

الفحوص الجينية لمريضات سرطان الثدي «قد تقي أقاربهن المعرضات للخطر»

نزيف الأنف المتكرر .. علام يدل؟



اختبارات الجينات. وأضاف الفاتمون على الدراسة أن النهج الجديد قد يكون أيضًا فعالًا من حيث التكلفة لجهة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية بسبب إمكانية الوقاية من الإصابة بسرطان الثدي لدى الأقارب. وأنشأت نازنين الرحمن، رئيسة قسم جينات الأورام في معهد أبحاث السرطان في بريطانيا، بالنهج المقترح. ونقلت وكالة أسوشيتد برس نازنين قولها إن هذا النهج «يسمح لنا بأن تساعد المزيد من مرضى السرطان في الحصول على العلاج الدقيق، وتساعدنا أيضًا في وقاية الأشخاص الأصحاء من الإصابة بالسرطان». ومن جهته، قال بول وركمان، الرئيس التنفيذي لمعهد أبحاث السرطان بلندن، إنه «بعد هذه النتائج، فإننا الآن في عهد الطب الدقيق، وقد أصبحت اختبارات الجينات أداة حيوية للمساعدة في تحديد المرضى الذين قد يحققون أفضل استفادة من العلاجات الموجهة».



السرطان الذي يُنظّمة المعهد الوطني لأبحاث السرطان يوم الاثنين، خمسة معايير لتحديد النساء اللائي يجب أن يخضعن لهذا الاختبار. واستخدمت الدراسة، التي ستقدم نتائجها إلى مؤتمر

«بي بي سي» : نصحت دراسة حديثة بضرورة أن تخضع آلاف النساء المصابات بسرطان الثدي لاختبارات جينية من أجل المساعدة في تحديد أقاربهن اللائي قد يكن عرضة للإصابة بهذا المرض. وأوصت الدراسة، التي أجراها فريق من معهد أبحاث السرطان في لندن ومستشفى مارسدن الملكية للأورام التابعة لجهة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية، باستخدام معايير جديدة لاختبارات جينات «بي بي سي» و«بي آر سي» لدى المصابات بسرطان الثدي. وسلط المزيد من الضوء على الاختبارات الجينية منذ مايو عام 2013، حين خضعت الممثلة الأمريكية الشهيرة أنجلينا جولي لاستئصال الثديين بعد اكتشاف وجود عيوب في جين «بي آر سي».

وعرض هذا الجين جولي لخطورة كبيرة للإصابة بسرطان الثدي والمبيض. ويسأل الأطباء حاليا النساء عن تاريخ عائلاتهن قبل اتخاذ

الحالات بحيث يتسبب في نزيف شديد يصعب إيقافه مع الجروح البسيطة. وعلى أية حال ينبغي استشارة الطبيب لتحديد السبب الكامن وراء نزيف الأنف المتكرر، مع مراعاة تجنب الأدوية، التي تعزّز من سيولة الدم، مثل الأسبرين.

بمع زرقاء كبيرة على الجلد بعد الخدمات البسيطة، بالإضافة إلى ظهور دم في البول والحيض الشديد لدى النساء. ولا يمثل هذا المرض الوراثي خطورة كبيرة لدى معظم الحالات ولا يحتاج إلى علاج، غير أنه يتخذ مسارًا شديدًا في 5% من

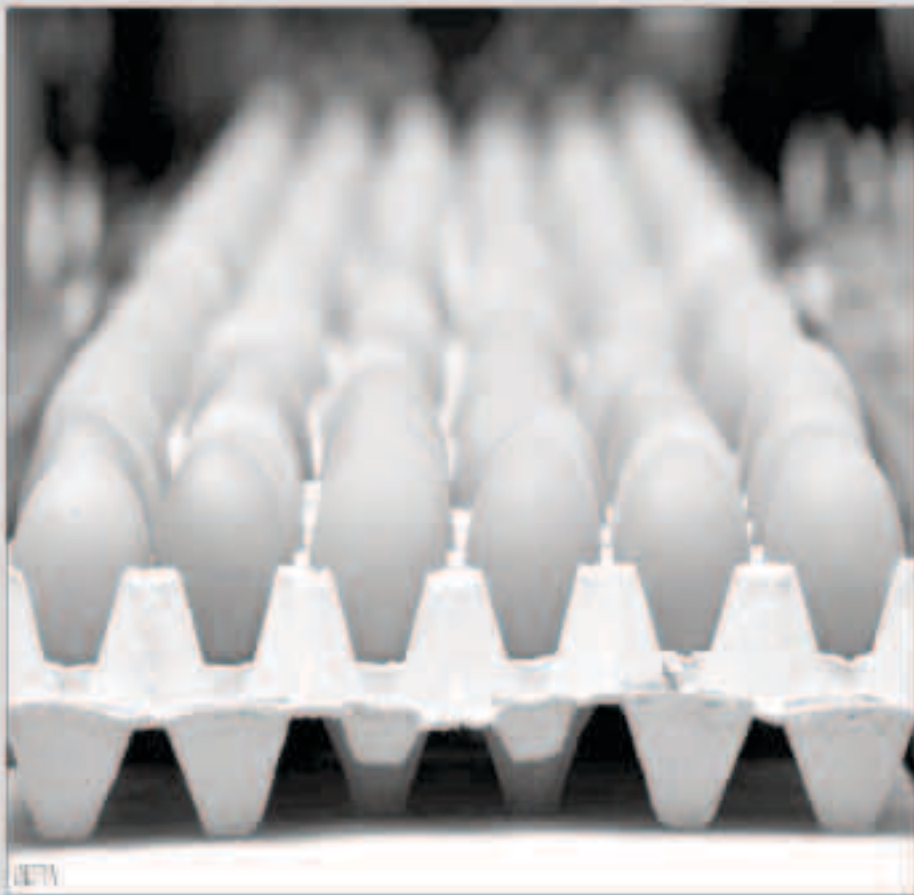
«24» : قالت الرابطة الألمانية لأطباء الأمراض الباطنة إن نزيف الأنف المتكرر، والذي يصعب إيقافه، بعد علامة مميزة لاضطراب تخثر الدم. وأضافت أن المؤشرات الأخرى الدالة على الإصابة بما يعرف بمتلازمة «فون ويل براند» تتمثل في ظهور



حوالي 10% من سكان العالم يعانون من الأرق المزمن واضطرابات النوم الأخرى التي تؤدي إلى تطور التعب المزمن والاكتئاب وغيرها من المشاكل الصحية البدنية والنفسية. ووفقا لتقديرات الخبراء الحالية، فإن فقدان التركيز المرتبط بالأرق، يؤدي إلى أكثر من 40 ألف حادث سير، وعدة آلاف من الوفيات نتيجة الأخطاء الطبية. كما يؤكد الباحثون أن الأرق المزمن يسرع في تدهور حالة مرضى الكلى ويؤدي إلى وفيات مبكرة، من خلال إحصائيات لحياة وموت حوالي مليون من المحاربين القدامى الأمريكيين في المشافي العسكرية الأمريكية، مات منهم 40 ألفا، كانوا يعانون من الأرق الشديد.

«روسيا اليوم» : كشف العلماء عن العلاقة بين الأرق والفشل الكلوي والوفيات المبكرة خلال الاجتماع الدوري للجمعية الأمريكية لأمراض الكلى في نيو أورليانز. وقال العلماء إن الإحصائيات سلطت الضوء على العلاقة بين الأرق المتكرر ومشاكل النوم وزيادة حالات الموت المبكر والفصور الكلوي. ويقول سابا كوفيسدي من جامعة تينيسي في مدينة ممفيس الأمريكية، إن الأرق المزمن غالبا ما يؤثر على المرضى الذين لا زالت كلالهم تعمل بشكل طبيعي، ومعالجة الأرق يمكن أن تساعدنا في المحافظة على أعضاء الجسم الحساسة كالكلية. وتظهر الإحصاءات أن

5 أسلحة لمحاربة التهاب الحلق



الحرارة، ويصبح أكثر عرضة لأن يفسد مقارنة بالبيض المحفوظ في أماكن أخرى. وتضيف الخبيرة أن ثمة خلافا حول الطريقة المثلى لحفظ البيض، ذلك أن هناك من يدافع عن وضعه في الثلاجة، وثمة من يحذّر تركه خارجها.

أن باب الثلاجة أسوأ مكان على الإطلاق لحفظ البيض، وفق ما نقلت صحيفة «ذا صن». ويمكن السبب في اضطراب الناس إلى فتح باب الثلاجة باستمرار طفلة اليوم، وحين يحصل ذلك، يتعرض البيض لدرجات متفاوتة من

«سكاى نيوز» : يختار الناس في العادة، الرفوف الموجودة في باب الثلاجة حتى يقوموا بحفظ البيض، لكن خبيرة في التخزين قالت إن الطريقة مضرّة ودعت إلى تغييرها. وأوضحت المسؤولة في شركة «سميس ستشاپين»، فلاتكا ليك،



«24» : يعد التهاب الحلق من المتاعب الشائعة خلال فصلي الخريف والشتاء بسبب انتشار الفيروسات والجراثيم المسببة للعدوى. وقالت مجلة «قرويندين» الألمانية إنه يمكن محاربة الالتهاب بواسطة الأسلحة التالية: الجوارب: يعمل دقة القدمين على تحسين تدفق الدم للأغشية المخاطية في الحلق، مما يساعد على مكافحة الفيروسات بشكل أكثر فعالية. لذا ينبغي ارتداء الجوارب ليلا عند ظهور أولى أعراض التهاب الحلق. التدليك: يساعد التدليك أيضاً على تحسين تدفق الدم في العنق والأغشية المخاطية أيضاً. ولهذا الغرض، يتم تدليك الرقبة برفق من أسفل إلى أعلى لمدة ثلاث دقائق. الغرغرة: 5 مرات في اليوم بالمحلول المالح (ملعقة صغيرة من الملح على كوب من الماء الدافئ). وتنفع الغرغرة بالمحلول المالح بتأثير معقم للحلق، الذي يعتبر أول مئاذ الفيروسات للدخول إلى الجسم. وفي الوقت ذاته تعمل الغرغرة على تهدئة احتقان الأغشية المخاطية.

(مثل إيبوبروفين)، ولكن مع الحذر من تعاطيها لأكثر من 3 أيام على التوالي.

مرات في اليوم. المسكنات: إذا اشتد ألم الحلق فلا يأس من تعاطي المسكنات

عندما يسيل بيطء في الحلق. ولهذا الغرض، يتم تناول العسل بفقار ملعقة صغيرة بمعدل 3

عسل النحل: أثبتت الدراسات أن عسل النحل يمنع بتأثير فعال في محاربة البكتيريا والفيروسات