

الملك:

مستشفى
الإرسالية أسهم
في تعزيز
الرعاية الصحية

Daily
Public Relations

المركز الأول
جائزة التميز الكليجي في الإعلام الصحي

الطبي

MEDICAL

السنة الحادية عشرة - العدد (131) نوفمبر 2023

ملحق شهري يصدر عن دبي إنديكس



أعلن معنا

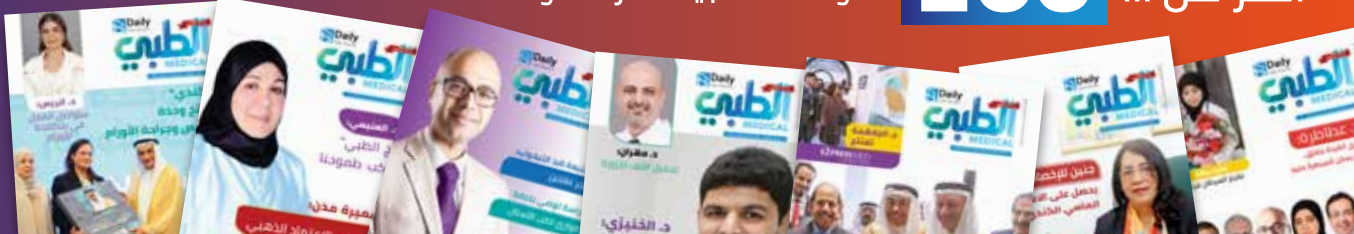


3362
6313

مؤسسة طبية شاركت وأعلنت معنا

200

أكثر من ...





يونيفرسال للأدوات الطبية
UNIVERSAL MEDICAL EQUIPMENT

رَكِّزْ على حياتك وليس على السكر



Medtronic



مضخة
الأنسولين

مواكبة لتطبيقات
الهواتف الذكية



وقت أكثر ضمن
النطاق المناسب



مستوى أقل من
الهيملوجلوبين



نسبة
حقن أقل

- قياس مستوى السكر كل 5 دقائق
- توصيل مستمر للأنسولين
- مقاومة للحماء

☎ Hotline (+973)
39 722 044

☎ Call Center (+973)
65 009 670



دراسات وتوعية

تترجم خلاصات وتوصيات الدراسات والأبحاث التي تعنى برصد الوضع الصحي في مملكة البحرين لبرامج علاجية ووقائية تسهم في تعزيز صحة المواطن والمقيم في البحرين.

في هذا العدد شاركت طيبة وممرضة بمقالين تناولوا دراستين الأولى حول فيروس الحليمي البشري والثانية حول فتحة القصبة الهوائية "فغر الرغامي"، الأولى نتج عنها برنامج لتلقيح الفتيات ضد هذا الفيروس المؤذي للنساء بشكل كبير، والثانية حسنت وطورت من استخدام هذا الإجراء الطبي.

الوعي الصحي الذي عملنا في الطبي على نشره منذ العدد الأول له مردودات كثيرة نتلمس بعضها، وتصلنا تعليقات ورسائل عبر قنوات الاتصال التابعة لنا ومنها مقال كتبه عاشق القراءة والكتاب جعفر حسن ياسين الذي عبر لنا عن رأيه في الطبي على شكل مقال نشرناه في العدد الذي بين يديك.

التثقيف الصحي جهد متواصل على أكثر من صعيد تبذله العديد من المؤسسات كل من موقعها، ومنها يونيفرسال للأدوات الطبية التي تعنى بنشر الوعي الصحي حول مرضى السكري من النوع الأول.

يونيفرسال تقدم المعرفة الصحية حول داء السكري والتعايش معه عبر فريق من المهنين المؤهلين لدعم المصابين بالسكري في مواقع مختلفة للمرضى ومن يرعونهم والمحيطين بهم لتشكيل طبقات من الحماية والرعاية للمرضى الذين يستخدمون مضخات الأنسولين.

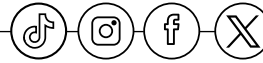
قراءة ممتعة للعدد الذي يضم مقالات وتغطيات لفعاليات رعتها الطبي تصب في مجال التوعية والتثقيف الصحي الذي يسهم في تعزيز الصحة.



(+973) 17686313
(+973) 33600366
(+973) 33626313



dailyp@batelco.com.bh
media@dailyp-me.com
adv1@dailyp-me.com



altebbi



من افتتاح وحدة الاخصاب في
مستشفى الملك حمد - الإرسالية الأمريكية

للاعاية الإعلامية يرجى التنسيق المسبق عبر التواصل على:

✉ a.oraibi@dailyp-me.com

www.dailyp-me.com

لا يجوز نشر أي جزء من الملحق دون الإشارة إلى المصدر
الآراء المنشورة لا تعبر بالضرورة عن آراء الناشر

يفتتح مركز الاخصاب "البرسالية"



د. اليوسف؛
تابع السحر عن بُعد
بمضخة الأنسولين

22



يونيفرسال
تشر
الوعي

21

وسعت أفق الوعي الصحي



جعفر حسن ياسين

تعتبر مجلة الطبي الصحية التي تصدرها دبي للعلاقات العامة والحعاية والإعلان بمثابة صرح ومنبر لتسليط الضوء على الشأن الطبي والصحي في مملكة البحرين الحبيبة، والتي تعكس مدى ومستوى التطور الكبير الحاصل في الحقل والمجال الطبي الذي توصلت له مملكتنا الغالية، فسواء كان ذلك على الصعيد المراكز والمستشفيات الحكومية أو الخاصة، حيث بات لا يخفى على الجميع مستوى التنوع الموجود في المملكة من تزايد الوعي الصحي والثقافة الطبية على مدى إنتشار العديد من المنشآت الصحية التي تعنى بتقديم كافة العلاجات الصحية في شتى مجالات ونواحي الحقل الطبي والصحي.

لقد لعبت مجلة الطبي دور كبير في توسيع أفق الوعي الصحي لدى أفراد المجتمع وذلك من خلال صفحاتها التي تسلط الضوء على كافة المجالات والتخصصات الطبية وتعريف المجتمع عنها وعن خدماتهم التي تساهم في تقديم النماذج المتاحة والموجودة على كافة صعد التخصصات الطبية التي يتميز بها المتخصصين البحرينيين والأجانب والعرب، فمجلة الطبي تعتبر بالفعل كمرجع وجسر تواصل طبي للثقافة من جهة وللتعريف بكافة الأنشطة والمناسبات والفعاليات التي تدخل ضمن المجال الطبي والصحي في مملكة البحرين .

وقفة وفاء
لد. العوهلي



14



البحرين
مركز دولي
لامتحانات
"الملكية الطبية"

16

"دبي الصحية"
أول نظام صحي
أكاديمي



28



زراعة أول
عين بشرية

40

أبو الفتح تدعو

لتحديد خارطة طريق لمرضى MS

الشورى بالنيابة عن راعي
الحفل رئيس مجلس الشورى
علي الصالح، وعدد من أعضاء
المجلس.

وتحدثت د. جيهان رشاد،
أستاذ علم النفس المساعد،
بمستشفى سلوان للطب
النفسي عن الدعم النفسي
لمريض التصلب وأهميته في
استيعاب المرض وتقبله والعمل
على التعايش معه.

واستعرضت أبو الفتح عن دور
الفن والكتابة كملاذ آمن في
التغلب على المرض والتركيز
على تحقيق الطموحات والنجاح
في الحياة وقد استمرت في
مسيرتها الأكاديمية وحصلت
على درجة الماجستير.

وتحدث د. يوسف التحو عن
تجربته كطبيب ومهتم بالتصلب
المتعدد، واجتهاده وسعيه في
دعم المرضى ومساندتهم، كما
أوضح أنه متابع للأبحاث الطبية
المتعلقة بالتصلب المتعدد، وآخر
المستجدات من الأدوية الحديثة
الخاصة بالتصلب المتعدد. وتم
خلال الحفل تكريم راعي الحفل
وعدد من الشخصيات والأطباء.

وقالت في احتفالية الجمعية
بمرور عشر سنوات على انشائها
تحت شعار (نحن الأمل) أن
وزارة الصحة وفرت مشكورة
الأدوية الباهظة الثمن، ولكن
ما زال هناك قلة في الكثير من
المعلومات الخاصة بالمرض،
كي يتمكن المريض من معرفة
تفاصيل المرض وماهيته.

وأضافت أن غياب العدد الحقيقي
للمرضى أدى إلى غياب
التشريعات المعنية لخدمتهم
وتسهيل حياتهم.

وتطرقت أبو الفتح إلى دور
وزارة التنمية الاجتماعية،
وأهمية اعتبار التصلب المتعدد
من الأمراض التي تؤدي إلى
الإعاقة وصولاً للمحافظة على
حقوق المرضى أسوةً بأقرانهم
في الدول الخليجية الشقيقة
ودول العالم الأخرى. وأضافت:
«أنا اليوم نحفل متمسكين
بالأمل ماضون في استكمال
رسالتنا بالعيش في حياة كريمة
وصحية، ونطلق اليوم شعار (نحن
الأمل) لنعلن عن تمسكنا بالأمل
برغم الألم».

حضر الحفل د. جهاد الفاضل
النائب الثاني لرئيس مجلس

دعت نهلة أبو الفتح رئيس الجمعية
البحرينية لمرضى التصلب المتعدد إلى
تحديد خارطة طريق لتعامل الجهات
الرسمية مع مرضى التصلب المتعدد
العاملين فيها بعد إعلان وزارة الصحة
أن المرض يعد من الأمراض المزمنة.
كما دعت للتعرف على موعد وآلية
تشغيل مركز للتصلب المتعدد.



أول زراعة كبد في البحرين

أجرى فريق نقل الأعضاء وزراعتها في الخدمات الطبية الملكية أول حالة زراعة كبد بمملكة البحرين بنجاح تام لمريض عشريني يعاني من فشل في وظائف الكبد.



العميد طبيب
الشيخ فهد آل خليفة

يحدث بعدالعمليات من بعض المضاعفات، وكل ذلك يتم بكوادر متخصصة ودولية ذات كفاءة عالية.

وأضاف أن العمل المشترك في البرامج بين الخدمات الطبية الملكية ومؤسسات طبية رائدة في مجال نقل وزراعة الأعضاء البشرية كمستشفى الملك فهد التخصصي بالدمام مستمر، وذلك من خلال تنفيذ وإنشاء برنامج تدريبي في مملكة البحرين، بهدف تدريب الكوادر الطبية على إجراء مثل هذه العمليات سواء من خلال التدريب المحلي أو الابتعاث للخارج لمواكبة كافة التطورات في هذا المجال وتوفير طاقم طبي على قدر عالٍ من الكفاءة والمهنية فيما يتعلق بزراعة ونقل الأعضاء البشرية.

ويتكفل برنامج نقل الأعضاء وزراعتها الخدمات الطبية الملكية - مستشفى الملك حمد الجامعي بتهيئة كافة الظروف والإمكانات وتقديم الدعم المطلق للبرامج الطموحة من جهة، وتشكيل فريق لزراعة الأعضاء ليضم كفاءات متميزة من المتخصصين الأطباء من مستشفى الملك فهد التخصصي بالدمام بمهنية وخبرة عاليتين من جهة أخرى.

وأعلنت الخدمات الطبية الملكية عن تدشين برنامج نقل زراعة الأعضاء - وذلك ضمن خطة عملها الطموحة - والذي من شأنه أن يشكل نقلة نوعية للخدمات التي تقدمها للمواطنين والمقيمين بالمملكة، وذلك بالتعاون مع مستشفى الملك فهد التخصصي بالدمام ليكون مستشفى الملك حمد الجامعي مركزاً متميزاً ومتخصصاً في نقل وزراعة الأعضاء.

وقال العميد طبيب الشيخ فهد بن خليفة بن سلمان آل خليفة قائد الخدمات الطبية الملكية إن برنامج نقل الأعضاء وزراعتها انطلق في نوفمبر الجاري، ليكون مستشفى الملك حمد الجامعي مركزاً متخصصاً ومتميزاً في تعزيز الرعاية الاستثنائية التي تقدمها للمرضى، وذلك من خلال فريق متعدد التخصصات بقيادة عدد من الخبراء الدوليين من المملكة العربية السعودية لتقديم أفضل مستوى من الرعاية للمرضى الذين تطلبت حالاتهم الخضوع لمثل تلك الإجراءات.

وأعلن عن إجراء أول حالة زراعة كبد بمملكة البحرين، وأفاد أن برنامج زراعة الأعضاء يشمل على تقييم المريض والمتبرع، التحضير قبل العمليات، العمليات الجراحية، والمتابعة بعد العمليات ومعالجة ما قد



شدد د. محمد المقداد أستاذ علم النفس بجامعة البحرين على ضرورة تكييف الإرشاد النفسي وفقاً لخصائص ومميزات المجتمعات المحلية، ولفت إلى أن معايير الإرشاد النفسي التي نشأت في الغرب بحاجة لتكييفها لتناسب المجتمعات المحلية.

وأوضح في منتدى علمي نظمه مركز عائشة يتيم للإرشاد الأسري التابع لجمعية نهضة فتاة البحرين أن حركة توطين علم النفس ساهمت بشكل كبير في التجسير بين القواعد العلمية والخصائص المختلفة للمجتمعات.

د. المقداد ..

يشدد على تكييف

“الإرشاد” للمجتمع

خلال محورين مهمين وهما تكييف العمل الإرشادي مع المجتمع البحريني ودور الاعلام الاجتماعي بالتوعية بالصحة النفسية.

والجدير بالذكر تنظيم المركز كذلك لمعرض مصاحب للنوعية، للاطلاع على الخدمات والبرامج النوعية المقدمة في عدد من الجهات الرسمية وغير الرسمية المعنية بتقديم خدمات الإرشاد الأسري والنفسي، كقسم الخدمات الاجتماعية بمراكز الرعاية الصحية الأولية، قسم الخدمات الاجتماعية بمجمع السلمانية الطبي، مركز مطمئة الطبي، مستشفى سيرين للطب النفسي، مركز حماية الطفل، مكتب دعم المرأة المعيلة التابع لجمعية نهضة فتاة البحرين ومركز جورني هوم للاستشارات الأسرية، مركز شمسها لدعم المرأة ومجلة الطبي.

وأكد على أهمية الحاجة إلى تدريب المرشدين المحليين على بعض المهارات التي يحتاجونها أثناء ممارسة الإرشاد المتمركز حول الثقافة.

من جهته تناول الاخصائي النفسي الاكلينيكي بمستشفى الطب النفسي محمد حجي دور الاعلام الاجتماعي في التوعية بقضايا الصحة النفسية. ودعا إلى تواجد الاخصائيين النفسيين الأكفاء كي لا يتاح المجال لغير الكفو بالظهور.

وقال المركز أن الندوة التي حضرها مختصون في مجال الإرشاد الأسري والنفسي بمناسبة اليوم العالمي للصحة النفسية ناقشت التحديات الميدانية التي تواجه العاملين في الإرشاد الأسري والنفسي فيما يتعلق بالعمل الميداني مع المشكلات النفسية والأسرية من



مستشفى الملك حمد - الإرسالية يعقد مؤتمر طب الأطفال

الأطفال وأحدث التقنيات في إدارة مرض السكري.

وشارك في المؤتمر 10 متحدثين ألقوا محاضرات وعقدوا حلقات نقاش حول التحديات الناشئة والتقنيات الجديدة في مجال طب الأطفال. وشارك في المؤتمر من الولايات المتحدة الأمريكية بوب سبيري، مدير عمليات الخدمات التعليمية في مايو كلينيك، وبن لانجولز المحلل الرئيسي والاستشاري الدولي لدى مايو كلينيك.

وقال د. ديباك أبراهام، رئيس الطاقم الطبي في مستشفى الإرسالية الأمريكية: «ستستمر مبادرات التعليم الطبي في المستشفى لضمان بقاء التقدم الأكاديمي ومشاركة الأبحاث محورياً رئيسياً لتلبية احتياجات الرعاية الصحية في المنطقة بشكل فعال».

ويعد المؤتمر جزءاً من «تقييم مسار العمل الأكاديمي» بالتعاون المستمر بين مستشفى الإرسالية الأمريكية بالبحرين ومايو كلينيك بالولايات المتحدة الأمريكية.

ناقش مؤتمر طب الأطفال الذي نظمه مستشفى الملك حمد - الإرسالية الأمريكية التحديات الناشئة والتقنيات الجديدة في مجال طب الأطفال، ومعالجة السمعة لدى الأطفال في الشرق الأوسط ومملكة البحرين وأحدث التقنيات في إدارة مرض السكري، وحضره 200 متخصص في المجال الطبي.

وقال الرئيس التنفيذي للشركات بمستشفى الإرسالية الأمريكية د. جورج شيربان في افتتاحية المؤتمر: «إن هذا التواصل مع زملائه المهنيين يشجع الحوار والتعاون وتبادل الخبرات، مما يؤدي في نهاية المطاف إلى رفع مستوى رعاية الأطفال».

وألقت رئيسة قسم الغدد الصماء لدى الأطفال في مايو كلينيك ومديرة برنامج زمالة طب الغدد الصماء لدى الأطفال، الدكتورة سيما كومار، محاضرتين. أحدهما حول معالجة السمعة لدى الأطفال في الشرق الأوسط ومملكة البحرين والآخر حول إدارة مرض السكري من النوع الأول لدى





الملك: "الإرسالية" أسهم في تعزيز الرعاية الصحية



باعتباره من أوائل المستشفيات الرائدة في المنطقة، على مدى أكثر من 120 عامًا منذ إنشائه وإسهاماته في مجال تعزيز الرعاية الصحية والعلاجية، مشيدًا بجلالته وعمق العلاقات التاريخية الوثيقة التي تجمع بين مملكة البحرين والولايات المتحدة الأمريكية، وبتعاونهما الوطيد على كافة المستويات، ولاسيما الطبية والصحية منها.

من جانبه، أعرب الرئيس التنفيذي لمستشفى الإرسالية الأمريكية عن جليل شكره وتقديره لجلالة الملك المعظم على ما يحظى به المستشفى ومنتسبيه من دعم ورعاية منذ تشييده في مملكة البحرين، التي تعكس عمق ومثانة روابط الصداقة البحرينية الأمريكية العريقة وتميزها.

وخلال اللقاء قدمت جوليا توفي الرئيس التنفيذي للمجموعة كتابًا بعنوان «رحلة عبر الزمن» عن تاريخ الإرسالية الأمريكية من بدايته عام 1902 إلى الوقت الحاضر، بالإضافة إلى مجموعة من الصور التي يضمها الكتاب.

استقبل حضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة ملك البلاد المعظم حفظه الله ورعاه في قصر الصخير، الدكتورة جليلة بنت السيد جواد وزيرة الصحة، والدكتور جورج شريان الرئيس التنفيذي كبير المسؤولين الطبيين بمستشفى الإرسالية الأمريكية، الذي تشرف بتقديم هدية لجلالته عبارة عن مجسم للمستشفى الجديد الذي تم افتتاحه مؤخرًا، والآنسة جوليا توفي الرئيس التنفيذي لمجموعة مستشفيات الإرسالية الأمريكية، حيث تشرفت بتقديم كتاب إلى جلالته من تأليفها.

ورحب صاحب الجلالة، بالرئيس التنفيذي كبير المسؤولين الطبيين بمستشفى الإرسالية الأمريكية والرئيس التنفيذي للمجموعة، معربًا عن شكره وتقديره على إهدائهما، وأثنى جلالته على الجهود الطبية التي يبذلها القائمون على مستشفى الإرسالية الأمريكية لتقديم أفضل الخدمات الطبية والصحية للمواطنين والمقيمين ومواطني دول المنطقة، وبالسمة الطبية التي يحظى بها هذا المرح الطبي العربي،



مستشفى الملك حمد الإرسالية الأمريكية

يفتتح مركز
الإخصاب
والمساعدة
على الإنجاب



افتتح مستشفى الملك حمد - الإرسالية الأمريكية مركز الإخصاب والمساعدة على الإنجاب بحضور معالي الفريق طبيب الشيخ محمد بن عبد الله آل خليفة رئيس المجلس الأعلى للصحة ورئيس المجلس البحريني للدراسات والتخصصات الصحية ووزيرة الصحة د. جليلة السيد والرئيس التنفيذي للهيئة الوطنية لتنظيم المهن والخدمات الصحية د. أحمد محمد الأنصاري.

ويضم المركز الطبي الذي تم افتتاحه بالمستشفى الأحدث للمجموعة في منطقة عالي، أحدث التقنيات الطبية المتخصصة في مجال تكنولوجيا المساعدة على الإنجاب والتخصيب المختبري والتي تعد الأولى من نوعها على مستوى الخليج العربي.

ورحب الرئيس التنفيذي للشركات بمستشفى الإرسالية الأمريكية، د. جورج شيريان والرئيس التنفيذي للمجموعات لدى المستشفى جوليا توفي بالحضور في قاعة مجلس الإدارة، حيث تم أخذهم في جولة تفقدية للمركز الجديد برفقة مديرة المركز، د.مريم دشتي.

يتضمن المركز أحدث المعدات والتقنيات الطبية، التي تعد الأولى من نوعها في منطقة الخليج العربي، والذي يجري عمليات الإخصاب للأسر التي تعاني مشاكل في الإنجاب عبر مختبرات طبية متخصصة، ويضم المركز غرف علاجية واسعة، وغرف انتظار خاصة.



الشيخ محمد بن عبد الله يفتتح الوحدة





د. آل فهيد يسلم هدية لوالدي د. العوهلي

"الخليج العربي" تقف وفاءً لـ د. العوهلي

مبارك جمعة والرئيس التنفيذي للمستشفيات الحكومية د. أحمد الأنصاري، وبعض سفراء دول مجلس التعاون الخليجي. الحضور الطلابي كان مميزاً فقد خصصت الجامعة حافلة لنقل الطلبة من الجامعة لقاعة المؤتمرات الكبرى في المركز.

استقبل منظمو وقفة الوفاء الحضور بشكل مميز، فمن الباب الخارجي ترى اللوحة الكبيرة التي تحمل صورة د. خالد العوهلي، مروراً بالممر الموصل للقاعة الكبرى التي زينت بلافتات جانبية خصصت لإنجازات الفقيه، وصولاً للمعرض الذي توسع فيه المنظمون بإبراز بصمات د. خالد العوهلي على مدار ما يقارب 12 عامًا من العمل.

في القاعة كان الحضور كبيراً ويضم أطباءً مختلفة من مسؤولين حكوميين يمثلون جهات مختلفة ومنتسبو الجامعة من الكادر الأكاديمي والإداري والطلبة، إضافة للضيوف. وفي انتظار بدء الحفل دخل شخص وخلفه امرأة وقام الحضور في الصف الأول، فهم الحضور أنهما والدي الفقيه د. العوهلي فوقف الجميع احتراماً لهما.

وصلتني الدعوة المنتظرة لحضور وقفة الوفاء التي نظمتها جامعة الخليج العربي لرئيسها السابق الدكتور خالد بن عبد الرحمن العوهلي رحمه الله.

الموقع في مركز الأميرة الجوهرة للطب الجزيئي والأمراض الوراثية المركز البحثي والنواة الأولى لمدينة الملك عبد الله الطبية، والموقع الذي أطلق وأعلن منه د. العوهلي عن الكثير من المشاريع والإنجازات التي حققتها الجامعة.

استعددت مع الأستاذ محمود النشيط المسؤول عن إصدار «الطبي» لحضور الفعالية، وتوقعنا أن توزع الجامعة الكتاب التي كانت تعد له عن سيرة وإنجازات الفقيه.

وصلنا مبكراً وكانت الاستعدادات واضحة وجليّة فرييس الجامعة د. سعد آل فهيد يقف على الباب في استقبال الضيوف وعلى رأسهم والدي الفقيه عبد الرحمن العوهلي وزوجته وأبناءه وعدد من أفراد أسرة الفقيه، ورئيس المجلس الأعلى للصحة الفريق طبيب الشيخ محمد بن عبدالله آل خليفة، وممثلين عن وزارة الصحة ووزير التربية د. محمد

وقال: «سطر منتسبو الجامعة محبتهم وتقديرهم لرئيسهم المغفور له إن شاء الله في صور عديدة عبرت عن وفائهم ونبيلهم وتقديرهم للدكتور العوهلي رحمه الله». عبر د. آل فهيد في كلمته القصيرة زماناً التي غطت مسيرة 12 عام قضاها د. العوهلي في إدارة الجامعة عن ما أراد قوله والتعبير عنه منتسبو الجامعة.



آل فهيد يقابل د. العوهلي بالإحسان

بدء الحفل بآيات من الذكر الحكيم، بعدها ألقى وبدأ الدكتور آل فهيد رئيس جامعة الخليج العربي كلمته بسؤال: هل جزاء الإحسان إلا الإحسان؟، في إشارة للخلق الكريم وللمحاسن والمحامد التي كان يتمتع بها الدكتور العوهلي رحمه الله.

وأضاف قائلاً: «إن سيرة رحمه الله مثل يحتذى، وتاريخه من صفات وعمل وإنجاز لمصدر فخر واعتزاز لأسرته وخاصة لابنيه وابنتيه ومثل أعلى يحتذى به لطلبة الجامعة الذين أحبهم كأبنائه وبناته في الرغبة في العلم والإفادة به والتطوير والتخطيط والعمل والمساهمة المجتمعية خدمة لوطننا الخليجي مؤمنين بوحدتنا الخليجية وقوتنا».

في نهاية الحفل وقف منتسبو الجامعة على باب القاعة مودعين الضيوف الذين لبوا دعوتهم وأهدوا كل واحد منهم نسخة من كتاب ملامح من سيرة الدكتور خالد بن عبد الرحمن العوهلي رحمه الله. وحصلت على نسخة منه الذي ساهمت بالكتابة فيه مع زميلي النشيط لتبقى سيرة الراحل بين يدي وفي مكتبتي.

د. يزيد: سيرة خالد مثل يحتذى

بعدها وقف شقيقه د. يزيد العوهلي على المنصة وبدأ بتوجيه الشكر لصاحب الجلالة ملك مملكة البحرين الملك حمد بن عيسى آل خليفة وصاحب السمو الملكي ولي العهد رئيس الوزراء الأمير سلمان بن حمد آل خليفة على مواساتهم لنا وقبلها تقديم الرعاية اللازمة لأخي المرحوم خالد، ولجميع أهل البحرين من مسؤولين ومواطنين ومقيمين».

وأضاف قائلاً: «أمضى في جامعة الخليج العربي ما يزيد على اثني عشر عاماً مسخراً وقته وعلمه ومعرفته وقدراته وعلاقته لخدمة الجامعة وطلابها وأساتذتها وباحثيها وموظفيها، حتى أصبحت الجامعة الأولى على مستوى البحرين حسب تصنيف الجامعات بناء على الأداء الأكاديمي».

مركزًا دوليًا لامتحانات "الملكية للأطباء"

البحرين



المؤتمر الصحفي



أعلن اتحاد كليات الملكية للأطباء بالمملكة المتحدة عن اختيار المستشفيات الحكومية أول مركز امتحانات دولي في مملكة البحرين المؤهل لعضوية الكليات الملكية للأطباء في طب الأمراض الباطنية، حيث يشكل هذا الاختيار إنجازاً جديداً يعكس تقدم القطاع الصحي في المملكة.

وأشارت الرئيس التنفيذي للمستشفيات الحكومية د. مريم الجلاهمة إلى أن اختيار المملكة يعزز دورها ممثلة بمجمع السلمانية الطبي في مجال التعليم والتدريب الصحي الطبي في المنطقة، ويفتح المزيد من إمكانيات التعاون المستقبلي مع المعاهد الصحية الدولية المعروفة بما يعزز من الشراكات الناجحة.

وأشارت د. الجلاهمة إلى أن اتحاد الكليات الملكية للأطباء بالمملكة المتحدة يتيح الحصول على الدرجات المرموقة لعضوية كليات الأطباء الملكية (MRCP) لأطباء الطب الباطني، بالإضافة إلى التدريب السريري، حيث يجب على الطبيب اجتياز الامتحان الكتابي الجزء الأول والجزء الثاني، بالإضافة إلى الفحص السريري المسمى (PACES Exam) كما يتم إجراء جزء الفحص السريري داخل المملكة المتحدة وفي مواقع دولية معترف بها عالمياً، وسيضم المجمع السلمانية الطبي جنباً إلى جنب مع عدة مراكز معتمدة في دول مجلس التعاون لحول الخليج العربية.

وأضافت بأنه كما تم إجراء زيارة تفقدية من قبل رؤساء المراكز الطبية الدولية في شهر مايو الماضي لدراسة إمكانية فتح مركز امتحانات PACES في مجمع السلمانية الطبي.



التي ساهمت في الحصول على هذه الاعتمادية الدولية، منوّهاً بالدعم المستمر من مجلس أمناء المستشفيات الحكومية والإدارة التنفيذية، ومؤكداً استمرارية العمل في الحصول على المزيد من الاعتماديات ورفع الإنتاجية وتحسين الأداء، حيث يعد التطوير الشامل من الأولويات الدائمة بما يتماشى مع مبادرات المملكة في تطوير القطاع الصحي وتحسين جودة الخدمات الصحية.

حضر المؤتمر الصحفي رئيس مجلس أمناء المستشفيات الحكومية الشيخ هشام بن عبدالعزيز آل خليفة، ود. مريم الجلاهية الرئيس التنفيذي للمستشفيات الحكومية، ود. أحمد محمد الأنصاري الرئيس التنفيذي للهيئة الوطنية لتنظيم المهن والخدمات الصحية، وبمشاركة لفي من الإعلاميين والصحفيين.

من جانبه أشاد تنزيه رزا ممثل اتحاد كليات الملكية للأطباء بالمملكة المتحدة بتحقيق مجمع السلمانية الطبي هذا الإنجاز، والذي جاء بناءً على إمكانيات وتنوع المرضى وتوافر الأطباء الحاصلين على درجات MRCP والبنية التحتية للمجمع وما يشتمل عليه من إمكانيات متقدمة، مضيفاً بأن الزيارة الثانية للفريق ستكون خلال الشهر الجاري لممثلي اتحاد كليات الأطباء الملكية في المملكة المتحدة لتدريب الفاحصين المحليين ومواصلة جميع التدريبات المطلوبة في الموقع من أجل إعداد المجمع للاختبارات الفعلية بحلول العام 2024.

وقال رئيس مجلس أمناء المستشفيات الحكومية الشيخ هشام بن عبدالعزيز آل خليفة إن التوجيهات المستمرة من معالي الفريق طبيب الشيخ محمد بن عبدالله آل خليفة رئيس المجلس الأعلى للصحة

صورة جماعية



(القليل من التوتر لا يضر)

طرفة جديدة أم فلسفة حديثه في علم الألم؟!

المستوى الذهني والجسدي.

فسنرى في خضم الحياة بعض الأشخاص الذين لديهم مهارة مواجهة الضغوطات، وهذا كله قد يكون نتاج لخبرات سابقة من مواجهة التوتر فأصبحت لديهم شخصية صلبة ومتزنة، وكل هذا لم يأتي من فراغ.

فتفسيره العلمي بأن المرونة العصبية تطورت بكفاءة لديهم في الدماغ وأصبح هناك تكيف في المقدرة العصبية للتعامل مع المواقف المجهدة والسيطرة على هرمونات التوتر والاجهاد.

فهل خطر لك أن تتساءل يوماً ما، كم مرة تعرضت لمواقف ضاغطة ولكن كيف اختلف طريقة تعاطيك معها في كل مرة وماهو تفسير هذا الاختلاف من وجهة نظر علمية؟!

فما كنا نظن بأنه ضاراً في مجمله قد اكتشف بأن قليله بمثابة الدواء، وللازال العلم حائراً في هذا السر الذي استودعه الله تعالى فينا ألا وهو الدماغ، حائراً في آلياته وتفاعلاته وأسراره.

ولكن علينا التفكير والتنبه بأن هناك خط رفيع جداً يفصل ما بين التوتر النافع والمستوى الضار فلا بد من الانتباه حتى لا نقع في شباكه ومهما مرت على الانسان من أمور متقلبه إلا أن دواءه هو حسن الظن بالله.

وهذا ما أجاد وصفه أمير البلاغاء علي ابن أبي طالب (ع) في رائعته الشعرية:

رَضِيتُ بِمَا قَسَمَ اللَّهُ لِي

وَقَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَى خَالِقِي

كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ فِيمَا قَضَى

كَذَلِكَ يُحَسِّنُ فِيمَا بَقِيَ

ودمت بصحة وعافية مليئة بالأمل
وبعيدة عن التوتر والألم

وهذا ما تحدث عنه دكتور بريان ديستيلبيرج، مدير معهد الصحة السلوكية في جامعة لوما ليندا الأمريكية «إن الألم والتوتر مترابطان فعندما يعاني الشخص من ألم ما، يبدأ الجسم بإفراز هرمونات القلق والتوتر لإدارة الإجهاد الناتج من الألم ولكن عندما يستمر الألم المزمن لفترة طويلة فإن الجسم يستمر في إفراز هذه الهرمونات التي تصبح سامة وضارة عند استمرارها».

ونتيجة لذلك فإن التوتر لا يعتبر شيئاً غير ملموس وإنما هو عبارة عن هرمونات كيميائية قد تسبب ضرر على الجسم عند الاستغراق فيه وعدم اتباع استراتيجيات مناسبة لإدارة الضغوطات والتوتر والقلق.

ولا خلاف في كل ماقلناه، ولكن بدأت الأمور العلمية تأخذ منحى آخر قليلاً، بينما نتائجها قد تفاجأنا كثيراً!!

فقد أشارت إحدى الأبحاث العلمية الحديثة والتي تم نشرها في مجلة Psychiatry Research بأن تعرض الفرد إلى المستويات المنخفضة إلى المتوسطة من التوتر في خلال فترات متباعدة، من شأنه أن يساعد على تطوير المرونة العصبية في الدماغ للتعامل مع المواقف والأحداث المستقبلية التي قد يواجهها الإنسان فتكسبه نوع من المناعة ضد الضغوطات والتوتر وتكسبه مهارة التعامل مع المواقف المجهدة التي قد يواجهها في أي وقت.

كما أنها تساعد على تقليل خطر الإصابة بالأمراض العقلية والذهنية مثل الاكتئاب والسلوكيات المجتمعية العدائية غير المبررة.

فإن القليل من التوتر هو بمثابة لقاح فعال ومطلوب ضد الأزمات المستقبلية. ونتيجة لذلك فإن القليل من التوتر قد يكون نافعا للصحة العقلية ولكن كثيره ضار على



هبة الحبيب
أخصائي أول عظام علاج طبيعي
المملكة العربية السعودية

عند قراءة العنوان للوهلة الأولى
قد نشعر بالتعجب والذهول !!

فكلنا نعلم بلا شك بأن التوتر والضغوطات هي من العوامل المهددة لصحة الإنسان ووسيلة سريعة للوقوع في شباك الأمراض وسبب من أسباب تهيج آلام الجسم ليست الظاهرة وحسب وإنما حتى الخاملة منها.

فالتوتر والألم وجهان لعملة واحدة، فكلما زادت وتيرة التوتر زاد عندها مستوى الألم وكلما زادت نوبات الألم المزمنة زاد معها التوتر تبعاً.



يوم الفيزياء

تكريم عمالقة المجال



فضيلة جمالي
فيزيائية طبية

كل عام، نحتفل باليوم العالمي للفيزياء الطبية في السابع من نوفمبر، وهو يوم مخصص لزيادة الوعي حول دور الفيزياء الطبية في الرعاية الصحية. يوفر هذا اليوم منصة لتقدير عمل الفيزيائيين الطبيين ومساهماتهم في تحسين رعاية المرضى في جميع أنحاء العالم.

التاريخ المحدد لهذا الاحتفال له أهمية خاصة. فقد تم اختيار يوم ميلاد عالمة الفيزياء والكيمياء ماري كوري الرائدة في دراسة الإشعاع، والتي أعمالها البحثية المتقدمة في هذا المجال كانت حجر الزاوية في تطور الفيزياء الطبية. من خلال استكشافها للإشعاع، أو ما يعرف بالراديو، ساهمت كوري في فتح آفاق جديدة للعلوم الطبية والاستفادة من الإشعاع في العلاجات الطبية. لذلك، يعتبر الاحتفال باليوم العالمي للفيزياء الطبية في يوم ميلاد ماري كوري تقديرًا لإسهاماتها العظيمة والأساس الذي أسسته لهذا المجال.

في هذا العام، أعلنت المنظمة الدولية للفيزياء الطبية (IOMP) الشعار بأنه «الذكرى الستين: الوقوف على أكتاف العمالقة». يعترف هذا الشعار بالإنجازات الكبيرة التي تم تحقيقها على مدى العقود الماضية ويكرم «العمالقة» في الفيزياء الطبية. كما يحتفل بالذكرى الستين لتأسيس المنظمة.

هؤلاء «العمالقة» هم أشخاص مثل:

- وليم رونتجن، الذي اكتشف الأشعة السينية في عام 1895، وهو الأمر الذي أحدث ثورة في التشخيص الطبي. وتقديراً لعمله، تم منح رونتجن جائزة نوبل الأولى في الفيزياء في عام 1901.
- ماري كوري وهنري بيكريل، ساهمت أبحاثهم في مجال النشاط الإشعاعي في وضع الأسس لمجال الفيزياء الطبية، وساعدت في ترسيخ العلاج بالإشعاع كطريقة لعلاج السرطان.
- هارولد جونز الذي اخترع وحدة العلاج بالكوبالت-60 في عام 1951، وهي أداة تستخدم في العلاج بالإشعاع للسرطان. ثم في عام 1953، تم تركيب أول مسرع جسيمات خطي سريري لعلاج السرطان، وهذه الأجهزة الآن جزء أساسي من برامج العلاج بالإشعاع.

• روزاليند فرانكلين التي عملت على الانحراف السيني للأشعة السينية والذي ساعد في الكشف عن بنية الحمض النووي الريبوزي (DNA)، مما أهد الطريق لتطوير تقنيات التصوير الطبي مثل الأشعة المقطعية المحوسبة (CT) والرنين المغناطيسي (MRI).

• جودفري هاونسفيلد وآلن كورماك، المخترعين المشتركين لجهاز التصوير المقطعي (CT)

• جون مالارد، الذي بنى أول جهاز ماسح طبي بالرنين المغناطيسي للجسم كله.

• بول لوتربرو بيتر مانسفيلد، الذين ساهموا بشكل حاسم في تطوير تكنولوجيا الرنين المغناطيسي وحازوا على جائزة نوبل للطب عام 2003.

كل من هؤلاء العمالقة قد حفر فصلاً حاسماً في كتاب الفيزياء الطبية. أبحاثهم وابتكاراتهم وضعت الأساس للفيزياء الطبية الحديثة،



مما مكنتنا من تحسين رعاية المرضى ونتأجهم بشكل مستمر.

احتفال الذكرى الستين يذكرنا أننا جزء من تاريخ غني ومستمر. يشجعنا على الاعتراف بالإنجازات الماضية، واحتضان التحديات الحالية، والتطلع إلى التقدم المستقبلي. يعد هذا اليوم تذكيراً بالدور الحيوي للفيزياء الطبية في الرعاية الصحية ومصدر إلهام للأجيال المستقبلية من العلماء والمختبرين الصحيين.

الإسعافات الأولية النفسية



مها المعارج
مدربة الإسعافات الأولية



فاطمة العرادي
مدربة الإسعافات الأولية

هناك علاجات وقائية للأشخاص المصابين بالأمراض ومنها الإسعافات الأولية النفسية.

الإسعافات الأولية النفسية وهي العناية الأولية التي يتم تقديمها للأشخاص الذين يعانون من أزمة نفسية أو صعوبات في الصحة العقلية بسبب ظروف أو مواقف. ومن هذا المنطلق يجب علينا معرفة كيف نتعامل مع الصدمات والتخفيف منها قدر الإمكان.

كما تهدف هذه الإسعافات الأولية إلى تقديم الدعم العاجل والمساعدة في تخفيف الضغط النفسي وتحسين الحالة العامة للشخص المتأثر.

الإسعافات الأولية النفسية لها أهمية كبيرة في تقديم الدعم والمساعدة الفورية للأشخاص الذين يعانون من أزمة نفسية أو صعوبات في الصحة العقلية.

أما عن الأسباب التي تبرز أهمية الإسعافات الأولية النفسية، فهي على النحو الآتي:

1. توفير الدعم العاجل : يوفر الإسعاف الأولي النفسي الدعم الفوري للأشخاص الذين يعانون من أزمة نفسية. يمكن أن يكون هذا الدعم مهمًا جدًا للتخفيف من الضغط النفسي وتهدئة الشخص المتأثر.

2. تقديم الأمان والراحة: يساعد الإسعاف الأولي النفسي في توفير بيئة آمنة ومريحة للشخص المتأثر. يشعر الشخص بالاستقرار والأمان ويستطيع التعبير عن مشاعره بحرية دون الخوف من التقييم أو الحكم.

3. توجيه الشخص للمساعدة المهنية: يمكن الإسعاف الأولي النفسي توجيه الشخص المتأثر للحصول على المساعدة المهنية المناسبة.

4. تقليل الاحتمالات السلبية: يمكن الإسعاف الأولي النفسي تقليل الاحتمالات السلبية والمخاطر المحتملة للشخص المتأثر من خلال تقديم الدعم والتوجيه المناسب.

5. تعزيز الاستدامة والتعافي: يمكن الإسعاف الأولي النفسي أن يساعد في تعزيز الاستدامة والتعافي للأشخاص المتأثرين من خلال تقديم الدعم والمساعدة الأولية.

وأخيرًا لابد من التذكير إن الدعم النفسي والعلاج الاحترافي قد يكونان ضروريين في بعض الحالات منها إذا كان الشخص يعاني من أعراض خطيرة أو مستمرة، يجب عليه أن يستشير مختبري الصحة العقلية لتقديم الرعاية اللازمة وذلك للحفاظ على الشخص الذي يعاني من الأمراض النفسية والعقلية.





يونيفرسال

تواصل خدمة مجتمعتها ودورها التوعوي



د. الهاجري تتسلم عدد 9 مضخات أنسولين

تواصل يونيفرسال للأدوات الطبية خدمة مجتمعتها والمساهمة في نشر التوعية بداء السكري وأنواعه وطرق الوقاية منه وأفضل طرق العلاج للتعایش معه.

وقال مؤسس يونيفرسال جمعة الجفيري أن للتوعية دور أساسي في الوقاية من الأمراض والتعايش مع المزمنة منها، ويبن أن يونيفرسال تحرك أهمية المساهمة في خدمة المجتمع والتوعية لذا فهي تنشط بالمشاركة في الفعاليات التي تركز على التوعية بداء السكر.

وأوضح: «مؤخرًا شاركنا بمناسبة يوم السكر العالمي والذي يُصادف الرابع عشر من شهر نوفمبر من كل عام مع المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية وجمعية السكري البحرينية وعيادات السكري بالمستشفيات الحكومية ومختلف الجمعيات الأهلية».

وواصل الجفيري أن واحدة من مهمات فريق دعم المصابين بالسكري في يونيفرسال تقديم الدعم والمشورة والمحاضرات وورش العمل للجهات الراغبة من مؤسسات وجمعيات ومدارس للتعامل مع الأطفال المصابين بداء السكر من النوع الأول الذين يستخدمون مضخة الأنسولين.

يذكر أن يونيفرسال هي الوكيل المعتمد لشركة ميد ترونك المصنعة لمضخات الأنسولين وأحدثها مضخة MiniMed 780 G التي تعد بمثابة بنك رياضيًا وكان لها أثر جلي وواضح في تصحيح مستوى السكر وتحسين جودة الحياة لدى من يستخدمها.

د. ابتهاج اليوسف



د. اليوسف:

مضخة الأنسولين تتيح تتبع مستويات السكر عن بُعد

قالت أخصائية الغدد الصماء د. ابتهاج اليوسف أن مضخة الأنسولين تسهم كثيرًا في رسم مسار دقيق للعلاج عبر تسجيل قراءات مستمرة لمستويات السكر في الدم طيلة اليوم.

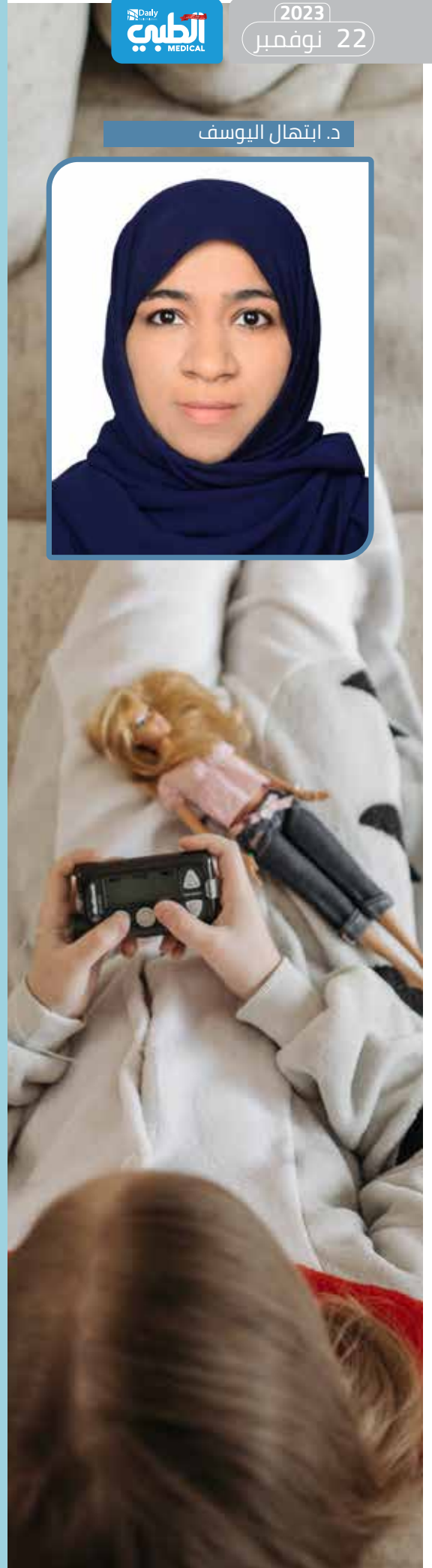
وأوضحت من الصعب جدًا على مرضى السكر من النوع الأول التحكم في مستويات السكر مهما التزموا بالنظام العلاجي المقرر له من الطبيب، وهم معرضون للارتفاع أو الهبوط في ظل نمط الحياة والتغذية التي نعيشها.

ولفتت إلى أن أوقات العمل أو الدراسة ونوعية التغذية تفرض نفسها على الفرد وتؤثر على تنظيم السكر في جسم المصاب بداء السكري. وقالت إن مضخة الأنسولين تحاول محاكاة عمل البنكرياس في تنظيم السكر في الدم عبر ضخ كمية الأنسولين المناسبة. وواصلت: «تتكون المضخة من دائرة مغلقة من جهاز الضخ والمستشعر الذي يقيس الدم باستمرار طوال اليوم. هذه القراءات تتيح تحديد جرعات الأنسولين المناسبة للمريض بشكل دقيق».

وأوضحت أن الطريقة التقليدية في قياس السكر تكون في أوقات معينة عن طريق أخذ نقطة دم تستخرج بوحزة إبرة وتقاس في جهاز متنقل. وبينت هذه الطريقة مؤلمة بالنسبة للمرضى، ولا تقدم قراءات دقيقة لمستوى السكر بالدم. وواصلت: «المستشعر المرتبط بمضخة الأنسولين يقدم قراءات مستمرة وبناءً عليها يضخ الجهاز الجرعة المناسبة في الجسم بشكل تلقائي».

ولفتت إلى أن المضخات الحديثة مربوطة بالشبكة العنكبوتية لتمكن الطبيب من متابعة مستويات الدم للمريض في أي وقت وفي أي مكان بأقل مجهود يبذله المريض. وقالت أن هذا جعل الجرعات التي نكتبها للمريض دقيقة، ويمكن متابعتها وتعديلها إن لزم الأمر من خلال تتبع مستويات السكر في الدم عن بُعد».

وختمت بالقول أتمنى أن يحصل مرضى السكر على المضخة.



في ظل إن العلاج النهائي لمرض السكري من النوع الأول وهو العلاج البيولوجي عبر الخلايا الجذعية ليس واقعياً في المستقبل القريب، وتوافر العلاجات التقليدية من أبر وأقلام الأنسولين قد كان من الصعب تقليدياً التحكم في مرض السكري من النوع الأول بشكل خاصة لدى الأطفال والمراهقين الذين ما زالوا في طور النمو.

ولكن مع التطور التكنولوجي في هذا العصر تتوفر العديد من أجهزة مراقبة الجلوكوز وأنظمة توصيل الأنسولين المتقدمة بشكل متزايد جعلت الأمر أسهل بكثير بل وفرت الكثير من العناية على المصابين والأهل والطاغم الطبي.



د. غفران الغتم
استشارية تغذية أكاديمية
أخصائية سكري والعلاج بمضخات الأنسولين

ثورة في علاج السكري مضخة الأنسولين MiniMed 780G

أحد أهم هذه العلاجات هو البنكرياس الاصطناعي الذي يشكل ثورة طبية ويعتبر إنجازاً كبيراً على مستوى الرعاية بمرضى السكري من النوع الأول وتنظيم مستويات السكر ضمن النطاق الطبيعي في دم المريض بنسبة 75 % من الوقت أو أكثر، مما يقلل بشكل كبير من مضاعفات هذا المرض على المدى البعيد.

تعتبر مضخة الأنسولين MiniMed 780G من شركة Medtronic، علاج ثوري وفريد من نوعه في تنظيم مستويات السكر بالدم التنبيه عبر خاصية Smartguard التي تعمل على ضخ الأنسولين التلقائي حسب حاجة الجسم بل وعلاج ارتفاع وهبوط السكر عند المصاب، بحيث يستوجب على المريض تحديد كمية الكربوهيدرات التي سيتناولها أو وقت ومعدل شدة الرياضة الذي ينوي القيام به حتى يتكيف النظام تلقائياً وفقاً لهذه الأنشطة أو الوجبة. في حال كان المريض أخطأ المريض بحساب الكمية، ستولى المضخة زيادة كمية ضخ الأنسولين لتجنب الارتفاع، وتقليل أو وقف الأنسولين لتجنب المريض أي تبعات لهبوط السكر. وهذا من شأنه أن يسمح للمريض بالحصول على مستويات طبيعية من السكر خلال اليوم وتقليل العبء النفسي والجسدي الذي تفرضه إدارة هذا المرض على المصابين وأهاليهم، فضلاً عن تحسين النتائج الطبية للمرضى وتقليل معدل السكر التراكمي.

والجدير بالذكر إن المستشفيات الحكومية بالتعاون مع المؤسسات الخيرية وفرت هذا العلاج مجاناً لعدد كبير من الأطفال والبالغين المصابين من النوع الأول وقد أشرفت شخصياً على علاج أكثر من 250 مريض ولمست الكثير من الآثار الإيجابية لاستخدام هذا العلاج على تحسين صحة المرضى، ولكن ما زال العديد من المصابين على قوائم الإنتظار.



مضخة الأنسولين MiniMed 780G

جاسم: مضخة الأنسولين تتيح للطفل حرية مشروطة في التغذية



زهراء جاسم



سمية هاشم

قالت أخصائية التغذية في مركز التغذية العلاجية MNT زهراء جاسم أن مضخة الأنسولين تساهم في التحكم بتغذية الطفل المصاب بالسكري، وتمنحه حرية محدودة في تناول بعض الحلويات بشروط. وأكدت زميلتها أخصائية التغذية في مركز MNT سمية هاشم إن حاجات الطفل المصاب بالسكري الغذائية تماثل حاجات الطفل الطبيعي وأي نقص في العناصر الغذائية المهمة ممكن أن يؤدي إلى اضطرابات في النمو عدا عن ذلك حدوث نوبات من نقص السكر في الدم.

السكري لا يعني حمية قاسية

وأوضحت هاشم أن هناك تصور غالب أنه يجب اخضاع الطفل المصاب بالسكر لحمية قاسية يمنع فيها من أكل النشويات والسكريات. واستدركت: «على العكس من ذلك فالدراسات تشير إلى أن التغذية السليمة للطفل المصاب بالسكري تكون باتباع نمط غذائي متوازن ومعدل بحيث لا يحتوي على السكريات البسيطة بكثرة بمعنى «التقنين» قدر المستطاع وليس الحرمان من الطعام الذي يفضلها الطفل ويجد فيه اللذة والاستمتاع».

وواصلت: «هنا يأتي دور الأهل في تبيان هذه النقطة المهمة جدا للطفل بالمرتبة الأولى حيث إن الإتفاق المسبق والمشاورة مع الطفل يسهلان من عملية التحول لبناء عادات ونمط غذائي صحي بالتدرج ويحفز الطفل على الالتزام والمواصلة للحفاظ على نسبة سكر طبيعية في الدم».

وأشارت أخصائية التغذية في مركز MNT زهراء جاسم إلى أهم المبادئ التي يجب اتباعها عند تغذية الطفل المصاب بالسكري، قائلة أن التغذية يجب أن توازن بين الكربوهيدرات والبروتينات والدهون، إضافة لحجمها بالتشجيع على ممارسة النشاط البدني بشكل يومي، والتشجيع على الانضمام لإحدى الأنشطة الرياضية.

وقالت أنه من المهم الحفاظ على نمط غذائي صحي متوازن يحوي 45-50% كربوهيدرات و15-20% بروتين

و30-35% دهون، وتنظيم مواعيد تناول الوجبات وعدم تجاوز أي من الوجبات خصوصا وجبة الفطور لتجنب حدوث نقص في سكر الدم.

ولفتت إلى التركيز على مجموعة النشويات في الغذاء وعدم اللجوء إلى التقليل الشديد أو تجنب هذه المجموعة بالكامل لما لها من أهمية كبيرة في نشاط الطفل ونموه السليم. وبينت أنه يجب تناولها بناءً على الكمية والنوعية بحيث تكون كمية معتدلة مناسبة لاحتياجات الطفل نفسه وأن تكون من الحبوب الكاملة.

وحول البروتين قالت الأخصائية زهراء أن تناول كمية كافية من البروتين في الوجبة مهم لتنظيم السكر بشكل أفضل ولمنح الشعور بالشبع هذا من شأنه أن يقلل من استهلاك السكريات والحلويات بعد الوجبة، حيث تشير التوصيات أن طبق الغذاء الصحي للأطفال يجب أن يكون الربع منه للبروتين كالسمك والدجاج واللحم وغيرها من مصادر البروتين.

وأوصت بتجنب المشروبات الغازية والسكرية نظراً لأنها مصدر سكريات سريع الامتصاص وتفتقر لأي قيمة غذائية.

ولفتت إلى ضرورة توفير بدائل غذائية صحية للوجبات الخفيفة كالمكسرات غير المحمصة، والفواكه الطازجة، والخضروات كالجزر والطماطم والخيار، الحليب أو الجبن وحبوب الإفطار كاملة النخالة بدون إضافة



السكر. ونصحت باتباع طرق الطهي الصحية مثل: الخبز، والشواء، والتحمير، والشوي، والبخار، والسلق، مع التقليل من تناول الوجبات السريعة.

وأشارت لأهمية تعزيز النظام الغذائي بنمط حياة صحي عبر تحديد الوقت أمام التلفاز والكمبيوتر بأقل من ساعتين في اليوم، والتشجيع على ممارسة النشاط البدني بشكل يومي، مع التشجيع على الانضمام لإحدى الأنشطة الرياضية.

وشددت الأخصائية سمية هاشم على أهمية المحافظة على نمط غذائي صحي يحقق التوازن في العناصر الغذائية مع الأخذ بعين الاعتبار النقاط التي سبق ذكرها والتي من شأنها الحفاظ على مستوى سكر طبيعي في الدم.

حرية مشروطة

وفي ردها على سؤال الطبي عن مساهمة مضخة الأنسولين في التحكم بتغذية الطفل مريض السكر، أجابت الأخصائية زهراء أن مضخة الأنسولين تساهم في التحكم بتغذية الطفل المصاب بالسكري، لأنها تعمل بطريقة شبيهة بالبنكرياس فتوفر طريقة توزيع دقيق للأنسولين ومرونة في ضبط الجرعات.

وواصلت: «المضخة تتيح للطفل المريض وأسرته تعديل جرعات الأنسولين بشكل دقيق وفقاً لمتطلبات الطفل حيث يتم التحكم في جرعات الأنسولين بناءً على مستوى السكر في الدم وكمية الكربوهيدرات في الوجبات ومستوى النشاط البدني».

وأشارت إلى أن مضخة الأنسولين توفر تحكماً دقيقاً ومرناً في تغذية الطفل المصاب بالسكري، مما يساعده على الحفاظ على مستوى السكر في الدم المستهدف وتجنب التقلبات الكبيرة في مستوى السكر. الحرية في التغذية مع مضخة الأنسولين تتيح مجالاً أوسع للطفل، لكن الأخصائية زهراء أكدت أن هذه الحرية محدودة وقالت: «يمكن للطفل إضافة الحلويات على نظامه الغذائي ولكن بكمية محددة من ضمن احتياجه وابعادال، ومع محافظته على اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن وفقاً لاحتياجه من العناصر الغذائية وحالته الصحية والمرحلة العمرية لدعم النمو الطبيعي، مع المحافظة على انتظام مستوى السكر في الدم ومنع تذبذب مستويات السكر في الدم وتفادي حدوث المضاعفات. يجب أن يتم تناول الكربوهيدرات والبروتينات والدهون بشكل مناسب وفقاً لاحتياجات الطفل الخاصة».

وأكدت على أنه يجب على الأطفال الذين يستخدمون مضخات الأنسولين أن يتلقوا تعليماً شاملاً حول إدارة السكري والتغذية السليمة. ومدى تأثير الغذاء على ظهور المضاعفات من هبوط وارتفاع مستوى السكر بالإضافة إلى الأمراض المتعلقة بالسكر. وختمت بالقول يمكن أن يكون للأطفال بعض الحرية في اختيار الأطعمة التي يأكلونها، ولكن يجب أن يكون لديهم وعي بأن بعض الأطعمة قد تؤثر على مستويات السكر في الدم وتتطلب تعديلات في جرعات الأنسولين أو توقيت الوجبات.

01

البكتيريا النافعة لتعزيز صحة الأمعاء

مصادر
غذاء



د. رباب عبد الوهاب
أكاديمية وباحثة في الطب الجزيئي

تغطي بطانة الأمعاء أعداد هائلة من البكتيريا الضارة والنافعة التي تشكل معًا ما يعرف باسم «المايكروبيوم»، وهو تجمع بيئي لهذه الكائنات الدقيقة الموجودة داخل الجسم. غالبًا ما يسبب نقص البكتيريا النافعة أو زيادة نمو البكتيريا الضارة مشاكل في المعدة، مثل الغازات والإمساك والإسهال وغيرها.

2. خل التفاح: يساعد على إنقاص الوزن، كما يساعد في تخفيف ارتجاع المريء ومتلازمة القولون العصبي بسبب احتوائه على جميع ألياف البروبيوتيك والأحماض الأمينية المفيدة.

3. الحبوب الكاملة: تساعد في تحسين وظائف الأمعاء، وهي بديل جيد للكربوهيدرات المكررة مثل المعكرونة والخبز الأبيض. وتحتوي الحبوب الكاملة على أحماض أوميغا 3 الدهنية التي تعزز صحة الجهاز الهضمي.

4. اللوز: يعتبر طعامًا غنيًا بالبروبيوتيك والأحماض الدهنية والألياف ومركب البوليفينول، والتي تعتبر مفيدة للميكروبات النافعة بالأمعاء. ويعد اللوز بديلًا رائعًا يغنيك عن الأطعمة الخفيفة غير الصحية.

5. الزبادي: يعتبر من أكثر الأطعمة المخمرة شيوعًا ومن أفضل مصادر البروبيوتيك، وهو مفيد جدًا للبكتيريا المعوية والأمعاء بشكل عام. ومن الجدير بالذكر، أن ليس كل أنواع الزبادي تحتوي على بروبيوتيك حي، لذا ينصح بالتأكد من الملصق الغذائي الموجود على الزبادي قبل شرائه للتأكد من احتوائه على البكتيريا النافعة الحية.

6. الخبز المخمر: يحتوي على البروبيوتيك وله خصائص شبيهة بالبروبيوتيك واللذان يعدان أساسيان لتسهيل عملية الهضم وتحسين صحة الأمعاء.

7. بعض أنواع الجبن: جبن الشيدر، والموزاريلا، والكودا، تحتوي على البروبيوتيك، ويعتبر الجبن مصدر مهم للبروتين، والفيتامينات، والمعادن الهامة، بما في ذلك الكالسيوم، وفيتامين ب 12، والفوسفور، والسيلينيوم.

وللمقال بقية...

لذلك فإن الحفاظ على توازن هذه الكائنات في الأمعاء ضروري جدًا للحفاظ على الصحة، ووفقًا لخبراء التغذية، فإن الطعام الذي نتناوله له تأثير على أجسامنا أكثر مما نعتقد وإن البكتيريا النافعة في الأمعاء تساعدنا على مكافحة العدوى وتمنع مخاطر مثل أمراض القلب والسكري وتعزز الصحة الإدراكية. وخلصت دراسة، نُشرت بالمكتبة الوطنية للطب التابعة لمعاهد الصحة الوطنية الأميركية، إلى أن الكائنات الدقيقة التي تعيش في أمعائنا تتكاثر بفضل أطعمة محددة، وخاصة التي تحتوي على البروبيوتيك والبريبايوتك.

البروبيوتيك هي كائنات دقيقة حية لها فوائد صحية عند تناولها، إذ تساعد على تحسين توازن البكتيريا وعملها داخل الأمعاء وتعزز قدرة الجسم على امتصاص المواد الغذائية وهضمها وتعمل على تعزيز عمل الجهاز المناعي.

والبريبايوتيك هي نوع من الكربوهيدرات المتوفرة في أجزاء الطعام غير القابلة للهضم التي تتغذى عليها الأمعاء فقط، وهي تحفز نمو البكتيريا النافعة ونشاطها. لا تحتوي البريبايوتيك على بكتيريا نافعة، لكنها تعد مصدر الوقود والغذاء بالنسبة لها. وتساعد البريبايوتيك في زيادة عدد البكتيريا النافعة في الجهاز الهضمي ولها دور في تعزيز صحة الجهاز الهضمي والدماغ وكثافة العظام والتحكم بالوزن.

ونستعرض هنا بعض أبرز الأطعمة التي يؤكد الخبراء أنها مفيدة لتحسين صحة الأمعاء:

1. الهليون: يعتبر مفيدًا لصحة الأمعاء نظرًا لتركيبته الغنية بألياف البريبايوتكس التي تعزز ميكروبات الأمعاء. ويساعد الهليون أجسامنا على التخلص من المواد الكيميائية الضارة الموجودة بالأطعمة.

التدخين يدمر الأسنان ومحيطها



د. دانة السباع
طبيب أسنان عام

للتدخين آثار سلبية عدة على صحة الفم والأسنان. بعكس الرأي الشائع، لا يقتصر الضرر بتأثير السجائر فقط بل كذلك الغليون، الشيشة، الشيشة الإلكترونية، التبغ الغير مدخن وغيرها. يتناول هذا المقال بعض تأثيرات التدخين الشائعة في تهديد صحة الفم والأسنان.

تصبغات الأسنان:

غالبًا ما تكون الأسنان الملطخة والمتغيرة اللون من علامات التدخين، حيث يكون لدى بعض المدخنين أسنان بنية اللون تقريبًا. ينتج ذلك عن خصائص القطران والنيكوتين الموجودة في السجائر.

رائحة الفم المزجة:

تترك منتجات التبغ وراءها رائحة فم كريهة. كما أنها تسبب تراكم البلاك والجير، والتهاب الغدد اللعابية، وأمراض اللثة، وجفاف الفم، وكلها عوامل تساهم في انبعاث رائحة الفم الكريهة.

التهاب اللثة والأنسجة المحيطة بالأسنان:

غالبًا ما تنتج أمراض اللثة عن التدخين لأن هذه العادة الضارة تضعف جهاز المناعة في الجسم، مما يجعل مكافحة التهابات اللثة أكثر صعوبة. عادة ما يلاحظ المدخنون تطورًا أسرع لأمراض اللثة، وهو أحد الأسباب الرئيسية لفقدان الأسنان لدى البالغين.

تسوس الأسنان:

يعاني المدخنون من زيادة تراكم البلاك والجير وغالبًا ما يعانون من جفاف الفم، وهما سببان رئيسيان لتسوس الأسنان. علاوة على ذلك، فإن انحسار اللثة الذي ينتج غالبًا عن أمراض اللثة يترك جذور الأسنان المكشوفة عرضة لخطر التسوس.

تأخر التئام الجروح بعد جراحات الفم:

يؤدي التدخين إلى تثبيط الاستجابة المناعية، مما يبطئ عملية الشفاء في الفم. يمكن أن يتعارض ذلك مع نجاح إجراءات طب الأسنان، مثل زراعة الأسنان.

سرطان الفم:

يعد التدخين أحد الأسباب الرئيسية للإصابة بسرطان الفم. على المدخن مراجعة طبيب الأسنان في حال ملاحظته لقرحة لا تشفى أو تلتئم داخل غشاء الفم المخاطي لمدة تزيد عن 10-7 أيام لأنها قد تكون دلالة على الإصابة بسرطان الفم.

لتقليل مخاطر مشاكل صحة الفم، أشجع المدخنين أو مستخدمي منتجات التبغ على تنظيف الأسنان بالفرشاة والمعجون مرتين يوميًا على الأقل، واستخدام خيط الأسنان مرة واحدة يوميًا. كذلك أنهى على أهمية تحديد مواعيد منتظمة بحسب توجيهات طبيب الأسنان وذلك لإجراء الفحوصات الدورية وجلسات التنظيف الاحترافية للأسنان.

من الممكن الإقلاع عن التدخين من خلال العلاجات الدوائية أو الجلسات النفسية أو دمج كلا الخيارين معًا. يستطيع المدخنون من داخل مملكة البحرين الذين لديهم الرغبة والاستعداد بالإقلاع عن التدخين بالتواصل مع الخط الساخن لعيادة الإقلاع عن التبغ (هاتف 66399855) في أوقات العمل الرسمية.

دبي الصحية أول نظام صحي أكاديمي



أساسية تعبر عن العمل كفريق واحد لتعزيز مكانة دبي في تحسين مستويات الرعاية الصحية لتكون من بين أفضل المدن في مجالات الرعاية الصحية والتعليم الطبي والبحث العلمي.

دشن الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي رئيس المجلس التنفيذي، الهوية المؤسسية الجديدة لـ«دبي الصحية» كأول نظام صحي أكاديمي متكامل في دبي متضمناً محاور

دبي الصحية 6 مستشفيات و26 مركزاً للخدمات العلاجية الخارجية و20 مركزاً للياقة الطبية، إلى جانب جامعة محمد بن راشد للطب والعلوم الصحية ومؤسسة الجيلة.

ويتكامل أول نظام صحي أكاديمي في دبي من خلال الدمج بين الأربعة محاور التي تشكل هويته لتوفير أفضل النتائج للمرضى من خلال الرعاية القائمة على الأدلة، وتضم



عامر شريف

هذا المفهوم في التحول إلى نظام واحد متكامل يقودنا إلى النهوض والارتقاء بالرعاية الصحية إلى مستويات جديدة من التميز تتمحور حول المريض بالدرجة الأولى».

قال د. عامر شريف، المدير التنفيذي لدبي الصحية : «إن تكامل الرعاية والتعلم والاكتشاف والعطاء هو أساس الابتكار الذي يعود بالفائدة على المريض بالدرجة الأولى، ونحن نؤمن بأنه من خلال تأصيل



حيث يتعاون 11 ألف موظف من دبي الصحية للعمل بروح الفريق الواحد لخدمة المرضى وعائلاتهم في جميع الأوقات.

يذكر أن القيمة الأساسية لـ «دبي الصحية» تتمثل في الارتقاء بمستوى الرعاية الصحية تحت شعار «المريض أولاً».





ريحانة حبيب
قيادة تربوية

الضغوط النفسية لدى أسر ذوي الاحتياجات الخاصة

وبناءً على ذلك فإن الأسرة التي يوجد بها طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة، تحتاج لبرامج إرشادية ترمي لخفض حدة الضغوط النفسية لديها، وتزودها بأساليب مواجهة هذه الضغوط، والتدريب على مهارات حل المشكلات، وأساليب الاسترخاء، وتفويض المسؤوليات، وما إلى ذلك. وربما تبني هذه الأسر أفكاراً لا عقلانية عن ابنها تساهم في تفاقم الضغوط لديها، فيتم تدريب أفراد الأسرة لا سيما الوالدين على تحديد هذه الأفكار، وما قد تسببه من مشاعر سلبية، ثم استبدالها بأخرى إيجابية.

الحاجة لمثل هذه البرامج أصبحت ملحة في عصرٍ قد تزايدت فيه الحالات التي تتطلب رعاية خاصة، وتغيرت وتيرة الحياة اليومية، ولم تعد مهمة الأمهات على وجه الخصوص تقتصر على رعاية أبنائهن والقيام بأعمال المنزل فحسب، بل أنهن إلى جانب ذلك يتوجب على معظمن أداء مهامهن في العمل، وكل ذلك كفيل بأن يجعلهن يقعن فريسةً للضغوط النفسية.

وتختلف الأسر في مواجهتها للضغوط التي قد تتعرض لها، فالأسرة المرنة ذات النسق المنفتح، يمكنها أن تتغلب على ما قد يمر بها من صعوبات وأحداث وضغوط، بسبب انفتاحها على المجتمع وتقبلها لمصادر الدعم الخارجي. على عكس الأسرة الجامدة ذات النسق المنغلق، فإنها لا تستطيع تطوير أساليب مواجهة لما يصادفها من مشكلات وأحداث ضاغطة، مما يسفر عن اضطرابات داخل الأسرة.

ومن الجدير بالذكر، فقد وجدت الدراسات أن الأسر التي ترعى طفلاً من ذوي الاحتياجات الخاصة، تواجه مستويات من الضغوط النفسية أكثر حدة من غيرها. فمتطلبات الطفل المادية، والمعنوية تثقل كاهل هذه الأسر، وتزيد من حدة الضغوط لديها. ناهيك عن الضغط النفسي الذي يتعرض له أفراد أسرة الطفل الذي يحتاج لرعاية خاصة، بسبب نظرة المجتمع، والقلق المستمر على وضع الطفل ومستقبله، وعدم الإلمام بطرق الرعاية المناسبة له.

يعتبر موضوع الضغوط النفسية من أكثر المواضيع تعقيداً، والتي سلط عليها الخبراء والمختصون الضوء بهدف التوصل لصورة واضحة لا تشوبها شوائب، والإحاطة بها من جميع الجوانب.

وتتعدد مصادر الضغوط وتصنيفاتها، فهناك الضغوط الناتجة عن مضايقات الحياة اليومية، كضيق الوقت وكثرة المسؤوليات، أو أي موقف عابر، وتكون غالباً ذات تأثيرات بسيطة ومؤقتة، تزول بزوال المصدر. أما تلك الناجمة عن أحداث ضاغطة وصادمة كموت إنسان أو حادث أليم على سبيل المثال، فإن تأثيراتها قد تطول، وقد لا يستطيع الإنسان تخطيها لوحده، بل أنه قد يحتاج لمساعدة مختصين.

هل يهبط التوحد بالمظلة فجأة؟



زينب جاسم
أم لطفل توحدي

قد تعرضه للتنمر، أو ربما بسبب مروره بمشاكل أسرية أو تعرضه للعنف، أو حتى تعرضه للتحرش ورفضه الإفصاح بذلك خوفاً من نظرة المجتمع أو حتى من أسرته، حتى فقدان شخص عزيز على قلبه، حتى صعوبة المواد الدراسية قد تكون سبباً لتغير نفسية الطفل ودخوله في حالة غريبة لم تمر مسبقاً على الأهل.

في الواقع الكثير من الأسباب والتخمينات التي تجعل ردة الفعل غريبة على الأسرة، والتي قد يتبادر إلى ذهنها دخول ابنها في اضطراب طيف التوحد.

يمكن للطبيب النفسي أن يحل تلك المعضلة، إلا إذا استصعب الأهالي ذلك، والسبب تلك النظرة الدونية لمن يزورون الأطباء النفسيين وأنهم ليسوا سوى مجانين، وبأن مستقبل أبنائهم في خطر، فملف في الطب النفسي ليس سوى عار، بل في وقع الأمر أن لكل طبيب تخصصه ولكل عضو دواءه، كذلك الاضطرابات النفسية بحاجة لتشخيص وعلاج، سواء بجلوسات أو بعقاقير، ونذكر مرة أخرى لا يمكن للتوحد أن يهبط فجأة على شخص في مظلة من علو شاحق بعد عمر الثلاث سنوات.

يكاد هذا السؤال الذي سمعته عشرات المرات أن يكون (ترند) ، هل يمكن لطفل ليس توحدياً من الأساس ويمارس حياته بشكل طبيعي أن يشخص فجأة باضطراب طيف التوحد عندما يبلغ عامه السادس عشر؟

المتعارف عليه بأن اضطراب طيف التوحد تظهر أعراضه، ويشخص قبل عمر الثلاث سنوات، إذا ما الذي قد يمر به هؤلاء، وخصوصاً أن البعض قد يصدر ردات فعل غريبة كالجلوس الانفرادي، والهروب من الأصوات أو الأضواء؛ رفض الذهاب للمدرسة وخصوصاً أن البعض لا يزال يعتقد بأن مفهوم التوحد بأن الطفل المشخص به يجلس وحيداً.

لا ليس كذلك أبداً، أطفال التوحد لهم سمات لا تظهر فجأة في عمر متقدم، فطفل التوحد قد يظهر نشاطاً اجتماعياً أفضل من أقرانه الطبيعيين، وقد يكون متفوقاً أكثر من زملائه.

إن التغيرات التي تطرأ على الطفل ودخوله في حالة نفسية، قد تصاحبه بعد حدوث شيء استثنائي، مما يجعله يتوقع على نفسه، كدخوله مرحلة المراهقة والتغيرات الجسدية والهرمونية التي

التداوي بحبة البركة



د. نورة المنصور
دكتورة أكاديمية وباحثة
في الطب الجزيئي

تم نشر أول تقرير عن التركيب الكيميائي لبذور حبة البركة في عام 1880. وحتى الآن، تم التعرف على العديد من المركبات النشطة من هذا النوع النباتي. حيث إن المكونات العامة هي الكربوهيدرات والبروتينات والمكونات البيوكيميائية الأخرى أشهرها هو ثيموكينون.

وكذلك الفيتامينات (النياسين، الثيامين، الريبوفلافين، حمض الفوليك، البيريدوكسين، فيتامين E)، والمعادن (المغنيسيوم، البوتاسيوم، الفوسفور، الصوديوم، النحاس، الكالسيوم، والحديد).

البركة ومكوناتها بتراكيز مختلفة على مرضى الجهاز التنفسي على مدار سنوات عديدة وحقت نتائج مذهلة وواعدة للغاية في السيطرة على الالتهابات والوقاية منها وكذلك حالات العدوى التنفسية مثل التهاب الجيوب الأنفية، مرض الربو، والتليف الرئوي وغيره الكثير.

أعزائي القراء، لكي تكونوا على علم بآخر الأدلة والبراهين الطبية، إلى الآن أظهرت الأبحاث أن حبة البركة آمنة للاستخدام قصير المدى في الأغراض الغذائية والطبية، إلا أنه لا توجد معلومات كافية لتحديد ما إذا كانت أكثر أماناً عند تناولها بكميات أكبر في الحالات الصحية المختلفة أم لا.

أتمنى لكم دوام الصحة والعافية.

العنصر الشهير هو الثيموكينون، لأنه معروف على نطاق واسع بخصائصه الطبية واسعة النطاق بما في ذلك مكافحة تكاثر الجراثيم والتأثير الوقائي ضد مشاكل الجهاز التنفسي الفيروسية أو البكتيرية المختلفة، وأيضاً تنظيم الجينات ومضادات الأكسدة.

نظراً لأن حبة البركة مضادة للالتهابات والأكسدة لذلك تُعرف بفوائدها العديدة في تنظيم المناعة في كثير من الحالات المرضية الخفيفة والشديدة خصوصاً في أمراض الجهاز التنفسي. قدمت دراسات سريرية أدلة على أن حبة البركة يمكن أن تبطئ من وتيرة انتشار كوفيد - 19 من حيث إن لها نتائج مماثلة أو أفضل من الأدوية المعتمدة من إدارة الغذاء والدواء FDA حيث تم إجراء العديد من التجارب الطبية بالدلائل التجريبية لحبة



“متحدين نقف معها”

للتوعية بسرطان الثدي



كاظم في صورة جماعية

وقدم النائب جلال المحفوظ في نهاية الحفل الدروع التذكارية للرعاة والمساهمين والفرق الطبية والتطوعية المنظمة لإيمانهم بالشراكة المجتمعية في التوعية والفحص المبكر في الوقاية والتدخل السريع.

فقرة من الفعالية



نظم فريق حلم انسان التطوعي فعالية «متحدين نقف معها» بمناسبة شهر التوعية بسرطان الثدي برعاية النائب جلال المحفوظ في مجمع سار التجاري، ورعاية إعلامية من الطبي.

وحضر الفعالية النائب مريم الصائغ ومدير إدارة الصحة العامة د. محمد العوضي ومدير إدارة مجمع سار أسسمهان بوخوه وعدد من الاستشاريين والطواقم الطبية والمستشفيات ومؤسسات المجتمع المدني وفرق تطوعية وعدد من المهتمين بالثقيف الصحي.

وأكد النائب محضوظ أن هذه الفعالية تساهم مع الجهود التي تبذلها وزارة الصحة في نشر ثقافة الوعي حول أهمية الفحص المبكر واتباع أنماط حياة صحية، من أجل التدخل العلاجي السريع والوقاية من أضرار المرض. وشدد المحفوظ في كلمته على أهمية توعية كافة أفراد المجتمع بالمرض وذلك لتقديم الدعم للمصابين مما يعتبر جزءاً مهماً في البرامج العلاجية واعداد المصابين بالمساندة المطلوبة.

ووجه شكره لفريق حلم انسان التطوعي على حسن التنظيم وإدارة مجمع سار على احتضانه للفعالية، كما وجه شكره لوزارة الصحة وكافة المستشفيات الخاصة في المشاركة والدعم المستمر لهذه الفعاليات.

وتنقل الحضور بين المحطات الصحية المشاركة في الفعالية للتعرف على ما تقدمه كل منصة من خدمات تثقيفية وإرشادية وبعض الخدمات الصحية كقياس نسبة السكر في الدم وقياس ضغط الدم.

02

ارتجاع المريء



د. مهند درويش
طبيب عام

هذا المقال سلسلة النصائح
المفيدة في التعايش مع
المرض في النقاط التالية:

في المقال السابق تناولت
السلوكيات التي تساعد
الفرد على التحكم في
ارتجاع المريء، وأكمل في

أعراض عسر الهضم لا تقل عن
حموضة المعدة كما ذكرنا
سابقاً حيث ستؤدي لوجود غازات
في المعدة وقد يصاحبها ارتجاع
أو قيء لطعام غير مهضوم
بشكل جيد ويمكن يسبب
إمساك ووفقدان الرغبة بتناول
الطعام.

بالإضافة لأعراض أخرى مثل
نقص الدم بسبب ضعف
امتصاص الحديد والذي سيؤدي
لوجود صعوبة وألم أثناء البلع
وشحوب في الوجه وتساقط
للشعر وضعف في الجسم
ولذلك لا ننصح بتناول الدواء
أكثر من أسبوعين مع إشراف
الطبيب المختص.

هنالك جزئية أخيرة أود الحديث
معكم فيها وهي بخصوص
ممن يعاني من الإختناق الليلي
أثناء النوم أو الشعور بالحرقان
في الحنجرة بعد الإستيقاظ
بسبب ارتجاع المريء أثناء
نومهم.

الحل هو النوم بعد هضم
الطعام وتستغرق هذه العملية
عادة 3 إلى 4 ساعات ولكن لو
كنت متعباً وتريد النوم وغير
قادر على التحمل بالإمكان أن
تضع مخدتين لتقليل الارتجاع.

- شرب كمية كافية من الماء
يوميًا 1.5 - 3 لتر مهم جدًا
لعملية هضم صحي ولكن
يفضل شرب الماء بعيدًا عن
الوجبات حيث سيؤدي شرب
الماء مع الوجبات إلى سهولة
ملء المعدة وبالتالي زيادة
إمكانية الارتجاع بالإضافة إلى إن
ارتجاع الحمض مع وجود الموائع
أسهل من الأطعمة الصلبة
لوحدها. شرب الماء على معدة
خالية لا يسهل عملية الارتجاع
كون المعدة خالية أو خفيفة
الحمض في ذلك الوقت.

- الابتعاد عن التدخين كونه
مضر جدًا لعملية الهضم.

- الابتعاد عن التوتر سيحسن من
عملية الهضم بنسبة 20 - 30 %.

العلاج الدوائي:

توجد مجموعة أدوية مثبطات
مضخة البروتون ppi مثل pan-
omeprazole topirazole
beprazole هذه الأدوية أثبتت
فعاليتها على المدى القصير
حيث تعمل على تخفيض إنتاج
أحماض المعدة بنسب عالية
جدًا، ولكن تخفيض أحماض
المعدة بشكل كبير لمدة
طويلة سيؤدي إلى عسر في
الهضم.



COPD

مرض الانسداد
الرئوي المزمن

ريم عواد جمعة
طالبة في كلية الصيدلة

هو مرض التهابي مزمن في الرئة، يسبب نقص في تدفق الهواء من الرئتين مما يؤدي إلى ضيق في التنفس مع سعال مستمر مصحوب ببلغم، وصفير عند التنفس، وشعورًا بالتعب، ويسمى أيضًا بانتفاخ الرئة أو التهاب الشعب الهوائية المزمن.

من الأسباب الرئيسية لهذا المرض هو التعرض طويل الأمد للغازات المهيجة كالتدخين، تلوث الهواء، والتعرض للمواد الكيميائية أيضًا. الأشخاص المصابون بمرض الانسداد الرئوي المزمن أكثر عرضة للإصابة بمشاكل صحية أخرى كأمراض القلب، سرطان الرئة، وارتفاع ضغط الدم في شرايين الرئة وغيرها من الأمراض.

على الرغم أن مرض الانسداد الرئوي المزمن هو مرض تقدمي يزداد سوءًا بمرور الوقت، إلا إنه قابل للعلاج، إذ يمكن علاجه بالأدوية والأكسجين وإعادة التأهيل الرئوي، وتعد أجهزة الاستنشاق القصية من أهم الأدوية لعلاج حيث ترخي الشعب الهوائية لإبقائها مفتوحة وبالتالي تقليل التورم.

هناك نوعان من موسعات الشعب الهوائية: (قصيرة المفعول) حيث تستمر مدة 4-6 ساعات من العمل ويتم استخدامها أثناء النوبات و (طويلة المفعول) حيث يستمر تأثيرها فترة أطول ويمكن استخدامها بشكل يومي. من الممكن استخدام علاجات أخرى: مثل حبوب الستيرويد والمضادات الحيوية لعلاج النوبات، برنامج إعادة التأهيل الرئوي (بتعليم التمارين لتحسين التنفس) ومن الممكن اللجوء إلى التدخل الجراحي في الحالات الشديدة والخطرة.

بالإدارة السليمة يمكن لمعظم الأشخاص المصابين بهذا المرض تحقيق سيطرة جيدة على الأعراض ونوعية الحياة الصحية بواسطة التغذية ممارسة الرياضة وشرب كميات وفيرة من الماء، أخذ اللقاحات للوقاية من العدوى والتأكد تلقي العلاج بشكل صحيح وبالوقت المناسب.



فتحة القصبة الهوائية



نور الصفار
ممرضة عيادة القصبة الهوائية

منذ أن تمت أول عملية لإجراء فتحة القصبة الهوائية تطورت العملية بشكل أفضل بكثير مما كانت عليه سابقاً، أصبحت أسهل وأكثر أمناً، وتم استخدامها كثيراً لمساعدة عدد أكبر من المرضى اللذين استوفوا معايير العملية.

ماهي فتحة القصبة الهوائية؟

هي عملية جراحية يتم فيها إحداث فتحة في القصبة الهوائية (ويكون موقعها في مقدمة العنق) لتمكين دخول الهواء إلى مجرى التنفس، ولإبقائها سالكة ويتم وضع أنبوب خاص للتهوية خلالها.

خلال دراسة أجريت في البحرين منذ 2019 إلى 2022 كان الحجم الإجمالي للحالات ومعدل إجراء فتحة القصبة الهوائية 467 مرة. ويحتاج جميع المرضى الذين يجرون هذه العملية إلى رعاية متخصصة لتوفير الرعاية المثلى لهؤلاء المرضى لمنع المضاعفات ولإبقائها بحالة جيدة.

ويتم إجراء فتحة القصبة الهوائية لعدة أسباب منها:

- التغلب على وجود انسداد أعلى القصبة الهوائية والذي يكون ناجماً عن وجود أورام، جروح أو التهابات حادة.
- كبدل ملائم ومريح عن الأنبوب التنفسي الاعتيادي الذي يتم إدخاله عبر الفم بغرض إجراء التنفس الاصطناعي المتواصل عند وجود أمراض الرئة أو فصال وشلل في عضلات التنفس.
- قد يتم اللجوء إليه في الحالات التي تتطلب إفراغ الإفرازات المفرطة من الرئتين كالبلغم.
- وفي حالات الطوارئ التي يكون فيها تهديد فوري

لحياة المصاب.

في السنوات الأخيرة زاد معدل الاستفادة من فتحة القصبة الهوائية لتوفير أفضل إدارة للحالة الصحية لعدد من المرضى حتى وصل في سنة 2022 إلى 114 حالة.

وتتم 58.3 % من عمليات القصبة الهوائية في غرف العمليات بواسطة أطباء الأنف والأذن والحنجرة بينما تجرى بقية عمليات فتحة القصبة الهوائية تحت ظروف مشددة في حالات الطوارئ أو في قسم العناية المركزة.

من حيث التوزيع بين الجنسين، أسوة ببقية الدول حيث تكون فيها نسبة المرضى الإناث أقل من نسبة الذكور. وفي البحرين أيضاً كانت الإناث 35 % من إجمالي المرضى وكان الذكور هم الأغلبية، حيث يشكلون حوالي 65 % من إجمالي المرضى.

متى يتم إزالة أنبوب القصبة الهوائية؟

في أحيان كثيرة تتم إزالة الأنبوب بعد التحسن في الوضع الصحي وزوال الأسباب التي أدت لوضع الأنبوب وعندما لا تكون هناك حاجة ماسة للأنبوب، لكن قد يبقى بعض المصابين لفترات طويلة من حياتهم أو في بعض الأحيان لمدى الحياة مع فتحة القصبة الهوائية إذ تتيح لهم هذه العملية البقاء على قيد الحياة لفترات أطول من السابق.



للأطباء خيار آخر غير اللجوء إلى الطب الشعبي القديم آملين أنه السبيل الوحيد وطوق النجاة للمصابين وتضميد جراحاتهم. ومن تلك الطرق الطبية القديمة لتعقيم الجروح أثناء العمليات الجراحية هي استخدام الخل صابون الجلي لتنظيف الجروح!

الطب في فلسطين بالوقت الحالي، إلى أين؟ وسنصل إلى أين في ظل القصف المتواصل واستهداف جميع المستشفيات بالقنابل الفوسفورية وغيرها والحصار وشح الإمكانات الطبية، والأسوأ انقطاع الماء والكهرباء ونفاذ الوقود، فليس



زهراء داوود
أخصائية تعديل سلوك

بداية.. ما هو الخل من الناحية الكيميائية؟ وكيف يُطهر الجروح؟

الخل هو سائل حامضي ناتج عن عملية التخمير، ويستخدم أساساً لإضافة النكهة والرائحة إلى الطعام، كما أنه من أشهر المواد المُستخدمة للعلاج في الطب الشعبي منذ آلاف السنين، وهو مُكون من حمض الخليك Acetic Acid وهو المسؤول عن المذاق الحامض واللادغ والرائحة الحادة.

يُساعد خل التفاح في قتل البكتيريا الضارة ويستخدمه البعض لأغراض التطهير والتخلص من البكتيريا والميكروبات الضارة كما تم استخدامه لتطهير الجروح من قبل الأطباء نحو أَلْفِي عام وحالياً يستخدمه الطاقم الطبي في مستشفيات غزة.

كما أن الخل مُضاد للميكروبات، لأن الأحماض الموجودة فيه خاصةً (حمض الخليك)، تقوم بقتل البكتيريا عن طريق تدمير الغشاء الخلوي الخاص بها، وكان أبقرات (أبو الطب) قديماً ينصح باستخدام الخل في خبطة تنظيف التقرحات Ulcerations وعلاج القرع Sores.

إلى جانب استخدامات الخل الطبية الأخرى من الناحية التاريخية كمضاد للأكسدة وتقليل خطر الإصابة بأمراض القلب وتقليل الإصابة بارتفاع ضغط الدم كما أنه مضاد للسمنة والسكري والأورام.

في عصرنا الحالي أصبح استخدام المطهرات أمراً حتمياً والخل ليس الخيار الأفضل لقتل الجراثيم والفيروسات.

لكن! الوضع الكارثي في مستشفيات غزة جعل الأطباء يستخدمونه لتطهير الجروح والندب وفي العمليات الجراحية، كما من الممكن استخدامه كضمادة توضع على الجلد لبعض الكدمات والكسور.

الخل! وكأنه إكسير الحياة في غزة، لأنه يُستخدم لتعقيم الجروح وعلاج العلال وإصابات الحرب حيث لا خيار آخر للأطباء غير الرجوع للوراء استناداً على ما وجدته الحضارات القديمة والحديثة في العالم استخدامات شتى للخل، بينما توجد الكثير من الإفادات التاريخية المتعلقة بمناقب الخل، لا بُد لنا أن نتساءل عما تفيد به الدراسات العلمية والطبية بشأن العلاقة بين الخل وبين الصحة.



أحد مستشفيات غزة

الخل!

إكسير الحياة في مشافي غزة

سوء استخدام المضادات الحيوية يهدد كوكب الأرض

إن مقاومة الميكروبات للمضادات الحيوية آخذة في الارتفاع إلى مستويات خطيرة وهذا تهديد يصنف بأنه تحدي مباشر للعالم كافة، وثمة آليات وتطورات أدت إلى ظهور ميكروبات مقاومة جديدة لهذه المضادات الحيوية آخذة في الظهور والانتشار، وهي تهدد القدرات والمنظومات الصحية لعلاج الأمراض المعدية الشائعة.

د. شيماء غنيم
دكتورة بيطرية

الحيوانات والمصنفات أو مشتقات الألبان (الجبن، الزبادي) وكذلك البيض وتأثيرها الضار على صحة الإنسان.

■ قتل البكتريا النافعة وزيادة البكتيريا الضارة في أمعاء الحيوان حيث تعتبر السالمونيلا من البكتيريا الضارة التي تعيش في أمعاء الإنسان والحيوان وتواجدها في البراز مما يؤدي إلى تلوث البيئة والمياه والغذاء وزيادة الالتهابات المعوية.

■ التخلص الغير آمن من العلب والقوارير مما يؤثر على صحة البيئة والكائنات.

الوقاية والمكافحة:

■ بإمكان الأفراد أن يقوموا في إطار سعيهم للوقاية من انتشار مقاومة المضادات الحيوية ومكافحتها بما يلي:

■ ألا يستعملوا المضادات الحيوية إلا بوصفة طبية من أحد المهنيين الصحيين المعتمدين.

■ ألا يطلبوا المضادات الحيوية أبداً إذا أخبرهم العاملون الصحيون المعنيون بهم أنها لا تلزمهم.

■ ألا يتشاركوا أبداً في المضادات الحيوية المتبقية أو في استعمالها.

■ أن يحرصوا على الوقاية من عدوى الالتهابات عن طريق الانتظام في غسل اليدين وإعداد الطعام الصحي والمواظبة على تحديث ما يأخذه من لقاحات.

وأخيراً وليس آخراً لا ننسى دور الطبيب البيطري في الحد من استخدام المضادات الحيوية إلا للضرورة، وتحصين الحيوانات باللقاحات لتقليل حاجتها إلى المضادات الحيوية واستعمال بدائل لتلك المضادات في حال إتاحتها مثل رفع الحالة المناعية، وتطبيق أعلى معايير الأمن الحيوي في مشايخ الإنتاج الحيواني.

ويوجد قائمة متزايدة من عدوى الالتهابات - مثل الالتهاب الرئوي والسل وتسمم الدم والسلان- التي أصبح علاجها أصعب، بل مستحيل أحياناً، بسبب تدني فاعلية المضادات الحيوية المستخدمة والشائعة بشقيها قصيرة أو طويلة المفعول.

وتعتبر مقاومة المضادات الحيوية هي من أكبر المخاطر التي تعيق اليوم بالصحة العامة والأمن الغذائي والتنمية وتؤثر على جودة حياة الإنسان، ويؤدي عدم الاستجابة للمضادات الحيوية إلى تمديد فترة الرقود في المستشفى وارتفاع التكاليف الطبية بسبب ما يحصل من مضاعفات قد تؤدي إلى زيادة معدل الوفيات، حيث تشير الدراسات إلى أن نحو 700 ألف شخص يموت سنوياً نتيجة ذلك.

كما أن من مخاطر سوء الاستخدام ما يؤثر على صحة الإنسان من تشوه في الأجنة والإجهادات والتسمم ومضاعفاته الخطيرة.

إن مقاومة المضادات الحيوية تحدث بشكل طبيعي، ولكن تعتبر سلوك عملياتها تتسارع بفعل إساءة استعمالها عند إعطائها للإنسان والحيوان ولكن كيف يسيء الإنسان استخدامها؟

■ استخدام المضادات الحيوية للعلاج الجماعي والوقاية الجماعية، حيث يقوم بعض منتجي الحيوانات بشكل روتيني بإضافة كميات أقل من العلاج من المضادات الحيوية في علف الحيوانات لتعزيز النمو.

■ كثرة استخدام المضادات الحيوية من قبل المربين بدون وصفة طبية بيطرية.

مما يؤدي إلى:

■ تواجد بقايا المضادات الحيوية في لحوم وألبان

فيروس الورم الحليمي البشري (HPV) في البحرين: التوعية والوقاية

تُعتبر عدوى فيروس الورم الحليمي البشري (HPV) من أكثر الأمراض الجنسية شيوعًا حول العالم. وفي البحرين، فإن العديد من الأفراد يعانون من هذه العدوى وتأثيراتها الصحية. تعد التوعية والوقاية من HPV أمرًا بالغ الأهمية للمجتمع البحريني، حيث يساهم في الحد من انتشار العدوى والحد من المضاعفات الصحية المحتملة.



د. نادية رضوان
طبيبة أمراض نساء وولادة

في تشخيص سرطان الرحم في مراحله المبكرة وبالتالي تحسين فرص العلاج.

4. حملات التثقيف والتوعية: يجب على السلطات الصحية العامة في البحرين إجراء حملات تثقيفية لرفع مستوى الوعي حول فيروس الورم الحليمي البشري، وطرق انتقاله والوقاية منه. يمكن أن تستهدف هذه الحملات المدارس ومرافق الرعاية الصحية والمراكز المجتمعية للوصول إلى جمهور أوسع.

5. مشاركة مقدمي الرعاية الصحية: يجب أن يكون مقدمو الرعاية الصحية على دراية بفيروس الورم الحليمي البشري ومخاطره وطرق الوقاية المتاحة. يجب عليهم المشاركة بنشاط في المناقشات مع المرضى، وتوفير المعلومات، والتوصية باستراتيجيات التطعيم والفحص المناسبة.

في البحرين، تشكل الإصابة بفيروس الورم الحليمي البشري مصدر قلق صحي كبير، لا سيما فيما يتعلق بسرطان عنق الرحم. ومن الأهمية بمكان إعطاء الأولوية لجهود التوعية والوقاية للحد من الإصابة بفيروس الورم الحليمي البشري والمضاعفات الصحية المرتبطة به.

ومن خلال التطعيم، والممارسات الجنسية الآمنة، والفحص المنتظم، والحملات التثقيفية، ومشاركة مقدمي الرعاية الصحية، يمكن للبحرين تحقيق تقدم كبير في مكافحة فيروس الورم الحليمي البشري وتعزيز صحة المرأة بشكل عام. تذكر أن المعرفة والتدابير الاستباقية هي المفتاح لحماية نفسك والمجتمع من المشكلات المتعلقة بفيروس الورم الحليمي البشري.

في هذه المقالة، سنلقي الضوء على فيروس الورم الحليمي البشري في البحرين وأهمية التوعية والوقاية.

فيروس الورم الحليمي البشري (HPV):

فيروس الورم الحليمي البشري هو عبارة عن مجموعة من الفيروسات التي تنتقل عن طريق الاتصال الجنسي. يمكن أن يسبب HPV العديد من الأمراض، بما في ذلك الثؤلول الحليمي والمرض الخبيث، مثل سرطان الرحم. يعتبر سرطان الرحم أحد أكثر أنواع السرطان الشائعة بين النساء في البحرين.

التوعية والوقاية:

تلعب التوعية والوقاية دورًا حاسمًا في مكافحة HPV والحد من انتشاره.

إليك بعض الإجراءات التي يمكن اتخاذها للتوعية والوقاية:

1. التطعيم: يُعتبر التطعيم ضد HPV واحدًا من أفضل الوسائل للوقاية من الفيروس، يوصى بتطعيم الفتيات والفتيان في سن مبكرة، قبل بدء النشاط الجنسي حيث يمكن للتطعيم أن يقلل من خطر الإصابة بالعدوى وسرطان الرحم المرتبط بها.
2. الممارسات الصحية الجنسية: ينبغي على الأفراد القيام بممارسات جنسية آمنة والحماية الصحية. استخدام الواقي الذكري في كل عملية جنسية يمكن أن يحمي من انتقال HPV والأمراض الأخرى المنقولة جنسيًا.

3. الفحص الدوري: تُنصح النساء بإجراء فحص دوري للكشف المبكر عن أي تغيرات في الرحم أو عن إصابة بحيث HPV يمكن أن يساعد الكشف المبكر

زراعة أول عين بشرية



أعلن جراحون في نيويورك أنهم أجروا أول عملية على الإطلاق لزراعة عين كاملة لشخص استغرقت 21 ساعة، وهو إنجاز كبير على الرغم من أن المريض لم يستعد بصره في العين المزروعة.

الأسر من وجهه وأنفه وفمه وعينه اليسرى. ويذكر أن هذه العملية أجريت، يوم 27 مايو، واستمرت 21 ساعة وشارك في إجرائها 140 جراحًا وممرضة ومسعفا. وقد أظهرت العين المزروعة خلال هذه الفترة «علامات صحية ملحوظة» ولكن لا يزال من غير المعروف ما إذا كان المريض سيتمكن من الرؤية بها. وبحسب البيان فقد الرجل أيضا جزءا من ذراعه اليسرى وخده وذقنه وأنفه بالكامل وشفتيه وأسنانه الأمامية.

ووفقا للبيان الصحفي، هذه أول عملية زرع مشتركة ناجحة.

وذكر الفريق الجراحي بمركز لانغون هيلث الطبي أنه خلال الأشهر الستة منذ إجراء العملية الجراحية التي كانت جزءا من زراعة للوجه، أظهرت العين علامات على سلامتها بما فيها أوعية دموية تعمل بشكل جيد وشبكية تبدو في حالة جيدة.

وقال د. إدواردو رودريغيز الذي قاد الفريق الجراحي «حقيقة أننا زرعنا عينا هي خطوة هائلة للأمام، شيء نطمح إليه منذ قرون»، حسبما نقلت «رويترز».

وآرون جيمس الذي أجريت له العملية هو جندي سابق يبلغ 46 عاما من أركنسو نجا من حادث في عمله بسبب التعرض لتيار كهربائي عال أُلِف الجانب



المستشفيات

- 17289092 طوارئ السلمانية
17288888 مجمع السلمانية الطبي
17766666 المستشفى العسكري
17828282 مستشفى ابن النفيس
17253447 مستشفى الإرسالية الأمريكية
17444444 مستشفى الملك حمد
17279300 مستشفى الطب النفسي
17741444 مستشفى الخليج التخصصي للأسنان
17592401 مركز علاج للعلاج الطبيعي
16000002 مركز الموسوي للعيون
17311180 مستشفى حفاظ التخصصي للأسنان
17239239 مركز الخليج الطبي والسكر
77298888 مختبرات إكسبرس
17753333 مستشفى عوالي
17260026 مستشفى النور التخصصي
17272500 مجمع الرعاية الصحي
17275959 مركز الحكيم للأشعة
17272500 مجمع الرعاية الطبي
17240444 مستشفى الكندي التخصصي
17239171 مركز الخليج للعيون
17660345 مركز إيفا الطبي

الصيدليات

- 17362200 الزنج: صيدلية المسقطي
17224624 المنامة: صيدلية الجشي
17341700 المحرق: صيدلية الهلال
17687117 مدينة عيسى: صيدلية الرحمة
17740900 الزنج: صيدلية ناصر
17550056 مدينة حمد: صيدلية مدينة حمد
17550056 المنامة: صيدلية جعفر
17291039 شارع البديع: صيدلية رويان
17594902 الرفاع الشرقي: صيدلية أوال
17772023 مدينة حمد: صيدلية دار الدواء
17414744 مركز إيفا الطبي

الطوارئ

- 999 شرطة، إطفاء، إسعاف
199 حوادث المرور
17700000 خفر السواحل
17515555 الكهرباء والماء
80001810 طوارئ المجاري
39609331 طوارئ البلدية
17430515 للإبلاغ عن العنف الأسري
80008099 حملة «ارتقاء» للنظافة



صيدليات مدينة حمد

- http_group
(+973) 17550056



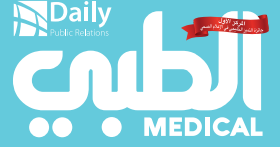
رويان

- ruyanbahrain
(+973) 17731316



صيدلية المسقطي

- maskati_pharmacy
(+973) 17362200



أقرب لكم
تجدونها في



سوبرماركت الطبي

- alhellibh
(+973) 33581335



أسواق الساتر

- alsater_market
(+973) 17692009

لتصلك نسختك الإلكترونية
أرسل اشتراك على

+973 33600366

سال الدم – سال الحبر وسالت الدموع في حرب المستشفيات



محمود النشيط
إعلامي متخصص
في العلاقات العامة

الدخول عبر المعابر المغلقة، وتأمين وصولها إلى حيث يجب أن تكون لإعادة الحياة والأمل لآلاف المرضى والجرحى والجوع من النساء والأطفال والشيوخ الأبرياء الذين باتوا شاهداً حي على جرائم الغزاة ينتظرون ساعة ارتقائهم شهداء مع أحبهم الذين سبقوهم.

كل المعاهدات الدولية التي أقر بها العالم أجمع عبر منبر الأمم المتحدة تنص على تحريم التعدي على المستشفيات والمراكز الطبية، وطواقم الإسعاف والعاملين في الحقل الطبي وحماية الجرحى، وحرمة جثث الشهداء من التشويه والسماح بتوفير الدواء والغذاء والطرق الآمنة حتى لا تتوقف دورة الحياة كما كانت في السلم لأنها مبادئ إنسانية في المقام الأول يجب أن تحترم حتى في الحروب وهو ما لم يحصل عليه شعب غزة الصابر على كل جرائم الكيان المحتل.

الدور الإعلامي الذي يوثق كل ذلك وهو عنصر مهم جداً في هذه الحرب وله بنود أممية خاصة لحمايته لم يسلم من الاعتداءات اليومية حتى اختلطت الدماء بالحبر ليكون شاهداً يوثق شجرة الحرية التي يحافظ على بقاءها الصابرين في أرض الميدان التي خلفت فيها عشرات الصحفيين بين شهيد وجريح بالإضافة إلى المئات من الصابرين الذين يوثقون للعالم جرائم الغزاة.

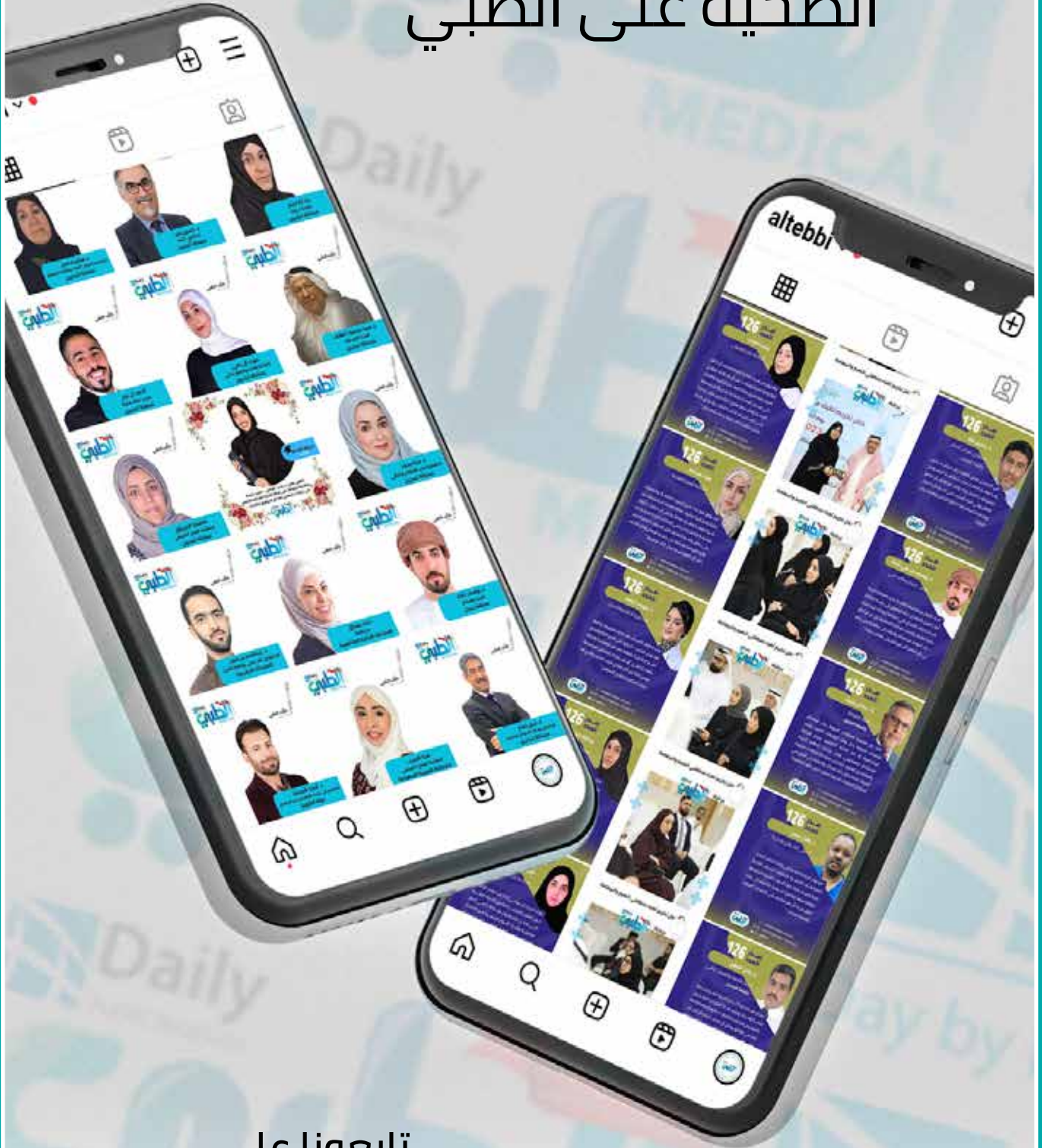
حرب غزة ومنذ إنطلاقها في السابع من الشهر الماضي والعالم أجمع في حزن شديد لشدة فظاعة المجازر اليومية التي يرتكبها الغزاة الذين أثبتوا للعالم أجمع مدى حقدهم الدفين على أصحاب الأرض، وإن كل الإدعاءات التي كانوا يروجون لها ما هي إلا بروبجندا ساهم أعداء السلام في نشرها حتى صدقها أصحاب العيون الموجهة، والآذان التي لا تسمع إلا من يعزف لها ألحان الدماء حتى أصبحت ألسنتهم تنطق ما يطعمهم به الصهاينة من أكاذيب كشفت للجميع في هذه الحرب.

سالت دموع الثكالى المظلومين جراء الدماء السائلة من الأبرياء ومعها الحبر الذي كتب به الشرفاء يناشدون العالم التدخل السريع لوقف هذا الإجرام الدموي الذي لم يسلم منه لا البشر ولا الحجر، ولا حقق أي انتصارات عسكرية تذكر على أرض المعركة التي خلفت مآسي متنوعة حتى باتت سيارات الإسعاف التي تحاول إنقاذ ما يمكن إنقاذه من الأرواح أهداف قذائف العدو، وأصبحت المستشفيات المدمرة أهداف عسكرية، والشهداء والجرحى مشاركون بلا ذنب في هذه الحرب ويتم استهدافهم على مدار الساعة.

غزة المنكوبة تستصرخ العالم، وتطالب المجتمع الدولي إنقاذها عبر وقف هذه الحرب فوراً وتمكين المساعدات الطبية والغذائية التي وصلت الحدود من

لم يسجل تاريخ الحروب جرائم فظيعة مثل التي يرتكبها الاحتلال الغاشم في غزة التي خلفت على منذ الهجوم على القطاع أكثر من 15 ألف شهيد، و45 ألف جريح وهي أعداد قابلة للزيادة في ظل جنون آلة القتل الصهيونية التي شردت وتشرد الآلاف في حرب عبثية ضحيتها في المقام الأول الأبرياء الذين لم يسلموا من الاستهداف لا في منازلهم ولا حتى في المستشفيات التي طالها القصف بلا رحمة في مخالفة لجميع قوانين الحروب وتحدي صاخر للأمم المتحدة التي وضعت مواد قانونية محرمة ارتكابها في الحروب.

اقرأ الأعلام الصحية على الطبي



تابعونا على...

    @altebbi

أحدث مبنى لأقدم مستشفى في الخليج العربي.



يقدم المستشفى الآن رعاية متخصصة عالية الجودة من أحدث مرافقه، مستشفى الملك حمد الإرسالية الأمريكية، عالي.

يعد هذا المستشفى الخاص غير الربحي أول مركز رعاية صحية حديث، ليس فقط في البحرين ولكن أيضا في شبه الجزيرة العربية بأكملها.

يخدم المجتمع منذ عام ١٩٠٣، وهو معروف الآن بتراثه من الرعاية الموثوقة.



مستشفى الإرسالية الأمريكية
American Mission Hospital

120 YEARS OF TRUSTED CARE