

العين جوهرة الوجه، ومرآة الروح والعضو المتخصص بأهم حواس الإنسان وأبعدها مدى، وهي النظر، ولدقة العين وفيزيولوجيتها المعقدة، أفرد لها علم الطب منذ زمن بعيد اختصاصا خاصا بها وهو طب العيون يعالج مشكلات النظر من طول وقصر وضعف ومشكلات العين من آلام، وزيادة دمع ونقصان، ومياه بيضاء وسوداء، وغير ذلك من أمراض العيون الشائعة. وللوقوف على أهم ما يشغل بال الأمهات والآباء حول عيون أبنائهم وسلامتها التقينا د. عادل البلوشي استشاري طب وجراحة العيون واستشاري تجميل العيون ومحجر العين، والجهاز الدمعي للتعرف على أكثر أمراض العين شيوعا في الكويت، فأكد ان جزءا من أمراض العين يعود لاستعداد وراثي كالعشى الليلي، وعمى الألوان وغير ذلك وبعضها يعتبر مرضا موسميا كالحساسية، وتكثر في فصلي الربيع والصيف بسبب حبوب اللقاح والغبار، وتوقف د. البلوشي عند أهمية فحص نظر الطفل قبل دخوله المدرسة لاكتشاف مشكلات النظر وكسل العين ومعالجتها مبكرا، اضافة الى أهمية تدليك مجرى الدمع للأطفال حديثي الولادة، في حال دمعت عيونهم.. فإلى التفاصيل:

حوار: زينب أبو سيدو

## د.عادل البلوشي لـ «الأنباء»: عمى الألوان يصيب الرجال



(قاسم باشا)

د.عادل البلوشي استشاري طب وجراحة وتجميل العيون

### علاقة الحزن بظهور المياه البيضاء

الحزن مع البكاء. ولقد وجدنا أول بصيص أمل في سورة يوسف عليه السلام، فقد جاء عن سيدنا يعقوب عليه السلام في سورة يوسف قول الله تعالى: (وتولى عنهم وقال يا أسفى على يوسف وابيضت عيناه من الحزن فهو كظيم) عليه السلام. وكان ما فعله سيدنا يوسف عليه السلام بوحى من ربه أن طلب من إخوته أن يذهبوا لأبيهم بقميص الشفاء: (انهبوا بقميصي هذا فالقوه على وجه أبي يأت بصيرا واتوني بأهلكم أجمعين) عليه السلام. قال تعالى: (ولما فصلت العير قال أبوهم إني لأجد ريح يوسف لولا أن تفندون، قالوا تالله إنك لفي ضلالك القديم، فلما أن جاء البشير ألقاه على وجهه فارتد بصيرا قال ألم أقل لكم إني أعلم من الله ما لا تعلمون) عليه السلام. من هنا كانت البداية والاهتداء فمأذا يمكن أن يكون في قميص سيدنا يوسف عليه السلام من شفاء؟! وبعد التفكير لم نجد سوى العرق، وكان البحث في مكونات عرق الإنسان حيث أخذنا العدسات المستخرجة من العيون بالعملية الجراحية التقليدية وتم نفعها في العرق فوجدنا أنه تحدث حالة من الشفافية التدريجية لهذه العدسات المعتمة ثم كان السؤال الثاني: هل كل مكونات العرق فعالة في هذه الحالة، أم احد هذه المكونات الأساسية وهي مركب من مركبات البولينا الجوالدين والتي أمكن تحضيرها كيميائيا وقد سجلت النتائج التي أجريت على 250 متطوعا زال هذا البياض ورجوع الإبصار في أكثر من 90% من الحالات وثبت أيضا بالتجريب أن وضع هذه القطرة مرتين يوميا لمدة أسبوعين يزيل هذا البياض ويحسن من الإبصار كما يلاحظ الناظر إلى الشخص الذي يعاني من بياض في القرنية وجود هذا البياض في المنطقة السوداء أو العسلىة أو الخضراء وعند وضع القطرة تعود الأمور إلى ما كانت عليه قبل أسبوعين.

(إن هذا القرآن يهدي للتي هي أقوم) تمكن العالم المصري د.عبدالباسط محمد من الحصول على براءتي اختراع دوليتين الأولى من براءة الاختراع الأوروبية. والثانية براءة اختراع أميركية وذلك بعد أن قام بتصنيع قطرة عيون لمعالجة المياه البيضاء استلهاما من نصوص سورة يوسف عليه السلام من القرآن الكريم. وعن بداية البحث قال د.عبدالباسط: كانت البداية من القرآن الكريم، ذلك أنني كنت في فجر أحد الأيام أقرأ في كتاب الله - عز وجل - في سورة يوسف عليه السلام فاستوقفتني تلك القصة العجيبة وأخذت أتدبر الآيات الكريمة التي تحكي قصة تآمر إخوة يوسف عليه السلام، وما آل إليه أمر أبيه بعد أن فقده، وذهاب بصره وإصابته بالمياه البيضاء، ثم كيف أن رحمة الله تداركته بقميص الشفاء الذي ألقاه البشير على وجهه فارتد بصيرا. وأخذت أسأل نفسي ترى ما الذي يمكن أن يكون في قميص يوسف عليه السلام حتى يحدث هذا الشفاء وعودة الإبصار على ما كان عليه، ومع إيماني بأن القصة معجزة أجراها الله على يد نبي من أنبياء الله وهو سيدنا يوسف عليه السلام إلا أنني أدركت أن هناك بجانب المغزى الروحي الذي تفيده القصة مغزى آخر ماديا يمكن أن يوصلنا إليه البحث تدليلا على صدق القرآن الكريم الذي نقل إلينا تلك القصة كما وقعت أحداثها في وقتها. وأخذت أبحث حتى هداني الله إلى ذلك البحث وهو «علاقة الحزن بظهور المياه البيضاء» فهناك علاقة بين الحزن والإصابة بالمياه البيضاء حيث إن الحزن يسبب زيادة هرمون «الأدرينالين» وهو يعتبر مضادا للهرمون «الأنسولين» وبالتالي فإن الحزن الشديد أو الفرح الشديد يسبب زيادة مستمرة في هرمون الأدرينالين الذي يسبب بدوره زيادة سكر الدم، وهو أحد مسببات العتامة، هذا بالإضافة إلى تزامن

### أسباب مرض «العين الكسولة» وأعراضه



في الأشخاص الطبيعيين يقوم المخ بتكوين الصورة المرئية من كلتا العينين بالتساوي إلا أن المخ قد يلجأ إلى تجاهل الصورة التي ترسلها إحدى العينين ويعتمد كلية على الأخرى وهنا ينشأ المرض المعروف باسم العين الكسولة. ويؤدي تجاهل إحدى العينين والاعتماد على الأخرى إلى ضعف الإبصار وعادة ما يظهر المرض في الأطفال في عمر السابعة. وقد لا يكون بإمكان الطفل المريض بالعين الكسولة ملاحظة أنه يعتمد في النظر على عين واحدة وذلك لأن المخ يتجاهل الصورة كرد فعل لا إرادي.

أسبابه: يظهر المرض نتيجة لوجود مؤثر يمنع العين من تكوين صورة واضحة مما يتسبب في استخدام إحدى العينين دون الأخرى. والعديد من الحالات تكون نتيجة لعدم التقاء نظر العينين عند نقطة واحدة في الفراغ كما في حالات الحول وهو ما ينتج عنه إرسال اشارتين مختلفتين إلى المخ. وكرد فعل لا إرادي يقوم مخ الطفل بتجاهل إحدى الصورتين للحد من الإشارات المتباينة. وقد تنشأ الحالة نتيجة لكون إحدى العينين أبعد أو أقصر نظرا من الأخرى أو ضعف إحدى العينين مما يحفز تجاهل المخ للصورة المشوشة. وتؤدي الأمراض التي تمنع الضوء من الدخول لإحدى العينين إلى كسل العين كما في حالات تلف عتسة العين وتكون هذه الحالات هي الأخطر نظرا لأنها تستمر مع الطفل إذا لم يتم العلاج بسرعة. أعراضه: قد يحدث أن يتسبب المرض في هيام إحدى العينين بسقوط الجفن ليعطي نصف أو معظم العين المتجاهلة كما يلاحظ عدم حركة العينين بشكل متناسق إلا أن معظم حالات كسل العين تمر دون ملاحظة. ومن أعراض كسل العين الأخرى عدم القدرة على تركيز العينين على نفس النقطة كما يمكن أن يبكي الطفل أو يشتكي عند تغطية العين السليمة

هو الإصابة كأن تكون إصابة مباشرة بالعين، يمكن أن تؤدي إلى الماء الأبيض.

هل تولد المياه البيضاء مع الطفل؟

● نعم يمكن أن يولد الطفل بها، وهذا عيب خلقي، وهناك أسباب قد تعود إلى وجود عدوى لدى الأم خلال الحمل، أو بسبب أمراض وراثية والأغلب أن تأتي المياه البيضاء للشخص وهو كبير.

#### العشى الليلي

ما علاج العشى الليلي؟  
● العشى الليلي مفترض أن يصيب الشبكية، وعادة يكون مرضا وراثيا غير مكتسب، ويزيد مع الوقت، أي ربما يكون موجودا لدى الشخص، ولم يكتشف ويزداد مع التقدم في العمر، فيسبب انحصارا في مجال النظر، وليس عمى دائم، ولا يوجد له علاج.

هل يسبب نقص الفيتامينات مرض عمى الألوان؟

● لا يسبب عمى الألوان، ولكن يمكن أن يسبب أمراضا أخرى، أحدها جفاف بالعين، أي نقص فيتامين A بصورة شديدة، ولكن عمى الألوان عادة مرض وراثي ويصيب الذكور أكثر من الإناث والنسوع الدارج هو الأخضر والأحمر.

هل لذلك علاقة بالذكورة أو الأنوثة؟

● لا ولكنه ينتقل عن طريق الأب، لذلك يصيب الأولاد أكثر.

#### ارتخاء الجفن

هل يوجد علاج لارتخاء الجفن؟

● ارتخاء الجفن أنواع، إما عيب خلقي منذ الولادة أو نتيجة التقدم في العمر، أو نتيجة عدسات لاصقة، أو نتيجة حوارث، فالجفن يكون أنزل من الجفن الآخر، فتبدو العين أصغر من الأخرى، ولكن حجم العين طبيعي وعلاجه يكون جراحيا، إذا لم يكن هناك أسباب أخرى مسببة له، والنتائج غالبا تكون ممتازة، إلا بعض الأمراض الخلقية، كان يكون هناك ضعف شديد بعضلة

الدوري، وربما يلاحظ الأهل أن الطفل لا يرى ويكتشفون أن لديه مياه بيضاء وتجري له عملية سحب المياه، ويعتمد على عمر الطفل إذا كان يحتاج زراعة عدسة، أو استعمال عدسات لاصقة، وأحيانا تكون كمية المياه البيضاء قليلة جدا ولا تؤثر كثيرا على النظر ولا يشعر بها المريض.

هناك أسباب أخرى كالعمر، وكبر السن والأشعة فوق البنفسجية الصادرة من الشمس، وإذا كان المريض يتناول أدوية معينة كالكورتيزون، لأنه أحد أسباب المياه البيضاء، وهناك سبب ثالث

العملية، فيتوقف الجهاز لضمان سلامة المريض وسلامة العملية، والجزء الثالث وهو الأهم ويتعلق بمدى خبرة الطبيب الذي يجري العملية، هل هو مختص بعمليات الليزر، وهل لديه تدريب على عمليات الليزر، وهل لديه شهادة

#### المياه البيضاء

ما أسباب مرض الكتاراكت أو المياه البيضاء؟  
● هناك عدة أسباب، فاحتمال أن يكون هناك عيب خلقي منذ الولادة، فإذا كان بدرجة كبيرة سيتضح ذلك من خلال الفحص

#### حساسية العين

#### موسمية.. وتكثر

#### في فصل الصيف

#### بسبب حبوب اللقاح

#### وعادة تكون بالعين

#### والأنف والحنجرة

#### ما علاج قصر النظر؟

● قصر النظر هو عيب انكساري بالعين، وعادة المرضى الذين لديهم قصر نظر يستطيعون الرؤية من قريب، ولكن لا يرون من بعيد، فالعلاج بيتدئ من النظارات، ثم العدسات اللاصقة، أو عمليات تصحيح النظر وهي الليزر أو زراعة عتسة داخل العين، على حسب درجة قصر النظر لدى المريض.

#### العين الكسولة

هل عملية إعادة تصحيح النظر تفيد في علاج العين الكسولة؟

● لا تفيد لأن العين الكسولة هذه عادة عند الأطفال إلى عمر 11 عاما، نستطيع أن نعالج كسل العين، ولكن بعد هذا العمر للأسف يبقى قصر النظر مع الأطفال طوال العمر، لذلك ننصح بفحص نظرهم قبل دخولهم المدرسة، وكلما كان اكتشاف كسل العين مبكرا، كان علاجه أسرع وأفضل، ويا حبذا لو كان الفحص قبل دخولهم الروضة، حتى يتسنى اكتشاف ومعالجة كسل العين في فترة السنوات الأربع من عمر الطفل.

#### عملية الليزر

هل عملية الليزر مضمونة مائة بالمائة؟

● لا توجد نتيجة للعملية مضمونة مائة بالمائة، ولكن يختلف الأمر عندما يقال إن نسبة نجاح العملية 98%، أو أن نسبتها 50%، فسلبيات ونجاح العملية يتوقفان على عدة عوامل، أولها قياسات المريض التي تجري لعينيته، هل تصلح لها عملية الليزر أو الليزر، ومنها سماكة القرنية، وقصر النظر، أو طول النظر لدى المريض، وكذلك حجم بؤبؤ العين وعمر المريض، وهل هناك كسل بالعين أم لا، كذلك تخطيط القرنية الذي يجري قبل إجراء العملية أو تصحيح النظر، فكل هذه الأمور لها دور في نجاح العملية. الجزء الثاني لنجاح العملية هو نوع الجهاز المستخدم، فهناك عدة أجهزة موجودة بالعالم ويفضل أن يكون الجهاز أسرع على أساس المدة التي تتعرض لها العين لليزر، وكذلك هناك بعض المرضى يتحركون خلال

### خطر الإصابة بالكتاراكت

خطر تعرضك للإصابة بالساد الذي يؤثر على إبصارك خلال سنتي حياتك يتزايد إذا كنت ضمن واحدة من تلك الفئات الأعلى خطرا:

- مرة ونصف: إذا كنت أنثى.
- ثلاث مرات: فرط في احتساء الكحوليات.
- مرتان: تدخين السجائر حاليا.
- ثلاث مرات: تعرضت لمستويات عالية من الأشعة فوق البنفسجية.
- ثلاث مرات: لديك أخ أو أخت مصاب بالكتاراكت.
- ثلاث مرات: أصبت بالسكر في سن صغيرة.
- خمس مرات: تناولت عقاقير الكورتيزون لمدة طويلة.

#### الأعراض

الكتاراكت مرض لا يسبب الألم ويتفاقم ببطء،



د.عادل البلوشي يحاور جريدة «الأنباء»

**المياه البيضاء  
في العين تنتج عن عيب  
خلقي أو التعرض للأشعة  
فوق البنفسجية أو إصابات  
العين**



**6% من المواليد  
تدمع عيونهم بعد 6 أسابيع  
من الولادة وذلك  
لأسباب خلقية  
أو مكتسبة**

**الذبابة الطائرة  
لا علاج لها ولا تسبب  
مشاكل..  
وهي سائل زجاجي شفاف  
أمام الشبكية**

# أكثر من النساء وهو وراثي.. وينتقل عن طريق الأب

## بقلم طبيب

د. عماد عبدالواحد



## الملوخية تقوي القلب وتجلي النظر وتضبط مقدار السكر في الدم وتكافح هشاشة العظام

تساعد على التخلص من الإمساك وسهولة عملية الإخراج، وتخفف من الاضطرابات الهضمية لمرضى الكبد والجهاز الهضمي والمتوقفين حديثاً عن التدخين، والذين غالباً ما يصابون بالإسهال أو الإمساك، وتهدئ الأعصاب وتقلل من الاضطرابات العصبية، وتخفف ضغط الدم، وتدر البول.

ولكن ما علاقة الملوخية بتخفيف الاضطرابات العصبية؟

● يجب عن هذا التساؤل د. حسين زهدي الشافعي استاذ الأمراض النفسية والعصبية قائلاً: تحتوي الملوخية على كميات عالية من مادة الكاروتين وفيتامين (ب) الذي يحسن من أداء الموصلات العصبية بالجسم، كما ان مادة الكاروتين والبيتاكاروتين تساعد ايضا على افراز هرمون «السيرتونين» الذي يحسن من الصحة النفسية، ويقاوم الاكتئاب ويشعر الإنسان بنوع من المقاومة الذاتية والمناعية ضد مسببات العصبية للاكتئاب، ومن هنا تحفظ وجبة الملوخية حاجة الجسم اليومية من المواد المساعدة على افراز هرمون «السيرتونين» وتحول دون التوتر والاضطرابات العصبية التي تصيب الإنسان، بسبب ضغوط الحياة، او التعرض لازمات نفسية، او تناول وجبة غذائية دسمة تقلل من افراز الهرمونات المساعدة على تنشيط الموصلات العصبية داخل جسم الإنسان او تعيق الغذع الهرمونية عن افراز المواد المقاومة للقلق والتوتر والاكتئاب.

### منشط جنسي

ولا تتوقف فوائد الملوخية عند كونها وجبة للسعادة الزوجية، تقاوم الاكتئاب وتخفف من القلق والتوتر، فهي ايضا، كما اثبتت الدراسة، تعد من اهم الوجبات الغذائية المنشطة للقوة الجنسية، وعن فوائد الملوخية في زيادة القدرة الجنسية وعلاج العقم، يقول د. أحمد عارف استاذ امراض النساء والتوليد والعقم طب القاهرة: تحتوي الملوخية على كميات عالية من فيتامين (ب) ومادة الكلوروفيل الخضراء مقارنة بالخضراوات الاخرى كالخس والجرجير والسبانخ وتعمل تلك المادة وفيتامين (ب) على مقاومة التجلط بالدم، وكعامل مؤكسد للشوارد الحرة التي تدمر الجسم، ومن شأن هذه المسببات التي تحدث بالدم بعد اكل الملوخية ان تزيد من معدل تدفق الدم بالأوعية التناسلية، وهي نفس الطريقة التي تعتمد عليها الترتيبات الكيماوية للأدوية المنشطة جنسيا، وفضلا عن كل ذلك فإن الملوخية تزيد من افراز هرمون الذكورة «تستستيرون» وهرمون الاوتة «بروجسترون» اللذين تفرزهما الغدد الجنسية، ومن شأن ذلك ان يؤدي الى زيادة الرغبة الجنسية لدى الرجال والنساء ايضا، ولذلك تعد الملوخية منشطا جنسيا قويا وتغني عن الحاجة الى اللجوء للمنشطات الجنسية لعلاج الضعف او البرود الجنسي.

### علاج العقم

وإذا كان العقم ينجم في كثير من الاحيان عن ضعف التبويض لدى المرأة، فإن الملوخية تحتوي على كميات عالية من العديد من المعادن وتدر البول، واهمها المتجنيز الذي يزيد من افراز هرمونات الخصوية لدى المرأة ويعد شحيح العقم بسبب نقص هذا المعدن المهم، والذي يقف وراء العديد من حالات العقم بسبب العقم الجينية الخاطئة وإذا كانت «الملوخية» لها القدرة على علاج الكثير من الامراض، بسبب احتوائها على كميات عالية من المواد الطبيعية، دون اي اضرار جانبية مقارنة بالادوية الكيماوية والمعروفة بمضاعفاتها الجانبية العديدة فإنها كذلك تعد من اهم الاغذية للسيدات، طوال شهور الحمل. وأوضح د. أحمد عارف استاذ طب النساء والتوليد بجامعة القاهرة علاقة «الملوخية» بالحمل قائلاً: تحقق «الملوخية» فوائد طبية، وغذائية عديدة لمن يفضلون اكلها، فإذا كانت الدراسات قد اكدت انها تخفف ضغط الدم وتقوي عضلة القلب وتزيد من افرازات الغدد الجنسية سواء كانت ذكورية او أنثوية، فإنها بالإضافة الى ذلك، تعتبر بمثابة غذاء مثالي لسلام الحامل، لكونها من أغنى الاغذية التي يتوافر فيها بكثرة فيتامين (ب)، وهو من اهم الفيتامينات اللازمة للحفاظ على صحة الأم والجنين، كما ان الملوخية تحمي جسم المرأة الحامل من الاصابة بفقر الدم، ونقص الحديد.

### ● استشاري الباطنية والتوليد

إذا كنت من الذين يكرهون الدواء، او لا يستطيعون تعاطي اقراص المسكنات والمضادات الحيوية، أو من الذين يخافون من وخز الحقن، فيكفيك تناول «أكلة ملوخية» لتستريح من الآمك التي احترق في تشخيصها الاطباء، او فشل في علاجها الدواء! فقد اثبت علماء المركز القومي للبحوث بمصر ان «الملوخية» لها العديد من الفوائد الصحية، حيث تقوي القلب والنظر، وتزيد الفحولة وتخفف من متاعب الجهاز الهضمي والقولون وتخلصك من قائمة طويلة من الامراض دون اي مضاعفات جانبية! ومن الآن فصاعدا توفيق عن الشجار مع زوجتك اذا كنت «لا تحب الملوخية»، واحرص على ان يكون هذا «الطبق» بمثابة ضيف دائم على مائدتك الغذائية!

يقول د. فوزي الشويكي استاذ ورئيس قسم التغذية بالمركز القومي للبحوث بمصر: تعد الملوخية وجبة غذائية كاملة نظرا لغناها بالفيتامينات والمعادن والكربوهيدرات والألياف، فقد اكتشف ان هذه النبتة تحتوي على كمية وفيرة من الفيتامينات (ب) و(ب) والاملاح المعدنية المهمة للجسم كالحديد والفسفور والكالسيوم والبوتاسيوم والمنجنيز والصوديوم، وأكثر ما يميز «الملوخية» عن غيرها من النباتات الورقية انها لا تفقد ابا من مكوناتها الغذائية وفوائدها العلاجية بالغسيل والطهو، كما هو الحال مع اغذية اخرى مماثلة، ويتحلل «الملوخية»، وجد ان 100 غرام منها اذا كانت طازجة تحتوي على 4% بروتين، واذا كانت يابسة، فإنها تحتوي على 22% بروتين و2% دهون و11% ألياف، فضلا عن غناها بفيتاميني (ب) و(ب) وكميات عالية من الحديد الذي يقضي على الأنيميا وفقر الدم، ويحافظ على خلايا الجسم من التآكل، والفسفور الذي يحافظ على خلايا الدماغ، ويعد ذاكرة وينشط القدرات الذهنية، فيما يعتبر الكالسيوم اساسيا للحفاظ على الجسم والوقاية من هشاشة العظام، اما المتجنيز الذي يتوافر بكميات وفيرة في «الملوخية» فهو ضروري لتوليد هرمون الأنسولين الذي يضبط مقدار السكر في الدم ويكافح هشاشة العظام ويعد شحيح العقم الذي يؤدي نقص المتجنيز بالجسم في بعض الاحيان الى الاصابة به.

### فوائدها الصحية

ولكن كيف ينظم «طبق الملوخية» ضربات القلب ويحسّن من الاصابة بالآزمات القلبية؟ يجب د. فوزي الشويكي قائلاً: الفيتامين (ب) الذي تحتويه الملوخية، معروف بفوائده العديدة في الحفاظ على الجسم، فهي كنبات ورقية تحتوي على مادة «الكلوروفيل الخضراء»، ومادة «الكاروتين» بنسبة اعلى من تلك الموجودة في الجزر والخس والسبانخ، وتتحول مادة «الكاروتين» في الجسم الى فيتامين (ب) الذي يقوي جهاز المناعة ويزيد من مقاومة الجسم للالتهابات والامراض، ويقوي النظر، ويحافظ على اغشية الكثير من الاعضاء، ويحميها من الشيخوخة المبكرة والتآكل، بينما يلعب فيتامين (ب) دورا كبيرا في تحويل الغذاء الى طاقة، وافراز الاحماض الامينية، وزيادة افراز الهرمونات، خاصة الذكورة، كما اثبتت الدراسة توافر مادة «الجلوكوسايدز» بكميات كبيرة في نبات الملوخية مقارنة بالبصل والبقدونس والثوم، حيث ان تلك المادة المشمار اليها تحتوي على مركبات «فينولية»، مثل «الفلافونيات» و«الجلوكوسيدات»، وهي مواد تحمي الجسم مما يعرف بالشوارد الحرة الخطيرة، والمؤكسدة التي تعمل كعامل مختزل داخل الاوعية الدموية وتؤدي الى تصلب الشرايين، وزيادة نسبة الكوليسترول، وارتفاع ضغط الدم، واضطراب نبضات القلب، وفي بعض الاحيان التعرض للازمات القلبية، وأكدت الابحاث ان اكل الملوخية يقلل من تلك المخاطر، ويحول دون الاصابة بتلك القائمة الطويلة من الامراض.

وعن دور «الملوخية» في علاج متاعب الجهاز الهضمي وحصوات الكلى، يقول د. فوزي الشويكي: تحتوي اوراق الملوخية على مادة مخاطية تسمى «ميسولج»، وكمية كبيرة من الالياف التي تحول تلك المادة الغرائية دون حدوث مضاعفات لمرضى القولون العصبي، ومن يعانون من اضطرابات الهضم، ومشاكل بالعدة، ولذلك فهي وجبة سهلة الهضم ومليحة، حيث



د. عادل البلوشي يفحص إحدى المريضات

العيون كثرة افراز الدموع عند الأطفال، أو عندما تكون العيون ممتلئة بالافرازات الدمعية المخاطية أو يحرقون ملتصقة ببعضها بعضا، وكثيرا ما يُسأل طبيب العيون في المجلس العائلي، وحتى في التجمعات الكبيرة ما سبب هذا التدميع وما سبب علاجه.

ويرجع السبب الى وجود قناة عند طرف كل عين، من جهة الأنف، تحمل الدموع عادة من العين الى الأنف، فإذا انسدت هذه القناة يتجمع الدمع في العين ثم يسيل على الوجه، ومع ان هذا الانسداد كان موجودا عند الولادة، إلا أن تأخر ظهور الأعراض قد يعزى الى تأخر إفراز الدمع حتى 3 أو 4 أسابيع عند بعض الأطفال، وهذه حالة عامة تصيب 6% من المواليد، وقد يصاب كلا الجانبين بالانسداد في 30% من الحالات ولكن تفتتح عادة أكثر من 90% من القنوات الدمعية المسدودة تلقائيا عند بلوغ الطفل 12 شهرا، أما إذا استمر الانسداد بعد بلوغ الطفل هذه السن، فيمكن لإخصائي العيون ان يقوم بفتحته باستخدام مجس «مسبار» خاص بذلك.

### انسداد قناة الدمع

أما أسباب انسداد مجرى الدمع عند الأطفال فيتعلق بحسب وقت ومكان ونوع الانسداد الذي قد يكون كاملا أو جزئيا، وأولها: أسباب خلقية كأن يكون هناك انسداد النقطة الدمعية أو انسداد القنيات الدمعية أو انسداد الدمعية الأنفية، وثانيا هناك أسباب مكتسبة وهي انسداد النقطة الدمعية أو انسداد القناة الدمعية الأنفية أو أمراض أخرى كأمراض الأنف، أو أورام كيس الدمع، أو انسداد القناة الدمعية الأنفية الخلقى وهي السبب الرئيسي للدمع عند الأطفال حديثي الولادة ويصيب ما بين 6 - 20% من الأطفال وعادة ما تظهر هذه الأعراض بعد عدة أسابيع من الولادة حين يكتمل نمو الغدة الدمعية المسؤولة عن افراز الدمع عند الإنسان، أما طرق العلاج فتتلخص في تدليك المجرى الدمعي، أو استخدام المضادات الحيوية الموضعية، أو تسليك أو سبر المجرى الدمعي.

**نجاح عملية الليزر  
يتوقف على سماكة  
القرنية وطول  
وحجم بؤبؤ العين  
وعمر المريض**



فليست هناك مشكلة مادام تحت اشراف طبيب، وعادة يكون استعمال هذا المرهم لفترة محدودة 10 أيام مثلا أو أسبوعين أو شهر، وفي هذه الفترة يجب عدم الانقطاع عن الطبيب تحسبا لوجود أي عرض جانبي لا يلاحظه المريض، ولكننا نلاحظه أثناء الفحص وبشكل عام أي نوع من الأدوية لا تنصح المريض باستعماله من نفسه دون ان يكون تحت اشراف طبيب.

### عين الطفل الدامعة

ما أسباب التدميع عند الأطفال؟  
● من أهم أسباب مراجعة طبيب

حول العينين وهذا ليس بجديد فكلنا لدينا اكياس دهنية حول العينين ولكن هناك حاجزا يمسكها حتى لا تظهر فإذا حدث ارتخاء بالحاجز تبرز هذه الانتفاخات وهي لا تؤثر على النظر ولكن شكلها يحتاج الى التجميل والحل بالجراحة.

### مراهم العين

هل يوجد ضرر من كثرة استعمال مرهم العين ماكسيترول؟  
● هذا المرهم يحتوي على مضاد حيوي وكورتيزون، فإذا وصف للمريض لأسباب مرضية علاجية

العين، فعملياته تختلف عن العملية الروتينية.

### الذبابة الطائرة

ما سبب وجود خيوط ونقاط سوداء تتراقص أمام العين؟

● هذه موجودة بشكل كبير وتسمى بالذبابة الطائرة أمام العين، وهي عبارة عن وجود سائل زجاجي شفاف بالعين أمام الشبكية أحيانا ينفصل عن الشبكية، أو يحدث تشققات ذات لون أبيض فتتحرك، وترسم خيالا أمام عين المريض، وعادة لا تسبب أي مشاكل، ولا يوجد لها علاج معين، وتقول للمريض إنه مع الوقت سيتعود عليها، ولكن هناك تحذيرات نعطها للمريض إذا حدث انفصال الشبكية الزجاجي من الشبكية، يمكن أن يؤدي الى انفصال الشبكية، وهناك علامات يعرفها المريض منها إذا كانت هذه الذبابة وقفت في مكان واحد، لا تتحرك أو إذا رأى المريض كإضاءة فلاش الكاميرا، أو أن يكرج حجمها أو يزيد عددها في هذه الحالات تنصح بعمل كشف فوري عند طبيب العيون على أساسه نعرف هل تسبب انفصالا بالشبكية، أو تقيا فيمكن معالجته باكرا.

### حساسية العين

ما سبب الحساسية التي تحدث أحيانا في العينين وأسباب الانتفاخات في الجفنين السفليين للعينين؟  
● للحساسية أسباب عدة، منها ان تكون موسمية في فصل الصيف بسبب حبوب اللقاح وعادة تكون حساسية بالعين والأنف والحنجرة أو ان تكون لعوامل أخرى وهناك بعض الأشخاص لديهم حساسية للتطور التي تربيتها في البيت، وعادة تكون كردة فعل لعراض خارجي، فعلى حسب سبب الحساسية يمكننا ان نعالجها، وتخفف أعراض المرض، وعليه يجب اجراء فحص الحساسية لمعرفة السبب، فإذا كانت موسمية والمريض يلاحظ انها تحدث معه كل عام في نفس الوقت فهناك قطرات معينة نعطها له قبل بدء الموسم لتخفيف أعراض الحساسية.

أما انتفاخ الجفنين السفليين فيعود لأسباب عدة، أدها يكون حساسية بالجسم كله، وليس فقط بالعينين، أو ربما نشاط الغدة الدرقية، أو بسبب تقدم العمر تبرز ترهلات

## إزالة المياه البيضاء واستبدال العدسة

إذا كانت عيونه مفتوحة أم مغلقة.

### إزالة الكاتاركت

يصنع الجراح فتحة العين بمساعدة ميكروسكوب مكبر. ويتبع في هذه الجراحة عدة أساليب مختلفة.

في جراحة الكاتاركت من خارج الكيسول. يصنع شق جراحي على شكل نصف دائرة (طوله يتراوح بين 3/1 إلى 2/1 بوصة) حول حافة القرنية في بياض العين، أسفل الجفن العلوي. وتزال العدسة المعتمة، تاركة الكيسول (الحافظة) الخلفي للعدسة سليما، وهذا يوفر دعما للعدسة التي ستزرع ويقلل من خطر حدوث مضاعفات للشبكية. ويغلق الجرح بعدة غرز دقيقة الحجم تدوب من تلقاء نفسها.

جراحة المياه البيضاء تعد واحدة من أكثر الجراحات أمانا. 798 تتم بنجاح حيث يستعيد المرضى درجة جيدة من الإبصار، مع افتراض أنه لا توجد لديهم مشكلات أخرى بالعين. وتجرى العملية عادة باستعمال مخدر موضعي دون الحاجة للمبيت بالمستشفى. أكثر من 798 ممن يجرون جراحة الكاتاركت أو المياه البيضاء تجرى لهم أيضا زراعة عدسة بلاستيكية داخل العين بدلا من العدسة الطبيعية. وقبل الجراحة، يقيس طبيب العيون استدارة القرنية وطول العين لدى المريض ليحسب قوة العدسة المطلوب زرعها. تستغرق الجراحة في العادة أقل من ساعة، وعلى الرغم من أن المريض يكون مدركا لوجود الفريق الجراحي، فإنه لا يشعر بأي ألم، بل وقد يدرك ما



يحدث التدميع عند الأطفال بسبب انسداد قناة الدمع