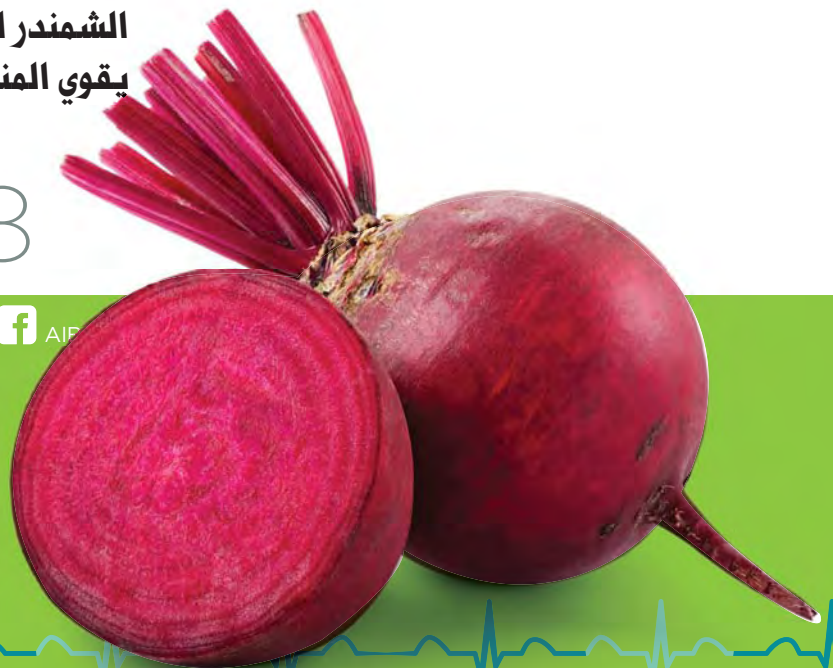




التأمين الصحي إلزامي في دبي

سارعوا بحجز
الباقية الصحية
المناسبة قبل
31 ديسمبر 2016

وتمتعوا بحياة
صحية أفضل

وثيقة التأمين الصحي
أساسية في الحصول
على الإقامة وتجديدها

تجنبوا غرامات التأخير
التي سيبدأ سريانها
2017/ 1/1

للاطلاع على التفاصيل
وكيفية الاشتراك ومزايا
التأمين،
يرجى زيارة موقعنا
www.isahd.ae



422 مليون شخص بالغ مصاب بالسكري عالمياً

قالت منظمة الصحة العالمية إن مرض السكري سُجِّل ارتفاعاً مطرداً على مدى العقود القليلة الماضية، وأصبح من أكثر وأسرع الأمراض انتشاراً على المستوى العالمي، ووفقاً لآخر الإحصاءات يوجد 422 مليون شخص بالغ مصاب بالسكري عالمياً في عام 2014.

مضاعفات السكري:

- يزيد خطر الوفاة المبكرة عموماً →
- النوبة القلبية والسكتة الدماغية →
- الفشل الكلوي →
- بتر الساق والعمى →
- تضرر الأعصاب →
- زيادة خطر وفاة الأجنة أثناء الحمل →



مليون وفاة بسبب مضاعفات السكري مثل
أمراض القلب والأوعية الدموية عام 2014



ملايين وفاة سنوياً تحدث قبل بلوغ
سن السبعين



غرافيك: حازم عبيد
البَيَّانُ الصَّحِّي



ملايين مصابون بالمرض في عام 1980



مليون وفاة في عام 2012



4.7% إلى 8.5% ارتفاع نسبة الإعاقة لدى البالغين

خطة العمل العالمية لغاية 2020:

- استهلاك الأغذية الصحية والتثبيط من استهلاك الأغذية غير الصحية مثل المشروبات الغازية السكرية
- تكوين بيئات عمرانية واجتماعية داعمة للنشاط البدني
- تنفيذ توجيهات وبروتوكولات لتحسين تشخيص السكري وتدريبه العلاجي
- في سياق الرعاية الصحية الأولية
- وضع سياسات وبرامج لضمان الإنصاف في إتاحة التكنولوجيات الأساسية للتشخيص والتدبير العلاجي

- تخصيص الموارد والقيادة الفعالة وإيلاء عناية خاصة للسكري
- تجهيز وزارات الصحة لتضطلع بدور قيادي استراتيجي
- تحديد غايات ومؤشرات وطنية لتعزيز المساواة
- منح الأولوية لإجراءات الوقاية من فرط الوزن والبدانة
- تنفيذ سياسات وبرامج لتعزيز الرضاغة الطبيعية



مستشفى راشد يحصل على الاعتماد الدولي لعلاج أمراض الجهاز الهضمي

لجمهور المتعاملين، إلى جانب توفير تجربة صحية مميزة لتعزيز حضور دبي ودعم صدارتها للسياحة العلاجية. وذكر معالي القوامي أن الهيئة ماضية في رفع مستوى معايير ومواصفات خدماتها الصحية، بما يضيء المنشآت المماثلة في الدول المتقدمة، مؤكداً أن مدينة دبي لها بصمتها الواضحة على خريطة الازدهار، وأن جميع الجهود المبذولة ترمي إلى مواكبة القطاع الصحي لمجمل الطفرات النوعية التي تشهدها دبي. وهنأ معاليه إدارة مستشفى راشد والقائمين على شؤون قسم الأععاء الالتهاية باعتماد القسم ضمن قائمة الأقسام العالمية، في (بريطانيا وكندا وبلجيكا وفرنسا)، مؤكداً أن الهيئة تنظر إلى مثل هذه الإنجازات بكل تقدير واعتزاز.

من جانبه أوضح الدكتور سمير العوضي، رئيس قسم الجهاز الهضمي في مستشفى راشد، أن الاعتماد جاء بعد تدقيق موسع قامت به فرق عمل متخصصة من شركة KPMG البريطانية العالمية، وقد شمل ذلك مستويات وجودة الخدمات الصحية في القسم، إلى جانب قياس كفاء التشغيل، ومدى التنسيق القائم بين قسم الجهاز الهضمي والأقسام التخصصية الأخرى، وسرعة تقديم الخدمة وتشخيص الأمراض، كما طال التقييم أساليب العلاج المتبعة والتجهيزات المتوفرة، ونوعية الأدوية المقدمة للمرضى، وغير ذلك من الأمور التخصصية الأخرى، التي عززت من اعتماد القسم عالمياً لعلاج أمراض الجهاز الهضمي.



دبي - البيان الصحي

اعتمدت شركة KPMG البريطانية العالمية المتخصصة في جودة الخدمات الصحية، مركز الأمعاء الالتهاية بمستشفى راشد، مركزاً عالمياً للاستشفاء، فيما ضمت الشركة مستشفى راشد التابع لهيئة الصحة بدبي إلى قائمة المراكز الدولية التي تشمل بريطانيا وكندا وبلجيكا وفرنسا المعتمدة لعلاج أمراض الجهاز الهضمي.

جاء اعتماد الشركة لمركز الأمعاء الالتهاية بعد تقييم دقيق ومتابعة، ووفق معايير عالمية متصلة بجودة الخدمة وكفاءة الطاقم الطبي والتربضي ومستوى التجهيزات.

وقال معالي حميد محمد القوامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي: إن مجمل الاعتمادات الدولية التي حصلت عليها مستشفيات الهيئة ومراكزها الصحية وأقسامها الطبية المتخصصة، وإن كانت تزيد من قدرات الهيئة التنافسية على المستوى الدولي، فإنها تصب في الأساس في صالح وخدمة المتعاملين، ممن توليهم هيئة الصحة بدبي جل اهتمامها، وتضع رضاهم في مقدمة أولوياتها.

وأكد معاليه أن أعمال التطوير والتحديث التي تشهدها الهيئة على مستوى منظومتها وكفاءة منشأتها الصحية، وممارسات الكوادر البشرية، والتجهيزات والتقنيات الذكية، تستهدف توفير بيئة استشفاء مثالية

أطباء مستشفى دبي ينقذون أمًا وجنينها بعملية جراحية دقيقة

تحت الصمام الصناعي، قسم أخذ خزعة وزراعتها في المختبر، حيث أظهرت النتائج، وجود ميكروب شديد، والتهابات تحت الصمام الأورطي. وأشار الدكتور طارق عبد العزيز اختصاصي أول جراحة القلب والصدر في مستشفى دبي، إلى التجهيزات والإمكانات المتطورة التي يمتلكها مستشفى دبي للتعامل مع كافة الحالات المرضية، بمختلف درجات الخطورة. دبي-البيان

تحت المراقبة الشديدة، لتقليل مخاطر النزف بعد العملية القيصرية، تمهيداً لإجراء العملية الثانية لإعادة استبدال الصمام الأورطي، ولكن حالة المريضة بدأت تتدهور في اليوم الثاني، الأمر الذي تطلب تدخلاً عاجلاً من قبل أطباء جراحة القلب والصدر، لإعادة استبدال الصمام الأورطي. وقال الدكتور باسل الزمقان استشاري جراحة القلب والصدر والأوعية الدموية في مستشفى دبي، إن الأطباء لاحظوا أثناء إجراء العملية، وجود أنسجة غير طبيعية

التخصصات، الذي تم تشكيكه بشكل عاجل، للتعامل مع هذه الحالة، والذي ضم أطباء جراحة القلب والصدر، وأطباء أمراض النساء والولادة، والتخدير العام، وتخدير القلب، والذي قرر محاولة إنقاذ الأم والجنين معاً، حيث تم إجراء عملية قيصرية لإنقاذ حياة الجنين، لافتاً إلى نجاح الأطباء في هذه المهمة، ونقل الجنين إلى قسم حديثي الولادة وهو صحة جيدة، كما تم نقل الأم إلى غرفة العناية المركزة على جهاز التنفس الصناعي لمدة 48 ساعة

في الصدر وضيق شديد في التنفس منذ أسبوع، وتعب وأعياء عام في الجسم، حيث باشر أطباء الطوارئ باستدعاء طبيب القلب المناوب، وتم إجراء الفحوصات اللازمة للمريضة، بما فيها الموجات فوق الصوتية للقلب، والتي أظهرت وجود جلطة على الصمام الأورطي، الذي بات لا يعمل بكفاءة، مبيناً أن هذه الحالة تعد من أخطر الحالات الطارئة التي قد تؤدي بحياة المريض. وأشار إلى أن الفريق الطبي متعدد

خارج الدولة لتبديل الصمام الميترالي، والصمام الأورطي في القلب، وهي في عمر 16 سنة، الأمر الذي يتطلب من المريضة الاستمرار في تناول الأدوية المسيلة للدم مدى الحياة، لتفادي حدوث الجلطة على الصمام، مشيراً إلى خطورة هذه الأدوية على الجنين أثناء الحمل، والتي من الممكن أن تتسبب في حدوث تشوهات خلقية في الجنين، أو نزيف في المشيمة. وأوضح أن المريضة راجعت قسم الطوارئ في مستشفى دبي، وهي تعاني من آلام

نجح أطباء مستشفى دبي في إنقاذ أم وجنينها في عمليتين متتاليتين، استمرت إحداهما 10 ساعات متواصلة، تمكن خلالها الأطباء من إنقاذ الجنين، وإعادة تبديل الصمام الأورطي للمريضة التي كانت حاملاً في الأسبوع 33، وتعاني من آلام في الصدر وضيق شديد في التنفس. وتفصيلاً، قال الدكتور عبيد الجاسم استشاري ورئيس قسم جراحة القلب والصدر بمستشفى دبي، إن المريضة البالغة من العمر 30 سنة، كانت قد أجرت في وقت سابق عملية

استحدثتها هيئة الصحة في دبي للتسهيل على المواطنين والمقيمين

خدمة جديدة لفحص السمع في مركزي ند الحمر والبرشاء

الطبية المتخصصة ومراكز الرعاية الأولية، تلعب دوراً حيوياً ومهماً من نواح كثيرة كونها تعتبر نقطة الانطلاق الأولى التي يتسم من خلالها التعامل مع أي مريض باختلاف نوعية الحالة ومن حيث المنطق فإن أي نقطة بداية سليمة وصحيحة لأي خدمة سواء كانت طبية أم لا تشكل الركيزة الأولى التي تركز عليها كل النتائج التالية وخاصة في هذا المجال وعلى اعتبار أننا نتحدث عن أهم جانب وهو الجانب الصحي للإنسان.



■ محمد نور



سمية سامي



إنهاب عبد اللطيف



منال تريم

دبي- مرفت عبد الحميد

استحدثت هيئة الصحة في دبي، خدمة جديدة لفحص السمع في مركزي ند الحمر والبرشاء الصحي، ضمن جهودها المستمرة للاستجابة للاحتياجات المتزايدة للسكان من الخدمات الصحية. وقالت الدكتورة منال تريم المدير التنفيذي لقطاع خدمات الرعاية الصحية الأولية بهيئة الصحة إن الخدمة الجديدة التي تستهدف كافة المراحل العمرية ستساهم بشكل فاعل في تقليل الضغط على مستشفيات الهيئة، وتقليل وقت الانتظار للحصول على الخدمة، والكشف المبكر عن الأمراض السمعية لدى مختلف الفئات العمرية.

وأشارت إلى توجه الهيئة للتوسع في تقديم هذه الخدمة مع بداية شهر يناير المقبل ليتم تقديم هذه الخدمات على مدار الأسبوع بمركزي ند الحمر والبرشاء الصحي بدلاً من يومين في الوقت الحالي.

عيادات

ومن جانبها قالت الدكتورة أمل بوهارون مدير إدارة المراكز الصحية بهيئة الصحة في دبي إن عيادات السمع التي تم استحداثها بمركزي ند الحمر والبرشاء الصحي تم تزويدها بأحدث الأجهزة القادرة على القياسات الدقيقة للسمع والتي من خلالها يتم إجراء أربعة فحوصات أساسية للسمع، لافتة إلى الكوادر الطبية المتخصصة العاملة في هذه العيادات والتي تم تدريبها وتأهيلها لتقديم خدمات طبية متميزة وذات جودة عالية للمرضى. وأشارت إلى التعاون والتنسيق المستمر بين أطباء هذه العيادات وبين الأطباء الاستشاريين في مستشفيات الهيئة حول مختلف الجوانب المتعلقة ببعض الحالات

تطور سريع

ومن ناحيتها أشارت سمية سامي إلى التطور السريع والهاثل في خدمات الهيئة الملموسة لدى متعاملينا، وتطالب بطرح المزيد من التخصصات في العيادات، في مجال طب الأطفال تحديداً مثل الكشف المبكر عن الإعاقات المختلفة، وعلاج مرض الاكتئاب وأمراض الشيفوخة والإدمان، وغيرها والأمراض المتعلقة بالفئات الأكثر عرضة للضرر بشكل عام مثل الأطفال وكبار السن وذوي الإعاقة تسهيلاً عليهم وعلى ذويهم.

وأضافت أنها سعيدة لأن صحة دبي وضعت ضمن أولوياتها تطوير المراكز الصحية بهدف الارتقاء بالخدمات الصحية في الإمارة لتحسين جودة الحياة للمواطنين وتضع في سبيل ذلك خطط استراتيجية لتطوير كافة المرافق الصحية وعلى رأسها المراكز الصحية. وقالت إن استحداث خدمات طبية متخصصة في المراكز الصحية يساهم في تخفيف العبء عن المستشفيات التي باتت تعاني من ضغط شديد من المرضى والمراجعين خلال السنوات الماضية وزاد الزحام على الأسرة دبي والغرف والميدليات وأقسام الأشعة والمختبرات الطبية.

بتزويد عيادات السمع التي تم استحداثها بمركزي ند الحمر والبرشاء الصحي بأحدث الأجهزة القادرة على القياسات الدقيقة للسمع والتي من خلالها يتم إجراء أربعة فحوص أساسية للسمع، لافتاً إلى الكوادر الطبية المتخصصة العاملة في هذه العيادات على مستوى عال من التدريب والتأهيل، لتقديم خدمات طبية متميزة وذات جودة عالية للمرضى، وهذا ما يميز هذه العيادات.

تخفيف العبء

وأهاب محمد نور بهيئة الصحة إنشاء وافتتاح المزيد من مراكز الرعاية الأولية التي تضم المزيد من التخصصات الطبية مثل طب الأجنة والمسالك البولية، والمفاصل، والقلب، وأمراض الرئة، وغيرها من التخصصات، بهدف التسهيل على المرضى من حيث توفير الوقت والجهد، فضلاً عن تخفيف الضغط الواقع على مستشفيات الهيئة.

وأكد نور أن الخدمات

مشيراً إلى أن مثل هذه الخدمات المتخصصة التي تستهدف كافة المراحل العمرية، ستساهم بشكل فاعل في تقليل الضغط على مستشفيات الهيئة، وتقليل وقت الانتظار للحصول على الخدمة، والكشف المبكر عن الأمراض السمعية لدى مختلف الفئات العمرية.

وأشاد ربحان

للاستجابة للاحتياجات المتزايدة للسكان من الخدمات الصحية، معربين عن أملهم في افتتاح المزيد من العيادات التخصصية في مراكز الرعاية الأولية. وأعرب إنهاب ربحان عن بالغ سعادته لما تقدمه هيئة الصحة بدبي لمتعاملينا، وحرصها على توفير الخدمات الراقية والمتميزة لإسعاد المرضى،



لتعزيز مبدأ الوضوح والشفافية

صحة دبي تطلق خدمة إلكترونية للشكاوى الطبية

الصحة بدبي إن الهيئة تستقبل الشكاوى الطبية من كافة المقيمين في الدولة ومن الزوار القادمين بغرض السياحة العلاجية، مشيرة الى الجهود التي يقوم بها مكتب الحوكمة الطبية بإدارة التنظيم الصحي فيما يتعلق باستقبال الشكاوى الطبية ضد المهنيين الصحيين والمنشآت الصحية في دبي وتصنيفها وتحليلها والتحقيق فيها.

ومراجعة السجلات الطبية من المنشأة الصحية وتصنيف الشكاوى والتعامل معها بأسرع وقت ممكن وحسب طبيعة كل شكوى لضمان مصلحة جميع الأطراف للحصول على أفضل النتائج وإطلاع المعنيين على آخر المستجدات وبعد انتهاء كافة إجراءات التحقيق، يتم إرسال النتيجة النهائية لطرفي الشكوى. ومن جانبها قالت فاطمة الملا رئيس مكتب الحوكمة الطبية بهيئة

الالكتروني للهيئة. www.dha.gov.ae، وإرفاق كافة المستندات الداعمة للشكوى، مشيرة إلى أن الخدمة متاحة أمام المقيمين وزائري الإمارة بقصد السياحة العلاجية. وأشارت إلى أن المشتكي سيتلقى بعد تقديم الشكوى الطبية تنبيهاً من خلال البريد الإلكتروني لإبلاغه بنجاح تقديم الشكوى، حيث ستقوم إدارة التنظيم الصحي بعد ذلك بجمع المعلومات اللازمة عن الشكوى



■ الدكتورة ليلي المرزوقي

والشفافية والسرية في التعامل مع الشكاوى الطبية وتحسين خدمات الرعاية الصحية في إمارة دبي. وأوضحت الدكتورة ليلي المرزوقي مدير إدارة التنظيم الصحي بهيئة الصحة بدبي أن الخدمة الجديدة تتيح للمرضى تقديم الشكوى الطبية ضد أحد المهنيين الصحيين أو المنشأة الصحية إلكترونياً من خلال تعبئة نموذج الشكاوى الطبية على الموقع

دبي - البيان الصحي

تماشياً مع خطة حكومة دبي الذكية وللتسهيل على المراجعين والمتعاملين مع هيئة الصحة، أطلقت إدارة التنظيم الصحي خدمة إلكترونية للشكاوى الطبية على الأفراد والمنشآت الصحية بدبي بهدف تبسيط وتسهيل وتسريع الإجراءات وتعزيز مبدأ الوضوح



جاسم بن كلبان مدير الفعاليات الطبية الخارجية في هيئة الصحة بدبي:

استعدادات طبية عالية المستوى لـ«إكسبو 2020»

أجندة

قال جاسم بن كلبان إن هيئة الصحة في دبي لديها أجندة للسفر، والاطلاع على مختلف المنتديات والمؤتمرات خارج الدولة، وذلك يأتي ضمن برنامج التعرف إلى تجارب المدن الكبرى والعواصم واكتساب الخبرات الجديدة، المتصلة بتأمين وتوفير الخدمات الطبية، للأحداث المتنوعة، وهذا مفيد جداً لفريق العمل ولجنة الفعاليات الطبية الخارجية.

■ هيئة الصحة في دبي تعزز وجودها الطبي في أنشطة وفعاليات محلية وعالمية

■ فريق طبي محترف وعيادات متنقلة لتأمين الرعاية للمشاركين في الأنشطة

■ لجنة عليا لاعتماد خطة تغطية الحدث وضمان الجاهزية القصوى في المرافق

ضيوف الدولة، أي أن خدمات الهيئة الصحية، لا تنحصر في موقع المؤتمر أو الحدث، وهذا واجبا ومسؤوليتنا، التي نعمل على إتمامها على الوجه المرجو. أود الإشارة أيضاً إلى أن طبيعة الحدث وحجمه، تحدد فترة الاستعداد، فهناك أحداث تتطلب التحضير لها لمدة سنة، وهناك 20 يوماً وهناك أسبوعاً.

ما هي الأحداث الكبرى التي تستعدون لها بشكل مكثف، وعددها سنوياً؟

بالنسبة للعدد فهو متغير ويتراوح بين 50 إلى 58 فعالية، أما الأحداث الكبرى، فهي كثيرة، وذلك لما تتمتع به مدينة دبي من مكانة عالمية جعلتها نقطة جذب قوية للمنتديات والمؤتمرات والمنافسات المتنوعة، ومثالاً على ذلك: القمة العالمية للحومات، ومعرض دبي الدولي للطيران، وكأس دبي العالمي للخيول، والبطولات الرياضية المختلفة. والمنتديات الاقتصادية.

تحدثتم عن التنسيق الجاري بينكم وبين الشركاء الاستراتيجيين، فكيف يتم ذلك على وجه التحديد؟ وما هو مستوى التنسيق؟

التنسيق يتم من خلال لجنة تأمين الفعاليات في دبي، وهي تضم العديد من الدوائر الحكومية، ومنها هيئة الصحة بدبي، حيث تتحدد الأدوار والمهام، لكل فعالية، على مستوى اللجنة، ومنها إلى اللجنة المعنية في الهيئة، والخاصة بتنظيم الفعاليات الطبية الخارجية، أي أن هناك تخطيطاً استراتيجياً مشتركاً مع الدوائر المعنية، وتخطيطاً آخر لأعمال وإجراءات التنفيذ على مستوى «صحة دبي».

الفعاليات المحلية والدولية، وفي مختلف المجالات (الاقتصادية والعلمية والثقافية والرياضية والترفيهية)، من دون التفرقة بين حدث وآخر، فما تنظمه إمارة دبي من أحداث وأنشطة، هو في الأصل بالغ الأهمية، ويستوجب استعدادات مكثفة وعالية المستوى، ولدى الهيئة فريق محترف من الأطباء، تدعم جهوده عيادات ومراكز صحية متنقلة، مزودة بتجهيزات ومستلزمات طبية متقدمة، للتدخل الطبي السريع، منها أجهزة حديثة لقياس مستويات السكرى وضغط الدم ورسم القلب، وتقديم الإسعافات اللازمة، إلى جانب صيدلية متنقلة لتوفير الأدوية للحالات الطارئة، في الوقت نفسه، هناك استعدادات إضافية في المستشفيات (راشد ودبي ولطيفة)، لاستقبال أية حالة تستدعي نقلها إلى أي من الأقسام الطبية المتخصصة، حيث يؤدي نخبة من أكفأ أطباء الهيئة رسالتهم ومسؤولياتهم للتدخل السريع في أية ظروف طارئة ولا سيما في مركز الاصابات والحوادث في مستشفى راشد الذي يقدم مجموعة من الخدمات المتطورة.

كيف يتم التخطيط لاستقبال الأحداث المهمة، وتعزيزها طبياً؟

يتم التعرف إلى زمن ومكان الحدث، وحجمه، وأعداد المشاركين، وما إذا كان الحدث محلي أو عالمي، ومن ثم تحديد أعداد الفريق الطبي بمساعدته، ومكان التواجد ومستوى التجهيزات المطلوبة، وأود الإشارة هنا إلى أن الرعاية الصحية التي توفرها الهيئة للمنتديات والأنشطة، يختلف أنواعها، تمتد إلى أماكن تواجد المشاركين من

رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي، وتضم اللجنة في عضويتها مجموعة من المسؤولين التنفيذيين، إلى جانب فريق عمل متخصص لإنجاز التحضيرات المطلوبة والإشراف عليها ومتابعتها لحظة بلحظة.

ما طبيعة مهام اللجنة العليا وأهدافها؟ اللجنة العليا معنية باعتماد خطة تغطية الحدث نفسه، وضمان الجاهزية القصوى في جميع المرافق والمنشآت الصحية، وفي موقع الحدث العالمي نفسه، بما يمكن من تقديم خدمات رعاية وعناية عالية الجودة، كما تختص اللجنة بضمان التغطية المتكاملة بالخدمات الصحية، وتوفير العيادات اللازمة في مناطق مختلفة، داخل موقع إكسبو، فضلاً عن اختصاص اللجنة بإعداد خطط الطوارئ والتدخل الطبي السريع في أية ظروف.

ماذا عن فريق العمل المتخصص، ما هو دوره؟ الفريق يضم نخبة من أطباء الهيئة وإدارييها، ومن مهامه: تحديد واعتماد أدوار واختصاصات جميع القطاعات الصحية، وتعزيز التعاون بين هذه القطاعات، بما يسهل ويمكن هيئة الصحة بدبي، من القيام بمسؤولياتها في الحدث العالمي المهم.

إلى جانب أعمال التحضيرات الجارية الآن لـ (إكسبو دبي 2020)، نود التعرف إلى استعداداتكم المتصلة بسائر الفعاليات والمنتديات، سواء المحلية أو العالمية، التي تنظمها وتشهدها دبي؟ لكل حدث استعداداته وخطته وتجهيزاته، وهذا الأسلوب هو ما نعمل به لتوفير الرعاية الصحية المطلوبة، لجميع

حوار – يوسف سعد

تبنت هيئة الصحة بدبي منهجية جديدة لتواجدها في الأنشطة والفعاليات والمنتديات المحلية والعالمية، التي تنظمها مدينة دبي، وتشارك فيها لتوفير أفضل مستويات الرعاية الصحية، للمشاركين في الفعاليات المختلفة، التي تتطلب الدعم الطبي، وتعتمد الهيئة في منهجيتها الأكثر تطوراً على فريق طبي وإداري محترف، إلى جانب مجموعة من التجهيزات الطبية فائقة المستوى، سواء المتنقلة أو الثابتة في مستشفياتها ومراكزها الصحية المنتشرة في ربوع دبي.

هذا ما قاله جاسم بن كلبان مدير الفعاليات الطبية الخارجية في هيئة الصحة بدبي، في هذا الحوار، الذي استهلته بالإجابة عن سؤالنا المحوري، وهو:

مدى استعدادات هيئة الصحة للحدث العالمي الأكبر (إكسبو 2020 دبي) ؟

هيئة الصحة بدأت الاستعداد لاستضافة دبي وتنظيمها لـ (إكسبو 2020 دبي)، بشكل مبكر، حيث قامت الهيئة بابتعاث فريق متخصص لمعرض (إكسبو ميلانو 2015)، وكان للهيئة حضورها القوي، حيث اطلع الفريق على مختلف الأجنحة المشاركة في هذا الحدث العالمي، وما يتصل به من قواعد صحية وعوامل السلامة المتوفرة، وتعرف إلى مجمل الخدمات الطبية المتاحة في إكسبو ميلانو، وسبل الوقاية والعلاج، وأنظمة التدخل السريع في الحالات الطارئة، إلى جانب التجهيزات المتاحة، وخطة مختلف الأجنحة المشاركة في هذا الحدث العالمي، وما والزائرين، وحزمة الإجراءات التي تم اتخاذها من أجل توفير أجواء صحية سليمة.

في المقابل، وخلال تفقده لأجنحة الدول المشاركة، واستثماراً للنجاح اللافت الذي حققه جناح الدولة في ميلانو، حرص فريق الهيئة على تقديم صورة واضحة عن الأجواء الصحية التي تتسم بها دولة الإمارات بشكل عام ودبي على وجه الخصوص، ومستوى المنشآت الصحية الراقية والتجهيزات، التي يقوم عليها نخب من الطواقم الطبية، التي تمهد بدورها لمستقبل أفضل للسياحة العلاجية في دبي.

وقدم الفريق كذلك شرحاً وافياً عن خريطة المنشآت الصحية الحكومية والخاصة في دبي، ودرجة الجودة التي تتسم بها الخدمات الطبية، وسائر الممارسات الصحية الأخرى، وإمكانيات الإمارة الوقائية والعلاجية، التي تعد جزءاً أصيلاً من الاستعدادات والتحضيرات الجارية للحدث الدولي (إكسبو 2020 دبي).

هذه خطوة مميزة على طريق الاستعداد.. لكن أين وصلت أعمال التحضير لـ (إكسبو دبي) ؟

أعمال التحضير جارية الآن على قدم وساق، وأود التنويه، بأن استعدادات الهيئة يتم تنفيذها على أعلى مستوى، حيث إن هناك لجنة عليا يترأسها معالي حميد محمد القطامي

03

مستشفيات هي راشد ودبي ولطيفة تضم نخبة أطباء لديهم كفاءة عالية للتدخل السريع في أية ظروف طارئة.

58

فعالية تشارك فيها «صحة دبي» سنوياً لما تتمتع به الإمارة من مكانة عالمية جعلتها نقطة جذب للمؤتمرات

2015

فريق متخصص يزور معرض إكسبو ميلانو للاطلاع على القواعد الصحية وعوامل السلامة

منظمة الصحة العالمية تدعو لضمان تمتع الجميع بأنماط عيش صحية

حضّت منظمة الصحة العالمية البلدان على التحرك صوب تحقيق التغطية الصحية الشاملة والتوسع في الاستثمارات الدولية الموجهة إلى التمويل الحافز للتنمية. وتقول المديرّة العامة لمنظمة الصحة العالمية الدكتورة مارغريت تشان «إن أفضل طريقة لضمان التقدم الحقيقي نحو بلوغ الهدف العالمي الجديد للصحة هو تحرك البلدان لتدوّن أكثر من تحقيق التغطية الصحية الشاملة».

وتشير تقارير حديثة لمنظمة الصحة

العالمية ومجموعة البنك الدولي، إلى أن أكثر من 400 مليون شخص في العالم لا يتاح لهم الحصول على خدمات الصحة الأساسية وأن 6% من السكان في البلدان النامية يقعون في دائرة الفقر أو يزدادون فقراً على فقرهم بسبب النفقات الصحية. وتقول الدكتورة تشان «ينبغي ألا يتعرض أي إنسان للإفلاس لأنه في حاجة إلى الرعاية الصحية. وينبغي ألا يحرم أي شخص من الخدمات الصحية لأنه غير قادر على سداد تكاليفها».

وتهدف التغطية الصحية الشاملة التي كانت محوراً أساسياً في عمل منظمة الصحة العالمية خلال السنوات الخمس الأخيرة، إلى تصحيح هذا الخلل. وتوصي المنظمة كخطوة أولى بالحد من حاجة الأشخاص إلى سداد تكاليف الخدمات على نحو مباشر في مراكز تقديم الخدمات، من أموالهم الخاص، ففي البلدان التي تعتمد اعتماداً كبيراً على سداد الأشخاص لهذه التكاليف من أموالهم الخاصة، تتسبب فواتير الخدمات

الصحية في وقوع 100 مليون شخص سنوياً في براثن الفقر. ويُعد التمويل العام ضرورياً للحد من الإنفاق من الأموال الخاصة. ومع زيادة الإنفاق العام على الصحة يتراجع الاعتماد على الدفع من الأموال الخاص، وفي الفترة الواقعة بين عامي 1995 و2013، زاد الإنفاق الحكومي على الصحة من 3,4 إلى 4,1 في المئة من الناتج المحلي الإجمالي في المتوسط على صعيد 190 بلداً. وكانت الزيادة أكبر في البلدان

ليأخذ الغايات الخاصة بأهداف التنمية المستدامة المتعلقة بالصحة على محمل الجد». وتدعم منظمة الصحة العالمية الجهود المبذولة لدفع البلدان المرتفعة الدخل إلى تحقيق غاية تخصيص 0,7% من الدخل القومي الإجمالي للمساعدة الإنمائية الرسمية، وتخصيص من 0,15% إلى 0,20% من المساعدة الإنمائية الرسمية/ الدخل القومي الإجمالي لأقل البلدان نمواً. دبي - البيان الصحي

العيادة الذكية لـ«صحة دبي» أكدت أهميته في توفير الحماية للأفراد

الضمان الصحي يحقق سعادة المجتمع

وقال إن هيئة الصحة بدبي تتلقى سنوياً من خلال البوابة الإلكترونية للضمان الصحي حوالي 3000 شكوى على شركات التأمين الصحي، وهو عدد قليل جداً مقارنة بعدد المؤمن عليهم صحياً والذي وصل حتى الآن إلى ثلاثة ملايين وستمئة ألف نسمة، مشيراً إلى أن 90% من هذه الشكاوى كان متوسط الرد عليها خلال اقل من أربعة أيام عمل فقط.

56 فئة

وأشار الدكتور حيدر اليوسف إلى أن الغرامات تتراوح بين 350 و500 ألف درهم، وتشمل 56 فئة، من ضمنها فرض غرامة في حال عدم قيام صاحب العمل أو الكفيل بإشراك الأشخاص المكلف بإشراكهم في الضمان الصحي أو إشراكهم بأقل من التغطية الأساسية بقيمة 500 درهم عن كل شهر تأخير، وسماع المستفيد للتغير باستخدام بطاقة الضمان الصحي الخاصة به أو إساءة استخدامها بأي شكل من الأشكال بقيمة خمسة آلاف درهم. وأشار إلى فرض غرامة أيضاً على صاحب العمل أو الكفيل في حال عدم التزامه بسداد تكلفة الخدمات الصحية أو التدخل الطبي في الحالات الطارئة للأشخاص المكلف بإشراكهم في الضمان الصحي في حال لم يقيم بإشراكهم بقيمة ألف درهم، وتحميل صاحب العمل أو الكفيل المستفيد كل أو جزء من تكلفة إشراكه في الضمان الصحي 10 آلاف درهم عن كل شخص مع إعادة المبلغ الذي تم دفعه من المستفيد، وعدم قيام صاحب العمل أو الكفيل بتسليم أو تمكين المستفيد من الحصول على بطاقة الضمان الصحي 10 آلاف درهم عن كل حالة.

امتناع وتأخر

وقال اليوسف «وفقاً للقرار تبلغ غرامة امتناع شركة التأمين، من دون عذر تقبله الهيئة، عن تزويد المستفيد بقائمة مقدمي الخدمات الصحية المدرجين ضمن شبكة مقدمي الخدمات الصحية لديها، وبأي تعديل يطرأ على هذه القائمة، ألف درهم عن كل مستفيد، والتأخر في تزويد المستفيد بقائمة مقدمي الخدمات الصحية المدرجين ضمن شبكة مقدمي الخدمات الصحية لديها عن المدة التي تحددها الهيئة من دون عذر مقبول 500 درهم عن كل مستفيد، وعدم إخطار شركة التأمين أو شركة إدارة المطالبات مع الهيئة عن وجود أي تضارب في المصالح مع مقدمي الخدمات الصحية، سواء أكانت هذه المصالح مباشرة أم غير مباشرة 20 ألف درهم، وعدم إخطار شركة التأمين أو شركة إدارة المطالبات الهيئة بأي استغلال أو تلاعب أو إهمال أو تقصير أو أي تجاوزات يرتكبها مقدم الخدمة الصحية أو أي طرف من أطراف منظومة الضمان الصحي خمسة آلاف درهم، وعدم احتفاظ شركة التأمين بالسجلات المالية الخاصة بالضمان الصحي طوال المدة التي تحددها الهيئة، أو عدم فصل هذه السجلات عن الأنشطة الأخرى التي تقدمها 30 ألف درهم.

وأوضح اليوسف أن القرار نص أيضاً على فرض غرامة في حال عدم تقيد شركة التأمين أو وسيط التأمين بالأسعار المعتمدة من الهيئة لوثائق الضمان الصحي بقيمة 10 آلاف درهم عن كل وثيقة.



■ الدكتور حيدر اليوسف

هي 650 درهماً سنوياً، بينما تبدأ أسعار الباقات الأساسية لكبار السن من 2500 درهم سنوياً، منوهاً بأن برنامج التأمين الصحي يتلقى طلبات من خارج دبي للانضمام تحت مظنته، إدراكاً من أفراد المجتمع بأهمية الانضمام للتأمين الصحي لحمايتهم وأسرهم. وأكد أن التأمين الصحي لفئة العمال والخدم، يعد حماية للطرفين من أية نفقات محتملة في الظروف الصحية غير المتوقعة، لافتاً إلى العديد من الاستفسارات التي تلقتها الهيئة خلال الفترة الماضية من أفراد تكبدوا عشرات الآلاف من الدراهم لعلاج خدم يعملون لديهم، وكان بإمكانهم تفادي التكاليف العالية المرتفعة للعمليات الجراحية، بشراء باقة التأمين منخفضة القيمة.

وأشار إلى أن ربط الإقامة بالتأمين الصحي أسهم بشكل فاعل في التزام أصحاب العمل بتأمين موظفيهم، موضحاً ان باقة التأمين الأساسية يمكن شراؤها من خلال زيارة الموقع الإلكتروني www.ishad.ae

واستعرض الدكتور اليوسف مراحل تطبيق قانون الضمان الصحي بدبي والتي استهدفت مرحلته الأولى الشركات التي يزيد عدد موظفيها عن 1000 موظف، في حين استهدفت المرحلة الثانية الشركات التي يتراوح عدد موظفيها ما بين 100 و 999 موظفاً، أما المرحلة الثالثة والأخيرة فتستهدف الشركات التي يقل عدد موظفيها عن 100 موظف، والعمالة المنزلية وأفراد أسرة الموظف.

بوليصة

وقال مدير إدارة التمويل الصحي بهيئة الصحة بدبي إن الحد الأقصى لبوليصة التأمين الصحي

وأكد على ضرورة الالتزام بالتأمين الصحي قبل البدء بفرض الغرامات المالية على غير المؤمنین صحياً والتي تصل إلى 500 درهم شهرياً عن كل فرد غير مغطى بالتأمين.

وأشار إلى وجود 50 شركة مصرح لها بالتأمين الصحي بدبي بينها 9 شركات معنية بتأمين الأفراد من ذوي الدخل المحدود ممن تقل راتبهم الشهري عن 4000 درهم.

31 ديسمبر تنتهي المهلة الممنوحة لغير المشمولين بمظلة الضمان الصحي بدبي

القرار ينطبق على جميع حاملي الإقامات الصادرة من دبي

قانون الضمان الصحي يستهدف 4 ملايين نسمة في دبي

دبي – البيان الصحي

أكدت العيادة الذكية لهيئة الصحة بدبي على أهمية التسجيل بمنظومة الضمان الصحي بدبي لتوفير الحماية لأفراد المجتمع وتعزيز الصحة العامة للوصول الى مجتمع أكثر صحة وسعادة.

واستعرض الدكتور حيدر اليوسف مدير إدارة التمويل الصحي بهيئة الصحة بدبي خلال مشاركته في العيادة الذكية الجهود التي تقوم بها الهيئة للتوعية بأهمية التأمين الصحي لأفراد المجتمع، مشيراً الى النجاحات التي حققتها حتى الآن في الوصول الى تأمين 3 ملايين و 600 ألف نسمة بدبي من أصل 4 ملايين نسمة يستهدفها التأمين الصحي بدبي وبما يعادل نسبة 88% من سكان دبي.

قرار

وشدد الدكتور اليوسف على أهمية التسجيل في منظومة الضمان الصحي قبل بداية العام المقبل مشيراً إلى أن هيئة الصحة بدبي ستبدأ اعتباراً من بداية شهر يناير المقبل بتطبيق قرار المجلس التنفيذي رقم (7) لسنة 2016م، الذي أصدره سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي، رئيس المجلس التنفيذي، بشأن اعتماد الرسوم والغرامات الخاصة بالضمان الصحي في إمارة دبي تنفيذاً لأحكام القانون رقم (11) لسنة 2013م بشأن الضمان الصحي بدبي.

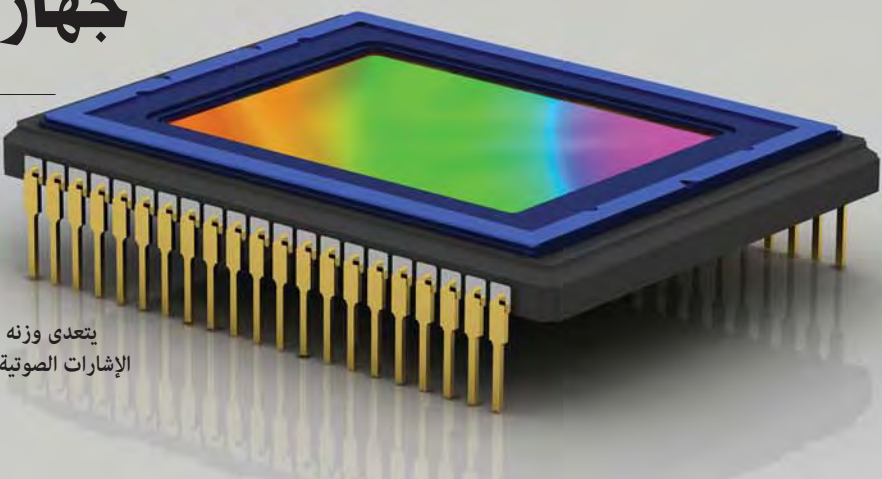


جهاز استشعار صوتي لمراقبة اهتزازات الجسم

ويقول الباحثون إن الجهاز الجديد يمكنه التقاط الموجات الميكانيكية التي تنتشر من خلال الأنسجة والسوائل في جسم الإنسان بسبب النشاط الفسيولوجي الطبيعي، وكشف التوقعات الصوتية المميزة لأحداث فردية، لتشمل آلية فتح وغلق صمامات القلب، ذبذبات الحبال الصوتية، وحتى الحركات في الجهاز الهضمي. كما يمكن للجهاز دمج الأقطاب الكهربائية التي يمكن أن تسجل الإشارات كهربائياً لقياس النشاط الكهربائي للقلب، فضلاً عن قياس إشارات النشاط الكهربائي للعضلات وقت الراحة. دبي - البيان الصحي

الباحث في قسم الهندسة الكهربائية والكمبيوتر وهندسة الطاقة بجامعة كولورادو، إن الجهاز يحتوي على كثافة كتلة منخفضة جداً، يمكن استخدامه لمراقبة القلب والأوعية الدموية. ويوفر الجهاز -الذي يماثل نعومة ودقة أنسجة الجلد ويمكن ارتداؤه- قدرة فائقة متطورة فريدة للاستماع للأصوات الجوهرية للأعضاء الحيوية في الجسم، بما في ذلك الرئتان والقلب، مع نتائج مهمة في المراقبة المستمرة للصحة النفسية.

تمكن علماء أميركيون في جامعة «كولورادو» الأميركية من تطوير أجهزة استشعار صوتي يمكن ارتداؤها لقياس الاهتزازات في جسم الإنسان، مما يتيح لهم فرص مراقبة صحة القلب. وأوضح الباحثون أن الجهاز شديد الصغر والدقة، ولا يتعدى وزنه أقل من أوقية، ويعمل على التقاط وجمع الإشارات الصوتية الفسيولوجية من الجسم. وقال جيونج لي،



«صحة دبي»

تطلق تطبيقاً ذكياً للأدوية

عن الأصناف المتوفرة في الهيئة والرقم المخزني. وأضاف: «كما يوفر التطبيق الشروط والمعايير الخاصة بوصف وصرف الأدوية والمستحضرات الصيدلانية في هيئة الصحة بدبي، وخاصة البحث العام والمتقدم لأي معلومات متوفرة في التطبيق، مما يسهل على المستخدم الوصول إلى المعلومة في أقل وقت ممكن، إضافة إلى خاصية التحديث المستمر والدوري لقائمة الأدوية المعتمدة في الهيئة من حيث الإضافة والحذف والتعديل على أي من المعلومات المتوفرة عن أي دواء، وخاصة القوائم المتعلقة ببعض التخصصات الطبية».

التحول الذكي

وأوضح الدكتور علي السيد أن التطبيق الجديد يمكن تحميله من أبل ستور وبلاي ستور، وباستطاعة الكادر الطبي والتمريضي في هيئة الصحة بدبي تحميل التطبيق على هواتفهم المحمولة، والتواصل مع إدارة الصيدلة ليتم تسجيلهم في التطبيق وتزويدهم بكلمة المرور.



دبي - البيان الصحي

أطلقت هيئة الصحة بدبي تطبيقاً ذكياً للأدوية على أجهزة الهاتف المحمول، يستهدف أطباء وصيادلة وممرضي الهيئة، ويتضمن كل المعلومات المتعلقة بالأدوية، ودواعي استخدامها وتداخلاتها وآثارها الجانبية على المرضى.

قائمة مفصلة

وقال الدكتور علي السيد، مدير إدارة الخدمات الصيدلانية بهيئة الصحة بدبي، إن التطبيق الجديد يوفر للمستخدمين قائمة مفصلة بالأدوية والمستحضرات الصيدلانية المعتمدة في هيئة الصحة بدبي،

■ علي السيد

ومعلومات مفصلة عن كل دواء مع دواعي الاستخدام والجرعات الدوائية للبالغين والأطفال والآثار الجانبية والتداخلات الدوائية، ومعلومات مفصلة



جهاز إلكتروني للتعرف على رائحة الفم الكريهة

دبي. البيان الصحي

ابتكرت شركة أميركية للإلكترونيات جهازاً إلكترونياً يحمل اسم «مينت» يكشف رائحة الفم الكريهة التي تعد مؤشراً للصحة العامة ومقياساً لوجود أمراض أو عدوى في الفم.

ويأتي الجهاز على شكل أسطوانة دائرية صغيرة الحجم مزودة بقطعة متحركة تثبت داخل الفم، ويتصل الجهاز مينت بتطبيق إلكتروني يتم تنزيله على الهاتف المحمول الذكي بحيث يستطيع المستخدم الاطلاع على نتيجة الاختبار على الهاتف.

ومن أجل استخدام الجهاز «مينت»، يتعين على المستخدم إغلاق فمه لمدة ثلاثين ثانية حتى يسمح بترامك الروائح الكريهة في الداخل، ثم يقضم على الجزء المتحرك من الجهاز دون الحاجة للنفخ داخله.

عينة

ويقوم الجهاز بعد ذلك بتخزين عينة من روائح

الفم ثم إخضاعها لاختبار كهروكيميائي لرصد بعض الجزيئات التي تحتوي على مادة الكبريت.

ويتم بعد ذلك تحويل النتائج إلى مؤشر إلكتروني لتحديد درجة العدوى داخل الفم، بحيث إذا حصل المريض على الدرجة «إيه» فذلك يعني أنه سليم، أما إذا حصل على الدرجة «إف» فيتعين عليه زيارة الطبيب فوراً.

وأفاد الموقع الإلكتروني «فيرج» المتخصص في الأبحاث والابتكارات العلمية بأن فكرة الجهاز «مينت» تعتمد على قياس ما يعرف باسم «المكونات الكبريتية المتطايرة» التي تعطي الفم رائحة كريهة وتكون مؤشراً على أمراض خطيرة في اللثة.

ويقول الباحث تيرنس ريسيبي من الرابطة الدولية لأبحاث التنفس إن «أنفاس الإنسان تحتوي على كميات كبيرة من الجزيئات، وبالقطع إذا كان الشخص يعاني من مشكلة في الفم أو اللثة، فسوف توجد مكونات من الكبريت في أنفاسه».

قياسات جديدة للدماغ تحدد عمر الجنين

دبي. البيان الصحي

توصلت مجموعة من الباحثين إلى طريقة جديدة ودقيقة لقياس الدماغ قادرة على تحديد عمر الجنين بنسبة 92%.

وقال تيموثي براون من جامعة كاليفورنيا "اكتشفنا ساعة نمو داخل الدماغ، وهذا مؤشر بيولوجي على الاختلافات الموجودة بين الأشخاص". وأوضح أن تكنولوجيا مسح بالرنين المغناطيسي متطورة استخدمت لأخذ قياسات متعددة الأبعاد للدماغ بين مجموعة من حوالي 900 طفل ومراهق تتراوح أعمارهم بين 3 و20 سنة. وأشار إلى أن القياسات تأخذ بعين الاعتبار شكل الدماغ وحجمه وخصائص كل جزء فيه.



رقعة من البولييمر تحمي القلب بعد الأزمات

دبي - البيان الصحي

طوّر باحثون رقعة من البولييمر يمكن لصقها على جدار القلب لتقوية نبضاته الكهربائية، بعد تضررها إثر أزمة قلبية. وتتسبب الأزمات القلبية في ندوب بالقلب تؤدي إلى إعاقة توصيل النبضات الكهربائية. وتمتاز الرقعة بأنها لا تحتاج إلى خياطة، وبالمرونة الكافية لتبقى ملتصقة على الرغم من حركة القلب. وبحسب دورية «ساينس أدفانس» يستخدم الأطباء حالياً رقعة تتم خياطتها لتعمل كجسر بين الأنسجة السليمة والتي لحقتها ندوب بسبب الأزمة القلبية، وتمتاز الرقعة بالمرونة، وعدم الحاجة إلى تدخل جراحي كبير يتطلب الخياطة.



1

الطبيب المعالج هو المسؤول
رقم 1 عن أي أدوية يتناولها
المريض لأنه الأكثر دراية بتأثير
الدواء

2

توجد في الدول المتقدمة
نشرتان؛ الأولى علمية متخصصة
للطبيب والأخرى للمريض تحوي
إرشادات عن استعمال الدواء

4

تناولت مريضة دواء أثناء حملها
في شهرها الرابع دون استشارة
الطبيب وعند الولادة فوجئت
بوجود تشوهات بالطفل

أطباء «صحة دبي» يشددون على ضرورة النشرة الدوائية.. خريطة طريق للمعالج

دبي - عماد عبد الحميد

يقرأ بعض المرضى النشرة الدوائية الموجودة داخل علب الدواء متمنعين في الآثار الجانبية للدواء، ويتأثرون بها ويتولد لديهم إحساس بالخوف من الآثار المترتبة على استخدام الدواء، وقد يفضلون عدم تناوله نهائياً، في حين يرمي البعض الآخر علبه الدواء مع النشرة غير مبالين بما تحتويه من معلومات طبية مهمة عن المادة الفعالة لكل دواء وفعاليتها وتركيزه وطريقة الاستخدام الآمنة، والجرعة الفعالة لكل فئة عمرية، إضافة إلى موانع الاستعمال.

وفي هذا الإطار قال أطباء في هيئة الصحة في دبي إن نسبة كبيرة من المرضى لا يقرأون النشرات الدوائية، علماً بأن قراءتها تعتبر أمراً ضرورياً للوقوف على تداخلات ومضاعفات الأدوية وموانع استخدامها خاصة تلك التي يتم شراؤها من الصيدليات مباشرة للحوامل والأطفال لأنها قد لا تناسب حالاتهم الصحية أو قد تسبب مضاعفات جانبية، كما حدث مع أحد المرضى التي تناولت دواء للإنفلونزا أثناء حملها في شهرها الرابع، وعند الولادة فوجئت بوجود أصبعين فقط في اليد اليمنى للطفل، وبعد تقصي الأطباء في مستشفى الولادة عن السبب تبين أنها تناولت دواء دون استشارة الطبيب ولم يخطر في بالها المضاعفات الجانبية للدواء على الحمل.

وشدد أطباء هيئة الصحة في دبي على ضرورة أن يقوم المريض بقراءة النشرة المرفقة مع الدواء قبل البدء في تناوله، خاصة إذا ما كان يتناول الدواء بدون وصفة طبية، للحد من المضاعفات والتداخلات الدوائية الخطيرة، واستشارة الطبيب خاصة أو الصيدلي عن المضاعفات، فهناك أدوية تسبب النعاس ويحظر تناولها أثناء القيادة بل يجب تناولها وقت الخلود إلى النوم، كما أن هناك أدوية تسبب مضاعفات جانبية للمريض تفاقم مرضه وقد تسبب له عاهات دائمة.

محمود مرعشي



وصفة طبية

وقالت الدكتورة منى تهلك استشارية أمراض النساء والولادة المدير التنفيذي لمستشفى لطيفة: هناك فرق بين الأدوية التي يتناولها المريض بناء على وصفة طبية من الطبيب المختص والأدوية التي يتناولها بطريقة عشوائية، فالطبيب يقوم بكتابة الوصفة الطبية للمريض بعد التقصي والتحقق من الأمراض والأدوية الأخرى التي يتناولها المريض حتى يتسنى له كتابة الأدوية والجرعات المناسبة له. ولفتت إلى أن الصيدلي يقوم بكتابة الجرعات الموصى بها من قبل الطبيب على علبه الدواء ويقوم بتوضيح كل الأمور المتعلقة بمواعيد تناول الدواء سواء كان مثلاً قبل الطعام أو بعده والوقت الذي ينبغي أن يأخذ فيه الدواء، خاصة أن هناك مضادات حيوية تؤخذ ثلاث مرات باليوم أي بمعنى كل ثماني ساعات ومضادات أخرى تؤخذ مرتين كل 12 ساعة وهكذا.

حق المريض

وأكدت تهلك أن من حق المريض الاستفسار عن كل المعلومات المتعلقة بالدواء والمضاعفات التي قد يتسبب بها، مشيرة إلى أن هيئة الصحة في دبي وقعت قبل عشر سنوات وثيقة حقوق المرضى وواجباتهم والتي تعطي المريض الحق في الاستفسار

محمد مرتضى



خالد الحمادي



اشتراط

تشتراط هيئة الصحة في دبي على الشركات الموردة للأدوية أن تكون النشرة المرفقة مع أي علبه دواء مكتوبة بخط واضح باللغتين العربية والإنجليزية، للتسهيل على القارئ معرفة محتويات الأدوية التي يتناولها والتداخلات الكيميائية والمضاعفات، ومدى تأثيرها على الجسم، مؤكدة أن هناك أدوية تسبب النعاس ويجب تناولها عند الخلود إلى النوم ويحظر تناولها أثناء القيادة، كما أن هناك أدوية تحظر على الحوامل وبالتالي يجب قراءة النشرة واستشارة الطبيب في أي أعراض.

بدواعي استعمال الدواء ومكوناته والمضاعفات التي قد يتسبب بها بموجب البروتوكولات العالمية المتعلقة بحقوق وواجبات المرضى والتي هي في رأيي أهم بكثير من ترجمة النشرة المرفقة مع الدواء إلى اللغة العربية.

وتابع أن قرار الطبيب يعتبر قراراً طبياً لأنه يقوم بدراسة الحالة البيولوجية والفيزيولوجية للمريض وبالتالي النشرة الطبية تكون عامة، كما أن هناك تخوفات دائماً من النشرات التي يتم إرفاقها مع الدواء من تحول المريض إلى طبيب بمعنى أن المريض بعد قراءة النشرة قد يتوقف عن تناول الدواء خاصة إذا وجد أن هذا الدواء يسبب بعض

سلاح ذو حدين
بدوره أكد الدكتور محمود مرعشي استشاري أمراض الدم في هيئة الصحة في دبي حق المريض في معرفة كل الأمور المتعلقة بالدواء الذي سيتناوله، وليس بالضرورة عن طريق ترجمة النشرات المرفقة مع الدواء، وإنما يجب أن يتم ذلك من خلال العلاقة التي تربط الطبيب المعالج مع المريض، وتقع على الطبيب مسؤولية تعريف المريض



منى تهلك

الأعراض أو المضاعفات، وقد يقوم بتغيير أو شراء دواء آخر وفقاً لفهمه للنشرة ودون استشارة الطبيب وهذا سيكون له نتائج عكسية على صحة وسلامة المريض. ولفتت إلى أن بعض الأدوية مثلاً تسبب العقم في حال استخدامها لفترة طويلة ومثل هذه الأدوية توصف من قبل الأطباء لفترات محدودة لأن قرار استخدام الدواء هو قرار فني للطبيب، ولكن في حال اكتشاف المريض من خلال النشرة أن هذا الدواء له أعراض ومضاعفات تصل إلى العقم فقد يتوقف من تلقاء ذاته عن تناول الدواء، وهذا ممكن الخطر.

معلومات مهمة

من جانبه قال الدكتور خالد الحمادي استشاري أمراض العظام في مستشفى دبي: يجب أن تكون نشرة الدواء مصاحبة لكل عبوة، لأنها تحتوي على معلومات طبية مهمة عن المادة الفعالة لكل دواء وفعاليتها وتركيزه وطريقة الاستخدام الآمنة، والجرعة الفعالة لكل فئة عمرية، إضافة إلى موانع الاستعمال مثل تحسس المريض من المادة الفعالة أو عند أخذ المريض لأدوية تتفاعل مع المادة الفعالة وتؤثر على فعاليتها، كما تحتوي على الآثار الجانبية للدواء وطرق علاج عند أخذ جرعات عالية عن طريق

أعراض ومضاعفات

وأوضح الصيدلاني محمد مرتضى من مستشفى دبي أن جميع الأدوية عبارة عن مواد كيميائية لها مضاعفات وأعراض جانبية وتوصف من قبل الطبيب المختص بعد دراسة الحالة والتاريخ المرضي ونوعية المرض، ولكن مع ذلك هناك نشرة مرفقة مع كل دواء باللغتين العربية والإنجليزية، ولذلك يجب على المريض قراءتها، وفي حال عدم إجادته القراءة عليه الاستفسار من الطبيب أو الصيدلي لشرح الآثار الجانبية للدواء وهذا من حق المريض، مشيراً إلى أن هيئة الصحة في دبي تعلق وثيقة حقوق المرضى وواجباتهم في جميع مستشفياتها وصيدلياتها وبالتالي الاستفسار عن كل معلومات الأدوية.

وأفاد بأن من أهم البنود التي ينبغي على المريض قراءتها عند شراء الدواء من الصيدلية هي النشرة المرفقة بالأدوية لاحتوائها على اسم العنصر أو العنصر الدوائي الفعالة، لأنه بعد أول وأهم شيء ينبغي على المريض قراءته ومعرفته، إضافة إلى



50%

أظهر استطلاع رأي أن 50 في المئة من أفراد الشعب الألماني غير راضين عن النشرة الداخلية

10

وقعت «صحة دبي» قبل 10 سنوات وثيقة حقوق المرضى وواجباتهم التي تعطي المريض الحق في الاستفسار عن الأدوية

8

لابد من الالتزام بتعليمات الطبيب خصوصاً عند تناول المضادات الحيوية لأنها تؤخذ كل 8 ساعات أو 12 ساعة يومياً

ضرورة قراءتها تجنباً للمضاعفات الخطيرة للاج المناسب والتوعية بالآثار الجانبية

إرشادات ضرورية في النشرة الدوائية

تنص قوانين الصيدلة في معظم الدول المتقدمة على ضرورة إرفاق نشرة مع كل عبوة دواء، ويتوجب أن تحتوي على كافة المعلومات عن الدواء ومادته الفعالة، كما يجب على المرضى قراءة النشرة قبل البدء في استخدام الدواء لمعرفة المعلومات الضرورية فيها تجنباً للمضاعفات الخطيرة.

قوانين الصيدلة

وقال مرتضى: وفقاً لقوانين الصيدلة في الدولة، يجب إرفاق نشرة في كل عبوة دواء، تحتوي على كافة المعلومات عن الدواء ومادته الفعالة، مثل مكونات الدواء والمواد النشطة وغير النشطة، وكيفية تناول الدواء، والحالات الطبية التي يحظر فيها استخدام الدواء، ووقت الدواء قبل أو بعد الطعام.

وأضاف «بالنسبة للأدوية التي تباع دون وصفة طبية والتي تكون معدة لمعالجة المشاكل الشائعة مثل الحمى، والالام المختلفة، ونزلات البرد، والسعال، فيفضل التشاور مع الصيدلي أو الطبيب قبل بدء العلاج، كما يوصى بقراءة النشرة المرفقة ومعرفة ما إذا كان الدواء معداً بالفعل لعلاج المشكلة التي يعاني منها المريض، مشدداً على ضرورة قراءة النشرة واتباع الإرشادات المذكورة فيها، كما يجب التأكد من صلاحية الدواء وتاريخ الانتهاء، وتخزين الدواء وفقاً للإرشادات.

وقد أظهر استطلاع رأي أن 50 في المئة من أفراد الشعب الألماني غير راضين عن النشرة الداخلية المرفقة بالأدوية.

وبحسب الاستطلاع، الذي أجراه معهد انفاس المتخصص لمصلحة رابطة الصيادلة الألمان، فإن 50٪ ممن شملهم الاستطلاع يرون أن هذه النشرات معقدة للغاية وغير مفهومة أو صعبة القراءة.

طرق تخزين الدواء للحفاظ على فاعليته لفترة طويلة.

الاطلاع على التحذيرات المختلفة مثل الحالات التي ينبغي فيها على المريض استشارة الطبيب.

معرفة استطببات الدواء أي الحالات المرضية التي يمكن استخدامه فيها.

معرفة العناصر الدوائية الفعالة في الدواء.

جرعة الدواء المقبولة التي لا تشكل خطراً على صحة المريض.

عدم وجود مانع من تناول الدواء.

عدم استعمال أدوية أخرى تؤدي إلى ضرر صحي أو تؤثر في فائدة الدواء.

معرفة المواد النشطة وغير النشطة التي يحتوي عليها الدواء.

كيفية أخذ الدواء: بلع، دهن، إلصاق، استنشاق، حقن.

طريقة تناول الدواء ومقدار الجرعات ومواعيد تناولها.

الأنشطة التي لا ينبغي القيام بها أثناء تناول بعض الأدوية مثل القيادة.

1500 صنف من الأدوية متوافرة في «صحة دبي».

هيئة الصحة بدبي DUBAI HEALTH AUTHORITY

غرافيك: محمد أبوعبدة

البكان الصحي

مراجعو عيادات طبية:

الخط الصغير واللغة الأجنبية يعيقان قراءة النشرات



■ طارق بدوي



■ بدرية إبراهيم



■ سلطان الزعابي



■ حسن عبدالرحمن

قراءته، معتبراً أنها سلاح ذو حدين، فمن الممكن أن تسبب للمريض قلقاً وبالتالي عدم تناول الدواء. وتابع أن النشرات بها تفاصيل ومعلومات تهتم الأطباء أكثر من المرضى، كما أن نشرات الأدوية الأجنبية المستوردة تتم كتابتها باللغة الإنجليزية أو بلغة الدولة المستوردة.

الآثار الجانبية

وأوضحت بدرية حسن إبراهيم أن بعض شركات الدواء تفضل كتابة بعض الآثار الجانبية للدواء في النشرات، فيما تحجب شركات أخرى بعض هذه الآثار، مشيرة إلى أن بعض الشركات تضع نشرات

خلال تجربتي أجد أن قراءة النشرة مفيدة، مؤكدة أنها لا تتجاهل قراءتها عندما تكتب باللغة الإنجليزية بل أحرص على أن يقوم الطبيب أو أحد الأقارب بترجمتها للأطمئنان على صحتي.

قلق

بينما أشار سلطان الزعابي إلى أنه لا يقرأ النشرات الدوائية التي تكتب باللغة الإنجليزية وما تحتويه من تعليمات وتحذيرات، باعتباره لا يجيد الإنجليزية وإن كتبت باللغة العربية فقراءته غالباً ما تكون سريعة. وينتقد سلطان كتابة النشرة بخط صغير جداً يكاد البعض لا يستطيع

دبي - مرفت عبد الحميد

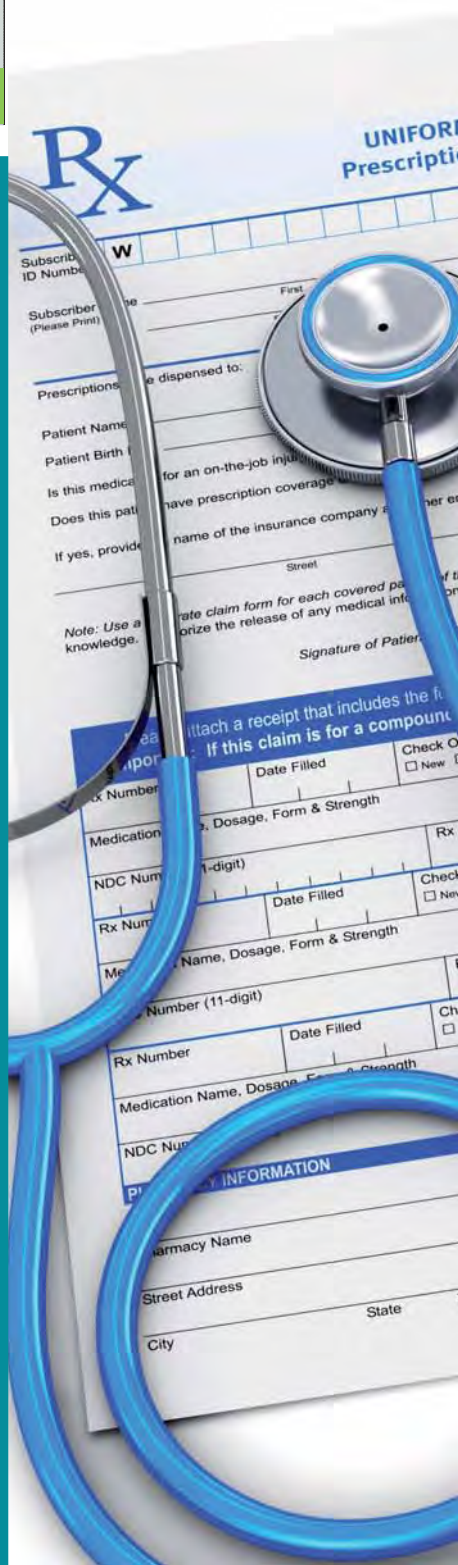
على الرغم من أهمية النشرة المرفقة مع الأدوية يتجاهل بعض المرضى قراءتها، فيما يحصر آخرون على قراءتها بتركيز من باب الاطمئنان على صحتهم ومعرفة تركيبة الدواء وموافقاته والجهة المصنعة وكيفية استخدامه وآثاره الجانبية.

وفي هذا الإطار أكد عدد من مراجعي العيادات الطبية أن كتابة النشرات بخط صغير جداً، إضافة إلى كتابتها باللغات الأجنبية أبرز ما يعيق المرضى من قراءة هذه النشرات.

تركيبة الدواء

وتفصيلاً، تقول حُسن عبد الرحمن مديرة مدرسة إنها تقرأ النشرة الدوائية الموجودة في علب الدواء متمعنة في الآثار الجانبية للدواء، وتأثير بها ويتولد لديها إحساس بالخوف من الآثار المترتبة على استخدام الدواء وقد تفضل عدم تناولها نهائياً.

وأضافت: أحرص على قراءة النشرة الدوائية قبل فتح الدواء، فقراءة التعليمات ومعرفة تركيبة الدواء والآثار المترتبة على استخدامه تعتبر مهمة جداً، حيث إنه من



فوائد

البروكلي يطرد السموم من الجسم

يتمتع البروكلي بفوائد صحية جمة، حيث إنه يزخر بمادة الكلوروفيل، التي تطرد السموم البيئية من الجسم وتدعم وظيفة الكبد. ويعمل البروكلي أيضاً على تدعيم عملية تنظيف الأمعاء وتنشيط عملية الأيض.

ويعد البروكلي غنياً بالألياف الغذائية ومضادات الأكسدة وفيتامين C وفيتامين E. وللاستفادة من هذه المزايا، يُنصح بطهي البروكلي بالبخار. دبي - البيان الصحي



دعم

الشمندر الأحمر يقوي المناعة

يعمل الشمندر الأحمر على تقوية المناعة، وذلك بفضل احتوائه على مادة البيتايسان، التي تمنحه لونه الأحمر المميز.

كما أن الشمندر الأحمر غني أيضاً بحمض الفوليك، الذي يلعب دوراً مهماً في بناء كرات الدم الحمراء، حيث إن 200 غرام منه تكفي لسد نصف الاحتياج اليومي.

ويزخر الشمندر الأحمر أيضاً بالعناصر التي تساعد على بناء الدم، مثل الحديد والنحاس والمنغنيز. دبي - البيان الصحي



عدم تناول الألياف الطبيعية يدفع البكتيريا لالتهام الأمعاء

كما حرموا هؤلاء من الألياف؛ ما أدى إلى تغيير عادات الأكل الطبيعية لدى الميكروبات، وبدلاً من ذلك تغذت على طبقة طبيعية من المخاط تتكون من الكربوهيدرات المبطّن للأمعاء. ونصح العلماء بتناول المزيد من الألياف لمنع الكثير من الأمراض، مشيرين إلى أن المصادر الغذائية النباتية للألياف أفضل من الألياف المصنعة أو المكررة والمنتجة صناعياً.

الكيميائية، كما أنها العامل الرئيس لتنظيم جهاز المناعة والوزن والحالة المزاجية. ولدى البشر نحو 17 إنزيماً للهضم والميكروبات لديها الآلاف، والدور الأساسي للميكروبات هو هضم الأطعمة الغنية بالألياف لاستخراج العناصر الغذائية الرئيسية. وفي التجربة لدى الفئران المعقمة تم زرع 14 بكتيريا معروفة تنمو عادة في أمعاء الإنسان.

وعادة، فكل الحيوانات منذ الولادة بها كم هائل من الميكروبات يعيش بشكل رئيس في الأمعاء السفلى (القولون)، وفي البشر، يصل هذا العدد إلى أكثر من 100 تريليون ميكروب - يفوق عدد خلايانا. وتطورت هذه الميكروبات -بكتيريا بشكل رئيس، ولكن يوجد أيضاً فيروسات وفطريات- معنا وتنتج لدينا العديد من الفيتامينات والهرمونات والمواد

نعتمد فيه على الأكل السريع غير الصحي هو سبب ابتعادنا عن تناول الطعام المقيد وإصابتنا بالكثير من الأمراض. وطالبت الدراسة بتناول الألياف حتى لو كان مذاقها سيئاً لأنها في النهاية مفيدة لنا. واستخدم الفريق الدولي فئراناً ولدت ونشأت في بيئة معقمة ولا يوجد بها ميكروبات في الأمعاء،

دبي - البيان الصحي

حذرت دراسة لفريق دولي من العلماء من عدم تناول الألياف؛ لأنها لا تتسبب فقط في السمنة، لكنها تصيب بميكروب يتكاثر في الأمعاء ويلتهم اللحم. وقالت الدراسة: إن نمط الحياة العصري الذي



البازلاء مفيدة لقلوب الرجال



الغنية بالأسبرميدين. وبينت التجارب على الفئران أنها عاشت لفترة أطول بـ20 إلى 30 يوماً عن تلك التي لم تتناول هذا المركب. وكان الرجال الذين تناولوا البازلاء أو غيرها من الأطعمة الغنية بالأسبرميدين أقل عرضة بـ50% للوفاة بقصور في القلب.

وفي العام الماضي أكد فريق آخر من الأكاديميين أن الأسبرميدين يجنب الإصابة بالسرطان ومرض الزهايمر ومرض باركنسون، ويمكن أن يوجد هذا المركب أيضاً في الفول.

أكثر من النساء من تأثير البازلاء، وتم التوصل أول مرة لقيمة «الأسبرميدين» لأنه حيوي لنمو الأنسجة السليمة. وأشارت الدراسات إلى أن تناول الأطعمة التي تحتوي على مستويات عالية من المركب يساعد أيضاً في إعطاء عملية الشيخوخة ويحمي القلب من التآكل والتمزق.

وأجرى العلماء تجربتين، واحدة شارك فيها الفئران التي شربت ماء به مستويات عالية من الأسبرميدين لمعرفة إذا كان سيجعلها تعيش لفترة أطول، والأخرى كانت على 800 رجل استهلكوا الأطعمة

دبي. البيان الصحي

كشفت دراسة بجامعة جراتس النمساوية، عن أن تناول الرجال للبازلاء يجعلهم أقل عرضة للوفاة بقصور في القلب بأكثر من 50%.

وذكرت الدراسة أن تناول البازلاء يمنع أمراض القصور في القلب، بفضل مركب يسمى «الأسبرميدين» الموجود أيضاً في الجبن الأزرق، وكبد الدجاج والمحار. ووجدت الدراسة أن الرجال يستفيدون

العضلات القوية تبني مستقبلاً أقوى

تقدم لكم

AL RAWABI

فيتامين

حليب

#deficiencyD defeat مع

حليب فيتامين (د) الجديد

قدّموا لأطفالكم حليب فيتامين (د) يومياً، ليكون غدهم أكثر إشراقاً.

السلطات المعلبة تسبب التسمم الغذائي

دبي - البيان الصحي

يفضل الكثيرون السلطات المعلبة على غيرها من الوجبات السريعة، بيد أن دراسة علمية جديدة كشفت عن مخاطر السلطة المعلبة والتي قد تؤدي إلى أضرار كبيرة على الصحة.

وتوصل باحثون إلى أن أوراق الخضراوات المقطعة في هذه الأكياس تزيد من خطر الإصابة بالتسمم الغذائي، وتزيد من نمو بكتيريا السالمونيلا بنحو 2400 ضعف، وهو ما قد يتسبب في أمراض كثيرة.

وذكر الباحثون من جامعة ليستر البريطانية في دراسة نُشرت نتائجها في الدورية الصحية «علم الأحياء الدقيقة والبيئية»، أن أوراق الخضراوات المقطعة في السلطة تترك سواحل تساعد على نمو بكتيريا السالمونيلا.



كثرة فيتامين «د» تؤدي إلى هشاشة العظام

توصل خبراء بريطانيون في مجال الصحة والتغذية إلى نتيجة جديدة مهمة تتعلق بفيتامين «د»، تنافي المعتقدات والنصائح السابقة التي توصي بتناول مكملات الفيتامين لحماية العظام من الهشاشة، حيث تبين أخيراً أن الفرد بحاجة إلى 10 ميكروغرام فقط في اليوم من فيتامين «د»، للحفاظ على صحة عظامه وعضلاته.

وبعد دراسة مستفيضة استغرقت 5

سنوات، أعلن فريق من خبراء صحة مستقلين عُين من قبل الحكومة البريطانية، عن أسس وارشادات جديدة خاصة بفيتامين «د»، استناداً إلى وصايا اللجنة الاستشارية العلمية للتغذية في بريطانيا.

وأوضح الخبراء أن الأفراد الذين يحصلون على نسبة عالية من فيتامين «د» عن طريق المكملات والتعرض للشمس والأطعمة الغنية بالفيتامين، قد يكونون عرضة للإصابة بالعديد من

الأمراض، بالإضافة إلى أن عظامهم أكثر عرضة للضعف منها إلى القوة، بدلاً من العكس.

وأشار الباحثون بعد تحليل عشرات الآلاف من المرضى، إلى عدم وجود دليل دامغ على أن مكملات فيتامين «د» تعزز الهيكل العظمي للجسم، إلا إذا كان الشخص مصنفاً ضمن مجموعات معرضة للخطر مثل كبار السن أو جماعات عرقية معينة تعاني من نقص حاد من فيتامين «د».

في المقابل، يوصى بضرورة تناول الرضع الأقل من عام مكملات فيتامين «د» بين 8,5 إلى 10 ميكروغرامات يومياً، أما الأطفال من عمر عام إلى 4 سنوات فتكون الجرعة 10 ميكروغرامات يومياً، أما الرضع الذين يتناولون حليباً مصنعاً مدعماً بالفيتامين، فليسوا بحاجة إلى مكمل إضافي.

فيما عدا ذلك، فإن أغلب الفئات العمرية لن تفيدهم مكملات فيتامين

«د»، والأجدر لهم الالتزام بنمط حياة صحي، والتعرض لأشعة الشمس في الأوقات الصحية وتناول طعام صحي. كما تقول أغلب الدراسات إن نقص مستويات فيتامين «د» في الجسم له علاقة باحتمال التعرض لمجموعة من الأمراض بدءاً من السكري مروراً بمتلازمة القولون العصبي والتهاب المفاصل والتصلب المتعدد، وصولاً بمرض الباركنسون وحتى السرطان.

لكن، حتى الآن، لا يوجد دليل قاطع

يرفضون الذهاب للطبيب ما يؤدي إلى تدهور حالتهم الصحية

«صحة دبي»: 10 - 15 % من الأشخاص يتجاهلون المرض

دبي - البيان الصحي

قال أطباء في هيئة الصحة بدبي: إن بين 10 - 15% من الأشخاص يمرون في حياتهم بعرض صحي أو أكثر يهدد صحتهم، لكنهم يتجاهلونه ويرفضون الذهاب للطبيب: الأمر الذي يؤدي إلى تدهور حالتهم فيما بعد، وقد يتطور الأمر إلى الوفاة.

أعراض

وأكد الدكتور أنور الحمادي، استشاري ورئيس مركز الأمراض الجلدية التابع للهيئة، أن هناك بالفعل نسبة من الأشخاص ممن عانوا من أعراض تستدعي الذهاب إلى الطبيب خلال السنوات الماضية، لكنهم تجنبوا الذهاب للطبيب، كما أن هناك أشخاصاً يعانون حالياً من مشكلة صحية قد تكون خطيرة، ومن الممكن تفاديها ولكنهم يخشون الذهاب للطبيب.

وأضاف: الكثيرون يؤجلون الذهاب إلى الطبيب لمدة تصل إلى 7 أشهر في المتوسط، كما أن 1 من كل 5 يلغون مواعيدهم في اللحظة الأخيرة، مرجعين السبب إلى أن زيارات الطبيب تثير مخاوفهم.

نتائج

وأوضح الحمادي أن الأعراض التي يتجاهلها الأشخاص عادة وينبغي الذهاب إلى الطبيب على الفور لمعرفة سببها هي السعال المستمر على مدى 3 أسابيع، والتغيرات في حركات البول أو الأمعاء والصداع المستمر وعدم وضوح الرؤية.

وفي السياق نفسه أظهرت نتائج دراسة بريطانية أيضاً أن 11% من النساء أجلن زيارة الطبيب بعد اكتشاف وجود تورم في الثدي، في حين أن 9% من الرجال البريطانيين لم يذهبوا إلى الطبيب بعد العثور على ورم في الثدي.

كما أن ما يقرب من 40% منهم أجلوا زيارة الطبيب على أمل أن تزول المشكلة من تلقاء نفسها، في حين قال 24% منهم إنهم ببساطة مشغولون جداً للحصول على موعد مع الطبيب.

وأعرب 24% آخرون عن قلقهم من تشخيص الطبيب. وحذر أطباء

هيئة الصحة في دبي من تأجيل هذه الزيارات؛ لأنها قد تنقذ حياة المريض، مؤكدين أن التشخيص المبكر للمرض أفضل من التأخير فيه وتطور المرض الذي قد يؤدي إلى الوفاة في بعض الحالات.

أدوية السرطان تفتح باب الأمل لعلاج العقم



دبي - البيان الصحي

قدّم العلماء أملاً جديداً للسيدات اللاتي يعانين من العقم بعدما اكتشفوا الصلة بين أحد العقاقير المستخدمة في علاج السرطان ونمو بويضات جديدة، وهو الأمر الذي كان يعد من قبل مستحيلًا.

وكان العلماء حللوا عينات من نسيج المبايض الذي تبرعت به 14 امرأة خضعن للعلاج الكيميائي، بالإضافة إلى أنسجة 12 امرأة تتمتع بصحة جيدة. واكتشفوا أن أنسجة 8 من مريضات السرطان اللاتي كن يتلقين العلاج بعقار «إيه بي في ديه» كانت تحتوي على بويضات أكثر بنحو 4 إلى 10 مرات

وتضيف: «كنا نعلم أن عقار «إيه بي في دي» لا يتسبب في العقم كما تفعل بعض عقاقير السرطان الأخرى، لكننا فوجئنا بأنه قادر على إنتاج البويضات بهذه الأعداد الكبيرة».

وتابعت: «يبدو كأن شيئاً ما قد تم تفعيله في الخلايا الجذعية وعلينا اكتشاف ذلك الشيء». ربما تكون قسوة الدواء قد تسببت في نوع من الصدمة التي حفزت الخلايا الجذعية على إنتاج بويضات جديدة، هذه أول مرة على الإطلاق نرى تكوين بصيلات جديدة داخل المبايض».

تحليل

وكان العلماء حللوا عينات من نسيج المبايض الذي تبرعت به 14 امرأة خضعن للعلاج الكيميائي، بالإضافة إلى أنسجة 12 امرأة تتمتع بصحة جيدة. واكتشفوا أن أنسجة 8 من مريضات السرطان اللاتي كن يتلقين العلاج بعقار «إيه بي في ديه» كانت تحتوي على بويضات أكثر بنحو 4 إلى 10 مرات

يصرف بموجب وصفات طبية

دبي - البيان الصحي

وافقت إدارة الأغذية والأدوية الأميركية على استعمال دواء جاردانيس لخفض مستوى السكر بالدم لدى مرضى السكري الذين يعانون من أمراض القلب.

ويتاح الدواء للبالغين بواسطة وصفة طبية بعد هذا القرار، وجاءت خطوة الموافقة بعد أبحاث عديدة أعقبت تسويقه لفترة.

وبينت الأبحاث أن الدواء يطيل عُمر مرضى السكري والقلب 70%.

كما توصلت الأبحاث التي أعقبت عملية تسويق الدواء إلى فائدته في إطالة عُمر مرضى السكري والقلب إذا تم تعاطيه مع مراقبة التغذية وممارسة التمارين الرياضية والنشاط البدني.

وشملت تجارب ما بعد التسويق مراقبة تأثيره على 7000 مريض ومريضة بالقلب والسكري.

وتفيد التقارير الطبية الأميركية بأن 70 % من مرضى السكري والقلب يتعرضون لوفاة مبكرة بسبب مشكلات القلب، ويساعد دواء جاردانيس على خفض نسبة الوفيات لدى من يعانون من القلب والسكري معاً.



دواء جديد لخفض السكر لدى مرضى القلب

العلماء يحددون أسباب «استسقاء» الرأس عند المواليد الجدد

توصل فريق بحثي من العلماء في الولايات المتحدة الأمريكية إلى نتائج جديدة حول أسباب استسقاء الرأس أو ما يعرف بتراكم السائل الدماغي في تجاويف وجيوب دماغ المواليد الجدد. ووفقاً لمجلة Neuroscience أكد العلماء أن من أسباب هذا الاستسقاء انخفاضاً في تركيز بروتين معين في أجسام المواليد الجدد يسمى «البروتين SNX27» وهو نفس

البروتين الذي يؤدي فقده في الجسم إلى ظهور متلازمة «داون». وأشار الفريق البحثي الأمريكي وفق نتائج الدراسة التي قام بها إلى أن SNX27 له وظائف مهمة وحيوية في جسم المواليد، فهو مسؤول عن نقل عدد من البروتينات ضمن السيترولازما أو من خلال أغشية الخلايا، كما أثبتت التجارب على الفئران أنه في حال تم حجب هذا البروتين في الجسم فستسبب ذلك



دور الحمل في الوقاية من السرطان

بعد ظهور بدعة الأرحام المستأجرة وظاهرة أطفال الأنابيب وصرة المستقبل الداهمة المعروفة بأطفال الاستنساخ) أو اللواتي يتأخر زواجهن أو حملهن إلى أعمار متقدمة. أما المذهل في هذه العلاقة المباشرة بين الحمل والوقاية من سرطان المبيض فهو وجود ترابط تصاعدي إضافي حيث إن نسبة حدوث هذا الورم الخبيث تتدنى وتقلص مع كل حمل إضافي يحدث بعد الحمل الأول. فالنساء اللواتي يلدن ولداً واحداً تتناقص نسبة الإصابة ببنهن 45% ثم تتدنى النسبة مع كل ولد إضافي بمقدار 15%.

الحمل والوقاية من سرطان الثدي.....علاقة مباشرة ولكن بشروط !:

- يعتبر سرطان الثدي وعلى نطاق واسع أكثر الأورام الخبيثة نسبة وتكاثراً وفتكاً عند النساء بشكل عام فهو صاحب المركز الأول في سلم الأورام الخبيثة في أهم مناطق العالم وأكثرها تقدماً كالولايات المتحدة الأمريكية وشمال أوروبا.
- تميز العلاقة بين الحمل وسرطان الثدي بوجود مستويات وشروط عدة أهمها:
- تدني الإصابة بالورم الخبيث إذا كان الحمل في سن غير متأخرة (ما قبل الثلاثين).
- تناقص نسبة الإصابة مع كل حمل جديد.
- هبوط نسبة الإصابة إلى أدنى المستويات في مجموعات النساء اللواتي يحملن قبل سن الثلاثين وينجبن عدة أولاد.
- الحمل المبكر يكسب النسيج الثديي مناعة قوية ضد تشكل الأورام ويمنحه «نضجاً» خلويًا دائماً يحفظه على مر السنين من الإصابة بالسرطان، بشرط أن لا يكون هنالك عوامل وراثية مصاحبة أو تغيرات جينية طارئة.
- المرأة الحامل التي تسين إلى حملها بتناول الكحول أو بالتدخين أو بالإفراط الغذائي (ذي الأطعمة المشبعة بالدهون) تزيد من احتمال إصابة جينها الأثني بسرطان الثدي في المستقبل.
- يتميز الحمل الطبيعي بظهور إفراز متزايد لهرمون «الإستريول» الذي يتكون في الجنين وينقل إلى الحامل ليسبب وقاية مذهلة من نشوء تغيرات سرطانية في خلايا نسيجها الثديي.
- تحمي الرضاعة الطبيعية الثدي من خطر السرطان وخاصة إذا كانت المدة أكثر من ستة أشهر وحتى لو كان هناك عامل وراثي قوي في العائلة.

الحمل والوقاية من سرطان بطانة الرحم.....علاقة قوية ومترابطة إلى أقصى حد:

يطلق في الغرب على هذا النوع من السرطان النسائي لقب «سرطان الراهبات» لتكاثره في مجموعات النسوة اللواتي يمتنعن عن الزواج لسبب أو لآخر، بالمقارنة مع سرطان عنق الرحم الذي يطلق عليه لقب «سرطان بالعتل الهوى» لإصابته النساء «المتعددات الشركاء» واللواتي يتعرضن للالتهابات الفيروسية المتناقلة جنسياً. يصيب هذا النوع من السرطان النساء المتقدمات في السن واللواتي لم يتزوجن أو لم يلدن أو تعرضن لعوامل إضافية أخرى كالسمنة المفرطة أو داء السكري أو تناول هرمون الإستروجين (من دون الهرمون «المعاكس» أو المضاد: البروجسترون).

الحمل: معجزة الخلق ومنحة الخالق

أجرى الله تعالى الأمور بأسبابها وأخضع الأشياء لقوانين وسنن وشرائع ومبادئ وجعل حكمته ولفظه ورحمته فيها تظهر في مكوناتها ونتائجها وآثارها فيهتدي المهتدون ويعتبر أولو الأسباب والعالمون. وكان الحمل كغيره من الظواهر الخلقية الفطرية الأصلية، أحد مصاديق هذه الحكمة الربانية المتناهية اللطف والإعجاز وأحد براهين الرحمة الإلهية المستديمة والتي تنطق بمكوناتها وأسرارها كلما تقدم علم ما أو ظهر أثر ما أو استجد حدث ما. ولطالما تساءل الإنسان عن سر الحمل وماهية أسبابه والحكمة من زمنه المحدد وكيفيته المحددة ونمطيته المحددة، ولطالما فكر وتفكر في إيجاد بدائل محتملة وأساليب مغايرة تسهل له التوالد والتكاثر على ذوقه وكيفما يحب وعندما يحب بعيدا عما يعتقده هو من تعب وألم ومشقة، متغافلاً عما أودعه الخالق في كل شيء خلقه من منح وهبات وهدايا تفتح نعماً دائمة لتخلص الإنسان من أخطار ظاهرة وباطنة ومصاعب معروفة وغير معروفة، حسب تقدم الإدراك الإنساني وتطور فهمه لأسرار الأشياء والظواهر على مر العصور والأزمنة.

استشاري أمراض الأنسجة والخلايا ورئيس شعبة في هيئة الصحة، حكومة دبي.



الدكتور حسن يوسف حطيط

لطالما تساءل الإنسان منذ القدم، عن السر الكامن وراء عملية الحمل والحكمة من أطوارها المتعددة ومراحلها المختلفة والمصحوبة بالتغيرات الجسدية والنفسية المتنوعة والصعوبات والإشكالات المحتملة والآثار الناتجة عنها. ولقد ظل الإنسان يبحث عن الأسباب والظواهر والكيفية التي تجري بها هذه العملية والأشكال المتبعة في فسيولوجيتها المعقدة، حيث تتفاعل وتتداخل معظم أجهزة الجسم ووظائفها المتعددة بأساليب بالغة الدقة والتناسق والانسجام وأنماط متناهية الإبداع والإعجاز لتحقيق الهدف المنشود والأخير: الولادة الطبيعية بالصورة السليمة وعلى الوجه الصحيح في الطريق الأمثل.

وانسجاماً مع البحث الدؤوب من قبل الأوساط العلمية والطبية لاكتشاف المعالم المتشابهة والآثار المتعددة للحمل ومراحله وأطواره المختلفة، ظهرت في الآونة الأخيرة دراسات وأبحاث تناولت موضوع العلاقة بين الحمل والوقاية من السرطان عند النساء وخاصة سرطان المبيض وسرطان الثدي وسرطان بطانة الرحم والتي تمثل أهم أنواع السرطان الخاصة بالنساء وأعلاها نسبة فيها وأكثرها فتكاً.

وأظهرت النتائج معلومات دافعة وبراهين ساطعة أشارت دهشة الباحثين في هذا المجال حيث تبين وبشكل قاطع أن الحمل ولأسباب مختلفة وبطرق متنوعة، يقى من أحيث أنواع السرطان عند النساء ويساهم بشكل فعال في تقليص خطر الإصابة بها. الحمل والوقاية من السرطان: دراسات وإحصائيات ونتائج مدهشة

أجمعت الدراسات على أن أهم عوامل الوقاية من أخطر وأكثر أنواع السرطان عند النساء في العالم وهي سرطان المبيض وسرطان الثدي وسرطان بطانة الرحم، تكمن في بلوغ الاكتمال الفسيولوجي الطبيعي المتمثل في التفاعلات الهرمونية للحمل والتعرض لآثارها الخصبة ونتائجها الإيجابية المتعددة الأوجه والمتشابهة ببعضها البعض. ولقد ثبت مؤخراً أن أحد أهم هذه التفاعلات الطبيعية وأكثرها جلاء هو ازدياد نسبة وكمية إفرازات هرمون «البروجسترون» الذي يساعد وبشكل فعال على تقليص الإصابة بسرطان المبيض والثدي وبطانة الرحم عبر أساليب وطرق مختلفة أهمها «تقش» و«إلغاء» مفاعيل ازدياد وتراكم إفرازات هرمون «الإستروجين» الذي يلقي بظله المريب خلف معظم أنواع السرطان عند النساء والعديد من الأمراض والإشكالات المتنوعة. كما أظهرت الدراسات شروطاً وظروفاً وسنناً محتملة لاكتمال هذه العملية وبلوغ هدفها المنشود أهمها على الإطلاق عدم تأخير الحمل إلى سن متأخرة وعدم التعرض، خلال الحمل، لمسببات السرطان عند النساء كالتدخين والكحول والإفراط الغذائي والتي يمكن أن تؤدي إلى نتيجة عكسية مأساوية تصيب المرأة الحامل وجنينها على السواء. وفي هذا الصدد، برهنت الأبحاث والإحصائيات الأخيرة أن المرأة الحامل التي تتعرض لتأثيرات التدخين والكحول والإفراط الغذائي (بالأطعمة المشبعة بالدهون) تعرض جينها الأثني بالأخص للإصابة مستقبلاً بسرطان الثدي بشكل شبه مؤكد ومحدد.

الحمل والوقاية من سرطان المبيض..... علاقة مباشرة وتصاعدية:

يعتبر سرطان المبيض، حالياً، أكثر أنواع السرطان عند النساء خبثاً وأقلها احتمالاً للشفاء وبالتالي أصعبها علاجاً، ويكمن ذلك في عدم ظهور أعراض المرض إلا بعد تمكن الورم من السيطرة على المنطقة المصابة و«اجتياح» المناطق المحيطة ومن ثم «الزحف» السريع إلى مناطق أبعد فأبعد حتى يستحيل التمكن من استئصاله والإحاطة به للقضاء عليه.

يصيب هذا النوع من السرطان النساء في أعمار متقدمة، وعلى الأخص النساء اللواتي تتجاوزن سن اليأس ولم يولد لهن ولد أو لم يرضعن في حياتهن لمدة سنة أو أكثر. ولهذا يتكاثر هذا النوع بالتحديد وبشكل جلي في المجتمعات الغربية حيث تزداد بشكل مطرد نسب العانسات أو الممتنعات عن الحمل الطبيعي (والتي تستزداد أعدادهن خاصة



مرض التوحد مرتبط بنقص فيتامين«د» أثناء الحمل

دبي – البيان الصحي

وجدت دراسة أن انخفاض مستويات الفيتامين د عند النساء الحوامل في الأسبوع الـ 20 يجعلهن أكثر عرضة لإجاب طفل يعاني من التوحد. ولاحظ باحثون أستراليون وجود صلة بين نقص فيتامين د خلال الفترة الأولى من الحمل ومرض التوحد، وأدى هذا الاكتشاف إلى رفع وتيرة التوعية حول تناول مكملات فيتامين د في أثناء الحمل على نطاق واسع.





«صحة دبي» تكرم شركاء ورعاة حملة «دمي لوطني»



■ تصوير : صلاح عبد القادر ونديم رشيد



دبي - البيان

كرمت هيئة الصحة بدبي، شركاءها الاستراتيجيين والجهات الداعمة وجميع المساهمين في نجاح الحملة الوطنية الإنسانية «دمي لوطني»، التي كانت قد انطلقت في العام 2012 برعاية كريمة من سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي، وأعلنت الهيئة خلال حفل التكريم الذي نظّمته، مؤخراً، عن وصول رصيد الدم الذي تبرع به المتطوعون إلى 7415 وحدة دم، من بينها 4223 وحدة تم تجميعها عن طريق «صحة دبي»، و3192 وحدة تم تجميعها عن طريق هيئة الصحة بأبوظبي، وهو ما يمثل معدلاً كبيراً، بالرغم من أنها المشاركة الأولى لصحة أبوظبي. ولدى تسليمه الدروع التذكارية وشهادات التقدير، أكد معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة، المدير العام لهيئة الصحة بدبي، أن تكريم الهيئة لكل من أسهم في نجاح حملة «دمي لوطني»، ما هو إلا تكريم رمزي، لا ينظر قيمة الجهد المبذول والعطاء الجزيل الذي قدمه الشركاء والداعمون وكل من تبرع بقطرة دم لإنقاذ حياة إنسان.



700 طبيب وخبير في مؤتمر الإمارات الدولي للمسالك البولية



دبي - البيان

شهدت دبي، أخيراً، أعمال مؤتمر الإمارات الدولي الخامس للمسالك البولية، برعاية سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي، وزير المالية، رئيس هيئة الصحة في دبي، وحضور معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة، المدير العام لهيئة الصحة بدبي، ومشاركة مجموعة كبيرة من القيادات الصحية والمسؤولين، وأكثر من 700 طبيب وخبير ومتخصص من داخل الدولة وخارجها، إلى جانب أكثر من 30 من كبرى الشركات المنتجة للمستلزمات والتجهيزات الطبية.



المنتجات البديلة للسكر تأتي بنتائج عكسية

يفضل الكثير من الأشخاص الراغبين في الحماية، تناول المحليات الصناعية بدلاً عن السكر، لكن هذه المنتجات تأتي بنتائج عكسية فهي تمنع الجسم من خفض الوزن وتزيد من نسبة السكر في الدم.وقرر علماء من المستشفى العام في ماساتشوستس بالولايات المتحدة دراسة مادة «أسبرتام» التي تُستخدم كمادة تحلية صناعية وتكون أحلى من السكر ولكنها تحتوي على سرعات حرارية أقل.

وتبين أن مادة «أسبرتام» تمنع عمل إنزيم «الفوسفاتاز القلوي» وهو أحد إنزيمات بلازما الدم، وينشأ هذا الإنزيم في الأمعاء الدقيقة. كما يعمل الإنزيم على منع تكس الدهون وظهور مرض السكري.

دبي - البيان الصحي

كلمة العدد

التميز وإسعاد المتعاملين



د. أحمد بن كلبان

يظل هدف تحقيق رضا المتعاملين وإسعادهم، أولوية قصوى لدى هيئة الصحة بدبي، وفي مقدمة استراتيجية التطوير (2016/ 2021)، ومضمون مشروعاتها ومبادراتها، ومن أجل ذلك تعمل الهيئة جاهدة على الوصول إلى مستويات رفيعة من التميز في خدماتها في إطار تنافسي، كما تسعى لتحقيق المزيد من الريادة لمستشفياتها، وهي تدرك أن سعادة المتعاملين تكمن في بيئة استشفاء نموذجية من حيث التجهيزات وسرعة الاستجابة وجودة الخدمات ونوعيتها وكفاءة القائمين على تقديم الخدمة الصحية، وقد قطعنا شوطاً مهماً في الوصول بمستشفياتنا وأقسامها الطبية التخصصية، حتى شرفنا بالعديد من الاعتمادات الدولية والجوائز المرموقة، وفي مقدمتها (جائزة حمدان بن محمد للحكومة الذكية)، حيث نالت الهيئة جائزة (أفضل تعاون داخلي لتحسين الخدمة)، عن مبادرة العيادات المشتركة لسرطان الجهاز الهضمي، وقبل هذه الجائزة رفيعة المستوى، كان مستشفى راشد ممثلة في مركز الأمعاء الالتهابية، قد حصل على اعتماد شركة (KPMG) البريطانية العالمية المتخصصة في جودة الخدمات الصحية، بوصفه مركزاً عالمياً للاستشفاء، وذلك ضمن قائمة المراكز الدولية التي تشمل بريطانيا وكندا وبلجيكا وفرنسا والمعتمدة لعلاج أمراض الجهاز الهضمي.

لقد امتدت قائمة الريادة والتميز لمستشفيات هيئة الصحة بدبي، ومراكزها الطبية المتخصصة، للعديد من الاعتمادات الدولية، التي تأسست بالدرجة الأولى على تحقيق مصلحة ورضا وثقة المتعاملين وإسعادهم، ونذكر من ذلك: تجديد الاعتماد الدولي (JCI) لمستشفيات (راشد، ودبي، ولطفة)، الذي تمنحه مؤسسة (Joint Commission International)، التي تعد واحدة من أهم مؤسسات التقييم في العالم، والأشد صرامة في معايير الجودة والتميز، إلى جانب مركز المطار الطبي، ومركز مطار آل مكتوم الطبي، ومركز التلاسيما، قسم القلب في مستشفى راشد، كما حصل مركز دبي للأمراض النسائية والإخصاب، على الاعتماد الدولي الكندي، الذي يعد الأول من نوعه على مستوى الشرق الأوسط، وحصول مركز دبي الدولي للمناظير بمستشفى لطيفة على الاعتماد الدولي، من جمعية الجراحين الأميركية للمناظير النسائية، ومركز الجلطات الدماغية في مستشفى راشد على الاعتراف الألماني، فضلاً عن اعتماد الأقسام الطبية في مستشفياتنا من البورد العربي والسعودي للتخصصات الطبية وشهادات الزمالات البريطانية لتكون مراكز تدريبية للدراسات العليا، واعتماد كل من مستشفى لطيفة وحنا ودبي (مستشفى صديقاً للطفولة) من قبل منظمة «اليونيسيف».

المدير التنفيذي لقطاع خدمات المستشفيات

نمو متزايد للاستثمار الصحي في دبي

تشهد إمارة دبي نمواً استثمارياً متزايداً في القطاع الصحي نظراً للتسهيلات والاهتمام الحكومي المستمر بتوفير بيئة استثمارية جاذبة تستند إلى حزمة من النظم والقوانين واللوائح والتشريعات المرنة التي تستجيب للواقع وتحاكي المستقبل.

أسباب النمو الاستثماري المتزايد في القطاع الصحي بدبي:

- الدعم والتسهيلات الحكومية التي توفرها الإمارة للراغبين في الاستثمار
- القوانين والتشريعات المرنة والناظمة للقطاع الصحي في دبي
- تسهيل إجراءات الحصول على تراخيص المنشآت الصحية ومزاولة المهنة من خلال نظام «شريان» الإلكتروني.
- توافر الأمن والاستقرار
- موقع الإمارة الاستراتيجي

4

طلبات بترخيص مستشفيات جديدة عامة وتخصصية بسعة إجمالية تصل إلى (688) سريراً في مناطق:

- جميرا 3
- المحيصة 3
- البرشاء 3
- المراج العربية

3

طلبات بتوسعة مستشفيات في مناطق النهضة وأم سقيم.

الاعتماد الدولي:

4

مستشفيات ما زالت قيد الحصول على هذا الاعتماد

22

مستشفى في القطاع الخاص بدبي حاصل على الاعتماد الدولي

7

مستشفيات جديدة ما زالت تحت الإنشاء بسعة (708) أسرة.

مناطق يتم فيها بناء مستشفيات جديدة حالياً:

- مردف
- البرشاء
- أم سقيم
- واحة السيليكون
- القصيص الثانية

2923

عدد المنشآت الصحية الخاصة في دبي حتى الآن

26	802	25	112	736	30	297	59	6	116	8
مستشفى بسعة (2050) سريراً	صيدلية خارجية	صيدلية داخل المستشفى	عيادة تخصصية	عيادة متعددة التخصصات	مركز جراحة اليوم الواحد	مركز بصريات	عيادة أسنان عامة	مراكز تجميل	مركز علاج طبيعي	مراكز للطب البديل
14	6	45	14	334	4	28	26	35	59	5
مختبراً طبياً	مراكز تدليك	عيادة فنادق	مركز احتياجات خاصة	عيادة مدرسية	مراكز تخصصية إشعاعية	مخزن أدوية	مركز تشخيص	مختبر أسنان	مركز رعاية منزلية	مراكز عقم

القهوة والشاي الساخنان جداً يسببان السرطان

النوم بعد الغضب خطر على الصحة

دبي - البيان الصحي



حذرت دراسة صينية حديثة من الخلود إلى النوم بعد التعرض للانفعال والغضب أو رؤية مشاهد مفزعة، مشيرة إلى أنها تؤدي إلى تعزيزها داخل الدماغ، حيث تتم إعادة ترتيب الأحداث السلبية وحفظها داخل الذاكرة، ما يؤثر على صحة الإنسان البدنية والنفسية.

ومن المعروف أن النوم يلعب دوراً حاسماً في الذاكرة، إذ يساعد على إعادة تنظيم المعلومات وتخزين الذكريات ضمن عملية تعرف باسم «الاندماج» أو «التوحيد»، حيث فحص الباحثون في جامعة بكين الصينية تأثير اندماج النوم والذاكرة على قمع الذكريات السلبية والتخلص منها.

واختبرت الدراسة العملية الأساسية التي تحدث في الدماغ لقمع الذكريات السيئة، والتي شملت 73 مشاركاً، حيث تم تدريب المشاركين على حفظ 26 زوجاً من الصور، تتألف من وجوه محايدة وسلبية مثل جثث حيوانات، لخلق ذاكرة مليئة بالصور المزعجة والسلبية.

ووجد الباحثون أن عملية قمع الذكريات السيئة والصور المزعجة صعبة بالنسبة للمشاركين.

دبي - البيان الصحي



لا يمكن تعديها، أما تعاطي السوائل الأقل سخونة فلا يشكل خطراً على الصحة ولا علاقة له بخطر تطور سرطان المريء.

وقد شملت الدراسات كلاً من الصين وإيران وتركيا ناهيك عن بلدان أميركا اللاتينية حيث يشرب الشاي والمُتة عادة ساخناً، أي بدرجة حرارة تزيد على 70 درجة مئوية. واكتشف العلماء أن خطر تطور سرطان المريء يزداد مع ارتفاع درجة حرارة المشروبات.

وتقوم هذه الاستنتاجات التي خرج بها العلماء على آلاف الدراسات في موضوع موافقات البن ومشروب المُتة الذي يحظى بشعبية في الباراغواي وغيرها من بلدان أميركا اللاتينية.

وكانت منظمة الصحة العالمية قد وصفت القهوة والمُتة بأنهما من المواد المسببة للسرطان، ونسبت المنظمة حالياً إلى تلك المواد كل المشروبات التي تزيد درجة حرارتها على 65 درجة مئوية.

10 أنفاس من السيجارة الإلكترونية تزيد الإصابة بأمراض القلب



وتصلب الشرايين، بالإضافة إلى أنها تجعل المدخنين أقل قدرة على الإقلاع عن التدخين. وأوضح الباحثون أن السجائر الإلكترونية مثل السجائر العادية ترفع ضغط الدم وتسبب تصلب لشرايين القلب والأوردة، حيث قاموا باختبار 16 مدخناً للسجائر الإلكترونية وطلبوا منهم أخذ 10 أنفاس من سيجارة إلكترونية، وخلال الساعة الأولى بعد تدخين الأنفاس العشرة، كان هناك ارتفاع سريع لأضرار لحقت

دبي - البيان الصحي

تكشف باحثون في جامعة كارولسكا السويدية أن 10 أنفاس من السيجارة الإلكترونية فقط قادرة على إحداث تغيرات فسيولوجية خطيرة في جسم الإنسان أبرزها زيادة مخاطر الإصابة بأمراض القلب