

زندگی‌هایی که زودتر از موعد آغاز می‌شوند



الهام ظریفیان

گاهی نوزاد، قبل از هفته سی و هفتم خودش را به دنیا می‌رساند، کوچک‌تر، ظریف‌تر و نیازمند مراقبتی که فراتر از تصور بسیاری از ماست. نوزاد نارس یعنی نوزادی که هنوز زمان کافی برای رشد کامل در رحم نداشته است. اغلب ریه‌ها، دستگاه گوارش، سیستم ایمنی و حتی پوستش هنوز در مرحله رشد است. برای همین، تولد زود هنگام همیشه با خودش چالش‌هایی می‌آورد، چالش‌هایی که بیش از هر چیز نیازمند صبر و عشق کادر درمان و خانواده هستند.

چرا برخی نوزادان نارس به دنیا می‌آیند؟

دلایل زیادی وجود دارد. گاهی مادر بیماری زمینه‌ای دارد، مانند فشار خون بالا. دیابت بارداری، عفونت‌ها، مشکلات جفت، خون‌ریزی‌ها و سبک زندگی نادرست. گاهی استرس‌های شدید، کم‌خوابی، تغذیه نامناسب، فاصله کم بین بارداری‌ها، کارهای پرخطر و گاهی هم هیچ علت مشخصی وجود ندارد.

نگاهی به آمار

- به‌طور تقریبی سالانه ۱۵ میلیون نوزاد نارس در دنیا متولد می‌شوند و از این تعداد یک میلیون نفر از دنیا می‌روند.
- حدود ۱۱ درصد از کل متولدان کشور را نوزادان نارس به خود اختصاص می‌دهند.
- احتمال ابتلا به آسم در نوزادانی که با ریه ناقص به دنیا می‌آیند ۴۰ درصد بیشتر از نوزادان کامل است.
- میزان مرگ و میر نوزادان نارس در ایران ۶۲ درصد و در جهان ۴۷ درصد است.
- در مادران زیر هفده سال و بالای ۳۵ سال احتمال بیشتری وجود دارد که زایمان زودرس را تجربه کنند.
- نوزادانی که در هفته سی و هفتم متولد می‌شوند در مقایسه با نوزادان کامل در آینده ۱۰ درصد بیشتر در معرض ابتلا به بیماری‌های مزمن قرار دارند.

دنیای کوچکی به نام NICU

بخش مراقبت ویژه نوزادان، دنیایی از نورهای آبی، دستگاه‌های کوچک و صداها، آرام‌یوق‌های هشدار است. جایی که نوزادان کوچک، مثل دانه‌های گیاه، زیر نور و مراقبت، آرام‌آرام رشد می‌کنند. مادرها و پدرهایی که اولین بار وارد این بخش می‌شوند، اغلب با ترس، نگرانی و اشک روبه‌رو می‌شوند. ولی به مرور یاد می‌گیرند که NICU فقط یک بخش درمان نیست، مدرسه امید برای زندگی است.

در این بخش نوزاد در انکوباتور گرم می‌ماند، با دستگاه به تنهایی نفس می‌کشد یا کمک می‌گیرد، شیر مادر یا سرنگ یا لوله معده به او می‌رسد و هر گرم اضافه و زنش، یک جشن کوچک است. این مسیر گرچه سخت است، اما هزاران نوزاد هر سال از آن عبور می‌کنند و سالم و قوی بزرگ می‌شوند.

شیر مادر یعنی زندگی

برای نوزاد نارس، شیر مادر فقط غذا نیست؛ دارو و سپر محافظ است. ترکیب شیر مادر نوزاد نارس با شیر مادر نوزاد رسیده فرق دارد؛ غلیظ‌تر و سرشار از مواد ایمنی‌بخش است. تغذیه این بچه‌ها معمولاً آرام، قطره‌قطره و حساب‌شده است تا گوارش نوزاد به مشکل نخورد.

آغوشی که درمان می‌کند

یکی از روش‌هایی که امروز در تمام دنیا به عنوان «معجزه لمس» شناخته می‌شود، مراقبت کانگورویی است. یعنی تماس پوست مادر یا پدر با نوزاد. این تماس دمای بدن نوزاد را تنظیم می‌کند، ضربان قلب و تنفسش را بهتر می‌کند، استرس والدین را کم می‌کند و شیر مادر را افزایش می‌دهد.

گاهی والدین فکر می‌کنند چون نوزادشان کوچک است، نمی‌توانند بغلش کنند؛ اما حقیقت برعکس است. برای نوزاد نارس، آغوش والدین یک داروی حیاتی است.

چالش‌های پزشکی، اما قابل مدیریت

نوزادان نارس ممکن است با مشکلاتی مثل زردی شدید، عفونت، مشکلات تنفسی یا نوسان قند روبه‌رو شوند. اما نکته مهم این است که پزشکان امروز در مراقبت از نوزادان نارس به سطحی رسیده‌اند که حتی نوزادان بسیار کم‌وزن نیز شانس بالایی برای رشد سالم دارند. در بسیاری از موارد، تمام این مشکلات با گذشت زمان و مراقبت مناسب، به‌طور کامل برطرف می‌شوند.

نقش خانواده بعد از ترخیص

بعد از ترخیص، تازه مسئولیت اصلی خانواده آغاز می‌شود. باید حواسشان به تغذیه، گرمای محیط، بهداشت و اکسیناسیون باشد. باید بدانند که یک نوزاد نارس ممکن است آرام‌تر رشد کند، ولی همین رشد آرام، کاملاً طبیعی است. پدر و مادرهایی که نوزاد نارس دارند، بیش از هر والد دیگری نیاز به حمایت روانی دارند. نه باید پت‌رسند و نه باید خودشان را مقصر بدانند. مهم‌ترین اصل این است که نوزاد نارس بیش از هر چیز، آرامش والدینش را نیاز دارد.

کند اما بی‌وقفه

بسیاری از والدین نگران‌اند که آیا کودکان به بچه‌های دیگری می‌رسد یا نه؟ پاسخ مثبت است و در اغلب موارد، نوزادان نارس تا دو سالگی خود را کاملاً به متوسط رشد هم‌سن‌هایشان می‌رسانند. آن‌ها فقط کمی زمان بیشتر می‌خواهند، و البته عشق بیشتر.

پرسش از شما، پاسخ از ما



همراهان گرامی می‌توانید پرسش‌های خود با موضوع پزشکی، روان‌شناسی و شخصیت‌شناسی را به روش‌های زیر با ما در میان بگذارید و در کوتاه‌ترین زمان ممکن پاسخ آن‌ها را در همین صفحه مشاهده کنید.

پیامک: ۰۲۲۸۹۳۰۰ | پیام‌رسان: ۰۵۴۴۵۸۰۶

لاغری، این بار با داروی دیابت!

برخی این‌روزها دست‌به‌دامن «مانجارو» شده‌اند تا با تزریق این داروی دیابت نوع ۲، وزن کم کنند

آرینا حسین‌زاده عطارا چاقی و اضافه وزن یکی از مشکلات اساسی این‌روزهاست و از آنجایی که زمینه‌ساز بسیاری از بیماری‌هاست افراد به روش‌های مختلف با آن مقابله می‌کنند. قرص‌های لاغری، آمپول‌ها و دستگاه‌های لاغری زیادی برای کمک به کاهش وزن در دسترس است. یکی از آمپول‌هایی که برای این منظور مورد استفاده قرار می‌گیرد، آمپول لاغری «مانجارو» است که با نام تجاری تیبوتوگلیپتین تولید می‌شود. این دارو در درجه اول برای درمان دیابت نوع ۲ مورد استفاده قرار می‌گیرد، اما تحقیقات نشان داده که می‌تواند به کاهش وزن نیز کمک کند. برای استفاده از مزایای این دارو باید هدف کاهش وزن حتماً باید با تجویز پزشک آن را استفاده کرد. موضوعی که امروز می‌خواهیم درباره آن با دکتر سارا بهروان، متخصص پوست و مو صحبت کنیم. کسی که سال‌هاست در حوزه لاغری و زیبایی هم فعالیت می‌کند.

چگونگی روش استفاده

مانجارو در دزهای ۵- ۵/۲- ۵/۷- ۵/۱۲- و ۱۵۰ میلی‌گرم موجود است و پزشک با توجه به وضعیت هر بیمار از دز مناسب استفاده می‌کند. برای استفاده از این آمپول باید درست طبق دستورالعمل روی برگ‌چسب محصول و دستور پزشک عمل کنید. این آمپول به صورت یک قلم از پیش پر شده طراحی شده است و شما باید آن را زیر پوست ناحیه ران، شکم یا بازو تزریق کنید. این دارو معمولاً یک بار در هفته تزریق و اثربخشی آن پس از چهار هفته مشخص می‌شود. نباید بدون مشورت با پزشک از این دارو استفاده یا مصرف آن را قطع کنید.

آمپول «مانجارو» چیست؟

آمپول مانجارو با داشتن ماده فعالی به نام تیرزپاتید، یکی از داروهای مورد تایید FDA برای درمان دیابت نوع ۲ در بزرگسالان است که در کنار تنظیم قند خون به کاهش وزن نیز کمک زیادی می‌کند. آمپول تیرزپاتید یا مانجارو با کاهش اشتها و تأثیر بر ترشح هورمون‌های سیری عمل می‌کند. در نتیجه کارایی دریافتی را کاهش داده و کمک می‌کند بدن از چربی‌های اضافی، انرژی مورد نیاز خود را تأمین کند. بدین ترتیب باعث بهبود وضعیت سطح انسولین شده و به کاهش سطح قند و چربی خون کمک می‌کند. این دارو در صورتی که با رعایت رژیم غذایی و فعالیت بدنی کافی در طول روز همراه باشد برای کاهش وزن نیز بسیار مفید است و سلامت قلب و عروق را نیز بهبود می‌بخشد.

فواید این آمپول

- می‌تواند از پیشرفت دیابت جلوگیری کند.
- در کنار کنترل سطح قند خون به کاهش وزن نیز کمک کند.
- برای مبتلایان به دیابت نوع یک استفاده نمی‌شود.
- داروی مؤثر برای کاهش قند خون در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ است.

چه کسانی نباید استفاده کنند؟

- مصرف این آمپول برای همه افراد مجاز نیست و می‌تواند خطر ابتلا به برخی از بیماری‌ها را افزایش دهد. در ادامه به فهرست افرادی که نباید از آمپول مانجارو استفاده کنند، اشاره شده است.
- افرادی که به تیرزپاتید حساسیت دارند.
- افرادی که در خانواده آن‌ها مشکلات تیروئید و سرطان تیروئید شایع است.
- افرادی که به مشکلات پانکراس مبتلا هستند.
- کسانی که به بیماری کلیوی مبتلا هستند.
- افرادی که به مشکلات شدید گوارشی مبتلا هستند.
- افرادی که به رتینوپاتی دیابتی (عارضه‌ای در افراد مبتلا به دیابت که مورد آسیب به چشم می‌شود) مبتلا هستند.
- خانم‌هایی که شیر می‌دهند خانم‌های باردار و افرادی که قصد بارداری دارند.
- افرادی که در خانواده آن‌ها فرد مبتلا به سرطان تیروئید وجود دارد.

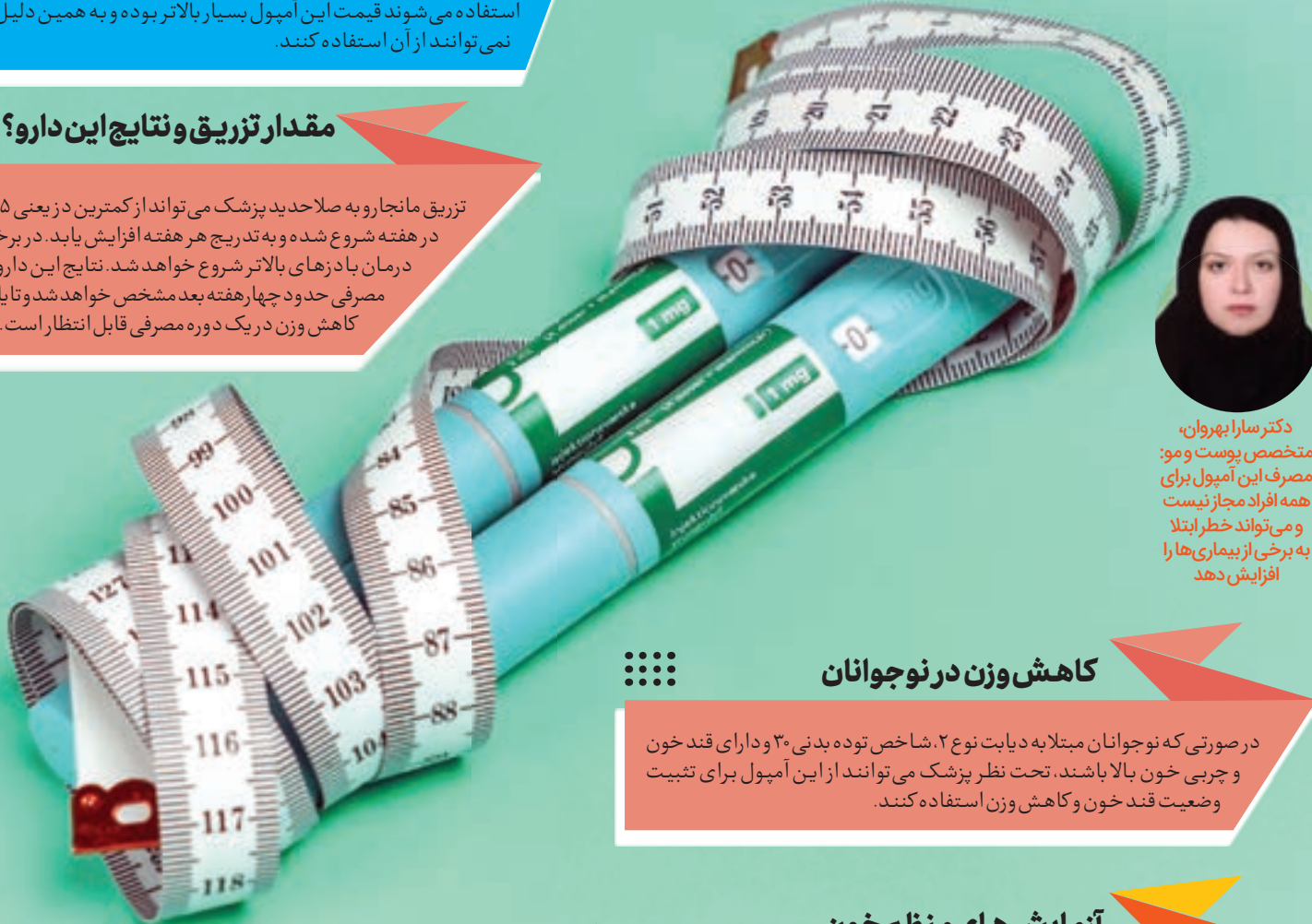
عوارض این لاغرکننده

در مطالعه‌ای که روی موش‌ها انجام شد، مشخص شد که مصرف مانجارو می‌تواند موجب بروز تومورهای تیروئید و سرطان تیروئید شود. هر چند رابطه بین مصرف مانجارو و سرطان تیروئید در انسان هنوز تأیید نشده است. اما به هر حال اگر در خانواده شما سابقه ابتلا به این بیماری وجود دارد، بهتر است از این آمپول استفاده نکنید. از شایع‌ترین عوارض جانبی آمپول مانجارو که شاید ۵۰ درصد کسانی که آن را استفاده می‌کنند با این علائم روبه‌رو می‌شوند:

- | | |
|--------------------|---|
| ● حالت تهوع | ● مثل کپیر، مشکلات تنفسی، تورم صورت و لب‌ها |
| ● کاهش اشتها | ● تاری دید و مشکل در بینایی |
| ● استفراغ | ● بروز مشکل در تیروئید |
| ● یبوست | ● با علائمی مثل تورم کردن و مشکل در بلع |
| ● سوء هاضمه | ● بروز مشکل در کیسه صفرا با علائمی مثل درد |
| ● درد شکم | ● تپش قلب |
| ● افت شدید قند خون | ● تعریق |
| ● واکنش‌های آلرژیک | ● گیجی |

قیمت آمپول

مانجارو در دزهای مختلفی به صورت قلم‌های تزریقی تولید و به بازار عرضه می‌شود. برای اطلاع از قیمت آن می‌توانید به داروخانه‌های سراسر کشور یا داروخانه‌های اینترنتی مراجعه کنید. در بین داروهایی که برای کنترل دیابت نوع ۲ و کاهش وزن استفاده می‌شوند قیمت این آمپول بسیار بالاتر بوده و به همین دلیل همه افراد نمی‌توانند از آن استفاده کنند.



دکتر سارا بهروان، متخصص پوست و مو؛ مصرف این آمپول برای همه افراد مجاز نیست و می‌تواند خطر ابتلا به برخی از بیماری‌ها را افزایش دهد

کاهش وزن در نوجوانان

در صورتی که نوجوانان مبتلا به دیابت نوع ۲، شاخص توده بدنی ۳۰ و دارای قند خون و چربی خون بالا باشند، تحت نظر پزشک می‌توانند از این آمپول برای تثبیت وضعیت قند خون و کاهش وزن استفاده کنند.

آزمایش‌های منظم خون

مانجارو برای تنظیم قند خون مورد استفاده قرار می‌گیرد و بر سطح ترشح انسولین از پانکراس مؤثر است. استفاده از این دارو باید تحت نظارت دقیق پزشک باشد و به آزمایش و ارزیابی‌های منظم پزشکی جهت اطمینان از اثرگذاری دارو نیاز خواهید داشت تا دچار کاهش شدید قند خون و عوارض دیگر نشوید.

تأثیر در چربی موضعی شکم و پهلو

آمپول مانجارو با کاهش اشتها و القای احساس سیری می‌تواند به کاهش وزن کمک کند. از آنجایی که بیشتر چربی‌های اضافی بدن در ناحیه شکم و پهلو جمع می‌شوند، با مصرف این دارو می‌توانید شاهد کاهش سایز و از بین رفتن چربی‌های شکم و پهلو باشید.

چگونگی نگهداری «مانجارو»

- آمپول مانجارو باید در دمای ۲ تا ۸ درجه سانتی‌گراد (یخچال) نگهداری شود.
- از انجماد دارو خودداری کنید.
- اگر دارو از یخچال خارج شود، می‌تواند تا ۲۱ روز در دمای اتاق نگهداری شود.

تداخل دارویی

- مانجارو را با چه داروهایی نمی‌توان استفاده کرد، مسئله‌ای که برای مصرف‌کنندگان از این آمپول برای لاغری مطرح است.
- انسولین و سولفونیل‌اوره‌ها (افزایش خطر هیپوگلیسمی)
 - داروهای کاهنده اشتها (اثر هم‌پوشانی در کاهش وزن)
 - داروهای گوارشی مانند مهارکننده‌های پروتون پمپ (ممکن است عوارض گوارشی تشدید شود).
 - داروهای تیروئید (در بیماران با سابقه مشکلات تیروئیدی نیاز به مانیتورینگ دارند).
 - داروهای کاهنده فشار خون (افت ناگهانی قند خون ممکن است با افت فشار همراه باشد).
 - داروهای کاهش دهنده حرکات روده (ممکن است اثر دارو را تغییر دهند).

تشخیص «مانجارو» اصلی از تقلبی

- تشخیص آمپول مانجارو اصل از تقلبی بسیار مهم است، زیرا استفاده از داروهای تقلبی می‌تواند عوارض جدی برای سلامت داشته باشد. در اینجا راهنمایی‌هایی برای تشخیص اصلی بودن دارو ارائه کرده‌ایم:
- بررسی بسته‌بندی دارو مانند کیفیت چاپ، بارکد و شماره سریال
 - مقایسه با نمونه اصل
 - بررسی هولوگرام یا مهر اصالت
 - تهیه دارو از داروخانه‌های معتبر یا مراکز تأیید شده
 - اسکن QR کد یا بارکد
 - تست اصلی بودن دارو در آزمایشگاه‌های تخصصی