الطب والحياة

الحمى الوردية (Roseola)

إن الحمـى الوردية هي عدوى فيروسـية تصيب الأطفال. وتكون أكثر انتشـارا من سن 6 أشـهر وحتى سن سنتين.. ويسببها نوع من الفيروسات يسمى Human Herpes V-rus.

فترة الحضانة:
وهي الفتـرة ما بين الإصابـة بالفيروس وظهـور أعراض المرض، وتتراوح بين 7 – 10 أيام بعد الإصابة بالفيروس المسبب للمرض.

طريقة العدوى:
تتم العدوى عن طريق الـرذاذ المتطاير من أنف وفم الطفل المصاب.

الأعراض:
يبدأ المرض بحدوث ارتفاع مفاجئ في درجة الحرارة لتصل سريعًا إلى 39.5 – 40 درجة مئوية، وتظل الحرارة مرتفعة لمدة من 3 – 4 أيام دون ظهور أي سـبب واضح لهذه الحرارة، ثم تعود الحـرارة إلى معدلها الطبيعي مـع ظهور الطفح الجلدي في نفس الوقت.

الطفح الجلدي:
يتميز بأنه وردي اللون، ويبدأ في الظهور في اليوم الرابع مع انخفاض الحرارة إلى معدلها الطبيعي، ويبدأ في منطقة الصدر ثم ينتشر سريعًا ليشمل الأطراف والرقبة والوجه. ويكون غالبا أقل كثيرا في الوجه. ثم يختفي سريعًا خلال 24 ساعة. لذلك يعتبر ظهور الطفح الجلدي علامة جيدة، حيث إنه يشير إلى أن كل الأعراض ستنتهي تمامًا خلال 24 ساعة فقط.
ويعتبر أهم ما يسـاعد في تشـخيص الحمـى الوردية هو ظهور الطفح الجلدي في نفس توقيـت انخفاض الحرارة إلى المعدل الطبيعي.

أعراض أخرى:
مثل: فقدان الشهية – تضخم في الغدد الليمفاوية بالرقبة.

المضاعفات:
نظرا لأن بداية المرض تكون بارتفاع شديد ومفاجئ في درجة الحرارة، لذا يكون الطفل عرضة لحدوث تشنجات حرارية، وقد وجد أن نسبة التشنجات الحرارية التي تحدث مع الحمى الوردية تبلغ 10 – 15%.

العلاج:
يكون علاج الحمى الوردية فقط باستخدام مخفضات الحرارة مع القيام بعمل كمادات باردة للطفل، ولا تسـتخدم المضادات الحيوية في العلاج، حيث إن سبب المرض فيروس وليس بكتيريا فلا دور للمضادات الحيوية، ويجـب الانتباه إلى إعطاء الطفل المزيد من السوائل.

عنصر الحديد (Iron).. وأهميته

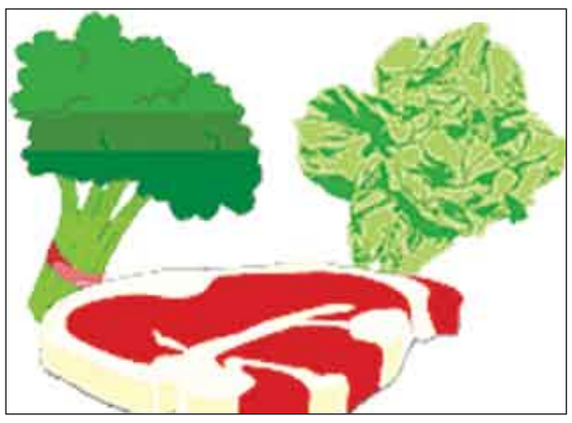
عنصر الحديد هو أحد املاح المعادن، ويحتوي جسم الإنسان البالغ على 5 جم حديد يتركز 60٪ منها في الدم (الخلايا الحمراء) وفي الكبد و الطحال و الكلى و نخاع العظام و العضلات ، في حين يحتوي جسم الوليد حديث الولادة قرابة نصف جرام.

وظائف الحديد

- يدخل في تركيب خضاب الدم (الهيموجلوبين hemoglobin) الذي يكوّن كرات الدم الحمراء التي تقوم بنقل الاكسجين من الرئتين إلى خلايا الجسم ، لإتمام عملية الأكسدة ، وينقل ثاني اكسيد الكربون من الخلايا إلى الرئتين ، ليتم اخراجه اثناء عملية الزفير.
- يدخل في تركيب الإنزيمات المسئولة عن أكسدة المواد الكربوهيدراتية و الدهنية و البروتينية
- يدخل في تركيب ميوجلوبين العضلات Myoglobin المسئول عن تخزين الاوكسجين لاستخدامه في انقباض العضلات.
- يتم امتصاص عنصر الحديد في الجزء العلوي من الأمعاء الدقيقة ، على هيئة مركبات حديدوز ، وذلك بمساعدة العصارة المعدية وفيتامين ج ، ويقل الامتصاص عند وجود مواد قلوية ، مثل املاح الاوكسلات وحامض التانيك الموجود في الشاي و القهوة ، ويخزن الحديد في الكبد والطحال ونخاع العظم لحين حاجة الجسم إليه.
- يقوي جهاز المناعة ويرفع قدرة الجسم على مقاومة الامراض.

امتصاص الحديد

يجب وجـود كمية كافية من حمض الهيدروكلوريك H-drochloric Acid في المعدة حتى يتسنى إمتصاص الحديد , و يحتاج الأمر أيضاً إلى وجود عناصر النحاس و فيتامين أ و فيتامين ب المركب لضمان الh متصاص الكامل للحديد , و تناول فيتامين ج (سي) يمكن أن يزيد إمتصاص الحديد بمعدل 30٪ و من ناحية أخرى فإن الكميات الزائدة من الزنك و فيتامين هاء تعوق إمتصاص الحديد.



مصادر الحديد

اللحوم ، الاكباد (كبد الحيوان) ، الكلى ، صفار البيض ، المشمش ، التفاح ، السبانخ ، البقدونس ، الكرفس ، الخس ، الخرشوف ، نخالة الذرة ، طحين البطاطا ، دبس السكر ، بذر القرع ، السمسم ، نخالة الحبوب المختلفة ، القمح ، عشبة القمح ، بذر دوار الشمس ، السمك ، الشعير ، قلب الحيوان ، المشمش المجفف ، الدراق المجفف ، بيض البط ، اللوز ، لحم الغزال ، الارضي شوكي ، الحمص ، البصل ، الموز ، البندورة (الطماطم) ، البلح ، التين ، الخوخ ، الزبيب ، العسل الاسود ، خميرة البيرة ، فول الصويا.

نقص الحديد

يؤدي نقص الحديد إلى الإصابة بـ فقر الـدم بعوز الحديد Iron deficiency Anemia و جفاف الجلد ويكون لون الجلد شاحباً و الاضـطرابـات الهضمية من الاعـراض الاخـرى نذكر الخمول ، التعب، ضيق النفس ، خفقان سريع للقلب ، الحكة ، هشاشة و تفلطح الاظافر ، التهاب و تشققات مؤلمة في زوايـا الفم ، تـورم و حرقان في اللسان ، جفاف الفم و الحلق ، صعوبة البلع ، جفاف و هشاشة و تساقط الشعر وعند الاطفال يسبب التعب الدائم ، فقدان الشهية ، تأخر النمو العقلي و زيادة خطر الاصابة بالامراض.

الإفراط في الحديد

- يؤدي الإفراط في تناول الحديد إلى تراكم الحديد في الأنسجة و الأعضاء مما يسبب انتاج شقوق حرة Free Radicals.
- تلف القلب ، الكبد ، الغدد التناسلية وأعضاء أخرى.
- تلف البنكرياس و من ثم مرض السكري الـذي يسمى بـ السكري البرونزي Bronze Di-betes.
- فرط التلون Hemochrom-tosis و هو إضطراب وراثي يتعلق بأيض الحديد و يسبب إصطباغ الجلد بلون برونزي.
- الحديد ضار للأشخاص الذي تم نقل الدم لهم حديثاً أو لمن يعانون من اختلال في بعض الجينات، وعند تناوله بصورة تكميلية على نحو مفرط للمرأة الحامل يسبب التسمم .
- زيادة خطر الاصابة بسرطان الحلق والـمـعـدة. لكن الخطر يتقلص مـع زيـادة مستويات الزنك .

الكمية الضرورية من الحديد في اليوم (للذكور) :
4 – 12 شهر 8.5 ملغ.
1 – 3 سنوات 5 ملغ.
4 – 6 سنوات 5.5 ملغ.
7 – 10 سنوات 9.5 ملغ.
11 – 14 سنة 15 ملغ.
15 – 18 سنة 9 ملغ.

الكمية الضرروية من الحديد في اليوم (للاناث):
4 – 12 شهر 8.5 ملغ.
1 – 3 سنوات 5 ملغ.
4 – 6 سنوات 5.5 ملغ.
7 – 10 سنوات 9.5 ملغ.
11 – 14 سنة 16 ملغ.
15 – 18 سنة 12.5 ملغ.

استشارات صحية

منـذ حوالى 5 أشـهر وأنا أشـعر بقلة مستوى السـمع عندي ولا أشم أي رائحة إن كانت كريهة أو جميلة.. ماذا أفعل وهل هناك علاج؟؟

الاضطرابات السمعية.. المقياس فيصل السبب

بداية عزيزي السائل لابد أن تعلم أن شكواك قد يكون لها أكثر من سـبب، وعليك أن تبحث في ذلك لمعرفة العلاج المناسب، فلا يوجد ارتباط بين الشكويين إلا إذا كنت مصابا بالتهاب في أعصاب الجسم، والذي يعتبر مرض السكر أحد أهم أسبابه.. إذن فلابد من التأكد أولا إن كنت مصابا بمرض السكر أم لا؟أما ضعف السمع فقد يكون طبيعيا بسبب تقدم السن، ولكن لابد أن نتأكد من عدم وجود أسباب أخرى مثل زيادة في إفرازات الأذن، كذلك في حالة وجود «وَش» مع ضعف السمع فهذا قد يشير إلى وجود تكلس في عظمة الركاب وذلك يسـتدعي عمل قياس سمع للفصل في الأمر إن كان نقص السـمع من التهاب في العصب أم لوجود تكلس أم تقدم السن هو السبب.

أما بالنسبة للأنف.. فيجب أن نتأكد ما إذا كنت تعرضت لحادث أثر على قاع الجمجمة وتحديدا على عصب الشم، أو كما ذكرنا هو فقط مجرد التهاب الأعصاب الذي يسببه مرض السكري.

عزيزي كل مـا عليك عمله الآن هو تحليل سـكر صائم ومفطر للتأكد من عدم إصابتك بمرض السكري، وكذلك التأكد من عدم وجود إفرازات زائدة في الأذن من خلال مراجعة أخصائي الأنف والأذن والحنجرة.

الجديد في الطب

القلق والاكتئاب يرتبطان بمخاطر الإصابة بأمراض القلب

نيويورك /14أكتوبر/ رويترز

يشير بحث جديد الـى ان القلق والاكتئاب يعدان من عوامل مخاطر الاصابـة بـحـالات رئيسية ترتبط بـامـراض الـقـلـب بـيـن المرضى المصابين بمرض الشرايين التاجية المستقرة.

وقالت المشرفة على الدراسة الدكتورة نانسي فـراشـور سميث من جامعة مونتريال لنشرة رويترز هيلث «وجدنا ان كلا من الاضطراب الاكتئابي الرئيسي واضطراب القلق العام اكثر شيوعا لدى مرضى القلب مقارنة بالمجتمع بشكل عام. والاكثر اهمية ان كلا منهما نبأ بزيادة مخاطر الاصابة بامراض رئيسية بالقلب بواقع الضعف خلال عامين».

وأضافت ان دراستها اختلفت عن بحث سابق ركزت فيه على امراض القلب المستقرة وليس على اولئك الذين عولجوا من حالات قلبية مثل الازمة القلبية.

وكما نشر في دورية «سجلات الدراسات النفسية العامة» «Archives of General Psychiatry " هذا الشهر بحثت فراشور سميث والدكتور فرانسوا ليسبيرانس وهو ايضا من جامعة مونتريال الدلالات المنذرة للاكتئاب والقلق لدى 804 مرضى بامراض مستقرة بالقلب جرى تتبعهم على مدار عامين.

وبشكل اجمالي ظهر على 27 في المئة من المرضى دلائل على اكتئاب في اختبار معياري وظهر على 41 في المئة دلائل على القلق.

وشخص الاضطراب الاكتئابى الرئيسي لدى حوالي 7 في المئة من المرضى بينما شخص نحو 5 في المئة باضطراب القلق العام.

ويعمل كل من الاضطراب الاكتئابي الرئيسي واضطراب القلق العام وكذلك النتائج العالية في اختبارات الاكتئاب والقلق على زيادة مخاطر حالات الانسداد الكبيرة بالشرايين التاجية. ومن بين ذلك الاضطراب الاكتئابى الرئيسي كان اكبر عامل حيث يزيد المخاطر بواقع 2.85 مرة. ولم يلاحظ وجود اثر اضافي فمرضى الاضطراب الاكتئابي الرئيسي واضطراب القلق العام في ان واحد لديهم تقريبا نفس المخاطر الاصابة بحالة انسداد بالشريان التاجي مثل المريض الذي يعاني من واحد فقط منهما.

وقالت فراشور سميث "نعلم الأن ان كلا من الاضطراب الاكتئابي الرئيسي واضطراب القلق العام مؤشر على زيادة مخاطر امراض القلب وهذا يستلزم حصول هؤلاء المرضى على افضل علاج مثبت لكل من حالاتهم القلبية والنفسية".

واضافت "هناك ما يبرر القيام بجهود اضافية لمساعدتهم في تغيير عوامل مخاطر الاصابة بأمراض بالقلب وكفالة خضوعهم للعلاج وتحسين تفاعلهم العاطفي والاجتماعي".

دراسة: علاج لالتهاب المفاصل قد يخفف من الاختلال العقلي

نيويورك /14أكتوبر/ رويترز

وصف باحثون امريكيون في تقرير جديد مـدى التحسن الـذي طـرأ على وظائف مخ شخص مصاب بالزايمر وذلـك بعد دقائق من حقن عموده الفقري بعقار انربيل الـذي يعالج التهاب المفاصل والمعروف ايضا باسم ايتانرسبت.

وكان المريض قبل العلاج قلقا ولم يستطع وصـف حالته. وبعض عشر دقائق من الحقن هدأ وكان اكثر انتباها وتمكن من شرح حالته بشكل صحيح.

ولاحظ الباحثون تحسنات اخرى على المريض في وظائف المخ والذاكرة وغيرها من المعايير الخاصة بالادراك بعد ساعتين.

ووصف الحالة كل من الدكتور ادوارد توبينيك من جامعة كاليفورنيا في لوس انجليس والدكتور هيمان جروس من جامعة ثاوزرن كاليفونيا في لوس انجليس في دورية التهاب الاعصاب.

وتوافقت الملاحظات مع دراسة اخرى اجريت في عام 2006 تم فيها حقن المريض بالعقار المذكور اسبوعيا ولمدة ستة اشهر مما أدى لتحسنات جوهرية في الوظائف الذهنية لمجموعة من المرضى يعانون من الزايمر.

وفي هذه الدراسة التمهيدية دعا البروتوكول الذي وافقت عليه هيئة المراجعة الى اجراء اختبارات ادراكية شهرية. ولكن الباحثين لاحظوا ان الادراك يبدو فى الغالب يتحسن بعد دقائق من حقن المريض بالعقار الامر الذي دفعهم لدارستهم الحالية.

ومتوافقا مع ملاحظاتهم السابقة ادى ايتانرسبت لتحسن سريع في الادراك.

وأوضحت الدراسات ان بروتينا مرتبطا بالالتهاب معروف باسم تى ان اف-الفا له علاقة بتطور الزايمر. وخلص الباحثون الى ان ايتانرسبت يعيق هذا البروتين.

وقال الباحثون ان دراسات اخرى كانت تبحث عن تأثيرات تى ان اف-ألفا على اعراض الاختلال العقلي اكدت أيضا ما توصل اليه البحث الاخير.

لماذا يتآخر الأطفال في الكلام ؟

ينصح الباحثون الآبـاء الذين لديهم أطفال يعانون مشكلات في الكلام أو في تأخر النطق أن يلجأوا إلى الأطباء لمحاولة معرفة السبب، ويقول الباحثون إنه في حالة عدم نطق الطفل البالغ من العمر عاما واحدا، أو إذا كانت كلماته غير واضحة بشكل كبير مقارنة بأقرانه في الفئة العمرية ذاتها؛ فإنه من الواجب على آبائهم البحث عن المشورة الطبية.

ويقول د.نولان التمان، الذي قاد فريقا من الباحثين أجروا دراسة علمية حديثة حول هذا الموضوع: إن الأطفال الذين لديهم ميل لتأخر الكلام يستخدمون الجزء الأيمن من الدماغ في السماع، في حين أن مهارات اللغة ترتبط في الأصل بالجزء الأيسر منه.

وقد أجرى الباحثون في هذه الدراسة التي أجروها على الأطفال فحوصات معقدة باستخدام الرنين المغناطيسي لمقارنة أدمغة الأطفال مع مشكلات الكلام.

وقد تم تسجيل نتائج هذه الفحوصات، بينما كان يستمع الأطفال الذين يصل متوسط أعمارهم إلى أربع سنوات ونصف إلى أشرطة صوتية لأمهاتهم.

ووجد الباحثون أيضاً أن الأطفال الذين يعانون تأخر الكلام يعانون أيضاً انخفاض نشاط الدماغ الكلي.

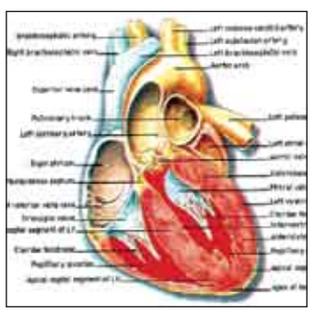
ويقترح الباحثون أن هذه النتائج تشير إلى أن اللغة تثير هؤلاء الأطفال أقل من المعدل الطبيعي.

وعادة ما يتفوه الأطفال بأول كلماتهم مع أول يوم عيد لميلادهم وتتطور بعد ذلك إلى جمل بسيطة عند بلوغ ما بين 30 شهرا إلى 36 شهرا.

ويقول د. التمان: (نحاول إيجاد طرق لفحص سبب تأخر الكلام واللغة في سن مبكرة حتى نتمكن من تحديد العلاج ومتابعة الحالة مبكرا).

وتقول التقديرات إن 2 ٪ من الأطفال يعانون حالة ربما تسبب تأخر الكلام وهو ما يمكن أن يتضمن حالات عجز عاطفي وسلوكي علاوة على تعقيدات في الولادة والشفاه أو سقف الحلق المشقوق وعجز في النمو وفقدان السمع.

نقص فيتامين «د» يزيد من مخاطر الإصابة بامراض القلب والجلطات



واشنطن/ 14 اكتوبر / (رويترز) – أشـارت نتائج دراسـة نشرت الاثنين الماضي توحي بأن فيتامين (د) ربما يقي من امراض تصيب الاوعية الدموية بالقلب وان الذين لديهم نقص في مستويات هذا الفيتامين ربما يواجهون مخاطر أكبر للاصابة بأزمات قلبية وقصور في القلب وجلطات.

ووجد الباحثون ان هذه المخاطر الزائدة كانت اكبر بشكل خاص بين المصابين بارتفاع ضغط الدم.

ويساعد فيتامين (د) الجسم على امتصاص الكالسيوم ويعتبر مهما لصحة العظام لكن عددا من الدراسات اشارت الى انه ربما يوفر عددا من الفوائد الاخرى. فيمكن ان يؤدي نقص فيتامين «د» لدى البالغين الى هشاشة العظام وقد يؤدي الى الكساح لدى الاطفال.

وتتبع باحثون باشراف الدكتور توماس وانج من كلية طب هارفارد في بوسطن 1739 شخصا يبلغ متوسط اعمارهم 59 عاما على مدار خمس سنوات واخذوا عينات دم لقياس مستويات فيتامين «د».

وهؤلاء الذين لديهم انخفاض في مستويات فيتامين «د» كان لديهم احتمالات اكبر بنسبة 60 في المئة للاصابة بأمراض بالاوعية الدموية للقلب مثل الازمات القلبية وقصور القلب أو الجلطات مقارنة بهؤلاء الذين لديهم مستويات اكبر حتى مع الاخذ في الاعتبار عوامل مخاطر معروفة لامراض الاوعية الدموية للقلب مثل البول السكري وارتفاع مستويات الكوليسترول وارتفاع ضغط الدم.

ونشرت هذه النتائج في دورية «الدورة الدموية» «CIRCULATION" التي تصدرها رابطة القلب الامريكية.

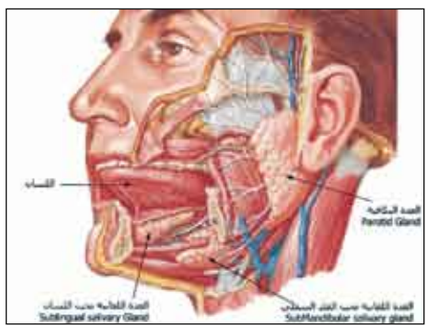
ووصف وانج هذه النتائج بأنها لافتة للانتباه لكنه قال انه من السابق لاوانه القول ان تناول مكملات فيتامين "د" سيقلل من مخاطر اصابة الفرد بأمراض بالقلب او الجلطة ومن المبكر التوصية بأن يأخذ الاشخاص مثل هذه المكملات لهذا الغرض.

ويصنع الجسم فيتامين "د" عندما يتعرض الجلد لضوء الشمس. وليست هناك اغذية كثيرة غنية بهذا الفيتامين. ويوجد في الاسماك الدهنية مثل السلمون. ويوجد بكثر في الالبان بصفة عامة.

ويقول الخبرآء ان التعرض ما بين 10 الى 15 دقيقية لضوء الشمس ثلاث مرات اسبوعيا يكفي لامداد الجسم بالمستويات اللازمة من فيتامين "د".

وظيفة اللعاب

إن وظيفة اللعاب تمثـل أهمية كبيرة جدا في العناية بالفم والأسنان، وهذه الوظيفة تدل على عظمة الخالق في أن يبين لنا دقة الصنع والأداء



تتمثل وظائف اللعاب في :-

- الترطيب: إن اللعاب يبقي مخاطية الفم والبلعوم رطبة وهذا مهم لصحة الفم، فلولا ذلك لحدث جفاف وتقشر في المخاطية، مما يؤدي إلى غزو الجراثيم.
- التليين للمضغ والبلع: يعمل اللعاب على تليين الطعام وتطريته، فيسهل ذلك في فعل المضغ وحركات اللسان، وكذلك في تشكيل اللقمة الطعامية الطرية ليسهل انزلاقها في المريء.
- التليين للكلام: فترطيب الفم وتطريته أساسي للكلام، لأن الحركات المشتركة للسان والشفتين لإنتاج الأصوات يتطلب ذلك، فلولاه لما حصل كلام واضح، فالكلام الطويل أيضا يحتاج إلى رشفات متكررة من الماء بسبب التبخر الكبير للعاب إثناء الكلام.
- التمديد والتبريد والتسخين: إن اللعاب يسيل بغزارة كبيرة عند تناول المحاليل وبخاصة الحامضة، فيعدل من حموضتها ويمنع فعلها المؤذي، كما انه يسخن الطعام البارد ويبرد الطعام الساخن.
- يقوم بإمداد السن ببعض المعادن لتغذيته قبل بزوغه.
- يحتوي اللعاب على الكالسيوم والفوسفات اللذين يعملان على منع انحلال السن.
- تتشكل طبقة من البروتينات السكرية اللعابية التي تقلل من اثر احتكاك الأسنان.

ملاحظة : الإحساس بإفراز اللعاب الكثير هو إحساس طبيعي وصحي ولا يدعو للقلق.

هل يسبب ابتلاع العلكة مشاكل معوية للأطفال؟

كلّ شخص منا تقريبا سمع كلمات التنبيه من والدته عندما كان صغيرا بضرورة عدم ابتلاع العلكة وإلا فإنه سيصاب بتلبك معوي. ولكننا مع ذلك ابتلعنا قطعة علك في وقت ما، ولم يحدث التلبك المعوي المزعوم، مع أننا توجسنا ريبة من أن يحدث في وقت لاحق وعندها ستمنعنا الوالدة من تناول العلك مدى الحياة. فما هي حقيقة بلع العلكة والإصابة بالتلبك المعوي/!

تصنع العلكة من مـادة العلكة نفسها المسمى (راتنج العلكة)، بالإضافة إلى مواد حافظة، ونكهات، ومحلّيات أخرى. وبالفعل لا يستطيع الجسم الإنسـانـي هضم راتنج العلكة. لكن لا داع للقلق، لأن العلكة التي نبلعها لا تبقى في المعدة أو تسبّب مشاكل معوية خطيرة لأن أجسامنا تحرّك أكثر المواد التي لا يمكن هضمها (مثل العلك) خلال النظام الهضمي وخارج أجسامنا عن طريق حركة الأمعاء.

وبالرغم من أننا لا نستطيع هضم الراتنج إلا أننا نهضم المواد المضافة إلى العلكة، مثل المحلّيات أو الأدوية (مثل علكة النيكوتين التي يستعملها الأشخاص الذين يحاولون التخلص من عادة التدخين). حيث يمتصّ الجسم هـذه الـمـواد خـلال عملية المضغ فقط.

مع ذلك، وفي حالات نادرة يمكن أن يسبب ابتلاع كتلة كبيرة من العلكة أو العديد من قطع العلك الصغيرة خلال فترة زمنية قصيرة انسداد المنطقة الهضمية، هـذا وتحدث العوائق في النظام الهضمي على الأغلب عندما يتم ابتلاع العلكة مع أشياء أخرى عسرة الهضم (مثل بذور عبّاد الشمس). وهنا تكمن المشكلة الحقيقة التي تستدعي الاهتمام الطبي.

مـن جهة أخـرى يمكن أن تؤثر العلكة على صحتنا بطريقة مختلفة: عندما نمضغ الكثير من العلكة التي تحتوي على السكّريات والمحليات، فأن هذه السعرات الحرارية تتجمع وتسبب زيادة الوزن، وكذلك زيادة نسبة السكر في الدم.

فول الصويا قد يساعد على منع زيادة الدهون عند البطن بعد انقطاع الطمث

نيويورك /14أكتوبر/ رويترز

تشير ابحاث مبدئية الى ان تناول فـول الصويا بصفة يومية ربما يساعد النساء بعد انقطاع الطمث على تفادي زيادة الوزن عند منطقة البطن .

وفي دراسـة شملت 18 امـراة في فترة ما بعد انقطاع الطمث وجد الباحثون ان النساء اللائي شربن مشروبا مصنوعا من الصويا يوميا لمدة ثلاثة اشهر كان حجم الدهون التي زادت لديهن عند منطقة البطن اقل من النساء اللائي تناولن مشروبا مصنوعا من اللبن.

ويحتوي الصويا على عناصر تسمى ايسوفلافون تشبه فـي تركيبها الاستروجين وتميل لان تكون اجهزة استقبال للاستروجين في الانسجة الدهنية. ومن ثم فنظريا يمكن ان تساعد مادة الايسوفلافون الموجودة في فول الصويا على تنظيم التمثيل الغذائي للدهون في الجسم.

وقـال باحثون برئاسة الدكتورة سينثيا كيه.سايتس مـن جامعة الاباما في بيرمنجهام ان هذه النتائج الجديدة هي اول نتائج على ما يبدو تثبت ان بروتين الصويا ربما يؤثر على توزيع الدهون عند البطن .