

المجلة

Almajalah Alttebiah



الطبية

الدكتور نصر النقيب :
الحرب ضاعفت من
معاناة المرضى

العاب الفيديو تهدد
قلوب اطفالكم

مستقلة - متخصصة - تصدر كل شهر | أكتوبر 2019م | العدد (22)

معايير الصحة
تصطمم بشروط
الصيدلة

السكري يدق
ناقوس الخطر

أحذروا خلطات

البرد القاتلة



احتياجك في صميم جودتنا

Emifenac 50 DT

إميفناك ٥٠



ابتسم.. للألم

قابلة للذوبان - خفيفة على المعدة -
* لمعلومات أخرى استشر الطبيب أو الصيدلي -



228mg / 375mg / 457mg / 625mg / 1gm

Gloclav™

مضاد حيوي قوي واسع الطيف

globalpharma

A SANOFI COMPANY

* لمعلومات أخرى استشر الطبيب أو الصيدلي



شركة النهدي الطبية الدولية المحدودة



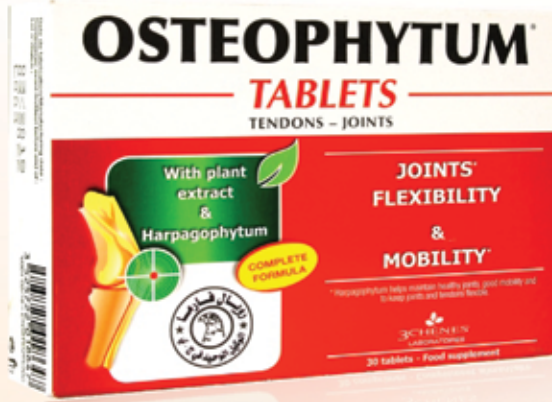
alnahdi-medical.com



+967 1 539333/539666

OSTEOPHYTUM

30 TABLETS



Harpagophytum (or Devil's Claw)	analgesic-anti inflammatory.
Blackcurrant	Diuretic and depurative. elimination of uric acid .
Bamboo Rich in silica (77%)	which stimulates the synthesis of collagen and facilitates relives sensitive movement and traditionally recognized for joint flexibility.
Marine collagen	Marine collagen stimulates collagen production by the body. It allows articular lubrication and regeneration of bone cartilage.
Vitamin C	antioxidant. Help in collagen syntheses.
Magnesium	make attractive force for glucosamine and chondroitine deposition in effected area.
Glucosamine	help maintain supple, flexible joints, strong cartilage and a healthy skeleton. Suitable for men and women of all ages.
Chondrontine	

Dosage: 2 Tab once daly for 3 month.

الوكيل الوحيد في الجمهورية اليمنية



00967 5 309831 فرع الكلا، الدیس - أماسلحة الجوزات
00967 4 256644 فرع مأرب، شارع سبأ للقطاع الرابع - أمام عمارة القضاء
00967 4 256644 فرع تعز، خلف الشركة اليمنية لادوية (بنكو)
00967 4 424185 شارع تعز - أمام مستشفى النصر

00967 1 454999 فرع صنعاء، مبنى شركة رويال فارما
00967 6 421112 فرع ذمار، شارع رداغ
00967 3 398999 فرع عدن، شارع القاهرة - سوق الادوية
00967 3 225995 فرع الحديدة، شارع المواصلات

الإدارة العامة، ش الستين جوار سيتي ماركس
00967-1-454999
00967-1-454998
00967-1-454997

www.royalpharma.com info@royalpharma.com

Pain reliefer

Analgesic & anti-inflammatory

COMPOSITION:

One capsule:

Diclofenac sodium	50 mg
Vit B1	50 mg
Vit B6	50 mg
Vit B12	0.25mg



دواعي الاستعمال :

إلتهاب الاعصاب وآلام الاعصاب وعرق النسا والصداع
وآلام الروماتيزم المختلفة .

إلتهاب مفاصل الفقرات الحاد المزمن .

إلتهاب مفاصل الفقرات الحاد المزمن .

إلتهاب الفقرات .

نوبات النقرس الحاده .

الروماتيزم الغير مفصلي .

الجرعة :

كبسولة ثلاث مرات في اليوم

Egypt



00967 5 309831 فرع الكلا، الدیس - أماسلحة الجوزات
00967 4 256644 فرع مأرب، شارع سبأ للقطاع الرابع - أمام عمارة القضاء
00967 4 256644 فرع تعز، خلف الشركة اليمنية لادوية (بنكو)
00967 4 424185 شارع تعز - أمام مستشفى النصر

00967 1 454999 فرع صنعاء، مبنى شركة رويال فارما
00967 6 421112 فرع ذمار، شارع رداغ
00967 3 398999 فرع عدن، شارع القاهرة - سوق الادوية
00967 3 225995 فرع الحديدة، شارع المواصلات

الإدارة العامة، ش الستين جوار سيتي ماركس
00967-1-454999
00967-1-454998
00967-1-454997

www.royalpharma.com info@royalpharma.com



30
توعية

- الدكتور العاقل يحذر من «خلطات» أدوية الشتاء
- ألعاب الفيديو.. تهدد قلوب أطفالكم

34
دراسة

- «إسكات الذات» .. يهدد النساء بالسكتات الدماغية

38
فن الحياة

- جلسة تاريخية للقردة في مجلس العموم البريطاني

39
نقاهاة

- عدم ثبات «المرتب» يؤثر على صحة الدماغ

19
تحقيق

- مركز السكري بصنعاء يدق ناقوس الخطر

24
جديد الطب

- خطر محدي يأتي من غسالات الملابس
- أمل جديد لعلاج الصمم..
- استخدام علاج جديد للسرطان
- اكتشاف وسيلة ضد النوبات القلبية القاتلة

28
بيئة و مناخ

- سبتمبر الماضي الأكثر اختلافاً عالمياً منذ 40 عاماً
- خطر رئيسي يهدد صحة البشر

7
فلك الطب

- الدكتور المداني يحذر من بيع الأدوية في البقالات
- لأول مرة في اليمن.. زراعة يد مبتورة
- الصوملي يدشن من «مستشفى العراقي» تطبيق برنامج الجودة

12
تقرير

- معايير الصحة تصطم بشروط الصيدلة

16
طبيب العدد

- الدكتور نصر النقيب: الحرب ضاعفت معاناة المرضى

الهيئة الاستشارية:
أ.د. علي الكاف
د. محمد القعيطي
د. محمد هطيف
د. احمد العاقل
د. محمد التزيلي
د. عبدالملك أبو دنيا

صاحب الامتياز - المدير العام

وائل شرحة

wailsharha@gmail.com

رئيس التحرير
معين النجري

مدير التحرير
هاني المحويثي

المستشار القانوني
محمد عبدالمؤمن الشامي

هيئة التحرير
محمد غبسي
غيداء العديني

المدير الفني
نشوان البروي

المدير التجاري
فارس الجمعاني

المدير المالي
حميد شراح

مدير العلاقات العامة
د. خالد القايطي

مسؤول التسويق
طه عز الدين

التصوير الفوتوغرافي
فؤاد الحرارزي

التدقيق اللغوي
عبدالوهاب الجرهموزي

مدير التوزيع
هاني علي صلاح

سعر النسخة للبيع (250)

سعر الاشتراك للزرد (300)

سعر الاشتراك للجهات الرسمية
والخاصة (500)



جرعة أولى

“

يسمى وجود العديد من الأعراض المميزة مثل الالتهابات والعدوى الميكروبية وقرحة القدم السكرية واعتلال المفاصل واعتلال الأعصاب باسم "متلازمة القدم السكرية"، والتي تنتج عن ضعف الأعصاب الطرفية المرتبطة بمرض السكري (اعتلال الأعصاب السكري)، لذا يكون لدى المرضى قدرة منخفضة على الشعور بالألم. هذا يعني أن الإصابات الطفيفة قد تبقى غير مكتشفة لفترة طويلة مما يؤدي إلى الإصابة بقرحة القدم السكرية. وتشير الأبحاث إلى أن معدل الإصابة بقرح القدم داخل مجتمع السكري يبلغ حوالي 15% وقد يصل إلى 25%.

وبالرغم أن مشكلة القدم السكري تهدد بفقدان أحد الأطراف أو قد تؤدي للوفاة إلا أن هذه المشكلة لا تلقى الدعم اللازم للوقاية والعلاج مثل المضاعفات الأخرى.

ولسبب في الاتجاه الصحيح للتغلب على المشكلة يجب الاهتمام بدراسة عوامل الخطورة في مرضى السكر لاتخاذ إجراءات أكثر صرامة للوقاية، أوضحت الدراسات أن القدم السكري أكثر انتشاراً في الذكور عنها في الإناث، وأكثر انتشاراً في مرضى السكري من النوع 2 مقارنة بمرضى السكري من النوع 1. كما أوضحت أن المرضى الذين يعانون من القدم السكرية أكبر سناً، وأن مؤشر كتلة الجسم أقل، ومدة الإصابة بالسكري أطول، كما وجد أن ارتفاع ضغط الدم واعتلال الشبكية السكري أكثر انتشاراً بين المصابين بالقدم السكري، كما وجد أن التدخين أكثر شيوعاً في الذين يعانون من القدم السكري.

كما يجب دراسة الواقع الحالي في معظم أنظمة الرعاية الصحية الذي لا يزال يتسم بالعديد من التحديات المهمة. منها أن مقدمي الرعاية الأولية لا يقومون بإجراء اختبارات كاملة للقدمين بشكل منتظم وقد يفتقرون إلى الوقت أو التدريب لتتقيف الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالسكري. كما أن الإحالة إلى الرعاية المتخصصة قد تكون متأخرة، وبالنسبة للمعتقدات المتعلقة بفائدة وفعالية جهود الحفاظ على الأطراف تتسم بالتشاؤم وعدم الجدوى.

وفي إطار وضع قواعد ومعايير للوقاية والعلاج من مشاكل القدم السكري أصدر المعهد الوطني للتميز في الرعاية الصحية بالملكة المتحدة الدليل الإرشادي للوقاية والعلاج من مشاكل القدم في عام 2015، ويهدف إلى وضع معايير للممارسة الطبية في هذا الشأن.

هذا الدليل صمم للمتخصصين في الرعاية الصحية الذين يعتنون بمرضى السكري، ومقدمي خدمات رعاية القدم، ويستفيد منه أيضاً مرضى السكري وأسرهم ومقدمو الرعاية لهم.

يتناول الدليل إجراءات الرعاية العاجلة (خلال 24 ساعة) من دخول مريض يعاني من مشاكل في القدم السكري إلى المستشفى، ويوجب أن يكون لكل مستشفى مسار رعاية للأشخاص الذين يعانون من مشاكل القدم السكري. مع تحديد استشاري يكون مسؤولاً عن الرعاية الشاملة للشخص، وعن ضمان تقديم الرعاية الصحية في الوقت المناسب.

كما أوجب الدليل إحالة المريض إلى الفريق متعدد التخصصات لعلاج القدم السكري والذي يتكون من أخصائيين في المجالات التالية: أخصائي مرض السكري، أخصائي تمارين السكري، أخصائي الخدمات النفسية والخدمات الغذائية، جراحة الأوعية الدموية، جراحة وتقويم العظام و متخصص الأشعة التداخلية والميكروبيولوجيا. كما يجب أن يكون لدى خدمة العناية بالقدم متعددة التخصصات إمكانية الوصول إلى إعادة تأهيل مشاكل القدم السكرية.

ما أحوجنا في بلادنا إلى التعرف على كل جديد لعلاج مرض السكري والاستفادة من تجارب الآخرين ومواكبة النظم الصحية التي تهيئ للمريض الرعاية المتكاملة في الوقت المناسب وبالطريقة المناسبة.

القدم السكري

يعد مرض السكري من أكثر الأمراض شيوعاً في العالم كما تتزايد أعداد المرضى بشكل كبير، طبقاً لإحصائيات منظمة الصحة فقد ارتفع عدد المصابين بداء السكري من 108 ملايين في عام 1980 إلى 422 مليوناً في عام 2014. وارتفع معدل انتشار مرض السكري على مستوى العالم بين البالغين الذين تزيد أعمارهم عن 18 عاماً من 4.7% في عام 1980 إلى 8.5% في عام 2014. وارتفع معدل انتشار مرض السكري بسرعة أكبر في البلدان المتوسطة والمنخفضة الدخل.

وتسبب مضاعفات مرض السكر مشاكل صحية خطيرة، حيث يعد مرض السكري أحد الأسباب الرئيسية للعمى والفشل الكلوي والنوبات القلبية والسكتة الدماغية وبتتر الأطراف السفلية بسبب القدم السكري. ولكن ما هي متلازمة القدم السكري؟

يسمى وجود العديد من الأعراض المميزة مثل الالتهابات والعدوى الميكروبية وقرحة القدم السكرية واعتلال المفاصل والاعتلال العصبي باسم "متلازمة القدم السكرية"، والتي تنتج عن ضعف الأعصاب الطرفية المرتبطة بمرض السكري (اعتلال الأعصاب السكري)، لذا يكون لدى المرضى قدرة منخفضة على الشعور بالألم. هذا يعني أن الإصابات الطفيفة قد تبقى غير مكتشفة لفترة طويلة مما يؤدي إلى الإصابة بقرحة القدم السكرية. وتشير الأبحاث إلى أن معدل الإصابة بقرح القدم داخل مجتمع السكري يبلغ حوالي 15% وقد يصل إلى 25%.

وبالرغم أن مشكلة القدم السكري تهدد بفقدان أحد الأطراف أو قد تؤدي للوفاة إلا أن هذه المشكلة لا تلقى الدعم اللازم للوقاية والعلاج مثل المضاعفات الأخرى.

ولسبب في الاتجاه الصحيح للتغلب على المشكلة يجب الاهتمام بدراسة عوامل الخطورة في مرضى السكر لاتخاذ إجراءات أكثر صرامة للوقاية، أوضحت الدراسات أن القدم السكري أكثر انتشاراً في الذكور عنها في الإناث، وأكثر انتشاراً في مرضى السكري من النوع 2 مقارنة بمرضى السكري من النوع 1. كما أوضحت أن المرضى الذين يعانون من القدم السكرية أكبر سناً، وأن مؤشر كتلة الجسم أقل، ومدة الإصابة بالسكري أطول، كما وجد أن ارتفاع ضغط الدم واعتلال الشبكية السكري أكثر انتشاراً بين المصابين بالقدم السكري، كما وجد أن التدخين أكثر شيوعاً في الذين يعانون من القدم السكري.

كما يجب دراسة الواقع الحالي في معظم أنظمة الرعاية الصحية الذي لا يزال يتسم بالعديد من التحديات المهمة. منها أن مقدمي الرعاية الأولية لا يقومون بإجراء اختبارات كاملة للقدمين بشكل منتظم وقد يفتقرون إلى الوقت أو التدريب لتتقيف الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالسكري. كما أن الإحالة إلى الرعاية المتخصصة قد تكون متأخرة، وبالنسبة للمعتقدات المتعلقة بفائدة وفعالية جهود الحفاظ على الأطراف تتسم بالتشاؤم وعدم الجدوى.

وفي إطار وضع قواعد ومعايير للوقاية والعلاج من مشاكل القدم السكري أصدر المعهد الوطني للتميز في الرعاية الصحية بالملكة المتحدة الدليل الإرشادي للوقاية والعلاج من مشاكل القدم في عام 2015، ويهدف إلى وضع معايير للممارسة الطبية في هذا الشأن.

هذا الدليل صمم للمتخصصين في الرعاية الصحية الذين يعتنون بمرضى السكري، ومقدمي خدمات رعاية القدم، ويستفيد منه أيضاً مرضى السكري وأسرهم ومقدمو الرعاية لهم.

يتناول الدليل إجراءات الرعاية العاجلة (خلال 24 ساعة) من دخول مريض يعاني من مشاكل في القدم السكري إلى المستشفى، ويوجب أن يكون لكل مستشفى مسار رعاية للأشخاص الذين يعانون من مشاكل القدم السكري. مع تحديد استشاري يكون مسؤولاً عن الرعاية الشاملة للشخص، وعن ضمان تقديم الرعاية الصحية في الوقت المناسب.

كما أوجب الدليل إحالة المريض إلى الفريق متعدد التخصصات لعلاج القدم السكري والذي يتكون من أخصائيين في المجالات التالية: أخصائي مرض السكري، أخصائي تمارين السكري، أخصائي الخدمات النفسية والخدمات الغذائية، جراحة الأوعية الدموية، جراحة وتقويم العظام و متخصص الأشعة التداخلية والميكروبيولوجيا. كما يجب أن يكون لدى خدمة العناية بالقدم متعددة التخصصات إمكانية الوصول إلى إعادة تأهيل مشاكل القدم السكرية.

ما أحوجنا في بلادنا إلى التعرف على كل جديد لعلاج مرض السكري والاستفادة من تجارب الآخرين ومواكبة النظم الصحية التي تهيئ للمريض الرعاية المتكاملة في الوقت المناسب وبالطريقة المناسبة.

* أستاذ الصحة العامة - كلية الطب - جامعة القاهرة
* مدير المركز العربي للتوعية الصحية «وعي»



د. أميمة السلاмони

Pharmacare
فارماكير



فخر الصناعة المحلية



شراب



ديكسومين

مثبط للكحة - مزيل للاحتقان - مضاد للحساسية

يُخفف و يزيل

أعراض البرد و الزكام و التحسس

- الكحة الجافة
- كحة الأنف و الحلق
- العطاس
- سيلان الأنف
- إنسداد الأنف
- كحة و احمرار العينين
- تدمع العينين
- إحتقان الجيوب الأنفية





الدكتور المداني يحذر من بيع الأدوية في البقالات

المجلة الطبية:
حذرت الهيئة العليا للأدوية والمستلزمات الطبية من تداول وبيع الأدوية داخل البقالات ومحلات المواد الغذائية. وفي تعميم رقم (42) صادر يوم 5 أكتوبر الجاري بشأن منع بيع الأصناف الدوائية في غير المنشآت الصيدلانية، وجهت الهيئة العليا مستوردي الأدوية وتجار بيع الأدوية الجملة بمنع بيع الأصناف الدوائية للبقالات ومحلات بيع المواد الغذائية والجهات غير المرخصة بما فيها «أصناف الديكلوفينات» «السولبادين» «الكيثوبروفين» «أومبيرازول» وغيرها.



وأشار تعميم هيئة الأدوية إلى خطورة تلك الأدوية على صحة المريض بسبب استخدامها العشوائي والمفرط، كما أن «بعضها» أصناف تستخدم بوصفة طبية وليس بطريقة عشوائية. وفي تصريح خاص لـ «المجلة الطبية» أوضح الدكتور محمد المداني - رئيس الهيئة العليا للأدوية، أن التعميم الخاص بمنع بيع الدواء عبر البقالات ومحلات المواد الغذائية يأتي في سياق حرص وزارة

الصحة عموماً والهيئة بشكل خاص على حياة المواطنين وعدم تعريضهم للخطر جراء الاستخدام العشوائي لتلك الأدوية التي قد تؤدي إلى الإدمان والمضاعفات الصحية الخطيرة. وحمل الدكتور المداني مستوردي الأدوية وتجار بيع الأدوية بالجملة المسؤولية القانونية في حال المخالفة.. مشيراً إلى أن الهيئة خاطبت وزارة الصناعة والتجارة باتخاذ الإجراءات القانونية الرادعة تجاه أي بقالات أو محلات مواد غذائية تباع الأدوية. ودعا الدكتور المداني جميع المواطنين إلى التعاون مع الهيئة والجهات ذات العلاقة من أجل تطبيق التعميم وتجنب شراء الأدوية من البقالات لما فيها من أضرار صحية على حياتهم.

الصوملي يدشن من «مستشفى العراقى» تطبيق برنامج الجودة



المجلة الطبية - هاني صلاح
دشن مستشفى الدكتور هاشم العراقى النموذجي الاثنين 21 أكتوبر برنامج ضبط الجودة وسلامة المرضى في المنشآت الخاصة. وفي الفعالية أكد الدكتور محمد الصوملي - مدير عام المنشآت الخاصة بوزارة الصحة، أن الوزارة بدأت من مستشفى الدكتور هاشم العراقى بأمانة العاصمة أولى خطوات تأسيس مبادئ الجودة ونشر هذه الثقافة في المستشفيات الخاصة، مبيناً أن تدشين برنامج ضبط الجودة يأتي ضمن توجيهات وزارة الصحة، موضحاً أن الخطوة القادمة لبرنامج نظام الجودة سيكون في المستشفى الأوروبي تليها بقية المستشفيات الخاصة بالعاصمة ومن ثم النزول إلى المحافظات الأخرى. وأضاف الدكتور الصوملي في تصريح خاص لـ «المجلة الطبية» أن تطبيق برامج الجودة داخل المستشفيات الخاصة يندرج ضمن الإصلاحات التي بدأتها وزارة الصحة برئاسة الدكتور طه المتوكّل في سبيل تحسين الخدمات الصحية على مستوى المنشآت الخاصة والعامة، وبما يساهم في تقديم خدمات صحية راقية للمريض وتحافظ على سلامته. من جانبه قال الدكتور علي الجمرة - مدير عام مستشفى الدكتور هاشم العراقى، إن تدشين برنامج الجودة في المستشفى هو الأول على مستوى المستشفيات الخاصة بأمانة العاصمة، وبالتنسيق مع إدارة الجودة وإدارة المنشآت الخاصة بالوزارة، وبطلب من إدارة المستشفى. ولفت الدكتور الجمرة في تصريح لـ «المجلة الطبية» إلى أن مستشفى الدكتور العراقى يلتزم بالجودة منذ وقت مبكر وحتى قيل أن تحدد الوزارة المعايير والشروط، مبيناً أنه تم عمل 8 مجموعات داخل المستشفى سيتم تدريبها خلال الأيام القادمة بما يتواءم مع الجودة العالمية. بدوره أوضح الدكتور خالد الضبيبي - نائب مدير عام إدارة الجودة بوزارة الصحة، أن التدشين بمستشفى الدكتور هاشم العراقى هو أول الخطوات

والمراحل نحو تطبيق البرنامج وثقافة الجودة وصولاً إلى كل المنشآت والمرافق الصحية الخاصة في البلد. وبين الدكتور الضبيبي في حديثه لـ «المجلة الطبية» أن برنامج ضبط الجودة وسلامة المرضى سيتم تنفيذه على 4 مراحل وكل مرحلة لديها عدة خطوات، ابتداءً من تأسيس إدارة الجودة في المستشفيات بموجب تعميم صادر من الوزارة للحصول على مرشح من كل مستشفى خاص وفق توصيف وظيفي معين يكون هو المسئول عن الجودة وهي خطوة لإيجاد القاعدة والأشخاص المتدربين ضمن البرنامج وتحديد المكان، مؤكداً أن الوزارة هي من ستتولى جانب التدريب وتحديد السياسات.

لأول مرة في اليمن.. زراعة يد مبتورة

المجلة الطبية: خاص

تمكن فريق طبي في المستشفى السعودي الألماني بقيادة الدكتور محمد هطيف استشاري جراحة العظام والمفاصل الصناعية من زراعة يد مبتورة تماما في إنجاز طبي يحسب للكوادر الطبية اليمنية رغم ما تمر به البلاد من حصار وحرب شاملة .

واتخذ الفريق الطبي قراره بإجراء العملية الجراحية الكبرى بحسب تصريح الدكتور هطيف لـ « المجلة الطبية » ، عقب إجراء الفحوصات الطبية اللازمة عقب وصول الحالة مباشرة والمتمثلة في زراعة اليد المبتورة تماما نتيجة إصابة عمل تعرض لها مواطن يمني أثناء عمله .

وتكون الكادر الطبي بقيادة الدكتور محمد هطيف استشاري جراحة العظام والمفاصل الصناعية والدكتور محمد الشجاع استشاري الأوعية الدموية والدكتور سعيد القرشي استشاري جراحة التجميل وبقيّة الكادر الطبي اليمني بالكامل من إجراء عملية زراعة اليد المبتورة في سبتمبر الماضي . واستمر الكادر الطبي اليمني في متابعة الحالة الصحية للمريض عقب إجراء العملية لفترة زمنية لضمان نجاحها وعدم حدوث أي مضاعفات. باحثون ومهتمون بالشأن الطبي في اليمن قالوا أن إجراء هذا النوع من العمليات الجراحية الكبرى يعد تقدما كبيرا في مجال العمليات الجراحية في بلادنا .

مؤكدين في الوقت ذاته تفوق الكوادر الطبية اليمنية في مجال جراحة العظام والأوعية الدموية بما يضاها نظراءهم في هذه المجالات خارجيا . وكشف الدكتور محمد هطيف استشاري جراحة العظام والمفاصل الصناعية عن نجاح العملية الجراحية الكبرى والتي استمرت من التاسعة مساء حتى الحادية عشر ظهرا .

“

اتخذ الفريق الطبي قراره بإجراء العملية الجراحية الكبرى عقب إجراء الفحوصات الطبية اللازمة عقب وصول الحالة مباشرة والمتمثلة في زراعة اليد المبتورة تماما نتيجة إصابة عمل تعرض لها مواطن يمني أثناء عمله .



فارما كير .. صناعة دوائية وطنية بمعايير ومقاييس عالمية

المجلة الطبية/ خاص:

أكد الدكتور أحمد محمد السنباني - نائب مدير عام فارما كير الشركة الدولية لصناعة الأدوية، حرص الشركة على العمل وفق المعايير والمقاييس العالمية وتطبيق جميع متطلبات شروط التصنيع الدوائي الجيد GMP وتوفير دواء آمن ذو جودة عالية.

وأشار الدكتور السنباني في تصريح خاص لـ «المجلة الطبية» إلى حرص شركة فارما كير على توفير أصنافها الدوائية بمختلف الأشكال الصيدلانية مثل الأقراص والكبسولات والسوائل والمساحيق، بالإضافة إلى إنتاج الأشربة المحلاة بالمسل والفوارات والكبسولات طويلة المفعول، مبيّناً أن الشركة تقوم بتصنيع مجموعة كبيرة ومتعددة من المستحضرات الصيدلانية والمنتجات الدوائية مثل « أدوية الجهاز العصبي والجهاز القلبي والوعائي والجهاز الهضمي والتنفسي وأدوية المضادات الحيوية ومسكنات الألم وكذا الفيتامينات والمطهرات الخارجية وغسولات الفم .

وقال نائب مدير عام فارما كير « إن الشركة تمتلك جميع الوسائل المتطورة والمعدات الحديثة والكوادر المؤهلة التي تمكنها من إنتاج أدوية ومستحضرات صيدلانية فعالة وآمنة عالية الجودة» .

الجدير بالذكر أن الشركة الدولية لصناعة الأدوية «فارما كير» تعتبر إحدى أكبر الشركات المتخصصة في صناعة الدواء باليمن، تأسست عام 1998 وبدأت الإنتاج وتوفير الأصناف عام 2001 .





تحالفات طبية وتجارية للتخفيف من معاناة مرضى القلب

بنك الدواء اليمني، إلى أنه تدشن فعاليات اليوم العالمي للقلب وأمراض الأوعية الدموية بعدة مشاريع شراكة مع عديد من المستشفيات والعيادات الخاصة والمختبرات ومختلف القطاعات الصحية، للمساهمة في العمل الخيري وفتح أبوابهم لمرضى القلب في اليمن من المعوزين وذوي الاحتياجات الخاصة ومحدودي الدخل.

وكشف الدكتور الشهاري في تصريح خاص لـ «المجلة الطبية» عن إشهار عدة مبادرات ومشاريع خيرية بالشراكة مع كثير من القطاعات الصحية الحكومية والخاصة يأتي ضمن الفعالية العملية التي ينظمها بنك الدواء، مضيفاً: وبهذه المناسبة نشد على أيدي أطباء القلب كما نشد أيضاً على أيدي الشركات للدخول في تحالفات من أجل تخفيض قيمة العلاج وتكاليف عمليات القسطرة ومختلف العمليات الجراحية.

وفي السياق نوه الدكتور عمر مهلي - في كلمته عن شركة «شفاكو للصناعات الدوائية» الراعي الماسي للفعالية، إلى أن اليوم العالمي للقلب يجب أن تعاد تسميته إلى اليوم العالمي لأمراض القلب من أجل أن يني الأطباء المجتمعون أهدافهم على المسمى ذاته، مبيناً أن مهمة القلب هو ضخ الدم إلى جميع أجزاء الجسم، من هنا كان أطباء القلب من أهم الأطباء وبالتالي فإن المريض يعول على كفاءتهم وقلوبهم الرحمة. وأضاف الدكتور مهلي أن تكاليف علاج القلب وعملياته الباهظة تعاطمت جداً وصار قليل من المرضى المسورين والمقتدرين هم من يحصلون على العلاج والعمليات الخاصة بالقلب، مؤكداً على دور وزارة الصحة والقطاع الخاص وشركات الأدوية والداعمين في سبيل تفعيل القلوب الرحيمة ودعم مرضى القلب المحتاجين للعمليات والعلاج ذات الكلفة العالية، مشدداً على ضرورة أن يكون هناك كيان موحد لدعم مريض القلب في اليمن.

المجلة الطبية - خاص

أشار الدكتور علي جحاف - وكيل وزارة الصحة لقطاع الطب العلاجي، إلى المعاناة الكبيرة التي يعيشها مرضى القلب في اليمن والتي لا يكاد يجلو منزل من هذا المرض، الأمر الذي يستوجب على أطباء القلب وضع هدف مشترك للتخفيف من أوجاع المرضى.

جاء ذلك في الفعالية العلمية التي نظمها بنك الدواء اليمني الخميس 3 أكتوبر بالعاصمة صنعاء أطباء القلب والأوعية الدموية ضمن مشروع « نبضة حياة»، وتزامناً مع اليوم العالمي للقلب، بحضور العشرات من أطباء القلب والباطنة في أمانة العاصمة وعموم المحافظات اليمنية.

ودعا الدكتور جحاف، الأطباء الحاضرين في الفعالية، إلى دعم البحث العلمي المتعمق والدقيق للوصول إلى الأسباب الحقيقية المباشرة لهذا المرض الذي أصبح يصاب به حتى صغار السن، مشيداً بدور بنك الدواء التي عبرت عن الاحتياج والمشكلة التي يعيشها المرضى اليمنيون، مبيناً أن البنك قدم مبادرة رائعة بشأن أمراض القلب وعليه أن يقدم المزيد والتنوع في الدواء .

من جانبه قال حسن الكبوس - رئيس مجلس أمناء بنك الدواء اليمني، إن الفعالية العلمية التي نظمها البنك تزامناً مع إحياء العالم لليوم العالمي للقلب تحت شعار « قلبي قلبك»، تهدف إلى المساهمة الفاعلة في التخفيف من معاناة مرضى القلب في اليمن من المعسر والأشد فقراً. ولفت الكبوس إلى مبادرة البنك في تقديم الأدوية مجاناً لمرضى القلب عبر العديد من المستشفيات الحكومية بالعاصمة صنعاء بالإضافة إلى الفحوصات المجانية، داعياً رجال المال والأعمال والقطاع الخاص والمنظمات الدولية إلى سرعة تقديم الدعم للمرضى الفقراء والمعوزين عبر بنك الدواء اليمني باعتباره الوسيط الأمين.

وفي السياق لفت الدكتور أحمد الشهاري - نائب رئيس مجلس أمناء

“

دعا الدكتور جحاف، الأطباء الحاضرين في الفعالية، إلى دعم البحث العلمي المتعمق والدقيق للوصول إلى الأسباب الحقيقية المباشرة لهذا المرض الذي أصبح يصاب به حتى صغار السن،

قليلون هم من يحتفظون بإحساسهم بمسؤوليتهم تجاه مجتمعهم ، فتجد لمساتهم الإنسانية دائماً كقناديل تضيء عتمة غابة المال والأعمال.

رجل الأعمال الأستاذ/
صالح النهدي

رئيس مجلس إدارة مجموعة النهدي

يعتبر من الشخصيات التي تعي أهمية نشر التوعية الصحية في أوساط المجتمع.
إنه يدعم درهم الوقاية لإيمانه بأنه خير من قنطار علاج





مقال

«حمى الضنك».. وأهم أسبابه؟!

حمى الضنك مصطلح نسمعه الآن في أوساط اليمنيين، وفي الحقيقة اسمه العلمي (Dengue fever) نسبة الى العالم دينغ الذي اكتشف المرض، وهو عبارة عن مرض فيروسي ينتقل عن طريق البعوض (النامس).

الإصابة بهذا المرض تؤدي الى نقص الصفائح الدموية وقد تسبب النزيف عن طريق الأنف أو اللثة أو الرحم عند النساء أو عن طريق الجهاز الهضمي مع البراز أو عبر الجهاز البولي فقد يتبول المريض دماً في بعض الحالات، ويعتبر مرضاً قاتلاً إذا لم يعالج. الموطن الأصلي للمرض هي أفريقيا لكن سهولة التنقلات ينتقل من دولة إلى أخرى عبر المسافرين، وبالرغم أن نسبة الوفاة بسيطة جداً إلا أنها خطيرة من حيث العدوى والانتقال. نقص الصفائح الدموية والتي عملها إيقاف النزيف عند نقصها أو تسبب الجلطات عند كثرتها و تراكمها في الأوعية الدموية.

دعونا نتعرف أكثر على «حمى الضنك»: بالأصح هو نقص أحد مكونات خلايا الدم وهي الصفائح الدموية حيث أن (الدم يتكون من كريات دم حمراء و كريات دم بيضاء و صفائح دموية) نقص الصفائح الدموية: هو نقصان عدد الخلايا إلى أقل من 150 ألف خلية في كل ميكرو لتر واحد من الدم، وأعراضها الحمى و آلام في العضلات في بداية المرض.

أهم أسباب الإصابة بحمى الضنك:
-الفيروسات كحمى الضنك وفيروس أيبولا وحمى الوادي المتصدع وحمى الصفراء والتي تستوطن أفريقيا أصلاً.

-السموم والأسمدة كالفسفور والبنزين التي تضاف للأغذية كالبقالات و الطماطم والبطاط و غيرها .
-سوء التغذية كنقص المعادن وفيتامين C ويسمى بالعربي فيتامين ث.
-والسبب الأهم هو انتشاره في حالة الحروب و له أسباب عديدة غير سوء التغذية ألا وهي الإشعاعات. وبما أن الحديث عن اليمن فأجزم أن المواد الإشعاعية الناتجة عن القصف والقنابل هي التي تؤدي الى ذلك، حيث تؤثر كمسرطنات على نخاع العظم فلا يستطيع إفراز خلايا الدم بما فيها كريات الدم البيضاء و التي تؤدي إلى انتشار الأمراض والأوبئة نتيجة نقص المناعة، وكريات الدم الحمراء والتي تؤدي الى فقر الدم.
والصفائح التي تؤدي إلى الوفاة نتيجة النزيف سواء كان نزيفاً خارجياً عبر فتحات الجسم كالأنف واللثة والرحم والمثانة وغيرها، أو نزيفاً داخلياً في الدماغ والرئة والعين والأذن والوسطى.



د. عبد الملك الصريمي



«حمى الضنك»
بالأصح هو نقص
أحد مكونات
خلايا الدم
وهي الصفائح
الدموية حيث أن
(الدم يتكون من
كريات دم حمراء
وكريات دم
بيضاء و صفائح
دموية)

Shaphaco
Pharmaceutical Ind.



شفاكو
للصناعات الدوائية

ESOPrazol

Esomeprazol

The effective PPI & the right relief



الجمهورية اليمنية - صنعاء - عطان - شارع الستين - صندوق بريد : ٢٠٧٢
تلفون : ٢٠٠٦٢٠ - ١ - ٠٠٩٦٧ - فاكس : ٢٠٠٦٢٢ - ١ - ٠٠٩٦٧

www.shaphaco.com



تقرير

معايير الصحة تصطدم بشروط الصيدلة

“

وضعت وزارة الصحة المعايير الخاصة بالتقييم والتصنيف للمنشآت الطبية المختلفة والتي تهدف إلى إرساء قواعد معيارية فنية وإدارية تضمن رفع مستوى الخدمات الطبية في جميع المستشفيات والمراكز الطبية في القطاع الخاص.

المجلة الطبية - هاني أحمد علي :

كشف وزير الصحة العامة والسكان في تصريح خاص لـ«المجلة الطبية» بأن فرق النزول الميدانية لفحص الصيدليات ومخازن الأدوية ستنزل قريباً إلى جميع المحافظات وأن ذلك يأتي ضمن خطة الوزارة لضبط عمل السوق الدوائية.

اللجان الميدانية جعلت مالك إحدى الصيدليات في مديرية التحرير بالعاصمة صنعاء يتأكد من وجهة لجان مكتب الصحة بالأمانة ومديرياتها والمعنية بتطبيق معايير وشروط وزارة الصحة الخاصة بالصيدليات، كل صباح قبل أن يباشر فتح صيدليته.

ويصف الصيدلي الذي طلب عدم ذكر اسمه للجان بـ «كابوس يؤرق الصيدلة» لكثرة نزولها مضيهاً «لم نعد قادرين على تحمل تبعات اللجان والاصطدام معها أو التعرض للغرامة والمخالفة لأي سبب كان».

يضيف الصيدلي الحاصل على مؤهل دبلوم صيدلة «من غير المعقول أن يتم تصحيح الوضع القائم منذ عقود في شهور بسيطة ناهيك عن الحالة الاستثنائية التي تعيشها بلادنا

جراء العدوان والحصار» ..

وكان وزير الصحة قد أصدر يوم 19 أكتوبر قراراً وزارياً قضى بإغلاق 432 صيدلية غير مرخصة في أمانة العاصمة، وإحالة 75 صيدلية أخرى إلى مباحث الأموال العامة لبيعها أدوية حكومية وهبات مقدمة كمساعدات، وصيدليتين لبيعهما أدوية مزورة، بالإضافة إلى إحالة 66 صيدلية تباع أدوية جنسية غير مرخصة وصيدليتين تبيعان أدوية مخدرة إلى مباحث الأموال والجهات الأمنية المعنية بقضايا المخدرات.

معايير وتقييم

الدكتور المتوكل أشار في المؤتمر الصحفي الذي عقده في الـ19 من هذا الشهر في مبنى الوزارة إلى أنه تم تقييم ألف و 562 صيدلية من أصل ألف و 732 صيدلية في أمانة العاصمة، حيث أظهرت نتائج التقييم وجود ألف و 335 صيدلية ملاكها لا يملكون شهادات مزاولة المهنة، وألف و 122 صيدلية تعمل فيها كوادر ليست لديها شهادات مزاولة المهنة و 199 صيدلية



تقرير



والمعايير الفنية ذات المستوى العالي في كافة قطاعات الصحة منها معايير وشروط مزاوله مهنة الصيدلة وطرق تخزين الدواء وصرفه لطالبه وعدم التعامل مع الأدوية المهربة والمزورة.

تطبيق المعايير ولكن بشرط

الدكتور النزيلي - رئيس مجلس الحكماء بنقابة ملاك صيدليات المجتمع أشار في تصريح خاص لـ «المجلة الطبية» إلى العديد من الخطوات التي يجب أن تؤخذ بعين الاعتبار في حال أرادت وزارة الصحة تطبيق المعايير والشروط واللوائح على الصيدليات ومنها إغلاق صيدليات العيادات والمراكز التي تعد مخالفة للقانون كون من يعمل فيها ليسوا من خريجي الصيدلية، وكذا إغلاق الصيدليات التجارية داخل المشايء الحكومية والمرافق، بالإضافة إلى الصيدليات غير المرخصة وتمثل 25 % من إجمالي الصيدليات، مطالباً أيضاً بإغلاق مخازن أدوية في أمانة العاصمة تباع الأدوية جميعها بما فيها التخصصية والمراقبة.

وأوضح النزيلي أن إيقاف المخالفين هي من مهام الجهات الرسمية، وفي حال أنهت تلك المخالفات بشكل نهائي فإن من حق الوزارة تطبيق المعايير على الجميع وستكون النقابة في مقدمة اللجان الميدانية لتنفيذ المعايير والشروط.

ودعا الدكتور النزيلي إلى تنظيف مهنة الصيدلة من الدخلاء الذين لا يملكون أي شهادة أو مؤهلاً، مبيناً أن هناك ما يقارب 539 صيدلية في أمانة العاصمة لا تتوفر فيها المعايير المطروحة من قبل الصحة وفقاً للنزول الميداني، بالإضافة إلى وجود صيدليات داخل المراكز والعيادات مخالفة للقانون ويعمل فيها أشخاص لا ينتسبون للمهنة ويعمل في بعضها أطباء وليسوا صيادلة، مضيفاً «يجب أن يفهم الكل بأن الصيدلي صيدلي والطبيب طبيب وكلاً يعي مهامه ومسئوليته».

ويتابع النزيلي حديثه «نحن نعمل إلى جانب وزارة الصحة والمجلس الطبي الأعلى في تصحيح الأوضاع داخل المنشآت الصحية وعلى رأسها الصيدلانية، من خلال الحملات المكثفة والمستمرة لضبط المخالفين، لافتاً إلى أن التشديد على العاملين بضرورة الحصول على تصاريح مزاوله المهنة هي خطوة مهمة للحفاظ على أرواح الناس.

فيها كوادر غير مؤهلة، مبيناً أن هناك 36 صيدلية متميزة حصلت على المستوى الثاني B ، معرباً عن أمه في أن تعمل على تطوير أدائها لترتفع إلى المستوى الأول A.

ولفت الوزير إلى أن هذه الخطوات تأتي في إطار الجهود الثورية التي تبذلها الوزارة منذ 6 أشهر، وأن فرق النزول الميدانية لا تقتصر على العاصمة صنعاء فقط وأن إصلاح السوق الدوائية سيضم كل محافظات الجمهورية.

تجدر الإشارة إلى أن وزارة الصحة منحت مالكي الصيدليات مهلة 30 يوماً لإصلاح وضعها وفقاً للأدلة والمعايير الطبية والمهنية.

الثورة مستمرة لتصحيح المنشآت الصحية

يمارس الدكتور الصيدلي العمل في صيدليته في الوقت الراهن بموجب ترخيص أحد زملائه الصيادلة الحاصل على مؤهل بكالوريوس.

ويقول أن الوضع الراهن الذي تعيشه كثير من الصيدليات، منها من يستحق الثواب للعمل وفق المعايير المطروحة من قبل وزارة الصحة المتمثلة بضرورة الحصول على التراخيص الرسمية وتصاريح مزاوله المهنة من المجلس الطبي للعاملين وتخزين الأدوية بطرق آمنة وعدم بيع الأدوية المهربة والمزورة والمقلدة، ومنها من يستحق العقاب لمخالفتها واستهتارها لتلك الشروط.

في يوليو المنصرم أطلق الدكتور طه المتوكل وزير الصحة العامة والسكان ثورة تصحيحية بالتعاون مع مدراء مكاتب الصحة بالمحافظات، من أجل إعادة المسار لوضعه الطبيعي في المنشآت الصحية الخاصة من مستشفيات وصيدليات ومراكز طبية حسب لوائح وأنظمة تضمن سلامة المواطن.

ووضعت وزارة الصحة المعايير الخاصة بالتقييم والتصنيف للمنشآت الطبية المختلفة والتي تهدف إلى إرساء قواعد معيارية فنية وإدارية تضمن رفع مستوى الخدمات الطبية في جميع المستشفيات والمراكز الطبية في القطاع الخاص، وفق معايير فنية عالمية وكذا وضع القاعدة الأساسية التي بموجبها سيتم تحديد التسعيرات الخاصة بالخدمات والإجراءات الطبية في جميع المستشفيات والمراكز الطبية والتشخيصية الخاصة بما يتلاءم وتصنيف المنشأة.

ويتضمن هذا المشروع الاستراتيجيات والأدلة النمطية

66

إغلاق 432
صيدلية غير
مرخصة في أمانة
العاصمة، وإحالة
75 صيدلية
أخرى إلى
مباحث الأموال
العامة لبيعها
أدوية حكومية
وهبات مقدمة
كمساعدات،
وصيدليتين
لبيعهما أدوية
مزورة، بالإضافة
إلى إحالة 66
صيدلية تباع
أدوية جنسية
غير مرخصة
وصيدليتين
تبيعان أدوية
مخدرة

الصحة النفسية..

يوم عالمي يسأل عن نفسيتنا



حروف حيوية !!



د/ عبد الحميد الصهبي.



الشباب- الضحية- وغيره من الشباب في اليمن الحبيب يواجهون جراء التمييز معاناة تفوق في حجمها وتأثيرها وكذا ذلك خطرها معاناة المصاب من إصابته وتأثير وخطر تلك الإصابة على حياته وأسرته ومجتمعه..

دونما أي سابق تخطيط .. انتظمت محاور الحديث بشكل متابعي في هذه المساحة التي تتناثر فيها حروفنا الحيوية . وبعد أن تناولنا أهمية الإرشاد والدعم النفسي في إطار عنوان أشمل للعلاج وهو العلاج العاطفي تم تناوله في العدد الماضي نتناول الصحة النفسية في ذكرى يومها العالمي .

ففي هذا الشهر من كل عام يحتفي العالم بيوم الصحة النفسية الذي يصادف العاشر من أكتوبر وبهذه المناسبة أقيمت العديد من الأنشطة وللوزارات والمنظمات ذات العلاقة .

وبرغم أن هذا الاحتفال يمثل شكلا من أشكال المناصرة والتشديد للفت الانتباه الجميع لهذه النافذة المهمة من أجل حياة مفعمة بالعافية وأوقات مليئة بالحيوية والسعادة إلا أن الإهمال ينادي الجميع في كثير من الزوايا وهنا فقط نحاول إيصال الصوت .. علنا نجد من يهتم ويصنع بصمته .

ولاشك أن هذه الرسالة لا تقف عند حدود تحميل المسؤولية لطرف بعينه أو لجهة بعينها فالكل مسؤول .. جهات حكومية ومنظمات مجتمعي ومدني ومنظمات دولية أو قطاع خاص أو حتى أفراد يعيشون في هذا المجتمع يفترض بهم ان يكونوا صناع السعادة وهم هدفها في ذات الوقت .

وهنا نعرج بنداثنا قليلا نحو فئات مخصصة تحتاج مزيدا من الرعاية وجهودا أكبر لتخفيف معاناتها وجبر خواطرها التي تأثرت نتيجة الأحداث والحروب والصراعات فضلا عن تأثير الأمراض والأوبئة.. الهجرة أو النزوح .. فكثير من النساء والأطفال فقدوا العائل الذي كان يفيهم ذل السؤال ..

وكثير من المرضى والجرحى والمصابين كانت للأحداث والمآسي التي ألمت باليمن الدور الأكبر لإصابتهم سواء بأمراض عضوية كالضغط والداء السكري وغيرها أو بسبب ضعف النظام الصحي وعدم قدرته على توفير وسائل الوقاية للأمراض المنقولة كالفيروسات وفي مقدمتها فيروس الكبد والعوز المناعي البشري (اتش اي في) وأنواع البكتيريا وفي مقدمتها الكوليرا .. أو جاءت كتبعات للخدمات المتتابعة

لأفراد المجتمع في ظل غياب آفاق لانتهاء الأزمة مما ولد الكثير من المشاكل النفسية وحالات الاكتئاب المزمن وغيرها . بطرق مباشرة أو غير مباشرة وفي مستويات متفاوتة تعاني مثل هذه الفئات أشكالا مختلفة من أساليب التمييز أو الاستغلال وقد يتم حرمانها من كثير من الحقوق التي كفلتها القوانين في كل زمان ومكان .

ولعل أكثر تلك المجموعات تضررا وتأثرا هم الأشخاص المصابون بفيروس العوز المناعي البشري «اتش أي في» فمعاناة الوصمة والتمييز وما قد يتبعها من إقصاء أو حرمان يعتبرها المصابون أشد فتكا من تأثير الفيروس نفسه .

قبل عدة أيام نظم البرنامج الوطني لمكافحة المرض ورشة عمل تدريبية لتدريب مديريين حول تقديم خدمات الفحص والمشورة التي يشجعها الكادر الصحي .. وتم خلالها التطرق إلى أهمية تضاضر الجهود وتكاملها بعيدا عن أساليب التدخلات الراسية التي تفقد منافع التكامل والتنسيق ،

وحيث أن مثل هذه المراكز ومن يعملون فيها قادرون على تقديم خدماتهم الإضافية حول التوعية بمخاطر السلوكيات التي تضر الشباب بما فيها أشكال الإدمان المختلفة وفي مقدمتها الإدمان على المخدرات فضلا عن خدمات الاستشارة بشأن خيارات الإنجاب وتنظيم الأسرة وغيرها فإن التكامل ضرورة وحاجة في نفس الوقت ونأمل العمل من أجل ذلك ..

وبالتزامن مع انعقاد النشاط التدريبي الهام عقدت ورشة

عمل لاجتماع موسع مع كافة الجهات ذات العلاقة بمكافحة انتشار فيروس العوز المناعي البشري (اتش أي في) توجت بحضور قيادة الوزارة وعلى رأسهم الوزير الذي أكد على أهمية التنسيق القطاعي في مواجهة الأمراض المنقولة وغير المنقولة والتي تعزز جهود الوزارة ونجاحها في تحقيق وإنجاز المؤشرات والوصول بالأهداف التي تسعى إلى تحقيقها . وتأتي مثل هذه الخطوات لتعكس التزاما عاليا من أجل الحد من المشكلة وفرملة عجلة دوران كرة الثلج التي يزداد حجمها يوما بعد يوم .

ولا شك ان المعرفة الصحيحة بالفيروس وطرق انتقاله وكيفية الوقاية منه هي أولى خطوات الاستجابة لمواجهة المشكلة على المستوى الفردي والمجتمعي وهذه المعلومات بلا شك أصبحت في متناول الجميع ولكن الحصول عليها ضمن مواقع خدمات المشورة والفحص التي يشجعها الكادر الصحي تساعد الشخص على التحول السريع باتجاه التطبيق والحرص على الوقاية والحماية الشخصية والأسرية والمجتمعية .

ومن خلال هذه المجلة (المجلة الطبية) ومتابعيها في كثير من المرافق الصحية نضع هذا النداء من أجل تعريف المحتاجين من أفراد المجتمع والمترددون على المؤسسات الصحية وتشجيعهم على الحصول على هذه الخدمات وأماكن وجودها وإحالتهم للوصول والاستفادة منها محاطة بمعايير السرية والخصوصية والثقة من أجل صحة للجميع وبالجميع .

تجربة للتأمل :

عبر نافذة الخط الساخن والرقم المجاني للاتصال .. وبناء على المعلومات والتعليمات والإرشادات للمتصلين ممن تعثر بهم المخاوف والشكوك حول احتمالية الإصابة بفيروس العوز المناعي البشري (اتش أي في) وصل إلي أحد الشباب قبل أكثر من عقد من الزمان . واليك ملامح عن قصته :

شاب في بداية العشرينيات.. تحدث إلي بصوت غير واضح وهو يمد إلي بورقة تحملها يده المرتعشة . كانت نتيجة فحص لحالة إصابة بفيروس نقص المناعة المكتسب (إتش اي في) .. فسألت الشاب: وأين المصاب؟ لم أكن أتوقع أن يكون المترنح أمامي هو المصاب وان كانت علامات ما فيه من الحسرة والألم والحزن والاكتئاب كفيلا بالدلالة والإشارة والتعريف .

لا أخفيكم القول بأن هذا الشاب- الضحية- وغيره من الشباب في اليمن الحبيب يواجهون جراء التمييز معاناة تفوق في حجمها وتأثيرها وكذلك خطرها معاناة المصاب من إصابته وتأثير وخطر تلك الإصابة على حياته وأسرته ومجتمعه .. انها المعاناة التي يكتبوي بناورها والامها جراء التمييز والوصم الذي يواجهه من أفراد المجتمع .

لم أسأله عن طريقة الإصابة بل دعوته لطرق باب المشورة والحصول على الدعم من كوادر تم تدريبها على الإرشاد النفسي في إطار خدمات البرنامج الوطني لمكافحة الفيروس والذي كُنت أديره وقتها .

وكانت مفاجأتي وأنا الأمس الفرق في حالة الشخص الذي انقلب بدرجة كبيرة بعد ان قدمت له المشورة والتي لم تتجاوز جلستها نصف ساعة . لم يكتمل حديثنا ومازالنا لحروفنا الحيوية بقية حول الموضوع ضمن نوافذ مجلتكم الطبية فألى اللقاء .



اسبرين سيبا

ASPIRIN® Shiba

أقراص قابلة للمضغ



مميع للدم



يقلل من لزوجة الدم ويحسن من أداء القلب

حماية فائقة



للقاية من الجلطات وأمراض القلب والأوعية الدموية

سريع التأثير



أقراص قابلة للمضغ سريعة الذوبانية والإمتصاص

حموضة أقل



أقل تأثيراً على الجهاز الهضمي



الأول في اليمن



بطعم البرتقال



- يستخدم للحوامل اللواتي تكون أكثر عرضه للتسمم الحملي.
- يستخدم للوقاية من نقص التروية التي تحدث للجنين.



Shiba Pharma

High Quality Pharmaceuticals You Can Trust



شيبا فارما

أدوية ذات جودة عالية يمكنك الوثوق بها





طبيب العدد



يمتلك اليمن
مجموعة
من أفضل
جراحي المخ
والأعصاب
يمتازون
بالحرص
على مواكبة
كل جديد
وتطوير
مستواهم
بشكل
مستمر،

الدكتور نصر النقيب استشاري المخ والأعصاب

والعمود الفقري لـ  الطبية :

الحرب ضاعفت معاناة المرضى

لقاء / غيداء العديني

يقول الدكتور نصر النقيب ان عدد الحالات المصابة بأمراض المخ والأعصاب زادت خلال الفترة الماضية وخاصة حالات الأورام والتليف الدماغي والإصابات المختلفة، مشيراً إلى ان للحرب دوراً في ارتفاع العدد. يعد الدكتور نصر النقيب واحداً من أبرز أطباء وجراحي المخ والأعصاب والعمود الفقري في اليمن.

النقيب من مواليد مديرية يهر - يافع، التابعة لمحافظة لحج وهو متزوج وأب لبنت وولد، درس الابتدائية في مدرسة الحرية بيهر، والثانوية بثانوية الشهيد راجح بن غالب لبوزة بالحبيبين، ودرس الطب العام بكلية الطب بجامعة عدن.



لقاء

الدماغي والانزلاقات الغضروفية وكسور العمود الفقري وإصابات الحرب والتشوهات الخلقية وحالات الحوادث المرورية وغيرها من الأمراض»

ويعيد النقيب نسبة الشفاء من الأمراض الى أنواع الحالات وخصائصها «أما بالنسبة للشفاء فيعتمد على نوع الحالة وخصائصها» لكن في المجمل يعتقد الدكتور انها تصل الى مستوى «جيدة جداً».

علم وتاريخ

الدكتور نصر النقيب حصل على البورد الهندي في الجراحة العامة وجراحة المناظير، وأيضاً الدكتوراه في جراحة المخ والأعصاب والعمود الفقري من نيودلهي - الهند، وهو زميل وعضو الأكاديمية الوطنية للعلوم الطبية بنيودلهي - الهند. شغل منصب رئيس قسم جراحة المخ والأعصاب بمستشفى الثورة في صنعاء منذ عام 2006 وحتى عام 2013، والآن يشغل منصب رئيس الجمعية اليمنية لجراحة المخ والأعصاب والعمود الفقري، سافر وحصل على أعلى الدرجات وحقق نجاحات في مجال تخصصه وما يزال يحمل أصالة اليمني واعتزازه بتاريخه فضي ملامحه تقرأ معالم يافع المتميزة وأصالة يهر وشموخ جبل قنداس التاريخي والذي يقع في قرية قنداس عاصمة وادي يهر.

النجاح ثمرة مواكبة الجديد

رضا الناس

لم يكسب الدكتور نصر النقيب سمعته الطيبة في أوساط المجتمع إلا بعد أن عمل بجد من أجل إتقان التخصص الذي اختاره ليكون محور حياته ومن خلاله يقدم خدماته للناس ولسان حاله « رضا الناس وحبهم هما أكبر منجز لي». هكذا حدد الدكتور النقيب أهم الإنجازات التي تحققت له على المستوى الشخصي: أما على المستوى المهني «فهو مواكبة كل ما هو جديد في جراحة المخ والأعصاب والعمود الفقري، وإجراء العمليات النوعية وبنجاح ممتان» هذا النجاح لا يتحقق إلا بمواكبة كل جديد في عالم المخ والأعصاب والعمود الفقري، التخصص المعقد الذي يحتاج الى الكثير من التركيز والمواكبة والإطلاع المستمر.

مستوى جيد

يمتلك اليمن مجموعة من أفضل جراحي المخ والأعصاب يمتازون بالحرص على مواكبة كل جديد وتطوير مستواهم بشكل مستمر، وهذا ما جعل الدكتور نصر يصف مستوى الرضا عن جراحة المخ والأعصاب في اليمن بأنه «جيد جداً» وفي تطور مستمر وأضاف «نسعى دائماً للحفاظ عليه» أما عن مستوى التواصل في ما بين أصحاب التخصص على المستوى الداخلي والخارجي فيقول النقيب «مستوى التواصل والتنسيق مع زملاء المهنة في نفس التخصص جيد».

وضع اقتصادي صعب

الوضع الاقتصادي المتردي هو التوأم والشريك الآخر للحرب في تفاقم مأساة المواطنين يقول النقيب «بالطبع الوضع المعيشي والاقتصادي له أثر كبير في عدم حصول مرضى المخ والأعصاب على العلاج اللازم والعمليات الجراحية والأدوية، وظهرت حالات جديدة وكثيرة بسبب العدوان والصراع الداخلي والحصار الجائر على بلادنا».

تعدد أمراض المخ والأعصاب

المخ والأعصاب تخصص يحتاج الى الكثير من الجهد وأمراضه متعددة يقول الدكتور نصر «أمراض المخ والأعصاب متعددة ومتشعبة منها الأورام بكل أنواعها وحالات النزيف



من لم تصبه
الحرب بشكل
مباشر مسته
إحدى نتائجها
او ساهمت
في مضاعفة
معاناته.

سليب - فاين® Sleep-Fine



هل تعاني من أرق في النوم؟

- سليب - فاين "ز اليبلون" هو دواء لعلاج الأرق وصعوبة النوم، لا ينتمي إلى مجموعة البنزوديازيبين، سريع التأثير وقصير المفعول وهذه الميزة للزاليبلون تعطيه أفضليه على بقية الأدوية المتوفرة والمستخدمه كمنومات.

- هناك نتائج من تجارب سريرية حديثة تشير إلى أن الزاليبلون آمن وفعال ويمكن تحمله عند استخدامه لفترة طويلة (حتى ٢ اشهر) لعلاج الأرق من دون أن يسبب أعراض الانسحاب عند إيقاف تناول العلاج ومن دون أن يفقد فعاليته وبالتالي يعتبر الزاليبلون الاختيار الأفضل للأشخاص المصابين بحالات الأرق.

- من الممكن تحمل الآثار الجانبية الناتجة عن استخدام زاليبلون وكذا الآثار الناتجة عن استخدامه في اليوم التالي مثل النعاس حيث تعتبر أقل حدة مقارنة بالمنومات الأخرى.



تحقيق

طبيب وممرضتان فقط..



“

يستقبل
يومية
100 - 80
حالة وتضم
سجلاته
أكثر من 28
ألف مريض
منهم 18 ألفاً
منذ بدء
الحرب

مركز السكري بصنعاء يدق ناقوس الخطر

المجلة الطبية | هاني الحويطي:

عندما تتخلى عن أحد أعضاء جسمك بسبب الفقر والحاجة، يبلغ الألم مداه والحزن تمامه، وهذا ما حدث مع المواطن أحمد كامل البالغ من العمر 50 عاماً، نازح من محافظة الحديدية إلى العاصمة صنعاء جراء الحرب، أصيب بمرض السكر منذ عدة سنوات وتعرضت إحدى قدميه لجروح عميقة، ما دفع أولاده إلى اصطحابه لمركز أمراض السكري بمستشفى الثورة العام وعرضه على الطبيب الوحيد في المركز الدكتور عدنان البتول، فضل العلاج بالمجراحة باعتبار الحالة لم تصل إلى مرحلة متأخرة، لكن المريض طلب بتر قدمه، ما الذي يدفعك لفعل ذلك إلا المزيد من المعاناة التي تنتظرك عند الخيار الآخر، والخيار الآخر عمليات مجازحة تتطلب من المريض مراجعة المركز والطبيب بصورة مستمرة وعلى مدى أشهر، لكن مصاريفها أكبر من قدرة المريض ليتم له ما أراد .. بترت ساقه منتصف شهر أكتوبر الجاري، ليحمل إعاقته معه مدى الحياة.

إهمال المريض يسبب عبئاً على الدولة

إلى ذلك أكد الدكتور عبدالكافي الحداد - نائب مدير المركز الوطني للسكري، أن الاهتمام بمرضى السكري منذ البداية وإجراء الفحوصات له مجاناً وإعطاء الدواء وجهاز الفحص بلا مقابل ومتابعة حالته كل 3 أشهر للأطمئنان على صحته سيوفر الكثير على الدولة . لأن عدم الاهتمام بمرضى السكري يسبب له مضاعفات مثل العمى وتساقط الأسنان والفشل الكلوي وجلطات في القلب والدماغ ومشاكل صحية أخرى تشكل عبئاً كبيراً . وأضاف الدكتور الحداد في تصريح خاص لـ «المجلة الطبية» «أننا في مركز أمراض السكري نعالج الفقر والجهل والمرض بوقت واحد، فالسكري ليس مرضاً عابراً مثل الانفلونزا والاسهال والصداع، بل يعد مرض العصر ويرافق المريض طوال حياته وعلى مدار 24 ساعة»، مشيراً إلى أن هناك تقصير 100% من قبل الدولة تجاه مرضى السكري، مستدرجاً بالقول: «لكننا في وضعنا الراهن لا نعتبره تقصيراً لأن الحرب والحصار منع دخول أجهزة طبية جديدة ومحاليل مخبرية وحتى الأدوية».

ولفت نائب مدير مركز السكري إلى أن 10% من سكان اليمن مصابون بداء السكري، وأن كل شخص مريض بالسكري يقف خلفه شخص آخر مخف مريض أيضاً، مرجعاً السبب إلى العديد من العوامل أبرزها الجانب المادي الصعب والحرب والخوف من الصواريخ والقصف، مبيناً أن المركز الآن يضم أكثر من 28 ألف مريض بالسكري مقارنة بـ 10 آلاف قبل بداية الحرب، أي أن ما يقارب 18 ألف حالة زادت خلال السنوات الماضية، موضحاً أن المركز يستقبل يومياً من 80 - 100 حالة أغلبها حالات جديدة. وكشف الدكتور الحداد أن مركز أمراض السكري بمستشفى الثورة هو الوحيد في العاصمة صنعاء وهناك آخر في مستشفى الجمهورية

بعدن، وقد تم افتتاحهما في العام 2006 عن طريق الجمعية اليمنية للسكري وبدعم وتمويل من الاتحاد الدولي للسكري، مشيراً إلى الكثير من العوائق التي واجهتها الجمعية اليمنية من أجل مرضى السكري ورفض الكثير من المستشفيات التعاون في ذلك وافتتاح عيادة خاصة يتم تمويلها من الاتحاد الدولي إلا أن كثيراً من تلك المستشفيات كانت تنظر إلى الجانب الشخصي وعلى حساب المرضى المحتاجين، باستثناء عيادات صغيرة توجد حالياً في المستشفى الجمهوري ومستشفى 48 الذي لا يقدم العلاج إلا للعسكريين فقط.

وشدد نائب مدير المركز الوطني للسكري على ضرورة أن يكون لدى المريض وعي كاف حول هذا المرض الملازم له طوال الحياة والالتزام بأخذ الأدوية بانتظام وممارسة الرياضة ومتابعة الطبيب باستمرار حتى تقل مخاطر المضاعفات، مشيراً إلى أن من أسباب العوائق التي يتعرض لها مريض السكري هو ارتفاع سعر الدواء لاسيما الأنسولين الذي وصل سعره اليوم إلى 6 آلاف ريال بعد أن كان سعره قبل الحرب 2000 ريال، بالإضافة إلى الدواء المهرب والمزور والمغشوش الذي قد تكون نتائجه عكسية وتدخل المريض في غيبوبة بسبب غياب فعاليتها وأدائها، مبيناً أن المركز لجأ إلى الصناعات الدوائية الوطنية كونها ذات جودة عالية وممتازة جداً ولا تتأثر مثل المستورد الذي يتعرض للرطوبة والحرارة وسوء تخزين والنقل وغيرها.

تجاهل الإصابة يؤدي إلى البتر

وفي جولتها الميدانية داخل مركز السكري ألتقت «المجلة الطبية» بالأستاذ

مرض السكري .. قصص مأساوية

قصة المريض النازح من الحديدة ليست إلا واحدة من عشرات بل مئات القصص المأساوية التي يحملها مرضى السكر في اليمن، ويتجلى ذلك عند زيارتك لأول مرة لمركز السكري في مبنى العيادات الخارجية لهيئة مستشفى الثورة العام بالعاصمة صنعاء، عندما تشاهد عشرات الحالات لعمليات بتر ومنهم من ينتظر العملية وآخرين بانتظار صوت الممرضة بأذن لهم بالدخول إلى الطبيب.

هناك الكثير من الناس لم يسمع من قبل عن مرض يسمى القدم السكري، وعند الوصول إلى مركز السكر ترى العشرات من الرجال والنساء قد توحدت أقدامهم باللون الأبيض وهو لون الرباط والشاش الملقوف على القدم أو الأصابع البتورة، وعند الدخول إلى غرفة عيادة القدم السكري التي لا تتعدى مترين مربع تجد طبيبا يلبس الكمامات وأمامه فقط قدم المريض المصابة الخاضعة للجراحة، وبعواره ممرضتين تقومان بالمساعدة ويعملون معاً كفريق واحد رغم قلة الإمكانيات ومحدودية الدعم.

يقوم الدكتور عدنان البتول، الطبيب الوحيد في مركز السكري، ببعانة ما يقارب 80 حالة يومياً من المصابين بالقدم السكري وهو مرض ناتج عن تعرض مرضى السكر لجروح في القدم ونتيجة للجهل وغياب الوعي تصل هذه الجروح إلى مراحل متقدمة تؤدي إلى بتر القدم أو عدد من الأصابع، وبحسب

الدكتور البتول في حال وصول المريض مبكراً يتم إخضاع القدم للجراحة حتى التماثل للشفاء، ما يزال الدكتور يتعامل مع مرضاه بالكثير من الإنسانية وهذا ما نفتقده في الكثير من الأطباء.

الجهل والفقر والتهمها الإهمال

يلقي الدكتور عدنان البتول بالمسئولة الكاملة عن انتشار هذا المرض على الجهل وغياب الوعي وانعدام الثقافة الصحية، مبيناً أن مرضى السكري هم الفئة الوحيدة المهمشة في هذا البلد ولا تلقى أي اهتمام سواء من قبل الجانب الحكومي أو القطاع الخاص أو المنظمات الدولية.

ويضيف الدكتور البتول في تصريح خاص لـ «المجلة الطبية» أن هناك الكثير من الصعوبات

والعوائق التي تواجه مرضى مركز أمراض السكر وعلى وجه الخصوص القدم السكري، أبرزها الوضع الاقتصادي والمعيشي الصعب والحالة المادية المتردية التي يعيشها هؤلاء المرضى، لا سيما بعد انقطاع المرتبات وعدم قدرة الغالبية منهم على شراء الأدوية، لافتاً إلى أن هناك مرضى يصلون إلى العيادة من أجل الحصول على الجراحة للقدم وهم لا يمتلكون ثمن الربطة أو الشاش التي يتم تعقيم الجرح، منوهاً بأن هناك حالات جديدة تزداد كل يوم.

ودعا الدكتور عدنان البتول جميع مرضى السكري في اليمن إلى ضرورة مراجعة الطبيب المختص كل 3 أشهر على الأقل من أجل مراجعة الحالة وإجراء الفحص التراكمي باستمرار، حتى لا يتعرض المريض لأي من الإصابات الناتجة عن هذه المرض، مطالباً الجهات الحكومية ممثلة بوزارة الصحة العامة والسكان والمنظمات الدولية العاملة في مجال الصحة إلى سرعة تقديم الدعم والعون لمرضى السكري الذي بات يشكل وباء في هذه البلاد ويزداد بنسبة كبيرة جراء استمرار الحرب والحصار على مدى 5 سنوات.



تحقيق



10% من سكان اليمن مصابون بداء السكري، وكل شخص مريض بالسكري يقف خلفه شخص آخر مخف والسبب يعود إلى العديد من العوامل أبرزها الجانب المادي الصعب والحرب والخوف من الصواريخ والقصف،





تحقيق

“

دعا الدكتور
عدنان البتول
جميع مرضى
السكري في
اليمن إلى ضرورة
مراجعة الطبيب
المختص كل
3 أشهر على
الأقل من أجل
مراجعة الحالة
وأجراء الفحص
التراسمي
باستمرار.



بمرضى السكري كمسئولية دينية ووطنية وأخلاقية، والقيام بمهام التوعية والتثقيف ومتابعة علاج المصابين، موضحاً أن الفقر أحرم كثيراً من الناس أطرافهم لعجز حالتهم المادية عن متابعة الجراحة.

مرضى السكري بين المناشدة والاستجداء

وفي السياق يرى المواطن سعيد عبدالله - 55 عاماً من أبناء مديرية جبل حبشي محافظة تعز ويعمل حارساً في أحد المباني بالعاصمة صنعاء، أن الكثير من الأسباب تقف وراء حدوث المشاكل لمرضى السكري في اليمن، منها غياب الثقافة الصحية وحالة الفقر والوضع المعيشي والاقتصادي الذي يزداد صعوبة كل يوم.

وبوجه شاحب وصوت هادئ ونظرات لا تتقارق قدمه يتحدث المريض سعيد عبدالله المصاب بالسكري منذ 6 أعوام لـ «المجلة الطبية» عن بتر أصابع قدمه اليسرى منذ عامين بسبب إصابته بآلة حادة قام بمعالجتها بالطرق التقليدية، الأمر الذي سبب في انسداد الشرايين وتحول لون قدمه إلى اللون الأسود، قبل أن يتم بتر عدد من الأصابع بدلاً من القدم كاملة.

وناشد المريض
عبدالله الجهات

الرسمية ممثلة بوزارة

الصحة العامة والسكان والقطاع الخاص ممثلاً برجال المال والأعمال والمنظمات الدولية إلى سرعة تقديم يد العون والمساعدة لمركز السكري الذي يفتقر إلى أسسط مقومات البقاء كالشاش والمعدات والمطهرات والمستلزمات الضرورية، والنظر إلى الآلاف من المرضى بعين الإنسانية والرحمة والرأفة كونهم مواطنين ينتمون للجمهورية اليمنية وليس لبلد آخر.

عصام الخالد - مدير عام المنطقة التعليمية في مديرية الثورة، الذي تجرى جراحة لقدمه اليمنى منذ أشهر بعد تعرضه لإصابة طفيفة في قدمه لم يكن يعلم أنها ستكون سبباً في بتر عدد من أصابعه.

ويضيف الخالد « في يوم عمل طبيعي من أيام حياتي العملية ووسط عمل في تركيب بعض اللافئات في مكتبي سقط أحد المسامير في أرضية المكتب، وقد كانت قدمي مستقره وعند إخراجها من قدمي تعاملت معه بشكل طبيعي وضربت إبرة «تيتوس» ضد التسمم وبعض الأدوية التي نصحني بها بعض الصيادلة لكن احدهم لم يفكر في الاستفسار ما اذا كنت أعاني من السكر ، لقد استمر في هذه الطريقة بالعلاج لمدة 8 أيام، ليحدث ورم كبير وغير طبيعي وآلم شديد لم تنفع معه المهدآت والمضاد الحيوي وغيرها».

وأكد الخالد أنه توجه إلى الدكتور عدنان البتول أخصائي ورئيس القدم السكري بمستشفى الثورة بعد زيادة الورم في القدم، والذي لم يمهله وقتاً أبداً عندما رأى حالته وطلب منه الموافقة على إجراء عملية فورية لإنقاذ قدمه من حالة خطيرة وصل إليها بسبب إهماله وإصابته بمرض السكري والذي كان يمكن ان يتسبب في حالة تأخره ليوم فقط، ببتر القدم بالكامل وليس فقط أصبع واحدة.

وأضاف الخالد في حديثه للمجلة «أن الشاهد في الأمر بأنه لم ينفعه علمه وثقافته ومنصبه الإداري في إنقاذ نفسه والسبب جهله وعدم معرفته بخطر القدم السكري وخطر الإصابة البسيطة التي قد تؤدي إلى بتر العضو المصاب»، مبيناً أن غياب التوعية وعدم الاهتمام بضرورة نشر مثل هذه الأخطار المرتبطة بالأمراض المزمنة كارثة على المصابين بها، مبيناً أنه ومنذ شهر ونصف للآن في حالة مجارحة يومية، يعجز الكثير أحياناً عن متابعته خاصة أصحاب الدخل المحدود أو المعدم، وهذه كارثة أخرى تضاف إلى كارثة الجهل بالمرض نفسه وكثيراً ما تفسد هذه الأطراف وتبتر بسبب الإهمال.

وفي الوقت الذي يقدم مدير مكتب التربية بالثورة شكره الجزيل والعرفان للإنسان الدكتور الصابر عدنان البتول الذي يتحمل ما لا يطاق أحياناً بسبب ما يعاناه من بعض المرضى، فإنه دعا الجهات المعنية إلى الاهتمام

السكري في اليمن .. الجهل والفقر والمرض



Cystone (TABLET)

Expels and prevents recurrence of urinary stones

الاختيار الطبيعي لعلاج الحصوات
والتهابات المسالك البولية
المعتمد من مصدر الدواء الكامل الصادر عن
الجمعية الصيدلانية الملكية البريطانية "مارتنديل"

*The natural choice in urinary calculi and UTI
Approved by Martindale: The Complete Drug Reference*

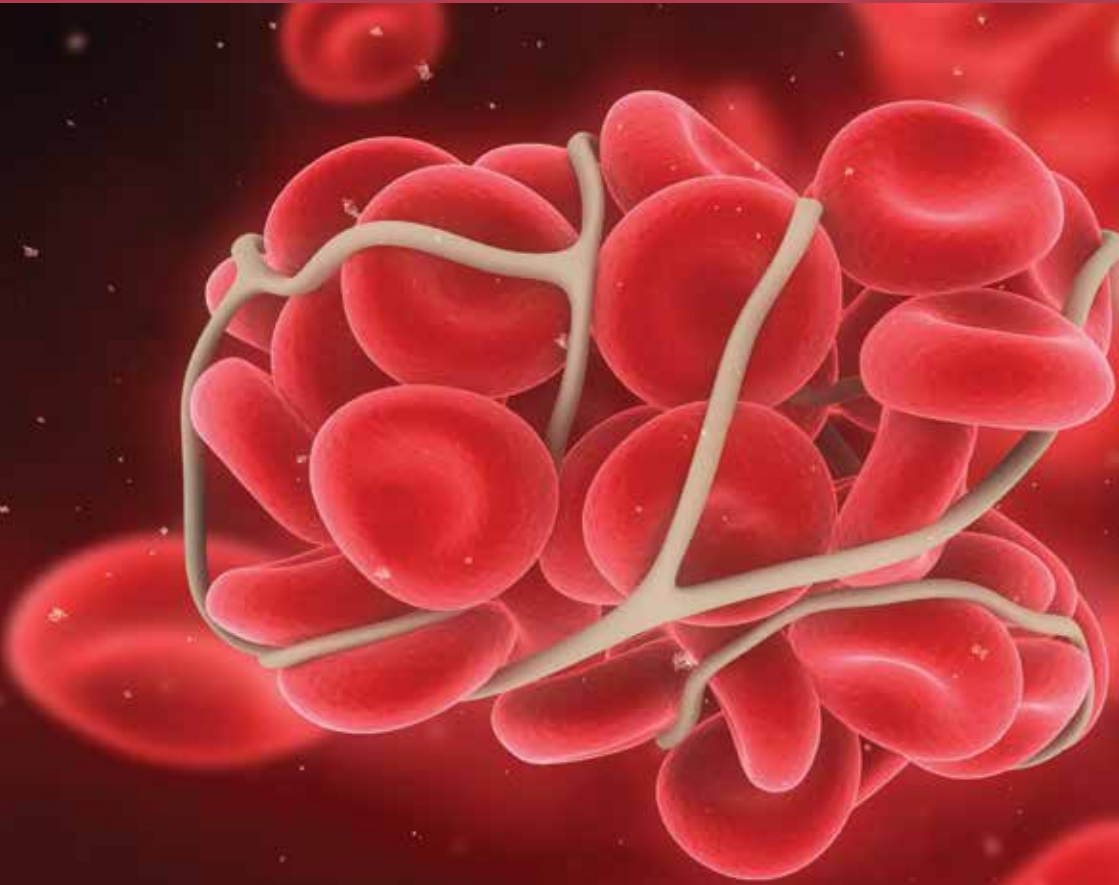


HimalayaTM
WELLNESS SINCE 1930

TARGET THE CLOT WITH CONFIDENCE

CLOPIVAS
CLOPIDOGREL 75 MG

protects long term against further
atherothrombotic events



Compared to the originator, Clopivas has ¹

- Proven bioequivalence
- No significant difference in % of inhibition of platelet aggregation
- The same chemical form II
- An equivalent dissolution profile
- A similar purity/impurity profile



Cipla
Cardio
SAVING LIVES

REFERENCE:
1. Data on file.

Reg. No. 41/8.2/0766

www.ciplamed.com

تطبيق مجاني يسبق الأطباء في تشخيص سرطان نادر

جديد
الطب

العين، بينها سرطان الشبكية. وتمكن الذكاء الصناعي من رصد 16 حالة بمعدل 1.3 سنة قبل تشخيص الأطباء للأمراض، ويمكن لهذا أن ينقذ العديد من الأرواح أو يقلل الأضرار المتداعية من المرض، لأنه يتم رصده قبل أن يبدأ الورم بالهجرة إلى المخ في أقل من 6 أشهر بعد أن يصبح ابيضاض الحدقة مرئياً. ويعد التطبيق مفيداً للغاية، بغض النظر عن العمر، لكنه يعمل بشكل أفضل على الأطفال الذين لا يستطيعون التعبير عن مشكلات الرؤية لديهم. ومن المرجح أن يعتمد الآباء على هذا التطبيق المجاني للبحث عن مشكلات في عيون أطفالهم، من خلال الصور التي يلتقطونها لهم، إلا أن المؤسسات الصحية لا تعتمد ضمن وسائل التشخيص لديها، حيث ما تزال تؤكد على ضرورة زيارة الطبيب للحصول على التشخيص الدقيق.



طور باحثون من جامعة بايلور في واكو بتكساس، تطبيقاً جديداً للهواتف الذكية قادراً على تحديد مرض نادر لسرطان العين، عن طريق فحص الصور. ويحمل التطبيق اسم CRADLE ويعمل عبر نظامي التشغيل «أندرويد» و iOS، ويستخدم تقنية التعلم الآلي للبحث عن العلامات المبكرة لانعكاسات ابيضاض الحدقة (leukocoria)، وهو انعكاس أبيض غير طبيعي من شبكية العين، يمكن رصده من خلال الصور الفوتوغرافية أو فحوصات العين. ويمكن أن تكون هذه الحالة أحد أعراض ورم الشبكية، وهو سرطان يصيب عادة الرضع والأطفال دون سن الخامسة، وهو قابل للعلاج إذا تم تشخيصه مبكراً. واختبر فريق البحث التطبيق على أكثر من 52 ألف «صورة عادية» لـ 40 طفلاً نصفهم يعانون من مجموعة من أمراض

خطر صحي يأتي من غسالات الملابس



اكتشف علماء إن استخدام النظام التقني في برنامج غسالات الملابس، يشكل خطورة على صحة الإنسان، لأنه لا يقضي تماماً على البكتيريا الخطرة المقاومة للمضادات الحيوية. وفيفد موقع MedicalXpress، بأن الباحثين توصلوا إلى هذه النتيجة بعد أن طلب العاملون في أحد مستشفيات بون، من الخبراء توضيح سبب استمرار الوباء الذي انتشر في المستشفى. واكتشف الباحثون أنه توجد في الحاوية المخصصة لمسحوق الغسيل وعلى القطع المطاطية داخل أسطوانة الغسالة أعداد مختلفة من البكتيريا بما فيها القريبة من البكتيريا المسببة للالتهاب الرئوي. ووفقاً للباحثين فإن هذه البكتيريا تبقى حية عند استخدام نظام التقنين في برنامج غسل الملابس، وتصيب الأمعاء مسببة الالتهابات ومشكلات صحية في المعدة. ولذلك ينصح الباحثون بعدم استخدام هذا النظام إذا كان في البيت من يعاني

“

اكتشف الباحثون أنه توجد في الحاوية المخصصة لمسحوق الغسيل وعلى القطع المطاطية داخل أسطوانة الغسالة أعداد مختلفة من البكتيريا بما فيها القريبة من البكتيريا المسببة للالتهاب الرئوي.



أمل جديد لعلاج الصمم..

قالت دراسة جديدة نُشرت نتائجها في دورية «ساينس ترانسليشنال ميديسن» إن الباحثين طوروا جهازاً جديداً يمكن استخدامه لتوفير السمع للصم غير المؤهلين لزراعة القوقعة.

وتتضمن التقنية، التي تم التحقق من أمانها في فئران التجارب، أقطاباً كهربائية ذات أغشية رقيقة تسمح للجهاز بالتفاعل بشكل أكثر موثوقية مع التشريح المعقد للدماغ.

ويستخدم الجهاز التحفيز الكهربائي لتوفير الإحساس بالصوت لدى مرضى الصمم. ويتألف من صفوف من الأقطاب الكهربائية التي يمكن زراعتها على نواة القوقعة في جذع الدماغ.

وعلى الرغم من وجود أجهزة تعمل بالمنطق نفسه، إلا أنها توفر تحسينات متواضعة في حاسة السمع عند الصم. ويرجع ذلك إلى أنها مصنوعة من مواد صلبة لا تتوافق بشكل فعال مع تركيبة الأذن والدماغ، وبالتالي لا يمكنها إيصال الإشارات الكهربائية في عمق أنسجة المخ.

للتغلب على تلك القيود، صنع الباحثون جهازاً جديداً من مواد مرنة وناعمة تتناسب بشكل أفضل مع انحناء جذع الدماغ، وتتيح ليونتها سهولة في التعامل أثناء الجراحة، كما يمكن تغيير حجمها لاستخدامها مع مختلف أنواع البشر.

تقنية جديدة للكشف عن

التهاب المفاصل

“

وجد فريق من العلماء البريطانيين أن أصوات عالية التردد غير مسموعة تنبعث من مفاصل الشخص، ويساعد الميكروفون في سماع هذه الأشكال الموجية من خلال التوصيل إلى جهاز كمبيوتر يكشف ما إذا كانت المفاصل صلبة أم متورمة.

الالتهاب أو منتفخة.

وتشير الأبحاث إلى أن التهاب المفاصل يمكن اكتشافه في ركبتي المريض باستخدام نفس تقنية الميكروفون التي يقوم المهندسون بإصلاحها للجسور للاستماع إلى التشققات.

ووجد فريق من العلماء البريطانيين أن أصوات عالية التردد غير مسموعة تنبعث من مفاصل الشخص، ويساعد الميكروفون في سماع هذه الأشكال الموجية من خلال التوصيل إلى جهاز كمبيوتر يكشف ما إذا كانت المفاصل صلبة أم متورمة. وأشاد أستاذ بجامعة لانكستر جون جودكر، الذي قاد الدراسة، بالنتائج باعتبارها «مثيرة».

وأكد العلماء أن مهندسي تكنولوجيا الميكروفون الذين يستخدمونه في الكشف عن تشققات الجسور يمكن استخدامه أيضاً في الاستماع إلى التشققات في ركبتي مريض هشاشة العظام للاستماع للمفاصل القاسية، ما يساعد على إيجاد طرق إصلاح لالتهاب هشاشة العظام. فمن خلال ربط الميكروفونات الدقيقة بأرجل المريض لقد لاحظوا الأشكال الطولية التي ينتجها الكمبيوتر عندما قام كل من 89 من الذين أصيبوا بالتهاب المفاصل في الدراسة بحركة دائمة.

أشارت دراسة جديدة بجامعة لانكستر جون جودكر الإنجليزية إلى أن ميكروفوناً صغيراً يستخدمه المهندسون للاستماع إلى الأعطال في الجسور يمكن استخدامه للكشف عن التهاب المفاصل في ركبتي المرضى. ووفقاً لتقرير لصحيفة «ديلي ميل» البريطانية، وجد علماء بريطانيون أن الأصوات عالية التردد تنبعث من مفاصل الشخص، ويمكن أن تكشف الموجات غير المسموعة ما إذا كانت مفاصل شخص ما تعاني من



أسلوب جديد للتخلص من سموم الجسم

أكد خبراء العناية بالصحة أن استخدام الفرشاة في التدليك الجاف للجلد له العديد من الفوائد حيث يزيل الخلايا الميتة ويعزز صحة الجلد عن طريق إزالة المسام المسدودة، ويخلص الجسم من السموم.

وذكر موقع «Times of India» أنه من المهم تحفيز شبكة الأوعية وتحفيز الجهاز اللمفاوي، بما يقلل تكون الخطوط والسيوليت، وينشط الجسم بالكامل.

ويتم تدليك جميع أجزاء الجسم بالفرشاة بخفة على الجلد الجاف من دون استخدام ماء أو زيوت، والأفضل أن يتم ذلك في الصباح الباكر، مع البدء بالتدليك من القدمين، مع تجنب فرك أي جروح أو خدوش على البشرة، وينصح بتخصيص فرشاة أكثر نعومة للوجه.

وبمجرد الانتهاء من التدليك، يحين وقت الغسيل، حيث يجب البدء بالماء الفاتر ثم الانتقال إلى أعلى درجة حرارة ممكنة، لتنظيف جميع خلايا الجلد الميتة.

وبعد الغسيل يتم وضع المرطبات الغنية بالبروتين ثم الاسترخاء، على أن يتم ذلك مرتين أسبوعياً.



إستخدام علاج جديد للسرطان

أعطى مستشفى كارولينسكا، في العاصمة ستوكهولم، الضوء الأخضر، لاستخدام نوع جديد من العلاج الجيني، يستهدف سرطان الدم الليمفاوي الحاد للخلايا من نوع B.

ويسمى نوع العلاج الجديد، بالعلاج بالخلايا T والذي يعمل إلى إعادة تغيير الخلايا الخاصة بجهاز مناعة المريض، لتكون قادرة على التعرف على الأورام وبالتالي مهاجمتها.

ويتم في الوقت الحالي، إعداد العلاج الأول لطفل مريض، بهذا النوع من السرطانات وسوف تستغرق هذه العملية حوالي شهر.

وقال ستيفان ميلك، أستاذ أمراض الدم والعلاج الخلوي في مستشفى جامعة كارولينسكا في هودينغه، "إنه يمثل فرصة جديدة للبقاء على قيد الحياة للمرضى المصابين بأمراض خطيرة".

يذكر أنه وفي كل عام، يتم تشخيص حوالي 60 طفلاً بسرطان الخلايا اللمفاوية الحاد في السويد.

“

يسمى نوع العلاج الجديد، بالعلاج بالخلايا T والذي يعمل إلى إعادة تغيير الخلايا الخاصة بجهاز مناعة المريض، لتكون قادرة على التعرف على الأورام وبالتالي مهاجمتها.

الاستعانة بجلد الخنزير لعلاج حروق البشر

تمكن خبراء في مستشفى ماساتشوستس الأمريكي، من إجراء أول عملية من نوعها لتغطية جروح حريق باستخدام جلد خنزير معدل الجينات.

ووفقاً لموقع «نيو أتلان» الأمريكي، فقد تم تعديل جلد الخنزير وراثياً، بإزالة جين خاص غير موجود عند البشر، لتخفيض احتمالات رفض منظومة مناعة الجسم له.

ووضع الأطباء الجلد في مرحلة الاختبارات الأولى على الجرح الناتج من حريق في جسم المريض، بعد تنظيف المنطقة من الأنسجة الميتة.

وتم وضع قطعة جلد الخنزير بحجم 5 سنتيمترات على الجرح مباشرة، وربطوا الجلدين معا باستخدام المعدات الطبية والشاش.

وأكد الأطباء عدم ظهور أية أعراض جانبية، والتأم الجرح بصورة طبيعية.



اكتشاف وسيلة ضد النوبات القلبية القاتلة

نشاط البروتينات الخاصة، ما يسبب تشوهات في بنية الخلايا، وخلال في وظائف الميتاكوندريا. وللتأكد من دور مادة سيراميد السلبي، حقن العلماء الفئران المخبرية بمثبط لها، قبل أن تصاب بنوبة قلبية. فانتضح من نتيجة هذه العملية، أن الفئران التي حقنت بمثبط مادة سيراميد قل نخر الأنسجة عندها بنسبة 30% مقارنة بالفئران التي لم تحقن بالمثبط، وأن المادة المثبطة حجبت نشوء جميع أنواع مادة سيراميد، ولذلك يعمل العلماء حالياً على إيجاد مستحضر خاص تكون آثاره الجانبية أقل.

اكتشف فريق علمي دولي أن آلية النخر التي تتطور عند النوبة القلبية والجلطة الدماغية، سببها تكوّن وتراكم مادة تسمى (de- oxyhydroceramide) التي تكبح وظيفة الخلايا. ويفيد موقع (MedicalXpress)، بأن سبب تطور آلية النخر يعود إلى نقص كمية الأكسجين بسبب توقف تدفق الدم الشرياني، ما يؤدي إلى تراكم مادة ((-deoxyhydrocera mide التي اكتشفت لدى الديدان المعرضة لنقص الأكسجين في جسمها. فقد اكتشف العلماء أن تركيز هذه المادة يرتفع إلى مستويات عليا ويصبح ساما للخلايا. وإن مادة سيراميد تكبح



علاج انحراف العمود الفقري عند الأطفال بتقنية الـ "ماجيك"

بشكل طبيعي. وعندما يكتمل نمو الرئتين والعمود الفقري ويبلغ الطفل من العمر العاشرة أو الثانية عشرة فإنه يمكن القيام بعمل الجراحة التقليدية لدمج الفقرات. وبالتالي فإن هذا الجهاز يسمح لنا بعلاج الاعوجاج لدى الأطفال بدون الحاجة لدمج الفقرات وبالتالي يؤدي إلى تلافي المضاعفات التي كانت تحدث سابقاً من ضمور في الرئتين وضمور في القفص الصدري ومشاكل في التنفس ووظائف الرئة. ويتم استخدام هذا الجهاز في الأطفال ما بين عام ونصف حتى عشرة أعوام بسهولة ويسر. ويمكن استخدامه لعلاج الكثير من حالات الاعوجاج وتقوسات وتشوهات العمود الفقري بغض النظر عن الأسباب التي أدت إلى ظهور هذه التقوسات.

التقنية الجديدة هي أحدث تقنية موجودة لعلاج مرض الاعوجاج عند الأطفال الصغار وقد أحدث ضجة كبيرة في الوسط العلمي والطبي عند استخدامه لأنه كان بمثابة معجزة طبية لحل هذه المشكلة. والجهاز هو عبارة عن قطع معدنية مصنوعة من معدن التيتانيوم الطبي الفائق الجودة الذي يشبه الضلع الذي يتم تثبيته على الضلوع في الناحية الداخلية للانحناء وهو بذلك لا يكون بوضعية الضلوع العادية ولكن عمودياً عليها ليقوم بتثبيت الضلوع وبالتالي كفاءة ثانوية يقوم بمنع الانحناء لدى الأطفال الصغار من أن يزداد. وتتم إطالة هذا الجهاز كل ستة أشهر مع نمو المريض وبالتالي فإن فائدته تكمن في أنه يمنع زيادة التقوس لدى هؤلاء الأطفال ولكنه في نفس الوقت يسمح للعمود الفقري ويسمح للرئتين بالنمو

“

هذا الجهاز يسمح لنا بعلاج الاعوجاج لدى الأطفال بدون الحاجة لدمج الفقرات وبالتالي يؤدي إلى تلافي المضاعفات التي كانت تحدث سابقاً من ضمور في الرئتين وضمور في القفص الصدري ومشاكل في التنفس ووظائف الرئة.

سبتمبر الماضي الأكثر اختلافاً عالمياً منذ 40 عاماً

أعلنت هيئة كوبرنيكوس لرصد تحولات المناخ الأوروبية مؤخراً أن الشهر الماضي (أيلول/ سبتمبر) سجل أعلى درجات حرارة العالم. وقالت الهيئة إن معدل ارتفاع درجات الحرارة في الشهر الماضي عن نظائره بين عام 1981 إلى 2010 وصلت إلى 0.57 درجة مئوية. كانت قيمة درجات الحرارة وصلت إلى مستوى مشابه عام 2016 الذي يعتبر صاحب أعلى درجة حتى القياس الأخير. وقالت مؤسسة كوبرنيكوس إن سبتمبر 2019 هو رابع شهر على التوالي تقترب فيه أرقام درجة الحرارة من الأرقام القياسية السابقة أو تتجاوزها. وكانت هيئة رصد التغيرات المناخية سجلت خلال يونيو ويوليو درجات قياسية جديدة، أما أغسطس فسجل ثاني أعلى درجات لنظائره منذ 1981.



بيئة و مناخ

“

قالت الهيئة إن معدل ارتفاع درجات الحرارة في الشهر الماضي عن نظائره بين عام 1981 إلى 2010 وصلت إلى 0.57 درجة مئوية.

خطر رئيسي يهدد صحة البشر

على انتشار الحساسية. وفقاً لتقديرات العلماء، بنتيجة الاحترار العالمي يمكن أن يصاب بالحساسية 20% من سكان الأرض. كما أن ازدياد تركيز غاز ثاني أكسيد الكربون يسبب تفاقم أعراض احتقان الأنف والركام والتهاب الغشاء المخاطي. ويزداد بسبب الطقس الحار تكوّن الضباب الدخاني، الذي يرفع من خطر انجاب الحوامل لأطفالهن قبل الموعد، وتلاحظ لدى هؤلاء الأطفال مشكلات في التنفس والتهابات متكررة.

يبدو أن التغيرات المناخية تؤثر سلباً في صحة البشر جميعاً، وتزيد من خطر الحساسية الموسمية وأمراض القلب والأوعية الدموية والربو. ويفيد موقع Science Alert، بأن الأطفال والحوامل وكبار السن، هم الأكثر تأثراً بالتغيرات المناخية الشاذة. كما أن هذه التغيرات تؤثر في فعالية وسلامة الأدوية، مثل محاليل التسريب. عموماً يمكن أن يسبب الاحترار العالمي تفاقم عمل نظم الرعاية الصحية. ووفقاً لنتائج عدد من الدراسات العلمية، تسبب التغيرات المناخية تقلص عمر المصابين بسرطان الرئة

“

يزداد بسبب الطقس الحار تكوّن الضباب الدخاني، الذي يرفع من خطر انجاب الحوامل لأطفالهن قبل الموعد، وتلاحظ لدى هؤلاء الأطفال مشكلات في التنفس والتهابات متكررة.

ومن النتائج السلبية الأخرى للطقس الحار، جفاف الجسم وسرطان الجلد والتهابات معوية وانتشار الحمى النزفية وغيرها، والجلطة الدماغية واضطرابات نفسية وعصبية. كما يلاحظ ازدياد عدد الإصابات بسبب الحوادث وأعمال العنف جراء تدهور الحالة الديمغرافية في العالم.



إذا توقف علاجهم بسبب الكوارث الطبيعية. ويحضر ارتفاع متوسط درجة حرارة الهواء النباتات على إنتاج كمية أكبر من حبوب الطلع (حبوب اللقاح) خلال فترة زمنية طويلة، ما يساعد

Alendrotab

Alendronic acid

70mg

Alendrotab is a bisphosphonate.
اليندروتاب من مجموعة بيسفوسفونيت.



It inhibits osteoclastic bone reabsorption with no direct effect on bone formation so increase bone mass & density.

يثبط الخلايا الناقصة للعظم بدون اي تأثير مباشر على عملية تكوين العظم مما يؤدي إلى زيادة كتلة وكثافة العظم.

Bone formed during treatment with Alendrotab is a normal bone.

العظم المتكون اثناء فترة العلاج بالاليندروتاب هو عظم طبيعي.



Used for :

- Treatment and prevention osteoporosis in postmenopausal women.
- Increase bone mass in men with osteoporosis.
- Treatment of glucocorticoid- induced osteoporosis in men & women.
- Treatment of paget's disease "disease cause deviation in bone formation process lead to increase bone thickness and weakness".

يستخدم في الحالات التالية :

- لعلاج والوقاية من مرض هشاشة العظام التي تصيب النساء بعد انقطاع الطمث.
- لزيادة كتلة العظم لدى الرجال الذي يعانون من هشاشة العظم.
- لعلاج هشاشة العظام الناتجة عن استعمال الكورتيزون أو مشتقاته في الرجال و النساء.
- لعلاج داء باجيت « مرض اختلال في عملية بناء العظم يؤدي إلى زيادة سمك العظم وزيادة هشاشته».



توعية



كيف نحد من أعراض نزلة البرد قبل تفاقمها؟

الفيروس، يجب الحصول على قسط كبير من الراحة والبدء في العناية بالجسم، ويجب أيضا تجنب البيئات الباردة والرطبة، والحفاظ على الجفاف والدفع.

- ما الذي يساعد على التخلص من البرد؟

يبدو أن النوم والسوائل هما أهم النصائح التي يقدمها الأطباء للمرضى، عندما يتعلق الأمر بالتخلص من نزلات البرد.

ولذلك، ينصح بأخذ قسط كبير من الراحة وشرب الكثير من السوائل وتناول طعام صحي.

وهذا بالإضافة إلى تناول مسكنات الألم التي لا تحتاج إلى وصفة طبية، مثل الباراسيتامول أو الإيبوبروفين، لخفض الحمى أو الصداع، جنباً إلى جنب مع استخدام بخاخات الأنف أو أقراص مزيلة للاحتقان لتخفيف انسداد الأنف. كما ينصح أيضا بالفرغرة بمياه مالحة، وامتصاص حلوى المنثول لتخفيف التهاب الحلق.

- كيف نمنع المرض من الانتشار؟

تصح هيئة الخدمات

الصحية بغسل اليدين

بانتظام، وخاصة قبل

لمس الأنف أو الفم وقبل

تناول الطعام.

ومن الضروري العطس

أو السعال في مناديل

من القماش، لمنع

وصول القطرات

المشبعة بالفيروسات

من الأنف أو الفم، إلى

الهواء، حيث يمكن أن

يصيب الآخرين.

ويجب التخلص من المناديل

المستعملة على الفور، وغسل

اليدين، إضافة إلى تنظيف

الأسطح بانتظام لإبقائها خالية

من الجراثيم.



يعاني البالغون من نزلات البرد في المتوسط بنحو مرتين أو ثلاث مرات في السنة، بينما تكون إصابات الأطفال بها أكثر.

ومع دخول فصل الخريف، تنخفض درجات حرارة الجو ما يؤدي إلى التعرض بكثرة لنزلات البرد والانفلونزا، إلا أنه يمكن اتباع بعض الخطوات للتصدي لهذه الحالات المرضية مع بداية ظهور الأعراض المبكرة مثل آلام الحلق وتدميع العين والقشعريرة، وغيرها.

أعراض نزلة البرد

نزلة البرد هي عدوى فيروسية خفيفة في الأنف والحنجرة والجيوب الأنفية والمجرى الهوائي العلوي، وعادة ما يستغرق شفاؤها أسبوعاً أو أسبوعين، حتى أنها لا تستدعي زيارة الطبيب في بعض الحالات.

وتشمل الأعراض الرئيسية لنزلة البرد، التهاب الحلق واحتقان الأنف أو سيلانه، والعطس والسعال، ويصبح الشخص معدياً لمن حوله في بضعة أيام، قبل أن يبدأ في التماثل للشفاء، وتخفي جميع الأعراض في غضون أسبوعين إجمالاً.

- هل تستطيع إيقاف نزلة البرد؟

إذا أحس الشخص أنه على وشك

الإصابة بنزلات البرد أو الإنفلونزا،

فإن بإمكانه القيام ببعض

الإجراءات لمنعها من الوصول إلى

المرحلة المرضية الكاملة.

ووفقاً لهيئة الخدمات الصحية

في إسكتلندا، فإن مكملات

فيتامين «سي» والزنك

والثوم، تحد من خطر

الإصابة بنزلة البرد، إلا

أن هناك حاجة لإجراء

المزيد من الأبحاث لإثبات

ذلك.

ومن أجل إبطاء مفعول

“

من الضروري العطس أو السعال في مناديل من القماش، لمنع وصول القطرات المشبعة بالفيروسات من الأنف أو الفم، إلى الهواء، حيث يمكن أن يصيب الآخرين.

الدكتور العاقل يحذر من

«خلطات» أدوية الشتاء

تساعد للتخفيف من أمراض الشتاء كالغذائية الجيدة والإكثار من تناول الحمضيات التي تحتوي فيتامينات C المقاومة للأنفلونزا كالبرتقال والليمون وغيرها من الفواكه التي تتواجد خلال فترة الشتاء، بالإضافة إلى ارتداء الملابس الثقيلة واختيار الوقت المناسب لخروج الأطفال.

وشدد الدكتور العاقل على ضرورة حرص الآباء والأمهات على أن يتناول الأطفال وجبة الإفطار قبل الذهاب إلى المدرسة وتجنب أكل المقاصف غير الآمنة وكذا عدم تناول الأكل المنتشر في الشوارع والأيسكريم المثلج الذي يحتوي معظمها مواد مسرطنة، وبالتالي ينتج عن ذلك كوارث صحية مستقبلاً.

وأكد على دور الجهات الحكومية ممثلة بمكاتب الصحة وعلى دور المدرسة في الحفاظ على سلامة الطلاب من خلال التوعية المدرسية في إذاعة الصباح اليومية أو عمل استكشآت ومسرحيات توعوية هادفة حول تجنب مخاطر الإصابة بأمراض الشتاء.



حذر الدكتور أحمد علي العاقل - أخصائي طب الأطفال ونقيب الأطباء اليمنيين سابقاً من الممارسات الخاطئة التي قد يستخدمها الناس في موسم الشتاء سواء في مكافحة أمراض البرد أو في جلب التدفئة.

ونبه الأهالي من خطر الاستخدام العشوائي للأدوية السيئة وغير الفعالة كالإبر والحبوب المهدأة التي يتم الطلب عليها بشكل كبير في موسم الشتاء، مبيناً أن هناك ممرضين وصحيين يقوم بعمل خلطات من الأدوية وضربها للمريض بشكل عبثي وخاطئ قد تسبب له أمراضاً قاتلة.

وفي سياق متصل قال الدكتور العاقل في تصريح لـ «المجلة الصحية» إن إشعال النار والفحم على الموقد داخل المنزل واستخدام البخور ممارسات خطيرة قد تسبب اختناقاً لكل أفراد الأسرة بما فيهم الأطفال، في ظل غياب التوعية والثقافة الصحية في أوساط المجتمع. وأشار نقيب الأطباء اليمنيين إلى أن هناك طرقاً أخرى صحية قد



توعية



بالانتفاخ وحده لا يكفي للإشارة إلى السرطان، حيث أن هناك أعراضاً أخرى يحتاج المرء إلى البحث عنها للتمييز بين الانتفاخ باعتباره مجرد حالة مزعجة أو أنه علامة خطر تستدعي زيارة الطبيب.



أصيب صبي يبلغ من العمر 15 عاماً، خضع سابقاً لعملية جراحية في القلب، بإغماء لأنه كان على وشك الفوز في لعبة فيديو.

ألعاب الفيديو.. تهدد قلوب أطفالكم

لعبة فيديو. وشخص الأطباء حالته بعدم انتظام دقات القلب البطيئ، وهو اضطراب في ضربات القلب الذي ينبض بشكل أسرع من المعتاد. وأخيراً، في الحالة الثالثة، انهار صبي يبلغ من العمر 11 عاماً أثناء «ممارسة لعبة حرب إلكترونية مع صديقه بحماس»، وتم تشخيصه بمتلازمة كيو تي الطويلة، وهي حالة سمعية تسبب دقات قلب غير منتظمة.

وبيّنما يعاني الأطفال الثلاثة من أمراض قلبية، يشير الباحثون إلى أن كثرة ممارسة ألعاب الفيديو، هي التي تسبب في حدوث المشكلات.

وقال الدكتور رونالد كانتر، اختصاصي أمراض القلب بمستشفى نيكولاي للأطفال في ميامي، الذي لم يشارك في الدراسة: «أى شيء يؤدي إلى زيادة مفاجئة في هرمون الإجهاد (الأدرينالين) في الجسم يمكن أن يعرض المرضى المهددين لخطر الإصابة بمشكلات القلب».



حذرت دراسة جديدة من أن ألعاب الفيديو يمكن أن تؤدي بالفعل إلى حدوث مشكلات في القلب لدى بعض الأطفال. وكشف الباحثون من جامعة سيدني عن ثلاث حالات حديثة تعرض فيها أطفال صغار لأمراض قلبية نتيجة لممارسة ألعاب الفيديو.

وفي الحالة الأولى، المفصلة في مجلة New England Journal of Medicine، فقد صبي يبلغ من العمر 10 سنوات، الوعي فجأة بعد فوزه في إحدى ألعاب الحروب، في المنزل.

وعلى الرغم من أنه سرعان ما استعاد وعيه، إلا أنه تعرض في وقت لاحق لأزمة قلبية في المدرسة بسبب حالة غير معروفة.

تسمى الرجفان البطيئ، وهي حالة توقف القلب عن العمل بسبب خلل في منظومة القلب تؤدي إلى ارتفاع البطيئتين بدل انقباضهما.

أما الحالة الثانية، فشهدت إصابة صبي يبلغ من العمر 15 عاماً، خضع سابقاً لعملية جراحية في القلب، بإغماء لأنه كان على وشك الفوز في



3 تصفح الانترنت أكثر من ساعات يهدد عقول الشباب

مهارات تقنية وتكوين علاقات إنسانية، إلا أن العديد من التقارير انتقدت دور هذه المواقع في زيادة التعرض للعنف وهدر الوقت على حساب النوم والتمارين الرياضية. ونظر فريق البحث في الدراسة الجديدة في بيانات 6600 مراهق أمريكي تتراوح أعمارهم بين 12 و15 عاما، تم سؤالهم حول كمية الوقت الذي يستغرقونه في تصفح وسائل التواصل الاجتماعي، ومن ثم قام الفريق بتقييم مشكلات الصحة العقلية لديهم باستخدام تقنية تدعى GAIN-SS، والتي تحدد اضطرابات الصحة السلوكية وشدة الأعراض. وتظهر النتائج أن أولئك الذين استخدموا وسائل التواصل الاجتماعي لأكثر من ثلاث ساعات يوميا، كانوا أكثر عرضة للشعور بالقلق أو الاكتئاب أو الوحدة، مقارنة بالمراهقين الذين لم يستخدموا وسائل التواصل الاجتماعي. كما ارتبطت الساعات الطويلة على الشبكات الاجتماعية بسلوكيات سيئة على غرار العدوان والسلوك المعادي للمجتمع.

أشارت دراسة جديدة إلى أن المراهقين الذين يقضون أكثر من ثلاث ساعات في اليوم على مواقع التواصل الاجتماعي، هم أكثر عرضة لخطر مشكلات الصحة العقلية. ووجد الباحثون أن المراهقين الذين أمضوا ساعات في تصفح «فيسبوك» و«إنستغرام» و«تويتر» كانوا أكثر عرضة للإبلاغ عن مشاعر القلق والاكتئاب والشعور بالعزلة. وبدأ المراهقون أيضا، أكثر عدوانية وعنفا تجاه غيرهم، أو بسلوك معاد للمجتمع. ويقول فريق البحث من جامعة جونز هوبكنز في بالتيمور، بماريلاند، إنه على الرغم من أن النتائج مثيرة للقلق، إلا أنهم يشيرون إلى أن الأطباء سيكونون قادرين على رصد العلامات التحذيرية المبكرة لمشكلات الصحة العقلية لدى المراهقين من خلال تتبع مقدار الوقت الذي يقضيه طلاب المدارس الثانوية عبر الإنترنت. وعلى الرغم من الإشادة بدور وسائل التواصل الاجتماعي في مساعدة الشباب على اكتساب

توعية



تظهر النتائج أن أولئك الذين استخدموا وسائل التواصل الاجتماعي لأكثر من ثلاث ساعات يوميا، كانوا أكثر عرضة للشعور بالقلق أو الاكتئاب أو الوحدة، مقارنة بالمراهقين الذين لم يستخدموا وسائل التواصل الاجتماعي.

4 خرافات مرتبطة بسن اليأس لا تصدقها

الكثيرون صعوبة في قبول هذه التغييرات الفسيولوجية التي تأتي مع عدد قليل من التغييرات النفسية المحيرة.

يحدث انقطاع الطمث وفقا لتقرير موقع «the-healthsite» لأن كل امرأة تولد بعدد محدود من البويضات المخزنة في المبايض، ويحدث انقطاع الطمث عندما لا تطلق المبايض البيض البويضات ويمكن أن يحدث في أي وقت بعد سن الأربعين، وإذا حدث ذلك في بعض الحالات قبل ذلك العمر، فإنه يسمى انقطاع الطمث المبكر.

انقطاع الطمث هو حالة طبيعية وعادية تمثل نهاية الدورة التناسلية للمرأة، فهو ينطوي على الكثير من التغييرات التي يمر بها جسم المرأة قبل أو بعد توقف الحيض مباشرة. انقطاع الطمث يصيب كل امرأة تتراوح أعمارهن بين 40 و 50 سنة، ومع ذلك، في حالة وجود بعض الظروف الصحية قد يتعرض الفرد لهذه الظاهرة الطبيعية في وقت مبكر جدا ومهما كان العمر، يجد



يحدث انقطاع الطمث عندما لا تطلق المبايض البيض البويضات ويمكن أن يحدث في أي وقت بعد سن الأربعين، وإذا حدث ذلك في بعض الحالات قبل ذلك العمر، فإنه يسمى انقطاع الطمث المبكر.

5 طرق للتخلص من كميات السكر الزائدة بالجسم



توعية

الهضم وتستغرق وقتاً أطول في الامتصاص ، لأنها تجعلك تشعر بالشبع لفترة أطول وتحافظ على مستويات الطاقة لديك، لذا قد يكون اتباع نظام غذائي عالي البروتين مهما لموازنة مستويات السكر في الدم والأنسولين.

تجنب استخدام المحليات الصناعية

قد يُطلب منك استخدام مواد التحلية الاصطناعية بدلاً من السكر ، لكن في الواقع هي ليست مفيدة، لأن المحليات الصناعية بدلاً من السكر هي حلول مؤقتة فقط ، ونحن لا نعرف المشكلات المستقبلية، واستخدامه لفترة طويلة يمكن أن يشكل ادمانا .

تناول وجبات خفيفة صحية

تناول أطعمة صحية مثل الخضروات والفواكه واللحوم الخالية من الدهون والمكسرات والسلمك والبذور والدهون الصحية ستساعد بشكل كبير في الحد من جوعك ورغبتك في تناول السكر .

النوم بشكل جيد

أخيراً ولكن الأهم هو الحصول على ليلة من النوم الجيد لتهديئة استدعاءات السكر، فقط ابحث عن طريقة للنوم جيداً للقضاء على رغبتك في تناول وجبة خفيفة .

يوجد السكر في الغالب في جميع المشروبات والعصائر والحلويات والأطعمة وغيرها، ولن تفاجأ لسماع أن الكثير من السكر في نظامك الغذائي يمكن أن يسبب مشاكل في حياتك.

يزيد السكر من خطر الإصابة بالسمنة ومرض السكري وأمراض القلب والأوعية الدموية، كما يؤدي إلى تلف نظام المناعة لديك، وعلاوة على ذلك ، يمكن أن تعيق أيضاً وظائف عقلك.

في الآونة الأخيرة ، تم الكشف عن معلومات أن حبوب السكر الاصطناعية يمكن أن تسبب اختلال وظيفي في الكبد وتفاقم مشاكل المعدة، أفضل طريقة للسيطرة على زيادة السكر هي التخلص منه السكر. إذا كنت تريد التخلص من مشاكل السكر أو تريد التخلص من السكر (من جسمك) ، فسوف نخبرك به طرق يمكنك من خلالها القيام بذلك بسهولة:

اجعل مسافة بينك وبين السكر

يبدو أن إدمان السكر أسرع بكثير من أي دواء آخر (مثل الكوكايين)، وعادة ما يكون السكر الأبيض المكرر من صنع الإنسان ضاراً. لذلك تحتاج إلى بناء قوة إرادة قوية للتخلص من السكر.

الاهتمام بتناول البروتين

تناول وجبة تحتوي على الكثير من البروتين والدهون، نظراً لأنها صعبة



الحقيقة: لا ، لأن انقطاع الطمث لديه أعراض، لذلك تعرف الكثير من النساء متى يكن على وشك الاصابة بسن اليأس أم لا الخرافة: الحياة الزوجية تتغير بعد انقطاع الطمث الحقيقة: الشيء الوحيد الذي لا مفر منه مع انقطاع الطمث هو الخصوبة ، ولكن بعض النساء يشعرن أنهن أقل جاذبية أو أن بعضهن يخشين أن يكون الجنس مؤلماً بعد انقطاع الطمث، ومع ذلك ، لا يوجد شيء من هذا القبيل.

وعلى الرغم من توفر الكثير من المعلومات، إلا أن هناك خرافات ترتبط بانقطاع الطمث نحتاج إلى توضيحها .

خرافة: يحدث انقطاع الطمث فجأة الحقيقة: لا ، لأنها عملية تدريجية وتستغرق عدة مرات، لا تعتقدي أن دورتك الشهرية عادت فجأة إذا نزفت بعد 6 أشهر، أنت لا تزالين في مرحلة انقطاع الطمث ولم يحدث انقطاع الطمث تماماً، ولكن يحدث بشكل كامل بعد 12 شهراً من آخر دورة شهرية لك. خرافة: انقطاع الطمث يأخذ خطر الحمل الحقيقة: هذا صحيح جزئياً، فخلال فترة انقطاع الطمث قد تكونين معرضة لخطر الحمل، لأنه قد تحدث فترات قبل أن تصل إلى سن اليأس تماماً، فإنها تستمر في الإباضة وإنتاج الهرمونات. الخرافة: انقطاع الطمث ليس له أعراض



«إسكات الذات»

يهدد النساء بالسكتات الدماغية

وتعد مثل هذه الدراسات ذات قيمة لأنها تسلط الضوء على أهمية فهم كيفية تأثير التصرف العاطفي للمرأة على صحتها البدنية. وأوضحت الدكتورة كارين: «يجب أن تشجع هذه النتائج مقدمي الرعاية الصحية على مراعاة العوامل الاجتماعية والعاطفية عند تحديد خطة الرعاية الوقائية لمرضاهم». وكشفت النتائج أن «إسكات الذات» كان مرتبطاً بزيادة احتمالات تراكم اللويحات، بغض النظر عن العوامل الاجتماعية وعوامل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية والاكْتئاب. ويُعد تصلب الشرايين السبب الرئيسي للسكتة الدماغية، وتظهر الإحصاءات أن النساء أكثر عرضة لخطر الإصابة بالسكتة الدماغية من الرجال، وهن أقل قدرة على الامتثال للشفاء. ودرس الفريق بقيادة الدكتورة كارين الدور الذي يمكن أن يلعبه «إسكات الذات»، من خلال تحليل أفكار الناس وعواطفهم. وعلى الرغم من أن الكثيرين كانوا يؤيدون اعتماد «إسكات الذات» لتجنب الدخول في جدال أو انهيار العلاقة، إلا أن النتائج كشفت ارتباط هذه الممارسة بسوء الصحة العقلية والبدنية على حد سواء.

توصلت دراسة حديثة إلى أن التعبير عن شعورك قد لا يكون مفيداً لرفاهيتك العقلية فحسب، بل ربما يمنع الإصابة بالسكتات الدماغية أيضاً. ووجد الباحثون من جامعة بيتسبرغ الأمريكية، صلة بين تثبيط التعبير عن النفس وزيادة تراكم اللويحات في الشرايين السباتية، ما قد يؤدي إلى حدوث جلطة أو مشكلات أخرى في القلب والأوعية الدموية. ويشير الفريق إلى أن هذه الشرايين تمد الدماغ بالدم، وبالتالي فإن ضيقها يكون سبباً رئيسياً للإصابة بالسكتات الدماغية التي تهدد الحياة. وتشير البحوث السابقة إلى أن الإجهاد لفترات طويلة يرتبط بالالتهابات، والتي يُعرف بأنها تتسبب في السكتة الدماغية والنوبات القلبية وآلام الصدر. وقالت المؤلفة الرئيسية للدراسة، الدكتورة كارين جاكوبوفسكي: «تشير نتائجنا إلى أن التعبير الاجتماعي-العاطفي للمرأة قد يكون ذا صلة بصحة القلب والأوعية الدموية».



دراسة

“

يُعد تصلب الشرايين السبب الرئيسي للسكتة الدماغية، وتظهر الإحصاءات أن النساء أكثر عرضة لخطر الإصابة بالسكتة الدماغية من الرجال، وهن أقل قدرة على الامتثال للشفاء.

“

بيئة الهواء النقي والفضاء المفتوح تقلل من التوتر وترفع من شأن الصحة العامة، كما أن التنزه على الشواطئ يعزز الرفاهية الذهنية عن طريق الحد من الإجهاد، ويوفر فرصة للنشاط البدني والتواصل الاجتماعي.

مدن تقلل الإصابة بالأمراض العقلية!

دراسات

كشفت دراسة حديثة أن العيش بجوار البحر يقلل من خطر الإصابة باعتلال عقلي بأكثر من الخمس، ووجد الباحثون أن الأشخاص الأقل دخلاً هم الأكثر تأثراً بهذه البيئة. وحللت جامعة إكستر بيانات أكثر من 26 ألف بريطاني، ووجدت أن أولئك الذين يعيشون على بعد نحو نصف ميل من الساحل (قرابة 1 كلم)، كانوا أقل عرضة بنسبة 2.2% للمعاناة من مشكلات في الصحة العقلية مقارنة بأولئك الذين يعيشون على بعد 30 ميلاً من الساحل (نحو 50 كلم)، أي في المناطق الداخلية. ووجد الباحثون أن خطر الإصابة بمرض عقلي لدى أفقر السكان الذين يعيشون بالقرب من البحر، تراجع بمقدار الثلث.

وقال كبير الباحثين، الدكتور جو غاربت،: «يشير بحثنا لأول مرة، إلى أن الأشخاص الذين ينتمون للأسر الفقيرة، ممن يعيشون بالقرب من الساحل، يعانون من أعراض أقل لاضطرابات الصحة العقلية». ويعتقد الخبراء أن بيئة الهواء النقي والفضاء المفتوح تقلل من التوتر وترفع من شأن الصحة العامة، كما أن التنزه على الشواطئ يعزز الرفاهية الذهنية عن طريق الحد من الإجهاد، ويوفر فرصة للنشاط البدني والتواصل الاجتماعي.



أيبوفلام®

خافض للحرارة مسكن للألام



شفاكو
للصناعات الدوائية



طفلك ينعم بالصحة
وأنت تنعمين بالهدوء



www.shaphaco.com



دراسة



يقول الفريق من جامعة ولاية بنسلفانيا إن تناول وجبات ذات سعرات حرارية عالية بعد الحرمان من النوم، أدى إلى ارتفاع مستويات الإنسولين في الجسم، ما يساعد على تخزين الدهون، وبالتالي زيادة الوزن.

نبأ محب لعشاق الشوكولاتة الداكنة



الدراسة السابقة إن تناول المواد الغنية بمضادات الأكسدة قد يقلل احتمالات التعرض لمشكلات البصر المتعلقة بالسن، والمعروفة بضمور العضلات. كما أن مركبات الفلافونويد الموجودة في الشوكولاتة الداكنة تساهم أيضا في توسيع الشرايين على ما يبدو. وإثبات ذلك أجرى الدكتور شيدليستس وزملاؤه، دراسة شملت 22 متطوعا من الأصحاء، تتراوح أعمارهم ما بين 20 و62 عاما، ولا يعانون من أي مشكلات في البصر. وخضع المشاركون للاختبار على نحو عشوائي، لتناول 20 غراما تقريبا من الشوكولاتة الداكنة، التي تحتوي على 400 مليغرام من الفلافانول، وهو من مشتقات الفلافونيد، أو 7.5 غرام من الشوكولاتة بالحليب والتي تحتوي نحو 5 مليغرامات من الفلافانول.

وفحص الأطباء عيون المتطوعين قبل تناول الشوكولاتة وبعدها بساعتين. وكان فريق البحث يركز على مؤشرات توضح أن الشوكولاتة تسببت في توسيع الشرايين في شبكية العين، والذي يعني تحسن تدفق الدم إلى العين.



توصل باحثون إلى نتائج مخيبة لآمال عشاق الشوكولاتة، حيث أن تناول الداكنة منها لن يؤدي إلى تحسين البصر، على عكس ما توصل إليه بحث سابق.

ووجد البحث السابق أن عناصر معينة في البصر تحسنت خلال بضع ساعات من استهلاك الشوكولاتة، لكن الدراسة الحديثة، لم تظهر أي تغييرات في الرؤية أو تدفق الدم إلى العينين، بعد تناول بعض الغرامات من الشوكولاتة الداكنة.

وشملت كلتا الدراستين مجموعات صغيرة من المتطوعين، ويقول الدكتور جيكونب شيدليستس من جامعة لودفيغ ماكسيميليانز في ميونخ، والذي قاد فريق البحث، إنه في ظل التوصل لنتيجتين متضاربتين بعد إجراء تجربة صغيرة النطاق «فإن هناك حاجة لمزيد من البحث».

مضيفا: «نظرا لأن هذه الدراسة الصغيرة لا تستبعد احتمال وجود فوائد، فهناك حاجة لمزيد من الدراسات على نطاق أكبر لإثبات أو نفي الفوائد في الأمد البعيد بصورة مؤكدة».

ويعود سبب الاعتقاد بأن الشوكولاتة الداكنة قد تحسن الرؤية، إلى أنها غنية بمركبات الفلافونيد، وهي من مضادات الأكسدة، وتقول

أربع ليال من النوم السيئ.. تزيد وزنك

وبالتالي زيادة الوزن. وجندت الدراسة الجديدة 15 رجلا من الأصحاء في العشرينات من العمر، حيث أمضى المشاركون أسبوعا واحدا يحصلون خلاله على 10 ساعات من النوم بمنزلهم، ثم أمضوا 10 ليال في مركز الأبحاث السريرية في ولاية بنسلفانيا.

وفي الليالي التي أمضاها المشاركون في المختبر، حصلوا على عشاء غني بالسعرات الحرارية يحتوي على الفلفل الحار والمعكرونة.

وبعد ذلك، طلب منهم ألا يناموا أكثر من 5 ساعات كل ليلة، لمدة 4 ليال متتالية. وأخذ الباحثون عينات دم من الرجال، ووجدوا أن الحرمان من النوم أدى إلى ارتفاع مستويات الإنسولين، وهو الهرمون اللازم لنقل الجلوكوز من مجرى الدم إلى الخلايا.

وهذا يؤدي إلى التخلص من الدهون من الجسم بسرعة أكبر، وبالتالي فإن نقص الطاقة يستدعي تناول المزيد من الطعام الزائد عن الحاجة، ما يترتب عنه تخزين الدهون كطاقة زائدة، وهو ما يؤدي إلى زيادة الوزن.

وقالت المؤلفة الرئيسية كيلي نيس، طالبة دراسات عليا سابقة في جامعة ولاية بنسلفانيا: «التعرض للنوم القصير، قد يزيد من خطر الإصابة بالسمنة أو السكري أو غيرها من الأمراض الاستقلابية».

ويشير فريق البحث إلى أن هناك حاجة إلى المزيد من التوعية من قبل الأطباء بشأن مخاطر عادات النوم السيئة.

توصلت دراسة جديدة إلى أن أربع ليال فقط من النوم السيئ يمكن أن تغير الطريقة التي يخزن بها الجسم الدهون وتزيد خطر السمنة.

ويشير الباحثون إلى أن الحرمان من النوم، يجعلنا نشعر بأننا أقل شعبا حتى بعد تناول وجبة عشاء غنية بالدهون.

ويقول الفريق من جامعة ولاية بنسلفانيا إن تناول وجبات ذات سعرات حرارية عالية بعد الحرمان من النوم، أدى إلى ارتفاع مستويات الإنسولين في الجسم، ما يساعد على تخزين الدهون،





أسناني حياتي

“

من إيجابيات مضغ
العلكة، الحفاظ
على عضلات المضغ
بحالة جيدة،
وتحسن تدفق
الدم في اللثة
وتعطي الشعور
بالانتعاش بعد
تناول وجبة
الطعام.

“

الأسنان التي
تتحول إلى اللون
الرمادي يجب
فحصها من قبل
طبيب الأسنان
لتحديد ما إذا
كانت إحدى
الأسنان قد ماتت
أو يمكن علاجها
من عدمه.



لمضغ العلكة

الوقت المناسب

وتعطي الشعور بالانتعاش بعد تناول وجبة الطعام. ومن جانبه اشار الدكتور أليكسي بوفيروف، الأستاذ في قسم علاج الأسنان بجامعة سيتشينوفا الطبية، إلى أن مضغ العلكة لا يشكل أي خطورة على المعدة، المهم عدم بلعها، وعدم مضغها طوال النهار. كما يشير الأطباء إلى أنه من الضروري عند اختيار العلكة من الأفضل أن تحتوي على نسبة منخفضة من السكر والأصباغ. واستطرد بوندارينكو موضحا، "هناك حالات لا ينصح فيها بمضغ العلكة، مثل حالة التهاب اللثة عندما تكون الأسنان غير ثابتة. علاوة على هذا لا ينصح بمضغها الأشخاص الذين يعانون من خلل في وظيفة عضلات المضغ". ووفقا له، «تجري حاليا مناقشة مسألة إضافة أدوية إلى العلكة -محلات بكتيرية، ما يساعد على خلق نبيت طبيعي في تجويف الفم. يمكن للجميع مضغ العلكة الجديدة لأن معدل النبيت لدى معظم سكان المدن هو دون المعدل المطلوب، ونحن نريد زيادته»، وهذا سيزيد من فائدة مضغ العلكة.

أعلنت مجموعة من الأطباء، في يوم ميلاد العلكة الذي يصادف 23 سبتمبر من كل سنة، أن مضغ العلكة بعد كل وجبة طعام لمدة 10-15 دقيقة يساعد في الحفاظ على صحة الأسنان، ودعم عضلات المضغ. ويقول الدكتور إيفور بوندارينكو، الأستاذ في قسم جراحة الأسنان في جامعة سيتشينوفا الطبية الروسية، «يجب مضغ العلكة بعد كل وجبة طعام لمدة 10-15 دقيقة. عند الاستخدام الصحيح تصبح مفيدة». وأضاف موضحا، تساعد العلكة على تنظيف تجويف الفم نتيجة إفراز كمية كبيرة من اللعاب، إضافة إلى حصول تنظيف ميكانيكي نتيجة التصاق بقايا الطعام الكبيرة نسبيا عليها. وحذر الأستاذ بوندارينكو، من استخدام العلكة كبديل للفرشاة وقال «من أجل الحصول على النظافة المطلوبة يجب استخدام الفرشاة والخيط، وإذا تطلب الأمر غسل الفم». وأشار المتحدث إلى أن من إيجابيات مضغ العلكة، الحفاظ على عضلات المضغ بحالة جيدة، وتحسن تدفق الدم في اللثة

هذه الحشوات التيجان المعدنية والحشوات الفضية.

صدمة الأسنان

أي شيء يقطع تدفق الدم إلى السن يمكن أن يؤدي إلى وفاة الأسنان وتحولها إلى اللون الرمادي وذلك بعد التعرض لأي صدمة.

تسوس الأسنان

يمكن للتسوس أيضًا إيقاف تدفق دم الأسنان مما يجعلها تموت وتتحول إلى اللون الرمادي.

خلل التنسج الناقص

هذا الاضطراب الوراثي النادر لنمو الأسنان قد يجعل الطفل والأسنان الدائمة تظهر بلون أزرق رمادي، كما أنه يضعف الأسنان مما يجعلها عرضة للكسر.

الشيخوخة

قد يتغير لون الأسنان وتبدو زرقاء رمادية وذلك ببساطة نتيجة للشيخوخة.

قد تحتوي سن الموت هذه على بكتيريا يمكن أن تنتشر مما يعرض باقي الأسنان الأخرى للخطر، فالأسنان التي تتحول إلى اللون الرمادي يجب فحصها من قبل طبيب الأسنان لتحديد ما إذا كانت إحدى الأسنان قد ماتت أو يمكن علاجها من عدمه.

اللون الأبيض هو أكثر مميزات الأسنان عند غالبية الأشخاص، ولكن هناك بعض الناس لديهم

أسنان رمادية بشكل طبيعي.

و قد يلاحظ آخرون أن أسنانهم تتحول إلى اللون الرمادي يمكن أن يحدث هذا في أي عمر، لأسباب متنوعة.

وقد تبدو جميع أسنانك رمادية

تدريجيا مع مرور الوقت ومع ذلك في

بعض الحالات ستتحوّل سن واحد

فقط إلى اللون الرمادي، ووفقا لموقع

«healthline» هناك عدة أسباب وراء

حالة شيب الأسنان وكذلك

الحلول المحتملة.

الأسباب المحتملة لشيب

الأسنان:

الأسنان الرمادية ومادة

النتراسيكلين

يمكن أن تسبب المادة

الفعالة النتراسيكلين

الموجودة في بعض المضادات الحيوية أن

تتحول الأسنان إلى اللون الرمادي عند الأطفال الذين لم تتطور

أسنانهم بشكل كامل، من المحتمل أن يحدث هذا عند الأطفال

دون سن الثامنة، وقد يحدث ذلك عند الأطفال أيضا إذا كانت

الأم تناولتها أثناء الحمل.

ترميم الأسنان

المواد المستخدمة لملء التجاويف أو استعادة الأسنان يمكن

أن تتسبب في حدوث تلون الأسنان في بعض الأحيان وتشمل

الأسنان تشيب أيضا



استمرت عملية
المزايدة نحو 13
دقيقة تصاعد
سعرها ليصل إلى
8.5 مليون جنيه
استرليني، وبإضافة
الرسوم بلغ السعر
النهائي 9879500
جنيه استرليني
(12.2 مليون دولار)
وذلك بحسب
«رويترز».



جلسة تاريخية للقردة في مجلس العموم البريطاني

أمتلكها»، ورافق ذلك نشره لتعليق من الناقد الفني روبرت هيووز عن قيمة الأعمال الفنية. ويقول هيووز في ذلك التعليق «سعر العمل الفني هو الآن جزء من وظيفته، عمله الجديد هو أن يقبع على الجدار ويعلو ثمنه. بدلا من أن يكون ملكية عامة للبشرية مثل الكتاب، يصبح الفن ملكية خاصة لشخص يمكنه تحمل كلفته». وعلى الرغم من أن لوحة البرلمان المتخلف التي يبلغ طولها أربعة أمتار رسمت في 2009، إلا أن كثيرا من المعلقين ربطوا بينها وبين المشهد السياسي اليوم خاصة المساجلات الساخنة في مجلس العموم بشأن خروج بريطانيا من الاتحاد الأوروبي. وبانكسي فنان بريطاني مولود في مدينة بريستول ويبقى هويته الحقيقية سرا ويعرف عنه رسوم الجرافيتي التي تعبر عن قضايا اجتماعية أو سياسية في مدن من شتى أنحاء العالم.

قالت دار سوذبي للمزادات إن لوحة ضخمة للرسام بانكسي تصور قردة تجلس مكان النواب في البرلمان البريطاني، بيعت بأكثر من 12 مليون دولار، وهو مبلغ قياسي في مزاد لعمل فنان بريطاني مجهول الهوية. وأضافت دار المزادات أن لوحة «البرلمان المتخلف»، «ديفولند برليامنت» التي يجلس فيها قردة الشمبانزي مكان السياسيين في مجلس العموم البريطاني دخلت المزاد وسعرها يقدر بما يراوح بين 1.5 ومليون جنيه استرليني. استمرت عملية المزايدة نحو 13 دقيقة تصاعد سعرها ليصل إلى 8.5 مليون جنيه استرليني، وبإضافة الرسوم بلغ السعر النهائي 9879500 جنيه استرليني (12.2 مليون دولار) وذلك بحسب «رويترز». وكتب بانكسي على حسابه على «إنستجرام»، قائلا «سعر قياسي للوحة لبانكسي في مزاد الليلة. من العار أني لم أعد

"سيلفي بوت" .. أول روبوت محترف في التصوير



فن الحياة

اختراع أسترالي يدعى إنريكو بينزو، روبوتا أطلق عليه لقب «سيلفي بوت»، وهو الروبوت المصور الأول في العالم، فمن الممكن أن يلتقط الصور والفيديوهات بالوضعيات المناسبة وتعديل الصور وطباعتها في الوقت ذاته، ويصل طوله إلى ستة أقدام. ويتضمن الروبوت حلقة إضاءة متصلة بلوحة حاسوب متصلة بكاميرا على عجلات، كما أنه يملك خاصية تسمح له بالتحدث والتفاعل مع الأشخاص الذين يريدون أن يلتقط لهم الصور والفيديوهات، إذ بإمكان المستخدم أن يضغط على الشاشة لتشغيل خاصية التقاط الصور، كما نقل موقع «سي إن إن». وقال بينزو، «إن الروبوت الذي عمل عليه يعد حلا لقلة الحركة في كشكات التصوير التقليدية، كما أنه سيجنب التفاعلات المحرجة بين المصور والضيوف في المناسبات العامة».

أما في ما يتعلق بطريقة الحصول على الصور، فمن الممكن أن ترسل الصور للأشخاص عن طريق رسالة نصية أو إلكترونية، أو أن تطبع في لحظة التقاطها، كما أن من الممكن تعزيز الروبوت، حسب الطلب من خلال تركيب الصور المتحركة أو شعار العلامة التجارية المخصصة. كما تتوافر إمكانية استئجار الروبوت في كل من أوروبا والولايات المتحدة وأستراليا وسنغافورة.



يملك خاصية
تسمح له بالتحدث
والتفاعل مع
الأشخاص الذين
يريدون أن
يلتقط لهم الصور
والفيديوهات،

عدم ثبات «المرتب» يؤثر على صحة الدماغ

إلى خمس سنوات على مدار 20 عاماً ، من 1990 إلى 2010 .

وجد الباحثون أنه بالمقارنة مع الأشخاص الذين ليس لديهم تغيرات في الدخل ، فإن الأشخاص الذين يعانون من انخفاض في الدخل أو أكثر يقل لديهم حجم الدماغ الكلي مع وجود عدد أقل من الروابط بين مناطق مختلفة من الدماغ.

وذكرت مؤلفة الدراسة «قد يكون هناك العديد من التفسيرات حول سبب تأثير الدخل غير المستقر على صحة الدماغ ، بما في ذلك أن الأشخاص ذوي الدخل المنخفض أو غير المستقر قد يقللون من فرص الحصول على رعاية صحية عالية الجودة والتي قد تؤدي إلى تدهور أسوأ للأمراض مثل السكري».

وأضافت أن هناك حاجة إلى إجراء دراسات إضافية تبحث في الدور الذي تلعبه العوامل الاجتماعية والمالية في شيخوخة الدماغ.



كشفت دراسة جديدة أجرتها الأكاديمية الأمريكية لطب الأعصاب أن الشباب الذين يعانون من عدم ثبات أو تغير الدخل السنوي بنسبة 25% أو أكثر قد يكونون أكثر عرضة لخطر وجود مشاكل في التفكير وتقليل صحة الدماغ في منتصف العمر. ووفقاً للدراسة التي نشرت بمجلة Neurology الطبية ونقلها موقع «ساينس» فقد ذكرت المؤلفة ليزلي جراسيت، أن تغير مستوى الدخل منذ حقبة الثمانينات من القرن الماضي حتى الآن له آثار سيئة على الصحة. وأوضحت أن الدراسة الاستكشافية تابعت المشاركين في الولايات المتحدة الأمريكية في فترة الركود أواخر عام 2000 عندما تعرض الكثير من الناس لعدم الاستقرار الاقتصادي، مضيفاً أن نتائج الدراسة وجدت أن التقلبات في الدخل ما بين الارتفاع والانخفاض زاد من خطر شيخوخة الدماغ وسوء صحة الدماغ في منتصف العمر.

وشملت الدراسة 3 آلاف و 287 شخصاً تتراوح أعمارهم بين 23 و 35 عاماً في بداية الدراسة، وأبلغ المشاركون عن دخل الأسرة السنوي كل ثلاث

نقاها

66

يأمل العلماء من خلال مسح وريقات البردي المكتوب عليها بحروف ظاهرة إيجاد لوغاريتم باستخدام تكنولوجيا التعلم الآلي لفك شفرة النص المكتوب على اللفائفين،

إلكترونيات جديدة تفك طلاسم عمرها ألفي عام



المختلفة». وأضاف: «نسلط ضوءاً غاية في الشدة عبر اللفافة، ثم نرصد من الناحية الأخرى عدداً من الصور ذات البعدين، ومن ذلك نعيد تجميع كتلة ثلاثية الأبعاد لهذا الجسم، ما يتيح فعلياً قراءة النص المكتوب بطريقة لا تلتف لللفائف».

من الصعب رؤية الحبر المنقوش به على اللفائف، حتى من خلال جهاز توليد الإلكترونيات السريعة، لأنه من أصل كربوني مثل أوراق البردي المكتوب عليها، غير أن العلماء يأملون أن تكون كثافة ورق البردي مختلفة.

ويأمل العلماء من خلال مسح وريقات البردي المكتوب عليها بحروف ظاهرة إيجاد لوغاريتم باستخدام تكنولوجيا التعلم الآلي لفك شفرة النص المكتوب على اللفائفين، كما سيتولى علماء في جامعة كنتاكي بالولايات المتحدة فحص البيانات التي سيتم جمعها باستخدام الكمبيوتر لمعرفة فحوى اللفائف.

نجح علماء بالمنشأة الوطنية البريطانية في التوصل إلى توليد الإلكترونيات سريعة من شأنها إنتاج أشعة ضوئية غاية في القوة، بهدف فك طلاسم لفائف قديمة وهشة يعود تاريخها إلى أكثر من 2000 سنة، حيث يأملون في أن تساعد هذه اللفاف في التعرف أكثر على العالم القديم.

وبحسب وكالة «وكالة فرانس برس» ظلت لفافتان كاملتان من مكتبة مدينة هركولانيوم، وهي المكتبة الوحيدة الباقية من العصور القديمة مدفونة ومتعممة نتيجة ثوران بركان فيزوف القاتل عام 79 ميلادية، وبقيت في حالة شديدة الهشاشة لا تسمح بفتحها، حتى قام العلماء بفحص اللفائف في المنشأة الواقعة في أوكسفوردشير، حيث يوجد مسرع للجزيئات تتطلق فيه الأشعة في مسار مغلق لإنتاج ضوء أقوى مرات عديدة من ضوء الشمس.

وقال لوران شابو، مدير العلوم الفيزيائية في المنشأة: «الفكرة في الأساس عبارة عن مسح بالأشعة المقطعية، حيث يمكن أخذ صورة ثلاثية الأبعاد لشخص ما وفحص شرائحها لرؤية الأعضاء

RFASOOL

Paediatric Cough Syrup



Each teaspoonful (5 ml) contains:
 Glyceril Guaiacolate 50 mg
 Chlorpheniramine Maleate 1mg
 Phenylephrine HCl 2.5 mg

رفا للصناعات الدوائية

RFA Pharmaceutical

رفاهية الصناعة الدوائية .. بجميع المواصفات العالمية

cut - price

Best quality

تم الترخيص من رفا فارما
 كأفضل مشروع استثماري
 من قبل هيئة الاستثمار .

يتم التصنيع في مدينة ميسان
 بمساحة 21000 متر مربع
 تأسس المنتج في 2007/6/1 م

يشارك في إنتاج المنتج ليا وعلما
 خبراء وكوادر اجنبية لشبكة الهاديات
 غير FDA الأمريكية البريطانية

صناديق المواد الخام للأدوية
 رفا فارما كالمعتاد
 شهادة COS



يعمل مصنع رفا فارما وفقاً لشروط منظمة الصحة العالمية WHO
 والحائز على شهادة CGMP .

www.rfa-pharma.com

الإدارة العامة / تلحقين ، 408989 - 05 ، فاكس ، 408990 - 05

المكتب العام - supervisors / جوال ، 777227742

مدير العمليات / جوال ، 777424378 - مرافق القروح / 773750034

المركز الرئيسي / موزان - تلحقين ، 405189 - 05 - فرع المكلا ، 402301482 - فرع صنعاء ، تلحقين ، 01288216

فرع عدن - تلحقين ، 02380224 - فرع تعز ، تلحقين ، 04258087 - فرع اب ، تلحقين ، 04427457 - فرع العديدة ، تلحقين ، 03200666

RFADAXIT®

Antidepressant
 and
 Antipsychotic



Flupentixol 0.5mg + Melitracen 10mg

For the anxiety rather than the IBS
 (Irritable Bowel Syndromes)



رفا للصناعات الدوائية
 ميسان - حضرموت - اليمن



RFA. Pharmaceutical Ind.
 Seiyun - Hadramout - Yemen

www.rfa-pharma.com

COMETHER

Artemether & Lumefantrine Tablets

1 + 1 = 2 Against Malaria



الإدارة العامة / ت / 05408989 - الفاكس 05408990

الفروع : سينون / ت / 05405189 / المكلا : 05305010 / صنعاء 01288216

عدن : 02380224 / تعز : 04258087 / الحديدة 03200666

www.rfa-pharma.com



أرقام الطوارئ



للتواصل بإدارة التسويق : 01595344 - 73344511 - 772833808

مستشفى يوني ماكس الدولي



رقم الطوارئ

770111666



مستشفى
الدكتور عز الدين الشيباني



رقم الطوارئ

1/201080 - 773633433



مستشفى آزال



رقم الطوارئ

01/200000



مستشفى الرباط الحديث



رقم الطوارئ

777753953



مستشفى المجد التخصصي



رقم الطوارئ

01/342394



المستشفى الاوروبي
الحديث



رقم الطوارئ

01/577777



مستشفى الخمسين



رقم الطوارئ

01/680551



مستشفى النخبة



رقم الطوارئ

01/636890



المستشفى الاستشاري اليمني



رقم الطوارئ

773546444



مستشفى الدكتور هاشم
العراقي النموذجي



رقم الطوارئ

01/631004-77775248



مستشفى الأهلي الحديث



رقم الطوارئ

01444936/7-01444484



مستشفى نشوان التخصصي



رقم الطوارئ

01/600804



مستشفى نبض الحياة



رقم الطوارئ

01/614045-771816651



مستشفى السعودي
الالاماني



رقم الطوارئ

01312222



مستشفى المدينة النموذجي



رقم الطوارئ

01/531885





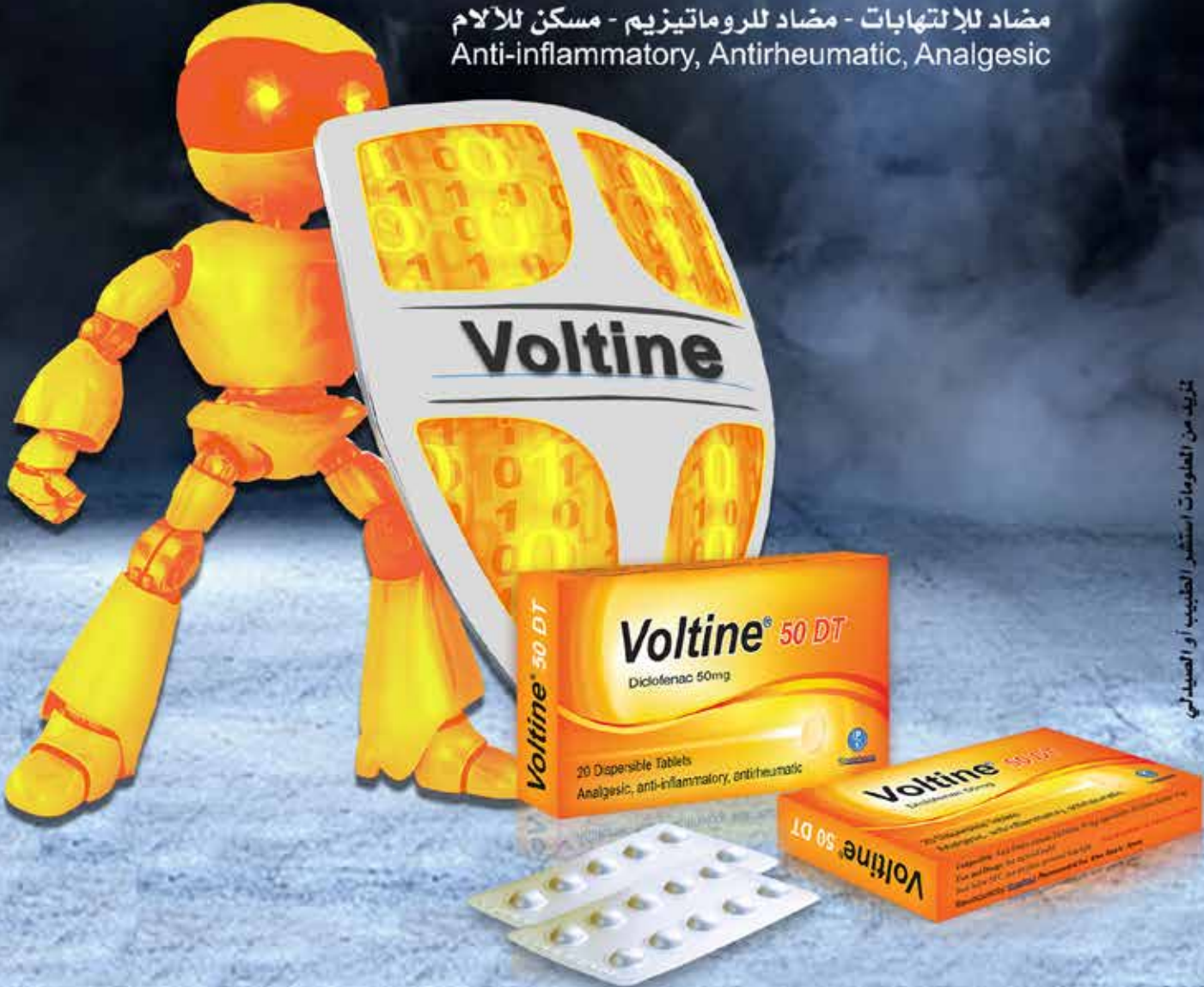
شفاكو
للصناعات الدوائية

فولتين[®] ٥٠ ملجم

ديكلوفيناك ٥٠ ملجم
أقراص تذوب في الفم

اقهر الألم..

مضاد للالتهابات - مضاد للروماتيزم - مسكن للألام
Anti-inflammatory, Antirheumatic, Analgesic



تزيد من المعلومات استشر الطبيب أو الصيدلي

الجمهورية اليمنية - صنعاء - عطان - شارع الستين - صندوق بريد : ٢٠٧٢

تلفون : ٢٠٠٦٢٠ - ١ - ٠٠٩٦٧ - فاكس : ٢٠٠٦٢٢ - ١ - ٠٠٩٦٧

www.shaphaco.com

حوّل

بخطوة

سدد



إشحن



اتصل مجاناً

في أي وقت ومكان

ريال موبايل .. معنا حياتك أسهل

خدمة التحصيلات
الإلكترونية والشحن الفوري

للإشتراك عبر رقم الخدمة 6000

لمزيد من المعلومات أرسل "ريال" إلى 123 مجاناً



Yemen
Mobile
يمن موبايل

معنا .. إتصالك أسهل

ريال موبايل
Rial Mobile



Vibel-21

Multivitamins & Minerals
soft gel capsules

كبسولات هلامية ناعمة



Manufactured by:



www.bauam.com
email: info@bauam.com



ج.بي - صنعاء شميلة - خلف عمارة الزندانى



تلفون: 01/607402 / فاكس: 01/607403

