

الكافيين لا يزيد مخاطر سرطان الثدي

04



أسلوب الحياة الصحي.. درع الوقاية من السرطان



علماء يقتربون من علاج الذكريات الأليمة

05

04



«صحة دبي» تدشن الروبوت الأول في المنطقة لصرف الدواء

دشنت هيئة الصحة بدبي، مؤخراً، أول روبوت من نوعه في الشرق الأوسط لصرف الدواء دون تدخل بشري في مستشفى راشد، بقدرات وتقنيات فائقة المستوى لصرف الأدوية بضغطة زر من دون احتمالات لأية أخطاء.

سرعة الجهاز:



12 وصفة طبية في أقل من دقيقة واحدة

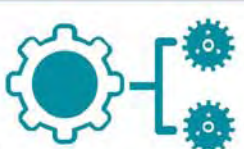
12 منقذاً للأدوية اثنان منها فائقة السرعة

منفذ إضافي لحالات الطوارئ

ناقلات فائقة السرعة لتوصيل الأدوية إلى منطقة الصرف

8000 عبوة دواء يمكن صرفها في الساعة

مميزات الجهاز:



باركود خاص لكل صنف دوائي

إمكانية التفرقة بين صرف علب الأدوية الكاملة والأدوية الموصوفة بحبات معدودة

احتمالية الأخطاء في صرف الأدوية صفر

مرتبط إلكترونياً مع نظام سلامة وبكفاءة عالية

إعداد: حسني البلاونة
غرافيك: حازم عبيد
البيان الصحي



تعبئة الجهاز:

يتم تعبئة الجهاز من خلال نظامين (نظام آلي، ونظام يدوي)

4 كاميرات للتأكد من صحة الأدوية التي يتم تعبئتها في الجهاز

إمكانية تعبئة 3000 عبوة في الساعة

القدرة على تخزين 35000 عبوة دواء

عملية صرف الدواء

3

مراجعة الوصفة إكلينيكيًا من قبل الصيدلاني

2

مراجعة المريض للصيدلية

1

مراجعة الطبيب ووصف الدواء إلكترونياً

4

يبدأ الروبوت في تحضير وصفة الدواء بمجرد مراجعتها من قبل الصيدلاني

5

صرف الدواء بضغطة زر من قبل الصيدلاني الموجود في الصيدلية

6

استلام المريض للدواء

الأهداف



بطاقة التأمين الصحي لكبار السن سارية بمجرد إصدارها

دبي - البيان الصحي

قال الدكتور حيدر اليوسف مدير إدارة التمويل الصحي في هيئة الصحة في دبي إن صلاحية بطاقة التأمين الصحي الخاصة بكبار السن في دبي سارية بمجرد إصدارها، وأن كبار السن مشمولين بخدمات التأمين الصحي فور إنهاء تعاقدهم مع إحدى شركات التأمين المرخصة، وذلك باستثناء تغطية الأمراض السابقة على التأمين التي يتم تغطيتها بعد 6 أشهر فقط من التعاقد. وأكد أن أية مخالفة من قبل أي شركة تأمين لهذا النظام، يعرض الشركة للمساءلة.

وقال الدكتور حيدر إن الأمراض السابقة لعملية التأمين هي التي يتم تفعيلها بعد 6 أشهر، وهذا يطبق على العلاج. ورداً على شكاوى بعض المقيمين أفاد بأن جميع باقات التأمين يتم قبولها من قبل المراكز والعيادات المحددة ضمن وثيقة التأمين لافتاً إلى أن علاج الأمراض السابقة فقط هي التي يتم تفعيلها بعد 6 أشهر.

وأوضح أن الأمراض السابقة يقصد بها الأمراض المزمنة التي كان يعاني منها الشخص قبل انضمامه للتأمين وتشمل الأمراض المزمنة كالضغط والسكري وأمراض القلب والشرابين أو أي مرض مزمن آخر يعاني منه المؤمن له، مؤكداً

أن باقات التأمين التي وضعتها الهيئة راعت مصالح الطرفين المؤمن والمؤمن له.

وأضاف: «تعمل جميع شركات التأمين بلا توقف لاستيعاب الراغبين في الحصول على باقات التأمين الصحي، وهناك نسبة كبيرة من المعاملات تتم عبر المواقع الالكترونية للشركات مباشرة دون الحاجة إلى التواجد الشخصي حيث يتم تفعيل التأمين الصحي على بطاقة الهوية للعامل أو الموظف حال إتمام المعاملة».

ولفت الدكتور حيدر اليوسف إلى أن هيئة الصحة في دبي كانت قد أعلنت عن تفاصيل الإطار الزمني للالتزام بقانون الضمان الصحي رقم «11» لسنة 2013، وأن لجميع الفئات منذ بداية العام 2014، وأن الهيئة ما زالت تواصل تذكير المستهدفين من مظلة التأمين الصحي، من خلال مختلف التواصل بما فيه التواصل المباشر والإعلامي.

ويعد قانون الضمان الصحي الذي بدأ تطبيقه بشكل تدريجي منذ مطلع العام الجاري 2014 من القوانين النموذجية، التي تراعي مصالح كافة الأطراف ويلبي مختلف احتياجات الإمارة حاضراً ومستقبلاً، خاصة وأن النمو الذي يشهده قطاع التأمين في الإمارة سيسهم بشكل فاعل في تعزيز معايير معيشة السكان والأجيال المقبلة.



تماثل مواطنين للشفاء بالعلاج البيولوجي في مستشفى دبي

تزال الأبحاث والدراسات العالمية قائمة لاكتشاف ما إذا كان يصلح للسرطانات الأخرى. وقال إن دولة الإمارات تعد الأولى عربياً في إدخال العلاج البيولوجي، تماشياً مع استراتيجيتها الرامية لتوفير أحدث العلاجات العالمية للمواطنين بغض النظر عن سعر الأدوية. دبي - البيان الصحي

إخضاعها للتخدير والعمليات الجراحية، مثل الحالات المتقدمة من أورام العظام والكلى والرئة والبروستاتا، مشيراً إلى أن قسم الأورام بدأ في استخدام هذه التقنية الجديدة مطلع العام 2015، وأعطت نتائج إيجابية جداً في الحالات التي عالجتها. وأشار الدكتور الجسمي إلى أن العلاج المناعي لا يزال مقتصرأ على عدد من دول العالم، وتم اعتماده لدى العديد من الجهات الصحية العالمية، في حين لا

تحفيز جهاز المناعة لمقاومة الخلايا السرطانية، مؤكداً أن المريضة المواطنين الذين عولجا بهذه الطريقة يعيشان الآن حياة طبيعية جداً. وأضاف، إن التقنية الثانية التي تم إدخالها إلى قسم الأورام، هي تطبيق الترددات اللاسلكية التي يتم استخدامها في حال عدم إمكانية إجراء الجراحة، حيث يستخدم تيار ينتج حرارة عالية للقضاء على الخلايا السرطانية في الحالات التي لا يمكن

قال الدكتور عبد الرحمن الجسمي المدير التنفيذي لمستشفى دبي، بأن المستشفى تمكن من علاج مريضين مواطنين بتقنية العلاج المناعي «البيولوجي»، مشيراً إلى أن النتائج التي تم التوصل إليها كانت إيجابية ومبشرة، بعد أن اختفى المرض نهائياً لدى الشخصين. وقال الدكتور الجسمي إن العلاج المناعي أو البيولوجي، ناجح جداً في علاج سرطان الجلد والرئة، لافتاً إلى أنه يعمل على

تماشياً مع توجهات حكومة دبي الذكية

منظومة متكاملة لعلاج الجلطات الدماغية

في عملية نقل المصاب بالجلطة الدماغية يضر في حماية الدماغ ويؤدي إلى الوفاة، لأنها تعني انغلاق بعض الشرايين التي تغذي الدماغ بالأكسجين وكذلك انقطاع التغذية عن الأنسجة.

وأكد أن سرعة وصول المريض إلى قسم الطوارئ يجعل إمكانية إنقاذه تصل لـ 90% حيث لا تترك عملية الإنقاذ تداعيات جانبية كبيرة، مما يسهل العلاج الفيزيائي لاحقاً في مجال إعادة الأطراف السفلية أو العلوية إلى عملها الطبيعي، وكذلك عودة النطق إلى ما كان عليه سابقاً عبر نقل الأطباء وطائفة الأجزاء المتضررة إلى الصحيحة التي لم يلحقها الأذى، مشيراً إلى أن الخلايا الدماغية تتعرض في اللحظات الأولى بعد انقطاع الأكسجين إلى الخلل والتلف، في حين تبقى الخلايا العصبية على قيد الحياة عدة ساعات.

اتفاقية

وقال: إن وحدة الجلطات الدماغية وقعت اتفاقية مع مؤسسة دبي لخدمات الإسعاف تقضي بتوفير الأجهزة الحديثة في سيارات الإسعاف وأقسام الطوارئ في المستشفيات للمساعدة في إنقاذ المصابين بالجلطة الدماغية ولكسب كل دقيقة في عملية العلاج التي تحتاج في هذا الوضع إلى معالجة الشرايين المغلقة خلال فترة لا تزيد على أربع ساعات من لحظات بدء ظهور إحدى العلامات، مثل انحناء جهة الفم وعدم لجوء المصاب إلى التخفيف من تلك العلامة بالجوء إلى النوم.

اللحظات الأولى

وأضاف: يلجأ الأطباء في اللحظات الأولى من العلاج إلى تقديم مواد وأدوية عبر شرايين الدم تقوم بتحليل الخثرات الدموية بشكل سريع. ويوجد أنواع أخرى من الجلطات الدماغية تكون نزيفية يتعرض من خلالها الشريان إلى الانفجار وتكون قاتلة تتطلب مع هذه الحالة التدخل الجراحي العصبي.



وكلها تكشف عن وجود الجلطات، مؤكداً أن عامل الزمن يلعب دوراً مهماً في عملية إنقاذ المريض، وكلما كان إحصار المريض إلى المستشفى أسرع وأبكر كانت النتائج أفضل للمريض.

تأخير

وقال الدكتور الركن: إن أي تأخير

الضحك، حيث لا تتوازي الجهتان وتبقى جهة بشكل زاوية منحنية لا ترتفع بالشكل المطلوب، مع عدم إمكانية مد اليدين إلى الأمام بشكل متساو، حيث تهبط اليد اليمنى بسرعة بعد رفعها، وكذلك الاضطراب في النطق والتلعثم دون إتمام جملة كاملة، إضافة إلى صداع قوي في الرأس وإشكالات في الرؤية،

الأول للشفاء التام، فيما ما زال المريض الثاني يعاني من إعاقه خفيفة تتطلب بعض الوقت من العلاج الطبيعي.

علامات

وقال الدكتور الركن: هناك علامات مميزة تدل على حدوث الجلطة منها انحناء الفم بشكل خفيف خاصة عند

الأول يبلغ من العمر 34 عاماً والثاني 45 عاماً، حيث تم إحصار المريض الأول عبر سيارة إسعاف دبي منتصف الليل، والثاني تم إدخاله في الصباح الباكر بعد تعرضهما لجلطتين حادتين في الدماغ، وتم التعامل معهما من قبل الأطباء بحرفية عالية عن طريق استخدام الأدوية المذيبة للجلطات حيث تماثل

دبي - البيان الصحي

تعتزم هيئة الصحة في دبي إطلاق مشروع مظلة دبي للجلطة الدماغية لجعل الإمارة الأكثر أماناً من ناحية الجلطات الدماغية، من خلال تطبيق الأنظمة الذكية لربط المستشفيات الرئيسية في الإمارة بمنظومة متكاملة لعلاج الجلطات الدماغية، وذلك تماشياً مع توجهات حكومة دبي الذكية استعداداً لاستضافة إكسبو 2020.

وقال الدكتور سهيل الركن استشاري ورئيس وحدة الجلطات الدماغية بهيئة الصحة لـ «البيان الصحي» إن البرنامج المعتمد تطبيقه يطلق عليه اسم «مظلة دبي للجلطات الدماغية»، وأثبت فاعلية عالية في التعامل مع الجلطات الدماغية بعد استخدامه في اليابان، لافتاً إلى أنه يتم من خلال النظام ربط جميع المستشفيات بمنظومة واحدة يتم من خلالها تبادل كافة المعلومات والبيانات المتعلقة بالمريض لتوفير الخدمات العلاجية بأسرع وقت ممكن، خاصة وأن عامل الوقت يلعب دوراً حاسماً في عملية العلاج.

وقال الدكتور سهيل إن دبي ستكون الأولى على مستوى المنطقة في تطبيق الأنظمة الذكية للتعامل مع الجلطات الدماغية، حيث لم يسبق لأحد تطبيق النظام وستكون الثانية عالمياً بعد اليابان.

وأشار رئيس قسم الجلطات الدماغية إلى أن مستشفى راشد يعتبر مركزاً عالمياً معتمداً للجلطات الدماغية ويشرف على جميع أقسام الجلطات الدماغية في المنطقة، لافتاً إلى أن القسم يتعامل سنوياً مع 700 حالة منها 300 حالة حادة بمهنية وكفاءة عالية بفضل التجهيزات المتكاملة وإدخال أحدث الأدوية التي جادت بها مصانع الأدوية العالمية لعلاج الجلطات الدماغية.

تعامل

وأوضح الدكتور الركن أن المستشفى تعامل أخيراً مع حالتين لشابين مقيمين

أطباء مستشفى راشد ينقذون مريضاً من الشلل

دبي - البيان الصحي

تمكن أطباء قسم جراحة الأعصاب في مستشفى راشد من إنقاذ مريض عربي 27 سنة، من الشلل النصفي بعد إجراء عملية جراحية استغرقت 11 ساعة تم خلالها استئصال ورم سرطاني بحجم 4 سنتيمترات من منطقة التقاء العنق بالقفص الصدري، واستئصال فقرتين من العمود الفقري وتعويضهم بقفص صناعي.

وقال الدكتور نجم الدين الطبيب، استشاري جراحة الأعصاب والعمود الفقري بمستشفى راشد ورئيس الفريق الجراحي الذي أجرى العملية إن المريض راجع مركز إصابات الحوادث بالمستشفى وهو يعاني من آلام شديدة بمنطقة الصدر وضعف في حركة اليدين والأعصاب، وشلل نصفي مؤقت، حيث تم إجراء الفحوصات الطبية اللازمة التي أظهرت وجود ورم كبير أسفل الرقبة وأعلى القفص الصدري يقوم بالضغط على النخاع الشوكي والتسبب في الإصابة بالشلل النصفي المؤقت، إضافة إلى تغيير مكان الفقرات العنقية السفلى والصدريه العليا من العمود الفقري.

استئصال ورم

وأشار الدكتور نجم الدين إلى القرار الطبي العاجل بإجراء عملية جراحية لاستئصال الورم وإزالة الخطر الذي يهدد المريض بالشلل النصفي الدائم، حيث تم تشكيل فريق طبي متخصص لهذا النوع من العمليات الكبرى المعقدة، مشيراً إلى أن التحضير للعملية بدأ بعملية قسطرة والتي قام خلالها الدكتور أيمن السباعي استشاري الأشعة التداخلية في المستشفى لإيقاف تغذية الورم أو المنطقة المحيطة به والسيطرة على تدفق الدم أو النزيف أثناء العملية للورج



■ الدكتور نجم الدين الطبيب

منها بأفضل النتائج، وهو الأمر الذي ساعد على تقليص مدة العملية الجراحية في المرحلة الثانية من 16 ساعة أو أكثر إلى 11 ساعة تقريباً. وأوضح الدكتور نجم الدين أن العملية التي قام بإجرائها بالتعاون مع الدكتور محمد العلماء استشاري جراحة الأعصاب تضمنت مرحلتين في الأولى فتح الرقبة من الأمام والثانية من الخلف للتمكن من إزالة الورم المتضخم من جميع الجوانب في أسفل الرقبة وأعلى القفص الصدري، واستئصال فقرتين من العمود الفقري وتعويضهم بقفص اصطناعي وتثبيتته من الأمام والخلف بمسامير خاصة بهذا النوع من العمليات، لإنقاذ حياة المريض من الشلل النصفي الدائم، لافتاً إلى النجاح التام للعملية التي تم خلالها وضع المريض على جهاز التنفس الصناعي.

وقال إن المريض الآن يتمتع بصحة جيدة ولديه القدرة على الحركة والمشي بمفرده. وأكد على ندرة ودقة وصعوبة إجراء مثل هذا النوع من العمليات.

خدمات مستشفيات «صحة دبي» التشخيصية تنافس العالمية



فقد تمت عملية القسطرة بتفصيل شبكة مبطنة ومتفرعة وإيصالها بوصلات مناسبة وتم استبدال الشريان الأبهرى مع الشرايين المؤدية إلى الأمعاء والكلى».

شكر

وتوجه أهل المريض لجميع أطباء مستشفى راشد بشكل خاص بالشكر والامتنان على المهنية والحرفية التي بذلها لعلاج المريض، ولهيئة الصحة في دبي بشكل عام على توفير كافة الإمكانيات والخبرات، مؤكداً أن الخدمات التشخيصية العلاجية في مستشفيات الهيئة تفوقت على أكبر المراكز العالمية.

«مايو كلينك» أخبره الطبيب المعالج بضرورة خضوعه لعملية جراحية لفتح البطن لعلاج تسرب في الشريان الأبهرى؛ إذ كان المواطن يعاني من نزيف ناتج عن تضخم وانفجار للشريان الأبهرى، إلا أن المواطن فضل عدم إجراء العملية والعودة إلى دبي ومراجعة أطباء مستشفى راشد.

واستطرد الدكتور السباعي : «بعد إجراء الفحوص الكاملة للمريض تقرر إجراء عملية قسطرة في اليوم التالي وعدم التأخر، لأن نسبة الوفاة كانت 90% خلال 24 الساعة القادمة إذا استمر في النزف؛ وبما أن التوسع في الشريان ذاته كان ممتداً من أعلى الكلى

دبي - البيان الصحي

بعد محاولات ورحلة علاج طويلة، امتدت من ألمانيا إلى الولايات المتحدة، تمكن فريق من أطباء مستشفى راشد من إنقاذ حياة مواطن في عملية معقدة امتدت 12 ساعة تكللت بالنجاح نظراً لكفاءة ومهارة الأطباء.

وقال الدكتور أيمن السباعي استشاري الأشعة التداخلية، والذي قاد فريقاً طبياً بالتعاون مع فريق قسم الأوعية الدموية برئاسة الدكتورة دينا القدرة استشارية ورئيسة قسم الأوعية الدموية؛ إنه وبعد رحلة فحوص في ألمانيا وأميركا وفي مستشفى

«زعبيل الصحي»

مرجع عالمي لخدمات الرعاية الأولية

الدكتورة كليثم المزروعي مديرة المركز: حصلنا على اعتماد دولي بنسبة 100 %



حزمة خدمات نوعية يقدمها المركز داخل قسم الأمومة

غرفة العلاج والملاحظة تضم أجهزة مراقبة المؤشرات الحيوية

خدمات مستقلة خاصة بفحوصات الإقامة الجديدة وتجديد الإقامة لخدم المنازل

إسعاد العاملين

أكدت الدكتورة كليثم المزروعي أن هناك اهتماماً بالغاً بإسعاد العاملين وتوفير سبل الراحة لهم، وإلى جانب بيئة العمل المميزة، التي يتسم بها مركز زعبيل، هناك مساحات لأخذ قسط من الراحة، وممارسة بعض الأنشطة الرياضية الخفيفة، التي تجدد نشاط العاملين في المركز، حيث إن الجميع يتفانى في عمله وفي خدمة المجتمع، وله أن يجد ما يشعره بالراحة.

الإسعاف الملحقة بالمركز.

إلى جانب ذلك يقدم المركز حزمة من الخدمات النوعية داخل قسم الأمومة وصحة الطفل، الذي يضم غرفتي تطعيم، وغرفة استشارة طبيب أطفال، وغرفتي استشارة صحة الحمل، ويعزز هذه الخدمات أجهزة التصوير بالموجات فوق الصوتية المتطورة (ultrasound)، وأجهزة قياس الجنين، إضافة إلى التجهيزات فائقة المستوى التي يضمها قسم الأشعة، الذي تم تزويده بمجموعة من التقنيات الأكثر تقدماً، من أجهزة تصوير الثدي بالأشعة (mammography)، والتصوير بالموجات فوق الصوتية (ultrasound)، والتصوير بالأشعة السينية (x-ray)، إلى جانب قسم المختبر، وهو يضم جملة من التجهيزات الحديثة في الكيمياء الحيوية (biochemistry) وأمراض الدم (Hematology)، وتحليل فيتامين د، وجميع أنواع التحاليل الأخرى.

هل تنحصر خدمات المركز في طب الأسرة والأمومة والطفولة فقط؟

بالطبع لا، فلدننا مجموعة من الخدمات المتكاملة، والمركز هنا يخدم نطاق منطقة زعبيل، ويستهدف 41 ألف من القاطنين، لذلك تتسع خدمات المركز لتشمل مجموعة العيادات التخصصية (الأنف والأذن والحنجرة، والعيون وفحص النظر، والتغذية العلاجية)، التي يقوم عليها نخبة من الأطباء والمتخصصين، والمزودة بتجهيزات متطورة للتشخيص المبكر والعلاج، وقسم اللياقة الطبية، الذي يضم غرفتين لسحب عينات الدم، وغرفة أشعة، وغرفة أخرى للتطعيم ويمتاز قسم اللياقة الطبية، بمجموعة من الخدمات المستقلة الخاصة بفحوصات الإقامة الجديدة وتجديد الإقامة لخدم المنازل.

تكامل في الخدمات وتعاون مع مستشفيات الهيئة

وأضافت: "لدننا فريق مؤهل وفق أعلى المستويات والمعايير المعمول بها في شأن خدمة المتعاملين، والفريق مدرب على حسن الاستقبال والضيافة والتجاوب، واتخاذ كل ما يلزم لراحة المتعامل وإسعاده، وقد انعكس هذا على رضا وثقة المتعاملين بنسبة 100% حسب الإحصاءات والاستطلاعات الرسمية لعام 2016، وهذا ما يحفزنا دائماً على تقديم المزيد من الخدمات في حدود مساحة المركز وطبيعة عمله واختصاصه".

- قالت الدكتورة كليثم المزروعي إن مركز زعبيل هو أحد مراكز الرعاية الصحية الأولية التابعة لهيئة الصحة بدبي، وهناك تكامل في خدماته وتعاون مع جميع مستشفيات الهيئة، وتبقى مهامه الرئيسية في نطاقه الجغرافي وحدود دوره، والمسألة ليست أن يتحول المركز إلى مستشفى، طالما أن لدننا مستشفيات تقوم بواجبها ومسؤولياتها، وليس التحول هدفنا، فالتركيز على نوعية الخدمة ودرجة جودتها، وهذا هو الأهم.

هل لكم أن تحدثونا عنها ؟

يتميز مركز زعبيل بعيادات طب الأسرة، التي تضم ثلاث غرف استشارة، إضافة إلى عيادة السكري المجهزة بأحدث تقنيات فحوصات شبيكية العين، كما تضم غرفة العلاج والملاحظة المجهزة بستة أسرة مزودة بأجهزة مراقبة المؤشرات الحيوية، وأفضل الأجهزة التشخيصية والوسائل والأدوات العلاجية، إضافة إلى غرفة العناية العاجلة للحالات الحرجة التي تحتاج إلى التدخل السريع، والمتصلة مباشرة بنقطة

والشيء اللافت في زيارة بولا ديلسون هو تأكيدها أن نوعية التجهيزات الطبية التي اطلعت عليها، لم تجد لها مثيلاً في العديد من المنشآت الصحية ببعض الدول المتقدمة، وهذا ما كان مثار دهشتها.

مظهر حضاري

الإنجازات التي حققها المركز في وقت قياسي، لم تتوقف على المظهر الحضاري والعصري للمركز، فهناك تقييم دقيق تم لنوعية الخدمات المتوفرة..

مؤسسة (Joint Commission International)، لهيئة الصحة بدبي، وتقديرها كذلك لجميع العاملين في مركز زعبيل الصحي، لهذا الإنجاز، وأكدت ضرورة الحفاظ على التميز، الذي وصفته بغير المسبوق، والذي يمثل - كما أعلنت- مقدمة مهمة ستعمل عليها المؤسسة بالتعاون مع الهيئة، للوصول بالمركز إلى أن يكون (استاندر) عالمي لبعض الخدمات الطبية، التي سيتم وضع مؤشرات تقييم لها باسم دبي، وهذا بالفعل مصدر فخر لنا واعتزاز.

إنجازات

وهذه الإنجازات الاستثنائية، هي ثمار الدعم اللامحدود، الذي تفضلت به حرم صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله، سمو الشيفخة هند بنت مكتوم بن جمعة آل مكتوم، حيث وجهت سموها بإنشاء مركز زعبيل الصحي، ليكون واجهة عالمية للصحة، ومزوداً بأرقى التجهيزات، كما تؤكد الدكتورة كليثم المزروعي مديرة المركز في هذا الحوار، الذي أوضحت فيه الكثير من الأمور، من بينها قصة نجاح المركز، وما حققه في وقت قياسي، فإلى نص الحوار:

ما هي أسباب زيارة بولا ديلسون الرئيس التنفيذي للجنة المشتركة لاعتمادات الدولية في مؤسسة (Joint Commission International)، لمركز زعبيل ؟

جاءت بولا ديلسون في الأساس للتعرف إلى مركزنا الصحي، الذي فاق التوقعات بحصوله على نسبة اعتماد دولي غير مسبوقه في العالم، وفي تاريخ المؤسسة، وهي 100 %، ولدى دخولها المركز وقبل التجول فيه، أظهرت بولا ديلسون إعجابها الشديد بالمظهر الحضاري للمركز وتصميمه وطرزه العصري، وبيئة الاستشفاء فيه، وحتى الخدمات البسيطة المحيطة بالمركز، التي تم استحداثها لخدمة المتعاملين.

أما تفاصيل الجولة، فقد نقلت بولا ديلسون تقدير

6

شهادات أيزورفيدة المستوى
بعد شهرين من تدشين مركز
زعبيل الصحي

41

ألف متعامل يستهدفهم المركز
بخدمات طبية وفق الممارسات
العالمية

100 %

نسبة رضا وثقة المتعاملين
حسب استطلاعات 2016

استهلاك الكافيين لا يزيد مخاطر الإصابة بسرطان الثدي



هذا التأثير قد يكون مستقلاً عن مسارات الأستروجين ذات الصلة بسرطان الثدي عموماً، لكن يرجى مزيد من الدراسة للوصول لفهم أفضل لدور الكافيين. المعلوم أن الكافيين هو العقار الأكثر استهلاكاً في العالم، ويوجد في مشروبات عديدة مثل القهوة والشاي وبعض الأدوية دبي- البيان الصحي أيضاً.

وجد الباحثون ارتباطاً إيجابياً له دلالة إحصائية لدى الفئة الأعلى استهلاكاً للقهوة بين المشاركات على الإطلاق أربعة أكواب قهوة يومياً أو أكثر. وجاء استهلاك الكافيين مرتبطاً مع السرطان غير المعتمد على هرموني الأستروجين والبروجستيرون أو الأورام الأكبر. وتوضح النتائج أن استهلاك الكافيين قد يؤثر على تطور سرطان الثدي، ولكن

الطبيبة، رصد فريق البحث بين هؤلاء النساء 1188 إصابة بسرطان الثدي. وقال الباحثون إنهم لم يجدوا ارتباطاً له دلالة إحصائية بين استهلاك الكافيين والمخاطر الإجمالية للإصابة بسرطان الثدي، ولكنهم وجدوا أنه بين النساء ذوات سرطان الثدي الحميد ارتباط إيجابي، ليس له دلالة إحصائية بمخاطر سرطان الثدي. ومن بين 20% الأكثر استهلاكاً للكافيين،

خلصت دراسة طبية إلى أن استهلاك الكافيين ليس مرتبطاً بالمخاطر الإجمالية لسرطان الثدي لدى النساء. وشملت الدراسة، التي أشرف عليها الدكتور كين إيشيتاني الباحث بمستشفى بريغام للنساء وكلية الطب بجامعة هارفارد أكثر من 38 ألف امرأة أعمارهن فوق 45 عاماً، وقدمن معلومات حول غذائهن بين عامي 1992 و1995. وعلى مدى عشرة أعوام من المتابعة

العيادة الذكية لـ«صحة دبي» تحذر من عوامل الخطورة

التبغ وقلة النشاط الرياضي من مسببات السرطان

22 مليون حالة بالسرطان عام 2030م.

نسب

وقالت إن الكشف المبكر عن مرض السرطان يزيد من فرص الشفاء بنسب مرتفعة مؤكدة أهمية الوقاية من مرض السرطان من خلال اتباع أنماط الحياة الصحية وممارسة الرياضة والكشف المبكر عن المرض. واستعرضت المراحل الأربع للسرطان والتي يكون الورم في مراحله الثلاث الأولى موضعياً وفي المرحلة الرابعة ينتشر المرض في مختلف أنحاء الجسم، مشيرة إلى أن التشخيص المبكر للمرض في مراحله الأولى يساهم في تحقيق نسبة الشفاء بمعدل 95%، في حين أن المرحلة الرابعة لا تتجاوز نسبة الشفاء منها 20% على مدار خمس سنوات.

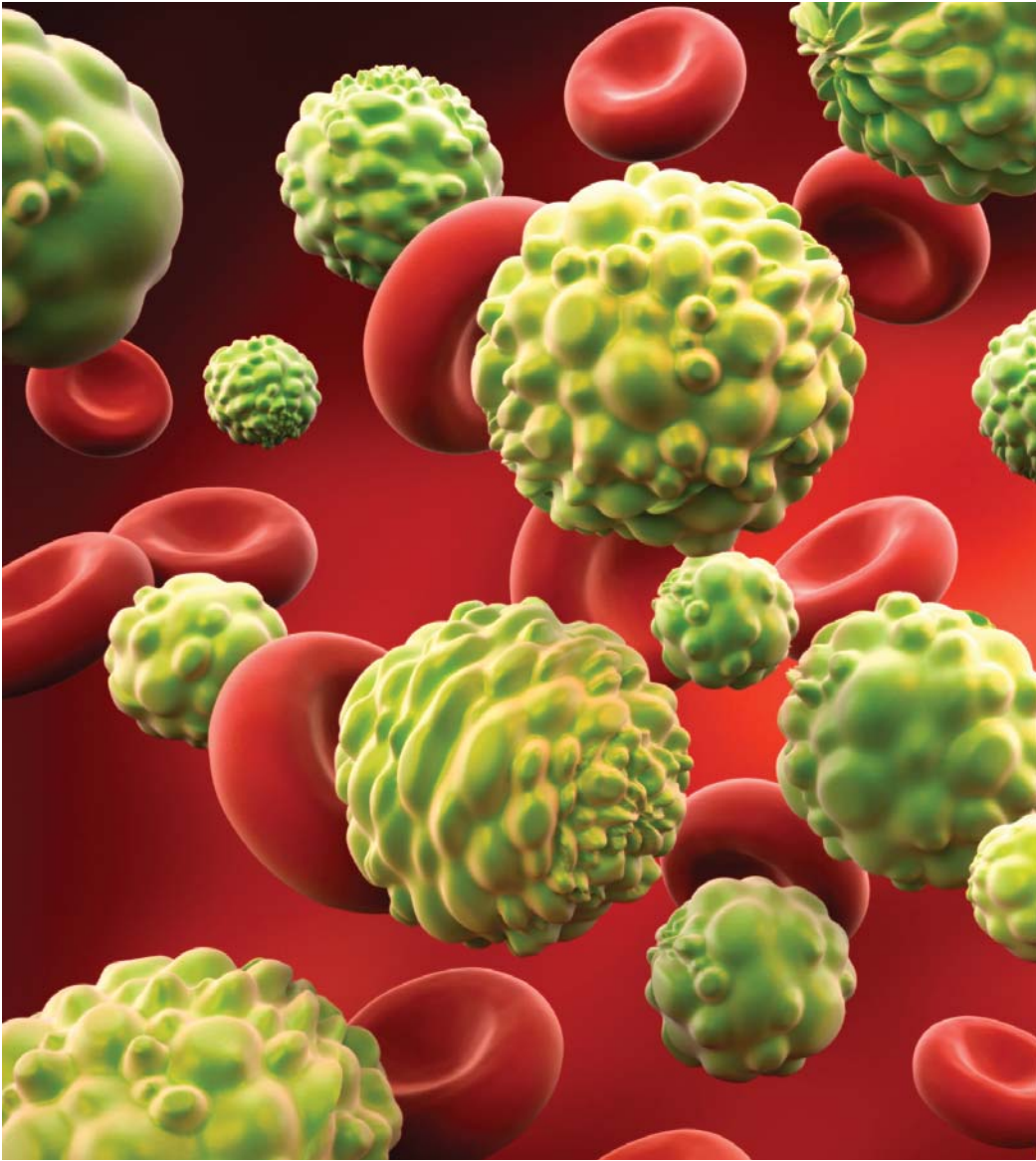
وحذرت من خطورة الإصابة بسرطان عنق الرحم التي قد تؤدي إلى الوفاة في كثير من الحالات ما لم يتم اتخاذ العلاج في الوقت المناسب، مشيرة إلى أهمية الكشف المبكر عن المرض من خلال مسحة عنق الرحم لاكتشاف التغيرات غير الطبيعية في خلايا عنق الرحم. ولفتت إلى الإحصائيات العالمية التي تشير إلى اكتشاف أكثر من نصف مليون إصابة



دبي - البيان الصحي

حذرت العيادة الذكية بهيئة الصحة بدبي من عوامل الخطورة الرئيسية المسببة للسرطان والمتمثلة بارتفاع معدل كتلة الجسم، وتعاطي التبغ، وشرب الكحول، وقلة ممارسة النشاط الرياضي إضافة إلى العامل الوراثي. ونوهت العيادة الذكية التي نظمتها هيئة الصحة بدبي بمناسبة اليوم العالمي للسرطان، وشارك بها الدكتورة دينا حمزة أخصائي أول علاج الأورام السرطانية للكلاب بمستشفى دبي إلى أن تعاطي التبغ يعد من أهم عوامل الخطورة المرتبطة بالوفيات الناتجة عن السرطان. وقالت إن أكثر أنواع السرطان التي تصيب الرجال وهي سرطان الرئة، والبروستات، والقولون والمعدة وسرطان الكبد، وأكثرها عند النساء سرطان الثدي، والقولون، والرئة، وعنق الرحم والمعدة. وأكدت العيادة الذكية أهمية تكثيف الجهود العالمية ووضع البرامج الفاعلة للحد من أمراض السرطان المختلفة التي ما زالت تشكل أحد أهم أسباب الوفيات على مستوى العالم حسب تقارير منظمة الصحة العالمية التي تتوقع وفاة

ممارسة التمارين الرياضية تكافح 13 نوعاً سرطانيا



دبي - البيان الصحي

كشفت دراسة طبية حديثة أن ممارسة التدرجات الرياضية ربما تقلل مخاطر الإصابة بثلاثة عشر نوعاً من السرطان، وأن ممارسة الأنشطة البدنية بمعدلات مرتفعة تقلل احتمالات الإصابة بالسرطان بشكل عام بنسبة سبعة في المئة.

في إطار دراسة طبية نشرتها دورية «جاما إنترنال مديسين» الطبية، حلل فريق من الباحثين بيانات خاصة بحوالي أربعة ملايين ومئة ألف شخص من الولايات المتحدة وأوروبا على مدار أحد عشر عاماً تقريباً.

وخلال هذه الدراسة كان يتم الاستفسار من المشاركين بشأن ما إذا كانوا يمارسون تدرجات رياضية ما بين معتدلة إلى قوية خلال أوقات فراغهم

مثل السباحة أو الركض بالإضافة إلى الاستفسار بشأن معدل الأنشطة البدنية التي يمارسونها. وخلال فترة البحث، تم تشخيص أكثر من 186 ألف حالة إصابة بمرض السرطان بين المشاركين في الدراسة. وعند تصنيف المشاركين حسب معدل الأنشطة البدنية التي يقومون بها، تبين أن نسبة العشرة في المئة التي تمارس معدلات أعلى من النشاط الرياضي تقل لديها احتمالات الإصابة بـ13 نوعاً من السرطان مقارنة بنسبة العشرة في المئة الأقل حرصاً على ممارسة الرياضة. وشملت قائمة أنواع السرطان التي تقل مخاطر الإصابة بها في حالة ممارسة الرياضة سرطان المريء في تراجع نسبته 42 في المئة، وسرطان الكبد في تراجع نسبته 27 في المئة وسرطان الرئة في تراجع نسبته 26

في المئة وسرطان الكلى بنسبة 23 في المئة وسرطان الجزء العلوي من المعدة بنسبة 22 في المئة وسرطان بطانة الرحم بنسبة 21 في المئة وسرطان الدم بنسبة 20 في المئة وسرطان الخلايا البلازمية بنسبة 17 في المئة وسرطان القولون بنسبة 16 في المئة وسرطان الرأس والعنق بنسبة 15 في المئة وسرطان الشرج بنسبة 13 في المئة وسرطان المثانة بنسبة 13 في المئة وسرطان الثدي بنسبة 10 في المئة. وأثبتت الدراسة أن ممارسة الأنشطة البدنية بمعدلات مرتفعة تقلل احتمالات الإصابة بالسرطان بشكل عام بنسبة سبعة في المئة. كما تبين أنه عند ممارسة الرياضة، تتراجع احتمالات الإصابة بعشرة من أنواع السرطان السابقة بصرف النظر عن مؤشر كتلة الجسم (السمنة) أو التدخين.

أسلوب الحياة الصحي..

درع الوقاية من السرطان



دبي - البيان الصحي

قال المركز الألماني لأبحاث السرطان، إن أسلوب الحياة الصحي يعد بمثابة درع الوقاية من السرطان، موضحاً أن أولى ركائز هذا الأسلوب تتمثل في التغذية الصحية، أي الإقلال من الدهون والسكريات لأنها تعزز من حدوث عمليات في الجسم ترفع بدورها من خطر الإصابة بالأمراض السرطانية.

كما ينبغي أيضاً الإقلال من اللحوم المصنعة، كالتنقانق لأن بعض عمليات التصنيع ترفع من خطر الإصابة بالسرطان. وبالإضافة إلى ذلك، ينبغي أيضاً الإقلال من اللحوم الحمراء.

التغذية والحركة

وتعد الحركة من أهم ركائز أسلوب الحياة الصحي، حيث ينخفض خطر الإصابة

ممارسة الرياضة تقلل خطر الإصابة بالأزمات القلبية والسكتات الدماغية

بالسرطان مع كل دقيقة حركة في اليوم. والحركة لا تعني ممارسة الرياضة فقط، بل أي نشاط بدني، كالمشي إلى محطة الحافلة أو أي مسافة يتم قطعها بواسطة الدراجة الهوائية.

وتسهم التغذية الصحية والحركة سوياً في الحد من البدانة، التي ترفع بدورها من خطر الإصابة بالسرطان، بالإضافة إلى خطر الإصابة بالأزمات القلبية والسكتات الدماغية. ولتجنب هذه المخاطر الجسيمة، ينبغي أن يقل مؤشر كتلة الجسم عن 25.

التدخين

ومن المهم أيضاً الإقلاع عن التدخين فوراً حيث إن التدخين لا يرفع خطر الإصابة بسرطان الرئة فقط، بل أيضاً خطر الإصابة بسرطان الفم والحلق والمريء بمعدل 10 أضعاف، ويرفع التدخين خطر الإصابة بسرطان المثانة والكلى.

تطبيقات إلكترونية لعلاج الاكتئاب والقلق



يشعرون أنهم أفضل». وتحتوي حزمة التطبيقات على 13 تطبيقاً مختلفاً يمكن تنزيلها من على موقع «غوغل بلاي» على الإنترنت، ومن بينها تطبيق «بيربل تشيل» الذي يهدف إلى علاج الاكتئاب عن طريق الاستماع إلى التسجيلات الصوتية، وتطبيق «ماي مانترا» الذي يهدف إلى تحفيز المستخدم وتسلية الضوء على نقاط القوة والقيم الأخلاقية لديه. دبي _ البيان الصحي

الوقائي وتقنيات التدخل السلوكي بجامعة نورث ويسترن: «لقد ابتكرنا هذه التطبيقات بحيث تتلاءم بسهولة مع حياة البشر ويمكن استخدامها بنفس سلاسة استخدام التطبيقات المستخدمة لتحديد المواقع والاتجاهات». وأضاف أن «بعض المشاركين في الدراسة استمروا في استخدام حزمة التطبيقات بعد انتهاء الدراسة بعدما وجدوا أنها تجعلهم

الذاتي. وأظهرت دراسة أجريت في كلية طب جامعة «نورث ويسترن» بالولايات المتحدة أن استخدام حزمة التطبيقات الإلكترونية التي تحمل اسم «إنتلي كير» أربع مرات يومياً لمدة تصل إلى ثمانية أسابيع مع استعمال كل تطبيق لمدة دقيقة واحدة يؤدي إلى تراجع بنسبة 50% في أعراض الاكتئاب والقلق. ويقول الطبيب ديفيد مور أستاذ الطب

أزيح النقاب أخيراً عن حزمة جديدة من التطبيقات الإلكترونية التي يتم تحميلها على الهواتف الذكية وتساعد في علاج الاكتئاب والقلق. أفاد الموقع الإلكتروني «ساينس ديلي» المعني بالأبحاث العلمية والتكنولوجيا بأنه يتعين استخدام حزمة التطبيقات الذكية ما يصل لـ 4 مرات يومياً، وهي تفيد في الحد من الاكتئاب ومشكلات القلق والنقد

لعبة تُدرب الدماغ على كبح الشهية



المستخدم بالنقر على الأطعمة الصحية وعدم التفاعل مع الأطعمة غير الصحية، بحسب صحيفة تلغراف البريطانية. ويأمل الباحثون أن تساعد لعبتهم البسيطة في تغيير العادات الغذائية للأشخاص من أجل حياة أفضل، تشجيعهم على تناول الطعام الصحي والتركيز على الخضراوات والفواكه، بدلاً من الوجبات السريعة الدسمة.

الدسمة غير الصحية. واختبر الباحثون اللعبة، المتاح تحميلها حالياً مجاناً على أجهزة أندرويد، على 83 بالغاً قاموا بممارستها على الإنترنت، لمدة أربع مرات في الأسبوع، وبالفعل نجحوا في خسارة أوزانهم وقللوا 220 سعراً حرارياً يومياً، أي بما يعادل قطعة دونتس بالشوكولا. وتعتمد اللعبة على الصور، حيث تضيء متضمنة صور أطعمة غير صحية وصحية، ليختبر إرادة

الدماغ لمدة تقل عن 10 دقائق يومياً عن طريق هذه اللعبة، قادر على إبطاء الإشارات داخل الدماغ التي تحث على التفكير في الأطعمة الدسمة وغير الصحية. وتعتمد هذه اللعبة التي تعرف باسم Food Trainer على علوم الأعصاب، حيث تدرب الدماغ على كيفية السيطرة على الدوافع المؤدية إلى تناول الشوكولا والكعك ورقائق الشيبس وتشثيت العقل وإبعاده عن التفكير في تناول الأطعمة

دبي _ البيان الصحي

طور أكاديميون بريطانيون لعبة تُدرب الدماغ على الابتعاد عن المأكولات غير الصحية وعدم تناول الكعك والبسكويت والشوكولا المسببة لزيادة الوزن، وبالتالي ارتفاع 200 سعر حراري يومياً، ما ينتج عنه إنقاص الوزن. ووجد الباحثون في جامعة اكستر، أن تدريب

علماء يقتربون من التوصل لعلاج ينسبك الذكريات الأليمة



المزيد من الصدمات الكهربائية بسبب ذكرياتها مع صوت الأجراس.

نتائج

إينوكوتشي القول إن نتائج التجارب تلقي الضوء على آلية كيفية تشكيل الذكريات للمعرفة والأفكار. وأضاف أن الدراسة يمكن أن تمهد الطريق لإيجاد طرق جديدة لعلاج اضطراب ما بعد الصدمة النفسية وغيرها من اضطرابات عقلية.

كهربائية من أجل زرع ذكريات الخوف فيها. وخلال التجربة، قام العلماء بتشغيل صوت أجراس مستمر للفئران. ثم قدم العلماء ماء حلو المذاق للفئران مع استمرار أصوات الأجراس.

تجربة

ومع التقدم في التجربة، بدأت الفئران تعود إلى حالة الخوف كلما شربت الماء الحلو. وجعل شرب الماء الحلو الفئران تشعر بالخوف من تلقي

دبي _ البيان الصحي

قال علماء يابانيون، إنهم توصلوا لطريقة للفصل بين الذكريات المرتبطة ببعضها في المخ. ويأملون في أن تساعد هذه الدراسة في تطوير علاج جديد لما يعرف بـ «اضطراب ما بعد الصدمة النفسية». وذكرت هيئة الإذاعة اليابانية، أن فريقاً من العلماء بقيادة البروفيسور كاورو إينوكوتشي في جامعة توياما، قد عرض فئران تجارب لصدمات

«بلوس بيولوجي».

وأوضح بيرباومر أنه يمكن للمرضى الذين لم يعد يمكنهم تحريك أعينهم الاستفادة من هذه التقنية. وجمع التطوير الذي توصل إليه الفريق العالمي بين إمكانييتين لقياس نشاط المخ، وهما ما يسمى بـ «التحليل الطيفي بامتصاص الأشعة تحت الحمراء» و«التخطيط الكهربائي للدماغ». وبينما أجاب المرضى على عدد يتراوح بين 100 و150 سؤالاً في صورة أفكار، قام الباحثون بتعديل أساليب القياس بحيث بلغت احتمالية الصواب في الأجوبة إلى نسبة تقارب 70 بالمئة، بحسب بيرباومر.

70%
نسبة الصواب
في الأجوبة

دبي _ البيان الصحي

توصل فريق بحث عالمي لإمكانية تتيح التواصل مجدداً مع المرضى الذين يعانون من شلل كلي من خلال قطعة حاسوبية جديدة للمخ في شكل غطاء رأس. واستطاع أربعة مرضى بمساعدة هذه التقنية الحاسوبية في شكل غطاء رأس الإجابة على أسئلة تم توجيهها إليهم بـ «نعم» و«لا».

وسوف يعرض العلماء القائمون على البحث تحت إشراف البروفيسور نيلس بيرباومر العالم بجامعة توينجن هذه التقنية في المجلة العلمية المتخصصة



فريق بحث عالمي يطور غطاء رأس للتواصل مع مرضى الشلل الكلي

5 - 7 %

من الوزن الكمية المسموح
بإزالتها لتجنب المضاعفات

97 %

نسبة نجاح عمليات شفط
الدهون في مستشفى راشد

70 - 50

عملية لشفط الدهون في
مستشفى راشد سنوياً

أطباء التجميل في هيئة الصحة بدبي يحددون الضوابط والمضاعفات

شفط الدهون.. وسيلة فعّالة للتخلص م



■ دبي - عماد عبد الحميد

تخفيض الوزن والحماية والريضة والرشاقة، مصطلحات تتردد في كل حوارات مجالس النساء، إذ تنبأه كل امرأة بما حققته من نجاحات في هذه المجالات أمام الآخرين، ولا يخفى على أحد أن طبيعة الجسم قد تلزم المرأة أحياناً بشكل معين يرافقها طوال حياتها مهما اتبعت من حميات ومارست من رياضة.

وإذا كانت الدهون تتكدس في موضع واحد في جسمها لن تنفيها الحمية والريضة في تحقيق الشكل الأمثل الذي تطمح إليه، والحل قد يكون عندها في شفط الدهون التي شهدت تطوراً كبيراً مقارنة ببداية العمليات وابتنت نتائجها أفضل ومضاعفاتها أقل خاصة إذا ما تمت في مركز معتمد وقام بإجرائها أطباء متمرسون في هذا النوع من العمليات الذي يتطلب شروطاً أبرزها السن والوزن.

تجميل

ويقول الدكتور قاسم أهلي استشاري جراحة التجميل في مستشفى راشد بصحة دبي إن شفط الدهون تعتبر من العمليات التجميلية إلا في بعض الحالات كإزالة الشحوم أو الأورام الشحمية من بعض مناطق الجسم، وتكسد الشحوم في منطقة من الجسم تعتبر من المشكلات المؤرقة لكلا الجنسين وتحديداً المرأة، فتجعلها تشعر بالضيق والملل طوال الوقت، بل هناك سيدات يدخلن في حالة اكتئاب بسبب الدهون المتراكمة في الجسم، لذا تسعى كل امرأة للتخلص من هذه الدهون بشتى الطرق، سواء من خلال اتباع نظام غذائي صحي أو ممارسة بعض التمارين الرياضية من سباحة وجري ومشى، لأن المرأة تحلم دائماً بالحصول على جسم رشيق وقوام متناسق، فالرشاقة سر من أسرار جمال المرأة، كما أن المرأة الرشيقة تشعر بأنها قادرة على القيام بأي شيء، بعكس المرأة السمنة التي تعاني من عدم قدرتها على الحركة، أو ارتداء الملابس التي تحبها.

تراكمات

وتابع: «تراكم الدهون في أكثر من مكان بالجسم،

في الصدر والمؤخرة والفخذين، ولكن تعد دهون البطن من المشكلات التي يصعب حلها، لأنها تتحول بعد فترة قصيرة إلى ترهلات، أما بقية الدهون المتواجدة في أماكن مختلفة بالجسم يسهل حرقها من خلال الطعام الصحي والرياضة، ويعد التخلص من دهون البطن ليس بالأمر الهين، خاصة في بعض الحالات مثل الولادة القيصرية أو السمنة المفرطة، ففي هذه الحالات نلجأ إلى عملية شفط دهون البطن، التي تضمن لكل امرأة إذابة دهون البطن، والتخلص منها بشكل نهائي». وأوضح أن عمليات شفط الدهون تجميلية الهدف منها التخلص من الدهون الزائدة في منطقة البطن، أو الأرداف، والتي تؤثر بشكل كبير على مظهر المرأة، وتجعلها تبدو سميكة ذات قوام غير متناسق، وهي من العمليات البسيطة التي لا تشكل خطورة كبيرة على صحة المرأة، وليس لها أضرار، إذا ما تم إجراؤها في مراكز معتمدة وإشراف أطباء لديهم خبرة كافية في هذا النوع من العمليات، مبيناً أن هناك أكثر من طريقة يمكن من خلالها حرق دهون البطن، وبالطبع لجأ إليها جميع الأشخاص الذين يعانون منها، ولكن هذه الطرق العادية لم تعد مفيدة كما كانت من قبل، وبالتالي لم يعد أمامهم أي خيار آخر سوى إجراء عملية شفط الدهون، وهي ليست خطيرة ولكن الحذر مطلوب، حيث يجب اختيار طبيب بارع في هذا المجال حتى يشعر الشخص بالأطمئنان، لأن يجب أن يكون أميناً يصارح بحقيقة الوضع إذا كان هناك مانع من نجاح العملية.

شروط

وأشار إلى أن هناك شروطاً لإجراء عمليات الشفط منها أن يكون الشخص فوق عمر 18 سنة وألا يكون مصاباً ببعض الأمراض الخطيرة، ويجب على الشخص الذي يخضع لعملية شفط دهون البطن أن يكون وزنه طبيعياً ولديه زيادة بالوزن لا تتعدى الـ 30% من وزنه الطبيعي، كما يجب أن تكون دهون البطن لا تستجيب لأي نظام غذائي صحي أو تمارين رياضية، هذا بالإضافة إلى ضرورة أن تكون صحته جيدة لا يعاني من أي أمراض مزمنة ولا يعاني من أي مرض نفسي خاصة الاكتئاب، لأن الحالة النفسية الجيدة تلعب دوراً كبيراً في نجاح



■ زيد المازم

مقاييس

شدد الدكتور زيد المازم على أن الاختصاصي لا يمكن أن يتعامل مع الناس بالطريقة نفسها؛ فاختلاف البشرة من حيث السماكة واللون يحدد مقاييس طبيعة العملية، وبالتالي لا يمكن الجزم بأن عمليات التجميل صارت مقياساً ثابتاً لكل الحالات، إذ توجد حالات يتحتم فيها إجراء عمليات جراحية مثل الحروق والندوب، ومنها ما تكون فيها العمليات ترميمية.



بعض الأعراض الجانبية على الشخص الذي أجرى عملية شفط دهون البطن، ومن أهمها هبوط الجلد بعد ذلك يكون غير مرن، لافتاً إلى أن الكمية المسموح بإزالتها وفقاً للمعايير العالمية هي 5-7 % من وزن الشخص، فإذا كان وزنه 70 كيلوغراماً فالكمية المسموح بإزالتها هي 7 لترات، وكمية الدهون تقاس عادة بالتر وليس الكيلوغرام، وفي حال تم إزالة كمية أكبر عندها يدخل الشخص في مضاعفات خطيرة قد تؤدي إلى الوفاة.

أعراض

ومن الأعراض الجانبية ومخاطر عملية شفط دهون البطن يقول الدكتور قاسم أهلي: «تظهر

فهي تختفي بعد فترة طويلة أو قصيرة من العملية، ولكن هذا لا يعني أن نضعها في اعتبارنا عند الإقبال على عملية شفط دهون البطن، وعند اختيار جراح التجميل».

وأضاف إن الإقبال على عمليات شفط الدهون مطلوبة من الرجال ولكن النساء بنسبة أكبر، لافتاً إلى أن مستشفى راشد يقوم سنوياً بإجراء 50 إلى 70 عملية لشفط الدهون بنسبة نجاح عالية تفوق 97%.

خطوات

وقال إن عملية شفط دهون البطن، تتم عن طريق وضع الشخص تحت التخدير العام أو الموضعي، وذلك بحسب وقت العملية وكمية الدهون المراد إزالتها، وبعد ذلك يقوم جراح التجميل بإحداث شق صغير في الجلد ويتم إدخال «القنية» من خلاله، وهي عبارة عن أنبوب بلاستيكي لإخراج وإدخال السوائل من وإلى الجسم، ويتم تحريكه إلى الأمام والخلف لإزالة الدهون وتوصيل شفاط جراحي مع القنية لامتصاص الدهون وإخراجها من الجسم، وتستغرق العملية من ساعة إلى ساعتين بحسب كمية الدهون، ولكن في كل الأحوال يغادر الشخص المستشفى في اليوم نفسه، بعد أن يفوق من التخدير ويقدم له جراح التجميل التعليمات التي عليه اتباعها، منوهاً بأن أبرز العمليات التجميلية التي يتجه إليها الناس هي قص الجلد الزائد، وشد البطن والشفط، وتجميل الصدر أو شد البطن.

ممارسات خاطئة

وأوضح أن هنالك ممارسات خاطئة لعمليات التجميل تتم من الطرفين، الطبيب المعالج ومرتاد عيادة التجميل، فالطبيب التجميلي يجب أن تكون لديه مصداقية في عمله، ولكن هناك أطباء يعملون في المجال كنوع من التجارة، ويخدع المريض بسهولة، ويبدأ ببرد عيوب لا تعد ولا تحصى له وهو خال منها، فهناك أطباء تكون نظرتهم نظرة تجارة تجميل على وجه وجسد المريض.

وبين أن مرتاد عادات التجميل يعاني عدم

18

07

30%

عاماً فأكثر العمر المطلوب لإجراء العمليات وألا يكون الشخص مصاباً بأمراض مزمنة

ليتيرات الكمية المسموح بإزالتها تجنباً للمضاعفات الخطيرة

من الوزن الطبيعي يجب ألا يتعداها الشخص للقيام بالعملية



سن الترهلات بشروط أبرزها السن والوزن

«شفط الدهون».. ليست الفانوس السحري للتخلص من السمنة

تعتبر عملية شفط الدهون إحدى الجراحات التجميلية، التي تهدف إلى إزالة التراكبات الدهنية غير المرغوب فيها من جسم الإنسان، بهدف تغيير شكله بشكل عام، وحتى الآن لا توجد براهين علمية تثبت تأثير هذه العملية على الوزن، حيث يستمر الأثر لبضعة أشهر فقط، وأيضاً لا تؤثر هذه العملية على المشاكل المتعلقة بالسمنة.

أسباب شفط الدهون

- اهتمام السيدة الشديد بقوامها كي تحافظ على جاذبيتها وأنوثتها
- تقليد نجومات السينما اللاتي يطمعن بالوصول لجمالهن
- تحسين المرأة لقوامها يزيد ثققتها بنفسها ويحسن حالتها النفسية والاجتماعية
- شفط الدهون للرجال تتركز في منطقة الكرش والبطن



15%

تقريباً من عمليات التجميل حول العالم هي شفط الدهون

63%

من النساء غير راضيات عن مظهرهن الخارجي

15%

تزيد رواتب النساء الجميلات على النساء الأقل جمالاً

11%

تزيد رواتب الرجال الوسام عن الرجال الأقل وسامة

أجزاء الجسم التي يتم فيها شفط الدهون

- البطن
- الظهر
- الأرداف
- الصدر
- الركبة من الداخل
- الخاصرتان
- خطوط الرقبة (تدويرة الرقبة) ومناطق تحت الذقن
- الفخذان (الداخلي أو الخارجي)

غرافيك: فاطمة الفلاسي

البكان الصحي



مضاعفات عملية شفط الدهون

- هبوط في الدورة الدموية نتيجة ما يرافق العملية من نزيف دموي
- عدم توازن ومائل جوانب الجسم نظراً لتفاوت كميات الدهون الموجودة في كل جانب
- ظهور كتل دهنية ذائبة نتيجة تركيز عملية شفط الدهون في جانب أكثر من الآخر
- تواجد كميات من السوائل بعد العملية تحت طبقة الجلد بسبب إزالة الدهون واختفائها من هذه المنطقة
- تصبغات في الجلد

تقنيات وأدوات شفط الدهون

- شفط الدهون بطريقة النفخ
- شفط الدهون فائق الرطوبة
- شفط الدهون الجاف
- شفط الدهون الرطب
- شفط الدهون بالاستعانة بالأموذج فوق الصوتية باستخدام تقنية الـ (UAL)
- شفط الدهون بالاستعانة بقدرة الجهاز PAS
- تحليل الدهون بمساعدة الليزر

أجسامهم

- الكدمات
- سمية الـيدوكاين
- التحسس لبعض الأدوية
- قلة مرونة الجلد
- اختفاء بريق الجلد
- الأم المزمن
- الزراعة الذاتية للدهون
- الخدر

الوريد حيث تؤثر على منطقتي الركبة و أعلى الفخذ

- ثقبوب الأعضاء الداخلية أحياناً
- بعض المشاكل القلبية أو الكلوية

جمهور: حل سريع للحصول على جسم مثالي



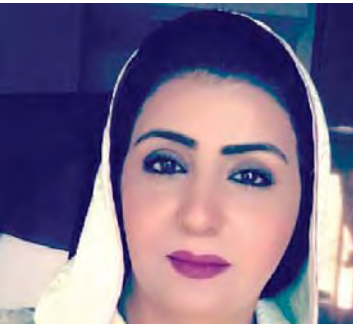
صاحبة الكأس



محمد السويدي



مجدي عبد المنعم



نهى كسواني

الثقة بالنفس، وفي حالة قلق من مظهره الخارجي، مما يجعله يلجأ لجراحات التجميل الزائدة على حاجته، ويجب على الأطباء رفض تحويل المريض لشكل آخر، فهذا الأمر يحمل مضاعفات مستقبلية خطيرة، ورغم تمكن الطبيب بالتحكم في المريض بإقناعه بخطورة بعض عمليات التجميل، فإن بعض الأطباء يدخلون بهذه الدوامات مع المرضى ويمارسون استخدامات خاطئة للتجميل معهم.

تحسين المظهر

وقال الدكتور زيد المازم استشاري الجراحة العامة في مستشفى دبي إن عمليات شفط الدهون هي عمليات تجميلية يقدم عليها الرجال والنساء لإزالة الدهون الزائدة في مناطق معينة في الجسم، من أجل تحسين مظهر الجسم من ناحية جمالية وللتقليل من محيط الخصر بالإضافة إلى محيطات مناطق أخرى في الجسم، مشيراً إلى أن اللبس الذي يقع فيه الكثير ممن يترددون على عيادات التجميل في كونهم لا يدركون ماهية الأمر الذي يأتون من أجله، فالبعض منهم ولا سيما النساء، لا يعرفن طبيعة ما تردن إجراءه من عمليات، لذلك فالأمر يصبح مشكلة بدلاً من كونه محاولة للعلاج.

ويشير إلى أن القناعة هي المقياس الوحيد الذي يحدد مسار العملية، وبالتالي الخروج بنتائج مرضية للطرفين؛ الطبيب والمريض، موضحاً أن عمليات التجميل نوعان، الأول تجميلي يمتد وهو رغبة الشخص في تغيير شكله الطبيعي لإرضاء ذاته كتغيير في شكل الأنف والوجه والجفون وكل أنحاء الجسم، وهو لا يسمح به في المستشفى، والثاني وهو الترميم الذي ينتج من تعرض جسم الإنسان لحالات مفاجئة كالحوادث بأنواعها والحروق والعديد من التشوهات الخلقية للفرد وعلاج القرع المزمنة، وهي ما تستقبلها مستشفياتنا لأن التجميل من خلالها يكون بغرض إنقاذ المريض من دوامة التعاسة.

وجبة الإفطار.. فوائد ذهبية في حماية القلب

كشفت دراسة علمية أميركية حديثة، عن فوائد ذهبية لوجبة الإفطار في الحماية من أمراض القلب والأوعية الدموية. ونصح أطباء أميركيون أن تنظيم الوجبات التقليدية والوجبات الخفيفة مسبقاً، وتناول وجبة الإفطار يومياً، قد يساعد على تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

وقال بيان علمي من جمعية القلب الأميركية إن تناول المزيد من السعرات

الحرارية في وقت مبكر من النهار، واستهلاك كمية أقل من الطعام أثناء الليل، قد يقلص أيضاً مخاطر حدوث أزمة قلبية أو سكتة دماغية.

وقالت ماري بيير سانت أونجي، التي ترأس المجموعة التي كتبت القواعد الإرشادية، والباحثة في مجال التغذية في المركز الطبي في جامعة كولومبيا بنيويورك: «ربما يكون موعد الأكل مهماً إلى جانب ما نأكله».



الأرز

الثري بالحديد علاج لفقر الدم

النفائات على اختلاف أنواعها.

تصنيع رخيص وسهل

وتعتمد فكرة إثراء الأرز بالحديد على معالجة المحصول أثناء عملية التبييض، التي تتم عقب فصل القشور عن الحبة، إذ يوضع الحديد بالماكينات نفسها التي تعالج حبوب الأرز، مع إضافة ضغط الهواء لفترة زمنية معينة للمساعدة على إدماج الحديد بالحبوب بشكل جيد.

ويقول الباحث السويسري إن هذا الأسلوب عملي وغير مكلف من الناحية الاقتصادية، لأن الحديد المستخدم ليس له مواصفات خاصة، بل هو رخيص للغاية ويتم تصنيعه بشكل معروف للجميع مع مركبات مثل البيروفوسفات أو غيرها والتي لها أيضاً فوائد غذائية.

ونابع الباحثون لعام كامل الحالة الصحية

لاكتشف باحثون بمعهد علوم التغذية في زيورخ أن إضافة نسبة معينة من الحديد إلى الأرز لا تسهم فقط في علاج فقر الدم المنتشر لدى أعداد كبيرة من سكان الدول النامية، وإنما يمكنها أيضاً أن تقلص تركيز الرصاص المتروكسب بالدم، بسبب التلوث البيئي الخطير في تلك الدول، وبالتالي تكون الفائدة مزدوجة لعلاج يكاد يكون مجاناً.

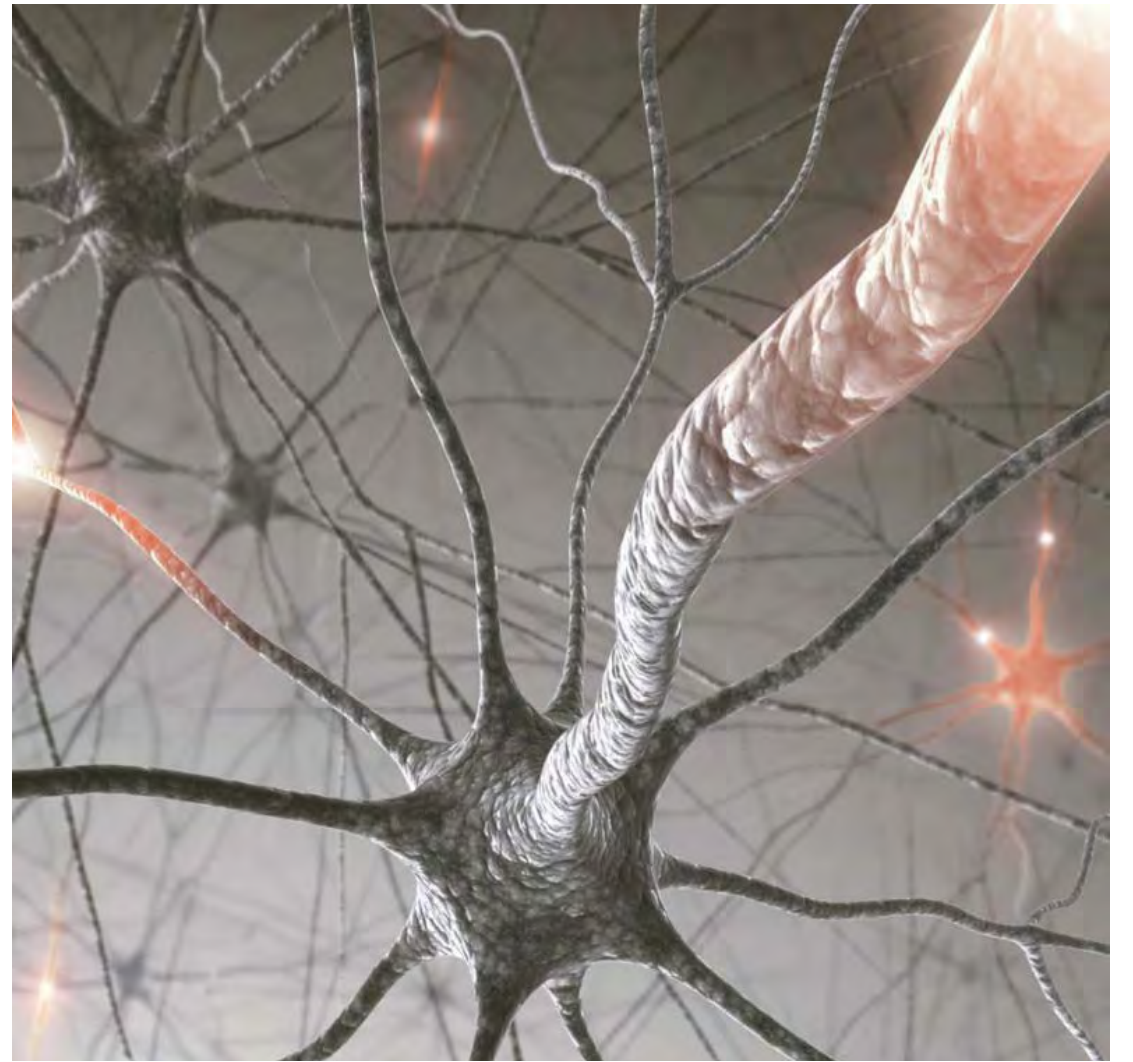
وقال الباحث ميشيل تسيمرمان من المعهد للجزيرة نت إن فريق العمل توجه إلى بعض المناطق في الهند، حيث يكثر إنتاج الأرز ويعاني الأطفال في الوقت نفسه من فقر الدم تحديداً، إضافة إلى الملوثات المنتشرة في البيئة، بسبب المخلفات الصناعية، وعدم الاهتمام بعمليات تدوير

لـ134 طفلاً تتراوح أعمارهم بين 5 و13 عاماً، يعانون من نقص الحديد، بسبب ما وصفه الباحثون بالتسمم المزمن نتيجة تلوث الدم بالرصاص، الذي كانت نسبته مرتفعة لدى من كانت أعمارهم تتراوح بين 5 و9 أعوام.

ومع مراقبة تحليل الدم بصفة دورية اكتشف الخبراء تراجع نسبة الرصاص في أجسام الأطفال، الذين حرصوا على تناول وجبات من الأرز تضمن وصول 15 ملغ من الحديد يومياً إلى الجسم لسته أيام في الأسبوع طيلة 16 أسبوعاً متصلة، مع تحسن مكونات الدم بشكل ملحوظ.

كما سجلت النتائج ارتفاعاً جيداً في دورة التمثيل الغذائي بالجسم، وذلك مقارنة مع أقرانهم الذين يتناولون وجبات الطعام المعتادة دون إضافات الحديد.

أجهزة مسح المخ باستخدام أشعة الرنين المغناطيسي الوظيفي «fMRI» غير دقيقة



دبي - البيان الصحي

وأكدت الدراسة السويدية أن هذا الاكتشاف يضرب علم الأعصاب في مقتل، حيث إن البرامج الإحصائية التي تأكد عدم دقتها ظلت تستخدم لتزودنا بتقارير أشعة أجهزة الرنين المغناطيسي «fMRI» على مدار الخمس عشرة سنة الماضية، وهو ما يعني أن أكثر من 40 ألف دراسة قد تذهب نتائجها أدراج الرياح، وتحتاج إلى مراجعة، وبالتالي لا يمكن الاعتماد عليها والاعتماد بها، لأنها اعتمدت بشكل رئيس على أجهزة «fMRI» كي تثبت ما توصلت إليه، هذا بخلاف آلاف التقارير

فجّرت دراسة طبية حديثة أشرف عليها باحثون سويديون مفاجأة ستجعلنا مضطرين لإعادة النظر في معظم الأبحاث الطبية، خاصة المتعلقة بالدماغ، التي أجريت على مدار العقدين الماضيين، حيث اكتشف العلماء وجود خطأ في إحدى التقنيات التشخيصية المستخدمة بشكل شائع في علم الأعصاب واعتمد عليها مئات الآلاف من الباحثين على مستوى العالم.

والتحقيقات والمدونات والبرامج التي اعتمدت على هذه النتائج لتتوصل إلى استنتاجات جديدة متعلقة بكل شيء تقريباً في حياتنا اليومية. وذكر التقرير الذي نشر على الموقع الأميركي «Foreignaffairs» أنه تم اكتشاف وجود خطأ في البرامج الإحصائية التي تستخدمها أجهزة مسح المخ باستخدام أشعة الرنين المغناطيسي الوظيفي «fMRI»، وهي نوع من أجهزة الأشعة التي تقيس نشاط مناطق معينة بالمخ اعتماداً على التغيرات في تدفق الدم داخله.

يمتاز الكراث بأنه قليل السعرات الحرارية

دبي - البيان الصحي

ذكرت مجلة «الصيدليات الحديثة» الألمانية أن الكراث يعد كنزاً من المعادن والفيتامينات، حيث إنه غني بفيتامين «سي»، الذي يعمل على تقوية جهاز المناعة، والكالسيوم، الذي يعمل على تقوية العظام، وال بوتاسيوم، الذي يتمتع بأهمية كبيرة لضغط الدم الصحي.

كما يحظى الكراث بأهمية



كبيرة بالنسبة للحوامل، حيث إنه يزخر بحمض الفوليك المهم لنمو الجنين. ويحتوي 100 غرام من الكراث على نحو 100 ميكروغرام من حمض الفوليك. وبالإضافة إلى ذلك، يمتاز الكراث بأنه قليل السعرات الحرارية، حيث يحتوي 100 غرام منه على 29 سعراً حرارياً فقط. ويتمتع الكراث بمذاق حريف، لذا يمكن استخدامه لإضفاء نكهة حارة على الحساء أو السلطة.

حبوب حرقه المعدة قد تتسبب بإسهال بكتيري حاد



هو حدوث عدوى بالجهاز الهضمي". دبي _ البيان الصحي

علاج حرقه المعدة فإن من تناولوها كانوا أكثر عرضة لنوع حاد من الإسهال تسببه بكتيريا كلوستريديوم (المطثية). وقال الدكتور توماس مكدونالد الباحث في علم الصيدلة في جامعة داندي في اسكتلندا، والذي قاد فريق الدراسة إن "تقليل أحماض المعدة الذي يحول دون الالتهاب يزيد من فرص الإصابة بعدوى في الجهاز الهضمي"، معتبراً أن "الخطر الرئيسي لحبوب حرقه المعدة

إصابتهم بعدوى بكتيرية في الأمعاء، مقارنة بمن لا يلجأون إلى هذا العلاج. وتمنع هذه الحبوب الخلايا الموجودة في بطانة المعدة من إفراز الأحماض بصورة زائدة قد تسبب القرع وأعراض ارتجاع المريء مثل حرقه المعدة. وفحص الباحثون بيانات حوالي 188 ألف شخص تناولوا هذه الحبوب ونحو 377 ألفاً لم يفعلوا ذلك. ومقارنة بالأشخاص الذين لم يلجأوا لحبوب

أفادت دراسة اسكتلندية -أجريت على أكثر من نصف مليون شخص- أن حبوب حرقه المعدة قد تؤدي إلى عدوى بكتيرية في الأمعاء وأن الذي يتناول هذه الحبوب يكون أكثر عرضة لنوع حاد من الإسهال البكتيري، نتيجة قلة أحماض المعدة. وأظهرت الدراسة أن الأشخاص -الذين يتناولون حبوباً شائعة الاستعمال لعلاج حرقه المعدة- ربما تزداد احتمالات

العلاج الكيميائي يؤثر في وظائف المخ



ويقدر باحثون أن 25% على الأقل من مرضى العلاج الكيميائي يعانون من أعراض التشوش، وأشارت دراسة أجرتها أخيراً جامعة مينيسوتا أن النسبة تبلغ 82%.

وقال سيلفرمان: إن الأشخاص الذين يعانون من التشوش لا يمكنهم عادة التركيز أو تذكر الأشياء أو القيام بمهام عدة في وقت واحد بنفس الطريقة التي كانوا عليها قبل العلاج الكيميائي.

وذكر دانييل سيلفرمان الأستاذ المساعد في جامعة كاليفورنيا والذي قاد فريق البحث أن نفس المنطقة من الفص الأمامي التي أظهرت مستويات أيض منخفضة أظهرت قفزة كبيرة في النشاط عند أداء المريضات لاختبارات الذاكرة، حيث إن «أمخاخ هؤلاء النساء كانت تعمل بصورة أكثر صعوبة من المجموعة الضابطة لاستدعاء نفس المعلومات».

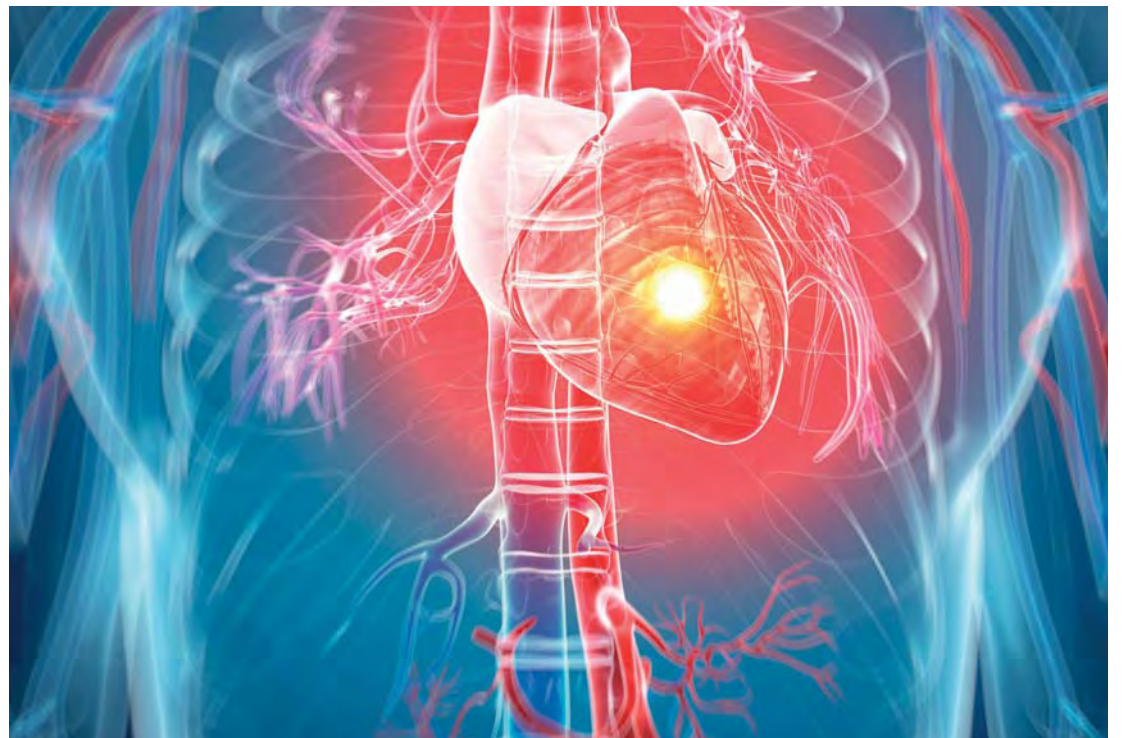
في لوس أنجلوس أن النساء اللاتي خضعن لعلاج كيميائي يعانين من انخفاض في معدلات الأيض في منطقة أساسية من قشرة المخ الأمامية. وقال الباحثون إن النساء اللاتي تعرضن للعلاج الكيميائي عانين أيضاً من خلل في تدفق الدم إلى القشرة الأمامية للمخ والمخيخ خلال أدائهن لاختبارات الذاكرة، مما يشير إلى قفزة سريعة في مستوى النشاط.

25% من مرضى العلاج الكيميائي يعانون من التشوش

دبي _ البيان الصحي

توصل باحثون أميركيون إلى أن العلاج الكيميائي يسبب تغيرات في عمليات التمثيل الغذائي وتدفق الدم في المخ يمكن أن تستمر عشر سنوات وهو اكتشاف قد يفسر التشوش الذهني لدى كثير من مرضى السرطان الذين كتب لهم الشفاء. ووجد الباحثون من جامعة كاليفورنيا

علامات تحذير تسبق الأزمة القلبية



دبي - البيان الصحي

آثارها. ومن أهم هذه العلامات كما يقول الدكتور فهد باصليب استشاري ورئيس قسم القلب في مستشفى راشد الشعور باختناق في التنفس مع ألم الصدر، والشعور بانزعاج وألم يبدأ من منتصف الصدر، والسعال، والغثيان والدوخة، والتعرق، وامتداد الألم إلى أحد الذراعين أو كليهما، وإلى الرقبة

والفك، والقيء، وخفقان القلب. وأضاف أنه قد لا تواجه النساء المصابات بالسكري الأعراض الكلاسيكية للنوبة القلبية؛ فتشعر المرأة بضغط وانتفاخ في وسط الصدر وأعلى المعدة. وكذلك من الشائع أن تشعر النساء عند التعرض لأزمة قلبية بألم في الظهر والفك أكثر من الرجال.

الليزك..

لا يعني التخلي عن النظارة نهائياً

دبي - البيان الصحي

يحلم الكثيرون ممن يعانون من ضعف الإبصار بالتخلي عن النظارة أو العدسات اللاصقة. وتتيح عملية الليزك تحقيق هذا الحلم، غير أنه ليس هناك ضمان للتخلي عن النظارة نهائياً وقال الدكتور عبد الله النقيبي استشاري أمراض العيون في مستشفى دبي إن المرحلة العمرية تلعب دوراً حاسماً في إمكانية إجراء عملية الليزك، حيث ينبغي أن يكون المريض بالغاً، على ألا يتجاوز عمره 60 عاماً، وذلك بسبب قصور النظر الشيخوخي. كما لا يجوز إجراء عملية الليزك بالنسبة للأشخاص المصابين بالمياه الزرقاء أو المياه البيضاء، حيث يتطلب كلا المرضين علاجاً مختلفاً، وهو ما ينطبق أيضاً على الأشخاص المصابين بالروماتيزم أو بأمراض النسيج الضام.

خطوات

وينبغي إطلاع المريض على طبيعة العملية ومخاطرها بشكل تفصيلي حيث يمكن أن تصاب العين بعدوى. كما ينبغي التخلي عن العدسات اللاصقة اللينة قبل إجراء عملية الليزك بأسبوع، في حين تطول هذه المدة

لتتراوح ما بين أسبوعين وأربعة أسابيع بالنسبة للعدسات اللاصقة الصلبة. وحذر من فرك العيون في الأيام الأولى بعد إجراء العملية، وفي الغالب



يمكن للمريض ممارسة حياته بشكل طبيعي في اليوم الأول بعد العملية. ويلزم العودة إلى الطبيب في حالة الشعور بألم أو ملاحظة بدء تدهور الرؤية.

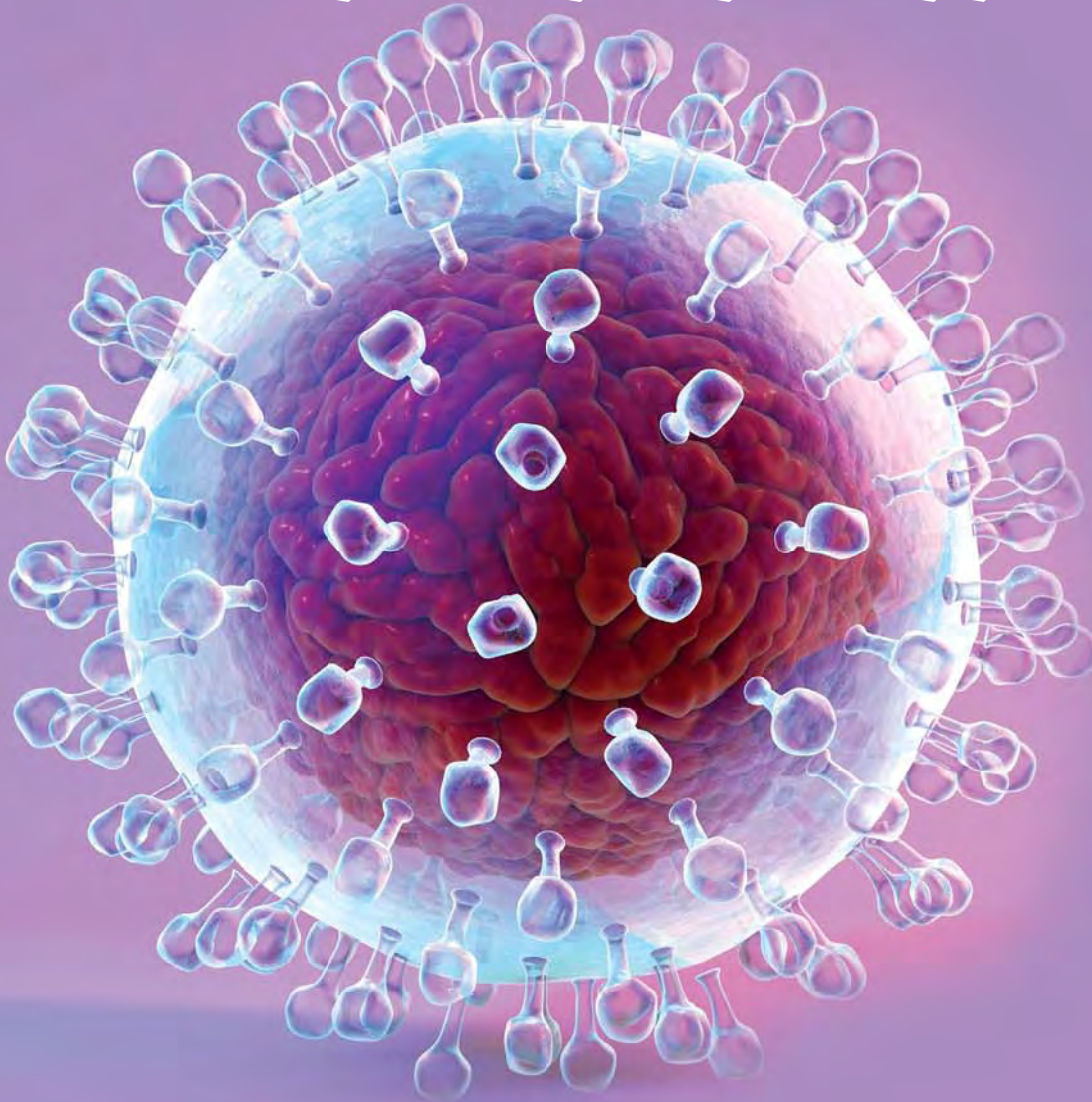


العزلة تؤثر في صحة الإنسان

أوضح علماء نفس من جامعة كاليفورنيا في لوس أنجلوس، الأضرار التي تتسبب بها الحياة في عزلة عن الآخرين لصحة الإنسان. فقد توصل المختصون إلى أن الإنسان يحتاج إلى الاختلاط مع غيره، للاحتفاظ بنشاط خلايا جسمه. وأكد العلماء أن الحياة في عزلة تؤثر بشكل سلبي على خلايا الجسم، حيث تزيد من مخاطر أمراض القلب والأوعية الدموية، ومن تأثيرات العزلة السلبية على جسم الإنسان

قيد الحياة. وثبتت الإحصاءات أن الناس الذين يميلون إلى العزلة، معرضون بشكل أكبر للاختلالات نفسية والاكتئاب، وأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم، وضعف المناعة واعتلال الجهاز العصبي، حيث أظهرت دراسة أجريت عام 2015 أن العزلة الاجتماعية تزيد من خطر الموت المبكر بنسبة 26%. دبي- البيان الصحي

التهاب الكبد الوبائي D.. طبيعة الفيروس وطرق الوقاية



دبي - البيان الصحي

يعتبر التهاب الكبد الوبائي D من أمراض الكبد بشكلها الحاد والمزمن، وهو يتطلب فيروس التهاب الكبد الوبائي B للتنسخ، ولا يمكن أن يحدث في غياب فيروس الكبد الوبائي B، وتصبح العدوى أكثر حدة من العدوى الأحادية، كما تقول منظمة الصحة العالمية في دراسة حديثة لها. ويعتبر اللقاح المضاد لفيروس B هو الأسلوب الوحيد للوقاية من العدوى بفيروس D.

التوزع الجغرافي

وتشير التقديرات على مستوى العالم إلى أن 5% من الإيجابيين للمستضد السطحي لالتهاب الكبد B يعانون من عدوى مصاحبة بفيروس التهاب الكبد D، وهم موزعون في جميع أنحاء العالم، وتشمل المناطق ذات معدلات المرض المرتفعة البحر الأبيض المتوسط والشرق الأوسط وباكستان ووسط وشمال آسيا واليابان وتايوان وجرينلاند

وأجزاء من أفريقيا (القرن الأفريقي وغرب أفريقيا بشكل أساسي)، وحوض الأمازون ومناطق معينة من المحيط الهادئ، أما في أميركا الشمالية وشمال أوروبا، وجنوب أفريقيا، وشرق آسيا فتكون معدلات الانتشار منخفضة. وطرق انتقال العدوى بفيروس التهاب الكبد D هي طرق انتقال العدوى بفيروس B نفسها عن طريق الجلد أو عن طريق الاتصال الجنسي من خلال ملامسة الدم أو منتجات الدم المصابة بالعدوى، وعلى الرغم من أن الانتقال الرأسي أمر جائز لكنه نادر الحدوث، ويحول التمتع ضد فيروس التهاب الكبد الوبائي B دون الإصابة بالعدوى المصاحبة لفيروس D، ومن ثم فإن التوسع في برامج التمتع ضد فيروس B تؤدي إلى انخفاض حالات وقوع الإصابة بفيروس D في جميع أنحاء العالم، ومع ذلك، ففي بعض الأماكن، لوحظت زيادة في معدلات انتشار D لدى الأشخاص الذين يتعاطون المخدرات حقناً، أو نتيجة للهجرة من المناطق الموطونة بفيروس التهاب الكبد الوبائي D.

الأعراض

وقد تفشي العدوى المتزامنة بفيروس التهاب الكبد الوبائي B وفيروس D إلى التهاب كبد وبائي يتراوح بين الطفيف والشديد أو حتى التهاب الكبد الخاطف، ولكن عادة ما يتم التعافي منه تماماً ويندر حدوث التهاب D (أقل من 5% من التهاب الكبد الوبائي الحاد)، ويمكن أن يصيب فيروس التهاب الكبد الوبائي D أي شخص مصاب بالفعل بالعدوى المزمنة بفيروس B، وتعمل العدوى بفيروس D الإضافية مع فيروس التهاب الكبد المزمن B على تسريع تطور المرض ليصل إلى شكل أكثر وخامة في جميع الأعمار وما يتراوح بين 70 و90% من الأشخاص.

وتعمل العدوى الإضافية بفيروس D على التسريع من تطور الحالة لتصل إلى تلف الكبد قبل حدوثه في حالة الأشخاص المصابين بفيروس التهاب الكبد الوبائي B الأحادي بعقد تقريباً من الزمان على الرغم من أن العدوى بفيروس D تقمع تنسخ B، ولا تزال الآلية التي يسبب

التهاب الكبد الوبائي D من خلالها التهاب كبد وبائي أكثر وخامة وما يحدثه من تطور سريع للحالة لتصل إلى تلف الكبد بدرجة أسرع منها في حالة الإصابة بفيروس B غير واضحة.

المعرضون للمخاطر

ويعتبر حاملو فيروس التهاب الكبد الوبائي B معرضون للعدوى بفيروس D، كما يعتبر الأشخاص غير الممنعين ضد فيروس B (سواء بسبب المرض الطبيعي أو التمتع بلقاح التهاب الكبد الوبائي B) معرضون لخطر العدوى بفيروس التهاب الكبد الوبائي مما يستتبعه تعرضهم لمخاطر الإصابة بفيروس D.

ويتم تشخيص العدوى بفيروس التهاب الكبد الوبائي D بواسطة عيارات مرتفعة من الغلوبولين المناعي G (IgG) والغلوبولين المناعي M (IgM) المضاد لفيروس التهاب الكبد الوبائي D ويتم تأكيده باكتشاف الحمض النووي الريبي لفيروس D في المصل.

الاسترخاء والتعرض لأشعة الشمس يكافحان الأرق



دبي - البيان الصحي

بعد أن أصبح الأرق إحدى أهم المشاكل النفسية، التي يعاني منها الكثيرون في وقتنا الحالي، أكد علماء من السويد والولايات المتحدة أنهم توصلوا لطرق تساعد الناس على التخلص من تلك المشكلة. وجاء في مقالة

نشرتها مجلة Current Biology نقلاً عن العلماء «أصبحت الضغوط اليومية الناجمة عن الحياة (الصاخبة)، التي نعيشها حالياً تشكل عبئاً حقيقياً على الصحة النفسية للإنسان، الكثيرون يحاولون أن يخلدوا للنوم ليلاً في الوقت المناسب، لكن الأرق يمنعه، كان من الضروري أن نتوصل لطريقة تخلصنا من هذا

الأرق». وأضاف العلماء: «لقد قمنا بتجارب عدة شارك فيها 14 متطوعاً ممن يعانون من الأرق وصعوبة النوم ليلاً، انقسم المتطوعون إلى قسمين، المجموعة الأولى ذهبت في عطلة نهاية الأسبوع للتخييم في مناطق هادئة ومشمسة بعيداً عن ضوضاء الحياة اليومية والإضاءة الاصطناعية، أما المجموعة الأخرى

مارست حياتها اليومية، ضمن ظروف العمل في الشركات والمكاتب، حيث بقوا معظم الوقت بعيدين عن ضوء الشمس. وقد لاحظنا بعد انتهاء التجارب، أن الأشخاص الذين عادوا من الإجازة، التي قضوها في الطبيعة، وتعرضوا لضوء الشمس أصبحوا أكثر هدوءاً وتخلصوا من الأرق». وأوضح العلماء: «لقد

تبين لنا أن أفضل الطرق للتخلص من الأرق هي الاسترخاء والتعرض لأشعة الشمس يومياً، من الممكن أن التعرض لأشعة الشمس يؤثر على إفراز هرمون الميلاتونين، الذي تفرزه الغدة الصنوبرية، هذا الهرمون يؤثر كثيراً على الحالة النفسية للإنسان، ويزيد من السعادة، ويساعد على الاسترخاء».



مباحثات بين «صحة دبي» ووزارتي الصحة اللبنانية والبرازيلية لتبادل الخبرات والتجارب

دبي - البيان الصحي

أكد معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي، أن الهيئة تولي عملية الانفتاح على التجارب الصحية للدول الأخرى جل اهتمامها، ولاسيما الدول المتقدمة والشقيقة، كما أنها شديدة الحرص على بناء العلاقات ومد جسور التواصل لتبادل الزيارات والخبرات، انطلاقاً من مكانة مدينة دبي العالمية وبما يخدم الأهداف الاستراتيجية للهيئة. جاء ذلك خلال استقبال معاليه، أخيراً، غسان حاصباني نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الصحة اللبناني، وريكاردو باروس وزير الصحة البرازيلي والوفد المرافق.



تصوير: صلاح عبدالقادر ونديم رشيد



الهواتف اللاسلكية المنزلية تصدر إشعاعات مضرّة

حذرت دراسة سويدية من أن قواعد الهواتف اللاسلكية داخل المنزل تصدر إشعاعات ضعف ما تصدره أجهزة الهاتف الخليوي. وحسب صحيفة «ديلي ميل» البريطانية التي نشرت نتائج الدراسة فإن الحقول الكهرومغناطيسية التي تفوق المستوى المسموح به اكتشفت بالقرب من هذه القواعد المنزلية. وأوضحت الدراسة السويدية أنه بخلاف الهواتف الخلوية فإن القواعد الثابتة تصدر إشعاعات حتى في حالة عدم الاستعمال. ونقلت الصحيفة عن جمعية حماية الصحة البريطانية التي تنوي التدقيق في الدراسة تأكيدها أن هناك ارتباطاً متزايداً بين الورم السمعي والحقول الكهرومغناطيسية. دبي _ البيان الصحي

كلمة العدد



د. أحمد بن كلبان

بصمة مستشفياتنا الواضحة

خلال أعمال «المؤتمر السنوي الثالث لمعالجة التدخلات القلبية والوعائية بواسطة القسطرة»، هذا الحدث العلمي المهم، الذي شهدته دبي، مؤخراً، بتنظيم من جمعية القلب الإماراتية، وحضور مميز للمسؤولين والأطباء والمتخصصين في واحدة من أهم الأمراض غير السارية وهي أمراض القلب، تبين بوضوح الطفرات النوعية التي حققتها هيئة الصحة بدبي في هذا التخصص الطبي الدقيق، من خلال مستشفيات الهيئة، التي نجحت بكفاءة الأطباء ومستوى التجهيزات أن تكون لها بصمة واضحة في عمليات القلب بوجه عام، وعمليات القسطرة على وجه التحديد.

وتبدو أهمية أعمال التطوير والتحديث التي تجريها الهيئة في التخصصات الطبية المختلفة، وبالتحديد في تخصص أمراض القلب، من تلك الإحصاءات العالمية التي تشير إلى أن أمراض القلب تتسبب في وفاة أكثر من 17 مليون إنسان سنوياً، من إجمالي الوفيات العالمية للأمراض المزمنة الذي يصل إلى 38 مليون حالة، وذلك وفق تقديرات منظمة الصحة العالمية.

ومما لا شك فيه أن أمراض القلب والأوعية الدموية، وإن كانت تصدر خريطة الأمراض العالمية، سواء من حيث معدلات الإصابة أو الوفيات السنوية، فإنها تعد من التخصصات الطبية السبّاقة في استخدام التكنولوجيا والتقنيات الأكثر تطوراً والأساليب الجديدة المبتكرة، ومن أمثلة ذلك التطورات الهائلة التي يشهدها العالم الآن في مجال العلاج بالقسطرة.

من دون شك أيضاً أن هيئة الصحة بدبي وهي تدرك قيمة هذا التخصص الطبي الحيوي، فإنها على يقين في أن جهودها المبدولة في تطوير أقسام أمراض وجراحات القلب والأوعية الدموية وغيرها من الأمراض المتصلة، هي التي ستسهم مباشرة في إحداث الفرق المطلوب في منظومة الوقاية والعلاج، ولاسيما مع النجاح المستمر لمستشفياتنا في إجراء عمليات قلب معقدة يتم نقلها مباشرة إلى العديد من المؤتمرات المحلية والدولية المتخصصة.

المدير التنفيذي لقطاع خدمات المستشفيات - هيئة الصحة بدبي

11 مرضاً تؤدي إلى الوفاة خلال 48 ساعة إذا لم تعالج

يوجد الكثير من الأمراض التي تصيب الإنسان، والتي قد تؤدي إلى الموت خلال 48 ساعة، إذا لم يتم معالجتها أو الكشف عنها قبل الفترة المحددة، ويتوجب معرفة الأعراض المصاحبة لها لمعالجتها في الوقت المناسب.

السكتة الدماغية

من الأمراض الدماغية الوعائية التي تمنع تدفق الدم والأكسجين إلى أجزاء معينة من المخ، بسبب التجلط.

التهاب اللقافة الناحر

مرض ينتشر بسرعة في الجسم ويقتل الأنسجة الرخوة.

داء شاغاس

داء طفيلي، ينتقل للأشخاص عن طريق حشرة من جنس الفسفس. وهو من الأمراض المدارية المهملة.

مرض المكورات السحائية

مرض بكتيري مزمن يصيب البطانة الرقيقة التي تحيط الدماغ والنخاع.

حمى الضنك

مرض مداري منقول بالبعوض يحدث بسبب فيروس الضنك. وتشمل الأعراض الحمى والصداع وآلام العضلات والمفاصل وطفح جلدي متميز شبيه بطفح الحبة.

جرثومة MRSA

تسمى ميكروب العنقوديات الذهبية المقاومة للميثيسيلين (MRSA)، وهي نوع من أنواع البكتيريا المقاومة للمضادات الحيوية. وتنتشر عادة بين المرضى في المستشفيات.

إيبولا

مرض خطير وغالباً ما يكون مميتاً، ويصل معدل وفاة الشخص المصاب إلى 90%

الكوليرا

من الأمراض المعوية المعدية التي تُسببها سلالات جرثومة ضمة الكوليرا المنتجة للذيضان المعوي.

الطاعون الدبلي

مرض حيواني المنشأ ينتشر أساساً بين القوارض الصغيرة والبراغيث التي تحملها.

الفيروس المعوي D68

يسبب هذا الفيروس عدوى شديدة على نطاق واسع، ومن الفيروسات الصعبة التأثير خصوصاً على الرئتين.

البيان الصحي

غرافيك: أسيل الخليلي

اللياقة البدنية للأطفال تتأثر بمستوى الدخل

دبي _ البيان الصحي

كشفت دراسة طبية أميركية، صدرت أخيراً عن وجود تفاوت في اللياقة البدنية بين أطفال الدول المتقدمة ونظرائهم في بلدان العالم النامي، مشيرة إلى أنه كلما زاد الدخل في دولة من الدول، ارتفعت بها حظوظ الطفل في لياقة أفضل. وجاءت الولايات المتحدة في المركز الرابع عالمياً، في مؤشر لياقة الأطفال البدنية، بينما حلت المكسيك المركز الأخير، في قائمة الدول الـ 50 التي شملتها الدراسة، بحسب ما نقلت رويترز.

وحققت دول من إفريقيا وأخرى في شمال أوروبا واليابان، أعلى المعدلات في لياقة القلب والجهاز التنفسي بين الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين الـ 9 و17 عاماً.

وقال جاستين لانج كبير معدي الدراسة من جامعة أوتاوا، إن الفقر مرتبط بنتائج صحية سيئة كثيرة، تشمل اللياقة البدنية. وتوصل الباحثون إلى أنه بقدر تحسن الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية والصحية، يزداد الأطفال لياقة بدنية، والعكس بالعكس.

واعتمد فريق الدراسة على نتائج مليون طفل في 50 دولة وبالتحديد متوسط إجمالي المسافة التي قطعها الأطفال خلال اختبارات الجري لقياس قوة تحمل القلب والرئتين والعضلات. وسجلت الدراسة أسوأ أداء لدى الأطفال، في الدول التي تعرف تفاوتاً كبيراً بين الفقراء والأغنياء، بالنظر إلى العقبات التي يواجهها الأطفال حين يرغبون في القيام بنشاط بدني.



الكافيين يحسّن القدرة على معالجة المعلومات



دبي _ البيان الصحي

القدرة على معالجة المعلومات ويزيد حدود القدرة على الاستماع لرسالة مقنعة.

وفحصت الدراسة عدداً من الأشخاص بتوجيه أسئلة إليهم عن اتجاهاتهم إزاء القتل الرحيم الطوعي والإجهاض قبل وبعد كوبين من القهوة، وأعطوا كذلك حجة مقنعة لقراءتها بعد تناول الكافيين.

كشف باحثون أستراليون أنه إذا أردت أن تقنع شخصاً ما بأفكارك فإن تقديم فنجان قهوة له قد يساعد على ذلك. وذكرت هيئة الإذاعة الأسترالية أن دراسة أجريت في جامعة كوينزلاند للتكنولوجيا بينت أن الكافيين يحسن

دماغ الأطفال الأكثر ذكاء يتطور ببطء

دبي _ البيان الصحي

أفادت دراسة طبية أميركية أن نمط نمو الدماغ خلال مرحلة التطور قد يلعب دوراً مهماً في موضوع الذكاء من حجم الدماغ الكلي. وأشارت الدراسة التي أجراها فريق بحث مشترك من المعهد الوطني للصحة العقلية وجامعة مكغيل الكندية، إلى أن حاصل ذكاء الأطفال مرتبط بديناميكية نمو أو نضوج قشرة الدماغ. وأشار الباحثون إلى أن قشرة دماغ الأطفال الأكثر ذكاء والتي تكون مسؤولة عن التفكير والوظائف العقلية العليا، تكون

رقيقة نسبياً. وهذه القشرة التي تشكل الطبقة الخارجية تصبح سميكه مع بلوغ سن الـ 12 قبل أن تشهد نفس التراجع في السمك المجهود أيضاً لدى الأطفال المتوسطي الذكاء. وتابع الباحثون حالات 307 أطفال من مختلف الأعمار على مدى فترة نموهم. وقاموا بتصوير أدمغة الأطفال بتقنية الرنين المغناطيسي، بشكل دوري. ثم قارنوا بين الأطفال بناء على حجم الدماغ وسمك قشرته ونتائج عدة اختبارات قياسية لحاصل الذكاء. وأظهر الأطفال الأكثر ذكاء نمطاً متميزاً لتطور نمو الدماغ. فبينما بلغت قشرة

دماغ الطفل المتوسط الذكاء أعلى سمك لها عند سن الثامنة، تأخر نمو سمك هذه القشرة لدى الأطفال الأذكى واستمر حتى المراهقة المبكرة. وبين جميع المشاركين في الدراسة، تراجع سمك قشرة الدماغ خلال سنوات البلوغ والمراهقة، ربما بسبب تشذيب (انكماش) الخلايا العصبية لدى ارتفاع كفاءة الدماغ. ورغم أن هذا الذكاء يبدو وراثياً، فقد تلعب البيئة التي ينشأ فيها الطفل دوراً أكبر وأكثر أهمية، كما يؤكد الباحثون.

