الصباح الصحية
08
إعداد : ياسر السيد
العدد 2907 - السنة العاشرة
الأربعاء 12 صفر 1439 - الموافق 1 نوفمبر 2017
Wednesday 1 November 2017 - No.2907 - 10th Year

مؤسسة بريطانية تصحح معلومات خاطئة عن السرطان منتشرة على «الإنترنت»

«الأناضول»: استعانت مؤسسة خيرية بريطانية لمكافحة مرض السرطان بممرضة، بهدف التصدي للمعلومات المغلوطة المنتشرة عن هذا المرض على صفحات الإنترنت.

وذكرت هيئة الإذاعة البريطانية «بي بي سي»، أمس ، أن المعلومات المغلوطة تسهم في زيادة خوف المرضى، ما يدفعهم للجوء إلى أمور خاطئة علها تساعدهم في الشفاء منه.

وخلصت مؤسسة «ماكميلان كانسر سابورت» إلى أن ثلثي المصابين بالسرطان يبحثون عن معلومات تتعلق بتشخيص حالات الإصابة بالمرض على الإنترنت.

ورصدت المؤسسة أن واحدا من كل 8 مرضى يستعينون بالإنترنت لهذه الغاية، نظرا لعدم فهمهم الكامل لكل ما أخبرهم به الطبيب حول حالتهم.

وقالت الممرضة إيلين ماكباك، إنها تريد تصحيح المعلومات الخاطئة المتداولة على الإنترنت.

وأضافت أنه «بمجرد أن يقول الطبيب كلمة سرطان، سرعان ما يغلق المرضى عقولهم ولا يستقبلون المعلومات التي يقولها لهم، ولذا يذهبون إلى منازلهم ويتحدثون مع أسرهم، ثم يجلسون أمام الإنترنت ويضطربون من كل ما يقرأون».

وأضافت ماكباك أن «هناك معتقدات خاطئة يتم الترويج لها على أنها تعالج السرطان، أولها بيكربونات الصوديوم، حيث يعتقد البعض أن شربها أو تناولها عن طريق الوريد يمكنه علاج السرطان (..) ولا دليل يدعم ذلك».

وأشارت أن «بعض المرضى يعتقدون على نحو مضلل أن السكر يسبب السرطان، ولكن الصحيح هو أن السمنة هي التي تتعلق بالسرطان، وأن استهلاك السكر في حد ذاته لا يزيد المخاطر».

وقالت عيادات «مايو كلينيك» الأمريكية، إن «الممارسات الطبية أشارت إلى أن السكر لا يسهم في سرعة الإصابة بالسرطان، كما أن زيادة السكر في خلايا السرطان لا تساعد في سرعة نمو المرض».

ولفتت إيلين إلى أنها تلقت مكالمة هاتفية في يوم من الأيام من زوجين ذهبا إلى عيادة خارجية ودفعا أموالا كثيرة من أجل العلاج بفيتامين «سي»، بعدما قيل لهما إنه يشفي من السرطان، وكلفتهما الرحلة خارج بلدهما للذهاب إلى العيادة كل ما ادخراه في حياتهما ولم تعد عليهما بأية فائدة».

وقالت إيلين إن ثمة اعتقادا خاطئا بأن كبار السن هم من يصابون بالسرطان فقط لأنه شائع بين كبار السن.

وأضافت أن نصف حالات الإصابة بالسرطان في بريطانيا سنويا تشمل من يتجاوزون سن 70 عاما، «والسبب في ذلك أنه بمرور الوقت تتلف خلايا أجسامنا وهذا التلف ينتج عنه السرطان، لكن الإحصاءات رصدت زيادة إصابة الشباب في العقود الأخيرة».

وقالت إيلين إن المرضى يعتقدون أن أسماك القرش لا تصاب بالسرطان لذا يستخدمون غضاريفها لمكافحة المرض أو الشفاء منه، لكن تشير دراسات إلى أنه لا دليل يدعم ذلك، ولم يثبت حتى على فئران المختبرات».

واستطردت إيلين «كانت حقن القهوة الشرجية شائعة لفترة، وظهرت مواقع تروج لإمكانية إجراء تغيير في الأمعاء يمكنه الشفاء من السرطان».

وذكر معهد بحوث السرطان البريطاني أن «حقن القهوة الشرجية ذات صلة كبيرة بالإصابة بعدوى الأمراض الخطيرة والإسهال والإمساك والتهاب القولون أو حتى الوفاة».

وأضافت إيلين أن الأسطورة تدفع الناس إلى السفر مسافات طويلة للاستعانة بعيادات متخصصة «تكلف أموالا كثيرة».

النوم الجيد يقوي خصوبة المرأة

«24» : توصلت دراسة يابانية إلى أن اضطرابات النوم تؤثر على خصوبة المرأة وذلك بعد تحليل نتائج تجارب أجريت على 208 امرأة يعانين من مشاكل في الإنجاب، وجاءت الدراسة لتؤكد ما نشرته أبحاث سابقة ربطت بين النوم والحمل.

وسأل الباحثون في عيادة «هاتابوسا» في مدينة كوبي اليابانية 208 امرأة لملء استبيان لتقييم نوعية نومهن من ناحية معدل عدد ساعات نومهن اليومي ومدى حدوث اضطرابات في النوم خلال الليل، وكم كوبا من الكحول شربوا قبل النوم.

وبناء على نتائج التجارب، قسمت السيدات إلى 3 مجموعات: سيدات لا يواجهن مشكلات أثناء النوم بنسبة 65% وأخريات باضطرابات نوم متوسطة بنسبة 26.8%، ونساء باضطرابات شديدة في النوم وبلغت نسبتهن 8.2%، وفقا لما نقلته اليوم الثلاثاء صحيفة ديلي ميل البريطانية.

وتم تقييم فرص إنجابهن من خلال إجراء عملية تلقيح صناعي بالمختبر، حيث تبين أن النسبة الأدنى لحدوث الإنجاب كانت بين النساء اللواتي تواجهن اضطرابات شديدة في النوم بالمقابل كانت النسبة الأعلى لحدوث الإنجاب للنساء اللواتي ينعمن بنوم جيد.

وتعليقاً على الدراسة، قال البروفيسور ماثيو ووكر، من مركز أبحاث النوم في جامعة بيركلي في كاليفورنيا، الذي لم يشارك في الدراسة، إن النتائج تتفق مع الأبحاث الأخرى السابقة، لافتاً إلى أن النساء اللواتي ينمن أقل من ست ساعات في الليلة يعانين من انخفاض بنسبة 20% في الهرمون المسؤول عن زيادة فرص الإنجاب لدى المرأة.

التدخين غير المباشر يسبب السكري وأمراض الكبد والرئة

«العربية» : التدخين غيرُ المباشر من النوع الثالث هو آثار التصاق الدخان المنبعث من السجائر بالشعر والملابس والمفروشات.

باحثون في جامعة كاليفورنيا كشفوا أن هذا النوع قد يسبب الإصابة بمرض السكري والكبد والرئة ويؤثر بشكل واضح على الدماغ.

فهو قاتل ساكن يحيط بنا دون إدراك ماهيته.. ما يعرف بالنوع الثالث من التدخين له مضار صحية بالغة الخطورة على الإنسان.

فقد كشف باحثون في جامعة «كاليفورنيا» أنه قد يسبب الإصابة بمرض السكري النوع الثاني والكبد والرئة.

وقام فريق البحث بتحليل كيفية تأثر الأشخاص باستنشاق الدخان من ملابس شخص آخر أو شعره أو المفروشات، حيث وجدوا أن للأمر تأثيرا واضحا على الدماغ والكبد.

فعند التعرض للتدخين غير المباشر لمدة شهر واحد عند تجريبه على الفئران، أسفر عن تلف الكبد، وبعد شهرين من الزمن أظهر عند الفئران مقاومة للانسولين بعد التعرض للتدخين غير المباشر على المدى الطويل.

يوصف هذا النوع من التدخين بالسم الخفي، أو القاتل الصامت، حيث يمكن امتصاص الملوثات من خلال الجلد وعبر التنفس.

أوضح الباحثون أن إجراء التجربة لم يتم على البشر بعد، غير انهم نصحوا بالحيطة عند زيارة منازل المدخنين، فسموم دخان السجائر تبقى على الأسقف لسنوات عديدة، وتتحول إلى مواد كيميائية مسرطنة يمكن امتصاصها عن طريق الجلد.

دراسة «مبشرة جداً» عن الإسبرين والسرطان

«سكاي نيوز» : أظهرت دراسة طبية صادرة حديثا، أن أخذ حبوب الأسبرين بشكل منتظم يحمي من الإصابة بمرض السرطان على المدى البعيد.

واستندت الدراسة التي أعدها باحثون صينيون من جامعة هونغ كونغ، إلى بيانات التطور الصحي لعينة من 600 ألف شخص، في محاولة لرصد العلاقة بين الأسبرين والسرطان.

ووجدت الوثيقة العلمية الأكبر من نوعها، أن من دأبوا على أخذ حبة أسبرين كل يوم على مدى سبعة أعوام، كانوا أقل عرضة للإصابة بسرطان الأمعاء بنسبة 47 في المئة.

واكتشفت الدراسة أن مستهلكي الأسبرين، كانت عرضة إصابتهم بسرطان المعدة أقل بـ38 في المئة مقارنة مع الأشخاص الذين تناولوا الدواء بوتيرة أقل.

وفي المنحى نفسه، وجدت الدراسة أن مستهلكي الأسبرين أقل عرضة للإصابة بسرطان البنكرياس بنسبة 34 في المئة، وفق ما نقلت صحيفة «تلغراف» البريطانية.

ويجري استخدام الأسبرين الذي يعرف أيضا بـ« حمض الأسيتيل ساليسيليك» بمثابة مسكن عام للآلام في أغلب دول العالم وجرى استخدامه بمثابة دواء منذ 1899.

الأمم المتحدة: مستويات ثاني أكسيد الكربون زادت بوتيرة قياسية في 2016

«رويترز» : قالت الأمم المتحدة أول أمس إن حجم ثاني أكسيد الكربون في الغلاف الجوي سجل العام الماضي مستوى لم تشهده الأرض منذ ملايين السنين وإن ذلك ساهم على الأرجح في ارتفاع منسوب مياه البحار 20 مترا وارتفاع الحرارة ثلاث درجات مئوية.

وذكرت المنظمة العالمية للأرصاد الجوية التابعة للأمم المتحدة في نشرتها السنوية عن الغازات المسببة لظاهرة الاحتباس الحراري أن تركيز ثاني أكسيد الكربون في الغلاف الجوي سجل 403.3 جزء في المليون مقارنة مع 400 جزء في عام 2015. وثاني أكسيد الكربون أكبر مصدر بشري ضمن العوامل المسببة للاحتباس الحراري.

وقالت النشرة "تركيز ثاني أكسيد الكربون اليوم والبالغ 400 جزء في المليون يتجاوز التباين الطبيعي الذي حدث على مدار مئات الآلاف من السنين".

وتزيد النتائج الأخيرة من أهمية اجتماع في بون بألمانيا الشهر المقبل يشارك فيه وزراء البيئة من مختلف أنحاء العالم لإعداد خطوط إرشادية لاتفاقية باريس للمناخ التي توصلت إليها 196 دولة عام 2015.

ووضع إعلان الرئيس الأمريكي دونالد ترامب اعتزامه سحب بلاده من اتفاقية المناخ ضغوطا على الاتفاقية التي تستهدف عدم زيادة حرارة الأرض عن درجتين فوق مستويات ما قبل الثورة الصناعية.

وقالت المنظمة إن انبعاثات ثاني أكسيد الكربون نتيجة النشاط البشري من مصادر مثل الفحم والنفط والاسمنت وإزالة الغابات وصلت إلى معدل قياسي العام الماضي وإن ظاهرة النينيو المناخية منحت الغاز الضار دفعة إضافية.

كانت آخر مرة وصلت فيها مستويات ثاني أكسيد الكربون إلى 400 جزء في المليون قبل ثلاثة إلى خمسة ملايين عام في منتصف العصر البليوسيني.