



أكد أن نسبة نجاحها تصل إلى 99 %

عبد القادر : التكنولوجيا الحديثة جعلت «زراعة الأسنان» .. آمنة وسلسة

طمأن أخصائي علاج اللثة وزراعة الأسنان بمركز إيزي دنتل الدكتور محمد عبد القادر مرضى الأسنان الذين يحتاجون لعمليات تعويض الأسنان المفقودة بأن عمليات الزراعة أصبحت الآن بفضل التقنيات الحديثة المستخدمة سلسلة وسهلة جداً. وأضاف أن زراعة الأسنان «زراعة البراغي» تمثل الجزء المفقود من الأسنان داخل الفم ، يضعها الطبيب المعالج داخل العظم ثم يركب عليها «التاج» ، وهو الجزء العلوي الظاهر في الفم ، مشيراً إلى أن الإنسان يمكن أن يكون فاقداً لسن واحدة أو اثنتين ، أو حتى لأسنانه بالكامل ، مشيراً إلى أن هذه الطريقة تعتبر من الحلول الناجحة للأسنان المفقودة ، وهي من أفضل الحلول الطبية حول العالم ، والتي يقدر استخدامها بالملايين سنوياً .



وذكر عبد القادر أن الأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة كالضغط والسكري ، وهما مرضان منتشران انتشاراً واسعاً بالكويت ، خصوصاً مرض السكري من النوع الثاني ، والذي يحتاج مريضه إلى عناية خاصة قبل وبعد زراعة الأسنان ، وعلى الرغم من ذلك فإن الزراعة لمريض السكري من هذا النوع تعد في المستويات الآمنة .

وأردف عبد القادر أن مرضى الأمراض المزمنة ينقسمون إلى قسمين ، القسم الأول منهم وهم المتحكمون بالمرض ، وهؤلاء يعاملون معاملة الأصحاء، أما

القسم الثاني فيتوجب عليهم أولاً قبل إجراء الزراعة ضبط معدلات سكرهم أو ضغطهم ، ويتم ذلك عن طريق مراجعة الطبيب المشرف ، وعمل الفحوصات اللازمة ، أو حتى تغيير العلاج إلى نوع أقوى إن لزم الأمر ، ولتسهيل العمل الزراعة ، موضحاً أن نسبة نجاح

تناول ثمرة واحدة يومياً من فاكهة الأفوكادو يبقى الطبيب بعيداً



عملية الزراعة بالنسبة لهؤلاء تتجاوز 95% . وذكر عبد القادر أن المركز لديه بروتوكولات تساهم مساهمة فعالة في نجاح عملية الزراعة ، وكذلك في التغلب على خوف المريض من الزراعة ، ومنها استخدام أفضل أنواع الزراعات في العالم ، وكذلك «البنج الإلكتروني» ، والغاز المضحك ، بالإضافة إلى التقنيات التكنولوجية الحديثة التي يعتمدها المركز ، وكذلك لدينا بروتوكول لتقليل الفتح الجراحي بقدر الإمكان .

وتابع عبد القادر : إن عملية زراعة الأسنان من الأساس تعتبر من العمليات الصغرى ، فزراعة سن واحدة لا تتعدى 10 دقيقة فقط ، بينما زراعة الفك الكامل لا تتعدى الساعتين كحد أقصى.

واختتم أن هدف المركز هو تقديم أفضل خدمة آمنة بالمركز ، مبيناً أن متابعة الزراعة «قبل وبعد» بالنسبة لمرضى السكري والضغط تسهم بشكل فعال في مراقبة المرض عن قرب ، ومن ثم التحكم الصحيح بالعدلات ، وفي النهاية الحفاظ على الصحة العامة للمريض.

ورصدت نتائج التحليل أن من قاموا بتناول الأفوكادو زادت لديهم ميكروبات الأمعاء الجيدة، التي تكسر الألياف. وقال الباحثون إن حمض الصفراء انخفض مع زيادة مناسبة في الأحماض الدهنية قصيرة السلسلة.

وقالت البروفيسورة هانا هولشر، الباحثة الرئيسية في الدراسة، إنهم أرادوا اختبار فكرة أن الدهون والألياف الموجودة في الأفوكادو تؤثر بشكل إيجابي على ميكروبات الأمعاء. إن الأفوكادو غني بالدهون. ولكن اكتشف الباحثون أنه بينما استهلكت مجموعة الأفوكادو سعرات حرارية أكثر بقليل من المجموعة الضابطة، أي التي لم تتناول الأفوكادو، فقد تم إفراز المزيد من الدهون في البراز.

وقالت البروفيسورة هولشر: «إن زيادة إفراز الدهون يعني أن المشاركين في البحث كانوا يمتصون طاقة أقل من الأطعمة التي كانوا يتناولونها». كان هذا على الأرجح بسبب انخفاض الأحماض الصفراوية، وهي جزيئات يفرزها الجهاز الهضمي والتي تسمح للجسم بامتصاص الدهون. وأوضحت البروفيسورة هولشر: «وجدنا أن كمية الأحماض الصفراوية في البراز كانت أقل وأن كمية الدهون في البراز كانت أعلى في مجموعة الأفوكادو».

ولفتت البروفيسورة هولشر إلى أن محتوى الألياف القابلة للذوبان مهم جداً أيضاً. حدثت تفرقة ثمرة الأفوكادو المتوسطة حوالي 12 غراماً من الألياف، والتي تقطع شوطاً طويلاً نحو تلبية الكمية الموصى بها من 28 إلى 34 غراماً من الألياف يومياً.

تحديث جديد مثل شائع عن التفاح يوجه الانتظار إلى فاكهة الأفوكادو أو الزبدية، حيث أعلن فريق من العلماء الأميركيين أن تناول الأفوكادو كل يوم يمكن أن يساعد في الحفاظ على ميكروبات الأمعاء المفيدة، مضيفاً أنه يساعد على تكسير الألياف وتقليل الأحماض غير الصحية، بحسب ما نشرته «ديلي ميل» البريطانية نقلاً عن Journal of Nutrition.

وقال فريق علماء من جامعة إلينوي إن الأفوكادو غني بالسعرات الحرارية ولكنه يقدم النسبة الموصى باستهلاكها يومياً من الألياف والمواد الغذائية مثل البوتاسيوم. واختبر الباحثون آثار تناول الأفوكادو يومياً على 163 بالغاً يعانون من زيادة الوزن أو السمنة بين سن 25 و45 عاماً. وأثبتت النتائج أنه بالإضافة إلى كونه مليئاً بالعناصر الغذائية مثل البوتاسيوم، فإن تناول الأفوكادو يومياً يعمل على تحقيق التوازن بين الدهون الجيدة والسيارة داخل الأمعاء ويساعد على حماية القلب من الأمراض، لأنه أيضاً يحتوي على دهون أحادية غير مشبعة.

وقام متطوعون للمشاركة في الدراسة بتناول نظام غذائي محدد لمدة 12 أسبوعاً، حيث تناول نصفهم وجبة تحتوي على أفوكادو يومياً، بينما تناول النصف الآخر وجبات خالية من الأفوكادو. وأوضح الباحثون أن دراستهم لم تكن تستهدف تسجيل التأثير على فقدان الوزن، وإنما لفحص الاختلافات التي تحدثها ثمرة الأفوكادو على صحة الأمعاء، عن طريق أخذ عينات من الدم والبول والبراز.

أدلة جديدة تشكك في علاقة نقص فيتامين D بكورونا!



كشفت مراجعة تحليلية دقيقة لعدد كبير من الدراسات العلمية حول العالم، أنه لا توجد أدلة كافية على أن تناول فيتامين D يمكن أن يمنع أو يعالج فيروس كورونا المستجد كوفيد-19. وقام بهذه المراجعة فريق من الخبراء تحت قيادة الهيئة الصحية الوطنية البريطانية، مؤكداً عدم وجود تجارب كافية عن علاقة فيتامين D بالنسبة إلى الأشخاص الذين يعانون من نقص فيتامين D. وقالوا إن تناول فيتامين D قد يقلل من خطر الإصابة بالفيروس أو ما إذا كان التوكع يتسبب في انخفاض مستويات

فيتامين D. ورغم ذلك، حث الدكتور بول كريسب مدير مركز الإرشادات في المعهد الوطني للصحة البريطاني، الناس على تناول المكملات الغذائية خاصة فيتامين D في الخريف والشتاء نظراً لأهميتها للصحة العامة. ويصح الباحثون كبار السن من البريطانيين والأشخاص ذوي البشرة الداكنة بتناول فيتامين D على مدار العام لأنهم أكثر عرضة لنقصه، وذلك لتعزيز جهاز المناعة الخاص بهم، والعمل على تقوية عضلاتهم.

كشفت مراجعة تحليلية دقيقة لعدد كبير من الدراسات العلمية حول العالم، أنه لا توجد أدلة كافية على أن تناول فيتامين D يمكن أن يمنع أو يعالج فيروس كورونا المستجد كوفيد-19. وقام بهذه المراجعة فريق من الخبراء تحت قيادة الهيئة الصحية الوطنية البريطانية، مؤكداً عدم وجود تجارب كافية عن علاقة فيتامين D بالنسبة إلى الأشخاص الذين يعانون من نقص فيتامين D. وقالوا إن تناول فيتامين D قد يقلل من خطر الإصابة بالفيروس أو ما إذا كان التوكع يتسبب في انخفاض مستويات

هل تساعد اللصاقات الطبية في التخلص من حب الشباب؟



يستخدم الكثير من الأشخاص لصاقات طبية خاصة بهدف التخلص من البثور وحب الشباب، فهل هذه اللصاقات فعالة حقاً في التخلص من حب الشباب؟ تقول طبيبة الأمراض الجلدية ديبيرا غاليمان، من جامعة ماونت سيناي الأمريكية، إن اللصاقات الطبية هي من أفضل العلاجات التي يمكن أن تساعد في التخلص من حب الشباب والبثور، وذلك لأنها تقلل البكتيريا والالتهابات، إضافة إلى أنها تمتص السوائل الزائدة وتفرغ المنطقة المصابة من الأوساخ والزيوت، وتحولها إلى مادة شبيهة بالهلام. وبحسب الدكتورة غاليمان، فإن اللصاقات الطبية تكون فعالة أكثر عندما يتم تطبيقها بعد العلاج ال موضعي بحمض الساليسيليك أو البنزويل بيروكساييد. وتوصي الدكتورة غاليمان باستخدام المنتجات التي لا تهيج البشرة وتحتوي على مكونات مضادة للبكتيريا، إضافة إلى الحرص على العناية الجيدة بالبشرة ونظافتها وإزالة المكياج بشكل صحيح لتجنب نشوء البثور، بحسب ما أورد موقع «إم إس إن» الإلكتروني، بحسب موقع 24.

كيف يساعد الزنجبيل في الوقاية من السكري وعلاج أعراضه؟

يعزز الجلوكوز الزائد في الدم إطلاق السيوكينات الالتهابية وتكوين أوعية دموية جديدة من الأوعية الموجودة، وبالتالي يؤدي إلى حدوث أضرار وظيفية وهيكلية لأجزاء مختلفة من العين مثل شبكية العين. ولكن لأن مركب الزنجيبول، عنصر رئيسي في مكونات الزنجبيل، مضاد للالتهابات ومضاد لتكون الأوعية الدموية، فإنه يساعد في منع تلف الأوعية الدموية بشبكة العين.



تحدث الإصابة بمرض السكري المزمن بسبب نطم الحياة والعوامل البيئية والجينية، ومن المعروف أنه تم استخدام الأعشاب التقليدية منذ العصور القديمة لعلاج أو الوقاية من الإصابة بالعديد من الأمراض، من بينها مرض السكري. ويعد الزنجبيل، المعروف علمياً باسم Zingiber officinale Roscoe، هو من بين أفضل الأعشاب الطبية والأكثر فاعلية المستخدمة في الوقاية من مرض السكري والتعامل مع الأعراض والمضاعفات المترتبة على الإصابة به، ويناقش موقع Boldsky في التقرير التالي فوائد الزنجبيل لمرضى السكري:

أظهرت دراسة متعلقة بالمركيبات النشطة في الزنجبيل الطازج والمزروع عضوياً أن هذه العشبة الحيوية أو التوابل تحتوي على العديد من المركبات الطبيعية مثل اليسارادول والجنجيبول ومشتقات الأسيثيل للزنجبيل والشوغول، بالإضافة إلى المركب المهم وهو «جينجيبول» أو ما يشار إليه أيضاً باسم الزنجيبول، الذي يبطئ معظم التأثير الضار لمرض السكري. وعندما يصوم الشخص لساعات طويلة، تنخفض مستويات الجلوكوز في الجسم، ومن ثم يفرز البنكرياس هرمون يسمى الجلوكاغون لتحفيز إفراز الجلوكوز المخزن في الكبد لموازنة نقص الجلوكوز في الجسم. واستجابة لإفراز الجلوكوز، يفرز الجسم الأنسولين لموازنة مستويات السكر في الجسم. نظراً لأن مرضى السكر قد قللوا من إنتاج الأنسولين أو عجز الأنسولين

إلى خفض نسبة الجلوكوز في الدم، كما يمكن أن يساعد الزنجبيل في منع مضاعفات مرض السكري مثل أمراض الكلى والقلب والأعصاب والأكسدة ويمكن استخدامه كإضافة بديل في تحسين حالة مرضى السكري مقارنة بالعلاج بالأنسولين.

ويتمتع الزنجبيل بخصائص مضادة لمرض السكري بالإضافة إلى كونه مضاداً للالتهابات والأكسدة ويمكن استخدامه كإضافة بديل في تحسين حالة مرضى السكري مقارنة بالعلاج بالأنسولين.

إلى خفض نسبة الجلوكوز في الدم، كما يمكن أن يساعد الزنجبيل في منع مضاعفات مرض السكري مثل أمراض الكلى والقلب والأعصاب والأكسدة ويمكن استخدامه كإضافة بديل في تحسين حالة مرضى السكري مقارنة بالعلاج بالأنسولين.

إلى خفض نسبة الجلوكوز في الدم، كما يمكن أن يساعد الزنجبيل في منع مضاعفات مرض السكري مثل أمراض الكلى والقلب والأعصاب والأكسدة ويمكن استخدامه كإضافة بديل في تحسين حالة مرضى السكري مقارنة بالعلاج بالأنسولين.