

کشف درمان قطعی سرماخوردگی

دانشمندان می‌گویند که به یک کشف تازه و تاریخی دست یافته‌اند که می‌تواند راه را برای تولید داروهای جدید جهت مقابله با بیماری‌هایی نظیر سرماخوردگی هموار کند.



دانشمندان می‌گویند که به یک کشف تازه و تاریخی دست یافته‌اند که می‌تواند راه را برای تولید داروهای جدید جهت مقابله با بیماری‌هایی نظیر سرماخوردگی هموار کند.

به گزارش بی‌بی‌سی، متخصصان و دانشمندان تاکنون تصور می‌کردند که پادتن‌ها می‌توانند با حمله به ویروس‌ها در خارج از محیط سلول‌ها رشد و گسترش آنها را متوقف کنند، اما اخیراً در تحقیقات انجام‌شده در شورای تحقیقات پزشکی انگلیس مشخص شد که پادتن‌ها حتی می‌توانند از سلول‌ها گذر کرده و ویروس‌ها را در محیط سلول‌ها از بین ببرند.

دانشمندان می‌گویند: طول خواهد کشید تا راه‌های درمان جدیدی برای بیماری‌هایی نظیر سرماخوردگی پیدا شود. آنها می‌گویند البته نمی‌توان با پادتن انواع ویروس‌ها را درون محیط سلول‌ها از بین برد و تنها می‌توان انواع خاصی از ویروس‌ها را نابود کرد.

حتی اکنون برخی از داروهای ضدویروس نیز موجود است که با آنها می‌توان تا حدودی به درمان بیماری‌هایی نظیر ایدز پرداخت. این کشف جدید که توسط دکتر جیمز لئو و همکارانش از دانشگاه کمبریج انجام گرفته نظریات قبلی مبنی بر مصون‌بودن ویروس سرماخوردگی در برابر پادتن‌ها در محیط سلول را باطل می‌کند. بنابر نتیجه این تحقیقات مشخص شده است که پادتن‌ها پس از ورود به سلول می‌توانند پروتئینی موسوم به TRIM21 را وادار به واکنش کنند که در نتیجه، این پروتئین ویروس سرماخوردگی را به سمت منطقه‌ای در سلول هدایت می‌کند که مختص از میان بردن عناصر ناخواسته است.

محققان می‌گویند: روند از بین بردن ویروس توسط پادتن درون سلول به سرعت اتفاق می‌افتد.

دکتر جیمز لئو می‌گوید: هم‌اکنون پزشکان با آنتی‌بیوتیک به مبارزه ویروس سرماخوردگی می‌روند و کمتر از داروهای ضدویروس استفاده می‌کنند که با توجه به نتایج این تحقیق به نظر می‌سد باید مقادیر بیشتری از داروهای ضدویروس در اختیار پزشکان قرار گیرد.

سرماخوردگی یک عفونت ویروسی مسری در راه‌های تنفسی فوقانی، بینی، سینوس‌ها، گوش‌ها، نای، حنجره و لوله‌هایی است که حلق را از داخل به گوش متصل می‌کنند.

دست‌کم 100 ویروس وجود دارد که می‌توانند باعث سرماخوردگی شوند. این ویروس‌ها از راه هوا یا تماس، مثلاً دست دادن با فردی که سرماخوردگی دارد منتقل می‌شوند. زندگی در یک محیط شلوغ، مثل مدرسه، مهدکودک و پادگان، به‌خصوص اگر فردی مبتلا به سرماخوردگی در آنجا باشد، بروز عفونت را تسریع می‌کند. استرس، خستگی یا آلرژی (حساسیت عمومی بدن) ممکن است بدن را مستعد به ابتلا به سرماخوردگی کند.

می‌توان از سرماخوردگی پیش از ورود ویروس به بدن پیشگیری کرد؛ برای جلوگیری از انتقال ویروس این بیماری دستان خود را به‌خصوص پس از پاک کردن بینی، عطسه و سرفه کردن یا قبل از دست‌زدن به مواد غذایی بشویید.

از رژیم غذایی سالم و متعادل که حاوی سبزی، میوه و به‌خصوص مرکبات باشد پیروی کنید.

پس از سرماخوردگی و پیش از مراجعه به پزشک نیز می‌توان جهت تسریع در بهبود نکاتی را رعایت کرد. رعایت این نکات ممکن است باعث شود افراد کمتر از قرص استفاده کنند و بیشتر خود را از راه طبیعی درمان کنند؛ البته ناگفته نماند که مراجعه به پزشک و رعایت توصیه‌های وی در این میان ضروری و الزامی است.

استفاده از آب نمک به‌صورت 2 قطره داخل بینی باعث رفع گرفتگی بینی می‌شود. این کار را 3 تا 4 بار در روز می‌توانید انجام دهید، ولی نباید با شدت زیاد انجام شود چون ممکن است باعث رانده‌شدن میکروب‌ها به داخل گوش و گوش درد شود.

تخلیه کردن بینی بسیار مفید است. بینی کودکان را با دستگاه مکش ترشحات تخلیه کنید ولی از گوش پاک‌کن استفاده نکنید. استراحت در رختخواب ضروری نیست ولی باید از فعالیت شدید پرهیز کنید.

مایعات باید بیشتر مصرف شوند. مرکبات و فلفل دلمه‌ای مقادیر فراوان ویتامین ث دارند. فلفل باعث بازشدن سینوس‌ها و رقیق‌شدن ترشحات ریه می‌شود.

استفاده از یک حوله گرم و مرطوب روی صورت یا دوش‌گرفتن با آب داغ و استنشاق بخار گرم باعث مرطوب شدن مجاری تنفسی و بهبود التهاب آنها می‌شود. غرغره کردن باعث مرطوب شدن گلو و بهبودی موقت می‌شود. این کار را با استفاده از یک قاشق چایخوری

نمک داخل یک استکان آب ولرم و روزانه حدود 4 بار انجام دهید.
برای کاهش خارش گلو یک قاشق چایخوری عسل و کمی آب لیمو و آب ولرم می‌تواند کمک کند.
سیگار نکشید؛ چرا که علاوه بر کاستن از قدرت سیستم ایمنی مژک‌های پاک‌کننده راه‌های هوایی را فلج می‌کند. در صورتی که فقط مبتلا به سرماخوردگی باشید و دچار فاصله عوارض آن مثل عفونت باکتریایی در گوش یا سینوس‌ها نیز نشوید در عرض 7-14 روز بهبودی حاصل خواهد شد.
بعضی بیماری‌های جدی مثل عفونت سینوس‌ها، برونشیت، مننژیت، گلو درد چرکی و آسم ممکن است ابتدا به شکل سرماخوردگی ظاهر کنند، بنابراین اگر علائم شدیدتری نسبت به علائم ذکر شده دارید یا هر روز علائم شدیدتر می‌شود به پزشک مراجعه کنید.
در آنفلوآنزا، تب شدید است و چند روز طول می‌کشد. خستگی و درد بدن وجود دارد و ممکن است سایر علائم سرماخوردگی را نیز داشته باشد.
گلو درد همراه با ظاهر شدن لکه‌های سفید روی لوزه‌ها یا بزرگ شدن گره‌های لنفاوی گردن است.
همچنین وجود سرفه طولانی (بیشتر از 10 روز) سرفه‌ای که خلط ضخیم، زرد یا خاکستری رنگ دارد، لرز شدید، ظاهر شدن بثورات پوستی، درد دندان یا درد سینوس‌ها و خوب شیرنخوردن کودک، مراجعه به پزشک را ایجاب می‌کند.

آرش نهاوندی