العدد (1545) السنة السادسة - الاحد (28) حزيران 2009 ◆ http://www.almadapaper.com - E-mail: almada@almadapaper.com

الـتـوحـد.. داء بـلا هـويـة

علاء حسين

يجهل الكثيرون في العراق وفي العالم ما هو مرض التوحد وما هي أعراضه او تداعياته، الأمر الذي تترتب عليه مضاعفات كبيرة قد تلحق بالأطفال المصابين به بدون ثقافة صحية لذوي المرضى والمصابين بغية الشفاء منه او الحد من أثاره السلبية.

مديرة المركز التخصصي لرعاية المصابين بالتوحد (نبراس سعدون) تقول ان العامة من الناس يجهلون طبيعة المرض وكيفية التعامل معه، وانه من الضروري ان يلقى مزيد من الضوء عليه وذلك لنشر ثقافته في المجتمع العراقي الذي يفتقر اغلب الناس فيه الى معرفة ما هو التوحد.

سعدون أكدت ان مركزها (وهو الوحيد في العراق) يقدم خدماته للتثقيف حول المرض وتقديم خدماته الى العديد من العوائل العراقية مؤكدة انه يقوم كذلك بعمل ورشات تدريبية أسبوعية للأمهات القادمات من المحافظات .

والتوحد هو اضطراب عصبي تطوري ينتج عن خلل في وظائف الدماغ ويظهر كإعاقة تطورية أو نمائية عند الطفل خلال السنوات الثلاث الأولى من العمر.

وتظهر علاماته الرئيسية في تأخر تطور المهارات اللفظية وغير اللفظية واضطراب السلوك واضطراب التفاعل والتواصل الاجتماعي علما انه لا يرتبط بعوامل عرقية او اجتماعية وهو يصيب الذكور أكثر من الإناث بنسبة (الإصابة عند الذكور أربعة إضعاف الإناث تقريبا).

اما أسباب مرض التوحد فيعزوها بعض الأطباء الى ضرر وإصابة الجهاز العصبي المركزي(الدماغ)، اما اثناء فترة الحمل أو بعد الولادة مباشرة، وهذه التضرر ناتج عن عوارض جينية وراثية أو تاثير البيئة مثل التسمم بالمعادن الثقيلة اثناء فترة الحمل او الإصابة ببعض الفيروسات أو تفاعل بعض العوامل مع البعض.

وتتفاوت أعراض المرض من طفل لآخر حسب شدة الإصابة ومن أهمها ميوله للعزلة والبقاء منفردا ولا يميل للمعانقة ويعتريه فتور المشاعر واعتماد روتين خاص به يصعب تغييره والارتباط غير الطبيعي بالأشياء مثل دمية معينة ولا يبدأ الحوار ولا يكمله فضلا عن الروتين اللفظي وترديد ما يسمعه.

كما يعجز عن التحصيل اللغوي واستعمالاته واستعمال الأساليب غير اللفظية للتعبير وبعضهم لا يبدي خوفا من المخاطر وممكن ايذاء الذات كشد الشعر أو عض نفسه كما يقوم بحركات غريبة مثل رفرفة اليدين، القهقهة بلا سبب و فرك الأشياء فضلا عن ان بعضهم يبدي حساسية مفرطة تجاه بعض المثيرات الحسية مع انها مقبولة وهادئة ولكن لا تزعجهم مثيرات أخرى مع انها صاخبة ومزعجة.

اما علاج الطفل التوحدي فيكون بالتدخل المبكر لتحسين مستوى التحصيل اللفظي والكلامي بواسطة برامج خاصة من قبل أخصائيين وعلاج السلوك السلبي والنمطي بواسطة التدريب بوسائل تحسين السلوك لمستوى مقبول.

كما ان هناك علاجات عضوية تتعلق بالمعالجة الطبية لإزالة المعادن الثقيلة من جسم الطفل التوحدي ان كانت نسبتها في دمه مرتفعة ويتم ذلك على أيدي أطباء متخصصين علما ان بعض المراجع الطبية تنصح بالمعالجة بالأكسجين المضغوط.

مراجع أخرى تنصح بالحمية الغذائية وعدم تناول الأطفال التوحيديين للأطعمة التي تحتوي على الجلوتين والكازئين وإعطاء بعض الفيتامينات (فيتامين B٦) تحت اشراف الطبيب.

وعلى العموم فان وجود مركز واحد للتوحد في العراق يعني نقصاً كبيراً في ثقافة المرض المذكور وبالتالي المزيد من ضحايا هذا المرض فضلا عن ان الحكومة مازالت بعيدة كل البعد عن الاهتمام المركزي بهذا الداء الخطير.

محرّك بحث خاص بالإعلانات

أطلقت شركة "غوغل" محرّك البحث الجديد Malvertising Search Engine الذي يأتي ليساعد الشبكات والباحثين والشركات الذين يقومون بوضع إعلانات على الموقع على التأكد من خلفية المعلنين.

يمكن استخدام المحرّك مع بحث "غوغل البيتا" للبحث عن أي معلومات مفيدة على عدد من المواقع.

وتتوافر الخدمة الجديدة عبر موقع www.anti-malvertising.org مع تطبيقها تقنيّة "غوغل" في البحث على عدد من المواقع والمدوّنات.

ويتحقّق محرّك البحث الجديد من الأطراف التي قد تستخدم الإعلانات لنشر فيروسات "مالوير".

الإجهاد الذهني يضعف الجسد

قال باحثون من مقاطعة ويلز، إن الإجهاد الذهني يضعف القدرة على التحمّل الجسدي.

وأضافوا إن القيام بمهمّة ذهنيّة شاقّة قبل البدء في تجربة تتطلّب جهداً بدنياً معيّناً، قد يجعل المرء يصاب بالتعب والإعياء الشديدين.

وتبيّن لهؤلاء الباحثين في الدراسة التي نشرت في (مجلة الفلسفة التطبيقية)، أن الإجهاد الذهني لا يجعل القلب أو العضلات تعمل بطريقة مختلفة.

وطلب الباحثون من ١٦ متطوّعاً ركوب دراجة ثابتة حتى الشعور بالإجهاد في حالتين: الأولى عندما كانوا مجهدين ذهنياً، والأخرى عندما كانوا مرتاحين ذهنياً.

وخلال هذه التجربة تمّت مراقبة الحالة الصحية لهؤلاء، مثل قياس نبضات القلب وتسجيل ضغط الدم وكميّة الأوكسجين التي كانوا يتنشّقونها وغير ذلك.

وتبيّن أن الأشخاص الذين تعرّضوا لإجهاد ذهني شديد توقّفوا قبل مضي ١٥ دقيقة من إنجاز المهمّة التي كلّفوا بها.

وخلص الباحثون إلى أن الإجهاد الذهني يؤثّر في المادة الكيميائية الموجودة في الدماغ وهي الدوبامين، والتي تلعب دوراً مهماً في التحفيز على النشاط والحركة.

الرياضة تخفّف أوجاع أسفل الظهر

توصّلت دراسة إلى أن ممارسة التمارين الرياضية هي الوسيلة الفضلى للتخلّص من الأوجاع في المنطقة السفلى من الظهر.

وقال الدكتور ستانلي بيغوس من جامعة واشنطن، وهو أستاذ في جراحة العظام والصحّة البيئيّة في الجامعة: هناك أدلّة قويّة تؤكّد أن كثرة التمارين والحركة لها تأثير هامّ ويتمثل في التخفيف من الآلام في المنطقة السفلى من الظهر.

وأضاف بيغوس: إن الوسائل التي يلجأ إليها بعضهم، مثل ارتداء أحزمة أو انتعال أحذية، لا يبدو أنها تعطي النتيجة المرجوّة. وتابع إن «ثماني تجارب أثبتت أن التقليل من رفع الأشياء الثقيلة، وكثرة النشاط والحركة خلال العمل، يمكن أن يكون وسيلة فعّالة لخفض الأوجاع في أسفل الظهر.

ووجدت الدراسة التي نشرت في مجلّة «العمود الفقري» أن التمارين وحدها هي التي تخفّف من الأوجاع في أسفل الظهر، مشيرة إلى أن التخفيف من هذه الأوجاع مرتبط بأسلوب الحياة، مثل الوقوف أو الجلوس بطريقة خاطئة، ما يجهد العضلات الجانبية في الظهر ويسبّب الأوجاع فيه.

سعرات حرارية أقل.. ذاكرة أفضل

أظهرت دراسة علمية حديثة أن خفض استهلاك السعرات الحرارية قد يساعد في تحسين ذاكرة كبار السن. ووجد باحثون في جامعة "مونستر" في ألمانيا أن المشاركين في البحث، من الجنسين، ممن تقيدوا بحمية غذائية قليلة الوحدات الحرارية جاء أداؤهم أفضل في اختبارات الذاكرة الشفهية من سواهم ممن لم يخضعوا لذات الحمية. وكانت دراسات سابقة أجريت على الحيوانات قد أظهرت أن حمية غذائية قليلة السعرات الحرارية وأخرى غنية بالدهون «الصحية» قد تحميان المخ من أعراض التقدم في السن، وشارك في الدراسة، التي استغرقت ثلاثة أشهر، ٥٠ رجلاً وامرأة يعانون من زيادة في الوزن، ويبلغ متوسط أعمار المجموعة ٦٠ عاماً.

المواد الكيميائية المستخدمة لتغليف الأطعمة تقلّل الخصوبة

لفتت دراسةٌ جديدةٌ النظرَ إلى أن المواد الكيميائية التي تدخل في حفظ وتغليف المواد الغذائية ومبيدات الحشرات قد ترتبط بتدنّي معدلات الخصوبة لدى النساء.

ووجدت الدراسة المبدئية، وشملت ١٢٤٠ امرأة، أن المشاركات ممن لديهن معدلات عالية من المواد الكيميائية المعروفة بـ«البرفلورينتد» (PFCs) في مجرى الدم، يجدن صعوبة في الحمل عن سواهن من ذوات المعدلات المنخفضة.

وترفع الدراسة، التي أعدها باحثون من جامعة كاليفورنيا بلوس أنجلوس ونشرت في دورية (تناسل البشر)، من الاحتمالات القائمة التي تشير إلى أن التعرض للمواد الكيمائية قد يسهم في العقم. وقد تلعب العديد من العوامل الأخرى دوراً في التأثير على خصوبة المرأة وتتسبب في تركيز المواد الكيميائية في الدم، من بينها الإصابة بالسمنة، فالنساء اللواتي يستهلكن الكثير من المواد الغذائية المحفوظة، ويستهلكن بالتالي كميات كبيرة من PFCs، أكثر عرضة للإصابة بالسمنة وتدني خصوبتهن.

خدمة ياهو لتصفّح الإنترنت عبر الخلوي

أعلنت شركة "ياهو" عن قرب إطلاق خدمة "ياهو موبيل"، والتي ستتوافر كتطبيق، أو برنامج يمكن تنزيله على الآي فون من "آبل"، كما سيتمكّن المستخدم من تنزيل الخدمة على الهواتف الذكية من نوكيا، سامسونغ، سوني أريكسون وموتورولا، إضافة إلى الهواتف التي تعمل بنظام تشغيل "ويندوز موبيل".

وستتوافر الخدمة الجديدة أولاً عبر برنامج «بيتا»، مع توافرها للعامّة في الربع الثاني من العام ٢٠٠٩، إذ سيتمكن المستخدمون مع الخدمة الجديدة من البقاء على اتصال دائم مع الأشخاص والأشياء والأحداث المهمّة بالنسبة إليهم.

وستوفّر "ياهو موبيل" للمستخدم إمكانية البحث عما يريده، مع إمكانية الدخول الى البريد الإلكتروني والمواقع الاجتماعية وبرامج المحادثة الفوريّة مع دفتر العناوين، إضافة إلى ما سبق، فإن المستخدم سيتمكّن من الدخول الى مواقعه المفضّلة، ومعرفة أخبار الفرق الرياضية وآخر أخبار الطقس وأحدث أخبار البورصة.

الغضب الحادّ قد يقتل صاحبه

قال باحثون أميركيون إن الغضب وغيره من المشاعر الحادّة قد يحدث اضطراباً قاتلاً في القلب لدى بعض مرهفي الإحساس.

وأظهرت دراسات سابقة، أن الزلازل والحروب، وحتى خسارة مباراة في كأس العالم لكرة القدم، يمكن أن تزيد معدّلات الوفاة بالسكتة القلبيّة المفاجئة والتي يتوقّف فيها القلب عن ضخّ الدم.

ودرست الدكتورة راشيل لامبرت من جامعة ييل في نيو هيفن في ولاية كونتيكت، والتي نشرت دراستها في دورية الكلّيّة الأميركية لأمراض القلب، هي وزملاؤها حالات ٦٢ مصاباً بأمراض القلب، وأشخاص زرعت لهم أجهزة متابعة لكهرباء القلب تستطيع رصد اضطرابات القلب الخطرة، وإعطاء صدمة كهربائية لإعادة النمط الطبيعي الى ضربات القلب في حالة عدم انتظامها.

وشارك المرضى في هذه الدراسة في تدريب قاموا خلاله باسترجاع مشهد أغضبهم حديثاً، بينما قام فريق لامبرت بإجراء اختبار لقياس عدم الاستقرار الكهربائي في القلب.

وقالت لامبرت إن الفريق تعمّد توجيه أسئلة تثير الغضب.

وأضافت: وجدنا وفق القياسات المعمليّة أن الغضب بالفعل يزيد عدم الاستقرار في كهرباء القلب لدى هؤلاء المرضى.

وبعد ذلك تابع الفريق المرضى على مدى ثلاث سنوات، لمعرفة أي منهم تعرّض لاحقاً لسكتة قلبيّة واحتاج الى صدمة من أجهزة متابعة نظام كهرباء القلب.

نسخة رياضية من "ان ٧٩"

أعلنت شركة «نوكيا» عن واحد من أحدث هواتفها الخليوية "ان ٧٩" والذي يأتي مع حزام "بولار بلوتوث ويرلنك" لقياس ضربات القلب. ويأتي الهاتف أيضاً مع برنامج "نوكيا سورت تريكر" والذي يسمح للمستخدم بمراقبة أدائه الرياضي ووضع المعلومات التي يريدها على شبكة الإنترنت. ومع الهاتف أيضاً سمّاعات رياضية لاستخدام هاتف "نوكيا" كمشغّل "إم بي ثري"، مع إمكانية حمل الهاتف على ذراع المستخدم عند ممارسة الرياضة. ويحتوي الجهاز أيضاً على كاميرا ٥ ميغا بيكسل مع بطاقة ذاكرة ٤ جيغا بايت، وإمكانية إضافة الأغاني من متجر "نوكيا" الموسيقي على الإنترنت أو الاستماع لراديو "اف ام".

ضجيج المحيطات يهدد الحيتان والدلافين

قال خبراء إن (التلوث الصوتي) أو الضجيج المتزايد في محيطات العالم يهدد حياة الحيتان والدلافين.

وأضاف علماء شاركوا في مؤتمر تحت رعاية الأمم المتحدة أن الكائنات البحرية التي تعودت على التواصل مع بعضها البعض تأثرت بالأصوات التي تصدرها السفن، فصارت غير قادرة على تحديد الاتجاهات والوصول إلى رفاقها والحصول على الغذاء.

واقترح المشاركون في المؤتمر تقليل الضجيج الصادر في المحيطات بما في ذلك تركيب محركات أقل ضجيجاً في السفن. وسعى مؤتمر (حماية الأصناف المهاجرة من الحيوانات البرية) الذي حضره ممثلون من ١٠٠ دولة إلى إصدار قرار يُلزم الدول بتقليل الضجيج في المحيطات. واقترح بعض المشاركين في المؤتمر إجراءات أخرى كإيجاد طرق أخرى للملاحة وتقليل السرعة وحظر استخدام السفن لأغراض تجريبية في المواطن الطبيعية للحيوانات المعرضة للانقراض.

جوجل تطلق برنامجا يحدد مكان مستخدمي الموبايل

أطلقت شركة جوجل الأمريكية صاحبة محرك البحث الشهير على شبكة الانترنت برنامجا جديدا يسمح لمستخدمي أجهزة الهاتف الموبايل وغيره من الأجهزة اللاسلكية الأخرى بإطلاع أهلهم وأصدقائهم على أماكن وجودهم. وبموجب البرنامج الجديد سيصبح بوسع المستخدمين في ٢٧ دولة بث موقع وجودهم إلى أشخاص آخرين بصورة دائمة، باستخدام جوجل لاتيتيود.

وقالت شركة جوجل إن المستخدم يستطيع التحكم فيمن يمكن اطلاعه على المعلومات، أو قطع الاتصال معه.

وأوضحت الشركة أنها نتيجة إحساسها بخصوصية أماكن وجود الأشخاص فقد أدخلت عدة طرق للتحكم في البرنامج بحيث لا يكشف لكل من لا يرغب صاحب البرنامج في الكشف له عن مكانه.

وأضافت إن المستخدم لا يستطيع فقط التحكم فيمن يمكنه التعرف على مكان وجوده، بل بوسعه أيضا اختيار المكان الذي يريد أن يوحي بوجوده فيه.

كاميرا مرصّعة بالكريستال

أدخلت شركة "كاسيو" تحديثات على الكاميرا طراز "إكسلايم ٧٢٠" ضمن مجموعة «هيلو كيتّي»، حيث رصّعت الكاميرا بحبّات الكريستال. زوّدت الكاميرا بتسعة ميغا بيكسل، وبشاشة ٢.٦ بوصة "تي في تي"، وعدسات أوبتيكال زووم "٣ إكس"، وتسمح بتسجيل مقاطع الفيديو بصيغة "إم أو في"، وتحتوي على مثبت رقمي للصورة، وخاصّية تقليل احمرار العينين، وتمتاز بذاكرة داخلية ٤١ ميغا بايت ومنفذ لبطاقة الذاكرة إس دي إتش سي.

وطرحت "كاسيو" الكاميرا "إكسلايم ٧٢٠" بلوني الفوشيا والزهري.

الأسبرين يحد من الأضرار التي تلحق بالكبد

قال باحثون من جامعة ييل الأمريكية أن الأسبرين قادر على تخفيف الأضرار التي قد تلحق بالكبد من جراء تناول الكحول أو بعض العقاقير مثل الباراسيتامول.

ويقول الفريق الباحث إن الأسبرين أنقذ حياة عدد من الفئران التي أجريت عليها التجارب، بعدما أعطيت جرعة زائدة من الباراسيتامول. ويعتقد الباحثون أن الأسبرين يتدخل ليعرقل عملية كيميائية تؤدي إلى الالتهاب في الكبد. لكن الجمعية البريطانية للعناية بالكبد تقول إنه لم يتبين بعد إن كانت نتائج الدراسة تنطبق على البشر أيضاً.

وتمكن العلماء من عزل جزيئات بروتينية يمكنها حماية الكبد بإلغاء مفعول المستقبلات الكيميائية التي تبدأ الالتهاب فيه، لكنهم يرون أن الأسبرين يفي بالغرض بتكلفة أقل.

الكالسيوم يقي من السرطان

أظهرت دراسة أميركية أن تناول الكالسيوم يخفض مخاطر الإصابة بسرطان القولون والجهاز الهضمي لدى النساء والرجال.

وكتب واضعو الدراسة أن «تناول مشتقّات الحليب وغيرها من المواد الغذائية الغنيّة بالكالسيوم وأقراص الكالسيوم، كان مرتبطاً بانخفاض مخاطر الإصابة بسرطان في الجهاز الهضمي لدى الجميع. وبيّنت الدراسة أن مخاطر الإصابة بالسرطان تراجعت بنسبة ٢٣٪ لدى خمس النساء اللواتي تناولن أكبر كمّيّة من الكالسيوم (١٨٨١ ملغ في اليوم)، بالمقارنة مع اللواتي تناولن أقلّ كمّيّة من الكالسيوم (٤٩٤ ملغ في اليوم)، أما بالنسبة للرجال، فإن خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم لدى خمسهم الذي تناول أكبر كمّيّة من الكالسيوم (حوالي ١٥٣٠ ملغ في اليوم) كان أقلّ بـ١٦٪ منه لدى الخمس الذي تناول أدنى كمّيّة من الكالسيوم (٥٢٦ ملغ في اليوم).

جين يتيح ظهور أسنان جديدة

اكتشف علماء جيناً يقولون إنه قد يُنبت أسناناً جديدة، بحيث قد لا تكون هناك في المستقبل حاجة لملء فجوات الأسنان، أو حتى ضرورة للحصول على أطقم الأسنان.

واكتشف فريق عالمي أن الجين "سي تي آي بي ٢" له أيضاً علاقة بنظام المناعة ونموّ الجلد والأعصاب، وهو يتحكّم في عملية "إنتاج الأسنان وميناتها".

وفي هذا السياق، قالت العالمة كريسا كيوسي التي قادت فريق البحث من جامعة أوريغون: ليس من الغريب أن تكون لهذا الجين نشاطات متعدّدة»، مشيرة إلى أنه «قبل ذلك لم نكن نعرف الطريقة التي تنظّم عملية إنتاج ميناء الأسنان.