

دانشتیی‌ها

بیماری «پروتئینوری»، علل و درمان

شاید بتوان گفت مهمترین وظیفه کلیه‌ها در بدن حذف مواد زائد از خون و در عین حال نگه‌داشتن مواد ضروری مانند پروتئین‌ها و گلوکز (سوخ‌ت اصلی سلول‌های بدن و مغز) است. درواقع، کلیه‌ها اجازه دفع پروتئین و گلوکز به داخل ادرار را نمی‌دهند. حال اگر کلیه‌ها این توانایی خود را از دست بدهند، مقداری پروتئین به ادرار نفوذ کرده و همراه آن دفع می‌شود که به این شرایط اصطلاحاً «پروتئینوری» یا «دفع پروتئین از ادرار» و یا «پروتئین در ادرار» گفته می‌شود. آلبومین نام پروتئینی در خون است که در انجام وظایف بی‌شماری از جمله حمل‌ونقل مواد مختلف در داخل خون نقش دارد. دفع پروتئین کلیه از علائم بیماری نارسایی کلیه است و علت دفع پروتئین کلیه به این بیماری برمی‌گردد. در مراحل ابتدایی بیماری نارسایی کلیوی مزمن، علائم پروتئینوری چندان بروز نخواهند کرد، چرا که کلیه‌ها در افزایش عملکرد خود در دفع مواد زائد بدن تطابق و تکامل بسیار خوبی دارند. به مرور زمان، به‌ویژه اگر نارسایی کلیه همراه با فشارخون طولانی‌مدت یا دیابت نوع یک و دو همراه شود، آسیب به ساختار و عملکرد کلیه آغاز شده و تغییرات غیرقابل برگشتی برجای خواهد گذاشت.

عوارض

با دفع پروتئین کلیه، میزان پروتئین در خون کاهش پیدا می‌کند. پروتئین‌ها بلاک‌های سازنده عضلات هستند و در سلامت استخوان‌ها نقش مهمی دارند. پروتئین‌ها همچنین برای اکسیژن‌رسانی به خون ضروری هستند. با خارج‌شدن پروتئین از طریق ادرار، بدن از این خواص و سایر خواص بی‌شمار پروتئین برای سلامتی، بی‌بهره خواهد ماند و دچار آسیب می‌شود. کمبود پروتئین در خون در مراحل ابتدایی از طریق آزمایش ادرار تشخیص داده می‌شود و از علائم بالینی مهم برای بیمار محسوب می‌شود. ذرات پروتئین در خون باعث نگه‌داشتن مولکول‌های آب در کنار خود می‌شوند و در صورتی که سطح پروتئین‌های خون به‌دلیل دفع آنها در ادرار کاهش پیدا کند، آب از داخل رگ‌ها خارج شده و در درون بافت‌های اطراف تجمع پیدا می‌کند. بنابراین، پف کردن اندام‌ها و قسمت‌های مختلف بدن به‌دنبال جمع‌شدن آب در بافت‌ها که ادم (edema) نامیده می‌شود، یک علامت مهم برای بیمار و پزشک است که شک به بیماری کلیه و پروتئینوری را تقویت می‌کند. «ادم» از پاهای شروع شده ولی به‌تدریج با پیشرفت نارسایی کلیه و دفع پروتئین بیشتر، کل بدن را درگیر می‌کند. اگر بیشتر از ۳ تا ۳.۵ گرم در از حد مشخصی در روز فراتر رود (بیشتر از ۳ تا ۳.۵ گرم در روز)، به آن سندرم نفروتیک گفته می‌شود. با توجه به نقش پروتئین در انعقادخون و شرکت در ایمن‌سازی بدن، سندرم نفروتیک با دفع این پروتئین موجب خونریزی و ابتلای بیمار به عفونت‌های مختلف می‌شود. هر عاملی که موجب تخریب فیلترهای کلیه و اختلال در کار آنها شود، می‌تواند علت بروز بیماری پروتئینوری باشد.

علائم

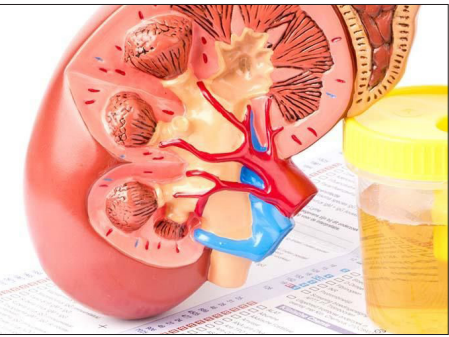
در صورتی که آسیب کلیه به‌مرحله جدی‌تررسید ممکن است پروتئینوری با علائم زیر بروز کند: ادرارمکرر تنگی نفس، خستگی، تهوع و استفراغ، تورم در صورت، شکم، پا و به‌خصوص مچ پا، کم‌شدن اشتها، گرفتگی عضلات در شب، پف کردن اطراف چشم به‌خصوص در صبح، حباب در ادرار، در صورت تجربه هر کدام از این علائم دفع پروتئین کلیه به‌ویژه حباب زیاد در ادرار و تورم پا حتماً به پزشک مراجعه نمایید.

نقش برخی بیماری‌ها

فشارخون: دفع پروتئین از کلیه در افراد مبتلا به فشارخون بالا بیشتر رخ داده و یکی از اولین علائم نارسایی کلیه است. دیابت: هر دو نوع دیابت یک و دو به‌دلیل تأثیرات منفی خود بر عروق ریز و فیلترهای کلیه باعث خروج آلبومین از خون و پروتئینوری می‌شوند. اختلالات وابسته به سیستم ایمنی: سیستم ایمنی در برخی از بیماری‌ها به اشتباه به بافت‌های خودی حمله کرده و آنها را از بین می‌برد. یکی از شایع‌ترین هدف‌ها برای اختلالات وابسته به سیستم ایمنی، کلیه و غشاهای فیلتر کلیوی هستند که متاثر از حمله سیستم ایمنی، تخریب شده و عملکرد خود را از دست می‌دهند. بیماری لوپوس: شایع‌ترین و مهم‌ترین بیماری اختلال وابسته به سیستم ایمنی آسیب‌زننده به کلیه است که موجب پروتئینوری قابل توجهی می‌شود. بیماری‌های عفونی و سموم: این بیماری‌ها نیز از طریق آسیب بافتی به کلیه علتی برای پروتئینوری بیماران هستند. سرطان سلول‌های پلازما، تجزیه سلول‌های خونی (همولیز) یا سلول‌های عضلانی؛ مصرف داروهای زیان‌آور برای کلیه.

درمان

مراحل درمان پروتئینوری کاملاً به‌علت دفع پروتئین از کلیه وابسته بوده و پزشکان با توجه به عامل ایجادکننده این شرایط، روش‌های درمانی متفاوت را انتخاب می‌کنند. اگر علت دفع پروتئین کلیه نارسایی و آسیب‌دیدن کلیه باشد، استفاده از دارو، اصلاح رژیم غذایی، کاهش وزن و ورزش منظم از مهم‌ترین راهکارهای درمانی به‌شمار می‌روند. در مبتلایان به دیابت و فشارخون بالا ممکن است به داروهای فشارخون و قند نیاز باشد تا این افراد فشار و قندخون خود را کنترل نمایند. زنان باردار مبتلا به پروتئینوری باید به‌شدت مراقب شرایط خود باشند. با اینکه این شرایط در طول بارداری نیز بسیار جدی هستند اما معمولاً بعد از بارداری خود را نمایان می‌سازند. توصیه می‌شود که افرادی که از دفع پروتئین از کلیه رنج می‌برند، تست‌های سالیانه ادرار و خون را در برنامه خود قرار دهند. اگر بیماری پروتئینوری با فشارخون بالا، دیابت یا هر گونه بیماری دیگر همراه نباشد، باهم داروهای فشارخون برای پیشگیری از آسیب بیشتر کلیه تجویز خواهند شد.



علل بروز سرفه‌های مزمن

اینفوگرافیک: آرمان ملی / علی کریمی

بیماری‌هایی همچون آسم، سینوزیت، آلرژی‌های فصلی، بازگشت غذا از مری به معده، تماس با دودسیگار، وجود جسم خارجی در ریه، نوعی نقص ایمنی، اختلالات و تومورهای ریه و مصرف بعضی از داروها و آلودگی هوا با سرفه طولانی‌مدت خود را نشان می‌دهند. سرفه مزمن با عنوان سرفه بیش از ۸ هفته در بزرگسالان و بیش از ۴ هفته در کودکان تعریف شده است. اگر برای هفته‌ها سرفه همراه با خلط یا خون داشتید و اگر این سرفه‌ها باعث بروز اختلالات خواب در شما شد یا زندگی اجتماعی شما را مختل کرد، باید به پزشک مراجعه کنید.



ترشحات پشت حلق

علت ترشحات پشت حلق، شامل آلرژی، رینیت غیر آلرژیک فصلی، التهاب حلق و حنجره و سینوزیت است. این ترشحات حلق را تحریک کرده و سرفه تولید می‌شود.

آسم

سرفه‌های مربوط به آسم در رفت و آمد با تغییرات فصلی هستند و معمولاً بعد از عفونت دستگاه تنفسی فوقانی، در تماس با هوای سرد و یا در معرض مواد شیمیایی و خیم‌تر می‌شوند.

برونشیت مزمن

بروز برونشیت به‌مدت طولانی منجر به گرفتگی، تنگی نفس، خس‌خس سینه و سرفه می‌شود. سیگاری‌ها بیشتر در معرض سرفه‌های مزمن هستند. قرار گرفتن در معرض دود و سیگاری‌های دست دوم نیز دچار سرفه و آسیب‌های ریوی می‌شوند.

راهکارها

آنتی‌هیستامین‌ها و ضداحتقان‌ها: داروهای ضد آسم، آنتی‌بیوتیک‌ها و... از جمله داروهای هستند که ممکن است برای کاهش سرفه‌های مزمن تجویز شوند. خوردن وعده‌های غذایی کوچک‌تر و بالا نگه‌داشتن سر هنگام خواب از بروز ریفلکس و سرفه‌های ناشی از آن پیشگیری می‌کند. از خوردن مایعات سرد و مصرف غذاهای سرخ شده و با ترکیبات اسیدی در زمانی که دچار سرفه هستید، خودداری کنید.

یادداشت

«پای مردابی» چگونه ایجاد می‌شود؟



حسین فرهانی

متخصص ارتوپدی

«پای مردابی» به‌دنبال قرار گرفتن پا در معرض سرما یا رطوبت یا هر ۲ به‌طور طولانی‌مدت به‌وجود می‌آید. مانند راه‌رفتن طولانی‌مدت در مرداب و باتلاقی یا عرق کردن پا در پوتین‌های بدون منفذ. در هنگام خستگی، کم‌آبی بدن، بی‌حرکتی و استفاده از کفش‌های تنگ احتمال صدمه بافتی بیشتر است. در ابتدا پاها سرد و بی‌حس است. بیمار احساس می‌کند روی پشم راه می‌رود. محدودیت حرکت مفاصل وجود دارد و فرد برای ایجاد تعادل در هنگام راه‌رفتن پاها را از هم جدا و باز روی زمین می‌گذارد. پاها متورم، سرد و دارای لکه‌های صورتی - ارغوانی یا سفید هستند. فرد را باید از محیط سرد و مرطوب دور کنیم و اجازه دهیم تا خودبه‌خود گرم شود. بعد از گرم کردن، پاها پر خون، گرم و قرمز می‌شوند. گزگز و مورمور شدن و درد شدید مانند شوک الکتریکی به‌خصوص در هنگام راه‌رفتن ایجاد می‌شود. این علائم ممکن است هفته‌ها ادامه پیدا کنند. در موارد شدید، خونریزی در داخل پوست، زخم و تاول ایجاد می‌شوند و ممکن است به طرف مرگ بافت بدن به‌دلیل عدم جریان خون پیش برود. همچنین به‌علت آسیب اعصاب و دیگر بافت‌ها ممکن است حساسیت به سرما و بی‌حسی به‌طور دائمی و اختلالی در ساختمان استخوانی پا ایجاد شود.

ویژه

آنتی‌بادی‌های کووید

ابتدادر بینی کاهش می‌یابند

دانشمندان می‌گویند: آنتی‌بادی‌های تولید شده در بینی سریع‌تر از آنتی‌بادی‌های موجود در جریان خون کاهش می‌یابند. محققان دریافتند: آنتی‌بادی‌های بینی ۹ ماه پس از ابتلا به عفونت کووید ۱۹ کاهش می‌یابند، در حالی که آنتی‌بادی‌های موجود در خون حداقل یکسال دوام می‌آورند. این مطالعه همچنین نشان داد که واکسیناسیون در ایجاد و تقویت آنتی‌بادی‌های منتقل شده از طریق خون که از بیماری‌های شدید محافظت می‌کند بسیار مؤثر است، اما تأثیر بسیار کمی بر آنتی‌بادی‌های بینی دارد. دکتر «فلیسییتی لیو»، سرپرست تیم تحقیق گفت: «در حالی که آنتی‌بادی‌های خون به محافظت در برابر بیماری کمک می‌کنند، آنتی‌بادی‌های بینی می‌توانند به‌طور کلی از عفونت جلوگیری کنند. این مساله ممکن است عامل مهمی در پس عفونت‌های مکرر یا کروناویروس و سوبه‌های جدید آن باشد.» محققان معتقدند: نسل بعدی واکسن‌ها باید شامل اسپری‌بینی یا واکسن‌های استنشاقی باشد که آنتی‌بادی‌های بینی را به‌طور مؤثرتری تقویت و عفونت‌ها را کاهش دهد.

«باکتری درمانی»، سرطان ریه را بهبود می‌بخشد

به‌سرعت موفقیت درمان‌های باکتریایی را مشخص کند و با موفقیت آنها را با درمان‌های هدفمند فعلی سرطان ریه ادغام کند. این تیم از توالی‌یابی RNA برای کشف چگونگی واکنش سلول‌های سرطانی به باکتری‌ها در سطوح سلولی و مولکولی استفاده کردند. «آیال باسوری»، مدیر اجرایی گفت: این مطالعه جدید تولید داروی هیجان‌انگیزی را توصیف می‌کند که قبلاً در سرطان ریه ناشناخته بوده است و آن استفاده از سموم ناشی از باکتری هاست.

بسیاری از درمان‌های موجود در حال سرطان ریه حاضر بی‌اثر بوده است. یک استراتژی جدید امیدوارکننده برای درمان سرطان درمان باکتریایی است. محققان در یافتند که یک سیستم از رایبایی بالینی برای توصیف درمان‌های باکتریایی در مدل‌های سرطان ریه ایجاد کرده‌اند. محققان درمان‌های باکتریایی را با سایر روش‌های درمانی ترکیب می‌کنند تا کارایی در درمان را بدون هیچ‌گونه عوارض جانبی بهبود بخشند. این رویکرد جدید توانست

داروی آکنه، آرتروز را هم درمان می‌کند

پسوریاژیس و... ساخته شده است. هنگامی که در مفاصل زانو مدل موش OA استفاده شد، این دارو توانست آسیب و التهاب عروفر را کاهش دهد. محققان می‌گویند: «با این یافته‌های بالینی ما گام بزرگی در ایجاد دسته جدیدی از داروهای اصلاح‌کننده بیماری برای درمان استئوآرتریت و پیشگیری از درد مزمن و توانمندسازی افراد برای زندگی سالم برداشته‌ایم.» این مطالعه درک جدیدی از علل آرتروز دست را نشان می‌دهد.

طبق تحقیقات مصرف داروی آکنه، روند آسیب آرتروز دست را معکوس می‌کند. دانشمندان از طریق تحقیق بر روی دارویی که در اصل برای آکنه و پسوریاژیس ساخته شده بود، به دستاوردهای نویدبخشی رسیدند. این تحقیق با مطالعه انواع رایج ژنی به نام ALDH1A2 که با استئوآرتریت شدید دست (OA) مرتبط بود، شروع شد. محققان سپس به داروی تالاروزول روی آوردند که برای مهار متابولیسم اسیدر تینوتیک برای درمان آکنه،

جدول کلمات متقاطع

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵

افقی

۱- لقب حضرت عیسی (ع)- شهری در خراسان شمالی- طرح و نمونه ۲- مرکز ارکانزاس- شگفت‌انگیز ۳- چین ملی- استحکام بخش استخوان‌ها ۴- زیرنیست ۵- برش هندوانه- بلندترین شب سال- غارت کردن در گویش تهرانی ۶- نامنظم- سحروافسون- از شهرهای فارس ۷- گندم- سرگشته- چین وچروک پوست- تهنشین شدن ۸- آخرین سفیر آمریکا در ایران- فارس ۹- از سازهای ضربی- روغن‌زیتون- پاک‌ودرستی- از مهره‌های شطرنج ۱۰- ناپدری- سخت‌واستوار- از فرزندان حضرت یعقوب(ع) ۱۱- الیاف مصنوعی- اندک- قوم کهن تاریخ ۱۲- ردپا- سوره قلب قرآن کریم- کمی‌واندکی ۱۳- فتنه‌وبیدی- آمپول‌زدن- دهان دره ۱۴- اهرم درآوردن لاستیک- روی هم‌انباشتن ۱۵- زشت‌تر- صورت‌هاوگونه‌ها- نهی‌کننده

حل جدول ۱۴۵۴

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	۵	۱۰	۱۵	۲۰	۲۵	۳۰	۳۵	۴۰	۴۵	۵۰	۵۵	۶۰	۶۵	۷۰
۲	۱۱	۱۶	۲۱	۲۶	۳۱	۳۶	۴۱	۴۶	۵۱	۵۶	۶۱	۶۶	۷۱	۷۶
۳	۱۲	۱۷	۲۲	۲۷	۳۲	۳۷	۴۲	۴۷	۵۲	۵۷	۶۲	۶۷	۷۲	۷۷
۴	۱۳	۱۸	۲۳	۲۸	۳۳	۳۸	۴۳	۴۸	۵۳	۵۸	۶۳	۶۸	۷۳	۷۸
۵	۱۴	۱۹	۲۴	۲۹	۳۴	۳۹	۴۴	۴۹	۵۴	۵۹	۶۴	۶۹	۷۴	۷۹
۶	۱۵	۲۰	۲۵	۳۰	۳۵	۴۰	۴۵	۵۰	۵۵	۶۰	۶۵	۷۰	۷۵	۸۰
۷	۱۶	۲۱	۲۶	۳۱	۳۶	۴۱	۴۶	۵۱	۵۶	۶۱	۶۶	۷۱	۷۶	۸۱
۸	۱۷	۲۲	۲۷	۳۲	۳۷	۴۲	۴۷	۵۲	۵۷	۶۲	۶۷	۷۲	۷۷	۸۲
۹	۱۸	۲۳	۲۸	۳۳	۳۸	۴۳	۴۸	۵۳	۵۸	۶۳	۶۸	۷۳	۷۸	۸۳
۱۰	۱۹	۲۴	۲۹	۳۴	۳۹	۴۴	۴۹	۵۴	۵۹	۶۴	۶۹	۷۴	۷۹	۸۴
۱۱	۲۰	۲۵	۳۰	۳۵	۴۰	۴۵	۵۰	۵۵	۶۰	۶۵	۷۰	۷۵	۸۰	۸۵
۱۲	۲۱	۲۶	۳۱	۳۶	۴۱	۴۶	۵۱	۵۶	۶۱	۶۶	۷۱	۷۶	۸۱	۸۶
۱۳	۲۲	۲۷	۳۲	۳۷	۴۲	۴۷	۵۲	۵۷	۶۲	۶۷	۷۲	۷۷	۸۲	۸۷
۱۴	۲۳	۲۸	۳۳	۳۸	۴۳	۴۸	۵۳	۵۸	۶۳	۶۸	۷۳	۷۸	۸۳	۸۸
۱۵	۲۴	۲۹	۳۴	۳۹	۴۴	۴۹	۵۴	۵۹	۶۴	۶۹	۷۴	۷۹	۸۴	۸۹

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	۵	۱۰	۱۵	۲۰	۲۵	۳۰	۳۵	۴۰	۴۵	۵۰	۵۵	۶۰	۶۵	۷۰
۲	۱۱	۱۶	۲۱	۲۶	۳۱	۳۶	۴۱	۴۶	۵۱	۵۶	۶۱	۶۶	۷۱	۷۶
۳	۱۲	۱۷	۲۲	۲۷	۳۲	۳۷	۴۲	۴۷	۵۲	۵۷	۶۲	۶۷	۷۲	۷۷
۴	۱۳	۱۸	۲۳	۲۸	۳۳	۳۸	۴۳	۴۸	۵۳	۵۸	۶۳	۶۸	۷۳	۷۸
۵	۱۴	۱۹	۲۴	۲۹	۳۴	۳۹	۴۴	۴۹	۵۴	۵۹	۶۴	۶۹	۷۴	۷۹
۶	۱۵	۲۰	۲۵	۳۰	۳۵	۴۰	۴۵	۵۰	۵۵	۶۰	۶۵	۷۰	۷۵	۸۰
۷	۱۶	۲۱	۲۶	۳۱	۳۶	۴۱	۴۶	۵۱	۵۶	۶۱	۶۶	۷۱	۷۶	۸۱
۸	۱۷	۲۲	۲۷	۳۲	۳۷	۴۲	۴۷	۵۲	۵۷	۶۲	۶۷	۷۲	۷۷	۸۲
۹	۱۸	۲۳	۲۸	۳۳	۳۸	۴۳	۴۸	۵۳	۵۸	۶۳	۶۸	۷۳	۷۸	۸۳
۱۰	۱۹	۲۴	۲۹	۳۴	۳۹	۴۴	۴۹	۵۴	۵۹	۶۴	۶۹	۷۴	۷۹	۸۴
۱۱	۲۰	۲۵	۳۰	۳۵	۴۰	۴۵	۵۰	۵۵	۶۰	۶۵	۷۰	۷۵	۸۰	۸۵
۱۲	۲۱	۲۶	۳۱	۳۶	۴۱	۴۶	۵۱	۵۶	۶۱	۶۶	۷۱	۷۶	۸۱	۸۶
۱۳	۲۲	۲۷	۳۲	۳۷	۴۲	۴۷	۵۲	۵۷	۶۲	۶۷	۷۲	۷۷	۸۲	۸۷
۱۴	۲۳	۲۸	۳۳	۳۸	۴۳	۴۸	۵۳	۵۸	۶۳	۶۸	۷۳	۷۸	۸۳	۸۸
۱۵	۲۴	۲۹	۳۴	۳۹	۴۴	۴۹	۵۴	۵۹	۶۴	۶۹	۷۴	۷۹	۸۴	۸۹