

ضعف السمع عند الأطفال
يؤثر سلباً في تعلمهم

«09»

سن اليأس عند الرجال..
خرافة أم حقيقة؟

«10»



«صحة دبي» تحتفي
بإنجازات مركز الإخصاب

«11»



www.albayan.ae

الأحد 24 شعبان 1438 هـ | 21 مايو 2017 م | العدد 13486

الشاشات الذكية تهدد طفلك بالسكري

حذرت الرابطة الألمانية لأطباء الأطفال والمراهقين من أن الجلوس أمام الشاشات الذكية مدة 3 ساعات أو أكثر يومياً يرفع خطر الإصابة بالسكري لدى الأطفال.

وأوضح الخبراء أن الجلوس فترات طويلة أمام شاشات الحاسوب والهاتف الذكي والهواتف الجوالة يتسبب في نشوء عوامل تزيد من خطر الإصابة بالسكري، مثل زيادة الوزن، ومقاومة الأنسولين، الذي يحدث عندما تتوقف الخلايا عن الاستجابة للأنسولين، وهو الهرمون الذي يفرزه البنكرياس للسيطرة على مستويات السكر في الدم.

وقام باحثون بتقييم عينة من نحو 4500 طالب في سن الـ 9 والـ 10 في 200 مدرسة مختلفة. حيث توصلت الدراسة إلى أنه كلما طال وقت الجلوس أمام هذه الشاشات، زادت الآثار السلبية على الجسم، وعلى دهون الجسم. وبناء على ذلك، تنصح الرابطة الألمانية الوالدين بالحد من أوقات جلوس الأطفال أمام الشاشات، لتجنب المشكلات الصحية المستقبلية. دبي - البيان الصحي

مشاهدة الأفلام تحل مكان التخدير العام

توصلت دراسة حديثة إلى أن مشاهدة الأطفال المصابين بالسرطان لأفلام سينمائية مناسبة لأعمارهم في أثناء تلقيهم للعلاج الشعاعي قد ينجيهم عن التخدير العام.

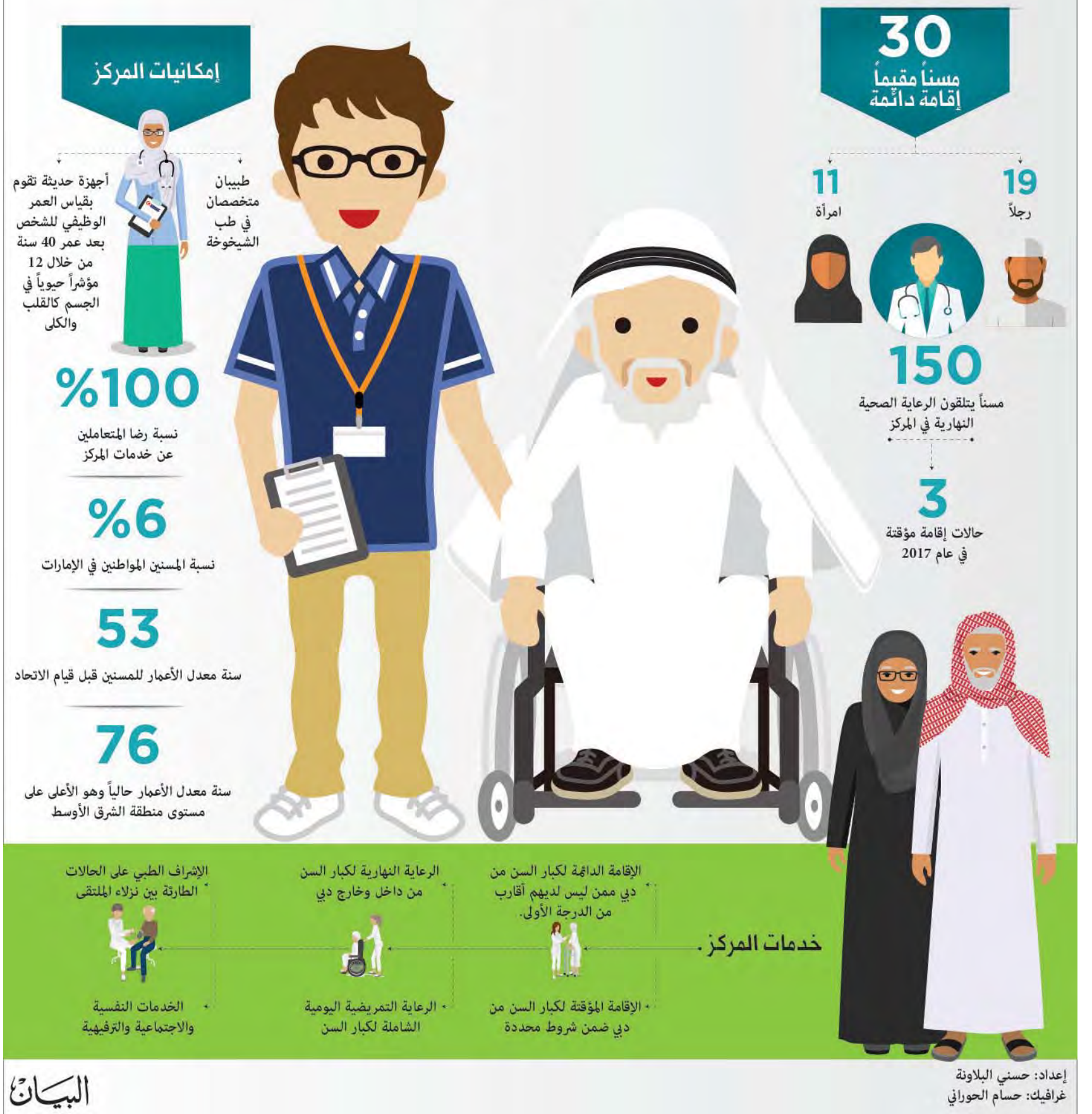
ووحد الباحثون بأن مشاهدة الأطفال لأفلام من قبيل «سبونج بوب» و«كارز» و«باربي» قد يقلل من اختلاطات وتكاليف العلاج الكيميائي في سياق الإصابة بأورام في الدماغ أو العظام أو غيرها من الأنسجة، وهي أورام نادرة عند الأطفال بكل حال.

وتقول المعدة الرئيسية للدراسة والمعالجة الشعاعية كاتيا أجواس: «يتطلب العلاج الكيميائي زيارة المستشفى بمعدل مرة واحدة كل أسبوع على مدى 4 إلى 6 أسابيع. وينبغي على الطفل الالتزام بعدم الحركة طيلة فترة الجلسة العلاجية، مما يستلزم التخدير العام للحفاظ على هدوء الطفل. كما ينبغي على الطفل الصيام عن الطعام قبل 6 ساعات على الأقل من تطبيق العلاج الكيميائي».

وتضيف أجواس: «أردنا من خلال هذه الدراسة معرفة ما إذا كان عرض فيلم مُحِب للطفل على شاشة تلفاز سيساعده على البقاء من دون حركة، وبالتالي تجنب التخدير العام». دبي - البيان

خدمات متميزة يقدمها مركز ملتقى الأسرة للمسنين

يعد مركز ملتقى الأسرة التابع لهيئة الصحة في دبي الأول والوحيد من نوعه على مستوى إمارة دبي الذي يقدم خدماته الوقائية والتشخيصية والعلاجية لكبار السن، إضافة إلى توفير الحلول الآمنة للتفاعل والتعامل اليومي مع المسنين أثناء تلقيهم الخدمات العلاجية والتأهيلية.



«صحة دبي» تعتمد سياسات جديدة لترخيص المهنيين



■ مروان الملا

المهنيين الصحيين شملت أطباء الأسنان وبعض الأخصائيين والاستشاريين الحاصلين على شهادات أوروبية بالإعفاء من امتحان الترخيص وتقييم الهيئة وفقاً لمعايير، كما تضمنت التدقيق على صحة الشهادات من مصدرها، وتغيير الإجراءات الخاصة بالتراخيص المهنية والمرتبطة بإصدار تقارير الداتا فلو» النهائي كمتطلب أساسي قبل إصدار الترخيص المهني، وعدم تجديد الترخيص المهني في حال سلبية التقرير وعدم صحة الشهادات، وأكد أنه يمكن الوصول إلى السياسات المذكورة عن طريق الموقع الإلكتروني لهيئة الصحة بدبي.



دبي - البيان الصحي

كشف مدير إدارة التنظيم الصحي في هيئة الصحة بدبي الدكتور مروان الملا، أن الهيئة اعتمدت سياسات تنظيمية جديدة لترخيص المهنيين العاملين في القطاع الصحي بإمارة دبي، تتمثل في التدقيق على صحة الشهادات من مصدرها، والتقييم وإعفاء من امتحانات. وأوضح أن السياسات الجديدة من شأنها تسهيل إجراءات الحصول على الترخيص المهني المطلوب، واستقطاب الكفاءات المهنية في المجال الصحي بإمارة دبي، والارتقاء بمستويات الخدمات الصحية المقدمة لضمان صحة وسلامة أفراد المجتمع.

مراجعة

وقال إن الهيئة راجعت سياسة تقييم المهنيين الصحيين المعمول بها في الهيئة، واستحدثت سياسة الإعفاء من امتحان الترخيص لبعض المهنيين الصحيين والحاصلين على شهادات من دول معينة، إضافة إلى تمديد فترة صلاحية امتحانات الهيئة لتكون 5 سنوات بدلاً من سنة.

تقييم

وأوضح الدكتور الملا أن سياسة تقييم

قسم السموم والأدوية بمستشفى راشد يوفر معالجة فورية للمرضى



سارة كاظم

يعد قسم السموم والأدوية في مستشفى راشد الأول والوحيد في الدولة لتوفير الاستشارة والفحص والمعالجة الفورية للمرضى المصابين بالتسمم إضافة إلى تقديم خدمات علاجية واحترافية، واستشارات مجانية، للمتعاملين مع قسم الطوارئ.

وقالت الدكتورة سارة كاظم أول طبيبة متخصصة في علم السموم والأدوية: ترأست فريقاً يستجيب لأي حالة تستدعي

الاستجابة، ويضعها للعناية حتى تتمائل للشفاء، ويتكون هذا الفريق من أطباء طوارئ وتمرير واختصاصيين في علم الكيمياء الحيوية، وصيدلانيين ومن أطباء البورد العربي.

وقد عمل هذا المركز على وضع رقم تواصل خاص لهذا القسم؛ لتفعيل خط مباشر وجعله متداولاً بين أقسام المستشفى، وهناك نظام مناوبات للرد على هذه المكالمات ومداومة الحضور

لاستقبال ورصد حالات التسمم لتشخيص الحالة وتحديد مستوى العناية المطلوبة، بالإضافة إلى الحالات التي تتطلب الدخول للمستشفى، وهناك بعض الحالات التي تحتاج فقط التوجيه بالهاتف للسيطرة على الحالة قبل أن تتفاقم.

وأضافت: تم وضع خطة مستقبلية بهدف استحداث برنامج أكاديمي (Medical Toxicology Fellowship) يعنى بتدريب أطباء بصورة مكثفة لتخصص علم السموم

والأدوية الإكلينيكي. ويعنى هذا البرنامج بتدريب الأطباء لتوفير العناية الحثيثة في قسم الطوارئ، على أن يتم تأمين كل المتطلبات التي تهيئ قسم الطوارئ في مستشفى راشد لهذا الاختصاص النادر والمهم.

وأوضحت الدكتورة سارة كاظم أن فريق العمل مواكب لأحدث طرق الكشف عن الأعراض الدالة على الحالات المتسممة، وطرق مقاومة التسمم والعلاج المناسب

للمصاب، مشيرة إلى أن هناك طريقة جديدة في علاج بعض المتسممين، وخصوصاً عند زيادة في جرعات الأدوية المتداولة الاستخدام عن طريق الخطأ من قبل المصاب؛ كأدوية أمراض العصر المعروفة، أو تناول جرعات زائدة من الأدوية والتي تعد أحد أسباب دخول بعض الحالات للمستوى الخطير. دبي - البيان الصحي

تعد أول مؤسسة طبية في الشرق الأوسط تحوي النظام

«صحة دبي» تطلق نظاماً إلكترونياً للمختبرات الطبية



دبي - البيان الصحي

تماشياً مع رؤية صاحب السمو الشيخ محمد

بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، راعاه الله، وتحقيقاً لأهداف مبادرة حكومة دبي الذكية أعلنت إدارة المختبرات الطبية وعلم الوراثة بهيئة الصحة بدبي عن إطلاق النظام الإلكتروني للمختبرات الطبية «سن كويست»، كأول جهة صحية في الشرق الأوسط، وربط النظام بملف المريض الإلكتروني بنظام المستشفيات (سلامة).

الأول من نوعه

وقال الدكتور حسين السميت مساعد مدير إدارة المختبرات الطبية وعلم الوراثة في هيئة الصحة لـ «البيان» إن نظام المختبرات الإلكتروني يعد الأول من نوعه في المنطقة، الأول والأقوى عالمياً المعروف بالدقة والجودة العالية المطبق في أكبر المؤسسات الصحية على مستوى العالم على النظام الإلكتروني سن كويست SMART SYSTEM، وأضاف في العام 2015 تمت إضافة نظام

وهو نظام مخبري ذكي يساعد على انسيابية سير العمل في جميع مختبرات هيئة الصحة بدبي مع تقليل الفترة الزمنية لإنجاز العمل وتقليل التعامل مع العينات، وبين أن من مميزات النظام الذكي أيضاً أنه يعطي لكل عينة رقماً خاصاً يوفر خاصية تتبع العينات في كل مراحل التحليل وحتى بعد الانتهاء وإرسال النتيجة لنظام المستشفى، إضافة إلى زيادة الإنتاجية في فترة زمنية وجيزة، كما وفر النظام حلولاً متكاملة فورية تدعم الطب المخبري وتعزز جودة الرعاية للمرضى مع تقليل نسبة الخطأ، تماشياً مع رؤية صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، راعاه الله، وتحقيقاً لأهداف مبادرة «حكومة دبي الذكية» لتقديم خدمات ذكية ومبتكرة تهدف وتحقق رؤية الهيئة نحو مجتمع أكثر صحة وسعادة.

مميزات

وأكد الدكتور حسين السميت إطلاق المشروع في كل من مستشفى راشد، ومركز الإصابات، مستشفى دبي، ومستشفى لطيفة، ومستشفى حتا بعد تزويده بأحدث الأجهزة والنظم

فريق العمل عقب إطلاق النظام الإلكتروني | من المصدر



■ الجهاز الجديد

بقراءة الشريط الملصق علي يد المريض قبل البدء في جمع عينات الدم من BARCODE، وطباعة الملصق الخاص بمعلومات المريض على أنايب عينات الدم عند سرير المريض في الوقت نفسه، وتوفير الزمن وإتمام خدمة جمع عينات الدم في وقت وجيز جداً مما يساعد على إنجاز الفحوصات وإرسال نتيجة الفحص إلكترونياً إلى ملف المريض بنظام المستشفيات (سلامة) لمتابعة التشخيص.

وحول مراحل إطلاق المشروع قال قامت شعبة أنظمة المعلومات المخبرية بتدريب أكثر من مئة كادر من فئة جامعي عينات الدم لإدارة المختبرات الطبية لهيئة صحة دبي وتأهيلهم والتأكد من جاهزيتهم لاستخدام النظام بالصورة المثلى، كما تم بالتعاون التام مع رؤساء المختبرات الطبية ورؤساء الأقسام بتشكيل ثلاث فرق عمل من درجة جامعي عينات الدم بفئات مختلفة «كور تيم» «سوبر يوزر» «اند يوزر» للتدريب وتشغيل النظام، لافتاً إلى أن جميع الفرق قامت بجهود جبارة لتوفير الدعم اللازم والتواجد على مدار 24 ساعة لمدة أسبوعين بكل أقسام مختبرات هيئة صحة دبي والتأكد من سير العمل بالشكل المطلوب.



حسين السميت

التشغيلية، ومنها نظام الأندرويد الذكي نظام لاسلكي موصل بشبكة الواي فاي مرتبط بالنظام الإلكتروني للمختبرات الطبية سن كويست، وملف المريض بنظام مستشفيات هيئة الصحة بدبي (سلامة) مما يسهل لجامعي عينات الدم مباشرة عملهم ومتابعة معلومات المرضى بأقسام المستشفيات والطوارئ.

فوائد

وقال إن النظام سيققل نسبة الأخطاء إلى الصفر في تحديد هوية المريض المستهدف للخدمة عبر توفير كل المعلومات الصحيحة

مستشفى دبي يقدم مساعدات إنسانية لـ 30 مريضاً بالأورام

دبي - البيان الصحي

تزامناً مع مبادرة عام الخير التي أطلقها صاحب

السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، وأمر بتنفيذها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، راعاه الله، قدمت شعبة الخدمات الاجتماعية في مستشفى دبي مساعدات لـ 30 حالة مرضية معسرة، معظمها لأمراض الأورام إضافة إلى متابعة بعض الحالات مع الإدارة العامة للإقامة وشؤون الأجانب لطلب استمرارية إقامة المريض بالدولة خلال فترة العلاج لضمان الاستفادة من المبادرة.

وقالت كفى مسعد المطاري من شعبة الخدمات الاجتماعية بمستشفى دبي إن عدد الحالات الاجتماعية التي تمت متابعتها من القسم خلال شهر أبريل الماضي وصلت إلى 30 حالة معظمها من قسم الأورام، اختلفت بمضمونها من حيث إمكانية الحصول على الخدمة والخطوة العلاجية لأمراض السرطان والتي قد تمتد لأكثر من 6 أشهر وتتجاوز قيمتها 100 ألف درهم.

وأشارت كفى المطاري إلى أن مستشفى دبي على تواصل مع مؤسسات وجمعيات خيرية عدة منها (جمعية دار البر، الهلال الأحمر بدبي، الشارقة والعين، الجليلة)، حيث تم مساعدة ما يقارب 20 حالة خلال الشهر الماضي في محاولة لضم جميع مرضى مستشفى دبي بشكل عام وخاصة مرضى السرطان ضمن الخطة العلاجية تبعاً لتوجيهات القيادة العليا.

وأوضحت أن شعبة الخدمات الاجتماعية تقوم بدراسة الحالة الاجتماعية والمالية بالإضافة للتواصل مع الطبيب المختص لكل حالة، وذلك لرفع تقرير مفصل عن الحالة لمكتب المساعدات الإنسانية بهيئة



كفى المطاري :

التكلفة المالية للعلاج قد تتجاوز قيمتها 100 ألف درهم

الصحة بدبي للنظر بإمكانية تحمل تكاليف العلاج أو جزء منه ضمن مبادرة العطاء والتي أطلقت الأسبوع الماضي بمستشفى دبي بحضور روزالين غوستين رئيس قسم السرطان والأمراض النادرة بشركة Pfizer الدوائية العالمية وسالم بن لاجح مدير مكتب المساعدات الإنسانية، والدكتور. خلدون نيهان مدير إدارة الشؤون المالية والإدارية بمستشفى دبي والدكتور علي السيد مدير إدارة الصيدلة. وتشمل مبادرة العطاء قائمة من 51 دواءً تقوم شركات الأدوية بمنحها لذوي الحاجة برسوم رمزية.



الدكتورة مي رؤوف مديرة مركز دبي لـ «البيان الصحي»:

تقنيات عالمية متطورة في «دبي للتبرع بالدم»



■ حوار - يوسف سعد

منذ أن تأسس في مارس في العام 1986، يعمل مركز دبي للتبرع بالدم التابع لهيئة الصحة في دبي على الوفاء دائماً بمسؤولياته وواجباته تجاه المجتمع وأفراده، ولاسيما تلك الفئة التي تضطرها الظروف المرضية أو الصحية الطارئة إلى الحاجة لقطرات دم لإنقاذ حياتها، ويعد المركز الجهة الوحيدة للتبرع بالدم في هيئة الصحة بدبي، ويستخدم المركز تقنيات عالمية متطورة في خدماته التي يقدمها للجهاز وذلك استناداً لإمكانياته وتجهيزاته وتقنياته المتطورة في مجال سلامة الدم وأمنه. وبناءً على ما يزرع به من كفاءات بشرية مدربة ومتخصصة لها خبرتها، نجح مركز دبي للتبرع بالدم في الحصول على الاعتماد الدولي من قبل جمعية بنوك الدم الأميركية «AABB»، وذلك منذ عام 2012، وفي ضوء إنجازاته المتواصلة نجح المركز أيضاً في الاحتفاظ بالاعتماد الذي يتم تجديده للمرة الثالثة نهاية عام 2016، من قبل جمعية بنوك الدم الأميركية التي تمثل الجهة العالمية الأكثر صرامة ودقة في مجال الاعتماد الدولي الخاص ببنوك الدم. إلى جانب ذلك يشترك المركز منذ عام 2007 في برنامج الجودة الخارجية للتأكد من دقة الفحوصات التي تجرى على عينات المتبرعين بالدم وذلك مع كلية الباثولوجيين الأميركية «CAP» وبتناجج ممتازة. هذا بالتحديد ما بدأت به الدكتورة مي رؤوف مديرة مركز دبي للتبرع بالدم، حديثها معنا حيث أكدت أن المركز يعتمد على التبرع بالدم الطوعي الكامل وتوفر الدم ومكوناته لسد حاجة جميع المستشفيات، سواء التابعة للهيئة أو المستشفيات الخاصة في دبي.

أوقات

وفي مستهل الحوار، نوهت الدكتورة مي رؤوف بأن العمل متواصل خلال شهر رمضان الكريم، وأن مواعيد المركز في أيام الشهر الفضيل تبدأ من 9 صباحاً وحتى 2م من بعد الظهر، ثم العودة للعمل من 8 مساءً إلى 11م بعد منتصف الليل، فيما أشارت إلى أن المركز سيقوم بتنظيم حملات للتبرع بالدم، لتعزيز روح الخير والعطاء، والعمل على جمع الدم ومكوناته اللازمة لتغطية احتياجات المرضى في المستشفيات، وبينت أن الحملات ستشمل المركز والمساجد والخيم الرمضانية وحافلة بنك الدم المتنقل، كما سيتم الإعلان عن مواقع وأوقات حملات التبرع بالدم من خلال قسم خدمة العملاء التابع للهيئة. وأوصت الدكتورة مي رؤوف المقبلين على التبرع بالدم خلال شهر رمضان الكريم، بالإكثار من شرب السوائل بعد الإفطار، وعدم ملء المعدة بوجبات ثقيلة، وعدم التدخين بعد التبرع بالدم لعدة ساعات، وذلك نظراً ل حاجة الجسم للأوكسجين، وأكدت أن التبرع بالدم المنتظم يساهم في تقليل نسبة الإصابة بالجلطة الدماغية والقلبية ويساعد على تجديد خلايا الدم والتخلص من الحديد الزائد في الجسم.

إحصائيات

وتطرقت الدكتورة مي رؤوف للحديث عن

■ المركز استحوذ على تقنيات طبية حديثة «أفريز» لوحداث دم مركزة

■ تجدد اعتماد المركز دولياً يعكس المستوى الفائق لعمليات تجميع الدم وتوفيره

■ توفير المشورة الطبية للمتبرعين بالدم وتثقيف الجمهور حول أهمية وفوائد التبرع

حافلة التبرع بالدم

أطلقت هيئة الصحة بدبي حافلة التبرع بالدم مؤخراً، وذلك ضمن المبادرات التي رصدها الهيئة لعام الخير، وقد استهلّت «صحة دبي» عمليات جمع الدم من المتبرعين داخل إدارتها العامة، تمهيداً لرحلة ممتدة في ربوع الإمارة ومؤسساتها الحكومية والخاصة، تسعى الهيئة من خلالها إلى توفير القدر المطلوب من الدم الآمن. وتعد حافلة التبرع بالدم التي بدأت الهيئة تسيرها واحدة من الحافلات العالمية عالية المستوى والتجهيزات، والتي تتوافر فيها أيضاً أعلى المعايير والاشتراطات المعمول بها دولياً والتي تكفل سلامة الدم وأمنه.

وقد لاقت الحافلة إقبالاً شديداً خلال تواجدها في مقر الهيئة، ولم يكن الإقبال قاصراً فقط على موظفي وموظفات «صحة دبي»، إذ شمل المراجعين والزائرين، الأمر الذي يشير إلى الوعي المتنامي

لدى أفراد المجتمع بأهمية التبرع بالدم، كما يشير قبل ذلك إلى ما يتسم به المجتمع الإماراتي من قيم نبيلة. في الوقت نفسه أعدت الهيئة مخططاً يومياً لرحلات الحافلة وهو ممتد مع فعاليات عام الخير، وهذا المخطط يشمل العديد من المؤسسات الحكومية والخاصة، والشركات، والجامعات، وأماكن تجمع الأفراد، ولا تستهدف الحافلة تجميع الدم من المتبرعين فقط، حيث يتسع دورها للمساهمة بتوعية أفراد المجتمع بسبل الوقاية من الأمراض.

ومن جانبه يحرص مركز دبي للتبرع بالدم على التواصل الدائم مع مؤسسات المجتمع، وينتظر دعوة أي مؤسسة أو جهة حكومية كانت أو خاصة، يرغب العاملون فيها في التبرع بالدم، للوصول إليها بالحافلة.

التلاسيما، حيث يحتاج المرضى إلى نقل دم بصورة متكررة.

تجميع الدم وصرفه، هل هذه فقط هي مهام

مركز دبي للتبرع بالدم؟

بالطبع لا، هذا فقط جزء من مهام المركز، وإن كان هو الجزء الأساس، فإن المركز يقوم بسحب الدم من المتبرعين بالدم، والعمل على سلامة المتبرعين أثناء وبعد التبرع، وتوفير الدم ومكوناته للمرضى المحتاجين مع ضمان توفير الدم ومكوناته بأعلى جودة وحسب النظم العالمية، إلى جانب توفير المشورة الطبية للمتبرعين بالدم، وتثقيف وتوعية الجمهور حول أهمية وفوائد التبرع، ويحرص المركز على تنظيم العديد من حملات التبرع في مواقع مختلفة مثل المؤسسات والشركات والمدارس والجامعات وغيرها، بغرض الوصول إلى المتبرعين بالدم ونشر الوعي حول أهمية التبرع والقيم المجتمعية التي يتصل بها هذا العمل الإنساني النبيل.

صرف

أين يتم صرف وحدات الدم بالتحديد، وما هي الجهات الأكثر طلباً للدم؟

كما ذكرت سابقاً فإن المركز يقوم بتزويد مستشفيات الهيئة وأى مستشفى خاص في دبي، باحتياجاته من الدم لمواجهة أية ظروف طارئة، أو علاجات تعتمد على الدم، أو العمليات الجراحية، وتجدر الإشارة هنا إلى أن 36% من الدم المجمع في مركز دبي يذهب إلى مركز

تفاعلات
هل هناك تقنيات محددة استعان بها المركز ويعمل من خلالها؟

هناك العديد من التقنيات، ونذكر على سبيل المثال آخر ما تم الاستعانة به من تقنيات في العام الماضي، ومنها تقنية سحب وحدتين دم من المتبرع بالدم بنظام «أفريز» والذي يعود بالفائدة على مرضى التلاسيما، وسحب الدم من المتبرعين من الفصائل النادرة والذي يساهم في خفض التفاعلات الغير مرغوب بها بعد التبرع بالدم، كما أدخلنا تقنية الكشف عن طفيلي الملاريا بتقنية صبغة «الفلورسنس» ليكون مركز دبي للتبرع بالدم هو الأول في هذه التقنية على مستوى الدولة، وذلك لتعزيز سلامة نقل الدم. وخلال العام الجاري تم استحداث نظام إلكتروني وخدمات ذكية للمتبرعين بالدم على الهواتف النقالة، وهي الخطوة الأولى من نوعها على مستوى الشرق الأوسط.

نجاح

نجحت حملة «دمي لوطني» منذ انطلاقتها، وخلال الدورات الماضية لتنفيذها كانت هناك قياسات معينة لنتائج الحملة وأهدافها، نود التعرف إلى ما تحقق نهاية العام الماضي بشكل خاص؟ نجحت حملة «دمي لوطني» في دورتها الأخيرة العام الماضي، في تجميع 7415 وحدة دم خلال الفترة من 13 نوفمبر وحتى 3 ديسمبر الماضيين، وهو ما يعد معدلاً قياسياً، يشير إلى تفاعل أفراد المجتمع مع الحملة، وإيمانهم العميق برسالتها، وأهمية أهدافها الإنسانية، وخاصة أن 40% من المتبرعين في دبي، تبرعوا للمرة الأولى وأبدوا استعدادهم لتكرار التبرع. واللافت والمميز في الدورة الأخيرة أن كمية الدم التي تم تجميعها عن طريق «صحة دبي»، و 3192 وحدة تم تجميعها عن طريق «صحة دبي»، وهو ما يمثل معدلاً كبيراً، بالرغم أنها المشاركة الأولى لصحة أبوظبي، وهذا يشير إلى أهمية التعاون وتضافر جهود المؤسسات من أجل إنجاح مثل هذه الحملات الوطنية الإنسانية النبيلة.

634

2012

49223

حملة للتبرع بالدم تم تنظيمها خارج المركز خلال العام 2016 وفي مناطق مختلفة

حصل المركز على الاعتماد الدولي من قبل جمعية بنوك الدم الأميركية

وحدة دم تم تجميعها في عام 2016 وهو الأعلى على مستوى الدولة

دراسة أميركية: أداء الصلوات الخمس بانتظام يخفف آلام الظهر

أظهرت دراسة أميركية حديثة، أن الحركات المنتظمة أثناء أداء الصلوات الخمس يومياً، يمكن أن تخفف الآلام في منطقة أسفل الظهر، إذا ما جرت بشكل منتظم وصحيح.

الدراسة أجراها باحثون بجامعة بينغهامتون، بولاية نيويورك، ونشروا نتائجها في المجلة الدولية للهندسة الصناعية والنظم. وتوصل فريق البحث لنتائجها، بعد

استخدام نماذج محاكاة رقمية لأجساد رجال ونساء أصحاء من آسيا والهند وأميركا، بالإضافة إلى نماذج تعاني من آلام الظهر.

وتضمن البحث جزءاً رقمياً عبارة عن محاكاة لحركات الجسم المطلوبة خلال الصلاة، وكيف يمكنها أن تؤثر على الجسم. ووجد فريق البحث أن السجود يساهم في زيادة مرونة الأربطة في منطقة الظهر

وهو ما يساعد على تجاوز الشعور بالألم. كما وجدوا أن السجود هو الأكثر إجهاداً لمن يعانون من آلام أسفل الظهر، ولكن باستخدام الركبة السليمة والزوايا الخلفية يمكن أن يساعد ذلك على تقليل الشعور بالألم.

وبيّنوا أن قوى الضغط القوي لدى تأدية الصلاة أقل بكثير من شروط المعهد الوطني للسلامة والصحة المهنية وحدود السلامة (NIOSH)، حيث تعتبر حركات

الصلاة أكثر أماناً من أولئك الذين يتلقون علاجاً سريريّاً، كونها تتطلب حركات مختلفة لجسم الإنسان على أساس منتظم. وتابع فريق البحث أنه «بناءً على مستوى الألم، فإنه يمكن تحديد مجموعة زوايا الظهر والركبة بالسجود الذي يعمل على زيادة مرونة المفاصل، كما ينصح الأفراد بقضاء وقت طويل في السجود خلال الصلوات الخمس يومياً».

وقال أحد معدي البحث البروفيسور محمد الخصاونة، أستاذ العلوم ورئيس قسم الهندسة الصناعية بجامعة برمنغهام البريطانية، إن مفعول أداء الصلاة يشبه بطريقة ما، أسلوب العلاج الطبيعي.

وأضاف الخصاونة وهو حاصل على درجة الدكتوراه من قسم الهندسة الصناعية والنظم بجامعة بينغهامتون أن «الصلاة تقضي على الإجهاد البدني والقلق، لما للعوامل الدينية من تأثير على الصحة النفسية، وهي علاج فعال للخلل العصبي

والعضلي الهيكلي». ونوه بأن الحركات المتتالية بشكل منتظم خلال الصلاة لا تؤدي فقط إلى إزالة الإرهاق الجسدي، ولكن أيضاً يمكنها فعلياً أن تساعد على مواجهة آلام الركبتين والفقرات القطنية في العمود الفقري، مشيراً إلى أن هناك صلة قوية بين الصلاة واليقظة بسبب الحفاظ على نمط حياة صحي بدنياً. دبي - البيان الصحي

العيادة الذكية لصحة دبي تناقش السكري والصيام



■ دبي - البيان الصحي

ناقشت العيادة الذكية لهيئة الصحة بدبي، العلاقة بين الصيام والسكري وكيفية تعايش المرضى مع السكري خلال شهر رمضان المبارك.

وشارك في العيادة الذكية كل من الدكتور محمد بلال الشماع استشاري السكري والغدد الصماء، والدكتور شادي الطباع استشاري السكري والغدد الصماء للأطفال، وحياد علي أخصائية العناية بالقدم، وانعام قنديل رئيس مكتب التثقيف الصحي، وعبدالله جمعة مدير الشؤون الإدارية بمركز دبي للسكري.

نظام غذائي

ونصح الأطباء المشاركون في العيادة الذكية مرضى السكري بالتقليل من الأطعمة المالحة والمنبهات كالقهوة والشاي خلال فترة الإفطار لتجنب ظهور الجفاف خلال ساعات النهار، والتقليل من السكريات والعصائر المحلاة أو التخفيف من تركيزها مع ضرورة تناول كميات كبيرة من الماء خلال فترة الإفطار لتجنب حالات الجفاف خلال فترة الصيام، مشيرين إلى أهمية أن يكون وقت تناول وجبة السحور قريباً إلى الفجر لتجنب هبوط السكر في الدم.

وطالب الأطباء مريض السكري بمراجعة الطبيب المشرف على العلاج وأخصائي التغذية قبل بداية شهر رمضان المبارك للتعرف على مدى قدرته على الصيام والنصائح والإرشادات الخاصة بحالته المرضية وتعديل أوقات وكميات الجرعات العلاجية، وكمية ونوعية الأغذية المناسبة للمريض بحيث تكون الوجبة غنية بالألياف وقليلة الدهون لتفادي هبوط السكر خلال ساعات الصيام.

مؤشرات

ولفت المشاركون في العيادة الذكية إلى أبرز المشكلات التي تواجه مريض السكري ومنها ارتفاع أو انخفاض معدل السكري

في الدم الذي يؤدي إلى الإغماء، مشيرين إلى مؤشرات هبوط السكر في الدم ومنها الرعدة، التعرق، خفقان في القلب، الشعور بالجوع الشديد، والصداع، الدوار والتصرفات غير المألوفة لدى المريض، بينما تكون مؤشرات ارتفاع نسبة السكر في الدم من خلال الشعور بالتعب والإعياء والإرهاق، العطش الشديد، التبول المتكرر، الجوع الشديد، زغلة العينين، آلام في المعدة.

ونصح الأطباء مرضى السكري بعدم ممارسة الرياضة خلال فترة الصيام وتأجيلها إلى ما بعد الإفطار بساعتين على الأقل أو قبل الإفطار بخمس عشرة دقيقة على الأكثر لتجنب هبوط السكر في الدم. وقال المشاركون في العيادة الذكية إن صلاة التراويح تعد نوعاً من الرياضة التي يمكن أن يمارسها مرضى السكري بشكل يومي والتي تعود بالفائدة على المرضى.

متابعة

ووجه الأطباء المرضى بضرورة متابعة مستوى السكر في الدم خلال شهر رمضان في كل الأوقات وبما لا يقل عن (5) مرات يومياً لتجنب أية مضاعفات أو تأثيرات سلبية يسببها الصيام للمريض.

وطالبوا مرضى السكري من النوع الأول بإنهاء الصيام فوراً في حال أظهرت نتيجة فحص السكري هبوط مستوى السكر في الدم إلى أقل من 70 ملغم/ ديسلتر، أو كان هناك ارتفاع أكثر من 250 ملغم/ ديسلتر حتى ولو كان قبل الإفطار بدقائق تفادياً للإصابة بغيوبة السكري والمضاعفات السلبية للهبوط.

ولفتوا إلى حملات التوعية الداخلية التي تنظمها الهيئة لمرضى السكري داخلياً لتوعية المرضى بكيفية التعايش مع المرض خلال شهر رمضان المبارك من حيث تناول الأدوية والغذاء المناسب للمريض إضافة إلى توزيع النشرات والكتيبات الخاصة بمرض السكري والتي تتضمن العديد من النصائح والإرشادات الخاصة بمرض السكري.



كميات إضافية من القهوة تقي من السكري

■ دبي - البيان الصحي

أظهرت دراسة علمية حديثة أن الأشخاص الذين ازداد شربهم للقهوة على مدى أربع سنوات كانوا أقل عرضة للإصابة بداء السكري من الذين واصلوا شرب الكميات نفسها.

واستند الباحثون معدو هذه الدراسة على ثلاث دراسات أميركية شملت نحو 120 ألف شخص، وتوصلوا إلى أن الأشخاص الذين شربوا فنجاناً ونصف فنجان إضافي من القهوة يومياً على مدى أربعة أعوام، تراجع مخاطر إصابتهم بالنوع الأكثر شيوعاً من داء السكري.

وقال فرانك هو الباحث في كلية الصحة العامة في جامعة هارفارد «لاحظنا أن زيادة جرعة القهوة وليس الشاي على مدى أربع سنوات تزامنت مع انخفاض في

نسبة الإصابة بداء السكري في السنوات الأربع التالية».

وتبين أيضاً من خلال الدراسة التي أعدت بتمويل من الجمعية الأميركية للقلب، أن الأشخاص الذين خفّضوا استهلاكهم للقهوة بمعدل فنجانين يومياً زادت لديهم إمكانية الإصابة بالسكري بنسبة 18%.

وقال الباحثون في هذه الدراسة التي نشرت في مجلة دايابتولوجيا إن هذه النتائج متعلقة بتغيير كميات القهوة زيادة أو نقصاناً، بصرف النظر عما كانت عليه الكمية في بداية السنوات الأربع الأولى التي تناولتها الدراسة.

وحذر الباحثون من أن نتائج دراستهم لا تعني على الإطلاق التشجيع على شرب كميات كبيرة من القهوة، مشددين على أن نتائج هذه الدراسة لا تسري على القهوة من دون كافيين أو على الشاي.



علماء بريطانيون ينجحون في صناعة أنسجة قلبية نابضة

إنتاج ملليمتر واحد فقط من الأنسجة القلبية إلى الآن، فإن الكشف الجديد يفتح الباب لصناعة قلوب صناعية في المستقبل.

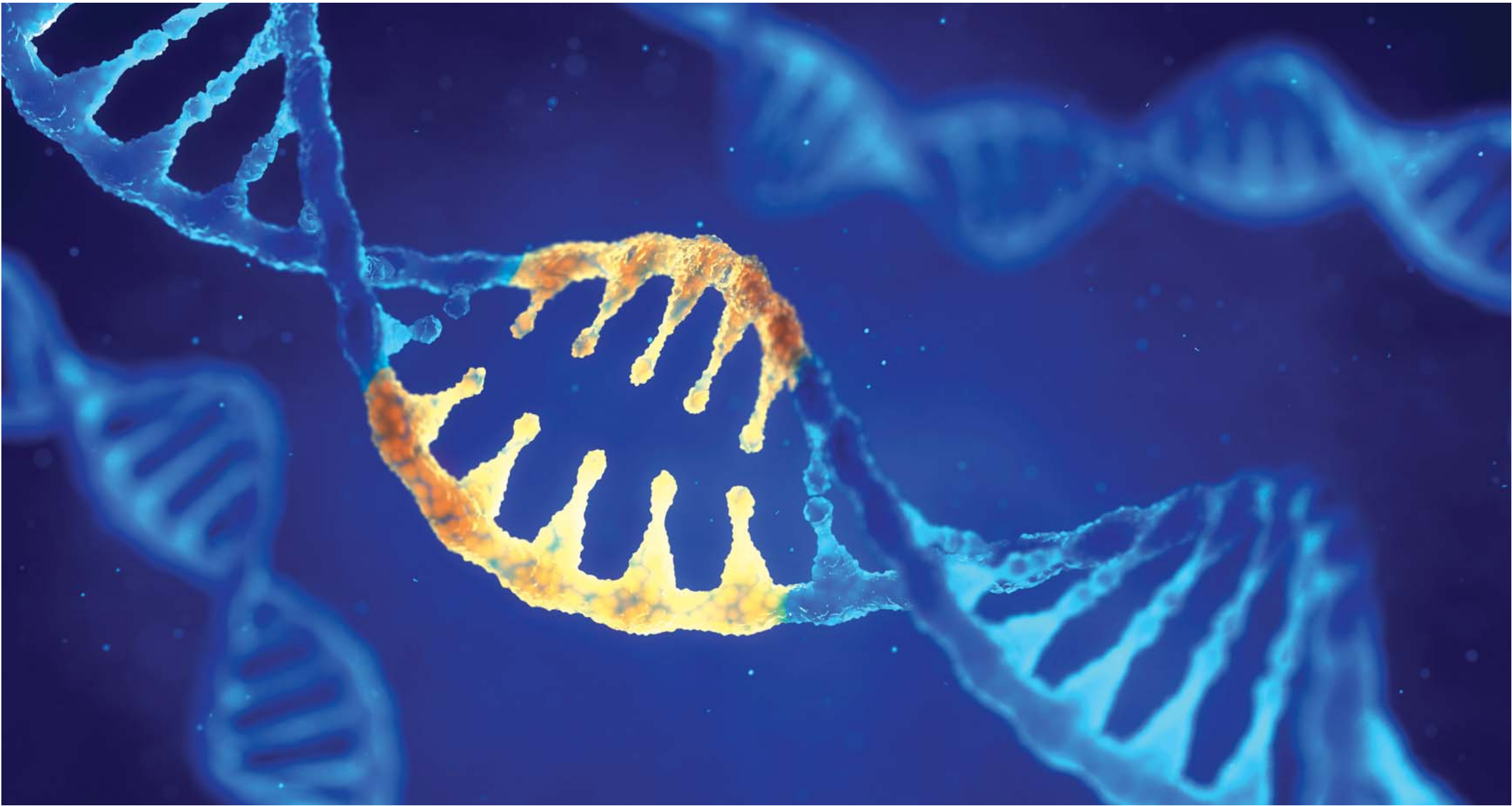
دبي - البيان الصحي

عند تعريضها للصدمة الكهربائية تختلف عن الأنسجة المكونة من خلايا مختلفة. يوسف وفريقه، فهي تتلاءم مع أنواع الخلايا الثلاث في القلب، وتتوافق مع حركة انقباض القلب وانبساطه، وستكون للأنسجة الجديدة فائدة كبيرة في أبحاث أمراض القلب وعمليات نقل القلب، وعلى الرغم من

وحسب الموقع، فإن خلايا النسيج العضوي الجديد تنقبض وتتمدد عند تعرضها للصدمة الكهربائية تماماً كخلايا العضلة القلبية. وقبل هذا الاكتشاف، تمكن العلماء من إنتاج أنسجة عضوية صناعية بمساعدة هيكل متحرك (عبارة عن دعامة أو هيكل بروتيني، وتؤدي دوراً أساسياً في النقل والحركة داخل الخلية)، إلا أن ردة فعلها وحركتها

تمكن علماء بريطانيون في جامعة يورك من إنتاج أنسجة قلبية صناعية نابضة تتوافق مع الخلايا التي يتكون منها القلب. وحسب ما نشرته موقع «دايلي ساينس» الطبي، تمكن بروفييسور الكيمياء محمد يوسف ومجموعة من طلابه من إنتاج نسيج عضوي مؤلف من خلايا قابضة كخلايا عضلات القلب وخلايا الأنسجة الضامة وخلايا الأوعية.

اكتشاف الطفرة الجينية المسؤولة عن الوحمة الجلدية



- ويبر ووحمات بورت واين النيبذية)، نأمل بأن تنتقل إلى العلاجات الهادفة، ما يمهد الطريق، للمرة الأولى، أمام إيجاد علاجات جديدة. يذكر أن متلازمة ستيرج-ويبر هي خلل خلقي يشمل الدماغ والجلد والعينين، ويتميز بوجود شامات حمراء في الجزء العلوي من فروة الرأس. أما وحمه بورت واين (النيبذية)، فسببها خلل في الجسم يتسبب بنشوء لطخات حمراء أو زهرية على الجلد.

وجد الباحثون أيضاً رابطاً بين نوع من سرطان الجلد الذي تصاب به العين، وبين هذه الطفرة الجينية.

طفرة جينية

وقالت الباحثة الأساسية في الدراسة الطبية آن كومي، مديرة مركز هانتر نيسلون ستيرج ويبر في معهد كينيدي كريغر: الآن، وبعد معرفة الطفرة الجينية المسؤولة عن الحالتين (متلازمة ستيرج

بالمتلازمة، وهو تحوّل في الكروموزوم 9) من جينة (جي إن آي كيو). وقد تأكد الباحثون في بحث آخر من هذه النتائج، من خلال رصد تغيير في 23 من بين 26 خلية تعود لأفراد مصابين بالمتلازمة، وتغيير في 12 من بين 13 عينة تعود لأفراد مصابين بوحمات بورت واين (النيبذية). كما لاحظوا أن هذه الطفرات لم تكن موجودة في معظم العينات السليمة.

أتاح لمختبري أخيراً اختبار هذه النظرية وإثباتها. ووجد الباحثون من مختبر يفسنرالطفرة الجينية بعد إجراء اختبار لتسلسل الجين على الخلايا المصابة بالمتلازمة وأخرى سليمة، ومن خلال اختبار عينات من الدم تعود إلى 3 أفراد مصابين بمتلازمة ستيرج-ويبر. وتمكنوا من تحديد طفرة جينية واحدة مشتركة بين العينات الثلاث المصابة

معهد كينيدي كريغر، والباحث الأساسي في الدراسة، إن هذه الدراسة تشكل نقطة تحوّل في الأبحاث المتعلقة بمتلازمة ستيرج - ويبر، ووحمات بورت واين (النيبذية). وأضاف: رغم اشتباهنا، طوال عقود، بأن تكون طفرة جينية سبباً في هذه الوحمات، لم تكن التقنية الضرورية لاختبار هذه النظرية متوافرة. وتابع أن التطور في تسلسل الجين

اكتشف باحثون أميركيون الطفرة الجينية المسؤولة عن الوحمات التي تولد مع الإنسان. وذكرت الدراسة التي نشرت في دورية (نيو إنغلاند جورنال أف ميديسين) أن باحثين أميركيين اكتشفوا الطفرة الجينية التي تحدث بعد الحمل، والمسؤولة عن الوحمات. وقال الدكتور جوناثان يفسنر، من

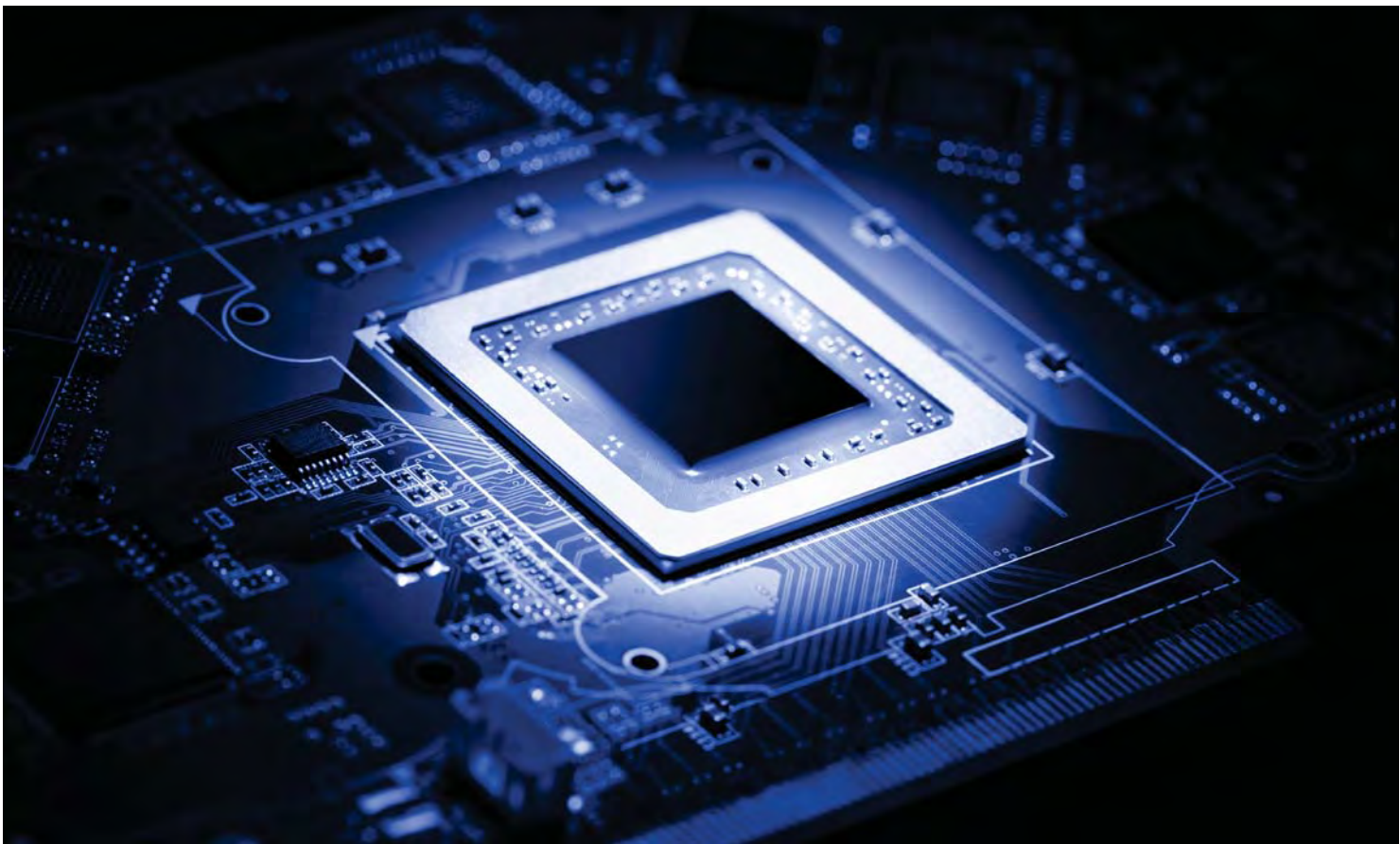
سوار إلكتروني لقياس ضغط الدم ونبضات القلب

نبضات القلب بل وتحليل الحالة المزاجية للمستخدم. وأضاف أن البيانات التي يتم تجميعها يمكن استخدامها لتقديم توصيات بشأن تحسين الحالة الصحية للمستخدم أو تبادلها عبر شبكات التواصل الاجتماعي مع الجهات المعنية بتقديم الخدمات الصحية. ولم ينضج بعد موعد طرح هذه التقنية الجديدة في الأسواق، ولكن جو ألمج إلى إمكانية استخدام السوار الإلكتروني مع ساعات اليد الذكية.

دبي - البيان الصحي

أزاحت شركة فوكس كون العملاقة التي تعتمد على رقاقة «ترو نورث» تتميز للإلكترونيات النقال عن سوار إلكتروني جديد من ابتكارها يمكنه مراقبة الحالة الصحية للمستخدم وإرسال هذه البيانات إلى هاتف ذكي. ونقل الموقع الإلكتروني «إنفو وورد» المعني بأخبار التكنولوجيا عن تيري جو رئيس فوكس كون قوله إن السوار الإلكتروني يمكنه في حالة ارتدائه قياس ضغط الدم ومعدل

ابتكار رقاقة إلكترونية تعمل مثل العقل البشري



البشرية. وأكد ريو أن منظومة سامسونج التي تعتمد على رقاقة «ترو نورث» تتميز بالفعالية، حيث إنها تستهلك حوالي 300 مللي وات من الطاقة، وهو ما يمثل قرابة واحد على مئة من طاقة معالج الكمبيوتر المحمول وواحد على عشرة من طاقة معالج الهاتف الذكي. وبفضل الرقاقة الجديدة، استطاعت منظومة سامسونج التعرف على إشارات حركية باليد للتحكم في جهاز تلفزيون، حيث استطاعت المنظومة التعرف على التلويح باليد وحركة الأصابع من مسافة عشرة أقدام.

الفديو الرقمي. ونقل موقع «سي نت» عن إيريك ريو نائب رئيس قسم الأبحاث في معهد سامسونج للتكنولوجيا المتطورة قوله إن استخدام الرقاقة الجديدة أدى إلى تطوير كاميرا يمكنها التقاط ألفي كادر للتصوير بالفيديو في الثانية الواحدة، في حين أن كاميرات التصوير الرقمي العادية يمكنها التقاط 120 كادراً فقط في الثانية، وتساعد هذه السرعة الفائقة في تصوير الفيديو في إعداد خرائط ثلاثية الأبعاد وتحسين خواص السلامة في السيارات ذاتية القيادة فضلاً عن تطوير أجهزة تحكم عن بعد يمكنها فهم الإشارات الحركية

وذكر الموقع الإلكتروني «سي نت» والمتخصص في تكنولوجيا المعلومات أن التصميم الجديد للرقاقة الذي يعرف باسم «الحوسبة العصبية» يختلف اختلافاً جذرياً عن تصميم الرقاقات الإلكترونية التقليدية التي تستخدم لتشغيل البرمجيات المختلفة، حيث يمكن للرقاقة الجديدة معالجة كمية كبيرة من البيانات من دون استهلاك حجم كبير من الطاقة مثل الرقاقات التقليدية. وتعمل شركة سامسونج الكورية الجنوبية للإلكترونيات على الاستفادة من الرقاقة الجديدة في مجال تصوير

ابتكرت شركة «آي.بي.أم» الأميركية للإلكترونيات رقاقة إلكترونية تعمل مثل العقل البشري. وتعمل الرقاقة الجديدة اسم «ترو نورث» وتتكون من 4096 نواة حوسبية صغيرة الحجم تكون فيما بينها قرابة مليون خلية عقلية رقمية و256 وصلة إلكترونية، وتعمل هذه الرقاقة مثل طريقة الخلايا العصبية للمخ، حيث تتبادل الرسائل القصيرة فيما بينها خلال عملية معالجة البيانات.

دبي - البيان الصحي

علماء يابانيون يكتشفون آلية لوقف نزيف المخ المميت



تركت من دون علاج. وغالباً ما يكون التمزق، المعروف باسم «نزف تحت العنكبوتية» مميتاً. وأجرى العلماء في جامعة كيوتو دراسة على فئران لديها تمدد في الأوعية الدموية للدماغ، لتحديد ما إذا كان المرض قد تطور أم لا. وذكروا أنهم توصلوا إلى أن الالتهاب في شرايين الدماغ المتورمة، يتفاقم من خلال بروتين يعرف باسم «إي.بي.2»،

دبي - البيان الصحي

ذكر علماء يابانيون أنهم اكتشفوا آلية، يمكن أن تعرقل زيادة نزيف المخ المميت، طبقاً لما ذكرته هيئة الإذاعة والتلفزيون اليابانية (إن.إتش.كيه). ومن المتوقع أن يمهّد البحث الطريق لتطوير أدوية، تمنع تمدد الأوعية الدموية الدماغية. وهي عبارة عن تمدد في شرايين المخ، والتي يمكن أن تنفجر، إذا

يحد من انتشار أمراض الدم الوراثية

فحص ما قبل الزواج

■ الفحص إلزامي للمقبلين على الزواج للحصول على شهادة لياقة صحية

■ يطلب لإجراء الفحص بطاقة الهوية أو جواز السفر ونسخة منهما وصورتين لكل طرف

■ لا يتم تقديم الخدمة إذا كان عمر أحد المقبلين على الزواج أقل من 18 عاماً

■ دبي - عماد عبد الحميد

يعد الفحص الطبي للمقبلين على الزواج من أنجح البرامج الوقائية التي تطبقها هيئة الصحة في دبي تماشياً مع قانون الفحص الطبي الذي صدر العام 2006 لما له من فوائد عدة في الكشف عن أمراض كثيرة، ومنع الإصابة بأمراض وراثية وأخرى خطيرة قد تدمر الحياة الزوجية المستقبلية، وقد يهاب بعض الأفراد من الخضوع لمثل هذه الفحوصات، ولكن الحقيقة أن هذه الأنواع من الفحوصات تساعد المقبلين على الزواج على حماية أنفسهم وأولادهم من الإصابة بأمراض كثيرة.

وأكدت الدكتورة منال تريم المدير التنفيذي لقطاع الرعاية الصحية الأولية في «صحة دبي» أهمية فحص ما قبل الزواج للحفاظ على الاستقرار الأسري والاجتماعي، مشيرة إلى أن الزواج يعد حالة من التوافق والانسجام بين الزوجين من النواحي الصحية والنفسية والجنسية والاجتماعية والشرعية، بهدف تكوين أسرة سليمة وإنجاب أبناء أصحاء وسعداء والمساهمة في بناء مجتمع صحي وسعيد.

وأضافت أن الزواج يعتبر من الخطوات المهمة في حياة كل فرد وعليه يجب أن يلتزم الطرفان بكل ما يجعل هذه الخطوة سليمة وخالية من أي عائق يمكن أن يهدد مستقبله لاحقاً، ومن أهم هذه العوائق الأمراض المعدية والعيوب الوراثية التي قد تكون سبباً لإلغاء خطة الزواج تجنباً لحدوث مشكلات مرضية محتملة، ولذلك ظهرت فكرة وقرار إجراء الفحص الطبي للمقبلين على الزواج لاكتشاف بعض الأمراض والوقاية منها.

أهمية الفحص

ومضت الدكتورة منال قائلة: «برنامج الفحص الطبي قبل الزواج يعتبر برنامجاً وطنياً مجتمعياً نوعياً وقائياً يهدف إلى الحد من انتشار بعض أمراض الدم الوراثية «الثلاسيميا- فقر الدم، المنجلي»، وبعض الأمراض المعدية «التهاب

شهادة وقاية للنسل

■ دبي - مرفت عبد الحميد

أجرى «البيان الصحي» استطلاعاً لآراء الجمهور حول أهمية الفحص الطبي قبل الزواج الذين ناشدوا المؤسسات والجهات المعنية بضرورة تكثيف الوعي المجتمعي تجاه الفحوص الطبية قبل الزواج من خلال مختلف المنابر التي تصل إلى الشباب بصورة أخص، متسائلين إن كان من حق الشاب الزواج من فتاة سليمة، فإنه في المقابل من حق الفتاة أن تزوج الشاب السليم، والحاصل أن الأسر تقبل لبناتها الشاب مهما كانت إصابته بالأمراض الوراثية، في الوقت الذي يتحاشى الكثير من الشباب وذويهم قبول الفتاة المصابة أو الحاملة للمرض.

وفي هذا الإطار أشار إيهاب عبداللطيف إلى أهمية الفحص الطبي قبل الزواج، بهدف بناء أسرة سعيدة ومستقرة، تؤدي وظائفها بنجاح، ولتجنب إصابة أحد أفراد الأسرة بأي من الأمراض الوراثية أو المعدية، فضلاً عن انعكاسات هذه الحالة السلبية على المريض والأسرة والمجتمع، والحفاظ على جيل صحي معافى.

كما يضمن تقليل التوتر الناتج عن وجود تاريخ مرضي عند أحد الطرفين أو في حالة زواج الأقارب، وذلك بتصحيح المفاهيم الخاطئة وخاصة في حالة وجود

مرض وراثي بالعائلة، والإجابة عن استفساراتهم.

معاناة نفسية

وتنصح علياء العامري الأسر بعدم الاستعجال في الموافقة المبذوبة على الزواج أو حتى على الخطوبة، إلا بعد التأكد من نتائج الفحص، لتجنب المعاناة النفسية التي قد يتعرض لها الطرفان والأهل، في حال كانت النتيجة غير متوافقة.

وأضافت أن الفحص يخفف من فرص انتقال بعض الأمراض المعدية المنقولة جنسياً في حالة إصابة أحد الطرفين، كما يحد من انتقال بعض الأمراض المعدية إلى الجنين والتي قد تؤدي إلى تشوهات خلقية أو إعاقة ذهنية وأحياناً الوفاة.

ولفتت إلى أن الفحص الطبي

قبل الزواج هو وسيلة للوقاية التي تعتبر خيراً من العلاج فكما يقول المثل: «درهم وقاية خير من قنطار علاج»، فهو يمنع حدوث الكثير من الأمراض والتخفيف من التشوهات التي تصيب الأطفال.

عقبة

وأما نهى محمد فلفتت إلى تعرض الكثير من الشباب والفتيات الراغبين في الزواج إلى معاناة نفسية نتيجة فحوصهم الطبية غير المتوافقة، أو التي تشير إلى إصابة أحدهما بمرض ربما يقف عائقاً وعقبة أمام إتمام الزواج وتكوين أسرة يطمحون إليها، خاصة إذا كان هناك قبول بين الطرفين، أو توافق متبادل في المشاعر.

وشددت على أهمية أن تشمل فحوص ما قبل الزواج كشفاً عن

كافة الأمراض النفسية والعصبية والجسدية لدى الطرفين.

ترحيب

ومن ناحيته رحب مانع المرزوقي بإجراء الفحوص والحصول على الاستشارة بهدف تجنب أخطار أو تبعات قد تحدث للأبناء أو تؤثر في قدرة أحد الزوجين الإنجابية، انطلاقاً من مبدأ وجوب قيام الزواج وبنائه على الصراحة والثقة من الطرفين، مشيراً إلى أن بعض التحاليل تجرى بموافقة وإقرار مسبق، لذلك يرى أنه من الواجب شرح الأمر للطرفين عند حضورهما مجتمعين أو إطلاع كل طرف على حدة بنتائج تحاليله بنفسه، وعدم إطلاع الطرف الآخر عليها إذا كان هناك خطر أو مانع من إتمام الزواج.

صمام أم

الكبد الوبائي «ب» و«ج»، الزهري ونقص المناعة المكتسبة الإيدز»، والتقليل من الأعباء المالية الناتجة عن علاج المصابين على الأسرة والمجتمع، وتقليل الضغط على المؤسسات الصحية وبنوك الدم، وتجنب وقوع الطرفين في مشكلات صحية واجتماعية ونفسية بسبب الأمراض المعدية والوراثية، ورفع الحرج لدى البعض في طلب هذا الفحص.

وأشارت إلى أن الفحص الطبي ما قبل الزواج يعتبر إلزامياً للمقبلين على الزواج للمواطنين والمقيمين للحصول على شهادة لياقة صحية للزواج، وهي وثيقة رسمية إلزامية يجب تقديمها لاستكمال إجراءات الزواج في الدولة.

كافة المراكز

وأضافت انطلاقاً من حرص الهيئة في التخفيف على المواطنين والمقيمين وفرت الهيئة فحص ما قبل الزواج في جميع مراكز الرعاية الصحية الأولية التي تغطي كافة مناطق دبي، مشيرة إلى أنه لا يتم توثيق أي عقد زواج في المحاكم الشرعية ما لم يكن مصحوباً بنتيجة الفحص.

وبينت أن عدد المواطنين الذين تقدموا للفحص العام الماضي وصل لـ 3327 مقابل 3609 لغير المواطنين مقابل 3208 مواطنين و3791 من غير المواطنين عام 2015 في حين سجل العام 2014 حوالي 2879 فحصاً للمواطنين و3279 لغير المواطنين، وبلغ العدد الكلي للمواطنين وغير المواطنين خلال السنوات الـ 3 الماضية 20085 منهم 47% للمواطنين 53 لغير المواطنين.

حماية

وتابعت الدكتورة منال تريم: «يعتبر البعض إجراء هذه الفحوصات مسألة محرجة، إلا أنها حماية لهم أولاً ثم لأولادهم من مخاطر صحية محتملة تهدد استقرار الأسرة.

مجتمع صحي

وقالت الدكتورة سعاد هاشم أحمد استشاري طب الأسرة ورئيس شعبة الوقاية السريرية وتعزيز الصحة إن فحص ما قبل الزواج هو إجراء فحص طبي للمقبلين على الزواج للتأكد من عدم حملهم أو إصابتهم ببعض أمراض الدم الوراثية وبعض الأمراض المعدية، وذلك بغرض إعطاء المشورة الطبية حول احتمالية انتقال تلك الأمراض للطرف الآخر أو الأبناء في المستقبل وإعطاء الخيارات والبدائل أمام الطرفين من أجل مساعدتهما على التخطيط لأسرة سليمة صحياً.

اكتشاف

وحول الأمراض التي يتم الكشف عنها قالت الدكتورة سعاد هناك في الحقيقة عدد من الأمراض المدرجة في قائمة فحص ما قبل الزواج من قبل الجهات الصحية في الدولة تشمل الأمراض المعدية وتتضمن نقص المناعة المكتسبة والتهاب الكبد الوبائي ب، والتهاب الكبد الوبائي ج، والزهري، وأما فيما يتعلق بفحوصات أمراض الدم الوراثية فتشمل أنيميا حوض البحر المتوسط الثلاسيميا، وفقر الدم المنجلي هناك فحوصات أخرى مثل فصيلة الدم، وفحص مناعة الجسم ضد الحصبة الألمانية.

790

فحصاً أجراها مركز المزهري الصحي خلال العام الـ 2016

2238

يعتبر مركز البرشاء من أكبر المراكز الصحية في إجراء فحوصات ما قبل الزواج

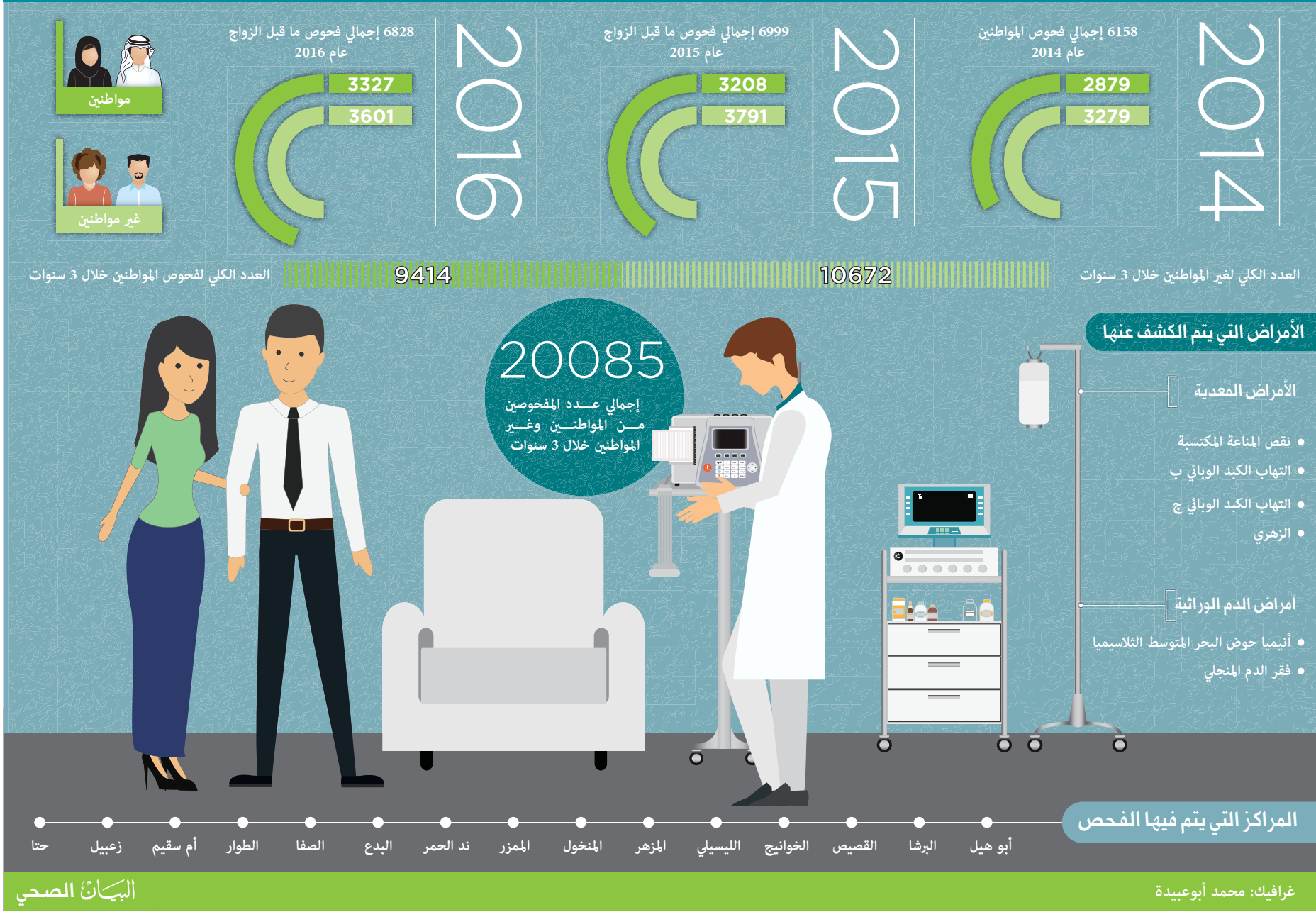
20

ألف فحص طبي أجرته هيئة الصحة في دبي خلال 3 سنوات

سان لمجتمع سليم ومعافى

فحص ما قبل الزواج يجنب الأمراض الوراثية

تكمّن فائدة الفحص قبل الزواج في أنها تعطي المقبلين على الزواج دراية كاملة عن الأمراض الوراثية التي قد تنتقل إلى الأبناء، إضافة إلى المحافظة على سلامة الزوجين من الأمراض، فقد يكون أحدهما مصاباً بمرض يعد معدياً.



إجراء الفحص

وحول طريقة إجراء الفحص قالت الدكتورة سعاد يتم الفحص بحضور الطرفين معاً أو بشكل منفرد إلى أحد مراكز الرعاية الصحية الأولية التابعة لهيئة الصحة بدبي لطلب إجراء فحص ما قبل الزواج، وتسجيل الزيارة، ويتم تحصيل الرسوم حسب التسعيرة المعتمدة من هيئة الصحة بدبي، وكذلك استشارة الطبيب لطلب الفحوصات المخبرية اللازمة وإجراء تلك الفحوصات. وفي الزيارة الثانية تتم بحضور الطرفين لتسجيل الزيارة وتحصيل الرسوم حسب قائمة التسعيرات المعتمدة من هيئة الصحة بدبي، واستشارة الطبيب لمناقشة نتائج لمناقشة نتائج الفحوصات ويتم إبلاغ كل على حده بالنتائج وفي نفس الزيارة يتم إبلاغ كل طرف بنتائج الطرف الآخر بعد موافقة كلا الطرفين، وفي حال كانا لاثقين صحياً للزواج يتم تسليم الوثائق المطلوبة وإصدار شهادة فحص ما قبل الزواج، ويتم تسليم الشهادة الأصلية لفحص ما قبل الزواج للطرفين مع نسختين طبق الأصل مختومة ومصدقة من المركز الصحي مع احتفاظ بنسخة بالمركز الصحي، مشيرة إلى أن صلاحية الشهادة 3 شهور من تاريخ إجراء الفحوصات. وحول الوثائق المطلوبة لإجراء الفحص قالت الدكتورة سعاد يطلب لإجراء الفحص بطاقة الهوية أو جواز السفر «ساري المفعول» ونسخة منهما، وصورتين لكل طرف.

الإجراءات

ورداً على سؤال حول الإجراءات

التي يتم اتخاذها في حالة اكتشاف أن أحد الأطراف غير لائق صحياً ؟ قالت إذا كان أحد الطرفين حاملاً للأمراض الوراثية يتم تقديم النصائح اللازمة، وإذا كان كلا الطرفين مصابين أو يحملان صفة الأمراض الوراثية يتم تحويلهما لمركز أمراض الدم الوراثية لإعطاء النصائح والمشورة لاتخاذ القرار المناسب، و في حالة إصابة أحد الأطراف بأي من الأمراض المعدية يتم تحويله لقسم الأمراض المعدية لعمل اللازم، أما في حالة إصابة أحد الأطراف بمرض الزهري يتم تحويل الطرف المصاب إلى عيادة الأمراض التناسلية والبولية، وأضافت أنه بعد الاستشارة وتقديم المشورة والنصح يتم إصدار شهادة فحص ما قبل الزواج إذا تم الاتفاق بين الطرفين.

حالات خاصة

وبيّنت أن هناك حالات خاصة منها إذا كان عقد القران سيتم في إمارة دبي، وتقدم أحد الطرفين بإجراء الفحوصات في المراكز الصحية التابعة لهيئة الصحة بدبي والطرف الآخر في إمارة أخرى، سيتم تزويده بنسخة من نتائج الفحوصات الطبية مختومة ومصدقة من المركز الصحي، من دون إصدار الشهادة، أما إذا كان عقد القران سيتم في إمارة دبي، وكان أحد الطرفين في إمارة أخرى، يجب عليه إجراء الفحوصات المطلوبة وإحضار النتائج مصدقة في أحد المراكز الصحية المعتمدة من وزارة الصحة أو هيئة الصحة في أبوظبي، وإذا كان عقد القران خارج دولة الإمارات، وتقدم أحد الطرفين بإجراء الفحوصات في

تطعيمات

قالت الدكتورة سعاد هاشم إنه في حال اكتشاف أن السيدة ليس لديها المناعة الكافية ضد الحصبة الألمانية فيتم إعطاؤها التطعيم ضد الحصبة الألمانية إضافة إلى التطعيم ضد فيروس الورم الحليمي البشري للسيدات الراغبات في الوقاية من سرطان عنق الرحم.

إمارة دبي يتم تزويده بنسخة من نتائج الفحوصات الطبية، مختومة ومصدقة من المركز الصحي من دون إصدار الشهادة. ويجب التأكيد على الطرف المعني بتصديق نتائج الفحوصات لدى الجهات الرسمية.

تصديق

وفي حال كان عقد القران إمارة دبي، وكان أحد الطرفين أجرى الفحوصات خارج دولة الإمارات العربية المتحدة، فيجب توفير نتائج الفحوصات الطبية على أن تكون مختومة ومصدقة من الجهات الرسمية في الدولة التي أجرى فيها الفحوصات. وبيّنت انه لا يتم تقديم خدمة فحص ما قبل الزواج إذا كان عمر أحد المقبلين على الزواج أقل من 18 عاماً إلا بحضور ولي أمر الطرف

المعني، وفي حالة فقدان الشهادة تستوفى الرسوم حسب التسعيرة المعتمدة من هيئة الصحة بدبي مقابل إصدار بدل فاقد في خلال فترة الثلاثة أشهر مدة صلاحية الشهادة، وفي حالة إصدار شهادة مرة أخرى بعد انتهاء فترة الصلاحية يتم إعادة فحوصات الأمراض المعدية فقط (التهاب الكبد الوبائي ب وج، الإيدز والزهري، مع استثناء رسوم إصدار الشهادة مرة أخرى).

التسليم

وقالت يستطيع أحد الطرفين تفويض شخص آخر استلام النتائج والشهادات نيابة عنه بعد تعبئة استمارة تفويض شخص آخر لاستلام النتائج والشهادة عنه، وتعطى النتائج وتصدر الشهادة فقط إذا كانت النتائج سليمة والشخص لائق صحياً للزواج.

الآثار المترتبة

الكثير من الأمراض الوراثية، لا يوجد لها علاج أو يصعب علاجها وذات تكلفة عالية، وقد يتم العلاج سواء بتناول الأدوية أو التغذية الخاصة أو نقل الدم بصفة منتظمة أو زرع الأعضاء وزيادة في النفقات والعديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والاقتصادية.

وبعد مرض التلاسيميا (أنيميا البحر الأبيض المتوسط) من أكثر الأمراض الوراثية انتشار في الدولة إذ تبلغ نسبة الإصابة به حوالي 8% حالياً بعد أن وصلت لـ 12% قبل تطبيق قانون الفحص الطبي للمقبلين على الزواج إذ بات بالإمكان تجنب الآباء إصابة أبنائهم

بهذا المرض من خلال إجراء فحص التلاسيميا، وإذا أظهرت النتائج أن الوالدين خاليان من السمة الجينية فيإمكانهما إتمام الزواج من دون خوف على صحة الأطفال من هذه الناحية، وفي هذه الحالة لا يولد الطفل مريضاً، أما إذا كان أحد الوالدين يحمل السمة الجينية فقط، فيمكنهما إتمام الزواج ولكن قد يكون الطفل حاملاً للمرض، علماً بأن انتقال المرض من الآباء إلى الأبناء غير مرتبط بجنس الطفل ذكراً أو أنثى.

أما إذا تزوج شخصان ويكونان حاملين للمرض فإن هذا يعني وجود احتمالية 25% في كل حمل لأن يولد طفل مصاباً بالمرض، واحتمالية 50% في كل حمل لأن يولد طفل حاملاً للمرض، بينما تبقى نسبة 25% أخرى في كل حمل لولادة طفل سليم، ومن هنا تتضح أهمية تجنب زواج شخصين حاملين لمرض التلاسيميا؛ لأن احتمالية انتقال المرض للأبناء ستكون أكبر.

فصيلة الدم

ومن فائدة فحص ما قبل الزواج أيضاً معرفة فصيلة الدم والعامل «الريزيسي» للكشف عن مدى وجود توافق فصائل الدم من عدمه، وقد تكشف فصيلة الدم عن 4 احتمالات، أول 3 احتمالات تكون كالتالي: من الضروري أن يجري الخاطبان هذا الفحص للكشف عن مدى وجود توافق فصائل الدم من عدمه، وقد تكشف فصيلة الدم عن 4 احتمالات، أول ثلاثة احتمالات تكون فصيلة الدم لكل من الزوجين إيجابية، وأن تكون فصيلة الدم لكل



منال تريم :

الزواج حالة من التوافق والانسجام بين الزوجين



سعاد هاشم :

نساعد المقبلين على الزواج للتخطيط لأسرة سليمة صحيا

من الزوجين سلبية، وأن تكون فصيلة الدم للزوجة إيجابية والزوج سلبية، ولا توجد مشكلة محتملة أو مضاعفات متوقعة إذا تم الزواج ومن ثم الحمل.

أما الاحتمال الرابع فهو أن تكون فصيلة دم الزوجة سلبية وفصيلة دم الزوج إيجابية.

وفي هذه الحالة لا يوجد توافق بين دم الزوجين، وهذا لحسن الحظ يحدث نادراً، ولكن إن حدث زواج في هذه الحالة ونتج حمل سيأثر الأطفال بذلك؛ فإذا ورث الجنين فصيلة دم الأب الإيجابية تتولد عند الأم ذات الفصيلة السلبية أجسام مضادة في دمها نتيجة حملها لطفل بدم إيجابي، وهذه الأجسام المضادة تؤثر على الطفل، ولذا يجب إعطاء الأم حقنة للتغلب على هذه الأجسام المضادة.

وعادة ما تكون أول ولادة سليمة، ولكن تتأثر الأجنة التالية بمضاعفات بسبب الأجسام المضادة المتكونة عند الأم، مما يؤدي في بعض الأحيان إلى وفاة الجنين، وفي أحسن الأحوال إن نجا الجنين وعاش بعد ذلك فسيكون بحاجة ماسة إلى رعاية طبية متخصصة وتزويد مستمر بالدم. لذلك يجب أن تتلقى الأم العلاج الوقائي وهو التطعيم السلبلي (RhoGAM) ويتكون من جلوبيولين مضاد للعامل الريزيسي الإيجابي وله القدرة على التخلص من الأجسام المضادة التي تتكون إذا كانت الأم سلبية العامل الريزيسي ويحمل الأب والجنين العامل الإيجابي، وتعطى هذه الحقنة أثناء الحمل بعد الأسبوع 28 إلى مدة أقصاها 72 ساعة بعد الولادة.

3601

عدد المقيمين الذين تقدموا لفحص ما قبل الزواج خلال العام الماضي

3327

عدد المواطنين الذين تقدموا للفحص في مراكز الهيئة عام 2016

47%

نسبة المواطنين من العدد الإجمالي لفحوصات ما قبل الزواج آخر ثلاث سنوات



«الخرشوف» صديق الكبد والمرارة والكلية

ووفقاً لبيتشان، أظهرت الأبحاث أن الخرشوف يساعد على التغلب على الإرهاق، عبر تنظيف الدم، وإخراج المواد السامة مع البول، كما يفيد القلب عبر تقوية عضلاته، وهو مفيد لحالات تصلب الشرايين بسبب خفضه الكوليسترول والدهون الثلاثية. دبي - البيان الصحي

مادة السينارين التي تساعد على تنظيم عمل الكبد والكلية والأمعاء، وتسهل الهضم، كما يفيد في حالات الإسهال، لاحتوائه على مواد مطهرة للمعدة والأمعاء». وأشارت إلى أن «الخرشوف (الأرضي - شوكي) يعتبر مدرراً قوياً للبول، ما يجعله ينظم عمل الكلية، لكي تقوم بطرد السوائل الزائدة خارج الجسم، كما يساعد على خروج حصوات الكلى».

يحتوي نبات الخرشوف على مواد تجعل منه صديقاً للكبد والمرارة والكلية والأمعاء، ويشير الخبراء إلى الفوائد العديدة التي تعود بالنفع على من يتناولوه. وأوضحت المسؤولة عن قسم التغذية والنظم الغذائية، في مركز أبحاث وتطبيقات الصحة، في جامعة أولوداغ التركية، سيفينج يتيشان، أن «الخرشوف يحتوي على مضادات للأكسدة تجعله مفيداً جداً للكبد، إضافة إلى احتوائه على

صحة دبي تطلق مبادرة «غذائي منذ نعومة أظفاري»

■ دبي - البيان الصحي



■ وفاء عايش

لا يمكنهم الحصول على التغذية الجيدة أو التعليم. وتتولى إدارة التغذية السريرية في الهيئة تنظيم، تدريب المعلمين وأولياء الأمور، بشكل منظم في دور الحضانات، لمعرفة أهمية التغذية للأطفال وكيفية تعودهم في هذه المرحلة على عادات الأكل الصحية، وسيعمل

هذا البرنامج على تزويد دور الحضانة بمنهج العادات الصحية للأكل الصحية لدى الأطفال. وكانت حضانة كيدز كير أولى الحضانات المشاركة في هذه المبادرة، حيث تم تدريب طاقم التدريس في تاريخ 18 أبريل 2017 وتدريب الأهالي تاريخ 25 أبريل 2017.

أطلقت إدارة التغذية السريرية في صحة دبي مبادرة «غذائي منذ نعومة أظفاري» للتوعية بنظم التغذية الصحية لتجنب أمراض العصر لحماية ووقاية الأطفال من أمراض العصر الناتجة عن الوجبات السريعة والأطعمة الغنية بالسكريات والكربوهيدرات. وقالت وفاء عايش مديرة إدارة التغذية السريرية في صحة دبي إن المبادرة التي تم إطلاقها بدعم من (دانون) تهدف إلى الحد من السمنة المفرطة في الدولة عن طريق توظيف نموذج لإعادة السعرات الحرارية، وبمعنى آخر تقوم الفكرة على نقل الوجبات المرتفعة في السعرات الحرارية المقدمة من دولة الإمارات إلى الدول التي تعاني من انخفاض حاد في السعرات الحرارية المقدمة.

وأوضحت أن تصميم البرنامج راعى تعويد الأطفال دون 5 سنوات على عادات الغذاء الصحية، مضافة أن أرباح بيع الوجبات في هذا المشروع سيتم التبرع بها مباشرة إلى «دبي العطاء» لنقل هذه التبرعات إلى الأطفال المحتاجين في الدول النامية ممن

النظام الغذائي عالي الدهون يهدد الأطفال بالسمنة والسكري



عوامل جينية تلعب دوراً مهماً في نقل مخاطر السمنة ومرض السكري من الآباء إلى الأبناء.

الأولى من نوعها

وأوضح الباحثون أن دراستهم هي الأولى من نوعها التي تثبت أن الذئبة يمكن أن تسرع اضطراب التمثيل الغذائي من خلال بويضات الأم والحيوانات المنوية للآب.

وتأتي الوجبات السريعة، والبطاطس المقلية، والحلوى والمشروبات الغازية، والعصائر المحلاة، على رأس الأطعمة والمشروبات الغنية بالدهون المشبعة والسكريات.

وكانت دراسات سابقة كشفت أن الأطعمة التي تحتوي على نسب مرتفعة من الدهون المشبعة والسكريات لا تؤثر على مدى إصابة الأشخاص بالسمنة وأمراض القلب وحسب؛ بل يمكن أن تسرع شيخوخة الأشخاص، وتلعب دوراً أساسياً في خفض مدة النوم العميق، وهي مرحلة النوم التي يستعيد فيها الجسم طاقته البدنية والعقلية.

تؤثر على النتائج الصحية للأطفال في المستقبل، تشمل الأطعمة التي تتناولها الأم أثناء الحمل أو الرضاعة، كما تشمل الجزيئات الموجودة في السائل المنوي للآب. وللوصول إلى نتائج الدراسة، قام الباحثون بتغذية مجموعتين من الفئران، الأولى تغذت على طعام عالي الدهون، والثانية على نظام غذائي صحي لمدة 6 أسابيع، وكانت المجموعتان متطابقتين وراثياً.

ووجد الباحثون أن الفئران (الذكور والإناث) التي اتبعت نظاماً غذائياً غنياً بالدهون، أصيبت بالسمنة والحساسية المفرطة تجاه الجلوكوز، التي تقود إلى الإصابة بالسكري من النوع الثاني، ونقلت خطر الإصابة بالسكري والسمنة إلى ذريتها، بخلاف المجموعة الثانية التي تغذت على أطعمة صحية. ووجد الفريق أيضاً، أن المواليد الإناث، كانت أكثر عرضة للسمنة الشديدة، في حين كان المواليد الذكور أكثر عرضة لزيادة مستويات السكر في الدم من الإناث. وخلصت الدراسة إلى أن هناك

■ دبي - البيان الصحي

حذرت دراسة ألمانية حديثة، من أن النظام الغذائي عالي الدهون، كالوجبات السريعة، لا يجلب السمنة والأمراض المرتبطة بها إلى الأشخاص فقط، لكن الخطر يطال ذريتهم ويهدد أطفالهم بالسمنة والسكري في المستقبل.

عوامل جينية

وقال الباحثون بمعهد علم الوراثة التجريبية، في مدينة ميونيخ في ألمانيا، إن الأطفال يرثون خطر السمنة والسكري من آبائهم وأمهاتهم الذين يتناولون أغذية عالية الدهون، ونشروا نتائج دراستهم في دورية «نيتشر» لعلم الوراثة.

وفسر الباحثون تلك العملية، بأن هناك عوامل جينية تنتقل مباشرة من الآباء والأمهات للجنين عن طريق الحيوانات المنوية للآب وبويضات الأم، ويمكن أن تؤدي إلى إصابة الأجيال المقبلة بالسمنة والسكري. ويعتقد الباحثون أن العوامل التي

العظام القوية هي بداية الأحلام الكبيرة

الروابيح
AL RAWABI



#defeatDdeficiency مع
حليب فيتامين (د) الجديد

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



عظام أقوى

تعب أقل

عضلات أقوى



بنكرياس اصطناعي للأطفال المصابين بالسكري

استخدام وطرح أول «بنكرياس اصطناعي» يضخ «الأنسولين» للجسم بشكل تلقائي، كلما احتاج المريض لذلك، ما يسهل من عملية رعاية مرضى السكري من النوع الأول. ويراقب الجهاز الجديد مستويات «الجلوكوز» في الدم، بشكل تلقائي كل 5 دقائق، ويضخ «الأنسولين» للجسم تلقائياً أيضاً كلما احتاج الجسم لذلك. دبي - البيان الصحي

بالمقارنة مع مجموعة أخرى من المصابين استخدموا الطرق التقليدية. وقال الباحثون إن «دراستنا أظهرت لأول مرة، أن هذا البنكرياس الاصطناعي يحافظ على مستويات السكر في النطاق المستهدف، أفضل من النظم الأخرى المعتادة في المنزل بين الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و8 سنوات». وكانت هيئة الغذاء والدواء الأميركية (FDA) وافقت في سبتمبر 2016، على

راقب الباحثون مجموعة من الأطفال الذكور والإناث، المصابين بالنوع الأول من السكري تتراوح أعمارهم بين 5 و8 سنوات لمدة 68 ساعة، وتتبع الباحثون أيضاً التحكم في نسبة السكر في الدم لدى الأطفال باستخدام نظام الرعاية المنزلية المعتاد وهي حقن الأنسولين اليومية. وتبين أن نسب السكر في الدم بين الأطفال الذين استخدموا البنكرياس الاصطناعي كانت جيدة ولم يحدث انخفاض فيها،

أفادت دراسة أميركية حديثة، بأن البنكرياس الاصطناعي، الذي يضخ «الأنسولين» للجسم بشكل تلقائي، آمن وفعال بالنسبة للأطفال المصابين بالنوع الأول من مرض السكري. الدراسة أجراها باحثون في جامعة فرجينيا الأميركية، وعرضوا نتائجها الثلاثاء، أمام الاجتماع السنوي لجمعية الغدد الصماء الذي يعقد في ولاية فلوريدا الأميركية. ولاختبار فاعلية البنكرياس الاصطناعي،



ضعف السمع عند الأطفال.. تأثيرات سلبية في التعلم

الدوار المستمر، وزيادة فرصة الإصابة بالعدوى الجرثومية، وفقدان السمع. ويضيف الدكتور فوزي أن أكثر الأمراض شيوعاً عند أطفال المدارس التهابات التنفسية العلوية، مثل الرشح والأمراض المزمنة الفيروسية الأخرى التي تؤثر في الحلق والأنف والجيوب الأنفية، وبينما نصاب نحن الكبار بالرشح بمعدل مرتين إلى أربع في السنة، يصاب الأطفال بالرشح في معظم الحالات من ست إلى عشر مرات في السنة، ويصاب الأطفال بأعراض أكثر شدة وتستمر لفترة أطول مما يعاني الكبار. وقد أظهرت الدراسات أنه لا فائدة من معالجة رشح الأطفال باستخدام الأدوية المضادة للهستامين، أو مخففة الاحتقان، أو مخففة السعال، بل إن الأدوية الجيدة التي قد تساعد على تخفيف الآثار الناتجة عن الرشح هي أستامينوفين«Acetaminophen» وأيبوبروفين«ibuprofen».

الوقاية

عندما يعطس أو يسعل طفلك تنتشر الجراثيم في الهواء، ما يؤدي إلى انتقالها إلى أطفال آخرين وإصابتهم بالعدوى، وقد تكون يدا الطفل عاملاً مساعداً لنقل الفيروسات والبكتيريا من الألعاب وأغراض أخرى إلى العين والأنف والفم، وهي النقاط المعتادة لدخول الجراثيم التي تسبب الأمراض. وأهم وقاية من انتقال العدوى بهذه الطريقة تكون بغسل يدي الطفل جيداً مراراً وتكراراً، وتوصي مراكز مكافحة الأمراض بأنه من الضروري أن يغسل الأشخاص أيديهم بالصابون والماء الدافئ لـ 15 ثانية.

درجات الحرارة، والشعور بالدوار، والتعب والضعف العام، وسيلان الأنف أحياناً، واحتقان الجيوب الأنفية أحياناً والصداع، والقيء والغثيان والإسهال في بعض الأحيان، وحدوث طنين الأذن، وتصلب وألم في الرقبة.

علاج

بعض الحالات التي تنتج عن عدوى بكتيرية يلزمها وصف المضادات الحيوية، والحالات التي يعاني منها المريض من الألم أو الحمى يجب استخدام العقاقير الدوائية المسكنة للألم، وقد يحتاج الطبيب إلى وصف علاجات تعمل على إزالة الاحتقان، وقد يحتاج الطبيب إلى وصف مضادات التحسس المسماة مضادات الهستامين في بعض الأحيان، وقد يحتاج الطبيب في بعض الأحيان إلى إجراء تدخل جراحي لسحب بعض السوائل وتخفيف الضغط على غشاء الطبلة.

مضاعفات

من المضاعفات التي يمكن حدوثها نتيجة الإصابة بالمرض:

العودة إلى المدرسة في طبائها تحديات عدة يواجهها الآباء وأولياء الأمور كل عام؛ فالعام الدراسي الجديد يعني نظاماً جديداً ومواعيد جديدة والتزاماً بالودام المدرسي والواجبات المدرسية وتحقيق علامات جيدة. يرجع السبب إلى وجود الأطفال في مجموعات كبيرة في المدرسة فهم عرضة للإصابة بأي مرض، فقد تنتقل الجراثيم بسهولة عن طريق هذه الأيدي الصغيرة الملوثة بالجراثيم عندما تمسك يد طفل آخر، وهذه مجموعة من أكثر الأمراض انتشاراً لها علاقة بالأذن وضعف السمع التي تنتقل لأطفال المدارس عن طريق المدرسة أو الحضانة. أعراض وعلامات التهاب الأذن في الأطفال. ومن أهم المضاعفات عدم القدرة على السمع بصورة جيدة، وألم في منطقة الأذن، وإفرازات من الأذن، وارتفاع

الطفل لالتهاب الغدة الكفية - التعرض للضوضاء لفترة طويلة - مرضى السكر والفشل الكبدى والكلى، أما ضعف السمع المزدوج: فهو مزيج من النوعين السابقين.

أسباب

وأضاف: التهابات الأذن من أهم الأسباب لضعف السمع عند الأطفال، والتي تكثر مع فترة دخول المدارس نتيجة انتشار عدوى الجهاز التنفسي العلوي بين الأطفال، ومن أهم الأسباب التي تساعد على انتشار هذا الالتهاب، والإصابة بالعدوى الفيروسية، البكتيرية أو الفطرية والإصابة بالتهابات القصبات الهوائية العلوية بشكل متكرر، والإصابة بأمراض الجهاز المناعي، وقد تلعب الوراثة دوراً في الإصابة بهذا المرض، إضافة إلى وجود عيوب خلقية في القناة السمعية، كما أن الإصابة بمرض السكري في الأطفال قد يزيد من فرصة حدوث هذا الالتهاب.

العودة إلى المدرسة

واستطرد الدكتور فوزي قائلاً: «تحمل

■ دبي - البيان الصحي

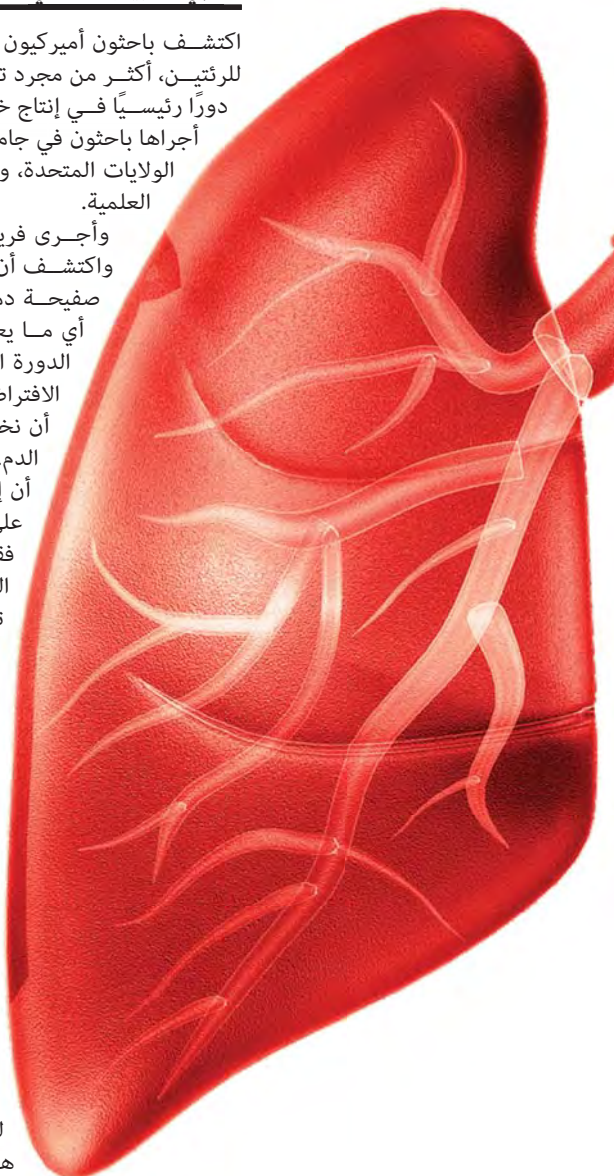
يعتبر ضعف السمع من الأمراض الشائعة بين الأطفال، والتي يكون لها تأثير سلبي في الطفل في تحصيله الدراسي وبالتبعية في تكوينه العقلي واللغوي. يتسبب ضعف حاسة السمع لدى الأطفال بالتأثير سلباً في التطور اللغوي لديهم، إذ لا يُمكن أن يحدث هذا التطور بشكل سليم، إلا إذا تمتع الطفل بحاسة سمع سليمة. وكى يتم تدارك الأمر وضمان تطور لغوي سليم لدى الطفل، لابد من اكتشاف مثل هذه الاضطرابات بشكل مبكر وعلاجها في الوقت المناسب. ويوضح الدكتور محمد فوزي استشاري الأنف والأذن والحنجرة في مستشفى دبي أن هناك 3 أنواع من ضعف السمع حسب مكان الإصابة بالأذن: ضعف السمع التوصيلي، وهو مشكلة تصيب الأذن الخارجية أو الوسطى، ومن الأسباب الشائعة لهذا النوع (انسداد الأذن بالشمع - ارتشاح مائي خلف طبلة الأذن- التهابات صديدية بالأذن الوسطى - تيبس عظمة الركاب)، و ضعف السمع الحسي العصبي: وهو ضعف ينتج عادة من مشكلة تصيب الأذن الداخلية والعصب السمعي، ويتقضي تأهيل الأشخاص بتزويدهم بسماعات طبية، ومن الأسباب الشائعة لهذا النوع: العوامل الوراثية نتيجة زواج الأقارب - زيادة نسبة المادة الصفراء (البيليروبين) للمولود لمدة طويلة - تعرض

علماء يكتشفون وظيفة غير متوقعة للرئتين

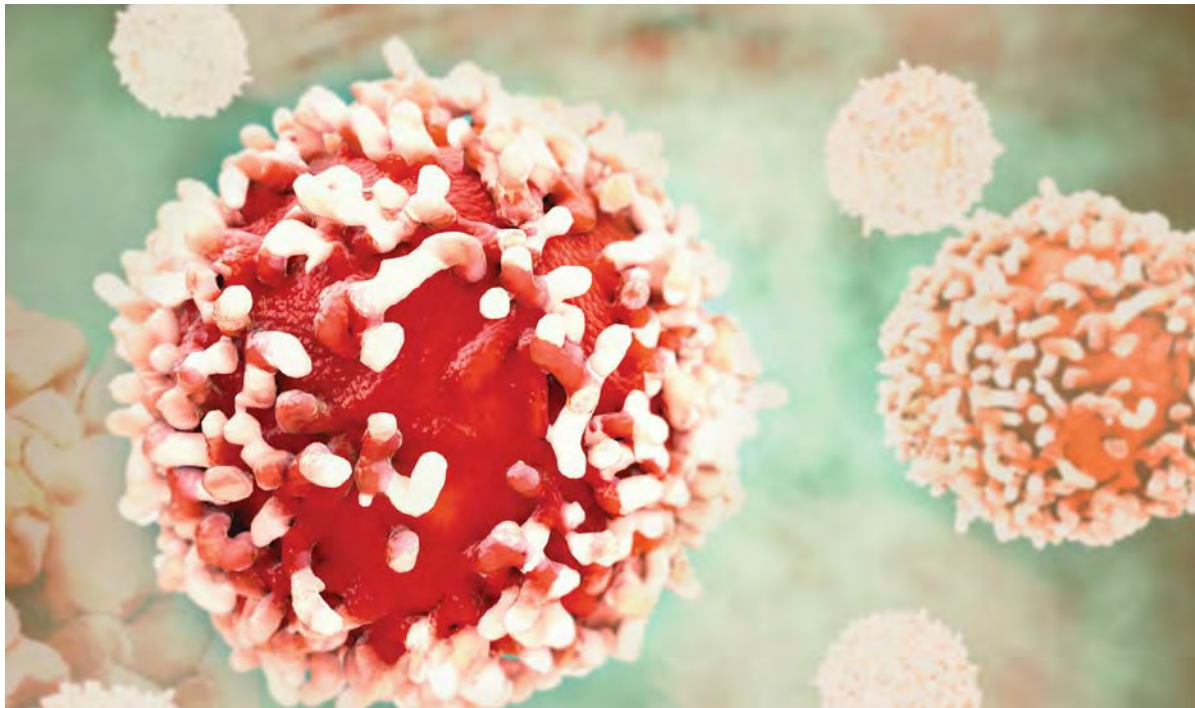
■ دبي - البيان الصحي

اكتشف باحثون أميركيون وظيفة حيوية جديدة وغير متوقعة للرئتين، أكثر من مجرد تسهيل عملية التنفس، حيث تلعب دوراً رئيسياً في إنتاج خلايا الدم بجسم الإنسان. الدراسة أجراها باحثون في جامعتي كاليفورنيا وسان فرانسيسكو في الولايات المتحدة، ونشروا دراستهم في دورية «نيتشر» العلمية.

وأجرى فريق البحث تجاربه على الفئران، واكتشف أن الرئتين تنتجان أكثر من 10 ملايين صفيحة دموية (خلايا دم صغيرة) في الساعة، أي ما يعادل غالبية الصفائح الدموية في الدورة الدموية للحيوانات، وهذا يتعارض مع الافتراض الذي دام عقوداً من الزمن، حول أن نخاع العظم وحده ينتج كل مكونات الدم. وفي السابق، كان العلماء يعتقدون أن إنتاج الدم داخل جسم الإنسان يقتصر على نخاع أو نقي العظم داخل العظام فقط، لكن مع الاكتشاف الجديد عثر الباحثون على أدلة تفيد بأن الرئتين تشاركان في هذه العملية. وللوصول إلي تلك النتائج، تم فحص رئة الفئران بتكنولوجيا تصوير حديثة لتتبع خلايا تسمى (Megakaryocytes) وهي معروفة لدى العلماء مسبقاً داخل أنسجة الرئتين بأنها تنتج وتولد الصفائح الدموية وخلايا الدم البيضاء، لسد الجروح وتخثرها داخل الرئتين. واكتشف فريق البحث أن هذه الخلايا لا تقوم بإنتاج خلايا الدم لسد الجروح وتخثرها داخل الرئتين فقط؛ بل تساهم في إنتاج الدم لما يقارب نصف كمية الدم للجسم ككل، وتقدر بـ 10 ملايين صفيحة دموية في الساعة، وبذلك يصبح لجسم الإنسان مصدران لإنتاج الدم هما الرئتان ونخاع العظام.



تجربة علاج مناعي لأنواع متعددة من السرطان



ورأى هانز رايمر روديفالد من المركز الألماني لأبحاث السرطان والذي لم يشارك في الدراسة أن نتائجها «مهمة للغاية». ويعلق العلماء آمالاً عريضة على استخدام العلاج المناعي ضد الأورام. ولا يتم خلال هذا الأسلوب العلاجي الواعد مهاجمة الخلايا السرطانية على سبيل المثال بسموم باستخدام علاج كيميائي أو تدميرها باستخدام الأشعة السينية بل بتنشيط الجهاز المناعي للجسم نفسه. يتم هذا التحفيز باستخدام مستضدات وهو ما جعل الباحثين يتحدثون في هذا السياق عن اللقاح ولكن هذا اللقاح لا يستخدم مع أشخاص أصحاء بل مع مرضى فقط.

مجلة «نيتشر» البريطانية. وتعطي هذه الخلايا بدورها معلومات للجهاز المناعي بأن هناك خلايا سرطانية في الجسم يجب محاربتها وتعتبر هذه المعلومات بمثابة صورة شخص مجرم تجب ملاحقته.

تجربة

وقال أستاذ أبحاث السرطان أوجور شاهين الذي يشرف على الدراسة إن هذا الأسلوب العلاجي الجديد جرب حتى الآن على فئران وعلى ثلاثة أشخاص مصابين بسرطان الجلد الأسود. وأكد أن فريق الباحثين فوجئ بأن الجهاز المناعي رد بشكل قوي على جرعة ضئيلة جداً من هذه الشحنتات السالبة.

■ دبي - البيان الصحي

قال علماء من ألمانيا إنهم بصدد تجربة نوع خاص من العلاج المناعي الذي يستهدف أنواعاً متعددة من السرطانات.

وأوضح باحثون في جامعة ماينس للطب أن هذا العلاج يقوم على تحفيز النظام المناعي للجسم لحنه على مواجهة الأورام السرطانية بنفسه.

حقن فريق الباحثين مرضى بجسيمات نانوية محملة بشحنة سالبة خفيفة موجهة بشكل هادف لما يعرف بالخلايا المتغصنة أو الشجرية وذلك حسبما ذكر الباحثون في دراستهم التي نشرت نتائجها الأربعاء في

1%

تهبط مستويات التستوستيرون تدريجياً خلال فترة البلوغ بعد سن 30 عاماً في المتوسط

25%

من الذكور فوق سن الـ 60 يعانون من نقص هرمون التيستوستيرون

200

مليون رجل حول العالم يعانون من الضعف الجنسي بحسب الدراسات العالمية

«إياس الذكور» مصطلح يصف التغيرات الهرمونية المرتبطة بالشيخوخة

التغيرات الهرمونية جزء طبيعي من التقدم في العمر، فعلى عكس الانخفاض الكبير الحادث في الهرمونات التناسلية لدى النساء خلال انقطاع الطمث، فهناك تغيرات تحدث في الهرمونات الجنسية لدى الرجال كذلك، إليك ما تتوقعه، وما يمكنك فعله حيال ذلك.

كشف خرافة سن اليأس لدى الرجال

يُستخدم مصطلح «سن اليأس لدى الرجال» أحياناً لوصف مستويات التيستوستيرون المنخفضة أو انخفاض التوافر البيولوجي للتيستوستيرون المرتبط بالشيخوخة. ومع ذلك فإن انقطاع الطمث لدى الإناث وما يطلق عليه سن اليأس لدى الرجال هما موقفان مختلفان. فلدى النساء، ينتهي التبويض وينخفض الإنتاج الهرموني خلال فترة زمنية قصيرة نسبياً. بينما لدى الرجال، يهبط الإنتاج الهرموني والتوافر البيولوجي للتيستوستيرون على مدى فترة زمنية تمتد لعدة أعوام، وعواقبه ليست بالضرورة واضحة.

فما أفضل طريقة للإشارة إلى ما يسمى بسن اليأس لدى الرجال؟

يستخدم الكثير من الأطباء مصطلح «إياس الذكور»، لوصف التغيرات الهرمونية المرتبطة بالشيخوخة لدى الرجال. ومن المصطلحات الأخرى: متلازمة نقص التستوستيرون، ونقص إياس الذكور بسبب شيخوخة الذكور وقصور الغدد التناسلية لدى الذكور متأخر الظهور.

فهم الهرمونات الذكورية مع مرور الوقت

تتفاوت مستويات التستوستيرون بشدة بين رجل ورجل. وبوجه عام، يميل الرجال الأكبر سناً إلى أن يكون لديهم مستويات تستوستيرون أقل عما لدى الرجال الأصغر سناً. وتهبط مستويات التستوستيرون تدريجياً خلال فترة البلوغ؛ حوالي 1 ٪ سنوياً بعد سن 30 عاماً في المتوسط.

تعرف على مستويات التستوستيرون المنخفضة

يُعد اختبار الدم هو الطريقة الوحيدة لتشخيص مستوى التستوستيرون المنخفض أو الانخفاض في التوافر البيولوجي للتستوستيرون. وبعض الرجال لديهم معدل أقل من مستوى التستوستيرون الطبيعي دون ظهور علامات أو أعراض في هذه الحالة، لا توجد حاجة للعلاج، وبالنسبة للآخرين، قد يتسبب التستوستيرون المنخفض في:

- تغيرات في الوظيفة الجنسية، حيث قد يتضمن خلل الانتصاب، وانخفاض الرغبة الجنسية، وانصباباً تلقائياً أقل خلال النوم مثلاً والعقم.
 - تغيرات في أنماط النوم، حيث إنه أحياناً ما يتسبب التستوستيرون المنخفض في حدوث اضطرابات النوم، مثل الأرق أو زيادة النعاس.
 - التغيرات البدنية، فيمكن الإصابة بتغيرات بدنية متنوعة، بما في ذلك زيادة دهون الجسم؛ وانخفاض في الكتلة العضلية والقوة؛ وانخفاض كثافة العظم. ومن المحتمل الإصابة بوزم أو ألم الصدر وسقوط الشعر. ونادراً ما تعاني من هبات ساخنة وطفالة أقل.
 - التغيرات العاطفية، قد يسهم التستوستيرون المنخفض في تقليل التحفيز أو الثقة بالنفس، وقد تشعر بالحزن أو الاكتئاب، أو تواجه مشكلات في التركيز أو تذكر الأشياء.
- ومع ذلك، فقد تتسبب عوامل أخرى كامنة في ظهور هذه العلامات والأعراض وليس التستوستيرون المنخفض، بما في ذلك الآثار الجانبية للأدوية، ومشاكل الغدة الدرقية، والاكتئاب. وتوجد أيضاً حالات، مثل انقطاع النفس الانسدادي أثناء النوم، والذي قد يؤثر على مستويات التستوستيرون. بمجرد تحديد هذه الحالات وعلاجها، عادة ما يرجع التستوستيرون إلى مستواه الطبيعي.

سن اليأس عند الرجال؟

خرافة أم حقيقة

عوامل الخطورة

يتمثل السبب الشائع الآخر للوفاة بين الرجال في حوادث السيارات. لكي تحافظ على نفسك آمناً على الطريق، استخدم الحس السليم. ارتدِ حزام المقعد. اتبع تعليمات الحد الأقصى للسرعة. ولا تقود السيارة بينما يغلبك النعاس.

علامات

كما يعتبر الانتحار من المخاطر الصحية الأساسية لدى الرجال. ويتمثل أحد عوامل الخطورة المهمة التي تؤدي إلى الانتحار بين

الشعور بأفضل حال

إذا كنت تعاني من علامات وأعراض قد تكون نتيجة لمستوى تستوستيرون منخفض، فاستشر طبيبك. يمكن أن يقيم الطبيب الأسباب المحتملة للطريقة التي تشعر بها ويفسر خيارات العلاج. لا يمكنك تعزيز إنتاج التستوستيرون الطبيعي، لكن

قد تساعد الخطوات التالية:

- كن صادقاً مع طبيبك، تعاون مع طبيبك لتحديد علاج أي مشكلات صحية قد تتسبب في ظهور العلامات والأعراض لديك وتساهم فيها؛ بدءاً من الآثار الجانبية للأدوية إلى خلل الانتصاب وغيرها من المشاكل الجنسية الأخرى.

- حدد خيارات نمط الحياة الملائم لصحتك، اتبع نظاماً غذائياً صحياً وأدرج ممارسة نشاط بدني في روتينك اليومي. ستساعد خيارات نمط الحياة الصحية في المحافظة على قوتك، والطاقة والكتلة العضلية. ويمكن أن يحسّن النشاط البدني المنتظم من حالتك المزاجية ويعزز حصولك على

اختبار الدم الطريقة الوحيدة لتشخيص مستوى التستوستيرون

نوم أفضل.

- أطلب المساعدة عند شعورك بالإحباط، إن الاكتئاب لدى الرجال لا يعني بالضرورة دائماً شعورك بالحزن. يمكن أن يجعل الاكتئاب الرجال يكتبون مشاعرهم ويصبحون أكثر عدوانية أو هياجاً.

- احذر من استخدام المكملات العشبية، لم يثبت أن المكملات العشبية آمنة وفعالة مع الشيخوخة المرتبطة بانخفاض التستوستيرون، بل إن بعض المكملات قد تكون خطيرة. ولا توجد فوائد مثبتة للاستخدام طويل المدى لـ«ديهيدرو إيبي أندروستيرون»، على سبيل المثال، بل قد يزيد مخاطر سرطان البروستاتا.

يُعد علاج التستوستيرون المنخفض المرتبط بالشيخوخة بعلاج بديل للتستوستيرون أمراً جديلاً. بالنسبة لبعض الرجال، يخفف علاج التستوستيرون من علامات نقص التستوستيرون وأعراضه المزعجة. وبالنسبة لآخرين، لا تضح الفوائد بل توجد مخاطر محتملة. وقد يزيد العلاج البديل للتستوستيرون من مخاطر الإصابة بأزمة قلبية، أو سرطان البروستاتا أو غيرها من المشاكل الصحية الأخرى. إذا كنت تتساءل، إذا ما كانت علاجات التيستوستيرون مناسبة لك، فتعاون مع طبيبك لحساب الإيجابيات والسلبيات.

سبل الوقاية من أخطر التهديدات

هل تعرف ما أكبر الأخطار التي تهدد صحة الرجال؟ إن القائمة قصيرة على نحو مدهش. الأسباب الرئيسية للوفاة بين الرجال البالغين في الولايات المتحدة هي أمراض القلب والسكتة الدماغية والسرطان وأمراض الجهاز التنفسي السفلي المزمنة، وفقاً لمراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها. والخبر السار أنه يمكن لبعض التغيرات البسيطة في نمط الحياة أن تقلل بشكل كبير من مخاطر الإصابة بتلك الأمراض القاتلة الشائعة.

ابدأ بالتفكير في نمط حياتك

تول مسؤولية صحتك من خلال اتخاذ خيارات نمط حياة أكثر صحة، على سبيل المثال:

- أقنع عن التدخين. إذا كنت تدخن أو تتعاطى منتجات التبغ الأخرى، فاطلب من طبيبك أن يساعدك على الإقلاع. ومن المهم أيضاً أن تتجنب التعرض للتدخين السلبي وتلوث الهواء والتعرض للمواد الكيميائية.
- اتبع نظاماً غذائياً صحياً. اختر الخضراوات والفواكه والحبوب الكاملة والأطعمة الغنية بالألياف ومصادر البروتين الخالية من الدهن، مثل الأسماك، وقلل من الأطعمة الغنية بالدهون المشبعة والصوديوم.
- حافظ على وزن صحي للجسم. يمكن لفقدان الوزن الزائد والمحافظة على الوزن المثالي أن يقلل من خطورة الإصابة بأمراض القلب وكذلك العديد من أنواع السرطان.
- مارس الأنشطة البدنية، اجعل الأنشطة البدنية جزءاً من روتينك اليومي، وعليك أن تعلم أن ممارسة الرياضة يمكن أن تساعدك على السيطرة على وزنك والتقليل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية. ولكن هل تعلم أن ممارسة الرياضة يمكن أيضاً أن تقلل من خطورة الإصابة بأنواع معينة من السرطان؟ اختر الرياضة أو الأنشطة الأخرى التي تستمتع بها، بدءاً من كرة السلة إلى المشي السريع.
- تعامل مع ضغوط الحياة. إذا كنت تشعر بالتوتر والتعرض للهجوم باستمرار، فقد تتأثر عادات نمط حياتك وبالتالي قد يتأثر جهازك المناعي. لذا، اتخذ تدابير للحد من الضغط النفسي أو تعلم كيفية التعامل مع التوتر بطرق صحية.

■ **خاص «البيان الصحي» - بالتعاون مع «مايو كلينك»**

«صحة دبي» تحتفي بإنجازات مركز الإخصاب والعاملين فيه والداعمين



| تصوير: صلاح عبدالقادر ونديم رشيد



دبي - البيان الصحي

احتفت هيئة الصحة في دبي مؤخراً، بمجموعة من الأسر والعائلات التي نجح المركز في علاج مشكلات عدم الإنجاب التي كانت تؤرقها، وذلك في حضور الأطفال، في الوقت نفسه شهد الحفل تكريم العديد من المؤسسات والجهات الداعمة والراعية لجهود مركز دبي لأمراض النساء والإخصاب، وذلك بحضور معالي حميد محمد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام لهيئة الصحة بدبي. وأعلن معالي القطامي في مستهل الحفل عن نجاح مركز دبي لأمراض النساء والإخصاب ومنذ تأسيسه عام 1991، في توفير العلاجات والحلول الطبية لأكثر من 21 ألفاً و600 حالة مرضية، كما نجح خلال السنوات الـ 3 الماضية في رفع معدلات نجاح عمليات الإخصاب من 52% عام 2014 إلى 62% عام 2016، متجاوزاً بذلك المعدلات العالمية في هذا المجال الحيوي الدقيق.



الرضاعة الطبيعية تساعد على اكتمال نمو الحُدج

كشفت دراسة أميركية حديثة، عن فائدة جديدة للرضاعة الطبيعية، حيث أظهرت أن حليب الأم يساعد الأطفال الحُدج على اكتمال نمو أدمغتهم. الدراسة أجراها باحثون بمختبر أبحاث الدماغ، في مركز النظام الصحي الوطني للأطفال في واشنطن، ونشروا نتائجها في المجلة الأميركية لتقدم العلوم. وأوضح الباحثون أن الأطفال الذين يولدون مبكراً يكون وزنهم أقل من 1.5 كيلوغرام، وتتطور لديهم المادة البيضاء في الدماغ، أقل من الأطفال الذين يولدون في ميعادهم بعد 9 أشهر من الحمل. وأضافوا أن المادة البيضاء هي إحدى المادتين المكونتين للجهاز العصبي المركزي، حيث تكون المادة الرمادية هي المكون الثاني. والمادة البيضاء هي مجموعة من الأنسجة التي تربط مناطق الدماغ، ووظيفتها نقل المعلومات بين مناطق الدماغ وباقي أعضاء الجسم، وتملاً ما يقرب من نصف الجمجمة. دبي - البيان الصحي

كلمة العدد



الدكتورة سلوى السويدي

الأفضل دائماً

ما شهدته دولة الإمارات العربية المتحدة من تطور مذهل - في وقت قياسي - على مختلف الصعد، هو ما يمكن تلخيصه في رفاهية الحياة ورغد العيش ومؤشرات السعادة المتقدمة، التي أصبحت تميز دولتنا ومجتمعنا عن سائر الدول والشعوب.

وفي القطاع الصحي على وجه التحديد، نستطيع القول بأن التقدم الهائل الذي حققته مؤسساتنا ومنشأتنا الصحية، ينعكس مباشرة في ارتفاع متوسط الأعمار للمسنين من 53 عاماً قبل قيام الاتحاد إلى 76 عاماً حالياً، وهو المتوسط الأعلى على مستوى منطقة الشرق الأوسط، وهو أحد أهم معايير المفاضلة بين دول العالم، وأحد القياسات الدولية الرئيسة للتعرف إلى مستوى الخدمات الصحية والاجتماعية التي يتم توفيرها لفئة كبار السن.

وإذا كان التقدم اللافت وال مميز الذي حققته دولة الإمارات في هذا الصدد، تم تأسيسه وفق استراتيجيات ومنهجية عمل والتزام بالمسؤوليات، فإن التقدم نفسه قد استند قبل خطط الرعاية الصحية والمجتمعية، إلى منظومة القيم التي يتسم بها مجتمعنا، وإلى التقاليد العريقة التي تحفظ لكبار السن حقهم في حياة صحية مديدة وعناية فائقة ومساندة في تواصلهم الدائم مع المجتمع، وهذا بالتحديد ما نقوم به في هيئة الصحة بدبي من خلال مركز ملتقى الأسرة، الذي استطاع وفي وقت وجيز أن يكون الوجهة المفضلة لدى المسنين الباحثين عن أنماط حياة متجددة ومعززة للصحة.

إن مفاهيم الرعاية المتكاملة لكبار السن التي اعتمدتها هيئة الصحة بدبي وينفذها مركز ملتقى الأسرة، هي التي أسست ثقة المسنين في خدماتنا، وهي التي أفرزت حالة الرضا والسعادة لدى كبار السن، سواء من المقيمين منهم في المركز بشكل دائم أو المترددين عليه، وهذا بالتحديد ما يشكل الحافز الأساس لنا، لتقديم كل ما هو أفضل لأناس يستحقون الأفضل دائماً.

مدير مركز ملتقى الأسرة - هيئة الصحة بدبي

التفاؤل يحصّن النساء من السرطان

نصحت دراسة أميركية نشرت نتائجها في الدورية الأميركية لعلم الأوبئة النساء بالتفاؤل والنظر إلى الجانب المشرق من الحياة، لأن ذلك يحصنهن من خطر الإصابة بالعديد من الأمراض القاتلة وعلى رأسها السرطان والقلب. وأوضح الباحثون في كلية هارفارد للصحة العامة، أن التفاؤل يعد علاجاً جيداً لتحسين الصحة العامة.

8 سنوات مدة الدراسة لاكتشاف تأثير التفاؤل على صحتهم

23 مليون وفاة بسبب أمراض القلب بحلول 2030

17.3 مليون نسمة يقضون نحبهم جراء أمراض القلب سنوياً

58 و83 عاماً أعمار المستهدفات بالدراسة

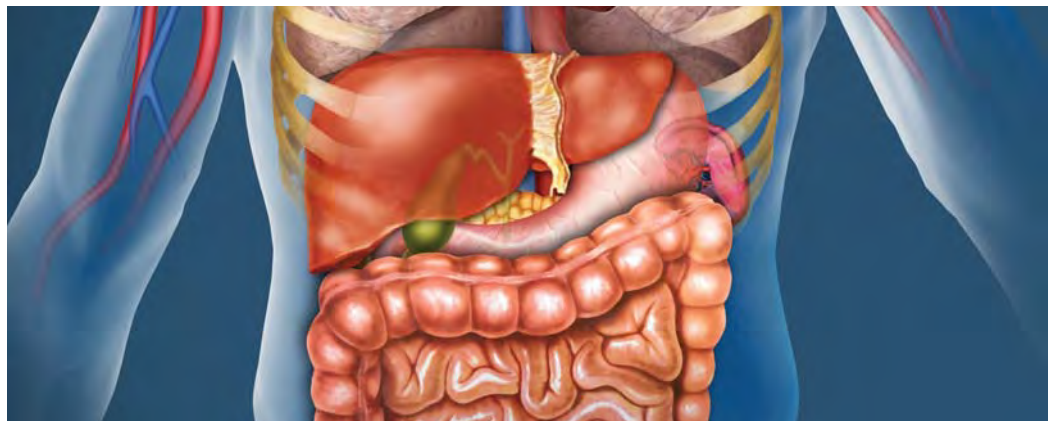
أبرز النتائج

النساء المتفائلات أقل عرضة للإصابة بأمراض السرطان والقلب والأمراض الرئوية والسكتة الدماغية

حالات الوفاة بسبب الأمراض انخفضت بشكل ملحوظ بين المتفائلات

غرافيك: أسيل الخليلي
البيان الصحي

اكتشاف عضو جديد في جسم الإنسان



دبي - البيان الصحي

كشفت دراسة جديدة، عن عضو جديد في الجسم، كان يعتقد في السابق بأنه جزء من هيكل الجهاز الهضمي، ليرتفع بذلك مجموع الأعضاء البشرية إلى 79 عضواً. الدراسة أجراها باحث في مستشفى جامعة «ليمبريك» في الدنمارك، ونشرت نتائجها، في دورية «لانسيت» الطبية.

وأوضحت الدراسة أن العضو الجديد يطلق عليه اسم «المسراق» وهو طية مزدوجة من الغشاء البريتوني «أكبر غشاء مصلي في الجسم» الذي يغطي معظم أعضاء البطن. ويتم حالياً تدريس طلاب الطب «المسراق» على أنه عضو مستقل، كما أن كتاب الطب الشهير «جريبز أناتومي» أعاد تعريفه وفقاً للاكتشاف الجديد.

دبي - البيان الصحي

ولكشف تأثير القيلولة على مهارات الذاكرة، تابع الباحثون حالة ما يقرب من 3 آلاف من الصينيين الذين تزيد أعمارهم على 65 عاماً. وأجرى فريق بحث اختبارات عدة على المشاركين، لتقييم حالتهم العقلية، عبر الإجابة على أسئلة بسيطة، حول التاريخ، وفصول السنة، بالإضافة إلى بعض المسائل الحسابية الأساسية، كما طلبوا منهم حفظ وتذكر بعض الكلمات، ونسخ رسومات من أشكال هندسية بسيطة. ووجد الباحثون، أن كبار السن الذين حصلوا على قيلولة لساعة بعد الغداء،

سجلوا أداءً أفضل في الاختبارات العقلية مقارنة مع الأشخاص الذين لم يحصلوا على القيلولة. وأثبتت النتائج أيضاً، أن الأشخاص الذين لم يناموا بعد الظهر سجلوا انخفاضاً في القدرة العقلية بنسبة 4 إلى 6 أضعاف الأشخاص الذين ناموا لمدة ساعة وقت القيلولة. وقال الباحثون، إن الحفاظ على الذاكرة والقدرة على التفكير بوضوح واتخاذ القرارات، تعد تحدياً رئيسياً بالنسبة للأشخاص مع تقدمهم في السن، لأنهم أكثر الأشخاص عرضة لأمراض الشيخوخة وعلى رأسها الزهايمر.



وبحسب الدراسة، فإن 18% من النساء يعانين من الاكتئاب بعض الوقت خلال فترة الحمل، وأن هذا الاكتئاب له علاقة ببنية الدماغ للجنين، حيث يؤثر على سمك الطبقة القشرية للدماغ، ويؤدي إلى صعوبة التعلم واضطرابات سلوكية أخرى، ويجعلهم أكثر عرضة من غيرهم للاكتئاب في وقت لاحق من حياتهم.

وبحسب الدراسة، فإن 18% من النساء يعانين من الاكتئاب بعض الوقت خلال فترة الحمل، وأن هذا الاكتئاب له علاقة ببنية الدماغ للجنين، حيث يؤثر على سمك الطبقة القشرية للدماغ، ويؤدي إلى صعوبة التعلم واضطرابات سلوكية أخرى، ويجعلهم أكثر عرضة من غيرهم للاكتئاب في وقت لاحق من حياتهم.

القيلولة لساعة يومياً تعزز القدرات العقلية لكبار السن