مقدار غیرمعین- تأسیسات ماهیگیری- دستور زبان
۱۵- شهری در«نیوزیلند»- این هم شهر«اسکاتلند»



حل جدول عادی شماره ۷۴۸۶



حل جدول ویژه شماره ۷۴۸۶