



## قلة النظافة تسبب الإصابة بداء السل في الجزائر

استنادا إلى بيانات رسمية، فإن عدد حالات الإصابة بداء السل في الجزائر بلغت 25 ألف حالة بينها 10 آلاف حالة معدية، وتبعاً لذلك تسعى الدوائر الصحية إلى تكثيف حملاتها على مستوى المناطق المصنفة على اللاحقة السوداء، وتوعية عموم العوائل القاطنة هناك بتلقيح الرضع بلقاح «بي سي جي» طالما أن السل مرض معد سببه جرثومة تصيب الرئتين وتنقل عن طريق التنفس واللمس والتغذية، لاسيما إذا جرى تناول حليب غير مغلي بلقعة مصابة بسل الثدي. وتتطلع الجزائر إلى تحقيق نجاح علاجي

الجزائر/متابعات: أكد أطباء جزائريون، أن قلة النظافة تسبب 70% من حالات الإصابة بداء السل في الجزائر، وشدد مختصون في محاربة الأمراض المعدية، على أن أعلى معدلات الإصابة بمرض السل سُجلت بالمناطق التي تتعدم فيها النظافة، لاسيما عموم الضواحي الواقعة بهوامش المدن الكبرى وكذا أحياء الصفيح الهشة الناشئة حول التجمعات السكنية الكبرى في محيط عاصمة البلاد، وتندر بخطر اكيد بحكم استيعابها لآلاف الأشخاص.



## الطب والحياة

### داء «الملوك» يخضع للعلاج

# فيتامين "سي" يقي من مرض النقرس



يعرف النقرس بداء «الملوك» وذلك لأنه يصيب أكلة اللحوم الحمراء بكثرة، وينتج عن اختلال في التمثيل الغذائي للبروتينات في الجسم، الأمر الذي قد يسبب ترسب نوع من الأملاح في الجسم تسمى أملاح حمض البول، حيث ترتفع نسبة حامض البوليك «يوريك» في الدم بسبب عدم قدرة الكلى على التخلص من هذه المادة السامة فيجتمع في الدم وفي المفاصل. ويصيب النقرس الرجال أكثر من النساء، ويكون غالباً مرتبطاً بزيادة الوزن، والإفراط في الأكل، أو الإفراط في شرب الكحول، ولكن هناك دراسات وأبحاث تدل على أن الإصابة يمكن أن تكون وراثية، ولعلاج هذا المرض كشفت دراسة حديثة أن الرجال الذين يتناولون كميات وفيرة من فيتامين «سي» يفادون بذلك الإصابة بمرض المفاصل المولم للدعوى «النقرس».

واستمرت الدراسة التي انجزها باحثون أمريكيون 20 عاماً وشملت 47 ألف رجل، اضطرت إلى وجباتهم كميات من الفيتامين «سي». وحذر العلماء من تفسير هذه النتائج بأنه يمكن اتباع نظام غذائي غير متوازن وتناول قرص من الفيتامين سي بين الفيتامين الأخرى. ورغم أن هذا المرض كان متفشياً قبل قرون ولا يؤثر الخافون بنفس الحدة اليوم، فإن عدد المصابين به أخذ في التزايد خلال العقود الثلاثة الأخيرة. وتبدي الدراسة أن الرجال الذين تناولوا ما بين 1000 و1499 ميلليجرام من الفيتامين سي يومياً قل احتمال الإصابة في 39 بالمئة، بينما انخفض بـ45 بالمئة عند أولئك الذين أخذوا جرعات يومية من 1500 ميلليجرام. ويقال الفيتامين سي احتمال الإصابة بالنقرس عن طريق تخفيض حامض البوليك في الدم، وهو الذي يسبب الترسبات المسؤولة عن الداء حول المفاصل. يذكر أن مسببات النقرس متعددة منها تناول نوع من



الموز يطرد الديدان، ويعالج نوبات النقرس، ويكافح الإسهال، كما أنه مادة مضادة

الروماتيزم، أن اكتشاف الجين يفسر أيضاً الرابط بين المرض وأفادت دراسة حديثة بأن التي يساعد في علاج البواسير والنقرس، كما أنه يفيد في علاج حالات الإمساك. ويرجع ذلك لإحتوائه على سكريات أحادية وعناصر معدنية وفيتامينات، وكان يستخدمه البدو بعد غلي أوراقه والمحافظة منه على فريد في علاج اضطرابات العجز، والبلوغ. وأوضحت الدراسة أنه يساعد على إذابة أملاح حمض البوليك التي ترسب في المفاصل نتيجة تناول اللحوم بإفراط والذي يسبب مرض النقرس. وأفادت دراسة حديثة بأن

ويحتوي الصويا على عناصر تسمى «إيسوفلافون» تشبه في تركيبها إلى «استروجين» وتميل لأن تكون اجهزة استقبال للـ «استروجين» في الأنسجة الدهنية، لذا فإن مادة الـ «إيسوفلافون» الموجودة في فول الصويا تساعد على تنظيم التمثيل الغذائي للدهون في الجسم. وقال باحثون برئاسة الدكتورة سينثيا كيه سايتس من جامعة الاباما في بيرمنجهم، أن هذه النتائج الجديدة هي أول نتائج على ما يبدو تثبت أن بروتين الصويا ربما يؤثر على توزيع الدهون عند البن. كما أكد خبراء التغذية أن بروتينات فول الصويا تساعد على تخفيض نسبة الكوليسترول في الدم عند تناول 25 جراماً منها في اليوم. وأوضح الخبراء أن فول الصويا يمتاز أيضاً بتركيبته الأفضل من باقي أنواع البقول، لأنه يحتوي على بروتينات ممتازة النوعية تستطيع منافسة البروتينات الموجودة في اللحوم وسواها من مصادر الغذاء الحيواني.

وأكدت ريجينا زيغلر الباحثة في المعهد الوطني للسرطان وعلم الأوبئة والجينات في أمريكا، أن معدلات إصابة النساء البيض بسرطان الثدي أربع أو خمس مرات أكثر من نظيرتهن في الصين أو اليابان. وأوضحت زيغلر أنه تهاجر النساء الآسيويات إلى الولايات المتحدة بزيادة خطر إصابتهن بسرطان الثدي خلال عدة أعياض ويصل معدل إصابتهن بالمرض -كذلك الذي للنساء البيض، ما يشير إلى أن عوامل تتعلق بأسلوب الحياة أو البيئة وغير جينية هي وراء ذلك. وركزت الدراسة على 597 امرأة يعانين من سرطان الثدي و966 امرأة لا يعانين من الأمراض وبعدها تبين أن أمهاتهن كن يعشن في أمريكا طلب هؤلاء مقابلهن أيضاً لمعرفة ما إذا كن يتناولن فول الصويا باستمرار خلال طفولتهن. وتوصل الباحثون إلى أن أكل فول الصويا يخفض معدلات الإصابة بسرطان الثدي بـ 58 بالمئة، كما أن تناول هذه المادة بشكل كبير خلال مرحلة المراهقة والبلوغ مرتبط بانخفاض حالات الإصابة بالمرض بنسبة تتراوح ما بين 20 بالمئة و25 بالمئة. وقد أكد باحثون أن تناول فول الصويا بصفة يومية ربما يساعد النساء بعد انقطاع الطمث على تعافي زيادة الوزن عند منطقة البطن. وفي دراسة شملت 18 امرأة في فترة ما بعد انقطاع الطمث، وقد وجد الباحثون أن النساء اللاتي شربن مشروباً مصنوعاً من الصويا يومياً لمدة ثلاثة أشهر كان حجم الدهون التي زادت لديهن عند منطقة البطن أقل من النساء اللاتي تناولن مشروباً مصنوعاً من اللبن.

### كاميرا متطورة تساعد مرضى الزهايمر



لندن/متابعات: يهتم قسم الأبحاث التابع لشركة مايكروسوفت بمدينة كامبردج البريطانية بتسويق كاميرا توضع حول العنق، تسمى «Sens-Cam»، ستقدم يد العون لمرضى الزهايمر وكل من يعاني من مشاكل في الذاكرة.

وتساعد هذه الكاميرا في إعادة ترميم الحوادث الأخيرة أي تلك التي يتم حذفها على الأثر من الذاكرة وبالتالي يذهب معها جزء مما عاشه المريض من حوادث وأحداث، خلال اليوم. وتلتقط هذه الكاميرا، الصغيرة وخفيفة الوزن، صورة كل 30 ثانية وهي الوقت شبه الطبيعي الذي يلتقط ويخزن من خلاله الدماغ الصور والمشاعر والذكريات، وتتمكن هذه الكاميرا من تخزين 30 ألف صورة قابلة للإفراج لتفسير ذاكرة الكاميرا ثانية أي ما يعادل أحداثاً تغطي 15 يوماً.

وينبغي وضع هذه الكاميرا حول عنق المريض، حيث تلتقط إضافة إلى الصور، يعادل صورة كل نصف دقيقة أي تغيير يطرأ على الضوء وحرارة جسم المريض وأي حركة جسدية يقوم بها، وتنتج هذه الكاميرا في تصوير كل شاردة وواردة تحصل في حياة المريض اليومية التي تخضع باستمرار لعنسة هذه الكاميرا وأجهزتها الاستشعارية المتقدمة. وأوضح الباحثون أن هذه الكاميرا تساعد المريض في استعادة كل ما مر به من تجارب وأحداث على مسافة ساعات معدودة لم يعد يتذكر شيئاً بعدها؛ وتسهل عملية اللجوء إلى الصور التي تلتقطها هذه الكاميرا، مع مرور الوقت، في تقوية الذاكرة البيوجرافية «مجموعة اللقطات المستعادة من الذاكرة» وهي عبارة عن نوع من «الصدوق الأسود» في الجسم البشري يختلف تماماً عن ذلك الموجود داخل الطائرات والسيارات.

وتعرض هذه الكاميرا فرصة جيدة للمرضى المصابين بأمراض التآكل العصبي، كالزهايمر، للصدود أمام عوارضهم المرضية، وقد أكد الباحثون أن هذه الكاميرا ليست علاجاً بحد ذاتها إنما تساعد في استعادة الذاكرة اليومية، كما تمثل بالنسبة للأطفال، آلية فعالة لفهم الوظائف الإدراكية للدماغ بصورة أفضل مما يساعد في تطوير الدراسات الخاصة بعلوم الأعصاب.

وتوصلت دراسة أمريكية حديثة إلى أن مادة الاستروجين النباتية الموجودة في الصويا، قد تحمي من الإصابة بسرطان الأمعاء والقولون. ويفيد البروتين الموجود في الصويا في تقليل عدد الأورام التي قد تظهر فيقولها ويقلصها. فقد وجد الباحثون من خلال الدراسة التي أجريت على الفئران فاعلية البروتين الموجود في الصويا في إصابة الفئران بأورام أصغر وأقل عدداً في القولون، مقارنة بتلك التي لم تتناول البروتين.

كشفت دراسة جديدة أن الصويا قد تكون مفيدة في تخفيف الوزن الزائد، حيث تعمل على تخفيض مستويات الكوليسترول والسكر العالية في الدم. وتبين الباحثين بجامعة كنتاكي من اختيار نوعين تجاريتين من بدائل الوجبات، أحدهما مشتق من الصويا، بينما يعتمد الآخر على الحليب، على مجموعة من البائلغين المصابين بالبدانة لمدة 12 أسبوعاً، أن الصويا كانت أكثر فعالية في تحسين الصحة العامة للإنسان وإنقاص الوزن الزائد. مشيرين إلى أنها ساعدتهم على فقد وزن أكبر، كما قلت من مستويات الكوليسترول والسكر في دمهم.

أشعة الشمس الضارة تهدد سلامة العين

القاهرة/متابعات: أكدت دراسة لمنظمة الصحة العالمية أنه رغم أهمية الشمس لصحة الإنسان، إلا أن إفراط التعرض لأشعتها وخاصة الأشعة فوق البنفسجية يسبب العديد من الأمراض منها الحروق الشمسية والكتاركت الذي يصيب عدسة العين ويؤدي إلى العمى، وتدهور الابصار وسرطانات الجلد وأورام الجلد الخبيثة والتي تظهر بعد سنين عديدة من التعرض لأشعة الشمس.

### نبتة علاجية من قديم الأزل

## فول الصويا يخفض خطر سرطان الثدي

ويحتوي الصويا على عناصر تسمى «إيسوفلافون» تشبه في تركيبها إلى «استروجين» وتميل لأن تكون اجهزة استقبال للـ «استروجين» في الأنسجة الدهنية، لذا فإن مادة الـ «إيسوفلافون» الموجودة في فول الصويا تساعد على تنظيم التمثيل الغذائي للدهون في الجسم. وقال باحثون برئاسة الدكتورة سينثيا كيه سايتس من جامعة الاباما في بيرمنجهم، أن هذه النتائج الجديدة هي أول نتائج على ما يبدو تثبت أن بروتين الصويا ربما يؤثر على توزيع الدهون عند البن. كما أكد خبراء التغذية أن بروتينات فول الصويا تساعد على تخفيض نسبة الكوليسترول في الدم عند تناول 25 جراماً منها في اليوم. وأوضح الخبراء أن فول الصويا يمتاز أيضاً بتركيبته الأفضل من باقي أنواع البقول، لأنه يحتوي على بروتينات ممتازة النوعية تستطيع منافسة البروتينات الموجودة في اللحوم وسواها من مصادر الغذاء الحيواني.

وأكدت ريجينا زيغلر الباحثة في المعهد الوطني للسرطان وعلم الأوبئة والجينات في أمريكا، أن معدلات إصابة النساء البيض بسرطان الثدي أربع أو خمس مرات أكثر من نظيرتهن في الصين أو اليابان. وأوضحت زيغلر أنه تهاجر النساء الآسيويات إلى الولايات المتحدة بزيادة خطر إصابتهن بسرطان الثدي خلال عدة أعياض ويصل معدل إصابتهن بالمرض -كذلك الذي للنساء البيض، ما يشير إلى أن عوامل تتعلق بأسلوب الحياة أو البيئة وغير جينية هي وراء ذلك. وركزت الدراسة على 597 امرأة يعانين من سرطان الثدي و966 امرأة لا يعانين من الأمراض وبعدها تبين أن أمهاتهن كن يعشن في أمريكا طلب هؤلاء مقابلهن أيضاً لمعرفة ما إذا كن يتناولن فول الصويا باستمرار خلال طفولتهن. وتوصل الباحثون إلى أن أكل فول الصويا يخفض معدلات الإصابة بسرطان الثدي بـ 58 بالمئة، كما أن تناول هذه المادة بشكل كبير خلال مرحلة المراهقة والبلوغ مرتبط بانخفاض حالات الإصابة بالمرض بنسبة تتراوح ما بين 20 بالمئة و25 بالمئة. وقد أكد باحثون أن تناول فول الصويا بصفة يومية ربما يساعد النساء بعد انقطاع الطمث على تعافي زيادة الوزن عند منطقة البطن. وفي دراسة شملت 18 امرأة في فترة ما بعد انقطاع الطمث، وقد وجد الباحثون أن النساء اللاتي شربن مشروباً مصنوعاً من الصويا يومياً لمدة ثلاثة أشهر كان حجم الدهون التي زادت لديهن عند منطقة البطن أقل من النساء اللاتي تناولن مشروباً مصنوعاً من اللبن.

وأكدت ريجينا زيغلر الباحثة في المعهد الوطني للسرطان وعلم الأوبئة والجينات في أمريكا، أن معدلات إصابة النساء البيض بسرطان الثدي أربع أو خمس مرات أكثر من نظيرتهن في الصين أو اليابان. وأوضحت زيغلر أنه تهاجر النساء الآسيويات إلى الولايات المتحدة بزيادة خطر إصابتهن بسرطان الثدي خلال عدة أعياض ويصل معدل إصابتهن بالمرض -كذلك الذي للنساء البيض، ما يشير إلى أن عوامل تتعلق بأسلوب الحياة أو البيئة وغير جينية هي وراء ذلك. وركزت الدراسة على 597 امرأة يعانين من سرطان الثدي و966 امرأة لا يعانين من الأمراض وبعدها تبين أن أمهاتهن كن يعشن في أمريكا طلب هؤلاء مقابلهن أيضاً لمعرفة ما إذا كن يتناولن فول الصويا باستمرار خلال طفولتهن. وتوصل الباحثون إلى أن أكل فول الصويا يخفض معدلات الإصابة بسرطان الثدي بـ 58 بالمئة، كما أن تناول هذه المادة بشكل كبير خلال مرحلة المراهقة والبلوغ مرتبط بانخفاض حالات الإصابة بالمرض بنسبة تتراوح ما بين 20 بالمئة و25 بالمئة. وقد أكد باحثون أن تناول فول الصويا بصفة يومية ربما يساعد النساء بعد انقطاع الطمث على تعافي زيادة الوزن عند منطقة البطن. وفي دراسة شملت 18 امرأة في فترة ما بعد انقطاع الطمث، وقد وجد الباحثون أن النساء اللاتي شربن مشروباً مصنوعاً من الصويا يومياً لمدة ثلاثة أشهر كان حجم الدهون التي زادت لديهن عند منطقة البطن أقل من النساء اللاتي تناولن مشروباً مصنوعاً من اللبن.

أشعة الشمس الضارة تهدد سلامة العين

القاهرة/متابعات: أكدت دراسة لمنظمة الصحة العالمية أنه رغم أهمية الشمس لصحة الإنسان، إلا أن إفراط التعرض لأشعتها وخاصة الأشعة فوق البنفسجية يسبب العديد من الأمراض منها الحروق الشمسية والكتاركت الذي يصيب عدسة العين ويؤدي إلى العمى، وتدهور الابصار وسرطانات الجلد وأورام الجلد الخبيثة والتي تظهر بعد سنين عديدة من التعرض لأشعة الشمس.

القاهرة/متابعات: أكدت دراسة لمنظمة الصحة العالمية أنه رغم أهمية الشمس لصحة الإنسان، إلا أن إفراط التعرض لأشعتها وخاصة الأشعة فوق البنفسجية يسبب العديد من الأمراض منها الحروق الشمسية والكتاركت الذي يصيب عدسة العين ويؤدي إلى العمى، وتدهور الابصار وسرطانات الجلد وأورام الجلد الخبيثة والتي تظهر بعد سنين عديدة من التعرض لأشعة الشمس.

## الجديد في الطب

### مصريون يتوصلون إلى علاج جديد للسرطان

القاهرة/متابعات: نجح علماء مصريين في التوصل إلى تحضير مشتقات كيميائية جديدة تعالج السرطان. وقد تمكن فريق من الباحثين بكلية الطب والعلوم بجامعة المنوفية ومعهد الهندسة الوراثية بفقر الجامعة بمدينة السادات، من «تخليق» مشتقات جديدة من مادة «الثاليدوميد» ذات فاعلية عالية في وقف انتشار الخلايا السرطانية والقضاء عليها. وقام الأطباء بإجراء تجارب معملياً على الخلايا السرطانية أثبتت فاعلية المشتقات في وقف انتشار هذه الخلايا ووقف نموها، مؤكداً أن المشتقات الجديدة ذات كفاءة عالية كمضادات للاكسدة وتمتص تكون

### احذر.. شمس الربيع قد تؤذي الجلد

والرقيقة، واستعمال نظارات شمسية لحماية العينين. وأوضح الباحثون أن الغيوم لا تحمي سوى من 20 من أشعة الشمس فوق البنفسجية، مما يعني أن 80 منها تصل إلى الجسم وتؤذي، وحذروا من أن تعرض الجسم لأشعة الشمس قد يتعارض مع الأدوية التي يتناولها البعض مثل المضادات الحيوية التي تزيد حساسية الجسم للشمس وجعل الجلد أكثر عرضة للاحتراق. كما حذروا الذين يخرجون في الشمس أكثر من غيرهم، على الانتباه إلى العوارض الأولية للإصابة بسرطان الجلد، مثل تغير لون الجلد وخشونه واحمراره وغيرها، مشددين على ضرورة الاتصال الفوري بالأطباء لمعالجة هذه الحالة.

