

ارتفاع هرمون الذكورة يزيد الأخطار الصحية للنساء مقارنة بالرجال

التستوستيرون قد يسبب سرطانات الثدي وبطانة الرحم والبروستات



كشفت نتائج دراسة حديثة أجراها علماء بريطانيون عن وجود علاقة بين ارتفاع هرمونات الذكورة والإصابة ببعض الأمراض المزمنة والخطيرة وذلك بدرجات متفاوتة لدى الرجال والنساء، ففي حين يزيد خطر الإصابة بالنوع الثاني من السكري لدى النساء نتيجة ارتفاع مستويات التستوستيرون يكون ذلك سببا في انخفاض خطر السكري لدى الرجال، لكن الطرفين معرضان لخطر الإصابة بأنواع معينة من السرطانات من بينها سرطانات الثدي وبطانة الرحم لدى النساء وسرطان البروستات لدى الرجال.

لندن - أكدت نتائج دراسة حديثة، أجرتها جامعة كامبريدج، أن هرمون الذكورة قد يلعب دورا في خطر الإصابة بالأمراض، إذ كشفت الدراسة أن ارتفاع مستويات هرمون الذكورة المعروف باسم "التستوستيرون" يزيد خطر الإصابة لدى النساء بالنوع الثاني من السكري وبعض السرطانات مقارنة بالرجال.

وهذه الدراسة، التي نشرت في مجلة "نيشتر ميديسين" العلمية، هي الأكبر حتى الآن بشأن التنظيم الجيني لمستويات هرمون الذكورة، حيث تم في إطارها تحليل أكثر من 2500 تنوع وراثي مرتبط بمستويات هرمون التستوستيرون وبتواتر مرتبط به، واعتمدت عينة من المشاركين شملت 425 ألف شخص من المملكة المتحدة.

وترتفع مخاطر الإصابة بالسكري من النوع الثاني بنسبة 37 في المئة لدى النساء اللاتي يعانين من هرمون الذكورة العالي لأسباب وراثية، فيما يزيد خطر إصابتهن بمتلازمة المبيض متعدد الكيسات بنسبة 51 في المئة مقارنة ببقية النساء.

وكان الاعتقاد السائد، قبل ظهور نتائج الدراسة الجديدة، أن هرمون التستوستيرون يرتفع لدى النساء نتيجة للإصابة بمتلازمة المبيض متعدد الكيسات وهو اضطراب هرموني يؤثر على الدورة الشهرية.

ووصف الدكتور جون بير، المعد المشارك في الدراسة، النتيجة بأنها "مهمة" لأن التستوستيرون العالي عادة

ما ينظر إليه على أنه نتيجة لمتلازمة المبيض متعدد الكيسات وليس سببا. ووفق نتائج الدراسة يزيد ارتفاع هرمون التستوستيرون من خطر الإصابة بسرطان الثدي وبطانة الرحم لدى النساء.

توخي الحذر ضروري عند تناول مكملات هرمون التستوستيرون والعلاجات المقلدة لهرمونات الذكورة

أما في ما يتعلق بالرجال، فقد بينت الدراسة أن ارتفاع هرمون التستوستيرون يقلل خطر الإصابة

بالرجال بالنوع الثاني من السكري بنسبة 15 في المئة. لكن الباحثين أكدوا استنادا على نتائج الدراسة أن ارتفاع هرمون الذكورة لدى الرجال قد يزيد خطر إصابتهم بسرطان البروستات. ويصف الأطباء الرجال الذين يعانون من انخفاض التستوستيرون بشكل غير طبيعي العلاج بمكملات التستوستيرون.

لكن هذه البدائل العلاجية ليست الخيار الأمثل في الكثير من الحالات، إذ يحذر مسؤولو الصحة البريطانيون من آثارها الجانبية المحتملة مثل ارتفاع خطر الإصابة بسرطان البروستات لدى الرجال وأمراض القلب والسكتة الدماغية.

وشدد العلماء الذين أجروا الدراسة على ضرورة توخي الحذر في استخدام

مستويات الهرمونات مرتبطة بالأمراض

على أن النتائج التي توصل إليها العلماء تؤكد أهمية دراسة الرجال والنساء بشكل منفصل في الأبحاث، إذ رأينا تأثيرات معاكسة لهرمون التستوستيرون على مرض السكري. ويسبب هرمون الأندروجين الزائد علامات جسدية مثل فرط شعر الجسم وهرمون الأندروجين متكون من مجموعة من الهرمونات الذكورية في الجسم من بينها التستوستيرون.

ومن النادر لدى الرجال وجود الكثير من الهرمون الذكوري الطبيعي، وهي مشكلة ترتبط بأمراض الكبد والنوبات القلبية وانخفاض عدد الحيوانات المنوية.

ولم توضح الدراسة الجديدة كيفية تأثير مستويات هرمون التستوستيرون في خطر الإصابة بالأمراض.

مكملات هرمون التستوستيرون أو العلاجات التي تقلل إفراز هرمونات الذكورة بشكل عام. وأعتبر العلماء أن نتائج الدراسة دليل على أهمية دراسة الرجال والنساء بشكل منفصل، في ما يتعلق بهرمون الذكورة وارتباطه بالمرض. وفي حين ينتج الرجال والنساء هرمون الذكورة، إلا أن كمياته ومستوياته تكون مختلفة باختلاف الجنس.

وقالت كاثرين روث، أخصائية علم الوراثة في جامعة إكستر البريطانية، إن "نتائج الدراسة تعطي نظرة فريدة حول التأثيرات المرضية لهرمون التستوستيرون".

وشددت روث، التي شاركت في قيادة فريق البحث الذي أجرى الدراسة،

الجلوس طويلا يعرض المراهقين للاكتئاب

لندن - أظهرت دراسة حديثة أن جلوس المراهقين فترات طويلة يوميا يزيد من احتمال إصابتهم بالاكتئاب. ووفقا لما نقلته صحيفة "ديلي ميل"، الأربعاء، فإن المراهقين الذين يجلسون ساعات يوميا دون حركة يكونون عرضة بصورة أكبر للإصابة بالاكتئاب عند بلوغ سن 18 عاما.

وأوضحت الصحيفة أن كل 60 دقيقة يمضيها المراهق على الأريكة يوميا يزيد احتمال الإصابة باعراض الاكتئاب عند سن الثامنة عشرة بنسبة 10 في المئة.

وقام الباحثون برصد مستويات النشاط لـ 4200 مراهق تتراوح أعمارهم من 12 إلى 16 عاما، ثم قاموا بفحص صحتهم العقلية عند البلوغ.

وأشارت الدراسة إلى أن أي نشاط خفيف يقوم به المراهق يبدو كافيا للتغلب على هذه الآثار، وهو ما يجعل من الضروري أن تشجع الأطفال على القيام بالأعمال اليومية الخفيفة.

وقالت أرون كانولا من كلية لندن الجامعية، في تصريح نقلته عنها الصحيفة، "اكتشفنا أنه ليس فقط النشاط الأكثر كثافة هو الجيد للصحة العقلية، وإنما أيضا أي مستوى من النشاط البدني، يمكن أن يقلل الفترة التي نمضيها ونحن جالسون، ربما يكون مفيدا". وأضافت "علينا أن نشجع الناس من جميع الأعمار على التحرك أكثر، والجلوس أقل، فهذا مفيد لصحتنا النفسية والعقلية".

ومن علامات الاكتئاب عند الأطفال فقدان الاهتمام بأمور كانت تمتعهم في السابق، والإرهاق، والنوم لفترات طويلة، وضعف التركيز، والتردد، وغياب الثقة، وتناول الكثير من الطعام أو القليل منه، وإيذاء النفس.

تصحيح انحناء العمود الفقري ضروري قبل البلوغ

دبي - قال أطباء في مستشفيات ابولو إن العديد من الأطفال يعانون من انحناء في العمود الفقري، مما يؤدي إلى حدوث جف مجهول السبب لدى المراهقين.

ويمكن أن يسبب ذلك تشوهات للصدر والظهر، وقد يصل في حالات إلى التأثير على الجذع، وفي الحالات الحادة يمكن أن يؤدي هذا التشوه أيضا إلى ألم شديد في الظهر ويمكن أن يؤثر على الأداء الطبيعي للقلب والرئتين.

وأوضحت دراسة أن هذا الانحناء المزيج، الذي يظهر على شكل حرف "S" في العمود الفقري، يشاهد عادة لدى الفتيات الصغيرات، اللاتي تتراوح أعمارهن بين 8 و12 عاما.

ومنذ سنوات أصبح هذا النوع من الانحناء يؤثر على 3 في المئة من الأطفال، الذين تتراوح أعمارهم بين 10 و18 عاما. وينصح المرضى، الذين يعانون من شكل خفيف من هذه التشوهات، بتصحيح التشوه قبل الدخول في مرحلة البلوغ، ولكن في حالات التشوه الشديدة يتم إجراء عملية جراحية.

ولتجنب الأساليب التقليدية يوصي الأطباء في مستشفيات ابولو بتصحيح المنحنى المزيج بالحد الأدنى باستخدام تقنية تصحيح الجف الأمامي غير الانصهاري.

وقال الدكتور ساجان كيجد، كبير جراحي العمود الفقري في مستشفيات ابولو، "يتم إجراء العلاج الجراحي بالانصهار التقليدي لمعالجة مشكلة الجف مجهول السبب لدى المراهقين، حيث يتم ربط الشرائح المعدنية بالعمود الفقري، ومن ثم توصيله بقضيبين".



عدم غسل اليدين في المطارات عواقبه وخيمة

في المطارات، كلما قلت حظوظ انتقال العدوى وبالتالي تراجع احتمال تحول العدوى إلى وباء.

وقال كريستوس نيكولايدس، عالم الفيزياء والبيانات من جامعة قبرص، "يغسل 70 في المئة من الأشخاص الذين يذهبون إلى المرحاض أيديهم بعد ذلك. بينما ينظف 30 في المئة الآخرين أيديهم، نصفهم يقومون بذلك بشكل صحيح".

وأكد فريق الدراسة أن غسل اليدين بشكل أفضل في المطارات قد يساعد في دعم جهود منع انتشار عدوى فيروس كورونا المستجد في العالم.

وأكدت الدراسة، التي نشرت مجلة "ساينس الرت" تقريراً حول نتائجها وأهم الملاحظات بشأنها، أنه كلما زاد عدد الأشخاص ذوي الأيدي النظيفة

وحذرت نتائج الدراسة الحديثة من العواقب الوخيمة لعدم غسل اليدين في المطارات. ويمكن أن يكون هذا السلوك مسؤولاً عن انتشار العدوى بسرعة في أنحاء العالم بسبب السفر الجوي، وهو ما يمكن أن يحول بدوره العدوى إلى أوبئة تنتشر في أنحاء العالم بسرعة كبيرة.

ويعتبر ذلك الخبراء أن هذا السلوك يعد "مشكلة كبيرة جدا" باعتبار الكم الهائل من الأشياء التي يمكن أن يلمسها المسافرون بأيديهم في المطارات، بما في ذلك الحواجز والنور واللوحات للمسيرة والأبواب وغيرها.

ورد في الدراسة "تشير نتائج محاكاة إلى أن التحكم من زيادة مستوى نظافة الأيدي في جميع المطارات حول العالم، من 20 إلى 30 في المئة يؤدي إلى تأثير عالمي أصغر بنحو 24 في المئة لأي مرض معد محتمل". وكررت الدراسة "كما أن رفع مستوى نظافة اليدين إلى

نيقوسيا - يحذر الخبراء من خطورة العادات السيئة على صحة الإنسان بالنظر إلى دورها الكبير في نشر الأمراض المعدية، ومن بين هذه العادات عدم غسل اليدين بالماء والصابون، حيث كشفت دراسة حديثة أن 70 في المئة فقط من الأشخاص يغسلون أيديهم بعد الدخول إلى الحمام في المطارات.

ويعتبر ذلك الخبراء أن هذا السلوك يعد "مشكلة كبيرة جدا" باعتبار الكم الهائل من الأشياء التي يمكن أن يلمسها المسافرون بأيديهم في المطارات، بما في ذلك الحواجز والنور واللوحات للمسيرة والأبواب وغيرها.

ورد في الدراسة "تشير نتائج محاكاة إلى أن التحكم من زيادة مستوى نظافة الأيدي في جميع المطارات حول العالم، من 20 إلى 30 في المئة يؤدي إلى تأثير عالمي أصغر بنحو 24 في المئة لأي مرض معد محتمل". وكررت الدراسة "كما أن رفع مستوى نظافة اليدين إلى

رفع مستوى نظافة اليدين إلى 60 في المئة في جميع المطارات سيخفض انتشار العدوى بنسبة 69 في المئة

رفع مستوى نظافة اليدين إلى 60 في المئة في جميع المطارات سيخفض انتشار العدوى بنسبة 69 في المئة

ويعتبر ذلك الخبراء أن هذا السلوك يعد "مشكلة كبيرة جدا" باعتبار الكم الهائل من الأشياء التي يمكن أن يلمسها المسافرون بأيديهم في المطارات، بما في ذلك الحواجز والنور واللوحات للمسيرة والأبواب وغيرها.

ورد في الدراسة "تشير نتائج محاكاة إلى أن التحكم من زيادة مستوى نظافة الأيدي في جميع المطارات حول العالم، من 20 إلى 30 في المئة يؤدي إلى تأثير عالمي أصغر بنحو 24 في المئة لأي مرض معد محتمل". وكررت الدراسة "كما أن رفع مستوى نظافة اليدين إلى



سلوك مسؤول عن مدى انتشار العدوى