موضوع ما

اللبان معقم للفم

أظهرت دراسات حديثة عدد من الفوائد الصحية للوك العلكة (اللبان - الشونجم) .

من هذه الفوائد .

من هذه الفوائد، ترتطيب الفم وتعقيمة .

ذلك أن لوك العلكة من شأنه أن يزيد من إفراز اللعاب .. واللعاب يساعد بدوره في تنظيف الفم من أحد أهم أنواع البكتيريا المتسببة في نخر الأسنان ، وهذا النوع من البكتيريا يسمى « بكتيريا الطفرات العنقوديجة - ستريبتوكوكس » بحسب « الشرق الأوسط » .

والمعلوم ، أن أنواع البكتيريا تتكاثر في الفم بسبب بقايا الطعام لا سيما السكريات وبسبب قلة إفراز اللعاب في الفم .. والعلكة تحل المشكلة .

وفي الصيدلية نوع من العلكة خالية من السكر ، وإنما محلاة بمادة تسمى « إكزيليتيول » ، وهي بطعم السكر ولكن دون أضراره ، وبالتالي فهي لا تغذي البكتيريا المسببة بنخر الأسنان كما يفعل السكر .

نصر صالح

nasrsale7@hotmail.com

بعد دراسة شملت اكثر من ٧٠٠٠ امرأة:

كثرة الإنجاب تؤدي إلى الإصابة بالسكري

دواء لمرضى السكري

نيويورك/متابعات:

قال باحثون إن النساء اللائي يلدن خمسة أطفال أو أكثر هن أكثر عرضة للإصابة بالنوع الثاني من السكري بعد استبعاد عوامل خطر أخرى مثل البدانة والحالة الاجتماعية والاقتصادية.

وتوصلت الدكتورة "واندا كيه نيكل سون" وزملاؤها في كلية طب جون هوبكنز في بالتيمور بولاية ماريلاند إلى هذا الاستنتاج بعد دراسة شملت اكثر من ٧٠٠٠ امرأة أمريكية من اصل قوقازي وإفريقي.

وتراوح عمر المشاركات في الدراسة من ٤٥ إلى ٦٤ عاما وخضعن للمتابعة على مدى تسع سنوات في المتوسط، وتم تقسيم النساء إلي مجموعات. وشملت المجموعة الأولى النساء اللائي لم يرزقن بأطفال احياء (إما بسبب ولادة أطفال ميتين أو الإجهاض) بينما كانت المجموعة الثانية تضم النساء اللائي رزقن بطفل أو اثنين والثالثة للنساء ممن رزقن بثلاثة أو أربعة أطفال، بينما كانت ضمت المجموعة الرابعة النساء اللائي رزقن بأكثر من أربعة أطفال أحياء، وتم اكتشاف ٧٥٤ إصابة بالسكري أثناء المتابعة.

وكانت معدلات السكري أعلى وسط النساء صاحبات أكبر عدد من الولادات بينما كانت اقل وسط النساء اللائي لم يلدن أكثر من طفلين على قيد الحياة.

ويقر الباحثون ان البدانة وانخفاض المستوى الاجتماعي والاقتصادي يمثلان عنصر الخطر الأساسي للإصابة بالسكري.

لكن مع استبعاد عوامل خطر معروفة وعوامل تتعلق بأسلوب الحياة فإن زيادة عدد مرات الولادة تظل عامل خطر للإصابة بالسكري.

ومن غير المعروف إن كانت الصلة بين الولادة والإصابة بالسكري ترجع لعوامل بيولوجية أو أخرى تتعلق بأسلوب الحياة.

ويخلص الباحثون إلى انه يمكن التوصل لفهم أفضل للعلاقة عن طريق إجراء دراسات محددة تتعلق بزيادة الوزن أثناء الولادة وعوامل تتعلق بأسلوب الحياة والتغيرات في الحالة الاجتماعية الاقتصادية.

وقع الكلمات

هل غادر الشعراء من متردم أم هل عرفت الدار بعد توهم
يادار عبلة بالجواء تكلمي وعمي صباحاً دار عبلة واسلمي
فوقفت فيها ناقتي وكأنها فدن لأقضي حاجة المتلوم
وتحل عبلة في الخدور تجرها وأضل في حلق الحديد لمبهم

بسبب إصابتهم بعدوى كان بالإمكان وقايتهم منها بسهولة وبكلفة قليلة:

أكثر من مليون طفل أفريقي يموتون خلال شهر من ولادتهم

جنيف/ متابعات:

ذكر تقرير لمنظمة الصحة العالمية أن أكثر من مليون طفل أفريقي يموتون خلال أول شهر لهم في الحياة.

ويقول التقرير إن الكثير من الأطفال حديثي الولادة يموتون بسبب إصابتهم بعدوى كان بالإمكان وقايتهم منها بسهولة وبتكلفة قليلة.

غير أن الإحصاءات تظهر أن الاستثمار في مجال رعاية المواليد ورعاية ما قبل الولادة يمكن أن يخفض بشكل كبير معدلات الوفيات حتى في البلدان الأفريقية الأشد فقرا.

ويبرز التقرير، الذي نشرته المنظمة في جنيف أوجه عدم التكافؤ في الرعاية الصحية في أنحاء العالم.

ويقول أن تلك الأوجه تتبدى بأوضح صورها فيما يتعلق بوفيات الأطفال حديثي الولادة.

ففي ليبريا يتوفى ٦٦ طفلا من بين كل ألف مولود.

أما في اليابان فالمعدل هو وفاة طفلين لكل ألف مولود. رعاية ما قبل الولادة

يذكر أن ما يصل إلى نصف مليون طفل أفريقي يتوفون في غضون ٢٤ ساعة من ميلادهم.

ويقول التقرير إن هؤلاء الأطفال يتوفون نتيجة أسباب يمكن تجنبها بسهولة وبتكلفة رخيصة، بما في ذلك توفير سبل لرعاية ما قبل الولادة.

ويحصل نحو ثلثي النساء الأفارقة على بعض أشكال تلك الرعاية، ولكن ١٠٪ فقط منهم يحصلون على علاج وقائي من الملاريا فيما تحصل نسبة ١٪ فقط من النساء الحاملات لفيروس إتش آي في المسبب للإيدز على العلاج اللازم لمنع انتقال الفيروس من الأم إلى المولود.

ثم بعد ميلاد الطفل، يمكن أن يصاب المولود بإصابات شائعة - وهي التي لا تتعدى أن تكون مجرد مصدر إزعاج وقلق غير خطير بالنسبة للآباء في العالم النامي، فيما تشكل سبباً قاتلاً للأطفال الرضع في أفريقيا.

غير أن منظمة الصحة الدولية تقول إن هناك ما يبعث على الأمل.

فبعض أفقر الدول الأفريقية مثل إريتريا ومالاوي زادت من إنفاقها على الأمهات والمواليد، مما تسبب في انخفاض حاد في معدلات وفيات الأطفال.

وتضيف أن وسائل بسيطة من قبيل توفير المزيد من القابلات والمزيد من التوعية الصحية للأمهات الجدد يمكن أن ينقذ حياة آلاف الأطفال.

يموت زهاء ٥٠٠ ألف طفل أفريقي في خلال يوم من ولادتهم

ضوء جديد على الخريطة الوراثية للشمبانزي

أحد كبار العلماء: الخريطة الوراثية بين الشمبانزي والإنسان تختلف بفارق ١,٢٪ الواحدة عن الاخرى..

أما الاختلاف للنشاط الجيني في أي جزء من المخ فتبلغ عشرة في المئة

تلقي المقارنة بين الخريطة الوراثية للشمبانزي والإنسان الضوء على سبب الاختلاف الكبير بين النوعين على الرغم من اتفاقهما إلى مدى بعيد في الشفرة الوراثية.

فقد تكهن العلماء لوقت طويل عن سبب الاختلاف بين الإنسان وأقرب أقاربه من الحيوان في سلم التطور، وهي ما تعرف بالقردة العليا مثل الشمبانزي والغوريلا والأورانج أوتان.

ويقول أحد كبار العلماء الباحثين في الدراسة إن الإجابة على هذا التساؤل تكمن في النسق الذي تنتظم به الجينات أثناء تطور الشمبانزي.

فالخريطة الوراثية بين الشمبانزي والإنسان تختلف فحسب بفارق ١,٢٪ الواحدة عن الأخرى.

ويقوم البروفيسور سفانت بابو، من معهد ماكس بلانك، في لايبتسيج بألمانيا، بدراسة الجينات الموجودة والكيفية التي تعكس بها تلك الجينات وجودها، أو ما يعرف بالتمثيل الجيني. مسح المخ ويعتقد د. بابو تحديدا أن السر يكمن في القدر الذي تُمثَّل به تلك الجينات في النوع عن الآخر. ويقول "إن الأمر يتوقف على المدى الذي تعمل به الجينات، وأين ومتى يحدث هذا في المخ".

ويقول "ما فعلناه الآن هو القيام بمتابعة منتظمة للنشاط الجيني في مخ الشمبانزي، والبشر والأورانج أوتان وقردة المكاك، والمفاجأة هي أنه بالمقارنة بينهم تبين وجود اختلاف كبير".

وربما كان مبعث التمايز بين النوعين في الأهمية الوظيفية لمستويات مختلفة من التمثيل الجيني.

ويأمل الدكتور بابو أن يتمكن من خلال الصياغة الحسابية للتغيرات التي تشاهد في التمثيل الجيني بين النوعين، أن يتعرف على الجينات التي قد نشطت عن طريق الانتقاء الطبيعي بشكل أقوى من غيرها.

كما توجد اختلافات صغيرة ولكنها مهمة بين الجينات الفردية، فقد عثر الدكتور بابو حتى الآن على اختلافين دقيقين في الجين المعرف بـ "فوكس بي ٢"، والذي يعتقد أنه مسؤول عن مهارات الكلام واللغة.

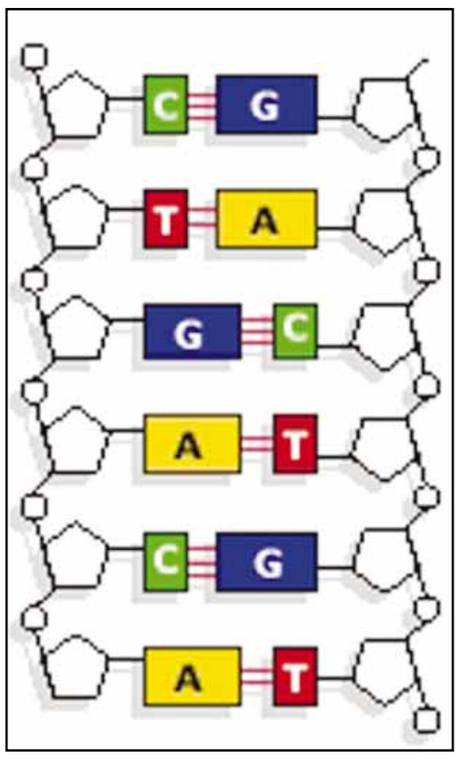
وحاسة الشم عند الشمبانزي أفضل منها بكثير عند البشر، ولذلك فليس من الغريب أن تكون هناك اختلافات في الجينات ذات الصلة بحاسة الشم.

فقد قال البروفيسور بابو إن "الجين المسؤول عن حاسة الشم عند البشر يتقابل مع مستقبلات الروائح في أنوفنا، ولقد اكتشفنا أننا نفقد جزءا كبيرا من هذه المستقبلات، وأن حاسة الشم لدينا تتدهور كلما تقدمنا".

ويقول الباحث: "بينما تتقدم وتتحسن قدراتنا على الكلام واللغة، تتدهور حاسة الشم لدينا، فجين الكلام هو الجين الذي انتقي بشكل إيجابي خلال ٢٠٠ ألف سنة أو أكثر".

من المحتمل أن تكون هناك فوارق أكثر دقة يأمل الباحثون في التوصل إليها، فالأبحاث في معهد سانجار بجامعة كيمبردج تركز على دراسة السبب الذي يقف وراء مناعة الشمبانزي من أمراض تصيب البشر مثل الملاريا والإيدز.

ويقول دكتور تيم هوبارد "بالنظر الدقيق إلى تنوع الجينات المرضية بين الشمبانزي والإنسان سنتمكن بشكل أفضل من فهم طريقة عمل الأمراض، مما قد يقود بدوره إلى تطوير علاجات أفضل".



يركز البحث عن ما يمايز الإنسان عن الشمبانزي

البصرة في جنوب العراق.. شهدت زيادة في نسبة الوفيات بين الأطفال

منظمة "أنقذوا الأطفال من الحرب": انتشار الأمراض التي تنتقل عبر الماء وندرة المستلزمات الطبية الضرورية سيؤدي حتما إلى تزايد نسبة الوفيات بين الولادات الجديدة في جنوب العراق

البصرة/ منظمات إنسانية:

أعلنت إحدى المنظمات الإنسانية الأوروبية إن مدينة البصرة في جنوب العراق قد شهدت زيادة في نسبة الوفيات بين الأطفال.

وقالت منظمة "أنقذوا الأطفال من الحرب" إن المشافي في المدينة تعيش أزمة خانقة و أضافت إن وأكد احد الأطباء العاملين في المدينة ارتفاع نسبة الوفيات بين الأطفال بنسبة ٣٠ بالمائة منذ احتلال العراق.

من جهة أخرى، وصف الجيش الأمريكي في تقرير داخلي الوضع في مدينة البصرة بأنه "محرج" لاسباب منها عدم تشكيل حكومة تقوم بتلبية حاجات المواطنين.

ومن الاسباب حسب التقرير الامريكي "ا لركود الاقتصادي وارتفاع نسبة البطالة اضافة الى انتشار العنف والاغتيالات والتطرف".

ويشير التقرير إلى أن مدينة البصرة ؟تتميز بنشاط ملحوظ للمليشيات المسلحة و تغلغلها في صفوف الأجهزة الأمنية المحلية كما ينتشر التهريب والاغتيال و الترهيب". الموت اليومي

وقالت الناطقة باسم منظمة "أنقذوا الأطفال من الحرب" ماري فرنانديز إن مشافي مدينة البصرة تعاني منذ عدة أسابيع نقصا في عدد من الأدوية الأساسية ونتيجة لذلك فقد توفي عدد كبير من الأطفال وخاصة من هم دون الخمس سنوات، نتيجة الإصابة بالإسهال الشديد.

كما تعاني المشافي من نقص في أجهزة التنفس الخاصة بمساعدة المواليد الجدد على التنفس ونتيجة للنقص في عدد الممرضات تسمح المشافي لذوي المرضى بالاهتمام بهم أثناء وجودهم في المشفى.

وقالت فرنانديز إن مشفى التوليد والأطفال لم يتلق أية أدوية خاصة بأمراض السرطان منذ ثلاث سنوات من وزارة الصحة العراقية.

ويقول الناطق باسم منظمة "حافظوا على حياة الأطفال" العراقية المستقلة خالد علاء كلما طالب مسؤولو المشفى الوزارة بتوفير هذه الأدوية يكون الرد لا توجد اعتمادات مالية وإن عليهم الانتظار لتخصيص الاعتمادات الضرورية وهذا قد يستغرق أشهرا عديدة.

جندي بريطاني. وطفلة من بالبصرة

لقاح فعال يخلصك من أمراض الجهاز التنفسي

اللقاح فعال في حماية الجسم من الإصابة لمدة بين 1-3 سنوات عند الأطفال و3-5 سنوات عند الكبار

لأداء فريضة الحج بسلام..

الرياض/صحف/ متابعات:

مع اقتراب موسم الحج يبدأ حجاج بيت الله الحرام الاستعداد لمواجهة كل الظروف الصحية التي قد يتعرض لها الحاج، نتيجة لتزايد الأعداد ونقص التهوية واختلاف الطقس، ووجود أشخاص من مختلف دول العالم، مما يزيد من فرص انتقال الأمراض المعدية التي تنتقل مع الرذاذ التنفسي .

ومن هذه الأمراض التي تنتقل عن طريق الجهاز التنفسي وتحظى باهتمام كبير على مستوى الجهات الصحية والمستوى الشعبي - بحسب ما ورد بجريدة الرياض - مرض التهاب السحايا الحاد أو ما كان يعرف بالحمى الشوكية (Meningitis).

وبحسب الدكتور أحمد سالم باهمام استشاري أمراض الصدر بكلية الطب جامعة الملك سعود، فإن السحايا هو الغشاء الذي يحيط بالمخ، أما كلمة شوكية فهي مأخوذة من النخاع الشوكي، والتهاب السحايا يمكن أن ينتج عن عدة أنواع من البكتيريا أو الفيروسات أو الفطريات منها بكتيريا المكورة السحائية Meningococcus: Neisseria meningitidis وهي البكتيريا التي يزيد احتمال انتشارها في الأماكن المزدحمة والتي تكثر فيها كثافة الناس والتي تبذل الجهات الصحية المسئولة في الحج جهودا كبيرة للحد من انتشارها والإصابة بها.

وينتقل هذا المرض عن طريق استنشاق الرذاذ الملوث بالبكتيريا، وليس بالضرورة أن ينقل العدوى إنسان مصاب بالمرض، فالبكتيريا قد تعيش في حلق الإنسان لفترة قصيرة أو طويلة بدون أن تسبب أي مرض ولكن هذا الشخص يكون حاملاً للبكتيريا وقد ينقلها لأشخاص آخرين.

وعند انتقال البكتيريا لأي شخص يكون هناك عدة احتمالات لما سيحدث بعد ذلك. فقد يكون لدى الشخص مناعة من البكتيريا بسبب تعرضه لها في السابق أو بسبب حصوله على اللقاح وفي هذه الحالة لا تسبب البكتيريا اي اذى في الغالب.

أما عن أعراض المرض فهي : حرارة واحتقان في الحلق يتبع ذلك صداع شديد وإذا لم تعالج الحالة فقد تحدث المضاعفات الخطيرة، لذلك حرصت الجهات المسئولة على حصول الحجاج على لقاح التهاب السحايا قبل التوجه إلى الحج.

وهناك خمسة أنواع من بكتيريا مكورات السحايا (A. B. C. Y. W-135) يمكن أن تصيب الناس بالعدوى، وقد تم تطوير لقاح يغطي كل الأنواع ماعدا نوع B، واللقاح فعال في حماية الجسم من الإصابة ولكن الحماية ليست دائمة وهي تتراوح بين ١- ٣سنوات عند الأطفال ومن ٣- ٥سنوات عند الكبار.

واللقاح آمن وليس له مضاعفات خطيرة ويحتاج الجسم من ٧- ١٠ايام لتكوين أجسام مضادة ضد البكتيريا لذلك يجب أخذ اللقاح قبل الحج بفترة كافية.

وفي السياق ذاته أكدت دراسة حديثة أن خزانات المياة قد تكون مصدراً للميكروبات، لذا حذرت ندوة تلوث مياه الشرب التي نظمتها أكاديمية البحث العلمي من استخدام خزانات المياه غير المحكمة وانتقال ميكروب استربتوباسيلوس مونيليفو الذي يصيب الجهاز التنفسي وينتقل عن طريق مياه الشرب الملوثة بلعاب الفئران أو مخلفاتها من البول والبراز.

وقد حذرت دراسة أجراها فريق بحثي يضم الدكتور محمد صلاح فهمي والدكتور جيلان صقر أستاذ بطب الأزهر من المياه الجوفية المستخرجة بالطلمبات اليدوية بدون غلي وشراء المياه المحفوظة في خزانات بلاستيكية، كما أوصت بإحكام اغلاق خزانات المياه فوق العمارات مع تنظيفها وتطهيرها باستمرار.

ابتسم !

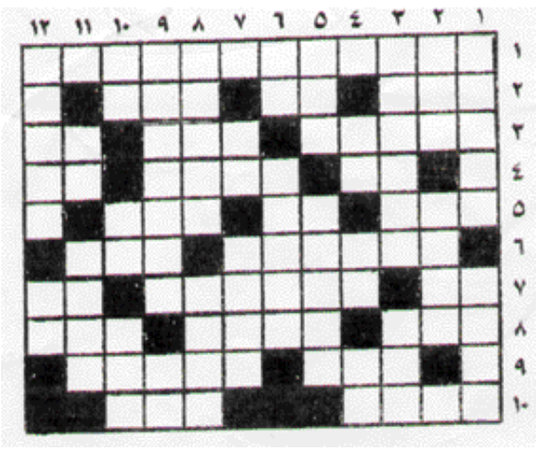
بسمات سريعة من مصر:

- مرة واحد عداه العيب خذ اللي بعد.
- مرة واحد دماغه لفت قابلها من الشارع الثاني.
- واحد اتجوز واحدة اسمها نعمة باسها وش وظهر.
- مرة واحد فتح التلاجة شاف الجيلي بيرتعش: قال له: متخافش حشرب ميه بس.

الكلمات المتقاطعة

إعداد : بسمة نصر

الحلقة رقم (٥١)

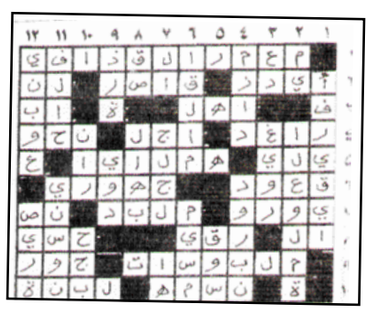


أفقياً :

١ - شاعر يمني من عدن أحد رواد الرومانسية من مؤلفاته « بقايا نغم » ، « الدرب الأخضر » ، « كانت لنا أيام » ، « ليل إلى متى ؟ » ، ولد في ١٩٢٨م ، وتوفى في عام ١٩٧١م .
٢ - هجين الحمار والحصان - ثغر - إجتثاث .
٣ - شهر سرياني - دنو - حرف موسيقي .
٤ - ..... - ميناء جوي - حرف موسيقي .
٥ - إعلان وفاة - حقد وبغض - عاشق ليلى .
٦ - أول مضاد حيوي - دائرة .
٧ - حرف موسيقي - شلالات بأمريكا - بحر .
٨ - ترفيه - وعاء دموي - إصابة .
٩ - طبق - مؤشر إتجاه .
١٠ - مساكن الأهل - مدينة اليكترونية .

رأسياً:

١ - بلد عربي - لتخصيب التربة .
٢ - تجاوز بالظلم والاستبداد (فعل) - أريح .
٣ - الأرض المحتلة - أحجار طمي .
٤ - أحد الأبوين - عمر - طليق .
٥ - غطاء العين - « مشرعة » .
٦ - أخ الأب - ألف مليون .
٧ - هر - فهيم .
٨ - تُقال في الماء - إجابات .
٩ - عدن الصغرى - سكب .
١٠ - بمعية - كتمان - واضح .
١١ - طار - قلعة تاريخية يمنية .
١٢ - « حريم » - في البيضة .

(الحل غداً)

حل الحلقة ( )