



۹۵ درصد درمان اعتیاد از طریق روان درمانی است

رئیس انجمن روانپزشکان آذربایجان شرقی معتقد است در ۹۵ درصد مواقع درمان اعتیاد روان درمانی است و تنها ۵درصد آن دارو درمانی است.

نگاه نو

به بیماران روانی برچسب نزنید

نورشیر- گروه سلامت:
بیماری‌های روانی مانند هر بیماری دیگری نیاز به درمان دارد؛ اما این درمان در جامعه ما با موجی از اکراه روبه‌رو است. اشتیاق نداشتن مردم برای مراجعه به روانپزشکان، ریشه در نگرش منفی افراد جامعه نسبت به بیماری‌های روانی دارد. این نگرش می‌تواند به بهانه یک موضوع ساده مانند خواب‌آور بودن داروها یا ناشی از هراس برای انگ بیمار روانی خوردن باشد و این درحالی است که گفته می‌شود حدود ۲۴ درصد ایرانی‌ها بیماری‌های روانی را در طول عمر خود تجربه کرده‌اند. اگر اقدام جدی برای درمان آن نشود این بیماری روزبه‌روز جدی‌تر و با عوارض بیشتری همراه خواهد بود. برای اطلاع از روش‌های درمانی جدید و ضرورت استفاده از دارو برای مبتلایان به مشکلات روانی با دکتر امیر شعبانی، متخصص روانپزشکی به گفت‌وگو نشستیم.

● **یکی از روش‌های درمان روانپزشکی که مردم از آن واهمه دارند، الکتروشوک است؛ این ابزار درمانی چیست و چرا با چنین ترسی همراه است؟**

الکتروشوک عبارت است از قراردادن دو الکتrod بر روی سر و انتشار یک جریان الکتریکی درون مغز که به بروز تغییرات شیمیایی در مغز منجر می‌شود و بهبودی بیمار روانی را میسر می‌سازد. درباره این روش درمانی نگرش‌های منفی زیادی وجود دارد. ناراضیاتی مردم و ترس آنان از الکتروشوک به تاریخچه استفاده از این وسیله در گذشته برمی‌گردد. در ابتدای پیدایش الکتروشوک، بیماران روانی را بدون بی‌هوشی و از طریق برق دچار تشنج می‌کردند که حالت بسیار ناخوشایندی را برای آنان به وجود می‌آورد. از طرف دیگر سوءاستفاده از شوک الکتریکی برای انگ زدن به زندانیان و قلمداد کردن آنان به عنوان بیماری روانی در آن زمان رواج یافت و باعث شد که الکتروشوک به‌عنوان یک وسیله تهاجمی در بین مردم شناخته شود و ترس و واهمه آنان را از این وسیله درمانی به دنبال داشته باشد.

یکی دیگر از رخداد‌های مهمی که الکتروشوک را در بین اذهان جهانیان مخدوش کرد، فیلم‌هایی مانند «یوانه از قفس پرید» بود. این فیلم که در سال ۱۹۷۵ با نام اصلی «پرواز بر فراز آشنایانه فاخته» ساخته شد، نشان می‌داد که با بیماران روانی چه رفتار خشونت‌آمیزی می‌شود تا جایی که حتی برای تنبیه آنان از شوک‌های الکتریکی استفاده می‌شود. این فیلم به صورت خاطره‌ای بد در ذهن مردم باقی ماند و این‌گونه شیوه‌های درمانی روانپزشکی را زیر سؤال برده‌است.

● **آیا درمان با الکتروشوک با عوارض همراه است؟**

امروزه الکتروشوک در زمره مؤثرترین درمان‌های روانپزشکی قرار دارد که عوارض آن نسبت به گذشته خیلی کمتر شده چون با روش‌های بسیار پیشرفته‌تری انجام می‌شود. درحال حاضر برای شوک الکتریکی، بیماران را بی‌هوش می‌کنند تا متحمل درد ناشی از شوک نشوند. عارضه‌ای که این شیوه درمان ممکن است برای بگذار، اختلال حافظه کوتاهمدت برای زمان کوتاه است.

● **استفاده از الکتروشوک برای چه بیمارانی توصیه می‌شود؟**

الکتروشوک برای بیمارانی که عوارض مصرف دارو را تحمل

زندگی سالم

تأثیر منفی تلفن‌همراه بر جنین

نورشیر- گروه ترجمه:
تلفن‌همراه برای نوزادان آینده مضر بوده و می‌تواند اثرات جبران‌ناپذیری روی آنها بگذارد. در همین خصوص پزشکان آمریکایی به زنان باردار توصیه می‌کنند تلفن همراهشان را دور از خود نگه دارند. مطالعات آنها نشان می‌دهد، اشعه تلفن همراه ممکن است برای جنین خطرناک باشد. به گفته دانشمندان دانشکده پزشکی «پل»، اشعه تلفن‌همراه بر رشد مغز جنین تأثیر می‌گذارد و می‌تواند بیش‌فعالی کودکان را در پی داشته باشد. دکتر «هیسو تیلور» می‌گوید: ما اثر تلفن همراه را روی موش‌های باردار مشاهده کردیم. برای این منظور تلفن‌های همراه را در مجاورت موش‌ها قرار دادیم. محققان در تیمی از موارد گوشی‌های روشن و در تیمی دیگر آنها را خاموش نگه داشتند. بررسی‌های انجام‌گرفته روی موش‌های متولدشده نشان داد: آنهایی که در معرض اشعه تلفن همراه قرار داشتند حافظه ضعیف‌تری داشته و بیش‌فعال بوده‌اند. براساس مطالعات انجام‌شده تلفن‌همراه روی زنان باردار و نوزادانشان تأثیرگذار است.

با توجه به این بررسی محققان به بیماران توصیه می‌کنند تلفن‌های همراه و سایر دستگاه‌های الکترونیکی را از خود دور نگه دارند. این در حالی است که در سال ۲۰۱۱ نیز سازمان جهانی سلامت و بهداشت اعلام کرده بود تلفن همراه می‌تواند منجر به بروز سرطان شود.

زیر ذره‌بین

تنبیه بدنی خطر ابتلا به سرطان را بیشتر می‌کند



پزشکان انگلیسی در یک مطالعه جدید هشدار دادند کودکانی که مورد تنبیه و آزار جسمی قرار می‌گیرند در سنین بالاتر بیشتر در معرض خطر ابتلا به انواع سرطان‌ها، بیماری‌های قلبی یا اسهم قرار دارند. به گزارش ایسنا، دکتر میشل هابلند از متخصصان دانشکده روانشناسی دانشگاه پلی‌موت که سرپرستی این مطالعه را برعهده داشته، اظهار کرد: کتک‌زدن کودکان یا فریادکشیدن بر سر آنها می‌تواند موجب بروز تغییرات بیولوژیکی در بدن کودکان شود و این تغییرات نیز به نوبه خود می‌تواند زمینه‌ساز ابتلای کودک به بیماری‌های جدی و خطرناک در سنین بالاتر شود. این متخصصان انگلیسی از ۲۵۰۰ فرد بالغ و سالم در عربستان درباره کودکی‌شان سؤالاتی پرسیدند و پاسخ‌های این افراد را با وضعیت سلامت آنها در دوران بزرگسالی مقایسه کردند. این مطالعه که شرح آن در مجله طب رفتاری به چاپ رسیده، نشان داد در مقایسه با افراد سالم اشخاصی که به سرطان مبتلا شده بودند ۷۰ درصد بیشتر در کودکی از والدین خود کتک خورده بودند. همچنین این بررسی تأیید کرد افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی و اسهم نیز در دوران کودکی به ترتیب ۳۰ و ۶۰ درصد بیشتر تنبیه بدنی شده بودند.

نمی‌کنند، به کار گرفته می‌شود. این شیوه همچنین برای افراد مسنی که به‌دلیل مسائل ارگانیک یا مصرف حجم بالای سایر داروها، امکان مصرف داروهای جدید برایشان میسر نیست، مناسب است.
از طرفی برای بیمارانی که در وضعیت اورژانسی روانپزشکی قرار می‌گیرند و درصدد آسیب رساندن به خود و دیگران هستند نیز از شوک الکتریکی استفاده می‌شود. در خانم‌های باردار نیز که در سه ماهه نخست بارداری قادر به مصرف دارو نیستند، از این شیوه استفاده می‌شود. همچنین در افرادی که به‌دلیل مسائل حاد روانی از غذا خوردن امتناع می‌کنند و همکاری با پزشک ندارند، الکتروشوک می‌تواند مؤثر باشد. به‌طور کلی شوک الکتریکی برای درمان بیماری‌هایی مانند افسردگی، اختلال دوقطبی، اسکیزوفرنیا، کاتاتونیا و اختلالات دیگر استفاده می‌شود. باید گفت سریع‌ترین اثر درمانی که در روانپزشکی وجود دارد، به وسیله الکتروشوک است که هیچ‌گونه منع مطلقى برای استفاده از این وسیله برای بیماران وجود ندارد اما باید در نظر داشت که این شیوه درمان از عود بیماری پیشگیری نمی‌کند.

● **یکی دیگر از مسائلی که مردم را از درمان‌های روانپزشکی دور می‌کند، تمایل نداشتن آنها به مصرف داروهای مرتبط با روان است، چرا چنین تصویری وجود دارد؟**
بسیاری از مردم فکر می‌کنند داروهای اعصاب اعتیادآورند. این تصور نادرست ممکن است به دلیل سوءمصرف گروهی از این داروها توسط برخی از افراد معتن به وجود آمده باشد. دسته خاصی از داروهای روانپزشکی که در آنها احتمال سوءمصرف وجود دارد، بنزو دیازپین‌هاست که شامل داروهایی مانند لورازپام، دیازپام، کلونازپام و آلپرازولام است. این داروها در صورت مصرف طولانی و بی‌رویه و بدون نسخه پزشکی می‌تواند



باعث وابستگی شود. البته این موضوع به منزله آن نیست که مصرف این‌گونه داروها خطرناک باشد، بلکه لازم است زیر نظر پزشک معالج و با دوز مناسب و مدت کافی مصرف شود تا اثربخشی مفیدی برای درمان بیماری داشته باشد.

● **به جز نگرش منفی ترس از اعتیاد، چه عوامل دیگری**

مانع از مصرف داروهای روانپزشکی می‌شود؟

یکی دیگر از نگرش‌های منفی به درمان‌های روانپزشکی، وجود این تصور است که جوانان نباید از داروهای روانپزشکی استفاده کنند و در این‌باره گفته می‌شود که چون هنوز خیلی جوان است، زود است که از این داروها مصرف کند؛ این در صورتی است که بیماری‌های روانپزشکی معمولاً جوانان را درگیر می‌کند و افرادی که سالمند هستند و تا سن سالمندی مشکل روانی پیدا نکرده‌اند، بعید است که در این سن برای نخستین‌بار مشکلات روانپزشکی بر آنها عارض شود؛ مگر آنکه بیماری‌های مغزی از قبیل آلزایمر، سکتة مغزی یا تومور مغزی پیدا کنند، چنین تصویری مانع از درمان بیماری‌های روانی جوانان شده و منجر به این می‌شود که آنها فرصت‌های زندگی خود را از دست دهند و نتوانند از زندگی طبیعی مانند تحصیل، شغل و ازدواج برخوردار باشند و زندگی آنها به تباهی کشیده شود.

● **وجود این تصور که داروهای روانپزشکی نیاز به مصرف طولانی دارد، یکی دیگر از نگرش‌های منفی مردم به درمان‌های روانی است.**

برخی از بیماری‌های روانی در زمان کوتاهی درمان می‌شود که نیاز به مصرف دارو به مدت طولانی نیست؛ ولی درمان برخی دیگر از بیماری‌ها ممکن است چند ماه به طول بینجامد که در این صورت بیماران باید بعد از بهبودی نیز مصرف دارویشان را ادامه دهند تا بیماری عود نکند و باید بگویم از این نظر داروهای

روانپزشکی با سایر بیماری‌هایی که مصرف مرتب دارو برای آنها ضروری است، مانند ازدیاد فشارخون، تفاوتی ندارد.

● **واهمه مردم از عوارض داروهای روانپزشکی، یکی دیگر از نگرش‌های منفی آنها نسبت به درمان‌های روانی است، عوارض این داروها تا چه حد است؟**

بسیاری از داروها دارای عوارض هستند و این عارضه تنها متعلق به داروهای روانپزشکی نیست. به عنوان مثال مصرف طولانی داروی ضدفشار خون ممکن است منجر به افسردگی شود، ولی نمی‌توان برای جلوگیری از چنین عارضه‌ای از مصرف آن خودداری کرد. درمان‌های روانپزشکی نیز به همین ترتیب است و به‌ویژه برای درمان بیماری‌های حاد روانی مانند اسکیزوفرنیا، نمی‌توان مصرف دارو را به خاطر عوارض آن قطع کرد چون زندگی فرد مختل می‌شود. لازم به یادآوری است که در بیشتر موارد، عوارض داروهای روانپزشکی خفیف، گذرا یا به‌احتی قابل درمان است.

● **به نظر می‌رسد خواب‌آور بودن داروها نیز می‌تواند مانع دیگری برای مراجعه مردم به روانپزشک باشد.**

خواب‌آور بودن برخی از داروهای روانپزشکی مربوط به سابقه این‌گونه داروها در گذشته است که غالباً خواب‌آور بودند و امروزه نیز برخی از این داروها این ویژگی را دارد. اما برخی از داروهای روانپزشکی دارای عارضه بی‌خوابی هستند و بنابراین نمی‌توان حکم کلی برای این داروها صادر کرد. مهم آن است که پزشک معالج معایب داروها را بسجد و بهترین تصمیم را برای تجویز بگیرد.

● **امتناع از حضور در مراکز روانپزشکی به دلیل ترس از انگ روانی خوردن، وجود دارد. برای رفع این مشکل چه اقداماتی ضروری است؟**

در این زمینه تصمیمات مهمی در کشور گرفته شده از آن‌جمله که صدور مجوز احداث بیمارستان تک تخصصی روانپزشکی، ممنوع شده و قرار بر این شده است که بخش روانپزشکی در داخل یک بیمارستان عمومی احداث شود و همچنین به بیمارستان‌هایی مجوز ساخت داده شود که حتما دارای یک بخش روانپزشکی باشد.

● **برای زوددن انگ در جامعه چه اقداماتی می‌توان انجام داد؟**

به‌نظر من بخش مهمی از مسئولیت این کار برعهده رسانه‌های گروهی است که سعی کنند بار منفی را از روی کلمات مربوط به مشکلات روانی بردارند. استفاده از کلماتی مانند دیوانه، مجنون، روانی ... برای تحقیر یا شوخی کردن، جنبه‌های منفی زیادی را به همراه دارد که مهم‌ترین آن خودداری مردم از مراجعه به مراکز درمان روان است. از طرف دیگر خطاب کردن برخی از بیماران با عنوان موجی نیز کار درستی نیست؛ لازم به یادآوری است که هر آسیب روانی ناشی از صدمات جنسی، لزوماً به علت موج‌گرفتگی نیست بلکه می‌تواند ناشی از عوامل دیگری مانند مشاهده صحنه‌های دلخراش، احساس خطر کردن یا اتفاقات ناخوشایند دیگر باشد که این نوع اختلال با نام استرس پس از سانحه (PTSD) شناخته می‌شود و بنابراین اطلاق نام موجی بر این‌گونه بیماران نه مبنای درستی دارد و نه شایسته افرادی است که در جنگ دچار آسیب‌های روانی شده‌اند.

پیاده‌روی بر طول عمر می‌افزاید

نورشیر- گروه ترجمه:
محققان آمریکایی دریافته‌اند پیاده‌روی روزانه یک ساعت، در افراد چاق، ۴/۵ سال به عمر انسان می‌افزاید. تیم پزشکی انستیتوی ملی سرطان آمریکا اطلاعات سلامتی ۶۵۰ هزار آمریکایی بالای ۴۰ سال را در ۱۰سال اخیر مورد بررسی قرار داده است. به گزارش خبرگزاری «یانووپستی» در این ۱۰ سال حدود ۸۲ هزار نفر بر اثر کپولت سن و بیماری جان خود را از دست داده‌اند. دانشمندان معتقدند حتی دوره‌های نسبتاً کوتاه فعالیت‌های فیزیکی نیز به طول عمر انسان می‌افزاید. تحقیقات انجام‌شده نشان می‌دهد افرادی که حتی یکبار پیاده‌روی تند ۷۵ دقیقه‌ای در هفته داشته‌اند در مقایسه با افرادی که هیچ فعالیت ورزشی نداشت ۱/۸ سال بیشتر عمر می‌کنند. بر اساس این تحقیقات بیشترین طول عمر را کسانی داشته‌اند که در هفته حداقل به ۷/۵ ساعت ورزش و فعالیت حرکتی می‌پرداختند، به‌طوری که امید زندگی در آنها ۴/۵ سال بیش از سایرین بوده است. این آمار در افراد چاق نیز نتیجه مشابهی داشته است. دانشمندان لاغری را شاخصه سلامتی نمی‌دانند. به‌طوری که بررسی‌ها روی جامعه آماری نشان می‌دهد افراد لاغر که فعالیت فیزیکی نداشتند ۳ سال کمتر از افراد چاق که فعالیت بدنی و ورزشی داشتند، عمر می‌کردند. دانشمندان دانشگاه‌های «لستر» و «وات برو» به تازگی اعلام کرده‌اند ورزش به سلامتی جسمی افراد کم‌تحرك کمک نمی‌کند، از این رو پزشکان برای رسیدن به سلامت جسمی فعالیت فیزیکی روزانه را توصیه می‌کنند.

دیابت موجب ناشنوایی می‌شود



محققان ژاپنی با اشاره به اینکه دیابت فقط موجب نابینایی و قطع ضو نمی‌شود، هشدار دادند که این بیماری یکی از عوامل بروز ناشنوایی است. به گزارش مهر، دانش‌پژوهان دریافته‌اند بیماران مبتلا به دیابت بیش از آنهایی که دیابت ندارند به مشکلات شنوایی مبتلا می‌شوند. این محققان خاطرنشان کردند تأثیر دیابت در بروز ناشنوایی مستقل از سن و محیط پرسروصدا انجام شده است. تعداد افراد مبتلا به مشکلات شنوایی از ۱۹۹۵ تا ۲۰۰۴ دو برابر شده است. دکتر چیکا هوریکاوا

مجری این تحقیقات گفت: ارتباط بین ناشنوایی با دیابت بحث‌انگیز است، اما اعتقاد بر این است که در طول زمان گلوکز بالای خون می‌تواند به عروق ناحیه stria vascularis گوش آسیب‌زده و توانایی شنیدن را کاهش دهد. وی افزود: در بررسی‌هایمان دیدیم افراد مبتلا به دیابت دو برابر بیشتر از آنهایی که دیابت نداشتند دچار ناشنوایی شده بودند. براساس آمار ارائه‌شده از سوی سازمان بهداشت جهانی، ۳۶۶ میلیون نفر در جهان دیابت دارند و ۸۰ درصد از مرگ و میر بیماران دیابتی درکشورهای درحال توسعه اتفاق می‌افتد. در ایران نیز شیوع دیابت ۵/۹ درصد است که در دوسال اخیر حدود ۴۰۰هزار نفر در این زمینه غربالگری شده‌اند. برنامه غربالگری دیابت در مراکز بهداشت کشور و به خصوص در شهرهای بزرگ در حال انجام است.

تشدید عفونت گوش میانی کودکان در سرما



یک متخصص گوش و حلق و بینی گفت: در فصل زمستان و با سرد شدن هوا عفونت گوش میانی شایع می‌شود. یکی از دلایل اصلی این بیماری سرماخوردگی در کودکان و دانش‌آموزانی است که به مدرسه می‌روند. سرماخوردگی از راه تنفس به دیگران منتقل شده و مقدمه ایجاد عفونت می‌شود. دکتر مظفر سرافراز در گفت‌وگو با ایسنا، اظهار کرد: به دلیل اینکه سیستم ایمنی کودکان رشد کافی ندارد، ابتلای آنها به عفونت زیاد است. در کودکان این بیماری با علائم چرک در گوش میانی، گرفتگی و درد گوش‌ها، کاهش شنوایی همراه است. کودکانی که هنوز به سن تکلم نرسیده‌اند، تب مختصر و بی‌قراری نشان می‌دهند. وی افزود: در مواقعی آن قدر عفونت پیشرفت می‌کند که ترشح همراه با خون از گوش بیرون می‌آید. مشکل دیگر پارگی پرده گوش است که البته در اغلب موارد خود به خود بهبود می‌یابد. پارگی پرده گوش مشکلی است که در بیشتر کودکان مراجعه‌کننده دیده می‌شود. سرافراز تصریح کرد: اگر عفونت شدت یابد، می‌تواند موجب عفونت پشت گوش شود که چیزی مانند دمل کنار گوش ایجاد می‌شود. از گوش میانی عصب بسپار مهم صورتی عبور می‌کند که چرک موجود در گوش می‌تواند در این عصب مشکل ایجاد کرده و فرد دچار فلج صورت شود.

جامعه

هزار توی سلامتی

گریه برای سلامتی مفید است

نورشیر- گروه ترجمه:
محققان دانشگاه «مینه‌سوتا» دریافته‌اند گریه کردن به بهبود و ارتقای سطح سلامت افراد کمک می‌کند. در این مطالعه محققان دریافتند که ۸۸/۸درصد افراد پس از گریه احساس بهتری دارند. به گزارش «The Times of Indee» گریه احساس تنش و خشم را کاهش می‌دهد. بنابر اظهارات پزشکان، بسیاری از افراد به‌خصوص مردان و پسران اغلب احساسات خود را کنترل می‌کنند و جلوی گریه خود را می‌گیرند؛ زیرا آن را نشانه ضعف می‌دانند، در صورتی که پزشکان گریه را دفاع طبیعی بدن به حساب می‌آورند که به کاهش احساس درد و از بین بردن استرس کمک شایانی می‌کند. آنها معتقدند، خودداری از گریه بسیار مضر است، زیرا در این صورت فرد احساسات منفی خود را خفه کرده و در خود جمع می‌کند که سبب شده از لحاظ احساسی ناپایدار شده و مستعد ابتلا به تحریک خشم شود. در زنان گریه از انباشته شدن استرس و تنش می‌کاهد. «ویلیام فری» نویسنده این مطلب می‌گوید: مواد شیمیایی که در هنگام استرس عاطفی سطح آن در بدن افزایش می‌یابد، در زمان گریه به همراه اشک‌ها دفع می‌شود. او می‌افزاید: اگر احساسات منفی تخلیه نشود خطر حمله قلبی و بروز مشکل در بخشی از مغز افزایش می‌یابد. به گفته وی اشک حاوی هورمون «تیروکالتین» است که به کاهش استرس عاطفی و تقویت سیستم ایمنی بدن کمک می‌کند. فری معتقد است: خانم‌ها دارای پرولاکتین بیشتری نسبت به آقایان هستند که این هورمون در هنگام بارداری افزایش یافته و به بیشترین حد خود می‌رسد. حالا مشخص شده است که چرا زن‌ها در زمان بارداری اشک ریختن را دوست دارند. هنگامی که شخص گریه می‌کند، تنفس او عمیق‌تر می‌شود که این امر یکی از دلایل کاهش استرس محسوب می‌شود. واقعیت این است که تنفس عمیق، سطح کورتیزول یا همان هورمون استرس را کاهش می‌دهد. در عین حال پزشکان معتقدند گریه بدون دلیل و بیش از حد به هیچ‌وجه توصیه نمی‌شود.

نقش تغذیه در کاهش افسردگی



گروهی از متخصصان علوم پزشکی استرالیا نخستین مطالعه بالینی جهان را با هدف ارزیابی تأثیر تغذیه مناسب در بهبود افراد مبتلا به افسردگی حد آغاز کرده‌اند. به گزارش ایسنا، دکتر فلیس جاکا از کارشناسان اصلی این گروه تخصصی اعلام کرد: در این مطالعه به شکل خاص تأثیر رژیم غذایی مدیترانه و رژیم غذایی گوشت قرمز روی شدت و ضعف علائم افسردگی بررسی خواهد شد. جاکا تأکید کرد: براساس اطلاعات قبلی به نظر می‌رسد کیفیت نوع رژیم غذایی با خطر بروز علائم افسردگی و اضطراب مرتبط است. به گزارش سیدنی مورنینگ هرالد، وی افزود: اما در این مرحله سؤال متفاوتی وجود دارد. پرسش این است آیا فردی که هم‌اکنون به افسردگی مبتلاست می‌تواند با انتخاب یک رژیم غذایی مناسب و بهبود شرایط تغذیه‌ای به بهبود حال خود کمک کند؟ به بیان دیگر آیا با تغییر در رژیم غذایی می‌توان به کاهش و تسکین علائم افسردگی کمک کرد؟ متخصصان دانشگاه دیکین، بیمارستان سنت وینسنت و انستیتو سلامت بارون برای انجام این آزمایشات ۲۰۰ داوطلب را از «ملبورن» و «جی لانگ» انتخاب کرده‌اند. جاکا اظهار کرد: رژیم غذایی مدیترانه‌ای الی الگو بسیار سالم و سرشار از میوه‌ها و سبزی‌ها، ماهی و غلات سبوس‌دار است اما بررسی‌های ما نشان داده که گوشت قرمز نیز ممکن است در این زمینه حائز اهمیت باشد.

کشف ژن عامل سرطان خون

گروهی از محققان بین‌المللی به سرپرستی بیمارستان تحقیقات کودکان سنت‌جود آمریکا و با همکاری یک محقق ایرانی با تعیین توالی ژنوم کودکان مبتلا به سرطان خون موفق به شناسایی ژن همجوشی شده‌اند که مسئول بروز ۳۰ درصد زیرمجموعه نادر سرطان خون کودکان (لوسمی) است. به گزارش مهر، این یافته‌ها می‌تواند روند درمان لوسمی حاد مگاکاریوبلاستیک کودکان AMKL را متحول کند. AMKL حدود ۱۰ درصد لوسمی ملیوئید حاد کودکان AMKL را تشکیل می‌دهند. این کشف می‌تواند راه را برای پیشرفت درمان این سرطان هموار کند. این پژوهشگران کروموزوم ۱۶ را که تکه‌هایی از دو ژن و زمینه‌سازی تولید یک پروتئین غیرطبیعی را دارد، بررسی کردند. این پروتئین همجوشی که از یکسو در انتهای جلویی نوعی پروتئین خون موسوم به CBFa۲۳ و پشت پروتئین دیگری موسوم به GLIS۲ قرار دارد که به‌طور طبیعی فقط در کلیه تولید می‌شود. این تحقیقات نشان می‌دهد مجموعه‌ای از مدل‌های آزمایشگاهی پروتئین GLIS۲-CBFa۲۳ ژنی را روشن می‌کند که موجب می‌شود سلول‌های خونی نابالغ مدت زمان بیشتری پس از مرگ سلول‌های سالم تقسیم شوند. این تغییر به‌طور مستقیم به سرطان خون کمک می‌کند. به گفته دانشمندان بیمارارن مبتلا به AMKL با این ژن همجوشی، بیشتر در خط نبرد موفقیت درمان هستند. محققان ۴۰ بیمار مبتلا به AMKL که مدت طولانی‌تری زنده مانده‌اند و در چندین مرکز پزشکی در سراسر جهان درمان می‌شدند، مورد بررسی قرار داده و دریافتند ۲۸ درصد آنها دارای ژن همجوشی هستند مدت زمان بیشتری زنده می‌مانند این درحالی است که ۴۲ درصد آنها‌یی که این ژن را نداشتند از عمر طولانی‌تری برخوردار شدند.