

دراسة : خفض الدم إلى ما دون المستوى الطبيعي يقلل من حدوث الأزمات القلبية



الصحية وهم يفكرون في أفضل الخيارات فوق 50 عاما من العمر».

وحذر الباحثون من أن التحليل النهائي لنتائج هذه الدراسة لم يستكمل بعد وأن الجهات الطبية تعكف على بحث بيانات الدراسة لتحديد ما إذا كان الأمر يتطلب تعديل الممارسات الطبية الحالية.

وقال الأطباء، خلال مؤتمر لمناقشة هذه الدراسة، إن ضغط الدم الانقباضي 120 وضغط الدم الانبساطي 80 هو المحبذ، لكن ضغط الدم 140/90 مُستهدف بصورة حقيقي بين الأطباء في ذلك. وتتراوح أعمار المرضى المشاركين في هذه الدراسة التي جرت بين عامي 2010 و2013 حول 68 عاما، و25% منهم فوق سن 75 ممن هم عرضة للإصابة بأمراض القلب والكلية. ولم تتضمن الدراسة من أصيبوا بالسكتة الدماغية أو داء السكري من قبل.

أشارت نتائج مبدئية لدراسة شاملة تُشرف عليها الحكومة الأميركية إلى أن خفض ضغط الدم إلى ما دون المستوى الطبيعي يُقلل بصورة كبيرة من حدوث الأزمات القلبية ويخفض من الوفيات الناجمة عن ذلك بين البالغين في سن 50 عاما وما فوق.

وفى الدراسة، التي شارك فيها أكثر من 9300 من مرضى ارتفاع ضغط الدم واستخدمت فيها مجموعة من العقاقير لخفض مستوى ضغط الدم الشرياني الانقباضي إلى 120 من 140، تراجعَت مخاطر الإصابة بالأزمات القلبية والسكتة الدماغية واضطراب وظائف القلب بواقع الثلث تقريبا وانخفضت مخاطر الوفاة بواقع الربع تقريبا.

وقال جاري جيبونز، مدير «المعهد القومي للقلب والرئة والدم» الذي أشرف على الدراسة، في بيان: «تتضمن هذه الدراسة معلومات لإنقاذ الحياة تهم مقدمي الرعاية

يلجأ إليها الكثيرون لإنقاص وزنهم بشكل سريع من دون التحقق من آثارها حبوب التخسيس .. ومخاطر قد تكون مميتة



لا تقتصر تسمية «عصر السرعة»، على التطور والتقدم التكنولوجي فقط، بل بات يطال مختلف نواحي حياتنا، حتى عندما نريد إنقاص وزننا، لم نعد نلجأ إلى الحمية الغذائية الطبيعية والصحية، بل حلت محلها «حبوب التخفيف» السريعة، التي تبعد الإنسان عن عناء الحمية والصبر والوقت الذي تتطلبه.

ولكن حبوب التخفيف السحرية التي تفقد الإنسان كيلوغرامات كثيرة في فترة زمنية قياسية، ليست حلا صحيا، ولها أضرار كبيرة قد تكون مميتة في بعض الأحيان.

والجدل الذي تثيره حبوب التخفيف لا يقتصر فقط على الناس، ولكن وصل إلى المتخصصين في التغذية حسب ما تقول الأخصائية بيان أحمد التي تضيف «ما يجب التنبيه إليه هو أن ليس كل شيء طبيعيا يعني بالضرورة أنه صحي».

وذكرت أخصائية التغذية في حديث إلى «العربي الجديد» أن أنواع الحبوب متنوعة منها قاطع الشهية، تعمل على زيادة افرازات هرمونات الشبع في الجسم، وأخرى تعمل على حرق الدهون وترفع الميتابوليسم metabolism. وهناك أنواع أخرى تعمل على زيادة إدرار البول، بالطبع منها ما لا يمتص الدهون، وهناك أدوية مصنوعة من الأعشاب الطبيعية وهي تؤدي أيضا إلى خسارة الوزن.

أضرار الحبوب

ولكن إلى جانب النواحي الإيجابية، لهذه الحبوب أضرار لا يعيها الجميع، خاصة أنها لا تظهر في مدة قصيرة بل على المدى الطويل، وبعض هذه

تؤدي إلى اضطراب في معدلات الأيض، ونقص في الفيتامينات المهمة للجسم». لأن هذه الحبوب تمتصها، مثل فيتامينات «أ»، و«د»، و«ج».

موجة الشراء

ما يجب أخذه في الاعتبار عندما نتحدث عن حبوب التخفيف، هو أن جسد كل منا يختلف عن غيره، فكل إنسان مشاكله الصحية، وطريقة يتفاعل بها جسمه مع الأدوية والأمراض بطريقة مختلفة، لذا من الأفضل أن يترافق تناول هذه الأدوية مع وصفة طبية، الا أن انتشار أنواع عديدة منها على الإنترنت، جعل يمكن تناول حبة منها واحدة ولفترة قصيرة، لكن يجب تناولها مع فيتامينات، وغير ذلك فكل الحبوب خطيرة.

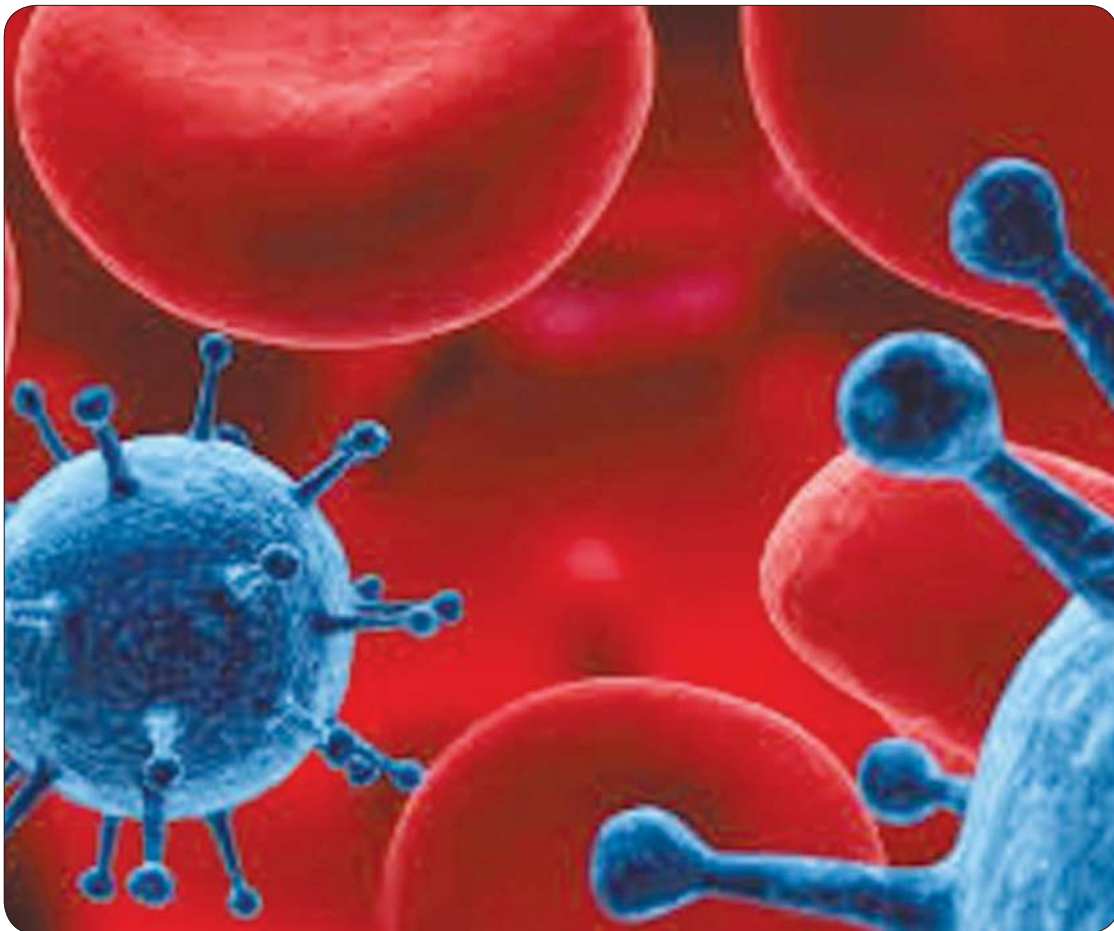
وتؤدي إلى اضطراب في معدلات الأيض، ونقص في الفيتامينات المهمة للجسم». لأن هذه الحبوب تمتصها، مثل فيتامينات «أ»، و«د»، و«ج».

والملفت أن أضرار هذه الحبوب لا تقتصر على النفسي أو الجسدي، بل تشمل الناحيتين، ومن المؤكد أنها تضر الكلى وتسبب، على المدى البعيد، القصور الكلوي. كما أنها واحدة من مسببات مرض السرطان على المدى الطويل، بسبب احتوائها على مادة الكروم وغيرها من المواد المسرطنة. وهناك بعض أدوية التخفيف التي يصفها الطبيب وتكون لها

الحبوب يعطي نتيجة تبهير الأجيال إليها، فلا يهتم بالبحث عن أضرارها، بل يكتفي بتناولها وخسارة بين 8 و10 كغ في شهر واحد أحيانا. ولكن ما هو مجهول لدى الكثيرين هو أن تناول هذه الحبوب لفترة طويلة قد يؤدي إلى الوفاة. إذ أثبتت دراسات كثيرة زيادة معدل الوفيات في أوساط من يتناولون حبوب التخفيف.

وتضيف بيان: «من أبرز أضرار هذه الحبوب أنها تخلق عدم توازن في الجهاز العصبي. فتسبب حالات الاكتئاب والصداع والقلق، كما ترفع الضغط وتسرع دقات القلب،

جهاز جديد لعلاج «التسمم الدموي» الفتاك



سرطان البروستاتا وسرطان الثدي والإيدز جميعها أمراض تصيب مئات الآلاف كل عام وقد تؤدي بحياتهم.. لكن التسمم الدموي، وهو حالة قاتلة تؤثر على جهاز المناعة وتسببها العدوى البكتيرية، تقتل أعدادا من البشر تفوق ضحايا جميع الأمراض السابقة مجتمعة.

وتقول المعاهد القومية الأميركية للصحة إن أكثر من مليون شخص يعانون من الصدمة العصبية الناتجة عن التسمم الدموي سنويا بالولايات المتحدة، ويروح من 30 إلى 50% منهم ضحية هذه الحالة.

وأوضح مايك سوير من «معهد ويس» التابع لجامعة هارفارد أنه لا يوجد حتى الآن علاج متخصص للصدمة العصبية الناجمة عن التسمم الدموي، وهو الأمر الذي دفعه هو وزملاءه من العلماء لمحاولة ابتكار جهاز لعلاج هذه الحالة. وشرح سوير، وهو عالم مرموق في «معهد ويس»، «العلاج المعياري الحالي يتلخص في إعطاء المضادات الحيوية والمحاليل الملحية، لكننا نتحدث هنا عن ضرورة وجود علاج للتسمم الدموي وهو الأمر الذي نفتقر إليه».

وأعتبر أن ما ينقصه هو أسلوب سريع لتخليص الدم من الكائنات الممرضة الخطيرة قبل أن تتسبب في التهاب قاتل قد يدمر الأوعية الدموية ويؤدي إلى توقف وظائف أعضاء الجسم وأجهزته المختلفة. ولذا، لجأ الباحثون إلى منظومة لترشيح الدم من خلال خاصية الضغط الاسموزي بالاستعانة بانابيب بها مجموعة من الألياف الدقيقة المغلفة بالسلاح السحري

الدم الذي تم تطهيره إلى المريض». وكشف أن من تجري عليهم هذه التجارب الآن ليسوا سوى حيوانات معملية مثل الجرذان، فيما أثبتت هذه المنظومة العلاجية نجاحها بنسبة 99% في مجال تخليص الدم من البكتريا القاتلة، ويأمل الباحثون بالبدء في تجربة هذا الابتكار على البشر في المستقبل القريب.

الفيروسات والطفيليات وأيضا الارتباط بالتوكسينات والمواد السامة التي تفرزها الكائنات الممرضة». وتابع: «نحن نغلف الجدران الداخلية للأنايب بهذا البروتين ونمرر الدم الملوث للمريض من خلال مرشح لارتباط بهذه الكائنات الممرضة الموجودة بدم المريض وامتصاصها والإمساك بها ثم إرجاع

الذي ابتكره سوير ألا وهو بروتين يقول عنه سوير: «العجيب الذي يتعلق بهذا البروتين أنه من جهاز المناعة ذاته وبمقدوره الارتباط بالسكريات المكونة لجدار خلايا الكائنات الممرضة».

وأضاف: «بإمكان هذا النوع من البروتينات الارتباط بجدران خلايا البكتريا والفطر والكثير من

تمكن علماء روس وزملاء لهم من خمس دول من ابتكار عقل اصطناعي يتعلم ولا يندس في خطوة هامة لعلاج أمراض الزهايمر وباركنسون. ابتكر مهندسون من المختبر الدولي في جامعة تومسك الروسية بالاشتراك مع علماء من خمس دول، نموذجا فيزيائيا قادرا على التعلم ذاتيا، سيكون مساعدا للأطباء في علاج أمراض الزهايمر وباركنسون وفقدان الذاكرة وغيرها. هذا العقل الاصطناعي يحاكي العقل البشري في توليد أوامر جديدة بين الخلايا العصبية وإلغاء القديمة. حصل الباحثون في البداية على نموذج رياضي ونموذج كمبيوتر للدماغ البشري، بعد

ذلك صمموا جهازا راديو الكتروني يحتوي على شبكة اصطناعية للأعصاب، يمكنها معالجة الإشارات المرئية والصوتية. حاليا يعمل الفريق العلمي على ابتكار مجمع تقني للروبوتات كمرکز فكري للتوجيه، حيث في نيتهم جعله يعمل كدماغ الإنسان. وحسب موقع روسيا اليوم يقول رئيس الفريق فلاديمير شوميلوف، ان المجموعة «تمكنت من اكتشاف سر الشبكة العصبية للدماغ». هذا الابتكار يمكن الاستفادة منه في علاج مختلف أنواع فقدان الذاكرة التي سببها خلل في الشبكة العصبية أو عدم نشاط أجزاء منها.

علاج آلام المفاصل بالدفن في الرمال بسيوة

أعناقهم في تلك الرمال لمدة 15 دقيقة يوميا على مدى ثلاثة أيام. بعد ذلك يُنقل المرضى من الرمل إلى خيام تغلق تماما لتكون بمثابة «ساونا» طبيعية.

رسل ساخنة. هذه الخدمة أصبحت تمثل مصدر دخل لبعض أهل الواحة، حيث تعمل الرمال الملتهبة في سيوة كحاضنة للمرضى في الصيف. ويُدفن المرضى حتى

في واحة سيوة التي تبعد نحو 900 كيلومتر عن العاصمة المصرية القاهرة، يقوم بعض السكان بعلاج المرضى الذين يعانون من آلام المفاصل من خلال دفنهم بشكل عميق في