موضوع ما

أضحى مبارك

" من العايدين".. "عيد مبارك".."عيد سعيد".."كل سنة وانت طيب/وانت طيبة".. "كل عام وانتم بخير"، وإلى ماهنالك من هذه التعابير الجميلة التي تترك وقعاً طيباص في النفوس.

تعابير تبادل التهاني بالعيد (المعايدة) كما أن لها تأثير عميق في تطييب مشاعر بعضنا البعض.. وفي تعميق أواصر القربى والمحبة والأخوة.. ففيها تأكيدلروح التعاضد والتراحم والتسامح ..كما أن لها مفعول سحري في إنعاش مشاعر الحنان والود والحب،وتجديدها.

إنه العيد.. أطيب مافيه أنه يمنحنا كل ذلك.. يمنحنا السعادة.

فكل عام وأنتم بخير.. و"من العائدين".

نصر صالح
nasrsale7@hotmail.com

دراسة:

الثوم علاج يقضى على سرطان المعدة والقولون

واشنطن/متابعات:

أكدت دراسة أمريكية حديثة أن تناول 6 فصوص من الثوم يومياً تكفي للوقاية من خطر الإصابة بسرطان المعدة والقولون.

وقد شملت – الدراسة – أكثر من100 ألف شخص وخلصت إلي وجود معدلات أقل من سرطان المعدة والقولون بين الأشخاص الذين انتظموا في تناول الثوم، إذ انخفض بين الأشخاص الذين تناولوا أغذية غنية بالثوم بنسبة50%، مما هي عليه بين الذين لا يأكلون منه،

ومن جانب آخر أشار خبراء التغذية إلي الفوائد العديدة للثوم، حيث إنه يقلل من نسبة الكوليسترول الضار في الدم ويساعد في علاج ارتفاع الضغط، كما أن تناوله بانتظام له تأثير إيجابي لمرضي القلب والشرايين بالإضافة إلي دوره في تطهير الجهاز الهضمي.

دراسة:

الفاصوليا تقوي الكبد وتنشط القلب

واشنطن/ متابعات:

أكدت دراسة علمية حديثة أن الفاصوليا تسهم في تنشيط ضربات القلب وتحسين أدائه، بالإضافة إلي أنها منقية للدم ومقوية للكبد والبنكرياس، كماهي مفيدة أيضاً للكليتين.

ويرجع ذلك لوجود مادة "إينوزين" التي يستخرج منها مستحضر طبي يستطيع وقف إنقاص كرات الدم البيضاء من الجسم، وإحتوائها أيضاً على نسبة عالية من حمض "النيكوتين" يساعدها على تجديد كرات الدم الحمراء.

و أغلفة وقشور الفاصوليا غنية بالمواد المضادة للأكسدة التي تمنحها خصائص مضادة للشيخوخة، فضلاً عن فائدتها في محاربة أمراض القلب والسرطان.

تحتوي علة مادة "الليكوبين" المضادة للتأكسد:

الطماطم تحمي المدخنين من أمراض الرئة

طوكيو/ وكالات:

أفادت دراسة حديثة بأن الطماطم تعتبر سلاحاً فعالاً لحماية المدخنين من أمراض الرئة.

وأوضح أحد الباحثين أن هذه الفائدة تكمن في وجود مادة "الليكوبين" المضادة للتأكسد، التي تحمي المدخنين من الاضطراب الرئوي المزمن الذي يصيب المدخن في العادة ، ويسمى هذا الاضطراب بالانتفاخ الرئوي الذي ينتج عنه صعوبة في التنفس.

وطبقاً لما ورد بوكالة الصحافة العربية ، أشار علماء من جامعة جونتيندو اليابانية ، إلى أن عصير الطماطم بعد تجربته على الفئران، استطاع حمايتهم من الانتفاخ الرئوي الناتج عن التدخين.

أسوأ مرض بعد الإيدز:

ماذا تفعل إذا فوجئت لأول مرة أنك مريض بالفيروس الكبدي (س) ؟

مواقع إنترنت/ متابعات:

الدكتور علي مؤنس – أستاذ الجهاز الهضمي والكبد – جامعة عيشمس، في مقال له في الموضوع نشره على الموقع الطبي الجديد http://tabeebe.com يجيب على هذا السؤال:

هذه الحالة.. هي حالة كل يوم !!

ويستطرد:

قد يفاجأ من لم يشكو شيئاً طوال حياته بأنه قد أصبح مريضاً بالفيروس الكبدي (س).

تزداد دهشته إذا فوجئ بأنه المريض السليم الذي لم يشكو من أي مرض مع أن هذه الإصابة بالفيروس الكبدي (س) قد تكون منذ سنوات.

ويمضي في مقالته:

قد تزداد دهشته وهو يؤكد أنه سليم – لكن سرعان ما يبدأ الشكوى وشكواه دائماً من آلام بجانبه الأيمن ظناً منه أنها آلام الكبد ولكن الحقيقة أنه التوتر الشديد جعل من قولونه.. قولون عصبي تظهر أعراضه على هيئة الألم بالجانب الأيمن وذلك في أغلب الحالات التي نراها.

ماذا تفعل ؟

أولاً: لابد من إعادة التحليل – فقد يكون هذا التحليل تحليلاً كاذباً أو يكون في حدود لا نستطيع أن نقول فيه إن كان سلبياً أو إيجابياً ويعتمد على المعمل في الحكم عليه بالإيجاب أو النفي.

ثانياً: بعد التأكد من حقيقة التحليل يجب استشارة الطبيب فقد يستطيع معرفة حالة الكبد وفي أي مرحلة مرضية – لأن التطورات المرضية المختلفة من التهاب حتى التليف قد تكون صامتة.

إن أراد معرفة المزيد من حقيقة الأمر فعليه طلب الإنزيمات الكبدية فقد تكون مرتفعة وهذه دلالة على فاعلية الفيروس وآثاره على الكبد على هيئة الالتهاب الكبدي.

يمكن أيضاً معرفة نشاط الفيروس وكميته ونوعه بطلب التحليل المعروف P C R ونوع الفيروس – الذي هو غالباً أن يكون من الفصيلة الرابعة التي هي موجودة في مصر.

من المعلوم أنه يوجد فصائل أخرى مثل الفصيلة الثانية أو الثالثة وهي موجودة في أوروبا.

إذا تأكدنا من نشاط الفيروس وزيادة الإنزيمات فيأتي ضرورة دور الطبيب المعالج ولا نستطيع أن نقترح ماذا تأخذ من علاج إلا بعد الوقوف على حقائق المرض كاملاً.

قد يتطلب أخذ عينة كبدية في بعض المستشفيات لمعرفة درجة الالتهاب ومقدار التليف – لو أنها ليست شرطاً أساسياً في علاج جميع المرضى.

إن العلاج الحقيقي للفيروس الكبدي (س) هو باستعمال حقن الإنترفيرون بأنواعه المختلفة – فمنه ما يؤخذ مرة واحدة كل أسبوع ومنه ما يؤخذ مرة يومياً حتى تمام الاستجابة ثم يوم بعد يوم.

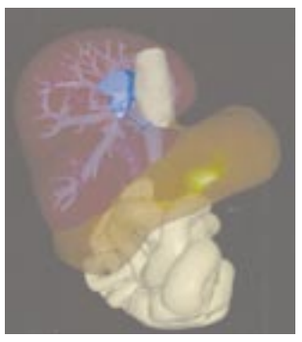
كما أن إضافة أقراص الريبافيرين تزيد من كفاءة الحقن والاستجابة لها.

إن نجاح هذا العلاج قد أصبح أكثر من 50 % ولذلك أصبحت نتائجه مشجعة – لكن لم يصل إلى الكفاءة الأكيدة 100 % ولن يوجد علاج آخر ولمدة خمسة سنوات قادمة ولكن هناك تعديلات في مسار العلاج كل عام.

إن هذا العلاج يتميز بأنه العلاج الوحيد للفيروس الكبدي (س) – لكن له عيوب كثيرة من أهمها ثمنه الباهظ الذي لا يتحمله جميع المرضى.

قد تطرأ تغيرات أثناء العلاج بحدوث بعض المضاعفات الجانبية وجميعها يمكن السيطرة عليها بطريقة واضحة طالما أن العلاج تحت الإشراف الطبي... لذلك لابد من مباشرة الطبيب للمريض أثناء علاجه لأنه يمكن معرفة المضاعفات الجانبية أثناء العلاج – وكل له طريقة علاجه والسيطرة عليه.

ثالثاً: هذا العلاج يحتاج العزيمة والإصرار على الاستمرار فيه لأن اختفاء الفيروس في بادئ الأمر وغالباً في خلال الشهرين الأولين من العلاج ليس معناه الشفاء ولابد من الاستمرار في العلاج حتى سنة كاملة لأن اختفاء الفيروس من الدم قد يكون في أماكن أخرى مثل الكبد فالاستمرار على العلاج هام حتى يتم القضاء عليه تماماً.



رابعاً: قد لا ينجح العلاج وهنا الاستمرار عليه أملاً في النجاح مستقبلاً غير مفيد.

خامساً: بعد الشفاء وتوقف العلاج قد تحدث نكسة بعودة الفيروس مرة أخرى وغالباً قد يكون ذلك في خلال الستة شهور الأولى بعد وقف العلاج... لذلك يجب الإصرار في الاستمرار على العلاج بعد الشفاء لمدة طويلة تقليلاً من احتمال هذه النكسة.

في حالة عدم الاستطاعة المادية أو المعنوية أو الصحية بصفة عامة أو حالة الكبد بصفة خاصة حيث لا نفضل العلاج في حالة التليف الكبدي المتقدم فهنا قد نلجأ للبديل.

ما هو البديل ؟

– بالنسبة لعلاج الفيروس الكبدي (س) والقضاء عليه – لا يوجد بديل.

– بالنسبة لحالة الكبد فقد يوجد بعض الأدوية التي قد يكون لها دور في الحفاظ على الكبد.

– يوجد بعض الشعوذات التي هي أمل الغرقان في قشة يتعلق بها – وهذه فعلاً القشة التي تتسبب في غرقه.

كل ما هو معروف عن العلاج البديل إن لم يمثل فائدة – فقد يكون ضاراً في بعض الحالات وخاصة إذا استعمل في الحالة الغير مناسبة له.

لذلك كثرة الأدوية التي توصف للمريض ضارة وليست مفيدة ودواء واحد يكفي وبعض الحالات عدم تناول أي علاج هو العلاج الحقيقي المفيد – لأن الاعتماد على التغذية السليمة من الخضراوات والفاكهة والجو الخالي من التلوث – فقط.. علاج للكبد ووقاية للكبد من أي أضرار.

أما الأدوية المطروحة على الساحة العلاجية فهي بأسماء مختلفة – فقد يشمل كل دواء عقار واحد أو مجموعة من العقاقير في كبسولة واحدة... لذلك أستطيع التأكيد بأن بعض هذه الأدوية المضادة للأكسدة التي يمكن أن تحمي خلايا الكبد من التأثير الفيروسي على الخلايا.

لذلك وجب عليك أن تعرف مشتقات هذه الكبسولات وأنه يدخل في تركيبها بعض هذه المكونات التي سأذكرها...

السليمارين.. أثبتت الأبحاث أنه مشتق من عشب نباتي وأنه مضاد قوي للأكسدة بناء عليه يمكن أن يقلل من سرعة التليف الكبدي إذا وصلت الجرعة اليومية إلى 450 مليجرام... لذلك اقرأ الأدوية التي تتناولها واحسب كمية السليمارين بها فقد تجد بعضها 70 مليجرام والأخرى 140 مليجرام والثالثة 175 مليجرام والرابعة 200 مليجرام بالكبسولة – أنت تحتاج إلى حوالي 450 مليجرام يومياً.

الدواء الثاني المضاد للأكسدة هو فيتامين E بجرعة 400 مليجرام يومياً.

يوجد مواد أخرى مضادة للأكسدة مثل بيتاكاروتين – جلوتاثيون.... الخ

ولكن أهم المواد وأكثرها فائدة هما.. سليمارين – فيتامين E

ما ذكرته هنا إنما هي الأدوية المتفق عليها كعلاج مضاد للأكسدة التي يمكن من خلالها حماية خلايا الكبد من تأثير الفيروس بأكسدة بعض محتويات الخلية الكبدية.

يوجد أدوية عديدة منها الأقراص الصينية الصفراء المعروفة باسم D D B وهذه قد تخفض من الإنزيم الكبدي A L T وأدوية أخرى مثل أورسوفولك – فقد يحسن من نشاط خلايا الكبد ويمنع تكوين الحصوات المرارية في مرضى التليف الكبدي.

أدوية عديدة..

(.. جميعها ليس لها علاقة بالفيروس الكبدي (س).

توجد أدوية أخرى تحتوي على الفيتامينات والمعادن والأحماض الأمينية التي قد تنقص في مرضى الكبد وخاصة في الحالات المتقدمة – فقد يكون لها بعض الفوائد للمريض الكبدي... لذلك يوجد أكثر من خمسون دواء خاص بالكبد ومرضى الكبد.

تحذير هام:

كلما ابتعدت عن الأدوية أو أخذت دواء واحد أفضل من أدوية كثيرة قد تكون إجهاد للمعدة والكبد.

94 نصيحة أساسية كي تبقى آمنا (3-4)

التحصين داخل المناطق الأمنية:

حتى إذا لم يكن إنترنت إكسبلورر هو متصفحك الافتراضي، فإن محركه يستخدم في كل شيء تقريبا على نظام ويندوز بدءاً من مدير الملفات "مستكشف ويندوز" (Windows Explorer) وحتى "سطح المكتب الفعال" (Active Desktop). وهكذا، حتى في حال عدم استخدامه، فإنك لا تزال معرضاً لأي تهديد شبكي يستغل الثغرات الأمنية في هذا البرنامج. وننصح باستخدام المناطق الأمنية لإدارة التعامل مع مواقع إنترنت، ولكن لا يتاح الحاسوب المحلي أو "جهاز الكمبيوتر" -My Computer" افتراضياً داخل إعدادات المناطق. لكن يمكنك إعداد قيمة في سجل النظام -Registry لجعله متاحاً.

أغلق جميع نوافذ المتصفح ونوافذ مستكشف النوافذ أو نوافذ "جهاز الكمبيوتر" (My Computer)، ثم افتح برنامج تحرير السجل "ابدأ تشغيل" (Start Run) ثم أدخل regedit قبل الضغط على زر الإدخال. توجه إلى مفتاح السجل: HKEY CURRENT USER\Software\Microsoft\Windows\Current Version\Internet Settings\Zones\0. انقر بالزر الأيمن على هذا المفتاح واختر "تصدير" (Export) لإنشاء ملف سجل REG file يمكنك تشغيله للتراجع عن أية تعديلات تدخلها إذا لزم الأمر.

حدد موضع القيمة التي تحمل الاسم Flags، وانقر نقراً مزدوجاً عليها. وفي نافذة التحرير الخاصة بها، غير قيمتها إلى "1". انقر على "موافق"، وأغلق برنامج تحرير السجل.

وبعد إدخال هذا التغيير، توجه إلى "لوحة التحكم" (Control Panel) وافتح "خيارات إنترنت" (Internet Options)، واختر قسم "الأمن" (Security). اختر منطقة المحتوى: My Computer (ربما كان عليك الانتقال بسطر الإزاحة إلى اليمين قليلا للعثور عليها)، ثم انقر فوق "مستوى مخصص" (Custom Level) لإدخال التغييرات التي تريدها على هذه المنطقة. كن حذراً، فالتغييرات الأمنية التي تدخلها هنا قد تؤثر على الطريقة التي تعمل بها بعض البرامج. وعندما لا تكون متأكداً مما تفعله، اضبط إنترنت إكسبلورر بحيث ينبهك عند كل حدث يثير التساؤل بدلا من منعه مباشرة.

التراجع زمنياً:

استخدم وظيفة "استعادة النظام" (System Restore): تسمح هذه الوظيفة (المتوفرة في ويندوز ميلينيوم وإكس بي) بإعادة إعدادات النظام والملفات المهمة إلى حالة سابقة إذا أدى تركيب بعض البرامج أو إزالة تركيبها إلى مشكلات. وتعدّ هذه الأداة نقاط استعادة تلقائية بشكل منتظم، كما تنشئ نقاطاً إضافية قبل تثبيت التطبيقات، وبرامج القيادة المختلفة. وعندما لا تستطيع أدواتك الأمنية تخليصك من إصابة فيروسية أو هجوم معين، جرب وظيفة استعادة النظام لإعادة نظامك إلى الحالة التي كان عليها في وقت سبق تركيب التطبيق الخبيث.

وللتأكد من تشغيل وظيفة استعادة النظام، توجه إلى لوحة التحكم واختر "النظام" (System)، ثم اختر قسم "استعادة النظام" (System Restore) وعاين الوضع هناك.

وظيفة استعادة النظام في نظام التشغيل ويندوز 2000: لا يوفر نظام التشغيل ويندوز 2000 وظيفة استعادة النظام. ولكن، يمكنك محاكاة كثير من وظائفها. ففيه برنامج نسخ احتياطي (Start Programs Accessories System ToolsBackup) يتضمن وظيفة باسم System State في قسم Backup. وهي تسمح بإنشاء نسخة احتياطية لملف الإقلاع boot، ولقاعدة البيانات الخاصة بتسجيل الأصناف COM ، وأيضا لملف سجل النظام.

تعطيل وظيفة استعادة النظام مؤقتاً (نظام إكس بي): المؤسف أنه لا يمكن لأدوات مكافحة الفيروسات ومكافحة التجسس إزالة الإصابات المسجلة في نقاط الاستعادة، وهذا يعني أنك حتى لو أزلت بعض البرامج الخبيثة، فإن إعادة نظامك إلى نقطة زمنية سابقة قد تعني إعادة

الإصابة أيضاً. وقد رأينا أيضاً أن نقاط الاستعادة المصابة تجعل أجراس التحذير في برامج الأمن تنطلق مع كل عملية فحص للجهاز. ولمنع هذا، عليك تعطيل وظيفة استعادة النظام.

في لسان التبويب "استعادة النظام" الذي تصل إليه من "النظام" في لوحة التحكم، اختر "إيقاف تشغيل استعادة النظام على كافة محركات الأقراص" (Turn off System Restore on all drives). وسيؤدي هذا إلى مسح جميع نقاط الاستعادة السابقة. وبعد إتمام عملية التنظيف وإزالة البرامج الخبيثة، أعد تشغيل وظيفة استعادة النظام، بإزالة العلامة عن ذلك الخيار الأخير.

استخدام الوضع الآمن:

يعدّ تشغيل النظام في الوضع الآمن إحدى الطرائق المعدودة لاستعادة التحكم في النظام بعد تعطله، أو بعد تعرضه لهجمة فيروسية أو تجسسية. ففي العادة، يمنعك ويندوز من حذف أية ملفات مستخدمة حالياً (بما فيها البرامج الخبيثة)، إذ تشغّل هذه البرامج الخبيثة ذاتها غالباً لدى بدء تشغيل الحاسوب. لكن الوضع الآمن يتجاهل كثيراً من برامج القيادة وغيرها من برامج بدء التشغيل، ومن خلال التوجه إلى هذا الوضع، قد تتمكن من إزالة التطبيقات المسيئة. (وقد وجدنا أيضا أن مجرد الدخول إلى الوضع الآمن، ومن ثم إعادة التحميل إلى الوضع الطبيعي قد تجعل النظام غير المستقر أكثر استقرارا.)

ولدخول الوضع الآمن، عليك إقناع ويندوز بعرض قائمة بدء التشغيل. وتبعا لنظام التشغيل الذي تستخدمه، تعرض هذه القائمة الوضعين الطبيعي والآمن، وأحياناً تعرض أيضا الوضع الآمن مع تمكين الشبكة، ووضع محث الأوامر، وخيارات أخرى.

الدخول إلى الوضع الآمن بالمفتاح F8: يمكنك الدخول إلى قائمة بدء التشغيل بالضغط على مفتاح اختصار أثناء تحميل الحاسوب، أو باستخدام برنامج تهيئة النظام MSConfig (وهي لا تتوفر في ويندوز 2000).

وفي العادة، يمكنك دخول الوضع الآمن بالضغط على المفتاح F8 بعد توصيل الطاقة بالحاسوب. لكن بعض الأنظمة قد تحثك على الضغط على هذا المفتاح في وقت محدد أثناء عملية الإقلاع بعد تلقي إشارة معينة، مثل خط صغير أو مربع في الركن العلوي الأيسر من الشاشة، أو بصوت تنبيه. وأيا كانت الإشارة، فعندما تتلقاها، اضغط F8. فإن كان نظام بيوس لديك قد ضبط على وضع الصمت، فقد لا ترى هذه الإشارة.

دخول الوضع الآمن بطريقة MSConfig (مع ويندوز إكس بي): إن كنت تستخدم ويندوز إكس بي، اختر Run من قائمة Start، واكتب msconfig، واضغط زر الإدخال. اختر قسم BOOT.INI، وقم بتمكين خيار /SAFEBOOT وانقر موافق مرة أخرى. وإن كنت ستحتاج إلى وصلة شبكة أو وصلة إنترنت، ضع علامة أمام الخيار NETWORK هنا أيضاً. وعندما يطلب منك النظام إعادة التشغيل، انقر Restart، وسيتم تشغيل الحاسوب في الوضع الآمن. وللإقلاع في الوضع الطبيعي، أعد فتح برنامج MSConfig، واختر قسم BOOT.INI، وأزل العلامة الموضوعة أمام الخيار /SAFEBOOT، ثم اختر لسان التبويب "عام" (General)، وضع علامة على الخيار "بدء تشغيل عادي" (Normal Startup).

توسيع نطاق رؤيتك:

غالبا ما تستخدم ملفات البرامج الخبيثة امتدادين للملفات. فافتراضياً، يخفي ويندوز امتدادات الملفات؛ وقد تساعد هذه الوظيفة البرامج الخبيثة على التخفي حتى تجعلك تعتقد أنها آمنة ويمكنك فتحها. مثلا، يوجد فيروس يسمى prettywoman.jpg.exe، و وهو يظهر لديك باسم الملف prettywoman.jpg، وكأنه ملف صورة، وعليك تغيير إعداداتك حتى ترى الامتدادات الحقيقية.

في نظامي ويندوز إكس بي و2000، افتح نافذة "جهاز الكمبيوتر" (My Computer)، ثم انقر على "أدوات خيارات المجلد" (Tools Folder Options). اختر لسان التبويب "عرض" (View)، ابحث عن الخيار "إخفاء ملحقات الملفات لأسماء الملفات المعروفة" (Hide extensions for known file types) وأزل العلامة الموضوعة أمامه.

(يتبع)

اعداد كسوة الكعبة وسط توافد الملايين لأداء مناسك الحج

خلال الحج تلبس الكعبة ثوبا أبيضا وبنهايته يتم إلباسها الكسوة الجديدة

ما لا يقل عن مليوني حاج هذا العام

مكة /وكالات:

في الوقت الذي يبدأ فيه ملايين الحجيج مناسكهم في السعودية هذا الاسبوع ينشغل العمال في أحد المصانع في مكة بوضع اللمسات الأخيرة لكسوة الكعبة التي تغطي قبلة المسلمين.

وستار الكعبة ويعرف أيضا بالكسوة يجرى تغييرها سنويا خلال موسم الحج حيث يقضي نحو 200 عامل الاشهر الثمانية السابقة على الحج في تطريز الكتابات المرسومة على الكسوة بخيوط الذهب وهي الشهادتان وآيات من القرآن الكريم.

ويبلغ ارتفاع الكسوة 14 مترا وطولها 47 مترا ووزنها نحو 450 كيلوجراما.

وخلال الحج تلبس الكعبة ثوبا أبيض وبنهاية موسم الحج يتم إلباسها الكسوة الجديدة ويجرى توزيع الكسوة القديمة على الحجاج.

ويقول عدنان شيشة مدير المصنع ان تكلفة الكسوة تقدر بعشرين مليون ريال سعودي (خمسة ملايين دولار أمريكي) تنفق على القماش وأجور العمال سنويا.

وقال شيشة "بالنسبة للاعداد الذين يشتغلون حوالي في حدود المئتين شخص ما بين صانع وفني واداري. والتكلفة المالية لا تتجاوز أو في حدود عشرين مليون ريال سعودي. وليس للكسوة وحدها وانما لاجور العمال.. يدخل فيها أجور العمال والصناع والاداريين والفنيين."

أما العاملون في صنع الكسوة وجميعهم من السعوديين فيجري انتقاؤهم من عدد كبير من المتقدمين للعمل ثم يتم تدريبهم لمدة ثلاثة أشهر على كيفية تطريز القماش بخيوط من الذهب.

ويؤدي المناسك ما لا يقل عن مليوني حاج. وفي يوم عرفة وهو المنسك الرئيسي في الحج يصعد الحجيج الى جبل عرفات.

بريطانيا: إرتفاع في أعداد الوفيات وتضاعف عدد مرضى الكبد

لندن/سيدني/متابعات:

قال علماء إنهم اكتشفوا وسيلة لإنهاء تعطش المدمنين إلى المشروبات الكحولية.

وذكر فريق من علماء معهد هوارد فلوري بميلبورن في أستراليا، أنهم اكتشفوا أن حصر عمل نظام الأوريكسين في المخ يمكنه كذلك أن يمنع من الارتكاس.

وقال فريق العلماء هذا، إن هذا الاكتشاف قد يساهم في تطوير عقاقير يمكنها أن تحصر مفعول مادة الأوريكسين الكيماوية.

ويُعتقدُ أن الخلايا المنتجة لهذه المادة، قد تساعد على التحكم في الرغبة في الطعام، وبالتالي في معالجة اضطرابات التغذية.

وتشهد بريطانيا ارتفاعا في عدد حالات الوفاة الناجمة عن التعاطي للمشروبات الكحولية، كما تضاعف عدد من أدخلوا المستشفى للعلاج من أمراض الكبد. حمية ضد الإدمان

تتسبب خلايا المخ المنتجة لمادة الأوركسين الكيماوية في حالة الانتشاء والثمالة التي تنتاب المتعاطين للمشروبات الكحولية أو لبعض أصناف المخدرات.

وقام الفريق العلمي، تحت إشراف د. أندرو لورنس بتركيب مادة يعتقد أنها منعت شعور الانتشاء هذا، لدى فئران تجارب.

وفي إحدى التجارب، امتنعت الفئران عن مواصلة شرب الكحول بعد أن حُقنت بالمادة الحاصرة لمفعول الأوريكسين.

وفي تجربة أخرى، خضعت مجموعة من الفئران إلى برنامج حمية للتخلص من

إدمان تناول الكحول، ثم حقنت بالمادة الحاصرة، وأعيدت إلى بيئة مشابهة لتلك التي أدت بها إلى الإدمان، لكنها امتنعت عن شرب الكحول.

ويُجري العلماء مزيدا من الأبحاث للمعرفة العوامل التي تساهم في تفعيل منظومة الأوريكسين في المخ.

ويقول الدكتور لورنس: "قبل تطوير العقاقير الحاصرة لمفعول مادة الأوريكسين، بهدف علاجي، ينبغي التأكد من سلامتها على المدى البعيد."

للتخلص من سموم النيكوتين:

تناول كوب عصير جرجير صباحا

القاهرة/متابعات:

كشفت مجلة البحوث الطبية الصينية أن أفضل وسيلة للإقلاع عن التدخين هي تناول عصير الجرجير، بشرط أن يتم تناوله صباحاً بمعدل كوب صغير يومياً.

وطبقاً لما ورد بجريدة الأهرام ، فإن هذه الوسيلة سوف تساعد الجسم على التخلص من سموم النيكوتين المتراكمة من جراء الإفراط في التدخين، والتي تصل إلي70 ألف جرعة نيكوتين سنوياً لمن لا يقل معدل تدخينه عن20 سيجارة يومياً.

وقد أوضح التقرير أن عصير الجرجير يسهم كذلك في التخلص من الأمراض المصاحبة للتدخين وأهمها الشعور الدائم بالكسل، والخمول الناتج عن تأثير النيكوتين ع الجسم.

منظمة الغذاء والدواء الامريكية أقرت استعماله:

عقار جديد اسمه Januvia لمعالجة داء السكري من النمط الثاني

واشنطن:

أقرت منظمة الغذاء والدواء علاجا جديدا لمرضى السكري من النمط الثاني أطلق عيه اسم (Januvia).

وهذا الدواء، هو صنف جديد من الادوية التي تدعى مثبطات DPP-4، والتي تساعد الجسم في السيطرة على الضغط الشرياني المرتفع، ويأتي على شكل أقراص تؤخذ مرة واحدة يوميا.

وقد يستخدم هذا الدواء مرافقا للحمية الغذائية، وممارسة الرياضة، لتحسين مستويات سكر الدم لدى مرضى السكري من النمط الثاني.

كما يمكن أخذ هذا الدواء مع الادوية الاخرى المعالجة لارتفاع السكر في الدم، مثل ميتفورمين أو الغلوكوفاج، أفانديا، أو الاكتوز، في حال لم يمكن السيطرة على مستوى السكر في الدم لدى استخدام أحد هذه الادوية لوحدها.

وتشيرتقارير منظمة الغذاء والدواء إلى أن حوالي 95-90 بالمائة من حالات مرض السكري المشخصة، هي من النوع الثاني.

ونظرا لاختلاف الاستجابة بين شخص وآخر لأنواع العلاج المختلفة، فإن اكتشاف علاج جديد لهذا المرض يعد أمرا مهما جدا.

وفي حالات داء السكري من النمط الثاني، يكون الجسم غير قادر على إنتاج القدر الكافي من الانسولين، الهرمون المسؤول عن ضبط السكر في الدم، أو أنه ربما لا يستجيب له بصورة جيدة.

ويؤدي عدم ضبط ارتفاع السكر في الدم بصورة سليمة إلى حدوث مشاكل خطيرة، مثل الامراض القلبية، العمى، تلف الاعصاب، إيذاء الكلى، وغيرها.

وبالنسبة لدواء (Januvia)، فإنه يطيل مدة فعالية البروتين الذي يحرص على إطلاق الانسولين بعد ارتفاع سكرالدم مع تناول وجبة طعام مثلا، وهو يقوم بذلك عبر منع عمل أنزيم يعرف بـ DDP-IV، والذي يقوم بتدمير هذا البروتين.

ومن خلال تهميش عمل هذا الانزيم، يقوم (Januvia) بإطالة مدة تأثيرالبروتينات المحرضة لإطلاق الانسولين، مما يقود لمستويات أفضل للسكر في الدم.

وبالنسبة لأبرز التأثيرات الجانبية التي ظهرت على المرضى خلال فترة استعمالهم للدواء، كانت التهاب في الجهاز التنفسي، والإحساس بحرقة في الحلق، وإسهال.

ولم يتم بعد دراسة تأثير هذا الدواء على الاطفال ممن هم دون 18 سنة من العمر.

وصرحت الشركة المصنعة للدواء Merck، أنها ستجري اختبارات أكثر على مرضى يستخدمون هذا الدواء الجديد، بالإضافة لاستخدامهم الأنسولين أو غيره من الادوية.

ولكن لاترى منظمة الغذاء والدواء الامريكية وجود ضرورة لإجراء دراسات أخرى حوله، لأنها وجدت أنه آمن الاستخدام.

ويذكر أن الشركة المنتجة قررت بيع القرص الواحد من الدواء الجديد بأربعة دولارات وستة وثمانين سنتا، ليكون في متناول يد الأغلبية، مع التأكيد على أن هذه الأسعار مقتصرة على الأسواق الأمريكية.

ابتسم

– واحد قبل مايموت جمع ولاده التلاتة وحب يوصيهم يفضلوا ايد واحدة ،وأعطى لكبيرهم عود خشب كسره بسهوله أعطاه اتنين كسرهم بسهولة برضه أعطاه خمسين عود كسرهم بسهوله قال لهم طالما معاكم البغل ده مافيش خوف عليكم

– همبرجر وبطاطس بيجروا في الشارع ليه؟
عشان وجبه سريعه

– قرية حصل فيها شغب أدى إلى منع التجول في الليل ... فخرج أهلها ليتفرجوا على منع التجول!

– واحد بخيل تزوج .... راح شهر العسل لوحده!

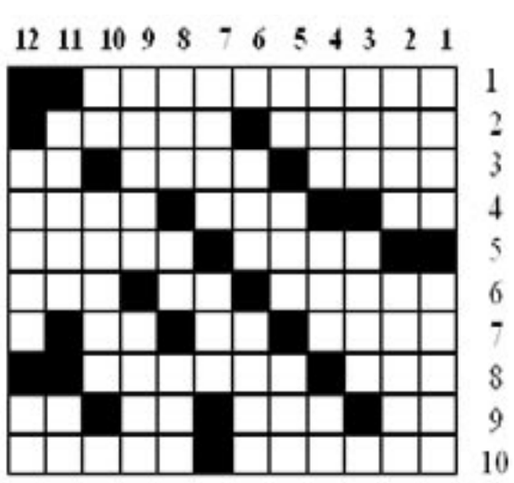
– أثنان راحا إلى البحر ... الأول صاد والثاني ضاد!

– جني أحول حاول يدخل في واحد .... دخل في جدار!

الكلمات المتقاطعة

إعداد / بسمة نصر
basmanasr@maktoob.com

الحلقة رقم 69



أفقياً:

1 – خامس رئيس للجمهورية العربية اليمنية (13 أكتوبر 1977م- 24 يونيو1978م).
2 – منطقة جنوبي صنعاء – بلد عربي.
3 – شهر سرياني – سليم/خيرٌ – شتم.
4 – عمر – رؤيا – قارة.
5 – فتيان – من آلات النفخ الموسيقية الشعبية.
6 – سعيد – سحب – وقتي.
7 – مخزي – ارتفاع البحر – هجوم.
8 – ابتعاد – منطقة غربي تعز.
9 – حرفان متشابهان – شكر – حرف موسيقي – ثغر.
10 – عاصمة محافظة يمنية – جزيرة يمنية.

رأسياً:

1 – قاعدة بناء – عالي الجودة.
2 – اشتياق – سامر.
3 – أزال – رفيق.
4 – بيت – مساحة فارقة – وداد.
5 – حرف توكيد – ساخن – فقد البصر.
6 – متين – أساس مرجع.
7 – صبي مملوك –حمل.
8 – ابن الأسد – قلوي – حك.
9 – غير محايد – سخي.
10 – للمناداة – نقيل بين تعز وصنعاء.
11 – سهو – حرف موسيقي.
12– عاصمة أوروبية – حرف جر.

(الحل غداً)

حل العدد 68