

يصاب البنكرياس بعدة أمراض تبقى صامتة ردًا من الزمن قبل أن تظهر، لهذا يجب التنبيه إلى العلامات التحذيرية التي يمكن أن تشير إلى وجود مشكلة ما فيه

8 علامات تشير إلى مشكلة في البنكرياس

يؤدي للتليف ويؤثر على بنية البنكرياس ووظيفته.

5. اليرقان واصفرار البول: اليرقان عرض شائع يجب التنبيه إليه لأنه قد يشير لوجود مشكلة ما في البنكرياس. وفقا لجمعية السرطان الأميركية، فإن اليرقان عارض مبكر في حالة الإصابة بسرطان البنكرياس. ويرجع سبب اليرقان إلى ضغط السرطان على القناة الصفراوية ما يؤدي لإعاقة طرح صباغ البيليروبين من الكبد فيتراكم في الدم محدثًا الصفار في الجلد والعينين. ولكن، على الرغم من أن اليرقان علامة شائعة لسرطان البنكرياس، إلا أن هناك مسببات أخرى يجب التفكير فيها، مثل حصوات المرارة والتهابات الكبد. أيضا، البول الأصفر الداكن والحكة قد يكونان من الأعراض الشائعة لوجود مشكلة بالبنكرياس تسبب تراكم البيليروبين في الجسم.

6. ارتفاع مستمر في سكر الدم: يقوم البنكرياس بوظيفة غدة صماء تطرح مفرزاتها في الدم مباشرة من دون قنطرة. يحتوي البنكرياس على جزر خلوية اسمها جزر لانغرهانس، تطرح الأنسولين والغلوكاغون وهما هرمونان يتوليان إدارة وتنظيم مستوى السكر في الدم. قد تتعرض بالتهاب مزمن أو بسبب السرطان، فيقل إفراز هرمون الأنسولين وهرمون الغلوكاغون، فيرتفع مستوى السكر في الدم، فتكون النتيجة الإصابة بالداء السكري.

7. الغثيان: ينتج البنكرياس إنزيمات تساعد الجهاز الهضمي على تكسير الدهون، وأي خلل طارئ يحصل في البنكرياس على هذا الصعيد يمكن أن يؤثر على قدرته في إنتاج الإنزيمات، ما يجعل عملية هضم الدهون صعبة، لهذا يشكو المرضى من الغثيان.

8. البراز الدهني: إذا لاحظت أن لون البراز أصبح باهتًا وقاتخًا ويطوف على سطح الماء ورائحته كريهة، فإن هذا يشير لضعف امتصاص العناصر الغذائية، لأن البنكرياس لا يقوم بإنتاج ما يلزم من الإنزيمات الضرورية لهضم الطعام وامتصاص الفيتامينات الذوابة في الدهون مثل فيتامين إي، وفيتامين بي، وفيتامين ك.

أنور نصمة

البنكرياس غدة تنتج إنزيمات تساعد على الهضم وهرمونات تساعد على تنظيم طريقة معالجة الجسم للسكر، ومن الأعراض التي تشير لوجود مشكلة فيه:

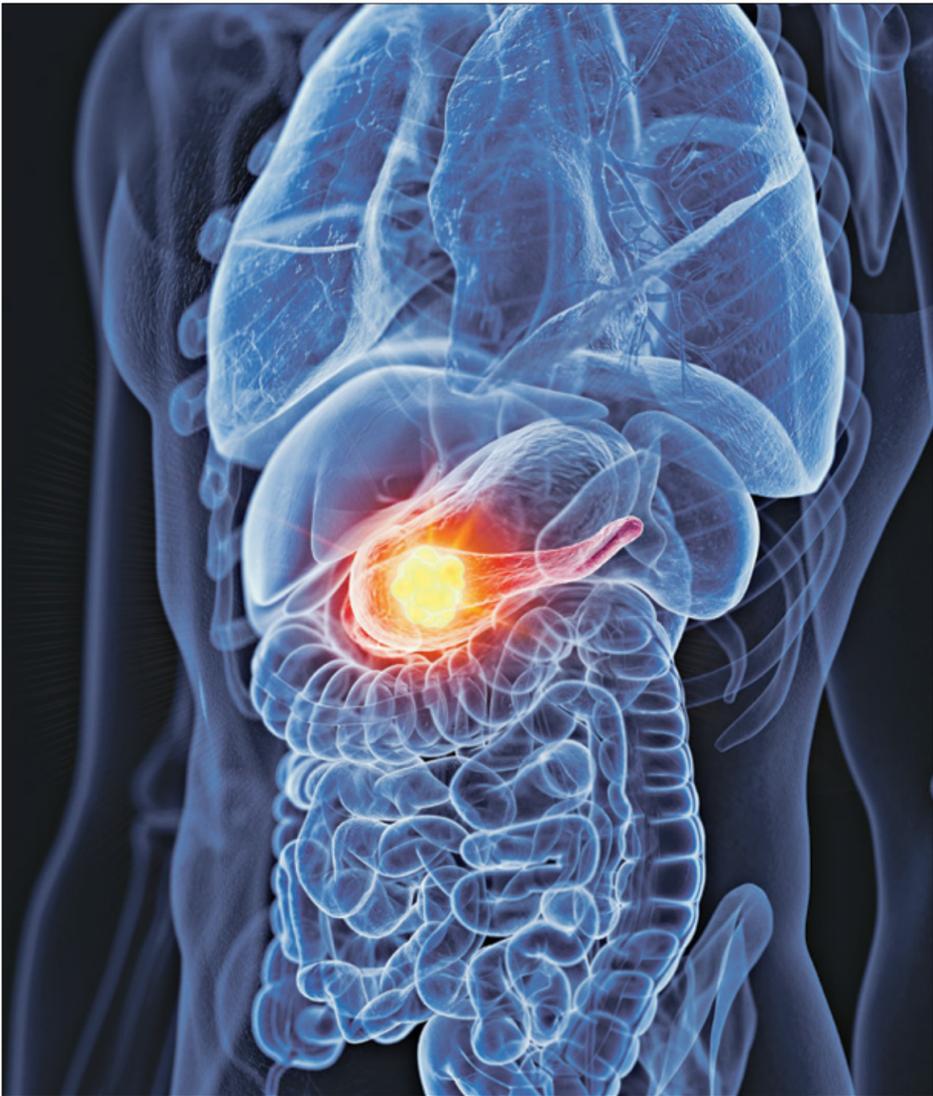
1. الألم الشرسوفي: إن الألم الشرسوفي (الجزء العلوي من البطن) الشديد جدا، هو العارض السائد في التهاب البنكرياس الحاد، وغالبا ما يحدث الألم فجأة وقد يمتد إلى الظهر، وفي كثير من الأحيان يظهر الألم بعيد تناول وجبة مليئة بالدسم. ويشفى التهاب البنكرياس عادة مع مرور الوقت. أيضا، يمكن لسرطان البنكرياس أن يعطي أعراضا مشابهة لمرض التهاب البنكرياس، لذا ينبغي إجراء الفحوص اللازمة للتشخيص الصحيح.

2. الضعف والإرهاق: هما سمتان شائعتان في أمراض البنكرياس الذي يحتوي على خلايا لانغرهانس التي تنتج هرمونات تساهم في توليد الطاقة واستقلابها واستخدامها، وأي فشل في هذه العمليات يمكن أن يقلل من إمداد الجسم بالطاقة الضرورية لنشاطه ما يؤدي لمعاناة من الضعف والإرهاق.

3. فقدان الوزن غير المبرر: إذا كنت تفقد وزنك من دون أن تمارس حمية للتخفيف أو نشاطا رياضيا مكثفا، وإذا تزامن هذا الفقدان مع الألم في منطقة أعلى البطن الممتد إلى الظهر مع تراجع واضح في الشهية، فليس مستبعدا أن يكون البنكرياس هو أصل المشكلة. لأن قصور البنكرياس يضعف عملية التمثيل الغذائي ويعرقل امتصاص المغذيات اللازمة، لهذا يتم فقدان الوزن بسرعة.

4. الصعوبة في الهضم: إذا لم يقم البنكرياس بوظيفته فإن هضم الطعام يصبح صعبا، وإذا تراكمت صعوبة الهضم مع أعراض مثل فقدان الشهية، والإسهال الدهني ذي الرائحة الكريهة، فإن الإصابة بالتهاب البنكرياس المزمن واردة، فهو مرض خطير للغاية، لأنه قد يسبب تلف البنكرياس تدريجيا

يجب الانتباه للأعراض الطارئة وتشخيصها بصفة متنا لتفادي المشاكل (Getty)



سؤال في الصحة

تم تشخيصي بـ OCD و GAD. ووصف لي الطبيب دواء فافرين faverin، وأنا الآن مع بدء تناول الدواء أشعر بدوخة وإحساس بالتراجع، هل هذا طبيعي أم لا؟

عزيزي..

تم تشخيصك بالوسواس القهري (OCD) واضطراب القلق العام (GAD)، ووصف لك الطبيب دواء فافرين، الذي يُعرف أيضا بالفلوفوكسامين، وهو من فئة مثبطات امتصاص السيروتونين الانتقائية (SSRIs)، ويُستخدم بشكل شائع لعلاج هذه الاضطرابات.

بعض الأعراض الجانبية عند بدء تناول أدوية SSRIs، ومنها الدوخة والغثيان، وأحيانا الشعور بالرغبة في التقيؤ. هذه الأعراض غالبا ما تكون مؤقتة وقد تتحسن بمرور الوقت كما يتأقلم جسمك مع الدواء.

إليك بعض النصائح للتعامل مع هذه الأعراض:

- تناول الدواء مع الطعام، قد يساعد ذلك في تقليل الغثيان.
- تجنب القيام بحركات مفاجئة، إذا كنت تعاني من الدوخة، غير الوضعيات ببطء، خصوصا عند النهوض من الجلوس أو الاستلقاء.
- شرب الكثير من السوائل، خصوصا إذا كنت تشعر بالغثيان.

من المهم التواصل مع طبيبك إذا استمرت هذه الأعراض لفترة طويلة، أو إذا كانت شديدة، أو إذا ظهرت أعراض جانبية أخرى تؤثر في يومك. قد يعدل طبيبك الجرعة أو يغير الدواء إذا لزم الأمر، ومن المهم عدم التوقف عن تناول الدواء دون استشارة الطبيب المعالج.

د. أحمد سواحك

استشاري الطب النفسي

أسئلتكم:

health@alaraby.co.uk

ما العلاج الإشعاعي وأنواعه؟

عامر شيخوني

العلاج الشعاعي أو الإشعاعي، هو أحد العلاجات المستخدمة للسيطرة على أنواع كثيرة من الأورام الخبيثة، أو السرطانات. وهناك أنواع رئيسية من العلاج الإشعاعي لها استخدامات طبية مثل:

1. أشعة الفا للعلاج الإشعاعي: وهي تتألف من جسيمات ذرية تحمل شحنة كهربائية موجبة، وتحتوي على بروتونين ونيوترونين.
2. أشعة بيتا للعلاج الإشعاعي: وهي عبارة عن إلكترونات ذات شحنة كهربائية سالبة، وطاقة عالية.
3. أشعة غاما: هي موجات كهرومغناطيسية ذات طاقة عالية جدا.

4. الأشعة السينية للعلاج الإشعاعي: هي نوع من الأمواج الكهرومغناطيسية ذات الطاقة العالية، كانت الأشعة السينية من أوائل أنواع العلاج الشعاعي استخداما في علاج السرطان، وقد قل استخدامها الآن بسبب توفر أنواع أخرى أكثر تأثيرا وأعلى دقة في التوجيه نحو الورم.

5. أشعة عنصر الكوبالت المشع للعلاج الإشعاعي: بعد الحرب العالمية الثانية، تم اختراع المسرعات الخطية القادرة على توليد النظائر المشعة، وكان عنصر الكوبالت المشع من أكثرها استخداما في علاج أمراض السرطان، ويصدر هذا العنصر المشع موجات أشعة غاما.

6. أشعة عنصر الراديوم للعلاج الإشعاعي: الراديوم هو عنصر مشع قوي يصدر موجات من أشعة الفا وأشعة غاما، استخدم الراديوم في الماضي في علاج بعض الأورام الخبيثة،

ولكن قل استخدامه الآن بسبب ندرته وارتفاع تكاليفه وشدة إشعاعاته ولصنع نظائر مشعة حديثة أقل تكلفة وأكثر أمانا. 7. جهاز الغامانائف للعلاج الإشعاعي Gamma Knife: يركز هذا الجهاز أشعة غاما الكهرومغناطيسية على منطقة الجهاز بتقنية ثلاثية الأبعاد، فتتمر الإشعاعات في مسارات عديدة عبر الجلد وطبقات الجسم قبل أن تصل بشكل حزم متعددة من إشعاعات الفا يتم تجميعها وتركيزها تحديدا بطاقة عالية في المنطقة التي يراد علاجها.

8. جهاز السبيرنايف Cyberknife للعلاج الإشعاعي: يركز هذا الجهاز أشعة غاما الكهرومغناطيسية ذات الطاقة العالية التي يمكن توجيهها لتظل مركزة على منطقتة العلاج، على الرغم من حركات التنفس وتحرك جسم المريض. توجه الإشعاعات بدقة لا تتجاوز 1 ميليمتر، ويتحكم في توجيه هذه الإشعاعات برنامج حاسوب خاص، ويحتاج العلاج بهذا النوع من الأجهزة إلى جلسات متعددة، لأنه يستخدم طاقة أقل من أجل تقليل الضرر الذي يمكن أن يحدث لخلايا الجسم الطبيعية في المناطق المجاورة.

9. العلاج الإشعاعي بأشعة البروتونات: هو نوع من العلاج الإشعاعي باستخدام جسيمات ذرية ذات طاقة عالية مثل البروتونات، أو أشعة الفا، أو أشعة الكربون، تتميز هذه الأجهزة بإمكانية توجيهها بدقة فائقة، وقلة أضرارها الجانبية، وعدم انتخارها إلى الخلايا السليمة المجاورة القريبة من الورم، خاصة في علاج أورام الدماغ، لكن هذه الأجهزة ما زالت عالية التكاليف جدا.

كانت الأشعة السينية من أوائل أنواع العلاج الشعاعي استخداما

10. العلاج الإشعاعي المتعمّم في الجسم باستخدام نظائر مشعة مناسبة، مثل تناول اليود المشع عن طريق الفم لعلاج بعض أمراض وأورام الغدة الدرقية، لأن خلايا هذه الغدة تركز اليود فيها بشكل كبير جدا، أعلى بكثير مما تفعله خلايا الجسم الأخرى.



هناك اجهزة عدة توظف فحدة الاشعاع للدمير الورم بدون الاضرار بخلايا الجسم (Getty)

الزليبتول... بديل شائع للسكر يهدد صحة القلب

من مشروب مُحلّى بمادة الزليبتول أدى لزيادة سريعة وملحوظة في جميع مؤشرات تنشيط الصفائح الدموية لدى المشاركين في الدراسة مقارنة بشرب مشروب مُحلّى بالسكر العادي.

وقال د. ستانلي هازن من مركز أبحاث كليفلاند: «تظهر هذه الدراسة مرة أخرى الحاجة الماسة لإجراء المزيد من الدراسات حول الكحوليات السكرية والمحليات الصناعية، خاصة مع استمرار التوصية بتناولها لمكافحة بعض الحالات الصحية مثل السمنة أو مرض السكري».

ولم يقتصر الخطر على الزليبتول، بل شمل كحوليات سكرية أخرى تُستخدم كمحليات، مثل الإريثريتول والسوربيتول.

كشفت دراسة حديثة أجراها باحثون في مستشفى كليفلاند كلينيك عن وجود علاقة بين تناول الزليبتول (Xylitol)، وهو بديل شائع للسكر ذو تركيبة كحولية، وبين حدوث ارتفاع في خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية وتخثر الدم. وأوضحت الدراسة أن الأشخاص الذين لديهم مستويات أعلى من الزليبتول في الدم كانوا أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة تتراوح بين 57% و80%، مقارنة بمن لديهم مستويات أقل.

وكشفت الدراسة أيضا أن الزليبتول يزيد من نشاط الصفائح الدموية، ومن خطر تكوّن الجلطات الدموية في الجسم، وأشارت النتائج إلى أن تناول جرعة نموذجية

معلومة تهتمك

