الصباح
الصحية
08
إعداد : ياسر السيد
العدد 3157 - السنة الحادية عشرة
الإثنين 23 ذي الحجة 1439 - الموافق 3 سبتمبر 2018
Monday 3 September 2018 - No.3157 - 11 th Year

دراسة: تطبيقات الهواتف الذكية تزيد التزام مرضى القلب بتناول أدويتهم

«دراسة» : تشير دراسة استرالية جديدة إلى أن تطبيقات الهواتف الذكية التي تذكر مرضى القلب بتناول أدويتهم قد تساعدهم على الالتزام أكثر بانظمتهم العلاجية المقررة.

وتقول الدكتورة كارلا سانتو إن مرضى القلب يتناولون في العادة ما يصل إلى أربعة أدوية مختلفة ثلاث مرات في اليوم مما قد يصبح عبئا في الالتزام به وتذكره.

وأضافت لرويترز هيلث عبر البريد الإلكتروني "النتائج التي توصلنا إليها مشجعة حقا لأن التطبيقات التي استخدمناها متاحة بالفعل مجانا ويستخدمها الملايين".

ونشرت الدراسة في دورية أمراض القلب (هارت) لتتزامن مع اجتماع للجمعية الأوروبية لأمراض القلب في ميونيخ بألمانيا.

وقامت سانتو وزملاؤها في جامعة سيدني في ولاية نيو ساوث ويلز بتوزيع 150 مريضا بالقلب على ثلاث مجموعات عشوائيا.

واستخدمت المجموعة الأولى تطبيقا بسيطا للتذكير بمواعيد الأدوية والثانية استخدمت تطبيقا متطورا يتضمن خيارات قابلة للتعديل فيما لم تستخدم الثالثة أي تطبيقات. ولم يستخدم أي من المشاركين تطبيقات من هذا النوع من قبل.

واختار الباحثون التطبيقات المستخدمة في الدراسة بناء على بحث سابق أجروه لمعرفة أفضل التطبيقات المستخدمة والمتاحة على أجهزة أندرويد وآيفون في استراليا.

وبعد ثلاثة أشهر أكمل المرضى في كل المجموعات استبيانا يهدف إلى تقييم التزامهم بتناول أدويتهم. وأظهرت النتائج أن من استخدموا التطبيقات التزموا أكثر بتناول العقاقير مقارنة بمن لم يستخدموها.

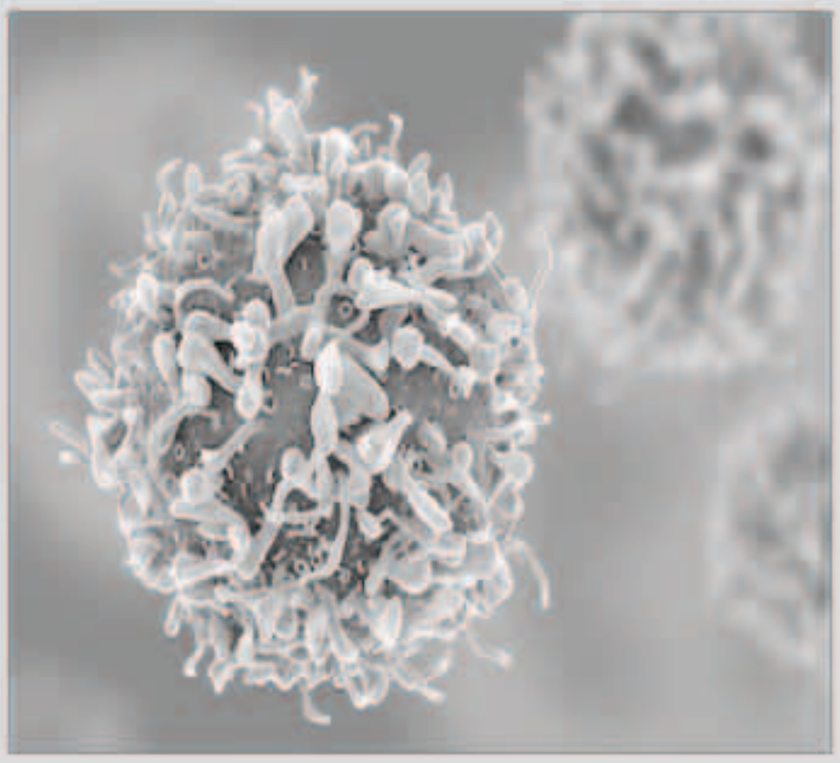
لكن الباحثين قالوا إن متوسط الفارق بين الفريقين لم يكن كبيرا لأن المشاركين بشكل عام كان معدل التزامهم بالأدوية متوسط إلى مرتفع من البداية.

كما ارتفعت نسبة الأشخاص الذين لا يلتزمون بتناول الأدوية بين المجموعة التي لم تستخدم التطبيقات إذ بلغت 29 بالمئة مقابل 19 بالمئة بين من استخدموها. ولا يبدو أن الخيارات الإضافية في التطبيقات شكلت فارقا في النتيجة.

وقالت سانتو إن الدراسة تدفع إلى الاعتقاد بأن المزيد من المرضى يمكنهم الاستفادة من تطبيقات التذكير بالأدوية خاصة المصابين بأمراض مزمنة تضطرهم لتناول عقاقير لفترات طويلة.

وأضافت "يمكننا أن نوصي الأطباء بالتحدث مع مرضاهم عن مدى التزامهم بأدويتهم وربما اقتراح استخدامهم لتطبيقات تساعدهم".

علماء يطورون تقنية جديدة لمحاربة السرطان



«24» : طور علماء تقنية جديدة تدعى «تقنية الذكاء الاصطناعي» تسمح لهم بالتنبؤ بكيفية تطور أورام السرطان، وتخصيص علاج لكل مريض في وقت مبكر من الإصابة. وتركز التقنية على أنماط طفرات الحمض النووي داخل الخلايا السرطانية، وتستخدم المعلومات للتنبؤ بالتغيرات الجينية المستقبلية.

ويقول العلماء إن الطبيعة المتغيرة للأورام، إحدى أكبر التحديات في علاج السرطان، وغالبا ما تتطور لتصبح مقاومة للعقاقير.

ومن جهتها قالت المشرفة على أبحاث السرطان في لندن، الدكتورة أندريا سوتوريفا: «باستخدام هذه التقنية، نأمل إزالة إحدى آليات عمل مرض السرطان، والتنبؤ بالطريقة التي سيتطور بها لدى المريض».

وأضاف البروفيسور بول ووركمان: «هذا النهج الجديد باستخدام الذكاء الاصطناعي سيسمح بتخصيص علاج مناسب لكل نوع من أنواع السرطان في مرحلة مبكرة».

واستخدم الباحثون التقنية الجديدة، لتحليل 768 عينة سرطانية من 178 مريضا، في دراسات سابقة لسرطان الرئة والثدي والكلى والأمعاء، ودرسوا بيانات كل نوع من أنواع السرطان على التوالي، لاكتشاف ومقارنة التغييرات في كل ورم.

ووجد العلماء، أن الأورام ذات الأنماط المتشابهة، تطور مقاومة متشابهة، وبالتالي يمكن التنبؤ بها قبل تطورها وتوفير علاج مناسب لها.

خبر سار.. علاج جديد لحب الشباب دون آثار جانبية

«العربية» : أعلن فريق علماء من جامعة كاليفورنيا، سان دييغو، أنهم بصدد تطوير لقاح لعلاج حب الشباب. وأوضح العلماء أن أهمية اللقاح الجديد تكمن في أن يحد بشكل كبير من الالتهابات الناجمة عن حب الشباب، علاوة على أنه لا يتسبب بالآثار الجانبية التي تتسبب بها الأدوية الأخرى المستخدمة حاليا، بحسب ما نشره موقع «New Atlas» نقلا عن دورية Investigative Dermatology المتخصصة في الأبحاث حول الأمراض الجلدية.

وتفرز البكتيريا البروبيونية العدية، التي تسبب حب الشباب، مادة سامة تعرف باسم عامل CAMP. وقد بدا الفريق، بقيادة الدكتور تشون مينغ هوانغ، دراسته من خلال افتراض أن هذا السم يمكن أن يؤدي إلى استجابات التهابية في الجلد.

ومن خلال التجارب التي أجريت على الفئران وخلايا الجلد البشرية المستخلصة، اكتشف الباحثون أن هذه الاستجابات يمكن أن تنخفض بشكل ملحوظ عن طريق استخدام أجسام مضادة وحيدة النسيلة محددة لعامل CAMP.

ويقوم العلماء حاليا بالبحث فيما إذا كان اللقاح الذي يحتوي على هذه الأجسام المضادة يمكن أن يؤثر سلبا على الميكروبيوم (مجتمع الكائنات الدقيقة) الذي يحافظ على صحة الجلد.

ويقول هوانغ إنه «بمجرد التحقق من التجربة السريرية، فإن التأثير المحتمل، لنتائج التجارب على اللقاح الجديد، سيكون ضخما بالنسبة لمئات الملايين من الأفراد الذين يعانون من حب الشباب حول العالم»، مشيرا إلى أن «الغالبية من خيارات العلاج الحالية غير فعالة بالنسبة لـ85% من المراهقين، الذين يعانون من هذه الحالة الالتهابية الجلدية متعددة العوامل، لذلك تبرز الحاجة الماسة إلى علاجات جديدة وآمنة وفعالة».

تجربة علمية تكشف «فائدة مذهلة» للشاي الأخضر

«سكاي نيوز» : لطالما اعتبر العلماء أن للشاي الأخضر فوائد صحية كبيرة لصحة الإنسان، أهمها مساعدته على فقدان الوزن، إلا أن بحثا جديدا توصل إلى فائدة تبدو أهم بكثير لهذا النبات.

وقالت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية إن تجربة علمية أجراها باحثون وجدت أن استخدام مسحوق الشاي الأخضر (الماتشا)، يمكن أن يكون مفيدا لعلاج السرطان.

وكشفت التجارب أن تناول الشاي الأخضر يمكن أن يبقي الخلايا السرطانية في حالة خمود، حيث يستنفذ قدرتها على الانتشار ويمنعها من «تجديد طاقتها».

ووصف باحثون من جامعة «سالفورد» البريطانية نتائجهم بأنها «مثيرة للإعجاب»، في وقت يواصلون فيه التجارب والدراسات من أجل معرفة مدى تأثير الشاي الأخضر على مختلف أنواع الأورام.

وقيم العلماء آثار مستخلص «الماتشا» على الخلايا الجذعية لسرطان الثدي، التي يمكن أن تتحول إلى خلية ورمية وتجدد نفسها بنفسها.

ووجدوا أن هذه المادة قادرة على جعل الخلايا السرطانية في حالة خمود، أي أنها تمنعها من تجديد نفسها ويمكن أن تصبح غير نشطة، مما سيؤدي إلى موتها.

خصائص مدهشة لعصير البصل

«روسيا اليوم» : يحتوي عصير البصل على مزايا عديدة، ما يجعل وجوده الدائم في المطبخ أمرا ضروريا.

أولى هذه الخصائص، هي أن عصير البصل يحسن عملية الهضم، لأن البصل يحتوي على ألياف إينولين التي تغذي بكتيريا الأمعاء المفيدة، كما أن البصل يحتوي على المركب الكيميائي كيريستين المضاد الطبيعي للحساسية، وهو مركب يمتصه الجسم بسهولة، ويحتفظ به لفترة طويلة.

كذلك فإن عصير البصل مادة ممتازة، مضادة لأمراض البرد واضطرابات الجهاز التنفسي، لأن البصل يمنع تكوّن المخاط في الممرات التنفسية، وبالتالي يحمي صحة الشخص.

كما أن البصل وسيلة ممتازة للحفاظ على عظام قوية، حيث أوضحت نتائج الدراسات بأن مكونات البصل تمنع فقدان العظام لكثافة مكوناتها المعدنية، علاوة على أن عصير البصل مفيد للشعر، لأنه يحتوي على عنصر الكبريت، الذي يعتبر أحد أهم المواد الطبيعية المساعدة في نمو الشعر، والبصل يخفض مستوى السكر في الدم لأنه يحتوي على الكروم وثاني كبريتيد بروبيل الأليل.

أن تناول عصير البصل بصورة دورية منتظمة يخفض مستوى الكوليسترول في الدم لاحتوائه على الكبريت والكروم وفيتامين B، ويساهم احتواء البصل على أنواع مختلفة من الكبريتيدات في حماية القلب، كما أن هذه المركبات تحمي من نمو الأورام وتقلل من خطر أورام المريء والكلى والثدي والبروستاتا والحنجرة.

وأخيرا، فالبصل يمنع الالتهابات التي تحدث عن طريق الفم، لخواصه المضادة للبكتريا.