

العملية الجراحية المعقدة تسبب تراجع الإدراك

تخدير المريض يضعف ذاكرته



التخدير قبل العملية يؤثر على عمل الدماغ لاحقاً

فقدان الإدراك المعرفي والذاكرة. ويقول برونو فان سوينديرين، وهو أحد مؤلفي الدراسة إنه "بفضل الدراسات السابقة، تمكنا من معرفة أن مادة التخدير العام بما في ذلك دواء البريوفول، تؤثر على نظام النوم في الدماغ، تماماً كما هو حال تأثير الحبوب المنومة". ويضيف سوينديرين أيضاً أن دراسة فريقه أظهرت أن البريوفول يؤثر سلباً على آلية شبكة التواصل بين الخلايا العصبية في جميع أنحاء الدماغ. وفي سياق البحث، تمت دراسة تأثير البريوفول (والذي غالباً ما يستخدم للتخدير العام) على الخلايا الفردية في الجسم الحي وفي المختبر. حيث استخدم المختصون عينات حية من الخلايا العصبية للفئران وذباب الفاكهة. واتضح لهم أن البريوفول يرتبط بالبروتين الرئيسي الذي تستخدمه الخلايا العصبية للتواصل مع بعضها في الدماغ. وهذا كما يقول سوينديرين "يؤدي إلى تدهور التواصل بين الخلايا العصبية في الدماغ، بسبب تعطيله عمل بروتين (سينتاكسيس أي-1) الموجود لدى الحيوانات والبشر، وهذا يؤدي إلى تعطيل التفاعل ما بين خلايا الدماغ وتصبح هذه العملية بطيئة على

المستشفى لدى 5.5 بالمئة من المرضى الذين أجروا عمليات جراحية ولدى 12.7 من هؤلاء الذين تعرضوا لتدخل طبي دقيق غير جراحي. ومع ذلك، تبين أن 2.5 من المشاركين في الاستطلاع والذين لم يواجهوا أي تدخل طبي تعرضوا بدورهم لانخفاض في مهاراتهم المعرفية. وأوضح الباحثون أن خطر تراجع القدرة الإدراكية كان أكبر بمعدل 2.3 عند التدخل الجراحي الدقيق. ولا يعرف الباحثون تحديداً سبب انخفاض الإدراك لدى المشاركين الذين خضعوا للجراحة. وقال ساندنر، في رسالة لرويترز بالبريد الإلكتروني، "من المعروف، بشكل عام، أن التخدير قد يؤثر على الإدراك على المدى الطويل، لكن هذا لم يكن مدعوماً بقوة من قبل الأبحاث الحديثة". وأشارت الدراسات التي أجريت على مدى العقود الماضية إلى أن التخدير يؤدي إلى فقدان الوعي وعدم قدرة أجزاء مختلفة من الدماغ على التفاعل في ما بينها. وعلى ما يبدو فإن تعطيل حركة تبادل المعلومات بين مختلف الأجزاء في القشرة المخية يؤدي إلى "توقف الوعي"، ولكن هذا بدوره يمكن أن يؤدي إلى آثار جانبية غريبة بعد التخدير، مثل

يخشى العلماء أن يفرض بعض المرضى خاصة من المتقدمين في السن إجراء عمليات جراحية كبرى ودقيقة بعد معرفة آثارها البالغة على المخ وبأنها قد تشكل خطراً كبيراً على قدراتهم الإدراكية والمعرفية، كلما زاد سنهم.

نيويورك - تشير دراسة جديدة إلى أن التعرض لجراحة كبرى ودقيقة قد ترتبط بانخفاض طفيف في الأداء الإدراكي عندما تكبر في السن، أي ما يعادل في المتوسط أقل من خمسة أشهر من شيخوخة المخ الطبيعية. وقال الدكتور روبرت ساندنر، الأستاذ المساعد في قسم التخدير في جامعة ويسكونسن ماديسون الأميركية وكبير مؤلفي الدراسة، "تشير بياناتنا إلى أن الجراحة الكبرى ترتبط في المتوسط" بضرية صغيرة للقدرة المعرفية. "وعلى الرغم من وجود خطر مضاعف لاحتلال تراجع المهارات المعرفية، فإن هذا لم يؤثر إلا على عدد صغير من المرضى. ومع ذلك، يجب أن تؤخذ هذه الإمكانية الصغيرة للضرر في الاعتبار عند تقييم الفوائد الصحية المقترحة للجراحة أثناء الموافقة على إجرائها".

قرر ساندنر وزملاؤه إجراء الدراسة لأنهم يخشون أن يتجنب بعض المرضى العمليات الجراحية خشية أن تؤثر على أدائهم المعرفي بعد ذلك.

أوضح الباحثون أنه "على مدى 60 عاماً، كان مصدر القلق الرئيسي هو أن الجراحة قد تكون سبباً في حدوث تغييرات في الإدراك، على المدى الطويل. وقالوا "أشار استطلاعنا الأخير إلى أن 65 بالمئة من العينة التي سألناها قلقون بشأن العجز بعد العملية الجراحية".

التخدير قبل إجراء العملية يؤدي إلى فقدان الوعي وعدم قدرة أجزاء مختلفة من الدماغ على التفاعل في ما بينها

ولإلقاء نظرة فاحصة على حجم هذا الضرر الكبير، راجع الباحثون بيانات من دراسة "وايتهول 2"، التي تابعت أكثر من 10 آلاف موظف بريطاني في الخدمة المدنية منذ أواخر الثمانينات عندما كانت تتراوح أعمارهم بين 35 و55 عاماً. بعد مرور عشر سنوات على الدراسة، طلب من المشاركين أخذ مجموعة من الاختبارات الإدراكية والتي تكررت حتى أربع مرات على مدار السنوات العشر إلى العشرين سنة المقبلة.

الحياة صحة



أشارت كارولينا فيركمايستر إلى أن حقبة الظهر هي الأصح من بين أنواع الحقايب المختلفة للعمود الفقري؛ ونصحت باصطحاب الأغراض الهامة فقط، وتوزيع الوزن بشكل صحيح.



أوضحت الرابطة الألمانية لطباء الأعصاب أن اكتئاب ما بعد الولادة قد يصيب الآباء أيضاً، حيث إنهم قد يشعرون بالحنن أو الإرهاق أو القلق أو تغيرات في أنماط الأكل والنوم.



حذرت جمعية "دي يوهانتير" الألمانية من عمليات جمع الفطر من البراري لأنها لا تخلو من المخاطر، ونصحت باستشارة الطبيب على الفور عند الاشتباه بحدوث حالات تسمم.



أفاد باحثون أن التخلي عن وجبة الإفطار يزيد من المخاطر الصحية، مثل زيادة ضغط الدم والكوليسترول وزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب، خاصة مع وجود الاستعداد الوراثي لها.

زيادة عمر الإنسان مرتبطة بتناول المزيد من الخضروات والمكسرات

العالم، حيث إن عدد الوفيات الناجمة عنها يفوق عدد الوفيات الناجمة عن أي من أسباب الوفيات الأخرى. وأضافت المتعلمة أن نحو 17.3 مليون نسمة يقضون نحبيهم جراء أمراض القلب سنوياً، ما يمثل 30 بالمئة من مجموع الوفيات التي تقع في العالم كل عام، وبحلول عام 2030، من المتوقع وفاة 23 مليون شخص بسبب الأمراض القلبية سنوياً. تجدر الإشارة أيضاً إلى أن دراسة في نيوزيلندا بجامعة (أوتاغو) كانت قد أجريت تحت إشراف مجموعة كبيرة من الأطباء والعلماء بعنوان "مضادات الأكسدة في الفواكه والخضروات تحسن من الحالة المزاجية وتطيل العمر". شارك في الدراسة 171 طالباً تتراوح أعمارهم بين 18 و25 عاماً. تم تقسيم هؤلاء الطلاب إلى مجموعتين، الأولى خضعت لنظام غذائي متكامل ومعتاد، بينما تناولت المجموعة الثانية كمية من الفواكه والخضروات الطازجة. وأكدت نتائج الدراسة أن أفراد المجموعة الثانية التي تناولت الخضروات والفواكه بمعدل حصتين من كل ثمرة، شهدوا حالة من التحسن الشديد في حالتهم النفسية، بمعدل أكبر من أفراد المجموعة الأولى، التي خضعت لنظام غذائي معتاد.

صحيحة "دو غارديان" البريطانية، غير أن نتائج الدراسة الأخيرة، التي شملت أكثر من 135 ألف مشارك من جميع أنحاء العالم، الذين تراوحت أعمارهم بين 35-70 سنة، كشفت أن تناول ما بين 375 إلى 500 غرام من الممكن أن يكون كافياً، وقد تكون موزعة على 3 حصص خلال اليوم، بما لا يقل عن 125 غراماً في كل حصّة. ومن ناحية أخرى، أشار الباحثون إلى أن خطر الوفاة المبكرة يقل في حال زيادة استهلاك الفاكهة والخضروات، غير أن العصائر المعبأة لا تقدم أي فائدة بل على العكس قد تزيد الخطورة بسبب احتوائها على المواد الحافظة والسكريات. كما أكد أندرو منت، أحد الباحثين من جامعة ماكماستر في مدينة هاميلتون بكندا، على أهمية نتائج البحث وحث المسؤولين عن الصحة حول العالم بالتوصية على زيادة استهلاك الخضراوات النيئة والفاكهة كوجبة خفيفة لما تحتويه من فوائد للجسم في الوقاية من أمراض كثيرة والحصول على صحة جيدة والعيش لمدة أطول. تقول منظمة الصحة العالمية إن أمراض القلب والأوعية الدموية تأتي في صدارة أسباب الوفيات في جميع أنحاء

وأضافت الدراسات بأن أصباغاً طبيعية موجودة بأنواع من الفواكه والخضروات، يمكن أن تقلل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية عند تناولها بكميات كبيرة. وفي تقرير نشر في موقع دويتشه فيله الألماني، كشفت دراسة سابقة أن تناول كميات كبيرة من الفواكه والخضروات لا يمنح حماية أكثر من تناول 3 إلى 4 أجزاء منها يومياً.

أصباغ طبيعية موجودة في الفواكه والخضروات، يمكن أن تقلل خطر الإصابة بأمراض القلب عند تناولها بكميات كبيرة

وتوصي منظمة الصحة العالمية حالياً الأفراد بتناول ما لا يقل عن 400 غرام من الفواكه والخضروات والبقوليات مثل البازلاء والفاصوليا يومياً، على الرغم من أن الدراسات الحديثة قد اقترحت ما يصل إلى 800 غرام لدرء خطر السكتة الدماغية وأمراض القلب والموت المبكر. إذ أن الفاكهة والخضروات تحتوي على الألياف ومضادات الأكسدة التي من شأنها أن تصلح تلف الخلايا بحسب ما نشرته

بتناولونها، مقابل الأطعمة التي تعتمد على الحيوانات مثل اللحوم والدواجن. ووجد الباحثون أن الأشخاص الذين يتناولون الأطعمة النباتية بكثرة، كانوا أقل عرضة للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة 16 بالمئة، مثل النوبات القلبية والسكتة الدماغية وفشل القلب، كما أنهم كانوا أقل عرضة بنسبة 32 بالمئة لخطر الوفاة بأمراض القلب والأوعية الدموية، مقارنةً بأولئك الذين يتناولون كمية أقل من الأطعمة النباتية ويكثر من اللحوم. وقال الدكتور كاسي ريبولز، قائد فريق البحث "على الرغم من أنك لست مضطراً للتخلي عن الأطعمة المشتقة من الحيوانات تماماً، لكن دراستنا تشير إلى أن تناول نسبة أكبر من الأطعمة النباتية، ونسبة أقل من اللحوم، قد يساعد على تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب". وأضاف "تؤكد النتائج التي توصلنا إليها أهمية التركيز على النظام الغذائي، ولتقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، يجب على الناس تناول المزيد من الخضروات والمكسرات والحبوب الكاملة والفواكه والبقوليات". وكانت دراسات سابقة أفادت بأن الرجال الذين يكثر من تناول الخضروات الورقية والخضروات والبروتينات والفواكه، أقل عرضة لفقدان الذاكرة وتراجع مهارات التفكير.

والشطن - أفادت دراسة أميركية حديثة بأن تناول الكثير من الأطعمة النباتية يحافظ على صحة القلب ويخفف خطر الوفاة بسبب النوبة القلبية والسكتة الدماغية. الدراسة أجراها باحثون بكلية جونز هوبكنز بلومبرغ للصحة العامة في الولايات المتحدة، ونشروا نتائجها في العدد الأخير من دورية "جورنال أوف نو أميركان هارت أسوسياتيشن" العلمية. وللتوصل إلى نتائج الدراسة، راجع الفريق أنماط الغذاء التي يتناولها أكثر من 10 آلاف شخص من البالغين في منتصف العمر بالولايات المتحدة. وتمت مراقبة المشاركين في الفترة من 1987 إلى 2016، ولم يكن أحد منهم مصاباً بأمراض القلب والأوعية الدموية في بداية الدراسة. واستعرض الباحثون قاعدة بيانات لمعلومات عن تصنيف أنماط أكل المشاركين بحسب نسبة الأطعمة النباتية، كالخضروات والفواكه والبقوليات التي

