کلینیک جراحی

وقتی چاقی با جراحی متابولیک درمان می‌شود

دکتر شهاب شهابی
متخصص جراحی چاقی و متابولیک

ابتلا به سندرم متابولیک که سندرم مقاومت به انسولین و سندرم «ایکس» نیز نامیده می‌شود به این معناست که شما همزمان مبتلا به بیش از سه نارسایی مرتبط با متابولیسم هستید. این نارسایی‌ها عبارتند از:

۱. چاقی به‌ویژه چاقی شکمی (چاقی سیبی‌شکل).
۲. افزایش فشار خون سیستولیک (بالاتر از ۱۲۰ میلی‌متر جیوه) یا فشار دیاستولیک (بالاتر از ۹۰ میلی‌متر جیوه).
۳. سطوح افزایش یافته تری‌گلیسرید و سطوح پایین کلسترول خوب.
۴. مقاومت به انسولین. انسولین هورمونی است که به تنظیم مقادیر قند خون کمک می‌کند. هرچه به اجزای بیشتری از سندرم متابولیک مبتلا باشید، به میزان بیشتری سلامت شما در معرض خطر است.

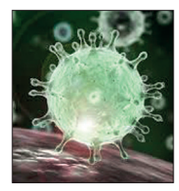
سندرم متابولیک نوعی ناهماهنگی هورمونی است. در نتیجه آن چاقی، دیابت نوع دوم، فشار خون و عملکرد نامناسب سوخت‌وساز کلسترول ایجاد می‌شود. سندرم متابولیک (سندرم سوخت‌وساز) می‌تواند باعث بیماری‌های قلبی و عروقی شود.

البته غیر از دو پیامد اصلی‌اش یعنی دیابت و بیماری‌های قلبی - عروقی با عوارض بسیار دیگری همچون کبد چرب، استئاتوز کبدی، سیروز کبدی، نارسایی مزمن کلیه، آلبومینوری، هیپریوریسمی و نقرس، سندرم تخمدان پلی‌کیستیک و سندرم آپنه هنگام خواب نیز مطرح است.

در هر حال هنوز خط مقدم درمان سندرم متابولیک اصلاح شیوه زندگی یعنی داشتن برنامه غذایی سالم و فعالیت بدنی منظم در جهت کاهش وزن است و در صورت بروز نیاز به مصرف داروکارآمدترین دارو متفورمین بوده است. در موارد چاقی شدید که به روش‌های فوق پاسخ ندهد درمان جراحی کمک‌کننده خواهد بود.

تمام روش‌های استاندارد جراحی چاقی مانند اسلیو معده و انواع بایپس معده باعث کنترل و بهبود قابل توجه دیابت تیپ دو، فشار خون و چربی خون در افراد چاق می‌شود؛ لذا به جراحی چاقی جراحی متابولیک گفته می‌شود.

از آنجاکه ثابت شده است درمان طبی در مقایسه با جراحی متابولیک دارای عوارض بیشتر درازمدت و کنترل ضعیف‌تر قند خون است امروزه جراحی متابولیک به‌عنوان یکی از درمان‌های قطعی دیابت تیپ دو مطرح است. باید توجه داشت جراحی متابولیک روش‌های مختلفی دارد و بسته به شرایط و وضعیت بیمار به طرق مختلف انجام می‌شود.



مبتلایان به آسم از ترس کرونا، کورتون‌درمانی را قطع نکنند

یك متخصص ریه گفت: در شرایط اپیدمی کرونا، دیده شده بیمار به خاطر ترس از وجود کورتون در داروها که می‌تواند سیستم ایمنی را ضعیف کند، میزان مصرف دارو را کاهش داده است. اما این کاهش، منجر به حملات بیماری شده و بیمار به‌ناچار مصرف دوزهای بالاتر و حتی داروهای خوراکی کورتون را آغاز می‌کند که این خود ریسك بیماری را بالاتر می‌برد.

دکتر سامان توانا با بیان این‌که مصرف ویتامین‌ها جز در موارد خاص، تاثیری در جلوگیری از ابتلای افراد به کروناویروس ندارد، افزود: مردم باید نکات بهداشتی و ایمنی را رعایت کرده و از دستورالعمل‌های بهداشتی پیروی کنند.

وی به افزایش مصرف بی‌رویه ویتامین‌ها در بین مردم اشاره و تاکید کرد: متاسفانه این روزها شاهد استفاده بی‌رویه انواع و اقسام ویتامین‌ها در بین مردم هستیم. مصرف ویتامین‌ها در واقع جایی در پیشگیری از این بیماری به‌جز مواردی که فرد دچار کمبود ویتامین D است، ندارد./ ایسنا

آیا تجربه بیماری‌های مرگبار قبلی در دنیا می‌تواند راهی برای رهایی از کووید-۱۹ باشد؟

دنیا در سایه مرگبارترین بیماری‌های عفونی

ندا اظهری
سلامت

بیشتر کشورهای جهان این روزها با شیوع ویروس کرونا دست به گریبانند. تاکنون از این نمونه‌ها کم نبوده است و هر بار هم شمار زیادی از مردم جهان مبتلا شده‌اند یا جان خود را از دست داده‌اند. با این‌که همه تلاش می‌کنند برای کاهش شیوع بیماری کرونا کاری کنند اما همه نگرانند تجارب تاریخی مربوط به شیوع بیماری‌های گسترده بار دیگر تکرار شود. این روزها حال جهان خوب نیست؛ اما شاید تجربه بیماری‌های مرگبار قبلی بتواند راهی به ما نشان دهد و انسان ناتوان امروزی را به زندگی برگرداند. تاکنون نزدیك به سه میلیون نفر به ویروس کووید-۱۹ مبتلا شده‌اند و بیش از ۲۰۰ هزار نفر جان باخته‌اند. در قرن چهاردهم میلادی، شیوع بیماری طاعون حدود ۵۰ میلیون نفر را در اروپا به کشتن داد. در سال ۱۲۹۷ شمسی/ ۱۹۱۸ میلادی با شیوع آنفلوآنزای اسپانیایی حدود یك چهارم جمعیت جهان به این ویروس مبتلا شدند. در ادامه فهرستی از مرگبارترین بیماری‌های عفونی جهان را با هم مرور می‌کنیم.

سرخك در سال ۲۰۱۸ حدود ۱۴۰ هزار نفر را به کام مرگ کشاند. بیش از ۹۵ درصد این مرگ و میرها در کشورهای کم‌درآمد و با بهداشت ضعیف رخ داده است

بیماری سل

سال‌ها پیش شمار مبتلایان به این بیماری بسیار بالا بود و خیلی از بیماران جان خود را از دست می‌دادند. به گزارش سازمان بهداشت جهانی، حدود ۱۰ میلیون نفر در سال ۲۰۱۸ میلادی به سل مبتلا شدند که ۱/۵ میلیون نفر از آنها جان باختند. با وجود درمان‌پذیر و قابل پیشگیری بودن این بیماری، هنوز هم سل در صدر عوامل بیماری‌زای مرگبار قرار دارد. سل از طریق سرفه و عطسه از انسان به انسانی دیگر قابل انتقال است. آنتی بیوتیک‌ها در درمان آن موثر هستند اما با مقاومت آنتی بیوتیکی که رخ داده است، این بیماری به درمان مقاوم شده و تجویز دارو برایش دشوارتر شده است.

سرخك

این بیماری خطرناك و بسیار مسری از طریق ویروس و انتقال از راه سرفه، عطسه و تماس نزدیك با فرد آلوده منتقل می‌شود. ویروس سرخك تا ۲ ساعت در هوا زنده می‌ماند و تا ۹۰ درصد قابلیت بیماری‌زایی دارد. در سال ۲۰۱۸ حدود ۸۶ درصد از نوزادان در دنیا با تزریق واکسن نسبت به این بیماری واکسینه شدند. سرخك در سال ۲۰۱۸ حدود ۱۴۰ هزار نفر را به کام مرگ کشاند. بیش از ۹۵ درصد این مرگ و میرها در کشورهای کم‌درآمد و با بهداشت ضعیف رخ داده است. از سال‌ها پیش طرح واکسیناسیون سراسری در دنیا، شمار مبتلایان به سرخك را تا حد قابل ملاحظه‌ای کاهش داد.

مالاریا

مالاریا سال‌ها پیش و در اواسط دهه ۱۳۱۰ شمسی/ ۱۹۳۰ میلادی در اروپای غربی و آمریکا و پس از آن در سال ۱۳۳۰/ ۱۹۵۱ شیوع پیدا کرد. اما پس از آن تقریبا تحت کنترل درآمد. اما در سال ۲۰۱۸ میلادی حدود ۲۲۸ میلیون نفر در دنیا به این بیماری مبتلا شدند که از این میان ۴۰۵ هزار نفر جان خود را از دست دادند. این بیماری از پشه به انسان منتقل می‌شود. حدود ۹۴ درصد مرگ و میرها در منطقه آفریقا و به‌ویژه در میان کودکان زیر پنج سال بوده است. با وجود این، مرگ ناشی از مالاریا از سال ۲۰۰۰ به این سو تا نصف کاهش یافته است.

آنفلوآنزا

هر ساله با شروع سرمای زمستان، شیوع آنفلوآنزا نیز آغاز می‌شود. اما مرگ‌ومیر در افراد در معرض خطر مانند زنان باردار، سالمندان و افرادی که زمینه بیماری دارند، بیشتر دیده می‌شود. طبق آمار سازمان بهداشت جهانی، سالانه حدود سه تا پنج میلیون نفر در جهان دچار آنفلوآنزای شدید می‌شوند که از این میان، ۶۵۰ هزار نفر جان خود را از دست می‌دهند. این بیماری که سالانه جهان را درگیر می‌کند، علاوه بر فشاری که بر سیستم بهداشت کشورها وارد می‌کند، وضعیت اقتصادی را هم دچار مشکل می‌کند. تزریق هر ساله واکسن عامل مهمی در کاهش موارد ابتلا به این بیماری است.

اسهال

اسهال هر ساله حدود ۵۲۵ هزار کودك زیر پنج سال را مبتلا می‌کند که بعد از عفونت‌های مزمن تنفسی، دومین عامل مرگ و میر در این گروه از کودکان محسوب می‌شود. این بیماری به دلیل بروز عفونت در مجاری روده‌ای و ابتلا به انواع باکتری، ویروس یا قارچ یا به‌واسطه رعایت نکردن بهداشت ایجاد می‌شود.

این بیماری از انسان به انسان یا از طریق آب یا غذای آلوده منتقل می‌شود که معمولا در منطق فقیرنشین که وضعیت بهداشت مناسب نیست، بیشتر رخ می‌دهد. به گزارش سازمان بهداشت جهانی، ۷۸۰ میلیون نفر در جهان به آب آشامیدنی و ۲/۵ میلیون نفر هم به بهداشت کافی دسترسی ندارند.

حل سودوکو ۳۵۷۰

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

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

حل سودوکو ۳۵۷۱

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

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

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

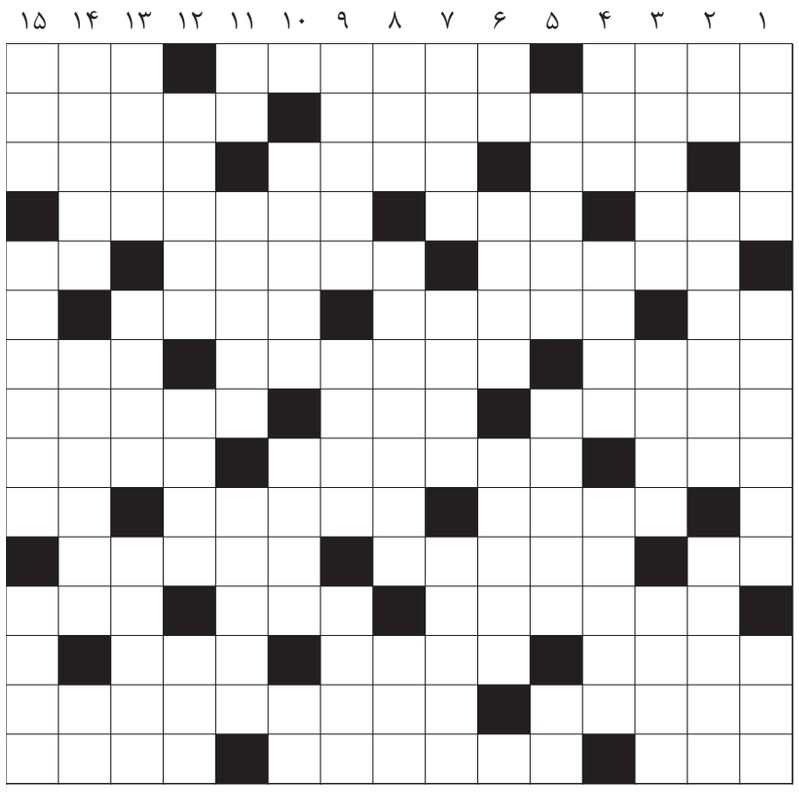
۴				۸			۶	۳
۳			۱	۹	۴			۱
				۲		۹		
	۷	۳				۶		۴
	۶					۹		
	۵					۱	۲	
				۹		۶		
۸				۵	۲	۴		
۲			۴	۶	۳	۵		۹

برای حل جدول اعداد باید در هر مربع کوچك‌تر ۳ در ۳ هیچ عدد تکراری وجود نداشته باشد.
همچنین هیچ عددی در یك سطر یا ستون مربع بزرگ ۹ در ۹ تکرار نشده باشد.

طراح: بیژن گورانی

جدول شماره ۵۶۵۸

جدول عادی



افقی: ۱) سوره شصت و نهم- آیاتی از قرآن که معنی‌شان واضح است- زندان مسعود سعد سلمان ۲) بسیار خوب- غاردیدنی دیواندره ۳) پدربزرگ- بسیار بخشنده- زیبا و دلفریب ۴) کامیون ارتشی- صوت اندوه- زمین پست اشباع‌شده از رطوبت ۵) دین برتر- ترسانك جالیز- ویتامین انعقاد خون ۶) پوست قیمتی- بی‌رحم- فراخ و گشاده ۷) فرمان توقف- زینت داده‌شده- فرمان ۸) فقر و بی‌چیزی- دشمن- ادب از بی‌ادبان آموخت ۹) جای خلوت و آرام- میانه‌روی- سیب آذری ۱۰) جریان مستقیم برق- زیرپوش بی‌آستین- زائوترسان ۱۱) رمق پایانی- به‌درستی که- شهری در شمال شرقی فرانسه ۱۲) مخاطب رادیویی- غار- گروه ورزشی ۱۳) آرامگاه- ادب آموختن- خروس مازندرانی ۱۴) سزاوار- مسافرت در دریا به وسیله کشتی ۱۵) سیاه و سفیدش خوردنی است- بسیار شکیبا- گوشه‌ای در دستگاه شور.

عمودی: ۱) حفرکننده- دودمان- نمونه خروار است ۲) ضمیر سوم- دست دراز کردن- تبهکاران ۳) مرغ افسانه‌ای- سجده‌کننده- رئیس نقالان و معرکه‌گیران در دوره صفویه ۴) خطاب غیرمودبانه- شهری در انگلستان- حواری خائن ۵) از جزایر جنوبی ایران- گلی خوشبو- رشته باریك ۶) حرف همراهی عرب- آخرین حرف الفبای یونانی- به دیدار بیمار رفتن ۷) دربرگیرنده- ایستاده می‌میرد- قرار دادن ۸) پسوند مکان- فیلسوف ایرانی و ملقب به صدرالمتألهین- آموختنی مدرسه ۹) شکوه و بزرگی- ماهی‌فروش- بزرگ ۱۰) ماده اصلی گلوله- آشیانه- نام آذری ۱۱) تنها- سهل‌انگاری- درهم تنیدن ۱۲) اعمال انعکاسی- شهری در خراسان رضوی- ماست چکیده ۱۳) پیمان تجارت آزاد آمریکای شمالی- کارگزار- کوکب ۱۴) اتاق کوچك- از رشته‌های پزشکی- بله روسی ۱۵) ذره باردار- غده فوق‌کلیوی- اجابت‌کننده.

جدول ویژه

افقی: ۱) از هفت سین نوروز- فیلسوف قرن نوزدهم و نویسنده اصول علوم اجتماعی- دور دندان‌ها را می‌پوشاند ۲) زیبا و دلفریب- افزایش ۳) مجلس شادی- عقیق سلیمانی- دوستی ۴) رودی در روسیه- طبل بزرگ- از اجزای پوششی گل ۵) لقب‌ها- سرپرست امور بقعه- پوستین ۶) بسیار خوب- تهیه کردن- امانتداران ۷) سرزنش کننده- شمشیر بلند ژاپنی- فنی در کشتی ۸) هنر ششم- سنت و آیین- رنگین کمان ۹) باتری- مایعی برای خوشبو کردن صورت و بدن- ابزارها ۱۰) آبادی در کویر- بی‌همتا- دور نمای عمر ۱۱) از حروف الفبا- هرج و مرج- اقلیتی مذهبی ۱۲) سوغات سفر- از حروف مقطعه قرآن- عیب و عار ۱۳) پیامبر کلیم‌الله- نی باریك- زمان ۱۴) سلوك در راه نیل به حقیقت- کتابی طنز نوشته صادق هدایت ۱۵) خرید و فروش- جزییات و جنبه‌های گوناگون یك موضوع- غالب.

عمودی: ۱) ظرف هنری- اقتباس از نوشته‌ای- اتاق پزشك ۲) الفبای گوش نواز- پایتخت باهاما- شاعر دربار سلطان سنجر ۳) سر و صدا- موتور جستجوگر اینترنتی- پهناور ۴) عطا و کرم- قد و بالا- کوزه آب ۵) هیکل- چهارپای بارکش- نظریه ۶) از خواهران برونته- فرق سر- کدخدا ۷) اندیشه- پزشك تجویز می‌کند- دارای نوسان و تغییر ۸) قهرمان رمان آرزوهای بزرگ- نویسنده روح القوانین- باطل کردن ۹) ادب- غذای مجردی- پیامبری از بنی اسرائیل ۱۰) از جزایر جنوبی ایران- فلزی براق با ساختاری بلورین- غصه ۱۱) طاقچه بالا- شهری در آذربایجان غربی- قابل درك ۱۲) نیزه دو شاخه کوچك قدیمی- زیرك- برشی از هندوانه ۱۳) ماشین خاك برداری- کشف رازی- انجامیده ۱۴) ستایش گر- ویتامین موثر در پیشگیری از بیماری پلاگر- مخفف اگر ۱۵) غله برافشان- دیرگداز ترین فلز- دشمن موش.

حل جدول عادی شماره ۵۶۵۷

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ا	ر	ت	د	ا	د	■	ش	ن	ا	و	ر	■	پ	د
۲	ح	ا	ت	م	ط	ا	ی	ی	■	س	ا	ز	گ	ا	ر
۳	د	ک	■	ا	ل	م	ا	■	ا	ت	ل	ی	ه	■	ی
۴	■	ت	ق	د	س	■	ی	ن	گ	ی	■	ن	و	پ	ا
۵	ت	و	ر	م	■	د	و	گ	ا	ن	ه	■	ا	م	د
۶	ل	ر	ی	■	ق	و	ن	ی	ه	■	م	ا	ر	پ	ل
۷	ف	■	ش	و	ر	ی	د	ن	■	پ	ش	ه	ه	■	■
۸	ن	ت	■	ز	ب	د	ه	■	د	ا	ی	و	■	ژ	ن
۹	■	غ	م	ر	ا	ن	■	ا	م	پ	ر	ا	ژ	■	ا
۱۰	چ	و	ش	ا	ن	■	ا	ن	ب	و	ه	■	ر	ا	ن
۱۱	ا	ی	ا	ی	و	ل	د	ا	ش	■	ا	ف	ا	ر	ا
۱۲	ن	ق	ر	س	■	م	ک	ر	ر	■	ا	ف	ا	ت	■
۱۳	ب	■	ک	ا	س	ب	ی	■	ی	ک	ل	ا	■	ش	ر
۱۴	ا	خ	ت	ل	ا	ل	■	ق	ه	ت	ک	ی	ل	ب	ی
۱۵	ز	ل	■	ک	ر	ی	ک	ت	■	ب	ی	ه	و	د	ه

حل جدول ویژه شماره ۵۶۵۷

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ک	و	ه	ر	ح	م	■	خ	و	ا	ه	ر	■	س	د
۲	غ	ا	م	ا	ل	ح	ز	ن	■	ن	ا	ز	پ	ر	ی
۳	ب	■	ژ	ت	ق	ل	ب	■	ا	ب	گ	ی	ر	■	ش
۴	■	گ	ر	ب	ه	■	ا	ن	ح	ا	■	ن	و	و	ل
۵	ت	و	ب	ه	■	ا	ن	د	و	ر	ا	■	ن	ی	م
۶	س	ن	ن	■	ا	ن	ت	ی	ل	■	م	غ	ج	ز	ه
۷	م	■	ا	ی	ف	ی	ل	م	■	م	و	ر	ا	ی	■
۸	ه	ا	■	ر	س	و	خ	■	ت	غ	ر	ض	■	ت	ت
۹	■	ت	ق	ا	ر	ن	■	ل	ب	ا	ل	ی	ت	■	ب
۱۰	چ	ا	ر	ق	د	■	ک	ا	ل	و	ی	■	م	ض	ر
۱۱	ر	و	ش	■	ن	ی	ت	ر	ی	د	■	ب	ز	ر	ک
۱۲	ا	ه	م	ر	■	ب	ل	ی	غ	■	ر	ا	ه	■	■
۱۳	گ	■	ا	ب	ر	و	ت	■	ا	ذ	ی	ت	■	ش	ط
۱۴	ا	ق	ل	ی	د	س	■	ا	ت	و	ک	ر	ا	س	ی
۱۵	ه	■	ب	ا	ت	ی	ک	■	ب	ا	ه	ی	س	ت	ن