

کلینیک دندانپزشکی

عوارض مکیدن انگشت بر روی دندان کودکان

دکتر سعید معینی



مکیدن انگشت شست، یکی از عادات رایج دوران کودکی است. این عادت برای نوزادان کاملاً طبیعی و عادی است. احساس مکیدن در نوزاد تقریباً از هفته بیست و نهم زندگی جنبی پدیدار می شود و پس از تولد ادامه پیدا می کند. اگر احساس و تمایل به مکیدن طی تغذیه از سینه مادر به طور مرتب در نوزاد رخ ندهد، کودک می تواند با مکیدن انگشت شست یا سایر انگشتان، خود را از احساس گرسنگی، یابی و احساس اطمینان، ایمنی و نشاط خواهد کرد. نوزاد طی شیرخوارگی با مکیدن، نیاز تغذیه ای خود را رفع می کند و یاد می گیرد احساسات روانی خود را مانند در کنار مادر بودن و آرامش تجربه کند. بنابراین عمل مکیدن که به جهت تغذیه انجام می گیرد، احساس رضایت به کودک می دهد. بر اساس تحقیقات، ۹۰ تا ۹۵ درصد نوزادان این عادت را به صورت طبیعی دارند و معمولاً پس از ۶ ماهگی این عمل کمتر خواهد شد. کودکان تا یک سالگی این عادت را ترک می کنند، ولیکن بعضی از کودکان برای آرامش خود این عمل را ادامه می دهند و در نهایت مکیدن انگشت می تواند عادت برای کودک باشد. برای آرام کردن خود وقتی که احساس گرسنگی، ترس، اضطراب، خستگی و خواب دارد.

افسردگی، رکورد دار بیماری ها در زنان ایرانی



روان شناسایی، ثبت و پیگیری می شود. وی با اشاره به برنامه ادغام بهداشت روان در شبکه مراقبت های بهداشتی اولیه PHC گفت: این برنامه با توجه به شرایط و مقتضیات سلامت فعلی

کشور بازنگاری و بازیابی شده است. کارشناس اداره سلامت روان دفتر سلامت روانی اجتماعی و اعتیاد وزارت بهداشت با بیان این که با ارتقای این بخش به سیستم پزشکان خانواده تلاش شده تا الزامات جدیدی برای پزشکان خانواده در تداوم سلامت روان منظور شود، افزود: بدین ترتیب در برنامه پزشکی خانواده برای همه گروه های سنی، برنامه هایی دیده شده است. حفاظتی با اشاره به سوءهاضمه، اختلال در اجابت مزاج، احساس تشنگی، سردرد و سرگیجه به عنوان تظاهرات جسمی اختلالات روان به اینها گفت: عدم توجه ویژه پزشکان به علائم جسمی بیماری های روان و عدم آگاهی افراد در سطح جامعه و وجود فراوانی و شیوع بالای آن سبب شده که این بیماری ها در بسیاری از موارد ناشناخته باقی بمانند. وی با تأکید بر ضرورت اعمال مداخلات پیچیده برای کاهش بار بیماری های روان و حساس سازی مسوولان در سطح کلان یاد آور شد: انگ بیماری های روان، مانع از مراجعه افراد برای درمان این قبیل بیماری ها نشده است.

روغن نارگیل؛ بهترین مرطوب کننده طبیعی پوست

بنابر همین گزارش، استفاده از نارگیل و روغن آن هیچ گونه تاثیر منفی بر پوست نداشته و بر خلاف بسیاری از کرم های موجود در بازار که با ترکیبات شیمیایی به طور کوتاه مدت و موقتی موجب شادابی پوست می شوند، اما در طولانی مدت عوارضی بر جای می گذارند، نیست. در عین حال بررسی ها نشان داده استفاده از این روغن موجب لایه برداری طبیعی سلول های مرده پوست شده و مانند یک کرم ضد آفتاب طبیعی نیز عمل می کند. به همین دلیل متخصصان توصیه می کنند افراد به هیچ وجه بدون نظر متخصص از انواع کرم های شیمیایی و بعضاً دارای ترکیبات کورتون دار استفاده نکنند.



مصرف زیاد گوشت قرمز و خطر ابتلا به سرطان پروستات

شوند. اکنون ما می دانیم که این فاکتور یعنی مصرف زیاد گوشت و لبنیات با این سرطان در ارتباط است و بنابراین می توانیم بررسی روی رژیم غذایی و فاکتورهای الگوی زندگی را که بر روی مردان تاثیر گذار هستند، آغاز کنیم و به نتایج بهتری در زمینه پیشگیری یا درمان تغییر در الگوی زندگی می شویم. با توجه به این که افراد برای حفظ طویط پوست خود به دنبال انواع محصولات هستند بهترین ماده طبیعی موجود برای سلامت پوست روغن نارگیل شناخته شده است. بررسی ها نشان داده میوه نارگیل تاثیرات فراوانی بر پوست دارد و مصرف آن از طریق خوراکی نیز طویط و شادابی پوست را تأمین می کند و صرفاً نیازی بر استعمال پوستی روغن آن نیست.

داروخانه

ویتامینی از جنس B

اسید فولیک یا ویتامین B9 جزو ویتامین های گروه B است. این ویتامین در بیماران دچار کمبود اسید فولیک و نیز بیماران مبتلا به نوعی کم خونی بکرمی رود. به علاوه اسید فولیک، برای پیشگیری از بروز برخی تقلص لوله عصبی در زنان باردار استفاده می شود. اسید فولیک یکبرای مادران شیرده نیز تجویز می شود. بدن ما با کمبود اسید فولیک گلبول های قرمز تولید می کند. از این رو، کمبود اسید فولیک باعث بروز انواع خاصی از کم خونی می شود. گفته می شود مکمل های اسید فولیک ممکن است قدرت مغز را در سالمندان تقویت کند. متأسس (ژول عقل) کاهش داده است. اسید فولیک یک داروی بدون نسخه و به شکل قرص و تزریق در دسترس است. شکل تزریقی اسید فولیک فقط در بیمارانی که به دلایلی مثل افراد دچار استفراغ یا سوء جذب قادر به مصرف انواع خوراکی دارو نیستند، استفاده می شود.

اگر پزشک اسید فولیک را برای شما تجویز کرده است، آن را دقیقاً مطابق با دستور وی مصرف و از تغییر خودسرانه دوز دارو پرهیز کنید. هرگز مصرف اسید فولیک را بدون مشورت با پزشک، قطع نکنید. قرص ها را همراه آب ببلعید و از جویدن یا خرد کردن آنها خودداری نمایید.

اسید فولیک طبیعی

جگر، کاهو، سبب زمینی، میوه جات و سبزیجات با برگ سبز مثل اسفناج، گل کلم و لوبیا سبز منابع طبیعی اسید فولیک محسوب می شود و شما می توانید از آنها استفاده نمایید. بهترین سبزیجات و میوه جات تازه و نیخته استفاده شود زیرا گرما مقدار اسید فولیک، را کاهش می دهد. اگر قصد پختن این گونه مواد غذایی را دارید، توصیه می شود آنها را به مدت کوتاهی بپزید.

نتیجه آزمایش خون را مختل می کند؟

گروه سلامت: دبیر اجرایی دهمین همایش سالانه آسیب شناسی ایران از تاثیر منفی استرس بر نتایج آزمایش های خون خبر داد و گفت: وجود استرس اعم از این که مقطعی باشد یا دراز مدت، جسمانی باشد یا فکری، نتایج آزمایش خون را با اختلال همراه می سازد. دکتر پیمان امیدوار که به مناسبت برپایی کنگره سالانه آسیب شناسی ایران که اول تا سوم آبان ماه در تهران برگزار می شود سخن می گفت، با اعلام این خبر افزود: در پاره ای موارد تاثیر استرس به حدی جدی است که اختلالات فاحشی در نتیجه آزمایش ها بوجود می آورد که این موضوع می تواند سبب قضاوت نادرست پزشک از بیمار خود شود. وی با اشاره به این که استرس فرد هنگام نمونه گیری می تواند باعث افزایش سطح قند خون شده و در نتیجه تست تحمل گلوکز کاهش یابد، ادامه داد: تغییرات افزایش هموگلوبین خون و تغییرات در میزان هورمون های رشد، پرولاکتین، کورتیزول و غیره از دیگر نتایج استرس است. به گفته دکتر امیدوار، سطح پروتئین های خون در پاسخ به تحریکات استرس بالا می رود و بیمار هنگام نمونه گیری نباید مضطرب و تحت فشار باشد. وی افزود: برای اطمینان از صحت نمونه گیری ضروری است بیمار شب قبل از آزمایش را با آرامش سپری کرده باشد. گفتنی است، دهمین همایش سالانه آسیب شناسی ایران اول تا سوم آبان ماه امسال در مجتمع بیمارستانی امام خمینی (ره)، تالار امام توسط انجمن آسیب شناسی ایران برپا می شود.

سواحل خلیج فارس تایلند، مالزی سوریه - باکو - هند - ترکیه کیش مشهد (هوایی، زمینی) ۸۸۰۱۳۲۶۱ عرش آسمان ۰۹۱۲۴۵۷۱۶۴

شناسایی مجری تور و پرواز همه روزه مشهد و کیش مالکیت آپارتمان، ملک، زمین، طرف قرارداد با بیش از ۱۰۰ هتل در سراسر کشور با خرید حصار، سند، زمین، نماز اطلاعات بهترین تورهای داخلی و خارجی در سایت از مجری ویژه ما بهره مند شوید www.ehsantravel.com ۴۴۶۳۰۰۱۱ - ۴۴۶۵۰۰۰۲ (۰۲۱)

سواحل خلیج فارس ترکیه تایلند - مالزی - سوریه کیش مشهد ۵۵۰۰۰ تومان کشت گل باس ۸۸۵۱۱۸۷۱

پارسیه ویزا و تورهای تفریحی سواحل خلیج فارس تورهای هر روزه جزیره زیبای کیش نورهای هفتگی (مشهد مقدس) ۸۸۲۳۴۲۵-۲۶ ۸۸۲۴۵۲۳۸-۹۲

تور کیش هستی گشت ۸۸۲۰۸۸۵۵

تور کیش ایران کیش تور کیش ایران مشهد ۸۸۹۷۰۳۹۰

تور کیش تور مشهد قشم هتل ۵ ستاره ارم، شایان، داریوش هتل ۴ ستاره تاپ سارا هتل ۴ ستاره هلیا و نامنا تایلند - مالزی - کوانجو ۸۸۹۱۶۴۱۴-۹ ۸۸۹۲۲۰۵۵-۹

سواحل خلیج فارس تایلند استانبول مالزی بهتاز گشت ۸۸۵۲۸۱۹۸-۹

گوانجو فاز ۲، ۱ فروش کلیه بلیط های خطوط هوایی و تورهای مسافرتی قهر پرواز ۱۳۲۵ ۵۱۰ ۵۶۰ (۰۸۸)

کیش مجری مستقیم همه روزه کیش پرواز (۲۰ خط) ۸۸۶۵۹۸۲۸

نمایشگاه گوانجو فازدو فازسه 24-28 October 2-6 November تاریخ رفت ۸۷/۸/۱ تاریخ رفت ۸۷/۸/۱ تورهای هفتگی با قیمت ویژه پکن - تایلند - مالزی، سنگاپور آژانس دور تا دور دنیا ۸۸۵۰۳۵۵۶-۷ ۸۸۷۵۷۲۸۶

سواحل خلیج فارس چین کیش ترکیه تایلند کیش پرواز یونایتد هند نایلد آخر از همه با مناسب ترین قیمت ۸۲۴۵۶ خط ویژه ۵ روزه

راهنمای سفر به تایلند کتاب + CD قیمت: ۷۰۰۰ تومان دیباگران تهران: ۴۴۶۵۸۲۳-۴ ارسال رایگان

هتل بزرگ داریوش کیش ویژه پاییز قیمت های استثنائی همراه ۵۰٪ تخفیف پارک دلفین ها و باغ پرندگان ۵۰٪ تخفیف سیرک مرکز برگزاری سمنارها و همایش ها امکانات ویژه: فیتنهای استثنائی - صبحانه یوفه کامل استفاده از سالنهای ورزشی - سالن بدنسازی - استفاده از سالن تشریفات فرودگاه کیش در هنگام ورود (CIP) - قابلمتی بر روی دریاچه هتل داریوش - اینترنت وایرلس در لابی فروش در دفاتر خدمات مسافرتی معتبر

دفتر مرکزی: تلفن: ۴-۸۸۵۰۵۰۰۲ فکس: ۸۸۷۵۷۵۴۴ جهت رزرو آنلاین به سایت www.kdh-r.com مراجعه فرمائید