الصباح الصحية

08

إشراف : ياسر السيد

العدد 2662 - السنة التاسعة
الإثنين 11 ربيع الآخر 1438 - الموافق 9 يناير 2017
Monday 9 January 2017 - No.2662 - 9th Year

اكتشاف مذهل قد يقضي على سرطان الثدي في العالم

«العربية نت» : تمكن علماء متخصصون في علم الجينات والوراثة من استخدام تحليل الـ«DNA» التقليدي في معرفة إن كانت المرأة يمكن أن تكون عرضة للإصابة بسرطان الثدي في المستقبل أم لا، وهو الأمر الذي قد يتيح مكافحة المرض قبل الإصابة به، وليس عند الإصابة المبكرة، بما قد يؤدي مستقبلاً إلى القضاء عليه بشكل كامل أو شبه كامل من العالم.

وقالت صحيفة «تايمز» البريطانية في تقرير لها، اطلعت عليه «العربية.نت»، إن ملايين النساء قد يُطلب منهن إجراء «اختبار جيني» أو فحص «DNA»، ليتمكن الأطباء من مكافحة مرض سرطان الثدي قبل الإصابة به أصلاً، وليس عند الإصابة المبكرة بالمرض، أما الإجراء الطبي للسيدات المعرضات للإصابة بالمستقبل، فليس سوى دواء تم اختراعه مؤخراً هو الآخر وتكلفة الحبة الواحدة منه 4 بنسات فقط تؤخذ مرة واحدة يومياً، أي أنه دواء وقائي تكلفته لا تتجاوز 1.4 دولار أميركي شهرياً فقط!

ويُعتبر سرطان الثدي الأوسع انتشاراً بين النساء على مستوى العالم، وتوجد ملايين السيدات في مختلف أنحاء العالم مصابات بالمرض ويتلقين العلاج، فضلاً عن أن أعداداً كبيرة من الإصابات لا زالت تنتهي بالوفاة على الرغم من التطور الطبي في مكافحة هذا المرض.

وعلى المستوى العربي فإن النسبة الأعلى لانتشار المرض بين السيدات موجودة في كل من الأردن ولبنان والبحرين، بحسب أحدث إحصاءات لمنظمة الصحة العالمية.

ويقول التقرير الصحافي البريطاني إن السلطات الصحية في بريطانيا تخطط للانتقال من مرحلة علاج مرض سرطان الثدي إلى مرحلة الوقاية منه، حيث يتوقع أن تنخفض حالات الإصابة بصورة حادة جداً بفضل هذه الاكتشافات الجديدة.

وبحسب الاكتشاف الجديد المتعلق باختبارات الـ«DNA»، فإن النساء المعرضات للإصابة بالمرض سيتم الطلب منهن المواظبة على دواء وقائي رخيص التكلفة بواقع حبة واحدة يومياً، إضافة إلى ضرورة إجراء فحص سريري مرة واحدة سنوياً، بما يجعل الأطباء يكافحون الخلايا السرطانية فور ظهورها في جسم السيدة، أما النساء اللواتي سيظر الاختبار الجيني أنهن لسن عرضة للمرض فسوف يتم الطلب منهن إجراء اختبار واحد كل 10 سنوات، على اعتبار أن احتمالات الإصابة تكون ضئيلة جداً.

وتعتبر تكلفة الاختبار الجيني الذي يكشف مدى قبول جسم المرأة لسرطان الثدي في المستقبل متدني التكلفة هو الآخر، حيث لا تزيد تكلفته عن 50 جنيه استرليني (60 دولاراً)، بحسب ما كشفت «تايمز»، وهو ما يعني في النهاية أن فحص الـ«DNA» والعلاج الوقائي الذي يمكن أن يُقدم لاحقاً للسيدات يُعتبر أقل تكلفة بكثير من انتظار الإصابة بالمرض ومن ثم البدء بعلاجه ومكافحته.

يشار إلى أن الإحصاءات في بريطانيا تشير إلى تسجيل 55 ألف إصابة جديدة سنوياً بمرض سرطان الثدي، إضافة إلى 11 ألف حالة وفاة سنوياً بالمرض ذاته.

إنفلونزا قاتلة تفتك بـ 13 مريضاً خلال 15 يوماً

«العربية نت» : توفي 13 مقيماً في مأوى للعجزة في ليون جنوب شرقي فرنسا جراء إصابتهم بالإنفلونزا منذ 23 كانون الأول/ ديسمبر، فيما أدخل 6 آخرون إلى المستشفى للعلاج على ما أفادت وزيرة الصحة الفرنسية، ماريسول تورين.

وكلفت الوزيرة هيئة التفتيش الخاصة التحقيق في «هذا الحدث الاستثنائي».

وأوضحت الوزارة في بيان أنه من أصل 72 شخصاً أصيبوا بالإنفلونزا خلال تلك الفترة في «مركز إيواء المسنين كوربان برتيلو في ليون»، توفي 13 شخصاً يبلغ معدل أعمارهم 91.5 عام و«لا يزال 6 آخرون في المستشفى».

وأوضحت الوزارة أنها أوفدت المدير العام للصحة إلى المركز، «حيث تبين أن إجراءات الوقاية (من الإنفلونزا) متخذة بشكل جيد».

وانتشرت الإنفلونزا الموسمية بشكل واسع الأسبوع الماضي في فرنسا مع تسجيل تواقد الكثير من الأشخاص إلى قسم الطوارئ وإدخال مسنين إلى المستشفى.

ومنذ الأول من تشرين الثاني/نوفمبر الماضي أدخل 381 مصاباً بالإنفلونزا إلى قسم الإنعاش، وتوفي 22 شخصاً وفق الحصيلة الرسمية الأخيرة التي نشرت الأربعاء.

الأنيميا توفر حماية طبيعية ضد الملاريا

أفادت دراسة حديثة بأن الأنيميا أو فقر الدم قد توفر حماية طبيعية للأطفال الأفارقة من الإصابة بوباء الملاريا، والذي يهدد نصف سكان العالم، ويقتل طفلاً في أفريقيا كل دقيقة.

الدراسة أجراها باحثون في جامعة نورث كارولينا الأميركية، بالتعاون مع أطباء في وحدة البحوث الطبية في غامبيا، ومدرسة لندن للصحة العامة والطب الاستوائي في بريطانيا، ونشروا نتائجها اليوم السبت، في دورية (EBioMedicine) العلمية.

وأوضح الباحثون أن مكملات الحديد المستخدمة في علاج فقر الدم، ربما يكون لها آثار ضارة على الأطفال الذين يعانون من قلة فرص الحصول على الرعاية الصحية في البلدان الموبوءة بالملاريا في أفريقيا.

وتعد الأنيميا أو نقص الحديد الشكل الأكثر شيوعاً لنقص التغذية في العالم، ويمكن أن تتسبب في مشاكل صحية ضارة على المدى الطويل بين الأطفال، بالإضافة إلى تعرضهم لمشاكل في العملية التعليمية.

وللوصول إلى نتائج الدراسة، حلّل فريق البحث خلايا الدم الحمراء لـ135 طفلاً يعانون من فقر الدم، تراوحت أعمارهم بين 6 و24 شهراً يعيشون في المناطق الموبوءة بالملاريا في غامبيا.

وأعطى الأطفال جرعات من مكملات الحديد، والتي تعالج الأنيميا، لنحو 84 يوماً، ليتم تحليل خلايا الدم الحمراء لديهم في اليومين الـ49 والـ84.

دراسة : الإنعاش القلبي الفوري يعزز فرص نجاة المريض

«العربية نت» : تشير دراسة دنماركية إلى أن المريض الذي يقوم أحد الأشخاص بعملية إنعاش لقلبه في الموقع ربما تزيد احتمالات نجاته حتى عندما تأخذ سيارة الإسعاف وقتاً طويلاً للوصول.

وراجع باحثون بيانات 7623 مريضاً بتوقف القلب، ووجدوا أنه عندما تصل سيارة إسعاف خلال خمس دقائق من طلبها يزيد بنسبة 2.3 مرة.

احتمال نجاة المريض لمدة 30 يوماً على الأقل إذا قام أحد المتواجدين بإنعاش لقلبه مقارنة بمن لم يحصل على هذه المساعدة بشكل فوري.

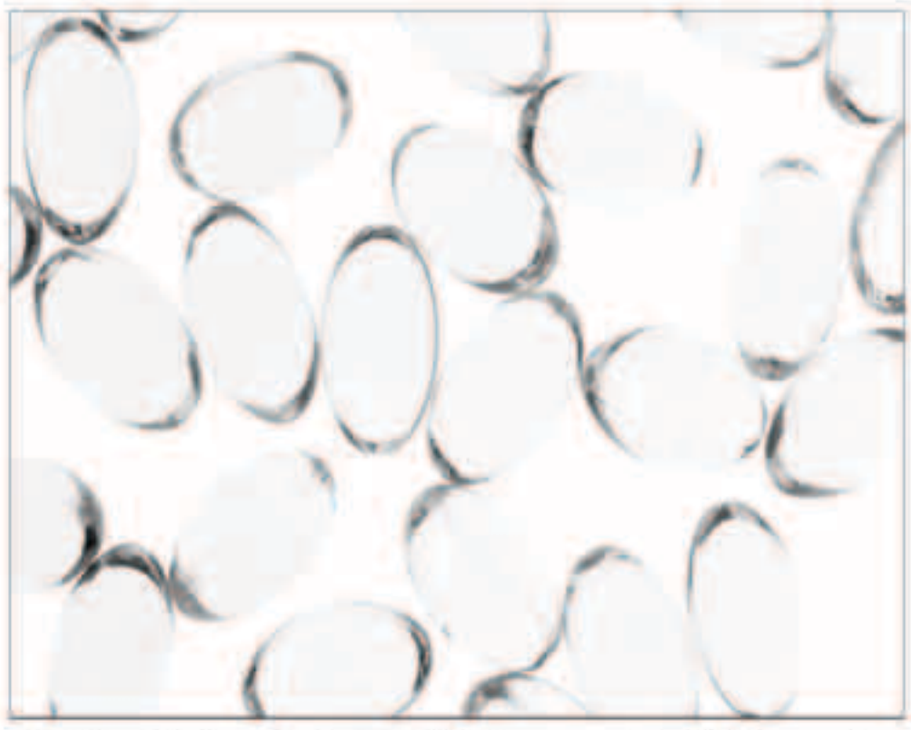
ووجدت الدراسة أيضاً أنه عندما يستغرق وصول سيارة الإسعاف عشر دقائق كانت عملية قيام أحد المتواجدين بإنعاش قلب المريض مرتبطة بزيادة فرص نجاته ثلاث مرات. وبعد 13 دقيقة تظل احتمالات نجاة المريض الذي يحصل على عملية إنعاش للقلب بشكل فوري أفضل ولكن الفرق لم يكن كبيراً بشكل إحصائي.

وقالت الطبيبة شاهزلين راجان من مستشفى كوبنهاجن الجامعي في الدنمرك «إنعاش القلب المبكر ينقذ الأرواح، وعدم قيام المتواجدين بمحاولات إنعاش القلب قد يسفر عن تراجع كبير في فرص النجاة».

وأضافت لرويترز هيلث عبر البريد الإلكتروني «نعرف من بحث سابق أن واحداً من كل ثمانية أشخاص يبقون على قيد الحياة بعد الإصابة بتوقف في القلب إذا بادر أحد المتواجدين بعملية إنعاش للقلب قبل وصول خدمات الطوارئ الطبية.

«وعلى العكس من ذلك إذا لم يبادر أحد بذلك قبل وصول خدمات الطوارئ الطبية فإن واحداً فقط من كل 30 شخصاً ينجون من توقف القلب».

أدلة جديدة تثبت الفوائد الصحية للأسماك الدهنية



«إيلاف نت» : أوصت مراجعة كبرى لمجموعة من الدراسات بضرورة الإكثار من تناول الأسماك الدهنية كل أسبوع، حيث أظهرت النتائج أن تلك الدهون، وخاصة الأنواع المنتمية إلى عائلة أوميغا 3، تحدّ من خطر النوبات القلبية وغيرها من مشكلات القلب.

إيلاف: أوصى باحثون في أحدث قائمة خاصة بالمبادئ التوجيهية الغذائية بأهميّة أن يُقدم الأشخاص على تناول المزيد من الأسماك الدهنية.

تقليل عدد النوبات

ورغم الجدل الذي أثير خلال الآونة الأخيرة بخصوص ما إن كانت أحماض أوميغا 3 الدهنية تحافظ على صحة القلب، وتقلل من حالات الإصابة بأمراض القلب، فقد توصلت بعض الدراسات على سبيل المثال إلى أن مكملات زيت السمك، التي تحتوي على المركبين النشطين (EPA) و(DHA)، قد لا تقلل خطر التعرّض لنوبة قلبية، لكنّها من الممكن أن تقود إلى عدد أقل من النوبات القاتلة.

في دراسة أخرى تم نشرها في مجلة Mayo Clinic Proceedings الطبية، قام الباحثون بمراجعة 34 دراسة عن مركبي EPA و DHA (في الأطعمة والمكملات الغذائية) وكذلك عن مخاطر الإصابة بأمراض القلب، وتوصلوا بالفعل إلى أدلة تؤكد بما لا يدع مجالاً للشك حقيقة ما تتمتع به أحماض أوميغا 3 من فوائد في ما يتعلق بالحدّ من مشكلات القلب. اتضح أيضاً من التجارب السريرية التي أجريت بهذا الخصوص أن الأشخاص الذين كانوا أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب قد استفادوا بشكل أكبر على ما يبدو من زيت السمك.

التزام صحي

كما اتضح انخفاض خطر الإصابة بأمراض القلب الناجية لمن يعانون ارتفاع بمستويات الدهون الثلاثية بنسبة 16 % وانخفاضها بنسبة 14 % لمن يعانون من ارتفاع في نسبة الكولسترول.

وبينما أشارت النتائج إلى أن مركبي EPA وDHA ربما يساعدان على تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب، فقد أوضح خبراء أن الدراسات السكانية ربما تميل إلى إيجاد الفوائد والتأكيد عليها، ولاسيما أن الأشخاص الذين يتناولون أحماض أوميغا 3 الدهنية ربما يواظبون كذلك على القيام ببعض الأمور الصحية، كممارسة التمرينات الرياضية بانتظام، والابتعاد عن التدخين، والالتزام بالأنظمة الغذائية الصحية وتجنب الأطعمة الغنية بالصوديوم.

ورغم أن التجارب السريرية لا تزال مستمرة، والنتائج لم تُحسَم حتى الآن، إلا أن أطباء متخصصين في مجال العناية بعضلة القلب شددوا بدورهم على ضرورة الالتزام بتناول وجبتين على الأقل من سمك السلمون، التونة أو غيرهما من الأسماك الدهنية كل أسبوع.