

انخفاض ضغط الدم خطير كارتفاعه

غرافيك: أسيل الخليلي

ارتفاع ضغط الدم مشكلة شائعة، لكن انخفاض الضغط لا يقل خطورة أيضاً، ويمكن أن يسبب الوفاة، فبدون ضخ الدم من القلب إلى الدماغ يفقد الإنسان حياته.

أعراض انخفاض ضغط الدم

- الدوخة، خاصة عند تغيير وضعية الجسم، مثل الوقوف أو الانحناء السريع ما يؤدي أحياناً إلى الإغماء.
- الاكتئاب، حيث يتسبب عدم وصول الدم إلى الدماغ في تقلبات المزاج.
- القيء، حيث إن انخفاض ضغط الدم بعد تناول وجبة طعام يحدث تقيؤاً.
- ضبابية الرؤية، والتي تحدث بسبب عدم وصول ما يكفي من الدم المحمل بالأوكسجين للجسم ما يؤدي إلى إعاقة النظر.

مرتفع طبيعي منخفض

- عدم انتظام ضربات القلب، نتيجة لانخفاض ضغط الدم، حيث يزداد معدّل ضربات القلب.
- ضيق التنفس، حيث إن هذا العارض ناتج عن عدم انتظام ضربات القلب.
- تصلب الرقبة، والذي يحدث نتيجة انخفاض ضغط الدم.
- التعرق، فعند الإصابة بانخفاض ضغط الدم يحدث تعرق مفرط قد يتطلب الطوارئ.

90

يعتبر أن هناك انخفاضاً في ضغط الدم بشكل عام، عندما يكون ضغط الدم الانقباضي أقل من 90 ملم من الزئبق.

30.4%

لا توجد إحصائيات حول حالات الإصابة بانخفاض ضغط الدم في الدولة، ولكن إحصائيات ارتفاع ضغط الدم تشير لـ 30.4% نسبة الإصابة بين الذكور، و 21.4% بين الإناث.

20%

تشير مصادر طب القلب إلى أن 20% ممن تجاوزوا سن 65 سنة يعانون من انخفاض ضغط الدم.

38.3

يسبب انخفاض ضغط الدم ارتفاع في درجة حرارة الجسم، حيث تتجاوز الـ 38.3 درجة مئوية.

البيان الصحي

كن الأول في التبرع بالدم



صحة دبي تطلق حملة عالمية للتبرع بالدم



إلى جانب تأسيس أفراد المجتمع بالمثل السامية لقيادتنا الرشيدة، وما أرسى دعائمها في أصول الخير والإنسانية، وأسسها صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، حفظه الله، وأخوه صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، وإخوانهما أصحاب السمو أعضاء المجلس الأعلى للاتحاد حكام الإمارات.

والمهتمين على الحرس الذي توليه هيئة الصحة بدبي لتأمين احتياجات المرضى من الدم وخاصة مرضى التلاسيميا والحوادث وعمليات القلب المفتوح. واستعرض الجهود التي تقوم بها الهيئة ممثلة بمركز دبي للتبرع بالدم، لإنجاح هذه الحملة التي انطلقت ومعها مقومات نجاحها، المتمثلة في منظومة القيم النبيلة التي يتسم بها مجتمع الإمارات، وفي مقدمتها قيم البذل والعطاء والإيثار،

الكافية من الدم لمحتاجيها المرضى. وأكد معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة، مدير عام هيئة الصحة بدبي، خلال المؤتمر الصحافي الذي عقدته الهيئة بحضور إبراهيم عبد الملك الأمين العام للهيئة العامة لرعاية الشباب والرياضة، وسعيد حارب أمين عام مجلس دبي الرياضي، وخليفة بن دراي المدير التنفيذي لمؤسسة دبي لخدمات الإسعاف، وعدد من المسؤولين

دبي - البيان الصحي

أطلقت هيئة الصحة بدبي، في الأسبوع الماضي، حملة عالمية للتبرع بالدم، تحت شعار «كن الأول في التبرع بالدم»، والتي يروج لها نجم كرة القدم البرتغالي وريال مدريد، كريستيانو رونالدو، وتستمر عاماً كاملاً بهدف تنمية الوعي المجتمعي بقيمة وأهمية التبرع بالدم، وتحقيق الكميات

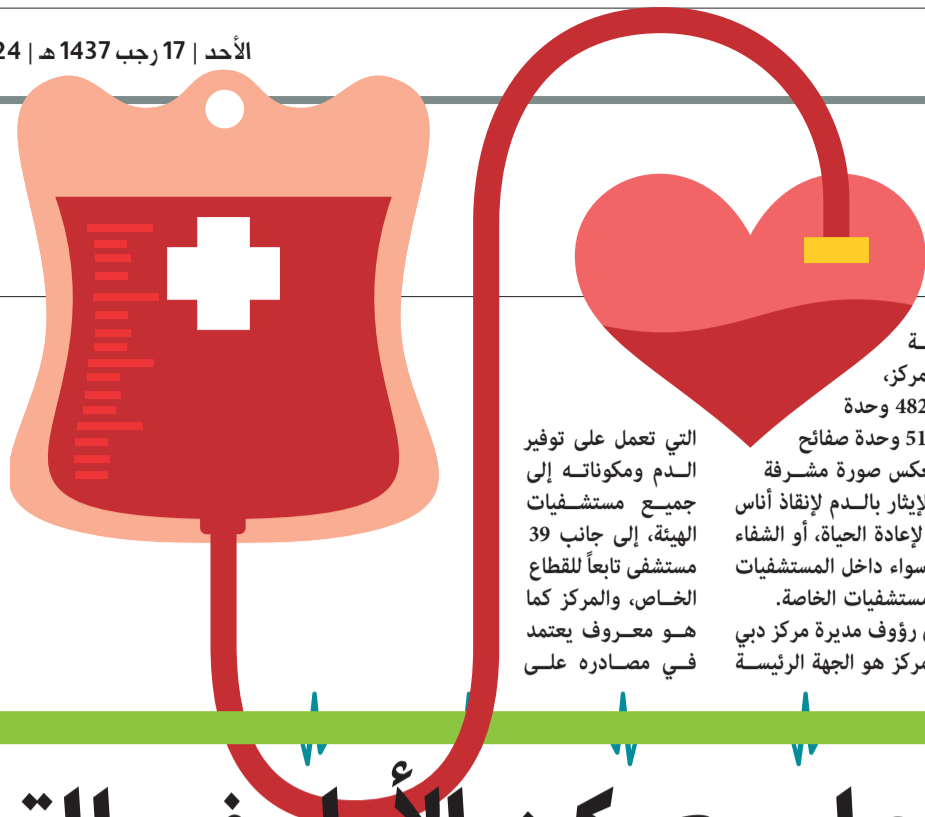
وخاص

مستشفى راشد في صدارة الأسرع استجابة عالمياً

قالت الدكتورة علياء المزروعى المدير التنفيذي لمستشفى راشد، إن المستشفى له مكانته العالمية المرموقة وأن التوسعات الجديدة التي شهدتها أخيراً تعزز من صدراته ضمن التصنيفات الأولى عالمياً في سرعة الاستجابة للحالات الطارئة. وأكدت في حوار مع «البيان الصحي» أن الطفرة الأخيرة للمستشفى، المتمثلة في تأسيس ستة من الأقسام الطبية المتخصصة في العمليات الجراحية الدقيقة والنادرة، إلى جانب غرف العناية الحرجة فائقة المستوى والتجهيزات، تعد إشاراتاً ببدء خطوة جديدة نحو الوصول بمستشفى راشد ليكون نموذجاً عالمياً للجراحات المتخصصة المعقدة، ونموذجاً للاستشفاء من أمراض مزمنة يتوقف علاجها على عمليات جراحية دقيقة.



100% التبرع الطوعي بالدم في دبي



التبرع الطوعي بالدم. وقالت إن عمل المركز وخدماته لا يقتصران على الصورة النمطية لمراكز الدم، فالمركز له مكانته العالمية ويعمل وفق ذلك، وبالتالي لا يقتصر دوره على تجميع الدم وتوفيره، فهو يحرص على سحب الدم من المتبرعين وحفظه وتوفير كل ما يلزم لمأمونية الدم وسلامته، إلى جانب الحفاظ على سلامة المتبرع نفسه قبل التبرع وبعده، وتوفير الدم ومكوناته للمرضى المحتاجين، وفق أعلى درجات الأمان والجودة. دبي - البيان الصحي

الماضي 631 حملة منظمة خارج المركز، ونجح في جمع 48297 وحدة دم، إلى جانب 5149 وحدة صفائح دموية، وهو ما يعكس صورة مشرفة للعطاء والجود والإيثار بالدم لإنقاذ أناس ينتظرون قطرة دم لإعادة الحياة، أو الشفاء من أمراض مزمنة، سواء داخل المستشفيات التابعة لهيئة أو المستشفيات الخاصة. وقالت الدكتورة مي رؤوف مديرة مركز دبي للتبرع بالدم، إن المركز هو الجهة الرئيسية

الدورة الدموية واستبدال الخلايا المفقودة بأخرى جديدة، حيث إن أخذ نصف لتر دم من المتبرع ينه مصنع الدم لتعويض الكمية المفقودة، وهذا يساعد على تنشيط الدورة الدموية لإنتاج خلايا جديدة نشطة إلى جانب الخلايا التي فقدت. كما يستهلك في هذه العملية كمية من مخزون الحديد في الجسم وهذا ما أثبتته الأبحاث من أن نسبة الإصابة بأمراض القلب تنخفض عند الأفراد الذين يتبرعون بالدم. ونفذ مركز دبي للتبرع بالدم خلال العام

ارتفعت نسبة المتبرعين بالدم في مركز التبرع بالدم التابع لهيئة الصحة في دبي لنصل إلى 100% خلال العام 2015. وساهمت الحملات التي نظمتها مركز التبرع بالدم، والزيارات الميدانية إلى مختلف الدوائر الحكومية والمؤسسات الخاصة، في توفير الوحدات الدموية بمختلف فئاتها للمرضى الذين تتوقف حياتهم على نقل الدم، وفي مقدمتها التلاسيميا والحوادث والولادة، وأثبتت الدراسات العلمية أهمية التبرع بالدم، حيث إنها تساعد على تنشيط

ارتفعت نسبة المتبرعين بالدم في مركز التبرع بالدم التابع لهيئة الصحة في دبي لنصل إلى 100% خلال العام 2015. وساهمت الحملات التي نظمتها مركز التبرع بالدم، والزيارات الميدانية إلى مختلف الدوائر الحكومية والمؤسسات الخاصة، في توفير الوحدات الدموية بمختلف فئاتها للمرضى الذين تتوقف حياتهم على نقل الدم، وفي مقدمتها التلاسيميا والحوادث والولادة، وأثبتت الدراسات العلمية أهمية التبرع بالدم، حيث إنها تساعد على تنشيط

مؤسسات المجتمع تتفاعل مع «كن الأول في التبرع بالدم»



الرصيد المطلوب لتزويد المستشفيات الحكومية والخاصة بما تحتاجه من الدم. كما دعا سعيد حارب أمين عام مجلس دبي الرياضي، جموع الرياضيين إلى التفاعل مع الحملة الإنسانية التي تبتناها هيئة الصحة بدبي، والمشاركة في الحملة التي من المقرر أن تجوب ربوع دبي.

استهل معالي القطامي الحملة متبرعاً بالقسط المطلوب من الدم لكل فرد، تبعه في ذلك عقب المؤتمر الصحافي العديد من المسؤولين. ودعا إبراهيم عبد الملك الأمين العام لهيئة العامة لرعاية الشباب والرياضة، جموع الشباب إلى الانضمام للحملة والتبرع بالدم، وتعزيزاً لجهود مركز دبي للتبرع بالدم، وحفاظاً على

رصيد وكان معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي، أطلق الحملة، بحضور إبراهيم عبد الملك الأمين العام لهيئة العامة لرعاية الشباب والرياضة، وسعيد حارب أمين عام مجلس دبي الرياضي، وخليفة بن دراي المدير التنفيذي لمؤسسة دبي لخدمات الإسعاف، حيث

وتمت القائمة، هيئة كهرباء ومياه دبي، وبنك أبوظبي الإسلامي، وشركة دبي الأولى، ومستشفى المركز الوطني للإعلام، وشرف للتجزئة، والوصل للعقارات ومدرسة الضيافة، وقد شملت الحملة في أسبوعها الأول مناطق المنخول والقروود والقصيص، ومدينة دبي للانترنت، والورسان، والمجمع الاستثماري، وبرجمان.

كريستيانو رونالدو، بهدف تنمية الوعي المجتمعي بقيمة وأهمية التبرع بالدم، وتحقيق أعلى وفرة ممكنة من الدم، المخصص لإنقاذ أرواح المصابين بالمرض والخاضعين للعمليات الجراحية المختلفة. وأظهرت التقارير الأولية لمركز دبي للتبرع بالدم تفاعل مجموعة من الشركات والمؤسسات مع الحملة،

دبي - البيان الصحي تفاعلت مؤسسات المجتمع وأفرادها مع حملة التبرع بالدم التي أطلقتها هيئة الصحة في دبي الأحد الماضي، تحت عنوان «كن الأول في التبرع بالدم»، والتي يروج لها عالمياً نجم كرة القدم البرتغالي ريبال مدريد،



الدكتورة علياء المزروعى لـ «البيان» الصحي:

مستشفى راشد ضمن المستشفيات
الـ10 عالمياً في سرعة الاستجابة

■ إضافة تقنيات عالية الجودة للأسرة الذكية
ومنها وحدات الملاحظة المركزية

■ إنجاز عمليات جراحية متشابكة لمصابي
الحوادث في آن ومكان واحد

■ إضافة تخصصات بالغة الأهمية وفي مقدمتها
عمليات جراحة اليد والعمود الفقري



من إنجاز المستشفى لعمليات جراحية متشابكة في آن واحد وفي مكان واحد؟ مستشفى راشد يعد من المستشفيات الرائدة في جراحة الإصابات، والعمليات الجراحية المتشابكة، تشير إلى كفاءة الكوادر الطبية والتمريضية والفنية المساعدة، في سرعة الاستجابة، كما تشير إلى المهنية رفيعة المستوى التي تميز أطباء مستشفى راشد، ولتوضيح هذه النقطة يمكننا القول إنه غالباً ما تأتي إلى المستشفى حالات خطيرة وإصابات متعددة، تحتاج إلى تدخلات جراحية عديدة سواء على مستوى تخصص العظام أو الجراحة العامة أو الأعصاب، أو أجهزة الجسم الأخرى التي قد تكون معرضة للخطر، وهنا يتدخل الطاقم الطبي وهو مكون من مختلف التخصصات، قد تصل في بعض الأحيان إلى 6 واحد، حيث كل يقوم كل طبيب بما عليه وفق تخصصه، إنقاذاً لحياة المصاب.

وتتميز مستشفى راشد بجراحات اليد وزراعتها، وله الريادة في هذا المجال على مستوى منطقة الشرق الأوسط، إلى جانب جراحات المريء، وجراحات الأعصاب، والأوعية الدموية، والجراحات العامة، وعمليات السرطان والكبد والبنكرياس، وغيرها من الجراحات التي يتفوق فيها، ولاسيما جراحات السمينة، والعظام والعمود الفقري، كما أن لدينا واحداً من أهم أقسام التخدير في المنطقة، وهذا القسم يعول عليه كثيراً في نجاح العمليات الجراحية، والتدخلات السريعة التي يقوم بها أطباء الأقسام الأخرى. وتجدر الإشارة إلى أن مستشفى راشد مصنف عالمياً ضمن قائمة تضم 10 مستشفيات دولية مميزة ورائدة في سرعة الاستجابة.

تعامل

كيف تتعاملون مع مشكلات قوائم الانتظار سواء في جانب العمليات أو استقبال المصابين والحالات الطارئة؟

لا شك أن مكانة مستشفى راشد المرموقة، وثقة المتعاملين معه والمراجعين له، هي ما تفرز الضغط الشديد على المستشفى، فهناك عمليات جراحية وإصابات، تميز المستشفى بالتعامل معها بمهنية عالية وبأفضل الممارسات، وأحدث التجهيزات ووسائل وطرق العلاج، وهذا بالفعل يشكل تحدياً في زيادة الإقبال على المستشفى من مناطق مختلفة، وحتى من خارج الدولة بالنسبة للعمليات المعقدة، لكن ما أود توضيحه هو أن الحالات الطارئة، وحالات الإصابات والحوادث، لا يمكن انتظارها، ومستشفى راشد يمتلك نظاماً دقيقاً لتصنيف الحالات، وتحديد الوقت المخصص ودرجة الاستجابة لكل حالة حسب خطورتها، وهناك حالات يتم إدخالها إلى غرف العمليات في وقت قياسي بعد فحصها.

أما بالنسبة للعمليات الجراحية في مختلف التخصصات، وقائمة الانتظار، فهذا طبيعي مع تميز المستشفى، لكننا نعمل الآن على مواجهة هذا التحدي، المتمثل في شدة الإقبال علينا من داخل الدولة وخارجها. والذي يدفعنا في الكثير من الأحيان إلى فتح غرف العمليات على مدار الساعة، سواء في العمليات الكبرى البالغ عددها 6 غرف، أو الصغرى التي تصل إلى 3 غرف عمليات.



تحديات

قالت الدكتورة علياء المزروعى أن هناك تحدياً أساسياً في المستشفى متمثلاً في الكوادر البشرية، سواء على مستوى الأطباء أو طواقم التمريض، وطواقم التمريض تمثل مشكلة كبيرة، حيث تستقطب الهيئة فئات من بلدان عدة، وبعد تعيينهم وتثبيتهم وفق المعايير الدولية، واكتسابهم الخبرة، تبدأ بعض الجهات في التعاقد معهم، ما يجعلنا دائماً في حاجة لمثل هذه التخصصات، وهذا بالفعل يمثل تحدياً ويحتاج إلى تطوير منظومة الاستقطاب والتعيين، للحفاظ على كوادرنا الطبية والتمريضية والفنية المساعدة.

ريادة

بعيداً عن التوسعات الجديدة، ما المقصود

الأقسام الجديدة تشغل الطابقين الثاني والثالث، وهي 6 أقسام تخصصية، تعمل بإجمالي 159 سريراً، إذ يشتمل الطابق الثاني على أقسام العناية الفائقة - باطني وجراحة أعصاب وجراحة عامة - بطاقة تعادل 66 سريراً، فيما يضم الطابق الثالث أقسام -الجراحة العامة رجال والجراحات التخصصية والكسور والعظام- وطاقته 93 سريراً.

قد تبدو التخصصات مألوفة للبعض، فما هو الجديد هنا؟

بهذه التوسعات، فإن المستشفى أضاف تخصصات بالغة الأهمية، وفي مقدمتها عمليات جراحة اليد، والعمود الفقري، والكبد، والعظام والكسور، إلى جانب العمليات المتعلقة بالبدانة المفرطة. كما تمت إضافة تقنية عالية الجودة للأسرة الذكية ومنها وحدات الملاحظة المركزية، التي تتابع وضعية السرير والمريض، ومن ثم تفادي حالات السقوط من السرير، التي تعد من مؤشرات الجودة والتميز في المستشفى،

حوار - يوسف سعد

يُعد مستشفى راشد التابع لهيئة الصحة في دبي من بين المستشفيات القليلة جداً في المنطقة التي نجحت في وقت وجيز، في أن تكون له بصمته المميزة عالمياً وابتكاراته الطبية، وذلك من خلال مجموعة من العمليات الجراحية الدقيقة والمعقدة، حيث يصنف المستشفى ضمن أفضل 10 مستشفيات عالمية في سرعة الاستجابة والطوارئ. كما أصبح واحداً من المستشفيات الرائدة والأسرع تطوراً في طب الطوارئ والعناية الحرجة والحوادث والإصابات، وعلاج المشكلات الصحية المستعصية، حتى بات المستشفى مقصداً رئيساً للباحثين عن حياة جديدة وعن الأمل في الشفاء، ووجهة أولى لمن يقصدون علاجاً ناجحاً لآلامهم وأمراضهم المزمنة.

مستشفى راشد اليوم، في صدارة المستشفيات الدولية المتخصصة في إجراء الجراحات المتشابكة، التي يقوم عليها نخب طبية من مختلف التخصصات في آن واحد وفي غرفة عمليات واحدة، من دون تعريض المصابين لمخاطر الموت الناتجة عن تأخر التدخل الجراحي، أو نقلهم من جراحة إلى أخرى، كما هو الحال في الأنماط السائدة للمستشفيات.

ونستطيع القول إن إدارة المستشفى المكونة من أكفأ الأطباء وطواقم التمريض والفنيين المساعدين، وفرق العمل، تمضي بقيادة الدكتورة علياء المزروعى المدير التنفيذي للمستشفى إلى ما يفوق التوقعات، سواء من حيث التجهيزات أو بيئة الاستشفاء المميزة، أو الابتكارات المؤثرة في حركة تطور العمليات الجراحية، والتي تمثل إضافة لافتة للعلوم الطبية.

في حوارنا اليوم، نتوقف الدكتورة علياء المزروعى، عند الطفرة النوعية التي شهدتها المستشفى، والمتمثلة في مجموعة الأقسام التخصصية بالغة الأهمية، التي دشنتها قبل أيام سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي وزير المالية رئيس هيئة الصحة في دبي، حيث تقول: «العزف المنفرد لا يؤتي أبداً أي ثمار، والقصد هنا هو أن الإنجازات الكبيرة والمميزة، تصنعها فرق العمل وروح الفريق الواحد، والبذل والعطاء والتفاني، وهو أهم ما يميز المناخ العام داخل مستشفى راشد، حيث يتسم الجميع بالعطاء الفكري والطبي والإنساني، فكما يسارع الطبيب في مستشفى راشد لأداء واجبه تجاه المرضى، يبادر أيضاً بالفكر المبدع الذي يسهم في حركة التطور النوعي التي تشهدها المستشفى».

وتتابع: «بالنسبة للطفرة الأخيرة، فهي تتمثل في تأسيس 6 من الأقسام الطبية المتخصصة في العمليات الجراحية الدقيقة والنادرة، إلى جانب غرف العناية الحرجة فائقة المستوى والتجهيزات، وذلك إيذاناً ببدء خطوة جديدة نحو الوصول بمستشفى راشد ليكون نموذجاً عالمياً للجراحات المتخصصة المعقدة، ونموذجاً لاستشفاء من أمراض مزمنة يتوقف علاجها على عمليات جراحية دقيقة».

مستويات

ماذا عن مستوى الأقسام من حيث التجهيزات، وعددها وتخصصاتها؟

30

24

6

تعمل الكوادر على ضمان المحافظة على وضعية الرأس 30 درجة بالنسبة للمصابين بالسكتة الدماغية

فتح غرف العمليات على مدار الساعة سواء في العمليات الكبرى أو الصغرى

تأسس 6 من الأقسام الطبية المتخصصة في العمليات الجراحية الدقيقة والنادرة

دراسة

النوم يُقوي الذاكرة عند مرضى باركنسون

كانقطاع التنفّس خلال النوم، يُمكن أن تُضرّ بالذاكرة العاملة. وتسلط الدراسة الضوء على الحاجة إلى معالجة اضطرابات النوم عند مرضى الشلل الرعاش، وتشير إلى أنه ربما بالإمكان تحسين أداء الذاكرة العاملة عند مرضى الشلل الرعاش عن طريق التدريب، كما قال الباحثون. دبي - البيان الصحي

أشارت دراسة طبية إلى أنّ الحصول على نوم كافٍ في أثناء الليل يُمكن أن يُحسّن الذاكرة عند مرضى الشلل الرعاش «باركنسون». ووجدت هذه الدراسة، التي أُجريت على 54 مريضاً مصاباً بالشلل الرعاش، أن أداء هؤلاء المرضى كان أفضل بكثير عند فحص الذاكرة العاملة بعد أن حصلوا على نوم كافٍ في أثناء الليل. كما وُجِدَت أيضاً أن اضطرابات النوم،



إحصائيات

مرضى الصّداع النصفي أكثر عرضة للإصابة بالشلل الرعاش

في العام هم الأكثر عرضة للإصابة بمرض الشلل الرعاش خلال الثلاثة أعوام التالية. وقال الأطباء إن علاقة المرضين ببعضهما لم تكن محددة حتى الآن ولكنهم أشاروا إلى حدوث خلل وظيفي في الدماغ قد يكون سبب الإصابة بالمرضى. دبي - البيان الصحي

أظهرت دراسة تاوانية حديثة أن مرضى الصّداع النصفي هم الأكثر عرضة للإصابة بالشلل الرعاش. واعتمدت الدراسة على تحليل بيانات وفحوصات طبية لـ 41019 مريضاً تتراوح أعمارهم من 40 عاماً وحتى 90 عاماً، كانوا قد عانوا جميعهم من مرض الصّداع النصفي، وتم اختبار مجموعة أخرى لم تعان من المرض للمقارنة، وخلصت النتائج إلى أن المرضى الذين تعرضوا لنوبات الصّداع النصفي مرتين

العيادة الذكية لصحة دبي تناقش أسباب وأعراض الشلل الرعاش

المرضية، وعدم تصلب العضلات.

تحذيرات

ومن جانب آخر حذرت دراسة علمية أجراها فريق من الباحثين في جامعة «هارفرد» الأميركية من تعرض الإنسان لاستنشاق الهواء الملوث والذي ينبعث فيه جسيمات رقيقة تتسبب في تلف الأعصاب والجهاز العصبي والإصابة بمرض الزهايمر والشلل الرعاش. وكان الباحثون الأميركيون لاحظوا من خلال البيانات التي تم الحصول عليها لأكثر من 9 ملايين حالة من المؤمن عليهم في نظام فيديكير الطبي في الفترة من 1999 وحتى 2010، أن التعرض المستمر للجسيمات الرقيقة والتي قطرها أقل من 2.5 ميكرومتر تسبب أمراضاً مثل الزهايمر والشلل الرعاش.

8%

وأشار العلماء إلى أن كل زيادة في تركيز الهواء الملوث يزيد بنسبة 8% للتعرض لهذه الأمراض، حيث إن استنشاق الهواء الملوث يضر بالصحة بل ويتسبب في وفاة 7 ملايين في العالم قبل بلوغهم الـ 65 من أعمارهم خصوصاً في المدن الآسيوية الكبرى في الصين والهند.

وأفادت الدراسات بأن تلوث الهواء يزيد من خطورة السكتة الدماغية واحتشاء عضلة القلب وسجلت الدراسة دخول حوالي 119 ألف شخص إلى المستشفى من الذين تجاوزوا الـ 75 عاماً. وطالبت الدراسة بضرورة الحد من تلوث الهواء لتفادي الإضرار بالصحة.

علاج

فقدان التوازن، وعدم القدرة على التفكير والتركيز، والاكتئاب، واضطرابات النوم وتصلب العضلات، بسبب انقباض جميع العضلات، وعدم قدرة بعضها على الانبساط، ما يؤدي إلى صعوبة وبطء الحركة أو توقفها، وعدم قدرة المريض على القيام بأموره واحتياجاته الشخصية.

فقدان التوازن، وعدم القدرة على التفكير والتركيز، والاكتئاب، واضطرابات النوم وتصلب العضلات، بسبب انقباض جميع العضلات، وعدم قدرة بعضها على الانبساط، ما يؤدي إلى صعوبة وبطء الحركة أو توقفها، وعدم قدرة المريض على القيام بأموره واحتياجاته الشخصية.

الدوبامين في الدماغ.

وأشارت إلى أعراض المرض التي تظهر في مراحل متأخرة عندما يبقى 30% من خلايا الدماغ طبيعية، وتتمثل في الرعشة والحركات الاهتزازية اللاإرادية المستمرة التي تبدأ غالباً في اليد والساق. كما تظهر أعراض المرض خلال

العصبية بين خلايا ومناطق المخ المختلفة، حيث يؤدي نقصها إلى اضطراب حركي وغير حركي، لافتة إلى أن بعض الأسباب المؤدية للمرض جينية مثل التهابات في المخ، والجلطات الدماغية، وضربات متتالية على الرأس، والتعرض لمواد سامة أو أدوية معينة تقلل من نسبة مادة

المرض يحدث نتيجة

نقص مادة الدوبامين

في المخ المسؤولة

عن نقل الإشارات

العصبية

دبي - البيان الصحي

أكدت العيادة الذكية لهيئة الصحة في دبي أهمية ممارسة الرياضة والنشاط البدني بشكل عام، لتفادي المضاعفات السلبية لمرض الشلل الرعاش الذي يعد من الأمراض الشائعة التي تصيب كبار السن في الغالب، وتزداد نسبة الإصابة به في المراحل المتقدمة من العمر، حيث تصل إلى حوالي 4% بعد سن الـ 60 سنة.

وشارك في العيادة الذكية، كل من الدكتور محمد الكيلاني استشاري أمراض الأعصاب بمستشفى راشد، والدكتورة ياسمين كمال أخصائي أمراض الأعصاب بمستشفى راشد، وعصام علي الميخي أخصائي العلاج الطبيعي والتأهيل بمركز دبي للعلاج الطبيعي وإعادة التأهيل.

اضطرابات

وأوضحت العيادة الذكية أن المرض يحدث نتيجة نقص مادة الدوبامين في المخ، المسؤولة عن نقل الإشارات

التهاب الكبد الوبائي «سي» يفاقم خطر الإصابة بالمرض

فوائد

و868 شخصاً لا يعانون من فيروس «سي»، بحسب قاعدة بيانات المركز الوطني للتأمين الصحي في تاوان الوطنية.

12

واستمرت فترة المتابعة 12 عاماً، لرصد أي تطور للإصابة بالشلل الرعاش بين المشاركين، ووجد الباحثون أن فيروس «سي» يفاقم خطر الإصابة بمرض الشلل الرعاش بنسبة 30%. عن الأشخاص غير المصابين بالفيروس.

استهدفت التحقق من نتائج أبحاث سابقة تحدثت عن أن فيروس «سي» يمكن أن يؤدي إلى موت الخلايا العصبية، وبذلك يكون مساهماً رئيسياً في الإصابة بالشلل الرعاش.

رصد

وللوصول إلى نتائج الدراسة، رصد القائمون على الدراسة بمستشفى الجامعة الصينية، بيانات 49 ألفاً و967 مصاباً بفيروس «سي»، إضافة إلى 199 ألفاً

كشفت دراسة تاوانية، أن الأشخاص المصابين بفيروس التهاب الكبد الوبائي «سي»، قد يكونون أكثر عرضة لخطر الإصابة بمرض أو الشلل الرعاش، بنسبة 30%.

نتائج

وأوضح الباحثون بمستشفى الجامعة الصينية في تاوان، أن دراستهم

أدمغتنا تعمل بطريقة البريد الإلكتروني

دبي - البيان الصحي

توصلت دراسة بريطانية جديدة إلى أن أدمغتنا يمكن أن تعمل بنفس طريقة البريد الإلكتروني بأرشفة الأفكار العرضية في مجلد سلة مهملات بالجهاز العصبي، ونسيان الذكريات يمكن أن يكون نتيجة لعملية حذف فعلية وليس الإخفاق في التذكر. وتشير نتائج الدراسة البريطانية إلى طرق جديدة لمعالجة فقدان الذاكرة المتعلقة بحالات مرضية مثل الزهايمر وأنواع الخرف الأخرى.

كما يمكن أن تساعد الدراسة، التي أُجريت على فتران المختبر، العلماء في فهم سبب بقاء بعض الذكريات الطويلة غير المرغوبة، مثل تلك التي تبقى لدى أشخاص يعانون من اضطرابات ما بعد الصدمة.

آلية

يُشار إلى أن الذكريات تحفظ بواسطة إشارات كيميائية بين خلايا المخ التي تعتمد على مستقبلات متخصصة تسمى مستقبلات أمبا، وكلما زادت هذه المستقبلات على السطح الذي تتصل به خلايا المخ زادت قوة الذاكرة.

واكتشف العلماء بجامعة إدنبره أن عملية المسح الفعلي للذكريات تحدث عندما تزيل خلايا المخ مستقبلات أمبا من الوصلات بين خلايا المخ، ومع مرور الزمن، إذا لم تُسترجع الذاكرة قد يقل عدد هذه المستقبلات وتضمحل الذاكرة تدريجياً. والجدير بالذكر أن العقاقير التي تستهدف إزالة مستقبلات أمبا يجري فحصها كعلاجات محتملة لمنع فقدان الذاكرة.

دبي - البيان الصحي

وجد باحثون أميركيون أنّ فحص الدم يكشف عن علامات ارتجاج حتى بعد مرور أسبوع على تعرض المريض لإصابة في الرأس. وقال الباحثون إن الاختبار قد يوفر طريقة جديدة لتشخيص الارتجاج، خصوصاً لدى الذين لا تظهر عليهم أي عوارض فورية. ولفتوا إلى أن البحوث أولية ولا تزال قيد الاختبار، ولن تكون جاهزة للاستخدام على نطاق واسع قبل سنوات. وفي هذا السياق، بينت مؤلفة الدراسة الدكتورة ليندا بابا، وهي طبيبة طب الطوارئ وباحثة في مركز أورلاندو الصحي أنّ عوارض الارتجاج، خفيفة كانت أو معتدلة بعد إصابات في الدماغ، لا تظهر في كثير من الحالات قبل عدة أيام.

واختبار الدم يمكن أن يوفر للأطباء أداة هامة لتشخيص المرضى لا سيما الأطفال، والتأكد من أنهم يخضعون للعناية اللازمة. ويمكن للاختبار أن يساعد على تحديد ما إذا كان المريض يحتاجون إلى جراحة في المخ أو الأعصاب، ما يمكن أن يقلل بشكل كبير من استخدام الصور الشعاعية لتشخيص الارتجاج، فعلى الرغم من دقة هذه الصور إلا أنّها تعرض المرضى لخطر الإشعاع.



حلول

طبق يخبرك متى تتوقف عن تناول الطعام

ابتكر مطور أميركي طبقاً ذكياً يساعد في تخفيض الوزن من خلال تنبيه الشخص بمعدل الطعام الذي تناوله ووجوب توقفه عن الاستمرار في الأكل. ويقول المطور أنطوني إن ابتكاره «الطبق الذكي» يحث الراغبين في إنقاص أوزانهم وأولئك الذي يريدون الحفاظ على رشاقتهم على ضبط كمية الطعام المتناولة وعدم الإفراط فيه. ويعتمد الطبق الذكي على كاميرات وأجهزة استشعارية للوزن للتعرف على

أنواع وكميات الطعام الموضوعة داخل الطبق، مرتبطاً بالهاتف الذكي عبر تطبيق يتم تحميله. ويشير المطور إلى أن الطبق يراقب عندما يتجاوز الشخص الكمية المطلوب تناولها في الوجبة، وكذلك الذين يتناولون أقل من المطلوب، كما إنه يتابع أيضاً كمية الكربوهيدرات التي يتناولها مرضى السكري. وأوضح أنطوني أن الطبق لا يزال في مرحلة التمويل عبر موقع كيك ستارتر،

ابتكار بنكرياس صناعي لمرضى السكري

المصابين بداء السكري من النوع الأول. وأشارت النتائج إلى أن البنكرياس الصناعي الجديد أكثر فائدة من المنتجات المطروحة والأسواق حالياً بعد تجربته على مجموعة من 12 بالغاً من المصابين بالسكري،

قالت نتائج دراسة بريطانية إنه تم ابتكار بنكرياس صناعي تجريبي يجري توصيله بهاتف ذكي لمراقبة مستوى السكر في الدم ليفرز الأنسولين بصورة آلية وقت الحاجة، وذلك للبالغين

وذلك على مدار اليوم لمدة أسبوع كامل مع مقارنته بالأجهزة التقليدية. وتحسن بصورة كبيرة مستوى السكر في الدم ووصل إلى المستوى المتوسط الآمن مع الاستعانة بالبنكرياس الصناعي لدى البالغين وذلك بنسبة 72% بالمقارنة بنسبة 53% باستخدام أجهزة القياس التقليدية. دبي - البيان الصحي



مكتبة صحية متكاملة تثري معلومات أطباء دبي

دبي - البيان

الوصول إلى المعلومة في أي وقت من الأوقات للمساهمة في دعم القرار الطبي المبني على الأدلة والبراهين والبحوث. ويتوفر التطبيق في متجر «أبل» و«أندرويد» وتم تصميمه بطريقة الأيقونات المربعة الملونة، حيث تمثل كل أيقونة فئة أو خدمة معينة في المكتبة، مثل محركات البحث الطبية المعتمدة عالمياً، ومجموعة المجلات الطبية الإلكترونية لأكثر من 8 آلاف مجلة طبية جارية حتى الآن، تخدم الممارسين من الأطباء وغيرهم إضافة إلى أرشيف ضخم يتضمن بعض المعلومات التي تعود إلى بدايات القرن الماضي لخدمة الباحثين، ويتضمن التطبيق مجموعة من الكتب الطبية الإلكترونية لأكثر من 160 ألف كتاب في كافة التخصصات الطبية والتدريبية والمساندة والإدارية ومجموعة المصادر الدوائية.

عمل تطبيق مكتبة راشد الطبية الذكي الذي أطلقته هيئة الصحة في دبي على توفير مكتبة إلكترونية ضخمة من الكتب والمجلات وقواعد المعلومات الطبية والصحية المختلفة. ويأتي إطلاق الهيئة لهذا التطبيق الذكي ضمن خطتها وبرامجها الاستراتيجية للاستجابة لمبادرات حكومة دبي الذكية والتحول الكامل نحو الحكومة الذكية. ويعمل التطبيق الجديد على توفير المعلومات القيمة والموثوقة لموظفي الرعاية الصحية وتحسين المعرفة الطبية، لاحتوائه على أحدث مصادر المعلومات الأولية والإكلينيكية والدوائية والأدلة والإجراءات والنشرات الخاصة بالمرضى والتعليم الطبي المستمر. ويخدم التطبيق الجديد شريحة الأطباء والممرضين وأطباء الإقامة والامتياز والفئات المساندة والإدارية في كافة أماكن تقديم الرعاية الصحية بهيئة الصحة في دبي، بحيث يمكن

روبوت ينفذ العمليات دون الحاجة لخياطة الجروح



جراحية مخزّنة داخله، ويستطيع المرور من ثقب مساحته 3 ملمتر أي ما يقارب سُمك كابل شاحن الهاتف المحمول. وأشرف على فريق البحث الذي ابتكر هذا الروبوت البروفيسور لاري هاويل وسبنسر ماجلبي وهما من أساتذة الهندسة الميكانيكية في جامعة بريغهام يونغ، ونشر التقرير عن الابتكار موقع «فيزيكس دون أورغ».

آلية

وبحسب البروفيسور ماجلبي تم اعتماد نفس مبادئ التصميم الخاصة بمعدات وكالة ناسا لأبحاث الفضاء، فتصميمات المركبة الفضائية تكون صغيرة ومدمجة، لكن بمجرد الوصول إلى الفضاء على هذه المعدات أن تصبح كبيرة مثل ألواح الطاقة الشمسية أو الهوائيات.

جراحية مخزّنة داخله، ويستطيع المرور من ثقب مساحته 3 ملمتر أي ما يقارب سُمك كابل شاحن الهاتف المحمول. وأشرف على فريق البحث الذي ابتكر هذا الروبوت البروفيسور لاري هاويل وسبنسر ماجلبي وهما من أساتذة الهندسة الميكانيكية في جامعة بريغهام يونغ، ونشر التقرير عن الابتكار موقع «فيزيكس دون أورغ».

وظائف

وقال البروفيسور هاويل: «الهدف من هذا التصميم غير التقليدي هو عمل شق أصغر ومرور الجهاز عبر هذا الشق إلى داخل الجسم لينتشر وينفذ وظائف جراحية

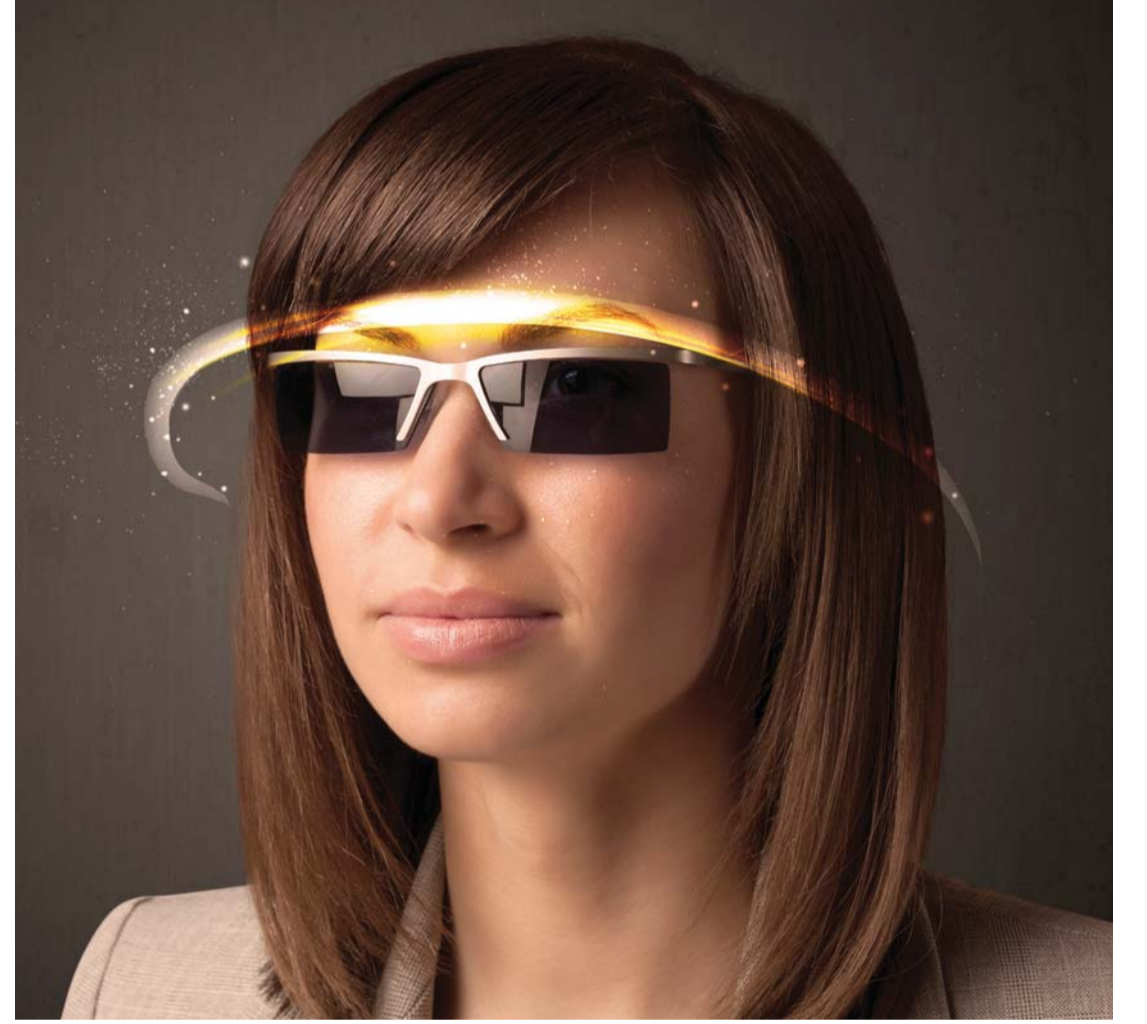
دبي - البيان الصحي

رخصت جامعة بريغهام يونغ تكنولوجيا مستوحاة من فن الأورغامي، لاستخدام روبوت جراحي شديد الصغر، يمكن الجراحين من تنفيذ عمليات جراحية مثل استئصال البروستاتا عبر شق صغير لا يتطلب خياطة الجرح، وتهدف هذه التقنية إلى التخلي عن خياطة غرز جراحية، وقد تم تسمية الروبوت الذي تم ابتكاره لهذه المهمة «دافينشي».

مكونات

ويحتوي الروبوت على عدة أدوات

نظارات تعالج الفوبيا بالمواجهة



أصل الفكرة

واستمدت تقنية علاج الخوف المرضي بواسطة العالم الافتراضي من صناعة ألعاب الكمبيوتر، وتم تطويرها، حيث يشعر أغلب المرضى بأن العالم الافتراضي كأنه واقعي، وأن يشاهد المرضى مواقف مخيفة فعلاً، إذ يرتدي المريض نظارة مدمجة بها شاشة عرض. وكما هو الحال في ألعاب الكمبيوتر فإن الواقع الافتراضي يتيح للمريض الرؤية والحركة والتفاعل مع الأحداث، حيث يشاهد عبر نظارة الأمان التي تجعله يشعر بالخوف مثل المنخفضات والمرتفات.

دبي - البيان الصحي

يسعى الأطباء في ألمانيا لعلاج حالات «الفوبيا» أو «الخوف المرضي» يجعل المرضى يواجهون مخاوفهم بشكل مباشر دون مخاطرة، عن طريق العالم الافتراضي. ويقول الطبيب يوسف شيبان وهو أخصائي في الطب النفسي في المستشفى الجامعي في مدينة فرانسبورغ الألمانية، إن الهدف من هذا العلاج هو جعل المريض يصل إلى أقصى مراحل الخوف لأطول فترة ممكنة، ما يساعد على تراجع حدة الخوف، وبعد ذلك يدخل العلاج في طور آخر.

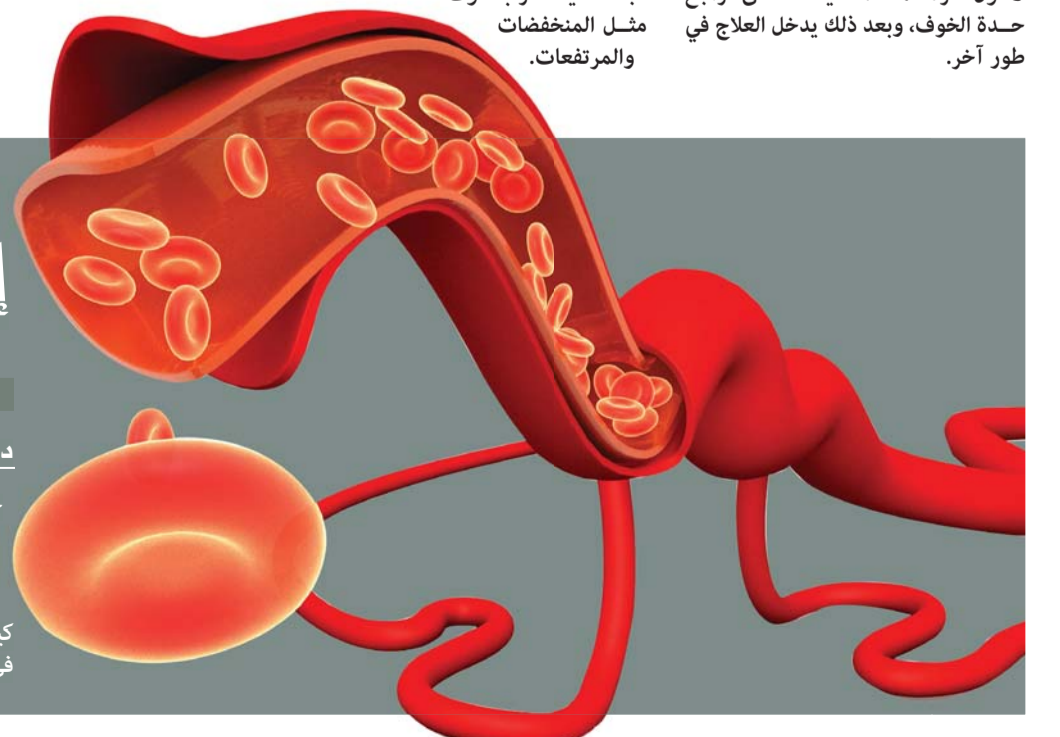
إنتاج الصفائح الدموية خارج جسم الإنسان

دبي - البيان الصحي

حقق العلماء قفزة كبرى باتجاه إنتاج الصفائح الدموية بكميات كبيرة، حيث اكتشف فريق بحثي من خدمة الصحة الوطنية البريطانية وجامعة كامبردج كيف يمكن تنمية الصفائح الدموية للجسم في المعمل.

وذلك يمكن أن يوفر مصدراً جديداً للصفائح الدموية لوقف النزيف الغزير، الذي يحدث على سبيل المثال بعد حادث سيارة، ولكن الباحثين بحاجة لجعل العملية أكثر فاعلية قبل بدء المحاولات. فعندما تتبرع بالدم، فإنه يتم حثيثاً فصلها إلى كرات دم حمراء، وبلازما وصفائح دموية حتى يمكن منح المرضى المكون الذي يحتاجونه فقط، وتكون

الحاجة للصفائح الدموية بعد الصدمة، والجراحة، وعلاج سرطان الدم (اللوكيميا)، وفي بعض حالات اضطرابات الدم مثل سولة الدم (الهيموفيليا) ويحاول فريق دكتور جيفرت تنمية megakaryocytes وهي الخلية الأم للصفائح الدموية التي تعيش في نخاع الشوكي، وتصنيع الصفائح الدموية المتجلطة.



647

مريضاً يتم متابعتهم في العيادات
التخصصية في المركز كعيادة
السكري والغدد الصم للأطفال

430

مريضاً بالثلاسيميا يتم متابعتهم
في عيادة هيموجلوبين الدم الخاصة
بالمركز

1151

المرضى المسجلون في مركز
الثلاسيميا والأبحاث وتتم متابعتهم
بشكل دقيق

نظمت حملات توعية متنوعة في المدارس والدوائر الحكومية والمراكز التجارية

صحة دبي تصل للصفير في نسبة إصابة مريضاً

دبي - عماد عبد الحميد

يوصف مرض الثلاسيميا بالغول الذي يتغذى على الدماء، حيث يصيب الأجنة، ويتغذى على الدم من لحظة ظهوره ولا يفارق المصاب به إلا في حالات محدودة.

ويوصف مصابو الثلاسيميا بأنهم «الضحية الكبرى» لأبائهم، حيث إن العوامل الوراثية تلعب دوراً مهماً في الإصابة بالمرض، ولزواج الأقارب الدور الأكبر لزيادة فرص إنجاب طفل مصاب بالمرض.

الدكتورة خولة بالهول استشارية أمراض الدم ومديرة مركز الثلاسيميا والأبحاث التابع لهيئة الصحة في دبي أعلنت تمكن دبي من الحد من انتشار المرض، حيث طبقت إجراءات بسيطة تمثلت في زيادة حملات التوعية بين طلبة المدارس والجامعات والدوائر الحكومية والمراكز التجارية التي تقدمها للمقبلين على الزواج، حيث بلغت نسبة الإصابة بالثلاسيميا بين مواطني دبي صفر خلال السنوات الثلاث الأخيرة، في حين ما زالت تسجل هناك بعض الحالات في الإمارات الأخرى نتيجة إصرار البعض على إتمام الزواج رغم العلم أنهم حاملين للجينات المورثة للمرض.

أعداد

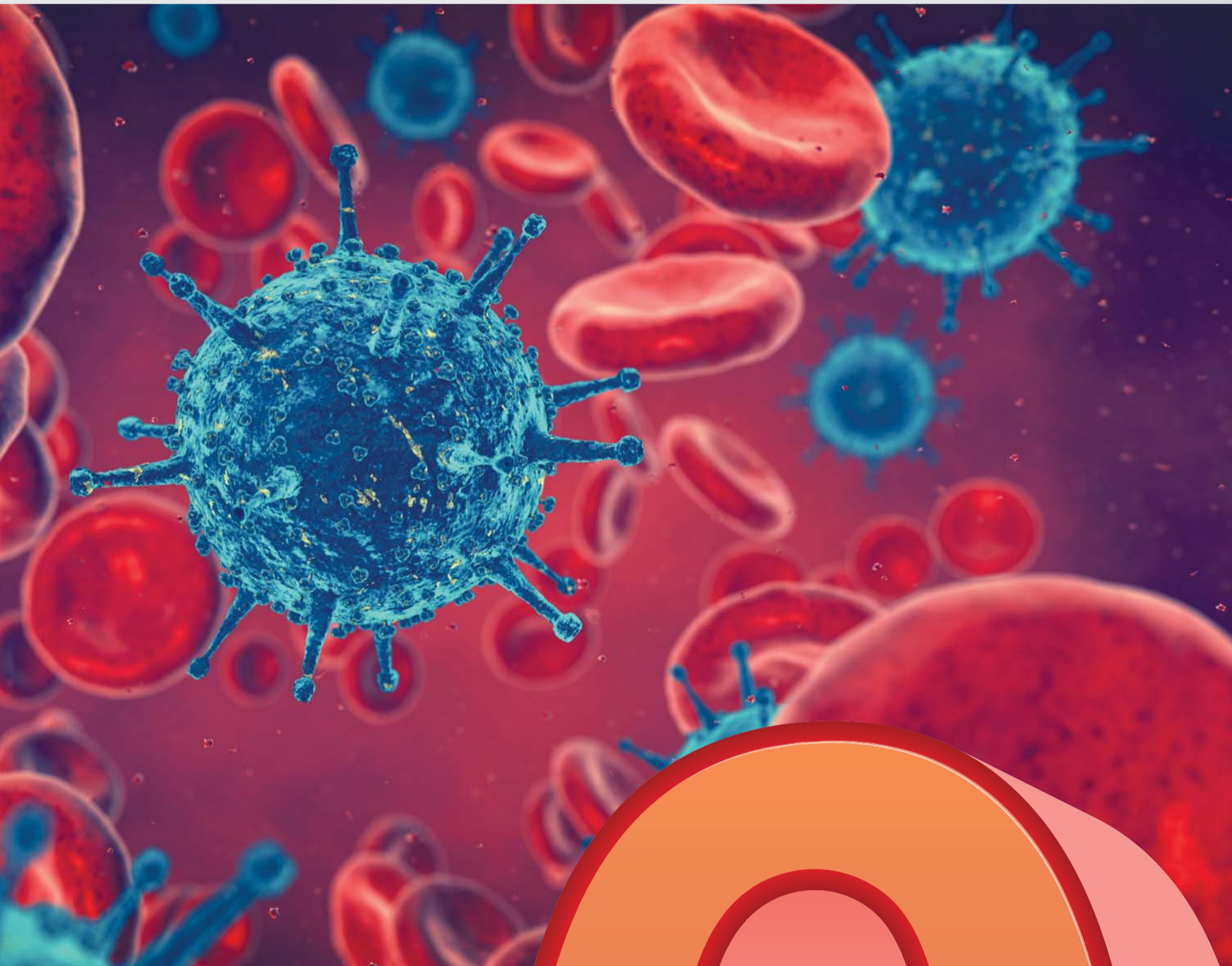
وبينت الدكتورة خولة بالهول أن عدد المرضى الذين يتابعون في مركز الثلاسيميا والأبحاث، وصل لـ 1151 حالة منهم 403 مريض يتابعون في عيادة هيموجلوبين الدم، و643 يتابعون في العيادات المتخصصة كعيادة السكري والغدد الصم للأطفال والبالغين، وعيادة النساء والتوليد وعيادة النفسية وعيادة القسطرة القلبية للتخلص من الحديد، وعيادة الأوعية الدموية في المخ لأمراض فقر الدم المنجلي، وذلك للتنسيق بالجلطات الدماغية مبكراً، وعيادة الاستشارات الوراثية والعائلية لحالات ما قبل الزواج.

زراعة النخاع

وقالت الدكتورة خولة بالهول إن التقدم الطبي لا يتوقف وكل يوم هناك إنجازات طبية تساعد في شفاء الأمراض وتقلل من معاناة الكثير من المرضى، وعلى صعيد الثلاسيميا تم التوصل لأسلوب علاجي جراحي لنقل نخاع العظم وزراعته لمرضى الثلاسيميا، وقد تم لغاية الآن زراعة النخاع لـ 101 مريض 70% من المواطنين و30% من غير المواطنين، ويتم متابعتهم في عيادة ما بعد زراعة النخاع، والتي أجروها خارج الدولة، مشيرة إلى أن المرضى شفوا تماماً من المرض ويتم متابعتهم للاطمئنان عن أوضاعهم الصحية بشكل مستمر.

تبرع

وأشارت إلى أن عملية نقل نخاع العظم تعتمد على وجود متبرع، ويفضل أن يكون من أشقاء أو شقيقات المريض، حيث يتم إجراء اختبارات دقيقة للغاية قبل العملية للتأكد من التطابق (التلاؤم) النسيجي والخلوي بين المتبرع والمريض بنسبة 100%، ولا يتوفر هذا التطابق بين المريض ووالديه إلا في حالات قليلة جداً، وفي حال عدم توفر المتبرع فيكون البديل البحث عن متبرع من خارج حدود العائلة ويتم ذلك من خلال «البرنامج الدولي للتبرع بنخاع العظم»، وهذا يحتاج إلى وقت طويل حتى يتم العثور على متبرع دولي مطابق بنسبة 100%، وتزداد فرص نجاح هذا الأسلوب العلاجي في المرضى الذين لا يعانون من ترسب الحديد أو تضخم الطحال والكبد، ورفض



■ خولة بالهول

الأنسجة عادة ما يكون أقل نسبة في الأطفال عنه في الكبار مشيرة بهذا الصدد إلى أن نقل وزراعة نخاع العظم يعتبر أسلوباً ناجحاً في علاج المرضى بالثلاسيميا.

آثار جانبية

وأوضحت أن المتبرع لا يعاني عادة من أي مخاطر ترتب على هذه العملية إذ أن بإمكان جسمه تعويض الكمية التي تم سحبها من نخاع العظم في فترة وجيزة وعادة لا تتسبب هذه العملية في الألام أو مضاعفات.

وأوضحت أن عمليات زراعة النخاع ما زالت غير متوفرة في الدولة، وإنما تجرى في بعض الدول ومنها بريطانيا وألمانيا والهند وعدد قليل من الدول العربية، مشيرة إلى أن عملية زراعة النخاع تعتبر مكلفة، وفي حال حدوث مضاعفات ترتفع التكلفة لأن المريض والمرافقين سيضطرون للإقامة لمدة أطول.

أحدث العلاجات

وحول أحدث العلاجات الجديدة المتوفرة حالياً لمرضى الثلاسيميا قالت الدكتورة بالهول إن متابعة معدلات الحديد لدى مرضى الثلاسيميا من أهم الأمور في عملية علاجهم، وبقدر أهمية نقل الدم المنتظم لهؤلاء المرضى يجب الانتباه لمنع زيادة معدل الحديد بالدم منعاً للمضاعفات، ويستخدم عقار الدسفيرال على نطاق واسع في علاج مرضى الثلاسيميا، حيث خفض العقار تركيز الحديد بالدم، ويمنع أيضاً الحديد المخزون في الخلايا من تدمير هذه الخلايا أو تعطيل وظائفها.

وأوضحت أن مريض الثلاسيميا

بحاجة لنقل الدم بشكل دوري كل 3 إلى 4 أسابيع، للمحافظة على المستوى الطبيعي للهيموجلوبين وذلك لكي يصل الأوكسجين إلى أجزاء الجسم بشكل أفضل، مما يؤدي إلى المحافظة على النمو الطبيعي للطفل، ومنع التغيرات التي تحدث في الجسم، كما يؤدي نقل الدم الدوري لمنع الأعراض الأخرى كحمية القلب من مضاعفات فقر الدم ومنع تضخم الكبد والطحال، ويحتاج المريض إلى كريات الدم الحمراء فقط، لذا يجب أن يرشح الدم المنقول من الكريات البيضاء والصفائح عن طريق فلترة طبي خاص.

تطور

وأوضحت أن السنوات القليلة الماضية شهدت ظهور بعض أنواع الأدوية التي تؤخذ عن طريق الفم، وهذه الأدوية خففت إلى حد كبير من معاناة المرضى الذين كان يتعين عليهم استخدام مضخة الديسفيرال لمدة تتراوح بين 8 إلى 12 ساعة يومياً للتخلص من الحديد المتراكم في الجسم، وهناك نوعان من الأدوية، الأول عبارة عن حبة تؤخذ ثلاث مرات يومياً مع الدسفيرال أو من دونه وبهذه الحالة يحتاج

2006

4

101

حصل مركز التلاسيميا في العام 2006 على جائزة حمدان لأفضل قسم طبي في القطاع الحكومي

مرضى بالتلاسيميا بحاجة لنقل دم بشكل دوري كل 3 إلى 4 أسابيع للمحافظة على مستوى الهيموجلوبين

مريض تتم متابعتهم في عيادة ما بعد زرع النخاع العظمي 70٪ منهم من المواطنين

مواطني الإمارات بالتلاسيميا

احتمالات انتقال المرض للأبناء

إعداد: عماد عبد الحميد - غرافيك: أسيل الخليبي

ينتقل مرض التلاسيميا من الوالدين إلى أبنائهم عن طريق الوراثة المتنحية، وفيما يلي جميع الاحتمالات الممكنة انتقال المرض فيها للأبناء.



خطر إهمال العلاج

- 1 تشوهات مستقبلية في عظام الرأس على وجه الخصوص
- 2 فقر دم شديد ومزمن
- 3 تأخر النمو الجسدي والعقلي وتأخر في البلوغ
- 4 تضخم الكبد والطحال مما يسبب تضخماً عاماً في البطن
- 5 مشكلات في الأسنان
- 6 ضعف في المناعة

العلاج

- 1 نقل الدم بشكل شهري لهيموجلوبين الدم بمستويات طبيعية
- 2 تناول يومي للدواء أو حقن ديسفرال لإزالة الحديد الزائد
- 3 علاج آخر جديد بديل للديسفرال يأخذ عن طريق الفم
- 4 أقراص تذاب في الماء تؤخذ مرة واحدة يومياً
- 5 العلاج الجيني وهو العلاج المستقبلي للتلاسيميا
- 6 في حالة تضخم الطحال الشديد يتم استئصاله
- 7 فيتامين فوليك أسيد لإنتاج كريات الدم الحمراء

البيان الصحي

أكثر أمراض الدم الوراثية انتشاراً في الدولة

ضرورة إجراء الفحص في مراحل مبكرة.

التلاسيميا الكبرى

وأوضح أن التلاسيميا الكبرى تعد من أكثر أنواع التلاسيميا شدة وتأثيراً على المريض، وفي هذه الحالة يتواجد عند الشخص المصاب عطب في كل من المورثين للبيتا جلوبيين، والنقص الذي ينتج عن ذلك يكون أكثر شدة، ويؤدي إلى نقص شديد في مستوى الهيموجلوبين في الدم بحيث يحتاج المريض إلى نقل الدم الدوري كل 3 - 4 أسابيع للمحافظة على نسبة عالية من الهيموجلوبين في الدم.

الأعراض

وأشار إلى أن أعراض المرض تظهر خلال السنة الأولى من العمر. وكتيجة لتكسر كريات الدم الحمراء المبكر تظهر أعراض فقر الدم شديدة وتمثل بشحوب البشرة، مع اصفرار أحياناً والتأخر في النمو وضعف الشهية وتكرار الإصابة بالالتهابات، ومع استمرار فقر الدم تظهر أعراض أخرى مثل التغير في شكل العظام، وخصوصاً عظام الوجه والوجنتين، وتصبح ملامح الوجه مميزة لهذا المرض. كما يحدث تضخم في الطحال والكبد، ويتأخر الطفل في النمو.

صدفة

أما في الحالات البسيطة لحاملي المرض فقد يحدث فقر دم بسيط بدرجة لا يكون المرض فيها بادياً للعبان. ويعيش صاحبه بشكل طبيعي جداً ولا يحتاج إلى أي علاج. وقد لا تكتشف هذه الحالات إلا بالصدفة.



عصام ضهير

حالات

ينبغي على مريض التلاسيميا عند سفره للعلاج خارج الدولة اصطحاب بطاقة خاصة تتضمن تاريخ المرض وموعد وكمية آخر دم تلقاه، ومن الأفضل أن يحمل معه تقريراً موجزاً بخطة علاجه بالإضافة إلى كل أدويته. ويفضل مراجعة الطبيب قبل السفر وعمل كل الفحوص اللازمة والتطعيمات الضرورية وذلك تفادياً من الإصابة بالعدوى، وتجنب نقل الدم في الدول التي لا تتخذ فيها احتياطات كافية لفحص الدم والمتبرعين.

وصف الدكتور عصام ضهير اختصاصي أمراض الدم أن التلاسيميا يعتبر من أكثر أمراض الدم الوراثية انتشاراً في الدولة، ومن أكثرها كلفة من ناحية الأعباء المالية والاجتماعية والنفسية، واصفاً المرض بالغول الذي يتغذى على دماء الأطفال، مشيراً إلى أن هناك 436 مريضاً من المسجلين في المركز بحاجة إلى نقل دم مستمر والباقي عند اللزوم.

قضية صحية

وأشار إلى أن مرض التلاسيميا يعتبر قضية صحية عامة في الدولة تؤثر على حياة الكثير من العائلات على المستويات الاجتماعية والطبية والمالية والنفسية، ويعد فحص ما قبل الزواج الذي تم إقراره في العام 2006 الوسيلة الأفضل للمساعدة في تقليل الإصابة بالأمراض الوراثية.

وأكد الدكتور عصام ضهير أن مؤسسة الشيخ سلطان بن خليفة للبحوث العلمية والإنسانية ومبارتها المتمثلة في جائزة سلطان بن خليفة العالمية للتلاسيميا، أحدثت حالة صحية جديدة لم تكن موجودة في السابق ليس فقط على مستوى الدولة بل على مستوى العالم من خلال إذكاء الرأي العام بأهمية المرض ولفت الانتباه إلى إمكانية القضاء عليه من خلال برامج وطنية حقيقية طويلة الأمد تدعم المرضى وتعزز طرق العلاج، وفي الوقت نفسه تعمل على الحد من إصابة المواليد الجدد. ووصف الدكتور ضهير الوقاية من المرض بأنها من أسهل ما يمكن من خلال فحص بسيط للدم للمقبلين على الزواج، مشدداً على

المريض إلى متابعة أسبوعية فقط. وهناك نوع آخر وهو عبارة عن حبة تؤخذ مرة واحدة عن طريق الفم وهذا الدواء يعتبر من الأدوية المكلفة.

والياً لدينا في المركز 200 مريض يستخدمون هذا الدواء ولكن من المبكر لأوانه الحكم على الدواء، لأن السنة الأولى من استخدام أي دواء جديد هي للحكم على أمان الدواء والسنة الثانية نحكم فيها على فعالية الدواء وهؤلاء المرضى الآن يتم متابعتهم شهرياً وقد لاحظنا أن هناك ارتياحاً لديهم.

وحول سبب إعطائه لبعض المرضى دون غيرهم قالت: "قبل إعطاء الدواء الجديد يتم إجراء فحوصات كاملة لوظائف الجسم، ومنها الكبد والكلية والقلب وغيرها للتأكد من عدم حدوث مضاعفات، وقررنا بعد إجراء الفحوصات ومعرفة الوضع الصحي للمرضى تحويل عدد منهم لاستخدام الدواء، فيما تم إبقاء المرضى الآخرين على الأدوية التقليدية لأن لديهم بعض المشكلات التي تمنع من استخدام الدواء الجديد معهم".

خدمات عالمية

وأوضحت أن المركز يعتبر الأول على مستوى المنطقة في تطبيق الخدمات النهارية بمعنى أن مريض التلاسيميا يدخل المركز صباحاً ويخرج منه باليوم نفسه بعد إجراء كل الفحوصات والتحاليل ولا يحتاج المريض للإقامة بالمركز، وكلما كان المركز قريباً من المرضى كلما كان التزامهم بالمواعيد ونقل الدم أكثر، مشيرة إلى أن المرضى الذين يأتون من الإمارات الأخرى يجدون صعوبة في بعض الأحيان بالالتزام بالمواعيد المحددة بسبب بعد المكان والانشغال أحياناً.

فوائد

السمسم صديق القلب

قال مركز استعلامات المستهلك الألماني: إن السمسم يحتوي على نسبة عالية من الدهون تبلغ 50 إلى 60%، والتي تتألف بصفة خاصة من الأحماض الدهنية غير المشبعة، والتي تتمتع بفائدة كبيرة لصحة القلب والأوعية الدموية.

وأضاف المركز إن السمسم يعد أيضاً منجماً للمعادن، حيث إنه غني بالزنك، الذي يعمل على تقوية جهاز المناعة، والنحاس المهم لبناء الدم، فضلاً عن الحديد، والذي يمكن للجسم امتصاصه جيداً. د. ديبى - البيان الصحي



وقاية

البروتين سلاح ذو حدين

يقدر خبراء التغذية أن حاجة الإنسان من البروتين تعتمد حسب وزنه، بواقع غرام واحد لكل كيلوغرام من وزن الجسم. لكن الشخص الذي يخضع لتمارين رفع الأثقال وبناء العضلات، أو الذي يعاني من النحافة يمكنه أن يتناول ما بين 2.5 و 3 غرام واحد لكل كيلو من وزن جسمه. وأفضل الطرق لطهي اللحوم أن تكون مشوية، أو مسلوقة، أو مطبوخة في كمية قليلة جداً من الزيت.

وعلى الذين يعانون من مشاكل صحية مزمنة مثل السكري أو ارتفاع ضغط الدم الحذر أكثر من الدهون الموجودة في البروتين الحيواني، وفي هذه الحالة ينبغي اختيار منتجات الألبان قليلة الدسم لأنها تحتوي على دهون مشبعة أقل. ومن المفيد دمج كميات كبيرة من الخضروات مع اللحوم، لأن الإنزيمات الموجودة في الخضروات تساعد على هضم البروتين الحيواني، لذلك تعتبر السلطة أو الخضروات عنصراً رئيسياً في

أي وجبة تحتوي على اللحوم. وفي حال وجود مشاكل بالقلب أو الشريان التاجي ينصح بأكل اللحم مرة كل أسبوعين، واستخدام الطرق الصحية في الطهي. وينصح بتجنب أكل الفواكه مع اللحوم لأنها تسبب الانتفاخ وعسر الهضم. كذلك من الأفضل شرب الكثير من الماء عند أكل اللحم، وتجنب القلي لأنه يقتل بعض البروتينات. د. ديبى - البيان الصحي

العنب يقوي النظر ويقلل الإصابة بالعمى

د. ديبى - البيان الصحي

حثت دراسة طبية أميركية حديثة على ضرورة الإكثار من تناول العنب، لما له من فوائد جمة في الحفاظ على صحة شبكية العين وبنيتها الداخلية وتقوية النظر، وتقليل احتمالات الإصابة بالعمى أو ضعف البصر في مراحل متقدمة من العمر. ونصحت الدراسة الصادرة من جامعة ميامي الأميركية بإضافة العنب إلى النظام الغذائي، نظراً لغناؤه بمضادات الأكسدة التي تحمي خلايا شبكية العين من تلف الحمض النووي، مشيرة إلى أن مضادات الأكسدة الموجودة في العنب تحمي البصر من الضعف والعمى وتقوي النظر، واختبرت الدراسة تأثير العنب على صحة شبكية العين على الفئران، حيث تم إطعام مجموعة بودة عنب مجفف، بما يعادل 3 حصص من العنب في اليوم للإنسان، مع مراعاة ضبط مستوى السكر، ومجموعة أخرى لم تتناول العنب، وبينت النتيجة تقوية البنية الداخلية لشبكية العين وخلاياها المستقبلية للضوء وسمكها ووظائفها لدى الفئران، فيما لحقت بالمجموعة

التي لم تتناول العنب ضمن نظامها الغذائي أضرار في شبكية أعينهم، مع انخفاض 40% من الخلايا المستقبلية للضوء وتدهور في النشاط البصري.

غني بالفيتامينات

وأكد البروفيسور آيغال هاكام المشرف على الدراسة أن نتائج الدراسة «مذهلة» تعزز بقوة التأثير الإيجابي والفوائد الصحية الجمة للعنب على صحة العين، مشيراً إلى أن العنب غني بفيتامين «سي» و«كيه» و«بيتا كاروتين» الذي يساهم في تلصص الجسم من الجذور الحرة المدمرة للخلايا الصحية والسموم.

وأشارت دراسة بجامعة غلاسكو الإسكتلندية إلى أن تناول عصير العنب الأرجواني المعروفة باسم «عصير عنب كونكورد» يساهم في تخفيض الإصابة بأمراض القلب والسرطان ويكافح الزهايمر ويقوي عمل الدماغ.

يقلل اكتساب وزن إضافي

وأشارت دراسة أخرى صادرة من جامعة واشنطن إلى أهمية العنب في عدم اكتساب وزن زائد، وذلك نظراً لاحتوائه على مكملات «ريسفيراترول» المضادة للميكروبات وللشيخوخة، وهذه المادة موجودة أيضاً في التوت الأزرق والأحمر والفراولة والتفاح، والمسؤولة عن تحويل الدهون السيئة البيضاء إلى أخرى بنية جيدة، تعزز من حرق السعرات الحرارية الزائدة.

للنساء فقط.. الحليب يخفف من عوارض خشونة الركبة

د. ديبى - البيان الصحي

يصنف مرض خشونة الركبة عند النساء، بين الأمراض التي لا يوجد لها علاج، حتى اليوم. لكن دراسة جديدة تقول إن كوباً واحداً من الحليب يومياً، قد يخفف من أعراض المرض.

عوارض

وتشير الدراسة، التي نشرت في مجلة الجامعة الأميركية للروماتيزم، إلى أن استهلاك الحليب يومياً، يخفف من تقدم المرض عند النساء، مقارنة بتناول الجبن الذي يفاقم العوارض. ويقول العلماء إن الدراسة لا تنطبق على الرجال، وإن منافع الحليب في مكافحة هذا المرض فريدة من نوعها، ولم يتم تحقيقها عند استبدال الحليب بغيره من منتجات الألبان.



البقدونس مخزن البوتاسيوم ومدر للبول



تحتوي على 1000 ملليغرام من البوتاسيوم. كما يزخر البقدونس أيضاً بالكالسيوم وبروفيتامين «أ».

ومن ناحية أخرى، أوصت الدراسة بإضافة البقدونس الطازج إلى الطعام بعد الطهي لأن الزيوت العطرية، التي تمنح البقدونس نكهته المميزة، لا يمكنها تحمل الحرارة العالية. أما البقدونس المجفف، فيمكن إضافته لطعام قبيل انتهاء الطهي.

د. ديبى - البيان الصحي

أظهرت دراسة أميركية إن البقدونس يتمتع بتأثير مُدر للبول بفضل محتواه العالي من البوتاسيوم.

100

وأفادت الدراسة أن 100 غرام من البقدونس

الليم يتفوق على الليمون بمعدنه المتنوعة



قالت دراسة بريطانية إن الليم يتمتع بفوائد صحية جمة، حيث يزخر الشقيق الأصغر للليمون بفيتامين «ج»، الذي يعمل على تقوية جهاز المناعة. كما يتفوق الليم على شقيقه الأكبر من حيث محتوى الكالسيوم والبوتاسيوم والفسفور، لذا فهو يتمتع بأهمية كبيرة للعظام والقلب والأعصاب. وبالإضافة إلى ذلك، يحتوي الليم، الذي يمتاز بلونه الأخضر، على زيوت طيارة وحمض الفوليك. د. ديبى - البيان الصحي



محضّر من حليب طازج 100%

نقدم لكم حليب طويل الأجل.



طويل الأجل
حليب
محضّر من حليب طازج 100%

بدون بودرة • بدون مواد حافظة
بدون د • مصدر طبيعي للكالسيوم

قليل الدسم



طويل الأجل
حليب
محضّر من حليب طازج 100%

بدون بودرة • بدون مواد حافظة
مع فيتامين د • مصدر طبيعي للكالسيوم

كامل الدسم

أدلة

بثور الوجه علامات تحذيرية لمشكلات صحية

وأوضحت مجلة «إن ستايل» الألمانية أن بثور الوجه تعد علامات تحذيرية لبعض المشكلات الصحية، مشيرة إلى أن معنى البثور يختلف حسب موضعها بالوجه، فالبثور بين الحاجبين أو على جذر الأنف يدل على وجود مشكلات بالكبد وعدم قدرته على طرد السموم من الجسم. وهنا ينبغي استشارة الطبيب، كما تعتبر البثور على الأنف والجبين مؤشراً على التوتر النفسي. ويمكن التخلص منها من خلال ممارسة الرياضة وتمارين الاسترخاء

واليوغا. وقد تشير البثور حول الفم إلى الإصابة بمرض الهربس، بينما قد تكون غير ضارة وناجمة عن الإفراط في تناول الأطعمة الحمضية أو الدهنية. أما البثور، التي تنشأ بالذقن والرقبة، فتظهر قبيل فترة الحيض، ويمكن مواجهتها بواسطة حمض الساليسيليك. وبالنسبة لبثور الوجنات، فإنها تنشأ نتيجة لملامسة اليد الملوثة بالجراثيم والأوساخ. دبي - البيان الصحي



تحذير

الإفراط في إعطاء الأطفال خافض الحرارة يضر الكلى

حذرت دراسة أميركية حديثة من الإفراط في إعطاء مسكنات الألم، وخوافض الحرارة التي تعطى بصورة مستمرة للأطفال. وذكر باحثون أن قرابة 3% من حالات الإصابة بأضرار بالغة في الكلى لدى الأطفال، ترجع إلى استخدام مسكنات الألم مثل «النايروفين» و«النايوكسن». وركزت الدراسة، التي نشرتها الرابطة الألمانية لطب الأطفال، أيضاً على التهابات المسالك البولية التي تحدث نتيجة الإفراط في تناول المسكنات، والتي تؤدي إلى

تعطل شبه كامل لوظائف الكلى وصولاً إلى القصور الكلوي. وأشارت الدراسة إلى أن هؤلاء الأطفال عادة ما يعانون من جفاف نتيجة ارتفاع درجات الحرارة، وإصابتهم بإسهال أو قيء، وهو ما يحد من معدلات إفراز الكلى، وسريان الدم داخل الأنسجة المسؤولة عن تصفية الدم وتنقيته. كما أكد الأطباء أهمية الفحص الروتيني لسول الأطفال لأنه قد يجنب الكثير من مضاعفات الأمراض، ويوفر بالتالي العلاج المبكر. دبي - البيان الصحي

«اسأل الصيدلي».. إجابات متكاملة للمرضى

دبي - البيان الصحي

يتيح تطبيق «اسأل الصيدلي» للمريض أو المستخدم إرسال أي سؤال عبر التطبيق حول الأدوية أو أي جوانب صحية أخرى ناتجة عن استخدام الأدوية، وذلك للحصول على إجاباتها مباشرة أو خلال 24 ساعة، وذلك تبعاً لطبيعة السؤال، حيث يتم كتابة الإجابة ومراجعتها والتدقيق عليها من قبل نخبة من الصيادلة المتميزين في الهيئة، وذلك لضمان صحة الاستخدام الدوائي.

معلومات وإرشادات

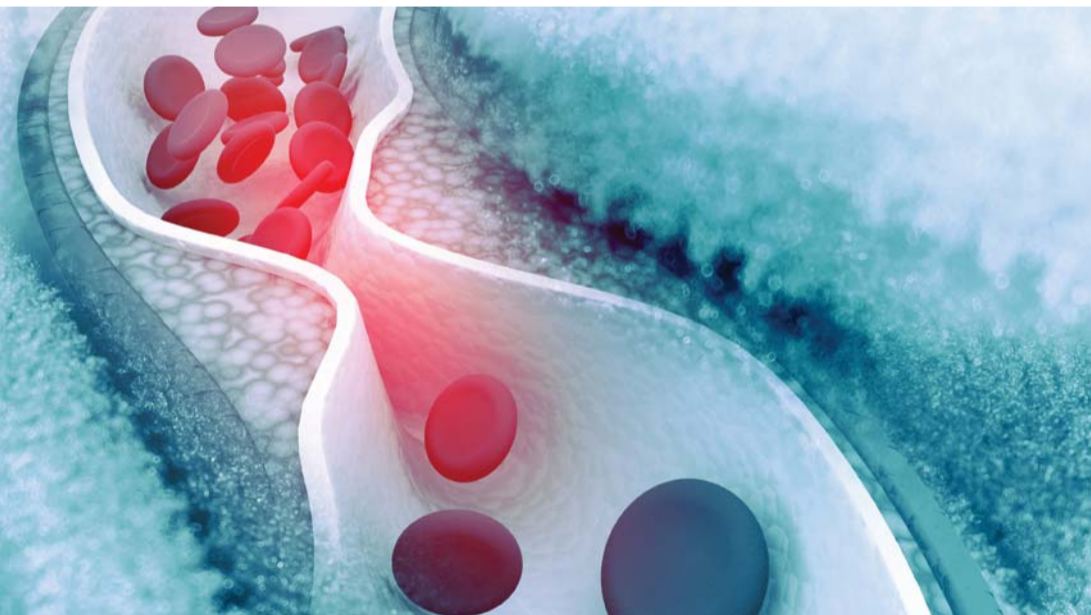
كما يتيح التطبيق إمكانية التعرف إلى صور الأدوية، وكيفية ودواعي استخدامها، وتحذيرات الاستخدام خلال الحمل والرضاعة وتفاعلاتها

وأعراضها الجانبية وطرق التخزين الخاصة بها، وغيرها من المعلومات والإرشادات التثقيفية.

خصائص

وتعمل الهيئة على تطوير وتحديث التطبيق باستمرار، إذ سيتم إضافة العديد من الخصائص الأخرى، كالمعلومات الخاصة بأقرب صيدلية للمستخدم، والمعلومات المتعلقة بالإسعافات الأولية والأعشاب الطبية وفوائدها ومحاذير استخدامها، إضافة إلى خدمة التواصل المباشر مع المريض، ويتوفر التطبيق باللغتين العربية والإنجليزية.

علاج واعد يخفض أخطار الإصابة بجلطات الساقين



تحديد الجرعة المناسبة لإجراء مزيد من الاختبارات، ولكنها أظهرت أيضاً أن العقار الجديد أكثر كفاءة وفعالية من الهيبارين المستخدم حالياً.

حقيقة

ويقول الدكتور الكسندر من جامعة اونتاريو بكندا إن العقار الجديد يمثل بداية حقبة جديدة من مضادات التجلط. ويقول الدكتور رورت هاندن من جامعة بوسطن إنه ينبغي أن يكون العقار الجديد أقل تكلفة عن الهيبارين، حيث تكلف حقن الهيبارين نحو 200 دولار.

الجلطات يمكن أن تكون قاتلة إذا تفتت وانتقلت عبر الدورة الدموية إلى الرئتين أو القلب، حيث اكتشف الباحثون أن ذلك العقار التجريبي يخفض مخاطر الإصابة بالجلطات بنسبة تصل إلى 82% بعد عمليات استبدال المفاصل مقارنة بالعلاجات التقليدية ومن أهمها ما يعرف بالهيبارين.

ويعرف العقار الجديد باسم بنتاسكريد المركب، ويستهدف البروتين المسبب للجلطات في الدم ويمنع تراكمه.

هدف

وكان الهدف من الدراسة الأخيرة هو

دبي - البيان الصحي

أظهرت أبحاث جديدة أن استخدام مادة مركبة يؤدي إلى تخفيض أخطار الإصابة بجلطات الدم عقب العمليات الجراحية، ويمكن أن يؤدي بعد فترة إلى الاستغناء عن العقاقير التي تستخدم لزيادة سيولة الدم المستخدمة منذ عقود.

خطورة

ومن المعروف أن جلطات الساقين تعد من الأعراض الجانبية التي تصاحب إجراء عمليات جراحية كبيرة، وهذه

تخفيض أسعار أدوية الإيدز عالمياً للمرضى في أفريقيا



دبي - البيان الصحي

أعقاب قرار آخر أصدرته الولايات المتحدة الأميركية سمحت بموجبه بيع أدوية مضادة للإيدز بثمان قليل للدول الأفريقية في محاولة للحد من انتشار المرض في أفريقيا.

وسيوفر هذان القراران دعماً قوياً لأفريقيا، حيث تقدر الأمم المتحدة عدد الذين توفوا فيها نتيجة إصابتهم بمرض الإيدز أكثر من 11 مليون شخص، كما يقدر عدد الحاملين لفيروس المرض بأكثر من 22 مليوناً. وأعلنت 5 شركات كبرى تصنع أدوية مسجلة مضادة للإيدز بعد محادثات أجرتها مع الأمم المتحدة عن نيتها خفض أسعار هذه الأدوية

محاولات

ويأتي قرار شركات الأدوية هذا في

إضافة للقيام بمبادرات أخرى من شأنها تسهيل الحصول على منتجاتها الأخرى.

85%

وقال ناطق باسم شركة جلاكسو ويلكوم البريطانية إن أسعار الأدوية ستخفض بنسبة 85%.

وتعقبها على هذا القرار، صرحت جرو هارلم برونلاندر رئيسة وزراء النرويج السابقة، والرئيسة الحالية لمنظمة الصحة العالمية لبي بي سي، بأن تخفيض أسعار أدوية الإيدز سيساعد المرضى، لكن مهمة مكافحة المرض ما زالت صعبة.

الأدوية تقتل 10 آلاف بريطاني سنوياً

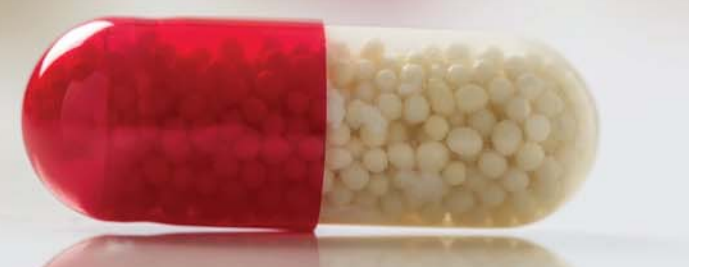
تقلل من كمية المياه في الجسم. وكان الأثر الشائع الوحيد لهذه الأدوية حدوث نزيف داخلي في المعدة، وقدر الباحثون أن 0.15% من هؤلاء الذين دخلوا المستشفى ماتوا نتيجة لآثار الأدوية الجانبية. وقال الباحثون: «معدل الوفيات الصحيح يركز على الآثار الجانبية للأدوية جميعها سواء تلك التي تتسبب في دخول المستشفى أو تلك التي تحدث بينما يكون المريض داخل المستشفى وربما تزيد بناءً على ذلك لتصل إلى 10 آلاف شخص سنوياً»، وطبقاً لما ذكره الباحثون فإنه يمكن تجنب 70% من هذه الآثار.

كألسبرين تسببت في دخول شخص من كل 16 شخصاً المستشفى، ومات نحو 28 شخصاً خلال تلك الفترة.

ونقلت المجلة الطبية البريطانية عن الباحثين قولهم إن عدد الوفيات قد يزيد إلى 10 آلاف حالة سنوياً على المستوى المحلي. ووجد الباحثون أن 1225 شخصاً دخلوا المستشفى خلال 6 أشهر بسبب الآثار الجانبية للأدوية، كان معظمهم يتعاطى الأسبرين أو مسكنات أخرى. بينما كان يتعاطى آخرون أدوية مسيلة للدم مثل الوردفين أو أدوية مدرة للبول

دبي - البيان الصحي

خلصت دراسة علمية حديثة إلى أن الأدوية تقتل ما يزيد على 10 آلاف بريطاني سنوياً وذلك بسبب الآثار الجانبية لها. وقال باحثون من جامعة ليفربول إن نحو 18820 شخصاً دخلوا المستشفى في ميريسايد في الفترة بين نوفمبر 2001 وأبريل 2002 نتيجة الآثار الجانبية للأدوية. واكتشف الباحثون أن الآثار الجانبية لعقاقير



زيكا يهدد الولايات المتحدة



صغر حجم رأس الأجنة. ووصفت منظمة الصحة العالمية فيروس زيكا بأنه يمثل تهديداً عالمياً خطيراً، تماماً مثل فيروس إيبولا. دبي - البيان الصحي

مليار دولار للمكافحة الطارئة للفيروس، وينتشر الفيروس عن طريق بعوضة توجد في المناطق الاستوائية وشبه الاستوائية وعثر عليها في الأمريكتين باستثناء كندا وشيلي لأن درجة الحرارة هناك منخفضة ولا تتحمل البعوضة درجات الحرارة المنخفضة. ويمكن للبعوضة بعد امتصاص دم شخص مصاب، أن تنقل العدوى إذا استطاعت لسع أي شخص آخر، ويرتبط فيروس زيكا بأعراض من بينها

ما يُعرف بـ«الوباء المحلي»، وستكون بضع حالات، أو العشرات على أقصى تقدير. وتابح فوسي أن بعض الأمراض العصبية قد تكون على صلة بفيروس زيكا، وثمة تقارير عن حالات فردية لإصابات في الجهاز العصبي بين البالغين والأجنة، ومن بين هذه الأعراض التهاب في المخ وقشرته، وإصابات في الحبل الشوكي، وكلها أعراض غير معتادة. وتعمل الحكومة الأمريكية على رصد 1.9

قال رئيس المعهد الوطني للحساسية والأمراض المعدية في الولايات المتحدة، أنتوني فوسي، إن البلاد قد تشهد تفشياً لفيروس زيكا بين المواطنين. وأشار فوسي إلى أن الولايات المتحدة شهدت أكثر من 350 حالة إصابة بالفيروس لأناس انتقلت لهم العدوى وهم خارج البلاد، ولم تثبت بعد حدوث أي حالة إصابة داخل البلاد. وأضاف أن الإصابات قد تكون في إطار

هل ندرك أثر الخدمات المقدمة من أمين المكتبة الإكلينيكي للمرضى؟



السيد بخيت بشتاوي

الإشراف والقيادة على الموظفين؛ زيادة مشاركة المريض واتخاذ القرارات المشتركة؛ التشخيص؛ تحسين الممارسة الإبداعية؛ التقييم أو التدقيق؛ تحسين جودة الحياة للمرضى؛ تحسين سلامة المريض والموظفين؛ تحسين الوصول إلى المعلومات المرضية؛ إدارة المخاطر؛ خدمات القيمة والفعالية؛ وتجنب الاختبارات، والإحالات، وإعادة الإدخال وتقليل مدة الإقامة؛ تحسين الجودة والإنتاجية؛ خدمات المساءلة والشفافية؛ تخفيض مدة الإقامة؛ برنامج تحسين التكلفة؛ تطوير الأعمال.

أخيراً، الخدمة التي يمكن أن توفرها المكتبات الطبية من خلال أمين المكتبة الإكلينيكي، والتي ظهرت جلياً في العديد من الدراسات العلمية هي توفير الوقت للمهنيين الصحيين، وتوفير واختيار الدواء، وهو في النهاية ما يعكس إيجاباً على دقة صنع القرار الإكلينيكي.

رئيس قسم المكتبات الطبية بالإناة بهيئة الصحة في دبي



والاعتمادات؛ التداخلات التي تستند إلى أفضل الممارسات؛ توفير التعليم أو التدريب؛ تنفيذ أدلة الممارسات الإكلينيكية؛ تحسين جودة الرعاية الصحية؛ مراجعة بروتوكولات الرعاية؛ نصيحة المريض؛ اختيار التدخل؛ مطابقة معايير الجودة؛ تحسين تجربة رعاية المرضى؛ تحسين نتائج الرعاية الصحية؛ اختيار التقييم أو الاختبار؛ الحصول على المؤهلات؛

استبيان احتوى على ما يمكن لأمناء المكتبات الإكلينيكية أن يساهموا به بشكل مباشر أو غير مباشر في مؤسسات الرعاية الصحية؟، وكانت أغلب النتائج تشير إلى وجود مثل هذه المساهمات والآثار على ذلك تمثلت في تحديث المعارف والمهارات للعاملين في المؤسسة؛ دعم البحوث؛ تطوير الخدمات وتوفرها؛ الامتثال مع الهيئات التنظيمية والمهنية

الإكلينيكية يمكن أن تنطوي على معلومات تتعلق بتطوير الأعمال، والتمويل، والمسائل القانونية. ومن الرسائل، إن التوقعات المستقبلية للطرق المستخدمة يمكن أن تشكل قاعدة معلومات هامة وشاملة وبالأدلة على فعالية وتأثير خدمات المكتبة الصحية.

نتائج

تعمقت الدراسة وبشكل مفصل عن طريق

قد يكون لا يزال سائداً في منطقتنا العربية حتى يومنا هذا، الصورة النمطية للمكتبة ولأمين المكتبة، لكن وللإنصاف فإن مكتباتنا العربية والعاملين فيها لحق بهم التغيير الحديث، شأنهم شأن كل مناحي الحياة العصرية، ولكني أعتقد أننا ما زلنا خلف الركب. وما جلب انتباهي هو عدة دراسات حول الدور الكبير الذي يقوم به أمناء المكتبات الطبية والمستشفيات في أوروبا وأميركا وبعض بلدان العالم، أو ما يسمى بأمين المكتبة الإكلينيكي أو السريري أو الطبي أو الصحي.

مساهمة

ففي مقالة بعنوان: «أثر الخدمات المقدمة من أمين المكتبة الإكلينيكي على رعاية المرضى ومنظمات الرعاية الصحية» وعرضت مؤخراً قبل نشرها النهائي في «مجلة المعلومات الصحية والمكتبات»، بتاريخ 17 فبراير 2016، أبرزت نتائج الدراسة على عدد من أمناء المكتبات الإكلينيكيين البريطانيين أنهم يساهمون على المدى القصير والطويل في العديد من مخرجات رعاية المرضى والمؤسسة. فقد أجاب 36% بمساهمتهم المباشرة في اختيار التدخل، و 26% منهم في التشخيص، و 25% في نوعية الحياة، و 26% في زيادة مشاركة المريض في عملية صنع القرار، و 28% في تقليل التكلفة وإدارة المخاطر وتجنب الاختبارات، والإحالات، وإعادة الإدخال وتقليل مدة الإقامة.

أدوار

لقد هالني ما يقوم به أمناء المكتبات الإكلينيكيين جنباً إلى جنب مع الكادر الصحي، ولا أجرؤ حقيقة على ذكر الكادر الطبي لأنني لا أستطيع توقع ردة الفعل وموقف أطباء عالمنا العربي. لتوضيح الأثر، أوصلت الدراسة مجموعة من الرسائل منها أن كل بحث يقوم به أمين المكتبة الإكلينيكي يساهم في تحقيق نتائج متعددة ذات أهمية كبيرة في مؤسسات الرعاية الصحية. أيضاً الأدوار الجديدة لأمناء المكتبات

لماذا يظهر إحساس بأمر قد رأيناه؟

دبي - البيان الصحي

قد يظهر إحساس بأن هذا الشيء قد رأيناه لدى الناس الأصحاء- أو بالأحرى الإحساس بذكريات كاذبة- نتيجة أخطاء تنشأ في مسالك الجهاز العصبي، ما يجعلنا نخلط بين الماضي والحاضر. ويرى العلماء في جامعة تكساس أن تلك الظاهرة لم يدرسها الباحثون حتى الدراسة رغم أن 60% - 80% من الناس يواجهونها من وقت إلى آخر.

مسببات

ولم تحدد إلى الآن بدقة أسباب واضحة خاضعة للإحصاء تؤدي إلى تطور الإحساس المذكور. وقال العلماء، إن الخبرات والتجارب التي كان يواجهها الإنسان في الماضي لا يمكن دراستها في ظروف المختبر. ويرى الباحثون أن دراسة آلية حفظ ذاكرة الإنسان يمكن أن تسلط الضوء على تجليات ظاهرة هذا قد رأيناه أو ما يعرف بـ «deja vu»، وقالوا، إن الفص الصدغي من الدماغ هو الذي يتحمل المسؤولية عن الذكريات والأحداث والحقائق الطويلة الأمد.



أزمة تمويل الصحة تهدد الدول النامية



الاحتياجات الهائلة، تبين نتائجنا احتمالات حدوث نمو متواضع في الإنفاق على الصحة في الكثير من الدول الأكثر فقراً، مع تفشي أضخم موجات من أعباء الأمراض خلال السنوات الـ 25 القادمة.» وتابع: «ربما تكون لهذه التغيرات في النمو والتركيز على المعونة الدولية آثار خطيرة على أكثر من 15 مليون نسمة ممن يتناولون علاجات مضادة للفيروسات الارتجاعية في الدول النامية.

(لانسيت) الطبية أن نحو النصف تقريباً من 80 دولة نامية قد لا تلبى بحلول عام 2040 المستهدف دولياً بالنسبة إلى الرعاية الصحية، والذي يقضي بتوفيرها للجميع مع إنفاق 86 دولاراً على كل فرد سنوياً.

إنفاق

وقال جوزيف ديليمان من معهد تقييم الصحة ومعيارها: «على الرغم من

دبي - البيان الصحي

قال خبراء أميركيون إن الملايين في الدول النامية يواجهون خطر غياب معظم الخدمات الصحية الأساسية بسبب نقص الإنفاق المحلي على الصحة، مع بطء معدلات النمو في المعونات الدولية المخصصة لهذا القطاع. وأوضحت دراستان نشرتا في دورية

دهون الأسماك والزيوت النباتية تطيل العمر

الشمس، وزيت الكانولا وزيت الزيتون، وتقول الإرشادات، إنه يتعين ألا يتناول البالغون أكثر من 20 إلى 35% من السرعات الحرارية اليومية من الدهون.

اختبارات

ويجب أن تكون هذه الدهون غير مشبعة على ألا تزيد نسبة الدهون المشبعة على 10% علاوة على نسبة أقل بقدر الإمكان من الدهون المتحولة. وتضمنت الاختبارات قياس مستوى مختلف أنواع الدهون لدى 2193 امرأة و 2039 رجلاً من السويد، ثم تمت متابعة حالات نصفهم على مدى 14.5 عاماً على الأقل. وخلال فترة الدراسة توفي 265 رجلاً و 191 امرأة فيما أصيب خلالها 294 رجلاً و 190 امرأة بأمراض تتعلق بالقلب والأوعية الدموية.

«تعتمد الدراسة الإرشادات الغذائية الحالية، التي تنصح بتناول كميات كافية من الأسماك والخضراوات ضمن أغذية صحية بالنسبة للقلب.»

والدهون العديدة غير المشبعة والدهون الأحادية غير المشبعة هي الدهون التي تضمن مستويات صحية من الكوليسترول لا سيما عندما تستعمل بدلاً عن الدهون المشبعة والمتحولة والكوليسترول الضار.

كميات

وتوجد الدهون غير المشبعة في أسماك مثل السلمون والسلمون الأرقط والرنجة، وفي خضراوات وفاكهة مثل ثمار الأفوكادو والزيتون والجوز والزيوت النباتية مثل زيت فول الصويا وزيت الذرة وزيت القرطم، وزيت عباد

دبي - البيان الصحي

قالت دراسة جرت في السويد، إن الرجال والنساء الذين يتناولون وجبات من الأسماك والخضراوات ربما يعيشون عمراً أطول ممن لا يتناولون هذه الأطعمة. وقالت الدراسة، إن أكثر من 4 آلاف من الرجال والنساء يبلغون من العمر 60 عاماً ممن توجد لديهم في الدم أعلى نسب من الدهون العديدة غير المشبعة، التي تحتويها الأسماك والخضراوات هم أقل عرضة بواقع نحو 15 مرة للوفاة جراء أمراض القلب وغيرها، وذلك بالمقارنة بمن لديهم مستويات أقل من هذه الدهون. وقال المشرف الرئيس على الدراسة أولف ريسبروس:



حمدان بن راشد يدشن التوسعات الجديدة بمستشفى راشد ومنظومة التأمين الصحي المطورة



دبي - البيان الصحي

افتتح سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم، نائب حاكم دبي وزير المالية رئيس هيئة الصحة في دبي، التوسعات المستحدثة في مستشفى راشد، والتي اشتملت على تأسيس 6 من الأقسام الطبية المتخصصة في العمليات الجراحية الدقيقة والنادرة، إلى جانب غرف العناية الحرجة فائقة المستوى والتجهيزات، وذلك إيداناً ببدء التحول النوعي المطلوب في القطاع الصحي بدبي، والوصول إلى نموذج طبي عالمي من الطراز الأول.

بداية

كما دشّن سموه المنظومة الجديدة للتأمين الصحي في دبي، موجهاً بقبول بطاقات التأمين الصحي الصادرة عن الشركات الخاصة في جميع منشآت الهيئة الطبية، وفتح المجال لحاملي مثل هذه البطاقات للاستفادة من الخدمات الصحية رفيعة المستوى، المتوفرة في المستشفيات والمراكز والعيادات التخصصية، على أن يبدأ التعامل مع بطاقات القطاع الخاص في مستشفى راشد، إلى أن تتبعها مختلف المستشفيات والمراكز في الفترة المقبلة.

تصوير: صلاح عبدالقادر ونديم رشيد



مساهمة

75 مؤسسة في مؤتمر طب العائلة

شاركت 75 مؤسسة في فعاليات الدورة الثالثة من المؤتمر والمعرض الدولي لطب العائلة، المقام في مركز دبي الدولي للمؤتمرات والمعارض، تحت رعاية سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم، نائب حاكم دبي وزير المالية، رئيس هيئة الصحة بدبي، وبحضور معالي حميد محمد القطامي، رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي، وبمشاركة عدد من كبار المسؤولين والمتخصصين في مجال الرعاية الصحية. دبي - البيان الصحي.



تكريم حمدان بن راشد خلال مؤتمر العمود الفقري

كرمت جمعية التثبيت الداخلي لكسور العمود الفقري، سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي وزير المالية رئيس هيئة الصحة بدبي، راعي جائزة حمدان الطبية، وتسلم درع التكريم معالي حميد القطامي رئيس مجلس الإدارة والمدير العام لهيئة الصحة بدبي، وذلك عقب افتتاح معاليه، ممثلاً عن سمو الشيخ حمدان بن راشد، فعاليات المؤتمر العالمي الخامس للعمود الفقري. دبي - البيان الصحي.



معقّمات اليدين خطر على الأطفال

أكد علماء من مستشفى جامعة كانسا الأميركية إن بعض معقّمات الأيدي تحوي على نسبة كحول تبلغ 59٪، وهذا يشكل خطراً على مستخدميها وخاصة الأطفال منهم. ووفقاً للإحصائية التي أجريت في المستشفى فإن 153 طفلاً أصيبوا بالتسمم في الولايات المتحدة وحدها العام الماضي، جراء تناولهم لمنتجات تعقيم الأيدي ونصف هؤلاء الأطفال هم دون عمر 3 سنوات، حيث إن الرائحة العطرة للمعقّمات تحرك الفضول لدى الأطفال ويقومون بتبلاعها دون وعي بمخاطرها.

دبي - البيان الصحي

بالتعاون مع

هيئة الصحة بدبي
DUBAI HEALTH AUTHORITY

أخطاء تدمر الريجيم

غرافيك: أسيل الخليبي

اتباع حمية غذائية مسألة مجهدة تحتاج لقدرة كبير من ضبط النفس، ولكن الريجيم لا يتوقف عند التقليل من الطعام والسرعات الحرارية، حيث إن هناك عوامل أخرى تسهم في إنجاح أو إفشال أي ريجيم.

70

تؤدي قلة النوم لزيادة إفراز هرمون الغريلين، المحفز للجوع، وذلك لأن الجسم يحرق ما يعادل 70 من السرعات الحرارية خلال الساعة الواحدة أثناء النوم.

التخلي

عن وجبة الغذاء
التخلي عن إحدى الوجبات يجعل الجسم يخفض من استهلاكه للطاقة، وبالتالي يتراكم حرق الدهون.

تناول الطعام

أمام التلفاز
متابعة المسلسل أو الفيلم المفضل أو مباراة لكرة القدم أثناء تناول الطعام، من أكبر الأخطاء التي تدمر الريجيم، فالتركيز في أمرين يجعلنا لا ندرك لحظة الشبع.

1.5

شرب الماء بكميات كافية طيلة اليوم من ليتر إلى 1.5 ليتر يومياً يساعد على الريجيم والتخلص من السموم.

من المهم تناول الخضراوات والفاكهة في كل وجبة، إضافة للسّمك ومأكولات البحر، والحد من الأكل بين الوجبات، خصوصاً المأكولات الخفيفة والسريعة.

وسائل التواصل الاجتماعي

الضوء الأزرق المنبعث من الهاتف يمنع إنتاج هرمون النوم المعروف باسم الميلاتونين، الأمر الذي يؤدي بدوره لصعوبة النوم، ومن ثم التعرض لنوبات جوع مفاجئة ليلاً.

2500

يحتاج الرجل إلى نحو 2500 سرعة حرارية، فيما تحتاج المرأة إلى 2000 سرعة، وفي حالة الريجيم يجب التقليل من عدد السرعات عند الحد العادي.

قلة التعرض لضوء الشمس

فتح ستائر غرف المنزل مع بداية النهار، يساعد على تحفيز عملية الأيض، وبالتالي على حرق الدهون بفاعلية كبيرة.

التوتر الصباحي

الاستيقاظ المتأخر وحالة التوتر قبل الذهاب للعمل، يؤديان لإفراز هرمون الكورتيزول، الذي يعرقل عملية بناء البروتينات في الجسم.

100

ابتعد عن السكريات، خصوصاً السريعة منها كالمشروبات الغازية والحلويات، حيث تحتوي على سرعات حرارية عالية، تتجاوز الـ 100 سرعة.

البيان الصحي

كلمة العدد
وجهة السياحة العلاجية

الدكتورة: ليلي المرزوقي

«دبي وجهة عالمية للسياحة العلاجية»، هو مشروعنا الطموح، الذي تتبني هيئة الصحة في دبي تنفيذه، بهدف الإسهام في تنشيط حركة السياحة، وجعل مدينة دبي الوجهة المفضلة للاستشفاء الصحي، واستقطاب أكثر من 500 ألف سائح علاجي بحلول عام 2020، وذلك استناداً لمكانة دبي المتقدمة على خارطة السياحة الدولية، وما تتميز به من فرص الاستثمار الواعدة عالمياً.

لقد أعدت هيئة الصحة بدبي المشروع الطموح لتحقيق الريادة في قطاع السياحة العلاجية، من خلال برنامج تجربة دبي الصحية DXH، وعن طريق توفير حزمة رفيعة المستوى من التخصصات الطبية، وبالتعاون مع مجموعة من الشركاء الاستراتيجيين، في مقدمتهم: طيران الإمارات، ودائرة السياحة والتسويق التجاري، والإدارة العامة للإقامة وشؤون الأجانب، ومجموعة من مؤسسات القطاع الخاص ذات الصلة.

كما أقرت الهيئة، هوية خاصة بالمشروع، وعلامة تجارية، تتناسب والوجه الحضاري لإمارة دبي، إلى جانب استحداث بوابة إلكترونية مدعومة بالوسائل الذكية، لتعزيز حركة السياحة العلاجية وتنشيطها، بالتعاون مع أكثر من 25 منشأة للرعاية الصحية عالية المستوى. حيث سيكون في مقدور السائح العلاجي التعرف إلى باقة الخدمات الصحية المتطورة، ومن بينها جراحات التجميل، وجراحة العظام، وطب العيون، والأسنان، والعلاجات والفحوصات التخصصية، إلى جانب العمليات الجراحية الدقيقة التي تتميز بها دبي.

وتستهدف البوابة الإلكترونية تمكين السائح العلاجي، من شراء الباقات العلاجية من المنشآت الصحية بالإمارة، وحجز تذاكر السفر والفنادق، والحصول على تأشيرة السياحة العلاجية، وغيرها من المعلومات السياحية والصحية، التي يحتاج إليها السائح لتخطيط رحلته العلاجية، والاستفادة من خدماتنا بما يفوق توقعاته، ويحقق له تجربة استشفاء مميزة.

إن هيئة الصحة تسعى بهذا المشروع الطموح، إلى استثمار وجود دبي في مصاف المدن العالمية الأسرع نمواً، وهي تستند في ذلك إلى الإمكانيات الهائلة التي تتسم بها دبي، واستحقاقاتها في المراكز الأولى، إلى جانب الاستفادة من مناخ الاستثمار المميز بتسريعاته وتسهيلات، والمرافق والبنية التحتية سريعة التطور، والتي ستمكّن الهيئة في توفير باقة من الاستثمارات المتنوعة في القطاع الصحي، ومن ثم إتاحة الفرصة كاملة للمؤسسات والمنشآت الصحية الخاصة، للمشاركة في تعزيز وجهه السياحة العلاجية لإمارة دبي.

مدير إدارة التنظيم الصحي - هيئة الصحة بدبي

9 مخاطر للاستخدام المفرط للهاتف المحمول

السجائر الإلكترونية
تضعف مناعة الجهاز التنفسي

أظهرت نتائج دراسة خلال المؤتمر السنوي للجمعية الأميركية للتقدم العلمي في واشنطن مزيداً من الأدلة على أن السجائر الإلكترونية ليست آمنة كما يدعي المعلنون عنها، وأن مخاطرها في بعض الأحيان تفوق مخاطر تدخين التبغ، حيث تبين أنها تقلل الاستجابة المناعية للخلايا المخاطية في الجهاز التنفسي.

وأشارت الدراسة إلى أن المواد الكيميائية في السجائر الإلكترونية تضعف وظيفة المناعة في الجهاز التنفسي، كما حلل فريق البحث عينات من داخل تجاويف أنف مدخني السجائر الإلكترونية، وتم رصد أكثر من 600 تغير في الجينات المسؤولة عن الاستجابة المناعية، ولوحظت هذه التغيرات في جينات الاستجابة المناعية في الغشاء المخاطي الأنفي لدى مدخني السجائر التقليدية.

ويعتزم فريق البحث مواصلة دراساته عن الآثار طويلة المدى للسجائر الإلكترونية، وخاصة على السائل المخاطي. دبي - البيان الصحي



دبي - البيان الصحي

حددت دراسات أميركية أخطار استخدام المفرط للهاتف المحمول على صحة الإنسان، التي تشمل نواحي عديدة، وتشمل المخاطر الجراثيم والبكتيريا، حيث أظهرت دراسة نشرتها صحيفة وول ستريت العام الماضي، أن جهاز الهاتف يحمل عدداً كبيراً من الجراثيم والميكروبات المسببة للعديد من الأمراض، ومن بينها تلك التي تؤدي للإصابة بالتهاب الأمعاء. ويؤثر الهاتف المحمول على السمع، كما يسبب الاستخدام المفرط للهاتف المحمول ألماً في العنق، حيث يزن دماغ الإنسان نحو 5 كيلو غرامات وسطيّاً، وعند الجلوس لفترة طويلة في وضعية الانحاء إلى الأمام أثناء كتابة الرسائل على الهاتف، يسبب ذلك ضغطاً كبيراً ينتج عنه ألماً في الرقبة. ويسبب الهاتف المحمول ألماً وتشنج في رسغ وأصابع اليد، وذلك ينتج عن قضاء وقت طويل في كتابة الرسائل النصية وممارسة الألعاب على أجهزة الهاتف المحمول. ومن مخاطر استخدام الهاتف المحمول الإدمان، حيث أثبتت دراسة أجريت عام

بمتلازمة ما يسمى تخيل الشعور باهتزاز الهاتف، وهي ناتجة عن استعماله لوقت طويل، وبينت إحصائية أجريت على طلاب جامعة ستانفورد، أن 75٪ منهم

يمكن أن تسبب السرطان، لكن منظمة الصحة العالمية تحذر من مستويات الإشعاع، التي تصدرها، والتي تتجاوز الحد المسموح به. ويصاب الكثير من الناس

من البشر يشعرون بالقلق أو الخوف من فقدان هواتفهم أو الابتعاد عنها مدة بسيطة. ورغم أن الأبحاث لم تثبت بعد أن أجهزة الهاتف المحمولة

خفيف بالاهتزاز في بداية الجلسة، وقد خضعوا لـ 3 جلسات أسبوعياً، مدة الواحدة منها 20 دقيقة».

الخدمات الكهربائية تساعد على تحسين القراءة

الأطفال خضعوا لـ 3 جلسات أسبوعياً مدة الواحدة 20 دقيقة

أخطاء

وأوضحت أن الأطفال ارتكبوا أخطاء أقل لدى قراءة كلمات غير مألوفة، كما قرأوا الكلمات التي وضعت خصيصاً لهذه الاختبارات، بسرعة أكبر بنسبة 60٪، وفق ما ذكر موقع صحيفة تلغراف البريطانية. وأشارت مينيغيني إلى أن الأطفال استمروا بالقراءة بهذه السرعة الجديدة، حتى بعد مرور 6 أشهر على الجلسات.

دبي - البيان الصحي

قال علماء إيطاليون إنهم نجحوا في مساعدة الأطفال المصابين بعسر القراءة، من خلال علاج بالخدمات الكهربائية الخفيفة، التي حسنت من قدرتهم على القراءة بحوالي 60٪. وخلال التجربة، خضع 18 طفلاً لخدمات كهربائية خفيفة لم تتجاوز ميلي أمبير واحد، من خلال أسلاك موصولة بأدمغتهم. وقالت الدكتورة ديني مينيغيني، المشرفة على الدراسة: «لم يشعر الأطفال بشيء سوى إحساس

