



Author: Peppapig 47; CC-BY-SA-4.0

۶ مداوای پزشکی، محیط خانوادگی مناسب و آموزش‌های لازم برای فرا گرفتن مهارت‌های ساده اولیه می‌تواند کیفیت زندگی بهتری را برای طفل مبتلا به اختلال داون به وجود بیاورد. **۶**

نشانه‌های سندروم داون

(Screening) انجام دهند. برای این کار تست‌های مختلفی با درجات دقت متفاوتی وجود دارد. معمولاً این آزمایش‌ها را تماماً انجام می‌دهند که نتیجه دقیقتری به دست آید. البته نتیجه هر کدام از این آزمایش‌ها به صورت منفرد صد درصد نیست. انجام آزمایش‌ها در سه ماهه اول و دوم بارداری، به آزمایش‌های فقط در سه ماهه اول برتری دارد.

به بسیاری از بیماری‌های مزمنی می‌شود که در اثر پیری بروز می‌کنند، مانند آلزایمر و شتاب در پیری؛ این سندروم باعث می‌شود که سلول‌ها سریعتر پیر شوند، بویژه سلول‌های خونی و مغزی. بنابراین توصیه می‌شود که بانوان باردار بدون در نظر گرفتن سن‌شان، برای اطمینان از ابتلا نبودن جنین به این اختلال، پرتونگاری



**انجمن پزشکی و پیراپزشکی
ایرانیان آمریکایی تگزاس**

بخش دوم

سندروم داون (Down syndrome) که به نام trisomy 21 نیز شناخته می‌شود، باعث افزایش خطر ابتلا



هموطنان عزیز:

یکی از اهداف انجمن پزشکی ایرانیان مقیم آمریکا شعبه تگزاس، ارتقاء سطح اطلاعات عمومی، آموزش و کمک‌های پزشکی به ایرانیان عزیز است. جامعه ایرانی همانند بسیاری از جوامع مهاجر در آمریکا، دارای نیازهای خاص فرهنگی، اجتماعی و پزشکی است. پاسخ‌گویی به این نیازهای خاص است که باعث ایجاد گروه‌ها و انجمن‌های مختلف از جمله انجمن پزشکی و پیراپزشکی ایرانیان مقیم تگزاس شده است. در راستای ایفای این نقش، اعضای انجمن با همکاری ماهنامه عاشقانه تعهد نموده‌اند که هر ماه مطالبی در رابطه با مسائل مهم و شایع پزشکی، با متنی ساده، برای هم میهنان عزیز تهیه نمایند. از خوانندگان این مقالات خواهشمندیم که نظریات و سؤالات خود را به آدرس انجمن IAMA P.O.Box 570233, Houston, TX 77257 بفرستید و یا از طریق تلفن ۲۴ ساعته، با شماره: 713-429-2433 انجمن با ما در میان بگذارید. نظریات شما مطمئناً به کیفیت این مقالات کمک بسیار خواهد کرد.

دکتر شاهین توکلی

رئیس انجمن پزشکی ایرانیان

مقیم آمریکا؛ شعبه تگزاس

iamatx@iama.org

نوع آزمایش	هفته بارداری	میزان تشخیص	احتمال خطا که مثبت نشان دهد
ترکیبی از آزمایش‌ها combined screen	۱۰ - ۱۳	۸۲ تا ۸۵٪	۵٪ درصد
پرتونگاری چهارگانه quad screen	۱۵ - ۲۰	۸۱٪	۵٪ درصد
آزمایش یکپارچه Integration testing	۱۵ - ۲۰	۹۴ تا ۹۶٪	۵٪ درصد
آزمایش DNA از جنین ۱۰ هفته‌گی به بعد Cell-free fetal DNA	بعد	۹۶ تا ۱۰۰٪	۳٪ درصد

اولترا ساند:

از اولترا ساند می‌توان برای تشخیص اختلال داون استفاده کرد. نتیجه آزمایشی که در هفته چهاردهم تا بیستم حاملگی انجام می‌شود، نشان می‌دهد که خطر ابتلا تا چه حد بالاست. نشانه‌های وجود اختلال داون عبارتند از:
- استخوان بینی خیلی کوچک است یا اصلاً وجود ندارد.
- حفره مغز (Ventricles) بزرگتر از حد معمول است.
- رگ subclavian (رگ بین گردن و معده) غیر معمولی است.

آزمایش خون:

چند عامل خونی را، که احتمال ابتلا به اختلال داون را نشان می‌دهد، می‌توان از طریق آزمایش خون در سه ماهه اول یا دوم بارداری بررسی کرد. معمولاً آزمایش خون را همراه با اولترا ساند انجام می‌دهند تا نتیجه دقیقتر بررسی شود.
آزمایش خون مادر در سه ماهه اول بارداری برای تشخیص DNA جنین می‌تواند نتایج امیدبخشی ارائه دهد. انجمن بین‌المللی تشخیص وابستگی جنین به والدین، آزمایش DNA جنین را برای آن دسته از مادرانی که ریسک بالایی برای داشتن جنین مبتلا به سندروم داون دارند قابل قبول تشخیص داده است. دقت این آزمایش در حدود ۹۸/۶ درصد می‌باشد. البته هنوز برای اطمینان صد درصدی، آزمایش‌های تکمیلی بیشتری لازم است.

قبل از تولد:

به غیر از آزمایش‌هایی که بدان اشاره شد، آزمایش پیشرفته دیگری به نام Amniocentesis Chorionic Villus sampling نیز برای کسب اطمینان کامل لازم است.

بعد از تولد:

چنانچه کودک مبتلا به سندروم داون متولد شده باشد باید سعی کرد عوارض اختلال را تا حد امکان کم کرد. مداوای پزشکی، محیط خانوادگی مناسب و آموزش‌های لازم برای فرا گرفتن مهارت‌های ساده اولیه می‌تواند کیفیت زندگی بهتری را برای طفل به وجود بیاورد.

به علت مشکلات قلبی است.

میزان شیوع بیماری

طبق آمارهای موجود، از هر هزار طفلی که به دنیا می آید، یکی مبتلا به سندروم داون است. در کشورهایی که سقط جنین در آنها ممنوع است، کودکان بیشتری با این سندروم به دنیا می آیند. در اروپا ۹۲ درصد از زنانی که تشخیص داده شده که جنین آنها مبتلا به سندروم داون است، سقط جنین می کنند. در آمریکا این میزان ۶۲ درصد است.

سن بارداری زنان در میزان ابتلا جنین آنها به اختلال داون تأثیر دارد. زنانی که بالاتر از سن ۳۵ حامله می شوند، ریسک بیشتری برای داشتن جنین مبتلا به این اختلال دارند. تحقیقات متعددی برای پی بردن به علت بروز کروموزوم اضافی و نیز یافتن راه های درمانی بهتر برای کودکان مبتلا به سندروم داون همچنان ادامه دارد.



انجام واکسیناسیون های دوران کودکی توصیه می شود و باید کودک برای احتمال ابتلا به بیماری های ویژه مورد بررسی های پزشکی قرار گیرد. سمک یا وسایل کمکی شنوایی برای کمک به حرف زدن انجام واکسیناسیون های دوران کودکی توصیه می شود و باید کودک برای احتمال ابتلا به بیماری های ویژه مورد بررسی های پزشکی قرار گیرد. سمک یا وسایل کمکی شنوایی برای کمک به حرف زدن

پروبیوتیک - باکتری های موثری که در روده زندگی می کنند - به هضم غذا کمک کرده و جذب مواد معدنی و ویتامین ها را از رژیم غذایی ساده تر می کنند.

به گفته پروفسور جوی دوبوست Joy Dubost، متخصص تغذیه، تحقیقات در مورد مزیت های پروبیوتیک همچنان در حال انجام است، اما می دانیم که پروبیوتیک ها به بهبود عملکرد ایمنی کمک می کنند.

می توانید پروبیوتیک را از برخی منابع غذایی، از جمله لبنیات محلی، کلم بروکلی و کیمچی * kimchi تامین کنید، اما مصرف مکمل روزانه این اطمینان را به شما می دهد که پروبیوتیک را به اندازه کافی دریافت می کنید.

دکتر دوبوست پیشنهاد می کند آن مکمل پروبیوتیکی را انتخاب کنید که دارای بیشتر از سه گونه مختلف باکتری باشد. هر باکتری دارای عملکرد منحصر به فرد خود است و این باکتری ها یکدیگر را کامل می کنند تا سلامت دستگاه گوارش را بهبود بخشند.

مکمل هایی را استفاده کنید که دارای باکتری هایی به نام لاکتوباسیلوس *lactobacillus* و بیفیدوباکتریوم *bifidobacterium* است که باعث کاهش عفونت های تنفسی و بهبود هضم می شوند.

* کیمچی kimchi: خوراکی تخمیر شده سنتی کره ای است که از سبزیجات و ادویه جات گوناگون و البته بیشتر اوقات با نوعی کلم چینی و فلفل قرمز درست می شود.

مکمل ضروری پروبیوتیک



تلقی قدما از مفهوم وطن

بگذر ای باد دل افروز خراسانی
بر یکی مانده به میگان دره زندانی
اندرین تنگی بی‌راحت بنشسته
خالی از نعمت و از ضیعت دهقانی
برده این چرخ جفا پیشه بیدادی
از دلش راحت و از تنش تن‌آسانی
بی‌گناهی شده همواره بر او
دشمن ترک و تازی و عراقی و خراسانی
فریه‌خوانان و جز این هیچ بهانه
نه که تو بد مذهبی و دشمن «یارانی»
چه سخن گویم من با سپه دیوان
نه مرا داده خداوند سلیمانی [۲۱]

با این همه، نوامید نیست و از این‌گونه
خصمان در دل هراس ندارد. و آنجا که می‌گوید:
سلام کن ز من ای باد مر خراسان را
اهل فضل و خرد را نه عام و نادان را [۲۲]

باز سخنش درس عبرت و پند است و
یادکرد اینکه خراسان چگونه در دست
حکومت‌های مختلف مانند آسیا گشته و
فرمانروایانی از نوع محمود و... را به خود
دیده است. [۲۳] یگانه موردی که در شعر او
از نوعی نرمش عاطفی و روحیه رومانتیک،
در یادکرد وطن، دیده می‌شود، این شعر
زیباست که:

ای باد عصر اگر گذری بر دیار بلخ
بگذر به خانه من و آنجای جوی حال
بنگر که چون شده‌ست پس از من دیار
من با او چه کرد دهر جفاجوی بدفعال
از من بگوی چون برسانی سلام من
زی قوم من که نیست مرا خوب کار و حال [۲۳]

و در آن از پیروی و ناتوانی خویش یاد
می‌کند؛ با این همه به گفته خودش از
شعرهای زهد است نه از شعرهای رایج

این‌گونه احوال. اگر این پرسش مطرح شود
که چرا «وطن» را در معنی خراسان محدود
می‌کند باید گفت که او حجت جزیره خراسان
است و نسبت به این ناحیه خاص، مسوولیت
سیاسی و حزبی دارد.

شاعر دیگری که از وطن به معنی محدود
آن بسیار سخن می‌گوید خاقانی است که از
شهر شروان گوناگون سخن دارد و برعکس
همه شاعران که از وطن به نیکی یاد می‌کنند،
او با رنجیدگی و ملال سخن می‌گوید. شروان
که زادگاه اوست، در نظرش کربلاست و او
خود را مانند حسین می‌بیند و اهل وطن را
به گونه یزید و روزگار خود را همچون عاشورا.
[۲۴] آرزوی خراسان و عراق دارد و خطاب
به ممدوح می‌گوید: مرا ز خطه شروان برون
فکن ملکا [۲۵] و الغیاب از این موطن [۲۶] که
حبسگاه اوست و شر البلاد است [۲۷] اگر چه
گاه به دفاع برمی‌خیزد و می‌گوید:

عیب شروان مکن که خاقانی هست
زین شهر کابنداش شر است
عیب شهری چرا کنی به دو حرف
اول شرع و آخر بشر است [۲۸]

و بیشتر اگر به مدح شروان می‌گراید از این
روست که بهانه‌ای برای مدح ممدوح بیابد که
از حضور او شروان فلان و بهمان شده است
و مرکز عدل و داد؛ و «شروان»، «خیروان»
گردیده [۲۹] و شروان خود به مناسبت وجود
ممدوح مصر و بغداد است [۳۰] از شعر او
مومیایی بخش تمام ایران [۳۱] و شروان به
باغ خلدبرین ماند از نعیم. [۳۲]

ملالش از تنهایی است که یاری برای او
نمانده [۳۳] و می‌گوید: چون مرا در وطن
آسایش نیست غربت اولیتر از اوطان [۳۴]،
این وطن را سراب وحشت می‌خواند [۳۵]
و حبس‌خانه [۳۶] و نحوس‌خانه [۳۷] و
دارالظلم [۳۸] از زحمت صادر و وارد از آنجا
می‌گریزد. [۳۹]

بیشتر آرزوی خراسان دارد و مقصد امکان

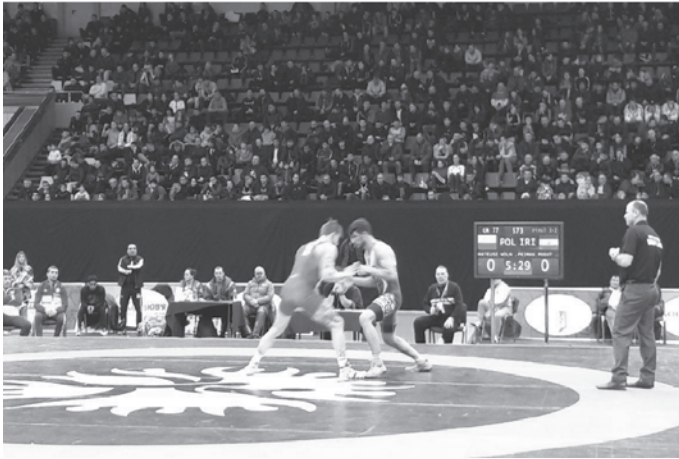
خود را در خراسان می‌داند [۴۰] و می‌خواهد
ترک اوطان کند و به خراسان رود و در
طبرستان، طبرستان خود را بجوید و مقصد
آمال خود را در آمل بیابد و یوسف گم‌کرده
را در گرگان پیدا کند [۴۱] و هنگامی که در
تبریز اقامت کرده و آن را گنجی می‌بیند از
شروان به گونه مار یاد می‌کند. [۴۲]

با اینکه از شروان آزرده‌خاطر است اما
پای‌بست مادر و وامانده پدر است [۴۳] و از
مسأله «بهر دل والدین بسته شروان شدن»
فراوان یاد می‌کند.

ادامه دارد

پانویس:

- [۱]. اسرار التوحید، محمد بن منور، ص ۲۹۴. چاپ امیرکبیر.
- [۲]. در باب او رجوع شود به تاریخ ادبیات در ایران، جلد اول، صفحه ۱۴۵، که از مقاله مرحوم اقبال در مجله مهر، سال دهم، نقل شده.
- [۳]. المسالك والممالک، همان کتاب، از همان منبع.
- [۴]. دیوان سید حسن غزنوی اشرف، چاپ استاد مدرس رضوی، انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۲۸، ص ۳۹.
- [۵]. رجوع شود به قسمت خاقانی در همین مقاله.
- [۶]. دیوان جمال‌الدین اصفهانی، چاپ ارمغان، ص ۴۱۹.
- [۷]. همان کتاب، ص ۴۰۹.
- [۸]. همان کتاب، ص ۴۰۰.
- [۹]. دیوان سعد سلمان، چاپ رشید یاسمی، انتشارات پیروز، ص ۴۹۳.
- [۱۰]. دیوان ناصر خسرو، از روی چاپ تقوی به مباشرت مهدی سهیلی، تهران، ص ۳۲۸.
- [۱۱]. همان، ص ۱۰۲.
- [۱۲]. همان، ص ۱۶۹.
- [۱۳]. همان، ص ۳۱۰.
- [۱۴]. همان، ص ۳۱۰.
- [۱۵]. همان، ص ۳۷۸.
- [۱۶]. همان، ص ۲۲۶.
- [۱۷]. شاید ارزیننی بر طبق بعضی نسخه‌های قدیم‌تر.
- [۱۸]. همان، ص ۴۰۳.
- [۱۹]. همان، ص ۴۲۹.
- [۲۰]. همان، ص ۸.
- [۲۱]. همان، ص ۸.
- [۲۲]. همان، ص ۲۵۳.
- [۲۳]. دیوان خاقانی شروانی، به تصحیح دکتر ضیاء‌الدین سجادی، انتشارات زوار، ص ۲.
- [۲۴]. همان، ص ۱۴.
- [۲۵]. همان، ص ۱۴.
- [۲۶]. همان، ص ۱۷۳.
- [۲۷]. همان، ص ۶۸.
- [۲۸]. همان، ص ۱۰۹.
- [۲۹]. همان، ص ۱۷۳.
- [۳۰]. همان، ص ۳۷۳.
- [۳۱]. همان، ص ۲۵۳.
- [۳۲]. همان، ص ۲۸۸.
- [۳۳]. همان، ص ۳۱۱.
- [۳۴]. همان، ص ۸۰۱.
- [۳۵]. همان، ص ۸۹۶.
- [۳۶]. همان، ص ۹۰۴.
- [۳۷]. همان، ص ۲۰۶.
- [۳۸]. همان، ص ۷۴۴.
- [۳۹]. همان، ص ۷۷۹.
- [۴۰]. همان، ص ۳۱۳.
- [۴۱]. همان، ص ۳۱۷.



نشان طلایی بر سینه پژمان پشتام کشتی گیر



تهیه و تنظیم: احمد آدم

وی در مبارزات وزن ۷۷ کیلوگرم و در دور نخست با نتیجه ۴ بر ۲ ویتالی کوچرنکو از اوکراین را مغلوب کرد و در دور بعد مقابل نورجان ندریاف از قزاقستان با نتیجه ۴ بر ۱ به پیروزی رسید و در دور سوم نیز با نتیجه ۴ بر ۲ حسن علی اف از آذربایجان دارنده مدال های طلا و برنز جهان (در اوزان ۶۰ و ۷۱ کیلوگرم) را شکست داد و راهی مرحله نیمه نهایی شد. پشتام در این مرحله مقابل کارپت چالیان قهرمان جوانان جهان و دارنده مدال برنز اروپا از ارمنستان با نتیجه ۲ بر یک به پیروزی رسید و به دیدار فینال راه یافت. پیش از این «کامران قاسم پور» در وزن ۸۶ کیلوگرم کشتی آزاد صاحب مدال طلا شد و «محمد متقی نیا» در وزن ۷۹ کیلوگرم آزاد برنز گرفت و و «رامین باستانی» و «فرشاد بلفکه» در اوزان ۵۵ و ۷۲ کیلوگرم کشتی فرنگی به مدال برنز رسیدند.

به گزارش ایرنا، رقابت های بین المللی کشتی آزاد و فرنگی جام کشتی گیران و مربیان اوکراین از تاریخ ۴ تا ۶ اسفندماه با حضور ۳۵ کشور جهان در سالن ورزشی اسپورت پالاس شهر کی یف اوکراین برگزار شد. در دیدار فینال وزن ۷۷ کیلوگرم، پشتام توانست «ماتئوس وولنی» از لهستان را ۴ بر ۱ شکست دهد و نخستین مدال طلای تیم کشتی فرنگی را در رقابت های بین المللی اوکراین کسب کند.

ناکامی ایران در المپیک زمستانی



ایران با چهار ورزشکار ۲ دختر و ۲ پسر در المپیک زمستانی پیونگ چانگ حضور یافت و در پایان ناکام ماند. سمانه بیرامی در دو مسابقه اسپرینت و ده کیلومتر استقامت شرکت کرد که در رقابت های اسپرینت در بین ۶۸ شرکت کننده آخرین نفر شد و و بخت حضور در مسابقه ۱۰ کیلومتر را از دست داد. ستار صید با تجربه ترین اسکی باز ایران با سابقه سه بار حضور در المپیک زمستانی در رشته اسپرینت هفتاد و هفتم شد و از رسیدن به مرحله بعدی باز ماند. وی ۱۵ کیلومتر استقامت در میان ۱۱۹ شرکت کننده در مکان ۹۱ قرار گرفت. فروغ عباسی دختر اسکی باز حرفه ای در رشته آلپاین در ایران در ماریبیچ کوچک با رکورد ۲ دقیقه و چهار ثانیه و ۶ صدم ثانیه در مکان ۴۹ قرار گرفت. محمد کیا دربند سری در ماریبیچ بزرگ در مکان ۵۸ و در ماریبیچ کوچک رتبه سی و چهارم را به دست آورد.

تیم ملی سابر ایران نایب قهرمان شد

تیم ملی سابر ایران که با شکست مجارستان فینالیست رقابت های جهانی لهستان شده بود در دیدار نهایی مقابل کره جنوبی به میدان رفت و ۳۱ بر ۴۵ مقابل این تیم نتیجه را واگذار کرد و به مقام نایب قهرمانی رسید. در دیدار رده بندی نیز تیم ملی مجارستان توانست حریف خود روسیه را شکست بدهد و به مقام سوم برسد.





انتقادات تند رسول خادم به مسئولین

محرومیت علیرضا کریمی و مربی‌اش از سوی اتحادیه جهانی کشتی به خاطر فرار از رویارویی با نماینده اسرائیل، باعث شد که رسول خادم رئیس فدراسیون کشتی ایران به انتقاد از مسئولین ایران بپردازد. او در گفتگو با خبرنگاری‌ها گفت: «اگر سیاست کشور بر به رسمیت نشناختن اسرائیل و عدم مبارزه با ورزشکاران اسرائیلی است، پس پنهانی به حریف قبلی باختن و برای تهیه گواهی بیماری، به درمانگاه‌ها و پزشکان خارج از کشور مراجعه کردن، چه معنایی دارد؟ اگر قرار است عدم رویارویی با ورزشکاران اسرائیل اصل باشد، پس چرا باید زمین و آسمان را به هم دوخت و هر آنچه داشت هزینه کرد تا بتوان با توجیه چرایی موضوع عدم رویارویی با نماینده اسرائیل، از تعلیق گریخت؟

خادم که خود دارای دو نشان طلای جهانی و یک طلای المپیک است، گفت: از تیر ۹۷ تا مهر ۹۷، هشت مسابقه جهانی از نوجوانان تا بزرگسالان آزاد و فرنگی داریم. در تمامی این مسابقات اسرائیل حضور دارد. حتماً باید زبان را گاز گرفت؟ چه می‌شود کرد قرعه است دیگر!

او هشدار داد که پس از ماجرای کریمی در لهستان، دیگر نمی‌توانیم گواهی پزشک تهیه کنیم. دیگر نمی‌توانیم به حریف پیشین ببازیم. «باید با رفتاری صادقانه، در مواجهه با حریف اسرائیل براساس سیاست‌های ابلاغی کشورمان

رسماً از رویارویی با آنها خودداری ورزیم و صادقانه تبعات ناشی از آن را بپذیریم.

او همچنین گفت: گمان می‌کنیم با هیس گفتن و از یک رویداد تا رویداد بعدی سکوت کردن، در حال مدیریت هستیم. هشت مسابقه جهانی در پیش داریم، هشت بار قرعه کشی، هیچ «سحری» هم بلد نیستیم تا قرعه‌ها را تغییر دهیم. اگر توان مردانه ایستادن پای اعتقادات و تصمیمات‌تان را ندارید، حداقل آزادگی کنید و پای کشتی‌گیر و مربی‌اش بایستید. بگذارید بدون منت کشی از دیگران، با حفظ عزت، صادقانه تعلیق شویم!



زهرا نعمتی

نامزد دریافت جایزه

روز جهانی زن شد

به گزارش خبرنگاری‌ها به نقل از کمیته بین‌المللی پارالمپیک، این کمیته به مناسبت روز جهانی زن اقدام به معرفی ۵ نامزد برای دریافت جایزه ویژه کرده است. این جایزه قرار است روز ۸ مارس (۱۷ اسفند) و یک روز قبل از افتتاحیه بازی‌های پارالمپیک زمستانی ۲۰۱۸ به فرد منتخب داده شود. در میان نام ۵ زنی که به عنوان نامزدهای دریافت این جایزه معرفی شده‌اند، نام زهرا نعمتی، بانوی پرافتخار کشورمان نیز دیده می‌شود. نعمتی به عنوان یکی از پارالمپین‌های باافتخار سابقه کسب دو طلا، یک نقره و یک برنز در پارالمپیک‌های ۲۰۱۲ و ۲۰۱۶، یک طلا و یک نقره در بازی‌های آسیایی ۲۰۱۰ و ۲۰۱۴ و چندین مدال دیگر در رقابت‌های جهانی را دارد. او همچنین پرچمدار کاروان ایران در المپیک ۲۰۱۶ ریو بود. در لیست پنج نفره کمیته بین‌المللی پارالمپیک علاوه بر نعمتی نام «استر ورگیو» تنیس باز ۳۶ ساله از هلند، دکتر «حیات خطاب» رئیس کمیته پارالمپیک مصر، «مینا مجتهدی» رئیس ایرانی‌الاصل کمیته پارالمپیک فنلاند و «سارا استوری» رکابزن معلول ۴۰ ساله اهل بریتانیا و دارنده ۱۶ مدال پارالمپیک دیده می‌شود.