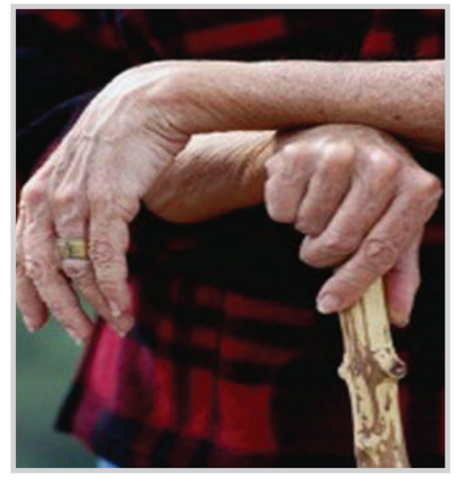
العدد (1589) السنة السابعة - الاثنين (24) آب 2009 ◆ http://www.almadapaper.com - E-mail: almada@almadapaper.com

إله الرعد يخفف من أوجاع التهابات المفاصل

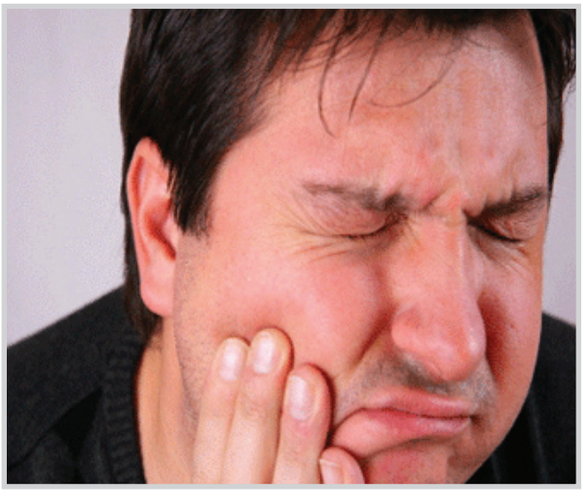


وجدت دراسة حديثة أن نبتة "كرمة إله الرعد" التي تستخدم منذ قرون في الطب الشعبي التقليدي الصيني تخفف من أوجاع المصابين بالتهابات المفاصل وقال علماء لموقع "هلث داي نيوز" إن مستخلصات هذه النبتة الطبية والتي تعرف في الصين باسم "لي تنغ غونغ" والتي يرمز إليها باسم "FTwHF" تستخدم منذ قرون لعلاج مجموعة من الأمراض الالتهابية من بينها التهابات المفاصل وقارنت الدراسة بين فوائد معالجة المرضى الذين يعانون التورم في مفاصلهم بسبب إصابتهم بالتهابات المفاصل بواسطة مستخلصات هذه النبتة أو استخدام الأدوية التقليدية لذلك ويعاني المصابون بالتهابات المفاصل من الألم المزمن الذي قد يؤدي لإتلافها وفقدها لنشاطها بالكامل وطلب الباحثون في الدراسة التي شملت ١٢١ شخصاً يعاني الواحد فيهم من ما لا يقل عن الورم في ستة مفاصل إما تناول ٦٠ غراماً من مستخلصات هذه النبتة الصينية ثلاث مرات في اليوم أو تناول دواء "سولفاسالزين "أوزولفيداين" " sulfasalazine Azulfidine المضاد للالتهابات قوة الجرعة فيها حوالي غرام واحد مرتين يومياً.

وبحسب الدراسة التي نشرت في مجلة "أنالز أوف إنترنال مديسين" إن بعد مرور نحو ٢٤ أسبوعاً على التجربة طرأ تحسن بنسبة لا تقل عن ٢٠٪ على مفاصل الذين تناولوا مستخلصات النبتة الصينية فيما كان التحسن في مفاصل الذين تناولوا الأدوية التقليدية حوالي ٣٣٪.

وفي هذا السياق، قال رئيس جمعية أمراض المفاصل الأميركية الدكتور جون كلبيال "إن نتيجة هذه الدراسة لوحدها اعتماداً على هذه الدراسة FTwHF مشجعة ولكن لا يمكن الاعتماد على مستخلصات النبتة الصينية.

الضغط العصبي يؤثر سلبا على الأسنان



الضغط العصبي يمكن أن يؤثر بالسلب على الأسنان أيضاً ، حيث أشارت رابطة Prudent بمدينة كولونيا – استناداً إلى دراسة أجرتها جامعة دوسلدورف بغرب ألمانيا – إلى أن الأشخاص الذين يعانون الضغط العصبي ينظفون أسنانهم بشكل غير متعمد أقل من الأشخاص الذين لا يعانون من الضغط العصبي ، كما أنهم لا ينظفونها بصورة جيدة وتوضح الرابطة أن عدم الاهتمام بصحة الفم يؤدي إلى طبقات من الجراثيم على الأسنان بصورة متزايدة ، ما يعزز من فرص الإصابة بالتسويس والتهاب اللثة.لذا فإن الأشخاص الذين يعانون الضغط العصبي – لا صيما الشباب – كما هو الحال في أوقات الامتحانات يصبحون أكثر عرضة للإصابة بالتهاب الأنسجة الداعمة ، وهو ما يعني آلاماً مبرحة بالمنطقة المحيطة بالأسنان بالكامل.وتشير الدراسة أيضاً إلى تزايد فرص الإصابة بمضاعفات ، وذلك نظراً لضعف جهاز المناعة في هذا الوقت ، حيث يشكل الفم في هذه الحالة بيئة مثالية لتكاثر البكتريا الموجودة بالفم. وبحسب رابطة Prudent ستقل حينئذ فرص الشفاء من التهاب الأنسجة الداعمة. جدير بالذكر أن التهاب الأنسجة الداعمة ينشأ كنتيجة مترتبة على التهاب اللثة عندما تتجمع كميات كبيرة للغاية من البكتريا في تجاويف الأسنان.

غوغل تسمح للمواطنين برسم خرائط مناطقهم بأنفسهم

دعت شركة غوغل العالمية زبائنها ومحبيها ومستخدمي برامجها وخدماتها إلى أن يصبحوا مواطنين في عالم غوغل من خلال رسم الخرائط عبر خدمة "صانع الخرائط" كجهد تعاوني مثمر من أبناء المجتمع في بعض المناطق لإنجاح مشروع الخرائط الأول من نوعه والذي يعتمد على المواطنين وليس المحترفين أو العاملين في مجال المسرحات في تدوين وتحديد المناطق على خرائط صماء بحيث تعود الملكية الفكرية للخرائط التي يرسمها المواطنون إلى شركة غوغل دون غيرها.وتهدف غوغل من خلال هذا المشروع إلى الحصول على ما يكفي لرسم الخرائط المكلفة والمعقدة من خلال الاعتماد على الأفراد في تدوين وتحرير البيانات والمعلومات واستخدامها في قائمة خدمة خرائط غوغل. بعض المساهمات الموثوق بدأت تظهر على خرائط غوغل، إلا أن المعلومات التي يقوم المساهمون بإدخالها لا تظهر فورا على الخدمة قبل التأكد من صحتها وتعتبر خدمة "صانع خرائط" من أكبر الخدمات المجانية المتاحة على الإنترنت فبدلا من أن يقوم الناس بدفع الأموال من أجل الحصول على معلومات عن بعض الأماكن في العالم قامت شركة غوغل بعمل ذكي جدا وهو عبارة عن برنامج يدعى (صانع الخرائط) ، وهي خدمة تسمح للأشخاص بأن يحرروا المناطق التي ينتمون إليها أو التي لديهم معلومات عنها من خلال هذه الخدمة.وخلال هذا الأسبوع قامت غوغل بإضافة مناطق جديدة إلى قائمة الخرائط وهي المكسيك وشرق أوروبا.

وبقيام غوغل بإضافة هاتين المنطقتين إلى قائمة الخرائط لديها فإنها استطاعت إن تضاعف عدد مستخدميها بشكل لافت للأنظار، وعلى الرغم من أن خدمة "خرائط غوغل" لا تعمل في عدد من البلدان مثل الولايات المتحدة الأميركية إلا أنه ومن خلال هذا البرنامج يمكن أن يقوم أي شخص بتدوين المواقع المهمة ومواقعها من خلال خدمة صانع الخرائط المعوضة لخدمة خرائط غوغل.

ومن خلال هذه التقنية الجديدة فإنه يمكن الحصول على خرائط معتمدة ومعلومات لمختلف المناطق من صنع الأفراد أنفسهم، إلا أن عيبها الوحيد هو عدم توفرها في كل مكان من بقاع العالم.ويتساءل الكثير من المتابعين لهذه الخدمة عن الوقت الذي ستخدشن فيه غوغل خدمة تحرير الطرق وغيرها من الخدمات التي تبلغ مستخدمي البرنامج بوجود طريق مغلق للصيانة على سبيل المثال.

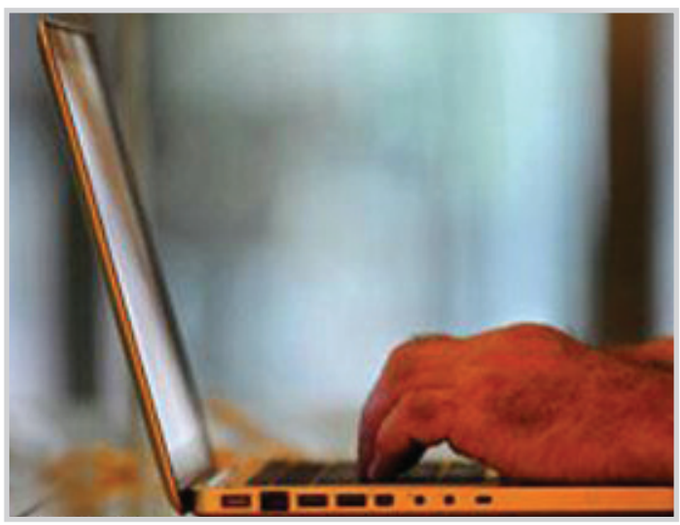
لـصـقـه تـعـوّض الإبـر الـطـبـيـة الـتـقـلـيـديـة

يجري علماء تجارب على لصق صغيرة تُثبت على الجلد وتحل مكان الإبر التقليدية التي يخشى وخزها ملايين البشر في العالم وقال الدكتور مارك بروسنيتز من المعهد التكنولوجي في جورجيا بولاية أتلانتا الأميركية لموقع صحيفة "داليي ميال" على الانترنت إن لصق وهي بحجم طابع بريدي تحتوي على عشرات الإبر المتناهية الصغر التي لا يزيد طول الواحد فيها على ميليليتر واحد أو عدة شعيرات في الرأس التي يمكن أن تشكل "البديل الثوري" للإبر التقليدية في عالم الطب وأضاف إن هذه اللصق قد تكون مفيدة بشكل خاص للذين يعانون من الضمور الشبكي في العينين بسبب التقدم في أكثر الأسباب التي تؤدي للعمى والذين قد لا يحتاجون لغرز الإبر في محيط العين مرة شهريا، موضحاً أن اللاصقة مصممة بطريقة لإيصال الدواء عبر الجلد بسهولة وبأقل قدر من الألم وتابع بروسنيتز "إن هدفنا هو التخلص من الإبر التي تستخدم تحت الجلد واستبدالها بلاصقة توضع على جلد المريض وهذا قد يمكن المرضى في المستقبل من استخدامها بأنفسهم من دون الحاجة إلى الطبيب أو الممرض وقال إنه في المستقبل قد لا يتعين عليك الذهاب إلى طبيبك كي يحقنك بإبرة ضد الأنفلونزا بل قد تشتري لصقه لهذا الغرض من الصيدلية خلال ذهابك إلى العمل وتستخدمها بنفسك.

للأطفال: لا تواجهوا رفاقكم الأقوى منكم

نصحت خبيرة أميركية الأطفال الذين يتعرضون لمضايقات وتعديات رفاقهم في المدرسة بعدم التصدي لهم أو تجاهلهم إذا أمكن، وقالت سالي بلاك من جامعة القديس يوسف في فيلادلفيا " لا ينبغي على الأطفال صدهم أو مقاتلتهم بسبب براعتهم في التلاعب وإقناع الكبار أن الضحية هو المعتدي وهو أمر قد يؤدي إلى طرد الضحية أو منعه من الحضور إلى المدرسة بشكل مؤقت ونصحت بلاك الأطفال الذين يتعرضون لمثل هذه المضايقات باتخاذ خطوات بسيطة لتجنبهم مثل الجلوس مثلاً في مقدمة الصف بالمدرسة أو الحافلة وإقامة صداقات مع الأطفال الأقوياء الذين لا يهابونهم وعدم اللهو في المناطق التي يقيم فيها الأطفال الذين يستأسدون على غيرهم ويضايقونهم باستمرار.وقالت بلاك هناك أشياء كثيرة يمكن أن يفعلها الأطفال لإعادة الثقة إلى أنفسهم من خلال تطوير مهارة أو موهبة معينة.

الحـــروب الـقـادمـة سـتـشـمـل هـجـمـات عـبـر الانـتـرنـت



توقعت دراسة أمريكية بأن الحروب الافتراضية، التي تجري عبر الكمبيوترات والانترنت، ستصبح جزءا أساسيا في الصراعات العسكرية بين الدول، موصية باتخاذ إجراءات من قبل المجتمع الدولي للحد من أخطارها.

وكانت الدراسة، التي أجراها فريق "يو إس سابر كونسيكوينس" الأمريكي المتخصص بالفضاء الافتراضي، قد درست التكتيكات الافتراضية والحاسوبية التي استخدمها الروس في حربهم ضد جورجيا عام ٢٠٠٨، إذ تمكن المهاجمون الالكترونيين الروس من إغلاق المواقع الإلكترونية الخاصة بالمؤسسات الرسمية الجورجية والبنوك والمؤسسات الإعلامية.

ومن جهته قال سكوت بورع أحد أعضاء فريق العمل ""لقد طور الروس نموذجا فعالا جدا خلال هذه الحرب، ونحن نتوقع أن يستخدموه في المستقبل ضد دول أخرى كذلك."ونظرا للطبيعة الحساسة للمعلومات الواردة في الدراسة التي تجاوز عدد صفحاتها الـ١٠٠، فإن الطرف الوحيد المخول بالإطلاع عليها هي الحكومة الأمريكية، وإن كانت CNN قد تمكنت من الحصول على ملخص قصير لها.

وخلصت الرسالة إلى أن الهجمات الافتراضية التي قام بها الروس، كانت قد نفذت من قبل مدنيين، والذين تم تجنيدهم عبر منابر إلكترونية اجتماعية مختلفة من عاطفية وتقنية وسياسية وغيرها وأبرزت الدراسة أنه كان هناك تنسيقا كبيرا بين هذه المنابر الروسية، والتي استغلت كي تجند العديد من الأشخاص بغية الانخراط في الهجوم على جورجيا.وأظهرت الدراسة أن هذه المنابر الإلكترونية قد كانت بمثابة حقل تجارب لمعرفة أي نوع من الهجمات يكون فعالا وأي طرق غير ذلك، مبينة أن عبر هذه المنابر كان يتم اختراق المواقع الجورجية وتعطيلها.أكثر من هذا، فلقد تبين أنه حتى المدنيين العاديين الذين لم يكونوا يلمون كثيرا بالأمور التقنية ساعدوا إخوانهم في الهجوم على المواقع بجورجيا. وأكد التقرير أن المهاجمين المدنيين، لم يكونوا ضمن "حرب شعبية بريئة" ضد الروس، إذ اتضح أنهم كانوا مدعومين من قبل المافيا الروسية.ورغم عدم وجود أي دليل على تورط الحكومة الروسية، بحسب التقرير، إلا أنه تبين أن المهاجمين الإلكترونيين كانوا قد علموا بأوقات الهجمات العسكرية الروسية على الأرض.وأظهر التقرير أن هناك عدة قرائن تشير إلى أن الهجوم الافتراضي على جورجيا كان مخططا له منذ بعض الوقت، ولم يكن وليد ساعته، موضحا أن المهاجمين الروس لم يقدموا على إلحاق أضرار مادية بالمعدات التقنية الجورجية ولكنهم اكتفوا بتعطيلها، رغم ظهور دلائل على قدرتهم على الإقدام على مثل هذا الأمر، ما يشي بوجود جهة ما فرضت عليهم عدم فعل ذلك.وأظهر البحث أن أسلوب الهجوم الجديد أبرز أمرا لافتا وهو أن هذا النوع من الحروب يوفر الكثير من الجهد والمال إذ أنه يعطل البنوك والإذاعات وغيرها من المرافق الحيوية في الدول، دون الحاجة إلى تدميرها بالصواريخ أو ما شاكل.ودعا التقرير إلى ضرورة إنشاء منظمة دولية توفر مستشارين تقنيين، كي يدرسوا المخاطر الناجمة عن هذه الهجمات عندما يتم اكتشاف قيام حملة "إعتداء افتراضي" تقوم بها إحدى الدول، إضافة إلى إيجاد قوة من الخبراء القادرين على صد مثل هذه الهجمات

قـلـة المـــوارد المـالـيـة تجـعـل الأرضـــن في خـطـر

أكدت لجنة مراجعة رئاسية ان الخطة الأمريكية لعودة رواد فضاء إلى القمر بحلول ٢٠٢٠ لن تحدث دون دفعة كبيرة لميزانية ادارة الطيران والفضاء الامريكية "ناسا" بما يترك محطة الفضاء الدولية فقط كهدف قابل للتطبيق لبرنامج الفضاء المأهول بالبشر في البلاد.

وأوضحت اللجنة التي يرأسها رئيس شركة "لوكهايد مارتن" السابق نورم اتوجستين ان تطوير سفن فضاء لتحل محل اسطول مكوك الفضاء المحال إلى التقاعد وصواريخ اكبر للوصول إلى القمر سيتطلب نحو ثلاثة مليارات دولار اخرى كل عام.وأشارت اللجنة التي اكملت سلسلة اجتماعات عامة الاسبوع الماضي، إلى أن برنامج الفضاء المأهول الوحيد الذي يمكن الاقدام عليه في ظل الميزانية الحالية لناسا هو محطة فضاء معززة، تتسم بميزة جانبية وهي وضع بذور لسوق خدمات تجارية لإطلاق ركاب في الفضاء.وتنفق ناسا نحو نصف ميزانيتها السنوية البالغة ١٨ مليار دولار على رحلات الطيران المأهولة لإطلاق مكوكات الفضاء وبناء وتشغيل محطة الفضاء وتطوير مركبات جديدة في برنامج متواصل يسمى "مجموعة الكواكب".وقالت اللجنة أن مبادرة الاستكشاف الامريكية الجديدة التي تهدف إلى هبوط رواد فضاء على القمر بحلول ٢٠٢٠ – محكوم عليها بالاخفاق نظرا لأن ميزانيتها التي تعود إلى عشرة اعوام والبالغة ١٠٨ مليارات دولار قلصت بواقع نحو ٣٠ مليار دولار.

انفلونزا الخنازير يؤخر الدراسة في المكسيك

أعلنت ولاية تشيبا المكسيكية عن تأجيل الدراسة في مدارسها لأكثر من مليون طالب والتي كان من المقرر أن تبدأ الجمعة الماضية، بسبب المخاوف من انتشار مرض أنفلونزا الخنازير بينهم، بعدما أصاب الآلاف في الدولة التي تعتبر مهد المرض الفيروسي الجديد.

وأعلن خافي لأفاريز وزير الصحة، وجيمس وميز مونت وزير الصحة، أن الدراسة ستبدأ في ٣١ أغسطس الجاري لطلبة المدارس الثانوية، فيما سيبدأ طلبة المدارس الأساسية الالتحاق بمدارسهم في السابع من سبتمبر/ أيلول المقبل.

وسيتأثر بالقرار حوالي ١,٥٥ مليون طالب وطالبة، يبلغ عدد طلبة المرحلة الأساسية حوالي ٨٥٠ ألفاً، وفقاً لما أعلنته وزارة التعليم المكسيكية، ولا تعتبر الخطوة جديدة في المكسيك، إذ عمدت الكثير من الوزارات والمؤسسات إلى تغيير جداول أنشطتها خوفاً من انتشار المرض.

وكانت المكسيك قد أغلقت جميع مدارسها بعد أيام من إعلان أول حالة أنفلونزا الخنازير، والتي كانت في إبريل / نيسان الماضي، كما تم في العاصمة المكسيكية، إغلاق جميع البارات والمسارح وأماكن التجمعات العامة، وعدد من المطاعم، كما تأثرت ٣٥ ألف مؤسسة بقرارات الإغلاق.

كما تم إغلاق العديد من المؤسسات والمكاتب الحكومية التي كان من الممكن الاستغناء عن خدماتها لعدة أيام.

وكانت منظمة الصحة العالمية قد أعلنت في السادس من أغسطس آب، أن عدد الإصابات بالمرض قد بلغ ١٧٧٤٥٠ حالة، في ١٧٠ دولة حول العالم، وظهرت الإصابات بشكل أكبر في غرب الكرة الأرضية، إذ بلغت الحالات هناك ١٠٣ آلف حالة، كما بلغت عدد الوفيات حوالي ١٣٠٠ حالة.

وانتهجت منظمة الصحة العالمية إصدار تقارير عن المرض في كل دولة على حدة، وتشير تقارير المنظمة إلى أن الولايات المتحدة والأرجنتين والمكسيك تحتوي على أكبر عدد من الإصابات والوفيات.

وكانت السلطات الأمريكية قد أصدرت إرشادات جديدة لاحتواء المرض ومنع انتشاره في المدارس، كما حذر المسئولون الأمريكيون من أن يعود الفيروس للانتشار بشكل أقوى في الخريف المقبل.

كما أشار المسئولين إن أن السلطات المحلية في الولايات يجب أن يتحلوا بضبط النفس والتفكير ملياً قبل قرار إغلاق المدارس خوفاً من انتشار المرض، لأن إغلاق المدارس غالباً ما يكون أكثر كلفة من أس شيء آخر وفقاً لما يرى المسئولون الأمريكيون.

عـــلاج داء الـمـــلـــوك

يعرف النقرس بداء "الملوك" وذلك لأنه يصيب اكلي اللحوم الحمراء بكثرة، وينتج عن اختلال في التمثيل الغذائي للبروتينات في الجسم، الأمر الذي قد يسبب ترسب نوع من الأملاح في الجسم تسمى أملاح حمض البول، حيث ترتفع نسبة حامض البوليك "يوريك" في الدم بسبب عدم قدرة الكلى علي التخلص من هذه المادة السامة فيتجمع في الدم وفي المفاصل.وعند حدوث خلل في الجسم لا يستطيع الجسم إخراج حمض البول بشكل كافي أو أن الجسم ينتج هذه المادة بشكل كبير فينتج عن ذلك ترسب هذا الحمض على شكل كرات كريستالية في أجزاء عديدة من الجسم ومن بينها المفاصل مما يسبب حدوث المرض. ويصيب النقرس الرجال أكثر من النساء، ويكون غالباً مرتبطاً بزيادة الوزن، والإفراط في الأكل، أو الإفراط في شرب الكحول، ولكن هناك دراسات وأبحاث تدل على أن الإصابة يمكن أن تكون وراثية.

أعراض مرض النقرس

يؤثر مرض النقرس إلى حدّ كبير على مفصل إصبع القدم الكبير وأيضاً يمكن أن يؤثر على مفاصل أخرى مثل الكاحل، الرّكبة، القدم، اليد، المعصم والمرفق، وقد تترسب هذه "الكريستالات" أيضاً في أماكن متفرقة في الجسم على سبيل المثال الكلية فتسبب تكون حصوات في المسالك البولية. وكثير من النّاس يشتكون من هذه الأعراض أثناء المساء، حيث يستيقظ المريض من نومه على ألم شديد وتورم واحمرار في المفصل المصاب بعد ذهابه إلى السرير وهو في صّحة جيّدة. ويكون الألم شديد جداً لدرجة أن المريض لا يستطيع لمس الأصبع مما يجعل حتى لبس الحذاء عملٍ مستحيل وتصاب مفاصل الأطراف السّفليّة من الجسم عادةً بالمرض أكثر من مفاصل الأطراف العلويّة، و أغلب نوبات المرض الأولى الحادة تخفّ خلال مدة من ثلاثة إلى عشرة أيّام.

عوامل مسببة لحدوث نوبات النّقرس

عامل الوراثة قد يكون له دور في أسباب المرض، حيث وجد أن المرض قد يصيب أكثر من شخص في العائلة الواحدة.- استخدام بعض الأدوية "مثل مدرّات البول" التي كثيراً ما تستخدم في معالجة حالات ضغط الدّم المرتفع، حيث تمنع هذه العلاجات إخراج حمض البول من الجسم بشكل كافي مما تجعل الحمض يتجمع في الجسم ويمكن أن تسبّب في نوبة نقرس..كما وجد أيضاً أن علاج الأسبرين بجرعة صغيرة قد يسبب في حدوث نوبات المرض.- وهناك بعض الأمراض النادرة التي من الممكن أن تسبب حدوث المرض ، مثل سرطان الدم "اللوكيميا"، أو مرض التورم في الغدد اليمفاوية "مرض الليمفوما"، يقوم الجسم بهذه الأمراض بإنتاج كمية كبيرة من حمض البول التي لا يستطيع الجسم التعامل معها وإخراجها بشكل كافي مما تترسب في الجسم وتحدث نوبات المرض.- أكل أطعمة معيّنة بكميات كبيرة مثل المأكولات البحريّة والكبد واللحوم قد تساهم بحدوث نوبات للمرض.

تجنب هذه الأطعمة

قد تسبّب بعض الأطعمة والمشروبات أن ينتج الجسم حمض البول بشكل كبير.ولإبقاء مستوى حمض البول على المستوى الطبيعي لابد للمريض تقليل تناول بعض الأطعمة والمشروبات، مثل القهوة، الكاكاو، المأكولات البحريّة، البسلّة والسّبانخ، أيضاً ينبغي الإقلال من البروتينات الحيوانية مثل اللحوم الحمراء، الدجاج، الكبد، القلب.

والباذنجان والقرنبيط والبسلة والسبانخ والخرشوف أثناء النوبات الحادة، المربى المحتوية على بذورا لتوت والفراولة والتين، التوابل والبهارات والمخللان أثناء النوبات الحادة

الـقـلـق قـد يـؤدي إلـى الـتـدخـيـن الـقـاتـل لـلإنـســان

بعد أن تحير العلماء لفترة طويلة حول سبب وفاة بعض المصابين بالعصابة والقلق في سن مبكرة أظهرت دراسة أمريكية حديثة أن السبب قد يكون كامنا في إفراط هؤلاء الأفراد في التدخين.وأظهرت دراسة منشورة في مجلة "جورنا أوف بيرسونالتي ريس يرش" الأمريكية، أنه يمكن إرجاع ٤٠ في المائة من نسبة زيادة الوفيات بين الأناس المشخصين طبيا بأنهم يعانون العصابة، إلى التدخين.ومن جهته قال أستاذ دراسات العائلة بجامعة بيرو الأمريكية، دانيا موزيك، وهو أحد الذين أجروا الدراسة، إن الخلاصة التي خرج بتا البحث "تفسر عادة جزءا من أسباب الوفيات بسبب اضطراب الشخصية." وأشار موزيك، في مقابلة مع راديو CNN، إلى أن العصاب لا يشير فقط إلى القلق، ولكنه يشمل أيضا تعرض الأشخاص إلى المواقف المجهدة والمؤدية إلى التوتر، وعليه، برأيه، يجد الناس وسيلة مناسبة لإراحة أنفسهم والتخفيف من وطأة الضغوط عليهم والهروب من وضعهم النفسي عبر التدخين. وأوضح موزيك بأنه "عندما يشعر المرء منا بالقلق وبعواطف سلبية، فإن بعض الأشخاص يجدون أن تدخين سيجارة من شأنه أن يخفف من هذه الأحاسيس."

وبين موزيك أن معدلات الوفيات الناجمة عن القلق تشير إلى أن العديد من الناس قد يقعون فريسة لإغراء التدخين، ما يدفع، برأيه ووفقا للدراسة، إلى أن البرامج الخاصة بمنع التدخين أو التوقف عنه، يمكن أن تجد ضالتها وأن تكون فعالة أكثر عندما توجه نحو الأشخاص الذين يقودهم اضطرابهم نحو استهلاك السجائر.

وقال موزيك " لا توجد ضرورة لتوجيه هذه البرامج نحو جميع الأشخاص ولكن يكفي أن تكون موجهة نحو الأشخاص الذين يميلون إلى التدخين أكثر من غيرهم.

"يذكر أن الدراسة لم تجد تفسيرا ملائما لـ٦٠ في المائة من زيادة عدد الذين يموتون بسبب إصابتهم بالعصاب و القلق، إذ يعتقد مروزيك أن الهواجس و القلق المزمن قد تكون السبب في إقدام الأشخاص على السلوك بطريقة مدمرة للذات، مثل الزيادة في تناول الطعام.

وأكد مروزيك ضرورة إجراء المزيد من الأبحاث لمعرفة إن كان هناك عاملا بيولوجيا، يعرض المصابين بالعصاب ليتعرضوا بدرجة أكبر إلى خطر التعرض للموت.