



الصداع النصفي يسبب السكتة الدماغية

■ أشار بحث جديد إلى أن الأشخاص الذين يعانون من الصداع النصفي يزيد احتمال اصابتهم بالسكتة الدماغية نتيجة تجلط الدم بمقدار المثلين مقارنة بمن لا يعانون من هذه النوبات المؤلمة من الصداع. ويؤكد البحث الذي جمع نتائج ٢١ دراسة سابقة ونشر في دورية الطب الأمريكية على وجود صلة بين الصداع النصفي والسكتة الدماغية وهي أكثر أنواع السكتات شيوعا والتي تحدث نتيجة جلطة تعيق تدفق الدم للمخ. والباحثون غير متأكدين من سبب الصلة ولم يعرف بعد ما إذا كان الصداع النصفي نفسه يؤدي مباشرة إلى إصابة بعض الأشخاص بالسكتة الدماغية، ومع ذلك رجح الدكتور سامان نازاريان الذي قاد فريق البحث وهو أستاذ مساعد في كلية الطب في جامعة جونز هوبكينز في بالتيمور وجود عملية كامنة تسهم في حدوث الصداع النصفي وتزيد مخاطر الإصابة بالسكتة. وقال لخدمة رويترز هيلث إنه في الوقت الحالي من الضروري أن يعمل من يعانون من الصداع النصفي من أجل السيطرة على أي عامل لديهم قابل للتعديل قد يسهم في اصابتهم بالسكتة. ومن بين عوامل المخاطرة ارتفاع ضغط الدم والتدخين والإصابة بالسكري.

التدبير العلاجي المتكامل للحمل والولادة

ويرمي هذا الأسلوب إلى تحسين صحة الأم والوليد بمعالجة عوامل مختلفة تكتسي أهمية في الحصول على خدمات الرعاية الحاذقة قبل فترة الحمل والولادة وخلالهما وبعدهما، كما أنه يستهدف النظم الصحية والعاملين الصحيين والأسر والمجتمعات المحلية. إن التدبير العلاجي المتكامل للحمل والولادة لا يرمي، على مستوى النظم الصحية، إلى تحسين فرص الحصول على خدمات الرعاية الأساسية والطائرة فحسب، بل يرمي كذلك إلى ضمان جودة تلك الخدمات ويشمل هذا الهدف السياسة الصحية الوطنية وإدارة البنية التحتية والإمدادات والتفويل على الصعيد المحلي. كما يشمل تقييم الاحتياجات المحلية وترصد أداء النظم الصحية، ويمثل تحسين مهارات العاملين الصحيين وكفاءاتهم الاستراتيجية الثانية التي تم تحديدها ضمن أسلوب التدبير العلاجي المتكامل للحمل والولادة. ونتيجة الإدارة دلائل إرشادية سريرية في مجال توفير خدمات الرعاية قبل الولادة وخلالها وبعدها، كما تتعاون مع البرامج الصحية الأخرى من أجل إدراج المزيد من الخدمات في الرعاية السابقة للولادة، مثل توقي انتقال فيروس الأيدز من الأم إلى طفلها أو علاج الملاريا. وهنا يكون دور الأسرة والمجتمع المحلي حيث تؤثر المعتقدات الثقافية المتأصلة لدى الأسر والمجتمعات، بصورة شديدة، في نزوع النساء إلى التماس خدمات الرعاية الحاذقة أثناء فترة الحمل وخلال الولادة، أو امتناعهن عن ذلك، ولزيادة استخدام الخدمات الصحية المتاحة يمكن للمجتمعات المحلية توفير خدمات التثقيف الصحي والدعم اللوجيستي أو المالي.



المساعدة التقنية التي تضطلع بها الإدارة. ويشمل هذا الأسلوب إرشادات وأدوات تمكن من زيادة حصول العوامل على الخدمات الصحية العالية الجودة.

□ بغداد / قيس عبيدان

التدبير العلاجي المتكامل للحمل والولادة من الأمور الأساسية بالنسبة للأنشطة

العسل خطر على الأطفال دون السنة



■ حذرت وكالة المعايير الغذائية البريطانية الأهل من استخدام العسل في أطعمة أطفالهم الذين لم يتجاوزوا السنة الأولى من العمر وذلك بعد إصابة ثلاثة أطفال العام الماضي ببكتيريا خطيرة جراء ذلك. وذكرت هيئة الإذاعة البريطانية اليوم أن الوكالة حذرت من أن الأطفال الذين تقل أعمارهم عن سنة واحدة عاجزون عن مقاومة بكتيريا التسمم الغذائي التي قد تؤدي لإصابتهم بأمراض خطيرة وحتى بالشلل.

وقالت الوكالة إن بعض الآباء قد يستخدمون العسل كمادة لتحلية أغذية أطفالهم ولكنهم يجب التوقف عن ذلك. وهناك ١١ حالة مؤكدة لأطفال أصيبوا بهذه البكتيريا خلال العقود الثلاثة الماضية وأن أطفالا رضيعا لا يتجاوز الـ ١٥ أسبوعا أصيب بها مؤخرا، والتسمم الغذائي " بوتوليزم " تسببه جرثومة تعيش في التربة والغبار وتنقل أحيانا إلى العسل ويمكن أن تشكل خطرا على الأطفال الذين لم يكتمل نمو أعينهم وتسبب لهم التسمم، وعلى الرغم من هذه الحالة نادرة فإنها إذا أصابت الطفل تضعف عضلاته وتسبب له مشاكل في التنفس تستدعي إدخاله إلى المستشفى.

وقالت الأكاديمية في التغذية سام مونتين من الوكالة " يجب عدم تغذية الطفل خلال الأشهر الستة من العمر إلا بحليب الأم أو الحليب الصناعي " ، داعية الآباء لعدم إعطائهم العسل لتخفيف السعال " لأن المسألة لا تستاهل هذه المخاطرة ".

■ قالت مراجعة بحثية نشرت نتائجها حديثا ان المستهلكين الذين يفضلون شراء الأغذية العضوية غالبا ما يعتقدون انهم يحافظون على صحتهم لكن لا يوجد دليل قوي حتى الآن على ان تلك الأغذية لها فوائد صحية متعلقة بالتغذية. وخلصت المراجعة التي اجراها باحثون مع جامعة لندن للصحة العامة وطب المناطق الاستوائية في بريطانيا الى ان "عددا صغيرا مخيبا للأمل" من الدراسات المصممة على نحو جيد بحث الفوائد الصحية المحتملة للأغذية العضوية مقارنة بتأثيراتها التقليدية، والاكثر من ذلك وجد الباحثون ان الأكسدة في العنقور على اختلافات بين الآثار قصيرة المدى للغذاء العضوي وبصورة رئيسية على نشاط مضادات الأكسدة في الجسم لا النتائج الصحية طويلة المدى.

وفشلت أغلب الدراسات عن مضادات الأكسدة في العنقور على اختلافات بين الأغذية العضوية والتقليدية، وتضيف المراجعة التي نشرت في الدورية الامريكية للتغذية السريرية الى النتائج التي نشرها نفس الفريق البحثي العام الماضي.

وفي تلك الدراسة راجع الباحثون ١٦٢ مقالا نشرت في الادب العلمي خلال نصف قرن ولم يجدوا دليلا على ان الأغذية العضوية والتقليدية تختلف بصورة كبيرة في محتواها الغذائي، وبالنسبة

للمراجعة الحالية استطاع الباحثون العثور على ١٢ دراسة منشورة تلمي معاييرهم لتقييم الآثار الصحية للأغذية

العضوية، وكتب الدكتور الان دانجور وزملاؤه "خلصنا الى نتيجة مفاجئة ومهمة في هذه الدراسة هي الطبيعية

المحدودة جدا لقاعدة الدلة بشأن هذا الموضوع فيما يتعلق بكل من عدد ونوعية الدراسات " ، وأشار فريق دانجور الى ان

"غيمة الانترنت" تجتاح النظم الرقمية

■ نصح كريغ مندي، كبير الباحثين الاستراتيجيين لدى مايكروسوفت، قادة دول الشرق الأوسط بالبدء في إعداد الطلاب والتقنيين لديها للتعامل مع الموجة المقبلة في عالم التطورات الإلكترونية، مع الطرح المرتقب لنظام "غيمة الإنترنت" التي تسهل التوافق بين مختلف الأنظمة.

وقال مندي: "فكرة غيمة الإنترنت هي مجرد جزء من الحل النهائي الذي سيكتمل مع مواصلة بناء المرافق الضخمة الجديدة لشبكة الإنترنت والتغيرات الجذرية التي تجريها على هندسة المعالجات الإلكترونية". وأضاف: "هذا يتزامن مع نبذلات جديدة في أسلوب تعامل الإنسان مع الآلة، فبعد أن كنا نستخدم لوحة المفاتيح أو الفأرة، بدأت تظهر أساليب أخرى أكثر طبيعية "مثل الكمبيوتر

باللمس"، وهذا يتطلب تطوير أجهزة الكمبيوتر الشخصية المنتشرة في العالم حاليا، ولكن سيسير بشكل متناسب زمنيًا مع تطور غيمة "الإنترنت". وعن تأثير هذه التكنولوجيا على المنظمة قال الإداري في شركة "مايكروسوفت" العلاقة للبرمجيات: "هناك الكثير من الشركات الصغيرة التي ترغب بالوصول إلى الأسواق العالمية، وهذا يساهم في نموها السريع". وعن الأسلوب الذي يمكن أن تتبعه الشركة لزراعة فكرة الزواج بين التكنولوجيا ورؤوس الأموال وثقافة المبادرة الفريدة الموجودة في عالم التكنولوجيا الغربية داخل الشرق الأوسط قال مندي إن الأمر الأساسي الذي سمح بتطور التكنولوجيا في الغرب هو وجود

جامعات مرموقة يمكنها تحضير الإعداد الأكاديمي. وأضاف: "هناك استعداد في الشرق الأوسط لدفع أموال وتطوير بنية تحتية، ولكن الحلقة الناقصة والتي تحتاج لاستثمارات هي عدم وجود ثقافة أكاديمية تشجع البحث والتطوير". وكشف مندي طبيعة النصائح التي يوجهها لحكومات المنطقة التي تلجأ إليه للحصول على استشارات تقنية، فقال إنها تتكون من مجموعة توصيات أولها: "دعوة الحكومات لإعداد الطلاب والتقنيين لديها للقفزة التكنولوجية القادمة عام ٢٠١٢، عندما تتوفر خدمات الغيمة في المنطقة وتظهر أجهزة كمبيوتر أقوى من نظيراتها الحالية بخمسين مرة. وأضاف: "الأمر الثاني هو ضرورة

تطوير التعليم التكنولوجي والبحث الأكاديمي وتوفير خدمات الاتصال اللاسلكي بالإنترنت وخدمات الحزمة العريضة وهذا أمر ضروري لتطوير الإنترنت. يذكر أن مشروع "غيمة الإنترنت" يقوم على السماح لكل شخص بتصفح معلوماته الشخصية من أي جهاز كمبيوتر في العالم، بعد حفظها في صفحات افتراضية يمكن الوصول إليها من كل الأماكن، ونقل "الغيمة" الإلكترونية والملفات والصور وغيرها، إلى الفضاء الافتراضي الموصل بالإنترنت بشكل يجعل المعلومات متاحة بشكل كامل لأكثر من شخص من دون الاعتماد على نقلها من جهاز لأخر بالأقراص أو عبر الإنترنت.

الطعام ليلاً يضر الأسنان



■ وجد باحثون دانماركيون أن تناول الطعام في منتصف الليل يمكن أن يضر جديا بالأسنان، وأفادت هيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" أن الباحثين في جامعة كوبنهاغن بالتعاون مع زملاء أمريكيين وجدوا بعد التدقيق في سجلات طبية لنحو ٢٢١٧ شخصا أن تناول الطعام في منتصف الليل يزيد خطر خسارة الأسنان، بغض النظر عن نوع الطعام المتناول. وذكر الفريق أن السبب هو التغيرات في معدل اللعاب الذي يتجه ليلًا للجفاف، إذ أن اللعاب مهم لإزالة بقايا الطعام من الفم، ووجد الباحثون أن ١٧٣ ممن شملتهم الدراسة أي ٨٪ يمكن وضعهم ضمن خانة من يأكلون ليلًا. وقال المستشار العلمي لرابطة أطباء الأسنان البريطانية، دامين والميلي، إن "الأكل ليلًا عندما يكون الفم أجف من النهار، يعني أن بقايا الطعام ستبقى لفترة أطول في الفم ما يزيد من تأثير الأطعمة التي تحتوي على السكر والأحماض على الأسنان".

الفيتامينات لا تحمي الرجال من السرطان

بمرض سرطان المثانة. وقال أكثر من ٦٠٪ من هؤلاء الرجال إنهم يتناولون حبوب الفيتامين بانتظام، و٤٨٪ أفادوا بأنهم يتناولون ثلاث حبوب فيتامين أو أكثر أسبوعياً، وتبين أن معظم هؤلاء يتناولون حبوباً تحتوي على فيتامينات متعددة، أو زيت السمك، وأن أكثر الفيتامينات التي يستخدمها هؤلاء هو فيتامين س . ووصف الباحثون في الدراسة كثرة تناول الرجال للفيتامينات بأنه "مثير للقلق"، مشيرين إلى أن الدراسات السابقة وجدت علاقة بين

الوجبات السريعة تزيد خطر الربو

أن العلاقة ليس لها صلة قوية بالطعام في حد ذاته لكن البرجر مؤشر على أساليب أخرى للحياة وعوامل بيئية مثل البدانة وعدم ممارسة التمارين . وأضاف: "الفاكهة والخضروات تحتوي على مضادات لأكسدة وعوامل حيوية نشطة أخرى يمكنها أن تساهم في إحداث تأثير موات. في الربو . ويصل عدد الاطفال المصابين بالربو في بريطانيا حاليا إلى ١.١ مليون طفل كما أن الربو هو أكثر الامراض المزمنة انتشارا بين الاطفال في الولايات المتحدة حيث تم تشخيص إصابة نحو عشرة ملايين طفل به.وبحث فريق ناجيل ببيانات ٥٠ ألف طفل تتراوح أعمارهم بين ثمانية و ١٢ عاما من ٢٠ دولة غنية وفقيرة في العالم. وعلى الرغم من أن النظام الغذائي لا يجعل الاطفال عرضة بشكل اكبر لالصابية بالحساسية عامة فإن الدراسة توصلت الى ان له تأثيرا على انتشار الإصابة بالربو وبايزين في التنفس.

توصلت دراسة دولية كبيرة إلى أن الأطفال الذين يأكلون وجبات سريعة ثلاث مرات أو أكثر في الأسبوع قد يكونون أكثر عرضة لالصابية بالربو أو بايزين في التنفس لكن النظام الغذائي الصحي الغني بالفواكه والاسماك يبعد هذا الخطر على ما يبدو. وذكر باحثون من ألمانيا وإسبانيا وبريطانيا درسوا بيانات ٥٠ ألف طفل من أنحاء مختلفة في العالم أن العلاقة بين شراخ البرجر والربو تكون أقوى ما يمكن في الدول الغنية التي تنتشر فيها الوجبات السريعة بشكل اكبر. وأفاد الباحثون أن النظام الغذائي الذي يعتمد على تناول كميات كبيرة من اللحوم لا يؤدي في حد ذاته إلى انتشار الإصابة بالربو لكن تناول الوجبات السريعة بشكل متكرر قد يكون إشارة إلى عوامل أخرى خاصة بأسلوب الحياة تؤدي إلى زيادة خطر الإصابة بالربو. وقالت جابريلي ناجيل من معهد علم الأوبئة في جامعة أولم بألمانيا والتي قادت الدراسة التي نشرت في دورية ثوراكس الطبية في بريطانيا "هذه إشارة على

والشيخوخة ٥٤ بالغا تتراوح أعمارهم ما بين ٦٦ و٧٦ سنة ومجموعة أخرى من المتطوعين تتراوح أعمارهم ما بين ١٨ و٣٥ سنة، وطالب من الجميع المشاركة في لعبة من أجل اختبار قدرتهم على اتخاذ قرارات مالية صائبة فتيين أن الذين لديهم قدرات إدراك قوية اتخذوا قرارات صائبة وجمعوا الكثير من الأموال في المجموعتين، وأضاف هو تيل إن الذكاء والقدرة على تحليل المعلومات خلال الاختبارات كانت أساسية في النجاح، مشيرا إلى أنه عندما يتوفر للسنن والباقف القدرة على التفكير بشكل سليم وتعمل ذاكرة كل منهما بشكل جيد فانهما "يستطيعان على الأرجح التوصل إلى القرارات ذاتها" مع فارق أن البالغين من الشباب وليس الكهول يتميزون بسرعة القيام بهمام أكثر من العجائز.

وقال مدير مركز الشيخوخة في جامعة كاليفورنيا في لوس أنجلس" من المنطقي القول إن الشيخوخة لا تؤثر على اتخاذ القرارات إذ لم تكن هناك تغيرات في عمل الذاكرة أو طما ظل الدماغ يعمل بالسرعة المطلوبة للتعامل مع المعلومات التي بين يدي المرء.

الذاكرة النشيطة تنتج القرار الصائب

■ قال باحث أميركي إن الفكرة التقليدية السائدة عن ان الكهول يتخذون قرارات أقل صواباً من تلك التي يتخذها الأصغر سناً ليست صحيحة. ورأى الباحث سكوت أي. هوتيل، وهو أستاذ مشارك في علم النفس وعلم الأعصاب في جامعة ديوك في دورهام بولاية نورث كارولاينا، أنه في بعض الأحيان يتخذ الكهول قرارات جيدة أو حتى أفضل من تلك التي يتخذها أشخاص أصغر سناً في قضايا لها علاقة بالمال. وأضاف هوتيل "لا يتعلق الأمر بالعمر بحد ذاته وليس هذا هو الذي يجعلهم أكثر حذرا من المخاطر"، مشيرا إلى عاملين اثنين لهما تأثير في هذا المجال يتعلقان بالإدراك وبمستوى تراجع الذاكرة المرتبط بالتقدم في العمر، ويعدم القدرة على التعامل بسرعة مع المعلومات التي يحصل عليها المسن.

وقال هوتيل إن الأبحاث السابقة أشارت إلى فرضية مؤداها إن الإخفاق في اتخاذ القرارات عند المسنين لا علاقة له بالتقدم في العمر بل في البطء الذي تتميز به عملية التعامل مع المعلومات التي تكون بين أيديهم لاتخاذ القرارات المناسبة بشأنها، وشملت الدراسة التي نشرت في دورية علم النفس

