

أكد أنه سيقوم خلاله بمناظرة علمية لبيان تفوق «الهوميوم ليزر» على الكشط والتقطيع الكهربائي

د.الكندري : مؤتمر المسالك البولية بالسعودية 2018

سيناقش أحدث طرق العلاجات في العالم



أكد الدكتور أحمد الكندري استشاري جراحة المسالك البولية والتناسلية والعقم الأستاذ المساعد بكلية الطب جامعة الكويت أن عملية استئصال البروستات بالمنظار هي العلاج الأمثل لحالات التضخم الشديد . محذراً من إهمال العلاج لتجنب المضاعفات . جاء ذلك في تصريح صحفي له أعلن خلاله مشاركته في مؤتمر طبي عن أمراض المسالك البولية في الرياض بالملكة العربية السعودية يناير 2018 ، مضيفاً أن المؤتمر سيناقش الطرق الحديثة والمتطورة في المسالك البولية على مستوى العالم ، وذلك بحضور أطباء من مختلف دول العالم .

وأشار د.الكندري بأنه سيكون أحد المحاضرين وسيقوم بعرض آخر تطورات عمليات الهوميوم ليزر لاستئصال تضخم البروستات بالمنظار . ومنها أن تلك التقنية تساهم باستئصال كافة أحجام التضخم وحتى التي تزيد عن 200 جرام دون اللجوء إلى الفتح الجراحي مما يجعلها التقنية الأفضل بسبب كفاءة الاستئصال وقلة النزيف . وشدد على أن تلك التقنية تتميز بتجنب مضاعفات امتصاص السوائل . مؤكداً أنه سيقوم بمناظرة علمية ضد أحد الضيوف الأجانب المشاركين لبيان تفوق تقنية الهوميوم ليزر على التقنية التقليدية بالكشط والتقطيع الكهربائي.

14 طريقة سهلة لتنقية الجسم من السموم

.. ومنها الضحك



يعتقد كثير من الناس أن أجسامنا لا تحتاج إلى مساعدة خارجية لتنقيتها من السموم، لكن هذا الاعتقاد خاطئ، فبالرغم من أن بعض أجهزة الجسم كالكلب والكلبي تعد مصفاة لهذه السموم، إلا أن كثرة الملوثات التي نتعرض لها عن طريق الهواء والماء والأغذية والأدوية تجعل من الصعب على الجسم بمفرده طرد هذه السموم.

ولحسن الحظ، هناك العديد من الأشياء السهلة التي يمكنك القيام بها لمساعدة جسدك على التخلص من السموم الضارة، وفيما يلي 14 طريقة سهلة وبسيطة لإزالة هذه السموم. حسب ما جاء في موقع «ديلي هيلث بوست» المعني بالصحة:

- 1- التناضح العضوي يتميز التناضح العضوي بخلوه من المواد الكيميائية الضارة عن الأسمدة والمبيدات الحشرية، كما أن مادة البكتين المتوفرة فيه تكثر في تساعد في حصر السموم بالأعضاء وطرداها مع الفضلات.
- 2 - تناول المشروبات الخضراء التركيز على تناول المشروبات الخضراء، مثل: الشاي والزعر والخرشوف، هذا بالإضافة إلى الزنجبيل والثوت، بشكل يومي يساعد في تطهير الجسم من السموم لما تحتويه هذه الخضراوات الورقية من مواد مضادة للأكسدة والجراثيم.
- 3- الماء مع الليمون تناول كوب كبير من الماء النقي

المزجج بعصير ليمونة طازج صباحا، يساعد في تنقية الجسم من السموم، بالإضافة إلى محاربة السرطان لما يحتويه الليمون من 20 مر كيا مضادا للسرطان.

- 4- تناول الثوت الأزرق على يحتوي الثوت الأزرق على مادة الأنثوسيانين التي تقلل من التهاب في الجسم والدماغ، مما يساعد في تنقية الجسم.
- 5- التنفس الجيد الأكسجين يقلل البكتيريا والفيروسات ويساعد في الشعور بالنشاط، لذا ينصح بأخذ نفس عميق بين الحين والآخر يوميا.
- 6- الابتسامة والضحك يقلل التفكير الإيجابي من المواد

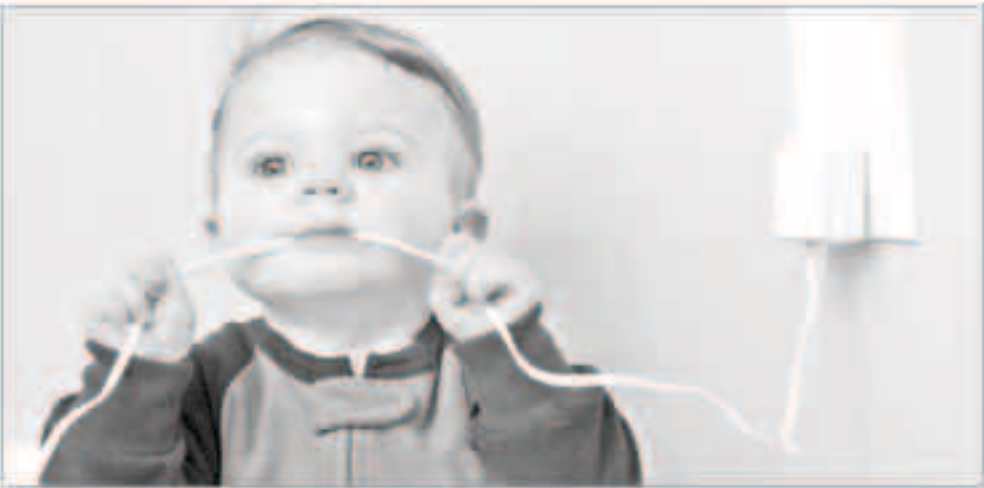
الكيميائية التي يفرزها الجسم نتيجة الإجهاد، وهناك قول مأثور يؤكد أن «الضحك هو أفضل دواء».

- 7- الكركم يساعد تناول ملعقة واحدة من الكركم يوميا في تنقية الكبد من السموم وبالتالي تطهير الجسم، وذلك لما يحتويه هذا التابل المميز من المغذيات ومضادات الأكسدة.
- 8 -الإكسثار من الفواكه والخضراوات الطازجة تحتوي الفواكه والخضراوات الطازجة على إنزيمات تساعد في عملية الهضم وتحسين امتصاص المغذيات، كما أنها تحتوي على العديد من العناصر الغذائية

بالسرطان والربو وغيرها من الحالات الصحية الخطيرة. لذا ينصح باستبدال هذه المنظفات الكيميائية بأخرى طبيعية، مثل صودا الخبز والخل والتي تؤدي نفس النتيجة.

- 10 -تناول الأطعمة المزيلة للسموم الحرص على تناول ما لا يقل عن 3 من أفضل الأطعمة في إزالة السموم من الجسم يوميا، وتشمل هذه الأطعمة في القرنبيط، والشم، والسيانخ، والملفوف، والثوت والزنجبيل.
- 11 -الإكثار من شرب الماء يساعد شرب الكثير من الماء النقي في خروج السموم من الجسم، فكل أجهزة الجسم تقريبا تعتمد على الترطيب السليم للعمل بسلاسة.
- 12 -عصير الصبار يساعد عصير الصبار في تطهير الأمعاء من السموم، لذا ينصح بتناول ربع كوب فقط من ذلك العصير اللذيذ يوميا.
- 13 -البروبايوتيك «البكتيريا الجيدة» C، وفيتامين E، والكالسيوم والنحاس والحديد والمغنيسيوم والتغنيز والكبريت والزنك، وغيرها.
- 14-استبدال المنظفات الكيميائية بأخرى طبيعية تحتوي المنظفات الكيميائية على مواد سامة مثل الكلور والمنظفات النفطية والأمونيا والبيروكلوريلين والكثير من المواد الكيميائية الضارة الأخرى التي تعد من أسباب الإصابة

نصائح لحماية طفلك في المنزل مع بداية مشيه



تكون هذه الحروق في الغالب ناتجة عن سقوط الماء الساخن على الطفل، أو أواني الطعام أو إبريق الشاي، وهنا يصبح ربيب يوضع الجروح الصغيرة تحت الماء البارد لمدة تتراوح من 5 إلى 10 دقائق، ويتعين خلع ملابس الطفل، مع عدم نسيان الحفاظ، وإذا تكونت فقاعات الحرق فيتعين معالجتها طبيا، وهنا يلزم الذهاب بالطفل إلى المستشفى.

حروق

تثبيت رأسه على ظهره ويقوم الملقط بالضغط خمس مرات متتالية وببطء على منتصف الفخذ المنعرج.

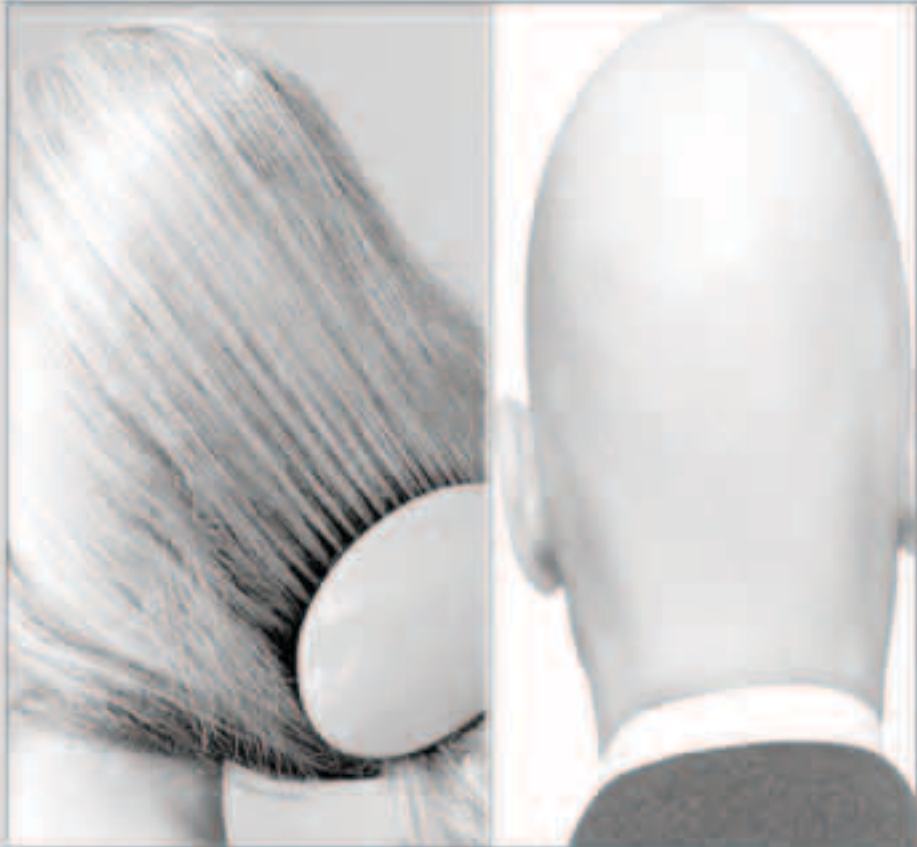
وفي حال الأطفال الأكبر سناً يضع الملقط الطفل على فخذ بحيث يستلقي الطفل على بطنه والربيت خمس مرات بين لوح الكتف وينطبق هذا على الأطفال الأكبر من عام.

النسم في هذه الحالة يلزم استدعاء الطوارئ، وهناك يتم تحديد نوع السم، الذي تناولته الطفل ليتم التعامل معه بشكل صحيح، وعلى أية حال يمكن إعطاء الطفل كوب من الماء، وليس اللبن، مع الحرص على عدم إجهاد الطفل على القيء.

ويشكل عام، ينصح الخبراء بتخزين زجاجات المنظفات المنزلية بعيدا عن متناول أيدي الأطفال، ومن الأفضل الاحتفاظ بها في خزانات مغلقة.

كما ينبغي وضع الأواني في الجزء الخلفي من سطح العمل بالمطبخ، وفي هذه الحالة يلزم على الوالدين تقديم المساعدة الفورية للطفل بحيث يقبض الأواني إلى الخلف.

أخيراً.. العلماء يكتشفون «سر» الشعر الأبيض !



«العربية» : عاجلاً أم آجلاً سيستقل الأبيض إلى رؤسنا، وهنا تبدأ التساؤلات، كما يبدأ لدى البيض الشعور بالقلق من التقدم بالعمر. علما أن الأبيض قد يغزو بعض الرؤوس في مراحل الشباب!

وفي حين ظهرت على مدى السنوات المنصرمة عدة أسباب حول ظهور الشعر الأبيض منها ما عرف بمرحلة «الثوت المرمع»، أو توقف الخلايا الصباغية عن إنتاج اللون، إلا أن جميعها فسر إلى حد ما آلية ظهور الشعر الأبيض دون أن يعطي «فواصل دقيقة» عنها.

إلا أن مجموعة من العلماء توصلوا على ما يبدو إلى فك لغز الشعر الأبيض والصلع أيضاً، بحسب دراسة حديثة نشرت مؤخراً في دورية Genes & Development، بحسب ما أفادت مجلة «نايم».

فبينما كان مجموعة علماء من جامعة ساوثرن تيكساس (Southwestern Medical Center) يجرون أبحاثاً على نوع معين من الأمراض الجينية النادرة على فئران مختبرات، اكتشفوا أن بروتينا يسمى KROX20 يتحول في خلايا الجلد التي

دراسة حكومية: واحد من كل خمسة بالغين أمريكيين استخدم التبغ في 2015



«رويترز»: أشارت بيانات دراسة مسحية نشرت لها يوم الخميس المراكز الأمريكية لمكافحة الأمراض والوقاية منها إلى أن واحدا من كل خمسة بالغين في الولايات المتحدة استخدم شكلا من أشكال التبغ في 2015.

وخلص التقرير الذي أجري بالاشتراك مع إدارة الأغذية والعقاقير الأمريكية إلى أن 21 في المئة من البالغين الأمريكيين أو 49 مليون شخص يستخدمون التبغ. ومن بين هؤلاء قال 87 في المئة أنهم يدخنون السجائر أو السيجار أو خمسة أنواع مختلفة من الغليون. وقال الباحثون إنهم يستخدمون السجائر الإلكترونية أو المنتجات الخالية من النيكوتين مثل الأسمام خلال فترة إجراء الدراسة.