

یادداشت

نکاتی در مورد سونوگرافی

غلامرضا سیف

متخصص رادیولوژی
وسونوگرافی



سونوگرافی یکی از مواردی است که بسیاری از پزشکان برای بررسی شرایط بیمار تجویز می‌کنند. سونوگرافی با استفاده از امواج صوتی، از داخل بدن شما عکسبرداری می‌کند. این تصاویر نقش مهمی در تشخیص انواع بیماری‌ها و درمان آنها دارند. آمادگی قبل از سونوگرافی موضوع مهمی است که افراد باید با اقدامات قبل از آن به خوبی آشنا باشند. گاهی اوقات لازم است چندین ساعت قبل از انجام برخی از این سونوگرافی‌ها از خوردن و آشامیدن پرهیز کنید. کاربردهای سونوگرافی گسترده است. مانند: بررسی جنین در حال رشد، تشخیص بیماری کبسه صفرا، بررسی جریان خون، تشخیص سرطان سینه، بررسی وضعیت تیروئید، بررسی مشکلات پروستات، تشخیص سینوزیت، سونوگرافی صورت، بررسی و تشخیص مشکلات کبد و کلیه. انواع سونوگرافی به چند روش مختلف انجام می‌شود.

سونوگرافی معمولی: این سونوگرافی به صورت دوبعدی است و در قسمت‌های مختلف بدن از جمله شکم برای تشخیص رشد جنین استفاده می‌شود.

سونوگرافی تخصصی: در این سونوگرافی از وسایل پیشرفته‌تری استفاده می‌شود.

سونوگرافی سه بعدی: برای این سونوگرافی از prob های مخصوص و نرم افزارهای تخصصی برای تجربه و تحلیل استفاده می‌شود.

تصویربرداری رنگی یا داپلر: در این سونوگرافی، تغییرات بسیار جزئی و ریز مورد بررسی قرار می‌گیرد.

اگر پزشک معالج شما قصد بررسی کبد، کیسه صفرا، طحال و یا پانکراس را دارد، به یک سونوگرافی شکمی نیاز دارید و باید از وعده غذایی کم چرب در شب قبل از سونوگرافی استفاده نمایید و از ۸ تا ۱۲ ساعت قبل، از خوردن غذا جلوگیری کنید. برای بررسی سونوگرافی کلیه‌ها ممکن است از شما خواسته شود تا یکساعت قبل از سونوگرافی برای پرکردن مثانه خود، چند لیوان مایع بنوشید. در موارد توصیه به ناشتا بودن، بیمار دارای سابقه فشارخون و یا ناراحتی قلبی که داروی خاصی استفاده می‌کند می‌تواند با مشورت پزشک قبل از سونوگرافی داروی خود را مصرف کند. سونوگرافی روش عکسبرداری غیرتهاجمی است که هیچ خطر شناخته شده‌ای ندارد. امواج این آزمایش کاملاً بی‌خطر هستند. هزینه سونوگرافی با توجه به عواملی مانند ناحیه مورد نظر برای سونوگرافی، دستگاه‌های مرکز تصویربرداری و نوع بیمه تعیین می‌شود.



تاثیر پنهان آلرژی فصلی شناسایی شد

با شنیدن نام آلرژی‌های فصلی آنچه در ذهن ما نقش می‌یابد، گرفتگی بینی و اشک چشم است اما اینها همه موارد نیستند. به گفته محققان آلرژی، بر بسیاری از سیستم‌های مختلف بدن فرد تاثیر می‌گذارد. دکتر گابریل مارشال، مدیر ارشد اظهار کرد: آلرژن‌های بهاری مانند گرده و سایر ذرات معلق در هوا نه تنها باعث ایجاد آلرژی بینی می‌شوند، بلکه می‌توانند تاثیر عمیقی بر انواع شرایط آلرژیک از جمله آسم و واکنش‌ها داشته باشند. وی افزود: درک اینکه چگونه همه واکنش‌های آلرژیک به هم مرتبط هستند برای مدیریت موثر و بهبود کیفیت زندگی افراد مبتلا بسیار مهم است.

آلرژی بینی

گرده‌های استنشاقی باعث واکنش آلرژیک در افراد مبتلا به آلرژی می‌شود و علائمی مانند عطسه، خارش و احتقان بینی را ایجاد می‌کند. همین گرده و سایر آلرژن‌های موجود در هوا نیز می‌توانند باعث حمله کامل آسم شوند و با سفت شدن راه‌های هوایی، خس‌خس سینه، سرفه، مشکل در تنفس ایجاد کنند.



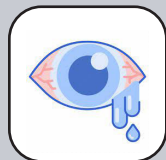
اگزما

آلرژن‌ها می‌توانند با دامی گرم‌تر ترکیب شوند و روی پوست تاثیر بگذارند. گرده و سایر آلرژن‌های محیطی می‌توانند باعث تشدید اگزما شوند که یک بیماری التهابی مزمن پوستی است.



آلرژی چشم

چشم‌های قرمز و متورم - نتیجه ورم ملتهم آلرژیک فصلی - با گرده‌های گیاهان موجود در هوا رخ می‌دهد. علائم معمولی شامل خارش، قرمزی، سوزش، آبریزش چشم، سیاهی زیر چشم و پف پلک است. کارشناسان خاطر نشان کردند که این شرایط مختلف آلرژیک اغلب دست به دست هم می‌دهند، به عنوان مثال، آلرژی بینی اغلب منجر به آسم می‌شود.



پیشگیری

مسکن‌های مناسب علائم را دریافت کنید؛ آنتی‌هیستامین‌ها، کورتیکواستروئیدهای بینی و گشادکننده‌های برونش همگی نقش مهمی در کاهش علائم آلرژی دارند. مرطوب‌کننده‌ها می‌توانند به اگزما کمک کنند و اشک مصنوعی می‌تواند آلرژن‌های چشم را از بین ببرد. به علائم سالانه خود توجه داشته باشید و داروهای مناسب را برای هدف قرار دادن این علائم خریداری کنید. از مواد ایجادکننده آلرژی دوری کنید؛ تشخیص آلرژن‌ها به شما کمک می‌کند از آنها جلوگیری کنید. پنجره‌ها را ببندید تا از ورود گرده‌ها جلوگیری شود، شب‌ها دوش بگیرید و بعد از رسیدن به خانه لباس‌های خود را بشویید. به متخصص آلرژی مراجعه کنید؛ متخصص آلرژی می‌تواند به شما کمک کند تا برنامه‌ای برای کنترل علائم خود ایجاد کنید. آنها حتی ممکن است ایمونوتراپی آلرژن را پیشنهاد کنند که می‌تواند با اصلاح پاسخ سیستم ایمنی بدن شما به آلرژن‌های خاص، تسکین طولانی‌مدت را ارائه دهد.

چرا برخی حساسیت‌ها تا آخر عمر ادامه دارند؟

یافته‌های متخصصان نشان می‌دهد شاید علت اینکه برخی حساسیت‌ها تا آخر عمر باقی می‌مانند در حالی که بقیه به مرور از بین می‌روند به نوع خاصی از سلول‌های ایمنی مرتبط باشد. پژوهش‌ها نشان می‌دهد علت این موضوع نوع منحصربه‌فردی از سلول‌های ایمنی است که پیش‌تر ارتباطشان با بروز حساسیت‌های شناسایی نشده بود. این سلول‌ها معمولاً نوعی یاد‌تزن موسوم به ایمونوگلوبولین G تولید می‌کنند که در بروز حساسیت

دخیل نیستند. اما یک زیرمجموعه این سلول‌ها در مواجهه با مواد حساسیت‌زا چه گرده گیاهان باشد یا... یک یاد‌تزن مرتبط با حساسیت موسوم به ایمونوگلوبولین E تولید می‌کنند. دانشمندان زیرمجموعه‌ای از سلول‌های حافظه B شناسایی کرده‌اند که مواد حساسیت‌زا را به خاطر می‌سپردند و ایمونوگلوبولین E تولید می‌کنند. این سلول‌ها مانند سلول‌های پلاسما عمرشان کوتاه نیست و تا مدتی نامعلوم در بدن باقی می‌مانند. احتمالاً تا سال‌ها.

تاثیر مکمل امگا ۳ در پیشگیری از بیماری‌ها

بیماری‌های خودایمنی شامل آرتریت روماتوئید، پسوریازیس، لوپوس و بیماری‌های التهابی روده هستند. محققان به دنبال بررسی دو مکمل هستند؛ ویتامین D و اسیدهای چرب امگا ۳. در این مطالعه 200 هزار نفر مورد تحلیل و بررسی قرار گرفتند. نویسندگان این مطالعه نوشتند: «دو سال پس از پایان کارآزمایی، اثرات محافظتی ویتامین D و امگا ۳ در بروز بیماری‌ها مشاهده شد. اما، اما ۱۰۰۰ میلی‌گرم در روز اسیدهای چرب امگا ۳ اثر

پایداری در کاهش بروز بیماری‌های خودایمنی داشتند.» درمان بیماری‌های خودایمنی می‌تواند پرهزینه باشد و اثرات ویتامین D و مکمل‌های امگا ۳ مدت‌هاست که برای از بین بردن بیماری‌های خودایمنی مفید شناخته شده‌اند. ویتامین D به دلیل خواص آنتی‌اکسیدانی و توانایی آن در تنظیم انواع عملکردهای ایمنی مانند تنظیم سلول‌های B و T، توانایی کاهش التهاب را دارد و در حفظ یکپارچگی پوشش روده نقش دارد.

جدول سودوکو

			۱	۳	
		۶	۵		
۴			۲	۷	۱
			۸	۶	۵
					۴
		۷	۳	۶	۴
			۴	۸	
			۸	۴	
					۲
			۹		

۷	۸	d	d	۱	۱	b	۳	m
۳	۱	b	d	m	۷	۸	۱	d
d	m	۱	۸	۳	b	d	۷	۱
۸	۳	m	۱	۷	d	۳	۹	۵
۱	b	d	۷	d	۳	m	۸	۱
۱	d	۷	m	b	۸	d	۱	۳
d	d	۱	۳	۷	m	۱	b	۸
b	۷	۳	۱	۸	d	۱	۱	d
m	۱	۸	b	۱	d	۳	d	۷

جدول کلمات متقاطع

افقی

۱- سوغات کرمان - بعد از باران در آسمان پدید آید
۲- زاینده آتش - بیماری قرن - نژادی در آسیا
۳- چهارم تیریزی - وزیر آفراسیاب - سفره چرمین - از سبک‌های موسیقی ۴- وقت‌وزمان - پایتخت سوریه - شمای بیگانه - بزرگی ۵- بانوان - عذاب‌سختی - بخیه لباس ۶- شاهین بلوچی - پست و فرومایه - خوشبخت‌تر ۷- وجودناداشتن - آداب‌رسوم - فرمان‌اتومبیل ۸- حرف تردید - آدم‌آهنی - ترویج‌دهنده - خاندان‌وقوم ۹- صدای کلفت - پیروی خشکی در آب - دیکتاتورلیبی ۱۰- از وسایل اداری - نزد ایرانیان است و بس - گریختن ۱۱- عقاب - عنوان مهم‌روزنامه - جای‌نگهداری و ذخیره‌کردن چیز ۱۲- محکم‌واس‌توار - طرف‌وجهت - رسیدن - ضمیرمفعولی ۱۳- حرف پوست‌کنده - نوعی نان شیرینی - گودال - صدمترمع ۱۴- نقطه شروع - فیلمی از داوودخیم - دارای قابلیت‌استعداد ۱۵- فیلمی از تهمینه میلانی - اصطلاحی در فیلم

حل جدول ۱۷۷۴

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۲	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۳	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۴	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۵	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۷	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۸	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۹	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۱۰	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۱۱	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۱۲	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۱۳	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۱۴	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۱۵	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲

شماره ۱۷۷۵

عمودی

۱- اداره استخدام - شهری در ایتالیا ۲- سدی در استان تهران - پدر - آش سرکه ۳- نوعی رنگ مو - زودباور - واحد پول آذربایجان - راندن مزاحم ۴- واحد پول مکزیک - کمیاب - یارخل ۱- لباس اتاق عمل ۵- توبه‌کننده - برآمدگی که بر بالای معابد و مساجد می‌سازند - دیوقصه‌ها ۶- حیوان بدبو - کنیز - راه عبور مسطح با شیب تند ۷- سریالی از داریوش فرهنگ - وقار و سنگینی - نیروی حیات ۸- نماد لاغری ۱- توانا - فریاد - از فروغ دین اسلام ۹- متکدی - نفس سرز - نشگر - آهنگ انجام کاری کردن ۱۰- کیک معروف - کرس - روشنی‌ویر ۱۱- سیخ‌ناوایی - متین‌وسنگین - از وسایل روشنایی ۱۲- دهان - گشوده - یکی از بیماری‌های واگیردار - بی‌حال ۱۳- گذشتن برجیزی - شکسته‌شده - نرم‌تر - حرف فاصله ۱۴- پسر کوچک فریدون در شاهنامه - علف‌فروش - کشاورزی ۱۵- پنهن‌ومخفی - نام کوچک داوینچی

۱	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۲	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۳	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۴	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۵	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۷	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۸	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۹	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۰	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۱	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۲	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۳	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۴	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۵	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱