

6 أعشاب طبيعية للحفاظ على صحة الكلى

مصدرا جيدا لعناصر غذائية قيمة مثل فيتامين C وحامض الفوليك وفيتامين B3 والحديد والكالسيوم والبروتين.

5- الخيار
يتكون الخيار من 97% من الماء، فساء تم عصره أو تناوله شيئاً، يكون الخيار مصدراً ممتازاً لمواد غذائية مفيدة مثل فيتامينات A وC، و«اللوئين» وبيتا كاروتين والمغنيسيوم والبوتاسيوم والفوسفور والكالسيوم.

تم ملاحظة خصائص متميزة للخيار كمدر للبول وعمل، ويُنصح به للأشخاص الذين يعانون من مشاكل في الكلى، يساعد الخيار على القضاء على السموم الضارة في الكلى وكذلك تقطيت حصوات المثانة والكلى.

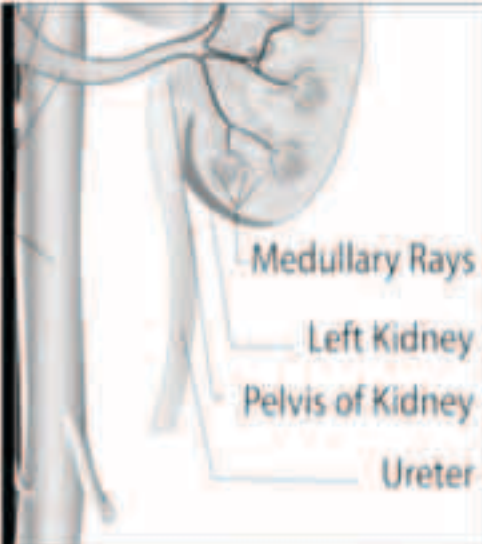
6- البصل
للبتت الأبحاث العلمية أن البصل يمكن أن يخفف الألم الناتج عن حصوات الكلى، ويعتقد أن تناول عصير البصل يساعد في التخلص من حصوة الكلى خلال 24 ساعة على الأقل.



ذلك اضطرابات الكلى، وتشير الأدلة التجريبية العلمية إلى أن الزنجبيل يحتوي على المكونات النشطة التي تنشط مضادات الأكسدة، مما يؤدي إلى زيادة الحماية للكلى، ويساعد الزنجبيل على تقطيت حصوات الكلى، علاوة على كونه

حمضية تساعد على جعل البول أكثر حمضية، وبالتالي تمنع أيونات الفوسفات والكالسيوم من تشكيل حصوات الكلى، 4- الزنجبيل
أكثر من 2000 عام، يتم استخدام الزنجبيل لعلاج أنواع مختلفة من الأمراض، بما في

التوت البري فقط لعلاج التهابات المسالك البولية، تم كشفت الدراسات العلمية الأخيرة أن التوت البري يسهم أيضاً في منع تكوين حصوات الكلى، وأثبتت الأبحاث أن التوت البري يعد مصدراً جيداً لحمض الكينيك، وهي مادة



Top 10 Herbs For

الكلى بسبب ما مكوناته من الجليكوسيد والزيوت الطيارة والبيوتاسيوم، وكشفت الدراسات الحديثة أيضاً أن شاي جالفا مفيد لعلاج التقرس والسكري والروماتيزم، 3- التوت البري
في البداية كان يستخدم

يتميز بخصائص مدرة للبول ويزيد من قدرة الكلى على القضاء على المركبات التي تحتوي على النيتروجين، ويعتقد بعض الخبراء أن شاي جالفا هو علاج فعال ضد حصوات الكلى، والتهابات الكلى ويسهم في تعزيز وظائف

بقدرتها على منع تكون حصوات الكلى وحتى منع بعض أنواع السرطان، 2- شاي جالفا Java
تم إدراج شاي جالفا في الأدوية الفرنسية والإنجليزية والهولندية والسويسرية كعلاج لأمراض الكلى، حيث

«العربية» : يعاني واحد من كل عشرة حول العالم من أمراض الكلى المزمنة، إلا أن الكثيرين لا يدركون حتى أن لديهم مشاكل بالكلى! والعلمور على وصفات طبيعية آمنة وفعالة لتعزيز صحة الكلى ربما تكون أمراً صعباً للغاية، ومع ذلك فقد أجريت عدة دراسات بشأن النباتات والأعشاب التي تحسن من وظائف الكبد والفولون.

وبحسب مؤسسة الكلى الأمريكية فإن هناك بعضاً من تلك النباتات والأعشاب التي يمكن أن تعزز بالفعل صحة الكلى عند استخدامها في كميات دقيقة، وفيما يلي مجموعة من النباتات والأعشاب والعلاجات الطبيعية تم دراستها ونشرها موقع «herbs-info»، يأتيها مفيدة للكلى:

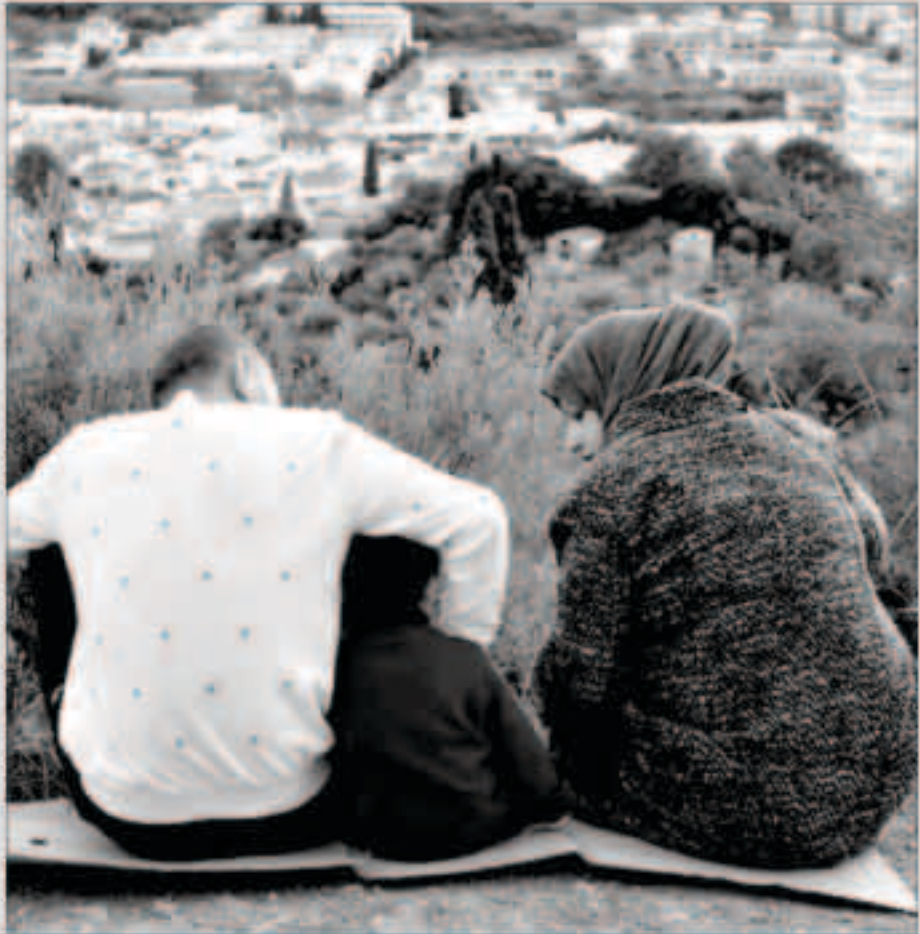
1- الشاي الأخضر
أثبتت الدراسات أن الشاي الأخضر ممتاز بخصائص مضادة للالتهابات، كما أنه مدر للبول، ويحتوي كذلك على مركبات مضادة للأكسدة تسمى «بوليفينول»، المعروفة

طالبت في بيان لها بقوانين تكفل حماية الطبيب

جمعية الجراحين الكويتية : الدعم متواصل

للجراحين بما يتفق مع القانون ويحقق العدالة

خصوبة الرجال.. أرقام وحقائق غريبة



أصدرت جمعية الجراحين الكويتية بياناً القضاء الكويتي العادل أصدر قبل عدة أيام أحكاماً جنائية ابتدائية على الأطباء الجراحين في قضايا متعلقة بالأخطاء الطبية وأن جمعية الجراحين الكويتية إذ تؤكد على ثقافتها الكبيرة بعدالة ونزاهة القضاء الكويتي والتحقيقات التي يجريها وأحكامه الصادرة لتؤكد في الوقت ذاته وفوقها التام ودعمها المتواصل ومؤازرتها لأعضاء الجمعية وجميع زملاء المهنة خلال ما قد يتعرضون له من تحقيقات جنائية أو محاكمات متعلقة بمهنتهم السامية وذلك خلال جميع مراحل التقاضي وما يسبقها من تحقيقات لتحين تبيان الحقيقة بصور أحكام قضائية نهائية ومؤكدة أيضاً تسخير كافة إمكانياتها لأجل ذلك وبما يتفق مع القانون ويحقق العدالة المنشودة أنها تسير جمعية الجراحين الكويتية بخطى حثيثة وثابتة نحو تحقيق بيئة عمل آمنة ومنتجة لكافة أعضائها من الجراحين غير السعي لدى جهات عدة لإقرار العديد من القوانين والنظم التي تكفل حماية الطبيب وحصوله على ضمانات أساسية أهمها التأمين ضد ادعاءات الأخطاء الطبية والتعويض وإخطار المهنة الأخرى التي قد تؤذي كرامة الأطباء أو تمس عملهم وقد تؤثر على مسيرة عطائهم وأن إقرار مثل هذه القوانين والنظم سيؤدي بلا أدنى شك إلى تطور وتحسن جودة الخدمة الطبية المقدمة للمرضى كافة



رقم مخيف .. 30 ألف دراسة طبية قد تكون خاطئة



«سكاي نيوز» : نيه باحثون إلى احتمال أن تكون نحو 30 ألف دراسة طبية مشوبة بأخطاء ومغالطات، جراء اعتمادها على خلايا فاسدة في التجارب.

وأوضح تقرير جرى إعداده في جامعة راد بود في هولندا، إلى أن 451 من المزارع النسيجية التي تم الاعتماد عليها في الآلاف من التجارب، لم تكن سليمة.

ويرجح الباحثون أن تكون تلك المزارع النسيجية أدت إلى المصادقة على علاجات غير ناجعة، وفق ما نقلت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية.

وتنتج المزارع الخلوية أو النسيجية دراسة نشاط بعض الفيروسات، فضلاً عن إظهار النحو الذي تتغير به الخلايا المصابة.

وقام الباحثون في البداية بدراسة مزارع خلوية لها نفس التركيبية الجينية، ثم لجؤوا إلى اللجنة الدولية للتحقق من السلالات الخلوية، وحصلوا على سجل يعرض قائمة لـ 451 سلالة خلوية ملوثة.

ومن بين السلالات الخلوية

ويدعو التقرير إلى أخذ ما كشفه على محمل الجد، فضلاً عن تعديل خلاصات إليه دراسات اعتمدت على خلايا غير سليمة ما زالت في طور الاستخدام حتى يومنا هذا.

والسبب في ما حصل، أن الأطباء لم يكونوا على دراية في ذلك الوقت بأن خلايا السيدة المريضة واصلت نموها، وتسربت إلى مزارع نسيجية أخرى في المختبر.

السيدة التي كانت تعاني سرطاناً في العنق، لكن تلك الخلايا جرى اعتمادها في تجارب عملية لإنتاج لقاح ضد شلل الأطفال وبحوث أخرى متعلقة بالإخصاب.

الملوثة، خلايا تسمى «خلايا هبلا» نسبة إلى السيدة التي أخذت منها وهي هينرييتا ليكس، ستة 1951 من قبل الباحث جونز هوبكنستس. وجرى أخذ الخلايا من

أدنى مما هو في آسيا، غير أن الفوارق ملحوظة أيضاً، إذ تراوح النسبة من أقل من طفلين (في كوبا وتشيلي وكوستاريكا) إلى أكثر من خمسة (هايتي)، أما المعدلات الأعلى على الإطلاق للخصوبة لدى الرجال فتسجل في إفريقيا جنوب الصحراء، إذ أن نصف بلدان المنطقة الـ 41 التي شملتها الدراسة تشهد عدداً يفوق 8.5 أطفال لكل رجل، كما أن ربع البلدان تسجل معدداً يفوق 10 أطفال لكل رجل.

وتسجل أعلى نسبة خصوبة لدى الرجال في النيجر (13.6 طفلاً في المعدل) وجنوب السودان (12.1 طفلاً) وتشاد (12.1 طفلاً) وعموماً في بلدان منطقة الساحل، ووحيداً أربعة بلدان (جنوب إفريقيا وبوتسوانا وليسوتو وتامبيا) تسجل معدلات خصوبة تقل عن 6 أطفال لكل رجل.

وتسجل بلدان جنوب القارة الأوروبية وشرقها نسبة خصوبة منخفضة لدى الرجال تقرب من 1.2 طفل لكل رجل في المعدل، فيما تراوح في غرب أوروبا وشمالها بين 1.7 طفل و2.1، كما الحال في أميركا الشمالية وأستراليا ونيوزيلندا. كذلك فإن الفوارق أكبر في آسيا مع مستويات خصوبة متدنية جداً في اليابان وكوريا الجنوبية (حوالي 1.2 طفل) وحتى أقل من هذه النسبة في بعض بلدان الخليج العربية (أقل من طفل واحد في المعدل في قطر)، وفق ما نقلت «فرانس برس».

وفي المقابل تسجل نسبة خصوبة أعلى في بلدان آسيوية أخرى، إذ تصل إلى خمسة أطفال لكل رجل في باكستان وسبعة أطفال في أفغانستان. وفي أميركا اللاتينية، معدل الخصوبة لدى الرجال

«سكاي نيوز» : أظهر تحقيق تشهد المعهد الوطني الفرنسي للدراسات السكانية، أمس، أن معدلات الخصوبة لدى الرجال في العالم «مختلفة جداً» عما هي لدى النساء.

وبين معدو التحقيق أن الفروق في الخصوبة لدى الرجال أوضح بكثير مما هي لدى النساء، مع عدد أطفال يراوح بين أقل من طفل واحد إلى أكثر من 13 تبعا للبلدان، في مقابل طفل واحد إلى 8 لكل امرأة.

وفي البلدان الـ 146 التي شملتها الدراسة، يبلغ معدل سن الأبوة 33.6 سنة، فيما سن الأمومة هو 28 سنة في المعدل.

وفي حوالي عشرين بلداً، وكلها في إفريقيا، معدل سن الأبوة يتخطى 40 عاماً. وفي البلدان الأوروبية، يراوح معدل الخصوبة لدى الرجال بين طفل وطفلين، كما هو في الجمل قريب من المعدل المسجل لدى النساء.