

Bu Yüzyılda Sigaradan 1 Milyar Kişi Ölecek!

İnsanların sigara içme alışkanlığı bugünkü düzeyde sürerse, tütünden bu yüzyıl içinde ölenlerin sayısı geçen yüzyılda ölenlerin 10 katına çıkarak, 1 milyarı bulacak. Uluslararası Kansere Karşı Birlik Konferansı'nda yayınlanan Tütün ve Kanser Atlası'ndaki bilgilere göre, dünyada her yıl ölen 1 milyon 400 milyon kişinin tamamı ya da kanserden ölenlerin 5'te 1'inin ölüm nedeni kanser.

Buna sigarayla ilişkili kalp damar hastalıkları ve akciğerle ilgili hastalıklardan ölenler de eklendiğinde ise, yıllık ölüm sayısı 5 milyona çıkıyor ve bu sayının artması bekleniyor. Bu atlaslardaki tahminlere göre dünyada şu anda 1 milyar 250 milyon kişi sigara içiyor ve bunlardan yarısı bu alışkanlıkları yüzünden ölecek. Kanser Atlası'na göre, her yıl teşhis edilen 10,9 milyon yeni kanser vakasının büyük çoğunluğunu akciğer kanseri oluşturuyor.

Kene Deyip Geçmeyin



Son günlerde Türkiye'nin gündemini meşgul eden kene ile ilgili olarak uzmanlar uyarıyor: Kene vücuttan uzaklaştırılırken ezilmemeli, başı kopartılmamalı!

Öncelikle, vücuda yapışıp kan emerek beslenen bu küçük böceklerin hepsi hastalık taşıyor. Özel bir kene türü bu hastalığı taşıyor. Hastalık taşıyanlar ise erken tespit edildiğinde, virüsü vücuda bulaştırma fırsatı bulamıyor. Kene ile temas durumunda kenenin ezilmemesi, çıkarılırken başının kopartılmaması, keneyi uzaklaştırmak için ısı uygulanmaması gerektiği vurgulanıyor. Kenelerin virüs, bakteri, protozoon ve riketsia adı verilen gözle görülmeyen parazitleri taşıdıklarına, bu ciddi enfeksiyon etkenlerini kanını emdikleri insan ve hayvanlara aktardıklarını belirten uzmanlar etkenlerden birinin de KKKA virüsü olduğuna işaret ediyor.

Klimalar Zatürree Yapıyor



Akciğer dokusunun iltihaplanması olarak tanımladığımız zatürreenin, havalandırma sistemleri yoluyla bulaştığı belirtildi. Zatürreenin bu şeklini 'Legionella Pnömonisi' olarak adlandıran uzmanlar, hastalığın ilk kez, 1976 yılında Pensilvanya lejyonerlerinin yaptıkları klimalı bir odadaki toplantıda bulunan kişilerde görüldüğünü belirtiyorlar. Hastalığın tanınması ile birlikte, bu zatürree tipinin, alışlagelmiş yüksek ateş, öksürük, balgam gibi bulguların görüldüğü tipik zatürreeden farklı olduğu anlaşılmış. Hastalığa neden olan, Legionella Pneumophila denen bakteri, klimaların filtre sistemlerinde uygun nem ve ısıda kolonize oluyor ve buradan ortam havasına dağılıyor. Sıklıkla otel ve hastanelerden kaynaklanan salgınlar yapar, ancak tek tek vakalar da nadir değildir.

Hastalığın, yaygın kas ağrıları, baş ağrısı, halsizlik, ateş, huzursuzluk, İlk iki günde yoğun olmak üzere kuru öksürük, bulantı, kusma, ishal, karın ağrısı ve konsantrasyon bozukluğu gibi bulguları var.

Biraz Kir Cilde İyi Gelir

Uzmanlar, her gün duş alınmaması konusunda uyarıyor, haftada en fazla 2-3 kez duş ya da daha etkili olduğu için bir kez banyo yapmayı öneriyorlar.

Sık yıkanma, cildin asit-baz dengesini olumsuz etkileyerek, bir çok katmandan oluşan cildimizin en üst tabakasını değişime uğratarak ve böylece deriyi, nem kaybına uğratarak, zararlı maddelerin içeriye nüfuz etmesini engelleyemez hale getiriyor.