

نصح باتباع التقنيات الحديثة التي أصبحت تساهم مساهمة فعالة في علاج المشكلة

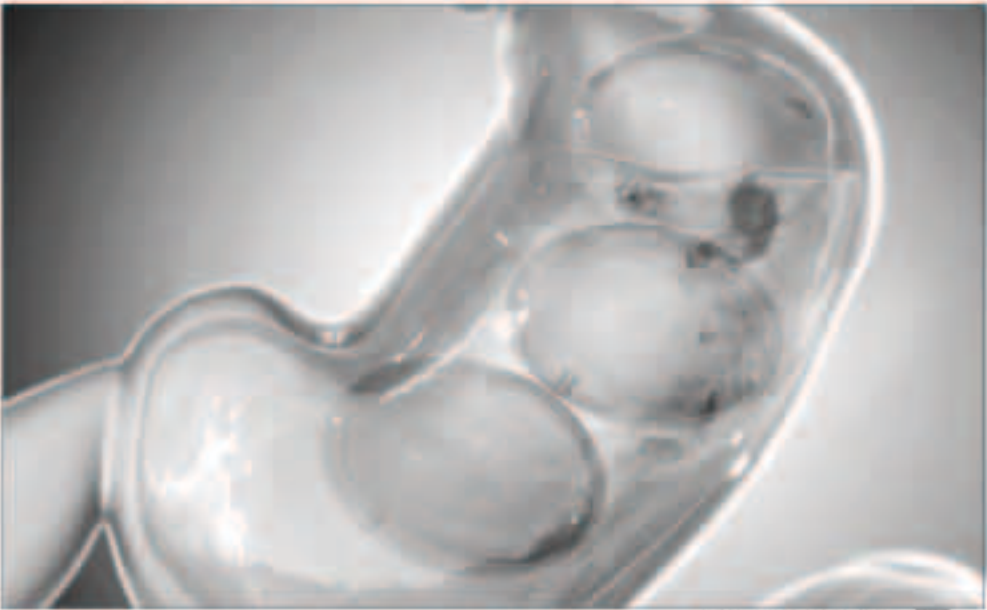
د. جيمي بونسي : نظام « أوبالون » حل غير جراحي لمشكلة السمنة

■ غالبية الآثار الجانبية المبلغ عنها خفيفة وتمثلت في آلام البطن والغثيان

الحاجة إلى التخدير ، وبسبب ملء البالون بعد ذلك بالغاز عن طريق أنبوب رفيع يتم إزالته بلفظ بعد الإجراء ، تاركاً البالون منتفلاً بالغاز. بعد ذلك يتم وضع البالونين إضافيين تدريجياً على مدى 3 أشهر لتحقيق أقصى قدر من تحمل المريض ، وتسهيل فقدان الوزن التدريجي. مشدداً على أن غالبية الآثار الجانبية المبلغ عنها خفيفة وتمثلت في آلام البطن والغثيان ، أما الآثار الجانبية الأخرى فكانت أقل من 3% ، وهو بذلك نظام شديد الأمان ، ويبعد عن الجراحة، والتخدير، والإجراءات الطبية الطويلة المعقدة التي يحتاجها التدخل الجراحي لمريض السمنة. وذكر أن هذا النظام حقق نجاحاً باهراً فعلياً مستوى الدراسات السريرية واسعة النطاق ، والتي أجريت على عدد كبير من المرضى تم عرض «أوبالون» على اختبار فقدان الوزن سريريا ، وفقد المرضى ضعف الوزن الذي فقده من النظام الغذائي وممارسة التمارين الرياضية وحدها. كما أثبتت الدراسات السريرية ذات النطاق الواسع أنه بعد وضع 3 بالونات من أوبالون لمدة 6 أشهر، 89٪ من معدل خسارة الوزن تم المحافظة عليه لمدة 6 أشهر إضافية بعد تحقيق النتائج الأفضل لخسارة الوزن خلال 6 شهور.



جيمي بونسي



نظام «أوبالون» داخل المعدة

■ يحقق نسب نجاح عالية تصل إلى 90 % مع الالتزام بالمتابعة الجيدة واتباع الإرشادات الصحية

أكد د. جيمي بونسي المدير الطبي لجراحة السمنة، مستشفى تشي التذكاري، تشانانوغا تينيسي، الولايات المتحدة الأمريكية الرئيس السابق للجمعية الأمريكية للعمليات الأضية وجراحات السمنة (ASMBS) أن مشكلة السمنة تعد من المشكلات الطبية الأوسع انتشاراً حول العالم ، فهي مشكلة عالمية يعاني منها ملايين البشر، والسمنة هي الحالة الطبية التي تترافق فيها الدهون الزائدة بالجسم ، وتنتج عنها مشكلات صحية كثيرة مثل ارتفاع ضغط الدم ، والسكري ، والكثير من الأمراض التي تتعلق بالسمنة ، وتعتبر نتيجة لها ، وقد قسم الأطباء السمنة بما يعرف بمؤشر كتلة الجسم BMI «» وله دلالات معينة لكل قيمة تتم فـراءتها قسماً : 18.5-24.9 ، يدل ذلك على أن وزن الشخص طبيعي. 25-29.9 ، يدل على أن الشخص به وزن زائد. 30-34.9 ، يدل على وجود السمنة من درجة الأولى. 35-39.9 ، يعني الشخص يعاني من سمنة الدرجة الثانية. إذا زادت قراءة المؤشر عن الـ 40 ، فالشخص يعاني من سمنة عالية جداً. العلاجات لمشكلة السمنة بداية من نصائح الأطباء المتكررة باتباع حمية غذائية ، مروراً بالنصائح الطبية بضرورة ممارسة الرياضة بانتظام ، وصولاً إلى التقنيات

الحديثة التي أصبحت تساهم مساهمة فعالة في علاج السمنة. وذكر د. بونسي أن أسباب السمنة كثيرة ومتعددة ومنها الوراثة ، عدد وحجم الخلايا الدهنية ، وكذلك قد تكون الوراثة يسبب خلل في بعض الإفرازات والهرمونات والمواد الكيميائية في الجسم ، والعوامل البيئية والاجتماعية لها دور كبير أيضاً بالشكل الصحيح ، ومن أسباب السمنة أيضاً كثرة تناول الطعام والدعائم والأطعمة الجاهزة وفلة الحركة والنشاط. مشيراً إلى أنه على الإنسان الذي يرى نفسه في بداية الطريق إلى السمنة ، عليه أن يغير بسرعة في عاداته الغذائية ، وأن يتجه نحو الأغذية الصحية ، كذلك فإن عليه البدء فوراً في ممارسة التمارين الرياضية ، وممارسة النشاط ، والبعد عن الكسل والخمول ، والراحة الزائدة.



بونسي يشرح التقنية الجديدة لمعالجة السمنة

استعمال بالون المعدة ، والذي حقق نتائج جيدة ، وبحسب آخر الدراسات التي أجريت على العلاج بالتدخل الجراحي على المرضى التي يتبع على البالون من دون

ومنها عمليات ربط المعدة ، وكذلك ربط الفكين ، وقص المعدة ، وكذلك استئصال جزء من الأمعاء ، وشفط الشحيم الدهني ، وأخيراً

وأكد أن جراحات السمنة تقسم إلى أنواع عديدة ، وبالطبع جميعها لا تخلو من الآثار الجانبية والسلبية العائدة على الصحة

أعلى من 40 كغم / 2م مع الإصابة بواحد من الأمراض المزمنة للسمنة كالسكري أو أمراض القلب وغيرها .

وتابع: هناك العلاج بالجراحات لمشكلة السمنة ويتم اللجوء إليها كحل أخير وفي الحالات المتقدمة والتي تصبح السمنة فيها تشكل خطراً كبيراً على حياة الشخص ، ويكون فيها مؤشر كتلة الجسم

للمدخنين.. السيجارة تقلل من جاذبيتكم



إن صور الرجال والنساء غير المدخنين تبدو أفضل بكثير من صور المدخنين الذين لا يتبعون نمط حياة صحي. ويقول العلماء إن تفسير هذه النتيجة بسيط جداً، لأن النيكوتين يضيّق الأوعية الدموية ويؤدي إلى إنتاج الإنزيم بدم الغولاجين، البروتين المسؤول عن مرونة وكثافة الجلد.

مجموعة توائم من الرجال والنساء، قارن العلماء فيها بين حالات 23 زوجاً من التوائم المدخنين وغير المدخنين وقيّموا فيها المخيفر الخارجي، بعرضهم على 500 شخص تم اختيارهم بشكل عشوائي. وعند المقارنة بين صور المجموعتين (المدخنة وغير المدخنة) التي عرضت على مؤثر سلباً على مظهر الإنسان. وقد أجريت الدراسة على

«العربية» : أكد باحثون بريطانيون أن تأثير التدخين يتعدى الأعضاء الداخلية لجسم الإنسان إلى التسبب بالعديد من المشاكل الجلدية المزمنة. ونشرت صحيفة «ديلي ميل» خلاصة بحث قام به علماء من جامعة بريستول البريطانية توصلوا فيه إلى أن النيكوتين يؤدي سلباً على مظهر الإنسان. وقد أجريت الدراسة على

24* : اكتشف باحثون أن تناول كوب من الشاي الساخن يومياً يقلل خطر الإصابة بالجلوكوما أو المياه الزرقاء على العين بنسبة تصل إلى 74 بالمائة. ومن المعروف أن الإفراط في شرب القهوة يزيد خطر الجلوكوما نظراً لأنها ترفع ضغط الدم. لكن على عكس ذلك يساعد الشاي على تقليل احتمالات تطور المرض. ولم تجد الأبحاث التي أجريت في جامعة كاليفورنيا أية صلة بين مجموعة من المشروبات وبين تقليل خطر الإصابة بالجلوكوما، والمشروبات هي: الشاي اللطخ، والقهوة العادية ومزوجة الكافيين، والشاي منزوع الكافيين، ومشروبات الصودا. وبحسب النتائج التي نشرتها «بريتش جورنال أوف أوبثالمولوجي» يساعد شرب الشاي الساخن يومياً على خفض احتمالات الإصابة بالجلوكوما. وتنتج هذه النتائج مزيداً من الأبحاث لفهم طبيعة تأثير الشاي على تطور المرض. وتزيد مجموعة من العوامل احتمالات الإصابة بالجلوكوما، مثل البدانة، والسكري، وارتفاع ضغط الدم. وتصيب الجلوكوما كبار السن عادة، وهي من أمراض العيون التي قد تؤدي إلى فقدان البصر.

«العربية» : اكتشف باحثون أن تناول كوب من الشاي الساخن يومياً يقلل خطر الإصابة بالجلوكوما أو المياه الزرقاء على العين بنسبة تصل إلى 74 بالمائة. ومن المعروف أن الإفراط في شرب القهوة يزيد خطر الجلوكوما نظراً لأنها ترفع ضغط الدم. لكن على عكس ذلك يساعد الشاي على تقليل احتمالات تطور المرض. ولم تجد الأبحاث التي أجريت في جامعة كاليفورنيا أية صلة بين مجموعة من المشروبات وبين تقليل خطر الإصابة بالجلوكوما، والمشروبات هي: الشاي اللطخ، والقهوة العادية ومزوجة الكافيين، والشاي منزوع الكافيين، ومشروبات الصودا. وبحسب النتائج التي نشرتها «بريتش جورنال أوف أوبثالمولوجي» يساعد شرب الشاي الساخن يومياً على خفض احتمالات الإصابة بالجلوكوما. وتنتج هذه النتائج مزيداً من الأبحاث لفهم طبيعة تأثير الشاي على تطور المرض. وتزيد مجموعة من العوامل احتمالات الإصابة بالجلوكوما، مثل البدانة، والسكري، وارتفاع ضغط الدم. وتصيب الجلوكوما كبار السن عادة، وهي من أمراض العيون التي قد تؤدي إلى فقدان البصر.

«العربية» : اكتشف باحثون أن تناول كوب من الشاي الساخن يومياً يقلل خطر الإصابة بالجلوكوما أو المياه الزرقاء على العين بنسبة تصل إلى 74 بالمائة. ومن المعروف أن الإفراط في شرب القهوة يزيد خطر الجلوكوما نظراً لأنها ترفع ضغط الدم. لكن على عكس ذلك يساعد الشاي على تقليل احتمالات تطور المرض. ولم تجد الأبحاث التي أجريت في جامعة كاليفورنيا أية صلة بين مجموعة من المشروبات وبين تقليل خطر الإصابة بالجلوكوما، والمشروبات هي: الشاي اللطخ، والقهوة العادية ومزوجة الكافيين، والشاي منزوع الكافيين، ومشروبات الصودا. وبحسب النتائج التي نشرتها «بريتش جورنال أوف أوبثالمولوجي» يساعد شرب الشاي الساخن يومياً على خفض احتمالات الإصابة بالجلوكوما. وتنتج هذه النتائج مزيداً من الأبحاث لفهم طبيعة تأثير الشاي على تطور المرض. وتزيد مجموعة من العوامل احتمالات الإصابة بالجلوكوما، مثل البدانة، والسكري، وارتفاع ضغط الدم. وتصيب الجلوكوما كبار السن عادة، وهي من أمراض العيون التي قد تؤدي إلى فقدان البصر.

«العربية» : اكتشف باحثون أن تناول كوب من الشاي الساخن يومياً يقلل خطر الإصابة بالجلوكوما أو المياه الزرقاء على العين بنسبة تصل إلى 74 بالمائة. ومن المعروف أن الإفراط في شرب القهوة يزيد خطر الجلوكوما نظراً لأنها ترفع ضغط الدم. لكن على عكس ذلك يساعد الشاي على تقليل احتمالات تطور المرض. ولم تجد الأبحاث التي أجريت في جامعة كاليفورنيا أية صلة بين مجموعة من المشروبات وبين تقليل خطر الإصابة بالجلوكوما، والمشروبات هي: الشاي اللطخ، والقهوة العادية ومزوجة الكافيين، والشاي منزوع الكافيين، ومشروبات الصودا. وبحسب النتائج التي نشرتها «بريتش جورنال أوف أوبثالمولوجي» يساعد شرب الشاي الساخن يومياً على خفض احتمالات الإصابة بالجلوكوما. وتنتج هذه النتائج مزيداً من الأبحاث لفهم طبيعة تأثير الشاي على تطور المرض. وتزيد مجموعة من العوامل احتمالات الإصابة بالجلوكوما، مثل البدانة، والسكري، وارتفاع ضغط الدم. وتصيب الجلوكوما كبار السن عادة، وهي من أمراض العيون التي قد تؤدي إلى فقدان البصر.

«العربية» : اكتشف باحثون أن تناول كوب من الشاي الساخن يومياً يقلل خطر الإصابة بالجلوكوما أو المياه الزرقاء على العين بنسبة تصل إلى 74 بالمائة. ومن المعروف أن الإفراط في شرب القهوة يزيد خطر الجلوكوما نظراً لأنها ترفع ضغط الدم. لكن على عكس ذلك يساعد الشاي على تقليل احتمالات تطور المرض. ولم تجد الأبحاث التي أجريت في جامعة كاليفورنيا أية صلة بين مجموعة من المشروبات وبين تقليل خطر الإصابة بالجلوكوما، والمشروبات هي: الشاي اللطخ، والقهوة العادية ومزوجة الكافيين، والشاي منزوع الكافيين، ومشروبات الصودا. وبحسب النتائج التي نشرتها «بريتش جورنال أوف أوبثالمولوجي» يساعد شرب الشاي الساخن يومياً على خفض احتمالات الإصابة بالجلوكوما. وتنتج هذه النتائج مزيداً من الأبحاث لفهم طبيعة تأثير الشاي على تطور المرض. وتزيد مجموعة من العوامل احتمالات الإصابة بالجلوكوما، مثل البدانة، والسكري، وارتفاع ضغط الدم. وتصيب الجلوكوما كبار السن عادة، وهي من أمراض العيون التي قد تؤدي إلى فقدان البصر.

الشاي الساخن يقلل خطر الإصابة بالجلوكوما

