

ثبت علميا

هؤلاء معرضون لجلطات المخ

أزمات المخ الجراحية مثل جلطات ونزيف المخ تعد ثالث أهم أسباب الوفاة على مستوى العالم ففي كل مليون شخص يصاب حوالي ٢٠٠ حالة كل سنة ، فضلا



عن أنها من أهم الأسباب التي تؤدي إلى الإعاقة والشلل وفقدان النطق والغيوبة .

يمثل هذا النوع من أزمات المخ الجراحية شبعا مخيفا يهدد مجموعة كبيرة من مرضى ارتفاع ضغط الدم والقلب ومرضى السكر والكليستترول والمدخنين ومتعاطي الكحوليات وأنواع الطعام الدسم غير الصحي .

كل كيلو مشي يساوي ..

إن الرجال ما بين ٧١ و ٩٣ عاما الذين يمارسون رياضة المشي لمسافة ثلاثة كيلومترات يوميا يقطعون خطر إصابتهم بالنوبة القلبية بمعدل النصف ، وإن هذه النسبة تزول بمعدل ١٥% مع كل كيلومتر إضافي يمشونه .

جاء هذا في دراسة نشرتها مؤخرا مجلة جمعية القلب الأمريكية التي أوضحت أن رياضة المشي اليومي تساعد في خفض مستوى الكليستترول السيئ أو في رفع مستوى الكليستترول الجيد كما أنها تحمي من اضطرابات دقات القلب وعدم انتظامها ، وتساهم في المحافظة على سيولة الدم وازن نظام التجلط داخل الجسم .



شعبيات

وصفات طبية لعلاج الزكام

الزكام في حقيقته من أمراض الدماغ ، إلا أن الكثيرين جعلوه من أمراض الأنف .. فالزكام يحدث بسبب اندفاع فضلات من الدماغ إلى الأنف ، وقد يكون ذلك بسبب تخفيف ما على الرأس من ملابس فجأة . وقد أجمع الكل على أن الزكام يكون عن برد .. ومن علاماته الصداع ونزول دموع العين وانتفاخ الوجه وحكة الأنف ودغدغته ..

ومن الوصفات التي استخدمت لعلاج الزكام ما يلي ..

١. يحضر ثلاث أوقيات من التين ونصف أوقية من كل من الشبت والكرفس والزعتر والبابونج نصف أوقية .. ثم تطبخ كل هذه بعشرة أمثالها من الماء وتغلى على النار حتى يتبقى الربع فتصفى ويشرب منه .
٢. إذا قليت حبة البركة في زيت الزيتون ثم قطر هذا الزيت في الأنف ، فإنه يشفى الزكام .
٣. شراب التوت إذا شرب فإنه يشفى الزكام .
٤. إذا استخدم الكافور طلاء للأنف والوجه فإنه يشفى الزكام . وهذا كله بإذن الله الشافي .

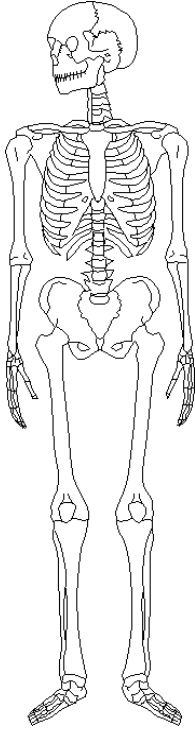
الكبد .. في أرقام

- عدد فصوص الكبد .. اثنان
- عدد أجزاء الكبد .. ثمانية
- عدد خلايا الكبد .. (٢٥٠) بليون خلية
- وزن الكبد .. (١٣٠٠) جرام تقريبا
- كمية الدم التي تصل إلى الكبد كل دقيقة .. لتر ونصف
- عدد الأدوية الطبية المستخدمة والتي من الممكن أن تؤثر على الكبد .. أكثر من ٢٠٠ نوع
- عدد الأمراض التي تصيب الكبد بشكل رئيس .. أكثر من ١٠٠٠ مرض
- مقدار ما تفرزه الكبد من العصارة الصفراوية .. لتر ونصف

يحررها هذا العدد

زكريا بن عبدالله بن محمد بن عبدالرزاق السعيد

الزاوية الطبية



استراحة الزاوية الطبية الموز

يعتبر الموز فاكهة الشتاء الأولى .. لاحتوائه على قدر كبير من الأملاح والفيتامينات والكاربوهيدرات، ويعتبر ذا قيمة عالية خاصة في فصل الشتاء حيث يمنح الجسم الدفء والطاقة والنشاط .

والموز من الفواكه القليلة التي تحتوي على قدر كبير من فيتامين (ج) المضاد لمرض الاسقربوط (نزف اللثة) وهو أيضاً عامل مقو ومضاد للتعب كذلك ، فالموز يحتوي على فيتامين (ب) الضروري لمرض الروماتزم والتهاب الأعصاب .
والموز مفيد جداً للعمال اليدويين الذين

يقومون بأعمال جسيمة مضية ، وكذلك للمسنين من كبار السن ، والحوامل ، فالأملاح والسكر والفيتامينات تمنح الطاقة والنشاط كما يفيد الحديد في علاج فقر الدم ، أما الكالسيوم فضروري لنمو العظام والأسنان .
وأخيراً يجب أن ننوه إلى أن الموز لا يلائم الذين يشكون من البدانة (السمنة) .. والمصابين بالسكر لأن الموز غني بالمواد السكرية كما أنه لا يلائم كذلك المصابين بقرحة المعدة .

أوراق طبية

الحامل والجنين

لكن بعد تجارب طويلة ، أصبح الاهتمام منصبا على أعماق البحار والشواطئ ، بعد أن بينت التجارب العلمية وجود أكثر من مليوني نوع من الأعشاب والكائنات الحية التي لا نعرف عنها سوى التزر القليل حتى الآن ، ويمكن عن طريقها استخراج محاليل ومركبات دوائية كفيلة بالقضاء على أكثر الأمراض انتشاراً وأشدّها فتكاً بالإنسان .

وكمثال بسيط على ذلك فقد تبين أن الطحالب والرخويات والطفيليات والبكتيريا تستخدم جهازاً للدفاع عن نفسها مكوناً من مواد كيميائية لها خصائص علاجية محاربة للجراثيم والفيروسات ومسكنة للأورام والآلام .

كشفت هيئة الأغذية والأدوية الأمريكية أنه يتعين على المرأة الحامل ألا تأكل من الجبن سوى الأنواع المتماسكة ، مثل الجبن الشيدر ، حيث أن الجبن السلّاب يمكن أن يصبح ملوثاً بنوع من البكتيريا يسمى (البكتيريا اللستيرية) . ويشير العلماء إلى أن هذا النوع من البكتيريا يمكن أن يكون ضاراً على الجنين .

البحر .. صيدلية للأمراض المستعصية

حتى وقت قريب كان الأطباء والصيادلة يعتقدون آمالاً كبيرة على غابات الأمازون للعثور على علاج للأمراض المستعصية أو الأعشاب التي تمكنهم من تصنيع الأدوية والعقاقير الطبية .

استشارة طبية

السؤال :

هل الأعشاب مفيد لعلاج السكري ؟
فقد سمعنا مؤخراً أن هناك بعض الأدوية المصنعة من الأعشاب مثل نبات (الدايبسين) الذي توصل إليه طبيب مصري يفيد في علاج السكري، فهل هذه الأدوية فعلاً مفيدة أم لا ؟

الجواب :

إن الأدوية المستخدمة في علاج السكري سواء كانت أعشاباً أو حيوباً لا تقضي على مرض السكر نهائياً كما أنها ليست بديلاً عن الأنسولين لمرض السكر من صغار السن . أما أفضل علاج فهو الحمية أولاً ثم الحمية ثانياً ثم الحمية ثالثاً .. ثم يأتي العلاج الدوائي .
والحمية ليست حرماناً ، بل تقليل وتوزيع . وبالنسبة للأعشاب لا تجبذ من الأطباء ، أما العطارون فدائماً ينصحون بوصفها لبعض الناس والعطار ليس طبيباً .

وفي الطب لا يمكن الاعتماد على الأعشاب لقلتها وندرتها إذا ما قورنت بأعداد المرضى كما أنه لا يمكن تقنينها مثل الحبوب .

وختاماً .. لا يوجد جديد لمرض السكري لأن الجديد لا يزال تحت البحث والتجربة .

الآن

أرسل استشارتك الطبية
إلى الصلة ، لتجد
الإجابة في عدد قادم