



«صحة دبي» تشارك بحزمة خدمات ذكية بمعرض الصحة العربي

تشارك هيئة الصحة بدبي بحزمة من خدماتها وتطبيقاتها الذكية بفعاليات معرض الصحة العربي التي ستطلق غداً بمركز دبي التجاري العالمي وتستمر حتى الثاني من شهر فبراير المقبل.

هيئة الصحة بدبي
DUBAI HEALTH AUTHORITY

الخدمات التي تستعرضها الهيئة:



تطبيق صحتي:

تمكين المرضى من متابعة المواعيد والاطلاع على نتائج الفحوصات الطبية والأدوية وغيرها من الخدمات



تطبيق حياتي:

تمكين ومساعدة مرضى السكري من متابعة وإدارة المرض



تطبيق طفلي:

تقديم الخدمات والمعلومات المتخصصة للسيدات الحوامل، والمواليد حتى عمر 5 سنوات



تطبيق التبرع بالدم:

تمكين المستخدم من التسجيل في حملات التبرع بالدم وتلقي التنبيهات الخاصة بمواعيد الحملات

سلامة:

نظام الملف الطبي الإلكتروني الشامل الموحد الذي سيتم تطبيقه على مستوى كافة الوحدات الطبية في الهيئة



نظام سلامة الذكي:

البوابة المباشرة للمرضى التي يمكن من خلالها عرض الملف الصحي المسجل لدى هيئة الصحة بدبي

استعراض الخدمات الذكية لإدارة التنظيم الصحي



النظام الإلكتروني المتكامل لإدارة بنك الدم:

يقوم بالربط بين مراكز التبرع بالدم التابعة للهيئة وحافلات التبرع



برامج ثيرموميتزر:

نظام لقياس مؤشر أداء برامج ومبادرات الاستراتيجية



عيادة الأسنان الذكية:

تطبيق تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد في خدمات الأسنان

تسجيل نظام الموردين:

تمكين الموردين من التسجيل المباشر خلال المعرض



إعداد: حسني البلانة - غرافيك: محمد أبو عبيدة

البكان الصحي

«صحة دبي» في «آراب هيلث» بمنصة مميزة

لتشمل تطبيق التبرع بالدم، الذي يمكن المستخدم من التسجيل للتبرع في حملات الدم المختلفة التي تنظمها الهيئة ومتابعتها، وتلقي التنبيهات عن الحملات المزمع إقامتها، بما يساعد المستخدم على التنسيق مع مركز دبي للتبرع بالدم للمشاركة في هذه الحملات، فضلاً عن طرح النظام الإلكتروني لبنك الدم، وهو نظام إلكتروني متكامل لإدارة بنك الدم وعمليات التبرع بالدم، حيث يقوم النظام بالربط بين مراكز التبرع التابعة لهيئة الصحة بدبي والحافلات المخصصة لتجميع الدم من المتبرعين.

مشروع سلامة

كما ستطرح الهيئة آخر التطورات التي شهدتها مشروعها ونظامها الطموح «سلامة»، الخاص بالملف الطبي الإلكتروني الشامل، والذي تستهدف منه الهيئة توفير نظام واحد يطبق على كافة الوحدات الطبية بالهيئة، وكذلك البوابة الإلكترونية المباشرة والتطبيق الذكي للمرضى، فضلاً عن طرح مؤشر «ثيرمومتر» وهو نظام لقياس مؤشر أداء برامج ومبادرات استراتيجية الهيئة (2021/ 2016)، ونظام التسجيل المباشر للموردين.



أنهت هيئة الصحة بدبي استعداداتها للمشاركة في معرض ومؤتمر «آراب هيلث» 2017، الذي سيبدأ أعماله غداً حتى الخميس المقبل، حيث رصدت مجموعة من الخدمات المتخصصة بالنساء الحوامل في دبي، لافتاً في الفترة الماضية، إلى جانب الخدمات والمسارات الذكية المستخدمة، ولا سيما المتصلة بالخطوة التي نفذتها الهيئة على صعيد تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد، وخاصة في مجال طب الأسنان، والتي سيتم الكشف عن تفاصيلها خلال أيام المعرض، من خلال منصة الهيئة في قاعة الكونكرس بمركز دبي التجاري العالمي.

خدمات وضمت قائمة الخدمات والتطبيقات: تطبيق «طفلي» وهو يعني بتقديم الخدمات الطبية المتخصصة بالنساء الحوامل في دبي، حيث يخدم التطبيق الأمهات والمولود حتى يبلغ الخامسة من عمره. وتطبيق «حياتي»، وهو يختص بالمتابعة الذاتية لمرضى السكري، حيث يمكنهم من متابعة ومراقبة حالتهم الصحية وتطوراتها، فضلاً عن تحسين إدارة مرضهم، إلى جانب تطبيق «صحتي»، وهو يختص بالتسجيل الصحي الذكي للمريض. وتمتد قائمة الخدمات والتطبيقات الذكية التي سيتم طرحها على رواد المعرض،

إنقاذ مواطنة بعد تعرضها لنزيف في المخ

نجح أطباء جراحة الأعصاب في مستشفى راشد في إنقاذ مواطنة في العقد الثاني من العمر تم نقلها من أحد مستشفيات رأس الخيمة إثر تعرضها لنزيف في شريان الدماغ بعد حدوث توسع غير طبيعي في شريان الدماغ الأمامي.

وقال الدكتور عبدالله قاسم استشاري ورئيس قسم جراحة الأعصاب، في مستشفى راشد التابع لهيئة الصحة بدبي، إنه تم إدخال المريضة إلى غرفة العمليات

بصورة عاجلة لوقف النزيف، لافتاً إلى أن العملية تعتبر من العمليات النادرة خصوصاً في هذه السن المبكرة.

وبين قاسم أن القسم يقوم بإجراء العمليات الجراحية في المخ والجلد الشوكي، حيث نتعامل من خلال عملياتنا الجراحية مع النزيف الدماغي والأمراض التي تتعلق بشرايين الدماغ وأورام المخ، وتجمع السائل الدماغي، وبعض أنواع الالتهابات التي تصيب المخ، ونجري أيضاً

عمليات الغضروف، ونستعين بأجهزة طبية حديثة متوفرة لدينا في المستشفى مثل المجهر الجراحي والمنظار الجراحي، وجهاز الملاحة الجراحي، كما يوجد لدينا أجهزة متخصصة تساعدنا في تشخيص حالة المريض قبل إجراء العملية له مثل جهاز التصوير المقطعي وتصوير الرنين المغناطيسي، بالإضافة إلى وجود جناح لقسرة شرايين الدماغ.

وأوضح الدكتور قاسم أن العمر يؤخذ

بعين الاعتبار عند إجراء أي عملية جراحية، إلى جانب التشخيص الذي يضم 3 أركان أساسية وهي أعراض المريض، ونتيجة الكشف الطبي، ونتيجة التحاليل والفحوصات والأشعة التي يتم في ضوءها جميعاً اتخاذ القرار بكيفية معالجة المريض، فإذا احتاج إلى عملية جراحية تتم الموازنة بين فوائد العملية ونسبة المخاطرة فيها، فإذا كانت نسبة المخاطرة كبيرة جداً مقارنة بفوائدها فلا يتم إجراء

العملية، إلا إذا أصر المريض وأهله على ذلك متشبثين بالأمل البسيط الذي قد ينقذ حياة المريض.

وتابع «تعد مرحلة اتخاذ القرار الجراحي من أصعب المراحل التي يواجهها الطبيب والمريض وأهله لأنها مرحلة دقيقة وحساسة، وتتطلب السرعة والحكمة والخبرة في اتخاذ القرار الصائب، حيث نقوم بعد تشخيص حالة المريض، وإجراء الفحوصات العاجلة له بالجلوس معه

ومع أهله وشرح حالته وحاجته لعملية جراحية، ونبين لهم فوائد تلك العملية ونسبة المخاطرة فيها ونعينهم على اتخاذ القرار بالموافقة على التدخل الجراحي أو دمي - البيان لصحي

15٪ زيادة أعداد المرضى بالدولة سنوياً.. والسكري المسبب الأول

«صحة دبي» تتوسع في خدمات غسيل الكلى

■ دبي - البيان الصحي

في إطار خططها الرامية لتحديث وتطوير منشأتها الصحية، لتوفير أقصى درجات الراحة للمرضى، واستيعاب الأعداد المتزايدة من مرضى الفشل الكلوي، توسعت هيئة الصحة في دبي في خدمات غسيل الكلى، إلى جانب تحديث قسم غسيل الكلى في مستشفى دبي.

ويضم قسم غسيل الكلى في مستشفى دبي، 70 سريراً، حيث يخضع 260 مريضاً للغسيل أسبوعياً.

معدلات عالمية

وأوضحت الدكتورة أمينة خليفة استشارية ورئيس قسم الكلى في مستشفى دبي، أن 49 ٪ من المرضى المسجلين في القسم، يعانون فشلاً كلوياً يسبب مرض السكري، مبيئة أن هذه المعدلات لا تختلف كثيراً عن المعدلات العالمية، إذ يعتبر مرض السكري، السبب الأول عالمياً لحالات الفشل الكلوي.

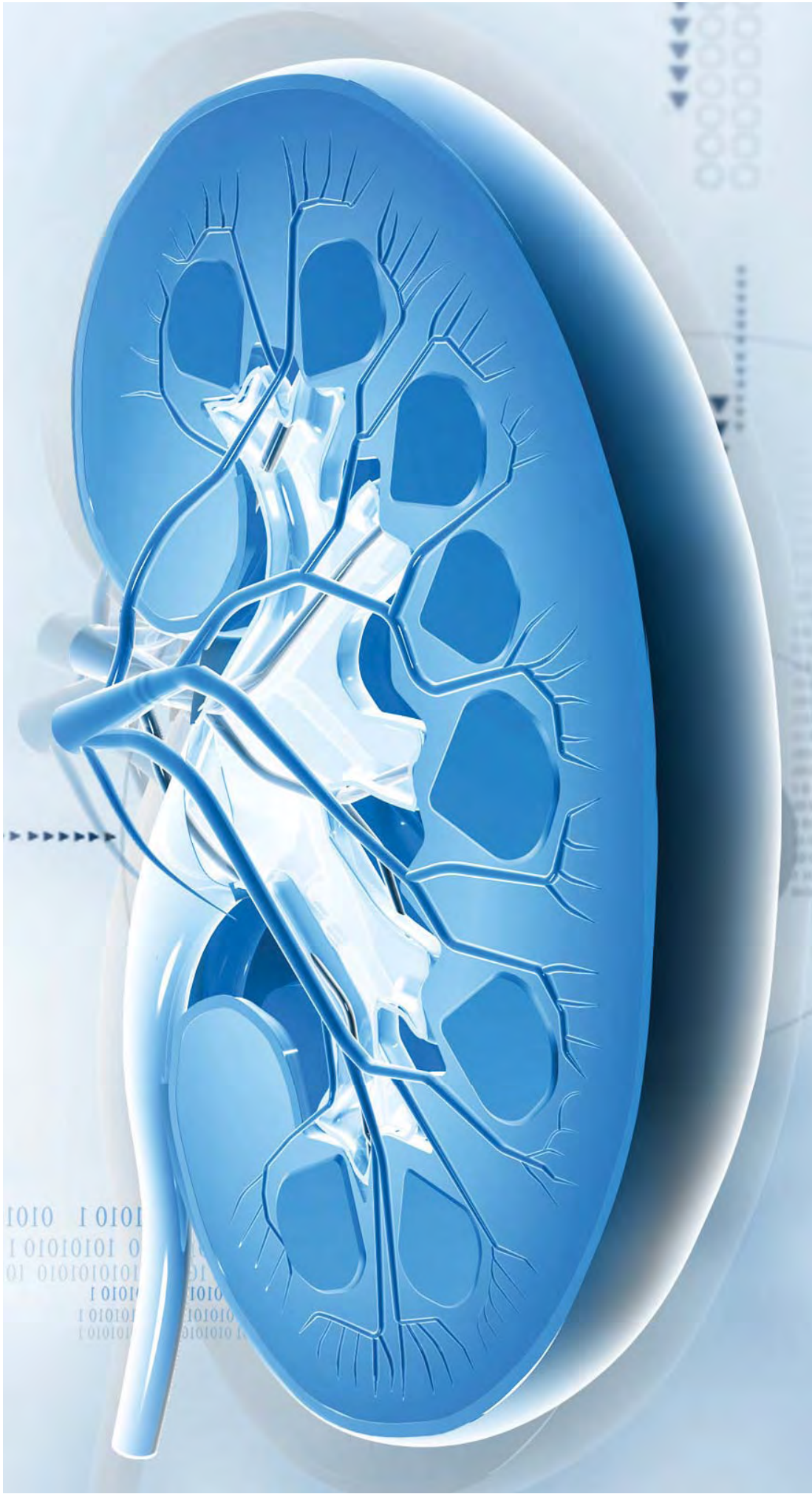
وأضافت «تكمّن خطورة هذا المرض، في أن المريض قد يصل إلى حالة الفشل النهائي، والحاجة إلى بدء الغسل الكلوي من دون الشعور بأي ألم، وقد تظهر بعض الأعراض، كالإرهاق السريع من أقل مجهود، والغثيان والقيء المستمر، ولكن غالبية المرضى يعتقد أن هذه الأعراض ليس لها علاقة بوظائف الكلى».

زيادة مطردة

ولفتت الدكتورة أمينة خليفة إلى الزيادة المطردة في أعداد مرضى الفشل الكلوي، والتي تقدر بين 10-15 ٪ سنوياً في الإمارات، بسبب ارتفاع نسبة الإصابة بمرض السكري، والذي يعد من أهم أسباب الفشل.

وبيّنت أن مريض الفشل الكلوي يحتاج إلى غسيل الكلى ثلاث مرات أسبوعياً، بمعنى أن المريض يمضي 12 ساعة أسبوعياً في المستشفى لتلقي العلاج، مشيرة إلى أن القسم يقدم خدماته للمرضى الذين يعانون أمراض الكلى، بما فيها الفشل الكلوي المزمن والحاد.

وأشارت إلى أن الغسيل الكلوي ينقسم إلى نوعين، الغسيل الدموي (التنقية الدموية)، وهي الطريقة الأكثر شيوعاً، وتتم عادة في المستشفيات، ويستخدم المريض جهاز الكلية الصناعية، التي تحتوي على فلتر (راشح)، يعتمد على تنقية الدم من السموم والشوائب. أما الغسل البريتوني (التنقية البريتونية)، فتتم عملية التنقية داخل تجويف البطن بواسطة محلول التنقية، ويعمل الغشاء البريتوني، الذي يغلف جميع السموم والشوائب الموجودة في الدم إلى المحلول الموجود في تجويف البطن، بعدها يتم إزالة المحلول عن



70
سريراً في قسم غسيل
الكلى بمستشفى دبي

260
مريضاً أسبوعياً

420
عدد المرضى
المسجلين

160
زيادة المرضى عن
العام الماضي



■ أمينة خليفة

طريق الأنبوب، ويمكن تدريب المريض على استعمال هذه الطريقة في المنزل.

نسبة السكر

وشددت الدكتورة أمينة خليفة، على أهمية المحافظة على نسبة السكر الطبيعية، بالحمية الغذائية والأدوية المنتظمة بالنسبة إلى مرضى السكري، وأيضاً المتابعة الجيدة والكشف الدوري على وظائف الكلى ومعدلات الزلال بالبول، فهي تلعب دوراً مهماً في الحد من خطورة المرض، مشيرة إلى أن ظهور الزلال أولى علامات تأثر الكلى بمرض السكري، لذلك، فإن التشخيص المبكر لهذه المشكلة أمر مهم، حيث أثبتت الدراسات أن البدء بتنظيم معدلات السكر واستخدام بعض الأدوية، التي ثبت أنها تحد من تأثر الكلى بمرض السكري، تعمل على حماية الكلى، من

آثار جانبية

وقالت الدكتورة أمينة خليفة، إن الفشل الكلوي من الأمراض التي تترك تأثيراً سلبياً في حياة الفرد والمجتمع، لما لها من تأثيرات اجتماعية واقتصادية كبيرة، ومن هنا، تأتي أهمية التوعية بهذه المشكلة وأسبابها، خصوصاً الأسباب التي يمكن منعها والسيطرة عليها، كمرض السكري، وللأسف، تفتقد معظم المجتمعات العربية هذه التوعية، فتجد معظم المصابين بمرض السكري يجهلون مخاطره على وظائف الكلى، وهنا يأتي دور التوعية عن هذه المشكلة وكيفية الوقاية منها.

وذكرت أن الوقاية من الاعتلال الكلوي ممكنة، حيث أثبتت الدراسات السريرية التي أجريت على المصابين بالسكري، أن الإصابة باعتلال الكلى السكري، تقل كلما قلت نسبة السكر التراكمي في الدم، كما أن الإصابة تقل كلما نقص ضغط الدم، وتقل أيضاً كلما نقصت كمية الكوليسترول والدهون في الدم، كما لاحظت هذه الدراسات، أن المدخنين أكثر عرضة للإصابة باعتلال الكلى السكري، وأن الذين يمارسون الرياضة البدنية بانتظام، أقل عرضة للإصابة باعتلال الكلى السكري.

خدمات نوعية

بدوره، قال المواطن مراد عبد الله، الذي يجري الغسيل الكلوي الدموي منذ سنتين: إن الخدمات التي يقدمها قسم الكلى في مستشفى دبي، تعتبر نوعية، خصوصاً بعد إدخال الأجهزة الحديثة، والحمد لله، طيلة الفترة الماضية لم أتعرض لمضاعفات، بفضل أنظمة التعقيم والتنقية الموجودة في القسم، كما أن هناك متابعة من الأطباء والممرضين طيلة بقاء المريض على الأجهزة.

من جانبه، يقول سهيل عظيم: «أصبحت بمرض الفشل الكلوي منذ سنوات، بسبب مرض السكري، وأعيش على الغسيل الكلوي 3 مرات أسبوعياً، وبمعدل 4 ساعات لكل جلسة»، لافتاً إلى أن الرعاية الصحية في مستشفيات الشكر لجميع العاملين في قسم الكلى. ونصح خميس علي، مرضى السكري، بضرورة مراقبة السكري وضغط الدم باستمرار، وإجراء الفحوصات الدورية، لأن هذه الأمراض تمتاز بطبيعتها الصامتة، التي تنخر في الجسم دون إحساس المريض بأي أعراض.

مستشفى راشد يستحدث خدمة لاستئصال القولون بالمنظار



المريض الداخلية عبر شاشة تلفاز، وفي بعض الحالات يتم توسيع إحدى الفتحات إلى 2 أو 3 بوصات لإتمام الإجراء..

العملية من خلال 4 إلى 5 فتحات (كل واحدة بطول نصف بوصة تقريباً)، من خلال مشاهدة صورة مكبرة لأعضاء

أسرع للنشاط العادي. وأضاف «في معظم حالات استئصال القولون بالمنظار، يقوم الجراح بإجراء



■ عمر المزوقي

في المستشفى تكون أقل من العمليات التقليدية، إلى جانب عودة أسرع لتناول الطعام الصلب، ووظائف الإخراج، وعودة

■ دبي - البيان الصحي

استحدث مستشفى راشد، خدمة جديدة لاستئصال سرطان القولون بالمنظار الجراحي، وتم حتى الآن إجراء 8 عمليات ناجحة. وقال الدكتور عمر المزوقي استشاري جراحة المناظير في مستشفى راشد، إن عملية استئصال سرطان القولون بالمنظار الجراحي، تتيح للجراحين أداء عدة إجراءات للقولون في فتحات صغيرة، بالاعتماد على نوع الإجراء، كما يمكن للمريض مغادرة المستشفى خلال عدة أيام والعودة للنشاط الطبيعية، أسرع من المرضى الخاضعين للجراحة المفتوحة.

وحول إيجابيات استئصال سرطان القولون بالمنظار، أكد الدكتور عمر المزوقي، أن النتائج تختلف تبعاً لنوع الإجراء المتخذ والحالة العامة للمريض، ولكن بشكل عام، الإيجابيات العامة تشمل ألماً أقل بعد العملية، كما أن مدة الإقامة

أمانى الجسمي مدير إدارة تقنية المعلومات في «صحة دبي»:

تدريب 11 ألف موظف وموظفة على تنفيذ «سلامة»



شخصي يساعد السيدات الحوامل والأمهات والأبناء والأطفال للحفاظ على صحتهم وسلامتهم. وتطبيق الهاتف المتحرك «طفلي» هو شريك الأمومة، إذ يساعد كل أم على اتخاذ قرارات أكثر اطلاعاً لها ولعائلتها.. مع «طفلي» يمكنها الاستمتاع برحلة أمومتها مع شريك موثوق يرافق دريها، ويمكن للمستخدمين تخصيص تجربتهم بالعديد من الطرق. حفظ الذكريات والصور والأحداث الهامة منذ تكون الجنين في أحشاء أمه إلى ولادته وحتى يبلغ الخامسة من عمره، ليست إلا بعض الوسائل الرائعة التي تمكن السيدات الحوامل والأمهات والأبناء أيضاً، من تسجيل رحلتهم مع طفلهم.

كما يستطيع المستخدمون اللجوء إلى «طفلي» لتغيير مواعيدهم الطبية أو إلغاؤها، وذلك لدى المستشفيات والمراكز التابعة لهيئة الصحة بدبي، كل ذلك بلمسة زر بسيطة، كما أنه بإمكانهم الاتصال بمراكز الرعاية الأولية مباشرة من خلال التطبيق.

مشروع سلامة

من بين ما سيتم عرضه في منصة هيئة الصحة بدبي بمعرض ومؤتمر «arab health»، المشروع الطموح «سلامة»، حدثينا عن هذا المشروع؟

برعاية سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي، تم إطلاق مشروع سلامة في فبراير 2016، والمشروع يعد نقلة مهمة على طريق الصحة الذكية، وهو المشروع الأكبر من نوعه في منطقة الشرق الأوسط.

و«سلامة» باختصار شديد، هو نظام الملف الصحي الإلكتروني الشامل الذي سوف يتم تطبيقه على مستوى كافة الوحدات الطبية بالهيئة (جميع المستشفيات والعيادات والمراكز المتخصصة في جميع أنحاء الإمارة)، الشيء الذي يضمن سجلاً فردياً إلكترونياً موحداً للمريض، وهو عبارة عن مجموعة من التطبيقات المتداخلة المصممة لالتقاط وتخزين كافة التفاصيل المتعلقة بالمريض التي توجد عادة في مخطط الورق.

ويسمح «سلامة» بالاحتفاظ ببيانات المريض مثل التاريخ الطبي للمريض ولكل أفراد الأسرة، الجراحة، والأدوية، والحساسية، والنتائج المخبرية وتقارير الأشعة والمعلومات الديموغرافية، وحتى معلومات الفواتير، التي يمكن النظام من تخزينها في شكل قابل للبحث وسهل القراءة، وقد بدأت الهيئة بالفعل في تدريب 4 آلاف موظف وموظفة على استخدام النظام والتعامل معه، تمهيداً لإنهاء تدريب ما يزيد على 11 ألف موظف وموظفة.

التطبيقات الذكية للهيئة استجابة طبيعية لمتطلبات المستقبل

«حياتي» يمكن مرضى السكري من عيش حياة أكثر صحة وسعادة

تطبيق «طفلي» يساعد المستخدمين على تغيير المواعيد الطبية

بوابة إلكترونية لوصول المريض إلى ملفه الطبي

ملفات

كما يتيح تطبيق الكادر الطبي الدخول إلى نظام إدارة ملفات المرضى الإلكترونية بالإضافة إلى عرض بيانات موجزة عن حالة المريض وآخر نتائج الفحوصات والتحليل الطبية والأشعة، حيث تمكن هذه التطبيقات الطبيب من كتابة الوصفة الدوائية من دون الرجوع إلى جهاز حاسب آلي وتدوين ملاحظات التشخيص للمريض.

خصصت هيئة الصحة في دبي بوابة إلكترونية وتطبيقاً ذكياً، وهما يوفران إمكانية وصول المريض إلى ملفه الطبي الإلكتروني الشامل وعرض آخر نتائج التحاليل والمواعيد وأية مراسلات مع الكادر الطبي، وأيضاً يستطيع المريض الحصول على العديد من الخدمات المتاحة عبر البوابة مثل إرسال طلب تجديد الوصفة الدوائية وطلب مواعيد المتابعة مع الاختصاصيين وطلب استشارة طبية غير عاجلة.

للمرضى بدء السكري، يساعدكم على عيش حياة أكثر صحة وسعادة، بالإضافة إلى البقاء على اطلاع بحالتهم الصحية ومراقبتها والتحكم بها.

الشعور بالثقة

تطبيق «طفلي» من أهم التطبيقات الذكية التي ابتكرتها الهيئة، لكن ما هي الجدوى منه؟ هيئة الصحة بدبي تدرك تماماً حاجة الأهل إلى الشعور بالثقة والأمان للتمكّن من رعاية صغارهم كما يلزم، لذا، تمّ ابتكار «طفلي» مع أخذ همومهم هذه بعين الاعتبار، عبر دليل

في نهاية كل أسبوع، هذا ويمكن دمج أدوات تعقب «حياتي» مع أجهزة FitBit أو iHealth أو IoT لمراقبة بيانات ضغط الدم لديهم، وساعات نومهم، وتمارينهم الرياضية.

وما يميّز التطبيق أيضاً هو أنه يمكن المستخدمين من إضافة أدويتهم وتحديثها بانتظام في سجلّ الأدوية، ولا ينتهي الموضوع هنا بل يرسل لهم التطبيق كذلك تذكيراً بموعد تناول جرعة الدواء.

باختصار، تمّ تصميم تطبيق «حياتي» لمستخدمين واقعيين، باعتباره دليلاً شخصياً

ضمن التطبيق، يصبح «حياتي» دليل المريض الشخصي في رحلته مع داء السكري.

كما يوفر «حياتي» للمرضى مجموعة من الأدوات والمؤشرات التي تساعدكم على إدارة السكري ومراقبته، وإمكاناتهم تخصيص التطبيق لتحسين تجربة الاستخدام الشخصية لمراقبة نواح مهمة من حياتهم بكل سهولة، أو تعقب حالتهم الصحية عبر أجهزة محمولة ذكية.

أضف إلى ذلك أنه يمكن للمستخدمين تسجيل بيانات معدلات سكر الدم لديهم يومياً في أداة تعقب شخصية، ومشاهدة ملخص مفضل عنها

حوار: يوسف سعد

قطعت هيئة الصحة بدبي شوطاً مهماً على طريق تقدمها وتحولاتها الاستثنائية، ولاسيما ما يتصل بهذه التحولات من أعمال التحديث والتطوير التي تجريها على مستوى حزمة الخدمات والتطبيقات الذكية، التي شهدت نقلة نوعية في الأونة الأخيرة، جعلت الهيئة واحدة من أكثر المؤسسات تقدماً، فضلاً عن الجوائز المستحقة التي حصلت عليها في هذا الجانب وكان آخرها «جائزة حمدان بن محمد للحكومة الذكية»، عن فئة (أفضل خدمة حكومية عبر الهاتف المحمول- تطبيق حياتي).

هذا ما تؤكده أمانى الجسمي مدير إدارة تقنية المعلومات في الهيئة، وهي الإدارة المعنية والمسؤولة عن التحولات التقنية والذكية التي تشهدها الهيئة حالياً، والتي من المنتظر أن تستعرضها غداً مع انطلاقة معرض ومؤتمر «arab health»، وهو المعرض والمؤتمر الطبي الأكبر من نوعه في الشرق الأوسط، حيث تشير إلى أن كل ما تبتكره هيئة الصحة بدبي من خدمات وتطبيقات ذكية، يستهدف بشكل مباشر إيسعاد المتعاملين، وهو في الأصل استجابة من الهيئة لمتطلبات المستقبل.

وفي هذا الحوار تكشف أمانى الجسمي عن المزيد من التطبيقات والخدمات التي تم تطويرها بشكل لافت، وغير ذلك من تحولات، أهمها مشروع «سلامة»، الذي وصل إلى مرحلة الانطلاق، مع بدء عمليات التدريب والتنمية المهنية وإكساب جميع موظفي الهيئة الذين يزيد عددهم على 11 ألف موظف وموظفة، المهارات اللازمة لتنفيذ المشروع والتعامل معه.. وإلى نص الحوار.

تطبيق حياتي

تستعرض هيئة الصحة بدبي غداً في معرض ومؤتمر «arab health» مجمل خدماتها وتطبيقاتها الذكية، فأين وصلت الهيئة في هذا الاتجاه، ولا سيما في تطبيق حياتي الذي فاز بجائزة (أفضل خدمة حكومية عبر الهاتف المحمول)؟

رؤية هيئة الصحة بدبي، تتجسّد في الوصول إلى مجتمع أكثر صحة وسعادة، لذا، نحن نستخدم تقنيات جديدة تتوافق ومتطلبات المستقبل، ومن بين ذلك يأتي تطبيق الهاتف المتحرك «حياتي»، الذي يساعد المرضى بداء السكري على وجه التحديد من التعايش مع مرضهم بثقة واطمئنان أكبر، فبعد التسجيل والإجابة على أسئلة سهلة

مشروع «سلامة» الذي تنفذه

«صحة دبي» يعد المشروع التقني

الأول في المنطقة

يعد «سلامة» الذي أطلق في

2016 نقلة على طريق الصحة

الذكية

بدأت «صحة دبي» في تدريب

4 آلاف موظف على استخدام

«سلامة»

4

2016

1



الأجهزة اللوحية تؤثر سلباً في نوم الأطفال

وعلى الرغم من أن الدراسة لم تثبت علاقة سبب ونتيجة بين استخدام الأجهزة الكفية واضطرابات النوم، إلا أن الباحثين أوصوا باتخاذ إجراءات لمنع استخدام الأطفال لهذه الأجهزة في الليل. وبحسب الباحثين، فإن هذه الإجراءات يجب أن يساهم فيها الأساتذة في المدرسة والأبوان في المنزل على حدٍ سواء. دبي - البيان الصحي

تناولت العلاقة بين استخدام الأطفال لأجهزة التلفاز والهاتف المحمول وألعاب الكومبيوتر من جهة، وجودة النوم لديهم من جهة أخرى، وقد اشتملت الدراسة على أكثر من 125 ألف مراهق بلغ متوسط أعمارهم 14 سنة. ووجد فريق البحث بأن إصابة الطفل باضطرابات النوم لا تتطلب منه استخدام أجهزة الهاتف المحمول أو الأجهزة الكفية بصورة فعالة ومستمرة، وإنما فقط استخدامها في وقت النوم.

ويقول الدكتور هنري بيرنشتاين، اختصاصي طب الأطفال بمركز كوهين الطبي بمدينة نيويورك الأميركية: «إن التحذيرات التي تأتي من هذه الدراسة صريحة وواضحة، وينبغي على الآباء إيلاء المزيد من الاهتمام حول أوقات استخدام أطفالهم للأجهزة الذكية». وقام فريق البحث بقيادة الباحث بين كارتر، الأستاذ بجامعة كينج كوليدج لندن، بمراجعة بيانات عشرين دراسة سابقة

توصلت دراسة حديثة إلى أن استخدام الأطفال للهواتف المحمولة وأجهزة الحاسب الكفي قد يؤثر سلباً في نومهم. وقام الباحثون بمراجعة عدد من الدراسات التي تم إجراؤها في هذا الصدد، ووجدوا ارتباطاً بين استخدام الأطفال لهذه الأجهزة الإلكترونية عند وقت النوم، وحدوث اضطرابات في النوم وزيادة النعاس في ساعات النهار.



العيادة الذكية لـ«صحة دبي» تحذر:

الاستخدام المفرط للهواتف الذكية يسبب الاكتئاب والسمنة

■ دبي - البيان الصحي

حذرت العيادة الذكية لهيئة الصحة بدبي من الاستخدام المفرط للهواتف الذكية والأجهزة اللوحية، الذي قد يتسبب في العديد من الأمراض المتعلقة بالسمنة والاكتئاب والتوتر وآلام الظهر والعنق والمفاصل واضطرابات النوم والإجهاد وقلة التركيز وحدوث التغيرات في سلوكيات الأطفال، التي قد تصل إلى العدوانية في بعض الأحيان.

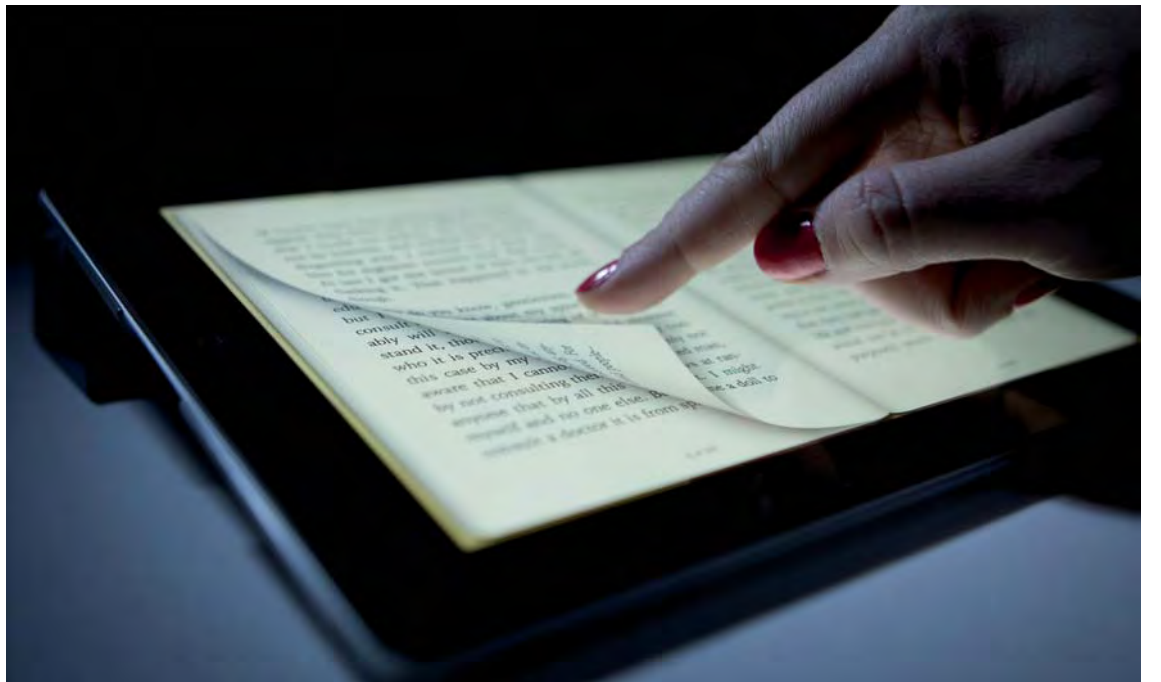
كما أكدت العيادة الذكية التأثير السلبي للاستخدام المفرط للهواتف الذكية في العينين، وتسببها في إرهاق العين وجفافها والصداع وعدم وضوح الرؤية، مشيرة إلى دورها في نقل البكتيريا والفيروسات التي تتجمع على سطح الشاشة وتنتقل مع الأصابع إلى الفم والعيون. وشارك في العيادة الذكية كل من الدكتور أيمن البودي، اختصاصي الأعصاب بمستشفى راشد، والدكتورة شمسة بن

حماد، اختصاصي أول طب الأسرة رئيس قسم برامج خدمات المجتمع، والدكتورة عهد قاسم، اختصاصي أول طب الأسرة رئيس مركز الصفا الصحي، والدكتورة رانيا إلياس، ممارس علاج طبيعي بمركز دبي للعلاج الطبيعي وإعادة التأهيل، وعلي منير آل رحمة، مثقف صحي بهيئة الصحة بدبي. واستعرضت العيادة الانعكاسات السلبية لاستخدام التكنولوجيا مدة طويلة على العلاقات الأسرية والاجتماعية

بشكل عام، حيث تسبب في ضعف هذه العلاقات والانزالية والانطواء وقلة التواصل الاجتماعي وإهمال الواجبات الأسرية، إضافة إلى دورها في ضعف التحصيل الدراسي. ونصحت بعدم استخدام الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية قبيل النوم، وخاصة مرضى الصرع لتأثيرها السلبي في الساعة البيولوجية لدى الشخص، وتسببها في اضطرابات النوم وتحريض نوبات الصرع لدى المرضى.

كما أكدت أهمية الاستخدام المتوازن للتكنولوجيا ومتابعة الأبناء، وتنظيم أوقات استخدامهم للهواتف والأجهزة اللوحية، وحثهم على ممارسة الرياضة واتباع أنماط الحياة الصحية. وأشارت العيادة الذكية إلى الجهود التي تقوم بها هيئة الصحة بدبي لرفع الوعي الصحي بمختلف الأمراض، وتوجيهها المستقبلي لتنظيم حملات متعددة تركز على التأثير السلبي للتكنولوجيا في صحة الإنسان.

القراءة الإلكترونية خطر على الصحة



■ دبي - البيان الصحي

التعاطي مع الأجهزة الإلكترونية الذكية أصبح، أو كاد يصبح، لدى أغلب الناس؛ أطفالاً وفتياناً وبالغين، حاجة أو عادة، كالطعام والشراب، لا يمكن الاستغناء عنه يوماً من الأيام. وكما أن لهذه الأجهزة الإلكترونية إيجابيات من شأنها تقريب المسافات في ما بين الناس، وإحداث نقلة هائلة في التواصل الاجتماعي البشري، وثورة كبيرة في استخدام وتكييف وتطوير المعلومات، وغير ذلك، فإن لها أيضاً سلبيات ليست بالقليلة تنتج، غالباً، عن سوء الاستخدام أو الإفراط فيه. آخر التحذيرات في هذا المجال جاءت من فريق أطباء أميركيين من كلية الطب بجامعة هارفارد، أجروا دراسة مقارنة بين القراءة من الكتب الورقية، والقراءة من الأجهزة الإلكترونية،

التي تتبعث منها كمية من الضوء قبل النوم، وتوصلوا إلى أن القراءة الإلكترونية قبل النوم قد تضر بقدرة الأشخاص على النوم، وربما تضر بصحتهم. وفي إطار هذه الدراسة التي نشرت نتائجها مجلة «بروسيدنغز»، الصادرة عن الأكاديمية الوطنية للعلوم، هيأ الباحثون مختبراً للنوم، أقام فيه 12 شخصاً لمدة أسبوعين، قضوا منها خمسة أيام في القراءة من نسخة ورقية، ومثلها من جهاز لوح «آيباد». وأظهرت عينات للدم أخذت بأوقات منتظمة، انخفاض هرمون «الميلاتونين» المسبب للنوم، واضطراب الساعة البيولوجية، خلال استخدام القارئ الإلكتروني، بالقياس لنسبته خلال استخدام القارئ الورقي (الكتاب)، واحتاج الأشخاص كذلك للانتظار لوقت طويل حتى يخلدوا إلى النوم، وتقلصت لديهم فترات النوم العميق، واستيقظوا بقدرة أكبر من التعب من البالغ.

والإرهاق في صباح اليوم التالي. والساعة البيولوجية ساعة داخلية في الجسم، تخبره، عن طريق الدماغ، بالتوقيت الأمثل للنوم بين المساء والصبح، ويؤكد الخبراء أن الوقت الأمثل لاستفادة الجسم من الساعة البيولوجية هو أن تكون الساعات من الحادية عشرة ليلاً حتى الثانية صباحاً من ضمن ساعات نومه الليلي، لكن الضوء الأزرق، المنبعث من الأجهزة الذكية واللوحية بصورة عامة، ومن شاشات «LED»، قد يؤدي إلى اضطراب الساعة البيولوجية. وتؤكد الدراسة أن «المعتاد أن المراهقين لديهم ساعة بيولوجية متأخرة، وهو ما يجعلهم يتأخرون في الاستيقاظ في الصباح والبقاء مستيقظين حتى ساعة متأخرة من الليل»، وذلك يزيد من حالات الإجهاد، ويؤثر على صحة المراهق أكثر من البالغ.

الهواتف الذكية تحطم الذاكرة

■ دبي - البيان الصحي

حذرت دراسة أميركية حديثة من أن الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية تغير طريقة عمل الدماغ البشرية، فتجعل قدرته على فهم واستيعاب المعلومات التي يتلقاها أكثر صعوبة، وبالتالي تقلص قدرات الذاكرة البشرية على الإدراك والتذكر.

تراجع وتدهور

وتتخوف الدراسة الصادرة من جامعة كارنيجي ميلون من انتشار الأجهزة اللوحية وأجهزة الكمبيوتر داخل الفصول المدرسية التي تؤثر على ذكاء وقدرات الطلاب وتسبب في تراجعها وتدهورها. ووجدت الدراسة أن أكثر من 300 مشارك متطوع تراوحت أعمارهم بين 20 و24 عاماً أدوا 4 اختبارات للاستيعاب القرائي وحل المعادلات الرياضية الصعبة بكفاءة عندما قاموا بقراءتها على ورق مطبوع، منها على الأجهزة الرقمية. وأوضحت الدراسة أن القراءة على الشاشات المسية للأجهزة الذكية تجعل المستخدمين يركزون أكثر على التفاصيل الملموسة القليلة عن الصورة الكبيرة، مشيرة إلى أن الصورة الكبيرة مهمة جداً لأنها تنطوي على التفكير المرن والإبداع والحكم على الأشياء وحل المشاكل المنطقية. وأظهرت نتائج الدراسة أن 66% من المشاركين تمكنوا من قراءة القصة القصيرة على الورق وحل الأسئلة حللاً سليماً، مقارنة بـ 43% من هؤلاء الذين قرأوا القصة على أجهزة كمبيوتر.

قفاز إلكتروني يعيد حاسة اللمس لمن فقدها

ابتكر الباحثان الألمانيان هوبرت دينسة ومارتن تيغنثوف، قفازاً إلكترونياً يعين المريض على استعادة الحواس التي فقدها نتيجة الجلطة، من دون الحاجة إلى تمارين طويلة ومعقدة. ويمكن لمن يلبس القفاز الإلكتروني، من مرضى الجلطة الدماغية، أن يتحسس ويقلب صفحات الكتاب الذي يقرأه، والأهم أن القفاز الإلكتروني يعجل بنقل المريض من المستشفى إلى المنزل، كي

يمارس تمارينه اليومية. والقفاز لا يعين المريض في المرحلة الأولى من الاستخدام، على تلمس الأشياء فحسب، وإنما ينفعه في تمرينه اليومي، الذي يعيد إليه قدرته الحسية الحقيقية. ويشحن القفاز أطراف الأنامل وباطن كف المريض بشحنة كهربائية صغيرة غير محسوسة، تعمل مع مادة موصلة للتيار الكهربائي في نسيج القفاز على توفير القدرة للإحساس عند المريض.

وعمل الباحثان سنوات على هذه التقنية، ولم يعلنها إلا بعد تجربتها على عشرات المرضى، يعانون من فقدان حواس اليد بعد تعرضهم للجلطات الدماغية. ولم ينسَ الباحثان أن يطورا النموذجين الأولين من القفاز، بما يناسب المرضى، وزودا القفاز بالقدرة على اختيار إيقاع الابعازات، بحسب تعبيرهما، بحيث يتناغم مع إيقاع اابعازات الدماغ، وهو ما يوفر أفضل

فرصة لاستخدام اليدين في تحسس الأشياء. سبق لدينسة وزميله أن أجريا الكثير من التجارب المختبرية، إلى أن توصلا إلى فرز وتصنيف هذه الابعازات الدماغية. وتمكن المتطوعون من استخدام القفاز بكل راحة، ووصفوه بـ«القفاز السحري»، وأجمعوا على أن القفاز أعانهم بسرعة على تمييز الأشياء من خلال اللمس، وحتى في الظلام.

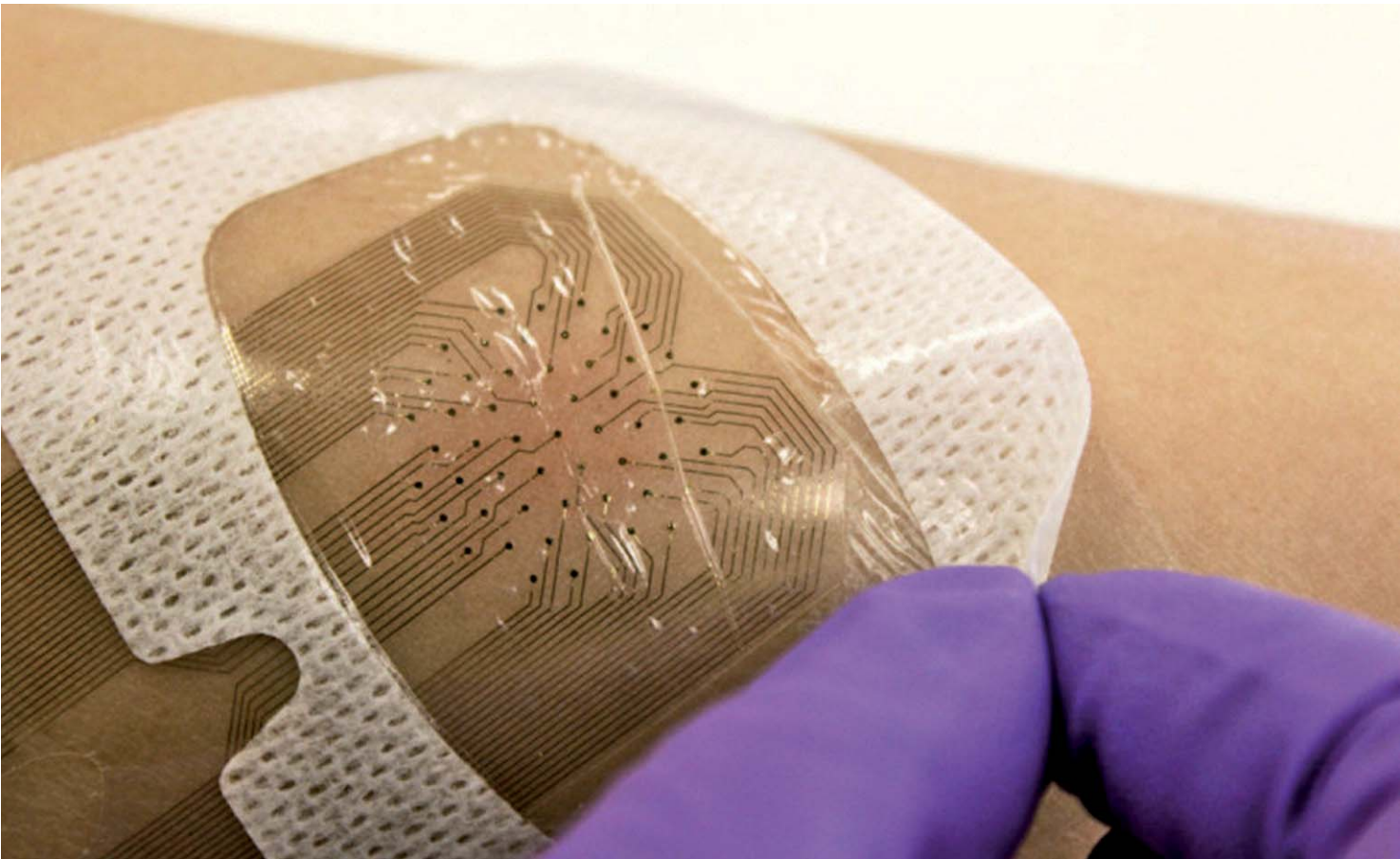
وتطلب الأمر تمرينا صغيرا يجري خلاله، بمساعدة المبتكرين، اختيار التيار الكهربائي الصغير الذي يتناغم مع اابعازات الدماغ. والقفاز لا يختلف في الحجم عن قفاز محترفي قيادة الدراجات، لكنه مصنوع من نسيج مرن يطبق تماما على الكف من مختلف الأحجام، وهو عبارة عن نسيج من الأسلاك الكهربائية الدقيقة والمرهقة، التي تعمل مع التيار

الكهربائي على تحفيز حاسة اللمس عند المريض. وطبيعي أن تعشق الأسلاك وترتبط في النهاية بصندوق صغير يمكن برمجته، لإرسال شحنات كهربائية صغيرة تتناغم مع اابعازات الدماغ إلى الأنامل. دبي – البيان الصحي

ضمادة ذكية تعتني بالجروح

■ دبي – البيان الصحي

قام فريق من الباحثين بمدينة زويل، بقيادة د. إبراهيم الشربيني، أستاذ علوم النانو والمواد والمدير المشارك لمركز علوم المواد، بتطوير نوعية جديدة من ضمادات الجروح الذكية، تعتمد على وجود جسيمات نانوية محملة بالدواء موزعة داخل ألياف نانومترية لتوصيل الدواء بشكل قابل للتحكم إلى المنطقة المصابة مع إمكانية استخدام ضمادة واحدة لإتمام عملية الالتئام. فبعد تفقدهم للعديد من الأدوية المتاحة والشائع استخدامها لهذا الغرض، قرر الفريق استخدام الفينيتوين في بحثهم. وعلى الرغم من كفاءته العالية في عملية التئام الجروح، إلا أن قدرة الفينيتوين المحدودة على الذوبان، وتوافره الحيوي المحدود، وعدم توزيعه بالجرعة المناسبة، تحد من عملية استخدامه. للتغلب على تلك العقبات، قام الفريق بدمج الفينيتوينين مع حاملات نانوية من البوليمرات المختلفة للتحكم في كمية الدواء المستخدمة وتعزيز عملية توزيعه بشكل منتظم. وقال د. الشربيني، إن تصنيع الضمادات باستخدام الألياف النانوية يمكنه أن يوفر المميزات، التي تجعل من ضمادة الجروح ضمادة مثالية، وما يترتب عليها من شفاء



للجروح بصورة سريعة وبدون تكوين ندبات باستخدام ضمادة واحدة، ويرجع ذلك إلى القدرة على التحكم بالألياف النانوية بصورة تمكن من توفير نسبة أبعاد مرتفعة و مساحة سطحية أكبر، وإضافة إلى إمكانية الحصول على مسامية أعلى خلال عملية تصنيع الضمادات. وبعد إجراء العديد من الاختبارات العملية والتجارب على الحيوانات، أثبت الفريق أن النوعية الجديدة من الضمادات، التي قاموا بتطويرها لها العديد من المزايا مثل القدرة على السيطرة على جرعة الفينيتوين، التي يتم توزيعها على المنطقة المصابة بانتظام وإمكانية التحكم في معدل تحرر الدواء، والقابلية العالية للتحلل البيولوجي، والتوافق الحيوي العالي، وتوافر المسامية القصوى، وإمكانية نفاذية بخار الماء، إضافة إلى توفر درجة سلامة عالية للخلايا. كما أظهرت الضمادة نوعية شفاء جيدة، وقد أثبت الفريق ذلك من خلال التقييم النسيجي للجراح التي تم التئامها. تعد هذه الدراسة جزءاً من مشروع كبير يعمل عليه فريق الشربيني البحثي، لتطوير ضمادات جروح ذكية وأكثر كفاءة لمرضى السكري. تألف الفريق البحثي من د. إبراهيم الشربيني، والباحثة إسراء علي، و د. إسلام خليل، وقام الفريق بنشر جزء من الدراسة في دورية.

تطبيق تفاعلي لعلاج أطفال التوحد

■ دبي _ البيان الصحي

ابتكرت باحثة سعودية تطبيقاً إلكترونياً تفاعلياً لتحسين التواصل لدى أطفال التوحد وزيادة المهارات المكتسبة لديهم. ويحوي التطبيق مجموعة أيقونة الانفعالات والمشاعر بالصوت والصورة، تساعد الطفل التوحدي على التعرف عليها وتعلمها، وأيقونة الألوان بالصوت والصورة التي تساعد على التمييز بين الألوان، وأيقونة التعرف على أجزاء الوجه التي تساعد على تحسين إدراك طفل التوحد وتمكنه من استعمال المفردات الصحيحة، ويدعم التطبيق اللغة السهلة البسيطة بالنسبة لطفل التوحد، وتم تصميمه باستشارة مختصين، وما زال التطبيق في طور التطوير والتحسين، وسيتم العمل على

النسخة الكاملة التي تتضمن العديد من المميزات والخصائص الأخرى. وأوضحت نوف بنت خالد حماد أنها تواصلت مع ثلاثة مراكز تعنى بالتوحد في منطقة المدينة المنورة، وعرضت فكرة التطبيق على المسؤولين بها، فكان ترحابهم بالفكرة خطوة فعلية في طريق تنفيذ المشروع، حيث قدما لها المشورة، في كيفية تنفيذ التطبيق ليناسب أطفال التوحد، مشيرةً إلى تنفيذ تجربة خاصة لمشروع التطبيق داخل هذه المراكز، وزاد من حطوظ المشروع، للاكمال مبادرة من بنك الرياض بتبني المشروع، بعد الانتهاء منه، مشددة على أنها تنتظر بصبر نافذ أن يصبح التطبيق جاهزاً ومكتملاً؛ ليستفيد منه أطفال التوحد في مختلف أنحاء المملكة.

سمكة آلية تعزز فهم وظائف القلب البشري

■ دبي _ البيان الصحي

صمم علماء سمكة «لخم» اصطناعية على أمل أن تساعد على فهم وظائف القلب البشري بشكل أفضل، حيث تتحرك السمكة الآلية المصغرة، التي يبلغ حجمها نحو عشر حجم السمكة الحقيقية، باستخدام خلايا قلب مأخوذة من جرد.

وأفضل لقدرة القلب البشري على ضخ الدم وأثر ذلك على أمراض القلب. ونشر البحث في دورية ساينس العلمية.

وقال البروفيسور كيفين كيت باركر، وهو من جامعة هارفارد إن ثمة تشابها بين الجهاز العضلي في سمكة اللخم وما يقوم به القلب، موضحاً أنه يحرك السوائل.

ووضع العلماء النموذج الآلي، الذي يحتوي على هيكل عظمي ذهبي وطبقة واحدة من 200 ألف خلية من خلايا القلب، داخل مادة هلامية شبيهة بتلك المادة المستخدمة في زراعة الثدي. وتزن السمكة الصناعية في شكلها النهائي 10 غرامات، ويبلغ طولها 16 ملليمترا، وتم تعديل الحمض النووي لخلايا القلب ليستجيب للضوء. ويقول البروفيسور باركر: «حينما يكون لدينا ضوء أمام السمكة، نقوم بتنشيط إشارة كهربية في النسيج، وتقوم بدورها بالانتشار مثل موجة داخل الجهاز العضلي». ويتركب كل نصف من نصفي السمكة الآلية من خلايا قلب مختلفة حساسة لموجات ضوئية معينة. وباختيار الموجات المناسبة، يستطيع العلماء توجيه السمكة في الاتجاه الذي يريدون.

تحفيز المخ بالكهرباء يساعد

على الشفاء من السكتة الدماغية

خفيف، فيما خضع الآخرون لعلاج وهمي، من خلال التعرض للتحفيز الكهربائي لثوابن قبل إطفاء الجهاز. وتوصل الباحثون إلى أن جميع المرضى شعروا بالتحسن، لكن التحسن الأكبر رصد لدى المرضى، الذين خضعوا لفترات أطول من التحفيز الكهربائي. وأشاروا إلى أن التحسن استمر ثلاثة أشهر بعد توقف جلسات إعادة التأهيل، ووجد أحد المرضى، على سبيل المثال، أنه يستطيع تناول الطعام بنفسه بسهولة أكبر بعد العلاج، وشعر آخرون بالتحسن في القدرة على رفع الأشياء والإمساك بها والوصول إليها، لكن مستويات التحسن تباينت، إذ يعتمد ذلك جزئياً على شدة السكتة الدماغية الأولية، وقالت إحدى المرضى المتطوعين وتدعى جان: «لقد تحسنت بالتأكيد واستفدت. فمن رأيي من الناس يقول: رائع تستطيعين الآن الحركة بشكل أفضل».

تحفيز

وأضافت: «التحفيز (الكهربائي) لا يضر، فهو أشبه كثيراً بوخز خفيف أو رعشة كهربائية ثابتة أعلى رأسي، لكن الجزء الأسوأ كان شعوري بالحكة بعد ذلك». وقالت كبيرة الباحثين في الدراسة، جوهانسن بيرغ، إنها سعيدة بالنتائج، وتعتقد أن العلاج نجح من خلال تعزيز قدرة المخ على إعادة نشاطه، بعد السكتات الدماغية، لكنها شددت على أن هناك حاجة إلى المزيد من التجارب، وتقييم الفوائد والتكاليف قبل إمكانية تقديم البرنامج في المستشفيات.

العلاج بحاجة إلى المزيد من التجارب قبل تقديمه في المستشفيات

■ دبي- البيان الصحي

توصل فريق من أطباء البحث العلمي في جامعة إكسفورد إلى أن تحفيز المخ بالكهرباء يساعد على الشفاء من السكتة، وبينوا أن المرضى الذين تعرضوا للتحفيز الكهربائي إلى جانب جلسات إعادة التأهيل حققوا نجاحاً أفضل ممن خضعوا للجلسات وحدها.

وشهد متطوعون خضعوا للعلاج الكهربائي تحسناً أكبر عند تحريك أذرعهم، كما شعر آخرون بسهولة أكبر في القيام بمهامهم اليومية.

وأجريت الدراسة، التي نشرت في دورية «ساينس ترانزليشنال ميديسن»، على 24 شخصاً كانوا قد أصيبوا بسكتات دماغية، بما لا يقل عن ستة أشهر قبل أن تبدأ التجربة وما زالوا يواجهون صعوبات عند تحريك أذرعهم وأيديهم.

أقطاب كهربائية

وخضع كل متطوع لست جلسات إعادة تأهيل، وطلب منهم تحريك أطرافهم المتضررة، حيث خضع 11 شخصاً في أول 20 دقيقة من كل جلسة لعلاج إضافي، يعرف بالتحفيز الكهربائي عبر الجمجمة، إذ توضع أقطاب كهربائية على جلد رأس المشارك وتحديداً فوق المنطقة المتضررة من المخ، ثم يُمرر تيار كهربائي

7

2007

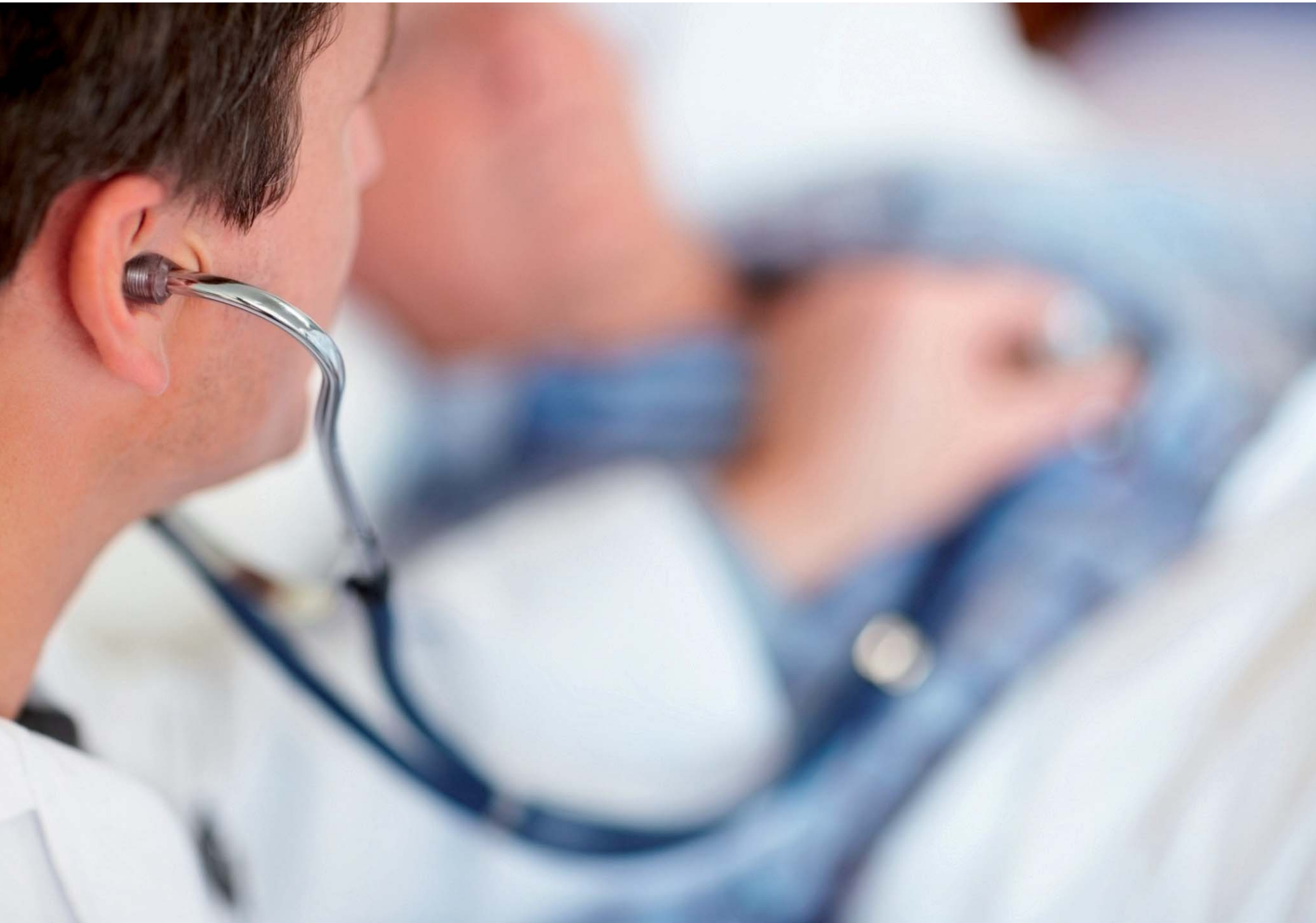
65%

أطباء استشاريين في الجراحة والتجميل وأخصائيي تغذية وعلاج نفسي في فريق مستشفى راشد

توقعت منظمة الصحة العالمية أن تصل نسبة السمنة بين الإناث في الإمارات إلى 40 %

من المترددين على صحة دبي لإجراء عمليات السمنة من الإناث

صحة دبي تعتزم إطلاق معايير وبروتوكولات عالمية لجراحات زيادة الوزن قريباً السمنة.. خطر يهدد الكبار والصغار بأمر



■ دبي - عماد عبد الحميد

تعتبر السمنة من أكبر التحديات الصحية وأكثرها كلفة، حيث تهدد الكبير والصغير، لدرجة جعلت منظمة الصحة العالمية تشبه السمنة بالوباء. وتوقعت المنظمة في العام 2007 أن تصل نسبة السمنة بين الإناث في الدولة إلى 40% بحلول عام 2015، وبالفعل أعلنت المنظمة أن النسبة وصلت لـ 45%، الأمر الذي أدى إلى رواج جراحات السمنة بشكل كبير.

وأكدت الدكتورة علياء المزروعى استشارية الجراحة العامة والمدير التنفيذي لمستشفى راشد أن 65% من زبائن العمليات في المستشفى من الإناث في مقتبل العمر، مشيرة إلى أن مواعيد عمليات جراحة السمنة محجوزة لغاية نهاية شهر مارس المقبل، في حين أن المواعيد على العيادات التخصصية (4 عيادات)، لمتابعة وتحضير المرضى للعمليات محجوزة بالكامل لـ 7 أشهر مقبلة.

وكشفت عن أنه أسبوعياً يتم إجراء بين 8 إلى 12 جراحة سمنة لمواطنين ومقيمين، وقد وصل العدد الإجمالي في عام 2016 إلى 380 عملية، ولذلك قرر المستشفى منذ بداية العام رفع معدلات العمليات أسبوعياً إلى 15 عملية للتغلب على مواعيد الانتظار والتخفيف عن المرضى.

وقالت: "مشكلة السمنة في تزايد مستمر وأصبحت من أخطر الأمراض التي تواجه كل الفئات العمرية، لما تسببه من أخطار جسيمة على الصحة بشكل عام، فهي سبب رئيسي لأمراض عدة مثل السكري وارتفاع ضغط الدم، ومرض القلب وتآكل المفاصل وصعوبة التنفس خاصة أثناء النوم، وارتفاع حامض المعدة إلى المريء، والاكنتاب، وانخفاض الخصوبة واضطرابات الدورة الشهرية لدى الإناث، وغيرها من الأمراض". وأضافت إن الأمراض المزمنة المرتبطة بالغذاء أصبحت من أهم أسباب الوفيات في معظم دول العالم، وتأتي السمنة على رأس هذه الأمراض، إذ تشير بعض الدراسات في الدولة إلى أن نسبة البدانة وصلت مستويات خطيرة عند جميع الفئات العمرية.

فريق متكامل

ولفتت الدكتورة علياء المزروعى إلى أن مستشفى

تكلفة الإقامة في المستشفى لمدة 3 أيام وتكلفة الأيدي العاملة، ولكن العملية أفضل للتأمين وللمريض». وأشار الدكتور فيصل البدري إلى أن السمنة أصبحت من أخطر الأمراض التي تواجه كل الفئات العمرية لما تسببه من أخطار جسيمة على الصحة بشكل عام.

وأضاف: «الأمراض المزمنة المرتبطة بالغذاء أصبحت من أهم أسباب الوفيات في معظم دول العالم، وتأتي السمنة على رأس هذه الأمراض. وبين أن طرق علاج السمنة تختلف حسب الحالة، بالنسبة للسمنة البسيطة والمتوسطة، فيمكن الاعتماد على الغذاء والتمارين، أما في حالة السمنة المفرطة، فهناك طرق جراحية عدة، من أهمها ما يعرف بتحويل المسار الذي يعد حلاً مثالياً طبقاً للاختصاصيين، ولكن بشروط».

برنامج «علاج»

وأوضح أن مستشفى راشد يضم قسمًا متخصصاً لعلاج السمنة، ويطبق برنامجاً لعلاج حالات البدانة والسمنة المفرطة ويستقبل حالات تعاني أوزاناً ضخمة، تتعدى الـ 250 كيلوغراماً، وهناك حالات قياسية استفادت من البرنامج اقتربت أوزانها من 400 و300 كيلوغرام، وقد أسهم في عودة أشخاص مفرطين في البدانة إلى حياتهم الطبيعية، ومكّن فتيات من الزواج وأتاح لنساء الإنجاب، وساعد بعض الأشخاص على إيجاد وظائف لهم.

مضاعفات

وبدوره قال الدكتور علي خماس استشاري الجراحة العامة إن كل مريض هو حالة خاصة بذاته، فبعد إجراء الفحوصات يتم اختيار نوع العملية المناسبة له، لافتاً إلى أن هناك مضاعفات آتية تحدث خلال 30 يوماً الأولى من إجراء وريد الرجل أو جلطة في شريان الرئة والشريان الرئيسي للأععاء وكلها نادرة الحدوث على المدى البعيد، منوهاً بأن النسب العالمية لوفيات تلك

لعمليات هي 1 لكل 1000.

شروط

وأضاف أنه يجب على المريض الالتزام ببرنامج



■ علي خماس

تحسن

وقال إن المرضى الذين خضعوا لعمليات تحويل مسار المعدة ممن كانوا مصابين بالأمراض الأيضية «السكري والضغط والكوليسترول» اختفت لديهم، وفي حالات كثيرة حدث تحسن في حالاتهم الصحية، فمثلاً مريض السكري من النوع الأول المعتمد على الأنسولين قد يحتاج إلى حبوب فقط ومريض السكري الذي يتناول 4 حبات في اليوم قد يكتفي بحبة واحدة، وهذا يعتمد على حدة المرض، فإذا كان المريض حديث العهد فقد يخفّي السكر تماماً وإذا كان ممن مضى عليه 15 سنة وأكثر ممكن أن يعود له المرض مرة ثانية، منوهاً أن عمليات تحويل مسار المعدة بأنواعها تعتبر أفضل في حال وجود الأمراض الأيضية.

وأعرب عن أمله في قبول شركات التأمين تحمل نفقات علاج حالات البدانة المفرطة، موضحاً أن هناك اجتماعات مطولة عقدت مع شركات التأمين، وتم مناقشة تكلفة علاج مضاعفات السمنة ومقارنتها مع تكلفة الجراحة، وتبين أن الجراحة أفضل لهم على المدى البعيد، من تحمل تكاليف العلاج وأفضل للمريض أيضاً، ولكن تأمين سعادة الخاص بالمواطنين هو من يتحمل تكاليف عمليات السمنة.

تكاليف

وتابع: «بشكل عام عمليات قص المعدة تعتبر مكلفة لأن الأجهزة التي يتم استخدامها في العملية تستخدم مرة واحدة وتكلفة تلك المواد والأجهزة يصل إلى 13 ألف درهم، ناهيك عن



■ فيصل البدري

دراسة

قدم أطباء مستشفى راشد 4 دراسات علمية حول نتائج عمليات جراحة السمنة في مؤتمرات عالمية شملت دراسة في الكويت عام 2013 وفي بلجيكا عام 2014 وفي سبوتل عام 2015، والبرازيل عام 2016 شملت نتائج عمليات تحويل المسار المصغر ونتائج العمليات عند الأوزان العالية ومدى الحاجة للمنظار الاستكشافي والمضاعفات الخطيرة والنادرة للبالون، إضافة إلى دراستين تم نشرهما في المجلة العلمية المحكمة.

العمليات الجراحية تشمل قص المعدة وتحويل مسار المعدة وهي 5 أنواع وعملية ربط المعدة وهي من العمليات القديمة التي يندر إجراؤها حالياً. وتحويل مسار المعدة أفضل من الطرق التقليدية، ربط وقص المعدة، لافتاً إلى أن النتائج التي تم تحقيقها في تحويل مسار المعدة بينت عدم وجود مضاعفات، كما أثبتت فعالية عالية في تخفيض الوزن وعدم حدوث زيادة في المستقبل.



■ علياء المزروعى

راشد شكّل منذ عام 2009 أول فريق متكامل في الدولة لعلاج حالات السمنة المفرطة، موضحة أن الفريق بدأ مهامه بعلاج مريض مواطن تعدى وزنه 380 كيلوغراماً، وبعد العلاج فقد أكثر من 280 كيلوغراماً.

وذكرت أن الفريق بدأ بـ 3 أطباء والآن يضم 7 أطباء استشاريين في الجراحة، والتجميل والتخدير وأخصائيي تغذية وعلاج نفسي وقلب وورثة وهؤلاء يستقبلون المريض ويتولون تقييم حالته وتحديد العلاج المناسب له.

آليات

وقال الدكتور فيصل البدري استشاري الجراحة ورئيس وحدة المناظير وعلاج السمنة إن علاج السمنة وجد لمعالجة مرض يطلق عليه السمنة المرضية المفرطة وليس لتصحيح شكل المريض والهدف من جراحة السمنة ليس إيصال المريض إلى الوزن المثالي وإنما لحالة صحية أفضل لأن الأطباء لا يهتمهم الوزن بقدر ما يهتمون بصحة المريض.

وأضاف إن هناك 3 عوامل لا بد من توافرها لإجراء عمليات السمنة وهي مؤشر كتلة الجسم، والأمراض الأيضية المصاحبة ووجود الارتجاع المريئي من عدمه، لافتاً إلى أنه لا توجد عملية مثالية لكل المرضى، وإنما نوع العملية يتم تحديده بناء على حالة المريض.

وأوضح أن هناك أسماء عدة لعمليات جراحات السمنة تشمل عمليات جراحية وعمليات بالمنظار الجراحي ومنظار الجهاز الهضمي، مبيناً أن

2017

2016

8 - 12

قرر مستشفى راشد رفع معدلات العمليات أسبوعياً إلى 15 جراحة

وصل عدد جراحات السمنة في مستشفى راشد إلى 380 عملية

عملية جراحة سمنة يتم إجراؤها في مستشفى راشد أسبوعياً

مرضى الضغط والسكري والقلب

السمنة بيت الداء وسبب رئيس للأمراض غير السارية

يُعرّف الوزن الزائد والسمنة بأنها تراكم غير طبيعي أو مفرط للدهون قد يلحق الضرر بالصحة، ونسبة كتلة الجسم هي مؤشر بسيط لقياس الوزن إلى الطول يشجع استخدامه لتصنيف الوزن الزائد والسمنة لدى البالغين، وهو يُعرّف بأن وزن الشخص بالكيلوغرام مقسوم على مربع طوله بالمتر (كغ/ متر²).



غذائي معين مدى الحياة لأن عدم الالتزام يؤدي لرجوع الوزن، وكذلك ممارسة الأنشطة البدنية والابتعاد عن السكريات والوجبات السريعة وغيرها من الأمور التي تؤدي إلى السمنة.

تشخيص

وأوضح أن الفريق يقوم بتشخيص كل مريض بالمنظار، للتأكد من سلامة المعدة وخلوها من الالتهابات والأورام، تمهيداً لإجراء جراحة تصغير طولي للمعدة، أو تحويل مجراها، مشيراً إلى أن هذا النوع من الجراحات ثبتت فاعليتها الشديدة فيخفض وزن المريض بمقدار 100 كيلوغرام.

وأوضح أن هؤلاء المرضى كانت حياتهم متوقفة تقريباً، إذ كانوا يجدون صعوبات في الزواج والإنجاب بسبب أوزانهم الضخمة، وبعضهم كان يعاني اكتئاباً حاداً، لدرجة أنهم يحسبون أنفسهم في منازلهم، حتى لا يراهم أحد. وأشار إلى أن كثيرين منهم يعتبرون أن هذه الجراحات أعادتهم إلى الحياة، إذ أصبحوا الآن أشخاصاً طبيعيين، واتجهوا إلى العمل وكوّنوا صداقات، وأصبحوا منتجين.

وأوضح أن جميع الجراحات التي أجراها الفريق نجحت بنسبة 100%، وأصبح للفريق اسم كبير داخل الدولة وخارجها، وأصبح المستشفى من المراكز المعتمدة عليها دولياً في هذا النوع من الجراحات.

مركز متخصص

وأشار الدكتور علي خماس إلى ضرورة إيجاد مركز متخصص لجراحات السمنة للأطفال في الدولة مزود بفريق طبي متخصص، مشدداً على أن الحاجة ملحة أكثر لمحاربة المرض في بداياته لأن الحل ليس الجراحة بالتأكيد بل في اتباع النظم الصحية السليمة والابتعاد عن كل مسببات السمنة.

وقال إن إدارة التنظيم الصحي في دبي أوشكت على الانتهاء من إعداد اللوائح والبروتوكولات والمعايير الخاصة بجراحة السمنة، وسيتم تطبيقها على المراكز والمستشفيات الحكومية والخاصة قريباً في دبي لتتماشى مع المعايير العالمية.

أحمد الحداد: حلال شرعاً للتخلص من المرض

مطالبة بإدراج عمليات السمنة ضمن التأمين



■ بدرية مفتاح



■ بسمة سمير



■ علي القرص



■ أحمد الحداد

■ دبي - مرفت عبد الحميد

طالب عدد من المقيمين في الدولة بضرورة قبول شركات التأمين عمليات جراحة السمنة، تجنباً لظهور الكثير من الأمراض الخطيرة وفي مقدمتها السكري وارتفاع ضغط الدم، والشرائين، مشيرين إلى أنهم مع ظهور عمليات تحويل وتديس المعدة بدأوا يلجأون لمثل هذا النوع من العمليات بشكل لم يسبق له مثيل، خاصة أنها باتت في الوقت ذاته من وجهة نظرهم الحل الأسرع للتخلص من البدانة، والأمراض الأيضية المصاحبة لها.

أما بدرية مفتاح فقد حاولت بشتى الطرق

عدة أن يتخلص من السمنة دون جدوى فقرر أن يلجأ إلى عملية تحويل مجرى المعدة، ويؤكد أنه يشعر بتحسّن كبير بعدها من نواح عدة، أهمها أنه أصبح خفيف الحركة.

وأكد الدكتور أحمد عبد العزيز الحداد كبير مفتين مدير إدارة الإفتاء بدائرة الشؤون الإسلامية في دبي، أن ربط المعدة أو قصها من أجل تخفيف وزن المرء الذي وصل إلى حد السمنة المفرطة بحيث تعتبر مرضاً لا صحة لها صورتان؛ الأولى أن تكون السبيل الوحيد للتداوي من هذا المرض، بحيث لم ينفع معها حمية ولا رياضة ولا تقليل الطعام.

على خوض التجربة، حيث أصبحت بعد العملية تكتفي بوجبة طعام واحدة، وهي تفكر بالالتزام بذلك على مدى حياتها، وتعتقد أن الأمر يستحق ذلك، وتقول إنها مستمتعة بهذا التطور وتشعر بأنها أنشط، وأكثر انفتاحاً على الحياة بعد أن غيرت كل محتويات خزانة ملابسها.

صحة الفرد

وأهاب علي راشد القرص بشركات التأمين ضرورة إدراج مرض السمنة ضمن الأمراض التي يغطي علاجها بكل وسائلها وألا تعتبرها تجميلية، ذلك لأنها ضرورية للمحافظة على صحة الفرد مثلها مثل أي علاج آخر، مشيراً إلى أنه حاول لسنوات

التخفيف من وزنها استجابة لنصائح العديد من الأطباء بعد أن أصيبت بمرض السكري والسكريات والمفاصل، نتيجة لمعاناتها السمنة التي باءت كل محاولاتها للتخلص منها بالفشل سواء من خلال تناول الأدوية المساعدة أو اتباع حميات غذائية بأنواعها، أو ممارسة الرياضات المختلفة. بسمة سمير ذات الـ 25 ربيعاً أجرت عملية تحويل مجرى المعدة العام الماضي بعد أن جربت دون جدوى العديد من الوسائل المعروفة لخفض الوزن وكانت النتيجة انخفاض طفيف في الوزن. وكانت بسمة تتوقع نتيجة مماثلة للنتيجة التي حصلت عليها إحدى قريباتها التي أجرت العملية قبلها وشجعتها

الحليب يقلل ضغط الدم



أكدت دراسة علمية حديثة أن اللبن له دور مهم في خفض ضغط الدم المرتفع، حيث أوضح أحد الباحثين أن الألبان ومشتقاتها تأتي في مقدمة الأغذية التي لها دور مهم في المحافظة على صحة الإنسان والوقاية من العديد من الأمراض مثل أمراض القلب والسمنة وضغط الدم المرتفع، لما يوفره اللبن من عناصر الكالسيوم والمغنسيوم والبوتاسيوم بنسب متوازنة. وأوضحت الأبحاث أن للألبان قدرة على مقاومة هشاشة العظام خاصة في المرحلة المتقدمة من العمر. دبي _ البيان الصحي

الجزر يخفض الكوليسترول الضار



أظهرت دراسة علمية حديثة أن الجزر يسهم في إدرار البول، كما يحسن من وظائف الجهاز الهضمي في حالة طهيه بالسكر، وفي الوقت نفسه أوضحت دراسة أخرى أن الجزر يساعد علي خفض مستوى الكوليسترول الضار ورفع مستوى الكوليسترول الحميد، كما أنه يتميز بأنه غني بالألياف القابلة للذوبان والمضادة للكوليسترول، بما فيها دبي _ البيان الصحي البكتين.

تناول الطعام مبكراً استراتيجية ناجحة لإنقاص الوزن

■ دبي _ البيان الصحي

قالت نتائج دراسة جديدة إن تكبير مواعيد الوجبات وتناول آخر وجبة رئيسية خلال وقت العصر استراتيجية فعالة للتخسيس. وتعتمد تلك الاستراتيجية على الساعة البيولوجية للجسم، والتي تنشط فيها عملية حرق الدهون والكربوهيدرات خلال ساعات النهار وتقل أثناء الليل.

تغيير مواعيد الطعام يقلل الشعور بالجوع مع الوقت،

ويزيد قدرة الجسم على حرق الدهون وبحسب الدراسة التي أجراها باحثون في جامعة ألاباما لا تتطلب هذه الاستراتيجية لإنقاص الوزن تغييرات كبيرة في حجم الوجبات أو نوعية الطعام، بقدر ما تحاول الاستفادة من قدرة الجسم على التمثيل الغذائي خلال ساعات النهار. وعُرضت نتائج الدراسة في مؤتمر جمعية السمنة الأميركية الذي انعقد مؤخراً في لويزيانا، وقامت المشرفة على الدراسة البروفيسورة كورتني بيترسون

بإجراء تجربة شارك فيها مجموعة من النساء والرجال يعانون من السمنة. وتم تقسيم المشاركين إلى مجموعتين تناولت إحداهما وجبات الطعام الرئيسية في أوقات مبكرة بين الساعة 8 صباحاً والساعة 2 بعد الظهر. وعلى الرغم من تناول جميع المشاركين كمية السعرات الحرارية نفسها، إلا أن من تناولوا الطعام مبكراً كانوا أكثر قدرة على حرق الدهون والكربوهيدرات مقارنة بمن تناولوا وجباتهم في وقت متأخر.

وكانت تجارب مماثلة قد أجريت على الحيوانات قد أثبتت هذه النتائج، وتتميز هذه الدراسة بأنها أجريت بمشاركة أشخاص من الجنسين. وأظهرت النتائج أن تكرار تغيير مواعيد الطعام يقلل الشعور بالجوع مع الوقت، ويزيد قدرة الجسم على حرق الدهون، وأنه يمكن أن يكون استراتيجية فعالة للتخسيس على المدى الطويل.



بيضة صباحاً تقلل الإصابة بالسكتة الدماغية بمعدل 12 %

■ دبي _ البيان الصحي

كشفت دراسة علمية حديثة نشرت نتائجها في مجلة الكلية الأميركية للتغذية، عن أن البيض من الأطعمة التي تجب إضافتها لوجبة الإفطار يومياً، حيث إنه يعمل على خفض خطر الإصابة بسكتة دماغية بمعدل أكبر من 12%. وأظهرت الدراسة أيضاً أن تناول البيض كل يوم ليس له أي ارتباط مع مرض القلب التاجي الذي يعتبر السبب الرئيسي للوفاة في العالم، حيث إن بيضة واحدة كبيرة تحتوي على 6 جرامات من البروتين عالي الجودة والمواد المضادة للأكسدة واللوتين وزياكسانثين، وكذلك الفيتامينات E و D و A. وأوضح الباحثون أن

فيتامين E الموجود في البيض يحد من خطر الإصابة بالنوبات القلبية في المستقبل في الأشخاص الذين يعانون من أمراض القلب في حين "اللوتين" قد يساعد في الحماية من انسداد الشرايين. ولتأكيد نتائج الدراسة، استعرض الباحثون دراسات سابقة بين عامي 1982 - 2015 والتي شارك فيها أكثر من 275 ألف مريض، وقاموا بتقييم العلاقات بين تناول البيض والإصابة بأمراض القلب التاجية بالإضافة إلى السكتة الدماغية. وقال رئيس فريق الباحثين الدكتور "دومينيكا الكسندر" من معهد EpidStat، الأميركي، إن البيض يقلل خطر السكتة الدماغية، كما أنه مصدر ممتاز من البروتين، المرتبط بخفض ضغط الدم.

القرنبيط والكرب يخفضان نسب الإصابة بسرطان القولون والمستقيم

■ دبي _ البيان الصحي

أكدت دراسة علمية أن كثرة تناول القرنبيط والكرب تقلل من نسبة الإصابة بسرطان القولون والمستقيم والمثانة الناتجة عن تلوث الطعام بالسموم الفطرية، نتيجة لاحتوائهما على مركبات تمنع التشوه في نواة الخلية، وذلك من خلال زيادة افراز الانزيم الذي يمنع اتحاد السم الفطري مع الـ «دي إن إيه». وأوضح أحد الباحثين أن هذه السموم التي تفرزها أنواع من الفطر التي تنمو على الجيوب والبقول لها تأثير سام على الإنسان اذا تناول الأطعمة الملوثة بهذه السموم، ولكن الحرص على تناول العناصر الغذائية المختلفة وبكميات تفي بالاحتياجات الفسيولوجية وبصورة متوازنة يعد عنصراً أساسياً لاحتفاظ الجسم بقدرته على التعامل مع السموم بصورة عامة وقدرته على التخلص منها، وتلافي الأضرار التي قد تحدثها.



لمرضى التهاب المسالك البولية.. أكثرُوا من شرب الماء

■ دبي _ البيان الصحي

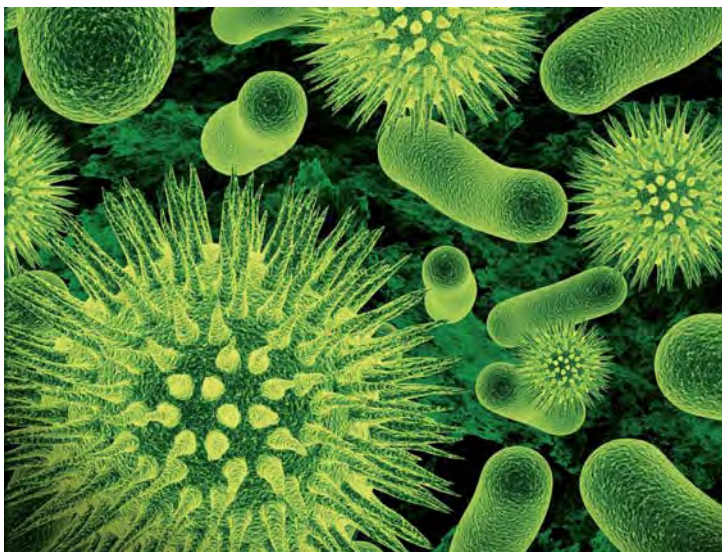
دعت اختصاصية في وزارة الصحة الكويتية الأشخاص الأكثر عرضة لالتهاب المسالك البولية بتناول الماء بكثرة مع تناول عصير التوت البري بكميات كبيرة وأخذ فيتامين (سي) يومياً. وأوضحت

مراقبة التوعية الصحية الدكتوروة ليلي الجاسم أن مرض التهاب المسالك البولية يعتبر من الأمراض الشائعة التي تصيب الملايين كل عام «حوالي 8 ملايين شخص سنوياً»، موضحة أن البول الطبيعي يحتوي

على سوائل وأملاح ومخلفات الجسم وهو خال تماما من البكتيريا والفيروسات والفطريات.



الفيروسات والبكتيريا أبرز مسببات الإسهال



الإسهال ناقوس الخطر في حال ظهور دم في البراز أو إذا كان مصحوباً بحمى أو الشعور بالدوار أو حدوث تهرلات في الجلد، حيث ينذر الدم في البراز بوجود ورم في جدار الأمعاء، في حين أن تهرل الجلد يشير إلى معاناة الجسم من جفاف شديد، وهو ما يستلزم الذهاب إلى المستشفى لتعويض فقدان السوائل عن طريق المحاليل. دبي – البيان الصحي

وأيضاً قد يكون الإسهال نتيجة لتسمم غذائي أو بسبب التهاب مزمن في الأمعاء، وأحياناً قد يكون نتيجة للتوتر النفسي، الذي تنعكس آثاره على المعدة والأمعاء، وفي الغالب يعود البراز إلى حالته الطبيعية بعد يومين أو ثلاثة. وتوصي بيتينا زاور، من الهيئة الألمانية لاختبار السلع، بإجراء الفحوصات الطبية اللازمة في حال استمرار الإسهال لمدة أطول من ذلك أو الإصابة المتكررة به. ويذكر

سائل أو حتى على شكل براز مائي، ويفقد الجسم بجانب السوائل مواد معدنية مهمة، وغالباً ما ترجع الإصابة بالإسهال إلى الفيروسات أو البكتيريا. وأضاف أن كثيراً من الناس يعانون خلال فصل الشتاء من مشكلة الإسهال بسبب فيروسات النوروفيروس والروتا، والتي تعد من مسببات الإسهال، وفي الوقت ذاته شديدة العدوى، موضحاً إن الإسهال قد يكون عرضاً جانبياً للمضاعفات الحيوية،

لا يعد الإسهال مرضاً في حد ذاته، ولكنه عرض يشير إلى أن شيئاً ما في الجسم ليس على ما يرام، حيث إنه قد يرجع إلى عدوى فيروسية أو عدم تحمل أحد الأدوية.

وقال محمد سامح رئيس صيدلية مستشفى راشد: إنه يستدل على الإصابة بالإسهال عن طريق الذهاب إلى المرحاض أكثر من ثلاث مرات في اليوم على مدار عدة أيام، مع خروج البراز على شكل

عقاران جديان يتيحان عمراً أطول لمرضى السرطان



دبي – البيان الصحي

أظهرت نتائج تجارب عملية أن اثنين من العقاقير الجديدة التي تمد الجهاز المناعي بالقدرة على مقاومة السرطان، تمكن المرضى من العيش لسنوات أطول مقارنة بالأدوية التقليدية.

وقالت شركة «ميرك آند كو» للأدوية، إن عقارها الجديد «كيترودا» ساعد مرضى مصابين في مستويات متقدمة من سرطان الجلد على البقاء ثلاث سنوات على الأقل.

أما شركة «بريستول- مايرز» فذكرت أن علاجها الجديد «أوبديفو» ساهم في إطالة أعمار عدد كبير من المرضى المصابين بمستويات متقدمة من سرطان الجلد بحوالي عامين على الأقل.

وجرى نشر النتائج، الأربعاء، قبل اجتماع الجمعية الأميركية للأورام المقرر في شيكاغو الشهر المقبل، بحسب ما ذكرت رويترز.

ويعد «كيترودا» وأوبديفو» من بين أول سلسلة عقاقير ناجحة في علاج الأورام ويصل سعرها إلى 150 ألف دولار في العام.

ويقوم العقاران بحجب بروتين يطلق عليه اسم «بي.دي-1» تستعين به الخلايا السرطانية في التخفي من الجهاز المناعي.

ورصد الباحثون حالات 655 مريضاً بسرطان الجلد، فخلصوا إلى أن 40 في المئة ممن تلقوا علاج «كيترودا» لا يزالون على قيد الحياة بعد ثلاث سنوات من بدء العلاج. ولم يكن للنوع الفتاك من سرطان الجلد علاج فعال قبل ظهور الجيل المذكور من العقاقير، إذ يتوفى أغلب المرضى في أقل من عام على انتشار المرض لمناطق أخرى في الجسم.

فضلا عن ذلك، أبانت دراستان أخريان عن سرطان الرئة، أن عقار «أوبديفو» الذي تنتجه بريستول ساهم في إبقاء المزيد من المرضى على قيد الحياة عامين على الأقل منذ بدء العلاج قياساً بمرضى تلقوا علاجاً كيميائياً.

المضادات الحيوية إلى زوال

دبي – البيان الصحي

تمكن علماء هولنديون من التوصل إلى دواء فعال يمكن أن يكون بديلاً للمضادات الحيوية التي يتراجع مفعولها بشكل متزايد بسبب المخاطر الصحية التي تسببها.

وبحسب التجارب الأولية، فقد أظهر العقار الجديد قدرة كبيرة وفعالية عالية في القضاء على البكتيريا والجراثيم، فيما يقول العلماء إنه من غير المرجح أن تتمكن الجراثيم والبكتيريا والالتهابات من مقاومة العلاج الجديد.

ويتوفر العلاج الهولندي الجديد على شكل مرهم يتم دهنه على البشرة، على أن العلماء يعملون من أجل توفيره في شكل حبوب أو لقاحات يتم حقنها في الدم ليعوض المضادات الحيوية التي أصبحت تدريجياً عديمة الجدوى.

مضاد كلاريثروميسين الحيوي

وأظهرت دراسة قديمة نشرت نتائجها في مجلة «بريتش ميدكال جورنال» البريطانية أن المضاد كلاريثروميسين الحيوي الذي يوصف بشكل كبير لمعالجة التهابات جرثومية شائعة، مثل التهاب اللوزتين أو التهاب الشعب الهوائية يمكن أن يزيد خطر الوفاة بأمراض القلب وانسداد الشرايين.

وأظهرت دراسة أخرى أن إعطاء مضادات حيوية للأطفال دون سن الثانية يزيد خطر الإصابة بالبدانة خلال مرحلة الطفولة، ونبهت من خطر أكبر على الأطفال الذين يتناولون جرعات كبيرة منها. وقال تشارلز بايلي من مستشفى الأطفال في فيلادلفيا بولاية بنسلفانيا، المشرف الرئيس على الدراسة التي نشرت نتائجها مجلة «جورنال أوف ذي اميركان اسوسيشن»: «نظر إلى أن البدانة تنجم عن أسباب متعددة، فإن تقليص انتشارها يعتمد على تحديد كل عوامل الخطر والسيطرة عليها. وأضاف: نتائج دراستنا تدعو إلى الاعتقاد بأن بعض استخدامات المضادات الحيوية قبل سن 24 شهراً يمكن أن تكون من بين هذه العوامل.



اكتشاف مذهل يقضي على سرطان الثدي



وأضاف: «إنه أمر مثير جداً ويثقل الصدور». ووفقاً للشركة المنتجة، فإن العلاج الجديد مستوحى من فيروسات طبيعية تهاجم البكتيريا عبر أنزيمات يطلق عليها اسم (Endolysins). وذكر الطبيب بجورن هيربرز، الذي قام بتجربة العلاج الجديد، أن «الأنزيمات المستخدمة في الدواء الجديد موجودة في الطبيعة، حيث تم فقط إنتاج نسخة معدلة منها، بما يجعلها ذات قوة أكبر في مواجهة البكتيريا والقضاء عليها»، مضيفاً: «إنها جزيء جديد مصمم من فتات موجود في الطبيعة أصلاً».

في مقاومة الأمراض التي تتطور بفعل تطور البكتيريا والجراثيم والفيروسات والالتهابات، فيما تقول الإحصاءات الطبية في بريطانيا - على سبيل المثال - إن أكثر من 5 آلاف شخص يفقدون حياتهم سنوياً، بسبب فشل المضادات الحيوية في أن تؤدي الدور المطلوب منها بفعالية. وقال مارك أوفرهاوس، الرئيس التنفيذي لشركة (Microos) الهولندية التي تمكنت من ابتكار العقار الجديد: «إننا ندخل عصراً جديداً في الكفاح ضد البكتيريا المقاومة للمضادات الحيوية»، مشيراً إلى أن «ملايين البشر في العالم سوف يستفيدون من الاكتشاف الجديد»،

دبي – البيان الصحي

تمكن علماء متخصصون في علم الجينات والوراثة من استخدام تحليل الـ«DNA» التقليدي في معرفة إن كانت المرأة يمكن أن تكون عرضة للإصابة بسرطان الثدي في المستقبل أم لا، وهو الأمر الذي قد يتيح مكافحة المرض قبل الإصابة به، وليس عند الإصابة المبكرة، بما قد يؤدي مستقبلاً إلى القضاء عليه بشكل كامل أو شبه كامل من العالم.

ويأتي الاكتشاف الطبي الجديد في الوقت الذي بدأت فيه المضادات الحيوية التقليدية تفقد مفعولها تدريجياً

الاقتصاد العالمي يتكبد تريليون دولار بسبب المدخنين سنويا



عروض للإقلاع عنه. وطمان معدو الدراسة الدول المعروفة بإنتاج التبغ من عدم تراجع عائداتها الاقتصادية جراء التدخين، وشددوا على أن الوقت لا يزال كافياً أمام زارعي التبغ للبحث عن بدائل لتأمين دخلهم. دبي - البيان الصحي

كشفت منظمة الصحة العالمية في دراسة حديثة أن المدخنين وماضغي التبغ يكبدون الاقتصاد العالمي نحو تريليون دولار سنوياً، أي ما يعادل 950 مليار يورو. وأكد معدو الدراسة على الجدوى المالية للبرامج الرامية للحد من التدخين والتي تتضمن أيضاً زيادة أسعار منتجات التبغ وزيادة الضرائب المفروضة على هذه المنتجات وحظر الترويج لها، وإطلاق تحذيرات من عواقب التدخين وتقديم

الإقلاع عن التدخين.. فوائد من اللحظة الأولى

■ دبي - البيان الصحي

الإقلاع عن تدخين التبغ ليس سهلاً لأن الاعتماد على التبغ هو مجموعة من الظواهر السلوكية والمعرفية والفسولوجية، ولا يتمكن إلا عدد قليل جداً من متعاطي التبغ من النجاح في ترك هذه العادة من أول محاولة لهم، هذا بالتحديد ما تقولهُ منظمة الصحة العالمية في دراسة حديثة لها، حيث تشير إلى أن نسبة البالغين في الصين ممن يؤمنون بأن التدخين يسبب أمراضاً خطيرة 23.2% فقط، بينما تبلغ نسبة من يؤمنون بأن التعرض لدخان التبغ يسبب أمراض القلب وسرطان الرئتين لدى البالغين وأمراض الرئتين لدى الأطفال 24.6% لا غير، وتقتصر على 16.1% نسبة من يزعم من المدخنين البالغين حالياً الإقلاع عن التدخين خلال الأشهر الاثني عشر المقبلة أو يفكر في الإقلاع عنه. وتبلغ في الهند نسبة المدخنين البالغين حالياً ممن يزمعون الإقلاع عن التدخين خلال الأشهر الاثني عشر المقبلة أو يفكرون في الإقلاع عنه حوالي 26%.

نصائح طبية

ويشتمل الدعم المشفوع بالبيانات للإقلاع عن تعاطي التبغ (علاج الاعتماد على التبغ) على طرائق تتراوح بين إسداء النصائح الطبية البسيطة والمعالجة الدوائية، جنباً إلى جنب مع الخطوط الهاتفية للمساعدة على الإقلاع عنه وإسداء المشورة، على أن متعاطي التبغ يبدون مستويات متدنية من الوعي بالبيانات المتعلقة بهذه التدخلات في مجال العلاج من الاعتماد على التبغ. أما الفوائد الصحية المجنية من الإقلاع عن التدخين، فترصدها منظمة الصحة العالمية في فوائد صحية فورية وطويلة الأجل على جميع المدخنين، ومنها:

- في غضون 20 دقيقة هبوط معدل ضربات القلب وضغط الدم.
- 12 ساعة: انخفاض مستويات أول أكسيد الكربون في الدم إلى معدلاتها الطبيعية.
- 2 - 21 أسبوعاً: تحسن الدورة الدموية وارتفاع مستوى أداء الرئتين.
- 1 - 9 أشهر: تناقص معدلات السعال وضيق النفس.

سنة واحدة: بلوغ معدل خطر الإصابة بأمراض القلب التاجية نصف معدله تقريبا مقارنة بالمدخنين.

- 5 سنوات: هبوط معدلات خطورة الإصابة بالسكتة الدماغية إلى معدلاتها بالنسبة إلى غير المدخنين في غضون فترة تتراوح بين 5 سنوات و15 سنة عقب الإقلاع عن التدخين.
- 10سنوات: هبوط معدلات خطورة الإصابة بسرطان الرئة إلى نصفها تقريبا مقارنة بالمدخنين، وتناقص خطورة الإصابة بسرطان الفم والحلق والمرء والمثانة وعنق الرحم البكرياس.
- 15سنة: خطورة الإصابة بأمراض القلب التاجية معادلة لمستواها بالنسبة إلى غير المدخنين.

مزاي

ولا يزال الأفراد الذين يعانون فعلا من مشاكل صحية ناجمة عن التدخين من مختلف الأعمار قادرين على الاستفادة من مزايا الإقلاع عن التدخين، كما تؤكد المنظمة، حيث تشير إلى أن الفوائد المجنية مقارنة بالمواظبين على التدخين، هي:

- عند بلوغ سن الثلاثين تقريبا: كسب 10 سنوات تقريبا من متوسط العمر المتوقع.
- عند بلوغ سن الأربعين تقريبا: كسب 9 سنوات من متوسط العمر المتوقع.
- عند بلوغ سن الخمسين تقريبا: كسب 6 سنوات من متوسط العمر المتوقع.
- عند بلوغ سن الستين تقريبا: كسب 3 سنوات من متوسط العمر المتوقع.

بعد الإصابة بمرض يتهدد الحياة، تكون هناك فوائد سريعة لدى من يقلعون عن التدخين عقب الإصابة بنوبة قلبية وتضاول فرصة إصابتهم بنوبة أخرى بنسبة 50%. يقلل الإقلاع عن التدخين الخطورة الجسيمة لإصابة الأطفال بالعديد من الأمراض الناجمة عن استنشاق دخان التبغ غير المباشر، مثل أمراض الجهاز التنفسي (كالربو)، والتهابات الأذن. يضيق الإقلاع عن التدخين فرص الإصابة بالعانة ومواجهة المرأة صعوبات في أن تصبح حاملا ويجنيها الولادات السابقة لأوانها ونقص وزن الرضيع عند الولادة والإجهاض.

النوم يساعد في تعلم اللغات والإقلاع عن التدخين

النغمة مرة ثانية.

وتم تعريض إحدى مجموعات المتطوعين (بدون علمهم) للاستماع إلى نفس النغمة وهم نيام، أما المجموعة الثانية فلم يتم تعريضها لأي شيء. والمجموعة التي تعرضت لسماع النغمة أثناء النوم بدون علمها قام أفرادها بعزف النغمة بشكل أفضل من عزفها من قبل هؤلاء الذين لم يسمعوها خلال فترة نومهم.

■ الإقلاع عن التدخين:

ووجدت دراسة أخرى، أن النوم يمكن أن يستخدم في التخلص من هذه العادة السيئة، حيث قام العلماء بإطلاق رائحة دخان التبغ في الغرفة التي ينام فيها المشاركون في التجربة، ومن ثم أطلقوا رائحة بيض فاسد، وعلى الرغم من أن المشاركون نهضوا من نومهم وهم لا يتذكرون ذلك، إلا أنهم في الأسابيع التالية بدأوا التدخين بنسبة أقل. يذكر أن علماء الأعصاب في جامعة ستانفورد وجدوا أن أجزاء مختلفة من الدماغ قادرة على «النوم» حتى في وضح النهار.



وأجرى باحثون من جامعة نورث وسترن (الولايات المتحدة) دراسة أخرى في عام 2012، قام المتطوعون فيها بعزف نغمة معينة، وبعد قيامهم بهذه المهمة اتجه جميع المتطوعين إلى النوم وأخذوا غفوة، وعندما أفاقوا طُلب منهم أن يعزفوا

المفردات الجديدة.

وأشارت الدراسة إلى أن سبب عدم حصول الطلاب الذين استمروا مستيقظين على نتائج جيدة يعود إلى حرمانهم من النوم.

■ العزف على آلة موسيقية

وبعد أن استيقظت المجموعة الأولى في الثانية صباحاً، تقدم الطلاب الستون لاختبار بشأن الكلمات الجديدة، وتبين للعلماء أن أولئك الذين أقيمت عليهم للمفردات أثناء نومهم كان أدائهم أفضل من أولئك الذين ظلوا مستيقظين يتعلمون

■ دبي - البيان الصحي

أظهرت دراسة أجراها بعض العلماء أن تخزين المعلومات ليس الشيء الوحيد الذي يستطيع الإنسان القيام به خلال فترة نومه، وقد نشر البحث في مجلة نيشر نيوروساينس.

وسمح لنصف الطلاب بعدها بالنوم وتمت إعادة قراءة المفردات عليهم أثناء نومهم، أما النصف الآخر من الطلاب فظل مستيقظا يستمع إلى تلك الكلمات والمفردات الجديدة.



2000 طبيب في مؤتمر جراحة الأنف والأذن والحنجرة

يقرب من 2000 طبيب وطبيبة من داخل الدولة وخارجها، إلى جانب مشاركة أكثر من 30 شركة متخصصة في التجهيزات والمستلزمات الطبية، ضمن المعرض المصاحب للمؤتمر. دبي - البيان الصحي

شهدت دبي، مؤخراً، أعمال (المؤتمر السابع لجراحة الأنف والأذن والحنجرة)، الذي انطلق برعاية كريمة من سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي وزير المالية رئيس هيئة الصحة بدبي، وتنظيم من شعبة الأنف والأذن والحنجرة في جمعية الإمارات الطبية. وافتتح المؤتمر معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي، بحضور ما



«صحة دبي» تتوسع في شراكاتها مع القطاع الطبي الخاص



■ تصوير: صلاح عبد القادر ونديم رشيد

دبي - البيان الصحي

أبرمت هيئة الصحة بدبي، مؤخراً، مجموعة من الاتفاقيات الجديدة شملت، مستشفى الجامعة بالشارقة، ومستشفى الزهراء، والمستشفى الدولي الحديث، ومستشفى برايم، ومركز بروفيتا الطبي العالمي، وذلك ضمن نطاق الشراكات، الذي تتوسع فيه الهيئة يوماً بعد الآخر مع مؤسسات ومنشآت القطاع الصحي الخاص، بهدف توفير أفضل سبل الرعاية الصحية لجمهور المتعاملين، وتقديم سلة متنوعة من الباقات والخدمات الطبية عالية الجودة في المستشفيات الحكومية والخاصة.

وقع عن الهيئة، حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي، وعن مستشفى الزهراء الشيخ فيصل القاسمي رئيس مجلس إدارة المستشفى، ومستشفى الجامعة بالشارقة عبدالله المحيان رئيس مجلس أمناء المستشفى رئيس هيئة الشارقة الصحية، وعن المستشفى الدولي الحديث الدكتور كيشان باكال المدير التنفيذي للمستشفى، كما وقع عن «برايم» الدكتور جميل أحمد المدير العام لمجموعة برايم، وعن مركز بروفيتا الطبي العالمي مايكل ديفيس المدير التنفيذي للمركز.



تأمين ماراثون دبي 2017 بأفضل سبل الرعاية الطبية



دبي - البيان الصحي

تواجدت هيئة الصحة في دبي بشكل لافت في ماراثون ستاندرد تشارترد دبي 2017 الذي جرى، مؤخراً، تحت رعاية سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي، رئيس مجلس دبي الرياضي. ووفرت الهيئة أفضل سبل الرعاية والخدمات الطبية للمشاركين في الماراثون من داخل الدولة وخارجها، من خلال عيادتين و5 نقاط طبية يقوم عليها 10 أطباء من أكفأ النخب الطبية في الهيئة، و23 ممرضاً، فضلاً عن مشاركة أكثر من 2300 من موظفي وموظفات الهيئة، في مختلف فئات التنافس التي شملها الماراثون هذا العام.

وتأتي مشاركة هيئة الصحة بدبي في هذا الحدث الرياضي وغيره من الأنشطة الرياضية المهمة، ضمن استراتيجيتها الهادفة إلى التشجيع على ممارسة النشاط البدني، كنمط حياة للوقاية من الأمراض، وتحسين الصحة العامة للأفراد على اختلاف فئاتهم العمرية.



الواقع الافتراضي يعالج جنون الارتياب «البارانويا»

خلصت دراسة أجراها باحثون بجامعة أوكسفورد أنه يمكن استخدام تقنية الواقع الافتراضي لعلاج حالات البارانويا Paranoia الشديدة عن طريق السماح للمرضى بمواجهة المواقف التي يخشونها وفهم أن تلك المواقف آمنة فعلاً ولا داعي للخوف منها. وتجمع الدراسة التي أجريت في بريطانيا بين تقنيات العلاج النفسي القائم على الأدلة مع أحدث التقنيات لمحاكاة مواقف اجتماعية في الواقع الافتراضي للحد من المخاوف الناجمة عن المرض النفسي المعروف باسم جنون الارتياب. دبي - البيان الصحي

كلمة العدد

د. محمد الرضا

الطباعة ثلاثية الأبعاد

الطباعة ثلاثية الأبعاد، هي أحد أهم علوم التكنولوجيا الحديثة والتقنيات الأكثر تطوراً، التي فرضت نفسها على عالمنا، بقدراتها الفائقة في تصوير الأشياء وتحويل كل ما هو معقد التركيب إلى أشكال سلسة بسيطة، بذات التفاصيل، لذلك كان لمثل هذه التقنية الانتشار السريع، ولاسيما في المجال الطبي، لتضع الطباعة ثلاثية الأبعاد حداً فاصلاً للأساليب المألوفة والنمطية، وتجتاز بعد ذلك عالم العمليات الجراحية الدقيقة.

هذا بالفعل ما حدث في واحدة من العمليات الكبرى التي شهدها مستشفى دبي التابع لهيئة الصحة بدبي، حيث تبين معاناة مريضة من ورم خبيث عميق وغير ظاهر في الكلى، قبل شهر، وبالرغم من تقصوץ أطباء الهيئة وتميزهم في التعامل مع مثل هذه الحالات، إلا أن ثمة ضرورة كانت تدفع إلى استثمار تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد في هذه العملية، وكان الأمر بسيطاً للغاية، حيث تم تحويل جميع الأشعة والتصوير التلفزيوني للكلية بكل ما فيها إلى مجسم ثلاثي الأبعاد، وبوساطة واحدة من أكبر المؤسسات الأميركية العاملة في هذا المجال. وبمجرد وصول المجسم، استطاع الفريق الطبي أن يقرر الأسلوب الأمثل لإجراء العملية، بحيث يتم استئصال الورم، مع الاحتفاظ بالكلى، كما كان للمريضة في الوقت نفسه أن تتعرف إلى طريقة العملية وتطمئن لمجرياتها، وهذا ما حدث بالفعل، ونجحت العملية الجراحية الدقيقة، بعد تمكن الأطباء من تحديد حدود الورم وعمقه.

هذا المثال يقرب الأذهان لأهمية تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد، وإمكانية امتدادها لجميع أجهزة الجسم وتفاصيله، واستخدامها في أي عمليات أخرى، حتى البسيطة منها. وهو ما تعمل عليه هيئة الصحة بدبي، التي تحرص على الاستعانة بأفضل ما جادت به التكنولوجيا، لتقديم خدماتها لجمهور المتعاملين بأساليب ذكية متقدمة، وذلك في ضوء المبادرة الطموحة لمدينة دبي (مسرعات المستقبل). من هذه الأهمية، بدأ حديث الأوساط العلمية والطبية على وجه التحديد، يشير إلى ضرورة سن التشريعات ووضع الضوابط التي تنظم عمليات استخدام تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد، وحمايتها من أي إساءة لاستخدامها، ووضع الشروط اللازمة لحفظ الملكية الفكرية المتصلة بكل ما يتعلق بإنتاج المجسمات، وحفظ حقوق الأفراد والمجتمع بوجه عام. لا يعني ذلك الاقتصاد في استخدام هذه التقنية التي فاقت التوقعات، وإنما تحقيق الاستثمار الأمثل لها، وخاصة في المجال الصحي، الذي أصبح الساحة الأكبر عالمياً في استيعاب التكنولوجيا المتقدمة بتجهيزاتها وتطبيقاتها الذكية. ربما ما نقوله هو ما يفسر تصدر تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد، أجندة عمل معرض ومؤتمر «أرب هيلث»، الذي سينطلق غداً في دبي.

مدير مكتب التحول التنظيمي - هيئة الصحة بدبي



رؤية أجسام نحيفة تشجّع على الأطعمة الصحية

■ **دبي - البيان الصحي**

قالت دراسة سويسرية جديدة إن ما تشاهده العين من بيئة محيطة أو فنون بصرية بحث على اختيار أطعمة صحية، وبالتالي التغلب على البدانة. ودعت نتائج الدراسة التي أجريت في جامعة برن إلى مشاهدة الفنان ألبيرتو المنحوتات والصور التي تصوّر أجساماً رشيقة لأن رؤيتهم تؤثر إيجابياً فتدفع إلى اتخاذ خيارات طعام صحية.

وبحسب التقرير الذي نشرته مجلة «اينتايت» عن نتائج الدراسة شارك في التجربة 114 شخصاً تم تقسيمهم إلى مجموعتين. وطلب من بعض المشاركين في المجموعة الأولى مشاهدة صور لمنحوتات الفنان ألبيرتو جياكوميني تصور أجساماً نحيفة، ثم تم اصطحاب الجميع إلى غرفة مغلقة وعرضت إحدى هذه المنحوتات على الحائط أمامهم، وتم تقديم بيتزا لهم ليأكلوا.

أما المجموعة الثانية فقد شاهد بعض المشاركين فيها الأعمال النحتية الرشيقة، ثم تم تقديم شوكولا وتوت للجميع، وأخبروا أن بإمكانهم أن يأكلوا كمية كبيرة إذا رغبوا في ذلك، على أن يقيموا هذه الوجبة الخفيفة وما إذا كانوا يعتبرونها صحية أم لا.

وأظهرت النتائج أن من شاهدوا الأعمال النحتية النحيفة أكلوا أقل، وتضمن تقييمهم للوجبات الخفيفة إشارات عن أهمية الرشاقة ومراعاة الجانب الصحي في اختيار الأطعمة الخفيفة.



التعلم مستقبلاً بلا عناء .. الدورة الدموية تنقل المعلومات

الدورية كنانق للمعلومات نحو الدماغ. ويقول في هذا السياق: «لنتعلم القراءة، استهلكنا الكثير من المعلومات بواسطة العين، وهذه قناة غير فعالة، أتنبأ أننا سنبتلع المعلومات».

وشرح الباحث نظريته بشكل مبسط قائلا: «سوف تبتلعون قرص دواء وستعرفون التحدث بالإنجليزية وتعرفون من يكون شكسبير، وذلك عن طريق الدورة الدموية التي ستوصل المعلومات إلى الدماغ، وهو سيتكلف بوضعها في الأماكن المناسبة». واعتبر الكثيرون أن هذه الفكرة ضرب من الخيال، لكن صاحبها يذكر منتقديه بنبوءاته السابقة منذ السبعينات والتي تحققت كلها، حيث تنبأ أن عصر الحاسوب الضخم الذي يعمل بالآلة سيأتي، وما قد وصلنا إلى الألواح الإلكترونية.



قهوة الصباح تبطئ الشيخوخة

■ **دبي - البيان الصحي**

أضاف بحث جديد فائدة رائعة إلى مجموعة الفوائد التي تحصل عليها من شرب القهوة، وهي إبطاء الشيخوخة. وأفادت نتائج الدراسة التي أجراها باحثون من جامعة ستانفورد أن غالبية كبار السن الذين لديهم مستوى منخفض من الالتهابات المسببة لمعظم أمراض الشيخوخة لديهم عادة مشتركة هي حب مشروبات الكافيين، وخاصة القهوة. وبحسب الدراسة التي نشرتها دورية "نيتش ميديسن" يساعد الكافيين كبار السن على تقليل الالتهابات المسببة للأمراض المزمنة، مثل السكري وارتفاع ضغط الدم ومشاكل المفاصل والزهايمر وأمراض القلب. ولفتت الدراسة الانتباه إلى أن أمراض الشيخوخة لا يسببها التقدم في العمر في حد ذاته، وإنما تحدث نتيجة ارتفاع مستوى الالتهابات في الجسم، والتي تحفز الجينات المرتبطة بالشيخوخة وأمراضها. لذا، عند انخفاض مستوى الالتهابات بالجسم يقل نشاط الجينات المرتبطة بأمراض الشيخوخة. وقد تبين أن مشروبات الكافيين، وخاصة القهوة، تساعد على تقليل التهابات الجسم.

وأظهرت النتائج أن شرب كوب أو اثنين من القهوة يومياً يزود الجسم بحماية من الالتهابات، ووقاية من أمراض الشيخوخة. وقارنت الدراسة بين نشاط الجينات المسببة لأمراض الشيخوخة لدى مجموعتين من الشباب وكبار السن، وتبين نشاطها لدى المتقدمين في العمر. وأظهرت النتائج أيضاً أن نشاط هذه الجينات يقل مع انخفاض مستوى الالتهابات حتى لو كان الشخص في عمر الشيخوخة، وأن مشروبات الكافيين تساعد على ذلك.