الصباح
الصحية
08
إعداد : ياسر السيد
العدد 2386 - السنة الثامنة
الثلاثاء غرة جمادى الأولى 1437 - الموافق 9 فبراير 2016
Tuesday 9 February 2016 - No.2386 - 8th Year

أمل كبير في مداواة المرضى

مركبات الستاتين تحرز تقدماً كبيراً في علاج ضعاف البصر

قال باحثون من كلية هارفارد الطبية إن الأشخاص الذين يشكون من الضعور بسبب التقدم في العمر قد يستفيدون من هذه المركبات، التي تعمل على إزالة الترسبات الدهنية في الأوعية الدموية.

وأظهرت الدراسة أن تناول جرعة عالية من الستاتين، أي حوالي ضعف الكمية الاعتيادية، يؤدي إلى تحسين النظر، لأن هذه المركبات تزيل الترسبات الدهنية من منطقة الشبكية، وهو تطور لوحظ على عشرة أشخاص يعانون هذه الحالة، وشملتهم الدراسة.

وقالت البروفسورة جوان ميلر مديرة قسم أمراض العيون في كلية هارفارد الطبية: «لاحظنا أن تناول جرعات مكثفة من الستاتين يؤدي إلى تحسن النظر والتخلص من الفضلات الدهنية التي تؤدي إلى تدهور النظر لدى أشخاص يعانون هذا المرض». وأضافت «نأمل أن يسفر هذا البحث التطبيقي الأولي عن إيجاد علاج لملايين الأشخاص المصابين بهذه الحالة».

هذا وهناك نصف مليون شخص مصاب بالضمور في بريطانيا وحدها، وهو مرض عادة ما ينطور نحو الأسوأ، بسبب تراكم الدهون والبروتينات تحت منطقة الشبكية في الجزء الخلفي من العين.

وبمرور الوقت تصبح الرؤية لدى هؤلاء ضبابية، وقد يصابون بالعمى أيضا، علما أن هناك نوعين من هذا الضمور، هما الرطب والجاف. الجاف هو الأكثر انتشارا، حيث يمثل 85 بالمائة من الحالات، وهو أصعب على صعيد العلاج، ولا يوجد في الواقع أي علاج فعال له.

لحالات معينة فقط

وكانت دراسات سابقة قد أظهرت وجود علاقة ضعيفة بين استخدام الستاتين وتحسن النظر، ولكن البروفسورة ميلر وفريقها يعتقدون أن هذه المركبات مفيدة لأنواع معينة من الحالات.

وقال الدكتور ديمتريوس قافاس من دائرة طبابة العين والأذن في ولاية ماساشوستس في الولايات المتحدة، والذي شارك في الإشراف على الدراسة، «حالات الضمور الجافة لا تتشابه كلها، وتشير النتائج التي توصلنا إليها إلى أن الستاتين قد يكون فعالًا عند تناوله بجرع عالية لدى مصابين، تكون المواد الدهنية المتراكمة في أعينهم غير متصلبة».

أضاف «ربما سيكون من الممكن أخذ علاج لا يوقف تطور المرض فحسب، بل يزيل الأضرار التي سببها، ويحسن الرؤية لدى بعض المصابين». وقال أيضا: «هناك الملايين من المصابين الذين يتناولون هذه المركبات لمنع تراكم الكولسترول ومنع أمراض القلب، وحسب النتائج التي توصلنا إليها نعتقد أنها قد توقف تقدم مرض الضمور، بل وتحسن القدرة على النظر لديهم».

تعميق الدراسات

هذا وطبقت الدراسة على 23 مصابًا بالنوع الجاف، ولديهم ترسبات دهنية غير صلبة، وتم إعطاؤهم جرعة عالية من أتورفاستاتين، وتبيّن لاحقا أن 10 مصابين زالت منهم الترسبات، التي كانت متراكمة في منطقة الشبكية، وتحسن نظرهم.

لتأكيد هذه النتائج ينوي فريق البحث إجراء دراسة أوسع، علمًا أن هذه الدراسة نشرت في مجلة إيبايوميدسن EBioMedicine، يذكر أن 17 مليون شخص تقريبًا يتناولون علاجات الستاتين في بريطانيا.

مزيلات التعرق تؤدي إلى قتل ميكروبات الإبط

توصلت دراسة حديثة إلى أن استخدام مزيلات رائحة العرق أو مضادات التعرق يؤدي إلى قتل الميكروبات، التي تعيش في منطقة الإبط، وربما في مناطق أخرى من الجسم أيضا.

وأشرفت على الدراسة جولي هورفاث، وهي مديرة مختبر متخصص في علوم الجينوم والميكروبات في متحف العلوم الطبيعية في كارولاينا الشمالية، وهي أيضا مساعدة بروفسور باحث في جامعة كارولاينا الشمالية الوسطى.

وقامت الخبيرة بالتعاون مع فريق من الباحثين يعملون في مؤسسات بحثية مختلفة بدراسة موسعة لتأثير هذه المواد على الجسم، ونشرت النتائج في مجلة بيرجي [Peer].

سبب الرائحة

عندما يتعرق المرء تصدر رائحة خاصة منه، والسبب هو أن الميكروبات التي توجد في مناطق دافئة ومتعرقة تنتج هذه الرائحة. وعند استخدام مضادات التعرق، التي تعتمد في تركيبها على أملاح الألمنيوم، تقوم بمنع الغدد العرقية من إفراز العرق.

وقالت الباحثة هورفاث «إن لم يفرز الجسم كمية كافية من العرق، لا تجد هذه الميكروبات ما تأكله، وبالتالي تموت، ولا يصدر الجسم أي رائحة». أما مزيلات رائحة العرق، فتقوم بقتل البكتيريا المنتجة للرائحة، ولذا تدخل في تركيبها مواد مضادة للميكروبات أو مادة الإيثانول. وعادة من السهل إزالة مزيل الرائحة أكثر من إزالة مضادات التعرق. هذا وقام الباحثون بإجراء الدراسة على 17 شخصا يدخلون ضمن 3 فئات: فئة تستخدم مضادات التعرق، وفئة تستخدم مزيلات لرائحة العرق، وفئة لا تستخدم أي مادة. استمرت التجربة ثمانية أيام، وكان الباحثون يجرون مسحا لمنطقة الإبط يوميا في فترة الغداء.

في اليوم الأول قامت الفئات الثلاث باتباع نظامها الاعتيادي، ومن اليوم الثاني حتى السادس، توقفت كل الفئات عن استخدام المواد الكيميائية. وفي اليومين الأخيرين استخدم الجميع مضادات التعرق.

زراعة وعدد

كما قام الباحثون بزراعة النماذج التي أخذوها في المختبر، لمعرفة ماذا يحدث، وكيف تتطور الأمور، ثم توصلوا إلى ما يلي: في البداية كان لدى الفئة الأولى عدد ميكروبات أقل مما لدى الفئة الثانية، ولدى الفئة الثانية عدد ميكروبات أقل مما لدى الفئة الأخيرة.

وبعد الامتناع عن استخدام المواد الخارجية لأيام عدة، عادت الميكروبات إلى الظهور بكميات متشابهة لدى الفئات الثلاث. ثم وعند استخدام مضادات التعرق في اليومين الأخيرين، قضى على جميع الميكروبات، ما يعني أن هذه المضادات تقوم بعملها بشكل جيد.

ما يلفت النظر هنا هو أن أنواع البكتيريا، التي عثر عليها لدى الفئات الثلاث، تختلف حسب الفئة. فأولئك الذين لا يستخدمون أي مضاد أو مزيل عثر لديهم على كورينيباكتيريوم، وهو نوع ينتج رائحة، ويساعد الجسم على مقاومة الأمراض. أما الأشخاص الذين يستخدمون مواد كيميائية، فعثر لديهم على نوع ستافيلوكوكاسي، وهي ميكروبات جلدية قد تكون إما مفيدة أو خطرة.

بعد إجراء هذه الدراسة، توقفت هورفاث عن استخدام مضاد التعرق الطبيعي، الذي كانت تستخدمه، واتخذت تستخدم مزيلات رائحة لا يدخل الألمنيوم في تركيبها، ولكنها أقرت بأن هذه الدراسة تحتاج توسيعا وتعميقا. وقالت لصحيفة التايم: «هناك الكثير مما نحتاج تعلمه، لا سيما في ما يتعلق بأنواع البكتيريا في هذه المنطقة من الجسم».

دراسة : التهابات اللثة تؤثر على القلب

ليس غريبا ان يعتبر الأطباء الفم باب الداء والدواء، فعبره تتغذى بتناول الطعام، لكن عدم الحفاظ على نظافته وإهمال الأسنان يسبب الكثير من المشاكل والأمراض. يؤكد تقرير نشر في احدى المجلات الطبية الأميركية ان تكاثر بقايا الطعام بين الأسنان يجعل جوف الفم مثل المغارة التي يختبأ فيها آلاف من أنواع البكتيريا ينتج عنها حموضة تهاجم الأسنان ومواصلة عدم النظافة يسبب تسوس الأسنان. وإذا ما بقي هذا التسوس من دون علاج وأحدث ثقوبا في الأسنان عندها يصبح بامكان البكتيريا الضارة التغلغل والوصول الى عصب السن ولبه، وهذا يسبب الام مبرحة ويؤدي في وقت من الاوقات الى وفاة السن . وفي الحالات القصوى يهاجم الالتهاب عظام الفك ويلحق الضرر الكبير به. والأمر لا يتوقف عند هذا الحد، فتجاهل نظافة الأسنان والفم وعدم معالجة الأسنان التالفة يسبب أمراضا للثة تشكل بدورها خطرا على الطبقة التي تغلف السن فيصبح عرضة للتساقط ويمكن للمريض ان يفقد كل أسنانه مع مرور الوقت.

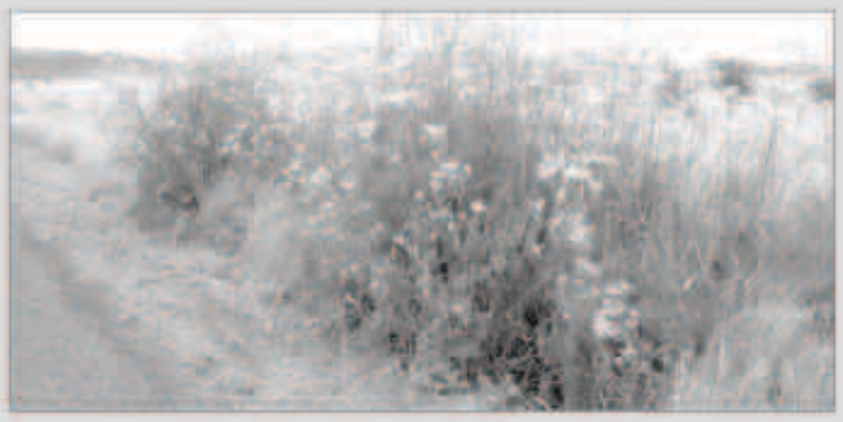
الأسنان تسبب أمراض القلب

لكن التقرير ذهب الى أبعد من ذلك فحذر من إصابة من يهمل أسنانه بأمراض صعبة، فالتهاب اللثة المزمن والخراجات وتسوس الاسنان عوامل قد تسبب مشاكل في القلب والأوعية الدموية وأزمة قلبية وسكتة دماغية ومشاكل صعبة للحوامل. فمن المعروف ان هناك أكثر من 800 نوع من البكتيريا تطفر في تجويف الفم.

من بين تلك البكتيريا أنواع «عدوانية» تتكاثر أكثر من المستوى العادي في الفم في حال عدم تنظيف الأسنان وتشق طريقها عبر الأوعية الدموية الى الجسم. بالطبع توجد أنواع من البكتيريا تعمل مثل الشرطي للتصدي للعوامل المسببة و تعزيز جهاز المناعة وحماية الغطاء المخاطي للفم ضد الالتهابات. لكن اذا ما أصيب ما يسمى بالقلورا الفموية بعدم التوازن في عدد هذه البكتيريات نتيجة قلة نظافة الفم او عدمها تتكاثر البكتيريا المضرة وتشكل احماضا تهاجم مينا الاسنان ما يسهل الاصابة بالالتهابات التي تغير من انسجة الفم كما يحدث عند الاصابة بالتهاب اللثة.

في هذا الحالة يتفاعل جهاز المناعة مع هذه الهجمات العدوائية بالتهاب، فاذا كان هذا الجهاز ضعيفا كما هي الحال لدى الأطفال او كبار السن او المصابين بامراض شديدة مثل السكري او امراض القلب، فان دفاعياتهم تكون غير قادرة على التصدي، عندها لا تستطيع لا الأنسجة المتضررة ولا البكتريا التي تمثل الشرطة مقاومة هجمات العوامل المسبب للمرض فتصاب بالهزيمة. ومن البكتيريات العدوائية» بيكتريا بورفيروماس جينجيفاليس» المسبب الرئيسي لالتهابات اللثة. واذا ما تحولت الى التهابات مزمنة فمن المحتمل ان تهاجم صمامات القلب التي تعاني من مشاكل قد تسبب بالتهاب عضلة القلب اذا ما تم علاجها بسرعة، وفي أسوء الحالات يصاب المريض بسكتة قلبية مفاجئة. وقد يسبب التهاب اللثة وتسوس الأسنان التهابا رئويا او صعوبة بالتنفس، وهذا يحدث عند الاستنشاق، فتدخل البكتيريا الجاسمة في جوف الفم الى الرئتين، ويزيد مخاطر الاصابة التدخين والغبار.

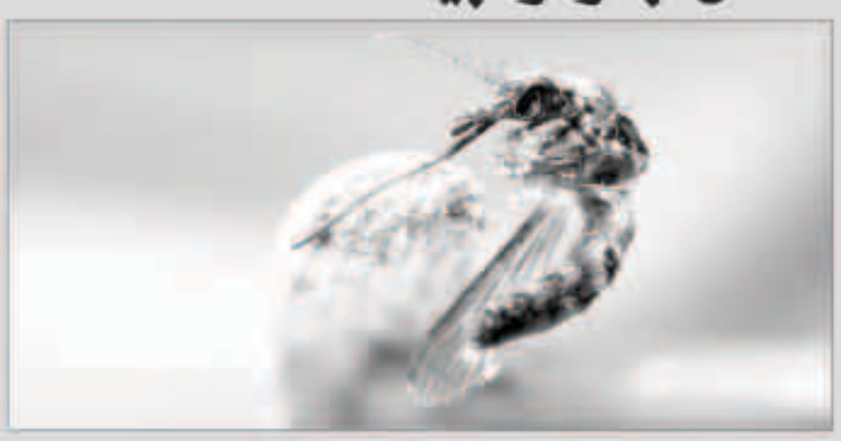
الينسون .. شراب شهي وفوائد مذهلة



يحتوي الينسون على 18% من البروتين و10-25% الزيوت الذهبية و 2-7 من الزيوت العطرية و30-50% من الكربوهيدرات والألياف . كما تحتوي بذور الينسون على 25جرام من المعادن الحيوية والفيتامينات وأيضا يوفر كمية الحديد اللازمة للجسم في اليوم .وعند أخذ معلقة كبيرة من الينسون يوفر حوالي من 3-4% من العناصر الغذائية اليومية من الكالسيوم والمغنسيوم والفسفور والزنك والبوتاسيوم و النحاس وحوالي 7% من المنجنيز .وكل هذه المعادن تساعدك في الحصول على حياة صحية . الفوائد الطبية للينسون يستخدم في علاج الماء الأبيض على العين: عند تناول معلقة كبيرة من الينسون يوميا مفيدة في علاج إعتام عدسة العين وعند خلط الينسون مع بذور الكزبرة مع السكر وتطبيقه يعالج إعتام عدسة العين . علاج اضطرابات الهضم: حيث يساعد على طرد الريح من الأمعاء، وذلك عند شربه مع الماء المغلي والعسل. يساعد في امتصاص الفيتامينات خاصة فيتامين «ب»، وبالتالي زيادة كفاءة الجهاز الهضمي وتنشيط عمله. مهم لعلاج القولون لاحتوائه على مواد بروتينية ودهون ومواد نشوية والياف وأملاح معدنية. مهدئ للأعصاب والمزاج العام، وهو علاج أيضا لاضطرابات النوم. يستخدم أيضا كعلاج لبعض أنواع الصداع وضيق التنفس والإعياء. يستخدم في علاج حالات التشنجات لاحتوائه على مادة الأنيثول. يفيد في قوة العظام لاحتوائه على عنصر المنجنيز. منظف للأحبال الصوتية ويحسن الصوت وبحته. يقي من التشنجات الخاصة بمرضى الصرع. يعتبر مسكنا للمغص خاصة عند الأطفال. مفيد لمن يعانون من أزمة الربو. يستخدم كغسول للعين لتطهيرها. يحد من ارتفاع السكر في الدم. يستخدم لطرد البلغم والسعال. فوائد الينسون للريجيم يعتبر الينسون أحد الوسائل الأساسية للتخيف وذلك لقدرته الكبيرة على إنقاص الوزن مع مراعاة الإنتظام في تناوله.و يزيد الينسون معدل حرق الدهون والسعرات الحرارية في الجسم وذلك بسبب احتوائه على العديد من المعادن، والأملاح، والفيتامينات، مثل فيتامين ج، وب3، وب9، وهي عناصر لها اثر كبير وعامل مهم في خسارة الوزن بشكل واضح، ومن فوائد الينسون أنه يساعد على تحسين الحركة المعوية، وتنشيط الجهاز الهضمي وتسهيل وتسريع خروج السموم والفضلات والدهون المتراكمة في البطن،بالإضافة أنه يطرد الغازات والانتفاخات، وينشط عمل الكبد والتمثيل الغذائي، ويدرّ البول والسوائل المتحبسة في الجسم، بما تحويه من أملاح وترسبات، فهذا أيضا يساعد على تخليص الجسم من المزيد من الكيلوغرامات والشحوم المكدسة في الجسم. طريقة استخدام الينسون للتخييف : يفضل أخذ جرعة يومية من الخليط خلال أسبوع حتى يزيد فعالية الرجيم، وهذا الخليط عبارة عن مزيج الكمون المطحون مخلوطا مع الينسون بالإضافة الى بعض قطرات الليمون مع القليل من الماء. فوائد الينسون للشعر يساعد الينسون على اعطاء الشعر لمعانا خاصا و على تفتيحه . كما و يقوم على تغذية بصيلات الشعر و جلدة الرأس مما يزيد من قوة الشعر. طريقة استخدام الينسون للشعر غلي كمية مناسبة من الينسون ووضعها على الشعر بعد الاستحمام بالشامبو الخاص وتركها لمدة ربع ساعة او اكثر قليلا ثم يغسل الشعر جيدا بالماء ويترك حتى يجف لوحده دون استخدام مصفف الشعر. فوائد الينسون للمرأة الحامل إن الينسون من الأعشاب المهمة للمرأة خلال فترة حملها وولادتها، فهو مهم في تسهيل عملية الولادة، حيث أنه يعمل على تقوية الطلق وتسهيل الولادة، كما ويساعد على خروج الطفل بسلاسة وسهولة دون صعوبات، وتستخدمه المرضع أيضا لادرار الحليب للرضاعة، إضافة إلى دوره الفعال في تنظيم الدورة الشهرية في حال تأخرها. وللينسون استخدامات أخرى، منها استخدامه كمبيد للحشرات وعلاج قمل الرأس. كما ويستخدم أيضا في الطهي من خلال إضافته للكاري والحلويات والفطائر، حيث يعطي مذاقا ورائحة لذيذة ومميزة. ويستخدم أيضا كغسول للفم ويضاف للمستحضرات الطبية الخاصة بالأسنان وعلاجها والحفاظ عليها. الينسون في الطب القديم يعتبر الينسون من النباتات المصرية القديمة والتي تزرع بكثرة في محافظات الصعيد ، ولفوائده العديدة استخدمه الفراعنة كعلاج مهم، و كان يستخدم مغلي بذور الينسون كشراب لعلاج آلام واضطرابات المعدة وعسر البول، واستخدمه المصريون القدماء كمنبه عطري معرق منفث وضد انتفاخات الإمعاء بطرد الغازات وكذلك ضمن غسيل للفم وعلاج لآلام اللثة والاسنان. ابوقراط كان ابوقراط، يوصي بتناول هذا النبات لتخليص الجهاز التنفسي من المواد المخاطية، اما معاصر ابقراط « ثيوفراست» فكان يقول: «اذا وضع امرء الينسون قرب سريره ليلا فسوف يرى احلاما جميلة وذلك بفضل عطره العذب». بلين القديم عالم الطبيعة الروماني كان بلين القديم عالم الطبيعة الروماني، يوصي بمضغ بذور الينسون الطازج لترطيب وانعاش النفس والمساعدة على الهضم بعد وجبات الطعام الثقيلة. جون جيرارد كان جون جيرارد، عالم الاعشاب البريطاني القديم يوصي بتناول الينسون لمنع الحازوقة او الزغطة ، وكذلك وصف هذا النبات لادرار الحليب عند المرضعات ،علاج لحالات احتباس الماء وآلام الرأس والربو والتهاب القصبات الهوائية والارق والغثيان. داوود الإنطاكي يقول داوود الإنطاكي في تذكرته الينسون « يطرد الرياح ويزيل الصداع وآلام الصدر وضيق التنفس والسعال المزمن ويدر البول ويزيد المني وإذا طبخ بدهن الورد قطورا ودخانه يسقط الأجنة والمشيمة ومضغه يذهب الخفقان والإستياك به يطيب الفم ويحلو الأسنان ويقوي اللثة « ابن سينا يقول ابن سينا في القانون « إذا سحق الينسون وخلط بدهن الورد وقطر في الأذن أبرا ما يعرض في باطنها من صدع عن صدمه أو ضربة ولأوجاعها أيضا كما ينفع الينسون شرابا ساخنا مع الحليب لعلاج الأرق وهدوء الأعصاب.

كان الينسون سلعة تجارية مهمة جدا في كافة دول حوض المتوسط القديم الى درجة انه كان يستعمل كالعملة المتداولة لتسديد الضرائب.لقد بلغ الينسون درجة كبيرة من الشعبية بصفته تابلا ودواء وعطرا في بريطانيا في فترة العصور الوسطى بحيث ان الملك ادوارد الاول فرض عليه ضريبة من اجل اصلاح جسر لندن. اختيار وتخزين الينسون لا تختلف مكونات الينسون فإن الينسون العضوي يملك نفس خصائص الينسون الطبيعي.

«زيكا» يصيب أكثر من 3100 حامل بكولومبيا



قال رئيس كولومبيا خوان مانويل سانتوس، إن أكثر من 3100 امرأة حامل أصيبت بعدوى زيكا الفيروسية التي ينقلها البعوض في الوقت الذي يواصل فيه المرض انتشاره السريع عبر الأميركتين.

ويرتبط الفيروس بميلاد أطفال برؤوس مبتسرة وهو ما يحول دون اكتمال نمو المخ. ولا يوجد أي لقاح أو علاج للفيروس.

وقال سانتوس إنه لا يوجد حتى الآن أي حالات مسجلة لولادة أطفال مبتسري الرؤوس في كولومبيا.

وأضاف سانتوس خلال لقاء تلفزيوني مع مسؤولي الصحة إن هناك 25645 شخصا أصيبوا بالمرض في كولومبيا بينهم 3177 امرأة حامل.