الصباح
الصحية
08
إعداد : ياسر السيد
العدد 2851 - السنة العاشرة
الأربعاء غرة ذي الحجة 1438 - الموافق 23 أغسطس 2017
Wednesday 23 August 2017 - No.2851 - 10th Year

دراسة تحذر الرجال .. مستحضرات عناية شخصية قد تضعف السائل المنوي

«رويترز»: أظهرت دراسة حديثة أن الرجال الذين يتعرضون لمستحضرات شائعة تدخل مادة البارابين في تركيبها لديهم معدلات أقل من هرمون التستوستيرون ويزداد لديهم عدد الحيوانات المنوية المشوهة بطيئة الحركة بما يشير إلى أن مثل تلك المكونات قد تساهم في الإصابة بالعقم.

وفحص الباحثون نتائج اختبارات وتحاليل معملية أجريت لإجمالي 315 مريضا في عيادة للخصوبة في بولندا لتحديد المشكلات التي تواجههم في الإنجاب. وقدم الرجال المشاركون عينات من البول واللعاب والدم والسائل المنوي لتحليلها.

وخلصت الدراسة التي نشرت في دورية «أوكيوبيشينال اند إنفيرومنتال ميديسين» إلى أن الرجال الذين ظهرت لديهم معدلات كبيرة من تركيز الكيماويات في البول كانت لديهم أعداد أكبر من الحيوانات المنوية المشوهة وهو أمر مرتبط بعدم القدرة على الإنجاب مقارنة بمن كانت معدلات البارابين منخفضة لديهم في البول.

كما ربطت الدراسة بين معدلات البارابين المرتفعة في البول وأضرار تلحق بالحمض النووي (دي.إن.إيه) في الحيوان المنوي وبانخفاض قدرته على الحركة وهما عاملان يساهمان في العقم.

وقالت جولنا بورفيتش كبيرة باحثي الدراسة من معهد نوفر للطب المهني في بولندا «لاحظنا تأثيرا للبارابين على جودة السائل المنوي».

وأضافت عبر البريد الإلكتروني «من الصعب جدا تجنب البارابين لأنه واسع الانتشار لكن بإمكاننا أن نقلل التعرض له من خلال استخدام مستحضرات عناية شخصية تحمل ملصقا يقول إنها خالية من البارابين».

وتستخدم الكيماويات التي تحتوي على البارابين ومشتقاته بشكل واسع كمواد حافظة في مستحضرات تجميل مثل الصابون وكريمات الترطيب ومستحضرات الزينة.

وبعض الكيماويات المحتوية على البارابين محظور استخدامها في مستحضرات التجميل في الاتحاد الأوروبي إلا أن إدارة الغذاء والدواء الأمريكية لم تحد حتى الآن من استخدام مكوناته.

وتقول المعاهد الوطنية الأمريكية للصحة إن البارابين ومواد أخرى يعرف أنها تسبب اضطرابات هرمونية قد تضر بالقدرة الإنجابية والأجهزة العصبية والمناعية لدى الإنسان وهي مواد يمكن العثور عليها في مستحضرات دوائية وتجميلية ومبيدات ومنتجات بلاستيكية ومنظفات وأغذية وألعاب أطفال.

إلا أن الدراسة الحالية صغيرة الحجم وشابتها أوجه قصور أخرى من بينها غياب بيانات عن عوامل طبية وبيئية أخرى قد تؤثر على جودة السائل المنوي أو على العقم بالنظر إلى أن كل الرجال الذين شملتهم الدراسة كانوا يزورون بالفعل عيادة للخصوبة بما يعني أن من المحتمل ألا تنطبق تلك النتائج على رجال آخرين.

ولا يعلم الباحثون بعد كمية البارابين التي تسبب أضرارا للإنسان ولا كيف تعمل داخل الجسم لتؤثر على الخصوبة.

تراجع فيتامين «سي» يفاقم خطر الإصابة بسرطان الدم

ربطت دراسة أمريكية حديثة بين المستويات المنخفضة من فيتامين « سي» في الجسم وزيادة خطر الإصابة بسرطان الدم أو اللوكيميا.

الدراسة أجراها باحثون بالمركز الطبي لجامعة جنوب غرب تكساس الأمريكية الطبية، ونشروا نتائجها، الاثنين، في دورية (Nature Research) العلمية.

واكتشف الباحثون أن الفئران التي تعاني من مستويات منخفضة من «أسكوربات» (Ascorbate) وهو الشكل الأكثر حيوية من فيتامين «سي» زادت لديها بشكل ملحوظ وتيرة تدمير الخلايا الجذعية المكونة للدم، ما يسهم بدوره في تطور الإصابة بسرطان الدم.

ووجد الباحثون أن تلك الفئران عانت من نقص إنزيم (أحماض أمينية) يدعى (TET2) وهو إنزيم يقمع انتشار الورم في الجسم.

وبحسب فريق البحث، أظهرت البيانات الوبائية أن الأشخاص الذين يعانون من سرطان الدم تنخفض لديهم مستويات «أسكوربات» بصورة أقل من الأفراد الأصحاء، لكن الأسس الجزئية لهذه العملية لا تزال غير واضحة.

تجارب على الفئران

وبرصد تأثير فيتامين «سي»، درس الباحثون فئرانا مبرمجة على عدم قدرة كبدها على إنتاج «أسكوربات»، لمحاكاة الحالة البشرية، كي تبقى الفئران بصحة جيدة.

وبعد حرمان هذه الفئران من مصادر «أسكوربات» زادت لديها بشكل ملحوظ وتيرة تدمير الخلايا الجذعية المكونة للدم، وتسارعت وتيرة إصابتها بسرطان الدم، وعانت من نقص إنزيم (TET2) الذي يحد من انتشار الورم.

وفي المقابل، تمكن الباحثون من خفض وتيرة تدمير الخلايا الجذعية المكونة للدم لدى الفئران عن طريق تغذيتها بمستويات أعلى من «أسكوربات»، لكنهم قالوا إن هناك حاجة إلى مزيد من الدراسات لفهم الآثار السريرية المحتملة لهذه النتائج بشكل أفضل.

وكانت دراسة سابقة أفادت بأن تناول جرعة مرتفعة من مكملات فيتامين «سي» يمكن أن يحسن العلاج الكيماوي والإشعاعي لبعض أنواع السرطان الشرسة التي تصيب الدماغ والرئة.

ويعتقد الباحثون أن فيتامين «سي» يساعد على محاربة الجذور الحرة في خلايا الجسم التي تكون أكثر حساسية وضعفاً أثناء العلاج وتحتاج إلى حماية.

ويتواجد فيتامين «سي» بكثرة في عدد من الفواكه والخضروات، منها الجوافة و البرتقال و الليمون و الكيوي، والبروكلي، والفلفل الرومي، والفراولة، والجريب فروت، والمانجو واليوسفي والطماطم والأناناس والبطيخ والموز والتفاح، كما يتوافر في صورة مكملات غذائية موجودة بكثرة في الصيدليات.

لماذا يشكو كبار السن من الأرق؟

مع التقدم في العمر يتعرض الجسم لتغيرات عديدة، فتضعف الذاكرة وتقل صلابة العظام وتترهل البشرة. لكن هناك واحد من هذه التغيرات يصعب فهمه بالنسبة للكثيرين، وهو صعوبة النوم أو الأرق. بعد الـ 60 يُفترض أن الجسم بحاجة إلى مزيد من الراحة، لكن الواقع أن الأرق يبدأ مع هذا السن؛ لماذا؟

تقلبات نمط النوم. يصبح الإنسان أكثر تأثراً بالضوضاء وحساساً تجاه أي عوامل يمكن أن تسبب الإزعاج. والنتيجة تأثر نمط النوم بسبب كثرة التنبه، وعدم الاستغراق فيه بعمق في بعض الأحيان.

الألم المزمن. أحد أسباب صعوبات النوم لدى بعض كبار السن الشكوى من ألم مزمن، بسبب التهاب المفاصل أو أية مشاكل صحية أخرى.

النشاط البدني. نتيجة التقدم في العُمر يقل النشاط البدني، ويجعل ذلك الاستغراق في النعاس أصعب.

المثانة. ضعف المثانة من مسببات كثرة التنبه أثناء النوم للتلبية الحاجة إلى الذهاب إلى الحمّام، وفي كثير من الأحيان يكون استئناف النوم صعبا.

الأدوية. تناول عدة أدوية يمكن أن يكون سبباً للأرق وصعوبة النعاس خاصة لكبار السن.

متلازمة الساق. يعاني بعض كبار السن من حالة تُعرف باسم متلازمة الساق، والتي ترتعش فيها الساق كل فترة، ما يزيد من الوقت المطلوب للاستغراق في النوم.

اكتشاف جديد لعلامات حدوث النوبة القلبية!

«روسيا اليوم» : اكتشف العلماء أعراضا جديدة يمكن أن تكون إشارة واضحة على الإصابة بسكتة قلبية وشيكة.

وأكد فريق من العلماء والخبراء الطبيين في جامعة ولاية ميشيغان، أن الكوليسترول الذي يأتي في شكل بلورات، كان من المواد المسببة لتصلب الشرايين الناجية عند عدد من المرضى.

ووجد الباحثون هذا النوع الخاص من الكولسترول، عند أكثر من 89% من حالات غرف الطوارئ.

وبهذا الصدد، يقول الدكتور جورج أبيلا، أستاذ الطب في جامعة ولاية ميشيغان: «أظهرنا في الدراسات السابقة أنه عند تحول الكوليسترول من الحالة السائلة إلى الصلبة أو البلورية، فإنه يكبر في الحجم مثل الثلج والماء. ويؤدي هذا التوسع داخل جدار الشريان، إلى تمزقه ومنع تدفق الدم، ما يسبب السكتة القلبية».

وقام الباحثون بفحص المرضى في أكثر من 240 غرفة طوارئ، في جميع أنحاء الولايات المتحدة، حيث تمكنوا من سحب بلورات الكوليسترول من أحد المرضى، لدراسة حجمها ودرجة صلابتها.

واكتشفوا أن مجموعات كبيرة من البلورات تمكنت من اختراق جدران الشرايين، وحتى دخول القلب.

وتمكن العلماء أيضا من تأكيد أن هذه البلورات قد نجحت في إنتاج جزيئات الالتهاب، تسمى «إنترلوكين 1 بيتا»، أو الوسيط الداخلي في الكريات البيض، التي يمكن أن تؤدي إلى تفاقم الوضع.

والآن، يعزز هذا البحث، فضلا عن وجود فهم أفضل للأعراض الرئيسة قبل الإصابة بأزمة قلبية، فكرة أن الكثير من التمارين والخيارات الغذائية الجيدة، لديها القدرة على الحد من تشكل هذه البلورات.

نظراً لأنه مليء بمادة كيميائية سامة محددة

تحذير للحامل.. ابتعدي عن الصابون المضاد للبكتيريا!

«العربية»: حذرت دراسة جديدة من أن الأطفال قد يصابون بالسمنة إذا استخدمت أمهاتهم الصابون المضاد للبكتيريا خلال فترة الحمل.

ونظرا لأن ذلك الصابون مليء بمادة كيميائية سامة محددة، فقد وجد العلماء أن التعرض لتلك المادة في الرحم يمكن أن يؤدي بالصغار للسمنة المفرطة فيما بعد، بحسب صحيفة «ديلي ميل» البريطانية.

وتسمى تلك المادة الكيميائية، تريكلوكاربان (triclocarban (TCC، وتشير التجارب إلى أنها قد تمر من خلال كل من المشيمة أو من خلال الرضاعة الطبيعية أيضا.

وقال باحثون في مختبر لورانس ليفرمور الوطني في كاليفورنيا إن التعرض اليومي لتلك المادة قد يؤدي أيضا إلى أضرار «لا تعالج» في الأعضاء الحيوية للجسم.

ومادة TCCالتي تستخدم أيضا في المجال الطبي، تؤدي إلى تباطؤ حرق الدهون.

«خطر حاد على الصحة»

وتقول المؤلفة الرئيسية للدراسة دكتور هيذر إنرايت: «البتنا أن TCC تنتقل بفاعلية من الأم إلى الأبناء، سواء عبر المشيمة، أو عن طريق الرضاعة.. إن التعرض لمادة TCC خلال النمو قد يشكل خطرا صحيا خطيرا على الأجنة».

وتضيف: «إن التعرض لهذه المادة في وقت مبكر للحياة قد يتسبب في نتائج مرضية لا شفاء لها، بسبب المناعة الهشة للأطفال في السن المبكر».

الدليل الأول

تقدم الدراسة، التي نشرت في «PLOS ONE»، الدليل الأول على أن TCC يمكن أن تنتقل بسهولة من الأم إلى الأبناء.

ومن المثير للقلق، أن هذه المادة الكيميائية تمثل إحدى أكثر الملوثات التي يكشف عنها عادة في مياه الصرف الصحي.

كما اكتشف الباحثون تركيزات عالية من TCC في المخ، وقد ثبت في السابق أن تلك المادة قد تؤثر على نمو المخ.

وقد أظهرت عمليات المسح بالتصوير الضوئي أن تلك المادة الكيميائية قد تجمعت أيضا في القلب.

وتوصل العلماء إلى هذه النتائج بعد تعقب مادة TCC في جثث الفئران التي كانت قد حقنت بتلك المادة.

هل تم حظر المادة الكيميائية؟

وفي الخريف الماضي، حظرت الولايات المتحدة 19 مادة كيميائية مختلفة مضادة للبكتيريا، بما في ذلك التريكلوسان triclosan والتريكلوكربان triclocarban ، بدعوى أنها لم تكن فعالة في قتل الجراثيم.

وتقول الشركة البريطانية « Unilever» إنها ستلغي تدريجيا هاتين المادتين الكيميائيتين بحلول نهاية هذا العام، لتحل محلها «مواد طبيعية أو مستوحاة من الطبيعة».

وتأتي هذه الدراسة الجديدة بعد صدور تقرير جامعة ستان فرانسيسكو في يونيو الذي رجح أن الصابون المضاد للبكتيريا لا فائدة منه في قتل الجراثيم.

وقد قام أكثر من 200 عالم بجمع الأدلة للتحذير من المواد الكيميائية الموجودة في مثل هذه المنتجات التي تحتوي على أضرار أكثر بكثير من منافعها.