إعداد : ياسر السيد

العدد 3387 - السنة الثانية عشرة
الأحد 6 شوال 1440 - الموافق 9 يونيو 2019
Sunday 9 June 2019 - No.3387 - 12 th Year

خطوة مهمة لجميع المرضى

جهاز مسح جديد يستطيع كشف الأمراض في كل أنحاء الجسم

حين كان سايمون تشيرى ورمزى بدوى صغارا كانا يحلمان بأن يصبحا يوما رائدى فضاء، يكشفان أسرار المجرات البعيدة. حلمهما لم يتحقق لكنهما استبدلا به حلم كشف الأسرار داخل جسم الإنسان. وحصل الاثنان على منحة قدرها 15.5 مليون دولار، لابتكار أول جهاز للمسح يغطى الجسم كله، وعلى خلاف الأشعة المقطعية (إكس-راى) والتصوير بالرنين المغناطيسى (إم.آر.آى) تعمل تقنية التصوير النووى واسمها العلمى التصوير المقطعى بالإصدار البوزيترونى (بى.إى.تى) على المستوى الجزيئى. وقال تشيرى أستاذ الأشعة وهندسة الطب الحيوى فى جامعة كاليفورنيا بديفيز: «استطعنا أن نقول شيئا عما تفعله الخلايا فى الجسم.»

وأضاف، «كيف على سبيل المثال تقوم بعملية الأيض وكيف تنشطر بسرعة، إذا أخذنا السرطان على سبيل المثال يمكن أن يكون هذا فى غاية الأهمية أن تعرف ما إذا كان الدواء الذى استخدمته يوقف عملية الأيض عند الورم.» ويقصد بالأيض أو التمثيل الغذائى العمليات البيوكيميائية التى تتم داخل الجسم عندما يقوم ببناء الأنسجة الحية من مواد الطعام. ونظرا لعشقهما القديم بالفضاء، أطلق العالمان على جهاز المسح الجديد اسم (إكسبلورار- المستكشف). وأجهزة التصوير المقطعى بالإصدار البوزيترونى (بى.إى.تى) الحالية تصور فقط أجزاء من الجسم، لكن جهاز (المستكشف) الجديد يصور الجسم كله دفعة واحدة. وقال بدوى أستاذ الأشعة بالجامعة: «إذا فكرت ستجد أن ما من عضو فى جسم الإنسان يعمل وحده»، مضيفا أن ابتكارهما يقدم «نظاما متكاملا نظاما لكل الأعضاء فى تفاعلها مع بعضها البعض.»

إلى السيدات .. احذرن حقن البوتوكس

تستخفّ النساء عادة بحقن البوتوكس وبغيرها من المواد القابلة للحقن، إلا أنّ جراحي التجميل يتفقون على أنّ حقن الوجه على النحو الصحيح يتطلب جرّاحا ماهرا ومدرّبا جيّدا.

إجراء البوتوكس على يد طبيبك النسائي ليس فكرة جيّدة. فالعديد من هؤلاء الأطباء لا يعرفون تشريح الوجه وعضلات الوجه التعبيرية. فهم يأخذون دورة مدّتها بضعة أيام، ويبدأون بحقن المرضى، ولكن الأمر أكبر من مجرّد تعلم كيفيّة حقن الإبرة

– السؤال عن نوع البوتوكس المستخدم:

البوتوكس أنواع حتى أن كل طبيب يفضل نوعا معينا، ولا يمكن أن نقول هناك الجيد منه وهناك السيئ لأن أي بوتوكس مرخص من قبل وزارة الصحة سواء في أميركا أو بريطانيا أو كوريا أو الصين، وأي دواء لا يمكن أن يطرح في السوق بدون هذا الترخيص في البلد الأم . .

والمريض عليه أن يسأل طبيبه عن النوع الذي يستعمله، كما عليه أن يكون واثقا من أن هذا الطبيب يضع له الإسم الذي قاله فلا يقول شيئا ويستعمل شيئا آخر . حتى في حال المريض زيارة دكتور تجميل غير الدكتور الأول المعتمد في حقنه البوتوكس فعليه أن يذكر للدكتور الجديد نوع البوتوكس المستخدم في المرة الأولى.

– تحجير الوجه :

اليوم بتنا نسمع أن كثيرين يستعملون البوتوكس بهدف تجميلي وهم ليسوا أطباء تجميل!! لذا نرى أحيانا البوتوكس يتحجر في الوجه رغم أنه من المستحيل أن يتحجر، من هنا كان هذا احتيالا على المريض من قبل الأطباء وصالونات التجميل التي باتت تعمل في هذا المجال.

مكان البوتوكس في الوجه:

احـذري: إذا تم حقن المنتج قريبا جدا من مقلة العين، وتحرّك المنتج، فقد يؤثر هذا على العضلات الصغيرة التي تتحكم في تركيز مقلة العين داخل المدار العظمي. وقد يسبّب هذا العمى المؤقت .

–هناك فرق كبير بين «البوتكس» و«الفيلر»:

فالبوتكس يقلل من حدّة التجاعيد التعبيرية بينما «الفيلر» يكون خاصا بالتعبئة في المناطق التي فيها فراغات حول الفم أو الخدود، وللفيلر أنواع مختلفة ومتعددة يقوم الطبيب المختص باختيارها حسب حالة البشرة والمكان المراد تعبئته.

–شروط يجب اتباعها عند حقن الفيلر : ا–التوقف عن تناول الأسبرين ومواد التهابات المفاصل مثل الفولترين والبروفين لمدة أسبوع على الأقل

ب–التوقف عن تناول فيتامين (ي) وذلك للحد من الكدمات الزرقاء التي تظهر بعد الحقن .

ت–في حالة وجود التهابات فيروسية أو بكتيرية يجب تناول المضادات الحيوية والفيروسية قبل الحقن

ث–يشترط معرفة المراجع والمريض للأدوية والأغذية المسببة للحساسية التي قد تصيب المراجع وذلك تلافيا لأي رد فعل أثناء الحقن أو بعده

يعتبر البوتكس و الفيلر من أهم الصيحات في عالم التجميل بسبب الإقبال الكبير وبسبب النتائج التجميليه الرائعه التي يمكن ل المرضى الحصول عليها . كما ان نسبه الأمان العاليه لكلاهما في حال استخدم من قبل أيد خبيره تجعلهما محل ثقه عاليه هنالك بعض المعلومات الخاطئه حولهما

منها انه يجب البدء بالبوتكس والفيلر فقط بعد سن الثلاثين هذه المعلومات تخص البعض وليس الجميع فهنالك الكثير من الأشخاص بس العشرين تفقد الكثير من الوزن بسبب حميه معينه فيبدأ الذبول والتعب الشديد على الوجه بسبب فقدان الدهن الداعم ل العضلات في هذه الحاله يجب تعويض الدهن الزائل عن طريق حقن ماده الفيلرز مهما كان عمر المريض ومن ناحيه اخرى هنالك الكثير من الأشخاص يواظبون على استخدام عضلاتهم بكثره اثناء الحديث يودي ذلك لاحقا لحدوث تجاعيد ديناميكيه تتحول مع الوقت ل خطوط دائمه يصعب ازالتها في هذه الحاله يستطب البوتكس اذا كان المريض فوق العشرين عاما

دراسة : العزوبية أحد أسباب زيادة الوزن

كشفت دراسة جديدة ان الشخص الذي يعيش بمفرده يكون أكثر تعرضا من الآخرين لزيادة الوزن.

توصلت الدراسة التي أجراها باحثون في جامعة كوينزلاند الاسترالية للتكنولوجيا الى ان تدني المهارات المطبخية وعدم وجود شريك للتسوق معه وارتفاع كلفة المواد الغذائية وغياب الدافع للطهي كلها مسؤولة عن ميل العازب الى اعتماد نظام غذائي غير صحي. وأظهرت الدراسة ان احتمالات النظام الغذائي غير الصحي بين الرجال الذين يعيشون بمفردهم أكبر منها بين النساء اللواتي يعيشن بمفردهن.

ونقلت صحيفة الديلي تيل عن الدكتورة كاثرين حنة التي شاركت في الدراسة بتحليل 41 بحثا سابقا «ان نتائجنا وجدت ان الأشخاص الذين يعيشون بمفردهم يستهلكون غذاء أقل تنوعا وكميات أقل من مواد غذائية أساسية مثل الفواكه والخضروات والأسماك».

وأشارت الدكتورة حنة الى ان عدد الأشخاص الذين يعيشون بمفردهم في البلدان المتطورة يستمر في الازدياد. وتبين الدراسة ان عيش الشخص بمفرده يشكل حاجزا أمام تناول غذاء صحي بالارتباط مع الأدوار الثقافية والاجتماعية للغذاء والطهي.

وعلى سبيل المثال ان غياب الدافع والمتعة في الطهي و/أو تناول الأكل على انفراد كثيراً ما تدفع الأشخاص الذين يعيشون بمفردهم الى اعداد وجبات بسيطة أو جاهزة دون ان تحوي أي مغذيات. وقالت الدكتورة حنة ان غياب الدعم أو التشجيع على الالتزام بتوجيهات التغذية الصحية وصعوبة تحديد حجم الوجبة كلها عوامل تؤثر في النظام الغذائي للأشخاص الذين يعيشون بمفردهم تأثيرا سلبيا.

وعلى سبيل المثال ان الشخص المترمل أو المطلق ربما كان يعتمد في السابق على شريكه في تحضير الوجبات الغذائية ولا يمتلك المهارات المطبخية الكافية لاعداد وجبات صحية بمفرده.

كما تفسر العوامل الاقتصادية قلة استهلاك مواد غذائية اساسية مثل الفواكه والخضروات لأنها تتطلب شراءها واستهلاكها مرات كثيرة ، الأمر الذي قد يكون باهظ الكلفة. وقالت الدكتورة حنة «ان العوامل النفسية ايضا يمكن ان تؤثر في النظام الغذائي». واقترحت برامج تركز على تدريب الأشخاص الذين يعيشون بمفردهم لاكتساب مهارات مطبخية وتوفير المواد الغذائية بأسعار متهاودة وإيجاد فرص مقبولة إجتماعيا لتناول الغذاء في أجواء جماعية.

مرضى القلب يواجهون خطراً كبيراً للإصابة بنوبة أو ذبحة صدرية بسبب تلوث الهواء

نتائج جديدة وخطيرة كشفت عنها دراسة علمية حديثة، حيث أفادت بأن الأشخاص الذين يعانون من أمراض القلب يواجهون خطرا كبيرا للإصابة بنوبة قلبية خطيرة أو ذبحة صدرية بسبب تلوث الهواء. وأوضح الباحثون خلال الدراسة التي قدمت في اجتماع جمعية القلب الأمريكية في أورلاندو وشملت على أكثر من 16000 مريض، أن العيش بجوار الطرق السريعة والتعرض لعوادم السيارات يرفع من فرص إصابة مرضى القلب بنوبة قلبية مميتة أو ذبحة صدرية. ووجد فريق البحث من معهد القلب "Intermountain" الطبي الأمريكي، أن هناك ارتباطا قويا بين سوء نوعية الهواء مع خطر الاصابة بنوبة قلبية مميتة. وقالت الدكتورة كينت ميريديث، أستاذة أمراض القلب والباحثة في معهد "Intermountain" الطبي، إن تلوث الهواء يضر الشريان التاجي ويصبح جزءا كبيرا من عضلة القلب غير قادر في الحصول على الدم، لافتة إلى أن هذه الأزمة إذا تركت دون علاج لفترة طويلة جدا تسبب عدم وجود الأكسجين إلى القلب، وهذا يترتب عليه تلف عضلات القلب التي لا يمكن إصلاحها وقد يؤدى هذا إلى الوفاة المبكرة. وأضاف الباحثون أن ممارسة الأنشطة الرياضية في الهواء الطلق يمكن أن تقلل من التهاب الشرايين، وبالتالى تجعل المرضى أقل حساسية للجسيمات الدقيقة الموجودة في الهواء. وقد نشرت نتائج الدراسة مؤخرا عبر الموقع العلمى "Science Daily"، الأمريكى.

مفاجأة ... بعض الأسماك تحوي إشعاعات خطرة!

بعد الزوبعة التي أثيرت عن اللحوم الحمراء المصنعة، وتسببها في مرض السرطان، تذكر تقارير إنّ الأمر ذاته ينطبق على بعض الأنواع من الأسماك، فقد تبين أن لحومها تحوي اشعاعات خطرة للغاية تسبب السرطان.

أشرف أبوجلالة: في الوقت الذي يعد فيه السمك من الأطعمة الأساسية بالنسبة لقطاع كبير من الإشخاص في مختلف أنحاء العالم، نظرا لانخفاض سعره وما هو معروف عنه من قيمة غذائية، يبدو أن تلك المعادلة قد تتغير عما قريب ويفقد السمك تلك المكانة الغذائية المميزة، بعد ظهور تقارير تزعم انتشار أسماك مصابة بأورام سرطانية دموية !

وذكر موقع سوبر ستيشن 95: «حتى حزيران/ يونيو الماضي، وصلت الإشعاعات الموجودة في المحيط الهادئ للساحل الغربي للولايات المتحدة، وتبين أن المأكولات البحرية التي يتم تناولها من المحيط الهادئ مشبعة بعنصري السيزيوم 137 والسترونتيوم 90 المشعين.

ويشبه عنصر السترونتيوم 90 عنصر الكالسيوم. وينتهي به الحال مترسبا في عظام الإنسان، ويتسبب الإشعاع في الإضرار بنخاع العظام، ما ينتج عنه سرطانات العظام وسرطانات الدم مثل اللوكيميا».

وأضاف الموقع: «اتضح أن مستوى الإشعاع في الأسماك رهيب للغاية، حيث وجدنا أن سمك سلمون ألاسكا البري، رنجة المحيط الهادئ والسمك الأبيض الكندي تحتوي جميعها على أورام سرطانية دموية خبيثة منتشرة بكافة أنحاء أجسامها».

وشدد الموقع في هذا السياق على حقيقة الفزع الذي بات موجودا نتيجة لتحول أعداد متزايدة من الأطعمة الصحية إلى أطعمة «غير آمنة» بالنسبة لاستهلاكها باستمرار.

في المقابل، أبدى بعض العلماء اعتراضهم على ذلك، وقال في هذا الصدد جاي كولين، الأستاذ المشارك في علوم المحيطات في جامعة فيكتوريا :« للدخول بشكل مباشر للغاية في الموضوع، فإنه ووفقا للمستويات التي نراها حاليا، إن كان للشخص أن يتناول 20 كيلوغرامًا من السلمون في العام، فإن الجرعة التي يتحصل عليها من وراء تناول ذلك السمك أقل خطورة بمقدار 300 مرة تقريبا من تدخين علبة سجائر يوميا».