



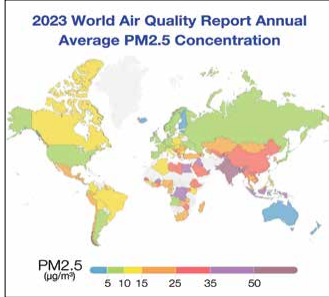
تقرير الرصد اليومي لأخبار القطاع الصحي في الصحافة المحلية Daily Media Monitoring Report for Helth Industry



اليوم : الأحد



التاريخ: 24 مارس 2024



في المقام الأول عن انبعاثات الغازات الدفينة، دوراً محورياً في التأثير في تركيزات ملوثات الهواء $PM_{2.5}$ ، كما أن انبعاثات الوقود الأحفوري مسؤولة في الوقت نفسه عن غالبية الوفيات المرتبطة بـ $PM_{2.5}$ معالجة أهداف تلوث الهواء وتغير المناخ في الوقت نفسه أمر ممكن، ويوفر فرصاً لإجراء تحسينات بيئية شاملة.

التوجيهية السنوية لمنظمة الصحة العالمية بشأن $PM_{2.5}$ ، لا يزال هناك الكثير من العمل الذي يتعين القيام به لمكافحة تلوث الهواء، في حين أن $PM_{2.5}$ يشكل مخاطر صحية مباشرة، فإن آثاره تمتد إلى ما هو أبعد من صحة الإنسان لتشمل العمليات البيئية المعقدة التي تتأثر بمتغير المناخ، يلعب تغير المناخ، الناجم

تحسن مؤشرات جودة الهواء في البحرين في ٢٠٢٣

بيانات من ١٣٢ دولة ومنطقة وإقليم. وفي عام ٢٠٢٣، زادت هذه الأرقام لتشمل ٧٨١٢ موقعاً في ١٣٤ دولة ومنطقة وإقليمياً. توسعت التغطية في إفريقيا بشكل كبير في عام ٢٠٢٣ مع إضافة سبعة بلدان جديدة إلى المنطقة. توسعت التغطية أيضاً في جميع أنحاء أمريكا اللاتينية مع إدراج أربع دول إضافية في عام ٢٠٢٣. وتغيب بشكل ملحوظ الدول الإفريقية مثل تشاد والسودان، بالإضافة إلى دولة إيران الواقعة في غرب آسيا، وفي عام ٢٠٢٣، نجحت ١٠ دول ومنطقة من أصل ١٣٤ دولة ومنطقة في تحقيق القيمة التوجيهية السنوية لمنظمة الصحة العالمية لـ $PM_{2.5}$ ، والمعروفة باسم $PM_{2.5}$ ، ومع تحقيق ٢٩ في المئة من المدن المبلغ عنها على مستوى العالم للمبادئ

بما في ذلك، على سبيل المثال لا الحصر، الربو والسرطان والسكتة الدماغية وأمراض الرئة، بالإضافة إلى ذلك، فإن التعرض لمستويات مرتفعة من الجسيمات الدقيقة يمكن أن يضعف النمو المعرفي لدى الأطفال، ويؤدي إلى اعتلال عقلي، القضايا الصحية، وتعقيد الأمراض الموجودة بما في ذلك مرض السكري. ولفتوا إلى أنه تم تجميع البيانات المستخدمة لإنشاء محطة مراقبة جودة الهواء التتبعية وأجهزة استشعار جودة الهواء منخفضة التكلفة التي تديرها المؤسسات البحثية والهيئات الحكومية والجامعات والمرافق التعليمية والمنظمات غير الحكومية غير الربحية والشركات الخاصة والعلماء والمواطنين. وتضمن تقرير جودة الهواء العالمي لعام ٢٠٢٣

البحرية والهيئات الحكومية والجامعات والمرافق التعليمية والمنظمات غير الربحية والشركات الخاصة والعلماء والمواطنين. وتضمن تقرير جودة الهواء العالمي لعام ٢٠٢٣

أظهر تقرير IQAir، عن جودة الهواء في العالم لعام ٢٠٢٣، تحسن مؤشرات جودة الهواء في مملكة البحرين العام الماضي مقارنة بعام ٢٠٢٢، ورغم ذلك حلت عشرين عالمياً والخامسة عشرة عالمياً قائمة البلدان عربياً ضمن قائمة البلدان الأكثر تلوثاً في العالم، والتي تصدرها بنجلاديش وباكستان والهند وهايتي وبنزينا فاسو والعراق والإمارات واليابال ومصر والكويت الديمقراطية والكويت والبحرين وقطر والندونيسيا ورواندا. ويقدم تقرير جودة الهواء في العالم لعام ٢٠٢٣ مراجعة عالمية لبيانات جودة الهواء لعام ٢٠٢٣. ويلخص التقرير بيانات جودة الهواء في ٧٨١٢ مدينة تمتد في ١٣٤ دولة ومنطقة وإقليم. تم تجميع البيانات المستخدمة لإنشاء هذا التقرير من أكثر من ٣٠ ألف محطة لمراقبة جودة الهواء تديرها المؤسسات

P 4

Link

الرأي الثالث

«البورد البحريني» .. متى؟؟

محمد المحميد

malmahmed7@gmail.com

المجلس البحريني للدراسات والتخصصات الصحية.. ولا يزال ابتائنا وبنائنا الأطباء بانتظار «البورد البحريني».

مساء الأمس قرأت خبر إعلان وزارة الصحة الكويتية ممثلة في معهد الكويت للأختصاصات الطبية «كيمز»، فتح باب استلام طلبات الالتحاق ببرامج التدريب الخاصة بالأطباء غير الكويتيين العاملين في وزارة الصحة «البورد الكويتي» وبرامج الزمالة.

وأكد معهد الكويت للأختصاصات الطبية في إعلان أن التخصصات هي طب العائلة والطب الباطني وبرامج الدبلوم المهني في الممارسة الطبية العامة وبرامج الزمالة للأمراض القلب للبالغين وأمراض الدم الإكلينيكية وطب الأورام وأمراض الكلى.

وأشار المعهد إلى أن الشروط أن يكون الأطباء الوافدون من العاملين في وزارة الصحة مستوفين الشروط ومجتازين الاختبارات المقررة، فهل سيضطر ابتائنا الخريجين للذهاب إلى الكويت وغيرها كي يحصلوا على «البورد»؟ فوائدهم الانتظار كبيرة والباحثون عن العمل أكثر.

فماذا تنتظر وزارة الصحة والجهات المعنية في بلادنا حتى تطلق وتنفذ برنامج «البورد البحريني»؟؟ فلفد سبقنا الآخرون في التنفيذ، ونحن من أعلن البرنامج قبل الجميع..!!

آخر السطر:

غدا الاثنين ٢٥ مارس، سيصادف الاحتفاء بيوم الشباب البحريني.. فيا ترى هل سيتحقق حلم الشباب في الحصول على وظيفة مناسبة، باعتباره الحلم الأكثر إلحاحاً وحاجة لدى الشباب البحريني..؟؟

أول السطر:

خالص التعازي والمواساة للعائلة البحرينية في ستره، التي نشب الحريق في منزلها الذي تقطنه ٤ عوائل من ١٧ شخصاً.. الأمر يستوجب تقديم العون العاجل للمساعدة، وهذا أمر نثق تمام الثقة أن الجهات المختصة لن تقصر فيه، مع البحث عن حالات الأسر البحرينية المتعددة في جميع محافظات البلاد، التي تسكن في بيت واحد.. وتلك مسألة تستحق العناية والاهتمام أكثر.

«البورد البحريني».. متى؟

بالأمس كنت في زيارة طبية عاجلة إلى مستشفى خاص، إثر ألم مفاجئ في «الغضروف»، وهو المرض الذي تشكو منه فئة كبيرة في البحرين، وعلى الرغم من ذلك فإن إدارة المستشفى خصصت مواقف للسيارات خارج المبنى مجاناً، مع توفير مواقف مدفوعة الثمن داخل المبنى.. ولا أدري ما أصل هذه «البدعة»، في فرض الرسوم على المرضى في عدد من المستشفيات في البلاد.. ولكن ليس هذا موضوعنا اليوم.

فرحت وسعدت كثيراً حينما وجدت شابة بحرينية تعمل في المختبر، وبلغتني أنها خريجة جامعة البحرين، ووجدت في كثير من الوظائف الإدارية يشغلها الشباب البحريني، ودعوت لهم بالتوفيق والثبات في الوظيفة.. ولكن ليس هذا موضوعنا اليوم.

الموضوع الذي أشغلتني وأشغل الناس، ولا يزال، هو «البورد البحريني»، للأطباء البحرينيين، فمتى سيتم تنفيذه؟ ومتى سنعالج هذه المشكلة؟ فمئذ أعلنت وزارة الصحة أن إطلاق «البورد البحريني» سيتم خلال العام الجاري، ومنذ عامين في مارس ٢٠٢٢ صدر المرسوم الملكي لإنشاء وتشكيل

P 9

Link

وفاة الجد والجدة جراء الحريق

النائب جليلة السيد: سيرة تعاني من تكديس العوائل .. ونحذر من حوادث مشابهة



التفاوض عنه والالتفاف حوله.
على جانب آخر قرام الدفاع
المدني بإخلاء مبنى بمنطقة
الحورة من قاطنيه احترازا وتمكن
من إخماد حريق اندلع بإحدى
شقق المبنى من دون وقوع إصابات،
والمعلومات تشير إلى أن سبب
الحريق هو الإهمال.

تفاديا لتكرار أي حالات مثل هذه لا
سمح الله. مجددة السيد مطالباتها
بأن يكون لأهالي ستره سيما
من أصحاب الحالات الخاصة
والصعبة نصيب في مدينتهم
الإسكانية والذي بات الآن مطلباً
ملحاً في ظل تكرار مثل هذا
الحدث المأساوي ولم يعد ممكناً



أكدت النائب جلييلة السيد أن حادثا اليمما وقع ظهر يوم الجمعة الماضي في منطقة ستره الخارجية في منزل يضم 4 أسر مكونة من 17 فردا يتكئون في مساحة صغيرة جدا في منزل مهالك في منطقة ستره الخارجية، أسفر عن وفاة الجد والجدة المسنين ودخول عدد من المصابين إلى المستشفى ولا يزال أحد المصابين حتى كتابة هذا الخبر يرقد بالمستشفى

تحت العناية المسندة لتلقي العلاج. وأشارت السيدة إلى أن أصر بينهم الجد والجدة بأنهم وحاضدهم، وزوجة أحد الأبناء حامل والبائع عدهم الإجمالي ١٧ فردا يعيشون في بيتهم تلك صغيرا جدا في مساحة تقل عن ١٥٠ مترا مربعا منذ سنوات طويلة كانوا ضحايا الحريق المميت، حيث تمكن الأخائي بإيادهم العارية من كسر نوافذ وأبواب المنزل والخارج أغلب أسطح المنزل من الطابق العلوي ثم الأسطح المجاورة ما تسبب في كسور ورضوض وإصابات مختلفة للمصابين، بينهم امرأة حامل بطفلهما، بينهم امرأة

[illegible]

مواقف السلمانية.. أزمة لا تنتهى



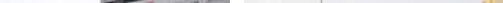
إعداد: محمد الساعي

معاناة يومية يواجهها المرضى .. والأطباء

« أطباء واستشاريون يوقفون سياراتهم في الشوارع وعلى الأرصفة

[illegible]

« مرضى ومراجعون: أصبحت المواقف الداخلية تجارة تكبدنا ميزانية كبيرة



والأسوأ من هذا وقتاً، إن الموثقين والمعرضين والأطباء وبعض الاستشاريين لم يسلموا من هذا الوضع، ولا توجد مواقف خصصة إلا لعدم من الاستشاريين والربط العالية، أما باقي المواقف المحلية فقد أغفلت في وجوههم، وسُويت إلى معاملة مدعوية، مما يضطر الأطباء إلى إيقاف سياراتهم في الشوارع وعلى الأرصفة، أو استنزاف ممتلكاتهم بطرق المكافحة المحلية المستفزة.

لا نذكر أن افتتاح مبنى المواقف متعدد الطوابق أسهم في تحقيق حدة الأزمة (داخل) المواقف المتسبب في حلقه. ولكن تم تليق لمشهد خارجها لأسباب منها ما جاز به حد المراجعين عندما سألته عن سبب ركنه يلائمه عند مركز الأميرة الجوهرة والتمشي مع زوجته إلى العيادات الخارجية حيث قالت: لدينا مرابحات مكرمة ومتعددة وأجانباً عدة سرات في الأسبوع. ومن الطبيعي في السلمانية لتناظر تلك ساعات في الموعود والأشعة الصيدلانية، فهل اطع في كل زيارة ديارين

مواضع آخر أبلفنا انه بعد ان عجز
من إيجاد موقف، اضطر الى التوقف على
لرصيف، لثاجاً بمخالفة وقوف خاملي عند

أحد الناشطين الاجتماعيين ترك تعليقا
افتتا بالإشارة إلى أن الدستور ينص على
جانبية العلاج في المملكة، ولكن المريض
ضطر إلى دفع رسوم المواقف عندما يريد
أن يتعالج!
والمملكة لا يعاني منها المراجعون
المرضيين فحسب، بل هي سكان العمارات
المكينة المحيطة بالمستشفى وأصحاب
لمحلات وغيرهم، حيث تحاصرهم مئات
السيارات التي تقف بشكل عشوائي إلى حدٍ يحلّف

امرضى ومراجعون يتجهون إلى سياراتهم في الطرقات.

أحد الأبناء تحت الملاحظة في العناية المركزة بعد إصابته بكسور في العمود الفقري وفاته الجدة والجدة جراً حريق ستره



السلمانية الطبي منذ مساء الجمعة.

وكان المرحوم الحاج أكبر عاشور قد فارق الحياة صباح أمس، بينما أعلن عن وفاة زوجته في المساء. ولا يزال أحد أبنائهما تحت الملاحظة في العناية المركزة بعد إصابته بكسور في العمود الفقري.

وكانت النائب جلييلة السيد قد أكدت في اتصال هاتفي مع «الأيام» أن وزيرة الصحة قامت بمتابعة حالة الجد والجدة الصحية وأكدت أنه لا يمكن إزالة الأجهزة الطبية من عليهم لصعوبة الحالة.

عباس العريض:

توفي أصحاب المنزل الذي نشب فيه الحريق بمنطقة ستره الخارجية، الحاج أكبر عاشور وزوجته، يوم أمس، متأثرين بجراح الحريق وحالة الاختناق التي أصابتهما، وتم تشييعهما في منطقة ستره.

وتعرض الفقيدان إلى حالة اختناق قوية وحروق متفرقة بعدما بقوا لمدة من الزمن داخل المنزل بعد نشوب الحريق لصعوبة الوصول إليهما، وأدخلوا إلى العناية المركزة في مجمع

P 7

Link

ستره تعاني من تكسّر العوائل.. ومهندون بحوادث مشابهة

السيد: منزل حريق ستره يضم 4 أسر قوامها 17 فرداً

السيطرة على الحريق. وأشارت السيد إلى أن جمعية ستره الخيرية قامت مشكورة بتوفير عدد من الشقق لتسكين العوائل المتضررة، فيما يتم التواصل والتنسيق حالياً مع عدد من الوزارات والمؤسسات الرسمية المعنية، بينها وزارات التنمية الاجتماعية والصحة والداخلية والإسكان، والمؤسسة الوطنية للأعمال الإنسانية، لاستكمال باقي الإجراءات، والتكاتف الكبير من الجهات المختصة ومركز ستره الاجتماعي وجمعية ستره الخيرية وجميع الأهالي.

إلى ذلك، حذرت النائب جلييلة السيد من إمكانية تكرار هذا الحادث المؤلم الذي لم يكن الأول، ويتركز في منطقة ستره، حيث تتكدس عوائل بأكملها في منازل صغيرة جداً وليست آمنة وليس فيها منافذ طوارئ، وبضاميم قديمة باجتهادات فردية.



في داخل أروقة وغرف المنزل، إذ أصيبا بالاختناق ونقلوا إلى المستشفى، وتوفي في أوقات متفرقة متأثرين من الحادثة. وثمنت السيد جهود الدفاع المدني لحضوره إلى الموقع، إذ أسهمت قواته في

مختلفة للمصابين بينهم المرأة الحامل بطفلها، وأطفال ونساء، فيما بقي الجد والجدة داخل المبنى ولم يتمكن الأهالي من العثور عليهما بسبب الدخان الكثيف ووجود الكثير من الأغراض المتكدسة

أكدت النائب جلييلة السيد أن حادثاً أليماً وقع ظهر أمس الأول (الجمعة) في منطقة ستره الخارجية، في منزل يضم 4 أسر مكونة من 17 فرداً يتكدسون في مساحة صغيرة جداً في منزل مهالك، أسفر عن وفاة الجد والجدة المسنين، ودخول عدد من المصابين إلى المستشفى، ولا يزال أحد المصابين - حتى كتابة هذا الخبر - يرقد في المستشفى تحت العناية المشددة لتلقي العلاج.

وأشارت السيد إلى أن 4 أسر بينهم الجد والجدة وأبنائهم وأحفادهم وزوجة أحد الأبناء حامل، والبالغ عددهم الإجمالي 17 فرداً، يعيشون في بيت مهالك صغير جداً في مساحة تقل عن 150 متراً مربعاً منذ سنوات طويلة، كانوا ضحايا الحريق المؤلم، إذ تمكن الأهالي من كسر نوافذ وأبواب المنزل وإخراج أغلب ساكني المنزل من الطابق العلوي ثم الأسطح المجاورة، ما تسبب في كسور ورضوض وإصابات

P 7

Link



بروفيسور د.
فيعل الناصر

الصوم والصداع

هل الصيام مسبب للصداع؟... وهل يجب عدم الصيام لتجنب حدوث الصداع؟... أسئلة يطرحها العديد ممن يشكون من الصداع المتكرر ونحن نجيب بأنه نعم قد تكون هناك علاقة بين الصيام وبين حدوث بعض أنواع الصداع كالشقيقة، كما أن الأشخاص الذين يصابون بالصداع في الحياة اليومية بشكل متكرر هم أكثر عرضة للإصابة بالصداع عند الصيام، إلا أنه توجد عدة أسباب لحدوث الصداع في أثناء الصيام؛ فأحد المسببات الرئيسية والمباشرة للصداع هو الإجهاد الناتج من اضطراب النوم بسبب السهر وقلة أو اضطراب ساعات النوم خلال الليل، علماً بأن الجسم يفرز بعض الهرمونات خلال النهار تعمل على التقليل من الحاجة إلى النوم، كما أن الأرق الناتج عن القلق والتوتر يؤدي إلى الإصابة بالصداع في أثناء الصوم. ومن الأسباب الأخرى التي بالإمكان الوقاية منها فهي: قد يحدث الصداع بسبب التعود على المنبهات كالشاي والقهوة والنيكوتين، وهذا النوع من الصداع يحدث في الأيام الأولى ويختفي فيما ويمكن التخفيف من هذا النوع من الصداع في أثناء الصيام عن طريق التقليل من كميات الكافيين المستهلكة والسجائر (لدى المدخنين) لعدة أسابيع قبل بداية شهر رمضان، كما قد يحدث بسبب تدني مستوى الجلوكوز أو نقص السوائل في الجسم أو انخفاض ضغط الدم، ومن الممكن الوقاية عن طريق الإكثار من شرب السوائل وخصوصاً الماء خلال الإفطار لتجنب نقص سوائل الجسم. وقد يحدث الصداع بسبب نقص الجلوكوز في الدم أو بسبب اختلاف مواعيد الأكل والشرب المعتادة أو نتيجة عسر الهضم وامتلاء المعدة بما يزيد على حاجتها من الطعام والشراب.

ولكن الصيام غالباً يمنع حدوث معظم آلام الرأس الناتج عن ضغوط الحياة والمشاكل النفسية؛ ففوائد الصيام تتخطى النواحي الجسدية، إذ يساعد على هدوء النفس مما يمنع حدوث الصداع أو الإقلال من نوباته وخصوصاً ذلك النوع المرتبط بالضغط والتوترات النفسية.

لقد بين الأطباء النفسيون أن معظم مسببات الإحساس بالتعب غالباً ناتج عن طبيعة الاتجاهات الذهنية والفكرية للإنسان وليست ناتجة عن مسببات بدنية أو عضوية، كما أنه من الواضح أن العوامل النفسية تؤثر تأثيراً مباشراً على القدرات الجسمية للإنسان مما تشعره بالإرهاق والتعب وبالتالي الصداع. ولأن الصوم يعمل على الاسترخاء الذهني وإزالة القلق والتوتر مع تخفيف التوترات النفسية، فهو يقي من المسببات الرئيسية لآلام الرأس متجاوزاً المستوى الفكري للإنسان فوق المستوى المادي المحسوس محدثاً الهدوء النفسي الذي يؤدي إلى خفض ضغط الدم المتسبب عادة في الصداع عند ارتفاعه، وهذا ما يعلمنا إياه النبي صلى الله عليه وآله وسلم لتدريب البدن وتهذيب النفس في الصيام عندما يقول «إنما كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث ولا يصخب فإن سبه أحد فليقلل إني صائم».

وفي الجانب الآخر يوفر الصوم فرصة لراحة معظم أجهزة الجسم وخصوصاً الجهاز الهضمي حيث إنه يضطرب بسبب الإفراط أو عدم الانتظام في الطعام مؤدياً لحدوث العديد من المشاكل الصحية وكذلك الصداع حتى أن أحد الأطباء عندما أراد توضيح العلاقة بين الأكل والأمراض قال «إن معظم الناس يحفرون قبورهم بأنفسهم»، لذا يعمل الصوم على تنظيم العملية الغذائية وتخليص الجسم من السموم المتراكمة فيه خلال العام وبالتالي ارتياح أجهزة الجسم والوقاية من المشاكل الصحية بما فيها الصداع، وذلك مصداقاً لقول رسول الله (ص) «صوموا تصحوا».

استفاد الطب من نتائج الصوم ما لم يستفد من نتائج العلاج بالعقاقير، حيث إن العديد من العلل تعالج بالصوم وتقنين الطعام، ولعل أشهر مصحة في العالم هي مصحة الدكتور هنريج لامان في سكسونيا التي تقوم على العلاج باستخدام الصوم، وتبعاً لذلك أنشأت مصحات أخرى عديدة على غرارها.

لذا فإن شهر رمضان ليس شهراً للعبادة فحسب، بل للتربية الجسدية والنفسية، وأن الفوائد المرتقبة لا تكمن في الثواب المرجو منه فقط، بل أيضاً في الفوائد الصحية والنفسية بما فيها الوقاية من الصداع المزمن وبالإمكان علاجه، مؤيداً لقول الله تعالى في محكم كتابه «وكلوا واشربوا ولا تسرفوا»؛ فالإسراف يؤدي إلى الخسران المادي والمعنوي والصحي.

الرئيس المنتخب للجمعية الدولية لأطباء العائلة (شرق البحر الأبيض المتوسط)
رئيس مركز الرعاية الصحية المنزلية



حملة الحاج حسن العالي تجمع 85 كيس دم



جمعت حملة الحاج حسن العالي للمتبرع بالدم التي تنظمها جمعية إسكان عالي الخيرية 85 كيس دم، من أصل 127 مشاركاً حضروا للتبرع مساء الجمعة 22 مارس 2024 في صالة جامع الإمام الحسين (ع) في منطقة إسكان عالي.

وقد شهدت الحملة إقبالاً كبيراً من المتبرعين الذين حرصوا على المشاركة في هذه الحملة السنوية في مبادرة تجسد مضمين سامية في العطاء.

وأعرب رئيس جمعية إسكان عالي الخيرية علي المسجن عن تقديره لكل المتبرعين الذين حرصوا على المشاركة بالعطاء، مشيداً بالدور الريادي لوزارة الصحة والقطاع الصحي في تحقيق الشراكة المجتمعية، بما يؤكد أهمية هذه الحملات التي تنظم على مدار العام والتي ترفد بنك الدم بمختلف أنواع فصائل الدم.

ولفت المسجن إلى أن الحملة اعتمدت على التسجيل الإلكتروني لعملية التبرع، والمؤشرات السنوية تبين تفاعلاً وتنساقاً كبيرين في المشاركة في هذه الحملة، وأن عدد الراغبين في التبرع تجاوز 127 فرداً قبل منهم 85، مشيراً إلى توفير 10 أسرة طبية، خصص 7 منها للحجز المسبق عن طريق خدمة الأونلاين، فيما كانت الثلاثة الأسر المتبقية للتسجيل المباشر عبر الحضور إلى موقع الفعالية، كما بلغ عدد المتطوعين في الحملة 25 فرداً من أعضاء الجمعية العمومية وأبناء المنطقة. وبين المسجن أن الجمعية تحرص على إقامة هذه الفعالية في أول يوم

جمعة من شهر رمضان المبارك من كل عام، منوهاً إلى ارتباط اسم الحملة بالمرحوم الحاج حسن العالي تكريماً له على عطائه الخير ويده الكريمة المعطاءة لأبناء المنطقة.

ونذكر أن إقامة حملة التبرع بالدم تأتي لترسيخ مبادئ عمل الخير والتشجيع على العطاء المستمر خدمةً للمجتمع البحريني والمساهمة في بناء نظام وطني قادر على التكيف للإمداد بالدم للمحتاجين دون مقابل.

وحرصت الجمعية على توفير خدمة التصوير الاحترافي المباشر، والتقاط صورة تذكارية للمتبرع وتسليمه الصورة مطبوعة كهدية في الوقت نفسه.

P 6

Link

مرض نادر يظهر أجزاء من وجوه الأشخاص مشوهة



مرض نادر يعاني منه قلة في العالم بسببه اضطراب حاد في الرؤية، يجعل الشخص يرى أجزاء من وجوه الأشخاص مشوهة بالشكل واللون أو الموضع، فيما تظل بقية أجزاء الجسم كما هي في شكلها الطبيعي ويعرف باسم «prosopometamorphopsia» أو «PMO».

فيكتور شارلا (59 عاماً) في ولاية ناشفيل الأمريكية أحد هؤلاء الأشخاص الذين أصيبوا به، وقد نشرت مجلة «ذا لانسيت» الطبية بحثاً حول حالته. يروي شارلا لشبكة «سي إن إن» الأمريكية أنه استفاق في أحد أيام الشتاء، ليجد صديقه الذي دخل عليه غرفته بوجه غريب، وكذلك حدث مع وجه حبيبته، حيث ظهر مثل «الشياطين» أو «مخلوقات في أفلام الرعب». ويقول إنه يرى أذن أي شخص مدببة، كما تبدو الوجوه بشكل عام مدببة ومشوهة. وأضاف: «حاولت أن أشرح لزميلي في الغرفة ما أراه، لكنه اعتقد أنني مجنون. خرجت ورأيت كل الوجوه مشوهة، وحتى الآن يحدث ذلك معي». وتابع أن الأمر «مثل التحديق في الشياطين. تخيل أن تستيقظ في صباح أحد الأيام، وفجأة يبدو كل شخص في العالم كمخلوق من فيلم رعب».

P 20

Link



د. مارسيليا إسبينولا

التهاب الأنف التحسسي والربو أكثر اضطرابات الحساسية انتشاراً لدى الأطفال



البلاد - فاطمة عبدالله

أكدت استشارية حساسية ومناعة الأطفال في المستشفى الملكي التخصصي د. مارسيليا إسبينولا أن التهاب الأنف التحسسي والربو من أكثر اضطرابات الحساسية انتشاراً لدى الأطفال. وفقاً لمنظمة الصحة العالمية، كان الربو التحسسي المستمر هو النوع الأكثر انتشاراً من الربو لدى البالغين في السنوات العشر الماضية.

ولفتت إلى أن هناك العديد من الأطفال ممن يشكون أيضاً من الحساسية الغذائية، التي قد تتمثل في حدوث رد فعل تحسسي حاد، في حالة الحساسية المفرطة، فقد تظهر أعراض الحساسية بشكل سريع، وتسبب الطفح الجلدي، وصعوبة التنفس، والاختناق، والتقيؤ، وقد تكون قاتلة في بعض الحالات لأن الحساسية تقوم بتعطيل العديد من وظائف الأعضاء الحيوية الداخلية، مبيئة أن في حال رد الفعل التحسسي الخفيف قد يصاب الطفل بالإسهال أو قد تظهر أعراض الطفح الجلدي مع وجود احمرار وحكة في الجسم وغالباً ما تختفي. وعن كثرة شكاوى الناس من زيادة أعراض الحساسية بعد الإصابة بوباء كورونا، أكدت أن معظم اضطرابات الحساسية المناعية موروثة ويمكن أن تتفاقم في أي وقت من الحياة نتيجة لمحفزات داخلية وخارجية، بما في ذلك العدوى الفيروسية والملوثات البيئية. لذا من المحتمل أن يصبح الأفراد الذين أصيبوا بالمرض أكثر

مرضى بعد الوباء، أو أن يشهدوا تفاقم أعراض الحساسية على الرغم من أنهم قد لا يشكون من أي أعراض في السابق. وذكرت أن حساسية الأنف عند الأطفال عادة ما تكون نتيجة تعرض الجسم لأي من مثبرات الحساسية، فإنه يفرز الإيمونوغلوبولين إي والهيستامين، الذي يعد مادة كيميائية طبيعية تقي الجسم من مثبرات الحساسية. تسبب هذه المادة في حساسية الأنف عند الأطفال وتؤدي إلى ظهور أعراض. وعن مسببات حساسية الأنف عند الأطفال قالت: إن التعرض لحبوب اللقاح أو غبار الطلع الذي ينتشر في فصل الربيع خصوصاً، عث الفبار، لعاب القطط ووبرها، الفطريات التي تنتشر في البيئات الرطبة والمواد الكيميائية التي تدخل في تركيب في كثير من المواد التي يتم استعمالها بشكل يومي مثل العطور ومواد التنظيف، يزيد من فرصة حدوث حساسية الأنف عند الأطفال، إضافة إلى أنه في حال كان أحد الوالدين أو أفراد العائلة المقربين مصاباً

بها أو بغيرها من الأمراض التحسسية فإن نسبة الإصابة ترتفع. وعن كيفية الكشف، ذكرت أنه يتم استخدام التاريخ السريري والفحص البدني، إلى جانب اختبارات حساسية الجلد مثل اختبار SkinPrick واختبارات المصل لبعض الأجسام المضادة والتي تساعد على تشخيص اضطرابات الحساسية. وأضافت: بما أن الحساسية هي نوع من الأمراض الالتهابية المزمنة، فإن الفشل في التعرف عليها وعلاجها في الوقت المناسب يمكن أن يؤدي إلى مجموعة من المشكلات الصحية، بما في ذلك مشكلات التنفس، إضافة إلى أنها قد تفرض قيوداً مرتبطة بالرياضة، إلى جانب أن الحالات أكثر خطورة مثل الحساسية المفرطة أو صدمة الحساسية تكون المضاعفات أكثر. وشددت على أهمية مراجعة طبيب الحساسية في أسرع وقت ممكن إذا ظهرت بعض الأعراض مثل السعال والعطس المتكرر أو صعوبات في التنفس بعد مجهود بدني، أو التهاب الجلد المستمر الذي قد يصاحبه إسهال وفيء بعد تناول الطعام، مبيئة أن التشخيص والبدء في تلقي العلاج المستهدف لأعراض من أهم العوامل التي في السيطرة على الأعراض.

P 6

Link

دقيقة لصحتنا



دقيقة لصحتنا مع استشارة الغدد الصماء وسكري الأطفال د. خديجة علي

أكدت استشارية الغدد الصماء وسكري الأطفال في مستشفى الإرسالية الأمريكية د. خديجة علي أن على الأطفال البالغين مراجعة الطبيب المختص لحالتهم للحصول على موافقة للصيام من عدمه.

وأوضحت أنه في حال الموافقة سيتم تعديل جرعات الأنسولين سواء كانت أقلام الأنسولين أو مضخات الأنسولين. وشددت على أهمية قياس مستوى السكر في الدم للأطفال البالغين الصائمين مرات متعددة في اليوم، على أن يتم الإفطار في حال انخفاض أو ارتفاع مستوى السكر في الدم. كما شددت على أهمية تقديم وقت الإفطار وعدم الانتظار لفترات	طويلة بعد دخول وقت الإفطار مع تأخير وقت السحور، اقتداء بالسنة النبوية وتقليل ساعات الصيام على الأطفال. وفي الختام أكدت أهمية شرب كمية كافية من الماء بعد الإفطار، وضرورة تجنب النشاط البدني للأطفال السكري البالغين قبل الإفطار، خصوصاً في الساعات الأخيرة من الصيام، إذ يفضل أن يمارسوا النشاط البدني بعد الإفطار بساعتين.
--	---

P 6

Link

د. فاطمة الزهرة:

السكر الأبيض غذاء رئيس للخلايا السرطانية.. وأسلوب الحياة الصحي يقي من سرطان القولون



البلاد - فاطمة عبدالله

أكدت اختصاصية أمراض الجهاز الهضمي بمركز كيمز هيث الطبي د. فاطمة الزهرة جمعي، أن سرطان القولون يمكن الوقاية منه باتباع أسلوب حياة صحي بعيداً عن الأطعمة المصنعة والسكر الأبيض الذي يعد الغذاء الرئيس للخلايا السرطانية.

وأوضحت أن سرطان القولون كغيره من أنواع السرطانات الأخرى، ما يزال يعد من الأمراض التي تحدث دون وجود أسباب مباشرة أو معروفة يمكن الوقاية منها بشكل كامل. ولكن يمكن أن تساعد بعض الخطوات في الحفاظ على صحة القولون عموماً. وسرطان القولون هو نوع من أمراض السرطان التي تصيب القولون، فالقولون هو الجزء الأخير من الأمعاء الغليظة من الجهاز الهضمي، وبعد سرطان القولون ثالث أكثر أنواع السرطانات شيوعاً، كما أنه يحدث بنسبة أعلى قليلاً عند الرجال مقارنة بالنساء. ومن أعراض سرطان القولون حدوث تغييرات في نشاط الأمعاء الطبيعي والاعتيادي، والتي تتجلى في الإسهال أو الإمساك أو تغيرات في منظر البراز وتوتيرة التبرز، تستمر لفترة تزيد عن أسبوعين، تُؤف من فتحة الشرج أو ظهور دم في البراز، ضيق في منطقة البطن، يتجلى في مucus وانتفاخات غازية وأوجاع. تبرز مصحوب بأوجاع في البطن، التعب أو الضعف وقد يصاب المريض بهبوط غير مبرر في الوزن.

وأكدت أنه يمكن الوقاية من سرطان القولون، إذ ينصح باتباع أسلوب حياة صحي يعتمد بالأساس على التغذية الصحية وممارسة الرياضة، وفيما يخص التغذية ينصح باتباع نظام غذائي غني بالألياف الموجودة

في الفواكه والخضروات والتقليل من استهلاك اللحوم الحمراء مع ضرورة الابتعاد عن اللحوم المصنعة. وأضافت: من المهم تقليل استهلاك السكر الأبيض الذي يعد الغذاء الرئيس للخلايا السرطانية، وإلى جانب التغذية الصحية يجب أيضاً ممارسة الرياضة بانتظام، خصوصاً رياضة المشي لمدة لا تقل عن نصف ساعة يومياً.

وشددت على أهمية إجراء فحص المنظار السفلي "كولونوسكوبي" بعد سن 45 أو قبل ذلك في حال وجود عامل وراثي أو عوامل خطر عائلية أو شخصية، مشيرة إلى أنه يجب مراجعة الطبيب في حال وجود أي تغيرات غير طبيعية في نمط البراز أو المعاناة من أعراض غير طبيعية في الجهاز الهضمي.



P 6

Link

هل يمكننا أن نحظى بشهر رمضان صحي؟

البلاد - فاطمة عبدالله

يتساءل العديد من الصائمين عن إمكان أن يحظى الصائم بشهر صحي بعيداً عن الأطعمة غير الصحية، في الوقت الذي يتساءل البعض عن سبب عدم فقدان الوزن في رمضان رغم أن الصائم لا يأكل لمدة نصف يوم. فحين في الواقع نمارس الصيام المتقطع خلال الشهر الفضيل، وهو أداة مثبته لفقدان الوزن والتحكم في السكر، فلماذا يكتسب معظم الناس الوزن في رمضان بدلاً من فقدانه؟

استشارية الطب الباطني بمركز كيمز هيث الطبي د. مريم عبدالله الأمين الشيخ تجيب عن ذلك قائلة: إن الصيام المتقطع يعمل على إراحة البكتيريا، ما يقلل من مستويات الأنسولين في الجسم أثناء الصيام، وهذا يؤدي إلى التحكم بشكل أفضل في مستوى السكر، وكذلك فقدان الوزن، ولكن عند الإفطار على الأطعمة السكرية، فإن مستويات الأنسولين سترتفع وتغني التأثير الجيد الذي تم الحصول عليه من الصيام. وأضافت: من المؤسف أن كثيراً ما يرتبط شهر رمضان بالأطعمة الشوية مثل السموسة والمعجنات والمشروبات السكرية، وكذلك الحلويات مثل البسبوسة والكثافة وغيرها من الحلويات العربية، ما يزيد من نسبة الإصابة بالسمنة وزيادة الدهون بسبب هذه الأطعمة. وتابعت د. مريم: من المهم والأفضل التركيز على الأصناف الصحية في الأطعمة الرمضانية: إذ يفضل تناول النعمر من واحدة إلى 3 تمرات مع حساء ساخن لكسر الصيام، تليها وجبة غنية بالبروتين مثل البيض والفول والحمص واللحوم



P 6

Link

السيد تدق ناقوس الخطر: تحركوا قبل فوات الأوان

حريق مروع يتسبب بمقتل الجد والجددة في سترة

4 أسر تتكدس بمساحة صغيرة نقل أفراد منها للعناية المشددة

العناية - مكتب النائب جليلة السيد



أكدت النائب جليلة السيد أن حادثا اليما وقع في منطقة سترة الخارجية في منزل يضم 4 أسر مكونة من 17 فردا يتكدسون في مساحة صغيرة جدا في منزل مهالك في منطقة سترة الخارجية أسفر عن وفاة الجد والجددة المسنين ودخول عدد من المصابين إلى المستشفى ولا يزال أحد المصابين حتى كتابة هذا الخبر يرقد بالمستشفى تحت العناية المشددة لتلقي العلاج.

وأشارت السيد إلى أن 4 أسر بينهم الجد والجددة وأبنائهما وأحفادها وزوجة أحد الأبناء حامل والبالغ عددهم الإجمالي 17 فردا يعيشون في بيت مهالك صغير جدا في مساحة تقل عن 150 مترا مربعا منذ سنوات طويلة كانوا ضحايا الحريق المولم حيث تمكن الأهالي بإيادهم العارضة من كسر نوافذ وأبواب المنزل وإخراج أغلب ساكني المنزل من الطابق العلوي ثم الأسطح المجاورة ما تسبب في كسور ورضوض وإصابات مختلفة للمصابين بينهم امرأة حامل بطفلهما وأطفال ونساء، فيما بقي الجد والجددة في داخل المبنى حيث لم يتمكن الأهالي من العثور عليهما بسبب الدخان الكثيف ووجود الكثير من الأفراش المكنتسة في داخل الروقة وغرف المنزل حيث أصيبا بالاختناق ونقلوا إلى المستشفى وتوفي في أوقات متفرقة الجمعة متأثرين من الحادثة. وتمت السيد جهود الدفاع المدني لتواجده بالموقع حيث ساهمت قواته في السيطرة على الحريق. وأشارت السيد إلى أن جمعية سترة الخيرية قامت مشكورة بتوفير عدد من الشقق لتسكين العوائل المتضررة، فيما يتم التواصل والتنسيق حاليا مع عدد من الوزارات والمؤسسات الرسمية المعنية وبينها وزارة التنمية الاجتماعية ووزارة الصحة ووزارة الداخلية والمؤسسة الخيرية الوطنية والمؤسسة الوطنية



الوزارات المعنية وأعطاه حقه للمشاركة في إيجاد حلول جذرية للمشكلة تقاديا لتكرار أي حالات مثل هذه لاسمح الله. مجددة السيد مطالبتها بأن يكون لأهالي سترة سيما من أصحاب الحالات الخاصة والصعبة نصيب في مدينتهم الإنسانية والذي بات الآن مقلبا ملخا في ظل تكرار مثل هذا الحادث المأساوي ولم يعد ممكنا التغاضي عنه والانتفاف حوله.

أمنة وليس فيها منافق طوارئ وبتصاميم قديمة باجتهادات فردية وبعضها دون توافر لاشتراطات الأمن والسلامة فيها يعيش فيها عوائل بأكلها يعانون من ضيق الحال مشيرة إلى أن هذا الحادث الأليم يجعلنا ندق ناقوس الخطر في إعادة فتح الملف بجديّة أكبر وبحلول جذرية مبدية إستعدادها لتشكيل ملف للحالات الخاصة المكنتسة والمشاركة مع

للأعمال الإنسانية ووزارة الاسكان لاستكمال باقي الإجراءات، متمنة التكاتف الكبير من الجهات المختصة ومركز سترة الاجتماعي وجمعية سترة الخيرية وجميع الأهالي. إلى ذلك حذرت النائب جليلة السيد من إمكانية تكرار هذا الحادث المولم الذي لم يكن الأول ويتكرر في منطقة سترة حيث تتكدس عوائل بأكلها في منازل صغيرة جدا وليست

P 14

Link

4 مواقع مصرح بها للباعة الجائلين في المحرق

البلاد | منال الشيخ



مدير عام بلدية المحرق

على الترخيص، أشار إلى القرار رقم (1) لسنة 2006، بشأن تنظيم عمل الباعة الجائلين في نطاق المحرق وبحسب البند رقم (3) من المادة رقم (3) والذي ينص على (أن تثبت لياقته الصحية وخلوه من الأمراض المعدية بمقتضى شهادة صادرة من الجهة الطبية التي تحددها وزارة الصحة) وبحسب البند رقم (5) من المادة رقم (5) والذي ينص على (شهادة لياقته الصحية وخلوه من الأمراض المعدية الصادرة من الجهة التي تحددها وزارة الصحة).

التي تحددها وزارة الصحة وألا يكون موظفا في الحكومة، أو القطاع الخاص، أو مقيدا في السجل التجاري. وأوضح في رده على مجلس المحرق البلدي أنه توجد حاليا 4 مواقع مصرح بها علما أنه يتوجب التحقق من ملائمة المواقع من الناحية الفنية والاجتماعية، حيث تدرس الوزارة مقترحات جديدة تتناسب مع الاحتياجات العامة. ولفت إلى أن كلفة رسوم الترخيص 5 دنانير كرسوم سنوي، وعن طلب من المواطن تقديم شهادة صحية للحصول

أفاد المدير العام لبلدية المحرق خالد القلاف بأن الاشتراطات التنظيمية للباعة الجائلين في نطاق بلدية المحرق قد صدر بها قرار مجلس البلدي رقم (1) لسنة 2006 وشروط ومعايير الترخيص للبايع الجائل موضحة بالقرار وهي أن يكون بحريني الجنسية، أن يكون بالغا من العمر 18 سنة ميلادية، كامل الأهلية، أن تثبت لياقته الصحية، وخلوه من الأمراض المعدية بمقتضى شهادة صادرة من الجهة الطبية

P 25

Link

