

باورهای غلط درباره «سرماخوردگی» &#۴۷; خود درمانی با «آنتی بیوتیک» ممنوع

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه درباره سرماخوردگی و علل رایج ابتلا به آن باورهای مختلفی وجود دارد، گفت: برخی از این باورها درست و برخی دیگر اساسا غلط است.

به گزارش سایت خبری پرسون، همزمان با شروع گلودرد یا تقویت سیستم ایمنی بدنشان با مکمل‌های گیاهی، همیشه جواب می‌دهد، توضیح داد: یافته‌های اندکی برای پشتیبانی از هر کدام از این درمان‌ها وجود دارد و مشکل اینجاست که پژوهش‌های زیادی نیز وجود دارند که اثربخشی آنها را رد می‌کنند، در داروخانه‌ها داروهای بدون نسخه زیادی را پیدا می‌کنید که بر این مکمل‌ها متکی هستند، اما این واقعیت معروف و محبوب بودن آنها به معنای اثربخشی آنها یا ایمن بودن آنها نیست بنابراین؛ قبل از دادن هر نوع مکمل غذایی در هر شکلی به فرزندان، با پزشک او صحبت کنید، ابتلا به سرماخوردگی را تا حدی کاهش می‌دهد و در صورت مصرف شدن بلافاصله پس از بروز علائم، باعث می‌شود که سرماخوردگی زودتر برطرف شود، اما تمام این یافته‌ها باز هم نیاز به بررسی بیشتر دارد.

وی خاطرنشان کرد: در اولین سال رفتن به مهدکودک، بچه‌ها واقعا بیشتر از بچه‌هایی که در خانه نگه داشته می‌شوند، احتمال ابتلا به سرماخوردگی دارند، اما طبق پژوهشی که روی تعداد زیادی کودک انجام شد، خطر ابتلا به این عارضه وقتی کودک همچنان رفتن به مهدکودک را ادامه می‌دهد، کاهش می‌یابد و پس از یک سال حضور در مهد، این کودکان دیگر نسبت به کودکانی که در خانه می‌مانند احتمال و ریسک بیشتری برای ابتلا به سرماخوردگی ندارند.

منیری با اشاره به اینکه قرارگیری زودهنگام در معرض میکروب‌ها ممکن است در بلندمدت منفی نیز داشته باشد، اضافه کرد: پژوهش‌ها بیانگر این موضوع است که بچه‌هایی که در سن پیش‌دبستانی در مهدکودک‌های بزرگ‌تری حضور داشتند، در سال‌های بعد یعنی تا سن ۱۳ سالگی، سرماخوردگی‌های کمتری داشتند که از قرار معلوم به این دلیل است که بدن آنها نسبت به شایع‌ترین ویروس‌های سرماخوردگی ایمن شده بود.

وی توضیح داد: این درست است که ویروس‌های سرماخوردگی از طریق هوا پخش می‌شوند، بویژه هنگامی که شخصی بیمار سرفه یا عطسه می‌کند، اما این تنها یکی از راه‌هایی است که ویروس مربوطه، قربانی بعدی خود را از طریق آن پیدا می‌کند.

او ادامه داد: ویروس‌ها همچنین می‌توانند در دستان شما باشند، اگر شما چیزی را که ویروس روی آن است، مانند تلفن، اسباب‌بازی یا دست دوستان لمس کنید، ویروس‌هایی که به دست شما می‌چسبند به راحتی می‌تواند از راه‌هایی وارد بدنشان شوند، به عنوان مثال، اگر چشم‌ها یا بینی خود را یا راه‌های ورودی دیگر بدنشان را لمس کنید، ویروس‌های سرماخوردگی معمولی می‌توانند تامدتی روی پوست یا سطوح دیگر زنده بمانند.