

שאלות מגזין ג'ורנאל 851

1. מה בין הפסקת עישון לבין הסיכון לאי ספיקת לב?

- לפי המחקר, יש קשר מנה-תגובה עם שנות-חפיסה ואי-ספיקת לב
- הפסקת עישון לפרק זמן ארוך יותר לווהה בסיכון נמוך יותר לאי-ספיקת לב, אך סיכון מוגבר משמעותית לאי-ספיקת לב עם מקטע פליטה שמור או עם מקטע פליטה ירוד נותר לאורך מספר עשורים
- הממצאים תומכים בעדויות כי עישון מהווה גורם סיכון הפיך חשוב לאי-ספיקת לב
- כל התשובות נכונות

2. כיצד השפיעה השנה הראשונה של מגפת COVID-19 על דפוסי השינה של מתבגרים?

- על פי המחקר, דפוסי השינה לא השתנו באופן משמעותי במהלך השנה הראשונה של המגפה
- המחקר מצא כי אירעו שינויים משמעותיים בדפוס השימוש במסכים ובתזמון השינה בקרב מתבגרים בארה"ב כתוצאה מבילוי זמן רב יותר בשימוש במכשירים אלקטרוניים, ומשעת שינה ויקיצה מאוחרת יותר בהשוואה לתקופה טרם המגיפה
- בשנה הראשונה למגפה, עם ירידת זמן המסך למטרות פנאי באופן דרמטי, הוקדמו גם זמני ההשכמה של המתבגרים בכשעה וחצי
- מיד שהחלה שנת הלימודים החדשה שעות ההשכמה הוקדמו לפחות בכשעתיים בהשוואה ללפני תחילת שנת הלימודים

3. שינוי הגישה למופאזה:

- רק עשר אחוז מהנשים סובלות מתסמיני מנופאזה
- כתשעים אחוז מהנשים משוחחות עם הרופא.ה המטפלת על תסמיני המנופאזה
- תסמינים כמו גלי חום, מחזורים לא-סדירים, הזעות לילה, ירידה בחשק המיני, ירידה במצב הרוח וחרדה, תפקוד קוגניטיבי ירוד ובעיות שינה, מופיעים בלמעלה מ-75% מהנשים
- נשים שילדו בגיל מבוגר לא סובלות מתסמיני מנופאזה כלל

4. איזה טיפול או התערבות זמינים כעת ל-COPD?

- אין בנמצא תרופה ל-COPD ; מניעת חשיפה לעשן סיגריות ולאדים רעילים היא הדרך הטובה ביותר למנוע את המחלה.
- הסיכון ל-COPD עולה בצורה חדה במעשנים כבדים שהפסיקו לעשן ולכן ייעוץ גמילה מעישון לא מומלץ בקבוצה זו
- טיפולים תרופתיים, כמו מרחיבי סמפונות וטיפולים אנטי דלקתיים, וטיפולים לא תרופתיים כמו התערבויות המתייחסות לניהול עצמי של המחלה, דיאטה, פעילות גופנית וחיסונים, זמינים לטיפול במטופלים עם COPD קל עד בינוני או COPD סימפטומטי באופן מינימלי
- תשובות א+ג נכונות

שם משפחה _____ שם פרטי _____ ת.ז. _____

מערכת ג'ורנאל קלאב: פרופ' עמית עקירוב – עורך ראשי, פרופ' זרם פריאר (מדור פדיאטרי)

מושב שואבה, 159, הרי יהודה 90855, טל. 02-5703550 פקס. 02-5341723

דוא"ל webmaster@e-med.co.il, journal@e-med.co.il, www.e-med.co.il