

ویتامین C روند بهبود کووید ۱۹

را تسريع می کند

به گزارش مهر، چندین مطالعه جدید نشان می‌دهند که مصرف دوز بالا ویتامین C می‌تواند در درمان بیماران کووید ۱۹ مفید باشد.

در مراحل اولیه پاندمی کووید ۱۹، نتایج مطالعات نشان داد که بین مصرف ویتامین C در بیماران به شدت مریض و کاهش طول مدت استفاده از دستگاه تنفسی ونتیلاتور ارتباط وجود دارد.

محققان استرالیایی و سوئدی با بررسی نتایج هشت آزمایش دریافتند مصرف ویتامین C با دوز بالا مدت زمان استفاده از دستگاه ونتیلاتور را تا ۱۴ تا ۲۵ درصد کاهش می‌دهد.

همچنین محققان در مطالعه‌ای دیگر دریافتند بیماران کووید ۱۹ مبتلا به سندروم ناراحتی حاد تنفسی بعد از دریافت دوز بالا ویتامین C خیلی زود بهبود یافتند.

محققان عنوان می‌کنند مطالعات بیشتر، تاثیر و کارآمدی یکارگیری ویتامین C را در بیماران کووید ۱۹ نشان می‌دهد.

شایدی یکی از سوالات مهم در روزهای کرونایی این باشد که چرا یک سری از افراد نسبت به کووید ۱۹ حساس هستند و در مقابل این بیماری دوام نمی‌آورند و عده ای دیگر مبتلا نمی‌شوند.

به گزارش مهر، چندین مطالعه در کشورهای مختلف در این زمینه انجام شده است که آیا علائمی که توسط افراد مبتلا به کووید ۱۹ پیش بینی می‌شود مربوط به ساختار ژنتیکی افراد است یا خیر.

نتیجه مطالعه نشان داد که عوامل ژنتیکی، حدود ۵۰ درصد تفاوت بین علائم افراد مبتلا به کووید ۱۹ را تعیین می‌کند.

در سراسر دنیا میلیون‌ها نفر به ویروس کرونا آلوده شده‌اند، اما بسیاری دیگر بیمار نشده‌اند. افرادی که این بیماری را تجربه می‌کنند، می‌توانند علائم گسترده از جمله از دست دادن حس بویایی یا چشایی، مشکلات گوارشی، تب، سرفه و مشکلات تنفسی را داشته باشند.

اگرچه افراد سالخورده و افراد با شرایط خاص از قبیل بیماران قلبی و دچار دیابت، احتمالاً عوارض شدیدی را متحمل می‌شوند، اما صدها نفر از افراد جوان و سالم نیز علائم شدیدی را تجربه کرده و بر اثر این بیماری در گذشته لد. حال سوال اینجاست که چرا یک سری از افراد نسبت به کووید ۱۹ حساس هستند.

آیا این علائم و میزان ابتلا با ژنتیک افراد در ارتباط است؟

آدای از بیماران مبتلا به کووید ۱۹ دارای علائم شدیدتری از بیماری هستند بدون اینکه دارای بیماری زمینه‌ای و یا سالخورده باشند.

چندین مطالعه در کشورهای مختلف در این زمینه انجام شده است، از جمله در کشور انگلیس، محققین مطالعه‌ای روی بیش از ۲۶۰۰ دوقلو انجام دادند تا سعی کنند تشخیص دهند که آیا علائمی که توسط افراد مبتلا به کووید ۱۹ پیش بینی می‌شود مربوط به ساختار ژنتیکی افراد است یا خیر. نتیجه مطالعه نشان داد که عوامل ژنتیکی، حدود ۵۰ درصد تفاوت بین علائم افراد مبتلا به کووید ۱۹ را تعیین می‌کند. به طور خاص، این تیم، تاثیر ژنتیکی قابل توجهی برای علائم تب، اسهال و از دست دادن حس چشایی و بویایی را در این مطالعه نشان دادند.

در مقابل آن، سرفه، درد قفسه سینه و درد شکم با ساختار ژنتیکی مرتبط نبودند. این نتایج همچنین می‌تواند به محققان سراسر جهان در توضیح اینکه چرا برخی از افراد علائم کووید ۱۹ را به صورت شدید یا خفیف نشان می‌دهند کمک کند.

محققین دیگر از مدل‌های رایانه‌ای برای تحلیل تغییرات ژنتیکی

چرا برخی افراد نسبت به کووید ۱۹ حساس هستند

شناخته شده در سیستم ایمنی بدن استفاده کردند. نتایج مدلسازی نشان داد که تفاوت‌هایی در DNA افراد وجود دارد که می‌تواند توانایی آنها در پاسخ به عفونت کووید ۱۹ را تحت تاثیر قرار دهد.

بر اساس این مطالعه، تنوع در ژن‌ها، بخشی از توضیح تفاوت‌های زیاد در شدت عفونت در بسیاری از بیماران مبتلا به کووید ۱۹ است.

درک چگونگی تغییر در انواع ژن‌ها بر دوره بالینی کووید ۱۹ می‌تواند به شناسایی افراد در معرض خطر بیماری کمک کند.

در یک مطالعه در زمینه ارتباط بین علائم بیماری کووید ۱۹ و ژنتیک، متخصصین ژنتیک ایتالیایی، نمونه‌های DNA بیماران را از ۱۱ بیمارستان جمع آوری کردند. نتیجه به دست آمده حاکی از آن است که تفاوت‌های ژنتیکی یک عامل کلیدی برای ابتلا به ذات‌الریه شدید حاد است.

با توجه به شواهد موجود، ژنتیک می‌تواند با علائم بیماری مانند تب و اسهال، از دست دادن حس چشایی و بویایی و میزان ابتلا به بیماری کووید ۱۹ ارتباط داشته باشد و یک سری از افراد به دلیل ساختار ژنتیکی خاص نسبت به ابتلا بیماری مقاوم هستند و یا دچار علائم خفیف می‌شوند.

وقتی قلب غیرعادی می‌تپد...

تپش قلب چه زمانی نگران کننده است؟

اما گاهی تپش قلب می‌تواند علامت مشکلی جدی‌تر باشد مثلاً این پالس‌ها به دلیل آریتمی یا ضربان نامنظم قلب غیرمعمول می‌شوند که اساساً مدلراهای کوتاهی در سیستم الکتریکی قلبتان هستند.

آریتمی می‌تواند باعث شود قلبتان نامنظم بزند و احساس غیرمعمول در قلب خود داشته باشید که احتمالاً همراه با احساس ضعف، گیجی و منگی، احساس سبکی در سر، غش، تنگی نفس و درد در قفسه سینه همراه با دیگر علائم است.هرچند آریتمی اغلب خطرناک نیست و به چند روش قابل درمان است اما گاهی می‌تواند خطرناک باشد. فقط یک پزشک می‌تواند به شما بگوید آریتمی‌تان جدی است یا نه، اما هر علائمی علاوه بر احساس غیرمعمول در قلب معمولاً نشان‌دهنده‌ی این است که آریتمی‌تان می‌تواند جدی‌تر باشد. اگر فکر می‌کنید دچار هرگونه علامت غیرمعمول همراه با تپش قلب هستید، فوراً به پزشک مراجعه کنید. گاهی تپش قلب می‌تواند نشان‌دهنده‌ی وجود مشکلی در اندامی متفاوت باشد، مثلاً در غده‌ی تیروئید. تیروئید شما هورمون‌هایی مانند تیروکسین و تری‌دوتیرونین تولید می‌کند که بر خیلی از سیستم‌های بدن اثر می‌گذراند. اگر تیروئید شما پرکار باشد، تیروکسین زیادی تولید می‌کند که متابولیسم بدن را افزایش می‌دهد. این اتفاق می‌تواند منجر به ضربان قلب تند یا نامنظم همراه با علائمی مانند افزایش اشتها و کاهش وزن ناگهانی شود. همچنین در صورتی که دچار یک اختلال فیزیکی مانند بزرگی یا ضعف قلب باشید، ممکن است تپش قلب را نیز تجربه کنید که معمولاً تا زمانی که برخی از انواع معاینات پزشکی روی‌تان انجام نشود، این مسئله نشان داده نخواهد شد.

چه زمانی باید تپش قلبتان به پزشک مراجعه کنید؟

اگر می‌خواهید بدانید چه زمانی تپش قلب نگران کننده است و

کریں دی اکسید تولیدشده توسط بدن را که ضایعات محسوب می‌شود به ریه‌ها می‌فرستد تا شما آن را دفع کنید. وقتی لنتباهی در این سیستم رخ می‌دهد، ممکن است تپش قلب را تجربه کنید. قلب شما به طور کلی می‌داند چه زمانی بر اساس پالس‌های الکتریکی به‌وسططه‌ی گروهی از سلول‌ها به نام سینوآتریال نود فشرده شود. این سلول‌ها در بطن راست قلب شما قرار دارند که به آن آتریوم راست قلب نیز می‌گویند. اگر سینوآتریال‌ها شروع به ارسال پالس‌های الکتریکی ضعیف کنند، ممکن است شما احساس تپش قلب کنید. دلایل معمولی که می‌توانند احساس تپش قلب به شما بدهند بیشتر اوقات وقتی افراد احساس تپش قلب می‌کنند، قلبشان ایرادی ندارد. دلایل بسیار زیادی می‌تواند وجود داشته باشد که قلبتان پالس‌های ضعیف بفرستد و بیشتر این دلایل جای نگرانی ندارند. تپش قلب بیشتر اوقات ناشی از افزایش آدرنالین یا چیزهایی است که این نیاز را ایجاد می‌کنند تا قلب سخت‌تر از حد معمول کار کند.

برخی از دلایل معمول تپش قلب شامل موارد زیر می‌شوند:

• کافئین زیاد مصرف کرده‌اید. استرس دارید. دچار اضطراب یا یک حمله‌ی پانیک شده‌اید. سرماخوردگی یا آنفلوآنزا دارید. کمبود خواب دارید. دارویی مصرف می‌کنید که حاوی مواد محرک است، تمرین ورزشی سخت و سنگینی انجام می‌دهید یا همین ال آن انجام داده‌اید. باردار هستید که باعث می‌شود حجم خونتان بالا برود و قلبتان هم مجبور شود سخت‌تر بنید تا خون اضافی را پمپاژ کند. کم خونی فقر آهن دارید. همان‌طور که می‌بینید خیلی از این دلایل خطرناک و نگران کننده نیستند و قلبتان فقط در حال انجام کار معمول خود است و فقط شما نسبت به این فعالیت نرمال، آگاه شده‌اید.

قابل درک است که بخواهید بدانید تپش قلب چه زمانی می‌تواند خطرناک و نگران کننده باشد. تپش قلب، عبارتی است که برای احساسی به کار می‌رود که انگار قلبتان عادی نمی‌تپد.

به گزارش تپیان، تپش قلب ممکن است باعث شود حس کنید قلبتان خیلی تند می‌زند، ضربان نامنظم دارد، گویی جور عجیبی تکان می‌خورد، یا به شدت به سینه‌تان می‌کوبد. حتماً می‌توانید تصور کنید که چند عامل می‌توانند سبب این احساسات شوند. اینکه تپش قلب چه زمانی نگران کننده است بستگی به چند عامل دارد. در واقع، تپش قلب معمولاً علامت این نیست که مشکلی خطرناک در راه است، اما در برخی موارد تپش قلب می‌تواند جای نگرانی داشته باشد. بنابراین از کجا باید تشخیص دهید «این تپش قلب مشکلی ندارد» و «این تپش قلب مشکلی خطرناک است».

تپش قلب دقیقاً چیست؟

به طور کلی وقتی در مورد تپش قلب حرف می‌زنیم، یعنی شما ضربان قلب خود را حس می‌کنید و احساس می‌کنید انگار این حالت طبیعی نیست.

اگر شما از چهار نفر بخواهید تپش قلب را توضیح بدهند، جواب‌های متنوعی دریافت خواهید کرد. وقتی افراد می‌گویند، من تپش قلب دارم، معانی متفاوتی می‌تواند داشته باشد که شما باید به جزئیاتی در گفته‌های آن‌ها توجه کنید تا بفهمید دقیقاً چه احساسی دارند.

افراد اغلب فعالیت نرمال قلب را با تپش قلب اشتباه می‌گیرند. بعضی از افراد نسبت به اتفاقات بدن خود بسیار هشیارند، تندتر زدن قلب را احساس می‌کنند و فکر می‌کنند این تپش قلب است اما در واقع قلبشان با سرعتی طبیعی یعنی ۱۰۰ ضربه در دقیقه کار می‌کند. مسئله این است که علائم تپش قلب اینطور که ما فکر می‌کنیم نیستند.

چرا تپش قلب رخ می‌دهد؟

قلب شما می‌تپد چون شغل مهمی دارد، یعنی فرستادن خون پر از اکسیژن و مواد مغذی به تمام قسمت‌های بدن. ضمناً قلب

عجیب اما واقعی

فروش ویژه زمین های

مهرشهر اهواز

با اقساط یکساله

فروش محدود

آماده سازی شامل : بستر سازی ، خاکریزی، اجرای آب و فاضلاب

احداث جدول کشی ، اجرای چهارمیخ زمین

اهواز – مهرشهر ، جنب پل صیاد شیرازی

خیابان ۱۸ متری دوم ، املاک مارال

اسماعیلی۰۶۴۰۱۹۶۰۹۱۶۶-۰۲۶۵۷۷۰۹۱۶۳۰رضایی

یافته محققان کره جنوبی؛

تاثیر مصرف روزانه ویتامین D بر درمان سرگیجه



مطالعه جدید نشان می دهد مصرف دو بار در روز ویتامین D و کلسیم به از بین رفتن حالات سرگیجه کمک می کند.

به گزارش مهر، دکتر «جی سو کیم»، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه ملی سئول کره جنوبی، در این باره می‌گوید: «مطالعه ما نشان می‌دهد برای افراد مبتلا به سرگیجه وضعیتی حمله‌ای خوش خیم، مصرف مکمل‌های ویتامین D و کلسیم، راهی ساده و کم خطر برای پیشگیری از بروز مجدد سرگیجه است.»

سرگیجه وضعیتی حمله‌ای خوش خیم زمانی روی می‌دهد که تغییر ناگهانی در وضعیت سر موجب ایجاد حس چرخش دورانی می‌شود. این نوع سرگیجه از شایع ترین انواع سرگیجه است. در درمان این سرگیجه پزشک یک سری حرکات سر را بر روی بیماران انجام می‌دهد تا ذرات داخل گوش که باعث ایجاد این حس می‌شود، تغییر یابد اما این شرایط اغلب عود می‌کند.

در این مطالعه، ۹۵۷ نفر در کره جنوبی که مبتلا به این نوع سرگیجه بودند مورد بررسی قرار گرفتند. شرکت کنندگان به دو گروه تقسیم شدند. افراد یک گروه از مکمل‌های دارویی استفاده می‌کردند و گروه دیگر، داروهای کنترل سرگیجه را دریافت می‌کردند. سپس محققان به افراد گروه اول که مکمل مصرف می‌کردند و ۴۴۵ نفر بودند ویتامین D و کلسیم دادند که می‌بایست روزانه دو بار مصرف می‌کردند. در مقابل، ۵۱۲ نفر گروه دیگر هیچ یک از این موارد حتی مکمل را مصرف نمی‌کردند. محققان دریافتند افرادی که به آنها مکمل داده شده بود، بعد از میانگین یک سال میزان سرگیجه‌شان به طرز چشمگیری کاهش یافته بود.محققان مشاهده کردند نرخ عودسر گیجه در دریافت کنندگان مکمل دارویی ۰.۸۳ بار بود در حالیکه در گروه دیگر این میزان ۱.۱۰ درصد بود.

سرگیجه وضعیتی حمله‌ای خوش خیم، نوعی اختلال در گوش داخلی است که در آن تغییر در موقعیت سر فرد منجر به احساس چرخش یا حرکت می‌شود. علائم این سر گیجه به ویژه هنگام جابجا شدن به سمت دیگر در حین خواب یا خمیده شدن سر به سمت عقب رخ می‌دهد. معمولاً پس از برطرف شدن علائم، فرد می‌تواند فعالیت‌های روزمره خود را ادامه دهد و همراه با بیماری نشانه عصبی یا شنوایی دیگری وجود ندارد. قابل ذکر است هر حمله نیز حدود یک دقیقه به طول می‌انجامد و با حالت تهوع همراه است.