



بدانة الأبوبين تؤخر نمو الأبناء

توصلت دراسة حديثة إلى أن الأطفال المولودين لأبوبين بدنيين قد تظهر لديهم علامات تأخر في النمو بعمر ثلاث سنوات، مثل ضعف المهارات الاجتماعية والمهارات الحركية. وبحسب الباحثين، فإن هذه المشكلات التطورية تختلف بحسب ما إذا كان كلا الأبوبين بدنياً أو أحدهما فقط. وتقول المعدة الرئيسة للدراسة إيدونيا يونغ، الباحثة في قسم أبحاث صحة السكان الجماعية في المعهد الأمريكي لصحة الطفل والتطور البشري: «لقد وجدنا أن بدانة الأم ترتبط بتأخر تطور المهارات الحركية عند الطفل، في حين أن بدانة الأب ترتبط بتأخر تطور المهارات الشخصية والاجتماعية عند الطفل، في حين أن بدانة كلا الأبوبين ترتبط بتأخر تطور مهارات حل المشكلات عند الطفل». وتؤكد يونغ أن الدراسة اعتمدت فقط على معاينة بيانات الأطفال وأهاليهم، ما يعني أنها لم تثبت علاقة سبب ونتيجة بين بدانة الأهالي وتأخر نمو الأطفال، وإنما مجرد ارتباط بينهما يحتاج إلى إجراء المزيد من الدراسات لتفسيره وفهم آليته. وقام الباحثون بتحليل بيانات أكثر من خمسة آلاف امرأة بريطانية وأزواجهن وأطفالهن، كانوا قد شاركوا في دراسة حول تأثير أدوية علاج العقم على تطور الطفل منذ الولادة وحتى عمر 3 سنوات، وقد جرى جمع تلك البيانات في الفترة بين عامي 2008 و2010. دبي - البيان الصحي

القطط تنقل إنفلونزا الطيور إلى البشر

أصيب طبيب بيطري أمريكي بإنفلونزا الطيور من سلالة H7N2 حيث انتقلت العدوى إليه من هرة واحدة من عشرات عدة من الحيوانات المريضة عاشت في مأوى لحيوانات منزلية في نيويورك. وأورد موقع Gizmodo أن هذه الحالة هي الأولى لانتقال هذا الفيروس إلى الإنسان من هذا النوع من الثدييات. وفحص أطباء من ذلك المركز 162 شخصاً من القائمين عليه والمتطوعين الذين اعتنوا بالحيوانات المصابة بإنفلونزا الطيور. وظهرت أعراض مرضية خفيفة لدى طبيب بيطري واحد فقط. وعلى الرغم من عدم وجود دلائل أخرى دعا ممثلون من قسم الصحة العامة في نيويورك سكان المدينة لمراقبة صحة القطط العائشة في منازلهم. دبي - البيان الصحي

10 وصفات منزلية للوقاية من أمراض الكبد

يعتبر الكبد العضو الأساسي المسؤول عن التمثيل الغذائي في جسم الإنسان، حيث يتعامل مع كل المواد الغذائية ويخلص الجسم من السموم، كما أنه مسؤول عن إفراز «الصفراء»، التي تساعد في هضم الدهون، وهناك الكثير من الصفات المنزلية التي تحافظ على الكبد وتقي من حدوث «الفشل الكبدي».

خل التفاح
يساعد في تنقية الكبد من السموم.

العرقسوس
يعتبر من أفضل العلاجات المنزلية الطبيعية لأمراض الكبد.

الكركم
يعالج الالتهابات ويقي من العدوى ومن أفضل مضادات الأكسدة التي تنقي الكبد من السموم.

بذور الكتان
تساعد في تنقية الكبد من السموم وتحسين وظائفه.

يمكن الكبد من استعادة نشاطه وتأيديه وظائفه الحيوية.

عصير البابايا
يحافظ على صحة الكبد.

عصير السبانخ والجزر
يحافظ على صحة الكبد.

الأفوكادو والجوز
يحتوي على مادة «الغلوكتاثيون» التي تحمي الكبد وتقيه من التلف.

التفاح والخضراوات الورقية
تساعد في تحسين إفراز الكبد «الصفراء».

شرب الماء
من أفضل وسائل حماية الكبد حيث إنها تخلصه من السموم تماماً.

الشاي الأخضر
غني بمضادات الأكسدة ويساعد في تنقية الكبد من السموم.

نقص الفيتامينات والمعادن في الجسم.

الشعور بالإرهاق.

صعوبة الهضم والضعف بشكل عام

أعراض مشكلات الكبد:

شحوب الجلد والأظافر.

شحوب الجلد والأظافر.

نقص الفيتامينات والمعادن في الجسم.

الشعور بالإرهاق.

صعوبة الهضم والضعف بشكل عام

غرافيك: حازم عبيد

المشاركون بمنتدى دبي الصحي في نسخته الأولى:

القيادة الرشيدة تحفز على الإبداع والابتكار في الرعاية الصحية

جلسات

وكان المنتدى - على مدى يومي 9 و10 يناير الجاري، قد شهد العديد من الجلسات والحوارات المفتوحة التي دارت حول مجموعة من القضايا المهمة، المتصلة بـ 7 محاور رئيسة ضمت: التكنولوجيا الصحية بين الاستشراف والتحديات، والتنمية المستدامة والإبتكار، والكوادر الصحية بين التمكين والاحترافية، والحوكمة والتشريعات الصحية، والريادة الصحية، والاستثمار لمجتمع أكثر صحة وسعادة، والمحور السابع وهو الصحة العامة والمجتمعية، وجاءت المحاور من واقع القطاع الصحي المحلي والعالم، كما امتدت إلى الاحتمالات والتوقعات المستقبلية، سواء المرتبطة بالتطور السريع في التقنيات ومضامين الاستدامة، أو الطلب المتزايد على الخدمات الصحية رفيدة المستوى، وكذلك فرص الاستثمار، وبناء الشراكات القوية بين (الحكومي والخاص)، لإدارة دفة القطاع، وتوجيهها نحو كل ما هو أفضل لحياة المجتمع. وقال معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي إن الهيئة تعمل على استثمار المكانة المتقدمة التي تحتلها دبي على الصعيد الدولي، إلى جانب استثمارها لنجاحات المتوالية والإنجازات التي تشهدها دولة الإمارات العربية المتحدة بوجه عام، وذلك بتنظيم مثل هذه التظاهرات العلمية المتخصصة.



دبي - البيان الصحي

رفع 2000 مشارك في منتدى دبي الصحي، من الوزراء والقيادات الصحية والعلماء والأطباء من داخل الدولة وخارجها، أسمى آيات الشكر والامتنان إلى صاحب السمو مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله»، لتفضل سموه برعاية أعمال المنتدى، وحرصه على حضور جانب من فعالياتاته، كما تقدموا بكل الشكر والامتنان إلى سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي ورئيس المجلس التنفيذي، لحضور سموه جلسة فرسان التحدي أبطال الإمارات الأولمبيين من ذوي الإعاقة، الذين ضربوا أمثلة رائعة في التحدي والعزيمة والإصرار. وفي البيان الختامي للمنتدى بعد يومين من المناقشات والتفاعل الثري، قال المشاركون إن حضور صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم جانباً من الجلسة الوزارية، التي تطرقت للأوضاع الصحية المحلية والعالمية والعالمية، يؤكد دعم سموه الدائم لقطاع الصحة، وما يشهده من تطورات، كما يحفز المسؤولين والعاملين في هذا القطاع الحيوي على الإبداع وإنتاج الأفكار المبتكرة، التي تخدم القضايا الصحية وتعالج إشكالاتها وتحدياتها.

فحص شبكية العين بأحدث الأجهزة الطبية في مستشفى دبي



عبدالله النقبى



ويطلق عليه اسم «برايتون oct»، ويمتاز بمزايا ومواصفات متطورة جداً مقارنة بالتقنيات السابقة. وأوضح أن الجهاز يمكن الطبيب من فحص شبكية العين كاملة دون الحاجة لقطرات لتوسيع حدقة العين، ويمكن الطبيب أيضاً من فحص حدقة العين، في أقل من ثانية، كما يوفر الجهاز خاصية اتساع المجال وزاوية الفحص، حيث بات من الممكن رؤية الشبكية بزوايا تزيد على 220 درجة، فيما كانت في الأجهزة السابقة لا تتجاوز 40 درجة. وأضاف إن دقة الجهاز تسمح بتصوير طبقي لشبكية العين، وهذا يمكن من متابعة مريض السكري الذي يعتبر من أكثر الأمراض تأثيراً على شبكية العين دون الحاجة إلى إعادة الحقن بصيغة «الفلورسين» في الزيارات والمتابعات، مشيراً إلى أن الجهاز يوفر إمكانية مراقبة الأماكن التي يظهر فيها قصور في الدورة الدموية بالشبكية دون الحاجة لحقن الصبغة داخل العين. دبي- البيان الصحي

وأضاف أن السكري غير المنتظم يؤدي مع مرور الوقت إلى تلف جدار الأوعية الدموية للشبكية، مما يسبب حدوث ارتشاح ونزف داخل مركز الإبصار، وتكون أوعية دموية غير طبيعية على سطح الشبكية، وهذه الأوعية الدموية ضعيفة وعرضة لحدوث نزيف حاد. وأشار الدكتور عبد الله النقبى استشاري طب وجراحة العيون في مستشفى دبي إلى أن الجهاز الجديد الذي أدخل للقسم يعتبر من أحدث أجهزة فحص الشبكية،

كشفت الدكتورة عبد الله النقبى استشاري طب وجراحة العيون في مستشفى دبي أن هيئة الصحة في دبي استقدمت جهازاً متطوراً جداً في قسم العيون لفحص شبكية العين يعتبر الأول من نوعه على مستوى الدولة، لافتاً إلى أن فحص الشبكية لا يستغرق سوى ثوان معدودة وبدون استخدام القطرات التي كانت تستخدم لتوسيع قعر العين في السابق، ويجنب المرضى الانتظار لفترات طويلة، كما يعطي نتائج أدق وأفضل من الأجهزة السابقة.

على هامش منتدى دبي الصحي

«حديقة التكنولوجيا الصحية» تستشرف مستقبل الأجهزة الطبية



استعرضت المنطقة الحرة بمطارات دبي، من خلال ركن الشركاء 200 شركة صحية. وأعرب عدد من زائري المنتدى عن بالغ سعادتهم لحرص هيئة الصحة دبي على استقطاب وتوفير أحدث الأجهزة الطبية، إيماناً منها بأن الرعاية الصحية الأولية تعد حجر الأساس لكافة الخدمات الصحية، بناء على شعار الصحة للجميع في القرن الـ 21، حيث أشار يوسف الموسى، إلى أن هذه الأجهزة سيكون لها دور إيجابي كبير في تحسين جودة الخدمات الصحية المقدمة للمجتمعات، ورفع نسبة رضا المراجعين والمرضى على أداء مستشفيات ومراكز الهيئة، وأيضاً زيادة دقة تشخيص المرض، وبالتالي تقليل العملية العلاجية للحالات.

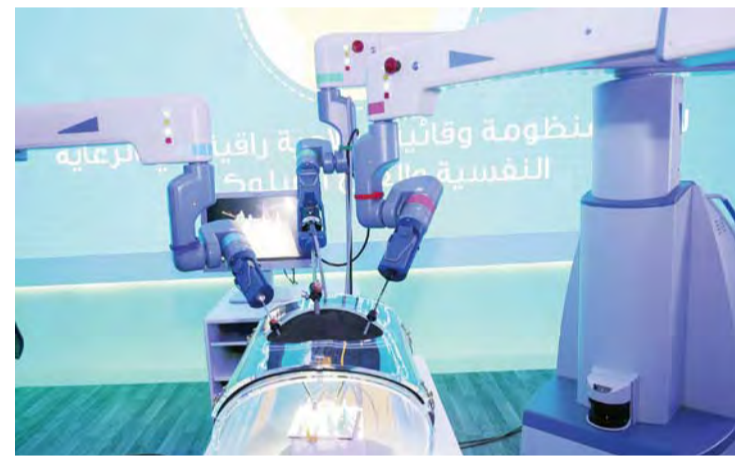


وتمنن مجدي عبد المنعم حرص الهيئة على توفير الأجهزة والمعدات الطبية ذات الكفاءة العالية وعلى أسس علمية متطورة وزيادة أعدادها وتحديثها باستمرار والتي تتطلبها الحاجة الطبية بالمستشفيات، مشيراً إلى أن الأجهزة التي استعرضتها الحديثة، تعتبر من الأجهزة الرقمية ودقة متناهية في شكل الأسنان ومقاساتها مقارنة بالطرق القديمة.

ركن المحاكاة

ويمكن ركن المحاكاة طلاب الطب من الاستعاضة عن تشريح الجثث الحقيقية بجثث افتراضية تحاكي الواقع بحيث يمكنهم التفاعل معها بشكل أدق، كما

التي يقدمها المستشفى هي لمرضى يتأثرون من خارج الدولة بغرض السياحة العلاجية، وأغلبهم من دول منطقة الخليج العربي ودول أفريقيا، من المصابين بأمراض العمود الفقري والأمراض الدماغية والأعصاب المعقدة، حيث يوفر المستشفى الكثير من العلاجات التي كانت تتوفر خارج الدولة من خلال توفير أحدث الأجهزة التكنولوجية الطبية، والتركيز على الكوادر الطبية المؤهلة. وكشفت عن عزم الإدارة افتتاح مستشفى جديد مع مركز لأورام وجراحة الروبوتات مطلع 2018 القادم، في مدينة دبي للعلوم، مشيرة إلى أن المركز يعتبر الأول من نوعه الذي يستخدم الجراحة



خلال الحركة والأوضاع التي تسبب له الآلام سواء في العمود الفقري أو في المفاصل بحسب ما أوضحت دانا مسدي المدير التنفيذي لإدارة العمليات في المستشفى لـ «البيان الصحي». وأضافت أن الجهاز الفريد من نوعه يعتبر مناسباً للمرضى المصابين بقضايا الأمان المغلقة، إذ إنه غير محدود بسقف مثل أجهزة الرنين المغناطيسي التقليدية، بالإضافة إلى أنه يستوعب المرضى أصحاب الأوزان الثقيلة، كما يناسب مرضى القلب والجهاز التنفسي، والأطفال.

الحدیثة تعطي نتائج فعالة في عمليات الجراحة العامة والنسائية والمسالك البولية وحتى جراحة الصدر والرئتين، نظراً لأنها تسهل عملية استئصال وفتح الأعضاء، كما أن الجهاز يتبع حركة عيون الطبيب ليوفر مزيداً من الأريحية للطبيب خلال الجراحة.

جوهره الحديثة

وفي ركن آخر استعرض مستشفى الجراحة العصبية والعمود الفقري في دبي أول جهاز من نوعه في دبي والشرق الأوسط، لأشعة الرنين المغناطيسي، يمكن من تصوير المريض في عدة أوضاع منها الجلوس والوقوف والوضع الديناميكي وأشارت إلى أن 50% من العلاجات

دبي - مرقت عبد الحميد

أوضح الدكتور محمد عبد القادر الرضا مدير المكتب التنفيذي للتحول التنظيمي في هيئة الصحة دبي، أن فعالية «حديقة التكنولوجيا الصحية» التي نظمتها الهيئة على هامش منتدى دبي الصحي، استشرقت المستقبل من خلال استعراض أحدث الأجهزة الطبية التكنولوجية، وإطلاع زائري المنتدى من الأطباء والمختصين والزائرين والمهتمين عليها. وأوضح أن الحديقة تضمنت 6 أركان أساسية منها، الطابعة ثلاثية الأبعاد، والمحاكاة والشركاء، بالإضافة إلى ركن الذكاء الاصطناعي، والوضع الافتراضي، مشيراً إلى أن ركن جراحة المناظير يعتبر جوهره الحديثة، حيث يستعرض الجيل الثاني من الروبوتات الجراحية وجراحة المناظير، والتي تستخدم لإجراء أدق العمليات وأكثرها تعقيداً.

وأضاف أن هذا الجيل الحديث من الروبوتات الجراحية الذي استعرضته في الحديقة شركة «ترانس إنترانس»، يتميز بالسهولة والدقة، كما أنه يوفر الراحة المطلوبة للطبيب المعالج، فضلاً عن أنه يسمح للطبيب باستخدام أكثر من حاسة مثل النظر واللمس مما يوفر دقة وكفاءة أكثر في مثل هذا النوع من الجراحات، مشيراً إلى أن هذه الروبوتات الجراحية

100% زيادة في عدد غرف طوارئ مستشفى دبي

على إسعاد الناس وتجنبهم مشقة ومعاناة الانتظار.

حالات

وذكر غنایم أن «قسم الطوارئ يتعامل مع أكثر من 90% من الحالات التي يستقبلها وفق المعدل الزمني العالمي المعتمد، الذي تم تعديله بما يتواءم مع طبيعة مجتمع الإمارات والأنماط الصحية السائدة، وطبقاً لهذا النظام تصنف الحالات إلى خمس فئات، بحيث يكون المستوى الأول هو الأخطر، ويتم التعامل والتدخل العلاجي له بشكل عاجل، ثم المستوى الثاني الذي يتم التعامل معه خلال 10 دقائق، فيما يقدم العلاج للحالات في المستوى الثالث خلال 30 دقيقة، ومن ثم حالات المستويين الرابع والخامس، ويقدم لهما العلاج خلال ساعة أو ساعتين، حيث إن هذه الحالات تصنف على أنها غير خطيرة، ويمكن التعامل معها في مراكز الرعاية الصحية الأولية.

نسب

وأوضح أن القسم استقبل نحو 135 ألف حالة، خلال العام الماضي، وتصدرت أمراض القلب والشرايين أسباب دخولها القسم، مشيراً إلى وصول نسب الإصابة بهذه الأمراض إلى معدلات حرجة داخل الدولة، إذ تعامل الأطباء مع مصابين شباب في عمر 40 عاماً، في حين يبلغ عمر الحالات المصابة في أوروبا 60 عاماً.



يضم القسم 54 سريراً منها غرف متخصصة للإنعاش والمراقبة القلبية

دبي - البيان الصحي

قامت هيئة الصحة في دبي بتوسعة قسم الطوارئ في مستشفى دبي من 27 غرفة إلى 54 غرفة وبنسبة زيادة بلغت 100%. وأشار الدكتور محمود غنایم استشاري ورئيس قسم الطوارئ إلى أن قسم الطوارئ في مستشفى دبي يشهد عملية نمو وتطور مستمرين، وتم عمليات التوسعة وفق خطط مدروسة، ويمتلك القسم حالياً 54 سريراً، منها غرف متخصصة للإنعاش والمراقبة القلبية، إلى جانب غرف طوارئ العيون والأنف والأذن والحنجرة، وطوارئ الأطفال والنساء والولادة، جميعها مجهزة بأحدث ما توصل إليه العلم في مجال طب الطوارئ، يساندها مختبر طوارئ مجهز، وهو مساند للمختبر الرئيسي، وقسم أشعة متكامل، كما تم توفير جهازين للتصوير الطبقي، لتسريع عملية التشخيص وتيسير الإجراءات المتبعة للمرضى، انطلاقاً من حرصها

الدكتور سمير العوضي رئيس قسم الجهاز الهضمي:

«الأمعاء الالتهابية» في مستشفى راشد مركزاً عالمياً للاستشفاء



بث حي

أكد الدكتور سمير العوضي أن النقل أو البث الحي للعمليات التي يجريها القسم، تعكس ثقة الجهات القائمة على تنظيم المؤتمرات الطبية في مستشفى راشد، وفكرة النقل في حد ذاتها تمثل حافزاً مهماً لجميع العاملين في القسم، فضلاً عن كونها نوعاً من أساليب نقل الخبرات والتجارب، ونشير هنا إلى أن قسم الجهاز الهضمي، نقل مؤخرًا عمليات دقيقة لما يزيد على ألف طبيب وعالم ومتخصص من داخل الدولة وخارجها، من خلال مؤتمر الجهاز الهضمي، الذي عقد في أبوظبي، وذلك بالتعاون مع منظمة الجهاز الهضمي العالمية. ومستشفى راشد يعد من المستشفيات الرائدة في هذا الجانب، من خلال إدارته المتميزة، وأقسامه الطبية المتخصصة، التي تضم أفضل الكفاءات والكوادر.

القسم يقدم خدمات بمعايير عالمية ويتميز بكفاءة الطاقم الطبي والتمريضي

استخدام تقنيات طبية حديثة لتشخيص وعلاج أمراض الجهاز الهضمي

قسم أمراض الكبد تم تأسيسه عام 2014 لتشخيص التليف والالتهاب الكبدي

المتكاملة، وهو يمتلك قدرات هائلة، سواء على مستوى الكفاءات والكوادر، أو التجهيزات، والتجهيزات لدينا غير محدودة، فهناك تقنيات عالية المستوى، تخص تحاليل البكتريا الحلزونية، والأشعة، وقياس معدلات تليف الكبد، وعلاج سرطان المرئ بشكل مبكر.

حدثنا دكتور عن مجموعة العمليات المعتمدة على أفضل ما يحظى به مستشفى راشد من تقنيات؟ العمليات كثيرة، نذكر منها على سبيل المثال عمليات القنوات الصفراوية، وهي تجري بجهاز منظار غاية في التقدم، عبارة عن كاميرا صغيرة ملحقة بالمنظار، تستخدم في تشخيص الأورام على وجه التحديد، إلى جانب ذلك لدينا تقنيات جديدة لما يسمى (خياطة المعدة)، أو تصغير المعدة، بهدف خفض الوزن، فضلاً عن عمليات تركيب الدعامات في الاثني عشر لمرضى السكري من النوع الثاني وأمراض السمنة الأخرى، وهذا النوع من العمليات نجح بشكل كبير في خفض معدلات السكر التراكمي، وكذلك خفض الوزن.

لدينا - على سبيل المثال - أيضاً منظار الأمعاء الدقيقة، الذي يمكن الطبيب من التشخيص الدقيق للأورام النادرة التي تصيب الأمعاء.

وماذا عن (الكبسولة)، التي ذكرتها في حديثك؟

الكبسولة عبارة عن كاميرا صغيرة تلتقط 4 صور في الثانية داخل الأمعاء الدقيقة، وهي متصلة بـ (ريسيفر) لتسجيل

والمفاصل.

لكن هذه الأعراض تشابه مع أمراض أخرى كثيرة؟ نعم ولكن التجهيزات عالية المستوى التي يمتلكها مستشفى راشد، ومنها المنظار بالكبسولة والتحليل النوعية والأشعة، تمكن من تشخيص هذا المرض بكل دقة، وسهولة.

ماذا عن قسم الجهاز الهضمي بوجه عام؟

قسم الجهاز الهضمي في مستشفى راشد التابع لهيئة الصحة بدبي، أحد أهم الأقسام تقدماً في المنطقة، وأحد الأقسام العالمية التي تضم أفضل التقنيات، فضلاً عن كونه من أوائل الأقسام التي تم تأسيسها في الثمانينات، وهو يعمل الآن بكفاءة وتميز، حيث يقوم على شؤونه 14 طبيباً وطبيبة، بينهم 6 استشاريين، و8 إخصائين، ويضم أحدث أجهزة المناظير، منها منظار المعدة والاثني عشر والأمعاء الدقيقة والقنوات الصفراوية، إلى جانب منظار الكبسولة، وأجهزة قياس حموضة وتقلص المرئ، ومن هذه الإمكانيات العالية تأتي نجاحات قسم الجهاز الهضمي المتوالي، حيث يجري القسم بنجاح ما يزيد على 5 آلاف منظار سنوياً ضمن عمليات كبرى ودقيقة وحالات مرضية صعبة ومعقدة، منها عمليات دعامة السمنة والبالون.

تجهيزات

هل تتوقف تجهيزات القسم عند المناظير فقط؟ قسم الجهاز الهضمي في مستشفى راشد، من الأقسام

حوار - يوسف سعد

اعتمدت شركة (KPMG) البريطانية العالمية المتخصصة في جودة الخدمات الصحية، مركز الأمعاء الالتهابية بمستشفى راشد، مركزاً عالمياً للاستشفاء، فيما ضمت الشركة مستشفى راشد التابع لهيئة الصحة بدبي إلى قائمة المراكز الدولية التي تشمل بريطانيا وكندا وبلجيكا وفرنسا والمعتمدة لعلاج أمراض الجهاز الهضمي، وجاء اعتماد الشركة لمركز الأمعاء الالتهابية بعد تقييم دقيق ومتابعة ووفق معايير عالمية متصلة بجودة الخدمة وكفاءة الطاقم الطبي والتمريضي ومستوى التجهيزات، هذا بالتحديد ما يؤكد عليه الدكتور سمير العوضي رئيس قسم الجهاز الهضمي في مستشفى راشد، في بداية هذا الحوار، الذي نستله معه بالسؤال عن هذا الإنجاز العالمي، حيث قال: جاء اعتماد مركز الأمعاء الالتهابية بمستشفى راشد، من قبل شركة (KPMG) البريطانية العالمية المتخصصة في جودة الخدمات الصحية، 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 كفاءة التشغيل، ومدى التنسيق القائم بين قسم الجهاز الهضمي والأقسام المتخصصة 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.

تفاصيل

حدثنا دكتور بالتفصيل عن أمراض الأمعاء الالتهابية.. فهذا الاسم يبدو غريباً إلى حد ما؟ أمراض الأمعاء الالتهابية هي مجموعة من الأمراض المتداخلة الخاصة بالجهاز الهضمي، وهي تضم ما يسمى بمرض (كرونز)، ومرض القولون التقرحي، وهذه الأمراض موجودة، وهي من الأمراض المناعية الوراثية، ويصيب القولون التقرحي الأمعاء الغليظة فقط، فيما يصيب (كرونز) كل قنوات الجهاز الهضمي من الفم إلى المستقيم، ولأهمية مواجهة مثل هذه الأمراض والحد من انتشارها، بادر مستشفى راشد بتأسيس عيادة متخصصة، بعد تردد حالات مرضية تتراوح بين 20 إلى 30 حالة شهرياً، وقد تم علاج ما يقرب من 650 إلى 700 حالة منذ تأسيس العيادة في 2013، حتى الآن.

ما هي أعراض مرض (كرونز) الذي يصيب الجهاز الهضمي كاملاً وهل هو خطير؟

أعراض مرض (كرونز) تبدأ بآلام في البطن وفقد الشهية ونقص الوزن، تنسحب على العظام والجلد والعين

95 %

من الحالات يتم السيطرة عليها بما فيها نزيف المريء فضلاً عن عمليات المناظير المتنوعة

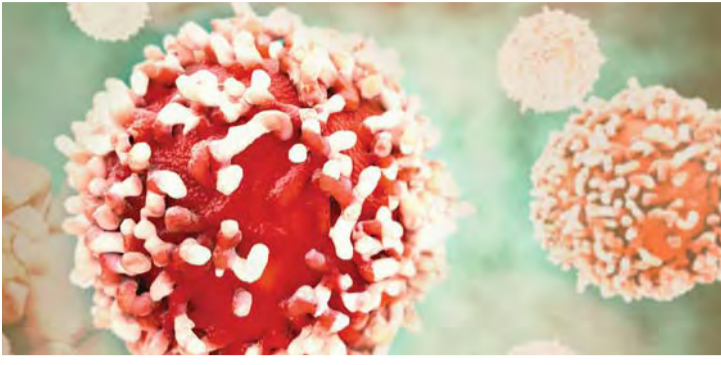
50

حالة نزيف حاد شهرياً يستقبلها قسم الجهاز الهضمي متنوع بين نزيف المعدة والأمعاء والقولون

25

حالة مصابة بتسريب في المعدة تصل إلى قسم الجهاز الهضمي شهرياً وهي من الحالات الخطيرة.

«سكر الدايت» يزيد مخاطر الإصابة بالسرطان



الحمض النووي بالخلية، مما يؤثر سلبية شديدة على كل وظائف الجسم ويجعل الإنسان عرضة للإصابة بالسرطان. ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية فإن مرض السرطان يعدّ أحد أكثر مسببات الوفاة حول العالم، حيث إنه يتسبب في وفاة نحو 13% من مجموع وفيات سكان العالم سنوياً. وأضافت المنظمة أن سرطانات الرئة والمعدة والكبد والقولون والثدي وعنق الرحم تقف وراء معظم الوفيات التي تحدث كل عام بسبب السرطان. دبي-

السكر التقليدي. وهناك أنواع عدة من سكر الدايت، وهي مصنعة من مواد كيميائية غير طبيعية لا تهضمها الأمعاء، ولذا تلتصق بجزيئات الماء فتسبب الإسهال وغازات الأمعاء، كما أن هناك أبحاثاً تحدثت عن أنها قد تسبب أمراضاً تتراوح بين الصداع والالتهاب، وحتى السرطان. وكانت دراسات سابقة حذرت من سكر الدايت لأنه يصنع من مواد كيميائية، وعند دخوله الجسم يسبب خللاً في طبيعة

وأصبح استخدام سكر الدايت منتشراً بكثرة حالياً، خاصة مع اتباع حمية غذائية لإنقاص الوزن، حيث يلجأ الأشخاص لاستخدام منتجات سكر الدايت بدلاً من استخدام السكر التقليدي لتجنب السمنة والسعرات الحرارية العالية. وأجرى الباحثون دراستهم على نماذج من الفئران لرصد تأثير كثرة تناول سكر الدايت عليها، ووجدوا أن هذا النوع من السكر يلعب دوراً أساسياً في إنتاج أنزيمات تسهل ظهور أورام سرطاني الرئة والثدي الخبيثة بالمقارنة مع

حذرت دراسة أميركية حديثة من كثرة تناول «سكر الدايت» الذي يتناوله كثيرون عوضاً عن السكر التقليدي لقلّة سعرته الحرارية، لأنه يسبب نمو الأورام السرطانية الخبيثة. وأوضح الباحثون بمركز أندرسون للسرطان التابع لجامعة تكساس الأميركية، أن الإكثار من تناول سكر الدايت يلعب دوراً في تطوّر أورام سرطاني الثدي والرئة، ونشروا نتائج دراستهم في العدد الأخير من دورية أبحاث السرطان.

العيادة الذكية لصحة دبي ناقشت الأضرار وسبل الوقاية

الإفراط في تناول السكر مفتاح الأمراض المزمنة



الامتناع عن تناول السكر 20 يوماً يساعد في تجاوز الرغبة بتناوله

أكثر شراهة في الأكل، كما أنه يحتوي في الوقت ذاته على كميات من السعرات الحرارية تمثل ضرراً للجسم، مؤكدة أن السكر المضاف إلى المواد الغذائية المصنعة من قبل الشركات أكبر بكثير من السكر الذي يتم إضافته إلى الطعام المنزلي، وهو ما يشكل خطراً على الصحة العامة.

وشددت العيادة الذكية على أهمية تجنب تناول الكميات الكبيرة من مادة السكر الخام والتي تعمل على تثبيط عمل جهاز المناعة والتسبب في أمراض القلب والإصابة بمرض السكري من النوع الثاني، وتسوس الأسنان، وارتفاع الدهون الثلاثية والكوليسترول الضار، وانخفاض الكوليسترول النافع، وظهور الأعراض المبكرة للشيخوخة إضافة إلى التسبب بحدوث خلل في حرق الدهون.

ونوهت إلى أن تناول كميات كبيرة من السكر قد تساهم في تغذية بعض الخلايا السرطانية في الجسم، مشيرة إلى أن الامتناع عن تناول السكر لمدة 20 يوماً متواصلة يساعد الشخص في تجاوز الرغبة بتناول السكر وتعويض احتياجات الجسم من خلال تناول الفاكهة.



دبي - البيان الصحي

حذرت العيادة الذكية لهيئة الصحة بدبي من المخاطر والأضرار الكبيرة التي يتركها تناول الكميات الكبيرة من السكر على جسم الإنسان والتي تشكل عامل خطورة للإصابة بالعديد من الأمراض. واستعرضت العيادة الذكية التي نظمتها الهيئة ضمن جهودها لتبني «حملة شهر من دون سكر» وشارك بها كل من وفاء عايش مدير إدارة التغذية العلاجية ببيئة الصحة بدبي وشيماة قايد أخصائية التغذية ببيئة الصحة بدبي المخاطر المتعددة للإكثار من مادة السكر التي تتسبب في السمنة وزيادة الوزن، مؤكدة أن خفض هذه الكميات سيؤدي إلى تراجع في نسبة انتشار السمنة التي تسبب الكثير من الأمراض، والتي يعتبرها الأطباء مرضاً بعد ذاتها.

سعرات

وأشارت إلى أن السكر المضاف إلى الطعام يجعل المستهلكين

السكر يقلل من فرص الحمل



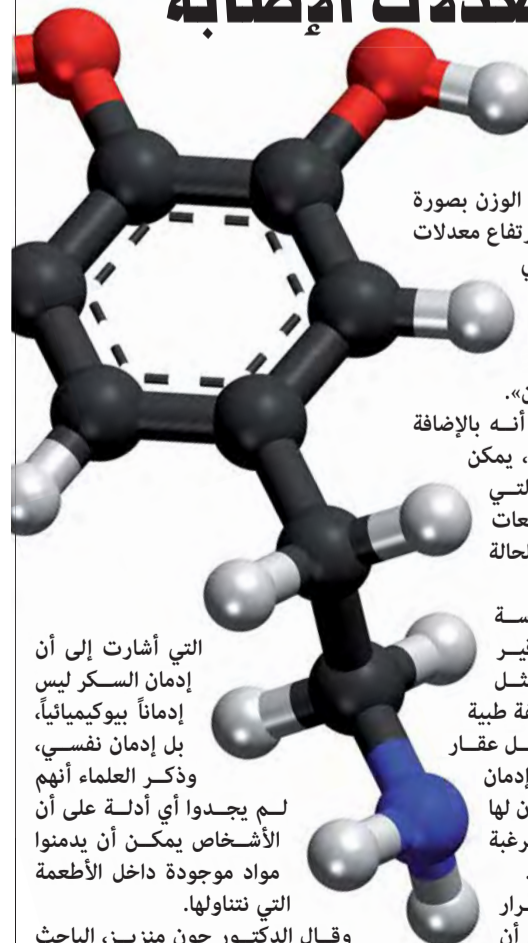
دبي - البيان الصحي

تبين من دراسة طبية حديثة أن السكر يؤثر سلباً على الخصوبة لدى النساء، ويقلل من فرص الحمل لديهن، كما أن مواد التحلية الصناعية، التي يتم استخدامها في صناعة المشروبات الغازية الخالية من السكر (الدايت) تعتبر أسوأ حالاً من السكر الطبيعي، وأكثر تأثيراً على الخصوبة وتقلل أكثر من فرص الحمل لدى النساء.

وبحسب الدراسة العلمية التي قام بها مجموعة من الأطباء في «ساو باولو» في البرازيل ونشرت نتائجها جريدة «التايمز» البريطانية فإن مواد التحلية الصناعية تؤثر على البويضات لدى النساء وتقلل من الخصوبة، وبالتالي فإن الأطباء يوصون بالتقليل منها بالنسبة للسيدات الراغبات بالحمل.

وحذّر الأطباء من أن بعض المواد المضافة إلى الأغذية والأشربة المصنعة تؤدي إلى تقليل فرص الحمل. وقام الأطباء بدراسة عادات الشرب لدى 524 سيدة يخضعن لعلاج التلقيح الصناعي من أجل تحفيزهن على الحمل، وتبين أن بويضات النساء اللواتي يتناولن المشروبات الخالية من السكر والمليئة بمواد التحلية الصناعية (الدايت) يواجهن صعوبة في الخصيب، كما أن بويضاتهن تتأثر سلباً، أما النساء اللاتي يتناولن السكر العادي فتتأثر البويضات لديهن أيضاً ولكن

زيادة السكريات ترفع معدلات الإصابة باضطرابات الطعام



السكر يساهم في زيادة الوزن بصورة مباشرة، كما يؤدي إلى ارتفاع معدلات الدوبامين الذي يتحكم في مراكز السعادة والمتعة بالمدخ بالسلوب مماثل للعديد من المخدرات، مثل التبغ والكوكايين والمورفين.

وتابعت: «وجدنا أيضاً أنه بالإضافة إلى زيادة مخاطر السمنة، يمكن أن تواجه الحيوانات التي تفرط في تناول السكر تبعات عصبية ونفسية تؤثر على الحالة المزاجية».

وأضافت: «وجدت الدراسة أن إدارة الأغذية والعقاقير قد أقرت أن عقاقير مثل الفارينكلين - وهي وصفة طبية تفضل علامة تجارية مثل عقار تشامبكس الذي يعالج إدمان النيكوتين - يمكن أن يكون لها نفس التأثير فيما يتعلق بالرغبة الشديدة في تناول السكر».

وتابعت: «على غرار المخدرات الأخرى، يمكن أن يؤدي انسحاب السكر إلى اختلال معدلات الدوبامين ويكون في نفس صعوبة الإقلاع عن المخدرات». وتعارض النتائج مع بحث سابقة مثل دراسة جامعة إنبرسة لعام 2014،

دبي - البيان الصحي

أشارت دراسة حديثة إلى ضرورة التعامل مع مدمني السكر بنفس أسلوب التعامل مع متعاطي المخدرات.

ويرى باحثون من جامعة كوينلاند للتكنولوجيا أن الإفراط في تناول السكر يزيد من معدلات الدوبامين على غرار المخدرات الأخرى مثل الكوكايين، وفق تقرير نشرته صحيفة الإندبندنت البريطانية.

ووجدت الدراسة أن استهلاك السكر على المدى الطويل سوف يتسبب في نهاية المطاف في انخفاض معدلات الدوبامين، ويؤدي ذلك إلى حاجة الأشخاص إلى تناول معدلات أعلى من السكر من أجل الوصول إلى نفس المعدلات وتجنب الإصابة بالانقطاع.

ووجد الباحثون أيضاً خلال دراسة منفصلة أن تناول السكر بصفة مستمرة يؤدي للإصابة باضطرابات الطعام ويغير من سلوكيات الأفراد. وبين البروفيسور سيلينا بارتليت، أستاذة علم الأعصاب بمعهد الصحة والطب الحيوي، أن الأبحاث تشير إلى أنه يمكن استخدام عقاقير علاج إدمان النيكوتين في علاج إدمان السكر. وقالت: «ثبت أن الإفراط في استهلاك

عمليات التلقيح الصناعي في نيويورك إن على النساء الراغبات في الحمل عن طريق التلقيح الصناعي تجنب المبيدات الحشرية وتجنب مشروبات الحمية الخالية من السكر، مشيراً إلى أن على تلك النساء أن يستفدن من منشورات وزارة الصحة الأميركية في معرفة تصنيفات المبيدات، كي يشتري الفواكه والخضار بناء على المعرفة التي اكتسبتها لتحسين فرصهن في الحمل. وقال البروفيسور آدم بان من جمعية الخصوبة البريطانية وأستاذ طب الإنجاب في جامعة ليدز: قد تكون المشكلة أبعد من كونها تؤثر على المتعاطين بالتلقيح الصناعي، ولكن من المبكر نصح النساء التخفيف من مشروبات الحمية والسكر إن كن يرغبن في الحمل.

بنسبة أقل. وأظهرت الدراسة أن فرص الحمل لدى النساء اللواتي يتناولن السكر أو المحليات أقل من الطبيعي بـ 10% بحسب النتائج التي ستعرض خلال المؤتمر السنوي للجمعية الأميركية لطب الإنجاب. وقال أكاديمي أميركي كبير إنه في ضوء نتائج الأبحاث فإن على النساء الراغبات في الحمل عن طريق التلقيح الصناعي التخلي عن تناول السكر ومواد التحلية. وأشار باحثون آخرون إلى احتمال وجود آثار مشابهة للكيمياء على خصوبة النساء اللواتي يحاولن الحمل بشكل طبيعي، مع أن الأدلة على ذلك لا تزال غير مكتملة. وقال رئيس الجمعية الأميركية لطب الإنجاب، أوين ديفيس وهو أحد رواد

دعم

استخدام الذكاء الاصطناعي في مكافحة العمى

العينية. وسمحت تلك الكمية الضخمة من البيانات لمنصة الذكاء الصناعي التابعة لشركة مايكروسوفت بالتنبؤ حول الكيفية التي يمكن للأطباء القيام بها بالعمليات الجراحية للعيون بنجاح. دبي - البيان الصحي

لتخفيض أعداد المرضى وخدمات Power BI لتحليل الأنماط والحالات والتنبؤ بنتائج العمليات الجراحية لمرضى العيون. وسمح هذا التعاون لشركة مايكروسوفت بالحصول على كنز من البيانات التي تمثلت بسجلات مجهولة المصدر لأكثر من 1,1 مليون شخص، ووفرت للأطباء نظرة دقيقة حول كيفية انتشار أمراض العمى في البلاد. وساعدت هذه التقنيات الأطباء في التأكد من مقدار الوقت الذي قد يحتاجه المريض قبل استقرار حالته الصحية وانتهاء مشكلاته

اتجهت شركة مايكروسوفت إلى استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي في سبيل مساعدة الأطباء في الهند على مكافحة العمى وعلاج أمراض العيون، ورغم أن تقنيات حديثة مثل الروبوتات والذكاء الصناعي قد لا تحل محل الأطباء في المستقبل المنظور إلا أنهم بدأوا بإحداث فرق. وبدأت مايكروسوفت في وقت سابق من هذا العام بالعمل مع معهد العيون LV Prasad غير الربحي في الهند في سبيل حصوله على تقنيات تعلم الآلة «آزور»

تحذير

تطبيق هاتفي لمساعدة الأطباء على مراقبة صحة المرضى

سيكون يوسع الأطباء في عدد من المستشفيات البريطانية مراقبة حالة مرضاهم عبر تطبيق طورته شركة «ديب مايند» التي تدعمها شركة غوغل. ويجمع تطبيق (Streams) معلومات عن وظائف الأعضاء الأساسية، ويصدر تحذيراً عندما تكون القراءات مرتفعة أو منخفضة. وتصل الأطباء عبر هواتفهم الذكية تنبيهات خاصة بالمرضى الذين يكونون عرضة لتدهور مفاجئ في صحتهم.

وقال نشطاء في مجال خصوصية البيانات الطبية إن المرضى يستحقون معرفة المزيد عن الكيفية التي يتم بها استخدام البيانات الخاصة بهم. وبحسب الاتفاق، سيتلقى الأطباء في ثلاثة مستشفيات في لندن، وهي سانت ماري وهامرسميث وتشيرينغ كروس، التحذيرات على هواتفهم الذكية بشأن المعلومات المستمدة من اختبارات الدم وغيرها من التدابير المتعلقة بحالة الفرد.

وقال الدكتور سانجاي غوتاما، المسؤول بصندوق الرعاية الصحية بمستشفيات إميريال كوليدج، إن هذه الشراكة تعني حصول الأطباء بشكل أسرع على معلومات حيوية عن حالة المريض. دبي - البيان الصحي

أقراص إلكترونية متناهية الصغر لمعالجة السرطان

الإلكترونية يحتوي على نوع من المستضدات التي تعرف النظام المناعي للجسم على الخلايا السرطانية وكيفية القضاء عليها.

ويقول الباحث جيمس مون: «الفكرة أن هذه الأقراص تعمل بمثابة لقاحات حيث تحفز النظام المناعي لمحاربة الخلايا السرطانية الموجودة في الجسم». وحققت الأقراص الإلكترونية نتائج واعدة عند اختبارها على فئران التجارب حيث نجحت في القضاء على الأورام السرطانية خلال عشرة أيام.

ولن تطرح التقنية الجديدة للاستخدام بشكل عام خلال الفترة القريبة، نظراً لضرورة إجراء مزيد من التجارب على حيوانات أكبر حجماً، وسوف تستغرق العملية فترة أطول قبل بدء التجارب على البشر، وبالرغم من ذلك فإن الأقراص الإلكترونية متناهية الصغر تظل تمثل فرصة لتوفير علاج فعال لمرض السرطان.

دبي - البيان الصحي

ابتكر فريق من الباحثين بجامعة ميتشجن الأميركية تقنية جديدة يمكن استخدامها في علاج الأورام السرطانية.

وتعتمد التقنية الجديدة على استخدام أقراص إلكترونية متناهية الصغر يصل حجمها إلى قرابة 10 نانومترات لتدريب جسم الإنسان على قتل الخلايا السرطانية.

ونقل الموقع الإلكتروني «ساينس أليرت» المتخصص في الأبحاث العلمية والتكنولوجيا عن الباحث جيمس مون من جامعة ميتشجن قوله: «نحن نقوم في الأساس بتدريب النظام المناعي للجسم، من خلال هذه الأقراص متناهية الصغر، على كيفية مهاجمة الخلايا السرطانية».

وأوضح أن كل قرص من هذه الأقراص

زراعة وجه بفضل تطبيق مجاني على الهاتف



ولجأ المريض إلى أخصائي الأسنان وأمراض الفم في جامعة بولسيتا البرازيلية دكتور رودريغو سالزار أملاً في إنهاء معاناته النفسية بسبب وجهه المشوه، وتمكن من ترميم وجهه مستعيناً بتطبيق مجاني على هاتفه المحمول لتصميم الجزء المفقود وطباعته بتقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد.

خبيث كاد يصل لدماغه. وكان المريض يعيش منذ 8 أعوام بجزء متور من وجهه بعد خضوعه لعملية جراحية استصلت خلالها الأجزاء المتضررة من وجهه، وبالرغم من أنه تمكن من محاربة السرطان قبل امتداده إلى دماغه غير أن الحفرة العميقة مكان عينه ظلت شاهدة على العملية.

دبي - البيان الصحي

يعتبر استخدام تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد لزراعة وجه فقدت أجزاء منه ليس أمراً جديداً في مجال الطب، غير أن الجديد هو الاستعانة بتطبيق مجاني على هاتف محمول لترميم وجه مريض خمسيني استصل جزء منه بسبب ورم

نظام ذكي يلغي الوخز والحقن لمرضى السكري



دبي - البيان الصحي

عليه اسم البنكرياس الصناعي، أو نظام توصيل الأنسولين بالحلقة المغلقة، يراقب مستويات السكر في الدم، ويزيد أو يقلل من ضخ الأنسولين، مشابهاً في ذلك طريقة عمل البنكرياس الطبيعي السليم في الجسم. وأضاف الباحثون أن استخدامه يلغي استخدام آليات الوخز والحقن اليدوي التي يعتمد عليها الكثير من مرضى السكري من النوع الثاني، في الوقت الحالي.

كشفت دراسة بريطانية أن نظاماً أوتوماتيكياً لضخ الأنسولين أبدى نجاعته لدى مرضى النوع الأول من السكري، كما أثبت أنه آمن وملائم لمرضى النوع الثاني من السكري. وأوضح الباحثون في دورية «ذا لانسيت» دياييتس أند إنديكولوجي» أن ما يطلق

ابتكار يمهد لطباعة الأوعية الدموية

واستخدم علماء من جامعة ريفوتك ومقرها مقاطعة سيثوان الجنوبية بالصين، طباعة تعمل بتقنية ثلاثية الأبعاد مليئة بـ«حبر» عبارة عن خلايا يمكن طباعتها على شكل أي عضو من أعضاء الجسم، لطباعة أوعية دموية طولها 2 سنتيمتراً.

أنواع

وزرعت هذه الأوعية الدموية في صدور 30 قروداً، حتى نمت إلى

أنواع مختلفة من الخلايا التي تشكل الأوعية الدموية الطبيعية، وذلك بعد شهر من الزراعة.

مشروع

وقال جيمس كانغ الباحث الرئيسي في المشروع، الذي بدأ العمل على الخلايا الجذعية بالتسعينيات، إن «156 مليون شخص حول العالم، يمكنهم الاستفادة سنوياً من

الأوعية الدموية الاصطناعية».

نتائج

وأضاف: «إن النتائج يتم إجراؤها وتكرارها من قبل مختبرات في أماكن أخرى لتأكيد نتائجها، وقدر أن الأمر سيستغرق 20 عاماً أو أكثر، وأجهزة طباعة ثلاثية أكثر تطوراً، لطباعة أجهزة أكثر تعقيداً كالقلب أو الكلى».

دبي - البيان الصحي

قام علماء صينيون بزرع أوعية دموية «مطبوعة» بتقنية الأبعاد الثلاثة، مصنوعة من خلايا جذعية، في أجسام القرود، فيما يمثل خطوة مهمة على طريق طباعة الأوعية الدموية، وغيرها من الأعضاء البشرية.

2014

العام الذي شهد إطلاق منظمة الصحة العالمية استراتيجية للطب الشعبي لمساعدة البلدان على استكشاف إمكاناته

48 %

نسبة السكان الذين يستخدمون الطب البديل مرة على الأقل في أستراليا و70% بكندا و42% في أميركا

25

دولة من أصل 191 دولة عضو في منظمة الصحة العالمية طورت سياسات تعني بالطب البديل

أطباء «صحة دبي»: لا يفني عن العلاج الطب الاستخدام الخاطيء للطب البديل

والأطفال الرضع.

وأهاب بعدم استخدام الخلطات المتداولة عبر مواقع التواصل لأنها قد تسبب تصبغات وحروق بالغة للجلد، مؤكداً أنه شهد العديد من الحالات ممن استخدموا هذه الخلطات وأصيبوا بحروق تطلبت فترة طويلة لعلاجها، مشيراً إلى أن كل بشرة تختلف عن الأخرى وما يصلح لمريض قد لا يصلح للآخر.

تجارب

من جانبها قالت الدكتورة عباء سيف المزروعي استشاري جراحة عامة وجراحة السمنة، والمدير التنفيذي لمستشفى راشد في دبي إن العلاجات الطبية لم تكن وليدة اللحظة بل هي نتاج تجارب ومراحل عدة، ومعتمدة من الهيئات والمنظمات الصحية العالمية، قبل أن يتناولها المريض، أما الطب البديل بالأعشاب وغيرها لم يمر بهذه المراحل. وأضافت أن العلاج بالتدليك والأضواء وغير ذلك يعتبر علاجاً تكميلياً وتأهلياً ولا يمكن أن تعتمد عليه وحده أو الاستعاضة به في علاج الكثير من الحالات المرضية، كما أنه يجب أن يتم من خلال أشخاص مؤهلين ومدربين.

علاجات تكميلية

بعيداً عن التدليك والزيوت العطرية والموسيقى التي تساعد على الاسترخاء فإن الكهف الملحي يعتبر أحد العلاجات القديمة المتجددة، حيث يعمل على تحسين الصحة العامة وتخليص الجسم من العديد من الأمراض الجلدية والتنفسية وغيرها، وذلك عبر استنشاق غبار الملح الخام الذي تم جلبه من بولندا، بحسب ما يؤكد علي أحمد الجبالي المدير التنفيذي لـ«الكهف الملحي» في دبي، مضيفاً أنه يحتوي على 83 نوعاً من أنواع المعادن تنفثه آلات معينة في جو الكهف ولا يمكن رؤيته بالعين المجردة. ويؤكد الجبالي، أنه يعتبر أكبر كهف ملحي من صنع الإنسان في العالم، ويوفر علاجاً طبيعياً لنحو 18 مرضاً، مثل الصدفية والتهاب المفاصل والجيوب الأنفية وحساسية الصدر، والأكزيما، إضافة إلى القلق والحساسية ونزلات البرد والإنفلونزا والاحتقان والتهابات الأذن والتهابات الأنف، وتحسين التنفس للمدخنين السابقين، وحب الشباب، والأرق.

وأوضح أنه لا توجد أي آثار جانبية للعلاج بالملح الخام غير المكرر، بالإضافة



■ عباء المزروعي



■ أنور الحمادي



■ فهد باصليب

علاجات غريبة

هناك الكثير من العلاجات الغريبة التي يتداوى بها البعض بشكل أو بآخر، مثل العلاج عن طريق الدلافين الافتراضية وتقتضي تلك الطريقة أن يستلقي الشخص على أريكة مريحة دون أن يغمض عينيه، ليشاهد دولفين افتراضياً وهو يثب ويسبح في الماء، على خلفية صوتية لصوت أمواج المحيط، بغرض الحصول على الاسترخاء العميق وتجديد الطاقة.

النضارة، إلا أن احتواء الشامبو عليه لا يحدث هذا التأثير، وإنما استخدم فقط للإغواء والتضليل. وأضاف أن بعض العيادات المعالجة بالليزر تغوي مرضاهم بأن الأبر المستخدمة في جهاز الليزر مصنوعة من الذهب، لافتاً إلى أن المادة المصنوع منها إبر الليزر لن تحدث أي تغيير في نتائج العلاج وليس لها أي علاقة بذلك، وكذلك فهم يستخدمون كلمة «إبر النضارة» لجذب المريض لعلاجات تجميلية أخرى بهدف زيادة الربح.

وحذر من أن العلاج بالتبريد الذي يستخدم غاز النيتروجين يكون لعلاج التآليل، إلا أنه قد يسبب

البدية لاستقرار الحالة فيما يسمى فترة «شهر العسل»، ثم تنتكس الحالة. وحذر باصليب من بعض مقاطع الفيديو المحتوية على خلطات علاجية، والتي يتناولها البعض عبر مواقع التواصل الاجتماعي، على سبيل المزاج أو المقالب، فيستخدمها المرضى وتؤدي إلى أضرار صحية بالغة، مهيباً بعدم إعادة نشر أو توزيع مثل هذه المقاطع خاصة المتعلقة بصحة الإنسان وسلامته.

إغواء وتضليل

من ناحيته أكد الدكتور أنور الحمادي استشاري الأمراض الجلدية ومدير مركز الأمراض الجلدية التابع لهيئة الصحة في دبي، أن الكثير من الشركات أو العيادات تستخدم مسميات تسويقية زائفة ومغرية لمنتجاتها لجذب المرضى، والباحثين عن الجمال، مثل «شامبو البوتكس»، أو «شامبو بالذهب» إذ لا يخفى على أحد تأثير البوتكس في إحداث

استقرار الحالة الصحية فيما يسمى فترة «شهر العسل»، ثم تنتكس الحالة.

بلدوزر الشرايين

وأوضح الدكتور فهد باصليب رئيس قسم القلب في مستشفى راشد بدبي، أن الكثير من الخلطات الطبيعية والعشبية يتم تداولها عبر مقاطع فيديو في مواقع التواصل الاجتماعي من دون أساس علمي، وأنهم جربوها بأنفسهم وأنها أفادتهم للأدهى من ذلك أن مروجيها يؤكدون أنهم جربوها بأنفسهم وأنها أفادتهم لدرجة الشفاء التام ما جعلهم يستغنون عن العلاج الطبي نهائياً ومن دون رجعة. وأضاف أنه كثيراً ما يتلقى أسئلة شائعة بين المرضى حول جدوى هذه الخلطات والعلاجات، إلا أنه ينصحهم بعدم الانسياق وراءها، والأولى استشارة الطبيب قبل تناولها، لافتاً إلى أنه لا ينكر أهمية الطب التكميلي جنباً إلى جنب مع العلاج الطبي.

وذكر باصليب مثلاً على إحدى الخلطات التي انتشرت عبر مواقع التواصل الاجتماعي تحت مسمى «بلدوزر الشرايين»، وهي عبارة عن خلطة مكونة من الزنجبيل واليوم والليمون، ويؤكد مروجوها أنها منقطة للشرايين من الكوليسترول والدهون، مدعومة بصور توضيحية للشرايين قبل وبعد تناولها، مشيراً إلى أن مثل هذه الخلطات لن تعطي النتيجة المتوقعة، كما يتوهم المريض، وإنما قد يكون لها آثار جانبية على المعدة، فضلاً عن أنها غير مبنية على أسس أو تجارب علمية.

معلومات مغلوطة

وقال باصليب إن الطب الشعبي أو التكميلي لا بد أن يكون باستشارة الطبيب المختص، ولكنه لا يفني عن العلاج الطبي، خاصة وأن البعض يتداول معلومات مغلوطة من ضمنها أن عصير البقدونس أو عصير الملفوف يقضي على مرض السكري، وهذا ليس صحيحاً، مؤكداً أنه تابع العديد من الحالات في المستشفى من مرضى الضغط أو السكري الذين تخلوا عن الأدوية الطبية ولجأوا لمثل هذه الخلطات، التي أدت في

دبي - مرقت عبد الحميد

لم يترك «البيزنس» باباً إلا وطرقه، ولم ينأ المرض عن هذا العالم الذي لا يعرف لغة أخرى غير المال ليتحدث بها ويسعى إليها بكل السبل، فتاريخ الطب مليء بأغرب قصص العلاج في العالم، وعلى الرغم من النوايا الحسنة والمحاولات الصادقة من قبل بعض مروجي الطب البديل، على مر السنين لإيجاد العلاجات المناسبة للأمراض والآلام التي يعاني منها الإنسان، إلا أن هناك بعض العلاجات الحديثة التي ظهرت على الساحة أخيراً، مثل العلاج بترذاذ الملح والموسيقى والأضواء، فضلاً عن الخلطات التي يتم تداولها عبر وسائل التواصل الاجتماعي، وغيرها الكثير.

وما بين اختفاء وظهور وطلب ضعيف وآخر قوي على هذه العلاجات فضلاً عن الأعشاب الطبيعية، يبقى السؤال: هل العلاج بالطب البديل، كما يطلقون عليه، هو الأمان والأنسب؟ وكيف نستفيد منه؟.. قضية يطرحها «البيان الصحي»، للإجابة عن تلك التساؤلات، خاصة وأن الكثير من مروجي هذه العلاجات ليسوا أطباء، الأمر الذي قد يتسبب بمضاعفات خطيرة لمستخدميها قد تصل إلى الوفاة. وفي هذا الإطار أكد أطباء في هيئة الصحة بدبي أن الطب الشعبي أو التكميلي لا بد أن يكون باستشارة الطبيب المختص، ولكنه لا يفني عن العلاج الطبي، مشيرين إلى أن هناك العديد من الحالات المرضية التي تخلت عن الأدوية الطبية ولجأوا لممارسات الطب البديل فقط، ما أدى



27

مليار دولار تنفقها الولايات المتحدة سنوياً في استخدامات الطب التقليدي أو البديل

5000

يعود تاريخ دراسة الأعشاب في السجلات المكتوبة قبل 5000 عام إلى السومريين القدماء.

80%

من السكان في بعض الدول الآسيوية والأفريقية يعتمدون على الطب التقليدي لتلبية احتياجاتهم الصحية.

في ضرورة استشارة الطبيب عند استعماله

ل.. شهر عسل وسنوات من المعاناة

ازدياد الاهتمام بالعلاجات التقليدية

على غرار التقدم اللافت الذي شهده العالم في الآونة الأخيرة، شهد المجال الطبي بدوره تطوراً هاماً في الأدوية الطبية والأجهزة الحديثة التي ساهمت بلا شك في تحسين جودة الخدمات الطبية، لكن وبالرغم من الاكتشافات التي عرفها الطب الحديث، ازدادت الاهتمامات بشكل كبير بأساليب الطب التقليدي (الشعبي) والبديل والعودة إلى الطبيعة لعلاج الكثير من الأمراض.



60

مليار دولار حجم مبيعات الأدوية التقليدية في السوق العالمية



160

مليون دولار قيمة العلاجات التقليدية في البرازيل في العام 2013



14

مليار دولار قيمة مبيعات الأدوية التقليدية في الصين عام 2013



80%

من السكان في أفريقيا وآسيا يستخدمون العلاجات التقليدية بدلاً من وسائل الطب الحديث لأغراض الرعاية الصحية الأولية

55%

من سكان الدول المتقدمة جزئياً العلاج التقليدي مثل الوخز بالإبر

74%

من طلاب الطب في الولايات المتحدة يعتقدون أن الطب الغربي سيستفيد من دمج العلاجات والممارسات التقليدية أو البديلة

90-84%

دولة ليس لديها سياسات وطنية أو قوانين أو لوائح لتنظيم الطب التقليدي.

إلى أنه يندرج ضمن العلاجات الطبيعية والقديمة المعروفة في شرق أوروبا، حيث كان الناس يجلسون في كهوف الملح الطبيعية تحت الأرض لأغراض الشفاء من أمراض الجهاز التنفسي والجلد، أما حالياً فقد أصبح مرتبطاً بالمستشفيات وتدريب المنتخبات الرياضية.

ولفت الجاوي إلى أن هناك حالات معينة لا يسمح لها بالخضوع لجلسات استنشاق غبار الملح الخام، تجنباً لأي أضرار، وهي النساء الحوامل، والمرضى الذي يعانون من ارتفاع في درجة الحرارة، ومن لديهم صفات طبية لتناول المسكنات أو المهدئات، والمصابين بارتفاع ضغط الدم والسرطانات المختلفة.

قبة سوماء

وتتمثل «قبة سوماء» التي دأبت الإعلامية أوبرا وينفري، على استخدامها لمساعدة موظفيها على تجديد طاقتهم وحيويتهم، تكنولوجيا جديدة للتأمل وأحداث تغيير جذري ونتائج مبهره فيما يتعلق بالتخلص من القلق، هذا ما أكدته لمياء عبد العزيز خان مديرة نادي دبي للسيدات.

وتابعت: «قبة سوماء» التي يوفرها النادي بين ثلاث ممارسات علاجية باستخدام التكنولوجيا الحديثة للتخلص من التوتر والإجهاد، والعمل على توازن العقل مع الجسد لمدة 20 دقيقة. وذكرت أن تصميم حركات مسار التأمل مع الممارسات العلاجية الثلاثة في كل جلسة، دوراً كبيراً في تحقيق أقصى قدر من الاستفادة، وما على الشخص إلا اختيار واحدة من 8 جلسات مع الموسيقى المصاحبة، ومن بين الجلسات: الحب، الاجتياز، التركيز، الاسترخاء، الشفاء، النجاح، تجديد الطاقة، الصفاء الذهني.

أنواع الطب:

الطب الحديث: الطب الشائع ممارسته في المستشفيات والعيادات الحديثة

الطب التقليدي: الطب المستخدم منذ قديم الزمان من قبل القبائل والحضارات القديمة

الطب التركيبي أو البنائي: نظام معالجة يعتمد على نظرية مفادها أن الأمراض تنتج في الغالب من فقدان التماسك البنائي لأعضاء الجسم.

الطب العربي: مجموعة العلوم الطبية التي توصل لها الأطباء والعلماء العرب حول الأدوية والأمراض وطرق علاجها

الطب الشمولي: مبني على فلسفة أن العلاج يجب أن يتمتع بنظرة شمولية تتعامل مع الجسم كوحدة واحدة.

الطب الشعبي: مثل العلاج بالأعشاب والإبر الصينية والعلاج بالاعشاب والتدليك والماء.

غرافيك: فاطمة الفلاسي

العلاجات البديلة

تستهوي بعض المرضى خوفاً من آثار الأدوية

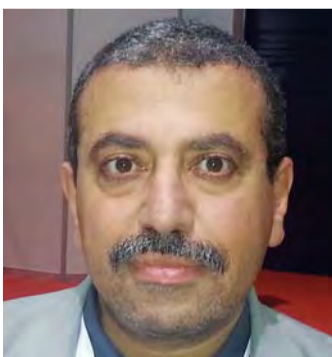
وبينت لمياء أن نادي دبي للسيدات، يقدم مجموعة من العلاجات العصرية مثل العلاج بالتبريد، تشمل التقشير والتدليك بالكهرمان الذهبي، ومساج الالفا والأصداف الجلدية، فضلاً عن العلاج بلسعات النحل، وهي طرق غير تقليدية لإعادة الحيوية والنشاط ومنع الهدوء والاسترخاء للجسم.



ناصر أكرم



محمد الحاوي



أسامة توفيق



شبية حسين



أسماء الشامسي

إكساب الجسم الشعور بالاسترخاء والراحة وإزالة التوتر وتجديد النشاط، لذا فإنها تحرص على الخضوع لهذا العلاج مرتين شهرياً.

ولفتت شبية حسين إلى أنها تعتمد في بعض الحالات على الطب البديل والعلاج بالخلطات المصنوعة من المواد الطبيعية، خاصة لأبنائها حتى تجنب أجسادهم الصغيرة الآثار الجانبية للمواد الكيميائية المصنوعة منها الأدوية، التي تؤثر سلباً وتضعف مناعتهم، وهو ما يفسر كثرة الأمراض المناعية التي لم توجع من قبل.

وأضافت أنها تعد شراً لعلاج الكحة من منقوع مادة «اللبان» في الماء، كما تستخدم خلطات طبيعية لعلاج بشرتها من الليمون والعسل والتفاح وغيرها من المواد الطبيعية، لاعتقادها بأنها إن لم تنفع فعلى الأقل لن تضر.

أما محمد الحاوي فيقول: لا شك بأن العلاجات الطبية أمر لا غنى عنه على الإطلاق، إلا أن البعض يفضل اللجوء إلى العلاجات البديلة غير التقليدية مهما بدت غريبة لتحسين أوضاعهم الصحية، والحصول على حياة أفضل.

ولفت إلى أنه يلجأ في بعض الحالات للعلاجات الشعبية والطب البديل في معالجة أبنائه عوضاً عن الاعتماد على الأدوية والجراحة التي قد تخلف مضاعفات على صحة أبنائه.

خلطات

وأوضحت أسماء الشامسي أنها تلجأ للعلاج بالحمام الورد، مشيرة إلى أنه عبارة عن حمام مغربي يعقبه نقع الجسم في كريم سائل لونه وردي الذي يعالج البشرة ويجدد خلاياها ويكسبها النعومة الفائقة فضلاً عن

باللوكيميا، بالإضافة إلى احتوائه على مواد مضادة للأكسدة تقي الجسم من أمراض مناعية كثيرة.

وبين أن بعض الأبحاث أيضاً أثبتت احتوائه على مركب يسمى «برادي كابينين» المسؤول عن بسط الشرايين واتساعها مما يساعد على خفض ضغط الدم ومنع الجلطات الدموية والذبحات الصدرية، وحماية عضلة القلب، فضلاً عن علاج الجروح والحروق والعديد من الأمراض الجلدية والفطرية.

طرق شعبية

بدوره أكد أسامة توفيق أنه سمع عن الكثير من العلاجات الغريبة وجرب بعضها مثل المسح على البطن بطريقة معينة، مشيراً إلى أن هذه الطريقة تعتبر من الطرق الشعبية وهي تهدف إلى علاج أمراض البطن والكبد.

دبي - مرفت عبد الحميد

أكد عدد من الجمهور أن العلاجات البديلة فرضت نفسها مؤخراً وباتت تستهوي بعض المرضى، في ظل تخوف البعض من الآثار الجانبية لبعض الأدوية.

أبحاث

وقال ناصر أكرم إنه اطلع على الكثير من الأبحاث التي أثبتت أن بول الإبل نقي تماماً من أي سموم ويحتوي على أنواع معينة من البكتريا المفيدة والتي ترفع جهاز المناعة وتقتل الكثير من الميكروبات الضارة في أجسادنا، فضلاً عن احتوائه على مواد ذات تأثير فعال في علاج أمراض الرئة والصدر وبعض أمراض الدم المعروف

البعض يلجأ لخلطات طبيعية لعلاج الذبذبات الصدرية والجروح والحروق



ارتفاع

السرعات الحرارية في الفواكه المجففة أعلى من الطازجة

قال مركز استعلامات المستهلك بولاية بافاريا الألمانية إن الفواكه المجففة تحتوي على سرعات حرارية أعلى من الطازجة، كما ترتفع نسبة السكر في الفواكه المجففة إلى 60 حتى 70%، ولكنها تؤدي إلى ارتفاع مستوى السكر بالدم ببطء، وبالتالي فهي تظيل الشعور بالشبع أكثر من الحلوى الأخرى.

ومن ناحية أخرى، أكد المركز أن الفواكه المجففة لا تزال تحتفظ بالكثير من

العناصر الغذائية المهمة؛ فالباييا المجففة مثلاً غنية بالبوتاسيوم والفسفور، كما يزخر المشمش المجفف بالحديد والتين بالكالسيوم، ونظراً لأن فيتامين C حساس للغاية، فإنه يتم فقدان جزء كبير منه عند تجفيفه.

دبي - البيان الصحي



ضبط

توقيت أكل السلطة والفواكه يساعد على إنقاص الوزن

يتسبب البوفيه المفتوح في الاحتفالات ووجبات المطاعم عادة في الخروج على سيناريو ضبط الوزن، والسبب كثرة الخيارات من مطابخ مختلفة، مع وجود فواتح عديدة للشهية، لكن الأمر لا يقتصر فقط على البوفيه المفتوح، فهناك توقيت معين لأكل السلطة والفواكه يساعد بالفعل على إنقاص الوزن، وضبط الشهية، وتقليل السرعات الحرارية التي تدخل جسمك. ولتفادي زيادة الوزن لا تتناول أكثر من ملعقة أو اثنتين من الحلوى بعد

الانتهاء من الوجبة الرئيسية. وعندما يزداد عدد الخيارات أمامك تمسك بأكل صحن من السلطة أو الفواكه في بداية وجبتك، والأفضل أن تتناول من النوعين معاً، وسيساعدك ذلك على تهدئة الجوع، وكبح الشهية، والاستمتاع بمذاق أطعمة مختلفة بعد ذلك بكميات منضبطة. ومن فوائد البدء بالسلطة والفواكه ضبط نسبة السكري، وعدم ارتفاعها بسرعة، لأن ارتفاعها السريع يؤدي إلى تجدد الجوع بعد ساعة أو اثنتين على الأكثر.

دبي - البيان الصحي

الزنجبيل والزبادي يخفان حموضة وحرقة المعدة

حليب اللوز وغير ذلك من أنواع الحليب النباتية للهدف نفسه. ويمكن تخفيف الحموضة وعلاجها بتناول المشروبات المناسبة، لكن قبل ذلك عليك الامتناع عن شرب المشروبات الغازية، والخد أو الامتناع تماماً عن تناول مشروبات الكافيين مثل القهوة والشاي والكافا، وكذلك العصائر الحمضية.

دبي - البيان الصحي

تسبب حموضة المعدة حرقة تمتد إلى الحلق والصدر، وينتج عنها إزعاج يؤثر على الاستمتاع بالطعام والمناسبات الاجتماعية.

وتحدث الحموضة عندما تضعف العضلات العاصرة التي تضبط المنطقة الواصلة بين المعدة والمريء، فينتقل حمض المعدة لأعلى مسبباً الحرقة والحموضة.

ويقلل الزنجبيل إنتاج المعدة للحمض، كما يمكن إضافة العسل الطبيعي لیساعد على توازن مستوى حموضة المعدة، كما أن اللبن الرايب (الزبادي) مع العسل يقلل من الشعور بالحموضة والحرقة.

ويساعد الحليب على توازن المعدة، ويمكنك شرب



فيتامين «ج» يعزز امتصاص الحديد

مع شورية العدس. وأضاف الخبير الألماني أنه من الأفضل للأشخاص الذين يعانون من نقص الحديد الانتظار بعض الوقت قبل تناول الشاي والقهوة بعد الطعام، نظراً لأن الشاي الأسود واللبن والشمندر قد يحد من امتصاص الحديد في الدم، وبالإضافة إلى ذلك ينبغي تناول مركبات الكالسيوم والمغنيسيوم على فترات ما بين الوجبات الغذائية.

وعلى خبير التغذية الألماني فريدريك نيس ذلك بأن فيتامين «ج» يعزز من امتصاص الحديد في الدم. ومن ضمن الخيارات الأخرى أنه يمكن تناول عصير الليمون مع شرائح اللحم، والسلطة والفلل الطازج

دبي - البيان الصحي

أوضحت دراسة ألمانية أنه يتعين على الأشخاص الذين يعانون من نقص الحديد تناول كوب من عصير البرتقال مع وجباتهم الغذائية.



المحليات الاصطناعية تؤثر في الخصوبة

بالمائة من غيرهن. وقد تعرضت هذه الدراسة لانتقادات، إذ قال علماء آخرون إن النساء اللواتي يقبلن على شرب المشروبات التي تحتوي على محليات اصطناعية يعانين على الأغلب من البدانة أو نسب مرتفعة من السكر، وهم على الأغلب من المدخنين، وهي جميعها عوامل تؤثر في خصوبة المرأة.

«الخالية من السكر» التي تحتوي على محليات اصطناعية بنسب كبيرة. وتابع العلماء 524 امرأة يخضعن للتلقيح الاصطناعي، وتوصلوا إلى أن جودة البويضات الخاصة بالنساء اللاتي يشربن المشروبات «الخالية من السكر» كانت أقل بنسبة 53 بالمائة من غيرهن، بينما وصلت تلك النسبة إلى 39 بالمائة بين النساء اللاتي يشربن مشروبات سكرية. وأوضح العلماء أن هذه النتائج تعني بأن النساء اللاتي يستهلكن منتجات تتضمن محليات اصطناعية أو سكرًا مكرراً، لديهن فرص حمل أقل بنسبة 10

دبي - البيان الصحي

وذكرت الدراسة التي أجراها علماء في ساو باولو في البرازيل، أن المأكولات التي تحتوي على محليات اصطناعية قد تقلل من فرص نجاح التلقيح الاصطناعي، لافتة إلى أن التأثير الأكبر يأتي من المشروبات

هذه المواد.

العضلات القوية تبني مستقبلاً أقوى



حليب فيتامين (د) الجديد

defficiencyD defeat مع قَدِّمُوا لأطفالكُم حليب فيتامين (د) يومياً، لتكون غدهم أكثر إشراقاً.



الاحمرار والحكة أبرز أعراض إنفلونزا العيون



ويمكن لقطرات العينين والمراهم التخفيف من أعراض الإصابة بجفاف العينين. وتنتشر فيروسات العدوى بإنفلونزا العيون عن طريق الاتصال. وتعتبر نظافة اليدين من أفضل طرق الوقاية من هذا المرض، وذلك بغسل دائم لليدين، وعدم نقل الفيروسات من الأيدي إلى العين بسهولة ينبغي الابتعاد قدر الإمكان عن فرك العين باليدين. دبي - البيان الصحي

عدوى بكتيرية. وتمثل أعراض إنفلونزا العيون في احمرار وحرقان وحكة في العينين، وبالإضافة إلى هذه الأعراض يمكن أن يحدث تهيج للقرنية، ويحتاج التهاب إلى بعض الوقت ليشفى من تلقاء نفسه. وفي بعض الحالات القليلة يمكن أن تقع بعض الأضرار على القرنية، ولكن يمكن علاجها بأدوية محددة، وتهدأ العدوى بعد فترة تتراوح من بضعة أيام إلى أسبوعين.

يعتقد الكثيرون أن إصابة العين بالاحمرار والحكة ترجع إلى التهاب الملتحمة، ولكن هل تعلم أن هذه الأعراض قد تكون علامة على إنفلونزا العيون. وتقول الرابطة الألمانية لأطباء العيون إن إنفلونزا العيون تظهر بشكل خاص في فصلي الخريف والربيع، موضحة أنه لا يمكن علاجها بالمضادات الحيوية، لأن إنفلونزا العيون تسببها عدوى فيروسية على عكس التهاب الملتحمة، الذي تسببه

العمليات القيصرية

لا تمنع الولادة الطبيعية اللاحقة



■ منى تهلك

برعاية الأمهات والأطفال، وقد بُني المستشفى وُجِّه ليكون مستشفى تعليمياً، ولكنه يمثل أيضاً تحفة فنية نظراً لتصميمه المعماري الجميل والفاخر، ويستقبل مستشفى لطيفة الإحالات من المستشفيات الأخرى لأنه يضم وحدة متطورة ومجهزة بأحدث التجهيزات للعناية المركزة بالأطفال حديثي الولادة بالإضافة إلى مركز التلاسيميا ووحدة جراحة الأطفال.

دبي - البيان الصحي

قالت الدكتورة منى تهلك استشارية أمراض النساء والولادة والمدير التنفيذي لمستشفى لطيفة التابع لهيئة الصحة في دبي، إن الولادة القيصرية لا تعني بالضرورة أن تكون الولادة التالية قيصرية، بل يمكن للسيدات الحوامل الولادة بشكل طبيعي بعد الولادة القيصرية. وأضافت تهلك "غالباً ما ينصح الأطباء السيدات الحوامل بعدم الولادة الطبيعية بعد إجراء عملية قيصرية من قبل، حيث يخشى الأطباء حدوث تمزق في الرحم"، مؤكدة أنه عادة ما يتم المبالغة في هذا الخطر.

خطر

وحتى بعد إجراء عمليات قيصرية عدة فإن هذا الخطر يزداد بنسبة 1 إلى 2% فقط، عندما تحدث الولادة القيصرية السابقة قبل أقل من عام على الولادة الطبيعية أو أن يكون الرحم قد تمزق بالفعل من قبل. وذكرت تهلك أن مستشفى لطيفة يختص



الكشف عن سرطان القولون بفحص الدهون



محاربه، حيث يتم التشخيص متأخراً في كثير من الأحوال، وقد يتأخر سنوات ما يقلل فرص النجاة من المرض. وبحسب البروفيسور مايكل وليام المشرف على الأبحاث من جامعة ولاية واشنطن سيكون فحص عينات البراز أسهل كثيراً على المرضى من إجراء المنظار الذي يتطلب نوعاً من التخدير وبعض الإجراءات الأخرى.

بأنها تتفوق على منظار القولون الذي يعتبر محدود القدرة بدخوله إلى مسافة معينة، وأحياناً ما يتخطى بعض الأورام الحميدة. وفقاً للدراسة الجديدة التي نشرتها دورية "بروتيويم للأبحاث" تحدث تغييرات في مستوى الدهون بالبراز خلال المرحلة السابقة للإصابة بسرطان القولون، وتعتبر صعوبة التشخيص المبكر لهذا النوع من الأورام عائقاً أمام

دبي - البيان الصحي

توصل باحثون من جامعة ولاية واشنطن إلى طريقة للكشف المبكر عن مخاطر الإصابة بسرطان القولون تعتمد على قياس مستوى الدهون في البراز. ويعتبر سرطان القولون ثاني أكثر أنواع السرطان انتشاراً في العالم. وتمتاز طريقة التشخيص الجديدة

مكملات أوميغا 3 أثناء الحمل تحمي الطفل من الربو

دبي - البيان الصحي

قالت نتائج دراسة جديدة إن تناول الحامل جرعات معينة من أحماض أوميغا3 الدهنية يمكن أن يحمي الطفل من الإصابة بالربو. وتساعد مكملات أوميغا3 الدهنية على خفض احتمالات تعرّض المولود للربو بمقدار الثلث وفقاً لهذه الدراسة.

ويتسبب تناول الحامل القليل من الأطعمة الغنية بأحماض أوميغا3 الدهنية في زيادة احتمالات إصابة الطفل بهذا النوع من الحساسية. وبحسب الدراسة التي نشرتها دورية "نيو إنجلاند أوف ميديسن" تحتاج الحامل إلى جرعة من مكملات أوميغا3 الدهنية طويلة السلسلة مقدارها 2,4 غرام خلال الثلث الأخير من الحمل. وفي حال كانت نسبة هذه النوعية من الدهون قليلة في دم الحامل يمكن أن يساعد تناول المكملات على خفض خطر إصابة الطفل بالربو إلى النصف.

واعتمدت أبحاث الدراسة على مراقبة 695 امرأة حامل لمدة 24 أسبوعاً من الحمل وبعد أسبوع من الولادة، وتناولت النساء المشاركات مكملات أوميغا3 طويلة السلسلة التي تبين أن لها تأثير إيجابي على خفض احتمالات إصابة الأطفال بالربو.

وتساعد تناول المكملات على خفض خطر إصابة الطفل بالربو إلى النصف. واعتمدت أبحاث الدراسة على مراقبة 695 امرأة حامل لمدة 24 أسبوعاً من الحمل وبعد أسبوع من الولادة، وتناولت النساء المشاركات مكملات أوميغا3 طويلة السلسلة التي تبين أن لها تأثير إيجابي على خفض احتمالات إصابة الأطفال بالربو.

دواء جديد

يحمي خلايا الدماغ من آثار السكتة



الدواء فور حدوث السكتة الدماغية. وتبشر هذه النتائج بإمكانية استخدام عقار IRa-II مع البشر، خاصة أن الدواء سبق وأجازت السلطات الصحية استخدامه.

دراسة

ولاحظ المشرف على الدراسة البروفيسور ستوارت آلان أنه خلال حدوث السكتة الدماغية يقوم الدماغ بإنتاج خلايا جديدة بدلاً من المتضررة، لكنها تفشل في البقاء على قيد الحياة، وهنا يقوم الدواء بتحسين قدرتها على الاستمرار على قيد الحياة ومواصلة وظائف الخلايا القديمة.

خلايا جديدة

وخلافاً لحدوث السكتة الدماغية يقوم الدماغ بإنتاج خلايا جديدة بدلاً من المتضررة، لكنها تفشل في البقاء على قيد الحياة، وهنا يقوم الدواء بتحسين قدرتها على الاستمرار ودوريتها "برلين بيهافير أند إميونيتي" الطبية تمكن باحثون من استخدام عقار IRa-II الذي سبق الموافقة عليه كعلاج لالتهاب المفاصل (الروماتويد) في علاج آثار السكتة الدماغية في مرحلة مبكرة منها. وأظهر استخدام الدواء نمو خلايا جديدة في أدمغة الفئران بعد بضعة أيام من تعاطي

دبي - البيان الصحي

السكتة الدماغية هي ثاني سبب للوفاة حول العالم، وعندما لا يصل ما يكفي من الدم إلى الدماغ، فتموت خلايا هذا الجزء الحيوي من الجسم، لذا سعى علماء من جامعة مانشستر البريطانية إلى ابتكار دواء لتقليل حجم الخسائر التي تلحق بخلايا الدماغ وأيضاً إصلاح ما تضرر منها. وقد أثبت الدواء فاعلية كلما تم تعاطيه مبكراً، حيث تموت خلايا الدماغ بعد دقائق من عدم وصول الأكسجين إليها.

حمض BQCA يساعد في استعادة الذاكرة

لحمض BQCA يساعد في استعادة ذاكرة الفئران ويطيل عمرها. ويعتقد العلماء أن الجزئية المنظمة للحمض الكبروكسيل قد تكون فعالة عند علاج المرضى المصابين بمرض الزهايمر. لكن هذا الأمر بحاجة إلى تأكيده في أثناء التجارب السريرية. دبي- البيان الصحي

بمستقبلات الأسيتيل كولين، هي التي تشكل الذاكرة في الحصين، وتوزع تلك البروتينات على سطح الخلايا العصبية من حيث ترسل إشارات لها عبر غشاء الخلية. واكتشف العلماء أن تفعيل أحد الأنواع من تلك المستقبلات «mAChR» يؤدي إلى توقف عملية تنكس الخلايا العصبية، فاستخدموا لهذا الغرض جزيئين منظمين للحمض الكبروكسيل (البنزويل - الكينولون) الذي يطلق عليه BQCA. واتضح أن الحقن اليومي

أكد علماء أن مرض «تكندس البريونات المعدية» الذي يصيب الحيوانات يشبه مرض الزهايمر الذي يصيب البشر، وأنه يؤدي إلى ضعف الذاكرة بسبب تنكس الخلايا العصبية في حصين الدماغ، ما يسبب الموت في نهاية المطاف. واستخدم علماء الأحياء في تجاربهم فئران معدلة وراثياً من نوع Tg 37 لتكدس في دماغها ما تسمى بـ «بريونات معدية»، ما يؤدي إلى التنكس السريع للخلايا العصبية. وأثبت العلماء أن البروتينات المسماة

علاج الحساسية والربو والأخطار المحتملة

قد تزعم عيادات الطب البديل التي تستخدم الإبر الصينية أو الطب التجانسي (الهوميوپاثي) أنها تعالج الحساسية والربو، لكن دراسة في كندا أظهرت أن العديد من العلاجات التي تقدمها هذه العيادات غير مؤكدة النتائج أو أنها قد تكون خطيرة.

وقال تيموثي كولفيلد مدير البحوث بمعهد قانون الصحة بجامعة الاباما «شعبية الطب التكميلي والبديل مستمرة في الزيادة خاصة في مجالات الحساسية والربو على الرغم من الجدل المثار حولهما». وقال لرويتزر هيلث في رسالة بالبريد الإلكتروني «الربو والحساسية قد تشكل حالات مرضية خطيرة... وهذا النوع من التأييد الشعبي قد يكون مضللاً، وقد يقود إلى رعاية غير ملائمة».

وكتب الباحثون في نشرة (بي.إم.جي أوبن) يقولون إن البيانات الحكومية من 2008 أظهرت أن أكثر من 70 بالمئة من الكنديين يستخدمون العلاج التكميلي والبديل.

وقالوا إن الناس في الولايات المتحدة أنفقوا أكثر من 30 مليار دولار على العلاج البديل والتكميلي في عام 2012 وحده.

وسعى كولفيلد وزملاؤه للتحقيق في المزاعم التسويقية للمعالجين بالطب البديل التي تشمل كذلك تقويم العمود الفقري والإبر الصينية.

وحققوا كذلك في مزاعم المعالجين بالطب التجانسي الذين يستخدمون نباتات مذابة ومخففة وأصلاح معدنية مخففة في العلاج والمعالجين الطبيعيين الذين يمزجون علاجات الطب البديل معاً لعلاج الأمراض.

وقام فريق البحث بإجراء أبحاث على محرك البحث جوجل في الفترة من مارس إلى أبريل من عام 2016 وحددوا 392 موقعاً إلكترونيًا لعيادات الطب البديل في عشر مدن كندية كبيرة.

وبحثوا فيما إذا كانت هذه العيادات قد أشارت إلى الحساسية من أطعمة معينة والربو وما إذا كانت زعمت القدرة على علاجها.

وبشكل عام تروج هذه العيادات لقدرتها على علاج الحساسية والربو وليس تشخيصهما.

فأكثر من نصف هذه المواقع زعم علاج الحساسية والربو في حين أن ربعها فقط زعم القدرة على تشخيص الحساسية ونحو ثلاثة بالمئة فقط قال إن بوسعه تشخيص الربو.

وقال الباحثون إن العديد من أساليب الفحص والعلاج التي تروج لها هذه المواقع ليس لها أي أدلة بحثية تدعمها وأسلوبين فقط للعلاج هما المثبت نجاحهما.

وأضافوا أن بعض المواقع روجت لعلاجات منها تقويم العمود الفقري والحقن بأول أكسيد الهيدروجين والتي قد تسبب أضراراً للمريض.

وتابع الباحثون أن بعض المواقع أشارت إلى المضادات الحيوية وغيرها من العلاجات التقليدية باعتبارها من مسببات الحساسية والربو. وقال ديفيد أوزبورن الأستاذ بجامعة سيدني والمختص بعلاج الربو «أنواع الحساسية بما فيها الربو تؤثر على نسبة كبيرة من الأطفال والكبار

مما يتسبب في متاعب وحالات وفاة غير شائعة ويمكن تجنبها».

وأضاف أوزبورن الذي لم يشارك في إعداد الدراسة «من غير الأخلاقي الترويج لمنتجات لا تنجح أو قد تضر المريض خاصة مع الزعم بأنها مفيدة وهو ما يقومون به عادة».

وتابع «من وجهة النظر الطبية نحن قلقون للغاية بشأن استخدام تجارب غير مثبتة وقد تكون ضارة في العلاج».

وتابع الباحثون أن هناك حاجة لوضع سياسات جديدة لحماية الناس.

المصدر - رويتزر

البدانة تقود إلى فقدان الذاكرة والخرف

دبي - البيان

ليس فقط منطقة الخصر التي تعاني حينما يزيد وزنك، إذ وجد الباحثون علاقة جديدة مثيرة للدهشة بين البدانة وفقدان الذاكرة والغرف.

وجهت لوسي تشيكي وزملاؤها في جامعة كامبريدج أخيراً الدعوة لبعض المشاركين إلى المختبر لتجربة شيء أشبه بلعبة «البحث عن الكنز». تجول المشاركون في بيئة افتراضية على شاشة كمبيوتر، وأسقطوا أشياء عديدة في طريقهم. وبعد ذلك أجابوا عن سلسلة من الأسئلة لاختبار ما علق بذاكرتهم عن المهمة، من بينها على سبيل المثال المكان الذي خبأوا فيه شيئاً معيناً. وعند اختبار ما يمكن أن يكون سبباً في التأثير على أداؤهم، ربما تتوقع أن تشيكي كانت مهمة بمستوى ذكاء المشاركين، وليس بمقياس خصرهم. لكنها وجدت علاقة واضحة بين مؤشر كتلة الجسم (الذي هو عبارة عن مقياس يعكس العلاقة بين الوزن والطول) وبين قصور واضح في الذاكرة، وكلما زاد مؤشر كتلة الجسم للمشارك كان أداؤه أسوأ في لعبة البحث عن الكنز.

وعن طريق القيام بذلك، ساهمت تشيكي في تعزيز الأدلة المتزايدة التي تظهر أن البدانة مرتبطة بضمور الدماغ وعجز الذاكرة. وبيّن هذا البحث أن البدانة ربما كانت تساهم في الإصابة بحالات تراجع مستوى الأداء العصبي مثل مرض الزهايمر. والمثير للدهشة أن هذا البحث يظهر أيضاً أن العلاقة بين البدانة والذاكرة هي علاقة تبادلية؛ فالبدانة أو فرط الوزن لا يؤثر فقط على أداء الذاكرة ووظيفتها، ولكنها يمكن أن تؤثر في السلوك المتعلق بتناول الطعام في المستقبل عن طريق تغيير ما نتذكره من تجاربنا السابقة في تناول الطعام.

لقد بدأ اهتمام تشيكي بالموضوع على نحو غير متوقع، وتقول: «حدث ذلك بينما كنت أبحث في موضوع القدرة على تخيل حالة مستقبلية، خصوصاً فيما يتعلق باتخاذ قرارات تتعلق بالطعام، إذا كنت جائعاً، فسوف تخيل نفسك في المستقبل أنك تشعر بالجوع أيضاً، لكن الأشخاص مفرطي الوزن يتخذون مثل هذه القرارات بناء على أحكام قائمة على حقائق وليس على التخيل».

أحد الاحتمالات هو أن البدانة ربما تكون قد أضرت بقدرتهم على «السفر العقلي عبر الزمن». ولطالما أظهر البحث العلمي أن الذاكرة والتخيل مرتبطان ببعضهما ارتباطاً وثيقاً، إذ إننا نلم نتم شتات الذكريات الماضية لكي نتنبأ كيف ستشكل أحداث المستقبل. وتقول تشيكي إن الربط بين الأمرين مسألة منطقية في ظل وجود بعض المؤشرات على أن البدانة تؤثر على مناطق في الدماغ تُستخدم في الذاكرة والتخيل. في عام 2010 على سبيل المثال، توصل الباحثون في كلية الطب بجامعة بوسطن إلى أن البالغين متوسطي العمر الذين يتمتعون بصحة جيدة ولكن لديهم زيادة في الدهون في منطقة البطن يكون حجم الدماغ عندهم أقل. وعلى وجه الخصوص تكون منطقة «الحصين» (hippocampus)، وهي عبارة عن نسيج دماغي عميق يُطلق عليه أحياناً مطبعة الدماغ نظراً لدوره في التعلم والذاكرة، أصغر بكثير لدى الأشخاص الذين يعانون من البدانة مقارنة بالأشخاص الأصغر حجماً.

هناك أيضاً بعض المؤشرات من الدراسات التي أجريت على الحيوانات. وتقول تشيكي في هذا الإطار: «في الدراسات التي تركز على تغيرات الوزن والسلوك المتعلق بالأكل لدى القوارض، أظهرت الحيوانات أداءً سيئاً جداً في تعلم مهمات مثل متاهة موريس المائية وهي مهمة لاختبار سلوك الحصين فيما يخص التعلم والذاكرة. وكلما تعمقت في دراسة الأمر، كلما زادت توقعاتي في رؤية زيادة في عجز الذاكرة، لكن لا تزال تلك مسألة غير محسومة إلى حد كبير».

ومن هنا تأتي تجربة تشيكي مع لعبة البحث عن الكنز. وبالتالي فإن الأشخاص البدناء واجهوا صعوبة في تذكر موقع الأشياء المختلفة، مما يضيف بعض الأدلة المهمة على الفرضية التي توصلت إليها تشيكي ويعزز اكتشافات سابقة تربط بصورة غير مباشرة بين البدانة

وبين ضعف الوظائف الإدراكية.

وفي الأونة الأخيرة، أكدت دراسة مسح ضوئي للدماغ شملت أكثر من 500 مشارك أن الوزن الزائد أو البدانة مرتبط بدرجة أكبر بالتراجع في أداء وظائف الدماغ المتعلق بالعمر. وظهرت هذه التأثيرات أكثر في الأشخاص الذين هم في الأربعينات من العمر، إذ إن التغيرات المرتبطة بالبدانة لديهم يقابلها زيادة في عمر الدماغ «تصل إلى 10 سنوات».

البدانة هي قضية معقدة تساهم فيها مجموعة من العوامل، ولذلك فإن الكيفية التي تؤثر بها على نسيج الدماغ وعمله ما زالت غير واضحة.





2000

مسؤول وعالم وطبيب في منتدى دبي الصحي



تصوير: صلاح عبدالقادر ونديم رشيد



في نهضة الشعوب وتقدم الأمم، وهو القطاع الأشد تأثيراً في مسارات التنمية البشرية، لارتباطه الوثيق بالقدرات الإنتاجية لأفراد المجتمع، واتصاله المباشر بحياة الإنسان، إلى جانب ذلك يعد القطاع الصحي - على وجه التحديد - من أسرع القطاعات تطوراً، وأكثرها مواجهة للتحديات المستقبلية، وهذا الوضع هو ما فرض علينا إطلاق منتدى دبي الصحي، ليكون المنصة المحلية العالمية، المعنية بتبني جميع الأطروحات والأفكار المبتكرة، والحلول الناجعة لجميع الإشكاليات والقضايا الصحية العالقة، وخاصة تلك التي باتت تؤرق المجتمعات وتهدد التنمية المستدامة.

دبي - البيان الصحي

برعاية كريمة من صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، نظمت هيئة الصحة بدبي، أخيراً أعمال منتدى دبي الصحي، بمشاركة واسعة من وزراء وصناع قرار وقيادات صحية وعلماء وخبراء، وحضور ما يقارب 2000 طبيب ومتخصص، من داخل الدولة وخارجها.

وقال معالي حميد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي، في كلمته الافتتاحية للمنتدى: إن قطاع الصحة يشكل الركن الأساس



المشي يساعد على الولادة الطبيعية

تشعر الحامل مع نهاية الثلث الأخير من الحمل بكثير من عدم الراحة، وتبدأ مرحلة انتظار الولادة، ومن الطبيعي أن يكون المشي آخر ما ترغب المرأة في عمله، لكن الحقيقة أن للمشي فوائد عديدة أهمها تحفيز عملية الولادة. وقد اعتبر المشي منذ فترة طويلة عاملاً مساعداً على تحفيز الولادة، على الرغم من عدم وجود أدلة علمية تؤكد ذلك. لكن يُعتقد أن المشي مع ضغط وزن الطفل على عنق الرحم سيساعد على تمدده، وهو ما تحتاجه الولادة الطبيعية. كذلك يساعد المشي الطفل على أن يهبط قليلاً باتجاه الحوض، والتهيئة للحركة باتجاه قناة الولادة، وتعتبر هذه الاستعدادات من قبل الطفل أساسية للولادة.

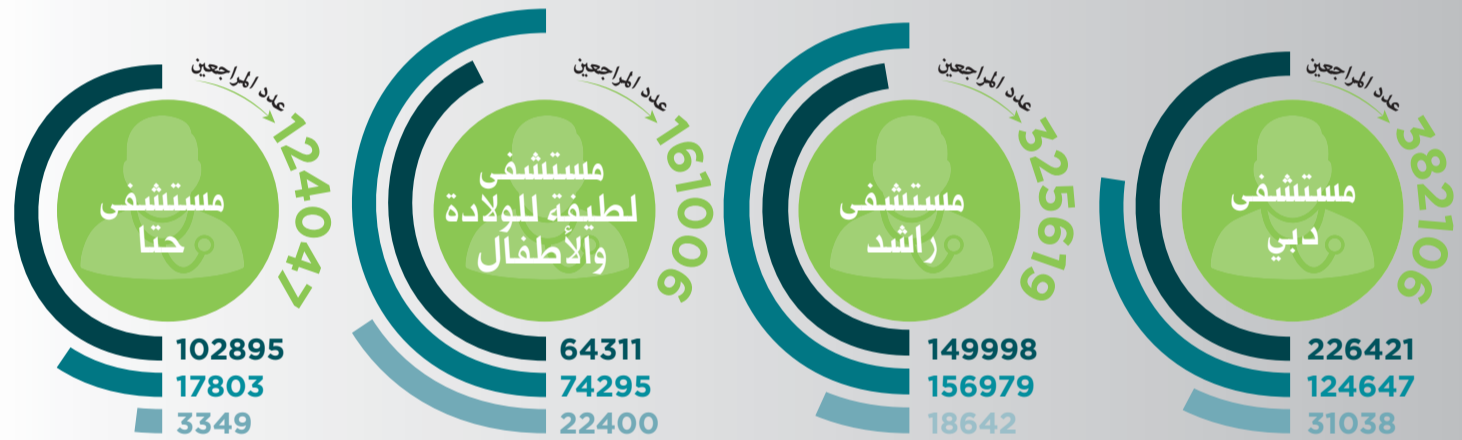
بالتعاون مع

هيئة الصحة بدبي
DUBAI HEALTH AUTHORITYأكثر من مليون مراجع
لمستشفيات صحة دبي في 2016

بلغ عدد المراجعين لمستشفيات هيئة الصحة بدبي ومراكزها التخصصية خلال العام الماضي مليوناً و135 ألفاً و28 مراجعاً تلقوا كل الخدمات الاستشارية والعلاجية وفقاً لأحدث الممارسات والبروتوكولات الطبية المطبقة عالمياً.

إعداد: حسني البلاونة
غرافيك: حازم عبيد
البيان الصحي

اسم المستشفى زيارات العيادات الخارجية الحوادث والعيادات المفتوحة حالات الإدخال

كلمة العدد
منتدى دبي
الصحي

د. منال تريم

نجح منتدى دبي الصحي، في نسخته الأولى، في استقطاب كوكبة من الوزراء، إلى جانب 2000 مشارك يمثلون نخبة من العلماء والخبراء والأطباء، من داخل الدولة وخارجها، الذين شكلوا حدثاً علمياً استثنائياً، برعاية كريمة من صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، حيث حرص سموه على حضور جانب من الجلسة الوزارية، التي تم تنظيمها ضمن أعمال المنتدى، مؤكداً في رسالة بالغة المعاني: "أن قطاع الصحة في دولة الإمارات عموماً، ودبي خاصة، يحظى باهتمام سموه، لكونه القطاع الأهم الذي يلامس حياة الإنسان وسعادته ومستقبل الأجيال".

ولقد كانت رعاية صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد، الكريمة للمنتدى وحضوره، أساس النجاح الذي حققته هيئة الصحة بدبي من تنظيم هذا الحدث الكبير، كما كانت رعاية سموه حافظاً مهماً لجميع المشاركين، ممن رفعوا في ختام المنتدى أسمى آيات الشكر والامتنان لسموه، ولدعم سموه قطاع الصحة، واهتمامه الخاص بحياة الإنسان وصحته وسعادته.

لقد منحنا المنتدى بموضوعاته ومناقشاته وأوراقه البحثية، فرصة مهمة لبلورة رؤية عملية تخدم حركة التطور التي تشهدها الساحة الصحية المحلية العالمية، وتخدم توجهاتها في هيئة الصحة بدبي، وتعزز أهداف استراتيجيتنا (2016/2021)، الرامية إلى الوصول لمجتمع أكثر صحة وسعادة.

إن هيئة الصحة بدبي تؤمن بالانفتاح على العالم بتقنياته وتجاربه وخبراته، وتؤمن كذلك بأن سعادة الفرد تكمن في صحة أفضل، ورعاية صحية فائقة، وخدمات طبية تصل إليه حيثما كان وفي أي وقت، وهو ما تقوم به الهيئة في العديد من خدماتها، وخاصة الموجهة لكبار السن وذوي الاحتياجات الخاصة، وتلك هي فلسفة التطوير لدينا، ومفاهيمه المرتكزة في أحد شقها على منظومة القيم التي يتسم بها مجتمعنا، ويرتكز شقها الآخر على العلم والمعرفة والإبداع والابتكار، وهو ما يميزنا، ويجعلنا أكثر قدرة على تحقيق التنافسية العالمية، وتقديم نموذج صحي من الطراز الأول يحتذى به.

إن ثمار منتدى الصحة بدبي كثيرة، وجميعها تصب في أهداف التطوير، وخدمة المجتمع وأفراده، وتدعم توجهات منشأتنا الصحية نحو الاحتفاظ ببرادتها واعتماداتها الدولية.

إننا نعتز بهذه المقومات.. مقومات النجاح والتفوق التي وفرتها لنا دولتنا.. دولة الإمارات العربية المتحدة، نعتز كذلك بما يحظى به قطاع الصحة من رعاية واهتمام قيادتنا الرشيدة، نعتز ونفتخر بأننا نحب الرقم (1)، وهذا هو سر التحول والإنجاز المرجو.

المدير التنفيذي لقطاع الرعاية الصحية الأولية - هيئة الصحة بدبي

آلام الظهر تزيد خطر سقوط المسنين 30%



المشاركون عن أسئلة أساسية بشأن آلام الظهر.. هل عانوا منها في الأشهر الاثني عشر السابقة، وأين موضع الألم وعدد مرات حدوثه ومدى شدته. وعلى مدى العام التالي قدم الرجال تقارير كل أربعة أشهر بشأن إن كانوا تعرضوا للسقوط ومرات حدوث ذلك، وجمع الباحثون أيضاً معلومات عن استخدام الرجال للأدوية ومدى شعورهم بالثبات والإعاقات وتعرض أجزاء أخرى من الجسم للألم لتحديد دور هذه العوامل في السقوط.

آلام الظهر لديهم ضعف في وظائف الجسم، فنشاطهم أقل ويجدون صعوبة في النهوض من على المقعد. وتابعت «في العادة لا يعتبر الألم عامل خطر يؤدي للسقوط، لكن دراستنا تظهر أن آلام الظهر تعتبر سبباً للسقوط بين الرجال المسنين». وذكرت أنها وزملاءها حللوا بيانات قرابة ستة آلاف رجل تزيد أعمارهم على 65 عاماً يعيشون في منازلهم. وبين عامي 2000 و2002 أجاب

دبي - البيان الصحي

أظهر بحث جديد أن آلام الظهر هي أكثر أنواع الألم شيوعاً لدى الرجال من كبار السن، كما أنها تزيد خطر سقوطهم 30% حتى بين من لا يعانون من إعاقات أخرى. وقالت لين مارشال وهي أستاذة مساعدة في جامعة أوريغون للصحة والعلوم في بورتلاند وكبيرة الباحثين «نعرف أن المسنين الذين يعانون من

نوم الأطفال المتأخر يضر المخ



لتحفيز المناطق الخلفية من الدماغ المتأثرة سلباً بقلة النوم وعدم انتظامه. وخلص الباحثون في دراستهم التي شملت الدراسة 13 طفلاً تراوحت أعمارهم بين 5 إلى 12 عاماً، إلى أن الذهاب إلى الفراش في وقت متأخر جداً له تأثير مختلف على عقول الأطفال أكثر منه على البالغين، حيث إن قلة النوم تضعف قدرة دماغ الطفل على تلقي المعلومات، لا سيما أثناء القراءة وفي الرياضيات وعلوم الإدراك.

أن قلة النوم لها تأثير خطير على الجزء الخلفي للدماغ المسؤول عن الحركات اللاإرادية والسلوك الانفعالي والفض الجبهي المسؤول عن الانتباه والتفكير وصياغة الأفكار. وتُحذر الدراسة من أن التأثيرات الخطيرة لن تكون ملموسة فوراً، لكن على المدى الطويل ستظهر آثارها وتداعياتها على مخ الطفل، موضحة أن النتائج أظهرت أن السهر لساعات متأخرة من الليل، يجعل الطفل أو البالغ على حد سواء بحاجة إلى نوم عميق،

دبي - البيان الصحي

أثبتت دراسة طبية سويسرية حديثة، أن خطورة النوم في وقت متأخر على أدمغة الأطفال أكثر بكثير من المعتادات السابقة، فهي لا تؤثر على المنطقة الأمامية للمخ المسؤولة عن الذاكرة فحسب، بل أيضاً تدمر جميع أجزاء المخ المسؤولة عن النمو العقلي للأطفال. ووجد باحثون بجامعة زيورخ بسويسرا

مساعدة الآخرين تزيد السعادة وتطيل العمر

بعد اللقاء الأول الذي سجل في عام 1997. وأثبتت الدراسة أن الاستعداد لمعاونة أناس من خارج الأسرة تعود بالنفع على من يقوم بها أيضاً.

وأُسفرت المقارنات بين البيانات أن نصف الكبار الذين يعيشون بلا أطفال ويعينون الآخرين في حياتهم يعيشون سبعة أعوام أطول من أقرانهم ممن هم في نفس ظروفهم. بيد أن فريق البحث لم يتناول بيانات الأشخاص المرتبطين بواجب الرعاية كالوصي داخل الأسرة مثلاً.

من علماء جامعة هومبولت ببرلين وعلماء معهد ماكس بلانك للأبحاث الثقافية في برلين أيضاً.

بيانات

وقارن العلماء بيانات 500 شخص في فترة عمرية بين السبعين و103 أعوام ضمن ما سمي «دراسة الشيخوخة» بين أعوام 1997 و2015. وأثبتت المقارنات أن حوالي نصف أعداد من يهتمون بأحفادهم تمتد أعمارهم حوالي عشرة أعوام إضافية

دبي - البيان الصحي

أكدت دراسة سويسرية حديثة أن الأشخاص الذين يهتمون بالآخرين ويقدمون المساعدة لهم، يشعرون بسعادة أكبر من غيرهم. وقالت الدراسة، التي قام بها فريق علمي دولي بقيادة سونيا هيلبراند، إن هذا السلوك يمكن أن يزيد في طول عمر المرء عدة أعوام. وشارك في فريق البحث عدد