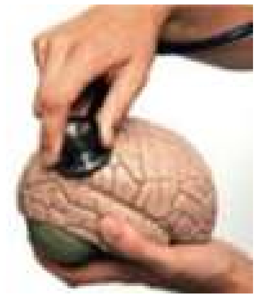
تازەکانی پزیشکی

بەشی 1

کۆ کردنەوە و وەرگێران:

دوکتور کامران ئەمین ئاوە

پیاسە کردن بەرگری لە چکۆلە بوونی مێشک و هاتنەخوارێی توانایی زەینی دەکا!



بە پێی بابەتێک کە لە گۆڤاری" نورۆلۆژی" سەر بە ئاکادێمی نورۆلۆژی ئەمریکا لە 13ی ئۆکتۆبری ساڵی 2010 دا بڵاوبۆتەوە، لەوە دەچێ پیاسە کردنی رۆژانە بە درێژایی 6 تا 9 مایل بەرگری لە چکۆلە بوون و هاتنە خوارێی توانایی زەینی بۆ بیرهێنانەوە لە کاتی چوونە سەری تەمن بکا. توێژەران لە سەر ئەم باوەڕەن کە چالاکی لەش دەتوانێ رۆڵێکی بەرچاوی لە ڕاگرتنی ڕادەی ئاسایی ماددەی خۆڵەمێشی مێشک بێ کە بەرپرسی کاری بیرەوەری و توانایی زەینی بۆ بیرهێنانەوەیە(1) .

منداڵێکی ساغ لە پزێکی 20 ساڵە

ژنێکی 42 ساڵەی ئەمریکی کە بۆ ماوەی 10 ساڵ بە هۆی نەزۆک بوون دەرمان دەکرا، لە ئاکامدا بە پێی پێوەندی پزێکی ڕاگیراو لە ناو سەهۆڵدا کە نزیک بە 20 ساڵ لە تاقیگەیەک ڕاگیرابوو، ئاوس دەبێ و منداڵی دەبێت(2) .

رۆڵی کامپیۆتر و تلەویزیۆن لە سەر نەخۆشی دەمار و ڕەوان لە منداڵاندا

به پێی لێکۆڵینەوەی زانستگای بریستۆلی بریتانیا، ناوەندی ئەزموون، خواردەمەنی و زانستی تەندروستی، ئەو منداڵانەی کە بە لانی کەم دوو سەعات بۆ کاری نازانستانە دەڕواننە تلەویزیۆن یا ئێنترنێت،لە ژێرمەترسی نەخۆشیەکانی ڕەوانی و ئاکامەکانیدان (3) .

خواردنی شووتی گوشاری خوێن دادەبەزێنێ

خواردنی شووتی بە هۆی بوونی L- citruline کە پێوەندی ڕاستەوخۆی دەگەڵ ئەسید ئامینەی L-Arginine داهەیە، کارتێکەرێکی باشی لە سەرهێنانە خوارێی گوشاری خوێن هەیە. ئەم ئەسید ئامینە بەشدارە لە پێکهێنانی nitric oxide و میزان کردنی تۆنی دەمارەکان(رەگەکان) و گوشاری خوێن(4) .

ئالێرژی بە مەوادی خۆراکی و بەرز بوونی ڕادەی هێرشی کوتوپڕی ئاسماتیک

به پێی لێکۆڵینەوەکانی پرۆفسۆر ـ ئاندریەڤ ها. لیۆ و هاوکارانی کە لە گۆڤاری ئالێرژی و کلێنیکال ئیمۆنۆلۆژی لە نوامبری 2010دا بڵاو بۆتەوە هەستیاری بە خواردەمەنی لە نێو نەخۆشانی ئاسمدا باوترە، دەتوانێ هۆی هێرشی کوتوپڕی ئاسماتیک لەم نەخۆشانەدا بێت.(5)

سەرچاوەکان:

1. ***"Physical activity predicts grey matter volume in late adulthood: The Cardiovascular Health Study."***K.I. Erickson, C.A. Raji, O.L. Lopez, J.T. Becker, C. Rosano, A.B. Newman, H.M. Gach, P.M. Thompson, A.J. Ho, and L.H. Kuller.*Neurology*.
2. ***Live birth from a frozen-thawed pronuclear stage embryo almost 20 years after its cryopreservation."***
Donna Dowling-Lacey, Jacob F. Mayer, Estella Jones, Silvina Bocca, Laurel Stadtmauer, Sergio Oehninger.
3. University of Bristol's Centre for Exercise, Nutrition and Health Sciences *"Children's Screen Viewing is Related to Psychological Difficulties Irrespective of Physical Activity"*
4. Florida State University
5. National Jewish Health, ویلیام ئالستیتتیر

سەرچاوە: http://www.rave-online.org

بەشی 2

نەشتەرگەری پووک مەترسی سەکتەی مێشک و دڵ بەرز دەکاتەوە!

بە پێی لێکۆڵینەوەێ توێژەرانی مەدرەسەی لەشساغی و پزیشکی گەرمیانیی بریتانیا کە لە 19ی ئوکتۆبری 2010 لە گۆڤاری journal Annals of Internal Medicine دا بڵاو بۆتەوە، لەوە دەچێ نەشتەرگەری پووک periodontal بە هۆی بڵاوبوونەوە و کۆبوونەوەی باکتریەکانی چڵکی(عفوونەتی)پووک periodontal infection لە ڕەگەکانی خوێندا، مەترسی سەکتەی مێشک و دڵ لە کورتخایەندا(بۆ چەند حەوتوو دوای نەشتەرگەری) بەرز کاتەوە، بەڵام لە درێژخایەندا دەرمانی نەخۆشییەکانی پووک مەترسی نەخۆشییەکانی دڵ و دەمار کەم دەکاتەوە.(1)

ژێن دەرمانی بۆ چارەسەرکردنی خەمۆکی

به پێی بابەتێک کە لە 20ی ئوکتۆبری 2010 لە گۆڤاری *Science Translational Journal* *دا* بڵاو بۆتەوە هۆی سەرەکی خەمۆکی نەبوون یا ناتەواویی ژێنی p11 - ە یە، کە لە بەشی *nucleus accumbens* *مێشکدا جێگیرە. ئەم ژێنە* پێویستە *بۆ ڕاگواستنی سرۆتۆنین بە سیللولەکانی مێشک*(nerve cells). سرۆتۆنین لە میزان کردنی خەو، حاڵەتی عاتیفی - رۆحی و ئیشتیا بەشدارە. ئەرکی زۆربەی دەواگەلی دژی خەمۆکی میزانکردنی سرۆتۆنینە. لە کار خستنی کاری ئەم ژێنانە لە مشکی تاقیکاریدا بۆتە هۆی خۆ نیشاندانی تەواوی نیشانەکانی خەمۆکی لەواندا. ژێن دەرمانیی ئەم مشکانە بە یارمەتی ویروسی" بە هۆش" - virus *"smart"* بۆتەوە هۆی لە سەرەڕاوە دروست بوونی ئەم ژێنانە ودرمانی خەمۆکی و گەڕانەوەی ئەوان بۆ حاڵەتی ئاسایی.(2)

کارتێکەریی ژاری دووپشک لە هێنانە خوارێی

مەترسی سەرنەکەوتنی پێوەندی بای پەسی دڵ

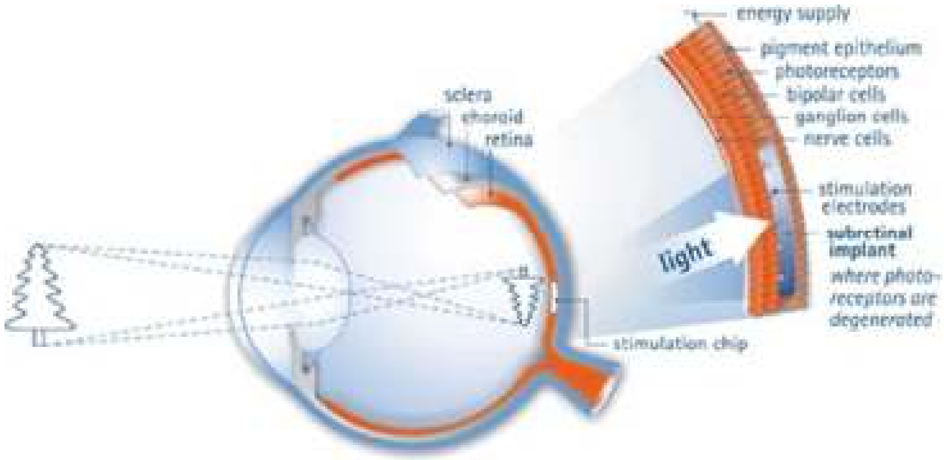
بە پێی لێکۆڵینەوەی تۆێژەرانی زانستگای لیبدی بریتانیا - University of Leeds، ژاری دووپشکێک لە ئەمریکای ناوەندیدا(Centruroides margaritatus)، ڕۆڵێکی بەرچاوی لە کەم کردنەوەی مەترسی سەرنەکەوتنی پێوەندی بای پەسی دڵ هەیە. ئەم ژارە پێشگیری لە ئەستوور بوونی چینی ژوورەکی ڕەگ - neointimal hyperplasia وەک هۆی سەرەکی سەرنەکەوتنی پێوەندی بای پەسی دڵ دەکا. هیپێرپلازی نییوئێنتیمال کاردانەوەی ڕەگەکانی خوێنە بە بریندار بوونیان. ئەم کاردانەوەیە دەبێتە هۆی پێکهاتنی سیللولەکانی تازە و بەسترانی درێژخایەنی نێو ڕەگەکان. ماڕگاتۆکسین پێشگیری لە مکانیزمی کاردانەوە لە بەرامبەر زیان دیتنیان دەکات و بەم چەشنە مەترسی سەرنەکەوتنی پێوەندی بای پەسی دڵ کەم دەکاتەوە.(3)

http://www.rave-online.org :سەرچاوە

1. *"Invasive Dental Treatment and Risk for Vascular Events - A Self-Controlled Case Series"*
   Caroline Minassian, MSc; Francesco D'Aiuto, PhD; Aroon D. Hingorani, PhD; and Liam Smeeth, PhD
   Annals of Internal Medicine. October 19, 2010 vol. 153 no. 8 499-506
2. *"Reversal of Depressed Behaviors in Mice by p11 Gene Therapy in the Nucleus Accumbens"*
   Brian Alexander, Jennifer Warner-Schmidt, Therese Eriksson, Carol Tamminga, Margarita Arango-Llievano, Subroto Ghose, Mary Vernov, Mihaela Stavarche, Sergei Musatov, Marc Flajolet, Per Svenningsson, Paul Greengard and Michael G. Kaplitt
   Sci Transl Med 20 October 2010: Vol. 2, Issue 54, p. 54ra76
3. Scorpion has welcome sting for heart bypass patients
   http://www.leeds.ac.uk/news/article/924/scorpion_has_welcome_sting_for_heart_bypass_patients

بەشی 3

پێوەندی چیپسی ئەلێکترۆنی لە بەشی ژێرتۆڕینەی چاو دەرفەتی خوێندنەوەی پیتەکان و سازکردنی وشە لەم پیتانە بۆ کوێرەکان پێکدێنێ



پرۆفسۆرئەبەرهارت زرێننەر(Eberhart Zrenner) و هاوکارانی لە ئەنیستیتۆی لێکۆڵینەوەی نەخۆشییەکانی چاو سەر بە زانستگای تووبینگێنی Tubingen ئاڵمان توانیان بە پێوەندی میکرۆچیپسێکی ئەلێکترۆنی لە بەشی ژێرتۆڕینەی (Subretinal electronic chips) چاوی سێ نەخۆش کە بە هۆی نەخۆشییەکی زگماکی چاو بە ناوی ڕێتینیتیس پیگمێنتۆزا (Retinitis pigmentosa) بینایی خۆیان لە دەست دابوو تا ڕادەیەکی زۆر

دەرفەتی خوێندنەوەی پیتەکان، لای یەکدانانی پیتەکان بۆ سازکردنی وشە، دیتنی شتوومەکی سادە وەک کەوچکوچنگاڵ، دەوری و پەرداخ و ... ـ یان بۆ پێک بێنن. ئەم چیپسە دوای گۆڕینی تیشک (نوور) بە سیگناڵێکی ئەلێکترۆنیکی لە چاودا، کارتێکەریی هەیە لە سەر دەماری بینایی (Opticnerve) کە بەرەو مێشک دەچێ(1)

خواردنی گۆشتی سوور و بەرز بوونەوەی مەترسی شیرپەنجەی سورێنچک و گەدە

بە پێی لێکۆڵینەوەی توێژەرانی ئەمریکی کە لە 26ی ئوکتۆبری 2010 لە گۆڤاری گاسترۆئنترۆلۆژی ئەمریکادا بڵاو بۆتەوە لەوە دەچی گۆشتی سوور و گۆشتێک کە لە کارخانە گۆڕانکاری بە سەردا هاتبێت وەک سۆسیس و .. (processed meats) بە هۆی پێکهاتەگەلێک وەک ئاسن، هیدرۆسیکلێک ئامین، پۆلیسیکلیک ئارۆماتیک هیدرۆکەربون و ئن ـ نیترۆزۆ* ڕۆڵێکی بەر چاویان لە پێکهێنانی شیرپەنجەی سورێنچک گەدە و هەروەها ڕیخۆڵەدا بێت(2).

لەپ تاب دەتوانێ هۆی نەزۆکی پیاوان بێت!

بە پێی لێکۆڵینەوەیەک کە لە گۆڤاری The medical journal Fertility and Sterility لە ئەمریکا بڵاو بۆتەوە لەوە دەچێ ئەو کەسانەی کە لە کاتی کەڵک وەرگرتن لە لەپ تاب، ئەم کەرەستەیە لە سەر کۆش یا چۆکیان دادەنێن تووشی نەزۆکی ببن. لەپ تاب دەبێتە هۆی چوونە سەرێی گەرمای گوون و ئازار دیتنی سپێرمی (تۆو) پیاوان و هێنانە خوارێی ڕادەی بە کەڵکی تۆو(3).

*iron, heterocyclic amines, polycyclic aromatic hydrocarbons, and *N*-nitroso compounds

سەرچاوەکان:

1. http://rspb.royalsocietypublishing.org/content/early/2010/11/01/rspb.2010.1747.full.pdf

2. *Meat Consumption and Risk of Esophageal and Gastric Cancer in a Large Prospective Study"* Amanda J Cross PhD, Neal D Freedman PhD, Jiansong Ren PhD, Mary H Ward PhD, Albert R Hollenbeck PhD, Arthur Schatzkin MD, DrPH, Rashmi Sinha PhD and Christian C Abnet *Am J Gastroenterol* advance online publication 26 October 2010; doi: 10.1038/ajg.2010.415
3. "Protection from scrotal hyperthermia in laptop computer users"
Yefim Sheynkin, M.D., Robert Welliver, M.D., Andrew Winer, M.D., Farshid Hajimirzaee, M.D., Hongshik Ahn, Ph.D., Kyewon Lee, M.S.Fertility and Sterility

تازەکانی پزیشکی

بەشی 4

کەڕیی بە هۆی جگەرەکێشانی پاسیڤ

بە پێی لێکۆڵینەوەی تۆێژەرانی ئەمریکی لە زانستگەی میامەی (Miami)، زانستگەی ناونەتەوەیی فلۆریدا، تاقیگەی ستارکەی (Starkey Laboratories) و کۆمپانیای تێکنۆلۆژی بیستن لە مینەسۆتا، کە لە 15ی نوامبری 2010 لە گۆڤاری The journal Tobacco Control لە بریتانیا بڵاو بۆتەوە، جگەرەکێشان هۆی چوونە سەرێی مەترسی کەڕیی نە تەنیا لە جگەرە کێشەکان بەڵکو تا ڕادەیەکی زۆر لەو کەسانەشە کە بە شێوەیەکی پاسیڤ جگەرە دەکێشن(1)

ئالێرژی ماچ

بە بڕوای تۆێژەرانی ئەمریکی کە لە *Annual Scientific Meeting of the American College of Allergy, Asthma and Immunology*, Phoenix, Arizona بڵاو بۆتەوە، ماچ کردن دەتوانێ هۆی سەرهەڵدانی ئالێرژی لەو کەسانەدا بێت کە هاوڕێکەی چێشت یا دەوایەکی

خواردوه کە ئەو ئالێرژی بەوان هەیە. ئالێرژی ماچ زۆرتر لەو کەسانەدا دەبیندرێ کە ئالێرژیان بە خواردەمەنی و دەوا هەیە. نیشانەکانی ئەم چەشنە ئالێرژیە بریتین لە ماسینی لێو و گەرو، خورینی لەش و دەنگ نووسان. لە ئەمریکا لەسەدی 2 تا 3ی خەڵکی پێگەیشتوو و 5 تا 7 لە سەدی منداڵان ئالێرژیان بەم چەشنە خواردەمەنییە هەیە.(2)

هاتنە خوارەوەی مەترسی شیرپەنجەی ڕیخۆڵە
بە یارمەتی دۆزی کەمی ئاسپرین

بە پێی لێکۆڵینەوەی پیتێر ڕۆتویل (Peter Rothwell)، پرۆفسۆری نورۆلۆژی زانستگەی ئاکسفۆردی بریتانیا و هاوکارەکانی کە لە گۆڤاری لەنسێت(The Lancet)دا بڵاو بۆتەوە، بەکارهێنانی ئاسپرین بە دۆزی کەم (75 میلی گرەم) مەترسی ڕادەی سەرهەڵدان و مردن بە هۆی شیرپەنجەی ڕیخۆڵە کەم دەکاتەوە. شیرپەنجەی ڕیخۆڵە دووهەمین شیرپەنجەی بەرچاو دوای شیرپەنجەی سییەکان لە وڵاتە پێشکەوتووەکانە. بە بڕوای ئەم توێژەرانە، ئاسپرین هۆی هاتنە خوارەوەی سەرهەڵدانی شیرپەنچەی ڕیخۆلە لە سەدی 24 و مردن لە سەدی 35 - ە.(3)

1. ***"Secondhand smoke exposure and the risk of hearing loss."*** David A Fabry, Evelyn P Davila, Kristopher L Arheart, Berrin Serdar, Noella A Dietz, Frank C Bandiera and David J Lee.
2. American College of Allergy, Asthma and Immunology،http://www.AllergyAndAsthmaRelief.org
3. ***"Long-term effect of aspirin on colorectal cancer incidence and mortality: 20-year follow-up of five randomised trials."*** Peter M Rothwell, Michelle Wilson, Carl-Eric Elwin, Bo Norrving, Ale Algra, Charles P Warlow, Tom W Meade. http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(10)61543-7/abstract .

تازەکانی پزیشکی

بەشی 5

مەترسی نەخۆشی دڵ لە ژنان و کاری پڕ لە سترێس

بەپێی لێکۆڵینەوەی توێژەرانی نەخۆشخانەی ژنانی بۆستۆن لە ماسەچووسەتی ئەمریکا کە لە *American Heart Association's Scientific Sessions 2010*, Chicago todayدا بڵاو بۆتەوە مەترسی سەکتەی دڵ و مێشک، مردنی لە ناکاو و پێداویستی بە نەشتەرگەری بای پەسی دڵ و ئانژیوپلاستی* لەو ژنانەی کە کاری پڕ لە سترێسیان هەیە لە بەراوەرد دەگەڵ ژنانی تردا تا 40% لە سەرترە.(1)

خواردنەوەی نووشابە(ساردی) بە فروکتۆزی زۆر و بەرز بوونەوەی مەترسی نەخۆشی نقرس لە ژناندا

بەپێی بابەتێک کە لە لایەن توێژەرانی زانستگای پزیشکی بۆستۆن لە ماسەچووسەتی ئەمریکا لە گۆڤاری جاما *Journal of the American Medical Association* دا بڵاو بۆتەوە، لەو ژنانەی کە بە شێوەیەکی بەردەوام نووشابەی پڕ لە فرۆکتۆز(چەشنە شەکرێک) وەک ئاو پرتەقاڵ و سۆدا

دەخۆنەوە، بە هۆی بوونی ئەسیدی ئووره لەم نووشابانەدا، مەترسی نەخۆشی نقرس تا 74% زۆرتر لەو کەسانەیە کە تەنیا جارێک لە مانگدا ئەم چەشنە نووشابانە دەخۆنەوە. (2)

ماموگرافی ساڵانە و هێنانە خوارەوەی مەترسی ماستێکتۆمی لە ژناندا

لێکۆڵینەوی توێژەرانی ئەنستیتووی سینگ لە لەندەن نیشانی داوە کە مەترسی ماستێکتۆمی (بڕینی مەمکی ژنان بە هۆی شیرپەنجە) و مردن لەو ژنانەیدا کە پاش تەمەنی 40 ساڵ، جارێک لە ساڵدا ماموگرافی (عەکسبەرداری لە سینگ) دەکەن، بە هۆی دەستنیشانکردنی بە وەختی شیرپەنجەی مەمک زۆر کەمترە لەو ژنانەی کە ماموگرافی ناکەن.(3)

- لە ئانژیۆپلاستیدا لە ڕێگای خوێنبەرێکی دەست یا لاڕان(گەڵ) کاتەترێکی بالۆندار دەکرێتە نێوخوێنبەری کرۆنێر و بە باکردنی بالۆنەکە ئەم ڕێگایە دەکرێتەوە.

1. American Heart Association's Scientific Sessions 2010
2. *"Fructose-Rich Beverages and Risk of Gout in Women"*
   Hyon K. Choi, MD, DrPH; Walter Willett, MD, DrPH; Gary Curhan, MD, ScD
   JAMA. Published online November 10, 2010.
3. *"Prior Mammography in Women Aged 40-50 at a UK Center in Accordance with ACS Guidelines Lowers Mastectomy Rate Following Breast Cancer"*
   Nicholas M. Perry, M.B.B.S., F.R.C.S., F.R.C.R, Sue Milner, B.Sc., D.C.R., Kefah Mokbel, M.B.B.S., M.S., F.R.C.S., Stephen W. Duffy, B.Sc., M.Sc., and Katja Pinker, M.D.
   RSNA 2010

تازەکانی پزشکی

بەشی 6

پێوەندی تێکچوونی کاری ڕەگەکانی خوێن و نەخۆشیی ئالزهایمێر

بە پێی لێکۆڵینەوەی توێژەرانی زانستگای "مایۆ" لە ئەمریکا کە لە 2- ی دیسامبری 2010 لە گۆڤاری سەر بە یەکێتی دڵی ئەمریکا بڵاو بۆتەوە، *Circulation Research* تێکچوونی کاری دیواری ڕەگەکانی خوێن نە تەنیا هۆی نەخۆشییەکانی دڵ و دەمار بەڵکو ئالزهایمێریشە. نەبوونی نیتریک ئۆکساید(NO) Nitric oxide لە ئێندیتێلیۆمی* ڕەگەکاندا هۆی تێکچوونی کاری ئاسایی ڕەگەکانە. نیتریک ئۆکساید ڕۆڵێکی بەرچاوی لە کراوە ڕاگرتنی ڕەگەکان و ڕۆیشتنی خوێن و ڕاگۆێزتنی ئۆکسیژن و ماددەی خواردەمەنی بۆ تان و پۆی لەش و هەر وەها بافتی مێشک هەیە. لە نەبوونی نیتریک ئۆکسایدا بەرهەم هاتنیی پرۆتێنیێک بە ناوی Amyloid precursor protein or APP و پێکهاتنی ئامیلوئید بەتا **لە مێشک وەک یەکێک لە نیشانەکانی ئەم نەخۆشییە دەچێتە سەرێ.(1)

ویتامین ب و بەرگری لە نەخۆشیی ئالزهایمێر

بە پێی بابەتێک کە لە لایەن توێژەرانی زانستگای ئاکسفۆردی بریتانیا لە *Plos One (Public Library of Science One)* دا- بڵاو بۆتەوە، لەوە دەچێ کە خواردنی رۆژانەی ویتامین "**ب**" بە

هۆی هێنانە خوارێی ڕادەی ئەسید ئامینێک بە ناوی Homocysteine بەرگری لە بەرەو لاواز و چکۆلە بوونی (atrophy) مێشک و لە دەست دانی توانایی زەینی بۆ بیرهێنانەوە لەو کەسانەی بکات کە تووشی ئازارێکی سووکی تێگەیشتن(mild cognitive impairment). لەم نەخۆشانەدا مەترسی گۆڕانی ئەم نەخۆشییە بە نەخۆشیی ئالزهایمێر هەیە. 50% ی ئەم نەخۆشانە لە ئاکامدا تووشی ئالزهایمێر دەبن.

بەرگریی لە ئاسم و کۆنتڕۆڵ یاخود دەرمانی ئالزهایمێر

بە پێی لێکۆڵینەوەی تۆێژەرانی Temple University‘s School of Medicine لە ئەمریکا کە لە گۆڤاری *Annals of Neurology* بڵاو بۆتەوە، لەوە دەچێ دەرمانگەلێک کە بۆ پێش گرتن لە پرۆتێینێک بە ناوی 5-lipoxygenase و پێشگیری و دەرمانی نەخۆشی ئاسم کەڵکیان لێ وەردەگیرێ، ڕۆڵێکی بەرچاویان لە کۆنتڕۆڵ یاخود دەرمانی ئالزهایمێر هەبێت. ئەم پرۆتێیینە لە مێشکدا ڕۆڵێکی گرینگی لە پێکهاتنی ئامیلوئید بەتا هەیە.

- Endothelium - ناوپۆشی ڕەگ

** ئامیلۆئید - چەشنە پرۆتێینی ڕوون کە بەرهەمی ڕزیوی تانەکانی لەشە

1. *"Endothelial Nitric Oxide Modulates Expression and Processing of Amyloid Precursor Protein."* Susan A. Austin, Anantha V. Santhanam,and Zvonimir S. Katusic. *Circulation Research*, 2010, http://circres.ahajournals.org/cgi/content/abstract/CIRCRESAHA.110.233080v1
2. *"Homocysteine-Lowering by B Vitamins Slows the Rate of Accelerated Brain Atrophy in Mild Cognitive Impairment: A Randomized Controlled Trial"* A. David Smith, Stephen M. Smith, Celeste A. de Jager, Philippa Whitbread, Carole Johnston, Grzegorz Agacinski, Abderrahim Oulhaj, Kevin M. Bradley, Robin Jacoby, Helga Refsum http://www.plosone.org/article/info:doi/10.1371/journal.pone.0012244
3. Asthma Inhibitors Could Help Control Or Treat Alzheimer's Disease http://www.medicalnewstoday.com/articles/208672.php

بەشی 7

ڕەنگی کارامێل ومەترسی شێرپەنجە

ناوەندی زانست بۆ بەرژەوەندی کۆمەڵگای ئەمریکا داوا لە ڕێکخراوی خواردەمەنی و دەرمانی ئەمریکا دەکات تا پێشگیری لە بە کارهێنانی ماددەی دەسکردی قاوەیی ڕەنگی کارامێل بۆ دروست کردنی کۆکاکۆلا، پیپسی کۆلا و هتد ...بکات. بە پێی لێکۆڵینەوەی ئەم ناوەندە، ئەم چەشنە ڕەنگانە کە بە هۆی لە خۆ گرتنی 2 ماددەی کیمیایی وەکو 2-methylimidazole و 4-methylimidazole بۆتە هۆی شێرپەنجەی جەرگ، سییەکان، خوێن و هەروەها غودەی تیرۆئید لە مشکی تاقیگادا، توانایی پێکهێنانی ئەم نەخۆشیانەی لە مرۆڤیشدا هەیە. ڕەنگی دەسکردی کارامێل ئاکامی کاردانەوەی کیمیایی شەکر، ئامۆنیاک و سولڤیتە لە ژێر کارتێکەریی فشارێکی زۆردا. یاسای دەوڵەتی فیدرال مافی کەڵک وەرگرتن لە چوار جۆر کارامێلی داوە. لەم چوار چەشنەدا، دوو جۆریی بە کەڵک وەرگرتن لە ئامۆنیاک دروست دەکرێن و ناوەندی زانست بۆ بەرژەوەندی کۆمەڵگای ئەمریکا داوای قەدەغە کردنی ئەم چەشنانەی کردووە. لە پێکهاتەی چەشنی III ـ ی کارامێڵ کە وەکو ماددەی ڕەنگی بۆ بەرهەمهێنانی ئابجۆ و سۆسی سۆیا کەڵکی لێ وەردەگرترێ تەنیا ئامۆنیاکی تێدایە، بەڵام لە چەشنی IV ـ ی کارامێڵدا ئامۆنیاک و سولڤیتی تێدایە.(1)

مردنی ناکاو وەک ئاکامی خواردنەوی نووشابەی وزەدار

بە پێی بابەتێک کە لە سایتی پێدیاتریکس PEDIATRICS گۆڤاری رەسمی ئاکادێمی منداڵانی ئەمریکادا لە 14 فەوریەی 2011 بڵاو بۆتەوە، خواردنەوەی نووشابەی (ساردی) وزەدار، بە هۆی بوونی کۆفێینێکی زۆر و کۆنترۆل نەکراو، مەترسی نەخۆشی سەرع (فێ، پەرکەم)، سەکتەی مێشک و

مردنی لە ناكاو بە تايبەت لەو كەسانەيدا كە نەخۆشيی قەند، دڵ و رۆحی ـ ئەخلاقيان هەيە دەباتە سەرێ.(2)

ئەلكۆل كوژەری ژمارە يەكی جيهان

بە پێی لێكدانەوەی ڕێكخراوی بێهداشتی جيهانی ئەلكۆل كوژەری ژومارە يەكی جيهانە. ئەلكۆل هۆی 2.5 ميليۆن ياخود لە سەدی چواری مردن لە گۆی زەوی دايە. لە ساڵی 2009 ـ دا نەخۆشی ئيدز وەک كوژەری ژمارە 2 هۆی مردنی 2.1 ميليۆن كەس بوو. (3)

سەرچاوەكان:

1. http://www.foodingredientsfirst.com/news/regulatory/CSPI-Calls-for-Ban-on-Caramel-Coloring.html
2. http://www.miami.edu/index.php/news/releases/um_pediatric_researchers_publish_findings_on_energy_drinks/
3. http://www.who.int/substance_abuse/publications/alcohol/en/