

## الرضاعة الطبيعية تقي من الإصابة بـ«السكري»

كشف بحث جديد أن الرضاعة الطبيعية قد تمنح الأمهات فائدة كبيرة على المدى الطويل، وهي الوقاية من داء السكري من النوع الثاني. تقول المعدة الرئيسية للدراسة إريكا غندرسون، اختصاصية وبائيات الصحة وكبيرة الباحثين العلميين بقسم الأبحاث في شركة Kaiser Permanente في شمال كاليفورنيا: «إن الرضاعة المستمرة لفترة أطول ترتبط ارتباطاً وثيقاً مع تراجع معدلات الإصابة بداء السكري من النمط الثاني عند النساء».

وبحسب غندرسون، فإن احتمالات الإصابة بداء السكري عند النساء اللواتي أرضعن أطفالهن لمدة تزيد على ستة أشهر تتراجع بمقدار النصف عن احتمالات الإصابة عند النساء اللاتي لم يرضعن مطلقاً في حياتهن. ومن خلال الدراسة، تمكن الباحثون من جمع بيانات لأكثر من 1200 امرأة لغرض دراسة العلاقة بين الرضاعة الطبيعية وخطر السكري عند الأمهات.

وفي نهاية الدراسة التي استغرقت 30 عاماً، سجل الباحثون إصابة 182 امرأة بداء السكري من النوع الثاني. وخلصت النتائج إلى أن معدلات الإصابة بداء السكري عند النساء اللواتي أرضعن أطفالهن لمدة تمتد من 6 إلى 12 شهراً تقل بنسبة 48% عن النساء اللواتي لم يرضعن أطفالهن قط من قبل. وجرى نشر هذه الدراسة في السادس عشر من شهر يناير الجاري على الموقع الإلكتروني لمجلة الطب الباطني التي تصدرها الجمعية الأميركية للطب.

دبي - البيان الصحي

## تأثيرات مخيفة للبدانة على الأطفال

حذر بحث حديث من تأثيرات قاتلة للبدانة على الأطفال، مشيراً إلى أن 4 بين كل 5 من طلاب المدارس البدناء تستمر معاناتهم مع الوزن الزائد طوال حياتهم. وطالب البحث الذي أجرته الكلية الملكية لأطباء الولادة وصحة الأطفال في بريطانيا، بوضع قيود على الإعلان عن الأطعمة غير الصحية، ويمنع مطاعم الوجبات السريعة من افتتاح فروع إلى جوار المدارس.

وقالت مديرة الكلية البروفيسورة نينا مودي، إن هؤلاء الأطفال «سيواجهون الشقاء» عند بلوغهم، وربما يموتون مبكراً. وتابعت: «إن أربعة أخماس الأطفال البدناء سيظلون بدناء طوال حياتهم، وهذا سيقلل أعمار كل منهم بنحو 10 سنوات، وسيقلل أيضاً فترة معيشتهم أصحاء بنحو 20 عاماً». وقالت: إنهم سيقتضون سنواتهم الأخيرة من الحياة، يكافحون مشكلات القلب وأمراضاً أخرى مثل السكري، مشيرة إلى أن الآباء البدناء عادة ما ينجبون أطفالاً بدناء، لأنهم ينشأون وسط عادات غذائية ونمط حياة يصعب عليهم تغييره.

دبي - البيان الصحي

## «صحة دبي» تطلق مبادرة «قياس» لتطوير مؤشرات أداء القطاع الصحي

أطلقت هيئة الصحة مبادرة «قياس» وهي مبادرة تطوير نظام لقياس مؤشرات أداء القطاع الصحي على مستوى إمارة دبي، وذلك ضمن مساعيها الرامية لتطوير الخدمات الصحية والتميز والجودة، وبناءً على المخرجات ونتائج البيانات سيتم تصنيف المنشآت الصحية في إمارة دبي.



## هيئة الصحة بدبي DUBAI HEALTH AUTHORITY



البيان الصحي

غرافيك: حسام الحوراني

## تفقد معرض الصحة العربي ودشن القناة التلفزيونية المتخصصة «DHA TV»

## حمدان بن راشد يطلع على المبادرات التطويرية لـ«صحة دبي»



### دبي - البيان

أطلق سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي وزير المالية رئيس هيئة الصحة بدبي، الأسبوع الماضي القناة التلفزيونية المتخصصة لهيئة الصحة بدبي (DHA TV)، التي تعد إضافة جديدة للمحتوى الإعلامي المتخصص (معيلاً، وعربياً)، وقناة تفاعلية مفتوحة على المجتمع وتطلع على مجمل المشروعات والمبادرات الصحية وتنمية الوعي والتثقيف الصحي، إلى جانب أهدافها المعززة لتطوير العلوم الطبية الأكاديمية، والممارسات المهنية، وغير ذلك من أمور التخصصية المعنية بالابتكارات الطبية والإبداعات والذكاء الاصطناعي.

جاء ذلك خلال تفقد سموه لمنصة هيئة الصحة بدبي خلال مشاركتها بمعرض الصحة العربي الذي اختتم أعماله يوم الخميس الماضي بمركز دبي التجاري العالمي، حيث أطلع على مجمل المشروعات والمبادرات التطويرية التي تتبني الهيئة تنفيذها، بحضور معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي، وعدد كبير من المسؤولين والشخصيات المجتمعية. وحرص سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم لدى زيارته منصة «صحة دبي» على التعرف إلى تفاصيل المشروعات والمبادرات التطويرية، وأهدافها العامة

نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، بمواكبتها والالتزام بها، والتي يتابعها عن كثب وبدعم غير محدود سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي. وأكد معاليه أن الهيئة تعمل وفق استراتيجية متكاملة الأهداف والمسارات، وأن جميع أعمال التطوير تسير في خطوط متوازنة، ونحو أهدافها، وهي تشمل القطاع الصحي بكل تكوينه وأطرافه (الحكومي والخاص)، وصولاً إلى مجتمع أكثر صحة وسعادة، وإلى تجربة صحية مميزة، يحتذى بها.

الرامي إلى استقطاب أكثر من 500 ألف سائح صحي إلى دبي بحلول عام 2020، واطلع سموه على مجمل الخدمات التي تقدمها الهيئة للباحثين عن تجربة صحية مميزة، والتي يبدأ توفيرها قبل وصولهم إلى دبي وخلال فترة تواجدهم واستفادتهم من الباقات الصحية المتنوعة لدينا. وقال معالي القطامي: إن حزمة المشروعات والمبادرات التي تستعرضها الهيئة في معرض ومؤتمر الصحة العربي، تصل في مجملها بالتوجهات الذكية لحكومة دبي، التي وجه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم

سموه عند واحدة من المبادرات المهمة التي تنفذها الهيئة وهي مبادرة «مالية بلا أوراق» التي تواكب توجهات إمارة دبي من جميع المعاملات الورقية بحلول عام 2021، حيث تعرف سموه على دورة العمل المستندية، وكيف تخلصت الهيئة من جميع الأوراق المالية (داخلياً وخارجياً). وتعرف سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم إلى برنامج الرعاية الذكية لتجربة دبي للسياحة الصحية (DXH)، الذي يمثل تعزيزاً مباشراً لأهداف الهيئة، وخاصة هدفها الاستراتيجي

والخاصة في دبي، بما يمكنها من توفير خدمات صحية توفّر التوقعات، وتحقيق رضا وسعادة جمهور المتعاملين، وبالتحديد بن راشد، إلى شرح مفصل حول نظام اللياقة الطبية والصحة المهنية الذي «سالم»، والذي أطلقته هيئة الصحة بدبي، والذي يعد نقلة نوعية على مستوى المنطقة، وهو يستهدف تحسين رحلة المتعامل، وتقليل وقت الانتظار، وتقديم جميع الخدمات في مكان واحد، بأفضل الأساليب والنظم الإلكترونية والتقنيات الذكية. وتوقف

المتصلة باستراتيجية دبي ورؤيتها، حيث استمع سموه - من المسؤولين والمختصين - إلى شرح مفصل حول مشروع (سالم AI)، الذي سيتم بموجبه ربط مختبرات الأشعة في جميع منشآت هيئة الصحة بدبي، ولا سيما مراكز فحص اللياقة الطبية، بأحدث الأنظمة الذكية فائقة الدقة في العالم، ووفق أفضل المعايير المعمول بها. كما أطلع سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم على النظام الأحدث دولياً في تقييم الأداء ومستويات الجودة «قياس»، الذي استحدثته الهيئة لرفع كفاءة المنشآت الصحية (الحكومية



## تحذير من المضاعفات السلبية لعمليات التجميل



د. مروان الزرعوني

التي قد تؤدي إلى الإعاقة أو الوفيات في بعض الحالات التي يتم إجراؤها بطريقة لا تتناسب مع حالة المريض الصحية. ونصح الجمهور بعدم الانجرار خلف الإغراءات التي تقدمها بعض مراكز التجميل والإعلانات التجارية والترويجية لإجراء أنواع معينة من جراحات التجميل التكميلية، مشيراً إلى أهمية القناعة الشخصية للمريض بإجراء عملية التجميل وعدم تقليد الآخرين.

حذر الدكتور مروان الزرعوني استشاري ورئيس قسم التجميل بمستشفى راشد، رئيس شعبة التجميل بجمعية الإمارات الطبية من المضاعفات السلبية لبعض عمليات التجميل التي تجرى في أماكن غير مؤهلة وتفتقر إلى الأطباء المتخصصين، مشدداً على ضرورة اختيار المركز المناسب لإجراء عمليات التجميل مع ضرورة وجود الحاجة الماسة لمثل هذا النوع من العمليات تجنباً للمضاعفات

عمليات تجميلية بحته. كما لفت الدكتور الزرعوني إلى أن أكثر عمليات التجميل تتعلق بشفط الدهون وشد البطن والتي تتساوى نسبة الإقبال عليها بين الرجال والنساء، مبرراً الإقبال الشديد على عمليات التجميل بالحرص على الرشاقة، والرغبة في تحقيق الرضا النفسي وخاصة عند السيدات المتزوجات. دبي- البيان الصحي

والمنشأة الصحية أمام المرضى تماشياً مع قانون تنظيم مزاوله المهن الصحية بدبي. وأضاف بأن عيادة التجميل بمستشفى راشد تستقبل أكثر من (300) مراجع شهرياً يستفيدون من كافة الاستشارات الطبية وعمليات التجميل التكميلية والترميمات العلاجية للمرضى، مشيراً إلى أن أكثر من 70% من العمليات التجميلية التي تجربها عيادة التجميل بمستشفى راشد لا تتعلق بالأمور العلاجية أو التصحيحية وإنما هي

ونوه الدكتور الزرعوني إلى أهمية خلو المريض من الأمراض المزمنة قبل إجراء عملية التجميل مع ضرورة عدم شفط أكثر من 4 لترات من دهون الجسم لتفادي المضاعفات السلبية لعملية التجميل. ونصح الدكتور الزرعوني المرضى بأهمية التعرف على اسم وتخصص وخبرة الطبيب المعالج، ومدى حصول المنشأة الصحية على الترخيص اللازم لمجال عمله، وأهمية إبراز الترخيص المهني للطبيب

## ضرورة تعزيز ثقافة التفرقة بين الحالات «الباردة»

# «الطوارئ» تطبق تصنيف الحالات الأفضل عالمياً



### دبي - البيان الصحي

كثيراً ما يفاجأ أطباء الطوارئ باعتراض المرضى على إعطاء الأولوية قبلهم لمرضى آخرين معتقدين بأن ثمة واسطة أو محسوبية، لكن بروتوكولات ضمن أفضل الممارسات العالمية هي الناطمة لعمل أقسام الطوارئ بمستشفيات هيئة الصحة بدبي في تصنيف الحالات.

وهذه البروتوكولات مثبتة على جدران أقسام الطوارئ ومكتوبة باللغتين العربية والانجليزية بمحاذاة المرضى في صالات انتظار الرجال والنساء.

وأكد الدكتور محمود غنايم رئيس قسم الطوارئ في مستشفى دبي أهمية دور الإعلام في توعية أفراد المجتمع وتثقيفهم، لافتاً إلى أن جميع مستشفيات الهيئة تطبق أفضل البروتوكولات العالمية في أقسام الطوارئ، ويقوم بتقديم هذه الخدمات طواقم طبية وتمريضية كفؤة ومتخصصة في مجال طب الطوارئ.

وقال: إن قسم الطوارئ في مستشفى دبي يتعامل يومياً مع عدد كبير من المرضى الذين يعانون من أمراض مختلفة، لافتاً إلى أن هذا الأمر يحد ذاته يعد أحد التحديات التي تواجه العاملين في قسم الطوارئ تحديداً.

وقال: إن قسم الطوارئ في مستشفى دبي يتميز بوجود مجموعة كبيرة من الأطباء وطواقم التمريض المختصين في الحالات الطارئة والحاصلين على التدريب اللازم وشهادات الاختصاص في هذا الفرع من فروع الطب والذي يتضمن على سبيل المثال لا الحصر: التصنيف، الإنعاش القلبي الرئوي، إنعاش الأطفال وحديثي الولادة، الحوادث والعناية بالحالات الحرجة.

ويتكون قسم طب الطوارئ من مجموعة من المناطق بحسب الوظائف المطلوب أدائها في كل منطقة، وتشمل هذه المناطق على سبيل المثال لا الحصر: غرف تصنيف المرضى، قاعات الانتظار، غرف الإنعاش، غرف المراقبة القلبية، طوارئ الرجال، طوارئ النساء، قسم الأطفال وغيرها.

### تصنيف

ويتم فحص جميع المرضى فور وصولهم إلى المستشفى من قبل طاقم التمريض المختص، ويتم تقييم الحالة الصحية للمريض بشكل سريع بموجب مقياس تصنيف عالمي الذي يتألف من خمس درجات (1 إلى 5)، وإن هذه الدرجات تحدد مدى خطورة وأولوية حالة المريض للحصول على العلاج في الوقت المناسب، وبموجب معايير هذا التصنيف يقسم المرضى إلى الفئات التالية: المرضى من الفئة الأولى: المرضى الذين يعانون من أمراض خطيرة أو حالات



عباس فرض الله

إجراء الفحوص اللازمة والحصول على الاستشارة الطبية ويتم علاجهم في عيادة الحالات غير الطارئة.

### توعية

وطالب عدد من المتعاملين بتعزيز ثقافة التفرقة بين الحالات «الباردة» والطارئة التي تستدعي التدخل السريع، وذلك للتخفيف على أقسام الطوارئ في المستشفيات التي تشهد ازدحاماً كبيراً بسبب النمو السكاني، والتوسع الجغرافي الحاصل في دبي خلال السنوات القليلة الماضية، مطالبين بتوعية المرضى بطبيعة عمل هذه الأقسام التي من المفترض أن تكون مخصصة فقط للحالات الطارئة كالحوادث والإصابات وأمراض القلب والجلطات بأنواعها.

وفي هذا الصدد أكد أحمد سعيد أن الواقع مغاير تماماً لما يفترض أن يكون عليه، حيث تراحم الحالات غير الطارئة



ناصر أكرم

«الباردة» مرضى الحالات الحرجة، الأمر الذي من شأنه أن يؤثر على هؤلاء المرضى الذين يمثل لهم عامل الوقت مسألة حياة أو موت، فكل دقيقة تمر قد تكون سبباً في إنقاذ حياة أشخاص مصابين.

وشدد على ضرورة اتخاذ الإجراءات اللازمة من أجل تخصيص أقسام الطوارئ وتوفير العناية الفورية بها للحالات الخطرة والعاجلة خشية أن يؤدي أي تأخير في العلاج إلى معاناة مفرطة أو تهديد لحياتهم.

من ناحيته، يقول ناصر أكرم: في كثير من الأحيان عندما نضطر للذهاب إلى قسم الطوارئ لخطب ما، نجد الطبيب مشغولاً بمرضى آخرين حالتهم لا تقارن بمرضنا، ونجد أنفسنا لا إرادياً نحتد على الطاقم الطبي لكي يهتموا بمرضنا، رغم أنهم في النهاية يؤدون واجبهم المنوط بهم تجاه أي مريض، لذا يجب أن تخصص



أحمد سعيد

أقسام الطوارئ طبيباً يقدر مدى أهمية الحالة وخطورتها من عدمه ويفرزها.

### تقدير

بدوره، أكد عباس فرض الله أنه لا بد من تقدير الحالات من خلال الفحص المبدي الذي تجربته الممرضة للحالة قبل عرضها على الطبيب مثل قياس درجة الحرارة وغيرها فإذا كان المريض يعاني من حرارة مرتفعة يدخل ضمن الحالات الطارئة وإلا فيتم تحويله إلى الطبيب المختص وليس طبيب الطوارئ.

وأشار إلى أن الطبيب يستطيع أن يحدد مدى خطورة الحالة من عدمها حتى بمجرد النظر إليها فلا يوجد داع لمزاحمة الأشخاص الذين يعانون من نزلة برد أو من غص بسيط مع هؤلاء المصابين مثلاً في حوادث أو يصرخون من الألم.



فاطمة الطرابلسي

### توسعة

أما فاطمة الطرابلسي فرأت ضرورة توسعة أقسام الطوارئ وتخصيص عدد أكبر من الأطباء لها خاصة في أوقات المواسم مثل بداية فصل الشتاء وبداية فصل الصيف التي تكثر فيها الأمراض الموسمية، مشيرة إلى أن نظام التصنيف يحتاج إلى زيادة الوعي من قبل المراجعين أنفسهم، لأن هناك حالات يتم إدخالها فوراً للطبيب وهذا لا يعني أن المريض تخطى المرضى الآخرين كما يعتقد البعض، وإنما حالته تكون حرجة ولا تحتمل الانتظار.

وأضافت أن زيادة عدد الأطباء في قسم الطوارئ أمر ضروري لتفادي أي تأخير في عملية فرز الحالات وضمان حصول المراجع على الخدمة العلاجية، وبالتالي تفادي ازدحام أقسام الطوارئ بالمراجعين، لا سيما في إجازات نهاية الأسبوع والساعات المتأخرة من الليل.

## «الإعلام» في «صحة دبي»..

# دور فاعل في تعزيز الوعي «بالساعة الذهبية» للسكتات الدماغية

### دبي - البيان الصحي

أكد الدكتور سهيل عبدالله الركن، استشاري أمراض الأعصاب والسكتات الدماغية في مستشفى راشد رئيس شعبة الأعصاب في جمعية الإمارات الطبية أن الإعلام الصحي في صحة دبي يلعب دوراً مهماً في توعية المجتمع بكافة الأمور الصحية، بدليل ارتفاع نسبة المراجعين للمستشفى بعد تعرضهم للسكتة الدماغية خلال الساعة الأولى من الإصابة أي خلال ما يعرف بـ«الساعة الذهبية».

وقال الدكتور الركن إن معرفة أعراض السكتة الدماغية بشكل الخطوة الأولى لضمان الحصول على المساعدة الطبية بأسرع وقت ممكن، لافتاً إلى أن الكلمة الإنجليزية F.A.S.T هي أسهل طريقة لتذكر الأعراض المفاجئة للسكتة الدماغية، لافتاً إلى أن الوقت يشكل العامل الأكثر أهمية للرعاية بالسكتات الدماغية الحادة، ففي كل دقيقة تمضي بعد الإصابة بالسكتة الدماغية يفقد الدماغ بشكل دائم ما يقرب 1.9 مليون خلية فيه، وهو ما يعني احتمال تأثر نطق المريض



تشمل التخثر المفاجئ والضعف في الوجه والذراعين أو الأقدام على طرف واحد من الجسم، إضافة إلى اضطراب الكلام ومشاكل

وحركته وذاكرته جراء الإصابة بالسكتة الدماغية على المدى البعيد. وأوضح أن أعراض السكتة الدماغية



د. سهيل الركن

في النظر وفقدان التوازن ووجع الرأس الحاد.

### انخفاض

وقال الدكتور سهيل الركن: «إن السرعة في تقديم العلاج لمرضى السكتة الدماغية والتي تعزى لوحداث السكتة الدماغية حققت خفصاً في مستويات الوفاة والعجز والمضاعفات ومدة الإقامة في المستشفى، وهو ما دفع أطباء الأعصاب للدعوة إلى تطبيق البروتوكولات الصحية في المستشفيات لما لها من أهمية

كبيرة في إدارة وعلاج السكتة الدماغية، الأمر الذي يسهم في الحفاظ على حياة المزيد من الأفراد والحد من مستويات العجز الناجمة عن السكتة الدماغية. وأضاف: نحن بحاجة لنشر المزيد من الوعي حول ضرورة العمل الفوري لخفض معدلات الوفيات والمشاركة في الجهود الرامية للتوعية بأهمية الوقاية من السكتة الدماغية وتغيير نمط الحياة».

ونوه بوجود تقديم العلاج للمريض خلال أقل من 60 دقيقة (ما يسمى بالساعة الذهبية) وهو ما يساعد على خفض احتمالات حدوث مضاعفات وتعزيز فرص نجاة المريض وتجنبه الإصابة بأذية دماغية مستدامة.

### 17

أوضح الدكتور سهيل عبدالله الركن أن الإصابة بالسكتة يمكن أن تصيب الأفراد بجميع الأعمار وتترك آثاراً على كل من المريض وعائلته وأصدقائه وزملائه وجميع أفراد المجتمع حوله، مشيراً إلى أنه في كل عام يصاب 17 مليون شخص حول العالم بالسكتة الدماغية، ومن بين كل ثلاثة يصابون بالسكتة الدماغية، مريض يموت وآخر يصاب بالعجز الدائم.



## عام زايد

YEAR OF  
ZAYED

خالد الجلاف رئيس فريق إدارة المعرفة في «صحة دبي»:

## 7 محاور رئيسية وحزمة مبادرات متنوعة للاحتفاء بـ «عام زايد»

## ■ حوار – يوسف سعد

في ضوء ما أعلنه ووجّه به صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، بأن يحمل عام 2018 في دولة الإمارات العربية المتحدة، شعار «عام زايد»، ليكون مناسبة وطنية تقام للاحتفاء بالقائد المؤسس، المغفور له، الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه، بمناسبة ذكرى مرور مئة سنة على ميلاده. حرصت هيئة الصحة بدبي، على مواكبة احتفاء الدولة، بأجندة احتفالات وفعاليات خاصة، وذلك لإبراز دور المغفور له في تأسيس وبناء دولة الإمارات، إلى جانب إنجازاته، رحمه الله، المحلية والعالمية.

وحول مجموعة تفاصيل أجندة الهيئة، ومجمل المبادرات التي تتبنى تنفيذها لإحياء هذه الذكرى العطرة للمغفور له بإذن الله، الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، يدور حوارنا اليوم مع خالد الجلاف رئيس فريق إدارة المعرفة في الهيئة، وتالياً نص الحوار:

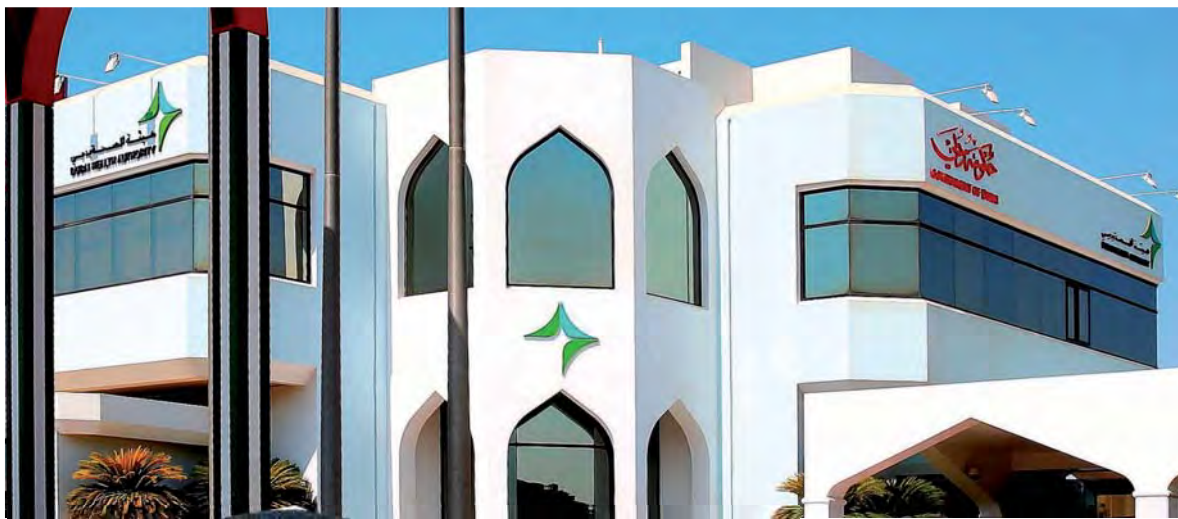
هل من لحظة سريعة عن هذا العام المميز في تاريخ الإمارات «عام زايد»؟  
توجيه صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، بأن يحمل عام 2018 في دولة الإمارات العربية المتحدة، شعار «عام زايد»، يمثل توجيهاً عزيزاً على قلوبنا جميعاً، فالشيخ زايد، طيب الله ثراه، هو صاحب اللحظة الفارقة في حياة المنطقة، هذه اللحظة التي شهدت تأسيس الاتحاد، وقيام الدولة الفتية، التي تأسست على القيم والأخلاق والدين الحنيف السمح، وعلى المعرفة والعلم والإرادة، وغير ذلك من مقومات البناء السليم للدولة العصرية المتحضرة المتقدمة، التي أراد لها زايد أن تكون في مصاف الدول المتقدمة، ليحقق لها ذلك، بإذن الله، في زمن قياسي، ويتحقق معها حالة الرضا والسعادة والفخر التي تسكن في نفوسنا.

## رسائل

ما قيمة الاحتفاء بذكرى القائد المؤسس في نفوس المواطنين، وموظفي الهيئة على وجه التحديد؟

نحن نحتاج إلى مثل هذه المبادرات المميزة، التي تحمل رسائل بالغة المعاني من قيادتنا الرشيدة، نحتاج أن نحتمي بذكرى القائد المؤسس، لنعدّد مناقبه، ونكتشف الجديد المتجدد دائماً من سيرته العطرة، رحمه الله، ومن مواقفه الإنسانية والتاريخية، التي أغنت العالم، بفكر جديد لم يكن معهوداً للدبلوماسية والعلاقات بين الأمم والشعوب، وهو ما جعل دولة الإمارات العربية المتحدة، دولة مقدره بين بلاد العالم، لها شأنها واحترامها واستحقاقاتها في أن تكون في طليعة ركب التقدم والازدهار.

نحن نحتاج إلى مراجعة مواقف الشيخ زايد، طيب الله ثراه، التي تمثل لنا دروساً في جميع شؤون الحياة (الاجتماعية، والاقتصادية، والعلمية، والأدبية، والثقافية، وحتى الرياضية والفنية)، فكان، رحمه الله، أكاديمية حياة (علماً وخلقاً)، ومن هنا، حرصت هيئة الصحة بدبي، على الخروج بأجندة خاصة وبرامج متنوعة ونوعية للاحتفاء بـ (عام زايد)،



■ نحتاج إلى مثل هذه المبادرات المميزة التي تحمل رسائل بالغة المعاني من قيادتنا الرشيدة لنحتفي بذكرى القائد المؤسس

■ المبادرات تشمل الثقافة والتراث والفن في حب زايد والخدمات الصحية وزايد والإنسانية والرياضة والإعلام

## إنجازات

تعمل هيئة الصحة في مجال الإعلام، ضمن مبادرات عام زايد، على إبراز الإنجازات، وتغطية جميع المبادرات المنعقدة والمنجزة خلال عام زايد، في قوالب إعلامية متطورة، وأساليب متنوعة، وبصورة مشرفة ومشرفة لهذا الحدث، الذي من دون شك، ستكون له أثار إيجابية واسعة وممتدة في نفوسنا جميعاً.

والوقوف عند محطاته ومراحل حياته وأقواله المأثورة ومواقفه التي لا تنسى.

## مجموعة متكاملة

كيف استعدت الهيئة للاحتفاء بعام زايد..

متى بدأ التحضير؟  
التحضير للاحتفاء بذكرى الشيخ زايد، طيب الله ثراه، بدأ بشكل مبكر مع نهايات العام الماضي، حيث تم تشكيل لجنة مختصة



واعتبار التراث مكوناً رئيساً لمكونات الهوية الوطنية، لتعريف أبناء الوطن بأهميتها، وأن الإمارات جزء لا يتجزأ من الثقافة والتراث العربي الإسلامي، وقد تضمنت مبادرات الهيئة في هذا الجانب، مجموعة متنوعة، ممثلة في: إصدار كتاب: زايد والصحة – قصة حياة، ومعرض الكتاب، ومعرض عام بركن خاص عن كتب تتحدث عن زايد، ومعرض طوابع تحمل صور الشيخ زايد، إلى جانب برامج ملتفة، وندوات فكرية عن زايد، (زايد الإنسان، والحكيم والموحد)، بالتعاون مع ندوة الثقافة والعلوم، فضلاً عن ندوة زايد والمرأة، وزايد واهتمامه بالتراث، ندوة قراءة في شعر زايد، ومسابقة للبحوث والدراسات، تتناول إنجازات زايد في مجال الصحة، إضافة إلى أوبريت حلم زايد.

## مسابقة

وماذا عن مبادرات المحور الفني في حياة زايد؟

كان الشيخ زايد، رحمه الله، محباً للفن والأدب، ومشجعاً وأيضاً متذوقاً للفن العربي الأصيل، ومن ذلك، تبنت هيئة الصحة بدبي مجموعة مبادرات، تمثلت في: مسابقة ومعرض فني

لطلبة مدارس دبي، حول المعنى المتأصل لديهم من اسم زايد، ومعرض لفن الخط العربي، تحت عنوان (قال زايد)، بالتعاون مع جمعية الإمارات للخط العربي للزخرفة الإسلامية، ورسم جدارية تحمل صورة زايد بحروف اسمه على أحد مباني الهيئة (فن الجرافيتي)، إلى جانب تجسيد قصة أول مستشفى في العين «مستشفى الواحة»، في لوحة فنية بانورامية، ومسابقة أفضل عمل فني، يجسد بورتريه للشيخ زايد (بالتعاون مع جمعية الإمارات للفنون التشكيلية).

## خدمات

حظيت الخدمات الصحية باهتمام كبير من القائد والمؤسس، فماذا عن مبادرات الهيئة في هذا الشأن؟

لقد حرص الشيخ زايد، طيب الله ثراه، منذ اللحظة الأولى لقيام الدولة، على توفير أفضل سبل الرعاية الصحية للإنسان، وأكد، رحمه الله، في أقواله المأثورة، أن الإنسان هو الثروة الحقيقية للمجتمع، وعليه، انتشرت دور الرعاية الصحية، من مستشفيات ومراكز وعيادات في ربوع الدولة، وهذا ما تعمل الهيئة على إبرازه للأجيال الجديدة، في شكل مجموعة من الخدمات الصحية التي ستحمل اسم «زايد»، والتي كان أولها (عيادة زايد) التطوعية، التي أطلقها مجلس شباب الهيئة، ويقوم عليها مجموع من الأطباء الشباب المواطنين، لتأصيل قيم زايد في العمل التطوعي، وإظهار مدى اهتمامه، رحمه الله، بتوفير أفضل الخدمات الصحية للمواطنين والمقيمين معاً.

من الخدمات الصحية، إلى مجموعة القيم الإنسانية التي عزها زايد في قلب المجتمع..

حدثنا عن مبادرات الهيئة في هذا الشأن؟

الشيخ زايد هو رمز الحكمة والخير والعطاء، ولن ينقطع الحديث عن دور زايد في المجالات الإنسانية بانتهاء عام زايد، بل الحديث عنه مستمر، ما دامت الحياة، وما دام عيال زايد ينتهجون نهجه، ومن هنا، عملت الهيئة على اختيار مجموعة من المبادرات المهمة التي تناسب الحدث، من بينها: دعم مؤسسات صحية في الدول الفقيرة بالأدوية والمستلزمات الطبية والصحية، وتنفيذ مشروع «عطاء وسعادة»، وتنظيم عيادات تطوعية تحمل اسم زايد، تخدم المعوزين ممن لا يستطيعون تحمل كلفة العلاج، وحملات إعانة بالغذاء والكساء، تحمل اسم الشيخ زايد، ومير عام زايد الرمضاني، وإفطار عام زايد، إلى جانب يوم زايد التطوعي في حتا.

ذكرتم وجود مبادرات رياضية، وأخرى إعلامية.. ما أهم هذه المبادرات؟

كانت اهتمامات الشيخ زايد، طيب الله ثراه، متنوعة، وجميعها يصب في رعاية وعناية الإنسان فكراً ووجداناً، إلى جانب الصحة واللياقة البدنية. لذا، راعت الهيئة تضمين أجندتها مجموعة من المبادرات المتنوعة المتصلة بالرياضة واللياقة البدنية، إلى جانب الإعلام، ومنها على سبيل المثال وليس الحصر: معرض صور الشيخ زايد الرياضية، وندوة (الرياضة في فكر زايد)، والبطولة الدولية في كرة السلة، وبطولة زايد الرياضية مع مؤسسات حكومية دبي (كرة السلة – الطائرة – القدم)، وبطولة زايد الرياضية في حتا.

02

أراد الشيخ زايد، رحمه الله، أن تكون الإمارات في مصاف الدول المتقدمة، ليتحقق لها ذلك، في زمن قياسي، وتتحقق معها حالتا الرضا والسعادة

01

تجسيد قصة أول مستشفى بالعين «الواحة»، في لوحة فنية بانورامية ومسابقة أفضل عمل يجسد بورتريه للشيخ زايد ضمن مبادرات الهيئة

2018

تخصيص 2018 بـ «عام زايد»، يمثل توجيهاً عزيزاً على قلوبنا جميعاً، فالشيخ زايد، طيب الله ثراه، صاحب اللحظة الفارقة في حياة المنطقة



## أدوية لنزلات البرد والإنفلونزا تسبب سكتات قلبية

ووجدت الدراسة أن تلك الأدوية المسكنة تسبب ارتفاعاً في ضغط الدم، وتؤدي على المدى الطويل إلى فشل القلب، بسبب التفاعلات الكيميائية.

وصلت إلى أكثر من 10 آلاف مريضاً، خلال فترة امتدت إلى نحو 7 سنوات في مستشفيات تاوان. وكان الهدف من تلك الدراسة التحقق من تأثير مضادات الالتهابات المسكنات «غير الستيرويدية» على صحة المرضى، ومدى تأثيرها على مرضى القلب، خاصة تلك التي تتعلق بالتهابات الجهاز التنفسي الحادة، مثل نزلات البرد والإنفلونزا.

عدوى الجهاز التنفسي ونزلات البرد والإنفلونزا، تزيد خطر الإصابة بالنوبات القلبية بنسبة تصل إلى 3.4 أضعاف عن الأشخاص الآخرين. وأشارت الدراسة إلى أن النسب ترتفع بصورة كبيرة في تلك الأدوية المسكنة لنزلات البرد والإنفلونزا وأمراض الجهاز التنفسي والصدري، التي تحتوي على مادة «إيبوبروفين». وأجرى الباحثون الدراسة على عينة

أكدت دراسة أجراها باحثون في تاوان أن الإفراط في استخدام أنواع معينة من أدوية نزلات البرد والإنفلونزا يزيد من خطر الإصابة بالنوبات والسكتات القلبية ثلاثة أضعاف عن الشخص الذي لا يتناول تلك الأدوية. وأوضحت الدراسة التي نشرت في دورية الأمراض المعدية، ونقلتها صحيفة «الديلي ميل» البريطانية، أن تلك الأدوية المسكنة لأمراض



# العيادة الذكية لـ«صحة دبي» تناقش الممارسات السليمة للوقاية من أمراض الشتاء

وخافضات الحرارة مع الالتزام بالراحة التامة أثناء فترة المرض التي قد تستمر ما بين (4 - 6) أيام.

### التعامل الصحيح مع الأدوية

وطالبت العيادة الذكية الأمهات بضرورة التعامل الصحيح مع الأدوية التي يتم صرفها للأطفال مع أهمية الالتزام بتعليمات وإرشادات الطبيب فيما يتعلق بفترة وجرة العلاج وعدم الاعتماد على تجارب الآخرين في هذا المجال.

ونصحت بعدم الذهاب إلى الأماكن المزدحمة أو أماكن التجمعات، تفادياً لانتقال العدوى للآخرين مع ارتداء الملابس الثقيلة الواقية من البرد، لمنع انخفاض درجة حرارة الجسم، والإكثار من تناول السوائل لتفادي الجفاف، إضافة إلى تناول وجبات غذائية صحية تحتوي على العناصر الغذائية المتكاملة.

وأكدت على أهمية النظافة الشخصية وغسل اليدين للحد من عدوى الإنفلونزا مع أهمية الإكثار من الأطعمة التي تحتوي على فيتامين (سي) خلال فصل الشتاء لتقوية مناعة الجسم وتجنب الإصابة بنزلات البرد وخاصة البطاطا والكيوي والبرتقال والروبو والشوربات المختلفة وغيرها.

### جهود

استعرضت العيادة الذكية الجهود المختلفة التي تقوم بها هيئة الصحة بدبي لنشر الوعي بأسباب وطرق الوقاية من الأمراض المرتبطة بفصل الشتاء كالإنفلونزا ونزلات البرد، مشيرة إلى الخدمات المتعددة التي تقدمها هيئة الصحة بدبي للمرضى والمراجعين بمختلف مراكز الرعاية الصحية الأولية المنتشرة في كافة أنحاء إمارة دبي.



### دبي - البيان الصحي

ناقشت العيادة الذكية لهيئة الصحة بدبي، الأمراض المرتبطة بموسم الشتاء والممارسات السليمة للوقاية من هذه الأمراض والحد من انتقالها بين أفراد المجتمع.

وأشارت العيادة الذكية التي شارك بها كل من الدكتورة علياء رفيع استشاري طب الأسرة مدير مركز البرشاء الصحي، وشيماء قائد أخصائية التغذية بمركز ند الحمر الصحي، وعلي منير آل رحمة مثقف صحي في قطاع خدمات الرعاية الصحية الأولية إلى أن الإصابة بنزلات البرد والتهابات الجهاز التنفسي خلال فصل الشتاء تعد من أسرع الأمراض الشتوية انتشاراً بين أفراد الأسرة أو في أماكن العمل، مؤكدة على أهمية مراجعة الطبيب المختص في حال ظهور أعراض غير معتادة أو ارتفاع درجات الحرارة لفتترات طويلة لتجنب التشنج الحراري الذي يصيب ما بين (2% - 6%) من الأطفال عالمياً.

وأوضحت الأعراض المختلفة لنزلات البرد كالعطاس وسيلان الأنف وارتفاع درجة الحرارة والصداع وآلام المفاصل، مؤكدة على أهمية استخدام الضمادات

## التطعيم المتكرر ضد الإنفلونزا يخفف أعراض الإصابة بمعدل الضعف



جراء الفيروس تستلزم دخولهم إلى المستشفى.

### آثار جانبية

وفي الدراسة الحديثة، ركز الباحثون على رصد الآثار الجانبية التي تعود على كبار السن جراء التطعيم المتكرر ضد الإنفلونزا الموسمية لـ 3 مواسم متتالية لدى مئات الأشخاص الذين يبلغ متوسط أعمارهم 65 عاماً فما فوق.

وراجع الباحثون بيانات كبار السن الذين دخلوا 20 مستشفى في إسبانيا بين عامي 2013 و2014 لتحديد ما إذا كان التطعيم المتكرر يقلل من شدة أعراض الإنفلونزا.

ووجد الباحثون أن التطعيم المتكرر للإنفلونزا كان فعالاً بمعدل الضعف في الوقاية من الأعراض الشديدة للإنفلونزا لدى كبار السن، بغض النظر عن موسم الإنفلونزا أو أنواع الفيروس أو عمر المريض.

### أبحاث

وقال الباحثون: إن نتائج الدراسة تتسق مع نتائج الأبحاث السابقة التي أثبتت أهمية التطعيم ضد الإنفلونزا في التقليل من خطورة المرض. ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية، فإن الإنفلونزا الموسمية تسبب في 3 إلى 5 ملايين حالة إصابة خطيرة كل عام حول العالم، وما يتجاوز نصف مليون حالة وفاة، علاوة على الآثار الاقتصادية الضخمة.

### دبي - البيان الصحي

أفادت دراسة إسبانية حديثة بأن التطعيم المتكرر ضد الإنفلونزا يخفف من شدة أعراض الإصابة بالفيروس بمعدل الضعف، ويقلل عدد مرات دخول كبار السن المستشفى بسبب البرد.

الدراسة أجراها باحثون بمعهد شؤون الصحة العامة في مدينة بنبلونة الإسبانية، ونشروا نتائجها، في دورية (Canadian Medical Association Journal) العلمية.

### وقاية

ومع وجود سلالات كثيرة ومختلفة من فيروسات الإنفلونزا التي تصيب البشر، ركزت دراسات سابقة على أهمية الوقاية المسبقة من فيروس الإنفلونزا الموسمية، من خلال الحصول على لقاحات تقوية المناعة، التي تقي الإصابة من السلالات المحتملة للفيروس.

وتختلف سياسات التطعيم من بلد لآخر، لكن غالباً ما يوصى بتطعيم من هم أكثر عرضة لمضاعفات الإنفلونزا مثل الحوامل وكبار السن، ويؤخذ التطعيم في العادة قبل بدء موسم الشتاء.

وكانت دراسة كندية أجريت في نوفمبر 2017، كشفت أن تطعيم الأطفال ضد الإنفلونزا الموسمية يجعلهم أقل عرضة لخطر الإصابة بمضاعفات خطيرة

حكومة دبي  
GOVERNMENT OF DUBAI

هيئة الصحة بدبي  
DUBAI HEALTH AUTHORITY

تحت رعاية  
سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم  
ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي



منتدى دبي العالمي للسياحة الصحية

## لنعيد استشراف التجربة

20 - 21 فبراير 2018  
مدينة جميرا | قاعة آرينا | دبي

يهدف منتدى دبي العالمي للسياحة الصحية إلى جمع أهم الشخصيات والرواد في قطاعي الصحة والسفر تحت مظلة واحدة، لاستشراف مستقبل السياحة الصحية بما يسهم في تحقيق أهداف التنمية في الإمارة

يمتد هذا المنتدى على مدار يومين وفي المدينة التي يشهد فيها قطاع السياحة الصحية نمواً متواصلاً سيجتمع أصحاب الفكر والخبرة، من القطاعين الصحي والسياحي للوقوف على تجربة دبي الرائدة وإعادة استشرافها للوصول إلى تصور يواكب تطلعاتها المستقبلية ويجعلها نموذجاً جديداً يحتذى به

سجلوا اليوم وانضموا إلى كوكبة عالمية ومحلية من الأسماء الرائدة في قطاع السياحة الصحية والتي تأتيكم بخبراتها المحلية وتجاربها العالمية تحت مظلة طموحة تعمل على رسم خطوط المستقبل

بادر بالتسجيل الآن  
www.dihft.com

مبادرة من قبل

DXH  
تجربة دبي الصحية  
Dubai Health Experience

GHIT 2018  
GLOBAL HEALTHCARE TRAVEL FORUM  
DUBAI 2018

WHTC  
DUBAI 2018

www.dihft.com

Follow us @dxhconnect



## تقنية ثلاثية الأبعاد لحساب حجم الدماغ

علوم التشريح التابعة لجامعة «أرجيس»، أن «تلك الطريقة ستسهل كثيراً عمليات التشخيص الدماغى، على المصابين بأمراض عصبية أو نفسية، وستقضي على طريقة ثنائي الأبعاد المستخدمة في تلك العمليات، والتي تتصف بالنسبية». يذكر أن البروفيسور آجار أجرى أكثر من 20 بحثاً بخصوص ذلك الموضوع، وأن تلك الأبحاث نشرت في أكثر من مجلة عالمية تعنى بالشؤون الطبية دي - البيان الصحي

مهم للغاية، الأمر الذي يمكن قياسه عن طريق نقل الصور المأخوذة عن طريق الجهاز الرنان، وجهاز قياس السطح الذي يعمل بواسطة الحاسب إلى جهاز كمبيوتر، بعدها نقوم بتثبيت مجموعة من النقاط، وحساب حجم الدماغ ومساحة سطحه، من خلال عدد النقاط، ليتم عبر تلك العملية حساب الورم الموجود في الدماغ بسهولة». وأوضح البروفيسور الذي يشغل منصب عضو الهيئة التعليمية في كلية

طريقة جديدة لحساب حجم الدماغ بواسطة الكمبيوتر بشكل ثلاثي الأبعاد، طورها البروفيسور التركي «نيازي آجار»، وذلك للكشف عن أمراض تصيب الدماغ مثل الزهايمر والخرف وانقسام الشخصية. وقال البروفيسور آجار إنه «عند إصابة الدماغ البشري بأمراض عصبية أو نفسية، فإن بعض التغيرات تطرأ على حجم الدماغ وسطحه، لذلك فإن حساب مساحة سطح الدماغ وحجمه أثناء تشخيص المرض أمر



## إنجاز علمي مهم

# تحويل خلايا بشرية إلى أخرى «جنينية»



### ■ دبي - البيان الصحي

في خطوة طبية مهمة، تسجل إنجازاً كبيراً في مجال الطب التجديدي، نجح باحثون أميركيون للمرة الأولى في تحويل خلايا بشرية رئيسية إلى خلايا جذعية «جنينية» يمكن تحويلها فيما بعد لأي نوع من أنواع خلايا الجسم. فقد تمكنوا من استحداث خلايا جذعية جنينية من

أنسجة جلدية دون الحاجة إلى استنساخ الفرد بكامله.

وتكمن أهمية الإنجاز في أن العلماء أثبتوا للمرة الأولى أنه من الممكن استحداث خلايا جذعية جنينية مماثلة جينياً لخلايا الشخص الذي استخرجت منه، ما يعني أن أجسام المرضى ستقبلها ولن ترفضها، كما هو الحال عند الاستعانة بخلايا شخص آخر.

### توافق

وفي هذا السياق، أكد شوخرات ميتاليوف، أستاذ بيولوجيا التناسل في جامعة أوريغون، أنه في هذه الحالة ستكون الخلايا الجذعية مأخوذة من خلية جلدية للمريض نفسه، وستكون بالتالي متوافقة مع جسم المريض عند إعادة زرعها.

وتمتاز الخلايا الجذعية الجنينية بأنها

الوحيدة القادرة على الانقسام بصورة لا متناهية إلى كل أنواع الخلايا، بما فيها الخلايا العصبية والكبدية والقلبية، تماماً مثل الخلايا الجذعية الطبيعية، ما يعد بعلاجات قريبة لقائمة طويلة من الأمراض المزمنة. وقد أوضح ميتاليوف على سبيل المثال أن «مرض الباركنسون يسببه فشل وظيفي في أحد أنواع الخلايا، وهي في الأساس خلايا عصبية لا تنتج ما يكفي من

المادة الكيماوية، لذا نعمل حالياً في مختبراتنا على إنتاج هذه الخلايا وزرعها عند المرضى». ومن الميزات الأخرى التي تمتاز بها هذه التقنية هي عدم استعانيتها بالأجنة التي تم إخصابها في الأنابيب لاستخراج الخلايا الجذعية، ما يخفف من حدة الجدل الأخلاقي الذي سوف تجابه به التقنية من معارضي الاستنساخ قبل انتقالها إلى حيز التطبيق العملي.

## تقنية جديدة تكشف عن سرطان الثدي عبر تحليل البول



تكتاثر بسرعة أكثر من الخلايا الطبيعية، وبالتالي فهي تطرح مقداراً أكبر من الفضلات في البول، وإن هذه المادة هي إحدى المواد الناتجة عن الخلايا السرطانية. يُذكر أن امرأة من بين 8 تعاني من سرطان الثدي خلال فترة حياتها، وحوالي 85% من حالات سرطان الثدي لا يوجد في سجلهم العائلي أي إصابات مشابهة بالمرض.

بينفا ما، البروفيسور في الكيمياء في جامعة ميزوري للعلوم والتقنيات، على مادة متواجدة في البول بشكل طبيعي وتسمى «بتيريدين»، بحيث تدل المستويات العالية غير الطبيعية لتلك المادة على وجود السرطان. ويعتقد البروفيسور أن المستويات تستمر بالارتفاع مع تقدم حالة السرطان. ويُفسر البروفيسور «بينفا ما» عمل هذه التقنية بأن الخلايا السرطانية

### ■ دبي . البيان الصحي

قام باحثون أميركيون من جامعة ميزوري للعلوم والتقنيات بتطوير طريقة جديدة للكشف عن سرطان الثدي ومدى تطوره، حتى قبل إمكانية كشفه عن طريق التصوير الشعاعي للثدي، والذي يدعى «ماموغرام». وتركز التقنية التي أطلق عليها اسم «بي سكان» التي استخدمها الدكتور

## جهاز محمول يزيد فرص نجاح عمليات زراعة الرئة



### ■ دبي - البيان الصحي

نجح علماء في اختبار جهاز محمول لحفظ الرئة المتبرع بها لعمليات الزراعة، قد يساعد هذا الاختراع في زيادة عدد الأعضاء المتاحة للزراعة ويقلل خطر فشل العمليات الجراحية. وأظهرت نتائج دراسة نشرت في دورية لانسيت أن الجهاز «أورجان كير سيستم» الذي جرى اختباره على 12 مريضاً في

ألمانيا وإسبانيا يتيح تجهيز وحفظ الرئة عند درجة حرارة الجسم والإبقاء عليها في حالة أفضل من الطريقة التقليدية المتمثلة في تبريدها.

وعادة ما يتم غسل الرئة المتبرع بها وحفظها بتبريدها قبل زراعتها. ويقلل التبريد من تحلل نسيج الرئة، لكنه قد يضر بجودة الرئة، ومن ثم يطيل الوقت المستغرق في عملية الزراعة. أما عملية حفظ الرئة عند درجة حرارة

الجسم العادية مع غسلها بخليط من العقاقير والفيتامينات والهرمونات فتبقى الرئة في حالة أفضل، ويمكن أيضاً أن تحسن جودتها.

وأكد جريجور فارنيكي من كلية الطب في هانوفر بألمانيا لوكالة «رويتز» أن الجهاز قد يزيد بشكل كبير عدد الرئات المتاحة لعمليات الزراعة، مضيفاً أن «أورجان كير سيستم» قد يساعد في زيادة عدد عمليات زراعة الرئة.

## الكشف المبكر عن مرض الشريان التاجي بتقنية متطورة

### ■ دبي - البيان الصحي

تمكن باحثون من المعهد القومي للصحة في أمريكا من التوصل لتقنية جديدة متطورة تعتمد على صور الرنين المغناطيسي للكشف المبكر عن الإصابة بمرض الشريان التاجي، أكثر أمراض القلب شيوعاً في العالم.

وأكد كاتب الدراسة والعالم بقسم الأشعة في المعهد القومي للبول السكري وأمراض الكلى والهضم التابع للمعهد القومي للصحة في أمريكا، خالد عبدالمنعم: «أن تصوير الشريان التاجي الذي يمد القلب بالدم عملية غاية في الصعوبة بسبب صغر حجمه الشديد، ولكونه في حركة دائبة. مع ذلك الحصول على صورة دقيقة لهذه الأوعية الدموية في غاية الأهمية، حيث إن الكشف

المبكر عن زيادة سمك جدار الشرايين يمثل مؤشراً مبكراً على الإصابة بالتصلب العصيدي». ويعتقد الباحثون أن التوصل لطريقة للكشف عن المراحل الأولى لزيادة سمك جدار الأوعية الدموية التي تسبق الإصابة بضيق الشريان بشكل تقدماً مهماً لإمكانية التدخل مبكراً لتقليل مخاطر الأزمات القلبية.

### إشعاع مغناطيسي بدقة 90%

وفي هذه الدراسة قام الباحثون باستخدام أشعة الرنين المغناطيسي لقياس سمك جدار الشريان التاجي عند 26 مريضاً، في متوسط عمري 48 عاماً، ويعانون من عامل خطورة واحد على الأقل للإصابة بمرض الشريان التاجي. كما استعان الباحثون بـ12 شخصاً من الأصحاء في متوسط

عمري 26 عاماً. وقارن الباحثون بين نوعين من أشعة الرنين المغناطيسي لقياس سمك جدار الشريان عند المجموعتين، الأولى اعتمدت على أخذ صورة واحدة للشريان وعرفت ب-single frame scan بينما الأخرى أخذت 5 صور متتابعة لتقليل فرص الحصول على صورة ضبابية. وقد وجد الباحثون أن الطريقة الثانية أنتجت صورة دقيقة بنسبة 90% بينما الأولى لم تتجاوز دقتها 76%. فاستخلص الباحثون من الدراسة أنه بالإمكان استخدام أشعة الرنين للكشف عن مرض الشريان التاجي.





# 100

قدم المستشفى الدولي الحديث  
100 عملية جراحية نسائية  
سنوياً، فيما وفر «فقيه للإخصاب»  
العلاج لـ200 حالة عقم

# 06

وفرت 6 منشآت صحية ما  
بين مستشفيات ومراكز طبية  
متخصصة خدمات بتكاليف  
ورسوم رمزية



عام  
زايد

## المبادرة امتداد لعام الخير وتواصل مع عام زايد

# «عطاء وسعادة» لـ«صحة دبي» لمسة إنسانية

## المبادرة عرفان بدور الشيخ زايد في إرساء بناء إمارات الخير



مجاني وفحص كهربائية القلب ECG- مجاناً، تخطيط صدى القلب واختبار إجهاد القلب، وقسم جراحة المسالك البولية قدم استشارة مجانية و15% تخفيضاً على أي من الخدمات الطبية التي يحتاجها المريض بالقسم.

### غسيل الكلى

وشملت خدمات المستشفى الكندي التخصصي خصومات تتراوح بين 10% و40% للمرضى الذين ليس لديهم تأمين طبي والحالات الطبية التي لا يشملها التأمين إضافة إلى عرض خاص لمرضى غسيل الكلى للمحولين من قبل الجهات الخيرية وفحوصات مجانية لـ 50 مريضاً يعانون من أمراض العيون المزمنة و50% خصماً على الإجراءات الطبية اللازمة، وكذلك تخصيص يومين شهرياً لإجراء فحوص مجانية لنسبة السكر في الدم وقياس ضغط الدم ومعامل كتلة الجسم-BMI لجميع المرضى الراغبين. وأضاف أن قائمة المستشفيات شملت أيضاً مستشفى بهول التخصصي وقدم استشارات مجانية في عيادات المستشفى المختلفة: الأذن، جراحة الأعصاب، جراحة عامة، أطفال، عيون، طب الكلى وغيرها من الأقسام والعمليات الجراحية العامة مثل استئصال كيس واستئصال الزائدة الدودية، إضافة لأمراض الجهاز الهضمي: التنظير، تنظير القولون والطب الباطني وتشمل فحص السكري وقسم القلب: تخطيط القلب، وتنظيف الأسنان والفحص بالموجات فوق الصوتية، إضافة إلى الأعصاب: تصوير الدماغ الكهربائي، تخطيط العضلي الكهربائي وجراحة العظام: تنظير المفص وأمراض المسالك البولية: تفتيت الحصوات، تنظير المثانة، مزدوجة الدعامات للكلية



■ طاهر شمس

قدم خدمات مجانية لقسم طب الأمراض الباطنية والقلب وأمراض السمنة المحولة عن طريق دكتور القلب والباطنية وأمراض الجهاز الهضمي والجراحة العامة استشارات مجانية وفحص مجاني لبعض الاختبارات المجهرية إضافة لـ 60% خصم على خدمة تنظير القولون و20% على خدمات المختبرات والأشعة و15% خصم على بعض الخدمات الطبية الخاصة وأمراض النساء استشارة ومشجعة مجانية، وطب الأورام النسائية شمل استشارة مجانية، وفحص الثدي «ماموجرام» مجاني واستشارة مجانية لمرحلة ما قبل الحمل أو استشارة مجانية واحدة لحالات ما قبل الولادة وفحص مجاني لهرمون تحفيز الغدة الدرقية وفحص مجاني لفصيلة الدم ونوعه مع تسجيل مجاني للقسم. وفيما يتعلق بطب وجراحة العيون، فقدم مستشفى زليخة استشارة تخصصية مجانية، واختبار الانكسار البصري مجاني وفحص القرنية مجاني، وفحص شبكية العين مجاني أمراض القلب شملت استشارة مجانية وتسجيل



■ مروان الملا

### تنسيق

ذكر الدكتور مروان الملا أن اجتماعات موسعة جرت في الأونة الأخيرة بين مسؤولي إدارة التنظيم الصحي في الهيئة وإدارات المستشفيات الخاصة للتنسيق ووضع الآليات العملية لتنفيذ المبادرة، ومن ثم فتح المجال لاستقبال المرضى المعسرين، بالتنسيق والتعاون مع مكتب الخدمات الإنسانية والمجتمع في الهيئة.

المستشفى بإعلام المرضى بالقرار.

### عمليات واستشارات مجانية

وأشار إلى أن المستشفيات والمراكز الصحية المشاركة في المبادرة مستشفى الدولي الحديث، حيث قدم 100 عملية جراحية نسائية سنوياً، ومركز فقيه للإخصاب قدم 200 حالة عقم يوفر لها العلاج، ومستشفى زليخة

### حميد القطامي:

حريصون على استثمار علاقتنا مع القطاع الخاص في المبادرات الإنسانية



الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، وإخوانهما أصحاب السمو أعضاء المجلس الأعلى حكام الإمارات، وصاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة.

وأضاف أن الهيئة حرصت على استثمار علاقتها وشراكها مع القطاع الصحي الخاص، لتنفيذ مبادرات إنسانية، بدأت في تكوينها والتخطيط لها خلال عام الخير، لتمتد إلى عام زايد.

وأشاد معاليه بمجموعة المستشفيات الخاصة، التي قال إنها استجابت بكل مسؤولية لتحقيق أهداف المبادرة، التي ترمي إلى مساندة المرضى المعسرين ودعمهم والوقوف بجانبهم، والتخفيف من آلامهم ومن الأعباء الواقعة على كاهلهم وكاهل ذويهم، مؤكداً أن المبادرة تتفق مع توجهات هيئة الصحة بدبي لمجتمع أكثر صحة وسعادة.

### شراكات مميزة

بدوره، قال الدكتور مروان الملا مدير إدارة التنظيم الصحي في الهيئة: إن «صحة دبي» نجحت من خلال شراكها

### ■ دبي - عماد عبدالحamid

حملت مبادرة "عطاء وسعادة"، التي أطلقها هيئة الصحة بدبي، بمناسبة عام زايد في ثناياها زوايا وجوانب متنوعة لامست الحاجة الإنسانية لمحدودي الدخل وجسدت في طياتها تأكيداً متجدداً لاعتراف جمعي، ضمني، وعلمي بدور المغفور له بإذن الله تعالى الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه، في بناء إمارات الخير والعزة، والكرامة، والعادات والتقاليد، والقيم، والمبادئ الإنسانية الأصيلة.

مبادرة الهيئة تأتي لمساعدة المرضى المعسرين والتخفيف من آلامهم وأوجاعهم، حيث نجحت الهيئة وبالتعاون مع مجموعة مميزة من المستشفيات الخاصة، في توفير باقات من الخدمات المجانية، والخصومات على بعض الخدمات الصحية المقدمة لدعم المرضى المعسرين بكلفة تبلغ 30 مليون درهم سنوياً كدعم منها لمحدودي الدخل، موزعة على خدمات يتم توفيرها وتقديمها من قبل المنشآت المشاركة في تنفيذ المبادرة، وحسب حالة وحاجة المرضى المعسرين.

### بذور الخير

وكان معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي أكد خلال إطلاق المبادرة أن الهيئة استلهمت مفاهيم ومبادئ هذه المبادرة، من بذور الخير والعطاء التي غرسها المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه، وواصل رعايتها صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، وأخوه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس



30%

حدد مستشفى الإمارات 30 % خصماً على أي جراحة في حال الدفع نقداً دون تغطية من التأمين الصحي

40%

شملت خدمات المستشفى الكندي التخصصي خصومات تتراوح بين 10% و40% للمرضى الذين ليس لديهم تأمين طبي

60%

تضمنت خصومات مستشفى زليخة خدمة تنظير القولون بنسبة 60% فيما بلغ التخفيض على المختبرات والأشعة 20%

# سانية لمساندة المرضى المعسرير

## ير على المبادئ الأصيلة

مساهمات مميزة للقطاع الصحي الخاص في «عطاء وسعادة»

ساهمت مبادرة «عطاء وسعادة» في تحفيز القطاع الصحي الخاص، إذ قدمت العديد من المستشفيات والمراكز الطبية حزمة خدمات مجانية ومخفضة للمرضى خاصة ممن ليس لديهم تأمين صحي، في لمسة إنسانية لذوي الدخل المحدود.

مستشفى بلهول التخصصي  
Belhoul Speciality Hospital  
Live life to the full

مستشفى بلهول التخصصي

العمليات الجراحية العامة: استئصال كيس - استئصال الزائدة الدودية  
الأعصاب: تصوير الدماغ الكهربائي، تخطيط العضلي الكهربائي  
أمراض الجهاز الهضمي: التنظير، تنظير القولون  
أمراض المسالك البولية: تفتيت الحصى، تنظير المثانة، مزدوجة الدعامات للكلى

مستشفى الإمارات  
EMIRATES HOSPITAL

مستشفى الإمارات

فحص الرنين المغناطيسي للدماغ  
الرنين المغناطيسي (بروتون) للباطنة  
فحوصات صحة الرجل والمرأة من عمر 40 فما فوق  
عمليات استبدال كامل لمفصل الركبة  
ماموجرام لتشخيص أورام الثدي  
برنامج علاج السممة المفرطة لمدة 3 شهور  
برنامج علاج السممة المفرطة لدى الكبار والبالغين لمدة 3 شهور  
50 استشارة مجانية مع استشاري الغدد سنوياً  
30 % خصماً على أي جراحة تجري في المستشفى في حال الدفع نقداً دون تغطية من التأمين الصحي

المستشفى الكندي التخصصي  
Canadian Specialist Hospital

المستشفى الكندي التخصصي

25 % من رسوم الاستشارة الطبية  
10 % من رسوم الإجراءات الطبية ورسوم التنويم للمرضى بالمستشفى  
40 % من رسوم التحاليل المخبرية  
30 % من رسوم التصوير الإشعاعي  
100 % خصماً من رسوم الاستشارة الطبية الأولية مع أخصائي الكلى وتكرر الاستشارة مرتين شهرياً  
100 % خصماً من رسوم التحاليل المخبرية لأملاح الدم والإيدز والكبد البوابي  
فحص مجاني لـ 50 مريضاً يعانون من أمراض العيون المزمنة و50% خصماً على الإجراءات الطبية اللازمة

مركز فقيه للإخصاب  
Fakih IVF  
FERTILITY CENTER

مركز فقيه للإخصاب

200 حالة عقم يوفر لها العلاج

المستشفى الدولي الحديث  
International Modern Hospital  
A Unit of Sunrise Group of Hospitals

المستشفى الدولي الحديث

100 عملية جراحية نسائية (سوتيا)

مستشفى زليخة  
Zulekha Hospital  
Your Health Matters

مستشفى زليخة

50 % خصماً على خدمة تنظير القولون  
20 % خصماً على المختبرات والأشعة  
15 % خصماً على بعض الخدمات الطبية الخاصة  
فحص الثدي «ماموجرام» مجاني  
فحص مجاني لهرمون تحفيز الغدة الدرقية

غرافيك: محمد أبو عبيدة

مواطنون ومقيمون: المبادرة تعزز المسؤولية المجتمعية

وليد زيدان

ناصر أكرم

عبد العليم حريص

إسماعيل البلوشي

د. ديف. مرفت عبد الحميد

ضمن عدد من المواطنين والمقيمين مبادرة «عطاء وسعادة» التي أطلقتها هيئة الصحة بدبي أخيراً، والخاصة بعلاج المرضى المعسرير، لافتين إلى أنها شجعت الكثير من المنشآت الصحية الخاصة على علاج من لا يمتلكون نفقة علاجهم، بالإضافة إلى علاج من تعذر عليهم تسديد نفقات علاجهم، وأكدوا أنها المبادرة تفعل مبدأ المسؤولية المجتمعية. وفي هذا الصدد، أشاد ناصر أكرم بالمبادرة التي عملت على تفعيل مبدأ المسؤولية المجتمعية في هذا القطاع الحيوي والمهم، فضلاً عن مساهمة المبادرة في علاج الكثير من المرضى المعسرير، خاصة المصابين منهم بالأمراض المزمنة والمستعصية وأمراض القلب والكلى، مما يساهم في إنقاذ أرواح الكثيرين. وثمن الاستجابة السريعة لعدد من المستشفيات وتبليتها لمبادرة الهيئة وحرصها على أن تكون في مقدمة المستجيبين لعمل الخير، متمنياً بأن تقوم المستشفيات والمراكز الصحية الأخرى بالانضمام للمبادرة خلال «عام زايد».

بشكل مستمر، مشيراً إلى أن المبادرة تترجم مفاهيم ومبادئ بذور الخير والعطاء التي غرسها المغفور له، بإذن الله، الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه، وترعاها قيادتنا الرشيدة. وأضاف أن المبادرة ساهمت في مساندة المرضى المعسرير ودعمهم والوقوف بجانبهم، والتخفيف من آلامهم ومن الأعباء الواقعة على كاهلهم وكاهل ذويهم، مؤكداً أن هيئة الصحة بدبي عودتنا على إطلاق المبادرات الرامية إلى الوصول لمجتمع أكثر صحة وسعادة. من جهته، ثمن إسماعيل البلوشي المبادرة، مؤكداً أنها تعكس في مضمونها جملة المفاهيم الإنسانية النبيلة التي يتسم بها مجتمع الإمارات عن غيره من المجتمعات وتنشر السعادة في نفوس الآخرين من غير مقابل، وتعزز القيم الإنسانية النبيلة، ولذلك يشجع جميع المستشفيات الخاصة على المشاركة في المبادرة، لا سيما أنها تهدف إلى مجتمع صحي وسعيد.

فحوصات مبكرة

بدوره، قال عبد العليم حريص: إن إطلاق المبادرة

والعيون وتشمل فحص النظر، التصوير المقطعي البصري وعيادة الأنف والأذن والحنجرة وتشمل منظار وإخراج الشمع، استئصال اللوزتين والحمية. وأوضح الدكتور مروان الملا أن مستشفى الإمارات قدم فحص الرنين المغناطيسي للدماغ والرنين المغناطيسي (بروتون) للباطنة، إضافة لفحوصات صحة الرجل وصحة المرأة (من عمر 40 فما فوق) وعمليات استبدال كامل لمفصل الركبة وخدمات العلاج التأهيلي بالاعتماد على الحالة الصحية لمدة شهر واحد. وشمل العرض الذي قدمه مستشفى الإمارات عمليات سرطان الثدي (الأساسي) وماموجرام لتشخيص أورام الثدي إضافة لبرنامج علاج السممة المفرطة لمدة 3 شهور وبرنامج علاج السممة المفرطة لدى الكبار والبالغين لمدة 3 شهور، إضافة لـ 50 استشارة مجانية مع استشاري الغدد سنوياً وخصم 30% على أي جراحة تجري في المستشفى لو كان الدفع نقدياً من قبل المريض دون تغطية من التأمين الصحي.

**مساهمات**

وقال طاهر شمس، المدير الإداري، بمجموعة زليخة للرعاية الصحية إن هذه مساهمة مجموعة زليخة في هذه المبادرة الإنسانية تأتي في إطار حرصها على المشاركة المجتمعية في عام زايد الخير لمساعدة المرضى المحتاجين من ذوي الدخل المحدود. وأضاف أن مجموعة زليخة ستقدم فحوصات مجانية وخصومات واستشارات مجانية يومياً من الساعة بين الساعة 1:00 حتى 3:00 مساءً كل يوم مع الطب الباطني، أمراض النساء، طب الأطفال وأطباء الأنف والأذن والحنجرة.



## الإفراط في السكريات قد يرفع مخاطر الإصابة بالزهايمر



حذرت دراسة علمية حديثة من أن الإفراط في تناول السكريات قد يرفع مخاطر الإصابة بالزهايمر، فيما يعد أول دليل ملموس على وجود علاقة بين نسبة سكر الجلوكوز في الدم والمخ. وأكد باحثون وفقاً لصحيفة «ديلي ميل» البريطانية، وهم من جامعتي باث وكينجز كولج لندن على وجود علاقة بين السكري وأمراض الزهايمر والخرف، ما يعد دليلاً على العلاقة بين ارتفاع

مستويات السكر في الدم وتأثيره الضار على الوظائف الإدراكية في المخ. ومن جانبه، قال الدكتور عمر كسار من جامعة باث المشاركة بالدراسة إنه «من المعروف أن تناول كميات كبيرة من السكر يؤدي إلى السكري والسمنة، لكن هذه العلاقة المحتملة بين داء الزهايمر والسكر تعد سبباً آخر للحد من تناول كميات كبيرة منه». وأوضحت الدراسة التي أجريت على

عينات من مخ 30 شخصاً، بعضهم يعاني من مرض الزهايمر، الارتباط بين الجلوكوز ومرض الزهايمر، حيث وجد الباحثون أنه في مراحل مبكرة من المرض، هناك ما يسمى إنزيم MIF الذي يتم تثبيطه، وهو ما يعد نقطة تحول في تطور المرض، ويقول الدكتور جان فان دن إيلسن، من قسم البيولوجيا والكيمياء الحيوية بجامعة باث، إن هذا الإنزيم يتم تعديله بالفعل في مخ الأفراد في المراحل المبكرة من

مرض الزهايمر. وأشار إيلسن إلى أنه غالباً ما يكون هذا الإنزيم جزءاً من الاستجابة المناعية عند تراكم البروتينات غير الطبيعية في الدماغ، وهو ما يكون بسبب الضرر الناتج عن السكر، والذي يقلل بعض وظائف الـ MIF ويمنع إنتاج أنزيمات أخرى، ما يؤدي لتطور مرض الزهايمر. دبي - البيان الصحي

## مرة واحدة يومياً السبانخ تحمي الدماغ من الأمراض العقلية

فإنهم يقولون إن الدراسة التي أجروها والنتائج التي خلصوا إليها ليست دليلاً كافياً على أن تناول الخضار يمكن أن يبقى العقل في صحة جيدة لمدة أطول، كما أنهم يعتزمون مواصلة البحوث من أجل التأكد إن كان التحول في النظام الغذائي لدى الشخص في مرحلة متقدمة من العمر يمكن أن يحمي عقله من الأمراض

أم لا.

### خضار

وقالت مارشا كلير موريس التي قادت الفريق البحثي الذي أجرى الدراسة لصالح جامعة «رش» الأميركية في شيكاغو إن «إضافة كمية يومية من الخضار إلى طعامك ربما يكون الطريق الأسهل والأيسر للحفاظ على صحة دماغك».

وبحسب موريس، فإن الأشخاص الذين تم إخضاعهم لهذه الدراسة يتناولون الخضار بشكل يومي منذ سنوات، لكن إضافة الخضار إلى النظام الغذائي اليومي اعتباراً من الآن ليس أمراً متأخراً ولا صعباً بالنسبة لأي شخص. وأضافت: «لو كنت في الخمسينيات من العمر فهل علي الآن التحول لتناول الخضار؟ والجواب ببساطة نعم».

### ■ دبي - البيان الصحي

تبين من دراسة طبية حديثة أن تناول السبانخ مرة واحدة يومياً يؤدي إلى حماية الدماغ من الأمراض العقلية ويبقي العقل في شبابه لسنوات طويلة. وبحسب الدراسة التي نشرت نتائجها جريدة «التايمز» البريطانية، فإن تناول وجبة يومياً من السبانخ أو غيرها من أوراق الخضار المشابهة مثل «اللفت» يساعد بشكل خاص على زيادة قدرة الدماغ لدى الإنسان في وقت لاحق من العمر، وهو ما يعني الحماية من الأمراض العقلية التي تصيب الإنسان في الشيخوخة مثل الخرف والزهايمر. ووجدت الدراسة أن مهارات التفكير والذاكرة تزداد بشكل ملحوظ لدى أولئك الذين يتناولون السبانخ بشكل دائم، كما يؤدي ذلك إلى حمايتهم من الأمراض العقلية.

وتقول الدراسة إن بعض العناصر الغذائية التي تحتويها هذه الخضروات مثل فيتامين ك وحمض الفوليك هي التي تقف وراء حماية العقل وتنشيطه. وعلى الرغم من النتائج التي خلص إليها العلماء

## مكافحة الآثار الجانبية لعلاج سرطان الثدي



واللفت، والخضروات، والبروكلي، والقرنبيط ارتبط مع تقليل الآثار الجانبية لعلاجات سرطان الثدي.

وأوضحوا أن أبرز الآثار الجانبية لعلاجات السرطان تمثلت في الهبات الساخنة، وهي إحساس بالحرارة في الوجه وقد تؤدي إلى احمرار الوجه وتورقه، بالإضافة إلى التعرق الليلي.

### منتجات الصويا

وقالت الدكتورة سارة أوبينير نومورا، قائدة فريق البحث، إن مكونات غذائية نشطة في منتجات الصويا مثل الأيسوفلافون، وفي الخضروات الصليبية مثل الجلوكوزينولات، تخفف الأعراض المرتبطة بعلاجات السرطان.

وأوضحت نومورا أن الآثار الجانبية لعلاجات السرطان يمكن أن تؤثر سلباً على نوعية حياة الناجين، ويمكن أن تؤدي بهم إلى وقف العلاجات الجارية.

الأخير من دورية «أبحاث وعلاج سرطان الثدي» العلمية. وأجرى فريق البحث دراسته على 365 من السيدات الناجيات من سرطان الثدي في الولايات المتحدة، بحسب ما أفادت وكالة «الأناضول».

### آثار جانبية

وأشار الفريق إلى أن الناجيات من سرطان الثدي غالباً ما يعانين من الآثار الجانبية للعلاجات، التي يمكن أن تستمر شهوراً أو سنوات.

وأضافوا أن العديد من العلاجات المصممة لمنع تكرار الإصابة بسرطان الثدي، توقف إنتاج الجسم لهرمون الأستروجين، وهو الهرمون الذي يمكن أن يزيد نمو سرطان الثدي. ووجد الباحثون أن تناول أطعمة الصويا مثل حليب الصويا والتوفو (جبن نباتي مصنوع من زيت الصويا)، بالإضافة إلى الخضروات الصليبية مثل الملفوف،

## حليب الصويا والملفوف على رأس قائمة الأطعمة المقاومة للمرض

### ■ دبي - البيان الصحي

وضع باحثون أميركيون قائمة أطعمة تكافح الآثار الجانبية لعلاجات سرطان الثدي، وجاء على رأسها حليب الصويا والملفوف. الدراسة أجراها باحثون بمركز «جورج تاون لومباردي» الشامل لعلاج السرطان في جامعة «جورج تاون» الأميركية، ونشروا نتائجها في العدد

## 6 فوائد صحية مذهلة لزيت الخروع



### ■ دبي - البيان الصحي

كثير منا يسمع عن زيت الخروع، ويستخدمه البعض في العناية بالشعر والبشرة، لكن الأمر أعمق من ذلك، فهذا الزيت الأصفر شاحب اللون المستخرج من بذور الخروع يتميز بفوائد مذهلة عدة قد لا يعلمها الكثيرون.

ويحتوي زيت الخروع على حمض ريسينولايك المعروف بفاعليته كمضاد للالتهاب، الجراثيم، الفيروسات والفطريات، وفق ما جاء في موقع «بولد سكاي» المعني بالصحة.

لاستخدام زيت الخروع بانتظام ستجعلكم تحرصون على الاستفادة منه:

1 علاج التهاب المفاصل الروماتيزمي لاحتوائه على حمض الريسينولايك، والأحماض الدهنية الأخرى، فإن زيت

الخروع يمثل علاجاً سحرياً للتخلص من الآلام الروماتيزمية، التهاب المفاصل والتهقوس. فزيت الخروع يخترق بسهولة طبقات الجلد ويخفف الألم، لذا ينصح باستعماله في تدليك موضع الألم للتخلص منه والشعور بالراحة.

2 تحديد النسل، يعتبر تناول زيت الخروع مانعاً طبيعياً للحمل، إذ يقضي حمض الريسينولايك الموجود فيه على الحيوانات المنوية، وبالتالي لا يحدث الحمل إطلاقاً، كما أن تناوله للمرأة الحامل بكثرة قد يتسبب في الإجهاض.

3 تخفيف اضطرابات الدورة الشهرية، يخفف زيت الخروع من اضطرابات الدورة الشهرية التي يشكو منها العديد من النساء، والتي تتمثل في عدم انتظام تدفق الدم، تشنجات في البطن وتقلب المزاج، وذلك بفضل حمض

## النظام الغذائي الخاطئ ضمن أسباب الإصابة بالسرطان

### ■ دبي - البيان الصحي

تختلف أسباب انتشار مرض السرطان، الذي يعود إلى العديد من العوامل، وعلى رأسها النظام الغذائي الخاطئ الذي يتبعه كثير من الناس، حسب ما أكدته العديد من الأبحاث في موقع «بولدسكاي» المعني بالصحة. وإليك فيما يلي مجموعة من الأطعمة التي يجب تجنبها لتفادي الإصابة بالسرطان:

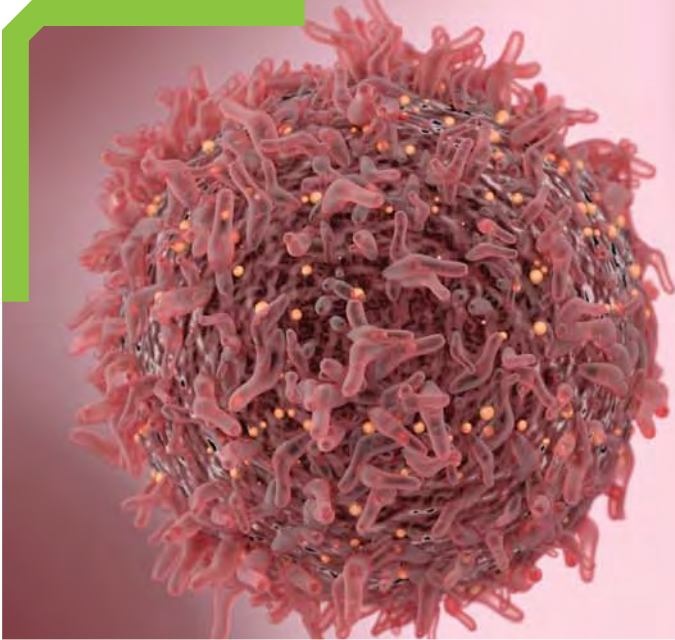
■ الطماطم المعلبة رغم أن الطماطم من الأطعمة المكافحة للسرطان لاحتوائها على كمية وفيرة من مضادات الأكسدة، إلا أن المعلب منها يعد سبباً للإصابة، وذلك لمادة بيسفينول-A التي تستخدم للحفاظ. فهذه المادة تزيد من خطر الإصابة بسرطان الثدي،

سرطان البروستاتا، العقم والبلوغ المبكر واضطرابات التمثيل الغذائي وداء السكري من النوع الثاني.

■ الزيوت المهدرجة تستخدم الزيوت المهدرجة للحفاظ على الأغذية المصنعة، لكنها تؤثر سلباً على أغشية الخلايا مما قد يؤدي للإصابة بالسرطان. ■ بعض منتجات الألبان ثمة صلة بين ارتفاع تناول الكالسيوم والإصابة بسرطان البروستاتا، لأن منتجات الألبان الغنية بالكالسيوم يمكن أن تخفف ديهيدروكسيفيتامين D3 الهرموني بالجسم، المسؤول عن الحماية للخلايا السرطانية. ■ اللحوم المصنعة تحتوي اللحوم المصنعة مثل النقانق وغيرها على مواد كيميائية ومواد حافظة مختلفة، على رأسها نترات

الصوديوم التي تعد من أخطر المواد المسرطنة. ■ السكر المكرر يعتبر السكر المكرر الغذاء المفضل للخلايا السرطانية، حيث تنمو تلك الخلايا على المحليات الغنية بالفركتوز مثل شراب الذرة.

■ المشروبات الكحولية يعد تناول المشروبات الكحولية السبب الرئيسي للإصابة بسرطان الفم، المريء، الكبد، القولون، المستقيم وسرطان الثدي. ■ الأطعمة الغنية بالأحماض الدهنية المشبعة أثبتت الدراسات أن النساء اللاتي يتناولن كميات كبيرة من الدهون المشبعة تزيد لديهن فرص الإصابة بسرطان الثدي 30% في فترة ما بعد انقطاع الطمث، مقارنة بنظيراتهن ممن لا يتناولن هذا النوع من الدهون.







## ارتفاع ضغط دم الشباب يسارع التراجع المعرفي

أنه مع كل زيادة في ضغط الدم الانقباضي تتزايد علامات التقدم بالعمر السابق ذكرها بالمخ. وارتفاع قراءة ضغط الدم يعني انكماش المادة السنجابية وتناقص تماسك المادة البيضاء في المخ في أي مرحلة عمرية، ما يعني أن سلامة المخ وتمامسكه في سن الأربعين مع وجود ارتفاع ضغط الدم يوازي مخ شخص في السابعة والأربعين. دبي- البيان الصحي

التشابكات العصبية والليف العصبي الذي يكون وحدة العمليات المركزية بالمخ- وكذلك تماسك المادة البيضاء في مخ المشاركين، التي تمثل الألياف السميكة لأنسجة الدهون التي تغطي المخ، والتي تساعد في تسريع الإشارات الكهربائية بين مناطق المخ. ومن المعروف أن حجم المادة السنجابية وكذلك تماسك المادة البيضاء تتراجع بتقدم العمر، إلا أن كاتبي الدراسة وجدوا

من الشباب. وقام فريق من أطباء الأعصاب بجامعة كاليفورنيا بفحص 579 مشاركاً بدراسة فريمنجهام للقلب الشهيرة، وتراوحت أعمار المشاركين بين 19 و63 عاماً، إلا أن النسبة الأعظم منهم كانوا في الأربعينيات من العمر. وإضافة لقياس ضغط الدم الانقباضي، قام الباحثون بعمل أشعة على مخ المشاركين لقياس حجم المادة السنجابية- التي تمثل

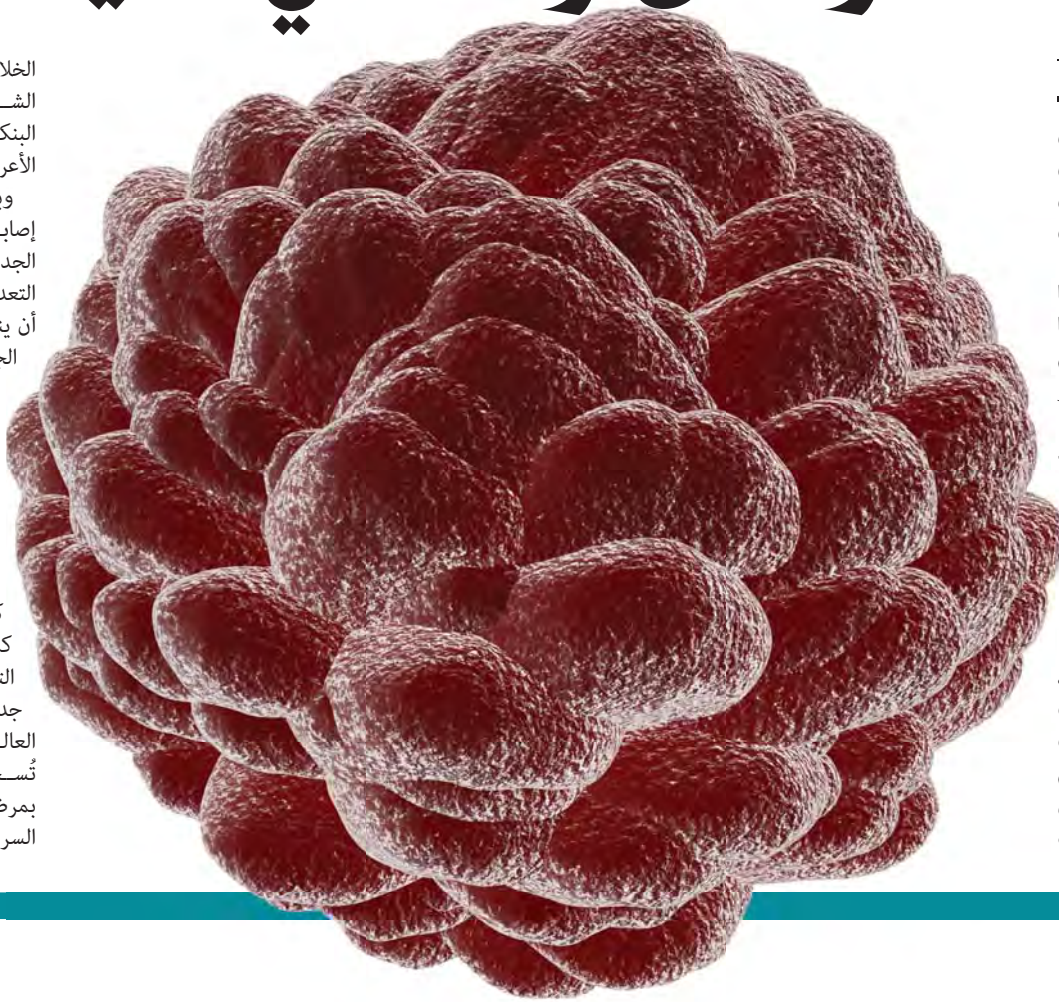
حذرت دراسة أميركية حديثة نشرت مؤخراً، من أن ارتفاع ضغط الدم عند الشباب في العقد الثالث أو الرابع من العمر، قد يؤدي لعطب في سلامة تكوين المخ، وهو الأمر الذي قد يتأكد ببلوغ سن الأربعين. ويقترح التأثير المبكر لارتفاع ضغط الدم على المخ أن يعمل الأطباء سريعاً وبقوة على التحكم في هذه الزيادة في ضغط الدم حتى وإن كانت طفيفة عند مرضاهم

# اختبار علاج خارق لخلايا معدلة تهاجم السرطان وتقضي عليه

الخلايا سوف تكون قادرة على علاج الأورام السرطانية الشائعة في العالم، وخاصة سرطان الثدي وسرطان البنكرياس، دون وجود مخاوف كبيرة على المريض من الأعراض الجانبية. وبحسب المعلومات التي لدى الصحيفة فإن 15 حالة إصابة بسرطان المبيض سوف تبدأ تجربة هذا العلاج الجديد خلال العام المقبل، بعد أن يكون العلماء قد أدخلوا التعديلات اللازمة على الخلايا، في الوقت الذي يتوقع أن ينجح الأطباء بعد هذه التجربة بمحاصرة الأعراض الجانبية، التي يمكن أن تسببها هذه الخلايا في جسم المريض.

### دراسات

وتشير «التايمز» إلى أن تسع دراسات أولية شارك فيها 20 عالماً متخصصاً في مجال علاج السرطان انتهت إلى أن هذا الاكتشاف الجديد قد يكون علاجاً فعالاً لمرض السرطان، وقد يؤدي إلى اختراق كبير في مجال معالجة المرض على مستوى العالم، كما أنهم رأوا أن الأعراض الجانبية لهذا العلاج يمكن التعامل معها وتجاوزها. ويشكل هذا العلاج بارقة أمل جديدة ومهمة لمئات الآلاف من مرضى السرطان في العالم، فيما تقول جريدة «التايمز»: إن بريطانيا وحدها تُسجل سنوياً أكثر من 20 ألف حالة وفاة بسبب الإصابة بمرض سرطان الثدي وسرطان البنكرياس، وهما من بين السرطانات الأوسع انتشاراً في العالم.



### دبي- البيان الصحي

تمكن الأطباء من تحقيق اختراق جديد في علاج مرض السرطان، وخاصة الأنواع الشائعة من المرض، بما يعطي بارقة أمل جديدة لمئات الآلاف من المصابين بالمرض الخبيث في العالم، وخاصة المصابين بسرطاني الثدي والبنكرياس، اللذين يموت بسببهما الآلاف سنوياً. وطور الأطباء خلايا مناعية معدلة وراثياً، يمكن برمجتها للقيام بمهاجمة الأورام السرطانية في الجسم، وهو ما يمكن أن يكون التطور الأهم الذي يتوصل إليه العلم الحديث في مجال معالجة السرطان، وذلك بحسب تقرير نشرته جريدة «التايمز» البريطانية. وتقول الصحيفة: إن هذا «الاكتشاف الثوري» الجديد تمكن من القضاء على الخلايا السرطانية لدى تسعة مرضى من أصل كل عشرة أجريت عليهم التجارب، وهم مرضى فشلت الطرق التقليدية والعلاجات المستخدمة حالياً في القضاء على الأورام السرطانية لديهم، لكن العلماء يقولون إن هذه الخلايا المعدلة وراثياً والمبرمجة سلفاً لا تزال حتى الآن من غير الممكن استخدامها على نطاق واسع في علاج مرض السرطان، بسبب كونها لا تزال تحت التطوير، كما أن تجربتها تمت على مصابين بمرض سرطان الدم اللوكيميا، وذلك بسبب المخاوف من أن تهاجم خلايا غير سرطانية في الجسم وأن تؤدي إلى مضاعفات جانبية خطيرة. ويؤكد العلماء أن «النسخة الجديدة» التي يعملون على تطويرها من هذه

## علاج جيني لحالات الأورام المتأخرة



والمعروف أن سبب عدم القدرة على علاج السرطان أن الخلايا السرطانية تتمكن من تفادي الخلايا المناعية وتراوغ الجهاز المناعي للجسم بحيث لا يتخلص منها فتتنمو وتتكاثر بسرعة. ومع تنشيط الخلايا المناعية (تي) لتصبح (كار-تي) تتمكن من مهاجمة الخلايا السرطانية بقوة، وتعمل على شفاء المرضى الذين لا يجدي معهم العلاج الكيماوي أو الإشعاعي. لكن الأضرار الجانبية لتلك الطريقة العلاجية غير معروفة بعد، وإن كان الباحثون الذين طوروا الطريقة العلاجية يقولون إن من تستخدم معهم ليس لديهم فرصة أفضل.

### دبي - البيان الصحي

كشفت إحدى الشركات الأميركية عن علاج جيني جديد يشفي حالات السرطان المتأخرة، التي فشل علاجها بالكيماوي والإشعاع. ويعمل العلاج على تنشيط الجهاز المناعي لجسم المريض، وقد شفي ثلث من خضعوا لتجربته من مرضى حالات سرطان ليمفاوي. وتعتمد عملية العلاج على استخلاص الخلايا المناعية (T-cells) من دم المريض ثم هندستها وراثياً في المعمل لتتعامل بشكل أفضل مع الخلايا السرطانية.

## العلاج يعمل على تنشيط الجهاز المناعي لجسم المريض

## بارقة أمل.. علاج جديد للورم النخاعي



### دبي - البيان الصحي

أظهرت بيانات محدثة نشرت مؤخراً، أن أكثر من نصف المرضى الذين يعانون من مراحل متقدمة من الورم النخاعي المتعدد واستنفدوا خيارات العلاج ظل مرضهم في حالة خمول تام بعد تلقيهم علاجاً مناعياً تجريبياً من إنتاج شركة بلو بيرد بيو يتضمن تعديلات جينية في إطار دراسة صغيرة في مراحلها الأولية. ومن بين 18 مريضاً تلقوا جرعة علاجية من العقار «بي. بي. 2121»، استجاب جميع المرضى للعلاج باستثناء واحد لتبلغ نسبة الاستجابة 94 ٪، بينما ظل المرض لدى 56 ٪ في حالة خمول بعد متابعة

استمرت 40 أسبوعاً في المتوسط عقب تلقي العلاج.

وقال الباحثون، الذين كشفوا عن البيانات في اجتماع للجمعية الأميركية لأمراض الدم في أتلانتا، إن الاستجابة للعلاج سريعة جداً، وإن الكثير من المرضى يواصلون التحسن بمرور الوقت. وكان المرضى في المرحلة الأولى من الدراسة التي تتضمن زيادة الجرعات خضعوا لسبعة نظم علاجية سابقة، من بينها علاجات بأحدث عقاقير الورم النخاعي المتعدد مثل دارزاليكس التابع لشركة جونسون آند جونسون، كما خضعوا لعملية على الأقل من عمليات زراعة الخلايا الجذعية قبل تلقي «بي. بي

## أصحاب 0 الأكثر حظاً

## فصيلة الدم تحمل ضعف أو قابلية أنواع معينة من الأمراض

### دبي - البيان الصحي

لا شك أن فصيلة الدم تحدد وترسم منذ تكون الجنين عن طريق الجينات التي يرثها الإنسان من والديه، كما تعتمد على المواد الموجودة في الدم، ومنها الأنثيين وهي البروتينات الموجودة على سطح خلايا الدم الحمراء، وهي المسؤولة عن إنتاج الأجسام المضادة، والأجسام المضادة وهي البروتينات المكافحة للعدوى وتوجد في البلازما (الجزء السائل من الدم)، و الأجسام المضادة جزء من الجهاز المناعي الذي يقوم بمهاجمة أنتيجينات

محددة إذا وُجدت في الجسم.

إلا أن الأهم على الإطلاق هو ما تحمله فصائل الدم A, B, AB, و O من نقاط ضعف أو قابلية لحمل أنواع معينة من الأمراض. فقد أثبتت الدراسات أن أمراضاً معينة تصيب فئة دون سواها من فصائل الدم، إلا أن أصحاب فصيلة O لا يبدون الأكثر حظاً. فمشاكل الذاكرة على سبيل المثال تصيب أصحاب فصيلة الدم AB أكثر من غيرهم، بحسب ما أظهر بحث في مجلة الأعصاب الطبية. إذ أظهر هذا البحث، بحسب ما أفاد موقع ibelieve أن كبار السن من

فئة الدم AB يظهرون أكثر من سواهم مشاكل في التعلم وإعادة تذكر الأشياء. كما أن أصحاب فئة A وB أكثر عرضة لتلك المشاكل من O.

### سرطان المعدة

كذلك يعتبر أصحاب الدم AB معرضين أكثر من غيرهم للإصابة بسرطان المعدة، إذ يملك هؤلاء نسبة أعلى من غيرهم بالإصابة بهذا المرض، وذلك بنسبة 26% أكثر من أصحاب B و O. أما أصحاب فصيلة الدم A فتزيد فرصة إصابتهم بـ 20% عن B و O.

أما أمراض القلب فإحدى الشركات الأميركية كشفت عن علاج جيني جديد يشفي حالات السرطان المتأخرة، التي فشل علاجها بالكيماوي والإشعاع. ويعمل العلاج على تنشيط الجهاز المناعي لجسم المريض، وقد شفي ثلث من خضعوا لتجربته من مرضى حالات سرطان ليمفاوي. وتعتمد عملية العلاج على استخلاص الخلايا المناعية (T-cells) من دم المريض ثم هندستها وراثياً في المعمل لتتعامل بشكل أفضل مع الخلايا السرطانية.

### سرطان البنكرياس

إلى ذلك، يعتبر أصحاب الفصيلة O أكثر حظاً

من غيرهم في ما يتعلق بسرطان البنكرياس، فهم أقل عرضة للإصابة بهذا المرض بنسبة 37% من باقي أصناف الدم وفقاً لدراسة أجراها معهد السرطان القومي في الولايات المتحدة. في المقابل، يجب على أصحاب فئة الدم تلك المحظوظين أن ينتبهوا إلى «وزنهم»، إذ يحتاج أصحاب فصيلة الدم +o إلى العناية دوماً بوزنهم، والمثابرة على ممارسة التمارين الرياضية .

ولسرعة ارتفاع وزنهم، يجب على أصحاب فصيلة +o الحرص على تناول الطعام والوجبات الخفيفة.



## 02

**إذا تعرضت إحدى قناتي فالوب للجرح أو الاستئصال فيمكن تخصيب البويضة في القناة الأخرى قبل الدخول للرحم**

## 20

**تحدث 20 حالة حمل منتبذ من أصل كل 1000 حالة حمل وترتبط الإصابة بهذه الحالات بعوامل عدة**

## 03

**تشمل أعراض الحمل المنتبذ 3 علامات ألم حاد في البطن أو الحوض مصحوباً بنزيف مهبلي والدوار أو الإغماء والألم بالكتف**

# ماذا يعني الحمل المنتبذ

■ **يمكن أن يساعد العلاج المبكر للحمل المنتبذ على الاحتفاظ بفرصة لحدوث الحمل الصحي مستقبلاً**

■ **تتيح اختبارات الدم المبكرة والتصوير بالموجات فوق الصوتية فرصة لاكتشاف الحمل المنتبذ فوراً**

■ **قد يزيد تدخين السجائر قبل الحمل من التعرض لحمل منتبذ وكلما ازداد التدخين ارتفعت المخاطر**

يحدث الحمل المنتبذ عندما تنغرس البويضة المخصبة في مكان آخر غير التجويف الرئيسي للرحم، يبدأ الحمل ببويضة مخصبة، وعادة ما تلتصق البويضة المخصبة بطانة الرحم.

ويحدث الحمل المنتبذ في أغلب الأحيان في أحد الأنابيب التي تحمل البويضات من المبيض إلى الرحم (قناة فالوب). ويعرف هذا النوع من الحمل المنتبذ بالحمل خارج الرحم. وفي بعض الحالات، يحدث الحمل المنتبذ في تجويف البطن أو المبيض أو عنق الرحم.

ولا يمكن للحمل المنتبذ أن ينمو بشكل طبيعي. ولا تستطيع البويضة المخصبة البقاء على قيد الحياة، وربما يعمل النسيج النامي على تدمير العديد من الهياكل الخاصة بالأومعة. وإذا لم تتم معالجة الحالة، فقد يحدث فقدان للدم بشكل يهدد حياة المصابة.

ويمكن أن يساعد العلاج المبكر للحمل المنتبذ على الاحتفاظ بفرصة لحدوث الحمل الصحي مستقبلاً.

الحمل الطبيعي والحمل المنتبذ:

## الأعراض

في البداية، قد لا يسبب الحمل المنتبذ أي علامات أو أعراض. وفي حالات أخرى، قد تكون العلامات والأعراض المبكرة للحمل المنتبذ هي نفس العلامات والأعراض لأي حمل - انقطاع الدورة الشهرية، وإيلام الثدي والغثيان. وإذا تم إجراء اختبار حمل، فسوف تكون النتيجة إيجابية. ومع ذلك، لا يستطيع الحمل المنتبذ الاستمرار كالحمل الطبيعي.

وغالباً ما يكون النزيف المهبلي الخفيف مع ألم في البطن أو الحوض العلامة التحذيرية الأولى للحمل المنتبذ. وإذا تسرب الدم من قناة فالوب، فمن الممكن أيضاً الشعور بألم في الكتف أو الحاجة إلى التغوط - وذلك تبعاً لمكان تجمع الدم أو الأعصاب المضطربة. إذا تمزقت قناة فالوب، فمن المحتمل حدوث نزيف حاد داخل البطن - يتبعه دوار وإغماء وصدمة.

**متى ينبغي زيارة الطبيب؟**

اطلبي المساعدة الطبية الطارئة إذا كانت لديكِ أي علامات أو أعراض للحمل المنتبذ، ومنها:

- ألم حاد في البطن أو الحوض مصحوباً بنزيف مهبلي.
- الدوار أو الإغماء الحاد.
- ألم في الكتف.

## الأسباب

يحدث الحمل خارج الرحم - النوع الأكثر شيوعاً للحمل المنتبذ - عندما تعجز البويضة المخصبة على التحرك وهي في طريقها إلى الرحم، غالباً بسبب تعرض قناة فالوب للتلف نتيجة للالتهاب أو لأنها مشوهة. وقد تلعب الاختلالات الهرمونية أو النمو غير الطبيعي للبويضة المخصبة دوراً.

## عوامل الخطورة

تحدث 20 حالة حمل منتبذ من أصل كل 1000 حالة حمل. ترتبط عدة عوامل بالإصابة بحالات الحمل المنتبذ، منها:

- حدوث حمل منتبذ في السابق. إذا كنتِ قد تعرضت للحمل المنتبذ في السابق، فأنت أكثر عرضة لحدوثه مرة أخرى.
- الإصابة بالتهاب أو بعدوى. يزيد التهاب قناة فالوب (التهاب البوق) أو عدوى الرحم أو قناة فالوب أو المبيضين (مرض التهاب الحوض) من مخاطر التعرض للحمل المنتبذ. وفي كثير من الأحيان، تحدث هذه العدوى بسبب مرض السيلان أو المتدثرة.
- وجود مشكلات تتعلق بالخصوبة. تشير بعض الأبحاث إلى وجود علاقة بين صعوبات الخصوبة - وكذلك استخدام أدوية



سيكون منتبذاً.

- التدخين. من الممكن أن يزيد تدخين السجائر قبل حدوث الحمل من مخاطر التعرض لحمل منتبذ. وكلما ازداد التدخين، ازدادت المخاطر.

## المضاعفات

عندما يتعرضين لحمل منتبذ، تكون المخاطر كبيرة. ودون علاج، يمكن أن يؤدي تمزق قناة فالوب إلى نزيف بشكل يمثل تهديداً للحياة.

## الاختبارات والتشخيص

إذا اشتبه الطبيب في وجود حمل منتبذ، فقد يجري فحص الحوض للتحقق من وجود ألم أو إيلام أو تكتل في قناة فالوب أو المبيض. ومع ذلك لا يكون الفحص الجسدي وحده كافياً لتشخيص الإصابة بالحمل المنتبذ. وعادة ما يتم تأكيد التشخيص باختبارات الدم ودراسات التصوير، مثل التصوير بالموجات فوق الصوتية.

مع التصوير بالموجات فوق الصوتية، يتم توجيه موجات صوتية عالية التردد إلى الأنسجة في منطقة البطن. وخلال الحمل المبكر، يكون الرحم وقناة فالوب أقرب إلى المهبل من سطح البطن. ومن المرجح إجراء التصوير بالموجات فوق الصوتية باستخدام جهاز يوضع في المهبل (إجراء الموجات فوق الصوتية داخل المهبل).

وفي بعض الأحيان يكون من السابق لأوانه جداً اكتشاف الحمل من خلال التصوير بالموجات فوق الصوتية. وإذا كان التشخيص محل شك، فقد يتابع الطبيب حالتك مع اختبارات الدم حتى يتم تأكيد الحمل المنتبذ أو استبعاده من خلال التصوير بالموجات فوق الصوتية - عادة بعد أربعة إلى خمسة أسابيع من حدوثه.

وفي حالات الطوارئ - إذا كنتِ تتزفين بشدة على سبيل المثال - قد يتم تشخيص الحمل المنتبذ وعلاجه جراحياً.

## العلاجات والعقاقير

لا يمكن للبويضة المخصبة النمو بشكل طبيعي خارج الرحم. وللوقاية من المضاعفات التي تشكل تهديداً على الحياة، يجب إزالة الأنسجة. وإذا تم اكتشاف الحمل المنتبذ مبكراً، يُستخدم في بعض الأحيان حقن دواء ميثوتريكسات لوقف نمو الخلايا وتفتيك الخلايا الحالية. ومن الضروري تأكيد تشخيص الإصابة بالحمل المنتبذ قبل إجراء هذا العلاج.

وبعد الحقن، سوف يراقب الطبيب الدم للتحقق من هرمون موجهة الغدد التناسلية المشيمائية البشري. وإذا ظل مستوى هرمون موجهة الغدد التناسلية المشيمائية البشري مرتفعاً، فقد تحتاج إلى حقن آخر بدواء ميثوتريكسات.

وفي حالات أخرى، يتم عادة علاج الحمل المنتبذ عن طريق الجراحة بالمنظار. وفي هذا الإجراء، يتم عمل شق صغير في البطن، بالقرب من السرة أو فيها. ثم يستخدم الطبيب أنبوباً رفيعاً مزوداً بعدسة كاميرا ومصباح (منظار البطن) للرؤية. ويمكن إدخال أدوات أخرى في الأنبوب أو من خلال شقوق صغيرة أخرى لاستئصال النسيج المنتبذ وعلاج قناة فالوب. وإذا تعرضت قناة فالوب للضرر بشكل كبير، فقد يلزم استئصالها.

وإذا كان الحمل المنتبذ يسبب نزيفاً حاداً أو إذا كانت قناة فالوب قد تعرضت للتمزق، فقد تحتاجين إلى جراحة طارئة من خلال شق في البطن (شق البطن). وفي بعض الحالات، يمكن علاج قناة فالوب. وعادة، يجب استئصال القناة الممزقة.

وسوف يراقب الطبيب مستويات هرمون موجهة الغدد التناسلية المشيمائية البشري بعد الجراحة للتأكد من استئصال المنتبذ بالكامل. وإذا لم تنخفض مستويات هرمون موجهة الغدد التناسلية المشيمائية البشري بسرعة، فقد تكون هناك حاجة إلى حقن ميثوتريكسات.

## الوقاية

لا يمكنكِ الوقاية من الحمل المنتبذ، ولكن يمكنك الحد من بعض عوامل الخطورة. على سبيل المثال، يجب العمل على الحد من الإصابة بالعدوى المنقولة جنسياً وتقليل مخاطر مرض التهاب الحوض. وقد يقلل الإقلاع عن التدخين قبل محاولة الحمل أيضاً من المخاطر.

## التكيف والدعم

إن فقدان الحمل يُعد أمراً مفزعاً، حتى ولو عرفتِ به منذ فترة قصيرة فقط. اعرفي الخسارة، ولا مانع من التعبير عن حزنك لبعض الوقت. تحدثي عن مشاعرك واسمحي لنفسك باجتياز هذه المشاعر كلياً.

اعتمدي على زوجك والأشخاص الذين تحبونهم وأصدقائك من أجل دعمهم. ويمكن أن تنشدي مساعدة إحدى مجموعات الدعم أو استشاري التكيف في حالات الحزن أو مقدم خدمات الصحة العقلية.

ومعظم النساء اللاتي يتعرضن لحالات حمل منتبذ يحملن مجدداً ويكون حملهن صحياً. إذا تعرضت إحدى قناتي فالوب للجرح أو الاستئصال، فيمكن تخصيب البويضة في القناة الأخرى قبل الدخول إلى الرحم.

وإذا تعرضت كلتا القناتين للإصابة أو الاستئصال، فقد يكون التلقيح الصناعي أحد الخيارات لحدوث الحمل. وباستخدام هذا الإجراء، يتم تخصيب البويضات الناضجة في مختبر ثم يتم غرسها في الرحم.

إذا اخترت أن تحملي مجدداً، فاستشري الطبيب. ويمكن أن تتيح اختبارات الدم المبكرة والتصوير بالموجات فوق الصوتية الفرصة لاكتشاف الحمل المنتبذ على الفور - أو التأكد من أن الحمل يسير بشكل طبيعي.

## ■ خاص البيان

**الصحي بالتعاون مع (مايوكلينيك)**







# مباحثات بين «صحة دبي» والوفود المشاركة في معرض الصحة العربي



## دبي - البيان الصحي

التقى معالي حميد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي، مجموعة من الوفود العربية والأجنبية المشاركة في معرض ومؤتمر الصحة العربي 2018، الذي شهدته دبي، أخيراً، حيث بحث معاليه أوجه وسبل التعاون الممكنة بين الهيئة ومختلف الدول العربية والأجنبية، والمؤسسات والمنظمات الصحية العالمية.

واستهل معاليه لقاءاته في اليوم الأول للمعرض، بالوفد الرسمي لمنظمة الاعتماد الدولي الكندية، الذي ترأسته ليسلي طومسون المدير التنفيذي للمنظمة، حيث تسلم معاليه شهادة الاعتماد الكندي (Accreditation Canada International)، ضمن التصنيف الماسي (diamond) التي نجحت مراكز الرعاية الصحية الأولية في الاستحواذ عليها أخيراً. والتقى معاليه، وزير الصحة اللبناني غسان حاصباني، حيث نظرت المناقشات إلى جملة الأهداف الصحية المشتركة،

وفي مقدمتها مستقبل التقنيات الذكية، وفرص توظيفها بالشكل الأمثل لتطوير القطاعات الصحية، وإمكانية تبادل الخبرات والتجارب في مجال البحوث والدراسات بين وزارة الصحة اللبنانية وهيئة الصحة بدبي. كما بحث معالي القطامي، وبريكو ماتيلو وزيرة الشؤون الاجتماعية والصحية بجمهورية فنلندا، مجموعة من القضايا

الصحية ذات الاهتمام المشترك، ولدى استقباله، جيم دالي وزير الصحة الأيرلندي، أعرب معالي القطامي عن تقدير هيئة الصحة بدبي للتاريخ الطويل والنجاحات الصحية المتواصلة لجمهورية أيرلندا. وخلال استقباله الدكتور شريف أبو النجا الرئيس التنفيذي لمجموعة مستشفى سرطان الأطفال (57357)، قال معالي القطامي إن المجموعة نجحت في

بناء صرح طبي عملاق متخصص في واحد من أخطر أمراض العصر، مثمناً معاليه الجهود المجتمعية والتضافر الإنساني الذي وقف وراء مستشفى (57357).  
**لقاءات**  
وواصل معالي القطامي لقاءاته مع عدد من القيادات الصحية وكبار المسؤولين وبعض الوفود الرسمية العربية والأجنبية،

المشاركة في معرض ومؤتمر الصحة العربي 2018، وذلك لليوم الثاني على التوالي، حيث بحث معاليه والمسؤولون مجالات التعاون والعديد من الأهداف الصحية المشتركة، وأكد معاليه خلال اللقاءات أهمية افتتاح هيئة الصحة بدبي على العالم ومؤسساته الصحية الحكومية والخاصة، ولاسيما تلك التي تمتلك تجارب تطويرية ناجحة.

وشملت اللقاءات: الوفد الرسمي البريطاني، الذي ترأسه اللورد جيمس ريتشارد وزير دولة في وزارة الصحة البريطانية، والوفد الرسمي الروسي، الذي ترأسه بوريس موشكوفش رئيس قسم العلوم والسياسات الصناعية وريادة الأعمال الروسي، إلى جانب فاطمة بنت عبد اللطيف مدير الحوادث والطوارئ والتعليم الطبي في سنغافورة.





## اكتئاب الحمل والولادة.. يصيب الرجال أيضاً

أظهرت دراسة جديدة في نيوزيلندا أن بعض الرجال يصيبهم الاكتئاب أثناء وبعد فترة حمل شريكات الحياة. ووجد الباحثون في الدراسة التي شملت نحو 4000 رجل أن نحو 6% ظهرت عليهم أعراض الاكتئاب في إحدى المراحل خلال فترة الحمل أو في الأشهر التسعة التالية للولادة. وقالت ليزا أندروود من جامعة أوكلاند: «أعتقد أن من المهم للأزواج إدراك إمكانية أن يصاب أي منهما بالاكتئاب، وأن يطلبوا العون والمساندة». وكتبت أندروود وزملاؤها في الدراسة التي نشرت بدورية «غامما» للطب النفسي، أن 9% من الرجال يعبرون عن إصابتهم بالاكتئاب في إحدى مراحل حياتهم، وأن نحو 3% ذكروا مرورهم بنوبة اكتئاب في العام الأخير. دبي - البيان الصحي

كلمة العدد

بقلم: د. محمد الرضا

أكثر تميزاً وحضوراً

أنهت هيئة الصحة بدبي مشاركتها السنوية الفاعلة في معرض ومؤتمر الصحة العربي 2018، بنجاح لافت، حيث استحوذت الهيئة من خلال منصتها المميزة وما طرحته فيها من مشروعات ومبادرات ذكية، على اهتمام رواد المعرض من القيادات الصحية وكبار المسؤولين والمخططين وصناع القرار والأطباء من داخل دولة الإمارات العربية المتحدة وخارجه، كما أنجزت الهيئة خطوات مهمة على طريق انفتاحها على العالم وتوثيق شراكاتها وتعاونها، وذلك من خلال توقيع اتفاقات مهمة، إلى جانب اللقاءات رفيعة المستوى التي استقبل فيها معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي، العديد من القيادات الصحية والوفود الرسمية العربية والأجنبية المشاركة في المعرض، حيث اتسمت جميع اللقاءات بالإيجابية، وارتكزت محاورها على المستقبل ومقتضياته ومتطلباته، وما تقوم به الهيئة اليوم وما تخطط له في الغد من أجل تسريع خطواتها والانتقال إلى المستقبل بدلاً من انتظاره، وفق ما تتوجه إليه دولتنا بشكل عام، ومدينة دبي على وجه التحديد. الثمار التي حصدتها الهيئة من مشاركتها في معرض ومؤتمر الصحة العربي 2018، لا حصر لها، فما استعرضته «صحة دبي» في منصتها من مشروعات وبرامج ومبادرات ذكية، كان هو اللافت في المعرض، وكان هو المفضل لدى رواد المعرض، الذين توافدوا على المنصة للتعرف إلى ما أعدته هيئة الصحة بدبي للمستقبل. كان من أهم ما طرحته الهيئة في المعرض هو مشروع «سالم AI»، الذي يمثل الخطوة المميزة والإضافية نحو عالم الذكاء الاصطناعي، إلى جانب النظام الأحدث دولياً في تقييم الأداء ومستويات الجودة «قياس»، الذي استحدثته الهيئة لرفع كفاءة المنشآت الصحية (الحكومية والخاصة) في دبي. كما استعرضت الهيئة نظام اللياقة الطبية والصحة المهنية الذي «سالم»، الذي أطلقتته هيئة الصحة بدبي، والذي يعد نقلة نوعية على مستوى المنطقة، وهو يستهدف تحسين رحلة المتعامل، وتقليل وقت الانتظار، وكذلك مبادرة «مالية بلا أوراق»، وبرنامج الرعاية الذكية لتجربة دبي للسباحة الصحية (DXH)، الذي يمثل تعزيزاً مباشراً لأهداف الهيئة، وخاصة هدفها الاستراتيجي الرامي إلى استقطاب أكثر من 500 ألف سائح صحي إلى دبي بحلول عام 2020، ومشروع «حصانة» الذي ينطوي على أحدث النظم المعمول بها عالمياً في مجال مراقبة الأمراض والتحصين. كانت مشاركة هيئة الصحة في معرض ومؤتمر الصحة العربي 2018، أكثر تميزاً، أكثر حضوراً.

مدير مكتب التحول التنظيمي - هيئة الصحة بدبي

10 فوائد صحيّة لشرب الماء الدافئ يومياً

يعد تناول الماء الدافئ، خاصة في الصباح، علاجاً صحياً شاملاً للعديد من الأمراض. وأشار موقع «بولد سكاي» الأمريكي المعني بالصحة إلى أن شرب الماء الدافئ يعزز عملية التمثيل الغذائي، ويحسن الدورة الدموية، من خلال إخراج السموم والفضلات من الجسم.

تهدئة الجيوب الأنفية:

يخفف من انسداد الجيوب الأنفية ويمنع تراكم المخاط

تحسين أداء الجهاز الهضمي:

يجعل الجهاز الهضمي أكثر قدرة على التخلص من الفضلات

علاج الإمساك

يساعد الأمعاء في الانقباض والتخلص من الفضلات

تهدئة الجهاز العصبي

يعمل على تهدئة الجهاز العصبي خصوصاً لدى من يعانون من التهاب المفاصل

إنقاص الوزن

يساعد مع قطرات من الليمون صباحاً في تحسين عملية التمثيل الغذائي للجسم

تنقية الجسم من السموم

مسكن طبيعي للألم:

يزيد من تدفق الدم إلى الأنسجة

يساعد على النوم بشكل أسرع

ترطيب الجسم

تخفيف الإجهاد بالجسم

غرافيك: أسيل الخليبي

البيان الصحي

## أرضيات المستشفيات خطر على الصحة

وبعد اختبار عناصر عدة في المستشفى من بينها الأرضيات، غرف العزل، القفازات، أيادي العاملين والآلات الطبية وغيرها، اتضح أن الأرضية داخل غرف المرضى هي الأكثر تلوثاً. وتحتوي الأرضيات على بكتيريا اسمها المكورات العنقودية الذهبية وهي مضادة لمادة الميسيثيلين كما تحتوي أيضاً على بكتيريا كلوستريديوم ديفيسيل التي تتسبب بأمراض التهابات مختلفة. وأضاف الباحثون أنه دوماً ما تتركز عملية التعقيم في المستشفيات على الأسطح الملموسة باليد ويتم إهمال الأرضيات في حين أن الأخيرة هي الأكثر حاجة إلى التنظيف والتعقيم بطريقة مستمرة.

كشفت الرابطة الأميركية لمكافحة العدوى والأوبئة APIC في دراسة حديثة نشرت في «نيو هيلث جورنال» أن أرضية المستشفيات تشكل خطراً كبيراً فيما يتعلق بإصابة الأشخاص بالعدوى. ووجد الباحثون أن الأغراض الموجودة في المستشفى غالباً ما تلامس الأرض، الأمر الذي يُعزّز انتقال الأمراض عبر الأيدي والأسطح الأخرى. وقالت المسؤولة عن الدراسة ليندا غرين: إنّه من الضروري أن يصب طاقم المستشفى والمرضى تركيزهم على المحافظة على نظافة المستشفى وبيئتها.

## لماذا يكتب الأطباء بخط غير مفهوم

مواعيد الطبيب، ما يجعله يكتب الدواء بسرعة مع التركيز على توضيح الأحرف الأولى المميزة للدواء، دون غيرها. أما السبب الثالث فعزته الدراسة، لإدراك الأطباء بأن الخط سيحفظ في ملفات، ولن يعودوا لينظروا إليه مرة أخرى. لكن سوء الخط لدى الأطباء له مضاعفات خطيرة تفوق بكثير صعوبة فهمه فقط فالخط السيئ للطبيب المشخص يصعب مهمة الصيدلي في قراءته، وتأمين الدواء الصحيح للمريض ما يتسبب في مقتل سبعة آلاف شخص سنوياً بحسب الدراسة. هذا فضلاً عن أن نصف مليون شخص يعانون من إصابات سنوية في الولايات المتحدة فقط، بسبب الدواء الخطأ وفق الدراسة ذاتها. وأثبتت الدراسة أن نسبة الخطأ في شراء الدواء بناء على وصفة مقدمة عبر البريد الإلكتروني لا تتعدى 10%.

### مضاعفات خطيرة تفوق صعوبة فهمهم

لماذا يكتب الأطباء وصفاتهم بطريقة غير مفهومة، سؤال عمل المعهد الوطني لكلية الطب والأطباء في الولايات المتحدة على الإجابة عنه عبر إعداد دراسة تفند الأسباب والمضاعفات لتلك الممارسة السيئة لدى الأطباء. وكشفت دراسة نشرتها «ميدكال جورنال» عن أسباب عدة بينها ضيق حجم ومساحة الورقة التي يكتب عليها الطبيب وصفته، أما السبب الآخر فمرتبط بازدياد

## ال«واي فاي» يزيد خطر تعرض النساء للإجهاض 50%

المشاركين في الدراسة من عانين من الإجهاض سابقاً لمرة واحدة على الأقل. وتم قياس التعرض لإشعاع المجال المغناطيسي لدى جميع المشاركات باستخدام عداد «EMDEX Lite»، لمدة 24 ساعة، وقد تم تتبع النتائج طوال فترة حملهن. ووجدت النتائج أن التعرض للإشعاع الشديد يزيد من خطر الإجهاض بنسبة تصل إلى 48% بالمقارنة مع النساء اللواتي تعرضن لمستوى إشعاعات أدنى.

وقال المؤلف الرئيسي الدكتور دي - كون لي: «توفر لنا هذه الدراسة أدلة على أن تعرض البشر لإشعاع المجال المغناطيسي غير المؤين يمكن أن يكون له آثار بيولوجية سلبية على الصحة».

### الإشعاع يسبب ضغطاً على الجسم يترتب عليه ضرر جيني

كشفت أبحاث جديدة، أن «الواي فاي» والهواتف النقالة تزيد خطر تعرض النساء للإجهاض بنسبة 50% تقريباً، بحسب ما نشرته «ديلي ميل»، وتوصل العلماء خلال الدراسات السابقة عن الإشعاع غير المؤين في المجال المغناطيسي إلى أن الإشعاع يسبب ضغطاً على الجسم، مما يؤدي إلى ضرر جيني قد يسبب الإجهاض، وأوصت منظمة الصحة العالمية بدراسة إشعاع المجال المغناطيسي لمعرفة مدى تأثيره على الحمل. وقام باحثون من قسم أبحاث «Kaiser Permanente» في أوكلاند بولاية كاليفورنيا، بتحليل بيانات 913 امرأة في مراحل مختلفة من الحمل، وكان من بين