

حقنة واحدة تقي
من الأنفلونزا طوال
العمر

09



«صحة دبي»
الأولى في علاج
الجلطة القلبية

03



هيئة الصحة بدبي
DUBAI HEALTH AUTHORITY



AlBayanNews

albayanonline

AlBayanNews

AlBa

14 رمضان 1437 هـ

19 يونيو 2016 م

الأحد

العدد 13150

البَيَّان

الصحي

www.albayan.ae

www.medcare.ae

800 MEDCARE

مستشفى ميدكير لجراحة العظام والعمود الفقري

MED CARE

ORTHOD & SPINE

كن الأول
في
التبرع بالدم
BE THE 1TM
إنضم إلى رونالدو وصحة دبي...
تبرع الآن
Join Ronaldo and DHA...
Donate now



خدمات صحية ذكية في دبي بتقنيات عالمية

صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله»، في شأن إسعاد جمهور المتعاملين بخدمات مبتكرة، ومحاكاة المستقبل بتقنياته الحديثة وأدواته، موضحاً أن ما وجه به سموه في هذا الشأن يعد ميثاق عمل لدى كل موظفي الهيئة.

ولفت معاليه إلى أن هيئة الصحة بدبي، بدأت مؤخراً في تحديد برنامج العمل التنفيذي لتوجيهها نحو تحقيق تطلعات دبي في صدارة العالم لتقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد، باستحداثها على مقومات هذه التقنية على صعيد الساحة الطبية الدولية، وامتلاك دقة التأثير والدعم لحركة التطور في هذا المجال التقني الدقيق، وفي مساراته وخريطته العالمية، مع التوسع في إنتاج التقنيات ثلاثية الأبعاد بمختلف التخصصات الطبية، إلى جانب تولي شؤون الأبحاث العلمية المطورة، وتكوين شركات استراتيجية في الداخل والخارج لتعزيز مكانة دبي وتواجدها في طبعة، منتجي ومصدري التقنيات الطبية المطبوعة بتكنولوجيا ثلاثية الأبعاد.



دبي - البيان الصحي

استحدثت هيئة الصحة في دبي منهجية جديدة تمثل جزءاً أصيلاً من تكوين سياساتها العامة والتطويرية في المرحلة المقبلة، والتي تركز على ثلاثة مسارات رئيسية، تشمل الابتكار، والسعادة، والمستقبل، وذلك تماشياً مع توجهات دولة الإمارات ورؤية دبي وتطلعاتها المستقبلية، في تحقيق التنافسية العالمية في مختلف القطاعات، ومن بينها القطاع الصحي.

وبدأت الهيئة اجتماعات مكثفة لفريق العمل المعني بتنفيذ خطط ومبادرات المسارات الثلاثة، التي تستهدف تقديم خدمات صحية ذكية ومبتكرة، ووفق أفضل التقنيات العالمية، وبما يفوق التوقعات، ويحقق أعلى درجات الرضا والسعادة في أوساط المجتمع.

وخلال الاجتماع الذي ضم عدداً من المسؤولين، من مختلف التخصصات والمواقع الوظيفية في الهيئة، أكد معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي، أن صحة دبي ملتزمة بما وجه به

رعاية

باقات علاجية بأسعار مخفضة في مركز الإخصاب

طرح مركز الاخصاب التابع لهيئة الصحة باقات علاجية بأسعار مخفضة تتراوح بين 12 و25% لتمكين المتعاملين مع المركز، من إعادة تكرار عمليات الإخصاب في حال عدم نجاحها في المحاولة الأولى، إضافة إلى تبسيط إجراءات الدفع لرفع مستوى الرضا وتحقيق الاستقرار الأسري والاجتماعي لهم.

وتشمل الأسعار الجديدة التي تم طرحها على شكل باقات عمليتي أطفال الأنابيب والحقن المجهري والتلقيح المجهري

للبويضات المجمدة والتلقيح الاصطناعي وتحفيز التبويض، إضافة إلى حزم التسجيل للزيارة الأولى والتي تتضمن الاستشارة الطبية والتصوير بالموجات فوق الصوتية. وشملت الباقات الجديدة عملية الحقن المجهري من بويضات مجمدة الدورة الثانية بـ11500 درهم، وعملية الحقن المجهري بـ18000 درهم، وأطفال الأنابيب بـ14000 درهم والتلقيح الصناعي بـ3650 درهماً والاستشارة بـ900 درهم.

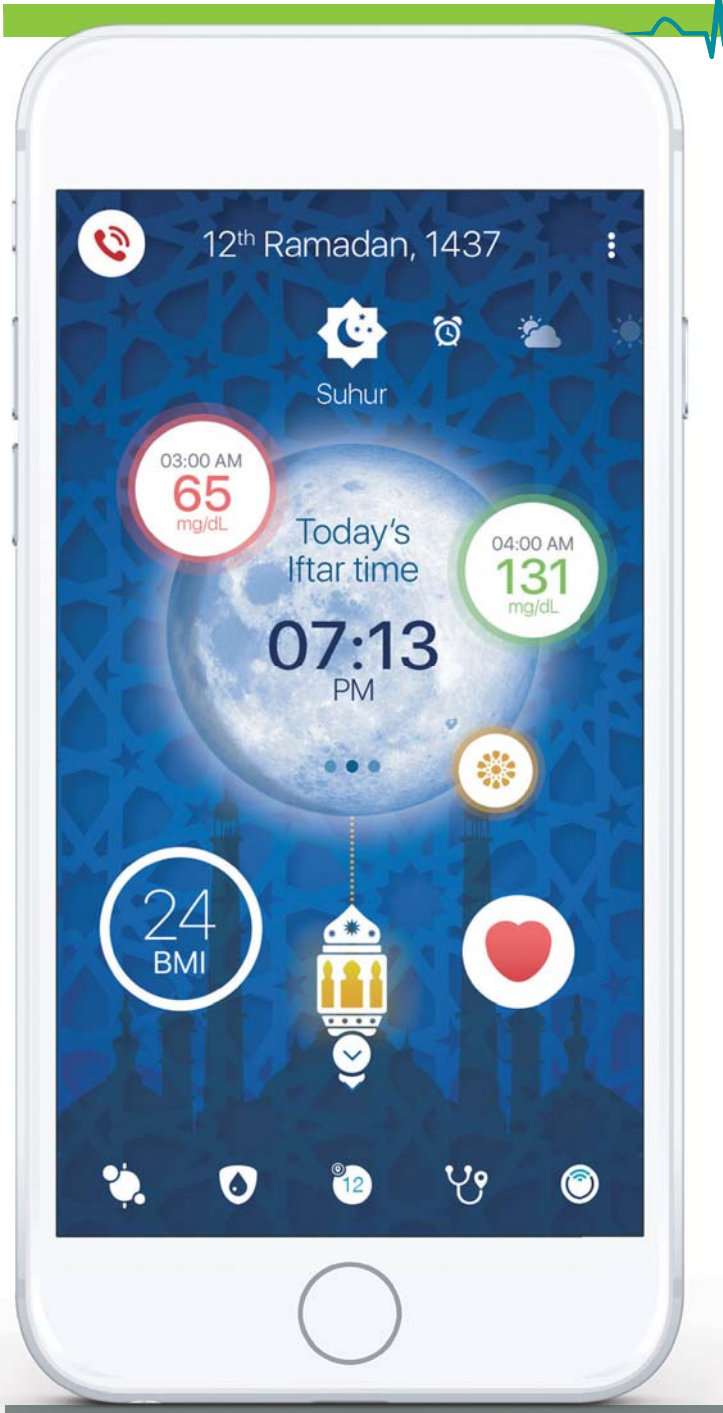


تطوير

إحلال مركز أبو هيل الصحي ونقل ملفات المراجعين إلى «الممزر»

أعلنت هيئة الصحة في دبي عن إحلال مركز أبو هيل الصحي ونقل كل ملفات المراجعين إلى مركز الممزر الصحي لتقديم خدمات الرعاية الصحية الأولية للسكان من مواطني دولة الإمارات والمقيمين بها التابعين لمنطقة الممزر والمناطق المحيطة. وناشدت الهيئة كافة المتعاملين مع مركز أبو هيل التوجه إلى مركز الممزر الصحي المتطور والذي يقدم خدماته وفقاً لأرقى المعايير الدولية، حيث حصل مؤخراً على الاعتماد الدولي من المجلس العربي

للتخصصات الطبية وكذلك الاعتماد الدولي من قبل «جي سي آي». ويتبع إدارة الرعاية الصحية حوالي 20 مركزاً وعيادة صحية تم توزيعها على مختلف أنحاء دبي وبمعدل مركز أو عيادة واحدة لكل 30000 شخص مع مراعاة أهمية التوزيع الجغرافي لتسهيل وصول المرضى. وحرصت هيئة الصحة على تزويد هذه المراكز والعيادات بالأجهزة والمعدات الطبية الضرورية كما تم دعمها بالكوادر البشرية المؤهلة والمدرّبة في هذا المجال.



«صحة دبي» تطلق تطبيق «حياتي» بميزات جديدة



حياتي

Hayati

Manage your Diabetes Life with more confidence and reassurance

Download **Hayati** today!



«حياتي» المتوفر باللغتين العربية والإنجليزية على متجر Google Play و App Store.

ويمكن التطبيق مرضى السكري، من متابعة حالتهم ذاتياً ومراقبة التطورات التي قد تنجم عن هذا المرض في الجسم بشكل عام، وعلى مستوى المرض نفسه، في الوقت نفسه يستطيع الأصحاء الاستفادة من خدمات التطبيق من خلال مزايا المتابعة المستمرة والدقيقة المتوفرة، واكتساب المعرفة والأدوات التي تمكن من تصادي الإصابة بهذا المرض.

عينات

ومن خلال تطبيق «حياتي»، يمكن الحصول على نتيجة عينة الدم، والتواصل مع الطواقم الطبية المتخصصة، وتحديد مواعيد لمراجعة الطبيب، وإجراء أي تعديلات على مواعيد الفحوص، حيث يوفر التطبيق معلومات وقاعدة بيانات موسعة خاصة بكل مريض، محدد فيها تاريخ المرض ومراحل تطوره، وأي مستجدات أخرى، إلى جانب العلاجات المناسبة، إضافة إلى العناية المتكاملة التي يوفرها التطبيق لمرضى السكري.

قاعدة بيانات

ويعد التطبيق في الوقت نفسه، قاعدة بيانات موسعة ومتطورة لجميع الأصحاء، وهي تتضمن معلومات ثرية عن كل ما يتعلق بأسباب الإصابة بالسكري، وطرق الوقاية، وسبل التغذية السليمة، وما يتصل بذلك من المحافظة على صحة الأفراد ولياقتهم الطبية.

دبي - البيان الصحي

أطلقت هيئة الصحة في دبي مع بداية شهر رمضان الجاري تطبيق «حياتي» بميزاته الجديدة التي تساعد مرضى السكري على إدارة المرض والتعايش معه من خلال نشر وزيادة التنقيف الصحي بالمرض وتعزيز السيطرة على معدلاته الطبيعية ومضاعفاته السلبية. ويقدم تطبيق «حياتي» مزايا فريدة ومفيدة، تعمل كدليل شخصي للمرضى بهدف زيادة الوعي بالمرض واكتشافه مبكراً والتحكم به، مما يشكل دعماً لكافة الأشخاص المصابين بهذا الداء على مدار شهر رمضان الفضيل.

تخصص

ويتميز تطبيق «حياتي» بمجموعة شاملة ومخصصة من الأدوات والمزايا للتشجيع على صيام أفضل صحياً خلال شهر رمضان بما في ذلك مواعيد الصلاة، ومراقبة معدلات سكر الدم بانتظام، وتناول جرعات الأدوية والتذكير بها في الوقت المناسب، وتتبع معدلات ضغط الدم ومؤشر كتلة الجسم، وإدارة المواعيد مع الأطباء.

خبرات

ويعد تطبيق «حياتي» مثلاً على كيفية تقديم هيئة الصحة في دبي مزيداً من الخبرات المفيدة الهادفة إلى تعزيز وتحسين مستوى حياة مرضى السكري. ويمكن لكافة المرضى والمهتمين تحميل تطبيق

خدمات طبية متكاملة للعناية بالأطفال المصابين بالسكري

«صحة دبي» تسعى إلى مجتمع خال من المرض



دبي - البيان الصحي

يوفر مركز السكري التابع لهيئة الصحة في دبي أول عيادة متكاملة في علاج السكري لدى الأطفال في الدولة. وتوفر العيادة خدمات طبية تشخيصية متكاملة لمرضى السكري من الأطفال والمراهقين حتى عمر 18 عاماً، ضمن خطط الهيئة لإيجاد مجتمع خال من السكري ومضاعفاته، وتحقيق حياة أفضل لجميع مرضى السكري من مختلف الأعمار، بالوصول إلى علاج مناسب لهم. وتقدم العيادة خدمة متكاملة هي الأولى من نوعها في الدولة، إذ يضم طبيب أطفال متخصصاً في علاج مرض السكري، وأخصائي تنقيف صحي، وأخصائي تغذية للأطفال، ما يوفر للطفل المريض الرعاية الصحية والتنقيف الغذائي والوقائي الكامل. وحرصت هيئة الصحة على تزويد العيادة بأحدث الأجهزة الطبية التي تناسب الأطفال، وتوفر لهم خدمات الفحص والتشخيص والعلاج المثالي.

تعريف الطلبة بإجراءات المنشآت الصحية في دبي

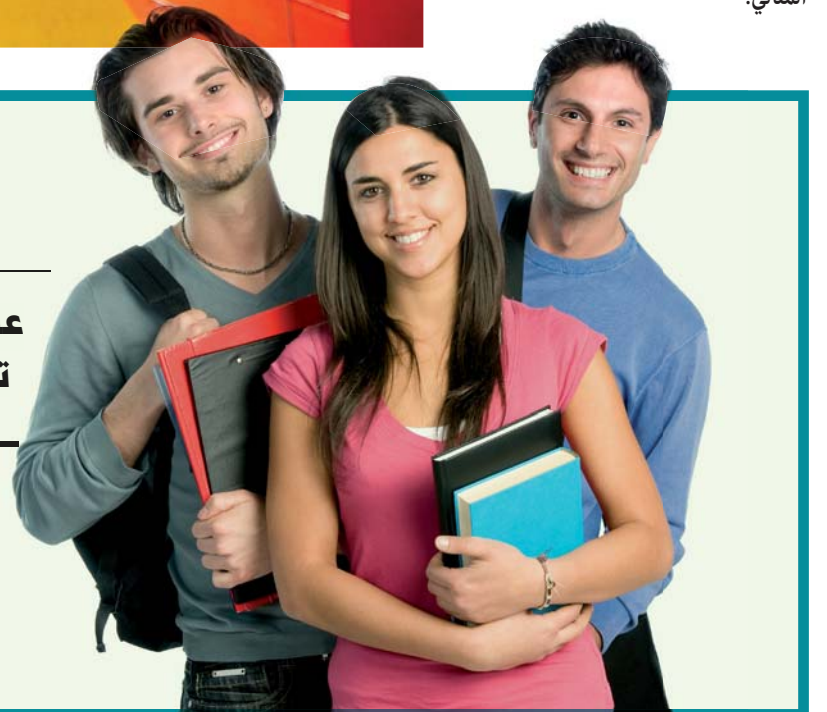
للتعرف عليها عن قرب ومتابعة الإجراءات المطبقة في المنشآت الصحية والذي قد يساهم بشكل فعال في تحديد توجهات الطلاب المستقبلية في المجالين الأكاديمي والوظيفي. ويشترط في المتقدمين للبرنامج أن يكون الطالب من مواطني دولة الإمارات العربية المتحدة، وألا يكون الطالب دون الصف الثالث الإعدادي، وأن يكون الطالب الجامعي مستمراً بالدراسة، كما يشترط نجاح الطالب في المرحلة الدراسية الحالية.

هو نافع ومفيد، أعلنت هيئة الصحة في دبي عن البدء باستقبال طلبات التسجيل لبرنامج التدريب الصيفي لعام 2016 تحت إشراف إدارة التعليم الطبي في مختلف الإدارات والأقسام والمستشفيات التابعة للهيئة خلال فترة الصيف. ويبدأ برنامج التدريب الصيفي يوم 10 يوليو المقبل، ويستمر حتى الرابع من أغسطس 2016. ويهدف البرنامج إلى جذب الطلبة إلى بيئة العمل في القطاع الصحي

دبي - البيان الصحي

يهدف ترسيخ المبادئ والقيم السليمة وتنمية مهارات طلبة المرحلتين الثانوية والجامعية خلال إجازة الصيف وزيادة معارفهم وصقل تجاربهم الحياتية وإكسابهم المهارات العملية والخبرات التي تساعدهم على الانخراط في الحياة العملية والتعرف على بيئة العمل بطريقة واقعية، إضافة إلى شغل وقت فراغ الطلاب بما

عبر برنامج تدريبي تنظمه هيئة الصحة



الصوم فرصة للوصول إلى وزن مثالي



المأكولات التي تعطيهم إحساساً بالشبع لفترات طويلة وتقيهم الإفراط في تناول الطعام في الوجبة التالية، ومن المهم أيضاً مراعاة ممارسة الرياضة والحركة وعدم النوم مباشرة بعد الوجبات، لتحقيق الوزن المثالي. دبي- البيان الصحي

ويوصي خبراء التغذية بالتركيز على الخضراوات والمأكولات المشوية أو المسلوقة على مائدة الإفطار، مع الاهتمام بالبروتين ومنتجات الألبان والبيض في وجبة السحور. وتساعد أغذية عدة على الشعور بالامتلاء والشبع دون اكتساب الكثير من السعرات الحرارية، مثل البيض المسلوق والفول «دون زيت» والشوفان والزيادي والأسماك غير المقلية، لذا على الراغبين في إنقاص أوزانهم في رمضان الاعتماد على تلك

وضغط الدم. وأظهرت دراسة أخرى نُشرت في مجلة التغذية البريطانية عام 2013، أن الصوم لمدة يوم واحد في الأسبوع يمكن أن يسهم بفعالية في خسارة الوزن، وخفض نسبة الدهون في الجسم، والكوليسترول أيضاً. لكن الوصول لوزن مثالي مع الصيام يرتبط باتباع نظام غذائي صحي، وعدم الإفراط في تناول الأطعمة الدسمة والحلويات والمشروبات المحلاة، أو الجلوس طويلاً أمام شاشات التلفزيون.

لهم نظاماً صحياً. ولفتت دراسات أجنبية عدة إلى أهمية الصيام بشكل عام، وليس في رمضان فقط، في تخفيف الوزن، إذ أشارت دراسة أجرتها جامعة إيلينوي في شيكاغو، ونشرت نتائجها في المجلة الأميركية للتغذية السريرية عام 2009، إلى أن الصيام يوماً بعد يوم قد يساعد البدناء على تخفيف الوزن، إذ أنقص المشاركون ما معدله 5,6 كيلو جرامات بعد 8 أسابيع من الصيام المتقطع، كما انخفض لديهم مستوى الكوليسترول الضار

شهر رمضان يعد فرصة ثمينة لإنقاص الوزن، لمن يعانون من السمنة، إذ يتمتع الصائم عن الطعام والشراب لساعات طويلة، وتقل بالتالي كمية السعرات الحرارية الواردة إلى الجسم. وفي حين يلاحظ البعض أنه اكتسب وزناً زائداً في رمضان على غير المتوقع، وذلك بسبب بعض العادات الغذائية الخاطئة، فإن الكثيرين ينجحون في فقدان بض كيلو جرامات من أوزانهم أو الحفاظ على حميتهم الغذائية باتباع عدد خطوات تضمن

العيادة الذكية تنصح بتناول الفاكهة والخضراوات وتجنب المشروبات الغازية

السحور يمنع حدوث الإعياء والصداع أثناء نهار رمضان

الهضم فتؤجل الشعور بالجوع.

الارتجاع الحمضي

ونصحت العيادة الذكية مرضى الارتجاع الحمضي بعدم الذهاب إلى النوم والمعدة مليئة بالطعام والانتفاء من ذلك قبل النوم بساعتين إلى ثلاث ساعات، وتناول وجبات صغيرة ومتعددة وعدم التعجل عند تناول ومضغ وبلع الطعام، وعدم ارتداء الملابس الضيقة حول البطن لتفادي الضغط على المعدة وصعود سوائل المعدة الحامضة إلى المريء، والابتعاد عن التدخين حيث يقوم النيكوتين بإضعاف صمام المعدة العلوي ما يسمح لسوائل المعدة الحامضة بالصعود إلى المريء.

كما نصحتهم بتناول المشروبات الدافئة كشاي النباتات العطرية والبابونج التي تخفف من الأعراض، وعدم القيام بالأنشطة البدنية بعد تناول الطعام مباشرة لتجنب دفع الطعام إلى المريء، وتجنب الانحناء إلى الأمام قدر الإمكان.

مرضى السكري

دعت العيادة الذكية مرضى السكري إلى مراجعة الطبيب وأخصائي التغذية للتعرف على كمية ونوعية الطعام المناسب لهم خلال رمضان وكيفية تناول جرعات الأدوية وكمياتها خلال شهر رمضان المبارك، مع أهمية التعجيل بتناول الإفطار وتأخير موعد السحور وتناول الكميات الكافية من السوائل.



■ غفاف جمعة

دبي- البيان الصحي

أكدت العيادة الذكية لهيئة الصحة في دبي أهمية الإكثار من تناول الفاكهة والخضراوات الطازجة خلال شهر رمضان المبارك لاحتوائها نسبة عالية من الألياف والماء والأملاح والفيتامينات، وتجنب الإكثار من ملح الطعام والمخللات والأطعمة المملحة والتوابل والبهارات لتجنب الشعور بالعطش والتقليل من شرب الشاي والقهوة المركزة التي تساهم في إدرار البول وفقدان الكثير من السوائل. ووجهت العيادة الذكية التي شاركت بها غفاف جمعة أخصائي التغذية العلاجية في مستشفى دبي النصائح للصائمين بالتدرج في تناول وجبة الإفطار من خلال البدء بالتمر ثم الماء قبل تناول الوجبة الرئيسية التي يجب أن تكون متوازنة وتتضمن الخضراوات الغذائية المحتوية على كل العناصر

نصائح

ونصحت بعدم تناول الطعام حتى الشعور بالشبع التام في وجبتي الإفطار والسحور لتجنب الإصابة بالتخمة، مع أهمية تأخير وجبة السحور، للتقليل من الشعور بالجوع والعطش وإعانة الصائم على أداء مهامه اليومية دون تعب أو إرهاق، مشيرة إلى أهمية الإكثار من تناول السوائل لتجنب حدوث الجفاف خلال ساعات النهار.

كما نصحت بضرورة الإقلال من تناول الأطعمة الدهنية والدسمة لاحتوائها على كميات عالية من الطاقة والسعرات الحرارية كالمقالي والأطعمة الدسمة المضاف إليها الزيوت لتجنب الإمساك والسمنة.

وأكدت على أهمية مراقبة الصائم لما يتناوله من الأطعمة وخاصة الحلويات مع اختيار الأصناف التي تحتوي على سعرات حرارية قليلة مطالية بضرورة تجنب المشروبات الغازية

وعند وجبة الإفطار لتجنب انقباض الشعيرات الدموية بالمعدة مع أهمية

الدورة الدموية وهذا ما يحتاجه الصائم بعد ساعات طويلة من الامتناع عن الطعام حيث تنشط إفراز الإنزيمات الهاضمة لتستقبل الطعام الذي سيتناوله الصائم.

المياه

ونصحت بعدم شرب المياه باردة

السحور

وأكدت العيادة الذكية أهمية تناول وجبة السحور لمنع حدوث الإعياء والصداع أثناء نهار رمضان، والتخفيف من الشعور بالعطش الشديد، مبينة أهمية تأخير السحور قدر الإمكان واختيار الأغذية التي لها تأثير إشباعي طويل، حيث تستغرق زمناً طويلاً في



نقص المياه في الجسم وراء زيادة الانفعال خلال رمضان

اضطراب النوم

وتشير الدراسات إلى أن اضطراب عادات النوم في رمضان لدى بعض الأشخاص يؤثر على الساعة البيولوجية الطبيعية لدى الإنسان، وهذا يؤثر سلباً على المزاج والحالة النفسية فيصبح لديهم حالة من التوتر والعصبية.

نصائح

وأكد الخبراء أن التنفس بعمق يحد من العصبية، فكلما شعر المرء بالتوتر عليه التنفس بعمق والاسترخاء، حيث وجدت الدراسات أن التنفس العميق والاسترخاء المباشر لهما دور كبير في التخفيف من الأفكار والمشاعر السلبية وحالة التوتر والعصبية.

كما أثبتت دراسات على مستوى العالم أن ممارسة تمارين اليوجا من أنجح طرق العلاج النفسي، حيث تقوم بإعطاء راحة للجسد، وهدهوء في النفس وتأمّل فكري وروحي، وكل ذلك يخفف كثيراً من حالة التوتر والعصبية لدى الإنسان ويصبح أكثر إيجابية مع الآخرين. كما تساهم الرياضة حسب أحدث الدراسات في تخفيف التوتر وتعزيز النوم الصحي.

ووجد أيضاً أن النوم الكافي والحصول على مقدار كاف من الماء وتناول الفواكه والخضار له دور في تعزيز عمل الدماغ والتخفيف من التوتر والعصبية، كما أن اتباع نظام غذائي صحي يقلل من حالة التوتر والعصبية.

التدخين في رمضان (خصوصاً لدى الأشخاص المدخنين بكثرة) يؤدي إلى أعراض تسمى أعراض الانسحاب مثل الاكتئاب، والتوتر العصبي والانفعال، وبينت دراسات عدة العلاقة بين الانقطاع المفاجئ عن التدخين وزيادة أعراض التوتر والعصبية في رمضان، حيث وُجد أن النسبة الأعلى من الذين يعانون من العصبية في رمضان كانوا من الأشخاص المدخنين.

المنبهات

وبعد الانقطاع المفاجئ عن تناول المنبهات كالقهوة والشاي عند بعض الأشخاص المدمنين عليها عاملاً مؤثراً في زيادة حالة التوتر والعصبية لديهم في رمضان.

وقد بحث إحدى الدراسات في العلاقة بين النقص المفاجئ لنسبة الكافيين في الدم خلال الصيام وشدة العصبية عند بعض الأشخاص الذين يكثرون عادة من تناول المنبهات من خلال جهاز يقيس معدل التحفيز السلبي للدماغ حيث يتم تركيبه على رأس الشخص ويبقى معه طوال الوقت، فعندما يتعرض المريض لموقف يثير العصبية، فإن الجهاز يقيس شدة التحفيز السلبي أي العصبية، ويتم ربطها مع نسبة الكافيين الموجودة في الدم، وتبين وجود ارتباط عكسي بين شدة العصبية ونسبة الكافيين في الدم، أي أنه كلما كانت نسبة الكافيين في الدم أقل كلما كانت شدة العصبية أكثر.

دبي- البيان الصحي

تشير دراسات أميركية وبريطانية إلى دور المياه في عمل الدماغ، حيث تشكل 75% من الدماغ، و نقصها الشديد الذي يمكن أن يحصل لدى البعض خلال الصيام قد يكون مسؤولاً عن اضطراب وظائف الخلايا الدماغية، وزيادة العصبية والانفعال والتوتر، وضعف التركيز، وأحياناً الهلوسة في الحالات الشديدة. وأشارت الدراسات إلى أن الدماغ يفرز مواد كرد فعل على نقص المياه الحاصل، ويبدو أن هذه المواد لها دور في زيادة التوتر والعصبية.

نقص الغلوكوز

وأثبت علمياً أن الدماغ بعكس غيره من الأنسجة يعتمد بشكل تام على الغلوكوز في حصوله على الطاقة، وأي نقص في غلوكوز الدم سينعكس أولاً على الدماغ، وتشير إحدى الدراسات اليابانية إلى الارتباط بين نقص الغلوكوز في الدم وتزايد حالات العصبية والانفعال.

التدخين

كما إن الانقطاع المفاجئ عن

التعليم الطبي الإلكتروني يعوّض نقص العاملين بالصحة

لـ 108 دراسة متاحة لتقييم مدى فعالية التعليم الإلكتروني في مجال التعليم الطبي الجامعي كما أجرى تحليلات منفصلة للبحث في التعليم الإلكتروني الذي يتطلب الاتصال بالإنترنت والتعليم التقليدي الذي يتاح من خلال الأسطوانات المدمجة. وتوصل الفريق إلى أن الطلبة يكتسبون المعرفة والمهارات من خلال التعليم الإلكتروني والوسائل الإلكترونية الأخرى بخلاف الإنترنت بنفس القدر أو أفضل مقارنة بالتعليم التقليدي.

الصحة العالمية في الآونة الأخيرة. وقال، جوسيب كار، الذي أشرف على هذه الدراسة إن استخدام وسائل الإعلام الإلكترونية والأجهزة في التعليم وهو المنتج بالفعل في كثير من الجامعات ومواقع العمل لإتاحة "التعليم عن بعد" لدعم التعليم الجامعي الأكاديمي قد يتيح فرصة أكبر للتعليم خصوصاً في الدول الفقيرة، حيث تشتد الحاجة إلى محترفين في مجال الصحة، مشيراً إلى أن ما يقف حائلاً دون ذلك في الأغلب هو امتلاك أجهزة كمبيوتر والاتصال بشبكة الإنترنت. وأجرى الفريق البحثي بحسب وكالة DW، مراجعة منهجية

قالت دراسة بريطانية لباحثين في كلية إمبريال كوليدج لندن أنه يمكن تعويض النقص العالمي في العاملين بمجال الصحة من خلال الاستعانة بالتعليم الإلكتروني في تدريب طلبة وطالبات بالملايين في شتى أرجاء العالم كأطباء أو ممرضات وممرضين لأنه فعال مثل التعليم التقليدي. وأكدت الدراسة التي أطلقتها منظمة الصحة العالمية أنّ التوسع في استخدام التعليم الطبي الإلكتروني Online Medical Education قد يساعد في تعويض النقص العالمي البالغ حالياً 7,2 ملايين من العاملين في مجال الصحة والذي سيتفاقم مستقبلاً وفقاً لما ورد في تقرير لمنظمة



أعلنت عنه «باناسونيك» وي طرح في اليابان قريباً

روبوت مبتسم يوزع الأدوية على المرضى

يساعد الفرق الطبية في المستشفيات

دبي _ البيان الصحي

أعلنت أخيراً عملاق التكنولوجيا اليابانية "باناسونيك" أنها ستبدأ خلال الأشهر القادمة عرض أجهزة روبوت من طراز "HOSPI" المصمم ليكون مساعداً للفرق الطبية العاملة في المستشفيات، نظراً لما تعانيه اليابان من نقص في العاملين بالمستشفيات والمراكز الطبية. ويغطي الروبوت جانباً من الأعمال الطبية سامحاً للفرق العاملة في المستشفيات والعيادات بالتركيز على رعاية المرضى.

ووجه الروبوت عبارة عن شاشة تعلوها ابتسامة عريضة، أما جسمه فيشبه دلوأ كبيراً موضوعاً على الأرض رأساً على عقب، ومزود بأجهزة استشعار عن

بعد حيث يتحرك في ممرات المستشفيات وبين الغرف بواسطة عجلات، دون أن يضطدم بالناس واعتقاداً على ذاكرة يمكنها أن تحفظ خارطة المستشفى، ويمكن الاستعانة به في المستشفيات متوسطة الحجم التي تضم من 200 إلى 400 سرير.

ومن المهمات التي يمكن للروبوت القيام بها إحضار الأدوية من مخازنها في أوقات محددة بحسب حاجة المرضى، وتلقائياً يستدعى المصعد ويسلم الأدوية إلى الممرضات من دون أي خطأ. وقالت مجموعة "باناسونيك" التي صممت الروبوت وجربته في مستشفى ميموريال ماتسوشيتا ان اليابان تعاني من نقص في العاملين في المستشفيات والمراكز الطبية، ولقد أدركنا أن هذه الروبوتات لها آثار إيجابية ملحوظة في المستشفيات، ولذلك قررنا تسويقها.



جهاز جديد يعالج الآلام المزمنة للظهر والأطراف



دبي _ البيان الصحي

صدقت منظمة الغذاء والدواء الدولية «FDA» جهازاً جديداً لعلاج الآلام المزمنة في الظهر والأطراف والتي تستمر أكثر من 12 أسبوعاً نتيجة إصابات مباشرة كالتى تسببها أحياناً فشل بعض الجراحات بالظهر أو وجود عدوى داخل الجسم. وأكد الدكتور «ويليام مايسل» المدير التنفيذي في مكتب تقييم المعدات بالمنظمة أن هذا الجهاز الذي أطلق عليه «Senza System» يزرع داخل الجسم بعملية بسيطة بعد أن يتم

حقق نتائج جيدة خلال فترة وجيزة

تجريبه لمدة أسبوعين خارج الجسم أولاً، حيث إنه يصدر ترددات عالية تصل إلى 10 كيلو هيرتزات، والتي تساعد على تخفيف الألم دون أن يشعر المريض بالوخز، على العكس من الأجهزة التي صدقتها الـ«FDA» مسبقاً وكانت تردداتها القليلة تشعر المريض بالوخز في الكثير من الأحيان. ونشرت المنظمة دراسة أقيمت على 198 مريضاً أثبتت أن 75% من مستخدمي الجهاز تخلصوا من 50% من الألم في خلال الثلاثة شهور الأولى، كما تخلصوا من 55% من الألم في خلال 12 شهراً. وأكدت أنه لم تظهر أي أعراض جانبية للجهاز بخلاف ظهور ألم ببعض الحالات في موضع الزرع أو تحرك الجهاز تحت الجلد في حالات أخرى.

ملامح الوجه تحدد الأمراض الوراثية والمشكلات الجينية

دبي - البيان الصحي

كشفت دراسات أجريت في أكسفورد وغيرها من الجامعات العالمية أنه يمكن التعرف إلى ما قد يواجه الفرد من أمراض وراثية أو مشكلات جينية من خلال ملامح الوجه، وذلك بفضل برامج الكمبيوتر الحديثة، حيث يمكنك وضع صورتك في إحدى هذه البرامج وسوف يقوم البرنامج بتشخيص ما تواجهه من أمراض وراثية من خلال ملامح وجهك.

وعلى سبيل المثال، إذا كان لديك أنف وقم صغيران وعين جاحظة مائلة للحركة صعوداً وهبوطاً فإنك تعاني من متلازمة داون، أما إذا كنت صاحب وجه طويل وأذن كبيرة فأنت تعاني من مرض "Fragile X" كما تفيد تلك التقنية الدول النامية بالخصوص في اكتشاف العديد من تلك الأمراض وذلك لارتفاع تكلفة اخبارات الجينات التي تكشف عن تلك الأمراض.

وأوضح خبراء أن آلاف الأطفال في لندن يولدون ببعض المشكلات الجينية مما قد يؤثر على نموهم مستقبلاً، ولكن مع تلك الظاهرة الحديثة وبرامج الكمبيوتر المتطورة فأصبح من السهل على الطبيب تشخيص ما قد تواجهه من أمراض مستقبلية كمتلازمة داون، أو الهشاشة، أو الشيخوخة المبكرة، وهذه البرامج تقوم بعمل مسح لصور الفرد وعائلته ومعرفة ما إذا كان يعاني من أحد هذه الأمراض الجينية أم لا، وغالباً ما يصيب المرض شخصاً من أصل 17.



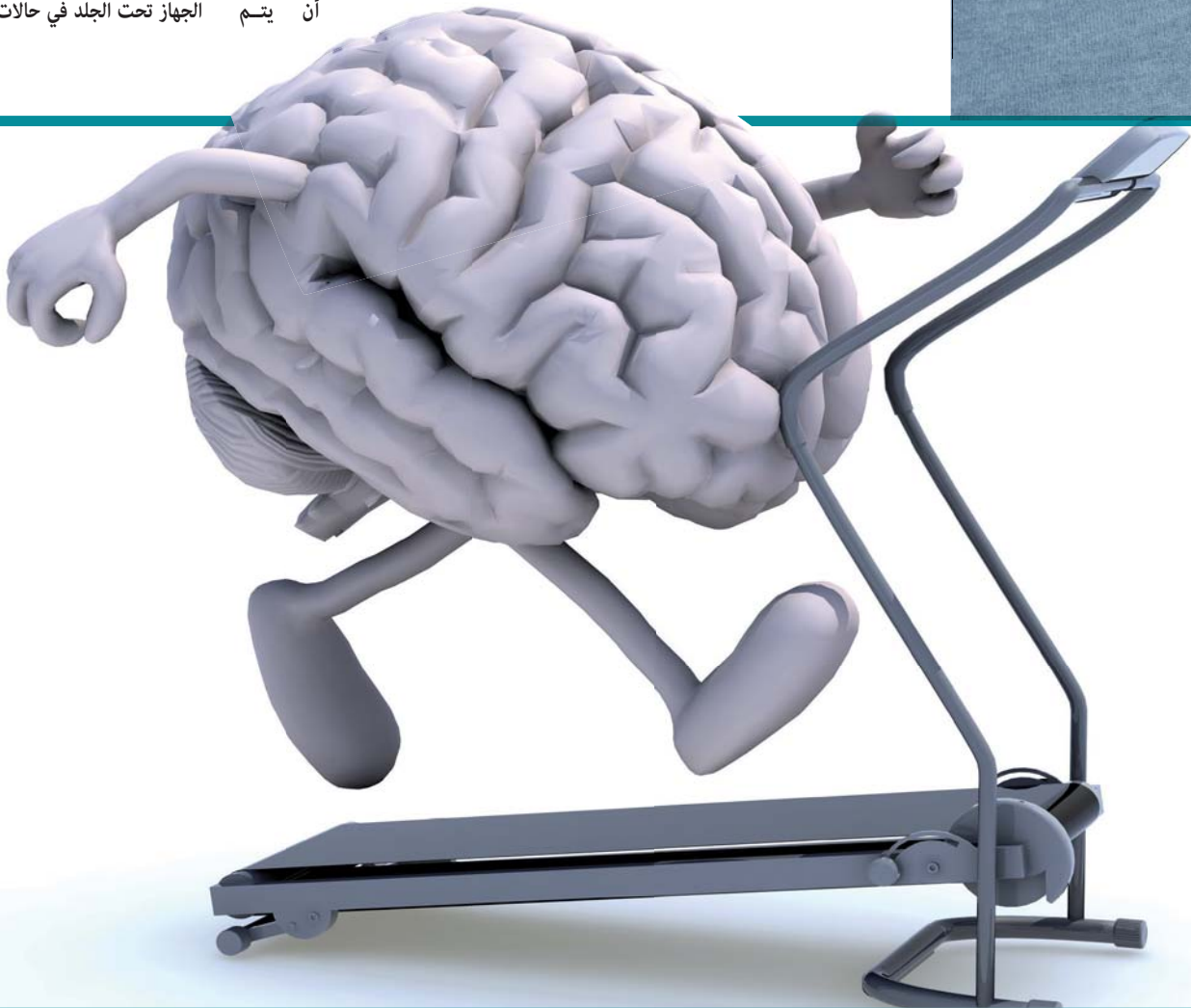
تقنية 3D تحسّن الذاكرة

دبي _ البيان الصحي

كشف باحثون أن مشاهدة فيلم 3D ثلاثي الأبعاد، يحسن من الإمكانات العقلية كالذاكرة والقدرة على التحدث بنسبة 23%، كما يزيد من سرعة الاستجابة للمؤثرات الخارجية بنسبة 11% عن أولئك الذين يشاهدون الأفلام بالصورة التقليدية 2D.

وقال الدكتور «باتريك فاجان» أستاذ الأعصاب في جامعة «Goldsmith» : رأينا من النتائج ما يثبت أن تقنية الأبعاد الثلاثية ستلعب دوراً مهماً في تطوير إمكانات وأنشطة المخ بالمستقبل، منوهاً بأنه من الطبيعي مع تقدم العمر أن تقل إمكانات المخ تدريجياً، لكن استعمال مثل هذه التقنية قد يؤخر حدوث ذلك.

وأشارت التجربة إلى أن قياس درجة نشاط المخ وتفاعله عند مشاهدة الأفلام ثلاثية الأبعاد أعلى بنسبة 7% من الأنشطة التي تم تسجيلها للمخ خلال مشاهدة الأفلام التقليدية 2D، بل إنها تقارب من درجات تفاعل المخ مع الحياة الحقيقية.



95%

من أدوية الإنترنت مزيفة وتروّج لها مواقع مجهولة المصدر

دولار حجم تجارة الأدوية المزيفة في العالم سنوياً

1%

نسبة انتشار الأدوية المغشوشة في الولايات المتحدة الأميركية

أطباء «صحة دبي» حذروا

أدوية الإنترنت .. مضاعف

دبي _ عماد عبد الحميد

انتشرت أخيراً حملات ترويجية لبيع الأدوية والمكملات الغذائية عبر مواقع الإنترنت، وهو ما لاقى إقبالاً من البعض في محاولة للاستفادة من أسعارها المنخفضة وخدمة التوصيل إلى المنازل إضافة إلى توافر كل أنواع الأدوية المطلوبة للمرضى، متجاهلين التحقق من مصدرها ومعرفة أثارها الجانبية التي ربما تصل إلى درجات تهدد الحياة. أطباء هيئة الصحة في دبي حذروا من شراء المنتجات الطبية عبر الإنترنت لما تشكله من خطراً على الصحة لعدم توافر وسائل تأكيد الجودة والفاعلية للدواء، أو توافر تعليمات الاستخدام الخاصة بالدواء، وغياب تأكيد الجودة، إلى جانب أنّ المنتج قد يتخطى الإجراءات القانونية، وقد تكون المنتجات مغشوشة ومضرة للصحة.

وصفة طبية

الدكتور علي السيد مدير إدارة الصيدلة في هيئة الصحة بدبي أكد أن أي دواء يجب أن يصرف من خلال وصفة طبية توضح الجرعات المناسبة للحالة الصحية للمريض، مشيراً إلى ضرورة تناول الأدوية عبر الإشراف الطبي للتأكد من التأثيرات الجانبية للمنتجات. وأشار إلى أن شراء المنتجات



■ محمد عرفان



■ د. علي السيد



■ محمد سامح علي



■ مرتضى محمد

تكون مجهولة المصدر، ولا يمكن معرفة أين تم تصنيعها أو المواد التي دخلت في تركيبها، لافتاً إلى أن هيئة الصحة في دبي سبق وحذرت من شراء الأدوية، والمستحضرات الصحية، والتجميلية عن طريق الإنترنت، كما حذرت من الانسياق وراء الإعلانات المضللة في بعض المواقع الإلكترونية، والتي تبيع أدوية ومستحضرات مجهولة المصدر وغير مسجلة في الهيئة. وأوضح أن هناك العديد من المواقع الإلكترونية تعمل بشكل قانوني وتوفر الخصوصية والضمانات اللازمة لشراء الأدوية المناسبة، إلا أنه بالمقابل هنالك العديد من المواقع الإلكترونية المضللة والتي تقدم خدمات لبيع أدوية على الأغلب خطيرة خصوصاً وأنه لم يتم التحقق من سلامة وفاعلية هذه الأدوية، على الرغم من أن هذه المواقع «المختالة» تظهر على أعلى مستويات المهنية والشرعية إلا أنها تعمل بشكل غير قانوني.

وذكر أن هناك

إيجابيات وسلبات لشراء الأدوية عبر الإنترنت أهمها تجنب شراء الأدوية سواء تلك التي تباع بوصفة طبية أو التي تباع دون وصفة، وذلك لتفادي أي تضليل ناجم عن عدم معرفة مصدر هذه الأدوية والتأكد من سلامة الأدوية، مشيراً إلى أن هناك بعض المواقع الإلكترونية تعرض بيع الأدوية «سواء الإلكترونية أو التقليدية» على الإنترنت تلك التي تباع بوصفة طبية أو التي تباع دون وصفة طبية، إلا أنها غير آمنة وتعرض صحة المرضى للخطر.

أمراض مزمنة

وقال مدير إدارة الصيدلة في هيئة الصحة بدبي إن بعض الناس قد يكون لديهم أمراض قلب أو ضغط مرتفع ما يسبب مضاعفات وأمراض جانبية كالدوخة والهلزآن في الجسم، فالشركات المصنعة والمنتجة لهذه الأدوية لم تذكر هذه الأسباب ولا مكونات الدواء وكل ما يهمها فقط الترويج والإعلان عن منتجاتها المعدة للبيع دون ذكر الآثار الجانبية لهذه الأدوية، حيث يكذبون على الناس عن طريق الإعلان عن أن هذه الأدوية لها مفعول سريع ربما في أسبوع واحد تحقق النتيجة المرجوة، والبعض

يكون بحاجة إلى شيء يوصله للنتيجة المطلوبة بأقل تكلفة وفي فترة زمنية قصيرة ودون الحاجة للذهاب إلى الطبيب.

وشدد على أن ما يزيد على نصف الأدوية المتداولة على الإنترنت مغشوشة، والغش التجاري في هذا المجال لم يعد مقتصراً على أدوية علاج الصلع ومستحضرات تفتيح البشرة وإنقاص الوزن وإنما أصبح يمتد ليشمل أدوية قصور القلب والشرابين والفشل الكلوي والسرطان.

صيدليات مشبوهة

وحذر محمد عرفان من إدارة الصيدلة في هيئة الصحة بدبي من الغش الذي يمكن أن يقع فيه الأشخاص الذين يشترون الأدوية عبر الإنترنت ونصحهم بالتأكد من الجهة التي تبيعها، مشيراً إلى أن هناك طرقاً تميز صيدليات الإنترنت الجديرة بالثقة عن الصيدليات المشبوهة، مؤكداً على أنه لا بد أن تحتوي مواقع الصيدليات على الإنترنت على بيانات كاملة عنها ورقم هاتف للإجابة عن استفسارات العملاء. وأضاف: يجب أن يكون العملاء أيضاً على حذر إزاء بائعي الأدوية الذين يعلنون بطريقة مبالغ فيها أو الذين لا يشترطون وصفة طبية للأدوية التي تحتاج إلى ذلك، مبيّناً أن الغش في الأدوية يشكل خطراً كبيراً على الصحة، وعلى أسوأ تقدير فإن المواد الفعالة غير الصحية يمكن أن تؤدي إلى الوفاة.

خطورة

وأكد الصيدلي محمد سامح، أن شراء الأدوية والمستحضرات عبر الإنترنت يشكل خطراً قاتلاً، خصوصاً عندما تصعب الثقة بالموقع الذي يبيعها، حيث إنها عادةً ما تكون مجهولة المصدر، ولا يمكن معرفة أين تم تصنيعها أو حتى كيف كان، مشيراً إلى أن الهيئة العامة للغذاء والدواء الأميركية حذرت من شراء الأدوية، والمستحضرات الصحية، والتجميلية عن طريق الإنترنت، ومن الانسياق وراء الإعلانات المضللة في بعض المواقع الإلكترونية، والتي تبيع أدوية ومستحضرات مجهولة المصدر وغير مسجلة بالهيئة، حيث إنّ هذه الأدوية والمستحضرات قد تكون ذات خطورة بالغة لعدم معرفة محتواها، كما أنّ نسبة كبيرة من هذه المستحضرات مغشوشة بمواد أخرى سامة، ونشرت تلك التحذيرات بين فترة وأخرى في مواقع الإنترنت، والصحف الورقية والإلكترونية، ولكن التساؤل بقي حاضراً عن السبب الذي يدفع المستهلك لشراء الأدوية والمستحضرات من الإنترنت رغم جهله بمصدرها.

وأشار إلى أن الدواء أو المستحضر المعروض للبيع في الإنترنت قد يكون سعره أرخص ما بين (30-50٪) من الدواء في الصيدليات، ولا يمكن للمتصفح العادي التمييز بين المواقع الجادة وغيرها في الشبكة العنكبوتية، ولا شك أنّ معظم الأدوية التي يتم شراؤها «بضغط زر» تأتي من



40%

انتشار الأدوية المزيفة في الدول النامية وتحديداً بالقارة السمراء

59%

نسبة الأدوية المزيفة في بقية دول العالم بسبب عدم وجود قوانين رادعة

30-50%

انخفاضاً في أسعار دواء الإنترنت المجهول المصدر والفاعلية



ذروا من أضرارها الجانبية

أدوية خطيرة بكبسة زر

ملوثات وسموم تتسبب في أعراض جانبية

شراء الأدوية والمستحضرات عبر الإنترنت يعد خطراً قاتلاً، خصوصاً عندما تصعب الثقة بالموقع الذي يبيعها، وبالتالي تكون مجهولة المصدر، ما يضاعف من خطورتها لعدم معرفة محتواها، كما أنّ نسبة كبيرة من هذه المستحضرات مغشوشة بمواد أخرى سامة وتسبب أعراضاً جانبية ليست بسيطة.

7% في مصر

نسبة الأدوية المزيفة

30% في اليمن

نسبة الأدوية المزيفة

40% في القارة السمراء

نسبة الأدوية المزيفة

1% في الولايات المتحدة الأمريكية

نسبة الأدوية المزيفة

السليبات

بعض صيديات الإنترنت لا تحمي خصوصية المستهلكين ومعلوماتهم الشخصية والمالية

تزيد من فرص التطبيب الذاتي أو سوء استخدام الأدوية مما يتسبب في مشكلات صحية

احتمالية الحصول على أدوية مستبدلة أو مغشوشة أو منتهية الصلاحية

لا توافر تعليمات عن استخدام الأدوية عند توصيل الأدوية المبيعة

احتمالية كبيرة للأخطاء الدوائية الناجمة عن اختلاط الأدوية عند التسليم

إيجابيات صيديات الإنترنت

مفيدة للمرضى ذوي الاحتياجات الخاصة وكبار السن

توفير خدمات التوصيل للمنازل ما يوفر الوقت والجهد

إجراءاتها بسيطة ومريحة وتوفر الخصوصية «في حال الصيديات المعتمدة والمخصصة»

الأدوية التي يتم شراؤها عبر الإنترنت قد تكون أرخص ثمناً

طبيعة الأدوية

- ملوثة أو فاسدة، لا تعالج الحالة المرضية
- تتسبب في حدوث أعراض جانبية خطيرة
- مصنعة باستخدام كميات خاطئة من المكونات
- لا تحوي أي مكونات فعالة على الإطلاق
- تحوي على مواد فعالة خاطئة
- معبأة ومغلقة بطريقة تشبه إلى حد كبير الأدوية الأصلية

إرشادات توجيهية

البحث عن صيديات الإنترنت المرخصة لضمان الجودة والسلامة

التحقق من الموقع الفعلي «العنوان الحقيقي» لصيدلية الإنترنت

عدم طلب الأدوية غير المعتمدة من قبل هيئة الغذاء والدواء

إعداد: عباد عبد الحميد

دول أخرى عبر الجو، وغالباً ما تكون أدوية تتعلق بنمط الحياة مثل حبوب العجز الجنسي عند الرجال، وحبوب تنقيص الوزن، ووقف تساقط الشعر، والخلطات العشبية التي تعتبر دول جنوب شرق آسيا أشهر مورديها، وعلى الرغم من إعلانات الهيئة العامة للغذاء والدواء كل فترة وتحذيرها من شراء الأدوية عبر مواقع الإنترنت التي تباع الأدوية والمستحضرات الصيدلانية مجهولة المصدر وغير المسجلة، إلا أنّ الإقبال عليها مستمر.

ولفت إلى أن هناك عدداً من الدلائل على زيف بعض مواقع بيع الأدوية من أهمها عدم توافر العنوان أو رقم الهاتف أو أي وسيلة اتصال بالصيدلاني أو مسؤول الموقع، كما أنها توافر أدوية وصفية دون الحاجة إلى وصفة طبية، بالإضافة إلى الادعاء بوجود علاج سحري لجميع الحالات.

تأكيد الجودة

ونوه بأن هناك عدة أسباب تجعل شراء المنتجات الطبية عبر الإنترنت يشكل خطراً على الصحة والمال منها عدم توافر وسائل تأكيد الجودة والفاعلية للدواء، وعدم توافر تعليمات الاستخدام الخاصة بالدواء، وغياب تأكيد الجودة للدواء، إلى جانب أنّ المنتج قد يتخطى الإجراءات القانونية، وقد تكون المنتجات مغشوشة ومضرة للصحة.

مخاطر جسيمة

وحذر الصيدلي، مرتضى محمد، من مخاطر شراء الدواء عبر الإنترنت قائلاً: في الوقت الذي تمكنت معظم دول العالم من محاصرة الدجالين والأفاكين ممن يزعمون أنهم معالجون بالأعشاب، تفشت ظاهرة بيع وهم الشفاء على شبكة الإنترنت، وبينما كانت محاربة الدجل العلاجي ممكنة على الأرض، ظلت محاصرة الظاهرة الإلكترونية بالغة الصعوبة، نظراً للصعوبات الفنية والتقنية المتعلقة بهذا الأمر.

وقال إن الطبيعة الخاصة بالشبكة العنكبوتية، والإقبال المتزايد الذي تحظى به، قد دفع المتربحين من تجارة الدواء مع التحفظ على مفردة الدواء إلى استخدامها لترويج منتجاتهم ومن ثم تحقيق الأرباح السريعة غير الشرعية. وذلك من دون أدنى اهتمام بما ستؤدي إليه هذه العملية من أعراض جانبية وآلام نفسية للمرضى المخدوعين.

ومن الملاحظات التي يجب على الجميع أخذها في الاعتبار، أن شراء الدواء عبر الإنترنت، وخاصة من المواقع غير المشهورة أو سيئة السمعة، لا يحمل البائع أية مسؤولية قانونية أو أخلاقية. خلافاً لشرائه بالطرق الشرعية.

ففي الواقع يستطيع المريض في حال أصيب بأعراض جانبية، أن يقاضي الطبيب أو الصيدلاني، لكن في «الواقع الافتراضي» قلما تتوصل الجهات المعنية إلى الجناة، الذين سرعان ما يلوذون بالفرار بأربابهم الطائلة.

العقاقير المغشوشة ..

أسعار منخفضة ومضاعفات قاتلة

دراسة أسترالية
وأكدت دراسة علمية أسترالية أن شراء الدواء عبر الإنترنت يعرض المرضى لمخاطر جسيمة ويؤدي إلى نتائج قد تكون كارثية. وقالت الدكتورة تريسي بيسيل من جامعة موناش بولاية فيكتوريا: إن الصيديات التي تتخذ لنفسها مواقع على الشبكة العنكبوتية قلما توافر للمرضى المعلومات العلمية الدقيقة حول فوائد ومخاطر الدواء مما يعرضهم لمخاطر سوء الاستخدام.

مسح
وفي مسح نشر في دورية «كواليتي آند سيفتي إن هيلث كير» لمواقع 240 صيدلية على الإنترنت تم التوصل إلى أن 41 صيدلية إلكترونية لا تقدم معلومات عن منتجاتها. وأوضح المسح أن نحو ثلثي المواقع تقدم بعض المعلومات ولكن نوعية البيانات المقدمة على 53 موقعاً من بينها تفتقر بشدة إلى الجودة. ولم يقدم سوى 30 موقعاً في المسح الذي تضمن صيديات إلكترونية في 13 دولة بينها الولايات المتحدة وبريطانيا روابط لمواقع أخرى. وقدم ما يقل عن 30 موقعاً معلومات عن الأمراض. وباعت نحو 27 صيدلية إلكترونية عقار «سانت جون ورت» وهو عقار تكميلي لعلاج الاكتئاب البسيط، ولكن ثلاث صيديات فقط حذرت من مخاطر تفاعله مع عقاقير أخرى للقلب والصرع ومنع الحمل.

ولفت إلى أن ضعف الرقابة القانونية وعدم وجود تشريعات صارمة، بالإضافة إلى الإقبال على شراء هذه العقاقير نظراً لرخص ثمنها ودون الوعي بمخاطرها، كلها عوامل تساعد على رواج سوق الأدوية المزيفة.

تحذير

وحذر إيمافو من أن المستهلك عادة لا يستطيع التفريق بسهولة بين الأدوية المزيفة والأصلية نظراً لتوفر الوسائل التقنية التي تمكن من إتقان عملية التزييف بشكل يبدو المنتج وكأنه أصلياً، مطالباً شبكة لتبادل المعلومات فيما بينها لمتابعة وتعقب ظاهرة الاتجار بالأدوية المزيفة.

وأشارت الهيئة الدولية إلى أن المشكلة في الدول النامية أكثر خطورة نظراً لسوء استعمال الأدوية من ناحية، ولعدم التقيد بالوصفات الطبية من ناحية أخرى. وتشير تقديرات الهيئة إلى أن سوء استعمال الوصفات الدوائية لأغراض غير علاجية مثل شراء الأدوية من قبل المدمنين على المخدرات تفوق تعاطي الهيروين والكوكايين، كما أن الجزء الأكبر من الأدوية غير معروفة المصدر، وذات الماركات المقلدة يتم تداولها عن طريق الإنترنت.

دبي – البيان الصحي

أصدرت هيئة الرقابة الدولية للأدوية التابعة للأمم المتحدة، والتي تتخذ من فيينا مقراً لها، دراسة تفيد بأن هناك نمواً في الطلب على العقاقير المزيفة أو الرخيصة التي تباع عن طريق الإنترنت، وهذه الأدوية وفقاً للتقرير «لا تقتل الأوجاع ولكنها تقتل المرضى».

تقرير

ويشير التقرير إلى أن تدفق هذه الأدوية إلى الدول النامية كبير، بل في بعض هذه الدول تفوق نسبة الأدوية المزيفة أكثر من 50% من الأدوية الأصلية، ويضيف التقرير أن تجارة الأدوية تشكل جزءاً من شبكة تجارة عالمية غير قانونية أو قد تكون من صنع محلي. وقال الدكتور فيليب إيمافو، العامل لدى هيئة الرقابة الدولية إن تناول هذه الأدوية خطير جداً وقد يكون في بعض الحالات قاتلاً. ناصحاً الناس بعدم تناول هذه الأدوية وتجنب الشراء من الصيديات غير المرخصة التي يكون احتمال وجود أدوية مزيفة فيها أكبر. وأضاف أن البلدان ذات القوانين والأنظمة الضعيفة هي أكثر عرضة لتدفق هذا النوع من الأدوية، حاضاً المشرعين على وضع قوانين وأنظمة صارمة تحظر مزاوله بيع وتداول الأدوية دون رقابة قانونية.

تجربة

نتائج واعدة في علاج التليّف الكيسي بالرئة

يساعد في علاج التليف الكيسي إلى جانب استخدام المضادات الحيوية . وقد أظهرت النتائج أن التنفس يتحسن بشكل ملحوظ في خلال 24 ساعة من بدء استخدام العلاج. وقال الدكتور « إيلبورن، الأستاذ بجامعة Queen's University - بلفاسات والذي أشرف على الشق الأوروبي من التجربة أن الأمر مثير ومشجع للغاية ويظهر بالفعل يمكننا تصحيح العيوب الأساسية في التليف الكيسي».

نشرت المجلة البريطانية " New England Journal Of Medicine "نتائج تجريب علاج جديد على ما يقرب من 1108 حالة يعانون من التليف الكيسي بالرئة من الأطفال، حيث أعطت أملاً ميسراً في تحسين هذه الحالات. ويحتوي العلاج على مادتين من أصل نباتي وهما اللوما كافتور والليفاكافتور واللدان يلعبان دوراً مهماً في تنظيم نسب الملح و الماء في الجسم مما

ويتوقع الباحثون أن يحقق العقار الجديد نجاحاً لأكثر من نصف الحالات المصابة بالتليف الكيسي، ويفترضون أنه قد يساعد في تعديل بعض الخصائص الجينية المسببة في مثل هذا المرض ولو بنسبة ضئيلة.

أظهرت الإحصائيات التي أعلنتها منظمة الصحة العالمية أن عدد الوفيات من طفيل الملاريا وصل إلى 584000 حالة في عام 2013 فقط ، كما وصلت معدلات الإصابة في ذلك العام إلى 198 مليون حالة، ويموت يومياً ما يقرب من 1300 طفل من الملاريا وخصوصاً في صحراء جنوب إفريقيا . الأرقام المفرغة حركت فرقاً من البحث بين العلماء لمدة عقدين كاملين من الزمان، حتى توصل أخيراً فريق من

الباحثين بجامعة"Oxford" البريطانية إلى اكتشاف لقاح جديد للوقاية من طفيل الملاريا، وتكمن صعوبة التحصين من الملاريا في صعوبة الحد من انتشارها، حيث تنتقل عبر لدغة الباعوض، وتعتبر المبيدات الحشرية من الأدوات المهمة للحد من انتشاره. ويتمثل اللقاح الجديد في استخدام فيروس شيمبانزي "Chimpanzee virus" الذي يحفز خلايا الجهاز المناعي لمحاربة الطفيل في طوره داخل الكبد

حقنة واحدة تقي من الأنفلونزا طوال العمر

كشف باحثون أستراليون وصينيون عن تطوير لقاح مضاد لفيروس الأنفلونزا يعطى مرة واحدة بالعمر، ويضمن حصانة ضد سلسلة واسعة النطاق من فيروسات الأنفلونزا، وقالوا إنه قد يصبح حقيقة قريباً. ويزعم الباحثون أنهم تمكنوا من كشف «لغز» الطريقة التي يطرد بها الجسم هذه الأمراض، ويعتقدون أن بإمكانهم تقوية جهاز المناعة إلى الحد الذي يمكنه من تدمير جميع سلالات الأنفلونزا. وقام فريق البحث بعزل عينات من خلايا تي T، وهي نوع من خلايا كريات الدم البيضاء تؤدي دوراً حاسماً في محاربة الجسم للأمراض، من الناجين من مرض أنفلونزا الطيور، إلا أن الدراسة المشتركة وجدت أيضاً أن الناجين من مرض أنفلونزا الطيور لديهم معدلات مرتفعة من نوع «قاتل» من خلايا تي يسمى«CD8+»، تساعد الجسم على التعامل مع تهديدات لم تطرأ عليه من قبل. ويأمل الباحثون باستخدام عينات تلك لتطوير لقاح واحد بإمكانه تحصين الجسم ضد سلسلة واسعة النطاق من الفيروسات من خلال حقنة واحدة. وحتى الآن لا يوجد سوى لقاح واحد سنوي لفيروس الأنفلونزا يحمي الجسم من الإصابة بأعراض الفصائل الثلاث الأكثر انتشاراً، وهي نوعان للأنفلونزا الموسمية (تختلف في تركيبة الفيروس فقط)، ونوع واحد لأنفلونزا الخنازير.

أجهزة التسمير تضاعف الإصابة بسرطان الجلد



وأكدت الدراسة أن 27% من حالات لدى المرضى بعد علاج بجرعة ثلاثة مللي جرامات وسبعة مللي جرامات لمدة 54 أسبوع. وبحسب محللون فان عقار بيوجين لن يصل إلى الأسواق قبل عام 2020 إذا ما سار كل شيء على ما يرام. وهناك نحو 15 مليون مريض بالزهايمر على مستوى العالم ومن المتوقع أن يصل العدد إلى 75 مليوناً عام 2030 إذا لم يتم التوصل إلى علاج ناجع للمرض الذي يكلف البشرية مليارات الدولارات سنوياً.

لأشخاص يقل عمرهم عن 40 عاماً تم تشخيص وجود خلايا جلد سرطانية لديهم ومقارنتهم بنحو 390 حالة لأشخاص يعانون من مشكلات جلد عادية، ووجدوا أن الأشخاص الذين يستعملون أجهزة التسمير الصناعي هم عرضة للإصابة بالسرطان بنحو 69% أكثر من الأشخاص الذين لم يستخدموا هذه الوسائل أبداً.

دبي _ البيان الصحي أظهرت دراسة أميركية حديثة أن التعرض للأشعة فوق البنفسجية الاصطناعية من خلال أجهزة التسمير يضاعف خطر الإصابة بالسرطان. وأجرى الباحثون في جامعة ييل الأميركية دراسة على 367 حالة

علاج جديد ينجح في التغلب على «اللوكميا» بنسبة 90%



يتعالج بالكيماوي. وقال «كون تام» طبيب السرطان في مركز بيتر ماكلوم لعلاج السرطان في ملبورن في استراليا، إن نجاح دواء «الإيبروتينيب» سيغني عن اللجوء إلى العلاج الكيميائي لمرضى اللوكيميا تماماً، مشيراً إلى أن المرضى الخاضعين لتجربة الدواء يستجيبون أسرع للدواء عن العلاج الكيميائي مع ظهور أعراض جانبية أقل.

المزمن» بنسبة نجاح تصل إلى 90% وهو أعلى بنسبة 8% من الذين يتناولون العلاج الكيميائي. علاوة على ذلك، فإن الدواء أقل اجتياحاً من العلاج الإشعاعي التقليدي، كما يعتبر بديلاً ناجحاً للمرضى الذين لم تعد تستجيب أجسادهم للعلاج الكيميائي. وطبقاً للتجربة، فإن أربعاً من كل عشر حالات نجحوا في دخول مرحلة التعافي خلال عام مقارنة بأربع من كل مئة مريض

دبي _ البيان الصحي أكد باحث أسترالي أن دواء الـ«إبروتينيب» قد يكون نهاية للعلاج الكيميائي، فبعد تجربته على 391 مريضاً بسرطان اللوكيميا وجد الباحثون أن الدواء أعطى المرضى قدرة على مكافحة نمو نوع سرطان دموي معروف باسم «سرطان الدم الليمفاوي

لأول مرة..

عقار تجريبي يبطئ انهيار القدرات العقلية للمرضى

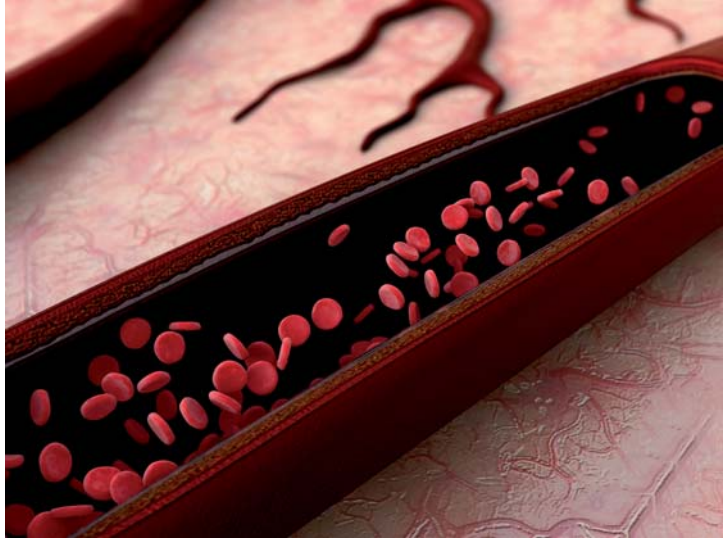
تقلص لديهم مساحة الرقع في علاج استمر 26 أسبوعاً وكان التقلص يزداد مع زيادة الجرعة. وتراجع الرقع السامة كان أكبر لدى المرضى بعد علاج بجرعة ثلاثة مللي جرامات وسبعة مللي جرامات لمدة 54 أسبوع. وبحسب محللون فان عقار بيوجين لن يصل إلى الأسواق قبل عام 2020 إذا ما سار كل شيء على ما يرام. وهناك نحو 15 مليون مريض بالزهايمر على مستوى العالم ومن المتوقع أن يصل العدد إلى 75 مليوناً عام 2030 إذا لم يتم التوصل إلى علاج ناجع للمرض الذي يكلف البشرية مليارات الدولارات سنوياً.

الجرعة وطالت مدة العلاج حيث هزمت امرأة لأول مرض الزهايمر بعد 20 عاماً من المرض. ومن المقرر أن تبدأ الشركة في وقت لاحق من العام تسجيل أسماء المرضى لمرحلة التجارب الثالثة التي يمكن استخدام نتائجها في الحصول على موافقة الجهات المعنية على الدواء، ولاحظ الباحثون من خلال الأشعة لقياس الأميلويد في ست مناطق من المخ أن مستوى تلك الرقع لم يتغير تقريباً مع العلاج الوهمي، أما المرضى الذين عولجوا بثلاثة أو ستة أو عشرة مللي جرامات من العقار لكل كيلو من أوزانهم فقد

تجريبي خفضاً ملموساً في رقع الأميلويد وبيطئ عملية التلف التي تصيب مخ المريض. وشملت التجربة التي جرت على عقار بيوجين، 166 شخصاً قسموا إلى خمس مجموعات حصلت أربع مجموعات منها على جرعات مختلفة من العقار أما المجموعة الخامسة فقد تناولت عقاراً وهمياً. وأظهرت البيانات التي قدمتها الشركة في اجتماع طبي عقد في نيس بفرنسا أن عقار بيوجين أدى إلى خفض الأميلويد Amyloid beta وكان هذا الخفض أكثر وضوحاً كلما زادت

دبي _ البيان الصحي قالت دراسة واعدة إن عقاراً تجريبياً أصبح أول علاج للزهايمر يبطئ بدرجة ملموسة التراجع الإدراكي ويقلل ما يعتقد أنه رقع سامة تدمر المخ لدى مرضى المراحل الأولى والمتوسطة من المرض. وقال، الفريد ساندرو، كبير خبراء الطب في شركة (بيوجين إديك) التي تطور العقار، إن هذه أول مرة يحقق فيها عقار

فوائد رمضان لمرضى القلب والأوعية الدموية



سنة، الذين صاموا لفترة أقل من 10 أيام. كانت مدة الصيام في الوقت الذي أجريت فيه الدراسة 14 ساعة و42 دقيقة في اليوم الأول لشهر رمضان، وهو أيضاً اليوم الأول للدراسة، في حين وصلت المدة الزمنية للصيام في آخر أيام الشهر إلى 13 ساعة و35 دقيقة، وبينت هذه الدراسة تحسناً ملحوظاً في الحالات المصابة بأمراض الشريان التاجي، علاوة على تحسن ملحوظ في عوامل خطر الإصابة بأمراض القلب. دبي- البيان الصحي

أمراض القلب والأوعية الدموية، وتم إجراء مقارنة بدراسة هذه الأمراض قبل شهر رمضان وبعد انتهائه، من أجل الوصول لتأثير الصيام على هؤلاء المرضى.وشملت الدراسة كلا الجنسين، حيث ضمت 38 رجلاً و44 امرأة، وكانت أعمارهم تتراوح ما بين 29 و 70 سنة، ولكل منهم تاريخ سابق في أمراض القلب والأوعية الدموية، وتم استبعاد النساء الحوامل والمرضعات، ولم تشمل الدراسة من هم في عمر أقل من 18

صيام شهر رمضان، وتلاقي الإصابة بأمراض القلب، وتم نشرها في مجلة التغذية Nutrition Journal. وتبين الدراسة أن للصيام فوائد جمة على جسم الإنسان، ولا سيما أمراض القلب، وأجريت هذه الدراسة على مجموعة من المرضى المصابين على الأقل بواحد من

تعد أمراض القلب والأوعية الدموية أحد الأسباب الرئيسة للوفاة في العالم، ويمثل الصيام خلال رمضان تغييراً وكسراً للروتين اليومي، وهذا يؤثر بشكل إيجابي على القلب والأوعية الدموية.ومن أكثر عوامل خطر الإصابة بأمراض القلب المرتبطة بزيادة معدل حدوث تصلب الشرايين، هو وجود وضع غير طبيعي في نسبة الدهون في الدم، وارتفاع ضغطه، وتغيرات في عوامل تخثره وأيضاً التدخين، ولذلك أجريت دراسة لتوضيح مدى العلاقة بين

شروط لصيام الحامل منعاً للمضاعفات

الحاجة إلى 30٪ بروتينات أكثر من المرأة العادية

دبي- البيان الصحي

ينتاب القلق بعض النساء من الصيام في رمضان أثناء شهور حملهن خوفاً من تأثير ذلك على صحة الجنين، ويقول الأطباء إن الاعتدال والأخذ بالأسباب هو الموقف الصحيح، وفي الواقع لا يوجد مانع من صيام المرأة الحامل، إن اتبعت بعض الإرشادات المهمة، على أن تراجع الطبيب إذا ما تعرضت لأية مضاعفات، فاحتياجات المرأة الحامل تختلف عن غير الحامل، من حيث العناصر الغذائية المختلفة التي تزيد بشكل لافت عنها في غير فترة الحمل.

وعلى سبيل المثال تحتاج الحامل إلى نسبة 30٪ من البروتينات أكثر من المرأة العادية، كما ترتفع حاجتها للسعرات الحرارية لتوليد الطاقة التي يحتاجها الجنين، ولهذا يجب أن تركز المرأة الحامل في شهر رمضان بالذات، على الأغذية التي تحتوي على البروتين مثل اللحوم، سواء البيضاء أو الحمراء، والبيض، إلى جانب تناول الخضراوات الطازجة والتقليل من النشويات.

صوم رمضان وعلاقته بأمراض الكبد والجهاز التنفسي

دبي - البيان الصحي

تتعدد أمراض الكبد، وتعتبر الإصابة بفيروس C من أهم الأخطار التي تهدد صحته، كما تتنوع درجات تأثير الفيروس عليه، ومع احتياج المرضى المستمر للعلاج كيف يمكن صوم رمضان؟

بدائية، الطبيب المعالج هو الذي يحدد نوعية حالة مريض الكبد، فالبعض يعانون من تليف متكافئ، بمعنى أن وظائف الكبد متكافئة وجيدة، والبعض يعانون من تليف غير متكافئ، بمعنى أن وظائف الكبد غير جيدة وتظهر مضاعفات التليف مثل الاستسقاء وتورم الساقين والصفراء والنزف والقيء الدموي وفقدان الوعي أحياناً.

وهنا يجتاز مريض الكبد هل يصوم أم لا؟ وهل يكون الصيام مضراً بحالة الكبد أم لا؟ وبناء على تشخيص الطبيب للحالة، يمكن لمرضى الالتهاب المزمن الصوم، إذا كانت إزميمات الكبد طبيعية، مع تناول العلاج المناسب.

مضاعفات

وبالنسبة للمرضى الذين يتناولون الإنترفيرون، يمكنهم الصوم في حال عدم وجود مضاعفات جانبية نتيجة تناول الإنترفيرون، والوحيد الذي يحدد ذلك هو طبيب الكبد المعالج، حيث إن العلاج بالإنترفيرون يتطلب تناول كميات كبيرة من الماء. أما بالنسبة للمرضى الذين يعانون من تليف مبكر بالكبد ووظائف الكبد لديهم جيدة، فهذا يعامل معاملة التهاب الكبد المزمن، وقد يسمح لهم بالصيام، ما لم يعاني المريض من أية مضاعفات أخرى.

لكن بالنسبة لمرضى تليف الكبد غير المتكافئ، فهنا يتم تقييم الموقف على حسب حالة الكبد، ففي حالات المراحل المتأخرة قد لا يُسمح له بالصيام لأنه يحتاج إلى العلاج بصفة مستمرة في أوقات معينة ومحددة، والذين يعانون من غيبوبة كبدية وتورم القدمين والقيء الدموي وكل هذه الأعراض نتيجة الإصابة بالتليف المتأخر، لا يُسمح لهم بالصيام، كما إن مريض تليف الكبد غير المتكافئ الذي يعاني من انخفاض في سكر الدم، لا يمكنه الصوم أيضاً، لأنه لا يستطيع تكملة اليوم نظراً لانخفاض مستوى السكر في الدم.

وعن أمراض ومشاكل الكبد الأخرى المزمنة، مثل الالتهاب الكبدي لفيروس «B» ودهون الكبد والتهاب الكبد المناعي وأورام الكبد، فيشكل عام يطبق نفس الكلام على باقي أمراض الكبد المزمنة، وينصح المرضى المصابون بأمراض الكبد المتقدمة بالإفطار طبقاً لتقييم الحالة من الطبيب المعالج.

الحساسية

ويعد الربو وحساسية الجهاز التنفسي من أكثر الأمراض الصدرية شيوعاً، وعلاج هذه الأمراض في أساسه يعتمد على البخاخات، وأحياناً على تناول الأقراص، ولكن ما مدى تأثير الصوم على هذا العلاج؟

لا يشكل صيام رمضان أية معضلة لغالبية مرضى الربو، حيث يمكنهم تناول البخاخ الواقي عند السحور وعند الإفطار، أما البخاخ المسعف، فعلى المريض تناوله في أي وقت احتياج إليه، حتى لو كان في نهار رمضان، لأن تناوله ضروري واضطرابي في حال وجود الأعراض.

وبالنسبة للمرضى الذين يتناولون حبوباً مثل «الستيرويد» أو «الكورتيكوستيرويد» فينصح بتناولها قبل وقت النوم بالليل، وما سبق ينطبق أيضاً على المرضى المصابين بحساسية الجيوب الأنفية.

وقد تكون الحالة شديدة عند بعض مرضى الربو ويحتاجون إلى البخاخ الواقي أكثر من مرتين في اليوم، ولهذه الفئة من المرضى ينصح بعدم تغيير نظام تناول الدواء حتى يراجعوا أطباءهم، وهنا يجب التنبيه أن البخار الذي يتناوله بعض المرضى في المنازل هو مادة الفيتولين الموسعة للشعب، وينطبق عليه ما ينطبق على بخاخ الفيتولين الموسع للشعب أيضاً.

وعلى مريض الربو تجنب الإجهاد بقدر الإمكان خلال الصوم لأن الجهد والجفاف قد يزيدان من أعراض المرض، لذلك يجب الابتعاد عن الأماكن الحارة التي قد تؤدي إلى الجفاف.

نقاش

أما المرضى الذين يستخدمون الأكسجين، فعليهم أن يستمروا في استخدام الأكسجين كما وصف لهم، وأن يحرصوا على وضع مرطب المياه مع الأكسجين لتجنب الجفاف، أما قدرتهم على الصيام من عدمها فهذا الأمر يجب نقاشه مع الطبيب أولاً.

ويجدر التنبيه هنا إلى أن بعض المرضى ينتقلون خارج المنزل وهم يستخدمون الأكسجين المسال المعبأ في قوارير أو أسطوانات، وفي حال أراد هؤلاء المرضى الصلاة في المسجد خلال شهر رمضان، وخصوصاً صلاة التراويح، فيجب الحيلة الكاملة من استخدام البخور مع الأكسجين، لأن الأكسجين مادة سريعة الاشتعال وقد يتسبب ذلك في حريق. وهنا أيضاً يجب التذكير أنه يتعين على مرضى الربو استخدام البخاخ الموسع للشعب قبل الذهاب إلى المسجد، إذا كان المسجد يستخدم البخور، لأن البخور يسبب ضيقاً في الشعب الهوائية لدى بعض مرضى الربو.

نصائح

وينصح بعدم تبخير المساجد، لأن ذلك يضايق بعض المصلين المصابين بأمراض صدرية، وقد يحرهم من أجر صلاة الجماعة والتهجد في شهر الخير، ويعد شهر رمضان الكريم فرصة ذهبية لكل المدخنين للإقلاع عن عادة التدخين المضرة بالجهاز التنفسي.

تمكين المتعاملين من الحصول على أفضل الخدمات

تعاون بين مستشفيات هيئة الصحة في دبي و«ميدور»



■ حميد القطامي عقب توقيع مذكرة التفاهم مع «في بي إس» بحضور قيادات تنفيذية | البيان



دبي - البيان الصحي

واصلت هيئة الصحة في دبي توسيع نطاق شراكاتها مع مؤسسات القطاع الخاص، حيث أبرمت أخيراً، مذكرة تفاهم مع مجموعة «في بي إس» للرعاية الصحية الممثلة لمستشفى ميدور، بعد أن وقعت في وقت سابق اتفاقيات مماثلة مع 8 مستشفيات خاصة، استهدفت من ورائها توفير الرعاية الصحية المتكاملة لأفراد المجتمع وتمكين جمهور المتعاملين من الحصول على أفضل الخدمات المعتمدة على أحدث التقنيات والممارسات الطبية، في إطار تنافسي وضمن التعاون المثمر القائم بين المؤسسات الصحية الحكومية والخاصة.

فرق «صحة دبي» تتألق في بطولة سباعيات كرة القدم الرمضانية



دبي - البيان الصحي

تألفت فرق هيئة الصحة بدبي في البطولة الرمضانية الرياضية لسباعيات كرة القدم لموظفي الهيئة التي تنظمها اللجنة الرياضية منذ 9 الجاري، وتختتم فعاليات اليوم في ملاعب النادي الإيراني وبمشاركة فرق تمثل الإدارة العامة، ومستشفيات راشد، و دبي، و لطيفة، و حتا، والرعاية الصحية الأولية، وإدارة خدمات الأسنان وفريق الأمن. وتم تقسيم الفرق إلى مجموعتين يضم كل منهما 4 فرق بحيث تلعب كل مجموعة بنظام الدوري.

