



فوائد مذهلة لعلاج البنكرياس .. والسرفي 6 أعشاب



على الرغم من صغر حجمه، حتى أنه لا يكاد يلتفت الأنظار، فإن للبنكرياس دور رئيسي في عمليات الجهاز الهضمي ووظائف الغدد الصماء. وللبنكرياس وظيفتين أساسيتين، تتمثل الأولى في إنتاج الإنزيمات لهضم الدهون والبروتينات، أما الوظيفة الثانية فهي إنتاج الأنسولين للتحكم في مستوى الجلوكوز في الدم، وفقا لموقع «herbs-info».

وهناك عدد من المكملات العشبية التي قد تحسن من صحة البنكرياس من خلال الحماية ضد كافة الاضطرابات، ومنها:

1 -بيل الحصان Horsetail

يُعتقد أن محتوى السيليكا الغنية في عشبة ذيل الحصان يساعد على شفاء وإعادة بناء الأنسجة التالفة الناجمة عن التهاب البنكرياس. وعلاوة على ذلك، تبين من دراسة لتحليل آثار مستخلص ذيل الحصان على الفئران المصابة بالسكري أنه بعد 5 أسابيع من العلاج، فإن الخلاصة العشبية أنتجت أنشطة كبيرة لمكافحة السكري وتجديد البنكرياس.

2 -أوريغانو Oregano

في الطب التقليدي، كان يعتقد أن الأوريغانو علاج واعيد للأكسدة المرتبطة باضطرابات مثل عرض السكري، بسبب مضادات الأكسدة الفيتولية الطبيعية الغنية. وفي عام 2004، درس باحثون في جامعة ماساتشوستس الآليات المضادة لمرض السكري من مستخلص الأوريغانو، ووجدوا أنها

مفيدة للبنكرياس. وتدعم هذه النتائج الاعتقاد بأن الأوريغانو يمكن أن يكون عاملا محتملا لمكافحة فرط سكر الدم لإدارة ارتفاع السكر في الدم ومضاعفات السكري على المدى الطويل.

3 -الهندباء Dandelion

يعتقد أن الهندباء علاج فعال ضد خلايا سرطان البنكرياس. وفي عام 2012، اكتشف باحثون من كندا أن مستخلص جذور الهندباء

يمكن أن يساعد في قتل الخلايا السرطانية دون التأثير على الخلايا السليمة.

4 - عشبة الجنتيانا Gentian

أثبتت هذه العشبة نفسها باعتبارها واحدة من أفضل الأدوية في تعزيز صحة البنكرياس. إن جذور الجنتيانا يمكن أن تحفز البنكرياس والبرادة والأغشية المخاطية للمعدة لزيادة إفراز إنزيمات البنكرياس،

والصفراء، وحمض المعدة وعصارة الجهاز الهضمي.

5 - أوراق الزيتون Olive Leaves

على مر الزمان، أصبح كثير من الناس أكثر وعيا بقيمة «أوراق الزيتون ومزاياها الصحية. وفي الواقع، فإن هذه الأوراق تحتوي على المكونات القوية التي تساعد على تحسين الدورة الدموية، وإزالة السموم من الدم، وخفض ضغط الدم. كما تساعد على المدى الطويل في تعزيز وظائف الغدة الدرقية والكبد والبنكرياس.

وتشير الأبحاث أيضاً إلى أن استخدام أوراق الزيتون مفيد للحد من خطر الإصابة بسرطان الثدي والبنكرياس.

6- عرق السوس Licorice

يعتبر عرق السوس علاج ممتاز للعديد من اضطرابات البنكرياس، وخاصة في الطب الصيني التقليدي. ووفقا للأبحاث، يعزز عرق السوس مع خلاه المركبات المضادة للالتهابات التي تعمل على تقليل الألم والتورم المرتبطة بطروف البنكرياس، مثل التهاب البنكرياس.

دراسة حديثة: الذكاء « قد يكون سبباً للمرض »



«العربية» : كشفت دراسة حديثة أن الأشخاص أكثر عرضة لأمراض العقلية بمعدل الضعف، وغالبا ما يعاني الأذكى من مشاكل متعلقة بالقلق وهم أكثر عرضة للاكتئاب والتوحد واضطراب فرط الحركة، وفق باحثون بكلية بيتزر في كاليفورنيا.

كما تمتع المشاركون في الدراسة بمعدل ذكاء يفوق 130. وذكرت الدراسة أن 20% من المشاركين عانوا من القلق والاكتئاب، مشيرة إلى أن إصابة الأذكى بالأمراض العقلية هي نتيجة الفرط في وعيهم.

الذين يعانون من الأمراض العقلية، مثل الاكتئاب والقلق، قد يكونون أكثر عرضة لخطر الإصابة بمرض الزهايمر. الدراسة أجراها باحثون بجامعة كولومبيا البريطانية في كندا، ونشروا نتائجها في دورية (Arthritis Care Research) العلمية.

وللتوصل إلى نتائج الدراسة، فحص فريق البحث 24 ألفا و625 مريضا بالتهاب المفاصل الروماتويدي، بالإضافة إلى 25 ألفا و396 شخصا لم يتم تشخيص إصابتهم بالتهاب المفاصل في بداية الدراسة التي أجريت بين عامي 1996 و2006.

ووجد الباحثون أن خطر الإصابة بمرض الانسداد الرئوي المزمن كان أكبر بين المرضى الذين يعانون التهاب المفاصل الروماتويدي، مما كان عليه في عامة السكان بنسبة 47 %.



قائدة فريق البحث، إن «نتائج الدراسة تظهر أن هناك حاجة إلى مزيد من البثقة لحماية صحة الجهاز التنفسي للأفراد

الذين يعانون حالات التهابية مزمنة». وأضافت «هذه النتائج جديدة لأنها لم تكن تعرف من

قبل أن الالتهاب يلعب دورا في تطور مرض الانسداد الرئوي المزمن». وتابع «كما أن الأطباء

أكدت أن المؤتمر أضاف لها الكثير من المعلومات عن أحدث ما توصل إليه العلم في الصيدلة

النجار: «الدفاع» تحرص كل الحرص على إدخال كل ما هو جديد في كل المجالات



أفضل العلاجات للمريض بإقل كلفة مادية للدواء وهو اتجاه جيد في علم الصيدلة.

وعن وزارة الدفاع وإدخال هذه التقنيات الحديثة بها قالت النجار إن وزارة الدفاع كعادتها دائما تحرص كل الحرص على إدخال كل ما هو جديد في كل المجالات، فقد سبقت الجميع إلى إدخال هذه التقنيات الحديثة، لتقديم أفضل الخدمات والتكنولوجيا.

وأضافت النجار أن اقتصاديات الدواء وهو التخصص العلمي الذي يقارن بين قيمة دواء صيدلاني أو علاج عقاري وتخسر. وهو أحد فروع اقتصاديات الصحة. وتعد اقتصاديات الدواء إلى تقدير قيمة (مالية) الأدوية ومقارنتها مع خفض مع الأخذ بعين الاعتبار فاعلية الصيدلاني، وتوجد مزايا عديدة من تقييمات اقتصاد الدواء: تقليل التكلفة حيث يتم دراسة استخدام الأمل لتوارد الرعاية الصحية، والسذي يكون بطريقة قياسية وأساس علمي.

الصيدلانية بوزارة الدفاع المستشفى العسكري دلال النجار إن المؤتمر منع جدا، ويعطي فكرة عن آخر تطورات القطاع الصيدلاني، مضيفة أنها شخصيا تحب الحضور في مثل هذه المؤتمرات لأنها تعطيها معلومات جديدة.

وأوضحت أن المتحدثين في المؤتمر تحدثوا عن الكثير من الموضوعات المفيدة والجديدة مثل «الصيدلة الإلكترونية» وهي فكرة سبقتنا بعض الدول في إدخالها، وهي تمثل جزءا من الرعاية الصحية في الدول المتقدمة، فهي نظام يخدم المريض بالدرجة الأولى بالتعاون مع الأطباء. وأشارت إلى أن هذا النظام يقوم فيه السادة الأطباء بوضع العلاج الأفضل والأرخص للمريض، ثم يقومون بتابعته ويلاحظون مدى جدوى الدواء مع المريض، ويحددون الآثار الجانبية له، ثم يقررون الاستمرار فيه أو تغييره بحسب الحالة. وأضافت النجار أنه تم التحدث كذلك عن توفير

بحضور 150 صيدليا من مختلف الدول العربية كان للكويت نصيب فيها بعدد من الصيدلانية، عقدت شركة «باير» الشرق الأوسط، مؤتمرا طبيا في دبي بعنوان «مؤتمر وتدريب الاستئاز المتقدم في نظم الصيدلة السريرية»، نظم الصيدلة السريرية، حيث اطلعوا على التقدير الحاصل في قطاع الصيدلة السريرية في الشرق الأوسط.

وناقش المشاركون على مدى ثلاثة أيام أفضل الممارسات الصيدلانية ومعايير التخطيط وحفظ الأدوية، مع التركيز على ثلاثة مجالات علاجية، وهي الرخفان الأذيني وطب العيون وعلم الأورام. وشارك الحضور ورش العمل حول أهمية تطوير الصيدلة مهاراتهم في الصيدليات السريرية ضمن عدد من المستشفيات الحكومية بالمنطقة التي تمنح للمشاركين شهادات معتمدة من جامعة بورنوث، المملكة المتحدة، ليصبحوا بذلك جزءا من برنامج تدريب للتدريين. من جهتها قالت

الكرابية صديقة للمعدة



بالامتلاء والانتفاخ. ويزداد تأثير الكرابية بالاشتراك مع البسبون والشمر، حيث تعمل هذه التوليفة العشبية على تهدئة المعدة والأمعاء، ومن ناحية أخرى، تمثل الكرابية مصدرا للأحماض الدهنية المفيدة للصحة، حيث تحتوي ملعقة شاي من الكرابية على 9ر8 مللي غرام من أوميغا 3.

بمضادات الأكسدة مثل «غلافونويد» والزيوت الطيارة، وبالتالي فهي تحمي من عمليات الالتهاب في الجسم، وكذلك من الجذور الحرة Free Radicals، التي تهاجم الخلايا.

وبالإضافة إلى ذلك، تساعد الكرابية على التخلص من الشعور

«24» : أوردت مجلة «إيلي» الألمانية أن الكرابية تعد صديقة للمعدة، حيث إنها غنية بالألياف الغذائية، التي تعمل على تحسين عملية الهضم وطرد سموم الأمعاء.

وأضافت المجلة المعنية بالصحة والجمال في موقعها على شبكة الإنترنت أن الكرابية تزخر أيضا