7 أيام صحتنا

By Lodj

02-06-2026

تجربة سريرية تبشر بعلاج جديد قد يغيّر مواجهة سرطان الرأس والعنق

دراسة علمية: هل يمكن لـ CBD أن يساهم في تهدئة التهابات الدماغ المرتبطة بمرض ألزهايمر؟

التغذية خلال موجات الحر: ما الذي يساعد فعلاً على ترطيب الجسم وتخفيف الإحساس بالحرارة؟

تجربة سريرية تبشر بعلاج جديد قد يغيّر مواجهة سرطان الرأس والعنق

كشفت تجربة سريرية دولية حديثة عن نتائج وُصفت بالواعدة في مجال علاج أحد أكثر أنواع السرطان تعقيداً، وهو سرطان الرأس والعنق، وذلك بعد اختبار دواء جديد يحمل اسم "أميفانتاماب" (Amivantamab)، أظهر قدرة ملحوظة على تقليص حجم الأورام، بل وتمكّن في بعض الحالات من القضاء عليها بشكل كامل.

وشملت هذه الدراسة العلمية متعددة المراكز حوالي 102 مريضاً موزعين على 11 دولة حول العالم، جميعهم كانوا يعانون من حالات متقدمة من المرض، ولم يستجيبوا للعلاجات التقليدية المعروفة مثل العلاج الكيميائي أو الإشعاعي. وقد شكلت هذه الفئة تحدياً طبياً كبيراً، ما يجعل نتائج التجربة ذات أهمية خاصة في الأوساط العلمية.

وبحسب المعطيات الأولية، فقد سجل الدواء استجابة إيجابية لدى 43 مريضاً، وهو ما يعني تحسناً ملحوظاً في وضعهم الصحي وانكماشاً واضحاً في حجم الأورام. كما سجلت التجربة حالة لافتة تمثلت في اختفاء الورم بشكل كامل لدى 15 مريضاً، وهو ما اعتُبر مؤشراً قوياً على الفعالية المحتملة للعلاج الجديد في بعض الحالات المتقدمة.

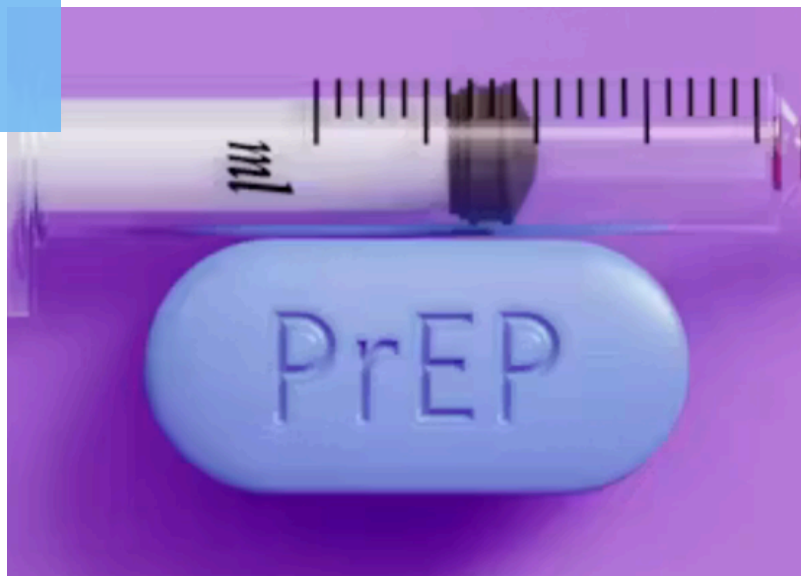
ويعتمد "أميفانتاماب" على آلية عمل دقيقة تستهدف بشكل مباشر المسارات البيولوجية المسؤولة عن نمو الخلايا السرطانية، حيث يقوم بعرقلة الإشارات التي تسمح للورم بالانتشار، وفي الوقت نفسه يعمل على تحفيز الجهاز المناعي للجسم لمهاجمة الخلايا المصابة والتعامل معها بشكل أكثر فعالية. هذا التوجه العلاجي يُصنف ضمن العلاجات الموجهة التي تمثل الجيل الجديد من أدوية السرطان.

ومن بين الجوانب التي تميز هذا العلاج أيضاً طريقة إعطائه، حيث يُستخدم عبر حقنة تحت الجلد، وهو ما يجعل استخدامه أسهل مقارنة ببعض العلاجات التقليدية التي تتطلب جلسات طويلة من التسريب الوريدي داخل المستشفيات، مما يخفف العبء على المرضى والطاقم الطبي على حد سواء.

ورغم التفاؤل الكبير الذي أثارته هذه النتائج، يؤكد الباحثون والأطباء المشاركون في الدراسة أن الدواء لا يزال في مرحلة التقييم السريري، وأنه لم يُعتمد بعد كعلاج نهائي أو مضمون بنسبة 100%، حيث يتطلب الأمر مزيداً من التجارب الموسعة والمتابعة طويلة المدى لتأكيد فعاليته وسلامته بشكل كامل.

ومع ذلك، يرى مختصون في مجال الأورام أن هذه النتائج تمثل خطوة مهمة في مسار البحث عن علاجات أكثر دقة وفعالية، خاصة بالنسبة للمرضى الذين لم تعد تنفع معهم الخيارات العلاجية التقليدية، مما يفتح باب الأمل أمام تطور كبير في طرق مكافحة السرطان خلال السنوات المقبلة

فرنسا: دعوات لتوسيع استخدام الوقاية قبل التعرض للـHIV رغم فعاليتها العالية



في فرنسا، يُسجَّل سنوياً حوالي 5000 إصابة جديدة بفيروس نقص المناعة البشرية (VIH)، ما يعيد إلى الواجهة نقاشاً واسعاً حول فعالية وسائل الوقاية ومدى وصولها إلى جميع الفئات المعنية.

وفي هذا السياق، وجّه المجلس الوطني لمكافحة الإيدز والتهابات الكبد الفيروسية Conseil national du sida et des hépatites virales تحذيراً جديداً للسلطات العمومية، داعياً إلى توسيع نطاق استخدام الوقاية قبل التعرض للفيروس، المعروفة باسم "PrEP"، لتشمل "الجميع دون استثناء".

إقرأ المزيد

تلوث مياه الشرب في فرنسا: أطباء يحذرون من "تهديد صحي منهجي"

حذّر عدد من الأطباء الليبراليين في فرنسا من المخاطر المتزايدة لتلوث مياه الشرب، بعد توجيههم رسالة مفتوحة إلى الحكومة الفرنسية بتاريخ 1 يونيو، دعوا فيها إلى التعامل بجدية أكبر مع وجود مواد كيميائية وملوثات خطيرة في الماء الصالح للشرب.

وتشير الرسالة، الصادرة عن مؤتمر النقابات الجهوية للمهنيين الصحيين-الأطباء الليبراليين CN URPS-ML،

إقرأ المزيد

دراسة علمية: هل يمكن لـ CBD أن يساهم في تهدئة التهابات الدماغ المرتبطة بمرض ألزهايمر؟

تتزايد في السنوات الأخيرة الأبحاث العلمية التي تحاول فهم العلاقة بين المركبات الطبيعية ووظائف الدماغ، خاصة في ما يتعلق بالأمراض العصبية المعقدة مثل مرض ألزهايمر، الذي يُعد من أكثر أنواع الخرف انتشاراً في العالم.

وبحسب بيانات منظمة الصحة العالمية World Health Organization، فإن حوالي 55 مليون شخص حول العالم يعانون من الخرف، وتشكل إصابات ألزهايمر ما بين 60% و70% من هذه الحالات. ورغم التطور الطبي، لا يوجد إلى حدود اليوم علاج شافٍ للمرض، بل تقتصر العلاجات المتوفرة على إبطاء تطوره أو التخفيف من بعض أعراضه السلوكية.

إقرأ المزيد

علاجات "بديلة" للسرطان على مواقع التواصل: بين الأمل الزائف والمخاطر الصحية

تُثير منصات التواصل الاجتماعي نقاشاً واسعاً حول طرق علاج مرض السرطان، حيث يشارك بعض المرضى أو ذووهم تجارب شخصية بحثاً عن حلول بديلة للعلاج الطبي التقليدي. لكن هذا الجدل يرافقه أيضاً انتشار معلومات غير دقيقة قد تشكل خطراً حقيقياً على صحة المرضى.

تداولت مجموعات على فيسبوك شهادات لأشخاص مصابين بالسرطان يتحدثون عن استخدام مواد مثل الإيفرمكتين ودواء الفينبيندازول والمبيندازول، وهي أدوية تُستخدم أساساً كمضادات للطفيليات أو في الطب البيطري، وليس كعلاج للأورام السرطانية. وفي بعض المنشورات، يروّج مستخدمون لفكرة وجود "حزم علاجية بديلة" تُباع أحياناً بأسعار مرتفعة، مع ادعاءات بأنها تساعد على الشفاء أو تحسين الحالة الصحية، رغم غياب أي دليل علمي يثبت فعاليتها ضد السرطان.

هل يمكن أن يكون الفلفل الحار "مُبهجاً" فعلاً؟ العلم يوضح الحقيقة

يُعتبر الفلفل الحار من المكونات الغذائية التي تثير الجدل بين محبيه ورافضيه، إذ يراه البعض تجربة قوية وممتعة، بينما يتجنبه آخرون بسبب حرارته الشديدة. وفي السنوات الأخيرة، انتشرت فكرة أنه قد يمتلك تأثيراً "مبهجاً" أو محفزاً للشعور بالسعادة، فهل هذا صحيح علمياً؟

وفق توضيحات أخصائية التغذية والتغذية العلاجية Nathalie Negro، فإن هذا الاعتقاد يرتبط بمادة طبيعية موجودة في الفلفل الحار تُسمى "الكابسيسين"، وهي المسؤولة عن الإحساس بالحرقة عند تناوله.

دراسة صادمة : أجهزة الجيم قد تكون أكثر تلوثاً بالبكتيريا من المراحيض

قد تبدو قاعات الرياضة في ظاهرها فضاءً مثالياً للعناية بالجسم وتحسين اللياقة البدنية، حيث تلمع الأجهزة وتبدو الأوزان الحرة وأجهزة الجري في حالة نظيفة وجذابة للعين. لكن خلف هذا المظهر اللامع، تكشف بعض الدراسات عن واقع مختلف تماماً قد يدفع الكثيرين إلى إعادة التفكير في عاداتهم داخل هذه الفضاءات الرياضية.

في هذا السياق، كشفت دراسة أجرتها شركة FitRated أن أجهزة الجيم قد تشكل بيئة خصبة لتجمع الجراثيم والبكتيريا، بسبب الاستخدام المكثف من طرف عدد كبير من الأشخاص خلال اليوم، إضافة إلى ضعف أو عدم انتظام عمليات التنظيف في بعض القاعات. وتوضح الدراسة أن العرق المتراكم ولمس الأسطح بشكل متكرر

الساعات الذكية والصحة: بين البيانات المفيدة والحدود التقنية

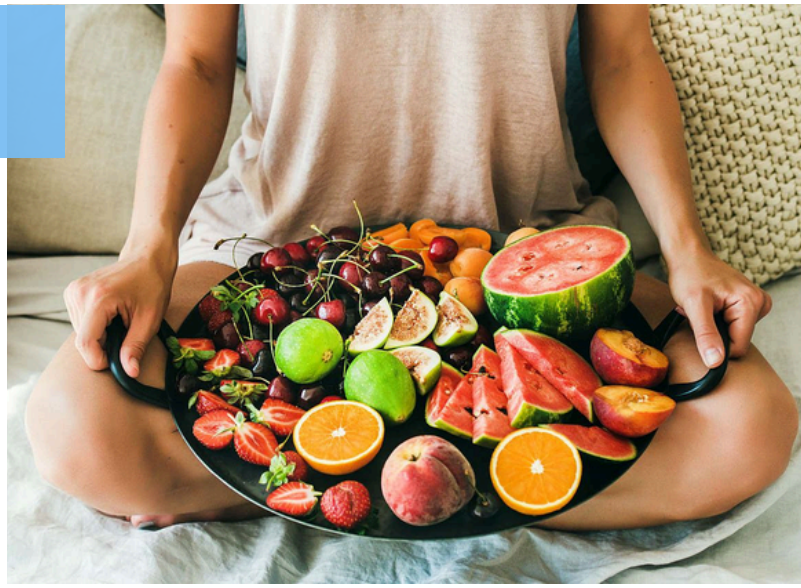
أصبحت الساعات الذكية خلال السنوات الأخيرة جزءاً من الحياة اليومية لدى عدد كبير من الأشخاص، حيث لم تعد مجرد أدوات لمعرفة الوقت، بل تحولت إلى أجهزة قادرة على تتبع مؤشرات صحية متعددة مثل نبض القلب، النشاط البدني، وجودة النوم. لكن رغم هذا التطور، يطرح العديد من الخبراء سؤالاً أساسياً: إلى أي حد يمكن الاعتماد فعلاً على هذه القياسات؟

تُعتبر مراقبة معدل ضربات القلب من أكثر الوظائف دقة في الساعات الذكية، حيث تقوم هذه الأجهزة بقياس النبض بشكل مستمر عبر المعصم.

الفحم النشط وصحة الأمعاء: بين الفوائد المؤقتة والمخاطر المحتملة

يُروَّج للفحم النشط، أو ما يُعرف أيضاً بالفحم النباتي، باعتباره علاجاً طبيعياً فعالاً للتخفيف من الانتفاخات ومشاكل الهضم، خاصة عبر وسائل التواصل الاجتماعي. لكن إلى أي حد يمكن الاعتماد عليه فعلاً لتحسين صحة الجهاز الهضمي أو دعم التوازن البكتيري داخل الأمعاء؟ يؤكد أخصائي التغذية وخبير الميكروبيوتا Cédric Ben Chemhoun أن الفحم النشط يعمل بطريقة "ميكانيكية" تشبه الإسفنجة، حيث يقوم بامتصاص الغازات والسموم الموجودة داخل الجهاز الهضمي، مما يساعد بشكل مؤقت على تقليل الانتفاخ والشعور بالثقل في البطن.

التغذية خلال موجات الحر: ما الذي يساعد فعلاً على ترطيب الجسم وتخفيف الإحساس بالحرارة؟



مع ارتفاع درجات الحرارة خلال فصل الصيف، تنتشر العديد من النصائح الغذائية على مواقع التواصل، مثل إضافة الملح إلى الماء لزيادة الترطيب أو تناول مكعبات الثلج لتبريد الجسم. لكن يبقى السؤال: ما مدى فعالية هذه الطرق؟ وما هي التغذية الصحيحة التي تساعد فعلاً على مواجهة الحر؟

تؤكد أخصائية التغذية Clara Ledoux Morvan أن أفضل استراتيجية غذائية خلال فترات الحرارة المرتفعة تعتمد أساساً على تناول أطعمة غنية بالماء، تساعد الجسم على الحفاظ على ترطيبه بشكل طبيعي. خلال موجات الحر، ينصح الخبراء بالابتعاد عن الوجبات الدسمة والثقيلة، خصوصاً تلك الغنية بالدهون أو التي تُطهى بالطرق المقلية أو المشوية بكثافة.

PRESSPLUS
lodj.info
LODJ عربي
المسيرة الخضراء: تألق الماضي
مدار اليوم
12:49
تأجيل افتتاح حديقة الحيوانات بعين السبع يثير غضب سكان الدار البيضاء
12:48
المغرب يحصل على تقدير اليونسكو
الفرصة الثانية
12:47