

Osasuna

JABIER AGIRRE

Ubelduak beren kasa agertzen badira

HAINBAT KASUTAN, ubelduak magia kontua balira agertzen dira larruazalean, horrelakorik justifikatuko lukeen ageriko arrazoirik gabe. Ubelduak odol-hodirik txikienetako odolak “gainezka” egin eta inguruko ehunak blaitzen dituenen azaltzen dira begi-bistan. Normalean kolpe, eroriko edo injekzio baten ondoren azaltzen direnez, ez diegu aparteko garrantzirik ematen, egun batzuen buruan desagertu egiten direlako. Baina igurtzirik txikienaren ostean ubelduren bat sortzen bada, edota ubelduak oso handiak badira, medikuarengana joatea komeni zaizu, sintoma horren azpian hainbat trastorno egon daitezke eta. Medikuek ondorengo egoerak hartuko dituzkontuan, diagnostiko diferentziala egiten saiatzeko:

Kapilarren hauskortasuna. C bitamina faltak edo gaizki kontrolatutako diabetes batek odol-kapilarrak oso erraz haustea eragiten dute. Kapilar horiek indartu eta sendotzeko flabonoide asko dituzten jakiak hartzea komeni da, esaterako, marrubiak, espinakak eta ahabiak bezalakoak, osorik edo zukuan.

K bitaminaren falta. Zereal integraletan eta hosto berdeko ia berazki guztietan agertzen denez, K bitaminaren defizita ez da batere arrunta. Baina antibiotikoak denbora luzean hartzen badira, hesteak ezin du odolaren koagulaziorako ezinbestekoa den nutriente hori behar bezala xurgatu.

Infekzioak. Birusek eragindako infekzioek koagulazio-mekanismoak



WWW.INDYMEDIA.IE

nahasten dituzte batzuetan. Bakterioengatiko infekzioak –meningitisa, esaterako– petekia izeneko ubelune txikiekin agertzen dira sarritan.

Alergiak. Larruazaleko erreakzio alergikoetan ere errazagoa da hematoma edo ubelduak sortzea.

Plaketen eskasia. Gaixotasun autoimmuneek edo leuzemia bezalako gaitz larriek plaketa kopurua asko jaisten dute odolean. Eta plaketak ezinbestekoak direnez odoljarioak gerarazteko, plaketa gutxi egoteak hematoma ekar ditzake.

D bitaminak lagundu diezaguke sobera ditugun kiloak galtzen?

Edo beste era batera esanda, behar baino D bitamina gutxiago edukitzeak oztopatu al ditzaizke gure argaltzeko ahaleginak? Hori izan liteke AEBetako unibertsitate batean egindako ikerketa baten ondorio nagusia. Hala ere, ikertzaileek ohartarazi dute azterketaren emaitzak, momentuz, estatistika hutsean oinarrituta daudela. Ez dute oraindik frogatu D bitaminaren eta pisu galarearen arteko harreman zuzena dagoenik. <http://ttiki.com/10179> (Gaztelaniaz)

Zahartze biologikoari lotutako lehenengo aldagai genetikoak aurkitu dute

Giza genomaren 500.000 aldagai aztertu ostean, Britainia handiko zientzialari talde batek, lehen aldiz, aurkitu egin du gizon-emakumeon zahartze biologikoarekin zerikusia daukan barietate genetiko bat. <http://ttiki.com/10180> (Gaztelaniaz)

Onddo batetik ateratako botika minbiziaren aurka nola erabili aztertzen ari dira

Nottinghameko Unibertsitatean, Britainia Handian, txinatar medikuntzan aspalditik erabili izan zen onddo bat aztertzen ari dira, minbiziari aurre egiteko baliagarria izan daitekeelakoan. <http://ttiki.com/10181> (Frantsesez)

Unai Brea

Babeslea: iametza Interaktiboa

ideia batetik errealitatera



web garapenak



multimedia



aholkularitza



edukiak

iametza
interaktiboa
www.iametza.com
T.943 37 67 16