

# الطبي MEDICAL

السنة الحادية عشرة - العدد (133) يناير 2024



## جراح قلب ومخترعة من نوابغ العرب



## مركز جديد للرعاية الأولية

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  
الهييموجلوبين



نسبة  
حقن أقل

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

Hotline (+973)  
39 722 044

Call Center (+973)  
65 009 670



## مراكز الرعاية.. تتمدد

التطور الكبير في الذكاء الاصطناعي جعله يدخل مجالات عديدة وبعمق، وأخذ يغوص في الطب الذي يتطور هو الآخر ويدخل لأعمق الجينات ليولد برامج علاجية في الطب الشخصي وطب النانو.

التوظيف المتسارع للذكاء الاصطناعي في الطب استثمرته جامعة الخليج العربي في برنامج الدكتوراه في إدارة الابتكار والتقنية الذي بدأ في عام 2016 لتوطين ثقافة الابتكار وتحفيز ريادة الأعمال والتحول الرقمي وتطبيقات الذكاء الصناعي في ظل اقتصاد المعرفة.

ومن إنتاج هذا البرنامج ما استعرضته مؤخرًا طالبة الدكتوراه مريم زينل أهم النتائج الخاصة باستشراف المستقبل وتحليل البيانات الاجتماعية لفهم أبعاد مشكلة التدخين في البحرين من خلال منهجية التحليل الطبقي السببي، كما استعرضت تطوير حلول علمية مبنية على الدليل العلمي.

غير بعيد عن البحرين افتتحت جامعة الشارقة مختبر مشترك مع معهد سكولكوف للعلوم والتكنولوجيا بجامعة سكولتيك في روسيا لأبحاث الذكاء الاصطناعي القائم على العلوم الطبية الحيوية، والذي يهدف إلى تحقيق طفرة نوعية في مجال الطب وتطوير الذكاء الاصطناعي والتعلم الآلي للتطبيقات الطبية الحيوية.

التقنية الحيوية الأداة الطبية الثورية التي تشهد نموًا يقرب للطفرة، حددت لها السعودية إطارًا استراتيجيًا شاملًا يركز على تحسين الصحة الوطنية ورفع مستوى جودة الحياة، بالإضافة إلى حماية البيئة وتحقيق الأمن الغذائي والمائي، وتعظيم الفرص الاقتصادية وتوطين الصناعات الواعدة.

نمو الحقول المعرفية الطبية في المؤسسات الأكاديمية أو التقنيات الطبية يوظف بخدمات صحية علاجية ووقائية في مراكز الرعاية الصحية المحطة الأولى التي تحمي الإنسان من الأمراض ومضاعفاتها.

نافذة الصحة الأولى لضمان أفضل تغطية صحية، وهذا سبب تمدد مراكز الرعاية الأولية في البحرين، وآخرها مركز بنك البحرين والكويت الصحي في قلالي الذي أعلن عن تشييده ليمثل مشهدًا آخر من مشاهد الشراكة بين القطاعين العام والخاص في الحقل الصحي.



## جراح قلب ومخترعة من نوابغ العرب



40  
نداء لجمع  
1.5 مليار دولار للطوارئ



## بحث بحريني يفوز في مؤتمر "ADIMH"

16

# امتحانات في "الخليج العربي"



أدى 238 طالباً من طلبة السنة الأولى بكلية الطب والعلوم الطبية في جامعة الخليج العربي منهم 154 طالبة و84 طالب للعام الأكاديمي 2023 - 2024، فيما بلغ عدد الطلبة في السنة التحضيرية 47، منهم 34 طالبة و13 طالب.

وتفقد د. رئيس جامعة الخليج العربي د. سعد آل فهيد سير الامتحانات للوقوف والاطمئنان على انتظام سير الامتحانات وتفقد القاعات ولجان المتابعة، والاستماع لأهم الملاحظات، متمنياً لجميع الطلبة التوفيق والنجاح، ومواصلة مسيرتهم الأكاديمية في كلية الطب والعلوم الطبية لتحقيق تطلعاتهم في التميز الأكاديمي والمهني.



بحرينيون  
يتفوقون  
في جامعة  
المنصورة  
14



حصار الطبي  
2023

20

السعودية  
تطلق استراتيجية  
التقنية الحيوية



33



"مختبر  
الابتكار"  
يستعرض  
التدخين في  
البحرين

40

# ”شفاء“ يدخل المرحلة التجريبية

أكد معالي رئيس المجلس الأعلى للصحة الفريق طبيب الشيخ محمد بن عبدالله آل خليفة أنّ المملكة قطعت شوطًا مهمًا في تنفيذ الخطة الوطنية للصحة، والتي من أهم مرتكزاتها إجراء تطوير شامل لمنظومة الخدمات الصحية



وجود آلية ومنهجية علمية وواضحة تستخدم لتقييم الدراسات العلمية والسريرية والطبية وتحديد نهج اختيار الأدوية لمختلف الأمراض والحالات والمرضى.

وأوضحت أن النظام يتضمن أيضًا سياسات وإجراءات لشراء الأدوية وتوزيعها وإدارتها واستخدامها على النحو المناسب، بالإضافة إلى إرشادات وصفية إضافية ومعلومات سريرية تساعد المتخصصين في الرعاية الصحية على تعزيز الرعاية عالية الجودة وعلى الاستخدام الأمثل والرشيد للموارد.

وحضر المنتدى الذي نظمه المجلس الأعلى للصحة واللجنة الوطنية للشراء الموحد للأدوية والمستلزمات الطبية أكثر من 300 مشارك من داخل مملكة البحرين وخارجها. وقد تنوعت تخصصات المشاركين والحضور لتغطي مختلف التخصصات الصحية والطبية، وراسمي السياسات الصحية، والمختصين باقتصاديات الصحة والدواء، وذوي الشأن من الصيدلة والأطباء المتخصصين في رسم نظم وسياسة استخدام الأدوية وتطوير الأدلة الدوائية في المستشفيات وأنظمة الرعاية الصحية.

وأوضح في كلمته التي ألقاها في منتدى إدارة وتنظيم استخدام الأدلة الدوائية أن المجلس الأعلى للصحة سيبدأ مع شركائه في مرحلة التنفيذ التجريبي التي من خلالها سيتم تفعيل صندوق الضمان الصحي «شفاء» ومن أبرز مهامه الشراء الموحد للأدوية والمستلزمات للمنظومة الصحية وتوحيد الدليل الدوائي بين جميع مقدمي الخدمات الصحية والمعنيين بالدواء.

وأشار إلى أن إدارة سياسات استخدام الأدوية والأدلة الدوائية هي عملية متكاملة لرعاية المرضى، إذ تمكن الأطباء والصيدلة وغيرهم من المتخصصين في الرعاية الصحية من العمل معًا لتعزيز العلاج الدوائي السليم سريريًا والفعال من حيث التكلفة والنتائج العلاجية الإيجابية.

من جانبها، أكدت د. عائشة مبارك بوغنى رئيسة اللجنة الوطنية للشراء الموحد للأدوية والمستلزمات الطبية، أن نظام استخدام الأدوية أو ما يعرف بـ (Formulary Management System) يتعدى كونه قائمة من الأدوية المعتمدة للاستخدام من قبل المستشفيات أو النظام الصحي، ليتضمن



# وضع حجر أساس مركز بنك البحرين والكويت الصحي بقلالي

بما يُسهم في ضمان توفير خدمات صحية شاملة للجميع وفقاً لأعلى المعايير والجودة.

من جهته أكد د. عبدالوهاب محمد رئيس مجلس أمناء مراكز الرعاية الصحية الأولية على الدور الهام الذي يقوم به القطاع الخاص في تبني المشاريع الهامة لاستدامة القطاع الصحي وتطوره تحقيقاً لكل ما يعود بالخير والنماء على الوطن والمواطن.

بدوره، أوضح د. عبد الرحمن سيف الرئيس التنفيذي لمجموعة بنك البحرين والكويت بأن دعم البنك لمشروع إنشاء مركز بنك البحرين والكويت الصحي في منطقة قلالي بمحافظة المحرق يجسد حرص البنك على النهوض بمسؤوليته الاجتماعية تجاه المملكة والمجتمع، مشيراً إلى أن هذا المشروع يعتبر من بين الأكبر من نوعه على مستوى مملكة البحرين.

وأعرب عن حرص بنك البحرين والكويت على مواصلة تعزيز آليات التعاون المثمر مع القطاع العام وجميع الشركاء في إنشاء مركز بنك البحرين والكويت الصحي في قلالي بما يحقق الأهداف المشتركة.

وضع معالي الفريق طبيب الشيخ محمد بن عبدالله آل خليفة رئيس المجلس الأعلى للصحة حجر الأساس لمركز بنك البحرين والكويت الصحي، في منطقة قلالي بمحافظة المحرق.

وتقدم بجزيل الشكر والتقدير لبنك البحرين والكويت على دعمهم الذي يأتي في إطار المسؤولية الاجتماعية للبنك وحرصه المتواصل على دعم مختلف الجهات التي تقدم خدمات صحية وعلاجية لأفراد المجتمع، وبأني في مقدمتها المرافق الصحية.

من جهته، بين وزير الأشغال المهندس إبراهيم الحواج أن المساحة الإجمالية للمشروع ستبلغ 6,828 متراً مربعاً، موضحاً أنه من المخطط أن يتكون مبنى المركز من طابقين، ويشمل الطابق الأرضي 14 عيادة استشارية، و14 غرفة فحص للممرضات، وقسم للطوارئ بسعة 12 سريرًا، في حين يتضمن الطابق الأول قسم رعاية الطفولة والأمومة، و8 عيادات أسنان، إلى جانب الخدمات الإدارية.

من جانبها، أكدت وزيرة الصحة د. جليلة السيد جواد حرص مملكة البحرين على الاستمرار بالتوسع في إنشاء المشاريع التطويرية للارتقاء بالمرافق والخدمات الصحية؛



# جراح و مخترعة في النانو قلب من نوابغ العرب

فئة الطب، والبروفيسور فاضل أديب عن فئة الهندسة والتكنولوجيا، والدكتور محمد العريان عن فئة الاقتصاد، والبروفيسورة نيفين خشاب عن فئة العلوم الطبيعية، والمعمارية لينا الغطمة عن فئة العمارة والتصميم، والبروفيسور واسيني الأعرج عن فئة الأدب والفنون».

وقال: «وأعلننا اليوم إطلاق مركز بحثي ومعرفي دائم ضمن متحف المستقبل لدعم المسيرة العلمية والمعرفية لنوابغ العرب بشكل دائم». كما قال سموه: «الطريق الوحيد للحضارة هو العلم... ورجاله العلماء... ونجاحه بدعم الحكومات... وضمانته بتسخير الموارد له. ونتفاعل بالمستقبل كلما رأينا حب الأجيال للعلم والعلماء».

## د. نجم الجراح المبتكر

وفاز د. هاني نجم من المملكة العربية السعودية بلقب مبادرة

جاء ذلك في حفل تكريم الفائزين الستة بالدورة الأولى من جوائز مبادرة «نوابغ العرب»، الأكبر من نوعها عربياً لتكريم العقول العربية الفذة ذات الإسهامات الاستثنائية والتميزة في مسارات المعرفة والعلوم والتكنولوجيا والتصميم والثقافة والإبداع.

وقال الشيخ محمد بن راشد: «كّرّمنا اليوم نوابغ العرب في الطب والهندسة والأدب والعلوم الطبيعية والعمارة والتصميم والاقتصاد... في متحف المستقبل... المركز الحضاري المعرفي الجديد في المنطقة... علماء وباحثين ومفكرين نفتخر بهم ونفاخر بهم العالم خرجوا من منطقتنا... المنطقة التي كانت أساس الحضارة الإنسانية... وبجهود أبنائها المخلصين تستأنف مسيرتها الحضارية بإذن الله».

وأضاف: «فاز الدكتور هاني نجم عن

أكد صاحب الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، أن نوابغ العرب المتميزين في مختلف الميادين حازوا احترام العالم بفضل ما قدموه من معارف وأبحاث وإبداعات وابتكارات واختراعات ارتقت بحياة الإنسان، وهم فخر لمجتمعنا وقدوة لأجيالنا الصاعدة وذخر لمنطقتنا لاستئناف ومضاعفة وتسريع مساهمتها الإيجابية والفاعلة والمؤثرة في مسارات الحضارة الإنسانية كافة.

«نوابغ العرب» للعام 2023 عن فئة الطب، لابتكاراته في الجراحة القلبية للأطفال والكبار وجراحات وعلاجات القلب الخلقية.

أجرى أكثر من 10,000 عملية قلب للأطفال والبالغين، وساهم في تصميم وتطوير أول صمام قلب مرن قابل للنمو داخل صدر الطفل بالتزامن مع نموه الجسماني.

وطور خلال 17 عاماً مركز القلب للأطفال في مركز الملك عبدالعزيز الطبي في الرياض بالمملكة العربية السعودية، كما تحدث في أكثر من 400 لقاء علمي وطبي وبحثي.

ترأس جمعية أطباء القلب السعودية وانضم إلى مستشفى كليفلاند كلينك عام 2016 كرئيس لمعهد جراحة القلب للأطفال وجراحة القلب الخلقية، وهو عضو في العديد من المنظمات المهنية الوطنية والدولية، ومنها جمعية القلب الخليجية، ومجلس أمناء الكلية الأمريكية للأمراض القلب، والجمعية الأوروبية لجراحة القلب والصدر.

ويترأس د. هاني نجم حالياً قسم جراحة قلب الأطفال والبالغين في كليفلاند كلينك أوهايو بالولايات المتحدة الأمريكية. وهو أستاذ مشارك في جامعة الملك سعود بن عبد العزيز للعلوم الصحية بالمملكة العربية السعودية.

### شباب مبرجة النانو

وحازت البروفيسورة نيفين محمد علي خشاب من لبنان لقب «نوابغ العرب» عن فئة العلوم الطبيعية تقديراً لمتنجزاتها في تخصصات علوم الكيمياء، والهندسة الحيوية، والعلوم البيولوجية، وأبحاثها العلمية على تطبيقات المواد متناهية الصغر القابلة للبرمجة الذكية والمصنعة هندسياً، واستخداماتها للأغراض الطبية والصيدلانية والصناعية والبيئية.

وتدرس البروفيسورة أنابيب الكربون متناهية الصغر، كما تختبر تطبيقاتها في الأغشية الذكية. وهي تدرس دور كبسولات وأجهزة النانو في الإفادة من الأدوية والعلاجات الجينية والتشخيص الطبي، وفي الصناعات، نظراً لصلابتها ومتانتها وما تتميز به من مقاومة حرارية فائقة. وهي ساهمت في تصميم مواد ذكية تُستخدم في الأنظمة الطبية الحيوية وتقوم على تصنيع تجميعات الجزيئات على المستوى النانوي.

ويجري استخدام ابتكاراتها مثل كبسولات الدواء القابلة للتفعيل من خلال الضوء على المستوى الطبي، وفي مجالات الاستشعار والتغليب والتوصيل الدوائي والعلاجي والجراحي، وعلى المستوى الصناعي كما في المركبات النانوية وغيرها، بالإضافة إلى المستوى البيئي، كما في حلول ومنصات الزراعة المستدامة.

### جائزة نوابغ العرب عن فئة العلوم الطبيعية 2023



#### البروفيسورة نيفين خشاب

Associate Dean of Physical Sciences and Engineering Division and Professor of Chemistry at KAUST - Kingdom of Saudi Arabia

Prof. Niveen Khashab has been awarded the 2023 Great Arab Minds Award in Natural Science for her outstanding contributions to the development, synthesis, and application of nanomaterials in healthcare, pharmaceutical, industrial, and environmental sectors. With over 275 scientific research papers and publications in organic chemistry and nanotechnology.

Prof. Niveen's work focuses on understanding molecular interactions and self-assembly to prepare and comprehend nano-assemblies. Her significant work in the smart encapsulation of drugs, proteins, and genetic materials greatly contributes to the burgeoning fields of personalized medicine and anti-aging. Prof. Niveen's research is centered on designing nanoparticles with variable porosity, which aids in the advancement of personalized healthcare by ensuring treatments are specifically tailored to individual patient needs.

#### البروفيسورة نيفين خشاب

عميد مشارك في قسم الهندسة والعلوم الفيزيائية وأستاذ علوم الكيمياء بجامعة الملك سعود للعلوم الطبيعية - المملكة العربية السعودية

حازت نيفين خشاب جائزة نوابغ العرب عن فئة العلوم الطبيعية لعام 2023 لتتميز بمتنجزاتها في تطوير وتصنيع المواد النانوية وتطبيقها في المجالات الصحية والصيدلانية والصناعية والبيئية. ولها أكثر من 275 ورقة علمية ونشر في مجلات علمية مرموقة. وتتميز بحرفتها في تصميم وتطوير الجزيئات النانوية ذات المسامية المتغيرة، مما يساهم في تطوير علاجات صحية شخصية تتواءم مع احتياجات كل مريض.

تتميز نيفين خشاب بمتنجزاتها في تطوير وتصنيع المواد النانوية ذات المسامية المتغيرة، مما يساهم في تطوير علاجات صحية شخصية تتواءم مع احتياجات كل مريض. وتتميز بحرفتها في تصميم وتطوير الجزيئات النانوية ذات المسامية المتغيرة، مما يساهم في تطوير علاجات صحية شخصية تتواءم مع احتياجات كل مريض.

### جائزة نوابغ العرب عن فئة الطب 2023



#### الدكتور هاني نجم

Chair of Pediatric and Congenital Heart Surgery at Cleveland Clinic, Ohio

Dr. Hani Najm has been awarded the Great Arab Minds Award in Medicine in recognition of his outstanding contributions and pioneering innovations in the field of heart surgery for children and adults. Having performed more than 10,000 heart operations on patients with complex heart conditions with outstanding outcomes.

A key highlight of his work is the development of a gradually self-healing heart "valve" for children, sparing them the need for repeated surgery for valve replacement. Dr. Najm is also recognized for developing a novel surgical technique, termed the "ventricular switch", to repair one of the most complex congenital heart conditions in children. Dr. Najm was the lead heart surgeon in a large team that performed a rare and complex life-saving surgery to remove a heart tumor in a 26-week-old fetus.

#### الدكتور هاني نجم

رئيس قسم جراحة قلب الأطفال والبالغين في كليفلاند كلينك، أوهايو

حاز الدكتور هاني نجم جائزة نوابغ العرب عن فئة الطب للأطفال والبالغين لإسهاماته البارزة في مجال جراحة القلب للكلاب والأطفال والمرضى. ولديه أكثر من 10,000 عملية قلب لمرضى القلب، مما يساهم في تطوير صمام قلب يمكنه النمو داخل جسم الإنسان وخاصة للأطفال. حيث يمكن زراعته في قلب الطفل مع قدرته على النمو مع مرور الأعمار. لتجديد القلب عمليات متكررة.

كما ساهم الدكتور هاني في ابتكار عمليات لتبويض قلب خلية معقدة لتجنب وضعهم في مسار الطين الأمامي. أجرى الدكتور هاني نجم أكثر من 10,000 عملية قلب للكلاب والأطفال. وقام بممارسات متقدمة ومشاركات استثنائية في جراحة القلب. وساهم في تطوير جراحة دقيقة لإزالة أورام سرطاني في قلب جنين لا يتجاوز عمره 26 أسبوعاً.



# الأغذية الخارقة أكذوبة!!

صدق إعلان هنا أو معلومة صحية بسيطة هناك لا ترقى إلى المعلومة البحثية المثبتة بالأدلة العلمية التي أقرتها مراكز العلم وخبراء السلامة الغذائية في العالم.

الغذاء السحري أو الأسطورة الذي يشفي من الأوبئة ويعالج الأمراض المستعصية موجود فقط في عقل المروج له، الذي يبت دعائته في أرجاء الدنيا بحثاً عن زيادة مبيعاته وزيادة أرباحه على حساب المستهلك الذي



حسن علي

أخصائي الغذاء والتغذية

مناطقنا ولا داعي إلى طلبه من وراء الحدود بزيادة تكلفة تصديقاً لكلام أحدهم تناقله من موقع دعائي وإعلاني للشركة البائعة .

فأغذية مثل (القنب، والكلوريل والسبيرولينا نوعان من الطحالب، والماكا والشيا) يتم اعتبارها أغذية سحرية، وتدعم بأبحاث علمية وتجارب بسيطة أجريت على الفئران أو غيرها ولم ترقى إلى البحوث السريرية المطولة والتجارب المستفيضة.

فنحن لا ننفي فوائدها ولكن هذه الفوائد موجودة في أغذية طبيعية وصحية متوفرة بين أيدينا ورخيصة الثمن

إطلاق مصطلح غذاء فائق الجودة Super food بدأ الترويج له بقوة في بداية القرن الواحد والعشرين كمادة تسويقية لأغذية معينة أو مكملات غذائية بعد إضافة بعض المواد الإضافية والتجميلية لها لجذب المستهلك، وتمت مواجهتها من قبل الهيئات الغذائية والصحية، ومنذ 2007 فرض الاتحاد الأوروبي حظراً عليها ما لم تكن مدعومة بأبحاث علمية موثقة من قبل لجان علمية مختصة.

فإذا كان هناك غذاء يحتوي على الكثير من المعادن والفيتامينات والألياف ومضادات الأكسدة فهو ما يشجع على تناوله خبراء التغذية، وهو منتشر بيننا وفي

(كالنوت والأفوكادو والجوز والشاي الأخضر والأسماك والزبادي وزيت الزيتون والعسل والحبوب الكاملة) ولا تحدد بجرامات معينة عند تناولها أو طحن مكوناتها وإضافات أخرى بل تؤكل كما هي بالهناء والعافية.

فما هو موجود في الطبيعة من فواكه وخضار ولحوم وأسماك وألبان وحبوب إذا تم أخذها بمجموعها وبتوازن، أغنتنا عن الحاجة إلى المزيد من المكملات الغذائية التي تضر أكثر من ما تنفع، وإن عالجت مشكلة صحية في يوم ما ستخلق مشاكل أخرى.

فالغذاء المتوازن وممارسة الرياضة هما عصب الصحة والعافية، وعلينا أن لا نقع فريسة لهوس الإعلانات، ولا تنسى أن لبدنك عليك حقاً فلا تجعله مختبراً للتجارب.



# هرمون واحد لا يكفي حتى تشعُر بالحب!



زهراء داوود  
أخصائية تعديل سلوك

كيميائية يتم إنتاجها في الغدد الصماء، وتتحكم بدورها في معظم الوظائف الجسدية الرئيسية: مثل الجوع والنوم والتكاثر وحتى العواطف والمزاج، أما عن هرمونات الحب يتم إنتاجها في منطقة ما تحت المهاد في الدماغ ثم تنتقل إلى الغدد النخامية التي تفرزها في الجسم.

الدوبامين / السيروتونين / الأوكسيتوسين جميعها يُطلق عليها اسم (هرمونات الحب)، فعندما يشعر الشخص بانجذاب لشخص آخر تزداد مستويات هذه الهرمونات ويخلق تأثيراً يُشعر الشخص بمشاعر إيجابية مُختلفة ومُختلطة. بشكل عام تعريف الهرمونات، هي مواد

المختلفة في دماغنا وأهمها الدوبامين المسؤول عن مشاعر المتعة فعندما نكون بالقرب ممن نحب فإن أجسامنا تطلق هذا الهرمون لذلك نشعر بالنشوة والفرح، والأوكسيتوسين يُطلق أثناء العناق والتقبيل وهو المسؤول عن خلق مشاعر الترابط والتعلق وغالباً ما يرتبط بالعلاقات والإلتزام على المدى الطويل.

وهناك عدة استخدامات لهرمون الحب كعلاج، كحفنة دوائية لتخفيف وجع الولادة والنزيف وحالات إكتئاب ما بعد الولادة، علاج أمراض الفوبيا والقلق، وتسريع شفاء الجروح، والأهم علاج مفيد بشكل خاص للأطفال المصابين بالتوحد .

ولزيادة إفراز هرمونات الحب، علينا ممارسة الرياضة بشكل مستمر والنوم لساعات كافية، العناق، وممارسة التأمل وتناول الأطعمة الغنية بالمغنيسيوم مثل الشوكولاته الداكنة والموز، وأيضاً الكافيين الموجود في القهوة، عصير البرتقال، وتناول الأطعمة التي تحتوي على أوميغا 3 مثل الأسماك .

حتى نقع في الحب، فإن هرموناً واحداً لا يكفي، وإنما هناك العديد من الهرمونات (الدوبامين / السيروتونين / الأوكسيتوسين) التي يفرزها الجسم معاً وتلعب دوراً أساسياً في الشعور بالراحة النفسية والدفء والأمان، فالحب من أعظم نعم الله على الأرض لما له من تأثير عظيم على كُل شيء .

هرمون الأوكسيتوسين Oxytocin تنتجه أجسامنا عندما نقع في الحب، لذلك أطلق عليه اسم (هرمون الحب) إذ يساعدنا على توثيق الارتباط بأحبائنا ويُعزز مشاعر الرضا والأمان والثقة تجاه الأشخاص الذين نهتم بهم، كما أن هذا الهرمون العصبي يقوم بتوليد مشاعر ممتعة.

وهرمون الدوبامين Dopamine يُعد ناقلاً عصبيًا مسؤولاً عن السعادة في الجسم ويتم إفرازه عندما يمر الإنسان بمواقف ممتعة مثل الشعور بالحب، لذلك فإن قضاء الوقت مع أشخاص تجمعهم علاقة محبة مع الشخص المُصاب بنقص الدوبامين والمصابين بتقلبات المزاج، يساعد على تحسين مزاجهم.

أما عن هرمون السيروتونين Serotonin أو ما يُعرف بهرمون السعادة، أحد أهم النواقل العصبية الكيميائية التي تستخدمها خلايا الدماغ للتواصل فيما بينها كما أنه مهم جداً لصحة وظائف أعضاء الجسم الأخرى.

عندما نتحدث عن الحب، غالباً ما نفكر في الأمر بقوة غامضة تحدث لنا، ومع ذلك فإن الموضوع في الحب رد فعل كيميائي يحدث في دماغنا، والعملية معقدة جداً تتضمن إطلاق الناقلات العصبية المختلفة والهرمونات التي تؤدي إلى مجموعة واسعة من المشاعر والسلوكيات، من منظور علمي يُعد الحب موضوعاً رائعاً قام به العديد من الباحثين على مر السنين، وترتبط عملية الوقوع في الحب بإطلاق المواد الكيميائية



الإيثيلين فلا يؤدي دوره؟

سأشرح لك الموضوع بكل بساطة، إن الفاكهة التي بين يديك تقطف في بلد منشأها خضراء أو نصف ناضجة، ثم تشحن على متن السفينة أو الطائرة، ويتم حفظها في ظروف خاصة من درجة حرارة منخفضة، ونسب غازية محددة وكذلك رطوبة ثابتة والهدف من ذلك كله الحد من إفراز غاز الإيثيلين لأقل مستوى ممكن، وعند اقتراب موعد وصول الشحنة تتعدل جميع المتغيرات المذكورة أعلاه بحيث تحفز تنفس الثمار وبالتالي إفراز الإيثيلين ونضج الفاكهة حين وصولها .

الجميل في الأمر أن الأمر ليس بالتعقيد الذي يبدو عليه، فعندما كنت صغيراً أتذكر جدتي رحمها الله كيف كانت تضع بعض الثمار مثل النبق «الكنار» والبابايا التي لم تتلون كلياً في كيس الرز لبضعة أيام ثم تخرجها ناضجة!

من علمك الكيمياء يا جدتي؟ من أخبرك أن كيس الأرز يوفر درجة الحرارة والرطوبة المناسبة لتحفيز إنتاج هذا الغاز؟

جميعها أسئلة في علم الغيب، وأترك البحث عنها لعلماء الأنثروبولوجي؛ ولكني أكتفي بالقول أن الموضوع برمته عبارة عن خبرة بشرية متوارثة تجسدت في سلوك الفرد وثقافته والأمثلة على هذا الأمر لا حصر لها .

في الختام، أتمنى أنك استفدت من هذا الموضوع عزيزي القارئ، وأود أن أقدم لك نصيحة أخيرة، لا تقم بفحص صندوق التفاح قبل شرائه، فإنه إن لم يفسد في الدكان فسيفسد عندك في المنزل قطعاً، لذا اكتب بشراء بضع كيلوات حسب حاجتك، وأتمنى لكم تمام الصحة والعافية.



عيسى عباس جاسم  
كيمياء عامة  
معلم

## التفاحة الفاسدة

«تفاحة فاسدة تفسد صندوق تفاح كامل» من المقولات التي لا بد أنك سمعتها هنا أو هناك وإن اختلفت صياغتها؛ وغالباً ما يشار بها لصديق السوء وكيف له أن ينقل بعض طباعه الخبيثة لغيره، ولكن -ومن ناحية كيميائية- هل يحدث ذلك حقاً؟ هل علينا تفتيش صندوق التفاح جيداً قبل شرائه؟

في الواقع يا عزيزي، إن الكيمياء هنا وجدت طريقها إلى ثقافة الانسان في جوانب عدة، فتجدها أحياناً في سلوكياتنا وأفعالنا دون أن نعرف سبب أو تفسيراً، بكل بساطة هي خبرة بشرية عرفها الإنسان وتوارثها وأصبحت من تجسيدات العقل الجمعي .

فالتفاح يفرز غازاً يسمى الإيثيلين Ethylene يلعب دوراً مهماً في إنضاج الثمار، وكذلك يلعب دوراً مهماً في دورة حياة النبات، فالتفاح يفرز هذا الغاز حتى بعد القطف ويزداد إفرازه بشكل طردي كلما نضجت، لذلك يتأثر بها باقي التفاح في الصندوق .

كما ترى يا عزيزي إن المقولة السابقة جاءت نتاج خبرة بشرية، ولكن الأمر لم يقف عند هذا الحد؛ فهل سألت نفسك يوماً كيف لا تفسد شحنة كاملة من الفاكهة والمحاصيل أثناء رحلة شحن طويلة جداً قد تستغرق شهوراً؟ ماذا يحدث لإفراز غاز



أظهر الأطفال الذين لديهم عادات غذائية صحية تطورًا إدراكيًا أكبر من الأطفال الآخرين. وعلى وجه التحديد، تم التوصل إلى أنّ الأطفال الذين يتمتعون بمهارات تفكير أفضل، جودة النظام الغذائي لديهم أفضل من غيرهم بشكل عام، كما أن استهلاك اللحوم الحمراء لديهم منخفض، بمقابل زيادة تناول منتجات الألبان قليلة الدسم.

كما أظهر الأطفال الذين أمضوا وقتًا أطول في القراءة والرياضة المنظمة مهارات تفكير أفضل من أقرانهم.

ومن ناحية أخرى، فإنّ الطفل الذي يقضي وقتًا بشكل مفرط أمام الكمبيوتر، ويمارس نشاطًا بدنيًا في أوقات الفراغ غير خاضع للرقابة، يعاني من ضعف في مهارات التفكير.

أثناء فترة نمو الأطفال، يعد التدخل في النظام الغذائي والنشاط البدني مجرد عامل واحد يؤثر على نمط الحياة ومهارات التفكير. وبناءً على هذه الدراسة، فإن اتباع نظام غذائي صحي وتشجيع الأطفال على القراءة مفيدان لتنمية مهارات التفكير لدى الأطفال. بالإضافة إلى ذلك، فالمشاركة في الألعاب الرياضية المنظمة تدعم أيضًا مهارات التفكير.

نشرت الدراسة في المجلة الاسكندنافية للطب والعلوم، وتستند نتائج هذه الدراسة إلى بيانات من دراسة النشاط البدني والتغذية لدى الأطفال. بحثت هذه الدراسة أثر اتباع نظام غذائي صحي، وممارسة نشاط بدني منظم لمدة عامين على الإدراك لدى 397 طفلًا من أطفال المدارس الابتدائية الفنلندية. كما تمت دراسة ارتباط العوامل الغذائية والنشاط البدني والسلوك المستقر بالإدراك على مدى عامين. وأخذت التحليلات بعين الاعتبار مستوى تعليم الوالدين ودخلهم بالإضافة إلى نسبة الدهون في الجسم لدى الأطفال ومستوى النضج.



ريحانة حيل  
 قيادية تربوية

## النظام الغذائي الصحي والرياضة

# لمهارات تفكير أفضل

مهارات التفكير هي مهارات حاسمة في التعلم والأداء الأكاديمي وحل المشكلات اليومية. وفقًا لدراسة حديثة أجريت في جامعة شرق فنلندا منشورة على موقع «ساينس ديلي» في أغسطس 2023م، فإنّ تحسين جودة النظام الغذائي بشكل عام وتقليل استهلاك اللحوم الحمراء، فضلًا عن زيادة الوقت الذي يقضيه الفرد في القراءة والرياضة المنظمة، يعزز مهارات التفكير بين الأطفال خلال أول عامين دراسيين.





هبة الحبيب  
أخصائي أول عظام علاج طبيعي  
المملكة العربية السعودية

## (الشعور بالوحدة)

# ناقوس الخطر للألم المزمن

خصائصه على مستوى أعمق من ما كنت أتصور .. هذه المريضة كانت تعاني من ألم الظهر المتواصل من فُرابة الـ 15 عامًا ونوبات التهيج متقاربة وعالية الشدة على الرغم من أنها قد تلقت علاجات مختلفة بلا نتيجة تُذكر بحسب رؤيتها وعندما زارتنى في جلسة الفحص كان مستوى الألم أعلى من أي كلمة قد تصف شدته، فكنت أتوقع بأن رحلتي العلاجية معها ستأخذ بعض الوقت كعادة حالات الألم المزمن ..

«وأسيرٌ وحدي والحياة كأنها نغمات حزن صامت بفؤادي؟ طال الطريق وبالطريق حكاية بدأت بفرحي.. وانتهت.. بسهادي!»

هذه الأبيات للأديب فاروق جويده قد تهادت في فكري عندما كنتُ استمع لقصة إحدى مراجعاتي في العيادة من أصحاب الألم المزمن .. قصتها قد نبهتني وفتحت لي أبعاد جديدة للتعامل مع حالات الألم المزمن وفهم

ونتيجة لذلك قد يُفضل الأشخاص الذين يعانون من الآلام المزمنة الانطواء والعزلة حتى لا يكونوا عرضة للتبرير المتواصل أو نظرات الشفقة أو حتى عدم تفهم البعض لحالتهم واتهامهم بالمبالغة خصوصاً عند نوبات الألم غير المتوقعة .

إن الأشخاص الذين يعانون من الشعور بالوحدة هم أكثر عرضة لممارسة بعض العادات غير الصحية لأنهم قد يرون في ذلك باباً للتعويض عن هذا الشعور المؤلم الذي هو في الواقع أكثر أُلماً لديهم من الألم الحقيقي بعين ذاته فقد يلجأون إلى تناول الطعام غير الصحي بشراهة والإفراط في التدخين وشرب المنبهات بكثرة والتي قد تمنعهم من النوم وتسبب مشاكل الأرق .

فإذا كنت من أصحاب الألم المزمن وقد استشعرت في نفسك هذه الأمور فلابد من حل المشكلة وعدم تركها تتفاقم لأن الشعور بالوحدة لا يؤثر فقط على رفاهية الفرد وإنما يؤثر على الصحة العامة وبالتالي لابد من البدء في كسر دائرة الألم المزمن المرتبط بالوحدة حتى وإن استدعى الأمر للاستشارات النفسية للسيطرة على هذا الشعور المرتبط بالألم.

أما إذا كنت من الأفراد الذين شغلتك الحياة عن أحد أفراد أسرتك الذي يعاني من الألم المزمن وقد نهشت الوحدة ما تبقى منه فقد تكون هذه لحظة انتباهه لك لتُنقذ ما تبقى من روحه وجسده. فرفقاً بهم وبآلامهم ودمتم بصحة وعافية وأمل ..

ولكن النتيجة كانت صادمة بالنسبة لي، لأنها عندما زارتنى في الجلسة الثانية كان مستوى الألم 2 من 10 حينها قد اعتلت وجهي علامات التعجب وكانت لحظة صمت وتفكر بالنسبة لي، لأن العلاج الفعلي لم يبدأ معها واقعاً، فكيف وصلنا لهذه النتيجة !!؟

حاولت إعادة الفحص والبحث أكثر معها، ولم أتصور يوماً بأن الشعور بالوحدة هو ناقوس الخطر للألم المزمن وقد يكون السبب في المعاناة لكل هذه السنوات وإن كل العلاجات قد تقف عاجزة عندما تتمكن الوحدة من حياة الفرد فتُهيج من ألمه .. كانت عاملة في السلك الطبي وزوجة وأم، وحياتها كانت مُكتظة بالنشاطات وفجأة أصبحت أرملة واغترب وانشغل عنها أبنائها وتقاعدت مُبكراً بسبب معاناتها من ألم الظهر وأصبحت تعاني من الوحدة ولا تجد من يُعينا ويساندها في هذه الحياة.

حينها فقط أدركت بأن ألمها المزمن لم يكن يبحث عن علاج تقليدي البتة وإنما كان يبحث عن الاهتمام والألفة فكان ذلك جواباً شافياً لكل تساؤلاتي.

إن العلاقة بين الألم المزمن والشعور بالوحدة علاقة قوية جداً وهي علاقة ثنائية الإتجاه أيضاً لأن العزلة والوحدة وعدم وجود الداعم النفسي والسند في الحياة هي من أهم العوامل الأساسية المهيبة لنوبات الألم فقد يُحرم المريض من مزاولة حياته الاجتماعية والنشاطات التي كان يستمتع بها في الماضي.



# تفهم العائلة مفتاح النجاح



سيد محمد النجار  
أخصائي نطق ولغة

«من الضروري أن تكون على دراية أننا لا نقدم علاجات سحرية ولا حلولاً فورية». هذه كانت إجابتي على أحد الآباء الذي جاء بطفله من ذوي الاحتياجات الخاصة والذي لديه قصور في القدرات اللغوية والتعبيرية.

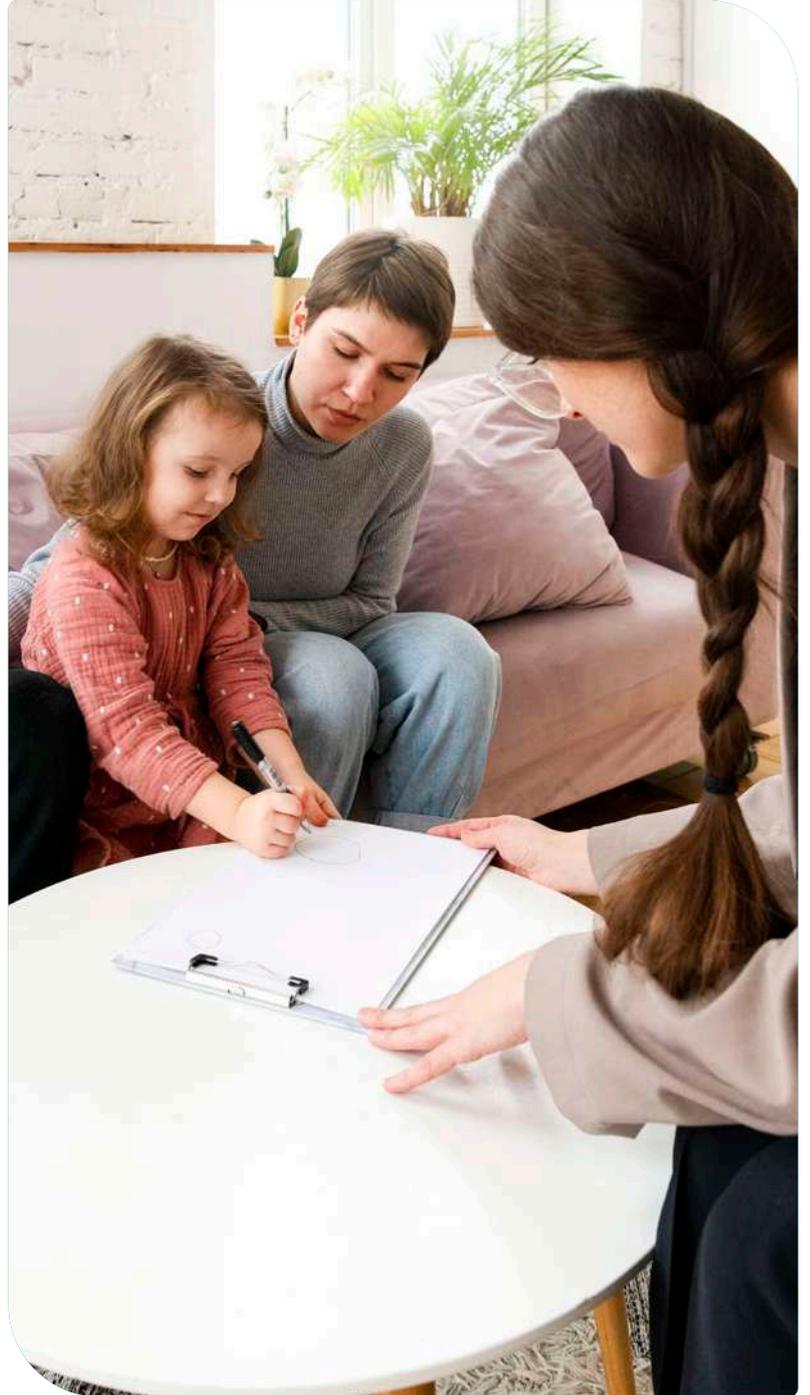
قد زار هذا الطفل العديد من العيادات، ومع ذلك، لم يكن والده راضياً عن الخدمات التي قدمت لابنه، وكان يترك العيادة ويذهب إلى عيادة أخرى وهكذا مستمراً في ذلك، وهو يعتقد أن الأخصائيين يحاولون خداعه وسرقته.

وجه الأب الفاضل سؤالاً يعكس عدم فهمه لطبيعة الخدمات والبرامج المقدمة ولطبيعة مشكلة ابنه، كان سؤاله هو: «هل أنت تتبع نهجاً مشابهاً للأخصائيين السابقين؟ هل يتطلب ذلك تكرار التدريب وممارسته في المنزل، وهل يستغرق وقتاً لرؤية النتائج؟»

البرامج العلاجية تتطلب التكرار والبدء بخطوات صغيرة، مثل المحاكاة المباشرة، وصولاً إلى الخطوة الكبيرة المنشودة، وهي تعميم التعلم وانتقال أثره وتطبيقه في مواقف الحياة اليومية المختلفة. ولا يمكن تحقيق ذلك إلا من خلال مشاركة الآباء بنشاط في المنزل. فالمنزل يلعب دوراً مهماً في تطور وتحسن الطفل، وهو لا يقل أهمية عن الدور المحوري لجلسات العلاجية، ونود تأكيد أن هذه البرامج تستغرق وقتاً أطول مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

في النهاية، يجب على العائلة والأخصائيين أن يكونوا ملتزمين ومرنين، حيث لا يمكننا تقديم حلول سحرية أو توفير أدوية تعالج هذه الحالات فوراً.

يلعب العمل الجاد والتدريب المنتظم والمشاركة الفاعلة من الأهل دوراً حاسماً في تحقيق تحسّن مستدام للطفل، ويجب أن نتذكر أن كل طفل فريد وله مساره الخاص في التطور والتقدم.



فاز بحث طبي بحريني حول تقييم مدى انتشار القلق بين النساء الحوامل في مؤتمر أبوظبي للصحة النفسية المتكاملة «ADIMH». وقالت د. أبرار النشيط المشاركة في البحث أن 90 بحثاً شارك في المؤتمر، وتم قبول قبول 41 بحث للمشاركة بها كملصق في المؤتمر للتنافس على أفضل 5 مراكز.

وأوضحت د. أبرار النشيط طبيب متدرب في قسم النساء والولادة بمجمع السلمانية الطبي أن البحث أنجز بالمشاركة مع زميلتها د. ندى عبداللطيف تحت إشراف د. ناهد كمال استشارية النساء والولادة وطب الأم الحامل والجنين.

وقالت أن البحث استهدف تقييم مدى انتشار القلق بين النساء الحوامل، واستكشاف عوامل الخطورة المرتبطة بذلك، ومقارنة وجود القلق في كل مراحل الحمل لدى النساء الحوامل اللاتي يترددن على عيادات ما قبل الولادة بمستشفى السلمانية الطبي.

وبيّنت أن 90 بحثاً شارك في المؤتمر، وتم قبول 41 بحث للمشاركة بها كملصق في المؤتمر للتنافس على أفضل 5 مراكز، وقالت: «لله الحمد نال بحثنا المشارك المركز الرابع وما تحقق هو نتيجة لتضامر جهود جنود مجهولين بالخصوص دعم رئيسة القسم د. مريم محمود ولجنة الأبحاث والأخلاقيات بمجمع السلمانية الطبي والممرضات العاملات بقسم النساء والولادة وتعاون الحوامل المشاركات في الدراسة».

وتمنت د. النشيط المشاركة في بحوث مستقبلية تسهم في تطوير الخدمات الطبية في المملكة وتمثيل البحرين خير تمثيل في مختلف المحافل، وتقديم بالشكر للقائمين على المؤتمر للتميز في تنظيمه وتحقيق أهدافه نتيجة مشاركة مجموعة من الأكاديميين والباحثين والمرضى وكل من لديه خبرة مباشرة أو اهتمام بقضايا الصحة النفسية.

ويعّد مؤتمر أبوظبي للصحة النفسية المتكاملة في نسخته الرابعة أكبر مؤتمر للصحة النفسية المتكاملة في المنطقة، أقيم يومي 27 و 28 من شهر يناير 2024. وفر المؤتمر منصة لمناقشة الأفكار الجديدة وأحدث الابتكارات، التي تهدف إلى تحسين نوعية حياة الأفراد والأصدقاء والعائلات والزملاء الذين يعانون أعراضاً في الصحة النفسية.

د. أبرار النشيط تعرض بحثها



د. ناهد كمال



د. ندى  
عبدالفتاح

# بحث بحريني يفوز في مؤتمر "ADIMH"

المصق الفائز

## Prevalence and Risk factors of pregnancy-related anxiety in Bahrain

Abrar Majdi Al Nasheet, MBBS, BAO; Nada Abdulfattah Abdulaal, MBBS; and Nahid Abdullatif Kamal, MPhil

### Introduction

During pregnancy, there are several physiological, hormonal, psychologic, and social changes, associated with increased risk of emotional suffering and psychiatric morbidity. Although pregnancy is usually received with joy, satisfaction, and self-fulfillment, some women experience variable levels of anxiety.

Anxiety levels	No.	%
No anxiety	241	47.0
Moderate	195	38.0
High	77	15.0

### Objectives

To assess the prevalence of pregnancy-related anxiety, explore related risk factors, and compare the anxiety levels during each gestational trimester, in women attending the antenatal care clinics at a tertiary care hospital in Manama, Bahrain.

### Methods

This study followed a cross-sectional research design at the Antenatal Clinics of Salmaneya Medical Complex, Bahrain. Direct interviews with 513 participants were conducted pregnant women attending the antenatal clinics using the Pregnancy Anxiety Questionnaire-Revised-2 (PRAQ-R2).

### Results

The age of most participants (63.0%) was 25-35 years old. The majority (85.6%) were Bahraini nationals, 56.9% lived within nuclear families, 52.2% were university-educated, and 41.3% had school-level education. Almost two-thirds were unemployed, 28.1% had associated chronic comorbidities, and 3.1% had associated psychiatric disorders. 15% of

### Conclusions

Anxiety is a common disorder among pregnant women in Bahrain. It is more prevalent during the 3<sup>rd</sup> trimester, and its associated with women's employment, previously complicated pregnancies, and unplanned current pregnancies.

### Recommendations

Screening for pregnancy-related anxiety be a part of routine antenatal check-ups to detect high-risk groups. Structured childbirth health education for pregnant women as a part of routine antenatal care.

## CDCP1

## جين يساعد القلب المريض

يدرس الباحثون في مايو كلينك السمات الجينية للمرضى الذين أصيبوا حديثاً باعتلال عضلة القلب الضخامي، أحد أكثر أسباب فشل القلب شيوعاً، واكتشفوا جيناً معيناً يمكن استهدافه من أجل تطوير العلاجات الدوائية المستقبلية. ويُذكر أن هذا المرض يُضعف من قدرة البطين الأيسر للقلب على ضخ الدم بفعالية إلى باقي الجسم. وفي هذه الدراسة التي تعتبر أول دراسة جماعية على مستوى الخريطة الجينية، يسعى الباحثون إلى اكتشاف السبب وراء تحسّن بعض المرضى بعد إصابتهم بهذه الحالة بينما لا يتحسن البعض الآخر.

وقال رئيس فريق الدراسة د. نافين بيريرا طبيب القلب لدى مايو كلينك والمهتم بدراسة التغيرات الجينية وآثارها على تشخيص وعلاج الأمراض القلبية الوعائية: «لقد اكتشفنا تغييراً جينياً في جين CDCP1 وهو جين لم يسمع عنه أحد من قبل في مجال أمراض القلب واكتشفنا ارتباطه بتحسّن وظائف القلب لدى هؤلاء المرضى».

ويمكن أن يؤدي التغيّر الجيني في جين CDCP1 إلى اختلافات في بنية البروتين ومن المحتمل أن يؤثر ذلك على التعرّض للعديد من الأمراض أو استجابة هذه الأمراض لعلاجات معينة.

وقد حدد الباحثون وفحصوا دور جين CDCP1 وذلك بسبب ارتباطه بتحسين قدرة البطين الأيسر للقلب على ضخ الدم بفعالية لدى المُصابين باعتلال عضلة القلب الضخامي. وغالباً ما يتم التعبير عن جين CDCP1 بطرق مختلفة في الأرومات الليفية (النسجة الضامة) لدى مرضى هذه الحالة. إضافةً إلى ذلك، فإن التليّف (زيادة النسيج الضام الليفي في القلب) له دور هام في التنبؤ بهذا المرض.

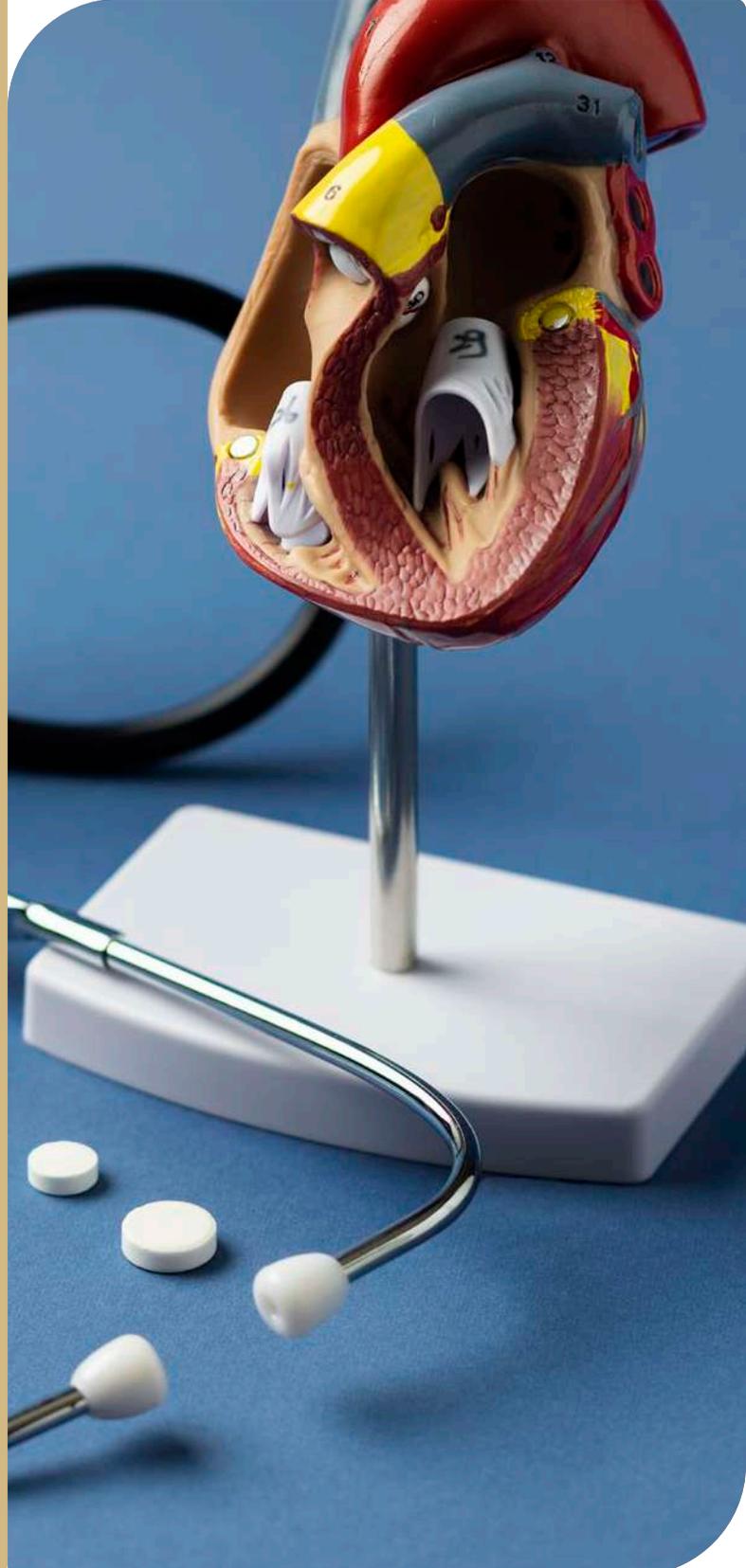
ومن المثير للاهتمام أن د. بيريرا ذكر أنهم اكتشفوا أن التغيّر الجيني في جين CDCP1 أو بالقرب منه ارتبط ارتباطاً كبيراً بالوفاة الناتجة عن فشل القلب.

كما لاحظوا أن تقليل التعبير عن هذا الجين في النسيج الضام للقلب قلل بدرجة كبيرة من انتشار التليّف في القلب كما قلل الجين IL1RL1. فهذا الجين يشقّر أحد أهم العلامات الحيوية لفشل القلب وهي sST2. وترتبط المستويات العالية من هذه العلامة الحيوية بالتليّف والوفاة، ويؤدي انخفاض جين CDCP1 إلى انخفاض التعبير عن هذا البروتين. ويُعتبر فهم تنظيم sST2 وعلاقته بجين CDCP1 والتليّف أمر مهم لتطوير استراتيجيات القضاء على الآثار الضارة لفشل القلب.

ويشرح الدكتور بيريرا أن هذه الاكتشافات تعزز من إمكانية استهداف جين CDCP1 للحد من تليّف القلب، وهذا بدوره يؤدي إلى تحسين وظيفة القلب، ولذا، فهذه الدراسة لها آثار هامة على تطوير علاجات دوائية جديدة لعلاج اعتلال عضلة القلب الضخامي وحالات أخرى تتأثر بالتليّف.

ووفقاً لتقرير صادر عن الجمعية الأمريكية للقلب، فإن فشل القلب تشخيص يزداد انتشاراً في الولايات المتحدة مع توقع تأثيره على أكثر من 8 ملايين شخص بحلول عام 2030 وتحقيق زيادة بنسبة 46% عن التقديرات الحالية.

ويتسبب اعتلال عضلة القلب الضخامي في ما بين 30% و40% من حالات فشل القلب.





### المنصورة - خاص

في الثاني والعشرين من يناير من العام 2024م قامت جامعة المنصورة بالاحتفال بتخريج الدفعة الثانية عشرة من طلبة نظام المنصورة مانشستر للتعليم الطبي، وذلك في فندق رمادا المنصورة.

وقد كان الحفل برعاية عميد كلية طب المنصورة الأستاذ الدكتور أشرف شومه، الذي قام هو وآخرون من أعضاء هيئة التدريس والشؤون الإدارية، وشؤون الطلبة بتكريم الخريجين ومنحهم الشهادات، وسط حضور الأهالي المصريين والبحريين وغيرهم من الجنسيات العربية.

# بحريينون يتفوقون في جامعة المنصورة



Dr. Sara Ebrahim

د. سارة إبراهيم



Dr. Abdulla Buhma

د. عبد الله بوحميد



Dr. Kawthar Shehab

د. كوثر شهاب

وقد أعرب شوما عن سعادته بتخريج هذه الدفعة، معرباً عن شعوره بالفخر لكونه جزءاً من هذه المؤسسة وأن على الخريجين أن يشعروا بالفخر كذلك.

وأضاف إنه كان سعيداً بسماع قصصهم عبر السنوات الماضية، والتعرف على العقبات التي تجاوزوها ليكونوا هنا اليوم...نحن هنا لأن الآباء والعوائل الرائعين الذين ولدوا أفضل الطلبة والخريجين من هذه المنشأة..دعوني أقدم احترامي لكل أولئك الآباء الذي بذلوا الجهد للوصول إلى هذا اليوم.

كما أود أن أشكر - والحديث ما يزال للأستاذ الدكتور شوما - كل أولئك الموظفين الذين عملوا بجد طوال سنوات لمساعدتنا على تخرجكم في هذه المناسبة الخاصة، إنهم قلب وروح هذا المكان، وهم الذين التزموا بتطوير التعليم أولئك جميعاً يستحقون كل التقدير..عبر سنوات ليست طويلة، كنت في مقاعدكم، أحلم بالغد وما بعده، حلمت طويلاً، وأريدكم أن تحلموا أكثر وأكثر مما كنت أحلم به.



سعادته الكبيرة بمشاركة خريجي هذه الدفعة في احتفال تخرجهم، وعبر عن فخره الحقيقي بهم، مؤكداً أن اجتهادهم أنتج هذه اللحظات الرائعة في حياتهم.

أعلم - يقول الدكتور نجم - أنكم ربما واجهتم أوقاتاً صعبة وتحديات خلال مشواركم في التعليم الطبي، خصوصاً خلال جائحة كورونا، ولكنكم فعلتموها وهذا يعطي للنجاح طعمه، أثبتتم أن الأشياء الجيدة تكون من نصيب أولئك الذين يضحون في سبيل الأهداف العظيمة.

ويواصل نجم قائلاً: خلال السنوات الست ونصف الماضية شهدت التغييرات التي حدثت لكل منكم، والتي جعلتكم أقوى، وأكثر نضجاً، وأكثر استعداداً لمواجهة التحديات.

أعزائي الخريجين.. أن تكون طبيباً هو مسؤولية ضخمة، الطب ليس فقط مهنة نمتينها إنها كل الحياة التي تعلمتم فيها شيئاً جديداً كل يوم، كل مريض التقيتم به علمكم درساً مختلفاً.

وتمنى للخريجين أينما ذهبوا أن يكونوا فخراً لعوائلهم، لكليتهم وأوطانهم.

وقد أدى الأطباء الخريجون قسم الطبيب وسط أجواء غامرة من الفخر والسعادة للأساتذتهم وعوائلهم التي كانت حاضرة من جنسيات مختلفة منها البحرين.

هذا وقد حازت الدكتورة كوثر لبيب محمد شهاب المركز السابع عشر على مستوى الكلية، والأول على الوافدين، كما حاز الدكتور عبد الله عيسى جاسم على المركز التاسع عشر، فيم حازت الدكتورة سارة إبراهيم عبد الله علي على المركز العشرين.

وأردف شوما: أنتم مستقبل الغد تحصلون على التكريم لقدراتكم التي ستتمو لتكونوا مواطنين مسئولين غداً ولتحقيق غاية القيم، أعزائي زملاء المستقبل..الكلية تمنحكم أكثر من درجة علمية، كونوا جاهزين لكل الإيجابيات..استمتعوا بهذا اليوم.

وقد أعربت نائبة العميد للشئون الطلابية الأستاذة الدكتورة بسمة شومان عن فخرها بما حققه أبنائها الطالبات والطلبة خريجو برنامج طب المنصورة مانشستر الطبي، وأنها سعيدة بتهنئتهم على هذا الإنجاز، مؤكدة أنهم قاموا بعمل عظيم، واجهتم التحديات وضحوا بطاقتهم ووقتهم لتحقيق هذا النجاح.

وأضافت: وأنتم تتخرجون هناك الكثير لتقوموا به في الأيام القادمة، تقع على عاتقكم المسؤولية للمساعدة في خلق مستقبل أفضل لأنفسكم، أسركم، مستقبل أفضل لمجتمعكم ووطنكم.

ونحن نحتفل اليوم باجتهادكم وتضحياتكم ومنابرتكم تذكروا أن تشكروا كل أولئك الذي قاموا بدعمكم خلال مشواركم الدراسي، آباءكم، عوائلكم، مدرسيكم وموظفي الكلية - الذين لولاهم - لم تصلوا إلى هذا المستوى!

وبالنتيجة، تختم شومان حديثها قائلة: أريد كلاً منكم أن يمضي من هنا بالثقة مع أطيبت تمنياتنا القلبية وأن تعملوا بنشاط لحياة طبية كريمة، إعملوا بجد، إعلموا أطلاقاً كبيرة، خططوا قدماً كونوا أمناء وذوي أخلاق عالية، مع كل الحب والفخر اليوم ودائماً.

وقد أعرب الأستاذ الدكتور أحمد نجم مدير البرنامج عن



20  
23

# حصار

26



افتتاح مستشفى الملك  
حمد - الإرسالية الأمريكية

يناير 2023

06



افتتاح مبنى عيادات  
الخدمات الطبية الملكية  
بالمستشفى العسكري

يناير 2023

26



الصحة العالمية:  
عالي والبسيتين والساية  
مدن صحية

فبراير 2023

16



افتتاح وحدة عبد الله كانو  
لعلاج أورام الأطفال

فبراير 2023

20  
23

# حصص



09



كيمز هيلث "تفتتح مركز  
غسيل الكلى

مارس 2023

01

تمكين  
Tamkeen

"تمكين" تستقبل طلبات  
الدعم الأطباء

مارس 2023

20



البحرين فارما تصنع أول  
دواء في البحرين

مارس 2023

19

تفعيل التعديلات على الإجراءات المتخذة  
لمكافحة فيروس كورونا (كوفيد-19)

اعتباراً من 19 مارس 2023



إلغاء إلزامية فترة العزل  
الصحي للحالات القائمة  
بالفيروس، مع حثهم على  
عزل أنفسهم لمدة 5 أيام



اعتماد الفحص السريع  
كأداة تشخيصية في مراكز  
الرعاية الصحية الأولية دون  
الحاجة لإجراء فحص (PCR)

إلغاء العزل الصحي على  
المصابين بفيروس كورونا

مارس 2023



20  
23

# حصار

24



تدشين أول عيادة تخصصية  
للربو الشديد في المملكة

مايو 2023

20



دخول البحرين  
موسوعة غينيس بأكثر  
رقم لفحوصات السمع

مايو 2023

19



تسليم مركز بنك البحرين  
الوطني للتملب المتعدد

يونيو 2023

05



افتتاح توسعة غرف  
العمليات والإفاقة بالسلمانية

يونيو 2023



20  
23

# حصص

06



جامعة الخليج العربي تنعى  
د. خالد العوهلي

أغسطس 2023

03



أول عملية زراعة جهاز  
سمعي عظمي لفتاة

أغسطس 2023

05



الإعلان عن إجراء 117 عملية  
قلب مفتوح للأطفال من  
مارس 2022 - 2023

سبتمبر 2023

28



دواء "باكسلوفيد"  
المضاد لفيروس كورونا (كوفيد-19)

متوفر  
في جميع مراكز  
الرعاية الصحية  
الأولية

توفر "باكسلوفيد" المضاد  
لفيروس كورونا في مراكز  
الرعاية الصحية الأولية

أغسطس 2023

# 20 23

# حصص



09



افتتاح مركز الطب  
التجديدي في جامعة  
الخليج العربي

أكتوبر 2023

11



إدخال اللقاح المضاد  
لفيروس الورم الحليمي  
البشري للفتيان والفتيات

سبتمبر 2023

15



إجراء أول زراعة  
كبد في البحرين

نوفمبر 2023

01



ولي العهد يوجه  
رسالة للأطباء

نوفمبر 2023

20  
23

# حصص



البحرين تجيز استخدام  
المريض (CASGEVY Exa-cel)  
فقر الدم المنجلي (السكرلر)

ديسمبر 2023



تعيينات لقادة  
المؤسسات الصحية

نوفمبر 2023



وزارة الصحة: توفير أحدث تطعيم من  
(فايزر-XBB 1.5) المضاد لفيروس كورونا والمتحورات  
الجديدة في مراكز الرعاية الصحية الأولية

الفئة العمرية  
12 عاماً فما فوق

تم تحديثه  
لتحليل الفيروس الجديد  
والتحولات الجديدة  
في أواخر عام 2023

تم اعتماده  
من قبل اللجنة الوطنية  
للصحة العامة في البحرين

متوفر الآن  
في مراكز الرعاية  
الصحية الأولية  
والثانوية

موقع وزارة الصحة  
www.health.gov.bh

توفير أحدث  
تطعيم من فايزر

ديسمبر 2023



وضع حجر الأساس لمركز  
حسين علي يتيم الصحي في  
مدينة سلمان

ديسمبر 2023

# الزرق

## “سارق البصر”

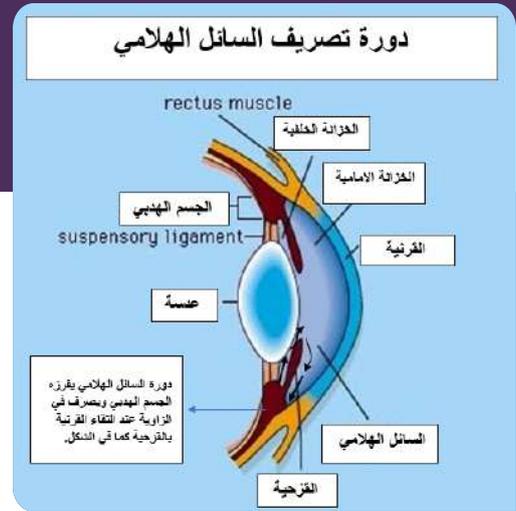
# 1

د. هدى الغامدي

استشارية عيون تخصص

دقيق جلوكوما (الزرق)

الزرق (سارق البصر) المشهور باسم الماء الأزرق أو الجلوكوما (باللاتينية) هو مرض يصيب العين ويؤدي إلى ضمور العصب البصري وتناقص مجال الرؤية تدريجيًا ومن ثم العمى الذي لا يمكن علاجه. وأحد أهم أسباب المرض هو ارتفاع ضغط العين الذي يكون نتيجة خلل في تصريف السائل الهلامي الذي يفرزه الجسم الهدبي في مقدمة العين (الخرانة الأمامية للعين)، فيؤدي ذلك إلى احتباس وتنامي ضغط السائل فوق المعدل الطبيعي (أكثر من 21 مم زئبق) كما في الشكل (1).



الشكل 1

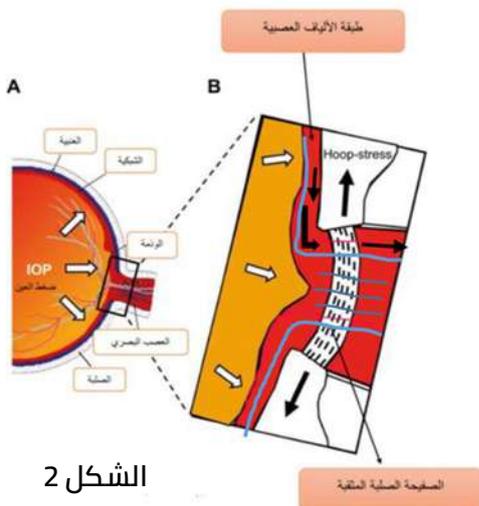
الأوعية الدموية مثل ظاهرة رينود.

و يظهر أن العصب البصري حساس لأدنى ارتفاع في ضغط العين ربما بسبب خلل في الصفيحة التي تمر من خلال ثقبها الألياف العصبية (LAMINA CRIBROSA) كما هو في الشكل (2).

وقد يلعب الجهاز المناعي دورًا ما فقد وجدت أجسام مضادة يفرزها الجسم ضد أحد مكونات العصب مثل الجليكوزمينوجلايكان (Glycosaminoglycan)

هناك عوامل أخرى تلعب دورًا مهما في إخلال تروية العصب (وهو الأرجح) مثل أن الأوعية الدموية التي تصب في العصب البصري قد خسرت مرونتها بفعل التصلب مما يؤدي إلى تقليل ضغط الدم في الأوعية الدموية الصغيرة المغذية للعصب وإذا صاحب ذلك هبوط عام في ضغط الدم فهذا حتمًا سيؤثر على تغذية العصب ومن ثم ضموره.

وعلى أي حال كيفما كان السبب الذي يؤدي إلى الإصابة بهذا النوع من الزرق على الطبيب الفاحص أخذ هذا المرض بعين الاعتبار عند فحص كبار السن خصوصًا إذا كان المريض يعاني من أمراض في الأوعية الدموية مثل الشقيقة، وظاهرة ريناد أو قد أصيب بها. وملاحظة العصب ملاحظة دقيقة أثناء الفحص حيث أن 30% من المرضى يكون لديهم نزيف في طرف العصب البصري.



الشكل 2

ويمكن تقسيم الزرق إلى نوعين من الناحية التشريحية:

1. النوع ذو الزاوية المفتوحة.

2. النوع ذو الزاوية الضيقة.

وكلا النوعين سواء كان أولياً أو ثانوياً (بسبب ما، كالتهابات العين ونحوها أو خلقياً أثناء تخلق الجنين) يكون ارتفاع ضغط العين هو العامل المشترك كمسبب لتلف العصب في معظم الحالات غير أن هناك فئة غير نادرة من مرضى الجلوكوما ذو الزاوية المفتوحة يكون الضغط في المدى الطبيعي 8 - 21 مم زئبق ومع ذلك يضر العصب البصري تدريجيًا ويحصل العمى في النهاية تماماً كما في حالة الزرق المزمن الذي هو أكثر شيوعًا، لذلك يطلق عليه بالزرق المنخفض الضغط أو ذو الضغط الطبيعي للتفريق بينهما .

الزرق ذو الضغط الطبيعي:

يصيب عادة كبار السن متوسط العمر 60 سنة. وهناك دراسات توضح أنه يصيب اثنين من كل ألف بعد سن الـ 40 سنة وعموماً اتفقت الدراسات كلها أن عمر المريض الذي يصاب بالزرق الأولي المزمن مرتفع.

تعتبر النساء أكثر عرضة للإصابة من الرجال بهذا النوع بنسبة 2 : 1. ويكثر عند اليابانيين والكوريين مقارنة بالأوروبيين وشمال أمريكا، وللعامل الوراثي دور حيث وجد أن الجين المسؤول يوجد في ذراع الكروموزوم العاشر منطقتي 14 و 15 وكثيراً ما يعطي المريض تاريخ الإصابة بالشقيقة وغيرها من الأمراض التي تنتج بسبب خلل ما في انقباض عضلات



نور الرباح  
مدرّب لمرضى التصلب المتعدد  
دولة الكويت

# الحمية والأم أس: التغلب على التصلب المتعدد

كثير من الأشخاص المصابين بمرض التصلب العصبي المتعدد يتناولون المكملات الغذائية. من المهم معرفة أي مكملات مرض الأم أس مفيدة بالفعل، وأيها قد تكون ضارة. تظهر المنشورات الطبية والعلمية بوضوح أن بعض مكملات مرض الأم أس مفيدة، ولكن بعضها ضار أيضًا.

## مكملات الأحماض الدهنية الأساسية:

أظهرت الدراسات أنه من خلال إضافة الدهون المتعددة غير المشبعة إلى النظام الغذائي على شكل حمض أوميغا 6 الدهني، وحمض اللينوليك، هناك ميل نحو تقدم أبطأ لمرض الأم أس، ولكن النتائج كانت غير حاسمة بعض الشيء. كانت هذه ثلاث تجارب رسمية مخططة ذات شواهد، وكانت جميعها سيئة الإعداد. لم يخفض أي منها تناول المرضى للدهون المشبعة ولم تتناول المجموعات الضابطة مادة غير نشطة. تم إعطاؤهم حمض الأوليك أو زيت الزيتون. لقد ثبت أن زيت الزيتون يقلل من شدة التهاب الدماغ والنخاع المناعي الذاتي التجريبي (EAE)، وهو نموذج حيواني لمرض الأم أس.

وكانت الأرقام صغيرة جدًا في كل دراسة فردية بحيث لا يمكن الحصول على تأثير ذي دلالة إحصائية. لذا، قامت مجموعة من الباحثين بتجميع النتائج ونظروا في التأثير الإجمالي، مع السماح ببعض الاختلافات بين الدراسات. وقد أظهروا انخفاضًا ملحوظًا إحصائيًا في معدل

التدهور مع مكملات حمض اللينوليك لأولئك الذين يعانون من إعاقة بسيطة أو معدومة عند الدخول إلى الدراسة.

نظرت تجربة أجراها فينيزجيرالد وزملاؤه في عام 1987 في آثار الاستشارة الغذائية على نتائج الأم أس. تم تشكيل المجموعة من عدد من مرضى الأم أس الذين شعروا بالأسى بسبب عدم توفر العلاجات المتاحة لهم بعد التشخيص. كان توجههم غذائيًا. ابتكر البروفيسور مايكل كروفورد، أستاذ التغذية بجامعة نوتنغهام، نظامًا غذائيًا غنيًا بالأحماض الدهنية الأساسية، ويوفر كمية جيدة من الفيتامينات والمعادن.

دخل الدراسة 200 شخص مصاب بالمرض. كان هناك معدل تسرب مرتفع لأن النظام الغذائي والاختبارات والتحليلات كانت صارمة للغاية. بقي ثلاثة وثمانون في الدراسة لمدة 34 شهرًا. وقد نُصِحوا بتقليل تناول الدهون المشبعة وزيادة الدهون المتعددة غير المشبعة، بالإضافة إلى زيادة مضادات الأكسدة. بالنسبة لأولئك الذين امتثلوا للتوصيات، وفقًا للتحليل الغذائي الدقيق، لم يكن هناك تدهور كبير في الإعاقة؛ أما بالنسبة لمتبعي الحمية الغذائية ضعيف المستوى، فقد تفاقمت الإعاقة. أثبت الباحثون أن متبعي الحمية الجيدة قاموا بتعديل نظامهم الغذائي من خلال مراقبة مستويات الدهون في الدم.

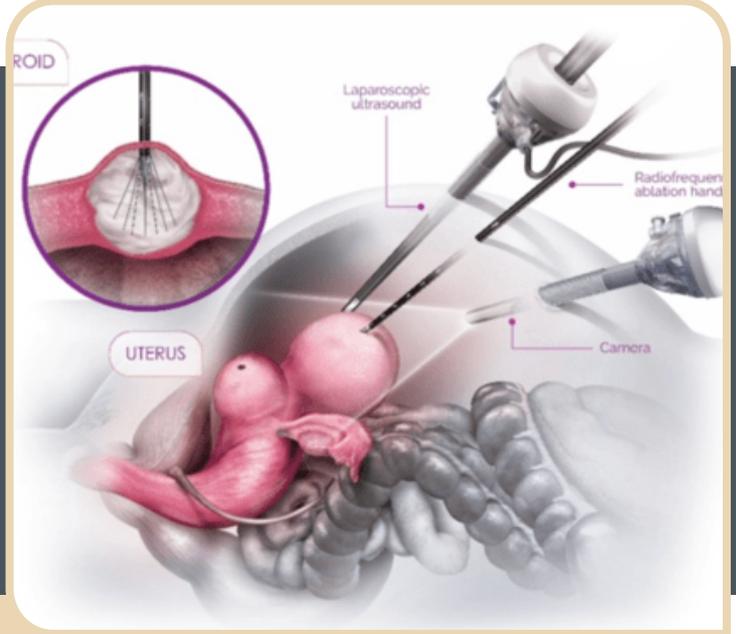
كلمة الكوتش نور:

ترتفع قيمتك عندما تزداد قدراتك ومعرفتك وتوازنك

محمد الخالدي

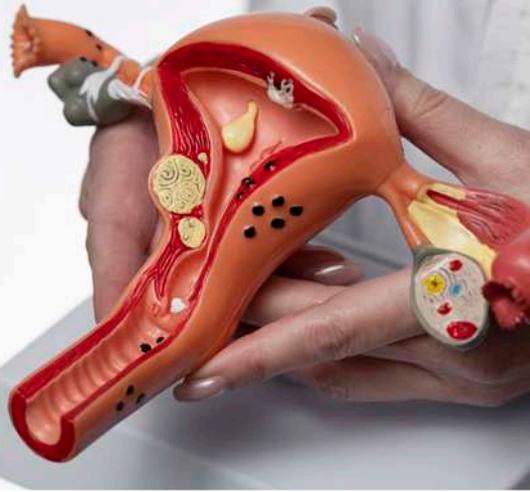


# علاج غير جراحي للأورام الليفية الرحمية



قالت ميشيل لوي، دكتورة في الطب، جراحة أمراض النساء واختصاصية الأورام الليفية في مايو كلينك في ولاية أريزونا، أن هناك إجراء طبي أحدث غير جراحي لإزالة الأورام الليفية.

الأورام الليفية الرحمية هي السبب الرئيسي وراء خضوع النساء لعمليات استئصال الرحم، مما يجعلهن غير قادرات على الإنجاب.



الليفي، مرسلين بذلك ترددات راديوية ذات موجات حرارية لاستهداف الأورام الليفية.

تقول د. لوي: «تُستخدم الطاقة لتكسير أنسجة الورم الليفي، وهذا يسبب تقلص الأورام الليفية التي تصبح أقل إنتاجًا للأعراض».

وأفضل جزء في ذلك كله أنه لا توجد فترة نقاهة بعد الإجراء.

تقول د. لوي: «أعتقد أن هذه أسرع فترة تعافي نستطيع أن نقدمها لعلاج الأعراض المرتبطة بالأورام الليفية».

أعراض الأورام الليفية الرحمية:

الشعور بالألم أثناء الاتصال الجنسي.

الشعور بألم أو ضغط في منطقة الحوض.

دورات شهرية ممتدة أو غزيرة.

التبول المتكرر.

عادةً ما تُشخص الأورام الليفية لدى السيدات بين أعمار 20 و40 عامًا، والتي يمكن أن تسبب نزيفًا غزيرًا أثناء الدورة الشهرية بالإضافة إلى الألم والعقم.

الأورام الليفية هي أورام عضلية تنمو في جدار الرحم. وتكون أورامًا حميدة في أغلب الأحيان.

وقالت لوي: «حتى الأورام الليفية الصغيرة، يمكن أن تسبب اعتمادًا على أماكنها، اضطرابات في الدورة الشهرية أو نزول دم غزير أثناءها».

وأضافت أن علاجًا أحدث طفيف التوغل يسمى الاستئصال بالترددات الراديوية يزيل الأورام الليفية بفاعلية.

وأوضحت د. لوي: «إن هذه التقنية مفيدة بالفعل لعلاج الأورام الليفية الموجودة داخل جدار الرحم، لأن تلك الأورام كانت تتطلب منا في العادة إجراء شق في أنسجة الرحم لإزالة الورم الليفي وعلاجه».

حيث يُدخل الأطباء أداة تشبه الإبرة داخل الورم



د. نوال شعبون  
صيدلانية أولى

# فيتامين دال ما له وما عليه

يشمل مناطق الوجه، الأذرع، الأرجل، والظهر للحصول على الجرعة الكافية من فيتامين د واستكمال الباقي من الطعام الذي نتناوله.

وتبلغ الكمية الموصى بتناولها يومياً من فيتامين (د) بهدف الوقاية بعد استشارة الطبيب أولاً وعمل التحليل اللازم:

الرضع (0-12 شهراً): 400 وحدة دولية  
الأطفال (1-13 سنة): 600 وحدة دولية  
سن المراهقة (14-18 سنة): 600 وحدة دولية  
البالغين (19-70 سنة): 600 وحدة دولية  
كبار السن (71 سنة فما فوق): 800 وحدة دولية  
الحوامل والمرضعات: 600 وحدة دولية

من أهم أعراض نقص فيتامين د الإرهاق والضعف العام، ألم العضلات، آلام العظام والمفاصل، وخاصة آلام الظهر، تقلب المزاج، وفي الحالات الشديدة قد يعاني الفرد من الاكتئاب، تساقط الشعر، زيادة الوزن أو صعوبة في التخلص من الوزن الزائد.

تعتبر أشعة الشمس هي المصدر الرئيسي لفيتامين د ولكن مع احتمالية عدم تعرضنا لها بشكل كافٍ، والذي قد يعود لأسباب الهروب من حرارتها والتخوف من أضرارها، فيجب علينا تعويض ذلك بمعرفة مصادره في الطعام وتحضير وجبات غنية بفيتامين د وتعتبر منتجات الألبان من أهم المصادر بالإضافة إلى البيض وسمك التونة والسلمون والسردين ويُنصح بالتعرض لأشعة الشمس لمدة 15 - 20 دقيقة يومياً بدون استخدام واقي شمس بما

يلعب فيتامين د دوراً رئيسياً في الكثير من العمليات الحيوية في الجسم كبناء العظام والأسنان، سلامة الجهاز المناعي والوقاية من الأمراض، مقاومة الخلايا السرطانية، والمساهمة في علاج مرض الاكتئاب ويؤدي نقصانه في الجسم إلى الشعور بالتعب والإرهاق، ضعف العظام والعضلات واحتمالية التسبب في إصابة الأطفال بمرض الكساح، علاوة على ذلك، فقد يسفر عن نقصه سوء الحالة المزاجية والإحساس بالاكتئاب، بالإضافة إلى ضعف الجهاز المناعي.

التي تخزن في الجسم فإن زيادتها قد يسبب ما يسمى بتسمم فيتامين د والذي يحصل غالباً عند تناول جرعات عالية منه ومن أهم أعراض الجرعة الزائدة تراكم الكالسيوم في الجسم (فرط الكالسيوم)، مما يسبب الغثيان والقىء، ألم في البطن، لإمساك أو الإسهال، فقدان الشهية والضعف، والتبول المتكرر ويمكن للأعراض أن تتفاقم لتسبب آلام العظام، ومشكلات الكلى، مثل تكون حصوات الكالسيوم.

ونصيحتي الأخيرة لكم لا تهملوا هذا الفيتامين الهام ولكن أيضاً لا تفرطوا في استخدامه.

ومن الإجراءات الوقائية التي قد تساهم في تقليل احتمالية الإصابة بنقص فيتامين د ما يلي:

التعرض لأشعة الشمس المباشرة بمعدل طبيعي

اتباع نظام غذائي غني بالفيتامين د تناول المكملات الغذائية التي تحتوي على الفيتامين د

معالجة الأمراض والمشاكل الصحية التي قد تساهم في الإصابة بنقص فيتامين د، إن أمكن ذلك.

بما أن فيتامين د يعتبر من الفيتامينات



# الحل السحري

المؤكدة لجودتها في علاج المرضى، ومما لا شك فيه فإن جميع الطرق مفيدة ولا يمكن التقليل من جودة أي طريقة، وبحسب الخبرات مع المرضى فقد تفيد أحدهم طريقة علاجية معينة بنسبة 100%، وآخر قد لا يتحصل على الفائدة المرجوة من نفس الطريقة، ويعود ذلك لاختلاف طبيعة الأجسام في تقبل المؤثرات الخارجية.

قد يتبادر إلى ذهن الكثير من المرضى الاعتقاد بأن العلاج الطبيعي قد يوفر حلاً سحرياً فعالاً وسريعاً في جلسة أو جلستين ويمثل الكثير منهم من مواصلة العلاج في كثير من الحالات مما يتسبب في مضاعفة المشاكل.

وعلى الرغم من زخر العلاج الطبيعي بالكثير من الطرق والأساليب العلاجية الفعالة المختلفة ذات التجارب والأبحاث



زينب الهدار  
أخصائية علاج طبيعي

تحسنهم الحركي والوظيفي . فهو أيضا يُوجد العديد من البدائل التي يتم استبدالها في حال كانت التمارين المستعملة غير مناسبة للمريض تحت أي ظرف وتسبب له الإزعاج والألم أثناء أداءها.

ولربما يشعر بعض المرضى أثناء أداء بعض التمارين بآلام نسميها «بالحميدة» وهي محبذة أحيانا لقياس مدى الإستجابة العضلية والحركية أثناء التدريب، ولكن مع وجود آلام متكررة مزعجة يمكن لأخصائي العلاج الطبيعي أن يستبدل التمرين بآخر يوفر المزيد من الراحة مع مراعاة حفظ الكفاءة العلاجية.

ولذلك فإن العلاج الطبيعي هو حيلة تتابعية لإعطاء المريض نوعاً أو مزيج من بعض الطرق العلاجية مع إعطاء جسم المريض الفرصة لتقبل الخطة العلاجية ومراقبة التطور الحاصل في الحالة فإذا كانت الطرق العلاجية المتبعة مُحفزة للجسم بطريقة جيدة فهي فعالة ويمكن اعتمادها وتطويرها والبناء عليها لتحسين حالة المريض الحركية والوظيفية مع مراعاة الاهتمام في تغيير وتحسين الظروف الخارجية « نمط الحياة» المؤثرة في الحالة أيضاً.

ولأن العلاج الطبيعي يزخر بالكثير من التمارين والطرق العلاجية المختلفة التي توفر للمرضى وتزيد من فرص

ولهذا فإن العلاج الطبيعي يمكن أن يعتمد في كثير من الأحيان على أسلوب المراوغة في وضع الخطط العلاجية وجعلها خطط فردية تستقبل البدائل بسهولة لتحقيق الأهداف الموضوعة لذلك.

وتختلف أهداف الخطة في العلاج الطبيعي باختلاف نوع الحالات فقد يكون الهدف هو تحسين الحالات أو المحافظة على الاستقرار الحركي الموجود دون تراجع وانتكاس في الحالة، وأحيانا قد يكون لتسكين الألم والشد وتقوية العضلات كما في حالات العظام والعضلات المختلفة، وقد يكون ملازماً لبعض المرضى كالذين يعانون من أمراض المخ والأعصاب ليكون رفيق طويل الأمد يساعدهم في الإعتماد على أنفسهم قدر المستطاع بحسب قياس المهارات القدرات الحركية والوظيفية الأولية لديهم.

ولإنجاح الخطة العلاجية من المهم على الطرفين المعالج والمتلقي للعلاج تفهم الخطة ومدتها والنتائج المرجوة من الخطة العلاجية وخصوصاً للحالات التي تحتاج خطط طويلة الأمد.



# يحتفل بسنواته الأولى

## مستشفى الملك حمد الإرسالية الأمريكية

التنفيذي للشركات لدى  
المستشفى: «عندما تم افتتاح  
مستشفى عالي الجديد في  
العام الماضي، في 26 يناير، أصبح  
خامس وأكبر مرافق مستشفى  
الإرسالية الأمريكية».

احتفل بالذكرى السنوية  
الأولى لمستشفى الملك حمد  
الإرسالية الأمريكية بمنطقة  
عالي في 25 يناير 2024 في  
المستشفى فروعه.  
وقال د. جورج شيريان، الرئيس



«من خلال غرف العمليات المعيارية والمختلطة، وغرف  
الولادة، ووحدات العناية المركزة، ووحدات غسيل الكلى،  
ومركز أطفال الأنابيب، وعيادة العلاج البارومي، ومرافق  
ESWL، وجناح التنظير الداخلي، وتكنولوجيا التصوير -  
مثل المسح المقطعي المحوسب 128 شريحة والتصوير  
بالرنين المغناطيسي بقوة 1.5 تسلا - لدينا القدرة على  
تلبية أنواع احتياجات المرضى».

وأضاف: «بدءًا من العمليات الجراحية الخطيرة وحتى  
عمليات الولادة البسيطة للأطفال، فإن المستشفى  
مجهز لخدمة مجتمع البحرين بأفضل خدمات ممكنة».

وفي الختام قال د. جورج شيريان: «تأسس هذا  
المستشفى غير الربحي عام 1903، كأول مستشفى،  
ليس فقط في البحرين ولكن أيضًا في منطقة الخليج  
العربي بأكملها، وقد أنقذ حياة عدد لا يحصى من الأرواح  
ويستمر في خدمة المجتمع لأكثر من 120 عامًا».

وقالت جوليا توفى، الرئيس التنفيذي للمجموعات، خلال  
الإحتفال: «لقد افتتح ولي العهد رئيس مجلس الوزراء  
صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة  
المستشفى في نفس اليوم الذي شهد اكتمال 120  
عامًا من خدمة مستشفى الإرسالية الأمريكية للبلاد».

وقالت: «على الرغم من مرور 10 أشهر فقط منذ أن  
بدأنا العمليات التشغيلية في هذا المرفق الجديد، إلا أننا  
نستقطب المرضى حتى من خارج البلاد».

وصرح د. ديباك أبراهام رئيس الطاقم الطبي بالمستشفى  
إن مستشفى عالي هو مستشفى للرعاية الثلاثية.  
وأوضح: «بفضل الأطباء ذوي الخبرات والتكنولوجيا  
الطبية المتطورة، فإننا نلبي مجموعة واسعة من  
الاحتياجات الطبية والجراحية لمرضانا».

وأضاف بيتر كينيدي الرئيس التنفيذي للعمليات  
بمستشفى الملك حمد الإرسالية الأمريكية قائلاً:

وإن مقام الخوف والخشية الذي كان يسيطر على كيان المريض لم يكن بحاجة إلا إلى كلمة حانية ونبرة هادئة تبث في المريض روح السكينة وترجع له شعور الطمأنينة والتسليم، كلمة تربت على كتفه ولغة تعطيه الأمل بأن الغد أجمل، والقادم أفضل بإذن الله.

أما الموقف الآخر، فهو موقف مفعم بالجمال والحيوية، وينبغي أن يدرس، فرغم مرور ما يربو على العشرين عاما عليه، إلا أن صاحبه لا تزال تذكره، وأصبح الموقف لا يفارق ذاكرتها. تقول صاحبة القصة بأنها كانت ممثلة بالقلق والخوف، وكانت تجهش بالبكاء عندما أعلمتها الطبيبة أن ابنتها مصابة بداء السكري. تقول الأم: بادرني إحدى الممرضات فاحتضنتني وأصبحت تربت على كتفي وتسكن من خوفي، وبلغة ملؤها الطمأنينة والأمل أصبحت تحدثني بالصبر على البلاء وعن جزاء الصابرين، وبطبيعة المرض والعدد الكبير من المصابين به، وكيف أن المريض يمكنه التكيف معه والتغلب عليه وخصوصا في مراحل الأولى. لازالت الأم تتذكر هذا الموقف رغم ما مر عليه من أعوام، وما ذلك إلا لما تركه عليها من أثر عميق يستحق الذكر ويستعصي على النسيان.

ومن باب النافلة أضيف موقفا آخر يبين قوة الكلمات وتأثيرها على المريض؛ فقد كان أحد زوار المرضى في كل زيارة للمريض يبادره بلطف وبلغة فيها من الحماس والأمل مافيها، كان يبادر المريض قائلا: « ما شاء الله، اليوم واضح عليك التحسن أكثر من آخر مرة زرتك فيها». ولا أخفيكم ما لاحظته من هدوء وسكينة تحيط بالمريض في تلك اللحظات، وعلى غرار ما سبق، قرأت ذات مرة عن اختصاصية نفسية تعمل في أحد المستشفيات الأجنبية، ووظيفتها هي التظاهر بتنسيق الزهور والعمل في بعض الأعمال الهامشية في غرفة المرضى الذين يستعدون لإجراء العمليات الجراحية، وكانت وظيفتها القيام بالتحدث مع المريض حول الجراح الذي سيجري له الجراحة بعد قليل، وإيصال رسائل تطمئن المريض وتبعد عنه القلق، فتبين له كيف أن هذا الجراح يعتبر من أمهر الجراحين والمتخصصين في هذا المجال وقد أجرى عددا كبيرا من الجراحات الناجحة، وكيف أن هذا المريض قد حالفه حسن الحظ والطالع إذ أن هذا الجراح سيجري له هذه العملية الجراحية رغم جدولته المزدحم بالمواعيد، فيدخل المريض إلى غرفة العمليات وهو في قمة الطمأنينة والسكينة دون خوف أو قلق.

وختاماً، قد لا نحتاج لاستعراض الكم الهائل من الدراسات التي تتحدث

عن فن التعامل مع المرضى وأهمية الكلمة ودورها في نقل المريض من حالة الألم إلى الأمل، فالمناهج التعليمية والدورات التدريبية والكتب لا تستغني عن ذكره والتأسيس له، ولكننا نفتقر إليه واقعا هو الوقفة الصادقة مع النفس، وتفعل العود للقلب الممتلئ بالعطف والرحمة، واستشعار حاجة المريض إلى من يفهم ألمه ويسعى للتخفيف منه. وقديما قال حكماء الصين: «إذا لم تستطع أن تبسّم، فلا تفتح دكانا»، أما في مقامنا هذا فيمكن تطبيق ذات المقولة على كل عامل وعلى الخصوص في الحقل الطبي، فاللغة المنطوقة وغير المنطوقة لا بد أن تكون مختارة بعناية لكي تبلسم جراحات المرضى، لا أن تزيد منها. وخير من كلمات حكماء الصين ما نقل في تراثنا الإسلامي الروائي، فقد نقل الكثير في فضل الكلمة الطيبة وثواب الاهتمام بالمريض ورعايته وتعاهد شؤونه، فمما يؤثر عن نبينا الأكرم (ص) أنه قال: (الكلمة الطيبة صدقة)، كما ورد عنه (ص) في حديث آخر: (من قام على مريض يوما وليلة، بعثه الله مع إبراهيم خليل الرحمن، فجاز على الصراط كالبرق اللامع).



محمد الريس

ماجستير العلاج الطبيعي

## فن التأثير بالكلمات

تمتلئ المكتبات في العصر الحديث بكتابات التنمية البشرية وتضج أكثر بكتب مهارات التواصل والإتصال كون هذه المهارات الناعمة مطلوبة في كل نواح الحياة وجوانبها بدون مبالغة. أما في الحقل الطبي ... فالأمور لا تختلف كثيرا، بل إن الحاجة لمثل هذه العلوم والفنون تشدد وتتأكد؛ كون التعامل في هذا الجانب إنساني بالدرجة الأولى، ومهارات التواصل فيه من صميم العمل في كل محاوره وفي كل موقف مع المريض، فالكلمة هنا لها وزنها وتأثيرها، بل وحتى اللغة غير المنطوقة من لغة الجسد ونظرة العين وغيرها لها ماله من تأثير. ما دعاني للكتابة في أمر كهذا -رغم بديهيته- موقفان، موقف يعكس كيف يكون التعامل الإيجابي مثمرا ومؤثرا، والآخر يعكس مدى التأثير السلبي وربما الآثار الوخيمة للتعامل غير الإيجابي.

ففي موقف عابر من المواقف، سأل المريض أحد أفراد الطاقم الطبي سؤالا محاطا بالخوف والقلق، قال لها: «يعني أنا بموت؟» فردت عليه قائلة: «أني ما أعلم الغيب، بس كلنا بنموت»!

رغم عدم معرفتنا بتشخيص المريض ودرجة خطورته أو مرحلة المرض، وكذلك رغم عدم معرفتنا بالظروف النفسية والإجتماعية لمقدمة الرعاية الصحية في تلك اللحظة تحديدا، إلا أنه لا شيء يبرر ردة الفعل الصادرة منها وما يحيطها من برود وجفاء وتبلد في المشاعر، ونقص في خبرة التعامل مع المريض.

واغتنام الفرص في قطاع سريع النمو، وتمثل هذه الاستراتيجية خارطة طريق شاملة لتصبح المملكة مركزاً عالمياً للتقنية الحيوية بحلول عام 2040م.

وقال البيان الصحفي الذي نشرته وكالة الأنباء السعودية (واس) أن قطاع التقنية الحيوية الواعد سيوفر فرصاً كبيرة لتعزيز صحة وجودة حياة المواطنين، وتعزيز النمو الاقتصادي وإيجاد وظائف نوعية واستثمارات تسهم في تطوير صناعات جديدة، مع توفير بيئة أكثر استدامة، بما يسهم في تحقيق أهداف رؤية المملكة 2030.

ولفت البيان إلى أن قطاع التقنية الحيوية يُعد من القطاعات سريعة النمو، إذ أثبتت بعض التقنيات الحيوية نجاحها بمعدلات عالية، كما أنها تضم تقنيات ناشئة وحديثة يمكنها أن تنقل القطاع إلى مستويات جديدة ذات أثر كبير، وهذا ما يتسق مع إمكانات المملكة التنافسية ومزاياها الفريدة التي تعد أساساً للقطاع ومحفزاً تنموياً له. وقال البيان أن السعودية أكبر سوق إقليمي في مجال الأدوية واللقاحات، إلى جانب استثمارها في القطاعات المرتبطة بالتقنية الحيوية.

وأوضح أن المملكة تدعم تأهيل الكوادر الوطنية وتدريبها في مجالات البحث والتطوير والابتكار، فضلاً عن حرصها على تمكين البيئة التنظيمية والبنية التحتية التنافسية والرقمية، كما يوفر التنوع الجيني في المملكة ومناخها الجغرافي ظروفًا مثالية لإجراء الدراسات والأبحاث المعقدة.

وأشار البيان أن الاستراتيجية الوطنية للتقنية الحيوية تركز على أربع توجهات استراتيجية وهي: اللقاحات بهدف توطيد صناعة اللقاحات وتصديرها وقيادة الابتكار فيها، بالإضافة إلى التصنيع الحيوي والتوطين لزيادة استهلاك الأدوية الحيوية وتوطينها وتصديرها، وكذلك الجينوم بهدف الريادة في أبحاث علم الجينوم والعلاج الجيني، وأخيراً تحسين زراعة النباتات لتعزيز الاكتفاء الذاتي، وقيادة الابتكار في مجال البذور المحسنة.

وتعمل الاستراتيجية على تمكين الصناعة المحلية في مجال التقنية الحيوية، عبر تسهيل المتطلبات التنظيمية، وتوفير البنية التحتية المناسبة والتمويل، وستسهم الاستراتيجية ببرامجها ومبادراتها العديدة في تحفيز الجهود المبذولة لإيجاد الفرص لمستثمري القطاع الخاص في هذا المجال.

وتتطلع المملكة من خلال الاستراتيجية الوطنية للتقنية الحيوية إلى تحقيق الريادة في قطاع التقنية الحيوية على مستوى الشرق الأوسط وشمال أفريقيا بحلول عام 2030، والريادة على المستوى الدولي بحلول عام 2040.

ويأتي إطلاق الاستراتيجية الوطنية للتقنية الحيوية لتوحيد الجهود الحالية والمستقبلية، وتوفير بيئة تنظيمية مرنة، وبنية تحتية متطورة، إلى جانب تحقيق التكامل بين القطاعين العام والخاص، ودعم سلسلة القيمة للقطاع محلياً، كما يتضح تفصيل ذلك في النسخة المنشورة من وثيقة الاستراتيجية الوطنية للتقنية الحيوية التي تسلط الضوء على رؤية المملكة للقطاع.



## سمو ولي العهد يُطلق الاستراتيجية الوطنية للتقنية الحيوية

تسعى المملكة لأن تصبح مركزاً إقليمياً وعالمياً في مجال التقنية الحيوية، بالإضافة إلى تحقيق مستوى عالٍ من الاكتفاء الذاتي وإحداث أثر اجتماعي واقتصادي إيجابي، وذلك من خلال تركيز جهودها في قطاع التقنية الحيوية على أربعة توجهات استراتيجية ذات أولوية:



### الجينوم

لتعزيز سبل الوقاية الصحية وتعزيز الابتكار لتحسين جودة حياة المواطنين



### اللقاحات

لتعزيز إمكانات التصنيع المتكاملة ودعم البحث والتطوير في مجال اللقاحات التي تسهم في تحقيق الاكتفاء الذاتي



### تحسين زراعة النباتات

لتحسين زراعة المحاصيل وتعزيز الممارسات الخضراء التي تسهم في استدامة البيئة



### التصنيع الحيوي والتوطين

لتمكين الصناعات الحيوية محلياً لتحقيق الاكتفاء الذاتي وزيادة الصادرات النوعية

### التطلعات

إسهام قطاع التقنية الحيوية بنسبة 3% في الناتج المحلي الإجمالي غير النفطي بحلول عام 2040، بإجمالي أثر كلي يبلغ 130 مليار ريال سعودي

أن تصبح المملكة تجمعاً إقليمياً رائداً في قطاع التقنية الحيوية في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا بحلول عام 2030، وعالمياً بحلول عام 2040

خلق 11,000 وظيفة نوعية بحلول عام 2030

# السعودية تطلق استراتيجية التقنية الحيوية

أطلق ولي العهد السعودي الأمير محمد بن سلمان آل سعود الاستراتيجية الوطنية للتقنية الحيوية، التي تهدف إلى تعزيز مكانة المملكة كدولة رائدة في القطاع، وسترکز الاستراتيجية على تحسين الصحة الوطنية ورفع مستوى جودة الحياة، بالإضافة إلى حماية البيئة وتحقيق الأمن الغذائي والمائي، وتعظيم الفرص الاقتصادية وتوطين الصناعات الواعدة، مما سيسهم في تحقيق أهداف رؤية المملكة 2030.

وتهدف الاستراتيجية بحلول عام 2040 أن يسهم القطاع بنسبة 3% في الناتج المحلي الإجمالي غير النفطي، بإجمالي أثر كلي يبلغ 130 مليار ريال، بالإضافة إلى توفير آلاف الفرص والوظائف النوعية.

ويهدف إطلاق الاستراتيجية الوطنية للتقنية الحيوية لمعالجة التحديات

## جامعة الشارقة

## تفتتح مختبر "ذكي"

افتتح د. حميد النعيمي مدير جامعة الشارقة، ود. ألكساندر كوايشوف رئيس معهد سكولكوف للعلوم والتكنولوجيا بجامعة سكولتيك في روسيا، المختبر المشترك لأبحاث الذكاء الاصطناعي القائم على العلوم الطبية الحيوية، والذي يهدف إلى تحقيق طفرة نوعية في مجال الطب وتطوير الذكاء الاصطناعي والتعلم الآلي للتطبيقات الطبية الحيوية.

يأتي افتتاح المختبر ضمن برنامج التعاون المشترك في مجال تبادل المعرفة والخبرات في شتى ميادين البحث العلمي والتطبيقات التكنولوجية الحديثة بين جامعتي الشارقة وسكولتيك.

وقال د. حميد النعيمي سنعمل على إجراء بحوث مشتركة تهدف إلى تطوير مجالات تشخيص الأمراض المعقدة واستراتيجيات العلاج، وتحويل بعض الأبحاث العلمية إلى منتجات تجارية، لمواجهة التحديات الطبية المعقدة وتعزيز مستقبل الرعاية الصحية بدولة الإمارات العربية المتحدة وروسيا .

وأشار إلى أن المختبر يُعد تحولاً في مجال الطب، حيث يعمل على استخدام تطبيقات الذكاء الاصطناعي والرياضيات لإعادة تشكيل البحوث الطبية الحيوية، والتي تستهدف تطوير عدد من الحلول لدفع عجلة التقدم بمجال الطب الحقيقي لتحسين جودة حياة أفراد وشرائح المجتمع في جميع أنحاء العالم.



## «مختبر الابتكار»

# يستعرض التدخين في البحرين

استعرضت طالبة الدكتوراة بقسم إدارة التقنية والابتكار مريم زينل أهم النتائج الخاصة باستشراف المستقبل وتحليل البيانات الاجتماعية لفهم أبعاد مشكلة التدخين في البحرين من خلال منهجية التحليل الطبقي السببي، كما استعرضت تطوير حلول علمية مبنية على الدليل العلمي.

جاء عرض زينل في ندوة عقدتها قسم إدارة الابتكار والتقنية بجامعة الخليج العربي في سياق سلسلة ندوات الابتكار التي ينظمها خلال العام الأكاديمي الجاري في مختبر الابتكار «الابتكار الاجتماعي في قطاع الصحة».

واستعرض القائم بأعمال رئيس قسم إدارة الابتكار والتقنية بكلية الدراسات العليا، أستاذ سياسات الابتكار، أ.د. عودة الجيوسي عدداً من قصص النجاح والتجارب الريادية والحلول المبتكرة في قطاع التعليم والصحة وخدمة المجتمع من مختلف التجارب العالمية بالاعتماد على التفكير التصميمي وعلم النفس السلوكي.

واستعرض أ.د. الجيوسي خلال الندوة الإطار المفاهيمي لعملية الابتكار الاجتماعي والتي تشمل تحديد المشكلة وفهم السياق وبناء طول عملية من خلال الحوار والبناء المشترك مع المواطنين والمتنفعين، وعرض فرص الابتكار الاجتماعي لحل مشكلات مثل التدخين والسمنة والإدمان الإلكتروني والبطالة، مستشهداً بتجارب عالمية كتجربة بنك الفقراء لمحمد يونس.

وأضاف قائلاً: «أن مختبر الابتكار يوفر مساحة للاختبار والتجريب والتلاقي الفكري بين طلبة الدراسات العليا والمختصين لفهم المشكلات وبناء نماذج أعمال مبتكرة تعمل على توليد قيمة مضافة لتحقيق التنمية المستدامة وتمكن المجتمعات من التحول إلى الاقتصاد الرقمي أو اقتصاد المعرفة».

يذكر أن برنامج الدكتوراه في إدارة الابتكار والتقنية الذي بدأ منذ العام 2016 على تنظيم هذه النوعية من الفعاليات التي تعرض المستجدات لطلبة الدراسات العليا، وذلك في سياق جامعة الخليج العربي حتى العام 2027 الرامية الى توطين ثقافة الابتكار وتحفيز ريادة الأعمال والتحول الرقمي وتطبيقات الذكاء الصناعي في ظل اقتصاد المعرفة، وقد خرّج قسم إدارة الابتكار والتقنية أكثر من 40 خريج من طلبة الدراسات العليا على مستوى الماجستير والدكتوراه منهم عدداً من الفاعلين والمؤثرين والبارزين في قطاع التعليم والصحة والاقتصاد وإدارة الأعمال والتقنية.





د. شيماء غنيم  
طبيبة بيطرية

# الأمن الحيوي وتأثيره على الصحة العامة



الأمن الحيوي هو إتباع الإجراءات والممارسات التي تتخذ من أجل الحد من المرض أو التقليل من خطورته وفي ذات الوقت التخلص منه، ما يحقق أهداف المزرعة في الحفاظ على الصحة وزيادة الإنتاجية.

كما يجب على مسئولي مزارع الإنتاج الحيواني والداجني والسهمي إتباع ممارسات الأمن الحيوي لمنع وصول مسببات الأمراض المعدية إلى الأفراد أو أمراض أخرى قد تصيب قطعانهم.

## ثالثاً: المباني والإنشاءات:

- 1- التأكد من تطهير المركبات الداخلة إلى المزرعة.
- 2- وضع ممر تطهير للأفراد في مدخل المزرعة عبارة عن صندوق به رشاشات تقوم برش المطهر في صورة رذاذ على المارة.
- 3- الاهتمام برش جو المزرعة والأرضيات والممرات في نهاية يوم العمل بالمطهرات في الحدود وبالنسب المسموح بها بما لا يضر بالقطعان والأفراد (خاصة عند وجود زيارة بها عديد من الأفراد).
- 4- لا بد أن تسبق عملية التطهير عملية مكافحة للحشرات والقوارض وذلك برش مبيد حشري فعال على السبلة.
- 5- إزالة السبلة والروث من الحظائر وعنابر الدجاج وإخراجها خارج المزرعة لمسافة بعيدة.
- 6- السماح للحظائر أو العنابر بالجفاف ودخول الشمس فيه بعد التطهير للسيطرة على الأمراض.
- 7- يجب الحفاظ على مباني المزرعة لتكون محكمة الغلق خاصة أماكن تخزين العلف والسماذ بشكل يمنع دخول القوارض، الكلاب، القطط والحيوانات السائبة إلى المزرعة.

## تطبيقاتها:

### أولاً: الأفراد:

- 1- يجب أن يحتفظ بسجلات لزوار المزرعة ومواعيد الزيارات وأسماء الأشخاص وطبيعة أعمالهم وعناوينهم كي يكون مرجعاً - في حالة حدوث وباء للتقصي عنه عند الضرورة.
- 2- ارتداء الكمامات والالتزام بضوابط الأمان الحيوي في كل مزرعة.
- 3- تدريب العمال والموظفين خاصة المديرين والمشرفين بشأن الأمن الحيوي ووضع سجلات له.
- 4- التأكد من النظافة الشخصية للعمال.
- 5- وضع إشارات عدم دخول الأشخاص غير المرخص لهم للمناطق ذات الخطورة العالية داخل المزرعة.
- 6- يجب إجراء الفحص الدوري للعاملين بالمزرعة.

### ثانياً: المعدات والآلات:

- أن يكون لكل موقع معداته الخاصة به لتقليل انتقال مسببات الأمراض في حالة وجودها من منطقة إلى أخرى داخل المزارع. مع انتقاء معدات وأدوات يسهل تنظيفها وتعقيمها.

# إرشادات جديدة حول أخلاقيات الذكاء الاصطناعي وإدارته

المرتبطة بها وأخذها في الاعتبار بشكل كامل. نحن بحاجة إلى معلومات وسياسات شفافة لإدارة تصميم وتطوير واستخدام النماذج الكبيرة لتحقيق نتائج صحية أفضل والتغلب على عدم المساواة الصحية المستمرة».

وأوصت الإرشادات الموجهة للحكومات بتعيين وكالة تنظيمية موجودة أصلاً أو جديدة لتقييم واعتماد النماذج الكبيرة والتطبيقات المخصصة للاستخدام في الرعاية الصحية أو الطب - حسبما تسمح الموارد. إضافة إلى تقديم تدقيق إلزامي بعد الإصدار وتقييمات الأثر، تشمل حماية البيانات وحقوق الإنسان.

ووجهت توصيتين رئيسيتين لمطوري النماذج الكبيرة:

الأولى: «إشراك أصحاب المصلحة المباشرين وغير المباشرين- بمن فيهم مقدمو الخدمات الطبية والباحثون العلميون ومتخصصو الرعاية الصحية والمرضى- عند تصميم النماذج الكبيرة من المراحل الأولى للعمل.

الثانية: تصميم النطاق للنماذج الكبيرة متعددة الوسائط لأداء مهام محددة جيداً بالدقة والموثوقية اللازمة لتحسين قدرة الأنظمة الصحية وتعزيز مصالح المرضى. يجب أن يكون المطورون أيضاً قادرين على التنبؤ بالنتائج الثانوية المحتملة وفهمها.

## Ethics and governance of artificial intelligence for health

Guidance on large multi-modal models



أصدرت منظمة الصحة العالمية إرشادات جديدة بشأن أخلاقيات وحوكمة النماذج الكبيرة متعددة الوسائط (LMMs) - وهي نوع من تكنولوجيا الذكاء الاصطناعي التوليدي سريع النمو، تستخدم تطبيقاته في جميع مجالات الرعاية الصحية.

تحدد الإرشادات أكثر من 40 توصية للنظر فيها من قبل الحكومات وشركات التكنولوجيا ومقدمي الرعاية الصحية لضمان الاستخدام المناسب لهذه النماذج الكبيرة بهدف تعزيز وحماية صحة الناس. تشمل نماذج اللغات الكبيرة بعضاً من أسرع المنصات توسعاً مثل Bertg Bardg ChatGPT والعديد من المنصات الأخرى التي تحاكي فهم البشر وطريقة معالجة وإنتاج التواصل البشري.

وقال د. جيريمي فارار، كبير العلماء في منظمة الصحة العالمية: «لدى تقنيات الذكاء الاصطناعي التوليدي القدرة على تحسين الرعاية الصحية، ولكن فقط في حال قيام المعنيين بتطوير هذه التقنيات وتنظيمها واستخدامها بتحديد المخاطر



بتول محمد جواد  
أخصائية الأشعة التشخيصية

بإشراف:  
د. «جلىلة السيد عدنان»  
استشاري أشعة

بشكل عام أول ما يبدأ الشك في ذهن الطبيب باحتمالية وجود ورم داخل جسم المريضة فإن عادةً ما يكون التصوير بالرنين المغناطيسي هو الخيار الأنسب للتأكد. لذلك يجب على النساء اللواتي يشعرن بانتفاخ أو تورم في البطن أو أيضًا انزعاج وآلام في منطقة الحوض الذهاب مباشرةً إلى المستشفى واستشارة الطبيب إذا كان يستدعي إجراء التصوير بالرنين المغناطيسي أم لا. لما فيه من رؤية دقيقة وواضحة لشكل الورم، إذ يمكن الاعتماد عليه في التشخيص المناسب ولتفادي اكتشاف الورم متأخرًا أو احتمال انتشاره في مناطق أخرى في الجسم.

حيث إن انتشار سرطان المبيض يحدث ما بين أسابيع إلى أشهر، لذلك قُسمت هذه المرحلة إلى 4 مراحل مختلفة تشمل:

- 1 - المرحلة الأولى: عندما ينشأ الورم في أحد المبايض أو كلاهما.
- 2 - المرحلة الثانية: انتشار الورم إلى مواقع أخرى في الحوض قريبة من المبيض.
- 3 - المرحلة الثالثة: ينتشر الورم السرطاني إلى التجويف البطني أو العقد اللمفاوية.
- 4 - المرحلة الرابعة: أخيراً يمكن أن يظهر في أجزاء بعيدة من الجسم، خصوصاً الكبد والرئتين.

كأخصائي أشعة يمكننا استخدام صبغة تباين في هذا التصوير لمثل هذه الحالات للحصول على تشخيص أوضح وأكثر دقة لرؤية الورم. حيث إن من مميزات الصبغة قدرتها على التمييز بين شكل الورم والأنسجة الطبيعية الأخرى المحيطة بها.

تعد مادة الغادولينيوم إحدى عوامل التباين للصبغة التي يتم عادةً استخدامها في مستشفى السلمانية الطبي حيث يتم حقنها داخل الأوردة في يد أو ذراع المريضة قبل البدء بالفحص. لكن لا بد من استشارة الطبيب أولاً إن كان من الضروري حقن المريضة في هذه الحالة أم لا وأيضاً ضرورة التأكد من أن المريضة لا تشتكي من أي حساسية مسبقة ضد هذه المواد لتجنب الأضرار التي قد تحدث نتيجة لهذه الصبغة.

## في دور MRI

## في الكشف عن سرطان المبيض

تساعد أشعة التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI) بشكل كبير في الكشف المبكر عن سرطان المبيض لدى النساء، وإيجاد موقعه بالتحديد ومعرفة إذا كان الورم حميد أم خبيث من خلال إنشاء صور دقيقة ومفصلة لمنطقة الحوض بما في ذلك الأعضاء التناسلية الأنثوية منها الرحم والمبايض وقناتي فالوب، باستخدام مغناطيس قوي وموجات الراديو.

ما هو سرطان المبيض الذي يصيب معظم النساء؟

هو ورم خبيث يتكون في أحد المبايض أو كلاهما حين تبدأ الخلايا في النمو بطريقة غير طبيعية، ومن المحتمل أن تستمر هذه الخلايا في النمو والتكاثر بشكل لا يمكن السيطرة عليها، مما يتسبب في احتمالية انتشار الورم إلى مناطق أخرى من الجسم. حين تأتي المريضة إلى غرفة التصوير تستلقي على السرير الذي ينزلق داخل فتحة الأنبوب ويبدأ أخصائي الأشعة بمراقبتها من خلال نافذة غرفة أخرى طول فترة الفحص.



- 5 الجزء المشار إليه باللون الأبيض هو الورم الموجود في المبيض
- 5 الجزء المشار إليه باللون الأسود هو انتفاخ في منطقة البطن لدى المريضة الذي يعتبر أحد أهم أعراض سرطان المبيض

يقول د. خواكين سانشير سوتيلو، دكتور في الطب ورئيس قسم جراحة الكتف والمرفق في مايو كلينك: «ولكن لم يكن لدينا طريقة لتنفيذ هذه الخطة — التي هي غاية في الدقة — في غرفة العمليات».

كان ذلك حتى الآن. أجرى د. خواكين سانشير سوتيلو مؤخرًا أول عملية جراحية لاستبدال الكتف بتقنية الواقع المختلط. واستخدم فيها أدوات ونظارات واقية مصممة خصيصًا لإنشاء صورة مجسمة ثلاثية الأبعاد دقيقة للغاية للمفصل. تسمح أدوات وملحقات التصوير التجسيمي والواقع المختلط بوضع الغرسات بدقة تتراوح من 1 إلى 2 ملم وبدرجة إلى درجتين.

يقول د. خواكين سانشير سوتيلو: «تعمل هذه التقنية على تحسين الدقة والاتقان، خاصة بالنسبة لحالات الأكتاف الأكثر تعقيدًا المصابة بتشوه شديد وفقدان العظام».

ويضيف أن هذا أمر مهم، لأن «وضع الغرسة في المكان المناسب لها تمامًا له تأثير مباشر على المضاعفات والنتائج وطول البقاء».

لأنه إذا وُضعت غرسة استبدال الكتف بشكل خاطئ، فقد لا يستعيد المريض قدرًا كبيرًا من الحركة بعد الجراحة. وقد يُصاب هؤلاء المرضى أيضًا بمضاعفات قصيرة وطويلة الأجل مثل الخلع، أو تلف وتر الكفة المدوّرة، أو تداخل الغرسة داخل العظم.

يقول د. خواكين سانشير سوتيلو أن أي مريض مرشح لجراحة استبدال الكتف هو مرشح تلقائيًا لإجراء التجول عبر الواقع المختلط.

شهد د. خواكين سانشير سوتيلو الكثير من التغييرات خلال حياته المهنية كجراح عظام. ولكنه يقول إن هذا التغيير قد يكون أكثرها إثارة.

«ستتيح لنا هذه التكنولوجيا تنفيذ أشياء لم يكن من الممكن تصورها من قبل».

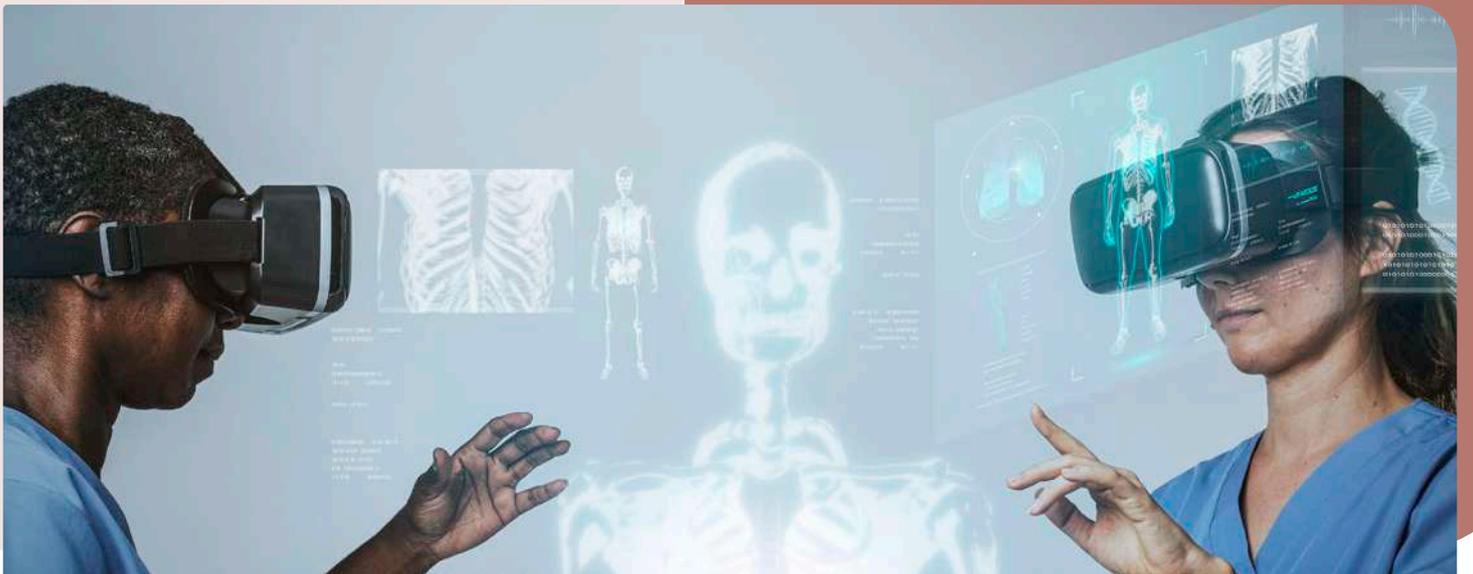
# يوفر مسارًا دقيقًا في

# جراحة استبدال الكتف!

# الواقع المختلط

يمكن أن تكون الصور المجسمة وسماعات الواقع الافتراضي جزءًا من تجربة لعب رائعة. ولكن هل تعلم أن نفس التكنولوجيا يمكن أن تحسّن من تجربة الرعاية الصحية أيضًا؟

جراحة استبدال الكتف بالكامل أو رُأب مفصل الكتف هي إجراء معقد يستبدل فيه الجراحون المفصل المتضرر بغرسات معدنية أو بلاستيكية. يساعد برنامج كمبيوتر الأطباء في وضع خطة جراحية لإظهار الموضع الذي يجب وضع فيه هذه الغرسات.



## GRADE 3 HEALTH EMERGENCIES



# نداء لجمع 1.5 مليار دولار في الطوارئ 2024

وسيمكن الدعم في عام 2024 من تقديم الرعاية الصحية المنقذة للأرواح، وتوزيع الإمدادات والمعدات الصحية الحيوية، إلى جانب صون الخدمات الصحية الأساسية لضمان الرعاية المستمرة. ويدعم التمويل إتاحة الرعاية الصحية المباشرة للمجتمعات المحلية في المناطق التي يصعب الوصول إليها، بشراكة مع المنظمات المحلية، وتقديم استجابة فعالة من أجل الرصد وتبادل المعلومات وتوثيق حالات تفشي الأمراض والهجمات على العاملين الصحيين. ومن الإجراءات الهامة الأخرى الحفاظ على نظم الرعاية الصحية القائمة وبناء القدرة على الصمود أمام تهديدات المستقبل.

ويشير النداء إلى مزايا تمويل دعم الأشخاص ذوي الاحتياجات الإنسانية. فكل 1 دولار أمريكي يستثمر في المنظمة يدر عائداً على الاستثمار لا يقل عن 35 دولاراً أمريكياً.

وسيخصص من التمويل مبلغ 334 مليون دولار أمريكي للإقليم الأفريقي، ومبلغ 705 ملايين دولار أمريكي لإقليم شرق المتوسط؛ ومبلغ 183 مليون دولار أمريكي للإقليم الأوروبي؛ ومبلغ 15.2 مليون دولار أمريكي لإقليم غرب المحيط الهادئ؛ ومبلغ 49 مليون دولار أمريكي لإقليم جنوب شرق آسيا؛ ومبلغ 131 مليون دولار أمريكي لإقليم الأمريكتين.

أطلقت منظمة الصحة العالمية (المنظمة) نداء لجمع مبلغ 1.5 مليار دولار يخصص لحماية صحة السكان الأكثر ضعفاً في 41 حالة طوارئ في جميع أنحاء العالم في عام 2024.

ويشمل هذا النداء حالات الطوارئ التي تتطلب أعلى مستوى من الاستجابة من المنظمة، بهدف الوصول إلى أكثر من 87 مليون شخص. ويأتي هذا النداء في سياق حالات الطوارئ المعقدة التي تتداخل فيها الأزمات الناجمة عن النزاعات وتغير المناخ وعدم الاستقرار الاقتصادي، والتي لا تزال تذكي النزوح والجوع وعدم المساواة.

وقال د. تيدروس أدهانوم غيبريسوس، المدير العام للمنظمة، «بالنسبة لمن يواجهون حالات الطوارئ، يشكل انقطاع الخدمات الصحية الأساسية في كثير من الأحيان الحد الفاصل بين النجاة والموت. وتنقذ الرعاية الصحية أرواح كثير من الأشخاص، من الأمهات اللواتي يلدن أثناء النزاع، إلى الأطفال الصغار في المناطق المتضررة من الجفاف، إلى من يتلقون علاج السرطان أو غسيل الكلى. وتسهم خدمات الرعاية الصحية إسهاماً حاسماً في كسر الدوامة التي غالباً ما تترك المجتمعات المحلية في وضع محفوف بالمخاطر يجعلها تعتمد على المزيد من المساعدات الطارئة.»

## 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

 htp\_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

# الإعلام الصحي

## ليس للشو!!

من المحزن جداً أن يصاب الإعلام الصحي بفايروس 'الشو' (Show) والسبب في مستغلي وسائط التواصل الاجتماعي، الذين يخلفون بأفعالهم الغير مسؤولة الكثير من الضحايا التي تنجر مع الأسف وراء من يدعون بأنهم «مؤثرون» ويبحثون عن متابعين هنا وهناك دون أن يعوا بعواقب أفعالهم.

«الإعلام الصحي» رسالة نبيلة لا يعمل فيها إلا أصحاب التخصص الواعين تماماً لمعنى الكلمة في الإعلام وجعلها رسالة هادفة تساعد المتلقي على كسب معلومات متنوعة تكون من مصادر موثوقة ومصدقة قد مرت عبر عدة مراحل تخصصية حتى أصبحت جاهزة للنشر الإعلامي.



محمد النشيب  
إعلامي متخصص  
في العلاقات العامة

لمتابعة مثل هذه التدخلات من أصحاب «الشو» في عبر اتخاذهم القطاع الصحي وسيلة للانتشار أو ترويج مواد طبية خارج نطاق التصريح الذي تفرضه الجهات المعنية والرقابية أو التي تسمح ببيعها في الصيدليات أو المحلات الأخرى لما تحمله من أضرار لا تحمد عواقبها.

المعروف أن أصحاب الأمراض المزمنة، أو الراغبين في القوام المتناسق أو الرشاقة الخارقة، وحتى الذين يعانون من السممة المفرطة هم أكثر ضحايا هؤلاء الذين اتخذوا من هذه الوسائط سبيلاً لترويج بضاعتهم المختلفة عبر بعض الناس الذين يجلسون خلف الشاشات ويروجون بكلمات معسولة مع بعض القسم الكاذب لخداع المتابعين واستغلالهم لدفع مبالغ طائلة وخيالية في بعض الأحيان على أمل كاذب للحصول على معجزة تنقلهم من الحال الذي هم فيه إلى التخلص من المعاناة والراحة الأبدية بين ليلة وضحاها.

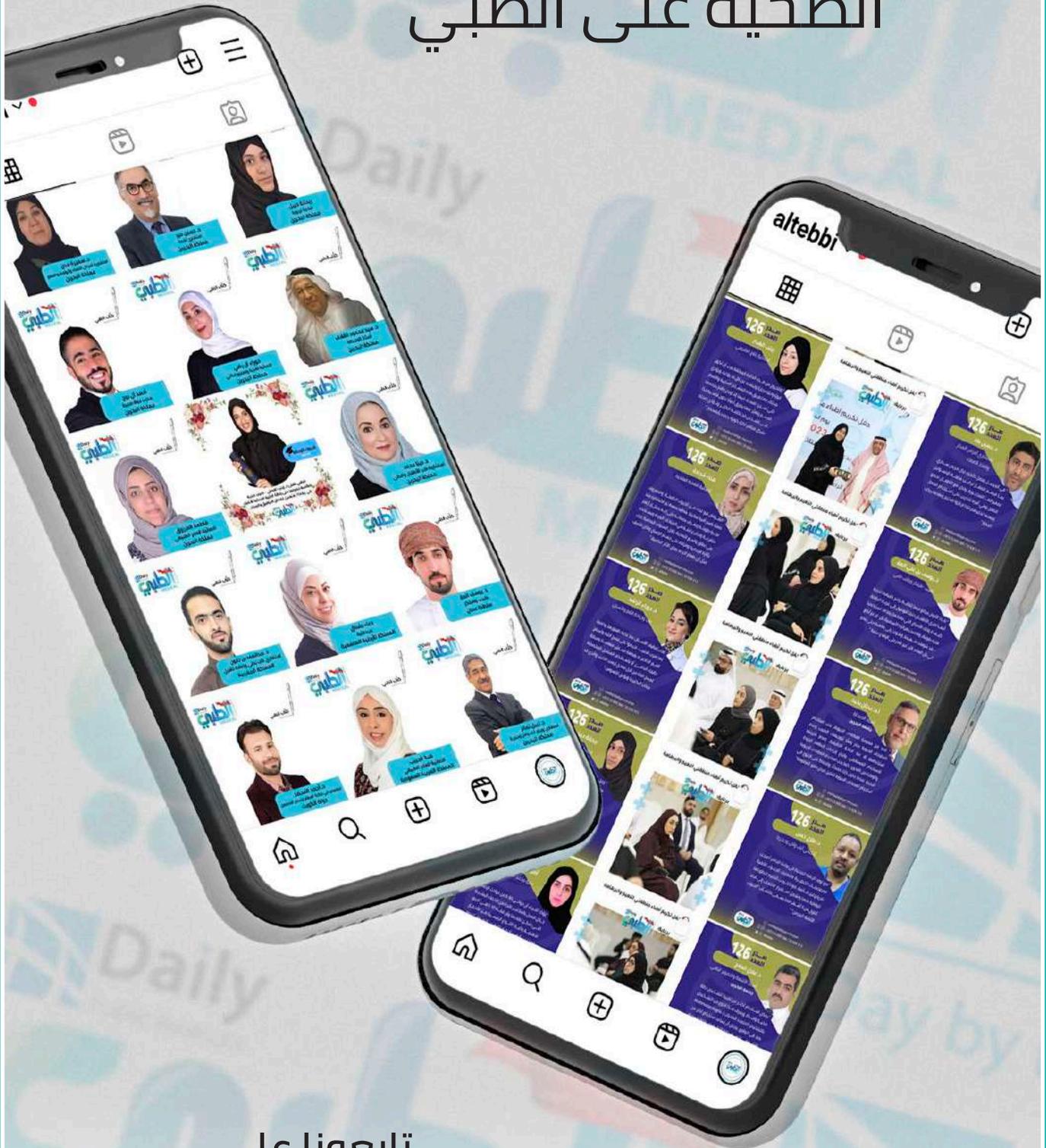
المطالبة بالتشديد على مثل هذه الأفعال المجرمة قانونياً في كل العالم أمر حتمي وعاجل، في المقابل هناك أمر لا يقل أهمية عبر تكثيف وسائل التوعية بهذه المخاطر من قبل الجهات الصحية والطبية والرقابية حتى تصبح مجتمعاتنا آمنة من هذه الآفات التي تعتقد «بالشو» وسيلة لترويج أخطارها التي لا تحمد عقباها لاحقاً.

العاملون في القطاع الصحي ينقسمون إلى عدة أقسام في عملهم وتقلدوا مناصبهم بعد سنوات طويلة من الدراسة الأكاديمية العامة والتخصصية واكتساب المهارات المهنية، وحضورهم دورات تطويرية، وأشرفت عليهم جهات إدارية تتبع أعلى المقاييس والمعايير العالمية من أجل أن تكون مخرجات النتائج عالية المضمون وذات فائدة للمتلقي، ومقدمها مسئول قانونياً عن أي إخفاق يحدث بعد ذلك.

ما يحصل الآن في «السوشيال ميديا» إنك تجد بعض من المغرمين بالشو والبروز عبر هذه الوسائط في تقديم معلومات صحية، وبعضهم طبية لمتابعيهم الذين يتابعونهم أصلاً لأمور أخرى بعيدة كل البعد عن هذا القطاع الحيوي والحساس المتعلق بصحة الناس، وضمان حياة خالية من الأوجاع، وقد ينجر إليهم عبر أساليبهم المتبعة بعض فقراء الوعي من أجل حلول سريعة وعاجلة تخلصهم من معاناتهم الصحية كما يقدمونها لهم معسولة ببعض الكلمات متناسين المضاعفات التي يمكن أن يخلفونها للمرضى المتابعين.

الرقابة الإلكترونية خاصة في دول مجلس التعاون الخليجي وعلى مدى السنوات الماضية أصبحت أكثر تشدداً في مراقبة المنشورات الإعلامية عبر مختلف كل الوسائل الإعلامية، وأفردت قسم الجرائم الإلكترونية

# اقرأ الأعلام الصحية على الطبي



تابعونا على...

    @altebbi

# Daily

Public Relations

Day by Day To the Top

إصدار المطبوعات  
Publications



التصميم الجرافيكي  
Graphic Design



العلاقات العامة  
Public Relations



البيانات الصحفية  
Press Releases



تنظيم الفعاليات  
Event Management



الإعلام الإلكتروني  
Web Management



+973 33600366 / +973 17686313

dailypublicrelations

www.dailypr-me.com info@dailypr-me.com