الصباح الصحية
08
إعداد : ياسر السيد
العدد 3232 - السنة الحادية عشرة
الأحد 24 ربيع الأول 1440 - الموافق 2 ديسمبر 2018
Sunday 2 December 2018 - No.3232 - 11 th Year

الكويت الأولى خليجياً في علاجات الجلدية والتجميل والليزر

حذرت اختصاصي أمراض الجلدية بمركز أسعد الحمد في منطقة الصباح الصحية التخصصية الدكتورة سارة المسلم من جفاف البشرة باعتباره بوابة للكثير من الأمراض الجلدية وعلى رأسها الحبوب، الأكزيما وتساقط الشعر، وأكدت أن 50 الى 60 في المئة من مراجعي المركز يعانون من جفاف البشرة والأكزيما.

وأشارت المسلم في تصريح صحافي على هامش الاحتفال باختيار عيادة سيلويت كاول عيادة تمثل الشركة الأمريكية HYDRAFACIAL في الكويت واحتفال الشركة الأميركية بيوم هايدرافيشال، إلى ارتفاع معدلات الاصابة بالأكزيما بانواعها مع فصل الشتاء، حيث يقل ترطيب البشرة ومن ثم يتزايد الجفاف الذي بدوره يتسبب في العديد من مشاكل البشرة.

وأوضحت أن مشاكل حبوب البشرة أصبحت لا تقتصر على فترة الشباب والمراهقة، اذ تمتد إلا ما بعد سن الثلاثين وذلك إما لأسباب هرمونية او أسباب تتعلق بتناول بعض الأدوية، وأكدت في الوقت ذاته أن سوء التغذية يؤدي الى الكثير من المشاكل الجلدية مثل حالات الوردية وتساقط الشعر، وهي حالات ارتفعت بشكل ملحوظ نتيجة سوء التغذية واستخدام مواد تجميلية خاطئة.

وحذرت المسلم من المعلومات الصحية الخاطئة التي يتم تداولها بكثرة على مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة مثل الإنستغرام وتويتر، مشددة على ضرورة الحصول على المعلومات الطبية من المواقع الطبية والصحية المعتمدة والاطباء المتخصصين لأن ما يتم تداوله على هذه المواقع من معلومات غالبا ما تكون غير دقيقة وتتسبب في الكثير من المشاكل الصحية للجلد وللجسم ككل.

ودعت المسلم وزارة الصحة

على ادخال الكثير من الأجهزة التجميلية الى القطاع العام نظرا للحاجة الطبية والعلاجية للعديد من هذه الاجهزة التي تعتبر علاجية أكثر منها تجميلية.

بدورها، أكدت الصيدلانية بوزارة الصحة والحاصلة على الماجيستير في الأدوية والسموم د. ذكريات الشمري أن الكويت أصبحت الأولى خليجيا من حيث إجراء جراحات التجميل للرجال والنساء على حد سواء، منوهة إلى تنافس الرجال النساء في جراحات التجميل في الآونة الأخيرة، غير أن البعض منهم يهرب إلى خارج الكويت لإجراء جراحات التجميل خشية من نظرة المجتمع.

وأشارت الشمري إلى أن جراحات التجميل للرجال غالبا ما تتنوع بين جراحات تجميل الأنف وتحديد الفك وليزر اللحية، وجميعها يتم اجراءها بنجاح كبير داخل الكويت.

جدير بالذكر ان الشركة الاميركية قامت بتنظيم جولة عالميه تم فيها اختيار عياده مميزة تتقن تقديم خدمات هايدرافيشال لمراجعينها من كل بلد في العالم و تم اختيار وحده سيلويت لتكون ممثل رسمي لجهاز هايدرافيشال في الكويت

حيث تميزت وحده سيلويت بتوفير ٤ اجهزه هايدرافيشال من بدايه مشوارها و قامت بتدريب اخصائياتها افضل تدريب من قبل الشركة الام و بفضل وحدة سيلويت للجلديه و التجميل و الليزر التي اشتهر بها منذ عام ٢٠١٦ في الكويت و الوطن العربي.

الساعة الذكية قد تطيل العمر.. وهذا هو السبب

قالت دراسة حديثة إن الساعات الذكية يمكن أن تساعد في إضافة عامين إلى حياتك.

وتكشف الأبحاث التي اجريت على 420 الف بالغ، ان اولئك الذين يستخدمون جهاز تتبع اللياقة البدنية، مقترنين بنظام المكافآت، يقومون بما يقارب 5 أيام من النشاط الإضافي كل شهر، والتي يقول الباحثون إنها تترجم إلى عامين إضافيين من الحياة.

وبحسل صحيفة «ذا صن» اظهرت الدراسة أن اكبر التحسنات شوهدت بين أولئك الذين يعانون من زيادة الوزن واولئك الذين كانوا اقل نشاطا.

وحصل نحو واحد من كل خمسة مشاركين على ساعات آبل الذكية، كما قدمت خصومات من قبل شركة «Vitality» إذا بلغ المشاركون اهدافا معينة. وظل جميع المشاركين نشطين لمدة أسبوعين تقريبا قبل بدء الدراسة، ووجد الباحثون أن هؤلاء الذين لديهم ساعات ذكية ارتفعت لديهم مستويات التمارين بنسبة الثلث على مدار عامين، وفقا للدراسة التي تعد الأكبر على الإطلاق في مجال التكنولوجيا الذكية وعلاقتها بالصحة. ويقدر الباحثون أن النشاط الإضافي عزز متوسط العمر المتوقع للمستخدمين بسنتين إضافيتين.

ورحب وزير الصحة البريطاني، مات هانكوك، بهذه النتائج قائلا إن التكنولوجيا الذكية يمكن أن تلعب دورا رئيسيا في الوقاية من الاعتلال الصحي.

وقال هانكوك: «يجب أن نبقى في طليعة التكنولوجيا الناشئة مثل الأدوية الرقمية لأن إمكاناتها هائلة للغاية»، واضاف: «نحن أفضل حالا وأكثر صحة بسبب التقدم التكنولوجي».

وأشاد الكثيرون بنتائج الدراسة التي ستعزز استخدام التكنولوجيا في الوقاية من الأمراض بدلا من الوصول إلى مرحلة العلاج.

وساهمت الدراسة في فهم أعمق لكيفية تحفيز التكنولوجيا للناس على عيش حياة أكثر لياقة وصحة، بحسب ما نقل «العربية نت».

خرافات يصدقها كثيرون عن «الإيدز»

تمكّن الطب من إحراز تقدم ملموس في السيطرة على فيروس نقص المناعة المكتسب «الإيدز»، فالمصابون صاروا قادرين على الصمود لسنوات طويلة دون أن يتطور وضعهم إلى مرحلة الخطر، ومع ذلك، مازال كثيرون يتداولون خرافات بشأن هذا المرض.

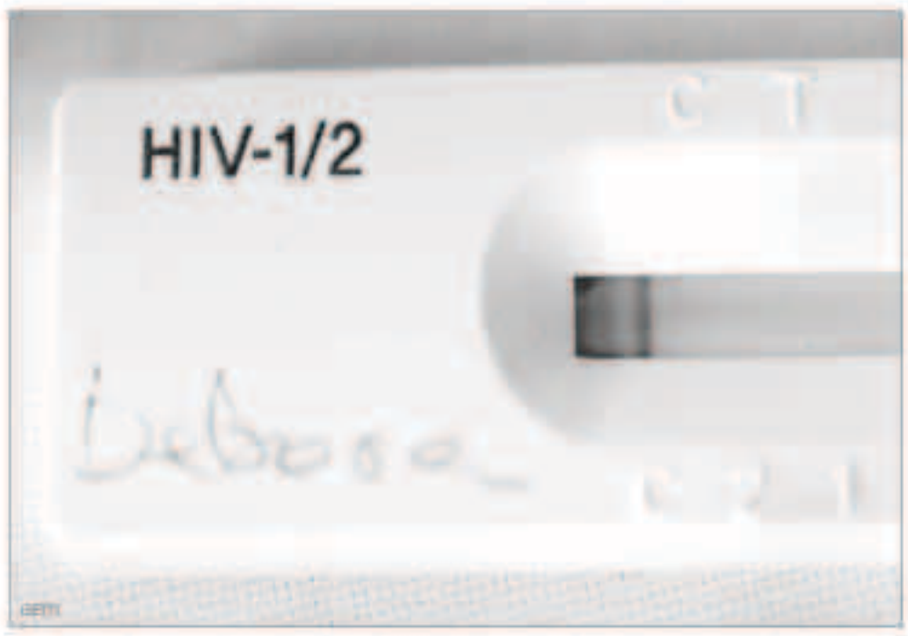
ويجري تخليد اليوم العالمي لمكافحة الإيدز في الأول من ديسمبر كل عام، وسط استحضار الجهود التي تم القيام بها لأجل محاربة المرض في ظل غياب علاج كامل حتى يومنا هذا.

والإيدز هو مرض يصيب الجهاز المناعي للبشر مما يقلل كفاءته بشكل تدريجي حتى يصبح الإنسان عاجزا عن مواجهة أمراض بسيطة قد تؤدي إلى الوفاة.

ويمكن لفيروس الإيدز أن ينتقل عن طريق الاتصال المباشر بين غشاء مخاطي أو مجرى الدم، وبين سائل جسدي يحتوي على هذا الفيروس مثل الدم أو السائل المنوي للرجل أو السائل المهبلي للأنثى أو المذي أو لبن الرضاعة الطبيعية.

كما يمكن أن ينتقل هذا الفيروس من خلال الاتصال الجنسي غير الآمن بكل أشكاله، أو من خلال عملية نقل الدم أو أدوات الحلاقة غير المطهّرة، أو من خلال إبر الحقن الملوثة بهذا الفيروس، أو من الأم إلى جنينها.

وبحسب موقع «هيلث 24» الطبي، فإن بعض الأفكار الخاطئة تجعل الناس يعتقدون أن فئات معينة فقط هي المعرضة للإصابة بالفيروس، سواء فيما يتعلق بمثليي الجنس أو بمن يقيمون علاقات مع أشخاص كثيرين، لكن هذا ليس دقيقا.



ويوضح المصدر أن الإنسان قد يكون ملتزما بعلاقة جنسية مع شخص واحد، لكنه يظل معرضا للإصابة بالفيروس الخطير، بالنظر إلى احتمال انتقال العدوى عن طريق الشريك أو أدوات حادة وطبية، وفي بعض الحالات، يولد أطفال أبرياء وهم حاملون للفيروس دون أن يكون لهم أي يد في ذلك. ويستطيع المصابون بالفيروس في بعض الأحيان أن يقضوا سنوات طويلة في حالة عادية دون أن تظهر عليهم أي أعراض، وينصح الأطباء بالخضوع للتحليلات بين الفينة والأخرى لأن اكتشاف الفيروس في مراحله الأولى يساعد على مكافحة المرض والتصدي للفيروس، وتبعا لهذا، فإن انتقال «HIV» لا يعني نهاية الحياة.

وفي فكرة خاطئة أخرى، يعتقد البعض أن الأشخاص الفقراء أكثر عرضة لهذا المرض بالنظر إلى الظروف الصعبة التي لا يحظون فيها بتوعية صحية تحثهم على ممارسات جنسية آمنة.

وعلى الرغم من تسجيل أغلب حالات الإصابة بالفيروس في الدول النامية، ينبه الأطباء إلى أن العلاقات الجنسية غير الآمنة تجعل الكل معرضا لخطر الإصابة، ولا تضمن وسائل الوقاية المعروفة حماية بنسبة 100 في المئة.

ويعتقد البعض أن الإيدز يظهر بجلاء على هيئة المريض، فحين يرون شخصا فقد الوزن بصورة كبيرة فاضحى نحيفا يرجحون أن يكون من حاملي المرض الخطير وهذا تخمين غير صحيح، بحسب «سكاي نيوز».

وفيما يظن الناس أن حامل فيروس الإيدز لا يستطيع الزواج ولا إقامة علاقات جنسية مع أشخاص في أتم العافية، يوضح الأطباء أن الزواج ممكن في جميع الحالات، لأن وسائل الحماية متاحة في أيامنا لاسيما حين يكون الشخص المصاب حاملا لنسبة ضئيلة من الفيروس في الدم

باحثون: مادة خفيفة الوزن تتيح استخدامات كثيرة للنفايات البلاستيكية

يسعى باحثون في سنغافورة للحصول على براءة اختراع لمادة جديدة عازلة للصوت ومقاومة للحرارة مصنوعة من عبوات البلاستيك المعاد تدويرها ويقولون إنها يمكن أن تساعد في تقليل النفايات البلاستيكية التي تلقى في المحيطات وتؤدي الى انسداد مكبات النفايات.

وقال فريق جامعة سنغافورة الوطنية إنه وجد طريقة لتحويل العبوات المصنوعة من مادة بولي إيلين تريفثاليت إلى هلام هوائي «إيروجيل» له استخدامات محتملة عديدة بدءا من العزل والحماية من الحرائق إلى إزالة التسربات النفطية والزيتية.

وقال هاي مينه دونج الأستاذ المساعد بقسم الهندسة الميكانيكية بالجامعة لتلفزيون رويترز "نفايات البلاستيك من أصعب النفايات في إعادة التدوير".

وأضاف أن الفريق ظل يبحث عن تطبيقات هندسية جديدة للمساعدة في الحد من مشكلة النفايات البلاستيكية.

ويقول برنامج الأمم المتحدة للبيئة إن نحو ثمانية ملايين طن من البلاستيك تلقى في المحيطات كل عام مما يؤدي إلى مقتل أحياء بحرية ودخول هذه النفايات في سلسلة الغذاء البشرية.

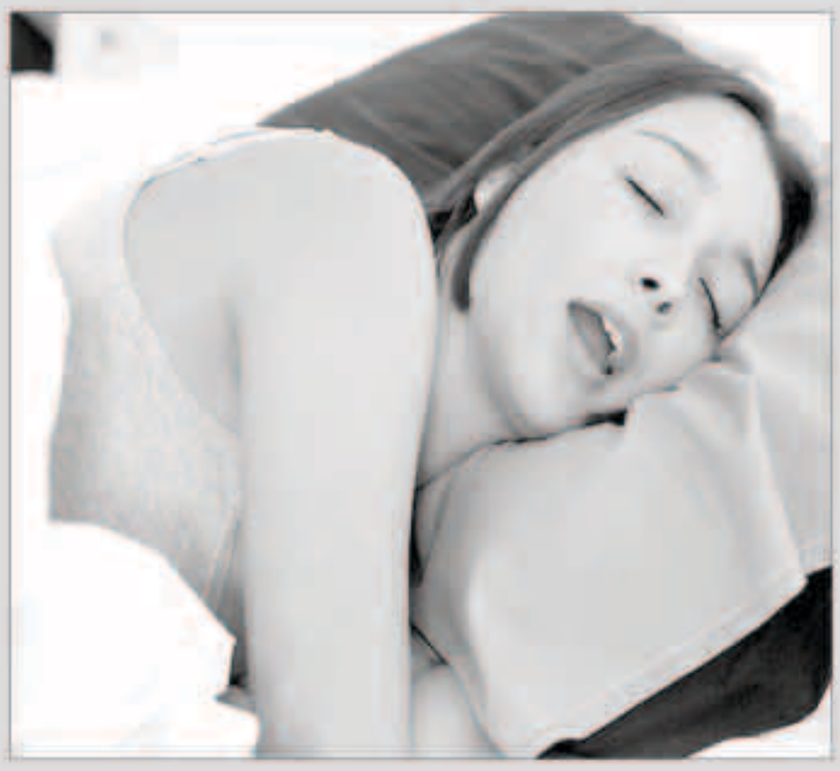
وأشارت دراسة أجريت عام 2015 إلى أن خمس دول آسيوية هي الصين وإندونيسيا والفلبين وفيتنام وتايلاند مسؤولة عما يصل إلى 60 في المئة من النفايات البلاستيكية المتسربة إلى المحيطات.

وقال الفريق في بيان صدر هذا الشهر إن مادة الإيروجيل المستخلصة من البولي إيلين تريفثاليت والتي سيجري تصنيعها من نفايات العبوات البلاستيكية تتسم بالنعومة والمرونة والمتانة وخفة الوزن وسهولة المعالجة.

وأضاف أن عبوة واحدة معاد تدويرها يمكن أن تنتج شريحة إيروجيل في حجم ورقة الطباعة ويمكن استخدامها في أغراض متعددة عن طريق إضافة علاجات سطحية لتعزيز قدرتها على الامتصاص والعزل.

وعلى سبيل المثال، يمكن أن تتحمل الشريحة المغلفة بمواد كيميائية مقاومة للحريق درجات حرارة تصل إلى 620 درجة مئوية، وهذا أعلى سبع مرات من البطانة الحرارية العادية الموجودة بمعاطف رجال الإطفاء وبمثل عشرة في المئة فقط من الوزن، بحسب «رويترز».

الشخير لدى النساء يعرضهن للنوبات القلبية أكثر من الرجال



توصلت دراسة حديثة إلى أن النساء اللواتي يعانين من الشخير، معرضات للنوبات والسكتات القلبية أكثر من الرجال الذين لديهم نفس المشكلة.

وأظهرت الفحوص الطبية، أن النساء اللواتي يعانين من توقف التنفس أثناء النوم – الذي يترافق مع الشخير – لديهن جدران قلب أكثر سمكا من نظرائهن من الرجال. ووجد علماء ألمان أن الأمر نفسه ينطبق على النساء اللواتي يعانين من الشخير، دون أن تكون لديهن هذه الحالة الشائعة.

ويمكن لجدران القلب السميكة أن تشد العضلات، وتجعل من الصعب ضخ الدم في جميع أنحاء الجسم، مما يقلل كمية الأوكسجين التي يتم إرسالها إلى العضلات والدماغ.

ولم يحدد الباحثون بعد لماذا يؤثر انقطاع التنفس على القلب بهذه الطريقة، ويأملون في إجراء تجارب أكبر في المستقبل لتأكيد أي رابط، بحسب «24».

وقام باحثون من مستشفى ميونخ الجامعي بتحليل حالة 4.481 شخصا من البنك الحيوي البريطاني، من الذين خضعوا لفحص القلب بالرنين المغناطيسي. وعندما قارن الباحثون بين الأشخاص الذين يشخرون مع الذين ينامون بسلام، وجدوا أن النساء لديهن كتلة أكبر للبطين الأيسر من الرجال.

وبينت الدراسة، أن النساء اللواتي يشخرن، أكثر عرضة لخطر الإصابة بأمراض القلب، وتشير النتائج إلى أن الشخير يمكن أن يتطور تدريجيا إلى توقف التنفس أثناء النوم في عملية مرتبطة بتضخم البطين الأيسر.