مشروبات الطاقة قد تؤدي إلى الفشل الكلوي

حذر المعهد الاتحادي لتقييم المخاطر في برلين من أن الإفراط في تناول مشروبات الطاقة قد تترتب عليه عواقب صحية وخيمة، مثل اضطرابات نظم القلب والتشنجات العضلية والفشل الكلوي.

وأوضح المعهد أن تناول أكثر من نصف لتر من مشروبات الطاقة في غضون 24 ساعة قد يؤدي إلى اضطرابات نظم القلب (الألمانية)

وأضاف المعهد أن هذه المخاطر تحدق بمن يتناول أكثر من نصف لتر من مشروبات الطاقة في غضون 24 ساعة، ولا سيما إذا تم تناولها أثناء ممارسة الرياضة بشكل مكثف.

وأرجع المعهد الألماني خطورة مشروبات الطاقة إلى المواد المنشطة التي تحتوي عليها، مثل الكافيين والتاورين والإينوسيتول والغلوكورونولاكتون، مشيرا إلى أن مادة الكافيين بصفة خاصة لها تأثير سلبي في النظام القلبي الوعائي.

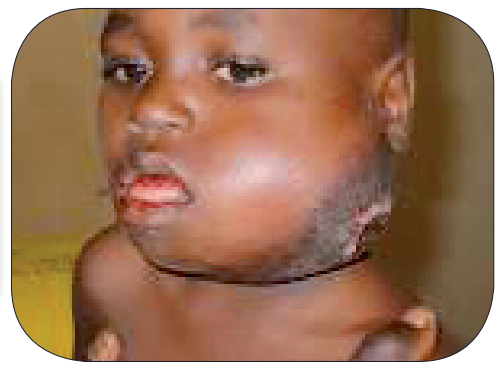
وافادت حصيلة دراسة طبية أميركية جديدة بوجود ارتباط بين استهلاك «مشروبات الطاقة» وارتفاع ضغط الدم أو مخاطر الإصابة بأمراض القلب، حسب ما أورده تقرير لشبكة «إي فلوكس ميديا» العلمية.

أجرى هذه الدراسة فريق بحث طبي بقيادة الدكتور جيمس كالوس، المدير الأول لخدمات رعاية المرضى في مستشفى هنري فورد بمدينة ديترويت، وقدمت نتائجها في فعاليات المؤتمر العلمي السنوي لرابطة طب القلب الأميركية لهذا العام (2007)، الذي انعقد مؤخرا بمدينة أورلاندو بولاية فلوريدا.

شملت الدراسة 15 مشاركاً من المتطوعين الشبان الراشدين الأصحّاء، منهم 8 نساء و7 رجال، وكان متوسط أعمارهم 26 عاما. وخلال إجراء التجربة شهد المشاركون زيادات في معدلات دقات القلب وضغط الدم، التي لم تكن خطرة بحيث تهدد صحتهم.

تحت شعار «تبديد الأساطير الضارة والمفاهيم الخاطئة حول مرض السرطان»

اليمن تحتفل باليوم العالمي للسرطان



السرطان داء خبيث يحصد آلاف الأرواح في اليمن والملايين في العالم

يعد السرطان من أكبر المشكلات الصحية ومن أهم أسباب الوفاة في العالم، فهو مسئول عن نحو 13 % من مجموع الوفيات في العالم، وينشأ من خلية واحدة، ويتم تحول الخلية الطبيعية إلى خلية ورمية في مراحل متعددة، وعادة ما يتم ذلك التحول من آفة محتملة التسرطن إلى أورام خبيثة.(حسب منظمة الصحة العالمية).

وتشير إحصائيات وتقارير المنظمة العالمية إلى أرقام مرعبة، حيث قفز عدد حالات الإصابة بمرض السرطان حول العالم إلى 14 مليون مصاب لهذا العام، وكان العدد في العام 2008 يبلغ 12.7 مليون شخص.

وارتفعت حالات الوفيات إلى 8.2 مليون ويمثل نسبة 53.3 % من الإناث ونحو 10 % من الرجال، وتعزى الزيادة في عدد المصابين بمرض السرطان إلى التغير السريع في نمط الحياة في الدول النامية.

متابعات/ سميرة الماس

خلال حياتنا بعض خلايا الجسم تموت بشكل طبيعي ويقوم الجسم بتعويض ذلك النقص في الخلايا عن طريق الانقسام.

عند الانقسام تقوم الخلية بإنتاج نسخة أخرى من الحامض النووي ثم تنقسم إلى خليتين. هذا ما يحدث في الخلية بشكل مبسط، حيث أن عملية الانقسام أكثر تعقيداً من ذلك.

عادة يحدث انقسام الخلايا بشكل منتظم بحيث يمكن لأجسامنا النمو أو لاستبدال أو إصلاح الأنسجة التالفة. عندما تعمل الخلايا كما هو مخطط لها فإننا نتمتع بصحة جيدة لكن عندما يختل ذلك النظام فإننا نمرض. في حالة السرطان تنمو خلايا غير طبيعية وبدلا من تعويض الخلايا التالفة فقط ، تتكاثر تلك الخلايا بشكل كبير ودون توقف فتطغى على العضو المصاب مشكلة ما يسمى بالورم.

كيف يبدأ السرطان؟

السرطان هو مجموعة من الأمراض (أكثر من 100 مرض) تتشابه في بعض الخصائص فيما بينها، وقد سميت بالسرطان لأن الأوعية الدموية المنتفخة حول الورم تشبه أطراف سرطان البحر. وهذا المرض أو هذه الأمراض تنتج عن خروج الخلية عن السيطرة. يحدث تغير في خلية ما يجعلها تخرج عن نظام التحكم الذي يتحكم في عمل الخلية كما في الخلايا السليمة. يوجد أكثر من نظريه يعزى إليها سبب بداية السرطان في الجسم. الأولى تقول إن خطأ ما حدث في الحامض النووي عند الانقسام وهو ما يسمى بحالة «التبدل» أو mutation . نسبة حدوث خطأ في الحامض النووي عند الانقسام تزيد بتزايد التعرض لمسببات السرطان مثل القطران في دخان السجائر. العديد من هذه الأخطاء باختلاف مسبباتها تحدث في جسم الإنسان إلا أن جهاز المناعة في الجسم يتعرف عليها لاختلافها عن بقية الخلايا ويقوم بتدميرها . أحيانا يفشل جهاز المناعة بالتعرف على هذه الخلايا لتشابهها مع بقية الخلايا فتقوم بالانقسام وتتسبب بوجود السرطان.

إحدى النظريات الحديثة تقول إن السبب هو وجود خلل جيني بسيط لا يمكن لجهاز المناعة من ملاحظته وذلك الخلل مع الوقت يتسبب بخروج الخلية عن السيطرة ومن ثم ظهور السرطان. هذه النظرية تفسر ظهور بعض أنواع الأورام في أكثر من فرد من عائله واحده.

كيف يحدث السرطان؟

يبدأ السرطان بحصول طفرة في الحمض النووي «DNA" في الخلية، والحمض النووي هو الشفرة المسؤولة عن تنظيم نمو الخلية ونشاطها، وحدوث هذا التغير فيها يؤدي إلى تحول الخلية إلى خلية غيرطبيعية.

وهناك عدة عوامل قد تؤدي إلى أو تزيد مخاطر حدوث الطفرات في المادة الوراثية، مثل:

التعرض للمواد الكيميائية المسرطنة.

أشعة الشمس.

الفيروسات والبكتيريا، مثل فيروس الورم الحليمي البشري «HPV".

التقدم في العمر وعملية الشيخوخة.

بعض أنواع السرطانات ترتبط بأنماط الحياة غير الصحية مثل تناول الكثير من الدهنيات والبدانة والخمول.

الخمر والتدخين في بعض أنواع السرطانات.

يمر السرطان خلال نموه بثلاث مراحل رئيسية :

البداية (Initiation):

هذه الخطوة الأولى نحو تكوين الورم حيث يبدأ على مستوى خلية بتغيير بسيط في عملها وطريقة التحكم في هذا العمل المواد التي تسبب هذا البداية تسمى مواد مسرطنة (carcin - gens).

التطور (Progression) :

يتكون الورم عن طريق خلية واحدة ويكون بنجاحها في النمو والانقسام على حساب الخلايا الأخرى ، وفي هذه المرحلة يمكن رؤيته ميكروسكوبيا .

الورم الإكلينيكي (Clinical) :

هنا يكون الورم كبير الحجم وإذا لم يعالج فسيستمر بالنمو وتدمير الأنسجة المجاورة وربما الإنتشار إلى أعضاء بعيدة .

السرطان كما ذكرنا ليس مرضاً واحداً ، هو مجموعة أمراض تختلف باختلاف الخلايا التي ينشأ عنها .وباختلافها عن بعضها فهي تختلف في تصرفاتها فبعضها سريع النمو وآخر بطيء، بعضها سريع في الانتشار وآخر لا ينتشر بسرعة. لكن كل نوع من هذه الأنواع له خواص متشابهه مع اختلاف المرضى.

يختلف علاج السرطان باختلاف نوع الورم أو العضو المصاب. وبشكل عام فالطرق الرئيسية لعلاج أمراض السرطان هي الجراحة وذلك باستئصال العضو أو الأنسجة المصابة، العلاج الإشعاعي باستخدام الأشعة لعلاج الورم، العلاج الكيميائي باستخدام العقاقير الكيميائية ولعلاج الهرموني وذلك باستخدام الهرمونات لبعض أنواع السرطان .

مراحل تدريجية لتحول الخلايا الطبيعية إلى خلايا سرطانية

السرطان هو مجموعة من الأمراض التي تتميز خلاياها بالعدائية Aggressive (وهو النمو والانقسام من غير حدود)، وقدرة هذه الخلايا المنقسمة على غزو Invasion أنسجة مجاورة وتدميرها، أو الانتقال إلى أنسجة بعيدة في عملية نطلق عليها اسم النقيلة. وهذه القدرات هي صفات الورم الخبيث على عكس الورم الحميد، والذي يتميز بنمو محدد وعدم القدرة على الغزو وليس لهُ القدرة على الإنتقال أو التقلية. كما يمكن تطور الورم الحميد إلى سرطان خبيث في بعض الأحيان.

يستطيع السرطان أن يصيب كل المراحل العمرية عند الإنسان حتى الأجنة، ولكنه تزيد مخاطر الإصابة به كلما تقدم الإنسان في العمر.ويسبب السرطان الوفاة بنسبة 13 % من جميع حالات الوفاة ويشير مجتمع السرطان الأمريكي ACS إلى موت 7.6 مليون شخص مريض بالسرطان في العالم في عام 2007 كما يصيب السرطان الإنسان فإن أشكالاً منه تصيب الحيوان والنبات على حد سواء.

في الأغلب، يعزى تحول الخلايا السليمة إلى خلايا سرطانية إلى حدوث تغييرات في المادة الجينية/المورثة. وقد يسبب هذه التغيرات عوامل مسرطنة مثل التدخين، أو الأشعة أو مواد كيميائية أو أمراض مُعدية (كالإصابة بالفيروسات). وهناك أيضا عوامل مشجعة لحدوث السرطان مثل حدوث خطأ عشوائي أو

طفرة في نسخة الحمض النووي (DNA)عند انقسام الخلية، أو بسبب توريث هذا الخطأ أو الطفرة من الخلية الأم.

تحدث التغييرات أو الطفرات الجينية في نوعين من الجينات:

جينات ورمية: وهي جينات فاعلة في حالة الخلية السرطانية لإكساب الخلية خصائص جديدة، مثل الإفراط في النمو والانقسام بكثرة، وتقدم الحماية ضد الاستماتة (الموت الخلوي المبرمج) Apoptosis، وتساعد الخلية السرطانية في النمو في ظروف غير عادية.

مورثات كابحة للورم: وهي جينات يتم توقيفها في حالة الخلية السرطانية لأنها تعارض تكوينه عن طريق تصحيح أي أخطاء في نسخ الحمض النووي، وتراقب الانقسام الخلوي، وتعمل على التحام الخلايا وعدم تنقلها، كما أنها تساعد الجهاز المناعي على حماية النسيج.

يتم تصنيف كل نوع من السرطانات حسب النسيج الذي ينشأ منه السرطان (مكان السرطان Location) وأقرب الخلية سليمة مشابهة للخلية السرطانية (هيستولوجية السرطان - Histo ogy). يحدد تشخيص الحالة المصابة نهائياً عن طريق فحص إخصائي الباثولوجيا لعينة أو خزعة Biopsy مأخوذة من الورم، على الرغم من إمكانية ظهور الأعراض الخبيثة للورم أو رؤيتها بواسطة التصوير الإشعاعي Radiographic.

في الوقت الحالي يتم معالجة معظم أمراض السرطان وقد يتم الشفاء منها، وهذا يعتمد على نوع السرطان، وموقعه، ومرحلته. وعند اكتشاف السرطان، تبدأ معالجته بالجراحة Surgery أو بالعلاج الكيماوي Chemotherapy والإشعاعي - Radiothe apy. بفضل التطورات البحثية، أمكن إنتاج أدوية قادرة على استهداف الخلايا السرطانية بتمييزها على المستوى الجزيئي، مما يقلل من احتمال استهداف الخلايا السليمة.

الأورام التي تنتج عن هذا الخلل نوعان :

الأورام الحميدة (غير سرطانية Benign) :

وهي عادة تكون مغلفة بغشاء وغير قابلة للانتشار ولكن بعضها قد يسبب مشاكل للعضو المصاب خصوصاً إذا كانت كبيرة الحجم وتأثيرها يكون بالضغط على العضو المصاب أو الأعضاء القريبة منها مما يمنعها من العمل بشكل طبيعي. هذه الأورام من الممكن إزالتها بالجراحة أو علاجها بالعقاقير أو الأشعة لتصغير حجمها وذلك كاف للشفاء منها وغالباً لا تعود مرّة ثانيه.

الأورام الخبيثة (سرطانية Malignant) :

وهي موضوع الموقع. الأورام السرطانية تهاجم وتدمر الخلايا والأنسجة المحيطة بها ولها قدرة عالية على الانتشار. وهي تنتشر بثلاث طرق:

انتشار مباشر للأنسجة والأعضاء المحيطة بالعضو المصاب :-

1 -عن طريق الجهاز اللمفاوي .

2 -عن طريق الدم حيث تنفصل خلية (أو خلايا) من الورم السرطاني الأولي Primary وتنتقل عن طريق الجهاز اللمفاوي أو الدم إلى أعضاء أخرى بعيدة حيث تستقر في مكان ما -غالبا أعضاء غنية بالدم مثل الرئة، الكبد أو العقد اللمفاوية- متسببة في نمو أورام سرطانية أخرى تسمى بالأورام الثانوية - Secon ary.

لفتة

المجمع الصحي بمديرية التواهي بحاجة إلى لفتة من قبل الأخ المحافظ ووكيل الصحة بعدن كونه يواجه صعوبات جمة مع تزايد عدد المترددين عليه.

أصحيح هذا ؟!

أن المجمع الطبي لجامعة عدن يفرض رسوم المعاينة والتشخيص الطبي على كل الطلبة المتقدمين ولا يجري لهم الفحوصات الطبية الموضوعة ضمن شروط القبول وصيدليته خالية حتى من المطارش.. أصحيح هذا؟؟؟

المؤسسة الوطنية لمكافحة السرطان
فرع عدن

تبرعوا من أجل حياتهم

4 فبراير
اليوم العالمي للسرطان

للتبرع حساب رقم : بنك التضامن الإسلامي (59595) - بنك سبأ الإسلامي (59595) - البنك اليمني للأنشاء والتعمير (59959)
مصرف اليمن البحرين الشامل (1011000) - بنك التسليف التعاوني و الزراعي (1001771326)
أو عبر مكتب المؤسسة : عدن - خورمكسر - جولة العاقل - أمام فندق ميركيور- تلفون :271967 - جوال : 777182277