تست بالینی واکسن آنفلوآنزا اواخر آذر انجام می‌شود

دبیر ستاد توسعه زیست‌فناوری از انجام فاز سوم تست‌های بالینی واکسن آنفلوآنزا در اواخر آذرماه خبر داد و گفت: «پیش‌بینی می‌شود که حداکثر یک ماه بعد از آن نتایج این واکسن اعلام شود.» دکتر مصطفی قانعی با بیان این‌که تأثیر این واکسن جدید برای تولید وابستگی به تخم‌مرغ ندارد، گفت: این واکسن چهارظرفیتی آنفلوآنزای فصلی است که برای همه قابل استفاده است./مهر

ابداع ربات‌های زیردریایی با الهام از گربه‌ماهی

پژوهشگران «دانشگاه براون» (Brown University) آمریکا هنگامی که گربه‌ماهی مشغول شکار طعمه و بلعیدن آن است، به فیلمبرداری از آن پرداختند. آنها برای این کار از یک روش ثبت حرکت موسوم به «XROMM» استفاده کردند که به آنها امکان می‌دهد درون جمجمه حیوانات راهنگام غذا خوردن آنها ببینند. این پژوهشگران آمریکایی سعی دارند تا با الهام از عملکرد گربه‌ماهی در شکار طعمه، ربات‌های زیردریایی پیشرفته‌ای را ابداع کنند./ایسنا

عکس: ایرنا

بیماری‌ای که درمان برایش این روزها بازار داغی دارد.

در میان جدیدترین خبرهایی که به گوش می‌رسد، معرفی چهار داروی گیاهی از سوی سازمان غذا و دارو برای درمان کرونا، در روزهای گذشته حسابی سر و صدا به پا کرده است. به‌ویژه در فضای مجازی بسیار از کاربران نسبت به این‌که این داروها در عمل بتوانند موثر باشند و کارکردی بیشتر از اعلام خبر خوش تولید داروی کرونا داشته باشند، ابراز تردید کرده‌اند.

جام جم برای کسب اطلاعات بیشتر برای بررسی ویژگی‌ها و میزان اثربخشی این چهار داروی گیاهی برای تماس با محققان این پروژه و مسؤولان سازمان غذا و دارو تلاش کرده است. اما موفق به گفت‌وگو با مدیران سازمان غذا و دارو نشده است. حتی با وجود برقراری ارتباط با دکتر رضا محتشمی، مجری طرح اسپری PHR۱۶۰ به علت محدودیت در ارتباط با رسانه‌ها، حاضر به گفت‌وگو و ارائه توضیحات لازم درباره جزئیات آزمایش این دارو نشدند.

ی مجوز گرفته از سازمان غذا و دارو برای درمان کووید-۱۹ را بررسی کرده است

وهای گیاهی درمان کرونا

پزشکی تهران درباره کاربرد داروهای طب سنتی و گیاهی در دنیا به جام جم می‌گوید: «در حال حاضر بخش عمده‌ای از نظام سلامت چین در درمان کرونا وابسته به داروهای گیاهی است. در ارتباطاتی که طی ماه‌های اخیر با بیمارستان ووهان داشتیم، رئیس این بیمارستان که متخصص طب سنتی چین است، اظهار می‌کند طی سه هفته اول همه‌گیری از تعداد بالای بیمار شوکه شده بودیم. در آن زمان فقط از ۳۰ درصد طب سنتی برای درمان بیماران مبتلا به کرونا استفاده می‌کردیم که آن هم داروهای آماده‌ای بودند که در درمان بیماری سارس مورد استفاده قرار می‌گرفت. اما مقدار استفاده از طب سنتی چین در منطقه ووهان از حوالی فروردین به بعد به حدود ۷۰ تا ۸۰ درصد در بیماران رسید. اما دیگر خبری از داروهای آماده نیست و در کنار برخی داروهای ثابت، با توجه به مزاج هر بیمار، داروی گیاهی برای بیماران تجویز می‌شود. اکنون نیز درصد استفاده از داروهای طب سنتی چینی در بیماران به حدود ۹۰ درصد رسیده که آمار قابل توجهی است. این آمار طبق مقاله‌های اثبات‌شده، موجود است. اما در این بین، برخی متخصصان اصرار دارند که در شرق آسیا هرگز از داروهای سنتی استفاده نشده است. البته در چین هم که طب سنتی بسیار کاربرد دارد، همین تناقض‌ها بین طب سنتی و طب پزشکی نوین وجود دارد.

دکتر کریمی در ادامه می‌افزاید: «در ایران، کسی که نظام سلامت را پایه‌گذاری کرده، با این مسأله مشکلی ندارد و سیاست‌های رهبری، حتی فعالیت دانشگاه‌هایی در این زمینه در سطح وزارت بهداشت است و حتی حمایت‌های وزیر بهداشت، بیانگر حمایت از طب سنتی است. اما گروه خاصی این درگیری‌ها را نسبت به طب سنتی به وجود می‌آورند؛ در دوران همه‌گیری، دوقطبی کردن تنها به ضرر مردم تمام می‌شود و باید در چنین شرایطی از تمام امکانات بهره ببریم. جایی که کار علمی روی طب سنتی در حال انجام است، هیچ خطا و مشکلی ایجاد نمی‌کند و ایرادی نمی‌توان به آن وارد کرد.

به گفته او در تجویز داروهای سنتی و داروهای مرسوم به‌کار رفته در درمان کرونا، داروهای گیاهی و سنتی طبق بررسی برای بیماران بستری تجویز می‌شوند تا از نظر تداخلات دارویی مشکلی ایجاد نشود، همچنین در طول زمان مصرف دارو، وضعیت بیماران را به‌دقت بررسی می‌کنیم.

مسائل ایمنی به این دلیل انجام می‌شود که گیاهان دارویی هم مانند داروهای شیمیایی دارای عوارض جانبی هستند و به عبارتی، هر چیزی که می‌تواند مفید باشد، عارضه‌ای هم دارد. سردمدار این قانون هم طب سنتی ایران است. در حقیقت در کارهای تحقیقاتی هرجایی که مشاهده کردید سخن از صددرصدی در کاری شده، مشخص است واقعیت ندارد. زیرا هیچ دارویی نیست که تمام بیماران در حداکثر پاسخ از آن بهره ببرند و طبیعتا هر دارویی با عوارضی همراه است.

داروهای گیاهی با مستندات علمی مجوز تولید می‌گیرند

دکتر آرمان زرگران، داروساز و عضو هیأت علمی گروه داروسازی سنتی دانشگاه علوم پزشکی تهران، درباره فرآیند مجوز گرفتن داروهای گیاهی در مقایسه با داروهای شیمیایی معمول به جام جم می‌گوید: «در سازمان غذا و دارو برای داروهای طبیعی، اداره‌کل فرآورده‌های طبیعی، سنتی و مکمل وجود دارد که ذیل این مدیریت هم چند اداره‌کل شامل اداره داروهای طبیعی، اداره داروهای سنتی و مکمل‌ها قرار دارند. داروهای طبیعی اگر شامل یک فرآورده گیاهی باشد و در منابع سنتی ما هم اشاره‌ای به آن نشده باشد، باید حتما کارآزمایی بالینی روی آن صورت گیرد و شواهد و مستندات مانند داروهای شیمیایی برایشان جمع‌آوری و ارائه شود که در صورت کامل بودن مستندات، به دارو مجوز داده می‌شود.

این متخصص داروسازی سنتی ادامه می‌دهد: «قسمتی هم با عنوان داروهای سنتی وجود دارد و شامل داروهایی است که نام و کاربرد آنها در متون سنتی ما اشاره شده است و در این شرایط، اعطای مجوز به آن کمی ساده‌تر صورت می‌گیرد.

چون این داروی سنتی هزاران سال مورد استفاده قرار گرفته است و در نتیجه به‌عنوان داروی طب سنتی ایران کمی راحت‌تر به آن مجوز می‌دهند. داروهای گیاهی هم مانند داروهای شیمیایی باید فرآیند پیچیده‌ای را طی کنند و براساس کارآزمایی بالینی یا این‌که نمونه خارجی آن وجود دارد یا خیر، بررسی می‌شوند.»

دکتر زرگران با اشاره به چهار داروی معرفی‌شده از سوی سازمان غذا و دارو تأکید می‌کند: «در این‌باره باید مسؤولان سازمان غذا و دارو نظر بدهند. اما تا جایی که من خبر دارم، تمام این چهار دارو کارآزمایی‌های بالینی را پشت‌سر گذاشته‌اند و با مستندات علمی و بالینی مجوز لازم را کسب کرده‌اند.»

تولید داروهای گیاهی به سبک روشمند علوم مدرن

در بازار داغ شایعات داروهای سنتی و گیاهی و با توجه به مخالفان و طرفدارانی که استفاده از این نوع داروها دارد، معرفی و تأیید این چهار داروی گیاهی از سوی سازمان غذا و دارو، شاید حساسیت‌ها را بیشتر برانگیخته باشد.

اما عضو هیأت علمی گروه داروسازی سنتی دانشگاه علوم پزشکی تهران با تأکید بر علمی بودن فرآیند تولید این داروهای گیاهی می‌گوید: «تحقیقات در حوزه طب سنتی، فرآیند دانشگاهی و سازوکاری کاملا علمی دارد و در دنیا هم به رسمیت شناخته می‌شود؛ از سازمان بهداشت جهانی گرفته تا کشورهای توسعه‌یافته هم سازوکارهای علمی و مشخصی دارند. چیزی که در این میان اهمیت دارد، درمان بیمار است و فرآیند شیمیایی، سنتی یا گیاهی بودن آن تفاوتی ندارد. هر روشی که بتواند بیماری را درمان کند یا حتی علائم و عوارض بیماری را کاهش دهد، در اولویت قرار می‌گیرد.

همان‌طور که در حوزه‌های دیگر تحقیقات صورت می‌گیرد، در زمینه داروهای گیاهی و سنتی هم پژوهش‌هایی انجام می‌شود و این‌گونه نیست که همه اهتمام کشور متمرکز بر ساخت داروهای گیاهی باشد. در حال حاضر چند صد پروژه تحقیقاتی در کشور در حال انجام است که حدود ۸۰ تا ۹۰ پروژه مربوط به داروهای گیاهی است و اکنون این چهار دارو سریع‌تر به نتیجه رسیده‌اند و مجوز تولید دریافت کرده‌اند. طبیعتا اگر محصولات دیگر هم به نتایج مثبتی برسند، از آنها هم استفاده می‌شود. درواقع، هیچ تعصبی روی روشی خاص وجود ندارد و هدف، بهبود بیماران است که همگی از روش‌های علمی و کارآزمایی‌های بالینی عبور می‌کنند.

داروهای کرونا با کارآزمایی‌های بالینی اثربخش

دکتر زرگران درباره اثربخشی این چهار داروی معرفی‌شده از سوی سازمان غذا و دارو می‌گوید: «این داروها برای درمان کرونا نیستند، بلکه روی بعضی پارامترهای بیماری تأثیر مثبت دارند و می‌توانند به عنوان درمان کمکی مورد استفاده قرار گیرند تا بیمار راحت‌تر این دوران را طی کند.

در این میان باید به این نکته توجه داشته باشیم که در حال حاضر هیچ دارویی برای درمان کرونا وجود ندارد و حتی داروی رمدسیویر هم که تأییدیه سازمان غذا و داروی آمریکا را دریافت کرده است، درمان قطعی نیست و فقط علائم را کاهش می‌دهد و می‌تواند در یک مرحله به بهبود علائم کمک کند. مسأله‌ای هم که در مورد این چهار داروی گیاهی ایرانی مطرح می‌شود، این است که به طور اختصاصی روی کرونا کارآزمایی‌های بالینی صورت گرفته و اثربخشی آنها با مستندات علمی روی بهبود برخی علائم نشان داده شده است. شاید برحسب مستندات تجربی، برای مثال شربت اکسپکتورانت هم اثربخش باشد و مانند بعضی از این داروها، خلط‌آور بوده و در کاهش علائم کرونا مؤثر باشد. اما آیا این شربت روی کرونا کارآزمایی بالینی انجام داده است؟ اگر محققی روی این شربت هم کارآزمایی انجام دهد و نتیجه مؤثر آن را از نظر علمی اعلام کند، می‌تواند آن را هم در درمان کرونا تأیید کند. بنابراین پرداختن به این موضوعی هرگز غیرعلمی نیست.

دکتر زرگران:
تحقیقات در حوزه طب سنتی، فرآیند دانشگاهی و سازوکاری کاملا علمی دارد و در دنیا هم به رسمیت شناخته می‌شود؛ از سازمان بهداشت جهانی گرفته تا کشورهای توسعه‌یافته هم سازوکارهای علمی و مشخصی دارند

دکترسلیمانی:
مطالعات نشان می‌دهد به‌کارگیری طب سنتی چینی در درمان کووید-۱۹ به‌طور معنی‌داری باعث کاهش علائم بیماری، پاکسازی ویروس و کاهش میزان مرگ و میر در بیماران شده است

نکته

درمان همه‌گیری‌ها با طب سنتی چین

دکتر سمانه سلیمانی، متخصص داروسازی سنتی درباره تاریخچه مصرف داروهای گیاهی در دنیا می‌گوید: «همواره استفاده از طب‌های سنتی و مکمل و نیز استفاده از گیاه درمانی نقش مهمی در کنترل همه‌گیری‌های مختلف در دنیا داشته است. طبق تاریخچه همه‌گیری‌های چین که از سوی آکادمی طب سنتی چین منتشر شده است، ۳۲۱ همه‌گیری در ۲۰۰۰ سال گذشته، در چین اتفاق افتاده است که طب سنتی چین نقش قابل‌توجهی در کنترل آن داشته است. اثر TCM در روند مبارزه با سندرم حاد تنفسی (SARS) در سال ۱۳۸۲/ ۲۰۰۳ تأیید شده است. طبق آماری که از سوی اداره طب سنتی چین منتشر شده است، ۹۲/۵۸ درصد از بیماران تأییدشده کووید-۱۹ در سراسر کشور چین، با طب سنتی چینی تحت درمان قرار گرفته‌اند و میزان مؤثر مشارکت طب سنتی این کشور تا ۱۳ اسفند ۹۸ به ۹۵/۱ درصد رسید.

به گفته او، مطالعات نشان داده است که طب سنتی چین در تمام مراحل بالینی کووید-۱۹ مؤثر واقع شده است. برای مراحل خفیف، طب سنتی چینی می‌تواند علائم بالینی (تب، تنگی نفس، سرفه، اسهال) را تسکین دهد، روند بیماری را کوتاه کند، بهبود بیماری را سرعت بخشد و از شدت بیماری جلوگیری کند. برای موارد شدید و بحرانی، همراه با درمان حمایتی مانند اکسیژن‌درمانی و جایگزینی مایعات در پزشکی مدرن، طب سنتی چین می‌تواند عملکرد تهویه ریوی را افزایش دهد و آسیب ریه و پاسخ ایمنی بیش از حد را مهار کند. در مرحله توانبخشی، مصرف جوشانده‌های مرکب طب سنتی چین می‌تواند به بازیابی قدرت بدنی، کاهش التهاب ریوی و کاهش فیبروز ریوی کمک کند. تجربه موفقیت‌آمیز مبارزه با کووید-۱۹ نشان داده است که طب سنتی چین در بیماری‌های عفونی از مزیتی منحصربه‌فرد برخوردار است.

این متخصص داروسازی سنتی به نمونه دیگری از استفاده از طب سنتی و گیاهان دارویی برای کمک به درمان بیماری کرونا اشاره می‌کند و می‌گوید: «در این میان می‌توان به مطالعه بالینی تصادفی چند مرکزه، اثر مخلوط سیاهدانه و عسل در کنار درمان‌های رایج در ۳۱۳ بیمار مبتلا به کووید-۱۹ اشاره کرد. این مطالعات نشان می‌دهد به‌کارگیری طب سنتی چینی در درمان کووید-۱۹ به‌طور معنی‌داری باعث کاهش علائم بیماری، پاکسازی ویروس و کاهش میزان مرگ و میر در بیماران شده است. همچنین مطالعات مختلف بالینی براساس میراث غنی طب ایرانی، علیه کووید-۱۹ در کشورمان انجام شده یا در دست انجام است و نتایج برخی از این مطالعات هم به‌زودی منتشر می‌شود که نشان از تاثیر مثبت این داروها، در کنار استفاده از داروهای رایج در بهبود علائم بالینی بیماران مبتلا به کووید-۱۹ دارد.

شرایط باید قاطعانه در مقابل او ایستاد. بنابراین منطقی یا غیرمنطقی بودن خواسته را باید برای او توضیح داد.»

صبر و تحمل را یاد بدهیم

«این نکته مهم است که اگر درخواست‌های بچه‌ها منطقی است، تا حد امکان برای آنها انجام دهیم و از «نه» گفتن مکرر در طول روز، حتی در مقابل خواسته‌های منطقی، پرهیز کنیم.» دکتر داوری در پایان تصریح می‌کند: «در واقع سعی کنیم در جای لازم «نه» بگوییم که بتوانیم به شکل منطقی، صبر و تحمل را به بچه‌ها یاد بدهیم.»

تفاوت تشویق و رشوه در تربیت کودک

داستان شاگرد اول شدن و خرید دوچرخه را حتما به یاد دارید. داستان تاریخی همه ما بچه‌هاست. این‌که موفقیت با دریافت هدیه باشد، بد نیست. اما برعکس آن چطور؟ دکتر رزیتا داوری در این باره می‌گوید: «اگر فرزند ما درخواست پول توجیبی بیشتری داشته باشد، می‌توانیم به او بگوییم درصورتی که نمره‌های مستمر او خوب شود، این خواسته انجام خواهد شد. در این شرایط به کودک یاد می‌دهیم برای رسیدن به خواسته‌اش باید تلاش کند. این معنی‌اش رشوه دادن به کودک نیست.» دکتر داوری درباره تفاوت تشویق و رشوه می‌گوید: «اگر برعکس این باشد، مسأله رشوه‌دادن مطرح است. با یک مثال توضیح می‌دهم. فرزند ما از ما درخواست خرید مثلا ایکس‌باکس را دارد تا بتواند درس بخواند و نمره‌هایش خوب شوند. این خواسته را نباید برآورده کرد؛ چون این همان رشوه دادن است. چون قبل از تلاش، خواسته او را انجام می‌دهیم. اغلب نیز نتیجه عکس خواهد داشت.» او اضافه می‌کند: «شرط‌گذاشتن برای رسیدن به خواسته‌ها، درباره نیازهای اصلی بچه‌ها نباید اجرا شود. گرسنگی، تشنگی، وسایل آموزشی و... نیازهای اصلی بچه‌هاست و نباید برای دریافت آنها شرطی گذاشته شود. برای مثال نباید بگوییم اگر فلان کار را انجام بدهی، به تو ناهار می‌دهم. یا وقتی برای تو دفتر و مداد می‌خرم که فلان کار را انجام دهی. اینها نیازهای اساسی و پایه‌است که باید بدون شرط انجام شود» بعضی از والدین تصور می‌کنند اگر قاطعانه «نه» به فرزندشان بگویند، در روحیه کودک تاثیر منفی خواهد داشت؛ درحالی که این‌طور نیست. والدینی که قاطع بوده و ثبات رفتاری داشته و درعین حال روابط صمیمانه‌ای نیز با فرزندشان دارند، والدین به‌مراتب موفق‌تری در تربیت فرزند بوده و فرزندانی با اعتماد به نفس بالا و رابطه اجتماعی مناسب تربیت می‌کنند.

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

سودوکو ۳۷۰۸

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

حل سودوکو ۳۷۰۷

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