

## دراسة: خفض ضغط الدم إلى ما دون المستوى الطبيعي يقلل من حدوث الأزمات القلبية



في أفضل الخيارات العلاجية لبعض مرضاهم، لاسيما من هم فوق 50 عاما من العمر». وحذر الباحثون من أن التحليل النهائي لنتائج هذه الدراسة لم يستكمل بعد وأن الجهات الطبية تعكف على بحث بيانات الدراسة لتحديد ما إذا كان الأمر يتطلب تعديل الممارسات الطبية الحالية. وقال الأطباء، خلال مؤتمر المناقشة هذه الدراسة، إن ضغط الدم الانقباضي 120 و ضغط الدم الانبساطي 80 هو المحيّد، لكن ضغط الدم 140/90 مستهدف بصورة شائعة، وأشاروا إلى عدم وجود توافق حقيقي بين الأطباء في ذلك، وتتراوح أعمار المرضى المشاركين في هذه الدراسة التي جرت بين عامي 2010 و 2013 حول 68 عاما، و 25% منهم فوق سن 75 ممن هم عرضة للإصابة بأمراض القلب والكلية. ولم تتضمن الدراسة من أصيبوا بالسكتة الدماغية أو داء السكري من قبل.

أشارت نتائج مبدئية لدراسة شاملة تُشرف عليها الحكومة الأميركية إلى أن خفض ضغط الدم إلى ما دون المستوى الطبيعي يقلل بصورة كبيرة من حدوث الأزمات القلبية ويخفض من الوفيات الناجمة عن ذلك بين البالغين في سن 50 عاما وما فوق. وفي الدراسة، التي شارك فيها أكثر من 9300 من مرضى ارتفاع ضغط الدم واستخدمت فيها مجموعة من العقاقير لخفض مستوى ضغط الدم التثرياني الانتقاضي إلى 120 من 140، تراجعت مخاطر الإصابة بالأزمات القلبية والسكتة الدماغية واضطراب وظائف القلب بواقع الثلث تقريبا وانخفضت مخاطر الوفاة بواقع الربع تقريبا. وقال جري جيبونز، مدير «المعهد القومي للقلب والرئة والدم» الذي أشرف على الدراسة، في بيان: «تتضمن هذه الدراسة معلومات لإقناع الحياة تهم مقدمي الرعاية الصحية وهم يفكرون

## علماء يتمكنون من ابتكار عقل اصطناعي.. لا ينسى!



البشري. بعد ذلك صمموا جهاز راديو إلكتروني يحتوي على شبكة اصطناعية للأعصاب، يمكنها معالجة الإشارات المرئية والصوتية. حاليا يعمل الفريق العلمي على ابتكار مجمع تقني للروبوتات كمرکز فكري للتوجيه، حيث في نيتهم جعله يعمل كدماغ الإنسان. وحسب موقع روسيا اليوم يقول رئيس الفريق فلاديمير شوميلوف، إن المجموعة «تمكنت من اكتشاف سر الشبكة العصبية للدماغ». هذا الابتكار يمكن الاستفادة منه في علاج مختلف أنواع فقدان الذاكرة التي سببها خلل في الشبكة العصبية أو عدم نشاط أجزاء منها.

تمكن علماء روس وزملاء لهم من خمس دول من ابتكار عقل اصطناعي يتعلم ولا ينسى في خطوة هامة لعلاج أمراض الزهايمر وباركنسون. ابتكر مهندسون من المختبر الدولي في جامعة تومسك الروسية بالاشتراك مع علماء من خمس دول، نموذجا فيزيائيا قادرا على التعلم ذاتيا، سيكون مساعدا للأطباء في علاج أمراض الزهايمر وباركنسون وفقدان الذاكرة وغيرها. هذا العقل الاصطناعي يحاكي العقل البشري في توليد أواصر جديدة بين الخلايا العصبية والغذاء القديمة. حصل الباحثون في البداية على نموذج رياضي ونموذج كمبيوتر للدماغ

## علاج آلام المفاصل بالدفن في الرمال بسيوة

في واحة سيوة التي تبعد نحو 900 كيلومتر عن العاصمة المصرية القاهرة، يقوم بعض السكان بعلاج المرضى الذين يعانون من آلام المفاصل من خلال دفنهم بشكل عميق في رمال ساخنة. هذه الخدمة أصبحت تمثل مصدر دخل لبعض أهل الواحة، حيث تعمل الرمال المنتهية في سيوة كحاضنة للمرضى في الصيف.

بشكل عميق في رمال ساخنة. هذه الخدمة أصبحت تمثل مصدر دخل لبعض أهل الواحة، حيث تعمل الرمال المنتهية في سيوة كحاضنة للمرضى في الصيف.

## يلجأ إليها الكثيرون لإنفاص وزنهم بشكل سريع من دون التحقق من آثارها

# حبوب التخسيس.. ومخاطرها المميتة



لا تقتصر تسمية «عصر السرعة» على التطور والتقدم التكنولوجي فقط، بل بات يطال مختلف نواحي حياتنا، حتى عندما نريد إنفاص وزننا، لم نعد نلجأ إلى الحمية الغذائية الطبيعية والصحية، بل حلت محلها «حبوب التخفيف» السريعة، التي تعدد الإنسان عن عناء الحمية والصبر والوقت الذي تتطلبه. ولكن حبوب التخفيف السحرية التي تفقد الإنسان كيلو غرامات كثيرة في فترة زمنية قياسية، ليست حلا صحيا، ولها أضرار كبيرة قد تكون مميتة في بعض الأحيان. والجدل الذي تثيره حبوب التخفيف لا يقتصر فقط على الناس، ولكن وصل إلى المتخصصين في التغذية حسب ما تقول الأخصائية بيان أحمد التي تضيف «ما يجب التنبيه إليه هو أن ليس كل شيء طبيعيا يعني بالضرورة أنه صحي».

الوفاة أو الدخول في غيبوبة أحيانا.

تشرح اختصاصية التغذية أن «حبوب التخفيف ليست مصنوعة لكل شخص بحسب جسده، بل تعطي للجميع دون الأخذ في الاعتبار مشاكل كل منا الصحية، ودون مراقبتها بممارسة الرياضة واتباع نمط غذاء صحي».

وتختتم: «هناك حبوب تخفيف معترف بها، تخفف امتصاص الدهون، وهي زينيكال XEN-CAL، ويمكن استخدامها في الحالات القصوى والضرورية فقط. يمكن تناول حبة منها واحدة ولفترة قصيرة، لكن يجب تناولها مع فيتامينات، وغير ذلك فكل الحبوب خطيرة».

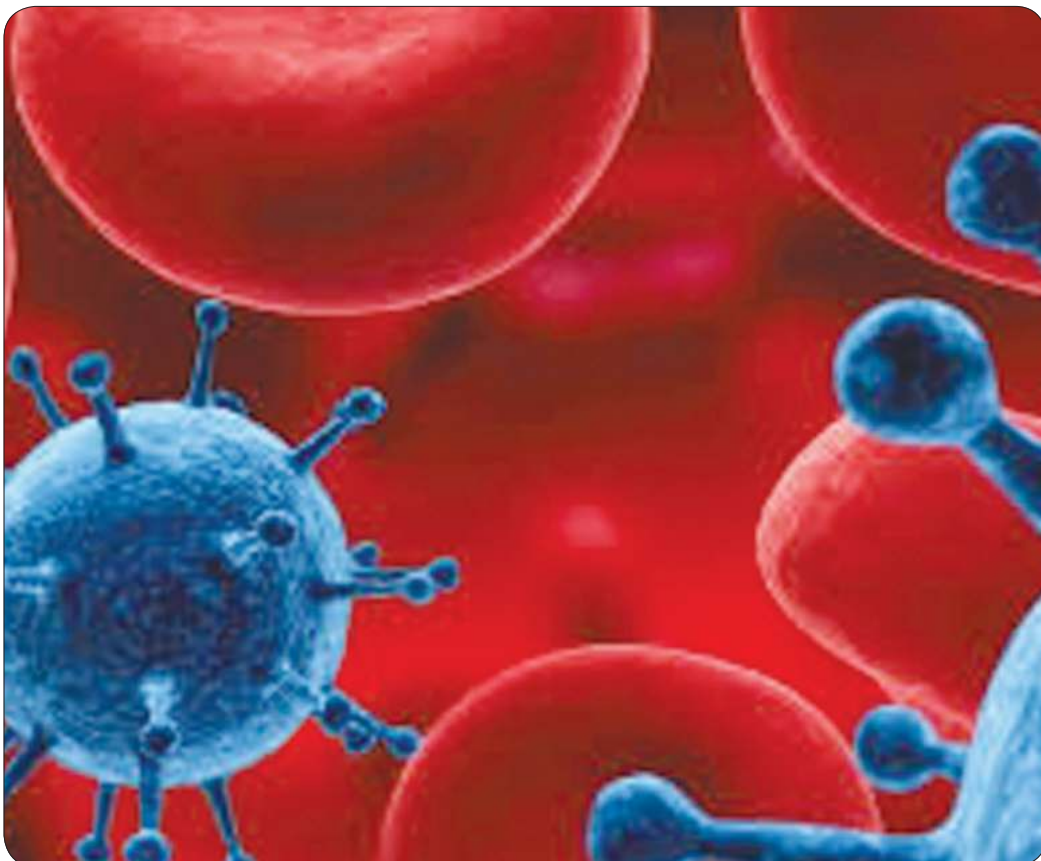
ولها أضرار جانبية، لكن أخف من غيرها، وتكون مذكورة على العبوة. موجة الشراء ما يجب أخذه في الاعتبار عندما نتحدث عن حبوب التخفيف، هو أن جسد كل منا يختلف عن غيره، فلكل إنسان مشاكله الصحية، وطريقة يتفاعل بها جسمه مع الأدوية والأمراض بطريقة مختلفة، لذا من الأفضل أن يترافق تناول هذه الأدوية مع وصفة طبية، إلا أن انتشار أنواع عديدة منها على الإنترنت، جعل الناس يتوافدون إلى شرائها وتناولها بطريقة عشوائية. وقد يكون سعرها المغربي دافعا أساسيا إلى شرائها عبر الإنترنت، ولكنها تسبب وتسرع دقات القلب، وتؤدي إلى اضطراب في معدلات الأيض، ونقص في الفيتامينات المهمة للجسم». لأن هذه الحبوب تمتصها، مثل فيتامينات «أ»، و«د»، و«ج» والمفلت أن أضرار هذه الحبوب لا تقتصر على النفسي أو الجسدي، بل تشمل الناحيتين، ومن المؤكد أنها تضر الكلى وتسبب، على المدى البعيد، القصور الكلوي. كما أنها واحدة من مسببات مرض السرطان على المدى الطويل، بسبب احتوائها على مادة الكروم وغيرها من المواد المسرطنة. وهناك بعض أدوية التخفيف التي يصفها الطبيب وتكون خاصة أنها لا تظهر في مدة قصيرة بل على المدى الطويل، وبعض هذه الحبوب يعطي نتيجة تبهير اللأجج إليها، فلا يهتم بالبحث عن أضرارها، بل يكففي بتناولها وخسارة بين 8 و 10 كغ في شهر واحد أحيانا. ولكن ما هو مجهول لدى الكثيرين هو أن تناول هذه الحبوب لفترة طويلة قد يؤدي إلى الوفاة، إذ أثبتت دراسات كثيرة زيادة معدل الوفيات في أوساط من يتناولون حبوب التخفيف. وتضيف بيان: «من أبرز أضرار هذه الحبوب أنها تخلق عدم توازن في الجهاز العصبي. فتسبب حالات الاكتئاب والصداع والقلق. كما ترفع الضغط

وذكرت أخصائية التغذية في حديث إلى «العربي الجديد» أن أنواع الحبوب متنوعة منها قاطع الشهية، تعمل على زيادة إفرازات هرمونات الشبع في الجسم، وأخرى تعمل على حرق الدهون وترفع الميتابوليزم metabolism. وهناك أنواع أخرى تعمل على زيادة إدرار البول، بالطبع منها ما لا يمتص بالدهون، وهناك أدوية مصنوعة من الأعشاب الطبيعية وهي تؤدي أيضا إلى خسارة الوزن.

### أضرار الحبوب

ولكن إلى جانب النواحي الإيجابية، لهذه الحبوب أضرار لا يعيها الجميع،

## جهاز جديد لعلاج «التسمم الدموي» الفتاك



سرطان البروستاتا وسرطان الثدي والإيدز جميعها أمراض تصيب مئات الآلاف كل عام وقد تؤدي بحياتهم.. لكن التسمم الدموي، وهو حالة قاتلة تؤثر على جهاز المناعة وتسببها العدوى البكتيرية، تقتل أعدادا من البشر تفوق ضحايا جميع الأمراض السابقة مجتمعة. وتقول المعاهد القومية الأميركية للصحة إن أكثر من مليون شخص يعانون من الصدمة العصبية الناتجة عن التسمم الدموي سنويا بالولايات المتحدة، ويروح من 30 إلى 50 في المئة منهم ضحية هذه الحالة.

وأوضح مايك سوير من «معهد ويس» التابع لجامعة هارفارد أنه لا يوجد حتى الآن علاج متخصص للصدمة العصبية الناجمة عن التسمم الدموي، وهو الأمر الذي دفعه هو ورفاقه من العلماء لمحاولة ابتكار جهاز لعلاج هذه الحالة.

وشرح سوير، وهو عالم مرموق في «معهد ويس»: «العلاج المعياري الحالي يتلخص في إعطاء المضادات الحيوية والمحاليل الملحية، لكننا نتحدث هنا عن ضرورة وجود علاج للتسمم الدموي وهو الأمر الذي نفكر إليه».

واعتبر أن ما يinquصه هو أسلوب سريع لتخليص الدم من الكائنات المرضية الخطيرة قبل أن تتسبب في التهاب قاتل قد يدمر الأوعية الدموية ويؤدي إلى توقف وظائف أعضاء الجسم وأجهزته المختلفة. ولذا، لجأ الباحثون إلى منظومة لترشيح الدم من خلال خاصية

والإمسك بها ثم إرجاع الدم الذي تم تطهيره إلى المريض». وكشف أن من تجري عليهم هذه التجارب الآن ليسوا سوى حيوانات معملية مثل الجرذان، فيما أُنبتت هذه المنظومة العلاجية نجاحها بنسبة 99 في المئة في مجال تخليص الدم من البكتيريا القاتلة، ويأمل الباحثون بالبداية في تجربة هذا الابتكار على البشر في المستقبل القريب.

خلايا البكتيريا والفطر والكثير من الفيروسات والطفيليات وأيضا الارتباط بالتوكسينات والمواد السامة التي تفرزها الكائنات المرضية». وتابع: «نحن نغلف الجدران الداخلية للأنابيب بهذا البروتين ونمرر الدم الملوث للمريض من خلال مرشح للارتباط بهذه الكائنات المرضية الموجودة بدم المريض وامتصاصها

الضغط الأسموزي بالاستعانة بأنابيب بها مجموعة من الألياف الدقيقة المغلفة بالسلاح السحري الذي ابتكره سوير ألا وهو بروتين يقول عنه سوير: «العجيب الذي يتعلق بهذا البروتين أنه من جهاز المناعة ذاته وبمقدوره الارتباط بالسكريات المكونة لجدار خلايا الكائنات المرضية». وأضاف: «بإمكان هذا النوع من البروتينات الارتباط بجدران