

- [f](#)
- [t](#)
- [a](#)
- [v](#)
- [i](#)
- [r](#)

الجمعة ٢١ ربيع الأول ١٤٤٨ هـ - 4 سبتمبر 2026 م

أخبار النافذة

[الصحة العالمية تضيف 7 عوامل خطر جديدة للإصابة بالخرف هيئة الدواء تسحب 6 مستحضرات غير مطابقة وتحرّز قطرة عين تهدد الإبصار](#)
[ميتا تطلق أقوى نماذجها لمنافسة عمالقة الذكاء الاصطناعي أطفال التوحد والعودة إلى المدرسة.. بداية جديدة تحتاج إلى التهيئة والصبر](#)
[العلمانية الطائفية ورقة بالية.. اليمن المتطرف يدّو أنه يبتّ النية للانقضاض على تنبهاهو لغز المرشد الإيراني.. ما الذي يمنع محتوى من](#)
[الظهور؟ نزع السلاح أم نزع الكرامة العربية؟](#)

□

 Submit

 Submit

- [الرئيسية](#)
- [الأخبار](#)
 - [اخبار مصر](#)
 - [اخبار عالمية](#)
 - [اخبار عربية](#)
 - [اخبار فلسطين](#)
 - [اخبار المحافظات](#)
 - [منوعات](#)
 - [اقتصاد](#)
- [المقالات](#)
- [تقارير](#)
- [الرياضة](#)
- [تراث](#)
- [حقوق وحريات](#)
- [التكنولوجيا](#)
- [المزيد](#)
 - [دعوة](#)
 - [التنمية البشرية](#)
 - [الأسرة](#)
 - [ميديا](#)

[الرئيسية](#) « [الأخبار](#) » [منوعات](#)

الصحة العالمية تضيف 7 عوامل خطر جديدة للإصابة بالخرف





الجمعة 4 سبتمبر 2026 11:30 م

أعلنت منظمة الصحة العالمية تحديث إرشاداتها الخاصة بالحد من مخاطر التدهور المعرفي والإصابة بالخرف، مضيفة 7 عوامل خطر جديدة إلى القائمة السابقة التي كانت تشمل 12 عاملاً.

وتضمنت عوامل الخطر التي حددتها المنظمة في وقت سابق: النشاط المعرفي والاجتماعي، وقلة النشاط البدني، والإفراط في تناول الكحول، والتدخين، واتباع نظام غذائي غير صحي، والسمنة، والسكري، وارتفاع ضغط الدم، واضطراب مستويات الدهون في الدم، إلى جانب فقدان السمع والاكتئاب.

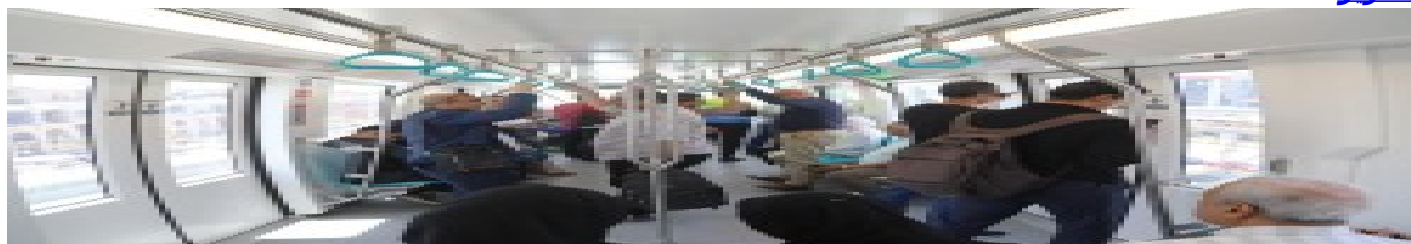
أما العوامل السبعة الجديدة، التي أضيفت في ضوء أحدث الأدلة والتطورات العلمية المتعلقة بالوقاية من الخرف وتقليل مخاطره، فهي:

1. **السكتة الدماغية:** ترتبط أمراض القلب والأوعية الدموية بزيادة احتمالات الإصابة بالخرف، نظرًا لتأثيرها المباشر في صحة الدماغ.
2. **إصابة الدماغ الرضحية:** يمكن لإصابات الرأس، حتى الخفيفة منها، أن تترك آثارًا على حياة المصابين، وقد ترتبط بمشكلات في المزاج والاكتئاب والقلق.
3. **ضعف البصر:** يخصص جزء كبير من الدماغ لمعالجة المعلومات البصرية، ولذلك قد يؤدي ضعف الرؤية إلى زيادة العبء على الدماغ، ويرتبط بالتدهور المعرفي.
4. **اضطرابات النوم:** يؤدي النوم دورًا مهمًا في عمليات التخلص من الفضلات داخل الدماغ، فيما يمكن لاضطرابات مثل انقطاع النفس أثناء النوم أن تتسبب في تغيرات دماغية تشبه بعض العلامات المرتبطة بمرض ألزهايمر.
5. **فيروس نقص المناعة البشرية:** في حال عدم علاجه، يمكن للفيروس أن يؤثر في الجهاز العصبي المركزي، ويرتبط بحدوث ضعف إدراكي مرتبط بالفيروس.
6. **تلوث الهواء:** أوصت المنظمة بالحد من التعرض لتلوث الهواء داخل المنازل وخارجها، خصوصًا الجسيمات الدقيقة، بعدما ربطت دراسات التعرض طويل الأمد لتلوث الهواء بارتفاع مخاطر التدهور المعرفي والخرف.
7. **العلاج الهرموني لانقطاع الطمث:** لا توصي منظمة الصحة العالمية باستخدام العلاج الهرموني لانقطاع الطمث بهدف الوقاية من الخرف لدى النساء اللاتي تجاوزن 65 عامًا، بينما لا تزال الأدلة غير كافية لتحديد تأثير هذا العلاج على خطر الخرف لدى النساء الأصغر سنًا.

ويأتي تحديث المنظمة في إطار الاستفادة من أحدث الأدلة العلمية المتعلقة بالعوامل التي يمكن أن تؤثر في صحة الدماغ، مع التركيز على الإجراءات التي قد تساعد في تقليل خطر التدهور المعرفي والخرف.

المصدر: نيويورك بوست

تقارير



خصم 50% على مونوريل شرق النيل يكشف أزمة التسعير وضعف إقبال محدودي الدخل
الجمعة 22 مايو 2026 06:30 م

تقارير



استغاثة عاجلة لإنقاذ حياة الدكتورة شيرين شوقي المعتقلة بسجن العاشر من رمضان
الأربعاء 15 أبريل 2026 11:00 م

مقالات متعلقة

ةيجانة لاوا عاكذلاو دةاعسلا لكحمنة قةيحابص تاداء 9 ..ةهجالولا دوعي تادجلا نيكتور

روتين الحدات يعود للواجهة.. 9 عادات صالحة تمنحك السعادة والذكاء والإنتاجية
لأطفالاً تاتومر هيء رثوة م لأأ بيلاحي فةيتايميك دلوم فاشتكاء ..رطاخ سواقا

ناقوس خطر.. اكتشاف مواد كيميائية في حليب الأم تؤثر على هرمونات الأطفال
ةوقو ءافصر رثكأ أموي عنصة قطيسب ةداء ..ركايلأا حايلصلاي ف طاقيتسلاو ركيملا مونلا

النوم المبكر والاستيقاظ في الصباح الباكر.. عادة بسيطة تصنع يوماً أكثر صفاءً وقوة
وبرلاو ل صافملا باهتلاي لةيقلخلا بويعلانم اءدب ..ةحصلاب رضة قيلزنملا فيطننلا تاجتنم

- [التكنولوجيا](#)
- [دعوة](#)
- [التممية البشرية](#)
- [الأسرة](#)
- [ميديا](#)
- [الأخبار](#)
- [المقالات](#)
- [تقارير](#)
- [الرياضة](#)
- [تراث](#)
- [حقوق وحريات](#)

□

- 
- 
- 
- 
- 
- 

ادخل بريدك الإلكتروني

إشترك

جميع الحقوق محفوظة لموقع نافذة مصر © 2026