

نگاه کارشناس

ضعف در پیشگیری از بیماری‌های کلیوی

*مصطفی قاسمی**

■ پیشگیری از بیماری‌های کلیوی در حد شعار باقی مانده و مبتلایان به نارسایی کلیه به دلیل عدم دریافت حمایت‌های مناسب، خیلی زود وارد چرخه دیالیزی می‌شوند.شیوع بیماری‌های قلبی در بیماران کلیوی ۳۰ برابر سایر افراد است؛ این درحالی است که با حفاظت از کلیه‌ها، زمینه سلامت قلب فراهم می‌شود. بیماری‌های کلیوی در اکثر مواقع بدون سررسودا و بدون بروز هیچ علام ع خاصی در افراد پیدا می‌شوند و با گذشت زمان و شدت یافتن بیماری، خود را نشان می‌دهند. اهمیت غربالگری گروه‌های مختلف جهت تشخیص به موقع بیماری‌های کلیوی و آغاز مداخلات درمانی است و ارتباط جدی میان بیماری‌های کلیوی با بیماری‌هایی نظیر دیابت و فشارخونی خون وجود دارد، بنابراین اجرای طرح غربالگری برای شناسایی افرادی که دارای مشکلات کلیوی یا با وجود فاکتورهای مستعد ابتلا به نارسایی کلیوی هستند، ضروری است؛ چرا که با تشخیص مشکلات کلیوی در سنین پایین از ابتلا به نارسایی کلیه پیشگیری شده و درمان نیز آسان‌تر می‌شود، در غیر این صورت تا پنج سال آینده تعداد بیماران کلیوی در کشور دو برابر می‌شود. بیش از ۵۰۰ میلیون نفر در جهان از انواع آسیب‌های کلیوی رنج می‌برند و سالانه میلیون‌ها نفر به خاطر حملات قلبی و مغزی ناشی از بیماری‌های مزمن کلیوی جان خود را از دست می‌دهند. از آنجا که بیماری کلیوی یک بیماری خاموش است و اغلب دیر تشخیص داده می‌شود، بسیاری از سیستم‌های بهداشتی در کشورهای مختلف جهان، نسبت به این بیماری هوشیار شده‌اند و به این نتیجه رسیده‌اند که اگر امروز وارد عمل نشویم، تعداد زندگی‌هایی که در نتیجه بیماری‌های کلیوی از دست خواهیم داد، بیشتر خواهد شد. از هر ۱۰ نفر در جهان بین یک تا سه نفر دچار نارسایی کلیه هستند. برخی ریسک فاکتورها مانند ابتلا به فشار خون بالا، دیابت، استعمال دخانیات و استرس در ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی موثر هستند، اما در سال‌های اخیر مشخص شده که ابتلا به بیماری‌های کلیوی از همه ریسک فاکتورها در زمینه مبتلاشدن به بیماری‌های قلبی و عروقی موثرتر است و در پیشرفت این گونه بیماری‌ها نیز تاثیر دارد. نکته مهم دیگر در این زمینه این است که بیماری کلیه، علایم بالینی ندارد. معمولاً زمانی فرد متوجه ابتلای خود به این بیماری می‌شود که برای اقدامات درمانی دیر شده است، بنابراین بهترین راه، پیشگیری از ابتلا به این بیماری است. پس باید در ایران به پیشگیری توجه بیشتری کنیم و با ساختن پایگاه‌هایی به افراد در زمینه تشخیص بیماری کلیوی و درمان آنها کمک کنیم تا به این وسیله بتوانیم به آمار دقیقی درباره مبتلایان به بیماری‌های کلیوی در ایران دست پیدا کنیم. سالانه ۱۵ تا ۱۷درصد به تعداد بیماران کلیوی ایران افزوده می‌شود، همچنین تاکنون هیچ کار معتبر آماری برای سنجش تعداد بیماران کلیوی در کشور انجام نشده و هنوز تعاملات لازم بین این انجمن و وزارت بهداشت به‌وجود نیامده است. هنوز نتوانسته‌ایم سیستم جمعی برای پیوند از طریق بیماران مرگ مغزی در ایران به‌وجود آوریم و گاهی اوقات پیوند از بیماران مرگ مغزی کاهش و برخی مواقع افزایش پیدا می‌کند. آمار مرگ مغزی در ایران بین ۳۰ تا ۴۰هزار نفر است و اگر بتوانیم از هزار نفر از این بیماران برای پیوند استفاده کنیم، نیازی به پیوند از افراد زنده پیدا نمی‌کنیم.

✽رئیس انجمن حمایت از بیماران کلیوی

خبر

تهرانی‌ها، یک ماه از اتوبان صدر تردد نکنند

■ ایسنا: رئیس پلیس راهنمایی و رانندگی تهران بزرگ از آغاز عملیات دوبطبقه کردن بزرگراه صدر از امروز خبر داد. سردار حسین رحیمی با اشاره به اینکه عملیات ستون‌گذاری بزرگراه صدر جهت دوبطبقه کردن این بزرگراه و اتصال آن به بزرگراه نیایش از روز شنبه آغاز می‌شود، افزود: بر این اساس پیش‌بینی می‌کنیم در هر دواین بزرگراه صدر، ترافیک سنگین شود بنابراین با توجه به اینکه اجرای این پروژه بیش از یک ماه به طول می‌انجامد از رانندگان درخواست می‌شود از مسیره‌ای جایگزین برای تردد استفاده کنند.

رئیس پلیس راهور تهران در عین حال تاکید کرد: پیش‌بینی می‌شود ترافیک ایجادشده در بزرگراه صدر، بزرگراه‌های صیاد شیرازی، امام علی(ع)، مدرس، همت و حکیم را نیز درگیر کند. وی از شهروندان خواست با توجه به اینکه پروژه دوبطبقه شدن بزرگراه صدر یکی از پروژه‌های بزرگ شهری به حساب می‌آید تا تکمیل شدن این پروژه همکاری لازم را با پلیس و مأموران شهرداری تهران داشته باشند. رئیس پلیس راهور تهران همچنین از لغو اجرای طرح ترافیک و زوج و فرد در روز شنبه در پایتخت خبر داد و گفت: به این ترتیب طرح ترافیک زوج و فرد تا پایان روز یکشنبه در تهران اجرا نمی‌شود و از روز دوشنبه مجدداً به مرحله اجرا گذاشته خواهد شد.

پیشروی بیماری‌های خاموش در سایه ناآگاهی

۲۰درصد ایرانیان بیماری‌های کلیوی دارند

مردم بیماری‌های کلیوی را جدی بگیرند
کلیه‌ها هر ۲۴ ساعت جمعا حدود ۲۰۰ لیتر از مایعات بدن را تصفیه و به جریان خون بازمی گردانند. حدود دو لیتر مایع به صورت ادرار از بدن دفع می‌شود در حالی که باقیمانده یعنی حدود ۹۸ لیتر به بدن بازمی‌گردد. ادراری که ما دفع می‌کنیم تقریباً ظرف مدت یک تا هشت ساعت در مثانه ذخیره شده است. اگرچه کلیه‌ها، عضوهای کوچکی هستند، ولی وظایف حیاتی زیادی از جمله تصفیه کردن مواد زاید و مایعات اضافی از خون را عهده دارند که در حفظ سلامتی عمومی بدن موثر است. بیماری شدید کلیه، ممکن است منجر به نارسایی کامل آن شود که نیازمند درمان با دیالیز یا پیوند کلیه برای جلوگیری از مرگ است. اگرچه درمان‌های موثری برای بسیاری از بیماری‌های کلیه وجود دارد ولی مردم هنوز نمی‌دانند که بیماری‌های کلیه قابل پیشگیری هستند و متأسفانه اکثر این بیماری‌ها در سایه ناآگاهی مبتلایان منجر به دیالیز افراد می‌شود.

با ایسن حال دکتر عبدی، رئیس انجمن نfroلولژی ایران با بیان اینکه ۲۰ درصد از مردم ایران مبتلا به بیماری‌های کلیوی هستند، می‌گوید: بر اساس مطالعات صورت گرفته، ۱۵ تا ۲۰ درصد از ایرانیان که بالغ بر ۱۴ میلیون نفر می‌شوند، دچار بیماری‌های کلیوی هستند. در نظر کلی بیماری کلیوی را نباید با دیالیز و پیوند کلیه یکسان دانست چون ممکن است برخی از افراد، بیماری کلیوی خفیف داشته باشند. می‌شود، بنابراین افراد در معرض خطر پیشرفت بیماری کلیوی باید به‌طور مرتب مورد ارزیابی قرار گیرند. این افراد کسانی هستند که مبتلا به بیماری قند - دیابت - پرفشاری خون، بیماری عروقی و وابستگی نزدیک افراد مبتلا به بیماری‌های ارثی کلیه هستند. همچنین گاهی اوقات افراد با بیماری شدید کلیسوی نیز بدون علامت هستند. این موضوع اهمیت آزمایش خون یا آزمایش ادرار را در بررسی مشکلات کلیوی روشن می‌کند.

بنابراین بهترین راه، پیشگیری از ابتلا به این بیماری است چرا که از هر ۱۰ نفر در جهان بین یک تا سه نفر دچار نارسایی کلیه هستند، بر این اساس مردم با شناخت علایم این بیماری‌ها باید بیماری‌های کلیوی را جدی بگیرند.

نام بیماری	علایم و نشانه‌های این بیماری
عفونت کلیوی	معمول‌ترین و عادی‌ترین اختلال و کسالت در کلیه‌ها و مجاری ادرار است.
پیلونفریت	عفونت کلیه است و ممکن است بدون هیچ نشانه‌ای رخ دهد یا با تب، درد پشت و سرماخوردگی همراه باشد.
سنگ‌های کلیه	سنگ‌های سخت در هر جایی از مجاری ادرار (کلیه‌ها، حالب، میزنای و مثانه) می‌توانند راه خروج ادرار را مسدود کنند و باعث تخریب یا عفونت بافت مجاور شوند.
کیست‌ها	فضاهای توخالی در نسوج کلیوی هستند. آنها جای بافت سالم را گرفته، می‌توانند عفونی شوند و به نسوج اطراف خود صدمه بزنند.
فشار خون بالا	فشارخون طولانی شده باعث انسداد سرخرگ‌های کوچک درون کلیه و همچنین ناقص شدن بازدهی و کارایی کلیه‌ها می‌شود. این مساله شروع یک گردش خون معیوب را باعث می‌شود و در خلال این مدت کلیه‌های خراب شده و باعث بالا رفتن فشار خون می‌شوند.
نارسایی کلیه	یکی از نشانه‌های از کار افتادن کلیه این است که کلیه‌ها به علل مختلف قادر به تمیز کردن خون از مواد زاید و دفع ادرار و مایعات اضافی بدن نیستند. از کار افتادگی حاد کلیه‌ها ناگهانی است. پایان مرحله بیماری کلیوی همیشه صدمه‌ای غیرقابل جبران به هر دو کلیه می‌زند و به معالجه از طریق کلیه مصنوعی (دیالیز) یا پیوند کلیه نیاز دارد.

از هر چهار ازدواج در کوچک‌ترین استان کشور یکی به جدایی می‌رسد

قم رکورددار طلاق در کشور پس از تهران

شرق: قم پس از تهران بالاترین آمار طلاق در کشور را دارد، در این شهر از هر چهار ازدواج، یکی به طلاق می‌انجامد. استان قم کوچک‌ترین استان کشور است، تنها یک شهر دارد و حدود یک میلیون نفر از جمعیت یکمیلیون و ۴۶۰هزار نفری‌اش در مرکز استان زندگی می‌کنند. با این حال و بر اساس خبری که خبرگزاری مهر منتشر کرده است مدیرکل بهزیستی این استان، شهر قم را از لحاظ آمار طلاق دارای رتبه دوم کشور بعد از تهران اعلام کرد. ابراهیم حاج‌مظفری در این‌باره گفته است: سالانه در استان قم ۱۲هزار ازدواج ثبت می‌شود و بر اساس آمارها در سال گذشته ۲۱ و ۴/درصد ازدواج‌ها به طلاق منجر شد. میانگین کشوری طلاق ۱۷/۵درصد است ولی این آمار در استان قم ۲۱ و ۴/درصد است، در کشور به ازای هر شش ازدواج یکی به طلاق منجر می‌شود که در استان قم به ازای هر ۴/۷ ازدواج یکی به طلاق ختم می‌شود. این آمار گویای آن است که در سال گذشته بیش از دوهزار و ۵۰۰ واقعه طلاق در این شهر به ثبت رسیده است.

ایسنا: فرمانده نیروی انتظامی گفت: کشف ماهواره و تجهیزات آن طی سه ماه نخست سال جاری نسبت به مدت مشابه سال گذشته به بیش از دو برابر رسید. سردار اسماعیل احمدی‌مقدم با اشاره به اینکه استفاده از ماهواره طبق قانون ممنوع است، افزود: در این راستا با واردات و قاچاق آن و نیز با نصبان ماهواره به شدت برخورد می‌شود. وی با ذکر اینکه با افرادی که ماهواره‌های آنتن‌علنی است، برخورد می‌شود، اظهار داشت: با توجه به اینکه استفاده از ماهواره خانواده‌ها را تحت تاثیر قرار می‌دهد، از شهروندان می‌خواهیم نسبت

به جمع‌آوری آنها با نیروی انتظامی همکاری داشته باشند. وی گفت: با اجرای این طرح میزان بهره‌گیری از تجهیزات ماهواره‌ای در سطح کشور ۱۵ درصد کاهش داشته است. وی خاطرنشان کرد: طرح برخورد با بدحجابی و جمع‌آوری ماهواره‌ها موقتی نخواهد بود و

جامعه

تفاوت آمارهای منابع مستقل و سازمان محیط‌زیست

گونه‌های جانوری در خطر انقراض کشور؛ ۷ یا ۷۰درصد

صدرا محقق: اگرچه مسوولان دفتر حیات وحش سازمان محیط زیست، گونه‌های جانوری در معرض خطر نابودی و تهدید کشور را هفت‌درصد اعلام می‌کنند، اما براساس آمارهای اتحادیه بین‌المللی حفاظت از گونه‌های در معرض خطر، ۷۰درصد گونه‌های جانوری ایران در معرض خطر هستند. هوشنگ ضیایی، مدیر سابق پروژه بین‌المللی یوز در ایران در این‌باره به شرق می‌گوید: این اتحادیه که مقر آن در کشور سوئیس است، هر ساله آمارهایی از گونه‌های جانوری در حال انقراض، در معرض خطر و در حال تهدید در گوشه و کنار دنیا را منتشر می‌کند، علاوه بر این یک بخش دیگر از آمارهای اتحادیه به گونه‌هایی مربوط است که آمار دقیقی از تعداد آنها در دست نیست و به همین دلیل این‌گونه‌ها در ده گونه‌های در معرض خطر و انقراض برشمرده می‌شوند. این کارشناس حیات وحش می‌افزاید: «بر این اساس ۶۰ تا ۷۰درصد گونه‌های جانوری ما به دلیل اینکه آمار دقیقی از آنها در دست نیست در این رده محسوب می‌شوند، به همین دلیل آمارهای رسمی اعلام شده از سوی دفتر حیات وحش سازمان محیط زیست را نمی‌توان تایید کرد چراکه این کار زمانی ممکن است که آمار دقیقی از این گونه‌ها در دست باشد.» روز پنجشنبه هفته پیش حسین حسینی، مدیر کل دفتر حیات وحش سازمان محیط زیست گفته بود: «هزارو ۱۳۰گونه جانوری در پنج رده پرنندگان، پستانداران، خزندگان، دوزیستان و ماهیان در کشور وجود دارد که از این تعداد ۸۰گونه در فهرست اتحادیه جهانی حفاظت از منابع طبیعی به عنوان گونه‌های در معرض انقراض قرار گرفته که از متوسط جهانی کمتر است.» وی افزود: «سازمان حفاظت ا محیط زیست در چهار تا پنج سال گذشته بر اساس الگوهای موجود از پرنندگان و پستانداران شاخص آمار برداری کرده است.»

گره‌سازان و علف‌خواران در معرض بیشترین خطر

با این حال هوشنگ ضیایی در ادامه با توضیح چگونگی قرار گرفتن یک گونه جانوری در رده گونه‌های در معرض خطر انقراض و نابودی می‌گوید: «براساس استانداردهای جهانی به عنوان مثال اگر از یک گونه جانوری علف‌خوار تنها ۲۰۰ مورد در یک نقطه باشد، این گونه در ۱۰۰ سال آینده محکوم به نابودی است. حال اگر مسوولان اعلام کنند، در کل کشور از این تعداد ۵۰۰ مورد وجود دارد، باید دید آیا این تعداد در یک منطقه قرار دارند، چون اگر در هر منطقه کمتر از ۲۰۰ باشد احتمال نابودی این گونه به مراتب باز هم بالاتر می‌رود.»براساس گفته‌های این کارشناس حیات وحش هم‌اکنون گونه‌های حلال گوشت و گره‌سازان موجود در ایران به دلیل شکار و تخریب زیستگاه‌ها برای جاده‌سازی، کشاورزی و… بیش از دیگر گونه‌ها در معرض خطر و انقراض هستند. ضیایی در ادامه با اشاره به جمعیت بالای بز وحشی در منطقه حفاظت شده بیستون که ۲۰ سال پیش بیش از ۲۰ هزار راس بود، گفت: «در دو سال اخیر تعداد بزهای وحشی این منطقه به صفر رسیده است و در منطقه بختگان نیز پیش از این ۱۵هزار راس وجود داشت که الان به حدود ۲۰۰راس رسیده است، وضعیت دیگر گونه‌های علف‌خوار



می‌شوند که همین امر باعث می‌شود آنها به سمت مواد مخدر روی آورند. حاج‌مظفری در ادامه از تشکیل سه کمیته شامل کارشناسان متخصص برای رفع این معضل در قم خبر داد.

خبر

فرمانده ناجا:

کشف تجهیزات ماهواره‌ای دو برابر شده است

استمرار خواهد داشت. احمدی‌مقدم درخصوص طرح برخورد با بدحجابی نیز توضیح داد: این طرح از ابتدای اردیبهشت‌ماه سال جاری آغاز شد و همراهی مردم با این طرح مثبت و اثربخش بوده است و با توجه به اینکه در آستانه آغاز ماه مبارک رمضان هستیم مردم این امر را

خبر

۷۰درصد عرصه‌های طبیعی کشور در بحران خشکسالی

■ مهر: معاون محیط طبیعی سازمان محیط‌زیست گفت: ۷۰درصد عرصه‌های طبیعی کشور دچار بحران خشکسالی شده‌است.محمدباقر صدوق افزود: در حال حاضر بحران خشکسالی در استان یزد بیش از سایر استان‌هاست و سازمان محیط‌زیست از دولت درخواست اعتبارات متمرکزی برای پرداختن به این موضوع کرده‌است. به گفته وی، بسیاری از استان‌ها در حال حاضر برای رساندن آب و علوفه به حیات‌وحش و حیوانات اهلی به خاطر بحران خشکسالی مشکل دارند که سازمان محیط‌زیست درخواست کرده اعتباراتی برای تهیه آبشخور در این استان‌ها در زیستگاه‌های مختلف در اختیار این سازمان قرار گیرد، ولی تاکنون هیچ اقدامی انجام نشده‌است. صدوق در پاسخ به مسوول روابط عمومی شرکت ملی مس ایران درخصوص ارایه راهکار برای این شرکت جهت اجرای طرح‌های زیست‌محیطی افزود: همه دستگاه‌ها باید به دنبال دیدگاه‌های فراقبشی باشند و از بخشی‌نگری به مسایل کشور پرهیز کنند. وی با بیان اینکه محیط‌زیست مدافع توسعه پایدار است، گفت: اگر شرکت ملی مس طرح‌هایی برای حفاظت محیط‌زیست ارایه دهد، ما استقبال می‌کنیم اما به شرط اینکه این طرح‌ها عملیاتی باشد نه اینکه مانند شرکت سایپا تعهدات‌شان تنها در حد حرف باقی بماند.

وزیر آموزش و پرورش:

یک‌نوبته شدن مدارس با کاهش حجم کتاب‌ها و ساعات درسی

■ شرق: وزیر آموزش و پرورش با اشاره به اصلاح احکام استخدامی فرهنگیان برآی رشد ۱۰درصدی حقوق در سال ۹۰، گفت: هرگز اجازه ندهید شخصی که ۱۰ تا ۱۵ سال در نوبت مصر مدیر بوده است، به خاطر انتقال مدرسه به نوبت صبح مجبور باشد کارلاس برود. حمیدرضا حاجی‌بابایی عصر دیروز در نشست اعضای شورای معاونان و مدیران منتخب مناطق ۱۹گانه آموزش و پرورش شهرستان‌های استان تهران با بیان اینکه «تحول بنیادین» یعنی اینکه دانش‌آموزان را به تفکر، اندیشه و خلاقیت وادار کنیم، اظهار داشت: کتاب‌های درسی باید از جهت «حجم و محتوا» به طور متنااسب چاپ شود که بر این اساس در دو هفته قبل پیشنهادی را با عنوان «متناسب‌سازی کتب درسی و کاهش ساعات درسی» در شورای عالی انقلاب فرهنگی مطرح کردیم که با اتفاق آن از تصویب شد. وی افزود: ایده «مدرسه‌ای که من دوست دارم» از نگاه دانش‌آموز، مدیر، معلم مدرسه و والدین در قالب کتابی چاپ می‌شود تا ابعاد مدرسه مطلوب را تشریح کند.

علت باند پیچی در ختان خیابان ولیعصر (عج)

■ ایسنا: مدیرعامل سازمان پارک‌ها و فضای سبز شهرداری تهران ضمن توضیح علت نصب نوارهای زردرنگ بر تنه درختان ولیعصر(عج)، از نصب احتمالی این نوارها بر تنه همه درختان خیابان ولیعصر(عج) در آینده نزدیک خبر داد. علی‌محمد مختاری، با بیان اینکه درختان همواره در معرض آفات و حشرات همچون زنجره و کنه هستند، اعلام کرد: سازمان پارک‌ها و فضای سبز در قالب یک طرح پایلوت، از هزار و ۵۰۰ اصله درخت چنار در خیابان ولیعصر(عج) تهران به وسیله نوار زردرنگی در برابر این آفات حفاظت می‌کند. وی با بیان اینکه برخی حشرات و آفات به رنگ زرد علاقه دارند، اظهار کرد: چسبی که روی نوارهای زرد وجود دارد مانع حرکت حشرات و آفات روی تنه درختان می‌شود.

مختاری تاکید کرد: این موضوع موجب حفاظت از درختان در برابر آفات و جلوگیری از خزان زودرس آنها می‌شود. وی با بیان اینکه این طرح به صورت پایلوت در خیابان ولیعصر(عج) اجرا شده است، افزود: در صورتی که پاسخ مثبتی از اجرای آن دریافت کنیم، طرح در کلیه درختان خیابان ولیعصر(عج)تسری می‌یابد.

دبیرستان ویژه دختران متاهل ایجاد می‌شود

■ ایسنا: این طرح به صورت آزمایشی در شهرستان کاشمر اجرایی شده و نتایج خوبی نیز داشته‌است.فخریان تاکید کرد: تلاش می‌کنیم در هرشهر حداقل یک دبیرستان یا یک شبیت مدرسه را به دانش‌آموزان متاهل اختصاص دهیم که ممکن است در برخی از شهرستان‌ها این تعداد بیشترباشد.»