تقرير الرصد اليومي لأخبار القطاع الصحي في الصحافة المحلية

Daily Media Monitering Report for Helth Industry

اليوم : الأحد

التاريخ: 31 أغسطس 2025

أخبار الخليج
الجريدة اليومية الأولى في البحرين
العدد: 17327

بعد رفض نيابي سابق لمقترح الشورى بحظرها..

النائب بوعنق: «مشروبات الطاقة» على طاولة الانعقاد القادم

صحيا تشكل تهديدا على صحة الأطفال.. وقانونيا تعرض المحال التجارية للمساءلة

كتب: إسلام محفوظ وياسمين العقيدات

تمثل مشروبات الطاقة خطرا يهدد صحة الصغار لما تحتويه من مكونات، وكيفيات متنوعة، بعضها يحتوي على ٢٠ ملجم من الكافيين، بينما يحتوي البعض الأخر على ١٦٠ ملجم منه، أي ٤ أضعاف متوسط الكافيين في كوب من القهوة، ووفقا لتقدير دولي لشركة المكيفة الوطنية الأمريكية، أدت تلك المشروبات إلى زيادة بنسبة ٩٥٪ في تناول الكافيين بين الأطفال والمراهقين، وقد لا يحلو رف سوبرماركت أو برادة في البحرين من عرض تلك المشروبات، ولم تبقى الرقابة على بيع تلك المشروبات للصغار محل شك خاصة بعد أن اكترت وفاة طفل خلال الأسابيع القليلة الماضية وكانت أصابع الاتهام تشير الى تلك المشروبات على انها السبب.


○ خالد بوعنق.


○ جنان أنور.


○ شيماء محمد.

تحرك نيابي قادم ورفض سابق

النائب خالد بو عنق جدد تأكيده لـ«أخبار الخليج» عن وجود استعداد لتحرك نيابي في دور الانعقاد القادم، بالتنسيق مع وزارة الصحة لبحث آليات لتعزيز الرقابة على تلك المشروبات ومدى تأثيرها على الصحة العامة، ومدى خطورتها على الأطفال بشكل خاص، وضرورة منع بيع تلك المشروبات إلى الأطفال أقل من ١٨ سنة وضرورة التأكد من سن المشتري في حالة الشك، قبل إتمام عملية البيع، مشيرا إلى أن القانون بحاجة إلى تعديل واضافة الأنواع المحتملة من تلك المشروبات الى قائمة حظر البيع لمن هم دون السن، خاصة وأن السوق كل يوم يضاف إليه منتج جديد يدخل ضمن نوعية تلك المنتجات الخطرة على الأطفال.

في يناير ٢٠٢٠ رفض مجلس النواب مشروعا بقانون مقترح من مجلس الشورى يهدف الى وضع أحكام وتدابير تكفل الحد من استهلاك مشروبات الطاقة وحظر المشروع بيع منتجات مشروبات الطاقة لمن دون سن الثامنة عشرة، ويلمزم جميع بائعي هذه المنتجات أن يضعوا عبارة واضحة في مكان بارز داخل نطاقة البيع وباللغتين العربية والانجليزية، تبين حظر بيعها لمن هم دون سن الثامنة عشر، على سند لا حاجة الى اصدار قانون خاص لمشروبات الطاقة والاكتفاء بما جاء في اللائحة حظر البيع لمن هم دون السن، خاصة وأن السوق كل يوم يضاف إليه منتج جديد يدخل ضمن نوعية تلك المنتجات الخطرة على الأطفال.

تحذير طبي

ممن جانبهما تحلول أخصائية التغذية العلاجية شيماء محمد أن مشروبات الطاقة تسوق على انها تعزز النشاط والانتباه والأداء، لكن وفقت الدراسات أعراضا تتراوح ما بين التشاغه (مثل خفقان القلب، اضطرابات النوم والجهاز الهضمي)، وذلك لنادرة والخطيرة مثل نوبات الصرع، وحتى النوبات الطفيمية وحالات الوفاة المفاجئة، وغالبا ما تحدث هذه المضاعفات الخطيرة إذا كان هناك مشاكل صحية موجودة مسبقا أو عند استهلاك كميات كبيرة جدا، لكن جدير بالذكر أن بعض الحالات حدثت من دون كميات مفرطة أو أعراض معروفة مسبقا.

وأشعارت الى أنه على الرغم من استمرار الأبحاث المتعلقة بمشروبات الطاقة، إلا أن تأثير الكافيين على الأطفال والمراهقين لا يزال غير مفهوم بالكامل، وقد يكون مختلفا وأقوى على أجسامهم التي ما زالت في مرحلة النمو مقارنة بالبالغين، منطرقة الى دراسة أشارت الى أن نقص جرعة الكافيين أدت إلى انخفاض معدل ضربات القلب لدى المتطوعين، بالإضافة إلى انخفاض زمن الاستجابة وزيادة في النشاط الحركي وسرعة التلاق، بينما لم تؤثر بشكل مماثل على الرجال في الدراسة وحتى الآن لم تحدد مستويات امنة للكافيين لهذه الفئة العمرية، ما يعني ان عبوة واحدة قد تتجاوز قدرة الجسم على التعامل معها.

وقالت: لا يختصر الأمر على السكر، فهناك مخاطر أخرى مرتبطة بهذه المشروبات، فإن معظمها يحتوي على كميات عالية من السكر، قد تتجاوز الحد الموصى به يوميا من قبل منظمة الصحة العالمية، كما يرتبط الاستهلاك المتكرر بزيادة الحمية، ومقاومة الإنسولين، بالإضافة إلى ذلك، يسهم السكر وحمض الستريك في المشروبات (حتى الخالية من السكر) في تآكل الأسنان والتسوس وقد تؤثر هذه المشروبات أيضا على مستويات الكالسيوم وصحة العظام، خاصة وأن الشراهقة هي المرحلة الأساسية لبنائها.

وقالت: رغم استمرار الأبحاث، فإن ما نعرفه عن المحلات الحوائطة يدعو إلى تطبيق مبدأ الحيطة والحذر، ولتجنب استهلاك مشروبات الطاقة لدى الأطفال والمراهقين بدلا من انتظار المزيد من الأدلة، وخصوصا من يعانون أمراضا قلبية أو عصبية، وفي هذا السياق، اتخذت بعض الدول خطوات تحمايية، المثيلات إما عبر منعها أو عبر فرض قيود على البيع والتسويق، إضافة إلى حملات توعوية مثل الحملة المبرمجاتية #NotForChildren..

مسؤولية قانونية على المحال التجارية

فيما تشيع المحاسبة جنان أنور حسن عضو مجلس إدارة جمعية المحاسبين، إلى أن بعض الأغذية والمشروبات، وعلى رأسها المشروبات الخارية ومشروبات الطاقة، تحتل عن منتجات التبغ والكحول، اتجارا صحية ضارة نتيجة احتوائها على كميات كبيرة من السكريات ونسب مرتفعة من الكافيين، والمحتملات، وقد أثبتت الدراسات الطبية أن الإفراط في تناولها يؤدي إلى اضطرابات في القلب وضغط الدم والنوم، ومشاكل في الجهاز الهضمي، وقد تصل مضاعفاتها الى نوبات قلبية مفاجئة، خصوصا لدى صغار السن الذين لا تزال أجسامهم في طور النمو والتطور.

وقالت: لحماية الصحة العامة وسلامة الناشئة، يقترح وضع ضوابط خاصة لتنظيم بيع هذه المنتجات لمن هم دون سن الثامنة عشرة، على غرار ما هو معمول به عند بيع منتجات التبغ والكحول، وذلك للحد من تأثيراتها السلبية على الفئات العمرية الصغيرة، ولتعزيز بيئة صحية آمنة تضمن سلامة الأجيال القادمة.

وأكدت ضرورة تحمل المحال التجارية ومنافذ البيع المسؤولية، لالتزامهم بعدم بيع هذه المشروبات للقصّر، مع ضرورة وضع لافتات تحذيرية واضحة باللغتين العربية والإنجليزية، وحظر توزيعها أو الترويج لها داخل المؤسسات التعليمية والصحية، كما يجب فرض عقوبات مالية صارمة على المخالفين، قد تصل إلى غلق المحل لفترة محددة لضمان الالتزام، مع ضرورة متابعة تنفيذ هذه الإجراءات من قبل الجهات الرقابية المختصة.

ويانتظر الى وقوع حوادث نتيجة الإفراط في استهلاك هذه المنتجات، فإن من الضروري تشريع نص خاص ينظم بيعها للفئات العمرية الصغيرة، ويشدد العقوبات على المخالفين، مع تعزيز حملات التوعية العامة، وربط البيع برقابة صارمة، وتقنين نسب الكافيين بما يضمن حماية صحة المجتمع ويعزز الوعي بمخاطر هذه المشروبات.

وانطلاقا من حرص مملكة البحرين على حماية الصحة العامة وسلامة الناشئة، يُطرح وضع ضوابط خاصة لتنظيم بيع هذه المنتجات لمن هم دون سن الثامنة عشرة، على غرار ما هو معمول به عند بيع منتجات التبغ والكحول، وذلك للحد من تأثيراتها السلبية على الفئات العمرية الصغيرة، ولتعزيز بيئة صحية آمنة تضمن سلامة الأجيال القادمة.

P 7
Link

٢,٧ مليون دينار إجمالي التبرعات الخيرية للمؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية في ٢٠٢٤

كتبت: ياسمين العقيدات

نشرت المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية تقريرها السنوي لعام ٢٠٢٤، موضحة أن قيمة التبرعات الخيرية بلغت ٢,٧٧٤,٢٧٥ دينارًا بحرينيًا، فيما سجلت حملة العشر من ذي الحجة تحت شعار «من كل قلبي» تبرعات بقيمة ٣,٢٢٩ دينارًا.

وأكدت المؤسسة دورها الفاعل في استقطاب التبرعات لصالح الفئات المستفيدة من برامجها، عبر تعزيز الشراكة المجتمعية مع الأفراد ومؤسسات القطاعين العام والخاص، وتنويع قنوات التبرع، وتنفيذ مشاريع تنموية مستدامة تعود بالنفع المباشر على المستفيدين، إلى جانب إطلاق برامج مجتمعية لدعم الأيتام والأرامل والأسر المتعففة.

وفيما يخص الرعاية التعليمية، استفاد ٢,٦٨٨ طالبًا من الحقيبة المدرسية، و١٠٠ طالب من البعثات والمنح الدراسية، و٢٩ طالبًا من المقاعد الجامعية ونسب التخفيض المقدمة من الجامعات الخاصة، و١٥ طالبًا من المقاعد المجانية ونسب التخفيض في المدارس الخاصة، إلى جانب ٢٦ طالبًا ضمن مشروع رياض الأطفال، كما استفاد ٦٠ طالبًا من دروس تطوير اللغة الإنجليزية للمرحلة الابتدائية بالتعاون مع فريق خلق بحدود التطوعي، فيما حصل ١٠٠ طالب جامعي من المتعثرين على أجهزة حاسوب محمولة.

كما قدمت المؤسسة عبر المساعدات الإنسانية الدعم لعدد ٤,٨٢٦ مستفيدًا، توزعوا بين ٧٩ غارمًا، و٧٧ حالة علاجية، و٢٣ مضحة أنسولين، و٢,٤٥٤ مساعدة محيشية، و١,٣٥٢ مساعدة زواج، و٨٤ حالة حريق، و٢٥ دراسية، و٥٢ جهازًا كهربائيًا، و٢٠ تأثيثًا منزليًا.

وفي إطار المكرمات الملكية السامية، استفاد في شهر رمضان ١٠,٢٤١ يتيمًا وأرملة، وفي عيد الفطر ١٠,١٦٤، وفي عيد الأضحى ١٠,٠٦١، كما واصلت المؤسسة تقديم الرعاية الشاملة للأرامل والأيتام، حيث بلغ عدد المكفولين خلال العام ١١,٠٦٨ يتيمًا وأرملة، من بينهم ٦,٥١٨ أرملة و٤,٥٥٠ يتيمًا.

وفي مجال الإرشاد الأسري، بلغ مجموع المستفيدين ١,٢٩١، بينهم ١٧٣ استشارة علاجية فردية، و١,١١٨ استشارة للأسر الحديثة، إلى جانب تنفيذ ٤٢ برنامجًا توعويًا.

أما على صعيد المبادرات التنموية، فقد نظمت المؤسسة بالتعاون مع مؤسسة خليفة بن زايد آل نهيان للأعمال الإنسانية حفل الزواج الجماعي الثاني عشر بمملكة البحرين، والذي شهد الاحتفاء بـ١,٦٠٠ شاب وشابة، كما أقيمت النسخة الثانية من الملتقى الطلابي لمبادرات إنسانية ٢٠٢٣-٢٠٢٤ بمشاركة ٧١ فريقًا و٣٥٥ طالبًا يمثلون ٤٠ مدرسة حكومية وخاصة، كما نظمت المؤسسة الماراثون الخيري الأول «أميال لصحة الأطفال» بمشاركة ١٠٠٠ فرد وجهة، حيث بلغ العائد ٤٣,٦٣٨ دينارًا، كما أطلقت مبادرة حماية بالتعاون مع النيابة العامة، بهدف حماية الأطفال من الاستغلال والابتزاز الإلكتروني، بمشاركة ١٤ جهة كشركاء في الحملة، تم خلالها تقديم ٨ رسائل توعوية إلكترونية، واستفاد منها ٣٣٠ مشاركا في المحاضرات الجماهيرية.

وفيما يتعلق بخدمات العملاء، سجل مركز الخدمة ٢٤,٢٤٧ مستفيدا توزعوا بين ٥,٦١٢ طلبًا جديدًا، و٥٩٠ مستفيدًا من المنصات الذاتية، و٣,٣٤٨ استقبالا مباشرًا للعملاء، و١٤,٦٧٧ مستفيدًا من المكالمات الهاتفية. وبلغت نسبة الرضا العام عن الخدمات ٩٧,١٦%، فيما سجل الرضا عن موظفي خدمة العملاء ٩٩%. أما النظام الوطني للمقترحات والشكاوى فقد سجل ٦٦٥ طلبًا، منها ٦٣٧ استفسارًا، و٧ مقترحات، و٢١ شكرًا وثناءً.

أما على صعيد المساعدات الخارجية، فقد واصلت المؤسسة دورها الإنساني الإقليمي عبر تسليم ٧ سيارات إسعاف للهيئة الخيرية الأردنية الهاشمية لدعم المستشفى الميداني الأردني في قطاع غزة. منها وحدتان صحيتان متنقلتان. كما قدمت مساعدات طبية عاجلة عبر عمليات إنزال جوي بالتنسيق مع قوة دفاع البحرين والهيئة الأردنية لضمان سرعة وصول المساعدات إلى المناطق الأكثر احتياجا، وأرسلت شحنة إغاثة متكاملة للقطاع تضمنت مواد وأجهزة طبية مقدمة من المستشفيات والصيدليات الخاصة. وشارك الشيخ علي بن خليفة آل خليفة، الأمين العام للمؤسسة، في مؤتمر الاستجابة الإنسانية الطارئة في غزة الذي أقيم في الأردن.

وفيما يتعلق بالبرامج والأنشطة، نظمت المؤسسة ٣٣١ فعالية تنوعت بين ٢١ نشاطا فنيًا، و٦٠ ترفيهيًا، و٤٧ تنمويًا وتدريبيًا، و١٠٣ أنشطة دعم مجتمعي، استفاد منها ٨,٥٤١ من الأيتام والأرامل، كما استفاد ٢٩٢ فردا من برنامج نتاج خير البحرين، توزعوا بين ٨٥ في حرف نتاج، و٥٨ في مطبخ نتاج، و٨٩ دورة تنموية، و٦٠ دورة خارجية، بإجمالي ٣,٨٩٠ منتجًا، كما نفذ مشروع إفطار صائم بأيدي ١٤ منتسبة من مركز نتاج خير البحرين، حيث تم إعداد ٧,٥٠٠ وجبة إفطار، إلى جانب تصميم وإنتاج ٦٤ قطعة من أزرار النقدة لزي وزارة الخارجية في القمة العربية، و٢٠ بدلة رجالية مطرزة يدويًا عرضت في فرنسا. كما تحولت ١٥ متدربة إلى مدربات، ونفذ ٤٠ برنامجا تدريبيا بينها ١٣ داخليا و٢٧ خارجيا.

أما في نظم المعلومات، فقد حولت المؤسسة معظم معاملاتها وخدماتها إلى أنظمة إلكترونية مع استخدام الخوادم السحابية لرفع مستوى الأمان والمرونة، وعززت أمن المعلومات عبر استحداث وتشغيل خاصية DKIM بالتعاون مع هيئة الحكومة الإلكترونية، كما أطلقت المرشد الرقمي كأداة تقنية للموظفين، وفعلت الربط الإلكتروني مع قائمة الوفيات الصادرة من وزارة الصحة لدعم أسر المتوفين.

وفيما يخص الموارد البشرية، شارك ٩٣ موظفا في دورات تدريبية، و١١٩ طالبًا في برامج خدمة المجتمع، كما تم إطلاق نظام رقمي متكامل لتقديم كافة خدمات الموارد البشرية عبر تطبيق للهواتف الذكية. ونظمت المؤسسة بالتعاون مع مركز ناصر العلمي والتقني ورشة تدريبية بعنوان «تطبيقات الذكاء الاصطناعي وتحديات المستقبل»، قدمها الدكتور جاسم حاجي.

وعلى صعيد المواد الإعلامية، بلغ إنتاج المؤسسة ١,٩٦٧ مادة، تنوعت بين ٤٣ تقريرًا تلفزيونيًا، و١,٣٢٢ مادة منشورة، و١٦٢ خبرًا صحفيًا، و١٦٧ تصميمًا، و١٤١ تغطية فوتوغرافية، و٥١ فيلمًا توثيقيًا.

وقد حصدت المؤسسة عدة إنجازات، أبرزها الفوز بجائزة مجلس النواب لتمكين ذوي العزيمة ضمن فئة المؤسسات الحكومية والقطاع العام، كما كرمت صحيفة تايمز أوف بحرين الشيخ علي بن خليفة آل خليفة تقديرا لإسهاماته ومبادراته الإنسانية. وحصلت المؤسسة على شهادتي الأيزو العالميتين ISO ٢٧٠٠١ في إدارة أمن المعلومات، وISO ٩٠٠١ في خدمات مركز خدمة العملاء، بما يعزز تطبيق أفضل الممارسات وضمان أعلى معايير الجودة.

P 11
Link

أخبار الخليج
الجريدة اليومية الأولى في البحرين
العدد: 17327

الفحص قبل الزواج.. حماية تحتاج إلى توسيع نطاقها

بقلم:
نبيلة رجب

أتذكر جيدا ذلك الوقت قبل أكثر من عشرين عاما، حين أقر في البحرين قانون رقم (١١) لسنة ٢٠٠٤، الذي جعل الفحص الطبي قبل الزواج شرطا أساسيا لتوثيق العقد، يومها أثار بعض الجدل عند من لم ير أهميته، لكن خلف ذلك الجدل، كان الهدف واضحا، وهو أن تبدأ الحياة الزوجية على أرضية صحية وسليمة. كما منح القانون وزير الصحة صلاحية إضافة أمراض أخرى للكشف عنها، ليظل قادرا على التكيف مع حاجات المجتمع والتطورات الطبية.

اليوم، وبعد عقدين من تطبيق القانون، عاد النقاش إلى قبة البرلمان من جديد، فقد بدأت لجنة الخدمات في مجلس النواب بدراسة مقترح يوسّع نطاق الفحص ليشمل جوانب لم تكن مطروحة من قبل، مثل الصحة النفسية والكشف عن التعاطي.

ومن بين الأصوات التي تبنّت هذا المقترح ودافعت عنه بوضوح، برزت النائبة باسمة مبارك، الفكرة لا تتعلق بإضافة بند جديد إلى قائمة الفحوص، وإنما بفتح زاوية مختلفة للنظر إلى الزواج، كونه ليس حدثا يبنى على العاطفة وحدها، بل مسؤولية تتأثر بالاستقرار النفسي والسلوكيات اليومية تماما كما تتأثر بالجينات، وهذه النظرة الأوسع هي ما يمنح المقترح قيمته.

لكن ما يستحق وقفة أطول هو ما يجري فعليا بعد الفحوص الحالية للأمراض الوراثية. صحيح أن القانون ألزم بها، لكن حتى عندما تكشف النتائج خطورة واضحة، يظل القرار النهائي بيد الزوجين. وفي كثير من الحالات يختار الطرفان المضي في الزواج، رغم التحذيرات الطبية.

الأطباء يؤكدون أن زواج شخصين يحملان نفس الخلل الوراثي يجعل الخطر قائما في كل مرة يُرزقان فيها بطفل، وأن الخطر يكون أكبر إذا كان كلاهما مصابين بالفعل بالمرض. وهنا تكمن المعضلة: المعرفة متاحة، لكن القرار يبقى رهينا بين القلب والعقل.

ومن هذا المنطلق تبرز الحاجة إلى تفكير أبعد مدى. فنحن بحاجة إلى دراسات وطنية تتابع ما جرى في مثل هذه الزيجات: كيف عاشت الأسر التي مضت في الزواج رغم ثبوت الخطورة الوراثية؟ وما كان مصير أبنائهم: من جاء سليما، ومن حمل المرض، ومن فقد حياته مبكرا. هذه الأسئلة ليست تساؤلا شكليا، إنما هي صرخة تحتاج إلى إجابة صريحة، غاية هذه المعرفة ليست التشهير بأحد، بل أن تكون لدينا صورة واقعية وشفافة تساعد المجتمع على إدراك حجم المشكلة. وتمنح المشرّع مؤشرات دقيقة يبني عليها تشريعات أكثر دقة وإنصافا للأسرة وأكثر حماية لصحة المجتمع.

وكم من بيت نعرفه حمل هذه المأساة: طفل وُلد بمرض وراثي لأن والديه يشتركان في الخلل نفسه، أو زوجة لم تكتشف إلا بعد الزواج أن شريكها يتعاطى، فانهارت حياتها وهي على أبواب الأمومة.

فهذه الزيجات لا تنعكس على الأبناء وحدهم، بل تترك أثرها على العائلة والوطن أيضا. فالأمراض الوراثية الخطيرة تحتاج إلى متابعة طبية مستمرة، وأدوية مكلفة، وربما تدخلات علاجية متكررة. هذه الأعباء تتحملها الأسرة من جهة، وتتحملها كذلك الجهات الصحية من جهة أخرى. الإشارة إلى هذا البعد لا تعني أن القضية مالية فحسب، بل لتوضيح أن الأثر شامل: إنساني ونفسي واقتصادي. والوقاية هنا ليست رفاهية، بل أوفر استثمار يمكن أن نحمي به مستقبلنا.

ولا يقل الجانب النفسي أهمية عن الوراثي. فالزواج شراكة طويلة تحتاج إلى الاستقرار النفسي حتى تنجح. وهناك أمراض لا يمكن تجاهل أثرها على الحياة المشتركة، مثل الاضطراب ثنائي القطب، أو الفصام، أو الاكتئاب المزمن غير المسيطر عليه. في حالات كثيرة انهارت زيجات بعد فترة قصيرة، حين اكتشف أحد الزوجين أن شريك حياته يعاني من هذه الاضطرابات من دون أن يكون على علم مسبق.

الفحص هنا لا يعني رفض المصاب أو إقصاءه، بل يمنح الطرف الآخر حق المعرفة قبل أن يدخل في التزام طويل الأمد. ويمنح الطرف المريض فرصة للبدء بعلاج منظم ضمن علاقة مبنية على الصراحة. فالمكاشفة، مهما بدت صعبة، فهي أقل قسوة من انهيار بيت بعد شهور قليلة.

الحرية في الزواج حق أصيل، لكن الحرية التي لا ترافقها مسؤولية قد تتحول إلى عبء على الأسرة والمجتمع. المطلوب ليس الحد من حرية الاختيار، بل تعزيزها بالمعرفة. فحين تكون الصورة كاملة، يكون القرار أكثر إنصافا للطرفين ولأطفال الغد.

البحرين بخطوتها في ٢٠٠٤، بفضل الله سبقت كثيرا من الدول. لكن التطبيق يحتاج اليوم إلى تحديث يواكب التطورات الطبية والاجتماعية. المقترح النيابي بضم الصحة النفسية والإدمان إلى قائمة الفحوص هو بداية الطريق، وليس نهايته.

ما نحتاج إليه هو أن تتحول هذه الفحوص من أوراق شكلية إلى حوارات جادة، ومن نتائج تُسلّم للزوجين بسرعة إلى فرص للتفكير والاختيار الواعي.

فالزواج ليس لحظة احتفال عابرة، ولا لحظة طيران وتنتهي، بل هو بداية طريق طويل، يحمل بين طياته مسؤولية بناء بيت واستقبال حياة جديدة. إنه مشروع حياة بكل ما تحمله الكلمة من معنى.

لذلك، فإن أي تقصير في الفحص أو الإرشاد قد يتحول فيما بعد إلى مأساة يعيشها طفل لم يختر أن يولد مريضا أو في بيت مضطرب. إدخال الصحة النفسية، وتفعيل الإرشاد الوراثي، وتقديم خيارات علاجية متاحة، كلها خطوات تجعل الفحص قبل الزواج أكثر عدالة للزوجين وأكثر رحمة للأبناء.

ففي النهاية، لا أحد يتمنى أن يرى طفله يتألم، وهذه أبسط حقيقة يمكن أن نتفق عليها جميعا.

rajabnabeela@gmail.com

P 18
Link

السمنة قد تزيد مخاطر الإصابة بـ«باركنسون»

حذّر خبراء الصحة من الآثار الخطرة للسمنة ومتلازمة التمثيل الغذائي، بعد أن كشفت دراسة حديثة عن ارتباطها بزيادة مخاطر الإصابة بمرض «باركنسون» بنسبة تصل إلى ٤٠ في المائة.

وتُعد هذه المتلازمة، التي تشمل السمنة وارتفاع ضغط الدم وارتفاع السكر والدهون الثلاثية وانخفاض الكوليسترول الجيد، عامل خطر رئيسيا قد يمهد لاضطرابات عصبية تنكسية.

وأظهرت الدراسة التي شملت ٤٦٧ ألف مشارك تابعتهم على مدار ١٥ عاما أن الأفراد الذين يعانون من متلازمة التمثيل الغذائي أكثر عرضة للإصابة بمرض «باركنسون».

وسجلت الدراسة، التي نُشرت في مجلة «علم الأعصاب»، ٣٢٢٢ إصابة بالمرض خلال فترة المتابعة.

وأكدت النتائج، التي عززتها بيانات من ٨ دراسات سابقة شملت ٢٥ مليون شخص، استمرار الخطر المتزايد بنسبة ٢٩ في المائة حتى بعد احتساب عوامل مثل العمر، التدخين، النشاط البدني، والاستعداد الوراثي.

وقال الدكتور ويلي شو، من معهد كارولينسكا في ستوكهولم والمؤلف الرئيسي للدراسة: «تشير النتائج إلى أن متلازمة التمثيل الغذائي قد تكون عامل خطر يمكن التحكم فيه للوقاية من باركنسون، وخاصة لدى الأشخاص ذوي الاستعداد الوراثي».

وأضاف شو أن «تحسين صحة التمثيل الغذائي قد يكون خطوة وقائية حاسمة، ولا سيما لمن لديهم تاريخ عائلي لأمراض القلب».

وتشير التقديرات إلى أن «واحدا من كل ٤ بالغين مصاب بمتلازمة التمثيل الغذائي، وكثيرون لا يدركون إصابتهم».

وتحذر هيئة الخدمات الصحية الوطنية من أن السمنة، قلة الحركة، التدخين، والتقدم في العمر تزيد من مخاطر الإصابة.

ودعا الباحثون إلى إجراء المزيد من الدراسات لتأكيد ما إذا كان علاج هذه المتلازمة يمكن أن يقلل فعليا من مخاطر الإصابة بمرض «باركنسون»، مؤكدين أهمية التدخل المبكر وتبني أنماط حياة صحية للوقاية من هذا المرض التنكسي.

ومرض «باركنسون» هو اضطراب عصبي يسبب الرعشة، التصلب، وصعوبات في الحركة.

P 28
Link

ALAYAM
الأيام
ستبدي لك الايام ما كنت جاهلاً ويأتيك بالأخبار من لم تزود
العدد: 13294

استئصال ورم نادر باستخدام تقنية المنظار المتقدمة بمستشفى الملك حمد الإرسالية الأمريكية

أعلن مستشفى الملك حمد الإرسالية الأمريكية عن نجاح فريقه الطبي في استئصال ورم بطني نادر ومعقد باستخدام أحدث تقنيات المنظار المتقدمة.

أُجريت هذه العملية الجراحية المعقدة بقيادة الدكتور أحمد جواد، استشاري الجراحة العامة وجراحة السمنة، وبمشاركة فريق متعدد التخصصات ضم الدكتورة لبلى حسن والدكتور محمد عرفة في مجال الجراحة العامة، والدكتورة زهرة السماك والدكتور نفيد أحمد في مجال التخدير، والدكتور راجاف في مجال جراحة المسالك البولية، والدكتورة سيناء المنصوري في مجال أمراض النساء والولادة.

وقد تم استئصال الورم الذي كان متصلاً بعدة أعضاء حيوية بالكامل باستخدام تقنية الجراحة الأقل تدخلاً، في إجراء يُعد الأول من نوعه على مستوى المستشفى من حيث التعقيد والدقة.

وقال الدكتور أحمد جواد: «يعكس هذا النجاح قوة العمل الجماعي وروح الابتكار. فقد تمكّنا من إزالة الورم مع الحفاظ على وظائف الأعضاء وتقليل المخاطر على المريض».

وتمثل هذه اللحظة مصدر فخر لمستشفى الملك حمد الإرسالية الأمريكية وللبحرين، إذ تبرز ريادة المستشفى في مجال الرعاية الجراحية المتقدمة، ورسالتها في تقديم خدمات صحية عالمية المستوى لمجتمع البحرين.

P 15
Link

د. صفاء الشيخ تحصل على شهادة «أخصائي معتمد في جودة الرعاية الصحية»

حصلت الاستاذ المساعد الاكلينيكي بقسم علم الامراض في كلية الطب والعلوم الصحية بجامعة الخليج العربي، الدكتورة صفاء الشيخ، على شهادة أخصائي معتمد في جودة الرعاية الصحية (CPHQ) من الجمعية الوطنية لجودة الرعاية الصحية الأمريكية (NAHQ)، والتي تُعد من أعلى الشهادات المعترف بها عالميًا في مجال جودة الرعاية الصحية.

وقالت الدكتورة الشيخ: «أؤمن بأن الجودة ليست مجرد إجراءات، بل هي ثقافة تنعكس على كل تفاصيل الخدمة الصحية، وهدفي هو الإسهام في بناء أنظمة صحية أكثر كفاءة وأمانًا».

الدكتورة صفاء الشيخ

من جانبه، أشاد عميد كلية الطب والعلوم الصحية بجامعة الخليج العربي، الأستاذ الدكتور عبد الحليم ضيف الله، بجهود الدكتورة صفاء في تطوير القدرات الأكاديمية والطبية، موضحًا التزام الجامعة بتأهيل كوادر طبية تواكب التطورات العالمية وتعزيز ثقافة الجودة في القطاع الصحي لتساهم في النهوض بمنظومة الرعاية الصحية في المنطقة.

P 15
Link

ALWATAN
الوطن
يومية - شاملة - تفاعلية
الوطن ولاء للوطن

العدد: 7204

الدفاع المدني يخمد حريقاً اندلع بمبنى سكني في عراد بسبب تسرب غاز

أعلنت وزارة الداخلية عبر حسابها على «إكس» أن الدفاع المدني أخمد حريقاً اندلع في مبنى سكني بمنطقة عراد، فيما قام الإسعاف الوطني بنقل المصابين إلى المستشفى لتلقي العلاج وحالتهم الصحية مستقرة، وتشير المعلومات إلى أن سبب الحريق هو تسرب غاز.

P 4
Link

سلمان بن محمد شارك في اجتماع «اللجنة الخليجية»

«الخدمات الطبية الملكية»: إجراء 18 عملية زراعة كبد و49 زراعة كلى عبر «ومن أحياها»

انعقد اجتماع اللجنة الخليجية لزراعة الأعضاء يومي 27 و28 أغسطس الجاري، بمشاركة وفود رسمية وممثلين عن وزارات الصحة والمراكز الطبية المتخصصة بدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية، ومثّل مملكة البحرين في أعمال الاجتماع قائد مستشفى الملك حمد الجامعي – الخدمات الطبية الملكية العقيد طبيب الشيخ سلمان بن محمد بن عبدالله آل خليفة، الذي أشار إلى أن البرنامج الوطني للتبرع وزراعة الأعضاء والأنسجة البشرية «ومن أحياها» منذ انطلاقه في نوفمبر 2023، أسهم في إجراء 18 عملية زراعة كبد و49 عملية زراعة كلى ناجحة، بالتعاون مع المراكز الطبية المتخصصة داخل وخارج المملكة. وأكد العقيد طبيب الشيخ سلمان بن محمد بن عبدالله آل خليفة أن اجتماع اللجنة الخليجية لزراعة الأعضاء خطوة مهمة نحو توحيد الجهود الخليجية في هذا المجال الحيوي، بما يعكس روح التعاون والتكامل التي تجمع دول مجلس التعاون، مؤكدا أن تطوير برامج تبادل الأعضاء بين دولنا لا يُعد إنجازاً طبياً فحسب، بل هو رسالة إنسانية تجسد قيم التضامن والعطاء الراسخة في مجتمعاتنا».

وأضاف أن مملكة البحرين، ومن خلال البرنامج الوطني للتبرع وزراعة الأعضاء والأنسجة البشرية «ومن أحياها»، تعمل على تعزيز ثقافة التبرع، وتطوير منظومة متكاملة تتوافق مع أعلى المعايير الطبية والأخلاقية، مشيرا إلى أن مشاركة الخدمات الطبية الملكية في هذا الاجتماع تأتي تأكيدا على التزام المملكة بأن تكون شريكاً فاعلاً في بناء منصة خليجية موحدة لتبادل الأعضاء، تسهم في إنقاذ الأرواح وتحقيق استدامة الأنظمة الصحية، منوها أن الخدمات الطبية الملكية - مستشفى الملك حمد الجامعي يعد أحد الصروح الطبية الرائدة في مملكة البحرين في مجال زراعة الأعضاء، كما يعمل المستشفى على تطوير البنية التحتية اللازمة لدعم هذا التخصص

الحيوي، بما في ذلك إنشاء برامج تدريبية للكفاءات الطبية والتمريضية، واعتماد أحدث البروتوكولات العالمية لضمان أفضل النتائج العلاجية للمرضى.

وهدف الاجتماع الخليجي إلى تعزيز التعاون الخليجي المشترك في مجال زراعة الأعضاء، ودعم جهود الوقاية والارتقاء بمستوى الصحة العامة ورفاهية المجتمعات الخليجية الذي تم من خلاله مناقشة أبرز التحديات اللوجستية في عمليات نقل الأعضاء بين دول المجلس، وآليات التكامل في تبادل الأعضاء بما يضمن الاستفادة القصوى منها وتفادي أي هدر، إلى جانب استعراض التجارب الناجحة في هذا المجال، لاسيما تلك التي وسّعت نطاق المستفيدين عبر برامج تبادل الأعضاء بين الأسر.

كما استعرضت اللجنة مستجدات الخطة الاستراتيجية لمجلس الصحة الخليجي 2026 – 2030، التي تتضمن مبادرات نوعية وحلولاً مبتكرة على المستويين الإقليمي والدولي.

P 7
Link

ALWATAN
الوطن
يومية - شاملة - تفاعلية
الوطن ولاء للوطن

العدد: 7204

مناخيات

alnaserw@gmail.com

أ.د. وهيب عيسى الناصر

فوائد الرطوبة في الجو

نشـهد هذه الأيـام، من بعد طلوع سـهيل في 24 أغسـطس، زيادة في الرطوبة النسبية؛ فعلى سبيل المثـال زاد متوسـط الرطوبة النسـبية فـي اليوم التالي عن السابق له بمقدار 25٪، واليوم الذي يليه زادت الرطوبة النسـبية عن اليوم الذي يليه بمقدار 50٪، ثـم توقفت الزيادة لتكون بنفس اليوم الذي سبقه، ورطوبة هذا المساء «28 أغسطس» تساوي 67٪، ونقطـة الندى 28° م، ودرجة الحرارة 34° م، ودرجة الحرارة المحسوسة 47° م – أي رغم اننا في المساء إلى أن الشخص يشعر وكأن الشمس تحيط به بسـبب إشـعاع بخار الماء للحرارة التي امتصها طوال سقوط أشعة الشمس على أراضي البحرين؛ فبخـار الماء هو غاز حابس للحـرارة – أي من غازات الاحتباس الحراري.

وحقيقـة، عند بلوغ نقطة الندى، وهي النقطة التي يحـدث عندهـا التكثف، علـى الأسـطح التي وصلت حرارتهـا 28°م، هو مؤشـر سـئ لحالـة الطقس وتشـعر الفـرد بالإجهـاد، لـذا يفضل البقـاء في مـكان مكيف؛ فالتكييف يقلل من الرطوبة فنشـعر بالارتياح.

إن الخالق عز وجل جعل هـذا البلد الطيب «مملكة البحرين» جزيرة صغيرة المساحة، وتقريبا تتوسط الخليج العربي الدافئ الذي تصل متوسـط حرارته 32°م صيفـاً، وهـذا هو قدرنا، ونحـن نتحمل هذا الطقـس من زمن أجدادنا دون ضجر وانما نتلقاه بوجـوه باسـمة وبنفس صابـرة راضيـة بما قدره الله لها، ونعلم أنه سيأتي بعدها شـهور أكتوبر ونوفمبر وديسـمبر ويناير وفبرايـر ومارس وأبريل إلى مايو، وهي شهور بدرجات حرارة معتدلة نسبياً. ويبقى السـؤال الـذي يردده الناس، هـل للرطوبة فوائـد، والجـواب نعـم، حتـى وان كانـت أقل من الأضرار، ومن أبرزها التالي:

- فوائد بيئية وطبيعية:

1. الحفـاظ على حيـاة الكائنات الحيـة؛ فالرطوبة الجوية هي مصدر مهم للماء للنباتات (خصوصًا في المناطق الجافة) من خلال امتصاص قطرات الندى أو بخار الماء.
2. تكوين السـحب والأمطار؛ فبخار الماء هو المادة الأساسية لتشـكيل السحب، وبالتالي هو المسؤول عن دورة المياه ونزول المطر.
3. تقليل تبخر المياه السـطحية؛ فارتفاع الرطوبة يقلل من سرعة تبخر المياه من التربة، مما يساعد علـى حفظهـا فترة أطـول، وزراعتهـا دون الحاجة للسـقي، وبالتالي تقلل من الحاجة لسقي النباتات وبذلك يقل استهلاك الماء وتقل رسومه.
4. تنظيم حرارة الأرض؛ فبخار الماء من أهم الغازات الدفيئـة الطبيعيـة، فهو يحتفظ بجـزء من حرارة الأرض ليلاً، مما يمنع التفـاوت الحراري الكبير بين الليل والنهار، فتقل الأمراض (وعكة سـهيل)، مالم يتنقل الشـخص من منطقة رطبة جـداً إلى تكييف شديد، فهذا تصرف يجب الانتباه له.

- فوائد صحية للإنسان:

1. ترطيـب الجهاز التنفسـي؛ فالرطوبة المناسـبة (40–60٪) تسـاعد علـى منـع جفـاف الأغشـية المخاطية، وتقلل من تهيّج الأنف والحلق.
2. الحفاظ على البشـرة؛ فالرطوبة تقلل من جفاف وتشـقق الجلد، وتقلل من تجاعيـد الوجه، وجفاف الشـفتين، وربما لاحظ أخصائيي الأمراض الجلدية قلة التجاعيد في وجوه أهل البحرين.
3. تقليل انتشـار بعض الفيروسات؛ فتشير بعض الدراسـات إلى أن فيروسـات الجهاز التنفسي (مثل الإنفلونزا) تنتشـر أسـرع في الهواء الجاف، مقارنة بالجو الرطب المعتدل، ولاحظنا ذلك في أيام محنة وباء الكورونا.

- فوائد مناخية وزراعية:

1. تحسـين نمـو النباتـات؛ فالنباتات والأعشـاب البريـة والنخيـل تحتـاج الـى مسـتوى معين من الرطوبة الجوية لتقليل فقدان الماء من خلال النتح.
2. حمايـة التربـة؛ فالرطوبة تسـاعد على تكوين الندى الـذي يمد التربة بكميـة إضافية من الماء، خصوصًا في الصحاري والسواحل.
3. تلطيف الجو؛ فعندما يتبخر الماء من المسطحات المائية أو النباتات، فإنه يبرد الجو بشـكل طبيعي، وهو مريح للطيور والكائنات الأخرى.

- نصائح للتعامل مع الجو الرطب:

* شرب كميات كافية من الماء بانتظام.
* ارتداء ملابس قطنية خفيفة وفضفاضة.
* الحد من الأنشـطة البدنية الشـاقة في الأماكن المفتوحة خلال فترات الذروة الحرارية.
* استخدام أجهزة التكييف، ومزيلات الرطوبة لتبريد الهواء وتجفيفه في الأماكن المغلقة.
* الاستحمام بالماء البارد.

• أستاذ الفيزياء التطبيقية
بجامعة الخليج العربي

P 7
Link

من القلب

fatema.aa@hotmail.com

فاطمة الصديقي

هل يصبح الذكاء الاصطناعي بديلاً عن الطبيب النفسي؟!

«شـات جي بي تي» أداة شـائعة فـي عصرنا الحاضـر للبحث عن المعلومـات والنصائح لمجالات كثيرة لما يتميز لسـرعة الوصول للمعلومات، وقد تكون هذه المعلومات دقيقة وأحيانا غير موثوقة وخاصـة فيما يتعلـق بالمعلومات ذات الجانـب الصحي قد تؤدي نصيحة غير صحيحة إلى تفاقم المشكلات الصحية بدلاً من حلها.

البعض يعتمد على «شـات جي بي تي» اعتماداً كليا قد يقلل من قـدرة الأفراد على التفكير والتحليل عندما يصبح الأفراد معتمدين علـى أداة واحـدة للحصول علـى المعلومات، فإنهـم قد يفقدون القدرة على تقييم المعلومات بشـكل مسـتقل، وهـذا يعد خطرا خاصـة في عصر تتزايد فيـه المعلومات المضللـة، كما أن هناك بعداً آخر متعلق بالصحة النفسية لمستخدم الأنظمة الذكية.

البعـض يتعلق بالـ«شـات جي بـي تي» بطريقة مهووسـة كأنه كيـان حي ملم بأدق التفاصيل للحياة التي نعيشـها فنسـمع عن حالة طلاق بسبب نصائح « شات جي بي تي» وحالة انتحار مراهق بسـبب توجيهات « شـات جي بي تي « في تيسير الطريقة المثلى للانتحار وبعض الاستشارات في غير محلها.

والدا المراهق المنتحر رفعا قضية على «شـات جي بي تي» بسبب مسـاعدة ولدهم على الانتحار، ذلك أن المراهق تحدث مع «شـات جي بـي تي» لعدة أشـهر عن أفـكاره الانتحارية، ولكـن دون أن تحاول الأنظمة الذكية ردعه عن هذه الفكرة وقد قدم «شـات جي بي تي» مجموعة من النصائح عن أفضل أسـاليب الانتحار وكيفية سـرقة الكحول وإخفاء الأدلـة والكثير من المحادثـات التي كانت واضحة بـأن المراهق كان يعاني من أزمة نفسـية جاء إلى تقنية وأحـب التواصل الفعال الذي يرضيه، وكانـت الفاجعة انتحار هذا المراهق.

يجد البعض البوح والتعبير عن المشاعر قد يكون أكثر فعالية عند التحدث مع «شات جي بي تي» من التحدث مع أشخاص مقربين أو مستشـارين نفسـيين، حيث توفر هذه التقنية مستمعاً ومتواجداً علـى مدار السـاعة، مما يسـاعد الأفـراد على مشـاركة أفكارهم ومشـاعرهم بحريـة ودون خوف مـن الحكم، إلا أنهـم يتجاهلون أهمية العلاج النفسـي التقليدي الذي يقدمـه مختصون مدركون للمخاطر المحتملـة لبعض الأفكار، مثل الأفـكار الانتحارية، ذلك تتطلـب تفعيل القدرة على تقديم النصائح الضرورية والإشـارات التحذيرية لهذه التقنيات، وينبغي أن تكون الأنظمة الذكية قادرة على التعرف على سـلوكيات وأفكار تنذر بالخطر، مثل التعبير عن اليأس أو التفكير في إيذاء النفس، وأن تتخذ خطوات مناسبة، مثل الإحالة إلى مختصين أو توجيه المسـتخدمين إلى الموارد المتاحة للدعم.

ومع ذلك، يجب أن ندرك أن النصائح المقدمة من الأنظمة الذكية لا يمكـن أن تحـل محل التفاعـل البشـري العميق الـذي يقدمه المعالجون النفسيون، فالعلاج النفسي التقليدي يوفر مستوى من التعاطف والفهم الذي لا يمكن للتقنيات الحديثة تحقيقه بشـكل كامل، لذا، من المهم أن يتوازن الأفراد بين استخدام هذه التقنيات والدعم البشـري المتخصص، إضافة إلى ذلك، ينبغي تعزيز الوعي في المجتمع وبين المراهقين حول كيفية اسـتخدام «شات جي بي تي» والأنظمة الذكية بشـكل مسـؤول، يمكـن أن تكون تقنيات الذكاء الاصطناعي أدوات قيمة، لكن يجب استخدامها بحذر خاصة عندما تكون هناك مخاوف حقيقية تتعلق بالصحة النفسية.

P 13
Link

ALWATAN
الوطن
يومية - شاملة - تفاعلية
الوطن ولاء للوطن

العدد: 7204

إنجاز طبي جديد بمجال جراحة العيون في البحرين

نجاح أول عملية زراعة قرنية بتقنية «DMEK» في مستشفى الدكتورة هيفاء للعيون

في إنجاز طبي غير مسبوق على مستوى مملكة البحرين، أعلن مستشفى الدكتورة هيفاء للعيون عن نجاح فريقه الطبي بقيادة د. بشير أبيض، استشاري طب وجراحة العيون وأخصائي أمراض القرنية والجزء الأمامي للعين وعمليات تصحيح النظر، في إجراء أول عملية زراعة قرنية بتقنية DMEK (Descemet Membrane Endothelial Keratoplasty)، وهي أحدث ما توصل إليه العلم في مجال زراعة القرنية.

وتعتمد هذه التقنية المتطورة على استبدال الطبقة الداخلية من القرنية، والمكونة من الخلايا البطانية وغشائها الديسميتي، دون الحاجة إلى استبدال القرنية كاملة كما في الطرق التقليدية. وتمتاز هذه الدقة الجراحية بسرعة تعافي المريض ووضوح بصري أفضل خلال أسابيع قليلة، مع انخفاض كبير في معدلات رفض النسيج المزروع.

د. بشير أبيض حاصل على الزمالة من جامعة تكساس ساوث وسترن – الولايات المتحدة الأمريكية، وأكمل برنامج الإقامة في الجامعة الأمريكية في بيروت – لبنان، ويتمتع بخبرة واسعة في جراحات القرنية المعقدة، وعلاج أمراض الجزء الأمامي للعين، وتقنيات تصحيح النظر المتقدمة.

وأوضح د. بشير أن تقنية DMEK تمثل نقلة نوعية في جراحة العيون، كونها تحافظ على معظم أنسجة قرنية المريض، مما يمنحه إحساساً طبيعياً بالرؤية بعد الجراحة، إضافة إلى نتائج أقرب ما تكون إلى الرؤية الطبيعية. وأضاف: «تتيح لنا هذه العملية علاج حالات فشل الخلايا القرنية، سواء كانت لأسباب وراثية أو التهابات أو مضاعفات لعمليات سابقة، وفي كثير من الأحيان يبدأ التحسن البصري خلال أيام قليلة.

وقد أجريت العملية لمريض كان يعاني من تدهور شديد في النظر نتيجة تلف خلايا القرنية، حيث جرى استبدال الخلايا التالفة بخلايا سليمة من قرنية متبرع، باستخدام أدوات دقيقة وتقنية تثبيت بواسطة الهواء أو الغاز داخل العين، في إجراء استغرق أقل من ساعة.

وأكد المستشفى أن إدخال هذه التقنية لأول مرة في البحرين يعكس التزامه بتوفير أحدث الحلول الطبية عالميًا، ويشكل خطوة مهمة نحو تطوير خدمات جراحة العيون في المملكة. كما أشار إلى وجود خطط مستقبلية لتدريب أطباء بحرينيين على إجراء عمليات DMEK، بما يوسع نطاق الاستفادة منها لعدد أكبر من المرضى.

تجدر الإشارة إلى أن تقنية DMEK تُجرى في عدد محدود من المراكز الطبية المتقدمة حول العالم، من بينها الولايات المتحدة وأوروبا، وتتميز بنتائج بصرية متفوقة مقارنة بالزراعة التقليدية. وبإجراء هذه العملية بنجاح، تنضم البحرين إلى قائمة الدول الرائدة التي توفر هذه التقنية لمرضاها، مما يعزز مكانتها كمركز إقليمي متطور في مجال طب وجراحة العيون.


د. بشير أبيض

P 17
Link

جمع وتحليل 100 ألف عينة دم على مدى 10 سنوات

فرح النعيمي: «الجينوم الوطني» يمنح البحرين ريادة استحداث قاعدة بيانات جينية شاملة

قالت استشارية أمراض النساء والولادة والعقم، د. فرح النعيمي إن مشروع الجينوم الوطني في مملكة البحرين يعد خطوة استراتيجية مهمة نحو تعزيز صحة المجتمع وتطوير الرعاية الصحية عبر الطب الدقيق، موضحة أنه برنامج رائد يهدف إلى جمع وتحليل مئة ألف عينة دم على مدى عشر سنوات لتكون مملكة البحرين رائدة في استحداث قاعدة بيانات جينية وطنية شاملة تستخدم في الوقاية من الأمراض الوراثية والمزمنة وتحسين فرص الكشف والعلاج المبكر لهذه الأمراض. وأضافت د. فرح النعيمي أن «لهذا البرنامج فوائد متعددة لفئة الإناث حيث نستطيع من خلاله الكشف المبكر عن الأمراض السرطانية الوراثية مثل سرطان الثدي والمبيض المرتبطين بجينات BRCA1 وBRCA2 ويساعد هذا الفحص المتخصصين في طب أمراض النساء والولادة على تقييم الحالات المرضية وإجراء الفحوصات المبكرة لغرض الكشف عن هذه الأمراض حتى في الفئات العمرية الأقل ترشيحاً لهذه الأمراض؛ وبالتالي يستطيع الطبيب إعطاء خطة وقائية وعلاجية قبل حدوث أضرار صحية جسيمة».


د. فرح النعيمي

وتابعت: «وكذلك استناداً إلى البصمة الجينية يستطيع الأطباء تحديد الاستعداد الوراثي للأمراض المزمنة كأمراض القلب والسكري وهشاشة العظام وأمراض الغدة الدرقية وهي من الأمراض الشائعة في البحرين، وهي تحمل أعباء صحية والاجتماعية للفرد والمجتمع».

وأردفت: «يعمل هذا البرنامج على تحسين الرعاية الصحية الإنجابية من خلال فهم المخاطر الوراثية التي قد تنتقل إلى الأبناء، ويساعد هذا البرنامج تحديداً طريقة ونوعية أخذ العلاجات الدوائية بناءً على التركيبة الجينية للفرد؛ وبالتالي منع الآثار الجانبية والمضاعفات الناشئة عن أخذ الأدوية وخاصة العلاجات للأمراض السرطانية وأمراض الجملة العصبية».

وقالت د. فرح النعيمي إن «البحرين أطلقت برنامج فحص المواليد الجيني لحديثي الولادة بعد الولادة مباشرة. هذا يسهم في الكشف المبكر عن الأمراض الوراثية التي تظهر أعراضها وآثارها في فترة لاحقة من حياة الطفل؛ وبالتالي يسهم هذا البرنامج في تعزيز جودة حياة الطفل، ويخفف الأعباء النفسية والاجتماعية والصحية على الأسرة والنظام الصحي معاً يداً بيد لزيادة الوعي وبهذه الخطوة العملاقة لمستقبل صحي وحياة أفضل».

P 17
Link

ALWATAN
الوطن
يومية - شاملة - تفاعلية
الوطن ولاء للوطن

العدد: 7204

يُكمل «التقليدي» لتحقيق رعاية شاملة.. زهرة خليفة:

العلاج بالطب التكميلي وحده يُهدد حياة مرضى السرطان والقلب والفشل الكلوي

- العلاقة بين الطب التكميلي و«التقليدي» قضية هامة تشغل بال الكثيرين اليوم
- السكري وارتفاع ضغط الدم لا يمكن علاجها إلا بالأدوية ضمن الطب التقليدي
- الطب التكميلي يشمل ممارسات لتحسين الحالة الصحية كالحجامة والإبر واليوغا
- الخطورة تكمن في لجوء بعض المرضى للطب التكميلي وحده وترك العلاج الطبي
- الدمج الصحيح بين الطب التقليدي و«التكميلي» بإشراف طبي يمكن أن يحقق نتائج أفضل

قالت استشارية طب الأسرة والمجتمع والحجامة العلاجية، وعضو مجلس إدارة جمعية أصدقاء الصحة، د. زهرة خليفة، إن موضوع العلاقة بين الطب التكميلي والطب التقليدي يعد من أكثر القضايا التي تشغل بال الناس اليوم، خصوصاً مع انتشار طرق العلاج غير التقليدية مثل الحجامة والوخز بالإبر والأعشاب الطبية والعلاجات الطبيعية المختلفة.

وأضافت أن الطب التقليدي أو ما يعرف بالطب الحديث، يقوم على الأدلة العلمية والدراسات المخبرية والسريرية، ويُعد الأساس في علاج الأمراض الحادة والمزمنة، مشيرة إلى أن أمراضاً مثل السكري وارتفاع ضغط الدم لا يمكن علاجها إلا بالأدوية الموصوفة من قبل الأطباء، وذلك لثبوت فعاليتها وسلامتها علمياً.

وتابعت أن الطب التكميلي يشمل الممارسات التي لا تندرج تحت الطب التقليدي، ولكنه يُستخدم إلى جانبه لتحسين الحالة الصحية، مثل الحجامة لتخفيف


د.زهرة خليفة

الألم، والوخز بالإبر لعلاج الصداع النصفي أو آلام العضلات، وبعض الأعشاب التي تساعد على تهدئة الأعصاب أو تحسين الهضم، فضلاً عن اليوغا والتأمل لتقليل التوتر وتعزيز الصحة النفسية. وأكدت أن دوره الأساسي يقتصر على دعم وتحسين جودة حياة المريض، وليس بديلاً عن العلاج الأساسي.

وأوضحت د. زهرة خليفة أن الخطورة تكمن في لجوء بعض المرضى إلى الطب التكميلي وحده وترك العلاج الطبي، ما قد يؤدي إلى مضاعفات خطيرة، خاصة في الأمراض المزمنة مثل السرطان وأمراض القلب والفشل الكلوي.

وأشارت إلى أن بعض الدراسات أثبتت أن الدمج الصحيح بين الطب التقليدي والتكميلي تحت إشراف طبي يمكن أن يحقق نتائج أفضل، مثل الاستفادة من العلاج الكيميائي لمريض السرطان إلى جانب الوخز بالإبر لتقليل آثاره الجانبية أو ممارسة التأمل لتخفيف القلق.

وأكدت أن الطب التكميلي لا يغني عن الطب التقليدي بل يدعمه، ودوره يكمن في تحسين نوعية حياة المريض وتخفيف الأعراض الجانبية، مشددة على ضرورة أن يتم استخدامه بحذر، وفي أماكن مرخصة وتحت إشراف طبي، مع مراعاة المحاذير لتجنب التداخلات الدوائية أو المضاعفات.

وختمت د. زهرة خليفة بالتأكيد على أن العلاقة بين الطب التكميلي والتقليدي علاقة تكامل وتعاون وليست منافسة، وأن الدمج الصحيح بينهما يحقق الهدف الأسمى وهو توفير رعاية صحية شاملة وآمنة للمريض، يجتمع فيها العلم الحديث مع الحكمة التقليدية.

P 17
Link

طب وعلوم

إنجاز طبي بحريني غير مسبوق لمستشفى د. هيفاء للعيون

في إنجاز طبي غير مسبوق على مستوى مملكة البحرين، أعلن مستشفى د. هيفاء للعيون عن نجاح فريقه الطبي بقيادة د. بشير أبيض، استشاري طب وجراحة العيون وأخصائي أمراض القرنية والجزء الأمامي للعين وعمليات تصحيح النظر، في إجراء أول عملية زراعة قرنية بتقنية DMEK وهي أحدث ما توصل إليه العلم في مجال زراعة القرنية.


د.بشير أبيض

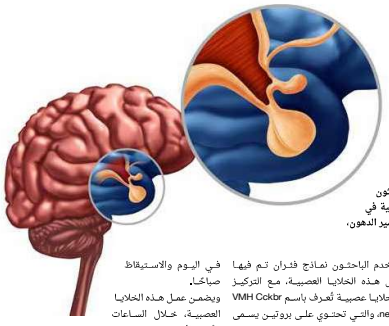
P 1
Link

البلاد
www.albiladpress.com
العدد: 6165

جهد إضافي للدماغ ليلا

لحرق الدهـون ومنـع هبـــوط السكـــر

البلاد | إعداد: حسن فاضل



في فتح طبي جديد نحو تفسير وفهم بعض الاضطرابات الأيضية لدى المصابين بمقدمات السكري، كشف باحثون في كلية الطب بجامعة ميتشيغان، في دراسة نُشرت في مجلة Molecular Metabolism، أن الخلايا العصبية في منطقة تحت المهاد (الهيبوثالاموس) تحافظ على مستوى السكر في الدم أثناء الليل من خلال توجيه عملية تكسيد الدهون، ما يمنع انخفاض مستوى السكر خلال النوم المبكر.

وأشار الباحثون إلى وجود شبكة خفية من خلايا الدماغ تمنع الانخفاض الليلي في مستوى الغلوكوز عبر تحويل الدهون إلى مصدر للطاقة. ويتحكم الدماغ في إفراز الغلوكوز في مجموعة واسعة من الظروف المجهدة، بما في ذلك الصيام وانخفاض مستويات السكر. وقد أظهرت الدراسات، وعلى مدى العقود الخمسة الماضية، أن خلل الجهاز العصبي قد يؤدي إلى تقلبات في مستوى السكر بالدم، خصوصًا لدى مرضى السكري. وأوضح الباحثون أن بعض هذه الخلايا العصبية موجودة في النواة البطنية الإنسية لتحت المهاد (VMH)، وهي منطقة تتحكم في الجوع، والخوف، وتنظيم الحرارة، والنشاط الجنسي.

وأكدت أليسون أفيناتي، أستاذة مساعدة في الطب الباطني وعضو في معهد "كاسويل" لمرض السكري، أن معظم الدراسات أظهرت أن هذه المنطقة تشارك في رفع مستوى السكر خلال الحالات الطارئة. وأضافت:

"أردنا أن نفهم إن كانت تلعب دورًا أيضًا في ضبط السكر في المواقف اليومية. لأن هذا هو ما يقود إلى تطور مرض السكري".

واستخدم الباحثون نماذج فئران تم فيها تعطيل هذه الخلايا العصبية، مع التركيز على خلايا عصبية تُعرف باسم VMH Cckbr neurons، والتي تحتوي على بروتين يسمى مستقبل الكوليسيستوكينين -B (Cholecysto B Receptor (kinin.

ووجد الباحثون، من خلال مراقبة مستويات الغلوكوز في الدم، أن هذه الخلايا العصبية تلعب دورًا مهمًا في الحفاظ على مستوى الغلوكوز خلال الأنشطة الطبيعية، بما في ذلك الجزء المبكر من فترة الصيام بين آخر وجبة في اليوم والاستيقاظ صباحًا.

ويضمن عمل هذه الخلايا العصبية، خلال الساعات الأربع الأولى بعد النوم، توفر ما يكفي من الغلوكوز حتى لا يصاب الفرد بنقص السكر ليلًا، حيث توجه هذه الخلايا الجسم لحرق الدهون عبر عملية تُعرف باسم تحلل الدهون (Lipolysis)، التي تُكسر الدهون لإنتاج الغليسرول (Glycer ol)، المستخدم لاحقًا لصنع السكر.

P 7
Link

إكسير الحياة..

القهوة تطيـــل العمر وتقـلل خطـر السكـري

القهوة، التي ارتبطت عبر التاريخ باليقظة والإلهام، كانت دائمًا رفيقًا للمتفقين وأنيسًا في الوحدة، وحاضرة في قصائد الشعراء. وهي ثاني أكثر المشروبات استهلاكًا بعد الماء، لكنها أثارت جدلًا واسعًا بين مؤيد يعتبرها مصدرًا للطاقة والانتعاش، ومعارض يرى أنها قد ترفع ضغط الدم وتُرهق القلب.

اليوم، ومع تطور البحوث الطبية، تعود القهوة للواجهة بوصفها مشروبًا صحيًا له فوائد كبيرة، ومرتبطة بشكل مباشر بطول العمر وانخفاض خطر الإصابة بأمراض مزمنة عدة، على رأسها السكري من النوع الثاني.

فوائد مثبتة علميًا

مراجعة طبية حديثة نُشرت في مجلة Nutrients أكدت أن تناول ما بين ثلاثة إلى خمسة أكواب من القهوة يوميًا يرتبط بانخفاض خطر الوفاة الإجمالية بنسبة تتراوح بين 10 و15 %. ووفقًا لإدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA)، فإن القهوة السوداء الخالية من السكر أو الدهون المضافة، والتي لا تتجاوز 5 سعرات حرارية للكوب، تُعد آمنة وصحية لمعظم البالغين.

وتشير المراجعة إلى أن القهوة لا ترتبط بانخفاض معدلات الوفيات فحسب، بل تسهم أيضًا في تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية بنسبة تقارب 15 %. كما قد تقلل من احتمالية الإصابة ببعض أنواع السرطان، مثل سرطان بطانة الرحم، إلى جانب خفض مخاطر الحوادث والإصابات.

تأثير على الأمراض المزمنة

توضح البيانات أن القهوة، سواء كانت عادية أو منزوعة الكافيين، تقلل خطر الإصابة بداء السكري من النوع الثاني. وقد تحمي مرضى السكري من مضاعفات القلب والأوعية الدموية، كذلك، قد تساهم في خفض مخاطر أمراض الجهاز التنفسي المزمنة والوفيات الناجمة عنها، فضلًا عن دعم وظائف الكبد والكلى، حتى وإن كان التأثير محدودًا.

أما على الصعيد العصبي، فقد أشارت البحوث إلى أن شرب القهوة بانتظام قد يقلل خطر الإصابة بالاضطرابات الإدراكية بنسبة تصل إلى 25 %، ويسهم في إبطاء تطور مرض باركنسون.

القهوة والحالة النفسية

لم تقتصر الفوائد على الجسد فحسب؛ إذ تشير بعض البيانات إلى أن القهوة قد تخفف من أعراض الاكتئاب وتقلل الشعور بالتوتر، ما يجعلها رفيقًا نفسيًا إلى جانب دورها الصحي.

الرياضة والجهاز الهضمي

أظهرت المراجعة أن الكافيين يعزز الأداء الرياضي ويزيد الحدة الذهنية وحواس مثل البصر. كما قد تساعد القهوة في استعادة وظيفة الأمعاء بعد بعض العمليات الجراحية، وعلى الرغم من أنها قد تزيد من إفراز البول، إلا أنها تسهم في ترطيب الجسم ولا تسبب جفافًا كما يُشاع.

كلمة الخبراء

دء فارين كامانجار، مؤلف الدراسة وأستاذ مساعد في التغذية، قال لموقع Medical News Today:

"أظهرت نتائج عقود من البحوث عالية الجودة التي أجريت على ملايين الأشخاص أن القهوة مفيدة للصحة بشكل عام. الاستهلاك المعتدل، أي ما بين ثلاثة إلى خمسة أكواب يوميًا، يرتبط بزيادة طول العمر وتقليل مخاطر الإصابة بأمراض رئيسة مثل أمراض القلب والسكتة الدماغية والسكري من النوع الثاني والتدهور المعرفي".

وأضاف أن القهوة تساعد أيضًا في تنظيم مستوى الجلوكوز، وأن الكافيين قد يعزز مستويات النشاط البدني ويُسهم في خفض مؤشر كتلة الجسم.

وأشار كامانجار إلى أن المواد المضافة في القهوة قد تقلل بعض الفوائد الصحية، وقال:

"بالنسبة للأطباء، الرسالة واضحة: يمكن لمعظم البالغين شرب القهوة باعتدال كجزء من نمط حياة صحي، مع الانتباه إلى المحاذير. القهوة السوداء أو المحلاة بشكل خفيف تبقى الخيار الأفضل للحصول على أقصى استفادة. استشر طبيبك واستمع لإشارات جسدك".

محاذير ينبغي مراعاتها

رغم الفوائد، هناك بعض المحاذير: إضافة السكر قد تلغي بعض الآثار الإيجابية للقهوة، وقد ترتبط بزيادة الوزن أو الاكتئاب، بينما الكريمة أو مبيض القهوة لم يثبت أن لها تأثيرًا سلبيًا كبيرًا. كذلك، قد تؤدي الكميات المفرطة من الكافيين إلى القلق، اضطراب النوم، أو خفقان القلب، ما يستدعي الاعتدال ومراعاة الفروق الفردية.

أما في فترة الحمل، فيوصي الخبراء بعدم تجاوز 200 ملليغرام من الكافيين يوميًا لتجنب أي آثار محتملة على صحة الجنين.

نحو فهم أعمق

يؤكد الخبراء أن معظم الدراسات الحالية قائمة على الملاحظة، ويأملون في إجراء تجارب سريرية أدق لدراسة تأثير طرق التحضير المختلفة وأنواع القهوة والإضافات، إضافة إلى تحديد الفئات التي قد تستفيد أكثر أو تحتاج إلى الحد.

وعلق دء روبرت دولانسكي، طبيب طب الأسرة العظمي وعضو الجمعية الأمريكية لطب العظام، على نتائج المراجعة قائلًا:

"في كثير من الأحيان، يركز الأطباء ومقدمو الرعاية الصحية على الجوانب السلبية المتعززة لاستهلاك القهوة والكافيين. من الرائع أن نحصل أخيرًا على مقال ملخص مدعوم بأدلة علمية حول الفوائد المحتملة للقهوة والكافيين. يكمن التحدي في إيصال هذه المعلومات المفيدة لمقدمي الرعاية الصحية والجمهور، وتغيير بعض المعتقدات والتصورات القديمة".

القهوة أكسير الحياة

الرسالة الأبرز: القهوة السوداء المعتدلة، ما بين 3 و5 أكواب يوميًا، يمكن أن تكون جزءًا من نمط حياة صحي، تسهم في طول العمر وتقليل خطر الإصابة بالعديد من الأمراض المزمنة.

وبينما تبقى بعض التحفظات، فإن البحوث الحديثة منحت القهوة مكانة جديدة: ليست مجرد مشروب صباحي يبدد النعاس، بل "إكسير حياة" يطيل العمر ويعزز الصحة إذا استهلك بحكمة. ولتحقيق أقصى استفادة، يُنصح بالاعتدال، اختيار الأنواع السوداء أو المحلاة بشكل خفيف، ومراجعة الطبيب عند الحاجة.

P 7
Link