

## خلال انعقاد المؤتمر الدولي للسكري في أبو ظبي

# أطباء يجمعون على أهمية استخدام التقنيات الطبية الشخصية للحد من انتشار المرض

خلال عام 2045م، مبيئة ان أبرز العوامل المشتركة في بين هذه الدول هو قلة الحركة ونوعية الأكل، من جانبه قال الدكتور عدنان الشيخ استشاري الأطفال والغدد الصماء والسكري في مدينة الملك عبدالعزيز للحرس الوطني: علاج السكري بحاجة إلى المادة العلاجية ومراقبة كمية السكر في الجسم، وخاصة مرضى النوع الأول الذين يتصحون بالتحليل أربع مرات يوميا لمراقبة السكر، والتطور الحاصل في أجهزة قياس السكر المنزلي يساعدهم كثيرا في سهولة الحصول على المعلومات خاصة عندما تعتمد على الألوان، فالمرض عندما يشاهد اللون الأخضر بينما ان سكره في المعدل الطبيعي بينما في الأحمر يحتاج إلى التوجه إلى الدكتور.



بينما وصف استشاري سكري وعقد الأطفال الدكتور عبدالعزيز النويم المرض بتسونامي عالميا بـ 400 مليون شخص، وكل ست دقائق تشخص حالة جديدة بهذه المرض، مشيرا إلى ان مضاعفة سنويا لكل مريض.

ولمزيد بينهما للوصول إلى نتائج مرضية خلال الفترة المقبلة. وقال الدكتور أحمد الحامضي مدير مستشفى جازان العسكري... إن الحاجة ماسة إلى تطوير أكبر دولة حول العالم، بينما في دول الشرق الأوسط وشمال أفريقيا فهو متوفر في المملكة والإمارات فقط.

وخلال الفترة المقبلة ستوفره في عدد من الدول الأخرى. وقال الدكتور أحمد الحامضي مدير مستشفى جازان العسكري... إن الحاجة ماسة إلى تطوير أكبر دولة حول العالم، بينما في دول الشرق الأوسط وشمال أفريقيا فهو متوفر في المملكة والإمارات فقط.



نحل محل الأطباء المختصين، نحن نقدم المشورة والنصائح التي تساعد المريض فقط. وأشار مايك إلى ان الجهاز حاليا يتوفر في 28 دولة حول العالم، بينما في دول الشرق الأوسط وشمال أفريقيا فهو متوفر في المملكة والإمارات فقط.

مجلس الإدارة ورئيس الأسواق الناشئة: هذا الجهاز هو حلقة وصل بين المريض والدكتور حتى يحسن طريقة العلاج. وهذه الخدمة مجانية. مضيفا: نكرر في استحداث قسم على شاكلة شركات التأمين لتقديم نصائح للمرضى ولكن لن

وعرضها بصورة سهلة وبسيطة تتيح للمريض والطبيب المتخصص المتابعة المستمرة للحالة إضافة إلى المعلومات حول الدواء والنظام الغذائي للمريض، ما يساهم في الإدارة الفعالة لمرض السكري. وعن الجهاز قال مايك سميت عضو

أجمع عدد من الأطباء المختصين في مرض السكري على الحاجة إلى تكثيف التوعية بالإضافة إلى تطوير التكنولوجيا لحاصرة المرض الذي يوصف بالتسونامي العالمي، جاء ذلك خلال المؤتمر الدولي لسكري 2017 الذي اختتم مؤخرا في أبو ظبي، وشهد العرض المصاحب لفيلا وأسعا من الشركات العارضة والرضى ومدى الرعاية الصحية من الأطباء والمختصين في أمراض السكري، حيث ضم عددا من التقنيات الحديثة التي ستساعد مرضى السكري، على تسهيل أسلوب حياتهم وتعايشهم مع المرض عبر أجهزة بسيطة غير معقدة تناسب كافة المستخدمين، إضافة إلى الابتكارات التكنولوجية المبرزة التي أطلقتها الشركات العالمية في مجال السكري للمرضى ومدى الرعاية الصحية، وكان من ضمن الأجهزة الحديثة في العرض «كونتور - نكست وان» الذي أطلقته شركة «اسينسيا» لقياس نسبة السكر في الدم والذي يتم ربطه بتطبيق خاص على أجهزة الهواتف الذكية، ويظهر الجهاز النتائج الدقيقة لنسبة السكر في الدم مع تسجيل لجميع القراءات.

## استنشاق أبخرة الفيتامينات لاستبدال السجارة الإلكترونية



«العربية»: تقنية جديدة قد تلقى رواجاً في الأسواق تشابه استخدام السجارة الإلكترونية، حيث تم ابتكار منتج لاستنشاق أبخرة الفيتامينات بدلاً من تناولها على شكل كمكبات غذائية. فبيدو أن السجائر الإلكترونية واستنشاق بخار النيكوتين قد أصبح مصدر إلهام للاستفادة من تقنياتها في استنشاق بخار مواد مفيدة. فقد ابتكرت شركة أمريكية منتجاً يعتمد على استنشاق بخار الفيتامينات بدلاً من تناولها على هيئة حبوب ومككبات غذائية، على الرغم من عدم وجود دراسة تظهر أن ذلك مفيداً أكثر من تناول المككبات أو حتى تناول الغذاء الصحي المعتدل. ففكالية الاستنشاق الصحي توجه جديد نحو الاستنشاق الإيجابي، حيث يمكننا اليوم الخروج بمنتجات قابلة للاستنشاق والاستفادة من عناصرها الكيميائية. وبحسب التجارب فإن هناك فيتامينات قابلة لتحويلها إلى أبخرة يمكن استنشاقها وأخرى لا تقبل التحول، ولكن هل الأفضل تناول الفيتامينات أم استنشاقها أم حقنها؟ وبحسب الخبراء، عند استنشاق الفيتامين يحصل الجسم على جرعة سريعة وشعور مفاجئ وفوري، لكن الجسم قد يهاجمها في المرة التالية. وعند حقن الفيتامين في الدم، تبقى في العضلات وتنتشر ببطء في أنحاء الجسم. وتأتي الفيتامينات التي يتم استنشاقها على شكل قلم معدني رفيع ومسوح لاستنشاق يومي في مرات أقصاها 50 مرة. أما القلم فهو قابل للتعليبة كل أسبوعين بأنواع الفيتامينات المختلفة.

## فيتامين «د».. أهميته وكيفية شحن مخزونته



«24»: أوردت مجلة «إن سنابل» الألمانية أن فيتامين «د» يمنع بأهمية كبيرة للجسم، حيث إنه يعتبر فيتامين العظام بفضل الدور المهم الذي يلعبه في عملية نضج العظام، فبدونه لا يمكن تخزين الكالسيوم والفوسفور في العظام. وأضافت المجلة المعنية بالصحة والجمال في موقعها على الإنترنت أن فيتامين «د» يعمل على تقوية جهاز المناعة ويرفع قوة العضلات وينتج

مؤثرات إيجابية على ضغط الدم ومستوى الأنسولين. ويتطلب على فيتامين «د» اسم فيتامين الشمس نظراً لأن التعرض لأشعة الشمس يساعد الجسم على إنتاجه، كما يمكن شحن مخزون الجسم منه عبر التغذية، وذلك بتناول الأطعمة الغنية به، إلا وهي: الكبد والمخار والأسماك الدهنية (مثل التوتة والسلمون والماكريل) وورقات الشوفان والبطاطا الحلوة والتفاح والبيض.

## افتح النوافذ والأبواب.. تتم أحسن!



«العربية»: في نتيجة مفاجئة، كشفت دراسة هولندية أن فتح النوافذ والأبواب في بيوتك يحسن نومك! وعلى الرغم من عدد الدراسات الذي لا يحصى في ما يخص النوم وسبل تحسين نوعيته، أنت نتائج تلك الدراسة غريبة إلى حد ما، فقد أظهرت بحسب ما أوردت وكالة رويترز أن فتح النوافذ والأبواب في غرف النوم ساعد على الحد من مستويات ثاني أكسيد الكربون وتحسين التهوية وتدفق الهواء، ما أدى إلى تحسين نوعية النوم بالنسبة لثمان أصحاء جرت عليهم الدراسة. وقال الطبيب أسيت ميشرا من جامعة ليندوهولم للتكنولوجيا «نقضي نحو ثلث حياتنا في محيط غرفة النوم، ولكن غالباً ما يتم تجاهل نوعية الهواء في البيئة المحيطة بنا خلال النوم». وأردف قائلاً لرويترز هيلث بالتليفون «تحليل هذا أنك في مكان مغلق ولديك قدرة محدودة على تعديل هذا الوضع (منذ أن بدأت في النوم) على الرغم من أنك محاط بمواد... عدد مرات الاستيقاظ قلت وتحسن النوم وخلال ليلة في هذه الدراسة نام 17 متطوعاً في غرفة نوم كانت بها نافذة أو باب مفتوحاً، وخلال ليلة أخرى أغلقت نوافذ وباب الغرفة. وفي الوقت نفسه تابع ميشرا

وزملاؤه مستويات ثاني أكسيد الكربون ودرجة حرارة الجو والضوضاء للمحيط والرطوبة. وطلب من المشاركين في الدراسة عدم تناول مشروبات كحولية أو مشروبات بها كافيين وهو ما قد يؤثر على النوم. ونام كل واحد منهم بمفرده. ولقياس نوعية الهواء ارتدى المشاركون أجهزة على

أذرعهم تقيس درجة حرارة الجلد ودرجة حرارة السرير ومستويات رطوبة الجلد. وارتدوا أيضاً أجهزة استشعار تنتج حرارتهم خلال الليل بما في ذلك مؤشرات التحلل خلال النوم. وأدى إغلاق غرف النوم إلى تقليل الضجة المحيطة ولكن مستويات ثاني أكسيد الكربون زادت فيها بشكل ملحوظ وهو ما يشير إلى ضعف مستويات التهوية. وكانت مستويات ثاني أكسيد الكربون أقل بشكل ملحوظ عندما تركت نوافذ أو أبواب مفتوحة. وبشكل عام سجلت حرارة البشرة والأسرة في الغرف المغلقة درجات أعلى من الغرف المفتوحة. وقل عدد مرات النوم مع تراجع مستويات ثاني أكسيد الكربون. وقال ميشرا إن «فتح باب داخلي يمكن أن يكون بديلاً جيداً بشكل معقول إذا كنت أبواب مفتوحة. لا تريد فتح النوافذ سواء اعتبارات تتعلق بالضجة أو لاعتبارات أمنية».

## علماء يتوصلون إلى علاج لمرض هنتنغتون



«بي بي سي»: نجح علماء للمرة الأولى في السيطرة على البروتين المسبب لمرض هنتنغتون عن طريق حقن سادة علاجية تدعى «إيونيكس إتش تي تي» في العمود الفقري. ويجب هذا العلاج للأشخاص الذين يعانون من هذا المرض الوراثي المدمر. وقد دفع النجاح في المرحلة المخبرية الأولى شركة «روش» إلى ترخيص المادة العلاجية المكونة، بتكلفة 45 مليون دولار. وقالت بروفيسورة ساره تيريزي كبير الباحثين في حقل علم الأعصاب الجيني في جامعة لندن إن «فترة الدواء على السيطرة على مسبب الداء بتخفيض نسبة البروتين السام بعد إنجازاً طبيياً». وأضافت بروفيسورة تيريزي إن المهمة الآن هي الانتقال إلى تجارب أوسع نطاقاً لمعرفة فيما إذا كان العلاج للمخبر قادراً على إعطاء تقدم المرض. ويهاجم مرض هنتنغتون قدرات التحكم العقلية والجسدية للأشخاص الذين تتراوح أعمارهم ما بين 30 و 50 عاماً ويبلغ ويبلغ ذروته بعد مرور 10-25 سنة. ولا يوجد علاج فعال للمرض في الوقت الحاضر. وتساهم العلاجات المتوفرة بتخفيف الأعراض. وقالت مختبرات أيونيكس إن شركة روش ستكون الآن مسؤولة عن تطوير علاج أيونيكس إتش تي تي.