

1. دراسة حديثة جدا تم نشرها مؤخرا فى مجلة (New England Journal of Medicine) حول علاج و متابعة مرض ارتفاع ضغط الدم فى المنزل بالمقارنة بالطريقة المعتادة فى العيادات.

تمت هذه الدراسة فى مناطق ريفية فى جنوب افريقيا. زيارات منزلية من قبل فريق الصحة المجتمعية لجمع المعلومات المتعلقة بالادوية المستعملة لخفض ضغط الدم والتوعية بخطورة المرض واتخاذ قرارات متعلقة بالحالة الصحية وذلك بالاشتراك مع الاطباء المعنيين من خلال احد تطبيقات الهواتف الذكية وذلك لمدة 6-12 شهر. وقد نتج عن هذه الدراسة عدة اهداف ايجابية منها انخفاض ضغط الدم الانقباضى فى مجموعة المتابعة المنزلية بمقدار 9ر7 مم زئبقى كما تم ضبط ضغط الدم من خلال العقاقير الموصوفة لدى 4ر57% من المرضى بالمقارنة ب 5ر32% فقط للنظام التقليدى بالعيادات.

2. بيان حديث تم نشره من قبل الجمعية الامريكية للقلب فى مجلة American College of Cardiology) بخصوص اعتماد معامل الالتهاب hs CRP كركن مهم واساسى فى تقييم الوقاية الاولى والثانوية لامراض القلب والشرابين يهدف البيان الى اعتماد هذا التحليل كعامل قوى لتحديد نسبة خطورة حدوث امراض القلب و الشرايين لدى اغلب المرضى. و قد نص البيان على ان اهمية معامل الالتهاب hs CRP قد ترقى فى المستقبل الى اهمية الكولستيرول منخفض الكثافة فى توقع حدوث الازمات القلبية الشريانية.

3. حتى مع مؤشر طبيعى لكتلة الجسم وجود سمنة فى الخصر يؤدى الى زيادة معدلات حدوث كل عوامل الخطورة المرتبطة بامراض القلب والشرابين . هذا ما نشرته حديثاً مجلة JAMA حيث وجدت الابحاث وجود ارتباط قوى لسمنة الخصر و معدلات ارتفاع ضغط الدم، السكرى من النوع الثانى ، ارتفاع نسبة الدهون بالدم حتى مع عدم وجود ارتفاع فى مؤشر كتلة الجسم.

4. اضافة مضادات الصفائح الدموية الى مضادات التجلط لعلاج الذبذبة الاذنية الغير مصحوبة بخلل فى صمامات القلب يؤدى الى انخفاض طفيف فى نسبة حدوث السكتات الدماغية ولكنه على الصعيد الاخر يؤدى الى زيادة نسبة النزف الى الضعف. وينطبق هذا الامر على المرضى المصابين بقصور الشريان التاجى ايضا. هذه الدراسة تم تطبيقها على عدد من المرضى فى اليابان متوسط اعمارهم 77. عاماً تمت متابعة المرضى حتى 24 شهراً من بداية الدراسة. انخفضت نسبة حدوث الجلطات ولكن نسبة النزف زادت خاصة فى الجهاز الهضمى ، نزيف المخ، نزيف الانف و الجهاز البولى.