

## مرض حرب الخليج حقيقة.. أسبابها مجهولة

أنها ناتجة عن التعرض لمواد كيميائية، تعدّ سامة. ونكر التقرير الحكومي المؤلف من ٤٥٢ صفحة، أنه لم يتم العثور بعد على علاج للمرض، إلا أن التقرير الذي أعد من قبل اللجنة الاستشارية الخاصة بالبحث في أمراض حرب الخليج، لاحظ أن عدداً قليلاً من الجنود السابقين الذين أصيبوا بالأمراض المشار إليها قد تخلصوا منها بمرور الزمن.

وسجل التقرير ارتباطاً بين مرض حرب الخليج، الذي يعتبر مرضاً جسدياً مختلفاً عن حالة المرض النفسي، ومرض تصلب الأنسجة المتعدد، حيث لوحظ ارتفاع ملحوظ لهذه الأمراض بين جنود حرب الخليج بالمقارنة مع جنود الحروب الأخرى. يذكر أن مرض حرب الخليج يسبب تغييرات بيولوجية في الدماغ والجهاز العصبي للإنسان، ولم يكن متاحاً قبل صدور التقرير لإمكانية تشخيص هذه التغييرات ولكن بعد صدوره، أصبح المرض معروفاً.

لم تتمكن من تحديد أي عقار خاص، أو مواد سامة أو أخرى تستخدم للوقاية والتحصين يمكننا القول بثقة إنها المسؤولة عن هذه الأعراض. وأضاف أننا لا نفهم المسببات.. ولا نفهم تماماً ما إذا كانت هذه هي مشكلة طبية قائمة بذاتها أو عدة مشاكل مترابطة.. لا نفهم العلاقة بين مرض حرب الخليج وغيرها من الأعراض المرضية المتعددة.

وذكر أن أعراض المرض لم تظهر على قدامى المحاربين الأمريكيين فحسب، بل على زملائهم في قوات المملكة المتحدة والدايموك وكندا وأستراليا. وتوصل تقرير موسع نُشر في ٢٠٠٨، وكان تقرير نشر عام ٢٠٠٨، قد أشار إلى أن تعرض الجنود، أثناء المعارك، إلى مواد كيميائية محددة منها مبيدات الحشرات، وأدوية أخرى تستخدم كدروع لحمايتهم من غاز الأعصاب، ربما تسببت بتلك الأعراض المرضية. إلا أن اللجنة العلمية استبعدت تلك المسببات، وقال هاوس:

الأمراض المرضية التي يعاني منها بعض قدامى المحاربين من شاركوا في حرب الخليج الأولى في ١٩٩١، هي مرض حقيقي دون ريب، إلا أن مسبباته، والعلاجات اللازمة والشافية له ما زالت مجهولة، هذه هي خلاصة تقرير جديد أعدته لجنة طبية أمريكية. ويقول الخبراء من معهد الطب، إن التكنولوجيا الطبية الحديثة، بما في ذلك القدرة على فحص ودراسة الطفرات الجينية، قد تكون المدخل الأساس لكشف سر المرض الذي أصاب ثلث قدامى المحاربين المشاركين في تلك الحرب، على مدى عقدين كاملين.

وذكر رئيس اللجنة الطبية، د. ستيفن هوس، رئيس قسم طب الأعصاب بجامعة كاليفورنيا، أن اللجنة توصلت إلى أن الأعراض المتعددة المزمّنة، التي يشاء إليها أحياناً باسم "مرض حرب الخليج"، هي مجموعة أمراض ترتبط بشكل واضح بنشر الجنود. ووفقاً للتقرير الذي صدر عن المعهد ونشر في موقعه الإلكتروني



## دراسات اكتشاف بدانة الرضع .. ممكن



أظهرت دراسة جديدة أعدها باحثون في مركز غالفسون بجامعة تكساس الأمريكية أنه بالإمكان اكتشاف البدانة عند الأطفال الرضع في الشهر السادس من العمر.

وذكر موقع "ساينس ديلي" الأريبعاء أن الدكتور دافيد ماكورميك، الذي قاد فريق الدراسة وزملاؤه في الجامعة، وجدوا بعد الاطلاع على الملفات الطبية للأطفال الرضع في الشهر السادس الذين اصطبتهم أمهاتهم إلى مركز غالفسون الطبي للكشف الروتيني، أن ١٦٪ منهم انطلقت عليهم معايير الدراسة للسمسة بعد مقارنة الوزن بالطول ما وضعهم في خانة الأطفال الرضع البدناء مقارنة بنظر أمهم من الفئة العمرية ذاتها.

وتوصل الباحثون أيضاً من خلال الاطلاع على الملفات الطبية لعدد من الأطفال في ما بعد، أن الواحد منهم إذا كان بديناً في السنة الثانية من العمر فأنه كان كذلك، أي بديناً، في الشهر السادس من العمر.

وتعد هذه الدراسة فريدة من نوعها إذ أن الأطباء لم يسبق لهم أن عالجوا هذه المشكلة بجديّة من قبل سواء عند بلوغ الطفل الأشهر الستة من العمر أو حتى العامين عند اصطحاب أمهاتهم لهم إلى العيادات للكشف الروتيني. وقال ماكورميك "لم يركز الأطباء على مشكلة بدانة الأطفال إلا مؤخراً"، معرباً عن دهشته لعدم الانتباه إلى هذا الجانب المهم في نمو الطفل على الرغم من العلاقة القوية بين البدانة في الصغر والكبر، وما تسببه من مشاكل صحية كثيرة مثل مرض السكري وأمراض القلب والارتفاع في ضغط الدم.

وأضاف: "إذا عالجتنا مشكلة الوزن من خلال التغذية والتمارين في مرحلة مبكرة في الحياة فسوف ينعكس ذلك بشكل إيجابي على الأطفال". وقال ماكورميك في الدراسة التي نشرت في دورية طب الأطفال إن الكشف المبكر عن البدانة عند الأطفال قد يقي من المشاكل الصحية الكثيرة التي قد يتعرض لها هؤلاء في حياتهم.

## الهلع .. مرض جيني

اكتشف فريق من العلماء الألمان الأسباب الجينية المسؤولة عن إصابة الإنسان بحالات الخوف والهلع. وتكررت مؤسسة ماكس بلانك للصحة النفسية اليوم الأريبعاء في مدينة ميونخ أن العلماء رصدوا تغيراً في نشاط جين مسؤول عن الاتصالات بين الجزء الأمامي من المخ ومركز الانفعالات داخل المخ واكتشف العلماء أن التغيير في نشاط الجين يؤدي إلى حالات من الخوف والهلع خارجة عن نطاق السيطرة.

ونشرت مجلة "بوليكولور سيكاتري" نتائج هذه الدراسة التي يأمل العلماء في الاستفادة منها لوضع أسس لإنتاج أدوية جديدة لعلاج حالات الخوف عند الإنسان.

وأوضحت الدراسة أن المرضى الذين يعانون من حالات الهلع لديهم بروتين ١٣٢ دي "في نوع الجين الخطير

الذي يطلق عليه اسم "ترانسيميبران"، ويعاني الأشخاص الذين لديهم تغيير في نشاط هذا الجين من زيادة في إفراز الجين ويتعرضون بالتالي لحالات مرضية من الهلع تشبه الحالات التي تنتاب الحيوانات. وشملت الدراسة، التي شاركت فيها أنجليكا هاراد رئيسة قسم علاج حالات الهلع، فحص جينات نحو ٩٠٨ من المرضى وتأكد وجود نشاط زائد لديهم جميعاً في الجين المشار إليه.

الجدير بالذكر أن المصابين بحالات هلع يعانون من مخاوف غير عادية ويخضعون لضغوط نفسية شديدة تؤدي إلى فقدان القدرة على العمل والعزلة الاجتماعية ولا يستجيب المريض في بعض الأحيان لوسائل العلاج النفسي، فضلاً عن الحاجة الملحة لتناول الأدوية المضادة.

## بحوث

### ربع قرن من العشرة يمكن الأزواج من قراءة أفكار بعضهم

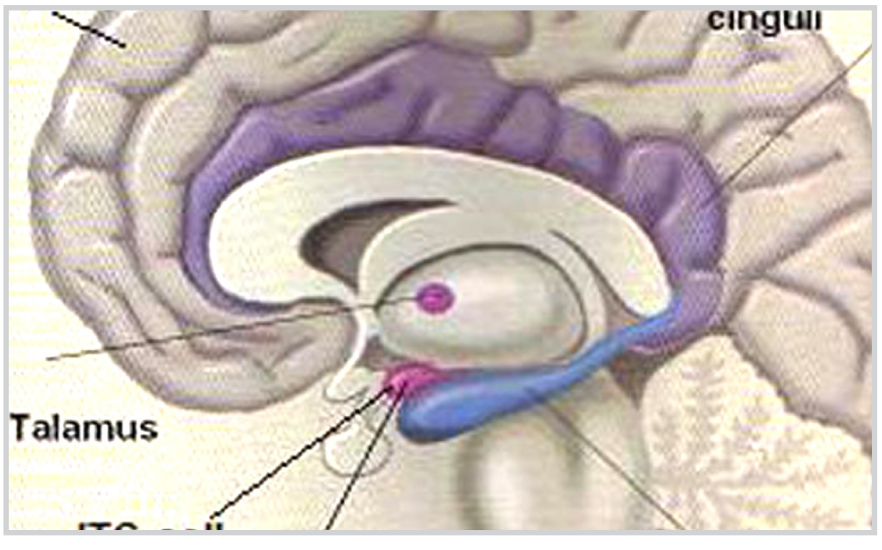
باستطاعة الأزواج الذين أعضوا معاً أكثر من خمسين سنة قراءة أفكار بعضهم بسهولة ربما لأنهم سمعوا مراراً من قبل. وتكررت صحيفة "ديلي ميل" السبت أن الدراسة التي أعدها الباحثة البريطانية والاختصاصية في علم النفس مانجيت أوبهي وجدت أنه من غير المستغرب ألا يتحدث الزوجان لأكثر من ثلاث دقائق خلال تناول وجبة عشاء قد تدوم قرابة الساعة.

وبينت الدراسة التي أعدتها أوبهي أن الزوجين بعد احتفالهما باليوبيل الذهبي الخمسين يجلسان صامتين لحوالي ٥٧ دقيقة، وبعضهما لا ينطق بأكثر من ١٥ كلمة فقط خلال تناول وجبة طعام على عكس العاشقين اليافعين الذين يتشاورون الكثير من الاهتمامات والعادات والهوايات ولا يكتفون بمجرد الطلب من الآخر أن يناوله "قارورة الكانتشب" في محاولة لكسر حاجز الصمت خلال تناول وجبة الطعام.

وشملت الدراسة ٥٠٠ زوج من مختلف مناطق بريطانيا تمت مراقبتهم خلال تناول وجبة العشاء، وأظهرت أن الأشخاص غير المتزوجين من النساء والرجال يتحدثون لمدة ٥٠ دقيقة في كل ساعة عن خطتهم حول المستقبل ووظائفهم وأطفالهم وأصدقائهم والموسيقى التي يحبونها وغير ذلك. وخلصت أوبهي إلى أن هذا الاتجاه يبعث على القلق في المجتمع البريطاني، مضيئة "إن بعض الأزواج يخرجون معاً لتناول العشاء من أجل تأجيل العلاقة العاطفية بينهما".

وأظهرت دراسة أجريت في العام ٢٠٠٧ أن امرأة من بين كل خمس نساء ليس لديها وقت كاف للتحدث مع شريكها وتفضل إرسال رسائل نصية أو الكترونية إليه بدل التحدث معه مباشرة.

المخيف في البقطة والخوف، وفي السابق كان يعتقد أن الخجل الشديد الذي يظهر أثناء الطفولة ويستمر في كثير من الأحيان أثناء البلوغ يعود لأسباب تتعلق بتطور الدماغ، ولكن هذه الفكرة لم تتعرض للدراسة والبحث لأنه كان من الصعب يمكن إجراء تصوير دماغ الأطفال الصغار، كما أكدت دراسة إيطالية حديثة أن الأطفال الخجولين يعانون من قصور في الاستجابة المشاعر الفرح أو الغضب على وجوه الآخرين، في إشارة إلى كبت قد يقود لاحقاً لتوترات في حياتهم. وأشارت الدراسة إلى أن تلك المعلومات الغالبة حول المشاعر قد تقود إلى معدلات أعلى من التوتر والمخاوف الاجتماعية، والتي يعانيها الأطفال الخجولون في أوقات لاحقة من حياتهم، إذ يخطئ الأطفال في فهم مظاهر الفرح والغضب أو المشاعر المحايدة في صور لوجوه عرضت عليهم، حيث أظهر الرصد الكهربائي للمخ نشاطاً أبطأ في مناطق عادة ما تتعلق برد الفعل لمشاعر الآخرين، كما أظهر أن وجود الجين الذي يثبت من هرمون "سيرتونين" مرتبط بتلك بضعف رد الفعل.



## لأنه يؤثر في حياتك .. اكتشاف أسباب الخجل

وقدم الباحثون تقنية صغيرة تحتوي على هرمون لرش جرعة منه داخل الأنف قبل نصف ساعة من حضور المصابين بالحالة لجلسات علاج بشأن السلوك الانزاعي، منبشرين إلى أن النتائج الأولية أظهرت تحسناً لدى المصابين بهذه الحالة للتفاعل بينهم وبين الآخرين وعززت ثقتهم بأنفسهم في مواجهة بعض التحديات الاجتماعية التي وضعت أمامهم وذلك خارج جلسات العلاج.

**الخجل سببه تغيرات بالمخ**

الخجل قد تأثر بمعطيات التطور الطبيعي للعرق البشري، حيث كان البقاء وحيداً في العصور الغابرة يهدد حياة البشر ويعرضهم لخطر الوقوع فريسة للحيوانات المتوحشة، أو يجردهم من مصادر الغذاء، وحث كاسيوبو الأشخاص الذين يشعرون بالعزلة والخجل ويخشون الوحدة على الانخراط أكثر في النشاطات الاجتماعية، على غرار العمل التطوعي أو مساعدة المحتاجين، والحفاظ على نظرة تفاؤلية حيال المصير الذي ستتخذه حياتهم، وقد اكتشف علماء سويسريون ما يسمونه

المرء نصف صفاته على هذا الصعيد من الأهل، بينما يتأثر النصف الثاني بالبيئة المحيطة، وأشار الدكتور جون كاسيوبو مدير مركز طب النفس الاجتماعي في جامعة شيكاغو الأمريكية، إلى أن استمرار حاجة المرء للتواصل الاجتماعي حتى وإن كان في وسط حشد كبير من الأشخاص، ويقدر بالتالي أن ٦٠ مليون شخص في الولايات المتحدة وحدها يشعرون بالخجل، ما يسبب لهم الكثير من الحزن والإحباط.

وأوضح كاسيوبو أنه يرى الشعور



**معنا قد تتخلص من الخجل**

ظاهرة الخجل الاجتماعي من الظواهر المنتشرة في مجتمعاتنا العربية بشكل كبير ويعود هذا الأمر إلى مراحل الطفولة الأولى، حيث لا يتم إعداد الأطفال على التحذات أمام مجموعة من الناس بحيث يتم كسر حاجز الخجل الاجتماعي منذ الصغر.

وأوضح علماء النفس أن هناك ثلاث خطوات لعلاج الخجل، أولها أن تدرك أنك لست وحدك من تشعر بهذا الشعور فمعظم الناس يضعون قناعاً اجتماعياً عندما يقومون بالخروج إلى الحياة العامة بحيث يقومون بالتصنع ولو على مستويات مختلفة.

وقدمت دراسة علمية حديثة أقوى الأدلة حتى الآن على أن الخجل غير العادي لدى الأطفال يمكن أن يحدث بسبب تغييرات في أمعتهم، فقد استخدم باحثون في كلية الطب بجامعة هارفارد التصوير بالرنين المغناطيسي لفحص عدد من البالغين الذين كانوا معروفين بالخجل أثناء طفولتهم، وحين تم عرض صور لوجوه غير مالوفة على هؤلاء الأشخاص، ظهر نشاط في لوزة المخيل لديهم أكبر بكثير من نظرائهم الذين كانت طفولتهم تتميز بالنشاطات الاجتماعية، وتتمثل

بهرمون النكبة "أوكسيتوسين" الذي قد يساعد الأشخاص الخجولين والمتهميين من التفاعل البشري على التواصل مع الآخرين.

وأجرى ماركوس هنريكس وزملاؤه في جامعة زيوريخ السويسرية دراسة على ٧٠ شخصاً من المصابين بحالة الخوف من الاختلاط الاجتماعي وعلى دور هذا الهرمون في علاجها، وتظهر أعراض هذه الحالة على شكل مخاوف وقلق هائل إضافة إلى حدة في الوعي الذاتي لدى وجود المصابين بها في الحافل الاجتماعية،

بالخجل على أنه أمر يشبه الشعور بالجوع أو العطش، بمعنى أنه قد يصيب الجميع ويقدمهم إلى محاولة أشباعه، ويعتمد بيانات عائدة لتماثلية آلاف شخص، يقول كاسيوبو إن الأبحاث أثبتت بأن مستويات العزلة أو المشاركة الاجتماعية عادة إلى أسباب جينية في ٥٠ في المئة من الحالات، غير أن الدراسة عجزت عن تحديد الرابطة السببية بين كل عنصر من العناصر الخاصة بميل الشخص إلى العزلة، وبين الجينات المحددة.

وترى الدراسة أن موقف الناس من

## الخجل أسبابه جينية

الخجل قد تكون أسبابه جينية، بحيث يرث

## الفاصل الحار ينشط الدورة الدموية

أكد خبراء التغذية أن الفلفل الحار يعمل على تنشيط جميع أجهزة الجسم وخلاياه، كما أنه يستخدم في كافة أنحاء العالم كمشط وقايش ومضاد للتشنج، ومنعش للدورة الدموية ومضاد للكآبة، فضلاً عن أنه مضاد للبكتيريا وإذا استخدم على شكل توابل، فإنه يساعد على الهضم ويخفف من الإرباكات المعوية عن طريق تنشيط المعدة في تنتج مزيداً من الإفرازات المخاطية.

وفي الصين يستخدم الفلفل الحار كفاتح للشهية ولتعزيز إفرازات اللعاب التي تساعد على الهضم، كما يساعد الشرايين والأوردة والأوعية الشعرية على استعادة مرونتها عن طريق تغذية الخلايا وتخفيف الكوليسترول.

## مايكروسوفت تساعدك في اختيار الكمبيوتر المناسب لك

تتيح شركة مايكروسوفت العملاقة للبرمجيات خدمة جديدة لعملائها الذين لا يعرفون كيفية اختيار الكمبيوتر الدفترتي المناسب لاحتياجاتهم، وتحمل الخدمة الجديدة اسم "لابتوب ساكوت" ويتم تقديمها بواسطة رابط خاص على الإنترنت يتم الوصول إليه من خلال موقع مايكروسوفت، وتساعد هذه الخدمة في تحديد المواصفات المناسبة للكمبيوتر الدفترتي الذي تعزم شراؤه حسب الهدف من استخدام الجهاز، فعلى سبيل المثال، سوف تختلف مواصفات الكمبيوتر الدفترتي الذي سوف يستخدم في تصفح الإنترنت عن الكمبيوتر الذي سوف يستخدم في تشغيل ملفات الفيديو ومعالجتها.

وفي حين أن الموقع لا ينصح المستخدم بشراء جهاز معين، إلا أنه يساعد المستخدم في الوصول إلى الاختيار الصحيح قبل الشراء.

