



تحذير دولي من جين
مقاوم للأدوية

<09



اكتشاف مادة هلامية
مشابهة للغضروف
المفصلي

<05

التوت الأزرق يحسّن
وظائف دماغ الأطفال

<08



www.albayan.ae

حظر تصوير المرضى في غرف العمليات



عممت هيئة الصحة في دبي، ممثلة بإدارة التنظيم الصحي على كافة المنشآت الصحية والمهنيين الصحيين في الإمارة بمنع تصوير المرضى أثناء الإجراء الجراحي لغرض الدعاية والإعلان عن المنشأة أو الطبيب. وشددت الهيئة على ضرورة التقيد بتدابير مكافحة العدوى والحد من أخطار العدوى المكتسبة بغرف العمليات، وعدم السماح لأي شخص غير أفراد الطاقم الطبي والمصرح لهم فقط بالدخول إلى غرف العمليات، تفادياً لأية مخالفات أو إجراءات عقابية تترتب على ذلك، مؤكدة حرصها الكبير على تحقيق أقصى درجات السلامة للمرضى، وتوفير كافة المتطلبات والظروف المثالية التي تضمن إجراء جراحات آمنة وفقاً لأرقى المعايير العالمية.

<02

النعاس نهاراً يزيد مخاطر الإصابة بالزهايمر

أفادت دراسة طبية، بأن الشعور بالنعاس في النهار يؤدي إلى تراكمات في الدماغ، ترفع من مخاطر الإصابة بمرض الزهايمر. وقال الباحثون في «مايو كلينيك»: إن الأشخاص الذين يشعرون بالنعاس خلال النهار، بسبب قلة ساعات نومهم أو استيقاظهم المتكرر ليلاً، يكون لديهم تراكم أكبر من لويحات «الأميلويد»، والتي تؤدي إلى تآكل الخلايا الدماغية، وفقاً لشبكة «سكاي نيوز» الإخبارية. وتعد خلاصة هذه الدراسة منسجمة مع نتائج أبحاث سابقة، لكنها اكتشفت أن لويحات «الأميلويد» هي من تسبب اضطرابات النوم. ودرس العلماء في «مايو كلينيك» مجموعة مكونة من 283 شخصاً تبلغ أعمارهم 70 سنة وأكثر، ولا يعانون من أي أمراض عقلية، مع تقييم لأنماط نومهم، ومسح لأدمغتهم لمراقبة على الأقل خلال الفترة الواقعة بين عامي 2009 و2016. وأظهرت الدراسة أن 63 شخصاً من المشاركين في البحث ممن يعانون من النعاس المفرط في أثناء النهار، كانت لديهم تراكمات في لويحات «الأميلويد»، بالمناطق الحساسة في الدماغ. دبي - البيان الصحي

قانون «صحة دبي» يحقق التنافسية ويجوّد الخدمات

يُكّن القانون رقم 6 لسنة 2018، بشأن هيئة الصحة في دبي، الذي اعتمده صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء، رعاه الله، بصفته حاكماً لإمارة دبي، هيئة الصحة من تحقيق أهدافها، ومن أهمها تنظيم القطاع الصحي في الإمارة بما يضمن التنافسية والكفاءة التشغيلية والشفافية وجودة الخدمات والمنتجات وفق السياسات المعمول بها، وأرفع المعايير المطبقة على مستوى العالم.

مزايا

يؤسس لمرحلة جديدة تواصل فيها الهيئة دورها للوصول إلى أرفع درجات التميز في الرعاية الصحية.

تهدف هيئة الصحة في دبي، بحسب القانون، إلى



اختصاصات ومهام هيئة الصحة في دبي

إعداد الخطط الاستراتيجية الشاملة المتعلقة بالقطاع الصحي في دبي والإشراف على تنفيذها.	إجراء الدراسات والبحوث المتعلقة بحاجة الإمارة من الخدمات الصحية والطبية.	العمل على مواءمة مشاريع الاستثمار في القطاع الصحي.	الرقابة والتفتيش على المنشآت الصحية والمهنيين العاملين فيها.	تنظيم تقديم خدمات التعليم الطبي وإجراء الأبحاث والتجارب الطبية بالتنسيق مع الجهات المختصة.	إعداد وتطوير السياسات واللوائح والأنظمة ذات العلاقة بالقطاع الصحي.	تنظيم المؤتمرات والفعاليات المرتبطة بالقطاع الصحي، ونظم المعلومات الصحية.	تنظيم واعتماد أسعار الخدمات الصحية بالتنسيق مع الجهات المعنية.
تنظيم عملية إيفاد المرضى للحصول على الرعاية الصحية داخل الدولة وخارجها.	تقديم خدمات فحص اللياقة الطبية والصحة المهنية في الإمارة.	تنظيم عملية إيفاد المرضى للحصول على الرعاية الصحية داخل الدولة وخارجها.	تنظيم وإدارة السياحة الصحية في الإمارة بالتنسيق مع الجهات المعنية.	إعداد وإدارة وتطوير وتنفيذ السياسات المتعلقة بأعمال وأنظمة الضمان الصحي.	التصريح للأفراد والمنشآت الحكومية والخاصة بمزاولة المهنة في الإمارة.	الإدارة والتنظيم والتصريح للمحتوى الإعلامي للإعلانات الصحية في الإمارة والرقابة والإشراف عليها.	

غرافيك: محمد أبوعيدة

سموه يعين حميد القطامي مديراً عاماً للهيئة

محمد بن راشد يصدر مرسوم إنشاء المؤسسات التابعة له «صحة دبي» وتحديد اختصاصاتها

دبي - البيان الصحي

أصدر صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء، رعاه الله، بصفته حاكماً لإمارة دبي المرسوم رقم «18» لسنة 2018 بتعيين معالي حميد محمد القطامي، مديراً عاماً لهيئة الصحة في دبي كما أصدر سموه المرسوم رقم «17» لسنة 2018 بشأن إنشاء المؤسسات التابعة لهيئة الصحة في دبي، وتضمن المرسوم إنشاء مؤسستين هما: مؤسسة دبي للرعاية الصحية، ومؤسسة دبي للضمان الصحي بهدف تعزيز دور الهيئة في ضمان أفضل مستويات الصحة العامة لكافة أفراد المجتمع وتمكينها من القيام بالأدوار المنتظرة منها خلال المرحلة القادمة وفق أفضل المعايير والممارسات العالمية وبما يلبي الاحتياجات المحلية.

دبي للرعاية الصحية

ووفقاً للمرسوم رقم «17» لسنة 2018، تتولى مؤسسة دبي للرعاية الصحية، إدارة وتشغيل المنشآت الصحية الحكومية، وتشمل المستشفيات ومراكز الرعاية الصحية الأولية، والرعاية التخصصية،

والتأمين وشركات إدارة المطالبات ووسطاء التأمين ومُقدّمي الخدمات الصحية لتوفير خدمات الضمان الصحي في دبي، وكذلك الرقابة على أطراف المنظومة التأمينية بما يضمن زيادة جودة الخدمات التأمينية والصحية وتحقيق الاستدامة المالية المتوافقة مع أفضل الممارسات العالمية في هذا الشأن.

تقارير

وتختص «مؤسسة دبي للضمان الصحي» بإدارة برامج الضمان الصحي الحكومية، وإصدار التقارير والدراسات والتوصيات المتعلقة بالضمان الصحي واقتصاديات الصحة، والإشراف على تحقيق نتائج هذه الدراسات والتقارير والتوصيات التي تنتهي إليها بما يضمن تحقيق أهداف هيئة الصحة في دبي. ويكون لكل مؤسسة تابعة لهيئة الصحة في دبي مدير تنفيذي يُعيّن بقرار يصدره سمو رئيس المجلس التنفيذي لإمارة دبي بناءً على توصية المدير العام لهيئة، على أن يتولى المدير التنفيذي إدارة المؤسسة التي يُشرف عليها، والتحقق من قيامها بأداء المهام والصلاحيات المنوطة بها، ويكون مسؤولاً ومسؤولية مباشرة أمام المدير العام عن تنفيذ المهام المنوطة به.

والمشاركة في الفعاليات والمؤتمرات الطبية، والتنسيق مع الجهات المعنية في الدولة، بشأن المجالات والموضوعات ذات الاهتمام المشترك. ويكون لمؤسسة دبي للرعاية الصحية اقتراح رسوم الخدمات الصحية المقدمة في المنشآت الصحية التابعة لها ومتابعة تحصيلها، وتوفير وشراء المستلزمات والأدوية والاحتياجات اللازمة للمنشآت الصحية التابعة لها، وتقديم الخدمات الصحية العلاجية والوقائية وخدمات فحص اللياقة الطبية وفحص الصحة المهنية، إضافة إلى إدارة وتشغيل وتطوير أي منشآت صحية جديدة يتم تكليفها بها من قبل حكومة دبي.

دبي للضمان الصحي

وتتولى «مؤسسة دبي للضمان الصحي»، إدارة الضمان الصحي في دبي والإشراف عليه وفقاً للتشريعات السارية، ويكون لها على وجه الخصوص صلاحيات ومهام محددة تشمل: ضمان توفير خدمات الضمان الصحي للمواطنين والمقيمين والزوّار، وتنظيم أعماله وضمان حقوق الأفراد المشمولين بالضمان الصحي في دبي، وتصميم وتطوير باقات الضمان الصحي للمواطنين والمقيمين والزوّار، والتصريح لشركات



حميد القطامي

تنفيذ السياسات والبرامج الاستراتيجية والبحوث والدراسات اللازمة لتحسين الحالة الصحية وحماية أفراد المجتمع من الأمراض والمخاطر الصحية، والعمل على بناء وتطوير القدرات والكفاءات المؤسسية اللازمة لإدارة الوحدات التنظيمية التابعة لها، واستقطاب الكفاءات المؤهلة للعمل في المجالات الفنية والإدارية، من خلال تبني استراتيجية تطوير مهني حديثة، والتنظيم

إضافة إلى مراكز اللياقة الطبية والصحة العامة والصحة المهنية، وتتضمن صلاحيات المؤسسة إدارة وتشغيل وتطوير الوحدات التنظيمية التابعة لها، سواء بصفة مباشرة أو من خلال التعاقد مع الغير، وإعداد وتنفيذ استراتيجية تخصصية لارتقاء بخدمات الرعاية الصحية تماشياً مع الخطة الاستراتيجية لإمارة دبي. كما تختص مؤسسة دبي للرعاية الصحية بضمّن تكامل خدمات الرعاية الصحية المقدمة بمختلف مستوياتها، تحقيقاً للكفاءة والفاعلية التشغيلية، وتأهيل المنشآت الصحية التابعة لها للحصول على الاعتمادات الدولية في مختلف مجالات ومستويات تقديم الخدمة، وكذلك إعداد الدراسات لإنشاء منشآت صحية جديدة، أو التوسع في مجالات تقديم الرعاية الصحية المختلفة، كإدارة المنشآت الصحية وتقديم الخدمات الطبية والمنتجات الدوائية والصحية والأدوات والمعدات الطبية وغيرها داخل الإمارة وخارجها، إضافة إلى إعداد السياسات الصحية العامة بما يضمن صحة وسلامة أفراد المجتمع، واعتمادها من الهيئة، ومتابعة تنفيذها. وتشمل صلاحيات المؤسسة تقييم ورصد الحالة الصحية لسكان الإمارة، وتطوير ومتابعة

5 عيادات طبية في مطارات دبي تسهر على راحة المسافرين

وأوضح أن جميع العاملين في عيادات المطار يتلقون دورات تدريبية مكثفة في مستشفى راشد لتعزيز مهاراتهم وصقل خبراتهم حول كيفية التعامل مع مختلف الحالات المرضية خاصة في ظل التنامي المستمر لحركة المسافرين وارتفاع عدد مسافري الترانزيت، متوقعاً أن يصل عدد مستخدمي مطارات دبي بحلول عام 2020 إلى 65 مليون شخص. دبي - البيان الصحي

الساعة بمعدل سيارة لكل مركز. وقال زياد مسلم مشرف التمريض في مركز المطار الطبي: من ضمن الخدمات الأخرى التي تقدمها عيادات مطار دبي الدولي المساعدة في نقل المرضى إلى الطائرة سواء كانوا من القادمين أو المغادرين، لافتاً إلى أن معظم الحالات التي يتم استقبالها في العيادات تشمل أمراض القلب والأمراض المزمنة، إضافة للأمراض النفسية والأمراض النسائية.

بين مطار دبي الدولي الذي يضم 4 عيادات فيما يضم مطار المكتوم الدولي عيادة واحدة مزودة كلها بأحدث التجهيزات والتقنيات الطبية لتوفير أقصى درجات الرعاية والعناية للمسافرين والعاملين في المطارات، فيما يتم تحويل الحالات الصعبة منها إلى مستشفى راشد أو المستشفيات الأخرى تبعاً للحالة، ويتم تحويلها بسيارة إسعاف مع طبيب وممرض، لافتاً إلى أن هناك 5 سيارات إسعاف تعمل على مدار

تعمل هيئة الصحة في دبي على توفير أرقى الخدمات العلاجية للمسافرين عبر مطارات دبي من خلال 5 عيادات يعمل بها 82 طبيباً وممرضاً إضافة إلى 46 موظفاً إدارياً يقومون بعمل خدمات التسجيل للمرضى والخدمات المساندة الأخرى على مدار الساعة طيلة أيام الأسبوع، لتقديم صورة حضارية تليق بسمعة ومكانة دولة الإمارات. وتتوزع العيادات التابعة لمستشفى راشد



الهيئة أصدرت تعميماً للمنشآت الطبية تحقيقاً لأقصى درجات السلامة

«صحة دبي» تحظر تصوير المرضى في غرف العمليات



■ مروان الملا

بدبي لتحقيق أعلى مستويات الجودة والسلامة في الخدمات المقدمة للمرضى، والتزامها في التواصل الدائم مع شركائها الاستراتيجيين في المنظومة الصحية بالقطاع الخاص وإطلاعهم على كافة الموضوعات والإجراءات والتحديثات والشروط المتعلقة بمعايير الصحة والسلامة وجودة الخدمات المقدمة للمرضى.

وأشار الدكتور الملا إلى الدور الرقابي الذي تقوم به الهيئة على كافة المنشآت الطبية في دبي لضمان تطبيق أفضل الممارسات الآمنة والفعالة في الخدمات الصحية، وتعزيز كفاءة العمل في القطاع الطبي الخاص ورفع مستوى الأداء وفق منهجية تراعي تطبيق أفضل المعايير العالمية.



وسلامة المرضى للخطر.

سلامة

وأكد مدير إدارة التنظيم الصحي على الاهتمام الكبير الذي توليه هيئة الصحة

المتواجدة في غرفة العمليات، كما تشكل مخالفة صريحة لمبادئ مكافحة العدوى وخاصة إذا كان من يقوم بالتصوير شخص غير مرخص بالدخول لغرفة العمليات أو دون خلفية طبية، مما يعرض صحة

المرضى على التصوير. وقال الدكتور الملا: إن مثل هذه التصرفات المخالفة تؤثر بشكل سلبي على تركيز الطبيب أثناء العمل الجراحي، إضافة إلى تعطيل وإشغال الطاقم الطبي

(الاسترجام، وسناب شات وتويتر وغيرها)، واستغلال تلك الفيديوهات كدعاية للمركز أو للمنشأة الطبية أو الطبيب المعالج دون مراعاة لحقوق وخصوصية المرضى، وهو أمر غير مسموح به حتى في حال موافقة

دبي - البيان الصحي

أصدرت هيئة الصحة بدبي، ممثلة بإدارة التنظيم الصحي تعميماً إلى كافة المنشآت الصحية والمهنيين الصحيين في إمارة دبي بمنع تصوير المرضى أثناء الإجراء الجراحي لغرض الدعاية والإعلان عن المنشأة أو الطبيب.

وشددت الهيئة على ضرورة التقيد بتدابير مكافحة العدوى والحد من أخطار العدوى المكتسبة بغرف العمليات، وعدم السماح لأي شخص غير أفراد الطاقم الطبي والمصرح لهم فقط بالدخول إلى غرف العمليات، تفادياً لأي مخالفات أو إجراءات عقابية تترتب على ذلك، مؤكدة حرصها الكبير على تحقيق أقصى درجات السلامة للمرضى، وتوفير كافة المتطلبات والظروف المثالية التي تضمن إجراء جراحات آمنة وفقاً لأرقى المعايير العالمية.

ظاهرة

وأوضح الدكتور مروان الملا مدير إدارة التنظيم الصحي بهيئة الصحة بدبي أن هذا التعميم يأتي في الوقت الذي باتت تزداد فيه ظاهرة قيام بعض الأفراد غير المرخصين بالدخول إلى غرفة العمليات والتصوير بالفيديو مع البث المباشر لعمليات جراحية عبر وسائل التواصل الاجتماعي

«تقنية الصفدي» تترشح عالمياً لأفضل تقنية 2018



وتابع: إنه بعد اكتشاف مشكلات أخرى مرتبطة بضعف عضلة القلب وقصور وظائفه، بدأت عمليات الترميم في فرنسا نهاية عقد الثمانينيات من القرن الماضي، وتطورت العملية، ولم تنتشر، نظراً لاعتماد إنجازها ونجاحها على توافر أطباء مهرة وخبرات عالية، لذا ظلت عملية ترميم الصمامات قاصرة على نخبة محددة من الأطباء في العالم.

طريقة مبتكرة

كما أوضح أن مستشفى دبي قدم للعالم الطريقة المبتكرة التي تعد أشبه بعقدة رابطة العنق (الكرافت)، وهذه الطريقة تسمح للطبيب داخل غرفة العمليات بالتحكم في طول الأربطة حسب قطر الصمام لدى المريض، وتصنع هذه الأربطة من خيوط الجراحة الصاعدة، لكن من نوع يتناسب مع طبيعة الصمام. وأفاد الدكتور الصفدي بأنه يوجد 40 تقنية وطريقة لحساب طول الأربطة قبل إجراء عملية الترميم، جاءت الطريقة (ربطة العنق) لتسهيل هذه الأمور وتجاوز الحسابات المعقدة، وأصبحت العملية في متناول الجراحين المتخصصين، مشيراً إلى أن أكثر من مؤتمر عالمي في جراحات القلب استعرض طريقة الترميم بالطريقة المبتكرة.

وأكد أن أهمية استخدام هذه التقنية تتمثل في تجنب إجراء عمليات القلب المفتوح وتأخيرها سنوات عدة، إضافة إلى تقليل المضاعفات وتحسين جودة حياة المريض، لافتاً إلى أن هذا النوع من العمليات يعتبر مناسباً لبعض فئات المرضى مثل كبار السن وغير المؤهلين لعمليات جراحة القلب المفتوح، ولمن يعانون أمراضاً ومشكلات صحية أخرى تحول دون إجراء عمليات القلب المفتوح.



■ د. فوزي الصفدي

تجارب

أوضح الدكتور فوزي الصفدي أن دبي قادرة على نشر خلاصة تجاربها الطبية لتعميم الفائدة، والإسهام في إنقاذ حياة كثير من مرضى القلب، مؤكداً أن مستشفى دبي حين توصل إلى ابتكار طريقة أكثر تطوراً، لم يكتف بحصر الابتكار عليه، بل نشر الابتكار من خلال المنتديات.

تطوير

وأوضح أن علاج الصمام التاجي مر بمراحل مختلفة من التطوير، حيث كانت هذه العمليات في القرن الماضي تقتصر على استبدال الصمام بآخر معدني، ومع الوقت ظهرت مشكلات الصمام المعدني ومخاطره على صحة المرضى، والتي وصلت إلى حد وفاة المرضى من عواقب الصمام المعدني، لذا تطور العلاج ودخل الأطباء مرحلة الصمامات النسيجية القريبة للنسيج الطبيعي، وتبين أن عمر الصمامات النسيجية لا يتجاوز 10 سنوات، لذلك كان يفضل إجراء هذه العمليات للمرضى المتقدمين في السن.

دبي - البيان الصحي

وصل أطباء هيئة الصحة بدبي إلى مكانة متقدمة عالمياً من خلال ابتكاراتهم واكتشافاتهم العلاجية التي باتت تشق طريقها للعالمية وكذلك استخداماتهم لتقنيات العصر ومنها الذكاء الاصطناعي في التطبيب عن بعد وتصوير الأشعة وغيرها، وقال الدكتور فوزي الصفدي استشاري جراحة القلب في هيئة الصحة بدبي، مبتكر «رابطة الصفدي الجراحية واللازقية» عن ترشح التقنية، للفوز بجائزة أفضل تقنية لعام 2018 من قبل الجمعية العالمية للقلب، خلال المؤتمر السنوي الذي سيقام في مدينة فانكوفر في كندا في شهر يونيو المقبل قد تم إجراء 120 عملية داخل الدولة وخارجها بالتقنية لغاية الآن.

إنجاز

وأضاف الدكتور الصفدي: إنه في حال فوز التقنية بالجائزة العالمية فسيتم اعتمادها عالمياً، وهو ما يمثل إنجازاً تاريخياً لدولة الإمارات بشكل عام وهيئة وأطباء هيئة الصحة بدبي بشكل خاص.

ويقود الدكتور الصفدي حالياً فريقاً عالمياً لإجراء عمليات كبرى بالتقنية المبتكرة، إذ تم إجراء أكثر من 105 عمليات كبرى لترميم الصمام خارج الدولة، كما تم إجراء نحو 15 عملية في مستشفى دبي بهذه الطريقة، إحداهن لمواطن في العقد السابع من عمره، بالتعاون مع الطبيبين العالميين، الإيطالي البروفيسور ماتيا غلاوبر، والبلجيكي الدكتور علاء الدين يلمز، ليكون مستشفى دبي الأول على مستوى المنطقة الذي يجري مثل هذه العمليات الدقيقة بالطريقة المبتكرة.



GOVERNMENT OF DUBAI



هيئة الصحة بدبي DUBAI HEALTH AUTHORITY



INTERNATIONAL ASSOCIATION OF MEDICAL REGULATORY AUTHORITIES

تحت رعاية سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي - وزير المالية، رئيس هيئة الصحة بدبي



INTERNATIONAL CONFERENCE ON MEDICAL REGULATION DUBAI, UNITED ARAB EMIRATES



مؤتمر دبي للتنظيم الصحي Dubai Health Regulation Conference

المؤتمر الـ 13 للرابطة الدولية لهيئات التنظيم الصحي (IAMRA) بالتعاون مع مؤتمر دبي للتنظيم الصحي 2018 9-6 أكتوبر 2018، دبي-الإمارات العربية المتحدة

التسجيل المبكر مستمر سجل الآن

تحت شعار: تمكين التنظيم الصحي بالابتكار والأدلة العلمية

التعليم الطبي

الممارسات الطبية الآمنة والجودة

نماذج مبتكرة للتنظيم الصحي

CME ACCREDITED PROGRAM

بادر بالتسجيل الآن

واحصل على سعر التسجيل المبكر

www.iamra2018.com

تواصل معنا: iamra2018@mci-group.com

د. مي رؤوف مدير مركز دبي للتبرع بالدم:

100% التبرع بالدم «الطوعي» في الإمارات



حوار - يوسف سعد

تبقى عملية التبرع بالدم، واحدة من القيم السامية، التي تظهر - من دون شك - مدى ارتقاء الإنسان بعبائه وبذله وتضحياته من أجل الآخرين، وتظل هذه القيمة هي إحدى القيم التي تعكس عمق الإنسانية في نفوسنا، فما أغلى الدم بالنسبة لنا ولحياتنا، وما أغلى هذا العطاء الذي لا يقدر بثمن، ولا سيما إذا علمنا أن الجزء البسيط من دمائنا يمكن أن ينقذ حياة الآخرين، ويسهم في شفاء أناس يفتقرون إلى دماء تبعث في روحهم الأمل والحياة.

ويعتز مركز دبي للتبرع بالدم بالتابع لهيئة الصحة بدبي، كثيراً بأناس، أقبلوا من دون تردد على التبرع بدمائهم من خلال الحملات المنتشرة في ربوع إمارة دبي، وقد تابع المركز شغف المتبرعين الذين انضموا للحملات عن طيب خاطر، وعن إدراك بأن لقطرة الدم الواحدة أهميتها وضرورتها، وأن هناك من ينتظرها ويحتاج إليها بشدة، ويأمل أن تصل إليه قطرات الدم في الوقت المناسب.

إن مركز دبي للتبرع بالدم يقدر كل الجهود الحثيثة للمؤسسات والدوائر الحكومية والخاصة، التي بادرت - وبحس وطني وإنساني رفيع المستوى - بتنظيم ومواعيد لتبرع موظفيها خلال أيام العام، والكثير من كلمات الشكر والثناء والامتنان لا يكفي للوفاء ولا يكفي لتقدير المتبرعين أو المؤسسات الداعمة، التي تزداد يوماً بعد الآخر، في مشهد مشرف وتفاعل يعكس ما يتسم بها مجتمع الإمارات من قيم وما يتأصل في جذوره من عراقة.

هذا ما تقوله الدكتورة مي رؤوف مدير مركز دبي للتبرع بالدم التابع لهيئة الصحة بدبي، في بداية هذا الحوار وفي مستهل حديثها معنا عن الخطة التي أعدها المركز للتبرع خلال شهر رمضان الكريم، الذي اقترب حلوله، لتجميع المزيد من الدم، ومن ثم رفع مستوى قدراته على الوفاء بأية احتياجات من الدم في أي وقت وعلى أعلى مستويات الأمان.

وكان السؤال الأول عن خطة الشهر الكريم ومواعيد التبرع التي خصصها المركز وأماكنها على وجه التحديد؟

يعمل مركز دبي للتبرع بالدم لصرف الدم ومكوناته إلى جميع مستشفيات هيئة الصحة في دبي، إلى جانب مستشفيات القطاع الخاص المرخصة والمعتمدة في إمارة دبي وذلك على مدار الساعة وجميع أيام الأسبوع، حيث إنه لا يوجد بديل لدم الإنسان وحيث إن لدم فترة صلاحية محددة لذلك فيحتاج على بنوك

خطة للتحرك بأحداث الحافلات لتجميع الدم خلال شهر رمضان الكريم

الحافلات تستهدف الانتشار الواسع خلال الشهر الكريم وعلى مدار الساعة والأسبوع

التبرع بالدم يزداد بحلول شهر رمضان الكريم إذ يمثل قيمة إيمانية وإنسانية مهمة



ماذا عن الحافلات ومستوى تجهيزاتها، ولا سيما أنكم تعتمدون عليها بشكل أساسي في تجميع الدم من المتبرعين؟ الحافلات التي تمتلكها هيئة الصحة بدبي عالية المستوى والتجهيزات، وتتوافر فيها أعلى المعايير والاشتراطات المعمول بها دولياً والتي تكفل سلامة الدم ومأمونيته، كما تضمن راحة المتبرعين. والحافلات لا تستهدف تجميع الدم من المتبرعين فقط، حيث يتسع دورها للمساهمة بتوعية أفراد المجتمع بأهمية التبرع بالدم وفوائده. وحين تنطلق حافلاتنا فإننا نكون على ثقة في استجابة أفراد المجتمع لنداء التبرع بالدم، وثقة في تفاعل المؤسسات والهيئات مع أهداف حملاتنا المتواصلة، وهذا يعود إلى منظومة القيم التي يتسم بها المجتمع الإماراتي، والتي تجعل مهمة تجميع الدم أكثر سهولة.

تحولات ذكية

بمناسبة راحة المتبرعين وسهولة تجميع الدم، كانت الهيئة قد أطلقت في العام الماضي تطبيقاً فريداً من نوعه لتسهيل عملية التبرع، وهو تطبيق «دمي»، هل لكم أن تحدثونا عنه؟ ضمن مواكبة التحولات الذكية لحكومة دبي، وانطلاقاً من حرصها على تمكين المتبرعين بالدم من مواصلة العطاء وفق أفضل النظم والتقنيات، وفي إطار أعلى درجات السلامة، استحدثت هيئة الصحة بدبي تطبيق «دمي»، الذي يعد الأول من

الإمارات العربية المتحدة، دائماً، حيث تأتي الإمارات في طليعة الدول المتقدمة والمتميزة بتجميع الدم عن طريق التبرع الطوعي بنسبة 100%، إلى جانب تميز الدولة بتطبيق أعلى المعايير والمواصفات المعمول بها دولياً والمتصلة بسلامة الدم ومأمونيته.

مع اختلاف حالة المتبرعين في حالة الإفطار وفي شهر الصوم، هل هناك توصيات معينة يمكن تعريف المستهدفين من التبرع بها؟

نوصي المقيمين على التبرع بالدم خلال شهر رمضان الكريم، بالإكثار من شرب السوائل بعد الإفطار، وعدم ملء المعدة بوجبات ثقيلة بعد الإفطار، وعدم التدخين بعد التبرع بالدم لعدة ساعات، وذلك نظراً لحاجة الجسم للأوكسجين، وأكدت أن التبرع بالدم المنتظم يسهم في تقليل نسبة الإصابة بالجلطة الدماغية والقلبية ويساعد على تجديد خلايا الدم والتخلص من الحديد الزائد في الجسم.

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

كما ذكرت سابقاً فإن المركز يقوم بتزويد مستشفيات الهيئة وأية مستشفى خاصة في دبي، باحتياجاته من الدم لمواجهة أي 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 الثلاثيميا، حيث يحتاج المرضى إلى نقل دم بصورة متكررة.

الدم العمل بشكل يومي لسحب الدم من المتبرعين بالدم بالكميات المطلوبة والوقت الملائم وتوفيره لإنقاذ حياة المرضى المحتاجين.

وفي شهر رمضان الكريم أعاده الله على دولتنا الحبيبة وجميع المسلمين بالخير والبركة؛ يبقى التبرع بالدم أحد الأعمال الإنسانية النبيلة التي يحرص المتبرعون بالدم عليها خلال الشهر الفضيل، ومنعاً لحصول التعب والإغماء أثناء أوقات الصيام في حالة رغبة الصائم بالتبرع بالدم؛ ستكون أوقات العمل أثناء أيام الشهر الفضيل كالآتي:

للتبرع بالدم في مركز دبي للتبرع بالدم داخل حرم مستشفى لطيفة:
من 09:00 صباحاً حتى 02:00 ظهراً
ثم من 08:00 مساءً حتى 01:00 بعد منتصف الليل
للتبرع بالصفائح الدموية: 07:00 صباحاً وحتى 02:00 ظهراً.

استجابة واسعة

كيف ترون مستوى استجابة أفراد المجتمع لحملات التبرع بالدم خلال شهر رمضان وبقية أشهر العام؟

هناك استجابة واسعة على مدار العام، وهي تزداد بواقع الحال مع شهر رمضان الكريم، حيث إن التبرع في حد ذاته قيمة إيمانية مهمة وقيمة إنسانية، وما نعزز به ونفتخر هو هذه الإشادة الدولية التي تعلنها الهيئات العالمية المتخصصة في حق دولة

نوعه على مستوى الشرق الأوسط وأوروبا. ومع تطبيق «دمي» أصبح بمقدور كل شخص إنجاز عملية التبرع في دقائق معدودة، بيدوها بلمسة على هاتفه ومن بيته، ضمن إجراءات سلسلة وبسيطة، إلى أن يستقبله المتخصصون من كوادر الهيئة الطبية لإتمام عملية التبرع وفق أعلى درجات الدقة ومعايير السلامة، مؤكدة أن تطبيق «دمي» اختصر رحلة التبرع بالدم، موضحة أن المتبرعين (وهم من المتطوعين)، عادة ما يأتون للتبرع لمساعدة المرضى المحتاجين لنقل الدم. المعايير العالمية لسلامة التبرع بالدم تتطلب من المتبرع بالدم إظهار إثبات الهوية والإجابة عن 43 سؤالاً تتعلق بتاريخه الطبي وسلوكه لضمان سلامة نقل الدم.

في النظام السابق قبل التطبيق كانت عملية تسجيل المتبرع تستغرق وقتاً أطول حيث يحتاج الموظف الذي يقوم بالتسجيل إلى طباعة اسمه بالكامل وتاريخ الميلاد ورقم التسلسل لإثبات الهوية. وهذا الإجراء يصاحبه في كثير من الحالات الأخطاء المطبعية في إدخال البيانات، ويستغرق وقتاً يتراوح بين 3-7 دقيقة. ولكن النظام الحديث الذي تم تنفيذه من خلال تطبيق «دمي»، فهو يستخدم القارئ الذكي لقراءة الهوية الوطنية خلال ثوان مع دقة المعلومات المسجلة.

«دمي»

إلى جانب ذلك كان الاستبيان وإقرار المتبرع بالدم يأخذ وقتاً طويلاً، ويحتاج المتبرع إلى إجابة على 43 سؤالاً في يوم التبرع وبخصوصية، حيث يستغرق هذا حوالي 15-20 دقيقة من الإجراء. بينما يتيح النظام المستحدث للمتبرع قراءة المعلومات التثقيفية والرد على الأسئلة الموجودة في الاستبيان وهو جالس في منزله أو مكان عمله من خلال استخدام التطبيق الذكي «دمي» على الهواتف المحمولة، وفي خلال فترة لا تتجاوز العشر دقائق، ويمكن للمتبرع الحضور للمركز وإبراز الرمز (الكود) الذي يمكن قراءته في ثوان.

كما كانت عملية التواصل مع المتبرعين بالدم بعد التبرع بالدم ضعيفة وتم يدوياً وبشكل تقليدي جداً، (مثل إخطار المتبرع بالدم بنتائج الفحوصات الفيروسية والأمراض المعدية) وهو أمر مهم لأنه يتعلق بصحة المتبرع وعائلته ومن ثم المجتمع بصفة عامة. بينما يقوم النظام الحالي بإصدار رسائل نصية (أوتوماتيكياً) لإبلاغ المتبرع بضرورة مراجعة المركز وأخذ الاستشارة الطبية بطريقه مبرمجة وأمنة.

10

النظام المستحدث للمتبرع قراءة المعلومات التثقيفية والرد على أسئلة الاستبيان عبر تطبيق «دمي» يحتاج فقط نحو 10 دقائق

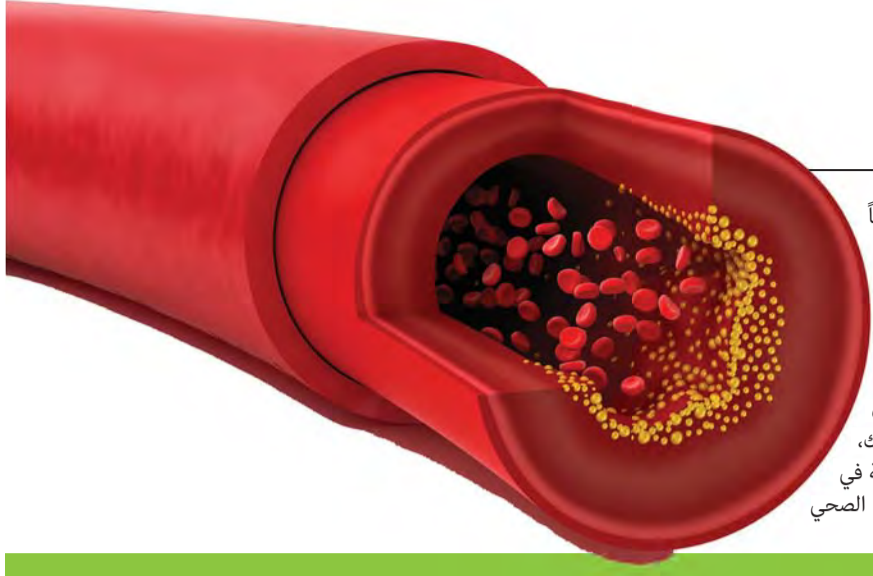
36%

يذهب 36% من الدم المجمع في مركز دبي إلى مركز الثلاثيميا، إذ يحتاج المرضى إلى نقل دم بصورة متكررة

01

عملية التبرع بالدم واحدة من القيم السامية، التي تظهر مدى ارتقاء الإنسان بعبائه وبذله وتضحياته من أجل الآخرين

صيام رمضان يزيد الكوليسترول الحميد في الجسم



جلكوز الدم عندهم. وطبقاً لما أشار إليه الباحثون فقد ازدادت كميات الدهون غير المشبعة التي تناولها الفرد من المشاركين خلال شهر رمضان، والتي يمكن الحصول عليها من الدهون النباتية والحبوب والأسماك، وهي ذات تأثيرات إيجابية في صحة الإنسان. دبي - البيان الصحي

الكلي، والكوليسترول الحميد أو الجيد hdl، والكوليسترول السيئ أو ما يعرف بـ الكوليسترول البروتين الدهني المنخفض ldl، كما تم تحديد قيمة الوزن عند كل مشارك خلال مراحل الاختبار. وبحسب نتائج الدراسة التي نشرتها «الدورية الطبية التونسية» فعلى الرغم من زيادة كمية السعرات الحرارية التي تناولها الفرد خلال شهر رمضان، إلا أنه لم يلاحظ تغير في أوزان المشاركين أو مستويات

شهر الصيام. وقد تم إخضاع المشاركين لفحوص طبية على ثلاث مراحل، الأولى كانت قبل بدء شهر رمضان بثلاثة أسابيع، والثانية تمت في الأسبوع الرابع من شهر الصيام، أما المرحلة الأخيرة فكانت بعد انقضاء شهر رمضان بثلاثة أسابيع، وتضمنت الفحوص إجراء تقييم لعدد من العوامل البيولوجية في الدم مثل سكر الجلوكوز، والدهون الثلاثية، ومستوى الكوليسترول

أظهرت دراسة أجراها باحثون من المعهد الوطني للتغذية بتونس أن نسبة مستويات الكوليسترول الحميد hdl عند الصائمين الأصحاء في شهر رمضان الكريم تزيد بنسبة وصلت إلى 20% وهي من العوامل التي تقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب والشرايين. وأوضحت الدراسة التي أجريت على 30 شخصاً من الأصحاء، كان عدد الإناث بينهم 21 امرأة، أن هذا الأمر يتراجع بعد انتهاء

العيادة الذكية تنصح المرضى بمراجعة الطبيب قبل رمضان



محمد بن راشد آل مكتوم
Mohammed bin Rashid Al Maktoum

عليه
الألتغور

د. دحان عبيد ود. عائشة العلماء وشيماء قائد خلال الإجابة عن الأسئلة | من المصدر

والشعور بعدم الاستقرار والإجهاد وزيادة النهم للأكل والتوتر والانفعال إضافة إلى السعال موهجين الإرشادات اللازمة للتعامل مع هذه الأعراض المؤقتة. ونصحت بأهمية ممارسة النشاط البدني للتخفيف من الانفعالات والتوترات للتغلب على الرغبة في التدخين، والإكثار من شرب الماء والسوائل، واستشارة الطبيب عند الحاجة لذلك، وعدم مخالطة المدخنين لتجنب مضاعفات التدخين السلبي الذي يتسبب بوفاة (600) ألف شخص على مستوى العالم حسب إحصائيات منظمة الصحة العالمية.

الصحة، لافتة إلى الخدمات المتعددة التي تقدمها عيادات الإقلاع عن التدخين بهيئة الصحة بدبي في ما يتعلق بمساعدة الراغبين في ذلك ووضع البرامج المناسبة لكل حالة. ونصحت بضرورة التفكير الجاد للإقلاع عن التدخين الذي يتسبب بوفاة (6) ملايين شخص حول العالم سنوياً حسب إحصائيات منظمة الصحة العالمية وهو رقم مرشح للارتفاع إلى (8) ملايين عام 2030م ما لم تتم مضاعفة جهود التوعية في هذا المجال. وأوضحت الدكتورة عبيد أعراض الانسحاب عن التدخين والمتمثلة بالجفاف المؤقت للحم واللسان والصداع واضطرابات النوم

رياضة

أكدت العيادة الذكية أهمية ممارسة الرياضة والنشاط البدني خلال شهر رمضان المبارك لتفادي الخمول والحفاظ على اللياقة البدنية مع أهمية استشارة المرضى للطبيب حول الرياضة المناسبة لحالتهم المرضية.

رمضان واعتباره نقطة البداية للإقلاع عن التدخين وتفادي مضاعفاته السلبية على

دبي - البيان الصحي

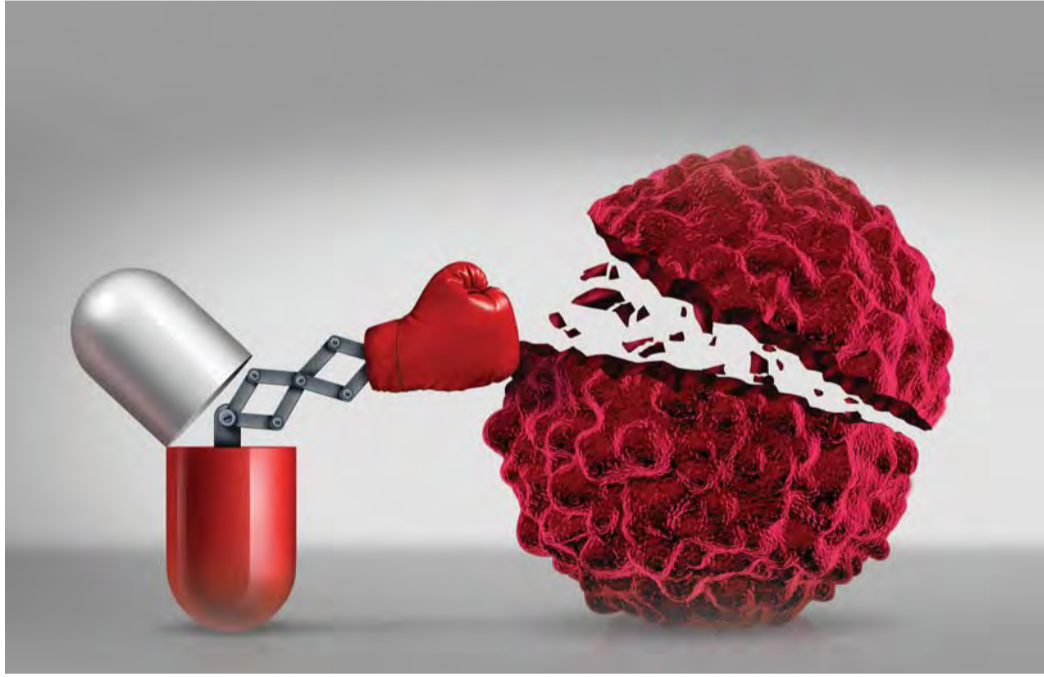
نصحت العيادة الذكية لهيئة الصحة بدبي أصحاب الأمراض المزمنة بمراجعة الطبيب المشرف على العلاج للتعرف على مدى قدرتهم على الصيام والتقيد بالتصانح والإرشادات الخاصة بحالاتهم المرضية ومواعيد وكميات الجرعات العلاجية، والتعرف على نوعية الأغذية المناسبة لهم. وأكدت أهمية الغذاء المتوازن خلال شهر رمضان لتجنب المضاعفات السلبية التي قد تنجم عن الصيام مشيرة إلى أهمية اتباع المرضى لتعليمات وإرشادات الطبيب وخاصة مرضى السكري ممن يشكل الصيام خطورة تهدد حياتهم. ونصحت العيادة الذكية التي شارك بها كل من الدكتورة حنان عبيد استشاري ورئيس شعبة الأمراض الحادة والمزمنة بقطاع الرعاية الصحية الأولية، والدكتورة عائشة العلماء أخصائي أول طب الأسرة وشيماء قائد أخصائية التغذية بهيئة الصحة بدبي بضرورة تجنب السلوكيات السلبية خلال الإفطار لتجنب المشاكل الصحية كالإمساك والصداع والتلبك المعوي والتخمة وغيرها من العوارض الصحية مع أهمية التركيز على شرب السوائل خلال فترة الإفطار.

استفادة للإقلاع عن التدخين

وأشارت إلى أهمية الاستفادة من شهر

أكدت أهمية الغذاء المتوازن خلال الشهر الكريم لتجنب المضاعفات السلبية

الصيام يقوي الجهاز المناعي ويحارب السرطان



يحمي الدماغ

وأجرى المعهد الوطني للشيخوخة، بقيادة مارك ماتسون، الأستاذ بكلية الطب: دراسة كشفت عن أن الصيام لمرتين فقط أسبوعياً، يقلل مخاطر الإصابة بالشلل الرعاش والزهايمر، كونه يحفز اثنتين من المواد الكيميائية التي تعمل على المستوى الخلوي، وتعتبر أساسية لنمو خلايا الدماغ، بما يدفع الخلايا العصبية للنمو مرة أخرى، كما أنه يحد من الإشارات العصبية شديدة التهيج، التي غالباً ما تكون موجودة في أدغة المصابين بالصرع.

يحارب الاكتئاب

بدورها، أشارت دراسة طبية نفسية حديثة، أجراها الدكتور رازم طه، رئيس وحدة التأهيل بمستشفى الطب النفسي بالكويت، عن بيولوجيا الجهاز العصبي والسلوك أثناء الصوم، إلى أن التحكم في الشهوات وكبح الإحساس بالجوع أثناء الصيام له فوائد جمة للإنسان، حيث يحارب الشعور بالاكتئاب، ويساعد على تحقيق التوازن النفسي.

يعالج التهاب المفاصل

كما نشرت مجلة Le Farm actuelle الفرنسية دراسة أكدت: أن الصيام لمدة طويلة تصل إلى عشرة أيام متتالية، مع اتباع نظام غذائي مبني على الخضراوات، يساعد على تخفيف الآلام الناتجة عن التهاب المفاصل، مشيرة في الوقت نفسه إلى أن صيام يوم كل شهر، يخفف خطر الإصابة بمضاعفات مرض السكري.

دبي - البيان الصحي

كشفت إحدى الدراسات التي أجراها علماء في جامعة جنوب كاليفورنيا: أن للصيام دوراً عظيماً في تقوية الجهاز المناعي، حيث أشارت الدراسة إلى أن الصيام من يومين إلى أربعة أيام متتالية، بإمكانه أن يسبب انخفاضاً في خلايا الدم البيضاء، بما يعني أنه يقتل الخلايا المناعية القديمة والتالفة، وعندما ينشط الجسم، ويستخدم الخلايا الجذعية في تكوين خلايا جديدة سليمة.

يحارب السرطان

وأكدت الدراسة نفسها أن الصيام يخفض مستويات هرمون IGF-1، وهو هرمون مرتبط بالشيخوخة، ويساعد على تطور الأورام والقابلية للإصابة بالسرطان، وبالتالي فإن للصيام دوراً فعالاً في مساعدة المرضى الذين يتلقون علاجاً كيميائياً على محاربة السرطان، حيث يخفف الآثار الجانبية له، ويزيد فعاليته في الوقت نفسه. كما أظهرت دراسة أجرتها المجلة الأميركية للتغذية السريرية عام 2007م: أن الصيام مفيد للقلب والأوعية الدموية، حيث يقلل خطر الإصابة بالأمراض المرتبطة بهما، كما كشفت دراسة أخرى أجريت في المستشفى الأميركي بدبي، وشملت 37 متطوعاً عن: أن الصيام يخفض مستويات الكوليسترول الضار في الدم.

قناة
صحة و سعادة
DHA Media

رؤية إعلامية متخصصة بمفهوم جديد

دبي .. أكثر صحة وسعادة

إبداعات وابتكارات طبية
حلول ذكية لأنماط الحياة
تفاعل وتواصل مع المجتمع



نحو
مجتمع
أكثر صحة
وسعادة



عين صناعية تحاكي البشرية تصحح عيوب الرؤية

وكذلك في الميكروسكوبات ونظارات الواقع الافتراضي وكذلك في كاميرات الهواتف الذكية. دبي - البيان الصحي

عيوب الرؤية، مثل مرض العيون اللايوزية، حيث تكون فيه الرؤية مشوشة. وقال آلان شي، أحد مخترعي العين الصناعية: «هذه خطوة إلى الأمام لتصحيح عيوب الرؤية مثل مرض اللايوزية وانحراف الصورة، التي قد يصعب على العين البشرية القيام به». ووفقاً للعلماء، يمكن استخدام هذا الاختراع ليس فقط في طب العيون،

The Harvard Gazette وتكون العين الصناعية من عدسة معدنية مربعة الشكل مزودة بعجلات اصطناعية من البوليمر إضافة إلى أقطاب كهربائية. وتعمل العين الصناعية بنفس مبدأ العين البشرية، بحيث تقوم العدسة بالتمدد والتقلص والتعرف على محيطها، بما فيها الألوان والأشكال. وباستطاعة العين الصناعية تصحيح

كشفت علماء من الولايات المتحدة عن عين صناعية تحاكي العين البشرية قادرة على تصحيح عيوب الرؤية في الأمراض البصرية للإنسان، إضافة إلى إمكانية استخدامها في المجالات التقنية. وتمكن علماء من كلية الهندسة والعلوم التطبيقية في جامعة هارفارد (SEAS) من تطوير عين صناعية يتحكم إلكتروني، وذلك نقلاً عن موقع

تُسهل عمليات إصلاح الرُكب وقابلة للطباعة ثلاثية الأبعاد اكتشاف مادة هلامية مائية مشابهة للغضروف المفصلي

لكل ركلة هلاتان لهما شكل الأذن توضعان بين عظمتي الفخذ وترتكز عليهما في كل خطوة

المعقدة والصعبة.

وقال أحد الباحثين بنجامين ويلي: «لقد أصبح الآن من السهل على أي شخص أن يطبع أي شيء ويحصل على بديل قريب جداً من حيث الخصائص الميكانيكية للغضروف، وكل ذلك عبر عملية بسيطة نسبياً وغير مكلفة». لكل ركلة هلاتان لهما شكل الأذن توضعان بين عظمتي الفخذ thigh والظنوب shin وترتكز عليهما في كل خطوة نخطوها.

التهاب

وفي حال تضررت هذه البنى الداعمة، فسيصبح السير مؤلماً، كما سيزداد خطر حدوث التهاب المفاصل. وعند التقدم بالعمر تقل قدرة هذه الهلالية على إصلاح ذاتها، وبالتالي يتوجب استبدال المتضررة منها جراحياً، والمشكلة هي أن الزروع المستخدمة حالياً ليست قوية أو ليست مرنة بشكل كافٍ كتلك الحقيقية، أو أنها غير مفيدة في معالجة الركلة نهائياً. وقد توجه العلماء نحو فكرة استخدام المواد الهلامية المائبة بدائل للغضاريف كونها تشترك بالعديد من الخصائص مع المواد التي ستعوض عنها، وإذا نظرنا إليها من كتب سنرى شبكة من جزئيات طويلة شبيهة بالخيوط الرفيعة مع جزئيات من الماء منحشرة بينها. كما أننا نعلم بناءً على أبحاث أخرى أن ميزة الطباعة ثلاثية الأبعاد في مجال الصحة الطبية هي القدرة على استبدال صورة مماثلة لأجزاء الجسم في الحجم والشكل بالأجزاء المصابة لدى كل مريض.

دبي - البيان الصحي

أعلن العلماء عن اكتشاف مادة هلامية مائية مشابهة للغضروف المفصلي، والتي من الممكن أن تُسهل عمليات إصلاح الرُكب، حيث إنها قابلة للطباعة ثلاثية الأبعاد، وبالتالي ستناسب تماماً ركلة كل فرد، وفقاً لـ«ديلي ميل البريطانية».

ويركز البحث الجديد على بنيتين ضمن الركلة أساسيتين لامتصاص الصدمات تُعرفان بالهلالية Menisci واستبدال هذه البنى يحتاج مادة ذات خصائص وشكل مناسب.

وشكّل ذلك تحدياً للعلماء من جامعة دوك Duke، ووجدوا أن إنتاج هلاله هلامية مناسبة عن طريق الطباعة ثلاثية الأبعاد للحصول على طريقة لإصلاح الركلة (بسيطة وغير مكلفة) بعد الإصابات

يساعد على التخلص من الأرق

ابتكار سرير يكافح الشخير

دبي - البيان الصحي

ابتكر المهندسون الصينيون سريراً فريداً يساعد على التخلص من الأرق ويعزز الشعور بالراحة والاسترخاء أثناء النوم.

خصائص

وأشار موقع ديجيتال تريندز إلى أن المهمة الأساسية للسرير هي ضمان راحة الشخص بخصائص فريدة زودته الشركة بها، حيث يمكن للسرير أن يغيّر صلابة الفراش، كما أنه مزود بخاصية لرش زيوت عطرية تساعد على الاسترخاء.

يضاف إلى ذلك أن السرير مزود بميزات طبية للحفاظ على صحة الظهر، عدا عن خيارات مكافحة الشخير وتدفئة الأقدام وإمكانية توصيل السرير بالهاتف الذكي.

تقنيات العالم الافتراضي تساعد في علاج المرضى

دبي - البيان الصحي

تحررت دراسات عدة إمكانية الاستفادة من تقنيات العالم الافتراضي في مجال الصحة والطب، مثل تسكين الألم وتحسين المقدرات المعرفية عند الأشخاص ودعم تفكيرهم بنفسهم، ومنها الدراسة البريطانية الحديثة التي نُشرت في دورية علم النفس التخييلي وأجريت في جامعة «ايسيت أنجليا»، وفيها تمكن باحثون من مساعدة 6 أشخاص لديهم خجل ورهبة وتوتر عند التعامل مع الآخرين، وذلك باستخدام سيناريوهات اجتماعية تخيلية وافتراضية على شكل أفلام، ويتمكن المريض من خلال كاميرا خاصة من التواجد والتفاعل من شخصيات الفيلم وبنفس الوقت يستطيع مراقبة نفسه على الشاشة.

وقام الباحثون في هذه الجامعة بتصميم أكثر من 100 سيناريو اجتماعي، مثل تناول القهوة مع الأصدقاء والذهاب للمتجر أو

استفادة

لم تقتصر الاستفادة من تقنيات العالم الافتراضي على المجال النفسي، حيث بدأ باحثون بريطانيون من جامعة بيرمنغهام دراستهم التي تهدف لاستعمال هذه التقنيات في التخفيف من الألم، وخاصة لدى مرضى الحروق عند تغيير الضمادات أو مرضى الإصابات الحربية والألام بعد بتر الأعضاء، معتمدين على خاصية «تشتيت الانتباه» عند المرضى.

المركب أو الحديث من الآخرين في صالة عرض. وشجعت السيناريوهات والبيئات الافتراضية المترنين على الحديث لفترة من الزمن مع الآخرين مع الحفاظ على النظر إليهم مباشرة، وكذلك لاحظ الباحثون أن

هذه التقنية مكنت المترنين من ملاحظة توترهم الذي ينعكس على تصرفاتهم، مما ساعدهم على تعديلها، إضافة لإتاحة فرصة التدريب على السلوك الصحيح مرات ومرات، وبالنتيجة تمكن المترنون من مواجهة المواقف الاجتماعية الحقيقية.

ثقة

وقال أحد المترنين: «إن ثقته بنفسه عند الذهاب لتناول مشروب أو وجبة في مكان عام تحسنت من 30% إلى 50% بنهاية التجربة، بينما وجد آخر هذه التجربة غريبة، وقال إنها تبقى مختلفة على المواقف الحقيقية في الحياة».

الميزة الأهم لهذه الطريقة هي إعطاء المريض الفرصة لمراقبة نفسه في لحظة القيام بأي تصرف مما يمكنه من تعديله مباشرة، وهذا ما يجعلها مختلفة عن مشاهدة الشخص لنفسه في فيلم بعد تصويره.

قلم يحدد الأنسجة السرطانية في 10 ثوانٍ

دبي - البيان الصحي

كشفت علماء في جامعة تكساس الأمريكية أنهم اخترعوا أداة محمولة على شكل قلم يمكنها تحديد الأنسجة السرطانية في 10 ثوانٍ. ويعمل القلم المسمى «MasSpec Pen» على تسريع عملية الاختبار بنسبة تصل إلى 150 مرة، وذكرت تقارير إعلامية أن الاختبارات التي أجريت على 253 مريضاً بالسرطان استغرقت حوالي 10 ثوانٍ، وتبين أنها دقيقة بنسبة 96% خلال تلك المدة الزمنية. حسب موقع البوابة العربية للأخبار التقنية. وشملت الاختبارات الأنسجة المتعلقة بسرطان الثدي والرئة والغدة الدرقية وسرطان المبيض، وأوضح العلماء أن كل نوع من أنواع السرطان له هيكله الجزيئي الخاص به.

قفاز إلكتروني يحوّل لغة الإشارة إلى نصوص مكتوبة

وأجهزة الكمبيوتر.

وحدات استشعار

ويتألف الابتكار الجديد من قفازات رياضية قياسية مثبت فيها وحدات استشعار مرنة في مكان مفصلات أصابع اليد. كما يحتوي ظهر القفاز على وحدات استشعار حركية لتحديد

بلوتوث

ويتم إرسال جميع هذه الإشارات الحركية عبر تقنية البلوتوث إلى التطبيق الإلكتروني المثبت على الهاتف المحمول، حيث يقوم هذا التطبيق بترجمة الإشارات إلى نص مكتوب.



9.8%

وصل استهلاك التبغ بمشتقاته بين الطلبة نحو 9.8%، فيما شددت الأجنحة الوطنية على ضرورة خفضه إلى 6.8%

30.25%

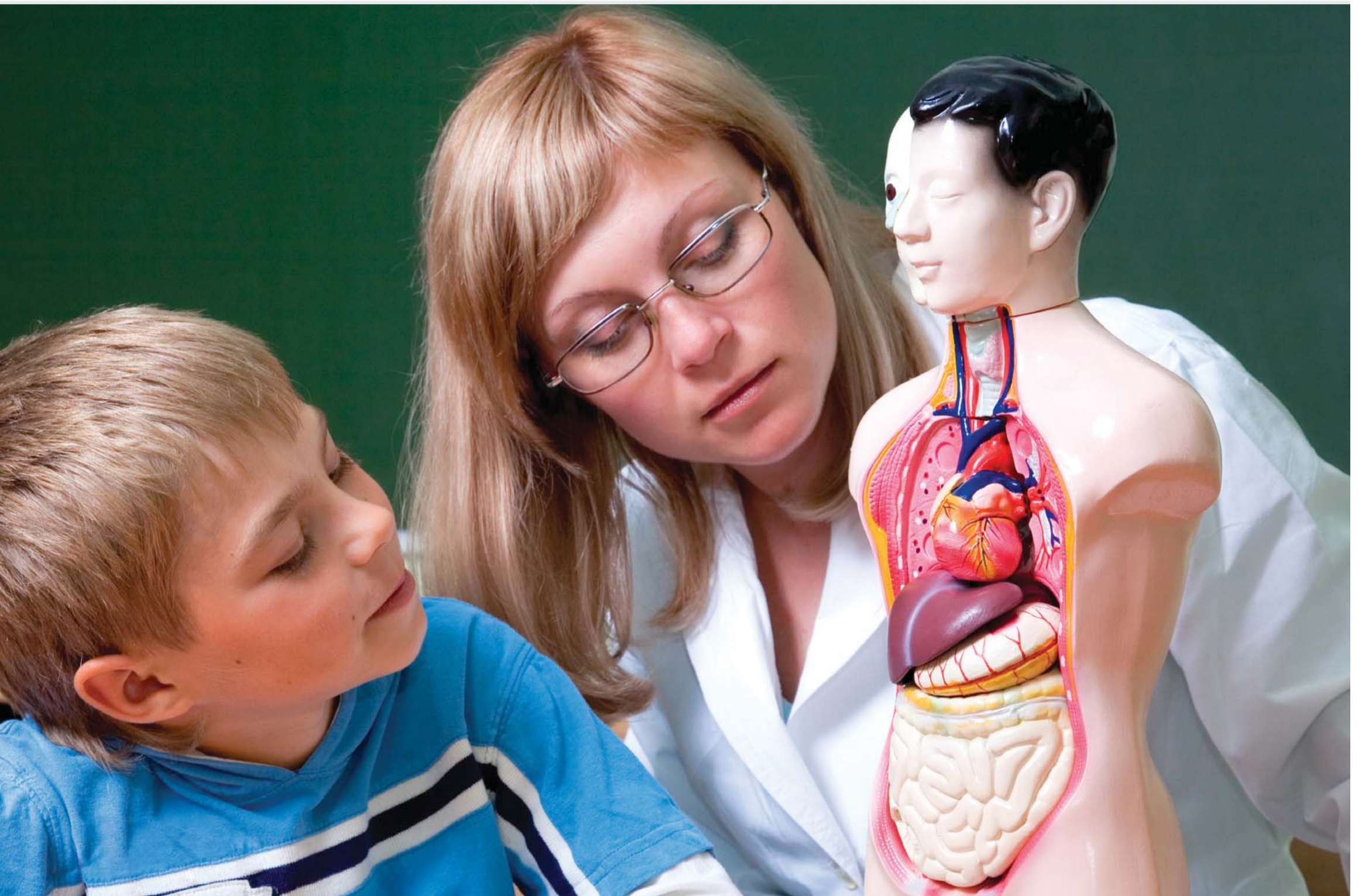
سجل معدل ممارسة النشاط البدني في عام 2010 نحو 27.5%، والمستهدف حسب الأجنحة الوطنية 30.25% بحلول 2021

38.6%

بلغ معدل تناول الغذاء الصحي لدى الطلبة 17.6% عام 2010، وتستهدف الأجنحة الوطنية تعزيزه إلى نحو 38.6%

تحفيز الطلبة على أنماط الحياة الصحية نحو مجتمع أكثر سعادة

«صحة دبي» تطبق أفضل الممارسات العالمية



دبي - عماد عبد الحميد

تعد الصحة الجيدة لطلبة المدارس والأطفال استثماراً للمستقبل وعنصراً أساسياً في النسيج الاجتماعي والاقتصادي للمجتمع، لذا لجأت معظم الجهات الصحية لتعزيز الصحة المدرسية، وتغطي شريحة واسعة من البرامج والأنشطة والخدمات التي تقدم في المدارس والمجتمعات المحيطة بها، بدورها تساهم «صحة دبي» من خلال استراتيجيتها الطموحة 2018 - 2021، في تعزيز الصحة المدرسية والتشجيع على تبني الطلبة لأنماط الحياة الصحية للوصول إلى مجتمع أكثر صحة وسعادة، وتطبق أفضل الممارسات العالمية في خدمات الصحة المدرسية.

وقد تم تصميم الخدمات والبرامج ليس من أجل التأثير في صحة الطلاب فقط، بل أيضاً بغرض تعزيز صحة البيئة التي يعيشون ويتعلمون فيها، وهو أحد توجهات هيئة الصحة التي تتضمن تغييراً في البرامج الصحية من خدمات علاجية في برامج ذات قاعدة مجتمعية تعتمد على الصدقة الواقية وتعزيز الصحة، كما أن المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية الرسمية التي تقوم بوظيفة التربية ونقل الثقافة المتطورة وتوفير الظروف المناسبة للنمو جسدياً وعقلياً واجتماعياً وانفصالياً، وعندما يبدأ الطفل تعليمه في الأسرة يكون قد قطع شوطاً لا بأس به في التنشئة الاجتماعية في الأسرة وبالتالي يدخل المدرسة وهو مزود بالكثير من المعايير الاجتماعية والقيم والاتجاهات وما تقوم به المدرسة، هو توسيع الدائرة الاجتماعية للطفل، حيث يلتقي بمجموعة من الرفاق وكذلك يتعلم الطفل الكثير من المعايير الاجتماعية بشكل منظم.

صحة وسعادة

وقد قامت هيئة الصحة بدبي بإعداد

د. ناهد منصف:

برامج فاعلة للتحسين واللقاحات الأساسية



تسخير تقنيات تطوير نظم المعلومات الصحية والتطبيقات الإلكترونية لبناء نظام صحي مدرسي

قاعدة بيانات ونظام متكامل من خلال تطبيق برنامج حصانة والملف الطبي الإلكتروني للطلاب

حالات

تشمل برامج الصحة المدرسية الإشراف على الإسعافات الأولية والحالات الطارئة والتعامل معها وإحالتها إلى المستشفيات المختصة، والإشراف على صرف الأدوية داخل عيادة الصحة المدرسية وعلاج الطلبة المصابين بالسكري والربو وغيرهما.

استراتيجية طموحة للسنوات المقبلة تبدأ من العام الحالي 2018 لغاية 2021 وتم اعتمادها من سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي، رئيس المجلس التنفيذي، ضمن الجهود المستمرة التي تقوم بها الإمارة لتعزيز الصحة المدرسية والتشجيع على تبني الطلبة لأنماط الحياة الصحية للوصول إلى مجتمع أكثر صحة وسعادة.

وقالت الدكتورة ناهد منصف، مدير إدارة الشؤون الصحية بهيئة الصحة بدبي: إن الهيئة قامت بدراسة السياسات المتبعة في العديد من الدول والمواثيق العالمية وخرجت بالتالي باستراتيجية طموحة تتضمن 12 برنامجاً شاملاً وتستند إلى 3 محاور رئيسية تتعلق بتعزيز أنماط الحياة الصحية، والوقاية من الأمراض والكشف المبكر، وتطوير نظم المعلومات والبحوث الصحية. وأوضحت أن السياسة الجديدة تعتبر الإطار العام والشامل لتوحيد الجهود والرؤى والمبادرات بين مختلف الجهات الحكومية والخاصة ذات العلاقة لتطوير وبناء خدمات صحة مدرسية ذات كفاءة تستجيب للحاجات وتتعاظم مع المشكلات الصحية بمرونة عالية. وبينت الدكتورة منصف أن سياسة

بها لبناء نظام صحي مدرسي يستند إلى المعلومات والأدلة والتحليل الإحصائية والمؤشرات الصحية، حيث شددت السياسة الجديدة على أهمية بحوث النظم الصحية المرتبطة بالصحة المدرسية كخيار استراتيجي لتحديد حجم وماهية المشكلات الصحية، وأكدت حيوية خدمات الصحة المدرسية وأثرها العميق على مستوى صحة المجتمع من حيث الجودة والحجم خاصة وأنها تستهدف جمهوراً يمثل الفئات العمرية الباعثة للشابة والتي يعول عليها كثيراً في المستقبل.

برامج فاعلة

واستعرضت الدكتورة ناهد منصف، البرامج المتعددة التي ستبناها هيئة الصحة بالتعاون مع شركائها الاستراتيجية لتطبيق هذه السياسة لتحقيق الأهداف الاستراتيجية بحلول عام 2021. مشيرة إلى البرامج المختلفة التي تندرج تحت محور تعزيز أنماط الحياة الصحية كبرنامج التشجيع على تناول القدر الكافي من الخضراوات والفواكه ليكون أكثر من 5 حصص يومياً، وبرنامج تعزيز النشاط البدني ليكون أكثر من (150) دقيقة في الأسبوع. وقالت: إن محور الوقاية من الأمراض والكشف المبكر يتضمن العديد من البرامج الفاعلة المتعلقة ببرنامج التحصين باللقاحات الأساسية، وبرنامج التوعية الشامل حول الأمراض السارية وغير السارية، وبرنامج الكشف المبكر لأعراض ضعف النظر والأسنان والسمنة. كما يتضمن محور تطوير نظم المعلومات والبحوث الصحية حزمة من البرامج المتعلقة ببرنامج الإشراف الصحي وفقاً لمعايير هيئة الصحة بدبي، وبناء قاعدة بيانات ونظام معلومات صحية متكامل للطلاب من خلال تطبيق برنامج حصانة والملف الطبي الإلكتروني للطلاب، وبرنامج البحوث والدراسات

05

التشجيع على الخضراوات والفواكه 5 حصص يومياً والنشاط البدني 150 دقيقة أسبوعياً ضمن برامج الصحة المدرسية

12

استراتيجية الصحة المدرسية تضمنت 12 برنامجاً شاملاً واستندت إلى 3 محاور رئيسية تتعلق بتعزيز الأنماط السليمة

%12.4

تستهدف الأجندة الوطنية خفض السمنة بين طلبة المدارس في الدولة من عمر 5-17 سنة إلى %12.4

الممية في خدمات الصحة المدرسية

مؤشرات «الصحة المدرسية» تعتمد على المستهدفات الرقمية

ترتكز سياسة الصحة المدرسية التي تم اعتمادها أخيراً في دبي على مؤشرات أداء واضحة المعالم وقابلة للقياس وفقاً للإطار الزمني المحدد للخطة، إذ تم اعتماد هذه المؤشرات بناءً على مخرجات المحاور الرئيسية الثلاثة للسياسة ومرتبطة بشكل وثيق بالمستهدفات الرقمية.

- تعزيز أنماط الحياة الصحية
- الوقاية من الأمراض والكشف المبكر
- تطوير نظم المعلومات والبحوث الصحية

3 محاور رئيسية

12 برنامجاً شاملاً

سبل تعزيز الصحة المدرسية:

- الغذاء الصحي المتكامل والمتوازن
- سلوك سبل العلاج الصحي السليم
- الوعي والتعليم والتثقيف الصحي المناسب
- المبادرة لعمل حملاتٍ صحيةٍ تطوعيةٍ بين الفترة والأخرى
- الرصد ولا سيما فيما يتعلق بالأمراض الوبائية الخطرة
- تحقيق الراحة والسعادة للأفراد
- مقاومة الأمراض المعدية والحد من انتشارها
- إيجاد مجتمع نظيفٍ وخاليٍ من مسببات الأمراض المختلفة

ضمن البرامج:

150

دقيقة أسبوعياً لتعزيز النشاط البدني

5

حصص يومياً من الخضراوات والفواكه

البكان الصحي

غرافيك: حسام الحوراني

دعم القيم السائدة في المجتمع بشكل مباشر وصریح في مناهج الدراسة

مراعاة كل ما من شأنه ضمان نمو الطفل هوياً نفسياً وصحياً

الاهتمام بالتوجيه والإرشاد لضرورة تناول الوجبات الصحية

مراعاة قدرات الطفل في كل ما يتعلق بعملية التربية والتعليم

تعليمه كيف يحقق أهدافه بطريقة ملائمة تتفق مع المعايير الاجتماعية

تقييم الرعاية الصحية والنفسية للطفل ومساعدته في حل مشكلاته

مسؤوليات المدرسة:



التعاون في أداء «الصحة المدرسية» لمستقبل آمن للأجيال



عباس فرض الله



عماد حمدي



د. فتحي سلامة

أولياء أمور يشيدون بالاستراتيجية في الوقاية من الأمراض

دبي - مرفت عبد الحميد

أكد أولياء أمور ممن استطلع «البكان الصحي» آراءهم أهمية الصحة المدرسية كونها تتعامل مباشرة مع الشريحة الأكثر حيوية، والأكثر حاجة للرعاية والتوجيه والاهتمام بفعل العامل العمري، ألا وهي شريحة التلاميذ الصغار والطلبة في مراحل التعليم المتتالية الابتدائية والإعدادية والثانوية، لافتين إلى ضرورة التعاون بين الجميع وتوفير كل الدعم لتعزيز نجاحها، لضمان مستقبل آمن للأجيال.

وقال عماد حمدي إنه يجب التركيز على الجوانب الوقائية لحماية أجيال الغد من الأمراض على تنوعها وتفاوت درجات خطورتها، وللوصول إلى القاعدة السليمة التي تركز على الوقاية من الأمراض، بدلاً من انتظار الإصابة بها ثم علاجها مع ما يكلف ذلك من عناء معنوي، وما يشكل من أعباء تتطلب نفقات إضافية نحن في غنى عنها لاحقاً.

وأشار إلى أن إدارات الصحة المدرسية بحاجة إلى إمكانيات بشرية ومعدات طبية ومساعدة، تمكنها من أداء دورها بكفاءة عالية مطلوبة، ويجب أن تكاتف الجهود الحريصة على تحقيقها لارتباطها بالأبناء، ثروة المجتمع وكل بيت.

جهود

من جانبها، قالت نهى الكسواني إنه يجب أن تتضافر الجهود للتأكد من احتواء كل مدرسة على عيادة طبية مجهزة، لبدء انطلاق العملية التربوية التعليمية مطلع كل عام دراسي، إذ لا يعقل أن يبدأ وهناك مدارس تفتقر لعيادات طبية مصغرة ضرورية للتعامل مع مئات الطلبة يومياً.

وأشارت إلى أن المرض لا ينتظر، وآلامه لا ترحم الصغار، والعلاج يتطلب أن يكون المعالج

وتنفيذ ومتابعة برامج التحصين والكشف المبكر عن الأمراض، وتعزيز دور المدارس في برامج توعية الطلبة وأولياء الأمور والمعلمين فيما يتعلق بالأمراض السارية وغير السارية وسبل الوقاية منها.

جهود مستمرة

من جانبها، استعرضت الدكتورة عائشة الذيب أخصائي صحة عامة وطب المجتمع في شعبة صحة المدارس والمراكز التعليمية: الجهود التي تقوم بها هيئة الصحة دبي ممثلة بقطاع خدمات الرعاية الصحية الأولية لتطبيق سياسة الصحة المدرسية استناداً إلى أفضل الممارسات العالمية وإلى توصيات منظمة الصحة العالمية التي تتضمن خدمات التثقيف الصحي المتعلقة بالتغذية والصحة والنشاط الحركي، وخدمات التغذية المدرسية وتعزيز ممارسة الأنشطة البدنية كأحد أهم الاستراتيجيات الصحية لتعزيز الصحة، وتقييم معدلات الإصابة بأمراض السمنة وزيادة الوزن ووضع برامج تدخلية مبتكرة بغرض التقليل من معدلات انتشارها باعتبارها من أهم عوامل الخطورة لأمراض السكري وارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والشرايين. كما تقدم الهيئة الخدمات الوقائية المتعلقة باللقاحات وتنفيذ زيارات ميدانية للمدارس بغرض التخطيط وتقييم الحاجة الفعلية للقاحات، وتحديد الطلبة المستحقين للتلقيح وتحضيرهم وأخذ موافقة الوالدين.

وقالت إن الهيئة تقوم حالياً بالإشراف على تقديم الخدمات العلاجية لأمراض الجهاز التنفسي العلوي مثل الزكام وارتفاع درجات الحرارة والسعال والتقيؤ وآلام البطن وغيرها.

كما تقوم الهيئة بالإشراف على تقديم الخدمات التأهيلية الخاصة بمدارس أصحاب الهمم مثل العلاج المهني والعلاج الفيزيائي.

ويُعلم الصغار والكبار في المدارس سبل الوصول إلى الوضع الصحي الأمثل، ما يستوجب توفير كل الدعم لها لتؤدي رسالتها على الوجه الأكمل. وركز على أهمية برامج الوقاية من الأمراض المعدية من خلال الخطة الوطنية لتحصين الطلبة ضد الأمراض المعدية، والوقاية من الحوادث، ومراعاة قواعد السلامة بالمدرسة، فضلاً عن ضرورة توفير تأمين صحي لطلبة المدارس وعدم وجود أطباء وممرضين وعيادات طبية في مدارس الوزارة، وهو ما يخالف قانون التربية والتعليم.

موجوداً حتى يقوم بعمله في الوقت المناسب لتجنب أي مضاعفات قد تحدث لهم، ولا يمكن تقديم العلاج عبر الهاتف بناءً على وصفة من خلال قيام معلمة أو اختصاصية بالاتصال بالطبيب، فربما لا تتمكن من وصف حالة الطفل بشكل دقيق، على الأقل بسبب عجز الصغير عن التعبير عما يشعر به، فالتشخيص يجب أن يكون من الطبيب مباشرة.

بدوره، أشاد الدكتور فتحي سلامة، من قسم الإدارة الصحية بجامعة الفلاح، بدور الصحة المدرسية وبرامجها وخطتها السنوية في مكافحة السمنة وتسوس الأسنان وفق الدم والسكري وغيرها الكثير، ضمن سياق من السلوكيات الصحية السليمة لدى الطلبة، في الحفاظ على صحتهم ودرء الإصابة بالأمراض، من خلال الرياضة والمشى وهجر العادات الغذائية التي تضر بالإنسان.

برامج

وأضاف أن الدور الأكبر لإدارات الصحة المدرسية يتطلب أن تكون مؤهلة لأداء مهني عالي المستوى، يعني بالتركيز على الوقاية قبل العلاج،



الإكثار من اللحوم المصنعة يفاقم الإصابة بالربو

اتباع نظام غذائي متوازن، يتضمن كثيراً من الأطعمة الطازجة غير المعالجة، ونسبة قليلة من السكر والملح والدهون المشبعة، وذلك من أجل الاحتفاظ بصحة جيدة. دبي - البيان الصحي

وعن السبب في ذلك، يعتقد الباحثون أن مادة تسمى «نترات»، تستخدم في حفظ اللحوم المصنعة، هي التي تثير الشعب الهوائية، لكن خبراء آخرين يقولون: «إن الارتباط لم يثبت بعد، وأن هناك حاجة إلى مزيد من الدراسة في هذا الإطار». وينصح القائمون على الدراسة بعدم تناول أكثر من 70 غراماً يومياً من اللحوم الحمراء والمصنعة، إضافة إلى

الفترة من 2003 إلى 2013، وكان نصف هؤلاء الأشخاص مصابين بمرض الربو. ووجد الباحثون أعراض مرض الربو قد تفاقمت لدى الأشخاص المصابين به عند استهلاك كميات أكبر من اللحوم المصنعة، وذلك بنسبة 20%. وأضافوا أن الأشخاص الذين قالوا إنهم استهلكوا أكثر من 4 حصص أسبوعياً من اللحوم المصنعة، تفاقمت لديهم أعراض مرض الربو بنهاية مدة الدراسة.

كشفت دراسة بريطانية حديثة، أن تناول اللحوم المصنعة أكثر من 4 مرات أسبوعياً، قد يفاقم أعراض الإصابة بمرض الربو. الدراسة أجراها باحثون بمنظمة مكافحة الربو البريطانية، ونشروا نتائجها مؤخراً في دورية (Thorax) الطبية. ولكشف العلاقة بين تناول اللحوم المصنعة والإصابة بالربو، تابع الباحثون حالة نحو ألف شخص في فرنسا، خلال

لا للوجبات السريعة

صحية لهم. وأيضاً الوجبات السريعة رخيصة السعر ومتوفرة في جميع الأماكن مثل: جاني الطريق ومراكز التسوق وأيضاً بسبب الإعلانات التجارية المنتشرة في كل مكان في الشوارع والمجلات والمواقع الاجتماعية. ولابد من تشجيع أولياء الأمور بتعليم أولادهم من الصغر عن حقيقة الوجبات السريعة ومضارها والتأكد من فهمهم أن هذه الوجبات ذو نوعية رديئة وعدم السماح بإحضارها أبداً إلى المنزل وعدم الترويج بها.

وعلى نشر الوعي للتوجه إلى الأطعمة الطبيعية المحضرة بمكونات طبيعية سواء كنا في البيت أو السيارة أو المطعم؛ مثلاً في البيت نستطيع طبخ الدجاج واللحم والسلمك بطريقة صحية وتجذب الأطفال وأيضاً نستطيع تقديم أصابع البطاطس المشوية والبقوليات والخضروات المطبوخة أو الطازجة والفواكه. أما إذا كنا في السيارة فيمكننا أخذ بعض الوجبات الخفيفة معنا لتناولها عند شعور الأطفال بالجوع مثل الشكولاتة الداكنة والمكسرات والماء وبعض أنواع الفواكه مثل الموز والتفاح والكمثرى فهي لا تفسد سريعاً ومفيدة جداً لما تحتويها من معادن وفيتامينات وبهذه الطريقة لن نتوجه إلى مطاعم الوجبات السريعة، فنحن نحمل معنا وجباتنا الصحية أينما كنا ولن نستسلم للوجبات السريعة الضارة.



■ زكية سيد الهاشمي
أخصائية إدارة التغذية العلاجية

كيف أستطيع الفوز على الوجبات السريعة ولا أتناولها أبداً؟ فهي دخيلة على مجتمعنا ومضرة للصحة ولا يستفيد الجسم منها، ولكن النكهات المصنعة تجذب الكثير من الأطفال والكار مع العلم أن معظمهم ملمون بأضرار هذه الوجبات السريعة.

فقط قل لها لا وتجنّبها وابتعد عنها ولا تدخل في هذه الدوامة المزيفة للتغذية فالنكهات اللذيذة مقلدة ومضرة كيميائياً والمحتويات أيضاً غير طبيعية فزئاق البطاطس المقرمشة هي ليست بالبطاطس الطبيعية ولا حتى شطيرة البرغر قطعة لحم أصلية فكلها مزيف وبالإضافة إلى ذلك، هي وجبات مقلبة بزيت تجارية ضارة وزيت مهدر جه وبهذا أنت تدخل كثيراً من السرعات الحرارية إلى جسمك من غير أي فوائد غذائية فهي تضر بالجسم والأعضاء الداخلية وتزيد من الكوليسترول الضار والذي يؤدي إلى أمراض القلب والشرابيين، كما أن الوجبات السريعة خطرة على وزن الجسم فهي تعمل على زيادة الوزن السريع الغير مبرر، وتحتوي

الوجبات السريعة على الكثير من الملح، وزيادة تناول مثل هذه الوجبات مع الوقت لن تحافظ على ضغط الدم الطبيعي وسيزداد تلقائياً. والأطفال هم أول ضحايا هذه الوجبات السريعة لعدم الوعي الكافي لديهم وبسبب كسل الوالدين في تحضير وجبة



الخضروات والفواكه الغنية بألياف «البريبايوتكس» تقاوم الإجهاد

الناجمة عن الإجهاد والضغط، وتمتعت بنوم هادئ، بالمقارنة مع أقرانها التي لم تتناول تلك الأغذية.

وتتوافر مادة «البريبايوتكس» بشكل طبيعي في بعض الخضروات والفواكه مثل الطماطم، الموز، التوت، البصل، الثوم، الخرشوف، الهليون، الهندبة والسيانخ، والحبوب كالشعير، والقمح، البقوليات كالعدس، الفاصوليا، الحمص، والفول، بالإضافة إلى حليب الأم.

وقاية

وقالت الدكتور أنيسكا ميكا، إحدى معدي الدراسة، إن «اتباع نظام غذائي غذائي غني بالبريبايوتكس يلعب دوراً مهماً في الوقاية من اضطرابات الأمعاء الناجمة عن الإجهاد». وكانت دراسات سابقة كشفت، أن الأغذية الغنية بـ«البريبايوتكس» تزيد امتصاص الكالسيوم، وتقلل فرص الإصابة بمختلف أنواع الحساسية ومتلازمة القولون العصبي وأمراض الأمعاء، وتقلل من حالة مقاومة الأنسولين، وتحمي من الإصابة بالتهابات، وتساعد على الشعور بالشرح.

■ دبي - البيان الصحي

أفادت دراسة حديثة، بأن الفواكه والخضروات الغنية بألياف «البريبايوتكس» تساعد الأشخاص للتغلب على الآثار الصحية الناجمة عن الإجهاد وضغوط الحياة. الدراسة أجراها باحثون بجامعة كولورادو الأمريكية، ونشروا نتائجها مؤخراً، في دورية (Frontiers in Behavioral Neuroscience) العلمية. وأوضح الباحثون، أن «البريبايوتكس» عبارة عن ألياف غير قابلة للهضم تمر في الجهاز الهضمي، تساعد على صحة وسلامة الجهاز الهضمي والمناعي، عبر مساعدة بكتيريا الأمعاء النافعة على أداء مهامها.

تجارب

وأجرى فريق البحث تجاربه على مجموعة من الفئران، التي عرضها لضغوط شديدة لعدة أسابيع، قبل إعطائها أغذية غنية بـ«البريبايوتكس». ووجد الباحثون أن الفئران التي تناولت أغذية غنية بـ«البريبايوتكس» تغلبت على اضطرابات الجهاز الهضمي

الخضار والفواكه تعزز التفاؤل

■ دبي - البيان الصحي

وجدت دراسة جديدة أن الأشخاص الذين يتناولون الكثير من الخضار والفواكه يميلون للتفاؤل أكثر بشأن مستقبلهم. وذكرت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية أن الباحثين في جامعة «هارفارد» اكتشفوا أن لدى الأشخاص المتفائلين مستويات عالية من مركبات الكاروتينويد النباتية في دمهم. ومن مركبات الكاروتينويد المعروفة مركب «بيتا-كاروتين» الموجود بمستويات عالية في عصير الليمون والخضروات الورقية. وكانت دراسات سابقة أشارت إلى أن مستويات مضادات الأكسدة المرتفعة، والتي تشمل الكاروتينويد، هي مؤشر على الصحة الجيدة. وأشار الباحثون إلى أنها الدراسة الأولى من نوعها التي تربط بين التفاؤل ومستويات الكاروتينويد الصحية. ووجد العلماء أن الأشخاص الأكثر تفاؤلاً كان لديهم ارتفاع بنسبة 13% في معدلات الكاروتينويد في الدم مقارنة بالأشخاص الأقل تفاؤلاً. ووجدوا أن الأشخاص الذي يتناولون حصتين غذائيتين أو أقل من الفاكهة والخضار في اليوم كانوا أقل تفاؤلاً ممن يتناولون 3 حصص أو أكثر.



التوت الأزرق يحسّن وظائف دماغ الأطفال

■ دبي - البيان الصحي

أفادت دراسة بريطانية حديثة، بأن ثمرة التوت الأزرق، تعزز وظائف الدماغ لدى الأطفال، خاصة تلك المتعلقة بالمهام المعرفية والتعليمية. وذكرت صحيفة «تلغراف» البريطانية، أن الدراسة التي أجراها باحثون بجامعة ريدينج البريطانية، كشفت أن التوت الأزرق يحتوي على مضادات أكسدة تحارب الالتهابات. وأجرى فريق البحث دراسته على مجموعة من الأطفال في المرحلة الابتدائية، وطلبوا منهم تنفيذ بعض المهام التي تتطلب التركيز والانتباه والذاكرة. ووجد الباحثون أن الأطفال الذين تناولوا شراب التوت الأزرق قبل الامتحان، كانوا أكثر سرعة ودقة في تنفيذ المهام المعرفية بنسبة 10%، من أقرانهم

يحتوي على «الفلافونويد» المضادة للأكسدة والمقاومة للالتهابات

الذين لم يتناولوا هذا المشروب. وأشار الفريق إلى أن التوت الأزرق يحتوي على مركبات «الفلافونويد» المفيدة للصحة والمضادة للأكسدة، والتي تكافح الالتهابات.

تأثير إيجابي

وقال البروفيسور كبير ويليامز، أستاذ علم الأعصاب بجامعة ريدينج، هذه هي المرة الأولى التي نشهد فيها تأثيراً إيجابياً لمركبات «الفلافونويد» على الوظيفة التنفيذية لأدمغة الأطفال. وكانت دراسات سابقة كشفت أن التوت الأزرق يحتوي على مجموعة متنوعة من العناصر الغذائية، التي تلعب دوراً مهماً في الوقاية من مرض الزهايمر، وضعف الذاكرة، الذي يهاجم كبار السن. وأوضحت الدراسات أن التوت الأزرق يساعد على التخلص من دهون البطن والوزن الزائد.





عقار ياباني جديد يمنح أملاً لمرضى الزهايمر

المنتشرة إلى معدلة من مرض الزهايمر. وبحسب الفريق، فإن العقار الجديد الآن في المرحلة ما قبل السريرية، وقد ثبت حتى الآن أنه آمن خلال التجارب على الحيوانات، ومن المتوقع أن تبدأ تجربته في السنوات القليلة سرريباً، حيث يتلقى الفريق دعماً جزئياً من الوكالة اليابانية للبحوث الطبية لإنجاز المشروع البحثي. دبي - البيان الصحي

كولين»، وبالتالي يحسن الإدراك والذاكرة. وأشاروا إلى أن العقار يقلل مستويات لويحات لزجة في الدماغ، تسمى بروتين «أميلويد بيتا»، تتراكم في الدماغ، قبل عقود من ظهور أعراض الزهايمر الذي يسبب فقدان الذاكرة ومشكلات في الإدراك. ورأى فريق البحث، أن النتائج التي توصلوا إليها يمكن أن تؤدي مستقبلاً إلى تطوير أول دواء لعلاج الإصابات

تسمى «أستيل كولين»، وهي عبارة عن ناقل عصبي في الدماغ، يلعب دوراً مهماً في السيطرة على الانتباه والإدراك. وأشار فريق البحث، إلى أن دراسات سابقة أفادت أن ضعف مستويات «أستيل كولين» في الدماغ يعتبر أحد أسباب الإصابة بمرض الزهايمر والخرف الوعائي. وعن دور العقار الجديد بعد تجربته على الفئران، قال الباحثون إنه يعمل على تحفيز الدماغ على إنتاج مادة «أستيل

كشفت باحثون يابانيون، عن تطوير عقار جديد، يمكن أن يتحول في المستقبل، إلى أول دواء لعلاج مرض الزهايمر، الذي يدهم كبار السن، إذا أثبتت فاعليته وأمانه على الإنسان. وأوضح الباحثون بجامعة توهوكو اليابانية، أن العقار الجديد يطلق عليه اسم (SAK3)، ونشروا نتائج دراستهم، في دورية الجمعية الأمريكية لتقدم العلوم ويبن الباحثون أن هناك مادة كيميائية

باحثون تتبعوا انتشاره عبر تقنيات التحليل الوراثي

تحذير دولي من جين مقاوم للأدوية وصل مستشفيات العالم

دبي - البيان الصحي

حذّر فريق بحث دولي، من أن الجين الذي يساعد البكتيريا على مقاومة المضادات الحيوية الفعالة، وصل حالياً إلى المستشفيات في جميع أنحاء العالم. الدراسة قادها باحثون بكلية لندن الجامعية في بريطانيا بالتعاون مع باحثين من جامعة كاليفورنيا الأمريكية، ونشروا نتائجها أخيراً، في دورية Nature Communications العلمية. وأوضح الباحثون أن الجين الذي يحمل اسم mcr-1، يساعد البكتيريا على مقاومة عقار «كولستين Colistin»، وهو أحد المضادات الحيوية المتبقية التي لا تزال فعالة ضد البكتيريا المقاومة للعقاقير، بحسب ما نقلت وكالة «الأناسول». واكتشف جين mcr-1 لأول مرة في الصين عام 2015، ومنذ ذلك الحين عُثر عليه في أكثر من 30 دولة أخرى.

بيانات جينومية

ومن خلال تحديد تسلسل جينوم 110 سلالات بكتيرية ومقارنتها بالبيانات الجينومية الموجودة لدى الفريق، حدد الباحثون مجموعة كبيرة من متواليات الجينوم الإيجابية mcr-1، مأخوذة من البشر وحيوانات المزارع

المنتشرة عبر القارات الخمس. وبفضل الدراسة الجديدة، اكتشف الباحثون أن مصدر انتشار هذا الجين هو مزارع الخنازير في الصين، وأن الانتشار بدأ على الأرجح في عام 2005 حتى وصل إلى المستشفيات في جميع أنحاء العالم.

تحليل وراثي

واكتشف الباحثون ذلك، بعد أن تتبعوا انتشار الجين في جميع أنحاء العالم، باستخدام تقنيات التحليل الوراثي، التي يمكن أن تساعد العلماء في الحصول على طرق أفضل لوقف انتشار الجراثيم الخارقة في المستقبل. وكشف تقرير سابق لمنظمة الصحة العالمية، بشأن التردد العالمي لمقاومة مضادات الميكروبات، أن مقاومة المضادات الحيوية لم تعد مجرد تباؤ خاص بالمستقبل، فهي تحدث الآن بالفعل، وعلى نطاق العالم، مهددة القدرة على علاج أنواع عدوى شائعة في المجتمع المحلي والمستشفيات. وحذّر التقرير من أنه إذا لم تُتخذ إجراءات منسقة في هذا الصدد سيسير العالم نحو عصر ما بعد المضادات الحيوية الذي يمكن فيه لأنواع عدوى وإصابات بسيطة شائعة، كانت قابلة للعلاج طيلة عقود من الزمان، أن تقتل بالأرواح من جديد.

جين يوضح أسباب الإصابة بالجلطة الدماغية



ميزات فريدة للأوعية الدموية في الدماغ، وهي ما يسمى بالحاجز الدموي الدماغي. وبحسب قول كارلسون، فإن هذا الاكتشاف جاء اختراقاً في مجال البحوث الخاصة بالجلطة الدماغية لأن من شأن خفض ضغط الدم لدى المرضى الذين يتحملون أن يصابوا بالجلطة الدماغية أن يحميهم منها. علاوة على ذلك يسمح اكتشاف هذا الجين بإطلاق عملية إعداد دواء من شأنه أن يوطد أوعية الدماغ الدموية ويمتد جذرانها. «نوفوستي».

سبباً في زيادة خطر نزيف الدم في الدماغ عند البعض، وفي انتفائه عند آخرين. وقال البروفيسور في معهد جامعة غوتنبرغ بيتر كارلسون إن كل إنسان سيصاب عاجلاً أو آجلاً بجلطة دماغية إذا طال عمره.

مميزات

وقد عالج العلماء المعلومات الجينية لدى 150 ألف شخص فتوصلوا إلى استنتاج مفاده أن جين (FoxF2) يضمن

دبي - البيان الصحي

اكتشف فريق من العلماء في غوتنبرغ السويدية جيناً قد يساعدهم على استيضاح سبب إصابة بعض الناس بالجلطة الدماغية وعدم تعرض البعض الآخر لها.

وقد أطلقت على الجين المكتشف تسمية (FoxF2)، وهذا الجين موجود عند الجميع، لكن تصرفه يختلف من شخص إلى آخر. ويرى العلماء أن هذا الاختلاف في تصرف الجين قد يكون

علاج جديد يقضي على «الإكزيما» في أقل من شهر



يوماً، لعلاج المرض.

تجارب

وتمت الموافقة على العلاج، بعد إجراء تجارب على 1522 مريضاً بـ«الإكزيما»، تتراوح أعمارهم بين عامين إلى 79 عاماً، وإصابتهم خفيفة إلى معتدلة. واستطاع أن يقضي على «الإكزيما» ويعيد الجلد لوضعه الطبيعي في غضون 28 يوماً. وتمثلت الآثار الجانبية الأكثر شيوعاً في الشعور بالألم والوخز في موضع المرهم.

يقضي على الحالات الخفيفة والمعتدلة من التهاب الجلد المزمن

دبي - البيان الصحي

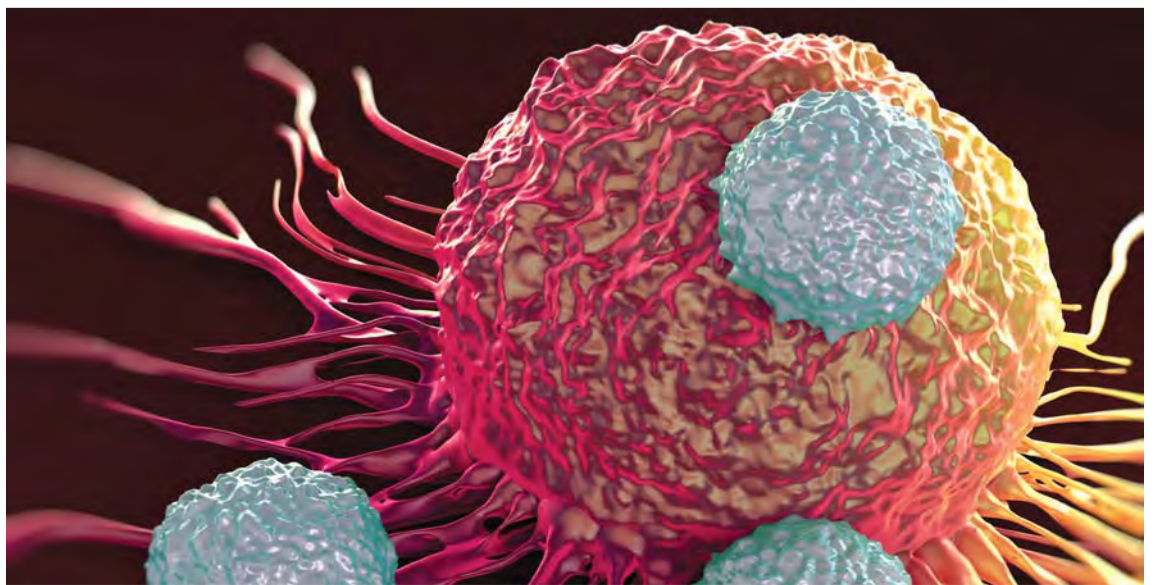
أجازت هيئة الغذاء والدواء الأميركية (FDA)، دواءً جديداً يمكن أن يعالج بعض «الإكزيما»، خلال أقل من شهر. وأوضحت الهيئة أن العلاج الجديد الذي يسمى (Eucrisa) يعالج الحالات الخفيفة والمعتدلة من التهاب الجلد المزمن «الإكزيما» الذي يصيب الأطفال والكبار، على السواء. وأضافت الهيئة أن العلاج الجديد عبارة عن مرهم يتم وضعه على الجلد مرتين

تطوير علاج للسرطان باستخدام «إل إي دي»

دبي - البيان الصحي

أرضية كطرق تُحسّن بشكل كبير نوعية حياة المرضى. ويعتبر العلاج الضوئي الديناميكي علاجاً يستخدم عقاقير تسمى عوامل التحسس الضوئي «لتنشيط» أنواع معينة من الضوء للمساعدة في تسهيل العلاج. وهو فعال، لأن الضوء يستهدف فقط نمو السرطان وليس الخلايا الطبيعية، بحسب «يونهاب». وأوضح المسؤولون أن التكنولوجيا التي طورها المعهد الحكومي، تعتبر تطوراً لعملية استخدام الباعث الضوئي الثنائي للكشف عن الخلايا السرطانية، مع استخدام ليزر العلاج الضوئي الديناميكي المصمم لعلاج السرطان على أساس تقنية مناظير البطن.

طور علماء من كوريا الجنوبية تقنية جديدة لتشخيص وعلاج مرض السرطان، باستخدام الباعث الضوئي الثنائي (إل إي دي) والمناظير، بحسب ما أعلنه المعهد الكوري لأبحاث التكنولوجيا الإلكترونية. وذكر أنه طور تقنية يمكن أن تستهدف الخلايا السرطانية، مشيراً إلى أنه في طور نقل المعرفة ذات الصلة إلى إحدى الشركات المحلية، حسبما نقلته وكالة الأنباء الكورية الجنوبية (يونهاب). واكتسبت أخيراً طرق العلاج والتشخيص مثل العلاج الضوئي الديناميكي (بي دي تي) والمناظير،



01

قد تبدأ علامات متلازمة استتالة الموجة QT الموروثة أثناء الشهر الأول من عمر الشخص أو قد تتأخر إلى منتصف عمره تقريباً

40

معظم الأشخاص الذين يعانون من أعراض متلازمة استتالة الموجة QT تظهر عليهم للمرة الأولى عندما يبلغون سن 40

02

يتمثل هدف العلاج في أمرين: وقاية القلب الذي يعاني من استتالة موجة QT من اضطراب النبض أو الوقاية من أسباب الموت المفاجئ

متلازمة استتالة الموجة QT.. الأسباب والأعراض

■ قد يُولد الشخص مصاباً بطفرات وراثية تجعله عرضة للإصابة

■ العلاج قد يحتاج الحد من النشاط البدني وتجنب الأدوية المسببة للإصابة

متلازمة استتالة الموجة QT هي اضطراب في ضربات القلب، والتي يمكن أن تسبب سرعة وخطأ في ضربات القلب، وقد تؤدي سرعة ضربات القلب إلى نوبة الإغماء المفاجئ، وفي بعض الحالات، قد ينضب القلب بشدة لمدة طويلة على نحو قد يسبب الموت المفاجئ.

ويمكن أن يُولد الشخص مصاباً بطفرات وراثية تجعله عرضة للإصابة بمتلازمة استتالة الموجة QT. علاوة على ذلك، قد تسبب أدوية وحالات مرضية معينة متلازمة استتالة الموجة QT. ومن الممكن علاج متلازمة استتالة الموجة QT، التي تحتاج إلى الحد من النشاط البدني وتجنب الأدوية المعروف عنها أنها تسبب استتالة فترات موجات Q-T أو أخذ أدوية للوقاية من اضطراب ضربات القلب. ويحتاج بعض الأشخاص المصابين بمتلازمة استتالة الموجة QT إلى الجراحة أو جهاز يمكن زرعه في الجسم.

الأعراض

لا تظهر على الكثير من الأشخاص المصابين بمتلازمة استتالة الموجة QT أي علامات أو أعراض. وربما لا يكونون على علم بحالتهم إلا من نتائج مخطط كهربية القلب (ECG) الذي يتم إجراؤه لسبب آخر ليس ذي علاقة، نظراً لأنهم لديهم تاريخ عائلي للإصابة بمتلازمة استتالة الموجة QT أو بسبب نتائج الاختبارات الوراثية.

وبالنسبة للأشخاص الذين يعانون من علامات وأعراض متلازمة استتالة الموجة QT، تشمل أعراض متلازمة استتالة الموجة QT الأكثر شيوعاً:

- حدوث إغماء. هذه هي العلامة الأكثر شيوعاً لمتلازمة استتالة الموجة QT. بالنسبة للأشخاص المصابين بمتلازمة استتالة الموجة QT، تحدث نوبات الإغماء (الغثيان) بسبب أن القلب ينضب مؤقتاً بطريقة غير منتظمة. وقد تحدث نوبات الإغماء هذه عندما تكون متحمساً أو غاضباً أو خائفاً أو أثناء ممارسة الرياضة. ويمكن أن يُصاب الأشخاص الذين يعانون من متلازمة استتالة الموجة QT بالإغماء المفاجئ، مثل فقدان الوعي بعد الذهول من رنين الهاتف. والعلامات والأعراض على أنك على وشك الإغماء تشمل الدوار وخفقان القلب وعدم انتظام ضربات القلب والضعف وتشوش الرؤية. ومع ذلك، في متلازمة استتالة الموجة QT، فإن مثل هذه العلامات التحذيرية قبل الإغماء غير عادية.
 - النوبات. إذا استمر القلب في النبض غير المنتظم، يصبح الدماغ محروماً بشكل متزايد من الأكسجين. الأمر الذي يمكن أن يسبب الإصابة بالنوبات.
 - الموت المفاجئ. عادة يعود القلب إلى نبضه الطبيعي، إذا لم يحدث هذا تلقائياً ولم يصل المسعفون في الوقت المناسب لإعادة النبض إلى حالته الطبيعية باستخدام مزيل رجفان خارجي، فيمكن أن يحدث موت مفاجئ.
- قد تبدأ علامات وأعراض متلازمة استتالة الموجة QT الموروثة أثناء الشهر الأول من عمر الشخص، أو قد تتأخر إلى منتصف عمره تقريباً. معظم الأشخاص الذين يعانون من علامات أو أعراض من متلازمة استتالة الموجة QT فإنها تظهر عليهم للمرة الأولى

عندما يبلغون سن 40.

ونادراً ما قد تحدث علامات وأعراض متلازمة استتالة الموجة QT أثناء النوم أو الاستيقاظ من النوم.

العلاجات والعقاقير

يمكن أن ينطوي علاج متلازمة استتالة الموجة QT الوراثي على أدوية أو أجهزة طبية أو جراحة أو تغيير أنماط الحياة. ويتمثل الهدف من العلاج في إما وقاية القلب الذي يعاني من استتالة موجة QT من اضطراب النبض أو الوقاية من أسباب الموت المفاجئ.

وغالباً ما يكون من الممكن التخلص من متلازمة استتالة الموجة QT الناتجة عن الأدوية عن طريق تغيير الأدوية بتوجيه من الطبيب. وبعض الأشخاص، مع ذلك، قد يحتاجون إلى علاجات إضافية.

التكيف والدعم

ويمكن أن تكون متلازمة استتالة الموجة QT مصدراً للقلق بسبب نتائجها الخطيرة المحتملة. ويمكن أن يسبب القلق بشأن اضطراب نظم القلب المميت المحتمل لك ولعائلتك الكثير من الضغط النفسي. والعائلات المصابة بمتلازمة استتالة الموجة QT الوراثية قد يجدون من المفيد استشارة اختصاصي أمراض قلب يتمتع بخبرة في تشخيص وعلاج أعراض متلازمة استتالة الموجة QT أو استشاري جينات أو طبيب أمراض نفسية وكذلك مع عائلات أخرى تعاني من هذه الحالة المرضية.

الوقاية

إذا كنت مصاباً بمتلازمة استتالة الموجة QT الوراثية، فتوخ الحذر بشأن الأدوية التي تأخذها. فبعض الأدوية - بما في ذلك بعض مضادات الشبيهة ومزيلات الاحتقان والمضادات الحيوية الشائعة مثل الاريثروميسين - قد تسبب اضطرابات نظم القلب الخطيرة. استشر طبيبك عن الأدوية التي يمكنك ولا يمكنك أخذها. وتشكل المخدرات المتاحة في الشوارع، مثل الكوكايين والمقويات، خطراً جدياً على الأشخاص الذين يعانون من متلازمة استتالة الموجة QT.

علاوة على ذلك، اطلب العلاج الطبي على الفور للأمراض التي يمكن أن تؤدي إلى انخفاض مستويات البوتاسيوم في الدم، مثل الحالات التي تسبب فرط القيء والإسهال. فمثل هذه الأمراض يمكن أن تؤدي إلى نوبة من نوبات متلازمة استتالة الموجة QT لدى الأشخاص المعرضين للخطر. وقد ينصحك الطبيب بعدم تناول بعض الأدوية مثل مدرات البول التي تقلل مستويات البوتاسيوم في الدم.

وبالنسبة لبعض الأشخاص - لا سيما كبار السن المصابين بمتلازمة استتالة الموجة QT الذين لم يعانون من علامات وأعراض هذه الحالة منذ عقود - قد تكون الإجراءات الوقائية هي كل العلاج المطلوب.

■ خاص «البيان الصحي» بالتعاون «مايو كلينيك»



الإمارات تستضيف مؤتمر العلاج الطبيعي 2021



دبي - البيان

فازت دولة الإمارات بتنظيم المؤتمر العالمي للعلاج الطبيعي 2021 في دبي، لتكون الإمارات أول دولة في الشرق الأوسط تستضيف هذا الحدث، الذي ينظم كل عامين، ويشارك فيه أعضاء من 109 دول أعضاء.

أعلن ذلك الاتحاد العالمي للعلاج الطبيعي في مستهل أعمال «مؤتمر الإمارات السادس للعلاج الطبيعي»، الذي شهدته دبي، مؤخراً، بحضور معالي حميد محمد القطامي، المدير العام لهيئة الصحة بدبي، وحشد كبير من المسؤولين والأطباء والمتخصصين من داخل الدولة وخارجها.

من جهة ثانية، كان معالي القطامي قد افتتح أيضاً أعمال مؤتمر دبي الدولي لجراحات العظام بحضور حشد كبير من الأطباء والمتخصصين من داخل الدولة وخارجها.



«صحة دبي» تدشن أجنحة طبية فندقية في مستشفى لطيفة



دبي - البيان الصحي

«صحة دبي» نحو تقديم خدمات تنافسية عالية الجودة، وخيارات متعددة أمام المتعاملين مع مستشفياتها بشكل عام.

مستوى راق

ووفقاً لما تم تدشينه، فإن (أجنحة البستان)، تتسم بذات المستوى الراقي من الخدمات الطبية التي يقدمها مستشفى لطيفة في جميع

البستان البالغ عددها 15 جناحاً، يعد اختياريّاً.

حرص

ولدى تدشينه الأجنحة الجديدة، أكد معالي حميد القطامي، المدير العام لهيئة الصحة بدبي، أن الهيئة حرصت على تقديم خدماتها الطبية لجميع المتعاملين معها، وفق أعلى المعايير والمستويات العالمية، التي تفوق

توقعاتهم، وتحقق رضاهم وسعادتهم، وذلك في جميع الأقسام، وأنها إلى جانب ذلك، وفي إطار المناخ التنافسي الإيجابي، الذي يتسم به القطاع الصحي في دبي، حرصت كذلك على تقديم باقات متنوعة من الخدمات الإضافية الاختيارية للمتعاملين الباحثين عن أجواء مختلفة، تتناسب مع رغباتهم خلال فترة تلقي العلاج في المستشفى.



الضغوط المالية تُضاعف خطر الإصابة بالأمراض القلبية

أفادت دراسة حديثة صدرت في جنوب أفريقيا، نشرت في مجلة القلب العالمية «أن مخاوف الأشخاص المالية، قد تزيد من خطر الإصابة بأزمة قلبية بمقدار 13 ضعفاً، وتزيد ضغط العمل بمقدار 6 أضعاف».

ولدراسة تأثير العوامل النفسية والاجتماعية على فرص الإصابة بأزمة قلبية، فحص الباحثون بجامعة ويتواترساند في جنوب أفريقيا 106 من المرضى الذين دخلوا إلى مستشفى في جوهانسبرغ نتيجة إصابتهم بنوبة قلبية، كما فحصوا مجموعة أخرى بلغ عددها 106 مشاركين كمجموعة ضابطة. وأفاد 96% من الذين أصيبوا بأزمة قلبية بأنهم تعرضوا لنوع من التوتر، فيما قال 40% منهم إنهم تعرضوا لمستويات شديدة منه.

بالتعاون مع

هيئة الصحة بدبي
DUBAI HEALTH AUTHORITY

كلمة العدد

خلود آل علي



الجولة الرابعة للمسرعات

أنجزت هيئة الصحة بدبي مرحلة مهمة على طريق مسرعات المستقبل، وحرصت على أن تكون في طبيعة هذا التحول، مستهدفة تأسيس منصة عالمية متكاملة لصناعة مستقبل القطاعات الاستراتيجية وإيجاد قيمة اقتصادية قائمة على احتضان وتسريع الأعمال والحلول التكنولوجية المستقبلية وجذب عقول العالم لتجربة وتطبيق ابتكاراتها على مستوى مدينة دبي.

من هذا المنطلق، بدأت الهيئة تصدر أعمال الدورات الرسمية للنقطة الحكومية نحو المستقبل، حتى وصلت إلى الدورة الرابعة لمسرعات دبي المستقبل، التي أنهتها قبل أيام بنجاح، حيث دخلت «صحة دبي» جولة جديدة من المفاوضات والمناقشات الرامية إلى امتلاك المزيد من التقنيات الطبية الذكية، والاستحواذ على آخر ما جده العالم في هذا المجال.

لقد اشتملت الجولة الرابعة للمناقشات والمداولات التي بدأتها هيئة الصحة بدبي مع المؤسسات والشركات العالمية على جملة من الطفرات النوعية في القطاع الطبي، من بينها: منصة الذكاء الاصطناعي الطبية AI Platform التي تسمح بقدرات فائقة في فهم حالة المرضى وتشخيصها، كما أنه بإمكانها أيضاً تقديم النصائح كالطبيب، وتوفير الخدمات الإلكترونية عن طريق منصة الخدمات الافتراضية، حيث تقوم المنصة بتقييم الحالة الصحية وتوقع الأمراض الممكنة وتوفير تقرير مفصل عن الحالة وكيفية الوقاية من الأمراض المتوقعة.

إلى جانب ذلك تقوم المنصة -عن طريق المعلومات المدخلة- بتكوين توأم (رقمي)، بمواصفات المريض لتحفيز المريض صحياً، إضافة إلى مميزات أخرى وقدرات عالية، منها إمكانية استخدام خاصة الدردشة الفورية Chatbot التي تعتمد على الذكاء الاصطناعي في تصنيف الحالات والتشخيص في أي وقت وعند بعد.

استهدفت مناقشات الجولة الرابعة كذلك، توفير جهاز البنكرياس الاصطناعي - الذي يقوم بقياس نسبة السكر كل 5 دقائق لدى المرضى المقيمين في المستشفى، وباستخدام الذكاء الاصطناعي يتخذ الجهاز الإجراءات اللازمة لتفادي أية حالة انتكاس محتملة للمريض، وذلك بإعطاء المريض جرعات (Dextrose) أو أنسولين حسب الحاجة.

ولم تقتصر مفاوضات الجولة الرابعة عند المنصة أو البنكرياس الاصطناعي، فهناك أيضاً نقلة أخرى لصالح حالات الأمراض المزمنة، وداء السكري، تتمثل في توفير كبسولة ذكاء اصطناعي، لمتابعة القراءات الحيوية بأحدث الطرق العالمية.

مديرة مشاريع وقائدة فريق المستقبل - هيئة الصحة بدبي

ارتفاع بدانة الأطفال تحدٍ عالمي في التصدي للأمراض

تضاعف عدد الأطفال والمراهقين المصابين بالسمنة المفرطة خلال العقود الثلاثة الماضية، الأمر الذي يؤدي إلى تفاقم الأمراض المزمنة ويرفع من تكاليف النفقات العلاجية، «اليونيسيف» بدورها طالبت، في آخر تقرير لها العام الماضي، جميع دول العالم بضرورة تكاتف الجهود للحد من انتشار السمنة من خلال سن التشريعات لمنع استخدام المحليات والسكريات في الأطعمة.

السمنة المفرطة 5.6%

من الفتيات

من الصبيان

7.8%

من الصبيان

192 مليون شخص عانوا من نقص الوزن المعتدل أو الشديد في العالم 2016

49.9% من الصبيان

50.1% من الفتيات

18.5

مؤشر نقص الوزن لدى البالغين

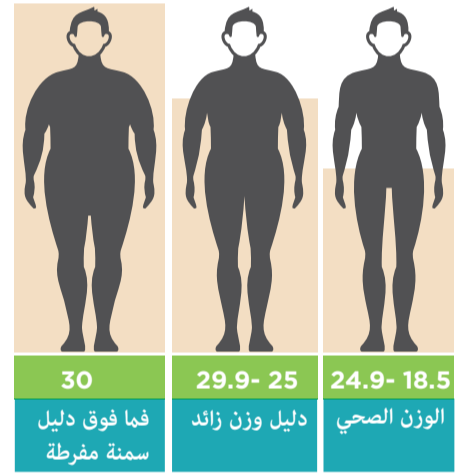
غرافيك: أسيل الخليبي
المصدر: «اليونيسيف» البيان الصحي

11 مليون مصاب بالسمنة المفرطة عام 1975

213 مليون طفل ومراهق لديهم زيادة الوزن في 2016

124 مليون طفل ومراهق يعانون من البدانة في 2016

مؤشر كتلة الجسم يعني



ركوب الخيل يحسّن قدرات الأطفال المعرفية

في اختبارات بسيطة للتعلم والذاكرة والمعرفة، قبل وبعد ركوب الخيل.

تحسّن

وأظهرت النتائج، أن الأطفال الذين ركبوا الخيل ظهر عليهم تحسن كبير في القدرة على أداء المهام السلوكية والمعرفية، بالمقارنة مع من لم يركبوا الخيل وعن السبب في ذلك، وجد الباحثون أن آثار الاهتزازات التي تنتج عن ركوب الخيل، تؤدي إلى تنشيط الجهاز العصبي الودي أو «السيمبثاوي»، الذي يعزز القدرة على التعلم عند الأطفال. وقالوا إن «هناك العديد من الفوائد الناجمة عن التفاعلات بين الإنسان والحيوانات الأليفة، تعود بالنفع على نمو الطفل، ومنها القدرة على اتخاذ قرارات مدروسة والتوصل إلى استنتاجات منطقية».

دبي - البيان الصحي

أفادت دراسة يابانية حديثة، أن ركوب الخيل يمكن أن يحسّن القدرات المعرفية لدى الأطفال، ويعزز مهارات التعلم والذاكرة وحل المشكلات. الدراسة أجراها باحثون بجامعة طوكيو للزراعة، ونشروا نتائجها السبت 3-2017، في دورية «Frontiers in Public Health» العلمية. وأوضح الباحثون أن دراسات سابقة، أثبتت فوائد ركوب الخيل فيما يتعلق بتعزيز الصحة الجسدية والنفسية للأشخاص، ولكن لم تنطرق الأبحاث من قبل لتأثيره على الأطفال. ولرصد ذلك التأثير، راقب فريق البحث أداء مجموعة من الأطفال،



20 ثانية لغسل الأيدي توفر مضادات حيوية

دبي - البيان الصحي

الأيدي، أي بما يكفي للتخلص من البكتيريا التي يمكن أن تسبب الأمراض». وأضاف: «إذا لم تغسل أيدينا، يمكن أن نقل العدوى التي قد تصبح مشكلة حقيقية لأولئك الذين هم أكثر عرضة للخطر، مثل الأطفال وكبار السن». ومن المعروف أن العالم يشهد أزمة حقيقية في توفير المضادات الحيوية بسبب مقاومة البكتيريا التي يتسبب في وجودها الاستخدام العالي للمضادات الحيوية. وإذا أصبحت المضادات الحيوية غير صالحة للاستعمال، يمكن أن تصبح الإجراءات الطبية الرئيسية بما في ذلك العمليات القيصرية واستبدال الورك والعلاج الكيميائي، خطراً جداً بسبب خطر العدوى. وأكد تقرير صادر أخيراً عن الصحة العالمية أن ثمة «نقصاً خطراً في المضادات الحيوية التي يُجرى تطويرها».

أفادت دراسة جديدة أن المدة المطلوبة لتنظيف اليدين بشكل جيد وبطريقة تجنب الأشخاص الإصابة بالأمراض تستغرق 20 ثانية. وذكر الخبراء أن غسل اليدين بشكل يقلل حاجة الأشخاص للمضادات الحيوية لأن الحفاظ على نظافتها يقلل الإصابة بالتهابات المعدة والصدر، ما يقلل الحاجة لزيارة الطبيب وتناول الأدوية. وأضاف فريق الدراسة التي شملت 2000 شخص أن 84% من الأشخاص لا يغسلون أيديهم لمدة 20 ثانية وما يقرب من الثلث لا يغسلون أيديهم قبل الأكل، كما لا يقوم نصفهم بغسل الأيدي بعد لمس الحيوانات. ووفقاً لـ«ديلي ميل» البريطانية أوضح رئيس جمعية الصيادلة الملكية آتش سوني: «نحن لا نستغرق وقتاً كافياً في غسل

تدليل الأجداد أحفادهم يؤثر سلباً على صحتهم

دبي - البيان الصحي

أظهرت دراسة بريطانية حديثة نشرتها دورية ميدكال ساينس بأن مبالغة الأجداد في تدليل أحفادهم قد يكون له تأثير سلبي على صحة الأطفال، فيما يتعلق بالنظام الغذائي والوزن والنشاط البدني والتدخين. وللوصول إلى نتائج الدراسة، فحص الباحثون بجامعة جلاسكو البريطانية، 56 دراسة سابقة تضمنت بيانات من 18 دولة من بينها بريطانيا والولايات المتحدة والصين واليابان. وركزت الدراسة على التأثير المحتمل للأجداد الذين يقدمون رعاية مهمة للأطفال في السنوات الأولى من أعمارهم. وتناول البحث 3 مجالات لتأثير الأجداد على صحة أحفادهم شملت النظام الغذائي والوزن والنشاط

البدني والتدخين. ووجد الباحثون أن الأجداد غالباً يميلون إلى تدليل أحفادهم والإفراط في تقديم الأطعمة لهم. وتوصلت الدراسة أيضاً إلى أن بعض الأجداد يدخون أمام أحفادهم ولا يوفر لهم الفرصة لممارسة تمارين بدنية كافية.

سلوك

وفيما يتعلق بالنظام الغذائي والوزن، كشفت الدراسة أن سلوك الأجداد له تأثير سلبي على الأطفال. ووصف الآباء الأجداد بأنهم متساهلون مع الأحفاد ولديهم أفكار خاطئة حول أفضل سبل رعاية الأطفال، واتهموهم باستخدام الغذاء كوسيلة للتأثير على العاطفة. وذكرت دراسات عدة أن الأجداد يميلون إلى إعطاء أحفادهم أطعمة تحتوي على كميات كبيرة من

السكريات والدهون حتى في صورة مكافأة لهم. وشعر الآباء بعدم قدرتهم على التدخل لأنهم كانوا يعتمدون على الأجداد في المساعدة بتربية أبنائهم. وتوصلت الدراسة أيضاً إلى أن الأجداد لا يحصلون على فرصة كافية لممارسة أي نشاط بدني وهم في رعاية أجدادهم. وقال الدكتور سيفتاني تشامبرز، قائد فريق البحث، إنه «بناءً على الدراسات التي بحثناها فإن الآباء يجدون صعوبة في أغلب الأحيان على ما يبدو في مناقشة مشكلات التدخين السلبي أو المبالغة في تدليل الأجداد».

