

تدابیر ویژه طب سنتی برای درمان «غلظت خون»

هر قدر غذا رقیق تر باشد، به رقت خون کمک می کند و عکس آن، غذاهای خشک و سفت، خون را غلیظ می کند؛ در این مطلب به تدابیر ویژه تغذیه‌ای طب سنتی برای درمان "غلظت خون" اشاره شده است.

به گزارش تسنیم؛ دکتر محمد عزیزخانی متخصص طب ایرانی در برنامه "انارستان" درباره راه‌های درمان غلظت خون اظهار کرد: ورزش کردن، دیر نخوابیدن، ایستاده غذا نخوردن، نوشیدن آب ولرم، کنترل اعراض نفسانی (عصبانیت، استرس، افسردگی) ... موجب کاهش غلظت خون می‌شود.

وی ادامه داد: انواع خورشت‌های کنگر، به، آلو، اسفناج خورشت لوبیاسبز، فسنجان، خلال و قیمه، همگی رقیق کننده خون هستند یا به‌عبارتی معدل اخلاط یا تعدیل‌کننده هر چهار خلط در بدن محسوب می‌شوند مصرف برنج یا شوید، گشنیز یا سماق هم بسیار مفید است نکته جالب اینجاست که تمام این خوراکی‌ها لاغر کننده چربی‌سوز هستند و تعادل وزن را به‌همراه دارند.

عزیزخانی تصریح کرد: در طب سنتی بسیاری از غذاها و میوه‌ها غذای دوالی "هستند مانند عناب که یکی از بهترین رقیق کننده‌های خون است؛ خاکشیر، سکنجبین، سرکه شیر، گل گاوزبان، چای به و میوه‌های قرمز رنگ (مثل گیلاس، آلبالو، ذغال‌اخته، انار، شاتوت)، زرشک سیاه، کاسنی شاهتره و خوراکی‌های ترش‌مزه (سرکه، آلبیوم، نارنج) اگر به‌همراه غذا مصرف شوند، در درمان غلظت خون بسیار



مفیدند.این متخصص طب سنتی متذکر شد: خون گیری از طریق فصد و زالو در درمان غلظت خون بسیار موثر است که حتما باید زیر نظر پزشک و با در نظر گرفتن میزان قوت بدن فرد انجام پذیرد.

پیشگامی هندی‌ها در تولید واکسن

بومی کرونا

شرکت هندی باهارت بیوتک واکسن بومی کرونا را به زودی وارد آزمایش بالینی خواهد کرد.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، شرکت باهارت بیوتک هند با کسب مجوز از سازمان مرکزی کنترل استاندارد داروهای هند، واکسن بومی کرونا(کوواکسن) را وارد مرحله آزمایش بالینی خواهد کرد.

کوواکسن نخستین کاندیدی واکسن بومی کووید ۱۹ برای دریافت تاییدیه در هند است. آزمایشات بالینی این واکسن قرار است از ژوئیه در سراسر هند آغاز شود.

وی‌جی سومانی، رئیس کنترل مواد دارویی هندوستان، برنامه شرکت هندی را برای انجام کارآزمایی بالینی کوواکسن در مرحله I و II را تایید کرد.

بهارت بیوتک با انتشار این خبر گفت: این مجوز پس از ارائه نتایج آزمایشات پیش‌بالینی واکسن که ایمنی و پاسخ ایمنی بدن را نشان می‌داد، صادر شد. واکسن هندی کرونا با همکاری موسسه ملی ویروس شناسی شورای تحقیقات پزشکی هند تهیه شده است.دیگر شرکت‌های توسعه یافته هندی در زمینه تهیه واکسن کرونا از جمله زیپوس کایدلا، موسسه سرم هند و به تازگی شرکت پاناسا بیوتک هنوز به نتایج موفقیت آمیزی نرسیدند.

واکسن شرکت پاناسا به تازگی در مرحله مطالعات پیش بالینی است، اما واکسن دو شرکت دیگر در مرحله نامشخصی هستند و هنوز به نتیجه‌ای نرسیده‌اند.

توصیه کارشناسان برای استفاده

از ماسک‌های کتان خانگی

محققان انستیتوی ملی استاندارد و فناوری آمریکا در بررسی‌های اخیر خود از تاثیر بالای استفاده از ماسک‌های کتان بر محافظت در برابر ویروس کرونا خبر دادند.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، این روزها با لوج گرفتن شیب شیوع ویروس کرونا، توصیه‌ها برای رعایت پروتکل‌های بهداشتی به‌ویژه استفاده از ماسک در اجتماعات افزایش یافته است. سازمان جهانی بهداشت بار دیگر درباره سرعت شیوع این ویروس در جهان هشدار داده است.

بر اساس اظهارات متخصصان WHO در حال حاضر که هنوز هیچ راه درمان و یا واکسنی برای بیماری کووید ۱۹ یافت نشده است، تنها راه مقابله با این ویروس کشنده، رعایت اصول بهداشتی است.

به گفته کارشناسان استفاده از ماسک می تواند تا درصد قابل توجهی میزان شیوع ویروس را کاهش دهد؛ بنابراین ماسک مناسب یکی از دفعه‌های افراد است که البته به جاست، باید دید چه ماسکی می‌تواند در پیشگیری از ابتلا موثر و مفید باشد. در مطالعه‌ای که محققان انستیتوی ملی استاندارد و فناوری (NIST) ایالات متحده بر روی تاثیر استفاده از ماسک انجام دادند، مشخص شد انواع ماسک می‌تواند اثرات متفاوتی در محافظت از افراد در برابر ویروس کرونا داشته باشد. همانطور که بارها گفته شده ماسک‌های N۹۵ یکی از بهترین نوع ماسک هستند، اما در صورت دسترسی نداشتن به آن، می‌توان از ماسک‌هایی که از جنس کتان هستند، برای پوشش صورت استفاده کرد.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با هشدار نسبت به ابتلای کودکان به کرونا به والدین توصیه کرد جز در مواقع ضروری کودکان را از خانه خارج نکنند و تا جای ممکن در اجتماعات حاضر نشوند.

به گزارش مهر، رکسانا منصور قناعی، با اشاره به نویدید بودن ویروس کووید ۱۹، گفت: زمانی که در اسفندماه ایران با این ویروس مواجه شد حتی در کشور چین نیز اطلاعات زیادی درباره این بیماری وجود نداشت.

وی ادامه داد: بنابر این خیلی از اطلاعاتی که راجع به کم‌رنگ بودن انتقال این بیماری در کودکان گفته می‌شد، ناشی از نقص اطلاعاتی بوده است.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به اینکه در اوایل شیوع این بیماری تعداد کودکان علائم دار نسبت به بزرگسالان کمتر بود، یادآور شد: انتظار می‌رفت بزرگسالان علائم شدیدتر و بیشتری داشته باشند و مرگ و میر در آنها بالاتر باشد.

این فوق تخصص عفونی اطفال با اشاره به بالاتر بودن میزان ابتلا و مرگ و میر در افراد دچار بیماری‌های زمینه‌ای، مزمن و نقص ایمنی، اظهار کرد: گرچه در اوایل شیوع این بیماری در کودکان علائم بیماری، بستری و مرگ و میر نسبت به بزرگسالان بسیار کمتری دیده می‌شد، اما این به آن معنا نبود که کودکان دچار نوع بی علامت و کم علامت بیماری نمی‌شوند.

عضو هیئت علمی دانشگاه تاکید کرد: کودکان نسبت به بزرگسالان بیشتر در معرض ابتلا به عفونت‌های مختلف از جمله عفونت‌های تنفسی هستند و بنابر این ممکن بود خیلی از موارد ابتلا به کووید ۱۹ در کودکان تشخیص داده نشود.

منصور قناعی با بیان اینکه در اسفند ماه کودکان مبتلا علائم خیلی کمتری داشتند و با بدون علائم بودند، گفت: همین مسئله باعث می‌شد تصور شود کودکان به کرونا مبتلا نمی‌شوند.

این فوق تخصص عفونی اطفال، افزود: البته در همان دوران نیز برخی

یک تولیدکننده سرکه از استفاده از اسید استیک تولید شده در صنایع پتروشیمی در برخی واحدهای زیرپله‌ای و کوچک خبر داد که به دلیل داشتن فلزات سنگین سرطان‌زا است و به خریداران هشدار داد که به دنبال سرکه‌های ارزان نباشند؛ چراکه عموماً تفاوت قیمت سرکه‌های تقلبی و اصلی ۲۰۰۰ تا ۳۰۰۰ تومان است.

نام آور در گفت‌وگو با ایسنا، اظهار کرد: در فرایند سنتی با تخمیر انواع میوه و تبدیل آن به الکل، در نهایت الکل تبدیل به اسید می‌شود که همان سرکه است. به عبارت دیگر قند تبدیل به الکل و الکل تبدیل به سرکه می‌شود، اما در فرآیند صنعتی با تولید سرکه تقطیری که در بازار مرسوم است، الکل که مستقیم از گلوکز نشاسته ذرت یا ملاس چغندر گرفته شده، در مقابل باکتری، هوا و دما به اسید یا سرکه تبدیل می‌شود.

اما به گفته وی برخی شرکت‌های سودجو از اسید استیک تولید شده در صنایع پتروشیمی استفاده می‌کنند که دارای فلزات سنگین و سرطان‌زا است که تولیدکنندگان آن را با آب رقیق و در بازار عرضه می‌کنند.

نام‌آور با بیان این که این واحدها عمدتاً به صورت زیرپله‌ای و بدون مجوز و برخی واحدهای کوچک فعالیت می‌کنند، تصریح کرد: وزارت بهداشت و سازمان ملی استاندارد در صورت اطلاع با آنها برخورد می‌کنند، اما چون این واحدها عمدتاً بدون مجوز فعالیت می‌کنند، نظارتی بر کار آن‌ها صورت نمی‌گیرد.

وی با بیان اینکه قیمت سرکه‌های تقلبی تقریباً یک‌دهم سرکه‌های اصلی تمام می‌شود، تصریح کرد: امکان تشخیص این سرکه‌ها برای مصرف کننده وجود ندارد و خریداران هم معمولاً به دنبال قیمت پایین‌تر هستند؛ اما شهروندان باید توجه کنند عموماً در بازار فاصله قیمتی ۲ تا ۳ هزار تومانی بین سرکه‌های اصلی و تقلبی وجود دارد. البته تولید کنندگان مجوزدار از ۱۰ تا ۱۵ درصد سود می‌برند، اما واحدهای تولیدی تقلبی ممکن است تا ۴۰۰ درصد هم سود دریافت کنند.این تولیدکننده با بیان اینکه عمدتاً این واحدهای تقلبی در قم، شهرری و ولرمین فعالیت می‌کنند گفت: هر سال طی سه تا چهار ماه بر مصرف این محصول که از تیر و مرداد شروع می‌شود، چند برند با تولید تقلبی سرکه سهمی از بازار را می‌گیرند و سال بعد با برندهای جدید دوباره وارد بازار می‌شوند.

این تولیدکننده با بیان اینکه ابزارهای آزمایشی وزارت بهداشت تقریباً نمی‌تواند جولیگوی این وضعیت باشد تصریح کرد: سوءاستفاده گران از این‌خانه استفاده می‌کنند اما در حال حاضر با سازمان ملی استاندارد در تماس هستیم تا استانداردهای ویژه‌ای را در این زمینه تعیین کنند و راه‌های تشخیص سریع این ماده در سرکه به کار گرفته شود. مشکل اینجا است که این آزمایش مربوط به فلزات

سنگین هزینه بالایی دارد و آزمایشگاه‌های وزارت بهداشت در استان کمتر رغبت به انجام تصادفی آن دارند، اما این کار قابلیت عملیاتی شدن دارد.

وی افزود: از طرف دیگر برخی از واحدهایی که به دلیل تقلب در تولید سرکه پلمب می‌شوند سال بعد با تمدید پروانه بهداشتی دوباره به بازار برمی‌گردند. به عبارت دیگر به نظر می‌رسد برخورد قاطع با متخلفان صورت نمی‌گیرد.

و لازم است سازمان‌های نظارتی محکم‌تر برخورد کنند.

سازمان ملی استاندارد چه می‌گوید؟

برای کسب اطلاعات بیشتر و اطمینان از اطلاع بیشتر از ابعاد این تخلف موضوع را با سازمان ملی استاندارد مطرح کردیم که پاسخ این سازمان به شرح زیر است:

ویژگی ها" مشمول اجرای مقررات استاندارد اجباری است بنابراین تولید، تمرکز، توزیع و فروش این کالا بدون علامت استاندارد ممنوع بوده و در صورت مشاهده کالاهای فاقد علامت و یا با کیفیت پایین‌تر از استاندارد کالاهای مربوطه توقیف و با متخلف مطابق با مفاد بند جرائم و مجازات‌های قانون تقویت و توسعه نظام استاندارد برخورد خواهد شد.

ویژگی‌های مواد اولیه و محصول نهایی انواع سرکه در استاندارد ملی ایران شماره ۳۵۵ به تفصیل بیان شده است. مطابق با مفاد این استاندارد انواع سرکه شامل موارد به شرح ذیل است:

الف- سرکه تقطیری: سرکه ای است که از تخمیر و اکسیداسیون صرفاً از الکل اتیلیک طبی تقطیر شده به دست می‌آید.

ب- سرکه تخمیری: سرکه ای است که از تخمیر و اکسیداسیون انواع میوه و یا غلات به دست می‌آید.

یکی از تقلبات رایج در صنعت سرکه سازی، رقیق سازی اسید استیک خوراکی و یا صنعتی با آب تا رسیدن به اسید پخته مطلوب سرکه است، به همین منظور برای پیشگیری از تقلب در استاندارد تولید سرکه از اسید استیک خوراکی و یا صنعتی ممنوع است.

راه‌های تشخیص غلظت خون چیست؟

وی خاطرنشان کرد: نخستین راه تشخیص غلظت خون در طب نوین، آزمایش خون است؛ اگر هموگلوبین خون از حد طبیعی بالاتر باشد، فرد دچار غلظت خون می‌شود اما طبیب متخصص طب سنتی از طریق نبض، تیرگی چهره کبودی لب و رویت خون از طریق حجامت به غلظت خون پی می‌برد.عزیزخانی در پاسخ به این سؤال که آیا کسی که کم خونی دارد، دچار غلظت خون می‌شود، گفت: عناصر تشکیل دهنده خون که ده‌ها عنصر کلی مانند خلط صفرا سودا، دم و بلغم همچنین املاح خون و گلبول‌ها و ویتامین‌ها را تشکیل می‌دهد، اگر چگالی‌اش زیاد شود، حرکتش سخت می‌شود و در صورت کم‌خونی هم اگر خون در بدن به کندی حرکت کند، اختلالاتی را به‌وجود خواهد آورد.

آب‌گوش‌ت آب‌غذا؟

عزیزخانی گفت: آب‌گوش‌ت مولد خون صالح است که در طب سنتی، ده‌ها حسن برای آن ذکر شده و برای رفع غلظت خون بسیار مفید است؛ آب‌گوش‌ت مرغ نیز بسیار توصیه می‌شود که به جای نخود، لپه دارد و اگر با غوره تازه مصرف شود، عمل رقیق کردن خون را بیشتر می‌کند.

عزیزخانی متذکر شد: در طب سنتی، ماء‌الجبن و ماء‌الشعیر طبی برای درمان بسیاری از بیماری‌ها از جمله غلظت خون بسیار مفید هستند همچنین مصرف جای ایرانی کم‌رنگ به‌همراه شکر با نبات هم می‌تواند به درمان غلظت خون کمک کند.

سرکه ارزان نخورید!



غیر مجاز فعالیت می‌کنند. همچنین فرآورده سرکه می‌تواند بر اساس حداقل ضوابط فنی و بهداشتی واحدهای کوچک تولید و بسته بندی (کارگاهی) تدوین شده توسط سازمان غذا و دارو، مجوز تولید کارگاهی و یا مجوز مشاغل خانگی از وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی دریافت کند که در این خصوص این سازمان اطلاعی از تعداد، نحوه صدور مجوز، ویژگی‌های مواد اولیه ورودی و نظارت بر این واحدها را در دسترس ندارد.

در حال حاضر تعداد ۱۲۸ واحد دارای پروانه کاربرد علامت استاندارد اجباری معتبر از سازمان ملی استاندارد ایران هستند و ۲۹ پروانه کاربرد علامت استاندارد بر اساس روش‌های اجرایی سازمان و به دلایل مختلف از جمله عدم انطباق ویژگی‌های سرکه تولیدی با ویژگی‌های مندرج در استاندارد ملی مذکور ابطال و یا تعلیق شده است.

لازم به توضیح است هر واحد تولیدی با هر تعداد نام تجاری ثبت شده صرفاً می‌تواند یک پروانه کاربرد علامت استاندارد از سازمان ملی استاندارد ایران دریافت کند و در صورت مشاهده هر گونه تخلف و عدم انطباق ویژگی‌های سرکه آن واحد تولیدی با استاندارد ملی مربوطه، پروانه آن واحد بر حسب نوع تخلف تعلیق و یا ابطال می‌شود.

همچنین مسئولان این سازمان درباره مجدد واحدهای متخلف با مجوز و برندهای جدید به بازار پس از برخورد‌های قانونی سازمان ملی استاندارد و وزارت بهداشت، گفت که تاکنون گزارش‌ها در این خصوص به سازمان ارائه نشده است و امکان چنین اقدامی برای واحدهای صنعتی تحت پوشش سازمان کمتر است.

بدیهی است مطابق با روش اجرایی صدور تمدید، تعلیق، رفع تعلیق و ابطال پروانه کاربرد علامت استاندارد اجباری و تشویقی، در صورتی که پروله یک واحد تولیدی بیش از ۲ بار ابطال شود، صدور مجدد پروانه برای آن واحد تولیدی با شرایط ویژه و سختگیرانه‌تر از قبل خواهد بود و در صورت انطباق ویژگی‌های سرکه در تمامی بندهای مطابق استاندارد ملی مربوط و احراز مجدد شرایط، صدور مجدد امکان پذیر خواهد بود.

کجی کردن کودکان را جدی بگیرید



یک متخصص فیزیوتراپی گفت: والدین کودک باید با مشاهده علائم کجی گردن در فرزندشان، بلافاصله فرآیند درمان را برای او آغاز کنند.

فهیمة اوکاتی، متخصص فیزیوتراپی در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان، درباره تورتیکولی یا کجی گردن نوزادان اظهار کرد: تورتیکولی یک موقعیت غیرطبیعی سر و گردن بوده که بیشتر در نوزادان شیوع دارد. این عارضه ممکن است بر اثر کشیدگی عضله استرنوکلیدوماستوئید (ماهیچه چناغی پستانکی) در یک طرف گردن ایجاد شود. گاهی اوقات ضخامت یا توده‌ای در این عضله دیده شده که به آن فیبروماتوز کولی یا فرم مادرزادی تورتیکولی گفته می‌شود؛ در این فرم ممکن است عضلات دیگر گردن با شانه هم سفت باشند.

چه عواملی تورتیکولی را ایجاد می‌کنند؟

او بیان کرد: تورتیکولی می‌تواند ناشی از ناهنجاری‌های بافت نرم یا استخوانی، مشکلات بینایی یا تروما (ضربه) هم باشد. برخی اوقات ممکن است این عارضه ناشی از خواباندن طولانی مدت کودک روی شکم باشد. هنگام مراجعه کودک مبتلا به کجی گردن به متخصص، پزشک حرکت سر کودک را ارزیابی می‌کند و به کمک اشعه ایکس، تصویربرداری از گردن کودک یا سونوگرافی از توده عضله، علت بروز تورتیکولی را تشخیص می‌دهد.

این متخصص فیزیوتراپی افزود: کودک مبتلا به کجی گردن در چرخاندن سر خود از یک طرف به سمت دیگر با مشکل مواجه می‌شود، بنابراین اغلب ترجیح می‌دهد که سر خود را تنها به یک سمت بچرخاند. کودک با بزرگتر شدن، ممکن است بتواند مستقیم به جلو نگاه کند، اما در چرخاندن سر خود به سمت عضله درگیر (عضله استرنوکلیدوماستوئید) مشکل دارد. این احتمال وجود دارد که کودک سر خود را به یک طرف خم کرده، همچنین ممکن است که سرش را کج کند و گوش خود را نزدیک به شانه‌اش قرار دهد که این مورد بیشتر هنگامی قابل تشخیص است که کودک در صندلی ماشین یا در عکس قرار دارد.

عضله استرنوکلیدوماستوئید کوتاه شده

اوکاتی تاکید کرد: کودک دچار کجی گردن ممکن است پشت سرش صاف باشد یا یک گوش او از گوش دیگرش جلوتر قرار بگیرد. سفت شدن عضلات همچنین می‌تواند ویژگی‌های صورت کودک را در یک طرف صورت تغییر دهد برای مثال گونه کودک مبتلا به این عارضه ممکن است از یک طرف بر شود یا این احتمال وجود دارد که یک چشم او نسبت به چشم دیگرش بازتر شود.

همچنین این کودک ممکن است که دهان خود را با فکی ناهموار باز کند. مادر چنین کودک‌ی نخستین فردی است که در ۶ تا ۸ هفته اول تولد نوزاد به این تغییرات پی می‌برد.

روش‌های درمان کجی گردن کودکان

او تصریح کرد: ممکن است عضله کوتاه شده (عضله استرنوکلیدوماستوئید) در گردن کودک مبتلا به کجی گردن محکم و قوی بوده و عضلات دیگر گردن او کشیده و ضعیف باشند. هدف از درمان، کمک به قرار گرفتن کودک در خط وسط، کشش عضلات محکم گردن و تقویت عضلات ضعیف‌تر گردن است. اینکه میزان تورتیکولی چقدر شدید بوده، درمان از چه سنی برای کودک آغاز شده و میزان پیگیری والدین در انجام ورزش‌های خانگی برای کودک چقدر است، در نتایج خوب درمان اثر می‌گذارد. به طور کلی پیشنهاد پزشک در وهله نخست جهت درمان، فیزیوتراپی است.

نحوه کشش دادن گردن کودک

درمان با فیزیوتراپی

اوکاتی یادآوری کرد: فیزیوتراپیست با انجام تمرین‌های کششی تلاش کرده تا عضله کوتاه شده را درمان کند و سر و گردن نوزاد را در موقعیتی صحیح قرار دهد همچنین او، کودک را ترغیب می‌کند تا سر و گردنش را به سمت عضله درگیر بچرخاند. فیزیوتراپیست طبقه صحیح بغل گرفتن، نحوه شیر دادن، خواباندن و مساز دادن نوزاد را در وضعیتی که بتواند بیشترین شرایط اصلاحی جهت درمان کجی گردن را ایجاد کند، به والدین کودک آموزش می‌دهد. والدین کودک باید ادامه فرآیند درمان در خانه انجام دهند.

کودک باید تا یک سالگی زیر نظر قرار گرفته شود تا وضعیت پیشرفت درمان او مورد ارزیابی قرار بگیرد. اگر کودک به درمان فیزیوتراپی پاسخ مناسب نشان ندهد، پزشک روش جراحی را به او پیشنهاد می‌کند.

شکل برجستگی‌های آبدار بروز کند و تشخیص این بیماری چندان دشوار نیست، اما اگر همین علائم به دنبال بیماری کووید ۱۹ رخ داده باشد، علائم بسیار شدیدتر است و ارگان‌های دیگری نیز معمولاً درگیر می‌شوند و بیشتر ممکن است با یک آبله مرغون عارضه دار اشتباه گرفته شود.وی ادامه داد: البته این دو ویروس می‌توانند همزمان با هم نیز بروز کنند.عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در پاسخ به سوالی مبنی بر راهکارهای تغذیه‌ای برای تقویت سیستم ایمنی کودکان اظهار کرد: اطلاعات ضد و نقیض زیادی در این باره وجود دارد، اما بررسی‌ها این نشان می‌دهد، یک رژیم غذایی سالم و متنوع می‌تواند برای همه التهاب‌ها و عفونت‌ها کمک کننده باشد، ضمن اینکه کماکان ترجیح داده می‌شود که از رژیم‌های پر پروتئین با چربی و کربوهیدرات کم استفاده شود تا مواد غذایی ضروری از جمله اسیدهای آمینه منیرال‌ها و میکروالمان‌ها برای کودکان تامین شود.وی با بیان اینکه رژیم غذایی مناسب برای پیشگیری از کرونا تفاوت زیادی با سایر بیماری‌های عفونی ندارد، بر ضرورت پیروی از یک رژیم غذایی متنوع پروتئین دار و کم کربوهیدرات تاکید کرد.

ویروسی که علائم ساینر بیماری‌ها را تقلید می‌کند

منصور قناعی درباره تزریق واکسن آنفولانزا توضیح داد: کماکان توصیه می‌شود که واکسیناسیون از شهروین ماه و یا هرزمان که واکسن آنفولانزا در اختیار کشور قرار می‌گیرد انجام شود، متأسفانه یکی از مشکلاتی که بروز آن پیش بینی می‌شود این است که کودکان و ویروس علائم بسیاری از بیماری‌ها از جمله ریه، گوارش و کبد را تقلید کند.

این متخصص تاکید کرد: بنابر این با آغاز فصل آنفولانزا یا چند مشکل رو به رو خواهیم بود، اول آنکه ممکن است علائم آن با آنفولانزا اشتباه گرفته شود و دوم اینکه ممکن است این دو بیماری یکدیگر را تشدید کرده و به عوارض یکدیگر کمک کنند.