تقرير الرصد اليومي لأخبار القطاع الصحي في الصحافة المحلية

Daily Media Monitering Report for Helth Industry

اليوم : الخميس

التاريخ: 10 أكتوبر 2024

ALWATAN
الوطن
يومية - شاملة - تفاعلية
الوطن ولاء للوطن

العدد: 5840

تكريم 5 أطباء حاصلين على بعثة لفرنسا

محمد بن عبدالله: توجُّه لتوسعة برنامج الزمالة «أطباء الخليج»

» أيمن شكل

قال رئيس المجلس الأعلى للصحة الفريق طبيب د.الشيخ محمد بن عبد الله آل خليفة، إن الاحتفال باختيار 5 أطباء بحرينيين في تخصصات مختلفة لدراسة الزمالة في فرنسا ضمن برنامج «أطباء الخليج» يمثّل نجاحاً كبيراً للتعاون الطبي بين البحرين وفرنسا، حيث يمكّن الأطباء البحرينيين من تعزيز مهاراتهم ويسهم في تطوير الكوادر الطبية في جميع التخصصات.

وكشف أن هناك توجُّها لتوسعة البرنامج ليستوعب عدد أكبر من الأطباء، وليواصل نجاحه الذي بدأ قبل 5 سنوات في تقديم فرص للأطباء البحرينيين، لافتاً إلى أنّ الأطباء الملتحقين في البرنامج من دفعات سابقة أثبتوا جدارتهم بالاعتماد عليهم في تمثيل البحرين وإثراء سمعة البحرين في فرنسا والدول الغربية.

جاء ذلك، في حفل تكريم 5 أطباء من دفعة 2024 من البرنامج الطبي البحريني الفرنسي «أطباء الخليج» قبل مغادرتهم إلى فرنسا، الذي نظمته السفارة الفرنسية تحت رعاية السفير إيريك جيرو تيلم، وبمشاركة رئيس المجلس الأعلى للصحة، الفريق الدكتور الشيخ محمد بن عبد الله آل خليفة.

واجتاز الأطباء الـ5 اختبارات التأهل لبرنامج الزمالة، ليتم الحاقهم في أحد المستشفيات الجامعية لفترة تتراوح بين 4 إلى 6 سنوات لدراسة وممارسة تخصصهم الطبي في ظروف «واقعية» يدعم من أفضل المعارسين.

وفي رده على سؤال «الوطن» بشأن ابتعاث أطباء إلى دول أخرى، أوضح الشيخ محمد بن عبدالله أن هناك بعثات بالفعل في بريطانيا وأمريكا بالإضافة للبرامج المحلية للتخصصات الأخرى.

وأكد على أهمية اتفاقية التعاون في التدريب الصحي للكوادر البحرينية في فرنسا، حيث تم توقيع تلك الاتفاقية بالتزامن مع زيارة جلالة الملك المعظم للجمهورية الفرنسية عام 2019، لتنطلق البعثات منذ ذلك الحين، قائلاً: لدينا الآن 5 أطباء آخرين سينطلقون

العام المقبل في البعثة القادمة.

من جهته، قال السفير إريك جيرو تلم: «نشعر بفخر كبير بالأطباء الخمسة الذين اجتازوا اختبارات التأهل للبعثة، ونرحب بهم في فرنسا ضمن برنامج أطباء منطقة الخليج العربي، حيث سيقضون ما بين 4-6 سنوات في الدراسة واكتساب الخبرات من أطباء فرنسيين، وذلك في مدن مختلفة. ليعودوا إلى البحرين ويكونوا جزءاً من المجتمع الطبي في البحرين».

بدوره، أوضح رئيس جمعية الأطباء البحرينية د.عامر الدراوي، أن البعثة هي ثمرة تعاون بين المجلس الأعلى للصحة والسفارة الفرنسية وبعد زيارة جلالة الملك المعظم لفرنسا عام 2019، منوهاً أن البحرين تقوم بتدريب الأطباء على مستوى «البورد» لكن لا يوجد في المملكة «الزمالة» التي تعنى بالتخصصات الدقيقة وعليها طلب كبير في دول العالم. وقال إن هذا التعاون ذلل الصعوبات الخاصة بقبول أطباء في الزمالة.

ووصف طبيب العيون بمستشفى الملك حمد د.عبدالله الموسى، البرنامج بأنه فرصة لاكتساب خبرات جديدة وتطوير مهاراته العملية، لافتاً إلى أنه عمل لدى مستشفى الملك حمد منذ 9 سنوات.

فيما أشار طبيب الأنف والأذن والحنجرة د.محمد الشجاعي - الذي يعمل في مستشفى السلمانية - إلى اختياره ضمن الخمس المرشحين للبعثة عقب اختبارات ومقابلات، معرباً عن تمنياته بإتمام البعثة والعودة للمملكة رافعاً رايتها وخادماً للوطن والمجتمع.

وأضاف أن هذه البعثة تمثل أحد جهود حكومة مملكة البحرين في تطوير الكوادر الوطنية بالقطاع الطبي، والتي تؤكد على أن الكفاءات يجدون كل الدعم من القيادة.

وأوضح الطبيب بمركز الأورام د.نواف الخلفان، أن البعثة اشتملت على عدة تخصصات بمستشفيات متعددة، مشيراً إلى أنه طبيب أورام منذ عام 2015، وعندما علم بأمر البعثة تقدم للالتحاق بها. ومن شروط البعثة، أن يدرس الأطباء اللغة الفرنسية لمدة سنة، بحسب ما ذكرته طبيبة الطوارئ بمستشفى السمانية د.سلوى الشيط.

P 4
Link

إطلالة
tawfeeqalsobaey@gmail.com
@TawfeeqAlsobaey
توفيق السباعي

اليوم العالمي للصحة النفسية.. «الصحة النفسيّة في مكان العمل»

يحتفي العالم اليوم باليوم العالميّ للصحّة النفسيّة، ويسلّط الضوء هذا العام على موضوع «الصحّة النفسيّة في مكان العمل»؛ لتؤكد منظمة الصحة العالمية - بالتعاون مع شركائها - من خلاله على الصلة الوثيقة بين بيئة العمل والسلامة النفسيّة. فمع وجود ما يقارب من 60٪ من سكّان العالم يمثّلون القوى العاملة على وجه هذه البسيطة، لا يقتصر أن تكون مواقع العمل مجرّد أماكن للإنتاجيّة؛ بل هي أيضاً نقاط اتّصال حيويّة قد يكون لها تأثير إيجابيّ أو سلبيّ على الصحّة النفسيّة للأفراد.

تعمل بيئة العمل الآمنة والصحّيّة كعامل وقائيّ قويّ لتعزيز الصحّة النفسيّة. عندما تخلق المؤسّسات ظروفاً تعزّز الشعور بالانتماء وتوفّر الدعم وتضمن أعباء عمل معقولة وعادلة، فإنّها لا تستثمر في الصحّة النفسيّة لموظّفيها فحسب؛ بل تعزّز أيضاً الإنتاجيّة والمشاركة بشكل عامّ. وفقاً لمنظمة الصحّة العالميّة، فإنّ أماكن العمل التي تعطي الأولويّة للصحّة النفسيّة لموظّفيها تشهد تحسّناً في الأداء وانخفاضاً في التغيّب عن العمل وارتفاعاً في معنويّات الموظّفين. كما وجد تقرير صادر مؤخّراً عن الشركة الاستشاريّة ماكنزي آند كومباني أنّ المؤسّسات التي لديها برامج قويّة للصحّة النفسيّة قد سجّلت «زيادة بنسبة 20٪ في الرضا الوظيفي وانخفاضاً ملحوظاً في معدّلات دوران الموظّفين».

وفي المقابل، فإنّ إهمال موضوع الصحّة النفسيّة في مكان العمل سيكون له نتائج عكسيّة. فمثلاً بيئات العمل غير الصحّيّة - التي تتّسم بالتنمّر والتهميش والتمييز والمضايقات وغيرها من ظروف العمل السيّئة - تشكّل تهديدات خطيرة على الصحّة النفسيّة للموظّفين؛ يتجاوز تأثيرها معاناة الأفراد إلى النتائج المؤسّسيّة وحتّى على مستوى الاقتصاد الأوسع نطاقاً. وجد تقرير صادر عن الشركة العالميّة الاستشاريّة في مجال التأمين والمخاطر (Marsh) أنّ الصحّة النفسيّة هي ثاني أشدّ المخاطر التي يواجهها اليوم أخصّائيّو الموارد البشريّة والمخاطر في العديد من الأماكن، كما تقدر منظمة الصحة العالمية «WHO» أن ضعف الصحة النفسية يكلف الاقتصاد العالمي تريليون دولار أمريكيّ سنويًا في الإنتاجية المفقودة. ممّا يدلّ على أنّ التغاضي عن الصحّة النفسيّة في مكان العمل؛ يخلق تأثيراً مضاعفاً قد يقوّض الابتكار، ويقلّل من الحافز، ويضعف أساس ثقافة مكان العمل الداعمة.

من الأهمّيّة بمكان أن ندرك أنّ الاهتمام بموضوع الصحّة النفسيّة في بيئة العمل لم يُعد ترفاً أو مجرّد مسؤوليّة أخلاقيّة؛ بل أصبح ضرورة استراتيجيّة. كما لا يمكن الإغفال عن دور قادة الأعمال في تعزيز ثقافة عمل شاملة ومتعاطفة في مؤسّساتهم. أظهرت أبحاث غالبوب أنّ الموظّفين الّذين يشعرون بالتقدير والاحترام من قبل قادتهم؛ هم أكثر انخراطاً في العمل والتزاماً تجاه مؤسّساتهم. ولاشكّ في أنّ القادة الّذين يعطون الأولويّة للصحّة النفسيّة يساهمون في بناء بيئة يصبح فيها التواصل المفتوح والثقة والدعم هو القاعدة وليس الاستثناء.

يتطلّب خلق ثقافة تدعم الصحّة النفسيّة اتّخاذ تدابير استباقيّة. وهذا يعني تنفيذ سياسات شاملة تعطي الأولويّة للصحّة النفسيّة، وتعمل على توفير مساحات لطرح ومناقشة القضايا المتعلّقة بالصحّة النفسيّة داخل مكان العمل، بالإضافة إلى تدريب كوادر الموظّفين -من مختلف المستويات- على كيفيّة اكتشاف أيّ بوادر أو اعتلالات في الصحّة النفسيّة في مكان العمل كالقلق والاكتئاب والتوتّر وطرق التعامل معها، مع ضمان التوازن الصحّيّ بين العمل والحياة، وخلق ثقافة تهيّئ السُبل للموظّفين للاستماع إلى احتياجاتهم وتتيح لهم الوصول إلى الموارد اللازمة لتعزيز صحّتهم النفسيّة والعقليّة. كما يُمكن أيضاً تقييم مدى نجاح هذه الجهود وإجراء التغييرات عند الحاجة من خلال مراقبة إحصاءات الصحة النفسية بشكل منتظم.

بينما نتأمّل في موضوع اليوم العالميّ للصحّة النفسيّة لهذا العام، يجب أن نتذكّر أنّ حماية الصحّة النفسيّة في مكان العمل هي مسؤوليّة مشتركة. كما أنّ زيادة الوعي حول الصحة النفسية وتتبّع إحصاءاتها في مواقع العمل المختلفة وخلق ثقافة تمكّن الموظّفين من إعطاء الأولويّة لصحّتهم النفسيّة هو استثمار استراتيجيّ يؤتي ثماره في رفع الإنتاجيّة وتقليل التغيّب عن العمل وزيادة مشاركة القوى العاملة، ممّا يضمن ازدهار الأفراد والمؤسّسات على حدّ سواء.

P 9
Link

البلاد
www.albiladpress.com
العدد: 5840

◆ معدل الانتحار لدى الرجال أكثر من النساء عالميا... د. معصومة لـ "البلاد":

القلق والاكتئاب أبرز الأمراض النفسية المنتشرة في البحرين

◆ متابعة الأخبار السياسية الإقليمية تؤدي إلى اضطرابات نفسية

يحتفل العالم في العاشر من أكتوبر من كل عام باليوم العالمي للصحة النفسية؛ إيمانا منه بأهمية إبراز القضايا المتعلقة به وضرورة نشر الوعي في المجتمع بأهداف وتحديات الصحة النفسية، وبالمسببات التي يمكن أن تؤدي لخلق مشكلات تتعلق بالجانب النفسي للإنسان. ومن هذا المنطلق أجرت "البلاد" هذا الحوار مع استشارية الطب النفسي د. معصومة عبدالرحيم؛ لمناقشة واقع الصحة النفسية في البحرين وتحدياتها اليوم في ظل انتشار وتنوع تلك الأمراض.

د. معصومة عبدالرحيم

» في البداية ما قراءتكم للصحة النفسية المجتمعية في البحرين؟

بالنسبة للقراءة للصحة النفسية المجتمعية في البحرين، تستند الدراسات التي أقيمت في المملكة، وكان لها الأثر الكبير لمعرفة كم هي نسبة المصابين بالقلق، هناك على سبيل المثال عدد من الدراسات الوطنية التي أقيمت في هذا المجال في العام 2013م وكانت نسبة القلق فيها تصل إلى 71 %، ومن هذه النسبة كان للإناث الحظ الأكبر بنسبة 82 %.

» ما أبرز الحالات المأعاطة التي تسبب خللا على مستوى الصحة النفسية للفرد البحريني؟

هناك أمور كثيرة ومختلفة ومتنوعة يمكنها أن تكون سببا من الأسباب لأي مرض نفسي، في البداية العامل الوراثي، وهناك الضغوطات الاجتماعية والسياسية والاقتصادية على اختلافها، فمثلا مع الوقت الراهن وبناء على ما يحصل في الساحة العربية من وقائع سياسية، يمكن لذلك أن يؤثر سلبا على الصحة النفسية؛ لأنه ويجدرة متابعة الأخبار والهموم السياسية من قبل أي شخص ليس لديه القدرة ولا الحنكة على التعامل معها، هنا يمكن أن يؤدي ذلك إلى رفع ضغط الدم وإلى السكري، وبالتالي إلى حالة من القلق.

جائحة كورونا أيضا كانت مثالا على زيادة حالات القلق والاكتئاب، حيث زاد القلق بنسبة 26 % والاكتئاب 28 %، فلذلك حتى مثل هذه الجائحة تعد سببا مهما لازدياد الاضطرابات النفسية.

أما السبب الثالث فهو الوظائف، حيث تتسبب بزيادة حالات القلق والاكتئاب، وفي بعض الأحيان هناك احتمالية لتطور الحالة إذا لم يتم معالجتها ودعمها نفسيا، حيث يمكن أن يصل الأمر للانتحار.

» ما أبرز التحديات التي تواجه قطاع الطب النفسي في البحرين؟

يمكن القول إن هناك تحديات خصوصا مع التطورات في المنطقة، إذ إننا نريد أن يكون هناك نسبة وتناسب في أعداد المصابين بأي مرض نفسي وتوافر الأسرّة، وأعداد المصابين بالأمراض النفسية وتوافر الأدوية العلاجية، وأن تكون هذه الأدوية حديثة، إضافة للميزانية والأطباء المتدربين والمبتعثين على حسب التخصصات، ولهذا من المهم جدا أن نعي هذه التحديات، وأن نعمل على رفع الميزانية المخصصة لتطوير كل ما يخص الطب النفسي.

» كيف هي فراءتكم لحالات الانتحار في البحرين، وما أسبابها؟

للأسف لا يوجد إحصاء واضح وصريح لأسباب وحالات وأعداد الانتحار ونسبتها من الذكور والإناث، ولكن الدراسات العالمية أثبتت أن الانتحار لدى الرجل أكثر من المرأة وأقوى حدة أيضا في نفس الوقت، وأن الانتحار من الأمور التي كانت بسبب تطور طبيعة المرض، مثال على ذلك الاكتئاب الشديد واستخدام المخدرات والتحول والعقاقير المخدرة كالمهدئات بكميات كبيرة، الأسباب كثيرة جدا ولكن تعود مرة أخرى أيضا لعدم التدخل الطبي، وعدم تقديم المساعدة في اللحظة المناسبة، وعدم وجود الدعم الأسري، والبطالة، والعلاقات الأسرية المريضة، إضافة للعلاقات الزوجية ومشكلاتها، فكل هذا يمكن أن يؤدي للانتحار.

» ما أبرز الأمراض النفسية في البحرين، وما أسبابها؟

أكثر الحالات التي نشاهدها الآن في عياداتنا الخاصة هي حالات القلق والاكتئاب، وهذه الحالات اليوم تستدعي الوعي والتطور وتسخير الجهود من الجميع، وأنا أقول إنه لابد أن يكون هناك تعاون وشراكة وزارية، وهي ليست منوطة فقط بوزارة الصحة، إذ لابد أن يكون لوزارة الإعلام دور في التثقيف والتوعية عبر التلفزيون والإذاعة والصحافة، إذ إن نشر الوعي مهم جدا، حيث إن التدخل المبكر لأي حالة ولأي مرض نفسي دائما يعطي فرصا ونتائج أفضل بكثير من التدخل المتأخر.

قانون الصحة النفسية في ثلاجة "التشريعية" منذ 11 سنة

مرت إحدى عشرة سنة منذ أن أحالت الحكومة مشروع قانون الصحة النفسية لمجلس النواب بالمرسوم رقم 80 لسنة 2013م والذي بحث ونوقشت مواده من قبل لجنة الخدمات بمجلس الشورى في وقت سابق، إلا لم يبرح هذا القانون مكانه، وبقي كما هو دون الوصول لإقرار به رغم تداوله في أروقة المجلس.

وتبرز أهمية هذا القانون كون الصحة النفسية حقا أصيلا وأساسيا نصت عليه المواثيق والصكوك الدولية لحقوق الانسان، ووضع له يوم عالمي للاحتفاء به وتعزيز الوعي بآثاره الإيجابية التي تنعكس على الانسان، كما أنه عبر أهدافه يعمل على سد فجوة وفراغ تشريعي في قطاع طبي ذي أهمية كبيرة لشريحة كبيرة من المجتمع البحريني؛ نظرا لانتشار الأمراض النفسية على اختلافها، ويمثل هذا القانون خارطة طريق لتحديد أطر العلاقة بين المريض النفسي من جهة وبين العيادات والمؤسسات التي تتولى علاجه، فهو يحفظ حقوق كلا الطرفين عند خرقها، كما يوضح كل الجوانب المنظمة لهذه العلاقة، إضافة لكل ما يتصل ويتعلق بالصحة النفسية في مملكة البحرين بنصوص واضحة وصريحة. وقد خضع هذا القانون لمناقشة كبيرة من قبل كثير من المختصين، الذين أبدوا آراءهم فيه وأكدوا أهمية إقراره؛ نظرا لتعاظم الحاجة لوجوده على أرض الواقع بشكل يظهر مدى الاهتمام الذي توليه الحكومة للطب النفسي بكل اختصاصاته وجوانبه، بما يضمن تسخير كل الجهود لتوفير الرعاية والتأهيل النفسي المناسب بطرق قانونية صحيحة ومتفق عليها.

ويتناول مشروع القانون، الذي يمثل طريقا ضروريا لتنظيم البيئة الصحية والنفسية، مواد متنوعة، ويتكون من أبواب عدة، منها باب أول للتعاريف وتوضيح مثلث الصحة النفسية سواء كانت عامة أو خاصة، وباب ثان خاص بيان اللجان ذات الاختصاص بمتابعة أحكام هذا القانون، وباب ثالث يعني بدخول المريض النفسي لعشات الصحة النفسية، كما احتوى أيضا 3 أبواب أخرى، أحدها يتضمن علاج المريض النفسي، أما الآخر فهو يعرض العقوبات التي تترتب على مخالفة أحكام القانون، كما أن من أبوابه ما يتطرق لأحكام ختامية.

الصحة النفسية في المدارس.. سلامة الطلاب والمدرسين أولوية

تمثل الصحة المدرسية النفسية جانبا من الجوانب التي توليها وزارة الصحة البحرينية الاهتمام والرعاية، بالشراكة مع وزارة التربية والتعليم، فيما يتعلق بالصحة النفسية لشرائح المجتمع، والمتمثلة في طلبة وطالبات المدارس؛ نظرا لأهميتها في زرع الثقة في نفس الطفل في البيئات المدرسية.

ووفقا لـوزارة الصحة فإن من أهم الخدمات التي يقدمها مركز خدمات الصحة النفسية هي تقديم الاستشارات النفسية لكل من المدرسين والمرشدين الاجتماعيين في المدارس وأولياء أمور الطلبة، وكذلك يقوم المركز على تقييم وعلاج الاضطرابات النفسية والسلوكية لدى الطلبة وتقييم وعلاج اضطراب التطق، كما يعمل أيضا على تطبيق المقاييس النفسية واختبارات الذكاء مع الاختبارات الخاصة بصعوبات التعلم، وغيرها من الخدمات التي يتولى مسؤوليتها فريق عمل مكون من وزارة الصحة، متمثلة باستشاري طب نفسي أطفال وناشئة، اختصاصي علم نفس، واختصاصي علاج تخلق، إضافة لـوزارة التربية والتعليم متمثلة بمدرس تربية خاصة، ومرشدين أحدهما نفسي وآخر اجتماعي، إلى جانب فريق مساند مكون من سكرتيرة طبية وفنية إدخال معلومات.

وترتكز أهداف مركز خدمات الصحة النفسية على الاكتشاف المبكر لحالات صعوبات التعلم ومختلف الاضطرابات سواء النفسية والسلوكية ومحاولة وضع أفضل الخطط العلاجية بالتعاون مع الجهات المختصة، وتعزيز الشراكة بين مجتمعات المجتمع المدني عبر التعاون بين وزارتي الصحة ووزارة التربية والتعليم لتحسين مستوى الطلبة والطالبات من الناحية الأكاديمية والارتقاء بهم، إضافة لأهداف أخرى كالعمل على تقليل الوصمة المرتبطة بالطب النفسي وتحسين مفهوم الصحة النفسية والاهتمام به.

◆ للتعامل بإيجابية وتسهيل بناء المجتمع... وزارة الصحة:

الصحة النفسية السليمة هي تحقيق الفرد لقدراته الذاتية

عرفت وزارة الصحة أن مفهوم الصحة النفسية هي "حالة العافية التي يحقق فيها الفرد قدراته الذاتية، ويستطيع مواكبة ضغوط الحياة العادية، ويكون قادرا على العمل الإيجابي والمثمر، ويمكنه الإسهام في مجتمعه".

وأكدت الوزارة أن مفهوم الصحة النفسية يرتبط ارتباطا وثيقا بمفهوم التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأفراد خصوصا في مرحلة المراهقة المهمة، التي تمتاز بالتغيرات المختلفة التي تتسم بالسرعة إما كمّا أو نوعا في جوانب عديدة، منها الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية وغيرها، ما يعني ضرورة احتياج المراهق إلى التوافق مع نفسه ومع الآخرين؛ حتى ينجح في تحقيق ذاته ويشبع احتياجاته ورغباته ويستثمر قدراته.

ويبين المنشور أن أهمية الصحة النفسية بالنسبة للمراهق تتمثل في أمور ثلاثة، وهي تقدير وتطوير الذات والعمل على تخفيف الضغط النفسي وتخطي الصعوبات وتحقيق التكيف الاجتماعي.

وأبرز المنشور أهم مظاهر الصحة النفسية عند المراهق وحددها في نقاط عدة، من أهمها تقبل الذات والإحساس بالهوية والسعي للنمو والتطور في الشخصية مع التمكن من إدراك القدرات والإمكانات الذاتية والقدرة على التعامل مع المواقف الضاغطة وتجاوزها، إضافة لمظاهر تتعلق بالجانب الاجتماعي منها استطاعته على التفاعل الاجتماعي عبر تكوين علاقات إيجابية مع الآخرين وكفايته في توظيف وسائل التواصل الاجتماعي في تنمية وتطوير الذات.

وأوضح المنشور أنه ينبغي للمراهق أن يتبنى فلسفة حياة تتضمن مجموعة قيم ومعتقدات تمكنه وتعينه على تحقيق التوافق بشقيه النفسي والاجتماعي إلى جانب مقدرته على حسن التصرف والتعامل مع المواقف التي تصادفه في حياته، ومن تلك المبادئ التي تعزز الصحة النفسية عند المراهق التسامح والقناعة والمبادرة إضافة للإنجاز والواقعية.

وعرض المنشور أهم الحاجات المرتبطة بالصحة النفسية للمراهق، ومنها الاستقرار النفسي الذي يتحقق عن طريق توفير العلاقات الاجتماعية الحميمة والمساندة التي تشعره بالحب والود والاحترام وغيرها من العناصر التي تعزز بالإيجابية، ومن تلك الحاجات أيضا تحقيق الذات والاستقلالية، فأما تحقيق الذات فيأتي عبر وضع الأهداف التي تناسب قدرات وإمكانات المراهق من ثم وضع خطة للعمل على تحقيقها، أما فيما يخص الاستقلالية فهي تتلخص بالقدرة على تحمل المسؤولية واتخاذ القرارات عند الحاجة.

ومن هذه الحاجات التي ترتبط بصحة المراهق النفسية الشعور بالأمن والاستقرار، ويكون ذلك بتوفير أجواء من الراحة والأمن النفسي، ومنها كذلك الإدراك الاجتماعي وهو استيعاب ما ينتج عن المراهق من سلوكيات مختلفة وتوجيهها بشكل مناسب ومفيد، إضافة إلى الحاجة لمواكبة التطور عبر توظيف التكنولوجيا الحديثة ووسائل التواصل الاجتماعي بهدف تنمية وتطوير المراهق.

تعريف مفهوم الصحة النفسية

الصحة النفسية هي حالة من الرفاه النفسي تمكن الشخص من مواجهة ضغوط الحياة، وتحقيق إمكاناته، والتعلم والعمل بشكل جيد، وإقامة العلاقات وتشكيل العالم الذي نعيش فيه. والصحة النفسية هي حق أساسي من حقوق الإنسان.

P 6
Link

سوالف

Osama.almajed
@albiladpress.com
* أسامة الماجد

شارع جدعلي.. كافتيريا ترضع التلوث من صميم الكراج

أكثر ما يبعث على الدهشة والاستغراب هو استمرار النمط القديم بكامله على شارع جدعلي التجاري، بالرغم من المخالفات البيئية الواضحة والمكشوفة التي تنقلها الصحافة بين فترة وأخرى، لكن يبدو أن الديمومة الأبدية الثابتة الساكنة تهيمن على الحياة، لهذا لا نرى أي تغير وتحرك من البلديات والجهات المختصة ذات العلاقة حتى ولو في رقعة محدودة أو بين جدران ضيقة.

العشوائية والمخالفات تفتح أمام من يسير في الشارع رويدا رويدا، وبغموض وبطء شديدين، ولا تشعر بأي اهتمام رسمي أو متابعة جزئية هامشية، وكأن ملاحظات الصحافة تتشقق وتتصدع وتتناثر هباء مثل القشرة، مع أن العدو الأكبر للشوارع التجارية العشوائية والفوضى وإرخاء الحبل طويلا لأصحاب المحلات بدون ضوابط.

قبل أيام كنت في سوق الدمام بالمملكة العربية السعودية الشقيقة، ودخلنا شارعا تجاريا مخصصا بالكامل لـ "العبايات" النسائية، شارع يخلو من أية سوبرماركت، أو مطعم، أو خباز، أو حتى مكتبة، وهذا يعني أن هناك قانونا وإلزاما صريحا ومباشرا بعدم دخول محلات وأنماط جديدة في هذا الشارع، أما شارع جدعلي التجاري فقد تحول من مرض متنقل إلى هوس أليم وكوابيس من كوابيسنا الثابتة المعتادة، فبقدرة قادر تحول كراج ملاصق إلى كراج آخر إلى "كافتيريا".. نقيضان لكل منهما حياة أخرى، ولا نعرف من الذي سمح وأعطى هذا التصريح بأن يكون حرا طليقا لا ذمة عليه، الكافتيريا ترضع التلوث من صميم الكراج وما أكثر ما يقتل قابيل أخاه بيديه، وما أكثر ما يتخلى الإنسان عن جنته خوفا ويؤثر الراحة والسكون.

سؤالي الذي يشبه الأنهر المترعة بماء المحبة إلى الجهات المختصة.. هل من المسموح فتح مطعم ملاصق إلى كراج.. وهل من المعقول أن نتغذى جميعا من شجرة واحدة.

*كاتب بحريني

P 13
Link

لغد أجمل

naseemnada313
@gmail.com
* ندى نسيم

اليوم العالمي للصحة النفسية

في العاشر من أكتوبر يتم الاحتفال باليوم العالمي للصحة النفسية، حيث يتم تفعيل هذا الاحتفال من خلال طرح قضايا الصحة النفسية المتعددة لما لها من أهمية كبيرة في حياة الأفراد، والذين هم انعكاس لما يتمتعون به من صحة نفسية تتضمن الجانب الفكري والشعوري والسلوكي، والجدير ذكره أنه في القرن التاسع عشر الميلادي كان ويليام سويتزار أول من عرّف مصطلح الصحة النفسية بشكل واضح، والذي يمكن أن يعتبر باكورة المناهج المعاصرة في تعزيز الصحة النفسية.

ويأتي شعار هذا العام تحت عنوان "الصحة النفسية في مكان العمل"، مؤكدا ضرورة أن يتم تسليط الضوء على الصحة النفسية في بيئة العمل لما لها من دور كبير وتأثير على الإنتاجية والرغبة في العطاء المهني، مع التأكيد على تقديم الدعم النفسي للموظفين وتحفيزهم في بيئة إيجابية.

وبحسب ما أفادت به منظمة الصحة العالمية من الضروري أن تتعاون الحكومات وأرباب العمل والمنظمات التي تمثل العاملين وأرباب العمل وغيرهم من أصحاب المصلحة المسؤولين عن صحة العاملين وسلامتهم على تحسين الصحة النفسية في مكان العمل. وينبغي أن يشارك العاملون وممثلوهم والأشخاص الذين عاشوا تجربة الإصابة باعتلالات الصحة النفسية مشاركةً هادفةً في الإجراءات المتعلقة بالصحة النفسية في مكان العمل. ومن خلال تسخير الجهود واستثمار الموارد في تدخلات مسندة بالأدلة في مكان العمل، يمكننا ضمان حصول الجميع على فرصة للازدهار في العمل والحياة. فلنتخذ إجراءات اليوم من أجل مستقبل أوفر صحة.

كاتبة وأخصائية نفسية بحرينية

P 13
Link

البلاد
www.albiladpress.com
العدد: 5840

ياسمين خلف
yasmeeniat@yasmeeniat.com

ياسمينيات

مواعيد بلا قلب

أصيب بداية العام الجاري بمشاكل في القلب، وبعد مراجعته مجمع السلمانية الطبي؛ تم تحديد موعد له في عيادة القلب في شهر أغسطس. كان وجلاً طوال الثمانية أشهر التي سبقت الموعد، فأمراض القلب من الأمراض التي لا تهاون فيها، إلى أن حان موعده المرتقب. لم يذهب للعمل - فصحته أولى من العمل بالتأكيد - وتوجه للعيادة منذ الصباح الباكر، وعند مراجعته العيادة، وإذا بالصدمة: "موعدك ليس في أغسطس هذا العام، إنما العام المقبل 2025م"!

لا أعلم، هل أبكي على حال هذا المواطن أم أضحك؟ موعد للقلب بعد عام وثمانية أشهر؟ في قرارة نفسي كنت أقول "احمد ربك" أنك لم تُصب خلال هذه المدة بأزمة قلبية مفاجئة أودت بحياتك! هل من الطبيعي أو المعقول أن تكون مدة انتظار موعد لمرض مميت مثل مرض القلب طوال هذه الأشهر؟ أم هي سياسة المستشفى لدفع المواطنين لمراجعة الطب الخاص، لتقليل الضغط على المستشفى الحكومي؟ وليتكبد المواطن حينها ما يتكبده من مصاريف في سبيل توفير العلاج الذي يقيه مضاعفات تأخر العلاج المطلوب، خصوصاً لتلك الأمراض المزمنة أو الخطيرة. الطامة أن الأمر لا يقتصر على عيادة بعينها في السلمانية، إنما في جميع العيادات، والتي تسجل قائمة انتظار طويلة للحصول على الفحوصات والعلاج المطلوب. بل إن قائمة الانتظار تتسع لتشمل العمليات الجراحية. لن أفتي في الطب، فلست طبيبة، لكن هذا ما علمنا إياه الأطباء "لا تتهاونوا في أية إشارة بأجسامكم، ربما هو الناقوس الذي يحذركم من ضرورة لجم المرض قبل استفحاله، وقبل تطوره أو تسببه في مشاكل صحية أخطر". أليس هذا ما تعلمناه منكم؟ كما أن بعض الأمراض تسبب آلاماً لا يمكن تجاهلها وتأجيل علاجها خصوصاً تلك التي تحرمك من النوم.

لماذا لا يتم إنشاء مستشفى حكومي آخر يستوعب هذا العدد المتنامي من السكان؟ ولماذا لا تتم مضاعفة ابتعاث الطلبة لدراسة الطب لتطعيم المستشفى الجديد بالكوادر الطبية لحل مشكلة الضغط على المواعيد لقلة عدد الأطباء؟ فالأرواح غالية.

» ياسمينة: حان الوقت لإنشاء مستشفى حكومي جديد.

*كاتبة بحرينية

P 13
Link

◆ بطاولة مستديرة رفيعة المستوى نظمها "منتدى الشرق الأوسط للاستدامة"

خبراء يناقشون إطلاق الفرص الاقتصادية منعدمة الانبعاثات الكربونية

البلاد | تصوير: أيمن يعقوب

استضاف منتدى الشرق الأوسط للاستدامة، وهو منصة إقليمية متخصصة لدفع الحلول الصديقة للبيئة والصافية إلى الصفر من الانبعاثات الكربونية، بالتعاون مع مجموعة بوسطن الاستشارية، طاولة مستديرة رفيعة المستوى عن "الانتقال الاقتصادي لمنطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا - واغتنام الفرص الخضراء للنمو وتنمية رأس المال البشري"، وهي آخر جلسة من سلسلة جلسات مستديرة، تهدف إلى إزالة الكربون، ينظمها المنتدى لهذا العام، وجمعت قادة الأعمال وخبراء المناخ والاستدامة من جميع أنحاء المنطقة، لمعالجة القضايا الحاسمة لانتقال منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا إلى عالم ومستقبل منخفض الكربون.

وتطرقت الطاولة المستديرة إلى إمكانات المنطقة لتحقيق الأهداف المناخية الطموحة، مع ضمان التحول الاقتصادي الناجح، الذي سيفتح الباب أمام النمو والفرص الكبيرة. كما ركزت الجلسة على دور إزالة الكربون في دفع التنوع الاقتصادي، وخلق فرص العمل، وتنمية رأس المال البشري، إذ تعمل الاقتصادات الإقليمية على تحقيق أهدافها المتعلقة في خفض الانبعاثات الكربونية إلى الصفر للفترة 2050 - 2060.

وناقش الخبراء الرؤى والإجراءات اللازمة لتحقيق هذه الإمكانات، بما في ذلك أنواع التعددية والسياسات الصناعية والمتعلقة بالمناخ والحوافز التي يتعين إنشاؤها، كما تطرقت الجلسة للعوامل الأساسية التي يمكن أن تدعم التحول في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، وتمكين اقتصاداتها من الخروج بشكل أقوى مع إزالة الكربون. ومن بين هذه القوى العاملة الشابة والمتعلمة والبارعة في التكنولوجيا، والقادرة على القيادة في مجال الطاقة المتجددة، مع وفرة موارد الطاقة الشمسية وطاقة الرياح والأراضي، فضلا عن الخطط الشاملة في العديد من دول منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، عبر رؤى وطنية مختلفة، وعن الاستراتيجيات التي تعمل بقوة على تعزيز التنويع والصناعة الخضراء.

وسلط المتحدثون الضوء على الإجراءات اللازمة لتسخير النمو، فمن الضروري أن تقوم الحكومات والقطاع الخاص باستثمارات كبيرة في تنمية رأس المال البشري، مع التركيز على تدريب القوى العاملة في القطاعات والتقنيات الجديدة، فضلا عن ضمان الانتقال الفعال، وتحسين مهارات العمال في الصناعات القديمة لشغل وظائف في العالم والاقتصاد الأخضر.

وصرحت المدير التنفيذي لشركة فين مارك كوميونيكيشنس المؤسس والعظم للمنتدى ليلا دانيش "سعدنا بمشاركة رواد من جميع أنحاء المنطقة لمناقشة الاستراتيجيات والاستثمارات اللازمة لتحقيق أقصى قدر من الفرص؛ لتحقيق النمو الاقتصادي والتنمية القائمة مع تحرك منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا نحو الحياد الكربوني، ووفرت الطاولة المستديرة منصة للخبراء؛ لاستكشاف السياسات المبتكرة والتعاون القائم حاليا، وتلك المطلوبة لدعم التحول في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، مع التركيز على الإجراءات الرئيسة والتحديات والاستثمارات، لتسخير ودفع عجلة النمو".

وشارك في الطاولة المستديرة الرئيس التنفيذي لمجموعة بنك ABC صائل الوعري، والرئيس التنفيذي للاستراتيجية لمجموعة "بايكو إنرجيز" الكسندر فان فيلدهوفن، ورئيس قسم قطاع التصنيع والخدمات اللوجستية في صندوق العمل "تمكين" عامر يوحسين، والرئيس التنفيذي للطاقة في شركة "البا" أمين سلطان، والوكيل المساعد للتنمية المستدامة في وزارة التنمية المستدامة دانة حمزة، والمدير العالي في شركة "إي بي إم تيرمينالز البحرين" فاروق زيدي، والرئيس التنفيذي للاستدامة في بنك ABC إيان ماكاوو، والقائم بأعمال رئيس قسم المواد الخام في شركة حديد البحرين د. محمود مجدي، والرئيس التنفيذي للاستثمار والاستدامة في شركة إفراكوب زيبا عسكر، وأدار الجلسة الشريك ومدير الطاقة في مجموعة بوسطن الاستشارية بابلو أفوجادري.

P 18
Link