

# أمراض الحساسية تهاجم جسم الإنسان

هناك علاقة بين بعض الأمراض الوبائية في العالم وبين فصول السنة المختلفة، فمنها ما ينعش في فصل الصيف، مثل: الكوليرا، والتيفو، والدوسنتاريا، ومنها ما يظهر في فصل الشتاء، مثل: التهاب الرئوي، والإنفلونزا، ومنها ما يزيد نسبيته مع فصل الربيع، مثل: الحساسية، والربو الربيعي، والحساسية القرمزية، وتتأثر صحة الإنسان بكل عناصر المناخ، ولكن بصورة متفاوتة، وهذا ما أكده الدكتور مجدي بدران عضو الجمعية المصرية للحساسية والمناعة، أن معدلات الحساسية بأقوالها المختلفة تتزايد مع فصول شمس النسيم نتيجة لوجود التغيرات المناخية المصاحبة لحدوثه والمتعلقة في اختلاف درجات الحرارة والرطوبة وهبوب الرياح الحاملة بالأتربة وجيوب اللقاح.

وأشار بدران إلى أن جيوب اللقاح منتشرة حالياً في الهواء ولا يرى بعضها بالعين المجردة، لذا فإنها تخترق الفراغات تحت الأبواب والنوافذ وتسقط على الملابس والشعر والكتب والصحف والحيوانات المنزلية وتدخل البيوت عند فتح الشبابيك والأبواب ويكون أعلى تركيز لها من الساعة العاشرة صباحاً وحتى الظهر. وأوضح بدران أنه في بعض البلاد مثل مصر يستمر انتشار حبوب اللقاح طوال العام محدثة حساسية على مدى أشهر السنة فيما تختلف الفترة الزمنية لانتشارها حسب الموقع الجغرافي للبلد وطبيعة النبات، وأضاف بدران: أن حبوب اللقاح تسبب ٦٠٪ من حساسية العين والأنف والصر والجد وأن كل حبة منها قادرة على الطيران لمسافة ١٦٠ كيلومترا من مصدرها وتدفعها الرياح السريعة لأعلى بعيداً، وأكد بدران أن مواليد فصلي الشتاء والخريف هم الأكثر عرضة للإصابة بحساسية الصدر فيما بعد، مشيراً إلى أن التعرض المبكر للأطفال

الأنف وارتداء نظارة واقية تحمي العين وغسيل الوجه والشعر والأنف عند الدخول إلى المنزل.

**ماهية الحساسية**

الحساسية بمعناها البسيط هي كل الأعراض التي تظهر على الإنسان نتيجة التعرض لحوادث المواد المفترضة أنها مواد طبيعية، كتناول بعض الفواكه والأطعمة كالموز والفراولة والمالجو والأسماك والسنبلين، الخ، والأجسام الضدية الإستهدافية هي المادة البروتينية المعينة التي يتمتع أي شخص بحساسية تجاهها، كما أن وجود مادة الأجسام الضدية الإستهدافية هذه في الجسم يسبب سلسلة من التفاعلات الكيميائية في نظام المناعة ما يؤدي إلى ظهور علامات وأعراض معينة، والميل للإصابة بالحساسية هو حالة وراثية ولكن مرض الحساسية الفعلي غير وراثي.

**أسباب أمراض الحساسية**

يمكن أن تحدث ردود فعل الحساسية في نظام المناعة نتيجة للأسباب التالية:

عن طريق المواد التي يتم تناولها بالغذاء ومنها مادتان أساسيتان وهما الطعام والأدوية، والمواد التي يتم استنشاقها مثل المواد البروتينية التي يتم استنشاقها من الأنف أو من الفم، وهناك أنواع مختلفة من الأجسام الضدية الإستهدافية المستنشقة - اللقاح - العفن - إفرازات الحيوانات - العلة الغبارية المنزلية والحساسية بالتلامس - حيث تدخل هذه في الجسم يسبب سلسلة من التفاعلات الكيميائية في نظام المناعة ما يؤدي إلى ظهور علامات وأعراض معينة، والميل للإصابة بالحساسية هو حالة وراثية ولكن مرض الحساسية الفعلي غير وراثي.

وهناك عوامل أخرى مثل العوامل غير المحددة التي قد تؤدي إلى تفاقم شدة الحساسية وتشمل تغيرات الطقس والحرارة والبرودة والرطوبة وتغيرات الضغط الجوي والتلوثات واستنشاق دخان التبغ المنبعث من المدخنين الآخرين.

**حساسية الأنف**

لحدوث الحساسية يجب توفر عاملان:

- أولهما وجود شخص ذو قابلية جسمانية للإصابة بالحساسية.
- وثانيهما وجود العناصر المسببة للحساسية في المحيط الخارجي لذلك الشخص، ويوصف مثل هؤلاء الأشخاص بأن لديهم فرط حساسي وراثي وعند تعرض الواحد منهم لعنصر مسبب للحساسية مثل طلع الزهور مثلا فإن جهاز المناعة لديه يقوم بإفراز أجسام مضادة تتلاحم

مع العناصر المسببة للحساسية وتلتصق بخلايا الأنف ويؤدي ذلك إلى إفرازات من أهمها مادة "الهستامين"، وهذه الإفرازات هي المسؤولة عن ظهور أعراض حساسية الأنف.

**ما هي أعراض حساسية الأنف؟**

- العطاس مرات عديدة.
- نزول إفرازات مائية وفيرة من الأنف.
- انسداد الأنف والتنفس عن طريق الفم.
- أكلان أو حكة بالأنف أو الحلق أو الأذنين

وقد يصاحب هذه الأعراض حكة بالعينين مع احمرارهما ونزول الدموع.

- فقدان حاسة الشم.
- التهاب الحلق نتيجة للتنفس عن طريق الفم.

علما بأنه ليس من الضروري أن تحدث كل تلك الأعراض مجتمعة عند كل مريض مصاب بالحساسية.

**إدمان**

**إدمان الكحول "عدوى"**

يبدل من يرافقون أشخاصاً يفرطون في شرب الكحول إلى السير على خطاهم وشرب كميات أكبر مما كانوا يفعلون من قبل، والعكس صحيح، أفاد موقع "هيلث داي نيوز" الأميركي أن دراسة جديدة أظهرت أن المرء يتأثر بمحيطه في ما يتعلق بشرب الكحول ففإن هم يحاطون بشاربي الكحول يفرطون بالشرب، في حين أن من يعيش في محيط فيه أسدقاء وأقارب من غير شاربي الكحول لا يستهلكونه بدورهم، وقال المسؤل الرئيسي عن الدراسة الدكتور نيلز ورتوكويست من قسم الطب النفسي وسياسة الرعاية الصحية في مستشفى سانتامونيكا الأميركية أن شرب الناس للكحول ليس على سبيل الصدفة، والأمير لا يتعلق فقط بالتاريخ العائلي والوضع الجيني.

ويشار إلى أن معدي الدراسة جمعوا بيانات عن أكثر من ١٢٠٠ شخص وطلب منهم الإجابة على أسئلة بشأن مدى استهلاكهم للكحول والشبكات الاجتماعية التي دخلوا إليها طوال ٣٠ سنة، وتبين أن الأشخاص الذين لديهم أسدقاء أو أقارب يفرطون في شرب الكحول هم ٥٠٪ أكثر عرضة لشرب كميات كبيرة من الكحول مقارنة مع أشخاص ليسوا على صلة بمفرط من الشرب، كما بينت الدراسة أنهم ٣٦٪ أكثر عرضة لشرب كميات أكبر من الكحول إذا كان أحد أسدقاء صديقهم أو صديقتهم يفرط في الشرب.

**اختراعات**

**ابتكار امرأة آتية تقوم بعمل الممرضة**

تمكن علماء يابانيون من ابتكار روبوت جديد يحاكي شكل الأنثى، يعترف إجراء تجارب عليه تؤهله للقيام بدور التمريض في أحد المستشفيات.

وأعد البروفيسور هيروشي ايشيجورو المتخصص في مجال تصنيع الروبوت بجامعة اوساكا اليابانية من خلال عرضة لنموذج الروبوت عن سروره لتمكته من ابتكار امرأة آتية قادرة على القيام بمجموعة وضعت أقرب إلى الطبيعة من نماذج السابقة، طبقاً ما ورد بجريدة "القبس الكويتية"، وخلال تقديم النموذج اجتمعت المرأة الآتية صاحبة الشعر الطويل والبنّي والتي ارتدت تنورة سوداء، وعقدت حاجبها أيضاً كتعبير عن الاستياء مقلدة سيدة حقيقية في عهدها الثاني لعبت دور "الموويل" قبالتها، وكانت تعابير وجه السيدة تسجل من خلال كاميرا وتنقل عبر إشارات إلكترونية إلى المرأة الآتية. يذكر أن هيروشي أنجز من قبله عائلة من الرجال الآتين ذات وجود بشرية من بينها نسخة طبق الأصل عنه.



## تصفح الانترنت من دون كمبيوتر

الإسبانية من دون وجود كمبيوتر مثل تطبيقات تتيح إمكانية ترك رسائل لباقي أفراد الأسرة.

أزاحت شركة إيسر للإلكترونيات والسفارات عن شاشة كمبيوتر جديدة مزودة بخاصية الشبكات المحلية اللاسلكية "ديلو لان"، فضلاً عن وصلة إنترنت خاصة بها مما يغني متصفح الشبكة "ديلو لان" فضلاً عن وصلة إنترنت خاصة بها مما

أزاحت شركة إيسر للإلكترونيات والسفارات عن شاشة كمبيوتر جديدة مزودة بخاصية الشبكات المحلية اللاسلكية "ديلو لان"، فضلاً عن وصلة إنترنت خاصة بها مما يغني متصفح الشبكة "ديلو لان" فضلاً عن وصلة إنترنت خاصة بها مما

## إطلاق طاقم أمريكي-روسي الى المحطة الفضائية الدولية

الإطلاق الى المحطة على متن مركباتها الفضائية "سويوز" بعد ان تحيل ادارة الطيران والفضاء الأمريكية (ناسا) اسطولها لمركبات المكوك الفضائي الى التقاعد بنهاية هذا العام، وفي وقت مبكر من هذا الشهر أعلنت روسيا وقفا لمناخية الفضاءية لاتاحة المجال امام الرحلات الى المحطة الفضائية الدولية، وتعزز مضاعفة عمليات الاطلاق الى أربع هذا العام مع توقع ان يرتفع عدد الاطعم الدائمة على متن المحطة الى ستة.

المقرر في الساعة ٠٤:٠٤ بتوقيت جرينتش، وبعد الالتحام بالمحطة الفضائية الدولية المتعددة الجنسية سينضم الطاقم الى قائد البعثة الروسية ٢٣ أوليج كوتوف ومهندس الطيران الياباني سويتشي نوجوتشي ومهندس الطيران الأمريكي تيموثي كريمر، وانشاء مهمتهم سيتلقى الطاقم ثلاثة مركبات شحن وسيقومون بعملية سير في الفضاء واحدة من القطع الأمريكي والأخرى من القطع الروسي، وستقل روسيا جميع

انطلق طاقم فضاء أمريكي-روسي على متن سفينة فضاء روسية "سويوز" يوم الجمعة في رحلة تستمر نصف عام على المحطة الفضائية الدولية، وقال المتحدث باسم مركز مراقبة الرحلة ان رائدة الفضاء الأمريكية تريسي كالدويل دايسون ورائد الفضاء الروسيين الكسندر سكفورتسوف وميخائيل كورنيينكو انطلقوا من قاعدة بايكنور الفضائية الروسية في قازاخستان في الموعد

## التعرض للكيمويات أكبر سبب للإصابة بسرطان الثدي



المواد بينما كانت خلايا الثدي ما زالت نشطة بمعنى آخر قبل أن تبلغ المرأة الأربعينيات من العمر. واستند الباحثون الذين قادهم فرانس لابريش من معهد أبحاث الصحة المهنية في مونترال بكندا في نتائجها إلى أكثر من ١١٠٠ امرأة منهم ٥٦٦ تم تشخيص حالتهن بأنها إصابة بسرطان الثدي في ١٩٩٦ و ١٩٩٧ عندما كانت أعمارهن بين ٥٠ و ٧٥ عاما ومررن بفترة سن اليأس.

وقال علماء إن هناك حاجة لإجراء المزيد من الدراسات التفصيلية حول كيمويات بعينها لمحاولة معرفة الدور الذي يقوم به التعرض للكيمويات في الإصابة بسرطان الثدي.

بسرطان الثدي في فترة ما بعد سن اليأس " لكن بعض الخبراء الذين عقبوا على الدراسة أبدوا الدهشة من العمر ربما يزيد من مخاطر الإصابة بسرطان الثدي ثلاثة أمثال معدل الإصابة بعد سن اليأس، وفي دراسة نشرت نتائجها في دورية الطب المهني والبيئي التابعة لدورية الطب البريطاني وجد باحثون أن النساء اللاتي يتعرضن للألياف الصناعية والمنتجات البترولية خلال عملهن هن الأكثر عرضة للخطر فيما يبدو.

وكتبوا يقولون: "التعرض أثناء العمل للألياف الألكريك والنايلون والهيديروكربونات العطرية المتعددة الحلقات ربما يزيد من احتمال الإصابة

## احذروا الرسائل الإلكترونية المشحونة بـ"الدموع"

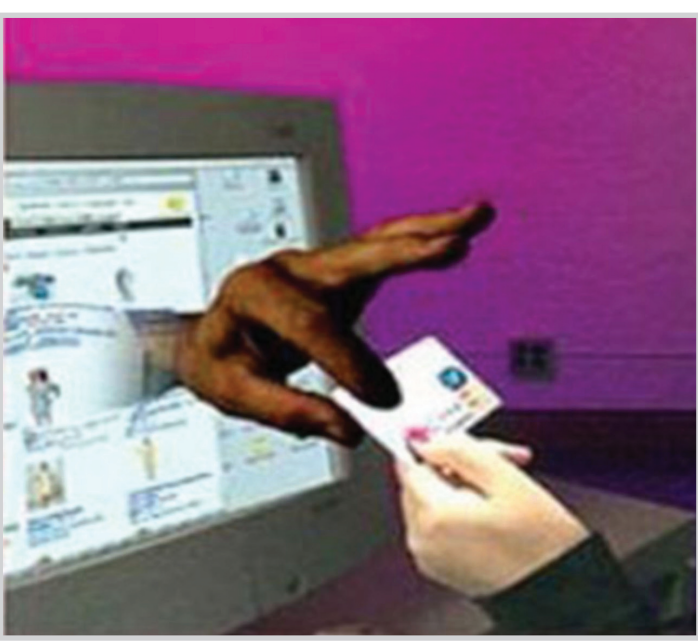
مماثلة لما تحتويه بعض الرسائل التي ترد من "أبنة رئيس نيجري ورثت مائة مليون دولار وتبحث عن وسيلة لإخراجها من البلاد".

وعندها قررت الاتصال بكاسلر هاتفياً واستيضاح الأمر منه، فأكد لي الأخير أن بريده الإلكتروني تعرض للهجوم شديد قبل أيام، وسيطرح الفراضة على ذاكرة البيانات وقاموا بإرسال رسائل مماثلة لي جميع أصدقائه، في محاولة للاحتيال عليهم وجمع المال منهم واتصلت بالحقق الفيدرالي، جيسون باك، الذي تعرفت عليه بمبادرة على الرسالة، وأكد لي أنها "أحد تقنيات الاحتيال الإلكتروني التي قد تنطلي على الكثيرين، لأنها تعتمد على رسائل ترد للناس من عناوين بريدية معروفة لديهم.

وقال باك: على الجميع تجنب تحويل الأموال إلكترونياً في جميع الأحوال، وعدم تصديق ما كتب في الرسالة عن استحالة الاتصال بسبب سرقة المال والهاتف النقال، لأن السبل متاحة دائماً وغير أكثر من وسيلة".

إلكتروني لا تمكن من العودة إلى الولايات المتحدة مع عائلتي؟ وأعدك بأنني سأسدد المبلغ بالكامل بعد عودتي، وخمنت الرسالة بالقول: الرجاء الرد بأسرع وقت ممكن".

وبصراحة، فقد شعرت بالقلق الشديد حيال كاسلر، فهو مقدم في السن وأنا أدبني له بالكتابة، وتأثرت جدا بأنه اختارني من بين كل الأصدقاء ليطلب مني المساعدة، ولذلك بدأت أحضر المبلغ المطلوب للتحويل، ولكن قراءة الرسالة من ثانية جعلتني أتنبه لبعض الأمور الدقيقة، فكاسلر، فأنصحتي على بعض الأخطاء اللغوية والإملائية التي لا يمكن لكاتب محترف مثل كاسلر أن يرتكبها، كما أن الفقرة التي تشير إلى وجوده في لندن مع عائلته كانت مثيرة للشك، لأن زوجته ماتت قبل ١٥ عاماً، وعندها قررت أن أقوم باقتطاع أجزاء من الرسالة والبحث عن مقاطع تشبه لها على الإنترنت، واكتشفت أن آلاف الأشخاص تلقوا رسائل مماثلة موقعة من أصدقائهم بعناوينهم البريدية الصحيحة، وقد أكدوا جميعاً أن الأمر عبارة عن عملية احتيال



كتب بوب غرين في شبكة CNN مقالة حول تجربته الشخصية مع عالم الاحتيال الإلكتروني، عارضاً التصرفات التي قام بها، والتي أدت إلى نجاته من الاحتيال، داعياً القراء إلى تطبيق نصائحه، وجاء في مقالته: وصلحتي رسالة قبل أيام، وتمكنت بسرعة من معرفة مصدرها، فعنوان البريد الإلكتروني واضح، وهو يعود لصديقي العزيز كاي كاسلر، الذي أعرفه منذ سنوات، وكان مدير تحرير في صحيفة عملت بها لفترة، قبل أن يتقاعد في ولاية كولورادو، وكان أبرز ما في الرسالة ما جاء في الجملة الأولى منها، ونسبني بشعوري بقلق بالغ، إذ قال كاسلر: "أكتب إليك بعبون تفرق الدمع... أعتذر عن هذا الطلب الغريب، ولكنني موجود حالياً في بريطانيا مع عائلتي لفضاء عطلة في لندن، ولكنني تعرضت لسلب المسلح وسلبوا مني كل شيء... المال وبطاقات الائتمان والهاتف النقال".

وتواصلت الرسالة عرض المشكلة التي وقع فيها صديقي العزيز كاسلر بالقول: "هل يمكن أن تقررني بعض المال عبر تحويل

## عصير الكرز يمنح الطاقة ويخفف الإجهاد

للتهاب و مواد مضادة للأكسدة وهذا يساعد على استعادة الحيوية والطاقة بعد التمارين المجهدة"، وتشير دراسات إلى أن الكرز يحتوي على فيتامينات مثل "إيه" و"سي" ومعادن مثل الكالسيوم والحديد والمغنيزيوم والبوتاسيوم والكبريت وهو غني بالأحماض المعدنية ويوجد طاقة الجسم ونشاطه.

مثل ماراثون لندن تسبب قدراً من التلف في العضلات وبعض الالتهايات ويتطلب الأمر عدة أيام ليستعيد المسابق عاقبته".



يتعافى الرياضيون الذين يشاركون في سباقات الركض بسرعة أكبر إذا تناولوا نوعاً من عصير الكرز ينمو في الولايات المتحدة وفرنسا وكندا.

وذكر موقع "ساينس دبلي" أن الدكتور غلين هواطسون، وهو أستاذ في علم وظائف الأعضاء ومدير مختبر علوم الرياضة في جامعة نورثمبريا الأمريكية توصل إلى أن مكونات كرز مونتنورنسي وهو أحمز اللون وطعمه حامض بعض الشيء، تساعد الجسم على استعادة الطاقة التي فقدها بعد سباقات الركض. وتناول ٢٠ شخصاً شاركو في سباق الماراثون إما مشروباً بنكهة هذا العصير، أو مشروباً آخر مرتين يومياً ولخمس أيام قبل البدء في سباق لندن وبعد يومين على الانتهاء منه، وتبين لهواطسون وفريق البحث أن أعضاء المجموعة التي تناولت عصير الكرز تعافوا بسرعة أكبر من نظرائهم الذين تناولوا مشروباً لا قيمة صحية له على سبيل المقارنة خلال الساعات الثماني والأربعين التي أعقبت الماراثون، كما تبين أن هذه العصير ساعد على مقاومة الالتهايات التي أصابت العدائين خلال الركض وساعدتهم على تحمّل عناء الركض لسافة طويلة.

وقال هواطسون: "المشاركة في سباقات طويلة

## القلق.. ليس سلبياً دائماً!

توصل باحثون إلى ان القلق يخفف من العوارض التي يعاني منها المصابون بالانتكاس، ونشر موقع "لايف ساينس" مقتطعات من الدراسة التي نشرتها دورية "الاراك والعلوم العصبية والسلوكية".

وتوصل الباحثون الى هذه النتيجة باستخدام تقنية التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي لمراقبة نشاط أدغمة مرضى يعانون من الكآبة ولكن ليس من القلق، أو من حالتين من حالات القلق، وراقب الباحثون حالات اكتئاب ونوعين من القلق عند مرضى، يتميز الأول باليقظة المشوبة بالحدز والخوف من المجهول قد يؤدي إلى الشعور بالذعر، والثاني عبارة عن قلق خفيف قد يمر به الناس خلال حياتهم اليومية، وقالت الأستاذة وندي هيلر التي أشرفت على الدراسة وهي اختصاصية في علم النفس بجامعة ألبوني "على الرغم من نظرتنا إلى الكآبة والقلق على أنها شيئين منفصلين إلا أن هناك أشياء مشتركة بينهما".

وأضافت: "إن ثلاثة أرباع الذين يعانون من حالات اكتئاب شديدة يعانون أيضاً من القلق والعكس هو الصحيح"، مشيرة إلى أن عند الشعور بالقلق تنتشط مناطق في المنطقة اليسرى منه مسؤولة عن الكلام، فيما قال باحثون آخرون إن الكآبة تنتشط منطقة في الفص الجبهي الأيمن من الرأس.

وخلص الباحثون إلى أن نشاط دماغ شخص قلق وكثير يختلف عن نشاط دماغ مكتئب ويشعر بالذعر وأن "القلق أحياناً مفيد لك لأنه قد يساعدك على التخطيط بعناية وبشكل أفضل وربما التركيز أكثر"، لأنه يرغب الناس على اتخاذ إجراءات وقائية في حياتهم.

