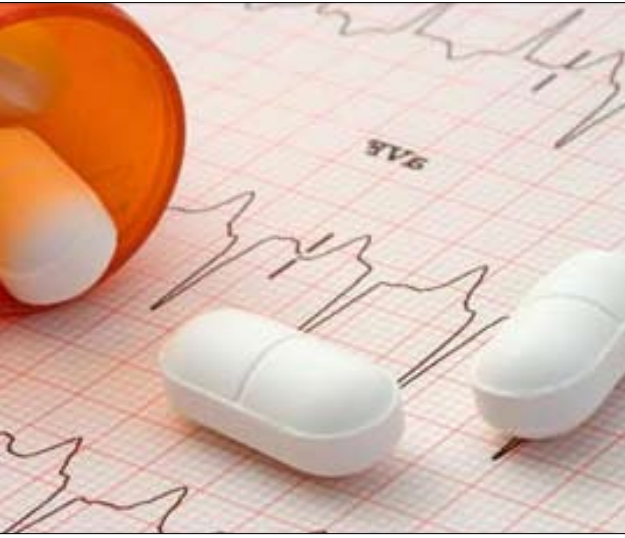


## عقاقير أمراض القلب سلاح الحوامل ضد التسمم

في بلادنا فحسب ، ولكن أيضا في العالم النامي حيث هناك حاجة ماسة لعلاجات رخيصة. والمعروف أن تسمم الحمل يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم أثناء الحمل ، وفي الحالات الأشد خطورة يمكن أن يؤدي إلى معاناة المرأة من تلف في الكليتين والكبد أو وفاة الجنين. وأوضح البحث أن نوعين من البروتين مرتبطان بتحفيظ هذه الحالة يمكن التحكم فيهما من خلال استخدام عقار الستاتين. وسوف تشمل التجربة الجديدة التي يمولها مجلس الأبحاث الطبية 128 سيدة حاملا تم تشخيص حالتها بحالة مبكرة من حالات تسمم الحمل. وسوف تتم ملاحظة اللائي يتم إعطاؤهن عقار الستاتين لمعرفة ما إذا كانت الأدوية ستخفض مستويات أحد النوعين من البروتين والمعروف باسم إف ال تي - 1. ومن الأرجح أن يؤدي ذلك إلى أن تكون حالتهم أقل حدة ومن ثم تقليل الحاجة إلى عملية ولادة مبكرة. ورغم ثقة الباحثين في أن التجربة سوف تؤدي إلى نجاح في العلاج السريري لتسمم الحمل ، فإنهم يؤكدون أن الحوامل يجب ألا يبدأن في مطالبة الأطباء بأن يصفوا لهن الأدوية المحتوية على عقار الستاتين.

**التنن/متابعيات :** يمكن معالجة الآلاف من النساء الحوامل اللاتي يواجهن خطر حالة تسمم الحمل التي قد تؤدي للوفاة باستخدام أدوية مرض القلب العادية. وذكرت صحيفة التليجراف البريطانية في تقرير علمي نشر مؤخرا أن العلماء يعتقدون أن أدوية عقار الستاتين التي يستخدمها الملايين من كبار السن في بريطانيا لتقليل مستويات الكوليسترول يمكن أن تساعد في تقليل حدة تسمم الحمل. وفي حالة نجاح أول تجربة سريرية كاملة في العالم ، فإنها يمكن أن تقدم أول علاج بسيط وفعال لحالة معقدة تؤثر في 70 ألف حالة حمل سنويا في بريطانيا وتؤدي لوفاة ما يصل إلى 10 نساء ووفاة ألف جنين. وقال البروفيسور أصفا أحمد المشرف على الدراسة بجامعة أدنبره «في حالة نجاحنا وأنا متفائل جدا بتحقيق ذلك ، فإن هذا العلاج سوف يمثل تحولا في علاج تسمم الحمل لدى السيدات. وأضاف «هذه هي المرحلة الأولى ولكنني متأكد إنه خلال فترة من خمس إلى سبع سنوات فإن نوع الستاتين المستخدم في التجربة سوف يكون وفي وصفات العلاج». وقال «سوف يكون نجاحا كبيرا ليس فقط للأمهات والأطفال المولودين



# لإنقاذ الملايين.. علاج لارتفاع الضغط عبر الجراحة

**القاتل الصامت.. هو الاسم الآخر لارتفاع ضغط الدم؛ وذلك لأنه لا يوحى بأية عوارض تميزه، ويمكن أن تصاب به لسنوات دون أن تعلم، فحوالي 90 ٪ من حالات الإصابة تكون دون سبب واضح؛ ويقتحم هذا المرض حياة ضحاياه دون سابق إنذار ويتم اكتشاف الإصابة به صدفة في أغلب الأحيان، وهو يصيب واحدا من بين كل خمسة بالغين. وارتفاع ضغط الدم من أكثر أمراض العصر انتشارا، ويتساءل الكثيرون عن كيفية مواجهته وعلاجه، الأمر الذي جعل أطباء المانيين ينجحون في إمكانية معالجة ارتفاع ضغط الدم المستعصي على العقاقير الطبية عبر الجراحة.**

وأشار البروفيسور ميشائيل بوم من مستشفى هامبورج الجامعي على هامش الملتقى السنوي الألماني لأطباء القلب بمدينة مانهايم، جنوب غربي ألمانيا، إلى أن الأطباء يقومون خلال هذا التدخل الجراحي بجعل الأعصاب المفرطة النشاط في الكلى ضامرة، وهي الأعصاب التي تتسبب في رفع ضغط الدم. وأوضح بوم أن التدخل الجراحي يتم عبر القسطرة بمساعدة تيار كهربائي عالي التردد وقال إنه تم بالفعل استخدام هذه الطريقة بنجاح في معالجة 50 شخصا لم تجد معهم العقاقير المختلفة، طبقاً لما ورد بجريدة «أنباء الشرق الأوسط». وبحسب الأستاذ الألماني، فإن ارتفاع ضغط الدم ينخفض بشكل واضح بعد خمسة إلى ستة أسابيع، مضيفا: «النتائج مبهره، نحن متفائلون للغاية». وتوقع بوم إدراج هذا الأسلوب العلاجي ضمن طرق العلاج المعتمدة في ألمانيا عندما تؤكد عدة دراسات أخرى إيجابية النتائج. وتفرز هذه الأعصاب لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الكثير من الهرمونات المسببة للقلق والضغط العصبي، مثل الأدرينالين. ويتم خلال الجراحة التي تستمر بين 30 إلى 60 دقيقة إدخال قسطرة عبر شريان الكلى وإضمار أطراف الأعصاب مفرطة النشاط والتي تسبب ارتفاع ضغط الدم، باستخدام تيار كهربائي عالي التردد. ويتم تخدير المرضى موضعيا ويحصلون على مسكنات عقب الجراحة.

وقال الأطباء: لم تحدث حتى الآن مشاكل أثناء التدخل الجراحي. وكانت دراسة أجريت على 106 مرضى، و نشرت نتائجها مجلة «لانست» عام 2010 أظهرت مميزات هذا الأسلوب العلاجي الجديد.

**مروة رزق**  
الدماعية «الجلطة» وكذلك أمراض القلب.

### ضغط الدم المنخفض

يعرف الأطباء ضغط الدم المنخفض بأنه الحالة التي تجري فيها دورة الدم في الجسم تحت ضغط أقل من الضغط الطبيعي للإنسان، وهو اصطلاح وتعريف نسبي يكون تحديده مرهونا بالشخص الذي يحدث له هذا النوع من المرض، وإذا لم تصاحب ضغط الدم المنخفض أعراض إضافية مثل الإغماء أو نوبات الدوخة مابين حين وآخر ما يصعب على المختص علاجه فإنه لا يعد ضارا بالصحة. وفي معظم الحالات بعد ضغط الدم الانقباضي الذي ينقص عن 100 ملم من الزئبق ضغطا منخفضا في حدود النطاق السوي لضغط الدم في الجسم. ويقترب ضغط الدم المنخفض عادة بأعراض مهمة أخرى قد تحدث في بعض حالات معينة تستلزم تماما العناية الطبية، ومن هذه الحالات ما يسمى بالصدمة التي تترتب عن إصابة أو نزف، وفي هذه الحالة قد يستلزم الأمر نقل كمية من الدم إلى المصاب لاستعادة ضغط الدم المعتاد إليه. ومن الحالات النادرة التي تتسم بانخفاض ضغط الدم مرض ما يعرف بمرض «إديسون» أو القصور الشديد في نشاط الغدة الرقية، ولكن في هذه الأحوال يكون المرض الإبتدائي من الأعراض المهمة المتعددة الأخرى، مما يجعله مرض انخفاض ضغط الدم عرضا لا أهمية له نسبيا. ويجب أن نعلم أن انخفاض ضغط الدم لا يعتبر مرضا، بل بالعكس فإن الضغط المنخفض سبب رئيسي في الحياة لمدة طويلة، وعليه يجب أن يعمل شئ لرفع ضغط الدم، بل من واجب أن تؤخذ مواد تساعد على تنظيم الضغط فقط، وذلك عندما يعاني أصحاب الضغط المنخفض من الكسل والشعور بالدوخة أو الارتخاء.

### أعراض الإصابة بارتفاع ضغط الدم

لا يشعر أغلب مرضى ارتفاع ضغط الدم بأية أعراض، ولكن من الممكن ظهور أعراض ناتجة عن مضاعفات ارتفاع ضغط الدم، ومن هذه الأعراض:  
- عدم ارتزان وصداغ.  
- زيف أنفي.  
- ألم في مؤخرة الرأس عند الاستيقاظ في الصباح.  
- ألم في الصدر.  
- ضيق في التنفس.  
- اختلال في الوعي والتركيز.



السامة في الدم.

- ضعف في الأطراف.  
- تشنجات.  
- زغللة وضعف في البصر.  
- أما الأعراض والعلامات الأخرى، فتكون ناتجة عموماً عن مضاعفات أو حالات أخرى تؤدي إلى الإصابة بارتفاع ضغط الدم وتتضمن:  
- تعرقاً زائداً.  
- تشنج العضلات.  
- ضعفا عاما.  
- تبولاً بشكل متكرر.  
- خفقان القلب بسرعة.

### اختر غذائك

توصلت أحدث الدراسات الطبية إلى أن النظم الغذائية الصحية هي خط الدفاع الأول لدرء ارتفاع ضغط الدم. وهي تمثل علاجاً أولياً ممتازاً عندما يأخذ ضغط الدم في الارتفاع نحو منطقة حدوث المرض، كما أنها شريك مثالي للأدوية.

ولسوء الحظ، لم يكن من السهل ترجمة الاستراتيجيات الغذائية التي تم اختبارها في الدراسات الإكلينيكية وتحويلها إلى نظم غذائية يمكن اتباعها يوميا. ولكن الطبيبين فرانك أم. ساكس وهنا كامبوس العاملين في قسم التغذية في كلية هارفارد للصحة العمومية قاما بهذه المهمة.

وقد عرضا في 3 يونيو 2010 في مجلة «نيو إنجلاند جورنال أوف ميديسين» جملة من النصائح المدعمة بالأدلة والبراهين حول النظم الغذائية لحالة ضغط الدم المرتفع، إضافة إلى تقديمهما قائمة بالأغذية التي يجب شراؤها أسبوعيا.

- تناول كميات أكثر من الدجاج، والسلمك، والمكسرات، والبقول، وكميات أقل من اللحوم.

- اختر الحليب ومنتجات الألبان قليلة أو منزوعة الدسم بدلاً من الكاملة الدسم.

- تحول إلى تناول الفواكه والخضراوات بدلاً من الوجبات الخفيفة المالحة أو الحلوة، أو الحلويات.

- اختر الخبز والمعكرونة والأغذية الأخرى الغنية بالكربوهيدرات المصنوعة من الحبوب الكاملة بدلاً من تلك المصنوعة من الطحين (الدقيق الأبيض).

- تناول الفاكهة بدلاً من عصير الفاكهة.

- استعمل الدهون غير المشبعة مثل زيتون: الزيتون، والكانولا، وفول الصويا، والفول السوداني، والذرة، وعباد الشمس، بدلا من الزبد، وزيت جوز الهند، أو زيت النخيل.

- اعتمد على المنتجات الغذائية الطازجة أو المجمدة بدلاً من المعلبة والمعالجة صناعيا.

- اختر الأغذية التي تحتوي على القليل من الصوديوم قدر الإمكان؛ استعمل الأعشاب، والبهارات، والخل، وأية إضافات أخرى للطعم، بدلا من الملح.

- لا تهمل وجبات الطعام، حاول أن تتناول ثلث السعرات الحرارية اليومية في وجبة الإفطار.

- إن كنت بحاجة إلى مساعدة، فعليك تدوين كل ما تتناوله يوما بعد يوم لمدة أسبوع، لكي تعرضها على اختصاصي في التغذية.

حقيقي، كما تتغير نسبة الأحماض الأمينية لدى هؤلاء المرضى فور تضع قوائم بالأطعمة المساعدة على خفض ضغط الدم المرتفع.

## عمليات تصفير المعدة أفضل من النظام الغذائي في علاج السكري



واكتشف الأطباء في السابق أن جراحات تصفير المعدة يمكن أن تحسن مستوى الدم في السكر غير أنهم لا يعرفون السر وراء ذلك حتى الآن، حيث أن هذه العملية تحسن نسبة السكر من النوع الثاني بعد وقت قليل من الجراحة وقبل أن ينخفض وزن المرضى بشكل حقيقي، كما تتغير نسبة الأحماض الأمينية لدى هؤلاء المرضى فور خضوعهم للجراحة ويحدث ذلك بصرف النظر عن انخفاض الوزن.

### واشنطن/متابعيات:

كشفت أطباء أمريكيون أن عملية تصفير المعدة تساعد مرضى السكري المصابين بالسمنة المفرطة بشكل أفضل من إتباعهم نظاماً غذائياً. ونقلت وكالة «ب ب أ» الألمانية عن الأطباء، أن النوع الثاني من مرض السكري اختفى بعد إجراء الجراحة لدى ما يصل إلى 80 ٪ من البدناء المصابين بالسكر في حين أن اختفاه كان نادرا بشكل واضح بعد إتباع نظام غذائي لخفض الوزن. وبدأ الأطباء في فهم السبب في ذلك يوما بعد يوم، حيث حللوا مؤخرًا البنات البروتينية والأحماض الأمينية في المعدة لدى أشخاص خضعوا لجراحة تحويل المعدة. وقد تبين للباحثين الذين فحصوا أشخاصاً بدناء مصابين بالنوع الثاني من السكري أيضا وتحول العصارات الهضمية ما يجعل الجسم لا يهضم المواد الدهنية بشكل جيد وبالتالي لا يحولها إلى مخزون على شكل شحوم. ولا يتناول المرضى الذي تجري له هذه العملية سوى العناصر بداية الأمر ويظل معتمدا طوال حياته على تناول كميات غذائية.

## تمييز الطعم يعتمد على حاسة الشم



وأكدت الباحثة المسؤولة عن الدراسة في مركز «مونيل» بفيلا دلفيا «أنا خلقنا نحب الحلو ونكره المر». ووجد الباحثون أن جينا بشريا رئيسيا واحدا يلاحظ النكهات الحلوة، وهو موجود عندنا جميعا، لكن بعض الروابط الجينية القوية مكنت الباحثين من الكشف بدقة عن كيفية رد فعل الأشخاص تجاه بعض مذاقات المره عن طريق النظر في الحمض النووي. ووجد العلماء أن كلاً منا لا يستطيع تمييز رائحة معينة. وأشار الباحثون إلى أننا تعرضنا قبل الولادة لنكهات أطعمة تناولتها أمهاتنا أثناء الحمل، وقد مرت النكهات عبر السائل المحيطة بالجنين وبعدها عبر حليب الرضاعة، لتشكل ربما مؤشرا إلى المولود بأن ما تاكله الأم متوفر وأمن. وأوضح العلماء أن كثيرين يحبون بعض النكهات، لكن البعض الآخر غالبا ما يتعلم أن يحب ما يحبه من حوله، مشددين على دور البيئة المحيطة في هذا السياق. وتبين أن للجنس دورا في حب النكهات، ف60٪ من النساء يحببن الحلويات، في حين أن 60 ٪ من الرجال يحبون الأطعمة المالحة.

### واشنطن/متابعيات:

أكد باحثون أمريكيون أن تمييز الطعم لا يعتمد فقط على براعم الذوق اللسانية بل أيضا على حاسة الشم، إضافة إلى التحسس الكيميائي الذي يخلقه الطعام في الحنجرة، ووجدوا عاملا جينيا مسؤلا عن رد فعل الأشخاص تجاه الأطعمة المره. وذكرت صحيفة واشنطن بوسنت الأمريكية أن الباحثين وجدوا أن حاستي الذوق والشم، إضافة إلى التحسس الكيميائي الذي تحدثه بعض الأطعمة في الحنجرة مثل النعناع والفلفل الحار وزيت الزيتون، كلها ترسل معلومات يحتاجها الدماغ لتمييز النكهات.

## الجوز يحمي القلب ويخفض الكوليسترول



**واشنطن/متابعيات:** أكد باحثون أمريكيون أن تناول كمية صغيرة من الجوز كل يوم يزيد كمية مضادات الأكسدة في الجسم ويخفض معدلات الكوليسترول السيئ ويحمي من أمراض القلب. وأشارت الباحثة إيليا حداد من كلية الصحة العامة في جامعة «لوما ليندا» في كاليفورنيا، إلى أن جوز البقان «نوع أمريكي» يحتوي على عدة أشكال من الفيتامين «ج» المضاد للأكسدة منها «توكوفيرول» و«الجاما توكوفيرول». وتبين أن كمية هذا النوع من مضادات الأكسدة تتضاعف في جسم الإنسان بعد تناول جوز البقان، فيما تنخفض معدلات الكوليستيرول السيئ إلى الثلث، طبقاً لما ورد بجريدة «القدس العربي». وقد نشرت الدراسة في دورية «علم التغذية»، وقالت حداد إن الدراسة تثبت فائدة جوز البقان وتساعد في الحماية من السرطان وأمراض القلب.