



من محاربة السرطان إلى زراعة الوجه .. إنجازات الطب في 2018



يقعد العالم آمالاً كبيرة على تقدم العلوم الطبية حتى يقضي على عدد من الأمراض المستعصية والفاتكة، ولم تفلح سنة 2018 المشرقة على الانتهاء من بوارق أمل نبعث على التفاؤل.

ولأن مسار العلوم يعتقد على التراكم، تحتاج الخطوات الطبية الواعدة التي تحققت في 2018، إلى مزيد من التجارب في الغالب، لاسيما أنها تجري على الفئران في المرحلة الأولى.

وفي حال التوصل إلى علاجات ناجحة، تحتاج المؤسسات الأكاديمية إلى من يتبنى مشروعاتها حتى ينتج دواء يضمن مناسب يضمن العلاج لملايين المرضى في العالم.

لنجاح ضد السرطان

ومن محطات الطب المهمة في العام الحالي، إعلان باحثين من جامعة ستانفورد الأمريكية، في شهر يناير الماضي، عن تطوير لقاح يستطع القضاء على الأورام السرطانية.

ويحسب مواقع «نيسينز إنسايدر» فإن لقاحاً جرى تجربته على فئران مصابة بالسرطان، تمكن من القضاء على الأورام السرطانية على الصيوان، وفي حال نجح هذا الأمر لدى الإنسان، فإن علاج المرض الخطير سيكون أكثر سهولة ونجاعة.

ويسودى العلاج الكيميائي للسرطان في الوقت الحالي إلى تضرر الجهاز المناعي، وتظهر مضاعفات جانبية خطيرة لدى الكثير من المرضى.

ويؤكد الأستاذ والباحث المشرف على الدراسة، رونالد ليفي، «لنست ثمة حدود لأنواع الأورام التي يستطيع هذا اللقاح أن يعالجها».

زراعة وجه استثنائية

وخلال 2018، أنجز جراحون فرنسيون، معجزة طبية، منيرة، بإجرائهم عملية زرع وجه للمرة الثانية لنفس المريض.

وكان المريض، الذي لم يتم الكشف عن اسمه، قد خضع لعملية زراعة وجه قبل 7 سنوات، إلا أن جسمه رفض الزرع بصورة قوية ومفاجئة.

وأعفى المريض، وهو في الأربعينيات من عمره، شهرين في المستشفى دون وجه، إذ وضعه الأطباء في غيبوبة بعد أن أزالوا «الوجه الأول»، لتحين العثور على متبرع مناسب للوجه الثاني.

واستغرقت العملية يوماً كاملاً، وإن يتمكن الأطباء من معرفة ما إذا نجحت العملية أم لا، قبل بضعة أسابيع.

جدير بالذكر، أن عمليات زراعة الوجه شائعة جداً، إذ أجريت نحو 40 عملية فقط حتى الآن، وفق ما ذكر موقع «تغراف».

ويتوجب على المرضى أن يستمروا بأخذ أدوية تكظم عمل الجهاز المناعي، كي لا ترفض أجسادهم «الجسم الدخيل».

ومن الأعراض الجانبية لهذه

الأدوية، أنها تجعل المرضى عرضة للإصابة بالالتهابات والسرطان.

دواء يحمي من نوبات القلب

ولأن 610 آلاف شخص يموتون سنوياً بسبب أمراض القلب في الولايات المتحدة لوحدها، أعلنت شركة «بيوتك أمارين»، في سبتمبر الماضي، أنها طورت دواء يعرف بـ «Vascepa»، يمكنه أن يخفف احتمال الإصابة بنبوية القلب بواقع 25 في المئة.

ويباع هذا الدواء بناءً على وصفة الطبيب، ويقدم للأشخاص الذين يتبعون نظاماً غذائياً منخفض الدهون مثل الصائين بارتقاء الكوليسترول.

ووافقت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية على هذا الدواء، في 2015، لكن التجربة أثبتت خلال الستة الحالية أنه يؤدي دوراً ناجحاً في خفض بعض أنواع الدهون الضارة بالجسم.

بشرى لمرضى الصاع النصفي

وفي ظل عدم وجود أي علاج ناجح وتنام لمرض الصاع النصفي

المعروف بـ«الشقيقة»، وافقت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية، في مايو 2018، على دواء «Aimovig»، ويقوم هذا العلاج على إعطاء حقنة واحدة في الشهر لأجل تعطيل بعض الجزيئات المسؤولة عن الألم الناجم عن المرض.

وتم تجربة هذا الدواء، ثلاث مرات، وقال المرضى الذين تلقوا الحقن، إن وضعهم تحسن على نحو ملحوظ، كما أنهم شهدوا عدداً أقل من نوبات المرض مقارنة بالسابق.

وفي التطور آخر قال أطباء إن امرأة في البرازيل وضعت مولودة بعد أن خضعت لعملية زرع رحم تم تبرعاً متولدة في أول حالة ناجحة من نوعها.

وشملت الحالة التي نشرتها مجلة «لانسيت» الطبية توصيل أودة من رحم المتبرعة بأودة المتلقي، وكذلك توصيل الشرايين والأربطة والغوات المهبلية، وثاني الولادة بعد فشل 10 حالات سابقة، جرى خلالها نقل

المعروف بـ«الشقيقة»، وافقت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية، في مايو 2018، على دواء «Aimovig»، ويقوم هذا العلاج على إعطاء حقنة واحدة في الشهر لأجل تعطيل بعض الجزيئات المسؤولة عن الألم الناجم عن المرض.

وتم تجربة هذا الدواء، ثلاث مرات، وقال المرضى الذين تلقوا الحقن، إن وضعهم تحسن على نحو ملحوظ، كما أنهم شهدوا عدداً أقل من نوبات المرض مقارنة بالسابق.

وفي التطور آخر قال أطباء إن امرأة في البرازيل وضعت مولودة بعد أن خضعت لعملية زرع رحم تم تبرعاً متولدة في أول حالة ناجحة من نوعها.

وشملت الحالة التي نشرتها مجلة «لانسيت» الطبية توصيل أودة من رحم المتبرعة بأودة المتلقي، وكذلك توصيل الشرايين والأربطة والغوات المهبلية، وثاني الولادة بعد فشل 10 حالات سابقة، جرى خلالها نقل

أغذية مقاومة للسرطان.. 10 أطعمة تحمي من المرض «القاتل»

بعد النظام الغذائي المتوازن أفضل ضمانات للتمتع بصحة جيدة، خصوصاً إذا ما عرفنا أن هناك بعض الأطعمة التي تمنع الإصابة بأمراض كثيرة وتكافح مضاعفاتها، لا سيما الأمراض التي يانت شائعة مؤخراً، مثل السرطان.

وينصح الأطباء بالإكثار من الأطعمة التي تحتوي على مضادات الأكسدة والفيتامينات والمعادن والألياف، والتي تساعد الجسم على محاربة نمو الخلايا السرطانية، وفق نقل موقع «هيلث أند بريلي»، والذي أشار إلى مجموعة من الأغذية التي تحمي من «المرض القاتل»:

البروكلي

تتمتد حقنة من البروكلي المسلوق مجموعة من العناصر الغذائية التي يمكن أن تعمل مع الإنزيمات في جسمك على مكافحة السرطان. هذا إلى جانب كون البروكلي مصدر ممتاز لبعض الفيتامينات مثل سي وكي.

الطماطم

تشير بعض الدراسات إلى أن مادة الليكوبين الموجودة في الطماطم، لديها خصائص مضادة للسرطان. كما أن الطماطم مصدر جيد لفيتامين سي.

التوم

يحتوي التوم على مركبات الكيريت التي يمكن أن تساعد في الحد من مخاطر تطور أنواع مختلفة من أمراض السرطان، والتوم أيضاً مصدر جيد لفيتامين بي 6 والمنغنيز.

الذرة

تحتوي الذرة على بيتا-كاروتينوكسانثين وحمض الفيروليك، وكلاهما قد يبطئ نمو السرطان. ويمكنك استخدام الذرة بأي شكل من الأشكال، سواء كانت مسلوقة أو مشوية، أو «فشار».

الشندر

يعتقد أن المسادة الغذائية التي تعطي الشمندر لونه الأحمر المميز، هي المادة ذاتها التي لديها خصائص مضادة للسرطان، بحسب ما نقل «سكي نيوز».

بعد النظام الغذائي المتوازن أفضل ضمانات للتمتع بصحة جيدة، خصوصاً إذا ما عرفنا أن هناك بعض الأطعمة التي تمنع الإصابة بأمراض كثيرة وتكافح مضاعفاتها، لا سيما الأمراض التي يانت شائعة مؤخراً، مثل السرطان.

وينصح الأطباء بالإكثار من الأطعمة التي تحتوي على مضادات الأكسدة والفيتامينات والمعادن والألياف، والتي تساعد الجسم على محاربة نمو الخلايا السرطانية، وفق نقل موقع «هيلث أند بريلي»، والذي أشار إلى مجموعة من الأغذية التي تحمي من «المرض القاتل»:

البروكلي

تتمتد حقنة من البروكلي المسلوق مجموعة من العناصر الغذائية التي يمكن أن تعمل مع الإنزيمات في جسمك على مكافحة السرطان. هذا إلى جانب كون البروكلي مصدر ممتاز لبعض الفيتامينات مثل سي وكي.

الطماطم

تشير بعض الدراسات إلى أن مادة الليكوبين الموجودة في الطماطم، لديها خصائص مضادة للسرطان. كما أن الطماطم مصدر جيد لفيتامين سي.

التوم

يحتوي التوم على مركبات الكيريت التي يمكن أن تساعد في الحد من مخاطر تطور أنواع مختلفة من أمراض السرطان، والتوم أيضاً مصدر جيد لفيتامين بي 6 والمنغنيز.

الذرة

تحتوي الذرة على بيتا-كاروتينوكسانثين وحمض الفيروليك، وكلاهما قد يبطئ نمو السرطان. ويمكنك استخدام الذرة بأي شكل من الأشكال، سواء كانت مسلوقة أو مشوية، أو «فشار».

الشندر

يعتقد أن المسادة الغذائية التي تعطي الشمندر لونه الأحمر المميز، هي المادة ذاتها التي لديها خصائص مضادة للسرطان، بحسب ما نقل «سكي نيوز».



4 أخطاء يرتكبها الكثيرون عند تنظيف أسنانهم



في الوقت الذي يدرك الجميع أنه يجب علينا تنظيف أسناننا مرتين في اليوم، كشف الخبراء عن الأخطاء الشائعة التي يرتكبها الكثيرون في روتين العناية اليومي بالأسنان.

وأوضح الدكتور مارك هيوز، وهو طبيب أسنان من هارلي ستريت وسفير فوريو، أنه يجب علينا تجنب الشطف بعد تنظيف الأسنان بالفرشاة، بالإضافة إلى الامتناع عن استخدام غسول الفم.

وفيما يلي، مجموعة من الأخطاء التي يرتكبها البعض في تنظيف أسنانهم، بحسب ما نقلت صحيفة ديلي ميل عن الدكتور هيوز:

1- لا تطشش أسنانك بعد تنظيفها بالفرشاة

في حين أن معظمنا نشطف أفواهنا بالماء بعد تنظيف الأسنان بالفرشاة، قال الدكتور هيوز إن هذا التصرف خاطئ، حيث يغسل الماء كل المواد اللينة المعجون، بما في ذلك مادة الفلورايد، ويجب

أن نعلمي هذا العنصر الوقت الكافي لإداء عملها في حماية ميناء الأسنان.

2- تجنب غسول الفم

بالإضافة إلى عدم شطف الفم بالماء، حذر الدكتور هيوز

من استخدام غسول الفم، حيث قال: «الكحول في غسول الفم يمكن أن يجفف فمك من الداخل، وهذا بدوره يزيد من نمو البكتيريا، وهو عكس ما تحاول تحقيقه، حيث أن

بالفرشاة، إلا أن الكثيرين يهملون تنظيف اللسان، وقال الدكتور هيوز: «تنظيف اللسان أمر غير شائع بين الكثيرين، ولكن اللسان في الحقيقة أرض خصبة مثالية للبكتيريا المهاجمة».

ويعد أن تنظيف أسنانك كل يوم، استخدم فرشاة خاصة لتنظيف لسانك، فالبكتيريا على اللسان تسبب تسوس الأسنان، وتؤدي إلى رائحة الفم الكريهة.

4- تجنب المنتجات الغريبة

ظهرت منتجات جديدة بما في ذلك معجون الأسنان الفحشي في السوق في السنوات الأخيرة، ويحذر الدكتور هيوز بضرورة تجنب مثل هذه البدع وقال «هناك الكثير من المنتجات التي تدعي أنها تحسن صحة الفم وتبيض الأسنان، فعلى سبيل المثال، معجون الأسنان الفحشي يزيل ميناء الأسنان، ويجب تجنب استخدامه لتنظيف الأسنان، بحسب ما نقل «24».

لتقي نفسك من الزهايمر .. تناول البرتقال أو اشربه يومياً



أرحام من متبرعات متوفيات، في إصاب مولود حي، وكانت هذه الحالات في الولايات المتحدة وجمهورية التشيك وتركيا.

وشوخت أوساط باهية هذه العملية، باعتبارها أنها قد تقدم للنساء اللاتي يعانين من العقم الرحمي إمكانية الحصول على مجموعة أكبر من المتبرعات المحتملات.

وبما أن مرضى السكري يحتاجون كثيراً إلى الانتباه لمستوى الفلوكوز في الدم، طور معهد «أولسان» الكوري الجنوبي للعلم والتكنولوجيا، عدسات لاصقة قادرة على مساعدة من يعانون المرض.

وأوضحت المؤسسة الأكاديمية المرموقة، في بيان رسمي، أن هذه العدسات تعتمد على دموع الإنسان لراقية المستوى الذي يصله الفلوكوز.

وتنمت صناعة هذه العدسات اللاصقة من مادة النانو، وهي رقيقة جداً حتى لا تؤثر على الرؤية لدى الإنسان، لكن هذه العدسات جرى تجربتها على الأرانب فقط حتى الآن.

بإخا الاكتئاب

وأعلنت شركة «جونسون آند جونسون»، في مايو الماضي، نموذجاً لبخاخ يمكن أن يستخدم في علاج مرض الاكتئاب، من خلال الاعتماد على العقار المعروف بـ«الكيتامين» منذ عقود.

وأجرى باحثون تجربة شملت 236 شخصاً يعانون حالات اكتئاب، تستعصي على الأدوية التقليدية، ثم رصدت آراء 236 شخصاً بشأن التأثير.

وأظهرت التجربة أن من استخدموا بخاخ الألف إلى جانب الأدوية التقليدية شعروا بتحسن ملحوظ، خلال 4 أسابيع فقط، بخلاف من لم يستخدموا بخاخ الكيتامين، بحسب ما نقل «سكي نيوز».

أرحام من متبرعات متوفيات، في إصاب مولود حي، وكانت هذه الحالات في الولايات المتحدة وجمهورية التشيك وتركيا.

وشوخت أوساط باهية هذه العملية، باعتبارها أنها قد تقدم للنساء اللاتي يعانين من العقم الرحمي إمكانية الحصول على مجموعة أكبر من المتبرعات المحتملات.

وبما أن مرضى السكري يحتاجون كثيراً إلى الانتباه لمستوى الفلوكوز في الدم، طور معهد «أولسان» الكوري الجنوبي للعلم والتكنولوجيا، عدسات لاصقة قادرة على مساعدة من يعانون المرض.

وأوضحت المؤسسة الأكاديمية المرموقة، في بيان رسمي، أن هذه العدسات تعتمد على دموع الإنسان لراقية المستوى الذي يصله الفلوكوز.

وتنمت صناعة هذه العدسات اللاصقة من مادة النانو، وهي رقيقة جداً حتى لا تؤثر على الرؤية لدى الإنسان، لكن هذه العدسات جرى تجربتها على الأرانب فقط حتى الآن.

بإخا الاكتئاب

وأعلنت شركة «جونسون آند جونسون»، في مايو الماضي، نموذجاً لبخاخ يمكن أن يستخدم في علاج مرض الاكتئاب، من خلال الاعتماد على العقار المعروف بـ«الكيتامين» منذ عقود.

وأجرى باحثون تجربة شملت 236 شخصاً يعانون حالات اكتئاب، تستعصي على الأدوية التقليدية، ثم رصدت آراء 236 شخصاً بشأن التأثير.

وأظهرت التجربة أن من استخدموا بخاخ الألف إلى جانب الأدوية التقليدية شعروا بتحسن ملحوظ، خلال 4 أسابيع فقط، بخلاف من لم يستخدموا بخاخ الكيتامين، بحسب ما نقل «سكي نيوز».

ويحتاج الجسم إلى فيتامين «C»، كذلك لتحسين جوانب أخرى لجهاز المناعة، ويعد الفيتامين مكوناً رئيسياً للكولاجين الضروري لإصلاح خلايا الجسم وللمساعدة على نمو خلايا جديدة للأنسجة.

أما عن الفوائد الأخرى للبرتقال وعصيره فهي كما يلي:

«تقوية جهاز المناعة»

«الحماية من السرطان»

«تحسين الجسم من السموم»

«تعزيز الدورة الدموية»

«مضاد للكشور»

«تخفيف ضغط الدم»

«تحسين نسبة الكوليسترول الضار بحسب ما نقل «العربية نت».

لا يتناولون البرتقال ضمن برنامجهم الغذائي اليومي.

ذلك بسبب أن عصير البرتقال يحتوي على أكثر من 30 مادة غذائية وبيولوجية نشطة، كما أن من أهم مكوناته الغذائية مركبات نباتية الأصل ضرورية لصحة الإنسان.

فالبرتقال يحتوي على عناصر علاجية عديدة، ويعد من أغنى المواد الغذائية بفيتامين «C»، حيث تعطي حصة واحدة من عصير البرتقال أكثر من 200% من الكمية الموصى بها من الفيتامين والذي يعمل بدوره كمضاد أكسدة طبيعي في الجسم، ويقوم بتدمير أو توحيد الجذور الحرة قبل أن تلحق أي ضرر بالجسم.

لا يتناولون البرتقال ضمن برنامجهم الغذائي اليومي.

ذلك بسبب أن عصير البرتقال يحتوي على أكثر من 30 مادة غذائية وبيولوجية نشطة، كما أن من أهم مكوناته الغذائية مركبات نباتية الأصل ضرورية لصحة الإنسان.

فالبرتقال يحتوي على عناصر علاجية عديدة، ويعد من أغنى المواد الغذائية بفيتامين «C»، حيث تعطي حصة واحدة من عصير البرتقال أكثر من 200% من الكمية الموصى بها من الفيتامين والذي يعمل بدوره كمضاد أكسدة طبيعي في الجسم، ويقوم بتدمير أو توحيد الجذور الحرة قبل أن تلحق أي ضرر بالجسم.

الكشف عن الطريقة الأصح لتناول نبات مغذ نستهلكه بصورة خاطئة



السيانخ المطبوخة في درجة حرارة منخفضة، تحافظ على كمية أكبر من الفيتامين.

وقالت الدكتورة، لينا يوناسون، من قسم العلوم الطبية والصحية: «لقد قمنا بمقارنة درجات حرارة مختلفة لطرق التحضير المنزلي، ودرست طرق تحضير السيانخ دون طهيها، مثل وضعها في السلطات والعصائر».

وثبت أن اللوتين يساعد في تقليل النورم الزمّن في الأوعية الدموية لدى المرضى المصابين بمرض الشريان التاجي، ما قد يقلل من خطر الإصابة بنبوية قلبية، بحسب ما نقل «روسيا اليوم».

الغذائي، وقاموا بقياس مستويات اللوتين بشكل منتظم، وخلصوا إلى أنه من الأفضل مزج الأوراق الخام مع منتجات الألبان، قبل استهلاكها.

وقالت الباحثة الدكتورة، روزانا تشونغ: «عندما تقطع أوراق السيانخ إلى قطع صغيرة، يتم إفراز المزيد من اللوتين وتزيد الدهون من ذوبان المركب في السائل».

وأوضح الباحثون أن ذوبان كمية أكبر من اللوتين في السائل، يزيد من معدل استيعابها من قبل الجسم، وتوصلت الدراسة المنشورة في مجلة «Food Chemistry» إلى أن وجبة

كشفت دراسة سويدية أن طهي السيانخ والخضروات المورقة يؤدي إلى تخطيم مضادات الأكسدة فيها، ويقلل من غرض الحصول على الفائدة الصحية المرجوة منها.

وتوصل باحثو جامعة «Linköping» إلى أن تقطيع السيانخ ومزجها مع الحليب أو اللبن، يساعد على إطلاق المادة الغذائية القوية، المعروفة باسم اللوتين، التي تقلل من مخاطر الإصابة بالأمراض القلبية وتحت تفيد العين.

وأختر الباحثون طرقاً مختلفة لطهي السيانخ الموجودة في السوبر ماركت، لمعرفة كيفية تغير محتواها