

## دراسة : التوتريزيد من انتشار الخلايا السرطانية



أظهرت دراسة طبية جديدة أجريت في أستراليا أن التوتريزيد والإجهاد النفسي يتسبب بانتشار الخلايا السرطانية في جسم المريض، حيث وجد الباحثون أن الضغوط النفسية تؤدي إلى شحن كبير وفائق للأوعية الدموية في الجسم بما يعزز من حركة الخلايا السرطانية ويزيد من انتشار المرض في الجسم. ووجد العلماء أن الهرمونات التي تنتج عن الإجهاد والتوتر النفسي تزيد من الخلايا السرطانية في «النظام اللمفاوي» الذي يقوم بدوره بنقل هذه الخلايا إلى أماكن جديدة، بما يؤدي إلى انتشار المرض في جسم الإنسان. وتم التوصل إلى هذه النتائج بعد أن أجريت التجارب والفحوص على الفئران، إلا أن العلماء قالوا إن هذه النتائج تمثل اختراقاً من شأنه لاحقاً تحديد كيفية السيطرة على مرض السرطان، ومن شأنه المساعدة في التوصل إلى علاجات للمرض. وبهذه النتائج يتعين على الأطباء وذوي المرضى مراعاة الحالة النفسية للمصابين بالسرطان، حيث إن هذا البحث يفيد بأن تدهور الحالة النفسية للمريض وشعوره

بالإجهاد النفسي سوف يؤدي بالضرورة إلى تفاقم المرض، وانتشاره بصورة أوسع في جسم المصاب. وقال العلماء الذين أجروا الدراسة إن بالعديد من الأمراض بما فيها أورام الصدر والبروستات، إلا أن هذا الارتباط ظل طوال الفترة الماضية عبارة عن لغز لم يتمكن الأطباء من تحليله، فيما تعتبر نتائج هذه الدراسة بداية لتفكيك لغز الارتباط بين التوتر النفسي وأمراض السرطان. ونقلت جريدة «ديلي ميرور» البريطانية عن الدكتور إريك سلون، رئيس الفريق البحثي التابع لجامعة «موناش» الأسترالية والذي أجرى الدراسة أن النظام اللمفاوي السرطانية في «النظام اللمفاوي» الذي ينقل جزيئات «ديلي ميرور» البريطانية عن الدكتور إريك سلون، رئيس الفريق البحثي التابع لجامعة «موناش» الأسترالية السرطان، فيما يؤدي إلى انتشار المرض في جسم الإنسان. وتم التوصل إلى هذه النتائج بعد أن أجريت التجارب والفحوص على الفئران، إلا أن العلماء قالوا إن هذه النتائج تمثل اختراقاً من شأنه لاحقاً تحديد كيفية السيطرة على مرض السرطان، ومن شأنه المساعدة في التوصل إلى علاجات للمرض. وبهذه النتائج يتعين على الأطباء وذوي المرضى مراعاة الحالة النفسية للمصابين بالسرطان، حيث إن هذا البحث يفيد بأن تدهور الحالة النفسية للمريض وشعوره

## باحثون : الإسبرين يقي من «السرطان»



أظهرت دراسة أميركية جديدة أن استخدام الأسبرين لفترات طويلة قد يرتبط بتراجع مخاطر الإصابة بسرطان القولون في بقية أنواع السرطان في الجسم. ويعد الأسبرين أحد أشهر الأدوية وأكثرها شعبية وكذلك علاج العديد من الأمراض، وأظهرت دراسة لمستشفى «ماساتشوستس» نشرت في دورية «جاما للأورام» أن استخدام الأسبرين لفترات طويلة يساعد بتراجع مخاطر الإصابة بسرطان القولون وباقي أنواع السرطان، حيث يعمل الأسبرين على إزالة الالتهابات من شتى أعضاء الجسم ويؤثر على إحدى المواد الطبيعية المسؤولة عن أورام القولون، وهو الأمر الذي قد يقلل من احتمالات ظهور باقي الأورام. واستعان الباحثون في دراستهم بـ140 ألف شخص تقريبا، تراوحت متوسطات أعمارهم بين 30 و75 عاما تمت متابعتهم على مدار 32 عاما. وأظهرت نتائج

أظهرت دراسة أميركية جديدة أن استخدام الأسبرين لفترات طويلة قد يرتبط بتراجع مخاطر الإصابة بسرطان القولون في بقية أنواع السرطان في الجسم. ويعد الأسبرين أحد أشهر الأدوية وأكثرها شعبية وكذلك علاج العديد من الأمراض، وأظهرت دراسة لمستشفى «ماساتشوستس» نشرت في دورية «جاما للأورام» أن استخدام الأسبرين لفترات طويلة يساعد بتراجع مخاطر الإصابة بسرطان القولون وباقي أنواع السرطان، حيث يعمل الأسبرين على إزالة الالتهابات من شتى أعضاء الجسم ويؤثر على إحدى المواد الطبيعية المسؤولة عن أورام القولون، وهو الأمر الذي قد يقلل من احتمالات ظهور باقي الأورام. واستعان الباحثون في دراستهم بـ140 ألف شخص تقريبا، تراوحت متوسطات أعمارهم بين 30 و75 عاما تمت متابعتهم على مدار 32 عاما. وأظهرت نتائج

## علاج نقص الكالسيوم



الغني بالكالسيوم الذي يتناوله الإنسان خلال يومه. لا يُنصح بعلاج نقص الكالسيوم عن طريق أخذ مكملات أو أقراص الكالسيوم دون استشارة الطبيب، لأن هذه الطريقة قد تؤدي إلى تناول جرعة زائدة من الكالسيوم، والتي قد تكون مُميّسة في أغلب الأحيان. أسباب نقص الكالسيوم من الأسباب التي تؤدي إلى نقص الكالسيوم عند الإنسان ما يلي: بعض الأمراض التي تصيب الإنسان قد تؤدي إلى نقص الكالسيوم، ومن هذه الأمراض أمراض السرطان، والتهاب البنكرياس، حيث تؤدي إلى انخفاض مستوى الفلورايد، والتي تعمل على نقص الكالسيوم. بعض العمليات الجراحية تؤدي إلى نقص الكالسيوم، كما أن تناول الأدوية مثل مُدرات البول والعلاجات الكيميائية قد تؤثر على امتصاص الكالسيوم الموجود في جسم الإنسان. الشيخوخة وكبر السن، حيث أنه كلما تقدم العمر يستهلك الجسم مخزون الكالسيوم، وبالتالي تكون احتمال الإصابة بهشاشة العظام أو نقص الكالسيوم كبيرة. أمراض الكلى، حيث أنها تؤثر على قدرة الكلى على التخلص من الفضلات التي تتراكم في الدم، مما يؤدي إلى ارتفاع مستويات الكالسيوم في الدم. أمراض الكلى، حيث أنها تؤثر على قدرة الكلى على التخلص من الفضلات التي تتراكم في الدم، مما يؤدي إلى ارتفاع مستويات الكالسيوم في الدم. أمراض الكلى، حيث أنها تؤثر على قدرة الكلى على التخلص من الفضلات التي تتراكم في الدم، مما يؤدي إلى ارتفاع مستويات الكالسيوم في الدم.

يؤدي إلى الإصابة بهشاشة العظام و ترقق العظام. نقص مستوى الكالسيوم في الدم يحدث كأثر جانبي من تأثير الأدوية مثل مُدرات البول، وبعض العلاجات الطبية لأمراض معينة مثل الفشل الكلوي، ولكن لا يحدث هذا النوع بسبب نقص كمية الكالسيوم في النظام الغذائي، فإذا حدث فإن الجسم يأخذ كفايته من مخزون الكالسيوم في العظام للحفاظ على مستويات الكالسيوم الموجودة في الدم لأداء وظائف الجسم الحيوية مثل الأعصاب والعضلات والمخ والقلب. طرق علاج نقص الكالسيوم حل مشاكل نقص الكالسيوم عند الإنسان من خلال تناول الأدوية التي تحتوي على فيتامين د، والتي تعمل على زيادة امتصاص الكالسيوم في الجسم. بعض العمليات الجراحية تؤدي إلى نقص الكالسيوم، كما أن تناول الأدوية مثل مُدرات البول والعلاجات الكيميائية قد تؤثر على امتصاص الكالسيوم الموجود في جسم الإنسان. الشيخوخة وكبر السن، حيث أنه كلما تقدم العمر يستهلك الجسم مخزون الكالسيوم، وبالتالي تكون احتمال الإصابة بهشاشة العظام أو نقص الكالسيوم كبيرة. أمراض الكلى، حيث أنها تؤثر على قدرة الكلى على التخلص من الفضلات التي تتراكم في الدم، مما يؤدي إلى ارتفاع مستويات الكالسيوم في الدم. أمراض الكلى، حيث أنها تؤثر على قدرة الكلى على التخلص من الفضلات التي تتراكم في الدم، مما يؤدي إلى ارتفاع مستويات الكالسيوم في الدم. أمراض الكلى، حيث أنها تؤثر على قدرة الكلى على التخلص من الفضلات التي تتراكم في الدم، مما يؤدي إلى ارتفاع مستويات الكالسيوم في الدم.

يؤدي إلى الإصابة بهشاشة العظام و ترقق العظام. نقص مستوى الكالسيوم في الدم يحدث كأثر جانبي من تأثير الأدوية مثل مُدرات البول، وبعض العلاجات الطبية لأمراض معينة مثل الفشل الكلوي، ولكن لا يحدث هذا النوع بسبب نقص كمية الكالسيوم في النظام الغذائي، فإذا حدث فإن الجسم يأخذ كفايته من مخزون الكالسيوم في العظام للحفاظ على مستويات الكالسيوم الموجودة في الدم لأداء وظائف الجسم الحيوية مثل الأعصاب والعضلات والمخ والقلب. طرق علاج نقص الكالسيوم حل مشاكل نقص الكالسيوم عند الإنسان من خلال تناول الأدوية التي تحتوي على فيتامين د، والتي تعمل على زيادة امتصاص الكالسيوم في الجسم. بعض العمليات الجراحية تؤدي إلى نقص الكالسيوم، كما أن تناول الأدوية مثل مُدرات البول والعلاجات الكيميائية قد تؤثر على امتصاص الكالسيوم الموجود في جسم الإنسان. الشيخوخة وكبر السن، حيث أنه كلما تقدم العمر يستهلك الجسم مخزون الكالسيوم، وبالتالي تكون احتمال الإصابة بهشاشة العظام أو نقص الكالسيوم كبيرة. أمراض الكلى، حيث أنها تؤثر على قدرة الكلى على التخلص من الفضلات التي تتراكم في الدم، مما يؤدي إلى ارتفاع مستويات الكالسيوم في الدم. أمراض الكلى، حيث أنها تؤثر على قدرة الكلى على التخلص من الفضلات التي تتراكم في الدم، مما يؤدي إلى ارتفاع مستويات الكالسيوم في الدم. أمراض الكلى، حيث أنها تؤثر على قدرة الكلى على التخلص من الفضلات التي تتراكم في الدم، مما يؤدي إلى ارتفاع مستويات الكالسيوم في الدم.

## لا تردد في شراء الموز الأسود

الموز.. ينصح الأطباء عادة لمختلف الأمراض، لما له من فوائد صحية تشمل أعضاء جسم الإنسان كافة، حيث يرتكب الموز من عناصر غذائية غنية وفيتامينات وألياف، كما أنه يحوي وبكثرة عنصر البوتاسيوم.

لكن ماذا عن الموز الأسود؟ هناك عادة خاطئة سارية ومتداولة بين الناس، فمنهم من يعتقد أن سواد الموز يعني «عفته»، وأنه أصبح غير صالح للأكل وعلينا رميه، لكن حقيقة الدراسات أثبتت عكس ذلك. حيث ثبت أن هذه البقع البنية تدل فعليا على نضوج الموز، وكما ازداد وجودها زادت نسبة احتوائه على مادة يطلق عليها رمز TNF. وترمز تسمية هذه المادة في اللغة الإنجليزية إلى عبارة Tumor Necrosis Factor، أي «عامل النخر الورمي»، ما يعني أنها مادة محاربة لمرض السرطان وتكون الخلايا غير الطبيعية في أجسامنا. وأعلنت التجارب أن تناول الموز المسود والحصول على كمية كافية مادة TNF من شأنه أن يصد خلايا الورم السرطاني ويحد من نموها وتكاثرها بشكل لافت.



احتمالات الإصابة بالأورام بنسبة 3% تقريبا بين من يتناولون الأسبرين بصفة منتظمة بالنسبة إلى من لا يتعاطونه بصفة دورية. كما تراجعت بنسبة 15% مخاطر الإصابة بسرطان الجهاز الهضمي. أما بالنسبة لسرطان القولون تحديدا فقد تراجع بنسبة 19% بين من يتعاطون الأسبرين بصفة منتظمة. ولم يرتبط الأسبرين بتراجع مخاطر الإصابة بسرطان الصدر والبروستاتا والرتة حتى الآن.

أظهرت نتائج تجارب السرطان، حيث يعمل الأسبرين على إزالة الالتهابات من شتى أعضاء الجسم ويؤثر على إحدى المواد الطبيعية المسؤولة عن أورام القولون، وهو الأمر الذي قد يقلل من احتمالات ظهور باقي الأورام. واستعان الباحثون في دراستهم بـ140 ألف شخص تقريبا، تراوحت متوسطات أعمارهم بين 30 و75 عاما تمت متابعتهم على مدار 32 عاما. وأظهرت نتائج