

۶۰ تا ۷۰ درصد سرماخوردگی‌ها نیاز به درمان ندارد

به گفته یک متخصص کودکان، ۶۰ تا ۷۰ درصد سرماخوردگی‌ها ویروسی بوده که این مسئله در کودکان زیر چهار سال به علت عدم مصونیت کامل بدن و ساخته نشدن تمامی آنتی کورهای آنها اتفاق می‌افتد و اغلب آنها نیازی به درمان ندارند. وی گفت: البته در سرماخوردگی‌ها، مراقبت از گوش درد عفونی در کودکان زیر دو سال، بین چهار تا شش سال و بزرگسالان ضروری است، زیرا در صورت عدم توجه منجر به بروز سینوزیت خواهد شد. این متخصص اظهار داشت: در صورت ادامه‌سرماخوردگی بیش از یک هفته و استمرار سرفه و تب، بهتر است کودک را به نزد پزشک ببریم. وی با اشاره به اینکه دادن شربت سرفه، تب برها و آنتی هیستامین‌ها بلافاصله پس از دیدن علائم سرماخوردگی توسط والدین صحیح نمی‌باشد، گفت: سرفه و تب در مرحله اول، مکانیسم طبیعی و دفاعی بدن است و امروزه در دنیا از مصرف شربت سرفه خودداری می‌شود.



کودکان بیش فعال در ردیف‌های جلوی کلاس نشاندۀ شوند



یک روانپزشک گفت: از آنجا که کودکان بیش فعال، حواس پرت و بی دقت هستند و این مهم منجر به افت شدید تحصیلی آنها می‌شود، لذا امریان باید آنها را در ردیف‌های جلوی کلاس بنشانند و دانشمحواس آنها را جلب کلاس کنند. وی در این خصوص اظهار کرد: حدود ۵ درصد کودکان دبستانی دچار اختلال بیش فعالی هستند. سن شروع بیش فعالی معمولا از سن ۳ سالگی (دویدن، راه رفتن) است، ولی سن تشخیص بیشتر در سنین مدرسه به لحاظ افت تحصیلی شدید، بی قراری و پرخاشگری اتفاق می‌افتد. این روانپزشک با اشاره به اینکه گاهی شروع این اختلال در سنین شیرخواری نیز اتفاق می‌افتد، تصریح کرد: این کودکان در نوزادی به‌نور، صدا و حرارت حساس بوده و همچنین پر تحرک، کم خواب و پر سروصدا هستند و از سوی دیگر در دوران جنینی حرکت زیادی دارند. وی بی قراری، ناآرامی، تکان دادن دست و پا، قرار نداشتن روی صندلی، دانما در حال دویدن و پر حرفی را از علائم شایع این اختلال دانست و افزود: معمولا این دانش آموزان در کلاس درس به بهانه‌های مختلف مثل آب خوردن و دستشویی رفتن از کلاس خارج می‌شوند. وی حواس پرتی را از دیگر علائم این اختلال عنوان کرد و یادآور شد: بی‌دقتی و بی توجهی به حرف معلم و والدین و انجام ندادن کامل دستورات و تکالیف معلم، از دیگر ویژگی این کودکان است که در نتیجه فراموش کاری، کودک قادر به پیگیری دستورات معلم نیست. این روانپزشک در پایان با بیان این مطلب که دارودرمانی می‌تواند باعث بهبود این اختلال شود، گفت: دارودرمانی باعث بهبود تمرکز و توجه دانش آموز شده و در نهایت سبب جلوگیری از دقت تحصیلی کودک می‌شود.

محققان آمریکایی اعلام کردند، با گنجاندن پسته

در رژیم غذایی می توان خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی را کاهش داد. محقق دانشگاه ایالتی پنسیلوانیا که مسئولیت انجام این پژوهش را بر عهده داشت، اعلام کرد: شرکت کنندگان در این پژوهش از یک رژیم غذایی حاوی ۳۵ درصد کل چربی و ۱۱ درصد چربی اشباع شده به مدت دو هفته استفاده کردند. پسته ۱۰ تا ۲۰ درصد انرژی کل بدن را تامین

می کند.

رژیم غذایی حاوی حداقل ۲۰ درصد پسته باعث کاهش لیپوپروتئین و کلسترول به میزان ۱۲درصد می شود و رژیم غذایی حاوی حداقل ۱۰درصد پسته باعث کاهش کلسترول خون به ۹ درصد خواهد شد. همچنین پسته دارای مقدار زیادی فیبر است که به هضم مواد غذایی کمک و کلسترول و قند خون را تنظیم می کند.

۵۰ تا ۷۰ درصد سرطان‌ها در مراحل اولیه قابل درمان هستند



سرطان نوعی بیماری است که در آن سلول‌ها توانایی تقسیم و رشد عادی خود را از دست می‌دهند و این امر منجر به تخریب و از بین رفتن بافت‌های سالم می‌شود. امروزه با پیشرفت‌های انجام شده در درمان این بیماری، دیگر سرطان به‌عنوان یک بیماری وحشتناک در نظر گرفته نمی‌شود؛ به طوری که به گفته متخصصان، در صورت تشخیص این بیماری در مراحل اولیه، درمان آن از بسیاری بیماری‌های دیگر نظیر دیابت راحت‌تر بوده و حتی در مراحل پیشرفته نیز قابل کنترل است. یک متخصص رادیوتراپی و آنکولوژی، پروژ سرطان در ایران را متفاوت از دیگر کشورها دانست و گفت: علت این امر، هم جمعیتی کشور است. اغلب جمعیت کشور را جوانان تشکیل می‌دهند که به تدریج به سن پیری نزدیک می‌شوند. سرطان بیماری سنین پیری است که متأسفانه در ایران برخی از سرطان‌ها از جمله سرطان پستان و سرطان‌های دستگاه گوارش نسبت به دیگر کشورها، در سنین پایین‌تر بروز می‌کنند. عضو هیئت مدیره انجمن سرطان ایران ادامه داد: بیش از ۹۰درصد سرطان‌های روده بزرگ در صورت تشخیص در مراحل اولیه، درمان می‌شوند. همچنین ۵۰ تا ۷۰ درصد سرطان‌ها با تشخیص به موقع، بیش از ۹۰درصد قابل درمان هستند. تقریبا اغلب سرطان‌هایی که در مراحل پیشرفته قرار داشته و به جاهای دیگر انتشار یافته‌اند قابل کنترل می‌باشند.

ویتامین D حداقل از ۳۶ عضو حیاتی بدن حفاظت می کند

آخرین و تازه‌ترین مطالعات نشان می‌دهند که ویتامین D علاوه بر مزایای شناخته شده قلبی، از اعضای بدن محافظت می‌کند. پژوهشگران پس از بررسی اخیر تایید کردند: ویتامین D که زمانی برای پیشگیری از راشیتیسم و یوکی استخوان مفید شناخته شده بود، هم اکنون معلوم شده که یک فاکتور اصلی و کلیدی برای حفظ سلامت کل بدن است. آنتونی نورمن کارشناس تغذیه از دانشگاه کالیفرنیا ریورساید، خاصیت بالقوه این ویتامین را در کنترل و تنظیم انسولین از طریق تنظیم عملکرد پانکراس و نیز تنظیم فعالیت قلب و فشار خون و قدرت ماهیچه‌ای و فعالیت مغز، شناسایی کرده است. تحقیقات نشان داده است که کمبود ویتامین D می‌تواند روی ۳۶ عضو مختلف بدن مانند مغز استخوان، سینه، روده کوچک، روده بزرگ، کلیه‌ها، ریه‌ها، پروستات، شبکیه، پوست، معده و رحم تاثیر بگذارد. در حال حاضر ثابت شده است که کمبود یا فقدان این ویتامین باعث کاهش توان ماهیچه‌ای، افزایش خطر زمین خوردن و افزایش خطر ابتلا به سرطان‌های مهم مانند راست روده، پروستات و سینه می‌شود. نورمن تاکید کرد: هر روز بیش از گذشته برای پژوهشگران در حوزه تغذیه، آشکار و مسلم می‌شود که ویتامین D اساسا با بروز برخی از بیماری‌های مهم در ارتباط است.

ارتباط میان مصرف پسته و کاهش خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی



محققان آمریکایی اعلام کردند، با گنجاندن پسته

در رژیم غذایی می توان خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی را کاهش داد. محقق دانشگاه ایالتی پنسیلوانیا که مسئولیت انجام این پژوهش را بر عهده داشت، اعلام کرد: شرکت کنندگان در این پژوهش از یک رژیم غذایی حاوی ۳۵ درصد کل چربی و ۱۱ درصد چربی اشباع شده به مدت دو هفته استفاده کردند. پسته ۱۰ تا ۲۰ درصد انرژی کل بدن را تامین

می کند. رژیم غذایی حاوی حداقل ۲۰ درصد پسته باعث کاهش لیپوپروتئین و کلسترول به میزان ۱۲درصد می شود و رژیم غذایی حاوی حداقل ۱۰درصد پسته باعث کاهش کلسترول خون به ۹ درصد خواهد شد. همچنین پسته دارای مقدار زیادی فیبر است که به هضم مواد غذایی کمک و کلسترول و قند خون را تنظیم می کند.

تولید گاو شبیه سازی شده برای کمک به بیماران قلبی در آینده نزدیک

معاون پژوهشی پژوهشکده رویان، از تولد گاو شبیه سازی شده ایران در آینده ای نزدیک خبر داد و گفت: تولید گاو شبیه سازی شده، گام مهمی در تولید گاو تراریخته حاوی ژن دارای پروتئین TPA است که برای کمک به بیماران قلبی از آن استفاده می‌شود. تولید این گاو همانند سازی شده در راستای تولید حیوانات تراریخته برای توانایی شیر حاوی پروتئین های خاص است که بتواند در درمان برخی بیماری‌ها به‌کار رود که در حال حاضر این هدف در تولید گاو همانندسازی شده دارای شیر حاوی پروتئین TPA محقق می‌شود. وی خاطر نشان کرد: تولید حیوانات ترانس ژن یا تراریخته، از اولویت های کاری در پژوهشکده رویان است و در این راه گام‌های مهمی برداشته شده است از آن جمله می‌توان به تولد بره حاصل از روش همزمان بلوغ آزمایشگاهی تخمک و لقاح خارجی رحمی (روباتی)، گوسفند شبیه سازی شده (روباتا) و گاو IVM-IVF (بولتا) اشاره کرد. شاهرودی گفت: داروی TPA بهترین داروی درمان و پیشگیری سکنه قلبی است که با تحقق این فناوری در کشور می‌توان به هدف نهایی تولید فراوان و ارزان قیمت داروهای پروتئینی خاص از طریق فرآورده شیر دام‌های تراریخته نزدیک شد. وی افزود: در صورت وقوع سکنه قلبی و تزریق سریع این دارو، امید به بهبودی بیمار به میزان قابل توجهی افزایش می‌یابد که علاوه بر بهبودی سریع بیماری، عوارض جانبی سکنه مانند ناکارآمدی قلب که از علل اصلی مرگ و میر به دنبال سکنه است، برطرف می‌شود.

بهره‌گیری از پسماندهای گیاهی برای تولید جریان برق

دانشمنان در تلاش برای استفاده از پسماندهای گیاهی جهت تامین انرژی پیل های سوختی در آینده هستند. آنها تلاش می‌کنند تا از سلولز برای انرژی بخشیدن به پیل‌های سوختی میکروبی استفاده کنند. در این پیل‌ها باکتری‌ها مواد پسماندهای گیاهی را برای تولید برق به طور مستقیم هضم می‌کنند. در راستای همین تلاش‌ها گروهی دیگر از دانشمندان، تئوری تولید انرژی از میکروپ‌های هضم کننده پسماندهای انسانی در کارخانه‌ها بهینه سازی آب فاضلاب را مورد بررسی قرار می‌دهند.

یک چهارم دختران جوان آمریکادر برابر سرطان واکنسینه شده‌اند

دولت آمریکا اعلام کرد، یک چهارم از دختران نوجوان آمریکایی برای پیشگیری از سرطان، واکسن ویروس پاپیلومای انسانی تزریق می‌کنند. مرکز کنترل و پیشگیری امراض آمریکا برای اولین بار در گزارشی اعلام کرد که چه تعداد از نوجوانان دختر در این کشور از واکسن مزبور استفاده می‌کنند. واکسن فوق در سال ۲۰۰۶ به عنوان روشی پیشگیری از پیشگیری از سرطان دهانه رحم و تب خال‌های اندام جنسی در زنان جوان و دختران ۹ تا ۲۶ سال تایید شد. براساس اطلاعات جمع آوری شده از حدود ۳ هزار دختر جوان در سرتاسر این کشور، مرکز کنترل و پیشگیری امراض آمریکا اعلام کرد، ۲۵درصد از آنان حداقل از یک دوز این واکسن که یک مجموعه تزریق سه نوبتی در سال ۲۰۰۷ بوده است، استفاده کرده‌اند. این ۲۵ درصد شامل حدود ۲۵ میلیون دختر نوجوان می‌شود.

سرطان روده بزرگ دومین سرطان شایع در زنان، چهارمین سرطان در مردان

به گفته رئیس انجمن سرطان ایران، سرطان روده بزرگ، دومین سرطان شایع زنان کشور پس از سرطان سینه و چهارمین سرطان شایع مردان در ایران است. وی چاقی، مصرف گوشت قرمز، افزایش دریافت کالری و چربی اشباع شده در رژیم غذایی، مصرف الکل، استعمال دخانیات و سابقه خانوادگی را از مهم‌ترین عوامل افزایش خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ برشمرد. وی ادامه داد: متأسفانه در کشور ما به علت وجود نداشتن آموزش همگانی مناسب درباره لزوم اهمیت انجام غربالگری، بیشتر افراد در مراحل پیشرفته بیماری مراجعه می‌کنند که درمان طولانی‌تر با عوارض بیشتر و مرگ و میر بالاتری را در این زمینه شاهدیم. آخرین و پیشرفته‌ترین مدهای تشخیصی و درمانی در سرطان روده بزرگ با همکاری تعدادی از برجسته‌ترین استادان ایرانی و خارجی مدعو از کشورهای آمریکا، اتریش، کانادا، فرانسه و انگلستان مورد بحث و تبادل نظر قرار می‌گیرد.

احتمال مرده زایی در مبتلایان به دیابت بارداری ۸برابر بیشتر است

یک فوق تخصص غدد گفت: احتمال مرده‌زایی در زنان مبتلا به دیابت بارداری، ۸ برابر بیشتر از دیگران است و بالا بودن قند خون در هفته‌های اول بارداری، کودکان مادران دیابتی را مستعد ابتلا به دیابت می‌کند. اختلال متابولیکی، هرگونه افزایش قند خون و اختلال در متابولیسم طی دوران بارداری (عدم تحمل گلوکز) موجب بروز دیابت بارداری می‌شود. وی افزود: برخی هورمون‌ها در دوران بارداری به طور طبیعی افزایش پیدا می‌کنند. این هورمون‌ها باعث کاهش انسولین بدن می‌شوند که اصطلاحاً مقاومت به انسولین را ایجاد می‌کنند و به همین دلیل افزایش قند خون را که به آن دیابت بارداری می‌گویند به همراه دارند. این فوق تخصص بیماری‌های غدد و متابولیسم در ادامه تاکید کرد: مادران چاق و مادرانی که سابقه به دنیا آوردن نوزاد مرده داشته‌اند حتما باید در اولین ویزیت، تست دیابت بدهند. وی ابتلای مادر به دیابت در دوران بارداری را دارای عوارضی برای جنین و مادر دانست و در مورد عوارض دیابت مادر بر جنین، گفت: اختلال در رشد اندام های کودک، اختلال در سیستم عصبی و اختلال در سیستم قلب و عروق جنینی از عوارض ابتلای مادر به دیابت در دوران ابتدایی بارداری است.

نخستین تصویر ماهواره جدید گوگل ارث به زمین ارسال شد

ماهواره جدید گوگل ارث که با موفقیت در مدار زمین قرار گرفته بود، برای آزمایش دوربین‌های خود، نخستین تصویر از زمین را تهیه و آن را به مرکز کنترل ارسال کرد. ماهواره GeoEye-۱ با ۱۶ شه‌ریور با موفقیت از مرکز فضایی کالیفرنیا به فضا پرتاب شد و با موفقیت در مدار زمین قرار گرفت. هدف از انجام این ماموریت، تقویت تصاویر و نقشه آنلاین گوگل ارث است. براد پترسون یکی از مدیران این ماموریت گفت: تصاویر این ماهواره خیلی با کیفیت بوده و انتظار ما این است که تصاویر بعدی با کیفیت‌تر باشد.

حساسیت‌ها در فصل پاییز تشدید می‌شود

به گفته یک فوق متخصص ایمونولوژی، آرژی و حساسیت‌ها در فصل پاییز تشدید می‌شود.



وی گفت: آرژی در اثر واکنش غیرطبیعی بدن نسبت به مواد طبیعی محیطی ایجاد می‌شود. در این فصل، افرادی که زمینه حساسیت بالایی دارند بیشتر در معرض مواد آرژی‌زا مانند گردۀ گله‌ا، علف‌های هرز و قارچ‌ها قرار دارند. وی درباره علائم بالینی آرژی گفت: سرفه، خس‌خس سینه، آبریزش و عطسه از علائم بارز حساسیت به شمار می‌روند. این متخصص آرژی خاطر نشان کرد: به دلیل تغییر شرایط زندگی و محیط، استفاده کم از نور آفتاب و وجود آلودگی‌های محیطی، بروز حساسیت‌ها روز به روز در حال افزایش است. وی به حساسیت‌های ناشی از وسایل گرم کننده در فصل سرما اشاره کرد و گفت: برخی افراد به مواد آرژی‌زای این وسایل حساس بوده و باعث مشکلات تنفسی در آنها می‌شود که باید این وسایل قبل از استفاده، بررسی شده و تمام نکات فنی در راه‌اندازی آنها در نظر گرفته شود.

یافته‌های علمی – پزشکی

فرمولاسیون جدیدی از پلائین با خاصیت ضد توموری قوی کشف شد

گروهی از دانشمندان آمریکایی و آلمانی از نانولوله‌های کربنی هلدفمند، به‌عنوان عامل دارو رسانی برای رساندن فرم غیر فعال پلائین به سلول‌های سرطانی استفاده کردند که این مواد به این وسیله، خود سلول‌های سرطانی را به عوامل سمی ضد سرطان تبدیل می‌کنند. سال‌های زیادی بود که ضد سرطان‌های پلائین‌دار عوامل درمانی ثابت‌شده‌ای محسوب می‌شدند، اما سمی بودن، طول عمر کوتاه آنها در بدن و توانایی تومور در ایجاد مقاومت علیه آنها کاربردشان را محدود می‌کرد. بنابر این گزارش و به نقل از نانو، این نام روش سیستم دارورسانی longboat برای رساندن کلاهک پلائینی است و در آن ترکیبات پلائین‌دار به‌سختی به سطح نانولوله‌ها می‌چسبند. ترکیب پلائین‌دار مورد استفاده، پلائین IV می‌باشد که علاوه بر اتصال به نانولوله‌ها توانایی اتصال به مولکول‌های دیگر را هم دارد. با تجویز این مواد به سلول‌های توموری که گیرنده فولیک اسید را بیش از حد بیان می‌کنند، نانولوله‌های متصل به ترکیبات پلائین‌دار و فولیک اسید، سریعاً وارد سلول‌های هدف شده، سپس آنزیم‌های سلول، پلائین IV را به شکل سمی پلائین II تبدیل می‌کند. بر این اساس، این تبدیل شیمیایی نتیجه ره‌اشدن پلائین از نانولوله‌ها و کسب توانایی ورود به هسته است. درون هسته پلائین بر DNA اثر کرده، باعث مرگ سلول می‌شود. آزمایش‌های انجام‌شده روی محیط کشت سلول‌های سرطانی نشان می‌دهد که قدرت ضد توموری این فرمولاسیون، هشت برابر بیشتر از داروی سیس پلائین است.

پیشگیری از سرطان سینه با خوردن بروکلی



تحقیق‌های جدید نشان داد، بروکلی شمل ماده‌ای به نام سولفورافان می‌باشد که ممکن است از ابتلا به سرطان سینه پیشگیری کند. بروکلی یکی از محبوب‌ترین سبزی‌هاست و ابتدا در ایتالیا پرورش داده شد. این کلم نقش قابل توجهی را در فعالیت‌های ضد سرطانی ایفا می‌کند.

و به خصوص باعث پیشگیری از ابتلا به سرطان ریه، روده بزرگ و سینه می‌شود. همچنین باعث کاهش کلسترول خون می‌شود و به‌عنوان عاملی موثر در فعالیت‌های ضد ویروسی و بهبود زخم است و به تنظیم انسولین و قند خون کمک می‌کند. بروکلی به دلیل دارا بودن مقادیر بالای ویتامین C، فیبر و بتاکاروتن (پیش‌ساز ویتامین A) به‌عنوان یک آنتی‌اکسیدان قوی محسوب می‌شود که از اثرات مخرب رادیکال‌های آزاد در بدن پیشگیری می‌کند.

زندگی به سبک غربی، شیوع سرطان سینه در زنان ایرانی را افزایش داده است

یک متخصص زنان و زایمان گفت: غربی شدن سبک زندگی مردم، آلودگی محیط زیست، استرس، بالا رفتن سن بارداری، افزایش مصرف لوازم آرایشی و کاهش تمایل به شیردهی در زنان، سن ابتلا به سرطان سینه را در ایران کاهش و شیوع آن را افزایش داده است. در گذشته نه چندان دور، بیشترین موارد سرطان سینه در زنان ایرانی در گروه سنی بعد از ۵۱سالگی یعنی بعد از دوران بانسگی مشاهده می‌شد اما در سال‌های اخیر، تعداد زنانی که از سن ۲۵سالگی یعنی زمانی که اصلا انتظار آن را ندارند به سرطان سینه مبتلا می‌شوند، بسیار افزایش یافته است. وی گفت: آماری از میزان بروز و شیوع سرطان سینه زنان در ایران وجود ندارد، زیرا سیستم ثبت سرطان در ایران نامریم اما آماري که از کشورهای غربی منتشر شده، حاکی از این است که از هر ۸ زن غربی یک نفر به سرطان سینه مبتلا می‌شود. این آمار در کشور ما پایین‌تر است اما متأسفانه در کشور ما نیز روند گسترش این بیماری به سمت شاخص‌های کشورهای غربی در حال حرکت است. این متخصص در ادامه اظهار داشت: افزایش استرس، استفاده از مواد هورمونی که در مواد غذایی، لوازم آرایشی و کرم‌های خارجی وجود دارد، مصرف غذاهای آماده یا فست فود، بالا رفتن سن بارداری، زایمان نداشتن، فقدان شیردهی، کم تحرکی و ورزش نکردن و وجود هر نوع سابقه بیماری سرطان در خانواده از جمله مهم‌ترین عوامل خطر بروز سرطان سینه در زنان می‌باشند.

بارداری سبب تحلیل رفتن مغز نمی‌شود



محققان استرالیایی اعلام کردند، بارداری باعث ضایع شدن و از میان رفتن سلول‌های مغزی نمی‌شود. بر اساس یک تحقیق که توسط مرکز بهداشت روانی دانشگاه ملی استرالیا صورت گرفت مشخص شد: هیچ شواهد و مدارکی

مبنی بر تاثیر بارداری بر ضایع شدن ادراکات و قوای درکی زنان، قبل و پس از بارداری وجود ندارد. این تحقیق که بر اساس تجزیه و تحلیل مصاحبه با ۲۵۰۰ زن با میانگین سنی ۲۴ تا ۲۴ سال صورت گرفت نشان داد که ۷۶ زن طی دوران بارداری به هیچ نوع مشکل روانی نظیر افسردگی و یا فراموشی دچار نشده و نمودار مغزی آنها در حد متعادل بوده است.

افزایش خطر ابتلا به آرتروز بر اثر چربی شکم و زانو است

یک متخصص روماتولوژی، با اشاره به شیوع ۴دسته از بیماری‌های روماتولوژی (پوکی استخوان، آرتروز، فیبرومیالژی و بیماری‌های روماتیسمی) در زنان به علت شرایط خاص فیزیولوژیک آنان، گفت: بیماری‌های روماتولوژی از مشکلات مهم سیستم استخوانی-عضلانی است. وی آرتروز را خراب پیش‌رونده مفاصل و غضروف مفاصلی بر شمرده و

اظهار کرد: این بیماری با افزایش سن، سبب زمین‌گیری و کاهش کیفیت زندگی می‌شود. وی با بیان اینکه آرتروز غالباً مفاصل زانو، لگن و بندهای انگشتان را گرفتار می‌کند، افزود: این بیماری باعث بروز دردها حین استفاده از مفاصل می‌شود که به مرور زمان نیز افزایش می‌یابد. این فوق تخصص روماتولوژی ادامه داد: برخی از انواع آرتروز به ویژه در بند انگشتان یا پانسیگی تشدید می‌شود و افراد چاق نیز بیشتر در معرض ابتلا به آرتروز قرار دارند، به نحوی که چربی اطراف شکم و زانو با ترشح ماده‌ای، خطر ابتلا را افزایش می‌دهد. وی با اشاره به اینکه هر ۵کیلوگرم اضافه وزن ۲۰ درصد خطر ابتلا به آرتروز را افزایش می‌دهد، گفت: وزن طبیعی برای زنان با فرمول اقدنمای ۱۰۰محاسبه می‌شود.