

أطباء ومختصون دعوا زملاءهم الأطباء إلى التروي في المعالجة

90 في المئة من عمليات بتر القدم بسبب «السكري» .. لا لزوم لها طبيا

إمكانية إصابة المريض بالسكري. كما يمكن من خلال رفع مستوياته في الدم تقليل احتمالات الإصابة بالسكري وكبح سرعة تقدم المرض. وهذا ليس كل شيء، لأن الباحث أجرى تجارب على الفئران المختبرية وتوصل من خلال حقنها بأدوية تكتنز الخلايا الدهنية إلى تسريع حرق الخلايا الدهنية.

قلة الحركة يتم فرز الهرمون من قبل خلايا الجسم الدهنية، وهذا يعني أن سرعة حرق الخلايا الدهنية ستؤدي إلى رفع مستواه في الدم. ويقل فرز أدوية تكتنز في الجسم حينما تكتنز الخلايا الدهنية بالشحم، ولهذا فإن فرط البدانة يعني كبح فرز هذا الهرمون.

ونبت من خلال الفحوصات أن مستوى أدوية تكتنز في دماء البدناء منخفض تماما، وهذا يؤدي بدوره إلى كبح فرز هرمون الإنسولين، وبالتالي إلى ارتفاع مستوى الجلوكوز في الدم. وانتقد شتاندل مظاهر الحياة المعاصرة، وقال إنها مسؤولة عن ارتفاع نسبة الإصابة بالسكري على المستوى العالمي. ورغم أن الأطباء يطالبون البدناء بالحركة، فإن حركة معظم البشر اقتصرت اليوم على «الحركة داخل الإنترنت».



وعمليات القسطرة. وانتقد لانغ بقية الأطباء بالقول: تسود في أقسام معالجة الاضطرابات الدموية بسبب السكري قناعة مفادها أن القدم الصناعية أرحم من تقرح القدم بالنسبة إلى المريض. وكشفت دراسة فنلندية أعلنت بمناسبة اليوم العالمي لداء السكري (14 نوفمبر)، أن المعالجة البسيطة بالحمية والرياضة وتنظيم التغذية يمكن أن تخفض

بشكل مبكر، هذه الأعراض التي تتبدى بثقل السمع وعناء حركة الجسم. ووجه أنغيكورت عناية الأطباء إلى أن منظمة الصحة العالمية أوصت عام 1989 بضرورة خفض عمليات بتر أعضاء مرضى السكري إلى النصف. ويجري ذلك حاليا بشكل جيد في بلدان أوروبا الشرقية، حيث يعالج المرضى في عيادات عالية التخصص، كما تتراجع عمليات البتر في

أنغيكورت، المتخصص في أمراض الأوعية الدموية، إن معظم هذه الأعضاء المتوترة كان من الممكن إنقاذها لو تمت معالجة الحالات بشكل صحيح. يتولى أنغيكورت يوميا معالجة مرضى داء السكري، الذين يعانون مما يسمى بـ«متلازمة قدم السكري»، وخصوصا عند المصابين بالقروح الناجمة من مضاعفات السكري في القدم. تكشف إحصائية عيادة دورتموند للسكري (متخصصة) عن بتر 2% من الحالات فقط سنويا، في حين ترتفع هذه النسبة في بعض العيادات الأخرى غير المتخصصة إلى 50%. وأشار البروفيسور، الذي يقود قسم الأوعية الدموية في عيادة السكري في دورتموند، إلى 5 ملايين معان من السكري في ألمانيا، يضاف إليهم 350 ألف مريض جديد كل عام، مع وجود مؤشرات إلى ارتفاع مطرد في هذه الحالات.

تشمل عمليات البتر المؤسفة في ألمانيا 3.1 من مرضى السكري في العيادات المختصة، و-10 20% منهم في العيادات والمستشفيات العامة. ولحسن الحظ فإن 80% من عمليات البتر أصابت القدم أو أجزاء منها (عمليات البتر الصغرى)، لأن عمليات البتر العظمى (تشمل القدم وجزءا من الساق أو الساق بأكملها) تشكل 20% فقط، ولكن لا يعيش من هؤلاء لفترة تزيد على 5 سنوات، تلي البتر، غير نسبة الربع.

سوء معالجة علق البروفيسور بيرنهارد أنغيكورت على الإحصائية، التي أشارت إلى بتر قدم أو ساق مصاب بالسكري كل 12 دقيقة في العالم، بالقول إن 90% من هذه العمليات لا لزوم لها. وأضاف

الفضول والنكهة والكلفة الأقل تدفع بالشباب إلى تجربة السجائر الإلكترونية



وقالت الدراسة التي قادها أساتذة كلية الطب بجامعة بيل إن الدافع الأكثر ترجيحاً هو التكلفة فهي أقل بكثير من السجائر العادية إلى جانب إمكانية تدخين السجائر الإلكترونية في الأماكن التي تمنع التدخين. وتشير تقديرات العديد من شركات تصنيع السجائر الإلكترونية إلى أن سعرها قد يختلف كثيرا، وفقا للنوع والضرائب التي تفرضها الولاية على السجائر لكن الفارق قد يصل إلى آلاف الدولارات سنويا بالنسبة للمدخن العادي. واستندت الدراسة ومقرها ولاية كونيتيكت إلى عمليات مسح لمدريتين للمرحلة الإعدادية ومدرسة ثانوية في خريف عام 2013 وربيع 2014. وكان نحو 340 من بين 2100 طالب شملتهم الدراسة يدخنون السجائر الإلكترونية.

المصابون بـ «الربو» يمكنهم الاستغناء عن البخاخات .. نهائيا

في بريطانيا، فيما يعاني 5 ملايين شخص بالبلاد من المرض. ويوضح كريس برايتلينج، وهو أستاذ في طب التنفس في جامعة ليستر، أن الأقراص التي استغرق تطويرها نحو عقدين من الزمن، ستساعد على الحماية من أزمة التنفس، وستقلل من حالات دخول المرضى إلى المستشفيات. وأضاف أن من تناولوا تلك الأقراص أصبحوا أكثر قدرة على صعود السلم بشكل عادي دون مصاعب تنفسية، كما باتوا يعملون ويلعبون مع أبنائهم بصورة أكثر حرية.

«العربية نت» : خلصت دراسة نشرت امس الاثنين إلى أن الشبان يجربون السجائر الإلكترونية بدافع حب الاستطلاع ونكهاتها الجذابة المتنوعة، التي تتراوح من حلوى غزل البنات إلى البيترزا إلا أن استمرارهم في تدخينها يرجع إلى انخفاض سعرها. وقال أكثر من نصف المشاركين في الدراسة إنهم جربوا السجائر الإلكترونية بدافع حب الاستطلاع، فيما أشارت نسبة 41.8% منهم إلى «النكهات الجيدة» وأرجع قرابة الثلث ذلك إلى تشجيع الأصدقاء. وذكر التقرير الذي نشرته دورية (بيدياتريكس/ طب الأطفال) الطبية أن بعض الأسباب التي تدفع المراهقين إلى تجربة السجائر التي تعمل بالبطارية وتقوم بتسخين سوائل حتى ينتج بخار الماء بدلا من حرق النيكوتين تساعد في التكهن باستمرارية تدخينها.

«سكاي نيوز» : حملت دراسة بريطانية نبأ سارا للمصابين بالربو، ذلك أنه قد يكون يوسعهم، عما قريب، أن يعوضوا البخاخات المزمنة على المدى الطويل من النظم مرتين في اليوم الواحد. وبحسب صحيفة «تلغراف» البريطانية، فإن الأقراص المسماة «فيفي بيبيرنت» استطاعت أن تحدث تحسنا كبيرا في التنفس لدى المرضى الذين تناولوها. ولا تزال الأقراص في مرحلة تجريبية، خلال الوقت الحالي، لكنها قد تصبح متاحة في السوق بشكل عادي خلال 3 سنوات. ويؤدي الربو إلى وفاة 3 أشخاص كل يوم

الحصول على المزيد من البروتين من مصادر نباتية .. يطيل العمر



أبحاث الغذاء في بريطانيا «يبدو أن هذا العمل المثير والقوي يدعم الإجماع المتزايد على أن النظام الغذائي المتعدد إلى حد كبير على الأغذية النباتية أفضل للصحة على المدى الطويل من النظم الغذائية التي تحتوي على كميات كبيرة من اللحوم ومنتجات الألبان، لكنه لا يخبرنا الكثير عن آلية ذلك». وأضاف «لا يبدو واضحا إذا كانت البروتينات النباتية واقية من الأمراض أو إذا كانت البروتينات الحيوانية ضارة بالصحة، أو ما إذا كانت مستويات البروتين هذه هي مجرد علامات لأمراض أخرى».

أن الناس يجب أن يأخذوا بعين الاعتبار تناول المزيد من البروتينات النباتية أكثر من البروتينات الحيوانية، وأنه عندما يختار الناس بين مصادر البروتين الحيواني فإن الأسماك والدجاج على الأرجح أفضل الخيارات». وأضاف «ينبغي على الدراسات المستقبلية فحص الآليات الكامنة وراء التأثيرات المختلفة للبروتينات النباتية والحيوانية – جنبا إلى جنب مع دراسة أثر المصادر المختلفة من البروتينات الحيوانية – على الصحة العامة».

وقال الدكتور إيان جونسون الباحث بمجال التغذية والزيميل الفخري بمعهد

وفي هذه الدراسة، جُمعت المعلومات عن نمط حياة المشاركين والمعلومات الطبية الخاصة بهم مرة كل عامين. وكان على هؤلاء ملء استبيان مرة كل أربع سنوات عن الطبيعة المحددة لما تناولوه من غذاء في العام المنصرم. وإجماليًا، توفي أكثر من 36 ألف شخص، منهم نحو 9000 شخص بسبب مرض في القلب والأوعية الدموية، ونحو 13000 بسبب السرطان، ونحو 14000 لأسباب أخرى.

وقال مينغ يانغ سونغ المشارك في الدراسة والذي يعمل بمستشفى ماساتشوستس العام «نتائجنا تشير إلى

«إيلاف نت» : خلصت دراسة حديثة إلى أن على الناس السعي إلى الحصول على المزيد من البروتين من مصادر نباتية بدلا من اللحوم، وذلك بهدف زيادة متوسط العمر المتوقع. وقام باحثون أمريكيون، يكتبون في دورية (جاما) للطب الباطني، بتحليل بيانات النظام الغذائي لـ130 ألف شخص خلال 30 عاما.

ووجد الباحثون انخفاضاً في احتمال الوفاة المبكرة لدى الأشخاص الذين يتناولون المزيد من البروتين النباتي، وارتفاع نفس الاحتمال لدى أولئك الذين تناولوا قدرا أكبر من البروتينات الحيوانية.

وقال خبراء بريطانيون إن هناك حاجة إلى مزيد من العمل لمعرفة ما وراء هذا. وتشمل البروتينات الحيوانية: اللحوم الأسماك البيض منتجات الألبان وتشمل المصادر النباتية: حبوب الفاصوليا الجوز العدس فول الصويا الخبز

نمط الحياة وأشار تحليل البيانات إلى أن كل زيادة بنسبة 3 في المئة من السرعات الحرارية من البروتينات النباتية، صاحبها انخفاض في احتمال الوفاة لأي سبب كان بنسبة 10 في المئة خلال فترة الدراسة.

كما صاحب زيادة السرعات الحرارية من البروتينات النباتية انخفاض آخر بنسبة 12 في المئة في احتمال الوفاة بسبب أمراض القلب. ولكن زيادة حصة السرعات الحرارية من البروتين الحيواني بنسبة 10 في المئة أدت إلى ارتفاع احتمال الوفاة بنسبة 2 في المئة. كما صاحبها ارتفاع احتمالات الوفاة بسبب مشاكل القلب بنسبة 8 في المئة.

وبدا الارتباط أقوى لدى الأشخاص الذين يعانون من عوامل خطر أخرى، مثل السمنة، والتدخين، والإفراط في شرب الخمر أو عدم ممارسة الرياضة بفترة.