الصباح الصحية
08
العدد 3240 - السنة الحادية عشرة
الثلاثاء 4 ربيع الآخر 1440 - الموافق 11 ديسمبر 2018
Tuesday 11 December 2018 - No.3240 - 11 th Year

إعداد : ياسر السيد

أوضح أن أسبابه قد تكون بسبب خلل في صمامات الأوردة الدموية

د.الغانم : «دوالي الخصية» من الأمراض المنتشرة انتشاراً واسعاً وتحدث بنسبة تتراوح بين 15: 20 % عند الذكور

قال الدكتور محمد الغانم رئيس وحدة المسالك البولية بمستشفى جابر للقوات المسلحة واختصاصي المسالك البولية بالمركز الطبي الكندي إن دوالي الخصية يعتبر من الأمراض المنتشرة انتشارا واسعا فهي تحدث بنسبة تتراوح بين 15 : 20 % عند الذكور ، مؤكدا أن أسبابه قد تكون بسبب خلل في صمامات الأوردة الدموية ، ففي الوضع الطبيعي تعمل هذه الصمامات الموجودة في الأوردة على عدم رجوع الدم إلى الوراء .

وتابع الغانم : إن دوالي الخصية عبارة عن توسع وتمدد مجموعة من الأوردة الدموية داخل كيس الصفن ، ما يؤدي لتراكم الدم حول الخصية ، وارتفاع درجة حرارتها ، مما يترتب عليه التأثير على الحيوانات المنوية من حيث العدد والحركة .

واضاف أن من علامات وجود الدوالي تضخم في كيس الصفن في الخصية اليسرى بنسبة 80 : 90 % من الحالات ، وذلك بسبب اختلاف التركيب التشريحي للجانب الأيمن عن الأيسر ، كما يتتاب مريض الدوالي ألم وثقل في الخصية وكيس الصفن ، كذلك صغر وضمور الخصية ، وأحياناً تكتشف صدفة أثناء إجراء الفحوصات لاستكشاف العقم عند الرجال أو خلال فحوصات اللياقة الطبية للانضمام لأداء الخدمة العسكرية .

وذكر الغانم أن التشخيص يتم عادة عن طريق الفحص السريري ، أو السونار ، مؤكدا أن أسباب العلاج تتلخص في علاج العقم ، وكذلك لتخفيف الألم الحاد المستمر في الخصية ، مشيرا إلى أنه في حالة عدم تأثير الأدوية للتخفيف من الألم يلجأ الطبيب إلى التدخل الجراحي عن طريق او الادوية لعلاج دوالي الخصيتين ، كما يوجدالميكروسكوب المتوفر في المركز ويعطي نتائج جيدة مقارنة بالفتح الجراحي العادي ، مضيفا أن من أسباب عمل جراحة الدوالي الأتي ...

1 - تضخم دوالي الخصية.

2 - عقم عند الزوجين .

3 - عقم عند الزوج ، وحالة عدم عقم عند الزوجة.

4 - تأثر نتيجة أكثر من تحليل للسائل المنوي من حيث العدد والحركة والجودة .

خطوة واحدة تفصل العلماء عن «علاج الإيدز»

توصل باحثون أمريكيون إلى حل قد يكون فعالا في علاج فيروس نقص المناعة المكتسبة «الإيدز»، الأمر الذي يجدد الأمل لدى ملايين المرضى الذين يصارعون المرض العضال.

و مشكلة الإيدز تتمثل في قدرة الفيروس على الاختباء، وبالتالي عدم اكتشافه، ومن ثم عدم السيطرة عليه، مما يعني أنه لا يمكن أبدا شفاء المريض.

لكن باحثين من جامعة إلينوي في شيكاغو تمكنوا من جعل فيروس نقص المناعة البشرية المكتسبي داخل الخلايا مرئيا بالنسبة لجهاز المناعة، وقالوا إنهم باتوا على بعد خطوة واحدة من إيجاد علاج.

ويزعم الباحثون أن استهداف جين TAT داخل الدماغ قد يطرد الفيروس من مخبئه، ويتركه عرضة لنظام المناعة والعقاقير المستخدمة حاليا لمواجهة المرض، الأمر الذي ربما يمهد للسيطرة عليه.

ولا تستهدف الأدوية المستخدمة حاليا لمواجهة المرض سبب المشكلة، الأمر الذي حاولت الدراسة الجديدة علاجه، بتركيز الجهد في اتجاه الجين، حسبما نشرته دورية الأكاديمية الوطنية للعلوم PNAS مؤخرا.

ويعالج المصابون حاليا بما تسمى «الأدوية المضادة للفيروسات النقهقرة»، التي تبطئ تطور المرض بتخفيف تضاعف الفيروس في دم حامله، وهو ما يعرف بـ«الحمل الفيروسي».

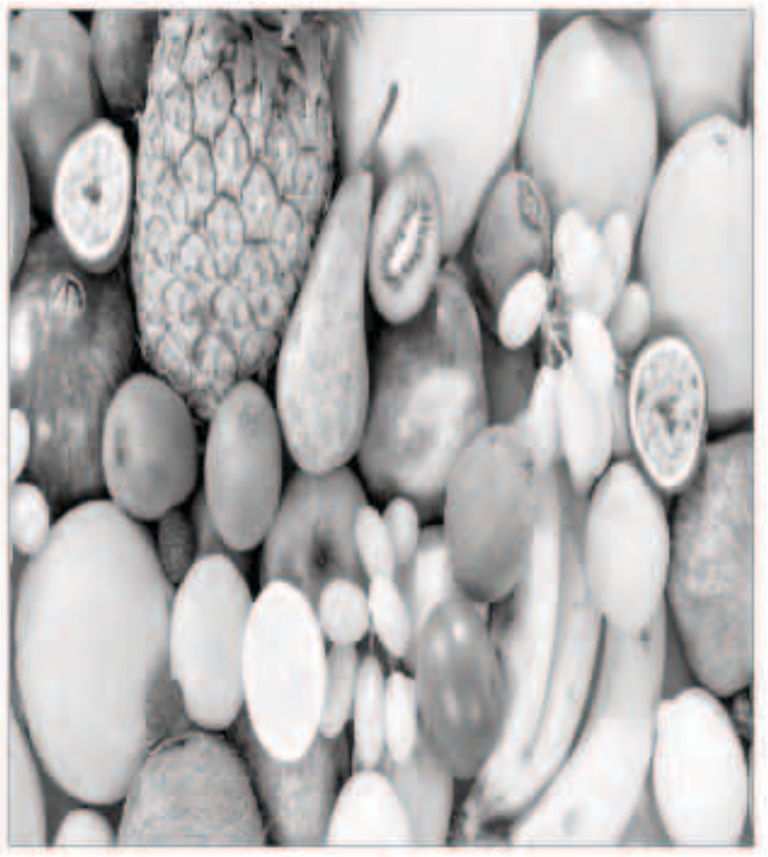
ووفقا للباحثين، فإن تنشيط الجين TAT سيؤدي إلى «التسبب في إنتاج خلايا مصابة بالعدوى بشكل كاف، ومن ثم تمييزها وتدميرها بواسطة جهاز المناعة».

وقال أستاذ الهندسة الحيوية الباحث الرئيسي في الدراسة، جي لياتغ: «خلال الإصابة يشق الحمض النووي لفيروس نقص المناعة المسبب للإيدز طريقه إلى نواة خلية الجسم البشري المستضيفة له، ويدمج نفسه في الجينوم الخاص بها، ليساعد بعد ذلك جين TAT في الاستيلاء على آلية الخلية لإنتاج نسخ جديدة من الفيروس تنفجر في النهاية في الخلية لتصيب الخلايا المجاورة بالعدوى».

وأضاف: «تؤدي الخلايا التي أصيبت بالعدوى عملها بشكل طبيعي رغم إصابتها بالفيروس، طالما لم ينشط جين TAT لإنتاج نسخ جديدة، والمشكلة أن آلية عمل هذا الجين عشوائية، فقد تكون نشطة أو غير نشطة، ويمكن أن يحدث التحول من الحالة غير النشطة إلى النشطة بشكل تلقائي، وبالتالي سيكون من الصعب وقتها مساعدة الجهاز المناعي بالأدوية لمقاومة الخلايا المصابة بالعدوى وقت حدوثه».

وتابع: «النتيجة التي توصل إليها البحث هي أن استهداف منصة إطلاق الفيروسات وهي جين TAT بأدوية تعمل على تنشيطه، سيؤدي إلى إنتاج خلايا مصابة بالعدوى بشكل كاف، ومن ثم تدميرها بواسطة جهاز المناعة»، حسبما نقل «سكاي نيوز».

لحمايتك من البرد والإنفلونزا.. عليك بهذه الأطعمة



لحمايتك من البرد والإنفلونزا خلال فصل الشتاء عليك بتناول عدة أطعمة ومشروبات تزيد من كفاءة الجهاز المناعي ومقاومة الجسم.

ويقول الدكتور مجدي بدران عضو الجمعية المصرية للحساسية والمناعة إن تناول شرب المياه وبكميات كبيرة خلال فصل الشتاء ضروري للتخلص من البلغم، كما أن تناول مشروبات الشاي والتيليو وأوراق الجوافة والبردقوش والنعناع والشمر والزعتر تؤدي لتقوية الجهاز المناعي، وتخفف من احتقان الأنف والحلق، وتسهل التخلص من إفرازات الجهاز التنفسي.

واضاف أن فيتامين سي من أقوى الفيتامينات التي تواجه البرد والإنفلونزا، ويتوافر بكثرة في السبانخ حيث يوفر كل 100 غرام من السبانخ 47% من الاحتياج اليومي للشخص البالغ لفيتامين سي، مشيرا إلى أن الفيتامين يتواجد أيضا وبكثرة في الجوافة والكيوي الأصفر والبقدونس وقشر الليمون النيء والبروكلي والفلفل الأخضر والقرنبيط والبرتقال واليوسفي والمانجو والطماطم والأناناس.

ويقول استشاري المناعة أن مركبات الفايتو والكاروتينويدات تقوي جهاز المناعة وتجعل الجسم مقاوما شرسا للإنفلونزا والبرد، وتتواجد هذه المركبات بوفرة في الفلفل الرومي الذي يتواجد به 30 مادة من الكاروتينويدات القوية والمانعة لنمو الخلايا السرطانية، والمانجو التي ترفع المناعة لثلاثين درجة لاحتوائها على فيتامين ا وفيتامين سي و25 من الكاروتينويدات، مضيفا أن فيتامين سي مضاد للأكسدة ويفيد مرضى الربو ويساعد في تكوين الكولاجين ، وبالتالي يحمي الأنسجة الضامة والجلد، ويفيد في تماسك الأنسجة ويقلل من مضاعفات الأتربة والهواء الملوث.

وكشف بدران أن الجوافة تتربع على عرش الفاكهة الغنية بمضادات الأكسدة وفيتامين سي كما تحتوي على الياف البيكتين التي تتحلل في الأمعاء إلى أحماض دهنية تغذي البكتيريا النافعة المانعة للحساسية وتقوم بتنشيط وتقوية الجهاز المناعي، مشيرا إلى أن الجوافة تحتوي كذلك على مادة الليكوبين التي تزيد من قوة المناعة.

واضاف أن الجوافة تقلل بشكل طبيعي من ضغط الدم ودهون الدم، كما أن غلي أوراقها يفيد مرضى الجهاز التنفسي ويقلل البلغم، ويسهل طرده، ويقلل من الحساسية الصدرية والسعال ويخفف من احتقان الجهاز التنفسي ويرفع المناعة المخاطية ويمنع تراكم الدهون في الشرايين كما يعالج الربو ويحد من تجمع الصفائح الدموية.

الخلاصة كما يقول استشاري الحساسية والمناعة انه لمواجهة البرد والإنفلونزا، علينا بتناول الجوافة والبرتقال واليوسفي والليمون والبروكلي والسبانخ والفلفل والأناناس والمانجو والفراولة، وتناول مشروبات البرقوش والزعتر وغلي أوراق الجوافة، والشمر والنعناع والشاي.. بحسب «العربية نت».

هل تتناول ما يكفي من الكالسيوم وفيتامين «د»؟

يحتاج الجسم إلى معدن الكالسيوم وإلى فيتامين «د»، أولا: لصحة العظام والأسنان، وثانيا: لأداء وظائف عديدة داخل الجسم، وللوقاية من مشاكل صحية ونفسية، ونظرا لنمط الحياة الذي لا يسمح لنا بتعريض مساحات من الجلد لأشعة الشمس المباشرة «وليس من وراء زجاج»، يحدث نقص في فيتامين «د» الضروري ليتمكن الجسم من امتصاص المعدن.

أهم مصادر الكالسيوم، السبانخ، والفاصوليا البيضاء، والبامية، وفول الصويا، والسردين، والسلمون، والحليب ومنتجاته.

أهم مصادر فيتامين «د»، الأسماك الدهنية كالسلمون والتونة والمكاريل، وكبد البقر، وصفار البيض، والجبن والحليب، والفطر «المشروم»، والعصائر المضاف إليها الفيتامين.

ولتحصل على حصة جيدة من فيتامين «د» عن طريق السلمون تناول حصة وزنها 84 غراما من السمك المطبوخ لتحصل على 450 وحدة دولية من الفيتامين. ويوفر كوب الحليب بين 50 و100 وحدة دولية.

ويحتاج الشخص البالغ والطفل بين سن 4 و8 سنوات إلى 1000 وحدة دولية في اليوم، بينما يحتاج الطفل بين سن 9 و18 سنة إلى 1300 وحدة دولية في اليوم، بحسب ما نقل «24».

علماء يطورون تكنولوجيا لقاحات قابلة للتعديل لمكافحة الأوبئة

يعتزم تحالف عالمي يهدف إلى مكافحة الأوبئة استثمار ما يصل إلى 8.4 ملايين دولار لتطوير تكنولوجيا لإنتاج لقاحات صناعية قابلة للتعديل لتناسب كل مرض على حدة بما يسمح بمكافحة العديد من البكتيريا والفيروسات مثل الإنفلونزا والإيبولا وداء الكلب «السعار».

ويهدف الاتفاق بين «تحالف ابتكارات الاستعداد للأوبئة» وفريق من العلماء من «إمبريال كوليدج» في العاصمة البريطانية لندن إلى تطوير «منصة لقاحات» تستخدم تقنية تمكن الحمض النووي الريبوزي، الذي يمثل الجينوم في سلالة من الفيروسات ويسمح لها بالاستنساخ والتكاثر، من تعزيز قدراته وتعرف هذه التقنية اختصارا باسم «إس.إيه-آر.إن.إيه».

ويستخدم نظام «منصة اللقاحات» ذات المكونات الأساسية ثم يمكن تعديله للتحصين من أمراض مختلفة من خلال إضافة تسلسل جيني جديد من المرض المستهدف الوقاية منه.

وقال روبن شاتوك الذي يقود فريق إمبريال الذي يطور النظام الذي أطلق عليه اسم «رابيدفاك» «يمكن أن يشكل نقلة ضخمة. قد يغير الطريقة التي ننتظر بها إلى كيفية صنع التطعيمات».

وأضاف أنه ما زالت هناك حاجة لسنوات عديدة من البحث والاختبار لكنه يأمل في أن تؤدي تلك التكنولوجيا في يوم من الأيام لإنتاج تطعيمات تؤخذ مرة واحدة فقط للوقاية من وباء واحد أو إنتاج خليط من اللقاحات التي تحصن من عدة أمراض معدية مختلفة في آن واحد.

والفكرة وراء تقنية «إس.إيه-آر.إن.إيه» هي محاكاة الطريقة التي تعمل بها خلايا الجسم لصنع مصل مضاد لمقاومة الأمراض، بما يعني إدخال جسم غريب يحفز رد فعل مناعي بدلا من حقن الجسم بالمصل ذاته بشكل مباشر.

وقال شاتوك في مقابلة عبر الهاتف «الميزة الأخرى هي أن الإنتاج في هذه الحالة سيكون سريعا جدا لأن العملية برمتها صناعية».

وظهور وباء مثل ما حدث مع الإيبولا في إفريقيا أو زيكا الذي انطلق من البرازيل هو أمر يحدث على فترات ولا يمكن التنبؤ به ويتطور الوضع فيه بسرعة شديدة، وفي المقابل يستغرق تطوير لقاح للتحصين من مثل تلك الأمراض في الوقت الراهن ما يصل إلى عشر سنوات أو أكثر.

وتشكل «تحالف ابتكارات الاستعداد للأوبئة» في بداية 2017 بهدف إسراع وتيرة تطوير التطعيمات بشكل جذري خاصة ضد أمراض جديدة لم يسبق التعامل معها.

ويأمل التحالف وفريق العلماء في البدء في إجراء تجارب على الحيوانات في المعمل في أوائل العام المقبل ثم التحول لتجارب سريرية مبكرة على البشر خلال عامين.