الصباح الصحية

08

إعداد : ياسر السيد

العدد 2381 - السنة الثامنة
الأربعاء 24 ربيع الآخر 1437 - الموافق 3 فبراير 2016
Wednesday 3 February 2016 - No.2381 - 8th Year

مشيداً بجهود وزارة الصحة خلال أيامهما الثلاثة

الشرف: المؤتمر السنوي الـ14 للجراحين والملتقى الثالث لرابطة الجراحة أنجزا .. بنجاح

العليان: مثل هذه المؤتمرات مفيدة جداً في رفع مستوى الأطباء بالكويت

أكد استشاري جراحة السمنة بمستشفى مبارك الكبير الدكتور خالد الشرف نجاح المؤتمر السنوي الـ14 للجراحين والملتقى الثالث لرابطة الجراحة الكويتية والذي أقيم بتنظيم من كلية الجراحة بمعهد الكويت للاختصاصات الطبية، والذي استمر لمدة 3 أيام استفاد خلالها رواد المؤتمر استفادات علمية جليلة ،حيث تم تبادل الخبرات والأفكار العلمية إلى جانب الندوات والمحاضرات التي تم إعطاؤها في المؤتمر ، كما تم إجراء بعض العمليات الجراحية على هامش المؤتمر .

وأشاد الدكتور خالد بجهود وزارة الصحة في المؤتمر حيث ساهمت الوزارة من عدة جوانب ، مؤكداً أن تبادل الخبرات يساهم إلى حد كبير في تطوير النظم الأساسية فيما يتعلق بالجراحة العامة ، مشدداً على أهمية استثمار هذه الخبرات في تدريب الأطباء المنتسبين لبرامج التخصصات المحلية ، بما يسهم في رفع مستوى الطبيب الكويتي ويصب في مصلحته العلمية .

من جانبه أعرب المدير التنفيذي لشركة الدائرة المركزية د. محمد زياد العليان عن سعادته البالغة للمشاركة في هذا المؤتمر كراع رئيسي ، موضحاً أن الشركة تعمل جاهدة على توفير الأجهزة والمستلزمات الطبية ، وذلك في ظل التعاون المستمر بين الشركة ووزارة الصحة ، مشيدا بدور وزارة الصحة الفعال في التعامل مع الشركات ، وذلك من أجل تقديم خدمات رفيعة المستوى وراقية ، مشيرا إلى أن الوزارة دائما تعمل على رفع كفاءة الأطباء في الدولة ليصب ذلك أولا وأخيرا في خدمة المواطن والمقيم ، ذاكرا أن مثل هذه المؤتمرات مفيدة جداً في رفع مستوى الأطباء في الكويت ، وتساهم كذلك مساهمة فعالة في تبادل الخبرات والمعلومات ومتابعة كل ما هو جديد .

من جانبه قال استشاري الجراحة العامة في مستشفى مبارك الكبير د. علي السيد إن التوصيات والأطروحات التي تمت في المؤتمر بمثابة نبتة علمية جيدة ، ستساهم مساهمة فعالة في رفع مستوى الكادر الطبي في البلاد ، مشددا على أن تبادل الخبرات بين الأطباء من خلال إقامة المؤتمرات بصفة دورية يعمل على رفع المستوى المهني للأطباء والعاملين في المجال الصحي .

باحثون : آلام الأوتار مرتبطة بـ «السكري» من النوع الثاني

يقول باحثون إن التمارين الرياضية مهمة للتحكم في السكري من النوع الثاني، لكن المرض قد يجعل الشخص معرضا لآلام الأوتار مما قد يمنعه من أداء التمارين.

واستند الباحثون إلى تحليل دراسات سابقة، وخلصوا إلى أن المصابين بالسكري من النوع الثاني أكثر عرضة 3 مرات من غيرهم للشعور بالم في الأوتار، وأن من يشعرون بآلام الأوتار أكثر عرضة للإصابة بالسكري بنسبة 30%.

وقد تشير النتائج إلى مشكلة يقول كبير الباحثين إنه ينبغي على مؤسسات الرعاية الصحية الالتفات إليها.

وقال جايمي جايدا، كبير الباحثين لرويترز هيلث عبر البريد الإلكتروني «المصابون بالسكري أكثر عرضة للإصابة بآلام الأوتار، لكن العكس صحيح أيضا، فمن يشعرون بآلام في الأوتار يكونون أكثر عرضة للإصابة بالسكري دون أن يعلموا».

وأضاف «آلام الأوتار تمثل مشكلة لسببين رئيسيين. الأول هو أن الشعور بالألم أثناء التحركات التي تضغط على الأربطة أمر مزعج والثاني هو أن هذا الألم يمنعك من أن تكون نشيطا من الناحية الجسدية».

وقال جايدا، وهو أستاذ مساعد في العلاج الطبيعي بجامعة كانبيرا في أستراليا إن المصابين بالسكري «يجب أن يكونوا نشيطين جسديا تماما لأن هذا يمثل أحد العلاجات الفعالة للسكري».

وتنجم هذه الآلام عن إصابات الأوتار والتهابها وعادة ما يحدث هذا بسبب الحركة الزائدة المكررة.

والأوتار هي تلك الأنسجة الليفية التي تربط عضلات الجسم بالعظام. وآلام الأوتار قد تجعل من الصعب الالتزام ببرامج التمارين الضرورية للتحكم في السكري.

وأشارت الدراسة الجديدة التي نشرت نتائجها في مجلة (سبورتس ميديسن) الطبية البريطانية إلى دراسة سابقة ربطت أيضا بين السكري وتنامي الشعور بآلام في الأوتار.

ولدراسة هذه العلاقة عن كثب راجع جايدا وزملاؤه 31 دراسة سابقة ركزت 26 منها على المصابين بالسكري من النوع الثاني فيما ركزت الدراسات الخمس الأخرى على من يشعرون بآلام في الأوتار.

وبعد تحليل بيانات الدراسات توصل فريق جايدا إلى أن المصابين بالسكري من النوع الثاني أكثر عرضة 3.67 مرة من غيرهم لإصابات الأوتار مقارنة بغيرهم وأن من يشعرون بإصابات الأوتار أكثر عرضة 1.3 مرة للإصابة بالسكري.

دراسة : الضوء الأزرق لا يؤذي قرنية العين

على الرغم من مخاوف التحديق في الأجهزة التي تشع كما كبيرا من موجات الضوء الأزرق، وأنه يمكن أن يؤذي قرنية العين، خلصت دراسة حديثة إلى أن أغلب الأجهزة تصدر كمية أقل من هذا الضوء من التي تصدرها السماء الزرقاء في يوم صاف.

وقال كبير باحثي الدراسة جون أوهاجان –وهو مدير مجموعة الليزر وقياس الإشعاعات البصرية في مؤسسة الصحة العامة بانجلترا في نشيلتون بالمملكة المتحدة «حتى تحت ظروف مشاهدة طويلة الأمد ليس هناك دليل على أن المصابيح منخفضة الطاقة والكمبيوتر والكمبيوتر اللوحي والهواتف المحمولة التي قيمناها تمثل أي قلق على الصحة العامة».

وفي دورية العيون آي، أشارت الأبحاث إلى أن أنواع الضوء الذي تتعرض لها عين الإنسان تتغير مع تزايد استخدام الكمبيوتر والهواتف والمصابيح منخفضة الطاقة مثل الفلورسنت والصمام الثنائي الباعث للضوء الليد.

وأضاف الباحثون أنه مقارنة بالمصابيح الوهاجة التقليدية فالشاشات الإلكترونية والمصابيح منخفضة الطاقة تميل إلى إصدار ضوء أزرق أكثر والذي عرف منذ وقت طويل أنه ضار بالقرنية.

وقال أوهاجان إن فريقه قام بقياس الضوء الأزرق الذي تشعه عدة مصادر بما شمل الهواتف المحمولة والكمبيوتر اللوحي والكمبيوتر الشخصي والمصابيح في مدة زمنية مماثلة للطريقة التي يستخدم بها الناس تلك الأجهزة. وقارن الباحثون في الدراسة كمية تلك الإشعاعات بالحدود الآمنة.

وبعد مقارنة عدة ألوان على شاشات الأجهزة، خلص الباحثون إلى أن الشاشات البيضاء هي أكثر ما يشع ضوءا أزرق، فاستخدموا شاشة بيضاء موضوعة على أقصى درجة سطوع في قياساتهم.

كما قارنوا إشعاعات الضوء الأزرق الصادرة عن أجهزة مختلفة بالمستويات التي قد يتعرض لها الناس عند النظر إلى سماء زرقاء صافية في فصل الصيف في نشيلتون بجنوب إنجلترا، وأيضا سماء غائمة في الشتاء في ذات الموقع.

ولم تبحث الدراسة البريطانية عن إجابات لأسئلة عن تأثير الضوء الأزرق على صحة الإنسان، مثل احتمال تأثيرها على الساعة البيولوجية والنوم.

المنوع في الطعام .. مرغوب

خلص باحثون إلى أن خطورة الأطعمة غير الصحية مثل الحلويات والأجبان والشوكولاتة وأضرارها المعروفة على الجسم، هو السبب وراء الانجذاب إليها وعدم مقاومتها.

وعزا الباحثون في الكلية الدولية للدراسات المتقدمة بإيطاليا ذلك إلى أن الإنسان بطبيعته لا يمكنه مقاومة الانجذاب لكل ما هو خطير، سواء كان ذلك «شخص مسجل خطر» أو طعاما ينتج عن تناوله أضرار جسيمة تؤدي إلى أمراض خطيرة.

وأجريت الدراسة التي نشرت نتائجها صحيفة «ديلي ميل» على 57 شخصا أوزانهم طبيعية، حيث طلب منهم توصيل بضعة أنواع من الأطعمة بأجهزة في المطبخ بأقصى سرعة ممكنة باستخدام القلم على الكمبيوتر اللوحي.

ورغم أن الجميع قاموا بتوصيل النقاط بشكل صحيح فإن حركة القلم أشارت إلى أنهم أنجزوا ذلك بمستوى لا بأس به من اللاوعي تجاه بعض الأطعمة.

وكان من بين الأطعمة المطلوب تصنيفها الموز والبيتزا، وتبين من التجربة أن عوامل عدة تحكمت في خطوات المشاركين في تصنيفها مثل مدى تفضيلهم لبعض الأنواع عن غيرها ومدى خطورتها أيضا.

ومن جانبه، أكد البروفيسور فرانشيسكو فوروني، الباحث الأساسي في الدراسة أن السبب الرئيسي في عدم مقاومة الأطعمة غير الصحية هو إدراكنا التام لخطورتها، حيث ينجذب الإنسان دوما بطبيعته للأمور الخطيرة.

وأوضح أن اختلاف الجنس لم يكن له تأثير كبير في نتائج الدراسة التي أجريت على ذكور وإناث، مؤكدا أن هذه الدراسة أثبتت سبب فشل الكثير من أنواع الحميات الغذائية.

العالم يعلن الحرب على ..«زيكا»

أعلنت منظمة الصحة العالمية حالة الطوارئ خشية انتشار فيروس "زيكا" على نطاق عالمي

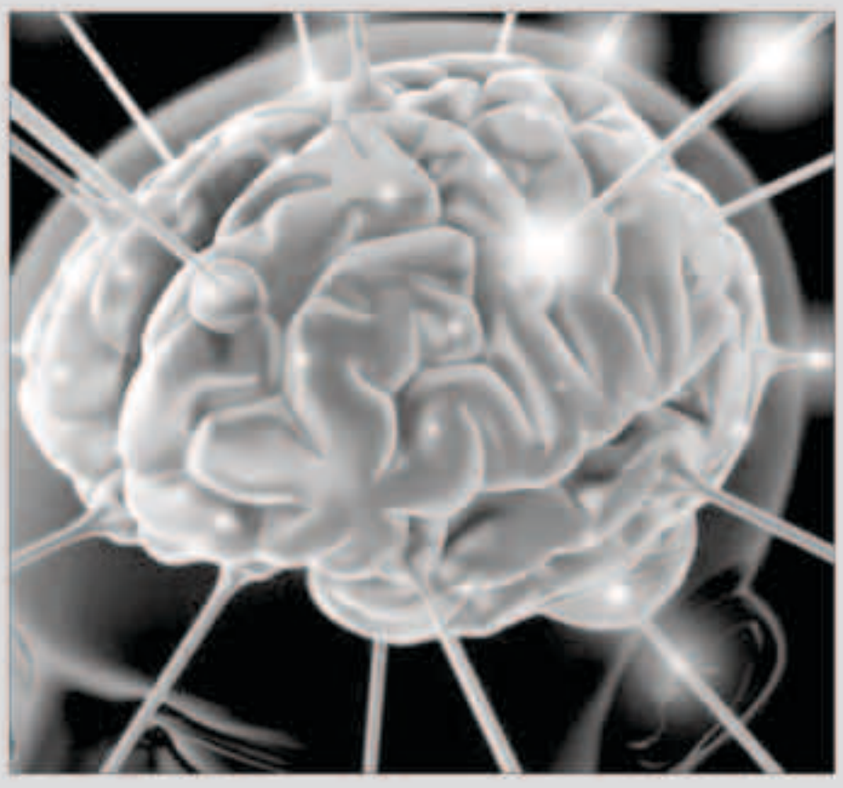
واعتبرت المنظمة هذا المرض الذي يتسبب في تشوهات خلقية للأطفال عند الولادة بعد إصابة الأم به الذاء الحمل أنه "حدث غير اعتيادي. ويتطلب رفع الاستعداد والطوارئ في جميع أنحاء العالم"، بعد انتشاره في الأميركيتين.

يذكر أن بعوضة "ايديس ايجيبتاي" تنقل هذا الفيروس الذي يصيب الأغشية الدماغية للجنين قبل الولادة.

وقالت منظمة الصحة للبلدان الأميركية إن الفيروس انتشر في 24 دولة ومنطقة في نصف الكرة الأرضية.

وقالت إدارة الأغذية والأدوية الأميركية إنها تعتزم مطالبة الأشخاص الذين سافروا إلى بلد تفشى به الفيروس بالتوقف عن التبرع بالدم، لكن لم تحدد بعد تفاصيل آلية تحقيق ذلك.

سر لغز الثنيات في دماغ الإنسان .. إلى العلن



توصل باحثون إلى فهم لغز الثنيات في دماغ الإنسان، إذ تبين لهم أنها ليست سوى نتيجة للضغط الميكانيكي الذي يسببه نمو الدماغ داخل الجمجمة محدودة الحجم، بحسب ما جاء في دراسة نشرتها الاثنين مجلة «نيتشر فيزيكس».

ومن المؤكد أن هذه الثنيات لها دور مهم جدا، فالدماغ يغطي مساحة متر مربع إلى مترين مربعين لولا هذه الثنيات، أما بها فتنحسر مساحته ليتسع داخل الجمجمة.

ومنذ أكثر من 40 عاما، يشتبه العلماء في أن الضغط الناجم عن نمو الدماغ هو الذي يسبب هذه الثنيات، وأن لا علاقة لأي عامل كيميائي في هذه الظاهرة.

لكن هذا الاشتباه لم يتأكد في الماضي بسبب القيود الأخلاقية على الأبحاث المتعلقة بالدماغ.

إلا أن الباحثين في هذه الدراسة توصلوا إلى طريقة جديدة في مقاربة هذا الأمر، إذ صمموا نموذجا لدماغ استنادا إلى صور الرنين المغناطيسي لأدمغة أجنة بشرية، ولاحظوا أن الثنيات في الدماغ تبدأ بالظهور في الأسبوع العشرين على تشكل الجنين، وتتواصل إلى ما بعد ولادة الجنين وبلوغه عمر السنة ونصف السنة.

وطبق العلماء النتائج التي حصلوا عليها على طبقة هلامية تتضخم، ولاحظوا وجود قوة ضغط تسبب الثنيات تماما كما يجري أثناء تشكل الدماغ.

وقال الباحثون «حصلنا على نتائج مشابهة لما رأيناه في أدمغة الأجنة».

ويرى الباحثون أن هذا الاكتشاف يمكن أن تكون له فوائد في تشخيص الأمراض وتحديد العلاجات لعدد من الاضطرابات العصبية.