مدیریت آسم

واکسن کووید-۱۹ برای مبتلایان به آسم

دکتر سید شمس‌الدین اطهاری

فلوشیپ آسم و آلرژی

مبتلایان به آسم در برخورد با عوامل تحریک‌کننده تنفسی دچار حمله آسم می‌شوند که از حالت خفیف تا بسیار شدید متغیر است. این حمله با بروز علائمی مانند تنگی نفس شدید، احساس گرفتگی قفسه سینه، سرفه‌های طولانی و پشت سر هم، رنگ پریدگی یا تعریق شدید و نیز خس‌خس سینه همراه است.

با توجه به همه‌گیری کووید-۱۹ در ماه‌های اخیر و تلاش برای واکسیناسیون در بیشتر کشورها و از جمله کشور ما، بیماران مبتلا به آسم با توجه به حساسیت بالای سیستم ایمنی و دستگاه تنفسی مستعد مشکلات تنفسی بوده و در برخی افراد این نگرانی وجود دارد با دریافت واکسن (به‌ویژه نوع استنشاقی آن) بیماری آسم تشدید شود و مشکلات ریه را در پی داشته باشد. از این رو لازم است تأکید کنم دریافت واکسن در بیماران مبتلا به آسم هیچ منعی نداشته و انواع شکل‌های واکسن تولید شده برای این افراد همانند افراد عادی (بدون درگیری با آسم) بوده و این افراد نیز می‌توانند واکسن را دریافت کنند. توصیه می‌شود طبق شیوه‌نامه راهنمای وزارت بهداشت، بیماران مبتلا به آسم نیز واکسن را دریافت کنند تا با تحریک مسیر پاسخ‌های ایمنی خود را در برابر ویروس کرونا محافظت و از ابتلا به این ویروس و آسیب‌دیدن دستگاه تنفسی خود جلوگیری کنند. در پایان توصیه می‌شود در حین و حتی پس از دریافت واکسن کووید-۱۹ همه باید همچنان شیوه‌نامه‌های بهداشتی و حفاظت فردی در برابر آلودگی به کرونا ویروس را رعایت کرده و در صورت بروز هرگونه مشکلی به پزشک معالج خود رجوع کنند.

مردان در جهان عمر کوتاه‌تری نسبت به زنان دارند

طبق نتایج یک تحقیق گسترده، مردان بالای ۵۰ سال در جهان ۶۰ درصد بیشتر از زنان با احتمال مرگ زودهنگام روبه‌رو هستند. به‌گفته محققان، دو علت اصلی مرگ زودهنگام مردان نسبت به زنان، وجود نرخ بالاتر سیگار کشیدن و بیماری قلبی است. یافته‌های این مطالعه، مبتنی بر تجزیه و تحلیل داده‌های بیش از ۱۷۹ هزار نفر در ۲۸ کشور جهان است. محققان بررسی کرده‌اند چگونه عوامل اقتصادی. اجتماعی (تحصیلات، ثروت)، سبک زندگی (استعمال دخانیات و الکل)، سلامت (بیماری قلبی، دیابت، فشارخون بالا و افسردگی) و شاخص‌های اجتماعی (داشتن همسر و تنها زندگی‌کردن) می‌توانند در افزایش خطر مرگ زودهنگام در مردان تأثیر داشته باشد. تنوع اختلاف جنسیتی در میزان مرگ‌ومیر در سراسر کشورها، علاوه بر جنسیت بیولوژیک، تأثیر قابل‌توجه جنسیت را بر نقش‌های ساخته‌شده اجتماعی مردان و زنان نشان می‌دهد. همچنین سهم مهم سیگار کشیدن در جمعیت‌های مختلف متفاوت است. /مهر

بیماران مبتلا به آلزایمر در درک زبان مشکل دارند که با شیوه سخن‌گفتن بدون دقت و حاشیه‌پردازانه مشخص می‌شود

گفتار درمانی، نیاز مبتلایان به آلزایمر

دکتر حسنی ابهریان: با استفاده زودهنگام از تکنیک‌های گفتاردرمانی می‌توان تا حدودی پیشرفت اختلالات گفتاری در بیماران آلزایمری را کند و حتی تا حدود زیادی از بروز آنها پیشگیری کرد

پونه شیرازی

سلامت

این روزها حتما درباره فیلم سینمایی «پدر» شنیده‌اید یا چه بسا آن را دیده باشید. روایتی تلخ و تکان‌دهنده از زندگی پدری سالخورده که دچار زوال عقل شده و در ارتباطات روزمره با فرزندان و پرستارش دچار مشکلات شناختی شده اما خودش نمی‌داند و نمی‌خواهد بپذیرد چه اتفاقی برایش افتاده است. کسانی که در نزدیکان خود بیمار مبتلا به زوال عقل یا آلزایمر دارند، به‌خوبی می‌دانند این دسته از بیماران به‌تدریج و همگام با اختلالات حافظه دچار اختلالات ارتباطی مانند مشکلات تکلمی و از یاد بردن کلمات می‌شوند. این دسته از مشکلات باعث می‌شود بیماران مبتلا به زوال عقل از جمع کناره بگیرند و بسیار کم‌حرف بشوند. البته اختلالات گفتاری فقط معطوف به مبتلایان به آلزایمر نمی‌شود. بلکه افرادی که بر اثر حادثه، سکته مغزی، عفونت‌ها و تومورهای مغزی بخشی از مغزشان آسیب‌دیده نیز به انواعی از اختلالات اکتسابی زبان دچار خواهند شد. با این حال نکته مثبت اینجاست که مراجعه زودهنگام به متخصصان گفتاردرمانی می‌تواند در جلوگیری از پیشرفت اختلالات گفتاری در این افراد موثر باشد و به بهبود نسبی این اختلالات کمک کند. برای دانستن نکات بیشتری از اثر مثبت گفتاردرمانی بر مبتلایان به آلزایمر با دکتر پیمان حسنی ابهریان، دکترای تخصصی علوم اعصاب شناختی و عضو هیات علمی پژوهشکده علوم شناختی گفت‌وگو کرده‌ایم.

آیا ابتلا به آلزایمر و زوال عقل در مراحل پیشرفته بیماری لزوما با اختلالات گفتاری همراه است؟

زوال عقل یا دمانس از شایع‌ترین بیماری‌های نورولوژیک و از مهم‌ترین عوامل تهدیدکننده سلامت در سالمندان است که تشخیص قطعی آن فقط پس از مرگ بیمار با نمونه‌برداری امکان‌پذیر است. بیماری آلزایمر به‌علت شیوع فراوان و ماهیت ویرانگری که دارد، احتمالا مهم‌ترین بیماری تخریب‌کننده سیستم‌عصبی است.

براساس یافته‌های محققان، آلزایمر به دو دسته زودرس و دیررس تقسیم می‌شود. طبق این یافته‌ها آلزایمر بیماری به‌تدریج پیش‌رونده است که اغلب پس از چندسال اختلالات گفتاری و آپراکسی (آپراکسی یک اختلال عصبی است که با کاهش توانایی در مهارت‌های حرکتی کوچک و بزرگ مشخص می‌شود) ظاهر می‌شود و در نهایت به اختلال در راه رفتن و زمینگیرشدن می‌انجامد.

از سوی دیگر، در این بیماری سلول‌های مغزی از بین رفته و ارتباط بین آنها مختل می‌شود؛ در نتیجه حافظه و سایر عملکردهای هوش به‌تدریج از بین می‌رود. محققان دریافته‌اند در بیماری آلزایمر فعالیت مغز در ناحیه خلفی که مربوط به صحبت‌کردن و حافظه بوده و بسیار مهم است، کاهش می‌یابد. این اختلالات زبانی و گفتاری پیشرونده با گذر زمان وخیم‌تر می‌شود.

اختلالات گفتاری در مبتلایان به آلزایمر معمولا به چه اشکالی بروز می‌کند؟

محققان حوزه آلزایمر دریافته‌اند بیماران مبتلا به آلزایمر در بیان یا درک زبان مشکل دارند و این مشکل با شیوه سخن‌گفتن مبهم، کلیشه‌ای، بدون دقت و حاشیه‌پردازانه مشخص می‌شود.

آیا می‌توان از بروز اختلالات گفتاری در مبتلایان به آلزایمر پیشگیری کرد؟

با استفاده زودهنگام از روش‌های توانبخشی شناختی گفتار و تکنیک‌های گفتار درمانی و توانبخشی عصب‌شناختی مانند تحریک مغزی در مرحله نقص شناختی خفیف که مرحله پیش از بروز بیماری آلزایمر است می‌توان تا حدودی پیشرفت اختلالات گفتاری در بیماران مبتلا به آلزایمر را کند و حتی تا حدود زیادی از بروز آنها پیشگیری کرد.

درمان این نوع اختلالات با چه روش‌ها و در چه مقطعی از بیماری ممکن است؟

با وجود تحقیقات گسترده ، روش قطعی برای درمان اختلالات گفتاری در بیماری آلزایمر به دست نیامده و در مراحل پیشرفته این بیماری متاسفانه اقدام چندان موثری برای بهبود اختلالات گفتاری این افراد وجود ندارد. در حال حاضر درمان بیماری آلزایمر بیشتر شامل درمان‌های علامتی، درمان اختلالات رفتاری و داروهای کاهنده سیر پیشرفت بیماری و توانبخشی عصبی است.

اختلالات گفتاری در چه مرحله‌ای از بیماری بروز می‌کند؟

بیماری آلزایمر ویژگی‌های بالینی متعددی دارد. اختلال حافظه به‌طور معمول نخستین نشانه بیماری است و اغلب در ابتدا فقط اعضای خانواده متوجه آن می‌شوند. با پیشرفت اختلال حافظه، بیمار، آگاهی خود را ابتدا نسبت به زمان سپس مکان از دست می‌دهد. در مرحله بعدی، زبان پریشی (اختلال در بیان یا درک زبان)، اختلال نامیدن و اختلالات محاسبه ممکن است رخ دهد.

برای فارسی زبان‌ها نیز مطالعات محدودی در مورد اختلالات زبانی بیماران مبتلا به آلزایمر صورت گرفته‌است. بر همین اساس بررسی توانایی نامیدن در افراد مبتلا به آلزایمر، به آسیب جدی سیستم معنایی این بیماران مربوط می‌شود.

با این حال بیشتر تحقیقات، آسیب کلامی را در افراد مبتلا به زوال عقل تایید کرده‌است. ناگفته نماند نقایص کلامی به نوع دمانس و دوره بیماری بستگی دارد و برخی نقایص کلامی خاص، مانند عبارت‌های تهی، در مراحل اولیه آلزایمر دیده می‌شود. از اختلالات دیگر گفتاری در مبتلایان به آلزایمر باید به گفته‌های ناکامل و گزاره‌های تکرارشده اشاره کرد.

شرکت خلاق و نوآور «نمو کودکان ایرانیان» با روش‌های آموزش تلفیقی، محصولات فرآیند محور آموزشی ویژه کودکان و نوجوانان ۷ تا ۱۲ سال را طراحی، تولید و راهی بازار کرده است

یادگیری واقعی با نمو بال

ریحانه رادی

نشان ایرانی ۲

روش‌های مختلفی برای آموزش به کودکان وجود دارد و هدف هر یک از این راهبردها با وجود مزیت‌های خاص خودشان، یادگیری موثر برای کودکان است. یکی از این روش‌ها آموزش تلفیقی با رویکرد یادگیری عمیق است. وقتی آموزش برای کودکان مبتنی بر یادگیری عمیق باشد، بر مطالب درسی تسلط خواهند داشت و می‌توانند آموخته‌هایشان را در دنیای واقعی به‌کار بگیرند، تفکر انتقادی و مهارت‌های ارتباطی را می‌آموزند و قدرت حل مسأله و توان خودآموزی بالاتری کسب خواهند کرد. امروزه شغل‌هایی که به مهارت‌های دستی نیاز دارند، کمتر شده و درعوض مشاغلی که به مهارت‌های حل مسأله و تفکر انتقادی وابسته‌اند، هر روز بیشتر می‌شود. از همین رو است دانش‌آموزانی که تجربه یادگیری عمیق داشته‌اند، مهارت‌های بیشتری برای تعامل با دنیای واقعی دارند و در آینده کاریشان با شرایط اقتصادی پیچیده، موفق‌تر هستند. در این رابطه، شرکت دانش‌بنیان «نمو کودکان ایرانیان» با نام تجاری «نمو بال» نزدیک به شش سال است که با محصولات سناریومحور خود، دانش‌آموزان دبستانی را در فرآیند یاددهی-یادگیری هدایت می‌کند.

۱۰ سال پیش، خانواده برادر محمدرضا بیاتی، مدیرعامل شرکت نمو بال، همراه با خیریه‌ای برای کمک به مناطق کم‌برخوردار استان سیستان و بلوچستان راهی جنوب کشور شدند و آنجا مسائل و مشکلاتی توجهشان را جلب کرد که شاید در آن زمان کمتر به چشم آمده بودند. آنها وقتی به تهران بازگشتند، از تجربه سفرشان گفتند؛ از این که مشکل کودکان این منطقه صرفا کیف، کفش و مدرسه نیست، بلکه اتفاقا مدارس نوسازی هم در مناطق کم‌برخوردار کشور ساخته‌شده است. اما مشکل این است که خبری از محتوای آموزشی باکیفیت برای دانش‌آموزان بااستعداد آنجا نیست. بعد از این سفر، محمدرضا بیاتی، فارغ‌التحصیل رشته مهندسی صنایع با مهارت‌های مدیریتی که آموخته بود، تصمیم گرفت با ارائه آموزش‌های ارزانِ باکیفیت، قدم در مسیر مبارزه با پدیده کم‌سوادی تحصیلی و توسعه عدالت آموزشی در مناطق روستایی و بیابانی ایران زمین بگذارد.

کسب مجوز ۸۲۸ وزارت آموزش‌وپرورش

هدف نمو بال، ارتقای سطح سواد دانش‌آموزان، کیفیت آموزش و روش‌های آموزشی در کشور است. ازهمین‌رو پایبندی و تقید خاصی به کتاب‌های آموزشی و جدول موضوعی محتوای وزارت آموزش‌وپرورش دارند. در این راستا نمو بال به‌لطف خدا و همت و تلاش همکارانش موفق شده است مجوز ۸۲۸ را کسب کند. این مجوز، اعتبارنامه سه‌ساله‌ای برای محصولات آموزشی استاندارد است و از سوی سازمان پژوهش‌های وزارت آموزش‌وپرورش اعطا می‌شود. گروه‌های فعال در زمینه تولید محصولات آموزشی، با ارائه شواهد و مستندات از محصولاتشان، که مطابق با محتوا و هدف کتاب‌های آموزش‌وپرورش باشد، به دفتر رسانه‌های غیرمکتوب سازمان آموزش‌وپرورش می‌توانند این مجوز را دریافت کنند. نمو بال علاوه‌بر دریافت این مجوز، در مجلات رشد آموزش‌وپرورش نیز به‌عنوان منبعی استاندارد برای یادگیری معرفی شده و همچنین موفق به کسب مجوز از کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان شده است.

از تهران تا خاش

مجموعه دانش‌بنیان نمو بال تمام مراحل را از مسأله‌یابی تا ارائه راه‌حل‌ها، رویکردها، تولید و ارزیابی محصولاتش در پایتخت می‌گذراند و برخلاف آنچه رایج است، محصول نهایی را برای مدارس روستایی و کپرنشین شهرستان خاش در استان سیستان و بلوچستان ارسال می‌کند.

نمو بال چون جنس کودک و کار با کودک و محتوای آموزشی مناسب را به‌خوبی می‌شناسد، محصولی تولید کرده است که در تهران یا خاش، با کیفیت آموزشی ثابت در دسترس مخاطب قرار می‌گیرد. محمدرضا بیاتی در این باره به جام‌جم می‌گوید: «در بین ۳۰۰۰ تا ۴۲۰۰ دانش‌آموز شهرستان خاش که از این محصولات استفاده کرده‌اند، به تایید مرکز اختلال یادگیری آموزش‌وپرورش، ۴۰ تا ۸۰ درصد دانش‌آموزان رشد نوشتاری حاصل شده است.»

ظرفیت‌های صادراتی «نمو بال»

مدیرعامل این شرکت در ادامه بیان می‌کند: «امیدواریم بتوانیم این محصول را با مدل توسعه موزاییکی ابتدا به استان‌های همجوار مثل استان کرمان، خراسان جنوبی و هرمزگان و سپس به سراسر کشور باسرعت بیشتری عرضه کنیم.» وی درباره ظرفیت بالای این محصولات برای صادرات با توجه به موقعیت منطقه ادامه می‌دهد: «ما می‌توانیم آموزش‌های ارزانِ باکیفیت را برای وزارتخانه‌های آموزش‌وپرورش سایر کشورها نیز تعریف کنیم به‌خصوص کشورهای جنگ‌زده افغانستان، عراق و سوریه و کشورهای پاکستان، تاجیکستان و هند که جمعیت بازمانده از تحصیل بالایی دارند. اما این امر نگاه جدید مسؤولان را به شرکت‌های دانش‌بنیان و خلاق و نوآور می‌طلبد.»

برای ورود به سایت این کد را با گوشی اسکن کنید

محصولات سناریومحور «نمو بال»

محصولات نمو بال، هندسه آموزشی جدیدی را تحت عنوان «آموزش تلفیقی سناریو محور» بنیان نهاده است تا آموزش واقعی و هدف آموزش تحقق یابد. محصولات تلفیقی هم درس‌های ریاضی، علوم، مطالعات اجتماعی و ادبیات فارسی را شامل می‌شود و هم شامل توانایی‌های مهارتی و شناختی است و برای هر محصول، محور تولیدی خاص خودش با ۲۰ استاندارد، تعریف شده است.

مدیرعامل نمو بال دراین‌باره به جام‌جم می‌گوید: «برای مثال هر محصول باید سناریوی دراماتیک داشته باشد تا برای دانش‌آموز جذاب و از ملال‌آوری دور باشد. محصول نمو بال حتما دست‌سازه دارد و البته دست‌سازه با کاردستی متفاوت است زیرا دانش‌آموز وسیله‌ای یا بخشی از سناریویی را می‌سازد که در راستای هدف آموزشی است. ما در محصولاتمان نتیجه‌گرا نیستیم و تفاوت‌های استعدادی بچه‌ها را نیز لحاظ می‌کنیم. مجموع این موارد باعث شکل‌گیری هندسه تلفیقی آموزشی شده است و ادامه این استانداردها را می‌توانید در مجلات رشد آموزش‌وپرورش بخوانید.»

مهندس بیاتی درادامه می‌افزاید: «محصولات نمو بال با بوم و اقلیم هر منطقه همخوانی دارد، به‌منابع امکاناتی خاصی نیاز ندارد و وسایل عجیب‌وغریبی نیستند که فقط در بازارهای پایتخت پیدا شوند. به‌علاوه روش انتقال آن به معلم‌ها بسیار ساده است. درنهایت هدف این محصولات ملموس‌سازی مفاهیم پایه‌ای برای دانش‌آموزان دبستانی است.»

به علت همه‌گیری کرونا، نزدیک به ۱۵ ماه است که کودکان از محیط پویا کلاس‌های حضوری دورمانده‌اند و هر روز چهار پنج ساعت به صحبت‌های معلم‌شان از پشت تلویزیون یا نمایشگر گوشی و رایانه گوش می‌دهند. درواقع با مجازی‌شدن آموزش‌ها، همان آموزش‌های حضوری، فقط پشت قاب دوربین قرار گرفته‌اند. اما مجموعه نمو بال با طراحی محصولاتی ویژه آموزش مجازی، هندسه جدیدی را در این بحث به‌وجود آورده است.

با محصولات نمو بال، دانش‌آموز یک چهارم ساعت کلاس را با معلم است و بقیه ساعت آموزشی را درحال ساخت دست‌سازه خودش است. راضیه خیربخش، مدیر تولید نمو بال در این باره می‌گوید: «معلم‌ها در این کلاس‌ها نقش تسهیلگری آموزش را برعهده دارند و نه صرفا آموزگار. آنها به دانش‌آموز کمک می‌کنند با وسایل داخل بسته‌های نمو بال، مفاهیم درسی را کشف، تحلیل و جمع‌بندی کنند و بسازند.»

برای تهیه محصولات نمو بال، با آنها در ارتباط باشید

nemovbal.com

info@nemovbal.com

۰۹۹۰۳۱۲۶۰۵۶

@nemovbal_

۰۲۱-۲۲۳۶۴۶۸۶