



## رسالة هوبكينز الإخبارية: يونيو/حزيران 2005

### أحدث التطورات الطبية من جونز هوبكينز

**يونيو/حزيران 2005:** إختبار جديد لسرطان البروستاتة ... خدمة جديدة للنساء ... التمارين الرياضية و كثافة العظام .... السمنة المفرطة و امراض القلب... موارد الانترنت: معهد كينيدي كريجير... إسأل الطبيب: فيليب غايلود

الرجاء استخدام الرابط (link) الموجود في اسفل هذه الرسالة إن كنت ترغب بإرسالها إلى زميل. انقر هنا للاشتراك بهذه الرسالة الإخبارية.

### الأخبار الصحية:

**إختبار جديد للكشف المبكر عن سرطان البروستاتة يظهر بشائر أمل**  
في دراسة سريرية تعد الأولى من نوعها لبروتين دمّ جديد يربط بسرطان البروستاتة، وجد باحثي جونز هوبكينز ان باستطاعة وصمة مميزة تدعى إي بي سي أي أو مستضد سرطان البروستاتة المبكر (EPCA or early prostate cancer antigen)، إكتشاف سرطان البروستاتة في مراحله المبكرة.

ساعدت الخطوتين التقليديتين (إختبار بي إس أي وفحص المستقيمي الرقمي) الأطباء على تميّز أورام البروستاتة مبكراً، لكن إختبار بي إس أي، مثل العديد من إجراءات تحري الامراض، يغفل عن إكتشاف بعض حالات السرطان وفي حالات أخرى يبرز خطأ حالات غير سرطانية.

يقول الدكتور روبرت إتش جيزينبيرج (Robert H. Getzenberg, Ph.D)، الأستاذ في معهد جيمس بيوكنانان برادي لطبّ الجهاز البوليّ في جونز هوبكينز James Buchanan Brady Urological Institute "قد يساعد فحص الدمّ الجديد هذا على تخفيض عدد فحوصات الإختزاع غير الضرورية وأورام البروستاتة غير المكتشفة"

على حد قول جيزينبيرج فان فقط ربع المرضى الخاضعين لفحوص الإختزاع بسبب ارتفاع قيم بي إس أي هم في الحقيقة مصابين بسرطان البروستاتة، بينما ما يقارب 15 بالمائة من أولئك الذين وجدت لديهم نسب منخفضة في قيم بي إس أي يعانون من الاصابة بالسرطان كما دللت نتائج الإختزاع.

تجرى تجارب طبيّة جديدة عالية المستوى تهدف لتتقية إختبار إي بي سي أي و جعله أكثر حسّاسية لإلتقاط أصغر آثار هذه الوصمة وتطويره لإكتشاف سرطان البروستاتة في عينة أكبر من المرضى.

يعتبر سرطان البروستاتة من السرطانات الأكثر شيوعاً لدى الرجال في أمريكا الشمالية. تخمّن جمعية السرطان الأمريكية (The American Cancer Society) عدد الحالات الجديدة من سرطان البروستاتة

في الولايات المتحدة في عام 2005 بما يقارب 232,090 حالة، ستنتج عن حوالي 30,350 حالة وفاة بين الرجال. للمزيد من المعلومات، الرجاء زيارة [مراكز البراعة](#)

### المباشرة بخدمة جديدة للنساء

ابتدأ بالأول من يونيو/حزيران، ستبشر هوبكنز خدمة جديدة للنساء تمكنهن من تحديد المواعيد مع أطبائهن في شتى مراكز هوبكنز. ستسهل هذه الخدمة على النساء تحديد مواعيد المراجعة المتعلقة بالنسائيات و الولادة و القلب و صحة الصدر و جراحة التجميل وغيرها من المجالات، من خلال خط اتصال واحد.

تنسّق هذه الخدمة المواعيد و تحددھا في المواقع الأكثر ملائمة للمراجعة حيث يتم اعلام المتصله بالإختبارات ذات العلاقة والفرص التثقيفية. للمزيد من المعلومات، الرجاء زيارة [مركز صحة المرأة](#)

### المحافظة على الصحة:

#### التخلص من الدهون عن طريق التمارين الرياضية لا يؤثر سلبا على العظام

وجد باحثوا جونز هوبكنز بان برنامجا معتدلا من التمارين البدنية لؤلئك الذين تتراوح اعمارهم بين 55 إلى 75، يحافظ على كتلهم العظمية بشكل عام، وفي بعض الاحيان، قد يؤدي الى تحسن بسيط.

اظهر فريق جونز هوبكنز في دراسة قام بها بأنّ سثة أشهر من التمارين الحيوانية (aerobic) على جهاز المشي (treadmill)، او الدراجة أو جهاز الأدرج (stepper)، بالإضافة الى رفع الأثقال، ادت الى ارتفاع اللياقة العامة و تخلص من الدهون دون تغير يذكر في الكثافة المعدنية العظمية.

يقول كيري ستيوارت، إد. دي. (Kerry Stewart, Ed.D)، أستاذ الطبّ ومدير مركز علم وظائف أعضاء التمرين السريري وبرامج صحة القلب في جونز هوبكنز " كبار السن دائمي القلق حول أفضل الطرق لتخفيض دهن اجسامهم كوسيلة لمنع المشاكل الصحية الأخرى، كمرض القلب و السكر دون زيادة خطر خسارة الكثافة العظمية او الكسور".

الدراسة التي اجريت على مجموعة نشطة من المشاركين، تضمنت سلسلة من التمارين لمدة 60 دقيقة ثلاثة مرات اسبوعيا. مجموعة التمارين هذه صمّمت لتنشيط كلّ مجموعات العضلات الرئيسية و القلب و الدورة الدموية. لوحظ تحسن كبير على مستويات دهن اجسام المشاركين النشيطين، ومستويات اللياقة والعضلات. المجموعة غير المشاركة في التمارين، لم تلحظ اي تحسن يذكر او كان تحسنا قليلا جدا مقارنة بالمجموعة المشاركة بالتمارين.

تقول المؤلفة المشاركة في الدراسة الأستاذة المساعدة في هوبكنز و المتخصصة في الصحة العظمية و الغدد الصماء سوزان جان دي بيور (Suzanne Jan de Beur)، "على كبار السن تكثيف مثل هذه التمارين أو مزاولتها لفترة أطول من سثة أشهر لملاحظة زيادة كبيرة في الكثافة العظمية." غالبا ما تنكسر العظام عند السقوط الذي بدوره يمثل عامل الخطر الرئيسي لكسر العظام لدى المسنين. الا ان التمارين الرياضية تقوي الجسم وتحسّن التوازن مما يجنب مثل هذه الحوادث.

## مضار الدهون

وفقا لديان بيكير (Diane Becker) ، أستاذة الطبّ في جونز هوبكنز، إذا كان لديك تاريخ عائلي حافل بالاصابة بمرض القلب، فان زيادة الوزن او السمنة المفرضة بحد ذاتها تزيد من خطر اصابتك بمرض القلب بمقدار 60%.

تقول بيكير " "لقد وجدنا بأن هنالك حقا تأثير تفاعلي و اضافي للسمنة المفرطة علاوة على ارتفاع مستويات الكولسترول، و ثلاثيُّ الغليسريد (triglyceride) و ضغط الدم، و كل يمكن ربطه بالسمنة المفرطة.

الشائع بين العديد من الناس بأنّ خطورة السمنة تكمن بارتفاع الكولوستيرول، او ضغط الدم ، او ربّما الاصابة بالسكري بنسبة اعلى من المعتاد. ما نقوله نحن بالاضافة لكل ذلك فإنّ مرض السكري يحمل خطرا إضافيا."

كيف تسبب السمنة الخطر المتزايد؟ تجيب بيكير بان ذلك غير معروف بعد، لكن على من لديهم تاريخ عائلي بالاصابة بمرض القلب أن يراقبوا أوزانهم بحذر.

## موارد الانترنت

معهد كيندي كريجير (The Kennedy Krieger Institute): اعرف المزيد عن هذا المركز المتعارف عليه دوليا و المكرس لتحسين حياة الأطفال و المراهقين المصابين بحالات العجز النّمائي.

## إسأل الطبيب:

**فيليب غايلود، إم. دي (Philippe Gailloud, M.D)**

أخصائي أشعة الأعصاب (Neuroradiologist) والأستاذ المساعد في قسم المعالجة الشعاعية يتحدّث عن خطر السكتة في الأطفال

### هل يصاب الأطفال بالسكتة؟

على نقيض ما يفترض في أغلب الأحيان، تصيب السكتة عدد لا بأس به من الأطفال، وكما هو الحال لدى البالغين فان الوقت محدود لمحاولة معالجتها. تكمن المشكلة بأنّ الأطفال المصابين بالسكتة يهّمشوا في أغلب الأحيان.

### ما هو السبب؟

إحدى العوامل التي قد تلعب دورا تكمن بأنّ السكتة لدى البالغين يستدل عليها بسرعة من خلال بعض اعراضها كالاخضرار (numbness)، و الضعف، و خسارة اللغة، الخ. اما في الأطفال فتظهر السكتة في أغلب الأحيان كنوبة (seizure) و يعتقد الناس بانها فقط كذلك "نوبة"، و تمر الفرصة السانحة للمعالجة.

## في اي الحالات يصاب الأطفال بالسكتة؟

هناك العديد من الأسباب التي تؤدي الى السكتة لدى الأطفال. على سبيل المثال الاضطراب T المسمى مويامويا (Moyamoya)، يسبب السكتات في الأطفال، وليس له علاج متوفر حالياً. الا ان هناك خيارات جراحة الأعصاب (neurosurgical) التي تؤدي الى نتائج ممتازة. أيضا يصاب الأطفال الأصحاء بالسكتات، كالأصابة بعد صدمة نفسية ضارة بوعاء دموي رئيسي. يمكن علاج مثل هذه السكتات قبل أن تؤدي إلى ضربة مدمرة إذا ما شخّصت بسرعة كافية.

## هل معالجة الأطفال المصابين بالسكتات كمعالجة البالغين؟

تجب ان تكون افتراضا، الا انه من الصعب فهم سبب التردد في معالجة الأطفال بنفس المعالجة الناجحة المتوفرة للبالغين. ان على استعداد في هوبكنز لتوفير هذا الخيار للأباء الذين يجلبون اطفالهم للمعالجة، الا ان هناك تفسير واحد كما اسلفت وهو تهميش الأطفال عموما عندما يتعلق الأمر بالسكتة. لا يتوقع الأطباء حقا أن يكونوا قادرين على معالجة الطفل المصاب بالسكتة. للحصول على المقابلة الكاملة مع الدكتور فيليب غايلود حول أشعة الأعصاب المُداخلة للأطفال pediatric interventional neuroradiology، الرجاء زيارة صفحة [ابحث عن الخبر](#).

## تغييرات في جونز هوبكنز انترناشونال

غادرت زميلتنا العزيزة كلارا مارين، التي اعتادت على ارسال هذه النشرة الاخبارية الإلكترونية لمرضانا وأصدقائنا لأكثر من سبعة سنوات، جونز هوبكنز الطبية الدولية لتتبع مركز مديرة تطوير المضمون (Director of Content Development) لكلية طبّ جونز هوبكنز.

ستتولى كلوديا كوستابيل (Claudia Costabile) ارسال هذه النشرة الاخبارية الشهرية. الرجاء التأكد من اضافة بريدها الإلكتروني الى قائمة رسائلك البريدية الإلكترونية المفضلة. إذا كان لديكم أي سؤال، الرجاء مراسلتها على العنوان الإلكتروني [ccostab1@jhmi.edu](mailto:ccostab1@jhmi.edu)