

Στον ύπνο ένα στα επτά εγκεφαλικά

Κατά την διάρκεια του ύπνου συμβαίνουν ένα στα επτά εγκεφαλικά, σύμφωνα με μία νέα αμερικανική επιστημονική έρευνα, πράγμα το οποίο σημαίνει ότι οι ασθενείς αυτοί δεν μπορούν να τύχουν αντιθρομβωτικής θεραπείας σε νοσοκομείο.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον δρ Τζέισον Μακί της Ιατρικής Σχολής και του πανεπιστημιακού νοσοκομείου του Σινσινάτι, που δημοσίευσαν τη σχετική μελέτη στο περιοδικό της Αμερικανικής Ακαδημίας Νευρολογίας «Neurology», ανέλυσαν τα ιατρικά αρχεία από τα ιατρεία επειγόντων περιστατικών και διαπίστωσαν ότι περίπου ένας στους επτά ασθενείς είχε προσέλθει στο νοσοκομείο αναφέροντας ότι ξύπνησε με συμπτώματα ισχαιμικού εγκεφαλικού, τα οποία προκαλούνται, όταν μπλοκάρεται η ροή του αίματος στον εγκέφαλο.

Συγκρίνοντας τα επεισόδια που συμβαίνουν στον ύπνο με αυτά που συμβαίνουν την μέρα, οι ερευνητές δεν βρήκαν κάποια αξιολογη διαφορά. Σε γενικές γραμμές, όμως όσοι παθαίνουν εγκεφαλικό όντας ξύπνιοι, είναι κατά μέσο όρο λίγο μεγαλύτερης ηλικίας (72 ετών) και τα επεισόδιά τους είναι κάπως πιο σοβαρά σε σχέση με όσους παθαίνουν εγκεφαλικό στον ύπνο τους (70 ετών κατά μέσο όρο).

Σχεδόν κανείς από όσους είχε επεισόδιο στον ύπνο, δεν θεωρήθηκε ότι μπορούσε να λάβει θεραπεία με αντιθρομβωτικό φάρμακο, επειδή είχε πλέον μεσολαβήσει αρκετή ώρα μετά το επεισόδιο και μέχρι να πάει στο νοσοκομείο.

Τα φάρμακα αυτά μπορούν να προστατεύσουν από μόνιμη αναπηρία μετά από ένα τέτοιο επεισόδιο, όμως πρέπει να χορηγηθούν το πολύ μέσα στις επόμενες 4,5 ώρες μετά τα πρώτα συμπτώματα. Αν όμως κανείς κοιμάται, δεν μπορεί να ξέρει πότε άρχισαν τα συμπτώματα του εγκεφαλικού κι έτσι δεν μπορεί να κάνει την αναγκαία θεραπεία έγκαιρα.

Οι γιατροί διατάζουν να χορηγηθούν το αντιθρομβωτικό, μήπως προκληθεί εγκεφαλική αιμορραγία. Από την άλλη, αν το φάρμακο χορηγηθεί με καθυ-

στέρηση, δεν έχει ιδιαίτερο όφελος.

Οι ερευνητές επεσήμαναν ότι το επόμενο βήμα είναι να βρεθεί τρόπος, ώστε να εκτιμάται με σχετική ακρίβεια πότε στον ύπνο συνέβη το επεισόδιο, ώστε ορισμένοι από αυτούς που το έπαθαν λίγο πριν ξυπνήσουν, να κριθούν κατάλληλοι για φαρμακευτική θεραπεία.

Για την αποφυγή ενός εγκεφαλικού, οι επιστήμονες συστήνουν έλεγχο της πίεσης του αίματος και του διαβήτη, υγιεινή διατροφή, σωματική άσκηση, κόψιμο του τσιγάρου και μείωση της χοληστερίνης. Αν κάποιος ξυπνήσει με ενδείξεις εγκεφαλικού (δυσκολία ομιλίας ή βλάβη, αίσθημα αδυναμίας στην μία πλευρά του προσώπου, σε ένα χέρι ή ένα πόδι) πρέπει αμέσως να πάει στο νοσοκομείο.

Τα εγκεφαλικά είναι η τρίτη συχνότερη αιτία θανάτου μετά την καρδιά και τον καρκίνο.



ΠΟΛΥΤΙΜΟ ΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΓΑΛΑ

Λιγότερα προβλήματα συμπεριφοράς για τα παιδιά που έχουν θηλάσει

Τα βρέφη που έχουν τραφεί με μητρικό γάλα έχουν λιγότερες πιθανότητες να εμφανίσουν προβλήματα συμπεριφοράς μέχρι την ηλικία των πέντε ετών, σε σχέση με όσα αιτιώθηκαν με «ξένο» γάλα, σύμφωνα με μια νέα βρετανική έρευνα, που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό έντυπο Archives of Disease in Childhood.

Οι ερευνητές των Πανεπιστημίων της Οξφόρδης, τους Έσσεξ, της Υόρκης και του Λονδίνου, με επικεφαλής την επιδημιολόγο Μαρία Κουίγκλεϊ, διαπίστωσαν ότι τα λιγότερα προβλήματα συμπεριφοράς, μεταξύ των παιδιών που εξέτασαν (περίπου 10.000), εμφάνισαν όσα εί-

χαν θηλάσει τουλάχιστον επί τέσσερις μήνες.

Όπως είπαν, η διαπίστωση αυτή αναδεικνύει, για μια ακόμη φορά, τη σημασία και τα οφέλη του θηλασμού. «Οι μητέρες, οι οποίες θέλουν να θηλάσουν, πρέπει να έχουν κάθε υποστήριξη που χρειάζονται», τόνισαν. Προηγούμενες έρευνες έχουν δείξει και άλλα οφέλη του θηλασμού, όπως τον μικρότερο κίνδυνο μόλυνσεων του παιδιού και τον μειωμένο κίνδυνο καρκίνου του μαστού για τις μητέρες. Οι ερευνητές συνέκριναν στοιχεία για τον θηλασμό (αν έγινε, πόσο διήρκεσε κ.α.) με δεδομένα που προέκυψαν από αναλυτικά ερωτηματολόγια, στα οποία απαντούσαν οι γονείς κατά

τακτά χρονικά διαστήματα επί χρόνια, σχετικά με τη συμπεριφορά των παιδιών τους. Προβλήματα όπως το άγχος, η ανησυχία, η ανικανότητα κοινωνικοποίησης και συνύπαρξης σε ομάδες, η ροπή για ψέματα και κλοπές ήταν πιο έντονα σε παιδιά που δεν είχαν θηλάσει καθόλου. Μόνο το 4% των παιδιών που είχαν θηλάσει για μήνες εμφάνισαν αργότερα τέτοιες συμπεριφορές, έναντι ποσοστού 16% των παιδιών που δεν είχαν θηλάσει. Μια πιθανή εξήγηση γι' αυτή τη διαφορά, κατά τους επιστήμονες, είναι ότι το μητρικό γάλα περιέχει μεγάλες ποσότητες από ζωτικές ουσίες (πολυακόρεστα λιπαρά και ορμονικούς παράγοντες), που παίζουν ση-

μαντικό ρόλο στην ανάπτυξη του εγκεφάλου και του νευρικού συστήματος του βρέφους. Επίσης, ο θηλασμός συνεπάγεται μεγαλύτερη σωματική και ψυχική επαφή ανάμεσα στη μητέρα και το νεογέννητο, πράγμα που βοηθά στη μάθηση και την προσαρμοστικότητα του τελευταίου στο νέο περιβάλλον. Οι ερευνητές διευκρίνισαν ότι όλα τα παιδιά, κατά καιρούς, εμφανίζουν επιθετικές ή αρνητικές συμπεριφορές, όμως θεωρείται πως εμφανίζουν κάποιο πρόβλημα, μόνο αν αυτές οι πράξεις γίνονται συστηματικά για μεγάλη χρονική περίοδο και αναστατώνουν την προσωπική και την οικογενειακή ζωή του παιδιού.

24ΩΡΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ

1683 AM (στα μεσαία κύματα)

Συνεχή καθημερινή ενημέρωση και ψυχαγωγία

Ο Ελληνικός Ραδιοφωνικός Σταθμός Αυστραλίας

1683 AM λειτουργεί

σε 24ωρη βάση, 7 ημέρες την εβδομάδα.

Ο σταθμός ξεκίνησε να λειτουργεί το Μάρτιο του 1983 και εκπέμπει τα καλύτερα προγράμματα από την Ελλάδα και την Κύπρο, ενώ παράλληλα μεταδίδει τις ειδήσεις από το εξωτερικό κάθε ώρα.

Επίσης, έχουμε τα καλύτερα τοπικά προγράμματα, όπως:

"Κυπριακή Κοινότητα"

με την Έλλη Κάμπος,
"Greeks Today"

με τον Γιώργο Τσερδάνη,

"Κέφι και μπάλλα"

με τον Γιάννη Σπανέλλη,

"Κοινότητα και κοινοτικά"

και μουσικά

προγράμματα με εκφωνητές.

Ο Ελληνικός Ραδιοφωνικός Σταθμός Αυστραλίας 1683 Khz AM διαφημίζει μεγάλους οργανισμούς και επιχειρήσεις, όπως την ελληνική εφημερίδα της Αυστραλίας "Ο Κόσμος", "Λαϊκή Τράπεζα", "Τράπεζα Κύπρου", "Κυπριακή Κοινότητα NNO",

"Ελληνική Ορθόδοξη Κοινότητα Σύδνεϋ & NNO",

"Vicky Mar Fashions", "Independent and General Advertising", "Roselands Shopping Centre" και πολλές άλλες μικρές και μεγάλες επιχειρήσεις.

Για τον καλύτερο Ελληνικό Ραδιοφωνικό Σταθμό, τα τελευταία νέα, ποιοτική μουσική και τα καλύτερα ζωντανά προγράμματα, συντονιστείτε στο Ελληνικό Ραδιοφωνικό Σταθμό Αυστραλίας 1683 Khz AM.

Για περισσότερες πληροφορίες

και για τις διαφημίσεις σας,

τηλεφωνήστε στο (02) 9750 8155

και fax: (02) 9750 0517.

Τηλέφωνα για ζωντανές εκπομπές:

(02) 9750 9890 και (02) 9750 0017.

Διεύθυνση: Unit 4 / 9 Mavis St, Revesby NSW 2212

e-mail: conn01@optushome.com.au

web: GREEK RADIO 1683