



ما هي أنواع الصداع الشائعة؟

أما صداع داء الشقيقة فمختلف لأنه يتضمن أجزاء أخرى من الجسم بالإضافة إلى الدماغ. ويؤثر على 28 مليون من الأمريكيين، ويسبب ألم جادا عادة في واحد أو كلا الجانبين من الرأس ويمكن أن يكون مصحوب بالغثان والقيء، والحساسية الخفيفة، وتشوش الرؤية، والدوخة، والحمى. الصداع المتكرر، حالة شائعة من الشقيقة، ويمكن أن تحدث أكثر من ثلاثة مرات في الأسبوع. صداع الجيوب، يمتاز بالألم ثابت عادة وشعور بأن مكان الجيوب أصبح أكثر رقة، كما يمتاز بوجع ممل وعميق يصبح أسوأ مع الحركة أو الإجهاد. وهو صداع شائع جدا، حيث يعاني من 4 من أصل 10 أشخاص. وهو بحاجة لتشخيص الطبيب.

الدومية في التسيج المحيط بالرأس بالتوسع أو الانتفاخ، مما يسبب الشعور بنض الألم في الرأس. بينما يعتبر الصداع السام، والعنقودي أقل شيوعا بكثير من أمراض الشقيقة، أكثر أنواع الصداع الوعائي شيوعا. يصيب الصداع العنقودي عادة عدة مرات ويتكرر أسابيع أو شهور. ويعتبر الصداع العنقودي أكثر شيوعا بين الرجال ويمكن أن يكون مؤلما جدا. يأتي الصداع السام عادة من الحمى أو الحصبية أو الكاف، أو ذات الرئة أو التهاب اللوزتين. ويمكن أن يسبب هذا النوع من الصداع أيضا المواد الكيماوية السامة، بضمن ذلك الرصاص، ومبيدات الحشرات، والمواد الكيماوية، والكحول وبعض المنظفات المنزلية.

كل شخص تقريبا يصاب بنوع من أنواع الصداع خلال حياته، لكن ليس كل شخص يصاب بنفس النوع. بعض الصداع المزعج معتدل ويوزل بمسكنات الألم والراحة بدون وصفة طبية. وبعضها الآخر مثل الشقيقة، يمكن أن يعيق حياة المريض. ويعاني حوالي 20 مليون أمريكي من الصداع سنويا. التوتر، داء شقيقة، الصداع العنقودي، وصداع الجيوب كلها أنواع من الصداع. أما أكثرها شيوعا فهو صداع التوتر، الذي يحدث عادة من الإجهاد، ويسبب الضيق حول رأسك. ويمكن لهذا الصداع أن يزول عادة بالراحة والأدوية بدون وصفة طبية. داء الشقيقة، والصداع العنقودي من أنواع الصداع الوعائي، من المعروف أن العمل يزيد من ألم الصداع في حالة الصداع الوعائي. حيث تصاب الأوعية



الطب والحياة

نزلات البرد والإنفلونزا.. الوقاية تقلل من الإصابات

نزلات البرد والإنفلونزا.. معالجة دوائية ومنزلية

تناول العسل. كما يُؤكّدون على جدوى ترطيب الأنف وتخفيف الاحتقان فيه، بتقطير الأنف بسائل مُعقم للملح والماء -s line nasal drops. والمضادات الحيوية المعروفة، لا محل لها في معالجة حالات نزلات البرد أو الإنفلونزا الفيروسية. والسبب أن المضادات الحيوية موجهة للقضاء على البكتيريا، وليس الفيروسات. وللتغلب على أعراض مثل ارتفاع حرارة الجسم، أو ألم الحلق، أو الصداع، قد يكون من المفيد تناول أحد الأدوية المحتوية على مادة «باراسيتامول» أو مادة «أسيتامينوفين»، مثل «بانادول» أو «تالينول»، بالمشتقات الدوائية المتوفرة في الصيدليات لأي منها. إلا أنه يجب تذكر أن هذه النوعية من الأدوية، بالرغم من إفراط البعض في تناولها، ضارة على الكبد، خاصة لمن لديهم التهابات فيروسية مزمنة في الكبد أو المُمرطين في تناول المشروبات الكحولية أو لديهم أسباب أخرى لضغط الكبد. وقد يكون من المفيد أيضا، إن كانت حالة الشخص الصحية تسمح، تناول أحد أنواع الأدوية المضادة للالتهابات من النوعية غير الستيرويدية، مثل «بروفين» أو «فولتارين» أو غيرها. وتخفيف الاحتقان في الأنف والحلق، قد يلجأ الطبيب إلى وصف تناول أحد الأدوية

المضادة للاحتقان، أو قطرات أو بخاخ في الأنف. ولكن يجب عدم تناولها لمدة تزيد عن ثلاثة أيام، نظرا لاحتمال تسببها بعد تلك المدة في إصابة مدة التهاب الأغشية الأنفية أو الحلقية. وبالرغم من الاعتقاد السائد بأن ثمة مكانا لأحد أنواع «شرب الكحة» في معالجة نزلات البرد أو الإنفلونزا، فإن الإفراط في تناولها، فإن نصيحة مثل ارتفاع الحرارة الجسم، أو ألم الحلق، أو الصداع، قد يكون من المفيد تناول أحد الأدوية المحتوية على مادة «باراسيتامول» أو مادة «أسيتامينوفين»، مثل «بانادول» أو «تالينول»، بالمشتقات الدوائية المتوفرة في الصيدليات لأي منها. إلا أنه يجب تذكر أن هذه النوعية من الأدوية، بالرغم من إفراط البعض في تناولها، ضارة على الكبد، خاصة لمن لديهم التهابات فيروسية مزمنة في الكبد أو المُمرطين في تناول المشروبات الكحولية أو لديهم أسباب أخرى لضغط الكبد. وقد يكون من المفيد أيضا، إن كانت حالة الشخص الصحية تسمح، تناول أحد أنواع الأدوية المضادة للالتهابات من النوعية غير الستيرويدية، مثل «بروفين» أو «فولتارين» أو غيرها. وتخفيف الاحتقان في الأنف والحلق، قد يلجأ الطبيب إلى وصف تناول أحد الأدوية



إلى ثلاثة أسابيع. وهنا من المهم مراجعة الطبيب للتأكد من الأمر. وهناك من الأطباء ينصح المصابين بالإنفلونزا

أو نزلات البرد، من النوعية التي يُباع في المتاجر أو الصيدليات، دونما الحاجة إلى وصفة طبية. وذكرت الكلية في إرشاداتها

2-2 نزلات البرد والإنفلونزا.. الوقاية تقلل من الإصابات

بالذات، البدء المبكر بتناول عقار «تاميفلو» Tamiflu، كأحد مضادات الفيروسات. ولكن «تاميفلو» له آثاره الجانبية الهائلة أو لوح مفاتيح الكمبيوتر والحمامات وغيرها - استخدام المناديل الورقية. وعلى المرء أن يتعود على عدم العطس أو السعال إلا باستخدام المناديل الورقية لتغطية الفم والأنف. وضرورة التخلص المباشر من تلك المناديل الورقية. ومن المهم أيضا تعليم الصغار والكبار، على عدم استخدام اليد لتغطية الفم أو الأنف عند السعال أو العطس - عدم مشاركة الغير في استخدام الأشياء. وتحديدا، فإن الحديث موجه نحو تجنب استخدام كؤوس الماء أو الملاعق أو الأطباق أو غيرها مما استخدمه الغير - الاهتمام بصحة الأكل والنوم. وذلك بتناول الأطعمة الصحية وأخذ الكافية من النوم الليلي اليومي، لأنها أحد وسائل رفع مستوى مناعة الجسم.

بالذات، البدء المبكر بتناول عقار «تاميفلو» Tamiflu، كأحد مضادات الفيروسات. ولكن «تاميفلو» له آثاره الجانبية الهائلة أو لوح مفاتيح الكمبيوتر والحمامات وغيرها - استخدام المناديل الورقية. وعلى المرء أن يتعود على عدم العطس أو السعال إلا باستخدام المناديل الورقية لتغطية الفم أو الأنف عند السعال أو العطس - عدم مشاركة الغير في استخدام الأشياء. وتحديدا، فإن الحديث موجه نحو تجنب استخدام كؤوس الماء أو الملاعق أو الأطباق أو غيرها مما استخدمه الغير - الاهتمام بصحة الأكل والنوم. وذلك بتناول الأطعمة الصحية وأخذ الكافية من النوم الليلي اليومي، لأنها أحد وسائل رفع مستوى مناعة الجسم.

عناصر للوقاية من نزلات البرد والإنفلونزا

في ما عدا أخذ اللقاح الخاص بالإنفلونزا، سنويا، فإن عناصر الوقاية من نزلات البرد تتشابه مع تلك التي للوقاية من الإنفلونزا، وهي ما تشمل: - غسل اليدين. وبالرغم من استسهال البعض له، وتقليلهم من شأن أهميته، فإن تكرار غسل اليدين جيدا بالماء والصابون، وفرقهما بعضهما ببعض، لمدة لا تقل عن 15 ثانية، يظل هو أفضل وسيلة يمكن للمرء أن يقي نفسه من الإصابة بنزلات البرد أو الإنفلونزا. ولا يُؤازر غسل اليدين، بتلك الصفة، في الفائدة إلا فرقهما بسائل يحتوي على الكحول بنسبة لا تقل عن 60%.



إلى ثلاثة أسابيع. وهنا من المهم مراجعة الطبيب للتأكد من الأمر. وهناك من الأطباء ينصح المصابين بالإنفلونزا

أو نزلات البرد، من النوعية التي يُباع في المتاجر أو الصيدليات، دونما الحاجة إلى وصفة طبية. وذكرت الكلية في إرشاداتها

ما هي مشكلة الكلام أثناء النوم؟



الكلام أثناء النوم أحد أنواع اضطرابات النوم يتصمّن النطق الواضح أثناء النوم بدون معرفة الشخص النائم، هل تعرف شخصا يتحدث أثناء نومه؟ تعالي معنا لتعرف على المزيد من المعلومات حول الأعراض والأسباب وكيفية معالجة الكلام أثناء النوم. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم.

الكلام أثناء النوم أحد أنواع اضطرابات النوم يتصمّن النطق الواضح أثناء النوم بدون معرفة الشخص النائم، هل تعرف شخصا يتحدث أثناء نومه؟ تعالي معنا لتعرف على المزيد من المعلومات حول الأعراض والأسباب وكيفية معالجة الكلام أثناء النوم. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم.

الكلام أثناء النوم أحد أنواع اضطرابات النوم يتصمّن النطق الواضح أثناء النوم بدون معرفة الشخص النائم، هل تعرف شخصا يتحدث أثناء نومه؟ تعالي معنا لتعرف على المزيد من المعلومات حول الأعراض والأسباب وكيفية معالجة الكلام أثناء النوم.

الكلام أثناء النوم أحد أنواع اضطرابات النوم يتصمّن النطق الواضح أثناء النوم بدون معرفة الشخص النائم، هل تعرف شخصا يتحدث أثناء نومه؟ تعالي معنا لتعرف على المزيد من المعلومات حول الأعراض والأسباب وكيفية معالجة الكلام أثناء النوم.

الكلام أثناء النوم أحد أنواع اضطرابات النوم يتصمّن النطق الواضح أثناء النوم بدون معرفة الشخص النائم، هل تعرف شخصا يتحدث أثناء نومه؟ تعالي معنا لتعرف على المزيد من المعلومات حول الأعراض والأسباب وكيفية معالجة الكلام أثناء النوم.

الكلام أثناء النوم أحد أنواع اضطرابات النوم يتصمّن النطق الواضح أثناء النوم بدون معرفة الشخص النائم، هل تعرف شخصا يتحدث أثناء نومه؟ تعالي معنا لتعرف على المزيد من المعلومات حول الأعراض والأسباب وكيفية معالجة الكلام أثناء النوم.

الجديد في الطب

المجال المغناطيسي يسهل علاج العظام

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

أعلن علماء ألمانيون عن إمكانية استخدام المجال المغناطيسي في علاج كسور العظام، وذلك بتحفيز الدورة الدموية في نمو العظام. وأشار هانز أولريتش بايس وهو طبيب أمراض باطنية في بلدة نوتولن ورئيس قسم الطب المزموج بالمح، وذلك عدة مرات في اليوم، وكذلك على

استشارات صحية



الصداع العنقودي

وأعاني نوبات من الصداع الشديد جداً منذ 4 سنوات. ويأتي الصداع مرة أو مرتين في السنة ويستمر لمدة شهر ويصحب بعض الأعراض كآلم العين.. أرجو الإفادة؟

من خلال وصفك الدقيق لنوبة الصداع وما يصحبها من أعراض، وتكرارها في أوقات محددة من السنة والعمر، أعتقد أن ما تعاني منه هو أحد أنواع الصداع يعرف بالصداع العنقودي، فهذا النوع من الصداع يصيب الرجال بشكل أساسي، وعادة ما تكون أول نوبة أثناء فترة المراهقة أو أوائل العشرينات من العمر. وتأتي نوبات الصداع على هيئة مجموعات من الصداع تحدث مرة أو مرتين في السنة وتستمر النوبة لعدة أسابيع أو عدة أشهر، وتعتبر دورية الصداع العنقودي من أهم علامات التشخيص، حيث إن دورات حدوث الصداع ومدة استمرار النوبة تقريبا ثابتة لا تتغير للشخص. وخلافا للصداع النصفي المعروف لا توجد مقدمات لحدوث نوبة الصداع، سواء بصرية أو عصبية. والصورة الثابتة للصداع العنقودي أن يأتي في نصف الرأس، إلا أنه قد يتغير من جهة إلى أخرى من الرأس عند حدوث نوبة جديدة. ويبدأ الصداع بصورة حادة ومفاجئة ويتزايد الألم ليصل إلى قمته خلال عشر أو خمس عشرة دقيقة. ويصعب الألم منطقة العين والصدغ، ويشعر به المريض خلف العين و فوق وأسفل العين. وتستمر النوبة حوالي خمس وأربعين دقيقة إلى الساعة، ويصف المريض هذا الألم بالقطع أو غير المحتمل. وكما ذكرت يأتي الصداع في فترات منتظمة وقد يحدث ذلك في يوم معين من الأسبوع لمدة عدة أسابيع. ثم يبدأ الألم ويبقى الأعراض بالاختفاء فجأة كما بدأت، لتعود الأعراض في اليوم التالي في نفس التوقيت وبف نفس الصورة. ولا يستجيب هذا الصداع لمسكنات الألم المعروفة كالتي ذكرتها في سؤالك، ويعود ذلك لتأثيرها وعملها البطيء، أما مضاد الألم الأستيرويدي (الأندوميثاسين)، فغالبا ما يحقق فعالية كبيرة. كما هناك عدة عقاقير أخرى تستخدم بصورة فعالة لتسكين النوبات، وأيضا هناك عقاقير تحظى بين النوبات للوقاية، وكلها توصف بعد تشخيص المرض من قبل طبيب المخ والأعصاب. لذا أنصح بزيارة الطبيب لتشخيص الحالة وعلاجها بالطريقة الصحيحة. وشهر مارس.

قلة البوتاسيوم ترتبط بارتفاع ضغط الدم

وفقا لبحث جديد، فإن الكمية قليلة من البوتاسيوم، قد تكون عاملا كبيرا للإصابة بارتفاع ضغط الدم. تماما كتناول كمية كبيرة من الصوديوم، خصوصا للأفارقة. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم. ففقدت الدراسة أجريت في تكساس على عينات بول 3,300 شخص، دعمت هذه النتائج دراسات سابقة حصلت على استنتاجات مماثلة حول البوتاسيوم وضغط الدم.

وفقا لبحث جديد، فإن الكمية قليلة من البوتاسيوم، قد تكون عاملا كبيرا للإصابة بارتفاع ضغط الدم. تماما كتناول كمية كبيرة من الصوديوم، خصوصا للأفارقة. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم. ففقدت الدراسة أجريت في تكساس على عينات بول 3,300 شخص، دعمت هذه النتائج دراسات سابقة حصلت على استنتاجات مماثلة حول البوتاسيوم وضغط الدم.

وفقا لبحث جديد، فإن الكمية قليلة من البوتاسيوم، قد تكون عاملا كبيرا للإصابة بارتفاع ضغط الدم. تماما كتناول كمية كبيرة من الصوديوم، خصوصا للأفارقة. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم. ففقدت الدراسة أجريت في تكساس على عينات بول 3,300 شخص، دعمت هذه النتائج دراسات سابقة حصلت على استنتاجات مماثلة حول البوتاسيوم وضغط الدم.

وفقا لبحث جديد، فإن الكمية قليلة من البوتاسيوم، قد تكون عاملا كبيرا للإصابة بارتفاع ضغط الدم. تماما كتناول كمية كبيرة من الصوديوم، خصوصا للأفارقة. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم. ففقدت الدراسة أجريت في تكساس على عينات بول 3,300 شخص، دعمت هذه النتائج دراسات سابقة حصلت على استنتاجات مماثلة حول البوتاسيوم وضغط الدم.

وفقا لبحث جديد، فإن الكمية قليلة من البوتاسيوم، قد تكون عاملا كبيرا للإصابة بارتفاع ضغط الدم. تماما كتناول كمية كبيرة من الصوديوم، خصوصا للأفارقة. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم. ففقدت الدراسة أجريت في تكساس على عينات بول 3,300 شخص، دعمت هذه النتائج دراسات سابقة حصلت على استنتاجات مماثلة حول البوتاسيوم وضغط الدم.

وفقا لبحث جديد، فإن الكمية قليلة من البوتاسيوم، قد تكون عاملا كبيرا للإصابة بارتفاع ضغط الدم. تماما كتناول كمية كبيرة من الصوديوم، خصوصا للأفارقة. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم. ففقدت الدراسة أجريت في تكساس على عينات بول 3,300 شخص، دعمت هذه النتائج دراسات سابقة حصلت على استنتاجات مماثلة حول البوتاسيوم وضغط الدم.

وفقا لبحث جديد، فإن الكمية قليلة من البوتاسيوم، قد تكون عاملا كبيرا للإصابة بارتفاع ضغط الدم. تماما كتناول كمية كبيرة من الصوديوم، خصوصا للأفارقة. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم. ففقدت الدراسة أجريت في تكساس على عينات بول 3,300 شخص، دعمت هذه النتائج دراسات سابقة حصلت على استنتاجات مماثلة حول البوتاسيوم وضغط الدم.

وفقا لبحث جديد، فإن الكمية قليلة من البوتاسيوم، قد تكون عاملا كبيرا للإصابة بارتفاع ضغط الدم. تماما كتناول كمية كبيرة من الصوديوم، خصوصا للأفارقة. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم. ففقدت الدراسة أجريت في تكساس على عينات بول 3,300 شخص، دعمت هذه النتائج دراسات سابقة حصلت على استنتاجات مماثلة حول البوتاسيوم وضغط الدم.

وفقا لبحث جديد، فإن الكمية قليلة من البوتاسيوم، قد تكون عاملا كبيرا للإصابة بارتفاع ضغط الدم. تماما كتناول كمية كبيرة من الصوديوم، خصوصا للأفارقة. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم. ففقدت الدراسة أجريت في تكساس على عينات بول 3,300 شخص، دعمت هذه النتائج دراسات سابقة حصلت على استنتاجات مماثلة حول البوتاسيوم وضغط الدم.

وفقا لبحث جديد، فإن الكمية قليلة من البوتاسيوم، قد تكون عاملا كبيرا للإصابة بارتفاع ضغط الدم. تماما كتناول كمية كبيرة من الصوديوم، خصوصا للأفارقة. كما حددت الدراسات الجين الذي قد يؤثر على تأثيرات البوتاسيوم على ضغط الدم. ففقدت الدراسة أجريت في تكساس على عينات بول 3,300 شخص، دعمت هذه النتائج دراسات سابقة حصلت على استنتاجات مماثلة حول البوتاسيوم وضغط الدم.

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

علاج مؤقت للمرض

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا

نجاح جراحة زرع قصبه هوائية بأسبانيا