



طريقة مبتكرة لعلاج «المياه الزرقاء» في العين

**الورم الحليمي.. عدوى
فيروسية أكثر شيوعاً في
المسالك التناسلية**

09

حمدان بن محمد: الكفاءات الطبية الوطنية تعزز الثقة في جاهزية المنظومة الصحية

**ولي عهد دبي: ندعو الطبيبات والأطباء الشباب
في الإمارات للاقتداء بالنموذج الملهم**

**سموه يستقبل فريقاً طبياً أجرى جراحة لجنين
في رحم أمه بمستشفى لطيفة**



حمدان بن محمد خلال استقبال الفريق الطبي بحضور حميد القطامي ومنى تهلك ومحمد العلماء | تصوير: خليفة اليوسف

البسمة إلى وجه أسرة إماراتية، تستعد للترحيب بطفل مُعافٍ..
وأضاف: «الطب من أسمى المهن وأنبهها.. الكادر الطبي الإماراتي
على درجة عالية من الكفاءة، ويعزز ثقتنا في حصول جميع أفراد
المجتمع على أفضل أشكال الرعاية الصحية والخدمات العلاجية
في كافة الأوقات.. نشكر كوادرننا الطبية والتمريضية، ونحن نفخر
بجهودهم، ونقول لهم: صحة الناس وسعادتهم أمانة في أيديكم».

دعم

بدوره، أكد معالي حميد القطامي، أن الرعاية والدعم الكبيرين من
قبل القيادة الرشيدة لجميع العاملين في القطاع الصحي، حافظ
على مواصلة العمل على اكتساب المزيد من الخبرات،
وصقل مهاراتهم المهنية، وصولاً إلى أعلى مستويات التميز، في
الوقت الذي لا يتأخر فيه الكادر الطبي والتمريضي في الدولة،
عن بذل أقصى جهدهم، لضمان صحة وسعادة المجتمع بجمع
أفراده، من مواطنين ومقيمين، وأيضاً زوار، وهو ما تجلّى في
المواقف البطولية الكبيرة، التي أبداها أبطال خط الدفاع الأول من
طواقم طبية وتمريضية، في مواجهة جائحة كوفيد 19.

مزودة بأحدث التجهيزات، وتتبع أكثر البروتوكولات العلاجية
فاعلية، فضلاً عما تتمتع به المنظومة الصحية الإماراتية من كادر
بشري متخصص على درجة عالية من المهنية، ضمن مختلف
التخصصات، الأمر الذي عزز مكانة دبي كقابلة للاستشفاء، بما
توفره من إمكانيات طبية وعلاجية على درجة عالية من التميز.
وقال سموه: «نشكر كل من ساهم في إنجاح هذه الجراحة
النادرة، التي منحت أسرة إماراتية أملاً جديداً في مولود معافى..
النجاح هو دائماً مصدر إلهام للآخرين.. وندعو الطبيبات والأطباء
الشباب في دولة الإمارات، للاقتداء بهذا النموذج الملهم..
والسعي لاكتساب الخبرات والمهارات التي تمكنهم من تحقيق
إنجازات واكتشافات، تؤكد الريادة الإماراتية في كل مجالات
الرعاية الصحية»، متمنياً سموه كل التوفيق لجميع الكوادر الطبية
والتمريضية، للقيام برسالتهم النبيلة على الوجه الأكمل.
وأضاف سموه، مدوناً عبر حسابه في «تويتر»: «التفتت فريقاً
طبيباً إماراتياً، أجرى جراحة هي الأولى في المنطقة، ونادرة عالمياً،
لتقويم تشوهه في العمود الفقري لجنين في بطن أمه، عمره أقل
من 6 أشهر... سعيد برؤية أصحاب هذا النموذج الملهم، يعيدون

◀ سموه:

**نشكر كوادرننا الطبية
والتمريضية ونقول لهم:
صحة الناس وسعادتهم
أمانة في أيديكم**

◀ حميد القطامي:

**دعم القيادة للعاملين في
القطاع الصحي حافظ للتميز**

دبي.البيان

أكد سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد
دبي، رئيس المجلس التنفيذي، أن الكفاءات الطبية الوطنية، تعزز
الثقة في الجاهزية العالية للمنظومة الصحية، وأن تكامل مقومات
التميز للمنظومة يكفل للمجتمع سلامته، ويضمن الحفاظ على
صحة أفرادها، بتقديم كافة أشكال الحلول والتدخلات العلاجية
لمختلف الأمراض والحالات الصحية، سواء الطارئة أو المزمنة،
مثنياً سموه على الكادر الطبي الإماراتي، الذي أظهر كفاءة رفيعة
في مختلف التخصصات، بما في ذلك طب وجراحات الأطفال،
بإنجازات نوعية، تضاف يوماً بعد يوم إلى سجل النجاحات الطبية
البارزة على مستوى العالم بتوقيع إماراتي.

جاء ذلك خلال استقبال سموه، الأسبوع الفائت، للفريق الطبي
التابع لمستشفى لطيفة للنساء والولادة، والذي قام، مؤخراً،
بإجراء جراحة بالغة الدقة لعلاج تشوهه في العمود الفقري لجنين
إماراتي عمره لم يتجاوز ستة أشهر، وهو داخل رحم أمه، وهي
الجراحة الأولى من نوعها على مستوى المنطقة العربية، وتعد من
الجراحات النادرة على مستوى العالم.

حضر اللقاء، الذي جرى في استراحة سمو ولي عهد دبي في ند
الشبا، معالي حميد محمد القطامي المدير العام لهيئة الصحة في
دبي، ومعالي عبد الله البسطي الأمين العام للمجلس التنفيذي
لإمارة دبي. وشاهد سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل
مكتوم خلال اللقاء، فيلماً قصيراً حول الجراحة الناجحة، واستمع
لشرح حول هذه العملية الجراحية الفريدة من الدكتور منى تهلك،
استشاري النساء والولادة، المدير التنفيذي لمستشفى لطيفة،
والدكتور محمد العلماء استشاري جراحة المخ والأعصاب في
مستشفى راشد، وهما الطبيبان الإماراتيان اللذان قادا الفريق الذي
قدّم هذا الإنجاز الطبي الكبير، وضم أكثر من 20 طبيباً، إضافة إلى
طاقم التمريض، ضمن الجراحة التي استغرقت إتمامها بنجاح حوالي
ست ساعات كاملة.

وأعرب سمو ولي عهد دبي، عن عميق تقديره للمستوى المتقدم
الذي وصلت إليه الخدمات الطبية والصحية في دبي، ودولة
الإمارات على وجه العموم، من خلال منشآت طبية عالية الكفاءة

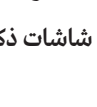
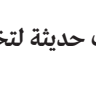
بدعم «دبي القابضة»..

«هيئة الصحة» تدشن حافلة متطورة للتبرع بالدم

دشنت هيئة الصحة بدبي ودبي القابضة، الأسبوع الماضي، حافلة جديدة للتبرع بالدم، بهدف تعزيز قدرات مركز دبي للتبرع بالدم وتمكينه من الوصول إلى الراغبين بالتبرع بالدم في مختلف مناطق تواجدهم.

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|--|
|  <p>تصنيع محلي</p> |  <p>صدقية للبيئة</p> |  <p>تصميم وفق نموذج هندسي متطور وأعلى درجات الأمان</p> |  <p>استيفاء أعلى شروط ومعايير وبرتوكولات السلامة والأمان الصحي</p> |  <p>مزودة بشبكة إنترنت فائقة المستوى</p> |  <p>مزودة بأنظمة ربط إلكتروني وكاميرات متقدمة</p> |
|---|---|---|---|---|--|

الحافلة تتضمن:

- | | | |
|---|---|---|
|  <p>4 أسرة متطورة تقنياً ومزودة بأحدث المستلزمات الطبية للتبرع بالدم</p> |  <p>ألواح ذكية لتعبئة بيانات المتبرعين بالدم</p> |  <p>نقطة استراحة للمتبرعين بالدم، مزودة بخدمة (واي فاي)</p> |
|  <p>شاشات ذكية</p> |  <p>غرفة للمختبر</p> |  <p>غرفة للفحص الطبي</p> |
| | |  <p>وحدات حديثة لتخزين الدم</p> |



الحافلة بدعم كامل من دبي القابضة
(أحد الشركاء الاستراتيجيين للهيئة)

تواصل فعال بين المركز والمتبرعين بالدم لضمان استمراريتهم في التبرع، والمساهمة في تحقيق الاكتفاء الذاتي لوحدة الدم، وتلبية احتياجات كافة للمستشفيات الحكومية والخاصة في إمارة دبي.

إجراءات احترافية ينفذها المركز لضمان سلامة الموظفين والمتبرعين:

- | | | |
|--|--|---|
| <p>1</p> <p>الحرص على الالتزام بالتباعد الجسدي</p> | <p>2</p> <p>التنظيف والتعقيم المستمر للأسطح وأسرة التبرع بالدم</p> | <p>3</p> <p>قياس درجة حرارة الجسم للمتبرعين بالدم وموظفي المركز</p> |
|--|--|---|

البيان الصحي
غرافيك: محمد أبوعبيدة

النساء العاملات أقل عرضة لضعف الذاكرة

كشفت دراسة جديدة في كلية بوسطن للخدمة الاجتماعية، أن النساء اللواتي يعملن خارج المنزل قد يحافظن على ذاكرة أفضل مع تقدم العمر. ووجد الباحثون أنه من بين ما يقرب من 6200 امرأة في الولايات المتحدة أعمارهن 55 عاماً أو أكثر، أن اللواتي عملن خارج المنزل في سن الرشد أقل عرضة لتدهور الذاكرة، مقارنة مع غير العاملات. وكان معدل انخفاض الذاكرة بين الأمهات غير العاملات أكبر 50%، مقارنة مع اللواتي عملن خارج المنزل. وركز الباحثون على العوامل الأخرى، مثل العرق، ومستوى التعليم والظروف الاجتماعية والاقتصادية للمرأة أثناء الطفولة. ووفق ما ورد في موقع يو بي أي الإلكتروني، أظهرت النتائج أن معدل تدهور الذاكرة كان أبطأ بين النساء العازبات العاملات. (دبي - البيان الصحي)

رفع الأثقال قد يساعد في التغلب على القلق

أكدت دراسة لجامعة لمريك في أيرلندا، ونشرت في مجلة «سينتفك ريبورتس»، أن تمارين المقاومة وعلى رأسها رفع الأثقال، قد تساعد في تهدئة القلق والتوتر. وأجريت الدراسة على 28 شاباً وشابة، فحص فيها الباحثون تغير مستويات القلق لدى بعضهم، بعد إخضاعهم لدورة تدريبية لتمارين المقاومة لمدة ثمانية أسابيع. وشملت التمارين القرفصاء، وتمارين الضغط، ورفع الأثقال. وبعد انتهاء الدورة التدريبية، ماذ المشاركون استبيانات عن صحتهم العقلية، وأظهرت النتائج انخفاض القلق لدى الذين مارسوا تمارين المقاومة بـ 20%، في حين بقيت مستويات القلق لدى الذين لم يمارسوا أي تمارين. ووفق ما ورد في موقع «إم إس إن»، خلص الباحثون إلى أن روتين تمارين المقاومة يخفف أعراض القلق لدى الأصحاء. (دبي - البيان الصحي)



«صحة دبي» تعزز خدماتها بـ«eWallet» للدفع المالي الذكي

دبي-البيان الصحي

دشّنت هيئة الصحة بدبي، الأسبوع الفائت، نظام «eWallet» للدفع المالي الذكي، لتكون هي الجهة الحكومية الأولى على مستوى دبي، التي تعمل بهذا النظام، الذي يفتح المجال لجميع المتعاملين مع الهيئة ومستشفياتها ومراكزها وعياداتها الطبية، لدفع رسوم الخدمات عن طريق الهاتف، وبطريقة آمنة ودقيقة وسريعة، بعيداً عن استخدام العملة الورقية.

وبذلك، تكون الهيئة أضافت خطوة مهمة لرصيد خطواتها التي قطعتها في اتجاه الاستغناء عن جميع المعاملات الورقية التي كانت قد بدأتها داخلياً، ثم على مستوى معاملات الموردين، لتصل الآن إلى المعاملات المالية للمتعاملين مع منشأتها الطبية.

ومع تطبيق النظام الجديد، أخيراً، في مستشفى راشد، كبداية، أصبح بمقدور كل متعامل أو مراجع تحميل تطبيق «eWalletAE»، الخاص بالنظام الجديد، والدفع المالي مباشرة، وفي اللحظة نفسها يكون المحاسب المالي التابع للهيئة، قد تلقى إشعار الدفع، ومن ثم إتمام المعاملة.

جاء ذلك ثمرة تعاون وثيق بين الهيئة وبنك دبي الإسلامي، ومؤسسة الإمارات للاتصالات.

وفي السياق نفسه، وتسهيلاً على المتعاملين، فتحت الهيئة المجال للدفع الإلكتروني عن طريق مجموعة من شركات الصرافة المعتمدة لديها.

استراتيجية

ولدى تدشينه النظام الجديد، أكد معالي حميد محمد القطامي مدير عام هيئة الصحة بدبي، حرص الهيئة على تنفيذ استراتيجية دبي للمعاملات اللامركزية، ومبادراتها الرئيسية التي كان قد أطلقها سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي، في شأن التحول لحكومة مستقبلية بلا زيارات ولا ورق بحلول عام 2021.

وقال معاليه: إن دبي سبّاقة برؤيتها وأفكارها المبتكرة ومبادراتها الاستثنائية الخلاقة، ومن بينها التحولات التقنية والذكية التي تشمل جميع مناحي الحياة، مشيراً إلى أن الهيئة تعمل مع جميع شركائها الاستراتيجيين من أجل أن تكون دائماً في طليعة المؤسسات المنفذة لتلك التحولات، وما يتصل بها من أهداف وأولويات، تسعى إليها «صحة دبي»، لتعزيزاً لتفوق دبي، وتحقيقاً لرضا الناس وثقتهم وسعادتهم.

د. بتول البلوشي: فحوصات الطب النووي والتصوير الجزيئي للأطفال آمنة

أكدت الدكتورة بتول البلوشي، استشاري ورئيس الطب النووي والتصوير الجزيئي، أن فحوصات التصوير الجزيئي النووي على الأطفال آمنة ولا تمثل خطورة على صحة الطفل، ويتم ذلك بدون آثار جانبية.

وأوضحت أن جرعة الإشعاع التي يتم إعطاؤها للأطفال تكون محسوبة بحسب حالة كل مريض وعمره تماشياً مع البروتوكولات العالمية في هذا المجال، ويتم تحديد الجرعة وتقليلها بحسب العمر، وتكون جرعة الإشعاع في معظم الفحوصات للطب النووي مقارنة أو أقل من كمية الأشعة المستعملة في الفحوص الأخرى في مجال الطب والتشخيص الإشعاعي.

وبيّنت أن مدة فحص الطب النووي والتصوير الجزيئي في العادة تستغرق بين 45 دقيقة إلى ساعة، ولكن في فحوص معينة في بعض الحالات قد يستغرق زمن التصوير أكثر من ذلك، ومن المهم جداً أثناء الفحص عدم حركة الطفل خاصة وقت أخذ الصور. لذلك قد تكون هناك حاجة إلى التخدير أو إعطاء بعض المواد المنومة أو المهدئة، ويكون ذلك بحسب الحالة المرضية لدى الطفل وعمره، فبعضهم لا تتناهب موجات الخوف والذعر من فحوص الأشعة، لذلك لا يوجد داعٍ لإعطاء الأدوية المنومة، خاصة أنه من الممكن أن يتواجد الوالدان أو المرافقون مع الطفل وقت التصوير لتهدئته وإزالة شعور الخوف عنه. وفي بعض الحالات لا مفر من الحاجة إلى إعطائه بعض المواد التي تجعله ينام وقت الفحص. وتستلزم فحوص الطب النووي في العادة تركيب إبرة في الوريد لغرض حقن النظائر المشعة، ربما بعد ذلك يحس الطفل بالإزعاج لمدة قصيرة فقط.

وأضافت أنه في إطار الخدمات الجديدة يتم الفحص الكامل للجسم باستخدام الكاميرات الهجينة وجهاز البيت-سي تي، ويتم استخدام الفحوصات تشخيصية السرطانية ولا يمكن استبداله بفحوصات تشخيصية أخرى فهو يوفر فرصة تشخيص الأورام السرطانية وتقييم الانتشار والاستجابة للعلاج. وقدمت الدكتورة بتول الشكر الجزيل إلى المسؤولين في هيئة الصحة في دبي على الدعم الكبير الذي يقدمونه لمركز الطب النووي، وإلى جميع الكوادر الطبية وأطقم التمريض والعناصر الإدارية المساندة في الدولة، وأخص بالذكر العاملين في مركز دبي للطب النووي والتصوير الجزيئي على جهودهم العظيمة التي يقومون بها في المركز. (دبي - البيان الصحي)

د.بتول البلوشي

النظام يودّع المعاملات الورقية النقدية في مستشفيات ومراكز الهيئة

المؤسسة الحكومية الأولى في تنفيذه على مستوى الإمارة

القطامي: دبي سبّاقة برؤيتها وأفكارها المبتكرة ومبادراتها الاستثنائية

وأشاد معالي القطامي بفرق العمل المتخصصة في الهيئة التي تقوم على عمليات التحول اللامركزي، مؤكداً أنهم يقومون بعملهم باحترافية ومسؤولية، وأن الهيئة تقدر كل عمل مخلص، يخدم المصلحة العامة ومصالح الناس.

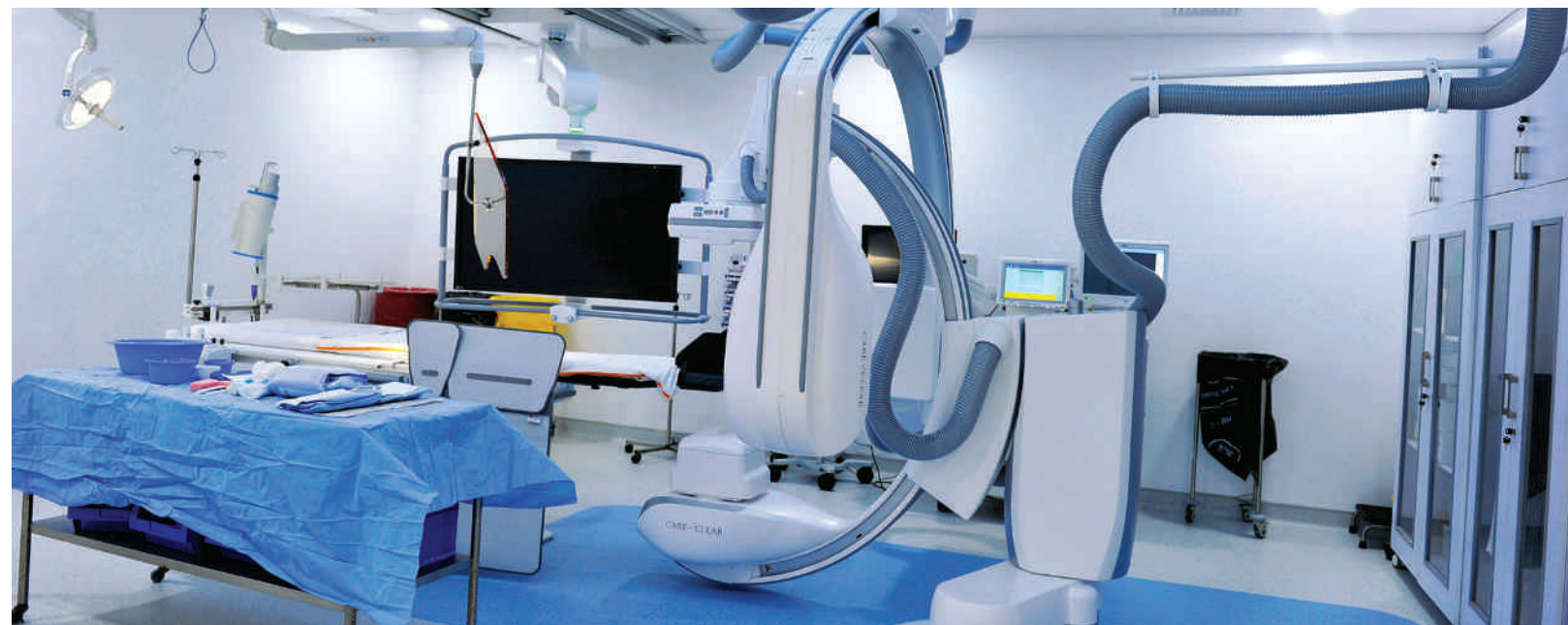
تعميم

من جانبه، أعلن أحمد النعيمي المدير التنفيذي لقطاع خدمات الدعم المؤسسي المشترك في الهيئة، عن توجه «صحة دبي» لتعميم النظام الجديد على سائر منشأتها الطبية خلال الفترة المقبلة، مؤكداً أن النظام جاهز لذلك.

وأوضح أن الهيئة أوشكت بالفعل على إنجاز التحول إلى اللامركزي في معاملاتها كافة، وأن ذلك سيكون سريعاً وفي وقت قريب.

حضر التدشين عدد من المسؤولين في بنك دبي الإسلامي ومؤسسة «اتصالات»، إلى جانب مسؤولين ومختصين من الهيئة.

مستشفى راشد ريادة في تدريب أطباء الأشعة



صمّمت القلب والتشوهات الخلقية للقلب، إضافة إلى كل الدراسات للجهاز العصبي بما فيها اتباع البروتوكولات العالمية لدراسة كل أنواع الأوعية الدموية في آن واحد سواء عن طريق الأشعة المقطعية أو الرنين المغناطيسي، وكذلك يعد القسم مركزاً إقليمياً حصرياً للقيام بدراسة الرنين المغناطيسي الوظيفي للمخ، والذي يقوم من خلاله بالطلب من المريض القيام بوظائف مختلفة لدراسة مراكز التحكم لهذه الوظائف في المخ وفعاليتها.

دراسات

وأوضح أن القسم يقدم دراسات عالية الجودة في خدمات يقدمها القلب في الإمارات مثل الرنين المغناطيسي لبروستاتا الذي يساهم في الاكتشاف المبكر لمرض السرطان والرنين المغناطيسي للأعضاء الدقيقة لمراقبة مرضى الكروني بالإضافة إلى الخدمات التي يقدمها كون مستشفى راشد مركزاً رئيساً للطوارئ في الدولة فيحصر قسم الأشعة على تقديم دراسات أشعة مقطعية عالية الجودة للجسم للمتعرض لعدة إصابات أو في مجال الجلطة الدماغية، وحرص القسم أيضاً على إدخال خدمة الموجات الصوتية بالصيغة الملونة التي تساهم في تشخيص الأورام وبشكل خاص أورام الكبد، كما أدخل القسم في الأعوام الماضية خدمتي المنظار الافتراضي للقولون والشعب الهوائية في الرئتين، وتتيح دراسة الأشعة المقطعية للقلب التي يحرص القسم على وجود جودة عالية في صورته معرفة إذا كان المريض يحتاج إلى قسطرة أو لا، ويتطلع القسم إلى تقديم خدمات أكثر بشكل متواز مع بقية العالم المتطور خدمة للمجتمع.

تخريج 9 أطباء مواطنين من قسم الأشعة بعد تدريبهم 5 سنوات

خبرات وكفاءات عالية وأجهزة وتقنيات حديثة يتميز بها المستشفى

دبي-البيان الصحي

بات مستشفى راشد مركزاً معتمداً ورائداً في تدريب أطباء الأشعة بفضل ما يملكه من خبرات وكفاءات عالية وأجهزة وتقنيات حديثة.

وقال الدكتور أسامة البستكي رئيس قسم الأشعة في المستشفى عن تخريج 9 أطباء مواطنين من القسم بعد تدريبهم لمدة 5 سنوات حسب نظام المجلس العربي للتخصصات الطبية واجتيازهم اختبارات البورد العربي.

وأضاف إن القسم يستقبل سنوياً من 2-4 أطباء متبعين سواء من قبل وزارة الصحة ووقاية المجتمع أو من قبل شرطة دبي والجهات الأخرى.

وقال الدكتور البستكي إن الأطباء المواطنين أثبتوا كفاءة عالية أثناء وجودهم في القسم، وفي الاختبارات التي تجرى لهم بعد التخرج حيث حصل أحد الأطباء الدكتور أحمد سعادت خلال وجوده في البرنامج على جائزة من الجمعية الأميركية للأمراض، كما شاركت الدكتورة عفراء الفلاحي في العديد من المؤتمرات العالمية كباحثة وحصلت كل من الدكتورة ريم الكتبي والدكتور عبدالله المازمي والدكتورة مريم المهيري على كأس الإمارات للأشعة في سنوات مختلفة.

خدمات متميزة

وأشار إلى أن قسم الأشعة يقدم خدمات تشخيصية متميزة وخاصة مثل الدراسات المختلفة للرنين المغناطيسي للقلب سواء للأمراض الوراثية أو المكتسبة أو الجلطة أو الالتهاب وأمراض

د.أسامة البستكي

المدير التنفيذي لقطاع الخدمات الطبية المساندة والتمريض في «هيئة الصحة»:

«دبي للتبرع بالدم» يتمكن من تجميع 62 ألف وحدة خلال العام الجاري

الهيئة تغطي احتياجات مستشفياتها و39 مستشفى خاصاً من الدم

د. فريدة الخاجة



دبي - البيان الصحي

يُعد مركز دبي للتبرع بالدم التابع لهيئة الصحة بدبي، أحد المنشآت الطبية المتخصصة الرائدة عالمياً ببروتوكولاتها وتقنياتها وحلولها الذكية وتجهيزاتها الفائقة، التي تكفل أعلى درجات سلامة ومأمونية الدم، في جميع مراحلها، بداية من تجميعه من المتبرعين وحتى تخزينه ووصوله للفئات المحتاجة، سواء من مصابي الحوادث أم أصحاب الأمراض التي تحتاج إلى نقل دم بشكل دوري.

وإلى جانب مكانته العالمية واعتماداته الدولية التي حصل عليها من المؤسسات المرموقة والصارمة جداً في منح الاعتمادات ومنها اعتماد (JCI)، واعتماد جمعية بنوك الدم الأمريكية، فإن المركز يحظى بثقة عالية من جانب المتبرعين الذي يترددون على المركز للتبرع بالدم.

وأكدت الدكتورة فريدة الخاجة المدير التنفيذي لقطاع الخدمات الطبية المساندة والتمريض في هيئة الصحة بدبي، أن المركز نجح في تجميع ما يصل إلى قرابة 62 ألف وحدة دم، فيما وصل عدد المقبلين على التبرع بالدم لأكثر من 47500 متبرع، يمثلون 136 جنسية، من بينهم 5350 متبرعاً مواطناً.

تقنيات

وتفصيلاً، أكدت الدكتورة فريدة الخاجة أن الدعم الكامل الذي قدمته دبي القابضة لتوفير حافلة جديدة للتبرع بالدم، مزودة بأحدث التقنيات، يمثل دفعة قوية لمهام المركز ودوره الطبي والإنساني في توفير الدم لإنقاذ حياة المرضى والمصابين. وجددت شكر الهيئة الجزيل وتقديرها لـ «دبي القابضة»، مؤكدة أنها واحدة من المؤسسات الوطنية العملاقة، التي تعتنز بها هيئة الصحة بدبي وبدورها التنموي، كما تعتنز بشراكاتها الاستراتيجية ودعمها الذي يمثل أهمية بالغة للهيئة.

3 حافلات

وأوضحت الدكتورة الخاجة أنه مع الحافلة الجديدة المطورة التي تم تدشينها قبل أيام، يكون لدى هيئة الصحة بدبي الآن ثلاث حافلات، ومن ثم سيكون بإمكان مركز دبي للتبرع بالدم من تغطية جميع مناطق دبي، كما سيتمكن المركز من زيادة أعداد حملات التبرع

47500 عدد المقبلين على التبرع بالدم

136 جنسية ينتمي إليها المتبرعون

5350 متبرعاً مواطناً

50% من وحدات الدم المجمعة على مستوى الدولة من إنجاز المركز

97% مؤشر سعادة متعاملي المركز

إقبال المتبرعين يظهر ثقة المجتمع في المركز وتجهيزاته ووسائل الأمان الصحي

بالدم السنوية التي ينظمها، والتي وصلت منذ بداية العام الجاري وحتى اليوم إلى 531 حملة.

واستعرضت الدكتورة فريدة الخاجة مجموعة من الأرقام والبيانات الخاصة بالعام الجاري 2020، موضحة أنه وبالرغم من الظروف التي يشهدها العالم وتشهدها الدولة بسبب «كوفيد 19»، إلا أن مركز دبي للتبرع بالدم نجح في تجميع 43798 وحدة دم، بالإضافة إلى 4730 وحدة صفائح دموية، و13177 وحدات بلازما مجمدة، بإجمالي يصل إلى قرابة 62 ألف وحدة دم.

ثقة

أشارت أيضاً إلى أن عدد المقبلين على التبرع بالدم وصل لأكثر من 47500 متبرع، يمثلون 136 جنسية، من بينهم 5350 متبرعاً من مواطني الدولة، كما ضم الإجمالي العام للمتبرعين 5470 امرأة. وهذا - كما قالت الدكتورة فريدة - يظهر ثقة المجتمع في المركز وفي تجهيزاته ووسائل الأمان الصحي والراحة المتوفرة، وقبل ذلك يظهر القيم الإنسانية.. قيم العطاء والإيثار والبذل، التي يتميز بها المجتمع الإماراتي. ولذلك تظل الإمارات من أولى دول العالم التي يتم فيها تجميع الدم عن طريق التبرع الطوعي. وأوضحت الدكتورة الخاجة أن مركز دبي للتبرع بالدم يجمع وحده 50% من وحدات الدم التي يتم تجميعها على مستوى الدولة، لافتة إلى الأنظمة الحديثة والذكية التي يقوم عليها المركز وتستند إليها عملية التبرع بالدم، وكذلك امتلاك المركز لقائمة ضخمة ببيانات المتبرعين بالدم، ممن يبادرون دائماً بالتبرع.

تجهيزات

وأكدت أن ثقة المتبرعين بالدم في التعامل مع المركز، ورضاهم عن التجهيزات والتقنيات المستخدمة وإجراءات التبرع السلسة، وسبل الراحة المتوفرة لهم، والمناخ الصحي الآمن لعملية التبرع، كل ذلك هو ما رفع مؤشر سعادة المتعاملين مع المركز إلى 97%، وهي نسبة مميزة جداً على حد وصف الدكتورة فريدة الخاجة.

وأفادت الدكتورة الخاجة أن هيئة الصحة بدبي ومن خلال المركز تغطي احتياجات جميع مستشفياتها من الدم، إلى جانب احتياجات 39 مستشفى خاصاً في إمارة دبي، وذلك على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع.

تقنيات

أوضحت الدكتورة فريدة الخاجة المدير التنفيذي لقطاع الخدمات الطبية المساندة والتمريض في هيئة الصحة بدبي أن المركز يقدم خدماته بالتقنيات الذكية ومن دون أوراق، وهو ما مكّنه من الحصول على العديد من الجوائز المحلية والعالمية، وفي مقدمة هذه الخدمات، خدمة «دمي» الذكية المتاحة ضمن تطبيق الهيئة (DHA).





جفاف البشرة الأكزيما والعدوى

أهم المضاعفات

دبي - البيان الصحي

الإحساس بشدّ الجلد والملمس
الخشن والشقوق أبرز الأعراض

يحدث في معظم الحالات نتيجة
عوامل مثل الطقس الحار أو البارد

الحالات المصحوبة بالاحمرار والحكة
والقروح تستدعي مراجعة الطبيب

يمكن تحسين الحالة بالمرطبات
وتجنب الصابون عالي القلوية

يزداد خطر الإصابة مع التقدم
في العمر

يحدث جفاف الجلد في معظم الحالات نتيجة عوامل مثل الطقس الحار أو البارد، وانخفاض نسبة الرطوبة في الهواء، والغطس في الماء الساخن، وعادة لا يمثل حالة خطيرة. وقد يُؤذي الجفاف المفرط إلى تنشيط المرض؛ مسبباً (الأكزيما)، كما أن تشقّق البشرة الجافة تسمح للبكتيريا باختراق الجلد مسببة العدوى. ووفقاً لأطباء «مايوكلينيك» فإنه يمكن للشخص عمل الكثير بمفرده لتحسين حالة الجلد، بما في ذلك استخدام مرطبات البشرة وتجنب استخدام الصابون الذي يحتوي على نسبة قلوية عالية أو المناسب للبشرة الجافة. ولكن في بعض الأحيان يحدث جفاف الجلد على نحو أكثر تواتراً أو يكون شديداً. في هذه الحالات، قد تكون بحاجة إلى مساعدة من طبيب متخصص في الأمراض الجلدية.

الأعراض

وغالبًا ما يكون جفاف الجلد مؤقتًا — يُمكن أن تتعرّض له في فصل الشتاء فقط، على سبيل المثال — ولكن من الممكن أيضًا أن يكون حالة مرضية مزمنة. تعتمد علامات وأعراض جفاف الجلد على عمرك وصحتك واين تعيش والوقت الذي تقضيه خارج المنزل وسبب المشكلة. من المحتمل أن يتسبب جفاف الجلد في عرض أو أكثر من الأعراض التالية:

- إحساس بشدّ الجلد، خاصة بعد الاغتسال أو الاستحمام أو السباحة
- ملمس ومظهر خشن للجلد
- حكة في الجلد (رغبة ملّحة لحكّ الجسم)
- تقشير خفيف أو حاد
- خطوط رقيقة أو شقوق

- جلد رمادي

- احمرار

- شقوق عميقة من الممكن أن تنزف

زيارة الطبيب

إن غالبية حالات البشرة الجافة تستجيب بشكل جيد لنقط الحياة والعلاجات المنزلية. يُرجى الرجوع إلى الطبيب في الحالات التالية:

- إن لم يتحسن جلدك بالرغم من بذل أفضل الجهود
- جفاف الجلد المصحوب باحمرار
- إذا كان الجفاف والحكة يعيقان النوم بشكل جيد
- لديك قروح مفتوحة أو إصابات من الخدش
- لديك مناطق كبيرة من التقشير أو تساقط الجلد

الأسباب

يحدث جفاف البشرة غالبًا نتيجة لسبب بيئي. وقد تصيب أمراض محدّدة أيضًا جلدك وتؤثر عليه تأثيرًا كبيرًا.

تتضمّن الأسباب المحتملة للبشرة الجافة ما يلي:

- الطقس: تزداد احتمالية جفاف البشرة في الشتاء، عند انخفاض مستويات الحرارة والرطوبة. ولكن قد لا يُشكّل الموسم أي تأثير إذا كنت تعيش في مناطق صحراوية.
- الحرارة: تعمل التدفئة المركزية والمواد الحارقة للخشب وأجهزة تدفئة المكان والمدافئ جميعها على خفض الرطوبة وتسبب جفاف البشرة.
- الاغتسال والاستحمام بمياه ساخنة: يُمكن أن يتسبّب الاغتسال أو الاستحمام بمياه ساخنة لمدة طويلة في جفاف البشرة. وكذلك الأمر بالنسبة للسباحة المتكرّرة، وخاصة في حمامات السباحة التي ترتفع بها نسبة الكلور.
- الصابون والمنظّفات التي تحتوي على نسبة قلوية عالية: تتسبّب العديد من أنواع الصابون والمنظّفات والشامبو المنتشرة في سحب الرطوبة من بشرتك، حيث تمّ تصنيعها لإزالة الزيوت.
- الأمراض الجلدية الأخرى: الأشخاص المصابون بأمراض جلدية، مثل التهاب الجلد التأتبي (الأكزيما) أو الصدفية، معرّضون للإصابة بجفاف البشرة.

عوامل الخطر

وقد يُصاب أي شخص بجفاف الجلد: وقد تكون أكثر عُرضة للإصابة بالحالة إذا:

- كنت تبلغ أربعين عامًا أو أكثر: يزداد خطر الإصابة مع التقدم في العمر — يُصاب ما يزيد عن 50 في المئة من كبار السن بجفاف البشرة.
- كنت تعيش في مناخ جاف أو بارد أو منخفض الرطوبة
- كنت تعمل في وظيفة تتطلب منك أن تغمر جلدك في الماء، مثل التمرين وتصنيف الشعر.
- كنت تسبح كثيرًا في حمامات تحتوي على الكلور.

المضاعفات

جفاف الجلد غير ضار عادة: ولكن عندما يُترك دون اعتناء، فقد يؤدي جفاف الجلد إلى:

- التهاب الجلد التأتبي (الأكزيما): إذا كنت عُرضة للإصابة بهذه الحالة، فقد يُؤدّي الجفاف المفرط إلى تنشيط المرض؛ مما يُسبّب الاحمرار والتشقّق والالتهابات.
- حالات العدوى: قد تشقّق البشرة الجافة؛ مما يسمح للبكتيريا باختراق الجلد مسببة العدوى.
- من المرجّح أن تحدث هذه المضاعفات عندما تتعرّض آليات الحماية الطبيعية لبشرتك للخطر الشديد. على سبيل المثال، يُمكن للبشرة شديدة الجفاف أن تُسبّب تشقّقات أو شروخ عميقة، والتي يُمكن أن تفتّح وتنزف؛ مما يتيح الفرصة لغزو البكتيريا.

الوقاية

جرّب النصائح التالية لتحافظ على جلدك من الجفاف الزائد:

- المرطب: مرطب يمنع الجلد من تسرّب الماء والاحتفاظ به.
- قُلّل التعرّض للماء: حافظ على أن يكون وقت الاغتسال 10 دقائق بل أقل. اجعلّ المشوّر على دافئ وليس ساخن. حاول ألا تغتسل أكثر من مرة في اليوم.
- يُستحسن ألا تستعمل الصابون الجاف الصّلب: جرّب كريمات التنظيف ومنظّفات البشرة اللطيفة وجيل الاستحمام، والتي تحتوي جميعها على مرطبات إضافية.
- غطّ أكبر قدر مساحة ممكنة من جلدك في الطقس البارد أو العاصف: قد يعمل الشتاء بشكل خاص على تجفيف الجلد، فكُن حريصًا عند الخروج على ارتداء وشاح وقبعة وقفازات.
- ارتدي قفازات مطّاطية: إذا اضطررت إلى غمر يديك في الماء أو إلى استخدام منظفات شديدة، فارتدي القفازات؛ لأنها يُمكن أن تساعدك في حماية بشرتك.

التشخيص

من المرجّح أن يُجري طبيبك فحصًا جسديًا ويسأل عن تاريخك الطبي، بما في ذلك الوقت الذي بدأت فيه بشرتك بالجفاف وما العوامل التي تجعلها أفضل أو أسوأ، وعادات الاستحمام، ونظامك الغذائي، وكيفية الاعتناء ببشرتك.

قد يقترح طبيبك إجراء اختبارات تشخيصية معيّنة للتحقّق ممّا إذا كانت بشرتك الجافة ناتجة عن حالة طبية أساسية، مثل الغدة الدرقية الخاملة (قصور الدرقية).

العلاج

وفي معظم الحالات، تستجيب البشرة الجافة جيدًا لمقاييس نمط الحياة، مثل استخدام مرطبات البشرة وتجنب الحمام الدافئ طويل المدة. إذا كنت تعاني من بشرة جافة جدًّا وملينة بالقشور، قد يوصي طبيبك باستخدام كريم بدون وصفة طبية يحتوي على حامض اللاكتيك أو حمض اللاكتيك مع اليوريا.

إن كنت تعاني من مرض جلدي أشد خطورة، مثل التهاب الجلد التأتبي (الأكزيما)، أو الشّماك، أو الصدفية، قد يصف طبيبك كريم أو مرهم أو علاجات أخرى بالإضافة للرعاية المنزلية. قد يؤدي جفاف البشرة أحيانًا إلى التهاب جلدي؛ مما يؤدي إلى احمرار وحكة في الجلد. في تلك الحالات، يشمل العلاج دهن يحتوي على الهيدروكورتيزون. إذا اتسعت تشققات جلدك، فقد يصف طبيبك الضمادات الرطبة للمساعدة في منع حدوث العدوى.



7 أنماط حياتية للمحافظة على بشرة رطبة وصحية

تساعد بعض التدابير والأنماط الحياتية والعلاجات المنزلية في المحافظة على بشرة رطبة وصحية، وهذه أهم الخطوات:

01 الترطيب: توفر مرطبات البشرة حاجزًا على الجلد لمنع تسرب المياه منه. ينصح بوضع المرطب عدّة مرات في اليوم وبعد الاستحمام. ويُفضّل استخدام المرطبات ذات القوام الكثيف مثل منتجات العلامات التجارية يوسيرين وسيتافيل المتاحة دون وصفة طبية.

كما قد ترغبين أيضًا في استخدام مُستحضرات التجميل التي تحتوي على مرطبات البشرة. إذا كانت بشرتك جافة للغاية، فقد ترغبين في وضع زيت، مثل زيت الأطفال، بينما لا تزال بشرتك رطبة. يتميز الزيت بقدرة أكبر من المرطبات للبقاء على سطح البشرة ومنع تبخر المياه منها. الاختيار الآخر هو المراهم التي تحتوي على هلام النفط (الفازلين، أكوافور). وقد تمنحك هذه المنتجات شعورًا باللزوجة، لذلك قد ترغبين في استخدامها ليلاً فقط.

02 استخدام مياه دافئة وتقليل وقت الاستحمام: حيث تزيد الفترات الطويلة من الاغتسال أو الاستحمام والمياه الساخنة الزيوت

03 تجنب استخدام الصابون القلوي أو المناسب للبشرة الجافة: يُفضّل استخدام كريمات التنظيف أو منظفات الجلد اللطيفة وجل الاستحمام أو الاغتسال المُضاف إليه مرطبات البشرة. يجب اختيار الصابون معتدل القلوية المُضاف إليه الزيوت والدهون. وكذلك تجنب مزيلات العرق والمنظفات المضادة للبكتيريا والعطور والكحول.

04 استخدام مرطبات البشرة بعد الاستحمام مباشرة: ينبغي الترتيب بلطف على البشرة لتجفيفها بالمنشفة وبذلك تحتفظ ببعض الرطوبة. في غضون دقيقتين بعد الاستحمام يجب وضع الكريم المرطب أو المرهم للاحتفاظ برطوبة البشرة. قد يكون من الأفضل استخدام مُنتج يحتوي على الفاازلين كأحد المكونات الثلاثة الرئيسية به. كما قد يساعد أيضًا استخدام المُنتجات التي تحتوي على الغليسرين، وحمض اللاكتيك أو اليوريا.

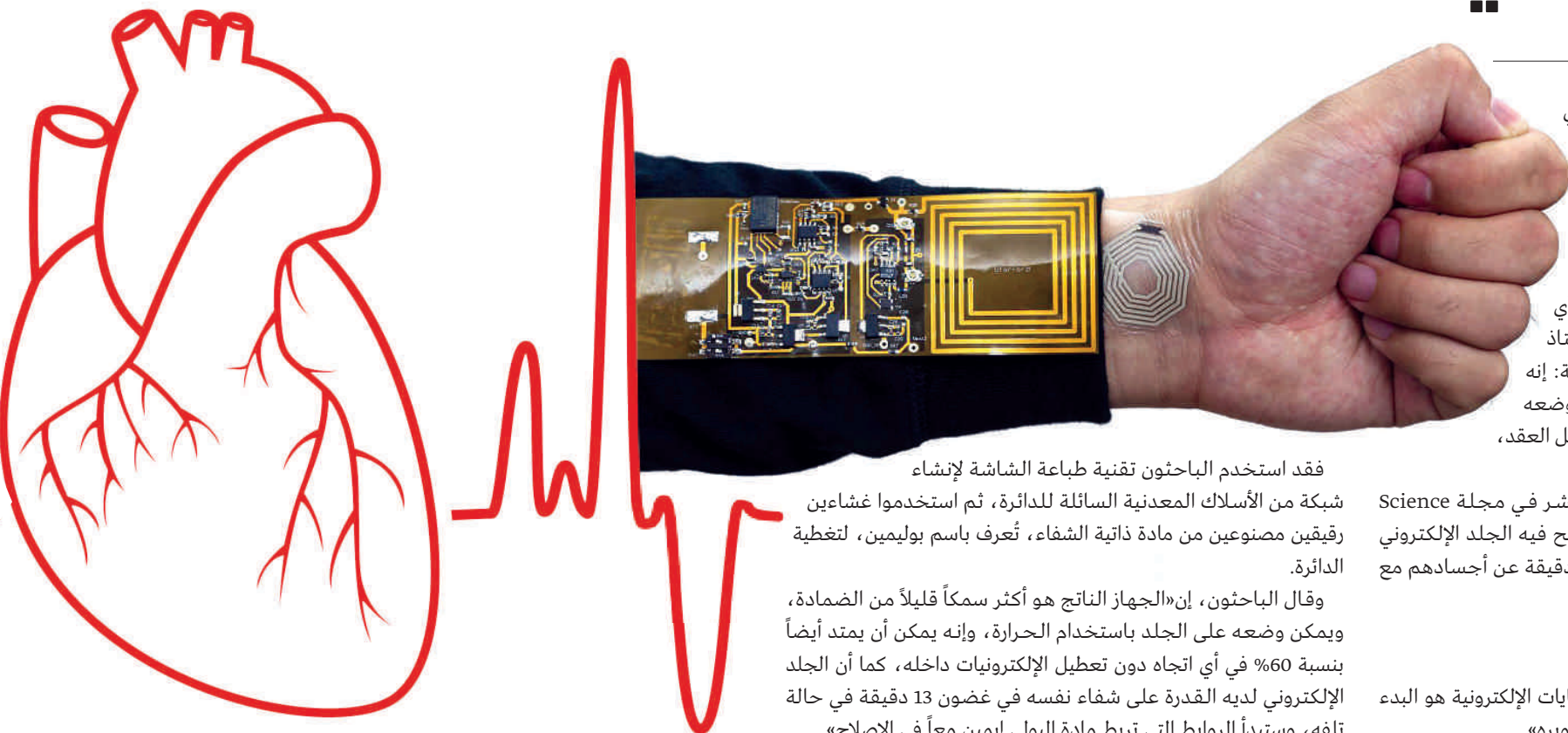
05 استخدام جهاز مرطب للجو: يُمكن أن يسبب الهواء الداخلي الجاف والساخن جفاف البشرة الحساسة ويزيد من الحكة وتقشر البشرة. جهاز ترطيب الجو المنزلي المحمول أو الملحق بالفرن يضيف رطوبة إلى الهواء داخل منزلك. يجب الحرص على نظافة الجهاز الخاص بك.

06 اختيار الأقمشة اللطيفة على بشرتك: تسمح الأقمشة الطبيعية، مثل القطن والحرير، للبشرة أن تتنفس. في حين أن الصوف، على الرغم من كونه منتجًا طبيعيًا، يُمكن أن يهيج حتى البشرة العادية.

07 غسل الملابس بمنظفات خالية من الصبغات أو العطور، حيث يُمكن لكليهما أن يهيج بشرتك. إذا تسببت لك البشرة الجافة بالحكة، ينصح بوضع كمادات باردة على هذه المنطقة. ولتقليل الالتهاب، ينبغي استخدام أحد كريمات أو مراهم الهيدروكورتيزون المتاحة دون وصفة طبية، التي تحتوي على واحد في المئة على الأقل من مادة الهيدروكورتيزون. وإذا لم تقلح تلك التدابير في تخفيف الأعراض أو إذا ساءت الحالة أكثر، فعين زيارة طبيبك أو استشارة طبيب جلدية.

جلد إلكتروني لمراقبة دقات القلب وقياس حرارة الجسم

دبي-البيان الصحي



فقد استخدم الباحثون تقنية طباعة الشاشة لإنشاء

شبكة من الأسلاك المعدنية السائلة للدائرة، ثم استخدموا غشاءين رقيقين مصنوعين من مادة ذاتية الشفاء، تُعرف باسم بوليمين، لتغطية الدائرة.

وقال الباحثون، إن «الجهاز الناتج هو أكثر سمكاً قليلاً من الضمادة، ويمكن وضعه على الجلد باستخدام الحرارة، وإنه يمكن أن يمتد أيضاً بنسبة 60% في أي اتجاه دون تعطيل الإلكترونيات داخله، كما أن الجلد الإلكتروني لديه القدرة على شفاء نفسه في غضون 13 دقيقة في حالة تلفه، وستبدأ الروابط التي تربط مادة البولي إيمين معاً في الإصلاح».

طور باحثون في جامعة «كولورادو بولدر» في الولايات المتحدة، جهازاً رقيقاً يشبه الجلد يمكن ارتداؤه وقابل لإعادة التدوير بالكامل ولديه القدرة على إصلاح نفسه، ويمكن له «الجلد الإلكتروني» أداء المهام الحسية، مثل تتبع عدد الخطوات اليومية أو قياس درجة حرارة الجسم، ومعدل دقات القلب، ويمكن تشكيله ليناسب أي مكان في الجسم. وقال جيان ليانغ شياو، الأستاذ المساعد في قسم الهندسة الميكانيكية بالجامعة: إنه إذا كنت تريد ارتداء هذا مثل الساعة، يمكنك وضعه حول معصمك، وإذا كنت ترغب في ارتداء هذا مثل العقد، يمكنك وضعه على رقبته.

وأفاد الفريق الباحث بأن عملهم الذي نُشر في مجلة Science Advances، يمكن أن يؤدي إلى مستقبل يسمح فيه الجلد الإلكتروني القابل لإعادة التدوير للأشخاص بجمع بيانات دقيقة عن أجسادهم مع تقليل النفايات الإلكترونية.

إعادة

وقال البروفيسور شياو: «الحل الذي نقدمه للنفايات الإلكترونية هو البدء بكيفية صنع الجهاز، ونريد جهازاً يسهل إعادة تدويره».

دبي-البيان الصحي

كشفت دراسة جديدة عن طريقة مبتكرة لبرمجة دماغ الإنسان ليفضل الغذاء الصحي بدلاً من الوجبات السريعة. ووفقاً لصحيفة «ديلي ميل» البريطانية، وجد خبراء من الولايات المتحدة عند تطبيق أبحاثهم على القردة، أن هذه الخلايا العصبية تترجم الخيارات المختلفة للدماغ الذي يعمل على التوصل إلى قرار.

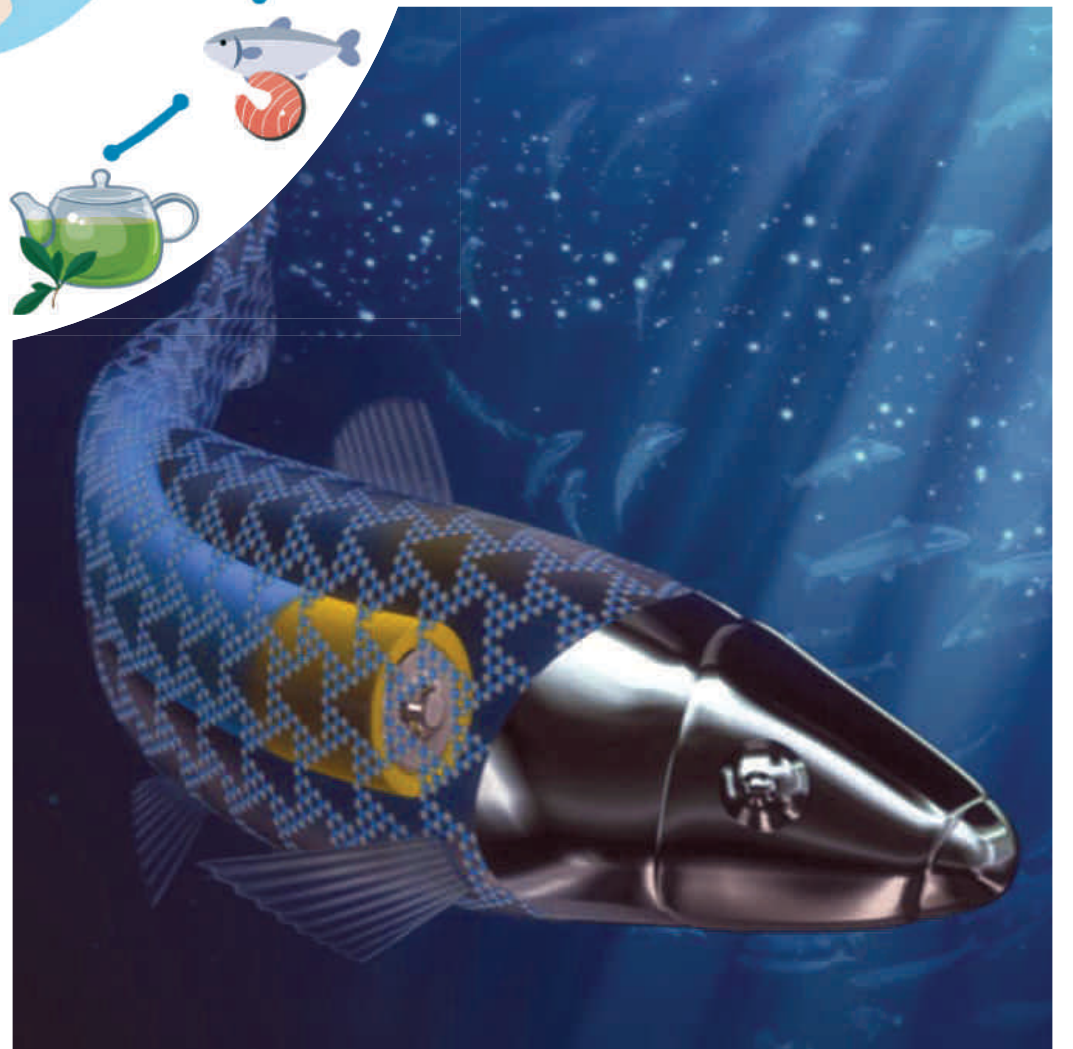
اضطرابات

وقال عالم الأعصاب ومؤلف الدراسة كاميلو بادوا



سكيوبا من جامعة واشنطن في سانت لويس: «في عدد من الاضطرابات النفسية والعقلية العصبية، يتخذ المرضى باستمرار خيارات سيئة، لكننا لا نفهم السبب بالضبط، والآن توصلنا لقطة مهمة من هذا اللغز، والتي تسلط الضوء على الآليات العصبية الكامنة وراء اتخاذ القرارات وتفضيل الخيارات».

وقال البروفيسور: «تحدد دراستنا الخلايا العصبية التي تتحكم في عملية اتخاذ القرار، الأمر الذي يمهّد الطريق أمام التحكم في ميول المخ لتفضيل بعض الأطعمة عن غيرها، واختيار الشوكولاتة بدلاً من الفاكهة على سبيل المثال».



ابتكار يرصد مستويات التوتر والاكثئاب من شمع الأذن

وبحسب الباحث الرئيس في الدراسة الدكتور أندريس هيران فيفيس، يمكن استخدام شمع الأذن لقياس الجلوكوز أو الأجسام المضادة لفيروس كورونا.

كورتيزول

ويعتبر الكورتيزول علامة بيولوجية محتملة للاكتئاب، ولكن قياس مستوياته المتقلبة بدقة صعب، ولذلك تعتبر التقنية الأكثر شيوعاً هي استخدام عينات الشعر، ولكنها أيضاً تعاني من تقلبات الكورتيزول على المدى القصير وليس لدى كل شخص ما يكفي من الشعر لإنتاج عينة موثوق بها.

وأوضح الفريق الذي ابتكر الاختبار الجديد أنه مقارنة بعينات الشعر توفر عينات شمع الأذن فرصة اختبار أرخص وأكثر فاعلية. وقال الدكتور هيران فيفيس، إن اختبار الكورتيزول من خلال عينة الشعر غير دقيق، كما يمكن أن يؤدي أخذ عينة الشعر إلى الإجهاد النفسي.

وشرح الباحثون أن اختبار الكورتيزول القائم على شمع الأذن أكثر استقراراً ولا يتطلب أخذ العينة سوى مسحة قطنية لا تؤدي لأي ضرر.

جهاز يمكن من الاختبار في المنزل والحفاظ على التباعد الاجتماعي

دبي-البيان الصحي

كشفت دراسة جديدة أجراها باحثو جامعتي كوليدج لندن وكينجز لندن أن شمع الأذن يمكن أن يساعد في الكشف عن التوتر أو الاكتئاب من خلال رصد مستوى الكورتيزول في الجسم. واكتشف الخبراء أن هرمون الإجهاد في شمع الأذن كان مستقراً نسبياً، ولذلك ابتكروا جهازاً جديداً يمكنه أخذ عينة واختبارها بسرعة وبثمن ضئيل وفعال.

ووفقاً لصحيفة ديلي ميل البريطانية، يمكن استخدام الاختبار الجديد في المنزل دون إشراف طبي؛ ما يسمح بإجراء فحوصات طبية مع الالتزام بالتباعد الاجتماعي.

سمكة روبوتية مجهرية لإيصال الأدوية داخل جسم الإنسان

دبي - البيان الصحي

السباحة المجهرية في توصيل الدواء إلى المكان المناسب داخل جسم الإنسان، أو في التكنولوجيا البيئية مثل تنقية المياه، من بين أهم المجالات المحتملة تطبيقها فيها.

وذكر التقرير أن روبوت السباحة microswimmer يبلغ طوله نحو 3 ميكرومتر (0.003 ملليمتر)، كما أنه لا يُرى بالعين المجردة، ويتكون من مركب كيميائي من عنصري الكربون والنتروجين القادرين على امتصاص وتحويل الضوء، وعندما يتعرض للضوء يتم إنتاج الإلكترونات وتشكل ثقب صغيرة يمكنها تخزين الإلكترونات كلما احتاج الروبوت إليها في مرحلة لاحقة. وأوضح التقرير أن الباحثين طوروا ثلاثة أنواع مختلفة من الروبوت، بمواد مُصنعة من الذهب والبلاتين والسيليكون، فيما أثبت الروبوت المُصنّع من البلاتين العمل بشكل أفضل في المياه النقية والكحولية، وكذلك في ضوء الأشعة فوق البنفسجية والضوء المرئي، وكان الروبوت الذهبي ذا أداء أفضل في سائل بيروكسيد الهيدروجين.

يُطور فريق من الباحثين بمعهد ماكس بلانك للأنظمة الذكية في ألمانيا، مشروع روبوت مجهرية يملك القدرة على السباحة، وتأتي طاقته من خلية شمسية مع بطارية متكاملة.

ووفقاً للباحثين، فإن تعريض الروبوت السمكة، كما يوصف، لنحو 30 ثانية فقط من الضوء يمكن أن يمنحه نصف ساعة إضافية من الطاقة. وسعت مجموعة من باحثي معهد ماكس بلانك في شتوتغارت بألمانيا إلى تجهيز روبوتات صغيرة بخلايا كهروضوئية، لكن الجديد في هذا الابتكار هو قدرة الروبوت على تخزين طاقة في بطاريته يستطيع من خلالها السباحة في الظلام الدامس في وقت لاحق.

ابتكارات

وبحسب تقرير موقع innovationorigins المعني بتتبع أخبار الابتكارات الجديدة، يعد استخدام روبوت

المراكز الطبية

دبي تطوّر منظومتها الصحية للارتقاء بجودة الرعاية

تلبية احتياجات المواطن والمقيم في الإمارة.

توسّع في افتتاح المنشآت
المتخصصة خلال جائحة
«كوفيد 19»

«الضيافة الصحي» يسهم
في علاج الأمراض المعدية
والسارية والوبائيات

حققت المراكز الطبية في دبي إنجازات نوعية في الارتقاء بالقطاع الطبي، لاسيما جهودها اللافنة خلال جائحة كورونا، وارتقاؤها في تقديم أفضل الخدمات الصحية، بما فيها التخصصية، ووضعت هيئة الصحة بدبي جل اهتمامها لتوفير الرعاية الطبية للمواطن والمقيم بجودة عالية، تعزز سعادة المتعاملين والمرضى.

وعلى الرغم من الجائحة، إلا أن جهود الهيئة ومراكزها الصحية لم تتوان عن تطوير أعمالها والتوسع في خدماتها، فشهد العام الجاري وفترة الجائحة افتتاح العديد من المراكز الصحية المزودة بالوسائل التكنولوجية الحديثة مثل الروبوتات وإنترنت الأشياء كمركز سالم الذكي لفحص اللياقة، ومركز اليلابس والتي كان آخرها مركز الضيافة الصحي، وهو مركز متخصص في علاج الأمراض المعدية والسارية والوبائيات.

جهود

وكان لهيئة الصحة دور مميز ورائد في تحقيق قفزات نوعية على مستوى القطاع الطبي في الإمارة، بفضل مواصلتها مسيرة التقدم والرفق في ظل ما توليه القيادة الرشيدة لحكومة دبي من اهتمام بالغ في صحة المجتمع، من حيث توفير مقومات الرعاية الصحية التي

د. يونس كاظم

شهدت إمارة دبي خلال العام 2020
افتتاح العديد من المراكز الصحية
المزودة بالوسائل التكنولوجية الحديثة

بالأرقام

2020

يتكون مركز الضيافة
الصحي من 3 طوابق تضم
88 غرفة لرعاية مرضى
«كوفيد 19»

88

تطوير

وحرصت الهيئة على تقوية بنيتها التحتية والتقنية معاً، لاستيعاب أية تغيرات ومواجهة أية ظروف، والتعامل مع أية مستجدات صحية على الوجه المرجو والمطلوب.

وأضاف أن الهيئة عملت على تأسيس مثل

جائحة

ولا تدخر «صحة دبي» وسعاً في التعامل مع مقتضيات المرحلة الراهنة والمستقبلية، خصوصاً ما يتعلق بالأمراض المعدية والسارية، وبالتحديد تحدي «كوفيد 19» العالمي. وسخرت الهيئة خلال الفترة الماضية منذ بداية جائحة «كوفيد 19» العالمية وحتى اليوم، إمكانياتها وقدراتها لمواجهة هذا التحدي، وأنها في الوقت نفسه عملت كثيراً في اتجاهات رفع الطاقة الاستيعابية لمنشأتها الطبية، تحسباً لأية تطورات أو احتمالات لفيروس كورونا.

ويمثل مركز الضيافة الصحي إضافة مهمة لمنظومة الرعاية الصحية الفائقة التي تتبنى الهيئة تنفيذها، والتي ساعدت كثيراً في الحد من مخاطر «كوفيد 19»، كما ساعدت في رفع معدلات الشفاء من فيروس كورونا.



فرج إسماعيل



فيصل الكعبي

مستطلعون:

«الهيئة» حققت قفزات
نوعية في مستوى
القطاع الصحي

أكد عدد من مستطليعي «البكان الصحي» أن هيئة الصحة في دبي عززت مسيرة التقدم والارتقاء بالخدمات الطبية لإسعاد المتعاملين وراحة المرضى، مشيرين إلى ما تضطلع به المراكز الخدمية الطبية من دور محوري في توفير رعاية طبية بجودة عالية للحد من انتشار الأمراض والحفاظ على صحة الأفراد والمجتمع. وأشادوا بالدور المميز والرائد للهيئة في تحقيق قفزات نوعية على مستوى القطاع الطبي، بفضل ما توليه القيادة من اهتمام بالغ في صحة المجتمع من حيث توفير مقومات الرعاية الصحية التي تلبى احتياجات المواطنين والمقيمين، ورؤية مستقبلية تنسجم مع ما تعيشه دولة الإمارات اليوم من تطور وازدهار.

وتمنوا توفير هيئة الصحة بدبي كافة الخدمات الطبية المتكاملة والكفؤة لمتعاملها، لا سيما خلال جائحة «كورونا»، عبر مواكبة أحدث المستجدات العالمية الطبية.

وأشادوا بإنشاء الهيئة مركز الضيافة للأمراض المعدية والوبائية، مؤكدين أنه سيساهم في تعزيز الإجراءات الوقائية والاحترازية في والحد من الأمراض السارية والمعدية في المجتمع.

وقاية وحماية

وتمن فيصل الكعبي حرص هيئة الصحة بدبي على تقديم أعلى مستويات الرعاية الطبية، ومواكبة المستجدات العالمية في خفض محاربة الأمراض المعدية والخطيرة على حياة الأفراد والحد من انتشارها بغرض وقاية وحماية المجتمع.

وأشار إلى أن إنشاء مثل هذه المراكز يساهم في حماية أفراد

مسيرة متواصلة لتعزيز الخدمات الطبية وإسعاد المتعاملين وراحة المرضى

قفزة نوعية في الرعاية الصحية

كودار طبية وإدارية متخصصة:

- استشاريا أمراض معدية
- 8 أطباء باطنية وأمراض معدية
- 9 أطباء عناية حثيئة وتخدير وأخصائي تنفس
- 79 ممرضاً
- 10 صيادلة
- 8 فني أشعة
- 39 فني مختبر
- 4 إداريين
- أخصائي تغذية

أجهزة:

- أحدث أجهزة التنفس الصناعي
- تخطيط القلب
- نظام مراقبة وإنعاش القلب المركزي
- نظام أكسجين
- شفط سوائل مركزي
- أجهزة قياس غازات الدم
- مضخات التغذية الوريدية والغذائية
- نظام ضغط سلبي لجميع الغرف
- أجهزة أشعة ثابتة ومتحركة
- صيدلية ذكية في كل قسم
- مختبر متكامل لإجراء الفحوصات المخبرية



مركز الضيافة:



على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع



أوقات العمل:

شكل توسع هيئة الصحة بدبي بالخدمات الصحية قفزة نوعية في مجال الرعاية الصحية، إذ افتتحت ثلاثة مراكز مهمة، الأول مركز سالم الذكي والثاني مركز اليليس في منطقة إكسيو وتوجت مشاريعها بمركز الضيافة.

- يتكون من 3 طوابق
- 88 غرفة لرعاية مرضى «كوفيد 19»
- يستقبل الحالات العادية والحرية
- عيادات متخصصة
- صيدلية ومختبر
- قسم الأشعة التشخيصية وأشعة المتابعة
- 88 سريراً الطاقة الاستيعابية
- 170 غرفة التوسعة المستقبلية لمواجهة أية ظروف



غرافيك: محمد أبووعيدة
البَيان الصحي

بدأ المركز فعلياً في استقبال عدد من حالات «كوفيد 19»، لتلقي الرعاية المطلوبة

تسعى «صحة دبي» ليصبح مركزاً دولياً متخصصاً في علاج الأمراض السارية

ثلاثة طوابق، تضم 88 غرفة لرعاية مرضى «كوفيد 19»، سواء كانت حالات عادية أو حرجية، إلى جانب العيادات المتخصصة والصيدلية والمختبر وقسم الأشعة التشخيصية وأشعة المتابعة، فيما ينسم المركز بالمرونة التي تسمح بأعمال توسعات أخرى مستقبلاً لمضاعفة عدد الغرف إلى 170 غرفة تحسباً لأية ظروف أو احتمالات.

وأوضح أن العمل في المركز على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع، ومع التدشين بدأ المركز بالفعل في استقبال عدد من حالات «كوفيد 19»، لتلقي الرعاية الصحية المطلوبة، وذلك بإشراف إدارة مستشفى راشد، التي يتبعها المركز مباشرة.

وأضاف المدير التنفيذي لمؤسسة دبي للرعاية الصحية أن الهيئة عملت على تأسيس مثل هذا المركز، ليكون مستقبلاً مركزاً دولياً متخصصاً في علاج الأمراض السارية، وفي الوقت نفسه يكون مختبراً فائق التقدم للفحوصات المخبرية، ومركزاً متطوراً لأبحاث ودراسات الوبائيات.

تخصصات

بدوره، أكد الدكتور فهد باصليب المدير التنفيذي لمستشفى راشد، أن مركز الضيافة الصحي يتميز بكودار طبية وإدارية متخصصة، حيث يوجد عدد 2 استشاري أمراض معدية، 8 أطباء باطنية وأمراض معدية، 9 أطباء عناية حثيئة وتخدير وأخصائي تنفس، 79 ممرضاً، 10 صيادلة، 8 فني أشعة، 39 فني مختبر، 4 إداريين، وأخصائي تغذية.

هذا المركز، ليكون مستقبلاً مركزاً دولياً متخصصاً في علاج الأمراض السارية، وفي الوقت نفسه يكون مختبراً فائق التقدم للفحوصات المخبرية، ومركزاً متطوراً لأبحاث ودراسات الوبائيات.

وشهدت دبي تطوير الخدمات، لتعزيز جودة الحياة، ورفع من مستوى رفاهية العيش في المدينة، فيما تواصل هيئة الصحة جهودها لخدمة الناس، وراحة المرضى، وهي تعمل بحرص شديد على المضي في طريق التميز.

تقنيات

بدوره، قال الدكتور يونس كاظم المدير التنفيذي لمؤسسة دبي للرعاية الصحية: إن مركز الضيافة الصحي، يعد من أحدث المراكز الصحية التي تفتتحها الهيئة هذا العام، ويعد من المراكز المتخصصة في علاج الأمراض المعدية والسارية والوبائيات، حيث تم إنشاؤه وتزويده بأحدث التقنيات العالمية وفقاً لأعلى المعايير والاشتراطات المعمول بها عالمياً في مثل هذا النوع من المنشآت الطبية. وأضاف أن المركز يعد متكامل في مرافقه وخدماته وتجهيزاته وتقنياته المتقدمة.

3 طوابق

وأوضح الدكتور كاظم أن المركز يقع في منطقة دبي الصناعية ومكون من

د. فهد باصليب

أجهزة

أوضح الدكتور فهد باصليب المدير التنفيذي لمستشفى راشد أن مركز الضيافة الصحي مزود بأحدث الأجهزة مثل أجهزة التنفس الصناعي، تخطيط القلب، نظام مراقبة وإنعاش القلب المركزي، نظام أكسجين وشفط سوائل مركزي، أجهزة قياس غازات الدم، مضخات التغذية الوريدية والغذائية، نظام ضغط سلبي لجميع الغرف، أجهزة أشعة ثابتة ومتحركة، صيدلية ذكية في كل قسم، مختبر متكامل لإجراء الفحوصات المخبرية.

العمل في المركز على مدار 24 ساعة وطوال أيام الأسبوع، ومع التدشين بدأ في استقبال عدد من حالات «كورونا»

24

المركز يتسم بالمرونة التي تسمح بتوسعات مستقبلية لمضاعفة عدد الغرف إلى 170 غرفة تحسباً لأي ظروف

170

وكذلك حرص الهيئة على مواكبة كل ما هو جديد في هذا المجال، بما يعزز تقديم الرعاية الطبية والخدمات بجودة أعلى وبشكل ميسر، لافتاً إلى أن الارتقاء بالخدمات الصحية غير ممكن من دون الاستفادة من التطورات التكنولوجية الكبيرة التي تشهدها الهندسة الطبية في العالم، مشيداً بجهود الهيئة التي تحرص على مواكبة هذه التطورات، والاستفادة منها من خلال دعم وتبني المبادرات الهادفة، والاستفادة من تقنيات الذكاء الاصطناعي وتسخيرها في الارتقاء بخدماتها.

معايير عالمية

من جانبه، أكد محمد الأصلي أن اتباع الهيئة في المنشآت الصحية التابعة بتوفير الرعاية الطبية بأفضل المعايير العالمية يعزز رحلة المتعاملين، وصحة المجتمع، عبر تقديم خدمات صحية شاملة ومبتكرة، كما يعزز الارتقاء إلى مستويات تنافسية مرموقة، وبما ينسجم ومئوية الإمارات 2071 الساعية إلى أن تكون دولة الإمارات الأفضل بالعالم في المجالات كافة. وأشار إلى أن هذه الجهود التي تبذلها الهيئة في توفير الرعاية الصحية المتطورة لسكان إمارة دبي، وحرصها على تطوير المشاريع الصحية المبتكرة التي تخدم المجتمع، ستسهم في بناء صحة الإنسان، وخلق مجتمع متعاف، وتوفير بيئة صحية تمكن أفراد المجتمع من الحصول على خدمات علاجية، وفق أحدث المعايير العالمية

الدولية، على صعيد التزود بأحدث التقنيات، والتجهيزات والوسائل الذكية المتقدمة، انطلاقاً من حرصها على أن صحة الإنسان هي الأساس في تطور المجتمعات وتقدمها وازدهارها، وهي المؤشر الحقيقي لمستوى الرفاهية، وأحد أهم مسارات التنمية المستدامة في دولة الإمارات، فضلاً عن كونها أولوية قصوى في أجندة العمل الحكومي.

مقومات

وأشار عبد الباسط عبد الحنان إلى أن هيئة الصحة تحرص على توفير كل مقومات الصحة والسعادة لأفراد المجتمع من المتعاملين، وتذليل كل السبل أمام المرضى للحصول على خدمات طبية رفيعة المستوى، من خلال منشآت صحية متقدمة، ومزودة بأحدث التقنيات والوسائل الذكية، التي يقوم عليها نخب طبية تتميز بالكفاءة والاحترافية. وأشاد بحرص الهيئة على تسخير التكنولوجيا في تطوير القطاع الطبي في الإمارة، وكذلك تسهيل إجراءات المتعاملين، وتقديم الرعاية لهم بجودة عالية.

مواكبة

بدوره، ثمن فرج إسماعيل التطور الهائل في العلوم الطبية،



أحمد عبد العال



عبد الباسط عبد الحنان



محمد الأصلي

المجتمع، والحد من أية آثار سلبية جراء جائحة كورونا.

دور محوري

ورأى أحمد حسن عبد العال أن مثل هذه المراكز تلعب دوراً هاماً ومحورياً في مواجهة العديد من التحديات الصحية التي تواجه المجتمع، كما تشكل مكوناً رئيسياً في النظام العالمي للاستجابة الدولية للأمراض والأوبئة.

تقنيات

وثن عبد العال الجهود الحثيئة التي تبذلها هيئة الصحة في دبي في مواكبة التقنيات الحديثة في المجال الطبي وتسخيرها لإسعاد المرضى وتوفير أفضل الخيارات التشخيصية والعلاجية، ما جعلها تعزز موقعها في القطاع الطبي بمواكبة التحولات النوعية التي تشهدها الدولة ومدينة دبي في هذا المجال. وأكد أنها وضعت لها بصمة خاصة على خريطة الساحة الصحية



التييس كريم

يمكن أن يسد الكوليسترول الشرايين باللويحات التي تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب، لذلك يجب ألا يستهلك الشخص البالغ السليم أكثر من 300 ملليغرام من الكوليسترول يومياً. يحتوي كوب من الآيس كريم على أكثر من ثلث كمية الكوليسترول التي يُنصح بتناولها في اليوم، وكذلك الكثير من الحلويات الكريمة الأخرى. بالإضافة إلى ذلك، فإن الآيس كريم يحتوي أيضاً على نسبة عالية من الدهون المشبعة، وهو أمر يضر بصحة القلب، إضافة إلى زيادة السعرات الحرارية، التي يمكن أن تسهم في زيادة الوزن وضعف صحة القلب.



المشروبات السكرية

ربطت الدراسات الاستهلاك المنتظم للمشروبات السكرية بأمراض القلب التي تعتبر السبب الرئيسي لوفاة النساء في الولايات المتحدة. بالإضافة إلى ذلك، وجدت إحدى الدراسات التي تابعت 80 ألف امرأة على مدار 22 عاماً أن النساء اللواتي تناولن علية مشروبات سكرية في اليوم الواحد كان لديهن خطر الإصابة بالنقرس بنسبة 75% مقارنة بالنساء اللواتي لا يتناولن هذه الأنواع من المشروبات. ولا يقتصر الأمر على تعريض نفسك لخطر الإصابة بمرض السكري من النوع 2، ولكن شرب المشروبات السكرية غالباً ما يرتبط بالسمنة أيضاً. ويصعب كثيراً التخلص من الوزن الزائد غير المرغوب به مع التقدم في السن.



ألواح إنقاص الوزن

تشير الأبحاث إلى أن تناول 20 إلى 30 غراماً من البروتين في كل وجبة يعد أمراً مثالياً، خاصة مع تقدمنا في العمر، إلا أن الإفراط في تناول هذه البروتينات، قد يكون سيئاً للصحة ولا يفيد في إنقاص الوزن.



البطاطس المقلية

وجدت دراسة نشرت في المجلة الكندية لممارسات وأبحاث النظام الغذائي، أن تسخين الزيت إلى درجة التدخين أثناء القلي السريع قد يقلل من كمية الأحماض الدهنية المتعددة غير المشبعة. وهذه هي الدهون الصحية للقلب التي تغذي بشرتك ومفاصلك. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تؤدي الأطعمة المقلية إلى زيادة الوزن.



اللحوم المصنعة

يفضل الابتعاد عن اللحوم المصنعة والهورت دوج واللحوم الباردة؛ لأنها تحتوي على التترات المسببة للسرطان، وتقوم بزيادة نسبة الصوديوم المسبب لارتفاع ضغط الدم. وجدت دراسة نشرت في مجلة سيتوكاين نيت ورك أن تترات الصوديوم تزيد من الإجهاد التأكسدي الذي يمكن أن يتلف الكولاجين والإيلاستين في البشرة.

وجبات خفيفة يجب على المرأة تجنبها

دبي-البيان الصحي

أكدت دراسة عالمية أن النساء أكثر عرضة بنسبة 15% لتناول الوجبات الخفيفة مقارنة بالرجال، وقد لا تدرك الكثير من النساء أن بعض الوجبات الخفيفة قد تتسبب بأضرار صحية عديدة لهن، وفيما يلي مجموعة من أسوأ الوجبات الخفيفة بالنسبة للنساء، بحسب ما نقل موقع إم إس إن الإلكتروني.

أجزاء في الدجاج لا ينصح بأكلها



دبي-البيان الصحي

يعتبر الدجاج طبقاً شائعاً في النظام الغذائي لكثير من الناس في مختلف دول العالم، لكن تناول بعض أجزاء هذا الطائر يمكن أن يضر الجسم. وجاء في موقع «سوهو»، أن الكثير من الطفيليات والبكتيريا تتواجد على ذيل الدجاج، ولذلك لا ينصح بالاستهلاك المفرط لهذا الجزء من الطائر، لأنه يؤثر سلباً على الصحة. وأوصى مؤلف المقالة، كذلك بالتوقف عن تناول رثتي الدجاج، وذلك لوجود الكثير من الطفيليات والبكتيريا، التي لا يمكن القضاء عليها حتى عن طريق

المعالجة الحرارية، نظراً لمقاومتها لدرجات الحرارة المرتفعة. وأكدت المقالة، أن تناول هذه القطعة من الدجاجة، يمكن أن يؤدي إلى مشاكل صحية لجسم الإنسان. ووفقاً لموقع «روسيا اليوم»، في رأس الدجاجة، يمكن أن تتراكم بعض المواد الخطرة على صحة الإنسان. ويلاحظ كاتب المقالة، أنه لا يوجد شيء عملياً مفيد في جلد الدجاج، فهو غني بالدهون، وهناك أيضاً العديد من الطفيليات والبكتيريا على سطحه.

العنب الأسود يقي من الزهايمر

دبي - البيان الصحي

أكدت خبيرة التغذية بمركز الدراسات الزراعية الفرنسية هيلين هوداك أهمية العنب الأسود أو الأحمر الداكن لقدرته على الحماية من تصلب الشرايين. وأوضحت الخبيرة لمجلة «هيلث نيوتشرن» أن العنب غني بالسكر، مما يجعله فاكهة الطاقة التي تتناسب مع المجهود الذهني والجسماني. وشددت الخبيرة على ضرورة اختيار

العنب داكن اللون. لاحتوائه كميات وفيرة من الفيتامينات والمواد المغذية.

وكانت دراسة أمريكية قالت إن مركب «ريسفيراترول» (Resveratrol) الموجود طبيعياً في قشور وبذور العنب يمكن أن يستخدم في تطوير علاج لقتل خلايا سرطان القولون ومنع الإصابة بالمرض.

كما أفادت دراسة أمريكية بأن تناول كوبين من فاكهة العنب لمدة ستة أشهر يساعد في الوقاية من مرض الزهايمر.



عادات غذائية تسبّب انتفاخ البطن

دبي-البيان الصحي

كشفت مجلة «فرويندين» الألمانية أن المجهود الكبير الذي يبذله الكثيرون في رحلة البحث عن بطن مسطحة من

تعديل النظام الغذائي، وممارسة الكثير من الرياضة، إلا أنهم يصابون بخيبة أمل وخاصة عند المعاناة من انتفاخات البطن. وأوضحت المجلة أن هذه الانتفاخات قد تكون نتيجة عادات غذائية غير صحيحة يمكن معالجتها بمجرد الإقلاع عنها.



فاكهة التحلية

ويمكن تناول سلطة الفواكه بدلاً عن أطباق الحلوى والشوكولاتة بعد الغداء، وعلى الرغم من أنها مليئة بمكونات جيدة وأكثر صحة بكثير من الحلوى المليئة بالسكر الصناعي، إلا أنها قد تكون مسؤولة أيضاً عن انتفاخ البطن، فحتى لو كان الفركتوز سهل الهضم، تظل المعدة مشغولة للغاية.



خضراوات

وقد يكون الخس والخضراوات في وقت الغداء، التي يلجأ إليه الكثيرون لقلّة السعرات الحرارية بها هو سبب انتفاخ البطن وإزعاج المعدة؛ حيث إن اللفت والفاصوليا والبصل وبعض الحبوب تتكون إلى حد كبير مما يسمى الفركتانز، الذي لا يمكن هضمه في الأمعاء الدقيقة ويتم نقله على الفور إلى الأمعاء الغليظة، حيث يتم تكسيرها بعد ذلك بواسطة البكتيريا، وهذا هو المكان الذي تشكل فيه الغازات.



مضغ العلكة

كما يتسبب مضغ العلكة في مشاكل بالجهاز الهضمي وانتفاخ المعدة، وذلك بسبب ابتلاع الكثير من الهواء الزائد وإفراز المعدة للحمض المفرز بشكل غير ضروري بالمرة، لأنها توهمت بحركة الفكين أن هناك طعاماً يعضغ وسوف ينتقل إليها.



حليب الجوز

وقد تتسبب منتجات الألبان أو حليب الجوز أيضاً في انتفاخ المعدة.



القهوة

قد تسبّب الانتفاخات لأثما تأثير الجهاز الهضمي وتسبب في عدم الراحة في المعدة أيضاً.



طريقة مبتكرة لعلاج «المياه الزرقاء» في العين

دبي- البيان الصحي

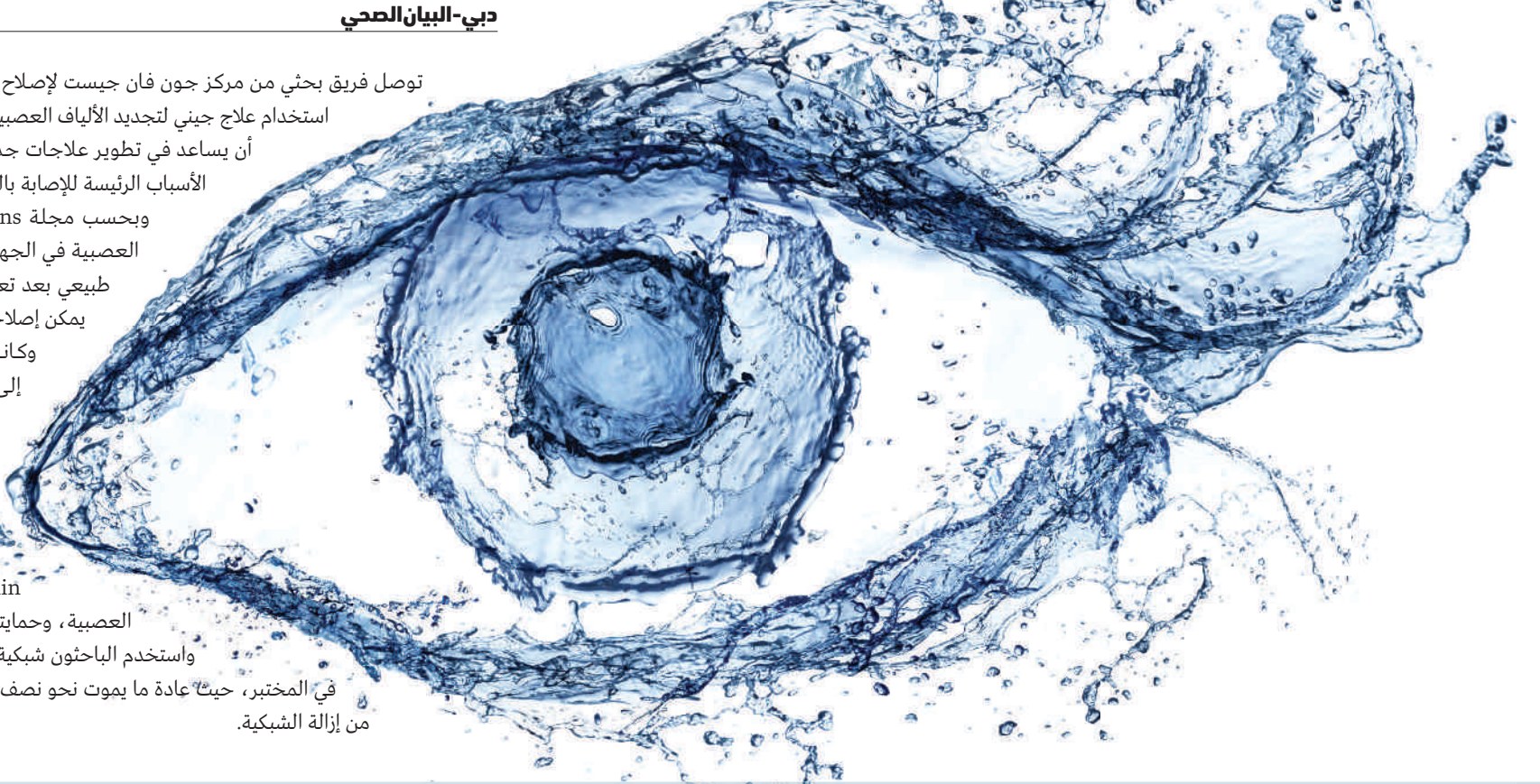
توصل فريق بحثي من مركز جون فان جيست لإصلاح الدماغ بجامعة كامبريدج البريطانية، إلى إمكانية استخدام علاج جيني لتجديد الألياف العصبية التالفة في العين، وذلك في اكتشاف نوعي، يمكن أن يساعد في تطوير علاجات جديدة لمرض الجلوكوما (المياه الزرقاء)، وهو أحد الأسباب الرئيسة للإصابة بالعمى في جميع أنحاء العالم.

وبحسب مجلة Nature Communications العلمية، فإن الألياف العصبية في الجهاز العصبي المركزي لدى البالغين لا تتجدد بشكل طبيعي بعد تعرضها للإصابة والمرض؛ ما يعني أن الضرر غالباً لا يمكن إصلاحه.

وكانت دراسات سابقة خلصت خلال العقد الماضي، إلى إمكانية تحفيز الخلايا العصبية التالفة على النمو مجدداً.

وفي الدراسة الجديدة، اختبر الفريق البحثي بجامعة كامبريدج، مدى فاعلية الجين المسؤول عن إنتاج بروتين في الجسم يعرف باسم Protrudin البروترودين، في تحفيز تجديد الخلايا العصبية، وحمايتها من التلف بعد الإصابة.

واستخدم الباحثون شبكة كاملة من عين فأر، تم زراعتها في طبق زرع الخلايا في المختبر، حيث عادة ما يموت نحو نصف الخلايا العصبية لشبكة العين في غضون ثلاثة أيام من إزالة الشبكة.



أدوية تؤثر على التركيز أثناء القيادة



دبي- البيان الصحي

ضغط الدم أو التي تسبب في خفض القدرة على الإدراك أو الحركة. كما أن الأدوية التي يتناولها المرمء من تلقاء نفسه كأدوية نزلات البرد، التي تساعد المريض على النوم، تُشكل خطورة هي الأخرى، إذ إن لها تأثيراً مهدئاً، ما قد يتسبب في خفض قدرة المريض على التركيز عند قيادة السيارة. كما أن الأدوية، التي تحتوي على مضادات الهستامين لعلاج الحساسية، لها تأثير مُنوم.

ولتجنب المخاطر المحتملة ينبغي على قائدي السيارات التأكد قبل الانطلاق بالسيارة من أنهم بحالة صحية وذهنية جيدة تسمح لهم بالقيادة.

أكدت الرابطة الألمانية للصيادلة أن بعض الأدوية تؤثر بالسلب على سلامة وأمان القيادة، إذ تسبب الأدوية، التي لها تأثير على المخ، في انخفاض قدرة الإنسان على التصرف السليم، كالحبوب المنومة والمهدئة وعقاقير العلاج النفسي، وكذلك أدوية ارتفاع ضغط الدم وقطرة السعال، التي تحتوي على مادة الكوديين. وأضافت الرابطة أن هذا الأمر ينطبق أيضاً على الأدوية، التي تسبب الانخفاض الشديد في نسبة السكر في الدم أو



أرضيات المستشفيات تنقل العدوى

دبي- البيان الصحي



الأرضيات، غرف العزل، القفازات،

أيادي العاملين والآلات الطبية وغيرها، اتّضح أن الأرضية داخل غرف المرضى هي الأكثر تلوثاً. وتحتوي الأرضيات على بكتيريا اسمها المكورات العنقودية الذهبية وهي مضادة لمادة الميسيثيلين كما تحتوي أيضاً على بكتيريا كلوستريديوم ديفيسيل التي تسبب بأمراض والتهابات مختلفة. وأضاف الباحثون أنه دوماً ما تتركز عملية التعقيم في المستشفيات على الأسطح الملموسة باليد ويتم إهمال الأرضيات في حين أن الأخيرة هي الأكثر حاجة إلى التنظيف والتعقيم بطريقة مستمرة

أكدت الرابطة الأمريكية لمكافحة العدوى والأوبئة APIC في دراسة نشرت في «نيو هيلث جورنال»، مؤخراً، أن أرضية المستشفيات تشكل خطراً كبيراً فيما يتعلق بإصابة الأشخاص بالعدوى. ووجد الباحثون أن الأغراض الموجودة في المستشفى غالباً ما تلامس الأرض، الأمر الذي يُعزّز انتقال الأمراض عبر الأيدي والأسطح الأخرى. وقالت المسؤولة عن الدراسة ليندا غرين إنّه من الضروري أن يصبّ طاقم المستشفى والمرضى تركيزهم على المحافظة على نظافة المستشفى وبيئتها. وبعد اختبار عدة عناصر في المستشفى من بينها

علاج مطوّر يحد من الإصابة بالأمراض المرتبطة بالعمر

دبي- البيان الصحي

توصلت دراسة جديدة أجرتها جامعة Exeter، ونقلتها ديلي ميل إلى أنه بالإمكان الوقاية من الأمراض المرتبطة بالعمر، مثل السرطان والخرف، عبر تجديد الخلايا في المختبر.

وعلى الرغم من أن السبب الدقيق للشيخوخة غير واضح، فإن الدراسات السابقة تشير إلى أن الخلايا تبدأ مرحلة الموت عندما تفقد القدرة على تفعيل وإيقاف الجينات بشكل صحيح.

ووجد الباحثون أن حقن كميات صغيرة من كبريتيد الهيدروجين الكيميائي في «مناطق حفظ الطاقة» في الخلايا، يسمح لها بالتحكم في تنظيم الجينات مرة أخرى.

ويمكن لكبريتيد الهيدروجين أن يكون ساماً إذا استخدم بكميات كبيرة، لذا تم حقن المادة الكيميائية مباشرة في قوى الطاقة بالخلايا، والمعروفة باسم mitochondria، للحد من الآثار الجانبية.

عمليات

ويعتقد الباحثون أن نتائج الدراسة التي نُشرت في مجلة Aging، يمكن أن تبطل أو توقف العمليات التي تؤدي إلى أمراض «كبار السن». كما أشاروا إلى أن عدد الخلايا الحساسة قد انخفض إلى النصف نتيجة تجاربهم.

ويمكن القول: إن عمر الخلايا يرجع إلى تراكم ما يسمى «خلايا الهرم» التي لا تعمل بشكل جيد كما ينبغي، وتنتشر تأثيرات مماثلة إلى الخلايا المحيطة بها.

ويعتقد أن الخلايا تتآكل بسبب تلف الحمض النووي أو التهاب معين.

وتأتي هذه الدراسة بعد نشر لقطات في وقت سابق من هذا الشهر، تبين السرعة المحددة لانتشار الخلية، لحماية الجسم من المرض. ويوضح الفيديو انتشار الموت عبر الخلية بسرعة 0.03 ملم في الدقيقة.

واعتقد الباحثون في السابق أن موت الخلايا يكون عبر حركة المواد من منطقة تكون فيها عالية التركيز، إلى حالة التركيز المنخفض.





الورم الخليمي

عدوى فيروسية أكثر شيوعاً في المسالك التناسلية



تعزى جميع حالات سرطان عنق الرحم تقريباً إلى العدوى بالفيروس

الممارسة الجنسية والتلامس الخارجي للأعضاء التناسلية من طرق الإصابة

قد تستمر نسبة ضئيلة من المرض بأنواع معينة منه وتتطور لسرطان عنق الرحم

يعد سبباً لعدد من سرطانات الشرج والفرج والمهبل والقضيب والبلعوم الفموي

الحالة المناعية ونوع الفيروس والتدخين من عوامل الخطورة

سرطان عنق الرحم ثاني أكثر الأورام شيوعاً لدى النساء في المناطق الأقل تقدماً



يعد الورم الخليمي البشري، العدوى الفيروسية الأكثر شيوعاً في المسالك التناسلية، فمعظم النساء والرجال من الناشطين جنسياً سيصابون بالعدوى عند نقطة ما من حياتهم، وبعضهم قد تعاوده الإصابة.

ورغم أن فيروس الورم الخليمي البشري ينتقل جنسياً، فإن الممارسة الجنسية ليست شرطاً لانتقال العدوى. وبعد التلامس الخارجي للأعضاء التناسلية طريقة شائعة تماماً لانتقال العدوى. هذا بالتحديد ما تقوله منظمة الصحة العالمية في دراسة رسمية لها. وثمة أنواع كثيرة لفيروس الورم الخليمي البشري، والعديد منها لا يسبب مشاكل، وعادةً ما تتلاشى حالات العدوى بالفيروس دون أي تدخل في غضون بضعة أشهر بعد اكتسابها، ويزول نحو 90% منها خلال سنتين. وقد تستمر نسبة ضئيلة من حالات العدوى بأنواع معينة من الفيروس وتتطور إلى سرطان عنق الرحم.

سرطان عنق الرحم

وبعد سرطان عنق الرحم أكثر الأمراض المتعلقة بفيروس الورم الخليمي البشري شيوعاً حتى الآن. ويمكن أن تعزى جميع حالات سرطان عنق الرحم تقريباً إلى العدوى بالفيروس. كما تسبب العدوى بأنواع معينة من فيروس الورم الخليمي البشري نسبة من سرطانات الشرج والفرج والمهبل والقضيب والبلعوم الفموي، التي يمكن تفاديها باستخدام استراتيجيات للوقاية الأولية تماثل تلك الخاصة بسرطان عنق الرحم.

ويمكن أن تنجم عن أنواع فيروس الورم الخليمي البشري غير المسببة للسرطان تأليل في الأعضاء التناسلية وورم خليمي تنفسي (مرض تنمو فيه الأورام داخل المسالك التنفسية المفضية من الأنف والفم إلى الرئتين). ورغم أن هذه الحالات قلما تؤدي إلى الوفاة، فإنها قد تسبب بدرجة كبيرة في الإصابة بالمرض. أما تأليل الأعضاء التناسلية فهي بالغة الشيع وفُعدية للغاية وتؤثر على الحياة الجنسية.

ورغم أن معظم حالات العدوى بفيروس الورم الخليمي البشري تزول من نفسها وأن معظم الآفات تتلاشى تلقائياً، فإن الخطر الذي يتهدد النساء كافة هو أن تصبح العدوى بالفيروس مزمنة وأن تتطور الآفات السابقة للسرطان إلى سرطان غازٍ لعنق الرحم.

نظم مناعية

ويستغرق تطور سرطان عنق الرحم لدى النساء صاحبات النظم المناعية العادية ما بين 15 و20 عاماً. وقد لا يستغرق سوى فترة تتراوح بين 5 و10 أعوام لدى النساء اللاتي يعانين من ضعف نظمهن المناعية، كأولئك اللاتي لم يعالجن من العدوى بفيروس نقص المناعة البشرية.

عوامل خطورة استمرار فيروس الورم الخليمي البشري وتطور سرطان عنق الرحم:

- نوع فيروس الورم الخليمي البشري -أي قدرته على تكوين أورام أو مدى تسببه في الإصابة بالسرطان.
- الحالة المناعية - الأشخاص منقوصو المناعة، كأولئك

المتعاشين مع فيروس نقص المناعة البشرية، أكثر عرضة للإصابة بحالات عدوى مستمرة بفيروس الورم الخليمي البشري ولتطور المرض بوتيرة أسرع إلى آفة سابقة للسرطان وإلى سرطان.

- العدوى المترافقة مع عوامل منقولة جنسياً، كتلك التي تسبب في فيروس الحلا (الهربس) البسيط والمُتدثرة والسيلان.
- عدد المواليد لامرأة واحدة (عدد الرضع المواليد) وحداثة العمر عند الولادة الأولى.
- التدخين.

حقائق:

- فيروس الورم الخليمي البشري هو مجموعة من الفيروسات الشائعة للغاية على النطاق العالمي.
- هناك أكثر من 100 نوع من فيروس الورم الخليمي البشري، منها 14 نوعاً على الأقل تسبب السرطان (تُعرّف أيضاً بالنوع الشديد الخطورة).
- ينتقل الفيروس الخليمي البشري أساساً عبر الاتصال الجنسي، ويصاب معظم الناس بعدوى الفيروس بعد بدء ممارسة النشاط الجنسي بفترة وجيزة.
- ينجم سرطان عنق الرحم عن عدوى منقولة جنسياً بأنواع معينة من فيروس الورم الخليمي البشري.
- يتسبب نوعان من فيروس الورم الخليمي البشري (16 و18) في 70% من سرطانات عنق الرحم والآفات السابقة للسرطان عنق الرحم.
- هناك أيضاً بَيّنات تربط فيروس الورم الخليمي البشري بسرطانات الشرج، والفرج، والمهبل، والقضيب، والبلعوم الفموي.
- سرطان عنق الرحم ثاني أكثر السرطانات شيوعاً لدى النساء الفاطنات في مناطق أقل تقدماً، بما فُذّر بـ 570 000 حالة جديدة (1) في عام 2018 (84% من الحالات الجديدة على النطاق العالمي).
- في عام 2018، توفيت قرابة 311 000 امرأة بسرطان عنق الرحم، وحدث أكثر من 85% من هذه الوفيات في بلدان ذات دخل منخفض ومتوسط.
- تشمل المكافحة الشاملة لسرطان عنق الرحم الوقاية الأولية (التطعيم ضد فيروس الورم الخليمي البشري)، والوقاية الثانوية (فحص ومعالجة الآفات السابقة للسرطان)، والوقاية المتخصصة (تشخيص وعلاج السرطان الغازي لعنق الرحم) والرعاية الملطفة.
- توصي منظمة الصحة العالمية بلقاحات تقي من نوعي فيروس الورم الخليمي البشري 16 و18 واعتمدت للاستعمال في بلدان كثيرة.
- فحص ومعالجة الآفات السابقة للسرطان لدى النساء في عمر الثلاثين فأكثر طريقة فعالة من حيث التكلفة للوقاية من سرطان عنق الرحم.
- يمكن الشفاء من سرطان عنق الرحم إذا تم تشخيصه في مرحلة مبكرة. «منظمة الصحة العالمية».

100

هناك أكثر من 100 نوع من فيروس الورم الخليمي البشري، 14 منها تقريباً تسبب السرطان

20

يستغرق تطور سرطان عنق الرحم لدى النساء صاحبات النظم المناعية العادية ما بين 15 و20 عاماً

90%

عادةً ما تتلاشى عدوى «الورم الخليمي» دون تدخل في بضعة أشهر ويزول نحو 90 % منها خلال سنتين

«صحة دبي» و«دبي القابضة» تحتفيان بتدشين حافلة تبرع بالدم مطوّرة



دبي-البيان الصحي

دبي القابضة، كما حضر من الهيئة الدكتور يونس كاظم المدير التنفيذي لمؤسسة دبي للرعاية الصحية، والدكتورة فريدة الخاجة المدير التنفيذي لقطاع الخدمات الطبية المساندة والتمريض، وهدي بوحميد، الرئيس التنفيذي للتسويق لدى دبي القابضة.

محلياً، كما تم تصميمها وفق نموذج هندسي متطور وأعلى درجات الأمان، وهي مزود بشبكة إنترنت فائقة المستوى، وأنظمة ربط إلكتروني وكاميرات متقدمة.

جاء التدشين بحضور معالي حميد محمد القطامي مدير عام هيئة الصحة بدبي، وخالد المالك، العضو المنتدب لدى

شروط ومعايير وبروتوكولات الأمان الصحي والسلامة، فضلاً عن فخامتها وما تشتمل عليه من كل سبل الراحة للمتبرعين بالدم، إلى جانب أنها صديقة للبيئة.

وتتميز الحافلة المطورة والتي جاءت بدعم كامل من دبي القابضة (أحد الشركاء الاستراتيجيين للهيئة)، أنها تم تصنيعها

دشنت هيئة الصحة بدبي و«دبي القابضة»، مؤخراً، حافلة جديدة للتبرع بالدم، تُعدّ من الأحدث عالمياً، وهي فائقة المستوى في تجهيزاتها وتقنياتها الذكية، وموافقتها لأعلى



كلمة
العدد

أحمد عبد الله النعيمي

قيمة التحول وأهميته

قطعت هيئة الصحة بدبي، شوطاً مهماً على طريق (استراتيجية دبي للمعاملات اللا ورقية)، التي تستهدف بناء مستقبل خالي من الورق في عام 2021. ومنذ أن أطلق سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي، رئيس المجلس التنفيذي، هذه الاستراتيجية الاستثنائية، وذلك في إطار رؤية صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله»، والهيئة تعمل بشكل متواصل، ومن خلال فرق عمل متخصصة ومختبرة، على التخلص من جميع المعاملات الورقية، أمثالاً لتوجيهات سمو ولي عهد دبي.

وقد تمكنت الهيئة - وفي وقت وجيز - من إنجاز مرحلة مهمة من مراحل التخلص من المعاملات الورقية كافة، وبدأت بذلك على المستوى الداخلي، ثم على مستوى الموردين المتعاملين مع الهيئة، وقبل أيام قليلة، قفزت الهيئة إلى نقطة أخرى مهمة، وهي التخلص من المعاملات الورقية المرتبطة بالمتعاملين والمراجعين لمنشأتنا الطبية من مستشفيات ومراكز صحية وعيادات، وبدأت ذلك بمستشفى راشد، ومن ثم سائر منشآت الهيئة التي ستأتي تبعاً.

ويحسب للهيئة، السبق في مختلف مراحل هذا التحول، ويحسب لها أيضاً حرصها على أن تكون في طليعة المؤسسات الحكومية وفي صدارتها لحكومة بلا أوراق.

ومن دون شك، أن ما ساعد هيئة الصحة بدبي، في هذا التقدم السريع وتحقيق الصدارة، هو البنية التقنية القوية التي تستند إلى وسائل وحلول ذكية متطورة. كما ساعد أيضاً أنظمة وسياسات وإجراءات الهيئة المرنة، التي كانت أكثر استجابة لمراحل التغيير، وقبل ذلك، استيعاب القوى البشرية القائمة على تنفيذ النظم والإجراءات، والتي تفهمت سريعاً وأدركت قيمة التحول، وضرورة مواكبته، لتكون مؤسستنا هي صاحبة السبق، وهي الأقرب إلى الهدف المرجو، الذي حددت استراتيجية المعاملات اللا ورقية عام 2021 لتحقيقه.

لا ننسى مجموعة مهمة، تضم نخباً من شركاء الهيئة الاستراتيجيين، ممن كانت لهم إسهاماتهم الكبيرة في التحول، وهو أمر نعتز به ونقدّره في الهيئة، كما نقدر كل عمل مخلص.

**المدير التنفيذي لقطاع خدمات الدعم
المؤسسي المشترك – هيئة الصحة بدبي**

مخاطر كبيرة للسجائر
الإلكترونية على خلايا الرئة

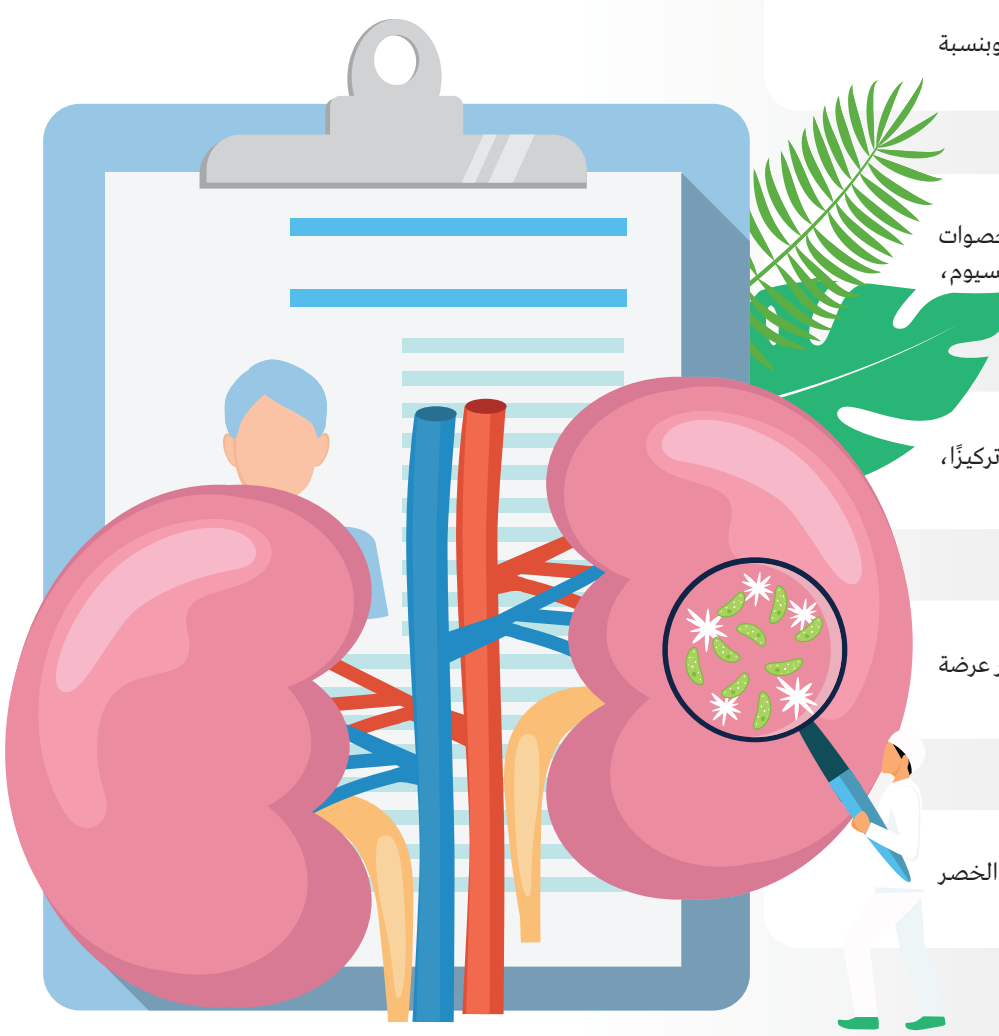
كشفت أبحاث جديدة أن السجائر الإلكترونية ليست آمنة كما هو شائع، بل إن بإمكانها إلحاق ضرر كبير بخلايا الرئة. ووجد البحث الذي نشر في دورية «Thorax» أن الدخان المتصاعد من السجائر الإلكترونية قد يسبب التهابات ويضعف نشاط البلاعم السخنية، وهي الخلايا التي تزيل جزيئات الغبار والبكتيريا والمواد المسببة للحساسية.

وقال الباحثون إن بعض الآثار مشابهة لتلك التي تظهر لدى مدخني السجائر التقليدية والأشخاص المصابين بمرض الانسداد الرئوي المزمن (COPD).

وقال البروفيسور ديفيد تشينيتك، المعد الرئيسي للبحث، من جامعة برمنغهام، لجريدة ميرور البريطانية إن السجائر الإلكترونية تحتوي بالتأكيد على مواد مسرطنة أقل من تلك التي تحتويها السجائر التقليدية، «إنها أكثر أماناً في ما يتعلق بمخاطر الإصابة بالسرطان، ولكن إذا استخدمت على مدى 20 أو 30 عاماً، فهذا يمكن أن يسبب مرض الانسداد الرئوي المزمن، وهو ما نحتاج إلى معرفته». وأضاف: «لا أعتقد بأن السجائر الإلكترونية أكثر ضرراً من السجائر العادية، ولكن يتعين الحذر». (دبي - البيان الصحي)

عوامل شائعة تزيد من خطر الإصابة بحصوات الكلى

تتكون حصوات الكلى عندما يتجمع عدد من العناصر مثل الكالسيوم أو حمض البوليك معاً في البول، ويرجح حدوث الإصابة بها إذا كان أحد أفراد الأسرة مصاباً، فنحو 40 % من الذين يعانون من الحصوات لديهم تاريخ عائلي، وثمة عوامل شائعة يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بحصوات الكلى وفقاً ل«هيلث ميديكال جورنال».



غرافيك: محمد أبوعبدة

البينان الصحي

الوراثة:

التاريخ العائلي له دور مهم في تكوين حصى الكلى ونسبة تقدر بـ 40 %

النظام الغذائي:

يمكن أن تؤثر نوعية الغذاء على الإصابة بحصوات الكلى، النظام الغذائي الغني بالصوديوم وقليل الكالسيوم، سيزيد من خطر الإصابة

قلة شرب المياه:

عدم شرب كمية كافية من الماء يجعل البول أكثر تركيزاً، مما يزيد من احتمالية تكون الحصوات

الأمراض المزمنة:

«السكري»: للمصابين بمرض السكري من النوع 2 أكثر عرضة للإصابة مرتين إلى 3

السمنة:

يؤدي ارتفاع مؤشر كتلة الجسم وزيادة حجم الخصر وزيادة الوزن إلى زيادة احتمال الإصابة

مرض التهاب الأمعاء:

نحو 12 % إلى 28 % من المصابين بمرض التهاب الأمعاء يصابون بحصى الكلى

المحادثات المتتالية مع الأطفال تساعدهم
على تطوير مهارات أفضل

أيضاً. لأنه في حين أن التحدث إلى الأطفال يمكن أن يساعدهم في بناء مفردات غنية، فإن إجراء محادثة ديناميكية معهم يمكن أن يعلمهم أهمية الاستماع وتبادل الأدوار. (دبي - البيان الصحي)

اكتشف باحثون أن المحادثات المتتالية مع الأطفال تساعدهم على تطوير مهارات أفضل في تعلم اللغة والفهم، بغض النظر عن الحالة الاجتماعية والاقتصادية للعائلة. وأظهرت الدراسة التي نشرتها «ديلي ميرور» البريطانية أن الأطفال الذين شاركوا بتبادل الأحاديث مع البالغين، كان لديهم ارتباط أقوى بين مناطق الدماغ المسؤولة عن الفهم وإنتاج الكلام. ومن المثير للاهتمام أن هذه الدراسة الجديدة كشفت أن الوضع المالي للأسرة ليس له علاقة بقدرات الطفل اللفظية والمعرفية، حيث إن الأطفال من الأسر الأقل امتيازاً اقتصادياً تمتعوا بنفس الفوائد الناتجة عن التعرض إلى لغة التخاطب كأقرانهم الأكثر امتيازاً اجتماعياً واقتصادياً. ووجد الباحثون أنه من الضروري عدم التحدث إلى الأطفال فقط بل التحدث معهم

حمل الهاتف الذكي لمدة طويلة
قد يغير شكل اليد

خلصت نتائج دراسة حديثة في جامعة دايجو بكوريا الجنوبية إلى أن حمل الهاتف لمدة طويلة من شأنه أن يغير شكل اليد وذلك في تأكيد لدراسات سابقة حذرت من أضرار حمل الهواتف طويلاً. وبحسب الدراسة التي نشرتها «ديلي ميل»، فقد يؤدي حمل الهاتف لمدة طويلة إلى ظهور تشوهات في الخصر وآلام في الإبهام وتنميل في الأصابع الثلاثة الأخرى. وأوضحت الدراسة أن اليد البشرية ليست مهيأة أصلاً لحمل الهاتف الذكي مدة طويلة، فاستخدام الهاتف يقوم على توازن يجعل من الخنصر مثبتاً للجهاز، والإبهام محركاً للأزرار. (دبي - البيان الصحي)

تصفح الإنترنت أثناء مشاهدة التلفزيون قد يضعف الذاكرة

دبي - البيان الصحي



من خلال جعل الأفراد يبلغون عن مدى قدرتهم على التفاعل مع مصادر إعلامية متعددة، مثل الرسائل النصية ومشاهدة التلفزيون. وأظهرت النتائج أن الأشخاص الذين يشاهدون التلفزيون ويتصفحون الويب والاستماع للموسيقى كانت لديهم قدرة أقل على الانتباه المستمر، وكانوا أكثر عرضة لضعف الذاكرة، وفق ما نقلت صحيفة ديلي ميرور البريطانية.

الدماغ (تحديداً موجات الدماغ المشار إليها باسم «قوة ألفا» الخلفية التي تم الحصول عليها باستخدام مخطط كهربية الدماغ)، كمقياس لانقطاع الانتباه. وقال مؤلف الدراسة كيفين مادور، من جامعة ستانفورد أيضاً: «لقد ارتبطت الزيادة في قوة ألفا في الجزء الخلفي من الجمجمة» بفقدان الانتباه، وشروء الذهن، والتشتت. في الوقت نفسه، تم تقييم تعدد المهام الإعلامية

ربط العلماء تعدد المهام الإعلامية، مثل مشاهدة التلفزيون جنباً إلى جنب مع تصفح الإنترنت، بمشاكل في الوظائف المعرفية للدماغ وأهمها ضعف الذاكرة. وجد باحثون أمريكيون أن الأشخاص الذين يشاهدون التلفزيون ويتصفحون الإنترنت في نفس الوقت، يعانون من ضعف في القدرة على تذكر العناصر الموجودة على شاشة الكمبيوتر. وقال الدكتور أنتوني واجنر، من جامعة ستانفورد بالولايات المتحدة: «نمر عادةً بلحظات نعاني خلالها من ضعف في الذاكرة، ولحسن الحظ نمتلك الآن بعض المعلومات التي تسمح لنا بشرح سبب فشلنا بين الحين والآخر في تذكر شيء ما».

وقد أجريت دراسة على مجموعة مؤلفة من 80 بالغاً تتراوح أعمارهم بين 18 و26 عاماً، حيث قام الباحثون بدراسة الرابط بين فقدان الانتباه من جهة وضعف الذاكرة من جهة أخرى. لاختبار الذاكرة، عُرض على المشاركين لفترة وجيزة صور أشياء على شاشة الكمبيوتر، مثل قبعة أو وعاء أو سوار أو حشرة أو مغسلة مطبخ. بعد 10 دقائق، عُرض عليهم مجموعة ثانية من الصور وكان عليهم تحديد ما إذا كانت أكبر أو أصغر، أو أكثر متعة أو غير سارة، أو ما إذا كانوا قد رأوا الصورة من قبل.

قياسات

وقد تم تسجيل قياسات حجم بؤبؤ العين ونشاط