

ترجمان دانش طرح های مرکز تحقیقات سالمندی

ردیف	عنوان طرح	پیام ترجمان دانش برای عموم	پیام ترجمان دانش برای متخصصان و سیاستگذاران
۱	بررسی اثر همه گیری کووید-۱۹ بر سبک زندگی سالمندان در شهر تهران در سال ۱۴۰۰	شیوع بیماری کرونا و ایام قرنطینه باعث شده است که سالمندان فعالیت های فیزیکی کمتری داشته و بیشتر از تلویزیون و موبایل استفاده کنند. ادامه یافتن این نوع رفتارها می تواند بر سلامت جسمانی تاثیر مخربی گذارد و نیاز است سالمندان برای افزایش فعالیت فیزیکی خود برنامه ریزی نمایند. همچنین شیوع کرونا منجر به افزایش تنش و اضطراب شده است که می تواند بر کیفیت خواب نیز تاثیر بگذارد و نیازمند یادگیری راهکارهای کنترل اضطراب است. ایام قرنطینه منجر به ارتقا رفتارهای سلامتی خوبی مانند مصرف کمتر غذاهای فست فودی و مضر و افزایش مصرف سبزیجات و لبنیات و افزایش حمایت اجتماعی شده است که ادامه دادن این رفتارها پس از کرونا نیز می تواند پیامدهای خوب سلامتی را به همراه داشته باشد. با توجه به اثرات منفی بیشتر کرونا بر سبک زندگی زنان سالمند، سالمندان بدون همسر، سالمندانی که وضعیت سلامتی ضعیف داشته و افرادی که بر اثر ابتلا به کرونا بستری شده اند و سالمندان شاغل، نیاز است که این گروه از سالمندان توجه بیشتری به سلامتی خود داشته باشند.	عدم توجه و مداخله در پیامدهای رویارویی با کووید-۱۹ می تواند آسیب های روانشناختی گسترده تری را به همراه داشته باشند. شیوع کووید-۱۹ و قرنطینه طولانی مدت اثرات مثبت در رفتارهای تغذیه ای و حمایت اجتماعی اما اثرات منفی در فعالیت های فیزیکی و اضطراب سالمندان به همراه داشته است که می تواند اطلاعات مفیدی در اختیار سیاست گذاران حوزه سالمندی در بروز بحران ها و مدیریت آن، جهت ارتقا سبک زندگی سالم در مسیر سالمندی موفق قرار دهد. همچنین نیاز است که برنامه ریزان اجتماعی در دوران شیوع کرونا و پس از آن به گروه های خاص سالمندان شامل سالمندان غیرمتاهل، طبقه اقتصادی پایین جامعه، زنان، سالمندانی که وضعیت سلامتی ضعیف داشته و افرادی که بر اثر ابتلا به کرونا بستری شده اند، توجه بیشتری داشته باشند زیرا کاهش بیشتری را در رفتارهای سلامت محور داشتند و نیازمند توجه ویژه در مداخلات ارتقای سبک زندگی سالم و بسته های حمایتی در میان سالمندان است

۲	بررسی تکرارهای پشت سر هم کوتاه (STRs) پلی مورف بسیار بلند پروموتور مرکزی ژن RIT2 در بیماران مبتلا به اختلالات عصبی شناختی دیررس و افراد کنترل	اهمیت موضوع: از آنجایی که این توالی‌های تکراری می‌توانند روی بیان ژن RIT2 تأثیر داشته باشند و این ژن نقش بسیار موثری روی تکامل سلول‌های مغزی دارد، و از طرفی بدلیل حفظ این تکرارها در تکامل، از پرمیات ها تا انسان، این شواهد می‌توانند بیانگر اثر تکاملی این ژن در مسیر تکامل سلول‌های مغزی از پرمیات های ابتدایی تا انسان باشند. در مطالعه حاضر، ما قصد داریم تا اثر این تکرار های GA را برای اولین بار در ژن RIT2 و نیز برای اولین بار در انسان، بصورت عملکردی و با استفاده از تکنیکهای PCR و تعیین توالی به انجام برسانیم. مهمترین یافته: ما تک‌مورفیسیم تکرار GA را در ژن RIT2 در ۵۹۹ نفر از ۶۰۰ فرد مورد مطالعه، با ۱۱ تکرار شناسایی کردیم که مختص انسان می باشد. کاربرد نتایج: در حالی که STR ها به دلیل ماهیت پلی مورفیسیم بالایشان بیشتر مورد توجه قرار می گیرند، اما تک‌مورفیسیم STR یک ویژگی نادیده گرفته شده است، که ممکن است با انتخاب طبیعی و بیماری ارتباط داشته باشد.	اهمیت موضوع: با توجه به مطالعات قبلی، توالی تکرار پروموتور ژن می‌تواند یک کاندید RIT2 مناسب و با پتانسیل بالا، بعنوان یکی از عوامل اثر گذار در بیماری های کمپلکس و چند عاملی عصبی-روانی، معرفی گردد. در این تحقیق بر آنیم تا نقش تکرار ، و RIT2 را بر بیان ژن GA های همچنین ارتباط این توالی تکراری و تغییرات آن را با بیماری های بررسی Neuropsychiatric کنیم. در واقع تحقیق فوق نشان دهنده این خواهد بود که آیا تنوع تکرار های موجود در پروموتور و ارتباط آن ها با الگوی بیان ژن می تواند منشأ جدیدی از شکل گیری صفات کمی و بروز بیماری های پیچیده را معرفی کند؟ یافته ها: در کل افراد مورد مطالعه، تکرار RIT2 11 در پروموتور ژن مشاهده شد که GA تک‌مورفیسیم مختص انسان می باشد و تنها استثنا ژنوتیپ ۱۱/۹ در یک خانم دارای مولتیپل اسکروزیس بود. در هر دو و TOPMed پایگاه داده با ۱۱ (GA) ، توالی gnomAD بود و RIT2 تکرار آل غالب برای در تمام گونه GA نیز تکرارهای های پستانداران و چندین پستاندار دیگر مورد مطالعه، حفظ شده اند.
---	--	--	--

			در حالی که STR ها به دلیل ماهیت پلی مورفیسم بالایشان بیشتر مورد توجه قرار می گیرند، اما تک مورفیسم STR یک ویژگی نادیده گرفته شده است، که ممکن است با انتخاب طبیعی و بیماری ارتباط داشته باشد.
۳	مروری بر اصول مراقبت مبتنی بر شواهد در مهار فیزیکی سالمندان بستری در بخشهای بیمارستانی	بسیاری از سالمندان به بیماری‌های مختلف مبتلا هستند که باعث افزایش میزان بستری شدن آنها در بیمارستان‌ها می‌شود. به دلیل مشکلات سالمندی و کاهش میزان آگاهی به محیط بیمارستان، بسیاری از سالمندان ممکن است در معرض خطر افتادن از تخت، پرخاشگری، درآوردن اتصالات درمانی و آسیب رساندن به خودشان و دیگران باشند. برای جلوگیری از این مشکلات، پرستاران و پزشکان از داروهای آرامبخش استفاده می‌کنند؛ اما در بعضی از سالمندان امکان استفاده از این داروها وجود ندارد؛ چون باعث بدتر شدن وضعیت آنها می‌شود. برای آرام کردن چنین بیمارانی از وسایلی مثل دستبند و پابند استفاده می‌شود تا میزان حرکت مددجو و خطر افتادن از تخت کمتر شود. این تحقیق روشهایی را برای کاهش استفاده از این وسایل و اصولی را برای نحوه درست بکارگیری آنها در بیماران سالمند بیان کرده است تا از بروز مشکلات بیشتر جلوگیری شود و موجب رضایتمندی بیمار و خانواده آنها از نحوه ارایه مراقبت شود.	مهار فیزیکی یک اقدام مراقبتی معمول و چالش برانگیز در بخش‌های بیمارستانی است که با هدف تأمین ایمنی بیماران، به ویژه سالمندان، توسط پرستاران اجرا می‌گردد. نظر به ماهیت زیان‌آور مهار فیزیکی و وجود چالش‌های قانونی، حرفه‌ای و اخلاقی در صورت استفاده نابجا از آن، اصول و ضوابط بکارگیری آن در برخی کشورها با در نظر گرفتن زمینه و بستر جامعه تدوین شده است. مطالعه حاضر با هدف تبیین اصول مراقبت مبتنی بر شواهد در اجرای مهار فیزیکی در سالمندان بستری در بیمارستان انجام شد. بکارگیری اصول ارائه شده در این پژوهش در بخش‌های بیمارستانی می‌تواند از پراکنده عمل کردن و سرگردانی پرستاران جلوگیری نماید و به حل مسئله استفاده زیاد و نابجا از مهار فیزیکی و ساماندهی اجرا و مراقبت از سالمندان تحت مهار فیزیکی بستری در بخش‌های بیمارستانی

			بیانجامد. علاوه-براین، در پیشگیری از عوارض و آسیب-های ناشی از مهار فیزیکی در سالمندان و نیز پیشگیری از پیامدهای حرفه-ای، قانونی و اخلاقی در ارائه دهندگان مراقبت، به ویژه پرستاران، کمک-کننده است.
۴	روانسنجی نسخه جدید پرسشنامه بی توجهی به خود در سالمندان	اطلاع از پدیده پنهان ولی فراگیر خودغفلتی در سالمندان به خانواده و مراکز درمانی و حتی خود سالمندان جهت شناخت و یاری رساندن در فرایند درمان و زندگی کمک کننده است . همچنین شناخت راهها و عوامل تاثیر گذار و شناسایی سهم هر عامل می تواند در پیشگیری و کنترل و صدمه زدن سالمند بخود و امید به زندگی وی بسیار موثر باشد که این مهم در کاهش هزینه های درمانی برای فرد ، خانواده و مراکز درمانی و جامعه کمک کننده خواهد بود. برای این مهم نیاز به ابزار معتبر و بومی شده می باشد که برای نخستین بار ابزار فوق در ایران نورم شده و می توان به منظور اهداف بالا مورد استفاده قرار گیرد.	اطلاع از پدیده خود غفلتی در سالمندان توسط دست اندر کاران حوزه سالمندی چون متخصصان سالمند شناسی و سلامت سالمندی و طب سالمندان و مراکز درمانی چون پزشکان و پرستاران در شناخت سالمندان به ویژه در ارائه خدمات مناسب به بیماران سالمند حایز اهمیت است. در راستای تحقق این مهم نیازمند ابزار معتبر و استاندارد بومی کشور بوده که به کمک آن ابتدا میزان خودغفلتی سالمندان سنجیده گردد. مهم ترین یافته نتایج پژوهش حاضر نشان داد که پرسشنامه بی توجهی به خود در سالمندان مقیاسی پویا و روا و کوتاه متناسب با مقتضیات سالمندان می باشد. پیشنهاد برای کاربرد نتایج: پیشنهاد می گردد مقیاس حاضر در پژوهش های آتی در خصوص سالمندان و نیز در سیاست گذاری و مداخلات آموزشی برای شناسایی و کمک به سالمندان مورد استفاده قرار گیرد.
۵			