

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



الأولى من الدراسة قبل تقاعده لصحيفة « وول ستريت جورنال» بأن مقولة أنه لا يوجد أي خطر من التعرض لأشعة الهاتف المحمول مقولة أصبحت من الماضي.

وقال البروفيسور كيقن، وهو خبير في الإحصاء التطبيقي في الجامعة المفتوحة، إنه لا م جدد أن يقوم برنامج علم السموم الوطني الأمريكي بعمل دراسة حول هذه القضية.

وأكد علماء آخرون على أن البحوث الواسعة النطاق على البشر لم تعثر على أدلة بأن الهواتف النقالة تشكل مخاطر صحية وأن هذه النتائج الجزئية لا يجب أن تسبب أي قلق حقيقي حول المخاطر الصحية الناتجة عن استخدام الهاتف المحمول.

وأكدوا بأنه كان هناك الكثير من الأبحاث السابقة حول هذا الموضوع، وبعضها لم تعثر على دليل على وجود خطر كبير، والبعض منها قد وجدت أدلة محدودة من مخاطر بسيطة مع استخدام الهاتف لوقت كبير ولكنها لاتصل للتوفيق عن استخدام الهاتف المحمول على ضوء تلك الدراسة.

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

وأكدو بأن الهواتف المحمولة تسببت منها طاقة الإشعاع في شكل موجات الراديو ويمكن لأسسعة الجسم الأقرب إلى الهاتف من أن تمتص هذه الطاقة وأنه لا توجد أدلة كافية للتوصل إلى استنتاج واضح.

«العربية نت» : عكفت الكثير من المراكز البحثية العالمية على دراسة تأثير الأشعة التي تصدرها الهواتف المحمولة والتي أصبحت بيد ملايين البشر حول العالم وعلاقة تلك الإشعاعات بالإصابة بالأمراض مثل الأورام الخبيثة والسكريات الدماغية والقلب.

وكشفت صحيفة «الديلي ميل» البريطانية عن أحدث دراسة أجراها برنامج علم السموم الوطني في الولايات المتحدة الأميركية على الفئران التي عرّضت لنوع من موجات الراديو المنبعثة من الهواتف النقالة والتي أكدت بأنها كانت أكثر عرضة للإصابة بالأورام وعدد من الأمراض الأخرى ولكن العديد من العلماء يشكون في تلك الأبحاث وإنها ليست قوية بما يكفي لإثارة المخاوف ويجب إجراء المزيد من الأبحاث على البشر وليس الفئران حيث أكد علماء بريطانيون أن أبحاثا واسعة حول البشر لم تعثر على أدلة بتسبب الهواتف النقالة بمخاطر صحية مؤكّرين بأن الدراسة الأميركية الجديدة لم تؤكد أدلة قوية بما يكفي لإثارة المخاوف.

قالت الدراسة التي أجراها برنامج علم السموم الأمريكي، بأنه ونظرا للاستخدام العالمي واسع النطاق للاتصالات المتنقلة من جميع الأعمار، وما يمكن أن تسببه من أمراض ناتجة عن التعرض لإشعاع الترددات الراديوية وما تمثله من آثار واسعة النطاق على الصحة العامة قام المركز بالدراسة التي أجريت منذ عامين على 2500 فأر تم تعريضهم لموجات الراديو لمدة تسع ساعات في اليوم على مدار العامين حيث وجد الباحثون حالات منخفضة من الأورام التي أصيب بها الفئران المعرضة للإشعاع.

وقال رون ملنك، وهو باحث سابق في برنامج علم السموم الوطني والذي عمل على المراحل

«العربية نت» : فجر باحثون بريطانيون مفاجأة من العيار الثقيل عندما خلصت دراسة طبية أجروها بأن نبات الفطر يمكن أن يكون علاجاً فعالاً للاكتئاب قريباً، وذلك بفضل عاده يحتويها هذا النبات، لكن تأكيد الأمر يحتاج إلى مزيد من البحوث والدراسات بسبب أن حجم الدراسة التي أجروها كان صغيراً جداً.

وأجرى باحثون في جامعة «إمبريال كوليدج» في لندن أخرى إلى نفس النتيجة، ولكن وجد أنه يخفض من مستوى الكوليسترول والليبيدات (الدهون) في الدم في مرضى السكري، وفي إحدى الدراسات وجد أن تناول الثوم مع عقار الميتفورمين (Metformin) يساهم في خفض مستوى جلوكوز الدم بشكل أكبر من العقار وحده، كما وجدت بعض الدراسات قدرة لتناول مستخلصات الثوم في تحسين حالات مقاومة الإنسولين (2)،

تساهم مضادات الأكسدة التي يحتويها الثوم في محاربة شيخوخة الخلايا المبكرة وحمايتها (2)، تقترح بعض الدراسات دورا للثوم في تخفيف الوزن وعلاج السمنة (7)، بالإضافة إلى الفوائد التي ذكرناها أعلاه، وجد للاستعمال الخارجي لمستحضر يحتوي على الثوم دور في محاربة الصلع في حالات مرض الثعلبة (2)، كما ويستعمل دورا للثوم خارجياً لعلاج التهاب الفطري (6)، التفاعلات الدوائية للثوم إنّ تناول الثوم بكميَّات متوسطة مع الطعام يعتبر آمنا ولا تتجث عنه سمية أو تأثيرات جانبية سلبية، ولكن تنتج بعض التأثيرات السلبية في بعض الحالات التي يتم فيها تناول جرعات علاجية من الثوم أو تتناول محبوب

المصادر الخاطئة لنقل المعلومات مثل وسائل التواصل الاجتماعي والدعابات والدواوين واختيار الطبيب غير الصحيح وغيرها، واستعرض الكثير من النماذج التي حققت نجاحا كبيرا في انقاص الوزن وترميم الجسم وتجميله، وأكد ان الجراحات التجميلية والتكسيمة لن تجدي نفعا دون اتباع نمط صحي للحياة ويعتمد على التغذية الصحية وعمراسة النشاط البدني.

بينما أكدت اخصائية التغذية سماح غانم أن للمتابعة والالتزام بعد عمليات التكميم هام جدا، ونصحت بضرورة اتباع النظام الصحي المختص للرجعي بعد اجراء الجراحة لنزول الوزن بالشكل المثالي، مع ضرورة اتباع نمط صحي للحياة.

مشيرة الي ان هذا المنتدى سيكون باكورة لمبادرات طبية توعوية في المستقبل.

من جهته قال استشاري امراض الكبد والجهاز الهضمي والمناظير الدكتور احمد محمد الحوطي في كلمته ان عمل اطباء امراض الكبد والجهاز الهضمي مكملا لعمل جراحي السمنة اذ يساهمون في منح المريض فرصة لتخفيف وزنه بدون تدخل جراحي واطلاعه على العمليات غير الجراحية كاستخدام البالون او حقن المعدة ومدى فائدتها ومضاعفاتها.

من ناحية صحح اختصاصي جراحة التجميل والصروق والجراحة الترميمية د. عبد العزيز الرشيد الكثير من المفاهيم الخاطئة حول جراحات السمنة، والتي الضوء على الكثير من

الصحة لمكافحة الأمراض المزمنة غير المعدية خصوصا السمنة والسكري لافتا الي ان المنتدى يشكل فرصة حقيقية امام المرضى للقاء الاطباء والاستفسار عن كل ما يتعلق بهذا المجال.

من جانبها قالت المتحدث الرئيسي بالمنتدى ومساعد المدير العام في (كانا كليك) نوف القملاس في كلمتها الافتتاحية ان المنتدى الذي يشهد مشاركة نخبة من الاستشاريين والاطباء والمتخصصين يهدف الي المساهمة في الارتقاء بالخدمات الطبية المقدمة ودعم توجه وزارة الصحة في هذا الصدد.

واكدت القملاس على اهمية الشراكة المجتمعية مع وزارة الصحة في الجانب التوعوي والصحي للعنلق بامراض السمنة،

الصحة توصيات خاصة بالكويوت كمرجعية للتوصيات العالمية بشأن جراحة السمنة للكبار فوق سن 16 عاما، والاطفال من 12 الي 16 عاما، واخذت في الاعتبار اختلاف شروط الجراحة وفقا للغة العربية حيث ترتفع نسبة السمنة بين الاطفال 10 مرات عن الفئات الاكبر سنا.

وكشف العنزي عن اجراء قسم الجراحة بالمستشفى الاميري ما بين 15 الي 20 حالة اسبوعيا سواء عمليات اساسية او عمليات مساعدة بسبب فشل العمليات القديمة، وأكد أن هذه الجراحات تحقق نسب نجاح في تخفيض الوزن تصل الي 95%.

ودعا إلى زيادة التعاون بين القطاعين العام والخاص بما يسهم في انجاح خطط وزارة

أكد استشاري الجراحة العامة والأسيري د. خالد العنزي أن الكويت رابع أكبر دولة في العالم في اجراء جراحات السمنة، وأن السمنة تحتل مرتبة كبيرة بين انشاء مقارئة بالرجال، وأشار في الوقت ذاته بالتقنيات الحديثة في علاج السمنة ومن بينها جراحة التدبيس التي حققت نجاحا كبيرا في الكويت مؤخرا وفضت تقريبا على المضاعفات المصاحبة لها ..

جاء ذلك في تصريح صحافي للعنزي على هامش تدشين منتدى كانا الاول لجراحة السمنة الذي تنظمه (كانا كليك) مواكبة للمشروع الوطني التوعوي لمرضى السمنة والسكر الذي انطلقت وزارة الصحة، والذي انطلق اول امس بمشاركة نخبة من الاطباء والمتخصصين في هذا المجال وتحدث خلاله اختصاصي امراض الجهاز الهضمي والكبد والمناظير د. احمد الحوطي واخصائي التجميل د. عبد العزيز الرشيد واخصائية التغذية سماح غانم .

وقال العنزي ان الدبابيس الجراحية التي تستخدم في عمليات السمنة وصلت الي درجة متقدمة بالشكل الذي يحد من وجود ايه مضاعفات مصاحبة لها، فليل 20 سنة كانت نسبة التسريب على سبيل للمثال 20% قبل 5 سنوات وصلت 1 % فقط، والان بلغت النسبة 1 في الالف او ربما اقل.

وتابع: بدون شك الكويت من الدول المتقدمة في نسب انتشار السمنة، ولاسيما بين النساء، غير ان ارتفاع وعي وثقافة المجتمع ساهم بشكل كبير في الإقبال على جراحات السمنة للحصول على قوام رشيق والتمتع بالصحة السامة، وجراحات السمنة في الكويت تخضع لغوانين وتوصيات منظمة الصحة العالمية والجمعيات الجراحية العالمية المتخصصة في علاجات السمنة، بالإضافة الي ذلك وضعت وزارة

فوائد الثوم والبصل



إنه «لا ينبغي علينا الاسترسال في النتائج»، قائلا، «إنها ليست رصاصة ساحرة»، في إشارة إلى أنه يتوجب عدم الإسراف في تناول بشأن هذا العلاج لحين إجراء المزيد من التجارب ودراسة المزيد من الحالات.
يشار إلى أنه يوجد في العالم أكثر من 350 مليون شخص مصابين بالاكنتاب وعصفلون لدى الأطباء رسميا بأنهم مصابون بهذا المرض، وتبعاً لذلك فإنهم يتعاظون علاجات مضادة للاكتئاب، فيما يقول العلماء والأطباء إن نحو 20% من المصابين لا يظهرون أي تجاوب أو تحسن مع العلاجات التي يتم تقديمها لهم.

يعطي املاً لدى الأطباء بأن تصبح علاجاً في المستقبل لمرضى الاكتئاب.
وأجريت الدراسة على 12 مريضاً فقط، وهو ما جعل الباحثين متحفّظين في نتائجها، إلا أن النتائج كانت إيجابية، لكن المرضى كانوا جميعاً يعانون من أعراض الاكتئاب لمدة لا تقل عن ثلاثة أسابيع قبل إخضاعهم للدراسة.

وقال روبين هاريس، الذي قاد الفريق البحثي في لندن، إن «النتائج كانت مذهلة»، مشيراً إلى أن العديد من المرضى كانت التجربة بالنسبة لهم عميقة، وافتقروا تحوُّلاً في الطريقة التي يتفكرون بها إلى العالم. لكن هاريس استدرك بالقول

«الصحة العالمية» : انتشار «زيكا» يرجع لعدم السيطرة على البعوض

انتشاره يعكس وجود نقاط ضعف كثيرة في التعامل معه في تلك الدول ويسلط الضوء على ثغرات في جاهزية المختلقة، وتابعت: «يكشف زيكا تبعات خطيرة للفشل في توفير وسائل حصول الجميع على خدمات التخطيط الأسري والجنسي حول العالم» وكانت البداية في مقاومة البعوض الحامل للفيروس في السبعينيات من القرن العشرين عندما بدأ خبراء في تطوير سبل مكافحة لهذا النوع من الحشرات، إلا أن هذه حملات لمكافحة العالقة يستدعي إعلان الطوارئ الصحية، توقفت بعد نجاح 18 دولة في القضاء على بعوضة «إيديس أيجيبتي» الحاملة للفيروس عام 1962.

«إيلاف نت» : قالت مارغريت تشان، رئيسة منظمة الصحة العالمية، إن انتشار فيروس زيكا هو ثمن لفشل سياسات السيطرة على البعوض. وأضافت، خلال الاجتماع السنوي للمنظمة، أن «الخبراء «بدأوا مقاومة» تلك الحشرة في السبعينيات من القرن العشرين والتعامل مع تلك الفصيلة من البعوض الحاملة للفيروس. ويعتقد أن لهذا الفيروس صلة بتشوهات في المواليد الجدد عند إصابة الأمهات به أثناء الحمل، كما أعلن أنه يشكل خطراً على الصحة العامة العالمية يستدعي إعلان الطوارئ الصحية. وأشارت إلى أن وصول انتشار الفيروس إلى درجة إعلان الطوارئء في الدول التي تشهد

لم تكن واضحة تماماً فيما يتعلق بمستوى جلوكوز الدم، حيث وجدت بعضها أنه يعمل على خفضه، في حين لم تصل دراسات أخرى إلى نفس النتيجة، ولكن وجد أنه يخفض من مستوى الكوليسترول والليبيدات (الدهون) في الدم في مرضى السكري، وفي إحدى الدراسات وجد أن تناول الثوم مع عقار الميتفورمين (Metformin) يساهم في خفض مستوى جلوكوز الدم بشكل أكبر من العقار وحده، كما وجدت بعض الدراسات قدرة لتناول مستخلصات الثوم في تحسين حالات مقاومة الإنسولين (2)، تساهم مضادات الأكسدة التي يحتويها الثوم في محاربة شيخوخة الخلايا المبكرة وحمايتها (2)، تقترح بعض الدراسات دورا للثوم في تخفيف الوزن وعلاج السمنة (7)، بالإضافة إلى الفوائد التي ذكرناها أعلاه، وجد للاستعمال الخارجي لمستحضر يحتوي على الثوم دور في محاربة الصلع في حالات مرض الثعلبة (2)، كما ويستعمل دورا للثوم خارجياً لعلاج التهاب الفطري (6)، التفاعلات الدوائية للثوم إنّ تناول الثوم بكميَّات متوسطة مع الطعام يعتبر آمنا ولا تتجث عنه سمية أو تأثيرات جانبية سلبية، ولكن تنتج بعض التأثيرات السلبية في بعض الحالات التي يتم فيها تناول جرعات علاجية من الثوم أو تتناول محبوب

مضادة للعدوى، حيث إنّها تحارب العديد من أنواع البكتيريا والفطريات والبروتوزوا (2)، يساهم الثوم في محاربة السرطان، وذلك لأنه يقوم بهذا التأثير عن طريق إزالة سميّة المواد المسرطنة والتعارض مع تكوين الأحماض النوويّة الخاصّة بالخلايا السرطانيّة، كما أنها تساهم في تعطيل تكون الأوعية الدموية الجديدة للأورام السرطانيّة، وتعمل على التخلص من الجذور الحرة التي تلعب دورا في تكون الخلايا السرطانيّة، وقد صرّح المعهد الوطني الأمريكي أن الثوم هو اعلى المواد الغذائيّة احتواءً على المواد لمحاربة للسرطان، وفي الأبحاث العلميّة التي أجريت على حيوانات التجارب، وجد أن الثوم يتعارض مع نمو الخلايا السرطانيّة المفردة كيميائيّة، مثل سرطان الكبد، وسرطان القولون، وسرطان البروستات، وسرطان الثدي، وسرطان الغدد التليميّة، وسرطان المريء، وسرطان الرئة، وسرطان الجلد، وسرطان المعدة، هذا بالإضافة إلى أن الثوم يرفع من قدرة جهاز المناعة على محاربة الخلايا السرطانيّة (2)، وجدت العديد من الدراسات التي أجريت على حيوانات التجارب قدرة للثوم في خفض مستوى جلوكوز وكوليسترول والليبيدات (دهون) الدم في حالات السكري، إلا أن نتائج الدراسات التي أجريت على الإنسان

للبصل أيضاً فوائد كثيرة ومتعددة أثبتتها العديد من الدراسات، وللحصول على فوائد الثوم والبصل، يجب الحرص على تناول حصة واحدة من أي منهما يوميا، وهي تعادل حوالي نصف البصلة وما يعادلها من الثوم، ويمكن أن يتم ذلك بمحاولة زيادة الكمية للتناوله منهما في السلطات أو إضافة كمية أكبر منهما أثناء تحضير أطباق الطعام (9)، وستحدث في هذا المقال عن أهم الفوائد الصحية والاستخدامات العلاجية لكل من الثوم والبصل، فوائد الثوم للثوم فوائد صحية واستخدامات علاجية متعددة، وهي تشمل ما يلي: وجدت العديد من الدراسات دورا للثوم في خفض كوليسترول الدم الكلي والكوليسترول السيء (2)، (1)، (LDL)، يساهم تناول الثوم بشكل منتظم ومستمر في خفض ضغط الدم المرتفع بسبب نتائج وتجلبته (1)، يخفض تناول الثوم من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية؛ وذلك بسبب جميع التأثيرات التي ذكرناها أعلاه مجمعة (1)، (2)، وجد للثوم تأثيرات

يعرف الثُوم علميًّا باسم (Allium sativum)، وهو نبات عشبيّ ثنائي الحول، ويعتبر موطنه الأصلي بلاد شرق آسيا، وتم بعد ذلك إدخاله إلى منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط، وهو مزروع حاليًّا في جميع أنحاء العالم (8)، وقد عرف عن الثوم ما له من فوائد صحيّة وعلاجية منذ القدم، حيث إنّه استعمل في العديد من الحضارات القديمة والطب الشعبيّ، مثل الطب العربيّ والطب الصينيّ والطب الهنديّ القديم (2)، وقد اعتبره الطبيب اليونانيّ جالينوس ترياقاً عامًّا لجميع الأمراض (1)، يعرف البصل علميًّا باسم (Allium cepa)، وهو نبات معمر أو ثنائي الحول، وتعتبر آسيا الوسطى موطنه الأصلي الذي تم منه إدخاله إلى منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط، وهو مزروع حاليًّا في جميع أنحاء العالم (8)، وقد كان حقلّ البصل بأهمية كبيرة لدى الزراعة القديمة (10)، ينتمي كل من البصل والثوم إلى عائلة (Allium)، ويتحوي كلاهما على المركبات المحتوية على الكبريت، والتي تمنحهما رائحتهما القويّة. كما أن هذه المركبات هي المسؤولّة عن العديد من الفوائد الصحيّة المرتبطة بهما. وعلى الرغم من أن الثوم هو المشهور أكثر بفوائده الصحيّة، وهو الذي حقلّ بالتصنيف الأكبر من الأبحاث والدراسات العلميّة، إلا أن