

ثعلبة الشعر تتهاوى أمام علاج لأمراض النخاع الشوكي



الذين يعانون من مثل هذا المرض". وأضاف كلاينز أن هذا المرض غير مرتبط بتساقط الشعر الطبيعي الذي يعاني منه الرجال، الذي يعتقد ان سببه هرموني، وهو ما يعني ان الدواء المذكور لن يكون ناجعا في علاج الصلع الطبيعي. وتمكن فريق بحث اميركي في يونيو لأول مرة بواسطة عقار "توفاسيتينيب" المعالج لالتهاب المفاصل الروماتويدي من استعادة شعر شاب بعد معاناة طويلة مع المرض، وهو ما اعتبر خطوة هامة على طريق إيجاد علاج فعال لأمراض الصلع وسقوط الشعر.

ويسبب المرض تساقط الشعر في جزء معين من الرأس أو بمجمله، ومن الصعوبة جدا علاجه والحصول على نتائج ايجابية بسهولة. وفقد الرجال الثلاثة أكثر من ثلث شعر رأسهم بسبب مرض الثعلبة، ولكن بعد تناولهم يوميا الجرعات المحددة من دواء للنخاع الشوكي لمدة خمسة أشهر نما الشعر في المناطق المصابة. ويقول الباحث رافائيل كلاينز "لقد بدأنا نختبر هذا الدواء على مرضى الثعلبة، وإذا جاءت نتائج الاختبارات جيدة دون أن يشكل العقار خطرا على صحة المرضى، فإنه سيحسن حياة ملايين البشر

تمكن علماء اميركيون من إعادة نمو شعر ثلاثة رجال كانوا يعانون من داء الثعلبة، باستخدام اقراص "روكوليتينيب" المستخدمة عادة في علاج أمراض النخاع الشوكي. وتمكن علماء من المركز الطبي لجامعة كولومبيا من تحديد خلايا المناعة المسؤولة عن تساقط الشعر قبل ان يبدأوا سلسلة اختبارات على الفئران المخبرية. ويصيب مرض الثعلبة بصبغات الشعر ولكن لا يؤدي إلى موته ويظهر بشكل مفاجئ، ووجد انه أحيانا يأتي بعد التعرض لوضع نقيس سين كضقدان أحد الأقارب أو الطلاق وغيرها من العوامل النفسية المفاجئة.

قوة عطستك قد تقتلك

العطس .. وسيلة دفاعية دماغية هامة لتخليص المسالك التنفسية من الشوائب ومن أي جسم غريب يدخل عن طريق الأنف، فبمجرد ملامسة الجسم الغريب لبطانة الأنف فإن بطانة الأنف تتنبه بسرعة عجيبة أمره الحجاب الحاجز بصنع شهيق عميق لا إرادي يتبعه زفير عنيف والذي يعرف بالعطس. وبالرغم من هذه الفوائد، كشفت دراسة طبية حديثة أن قوة العطس قد تثقب طبلة الأذن وتقسم الظهر وتودي بحياة الشخص، وذلك بجانب أنه ينشر مئات الجراثيم إذا لم يستخدم منديل على الفم لمنع انتشاره. وأشار البروفسور آدم كاري اختصاصي الجروح الناتجة عن الإصابات الرياضية، إلى أن هناك نوعين مؤذنين من العطس الأول قوي يجعل البدن يرتج في مكانه ويدفع الرأس للانحناء إما إلى الأمام أو الخلف.

مرورة رزق

وأوضح الباحثون أن مرضى الحساسية يشعرون بعدم الراحة حيال النوم والإرهاق والنشاط الجنسي، في حين أن 3% فقط منهم قالوا إن الحساسية لا تؤثر على نومهم، وقال 27% من أفراد العينة إن الحساسية لم تؤثر أبداً على نشاطهم الجنسي، في حين أن 38.8% قالوا إنها تؤثر في نشاطهم الجنسي أحيانا، بينما قال 17% إنها تؤثر بشكل دائم.

ولم تتطرق الدراسة إلى أسباب تأثير الحساسية على نشاطهم الجنسي، غير أن الدكتور بيننجر، أكد أن الإنسان يمكنه توقع أن "الحالة المزمنة للمرض وسيلان الأنف والعطس وقلة التنفس قد تؤثر جميعها في الوصول إلى حالة من الرضا خلال النشاط الجنسي". وأضاف الباحثون أن حتى أبسط أشكال التعبير عن الحميمية، مثل القبلة، قد تتأثر بهذه الأعراض، فكثير من الناس لا يشعرون بأن لديهم الرغبة الجنسية في ظل وجود مثل هذه الأعراض، ولذلك فإنهم يتجنبون أي شكل من أشكال الاحتكاك بالطرف الأخرى. وهناك حكمة من قول الحمد لله بعد العطسة إذ أن القلب يتوقف عن النبض خلال العطس، وتعد العطسة سرعتها 100 كم في الساعة وإذا عطست بشدة من الممكن أن تكسر ضلعا من ضلوعك، وإذا حاولت إيقاف عطسة مفاجئة من الخروج، فإنه يؤدي إلى ارتداد الدم في الرقبة أو الرأس ومن ثم إلى الوفاة، وإذا تركت عينيك مفتوحتين في أثناء العطس من المحتمل أن تخرج من محرجهم.

وأشار الدكتور مايكل بيننجر رئيس معهد الرأس والرقبة في مستشفى كليفلاند الطبي، بولاية أوهايو، إلى أنه إذا لم يكن بإمكانك التنفس بصورة طبيعية، وإذا كنت تعاني من سيلان الأنف، وتواجه حكة في الأنف، وإذا كنت تعاني من العطس وتشعر بالوهن

ودودا محبا للعثرة والأضواء وليس الضوضاء، كما أنه شخص يمكن الاعتماد عليه وجدير بالثقة. أما الثالثة "العطسة الحذرة"، فهي التي يتمتع صاحبها بالوقار والاعتدال في شؤونه، وعادة ما يعمد

النوع الثاني هو العطس الذي يكبته المرء فلا يخرج ويسبب ضغطا هائلا على الرأس وهذا قد يؤدي لتثقب طبلة الأذن وتمزيق الأوعية الدموية وعضلات الرأس وإتلاف الجيوب الأنفية وقد يسبب نزيفا في الدماغ ولكن هذا لا يحدث إلا في حالات نادرة. وأكد الدكتور شوقي إبراهيم زميل كلية الأطباء الملكية بلندن، أنه أثناء العطس، كما في السعال، يخرج رذاذ من الفم، قد يكون محملا بالجراثيم الناقلة للأمراض.

اكتشف بنفسك أسرار جسمك أثناء العطس

أفاد الدكتور عادل إمام أستاذ القلب بأنه أثناء العطسة تتوقف جميع أجهزة الجسم لاسيما التنفسي والهضمي والبولي وكذلك القلب. وأشار إمام إلى أنه برغم أن وقت العطسة ثانية أو جزء من الثانية ويعدها تعاود هذه الأجهزة عمليا إرادة الله لها أن تعمل وكأنه لم يحدث شيء، لذلك كان حمد الله تعالى هو شكر لله على النجاة.

طريقة عطستك تكشف سر شخصيتك

أفادت دراسة بريطانية حديثة بأن العطس ليس مسألة عفوية وإنما يعبر عن شخصية العاطس. وأشارت باثي وود خبيرة الجسد البريطانية، إلى أن العطس ينقسم إلى أربعة أنواع، الأولى تسمى "العطسة الحماسية" وهي العطسة الكبيرة القوية والحيوية، التي تصدر عن الشخصية القيادية الجذابة التي تتوحد بأفكار عظيمة، ومنفتحة اجتماعية ومتفائلة.

أما الثانية "العطسة الراضعة" فهي التي يجتهد صاحبها في خفض صوت العطسة، ويكون شخصا

والإرهاق، فإنك حالتك الجنسية لن تكون على ما يرام.

وأوضح الباحثون أن 83% من الأشخاص الذين يعانون من شكل من أشكال الحساسية المتعلقة بالتهاب الأنف، أفادوا بأن حالتهم الصحية أثرت على نشاطهم الجنسي والحميمي.

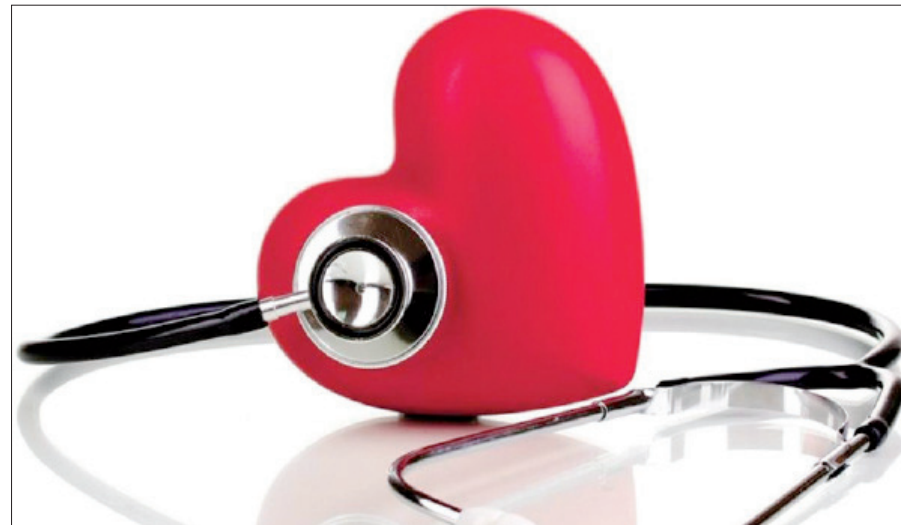
أكد بيننجر أن الصورة العامة لمن يعانون من بعض أنواع الحساسية تقتصر على النظر إليهم باعتبار أنهم لا يرغبون بالخروج في نزهة أو مشاركة أبنائهم ببعض أنشطتهم، ولكن ما لا يعرفه البعض هو أن هذه الحساسية تؤثر في نوعية حياتهم ونشاطهم الجنسي أيضا.

إلى تغطية فمه أثناء العطس بيده أو بمنديل ويكون دقيقا وحذرا وعميقا في تفكيره. أما الرابعة "العطسة الخفية"، وهي ذات الصوت القوي كأنه المدفع، وعادة ما يكون صاحبها سريع الحكم على الأشياء وحاسما في قراراته.

وأخيرا.. العطس مؤشر على ضعف قدرتك الجنسية

توصل الباحثون إلى أن العطس والتنفس الصعب قد يجبحان الرغبة الجنسية.

"أحب جيرانك" .. لحماية قلبك!



والازدحام المروري وسوء نوعية الهواء وانتشار السرقات وتعاطي المخدرات، بحسب معدي الدراسة.

ولإجراء هذه الدراسة، حلل الباحثون من جامعة ميتشغن، بيانات عائدة لـ 52766 شخصا تفوق أعمارهم 50 من دون سجل لمشاكل قلبية في السابق ممن شاركوا في دراسة متواصلة عن الصحة والتقاعد في الولايات المتحدة.

وأشار فريق الباحثين إلى أن اندماج الأشخاص مع جيرانهم قد يساعد على القيام بأنشطة بدنية مثل المشي، ما يساعد على تفادي أمراض القلب.

وأوضحوا معدو الدراسة إلى أنه "في حال توصلت دراسات مستقبلية إلى النتائج عينها، قد يتم اعتماد مقاربات للصحة العامة مرتبطة بالجيرة تركز على الاندماج الاجتماعي بين الجيران".

أظهرت دراسة وجود رابط بين صحة القلب ونوعية العلاقة مع الجيران، إذ إن الأشخاص الذين لديهم جيران جيدون يواجهون مخاطر أقل في الإصابة بنبويات قلبية.

وجاء في بيان أرفق بنتائج الدراسة التي نشرتها مجلة "جورنال أوف ابيديولوجي أند كومونيستي هلت"، "أن يكون لدى الأشخاص جيران جيدون وأن يشعروا بالتواصل مع الآخرين في المجتمع المحلي من شأنه أن يقلص خطر الإصابة بنبوية قلبية".

وتمثل أمراض القلب والأوعية الدموية السبب الأول للوفيات حول العالم، إذ إنها تسببت بوفاة 15 مليون شخص سنة 2010، وفق آخر دراسة لـ غلوبال بوردن أوف ديريزس. وركزت بحوث سابقة تناولت موضوع الرابط بين الجيرة والصحة على الآثار السلبية للناجمة عن عوامل مثل كثافة مطاعم الوجبات السريعة ومستويات العنف والضجيج

فنجان القهوة يتطلب 140 لترا من الماء لزراعة البن!



إذا كنت قد اشتريت بنطالا من الجينز في الأونة الأخيرة أو تناولت قطعة برغم في العشاء ثم اعتبته بفنجان لطيف من القهوة.. فربما لم يخطر ببالك أن تربط ملمس القماش أو راحة الطعام بكمية الماء المستخدمة فيها.

ربما يكون الوقت قد حان لتدبر الأمر. فاعداد فنجان القهوة لا تقتصر على مجرد 125 ملليمترا من الماء تسكبها في الفنجان.. بل إن هناك 140 لترا من الماء تتطلبها زراعة حبات البن المستخدمة في عمله. أما إنتاج قطعة همبرغر واحدة فيحتاج كمية من الماء تزيد 17 مرة عن ذلك، يحتاج 2400 لتر.

وإنتاج كيلوغرام واحد من القطن المستخدم في صناعة بنطال الجينز يحتاج عشرة آلاف لتر من الماء لزراعة القطن والصباغة والغسل.

من هنا كانت أهمية بصمتنا المائية التي تعني الأثر الذي تتركه أنشطتنا على موارد المياه العذبة. فقرارنا الخاص بالأشياء التي نستهلكها يؤثر على موارد المياه في الأماكن التي يجري فيها صنع تلك المنتجات.

وكثير من هذه الأماكن مثل الصين والهند أكبر منتجي القطن في العالم أو منتجي البن مثل كولومبيا ربما تكون تواجه بالفعل مشكلات في المياه.

وقالت روث ماثيوز مديرة شبكة البصمات المائية التي تروج لفكرة ترشيد استهلاك المياه إن الوقت حان للانتباه للأثار المترتبة على الاستهلاك من جانب الأفراد وليس مجرد الشركات الكبرى التي بدأ كثير منها بالفعل في حساب بصماتها المائية. وأضافت في مقابلة هاتفية أجرتها مؤسسة تومسون من هولندا "إذا وصلنا تحسين نوعية حياتنا من خلال كمية السلع التي نستهلكها.. فسيعاني المزيد والمزيد من الناس من ندرة المياه". ويستهلك الفرد في بريطانيا حوالي 150 لترا من الماء يوميا في المتوسط ويرتفع الرقم لأكثر من 4500 لتر يوميا عند حساب كل المياه الخفية". وفي المقابل هناك ما يقرب من 750 مليون نسمة في العالم لا سبيل لهم للوصول للمياه النظيفة.

وقالت ماثيوز "لن يصبح الجميع نباتيين لكن بالإمكان التفكير في تقليل تناول اللحوم يوما في الأسبوع أو التفكير فيما ما إذا كنت تحتاج 20 قميصا قطنيا أم أن عشرة قمصان تكفي أو خمسة".

وأضافت قائلة أن إحداث تغييرات في صنع القرار يمكن أن يساعد آخرين على الحصول على مياه نظيفة.

المضادات الحيوية تزيد خطر الوفاة بأمراض القلب

علم الإحصائيات التطبيقية إلى أنه " طالما أن معدل الوفيات ضعيف جدا، لا اعتقد أن ثمة داعيا للقلق". من ناحيته لفت مايك كنباتون من مؤسسة القلب البريطانية إلى أن مخاطر الكلايرثروميسين على المرضى الذين لديهم بعض مشاكل القلب معروفة، منذ أن الأطباء بضرورة الحذر قبل وصف أي مضادات حيوية.

كذلك تناولت الدراسة الـ «روكسيثروميسين»، وهو مضاد حيوي آخر من عائلة الماكروليدات يستخدم في معالجة التهابات تنفسية وجلدية. وذكر الباحثون المشاركون إلى أنها الدراسة الأولى الواسعة التي تركز على تأثير الماكروليدات على صحة القلب. وأشار كيفن ماكوناوي الأستاذ في

يبقى ضعيفا، وأن الوصفات الطبية يجب ألا تعدل طالما أن هذه النتائج لم تثبتها دراسة أخرى. وينتمي مضاد كلايرثروميسين الحيوي إلى عائلة الماكروليدات المشتقة من الأريثروميسين المستخدمة خصوصا لمعالجة التهابات تنفسية أو جلدية أو لاستئصال الـ «هيليكوباكتر بيلوري» المسؤولة عن قرحة المعدة.

أظهرت دراسة نشرت نتائجها في مجلة «بريتش ميديكال جورنال» البريطانية أن مضاد كلايرثروميسين الحيوي الذي يوصف بشكل كبير لمعالجة التهابات جرثومية شائعة، مثل التهاب اللوزتين أو التهاب الشعب الهوائية يمكن أن يزيد خطر الوفاة بأمراض القلب. وأشار العلماء الدنماركيون الذين أجروا الدراسة إلى أن الخطر المطلق

