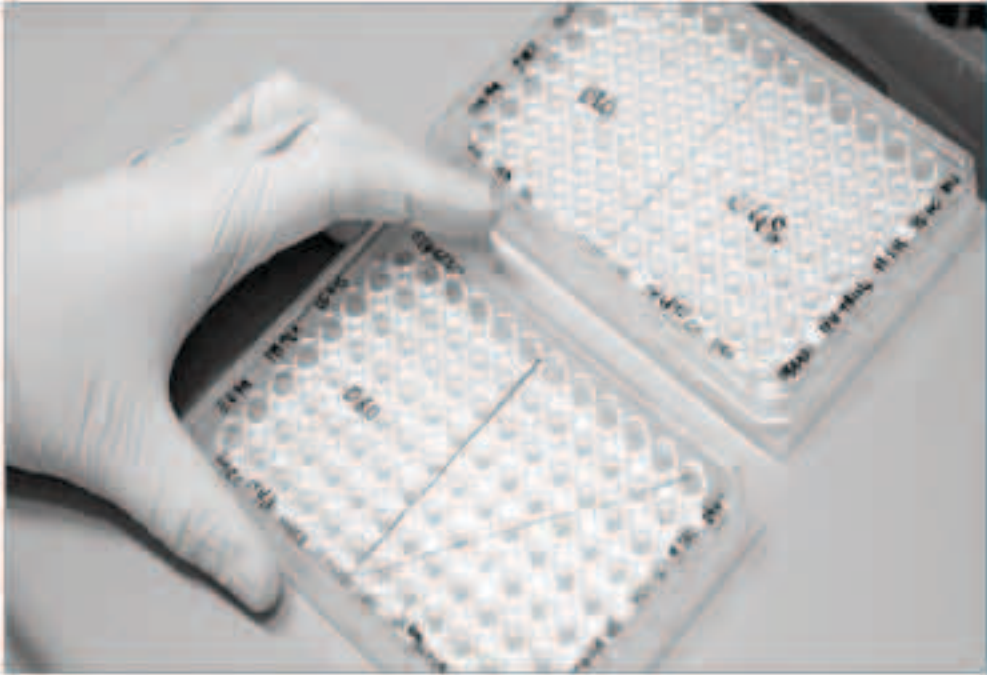




خبراء عالميون : « الصحة العالمية » فشلت في التصدي لـ « إيبولا »



قال خبراء صحة عالميون اليوم الإثنين إن فشل منظمة الصحة العالمية في دق ناقوس الخطر إلا بعد مرور أشهر على تفشي وباء الإيبولا في غرب إفريقيا هو «فشل فاضح» زاد من المعاناة وحالات الوفاة من الفيروس القاتل. وصوّحت لجنة خاصة دعائها إلى الاعتقاد معهد الصحة العالمية التابع لجامعة هارفارد وكلية لندن للصحة العامة والطب الاستوائي أنه رغم أن الوباء «ولد أفعالا تتم عن شجاعة وتضامن كبير» إلا أنه تسبب أيضا في «معاناة بشرية هائلة وخوف وفوضى» قُلت «خارج نطاق السيطرة» في غياب القيادة أو أي رد فعل مؤسسي مسؤول وسريع. وفي استعراض لرد الفعل العالمي للوباء الذي اجتاح غينيا وسيراليون وليبيريا قالت اللجنة إنه يجب عدم السماح بتكرار هذا الفشل مرة أخرى كما طالبت بإصلاحات

عجوز هندي يجمع بقايا الأدوية الصالحة ويسلمها للمحتاجين

يجول اومكارنات شارما في الصباح الباكر في حي راق من نيودلهي ليجمع بقايا الأدوية الصالحة التي خلفها ليسورون لتذهب بدورها الى المحتاجين. ينادي الرجل البالغ من العمر 79 عاما السكان ليقدموا أدويةهم بدلا من رميها بقية التبرع بها للآخرين. شارما يجمع الملقب ببابا الأدوية أن «الجمع لديهم بقايا أدوية في منازلهم وينتهي بها الأمر في سلات النفايات». ويأمل أن تحدث مبادرته، على صغرها، فرقا في بلد يفقر 65 ٪ من سكانه إلى الأدوية بانتظام، بحسب منظمة الصحة العالمية.

وبات شارما بلباسه البرتقالي اللون من الزوار المتفانين في الأحياء الراقية التي لا يواظي سكانها عن تقديم الأدوية له. وقال «خطرت هذه الفكرة على بالي قبل بضعة سنوات عندما شهدت على كفاح الفقراء للحصول على الأدوية. وفي بداية الأمر، كانوا يهازون بي ويلقونني بالمسول لكنهم أصبحوا اليوم يهزموهم أعمالى». والعلاج الطبي مجاني في للمستشفيات الممولة من الحكومة في الهند، لكن مخازن

الأدوية نفدت في المؤسسات الحكومية. ما يجبر الفقراء على دفع الأموال للحصول على عقاقير من الصيدليات المجاورة. وتعاثي المستشفيات العامة من نقص في المواد، وتؤكد أنه ليس في وسعها توصيل سوى قسم بسيط من الأدوية في ظل شح الأموال. ويتحقق شارما من الأدوية ويقسمها في منزله المتداعي في العاصمة الهندية. وغلته جد متنوعة، من حبوب

الكالسيوم إلى المضادات الحيوية. وشرح الرجل الذي كان يعمل في بنك للدم قبل أن يتقاعد أنه «ينبغي وضع بعض الأدوية في الملاجئ، لذا لا بد من توخي الحذر». مشيرا إلى أن الأدوية المجمعة تتخطى قيمتها للليونى روبية (30864 دولارا). ولا تنفق الهند سوى 1.3 ٪ من إجمالي ناتجها المحلي على القطاع الصحي. في مقابل 1.7 ٪ من إجمالي الناتج المحلي في



السكان المخصصة للرعاية الصحية ينفق على الأدوية، وفق تقارير الحكومة. ويعد القطاع الصيدلاني في الهند من كبار مزودي الأدوية المنخفضة التكلفة والمقدمة للحياة في علاجات أمراض متعددة، مثل السكري والسرطان وارتفاع الضغط. لكن، حتى هذه الأدوية المسورة التكلفة ليست في متناول سكان الهند الذي يعيش 30 ٪ منهم (363 مليونا) تحت خط الفقر. وتعهد رئيس الوزراء نارندرامودي الذي نواى الحكم في أيار(مايو) الماضي خلال حملته الانتخابية بتقديم خطة طموحة لنظام الرعاية الصحية الشمولي توفر بموجبها الأدوية وخدمات التأمين بالمجان في حالات المرض الخطير.

لكن تتم المماطلة بهذه الخطة التي حددت كلفتها الأولية بـ 26 مليار دولار على أربع سنوات والتي كان من المفترض أن تدخل حيز التنفيذ في 2019. وقال مسؤول كبير في وزارة الصحة فضل عدم الكشف عن هويته إنه كان من شأن هذه الخطة أن تغير المعادلة بالكامل. لكن «لم تعد أكدين اليوم من أنها ستينصر التور حتى».

التهام الحلويات والسكريات يلحق أضرارا عديدة بصحة الإنسان فهذه المواد تتلف الأسنان وتؤدي إلى تراكم الدهون وتؤدي أيضا إلى الإصابة بمرض السكري.

ومن هنا، جاءت ضرورة البحث عن بدائل ترضي حاجة محبي الحلويات دون مساوئها واجريت محاولات على أسبارتام والسكرين واكسيليتول وستيفيا رغم أن المادة الأخيرة جيدة نوعا.

ويقول الصحافي في هيئة الإذاعة البريطانية مايكل موسلي المختص ببرامج البيولوجي والمطب إنه تابع برنامجا خاصا يعرض على بي بي سي وان عنوانه «طعام الغد» وفي أحد الأيام دعاه البرنامج لتجربة ثمرة الفريقية اسمها الثوت العجزة وهي مأخوذة من ثبته اسمها سينسيبالوم دالسمفكوم، ومعجزة هذا النوع من الثوت انه لا يحلى الطعام ولكنه يجعلك تشعر انه حلو.

ويحتوي هذا النوع من الثوت على جزيء يدعى ميراكولين وهو يعمل بالتفاعل مع مستقبلات التذوق داخل الفم ويغير شكلها ولذا تشعر ان الطعام اصبح حلوا.

وأحدى فوائد هذا التغيير الموقت على حاسة التذوق لتعلق بآثارها على بكتيريا القناة الهضمية. فتمتد سنوات بدور جدال عما اذا كان استخدام السكر الصناعي يساعد على فقدان الوزن ام لا. واظهرت نتائج أكثر من 100 دراسة مختلفة ان خلط المحليات الصناعية بالطعام بدلا من اضافته لاحقا يؤدي الى تخفيض الوزن. ورغم ذلك، ذكرت مدرسة هارفارد للصحة العامة ان هناك نتائج متضاربة في الواقع يشير بعضها الى ان احشاء مشروبات محلاة صناعيا قد تزيد من مخاطر الإصابة بمرض السكري وليس الى زيادة الوزن فحسب.

ومن غير المعروف كيف يحدث هذا التأثير غير ان دراسة اسرائيلية رجحت انه يجري من خلال

التأثير على بكتريا القناة الهضمية، ونشرت هذه الدراسة العام الماضي في مجلة الطبيعة.

وقام الفريق الباحث بجعل متطوعين اصحاء

هل يمكن إيجاد بديل للسكر ؟



لا يستخدمون محليات صناعية يستهلكون اقصى حد ممكن من هذه السكريات لمدة اسبوع كامل. وبعد الاسبوع ظهرت لدى المشاركين حساسية مفرطة تجاه الغلوكوز.

ويعتقد الباحثون أن بكتريا القناة الهضمية تتفاعل مع السكر الصناعي والفرزت مواد تسبب التهابات وهو ما لوحظ مسبقا في تجارب أجروها على حيوانات.

ولاحظ فريق البحث ايضا ان هذه التغييرات على بكتريا القناة الهضمية ظهرت لدى الاشخاص الذين تفاعلوا بشكل سيئ مع المحليات الصناعية أكثر من الآخرين. وقال احد الباحثين وهو اسيران ايليتاف «علاقنا مع خليط البكتريا داخل جهازنا الهضمي هي التي تحدد الطريقة التي يؤثر بها الطعام الذي نتناوله علينا». ثم أكد ضرورة اعادة تقييم تناول للمحليات الصناعية بشكل جزئي.

ويقول الكاتب مايكل موسلي بالقول «هنا تبرز أهمية الثوت السحري غير ان زراعته مكلفة والنبته سهلة التلف» ولأن هذا الثوت متوفر في اليابان يقوم علماء هناك بمحاولة لإنتاج جزيئات للميراكولين باستخدام اشجار طماطم محورة جينيا ولكن وحتى ينتج الخبراء في تجاربهم يمكن شراء هذه المادة معبأة ومجففة في شكل أقراص.

ويصف موسلي تجربته مع هذه الأقراص إذ وضع أحدها في فمه ثم انتظر خمس دقائق حتى تنوب وبعدما بدأ يشعر بطعم خاضعي داخل فمه ثم اختفى هذا الطعم ليترك مذاقا غير واضح ولكنه غير مريح. أحسسي موسلي بعد ذلك كاس خمر من النوع الجيد فتحول طعمه الى خمر محلى ثم تناول شريحة برتقال فاصبحت مثل شيء غير صالح للاكل.

وبدأ كان الشيء الوحيد الجيد الناتج من هذه التجربة هي ان القرص جعله يتمتع عن الطعام لحين انتهاء مفعول القرص، اي لمدة ساعة على الأقل. حسب قوله. وأكد موسلي أخيرا أنه لن يتوقف عن البحث عن محل جيد وغير مضر بالصحة يحل محل السكر والمحليات الصناعية.

دراسة : الموسيقى تساعد الجسم على التئام الجروح بعد العمليات



بيانات من عشرات الدراسات على مدى 15 عاما، منها 26 تناولت بحث أثر الموسيقى قبل الجراحة، و25 على الزها أثناء الجراحة بغرفة العمليات، و25 بعد الجراحة أثناء فترة النقاهة.

وإجمالاً أسهم الاستماع إلى الموسيقى في تراجع الإحساس بالألم بنسبة 31 في المئة تقريباً، وانخفاض استخدام مسكنات الألم بنسبة 29 في المئة، وخفض علامات القلق بنسبة 34 في المئة.

علاوة على ذلك، ارتبط الاستماع إلى الموسيقى بانخفاض ضغط الدم بنسبة 40 في المئة، وانتظام ضربات القلب بنسبة 27 في المئة.

وذكر تقرير الباحثين الذي أوردته دورية الجراحة أنه عندما اختار المرضى الأغاني التي يفضلونها زادت الفوائد الناجمة عن ذلك، إذ انخفضت لديهم مستويات الألم بنسبة 35 في المئة، في حين تراجع مستوى الألم بنسبة 26 في المئة عندما اختار الباحثون الموسيقى للمرضى. وعندما اختار المرضى الموسيقى بأنفسهم تراجع الإحساس بالقلق بنسبة 47 في المئة، فيما كان هذا الانخفاض ستة في المئة فقط عندما اختار الباحثون نوع الموسيقى.

أشارت نتائج دراسة إلى أن الموسيقى ليست مجرد غذاء للروح فحسب، بل إنها تساعد الجسم أيضا على التئام الجروح بعد العمليات الجراحية.

وتؤكد الدراسة أن المرضى الذين أجريت لهم عمليات جراحية ممن استمعوا للموسيقى قلت لديهم مستويات الإحساس بالألم والقلق، وانتقلت لديهم ضربات القلب، وانخفض لديهم مستوى ضغط الدم، مقارنة بمن لم يستمعوا للموسيقى.

وتزداد فوائد الاستماع إلى الموسيقى عندما

يختار المرضى المؤلفات الموسيقية المحببة إليهم.

وقالت ديانا فيتر، المشرفة على الدراسة والباحثة في علوم الجراحة بجامعة زوريخ في سويسرا في رسالة بالبريد الإلكتروني: «لأن الكثيرين من المرضى يحملون هواتفهم الذكية المسجلة عليها الأغاني التي يفضلونها فإن إبلاغ المرضى عليها الجراحات الفعرة بالأغاني الإيجابية على صحتهم قد يمثل تدخلا غير مكلف ربما يسرع من تماثلهم للشفاء».

وحتى ينسنى تقديم أثر الموسيقى على العمليات الجراحية، حظت فيتر وفريقها البحثي