

فحص جديد للتنبؤ بالأزمة القلبية

«05»

الفرولة تكافح مرض
الزهايمر



السمنة ترفع خطر إصابة
الأطفال بالآلام الفخذ

«09»

«08»

www.albayan.ae

التهابات اللثة مقدمة للأمراض العقلية



انتهت دراسة طبية جديدة إلى نتيجة غريبة هي الأولى من نوعها، وهي أن الالتهابات والأمراض والآلام التي تصيب اللثة والفم تزيد بصورة كبيرة من احتمالات الإصابة بأمراض عقلية لاحقاً، بما فيها الخرف والزهايمر وأمراض أخرى.

وبحسب الدراسة التي نشرت نتائجها جريدة «التايمز» البريطانية، فقد وجد العلماء أن الالتهابات والأمراض التي تصيب اللثة والفم وتستمر لمدد طويلة ترفع احتمالات الإصابة بالأمراض العقلية مستقبلاً بنسبة تصل إلى 70%. وقام العلماء الذين أجروا الدراسة في تاوان بمتابعة أكثر من 28 ألف حالة لمدة عقد كامل من الزمان حتى وصلوا إلى هذه النتيجة.

دبي - البيان الصحي

السهر يزيد الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية

حذّرت دراسة أميركية حديثة، من أن عدم حصول الإنسان على قسط كافٍ من النوم خلال الليل، يؤثر على كفاءة جهاز المناعة، الذي يكافح الأمراض.

وأجرى الدراسة باحثون بكلية الطب، بجامعة واشنطن، ونشروا نتائجها في دورية «Sleep» العلمية.

وقام فريق البحث بأخذ عينات دم من عدد من الأشخاص، لديهم أنماط مختلفة من النوم. ووجدوا أن حصول الجسم على قسط كافٍ من النوم، يقدر بـ 7 ساعات، جعل وظائف الجهاز المناعي تعمل بشكل أفضل، وينعكس ذلك على الصحة العامة.

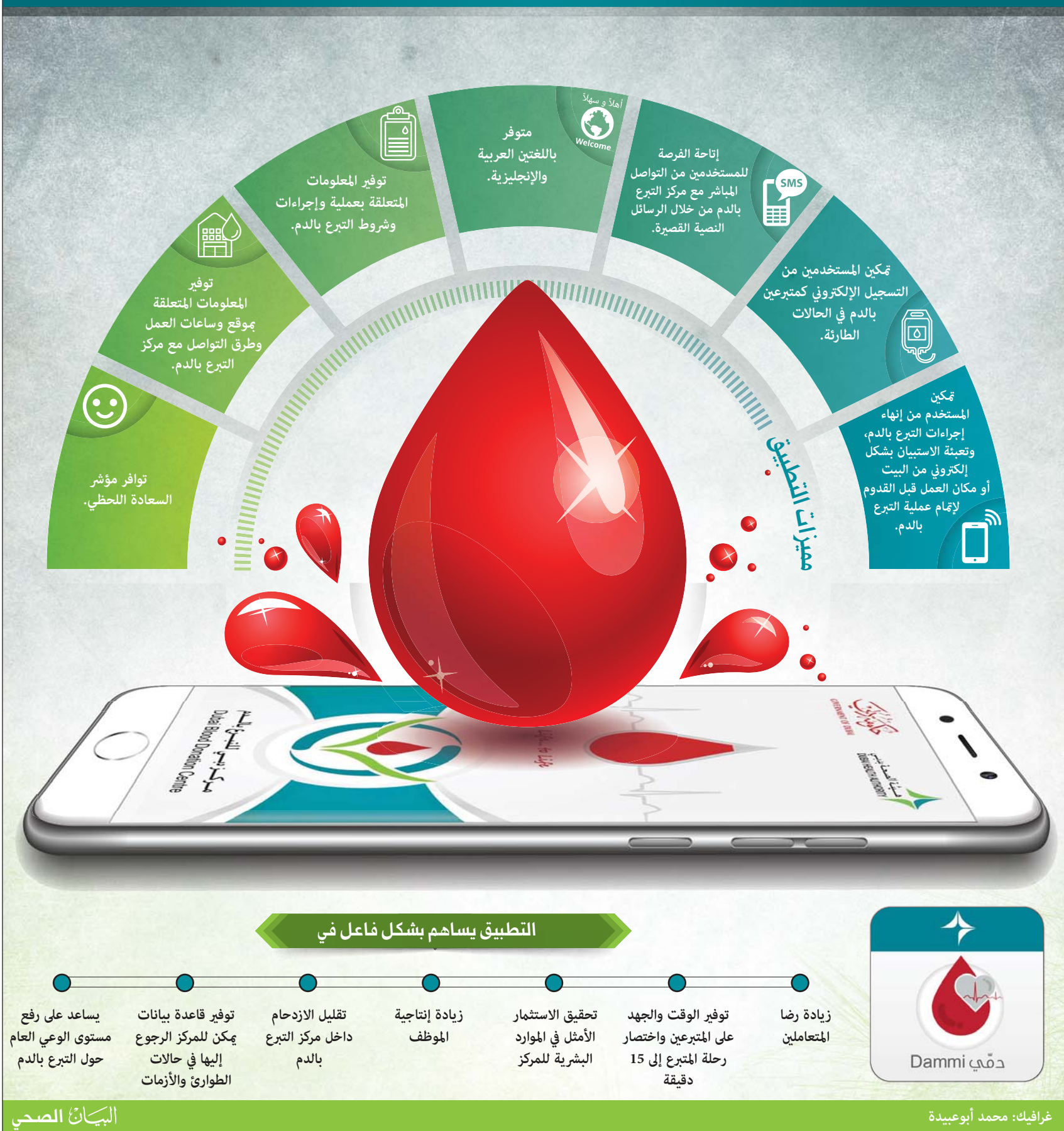
كما أظهرت النتائج لأول مرة أن قلة النوم لفترات طويلة، تعمل على إيقاف البرامج المعنية بالاستجابة المناعية لخلايا الدم البيضاء.

وقال الباحثون إن قلة النوم، تزيد خطر إصابة الرجال بأمراض القلب والأوعية الدموية، والسكتة الدماغية، كما تدفع الأشخاص للإفراط في تناول المشروبات التي تحتوي على الكافيين والسكر بكثرة، مما يزيد من الإصابة بالسمنة والسكري.

دبي - البيان الصحي

«صحة دبي» تطلق تطبيق دمي الذكي الأول في المنطقة

ضمن خطتها الاستراتيجية للتحويل الرقمي، أطلقت هيئة الصحة بدبي ممثلة بمركز دبي للتبرع بالدم، الأسبوع الماضي، تطبيقها الجديد «دمي» الذي يعد الأول من نوعه على مستوى المنطقة.



استحداث عيادة خاصة بالطب النووي في مستشفى دبي

الذرية للطاقة الذرية في قسم الطب النووي في مستشفى دبي ابتداءً من عام 2018.

اعتماد

وتابعت البلوشي: كما تم اعتماد شعبة الإمارات للطب النووي والتصوير الجزيئي كعضو في الفيدرالية الدولية للطب النووي والجمعية الآسيوية وأوقيانوسيا للطب النووي Asia and Oceania.

وقالت البلوشي: يستقبل قسم الطب النووي في مستشفى دبي بشكل مستمر العديد من المتدربين وأطباء الامتياز من داخل وخارج الإمارات وطلبة المعاهد الطبية والكليات للتدريب ويتلقون محاضرات تعليمية بساعات تدريب معتمدة.

وأوضحت أنه تم إطلاق المؤتمر الدولي الأول في دبي للعلاج بالنظائر المشعة بحضور أكثر من 15 دولة عربية وآسيوية وأوروبية في عام 2016، وجار التحضير للمؤتمر الثاني.

ولفتت إلى أن المؤتمر سيتضمن مجموعة من المحاضرات في مجال العلاج بالنظائر المشعة للأمراض السرطانية بغية الاستفادة القصوى من الخبرات العالمية التي يعرضها الأطباء والخبراء المشاركون في المؤتمر الدولي.



دبي - البيان الصحي

يقدم قسم الطب النووي في مستشفى دبي خدمات طبية تشخيصية وعلاجية للعديد من الأمراض، وذلك من خلال النظائر المشعة وأحدث التقنيات التكنولوجية باستخدام أشعة جاما، وفي هذا الإطار استحدثت المستشفى عيادة خاصة بالطب النووي لاستقبال المرضى المحولين من القطاعات الطبية المختلفة.

خدمات جديدة

وقالت الدكتورة بتول عيسى البلوشي استشاري الطب النووي ورئيس قسم الطب النووي في مستشفى دبي إنه تم استحداث خدمات تشخيصية جديدة باستخدام مواد مشعة حديثة فيما يخص تشخيص سرطانات الثدي والبروستاتا، وتم التوسع في تشخيص وعلاج أمراض الغدة الدرقية باستخدام اليود المشع، إلى جانب التوسع في استخدام النظائر المشعة في علاج آلام العظام المزمنة والتهابات المفاصل وكذلك الآلام الناتجة عن الأمراض السرطانية في العظام.

وأضافت البلوشي: تم اعتماد قسم الطب النووي في مستشفى دبي كمركز تدريب معتمد من الوكالة الدولية للطاقة الذرية، والاتفاق على تفعيل واستقبال الفعاليات التدريبية للوكالة

4.6 ملايين شخص مشمولون بمنظومة الضمان الصحي في دبي



• حيدر اليوسف

على كل من يستخرج تأشيرة زيارة أو سياحة عن طريق الإدارة العامة للإقامة وشؤون الأجانب منذ سنوات، ويتم احتساب 40 درهماً للتأمين الصحي، وهذا التأمين إلزامي، ويغطي الشخص طول فترة إقامته في الدولة في كافة مستشفيات دبي، ويوفر له مظلة تأمينية في كافة المستشفيات الحكومية والخاصة دون استثناء، ولكن فقط في الحالات الطارئة.

أنه عند تجديد الإقامة، سيتم احتساب الفترة التي أمضاها الشخص بدون تأمين صحي بأثر رجعي، بواقع 500 درهم عن كل شهر، حسب القرار رقم 7 لسنة 2016، الصادر من سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم ولي عهد دبي، رئيس المجلس التنفيذي.

وقال إن نظام التأمين الصحي الإلزامي لكافة الزوار والسائح إلى دبي، سيبدأ تطبيقه اعتباراً من العام القادم، لكنه مطبق

الصحي بمدة الإقامة، اعتباراً من العام المقبل، بحيث إذا كانت الإقامة لمدة سنتين، سيكون التأمين الصحي لمدة سنتين بدلاً من سنة، وسيتم احتساب قيمة التأمين بناءً على ذلك، تسهيلاً على الناس وتجنبهم الدخول في نظام الغرامات في حال نسيانهم تجديد التأمين. ولفت إلى الغرامة الشهرية المقدرة بـ 500 درهم شهرياً على كل من يحمل إقامة صادرة من دبي ولا يحمل تأميناً صحياً، موضحاً

إنفاقها على فئة الباقية الأساسية (550_ 650 درهماً) وصلت منذ بداية العام الجاري وحتى نهاية شهر يونيو الماضي إلى نحو 112 مليون درهم عن 2400 شخص، وهي الحالات التي تجاوزت قيمة علاج الشخص الواحد فيها 20000 درهم، وفي بعض الحالات، وصلت تكلفة العلاج إلى 150000 درهم للحالة.

وأشار اليوسف إلى أن الهيئة تدرس حالياً مع شركات التأمين، ربط التأمين

أكدت هيئة الصحة بدبي، على النجاحات التي حققتها في تطبيق منظومة الضمان الصحي بدبي، التي أصبحت تغطي حالياً 4.6 ملايين شخص، منهم 2.4 مليون من فئة العمالة (الباقية الأساسية)، فيما تقل نسبة غير المشمولين في التغطية الصحية بهذه المنظومة عن 1 %.

وقال الدكتور حيدر سعيد اليوسف مدير إدارة التمويل الصحي بهيئة الصحة بدبي، إن قيمة مبالغ التأمين الصحي التي تم

مواطنون: توسعة المستشفى وفرت على الأهالي مشقة الذهاب إلى دبي لتلقي العلاج

30 عيادة في مستشفى حتا وخطة لافتتاح المزيد

رعاه الله، الرامية لإسعاد أفراد المجتمع من خلال توفير الخدمات الراقية لهم.

إضافة نوعية

وتمن خليفة علي الملاحي الدعم الكبير الذي حظيت به مدينة حتا من قبل صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، رعاه الله، الذي انعكس على الاهتمام بالرعاية الطبية لأهالي المدينة، والتجهيزات الطبية في المستشفى، مؤكداً أن الخدمات المساندة التي تشمل الصيدلية، والمختبرات والأشعة وبنك الدم وقسم التغذية تعتبر إضافة نوعية للمستشفى وتؤدي إلى تكامل الخدمات بشكل يحقق السعادة للمراجعين.

وقد شهد مستشفى حتا وفقاً للمدير التنفيذي الدكتور سيف الوالي العديد من مشاريع التوسعة في الآونة الأخيرة، تماشياً مع الخطة الاستراتيجية لهيئة الصحة بدبي لمواجهة النمو السكاني والتوسع الجغرافي الذي تشهده معظم مناطق دبي.

توسعة

وشملت عمليات التطوير تفعيل الأسرة الإضافية في كل من قسم العناية المركزة ووحدة العناية بحديثي الولادة في شهر مارس 2017، واستحداث عيادة الصدرية بواسطة التطبيب عن بعد.

سعادة

شملت مشاريع التحديث والتوسعة في الآونة الأخيرة تفعيل نظام يساعد على تسلسل المرضى (Q system) بداية شهر فبراير 2017، وتفعيل مؤشر السعادة الذي يقيم رحلة المتعامل ومدى سعادته في نهاية شهر أكتوبر 2016، كما حصل مستشفى حتا على الاعتماد الدولي (JICA) في شهر فبراير 2017.

المنظومة الصحية.

خدمات راقية

وتمن عدنان المرزوقي الدور الكبير الذي تقوم به هيئة الصحة بدبي في سبيل إسعاد المتعاملين، مشيراً إلى أن إضافة العيادات التخصصية في هذا الصرح الطبي، تعد نقلة نوعية في خدمات الهيئة وترجمة لتوجهات صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي،



■ مستشفى حتا يوفر رعاية طبية متكاملة | من المصدر



■ خليفة الملاحي



■ يوسف الحمادي



■ عدنان المرزوقي

«انقذ قلباً» تقدم العلاج المجاني لـ 50 مريضاً



الوبائي وتم علاج 100 حالة، والصدفية والروماتيزم بأنواعه، إضافة إلى دعم المرضى أصحاب الأمراض المزمنة، والتصلب اللويحي والاعتلال الشبكي وسرطان الثدي وسرطان الدم.

وأضاف بن لاجح أن مكتب الخدمات الإنسانية في الهيئة بصدد إجراء عمليات العيون بأنواعها المختلفة على مستوى الدولة، وذلك بالتعاون مع «نور دبي»، وتابع: لا ينحصر عمل المكتب في جمع المساعدات، بل تعقد الشراكات مع الهيئات والدوائر والمؤسسات في مجال الأنشطة المجتمعية، ومع القطاع الخاص والمؤسسات الخيرية والأهلية، والإشراف على تنظيم المشاركة في الفعاليات المجتمعية الوطنية والعالمية، وتفعيل الأنشطة الخيرية والتطوعية والرياضية والثقافية والدينية، مؤكداً أن المساعدات التي نقدمها باتت على مستوى الدولة بعد أن كانت محلية على مستوى دبي فقط.

مبادرات

وبين بن لاجح أن جملة المبادرات والبرامج التطوعية الموجهة لأصحاب الأمراض المزمنة، حققت أهدافها، ولاسيما بعد زيادة حجم الدعم، ورفع سقف التكافؤ المادية للعلاج التي تقدمها الهيئة وشركاؤها من الداعمين الأساسيين، وتنوعت المساعدات بين العمليات الجراحية الكبرى والصغرى، والأشعة، وصرف الأدوية، والعلاج الطبيعي، والتحاليل المخبرية، والإقامة في المستشفيات، وغير ذلك من الخدمات، التي لم يكن في مقدور المرضى المستفيدين سداد تكلفتها.



سالم بن لاجح:

تكلفة علاج المريض تصل في المتوسط إلى 45 ألف درهم

لـ 50 مريضاً حتى الآن، حيث يبلغ متوسط تكلفة العملية 45 ألف درهم، شاملة الأدوية والأشعة وإعادة تأهيل القلب وعملية القسطرة والمتابعات المستمرة بعد العملية.

مساعدات

وأشار بن لاجح إلى أن الهيئة قامت بتوسيع نطاق برنامج مساعدات الأدوية، حيث بات يضم أكثر من 10 برامج جديدة في حين كان سابقاً يقتصر على 5 أمراض فقط، إذ تمت إضافة الأمراض التنفسية، والكبد

دبي - البيان الصحي

أعلنت هيئة الصحة في دبي أن مبادرة «انقذ قلباً» قدمت لغاية الآن العلاج المجاني لـ 50 مريضاً من مختلف الجنسيات في الدولة ممن تنطبق عليهم شروط ومعايير المساعدة. ويأتي ذلك تزامناً مع مبادرة عام الخير التي أطلقها صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله، وأمر بتنفيذها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، رعاه الله.

45 ألفاً

وقال سالم بن لاجح مدير مكتب الخدمات الإنسانية في صحة دبي إن مبادرة «انقذ قلباً» تغطي عمليات القسطرة والقلب المفتوح حسب ما يراه الطبيب المعالج، إضافة إلى الأدوية لمدة ستة أشهر، لافتاً إلى أن تكلفة علاج المريض الواحد تصل في المتوسط إلى 45 ألف درهم.

وأضاف أن المبادرة تم إطلاقها بالتعاون مع دائرة الشؤون الإسلامية والعمل الخيري في دبي إضافة إلى متبرعين من رجال الأعمال. لافتاً إلى أن هيئة الصحة في دبي تسعى دائماً إلى استحداث برامج مطورة تدعم توجهاتها الاجتماعية والإنسانية، والتي كان آخرها مبادرة «انقذ قلباً» بالتعاون مع مستشفى دبي والتي كان لها الأثر الإيجابي الواسع في تقديم المساعدة لمرضى القلب الذين بحاجة إلى عمليات القسطرة القلبية، وتم تقديم المساعدة



يسر هيئة الصحة في دبي

أن تعلن عن إطلاق خدمة فحوصات الصحة المهنية اعتباراً

من 1 سبتمبر 2017

من خلال النظام الذكي والمتوفر عبر الرابط الإلكتروني

SALEM.DHA.GOV.AE

خدمات فحص الصحة المهنية تتضمن مايلي:

- خدمة إصدار بطاقة صحة مهنية جديدة
- خدمة إصدار بطاقات الصحة المهنية للمجموعات
- خدمة تجديد بطاقة الصحة المهنية
- خدمة تجديد بطاقات الصحة المهنية للمجموعات

يتم تقديم الخدمات في مراكز إدارة اللياقة الطبية التابعة للهيئة في المواقع التالية:

- مركز أبتاون لفحوصات الصحة المهنية من 7:30 صباحاً إلى 8:30 مساءً
- مركز أبراج بحيرات جميرا للفحص الطبي من 7:30 صباحاً إلى 1:00 مساءً
- مركز جبل علي لخدمات اللياقة الطبية من 7:30 صباحاً إلى 1:00 مساءً

ولمزيد من المعلومات يرجى التواصل مع مركز الاتصال الخاص بالهيئة 800342



نحو مجتمع أكثر صحة وسعادة

800342 (DHA) | dha.gov.ae



آمنة السويدي مدير إدارة الموارد البشرية في الهيئة:

«رواد الصحة» يُمكن قيادات «صحة دبي» من أدوات التغيير والتطوير

وحرصت الهيئة على بناء المنهجية وآليات تنفيذها وفق مبادئ الشفافية والوضوح، التي تحقق للموظفين الاستقرار النفسي، وتحفزهم في الوقت نفسه على إنتاج الأفكار المبتكرة، واستحداث أساليب ذكية لإنجاز المهام والمسؤوليات، وجاء ذلك بعد أن أعادت الهيئة، النظر في السياسة المتبعة لترقية الموظفين، وآليات وإجراءات الترشيح والتقديم للترقية وإقرارها، حيث خلصت في نهاية المراجعات التي تمت بدقة وموضوعية، إلى تشكيل لجنة مركزية لمراجعة ودراسة طلبات الترقيات، تضم مسؤولين وممثلين عن إدارات (الشؤون القانونية، والموارد البشرية، والشؤون المالية)، إلى جانب ممثلين عن قطاعات وإدارات الهيئة المتخصصة.

رضا وظيفي

تجاه قائمة الترقيات، خرجت ملاحظات من بعض الموظفين، الذين تساءلوا عن حقهم في الترقية، فما هو ردمك؟

اعتمدت الهيئة ترقية 1000 موظف وموظفة، وذلك منذ بداية العام الجاري وحتى الآن، وإدارة الموارد البشرية تدرك أهمية الترقية في حياة الموظف، واستقراره ورضاه الوظيفي، ونحن نعمل وفق ضوابط ودرجات مالية وشروط، وبالفعل وردت إلينا ملاحظات من 6 موظفين، وبالرغم أنها قليلة في كادر بشري يقارب 13 ألف موظف وموظفة، لكننا حرصنا على الإنصات والتعامل مع الملاحظات بجدية، وأية ملاحظة أو شكوى في هذا الشأن حتى لو كانت شكوى واحدة وسط هذا الكادر الكبير، فإنه سيتم مراعاتها.

كما أنه وتعزيزاً لمبادئ الشفافية، شكلت الهيئة فرقاً فرعية في القطاعات والمستشفيات، لتلخص مهامها في استقبال وحصر الترقيات المقدمة إليها، ومراجعتها والتأكد من تحقيق المعايير والمتطلبات حسب قانون الموارد البشرية في حكومة دبي، ومتطلبات المسار الوظيفي لكل فئة من فئات الموظفين على حده ومن ثم رفع طلبات الترقيات إلى اللجنة المركزية لمراجعتها، وتقديم التوصيات المناسبة لرئيس مجلس الإدارة المدير العام للهيئة، فيما أبت «صحة دبي» الباب مفتوحاً أمام أي موظف للوصول إلى اللجنة المركزية مباشرة متجاوزاً الفرق الفرعية التابع لها، حالة تظلمه من عدم رفع طلبه أو ترشيحه للترقية.

وحددت هيئة الصحة بدبي نطاق الترقيات وأنواعها وشروطها، التي تضمنت: الترقية الوظيفية بتغيير الدرجة الوظيفية ضمن الفئة نفسها، أو فئة أعلى، وكذلك الترقيات الاستثنائية، والمالية، فيما حث معالي حميد القطامي رئيس مجلس الإدارة المدير العام للهيئة جميع الموظفين على مواصلة العمل بروح الفريق، وإعلاء المصلحة العامة.

■ «صحة دبي» استحدثت منهجية للترقيات أكثر شفافية للجميع

■ 13 ألف موظف وموظفة بالهيئة وحريصون على إسعادهم بأساليب مبتكرة

■ المبادرة تحقق الاستثمار الأفضل في الكفاءات المواطنة وتأهيلها للمستقبل

الاهتمام المشترك، وتمتد الشراكة بين الهيئة والكلية في مجال (الفعاليات العامة)، ويشمل ذلك تنظيم الاجتماعات الحوارية وورش العمل والندوات والمؤتمرات لتبادل الأفكار والمقترحات والبرامج الإبداعية والابتكارية والتي تسهم في تحقيق التعاون المنشود بينهما.

في الوقت نفسه فتحت مذكرة التفاهم، قنوات مميزة للتعاون والشراكة في مجال (الاستشارات الإدارية)، والرحلات العلمية المعرفية المبنية على أفضل الممارسات الحكومية، التي تهدف إلى رفع وتعزيز القدرة التنافسية للجهات الحكومية والخاصة ومساعدتها على الارتقاء بجودة خدماتها، بما يتوافق مع اللوائح والنظم المعمول بها لدى الطرفين، فضلاً عن التعاون في مجال (تبادل المعارف)، والاستفادة من الموارد المعرفية (مثل محتويات المكتبة ومصادر المعلومات الإلكترونية) المتوفرة لدى كلا الطرفين.

تدريب

مع هذه المجالات المهمة، هل في رأيكم أن عملية الإعداد والتأهيل لقيادات الهيئة تكون قد تجاوزت الأطر المألوفة للتدريب والتنمية المهنية؟ نعم، فنحن نتحدث عن تدريب ودراسة أكاديمية وورش عمل وزيارات ميدانية ورحلات علمية ونقل معرفة، وتبادل خبرات واستشارات، وغير ذلك من المسارات الحديثة المعمول بها عالمياً في مجال الموارد البشرية، التي يمثل إعدادها أولوية قصوى للهيئة. كما نتحدث عن تمكين قيادات الهيئة من أدوات التميز والجودة والإبداع، وليس

توازن

راعت هيئة الصحة في دبي تحقيق التوازن بين إدارات الهيئة والقطاعات المختلفة وجميع التخصصات، مستهدفة رضا الموظفين وسعادتهم، وتقدير جهودهم وخبرتهم. كما راعت تحقيق التوازن بين إدارات الهيئة والقطاعات المختلفة وجميع التخصصات، مستهدفة رضا الموظفين وسعادتهم، وتقدير جهودهم وخبرتهم.

هيئة الصحة بدبي بمهارات وقدرات جديدة تُمكنهم من مواجهة التحديات وربط النظريات مع الممارسات العملية باستخدام أحدث الأساليب والآليات المتطورة ووفق البرامج الدراسية المتقدمة التي توفرها الكلية، إلى جانب (التدريب المتخصص)، الذي يستهدف صقل مهارات وقدرات مسؤولي «صحة دبي» من خلال ورش العمل والبرامج التطبيقية. إلى جانب ذلك يتسع مجال الشراكة والتعاون بين هيئة الصحة بدبي وكلية محمد بن راشد للإدارة الحكومية، ليشمل مجال (البحوث والدراسات)، وفي هذا المجال يتعاون الطرفان في تطوير البحوث والدراسات ونشر وتوثيق أفضل التجارب والممارسات والخدمات في المجالات ذات

■ حوار - يوسف سعد

في الوقت الذي تسخر فيه هيئة الصحة بدبي كل جهودها وإمكاناتها لإسعاد جمهور المتعاملين معها، وأفراد المجتمع بوجه عام، تحرص الهيئة على إسعاد موظفيها، وتحقيق أعلى مستويات الرضا الوظيفي في أساطهم، وحفزهم بشتى الطرق ليكونوا أكثر فخرًا بمسؤولياتهم ودورهم ومهام عملهم، التي تعمل «صحة دبي» على أن تتم في بيئة مبدعة، ومشجعة على إنتاج الأفكار المبتكرة، وروح العمل الجماعي، وهذا ما يمثل أولوية قصوى لدى الهيئة، بوصفه المدخل الحقيقي لإسعاد المتعاملين.

وكما تحرص الهيئة على مواصلة سلسلة مبادراتها التحفيزية للموظفين، فإنها تولي تمكين موظفيها من أدوات الإنجاز ومقومات النجاح والتميز، جل اهتمامها، ولعل ذلك ما ظهر بوضوح من خلال مجموعة مبادرات تنمية الموارد البشرية وتأهيلها، التي نفذتها إدارة الموارد البشرية في الهيئة وكان آخرها، مبادرة (رواد الصحة) التي تم إطلاقها قبل أسبوع بالتعاون والشراكة مع كلية محمد بن راشد للإدارة الحكومية.

بهذه المقدمة بدأت أمانة السويدي مدير إدارة الموارد البشرية في هيئة الصحة بدبي، حديثها في حوارنا معها، الذي بدأناه بالسؤال عن:

مبادرة «رواد الصحة»، التي تم إطلاقها مؤخراً وأهدافها؟

من خلال مبادرة «رواد الصحة»، تكون الهيئة قد دشنت - وبالتعاون مع كلية محمد بن راشد للإدارة الحكومية - مرحلة جديدة لمفهوم ومضمون إعداد القيادات ورفع مستوى أداء الموارد البشرية، وتحقيق الاستثمار الأفضل في العناصر والكفاءات المواطنة، وتأهيلها لقيادة أعمال التطوير المتواصلة باحترافية وثقة وقدرة على التعاطي مع مقتضيات المستقبل ومتطلباته، وخاصة ما يتصل منها بالعلوم الإدارية الحديثة والمتخصصة والممارسات المهنية والتقنيات المتطورة، وهذا بالتحديد ما نستهدفه ضمن مبادرة «رواد الصحة»، التي تشمل في انطلاقتها الأولى 400 موظف وموظفة من قيادات الصنفين (الأول والثاني) في الهيئة.

مهارات جديدة

إلى أي مدى يتسع التعاون بين الهيئة وكلية محمد بن راشد للإدارة الحكومية، ونقصد هنا مذكرة التفاهم التي تم توقيعها بين الجانبين، وهل تقتصر فقط على جانب التدريب؟

مذكرة التفاهم التي تم إبرامها تشتمل على ستة مجالات رئيسية، وهي: (البرامج الأكاديمية)، وتستهدف تزويد مسؤولي

تتضمن مذكرة التفاهم التي تم إبرامها بين هيئة الصحة في دبي وكلية محمد بن راشد للإدارة الحكومية ستة مجالات رئيسية.

تشمل مبادرة «رواد الصحة» في انطلاقتها الأولى 400 موظف وموظفة من قيادات الصنفين (الأول والثاني) في الهيئة.

1000

اعتمدت الهيئة ترقية 1000 موظف وموظفة منذ بداية العام الجاري وحتى الآن، لما للترقية من أهمية في استقرار الموظف ورضاه.

400

6

دراسة: مرضى الزهايمر يمكنهم استعادة الذاكرة



الدراسة، وفقاً لصحيفة «دايلي ميل» البريطانية. وأضافت أن بعض المرضى، الذين انضموا إلى برنامج الدراسة استطاعوا العودة إلى وظائفهم بعد تحسن ذاكرتهم، بعد أن اشتملت خريطة العلاج على تنفيذ 36 نقطة من البرنامج، الذي يحتوي على نظام للحمية الغذائية وتناول أدوية وفيتامينات ما يساهم في تحسين كيمياء الدماغ. ويأمل رئيس فريق البحث، دابل بريدسين، أن تمهد الدراسة الجديدة الطريق لأول علاج فعال

ذكرت دراسة طبية حديثة أن مرضى الزهايمر يمكنهم استعادة ذاكرتهم من خلال تنفيذ برنامج خاص للحمية الغذائية وتغيير نمط الحياة إضافة إلى تناول بعض الأدوية. وأوضحت الدراسة، التي أجراها معهد بالك لبحوث الشيخوخة ومختبر إيستون بجامعة كاليفورنيا، أن 10 مرضى ظهرت عليهم بوادر التحسن في ذاكرتهم خلال الشهور الأولى من تنفيذ برنامج الدراسة، في حين ظهر على البعض تحسن كبير بعد عامين من تطبيق

لهذا المرض، منذ تم تشخيصه لأول مرة منذ أكثر من 100 سنة. يذكر أنه لم يكشف حتى الآن دواء يمكنه إبطاء أو إيقاف تطور مرض الزهايمر، بينما للأدوية الحالية آثار متواضعة على أعراض هذا المرض. دبي - البيان الصحي

أكدت أهمية ممارسة المرضى للأنشطة الرياضية والذهنية للحد من المضاعفات العيادة الذكية تناقش أسباب وطرق الوقاية من الزهايمر



■ سولي السويدي خلال مشاركتها في العيادة الذكية | من المصدر



■ دبي - البيان الصحي

أكدت العيادة الذكية لهيئة الصحة بدبي أهمية ممارسة مرضى الزهايمر للأنشطة الرياضية والذهنية للحد من المضاعفات السلبية للمرض الذي يعاني منه أكثر من 50 مليون شخص على مستوى العالم.

مضاعفات

وأشارت العيادة الذكية التي نظمتها الهيئة بمناسبة اليوم العالمي للزهايمر الذي يصادف الحادي والعشرين من سبتمبر بمشاركة الدكتور سولي السويدي، استشارية ومديرة مركز ملتقى الأسرة بهيئة الصحة بدبي، إلى أهمية تقديم الرعاية الصحية والعناية الشخصية للمرضى للحد من التأثيرات والمضاعفات السلبية للمرض.

وأوضحت الدكتورة السويدي العلامات الأولية لظهور مرض الزهايمر والمتمثلة بضعف الذاكرة، وتغير المزاج، والانطواء وصعوبة التعبير عن الذات، وعدم تعرف الأشخاص، وعدم القدرة على ممارسة الأنشطة اليومية المعتادة، وقلة القدرة على تفسير وفهم الأشياء، وعدم القدرة على إجراء العمليات الحسابية البسيطة وحدوث التقلبات في أوقات النوم والمشي

العشوائي، والتوهيمات الذهنية.

عوامل خطورة

وقالت السويدي إن الإحصاءات العالمية تشير إلى وجود أكثر من 50 مليون شخص على مستوى العالم يعانون من مرض الزهايمر، وهو رقم مرشح للارتفاع إلى 65 مليون شخص عام 2030م وإلى 115 مليون شخص عام 2050م في ظل اكتشاف إصابة واحدة

جديدة كل 3 ثوان على مستوى العالم. وأوضحت أن التقدم بالعمر والتاريخ العائلي وجنس المريض تعد من عوامل الخطورة التي تزيد نسبة احتمالية الإصابة بالمرض الذي تزداد نسبة الإصابة به لدى النساء أكثر من الرجال على مستوى العالم، مؤكدة أن قلة ممارسة النشاط الرياضي وارتفاع ضغط الدم والسكري والسمنة ونمط الحياة غير الصحي وتدني مستوى التعليم

عوامل تزيد من نسبة الإصابة بالمرض.

برامج علاجية

وأشارت الدكتورة السويدي إلى العوامل التي تقلل من نسبة الإصابة بالمرض مثل: ارتفاع مستوى الثقافة والتعليم، وممارسة المهن المحفزة للدماغ، وممارسة النشاطات الذهنية خلال فترات الفراغ والراحة مثل القراءة وممارسة الألعاب التي تحتاج مهارات

فكرية مثل لعب الشطرنج، وزيادة فترات التواصل الاجتماعي. واستعرضت السويدي البرامج العلاجية التي تقدمها هيئة الصحة بدبي لمرضى الزهايمر والتي تساعد في تحسين الوظيفة الدماغية للمريض وتساهم في تأخير تطور الحالة المرضية والحد من وصوله إلى مراحل متأخرة، حيث تساعد العلاجات على تحسين وظيفة الخلايا الدماغية وتقوية

التفاعل بين هذه الخلايا، مؤكدة أهمية إيجاد البيئة الداعمة والأمنة والمحفزة للمرضى المصابين بداء الزهايمر. ونصحت بضرورة تقليل أثاث المنزل داخل غرفة المريض لمساعدته على سهولة الحركة والتنقل داخل الغرفة دون عوائق، وتقليل المرايا داخل الغرفة لإزالة توهيمات المريض وإبعاد الخوف عنه بسبب عدم قدرته على تعرف صورته في المرآة.



قمة الشرق الأوسط
وشمال أفريقيا
لطب الشيخوخة
2 - 3 نوفمبر 2017
دبي - الامارات العربية المتحدة



المتحدثون



المستهدفون

- أخصائيو الشيخوخة
- أطباء العائلة
- أطباء الباطنة
- الأطباء الممارسين العامين والمرمضات
- أخصائيو العلاج الطبيعي
- المسعفون
- أطباء القلب والأعصاب
- أطباء العيون، أطباء الأنف والأذن والحنجرة
- أطباء الأورام
- الأطباء الزائرين وطلاب الطب
- مدراء الحالات السريرية
- مقدمو الرعاية الصحية

المواضيع

- صحة كبار السن
- تغذية كبار السن
- الطب النفسي لكبار السن
- الاضطرابات الحسية والعصبية لكبار السن
- الأمراض المزمنة
- طب مكافحة الشيخوخة
- أمراض العيون والأذن لكبار السن
- علم الأورام
- الشيخوخة ومعايير الجودة الدولية
- التكنولوجيا والخدمات المبتكرة للمسنين في المنازل

سجل الآن
www.geriatricssummit.org

800342(DHA) | dha.gov.ae | @dha_dubai | Dubai Health Authority

mci Congress Secretariat, MCI Middle East, UAE | Tel: +971 4 311 6300 | Email: menageriatrics@mci-group.com



مفصل صناعي ذكي يكيّف نفسه مع وضع الحوض

خاصة تمنع ظاهرة رفض الجسم، أو نظام المناعة، للمفصل المزروع. كما يمكن لهذا النوع من الكساء أن يتجنب احتمال نشوء حساسية في المفصل. وتخطط غوتسمان وفريق عملها إلى استخدام طريقة كسو المفصل في كسو الأدوات الجراحية، والأدوات الطبية التي تتطلب تعقيماً تاماً، بعد تزويد هذه الأدوات بأنظمة الاستشعار المناسبة. دبي - البيان الصحي

من معهد فراونهوفر، إن المفصل الصناعي يستقر تماماً كالمفصل الأصلي، ويرسل الإشارات إلى الطبيب حال خروجه عن موقعه أو انحرافه.. ولأن المادة التي صنع منها العظم ذات ذاكرة فإنها تغير شكلها مجدداً كي تصبح وضعها وتستقر مجدداً في المكان المطلوب. وأكدت غوتسمان أن التجارب التي أجريت ناجحة تماماً حتى الآن، ويبقى على فريق العمل أن يكسو المفصل الصناعي بمادة

وهناك مجموعة من أنظمة الاستشعار ومرسلات الموجات التي تعين العظم الصناعي على الاستقرار في الوضع المناسب باستخدام الأشعة من الخارج. وعادة يظطر الجراح إلى عمليات التصحيح، ما بعد عملية الزرع، لتخليص المريض من الآلام والمضاعفات الناجمة عن عدم استقرار العظم الصناعي في المفصل. وقالت غابي غوتسمان، رئيسة المشروع

ابتكر علماء من معهد فراونهوفر لصناعة المواد الذكية في مدينة دريسدن الألمانية طريقة لتكيب رأس عظم فخذ صناعي يمكن أن يكيّف نفسه بالضبط بحسب تضاريس مفصل الحوض، ويجنب الإنسان الكثير من مشاكل ومضاعفات مفصل الحوض الصناعي. وذكر العلماء أن رأس عظم الفخذ يدور في المفصل بعد تركيبه، ويكيّف نفسه تماماً حسب وضع كل حوض أو ورك.

فحص جديد للتنبؤ بالأزمة القلبية

دبي - البيان الصحي

طور علماء من جامعة أوكسفورد البريطانية أسلوباً جديداً لفحص القلب، يمكن من خلاله توقع الشخص المعرض لخطر الإصابة بأزمة قلبية.

وقالوا إن من شأن أسلوب الفحص الجديد أن يحدث ثورة في علاج واحد من أكثر الأمراض المميتة في العالم، ويقوم الفحص على تحليل الدهون والالتهابات حول الشرايين لمعرفة أيها في طريقه لأن يؤدي لأزمة قلبية. وقد يوفر الفحص فرصة للمرضى الأكثر عرضة للخطر كي يتلقوا المزيد من العلاج المكثف، لتجنب الإصابة بأزمة قلبية أو سكتة دماغية.

وكان الباحثون يدرسون دور الالتهاب في الإصابة بأمراض القلب.

وداخل الأوعية الدموية، يكون الالتهاب مرتبطاً بتراكم لترسبات غير مستقرة. ويمكن أن تحطم هذه الترسبات وتسبب أحد الشرايين الناجية وتحرم القلب من الأوكسجين، وهو ما يعرف بالأزمة القلبية.

ويقول الأستاذ الجامعي تشارالامبوس أنتونياداس، وهو أحد الباحثين، إن «الذروة في علم طب القلب هي القدرة على اكتشاف التهابات الشرايين الناجية، وهو ما شكل تحدياً طيلة الأعوام الخمسين الماضية».

وتظهر الدراسة أن الالتهاب يغير سلوك الدهون في محيط والأوعية الدموية.

وحينما يكون هناك التهاب تبدأ الدهون في التحلل، وتصبح الأنسجة المحيطة أكثر رطوبة.

ويمكن اكتشاف ذلك عبر تحليل فحوصات الأشعة المقطعية، التي تعد

بالفعل جزءاً من الفحوصات التي يجريها مرضى القلب.

وكلما ظهرت الأنسجة أكثر احمراراً في الفحص، زاد مستوى الالتهاب، ومن ثم درجة الخطورة.

وتعد تلك الدراسة بمثابة البداية، فقد أظهرت إمكانية رصد هذه التغيرات لدى الأشخاص الذين أجريت لهم عمليات جراحية في القلب بالفعل.

ومن المقرر أن تنتهي الدراسة الأوسع بنهاية العام الجاري. ويدرس فريق الباحثين أكثر من 2000 مسح بالأشعة للقلب، كي يختبروا فعالية أسلوبهم في توقع الإصابة بأزمة قلبية لدى الأشخاص الذين يدون أصحاء.

وقال أنتونياداس إن «هذه التقنية ربما يمكنها أن تتوقع من سيصاب بأزمة قلبية في المستقبل».

وأضاف «هذا يعني أن بإمكانك أن تذهب إلى طبيبك الممارس العام، ليغير لك الوصفة الطبية، ويمنع حدوث الأزمة قبل وقوعها».

وعلى سبيل المثال، يمكن أن يظهر الفحص الجديد أن شخصاً في المراحل المبكرة من مرض القلب وبجاجة لتناول مخفضات للكوليسترول بالرغم من أنه يبدو في صحة جيدة.

كما يمكن أن يظهر إذا كان شخص آخر مهدد بشكل خطير وبجاجة إلى تدخلات طارئة.

ويقول الأستاذ الجامعي ميتين أفكيران، وهو مدير طبي مشارك بمؤسسة القلب البريطانية إن «اكتشاف الترسبات المعرضة للتمزق، حتى يمكن علاج الأشخاص قبل وقوع ذلك الحدث المدمر، هو الهدف الرئيسي للبحوث الراهنة». وتابع «إذا أثبتت هذه التقنية نجاحها في تجارب أوسع على المرضى، يمكن أن تقود إلى علاج أكثر فعالية لتجنب حدوث أزمة قلبية أو سكتة دماغية»، قائلة.

جهاز إنذار ينقذ المسنين عند استشعار الخطر



إرسال لاسلكي، وجهاز به مكبر صوت يتم إدخاله في قابس الهاتف. ويرتدي المستخدم جهاز الإرسال اللاسلكي في المعصم أو كقلادة حول الرقبة، وبالتالي يمكن التواصل مع مركز الطوارئ من أي مكان في المنزل.

سبيل المثال، يمكنهم تفعيل الإنذار واستدعاء أفراد الطوارئ الطبيين، بحسب أورشولا لينتس، من الرابطة الاتحادية الألمانية لمنظمات رعاية كبار السن. ويتكون الإنذار الطبي من جهاز

دبي - البيان الصحي

كشف خبراء عن جهاز للإنذار الطبي لكبار السن الذين يعيشون بمفردهم، وإذا يقوم المرضى بتنفيذ التمارين وكسب الأموال في الوقت نفسه.

تطبيق ذكي للوقاية من مخاطر الخرف



دبي - البيان الصحي

صمم فريق من العلماء في جامعة كامبريدج تطبيقاً للهواتف الذكية يسمح بالحد من خطر تطور مرض الخرف.

واخترع الخبراء سبيلاً جديداً لتحسين ذاكرة الذين يعانون من الإصابة بضعف معرفي محدود، وصفوه بأنه مرض متوسط أعراضه التقدم في السن بشكل صحي، والإصابة بمرض الخرف. وكانت السبل التقليدية لمكافحة هذا المرض

الذكاء الاصطناعي في المجال الطبي يحقق خطوات كبيرة

دبي - البيان الصحي

يحقق الذكاء الاصطناعي خطوات كبيرة في المجال الطبي، بحيث إن البعض لم يعد يستبعد أن يصبح الطبيب في المستقبل برنامجاً معلوماتياً. وتقبل على الاستثمار في هذا المجال الشركات الكبرى في «سيليكون فالي» وأيضاً عدد كبير من الشركات الناشئة. وتقدر شركة «فورست سوليفان» المتخصصة أن المبالغ المستثمرة في هذا القطاع ستصل إلى ستة مليارات و600 مليون دولار في العام 2021، علماً أن هذا الرقم لم يكن يتجاوز 634 مليوناً في العام 2014، والتقنيات المصممة يمكنها أن تشخص الأمراض في وقت مبكر وأن تقلص المصاريف الصحية.

جودة

وتتطور هذه التقنيات معتمدة بشكل أساسي على أجهزة الهاتف الذكي والأجهزة الموصولة بالإنترنت. وتؤكد شركة «كارديوغرام» الناشئة أن التطبيق الذي صممته يمكنه أن يرصد وجود دقات القلب غير الطبيعية من خلال ساعة ذكية توضع في المعصم.

فأجهزة الاستشعار الموصولة بالساعة يمكن أن «تميز بين الوتيرة الطبيعية لدقات القلب والرجفان الأذيني» وهو أحد أنواع الاضطراب في دقات القلب الذي قد لا ينتبه له المريض.

جهاز

وكمثال آخر على الذكاء الاصطناعي في مجال الطب، صمم باحثون في جامعة هارفارد وفي جامعة فيرمون جهازاً يمكن أن يحدد إصابة الأشخاص بالاكتهاب من خلال تحليل صورهم المنشورة على «إنستغرام».

ويقول الباحثون الذين استخدموا معطيات تتعلق بثلاثة وأربعين ألف صورة «تميل صور الأشخاص المكتئبين عموماً إلى الأزرق أو الرمادي أو الألوان الفاتمة». وأكد الباحثون أن نتائجهم من هذه الطريقة كانت أكثر دقة من التشخيص العادي الذي يقوم به الطبيب العام.

ولطالما كان للتكنولوجيا مكانها في الطب، لكنها بلغت نقطة تحول في العام 2015 حين أطلقت مجموعة «آبل» تطبيق «ريسرتش كيت» الذي يتيح لمستخدمي أجهزة «آيفون» أن يجمعوا معلومات عن المسافات التي يمشونها ووتيرة ضربات القلب وغيرها من المعطيات المفيدة في تقييم حالتهم الصحية.

وتقول كايت ماكاري في الباحثة في شركة «فورستر» إن التقدم المحرز في مجال الذكاء الاصطناعي فتح احتمالات جديدة على «الطب الشخصي» وسمح أيضاً بتسريع وتيرة الأبحاث، ويمكن للذكاء الاصطناعي أن يكون واقعياً من أمراض عدة، من خلال

تقديم تحليل الملفات الطبية ونتائج الاختبارات، بحسب ما تقول نارغ رازافان المدرسة في جامعة نيويورك والتي أجرت دراسة حول التحليل الوقائي لأكثر من 100 مرض.

معادلات

وتقول الباحثة «عملنا يقضي بأن نحاول التنبؤ بالأمراض التي يمكن أن يصاب بها الشخص في الأشهر الستة المقبلة، بحيث يمكن أن نتصرف».

وصمم الفريق معادلات رياضية تتيح الكشف بشكل دقيق عن أمراض معينة والاسيما السكري وفشل القلب. ويمكن للذكاء الاصطناعي أن يساهم في توقع إصابة الشخص بأكتهاب وأمراض نفسية أخرى. وحسب جيسكا ريبيرو الباحثة في جامعة فلوريدا يمكن للذكاء الاصطناعي أن يتوقع، في 80 إلى 90 ٪ من الحالات، أن شخصاً ما قد يقدم على الانتحار خلال عامين.

لكن ليندا شين الباحثة في جامعة تكساس تخفف من الحماسة في هذا المجال بالتشديد على أن التكنولوجيا لا يمكن أن تقوم بالتقدم الطبي وحدها.

1

2

3

دشنت "صحة دبي" أول عيادة للتطبيب عن بعد في عيادة الأمراض الصدرية بمستشفى راشد لتسخير التكنولوجيا لخدمة المرضى.

افتتحت الهيئة عيادة للتطبيب عن بعد خاصة بالصداع في مركز البرشاء الصحي، وتعتزم افتتاح عيادة للربو خلال الأسابيع المقبلة.

تشمل خطة النظام ثلاث خطوات: الوصول لمراكز الهيئة وتوسيع التخصصات والتعاون مع مستشفيات الهيئة الأخرى

«صحة دبي» تعمم النظام على جميع التخصصات الطبية مستقبلاً

التطبيب عن بعد.. رعاية مبتكرة للمرضى

■ دبي - عماد عبد الحميد

تحرص هيئة الصحة في دبي على مواكبة التطورات المستجدة والمتلاحقة في قطاع الرعاية الصحية، إضافة إلى الوصول إلى طرق علاجية مبتكرة، ولذلك اعتمدت الهيئة أخيراً نظام التطبيب عن بعد في مستشفى راشد، الذي يعد خطوة مهمة لتقليص المسافات وإسعاد المرضى وتجنبهم مشقة الانتقال من مكان إلى آخر بحثاً عن العلاج، فضلاً عن أنه يساهم في إكساب الكوادر الطبية خبرات جديدة.

وبعد نجاح النظام في مستشفى راشد، افتتحت الهيئة عيادة للتطبيب عن بعد خاصة بالصداع في مركز البرشاء الصحي، كما تعتزم افتتاح عيادة أخرى للربو خلال الأسابيع القليلة المقبلة على أن تتبعها عيادات لأمراض القلب والجلطبات الدماغية وغيرها من التخصصات الطبية الأخرى للحالات المعقدة والمستعصية التي تتطلب استشارة لتخفيف الضغط على المستشفيات وتجنب المرضى مشقة ومعااناة التنقل من مكان إلى آخر بحثاً على الاستشارة الطبية من طبيب على درجة عالية من الكفاءة والخبرة.

تبادل الخبرات

وقال الدكتور بسام محبوب استشاري ورئيس قسم الأمراض الصدرية في مستشفى راشد إن برنامج التطبيب عن بعد يوفر على المرضى عناء التنقل من مكان إلى آخر، كما يجنبهم الكثير من المتاعب الصحية الناجمة عن طول المسافة، كما أتاح الفرصة للأطباء لتبادل الخبرات واكتساب مهارات جديدة إضافة إلى أنه سيساعد من تحويل المرضى للمستشفيات وسيخفف من عملية الضغط الواقعة على العيادات الخارجية.

وقال إن الخطة العامة للبرنامج تشمل ثلاث خطوات، الأولى الوصول إلى جميع المراكز التابعة للهيئة، والثانية التوسع من ناحية التخصصات، والثالثة هي التعاون مع المستشفيات الأخرى التابعة للهيئة مثل مستشفى لطيفة للنساء والولادة ومستشفى دبي، وبعدها يمكن التواصل مع المستشفيات والمراكز العالمية إن كان هناك حالات تستدعي ذلك.

تاريخ مرضي

وأوضح محبوب أن التطبيب عن بعد يسمح للمرضى بتلقي الرعاية الصحية من قبل طبيب أخصائي، الذي قد يكون موجوداً في مدينة أو منطقة أخرى، وسيتمكن المرضى من تجربة اللقاء مع الأطباء، ضمن الوقت الحقيقي نفسه، باستخدام جهاز كمبيوتر ومعدات إلكترونية خاصة.

وتابع: قبل زيارة عيادة التطبيب عن بعد، فإن التاريخ المرضي سوف يتم مشاركته مع الطبيب المختص، مثل نتائج المختبر، ونتائج الاختبارات الأخرى مثل الأشعة السينية، وهذا مما يفسح الوقت للمتخصصين لمراجعة المعلومات. ولفت إلى أن الطبيب أو مقدمي الخدمة الطبية سوف يمنحون المريض الفرصة لاستعراض فيديو تشخيصي خاص بالمرض، من شأنه أن يبرهن على ماهية وأهمية التطبيب عن بعد التي تحدث في المستشفيات.

وأشار إلى أن الطبيب أو موظف مقدمي الخدمة الطبية سوف يقوم بإعداد المعدات الخاصة بعيادة التطبيب عن بعد داخل غرف المستشفى، وسيتم شرح طريقة عمل المعدات والإجابة عن جميع الأسئلة الخاصة.

تكنولوجيا حديثة

بدوره قال الدكتور فتح الرحمن الشندي اختصاصي الأمراض الصدرية في مستشفى راشد إن التطبيب عن بعد هو تقديم خدمات الرعاية الصحية باستخدام أدوات وآليات التكنولوجيا الحديثة عندما يكون مقدم الرعاية الصحية والمرضى ليسا في الموقع الفعلي نفسه، حيث يمكن استخدام المعلومات المرسلة إلكترونياً للتشخيص والعلاج والمتابعة لحالة المريض من خلال اتصال البيانات، ويشمل ذلك السجلات الطبية للمرضى والصور الطبية والإشعاعية.

وذكر أن التطبيب عن بعد يوفر فرصة للتوسع السريع في الحصول على الرعاية الصحية مع إمكانية توفير الخدمات السريية مباشرة للمرضى من خلال الوسائل التكنولوجية وطرائق الاتصال المرئي والمسموع.

ولفت إلى أن التطبيب عن بعد يساهم في معالجة احتياجات كل من المرضى ومقدمي الرعاية الصحية، كما يتيح التوسع في نطاق مقدمي الخدمات الطبية المتخصصة، وضمان

الهيئة تفتتح عيادة للصداع في مركز البرشاء الصحي

التقنية توفر فرصة للتوسع السريع في الحصول على الرعاية الصحية

وصول المريض إلى خدمات الرعاية الصحية اللازمة وسد الفجوة الزمنية للحصول على الخدمات الصحية المناسبة، بحيث يكون التطبيب عن بعد جزءاً مهماً من عملية مشاركة المرضى للمضي قدماً في تطوير خدمات وممارسات نظام تقديم الرعاية الصحية، بالإضافة إلى خفض التكلفة الإجمالية، وفي الوقت نفسه، رفع كفاءة الممارسة والإيرادات ولربما توليد عائدات جديدة لهذه الممارسة.

توفير التكاليف

وأشار الشندي إلى أن آليات وأدوات التطبيب عن بعد لديها عدد من التطبيقات التي أثبتت نجاحاً في تحسين نتائج الرعاية الصحية من حيث تجربة المريض والاستفادة من الرعاية والخدمات المقدمة، ولذلك فإن العديد من منظمات ومؤسسات الرعاية الصحية في العالم اتجهت نحو الاستفادة من تكنولوجيا التطبيب عن بعد لتوفير رعاية صحية في المواقع النائية أو المناطق الريفية، وكذلك تقديم الرعاية الصحية للمرضى الذين يعانون من أمراض مزمنة، ويصعب الحصول على الرعاية المناسبة بسبب الإعاقة أو بعد المسافة، كذلك هي طريقة فعالة لإدارة الطب الوقائي وإدارة الأمراض المزمنة. وقال إن النظام يساهم في توفير طرق بديلة لتقديم الرعاية الصحية، وبالتالي تقليل التكلفة، ومن الأمثلة على ذلك السجون والمواقع الصناعية والعسكرية، حيث يقلل التطبيب عن بعد تكاليف النقل أو يلغيها، مضيفاً لذلك السماح بتقاسم الموارد البشرية بين المستشفيات والعيادات ضمن الاختصاصات لخفض التكاليف، كما أن التطبيب عن بعد يسمح لتقديم الخدمات ونقل الخبرة على مسافة أكبر ومساحة أوسع.

فوائد

وأكد الشندي أن من إيجابيات التطبيب عن

4

5

2017

استعمال التطبيب عن بعد في مجالات متعددة أهمها أربعة تخصصات طبية وهي طب الجلد، والأورام، والأشعة، وطب القلب.

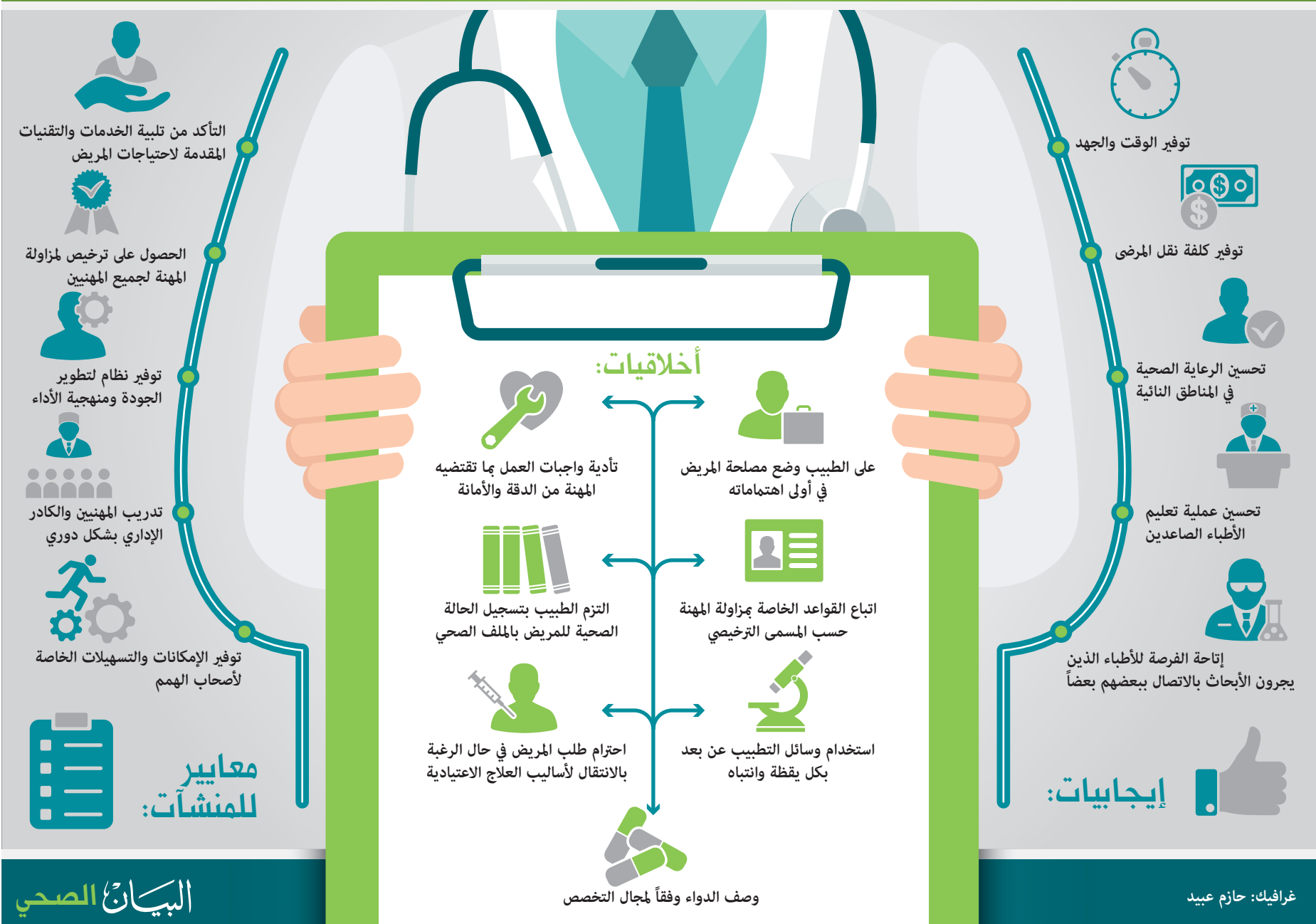
أهم 5 إيجابيات للنظام: رعاية متخصصة وتقليص المسافات وخبرات جديدة للأطباء وتوفير الوقت وتخفيف ضغط المستشفيات

تم إطلاق التطبيب عن بعد في مستشفى حتا بالتعاون مع قسم الأمراض الصدرية في مستشفى راشد في شهر مارس 2017.

خبرات جديدة للكوادر الطبية

تحسين الرعاية الصحية

يهدف التطبيب عن بعد إلى تجنب المرضى مشقة الانتقال من مكان إلى آخر بحثاً عن العلاج، إضافة إلى توفير الوقت والجهد والحصول على رعاية صحية متخصصة، إلى جانب تنمية مهارات الكوادر الطبية، ولكن على الطبيب المعالج الالتزام بأخلاقيات المهنة، إلى جانب التزام المنشآت الصحية بالمعايير الموضوعة للمساهمة في نجاح نظام التطبيب عن بعد.



■ سيف الوالي



■ بسام محبوب



■ فتح الرحمن الشندي

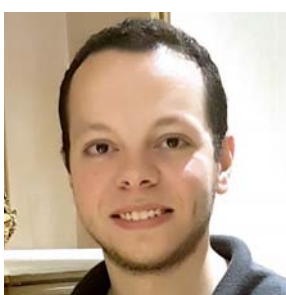
وسائط

يعتبر التطبيب عن بعد مجالاً يتم فيه نقل المعلومات الطبية من خلال وسائط صوتية مرئية تشاركية بغرض الاستشارات الطبية والعمليات الجراحية عن بعد أو التشخيص الطبي.

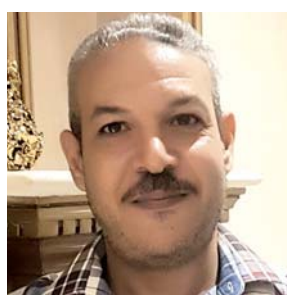
متعاملون: الهيئة تسخر التقنيات الحديثة لإسعاد المرضى



■ محمد المناعي



■ محمد مصطفى



■ محمد فوزي



■ مصطفى حسين



■ سمر عبد الله

وقالت إن التطبيب عن بعد فكرة ممتازة ستوفر الكثير جداً على المرضى من ناحية الاستشارات والمعلومات الطبية التي يحتاجونها بالإضافة إلى أنها ستوفر عبء التنقل لمسافات طويلة خصوصاً للمرضى في الأماكن البعيدة، فضلاً عن كونها تجعل عملية تقديم المشورة الطبية المتخصصة عالية الجودة ومريحة وسهلة المنال بالنسبة للمرضى.

خدمة

وأشار محمد مصطفى إلى أن هذه الخدمة ستخفف الضغط على المستشفيات والمراكز الطبية، حيث يتمكن المرضى الذين يزورون العيادات الصحية مرات عدة عند الإصابة بحالة طبية من الحصول على المشورة الطبية المتخصصة لمجموعة متنوعة من الحالات الصحية، دون الحاجة للوقوف في طوابير طويلة أو الانتظار في غرف الانتظار في المستشفى أو العيادة. وتابع: كما تسمح الخدمة للمرضى بالحصول على المشورة الطبية بشأن بعض الأمراض مثل الجلدية أو الأدوية عن طريق إرسال الصور بكل بساطة عبر تطبيق الهاتف الذكي.

والاتصالات، حيث يتيح سهولة حصول المرضى على خدمات المشورة الطبية على مدار الساعة لتفادي التوجه إلى الطوارئ في أي حالة شعور بالمرض أو الألم، لافتاً إلى أن الخدمة لن تعوض الاتصال بالطوارئ في الحالات شديدة الخطورة أو التي تستدعي التوجه الفوري للمستشفى. وأضاف أن الخدمة ستسهم في توسيع القدرة على الوصول إلى الرعاية الصحية المناسبة لتشمل عدداً أكبر من السكان، فضلاً عن تخفيف المشكلات المرتبطة بصعوبة التنقل وبالأخص في المناطق التي تعاني ازدحامات مرورية وفي هذه الحالات تكون خدمات التطبيب عن بعد فعّالة ومجدية.

تواصل

وأعربت سمر عبدالله عن بالغ سعادتها بالخدمة، مشيرة إلى أنها لم تعد تشعر بالقلق في حال عدم توافر وسيلة النقل في وقت متأخر من الليل، فمركز التطبيب عن بعد يتيح لها التحدث مع الطبيب المختص الذي سيقوم بالتشخيص وتقديم الاستشارة الطبية فيما يتعلق بالأدوية، ومن ثم توجيهها للعلاج الأنسب.

قدرة أكبر على متابعة حالاتهم الصحية عبر استخدام هذه التقنية يُمكن أن يُسهم في توفير مستوى أفضل من الرعاية الصحية، فضلاً عن الحد من النفقات.

عناية

من ناحية أشار محمد المناعي، إلى أن الهواتف المحمولة والتقنيات المشابهة تتيح للأفراد الوصول بسهولة إلى المعلومات، ما يلفت لأهمية استغلال الانتشار الواسع للهواتف في تقديم خدمات صحية متميزة للجماهير. ولفت إلى أن هذه التقنية تسمح لمستخدمي الهواتف إرسال أسئلتهم بشكل سري حول مشكلات صحية لا يرغبون في الإفصاح عنها، فيرسلونها إلى الأطباء عبر هذه التقنية، ويتلقون الإجابات بشكل سري، كما يبرز دور الخدمات الصحية عن بعد في حالات الأمراض المزمنة، والمرضى من كبار السن الذين يحتاجون إلى العناية بشكل منتظم.

تقنيات

بدوره قال محمد فوزي إن التطبيب عن بعد يعد إحدى ثمار تقنيات المعلومات

■ دبي - مرفت عبد الحميد

ثمن عدد من المتعاملين استغلال هيئة الصحة في دبي للتكنولوجيا والعالم الرقمي والاستفادة منها بهدف خدمة المرضى والتيسير عليهم وإسعادهم، مشيرين إلى أن نظام التطبيب عن بعد يسهم في تجنب المرضى مشقة ومعاناة التنقل من مكان إلى آخر بحثاً على الاستشارة الطبية من طبيب على درجة عالية من الكفاءة والخبرة.

رعاية متميزة

وقال المهندس مصطفى حسين إن التطبيب عن بعد يوفر الوقت والجهد، وكذلك تكلفة نقل المرضى بشكل كبير، فضلاً عن تحسين الرعاية الصحية في المناطق النائية من خلال نقل الصور الطبية للمستشفيات الكبيرة، لتقييمها والإرشاد من قبل الأطباء الاختصاصيين.

وأضاف أن هذه المبادرة ستوفر الكثير من الجهد والمال لاسيما وأن أعداد السكان في تزايد مطرد ما يلقي بالعبء على ارتفاع تكاليف توفير الرعاية الصحية لهم وخاصة كبار السن، ومن ناحية أخرى فإن منح الأشخاص

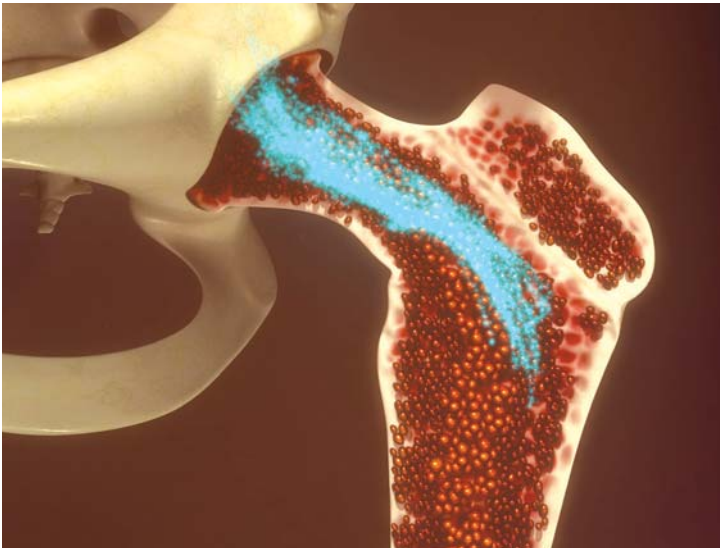
بعد حصول المرضى على خدمة الرعاية الصحية المتخصصة وبأسعار معقولة وتقليل عدد الزيارات والاستشارات الطبية غير الضرورية، كما يقلل من إعادة الإدخال في المستشفيات مع متابعة علاجية أكثر أمناً لخطة العلاج المقررة، بينما يزيل نفقات النقل للفحوص العادية، والمسائل المتعلقة بالمرور، والتلوث الناتج عن سير المركبات.

وأضاف أن الطبيب المختص يجب أن يضع مصلحة المريض في أول اهتماماته، وتأدية واجبات عملهم بما تقتضيه المهنة من الدقة والأمانة، ووفقاً للأصول العلمية المتعارف عليها وأخلاقيات المهنة وبما يحقق العناية اللازمة للمريض مع عدم استغلال حاجته لغرض تحقيق منفعة غير مشروعة لنفسه أو لغيره، واتباع القواعد والنظم والإجراءات الخاصة بمزاولة المهنة حسب المسمى الترخيصي ومجال تخصصه، وأن يكون حاصلًا على ترخيص مزاولة المهنة ساري المفعول وصادر من الجهات الصحية المعنية.

استشارة طبية

بدوره قال سيف الوالي المدير التنفيذي لمستشفى حتا إن تقنية التطبيب عن بعد تم إطلاقها في المستشفى بالتعاون مع قسم الأمراض الصدرية في مستشفى راشد في شهر مارس 2017 ويستفيد منها حالياً مراجعو عيادة الأمراض التنفسية. وذكر أن استخدام التقنية جنب المرضى مشقة التنقل إلى دبي ووفر عليهم الوقت لأن الاستشارة تتم عن طريق تقنية الأقمار الصناعية، ويتم من خلالها عرض الحالة على استشاريي قسم الأمراض الصدرية في مستشفى راشد بعد أخذ كامل بيانات المريض وتاريخه المرضي والأعراض وكل المعلومات التي يحتاجها الطبيب ويتم تقديم الاستشارة الطبية والعلاج المناسب للحالة.

ويعتبر التطبيب عن بعد مثالياً للأشخاص الذين يعيشون في المناطق النائية ويفتقرون إلى الخدمات الصحية؛ وذلك بسبب تواجد الأطباء المختصين في المدن الكبيرة المزدهمة بالسكان، ونتيجة التطور المتسارع في مجال الاتصالات تم التغلب على هذه المشكلة.



اكتشاف دور جديد للعظام في الجسم

وأضاف أن العظام تقوم بإرسال الرسائل الكيميائية إلى أعضاء أخرى بالجسم عبر الهرمونات للتواصل معها مثل الدماغ والبنكرياس والكلية. وتتمثل وظائف الهيكل العظمي في دعم الجسم، بالإضافة إلى اتصاله بالعضلات والأربطة والأوتار، وتوفير الحماية للأعضاء الحيوية كالخ داخل الجمجمة والقلب والرئتين داخل القفص الصدري. دبي - البيان الصحي

السكر والدهون والطاقة ووقف الالتهابات البكتيرية في الجسم. ووجد الباحثون أيضاً أن تلك الهرمونات التي تفرزها العظام، تعمل مع الدماغ لتنظيم وضبط الشهية، حيث تخبر الدماغ بضرورة وقف الطعام، وكذلك الحال مع البنكرياس والكلية. وقال قائد فريق البحث، بيت لانسكي: "كنا نعتبر العظام أعضاء ميتة، لكننا وجدنا أنها تعمل كغدة تقريباً".

للعظام. ووجد الباحثون أن العظام تعمل كغدة صماء، حيث تفرز الهرمونات كحال الغدد الصماء المعروفة في الجسم، لتسهيل عملية التواصل بين الأعضاء والأنسجة المختلفة في الجسم، بما في ذلك الدماغ والكلية والبنكرياس. واكتشف الباحثون، أن هناك على الأقل 4 هرمونات مختلفة تفرزها العظام تتواصل بها مع الأعضاء، وتلعب تلك الهرمونات دوراً دقيقاً في تنظيم وضبط

قال باحثون أميركيون بجامعة هارفارد، إنهم توصلوا إلى دور جديد للعظام، بجانب وظيفته الأساسية المتمثلة في إسناد الجسم وتوفير هيكله العام، حيث يعمل كجهاز غدد صماء لإفراز هرمونات تسهل التواصل بين أجهزة الجسم المختلفة. وللوصول إلى نتائج الدراسة، راقب فريق البحث مجموعة من الفئران، بعد إطعامها وجبة غذائية، للكشف عن الدور الجديد



دواء للسكري يقلص خطر الإصابة بأمراض القلب والكلية

«وتيرة الإصابة بالسكري من النوع الثاني تزيد سريعاً في كل أنحاء العالم، ونحن بحاجة إلى أدوية، ليس لمراقبة مستويات السكر في الدم فقط، بل أيضاً لحماية ملايين المرضى من مخاطر حقيقية للإصابة بجلطات دماغية ونوبات قلبية». وقد يؤدي السكري إلى انكماش في الأوعية الدموية الموزعة بين الركبة وأصابع القدم، ما يؤدي إلى تقليص لتوزيع الأوكسجين يمنع دمل الجرح.

«الأمراض التاجية هي بفارق كبير السبب الأكبر للوفيات لدى الأشخاص الذين يعانون السكري من النوع الثاني، ونتائجنا تدفع إلى الاعتقاد بأن دواء كاناغلينفلوزين لا يقلص بقوة خطر الوفاة بأمراض القلب فحسب، بل قد يوفر أيضاً منافع أخرى مثل تخفيض مستوى الضغط وإفقاد الوزن». وأشار نيل إلى أن هذه النتائج تبعث «أملاً حقيقياً» بالنسبة إلى 450 مليون شخص مصاب بالسكري في العالم. وأضاف:

مجلة «نيو أنغلند جورنال أوف ميديسين»، أن أظهرت أن هذا الدواء، الذي يتم تناوله عن طريق الفم المعروف باسم «كاناغلينفلوزين»، قلص بنسبة 33% الخطر على هؤلاء المصابين بالسكري، بأن يتم إدخالهم المستشفى بسبب اختلال في وظيفة القلب، كذلك كان المصابون بالسكري يواجهون خطراً أدنى بنسبة 40% بالإصابة بتراجع خطر في وظائف الكلية. وبينت هذه الدراسة، التي نشرت نتائجها

أكثر من 10 آلاف مريض في ثلاثين بلداً، أظهرت أن هذا الدواء، الذي يتم تناوله عن طريق الفم المعروف باسم «كاناغلينفلوزين»، قلص بنسبة 33% الخطر على هؤلاء المصابين بالسكري، بأن يتم إدخالهم المستشفى بسبب اختلال في وظيفة القلب، كذلك كان المصابون بالسكري يواجهون خطراً أدنى بنسبة 40% بالإصابة بتراجع خطر في وظائف الكلية. وبينت هذه الدراسة، التي نشرت نتائجها

دبي - البيان الصحي

نجح دواء جديد مضاد للسكري، معروف بتقليله مستوى السكر في الدم لدى المصابين بالسكري من النوع الثاني، أيضاً في تقليص خطر الإصابة بالأمراض القلبية الوعائية والكلوية، على ما أظهرت دراسة حديثة نشرت نتائجها في الولايات المتحدة. وهذه التجربة السريرية، التي أجريت على

السمنة ترفع إصابة المسنين بقصور القلب



الأوعية الدموية الصغيرة في عملية ضخ الدم بشكل جيد. ويفقد مرضى قصور القلب قدرتهم على ضخ الدم بشكل سليم، وبالتالي لا يتم إمداد أعضاء الجسم بكميات وفيرة من الدم والأكسجين، ما يؤدي إلى الشعور المستمر بالإرهاك والتعب. وإلى جانب الشعور بالإرهاك والتعب أو تورم الساقين، تشمل الأعراض الشعور بضيق في التنفس عند صعود الدرج مثلاً، وتراجع القدرة على بذل المجهود.

كبار السن الذين يعانون من السمنة، فوجدوا أن السمنة وزيادة الدهون في الجسم، ترفع خطر إصابة كبار السن بقصور القلب. ولفت الفريق إلى أن السمنة تقلل من تدفق الدم عبر الأوعية الدموية الصغيرة التي تغذي عضلات القلب بشكل مباشر، وبالتالي ترفع خطر الإصابة بقصور القلب. واعتبر فريق البحث أن ممارسة الرياضة مثل المشي يمكن أن تساعد

دبي - البيان الصحي

حدّثت دراسة أميركية حديثة، أجراها باحثون بكلية الطب في جامعة جورجيا الأميركية، ونشروا نتائجها في دورية «تصلب الشرايين وعلم الأوعية الدموية»، من أن السمنة المفرطة لدى كبار السن، تؤثر في تدفق الدم في الشرايين، وتعرضهم لخطر الإصابة بمرض قصور القلب. وللوصول إلى النتائج، أجرى فريق البحث دراسته على 732 من

زيادة الوزن تصيب الأطفال بآلام الفخذ المزمنة



هذه النتائج دليل على العلاقة القوية بين آلام رأس عظمة الفخذ المزمنة وبدانة الأطفال. وأضاف أن الدراسة تساعدنا على فهم أفضل لواحد من الأمراض الرئيسية التي تؤثر على الورك في مرحلة الطفولة. وبحسب الدراسة، فإن آلام الفخذ تؤثر على نحو طفل واحد من بين 500، وتعتبر آلام رأس عظمة الفخذ أو الورك المزمنة أحد الأشكال الأكثر شيوعاً للمرض خلال فترة الطفولة والمراهقة.

وللوصول إلى نتائج الدراسة، فحص فريق البحث بين عامي 1990 و2013، سجلات الرعاية الصحية لحوالي 650 من المصابين بآلام رأس عظمة الفخذ، ممن هم دون سن 16 عاماً. ويفحص أوزان الأطفال، في الفترة ما قبل تشخيص المرض، تبين أن الأطفال الذين يعانون من السمنة المفرطة، تظهر لديهم مخاطر أعلى للإصابة بآلام رأس عظمة الفخذ أو الورك المزمنة. وقال دانيال بيري، قائد فريق البحث إن

دبي - البيان الصحي

ربطت دراسة بريطانية حديثة، أجراها باحثون بمعهد الطب الانتقالي التابع لجامعة ليفرپول البريطانية، ونشروا نتائجها في العدد الأخير من دورية (Archives of Disease in Childhood) العلمية بين السمنة المفرطة في مرحلة الطفولة، وإصابة الأطفال بآلام رأس عظمة الفخذ أو الورك المزمنة التي تحتاج لتدخل جراحي في أغلب الأحيان.

اكتشاف علمي يمهد لتطوير عقار فعال لمرض الزهايمر

جديداً تماماً» في مجال الأمراض العصبية التنكسية، وستسهل هذه الخطوة في تسهيل عملية تصميم وإنتاج عقاقير تعمل على إيقاف موت خلايا المخ. ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية، فإن عدد المصابين بالخرف في 2015، بلغ 47.5 مليوناً حول العالم، وقد يرتفع بسرعة مع زيادة متوسط العمر وعدد كبار السن.

وأضاف: هذه خطوة هائلة إلى الأمام، من الواضح أن بروتين «تاو» هو في غاية الأهمية لتطور مرض الزهايمر وبعض أشكال الخرف، والخطوة التالية هي استخدام هذه المعلومات لدراسة آليات تطور المرض وإيجاد علاج مناسب.

نتائج

واعتبر أن نتائج الدراسة «تفتح عهداً

(Tau) في جميع أنحاء المخ، وكلما زاد تشابك هذا البروتين تصبح الأعراض أكثر سوءاً. وقال قائد فريق البحث الدكتور ميشال جويديرت، إن النتائج التي توصلوا إليها، تمثل واحدة من أهم الاكتشافات الرئيسية في السنوات الـ 25 الماضية في مجال أبحاث مرض الزهايمر.

على إيقاف موت خلايا المخ.

أنسجة المخ

الدراسة التي أجراها الباحثون لرصد آثار الزهايمر في المخ، استخدموا خلالها أنسجة المخ لسيدة عمرها 74 عاماً توفيت وهي تعاني من مرض الزهايمر. ويؤدي هذا النوع من الخرف إلى انتشار شبكة من بروتين يسمى «تاو»

دبي - البيان الصحي

قالت دراسة اجراها باحثون بريطانيون في مختبر البيولوجيا الجزيئية التابع لمجلس البحوث الطبية البريطانية، إنهم تمكنوا من تصوير ورؤية الرواسب غير الطبيعية التي تتراكم في مخ المصابين بمرض الزهايمر بشكل تفصيلي غير مسبوق، ما يمهد لإنتاج عقاقير تعمل

3

يمكنك تدوين أنواع وكميات الطعام التي يأكلها الطفل كل ثلاثة أيام، فقد تساعد الصورة الأكثر شمولاً في التخفيف من دواعي القلق لديك.

4

ملء معدة الطفل بأربعة أشياء وهي الحلوى أو العصير أو اللبن أو الوجبات الخفيفة على مدار اليوم، قد يقلل من شهيته للوجبات الكاملة.

100%

من الممكن تقديم لبن أو عصير بنسبة 100 % مع الطعام ولكن يجب تقديم الماء بين الوجبات الكاملة والخفيفة.

10

نصائح لتحفيز الأطفال على الأكل

هل يرفض طفلك في مرحلة ما قبل المدرسة تناول أي شيء غير قطع الدجاج؟ أم أن طفلك الصغير يفضل اللعب عن تناول أي طعام على الإطلاق؟

إذا كانت تغذية الأطفال موضوعاً مؤلماً في منزلك، فلست وحدك الذي تعاني منه، حيث يقلق العديد من الآباء والأمهات بشأن ما يأكله أطفالهم أو ما لا يأكلونه، ومع ذلك، يحصل معظم الأطفال على الكثير من شتى الأطعمة والمواد الغذائية خلال نظامهم الغذائي على مدار الأسبوع، وريثما تكتمل تفضيلات الطعام لدى طفلك في صورتها النهائية، ضع في اعتبارك هذه النصائح للوقاية من الصراع في أوقات الطعام.

1 قِدر شهية الطفل، أو بالأحرى افتقاره لها

إذا لم يكن طفلك جائعاً، فلا ترغمه على تناول وجبة كاملة أو وجبة خفيفة. وعلى نحو مائل، لا تكافئ أو تدفع طفلك لتناول أطعمة معينة أو تنظيف طبق الطعام خاصته؛ فهذا قد يثير أو يعزز من شدة الصراع حول الطعام. بالإضافة إلى ذلك، قد يربط طفلك وقت الطعام بالقلق والإحباط أو يقل لديه الإحساس بإشارات الجوع والامتلاء.

وقدم حصصاً صغيرة من الطعام لتجنب الإنقالب على طفلك وأعطه الفرصة ليطلب الحصول على المزيد من لقاء نفسه.

2 التزم بالروتين

قدّم الوجبات الكاملة أو الخفيفة في الأوقات ذاتها تقريباً في كل يوم. ويمكنك تقديم لبن أو عصير بنسبة 100% مع الطعام ولكن يجب تقديم الماء بين الوجبات الكاملة والخفيفة. فإذا سمحت للطفل بملء معدته بالعصير أو اللبن أو الوجبات الخفيفة على مدار اليوم، فهذا قد يقلل من شهيته نحو الوجبات الكاملة.

3 تحلّ بالصبر مع الأطعمة الجديدة

يقوم الأطفال الصغار غالباً بلمس أو شم الأطعمة الجديدة، حتى إنهم قد يضعون قدراً ضئيلاً منها في أفواههم ثم يخرجونها ثانية. وربما يحتاج الطفل إلى التعرض بشكل متكرر للطعام الجديد قبل أن يأخذ منه أول قضم.

حث طفلك على التحدث عن الطعام من حيث الشكل والنكهة والقوام، ولا تسأله عما إذا كان مذاقه جيداً أم لا. كذلك، قدّم الأطعمة الجديدة إلى جانب الأطعمة المفضلة لدى طفلك.

4 اجعل الأمر ممتعاً

قدم البروكلي والخضروات الأخرى مع الغموس أو الصلصة المفضلة. وجرب تقطيع الأطعمة في أشكال جذابة ومختلفة باستخدام قطاعات الفطائر وقدم أطعمة الإفطار على الغداء. كذلك، اختر أطعمة مختلفة ذات ألوان زاهية.

5 اطلب من طفلك المساعدة

اطلب من طفلك أن يساعدك في محل البقالة على اختيار الفاكهة والخضروات والأطعمة الصحية الأخرى. ولا تشتري أي شيء لا ترغب أن يتناوله طفلك. وفي المنزل، حث طفلك على مساعدتك في تنظيف الخضروات أو تقليب الطعام أو تحضير مائدة الطعام.

6 كن قدوة صالحة

إذا كنت تتناول مختلف الأطعمة الصحية، فعلى الأرجح سوف يتبعك طفلك في هذا.

7 كن مبدعاً

أضف قطعاً من البروكلي أو الفلفل الأخضر إلى صلصة المكرونة الإسباجيتي، أو ضع على الحبوب شرائح من الفاكهة، أو اخلط الكوسة المبشورة والجزر المبشورة مع الطواجن والجساء.

8 تجنب ما يشتت الانتباه

أغلق التلفزيون والأجهزة الإلكترونية الأخرى أثناء الطعام، فسوف يساعد ذلك طفلك على التركيز على الطعام. وتذكر أن الإعلانات التلفزيونية قد تحث طفلك أيضاً على اشتها الأطعمة السكرية أو منخفضة القيمة الغذائية.

9 لا تقدم الحلوى باعتبارها مكافأة

إن احتجاز الحلوى يبعث رسالة أن الحلوى هي أفضل الطعام، وهذا قد يزيد فقط من شهية الطفل نحو الحلويات. يمكنك أن تنتقي ليلة أو اثنتين في الأسبوع لتقديم الحلوى، وتجنب تقديمها لبقية الأسبوع أو أعد تعريف الحلوى لتمثل في الفاكهة أو الزبادي أو الاختيارات الصحية الأخرى.

10 لا تستبدل الوجبات الصحية بأخرى

إن تحضير وجبة كاملة منفصلة لطفلك بعد رفضه للوجبة الأصلية قد يحفزّه على الانتقاء في أصناف الطعام. وينبغي أن تحث طفلك على

ضرورة تقديم حصص صغيرة من الطعام لتجنب الإثقال على الطفل

طعام صحي

يمكنك تقييد تناول الوجبات الخفيفة على أماكن محددة، مثل المطبخ وتجنب ربط الأكل بوقت التلفزيون. فسوف تحافظ على مستوى السعرات الحرارية لدى طفلك وتجنب زيادته. إذا كان طفلك بحاجة إلى تناول وجبة خفيفة خارج المنزل، فقدم له موزة واحدة أو الجبن الذي على شكل أصابع أو أصابع الزبادي أو ألواح حبوب الإفطار أو أصابع الجزر أو أي أشياء أخرى لا يتقطر منها السوائل. سوف يساعد تعليم طفلك كيفية تجهيز خيارات صحية للوجبات الخفيفة في الوقت الحالي، على إرساء الأساس لتناول طعام صحي طوال الحياة.

واخلطها معاً لإعداد وجبة خفيفة ملونة.

■ إعادة تقديم وجبة الإفطار

قدم أطعمة وجبة الإفطار لتكون وجبات خفيفة صحية للأطفال في وقت الظهر. يمكن استخدام حبوب الإفطار المجففة المخلوطة بالفاكهة المجففة والمكسرات أو حبوب الشوفان التي تم تسخينها في الميكروويف المعدة مع لبن قليل الدسم ومخلوط بعصير التفاح غير المحلى والقرقة.

■ تحلية الوجبة

لا يجب أن تكون الوجبات الخفيفة الصحية للأطفال بلا طعم. ولإرضاء حب طفلك للحلويات، قدم له حلوى البودينغ قليلة الدسم والزيادي المتلج أو ألواح الفاكهة المتلجة. قم بإعداد العصائر مع اللبن والزيادي والفاكهة الطازجة أو المتلجة.

■ إضفاء جو المتعة

استخدم قطعة البسكويت لعمل أشكال من شرائح الجبن قليلة الدسم أو الخبز أو خبز التورتيللا المصنوعين من الحبوب الكاملة. اصنعي كباب الفاكهة أو علمي طفلك كيفية تناول مكعبات الفاكهة بواسطة عيدان الطعام. اصنعي برجاً من المقرمشات المصنوعة من الحبوب الكاملة، أو كتابة كلمات بواسطة أصابع البسكويت المملح أو قومي بعمل وجوه سعيدة على الطبق باستخدام أنواع مختلفة من الفاكهة.

■ تعزيز الاستقلالية

اترك بعض الخضروات الجاهزة للأكل في الثلاجة. اترك وعاءً للفواكه الطازجة على الطاولة. خزن حبوب الإفطار المصنوعة من الحبوب الكاملة وتحتوي على القليل من السكر، والفواكه المعلبة أو المعبأة في عصيرها الخاص في خزانة سهلة الوصول إليها.

■ عدم الانخداع بالملصقات الزائفة

تظل الأطعمة التي يتم تسويقها باعتبارها أطعمة قليلة الدسم أو خالية من الدسم غنية بكميات كبيرة من السعرات الحرارية والصوديوم. وبالمثل، يمكن أن تظل الأطعمة التي توصف بأنها خالية من الكوليسترول غنية بالدهون والسكريات والدهون المشبعة. افحص ملصقات المكونات الغذائية كي تتعرف على الحقيقة بأكملها.

■ خاص «البيان الصحي» بالتعاون مع «مايوكلينك»

القطامي يفتتح مركز مستشفى كينجز كوليدج لندن في دبي



جاء ذلك بحضور عدد من كبار المديرين التنفيذيين وكبار الشخصيات، وممثلين عن الجهات الثلاث المستثمرة في مستشفى كينجز كوليدج الإمارات، وهم أحمد حميد الطائر، رئيس مجلس إدارة مستشفى كينجز كوليدج الإمارات ومجموعة الطائر، وشركة دبي للاستثمار ش.م.ع، وأحسن علي، رئيس العمليات التجارية والرعاية الصحية في مجموعة أشمور. دبي - البيان الصحي

افتتح معالي حميد القطامي، رئيس مجلس الإدارة والمدير العام لهيئة الصحة في دبي، أخيراً، مركز مستشفى كينجز كوليدج لندن الطبي الجديد في منطقة جميرا بدبي. ومن المقرر أن يقدم المركز الجديد التابع للمستشفى التعليمي الأشهر في لندن خبرته العالمية الرائدة للمرضى عبر أكثر من عشرة تخصصات أهمها: طب الأطفال والأجنة والسكري وأمراض الغدد الصماء.

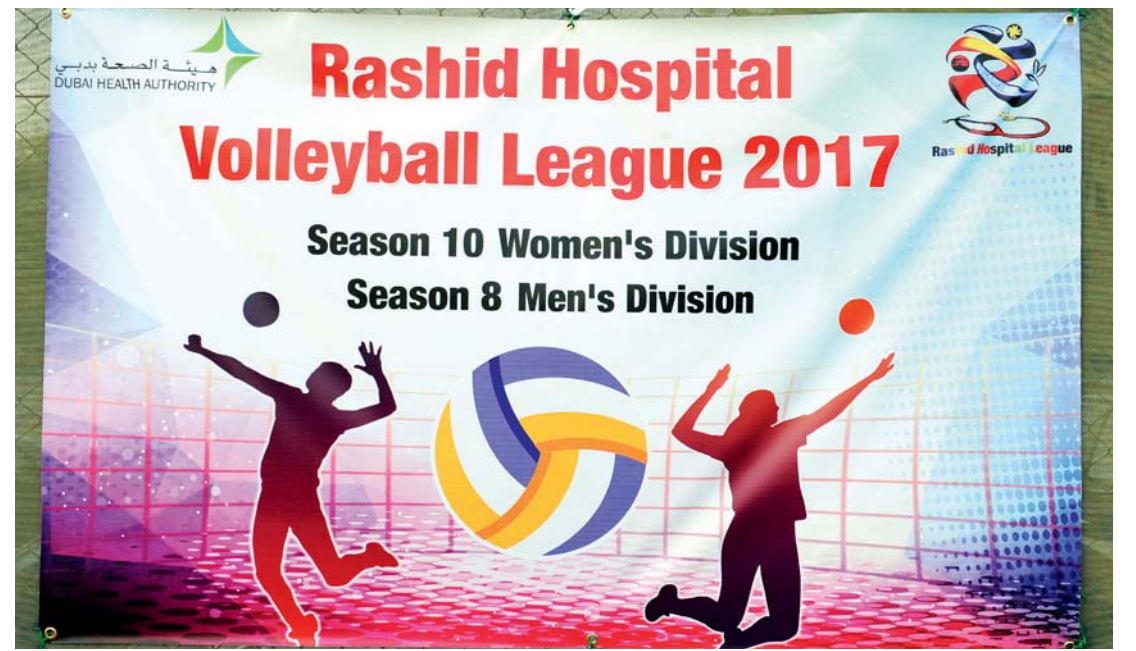


بطولة كرة الطائرة تجمع موظفي «صحة دبي» والقطاع الخاص



دبي - البيان الصحي

شهدت هيئة الصحة في دبي، أخيراً، بطولة كرة الطائرة للسيدات والرجال، والتي تم تنظيمها في ملاعب الهيئة، وبمشاركة فاعلة من القطاع الصحي الخاص، وبالتحديد (مستشفى ميدكير، والمستشفى الأميري، ومستشفى د. سليمان الجيب، ومستشفى المدينة)، وذلك بحضور عدد من المسؤولين بينهم حمزة عباس مدير المشروعات الرياضية والبرامج الاجتماعية وعبدالله الفلاس نائب مدير اللجنة الرياضية في الهيئة. وتهدف البطولة المشتركة بين موظفي الهيئة وموظفي القطاع الصحي الخاص إلى تعزيز الشراكة القائمة بين الجانبين، ودعم الرياضة وممارسة الأنشطة في أوساط العاملين بالقطاع الصحي، وتوجيه الطاقات نحو فعاليات هادفة. ومن المقرر أن تستمر البطولة حتى نهاية نوفمبر المقبل.



قلة النوم وراء السمعة المفرطة

ينامون في المتوسط 6 ساعات ليلاً كان
قاس محيط الصدر لديهم أكبر 3.
ستيمترات من قرنائهم الذين كانوا ينامون
9 ساعات ليلاً، وتفاقمت المشكلة بشكل
أكثر لدى من ينامون أقل من 6 ساعات.
وأكد فريق البحث إن نتائج الدراسة تشير
إلى أن عدم كفاية جسم الإنسان من
النوم يمكن أن تسهم في تطور الأمراض
المتعلقة باضطرابات التمثيل الغذائي مثل
مرض السكري وارتفاع ضغط الدم وارتفاع
مستويات الكوليسترول، ما يسهم في زيادة
أمراض القلب. ديبى - البيان الصحية

أفادت دراسة بريطانية حديثة بأن عدم حصول الشخص على قسط كافٍ من النوم ليلاً يضعف خطر الإصابة بالسمنة المفرطة.

الدراسة أجراها باحثون في جامعة ليدز البريطانية، ونشروا نتائجها في دورية (PLOS ONE) العلمية.

والتوصل إلى نتائج الدراسة، تابع الباحثون 1615 حالة من البالغين، راقبوا أنماط نومهم بالإضافة إلى رصد أوزانهم ومحيط الخصر لديهم.

وأظهرت النتائج أن الناس الذين كانوا

500 ألف وفاة سنوياً بسبب الإنفلونزا الموسمية

تستيب الإنفلونزا الموسمية في وفاة 500 ألف شخص سنوياً، وتعرف هذه الإنفلونزا بأنها عدوى فيروسية حادة تنتشر بسهولة من شخص إلى آخر، ويمكنها إصابة أي شخص من أي فئة عمرية، وهناك ثلاثة أنماط من الإنفلونزا الموسمية A و B و C وتفرع فيروسات الإنفلونزا من النمط A كذلك إلى أنماط فرعية.

14-7
يوماً فترة حضانة المرض

نوصية بتطعيم الفئات التالية سنوياً:

- الحوامل في جميع مراحل الحمل
- الأطفال في سن 6 أشهر إلى 5 سنوات
- المسنون (أكبر من 65 سنة)
- المصابون بحالات مرضية مزمنة
- العاملون الصحيون.

5-3

خسائر:

- مستويات مرتفعة من الغياب عن العمل والدراسة
- انخفاض الإنتاجية
- زيادة العبء على العيادات والمستشفيات

غرافيك: أسيل الخليلي

كلمة العدد



د. سلوى السويدى

اليوم العالمى للمسنين

ففي كل عام وبالتحديد في مثل هذا اليوم (الأول من أكتوبر) يحتفل العالم بـ«اليوم العالمي للمسنين»، ويظل الاحتفالات تعرض مختلف الدول لملاحم من سياستها ومن ظواهر أعمالها بالمسنين، ويبدو في المشهد العادي تباين واضح بين الدول فيما يخص مستويات الرعاية الاجتماعية والاجتماعية، ومجمل الخدمات التي توفرها الحكومات لكبار السن، والتي أصبحت بمرورها مؤشراً مهماً لمقياس وتقييم مسارات التنمية والإفاهية في أي بلد من البلدان. من هنا يأتي الحديث عن توقعات منظمة الصحة العالمية وتقديراتها التي كانت قد أكدت فيها أن عدد السكان الذين يبلغون من العمر 60 عاماً أو أكثر سيزداد بنحو 900 مليون نسمة إلى مليارين في الفترة الواقعة بين عامي 2015 و2050 (أي زيادة نسبتها من 12% إلى 22% من مجموع عدد العالم). وتشير المنظمة في تقديرها وتقريرها الرسمي إلى أهمية التخطيط وطورة لمواجهة الزيادة المحتملة في أعداد كبار السن، موضحة أن تزايد فيضوخة السكان هي أسرع مما كانت عليه في السابق. فمثلاً، مع أن فرنسا كان أمامها قرابة 150 عاماً لتزيد عن تغيير عمرها أو نسبتته بين 10% و20% في نسبة السكان الذين تزيد أعمارهم على 60 عاماً، فإن بلداً مثل البرازيل والهند ليس أمامها سوى أكثر من 20 عاماً بقليل لكي تتكيف مع التغيير نفسه. وعسيلة التخطيط المطلوبة، لا تتوقف عند حدود الرعاية الاجتماعية أو الخدمات النوعية، بقدر ما تتوقف على مستوى العناية الصحية (القائية والعلاجية) وهذا هو ما يمثل التحدي الأكبر للمجتمع، الذي تحدث عن التقارب بين الدولية الصادرة عن الهيئات والمنظمات المتخصصة، والتي تذكر أن مستقبل النظم الصحية الموجودة في أنحاء العالم قاصرة من حيث الاستعداد لتلبية احتياجات المسنين الذين يعانون غالباً من حالات صحية مزمنة عدد أو في متلازمة الشيخوخة. ويرتكز الحديث في هذا الشأن على ضرورة أن تكون المجتمعات، والبلدان بشكل عام قادرة على تقديم خدمات رعاية متكاملة تتحور حول المسنين وتركز على نمو صدرات أفرادهم في تقدمهم في السن. وهذا بالتحديد ما سيقف فيه دولتنا، دولة الإمارات، الكثير من الدول، حيث سنت التشريعات والنظم التي تحفظ لكبار السن مكانتهم وقدرهم وصحتهم، ولعل في هذا الشأن نموذجاً يحتذى به في الرعاية المتكاملة والشاملة، وألعل الزائر لمركز ملتقى الأنتمج التابعة لهيئة التكامل في دبي، سيدد مثلاً واضحاً للنموذج الذي نتحدث عنه، وسيلاح ذلك أن رعاية كبار السن، لم تكن يوماً مجرد مسؤولية أو التزام وفضف، فإعارة بلدنا هي الانعكاس الحقيقي والترجمة الطبيعية والواقعية لمجمل القيم والعقائهم والتقاليد الأميلة التي يتسم بها مجتمعنا وتتميز بها عن الكثير من المجتمعات.

مدير مركز ملتقى الأسرة - هيئة الصحة بدبي

إجهاد العمل يؤدي للإفراط في تناول الوجبات السريعة

وقال تشو- تشيانغ تشانغ، أستاذ علم النفس، وأحد مؤلفي الدراسة: لقد وجدنا أن الموظفين في كلتا المجموعتين يميلون إلى جلب مشاعرهم السلبية من مكان العمل إلى طاولات العشاء، ويتجلى ذلك في تناول كميات طعام أكثر من المعتاد، بالإضافة إلى اختيار المزيد من الوجبات السريعة بدلاً من الغذاء الصحي. وطرح يهاو ليو، المؤلف المشارك في الدراسة، في جامعة إلينوي، تفسيرين محتملين لتلك الحالة، أولهما أنه يتم تناول الطعام في بعض الأحيان كشكاش لتخفيف وتنظيم المزاج السلبي للأشخاص.

وأضاف أن التفسير الثاني هو أن الأكل غير الصحي يمكن أن يكون أيضاً نتيجة لفقدان ضبط النفس، وعندما يشعر الشخص بضغط العمل يفقد السيطرة الفعالة على إدراكه وسلوكياته المتوافقة مع الأهداف الشخصية والمعايير الاجتماعية.

■ دبی - البيان الصحي

حذرت دراسة أميركية حديثة أجراها باحثون في جامعتي ولاية ميشيغن، أليغزيمس الأميركية، من أن الإجهاد خلال اليوم عمل طويل، يمكن أن يؤدي إلى الإفراط في تناول الوجبات السريعة في المساء، مؤكدة أن النوم الجيد يعالج هذه المشكلة. ولوشملت البحوث، 235 من العاملين في الصين لكشف العلاقة بين الإجهاد في العمل وتناول الطعام غير الصحي، وتأثير النوم الجيد على هذه الحالة. وراقب الباحثون خلال الدراسة الأولى، موظفي تكنولوجيا المعلومات الذين يعانون بانتظام من عبء عمل مرتفع، فيما تابعت الدراسة الثانية العمال في مركز خدمة العملاء، الذين يضطرون لتحمل ضغوط ومطالب العملاء.



التي حصلت عليها شركة (بولاريتي تي. إي) ومقرها سولت ليك سيتي إلى استخدام الأنسجة السليمة لدى المرضى للمساعدة في نمو جلد بشري من جديد من أجل علاج حروق وإصابات. وقال ديفر لوخ مؤسس الشركة ومديرها التنفيذي إن التوجهات الحالية لعلاج الحروق الخطيرة (محدودة للغاية) - فيما يتعلق بفعاليتها وفي بعض الحالات تكون مكلفة جداً. والورقة العلمية (إيبسل) التي تستخدم بشكل كبير في أقسام الجروح وتبيها شركة فيرسل ومقرها ماساتشوستس أنتجت جلدًا سميكًا يؤدي كامل وظائفه وهو الهدف الذي تسعى لتحويله شركة (بولاريتي تي. إي). وأجرت الشركة أبحاثاً على خنازير مصابة في منشأة للحيوانات في يوتا. وقالت إن العلاج أسفر عن نمو بصيلات شعر وتغطية كاملة للجروح وتجدد جميع طبقات الجلد.

استخدام أنسجة
المريض السليمة
للمساعدة في نمو
الجلد من جديد

بي - البيان الصحي

تحت إشراف شركة أميركية للتكنولوجيا الحيوية
تجديد الجلد وتحفيز نمو الشعر لدى
الزير تعاني من جروح وسحجات مما
يهدد الطريق أمام طفرة علمية قد تؤدي إلى
تجديد الجلد البشري بكامل وظائفه.
وتهدف براءة اختراع هندسة الأنسجة

تناول القهوة باعتدال يطيل العمر

دبي - البيان الصحي

لطالما أثارت منافع القهوة جدلا في أوساط العلماء، غير أن دراستين حديثتين واستيتين أجريت أولاهما في 10 بلدان أوروبية والثانية في الولايات المتحدة أكدت فوائد الاستهلاك المنتظم لهذا المشروب. وبما أن هاتين الدراستين قامتا على الملاحظة، فهما لا تقيمان علاقة سببية، بحسب تحذيرات القيمين على هذه الأبحاث وخبراء مستقلين على حد سواء.

ولاحظ الباحثون أن الأشخاص الذين يستهلكون ثلاثة أكواب قهوة تقريبا في اليوم، بما في ذلك القهوة منزوعة الكافيين، يتمتعون بأمد حياة

متوقع أطول بالمقارنة مع هؤلاء الذين لا يحسنون القهوة، وذلك وفق الدراسة الأوروبية التي حلت بيانات 520 ألف رجل وامرأة تخطوا الخامسة والتائسين من العمر ثم تتبع وضعية لمدة 16 عاما في إطار التحقيق الأوروبي حول السرطان والتغذية (إيبك).

وقال مارك غوتو من الوكالة الدولية للأبحاث في السرطان وهو من أبرز المقيمين على هذه الدراسة «لاحظنا أن الاستهلاك المتزايد للقهوة مرتبط بانخفاض خطر الوفيات على أنواعها - ولا سيما في ما يتعلق بأمراض الدورة الدموية والجهاز الهضمي».

وهذه الأبحاث هي الأوسع من نوعها في أوروبا

حول تأثير القهوة على الصحة وأمد العيش،
علمًا بأن هذا المشروب هو الأكثر استهلاكًا
في العالم.

وأجريت الدراسة الثانية في الولايات
المتحدة وشملت أكثر من 185 ألف بالغ من
أصول متنوعة تتراوح أعمارهم بين 45 و75
عاما خلال فترة 16 عاما تقريبًا.

ولاحظ الباحثون أن هناك علاقة بين
ازدياد استهلاك القهوة وانخفاض خطر الوفاة
من أمراض قلبية وعائية وتنفسية وكلوية
وانخفاض خطر الوفاة خلال فترة الدراسة بنسبة
12.1% عند الأشخاص الذين كانوا يتناولون
واحدًا من القهوة في اليوم.

