

## لا تذهب إلى الصيدلية من دون مشورة الطبيب

قد يحدث أضراراً على المدى القصير أو الطويل، وقد تخفي هذه الأدوية الأعراض الأساسية للمرض الحقيقي، إذ كما هو معروف هناك العديد من الأمراض التي تتشابه في مظاهرها التشخيصية وتختلف في طبيعة المرض والعامل المسبب له. وتجنباً للقوض التي تحدث في الصيدليات والتي قد تصل إلى حد أن يقوم مساعد غير مختص بصرف الأدوية بدلاً من الصيدلي، ننصح الجميع بعدم تناول أي دواء إلا بعد استشارة الطبيب، وعدم تناول الفيتامينات وغيرها إلا إذا دعت الضرورة التي يحددها الطبيب من دون غيره. فالدواء سلاح ذو حدين لأنه لا يوجد أي دواء آمن تماماً نقول إن تناول الدواء من دون رأي الطبيب قد يسبب الأضرار التي لا نتمناها لأحد. إنها دعوة للسلمة والتمتع بالصحة بعيداً عن المرض.

مع تغير الطقس وبدء موسم الأمراض المرتبطة بالبرد ومصافحة الزكام وغيره للصغير والكبير، يزداد الإقبال على تناول الأدوية من الصيدليات مباشرة من دون استشارة الطبيب. ولأن الصيدلي يهيم تحقيق المزيد من المبيعات يقوم بصرف مختلف أصناف الأدوية المسكنة للآلام والخافضة للحرارة، والمضادات الحيوية والفيتامينات، بغض النظر عن الحالة المرضية للشخص. وقد يحدث أن يكون العامل المسبب للمرض فيروسياً لا يستدعي وصف مضاد حيوي إلا إذا كان هناك التهاب جراثيمي المنشأ وهو أمر لا يعنى الصيدلي بشيء نظراً لأنه يلجأ إلى التخمين بدلاً عن الكشف الموضوعي. ومن المؤكد أن صرف الأدوية وتناولها من دون استشارة الطبيب



## الطب والحياة



### أنت تسأل ونحن نجيب

إعداد / د. أميمة



س: عمري 40 عاماً وأعاني من خفقان في القلب يأتي على فترات حتى أثناء الجلوس والراحة لكن يصاحبه دوخة ودوار في الرأس. بماذا تنصحيني؟

صغءاء / نهي عمار

ج- خفقان القلب هو إحساس الإنسان بنبضات قلبه التي يجب أن لا يحس بها عادة، فالقلب ينبض مثلاً 80 نبضة في الدقيقة بإيقاع منتظم لا اختلاف فيه من دون أن نحس بذلك. وحينما يحس الإنسان بنبضاته فإن ذلك يعني أن القلب صدرت عنه نبضات بشكل غير منتظم. غالباً لا يؤثر على الإنسان وسلامته بمعنى لا خطورة منها وقليل منها يجب العناية بها وخاصة ما يصاحبها دوخة أو حتى إغماء أو في حالة وجود مرض معروف في القلب لديه. في هذه الحالة تتأكد الحاجة إلى مراجعة طبيب القلب كي يجري الفحوصات اللازمة كرسمة تخطيط القلب والأشعة الصوتية للقلب ورصد نبضات القلب خلال 24 ساعة عبر تركيب جهاز «ال هولتر» الشبيه بسجل «الوكمان». كما يجري الطبيب فحص «هيموغلوبين» الدم والسكر ووظائف الغدة الدرقية. وبتناج هذه الفحوصات يتحدد التشخيص ومن ثم العلاج.

س: كيف يمكن تنظيم عملية الحمل (اختيار الوقت المناسب للجماع أو بما يسمى بالجدول) من دون استعمال أية حبوب أو اللولب، أرجو تزويدي بالجدول (فترات الجماع التي لا يحدث فيها الحمل)؟ وسؤال آخر: هل تأخر عملية الولادة عن الموعد المحدد لها له أضرار؟

صغءاء / ه. ع. ص

ج: نعم، تستطيعين تنظيم عملية الحمل بدون استعمال الحبوب أو اللولب، لكن على شرط أن تكون هناك دورة منتظمة (أي كل 28 يوماً) ويمكن تحديد موعد التبويض وهو يوم 14 من أول يوم الدورة الشهرية ويكون الامتناع أيام (12، 13، 14، 15، 16) من الدورة الشهرية أما عن تأخر عملية الولادة فهذا ممكن، لكن يجب مراقبة الجنين على فترات متقاربة جداً للتأكد من سلامة الخلاصة والسائل الأمينوسي حول الجنين وكذلك نبض الجنين، وحركة الجنين، وفي حال وجود أي مشكلة يجب التدخل طبياً للولادة.

س: أبلغ من العمر 58 عاماً. وأجريت لي عملية شرايين القلب وأعاني من ضعف الانتصاب. سؤالي هل أستطيع تناول الحبوب المنشطة كالفياجرا أو لفترا أو غيرهما؟

نحج / سليمان محمد

وجود مرض في شرايين القلب أو إجراء عملية لها أو تركيب دعامة بالقسطرة لا يعني بالضرورة أن يمنع المريض من تناول هذه الأدوية المنشطة للداء الجنسي العاطفي. لكن نظراً لأنها أدوية تعمل على توسيع الشرايين وتؤدي لدى بعض الناس إلى انخفاض ضغط الدم بشكل مؤقت وطيفيف لا يضر في العادة فإنه يجب الحذر حال تناول مريض القلب أدوية أخرى موسعة للشرايين. فمن يتناول الحبوب من مشتقات «النفترات» كحبوب «إيزورديل» أو الحبة الوردية التي توضع تحت اللسان أو أن حالة شرايينه غير مستقرة بمعنى أنه لا يزال يحس بالحم في الصدر مع بذل المجهود البدني. كل هذه أمور تحتم عدم تناول الأدوية المنشطة المتقدمة الذكر من قبل مريض شرايين القلب. والههم هنا سؤال طبيب القلب المعالج المتابع لحالة المريض إذ أنه هو أقدر من غيره على تقويم الحالة وإبداء النصح.

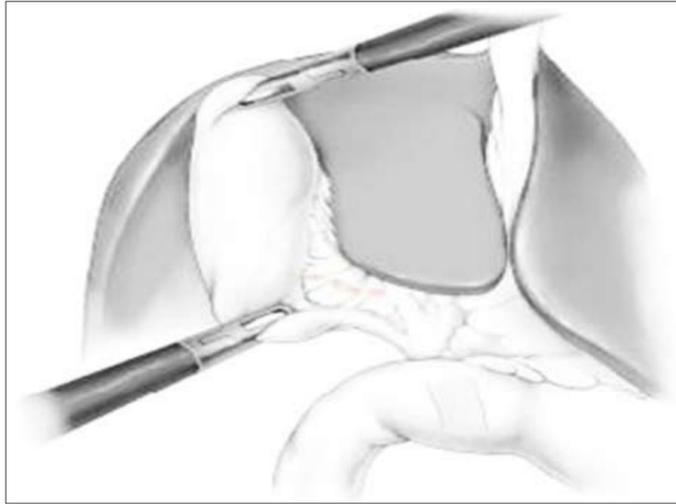
### ذاكرة الجنين تبدأ العمل بعد 30 أسبوعاً



استدراء / مآيات :

توصل فريق من أطباء أمراض النساء الهولنديين في تقرير، إلى أن ذاكرة المدى القصير تبدأ العمل لدى الجنين وهو بعمر 30 أسبوعاً. واستخدم بيان نيوبس، أساذ أمراض النساء وفريقه في المستشفى التعليمي بمركز ماسترخت الطبي، تحفيزاً صوتياً وحسبياً لأرجل أطفال لم يولدوا بعد، لاكتشاف بدء عمل الذاكرة البشرية. واكتشف الباحثون أنه بعد سماع الطفل لصوت خاص أو شعوره بللمسة خاصة بعدة مرات، فإنه يتعرف عليها متى حدثت في المرة القادمة. وقال نيوبس لقد اتخذنا خطوة أخرى إلى الأمام في اتجاه فهم كيفية تطور الأطفال في مرحلة ما قبل الولادة.

## التهاب المرارة



عملية جراحية تم فيها عمل فتحة صغيرة في البطن لاستئصال المرارة

داخل البطن وهذه تنتقل الصورة إلى جهاز تلفزيون في غرفة العمليات، يقوم الجراح بإدخال أدوات جراحية دقيقة عبر هذه الفتحات ويتم استئصال المرارة بواسطتها ثم تسحب المرارة مع الحصى إلى خارج البطن. ويمتاز المنظار بشكل عام بجروحه الصغيرة التي لا تتجاوز المليمترات كما ذكرت سابقاً وبالنسبة لعملية استئصال المرارة بالمنظار أهم ما يميزها جروح صغيرة بالبطن تتراوح بين 5 ملم - 10 ملم، كما أن العملية تستغرق حوالي 40 دقيقة، ويتم إعطاء المريض مخدراً موضعياً في الجروح بعد العملية لكي لا يشعر بأي ألم ويتم خياطة الجرح بطريقة جمالية بحيث لا يترك أثراً.

ومن ميزات استخدام المنظار باستئصال المرارة أيضاً هو الجروح الصغيرة التي تقلل احتمالات حدوث التهاب بالجرح أو فتق به كما يحدث في الجراحة التقليدية. إضافة إلى أنها طريقة مفيدة جداً لكبار السن والمرضى الذين يعانون من السمنة، ويمكن للمريض أن يتحرك ويتنفس من دون ألم ومباشرة بعد العملية الأمر الذي يجنب حدوث التهابات بالصدر أو جلطات بالساقين بعد العملية، كما يسمح للمريض بالأكل بعد العملية بيضع ساعات. ويمكن عودة المريض إلى البيت في يوم العملية نفسه، ويمكن عودته إلى العمل خلال بضعة أيام.

الـ 10% المتبقية أسباب نادرة أخرى مثل التهاب المرارة بجرثومة السالمونيلا. العوامل المساعدة لالتهاب المرارة الحصى الحاد

1. مرض السكري
2. الحمل
3. زيادة الوزن وكذلك فقدان السريع للوزن
4. تعرض الشخص لعمليات جراحية
5. إصابة الجسم بالتهاب جراثيمي حاد
6. أمراض القلب
7. فقر الدم المنجلي
8. مرض الإيدز

وفي حال وجود حصى بالمرارة يتم استئصالها مع الحصى ويتم ذلك عن طريق جراحة المناظير وتتم العملية تحت تأثير مخدر عام عن طريق فتحات صغيرة في جدار البطن يتراوح طولها بين 5 ملم - 10 ملم، يتم إدخال كاميرا صغيرة

يحدث انسداد لقنوات العصارة المرارية يؤدي إلى حدوث يرقان (اصفرار بالجسم) أو أن يحدث انسداد لقنوات البنكرياس ما يؤدي إلى التهاب البنكرياس أو أن يحدث انسداد بقناة المرارة نفسها ما يؤدي إلى تجمع صديدي بها وغرغرينا في جدار المرارة. وحدوث انفجار بالمرارة وتجمع صديدي داخل البطن ومن المعروف أن الالتهاب المزمن للمرارة قد يؤدي إلى حدوث سرطان بالمرارة.

### التهاب المرارة الحاد

وتعني به حدوث التهاب حاد في المرارة وجدرانها، وهو عادة ما يكون بسبب وجود حصى أدت إلى انسداد القناة الواصلة من المرارة وحتى الأنسبب الصفراوي العام ويسمى ذلك بالتهاب المرارة الحصى الحاد ويحدث ذلك في حوالي 90% من حالات التهاب المرارة بينما يكون سبب

المرارة هي عبارة عن حويصلة كثيرة الشكل طولها حوالي 10 سم وهي موجودة تحت الفص الأيمن من الكبد في الجانب الأيمن العلوي من البطن تتجمع فيها إفرازات الكبد وعند الأكل تنقبض المرارة لتتقلص العصارة المتجمعة بها إلى الاثني عشر لتختلط بالطعام ويتم الهضم. أما إذا استؤصلت المرارة فإن عصارة الكبد تنزل مباشرة إلى الأمعاء لتختلط بالطعام وعادة لا يؤثر استئصال المرارة على عملية الهضم لكونها لا تفرز شيئاً من هذه العصارة. وعادة ما يكون سبب التهاب المرارة وجود الحصى بها وأحياناً قليلة يحصل التهاب من دون وجود حصى. فينشكي المريض من ألم في الجانب الأيمن العلوي من البطن مع ألم الظهر والكتف الأيمن. وقد تكون مصحوبة باستفراغ، وتحدث الآلام عادة بعد أكل طعام دسم يحتوي على الدهون وأحياناً يستمر الألم عدة ساعات وقد يكون مصحوباً بارتفاع درجة الحرارة.

ويتم تشخيص التهاب المرارة بالأشعة الصوتية بدقة متناهية، حيث يجب أن يصوم المريض لمدة ثماني ساعات قبل عمل الأشعة، حتى تظهر وجود الحصى والتهاب المرارة وهما إذا كانت هناك مضاعفات ناتجة عن ذلك، إلا أنه يمكن علاج المصعب المراري والتهاب المرارة عن طريق الأدوية لكن الالتهاب والمصعب عادة ما يتكرر وأحياناً قد تحدث مضاعفات كآسن

## تنقية الدم عبر القطع المغناطيسية !

السريية. وأشار الباحثون إلى أن الخطوة الأولى في تلك العملية تتم عن طريق سحب عينة من دم الشخص المريض، وتضاف إليه حبات مغناطيسية صغيرة مغلفة بأجسام

مضادة لبعض أنواع الميسبات المرضية (مثل فطر المبيضات البيض).

ثم يدار الدم من خلال نظام يجري فيه سائلان جنباً إلى جنب من دون أن يمتزجا، غير أن أحدهما يحتوي على الدم، والآخر عبارة عن تركيبة سائلة مالحة.

وبعد ذلك، ترتبط الحبات بمسببات الأمراض، ثم تقوم إحدى القطع المغناطيسية بعد ذلك بسحبهم (جنباً إلى جنب مع العوامل المسببة للأمراض) في التركيبة السائلة، التي يتم التخلص منها في نهاية المطاف، بينما تتم إعادة الدم لتنظيف مرة أخرى إلى جسم الشخص المريض.

وذكر بيان صحافي صادر عن المستشفى أن يانغ وانغبر قدراً أن النظام المحصن يمتاز بالقنوات يمكنه أن ينظف دم أحد الأطفال الصغار في غضون ساعات عدة.

وأضاف إنغبر: «يقدم هذا الجهاز الفائق المنظف للدم سلاحاً قديماً في محاربة مسببات الأمراض لدى الرضع والبالغين المصابين بغفن، حيث يعمل هذا الجهاز ببساطة عن طريق إزالة مصدر العدوى ومن ثم تعزيز مدى استجابة المريض للأجسام المضادة الموجودة».

في الوقت الذي كان ينصح فيه الأطباء بإتباع بعض الطرق العلاجية التي يعتقد أنها تمكن من تقليل مخاطر الإصابة بمسببات الأمراض التي قد تنتقل للدم، إلا أننا لا نتمكن من الاستفادة منها بأي حال من الأحوال نظراً لعدم فاعليتها من الناحية الطبية بالشكل الكافي.

وهو ما دفع بالباحثين والأطباء حول العالم للتحقيق عن طرق أقوى وأكثر فاعلية، وهذا ما تحقق لهم بالفعل، حيث اكتشفت مجموعة من الباحثين الأميركيين أنه قد بات من الممكن الآن الاستعانة بقطع مغناطيسية صغيرة للغاية في تنظيف الدم من مسببات الأمراض ومن ثم حماية الجسم من نوع عدوى التفن التي تقتل أكثر من 200 ألف شخص سنوياً في الولايات المتحدة، وبخاصة حديثي الولادة الميسترين وهؤلاء الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة.

ونظراً لعدم فاعلية الطرق العلاجية الحالية، تمكن باحثون من برنامج البيولوجيا الوعائية بمستشفى الأطفال التابع لجامعة بوسطن الأمريكية من خلال استئصال الدم من أجسامهم، من الكشف عن أن القطع المغناطيسية بإمكانها أن تساعد في تخليص الدم من مسببات الأمراض.

وأشاروا إلى أن هذا الجهاز الجديد الذي قام بتطويره تشونغ وينغ يانغ في معمل الباحثون إنغبر، نجح في تخليص الدم الملوث من ما يزيد على 80% من الفطريات في ممر واحد، وهو الإجراء العلاجي الذي أصبح صالداً بالنسبة إلى التطبيقات

## اختراع ضمادة جروح يمتصها الجسم!



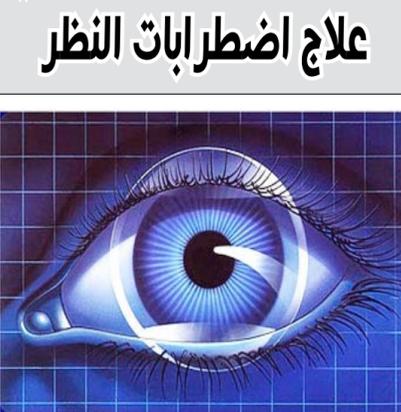
كلب بمساعدة مربع ضلعه 2 سنتم من المادة الجديدة. واكد فوجيه ان الجرح زال في غضون شهر «من دون ترك اي اثر». وتجارب على الانسان بحلول ثلاث سنوات. ويقطب الجراحون حالياً الجروح بالخيوط أو يشيكونها أو يستخدمون مادة الفيبرين اللاصقة وهي بروتينية تساعد على الالتئام، وهذه ليست بالحلول المثلى. ويأمل فوجيه باستخدام هذه المادة

«مادة مصنعة من جزيئات الشيتين المستخرجة من قوقعة السلطعون» مزروجة مع نوع من الهلام المستخرج من الطحالب. وتساعد مادتا الشيتين والشيتوسان المستخدمتان لدى الشركات المتخصصة في الألياف النسيجية على التئام الجروح ولا تسببان الحساسية. وتوقع فوجيه ان الضمادة الجديدة تتميز بليونتها «فهي تأخذ شكل العضو المصاب وتثبت عليه من دون الحاجة إلى مادة لاصقة». وأجريت تجارب عدة قامت على تضويد جرح طوله 6 ملم على رئة

ملوكيو / مآيات :

أعلن فريق أبحاث ياباني في جامعة اوساكا عن ابتكار ضمادة اصطناعية شبه شفافة وريقة للجروح الداخلية، تخفي وحدها إذ «يمتصها» الجسم. والضمادة عبارة عن غشاء شبه شفاف سماكته 75 نانومتراً «75 جزءاً من مليار من المتر» يستخدم لتضميد الجروح الداخلية العرضية خلال العمليات الجراحية مثلاً، حتى يلتئم الجرح طبيعياً. وأعلن البرفسور توشينوري فوجيه أحد أعضاء الفريق الذي أعد الاختراع «أنها أرق ضمادة لاصقة في العالم». وتصنع هذه الطبقة من الشيتوسان

### تمارين العيون تساعد في علاج اضطرابات النظر



هيوستن / مآيات :

أكدت أستاذة أميركية في طب العيون أن تمارين العيون قد تساعد في علاج العديد من اضطرابات النظر. وأصدرت وينسفين من معهد طب العيون في جامعة هيوستن بياناً جاء فيه «بيدي» المرضي» فضلاً كبيراً عندما نقول لهم إننا سنحل المشكلة وسوف تشفون وهذا أمر لا يحصل غالباً».

وأوضحت أن التمرين النموذجي في المنزل هو «علاج تحريك قلم الرصاص». وأوضح «يتبع المرضى بعينهم حرفاً محدداً على قلم الرصاص الذي يقرّبونه من أنفسهم ومن ثم يبعدونه، والهدف هو محاولة الرؤية بوضوح قدر الإمكان إلى أن يلمس القلم الأنف».

وقالت «من الجميل أن تتمكن من القيام بشيء مفردك في المنزل، وقد تظنون أن الأمر سخيف فتقومون به مرة فقط» لكن الحقيقة أن هذه التمارين مفيدة. ووجدت دراسة أعدها معهد العين الوطني الأميركي أن العلاج عند الطبيب الذي تتلوه تمارين في المنزل أكثر فعالية من البرامج المنزلية فقط.