



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



اليوم: الثلاثاء



التاريخ: 28 فبراير 2023

مجلس الصحة الخليجي ينشر دليلا عن أهم الشائعات الصحية ويوضح الحقيقة من الشائعات «الحامل يجب أن تأكل عن شخصين»



وكثرة النوم والشتاء والحاجة إلى الماء وحماية الديتوكس والماء وظهور الكرش والجلسة المستقيمة والحامل تأكل عن شخصين ومشد الخصر ينحف وانتقال مرض الإيدز والكل يحتاج الى كميات غذائية وخل التفاح للتخفيف والام الظهر وعلاقته بالكلى والليزر المنزلي غير آمن وأضرار الفاكهة بعد الأكل وطقطقة الأصابع والالتهاب والتعب معدية والماء الدافئ على الريق وجراثومة المعدة غير معدية والبقدونس وحصوات الكلى والنوم بعد الأكل والحوامل وصبغات الشعر والطفل الانطوائي والتوحد والسكر البني أكثر صحة من الأبيض وتنتف شعر الشيب يزيد.

لا بد أن تؤخذ المعلومات من مصادرها الرسمية وخصوصا كل ما يتعلق بالصحة ومن خلال هذا الدليل سيتم التعرف أكثر على أبرز الشائعات ومدى صحتها من خلال دليل تفاعلي يصحح الشائعات بمقاطع فيديو مرئية. ويتضمن الدليل في صفحاته الـ ٣٨ الكثير من المواضيع وهي سمنة الأطفال والهرمونات لتضخيم العضلات والعطوور تتعب المريض والمسكنات بشكل يومي غير ضارة والمعجون حل للحروق والسجائر الإلكترونية أقل ضررا والمضادات ونزلات البرد والتوقف عن تناول علاجات الضغط ومضادات التعرق والسرطان ومناطق الصداع والأمراض وكبار السن

نشر مجلس الصحة لدول مجلس التعاون الخليجي دليلا تفاعليا شاملا لأهم الشائعات التي يتم تناقلها في العديد من وسائل التواصل الاجتماعي، ولما لها من أثر سلبي على الكثير من الناس حرص المجلس على إعداد هذا الدليل المتضمن ٣٣ من أهم الشائعات انتشارا ومنها إشاعة (هل سمعت بأن أخذ ملعقة من خل التفاح على الريق ينحف؟ أو أن استخدام الهرمونات لتضخيم العضلات ليس له ضرر؟ وأن الحامل يجب أن تأكل عن شخصين؟). ولأن صحة الإنسان هي في المقام الأول ضمن أهداف المجلس حرص على كشف وتفنيد الكثير من الشائعات المتعلقة بصحة الإنسان وأن

P 4

Link



بحضور رئيس الأركان:

تكريم عدد من الضباط الحاصلين على وسام الأمير سلمان بن حمد للاستحقاق الطبي

المساندة، وهنأهم على هذا التكريم. حضر الاحتفال اللواء بروفيسور الشيخ خالد بن علي آل خليفة قائد الخدمات الطبية الملكية، واللواء الركن الشيخ علي بن راشد آل خليفة مساعد رئيس هيئة الأركان للقوى البشرية، وعدد من كبار ضباط قوة دفاع البحرين.

القائد الأعلى للقوات المسلحة، وفي إطار توجيه صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة ولي العهد نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة رئيس مجلس الوزراء، لكافة الجهات المعنية بتسليم الوسام للمعاملين في الصفوف الأمامية من الكوادر الصحية، وقوة دفاع البحرين. ووزارة الداخلية، وكافة الجهات

وبدا الحفل بتلاوة آيات عطرة من الذكر الحكيم، ثم أقيمت كلمة يهده المناسبة، بعدها تفصل رئيس هيئة الأركان بتسليم وسام الأمير سلمان بن حمد للاستحقاق الطبي، لعدد من ضباط قوة دفاع البحرين، إنفاذاً للأمر الملكي السامي لحضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة ملك البلاد المعظم

حضر الضريق الركن ذياب بن صقير التميمي رئيس هيئة الأركان حفل تكريم عدد من ضباط قوة دفاع البحرين الحاصلين على وسام الأمير سلمان بن حمد للاستحقاق الطبي، في مركز ولي العهد للتدريب والبحوث الطبية، وذلك صباح أمس الإثنين ٢٧ فبراير ٢٠٢٣.

P 6

Link



فريق طبي بحريني للمساهمة في علاج ضحايا الزلزال بسوريا نقيب أطباء سوريا يشيد بالعلاقات التاريخية بين البلدين

بالعلاقات التاريخية والصداقة التي تربط البلدين، والموقف المحترف من البحرينيين والموقف الأصيل للأطباء السوريين، تقوم بها سوريا جراء هذه المآلات الأليم. وأكد نقيب أطباء سوريا على أهمية مذكرة التفاهم الموقعة، حيث سيساهم الفريق الطبي البحريني في تخفيف عن الآم الضحايا وتوفير القسم الطبي لعلاج المصابين والمتضررين من الزلزال. كما سيتم الاستفادة من الخبرات الطبية البهرينية في علاج العديد من الحالات والإصابات إضافة إلى المستشفيات الطبية التي سيتم توفيرها بناء على قائمة الاحتياجات التي سترفع للفريق الطبي البحريني على ضوء الزيارة الميدانية للفريق للعديد من المستشفيات ومراكز العلاج في مواقع الزلزال في سوريا. من جهته صرح الدكتور عامر الدزاري بأن جهود جمعية الأطباء البهرينيين جزء من ضمن حزمة المبادرات والمساعدات التي تضطلع فيها سفارة البحرين وأثار إلى أنه على ضوء هذه الزيارة، تم التنسيق مع نقابة الأطباء السورية بالتعاون مع المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية واللجنة الوطنية لإغاثة ضحايا زلزال تركيا وسوريا لإرسال الأطباء البحرينيين الراغبين التطوع لمساعدة إخوانهم السوريين في هذه الكارثة وشعباً لاقتناهم في سوريا، مؤكداً استمرار الشعب السوري

البحرينية الدكتور عامر الدزاري ومجموعة من الأطباء السوريين في مقر النقابة في دمشق. جاء ذلك خلال الزيارة التي يقوم بها وفد المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية واللجنة الوطنية لدعم ضحايا الزلزال في سوريا وتركيا لإيصال شحنة المساعدات الأولى من منظمة البحرين إلى الجمهورية العربية السورية. وبين الدكتور مصطفى السيد أنه بناءً على هذه الاتفاقية سيتم التنسيق لإرسال مجموعة من الأطباء البحرينيين المتطوعين من قبل جمعية الأطباء البهرينيين، وذلك للمساهمة في علاج المصابين من ضحايا الزلزال المدمر الذي تعرضت له سوريا، والذي خلف عدداً من الضحايا ومزاراً كبيراً في البنية التحتية للمناطق التي تعرضت للزلزال في سوريا. ووضح الدكتور مصطفى السيد بأنه وعلى ضوء مذكرة التفاهم الموقعة مع نقابة الأطباء سوريا، سوف يتم العمل على توفير حتى المستلزمات الطبية اللازمة التي تحتاجها سوريا في الوقت الراهن والتي ستهم في رفع كفاءة الخدمة الطبية المقدمة للمتضررين من الزلزال. من جانبه أصعب الدكتور عسان فندي عن خالص شكره وتقديره العميق بما قدمته مملكة البحرين بقيادة وحكومة وشعباً لاقتناهم في سوريا، مؤكداً استمرار الشعب السوري

التفاني للجنة الوطنية لدعم ضحايا الزلزال في سوريا وتركيا منذرة تفاهم مع نقيب أطباء سوريا الدكتور عسان فندي بحضور رئيس جمعية الأطباء المتواجبات والأضرار التي سببها الزلزال الذي تعرضت له سوريا. وقع الدكتور مصطفى السيد الأمين العام للمؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية الرئيس

تقديراً للتوجهات السامية لحضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة ملك مملكة البحرين المعظم في إطار الاستجابة الإنسانية لمواجهة

P 8
Link

دراسة بجامعة البحرين تجرب علاجاً طبيعياً يخفف آلام المفصل العجزي والركبة لدى النساء



○ الباحثة فضيلة السيد.
علاج المفصل العجزي الحرقفي على الأتم الناتج عن الاعتلال الوظيفي وكذلك على الأتم مفصل الركبة المماثلة.

وشملت عينة التجربة، ٧٢ مريضة، يعانين من هذه المشكلة، واستخدمت الباحثة قياس شدة ألم المفصل، مقياس تصنيف الألم العددي، وتلقت المرضيات ثمانية جلسات من التمارين واللاصق الطبي الموجبة للمفصل العجزي الحرقفي فقط، دون أي تدخل علاجي موجه للركبة المماثلة على مدار أربعة أسابيع. وهدفت الدراسة، إلى معرفة مدى شيوع الاعتلال الوظيفي المزمّن للمفصل العجزي الحرقفي المصحوب بألم مفصل الركبة المماثلة لدى الإناث اللاتي تتراوح أعمارهن بين ٤٠ و٦٥ عاماً، وقياس تأثير

حسين، لتبيل درجة ماجستير العلاج الطبيعي في كلية العلوم الصحية والرياضية، والموسومة بعنوان «فعاليتها الأساليب الموجبة إلى المفصل العجزي الحرقفي على الآم الركبة في النساء اللاتي يعانين من الآام المزمّنة في المفصل العجزي الحرقفي» - إلى وجود تحسن في الآام الركبة المماثلة، لدى النساء اللاتي شملهن العلاج، حيث أدى علاج المفصل الحرقفي إلى الشبات نتيجة تقوية عضلات البطن وعضلات الورك، بالإضافة إلى اللاصق الطبي الذي يوفر قاعدة قوية لمفاصل الأطراف السفلية، بما في ذلك مفصل الركبة.

خلصت دراسة علاجية بجامعة البحرين إلى وجود تحسن ملحوظ لدى النساء اللاتي يعانين الآماً مزمّنة في المفصل العجزي الحرقفي والآام الركبة. وجزيت الدراسة أسلوب علاج طبيعياً، تضمنت تمارين معيشية مع اللاصق الطبي، على عينة من النساء مصابات باعتلال مزمّن في المفصل العجزي الحرقفي، حيث أثبتت التجربة هذا التحسن. والمفصل العجزي الحرقفي هي عظمة عريضة تشكل الجزء العلوي لمفصل الفخذ، وهي أحد أجزاء عظم الورك. وتوصلت الدراسة - التي أجرتها الباحثة، فضيلة السيد

P 10
Link

مخاطر ملوثات لا تنتهي



بقلم:

د. إسماعيل محمد المدني

ترتبط بين الكربون وعنصر الفلورين، والتي لها القدرة على مقاومة التحلل في الطبيعة، ولها القوة الكامنة على مواجهة أي عامل طبيعي حيوي أو فيزيائي يحاول كسرها وتحللها، ولذلك فهي تبقى موجودة في عناصر البيئة، وتستمر في زيادة تركيزها كل يوم، وتبدأ سنة بعد سنة في التراكم والتضخم في تركيزها في مكونات البيئة غير الحية، ثم تنتقل وعبر مسافات جغرافية واسعة ويعبدها عن أنشطة البشر إلى مكونات البيئة الحية بتراكيز أعلى، وأخيراً تصل عبر السلسلة الغذائية إلى الإنسان.

هناك عدة طرق تصل فيها هذه الملوثات العضوية الثابتة إلى جسم الإنسان، منها عن طريق الهواء الجوي واستنشاق الهواء الجوي الملوث بهذه المركبات، ومنها عن طريق صرف المياه المعالجة الصناعية والمنزلية الملوثة بها إلى المسطحات المائية، ثم إلى الحياة الفطرية في هذه المسطحات المائية، وأخيراً إلى الطيور المائية والإنسان من خلال تناول مواد غذائية من أسماك وطيور ملوثة، بحسب المنشور في تقرير وكالة البيئة البريطانية في أكتوبر ٢٠١٩، تحت عنوان: «المركبات العضوية متعددة الفلورين: المصادر وطرق تحركها والمعلومات البيئية».

وهذه الطرق التي تؤدي إلى تسمم الإنسان بهذه المواد ليست نظرية، أو مبنية على تكهنات وتوقعات غير حقيقية، وإنما أثبتت الدراسات العلمية المخبرية والميدانية وجود هذه السموم المنتشرة في الهواء الجوي، ومياه الشرب، وأجسام الكائنات الفطرية في البر والبحر، وفي أعضاء جسم الإنسان. فالدراسة العلمية التي قامت بها صحيفة «لوموند» تحت إشراف المراكز العلمية المتخصصة تحت عنوان «مشروع التلوث الخالد» خلصت إلى وجود هذا التلوث في ١٧ الف موقع في القارة الأوروبية في المياه السطحية، والجوفية، والترابية، والكائنات الحية، وتراوح التركيز بين ١٠ إلى أكثر من ١٠ آلاف نانوجرام من الملوثات في الكيلوجرام، أو جزء في البليون.

كذلك نشرت دراسة أكدت قدرة هذه الملوثات على التحرك السريع والانتقال من مصدر التلوث في المدن إلى مواقع بعيدة ونائية من كرتنا الأرضية، مثل البحث الذي سُنشر في مجلة علوم البيئة الكلية، (Science of The Total Environment) في الأول من مايو ٢٠٢٣، تحت عنوان: «مستويات وانتشار المواد العضوية متعددة الفلورين في الثلج في القطب الشمالي»، حيث اكتشف البحث ٢٦ نوعاً من هذه الملوثات في ثلج القطب الشمالي من منطقة (Svalbard) النائية والمرتفعة عن سطح الأرض، وهذه الملوثات انتقلت من مصادر متعددة في المدن الحضرية التي تبعد آلاف الكيلومترات.

وغير ذلك فإن هذه الملوثات السامة ليست موجودة في البيئات الخارجية فحسب، وإنما هي موجودة أيضاً في عقر دارنا في منازلنا، حسب الدراسة الصينية المنشورة في ٢٦ مارس ٢٠٢١ في مجلة «علوم وتقنية البيئة»، تحت عنوان: «المركبات العضوية متعددة الفلور في غبار البيئات الخارجية والداخلية في الصين»، حيث تراوح التركيز في الغبار الخارجي من ١٠٥ إلى ٣٢١ نانوجراماً من هذه الملوثات لكل جرام من الغبار، وفي الغبار في البيئة الداخلية تراوح من ١٨٥ إلى ٩١٣.

ونظراً إلى واقعية هذه الأزمة والرائحة وتهديدها المباشر للصحة العامة للإنسان والحيوان، فإن بعض حكومات العالم أخذت هذه الأزمة البيئية الصحية على محمل الجد، ووضعت برامج وخططاً للكشف عنها ومكافحتها من ضمن مجموعة الملوثات العضوية الثابتة والمستقرة، التي وردت في معاهدة ستوكهولم لعام ٢٠٠٩. ومن هذه البرامج على سبيل المثال لا الحصر، خطة العمل الحكومية، التي أعلنتها الحكومة الفرنسية، إضافة إلى إعلان حكومة بايدين، ممثلة في وكالة حماية البيئة، في ١٥ فبراير ٢٠٢٣ عن مبلغ ١٩ مليون دولار لدراسة بعض الملوثات المستجدة مثل مجموعة المركبات العضوية متعددة الفلور في مياه الشرب بولاية أيوا ولايات أخرى.

مجموعة كبيرة من الملوثات يطلق عليها الآن بعد أن بدأت صورتها تتضح يوماً بعد يوم بالملوثات الأبدية، أو الملوثات الخالدة (forever chemicals)، أي الملوثات التي ستمتد معنا طويلاً، وستبقى على صدورنا، وستبقى في جميع مكونات بيئتنا وفي أعضاء وخلايا أجسادنا أبد الدهر، وربما إلى أن يرث الله الأرض ومن عليها.

وهذا الاكتشاف الجديد ليس حكراً الآن على أروقة مختبرات العلماء المختصين وعلى الذين يبحثون في أعماق مختلف مصادر ومسير هذه الملوثات بعد ولوجها في بيئتنا، ولم يعد من الموضوعات العلمية والبيئية البحتة التي يهتم بها العلماء فقط، فيسبرون غورها وتفاصيلها، ويتناقشون فيها مع بعض في مؤتمراتهم ومجالاتهم وفي دوائرهم العلمية الضيقة والمتخصصة، وإنما

تحوّلت إلى قضية رأي عام عالمي على نطاق جغرافي واسع شمل معظم دول العالم، فوصلت إلى وسائل الإعلام الجماهيرية الشعبية في كثير من الدول الصناعية المتقدمة وغير المتطورة، فأصبحت حديث البسطاء من الشعوب وتحوّلت إلى هم جديد يضاف إلى همومهم الأخرى الصحية والاجتماعية والسياسية، ولذلك فقد قامت بعض الصحف المرموقة، مثل صحيفة «لوموند» الفرنسية (Le Monde) بتخصيص صفحات كثيرة، وفي عدة أعداد منها وفي الصفحات الأولى لتغطية آخر أخبار هذه الملوثات، وأماكن وجودها وتركيزها في القارة الأوروبية بشكل خاص، وفي القارات الأخرى بشكل عام. فعلى سبيل المثال، نشرت جريدة «لوموند» تقريراً معقداً ومطولاً في ٢٣ فبراير ٢٠٢٣ تحت عنوان: «التلوث الخالد: اكتشاف خارطة التلوث بمركبات الفلورين العضوية في أوروبا»، وصدر هذا التقرير «العلمي» بالتعاون مع ١٧ وكالة متخصصة، وجامعة، ومؤسسة بحثية من القارة الأوروبية، وهذه الخارطة تعد الأولى من نوعها وتبين اتساع رقعة تلوث المدن والدول الأوروبية بهذه المجموعة الخالدة والمستقرة من الملوثات.

فما هذه الملوثات التي لا تموت؟ هذه المجموعة من المركبات العضوية التي تحتوي على أعداد كثيرة من عنصر الفلورين التي تم إنتاجها وتسويقها منذ أكثر من ستين عاماً، ونجحت في أن تدخل في مكونات الآلاف من المنتجات الاستهلاكية الشخصية، والمنزلية، والصناعية، كان يسبب خواصها «السحرية» والفريدة من نوعها، من حيث استقرارها وثباتها وخمولها كيميائياً وحيوياً، إضافة إلى مقاومتها الشديدة للماء. ولذلك دخلت هذه المواد في تطبيقات كثيرة في حياتنا اليومية، ومن أكثرها شيوعاً لدى عامة الناس هي أواني الطبخ من المقلدة والقدور وغيرها التي عند استخدامها لا تلتصق عليها المواد الغذائية فيسهل تنظيفها، ويطلق عليها بالتيفال، أو التفلون. كذلك استخدمت هذه المركبات في صناعة الأثاث، والأقمشة، والأصباغ، وتغليف المواد الغذائية، والمبيدات، إضافة إلى استخدامها كزغوة لإطفاء الحرائق، ما ساعد على انتقالها ودخولها بكل سهولة ويسر في جميع مكونات البيئة وانتشارها في مساحات جغرافية واسعة. وأما الاسم العلمي لهذه الأعداد الضخمة من المركبات التي تزيد على عشرات الآلاف هي «المركبات العضوية متعددة الفلورين»، أو «بي إف أي إس» (Per- and polyfluoroalkyl substances) (PFAS).

ولكن هذه الصفات السحرية التي كانت تتميز بها هذه المواد وأفرط الإنسان في إنتاجها واستخدامها في تطبيقات عملية كثيرة، تحولت مع الوقت إلى أزمة بيئية وصحية لجميع البشر في كل أنحاء العالم من دون استثناء، وشكلت للإنسان وبيئاً جديداً هو في غنى عنه. فالخواص الإيجابية العجيبة لهذه المواد أصبحت تمثل تهديداً لكل مكونات بيئتنا من ماء وهواء وتراب والكائنات الحية التي تعيش عليها، فتحولت إلى سلبات كارثية يحصد الإنسان اليوم ثمرات سوء إدارته وتخطيطه وجعله بالتعامل مع المواد التي يدخلها طواعية وبيديه إلى بيئته. فمن مميزات هذه المواد ثباتها واستقرارها عند دخولها في البيئة، وهذا الاستقرار بسبب الرابطة القوية جداً التي

bnctfpw@batalco.com.bh

هل يمكن تقوية عضلة القلب؟

الدكتور شائع علي: هناك بعض الأدوية تساعد على تقوية ورفع كفاءة عضلة القلب

لمرضى هناك بعض الأدوية التي تساعد على تقوية ورفع كفاءة عضلة القلب واستقرارها. لكن المهم هو معرفة السبب الرئيسي للمرض. لأن هناك أسباباً يمكن علاجها وبالتالي يتحسن أداء عضلة القلب.

ما هو العلاج؟
العلاج يبدأ بالتشخيص الصحيح والصبر ثم معرفة السبب وعلاجه وصرف الأدوية المساعدة للقلب. الجدير بالذكر في السنوات الأخيرة تم اكتشاف أدوية جديدة تساعد هذه الشريحة من المرضى مثل دواء Entresto وأدوية SGLT2. وأردت أن أركز على نقطة مهمة وهي المتابعة مع الطبيب المتابع في الأمراض التي تصنف للمرضى في الرعاية الأولى ليست العلاج النهائي أثناء التعامل مع الطبيب المعالج يقوم بتعديل الجرعة، وإحلال أدوية أخرى أو توصيف بعض الأدوية حسب حالة المريض ونتائج التحاليل والتصوير الطبي.

النسوي للأشخاص الأكثر عرضة أو من يعانون من الأعراض السابق ذكرها عند زيارة الطبيب بالفحص الطبي وعمل تحاليل دم وتحليل القلب ويبنى تصوير القلب بالصورجات الضوئية Echocardiography الفحص الأساسي في التشخيص ما هي مضاعفات ضعف عضلة القلب؟
مرضى ضعف عضلة القلب (إذ تأخر في التشخيص والعلاج يمكن لا يسبح الله أن يؤدي إلى السكتة القلبية المتأخرة جداً ربما لا يستجيب للمريض للأدوية وحيداً قد يضطر لإجراء جراحة القلب إلى تركيب أجهزة مساعدة أو قلب صناعي أو زراعة القلب. هل يمكن تقوية عضلة القلب؟
يمكن التشخيص في المراحل المبكرة نعم في المراحل المتأخرة

أي اعتلال في سمات القلب بسبب الحمى الروماتية الروماتيزية ما أعراض ضعف عضلة القلب؟
تبدأ أعراض ضعف عضلة القلب عادة بالشعور بالتعب وعدم القدرة على التحمل السهول البدني ثم تتطور إلى الشعور بكمية النفس عند بذل مجهود بسيط، بعدها تظهر الأعراض الشديدة وهي تورم الأقدام والإجهاد الشديد وكثرة التنفس وخصوصاً في الليل. والتي قد تتطور لا سيما الله إلى احتقان رئوي في السوائل في الرئتين ونقص الأكسجين. من هم الأشخاص الأكثر عرضة لمرض ضعف عضلة القلب؟
كما أسلفنا سابقاً في أسباب المرض المعديون ومرضى السكري والخلط والاعتلال الغدة الدرقية ومن يعانون من سمنة أو ارتفاع نسبة الدهون في الجسم هم الأكثر عرضة لمرض ضعف عضلة القلب في البالغين. كيف يمكن التشخيص؟
يبدأ التشخيص بالفحص



في صفار السن يأتي التهاب عضلة القلب والأسباب الوراثية والتهب الخلقية في مقدمة الأسباب التي تؤدي إلى ضعف عضلة القلب. إن تضعف في حالة وجود

ضعف عضلة القلب هو حالة مرضية تصيب عضلة القلب بطريقة تسبب صعوبة في ضخ الدم من القلب إلى باقي أعضاء وأجزاء الجسم. وفي حالة لو لم يتم علاجه قد يكون له أثر كبير على صحة الشخص، والتعريف أكثر على هذا المرض شاعر الخليل الطبي الدكتور شائع علي شاعر استشاري أمراض القلب والتصوير القلب المتقدم بالمستشفى العسكري. ما أسباب ضعف عضلة القلب؟
أسباب ضعف عضلة القلب كثيرة ويمكن تقسيمها حسب العمر. في البالغين يأتي مرض تصلب الشرايين الشاجية (Atherosclerosis) في مقدمة الأسباب التي تؤدي إلى ضعف عضلة القلب ويتسبب في وصول الدم بشكل كاف إلى عضلة القلب وبالتالي ضعف العضلة، كما تعرف أن التخثر والسمنة وداء السكري وتراكم الدهون في السبب الأساسي لتصلب الشرايين. في الأسباب الأخرى في البالغين هي الفيروسات

P 24

Link

الدكتورة أسيل الصالح

توضح معتقدات خاطئة عن التغذية في إنقاص الوزن



تبحث في الحمل. الأخطاء على التغييرات الطبيعية وقت الحمل في الخلق الأفتي المبني الذي يحدث من منتصف الحمل إلى أسفل البطن وأيضا الخطوط الحمراء الحمالية التي عادة ما تصيب منطقة البطن والخصر. هذه الخطوط عبارة عن تشققات داخلية في أنسجة الجلد التي ينتج من التمدد السريع في الجلد في منطقة البطن بسبب نمو الجنين وتوسع الرحم. وهذه الخطوط بالعادة تكون حمراء وقت الحمل ومن ثم تصبح بيضاء بعد مرور فترة من الزمن بعد الولادة.

ومن ضمن التغييرات الطبيعية الأخرى التي تصاحب الحمل هي حمراء الكفين، تضيق العظام، وجوب الحبال كثة التفرق، زيادة الدهون في الوجه وغيرها من التغييرات التي تعتبر طبيعية ولا تستدعي القلق أو التدخل الطبي.

أما بالنسبة إلى التغييرات المرضية التي تصاحب الحمل، فهي أيضا كثيرة، وبعض أمثلتها هي هشاشة العظام، المصاحب للحمل، تساقط الشعر (والذي يكون في أسوأ مستوياته بين الشهر الثالث والسادس بعد الولادة)، نمو الشعر في المناطق المتكوربة (مثل الوجه الجف)، دولتي القدم، التورمات الوعائية، وبعض أنواع طفح الحمل.

ويعد الحثيث المتعدد الحمل هو أكثر أنواع الطفح الجلدية حدوثاً في الحمل، وهو بالعادة يمثل في انتفاخات حمراء في الجلد متكررة في منطقة البطن والخصر والذراع وتكون مثيرة جدا للحكة ما يؤدي إلى عدم كبر على المرأة التحمل. وهذا الطفح عادة ما يحدث في نهاية الحمل ويبدأ في وقت الولادة ومن ثم يبدأ بالتحسن السريع في فترة ما بعد الولادة والمثير للاهتمام بخصوص هذا النوع من الطفح أنه في أغلب الأوقات يحدث في أول حمل فقط للمرأة.

يجب اتباع نظام غذائي متزن للحفاظ على نمط حياة صحي أو فقدان الوزن. ولكن هناك العديد من المعتقدات الخاطئة حول هذا الأمر في المجال التالي مع الدكتورة أسيل الصالح المتخصصة في التغذية العلاجية في مستشفى الملك عبد الله الجامعي وأستاذ مشارك في طب العائلة بجامعة الخليج العربي. مستطرف على أبرز هذه المعتقدات الخاطئة وتصحيحها.

قد يكون فقدان الوزن أسرع وأفضل وأجوداً من حيث النتائج. فقد يكون أحياناً أن خسارة الوزن يمكن أن تساعد على إنقاص الوزن، ومع ذلك، قد يكون نتائج مرضية، وربما يتبعون نصيحة مضللة وغير صحيحة فلا يفقدون الوزن للأمر.

هنا يلي ثلاثة معتقدات غذائية خاطئة عند محاولة إنقاص الوزن:

أولاً: غالباً ما تعتبر الأطعمة قليلة الدسم أو قليلة السعرات، خيارات صحية يمكن أن تساعد على إنقاص الوزن، ومع ذلك، قد يكون لها تأثير عكسي في بعض الحالات.

لا يحتوي الطعام المصنف على أنه "قليل الدسم" أو "خفيف" على دهون أقل بنسبة 20٪ من المنتج الأصلي ولكنه مضاف إليه نسبة عالية من السكر. على سبيل المثال، يحتوي كوب واحد (248 جراماً) من الزبادي خالي الدسم بنكهة الفانيليا على 23 جراماً من السكر (9.7 مكعبات) وهو أقل بكثير من كمية البيرة الموصى بها من السكر. للاستمتاع بوفائف الزبادي، ينصح بالخيار الزبادي المالح (غير المنكه) قليل الدسم، ثم إضافة الفانيليا الطبيعية إليه، كما يمكن إضافة القليل من العسل أو شراب القيقب للتحلية.

ثانياً: النظام الغذائي الخالي من الغلوتين مثبت علمياً أنه يحسن الأعراض للأشخاص الذين يعانون من مرض الاضطرابات الهضمية فقط، بمعنى أنه لا يوجد دليل يثبت أنه فعال في إنقاص الوزن أو أن له أي فوائد صحية عامة للأشخاص الذين لا يعانون من أي اضطرابات هضمية.

ثالثاً: ما تشققت الأطعمة الخالية من الغلوتين إلى العناصر الغذائية الأساسية والمعادن. ما يؤدي إلى مضاعفات محتملة للأشخاص (إذا استبدوا على هذا النظام لفترة طويلة) ويمكن أن تحوّل هذه الحميات أيضاً على نسبة عالية من السعرات الحرارية والدهون مما قد يسبب زيادة الوزن.

ثالثاً: عبارة من دون سكر مضاف، الأكثر تسليلاً على الإطلاق، ويمكن أن تذكر شركات الأطعمة المصنوعة من الحبوب الكاملة والفاكهة وتحتوي الألياف التي لا تحتوي على سكر مضاف، لأنها أفضل من الحبوب على سكر مضاف، ولكن سلا كليه من عصر البرتقال الطازج (الحمض من دون سكر مضاف) - سيظل يحتوي على السكر - 6 مكعبات منه، وفقاً لجمعية القلب الأمريكية فإن الحد اليومي هو للنساء والأطفال 24 جراماً من السكر (6 مكعبات) وللرجال 36 جراماً (9 مكعبات)، 24 جراماً من السكر (6 مكعبات) وللرجال 36 جراماً (9 مكعبات)، تجنب الوقوع في هذا الشئ يصح بالتنسيق في الماصق الغذائي وأن السكر قد يكون مودوداً بأسماء أخرى مثل شراب القيقب وشراب الحبوب والعسل وميروس الفانيليا، وفي النهاية كلما سكر من المهم إدراك أهمية قراءة الملصقات الغذائية بدقة للحصول على معلومات كاملة عن الطعام.

تواجه السيدة الحامل العديد من التغييرات الجسدية والنفسية خلال فترة الحمل. وقد التغييرات التي تطرأ على الجلد واحدة من الأعراض الشائعة خلال هذه الفترة، في الحوامل التالي مع الدكتورة أسيل الصالح استشاري الأمراض الجلدية والتناسلية يجمع المعلومات الطبية.

ما مشاكل الجلد الأكثر شيوعاً أثناء الحمل؟
الأموال المتعلقة بالجلد وقت الحمل عادة تقسم إلى فئتين: الأمراض الجلدية المصاحبة للحمل والتغييرات الجلدية الطبيعية

P 24

Link

مرض السكري والتطور التكنولوجي

الدكتورة خديجة العلا:

التطور التكنولوجي شمل أجهزة قياس السكر وأدوات ضخ الإنسولين



الحقن إلى بلاستيكية يمكن استبدالها واستبدال الإبرة بعد كل استخدام، وبعدها جاءت الأقلام لتسهل عملية الحقن وحفظ الإنسولين، والأقلام نفسها تطورت إلى أنواع بها 10 كرات الاستخدام وتسمى الأقلام الذكية، وأنواع يمكنها التحسس درجة الحرارة وإعطاء تنبيه في حال كانت درجة حرارة الجو مرتفعة لأنها تؤدي إلى تلف الإنسولين، كما يمكنها الاتصال بالأجهزة الذكية لتقوم بحساب الكربوهيدرات وحساب جرعات الإنسولين المناسبة. وهناك أقلام تعاطي الإنسولين عن طريق خاصية الضغط على الجلد بدون وجود إبرة ويعيب هذا النوع السعر الباهظ.

وهناك قطعة سيليكونية (أي بورت) لتلصق في الجسم وتبقى ستة أيام ويتم حقن الإنسولين بها بدون الحاجة إلى حقن الجلد مباشرة.

وتطورت أدوات ضخ الإنسولين لتظهر المضخة التي بدأت صنعها في ستينيات القرن الماضي وكانت كبيرة بحجم حقيبة المدرسة وتطورت إلى حجمها الحالي.

الصحة والتكنولوجيا هي تركيبة غيرت نهجها تجاه أمراض مثل مرض السكري في السنوات الأخيرة، وعندما هو الحال مع أي تكنولوجيا مبتكرة ومستجدة، فإننا نرى تطور لتقنية المرض يستشيط الطفرة في المجال التالي لتصبح التكنولوجيا حديجة العلا استشاري طب الأطفال وأمراض السكري تشرح التطور التكنولوجي على مرض السكري، والتي بدأت حديثها قائلة:

أفاد الاتحاد الدولي للسكري (IDF) بأن حوالي 537 مليون شخص في جميع أنحاء العالم يعانون من مرض السكري. وقد تزايد عدد الحالات على مدى العقود الثلاثة الماضية، ويتوقع الاتحاد الدولي أن 783 مليون شخص سيعانون من مرض السكري بحلول عام 2040 - زيادة قدرها 141٪.

لكن يحافظ السكريون على معدلات سكر طبيعية في الدم، فإنهم يحتاجون إلى بدال مجهود كبير، ويحتاج من يعاني من السكر النوع الأول إلى فحص معدل السكر في الدم 7 مرات على الأقل يومياً، والقيام بالتمرين في حال ارتفاع أو انخفاض معدل السكر في الدم.

لذلك فإن التطور التكنولوجي يلعب دوراً كبيراً في التخفيف من عبء المتاعيب مع مرض السكري، مما يؤدي إلى تحسين جودة ونوعية الحياة، والتكنولوجيا تساعد على السيطرة على معدلات السكر في الدم بشكل أفضل مما يؤدي إلى تقليل مضاعفات المرض.

التطور التكنولوجي في أجهزة قياس معدل السكر في الدم تطورت أجهزة القياس بشكل ملحوظ خلال السنوات الأخيرة، في السابق يتم شك الإصبع باستخدام إبرة صغيرة ووضع قطرة الدم في شريط ومن ثم وضع الشريط في جهاز قياس السكر وقراءة مستوى السكر في شاشة الجهاز ولا يزال هذا النوع مستخدماً، وتكر هذه العملية مرات عديدة في اليوم، إلا أنه ظهرت أجهزة متطورة فمثلاً يتم تثبيت مستشعر في الجسم ويقوم بقياس معدل السكر بشكل مستمر ويمكن قراءة مستوى السكر من جهاز المستشعر نفسه أو عن طريق برامج تنقل في جهاز التليفون أو الساعة الذكية ومراقبة معدل السكر لتلازمة والعرضين ساعة في اليوم، وهناك نوع آخر أيضاً يتم تثبيت المستشعر في الجسم في الجسم ويمرر جهاز القراءة أو الهاتف المحمول على الجهاز لتسجيل معدل السكر وتمتاز هذه الأجهزة بإطلاق رنة تنبيهية في حال هبوط معدل السكر لتنبيه أهل الطفل لعمل اللازم، كما يمكن لذكوي الطفل قياس معدل السكر أثناء النوم من دون الحاجة إلى الوخز أو إيذاء الطفل.

كما يمكن لوالدي الطفل معرفة التغيرات من هواتفهم حتى في حال وجود الطفل في المدرسة أو في بلد آخر، كما يمكن لطبيب الطفل أيضاً متابعة معدلات السكر من جهاز.

التطور التكنولوجي في أدوات ضخ الإنسولين في الجسم في بداياتها كانت حقن الإنسولين معدنية، ولا يتم تبديل الإبرة بل يتكرر استعمالها وتحتاج إلى تعقيم بالماء الساخن ويمكن أن تسبب التهابات، وحد الإبرة الممتسن يتطاح مع تكرار الاستخدام مما يؤدي إلى تلف الجلد، ومن ثم تطورت

P 24

Link

دراسة تحذر: ارتفاع ضغط الدم يهدد أطفال العالم

شايًا تتراوح أعمارهم ما بين الثانية عشرة والتاسعة عشرة يعاني من ارتفاع ضغط الدم فعلياً.

وتقرير حديث لمستشفى جامعة جونز هوبكينز أشار إلى أن أعداد الأطفال والمراهقين المصابين بهذه المشكلة الصحية أخذت بالارتفاع، وخاصة مع تغيير عادات الغذاء بشكل كبير، واعتماد الأطفال على الوجبات السريعة كنمط غذاء يومي.

ويربط الباحثون السمنة لدى الأطفال بمشكلات صحية كثيرة كارتفاع ضغط الدم وزيادة الكوليسترول وأمراض القلب والسكري، لكنهم أيضاً يشيرون إلى أهمية تقييم السبب الحقيقي وراء إصابة الأطفال بارتفاع ضغط الدم، إذ من الممكن أن تكون أمراض الكلى هي السبب في إصابتهم بهذه المشكلة الصحية المهددة للحياة لاحقاً.

حذرت دراسة جديدة من ارتفاع ضغط الدم لدى الأطفال والمراهقين، وارتباط هذه المشكلة الصحية بتعرضهم لأمراض قلبية قد تهدد حياتهم.

الدراسة التي نشرتها مجلة الألمانية كانت قد سبقتها أبحاث عديدة تحذر من نمط الحياة غير الصحي للأطفال وعلاقته بارتفاع ضغط الدم لديهم. مرض ارتفاع ضغط الدم الذي كان مقروناً بتعرض كبار السن له. اليوم هذا الاعتقاد أصبح من الماضي، إذ يحذر الأطباء من إصابة الأطفال والمراهقين بارتفاع ضغط الدم أيضاً إضافة إلى المضاعفات التي تنجم عنه فيما بعد.

وفي إحصائيات حديثة لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها في الولايات المتحدة، وجد الخبراء أن واحداً من بين خمسة وعشرين

P 24

Link



كلام في الصحة

بقلم: لمياء إبراهيم سيد أحمد

قلق ما بعد الزلزال

فترة صعبة نمر بها بشأن أخبار مقلقة نسمعها بصورة شبه يومية عن الزلزال في المناطق المجاورة لنا ما أصاب بعضنا بالقلق والبعض الآخر بات يشعر بالهلع. يتفق الخبراء أن من شأن الكوارث الطبيعية أن تخلق ردات فعل «متطرفة» على الصعيدين الجسدي والنفسي عند الإنسان.

تجربة ليست سهلة، ومتابعة الأخبار ونقل الصور والفيديوهات التي تحوّلنا لها دور كبير في تعب الأعصاب وخلق ضغط نفسي، كما لو كنا عايشنا الحدث بشكل مباشر، ويجعلنا عرضة لتوقع هزة أرضية وهو ما يضعنا في ضيق مستمر وبقطة مفرطة.

قد يتعرض الأشخاص الأكثر حساسية أو من لديهم تاريخ عائلي لأحد الاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب، وتظهر عليهم أعراض مؤقتة. من المهم التأكيد أن جميع هذه الأعراض قد تخف وطأتها مع مرور الوقت إذا ما جرى التعامل معها بالشكل السليم.

علينا أن نبدأ بتخفيف وطأة الحدث على الأطفال وايضا بالنسبة إلى الشباب، ووفقا لمركز السيطرة على الأمراض فإن الشباب أكثر عرضة لخطر المعاناة من صحتهم العقلية في أعراض مثل القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة، فهم أكثر الأشخاص احتياجا إلى الدعم في هذا الوقت الصعب.

وكبار السن أيضا.. فإحساسهم بعدم الأمان وهم في منازلهم سوف يؤثر عليهم، لذا احرص تماما على إبعادهم عن الأخبار السيئة المنتشرة في وسائل التواصل الاجتماعي مع خلق جو هادئ لهم.. مع ضرورة استشارة الطبيب إذا تطلب الأمر واحتجنا إلى مساعدة طبية للتخفيف من وطأة الأمر والتعامل مع مشاعر القلق والخوف بطريقة أكثر إيجابية.

ونصيحة أنا أتبعها شخصيا، توقف عن التصفح الذي يصيبك بالاضطراب أو يزيد من المشاعر السلبية لديك وابعد عن الأحداث المؤلمة.

P 24

Link



أكثر من ١٦٧ إصابة في العيون بسبب بالونات ومسدسات الماء في الكويت

المظاهر السلبية، تعبيرا عن الاحتفال بالأعياد الوطنية في البلاد، كرمي البالونات واستخدام الألعاب (الرشاشات) المائية من مسافة قريبة على وجه أي شخص، سيرا على الأقدام، لأن ذلك يؤدي إلى عواقب وخيمة من الممكن أن يستمر تأثيرها مدى الحياة.

إصابات مباشرة وخطيرة بالعين، ما أدى إلى نقل عشرات المصابين إلى المستشفيات، وتطلب الأمر بعض الإجراءات الطبية العاجلة لإسعاف المصابين فور نقلهم إلى أقسام الطوارئ. وحذر رئيس مجلس أقسام العيون في وزارة الصحة أحمد الفودري من مخاطر بعض

استقبلت المصابين في عيونهم وبعضهم عولج في مواقع الاحتفالات بالأعياد الوطنية، مشيرة إلى أن تصويب البالونات ورشاشات المياه المستخدمة من قبل الأطفال والمراهقين والموجبة من مسافات قريبة جدا نحو المارة أو من هم بداخل مركباتهم، تسبب في حدوث

ذكرت صحيفة «القبس»، الكويتية أن استخدام مسدسات وبالونات الماء خلال الاحتفالات بالأعياد الوطنية تسببت في أكثر من ١٦٧ إصابة في عيون المتواجدين بمواقع الاحتفالات أو قاندي السيارات، وأبلغت مصادر صحية «القبس» أن أقسام الطوارئ في المستشفيات

P 27

Link



Link



النعيمة يسلم عددًا من الضباط وسام الأمير سلمان للاستحقاق الطبي



حضر الفريق الركن ذياب بن صقر النعيمة رئيس هيئة الأركان حفل تكريم عدد من ضباط قوة دفاع البحرين الحاصلين على «وسام الأمير سلمان بن حمد للاستحقاق الطبي» في مركز ولي العهد للتدريب والبحوث الطبية، وذلك صباح أمس. وبدأ الحفل بتلاوة آيات عطرة من الذكر الحكيم، ثم أقيمت كلمة بهذه المناسبة، بعدها تفضل رئيس هيئة الأركان بتسليم «وسام الأمير سلمان بن حمد للاستحقاق الطبي» لعدد من ضباط قوة دفاع البحرين، إنفاذاً للأمر الملكي السامي لحضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة ملك البلاد المعظم القائد الأعلى للقوات المسلحة، وفي إطار توجيه صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة ولي العهد نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة رئيس مجلس الوزراء، لكل الجهات المعنية بتسليم الوسام للعاملين في الصفوف الامامية من الكوادر الصحية، وقوة دفاع البحرين، ووزارة الداخلية، وجميع الجهات المساندة، وهنأهم سعادته على هذا التكريم. وحضر الاحتفال اللواء بروفيسور الشيخ خالد بن علي آل خليفة قائد الخدمات الطبية الملكية، واللواء الركن الشيخ علي بن راشد آل خليفة مساعد رئيس هيئة الأركان للقوى البشرية، وعدد من كبار ضباط قوة دفاع البحرين.

P 6

Link



رئيس الأمن العام يستقبل الرئيس التنفيذي للمستشفيات الحكومية

استقبل الفريق طارق بن حسن الحسن رئيس الأمن العام، الدكتور أحمد محمد الأنصاري الرئيس التنفيذي للمستشفيات الحكومية. وتم خلال اللقاء بحث سبل تعزيز التعاون والتنسيق بين وزارة الداخلية والمستشفيات الحكومية، بهدف رفع جودة وكفاءة الخدمات التي يتم تقديمها عبر مركز الإسعاف الوطني للمرضى والمصابين قبل نقلهم إلى المستشفيات.

P 7

Link





البحرين تبتعث فريقاً طبياً للمساهمة في علاج ضحايا الزلزال بسوريا

تنفيذاً للتوجيهات السامية لحضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة ملك البلاد المعظم حفظه الله ورعاه، في إطار الاستجابة الإنسانية لمواجهة التداعيات والأضرار التي سببها الزلزال الذي تعرضت له سوريا، وقع الدكتور مصطفى السيد الأمين العام للمؤسسة الملكية لأعمال الإنسانية التنفيذي للجنة الوطنية لدعم ضحايا الزلزال في سوريا وتركيا، مذكرة تفاهم مع نقيب أطباء سوريا الدكتور غسان فندي بحضور رئيس جمعية الأطباء البحرينية الدكتور عامر الدرازي ومجموعة من الأطباء السوريين في مقر النقابية في دمشق.

جاء ذلك خلال الزيارة التي يقوم بها وفد المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية واللجنة الوطنية لدعم ضحايا الزلزال في سوريا وتركيا لدمشق لإرسال شحنة المساعدات الأولى من مملكة البحرين إلى الجمهورية العربية السورية.

وبين الدكتور مصطفى السيد بأنه بناءً على هذه الاتفاقية سيتم التنسيق لإرسال

مجموعة من الأطباء البحرنيين المتطوعين من قبل جمعية الأطباء البحرينية، وذلك للمساهمة في علاج المصابين من ضحايا الزلزال المدمر الذي تعرضت له سوريا والذي خلف عدداً من الضحايا ودماراً كبيراً في البنية التحتية للمناطق التي تعرضت للزلزال في سوريا.

وأوضح الدكتور مصطفى السيد أنه على ضوء مذكرة التفاهم الموقعة مع نقابة أطباء سوريا، سوف يتم العمل على توفير بعض المستلزمات الطبية اللازمة التي تحتاجها سوريا في الوقت الراهن التي تساهم في رفع كفاءة الخدمة الطبية المقدمة للمتضررين من الزلزال.

من جانبه أعرب الدكتور غسان فندي عن خالص شكره وتقديره العميقين بما قدمته مملكة البحرين بقيادة وحكومة وشعباً لأشقائهم في سوريا، مؤكداً اعتراز الشعب السوري بالعلاقات التاريخية والصداقة التي تربط البلدين، والموقف المشرف من البحرين خلال الأزمة الأليمة التي تمر بها سوريا جراء هذا الحادث الأليم.

P 8

Link



دعم أول 10 منظمات عربية معنية برعاية الأيتام

انطلاق فعاليات مؤتمر رعاية الأيتام وتوزيع جوائز التميز



د. رائد المانع



جانب من حضور المؤتمر

انطلقت يوم أمس فعاليات «المؤتمر العالمي الرابع لرعاية الأيتام لعام 2023» في العاصمة البحرينية برعاية من الفريق طبيب الشيخ محمد بن عياد آل خليفة رئيس المجلس الأعلى للصحة بمملكة البحرين.

وعقدت الحدث بدعم من «كرسي صاحبة السمو الملكي الأميرة بنت إبراهيم البراهيم لبناء القدرات البشرية بمؤسسات رعاية الأيتام بالدول العربية»، وبتنظيم من «المركز العالمي للتنمية المستدامة» بالشراكة مع «الشبكة الإقليمية للمسؤولية الاجتماعية».

وبمناسبة تنظيم هذا المؤتمر ستتاح الفرصة لأول 10 منظمات عربية معنية برعاية الأيتام ودعمها لمواصلة أعمالها وخدماتها مع هذا المعيار المهني الدولي. كذلك يسعدنا أن نستثمر هذا المحفل العلمي أيضاً للإعلان الرسمي عن الشراكة ما بين الشبكة الإقليمية للمسؤولية الاجتماعية وميرة

السعودية والتي مثلها محمد بن علي آل مانه المدير العام.

ثم تم خلال حفل الافتتاح الإعلان انطلاق «برنامج ميرة عبدالرحيم الكوهجي الخيرية» لبناء قدرات العاملين بمنظمات رعاية الأيتام بمملكة البحرين.. هذا البرنامج سويجه بشكل مباشر للمنظمات والجمعيات ذات الصلة برعاية الأيتام بمملكة البحرين ودعم من «ميرة عبدالرحيم الكوهجي الخيرية».

ثم تم تكريم صاحبة السمو الملكي الأميرة الجوهرة بنت إبراهيم البراهيم لبناء القدرات البشرية بمؤسسات رعاية الأيتام بالدول العربية لدورها في رعاية ودعم هذا المؤتمر في دورته الرابعة. وأختتمت مراسم حفل الافتتاح حينما قام رئيس مجلس إدارة الشبكة الإقليمية للمسؤولية الاجتماعية - المدير العام للمركز العالمي للتنمية المستدامة - بتكريم صاحب المعالي الشيخ محمد بن عياد آل خليفة لرعايته الفخرية لهذا المؤتمر.

عبدالرحيم الكوهجي الخيرية لإطلاق برنامج ميرة عبدالرحيم الكوهجي الخيرية لبناء قدرات العاملين بمنظمات رعاية الأيتام بمملكة البحرين.

ثم بدأت مراسم تكريم الجهات العربية الفائزة بجوائز التميز في مجال رعاية الأيتام لعام 2023. حيث تم تكريم: للأعمال الإنسانية، وكذلك الجمعية الخيرية لرعاية الأيتام بالمنطقة الشرقية (بناء) من المملكة العربية السعودية ومثلها عبدالله بن راشد الخالدي المدير العام. وكذلك تم تكريم مؤسسة الشارقة للمتخمين الاجتماعي من دولة الإمارات العربية المتحدة، ومنفتها شحنة الطنجي - رئيسة قسم الخدمة الاجتماعية. كما تم تكريم الجمعية الخيرية لرعاية الأيتام بمكة المكرمة (كهانين) من المملكة العربية



P 9

Link



رئيس الأركان يسلم عدداً من ضباط قوة الدفاع وسام الاستحقاق الطبي



حضر رئيس هيئة الأركان الفريق الركن ذياب النعيمي أمس حفل تكريم عدد من ضباط قوة دفاع البحرين الحاصلين على «وسام الأمير سلمان بن حمد للاستحقاق الطبي» في مركز ولي العهد للتدريب والبحوث الطبية. بدأ الحفل بتلاوة آيات عطرة من الذكر الحكيم، ثم أقيمت كلمة بهذه المناسبة، بعدها قام رئيس هيئة الأركان بتسليم «وسام الأمير سلمان بن حمد للاستحقاق الطبي» لعدد من ضباط قوة دفاع البحرين، إنفاذاً للأمر الملكي السامي لحضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة ملك البلاد المعظم القائد الأعلى للقوات المسلحة، وفي إطار توجيه صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة ولي العهد نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة رئيس مجلس الوزراء، لكافة الجهات المعنية بتسليم الوسام للعاملين في الصفوف الأمامية من الكوادر الصحية، وقوة دفاع البحرين، ووزارة الداخلية، وكافة الجهات المساندة، وهنأهم على هذا التكريم.

P 5

Link

السيد: إرسال فريق طبي بحريني متطوع للمساهمة في علاج ضحايا زلزال سوريا



وقع الأمين العام للمؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية الرئيس التنفيذي للجنة الوطنية لدعم ضحايا الزلزال في سوريا وتركيا الدكتور مصطفى السيد مذكرة تفاهم مع نقيب أطباء سوريا الدكتور غسان فندي بحضور رئيس جمعية الأطباء البحرينية الدكتور عامر الدرازي ومجموعة من الأطباء السوريين في مقر النقابة في دمشق.

جاء ذلك تنفيذاً للتوجيهات السامية لحضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة ملك مملكة البحرين المعظم حفظه الله ورعاه في إطار الاستجابة الإنسانية لمواجهة التداعيات والأضرار التي سببها الزلزال الذي تعرضت له سوريا.

وبين الدكتور السيد خلال الزيارة التي يقوم بها وفد المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية واللجنة الوطنية لدعم ضحايا الزلزال في سوريا وتركيا لمصالح لإيصال شحنة المساعدات الأولى من مملكة البحرين إلى الجمهورية العربية السورية بأنه بناءً على هذه الاتفاقية سيتم التنسيق لإرسال مجموعة من الأطباء البحرينيين المتطوعين من قبل جمعية الأطباء البحرينية، وذلك للمساهمة في علاج المصابين من ضحايا الزلزال المدمر الذي تعرضت له سوريا والذي خلف عدداً من الضحايا ودماراً كبيراً في البنية التحتية للمناطق التي تعرضت للزلزال في سوريا.

ووضح بأنه وعلى ضوء مذكرة التفاهم الموقعة مع نقابة أطباء سوريا، سوف يتم العمل على توفير بعض المستلزمات الطبية

من الحالات والإصابات إضافة إلى المستلزمات الطبية التي سيتم توفيرها بناءً على قائمة الاحتياجات التي سترفع للفريق الطبي البحريني على ضوء الزيارة الميدانية للفريق للعديد من المستشفيات ومراكز العلاج في مواقع الزلزال في سوريا.

من جهته أعرب الدكتور عامر الدرازي بأن جهود جمعية الأطباء البحرينية جزءاً من ضمن حزمة المساعدات والمساعدات التي تضطلع فيها مملكة البحرين، وأشار إلى أنه على ضوء هذه الزيارة، تم التنسيق مع نقابة الأطباء السورية بالتعاون مع المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية واللجنة الوطنية لإغاثة ضحايا زلزال تركيا وسوريا لإرسال الأطباء البحرينيين الراغبين التطوع لمساعدة إخوانهم السوريين في هذه الكارثة الإنسانية وإغاثة منكوبي الزلزال المدمر.

اللازمة التي تحتاجها سوريا في الوقت الراهن والتي ستساهم في رفع كفاءة الخدمة الطبية المقدمة للمتضررين من الزلزال. من جانبه أعرب الدكتور غسان فندي عن خالص شكره وتقديره العميقين بما قدمته مملكة البحرين بقيادة وحكومة وشعباً لأشقائهم في سوريا، مؤكداً اعتزاز الشعب السوري بالعلاقات التاريخية والصداقة التي تربط البلدين، والموقف المشرف من البحرين خلال الأزمة الأليمة التي تمر بها سوريا جراء هذا الحادث الأليم.

وأكد نقيب أطباء سوريا على أهمية مذكرة التفاهم الموقعة، حيث سيساهم الفريق الطبي البحريني في التخفيف عن آلام الضحايا وتوفير الدعم الطبي لعلاج المصابين والمتضررين من الزلزال. كما سيتم الاستفادة من الخبرات الطبية البحرينية في علاج العديد

P 4

Link

رئيس الأمن العام يبحث والأنصاري رفع جودة خدمات «الإسعاف الوطني»



استقبل رئيس الأمن العام الفريق طارق الحسن، الرئيس التنفيذي للمستشفيات الحكومية الدكتور أحمد الأنصاري، حيث تم بحث سبل تعزيز التعاون والتنسيق بين وزارة الداخلية والمستشفيات الحكومية، بهدف رفع جودة وكفاءة الخدمات التي يتم تقديمها عبر مركز الإسعاف الوطني للمرضى والمصابين قبل نقلهم إلى المستشفيات.

P 5

Link

على بالي

may.abdulaziz@hotmail.com

مي عبدالعزيز

النباتيون ولكن..!!

أن يؤثر على نمو الأطفال، وأن النباتيين أكثر عرضة للاكتئاب والأمراض المزمنة.. والقائمة تطول. طبعاً الحوار شأنه أن يضع السامع في حيرة!! ولو أراد أن يلتفت إلى الدراسات والأبحاث لوجد تذبذباً كبيراً من مؤيدين ومعارضين سواء للنظام النباتي أو النظام المتعدد، وأثر كل نظام على الفرد، المجتمع وأيضاً البيئة. ولكن على المستوى الشخصي فأننا مع حديث رسول الله عليه أفضل الصلاة والسلام: «بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه، فإن كان لا محالة فاعل، فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه». ويؤكد طبيب أمريكي قائلاً: «إن هذا الحديث يشمل أصول الطب، ولو أن الناس نخذوه ما كاد يمرض أحد.. وأنت من تؤيد!!!!»

العاديين الطبيعيين في اختيار أطباق الطعام لديهم على أنهم أناس فظة، قاسية قلوبهم، لا يملكون رافة أو حنينة تجاه الحيوانات التي أحل ذبحها وأكلها من الله عز وجل، وأن متبعي هذا النظام عرضة لأمراض القلب والشرابين والسمنة وغيرها لهذا السبب أعمارهم قصيرة. في حين أن الصديق الأخر كان ينظر على أن الأشخاص النباتيين هم أكثر شراسة، وإن فرط زراعة المحاصيل الزراعية يضر بالتربة، عدا أن عملية حصاد المزروعات بالمكائن الضخمة تقتل آلاف الحيوانات اللبونة وتطلق غاز ثاني أكسيد كربون أكثر، إضافة إلى أن نقل المنتجات الزراعية بوسائل النقل المختلفة تشكل الضرر الأساسي على البيئة. وأضاف بأن الاعتماد على الأكل النباتي فقط، شأنه

أنماط الحياة وأنماط السلوك البشري لا شك بأنها تتغير مع الزمن، لذا فكل فترة نسمع عن أشياء تدخل باب الغرابة والعجب!! ولكن مؤخراً أثار انتباهي الجدل الحاد بين شخصين: الأول ارتأى أن يتجه نحو الحياة النباتية الخالية من كل أنواع اللحوم وحتى البيض ومشتقات الحليب، وهم ما يطلق عليهم اسم «فيغان».

فكان يتحاور بأسلوب متعال وجارح مع صديقه الذي قرر أن يعيش الحياة بكل ملذاتها الغذائية، مستنكراً قراره وكأنه يتناول لحوم البشر! ولا أخفى عليكم، فقد لاحظت بأن هذا الأسلوب المتعجرف لا يقتصر على ذلك الشخص وحسب، وإنما على الأغلبية الساحقة ممن يتبعون هذا النوع من الأنظمة الغذائية الأحادية. فهم ينظرون على الناس

P 12

Link

قناع للوجه يشحن نفسه ذاتياً بالنفس



من جسم إلى آخر كلما تم حكها ببعضها البعض. وتعتبر خامات قماش النايلون أكثر الأقمشة فاعلية في هذا الصدد حيث تتراكم الشحنات بسهولة، وتحدث طبقة من الشحنات عندما يتم حك أقمشة النايلون ببعض مواد القماش الأخرى.

طور باحثون قناعاً للوجه يحمي من الفيروسات مثل كورونا سارس 2، ويعمل بالكهرباء ويتم شحنه ذاتياً عبر أنفاس من يرتديه، من خلال تقنية الكهرباء الساكنة «الكهروستاتيكية».

وتوفر تقنية الشحن الذاتي في القناع، التي طورها باحثون من جامعة هونغ كونغ، فترة حماية أطول بكثير من الأقمشة التقليدية، حسب ما أورده موقع «ميدغادغيت». ومن شأن ذلك، أن يعزز سلامة موظفي الرعاية الصحية، ويقلل من النفائات الناجمة عن استخدام الأقمشة التقليدية التي تحتاج استبدالها كل 4 ساعات في محيط شديد الخطورة بينما يتم تغيير القناع الجديد كل 60 ساعة. وذكر الموقع أن القناع الجديد يعتمد على شكل من أشكال الكهرباء، تسمى الكهرباء الساكنة والتي تحدث عندما يكون هناك انتقال للجسيمات المشحونة

رفع كفاءة خدمات "الإسعاف الوطني"

المنامة-وزارة الداخلية

وزارة الداخلية والمستشفيات الحكومية؛ بهدف رفع جودة وكفاءة الخدمات التي يتم تقديمها عبر مركز الإسعاف الوطني للمرضى والمصابين قبل نقلهم إلى المستشفيات.

استقبل رئيس الأمن العام الفريق طارق الحسن، الرئيس التنفيذي للمستشفيات الحكومية أحمد الأنصاري. وتم خلال اللقاء بحث سبل تعزيز التعاون والتنسيق بين



P 5

Link

تسليم عدد من الضباط "وسام الأمير سلمان بن حمد"



الرفاع - قوة الدفاع

وفي إطار توجيه ولي العهد نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، لكافة الجهات المعنية بتسليم الوسام للعاملين في الصفوف الأمامية من الكوادر الصحية، وقوة دفاع البحرين، ووزارة الداخلية، وكافة الجهات المساندة، وهنأهم على هذا التكريم.

حضر الاحتفال قائد الخدمات الطبية الملكية اللواء بروفيسور الشيخ خالد بن علي آل خليفة، ومساعد رئيس هيئة الأركان للقوى البشرية اللواء الركن الشيخ علي بن راشد آل خليفة، وعدد من كبار ضباط قوة دفاع البحرين.

حضر رئيس هيئة الأركان الفريق الركن ذياب بن صقر النعيمي، حفل تكريم عدد من ضباط قوة دفاع البحرين الحاصلين على "وسام الأمير سلمان بن حمد للاستحقاق الطبي" في مركز ولي العهد للتدريب والبحوث الطبية، وذلك صباح أمس الإثنين 27 فبراير 2023م.

وبدأ الحفل بتلاوة آيات عطرة من الذكر الحكيم، ثم أقيمت كلمة بهذه المناسبة، بعدها سلم رئيس هيئة الأركان "وسام الأمير سلمان بن حمد للاستحقاق الطبي" لعدد من ضباط قوة دفاع البحرين؛ إنفاذاً للأمر الملكي السامي لملك البلاد المعظم القائد الأعلى للقوات المسلحة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة،

P 5

Link

♦ بموجب مذكرة تفاهم مع نقيب أطباء سوريا

البحرين تبتعث فريقاً طبياً للمساهمة في علاج ضحايا الزلزال

الضحايا وتوفير الدعم الطبي لعلاج المصابين والمتضررين من الزلزال، كما سيتم الاستفادة من الخبرات الطبية البحرينية في علاج العديد من الحالات والإصابات إضافة إلى المستلزمات الطبية التي سيتم توفيرها بناء على قائمة الاحتياجات التي سترفع للفريق الطبي البحريني على ضوء الزيارة الميدانية للفريق للعديد من المستشفيات ومراكز العلاج في مواقع الزلزال في سوريا. من جهته، أعرب عامر الدرازي أن جهود جمعية الأطباء البحرينية جزء من ضمن حزمة المبادرات والمساعدات التي تضطلع فيها مملكة البحرين، وقال إنه على ضوء هذه الزيارة، تم التنسيق مع نقابة الأطباء السورية بالتعاون مع المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية والجمعية الوطنية لإغاثة ضحايا زلزال تركيا وسوريا لإرسال الأطباء البحرنيين الراغبين التطوع، لمساعدة إخوانهم السوريين في هذه الكارثة الإنسانية وإغاثة منكوبي الزلزال المدمر.



توقيع مذكرة التفاهم

المقدمة للمتضررين من الزلزال. من جانبه، أعرب فندي عن خالص شكره وتقديره العميقين بما قدمته مملكة البحرين قيادةً وحكومةً وشعباً لأشقائهم في سوريا، مؤكداً اعتراف الشعب السوري بالعلاقات التاريخية والصدقة التي تربط البلدين، والموقف المشرف من البحرين خلال الأزمة الأليمة التي تعربها سوريا جراء هذا الحادث الأليم. وأكد نقيب أطباء سوريا أهمية مذكرة التفاهم الموقعة، حيث سيساهم الفريق الطبي البحريني في التخفيف عن آلام

الأطباء البحرنيين المتطوعين من قبل جمعية الأطباء البحرينية، للمساهمة في علاج المصابين من ضحايا الزلزال المدمر الذي تعرضت له سوريا والذي خلف عدداً من الضحايا ودماراً كبيراً في البنية التحتية للمناطق التي تعرضت للزلزال في سوريا، وأوضح السيد أنه على ضوء مذكرة التفاهم الموقعة مع نقابة أطباء سوريا، سوف يتم العمل على توفير بعض المستلزمات الطبية اللازمة التي تحتاجها سوريا في الوقت الراهن التي ستساهم في رفع كفاءة الخدمة الطبية

المنظمة - بنا

تفضيلاً للتوجهات السامية لملك البلاد المعظم صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، في إطار الامتجانية الإنسانية لمواجهة التداعيات والأضرار التي سببها الزلزال الذي تعرضت له سوريا، وقع الأمين العام للمؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية الرئيس التنفيذي للجنة الوطنية لدعم ضحايا الزلزال في سوريا وتركيا مصطفى السيد، مذكرة تفاهم مع نقيب أطباء سوريا غسان فندي بحضور رئيس جمعية الأطباء البحرينية عامر الدرازي ومجموعة من الأطباء السوريين في مقر النقابة في دمشق. جاء ذلك خلال الزيارة التي يقوم بها وفد المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية واللجنة الوطنية لدعم ضحايا الزلزال في سوريا وتركيا لدمشق لإيصال شحنة المساعدات الأولى من مملكة البحرين إلى الجمهورية العربية السورية. ويبن لسيد بأنه بناء على هذه الاتفاقية أنه سيتم التنسيق لإرسال مجموعة من

P 5

Link



P 12

Link



* **عبدعلي الغسرة**

الوأي



الدور التنموي للمستشفيات الخاصة

تفضل صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة - ولي العهد رئيس مجلس الوزراء - نيابة عن ملك البلاد المعظم - بافتتاح مستشفى الملك حمد/الإرسالية الأميركية بمنطقة عالي مؤخرًا، وللبحرين تاريخ حافل في الريادة الصحية، وفي طليعتها تأسيس المستشفيات، وهي عديدة وممتدة على جغرافية البحرين، وتعمل على تقديم خدماتها الصحية والعلاجية والوقائية للمواطنين والمقيمين والزائرين من مختلف الدول، وذلك بفضل اجتهادها وبفضل الرعاية الرسمية من الحكومة البحرينية التي دأبت على تشجيع الاستثمار في المجال الصحي والعلاجي والوقائي، وهو استثمار جعل الحقل الصحي في البحرين جديراً بالإشادة.

ومن هذه المستشفيات/مستشفى الملك حمد - الإرسالية الأميركية، الذي يُعد امتداداً للعلاقة التي تجمع مملكة البحرين والولايات المتحدة الأميركية، وجزءاً لا يتجزأ من التعاون والشراكة الراسخة بين البلدين. وتاريخياً تم افتتاحه في 26 يناير 1903م، واكتمل بناؤه بموقعه الحالي بالمانما في نوفمبر 1902م بدعم وتبرعات من الكنيسة الأم. وكان يضم آنذاك أربعة أجنحة من بينها جناح خاص للنساء، وبلغت طاقته الاستيعابية 21 سريراً. وقد منح حاكم البحرين -الشيخ عيسى بن علي آل خليفة- المستشفى الأرض التي تم عليها بناء المستشفى وساهم في بنائه، وكان المستشفى يهدف إلى إيجاد بيئة صحية حديثة تقوم بتقديم الخدمات الطبية لكل سكان البحرين والنهوض بصحة المجتمع البحريني وأفراده.

وعلى مدى (120) عامًا كان لهذا المستشفى دور مهم وريادي باعتباره من أوائل المستشفيات في منطقة الخليج العربي، ومازال يُقدم الكثير من الخدمات الصحية والعلاجية، وفرعه الجديد بمنطقة عالي يشهد على مسيرة تطوره ومساهمته في تنمية القطاع الصحي بكفاءة وجودة عالية لمختلف خدمات الرعاية الصحية الأولية والثانوية، وباستخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة، فالمستشفى مُجهز بأحدث المختبرات للتدريب السريري وغرف المحاكاة، ويضم قاعة للمحاضرات تضم (270) مقعداً ليكون مستشفى تعليمياً. ويحرص المستشفى على تعزيز دوره كمركز للابتكار من خلال توفير تقنيات عالمية المستوى تساهم في تقديم الأبحاث والدراسات الطبية. وتحظى المشاريع الصحية والاستثمار فيها برعاية دائمة من القيادة السياسية والحكومة البحرينية لدورها في نماء البحرين وتطورها.

* كاتب وتربوي بحريني

