

تحديد نسبة الميلانين بحليب الرضع

جنيف / متابعة :

أصدرت هيئة الدستور الغذائي، التابعة للأمم المتحدة، قواعد تنص على أن الكمية القصوى المسموح بها من مادة الميلانين في مساحيق تغذية الرضع هي 1 ملليغرام/ كيلوغرام، في أعقاب وفاة عشرات الأطفال بسبب تلك المادة في الصين. وقالت الهيئة المعنية بتحديد المواصفات الدولية للأغذية، في بيان، إن "الكمية المسموح بها من تلك المادة الكيميائية "الميلانين" في الأغذية الأخرى وأغلاف الحيوانات هي 2.5 ملليغرام/الكيلوغرام". والميلانين مادة كيميائية تُستخدم في عدد من العمليات الصناعية، بما في ذلك صنع الأطباق وأدوات المطبخ ومواد الطلاء المعلمة، غير أنها تتحول إلى مادة سامة إذا ما ارتفعت مستوياتها، وفقا لمنظمة الصحة العالمية. ونسب بيان للمنظمة إلى مارتين ويجتيس، رئيس لجنة هيئة الدستور الغذائي المعنية بالملوثات في الأغذية، قوله "إن تحديد مستويات قصوى

سيساعد الحكومات على التمييز بين مستويات الميلانين المنخفضة التي لا يمكن تجنبها والتي لا تتسبب في حدوث مشاكل صحية، وبين الغش المتعمد". والأسبوع الماضي، كشفت السلطات الصينية عن ضبط كميات كبيرة من مسحوق لبن الأطفال الملوث بالمواد الكيميائية، والذي تسبب في مقتل ستة أطفال وإصابة مئات الآلاف بالتسمم قبل عامين. وقالت مصادر صينية رسمية إن هيئات سلامة الأغذية قامت بمصادرة نحو 64 طناً من اللبن الخام الملوث بمادة "الميلانين"، ومواد كيميائية أخرى، بالإضافة إلى 12 طناً من منتجات الحليب المجفف. وأظهرت الاختبارات على عينات من الحليب المجفف ارتفاعاً بمقدار 500 مرة عن مستوى الحد الأقصى المسموح به من المواد الكيميائية، وفق ما ذكر جهاز مراقبة الجودة لمقاطعة "قانسو"، حيث اكتشف الحليب المجفف الملوث لأول مرة.



طعام الطفل من سن 12 - 18 شهراً



بعد بلوغ الطفل العام الأول حتى الشهر الثامن عشر على الأم أن تنتبه إلى نوعية الغذاء الذي يناسبه وكمياته حتى ينمو الطفل بشكل سليم وصحي، ولأهمية ذلك نبيّن لك ما هي أنواع الأغذية التي تناسب الطفل في هذه الفترة من العمر إلى جانب حليب الأم بالتأكيد.

2 - 3 : حصص منتجات الألبان (الحصة أو كمية الغرف 4 ملاعق كبيرة)

4 - 6 : حصص حبوب (الحصة 3 - 4 ملاعق كبيرة)

- حصتان بروتين (الحصة تساوي ملعقتين كبيرتين لحم مفروم أو دجاج مفرومة أو سمك مفروم أو بيضة مسلوقة أو 3 ملاعق كبيرة من فول مهروس بدون قشر).

2 : 4 ملاعق كبيرة فواكه.

2 - 4 : 4 ملاعق كبيرة خضروات.

- 1/2 كوب عصير طبيعي .

جلسة تنويم مغناطيسي تفقد بريطانية وزنها!



لندن / متابعة :

انخفض وزن سيدة بريطانية بشكل كبير بعد أن خضعت لجلسة تنويم مغناطيسي جعلتها تعتقد أنه أجريت لها عملية ربط المعدة فخفت شهيتها بشكل كبير. وذكرت صحيفة الدايلي مايل أن وزن إيما أيفيلايه- أندرتون كان حوالي 82.5 كيلوغرام بسبب اتباعها نظاماً صحياً رديئاً وبسبب شعورها بالضغط النفسي أثناء العمل. وقالت أندرتون إن شهيتها خفت للطعام وغيرت ملابسها الفضفاضة خلال ستة أشهر فقط وبتدبير رشيقة في ملابسها الجديدة لأنها كانت مقتنعة فعلاً بأنها خضعت لتلك العملية. ويبلغ وزن أندرتون « 36 سنة» الآن حوالي 57 كيلوغراماً فقط. ودفعت أندرتون وهي أم لطفلين حوالي 1494.8 دولاراً أميركياً لقاء أربع جلسات قضتها مع المنوم المغناطيسي روسيل همنغز على مدى شهر أوهمها

خلالها بأنها خضعت لعملية ربط المعدة. وقالت « خامرني شعور بأنني خضعت فعلاً للعملية مع فارق أنني كنت في المكتب وليس في غرفة العمليات»، مضيفة « بعد الجلسة الأولى شعرت بالأمل والثانية غمرني شعور إيجابي وصارت لدي القدرة في السيطرة على عادات الأكل». وتمازس أندرتون الآن التمارين الرياضية بشكل يومي صباحاً.

أنت تسأل والدكتورة أميمة تجيب

إعداد / د. أميمة

السؤال : صديقتي إذا أصيبت بالبرد فإن معدتي لا تؤلمها إنما يصيبها صداع شديد جداً ولا يخف حتى تستفرغ كل شيء دون أي ألم في المعدة ولا حتى مفعص البرد المعتاد فهل هذا طبيعي وما سببه وبم تنصحونها؟

أم عادل / عدن

الإجابة : إذا كان المقصود بالبرد التهاب القناة التنفسية العليا مثل الرشح والزكام والتهاب الحلق فليس من المعتاد أن يصحبه ألم في البطن . أما الصداع فقد يحصل في بعض الحالات ولكنه ليس بالشديد .

ربما تكون الأخت تعاني من الصداع النصفي (الشقيقة) وهو يحصل على شكل نوبات وما يثير النوبات الإصابة بأمراض حادة ومنها الزكام والتهاب القناة التنفسية وما يحصل معها من قلة نوم واجهاد.

ومن المعروف أن نوبة الصداع النصفي يصحبها غثيان وربما قيء، ينصح بمراجعة طبيب مختص بأمراض الأعصاب لتشخيص المرض ووصف العلاج فيما بعد طبقاً للحالة .

السؤال : إذا أردت أن أكل أحسن أني أريد أن أتقياً وتظل لدي حرارة بسيطة في المعدة والمريء، أريد أن أعرف سبب هذه الحرارة وطريقة علاجها علماً أنني أخذت حبوباً من الصيدلية تخص "الحرقان" ولا أعرف هل أن هذه الحبوب مضرّة أم يحق لي استعمالها كلما دعت الحاجة؟

حنان فاروق / عدن

الإجابة : من الواضح أنك تعانين التهاباً في المعدة.. والحبوب التي تتناولينها والتي لم تكتبي اسمها لا يمكنني التنبؤ بآثارها فهي إما مضادة للحموضة أو معالجة لالتهاب المعدة.. عموماً أنت بحاجة لتخفيف أي ضغط نفسي وعمل فحص زراعي لعينة من جدار المعدة للتأكد من عدم إصابتك ببكتيريا (الهليكوباكتر) المسببة لبعض حالات التهاب المعدة حيث أنها من الممكن أن تعالج علاجاً نهائياً بإذن الله..

السؤال : أجريت قسطرة لإغلاق ثقب بين الأذنين قبل 3 سنوات وكانت ناجحة ولله الحمد.. منذ ذلك الوقت وأنا أشعر بتسارع في النبض عملت (ال هولتر) مرتين. في المرة الأخيرة كان وصل إلى 146 وقال الدكتور إن المشكلة من الأذنين (الثقب المغلق) وإذا تسبب الخفقان في دوخة أو إغماء أو اضطرابات على الذهاب إلى المستشفى لأخذ ابرة في هذه الحالة يتم كي المنطقة... سؤالى الأول هل الموضوع مازال في حدود الطبيعي كما ذكر الطبيب؟ ثانياً كيف تتم عملية الكي؟؟ ثالثاً أنا مقبلة على زواج هل يؤثر هذا على حياتي الزوجية وعلى الحمل والولادة؟ (علماً أن الخفقان أشعر به في مختلف الأوقات سواء بذلت جهداً أم لا).

رشيدة علي / أبين

الإجابة : يلجأ الأطباء لعمل قسطرة كهرباء للقلب عند تكرار الخفقان (المستمر) المتسارع لمدة زمنية وليس فقط لمجرد ضربات شاردة. بالنسبة لحالة إغلاق الثقب بين الأذنين قد يكون منها خفقان وتسارع يستلزم الكي. في الوقت الحالي يوجد أجهزة متطورة تصبح عملية القسطرة والكي سهلة عبرها وهذه المشكلة لا تؤثر على الزواج، لكن إذا استمرت ورفضت القسطرة وأخذت العلاج، هنا الأدوية قد تسبب مشكلة للجنين إذا حصل حمل.

السؤال : هل الإحساس بسخونة في باطن القدمين - عند الاستيقاظ من النوم خصوصاً - يعد من مؤشرات الإصابة بمرض السكر؟

حسين محمد عبده / عدن

الإجابة : السخونة في باطن القدمين عند الاستيقاظ صباحاً لا تعنى بالضرورة الإصابة بمرض السكر وإن كانت من مضاعفات مرض السكر إن كان المريض يعاني من هذا المرض.. وهي ناتجة عن شيء من التلف في الأعصاب الطرفية.. هذا التلف له أسباب كثيرة غير مرض السكر.. منها أمراض سوء التغذية ونقص الفيتامينات وزيادة البوليبيد في الدم، وأحياناً تظهر كعرض جانبي لبعض الأدوية.. ومن الأسباب الأقل أهمية.. البرودة والتعرض للإشعاع.. وهناك أسباب أخرى غير مطروقة هنا لبعدها عن واقع حياتنا كمسلمين وإن كانت مهمة في الغرب مثل تناول الكحوليات والإيدز.. وقد يكون أيضاً سبب السخونة في باطن القدمين التهاباً في الأنسجة الرخوة فيها. وفي كل الحالات ننصح بالاهتمام بالتغذية، خاصة الأطعمة المحتوية على فيتامين (بي).. أو عقاقير فيتامين ب المركب.. وعمل تحاليل دورية شاملة ومراجعة الطبيب الباطني لمعرفة السبب المباشر لهذه الحالة مع إعلامه بقائمة الأدوية التي يتناولها المريض إن كان تعاطى أي عقاقير في هذه الفترة، فربما يكون سبب شكواه المباشر عرضاً جانبياً لأحد هذه الأدوية..

عقار مصري من الأسماك السامة يحارب الأمراض السرطانية

القاهرة / متابعة :

توصل باحثون في المعهد القومي لعلوم البحار والمصايد بمدينة الإسكندرية في مصر إلى إنتاج عقار جديد يعالج الأمراض السرطانية تستخلص مادته الفاعلة من الأسماك السامة " القراض والعقرب والصخرية المنتشرة في المسطحات المائية المصرية.

وقال الدكتور ممدوح فهمي مدير معهد علوم البحار والمصايد في الإسكندرية في تصريح له بهذه المناسبة إن خبراء بحريين مصريين يعملون على الانتهاء من العقار الجديد في وقت قياسي مشيراً إلى أن المعهد قام بالتعاون مع نظرائه في الخارج بإمداد العلماء بالأجهزة التكنولوجية الحديثة لتيسير خطوات بحثهم العلمي والوصول إلى نتائج دقيقة.

وأوضح أن الفكرة جاءت بعد تجارب علمية أجريت على الأسماك السامة للاستفادة منها. مؤكداً أن العلماء المصريين اكتشفوا أن المادة السامة في هذه الكائنات لديها قدرة كبيرة على محاربة الأمراض السرطانية ومنع انتشارها في الجسم.

وأضاف أن الأسماك التي سيتم استخدامها في صناعة العقار هي أسماك " القراض " المعروفة باسم " سمكة الأرنب" إضافة إلى " سمكة العقرب " و" السمكة الصخرية".

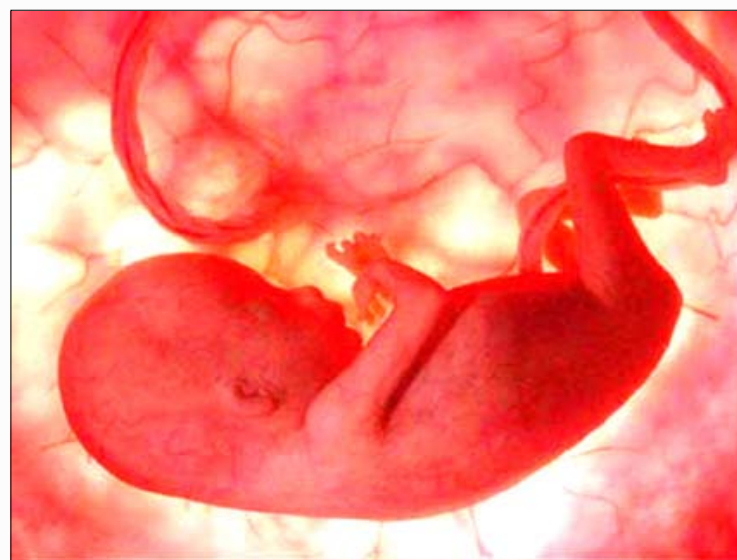


الجنين لا يشعر بالألم قبل الأسبوع الـ(24) من الحمل

لندن / متابعة :

ذكر تقرير طبي بريطاني أن الجنين البشري لا يشعر بالألم قبل الأسبوع الـ24 من الحمل، في اكتشاف ينقذ حياة يتقدم بها معارضو الإجهاض في مسعى لمنعهم. وأفادت صحيفة "دايلي تلغراف" البريطانية أن تقريراً صادراً عن المعهد الملكي للطب النسائي وطب الولادة يطلب من وزارة الصحة البريطانية أظهار أن الأعصاب في الدماغ لا تتكون بشكل كاف لتسمح بالشعور بالألم قبل مرور 24 أسبوعاً على بدء تكون الجنين. وأشار التقرير إلى أنه : يمكن الاستخلاص بأن الجنين لا يشعر بالألم بأي طريقة من الطرق قبل هذه المرحلة من الحمل .

يشار إلى المناهضين للإجهاض ينشطون لتخفيض الفترة المسموح فيها بإجهاض الجنين وهي 24 أسبوعاً إلى 20 أسبوعاً، لذا توقعت الصحيفة أن يعارضوا ما جاء في هذا التقرير. ويذكر أن البرلمان البريطاني صوت قبل سنتين لتخفيض الفترة التي يمنع فيها الحمل إلى 20 أسبوعاً، لكن المذكرة لم تطبق.



قلة النشاط وزيادة الوزن وتراكم الدهون في محيط البطن والخصر تسبب مرض السكري