

أكد أن الكويت سجلت في 2015 - 399.900 حالة سكري

د. الموسوي: « كونتور – نكست ون » يعد إنجازاً حقيقياً لمؤتمر جدة

■ أهم فائدة سيحصل عليها المريض من استخدامه لهذا الجهاز هي التواصل المباشر مع طبيبه

وذلك حفاظاً على صحة الفرد ، الذي يعد في النهاية حفاظاً على صحة المجتمع ككل بجميع أفراده . من جانبه أكد مدير عام شركة اسينسيا الشرق الأوسط عاصم عبدالسلام ان الشركة تعتزم تنظيم ندوة علمية وطبية في فندق الوفت بمدينة ابوظبي بدولة الإمارات العربية المتحدة وذلك يوم الاربعاء 6 ديسمبر 2017م خلال فترة إقامة المؤتمر الدولي للسكري الذي تنظمه المنظمة الدولية للسكري لمدة أربعة ايام خلال الفترة من 4 - 8 ديسمبر 2017م الموافق 16 - 20 ربيع الأول 1439هـ بقاعة المعارض والمؤتمرات بمدينة ابو ظبي .



■ الحاجة إلى تطوير حلول مبتكرة وفعالة أصبحت مطلباً على جميع المستويات

أكد الدكتور مهدي الموسوي استشاري طب العائلة أن دولة الكويت سجلت في 2015 في عدد حالات السكري 399.900 حالة ، مضيفاً أن الكويت تعد من الدول العشر الأولى في العالم من حيث معدل انتشار مرض السكري . وتابع : إن للسكري تبعات مرضية كبيرة إن لم تتم السيطرة عليه ، فهو يؤدي إلى أمراض القلب والأوعية الدموية التي تؤدي إلى الوفاة . وأشار د. الموسوي بالمؤتمر الطبي الذي عقد أخيراً في المملكة العربية السعودية بمدينة جدة ، وحضره عدد كبير من الأطباء

عبدالسلام : «اسينسيا الشرق الأوسط» تعتزم تنظيم ندوة علمية بالإمارات في 6 ديسمبر المقبل

المستويات الحكومية والمؤسسية ، وحتى الفردية ليس فقط لتقديم طرق ناجحة وفعالة لخفض مستويات السكر في الدم والتقليل من احتمالات تطور أمراض القلب والأوعية الدموية، بل لتطوير نهج شامل لإدارة حياة الأفراد أيضاً.

أمراض القلب والأوعية الدموية السبب الرئيسي للوفاة عند مرضى السكري من النوع الثاني حول العالم. واختتم بالقول إن الحاجة إلى تطوير حلول مبتكرة وفعالة أصبحت مطلباً على جميع

وثرية نمط الحياة في الكويت أدى إلى تسارع كبير في معدلات انتشار مرض السكري من النوع الثاني، حيث يعتبر التحسين في نمط الحياة والالتزام بالادوية من العناصر الرئيسية للوقاية من المرض وإدارته، بينما تشكل

بالجهاز غير أجهزة الهواتف الذكية والذي يمكن الطبيب من التعرف الفوري على حالة المريض ومتابعة حالته من عدة جوانب صحية وغائية قبل زيارة المريض لطبيبه في المستشفى أو المركز . وذكر د. الموسوي أن ارتفاع

مجلس التعاون الخليجي بمحاربة مرض السكري . الذي يواجهها بشراسة تستحق الانتباه والحذر. وأشار إلى أن أهم فائدة سيحصل عليها مريض السكري من استخدامه لهذا الجهاز هي التواصل المباشر مع طبيبه من خلال التطبيق الخاص

المختصين في السمعة ، والقدر الصماء والسكري ، مشيراً إلى أن الجهاز الجديد لقياس السكر في الدم « كونتور – نكست ون » وربطه بتطبيق خاص على أجهزة الهواتف الذكية يعد إنجازاً للمؤتمر ، ولدليل واضح على اهتمام دول

لجمال ونضارة عينيك ... 7 علاجات منزلية طبيعية!



4- تدليك أسفل العينين كما أشار دكتور نيكولايس إلى أن انتفاخ أسفل العين المؤقت غالباً ما يتسبب في تراكم السوائل تحت العينين، مشيراً إلى فعالية تدليك هذه المنطقة بطريقة صحيحة في إزالة التورم والهالات السوداء على حد سواء.

5 نمط الحياة يساعد التمتع بنمط حياة صحي في التخلص من الهالات السوداء وانتفاخ أسفل العين، فالتقليل من تناول الملح، البوظية على تناول الفدر الكافي من الماء يومياً، ممارسة الرياضة، النوم الجيد، والإقلاع عن التدخين كلها مؤثرات إيجابية على مظهر عينيك.

6 البطاطس تعد البطاطس مصدراً غنياً بالنشا الذي يعمل كمضاد للالتهابات. مما يساعد في التخلص من انتفاخ تحت العينين.

7 - قطرات العين تتميز قطرات العين المرطبة بمفعول سحري في التخلص من انتفاخ ما تحت العين خاصة وإذا احتفظنا بها في النلاج.

فإن وضع قطعة ملح في فمائه يساعد في تنشيط الدورة الدموية تحت العينين والتخلص من الانتفاخ والهالات السوداء أيضاً.

2 - شاي البابونج نظراً لخصائصه المضادة للالتهابات والميكروبات، تعد كمادات شاي البابونج من أفضل الطرق القديمة للتخلص من الهالات السوداء وتقليل التورم، ويمكن تحضير هذه الكمادات عن طريق نقع كيسين من البابونج في ماء دافئ لمدة 5 دقائق، ثم توضع الأكياس الدافئة على الجفون وتغلى بقطعة قماش ناعمة لمدة 30 دقيقة.

ويصح عند استخدامه لأول مرة بعدم الالتزام بأدلة سيالفة الذكر والتخلص منه فوراً إذا تسبب بأي نوع من الحساسية، لأن هناك البعض يتحسسون من عشية البابونج.

3-شراخ الخيار البت -الخيار فعاليته في التخلص من أكياس أسفل العين، فهو يمنع الالتهاب ويخفف من التورم. وذلك بفضل احتوائه على خصائص مبردة، كما يفيد أيضاً بالتقليل من الهالات السوداء والتجاعيد حول العينين. وذلك بفضل احتوائه على مضادات للاكسدة قوية، على حد قول طبيب الأمراض الجلدية الأمريكي دكتور غريغوري نيكولايس.

«العربية» : يعد انتفاخ أسفل العين أو ما يسمى باكياس تحت العين من المشاكل الشائعة بين الناس وبالأخص عند التقدم بالعمر، حيث تضعف الأنسجة الموجودة حول العين بالإضافة إلى العضلات التي تدعم الجفون عند سن الشيخوخة، كما أن الدهون الطبيعية التي تساعد على دعم العينين يمكن أن تنتقل إلى الجفن السفلي مما يسبب انتفاخ الجفن، بالإضافة إلى أن تراكم السوائل تحت العينين يؤدي إلى تورم وانتفاخ هذه المنطقة.

وليس بالضرورة أن يظهر انتفاخ تحت العين فقط مع التقدم بالعمر، لكنه من الممكن أن يرافقه الهالات السوداء في حالة الإجهاد والتوتر الشاخين عن قلة النوم وكثرة الانغماس في العمل.

وفي حين يلجأ كثيرون إلى استخدام العلاجات التجميلية باهظة الثمن والمتوفرة في الصيدليات دون وصفة طبية، هناك 8 علاجات منزلية طبيعية يمكن أن تحل هذه المشكلة دون عناء يذكر، حسب ما جاء في موقع «كير 2» المعني بالصحة.

وتتخص هذه العلاجات في الآتي:

1 - كمادات الثلج المعروف أن الأشياء الباردة تكلل من التورم، لذا

دراسة: الرياضة وحدها لا تكفي لإنقاص وزن النساء



«الأناضول» : أفادت دراسة بريطانية حديثة، بأن ممارسة التمارين الرياضية فقط لا تكفي لإنقاص وزن النساء، لكن يجب أن يغيرن عاداتهن الغذائية لتحقيق هدفهن.

الدراسة أجراها باحثون بجامعة بانجور البريطانية، ونشروا نتائجها أول امس، في دورية (Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism) العلمية.

وشملت الدراسة تجربتين، الأولى، شاركت فيها 34 امرأة تتراوح أعمارهن بين 18 و 32 عاماً، وانخرطت المشاركات في دورة تدريبية على ممارسة التمارين الرياضية 3 مرات أسبوعياً لمدة 8 أسابيع.

وشملت التجربة الثانية 36 امرأة من نفس الفئة العمرية للمجموعة الأولى، ومارسن الرياضة 3 مرات أسبوعياً لمدة 4 أسابيع.

وفي بداية ونهاية كل تجربة، تم قياس الوزن والعضلات، وكتلة الدهون لدى جميع المشاركات.

ووجد الباحثون أن المشاركات اللاتي اكتفین بالتمارين الرياضية دون السيطرة على نظامهن الغذائي، لم يفقدن أوزانهن الزائدة، بالمقارنة مع من مارسن الرياضة، وتناولن غذاء صحياً غنيا بالخضروات والفاكهة والبروتينات، وخفضن تناول الدهون والأملاح والسكر.

وعن السبب في ذلك، وجد الباحثون أيضاً أن النساء اللواتي يعانين من زيادة الوزن أو السمنة شهدت تغيرات في هرمونات الشهية التي ارتبطت بزيادة البوع لديهن، ما جعل التمارين الرياضية عديمة النفع بدون السيطرة على النظام الغذائي.

وقال الدكتور هاني بيتر كوبيس، قائد فريق البحث بجامعة بانجور، إن «نتائج الدراسة قد تفسر جزئياً لماذا ممارسة الرياضة وحدها قد لا تؤدي إلى فقدان الوزن». وأضاف أن «نظام الجسم لدينا منظم بشكل جيد، وأنه يجد دائماً وسيلة لتعويض فقدان الطاقة بعد ممارسة الرياضة بزيادة الشهية، وإذا لم نسيطر على تلك الشهية بتناول الأطعمة الصحية، لن نخسر الوزن الزائد».

«ألزهايمر» .. مفاهيم خاطئة وحقائق مهمة



اليوم والشهر والسنة، طرح رقم من آخر، رسم بعض الأشياء والأجسام الهندسية، وذكر وإعادة كلمات معينة.. ومن ثم التصوير المقطعي للدماغ الذي يلعب دوراً مساعداً في تشخيص المرض. بالطبع هناك دراسات خاصة، مثل التصوير المقطعي البوزيتروني، وأخذ عينات من النخاع الشوكي (وجود بيتا أميلويد دليل على الإصابة بالمرض). وهذه الدراسات حالياً تجري لأغراض البحث العلمي فقط.

مع انعدام علاج جذري، لا يتجاوز معدل حياة المصابين سبع سنوات، لأن خلايا الدماغ تموت تدريجياً. كما أن المصابين بالمرض في مرحلته المتقدمة لا يمكنهم حتى مغادرة الفراش من دون مساعدة شخص آخر. وتحتل نسبة الوفيات بهذا المرض المرتبة الثالثة بعد السكتة القلبية والحلطة الدماغية.

بتشخيص المرض في الوقت المناسب واستخدام الأدوية اللازمة يمكن إبطاء تطوره، وإطالة عمر المصاب وتحسين حياته.

منه. لأن هذه العلامات قد تظهر في المراحل المتقدمة من المرض، وأولى العلامات تكون عادة اضطراب تذكر المصاب للأحداث الحالية، مع تذكره جميع الأحداث التي مرت به في الماضي البعيد، هذا الأمر يجعلنا نتأكد بأن كل شيء على ما يرام وأن ذاكرته طبيعية. إضافة لهذا، قد يضطرب نوم

في الثلاثينيات من العمر. وفي هذه الحالة تتطور اضطرابات الذاكرة بصورة أسرع منها عند الإصابة في عمر متقدم. وهذا اعتقاد لا يصح، لأن نسبة انتقال المرض وراثياً لا تتجاوز 10%، في حين تتطور 90% من الحالات تدريجياً. لا صحة لتطور المرض بسرعة، وأن المصاب لا يتمكن من التعرف على المقربين

روسيا اليوم» : يعد مرض الزهايمر المسبب الأكثر انتشاراً للخرف في العالم، حيث يؤدي إلى 60-80% من اضطرابات الذاكرة. ويعتقد الأطباء أن سبب تدهور بعض الحالات ينتج عن كثرة المفاهيم الخاطئة عن المرض، والتي تمنع تشخيصه في بدايته.

وتقول رئيسة قسم أمراض الأعصاب والشيخوخة والاضطرابات الإدراكية في مركز بيروغوف العلمي، الدكتورة إيلين ميختريان، إن هناك اعتقادات متعددة يخطئ الناس باعتمادها عن المرض ومنها:

هذا مفهوم خاطئ. صحيح أن الزهايمر مرتبط بعمر الإنسان، وكلما تقدم بالعمر زاد احتمال إصابته بالمرض. إلا أن 5% فقط من المصابين بهذا المرض أعمارهم تتراوح بين 65 و 70 سنة، ولكن هذه النسبة ترتفع إلى 45-50% بين الذين تزيد أعمارهم على 90 سنة.

ولكن، قد يبدأ هذا المرض في عمر 53-54 سنة، حتى أن هناك حالات سجلت لأشخاص