



تناول أدوية الالتهابات دون وصفة طبية يهدّد بأمراض القلب



«24»: نتائج الدراسات الطبية تتضارب أحياناً، وبالخصوص تجاه الأدوية المسكنة والمضادة للالتهابات. آخر الدراسات تحرر من تناول أدوية «إيبوبروفين» و«ديكلوفيناك»، لا يرتبطها بالإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

درس باحثون من المستشفى الجامعي في مدينة غينتوفته الدنماركية آثار الأدوية المخففة للالتهابات والتي تسقى بالأدوية «الاستيرويدية»، التي تتضمن عقاقير «إيبوبروفين» و«ديكلوفيناك» و«تابروكسين» و«وفليسيكوكسيب» و«سيليكوكسيب».

وكانت العديد من الدراسات السابقة قد كشفت أن هذه العقاقير ترتبط بمخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. بفضل الكثير من الناس تناول هذه العقاقير المخففة للألام والالتهابات، خاصة تلك التي تباع دون وصفة طبية.

وحذر غونار غيسلاسون طبيب القلب في المستشفى الجامعي بمدينة غينتوفته الدنماركية والمُشرف على الدراسة من بيع الأدوية دون وصفة من الطبيب، وأضاف: «السماح بشراء الأدوية دون وصفة طبية وبدون إعطاء نصائح للمرضى أو تحذيرات، يعطي للشخص الانطباع بأن هذه الأدوية آمنة جداً على صحتهم».

ودرس الباحثون في الدراسة الدنماركية بيانات جميع مرضى الالتهابات ولغاية شهر قبل عامي 2001 و 2010 تقريباً، والذي يبلغ عددهم نحو 29 ألف شخص. وثبت تناول نحو 3400 شخصاً منهم أدوية مضادة للالتهابات ولغاية شهر قبل

السكتة القلبية في الدنمارك بين عامي 2001 و 2010 تقريباً، ونبت تناول نحو 3400 شخصاً منهم أدوية مضادة للالتهابات ولغاية شهر قبل

إصابتهم بالسكتة القلبية. وكان 1100 شخصاً منهم قد تناول «إيبوبروفين»، فيما تناول 545 شخصاً منهم عقار «ديكلوفيناك»، ونشرت نتائج الدراسة في الدورية الأوروبية

لأمراض القلب، كما ذكرت مجلة «فوكوس» الألمانية. وارتفعت نسبة الإصابة بالسكتة القلبية إلى 50% بعد تناول «ديكلوفيناك»، مقارنة بالمرضى الذين لم يتناولوا

إسة أدوية مخففة للألام، بينما ارتفعت نسبة الإصابة بالسكتة القلبية بعد تناول عقار «إيبوبروفين» إلى 31%. تقلا عن نتائج الدراسة.

وقال المشرف على الدراسة غونار غيسلاسون إن نتائج الدراسة تذكر بأن «الأدوية الاستيرويدية» ليست بـ «غير الضارة»، ونصح المرضى الذين يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية بتجنب تناول هذه الأدوية.

وأرجع المشرفون على الدراسة التأثيرات السلبية لهذه العقاقير كونها تسبب تجمع الصفائح الدموية وهو ما قد يسبب تجلط الدم، ونصح غيسلاسون بعدم تناول أكثر من 1200 ملليغرام من «إيبوبروفين» يوميًا، أما عقار «ديكلوفيناك» فنصح غيسلاسون مرضى القلب وكذلك الأصحاء بتجنبه تماماً.

من جانبه، قال المتحدث باسم الهيئة الاتحادية الألمانية للأدوية والمنتجات الطبية إن «مخاطر العقاقير المخففة للالتهابات التي تم فحصها معروفة منذ فترة طويلة»، ويتم كتابة الآثار الجانبية المحتملة لهذه العقاقير على الأوعية القلبية، بصورة واضحة في التعليمات الطبية المرفقة للعقاقير، تقلا عن مجلة «فوكوس» الألمانية، لكن يبقى السؤال هو كم من المرضى يقرأ فعلاً التعليمات المرفقة بالأدوية؟

«العربية»: أظهرت دراسة جديدة أن معدل وفيات المواليد مكتملي النمو يختلف باختلاف المناطق في أرجاء الولايات المتحدة، لكن المعدلات في جميع الولايات الأميركية أسوأ مما هي عليه في العديد من الدول الأوروبية.

وكانت دراسة سابقة قد أظهرت زيادة احتمال وفاة المواليد في الولايات المتحدة بشكل أكبر من الدول المتقدمة والعنصرية الأخرى، لكن هذه الدراسة تقدم دليلاً جديداً على أن ذلك ينطبق حتى على المواليد الذين أتجيو في نهاية مدة الحمل مما يزيد فرصهم في النجاة.

وقالت تيمها مبروليا، المشاركة في إعداد الدراسة من مركز هارفارد لدراسات السكان والتنمية في كامبردج بولاية ماساتشوستس، إن السببين الرئيسيين وراء ارتفاع معدل وفيات المواليد في الولايات المتحدة هما «التشوهات الخلقية التي لا يمكن للمرضى شتمًا حيالها سوى مواصلة الفحص

أثناء الحمل، ومخاطر الوفاة المفاجئة للمواليد التي يمكن منعها بدرجة كبيرة عن طريق ضبط أنماط النوم الملائمة». ودرست مبروليا وزملاؤها حالات أكثر من عشرة ملايين طفل أميركي ولدوا ما بين 2010 و2012 بعد فترة حمل كاملة وتراوح بين 37 و42 أسبوعاً، وكذب الباحثون في دورية (بي.إل.أو.إس) الطبية أن 11 مولوداً تولدوا قبل سن عام من كل خمسة آلاف من المواليد مكتملي النمو.

وإجمالاً يموت سبعة آلاف مولود مكتملي النمو كل عام في الولايات المتحدة ويقول الباحثون إن هذا المعدل يمكن خفضه بنحو أربعة آلاف إذا استطاعت جميع الولايات الوصول إلى المستويات الموجودة في الولايات ذات الأداء الأفضل بالنسبة لعدد وفيات المواليد.

وعلى مستوى الولايات تراوح معدل وفيات المواليد بين 6.45 من كل خمسة آلاف في كونيتيكت إلى 19 من كل

دولة متقدمة تعاني وفيات المواليد .. والأسباب مربكة



خمسة آلاف في ميسيسيبي، وجساءت نتائج جميع الولايات أسوأ من ست دول أوروبية شملتها الدراسة حيث بلغ معدل وفيات المواليد نسبة تزيد قليلاً عن ستة من كل خمسة آلاف.

والسبب الأبرز هو الوفاة المفاجئة للأطفال التي تشمل الوفاة أثناء النوم وتمثل 43 في المئة من حالات وفيات المواليد. وقالت مبروليا «ليس لدينا بيانات عن أنماط النوم الفعلية في دراساتنا لكن مصادر أخرى تشير إلى أن عددا كبيرا من الأطفال ما زالوا ينامون على بطونهم». وأضافت «وجدنا كذلك أن أعسادا مثقلة من الأطفال تموت بسبب الاختناق مما يشير إلى أن الأمهات والأباء إما يستخدمون أغطية غير آمنة أو يتركون المواليد ينامون بمفردهم». وتقول الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال إن أسلم طريقة لنمو المواليد هي على ظهورهم في أسرهم الخاصة بدون أي وسائد أو لعب أو أغطية.

هل تريد خسارة الوزن؟.. عليك الاهتمام بالنوم



لا يمكنك تعويض النوم في نهاية الأسبوع». وأضافت: «الحد من السعرات الحرارية والتمارين مهمان جداً بالطبع لخسارة الوزن والحفاظا عليه، لكن لك النتائج من بين أخرى تشير إلى أن النوم أيضاً يجب أن يؤخذ في الحسبان».

وقال الباحث شوبين وانغ وزملاؤه في جامعة ساوث كارولينا بمدينة كولومبيا في الدراسة التي نشرتها دورية «سليب» إن الدراسات تربط منذ وقت طويل بين الحرمان من النوم واحتمالات زيادة الوزن أو البدانة كما أن عدم الحصول على ما يكفي من النوم يؤدي إلى صعوبات في سبيل خسارة الوزن.

ولم يكن من الدراسة الحديثة أن نسبة الأنسجة الدهنية المفقودة لدى من لم يخفضوا عدد ساعات النوم بلغت 83% مقارنة بنسبة 39% فقط لدى من قاموا بتقليل ساعات نومهم.

وأوصت ماري بيير، وهي باحثة في التغذية في المركز الطبي لجامعة كولومبيا بمدينة نيويورك والتي لم تشارك في الدراسة، الرأغبين في خسارة الوزن بالنوم لنحو سبع أو ثماني ساعات كل ليلة.

«العربية»: يساعد الحد من السعرات الحرارية في الغذاء على خسارة الوزن دون شك، لكن دراسة جديدة توصلت إلى أن التخلص من الدهون الزائدة ربما يصبح مهمة أصعب إذا لم يحصل الإنسان على قسط كاف من النوم.

وطلب الباحثون من 15 مائلاً من ذوي الأوزان الزائدة أو البدناء التركيز على تقليل السعرات الحرارية في نظامهم الغذائي فيما طُلبوا من 21 مشاركاً آخرين خفض السعرات الحرارية والنوم لعدد ساعات أقل، وذلك على مدى ثمانية أسابيع. وبنهاية التجربة، خسر كل المشاركين في الدراسة نحو 3.2 كيلوغرام من الوزن، لكن أعضاء المجموعة التي كان عدد ساعات النوم فيها أقل خسروا دهوناً أقل بينما زادت نسبة الأنسجة

وتقول كريست كنوتسن، وهي باحثة في مجال النوم في «كلية فينبرغ للطب» في جامعة نورثوسترن في مدينة شيكاغو الأميركية والتي لم تشارك في الدراسة، «من بريدون خسارة الوزن والتخلص من الدهون على وجه التحديد يحتاجون لتجنب قلة النوم خلال الأسبوع، لأنه

لدى المرضى في جميع مراحل عرضهم». وأوضح مارتين ليدويك، رئيس قسم المعلومات في مركز أبحاث السرطان في المملكة المتحدة أنه «في معظم الحالات، يمكن السيطرة على الألم لدى مرضى السرطان عند تقييمه دوريّة الأورام السريرية.

ويريد الباحثون إجراء المزيد من الدراسات للأطلاع على فعالية نتائج هذه الدراسة على المدى الطويل. وقالت البروفيسورة ماري قانون من مجموعة الرعاية المسكنة والمساندة في جامعة إرنبره إن «هذه الدراسة تعد خطوة إيجابية في تخفيف الألم

البياني مرتبطاً بإعطاء جرعات عالية بل لتشجيع الأطباء على طرح الأسئلة الصحيحة للمرضى والتفكير في الدواء المناسب الذي يمكن إعطاؤه لتخفيف الألم والآثار الجانبية له قبل وصوله إلى مرحلة متقدمة، بحسب ما أكده الباحثون.

البياني مرتبطاً بإعطاء جرعات عالية بل لتشجيع الأطباء على طرح الأسئلة الصحيحة للمرضى والتفكير في الدواء المناسب الذي يمكن إعطاؤه لتخفيف الألم والآثار الجانبية له قبل وصوله إلى مرحلة متقدمة، بحسب ما أكده الباحثون.

وقال فريق البحث إن المرضى الذين شملتهم الرعاية الطبية باستخدام الرسم البياني، أكدوا أن مستويات الألم التي اختبروها كانت أقل من أولئك المرضى الذين خضعوا لرعاية عادية ولم يظهروا أي تحسن. ولم يكن استخدام الرسم

وقال فريق البحث إن المرضى الذين شملتهم الرعاية الطبية باستخدام الرسم البياني، أكدوا أن مستويات الألم التي اختبروها كانت أقل من أولئك المرضى الذين خضعوا لرعاية عادية ولم يظهروا أي تحسن. ولم يكن استخدام الرسم

دراسة : عقار «فارينيكليين» يساعد مرضى النوبات القلبية في الإقلاع عن التدخين

«الأناضول»: أقادت دراسة كندية حديثة، بأن عقاراً يستخدم على نطاق واسع للمساعدة في الإقلاع عن التدخين، خفض معدلات التدخين لدى المرضى الذين يعانون من النوبات القلبية.

وأجرى الباحثون دراساتهم لتقييم فاعلية عقار «فارينيكليين» (Varenicline)، الذي يساعد المدخنين على الإقلاع عن التدخين، وعادة ما يتم تناوله مدة 12 أسبوعاً، وعمل عقار «فارينيكليين» عن طريق تحفيز المستقبلات الدماغية التي تسبب

الإدمان على النيكوتين، وبذلك يقلص الدواء الرغبة في التدخين، ويحد من الأعراض الانسحابية التي تصاحب عملية التوقف عن التدخين.

وراقب الفريق، 302 من المرضى الذين يعانون من متلازمة الشريان التاجي الحادة، بما في ذلك النوبات القلبية والزبحة الصدرية، الذي يتعرضون بشكل متزايد لخطر الموت بسبب تلك النوبات، ما لم يقلعوا عن التدخين.

وقسم الباحثون فاعلية عقار «فارينيكليين»، لدى هؤلاء المرضى، الذين عولجوا من متلازمة الشريان التاجي الحادة في مراكز طبية في كندا والولايات المتحدة الأمريكية، وكانوا يتطلعون إلى

الإقلاع عن التدخين، حيث كانوا يدخنون حوالي 10 سيجار يومياً.

وأثبتت الدراسة أن مفعول عقار «فارينيكليين» في وقف التدخين لدى المرضى الذين يعانون من النوبات القلبية استمر لمدة عام من تلقى العلاج، مقارنة مع المجموعة التي تلقت دواءً وهمياً.

وقال الدكتور مارك آيزنبرغ، قائد فريق البحث إن «هذه الدراسة تشير إلى أن «فارينيكليين» آمن للاستخدام لدى المرضى الذين يعانون من متلازمة الشريان التاجي الحادة».

وأضاف أنه «رغم النتائج لا تزال هناك حاجة إلى استراتيجيات جديدة للإقلاع عن التدخين، لأن حوالي 60 بالمائة من