

أخيراً حسم الجدل بعد طول سجال

لا علاقة للهاتف النقال بسرطان الدماغ



«العربية نت» : يحتمل الجدل منذ عقدين حول العلاقة بين استخدام الهاتف المحمول وسرطان الدماغ سيما مع زيادة شعبية وانتشار الهاتف الجوال خلال العقدين الأخيرين، رغم أنه لم تثبت في أية دراسات علمية خلال تلك الفترة وجود أية صلة بين هاتف المحمول وعرض السرطان.

لكن فريقاً من الباحثين في جامعة سيدني الأسترالية، حسم هذه الجدلية مؤخراً، بنفيه وجود أية علاقة ما بين استعمال الهاتف المحمول والأورام الدماغية الخبيثة، وذلك في دراسة نشرت في المجلة الدولية لمرض السرطان.

وقال الباحثون إنهم قاموا بدراسة حالات سرطان الدماغ المسجلة منذ توفرت خدمة الهاتف المحمول في أستراليا قبل 29 عاماً وحتى الآن، وبحثوا فيما إذا كانت نسبة تزايد استخدام الهاتف المحمول التي تجاوزت الـ 94% في البلاد قد أثرت على زيادة نسبة سرطان الدماغ، دون أن يجنوا أية علاقة بين الأمرين.

وتمت دراسة حوالي 34 ألف حالة من سرطان الدماغ مسجلة في أستراليا ومقارنتها مع نسبة استخدام الهاتف المحمول منذ توفرها في 1987 وحتى 2012، وتبين بأن الإصابة بالمرض زادت بنسبة بسيطة جداً لدى الذكور الذين تجاوزوا السبعين عاماً من العمر، وقد بدأت هذه الزيادة في العام 1982، أي قبل توفر الهاتف المحمول بعدة سنوات، أما لدى الإناث فقد بقيت نسبة الإصابة بالمرض ثابتة تقريباً خلال 30 عاماً.

المغنسيوم وفوائده للجسم

المغنسيوم هي فلزات معدنية ولها وظيفة مهمة في الجسم ، فالمغنسيوم يساعد على الحفاظ على ضغط الدم الطبيعي، وعظام قوية، وضربات القلب ثابتة. يمكنك الحصول على المغنسيوم بشكل طبيعي من الأطعمة؟ المصادر الغذائية الطبيعية من المغنسيوم تشمل: الثباتات الخضراء والخضروات الورقية، مثل السبانخ الفاصوليا، والبنارلاء، وفول الصويا الحبوب الكاملة وكذلك المكسرات ، إن تناول الأطعمة الطازجة يعد دائماً أفضل ، فالمغنسيوم يمكن أن يضعف خلال الصقل والتصنيع، لذا يأخذ الناس المغنسيوم؟ ويقول خبراء إن الكثير من الناس لا يتناولون ما يكفي من الأطعمة التي تحتوي على المغنسيوم ، فالبالغين الذين يستهلكون أقل من الكمية الموصى بها من المغنسيوم هم أكثر عرضة لعلامات الالتهاب المرتفعة ،والإلتهاب بدوره يرتبط مع الظروف الصحية الكبيرة مثل أمراض القلب والسكري وبعض أنواع السرطان ،و أيضاً ظهور انخفاض بنسبة المغنسيوم تشكل عاملاً خطراً للإصابة بهشاشة العظام ، هناك بعض الأدلة على أن تناول الأطعمة التي تحتوي على المغنسيوم والمعادن الأخرى يمكن أن تساعد على منع ارتفاع ضغط الدم في الناس ، يستخدم المغنسيوم في الوريد أو الحقن لعلاج أمراض أخرى مثل تسبب الحمل أثناء الحمل وهجمات الربو الحاد

، فالمغنسيوم عادة ما بشكل العنصر الرئيسي في العديد من مضادات الحموضة والأدوية المسهلة، متى تكون عرضة لنقص المغنسيوم -- أوجه قصور المغنسيوم الشديدة نادرة ، ولكن بعضنا يكونون أكثر عرضة وخاصة إذ كانوا من الأشخاص الذين: 1- يعانون من مرض الكلى - 2- إذ عانى الشخص من مرض أو غيرهما من الظروف التي تؤثر على الهضم - 3- إذ عانى من مشاكل الحدة الدرقية . - 4- إذا كان ممن يتناولون المضادات الحيوية أو أدوية لمرض السكري أو السرطان - 5- إن كبار السن يكونون أكثر عرضة للإصابة . - 6- إن تعاطي الكحول قد يعرضك لنقص المغنسيوم - 7- كما تم ربط مضخات مضخة البروتون (مضخات مضخة البروتون) نوع شائع من الأدوية المستخدمة في علاج حمض الجزر، بمستويات المغنسيوم المنخفضة ، وتشمل الأمثلة على مضخات مضخة البروتون نيكسيوم، Dexilant، برايلوزيك، Protonix، Zegerid، Prevacid، Aciphex، إذا كنت تأخذ أي من هذه الأدوية على المدى طويل الأجل، فعلى مزود الرعاية الصحية الخاص بك التحقق من مستوى المغنسيوم مع إجراء فحص لدم . قد ينصح مقدمي الرعاية الصحية أحياناً الناس مع هذه الظروف بأخذ مكملات المغنسيوم ، ولكن ذلك يجب أن يكون بعد الاستشارة الطبية .



مارس «اليوغا» لتتخلص من أعراض «الربو»



من جهته، استعرض الدكتور جين لينغ تانغ من الجامعة الصينية في مستشفى أمير ويلز في هونغ كونغ 15 دراسة شملت أكثر من ألف مريض بالربو لتحديد ما إذا كان لممارسة اليوغا أي فوائد كبيرة.

وشمل ثلث هذه الدراسات ممارسة تمارين التنفس فقط، أما الدراسات الباقية فنصفت تمارين التنفس وأوضاع الجسم المختلفة والتأمل. وتراوحت ممارسة

اليوغا بين اسبوعين إلى أربعة أعوام ونصف العام، على الرغم من أنها كانت أقل من ستة أشهر في أغلب الدراسات. وبشكل عام ساهمت اليوغا في تخفيف الأعراض قليلا وقللت استخدام الأدوية.

ولم تتحدث الدراسات عن أي مضاعفات مرضية خطيرة نتيجة ممارسة اليوغا، إلا أن هناك حاجة لمزيد من الأبحاث للتوصل إلى نتائج محل ثقة عن الآثار الجانبية غير المرغوبة.

وقال الباحثون: «وجدنا أن اليوغا ربما تساعد المرضى على ممارسة حياتهم بشكل أفضل وتخفف أعراض الربو على نحو ما...مع ذلك نقتنأ في النتائج قليلة لأن معظم الدراسات تعتبرها عيوب».

كما أشاروا: «نحتاج إلى دراسات قيمة تشمل عددا كبيرا من ممارسي اليوغا كي نتكمن من التوصل إلى نتيجة حاسمة بشأن تأثير اليوغا على الربو».

«العربية نت»: ذكرت دراسة جديدة أن ممارسة اليوغا قد تخفف بعض أعراض الربو وتساعد المرضى على ممارسة حياتهم بشكل أفضل.

وتشمل اليوغا تمارين التنفس وأوضاعا مختلفة للجسم، فضلا عن التأمل. ويوصى باستخدامها لعلاج مجموعة مختلفة من الأمراض. من بينها الربو، لكن الدراسات العلمية لم تتوصل إلى نتائج حاسمة في هذا الشأن.

نظمه «إعادة الهيكلة» بالتعاون مع «التربية»

أكاديمية العلوم الحياتية ترعى ملتقى «التاجر الصغير»



تدريبية نوعية ، ومنح الكوادر الطبية بمختلف تخصصاتها . شهادات معترف بها من جهات دولية ، وذلك بالتعاون مع العديد من الشركاء العالمين.

واكد العنزي على اهمية التدريب والتطوير في بناء الأجيال الجديدة وتوفير الكفاءات الوطنية، والإستثمار في تطوير ذاتهم وامكانياتهم وقدراتهم وعدم الإعتماد الكلي على الدولة في كل شئ مشيرا الي ان الأكاديمية رسمت ضمن خططها الإستراتيجية خلال هذا العام المساهمة في تمكين وتأهيل الطاقات الوطنية الشاب ورغبتها في التعاون مع الجهات المعنية لدراسة وفهم الاحتياجات التدريبية والتحديات التي تواجه الشباب في مجال العمل الحر والمشاريع الصغيرة والمتوسطة في قطاع الرعاية الصحية لتقديم مايتناسب من برامج تدريبية نوعية كاحد اهم المعلومات للإرتقاء بمستوى الخدمات في الدولة.

يذكر ان برنامج إعادة هيكلة القوى العاملة والجهاز التنفيذي بالدولة قد قام بتكريم أكاديمية العلوم الحياتية ضمن رعاة الملتقى.

أعلنت أكاديمية العلوم الحياتية عن رعايتها (تأخذ الرعاية) للملتقى التاجر الصغير الذي نظمته برنامج إعادة هيكلة القوى العاملة والجهاز التنفيذي بالدولة بالتعاون مع وزارة التربية ، وذلك في إطار مسؤولياتها الاجتماعية، وحرصها على غرس القيم البناءة داخل المجتمع .

ويهدف المناسبة ، قال الرئيس التنفيذي لأكاديمية العلوم الحياتية محمد ناهس العنزي أن مفهوم غرس قيم العمل الحر وروح المبادرة في الأجيال الجديدة يتماشى مع نموذج عمل الأكاديمية ، الذي يركز على تطوير وبناء الكوادر البشرية ، من خلال التدريب والتعليم المستمر . وأشار الي أن الأكاديمية حريصة على دعم مبادرات وأفكار الشباب وطلاب المدارس ، وكذلك التعاون مع كافة مؤسسات الدولة لتحقيق تلك الأهداف ، التي تنعكس إيجابا على كافة القطاعات بما فيها القطاع الصحي الذي تسخر امكانياتها في دعمه.

واضاف : ان الأكاديمية تمكنت خلال فترة وجيزة من التعاون مع العديد من مستشفيات القطاع العام والخاص ، غير تنظيم دورات

باحثون ينجحون في التوصل إلى كيفية رصد «زيكا» وبكلفة دولار واحد



مشابهة، مثل فيروس غرب النيل أو الضنك. وقد يفرح المحصن الجديد في الأسواق خلال الأشهر المقبلة ومن شأنه أن يحسن سبل التشخيص الحالية التي تتطلب معدات متخصصة لا تتوفر سوى في المدن. وإلى ذلك، كشفت دراسة أخرى الطريقة التي يهاجم فيها فيروس زيكا الدماغ ويضفي على خلاياه ويتسبب بالتالي بمرض صغير الجمجمة المعروف بالصعل. فقد أجرى باحثون من كلية الطب في جامعة سان دييغو هذه الدراسة التي نشرت مؤخرا، وبينت أعمالهم أن فيروس زيكا يحرك مستقبلات فمحية النطق التي ترسل إشارات إلى الخلايا المختلفة لمكافحة المرض.

جاء في هذه الدراسة التي أصدرها معهد باحثي تابع لجامعة هارفارد. وقد أظهر هذا المحصن فعاليتنه على فردة وقد يكلف دولارا واحدا لكل مريض، بحسب هذه الدراسة المنشورة في مجلة «سيل».

وتظهر النتائج على أداة التشخيص الجديدة هذه التي يمكن تخزينها لمدة ستة «من خلال تغير الألوان»، ما يسهل تشخيص الإصابة حتى بالنسبة لأشخاص من خارج الطاقم الطبي.

وسبق للمراكز الأميركية لمكافحة الأمراض والوقاية منها (سي دي سي) أن وافقت على فحصين لتشخيص الإصابة بفيروس زيكا، لكنهما أكثر تعقيدا وقد يخطئان أحيانا بين فيروس زيكا وفيروسات أخرى

«العربية نت»: صمم باحثون من جامعة هارفرد فحصا يسمح برصد فيروس زيكا في الدم واللعاب بطريقة سريعة وغير مكلفة من المحتمل طرحه في الأسواق في الأشهر المقبلة، على ما كشفت دراسة. ونجح الفحص عنه تجربته على القروء، وتبلغ كلفته دولارا واحدا.

وكان غياب فحص معياري لتشخيص الإصابة بهذا الفيروس الذي قد يؤدي إلى تشوهات خلقية لدى الجنين، يعقد التوصل إلى فهم أفضل لهذا الفيروس وتحديد سبل مواجهته، على ما أقر الخبراء في مجال الصحة العامة.

وينسجم هذا الفحص الجديد برصد الفيروس حتى «لو كان يتركز بنسب أقل بكثير من قبل»، على ما