

لصقة الهورمون أكثر أمنا للنساء



■ قال باحثون كنديون إن النساء اللاتي يرغبن في استخدام علاج استبدال الهورمونات ربما يكنّ أقل عرضة للإصابة بالسكتات الدماغية إذا ما استخدمن جرعة منخفضة من اللصقات بدلا من الأقراص.

وأظهرت الدراسة التي أجريت على بريطانيات أن النساء اللاتي استخدمن لصقات استروجين للتحكم في أعراض انقطاع الطمث لم يتعرضن لخطر الإصابة بسكتة دماغية أكثر من النساء اللاتي لم يستخدمن علاج استبدال الهورمونات، وتأتي الدراسة التي نشرت في المجلة الطبية البريطانية كإضافة إلى مجموعة من الأدلة تتزايد ببطء شديد يمكن أن تعيد تأهيل استخدام علاج استبدال الهورمونات الذي انخفض في ٢٠٠٢ بعد نشر دراسة مبدأة صحة النساء التي وجدت خطورة متزايدة للإصابة بسرطان المبيض وسرطان الصدر والسكتات الدماغية ومشاكل صحية أخرى جراء العلاج الهورموني، وتراجعت مبيعات شركة ويث الرائدة في السوق الأمريكي

من علاج برمبرو وهو خليط للاستروجين والبروجستين نحو ٥٠ في المئة منذ عام ٢٠٠١ إلى نحو مليار دولار سنويا، لكن العديد من الخبراء الذين درسوا علاج استبدال الهورمونات قالوا إنه يوجد دليل ما على أنه إذا أخذت النساء جرعات منخفضة وأخذن علاج استبدال الهورمونات بوسائل أخرى غير الأقراص فإن المخاطر ربما لا تصبح عالية هكذا، واستخدم سامي سويسا

قلم ذكي للأنسولين يحقق السعادة لمرضى السكري

■ يبذل العلماء جهودهم للبحث عن الجديد في علاج السكري بأنماطه المختلفة كافة والبحث عن وسائل غير مؤلمة لعلاجها، خاصة أن مريض السكري شبيه متعائش مع المرض بشكل يومي، وتتعدد أدوية علاج السكري ما بين أدوية السكري من النوع الأول والنوع الثاني مع اختلاف أشكالها

وتظهر طرق جديدة للعلاج من دون أي صعوبات أو مشاكل خلال تناول الدواء، وفي أحدث طريقة عصرية لعلاج السكري بالأنسولين، قدمت شركة "ليللي" عرضا لمنتجها الجديد "فيومالوج كويك بن" الذي يأتي على شكل قلم معبأ مسبقا، يمكن المريض من حقن نفسه، والحصول على الجرعة المطلوبة من الأنسولين بدقة متناهية، وبطريقة سهلة وضمنونة عبر مؤشر الضبط الذي يصدر صوتا لكل جرعة، ما يسمح للمريض بممارسة حياته اليومية بشكل طبيعي، وذلك خلال الندوة الطبية التي أقيمت بالقاهرة، وشهدت حضوراً قويا من جانب أبرز أستاذة وخبراء مرض السكري في مصر



■ علماء يكتشفون مادة فعالة لدى الفئران تخفف من أثر الخوف اكتشف باحثون أمريكيون أن جسم الفئران ينتج مادة فعالة تخفف من مخاوف بعينها، ويأمل الباحثون في استخدام هذه المادة مستقبلا لعلاج المصابين بصدمة نفسية عقب الأحداث المفزعة وغيرها من الاضطرابات الناشئة عن الخوف. وأظهرت التجارب التي أجراها الباحثون على الفئران أن حقن الفئران بمادة "بي دي أف" يؤدي إلى زوال الذكريات المرتبطة بالمخاوف. ويؤكد الباحثون أن هذه المادة لا تزيل جميع محتويات الذاكرة ولكنها تعمل

على أن تحل محل هذه الذكريات المخيفة

ذكريات أخرى خالية من الخوف. ونشر الباحثون نتائج دراستهم في مجلة ساينس الأمريكية، قام الباحثون جامي بيتزنز وجريجوري كويرك وغيرهم من باحثي جامعة بيورتنو ريكو في بداية البحث باستخدام طريقة تقليدية لإزالة الخوف من ذاكرة الفئران من خلال تجارب مخبرية حيث أسسموا الفئران صوتا ما وأعطوها صدمة كهربية في الوقت ذاته إلى أن أصبحت الفئران فيما بعد تتصلب من الخوف بمجرد سماع الصوت فقط.

وقال الباحثون إنه من الممكن إزالة هذه

حدد هدفك قبل شراء كومبيوتر جديد

■ شراء كومبيوتر جديد يشبه السير في متاهة ، حيث توجد عروض عديدة تجعل المستخدم في حيرة من أمره، ولذلك يتعين على كل شخص أن يسأل نفسه قبل الشراء عن الأشياء التي يريدها من الكومبيوتر الجديد قبل أن يخوض تجربة الاختيار والمفاضلة. ويقول السكندر كوخ من مجلة "كومبيوتر بيلد" الألمانية إن تحديد الغرض من الكومبيوتر يساعد في انتقاء المواصفات المناسبة وبالتالي تحديد السعر.

ونكر ماركوس شوتز من مقر شركة ديل للالكترونيات في مدينة فرانكفورت الألمانية أنه إذا كان الهدف من الكومبيوتر تشغيل ألعاب الفيديو أو برامج الوسائط المتعددة، فإنك بحاجة إلى جهاز كومبيوتر قوي له مواصفات عالية في مجال الجرافيك، أما إذا كان الغرض هو تخزين الصور وملفات الفيديو، فإنك بحاجة إلى كومبيوتر مزود بقرص صلب ضخـم، وإذا كان المستخدم

□ بغداد/ قيس عيدان

يسمى بد "داء الملوك" لأن حياتهم السابقة كانت أكلا كثيرا وشربا كثيرا ونوما كثيرا وعدم حركة لجسم بدين مع ترهل ؛ القرس أحد الاضطرابات (اضطراب في الهضم والاستقلاب) التي تلحق بنظام الأيض (التمثيل الغذائي)، وفيه يتراكم حمض البوليك Uric Acid (أحد نواتج التمثيل الغذائي للبروتينات والتي من المفروض أن يتخلص منها الجسم بإخراجها) بحيث تشكل بلورات إبرية الشكل داخل المفاصل، ما يسبب فترات للبروتينات والتي من المفروض أن يتخلص منها الجسم بإخراجها) بحيث تشكل بلورات إبرية الشكل داخل المفاصل، ما يسبب فترات للبروتينات والتي من المفروض أن يتخلص منها الجسم بإخراجها) بحيث تشكل بلورات حمض اليوريك أيضا تحت الجلد في جيوب تسمى التوف أو في القناة البولية على شكل حصيات كلوية.

وينصح الأطباء بأن أهم الخطوات اللازمة

لعلاج القرس هي وجوب أن يلتزم المريض

بالراحة التامة في السرير في الأيام الحادة للمرض، مع عمل كمادات باردة أو دافئة حسب استجابة الألم لأي منهما، كما يعطى المريض المسكنات الالاسترويدية المضادة للالتهاب (NSAID) مثل ibuprofen لأنها تخفف الألم الشديد، وهناك أسلوب بديل وهو استخدام الأدوية الفعالة ضد المرض ومن أهمها عقار الكوشيبسين والذي ينبغي تناوله بمجرد ظهور الأعراض، ويستطيع دواء كوشيبسين أن يقلل بقد كبير من حدة التوبة لكنه كثيرا ما يسبب الإسهال، فيما ينصح بعدم تناول المريض للأسبرين (لأنه يثبط قدرة الجسم على إخراج حمض البوليك) ومركبات السلسيلات والأدوية المدرة للبول، حيث إنها تسبب ارتفاع نسبة حمض البوليك في الدم.

قلم ذكي للأنسولين يحقق السعادة لمرضى السكري

وأوضح راشد أن الهدف الرئيسي للشركة هو وقف تطور مرض السكري وانتشاره، وبعد هذا الالتزام العميق نحو مرضى السكري دليلنا في السعي نحو تطوير سبل العلاج والستراتيجيات الفعالة لمساعدة المرضى والأطباء وكل المعنيين على مواجهة التحديات التي يطرحها المرض، وذلك من خلال تقديم أقلام الأنسولين الجديدة التي تلبى مختلف احتياجات مرضى السكري في مصر بطريقة مبتكرة.

وأكد الدكتور إبراهيم الإبراشي مدير المعهد القومي للسكري والغدد الصماء ورئيس اللجنة القومية لمكافحة السكري بوزارة الصحة المصرية، أنه بتحليل بيانات أكثر من ٣٠٠٠ مريض، وجد أن أكثر المضاعفات التي تصيب مرضى السكري هي التهاب الأعصاب الطرفية والقدم السكري وقاع العين ثم أمراض الكلى، كما وجد أن عوامل الخطورة تتجه بنسبة ٩٠٪ إلى زيادة الدهون الضارة على المرضى ويليهما ارتفاع ضغط الدم ٦٠٪ وانخفاض الكوليسترول النافع للجسم، كما اكتشف أن مشاكل التمثيل الغذائي تصل إلى ٩٠٪، وقد تم إجراء دراسة كبيرة عام ٢٠٠٣ على الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بمرض السكري شملت ٩٥ ألف مريض، وجد أن ٢٥٪ لديهم مشكلة و١١٪ منهم لديهم قابلية للإصابة بمرض السكري و١٤٪ غير مشخصين وفيما بين المحافظات المختلفة، وجد أن هناك تفاوتاً في درجة الإصابة، ما يستلزم إجراء دراسة بحثية للوقوف على أسباب التفاوت الشديد في النسب.

والعالم الذين استعرضوا أحدث التطورات الطبية التي أنت إلى تحسين ظروف حياة ملايين المرضى في مختلف أنحاء العالم.وضم الحضور الدكتور إبراهيم الإبراشي عميد المعهد القومي لمرض السكري التابع لوزارة الصحة في مصر، والدكتور توماس فورست أستاذ الغدد الصماء والسكري ومدير معهد الأبحاث العلمية بجامعة ماينز بألمانيا، وكذلك نخبة من رؤساء أقسام السكري في الجامعات المصرية، إلى جانب الدكتور عادل عبد العزيز ممثل الاتحاد العالمي للسكري في منطقة الشرق الأوسط، وقد أشار الدكتور شريف راشد المدير العام لشركة "ليللي" / مصر إلى أن التقديرات العالمية بشأن انتشار مرض السكري تؤكد أن إجمالي المتوقع إصابتهم بالمرض بحلول عام ٢٠٣٠ سيصل إلى أكثر من ٤٣٨ مليون شخص، وأن هناك ٦ دول عربية من بينها مصر تأتي ضمن قائمة أكثر ١٠ دول في العالم بالنسبة لانتشار مرض السكري "النوع ٢"، وهي تشمل أيضا كلاً من البحرين والكويت وعمان والسعودية والإمارات.

وفي ضوء تلك التحديات الخطرة، فإن على الهيئات الصحية والأسرة الطبية بصفة عامة تعزيز الجهود في نشر الوعي وتحسين التعليم والمعرفة بمرض السكري لمواجهة هذه الظاهرة المقلقة، وذلك كوسيلة أساسية للوقاية من المرض.

مادة كيميائية تزيل الذكريات المخيفة

أخرى الإجابة على السؤال: لماذا لا تستجيب بعض الفئران للتدريب على مسح الذاكرة ؟ فوجدوا أن هذه الفئران لا تمتلك بطبيعتها كمية كافية من مادة بي دي إن أف في منطقة الباخ تشارك مع منطقة "أي إلف سي" في مسخ مضمون الذاكرة.

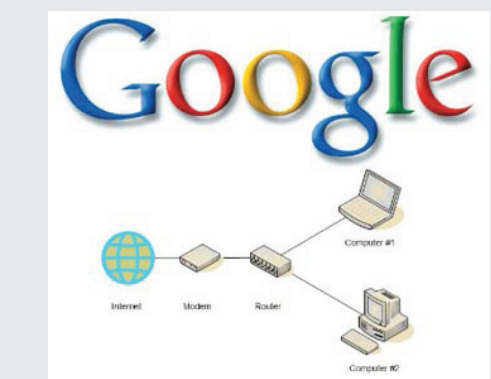
يرتبط به من صدمة كهربائية بالطرق التقليدية،

ومادة بي دي إن أف مادة ينتجها الجسم بنفسه وهي أحد عوامل نموه وتلعب دورا في الكثير من أشكال التعلم، كما تسهم هذه المادة في بناء روابط جديدة بين الخلايا العصبية وتقوية هذه الروابط. وهذا هو بالضبط المطلوب لبناء ذاكرة جديدة حسبما أوضح الباحثون، وأحاول الباحثون من خلال تجارب



العملاق "غوغل" في قفص الاتهام

وأكدت متحدثة باسم الشرطة إحالة القضية لجهان الشرطة. ولم يتسن الحصول على تعليق فوري اليوم من المتحدث باسم غوغل في استراليا.



■ قال المدعي العام الاسترالي روبرت مكلياند اليوم الأحد إن الشرطة طلب منها التحقيق مع عملاق البحث على الإنترنت غوغل حول انتهاك محفل لقوانين خصوصية الاتصالات. ويأتي التحقيق عقب بلاغات من مواطنين بشأن أنشطة موظفي غوغل في أثناء التقاط صور لصالح خدمة خرائط غوغل، وهو يأتي وسط موجة من الانتقادات بشأن استخدام محركات البحث العملاقة لبيانات شخصية. وصرح مكلياند للصحفيين في ملبورن في مستهل منتدى بخصوص أمن الإنترنت بأن القضية أحيلت إلى شرطة استراليا الاتحادية يوم الجمعة الماضي بعد بلاغات من مواطنين.

وأضاف مكلياند "أحالت إدارة المدعي العام بالفعل يوم الجمعة تلك المزاعم وتلك التقارير إلى شرطة استراليا الاتحادية"، وهي تتعلق بصورة كبيرة بانتهاكات محتملة لقانون التنصت على الاتصالات الذي يمنح الناس من الحصول على معلومات الكترونية لأسباب أخرى غير الأغراض المسوح بها".

الطعام الدسم يضعف الذاكرة

■ أكدت دراسة علمية حديثة أجرتها جامعة كامبريدج البريطانية ونشرت نتائجها صحيفة "ديلي إكسبريس"، أن الإكثار من الأكلات الدسمة قد تضعف الذاكرة.

وأوضحت الدراسة أن تناول المأكولات المليئة بالدهون، مثل الكباب والكاري وساندوتشات الهامبورجر والهوت دوج، تسبب ضعفا مؤقتا للذاكرة، وأشارت الدراسة إلى أن التجارب بينت أن الفئران التي تغذت على أطعمة مليئة بالدهون لم تتمكن من الخروج من المazes التي وضعت أمامها بعد تسعة أيام من تغذيتها بأطعمة دهنية كثيرة الدسم.

يذكر أن تأثير الدهون على الجسم يكون سريعا خلال ثلاث ساعات فقط من تناولها إذ تنخفض مرونة الأوعية الدموية عند الأشخاص الذين يتناولون وجبات دسمة مقارنة بمن يتناولون الغذاء الصحي.

أهم الخطوات الواجب اتخاذها لمعالجة (داء الملوك)

المعروف بالنقرس

وقد يحقن طبيبكم مفضلًا المصاب أو داخل العضلة بفقار الكورتيزون أو يصف لك عقاقير الكورتيزون لتتناولها بالفم، فيما ينصح شرب كميات وفيرة من الماء لتخفيف تركيز حمض البوليك في البول، ومن ثم تقلل من خطر تكون حصوات في الكلى، وضرورة الامتناع عن المشروبات الكحولية والتي تقلل من قدرة جسمك على إخراج حمض البوليك، وأهمية الإقلال من تناول المأكولات الغنية بالبروتينات مثل: الكبش، الكلى، الرنجة، الأنشوجة، والسريدن لأنها تزيد مستويات حمض البوليك، وقد يصف لك الطبيب عقار الوبيرونيول مع عقار كوشيبسين بجرعات منخفضة، وأهمية المحافظة على الوزن المثالي وتخفيف الوزن، وان يكون سريع الحركة ويتعد عن الكسل.

طفرات

تحور تساعد

الإنفلونزا

على مقاومة

العقاقير



■ قال باحثون إن طفرتي تحور إضافيتين مهدتا الطريق للإنفلونزا الموسمية لتتطور بشكل يقاوم حاليا ثلاثة عقاقير من بين أربعة صممت لمكافحةها، وتوفى الدراسة وسيلة للعلماء لمراقبة تحورات خطيرة في فيروسات الإنفلونزا الجديدة بما في ذلك وباء إنفلونزا اتش1١ ان المستمر. ويوجد في السوق حاليا أربعة عقاقير فقط لعلاج الإنفلونزا، منها اثنان من مجموعة الادامانتين وهما عديما الفائدة ضد جميع السلالات المنتشرة لأن الفيروسات طورت مقاومتها، والتاميفلو المعروف تجاريا باسم اوستاميفير هو الخيار الحالي، وهو عبارة عن أقراص من إنتاج روش ايه. جي بترخيص من جيليد ساينسز. وأنتجت جلاكسو سميثكلين عقار ريلينزا الذي يؤخذ عن طريق الاستنشاق والمعروف تجاريا باسم زاناميفير، ويمكن للعقارين تخفيف أعراض الإنفلونزا إذا ما أخذتا بسرعة ويمكن أن يمكن أن نمكنا المرضى الأكثر عرضة للمرض من البقاء خارج المستشفى او الحفاظ على أرواحهم اذا كانت إصابتهم بالمرض شديدة، لكن منذ عامين أظهرت سلالة متحورة منتشرة من الإنفلونزا الموسمية انتش1١ ان مقاومة للتاميفلو، ودهش الأطباء لأن التحور الذي يساعد الفيروس على مقاومة التاميفلو عادة ما يجعل الفيروس أيضا ضعيفا لا يصيب بعدوى او ينتشر على نحو كبير. ووجد الباحثون أن طفرتي تحور أخريين سمحتا للفيروس ليس فقط بتجنب تأثيرات التاميفلو لكن أيضا بأن يعيش وينتشر، وإضافة لهذا فان طفرات التحور حدثت قبل الطفرة الثالثة والأخيرة ما سمح للفيروس بمقاومة العقاقير.

