



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



اليوم : الثلاثاء



التاريخ: 10 سبتمبر 2024



## إصابة شاب اصطدم بسيارته في السياج الحديدي بإصابات متفرقة

كتب عبدالأمير السلاطنة:

تعرض شاب بحريني لإصابات متفرقة عندما اصطدمت سيارته بسيارته الحديدي عصر أمس (الاثنين) على شارع البديع. كان شاب يقود سيارته في الساعة الواحدة والنصف عصرا على شارع البديع، وفضأة دخلت في مساره سيارة أخرى أفقدته السيطرة على

عجلة القيادة فاصطدم بالسياج الحديدي. نتج عن ذلك إصابته بإصابات متفرقة تم نقله على أثرها بواسطة الإسعاف الوطني إلى المستشفى لتلقي العلاج اللازم وتضررت السيارة بتلفيات كبيرة.

وقد حضرت فور وقوع الحادث سيارة شرطة المرور وتم إزاحة السيارة من الشارع. وبعدها فتحت الجهات الرسمية التحقيق لمعرفة أسبابه.

P 7

Link

## ما تأثير الحقيبة المدرسية على الأطفال؟

الدكتور علي العرادي: الوزن الزائد للحقيبة يحدث اعوجاجا للعمود الفقري وخصوصا في مرحلة النمو



مستشفى ابن النفيس ش.ج.ب (مفصلة)  
IBN AL-NAFEES HOSPITAL B.S.C

المثالي للحقيبة هو ٥ كجم. يجب أن تختار حقيبة ذات وزن خفيف وذات اشرطة معدنة بشكل مناسب وكثير مرتخية وأن تكون عرضية لضمان توزيع الوزن بالتساوي على الكتفين. على أولياء الأمور مساعدة طفلهم في توزيع محتويات الحقيبة بشكل متوازن لتفادي تكس الوزن في مكان واحد. يجب السماح للأطفال الذين يعانون من مشاكل عضلية أو قلبية بأن يستخدموا الحجابيل ذات الحجلات للحيلولة دون تقادم المشكلة التي يعانون منها. في حال حدوث آلام في الظهر يجب على أولياء الأمور توجيه أبنائهم لتخفيف استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والتي قد تقادم المشكلة.

٦) تشجيع التلميذ على ممارسة التمارين الخاصة بالعمود الفقري والكتفين والتي بدورها تساعد على تقوية العضلات والمفاصل. وتماما فإن اختيار الحقيبة المدرسية المناسبة وحملها بشكل صحيح يمكن أن يساعد بشكل كبير في تخفيف المخاطر الصحية المرتبطة بها. فمن الضروري أن يعي الآباء والأمهات أهمية اختيار الحقيبة المناسبة والتابع المتصالح الصحية لضمان سلامة وأمان أطفالهم. أما الرسالة التي توجه إلى المؤسسة التعليمية والقائمين عليها بضرورة التعاون مع أولياء الأمور للوقوف على مشاكلهم الصحية والسماح لمن لديهم أي مشكلة صحية في العضلات والعمود الفقري باستخدام الحجابيل الحديثة ذات الحجلات الحديثة والتي تساعد على التخفيف من مشاكلهم الصحية.



د. علي العرادي.

الحقيبة لا يزيد على 20% من وزن الطفل أي أنه إذا كان وزن الطفل 30 كجم فإن الوزن المثالي هو 6 كجم.

لتفادي تلك المضاعفات السائدة الكثر يجب التأكد أن وزن

من جراء استخدام الحقيبة المدرسية وكيفية تلافيا وعلاج عواقبها. فالمخاطر الصحية المرتبطة بالحقيبة المدرسية هي: الآلام الظهر والكتفين، إن حمل الحقيبة الثقيلة وتغيرات قد يؤدي إلى إجهاد عضلي الفقري والكتفين، والذي ينتج عنه آلام مبرحة في الظهر والكتفين. حدوث اعوجاج وتحدب في العمود الفقري إذ أن الوزن الزائد للحقيبة يضع ضغطا على العمود الفقري والذي هو في مرحلة النمو مؤديا إلى حدوث نمو غير متوازن للعمود الفقري مؤديا إلى حدوث اعوجاج والتحدب مسببا الآلام والتي قد تتحول إلى مزمنة على المدى البعيد وأن حمل وتضاعف الاعوجاج أو التحدب فقد يتطلب تدخلا جراحيا. الآلام الرقبة. إن حمل الحقيبة الثقيلة على كتف واحد قد يسبب ضغطا غير متوازن على الرقبة مؤديا إلى آلام مزمنة فيها. كيفية تفادي المضاعفات؟ بين الدكتور العرادي بناء على ما سبق من حقائق السبل

تحدث العديد من الدراسات الطبية من الآثار السلبية التي تتركها الحقيبة المدرسية الثقيلة والخاصة على ظهر الطلاب وخصوصا في المراحل الدراسية الأولى لذا من المهم اختيار الحقيبة المناسبة للطفل في المراحل التالية. بوضع لنا الدكتور علي جعفر العرادي استشاري جراحة العظام والمفاصل بمستشفى ابن النفيس الحقيبة المدرسية المناسبة للطفل. وسواء الدكتور علي العرادي أن الحقيبة المدرسية جزء أساسي من حياة التلاميذ اليومية، حيث أنهم يستخدمونها لحمل الكتب والدفاتر المدرسية، حيث إن هذه الحقيبة لها تداعيات سلبية على صحة التلاميذ مثلًا قلنا كثيرا لدى أولياء الأمور مما يتفهمه الس حياطة المسؤولين والقائمين على العملية التعليمية من أجل تخفيف الضغوط على أبنائهم. ويقول بورتنا كأطباء معنيين بصحة الطفل والمواطن فيكون لزاما علينا التوجه واستدعاء المتخصصين فيما يتعلق بهذه المسألة. فما المخاطر الصحية التي تترتب

P 16

Link



## كلام في الصحة

بقلم: لمياء إبراهيم سيد أحمد

### حلم إنقاص الوزن

الجميع يعيش حلم إنقاص الوزن خصوصا ونحن في عالم الحميات الغذائية ويشكل مستمر نجد صيحات في عالم الحميات كحمية الصيام المتقطع والكيتو دايت وغيرها لمن يبحث عن الرشاقة. وساعد في ذلك وسائل التواصل الاجتماعي التي جعلتنا نشاهد صور الرشيقا ومفتولي العضلات ولا نعلم إذا كانت حقيقة أم معدلة بطريقة «الفوتوشوب» ولكن أصبحوا حلمنا. حتى أنه أصبح هناك عبء مادي على الأسر لاتباع أنظمة غذائية معينة أو لشراء مكملات غذائية وللأسف ليست كل هذه الحميات مدعومة بأبحاث قوية فإذا لم يصل الشخص للجسم المثالي سريعا أصيب بالإحباط ويعود إلى نقطة البداية، ولن نتطرق هنا لإبر التحفيز وغيرها من العوامل المساعدة.

ونعود لنؤكد أن أساس فقدان الوزن الناجح يظل نظاما صحيا مقرونا بنشاط بدني معتدل. ويمكن وضع استراتيجية لأسلوب حياة صحي أولها أن تكون مستعدا لإجراء تغيرات دائمة على الأكل والوزن وأن يكون لديك دافع للبدء والاستمرار.

وعليك أن تضع في توقعك هدفا واقعي لإنقاص وزنك على أن يكون 5% من وزنك الحالي.

كما يجب أن يشمل الأسلوب الجديد لتناول وجبتك خفض إجمالي السعرات الحرارية، ولتخفيف سعراتك لا يعني التخلي عن الطعام أو الشبع أو الاستمرار على نوع طعام واحد. تناول المزيد من الأطعمة النباتية والفاكهة والحبوب الكاملة مع حصة كافية من البروتين. احرص على التنوع لتحقيق أهدافك.

للرياضة العديد من الفوائد الصحية، منها تحسين مرازجك وتقوية عضلة القلب والأوعية الدموية وتقليل ضغط الدم، النشاط البدني المنتظم مع تحديد السعرات الحرارية لهما دور كبير في كسب صحتك وأي حركة إضافية تساعدك على حرق السعرات الحرارية.

لا يكفي أن تتناول الطعام الصحي وتمارس الرياضة لأسابيع أو حتى أشهر إذا كنت جادا فعلا في إنقاص وزنك، يجب أن تصبح هذه العادات نمط حياة.

P 16

Link

## الدكتورة مي مطر: حلة جديدة لقسم الأشعة نهاية العام

جهاز الرنين المغناطيسي دقيق مدعم بالذكاء الاصطناعي.. يقلل الوقت وأقل إزعاجا بنسبة ٨٠٪

### جهاز التصوير بالصبغة الملونة الأكثر أمانا بالنسبة إلى الأطفال

المرکز الطبي الجامعي  
King Fahad Medical City

لتخصص القسم الجاهز الهشيم واسعة الورد والتمام طبية فريدا في الصحة الفموية والحفاظ على الأسنان، وهناك تعاون خارجي مع شركة معروفة لقرارة الأشعة عن بعد لتغطية كل التخصصات الموجودة في المركز وتغطية الأطباء في أوقات الإجازة، فالتقارير تستمر تخصصا فريدا في الأشعة وليس تخصصا عاما وتقوم بتقديم الخدمات ٢٤ ساعة في أيام في الأعياد، وفي حالة الطوارئ يتم تسليم التقرير خلال ساعة والحالات العادية يتم تسليم التقرير في أقل من ٢٤ ساعة.

أهم ما تركز عليه وقت التنقل المرضى سواء قبل دخول الحوض أو بعد انتهائه والحصول على التقرير مع الحرس على جودة التقارير وعلى صعيد آخر واستقطاب فنانين جدد لمهنة جراحة كبرى في هذا المجال وخصوصا في الرنين المغناطيسي والأشعة المقطعية لتسهيل على المرضى الفحص والتقليل من مدة الانتظار.



د. مي مطر

ما العرض من هذه الفترة الكبيرة في قسم الأشعة في المركز الطبي الجامعي وفي قسم الأشعة فقدر قيمة الدور الذي تلعبه الأجهزة التكنولوجية في تشخيص والمساعدة في علاج الحالات المرضية وبنوا ليس فقط خدمة مركزنا، ولكن تخدم جميع المراكز والعيادات المجاورة لتميزنا بقدرة التشخيص بوجود التخصصات الدقيقة في قسم الأشعة، فعليا مسؤولة كبيرة تجاه مرضانا لرفع مستوى الخدمات وجودة الرعاية الصحية.

### طفرة كبيرة في أجهزة الأشعة المقطعية لفحوصات القلب

نطمح إلى استقطاب الكوادر الطبية البحرينية ذوي التخصصات الدقيقة

خدمات قسم الأشعة ٢٤ ساعة ٧ أيام أسبوعيا وتسلم التقارير الطارئة خلال ساعة

طريفك إلى الصحة والعافية يبدأ من قسم الأشعة بمركز الطبي الجامعي، مدينة الملك عبد الله، حيث يبتدئ التشخيص الدقيق ومن بعدها مراحل العلاج والشفاء، يتميز القسم بالخدمة والجهازية التقنية الحديثة وسهولة الوصول للمركز الطبي الجامعي القفزة القادمة عملية استحداث كبيرة في قسم الأشعة بدأ من الأجهزة التشخيصية والحرس على استقطاب الكفاءات الطبية المتخصصة، لذا جاور الخليل الطبي الدكتور مي مطر استشاري الأشعة التشخيصية ورئيس قسم الأشعة التشخيصية بالمركز الطبي الجامعي لتتفرغ على قسم في الصحة والعافية يبدأ من قسم الأشعة ما هي الأجهزة التي سوف يتم استبدالها بالأجهزة الحديثة؟

سيكون قسم الأشعة باستبدال جميع الأجهزة الموجودة حاليا تدريجيا من دون أي تأثير على عمل قسم الأشعة، مثل جهاز التصوير المقطعي CT SCAN و MRI وجهاز تصوير الأشعة المقطعية CT SCAN.

وجهاز التصوير بالمسح الضوئي وجهاز الماموجرام وجهاز الأشعة المتكيفة، الذي يتقلد ما بين العناية الداخلية والظواهر، وأيضا سيتم استبدال أجهزة الارتاسوند (الموجات فوق الصوتية) بشراء عدة أربعة أجهزة حديثة تقسم ما بين قسم الأشعة، وإضافة إلى جهازين قسم النساء والولادة وجهاز خاص بقسم أطفال الأنابيب مع العلم إن جهاز الارتاسوند الحالي جديد لم يتخط سنة واحدة ولكن نحرس دائما على وجود أحدث الأجهزة والتقنيات لذلك رغبنا التحديث. هل هناك تقنيات جديدة ستدخل على الأجهزة

الحالية؟ نعم، هناك تقنيات سوف يتم إدخالها على بعض الأجهزة لتوكملة التطور، منها أجهزة الارتاسوند فهي تابعة لشركة GE وتمت برمجةتها ومجساتها تتكون الصورة أكثر دقة وجودة عالية.

بالنسبة إلى الرنين المغناطيسي سوف يكون أوسع حجما وأقل إزعاجا من السابق بنسبة 80% ويتحوي على خاصية الذكاء الاصطناعي للمساعدة في تقليل الوقت وفترة التشخيص.

كما يحتوي أيضا على جهاز ترفيبي كامل شاشة عرض بداخله فيمكن عرض أي برنامج أو فيديو ترفيبي أثناء الفحص، وهو ضروري لمن يشعر بالرهبة أو لا يستطيع تحمل الفلام الكثيرة على الشاشة الخاصة بجهاز الرنين المغناطيسي الجديد.

وكذلك جهاز الأشعة المقطعية مدعم بالذكاء الاصطناعي ويساعد في تصوير أشعة المرضى بشكل أسرع وأقل وخصوصا في فحوصات القلب فهناك تطور كبير في هذا النوع من الفحوصات، وأيضا فحوصات المناظير.

وجهاز التصوير بالصيغة الملونة فهو يحتاج إلى الكثير من الفحوصات التي يتعرض المرضى فيها للأشعة بكمية كبيرة، أما الجهاز الجديد فيقل فيه نسبة التعرض للأشعة وخصوصا للأطفال فهو آمن تماما.

المأمور مع التفتيات الجديدة أصبح تصوير ثلاثي الأبعاد ملون لضمان دقة الفحص ويكون أكثر راحة وطمأنينة على المرضى أثناء الاستخدام، ونفس التطور على جهاز الخزعات.

P 16

Link



## تراجعا لسرطان الجلد بين الشباب



تراجعت معدلات الإصابة بسرطان الجلد بين الشباب في السويد للمرة الأولى بعدما كانت تشهد زيادة طوال عقود، وياتت الدولة الاسكندنافية أول بلد في أوروبا يسجل تقدما كهذا، وفق دراسة نُشرت أمس.

وأوضحت المُعدّة الرئيسية للدراسة التي نشرت نتائجها مجلة «جاما ديرماتولوجي» الطبية الأستاذة المساعدة في علم الأورام بمعهد كارولينسكا هيلدور هيلغادوتير لوكالة فرانس برس، أن انخفاضاً في خطر الإصابة بسرطان الجلد سُجّل لدى الأشخاص الذين تقل أعمارهم عن ٥٠ عاماً.

ورجّحت أن يكون هذا الانخفاض عائداً بدرجة كبيرة إلى زيادة الوعي بالحاجة إلى حماية البشرة من الشمس وقلة اللجوء إلى مقصورات الشمس الاصطناعي.

ولاحظت أن «العكاسا واضحاً وكبيراً للاتجاه حصل قرابة عام ٢٠١٥».

وشرحت أن «زيادة (في سرطان الجلد) بمتوسط ٥ في المئة سنوياً كانت تُسجّل قبل عام ٢٠١٥ لدى الأشخاص الثلاثينيين. ولكن منذ عام ٢٠١٥، انخفضت هذه النسبة بمعدل خمسة بالمئة سنوياً».

وأضافت أن معدل الإصابة بسرطان الجلد «يزيد بنسبة ٥ في المئة على الأقل سنوياً» لدى من هم فوق الخمسين، «وتتسارع الزيادة مع التقدم في العمر».

ومع أن الباحثين لم يحلّلوا أسباب انخفاض معدلات الإصابة بسرطان الجلد، فإنهم رأوا أن عوامل رئيسية عدة أدت دوراً في ذلك.

فبالإضافة إلى تحسّن الحماية، ساهم في هذا الانخفاض تحديد السن الأدنى لاستخدام مقصورات الشمس الاصطناعي في السويد بـ

١٨ عاماً عام ٢٠١٨، إضافة إلى تراجع بدأ قبل ذلك بكثير في عدد هذه المقصورات.

كذلك رأت هيلغادوتير أن الهواتف المحمولة وأجهزة الكمبيوتر قد تكون أدت أيضاً إلى تراجع الإصابات، نظراً إلى أن الشباب باتوا يمضون وقتاً أطول في الداخل وبالتالي أصبحوا أقل تعرضاً لأشعة الشمس. لكنّ هذا الاتجاه أحدث زمناً وليس له بعد تأثير كبير.

وفي ما يتعلق بالوفيات الناجمة عن سرطان الجلد، لوحظ أن الانخفاض واضح حتى سن ٥٩ عاماً ولكن ليس بالنسبة إلى أولئك الذين تزيد أعمارهم على ٦٠ عاماً.

ويعزى الانخفاض في معدل الوفيات بين الفئات الأصغر سناً إلى انخفاض معدل الإصابة بسرطان الجلد واعتماد أدوية جديدة مضادة لسرطان أدت إلى تحسين تشخيص المرض.

وقال الباحث إن معدل الوفيات بين كبار السن لا يتناقص لأن معدل الإصابة بالمرض لا يزال مرتفعاً جداً.

P 18

Link



## جدري القردة يتسلل إلى أكبر دولة سكانياً



أعلنت وزارة الصحة ورعاية الأسرة في الهند عزل أحد المواطنين للاشتباه في إصابته بجدري القردة (mpox).

ويشير بيان الوزارة إلى أن هذا الرجل عاد قبل أيام من دولة ينتشر فيها مرض جدري القردة، لذلك وضع في الحجر الصحي وحالته الصحية مستقرة، من دون ذكر المدينة أو المستشفى التي يتعالج فيها الرجل.

كما لم تذكر الوزارة اسم الدولة التي كان فيها هذا الشخص. وجاء في بيان الوزارة: «تجري عملية اختبار عينات المريض للتأكد من إصابته بمرض جدري القردة، ويعالج وفقاً للبروتوكولات المعتمدة. وبالإضافة إلى ذلك يتتبع المختصون اتصالات المريض لتحديد المصادر المحتملة للعدوى». تجدر الإشارة إلى أنه في عامي ٢٠٢٢ و٢٠٢٣ شخصت في الهند ٢٠ إصابة بمرض جدري القردة، توفي أحدهم.

يذكر أن منظمة الصحة العالمية أعلنت في ١٤ أغسطس المنصرم تفشي مرض جدري القردة في إفريقيا، واعتبرته حالة طوارئ صحية عالمية.

P 20

Link



◆ إعداد تقارير سنوية تتضمن كافة التوصيات المقترحة... مشرف التحقيق سميرة أحمد:

## “التظلمات” تتسلم 8623 تظلمًا منذ التأسيس

البلاد | ندى فهد

أفادت مشرف التحقيق بإدارة شؤون التظلمات في الأمانة العامة للتظلمات سميرة أحمد بأن مجموع التظلمات التي تلقتها الأمانة منذ إنشائها في العام 2013 حتى العام 2023 بلغت 8623 تظلمًا، منها 3047 شكوي، و5576 خدمة طلب المساعدة.

وقالت إنه تم إنشاء الأمانة في يوليو 2013 بحسب مرسوم ملكي، لتكون الأولى من نوعها في منطقة الخليج والشرق الأوسط كإمانة للتظلمات وبوزارة الداخلية. وولفت إلى أن الأمانة العامة تقوم بتلقي ومراجعة وفحص الشكاوى المقدمة إليها حتى أي من منتسبي وزارة الداخلية في حال ارتكاب أحدهم فعل مؤتم بما يناسب أو أثناء أو بسبب ممارستهم لاختصاصاتهم. وأوضح أن الفعل المؤتم هو أي فعل أو الشروع أو الاستمرار فيه متى وقع المخالفة لأحكام القوانين بما يبرر اتخاذ إجراءات جنائية أو تأديبية، بما في ذلك القيام بالتخطيط، أو الأمن، أو الاشتراك وعن صلاحيات الأمانة العامة



سميرة أحمد

التظلمات، أو ضحت مشرف التحقيق أنه لدى فحص الشكاوى يتم إبلاغ الجهة المختصة بوزارة الداخلية لاتخاذ الإجراءات التأديبية بحق أي من منتسبي الوزارة متى كان ذلك مقتضى، وإبلاغ النيابة العامة لاتخاذ الإجراءات الجنائية بحق أي من منتسبي الوزارة إذا تبين أن الشكوى تشكل جريمة جنائية تقع ضمن اختصاص النيابة العامة، إضافة إلى إبلاغ صاحب الشكوى والمشكوك في

السنة	خدمات المساعدة	شكاوى	إجمالي
2013-2014	542	242	784
2014-2015	589	339	928
2015-2016	657	305	962
2016-2017	681	465	1146
2017-2018	765	334	1099
2018-2019	778	389	1167
2019-2020	853	227	1080
2020-2021	951	281	1232
2021-2022	495	135	631
2022-2023	351	642	743
إجمالي	5116	3547	8623

عدد البلاغات من 2013 إلى 2023

للزلاء، وإعادة التأهيل، والاحترام، والسلامة، واستخدام القوة بشكل قانوني، وأنشطة التعلم والهارات والعمل، وغيرها. تأتي التوعية بالحقوق والضمانات ومنها الحقوق القانونية للزلاء، والشكاوى، وتقديم وسائل المساعدة لمن يعانون من صعوبة في التواصل، تأثراً بالرعاية الصحية، منها الخدمات الصحية، ورعاية الزلاء المرضى، وتلقي الزلاء المرضى العلاج الموصوف لهم والصحة النفسية.

واختتمت مشرف التحقيق بإدارة شؤون التظلمات بأنه يتم إعداد تقرير سنوي ينشر للجمهور يتضمن كافة التوصيات، ومن أهم التوصيات التي تم العمل عليها استبدال مباني السجن جو القديمة بأخرى جديدة بحسب المعايير الدولية، ووضع أرقام لوحات سيارات الشرطة على الجانيب بشكل واضح.

وإبداء الرأي فيها، ويجب على الوزارات والمسؤولين والعين بها تسهيل مهمة موظفي الأمانة العامة للتظلمات وتزويدهم بما يطلبونه من بيانات ومعلومات ومستندات تتعلق بموضوع الشكوى. وذكرت سميرة أحمد أن هناك 3 مبادئ رئيسية للأمانة لزيارة السجن وأماكن الحبس الاحتياطي، أولاً، العاملة الإنسانية وظروف المكان، حيث تركز على حالة الشرب الكافي وتوفير الطعام والشراب الكافي

حقه في أقرب وقت ممكن يبين يحتوي على معلومات وافية وكافية تتضمن الخطوات التي تم اتخاذها من أجل فحص الشكوى والنتائج التي خلص إليها. وأشارت إلى أن الأمانة العامة لها صلاحيات للوصول إلى الأماكن والمعلومات والبيانات والمستندات بما فيها المحفوظة في أجهزة الحاسب الآلي، والوصول إلى أي شخص للحصول على معلومات أو أدلة، بالإضافة إلى النظر في طلبات الصلح والتسوية المدنية

P 20

Link

◆ الدفاع المدني تعامل مع عدد 1260

## دوريات النجدة باشرت 16751 بلاغا في يوليو

البلاد | حسن عبدالرسول



أشارت إحصاءات أمنية إلى عدد القضايا والحوادث التي باشرت دوريات النجدة لشهر يوليو الماضي، حيث تلقت غرفة العمليات 16751 بلاغاً، في حين باشرت دوريات النجدة 13% من البلاغات موزعة إلى قضايا الاستجابة بنسبة 66%، والقضايا المرورية بنسبة 28%، والقضايا الأمنية بنسبة 6%، فيما بلغ عدد بلاغات الحوادث وعمليات الإنقاذ التي تلقتها قيادة خفر السواحل 148، منها 89 بلاغ بحث وإنقاذ وتغطيل سفن، و21 حادثاً بحرياً، و38 تقديم مساعدة، أما الإسعاف الوطني فتلقى 4646 بلاغاً مصففة إلى 3078 وعكة صحية، و816 تقل من المستشفيات الخاصة والمراكز الصحية إلى الطوارئ، و328 حادثاً مرورياً، إلى جانب التعامل مع 39 حريقاً و385 حادثاً متفرقاً.

الخاصة والمراكز الصحية إلى الطوارئ، و374 حادثاً مرورياً، و42 حريقاً، و400 حادث متفرق، كما تلقت إدارة العامة للدفاع المدني 1337 بلاغاً ومنها 689 بلاغ مساعدة، و223 بلاغ حريق، و98 بلاغ الحوادث المرورية، و15 بلاغ بشأن سقوط أشجار ولوحات وأعمدة.

بلاغاً، كما باشرت قيادة خفر السواحل 249 بلاغاً منها 15 للحوادث البحرية و 151 لتقديم المساعدات، و83 بلاغاً لبحث وإنقاذ وتغطيل سفن، أما البلاغات التي تلقتها الإسعاف الوطني في يونيو الماضي 4595 بلاغاً للتعامل مع 3089 وعكة صحية، و710 تقل من المستشفيات

وقاموا و1427 مغادراً عبر جسر الملك فهد، إضافة إلى قدوم 1856 ومغادرة 1892 عبر جسر الوان البحرية لبيع مجموع المسافرين 3,310,255. وكان عدد القضايا والحوادث التي باشرت دوريات النجدة في شهر يوليو الماضي 16128

والتعامل مع 81 حادثاً مرورياً، إلى جانب التعامل مع 7 بلاغات سقوط ما بين أشجار ونوجات وأعمدة. وأشارت الأرقام إلى أن عدد المسافرين عبر المائدة مطار البحرين الدولي بلغ 223,784 قادمة، و247,564 مغادراً، إلى جانب 1,407,970

P 22

Link

# HEALTH MATTERS

## Kidney wellness: A guide to early detection and prevention



■ Dr Ali Hasan Al Aradi

KIDNEYS play a vital role in filtering waste products from the blood and maintaining overall health.

However, many kidney diseases can be asymptomatic in their early stages, making it crucial to be aware of potential warning signs and seek professional help when necessary.

King Hamad American Mission Hospital, A'ali, consultant nephrologist Dr Ali Hasan Al Aradi has dedicated his career to providing exceptional care and improving the lives of those affected by this often debilitating condition.

Nephrology is a specialised branch of medicine that focuses on the diagnosis and treatment of kidney diseases.

Nephrologists are medical professionals who specialise in the care of patients with kidney conditions, including chronic kidney disease, acute kidney injury, kidney stones and other related disorders.

Dr Al Aradi emphasises the importance of early detection in preventing the progression of kidney disease.



■ A representative image of kidney failure

"Many kidney diseases can be asymptomatic in their early stages," Dr Al Aradi explains.

"However, if caught early, we can implement interventions to slow or even prevent their progression."

This proactive approach is

a cornerstone of his practice, ensuring that patients receive timely care and avoid unnecessary suffering.

Beyond diagnosis and treatment, Dr Al Aradi places great importance on patient education. He believes that informed

patients are better equipped to manage their condition and make informed decisions about their healthcare.

By providing clear explanations and guidance, he empowers patients to become active participants in their own care.

To help individuals identify potential issues, Dr Al Aradi advises being mindful of various symptoms.

Unexplained tiredness, swelling in the ankles, feet, or hands, shortness of breath, loss of appetite or nausea, changes in urination, persistent high blood pressure, or a family history of kidney disease can all be indicators of potential kidney problems.

In addition to these symptoms, certain factors can increase your risk of kidney disease. These include uncontrolled diabetes, chronic high blood pressure, autoimmune diseases, excessive alcohol consumption, and the use of certain medications.

Beyond these factors, it's important to understand that kidney health is influenced by lifestyle choices.

A healthy diet, regular exercise, and maintaining a healthy weight can all contribute to kidney well-being.

Additionally, staying hydrated and avoiding excessive intake of over-the-counter pain relievers can help protect

your kidneys.

By recognising these warning signs, seeking timely medical attention, and adopting healthy lifestyle habits, you can help protect your kidney and prevent serious complications.

"Kidney disease can have a significant impact on a patient's quality of life," Dr Al Aradi notes. "Our goal is to help them navigate the challenges they face and live fulfilling lives."

His compassionate approach and unwavering dedication to patient well-being have earned him a reputation as a trusted and respected nephrologist in Bahrain.

To book a consultation at your desired AMH branch, call 1717 7711 or WhatsApp 3364 4177.

