

تقنيات جراحة الركبة الحديثة تسرع فترة الشفاء

أن هناك عوامل أخرى تسببت في توقع فترات أطول لاستئناف النشاط ومنها استخدام عصا مساعدة للمشي قبل العملية وآلام ما بعد الجراحة ونطاق الحركة المحدود وعدم الشعور بالأمان عند القيادة والقدرة المحدودة على التحكم في الفرامل.

وأشار الدكتور مايكل أليكسياديس، جراح الورك والركبة في مستشفى الجراحة الخاصة في نيو مدينة نيويورك الذي لم يشارك في الدراسة، إلى أنه لا يلتزم معظم الجراحين بتوصية الانتظار لمدة ستة أسابيع وبدلاً من ذلك يتركون الحرية للمرضى في اتخاذ قرار عودتهم للنشاط والقيادة متى شعروا بقدرتهم على ذلك.

وأضاف "يتردد الكثير من الجراحين في إعطاء المرضى وقتاً محدداً للعودة إلى القيادة". وأوضح أنه كانت هناك حالات تمت فيها مقاضاة الجراحين من قبل المرضى الذين تعرضوا لحوادث بعد استئناف القيادة خلال الفترة الزمنية الموصى بها لهم.

هناك عوامل أخرى تطيل فترة استئناف النشاط ومنها استخدام عصا مساعدة للمشي قبل العملية وآلام ما بعد الجراحة

ووجد فريق روندون أن سبعة مرضى فقط أو 0.7 بالمئة من مجموع المشاركين في الدراسة، تعرضوا لحوادث بعد عودتهم إلى القيادة في غضون 12 أسبوعاً بعد الجراحة، لكن لم تقع إصابات.

ولاحظ الباحثون أن الطريقة الجراحية المستخدمة للمرضى كان لها

تأثير كبير على الوقت المستغرق للعودة إلى القيادة. وعاد المرضى الذين أجريت لهم عمليات جراحية على واجهة الفخذ إلى القيادة في غضون ما يزيد قليلاً عن ثلاثة أسابيع، مقارنة بما يقرب من أربعة أسابيع بين أولئك الذين أجريت لهم عمليات جراحية شملت جانب أو ظهر الفخذ.

و19 مريضاً فقط لم يعودوا إلى القيادة خلال 12 أسبوعاً من الجراحة. وأردف ألكسيدياس "في الواقع، يعود المرضى للنشاط في وقت مبكر أكثر مما ينصح به، لكن السؤال حول ما إذا كانوا مستعدين حقاً للعودة إلى القيادة في تلك الفترة الزمنية لا يزال يتعين الإجابة عليه".



مكان العملية في الورك أو الفخذ يحدد أيضاً سرعة الشفاء

واشنطن - كشف باحثون أميركيون أنه خلافاً للتوصيات الحالية يمكن للمرضى الخاضعين لجراحة استبدال الركبة أو الفخذ أن يستأنفوا الحركة وخاصة القيادة في وقت وجيز يستغرق حوالي أربعة أسابيع.

خلص فريق الدراسة في مجلة الأكاديمية الأميركية لجراحي العظام إلى أن التطورات الحديثة في التقنيات الجراحية والتخدير ساعدت في تسريع وقت إعادة التأهيل. ويتعارض ذلك مع كان يوصي به الأخصائيون سابقاً وهو نصح المرضى بالانتظار لمدة ستة أو ثمانية أسابيع قبل استئناف النشاط وخاصة قيادة السيارة.

وقال الدكتور ألكساندر روندون من معهد روثمان لجراحة العظام بجامعة توماس جيفرسون في فيلادلفيا والذي قاد الدراسة، "لدينا إرشادات وتوصيات لجميع المرضى في ما يتعلق بموعد العودة إلى استئناف القيادة بعد استبدال الركبة أو الفخذ، لكن السبب الحقيقي وراء الدراسة هو أننا نريد بيانات موضوعية، متى يعودون بالفعل ولماذا؟".

وتوصي الإدارة الوطنية لسلامة المرور على الطرق السريعة بفترة انتظار تتراوح من ثلاثة إلى أربعة أسابيع. وقد وجدت بعض الدراسات أن الأمر قد يستغرق من أربعة إلى ثمانية أسابيع حتى يعود التعامل مع الفرامل إلى وضعه الطبيعي كما كان.

ولفحص الوقت الذي يعود فيه المرضى فعلياً إلى القيادة وما هي العوامل التي قد تتنبأ بالتوقيت الفعلي، حلل فريق روندون بيانات 1044 مريضاً.

وخضع جميع المشاركين لجراحة استبدال الركبة أو الفخذ في عام 2017 أو 2018 وملاؤوا مسحراً إلكترونياً كل أسبوعين لمدة ثلاثة أشهر بعد هذا الإجراء.

وتم السماح للمرضى باستئناف القيادة بعد توقفهم عن تناول الأدوية المخصصة لتقليل الألم وتمكنهم من تحريك أرجلهم بشكل مريح، لكن الجراحين لم يحددوا وقتاً زمنياً بعينه يرجعون فيه لقيادة سياراتهم.

وعاد المرضى إلى القيادة بعد 4.4 أسابيع من استبدال الركبة و3.7 أسابيع بعد استبدال مفصل الورك.

وكان الباحثون قد وضعوا الإطار الزمني الأقرب لاستئناف القيادة حوالي 11 يوماً لمن خضعوا لجراحة الركبة و17 يوماً بالنسبة إلى أولئك الذين خضعوا لجراحة الورك.

وتتمت إضافة مجموعة متنوعة من العوامل إلى ذلك الوقت. ووجد العلماء

تدريب المناعة حل لتقبل الحساسية من الفول السوداني

حساسية قاتلة بكمية كبيرة أو صغيرة



تناول كميات صغيرة من الفول السوداني يدرّب المناعة على الاستجابة

التحسسية، بينما تناول الباقي حبوباً بديلة، مع زيادة تركيز البروتين كل أسبوعين لمدة 6 أشهر تحت إشراف طبي و6 أشهر أخرى بمعدل ثابت.

العلماء يعتبرون أن استخدام العلاج المناعي يعد خطوة إيجابية في توفير مستوى من الحماية لم يكن موجوداً من قبل

وكشفت نتائج الدراسة أن 67 بالمئة من المشاركين يمكنهم تحمل 600 ملليغرام على الأقل من بروتين الفول السوداني، وهو ما يعادل حبتين من الفول السوداني دون رد فعل، مقارنةً به 4 بالمئة فقط من أولئك الذين تلقوا العلاج البديل. وأشارت الدراسة إلى أن معدل تحمل بعض الأطفال المشاركين ازداد من 4 إلى 7 حبات فول سوداني.

ومع ذلك حذر فريق الباحثين من أن هذه النتائج لا تعني بالضرورة التوصل لحل سريع، أو أن الأشخاص الذين يعانون من حساسية الفول السوداني سيكونون قادرين على تناوله في أي وقت يريدون، "لكنها بالتأكيد نتائج مبشرة واعدة".

وعرض موقع مايو كلينك الأمريكي تقريراً تناول أعراض حساسية الفول السوداني الخطيرة والشديدة الخطورة التي قد تؤدي إلى الوفاة.

وتحدثت الاستجابة التحسسية لهذا النوع من الأغذية عادة خلال دقائق بعد أكله. ويمكن أن تشمل علامات وأعراض الحساسية سيلان الأنف ورد فعل تحسسي جلدي، مثل الشرى، والاحمرار، والتورم وحكة أو وخز في الفم والحلق أو حولهما ومشكلات الهضم، مثل الإسهال وتشنجات في المعدة والغثيان أو القيء وشد في الحلق وضيق النفس أو الصفير.

وتعد حساسية الفول السوداني السبب الأكثر شيوعاً للإصابة بحساسية البروتينات من الطعام، وهي حالة طوارئ تتطلب العلاج بحقن الإبيغرين (أدريالين) - علاوة على التوجه لقسم الطوارئ.

ومن أكثر علامات وأعراض حساسية البروتينات شيوعاً انقباض مجاري الهواء وتورم الحلق الذي يجعل التنفس صعباً وهبوط حاد في الضغط وينض سريع ونبؤار أو دوخة أو فقدان للوعي.

تقديمه لمرضى الحساسية من الفول السوداني". وظل السؤال ما إذا كان العلاج المناعي يمكن أن يغير الاستجابة للحساسية.

وأردفت "كان بعض المرضى ياملون في أن يتمكنوا من تناول الفول السوداني، لكن هذا فقط سوف يوفر لهم الحماية من مواجهة الأعراض الخطرة". وشددت على أنه من المفيد أن تكون قادراً على إخبار الأشخاص بأن الحماية ستستمر فقط أثناء العلاج المناعي. وأوضحت ألكسندرا أن المراهقين، على سبيل المثال، غير ملتزمين بالعلاج المناعي ويمكنهم التوقف عن تناول الفول السوداني. وهذا يعني أنهم يعرضون أنفسهم لمضاعفات أشد خطورة.

وقالت أزمينة وارنر مديرة الخدمات الكلينيكية في (الارجي يو كاي)، "الخوف من رد الفعل التحسسي الوخيم الذي يهدد الحياة وهو ما يطلق عليه الحساسية المفرطة والقلق والتوتر المرتبط بحساسية الفول السوداني له تأثير خطير على نوعية الحياة".

ولفتت الأخصائية وارنر إلى "أن الحصول على علاجات جديدة لمواجهة مخاطر التعرض للمضاعفات عن طريق تحمل كميات صغيرة من بروتين الفول السوداني يمكن أن يزرع الأمل لدى المتضررين من الحساسية تجاهه.

قد لا يكون هذا علاجاً، ونأمل أن يتم العثور عليه يوم ما، لكن العلاج المناعي يعد خطوة إيجابية في توفير مستوى من الحماية لم يكن موجوداً من قبل".

ويذكر أن دراسة مشتركة أميركية بريطانية سابقة كانت قد توصلت إلى "علاج" ضد حساسية الفول السوداني.

وكشفت صحيفة "الإنديبننت" أن الدراسة اشتركت فيها جامعتا تينيسي الأميركية وكينغز البريطانية، وأن نتائجها تعد الأكبر من نوعها حتى الآن في مجال مقاومة الحساسية.

وشملت الدراسة 496 طفلاً تتراوح أعمارهم بين 4 إلى 17 سنة، ووجدت أن ثلثي الأطفال الذين شاركوا في الدراسة لم يتحملوا تناول 10 حبات من الفول السوداني قبل الدراسة، لكن مستوى تحملهم تحسن بعد خضوعهم للتجربة.

وتلقى ثلثا المشاركين كبسولات تحتوي على جزيء بروتيني وجد في الفول السوداني، المعروف بأنه محفز رئيسي لسردود الفعل

تعد حساسية الفول السوداني مرضاً مميتاً لم يتوصل العلماء إلى حد الآن إيجاد علاج فعال ونهائي له، لكن ذلك لا يعني التوقف نهائياً عن تناوله خشية الوفاة. ويرى العلماء أنه بدل الاستغناء عنه تماماً وهو ما قد يزيد الطين بلة، من الأفضل تناول كميات محدودة منه مع متابعة دقيقة من الأطباء تساعد الجهاز المناعي على التعامل مع استجابة الخلايا له.

لندن - تشير دراسة جديدة إلى أن علاج حساسية الفول السوداني عبر تناول المنتظم لكميات صغيرة منه فعال، لكن شرط أن يكون المريض خاضعاً لبرنامج علاجي متواصل.

فحص فريق من العلماء في كلية كينغز لندن تفاعل خلايا المرضى مع مكونات الفول السوداني ووجدوا أنه لم يكن هناك تغير. وقالوا إن العلاج المناعي يقدم "حماية ولكنه ليس علاجاً" لهذا النوع من الحساسية.

وأكدت مؤسسة "الارجي يو كاي الطبية" أنه على الرغم من ذلك يعد العلاج المناعي "خطوة إيجابية".

ويقدر أن حوالي واحد من كل 50 طفلاً في المملكة المتحدة مصاب بحساسية الفول السوداني.

ويوضح الباحثون أنه لا يوجد علاج. والطريقة الوحيدة التي يمكن لمعظم الناس القيام بها لحماية أنفسهم من الحساسية هي محاولة تجنب الفول السوداني، الأمر الذي قد يكون صعباً ومقيداً وأكثر تعقيداً وخطراً.

وخلال العلاج المناعي، يتم إعطاء الناس كمية صغيرة من المادة التي تسبب لهم الحساسية، مثل الفول السوداني، كل يوم. إنه يعمل عن طريق حث الجهاز المناعي على إنتاج أجسام مضادة تقلل من استجابة الجسم للحساسية، لذلك إذا تعرض شخص ما لكمية صغيرة من الفول السوداني، فبإمكانه أن يتأقلم معها ويكون أقل عرضة لرد فعل خطير.

ويشارك أكثر من 100 شخص في بريطانيا في تجارب العلاج الذي لا يزال غير متوفر لدى الهيئات التابعة للخدمة الصحية الوطنية في المملكة المتحدة.

وفي هذه الدراسة، أراد باحثون من كلية كينغز ومستشفى الأطفال "إفيلينا لندن" أن يربطوا كيفية تصرف الخلايا حتى يتمكنوا من معرفة ما إذا كان المرضى لا يزالون يعانون من الحساسية ويحتاجون إلى مواصلة العلاج أو إذا لم تعد لديهم حساسية ويمكنهم تناول الفول السوداني دون قلق.

وأفادت هيئة الإذاعة البريطانية نقلاً عن مجلة "جورنال أوف الأرجي

الحياة صحة



قال الصيدلاني الألماني أوفه جروبر إن أعراض نقص فيتامين "د" تتمثل في الشعور المستمر بالضعف والإنهاك وتدهور القدرة العضلية وكثرة الإصابة بالعدوى ويرتفع خطر نقصه لدى كبار السن.



قال خبراء التغذية إن الحبوب الكاملة تزرع بالألياف الغذائية التي تحمي من السكري من النوع الثاني وأمراض القلب والأوعية الدموية واضطرابات أيض الدهون وسرطان الأمعاء الغليظة.