

**پنر روز****چه کسانی باید واکنس «آفلو آنرا» و «ذات‌الریه» بزند؟**

طبق آمار سازمان بهداشت جهانی، بیماری‌های پنومو کوکی (عفونت ریه یا ذات‌الریه) بخش مهمی از عفونت‌های تنفسی و اولین بیماری عفونی کشنده در سراسر دنیا هستند؛ به گونه‌ای که سالانه بیش از یک میلیون کودک زیر پنج سال بر اثر ابتلا به این بیماری‌ها جان خود را از دست می‌دهند.

در همین رابطه دکتر محمدرضا مسجدی - فوق تخصص بیماری‌های ریوی و دستگاه تنفس و استاد پیشکسوت بیماری‌های داخلی - ریه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در گفت‌وگو با ایسنا، اظهار کرد: پنومونی یا عفونت ریه یکی از مهم‌ترین علل مرگ و میر در سطح جهان بوده و در سنین کودکی اولین علت مرگ و میر کودکان محسوب می‌شود.

وی با تقسیم بندی عفونت‌های تنفسی به عفونت‌های ویروسی مانند سرماخوردگی و آنفلوآنزا و عفونت‌های باکتریال شامل ذات‌الریه و عفونت اختصاصی ریه، عنوان کرد: به عنوان نمونه از انواع عفونت‌های تنفسی می‌توان به بیماری عفونی سل اشاره کرد که همه بدن را در بر گرفته و ۸۵ درصد بر وی ریه و دستگاه تنفس متمرکز شده و از راه تنفس منتقل می‌شود.

**عفونت‌های تنفسی در سنین کودکی و سالخوردگی**

مسجدی با تقسیم عفونت‌های تنفسی در طیف‌های سنی کودک قبل از بلوغ، بعد از بلوغ و سالخوردگی عنوان کرد: عفونت‌های تنفسی از نظر مرگ و میر جایگاه مهمی را به خود اختصاص داده‌اند. از نظر تنوع نیز در سنین زیر چهار سال، هر کودکی بین ۸ تا ۱۰ بار در سال دچار سرماخوردگی می‌شود که اغلب گذراست، ولی همین عفونت‌ها اگر خیلی شدید بوده و یا کودک دارای بیماری زمینه‌ای باشد، می‌تواند عامل بروز عفونت‌های ثانویه، سایر میکروب‌ها و گرفتاری‌های شدیدتر باشد.

**احتمال تبدیل عفونت‌های تنفسی به ذات‌الریه**

وی افزود: این مساله برای بعد از بلوغ نیز صدق می‌کند؛ به گونه‌ای که عفونت‌های تنفسی در فصول مختلف با اشکال گوناگون سرماخوردگی بروز می‌یابند و در افراد دارای زمینه‌ساز بیماری‌ها و یا در شرایط خاص احتمال تبدیل آن به عفونت‌های شدید ریوی یا ذات‌الریه نیز وجود دارد.

**تغییرات ژنتیکی سالانه ویروس آنفلوآنزا**

دبیر شبکه ملی تحقیقات بیماری‌های تنفسی با تأکید بر اهمیت توجه به شیوع آنفلوآنز در فصول پاییز و زمستان، عنوان کرد: آنفلوآنزا یک نوع عفونت ویروسی است که دستگاه تنفسی را بیش از سایر بخش‌ها متاثر می‌کند. ویروس آنفلوآنزا هر ساله دچار تغییرات ژنتیکی متنوعی شده و بر همین اساس کمپانی‌های واکنس‌ساز سعی می‌کنند برای پیشگیری از بروز اپیدمی آنفلوآنزا، با توجه به اپیدمی سال‌های گذشته و اعمال آزمایش‌های ژنتیکی بروی ویروس‌ها، واکنس‌های جدید و موثرتری تولید کنند.

**دو موج اپیدمی آنفلوآنزا**

وی با اشاره به دو موج اپیدمی آنفلوآنزا در اواخر پاییز و اوایل زمستان، تصریح کرد: اپیدمی آنفلوآنزا با مرگ و میر بسیار بالایی بخصوص در کودکان، زنان باردار، افراد سالخورده و افراد دارای بیماری‌هایی همچون دیابت، بیماری مزمن ریوی و یا سایر بیماری‌های زمینه‌ای همراه است.

**تحلیل بار مالی سنگین عفونت‌های تنفسی بر جامعه و بودجه سلامت عمومی**  
مسجدی با بیان اینکه عفونت‌های تنفسی از لحاظ بار مالی جزو بیماری‌های گروه اول محسوب می‌شوند، افزود: عفونت‌های تنفسی بار مالی سنگینی به جامعه و بودجه سلامت عمومی کشور تحمیل می‌کنند. بنابراین باید با آگاه‌سازی عمومی بویژه در مورد عفونت‌های ویروسی فصل پاییز، اقدامات جدی پیشگیرانه اعمال کنیم.

**عوامل مستعد و تشدید کننده عفونت‌های دستگاه تنفسی**

این استاد پیشکسوت دانشگاه با اشاره به دو فاکتور اساسی آلودگی هوا و استعمال دخلیات به عنوان عوامل مستعد و تشدید کننده عفونت‌های دستگاه تنفسی، افزود: این دو فاکتور که متأسفانه در کشور ما نیز در حد نگران‌کننده‌ای وجود دارد، می‌تواند ضمن افزایش زمینه انتشار عفونت‌ها، منجر به تشدید و طولانی شدن بیماری شود. متأسفانه مساله آلودگی هوا به خصوص در پاییز و اوایل زمستان در بیش از ۱۵ شهر کشور بسیار جدی است و ضمن این که بروی سلامت مردم تأثیر گذار است، برای افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای و همین طور کودکان خردسال یا افراد سالخورده بسیار خطرناک است.

**راه‌های پیشگیری از بروز بیماری**

دبیر شبکه ملی تحقیقات بیماری‌های تنفسی با بیان اینکه آلودگی هوا باعث تشدید بیماری افراد در معرض خطر، بروز عفونت‌های ثانویه و میکروبی می‌شود، افزود: اگر به این علامت توجه نشود، احتمال بروز مشکلات جدی‌تر، بستری شدن و حتی مرگ و میر افراد نیز وجود دارد. بنابراین در این فصول افراد باید هوشیارتر بوده و اصول بهداشتی را بیش از پیش رعایت کنند؛ چراکه برخلاف باور عمومی ویروس‌های تنفسی بجز از راه تنفس، عمدتاً از طریق دست و مواد آلوده منتقل می‌شود. به عنوان نمونه به افراد دارای علامت سرماخوردگی توصیه می‌شود که علاوه بر رعایت اصول بهداشتی، بیشتر استراحت کرده و مایعات گرم بنوشند، در این صورت بدون مصرف دارو خوب می‌شوند.

وی با اشاره به برخی از این اصول بهداشتی مانند دست ندادن با فرد بیمار، عدم استفاده از وسایل مشترک و ضدعفونی کردن مدام دست‌ها با آب و صابون، عنوان کرد: با رعایت همین اصول ساده، انتقال عفونت‌های تنفسی در افراد به خصوص در مهد کودک‌ها و مدارس، محل تجمع سالمندان یا بیمارستان‌ها کمتر اتفاق می‌افتد.

**چه کسانی در معرض ابتلا به ذات‌الریه قرار دارند؟**

این استاد پیشکسوت دانشگاه با اشاره به عفونت‌های باکتریال مانند ذات‌الریه و پنومونی، تصریح کرد: احتمال بروز این عفونت‌ها در تمامی افراد وجود دارد، با این حال افراد دارای ضعف بدنی به علت سن خیلی پایین یا سن خیلی بالا، افراد دارای بیماری‌های همراه، استفاده از داروهای تضعیف‌کننده ایمنی یا کورتون، افراد دارای نقص ایمنی و افراد پیوند عضو شده بیشتر در معرض ابتلا قرار دارند. همچنین شدت بیماری در این افراد بیشتر از سایرین است. بنابراین باید هرچه سریع‌تر برای تشخیص و درمان در موقع به پزشک متخصص مراجعه کنند، در غیر این صورت با عوارض جدی و حتی مرگ و میر همراه خواهد بود.

**علامت عمومی و اختصاصی عفونت‌های باکتریال**

مسجدی با اشاره به علامت عمومی و اختصاصی این نوع عفونت‌ها گفت: ضعف، تب و بی‌حالی، درد بدن، حالت تهوع، بی‌اشتهایی، بی‌حوصلگی و اختلال در خواب برخی از علامت‌های عفونت‌های ویروسی و باکتریایی و علامتی مانند سرفه ساده، سرفه همراه با خلط زرد و یا سبز رنگ و یا گاه‌ها مرها با رگ‌های خونی، نفس تنگی و درد سینه از علامت‌های افراد دارای عفونت در دستگاه تنفس است. وی در این رابطه ادامه داد: در صورت شروع این علامت به صورت ساده و در فصول شیوع سرماخوردگی، بیمار تنها با استراحت بیشتر، مصرف مایعات گرم، در معرض هوای آلوده قرار گرفتن و استفاده از غذاهای سالم مانند سوپ و لبنیات به بهبود سریع بیماری خود کمک کند.

**علامت هشداردهنده برای مراجعه سریع به پزشک**

این فوق تخصص بیماری‌های ریوی و دستگاه تنفس با اشاره به برخی علامت هشداردهنده برای مراجعه سریع به پزشک متخصص، عنوان کرد: تب شدید همراه با احساس تنگی نفس و سرفه شدید برخی از علامت‌های هشدار برای مراجعه به پزشک است که در این صورت پزشک براساس تشخیص، درمان‌های خانگی را شروع کرده و یا در صورت تشدید علامت مانند تب بالا، افزایش تعداد تنفس و یا ضربان تند قلب، دارو تجویز می‌کند و در شرایط ضروری حتماً برای بستری کردن مبتلایان اقدام کنند.

**فقط «تاج» پایان تهدیدات فیفاست****رییس! چه راهی را انتخاب می‌کند؟**

علیرغم تمامی حرف و حدیث‌های این روزها پیرامون آینده فوتبال ایران پس از اجرای قانون منع به‌کارگیری بازیکنان، اما یک واقعیت انکارناپذیر در این میان نادیده گرفته شده و آن اینکه یگانه راه پایان تمام ماجراها تصمیم و اقدام شخص رئیس فدراسیون فوتبال است.

به گزارش ایسنا، کنفدراسیون فوتبال آسیا در موضع‌گیری رسمی و علنی تهدید کرده که اتفاقات فوتبال ایران را دنبال می‌کند و اگر دخالتی از سوی دولت یا پارلمان در امور فوتبال اعمال شود، تبعات جبران‌ناپذیری برای فوتبال ایران خواهد داشت. این یک روی واقعیت ماجرای این روزهای فوتبال کشور است. روی دوم این ماجرا مستقیماً در تصمیم‌گیری‌ها و راهبری آینده شخص رئیس فدراسیون فوتبال قرار دارد.

درست است که فیفا و AFC در مورد هرگونه فشاری برای دخالت در امور فدراسیون فوتبال حساس هستند و مطابق منشور و اساسنامه فیفا با آن برخورد می‌کنند اما نباید این نکته را از یاد برد که فدراسیون بین‌المللی فوتبال و کنفدراسیون فوتبال آسیا تنها چیزی که برای آنها مهم است موضع رسمی فدراسیون فوتبال و شخص رئیس آن یعنی مهدی تاج درباره اتفاقات این فدراسیون است. همچنین کمیته بین‌المللی المپیک نظر کمیته ملی المپیک را حجت همه می‌داند، فیفا نیز نظر فدراسیون ملی را درباره همه ماجراها فوتبال یک کشور صائب می‌داند.

اگر از بیرون نگاهی به اتفاقات حال حاضر فوتبال ایران داشته باشید در جنگ و تضاد دیدگاهی رسانه‌ها در موضوع تهدید به تعلیق فوتبال ایران گم خواهید شد اما واقعیت ماجرا این است که براساس پروتکل‌های رسمی فیفا و مقررات تابعه، اگر مکتب‌ه ای رسمی از سوی رئیس فدراسیون فوتبال ایران یا فیفا و AFC انجام شود و طی آن رسماً اعلام شود که هیچ فشاری از سوی دولت و پارلمان بر فوتبال ایران وجود ندارد و تغییرات مدیریتی در آن نیز براساس تصمیمات شخصی و مستقل گرفته شده، تمام ماجرای پرچالش این روزهای فوتبال ایران حل خواهد شد. راه دوم هم برگزاری مجمع فوق‌العاده فوتبال و تصمیم‌سازی متناسب با اجرای قوانین بالادستی است، موضوعی که

می‌تواند اقناع فیفا را نیز به همراه داشته باشد. اجرای این تصمیم نیز مستقیماً به نظر مهدی تاج بستگی دارد. به نظر می‌رسد آقای تاج برای خروج از بن‌بست کنونی فوتبال باید این لطف را به فوتبال و منافع ملی کشور بکند و در مکاتبات رسمی با فیفا ضمن اعلام استعفا با اختیار و میل شخصی تأکید کند که فارغ از هرگونه فشار دولتی و پارلمانی از ریاست فدراسیون کناره‌گیری می‌کند، کناره‌گیری که نظر مجمع فدراسیون را نیز داشته باشد در غیر این صورت حتی

"سکوت" او نیز در نتیجه اجرای قانون منع بکارگیری بازیکنان ها و با توجه به تهدید مستقیم AFC و موضع‌گیری‌های فیفا، تعلیق فوتبال ایران را به دنبال خواهد داشت. با این اوصاف به نظر می‌رسد که گره حل معضل پیچیده این روزهای فوتبال ایران فقط و فقط در داخل است نه در مقرر فیفا یا AFC. این مهم واقعیتی است که این روزها در هیاهوی اظهارنظرهایی ربط و برابط درباره فوتبال و تهدید تعلیق فوتبال ایران، گم شده است و کمتر کسی به آن توجه دارد.

امید است رئیس فدراسیون فوتبال که امروز محور و مرکز حل این ماجراست، در فضایی به دور از جنجال‌های رسانه‌ای و در جهت منافع ملی اقدام عملی را انجام دهد که طی آن حاشیه‌های ایجاد شده برای فوتبال ایران در پی اجرای قانون منع به‌کارگیری بازیکنان بدور از هرگونه شائبه دخالت به پایان برسد تا هم خود او در مظان اتهام تقابل با نظام و مقررات حاکمیتی آن نباشد و هم با دست خود مشکلات ایجاد شده کنونی فوتبال را حل کرده باشد.

**اعتصاب رسانه‌ای کی‌روش و تیم‌ملی****مطالبه حق یا فرافکتی؟**

مهدی تاج رخ داد. در نخستین روز اردوی تیم ملی همه چیز عادی بود و بازیکنان با روی باز با نمایندگان رسانه‌های گروهی صحبت کردند اما پیرمرد پرتغالی بعد از جلسه با مهدی تاج - که مثبت و رو به جلو عنوان شد - پروژه جدیدش را برای تحقق خواسته‌هایش کلید زد. البته روش مرد پرتغالی اصلاً صحیح به نظر نمی‌رسد. تکرار رفتارهای نامتعارف کی‌روش در آستانه جام ملت‌های آسیا نه تنها او را موجه جلوه نمی‌دهد بلکه موجب ناراضحی مردم و کارشناسان فوتبال شده است. در حالی که پرسپولیس با انبوهی از مشکلات متعدد توانست فعل خواستار را برابر رقیب تا دندان مسلح صرف کند و تیم ملی فوتبال ساحلی با کمترین امکانات، در حضور قدرت‌های جهان مانند برزیل و روسیه به مقام قهرمانی جام بین قاره‌ای برسد، کادرفنی تیم ملی طرح نه چندین موفقیتی را کلید زده است.

پرخاش نشدن پادشاه بازیکنان تیم ملی در حالی مطرح شده که اکثر مخاطبان فوتبال و طرفداران تیم ملی از قشر متوسط جامعه هستند و برای فرار از مشکلات روزمره اعم از مشکلات اقتصادی که در مواقعی زندگی را در کاشمان تلخ می‌کند به فوتبال پناه می‌آورند. بعد از هفت سال، کی‌روش بهتر از هر کسی به داشته‌های فوتبال ایران اشراف دارد. رفتارهای خارج از زمین فوتبال کی‌روش، نه تنها تحسین برانگیز نیست بلکه روی اعصاب و روان هواداران رفته است و فقط او را در مقام مقایسه با برانکو قرار می‌دهد که بدون گله‌گری کار بزرگی را با پرسپولیس انجام داد.

هنوز کسی فراموش نکرده که پرسپولیس چطور و بعد از چندین ساعت پرواز رئیس مرکز تحقیقات دیابت پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم تأکید کرد

**لزوم تجویز درمان منحصر به فرد در بیماران دیابتی**

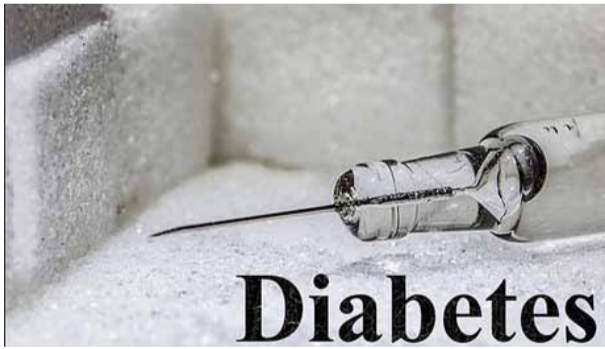
رئیس مرکز تحقیقات دیابت پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی تهران هم‌زمان با روز جهانی دیابت با اشاره به پایه پژوهشی برخی فعالیت‌های این مرکز، گفت: در این مرکز آموزش به تفکیک شرایط و نیز ارزیابی تأثیر آموزش انجام شده و باید توجه داشت که لازم است درمان بیماری دیابت با توجه به شرایط منحصر به فرد هر فرد پی گرفته شود. انسبه نسلی در گفت‌وگو با ایسنا، با بیان اینکه تمام خدماتی که در کلینیک‌های دیابت ارائه می‌شود، اعم از آموزشی یا بالینی دارای پایه پژوهشی نیز هست، برخی از

این فعالیت‌ها را تهیه بروشورها و تدوین آموزش استاندارد دانست و توضیح داد: آموزش برای هر فرد به صورت جداگانه تعریف می‌شود؛ بدین صورت که برخی بیماران کلیات را می‌دانند، اما در زمینه چگونگی برخورد با برخی عوارض یا مشکلات این بیماری بی‌اطلاع هستند. وی ادامه داد: این آموزش‌ها همچنین به نیازهای فرد بیمار بستگی دارد. از جمله آنکه فردی ممکن است در شرایط ازدواج با بارداری بوده و نیازمند آموزش‌های لازم در این زمینه باشد. رئیس مرکز تحقیقات دیابت پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم همچنین به ارزیابی تأثیر آموزش‌ها از سوی این مرکز اشاره کرد و افزود: پایه پژوهشی در کلینیک‌ها نیز پی

گرفته شده و بر این اساس کلیه اطلاعات و شرایط بیمار از جمله شغل، تحصیلات، ثبت می‌شود. نسلی تصریح کرد: بدین ترتیب اطلاعات ارزشمندی گرد آمده که پژوهش‌ها از جمله محاسبه قیمت داروها و اثربخشی آن با توجه به شرایط اقتصادی بیمار بررسی می‌شود. وی تأکید کرد: در کنترل دیابت لازم است که درمان به صورت فردی و حتی با توجه به شغل بیمار تجویز شود و هر بیمار نیازمند درمان منحصر به فردی است که این نیز بخشی از پایه پژوهشی فعالیت‌های ما به شمار می‌آید.

**فناوری جدید آمریکا برای بررسی هزینه‌های حملات سایبری**

وزارت امنیت ملی آمریکا، پژوهشگران این کشور را فراخوانده است تا ابزار جدیدی برای بررسی حملات سایبری ابداع کنند. به گزارش ایسنا و به نقل از دیفنس‌وان، "وزارت امنیت ملی آمریکا" (DHS)، بودجه‌ای به ارزش ۱.۳ میلیارد دلار را به پژوهش در مورد حملات سایبری اختصاص داده است. این سازمان اعلام کرد که قصد دارد بودجه خود را در اختیار گروه‌های پژوهشی دانشگاه‌های "کالیفرنیا، سن دیگو" (University of California, San Diego) و "دانشگاه ایلبیونی در شیکاگو" (UIUC) بگذارد تا ابزاری برای سنجش هزینه‌های تهدیدات احتمالی سایبری ارائه دهند. هدف از این پروژه که زیرمجموعه برنامه موسوم به "سایری" (CYRIE) به شمار می‌رود، ترغیب سازمان‌های بزرگ به سرمایه‌گذاری در زمینه دفاع سایبری است تا مثبت‌ترین نتیجه‌ی قم‌زده شود. اگر گروه‌های پژوهشی بتوانند هزینه تهدیدات سایبری و مزایای ابزار ایمنی لازم را محاسبه کنند، تصمیمات هوشمندانه‌تری در زمینه سرمایه‌گذاری خواهند گرفت. "ارین کنلی" (Erin Kenneally)، مدیر برنامه سایبری، در بیانیه‌ای گفت: این پژوهش، به سازمان‌ها کمک می‌کند تا سرمایه‌گذاری در زمینه محصولات و خدمات سایبری را ارزیابی کنند. مدل استاندارد برای سنجش هزینه‌ها، تأثیر حملات سایبری را برای تصمیم‌گیری در مورد سرمایه‌گذاری مشخص می‌کند. این کار در حال حاضر به خاطر در دست نداشتن منبع مناسب برای درک آسیب‌ها غیرممکن است. گروه پژوهشی دانشگاه کالیفرنیا، سن دیگو، بیش از یک میلیون دلار بودجه دریافت کرده تا یک نرم‌افزار تحلیلی برای سنجش قابلیت اعتماد و ارزیابی ابزار ارزیابی خطر سایبری ارائه دهد. این نرم‌افزار می‌تواند امکان مقایسه محصولات مربوط به امنیت سایبری موجود در بازار را برای سازمان‌ها فراهم کند. پژوهشگران دانشگاه ایلبیونی در شیکاگو نیز بودجه یکساله‌ای معادل ۲۲۷ هزار دلار دریافت کرده تا پلتفرمی برای سنجش عوارض

**Diabetes**

حملات سایبری ارائه دهد. این ابزار می‌تواند به صورت خودکار، داده‌ها را برای ارزیابی تأثیر حوادث در زمان واقعی جمع‌آوری کند. سازمان‌ها با استفاده از این اطلاعات می‌توانند هزینه‌های مربوط به این حوزه را بررسی کنند. در این پژوهش، ابزاری ارائه خواهند شد که بتوانند تأثیر سرمایه‌گذاری در زمینه امنیت سایبری را تحلیل و پیش‌بینی کنند و امکان، شدت و پیامدهای این حملات احتمالی را مورد بررسی قرار دهند. این سیستم‌ها می‌توانند رابطه میان این سرمایه‌گذاری‌ها و عملکرد تجاری را بسنجند و انگیزه‌ای برای مدیریت بهتر این شرایط فراهم کنند.