



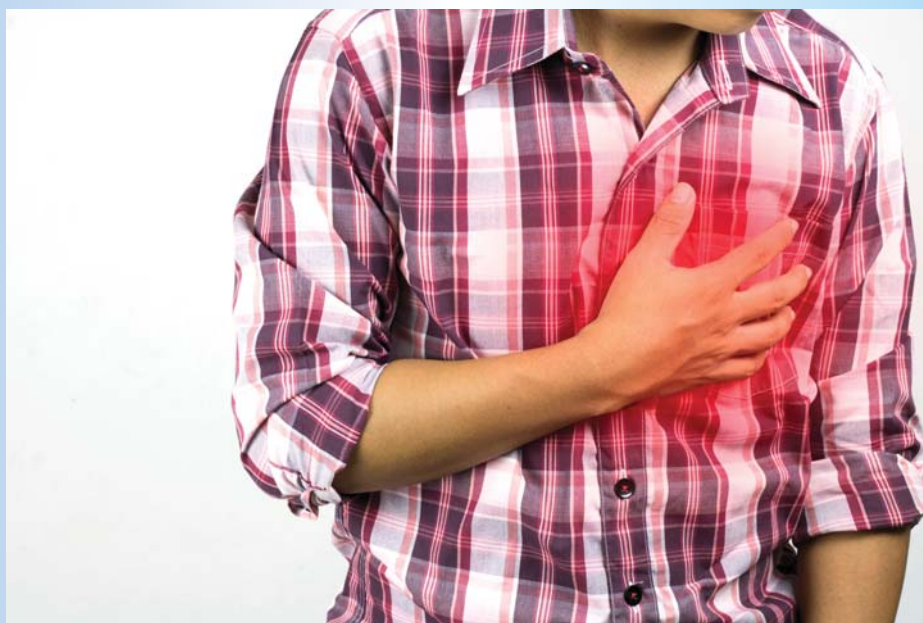
معاونت تحقیقات و فناوری
مدیریت منابع علمی، کتابخانه مرکزی و اسناد

سواد سلامت بیماری های قلبی-عروقی

Cardiovascular diseases



بیماری های قلبی عروقی (CVD s) عامل اصلی مرگ و میر در
سراسر جهان هستند و تخمین زده می شود که هر سال جان
17.9 میلیون نفر را می گیرند. CVD ها گروهی از اختلالات قلب
و عروقی هستند و شامل بیماری عروق کرونر قلب، بیماری عروق
مغزی، بیماری روماتیسم قلبی و سایر می شود.



مهم ترین عوامل خطر رفتاری بیماری قلبی و سکته مغزی، رژیم غذایی ناسالم، کم تحرکی، مصرف دخانیات و مصرف مضر الکل است. اثرات عوامل خطر ممکن است در افراد به صورت افزایش فشار خون، افزایش گلوکز خون، افزایش چربی خون و اضافه وزن و چاقی ظاهر شود.

قطع مصرف دخانیات، کاهش نمک در رژیم غذایی، مصرف بیشتر میوه و سبزیجات، فعالیت بدنی منظم و پرهیز از مصرف مضر الکل نشان داده است که خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی را کاهش می دهد.



علائم حمله قلبی

- درد یا ناراحتی در مرکز قفسه سینه
- درد یا ناراحتی در بازوها، شانه چپ، آرنج، فک.
- مشکل در تنفس یا تنگی نفس
- حالت تهوع یا استفراغ
- سبکی سر یا غش
- عرق سرد
- رنگ پریده شدن

افرادی که این علائم را تجربه می کنند باید فوراً به دنبال مراقبت های پزشکی باشند.

علائم بیماری روماتیسمی قلبی

• تنگی نفس

• خستگی

• ضربان قلب نامنظم

• درد قفسه سینه و غش

علائم تب روماتیسمی (که در صورت عدم درمان می تواند باعث بیماری روماتیسمی قلبی شود) عبارتند از: تب، درد و تورم مفاصل، حالت تهوع، گرفتگی معده و استفراغ.

منبع

World Health Organization. Cardiovascular diseases
[Internet]. WHO. [cited 2024 May 25]. Available from:
[https://www.who.int/health_topics/cardiovascular-
diseases#tab=tab_1](https://www.who.int/health_topics/cardiovascular-diseases#tab=tab_1)

تهیه شده در مدیریت منابع علمی، کتابخانه مرکزی و اسناد

تهیه کننده:

ریحانه غلامی سوق



<https://centlib.sbm.u.ac.ir>

<https://diglib.sbm.u.ac.ir>



@centlib.sbm.u

شهریور ۱۴۰۴



معاونت تحقیقات و فناوری
مدیریت منابع علمی، کتابخانه مرکزی و اسناد

سواد سلامت مقاومت میکروبی

Antimicrobial resistance



تهیه کننده: شبنم حیدی

آبان ۱۴۰۴

مقاومت میکروبی (AMR)

وضعیتی که در آن میکروب ها (باکتری، ویروس، قارچ و انگل) به طور طبیعی یا از طریق جهش های ژنتیکی در برابر داروهایی که برای درمان طراحی شده اند، مقاوم می شوند.

AMR یکی از ۱۰ تهدید اصلی سلامت جهانی است.



عوامل ایجاد AMR

مصرف نادرست و بی رویه آنتی بیوتیک ها در انسان، حیوان و کشاورزی

ضعف در اصول کنترل عفونت در بیمارستان ها، خانه ها و مزارع

کمبود دسترسی به آب سالم و خدمات بهداشتی

دسترسی ناکافی به واکسن ها و داروهای باکیفیت

ناکافی بودن آگاهی و دانش عمومی درباره مصرف صحیح آنتی بیوتیک ها

راه های پیشگیری

تجویز منطقی و مسئولانه آنتی بیوتیک ها توسط پزشکان

پرهیز از مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک ها

تکمیل دوره درمان دارویی طبق دستور پزشک

رعایت بهداشت فردی و عمومی

تقویت همکاری بین المللی پزشکی

، دامپزشکی، کشاورزی و محیط زیست در چارچوب

رویکرد سلامت یکپارچه



با تشکر از توجه شما



<https://centlib.sbmua.ac.ir>



@centlib.sbmua

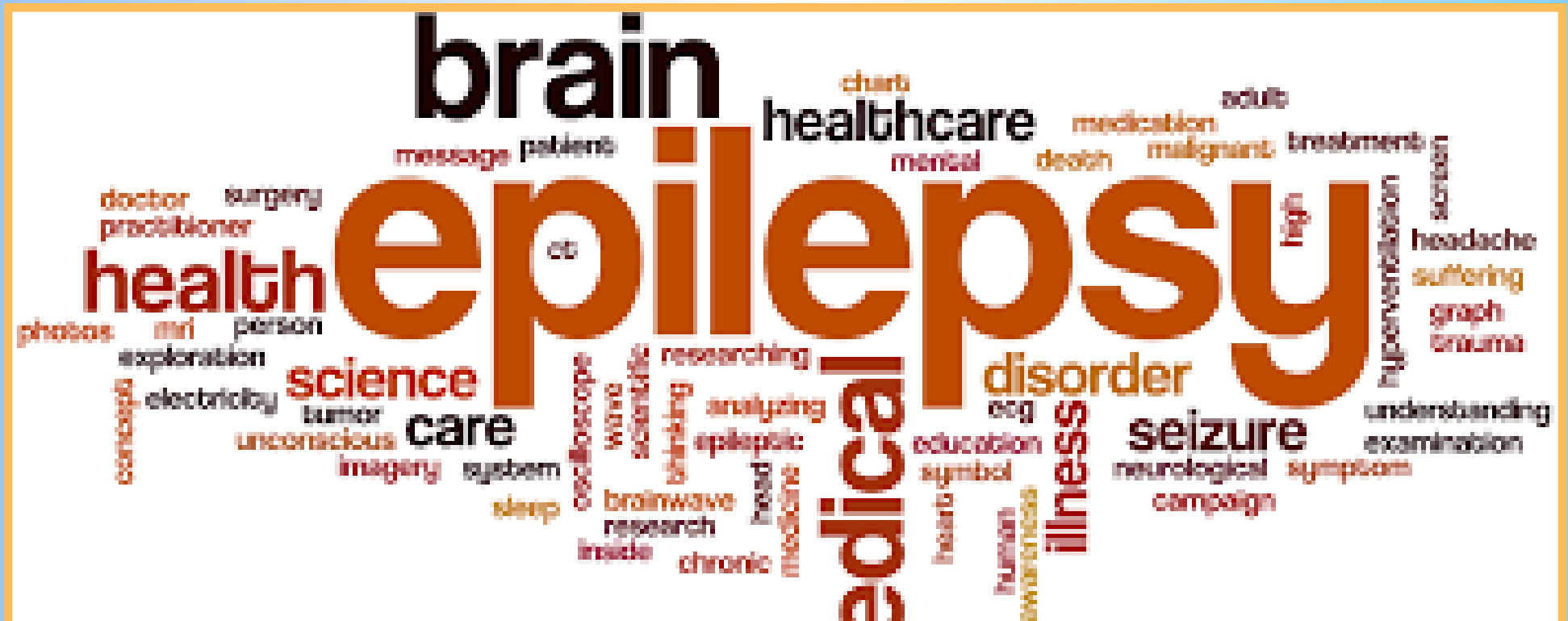




مدیریت منابع علمی، کتابخانه مرکزی و اسناد

صرع

Epilepsy



صرع یک بیماری مزمن غیرواگیر مغزی است که حدود 50 میلیون نفر در سراسر جهان به آن مبتلا هستند. با تشنجهای مکرر مشخص می‌شود که دوره‌های کوتاهی از حرکت غیرارادی است که ممکن است بخشی از بدن یا کل بدن را درگیر کند و گاهی اوقات با از دست دادن هوشیاری و کنترل عملکرد روده یا مثانه همراه است.

حملات تشنج در نتیجه تخلیه الکتریکی بیش از حد در گروهی از سلول های مغزی است. قسمت های مختلف مغز می تواند محل چنین ترشحاتی باشد. تشنج ها می توانند از کوتاه ترین تکان های عضلانی تا تشنج های شدید و طولانی متفاوت باشند. تشنج همچنین می تواند از نظر فراوانی متفاوت باشد، از کمتر از یک بار در سال تا چند بار در روز.



یک تشنج به معنای صرع نیست (بیش از 10٪ از

مردم در سراسر جهان در طول زندگی خود یک

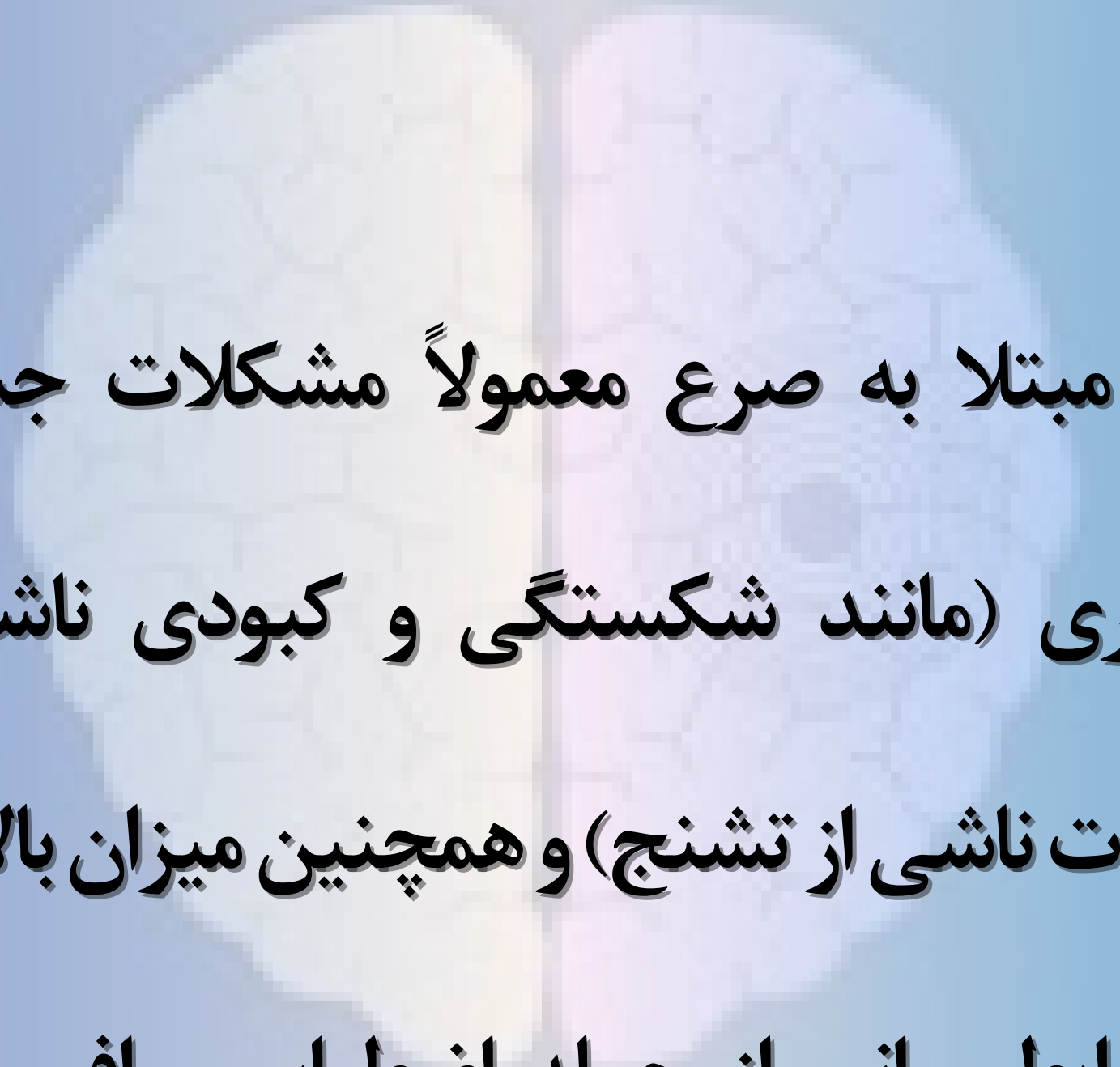
تنج دارند). صرع به صورت داشتن دو یا چند

تنج غیر قابل تحریک تعریف می شود.

علائم

علائم صرع متفاوت است و به این بستگی دارد که این اختلال در کجای مغز ابتدا شروع می‌شود و تا چه اندازه گسترش می‌یابد. علائم موقتی مانند از دست دادن هوشیاری و اختلالات حرکتی، حسی (شامل بینایی، شنوایی و چشایی)، خلق و خو یا سایر عملکردهای شناختی رخ می‌دهد.





افراد مبتلا به صرع معمولاً مشکلات جسمی
بیشتری (مانند شکستگی و کبودی ناشی از
صدمات ناشی از تشنج) و همچنین میزان بالاتری
از شرایط روانی از جمله اضطراب و افسردگی

The psychosocial impact of

دارند.
EPILEPSY

علل

صرع مسری نیست. اگرچه بسیاری از مکانیسم‌های بیماری زمینه‌ای می‌توانند منجر به صرع شوند، اما علت این بیماری در حدود 50 درصد موارد در سطح جهان هنوز ناشناخته است. علل صرع به دسته‌های

زیر تقسیم می‌شوند:

- ساختاری
- ژنتیکی
- عفونی
- متابولیک
- ایمنی و ناشناخته

منبع

World Health Organization. Epilepsy

[Internet]. WHO. [cited 2024 November 5]. Available from:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/epilepsy>

تهیه شده در مدیریت منابع علمی، کتابخانه مرکزی و اسناد

تهیه کننده:

ریحانه غلامی سوق



<https://centlib.sbm.u.ac.ir>



@centlib.sbm.u



آبان ماه 1403