

(8)

## أوقف الحرب على البكتيريا

يستعمل معظمنا الصابون المضاد للبكتيريا والمنظفات المضادة لها أيضاً، حتى أسطح الطبخ تكون مضادة للبكتيريا. من المؤسف أن الحرب ضد البكتيريا لها تأثيران مهمان وضاران بالوقت نفسه.



أولاً: إننا بالحد من تعريض أنفسنا للبكتيريا، نضعف من جهازنا المناعي ومن المقاومة الداخلية. وهذا قد يجعل تأثير الأمراض المبنية على البكتيريا في المستقبل أكثر حدة.

ثانياً: إننا بمهاجمة البكتيريا باستمرار بالمواد المضادة المتعددة لدينا، نقضي على غالبيتها، ولكننا أيضاً نساهم في إبقاء النوع الأقوى، وفقاً لذلك تصبح البكتيريا المتبقية مقاومة لمقاييسنا وتتجمع وتقوى أكثر مما كانت قبل محاولتنا القضاء عليها. من المعروف لدى الجميع أن علينا غسل أيدينا والحذر من الأطعمة غير المطبوخة، لكن لا داعي لأن تملأ منزلك بالمنظفات المضادة للبكتيريا في كل الأوقات.

النظافة من الإيمان، هكذا تعلمنا منذ الصغر، ولكن هل من الممكن أن نبالغ في النظافة لدرجة قد لا تكون جيدة بالنسبة لنا؟ هذا هو السؤال الذي طرحه ستوارت ليفي، مختص علم الوراثة في جامعة تافس.

كل التنظيف والفرك بالصابون والمنظفات الجديدة المضادة للبكتيريا قد يضعف جهازنا المناعي، يقول الدكتور ليفي. وأكد لنا، إنها تقضي على الجراثيم النافعة وتحفز نمو الأعداد الهائلة من البكتيريا القوية.

يتوق الدكتور ليفي إلى الأيام الماضية عندما كانت مناعة الأطفال قوية جزئياً بسبب القذارة. يريدنا أن نستخدم المنظفات التي استخدمها أهالينا: بكل بساطة الصابون والماء. يقول الدكتور ليفي: إنه لم ير أي دليل أو برهان يثبت أن مضادات البكتيريا تعمل لصالح الصحة.

"هذا الوسواس الحديث الذي استحوذ علينا بحماية أنفسنا من كل جرثومة، وشعرة من القذارة، وكل ذرة غبار قد يكون مؤذياً. إن هذا الكم من المنظفات الموجودة في خزائنا قد تكون سبباً في الخراب. من الواضح أن جهازنا المناعي قد اعتمد كلياً على المنظفات المضادة للبكتيريا وتكاسل عن بناء الجهاز العضلي لمقاومة الأمراض" يقول الدكتور ليفي بكل أسى.

"أصبحنا مجتمعاً ضعيف المناعة تؤثر فيه حتى المنغصات والمشكلات اليومية وتسبب له الاضطراب. نحن نعلم أكثر من أي وقت مضى، أن عزل أنفسنا عن الألم والخوف أمر غير ممكن"، يقول الدكتور ليفي محذراً.



وجد الأطباء في المركز الطبي في جامعة هاكينسناك أن معظم البكتيريا الموجودة على الجلد من النوع الواقي. إنها موجودة لتحريك من نمو البكتيريا الضارة التي تسبب لك الأمراض. إذا لم تكن الأخيرة موجودة فلن تتمكن من أداء وظيفتها. إن التنظيف والفرك بالصابون المضاد للبكتيريا يقضي على البكتيريا الجيدة مع البكتيريا الضارة.

