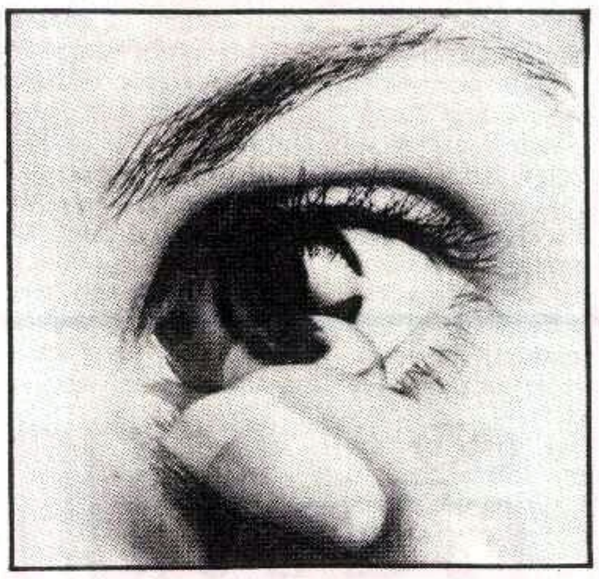

تحذير من العدسات اللاصقة

منذ ست سنوات تقريبًا طرأ تطور جديد على استخدام العدسات اللاصقة ، ألا وهو استخدامها فترة طويلة قد تمتد شهرًا ، بدلاً من تبديلها يوميًا . ولكن بعد ذلك كثرت الحالات السلبية الناجمة عن استخدام هذا النوع من العدسات الذي يؤدي إلى جرح القرنيـة ، وربما إلى العمى .

ويقدم أطباء العيون عدَّة تفسيرات لذلك : منها : أن المسامات الكثيرة في العـدسات طـويلة الأمـد - وإن كانت ضرورية لإمـداد القرنيـة بالأوكسجين والماء - إلاَّ أنها في الوقت نفسه تكون بيئة مناسبة لتكاثر البكتيريـا ، وأقل الأخطار أن يؤدي ذلك إلى جرح القرنية والتأثير على البصر إلى درجة إحداث العمى .

هناك تفسير آخر ، وهو أنَّ إغماض العيون على العدسات أثناء النوم ، يقلل وصول الأكسجين اللازم لتغذية القرنية ، مما يؤدي إلى الإضرار بخلايا القرنية ، ويجعلها معرضة لهجمات البكتيـريا . وربما أيضًا يتحمل مستخدمو هذا النوع من العدسات مسؤولية بإطالة فترة بقاء العدسة أكثر مما هو مسموح به ، أو بالتقصير في تنظيفها تمامًا لدى نزعها مما يؤدي إلى تكاثر البكتيريا ، أو بإهمال الأعراض الأولى للخطر ، كاحمرار العين أو الحكة ، أو بشراء العدسات من محلات تجارية بدلاً من الأطباء ؛ إذ أن هذه المحلات لا تقدم التعليمات والتوجيهات التي يقدمها طبيب العيون .

الأجنَّـــة في القـــرآن الكريم

قال البروفسور « كيث مور » أستاذ علم الأجنّة في جامعة «تورنتو» إنه مندهش من دقة الوصف القرآني لتكوين الجنين في الأيَّام الثمانية والعشرين الأولى ، حيث يبدو للعين المجردة وكأنه نقطة صغيرة ، ويحتاج وصف شكله إلى «ميكروسكوب» .

وأضاف البروفسور «مور» أنَّ القرآن الكريم قد تفرّد بهذا الوصف الدقيق ؛ إذ أنَّه لم يعثر في العهدين القديم والجديد على شيء مماثل ، كما أنَّ الميكروسكوبات التي نستطيع من خلالها وصف الجنين في تلك المرحلة المبكرة لم تكتشف قبل القرن السابع عشر .

دور فيتامـــين « أ » في حيـــاة الإنسان

يبدأ مرض جفاف العين «Xerophthalmia» بالعشى الليلي ، ويتفاقم حتى يدمر مقلة العين . يقدر عدد الأطفال الذين يصابون بالعمى بسبب هذا المرض سنويًا بنصف مليون طفل في أنحاء العالم ، يموت ثلثاهم في مرحلة لاحقة . لقد عرف الإغريق وقدامى المصريين هذا المرض لأول مرة ، ولكن في عام ١٩١٥م ثبت ارتباطه بنقص فيتامين «أ» ، وفي الوقت الحاضر ثبت تأثير النقص في هذا الفيتامين على وفاة الضحايا من المكفوفين : جاء ذلك على إثر دراسة تمت في إندونيسيا .

ولهذا الفيتامين أيضًا دوره في حماية البطانـة المخـاطيـة « Mucous Lining » لـلأجهزة التنفسيـة والبـوليـة والمعـدة والأمعاء . لقد قام فريق أمريكي بدراسة في جزيرة «جاوة» في نهاية السبعينيات على (٣٦٤١) من أطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، وجدوا من خلالها أنَّ الأطفال المصـابين بأعراض خفيفة من جفاف العين معرضون للإصابة بالإسهال وإصابات الجهاز التنفسي أكثر بثلاث مرَّات ومرتين - على التوالي - من غير المصابين بتلك الأعراض ، كما تزيد لديهم احتمالات الوفاة المبكرة بـ(١٢) مرة عن غيرهم .

كانت الخطوة التالية في الدراسة متابعة (٣٠) ألف طفل من ذوي البصر السليم من (٤٥٠) قرية إنـدونيسية : أعطي نصفهم كبسولات فيتامين «أ» مرتين سنويًا ، ولم يعط النصف الآخر تلك الكبسولات . وأشارت النتائج الأولية إلى أنَّ معدل خطر الوفاة المبكرة يقل لدى المجموعة الأولى بـ(٢٣٪) عن الثانية .

علَّق الدكتور « ألفرد سومر » من الفريق الطبي على النتائج قائلاً : « عندما يفتقر الجسم إلى فيتامين «أ» فإنَّ النسيج الناعم الذي يبطن الأجهزة التنفسيـة والبوليـة والمعدية ، يصبح كالجلد ، مما يكوّن بيئة ملائمة لتكـاثر البكتيـريا ، كمـا أنَّ نقص الفيتامين يؤدي إلى ضعف مناعة الجسم في مقاومة الإصابات » .

عندما يهاجم المرض بعد ذلك يستهلك الجسم قـدرًا كبيـرًا من فيتـامين «أ» في المقاومة ، وهكذا تبدأ الدورة الشريرة .

المدهش في الأمر أنَّ الحل سهل وبسيط ، وكـل ما يحتـاجه الإنسـان هو التحصين الغذائي . لقد قامت بعض الدول بحملـة لإضافة هذا الفيتامين للغذاء أدَّت إلى نقص عدد الأطفال المعرضين للخطر من (٥ر٢١٪) إلى (١ر١٣٪) في بعض الدول خلال ستة أشهر ، ثم إلى (٩ر٨٪) خلال (١٨) شهرًا .

وفي إندونيسيا أشارت تقارير الحكومة إلى نقص عدد الأطفال المصـابين بنقص فيتامين «أ» بعد حملة تثقيفية صحية لحث الآبـاء على تغذيـة أبنائهم بـالخضروات المورقة ، إضافة إلى توزيع الفيتامين بشكل كبسولات .

ورغم أنَّ برامج المقاومة الحالية في (١٨) بلدًا قد أنقذت حوالي مائة ألف طفل ، إلاَّ أنَّ الخطر لا يزال محدقًا بنصف مليون طفل سنويًا ، مما حدا بمنظمة الصحة العالمية مؤخرًا أن تخصص مبلغ خمسة ملايين دولار سنـويًا لبـرنامـج مقاومـة هذا المـرض ، وبمنظمة الأغذية والزراعة (الفاو) لتنفيذ برنامج لمدة عشر سنوات لتوفير الكبـد والحليب والبيض والفواكه والخضـروات الغنية بالفيتامين كحلّ طويل الأمد في (٣٤) دولة من بينها السودان وبنغلاديش .