روزنامه صبح ایران
ابتکار
روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی صبح ایران
صاحب امتیاز و مدیر مسئول:
محمدعلی وکیلی
دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی
نرسیده به بیمارستان مهر، پلاک ۶۶، طبقه دوم
تلفن: ۸۸۹۷۵۷۱۰-۸۸۹۹۴۶۰۹
فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۰۴۰۴۰۰۰
ebtekarnews@gmail.com
سازمان آگهی ها:
بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان شمالی، ساختمان فربد، پلاک ۲۵۸، واحد یک
۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷
سازمان شهرستان‌ها: ۸۸۲۶۳۶۹۶-۰۹۱۲۲۷۱۷۵۰۳
توزیع: شرکت نشرگسترامروز - ۶۱۹۳۳۰۰۰
چاپ: ریحان / ۳-۶۵۵۸۶۸۰۱
چهارشنبه / ۱۷ خرداد ۱۴۰۲ / شماره ۵۳۸۳
۱۸ ذی‌القعده ۱۴۴۴ - ۷ ژوئن ۲۰۲۳
سال نوزدهم / ۱۲ صفحه

سبک زندگی

تحرک پس از جراحی مفید یا خطرناک است؟

پژوهشی که توسط کلینیک کلیولند در اوهایو آمریکا انجام شد، میزان بهبودی پس از عمل جراحی را ارزیابی کرد؛ محققان دریافتند، برای بیمارانی که تحت عمل جراحی بزرگ انتخابی قرار می‌گیرند، هر ۴ دقیقه حرکت در هر ساعت کنترل شده با عوارض بعد از عمل ارتباط معکوس دارد و با زمان کوتاهتر بستری شدن در بیمارستان مرتبط است.

میزان مرگ‌ومیر پس از عمل جراحی در عرض ۳۰ روز حدود یک تا ۲درصد و عوارض عمده حدود ۱۰ برابر بیشتر از مرگ‌ومیر است. یکی از رویکردهای پیشرو برای بهبودی پس از جراحی، وادار کردن بیمار به تحرک با پروتکل‌های تسریع بهبودی پس از جراحی برای ارتقاء بهبود، تسریع در بهبود و کاهش عوارض پس از عمل طراحی شده است. در حالی که این پروتکل‌ها بر اساس نظر متخصص هستند، شواهد مستند کمی وجود دارد که تحرک در محدوده این پروتکل‌ها نتایج پس از عمل را بهبود می‌بخشد و محققان را به بررسی دقیق‌تر ترغیب می‌کند.

با استفاده از داده‌های گذشته‌نگر از چندین مکان مراقبت‌های بهداشتی، ۸۶۵۳ بیمار که معیارهای لازم را داشتند مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند تا چگونگی ارتباط تحرک با عوارض مشاهده شود. این تحقیق به‌دنبال عوارض، مدت اقامت در بیمارستان، نمرات تجمعی درد و میزان بستری مجدد ۳۰ روزه بود.

زمان تحرک در ۴۸ ساعت اول به‌طور کلی میانگین، ۳.۹ دقیقه در ساعت بود. تحرک در بیمارانی که فوت کردند یا عوارض عمده (آسیب میوکارد، انسداد روده، سکته مغزی، ترومبوآمبولی وریدی یا عوارض ریوی) را تجربه کردند، کمتر از ۳.۲ دقیقه در ساعت بود، در مقایسه با ۴.۱ دقیقه در ساعت در بیمارانی که تحرک نداشتند.

افزایش توانایی تحرک با کاهش عوارض و کاهش مدت بستری در بیمارستان همراه بود. هیچ ارتباطی بین نمرات تحرک و درد یا میزان بستری مجدد ۳۰ روزه مشاهده نشد.

در حالی که نتایج برای بیماران با افزایش تحرک مطلوب‌تر بود اما شانس بسیار واقعی وجود دارد که داده‌ها به‌جای داشتن هر گونه علت بهبودی مستقیم، تحرک را به‌عنوان یک نشانه خطر برای عوارض نشان دهند. احتمال دیگر این است که اثرات عوارضی که شاید هنوز تشخیص داده نشده باشد، می‌تواند انرژی و تحرک بیمار را در ۴۸ ساعت اول کاهش دهد.

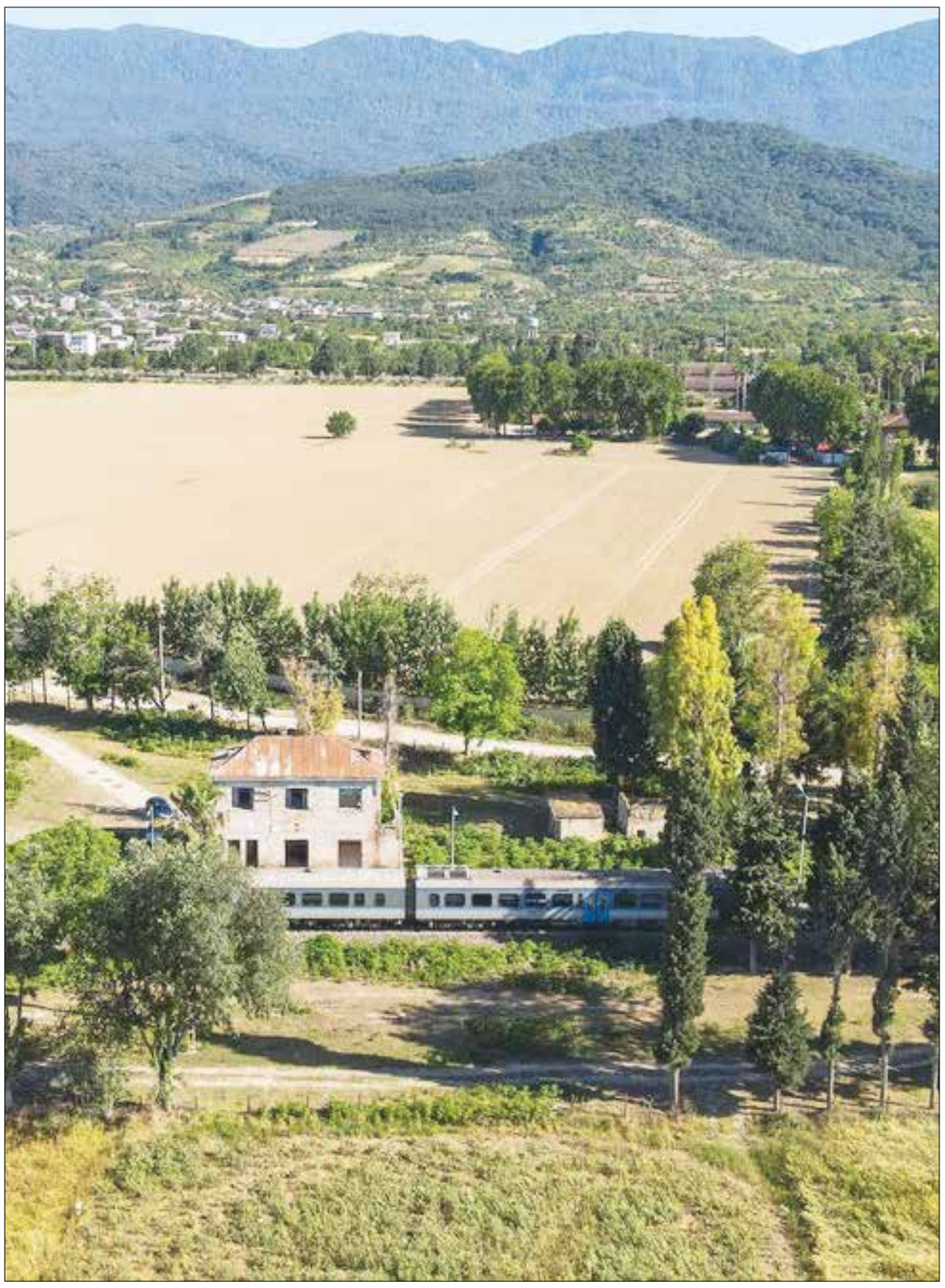
محققان این مشکل را با تفسیر داده‌های خود تشخیص می‌دهند و با این پیشنهاد نتیجه‌گیری می‌کنند که فقط یک کارآزمایی بالینی تصادفی‌سازی شده بخشی از مزایای تحرک را شناسایی می‌کند که بیان‌کننده علت و در نتیجه قابل مداخله است. داده‌های ما نشان می‌دهد که یک کارآزمایی ارزش انجام را دارد، هرچند ممکن است چالش برانگیز باشد.

این سؤال که چگونه چنین کارآزمایی تصادفی شده‌ای ساخته می‌شود نامشخص است و توسط محققان پاسخ داده نشده است. بیماران در هر گروه تصادفی شده نباید به بیشتر از کمترین تحرک گزارش شده کمتر از یک دقیقه در ساعت که در تحقیق فعلی مشاهده شده است محدود شوند تا از خطر فشار بیش از حد به بیماران پیشگیری شود.

اگر مزایای تحرک صفر باشد، ممکن است هرگز نیازی به انجام چنین کارآزمایی بالینی با حضور انسان نباشد. یک مکان کمتر چالش برانگیز برای شروع ممکن است انجام آزمایشی روی موش‌ها باشد تا ببینیم آیا پروتکل‌های تحرک که در حال حاضر شواهد مستند کمی دارند و باعث تحقیق فعلی شده‌اند، حتی ارزش آزمایش روی انسان را دارند یا خیر.

یافته‌های این تحقیق در مجله Surgery JAMA منتشر شده است.

عکس‌نوشت



تیر تاش؛ آخرین ایستگاه راه آهن شمال

عکس: مصطفی شانچی / ایسنا

«اپ»تکار

پس از سال‌ها شایعات، هدست واقعیت ترکیبی اپل ویژن پرو سرانجام معرفی شد!

ویژن پرو اپل قابلیت‌هایی دارد که آن را به طور جدی از محصولات مشابه رقبا متمایز می‌سازد.

ویژن پرو اولین دستگاه واقعیت ترکیبی اپل است. این دستگاه قابلیت عبور ویدیو را از جلوی چشمان کاربر دارد. هدست اپل دارای یک سیستم عامل جدید است که یک رابط سه بعدی را پشتیبانی می‌کند. تجربیات در ویژن پرو محدود به مرزهای نمایشگر نیست، بلکه کاربران می‌توانند برنامه‌ها را در هر مقیاسی بسازند و آنها را در هر کجا که می‌خواهند قرار دهند.

نمای خانه در جلوی چشم شما شناور است تا احساس کنید «واقعا در اتاق خود حضور دارید». کاربران از چشم، دست و صدای خود برای کنترل دستگاه می‌توانند استفاده کنند. برای پیمایش یا انتخاب از ردیابی چشم و ضربه زدن و تکان دادن انگشت استفاده خواهد شد. اپل می‌گوید که این «آغاز قدرت پردازش فضایی» است.

این هدست دارای ویدئویی عبوری از جلوی چشمان کاربر است که اپل آن را «EyeSight» نامیده و بازخوردهای متفاتی را در مورد آنچه که در داخل هدست مشاهده می‌کنید به اطرافیان نشان می‌دهد.

ویژن پرو همچنین به کاربران امکان می‌دهد به مک خود متصل شوند و نمایشگر آن را در فضای مجازی، از جمله در کنار برنامه‌هایی که روی خود هدست اجرا می‌شوند، گسترش دهند.

فیس تایم در ویژن پرو می‌تواند افراد با اندازه‌های واقعی را در تماس‌های ویدیویی نمایش دهد. یک تجربه بهینه برای مشاهده عکس‌ها و فیلم‌ها نیز وجود خواهد داشت. هدست اپل «اولین دوربین سه بعدی» این شرکت است که عمق ویدیو را با صدای فضایی نمایش می‌دهد. این محصول دارای تجربه تماشای فیلم سینمایی است تا صفحه نمایش را فراتر از ابعاد اتاق شما تغییر دهد.

ماشین بازی

سناتور امرپ زرهی با مقاومت بالا در برابر بمب‌های جاده‌ای معرفی شد

شرکت خودروهای زرهی راشل اسمارت از محصول جدید که خود سناتور امرپ نام دارد رونمایی کرد. این هیولای ترسناک بر پایه وانت پیکاپ فورد F-۵۵۰ شکل گرفته و در برابر مین‌ها و بمب‌ها مقاوم است.

خودروهای زرهی از زمان وقوع اولین جنگ جهانی تاکنون تولید می‌شوند و نسخه‌های ویژه‌ای از آن‌ها با محافظت بیشتر در بخش‌های پایین و زیرین بدنه به منظور مقاومت در برابر مین‌های جاده‌ای معرفی شده‌اند. نسخه مدرن این‌گونه محصولات که امرپ نام دارند در سال ۲۰۰۷ و توسط وزارت دفاع آمریکا توسعه یافتند چراکه نیروهای آمریکایی به خاطر دستگاه‌های انفجاری در عراق و افغانستان متحمل تلفات زیادی شده بودند. بد نیست بدانید امرپ MRAP مخفف عبارت مقاومت در برابر مین مخفی شده است.

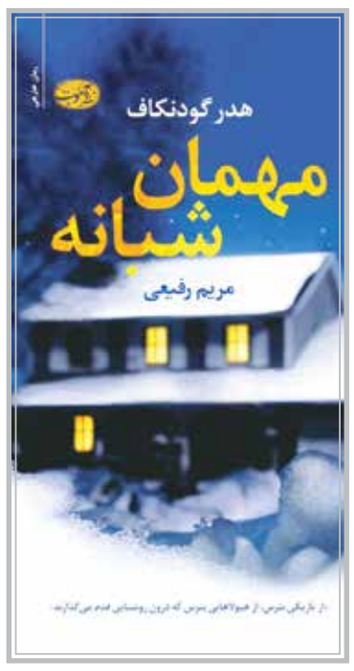
یکی از نقاط ضعف امرپ ها قیمت بالای آن‌هاست. البته یکی از روش‌ها برای کاهش قیمت این‌گونه خودروهای زرهی استفاده از یک محصول تجاری معتبر برای شروع به کار بوده و در مورد راشل سناتور امرپ شاهد استفاده از شاسی فورد F-۵۵۰ هستیم. همین خودرو به عنوان زیرساخت سایر محصولات تاکتیکی شرکت یاد شده نیز بکار می‌رود.

نیروبخش سناتور امرپ زرهی پیشرانه ۸ سیلندر ۶.۷ لیتری دیزلی با ۳۳۰ اسب بخار قدرت است که قدرت خود را از طریق سیستم چهار چرخ محرک راهی چرخ‌ها می‌کند. برای زرهی شدن خودروی موردبحث از شیشه ضدگلوله چندلایه، درب‌های زرهی با لولاهای تقویت شده، صندلی‌های ضد مین با کمربندهای چهار اتصالی، محفظه‌های شلیک گلوله و دوربین‌های دید ۳۶۰ درجه استفاده می‌شود. روی سقف نیز مسلسل کنترل از راه دوری نصب می‌شود که امکان استفاده از پرتاب‌کننده‌های نارنجک خودکار و حتی موشک‌های ضدتانک نیز وجود خواهد داشت.

شرکت سازنده می‌گوید سناتور می‌تواند استانداردهای STANAG ۴۵۶۹ level ۵۵ AEP ۲ و ۲b/۲a level بالستیک و انفجار ناتو را پاس کند و بنابراین توانایی حفاظت از خود در برابر سلاح‌های بزرگ و سنگین را خواهد داشت. حتی سناتور با استفاده از مین‌های ضدتانک دارای مواد انفجاری زیاد نیز خواهد توانست انفجارها را پخش کرده و مهار کند. رومن شیمونوف مدیرعامل راشل اسمارت می‌گوید: «ما از معرفی سناتور امرپ در نمایشگاه CANSEC هیجان زده‌ایم، رویدادی که پیشتازان این صنعت و کارشناسان دفاعی از سراسر جهان را گردهم جمع می‌کند. تست‌های موفقیت‌آمیز بالستیک و انفجار سناتور امرپ دستاوردی قابل‌توجه برای ما محسوب می‌شود زیرا به نوآوری و رفع نیازهای ادامه‌دار نیروهای امنیتی و دفاعی مدرن ادامه می‌دهیم. سناتور امرپ ترکیبی از تکنولوژی مدرن و حفاظت زیاد بوده و تقاضاهای فضاهای مأموریتی چالش‌برانگیز امروز را پوشش می‌دهد.»

ویترین

ترجمه رمان «مهمان شبانه» به چاپ دوم رسید



ترجمه رمان «مهمان شبانه» نوشته هدر گودنکاف توسط نشر شالگردن به چاپ دوم رسید.

به گزارش مهر، رمان «مهمان شبانه» نوشته هدر گودنکاف به تازگی با ترجمه سودابه پاس لاری توسط نشر شالگردن به چاپ دوم رسیده است. هدر گودنکاف در این کتاب اسرار خانه‌ای را برملا می‌کند که شاهد قتل دو نفر و نیز ناپدید شدن یک دختربچه بوده است.

چاپ اول این رمان در ابتدای سی‌وچهارمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران در اردیبهشت ماه ۱۴۰۲ در دسترس مخاطبان و علاقه مندان به ژانر جنایی و وحشت قرار گرفت و به دلیل استقبال مخاطبان، تجدید چاپ شد.

این اثر جنایی و معمایی نوشته هدر گودنکاف از پرفروش‌ترین‌های نیویورک تایمز بوده است. نویسنده از رفت و برگشت بین زمان حال و گذشته استفاده کرده است، به صورتی که سه روایت متفاوت با شخصیت‌ها و المان‌های مختلف را به صورت موازی پیش برده و در انتها با یک پایان تکان‌دهنده شما را میخکوب خواهد کرد. این رمان، بسیار مهیج و تکان‌دهنده است و برای عاشقان ژانر وحشت و جنایی بسیار توصیه می‌شود.

ویلی کلارک، شخصیت اصلی این رمان، نویسنده داستان‌های جنایی‌ست که در خانه‌ای نفرین‌شده حضور دارد و در شبی طوفانی و مرگبار با مهمانی غیرمنتظره مواجه می‌شود. خانه‌ای که در چندین دهه پیش شاهد قتل به شدت مشکوک اعضای یک خانواده و ناپدید شدن یک دختر نوجوان بوده است.

این کتاب در ۲۹۸ صفحه، قطع رقعی و قیمت ۲۲۰ هزار تومان عرضه شده است.

تازه‌های علمی

معکوس کردن ۱۰۰ درصدی روند ام‌اس با ریزذرات

پژوهشگران از روش درمانی استفاده از ریزذرات برای معکوس کردن تخریب غلاف محافظ سلول‌های عصبی در موش‌های مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس یا ام‌اس استفاده کرده‌اند و موفق شدند به موفقیت صد درصدی برسند و یک سوم از آنها را نیز کاملا درمان کنند.

به گزارش ایسنا و به نقل از نیو اطلس، یک مطالعه جدید با استفاده از ریزذرات برای افزایش تعداد سلول‌های ایمنی «خوب»، آسیب سلول‌های عصبی را در موش‌های مبتلا به علائم بیماری تصلب پراکنده یا مولتیپل اسکلروزیس(MS) معکوس کرد و بیش از یک سوم از آنها را درمان کرد.

این یافته این پتانسیل را دارد که منجر به درمان‌های جدید، نه تنها برای بیماری مولتیپل اسکلروزیس، بلکه برای سایر بیماری‌های خودایمنی مانند دیابت نوع ۱ شود.

مولتیپل اسکلروزیس یا ام‌اس، یک بیماری خودایمنی غیرقابل درمان است که توسط سلول‌های ایمنی بدن ایجاد می‌شود که به اشتباه به اعصابی که اطلاعات را به مغز و نخاع می‌فرستند، حمله می‌کند. این بیماری نزدیک به ۳ میلیون نفر را در سراسر جهان تحت تاثیر قرار داده است.

تصلب پراکنده یا ام‌اس به معنی سفت شدگی بافت‌های بدن است که با نام اختصاری MS شناخته می‌شود و یک بیماری التهابی است که در آن غلاف‌های میلین سلول‌های عصبی در مغز و نخاع آسیب می‌بینند. این آسیب‌دیدگی می‌تواند در توانایی بخش‌هایی از سیستم عصبی که مسئول هدایت هستند، اختلال ایجاد کند و موجب به وجود آمدنِ علائم و نشانه‌های زیاد جسمی شود.

ام‌اس به چند شکل ظاهر می‌شود، علائم جدید آن یا به صورت عود مرحله‌ای (به شکل برگشتی) یا در طول زمان (به شکل متناوب) اتفاق می‌افتد. ممکن است در بین عود، نشانه بیماری به کلی از بین برود؛ با این وجود مشکلات عصبی دائمی به ویژه با پیشرفت بیماری در مراحل بعدی به طور مداوم اتفاق می‌افتد. اگرچه علت این بیماری مشخص نیست، اما مکانیزم اصلیِ برای آن آسیب زدن توسط سیستم ایمنی بدن یا اختلال در سلول‌های تولیدکننده غلاف میلین است.

دلایل ارائه شده در مورد این مکانیزم‌ها شامل عوامل ژنتیکی و عوامل محیطی مانند عفونت است. معمولاً ام‌اس بر اساس نشانه‌ها و علائم و نتایج آزمایش‌های پزشکی تشخیص داده می‌شود. پیشترها درمان مشخصی برای ام‌اس وجود نداشت تا این که پژوهشگران کانادایی در درمان آن به موفقیت‌هایی دست یافتند. درمان‌های موجود به منظور بهبود عملکرد بدن پس از هر حمله و جلوگیری از

حملات جدید صورت می‌گیرد.

اگر چه داروهایی که برای درمان ام‌اس تجویز می‌شود، اندکی مؤثرند، اما دارای اثرات جانبی نیز هستند که تحمل آنها دشوار است. با وجود اینکه شواهدی در مورد اثربخشی درمان‌های جایگزین ام‌اس وجود ندارد، بسیاری از مردم به دنبال آن درمان‌ها هستند. پیش‌بینی نتیجه دراز مدت این درمان‌ها بسیار دشوار است، اما نتیجه قابل قبول بیشتر در زنان، افرادی که در سنین پایین‌تر به این بیماری مبتلا شده‌اند، افرادی که در آن‌ها دوره‌های عود مشاهده می‌شود و افرادی که آن‌ها در مراحل اولیه حمله‌های کمی را تجربه کرده‌اند، مشاهده می‌شود.