

بدانة الطفل ترفع خطر إصابته بالربو

ومن أفضل الاستراتيجيات للتقليل من السمنة في مرحلة الطفولة تحسين عادات الأكل والتمارين الرياضية. كما تساعد معالجة السمنة ومنعها على حماية صحة الطفل في مرحلة الطفولة وفي بقية مراحل حياته.

بارتفاع مؤشر كتلة الجسم ترتفع نسبة النسيج الدهني، ما يزيد من الحمل الواقع على الشعب الهوائية ويرفع خطر الإصابة بالربو

وليس شرطاً أن يكون كل الأطفال ذوي الوزن الزائد مصابين بالسمنة؛ فبعض الأطفال تكون بنيتهم الجسدية أكبر من المتوسط. وعادة ما يكتسب الأطفال كميات مختلفة من دهون الجسم في مختلف مراحل النمو. لذلك قد لا تعرف بمجرد النظر إلى طفلك ما إذا كان الوزن مصدرًا للقلق على صحته أم أنه لا يؤثر القلق. ويعتبر مؤشر كتلة الجسم، الذي يُقوّر معياراً للوزن بالنسبة إلى الطول، المقياس المقبول لزيادة الوزن والسمنة. ويمكن أن يستخدم طبيب الأطفال مخططات النمو ومؤشر كتلة الجسم ويجري فحوصات أخرى إذا لزم الأمر ليساعد الوالدين على معرفة ما إذا كان وزن طفلهما يُسبّب له مشكلات صحية أم لا.

عدوى مرض السل تنتقل بالتنفس

والسل مرض معد يصيب الرئتين في أكثر الأحيان، بسبب بكتيريا تعرف بالمفطرة السليّة أو عصية كوخ، نسبة إلى اسم مكتشفها. وتشير تقديرات منظمة الصحة العالمية إلى أن 1.5 مليون شخص يموتون بسبب السل سنوياً، ما يجعله المرض المعدي الأكثر فتكا (دون احتساب كوفيد - 19). وتلفت المنظمة إلى أن ما يقرب من ربع سكان العالم يصابون بالبكتيريا، إلا أن 5 إلى 15 في المئة فقط من هؤلاء الأشخاص يتطور لديهم المرض، وهم في الأغلب يعيشون في بلدان ذات دخل منخفض إلى متوسط. وتشير الدراسات الطبية إلى أنه بعد الإصابة بجراثومة السل قد يظهر المرض بصورة مرض أولي ونشط مباشرة، وهذا يحدث لدى 10 في المئة من الأشخاص، وقد يبقى في الجسم على هيئة عدوى كامنة تنشط في وقت لاحق، وهذا يحدث لدى 90 في المئة من المصابين.

وقد لا تُحدث العدوى الأولية أي علامات أو أعراض وقد تحدث أعراضا في أحيان أخرى. ومن أعراض السل المبكر الحمى التي تظهر عادة بالتدرج، وتتراوح بين حمى ذات درجة منخفضة وأخرى ذات درجة عالية تصل إلى 39 درجة مئوية، إضافة إلى ألم الصدر الجنبى أو الذي يكون في منتصف الصدر.

أما أعراض السل المبكر الأخرى الأقل شيوعاً فهي الإرهاق والسعال والكم الغصلي والتهاب البلعوم. وقد يبقى المريض المصاب بالعدوى دون أعراض مدة سنتين أو ثلاث أو أكثر، حيث تظهر الأعراض في العادة في نهاية المرض.



السل المرض المعدي الأكثر فتكا

هانوفر (ألمانيا) - حذرت مؤسسة الرئة الألمانية من أن البدانة ترفع خطر إصابة الأطفال بالربو؛ حيث أثبتت الدراسات الطبية وجود صلة مباشرة بين ارتفاع مؤشر كتلة الجسم وخطر الإصابة بالربو لدى الأطفال.

وأوضحت المؤسسة أن مؤشر كتلة الجسم يكون مرتفعاً إذا كان يزيد على 25، مشيرة إلى أنه مع ارتفاع مؤشر كتلة الجسم ترتفع أيضاً نسبة النسيج الدهني الذي يكتف عمليات الالتهاب داخل الجسم ويزيد الحمل الواقع على الشعب الهوائية، وبالتالي يرتفع خطر الإصابة بالربو. وللحيلولة دون حدوث ذلك شددت المؤسسة على أهمية محاربة البدانة لدى الطفل من خلال تعديل نظامه الغذائي، أي الإكثار من الفواكه والخضروات ومنتجات الحبوب الكاملة والإقلال من الدهون والسكريات والوجبات الجاهزة، مع ممارسة رياضات قوة التحمل باعتدال مثل المشي والجري وركوب الدراجات الهوائية والسباحة. وتعد السمنة في مرحلة الطفولة من الحالات الطبية الخطيرة التي يصاب بها الأطفال والمراهقون. فهي بالتحديد مقلقة لأن الوزن الزائد يضع الأطفال عادة على بداية طريق المشكلات الصحية التي كانت تُعد في ما سبق مشكلات خاصة بالبالغين، مثل السكري وارتفاع ضغط الدم وارتفاع الكوليسترول. كما يمكن أن تؤدي السمنة في مرحلة الطفولة إلى عدم تقدير الذات والاكتئاب.

باريس - خلصت دراسة حديثة إلى أن مجرد التنفس قد يكون سبباً رئيسياً لانتقال عدوى السل، ما قد يغير استراتيجيات احتواء هذا المرض التي تركزت تاريخياً على أبرز أعراضه: العطس. ويذكر هذا النقاش بذلك الذي حصل في الأوساط العلمية في بداية جائحة كوفيد - 19؛ ذلك أنه في حال تأكيد فرضية انتقال السل من خلال التنفس، فهذا يعني أن معالجة الأشخاص الذين أصيبوا بالأعراض لا تكفي لوقف تفشي المرض.

المقاربة الجديدة ضد المرض يجب أن تقوم على رصد الأشخاص المصابين بالسل دون انتظار خضوعهم للعلاج

ففي الواقع "يترك هذا الأمر مجالاً لتفشي العدوى بصورة لا يستهان بها قبل خضوع الأشخاص المصابين لأي علاج"، حسب ما أكدته لوكالة فرانس برس أحد معدي الدراسة وهو راين دينكيلي من جامعة كيب تاون في جنوب أفريقيا. وأشار دينكيلي إلى أن المقاربة الجديدة ضد المرض يجب أن تقوم على رصد الأشخاص المصابين بالسل دون انتظار خضوعهم للعلاج.

وقال "إذا كان انتقال العدوى ممكناً في غياب أي أعراض، فإن ذلك يعقد المهمة كثيراً". وقدمت هذه النتائج التي لم تخضع بعد للمراجعة من علماء آخرين، خلال مؤتمر دولي عبر الإنترنت خصص للصحة الرئوية.

جينات الفرد الخاصة مفاتيح العلاج المحتمل لكوفيد - 19

المقاومة الفطرية للفايروس يعكسها التباين السريري بين الأفراد عند العدوى



المناعة الفطرية سلاح بعض الأفراد لمقاومة فايروس كورونا

خاصة البحث عن الخلايا التائية للتأكد من أن الشخص لم يصب في الماضي. وذكر الباحثون أنهم سجلوا بالفعل أكثر من 400 فرد يستوفون معايير الإدراج في مجموعة دراسة مقاومة، مشيرين إلى أن التسجيل التعاوني للمشاركين في الدراسة مستمر، والموضوعات من جميع أنحاء العالم موضع ترحيب. وقال الباحثون إنهم يرون أن الحياة بدأت في بعض الأماكن تعود إلى نسقتها الطبيعي، وذلك بعد توفر اللقاحات والعواقر الواعدة والمزيد من الفهم والوعي بالفايروس. ولكن من المحتمل أن يظل فايروس كورونا معنا لفترة طويلة قادمة، وقد يكون العثور على أشخاص لديهم طريقة وراثية للوقاية من الفايروس نعمة حقيقية لبقيتنا، خاصة إذا ظهرت سلالات جديدة شديدة العدوى. ومن أكثر الأمور غموضاً حول فايروس كورونا الذي مازال يزداد انتشاراً في مختلف أنحاء العالم أن بعض المصابين قد لا تظهر عليهم الأعراض المعروفة للإصابة بالوباء أو قد يصابون بأعراض خفيفة، في حين قد يعاني آخرون من أعراض شديدة وقد تكون قاتلة في بعض الأحيان.

وقد اقترح الباحثون من معرفة السبب، إذ وجد فريق دولي من الباحثين أنه في حالات الإصابة بكوفيد - 19 التي تظهر فيها أعراض شديدة قد يهاجم الجسم أحد دفاعاته المناعية الرئيسية بدلاً من محاربة الفايروس الوبائي. وقد كان معظم هذه الحالات من الرجال، مما ساعد في تفسير سبب إصابة الرجال بالفايروس أكثر من النساء. ويشير بحث منفصل إلى أن الأطفال أفضل حالاً من البالغين بفضل الخلايا المناعية القوية (المستجيب الأول) التي تتضائل كلما تقدمنا في العمر.

الجيئي والمناعة البشرية للمقاومة الفطرية لفايروس كورونا". وعلى الرغم من أنه قد لا يكون لدينا الكثير من المعلومات حول هذه المقاومة الفطرية، إلا أن هذا لا يعني أنها غير موجودة. ولأحظ الباحثون أنه في بعض الأحيان يمكن أن تصاب أسر بأكملها، مع إنقاذ الزوج فقط، بينما كانت هناك تقارير أخرى عن أشخاص تجنبوا بطريقة ما كوفيد - 19 حتى بعد أن كانوا في "خط النار" عدة مرات. وهناك أيضاً بعض الأبحاث الجادة حول هذا الأمر بالفعل، ولكن حتى الآن كشفت النتائج عن اختلافات بسيطة؛ فعلى سبيل المثال تم الإبلاغ في العام الماضي عن أن فصيلة الدم "أو" بدت كأنها تظهر مقاومة طفيفة لعدوى كورونا الشديدة. ثم أُنجِزت دراسات أخرى تبحث في البروتينات مثل مستقبلات ACE2 أو TMEM41B التي يبدو أن الفايروس التاجي يحتاجها إما للدخول أو للتكاثر مرة واحدة داخل الخلية. واقترح الباحثون أننا بحاجة إلى بذل المزيد من الجهد للكشف عن تلك الفئة القليلة من السكان التي قد تكون مقاومة وراثياً لفايروس كورونا.

وكتب الفريق "نقترح استراتيجيات لتحديد وتجنيد وتحليل جيني للأفراد المقاومين بشكل طبيعي لعدوى سارس كوف - 2. نركز أولاً على جهات الاتصال المنزلية غير المصابة بالعدوى من قبل الأشخاص الذين يعانون من أعراض كوفيد - 19. ثم نأخذ في الاعتبار الأفراد المعرضين لحالة مؤشر دون معدات حماية شخصية، لمدة ساعة واحدة على الأقل يومياً، وذلك خلال الأيام 3 - 5 الأولى من الأعراض".

ثم يتم التحقق من ذلك من خلال اختبارات "بي سي آر" السلبية وعمل الدم السلبي بعد أربعة أسابيع من الإصابة،

اكتشف الباحثون أن الجينات الخاصة لدى بعض الأفراد تلعب دوراً أساسياً في حمايتهم من الإصابة بفايروس كورونا، مشيرين إلى أنه كلما تم التعرف على المزيد من هذه الجينات الخاصة والأشخاص الذين يمتلكونها كان ذلك أفضل وفي صالح تطوير الأدوية. وأكد هؤلاء الباحثون أن المناعة الفطرية ساهمت في حماية الأفراد من العدوى بكوفيد - 19، وحتى من أصيبوا كانت الأعراض لديهم خفيفة.

أكاديمية أثينا في ورقة بحثية جديدة "إن إدخال فايروس سارس كوف - 2 إلى مجموعة سكانية، على نطاق عالمي، قد قدم دليلاً آخر على التباين السريري الملحوظ بين الأفراد في سياق العدوى، بدءاً من العدوى عديمة الأعراض وصولاً إلى المرض الذي يهدد الحياة. وتطور فهمنا للفيزيولوجيا المرضية لفايروس كورونا الذي يهدد الحياة بشكل كبير منذ أن وصف المرض لأول مرة في ديسمبر 2019، لكننا مازلنا نعرف القليل جداً عن الأساس



من الأفضل التعرف على المزيد من هذه الجينات الخاصة ، وذلك لتطوير أدوية يمكنها محاكاة الاختلافات الجينية المفيدة

لكن هذا يمكن أن يكون مضراً بالصحة، وفقاً لخبراء صحة المستهلك. وهذا يرجع إلى أن أغلب لعب تعبئة المواد الغذائية البلاستيكية هي أحادية الاستخدام، ما يعني أنها تستخدم لطعام معين ولغرض محدد.

برلين - تبدو بعض عمليات إعادة استخدام عبوات تغليف الغذاء البلاستيكية عملية للوهلة الأولى، فالأعشاب التي تم حصدها من الحديقة والمراد تجميدها ثلاثم عبلة الزبدة بشكل مثالي. ويمكن ملء قوالب مكعبات الثلج الفارغة ببقايا الصابون. لكن هذا يمكن أن يكون مضراً بالصحة، وفقاً لخبراء صحة المستهلك. وهذا يرجع إلى أن أغلب لعب تعبئة المواد الغذائية البلاستيكية هي أحادية الاستخدام، ما يعني أنها تستخدم لطعام معين ولغرض محدد.

ويبدو أن هذا يمكن أن يكون مضراً بالصحة، وفقاً لخبراء صحة المستهلك. وهذا يرجع إلى أن أغلب لعب تعبئة المواد الغذائية البلاستيكية هي أحادية الاستخدام، ما يعني أنها تستخدم لطعام معين ولغرض محدد.

إعادة استخدام عبوات التغليف البلاستيكية مضرّة

ولكن بقية الشورية الساخنة لا تنتمي إلى هذا المكان، ويجب ألا يعاد تسخينها في الميكروويف لأن هذا يمكن أن يتسبب في إطلاق مكونات غير مرغوب فيها في الغذاء. ونفس الأسباب، البلاستيك أحادي الاستخدام ليس مخصصاً لوضعه في غسالة الأطباق والتعرض لدرجات حرارة مرتفعة. وبالمثل، فإن الطعام الملعّب غير المصمم للتجميد يجب ألا يتم تجميده، لكن تجب إزالته من عبوته ووضعه في كيس التجميد. والحاويات المصنوعة من الزجاج أو البورسلين التي يمكن

وينوه المركز البافاري لاستشارات المستهلك في ألمانيا بأنه إذا ما جرى استخدام عبلة التعبئة لشيء آخر، يعرض المرء نفسه لخطر تلوث طعامه بالمواد المتواجدة في البلاستيك. وأظهرت الدراسات في السنوات الأخيرة أنه يمكن العثور على آثار للبلاستيك في براز الإنسان بعد تناول بعض المنتجات المعلبة في البلاستيك، بينما تتلوث الأعضاء الداخلية للإنسان بلدائن البلاستيك الدقيقة. ويمكن بالطبع إعادة ملء قالب مكعبات الثلج بمحتوى آخر، لأن هذا هو الغرض المصنعة من أجله.

استخدام عبوات تغليف الغذاء البلاستيكية عملية للوهلة الأولى، فالأعشاب التي تم حصدها من الحديقة والمراد تجميدها ثلاثم عبلة الزبدة بشكل مثالي. ويمكن ملء قوالب مكعبات الثلج الفارغة ببقايا الصابون. لكن هذا يمكن أن يكون مضراً بالصحة، وفقاً لخبراء صحة المستهلك. وهذا يرجع إلى أن أغلب لعب تعبئة المواد الغذائية البلاستيكية هي أحادية الاستخدام، ما يعني أنها تستخدم لطعام معين ولغرض محدد.

استخدام عبوات تغليف الغذاء البلاستيكية عملية للوهلة الأولى، فالأعشاب التي تم حصدها من الحديقة والمراد تجميدها ثلاثم عبلة الزبدة بشكل مثالي. ويمكن ملء قوالب مكعبات الثلج الفارغة ببقايا الصابون. لكن هذا يمكن أن يكون مضراً بالصحة، وفقاً لخبراء صحة المستهلك. وهذا يرجع إلى أن أغلب لعب تعبئة المواد الغذائية البلاستيكية هي أحادية الاستخدام، ما يعني أنها تستخدم لطعام معين ولغرض محدد.