الصباح الصحية
08
إعداد : ياسر السيد
العدد 2275 - السنة الثامنة
الإثنين 14 ذي الحجة 1436 - الموافق 28 سبتمبر 2015
Monday 28 September 2015 - No.2275 - 8th Year

نحو 15 وحدة صحية في أمريكا بدأت بالاستعانة به

النحاس يعود مجدداً .. في المستشفيات للقضاء على الميكروبات

ها هي 15 مستشفى على الأقل في الولايات المتحدة بدأت تستعين، أو تفكر في الاستعانة، بمكونات النحاس على الأسطح التي يسهل تلوثها بالميكروبات مثل مقابض الصنابير على الأحواض، معدات سحب المرحاض، روافع المرحاض وأزرار أجهزة الاستدعاء.

ونقلت بهذا الصدد صحيفة واشنطن بوست الأميركية عن جون لينش، المدير الطبي لقسم السيطرة على الأمراض المعدية بمركز هاربورفيو الطبي في سياتل، قوله: «نعرف منذ فترة طويلة أن النحاس وغيره من المعادن تحظى بفعالية في القضاء على الميكروبات، ولهذا ليس انجازا أن نضيف أسطحا نحاسية بالمستشفيات».

ايبولا

ونوهت الصحيفة لحالة القلق التي انتابت كثيرا من المستشفيات عقب وفاة مريض ايبولا، توماس اريك دانكان، العام الماضي بأحدى مستشفيات دالاس، وعقب انتقال الفيروس لممرضتين كانتا تقومان برعايته نظرا لسوء الإجراءات الخاصة بمكافحة العدوى هناك.

وحتى قبل ذلك، سبق لمسؤولي قطاع الصحة العامة أن اكتشفوا حوالي 20 مسبباً من مسببات الأمراض الخطيرة، التي يتسم كثيرون منها بقدرتها على مقاومة جميع المضادات الحيوية، والتي قد يؤدي انتشارها بمختلف الأماكن إلى عواقب وتداعيات كارثية.

ولفتت واشنطن بوست كذلك إلى أن مسؤولي المستشفيات ليسوا الوحيدين الذين أبدوا اهتمامهم بالنحاس كمصدر هام للتعقيم، بل إن مسؤولي مطار هارتسفيلد جاكسون قد استعانوا بتوافير شرب مجدثة بها أسطحا مصنوعة من النحاس مضادة للميكروبات.

هذا ويمكن للنحاس أن يقتل أو يعطل مجموعة متنوعة من مسببات الأمراض من خلال التفاعل مع الأوكسجين وتعديل جزيئات الأوكسجين. ويعمل ذلك في البكتيريا على تعطيل الطبقة الخارجية وإلحاق الضرر بالمادة الوراثية وآليات عمل الخلايا، ما قد يؤدي لموت الخلايا. ووجدت دراسة حديثة أن النحاس يمكن أن يدمر فيروس نوروفيروس أيضا.

وخلص كثير من الخبراء إلى أن الطرق التقليدية لخفض العدوى المكتسبة من المستشفيات، مثل غسل اليدين، ليست كافية، نظرا لأن الناس لا يقومون دائما بما يفترض أن يقوموا به، ويمكن لكثير من مسببات الأمراض أن تعيش لفترات طويلة على الأسطح.

بأقل من 200 مليار دولار يتاح العلاج الإشعاعي لجميع مرضى السرطان

اظهرت دراسة نشرت نتائجها ان استثمارا بقيمة تراوح بين 97 و184 مليار دولار من شانه جعل العلاجات الاشعاعية التي تنقذ حياة الآلاف من مرضى السرطان متاحة امام جميع الاشخاص الذين يحتاجون اليها بحلول سنة 2035، ما يساهم في انقاذ حياة الملايين.

واشارت الدراسة الى ان توفير امكان الحصول على العلاجات بالاشعة في البلدان المنخفضة او المتوسطة الدخل في العالم من شانه الحفاظ على 27 مليون سنة حياة اضافية، وهي السنوات التي قد يخسرها مرضى السرطان في حال لم يخضعوا للعلاج.

ولفتت الدراسة الواسعة النطاق، التي نشرت نتائجها مجلة «ذي لانست اونكولوجي»، وتم عرضها امام المشاركين في مؤتمر فيينا لمرض السرطان بدورته لهذا العام، الى ان هذا الاستثمار من شانه ايضا تامين ارباح اقتصادية تراوح بين 278 و365 مليار دولار بفضل الاموال التي يتم توفيرها على صعيد العناية الصحية اضافة الى زيادة الانتاجية في المجتمع.

ويموت ملايين الاشخاص من امراض سرطانية غير مستعصية بسبب «الضعف المزمن في الاستثمارات» في مجال العلاجات بالأشعة، وهو مجال يوفر أموالا كثيرة مقارنة مع الكثير من ادوية السرطان، بحسب معدي الدراسة.

وخلص الباحثون الى ان اكثر من 12 مليون مريض جديد بالسرطان سنة 2035 يمكنهم الإستفادة من امكانية الوصول الى العلاجات بالأشعة في حين ان هذا العلاج محصور حاليا بما نسبته 40 الى 60 في المئة من المرضى.

والوضع اكثر سوءا في البلدان الفقيرة التي يحرم ما يصل الى 90 في المئة من مرضى السرطان فيها من العلاجات الاشعاعية.

حتى ان هذه العلاجات «شبه معدومة» في بعض بلدان افريقيا اضافة الى الفقار 40 بلدا الى المرافق الخاصة بتقديم هذا النوع من العلاج.

وبحسب بيانات منظمة الصحة العالمية التابعة للامم المتحدة، شهد العام 2012 تسجيل حوالى 14 مليون اصابة جديدة بالسرطان اضافة الى وفاة 8.2 ملايين شخص جراء هذا المرض. ومن المتوقع ان يرتفع العدد الى 22 مليون حالة جديدة سنويا خلال العقدين المقبلين.

الإكثار من تناول لحم الغنم .. يؤدي إلى اضطراب الجهاز الهضمي

يتميز لحم الغنم بكونه غنيا جدا بالدهون، خاصة تلك المشبعة والإفراط في تناوله قد يحمل العديد من المخاطر الصحية. وإلى جانب اضطراب الجهاز الهضمي، يزيد تناول لحم الخروف نسبة الكوليسترول في الدم كما يضر بصحة القلب.

ويعد هذا النوع من اللحوم غال في نسبته من السعرات الحرارية، لأن قطعة من لحم الغنم أو 200 غرام منه تحتوي على حوالي 600 سعرة حرارية و40 غراما من الدهون.

وبالتالي فالإكثار منه يسبب البدانة وتجمع الدهون في الجسم، لذا ينصح بتناول طبق من السلطة قبل تناول لحم الغنم، فالألياف في الخضار تخفف من امتصاص الدهون من لحم الغنم.

كما ينصح خبراء التغذية بعدم الاكتفاء بتناول اللحم طيلة أيام العيد بل الحرص على التنوع الغذائي باستهلاك السمك والدجاج والخضروات.

حذار .. معقمات الأيدي تحتوي على أكثر من 50 في المئة كحول

يشبه الخبراء معقمات الأيدي بالفودكا التي تعرف باحتوائها على نسبة عالية من الكحول، إذ تحوي بعض المعقمات على نسبة كحول تبلغ 59%، وهذا كفيل ببدء أعراض تناول المشروبات الكحولية.

وأظهرت إحصائيات نشرها مركز التسمم بالأدوية في مستشفى جامعة كانسا الأميركي، وتناقلها عدد من المواقع التي تعنى بالصحة والمواضيع الطبية، أن 153 طفلاً أصيبوا بالتسمم الكحولي هذا العام في الولايات المتحدة وحدها، جراء تناولهم لمنتجات تعقيم الأيدي ونصف هؤلاء الأطفال هم دون عمر العام، فإذا كانت الرائحة زكية وكانت بين أيدي الأطفال فلا شك بأنهم سيتذوقونها.

ويرى البعض أن الألوان الجميلة التي تغلف بها هذه المعقمات والرائحة الزكية تدفع الأطفال إلى تجربتها، ولكن هناك خطرا أكبر يكمن بين المراهقين والأطفال بالمرحلة السابقة للمراهقة، إذ بدأت «موضة» عبر الإنترنت، يتحدى بها هؤلاء الأطفال بعضهم بتناول معقمات الأيدي، حتى إن الخبراء يقولون إن الأهالي قد يغفلون بسهولة تناول أطفالهم لهذه المنتجات، بالأخص مع تواجدها بكثرة في المنازل، لذا يجب على الأهالي أن يبقوا أنظارهم مركزة على تصرفات الأطفال والبحث عن أي استعمال خاطئ لهذه المنتجات.

ربط دماغي حديث قد يساعد في علاج السكتة الدماغية

قام فريق من جامعة واشنطن بربط دماغي شخصين لجلسة اسئلة واجوبة في تجربة هي الأكثر تعقيدا في مجال اتصال الادمغة. وفق فريق البحث الأولي في إثبات إمكانية ربط شخصين لمعرفة ما يفكر به الآخر، كما يمكن أن يساعد نجاح هذه الخطوة للمستقبل في معالجة مرضى، حيث يتم نقل إشارات مباشرة من العقول السليمة إلى من يعانون ضعف النمو أو من تأثروا بعوامل خارجية، مثل السكتة الدماغية أو الحوادث.

وتدور التجربة بين سائل ومجيب في غرفتين مختلفتين، إذ يكون المجيب متصلا بجهاز يسجل نشاط الدماغ الكهربائي، والسائل بجهاز إرسال مغناطيسي خلف رأسه.

وتبدأ اللعبة بعرض صورة إلى المجيب على شاشة مثبت فيها ضوءين بترددين مختلفين للإجابة بنعم أو لا.

من جهته، يسأل السائل من قائمة أمامه على شاشة كمبيوتر لمعرفة معلومات عن الصورة، في محاولة للتعرف عليها.

أما للإجابة، يركز المجيب على أحد الضوءين، حيث إن الكمبيوتر يميز الإجابة من أنماط حركة خلايا الدماغ المختلفة نتيجة تردد الضوء.

بدورها، ترسل برامج الكمبيوتر تفسيرها لأنماط الدماغ المجيب إلى الجهاز المغناطيسي وراء السائل عبر الإنترنت. فإن كان الجواب نعم، يرسل الجهاز نبضا مغناطيسيا يحفز القشرة البصرية في المخ، ما قد يتسبب في ما يشبه ومضة من الضوء في العين.