



إشراف : ياسر السيد

العدد 2514 - السنة التاسعة
الثلاثاء 7 شوال 1437 - الموافق 12 يوليو 2016
Tuesday 12 July 2016 - No.2514 - 9th Year

تقدم مهم في محاربة الأمراض السرطانية



أجرى باحثون بتجاح اختبارات استخدموا فيها 265 جزيئا على عينة واسعة من الخلايا السرطانية في المختبر تحفوي على عدد كبير من التغييرات الجينية المسؤولة عن أنواع مختلفة من الأمراض السرطانية، في خطوة وصفت بالتقدم الكبير في مجال الطب الدقيق.

وفي أكثرية الحالات، لاحظ هؤلاء العلماء، الذين نشرت نتائج بحثهم في مجلة «سل» هذا الأسبوع، أن هذه المضادات للسرطان الموجودة في الأسواق أو التي يتم تطويرها حاليا، لها أثر مخبري قادر على إتلاف الخلايا الحاملة للتغييرات الجينية في أنواع سرطانية عدة.

وانشهرت الدراسة كيف يمكن للعلاجات الموجودة أن تستخدم في

معالجة مجموعات جديدة من المرضى أو أن تكون لها فعالية أكبر لدى المرضى المصابين بأورام تنسم باختلالات وراثية محددة.

كذلك من شأن هذا التقدم أن يساعد الباحثين في تطوير عناصر جديدة قادرة على التصدي لأمراض سرطانية تبعا لبصمتها الوراثية.

من جانبيه، أوضح عالم الأحياء، ماثيو غارنيت، من معهد «ويلكوم» لراست سانغر» في بريطانيا وهو أحد المعبدين الرئيسيين للدراسة، أن هذه النتائج تمثل «بداية مسار بحثي يرمي إلى تحديد طريقة معالجة مجموعات مختلفة من المرضى بشكل محدد الأهداف مع مضادات سرطانية معينة، وهو بحث كان مستحيلا قبل بضع سنوات لأننا لم تكن قد حددنا بما يكفي التسلسل

الخاص بالحمض النووي للأورام لدى المرضى».

وعندما يطور علماء جزيئات جديدة مضادة للسرطان، يعتمدون غالبا للبدء في بحثهم على زراعة خلايا سرطانية في المختبر.

وأشار أخصائي الأمراض السرطانية والباحث في معهد «سينغر»، يونان ماكديرموت، وهو أحد معدي الدراسة، إلى «أننا غير قادرين على اختبار مئات المواد التجريبية المضادة للسرطان على مريض واحد، فهذا الأمر مستحيل بكل بساطة، لكن من الممكن إجراء ذلك على سلالات من الخلايا في المختبر في إمكاننا تعريضها لعدد كبير من الأدوية المختلفة لتحديد فعالية كل منها».

ولفت ماكديرموت إلى أن «عددا كبيرا من هذه السلالات الخلوية يحوي

الخصائص الجزيئية التي لها دور في السرطانات البشرية».

وفي هذه الدراسة، استخدم العلماء بيانات عن الأنواع السرطانية المختلفة من أعداد المعاهد الأميركية للصحة (ان أي انش) ومعهد «إنترناشونال كانسر جينوم كونسورسيوم».

ونجح الباحثون في جمع معلومات جينية من أكثر من 11 ألف عينة لأورام، كما قاموا إثر ذلك بمقارنتها مع حوالي ألف سلالة من الخلايا السرطانية في المختبر لتحديد تلك التي تتشارك مع الأورام الأنواع نفسها من التغييرات الجينية.

وتمكن الباحثون في وقت لاحق من توقع التفاعلات من مختلف الخلايا السرطانية مع 265 جزيئا مضادا للسرطان موجودا أو قيد التطوير.

علماء : الإسبرين يزيد احتمالات إنجاب صبي إلى الثلث



وانجبت 31 في المئة ممن تناولن الإسبرين طفلا ذكرا بالمقارنة مع 23 في المئة ممن تناولن الحبة الكاذبة. وانخفضت حدة الالتهاب في النساء اللواتي تناولن الإسبرين، الأمر الذي يشير إلى فاعليته.

ونقلت صحيفة الديلي ميل عن البروفيسور سايون فيشل رئيس عيادات كير للخصوبة أن الإسبرين قبل الحمل يضمن تقليل احتمالات أن يتعرض الجنين الذكر إلى رفض جهاز المناعة، وأضاف فيشل أن مما له أهمية أن هذا لا يصبح إلا على النساء اللواتي حدث لهن إسقاط وظهرت عليهم دلائل التهاب، وهو لا يؤثر على نسب جنس الطفل في حالات الحمل الطبيعية حيث لن يزيد الإسبرين احتمالات الحمل بطفل ذكر.

التدخين خلال فترة الحمل أو قبلها مباشرة يتناقص عدد الأطفال الذكور في مؤشر إلى أن جنين الطفل الذكر يكون لشد تاثرا بهذه العوامل لسبب غير معروف.

والإسبرين عقار مضاد للالتهاب يستخدم ضد الألم والحصى والالتهاب. وانشهرت اختبارات محدودة أنه يزيد معدلات الحمل بين النساء اللواتي يخضعن لعملية تخصيب اصطناعي.

واعلنى باحثون في معهد بونس كندي شرايف الوطني لصحة الطفل والنمو البشري في الولايات المتحدة 1228 امرأة لهن تاريخ في الإسقاط جرعة ضعيفة من الإسبرين قبل ممارسة الجنس أو حبة كاذبة (حااض الفوليك) طيلة الفترة التي كن يحاولن الحمل خلالها.

بحسب العلماء فإن الإسبرين يزيد احتمالات إنجاب صبي بمقدار الثلث. وكانت دراسة سابقة انشهرت أن احتمالات إنجاب طفل ذكر عند تناول حبة اسبرين قبل ممارسة الجنس تكون أكبر بين النساء اللواتي لديهن تاريخ في إسقاط الجنين بالمقارنة مع نساء اعطن حبة كاذبة.

ويرتبط تكرار الإسقاط بزيادة الالتهابات في الرحم، والسبب المقترح أن جهاز المناعة يعامل الجنين الذي ينمو في الرحم على أنه جسم غريب فيهاجمه بتركبات التهابية وخلايا مناعية. وهذا الالتهاب يمكن أن يقلل احتمالات إنجاب طفل ذكر لأن جنين الطفل الذكر يكون أشد تعرضا لهجوم جهاز المناعة.

ورُبطت عوامل خارجية مثل الضغط النفسي أو التوتر أو

مخافة من ارتباطها بالكحول والمخدرات

تنزانيا تحظر تدخين « الشيشة »



الحال في أوروبا، حظي تدخين الترجيلة بشعبية متزايدة في السنوات الأخيرة.

وحذر نشطاء الصحة في بريطانيا من مخاطر تدخين الترجيلة، ويقول الأطباء إن هناك «سوء فهم» بأن الترجيلة ليست بنفس ضرر السجائر، وتقول مؤسسة القلب في بريطانيا إن جلسة تدخين الترجيلة لمدة ساعة تعادل تدخين أكثر من 100 سيجارة.

وتضيف مؤسسة القلب في بريطانيا: «عادة يحوي تبغ الترجيلة على تبغ السجائر لذلك فإنها مثل السجائر تحوي نيكوتين وقطران وأول أكسيد الكربون ومعالن ثقيلة مثل الزرنيخ والرصاص». وتابعت: «ونتيجة لذلك فإن مدخني الشيشة يتعرضون لخطر الإصابة بنفس الأمراض التي يتعرض لها مدخنو السجائر مثل مرض القلب والسرطان وأمراض التنفس ومشاكل خلال الحمل».

اميلت الحكومة النزائية أصحاب الأعمال في دار السلام، كبريات مدن البلاد، أسبوعا لوقف مبيعات الشيشة. وقد أصبح تدخين الشيشة يحظى بشعبية بشكل متزايد بين الشباب في تنزانيا.

ولكن لسوء مخاوف متزايدة من أن يكون تدخين التبغ يتلعم الفواكه مجرد غطاء لتناول الكحول والمخدرات. وتقول نولاندا بوهيلا مراسلة بي بي سي في دار السلام إن هناك حالات لبعض المستخدمين الذين يستبدلون الماء بماء مخلوط بالكحول أو الماريجوانا.

وشيست الأنباء لرئيس وزراء تنزانيا قاسم ماجالاوي القول إن تدخين الترجيلة يقتل الأجيال المقبلة.

يذكر أن تدخين الترجيلة شائع في العديد من الدول العربية وهو يرتبط عادة في تنزانيا بالجاليات العربية والأسبوية، ومع ذلك، وكما هو

5 مصادر طبيعية للحصول على فيتامين « د »



1 – يلعب فيتامين «D» دوراً هاماً في صحة الإنسان، بدءاً من العظام

وصولاً إلى الجهاز المناعي. وذلك لأن هذا الفيتامين يعزز من قدرة ترسب المعادن داخل العظام.

فيبدون فيتامين «D»، تفلد عظام الجسم قوتها وتصبح ضعيفة وهشة.

وعندما ينخفض معدل فيتامين«D» في الجسم، يصبح الجسم عرضة لكثير من العدوى. وقد ذكر تقرير نشره موقع «بولد سكاى»، المعنى بالأمور الصحية، المصادر التي يمكن

للإنسان من خلالها الحصول منها على فيتامين«D»، وهي 5 مصادر:

1- أشعة الشمس المصدر الرئيسي لفيتامين«D»أشعة الشمس، حيث إن الجسم يمتص 90% من احتياجاته من فيتامين «D» عبر الجلد أثناء التعرض لأشعة الشمس،

بحسب خبراء التغذية. لكن من المهم التعرض لأشعة الشمس إما قبل الساعة 11 صباحاً أو بعد الرابعة مساءً، حتى تتحاشى تأثير الأشعة الضارة على الجلد.

2- الأسماك

الأسماك مثل السلمون والسردين والتونة غنية بفيتامين «D»، لذا فإن تناول الأسماك بصفة يومية، يضمن حصول الجسم على احتياجاته اليومية من هذا الفيتامين الهام لصحة الجسم.

3- البيض البيض من الأطعمة الغنية بفيتامين «D»، وتتناولر بيضتين يومئذان حصولك على ثمن احتياجاتك من الفيتامين.

4- منتجات الألبان

منتجات الألبان أيضاً غنية بفيتامين

كشفت دراسة جديدة أجراها خبراء بجامعة ماكغيل الكندية أن القهوة قد يكون لها تأثير سلبي على حاسة السمع.

ووفقا للدراسة، فإن الاستهلاك اليومي للقهوة قد يعيق شفاء الأذن بعد فقدان السمع بشكل مؤقت.

وعادة ما تتعافى الأذن بعد التعرض للضوضاء العالية خلال 72 ساعة، بيد أن الدكتور فيصل زواوي، طبيب الأتف والأذن والحنجرة، وعضو بمختبر العلوم السمعية في ماكغيل، كشف أن 25 ملغ/كغ من القهوة يوميا، قد يعيق هذا التعافي، ويحول هذا الضرر المؤقت إلى ضرر دائم.

وبحسب الدراسة فإن الحد الأقصى المسموح به من الكافيين هو 3 ملغ/كغ يوميا.

دراسة : القهوة قد تسبب لك فقدان السمع

