



«السكري».. التصدي
 للمرض بتكثيف الفحوص
 ورصد الحالات

07-06

البندورة

تقي من الاكتئاب

08



البيان

www.albayan.ae

الصحة

أسباب عضوية ونفسية لآلام البطن لدى الأطفال

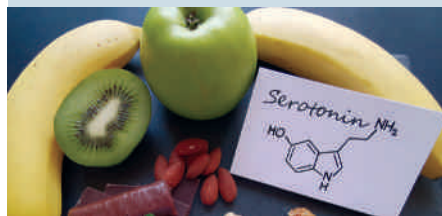


أفادت مجلة «بيبي آند فاميلي» الألمانية، بأن آلام البطن من المتاعب الصحية الشائعة بين الأطفال، مشيرة إلى أسبابها المتعددة، ومنها العضوي، والنفسي. وأوضحت المجلة المعنية بالأسرة والطفل أن آلام البطن لدى الطفل قد تشير إلى التهاب الزائدة الدودية. وفي هذه الحالة يبدأ الألم في منتصف البطن وينتقل إلى أسفل الشق الأيمن، ويمكن أن يسبب حمى أو قيئاً. وفي مثل هذه الحالات يجب التوجه إلى الطبيب على الفور. ويمكن أن يكون الفركتوز، سكر الفاكهة، سبب مثل هذه الآلام فيما يعرف بعدم تحمل الفركتوز، وعند وصوله إلى القولون يتسبب في الشعور بالانتفاخ والألم. ومن الأسباب العضوية الأخرى ما يعرف بالداء البطني، أي عدم تحمل الغلوتين. وفي هذه الحالة تحدث آلام البطن بعد تناول الأغذية المحتوية على القمح. وقد ترجع آلام البطن إلى أسباب نفسية مثل المشاكل الأسرية أو المشاكل في المدرسة مثل مضايقة آخرين. (دبي - البيان الصحي)

نصف سكان العالم أوزانهم زائدة بحلول 2050

أظهر تقرير أن العادات الغذائية غير الصحية ستؤدي لزيادة وزن أكثر من 4 مليارات شخص في مختلف أنحاء العالم بحلول 2050. وذكرت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية أن دراسة نُشرت مؤخراً تتوقع أن نحو 1.5 مليار شخص سيعانون من البدانة. وأوضحت الدراسة أنه بحلول 2050، من المرجح أن يعاني 500 مليون شخص من نقص الوزن والجوع. وخلصت دراسة معهد بوتسدام لأبحاث التأثيرات المناخية إلى أنه إذ استمر سكان العالم في تناول الأطعمة التي يتناولونها حالياً وبنفس الطريقة في مناطق مختلفة من العالم، ستفاقم الفجوات، الموجودة بالفعل في التغذية، على مدار الأعوام الـ30 المقبلة. وللتنبؤ بكيفية تغير التغذية العالمية في العقود المقبلة، قيمت الدراسة، التي تعد الأولى من نوعها، اتجاهات أنواع الطعام، وكيفية نمو السكان وكيفية معالجة الأطعمة. (دبي - البيان الصحي)

هرمون السيروتونين في الدماغ يزيد الصبر



توصلت دراسة حديثة إلى أن الصبر يتحدد من خلال مستويات هرمون السيروتونين في الدماغ. ووجد باحثون من اليابان أن التحفيز الاصطناعي لإفراز هرمون السيروتونين في الفئران جعلها أكثر صبراً عند انتظار الطعام في التجارب المعملية، وعلاوة على ذلك، وجد الفريق أن منطقتين مختلفتين من الدماغ مسؤولتان عن التقييم المنفصل لفوائد الانتظار بصبر للحصول على مكافأة. وفي دراستهم، عمل عالم الأعصاب كاتسوهيكو ميازاكي من معهد أوكيناوا للعلوم والتكنولوجيا وزملاؤه مع فئران خاصة مزودة بخلايا عصبية حساسة للضوء تطلق السيروتونين عند تحفيزها. ووجد الفريق أن إطلاق السيروتونين يزيد من وقت سعادة الفئران بانتظار الطعام، عندما يكون احتمال تلقي المكافأة مرتفعاً. (دبي - البيان الصحي)

«صحة دبي» تشارك بحزمة خدمات وتقنيات ذكية في «جيتكس»

تشارك هيئة الصحة بدبي الأسبوع الجاري بمعرض جيتكس للتقنية 2020 الذي ستطلق فعالياته اليوم الأحد بمركز دبي التجاري العالمي.

المنصة الرئيسية لهيئة الصحة بدبي:

10-6 ديسمبر 2020

مركز دبي التجاري العالمي
قاعة الشيخ سعيد 3
منصة C11

10 صباحاً - 5 مساءً



مشروع نابض

يهدف إلى تقديم رعاية صحية رائدة في إمارة دبي من خلال التبادل السريع والأمن لمعلومات المريض الصحية على مستوى القطاعين العام والخاص.



التطبيق الرسمي لهيئة الصحة بدبي

يتضمن جميع خدمات هيئة الصحة للوجهة لجميع أفراد المجتمع



الرأي الطبي الثاني

تزويد المرضى رؤية واضحة للحالة الطبية من خلال مراجعة التقارير الطبية، والتحقق من التشخيص الأصلي، ومناقشته مع الطبيب لاقتراح خطط العلاج.

غرافيك: محمد أبوعبيدة

البيان الصحي



نظام «ترميز»

نظام ذكي لإدارة الأدوية والمستلزمات الطبية بدقة في تعريف الأدوية والمستلزمات الطبية لضمان سلامة المرضى



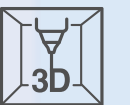
منصة منار

النصة التدريبية الطبية الذكية التي تعد أول منصة لإدارة التعلم عن بعد في هيئة الصحة بدبي



نظام «درب» للتعليم الطبي الإلكتروني

أول نظام تعليم طبي تخصصي إلكتروني على مستوى إمارة دبي



الطباعة ثلاثية الأبعاد

خدمة ابتكارية تقدم مزايا كبيرة للمرضى الذين يحتاجون لنماذج أولية خلال فترة قصيرة

«صحة دبي» تطلق «نابض» لربط المستشفيات الحكومية والخاصة

دبي-البيان الصحي

أطلقت هيئة الصحة بدبي، الأسبوع الماضي، أحد أهم مشروعاتها الرقمية والذكية، وهو مشروع نابض الذي يستهدف ربط مستشفيات الهيئة وجميع المستشفيات الحكومية والخاصة على مستوى الدولة والعالم، بما يوحد التقارير الطبية للمرضى وفق أعلى درجات الخصوصية والدقة والسرعة.

ولدى إطلاق المشروع بحضور عدد كبير من المسؤولين والمختصين، قال معالي حميد محمد القطامي مدير عام هيئة الصحة بدبي، إن المشروع الرائد يأتي ضمن التزام الهيئة وحرصها الشديد على التحول الذكي بخدماتها ومنظومتها الصحية، التي تخدم الناس وتحقق التنافسية العالمية لدبي في المجال الصحي.

تحولات

وأكد أن ما يشهده القطاع الصحي في دبي من طفرات وتحولات وما يحققه من ريادة عالمية، إنما هو نتاج الرعاية الكريمة والشاملة التي يحظى بها القطاع من صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي «رعاه الله»، والدعم اللامحدود والمتواصل من سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي. والمتابعة الحثيئة من سمو الشيخ حمدان بن راشد آل مكتوم نائب حاكم دبي وزير المالية رئيس هيئة الصحة بدبي.

وأضاف معاليه: من دون شك، فإن مشروع «نابض» يتوافق في أنظمتها الحديثة وتقنياتها المتطورة وأهدافه مع توجهات حكومة دبي، وتطلعات الإمارة في أن تكون هي الرائدة بمنشآتها وخدماتها الطبية فائقة المستوى.

وأوضح أنه من أجل ذلك سعت الهيئة لتنفيذ هذا المشروع الطموح، الذي يجمع مستشفيات ومراكز وعيادات دبي (الحكومية والخاصة) في منظومة إلكترونية متكاملة، تمثل طفرة مهمة على مستوى العناية بالمرضى، ولاسيما في جانب التشخيص والعلاج، الذي سيرتكز على بيانات وتقارير طبية موحدة، يتوفر معها وقت

وجهد الأطباء والمرضى، والتكلفة المالية أيضاً.

تقنيات

وأكد: لا تقف حدود أهداف «نابض» عند هذا الحد، ولاسيما أن المشروع يركز على مجموعة من التقنيات والنظم الأكثر تطوراً في العالم، التي تتيح القدر الكافي من المرونة والكفاءة والدقة والسرعة، للوصول إلى التقارير الطبية في أي وقت ومن أي مكان، وخاصة أن المشروع يركز على عملية الربط بين جميع المستشفيات والمراكز الصحية على مستوى الدولة والعالم.

وقال معالي القطامي: إن هذا المشروع الرائد على مستوى المنطقة الذي نفذته الهيئة بالتعاون مع كبرى شركات التقنيات في العالم، من شأنه تعزيز جهود الهيئة في التخطيط ورسم السياسات وصناعة القرار، كما سيدعم في الوقت نفسه توجهاتها

نحو الاستدامة، إلى جانب التخلص من أية ازدواجية أو تكرار في إجراءات ورحلة المريض، سواء في جانب التشخيص أو العلاج. ولفت إلى أننا أمام مشروع واعد، يمثل دفعة جديدة لهيئة الصحة بدبي نحو الاستدامة.. ونحو مستقبل صحة أفضل للأجيال وأفراد المجتمع كافة. وحيا معاليه في ختام كلمته فرق العمل التي لم تدخر وسعاً في الخروج بمشروع «نابض» بهذا المستوى التقني والقوة.

ملاحظات

وكان الدكتور محمد الرضا مدير إدارة المعلوماتية والصحة الذكية في الهيئة، قد استعرض أمام الحضور أهم ملامح المشروع الكبير، وإمكانياته والأنظمة التقنية التي يعتمد عليها، وكذلك مراحل التوسع والربط بين مستشفيات الهيئة وجميع المستشفيات (الحكومية والخاصة) على مستوى الدولة والعالم.



حالة ثلاث سيميا في دبي خلال 6 سنوات

فحص الطلبة في مراحل عمرية مبكرة يحد من ولادات جديدة مصابة بالمرض

دبي - البيان الصحي

أكدت الدكتورة فتحية الخاجة مديرة مركز دبي للثلاسيميا، أن قانون الفحص الطبي الذي تم إصداره عام 2006 يلزم الفحص قبل الزواج ولا يلزم عدم تزاوج حاملي المرض، الأمر الذي من شأنه أن ينتج عنه ولادة حالات جديدة بالدولة، وكشفت أن عدد الحالات التي تم اكتشافها خلال الأعوام الخمسة الأخيرة وصل إلى 82، حيث تم اكتشاف 20 حالة العام الماضي و13 في كل من 2017 و2018، فيما وصل عدد الحالات المكتشفة عام 2016 إلى 12 حالة و4 حالات في عام 2015 و20 حالة في عام 2014.

وحول إجراء الفحص الطبي لطلبة الثانوية أو الإعدادية، قالت الدكتورة فتحية الخاجة: إن هذا الإجراء من شأنه أن يقلل ولادة حالات جديدة من المصابين بمرض الثلاسيميا، حيث يسمح للشخص بمعرفة وضعه الصحي ما إذا كان حاملاً للمرض أو سليماً وعليه يتم التخطيط مسبقاً لمستقبله، حيث يصبح الشخص الحامل للمرض على دراية بأن زواجه من شخص حامل ينتج عنه ولادة أطفال مصابين بالمرض. وبينت أن هذه الخطوة تحتاج إلى تعاون العديد من الجهات ونذكر منها وزارة التربية والتعليم والصحة المدرسية وهيئة المعرفة والتنمية البشرية ووزارة الصحة ووقاية المجتمع لتنسيق ما يلزم واعتماد التشريعات وآلية العمل بهذا المشروع.

تكاليف

وعن تكلفة علاج مريض الثلاسيميا سنوياً وتكلفة زراعة النخاع، أكدت الخاجة: تبلغ تكلفة

علاج المريض الواحد سنوياً قرابة 200,000 درهم وتعد الخدمة مجانية للمواطنين والمقيمين في دبي وفقاً لاشتراطات قانونية محددة فيما تتراوح التكلفة التقديرية لزراعة النخاع للمريض الواحد مع العلاجات قبل وبعد الزراعة والمتابعات بين نصف مليون درهم إلى مليون، ويعتمد على الدول التي سيتم فيها الزراعة ومنها الهند ودول أوروبا وأمريكا والسعودية وبعض الدول في جنوب شرقي آسيا.

أدوية

وأوضحت الدكتورة فتحية الخاجة أنه في السابق كانت عملية زراعة النخاع تتم للأطفال، ولكن الآن هناك بعض الدول تجرى عمليات لمن تجاوزوا الثلاثين والأربعين وتمكن مركز دبي للثلاسيميا من إرسال عدد من المرضى البالغين الذين يتوافر لديهم شخص مطابق من الأسرة لإجراء عملية زراعة نخاع العظم خارج الدولة بالتعاون مع مكتب العلاج بالخارج التابع لهيئة الصحة في دبي وكذلك دائرة الصحة - أبوظبي. وجميع الحالات التي خضعت لهذه العملية مستقرة، وقد عانت من بعض المضاعفات الطبيعية من جراء العملية الجراحية وتمت السيطرة عليها في المراجعات والمتابعات الطبية الدورية.

برنامج

بدورها، قالت عواطف الجسمي المديرة الإدارية: إن مركز الثلاسيميا يعد مركزاً للرعاية النهارية لمرضى الثلاسيميا وأمراض الهيموجلوبين الوراثية، ويقدم برنامج نقل الدم المزمن وهو عبارة عن عملية نقل خلايا دم حمراء مركزة للمرضى ومرضى فقر الدم المنجلي للوصول لأفضل النتائج العلاجية وعملية تبديل كريات الدم الحمراء التي تتم لمرضى فقر الدم المنجلي الأكثر عرضة للمضاعفات ومخاطر ارتفاع مستويات الهيموجلوبين المنجلي، كما تقلل هذه العملية من تراكم الحديد في الجسم، مشيرة إلى أن عدد المرضى المسجلين على عملية نقل الدم يبلغ 420 مريضاً بمعدل زيارة كل 21 يوماً، موضحة أن حاجة المريض للدم تعتمد على العديد من الأمور ومنها عمر المريض وزنه وطوله والوضع الصحي بشكل عام، حيث يحتاج المريض البالغ من 3-4 أكياس دم، والمريض الطفل من 1-2 كيس دم. وذكرت عواطف الجسمي أن عدد زيارات المرضى للمركز في عام 2019 وصل إلى 19,360 مريضاً.

عواطف الجسمي

د. فتحية الخاجة

أجرتها «صحة دبي» بالتعاون مع جامعة نيويورك أبوظبي دراسة تبحث أسباب انتشار الأمراض الوراثية والمزمنة في الدولة

دبي - البيان الصحي

أعلنت هيئة الصحة في دبي وبالتعاون مع جامعة نيويورك أبوظبي بدء إجراء دراسة طويلة المدى تحت شعار «مستقبل صحي للإمارات»، للوصول إلى منظومة متطورة للوقاية من الأمراض الوراثية والجينية والمزمنة.

وقالت الدكتورة منى تهلك، رئيس فريق الدراسة في مؤتمر صحفي، عقد مؤخراً، في

مقر الإدارة العامة في هيئة الصحة بحضور الدكتورة فتحية العوضي استشارية السكري والغدد الصم، والدكتورة حمدة حسن خان

صاحب رئيس قسم البحوث الطبية في إدارة التعليم الطبي والأبحاث في هيئة الصحة، والدكتور عبدالشكور عبدالله المدير المشارك في قسم أبحاث الصحة العامة في جامعة نيويورك، إن الدراسة تستهدف 20 ألف متطوع إماراتي من الأصحاء من عمر 18 سنة وما فوق، مشيرة إلى أن الدراسة بدأت قبل 4 سنوات وتمكنت من جمع 8000 متطوع منهم 400 متطوع من دبي.

وأشارت إلى أن عملية استقبال المتطوعين توقفت عام 2020 بسبب تفشي جائحة «كوفيد 19»، ولكنها عادت من جديد لاستقبال المتطوعين الراغبين في المشاركة من كافة الإمارات، وسيتم في القريب العاجل توقيع اتفاقية مع وزارة الصحة ووقاية المجتمع لإشراكهم في الدراسة، وذلك لتغطية الإمارات الأخرى للتسهيل على المواطنين الراغبين في المشاركة في الدراسة والتي تهدف إلى الوصول لمنظومة متطورة للوقاية من الأمراض الوراثية والجينية وكذلك الأمراض المزمنة.

وقالت الدكتورة منى تهلك: «إن التحديات التي تواجهها الدراسة تكمن في الحصول على الأعداد الكافية من المتطوعين، خاصة أن ثقافة التطوع ما زالت غير منتشرة بالشكل الكافي في الدولة لأسباب عديدة منها الانشغال في العمل أو مع الأسرة، إضافة للذهاب للمركز الصحي بعد أخذ الموعد وتفهم ذلك جيداً، ولكن عندما يتعلق الأمر بالمصلحة العامة نتوقع أن يكون هناك تجاوب كبير، ونأمل خلال الفترة القادمة بأن نصل للعدد المطلوب في الدراسة، وهو 20000 مواطن ومواطنة.

الأولى من نوعها

من جانبه، قال الدكتور عبدالشكور عبدالله، المدير المشارك في قسم أبحاث الصحة العامة بجامعة نيويورك أبوظبي: إن الدراسة التي تعد الأولى من نوعها على مستوى الدولة ستضع الدولة في مقدمة دول العالم، خاصة وأن مثل هذه الدراسات لا تجرى إلا في بعض الدول وستساعد مستقبلاً الأطباء والباحثين على إجراء أبحاثهم الطبية. وأوضح الدكتور عبدالشكور أن هناك إجراءات يجب على المتطوع القيام بها منها أولاً عمل إقرار بالموافقة وبعدها يأخذ موعداً في العيادات المتوفرة حالياً في أبوظبي ودبي والبالغ عددها 8 عيادات وستتوفر عيادات أخرى قريباً في باقي الإمارات، وبعدها يقوم بتعبئة الاستبيان الخاص بالدراسة، ويتم في العيادة إجراء التحاليل المطلوبة للمتطوع مثل البول والدم وغيرها، وبعد 5 سنوات يتم سؤال المتطوع عن الأمراض التي قد تظهر عنده كالسكري أو ارتفاع ضغط الدم أو غيرها لمعرفة الأسباب التي أدت لظهور تلك الأمراض، ومن ثم يتم رفع توصيات للجهات المعنية لوضع السياسات الوقائية والتشخيص الأنسب.

د. فتحية العوضي

«صحة دبي» تباشر استخدام نظام (eWallet) للدفع المالي الذكي



بدأت هيئة الصحة بدبي باستخدام نظام (eWallet) للدفع المالي الذكي، لتكون أول جهة حكومية على مستوى دبي، تعمل بهذا النظام، الذي فتح المجال لجميع المتعاملين مع الهيئة ومستشفياتها ومراكزها وعياداتها الطبية، لدفع رسوم الخدمات عن طريق الهاتف، وبطريقة آمنة ودقيقة وسريعة، بعيداً عن استخدام العملة الورقية. ومع تطبيق النظام الجديد في مستشفى راشد، 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 بتعاون وثيق بين الهيئة وبنك دبي الإسلامي، ومؤسسة الإمارات للاتصالات.

وأكد أحمد النعيمي المدير التنفيذي لقطاع خدمات الدعم المؤسسي المشترك في الهيئة، توجه «صحة دبي» لتعميم النظام الجديد على سائر منشأتها الطبية خادل الفترة المقبلة، مؤكداً أن النظام جاهز لذلك. وأوضح أن الهيئة أوشكت بالفعل على إنجاز التحول إلى اللاتورقي 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. (دبي -

البيان الصحي)

أحمد النعيمي



د. محمد الرضا مدير مكتب إدارة المشاريع في الهيئة:

«صحة دبي» توظف الحلول الذكية لخدمة الناس والمرضى

«سلامة» طموح غير مسبوق و«نابض» مشروع شامل ومتكامل

دبي - البيان الصحي

أكد الدكتور محمد الرضا مدير مكتب إدارة المشاريع ومدير إدارة المعلوماتية والصحة الذكية في هيئة الصحة بدبي، أن التحولات الذكية التي تشهدها هيئة الصحة بدبي ومنشأتها وخدماتها، تمثل مسؤولية والتزاماً بالتوجهات العامة للدولة ومدينة دبي على وجه التحديد، وتمثل في الوقت نفسه مواكبة للعالم، وتستهدف التحولات بطبيعة الحال توفير أفضل مستويات الرعاية الصحية، وصولاً لمجتمع أكثر صحة وسعادة، إلى جانب تحقيق التنافسية العالمية، واستدامة الصحة. وأشار إلى الحلول الذكية، التي تتبناها الهيئة لتقديم أعلى مستويات الرعاية الصحية للمرضى، وخدمة الناس بشكل عام، وأنها تعمل الهيئة على تمكين كوادرها الطبية من مواكبة العالم وتطوير ممارستهم المهنية وحفزهم في الوقت نفسه على الابتكار والإبداع واستحداث أساليب متطورة للوقاية والتشخيص والعلاج، وقبل ذلك توظيف التجهيزات نفسها لخدمة المرضى ورعايتهم. وأوضح الدكتور الرضا، بمناسبة إطلاق الهيئة، مؤخراً، أحد أهم مشروعاتها الرقمية والذكاء، وهو مشروع نابض الذي يستهدف ربط مستشفيات الهيئة وجميع المستشفيات الحكومية والخاصة على مستوى الدولة والعالم، بما يوحد التقارير الطبية للمرضى وفق أعلى درجات الخصوصية والدقة والسرعة.

تكامل

وحول العلاقة بين المشروعين «نابض» الذي تم إطلاقه قبل أيام قليلة، ومشروع الملف الإلكتروني الموحد «سلامة» الذي أطلقته الهيئة قبل ثلاثة أعوام، يقول الدكتور محمد الرضا إن مشروعات الهيئة جميعها متكاملة، وتسير في ذات الاتجاهات ونحو نفس الأهداف، موضحاً أن مشروع «نابض» هو المشروع الشامل الذي سيضم إمكانيات مشروع «سلامة» إليه، وأن ذلك هو ما خطت له الهيئة قبل أربعة أعوام، وبدأت بـ«سلامة»، ليأتي من بعده «نابض».

طموح

وقال الدكتور الرضا: حتى تكون الصورة واضحة بالنسبة لهذه المشروعات الكبيرة المهمة، علينا الإشارة أولاً إلى مشروع «سلامة»، الذي يعد أحد أهم المشروعات الطموحة، وهو الأكبر والأول من نوعه والأحدث في تكامله وتقنياته على مستوى منطقة الشرق الأوسط. وتبرز أهمية المشروع في قيمته المضافة لمنظومة الصحة في دبي، فهو ليس مجرد مشروع تقني لتنظيم ملفات المرضى، وليس مجرد طفرة في خدمة المتعاملين وتحسين رحلتهم فقط، إذ يتجاوز «سلامة» كل هذه النتائج والأهداف، لتتكامل قيمته في رفع مستوى كفاءة منشآت الهيئة الصحية من المستشفيات والمراكز والعيادات الطبية،

الهيئة قطعت شوطاً مهماً في الاستحواذ على أفضل التقنيات

الهيئة تهدف إلى تقديم أعلى مستويات الرعاية الصحية

تعمل على تمكين كوادرها الطبية من مواكبة العالم وتطوير ممارستهم المهنية

تحفز على الابتكار والإبداع واستحداث أساليب متطورة للوقاية والتشخيص والعلاج

إلى جانب دعم اتخاذ القرار بداية من قرارات العلاج لدى الأطباء، وحتى قرارات قيادات الهيئة والمسؤولين عن التخطيط ورسم السياسات. وليس هذا فحسب، فالمشروع يمثل أيضاً أداة فاعلة للرقابة والمتابعة لكل ما يجري في منشآت الهيئة، ومن ثم تقييم المنشآت وأداء العاملين فيها كافة وفق مؤشرات علمية دقيقة، إضافة إلى قدرة المشروع على حساب التكاليف بدقة، ومستويات الاستهلاك الدوائي.

«نابض»

وفيما يخص مشروع «نابض» أكد أنه المشروع الأشمل الذي يضم جميع المستشفيات والمراكز الصحية التابعة للهيئة ومثيلاتها في القطاع الخاص على مستوى الدولة والعالم، في منظومة إلكترونية متكاملة، تمثل طفرة مهمة على مستوى العناية بالمرضى، ولاسيما في جانب التشخيص والعلاج، الذي سيرتكز على بيانات وتقارير طبية موحدة، يتوفر معها وقت وجهد الأطباء والمرضى، والتكلفة المالية أيضاً.

وأشار الدكتور محمد الرضا إلى أن «نابض» يرتكز على مجموعة من التقنيات والنظم الأكثر تطوراً في العالم، التي تتيح القدر الكافي من المرونة والكفاءة والدقة والسرعة، للوصول إلى التقارير الطبية في أي وقت ومن أي مكان، كما أنه ومن شأنه تعزيز جهود الهيئة في التخطيط ورسم السياسات وصناعة القرار، إلى جانب دعم توجهات الهيئة نحو الاستدامة، والتخلص من أية ازدواجية أو تكرار في إجراءات ورحلة المريض، سواء في جانب التشخيص أو العلاج.

وأضاف: لسنا في معرض مقارنة بين مشروعين، وأن ما نقصده هو التأكيد على تكاملية العمل والمشروعات التي يعزز بعضها البعض، ويدعم كل منها الآخر لتحقيق الهدف.

استثمار

وفي السياق نفسه أكد مدير مكتب إدارة المشاريع ومدير إدارة المعلوماتية والصحة الذكية في هيئة الصحة بدبي أن هيئة الصحة بدبي قطعت شوطاً مهماً في سياق الاستحواذ على أفضل التقنيات وبالتحديد ما يتصل من هذه التقنيات بالطباعة ثلاثية الأبعاد والذكاء الاصطناعي، وذلك ضمن توجهات دبي وأهدافها الاستراتيجية في هذا الشأن، ومن خلال مجموعة من المبادرات بالغ الأهمية، وفي مقدمتها: (مسرعات دبي المستقبل)، و (10X)، إلى جانب مبادرات أخرى تبنت هيئة الصحة بدبي تنفيذها، بهدف توظيف أفضل التقنيات والحلول الذكية، وهذا ما تحقق بالفعل، حيث قطعت الهيئة شوطاً مهماً على هذا الطريق لتقديم أعلى مستويات الرعاية الصحية للمرضى، وخدمة الناس بشكل عام، في الوقت نفسه وفي ذات الاتجاه تعمل الهيئة أيضاً على تمكين كوادرها الطبية من مواكبة العالم وتطوير ممارستهم المهنية وحفزهم في الوقت نفسه على الابتكار والإبداع واستحداث أساليب متطورة للوقاية والتشخيص والعلاج، وقبل ذلك توظيف التجهيزات نفسها لخدمة المرضى ورعايتهم.

بالغة التعقيد في المخ، (وذلك بذات التقنية). وقال الدكتور محمد الرضا، إن الهيئة أنجزت أول ساق اصطناعية منتجة عبر تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد، على مستوى الشرق الأوسط، والتي تم تصميمها خصيصاً لمواطنة بريطانية مقيمة في دبي، كانت قد فقدت ساقها في حادث قبل سنوات، إلى جانب اعتماد إدارة الأسنان في الهيئة ضمن كل إنجازاتها على هذه التقنية، وقد شهد مستشفى راشد، مؤخراً، زراعة أول فك في فم مريض بالتقنية نفسها. وكانت الهيئة قد وفرت مجسماً للقلب عن طريق تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد، بغرض التعليم والتنمية المهنية.

مبادرة

وأضاف مدير مكتب إدارة المشاريع ومدير إدارة المعلوماتية والصحة الذكية في هيئة الصحة بدبي: لقد استثمرت هيئة الصحة بدبي الفرص التي أتاحتها مبادرة مسرعات دبي المستقبل، ونجحت في امتلاك مجموعة من التجهيزات والحلول الذكية الفائقة، منها على سبيل المثال: منصة الذكاء الاصطناعي الطبية «AI

أوضح الدكتور محمد الرضا بعض الوسائل والتجهيزات التي استعانت بها هيئة الصحة في دبي ووفرتها في منشأتها الطبية، واستخدامها للذكاء الاصطناعي، ومنها على سبيل المثال:

سالم AI

(سالم AI)، يمثل أحدث التقنيات الطبية المتصلة بالذكاء الاصطناعي، التي تستخدمها الهيئة في مراكز فحص اللياقة الطبية والصحة المهنية التابعة لها، وهذه التقنية الجديدة تمكن المراكز من إتمام عمليات الفحص بالأشعة من خلال الذكاء الاصطناعي بدقة فائقة، وهو ما يعد إضافة مهمة للهيئة في مجال الذكاء الاصطناعي.

التقنية ثلاثية الأبعاد

إلى جانب ذلك تحققت طفرة نوعية على مستوى تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد، التي تمكنت الهيئة من خلالها إجراء بعض من العمليات الجراحية الدقيقة، منها استئصال ورم سرطاني من كلية مريضة، من دون الحاجة لاستئصال الكلية، وشهد مستشفى راشد عملية جراحية

Platform» التي تتسم بقدرات فائقة في تفهم حالة المرضى وتشخيصها، جهاز (البنكرياس الاصطناعي) - الذي يقوم بقياس نسبة السكر كل خمس دقائق لدى المرضى المقيمين في المستشفى، وباستخدام الذكاء الاصطناعي يتخذ الجهاز الإجراءات اللازمة لتفادي أية حالة انتكاس محتملة للمريض، وكذلك (كبسولة الذكاء الاصطناعي)، لمتابعة القراءات الحيوية بأحدث الطرق العالمية، إلى جانب (أول طوق ذكي للراس)، الذي يكتشف الجلطات الدماغية، وهو يتميز بقدرات تقنية فائقة المستوى لمتابعة وتخطيط الدماغ للمرضى المعرضين للإصابة بالجلطة الدماغية.

وتابع الدكتور الرضا: لقد استعانت الهيئة بـجهاز (الملاحة الجراحية)، الذي يساعد أطباء جراحات الدماغ والعمود الفقري، وهو جهاز بالغ الدقة يستخدم في تحديد وتشخيص أية مشاكل صحية في الدماغ أو العمود الفقري وتحديد موضع الجراحة، و(جهاز الأشعة ثلاثي الأبعاد)، الذي يخص جراحات العمود الفقري، وهو الجهاز الذي يكفل الراحة والأمان للمرضى الخاضعين للعمليات.

تعزيز المنشآت الطبية بالذكاء الاصطناعي

صريف الأسنان طحن وإصرار على إطباقها

يجري في حالة صريف الأسنان طحن للأسنان أو الإصرار على إطباقها. إذا كنت تعاني صريف الأسنان، فقد تُطبق أسنانك بدون وعي، عندما تكون مستيقظاً (صريف الأسنان في أثناء اليقظة)، أو تُطبقها أو تطحنها في أثناء النوم (صريف الأسنان في أثناء النوم).. الحالة قد تنتج عن مزيج من العوامل الجسدية والنفسية والوراثية.

يُعتبر صريف الأسنان في أثناء النوم، اضطراب حركة متعلقاً بالنوم. الأشخاص الذين يُطبقون أسنانهم أو يطحنونها (يصرفون) في أثناء النوم، أكثر احتمالاً للإصابة باضطرابات نوم أخرى، مثل الشخير وتقطع النفس (انقطاع النفس الانسدادي في أثناء النوم).

ووفقاً لأطباء «مايوكلينيك»، فإن صريف الأسنان الطفيف، قد لا يتطلب علاجاً. ومع ذلك، يمكن أن يكون صريف الأسنان لدى بعض الأشخاص متكرراً وحاداً بالدرجة الكافية، بحيث يؤدي إلى اضطرابات في الفك، وصداع، وتلف أسنان، ومشكلات أخرى.

الأعراض

قد تشمل علامات وأعراض صريف الأسنان ما يلي:

- احتكاك الأسنان ببعضها البعض أو إطباقها على بعضها البعض، والذي قد يصدر عنه صوت عالٍ بما يكفي لإيقاظ من ينام معك في نفس المكان
- الأسنان المفلحة أو المحطمة أو المكسور منها جزء أو المرتخية
- مينا الأسنان البالية، التي تكشف طبقات أسنانك العميقة
- ألماً أو حساسية متزايدة في الأسنان
- عضلات الفك متعبة أو مشدودة، أو فكاً مغلقاً لا يفتح أو ينغلق بشكل كامل
- ألماً أو وجعاً بالفك أو الرقبة أو الوجه
- ألماً يبدو كآلم في الأذن، بالرغم من أنه في الواقع المشكلة ليست بأذنك
- صداعاً كليلاً مصدره الصدغان
- تلفاً ظاهراً على الجزء الداخلي من الخد والناتج عن المضغ
- اضطراب النوم

زيارة الطبيب

عليك رؤية طبيب الأسنان الذي تتعامل معه، أو طبيبك المعالج، إذا اخترت أيّاً من الأعراض المذكورة أعلاه، أو إذا كان هناك ما يستدعي القلق بشأن صحة أسنانك أو الفك.

إذا لاحظت أن طفلك يكر بأسنانه أو أسنانها — أو لديه علامات أو أعراض أخرى تخص صريف الأسنان — فتأكد أن تذكر ذلك أمام طبيب الأسنان خلال موعد طفلك معه.

أسباب

لا يتفهم الأطباء أسباب الإصابة بصريف الأسنان بالكامل، ولكن يمكن أن تكون نتيجة عن مزيج من العوامل الجسدية والنفسية والوراثية.

- قد يكون صريف الأسنان في أثناء الاستيقاظ بسبب المشاعر، مثل القلق أو الضغط العصبي أو الغضب أو الإحباط أو التوتر. أو قد يكون بسبب استراتيجية تأقلم أو عادة

5 أساليب تساعد في العلاج

لا يكون العلاج ضرورياً، في العديد من الحالات، يتعافى الكثير من الأطفال من صرير الأسنان بدون علاج، والكثير من البالغين لا يحكون أسنانهم أو يكزون بها بشكل سيئ، للدرجة التي تتطلب العلاج. ومع ذلك، إذا كانت المشكلة شديدة، تشمل الخيارات بعض طرق وعلاجات وأدوية علاج الأسنان، لمنع حدوث المزيد من الضرر في الأسنان، وتخفيف ألم أو عدم الراحة بالفك. إذا كان لديك أنت أو طفلك صريف الأسنان، فقد يقترح الطبيب طرقاً للحفاظ على أسنانك، أو تحسين حالتها، وقد يساعد أسلوب أو أكثر من هذه الأساليب، في علاج صريف الأسنان:

- 01 الجبائر وواقيات الفم. تم تصميم هذه الوسائل للحفاظ على فصل الأسنان، وذلك لتجنب الأضرار الناجمة عن العضّ وصرير التطاحن. يمكن أن تكون مصنوعة من مواد صلبة من الأكريليك، أو مواد لينة، والتي تناسب أسنانك العلوية أو السفلية.
- 02 تصحيح الأسنان. في الحالات الشديدة — عندما يؤدي اهتراء الأسنان إلى الإصابة بالحساسية، أو عدم القدرة على المضغ بشكل سليم — قد يحتاج طبيب أسنانك إلى إعادة تشكيل أسطح المضغ، أو استخدام التيجان لإصلاح الضرر.
- 03 إدارة التوتر أو القلق. إذا كنت تضغط على أسنانك بسبب التوتر، فقد تتمكن من حل المشكلة عن طريق معرفة الاستراتيجيات التي تعزز الاسترخاء، مثل التأمل. إذا كان صريف الأسنان مرتبطاً بالتوتر، فقد تساعد استشارة معالج معتمد أو مستشار.
- 04 تغيير السلوك. بمجرد أن تكتشف إصابتك بصريف الأسنان، قد تتمكن من تغيير السلوك، عن طريق التدريب على الوضع الملائم للفم والفك. اطلب من طبيب أسنانك أن يشرح لك الوضع الأمثل لفمك وفكك.
- 05 ارتجاع ببولوحي. إذا كنت تجد صعوبة في تغيير عاداتك، فقد تستفيد من التغذية الحيوية الراجعة، وهو أسلوب يستخدم إجراءات ومعدات مراقبة، لتعليمك التحكم في نشاط العضلة في فكك.

- العمر. تشيع مشكلة الجز على الأسنان لدى الأطفال الصغار، ولكنها عادة ما تختفي في مرحلة البلوغ.
- نمط الشخصية. يمكن أن يزيد وجود نمط شخصية عدواني أو تنافسي أو مقطر النشاط، من خطر الإصابة بالجز على الأسنان.
- الأدوية والمواد الأخرى. قد يكون الجز على الأسنان أحد الآثار الجانبية غير الشائعة لبعض الأدوية النفسية، مثل بعض مضادات الاكتئاب. قد يزيد تدخين السجائر أو شرب المشروبات التي تحتوي على الكافيين أو شرب الكحول، أو استخدام الأدوية الترفيهية، من خطر الجز على الأسنان.
- أفراد العائلة المصابون بالجز على الأسنان. يميل الجز على الأسنان في أثناء النوم أن يحدث في عائلات. إذا كانت لديك مشكلة الجز على الأسنان، فقد يكون أحد أفراد أسرتك مصاباً به أيضاً، أو لديه تاريخ مرضي له.
- اضطرابات أخرى. يمكن أن يرتبط الجز على الأسنان ببعض الاضطرابات النفسية والصحية، مثل مرض باركنسون، والخرف، وداء الارتداد المعدي المريئي والصرع، ونوبات الذعر الليلي، والاضطرابات المتعلقة بالنوم، مثل انقطاع النفس النومي، واضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD).

المضاعفات

في معظم الحالات، لا يُسبب صريف الأسنان مضاعفات خطيرة، ولكن قد يؤدي صريف الأسنان إلى:

- تلف للأسنان أو تركيباتها أو تيجان الفك
- الصداع التوترى
- ألم شديد بالوجه والفك
- الاضطرابات التي تحدث في المفصل الصدغي الفكي (TMJ)، وتقع تماماً أمام الأذنين، والتي تبدو كصوت النقر عند فتح الفم أو إغلاقه

التشخيص

أثناء فحوص الأسنان المنتظمة، من المرجح أن يقوم طبيب الأسنان بفحصك لاكتشاف علامات الإصابة بصير الأسنان.

التقييم

في حالة الإصابة بالأعراض، يبحث طبيب الأسنان عن التغييرات في الأسنان والفم في الزيارات التالية المتعددة، لمعرفة ما إذا كانت العملية تقدمية، ولتحديد ما إذا كان المريض يحتاج للعلاج.

تحديد السبب

إذا اشتبه طبيب أسنانك في أنك مصاب بصريف الأسنان، فسيحاول

تحديد سبب الإصابة به عن طريق طرح أسئلة حول صحة أسنانك العامة، والأدوية، وأنشطتك اليومية المعتادة، وعادات النوم. ولتقييم مدى الإصابة بصريف الأسنان، قد يفحص طبيب الأسنان ما يلي:

- ألماً في عضلات الفك
- تشوهات الأسنان غير الطبيعية، مثل الأسنان المكسورة أو المفقودة
- عادةً بمساعدة الأشعة السينية، يمكن الكشف عن الأضرار الأخرى التي تصيب الأسنان، مثل العظم الكامن وداخل الخدين
- قد يقوم فحص الأسنان بالكشف عن اضطرابات أخرى، قد تسبب ألماً في الفك أو الأذن، مثل اضطراب المفصل الصدغي الفكي، أو مشاكل الأسنان الأخرى، أو الحالات الصحية.

إحالة

وإذا كان الصريف لديك يبدو أنه مرتبط

الأدوية

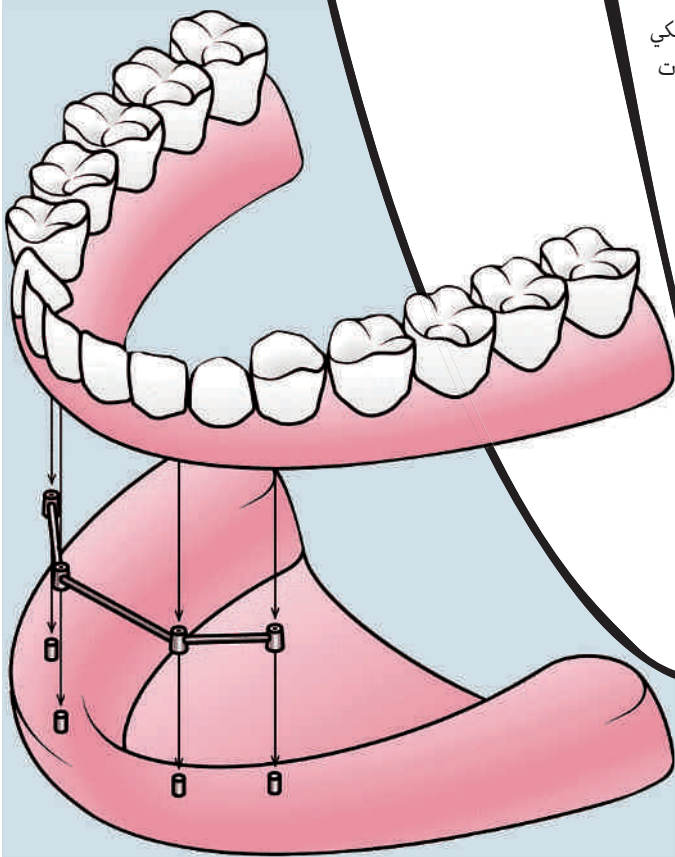
تتضمن أمثلة الأدوية التي قد تستخدم لصريف الأسنان:

- مخريات العضلات. في بعض الحالات، قد يقترح طبيبك المعالج، تناول مخريات العضلات قبل النوم، لفترة زمنية قصيرة.
- حقن البوتوكس. قد تساعد حقن البوتوكس، وهي نوع من سموم البوتولينوم، بعض المصابين بصريف السنان الحاد، الذين لا يستجيبون لعلاجات أخرى.
- أدوية للقلق والتوتر. قد يوصي طبيبك المعالج باستخدام قصير المدى لمضادات الاكتئاب، أو الأدوية المضادة للقلق، لمساعدتك على التعامل مع التوتر، أو غيرها من المشكلات النفسية التي قد تسبب في صريف الأسنان.

علاج الاضطرابات المصاحبة

ربما يشمل علاج الاضطرابات المصاحبة:

- الأدوية. إذا أصبت بصير الأسنان أكثر جانبي لدواء، فقد يغير الطبيب الدواء، أو يصف دواءً مختلفاً.
- الاضطرابات المتعلقة بالنوم. قد تحسن معالجة الاضطرابات المتعلقة بالنوم، مثل انقطاع النفس النومي صرير الأسنان النومي.
- حالات طبية. إذا تم تحديد سبب حالة طبية كامنة، مثل داء الارتداد المعدي المريئي، فقد يحسن علاج هذه الحالة صرير الأسنان.



حدد مواعيد منتظمة لفحوص للأسنان. حيث تُعد فحوص الأسنان، أفضل طريقة للتعرف إلى الإصابة بصريف الأسنان. يمكن لطبيب الأسنان أن يكتشف علامات الإصابة بصريف الأسنان في الفم والفك، خلال الزيارات والفحوص المنتظمة.

واحرص على المواظبة على عادات النوم الجيدة. قد يساعد الحصول على قدر جيد من النوم ليلاً، والذي قد يشمل علاج مشاكل النوم، في الحد من صريف الأسنان.

تحدث إلى شريكك في النوم. إذا كان لديك شريك في النوم، فاطلب منه أن يكون على دراية بأي احتكاك أو أصوات نقر أثناء النوم، حتى تتمكن من إبلاغ طبيب الأسنان أو طبيبك بذلك.

تقليل الضغط النفسي. يمكن أن يساعدك الاستماع إلى الموسيقى، أو أخذ حمام دافئ، أو ممارسة التمارين الرياضية في الاسترخاء، وقد يقلل من خطر الإصابة بصريف الأسنان.

تجنب التعرض للمواد المحفزة مساءً. تجنب شرب القهوة أو الشاي، اللذين يحتويان على الكافيين، بعد تناول العشاء، وتجنب تناول المشروبات الكحولية مساءً، لأنها قد تؤدي إلى تفاقم حالة صريف الأسنان.

أنماط حياتية للوقاية من الحالة

قد تساعدك خطوات الرعاية الذاتية هذه، في الوقاية من صريف الأسنان أو علاجه:



تقنية مبتكرة لتدمير الخلايا السرطانية

دبي-البيان الصحي

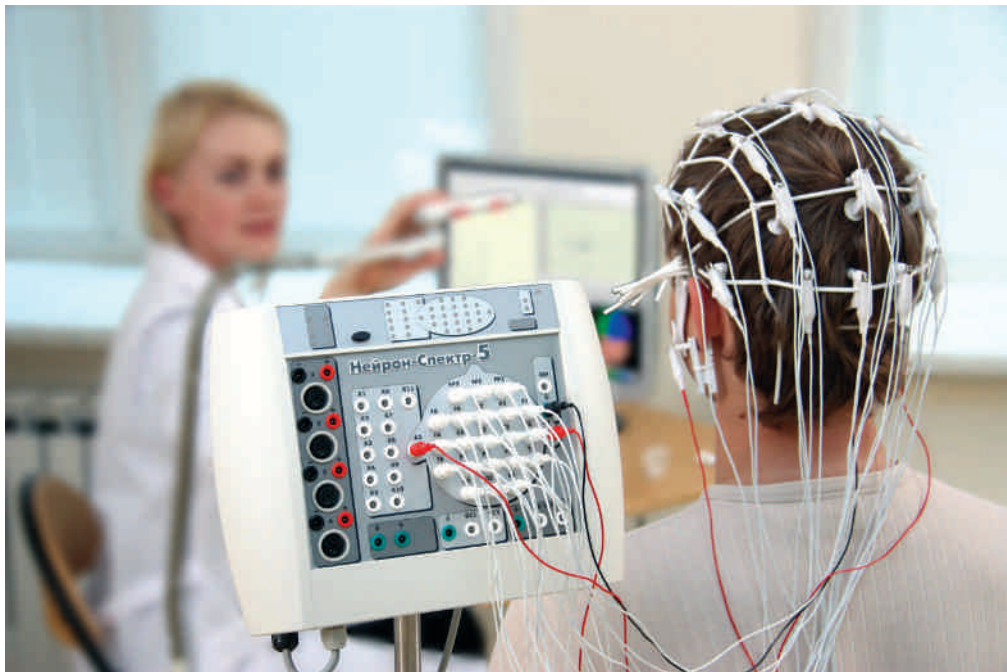
توصل باحثون إسرائيليون من جامعة تل أبيب إلى تقنية جديدة تدمر الخلايا السرطانية، من المنتظر أن تحل بدلاً عن العلاج الكيميائي. وقال الباحثون - وهم فريق بقيادة البروفيسور دان بير، المتخصص في أمراض السرطان - إن هذه التقنية يمكن استخدامها في الوقت الحالي لعلاج الأورام السرطانية عند الحيوانات.

إطالة

وأكد بير، في دراسته التي نشرت في مجلة Science Advances، أن الخلايا السرطانية التي يتم علاجها باستخدام هذه التقنية لن تعاود النشاط مرة أخرى. وقال إن التقنية الجديدة ستسهم في إطالة متوسط عمر مرضى السرطان، حيث تستطيع التخلص من الورم خلال ثلاث جلسات علاجية بقطع الحمض النووي للخلايا السرطانية. وأضاف: «من المتوقع أن تحل هذه التقنية العلاجية الجديدة محل العلاج الكيميائي الذي له آثار جانبية خطيرة على المرضى».

ونظراً لأنها ليس لها أي آثار سلبية، يأمل البروفيسور دان بير أن تتاح هذه التقنية للبشر خلال عامين ونصف لتصبح بديلاً عن العلاج الكيميائي. وبحسب صحيفة «ديلي ميل» البريطانية، فإن التقنية الجديدة تعمل على تغيير الحمض النووي وتعديل الجينات باستخدام تقنية CRISPR Cas-9 لقتل الخلايا السرطانية. وأشارت إلى أن الباحثين شبهوا التقنية الجديدة بالمقص الصغير الميكروسكوبي الذي يستهدف الأورام السرطانية.

تقنية حديثة للكشف عن طنين الأذن بفاعلية



دبي-البيان الصحي

والضعف الإدراكي والتوتر. وفي الدراسة الجديدة، تحول الباحثون إلى تقنية fNIRS، حيث قالوا إنها «طريقة تصوير غير جراحية وغير إشعاعية، تستخدم في قياس تغيرات مستويات الأكسجين في الدم داخل أنسجة المخ».

واستخدم الفريق البحثي تقنية fNIRS لتتبع نشاط مناطق في قشرة الدماغ من المعروف سابقاً أنها مرتبطة بطنين الأذن، ثم عملوا على جمع بيانات لدى 25 شخصاً يعاني من طنين الأذن المزمن، ومدى استجابتهم للمحفزات السمعية والبصرية.

وكشفت تقنية fNIRS عن فرق كبير إحصائياً في الاتصال بين مناطق الدماغ للأشخاص الذين يعانون من طنين الأذن وبدونه. كما تضاءلت استجابة الدماغ لكل من المحفزات المرئية والسمعية بين مرضى الطنين.

وجدت دراسة تجريبية جديدة، أجراها فريق بحثي من معهد Bionics الأسترالي للبحوث الطبية، بقيادة الباحث مهرانز شوشتران، أن تقنية التنظير الطيفي للأشعة القريبة من تحت الحمراء fNIRS، والتي تستخدم في مجالات واسعة من التشخيص الطبي والفيزيولوجي، يمكن استخدامها لأول مرة للكشف عن طنين الأذن وتحديد مستوى حدته بفاعلية.

وذكر موقع Medical Xpress العلمي، أن الدراسة نُشرت، في مجلة PLOS ONE العلمية، حيث أشارت إلى أن إدراك رنين أو طنين عالي في الأذنين، يصيب ما يصل إلى 20% من البالغين، وعندما يشتد يرافقه الاكتئاب

تطوير نظام ذكاء اصطناعي للكشف عن «الجراثيم الخارقة»

دبي-البيان الصحي

تطور جامعة «موناش» ومستشفى «ألفريد» في أستراليا نظاماً قائماً على الذكاء الاصطناعي للكشف عن الجراثيم الخارقة وعلاجها والوقاية منها، وفق موقع «تيك أند سينس بوست».

وحسب كريستوفر باين، أستاذ الصحة الرقمية بجامعة موناش، فإن العدوى من الجراثيم المقاومة للبكتيريا تقتل 700000 شخص كل عام، وبحلول 2050، قد يشهد العالم 10 ملايين حالة وفاة سنوياً من أمراض يمكن علاجها سابقاً.

وتنشأ الجراثيم الخارقة بعد تحول الميكروبات لتصبح محصنة ضد تأثيرات مضادات الميكروبات، كما أنها قادرة على التعلم والتطور؛ ما يجعلها مقاومة للأدوية. وحصل المشروع، الذي سيكون مقره بشكل أساسي في مستشفى ألفريد، على 3.4 ملايين دولار أسترالي (2.5 مليار دولار أمريكي) من صندوق مستقبل الأبحاث الطبية التابع للحكومة الفيدرالية.

وفقاً للباحث الرئيس في المشروع، أنتوني بيليج، سيتم دمج علم الجينوم وبيانات الرعاية الصحية الإلكترونية، وتقنيات الذكاء الاصطناعي لمعالجة مقاومة مضادات الميكروبات في نظام الرعاية الصحية.



بيانات

وعلى وجه التحديد، سوف يستفيد عشرات الآلاف من نقاط البيانات لكل مريض ومسببات الأمراض للمساعدة في التنبؤ باستجابات العلاج ونتائج المريض. سيدفع هذا المشروع حدوداً لا مثيل لها في مجال الرعاية الصحية وكيف يمكن تطبيق التقنيات الجديدة لفهم كيف تصيب البكتيريا الخارقة الإنسان والطريقة التي تنتقل بها داخل نظام المستشفيات. وإضافة إلى توفير الكشف المبكر عن مقاومة مضادات الميكروبات، تأمل جامعة موناش ومستشفى ألفريد - أيضاً - أن يكون النظام قادراً على إنشاء علاج شخصي للمرضى ومنع تفشي الجراثيم الخارقة.

سوار للكشف عن العلامات المبكرة للاضطرابات الحركية لدى الأطفال

دبي-البيان الصحي

طور باحثون سواراً يمكن ارتداؤه، للكشف عن العلامات المبكرة للاضطرابات الحركية لدى الأطفال، ويُعد طريقة جديدة لمراقبة الحركات لديهم، ورؤى جديدة حول كيفية تطور ردود أفعالهم مثل الركل، كما يمكن أيضاً استخدام هذه الأفكار لاكتشاف العلامات المبكرة للاضطرابات الحركية مثل الشلل الدماغي.

ونُشر البحث في مجلة Science Advances بالتعاون مع مؤسسة Santa Lucia، ومستشفى Casilino في روما.

ويبدأ الأطفال في الركل كأجنة في الرحم، ويستمرّون في الركل بشكل غريزي حتى يبلغوا من العمر 4 أشهر، وتتضمن الركلات بشكل أساسي الخلايا العصبية في العمود الفقري، كما هو الحال مع ردود الفعل الوقائية الموجودة في البالغين مثل إزالة اليد بسرعة من الحرارة.

نشاط

ويقوم النظام بفك تشفير إمكانات المجال الكهربائي على سطح الجسم، ويعكس عملية توليدها رياضياً، وبالتالي تحديد النشاط العصبي للنخاع الشوكي. ووجد الباحثون أنه على عكس حركات الساق السريعة لدى البالغين، فإن ركلات الأطفال تتولد عن طريق الخلايا العصبية في الحبل الشوكي التي تطلق في نفس الوقت بالضبط. ويقول الباحثون إن هذا التزامن الشديد يزيد من القوة التي تولدها العضلات المرتبطة بالأعصاب، وهو ما يفسر لماذا يمكن أن تكون ركلات الأطفال قوية وسريعة نسبياً على الرغم من أن عضلاتهم لا تزال ضعيفة وبطيئة. وأكد الباحثون أن هذه النتائج، التي نشرت في مجلة Science Advances، مهمة للغاية لفهمنا لتطور الشبكات العصبية في العمود الفقري.



السكري

التصدي للمرض بتكثيف الفحوص ورصد الحالات



بالنوع الثاني الأقراص الخافضة للسكر التي تحفز الجسم لإفراز المزيد من الأنسولين أو أن هذه الأقراص تحسن من مفعول الأنسولين الذي يفرزه الجسم. كما أن البعض من المصابين بالسكري من النوع الثاني قد يستطيعون السيطرة على سكر الدم من خلال تخفيف الوزن الزائد إلى جانب النظام الغذائي والبرنامج الرياضي دون الحاجة إلى الدواء، كما يجب على المصاب بالسكري زيارة الطبيب المختص بالسكري مرة على الأقل كل 3-6 أشهر، وعليه مراجعة أعضاء الفريق الطبي المختص بالعناية بمرضى السكري بشكل دوري.

تثقيف

بدوره، أوضح عبدالله أحمد جمعة المدير الإداري لمركز دبي للسكري أن مريض السكري يتم متابعته من قبل الطبيب وممرض متخصص بالسكري ويسمى باختصاصي تثقيف السكري أو مرشد السكري، إضافة لاختصاصي التغذية العلاجية ويساعد المريض على وضع الخطة الغذائية الملائمة كي يتمكن من ضبط السكر، واختصاصي البرامج الرياضية يمكن أن يساعد على بدء البرنامج الرياضي ومعرفة تأثيره على سكر الدم، واختصاصي العمل الاجتماعي أو اختصاصي الصحة النفسية، لمساعدة المريض على تقبل التعايش مع السكري كمرض مزمن يرافقه طوال الحياة، كما يمكنك الاستفادة من خبراتهم في التعامل مع الضغوط النفسية التي تؤدي إلى الإخلال بتنظيم السكر.

وأضاف: إنه يجب على كل شخص مصاب بالسكري أن يراجع طبيب العيون لإجراء فحص العين (مرة في السنة) وذلك للكشف المبكر عن أي مشكلة قد تحدث في العين. وينبغي معرفة أن معالجة المشكلة في البداية وقبل تفاقمها أمر سهل، كما يجب على كل مصاب بالسكري القيام بفحص يومي لمستوى السكر في الدم عن طريق الأجهزة المنزلية لفحص

من السكري فهم فئة الأطفال والشباب، مع العلم أنه قد يحدث في أي سن. أما النوع الثاني والذي كان يسمى سابقاً بسكري الكبار أو السكري غير المعتمد على الأنسولين - وفي هذا النوع يفرز الجسم بعض الأنسولين بكميات لا تكفي لتحويل السكر إلى طاقة. وهذا النوع عادة ما يصيب كبار السن ممن تجاوزوا سن الأربعين، وغالباً ممن يعانون من السمنة أو ممن لديهم تاريخ عائلي بالإصابة بالسكري. أما الآن فقد بدأ السكري من النوع الثاني بالانتشار بين الأطفال ذوي الوزن الزائد والذين لديهم تاريخ عائلي للإصابة بالسكري، والنوع الثالث هو سكري الحمل إذ يظهر أثناء الحمل ويختفي بعد الولادة في معظم الحالات والرابع هو سكري الأطفال. وبينت الدكتورة فتحة أن المسح الأخير الذي قامت به الهيئة في دبي أظهر أن نسبة انتشار المرض بين مواطني إمارة دبي وصل إلى 19% مقابل 8% لديهم قابلية الإصابة بالمرض مستقبلاً.

أنماط

وأوضحت أن هناك بعض الأمور الأساسية التي يجب على أي مصاب بالسكري أن يقوم بها سواء كان من النوع الأول أو الثاني - كي يحافظ على صحة جيدة، ومنها اتباع برنامج غذائي ونمط غذائي صحي والانتظام في برنامج رياضي يومي، فالتمارين الرياضية تساعد جسمك على الاستفادة من الأنسولين بشكل أفضل مما يساعد على ضبط أفضل لمستوى السكر في الدم. وبينت أنه إذا كان الشخص مصاباً بالنوع الأول يحتاج لحقن الأنسولين وقد يحتاج بعض المصابين من النوع الثاني لحقن الأنسولين أيضاً. وغالباً ما يستخدم المصابون



د. فتحة العوضي

50%
ممن تتجاوز أعمارهم 50 عاماً في الدولة مصابون

«صحة دبي» تشدد على إجراءات الكشف المبكر والمتابعة المنتظمة

يهدد مرض السكري بالعديد من المخاطر التي قد تتجاوز المضاعفات المعروفة طبياً، فيعد قاتلاً صامتاً، إذ قد لا يشعر به الشخص، لكنه يؤدي إلى خلل في تنظيم الجلوكوز (السكر) من حيث الاستفادة منه أو تخزينه، وبالتالي يتراكم السكر في الدم في حالة تسمى بارتفاع السكر، لذا يتطلب مراقبة مستمرة ومنتظمة مع الطبيب، ويشكل تكثيف الفحوص ورصد الحالات أهم وسائل التصدي للمرض، لحماية المجتمع من مضاعفاته. وشدد أطباء في هيئة الصحة بدبي على ضرورة البدء بفحص السكري من سن الأربعين فيما ينصح الأشخاص الذين لديهم تاريخ مرضي في العائلة بالبدء بالكشف الدوري وإجراء الفحص قبل ذلك، وأكدوا أهمية مراقبة المرض ومتابعته بانتظام. ووفقاً للتقديرات العالمية لمرض السكري هناك أكثر من 800 ألف شخص في الدولة لديهم القابلية للإصابة بالمرض، فيما أكد أطباء متخصصون في دبي أن 50% ممن تتجاوز أعمارهم 50 عاماً مصابون بالمرض في الدولة، ففي بعض الحالات لا يكون هناك أعراض - وهذا يحدث في السكري من النوع الثاني فقط. إذ قد يظل السكري خفياً سنوات من دون أن تعرف بوجوده، لأن هذا النوع من السكري يحدث أحياناً بشكل بطيء.

4 أنواع

وقالت الدكتورة فتحة العوضي استشارية السكري والغدد الصم هناك أربعة أنواع من السكري الأول وهو ما كان يسمى سابقاً بسكري الأطفال أو المعتمد على الأنسولين وفي هذا النوع يتوقف الجسم تماماً عن صنع الأنسولين، والأنسولين هو هرمون يمكن الجسم من الاستفادة من السكر وتحويله إلى الطاقة اللازمة لحياة كل الخلايا في الجسم. ويجب على المصابين بالنوع الأول أخذ عدد من حقن الأنسولين بشكل يومي ولا يوجد خيار آخر لعلاجهم. أما الفئة الأكثر عرضة لهذا النوع

تبلغ نسبة مرض السكري في إمارة دبي نحو 19% فيما 8% لديهم قابلية الإصابة بالمرض مستقبلاً

بالأرقام

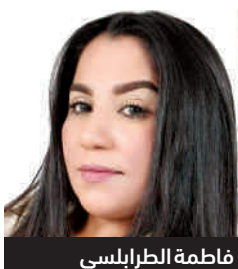
19%

ينبغي لمصابي «السكري» زيارة الطبيب المختص مرة على الأقل كل ثلاثة إلى ستة أشهر

03



عيسى السعدي



فاطمة الطرابلسي

مستطلعون:
ارتباط وثيق للداء بالحالة البدنية

أكد عدد من مستطلعي «البيان الصحي» أن التوعية بأهمية الأنماط الصحية الغذائية والحياتية وممارسة الأنشطة للوقاية من مرض السكري، أساس مهم في مكافحة المرض، لافتين إلى أن داء السكري يرتبط ارتباطاً وثيقاً بنمط الحياة والحالة البدنية ووزن المريض، فتغيير الأنماط الغذائية وتجنب السمنة يعززان الوقاية من المرض. ورأى ناصر أكرم أن النشاط البدني يشكل جزءاً مهماً أيضاً من خطة علاج مرض السكري، فعند ممارسة التمارين الرياضية، تستخدم العضلات السكر (الغلوكوز) للحصول على الطاقة، كما تساعد الأنشطة البدنية المنتظمة الجسم على استخدام الأنسولين بصورة أكثر كفاءة. وأضاف أنه مع تزايد الانشغالات الحياتية وتراجع مستوى الحركة، يميل معظم الأشخاص إلى إهمال أدايتهم الغذائية، ما قد يتسبب أيضاً في الإصابة بمرض السكري المعروف بالقاتل الصامت.

عوامل

وأكدت فاطمة الطرابلسي أن نمط الحياة من العوامل الأساسية في الوقاية من الإصابة بالسكري، ونظراً إلى الانشغالات الكثيرة التي تغطي على أنماط حياة الكثيرين، فقد بات إعداد الأطعمة الصحية واعتماد جدول أعمال أكثر نشاطاً وحركة، من الأمور الثانوية، مما يجعل الشخص أكثر عرضة للإصابة بالسكري.

تغيير الأنماط الغذائية وتجنب السمنة يعززان الوقاية من المرض



المراقبة تُجنب خطر المضاعفات

يترك مرض السكري، على المدى الطويل، مضاعفات على كافة أعضاء الجسم، خاصة في حال عدم مراقبته والسيطرة عليه، إذ قد يضرب الشبكية والكلى والشرابين والقلب، ويؤدي إلى الإصابة بالجلطات القلبية والدماغية وبتر الأطراف.

مضاعفات:

- السكتة القلبية
- الجلطة الدماغية
- العمى
- الفشل الكلوي
- أمراض الأوعية الدموية
- أمراض الشرايين

قسم التعليم ويضم:

- اختصاصية التثقيف
- اختصاصية التغذية
- اختصاصية اللياقة البدنية
- اختصاصية العناية بالقدم

اختصاصي العيون

الإمارات من بين النسب الأعلى في العالم ولمعالجة هذا الموضوع بفعالية، قرّرت هيئة الصحة بدبي تطوير منشأة صحية شاملة ومتكاملة تلبي احتياجات مرضى الإمارة المصابين بداء السكري. وأضاف: جميع الاستشاريين الذين يعملون بمركز دبي للسكري حاصلون على البورد الأمريكي في علاج أمراض الغدد الصماء والسكري ولديهم سنوات طويلة من الخبرة في علاج داء السكري ومضاعفاته.

تطبيق

وأوضح: يتم مراقبة مرضى السكري عن بعد عن طريق تزويدهم بأجهزة قياس ضغط الدم والسكري وجهاز قياس نسبة الأوكسجين وضربات القلب بالإضافة إلى وعاء أدوية ذكي يقوم بتذكير المريض بموعد تناول جرعات دوائه وجميعها متصلة بهاتف وتطبيق ذكي، حيث يستطيع الكادر الطبي التواصل مع المريض إذا ما طرأ تغير في مستويات فحوصه دون الانتظار لحين الموعد التالي ويتمكن الطبيب المعالج من تعديل البرنامج العلاجي دون تأخير، بالإضافة إلى سهولة التواصل مع الطبيب عن طريق التطبيق الذكي، كذلك يقوم التطبيق بتذكير المريض بموعد الفحوص وكذلك مواعيد تناول الدواء وفي حال نسيانه تناول الدواء تصله تنبيهات من خلال الهاتف لتذكيره وإذا كانت مستويات الفحوص مرتفعة أو منخفضة قليلاً يتلقى المريض تنبيهات مع بعض المعلومات التي تساعد على تعديل مستويات الفحوص. حيث تم من خلال الدراسة استهداف المرضى ذوي المعدل التراكمي أكثر من 8% وكذلك لا يستطيعون الحضور للمواعيد المتكررة لمناقشة فحوصهم، ولديهم القدرة على استخدام جهاز الهاتف الذكي.

تشير إلى إمكانية تأخير أو منع الإصابة بهذا النوع من السكري، وخاصة إذا كان هناك تاريخ عائلي بمرض السكري أو بالإصابة بسكري الحمل.

خدمات

وأضاف: تم إنشاء مركز دبي للسكري بهيئة الصحة بدبي في أبريل 2009 تحت شعار «تحسين حياة كافة المصابين بداء السكري وتقديم أكبر قدر من أمل الشفاء»، ويهدف المركز إلى تقديم خدمات متكاملة بأعلى المستويات في مجال الرعاية الشاملة لمرضى السكري ذات التخصصات المتعددة والمنهج الشمولي للإدارة والوقاية من مرض السكري وفق معايير وأنظمة دولية معتمدة. ويعد مركز دبي للسكري المركز الرائد المتخصص في إدارة مرض السكري ويعمل على مختلف المستويات وإعداد برامج توعية لإيجاد مجتمع خال من داء السكري ومضاعفاته من خلال العمل بروح الفريق الواحد والسعي الجاد لتحقيق الأهداف التي يسعى إليها المركز. وتابع: مع افتتاح المركز قمنا بإضافة عيادة متخصصة بأمراض الغدد عند الأطفال هدفها العناية بالصغار الذين يعانون من مرض السكري، حيث تتميز هذه العيادة ببيئة ذات طابع محبوب وقريب من الأطفال، كما يحتوي المركز على مطبخ لتعليم الطبخ وتحضير الطعام الخاص بمرضى السكري، كما يوجد في المركز صالة رياضية خاصة للمرضى، وصيدلية ومختبرات لسحب عينات الدم.

مبادرة الفريق الطبي الواحد

وقال الدكتور أحمد بن كلبان: نعد نسبة انتشار داء السكري في

د.أحمد بن كلبان

طرق الوقاية:

- اتباع برنامج غذائي ونمط غذائي صحي
- الانتظام في برنامج رياضي يومي
- حافظ على الوزن المثالي وتجنب السمنة قدر الإمكان
- تخفيف الوزن إذا كنت تعاني من السمنة
- مارس الرياضة بانتظام

علامات أولية:

- العطش الشديد والمستمر
- زيادة عدد مرات التبول عن المعتاد
- نقص الوزن
- الإحساس بالجوع
- ضعف الإبصار أو غباش العيون
- التعرض لالتهابات الجلد أو لالتهابات اللمهلية
- تأخر شفاء الجروح
- الشعور بالإجهاد والخمول دونما سبب واضح

الفتات الأكثر عرضة:

- من لديهم تاريخ عائلي للإصابة بالسكري
- الأشخاص الذين تجاوزوا سن الأربعين (علماً بأن السكري من النوع الثاني أصبح ينتشر بين الأطفال)
- السيدات اللواتي أصبن بسكري الحمل سابقاً أو أنجن طفلاً يزن أكثر من 4 كغم
- المصابون بالسمنة

تقنيات

أشار الدكتور أحمد بن كلبان إلى أن الفرق الطبي بمركز دبي للسكري المكون من الأطباء الاستشاريين، وفريق التمريض، والتثقيف الصحي والغذائي، يمتلك أفضل وأحدث التقنيات لرعاية المصابين بالسكري حيث يوفر لهم خططاً علاجية متكاملة سواء باستخدام أنظمة العلاج بالأنسولين أو أجهزة مراقبة الجلوكوز المستمرة أو غيرها من الأجهزة المتطورة.

السكر. وسوف يساعد هذا الفحص ويساعد كل أعضاء الفريق الطبي على معرفة مدى نجاح برنامجك العلاجي في ضبط السكر (بما في ذلك نظام وجباته وبرنامجه الرياضي وجرعات الأدوية التي يتعاطاها).

مضاعفات

وأوضح عبدالله جمعة: يقوم الفريق الطبي أيضاً بشرح كل الوسائل اللازمة لضبط السكر في الدم وطرق منع أو تجنب حدوث مضاعفات السكري، وذلك لأن الإهمال أو التقصير في الرعاية التي يجب أن يتلقاها المصاب بالسكري سوف يؤدي إلى الكثير من المضاعفات ونذكر منها السكتة القلبية والجلطة الدماغية والعمى والفشل الكلوي وأمراض الأوعية الدموية التي قد تؤدي إلى البتر وتلف الأعصاب والضعف الجنسي. ولحسن الحظ، فإن الدراسة الكبرى التي أجريت على مدى عشر سنوات قد أظهرت أنه يمكن تقليل فرصة حدوث هذه المضاعفات بنسبة 50% إذا تمت المحافظة على معدلات السكر في الدم ضمن المستوى الطبيعي.

تعاون

من جهته، قال الدكتور أحمد بن كلبان المدير التنفيذي لقطاع المراكز الصحية المتخصصة في الهيئة: إن مركز دبي للسكري يقوم بالتعاون مع مراكز أخرى متخصصة بالسكري بفحص خاص لأقرباء الدرجة الأولى للمصابين بالسكري من النوع الأول. وقد نستطيع من خلال هذه الفحوص الخاصة تحديد أولئك الذين هم في طور الإصابة بالسكري، وسوف تنشر أية معلومات جديدة عن إمكانية منع المرض لاحقاً. أما النوع الثاني وهو الأكثر انتشاراً، فإن بعض الدراسات

عبدالله احمد جمعة

يجب على المصابين بـ«سكري» النوع الأول أخذ عدد من حقن الأنسولين بشكل يومي ولا يوجد خيار آخر لعلاجهم

01

يشكل الأطفال والشباب الفئتين الأكثر عرضة لهذا النوع من السكري، مع العلم أنه قد يحدث في أي سن

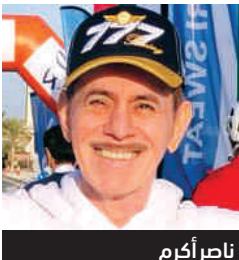
02

الحياة والحالة البدنية ووزن المريض، ومعروف أن عملية التغيير الاجتماعي ومواكبة العصر قد ترافقها تغيرات واسعة في أنماط الحياة، نجمت عنها زيادة كبيرة في انتشار السمنة، وقلة النشاط البدني، وزيادة الضغط والإرهاق، وهي أمور تعتبر من الأسباب الرئيسية التي تجعل السكري مشكلة متزايدة ومتفاقمة الأبعاد في العالم كله.

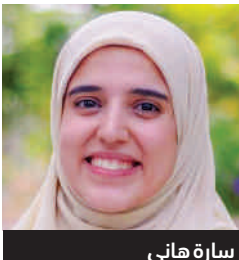
ويتابع: بالرغم من أن اللياقة البدنية أصبحت موضة بين فئات الشباب، إلا أن النشاط البدني يعتبر ضرورياً لكل فرد من أفراد العائلة صغيراً وكبيراً، فالتمارين الرياضية تساعد على اللياقة البدنية، وتحرق السعرات الحرارية، وبالتالي تخلص الإنسان من الدهون، فالرياضة هي مفتاح الصحة الجيدة. ورأى عيسى السعدي أن تعديل نمط الحياة هو المحور الأساسي في مكافحة السكري في أي مجتمع يهدف إلى الوقاية من هذا الداء، ومنع انتشاره، ويشمل ذلك أن يعمل المرء على تقليل وزنه، وزيادة نشاطه البدني، واتباع نظامي غذائي صحي، بالإضافة إلى إجراء الفحوصات الدورية والامتناع عن التدخين وكلها تعتبر من الأمور الهامة في الوقاية ليس فقط من مرض السكري وإنما من الأمراض بشكل عام. ونمن حملات التوعية والتثقيف بالمرض وطرق الوقاية منه ومن مضاعفاته التي تنظمها باستمرار هيئة الصحة بدبي، وحملات الكشف المبكر عن المرض.



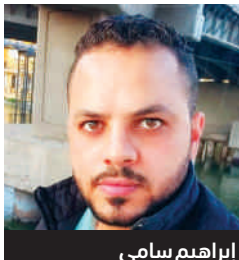
حسام فوزي



ناصر أكرم



سارة هاني



إبراهيم سامي

بالتساوي على مدار اليوم، لافتة إلى أنه لا تقتصر ضرورة ممارسة الرياضة على مرضى السكري وحدهم، بل إنها تشمل الجميع، ولا بد لكل شخص من إدراج أحد أنواع النشاط البدني في يومه، لما لها من فوائد جمّة. ونصحت إبراهيم سامي بمحاولة تغيير العادات اليومية المتمثلة في الجلوس طوال اليوم، من خلال البدء باتباع عادات جديدة كالمشي عوضاً عن قيادة السيارة أو استقلال أي مركبة للوصول إلى الأماكن القريبة، كذلك الاعتماد على صعود الأدراج بدل استخدام المصاعد، ومحاولة تخصيص ما لا يقل عن نصف ساعة يومياً للمشي.

ارتباط

وأضاف حسام فوزي أن داء السكري يرتبط ارتباطاً وثيقاً بنمط

وأضافت: نظراً للأثر السلبي للجدول اليومي المزدحم بالكثير من الأشغال مثل العمل والأسرة وتوفير متطلبات الحياة، فقد يستسهل البعض تناول المأكولات السريعة التي يمكنهم الحصول عليها وسط انشغالاتهم الكثيرة.

توازن

وقالت سارة هاني: رغم انشغالي في العمل والمنزل والحياة إلا أنني أحرص على احتساب جميع الكربوهيدرات في كل ما أتناوله، كما أتجنب الأطعمة المكتوب عليها بعض المصطلحات مثل السكريات، والكربوهيدرات المعقدة، والكربوهيدرات سريعة المفعول. وأشارت إلى أنه يجب أن نلتزم باتباع نظام غذائي صحي متوازن من الخضروات والفواكه والبروتينات والكربوهيدرات موزعة





قلة النوم والوزن الزائد

دبي-البيان الصحي

نوم الليل الجيد لا يقل أهمية للجسم عن الطعام الصحي والتمارين الرياضية؛ لكن للأسف الكثير من العادات المستجدة والخارجية أثرت بشكل بالغ على نمط النوم وبالتالي على الذاكرة والتركيز والأداء اليومي والذي يرتبط بالنوم بدرجة أولى.

انخفض معدل نوم الأمريكيين الذي يحصلون عليه كل ليلة من متوسط حوالي 8.5 ساعات في الستينيات إلى أقل بقليل من 7 ساعات اليوم. من المحتمل أن يكون هناك العديد من الأسباب وراء ذلك، لكنها تشمل على الأرجح مهناً على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع، وإطالة «اليوم» بالإضاءة الاصطناعية، واستخدام الأجهزة الإلكترونية في وقت النوم (الضوء الأزرق الصادر من هذه الأجهزة يؤخر بدء النوم)، وانتشار الاعتقاد بأن النوم أقل أولوية مقارنة بالأنشطة الأخرى، سواء كانت متعلقة بالعمل أو المتعة.

واليوم، لا ينام الكثير منا فقط، بل نميل إلى زيادة في الوزن أيضاً. أكثر من 30% من البالغين الأمريكيين يعانون اليوم من السمنة، مقارنة بأقل من 15% من البالغين في الستينيات. كما انتشر «وباء السمنة» إلى الأطفال، حيث إن 17% منهم يعانون من السمنة المفرطة. هذا اتجاه يندرج بالخطر لأن الأطفال البدنيين من المحتمل أن يصبحوا بالغين يعانون من السمنة المفرطة.

هل هناك ارتباط بين انخفاض مدة النوم وزيادة السمنة؟ وجد عدد من الدراسات الكبيرة التي شملت الآلاف من البالغين بشكل عام أن الأشخاص الذين ينامون لفترة قصيرة (بـ 5 ساعات أو أقل في الليلة، ولكن في بعض الأحيان 6 ساعات أو أقل) كانوا أكثر عرضة بنسبة 45% للإصابة بالسمنة. أم بالنسبة للأطفال، وجدت إحدى الدراسات أن الأطفال الذين ينامون أقل من 7.5 ساعات في الليلة لديهم خطر أكبر بمقدار ثلاثة أضعاف للإصابة بالسمنة على مدى 5 سنوات.

هل يوجد تفسير علمي لسلوك النظام الغذائي لمن ينامون أقل؟ تشير الدراسات التجريبية إلى أن تقييد النوم يؤدي إلى اضطرابات في معالجة سكر الدم (الجلوكوز) وتغيرات في الهرمونات التي تتحكم في الشهية. على سبيل المثال، يحفز هرمون الجريلين الشهية، في حين أن هرمون اللبتين يقللها. مع قلة النوم، ترتفع مستويات هرمون الجريلين وتنخفض مستويات اللبتين، ما يؤدي إلى زيادة الجوع والشهية. بالإضافة إلى ذلك، لاحظت هذه الدراسات أن الأفراد قليلي النوم لديهم رغبة أكبر في تناول الأطعمة عالية السعرات الحرارية والكربوهيدرات. نضيف لإكمال الدائرة أنه كلما قلت ساعات النوم زاد ذلك من الوزن ومع زيادة الوزن المستمرة، فإن ذلك سيحد القدرة على النوم. فينصح باتباع نظام صحي مصاحب للتمارين الرياضية وأخذ قسط كافٍ من النوم بما لا يقل عن 8 ساعات للحفاظ على الصحة الجسدية والنفسية.

عفرء القطان أخصائية تغذية علاجية

إدارة التغذية السريرية

اللحوم الحمراء تتسبب في انسداد الأوعية الدموية

دبي-البيان الصحي



دبي-البيان الصحي

أن هذه المادة تتسبب في انسداد الأوعية الدموية في جسم الإنسان، عند اختلاطها بالدم.

وتبين الدراسة، التي أجريت على مجموعة من النباتيين ومتناولي اللحوم، أن مادة «TMAO»، تقل نسبتها في دم النباتيين، في حين تزيد في دم اللحوميين بسبب كثرة مادة الكارنتين في أمعائهم، وهو ما يجعلهم عرضة للوفيات بأمراض القلب بنسبة 13%، أكثر من نظرائهم النباتيين.

ونصح هازن بتناول اللبن المبستر الذي يقضي على البكتيريا الماصة لمادة الكارنتين في الأمعاء.

أكدت دراسة تظهر أن بكتيريا الأمعاء الماصة لمادة الكارنتين الموجودة في اللحوم الحمراء تؤدي إلى ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم والتي تتسبب بدورها ببتبعات صحية خطيرة.

ووفق الدراسة التي نشرت في مجلة «نيتشر ميديسن» الأمريكية، أكد «ستانلي هازن» من مركز «كليفلاند» الصحي في الولايات المتحدة الذي أجرى الدراسة، أن مادة الكارنتين تتحول إلى مادة كيميائية في الكبد، أطلق عليها اسم «TMAO»، موضحاً

البندورة تقي من الاكتئاب

وتبين أن الفواكه والخضراوات الأخرى لا تعود بالفائدة نفسها على الأشخاص.

تأثير

ونقل المصدر عن العلماء قولهم إن تناول الملفوف والجزر والبصل واليقطين يبدو له تأثير بسيط أو حتى لا تأثير أبداً على الوضع النفسي. ويعاني 20% من الناس من الاكتئاب في فترة حياتهم، وتصاب هذه الحالة النساء أكثر من الرجال، ويزيد خطر إصابة المسنين بها بسبب تراجع صحتهم الجسدية، ووجدتهم. وتعتبر البندورة غنية بالمواد المضادة للأكسدة التي يعتقد بأنها تحمي ضد الأمراض. وقال العلماء إن نتائج دراستهم تظهر أن تناول نظام غذائي غني بالبندورة قد يكون له تأثير مفيد على منع أعراض الاكتئاب.



مفتاح كيميائي لحرق الدهون في الجسم



دبي - البيان الصحي

اكتشف باحثون من جامعة موناخ أن الدماغ يتوفر على مفتاح كيميائي يعمل على حرق الدهون في الجسم. وقد نشر الأطباء الباحثون نتائج دراستهم في صحيفة «Cell Metabolism» العلمية.

وبشأن هذا الاكتشاف يقول البروفيسور توني تيغانيس من جامعة موناخ، أن الآلية الأساسية المستخدمة في البحث تعمل على أن يكون هناك تطابق في استقبال الطاقة واستهلاكها. وإذا كان المفتاح الكيميائي معطلاً فإن المعنيين بالأمر يزدون في الوزن. ومتعاطي المخدرات يستغرق مزيداً من الوزن. هدف الباحثين الآن هو تطوير آلية لتشجيع البدناء على استهلاك الطاقة وفقدان الوزن.

تفاعل

ووجد الباحثون في دراستهم أنه بعد كل وجبة يتفاعل الدماغ مع الأنسولين المتحرك في الجسم. وترتفع مستويات الأنسولين، كلما ارتفع مستوى السكر في الدم. وهذا ما يحدث مباشرة بعد تناول الطعام. ويتسبب الأنسولين

في إرسال إشارات إلى الدماغ لتحويل الدهون البيضاء إلى دهون بنية. وهكذا يمكن أن يمكن أن يستفيد الجسم من طاقة الدهون البنية، كما يشرح الخبراء.

الدماغ يرسل إشارات بعد تناول كل وجبة بأن خلايا تخزين الدهون (الخلايا الشحمية) قد تحولت من جديد إلى دهون بيضاء. هكذا يعمل الجسم على حفظ الطاقة. وكلتا العمليتين تمنع من الزيادة المفرطة في الوزن وتساعد أيضاً على استقرار وزن الجسم.

تأثير

ويأمل الأطباء الباحثون بأن يتمكنوا من التأثير على المفتاح الكيميائي في الدماغ لأغراض علاجية وتحسين إمكانيات القضاء والتخفيف من الدهون الزائدة في الجسم. خاصة وأن السمنة من العوامل الأساسية في الإصابة بالعديد من الأمراض في جميع أنحاء العالم، فقد تسببت السمنة للمرة الأولى في التاريخ الحديث في انخفاض متوسط العمر المتوقع على المستوى العالمي، حسب ما يقول البروفيسور تيغانيس، في التقرير الذي نشره موقع هابلبراكسيس الألماني.

عقار فعّال للقضاء على بكتيريا مميتة تسبب الالتهاب الرئوي

دبي-البيان الصحي

أثبت علاج تجريبي لمرض الزهايمر فاعليته في علاج أكثر أنواع البكتيريا المقاومة للمضادات الحيوية والتي تهدد الحياة. وتوصل الباحثون في جامعة كوينزلاند وجامعة ملبورن وجامعة غريفيث، إلى أن عقار PBT2 فعال في تعطيل وقتل فئة من البكتيريا المعروفة باسم البكتيريا «سالبية غرام» التي تسبب التهابات، مثل الالتهاب الرئوي والتهابات مجرى الدم والتهاب السحايا. وقال الباحث مارك ولكر من جامعة كوينزلاند، إن العقار قد يعتبر فعالاً ضد مضادات حيوية وأصعب الجراثيم في العالم وعلاجها.



مقاومة للمضادات الحيوية يمثل تهديداً لصحة الإنسان ويقوض القدرة على علاج المرضى المصابين بعدوى خطيرة. وبناءً على ذلك، ظهرت حاجة ماسة إلى استراتيجيات بديلة لعلاج هذه البكتيريا المقاومة للأدوية. وكشف الفريق أن العقار يعمل على تعطيل آليات مقاومة المضادات الحيوية، كما نجح في معالجة الجراثيم المقاومة للمضادات الحيوية مثل الكليسييلة الرئوية والراكدة البومانية والزائفة الزنجارية والإشريكية القولونية. وقال مارك فون إتزستين، من معهد جليكومكس إن العلاج الجديد كان فعالاً ويقدم مجموعة من الفوائد الأخرى، كما تظهر الدراسات السريرية لـ PBT2 أنها آمنة للاستخدام على البشر.

أول دواء لعلاج الشيخوخة المبكرة لدى الأطفال

دبي-البيان الصحي

وافقت إدارة الدواء والغذاء الأمريكية على أول دواء لعلاج المرض الوراثي النادر progeria الذي يسبب الشيخوخة المبكرة لدى الأطفال، بحسب موقع مديكال إكس برس. وتأتي الموافقة على دواء Zokinvy الذي يأتي على هيئة كبسولات، بعد الاطلاع على دراسات مقارنة بين 62 طفلاً ممن تناولوا الدواء على مدار سنوات و81 طفلاً مصابين بالمرض نفسه لم يتلقوا هذا العلاج.

أمراض

ويشارك الأطفال المصابون بهذا المرض النادر الحياة مبكراً، بسبب الأمراض القلبية وتصلب الشرايين والسكتات الدماغية التي يصابون بها. وعادة يحدث هذا في مرحلة المراهقة، لكن مبتكري هذا الدواء قالوا إن له قدرة زيادة أعمار هؤلاء الأطفال بمتوسط عامين ونصف العام. وينشأ هذا المرض بسبب تحول جيني يؤدي إلى تراكم سيئ في خلايا بروتين يُسمى البروجيرين progerin والذي اشتق منه اسم المرض؛ والدواء الجديد يعمل على منع التراكم السيئ داخل الخلايا ما يبطئ عملية الشيخوخة المبكرة.

عقار لضغط الدم يعالج سكري النوع الأول

دبي-البيان الصحي

كشفت دراسة أمريكية حديثة أن دواءً يستخدم على نطاق واسع لخفض ضغط الدم المرتفع، يمكن أن يقي ويعالج مرض السكري من النوع الأول. الدراسة أجراها باحثون بكلية الطب جامعة كولورادو الأمريكية، ونشروا نتائجها في العدد الأخير من دورية (Journal of Clinical Investigation) العلمية. وأجرى الفريق دراسته لاكتشاف فاعلية عقار ميثيلدوبا (Methyldopa)، الذي وافقت عليه هيئة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) منذ سنوات لخفض ضغط الدم المرتفع، حيث يعمل على توسيع الأوعية الدموية، ما يسمح للدم بالتدفق بشكل أكبر، فيخفض الضغط. واختبر الباحثون فاعلية العقار على الفئران المعرضة لخطر الإصابة بالنوع الأول من السكري، وبعدها أجروا تجربة سريرية شملت 20 مريضاً بالسكري من النوع الأول أيضاً. ووجد الباحثون أن العقار الخافض للضغط، لعب دوراً مهماً، وكانت له آثار قوية في الوقاية والعلاج من مرض السكري لدى الفئران والبشر. وقال قائد فريق البحث الدكتور آرون ميشيلز: «وجدنا أن هذا العلاج فعال للوقاية من مرض السكري من النوع الأول وهو أحد أمراض المناعة الذاتية». وأضاف أن «هذا الدواء يمكن أن يقي من خطر الإصابة بالنوع الأول من السكري بنسبة تصل إلى 60% لدى أولئك المعرضين لخطر الإصابة بهذا المرض، وهذا تطور كبير جداً».



تطوير لقاح يمنع تكرار الإصابة بسرطان الجلد

دبي-البيان الصحي

التأثيرات التي تساعد وتقتل والمرض.

عمليات

وأجرى الباحثون تجاربهم على مرضى فعليين مصابين بمرض سرطان الجلد في مرحلته الثانية والثالثة، وخضعوا لعمليات جراحية لاستئصال الأورام، قاموا بإعطاء نصفهم اللقاح المعتاد والنصف الآخر تناولوا اللقاح المعزز بعنصري Flt3L و poly-ICLC، وذلك على مدار أربعة أشهر بمقدار أربع جرعات. وخلصت النتائج إلى أن اللقاح المعزز بالعناصر الجديدة زاد من الاستجابة المناعية للمرضى، حيث ما زالت عينات الدم تظهر الأجسام المضادة حتى بعد مرور 12 أسبوعاً من آخر جرعة، على عكس المرضى الذين تناولوا اللقاح العادي. وأوضحت الطبيبة نينا بهاردواج، مديرة مركز العلاج المناعي في معهد Tisch للسرطان، أن هذه التجربة قد تغير خطط لقاحات أنواع السرطان الأخرى في المستقبل. وقال الطبيب فيليب فريدلاندر: إن العلاج المناعي الجديد هو بادرة أمل للمصابين بالورم الميلانيني، وهو أخطر أنواع سرطانات الجلد لضمان عدم إصابتهم مرة أخرى، وأيضاً يفتح آفاقاً أمام تطوير لقاحات أخرى تمنع الإصابة بالسرطان، تماماً سواء لقاحات فردية أو لقاحات تُستخدم مع أدوية أخرى.

طور باحثون لقاحاً يمنع تكرار الإصابة بسرطان الجلد، وفقاً لموقع مديكال إكس برس. ونجح الباحثون بمعهد Tisch لأبحاث السرطان بكلية طب ماونت سيني في مدينة مانهاتن الأمريكية، بالاشتراك مع باحثين في منظمة تجارب العلاج المناعي للسرطان CITN، في إضافة جزيء جديد يسمى Flt3L ويعمل على زيادة عدد الخلايا التغصنية أو الخلايا العارضة والخلايا التائية، التي لديها القدرة على حماية الأشخاص من تكرار الإصابة بسرطان الجلد مرة أخرى. وذكر الباحثون أن إضافة مكون آخر للقاح المستخدم لمنع الإصابة بسرطان الجلد، ويطلق عليه اسم poly-ICLC، يعزز من قدرة الخلايا التغصنية أو العارضة على إنتاج الأجسام المضادة، ومن قدرة الخلايا

الانتفاخ المستمر لدى النساء قد يكون نذير خطر

دبي-البيان الصحي

حدّرت منظمة خيرية بريطانية معنية بمكافحة سرطان المبيض من أن ثلثي النساء اللاتي يعانين من أحد الأعراض الرئيسية لهذا المرض لا يذهبن إلى الطبيب لدى ظهوره. وذكرت هيئة الإذاعة البريطانية «بي بي سي» أن منظمة «تارجت أوفيريان كانسر» أعربت عن قلقها إزاء انخفاض مستوى الوعي بشكل مزعج بشأن الانتفاخ كعرض من أعراض سرطان المبيض. وتنصح هيئة الخدمات الصحية الوطنية في بريطانيا أي شخص يعاني من انتفاخ خلال أغلب الأيام عبر 3 أسابيع متوالية بأن يذهب إلى الطبيب. وأضافت أن الانتفاخ قد يكون عرضاً لأمراض أخرى، مثل القولون العصبي، ومتلازمة ما قبل الحيض، وغيرها.

سرطان المبيض

ويرجح الإصابة بمرض سرطان المبيض بنسبة أكبر لدى النساء، فيما بعد سن 55 عاماً، لكن المنظمة الخيرية كشفت أن هذه الفئة من النساء هي الأقل ميلاً للتحقق من هذه الأعراض عبر الإنترنت، ومن ثم فهن الأقل فرصة في أن يعرفن أنهن ربما تكن مصابات بذلك المرض. وأشارت المنظمة إلى أن نقص الوعي يؤدي إلى عدم إجراء النساء الاختبارات المتعلقة بتشخيص سرطان المبيض بالسرعة المطلوبة، ومن ثم يصبحن عرضة لفقدان فرصة التشخيص المبكر للمرض.





التهاب السحايا

عدوى خطيرة تصيب الدماغ



العلاج

التهاب السحايا بالمكورات السحائية من الأمراض الكفيلة بإحداث الوفاة وينبغي، دوماً، اعتباره من الطوارئ الطبية. ولا بد من إحالة المريض إلى المستشفى أو أحد المراكز الصحية، والجدير بالذكر أنه لا داعي لعزله. ويجب الشروع في توفير العلاج المناسب بالمضادات الحيوية في أسرع وقت ممكن، ويُستحسن، في أمثل الحالات، القيام بذلك بعد إجراء البزل القطني إذا أمكن الاضطلاع بتلك العملية فوراً.

الوقاية

هناك 3 لقاحات متوافرة للوقاية من هذا المرض الخطير.

- يحفز اللقاح استجابة مناعية أكبر وأكثر استدامة ضد المكورات السحائية.
- ويقلّل اللقاح من نقل البكتيريا في الحلق وبالتالي من معدل سريانها.
- ومن المتوقع ألا يوفر اللقاح حماية طويلة الأجل لمن يلقّحون به فحسب، بل لأفراد الأسرة وغيرهم مقن تعرضوا بخلاف ذلك للإصابة بالتهاب السحايا.
- ومن المتوقع أن يحدث اللقاح فعله بوجه خاص في حماية الأطفال دون سن الثانية ممّن لا يستجيبون للقاحات التقليدية المتعددة.

حقائق

- لوحظ التهاب السحايا بالمكورات السحائية في جميع أنحاء العالم ولكن أكبر عبء للمرض هو في حزام التهاب السحايا في أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى، الممتد من السنغال في الغرب إلى إثيوبيا في الشرق. لا يزال يتم الإبلاغ عن حوالي 30000 حالة كل عام من تلك المنطقة.
- يشهد حزام التهاب السحايا الذي تتسم به أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى، والممتد من السنغال في الغرب إلى إثيوبيا في الشرق، أعلى معدلات انتشار المرض.
- لقد كانت المكورات السحائية من الزمرة A قبل عام 2010 وقبل شن حملات التمنيع الوقائي الجماعية، تستأثر بنسبة تتراوح بين 80 و85% من جميع حالات الإصابة في حزام التهاب السحايا، بالاقتران مع حدوث الأوبئة على فترات تتراوح بين 7 سنوات و14 سنة. ومنذ ذلك الحين انخفضت بشكل كبير نسبة الزمرة المصلية A.
- يتم استخدام اللقاحات الخاصة بالمجموعة المسلحة للوقاية (التحصين الروتيني) واستجابة لتفشي (التطعيم التفاعلي السريع).
- منذ عام 2010 وبدء تطعيم لقاح متضاد للمكورات السحائية من خلال حملات التحصين الوقائي الشامل في حزام التهاب السحايا، انخفضت نسبة المصل A بشكل دراماتيكي.

«منظمة الصحة العالمية»

ينجم عن جراثيم عدة والنيصرية السحائية أهمّها

المرض يفتك بنصف الأشخاص المصابين إذا لم يُعالج

أكثر الأعراض شيوعاً تيبّس الرقبة وارتفاع الحرارة

حساسية الضوء والصداع والتقيؤ ضمن العلامات

يعد ضمن حالات الطوارئ الطبية

التهاب السحايا بالمكورات السحائية عبارة عن شكل جرثومي من أشكال التهاب السحايا، وهي عدوى خطيرة تصيب بطانة الدماغ. وبإمكان هذا المرض إحداث ضرر وخيم في الدماغ وهو قادر، إذا لم يُعالج، على الفتك بنصف الأشخاص الذين يصيبهم.

ويمكن أن ينجم هذا المرض عن عدة جراثيم مختلفة. وتُعد النيصرية السحائية أهمّ تلك الجراثيم نظراً لقدرتها على إحداث أوبئة واسعة النطاق. وهناك 12 زمرة من النيصرية السحائية التي قد تم التعرف عليها، علماً بأنّ 6 زمر منها (A و B و C و W و X و Y) قادرة على إحداث أوبئة. وتباين أشكال التوزيع الجغرافي والقدرة على إحداث الأوبئة بنباين الزمر.

انتقال المرض

وتسري الجراثيم بين البشر عن طريق رذاذ الإفرازات التنفسية أو إفرازات الحلق. وتسهم مخالطة المريض عن كثب أو لوقت طويل - مثل تقبيله أو التعرّض لعطسه أو سعاله أو العيش بجواره (مثل تقاسم أجنحة أو قاعات نوم ضيّقة أو تقاسم أواني الأكل أو الشرب) معه (الشخص الحامل للعدوى) - في تيسير انتشار المرض. وتدوم فترة حضانة المرض، في المتوسط، 4 أيام، إذ تتراوح بين 2 و10 أيام.

وتصيب النيصرية السحائية الادميين فقط، ولا يوجد أيّ مستودع حيواني خاص بها. ويمكن أن تنتشر الجراثيم في حلق الإنسان ويمكنها أيضاً، لأسباب لا تزال غامضة، التغلّب على دفاعات الجسم وتمكين العدوى من الوصول إلى الدماغ عبر مجرى الدم. وهناك من يرى، أنّ 10% إلى 20% من السكان يحملون النيصرية السحائية في مرحلة ما من حياتهم. غير أنّ معدلات حملهم لها قد ترتفع في الأوضاع الوبائية.

الأعراض

وأكثر أعراض المرض شيوعاً تيبّس الرقبة وارتفاع حرارة الجسم والشعور بحساسية إزاء الضوء والإصابة بالتخليط والصداع والتقيؤ. وحتى عندما يتم الكشف عن المرض في مراحل مبكرة وتوفير العلاج المناسب، فإنّ نسبة إماتة الحالات تتراوح بين 5% إلى 10%، علماً بأنّ الوفاة تحدث عقب ظهور الأعراض بفترة تتراوح بين 24 ساعة و48 ساعة. وقد يتسبّب التهاب السحايا الجرثومي في تضرّر الدماغ أو فقدان السمع أو إعاقة القدرة على التعلّم لدى 10% إلى 20% من الناجين منه. ومن أشكال المرض الأقلّ شيوعاً والأكثر وخامة (يؤدي إلى الوفاة في غالب الأحيان) الإلتان الناجم عن المكورات السحائية، وهو شكل يتسم بطفح نزفي ووهط دوراني سريع.

التشخيص

يمكن تشخيص التهاب السحايا الناجم عن المكورات السحائية، في بداية الأمر، عن طريق الفحص السريري، ويمكن، في بعض الأحيان، مشاهدة الجراثيم في الفحوص المجهرية التي تُجرى على السائل النخاعي. ويمكن دعم التشخيص أو تأكيده بزراعة الجراثيم التي تُجمع من عيّات السائل النخاعي أو الدم.



2010

منذ بدء تطعيم لقاح مضاد للمكورات السحائية في عام 2010 انخفضت نسبة المصل A بشكل دراماتيكي

20%

قد يتسبّب التهاب السحايا الجرثومي في إعاقة القدرة على التعلّم لدى 10% إلى 20% من الناجين منه

12

ثمة 12 زمرة من النيصرية السحائية تم التعرف عليها و6 منها قادرة على إحداث أوبئة

«صحة دبي» تحتفي بإطلاق «نابض»



دبي - البيان الصحي

احتفت هيئة الصحة بدبي بإطلاق مشروعها الطموح «نابض» الذي يمثل تحولاً مهماً في أنظمة الرعاية الصحية المعتمدة على الحلول الذكية، والتي من شأنها ربط مستشفيات هيئة الصحة بدبي بجميع المستشفيات الخاصة داخل الدولة وخارجها، وهو ما يعزز جهود الهيئة المتواصلة من أجل تحسين رحلة المرضى داخل المنشآت الطبية.

أطلق المشروع معالي حميد محمد القطامي مدير عام هيئة الصحة بدبي، بحضور عدد من المسؤولين والمختصين في الهيئة، إلى جانب فرق العمل التي قامت على المشروع (تخطيطاً وتنفيذاً).



كلمة
العدد

هيئة الصحة

مختبران عالميان في دبي

دشنت هيئة الصحة بدبي، مؤخراً، اثنين من أهم مختبراتها، وهما يمثلان الأحدث عالمياً، ويعد المختبر الأول.. (مختبر الميكروبات ومكافحة العدوى)، الأكثر تطوراً على مستوى المنطقة، والذي زودته الهيئة بأفضل التجهيزات والتقنيات والحلول الذكية، ورفدته بالكفاءات البشرية المتخصصة، ليكون هو المرجع لفحوصات ورصد وأبحاث الأمراض المعدية، وفي مقدمها مرض السل.

كما يُعد مختبر الميكروبات ومكافحة العدوى، التابع لمستشفى راشد، والمعتمد دولياً من كلية أطباء علم الأمراض الأمريكية، أيضاً، هو المختبر الوحيد على مستوى الدولة، الذي يوفر اختبار الكشف عن مقاومة أدوية الخط الثاني المضادة للسل.

ويتوافق المختبر مع أعلى المعايير الدولية، وتوصيات وبرتوكولات منظمة الصحة العالمية، ويتسع نطاق خدماته المتخصصة، لتشمل: الفحص المجهرى، والزراعة الجرثومية، واختبارات الكشف عن المقاومة الدوائية، والاختبار الجزيئي السريع، واختبار الكشف عن السل، فيما تصل قدرات المختبر لفحوصات مرض السل والأمراض المرتبطة به، إلى أكثر من 130 ألف فحص سنوياً.

وبالنسبة للمختبر الثاني الذي دشنته الهيئة.. (مختبر الكيمياء الحيوية الذكي)، فهو يدار بشكل متكامل من خلال أفضل التقنيات وحلول الذكاء الاصطناعي، ومن دون تدخل بشري، وهو ما يمكن المختبر من إجراء فحص وتحليل 2 مليون عينة في السنة، يمكن مضاعفتها إلى 10 ملايين.

و(مختبر الكيمياء الحيوية الذكي)، هو الأول من نوعه على مستوى الدولة، والأحدث على مستوى المنطقة، حيث تنتمي تقنياته إلى جيل (E801)، وهو ما يزيد قدرات أحد أجهزته لفحص 2000 عينة لوظائف الكبد والكلى والقلب، بما لا يتجاوز ساعة واحدة، في الوقت نفسه، يتمكن المختبر من خلال أجهزة فحص الأورام المتقدمة لإنتاج فحص 300 عينة خلال المدة نفسها.

وتستهدف الهيئة من هذه النقلة النوعية، أن يكون مختبرها الجديد مرجعاً طبياً وعلمياً وبحثياً، ومركزاً مرموقاً للتعليم والتدريب على مستوى الدولة والمنطقة، لا سيما أن المختبر يقوم عليه نخبة من الأطباء والمتخصصين، إضافة إلى قدرات المختبر وتجهيزاته الفائقة، التي تمكنه من تحليل بعض العينات واستخراج نتائجها، في وقت لا يتجاوز دقيقة واحدة.

ويضم المختبر- الذي تم تأسيسه في مستشفى دبي- مجموعة من التجهيزات والتقنيات عالية السرعة والدقة، فيما تتعدد استخداماته، لتشمل جميع الفحوصات، بما فيها الوظائف الحيوية للكلى والقلب والكبد والأورام والهرمونات وسوائل الدماغ والنخاع، والتغذية.

هيئة التحرير

سرّ السعادة الزوجية يكمن
في الحمض النووي

أكد باحثون أمريكيون أن سرّ السعادة الزوجية يكمن في الحمض النووي، بعد أن اكتشفوا جيناً مسؤولاً عن التحكم بالسيرنوتين الذي يحدد كم تؤثر العواطف على العلاقات.

وقال الباحث، روبرت ليفينسون، لـ دورية العاطفة الأمريكية: إن «الغموض كان يحوم حول ما الذي يجعل أحد الزوجين مرگزاً على الجوّ العاطفي في الزواج، فيما يكون الآخر غير مهتم»، مشيراً إلى أن الاكتشافات الجينية الجديدة تشرح كيف تختلف أهمية العواطف باختلاف الأشخاص. ووجد الباحثون من جامعة «كاليفورنيا - بيركلي»، رابطاً بين الرضا في العلاقة ومتغير جيني يعرف بـ5-HTTLPR، ويرث الأشخاص نسخة منه من كلا الوالدين.

وتبين للباحثين أن الأشخاص الذين لديهم اثنان من 5-HTTLPR كانوا الأكثر تعاسة بحياتهم الزوجية حين كانت تسود المشاعر السلبية مثل الغضب والاحتقار، وكانوا في الوقت عينه الأكثر سعادة حين تسود المشاعر الإيجابية.

وظهر أيضاً أنه عندما يكون المتغير الجيني المشار إليه واحداً أو اثنين طويلين، يكون الأشخاص أقل تأثراً بالعواطف في الزواج، وشملت الدراسة 150 ثنائياً متزوجاً على مدى 20 سنة. (دبي _ البيان الصحي)

ارتفاعاً متوقعاً لكبار السن
في دبي بحلول 2025

23.6%

ارتفعت معدلات الإصابة بأمراض الشيخوخة وفي مقدمتها الزهايمر والرعاش، وقد وضعت منظمة الصحة العالمية مكافحة أمراض الشيخوخة ضمن أولوياتها لكي يكون العالم مستعداً لمواجهة الوضع، وعلى صعيد إمارة دبي يتوقع ارتفاع النسبة تدريجياً لتصل إلى 23.6 % بحلول عام 2025، ووفق الاتحاد الدولي لجمعيات مرضى الزهايمر، فإن 44 مليون شخص في العالم مصاب حالياً بالزهايمر.



6.6%

فئة كبار المواطنين من عدد سكان إمارة دبي

السلس
البوليالشلل
الرعاشالسقوط
التكررضعف
الرؤيةضعف
السمعاضطرابات
النومهشاشة
العظام

23.6%

زيادة متوقعة للحاجة لخدمة الزيارات المنزلية لكبار المواطنين

تقديرات:

600

مليار دولار الكلفة العالمية للرعاية الصحية للمرضى

70%

من مرضى الشيخوخة سيكونون في البلدان الأكثر فقراً

135

مليوناً عدد مرضى الشيخوخة في العالم عام 2050

أعراض رئيسية مرتبطة بالشيخوخة:

نسيان الزمن والمكان

نسيان حقائق مهمة أو التعرف على أشخاص كانوا يعرفونهم معرفة جيدة من قبل

02

فقدان حاد للذاكرة

تناقص في القدرة على القيام بالأعباء العقلية مثل القراءة والعمليات الحسابية

01

غرافيك: محمد أبوعبدة

البين الصحي

الذكاء الاصطناعي يحدد نوع الشخص وفقاً
لطريقة ابتسامته

على عضلات الوجه عند الابتسام، عن طريق تحديد المسافات التي تتغير بين النقاط المختلفة على الوجه، وكذلك مدى سرعة حدوث هذه التغيرات عندما ترتسم الابتسامة.

واعتماداً على هذه المعايير، اتجه فريق البحث بعد ذلك إلى قياس الاختلافات التي تحدث بين الرجل والمرأة عند الابتسام، وتبين بشكل مبدي أن ابتسامة المرأة عادة ما تكون أكثر اتساعاً، حسب وكالة الأنباء الألمانية. ونقل الموقع الإلكتروني

«ساينس ديلي» المتخصص في

الأبحاث العلمية والتكنولوجيا

عن البروفسور أوجايل قوله:

«لقد أكدت دراستنا أن

المرأة بالقطع لها ابتسامة

أوسع، حيث يتسع فمها

ومنطقة الشفاه بشكل أكبر

بكثير مقارنة بالرجل». (دبي).

البيان الصحي



تختلف طريقة ابتسام الرجل عن المرأة، على نحو يسمح لأنظمة الذكاء الاصطناعي بتحديد نوع الشخص وفقاً لطريقة ابتسامته، حسب ما توصلت إليه دراسة علمية بريطانية. وتعتبر الدراسة الجديدة التي أجريت في جامعة «برادفورد» البريطانية هي الأولى من نوعها التي تعتمد على الحركة الديناميكية للوجه عند الابتسام، للتمييز تلقائياً بين الرجل والمرأة.

وقام فريق الدراسة برئاسة

البروفسور حسن أوجايل

برصد 49 علامة مميزة

على وجه الإنسان،

تتركز في الأساس

على المناطق حول

العينين والوجه

والأنف، واستخدم

هذه النقاط لقياس

التغيرات التي تطرأ

علاقة للاكتئاب بالنعافة



نشر علماء من كلية الطب في جامعة سيؤول الكورية الجنوبية نتائج أبحاث تتحدث عن علاقة الاكتئاب بالنعافة.

وفي مقال نشرته مجلة British Journal of Psychiatry قال العلماء إنهم توصلوا لتلك النتائج بعد أن قاموا بأكثر من 180 بحثاً علمياً لإيجاد العلاقة بين وزن الجسم والحالة العقلية للإنسان.

وأكدوا أن جميع الأبحاث بينت أن النساء والرجال شديدي النعافة يصابون بالاكتئاب على حد سواء، ولكن من غير الواضح بعد ما إذا كان فقدان الوزن هو السبب بالاكتئاب أم العكس.

وأكد العديد من علماء النفس أن النساء ذوات الوزن الزائد معرضات للاكتئاب أكثر من غيرهن. (دبي - البيان الصحي)

دراسة:
تأثير إيجابي لألعاب الفيديو
على الصحة الذهنية

دبي-البيان الصحي

خلص باحثون في جامعة أكسفورد إلى أن لعب الفيديو قد يكون مفيداً للصحة الذهنية، وذلك إثر تحليل سلوك أشخاص من محبي (أنيميل كروسينغ) (نيتندو)، إحدى أكثر الألعاب شعبية في العالم، و(بلانتيس فرسز زومبيز) (إلكترونيك آرتس).

وأشار الباحثون إلى أنه (خلافاً للمخاوف السائدة بشأن إمكان أن يؤدي الوقت الزائد في اللعب إلى

الإدمان مع تبعات على الصحة الذهنية، خلصنا إلى وجود رابط صغير بين اللعب والرفاه).

وأوضح ماتى فووره أحد معدي الدراسة أن (نتائجنا تعزز فكرة أن الألعاب الإلكترونية توفر بديلاً مُرضياً للقاءات المباشرة في هذه المرحلة الاستثنائية)، خصوصاً في ظل تدابير الحجر حول العالم.

وينسب كثر إلى ألعاب الفيديو، خصوصاً عبر الإنترنت، إلحاقاً أذى بالصحة الذهنية للاعبين، كما أن دراسات سابقة تحدثت عن أثر سلبي

لجلسات اللعب المطولة على اللاعبين الأصغر سناً. ولفت الأستاذ الجامعي أندرو برجيبيلسكي، وهو أيضاً من معدي الدراسة، في بيان صحافي، إلى أنه من خلال العمل مع شركتي (إلكترونيك آرتس) و(نيتندو) المطورتين لألعاب الفيديو، (تمكنا للمرة الأولى من طرح تساؤلات بشأن العلاقة بين طريقة اللعب وراحة اللاعبين).

وبيّنت نتائج الدراسة أن الأشخاص الذين أمضوا أكثر من أربع ساعات يومياً في المعدل في لعب (أنيميل كروسينغ) قالوا إنهم أكثر سعادة.

