

هل يمكن أن يكون الهاتف النقال مسؤولاً .. عن الأورام ؟



ال الأولى من الدراسة قبل تقادمه الصحيفة « وول ستريت جورنال » بيان مقوله انه لا يوجد اي خطر من التعرض لأشعة الهاتف المحمول مقوله أصححت من الماضي .

وقال البروفيسور كيفن ، وهو خبير في الإحصاء التطبيقي في الجامعة المتقدمة ، انه لا يرجى جيد ان يقوم برنامج عدم السعوم الوطني الأمريكي بعمل دراسة حول هذه القضية .

وأكمل علماء آخرون على ان البحث الواسع للخطاقي على البشر لم تعترق على ادلة بيان الهواتف النقالة تشكل مخاطر صحية وان هذه النتائج الجزئية لا يجب ان تسبب أي قلق حقيقي حول المخاطر الصحية الناجمة عن استخدام الهاتف المحمول .

واكيدوا بانه كان هناك الكثير من الأبحاث السابقة حول هذا الموضوع ، وبعضاها لم تتعذر على دليل على وجود خطر كبير ، والبعض منها قد وجدت ادلة محدودة من مخاطر مسبحة مع استخدام الهاتف لوقت كبير ولكنها لا تصل للتوقف عن استخدام الهاتف المحمول على شروط تلك الدراسة .

وقال الدكتور رودني كروفت ، مدير المركز الاسترالي للانكماش والمعنويات للأبحاث : « في الوقت الحاضر ، وفي ضوء مجموعة من الشكوك بشأن نتائج تلك الدراسة ، فإنها لم تقدم سبباً لتغيير الإجماع العلمي الحالي الذي يؤكد بان التعرض لأشعاعات الهاتف المحمول لا يؤثر على الصحة . »

واكدو بان الهواتف المحمولة تتبعث منها طاقة الإشعاع في شكل موجات الراديو ويمكن لأشعة الجسم الأقرب إلى الهاتف من ان تتعنص هذه الطاقة وانه لا توجد أدلة كافية للتوصيل الى استنتاج واضح .

العربية نت : عكفت الكثير من المراكز البحثية العالمية على دراسة تأثير الأشعة التي تصدرها الهواتف المحمولة والتي أصبحت بعد ملارين البشر حول العالم وعلاقة تلك الإشعاعات بالإصابة بالامراض مثل الأورام الخبيثة والسكنات الدماغية والقلبي .

وكشفت صحيحة « الذي ميل » البريطانية عن حدث دراسة أجراها برنامج عدم السعوم الوطني في الولايات المتحدة الأمريكية على القرأن التي عرضت لنوع من موجات الراديو المتعلقة من بهواتف النقالة والتي أكدت بانها كانت أكثر فرصة للإصابة بالأورام وعدد من الأمراض الأخرى ولكن العديد من العلماء يشككون في تلك الابحاث وانها ليست قوية بما يكفي لإثارة المخاوف و يجب اجراء المزيد من الابحاث على ليشر وليس القرآن حيث أكد علماء بريطانيون ان ابحاثاً واسعة حول البشر لم تتعذر على ادلة بحسب الهواتف النقالة بمخاطر صحية مؤكدين بان الدراسة الأمريكية الجديدة لم تؤكّد أبداً قوية مما يكفي لإثارة المخاوف .

قالت الدراسة التي أجراها برنامج عدم السعوم الأمريكي ، بانه ونظرًا للاستخدام العالمي واسع للاتصالات المتقدمة من جميع الأعمار ، وما يمكن أن تسببه من أمراض ناتجة عن التعرض لأشعة الترددات الراديوية وما تمتله من آثار واسعة للنطاق على الصحة العامة قام المركز بالدراسة التي أجريت منذ عامين على 2500 فارس في اليوم على مدار العامين حيث وجد الباحثون حالات منخفضة من الأورام التي أصيب بها القرآن المعرضة للإشعاع .

وقال رون ملنكت ، وهو باحث سابق في برنامج علم السعوم الوطني والذي عمل على المراحل

باحثون : نبات الفطر يمكن أن يصبح علاجا فعالا للاكتئاب.. قريبا



الصحة العالمية : انتشار زيكا، درج عدم السيطرة على البعوض

«ابلاف نت» : قالت مارغريت تشنان، رئيسة منظمة الصحة العالمية، إن انتشار فيروس زيكا هو ثمن لفشل سياسات السيطرة على البعوض، وأضافت، خلال الاجتماع السنوي للمنظمة، أن «الخبراء يبذلون مقاومة» تلك الحشرة في السبعينيات من القرن العشرين والتعامل مع تلك الفيروسية من المعرض الحامل للفيروس.

ويعتقد أن لهذا الفيروس صلة بتشوهات في بلواءيد الجديد عند إصابة الأمهات به أثناء الحمل، مما أعلن أنه يشكل خطراً على الصحة العامة العالمية يستدعي إعلان الطواريء الصحية.

وأشارت إلى أن وصول انتشار الفيروس إلى جهة إعلان الطواريء في الدول التي تشهد

العنزي : الكويت رابع أكبر دولة في العالم في إجراء جراحات السمنة



قملاس : سيكون باكورة لمنتديات طبية توعوية في المستقبل

المصادر الخاصة لنقل المعلومات مثل وسائل التواصل الاجتماعي والدعiamات والدواء وآخبار الطبيب غير الصحيح وغيرها، واستعرض الكثير من النماذج التي حققت نجاحاً كبيراً في انتصاف الوزن وتزيم الجسم وتجميله، وأكد أن الجراحات التجميلية والتكميلية لن تجدى نفعاً دون اتباع نمط صحي للحياة يعتمد على التغذية الصحية ومارسة النشاط البدني.

بعضها أكدت اختصائة التغذية سماح غامن أن للتابعة والالتزام بعد عمليات التكميم هام جداً، وتحتضر ضرورة اتباع النظام الصحي المخصص للمرتضى بعد إجراء الجراحة لتنزول الوزن بالشكل المثالى، مع ضرورة اتباع نمط صحي للحياة.

جهة قال استشاري أمراض والجهاز الهضمى والمناظير، ور.أحمد محمد الحوطى فى أن عمل أطباء أمراض الكبد يهز الهضمى مكملًا لعمله في السنة إذ يساهمون في طبیع فرصة لخفيف وزنه أن تدخل جراحى وأطلاعه العمليات غير الجراحية خدام البالون أو حقن للعدة فائدتها ومضاعفاتها.

تأخرته صحة اختصاصيحة التجميل والحرقوق برخصة الترميمية د. عبد الرحيم الكثیر من المفاهيم ذاتية حول جراحات السنة، على الحسوى على الكثير من

الصحة لمكافحة الامراض المزمنة غير المعدية خصوصاً السمنة والسكري لافتاً الى ان المنشئ يشكل فرصة حقيقة امام المرضى للقاء الاطباء والاستفسار عن كل ما يتعلق بهذا المجال.

من جانبها قالت المتحدث من جانبيها المنشئ بالمنشئ ومساعد المدير العام في (كانتا كلينيك) توفى القلاس في كلمنتها الافتتاحية ان المنشئ الذي يشهد مشاركة تجربة من الاستشاريين والاطباء والمتخصصين يهدف الى المساعدة في الارتقاء بالخدمات الطبية المقدمة ودعم توجه وزارة الصحة في هذا الصدد.

واكملت القلاس على اهمية الشراكة المجتمعية مع وزارة الصحة في الجانب المنشئ بما يخص المنشئ بغير ارض السمنة،

بيانات خاصة بالكويت للنوسبيات العالمية لاحقة السمعة للتجارب 16 عاماً، والاطفال 16 علاماً، واخذت في تلاقي شروط الجراحة العمرية حيث ترتفع نسبة بين الاطفال 10 سنوات الاكبر سننا.

اعترف عن اجراء قسم استشفى الاميري ما في 20 حالة اسيو عيادة اساسية او عمليات بسبب فشل العمليات تذكر ان هذه الجراحات نجاح في تحقيقها الى 95 %.

زيادة التعاون بين الامان والخاص بما انجاح خطط وزارة

اكد استشاري الجراحة العامة والجهاز الهضمي بالمستشفى الاميري د. خالد العفري ان الكويت رابع اكبر دولة في العالم في اجراء جراحات السمنة، وان السمنة تحمل مرتبة كبيرة بين النساء مقارنة بالرجال، وأشار في الوقت ذاته بالتقنيات الحديثة في علاج السمنة ومن بينها جراحة التدبيس التي حققت نجاحاً كبيراً في الكويت مؤخراً ونفت تقريراً على المصالحات المصاحبة لها ..

في ذلك في تصريح صحافي للعنزي على هامش تدشين منقدي كان الاول لجراحة السمعة الذي تتفقه (كانا كلينك) مواكبة للمشروع الوطني التوعوي ترسي السمعة والسكر الذي اطلقته وزارة الصحة، والذي انطلق اول امس بمشاركة تجربة من الاطباء والمتخصصين في هذا المجال وتحدد خلاله اختصاصي امراض الجهاز الهضمي والتكميل والتجميل، احمد الحوطى واخصائى التجميل د. عبد العزير الرشيد واخصائية التغذية سماح غانم.

وقال العنزي ان الدعابيس الجراحية التي تستخدم في عمليات السمعة وصلت الى درجة متقدمة بالشكل الذي يحد من وجود اية مضاعفات مصاحبة لها، فقبل 20 سنة كانت نسبة التسرب على سبيل المثال 20% وقبل 5 سنوات وصلت 1% فقط، والآن بلغت النسبة 1 في الالف او ربما اقل.

وابع: بدون شك الكويت من الدول المتقدمة في نسب انتشار السمعة، ولاسيما بين النساء، غير ان ارتقاء وعي وثقافة المجتمع ساهم بشكل كبير في الاقبال على جراحات السمعة للحصول على قوام رشيق ومتقن بالصحة القاتمة، وجراحات السمعة في الكويت تخضع لقوانين وتوصيات منظمة الصحة العالمية والجمعيات الجراحية العالمية المتخصصة في علاجات السمعة، بالإضافة الى ذلك، ضرورة متابعة

فوائد الثوم والبصل



لم تكن واضحة تماماً فيما يتعلق بمستوى جلوكوز الدم، حيث وجدت بعضها أنه يحمل على خلفه، في حين لم تصل دراسات أخرى إلى نفس النتيجة، ولكن وجد أنه يخفي من مستوى الكوليستيروл والليبيدات (الدهون) في الدم في مرضى السكري، وفي إحدى الدراسات وجد أن تناول اللحوم مع عقار الميتفورمين (Metformin) يساهم في خفض مستوى جلوكوز الدم بشكل أكبر من العقار وحده، كما وجدت بعض الدراسات قدرة لتناول مستخلصات اللحوم في تحسين حالات مقاومة الإنسولين (2). تساهم مضادات الأكسدة التي يحتويها اللحوم في محاربة شحذوخة الخلايا المبكرة وحمائيتها (2). تقترح بعض الدراسات دور اللحوم في تخفيف الوزن وعلاج السمنة (7). بالإضافة إلى الفوائد التي ذكرناها أعلاه، وجد للاستعمال الخارجي لمستحضر يحتوي على اللحوم دور في محاربة الصلع في حالات مرض التعلبة (2)، كما ويستعمل زيت اللحوم خارجياً لعلاج الالتهاب الظري (6). المقاولات الدوائية لللحوم أن تناول اللحوم بكثرة متوازنة مع الطعام يعتبر أمراً ولا تنتج عنه سمية أو تأثيرات جانبية سلبية، ولكن تترتب بعض التأثيرات السلبية في بعض الحالات التي يتم فيها تناول جرعات علاجية من اللحوم أو تناول حبوب مضادة للعدوى، حيث إنها تحارب العديد من أنواع البكتيريا والفطريات والبروتوزوا (2). يساهم اللحوم في محاربة السرطان، ووجد أنه يقوم بهذا التأثير عن طريق إزالة نسبة المواد المسرطنة والمتغيرة مع تكوين الأحماض المتوجبة الخاصة بالخلايا السرطانية، كما أنها تساهم في تعطيل تكون الأوعية الدموية الجديدة للأورام السرطانية. وتعمل على التخلص من الجذور الحرة التي تلعب دوراً في تكون الخلايا السرطانية، وقد صرّح المعدّ الطوني الأمريكي أن اللحوم هو أعلى المواد الغذائية احتواء على المواد المحاربة للسرطان، وفي الابحاث العلمية التي أجريت على حيوانات التجارب، وجد أن اللحوم يتعرض مع نمو الخلايا السرطانية للمحفرة عميائة، مثل سرطان الكبد، وسرطان القولون، وسرطان البروستات، وسرطان المثانة، وسرطان الغدد التناسلية، وسرطان البريء، وسرطان الرئة، وسرطان الجلد، وسرطان المعدة، هذا بالإضافة إلى أن اللحوم يرفع من قدرة جهاز الماعة على محاربة الخلايا السرطانية (2). وجدت العديد من الدراسات التي أجريت على حيوانات التجارب قدرة اللحوم في خفض مستوى جلوكوز وコレستيرول والليبيدات (الدهون) في الدم في حالات السكري، إلا أن نتائج الدراسات التي أجريت على الإنسان لا ممتحنة (1)، (2)، وجد اللحوم تأثيرات حصل أيضاً فوائد كثيرة ومتعددةيتها جديدة من الدراسات، وللحصول على فوائد يوم والبصل، يجب الحرص على تناول حصة واحدة من أي منها يومياً، وهي نادل حوالي نصف البصلة وما يعادلها من اللحوم، ويمكن أن يتم ذلك بمحاولة زيادة حصة المتناولة منها في السلطات أو إضافة بية أكبر منها الثناء تحضير أطباق الطعام (4). وستتحدث في هذا المقال عن أهم الفوائد صحية واستخدامات العلاجية لكل من اللحوم والبصل، فوائد اللحوم للنوم فوائد صحية واستخدامات علاجية متعددة، وهي تشمل ما يلى: وجدت العديد من الدراسات أن اللحوم في خفض كوليستيرول الدم الكثي (LDL)، (1)، (2)، (3)، (4)، (5)، (6)، (7)، (8)، (9)، (10)، (11)، (12)، (13)، (14)، (15)، (16)، (17)، (18)، (19)، (20)، (21)، (22)، (23)، (24)، (25)، (26)، (27)، (28)، (29)، (30)، (31)، (32)، (33)، (34)، (35)، (36)، (37)، (38)، (39)، (40)، (41)، (42)، (43)، (44)، (45)، (46)، (47)، (48)، (49)، (50)، (51)، (52)، (53)، (54)، (55)، (56)، (57)، (58)، (59)، (60)، (61)، (62)، (63)، (64)، (65)، (66)، (67)، (68)، (69)، (70)، (71)، (72)، (73)، (74)، (75)، (76)، (77)، (78)، (79)، (80)، (81)، (82)، (83)، (84)، (85)، (86)، (87)، (88)، (89)، (90)، (91)، (92)، (93)، (94)، (95)، (96)، (97)، (98)، (99)، (100)، (101)، (102)، (103)، (104)، (105)، (106)، (107)، (108)، (109)، (110)، (111)، (112)، (113)، (114)، (115)، (116)، (117)، (118)، (119)، (120)، (121)، (122)، (123)، (124)، (125)، (126)، (127)، (128)، (129)، (130)، (131)، (132)، (133)، (134)، (135)، (136)، (137)، (138)، (139)، (140)، (141)، (142)، (143)، (144)، (145)، (146)، (147)، (148)، (149)، (150)، (151)، (152)، (153)، (154)، (155)، (156)، (157)، (158)، (159)، (160)، (161)، (162)، (163)، (164)، (165)، (166)، (167)، (168)، (169)، (170)، (171)، (172)، (173)، (174)، (175)، (176)، (177)، (178)، (179)، (180)، (181)، (182)، (183)، (184)، (185)، (186)، (187)، (188)، (189)، (190)، (191)، (192)، (193)، (194)، (195)، (196)، (197)، (198)، (199)، (200)، (201)، (202)، (203)، (204)، (205)، (206)، (207)، (208)، (209)، (210)، (211)، (212)، (213)، (214)، (215)، (216)، (217)، (218)، (219)، (220)، (221)، (222)، (223)، (224)، (225)، (226)، (227)، (228)، (229)، (230)، (231)، (232)، (233)، (234)، (235)، (236)، (237)، (238)، (239)، (240)، (241)، (242)، (243)، (244)، (245)، (246)، (247)، (248)، (249)، (250)، (251)، (252)، (253)، (254)، (255)، (256)، (257)، (258)، (259)، (260)، (261)، (262)، (263)، (264)، (265)، (266)، (267)، (268)، (269)، (270)، (271)، (272)، (273)، (274)، (275)، (276)، (277)، (278)، (279)، (280)، (281)، (282)، (283)، (284)، (285)، (286)، (287)، (288)، (289)، (290)، (291)، (292)، (293)، (294)، (295)، (296)، (297)، (298)، (299)، (300)، (301)، (302)، (303)، (304)، (305)، (306)، (307)، (308)، (309)، (310)، (311)، (312)، (313)، (314)، (315)، (316)، (317)، (318)، (319)، (320)، (321)، (322)، (323)، (324)، (325)، (326)، (327)، (328)، (329)، (330)، (331)، (332)، (333)، (334)، (335)، (336)، (337)، (338)، (339)، (340)، (341)، (342)، (343)، (344)، (345)، (346)، (347)، (348)، (349)، (350)، (351)، (352)، (353)، (354)، (355)، (356)، (357)، (358)، (359)، (360)، (361)، (362)، (363)، (364)، (365)، (366)، (367)، (368)، (369)، (370)، (371)، (372)، (373)، (374)، (375)، (376)، (377)، (378)، (379)، (380)، (381)، (382)، (383)، (384)، (385)، (386)، (387)، (388)، (389)، (390)، (391)، (392)، (393)، (394)، (395)، (396)، (397)، (398)، (399)، (400)، (401)، (402)، (403)، (404)، (405)، (406)، (407)، (408)، (409)، (410)، (411)، (412)، (413)، (414)، (415)، (416)، (417)، (418)، (419)، (420)، (421)، (422)، (423)، (424)، (425)، (426)، (427)، (428)، (429)، (430)، (431)، (432)، (433)، (434)، (435)، (436)، (437)، (438)، (439)، (440)، (441)، (442)، (443)، (444)، (445)، (446)، (447)، (448)، (449)، (450)، (451)، (452)، (453)، (454)، (455)، (456)، (457)، (458)، (459)، (460)، (461)، (462)، (463)، (464)، (465)، (466)، (467)، (468)، (469)، (470)، (471)، (472)، (473)، (474)، (475)، (476)، (477)، (478)، (479)، (480)، (481)، (482)، (483)، (484)، (485)، (486)، (487)، (488)، (489)، (490)، (491)، (492)، (493)، (494)، (495)، (496)، (497)، (498)، (499)، (500)، (501)، (502)، (503)، (504)، (505)، (506)، (507)، (508)، (509)، (510)، (511)، (512)، (513)، (514)، (515)، (516)، (517)، (518)، (519)، (520)، (521)، (522)، (523)، (524)، (525)، (526)، (527)، (528)، (529)، (530)، (531)، (532)، (533)، (534)، (535)، (536)، (537)، (538)، (539)، (540)، (541)، (542)، (543)، (544)، (545)، (546)، (547)، (548)، (549)، (550)، (551)، (552)، (553)، (554)، (555)، (556)، (557)، (558)، (559)، (5510)، (5511)، (5512)، (5513)، (5514)، (5515)، (5516)، (5517)، (5518)، (5519)، (5520)، (5521)، (5522)، (5523)، (5524)، (5525)، (5526)، (5527)، (5528)، (5529)، (5530)، (5531)، (5532)، (5533)، (5534)، (5535)، (5536)، (5537)، (5538)، (5539)، (5540)، (5541)، (5542)، (5543)، (5544)، (5545)، (5546)، (5547)، (5548)، (5549)، (5550)، (5551)، (5552)، (5553)، (5554)، (5555)، (5556)، (5557)، (5558)، (5559)، (5560)، (5561)، (5562)، (5563)، (5564)، (5565)، (5566)، (5567)، (5568)، (5569)، (5570)، (5571)، (5572)، (5573)، (5574)، (5575)، (5576)، (5577)، (5578)، (5579)، (5580)، (5581)، (5582)، (5583)، (5584)، (5585)، (5586)، (5587)، (5588)، (5589)، (5590)، (5591)، (5592)، (5593)، (5594)، (5595)، (5596)، (5597)، (5598)، (5599)، (55100)، (55101)، (55102)، (55103)، (55104)، (55105)، (55106)، (55107)، (55108)، (55109)، (55110)، (55111)، (55112)، (55113)، (55114)، (55115)، (55116)، (55117)، (55118)، (55119)، (55120)، (55121)، (55122)، (55123)، (55124)، (55125)، (55126)، (55127)، (55128)، (55129)، (55130)، (55131)، (55132)، (55133)، (55134)، (55135)، (55136)، (55137)، (55138)، (55139)، (55140)، (55141)، (55142)، (55143)، (55144)، (55145)، (55146)، (55147)، (55148)، (55149)، (55150)، (55151)، (55152)، (55153)، (55154)، (55155)، (55156)، (55157)، (55158)، (55159)، (55160)، (55161)، (55162)، (55163)، (55164)، (55165)، (55166)، (55167)، (55168)، (55169)، (55170)، (55171)، (55172)، (55173)، (55174)، (55175)، (55176)، (55177)، (55178)، (55179)، (55180)، (55181)، (55182)، (55183)، (55184)، (55185)، (55186)، (55187)، (55188)، (55189)، (55190)، (55191)، (55192)، (55193)، (55194)، (55195)، (55196)، (55197)، (55198)، (55199)، (55200)، (55201)، (55202)، (55203)، (55204)، (55205)، (55206)، (55207)، (55208)، (55209)، (55210)، (55211)، (55212)، (55213)، (55214)، (55215)، (55216)، (55217)، (55218)، (55219)، (55220)، (55221)، (55222)، (55223)، (55224)، (55225)، (55226)، (55227)، (55228)، (55229)، (55230)، (55231)، (55232)، (55233)، (55234)، (55235)، (55236)، (55237)، (55238)، (55239)، (55240)، (55241)، (55242)، (55243)، (55244)، (55245)، (55246)، (55247)، (55248)، (55249)، (55250)، (55251)، (55252)، (55253)، (55254)، (55255)، (55256)، (55257)، (55258)، (55259)، (55260)، (55261)، (55262)، (55263)، (55264)، (55265)، (55266)، (55267)، (55268)، (55269)، (55270)، (55271)، (55272)، (55273)، (55274)، (55275)، (55276)، (55277)، (55278)، (55279)، (55280)، (55281)، (55282)، (55283)، (55284)، (55285)، (55286)، (55287)، (55288)، (55289)، (55290)، (55291)، (55292)، (55293)، (55294)، (55295)، (55296)، (55297)، (55298)، (55299)، (55300)، (55301)، (55302)، (55303)، (55304)، (55305)، (55306)، (55307)، (55308)، (55309)، (55310)، (55311)، (55312)، (55313)، (55314)، (55315)، (55316)، (55317)، (55318)، (55319)، (55320)، (55321)، (55322)، (55323)، (55324)، (55325)، (55326)، (55327)، (55328)، (55329)، (55330)، (55331)، (55332)، (55333)، (55334)، (55335)، (55336)، (55337)، (55338)، (55339)، (55340)، (55341)، (55342)، (55343)، (55344)، (55345)، (55346)، (55347)، (55348)، (55349)، (55350)، (55351)، (55352)، (55353)، (55354)، (55355)، (55356)، (55357)، (55358)، (55359)، (55360)، (55361)، (55362)، (55363)، (55364)، (55365)، (55366)، (55367)، (55368)، (55369)، (55370)، (55371)، (55372)، (55373)، (55374)، (55375)، (55376)، (55377)، (55378)، (55379)، (55380)، (55381)، (55382)، (55383)، (55384)، (55385)، (55386)، (55387)، (55388)، (55389)، (55390)، (55391)، (55392)، (55393)، (55394)، (55395)، (55396)، (55397)، (55398)، (55399)، (55400)، (55401)، (55402)، (55403)، (55404)، (55405)، (55406)، (55407)، (55408)، (55409)، (55410)، (55411)، (55412)، (55413)، (55414)، (55415)، (55416)، (55417)، (55418)، (55419)، (55420)، (55421)، (55422)، (55423)، (55424)، (55425)، (55426)، (55427)، (55428)، (55429)، (55430)، (55431)، (55432)، (55433)، (55434)، (55435)، (55436)، (55437)، (55438)، (55439)، (55440)، (55441)، (55442)، (55443)، (55444)، (55445)، (55446)، (55447)، (55448)، (55449)، (55450)، (55451)، (55452)، (55453)، (55454)، (55455)، (55456)، (55457)، (55458)، (55459)، (55460)، (55461)، (55462)، (55463)، (55464)، (55465)، (55466)، (55467)، (55468)، (55469)، (55470)، (55471)، (55472)، (55473)، (55474)، (55475)، (55476)، (55477)، (55478)، (55479)، (55480)، (55481)، (55482)، (55483)، (55484)، (55485)، (55486)، (55487)، (55488)، (55489)، (55490)، (55491)، (55492)، (55493)، (55494)، (55495)، (55496)، (55497)، (55498)، (55499)، (55500)، (55501)، (55502)، (55503)، (55504)، (55505)، (55506)، (55507)، (55508)، (55509)، (55510)، (55511)، (55512)، (55513)، (55514)، (55515)، (55516)، (55517)، (55518)، (55519)، (55520)، (55521)، (55522)، (55523)، (55524)، (55525)، (55526)، (55527)، (55528)، (55529)، (55530)، (55531)، (55532)، (55533)، (55534)، (55535)، (55536)، (55537)، (55538)، (55539)، (55540)، (55541)، (55542)، (55543)، (55544)، (55545)، (55546)، (55547)، (55548)، (55549)، (55550)، (55551)، (55552)، (55553)، (55554)، (55555)، (55556)، (55557)، (55558)، (55559)، (55560)، (55561)، (55562)، (55563)، (55564)، (55565)، (55566)، (55567)، (55568)، (55569)، (55570)، (55571)، (55572)، (55573)، (55574)، (55575)، (55576)، (55577)، (55578)، (55579)، (55580)، (55581)، (55582)، (55583)، (55584)، (55585)، (55586)، (55587)، (55588)، (55589)، (55590)، (55591)، (55592)، (55593)، (55594)، (55595)، (55596)، (55597)، (55598)، (55599)، (55600)، (55601)، (55602)، (55603)، (55604)، (55605)، (55606)، (55607)، (55608)، (55609)، (55610)، (55611)، (55612)، (55613)، (55614)، (55615)، (55616)، (55617)، (55618)، (55619)، (55620)، (55621)، (55622)، (55623)، (55624)، (55625)، (55626)، (55627)، (55628)، (55629)، (55630)، (55631)، (55632)، (55633)، (55634)، (55635)، (55636)، (55637)، (55638)، (55639)، (55640)، (55641)، (55642)، (55643)، (55644)، (55645)، (55646)، (55647)، (55648)، (55649)، (55650)، (55651)، (55652)، (55653)، (55654)، (55655)، (55656)، (55657)، (55658)، (55659)، (55660)، (55661)، (55662)، (55663)، (55664)، (55665)، (55666)، (55667)، (55668)، (55669)، (55670)، (55671)، (55672)، (55673)، (55674)، (55675)، (55676)، (55677)، (55678)، (55679)، (55680)، (55681)، (55682)، (55683)، (55684)، (55685)، (55686)، (55687)، (55688)، (55689)، (55690)، (55691)، (55692)، (55693)، (55694)، (55695)، (55696)، (55697)، (55698)، (55699)، (55700)، (55701)، (55702)، (55703)، (55704)، (55705)، (55706)، (55707)، (55708)، (55709)، (55710)، (55711)، (55712)، (55713)، (55714)، (55715)، (55716)، (55717)، (55718)، (55719)، (55720)، (55721)، (55722)، (55723)، (55724)، (55725)، (55726)، (55727)، (55728)، (55729)، (55730)، (55731)، (55732)، (55733)، (55734)، (55735)، (55736)، (55737)، (55738)، (55739)، (55740)، (55741)، (55742)، (55743)، (55744)، (55745)، (55746)، (55747)، (55748)، (55749)، (55750)، (55751)، (55752)، (55753)، (55754)، (55755)، (55756)، (55757)، (55758)، (55759)، (55760)، (55761)، (55762)، (55763)، (55764)، (55765)، (55766)، (55767)، (55768)، (55769)، (55770)، (55771)، (55772)، (55773)، (55774)، (55775)، (55776)، (55777)، (55778)، (55779)، (55780)، (55781)، (55782)، (55783)، (55784)، (55785)، (55786)، (55787)، (55788)، (55789)، (55790)، (55791)، (55792)، (55793)، (55794)، (55795)، (55796)، (55797)، (55798)، (55799)، (55800)، (55801)، (55802)، (55803)، (55804)، (55805)، (55806)، (55807)، (55808)، (55809)، (55810)، (55811)، (55812)، (55813)، (55814)، (55815)، (55816)، (55817)، (55818)، (55819)، (55820)، (55821)، (55822)، (55823)، (55824)، (55825)، (55826)، (55827)، (55828)، (55829)، (55830)، (55831)، (55832)، (55833)، (55834)، (55835)، (55836)، (55837)، (55838)، (55839)، (55840)، (55841)، (55842)، (55843)، (55844)، (55845)، (55846)، (55847)، (55848)، (55849)، (55850)، (55851)، (55852)، (55853)، (55854)، (55855)، (55856)، (55857)، (55858)، (55859)، (55860)، (55861)، (55862)، (55863)، (55864)، (55865)، (55866)، (55867)، (55868)، (55869)، (55870)، (55871)، (55872)، (55873)، (55874)، (55875)، (55876)، (55877)، (55878)، (55879)، (55880)، (55881)، (55882)، (55883)، (55884)، (55885)، (55886)، (55887)، (55888)، (55889)، (55890)، (55891)، (55892)، (55893)، (55894)، (55895)، (55896)، (55897)، (55898)، (55899)، (55900)، (55901)، (55902)، (55903)، (55904)، (55905)، (55906)، (55907)، (55908)، (55909)، (55910)، (55911)، (55912)، (55913)، (55914)، (55915)، (55916)، (55917)، (55918)، (55919)، (55920)، (55921)، (55922)، (55923)، (55924)، (55925)، (55926)، (55927)، (55928)، (55929)، (55930)، (55931)، (55932)، (55933)، (55934)، (55935)، (55936)، (55937)، (55938)، (55939)، (55940)، (55941)، (55942)، (55943)، (55944)، (55945)، (55946)، (55947)، (55948)، (55949)، (55950)، (55951)، (55952)، (55953)، (55954)، (55955)، (55956)، (55957)، (55958)، (55959)، (55960)، (55961)، (55962)، (55963)، (55964)، (55965)، (55966)، (55967)، (55968)، (55969)، (55970)، (55971)، (55972)، (55973)، (55974)، (55975)، (55976)، (55977)، (55978)، (55979)، (55980)، (55981)، (55982)، (55983)، (55984)، (55985)، (55986)، (55987)، (55988)، (55989)، (55990)، (55991)، (55992)، (55993)، (55994)، (55995)، (55996)، (55997)، (55998)، (55999)، (55100)، (55101)، (55102)، (55103)، (55104)، (55105)، (55106)، (55107)، (55108)، (55109)، (55110)، (55111)، (55112)، (55113)، (55114)، (55115)، (55116)، (55117)، (55118)، (55119)، (55120)، (55121)، (55122)، (55123)، (55124)، (55125)، (55126)، (55127)، (55128)، (55129)، (55130)، (55131)، (55132)، (55133)، (55134)، (55135)، (55136)، (55137)، (55138)، (55139)، (55140)، (55141)، (55142)، (55143)، (55144)، (55145)، (55146)، (55147)، (55148)، (55149)، (55150)، (55151)، (55152)، (55153)، (55154)، (55155)، (55156)، (55157)، (55158)، (55159)، (55160)، (55161)، (55162)، (55163)، (55164)، (55165)، (55166)، (55167)، (55168)، (55169)، (55170)، (55171)، (55172)، (55173)، (55174)، (55175)، (55176)، (55177)، (55178)، (55179)، (55180)، (55181)، (55182)، (55183)، (55184)، (55185)، (55186)، (55187)، (55188)، (55189)، (55190)، (55191)، (55192)، (55193)، (55194)، (55195)، (55196)، (55197)، (55198)، (55199)، (55200)، (55201)، (55202)، (55203)، (55204)، (55205)، (55206)، (55207)، (55208)، (55209)، (55210)، (55211)، (55212)، (55213)، (55214)، (55215)، (55216)، (55217)، (55218)، (55219)، (55220)، (55221)، (55222)، (55223)، (55224)، (55225)، (55226)، (55227)، (55228)، (55229)، (55230)، (55231)، (55232)، (55233)، (55234)، (55235)، (55236)، (55237)، (55238)، (55239)، (55240)، (55241)، (55242)، (55243)، (55244)، (55245)، (55246)، (55247)، (55248)، (55249)، (55250)، (55251)، (55252)، (55253)، (55254)، (55255)، (55256)، (55257)، (55258)، (55259)، (55260)، (55261)، (55262)، (55263)، (55264)، (55265)، (55266)، (55267)، (55268)، (55269)، (55270)، (55271)، (55272)، (55273)، (55274)، (55275)، (55276)، (55277)، (55278)، (55279)، (55280)، (55281)، (55282)، (55283)، (55284)، (55285)، (55286)، (55287)، (55288)، (55289)، (55290)، (55291)، (55292)، (55293)، (55294)، (55295)، (55296)، (55297)، (55298)، (55299)، (55300)، (55301)، (55302)، (55303)، (55304)، (55305)، (55306)، (55307)، (55308)، (55309)، (55310)، (55311)، (55312)، (55313)، (55314)، (55315)، (55316)، (55317)، (55318)، (55319)، (55320)، (55321)، (55322)، (55323)، (55324)، (55325)، (55326)، (55327)، (55328)، (55329)، (55330)، (55331)، (55332)، (55333)، (55334)، (55335)، (55336)، (55337)، (55338)، (55339)، (55340)، (55341)، (55342)، (55343)، (55344)، (55345)، (55346)، (55347)، (55348)، (55349)، (55350)، (55351)، (55352)، (55353)، (55354)، (55355)، (55356)، (55357)، (55358)، (55359)، (55360)، (55361)،

يعرف التُّوم علمياً باسم *Allium sativum*, وهو نبات عشبي ثنائي الحول، ويعتبر موطنها الأصلي بلاد شرق آسيا، وتم بعده ذلك إدخاله إلى منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط. وهو مزروع حالياً في جميع أنحاء العالم (8)، وقد يُعرف عن التُّوم ما له من فوائد صحية وعلاجية منذ القدم، حيث أنه استعمل في العديد من الحضارات القديمة والطب الشعبي، مثل الطب العربي والطب الصيني والطب الهندي القديم (2).

وقد أعتبره العبيب المؤمني جامبيوس
تربيات عاماً لجميع الأبراق (١).
Allium يعرف البصل علمنا باسم (cepa)
وهو نبات معمر أو ثانوي الحول.
وتعتبر أسباب الوسطى موطنها الأصلي الذي تم
منه إدخاله إلى منطقة حوض البحر الأبيض
المتوسط. وهو متزروع حالياً في جميع أنحاء
العالم (٨). وقد كان حظلي البصل باهتمام
كبيره لدى الفراعنة القدماء (٩). ينتهي
كل من البصل والنوم إلى عائلة (Allium).
ويمحتوى كلاهما على المركبات المحتوية على
الكبريت، والتي تمنحهما رائحتهما القوية.
كما أن هذه المركبات هي المسؤولة عن العديد
من الفوائد الصحية المرتبطة بهما. وعلى
الرغم من أن النوم هو المشهور أكثر بفوائده
الصحية، وهو الذي حظلي البصل بالتصنيف الكبير
من الأسباب والدراسات العلمية. إلا أن