



■ الدكتور الفيلي يكتب عن طريق
النجاح للصناعات الدوائية

■ أدوية مغشوشة بـ 5 مليارات دولار

ملف خاص

لا تهاون.. البكتيريا تقاوم

أخطاء يقع فيها اليمينيون عند
استخدامهم المضادات الحيوية



السكر يمكنك إدارته



د. زايد عاطف يكشف
سبب ارتفاع عدد اليمينيات
المصابات بالسكري

د. بثينة الشرفي تحدد
طرق تجنب المضاعفات
الخطيرة للسكري

Emifenac 50DT



إمفيناك ٥٠

ابتسم.. للألم



BRIX 3000



لديك وجع في الرأس أو آلام في المفاصل

حساسية من بعض الأدوية

متجالتنا بسر لظلمنا

Danalac



PHARMACOVIGILANCE_NAHD@YAHOO.COM
WWW.ALNAHDI-MEDICAL.COM



• لمعلومات أخرى استشر الطبيب أو الصيدلي •

فرع إب	فرع تعز	فرع الحديدة	فرع عدن	فرع صنعاء	إدارة المكلا	الإدارة العامة
04-423124	04-251803 04-240809	03-202092 03-500042	02-391189 02-387441	01-485106	05-309401	01-539900 01-539666
فرع مارب	فرع القلعة	فرع عمران	فرع صعدة	فرع سيلون	فرع ذمار	فرع المكلا
06-300155	04-435820	07-614694	07-522122	05-441307 05-446396	06-420952	05-308376 05-354796

EPRAZOLE

Gastro-Resistant - Omeprazole Capsules Bp 20mg

لمقاومة وعلاج قرحة المعدة والإثني عشر



معنا صحتك

أفضل..



Indications:

Adults

Treatment of duodenal ulcer, including prevention of relapse gastric ulcer and reflux oesophagitis.

_ Long-term management of reflux oesophagitis and Zollinger-Ellison Syndrome.

_ Symptomatic relief of heartburn in patients with gastro-oesophageal reflux disease (GORD) and the short-term relief of functional dyspepsia. Helicobacter pylori-positive duodenal ulcers as part of an eradication programme with appropriate antibiotics.

_ Treatment of non-steroidal anti-inflammatory drugs (NSAID)-associated gastric and/or duodenal ulcer/erosions. Reduction of the risk to develop gastric and/or duodenal ulcer/erosions and reduction of the risk of relapse for previously healed gastric and/or duodenal ulcer/erosions in patients on NSAID treatment.

CHILDREN

Short-term (up to 3 months) treatment of severe ulcerative reflux oesophagitis resistant to previous medical treatment.



LABORATE
PHARMACEUTICALS INDIA LTD



اليمن - صنعاء - شعبة - خلف عمارة الزناداني

Sana'a - Yemen - Shumaila Area St.

+967 1 60 74 02 - 62 66 75

+967 777 775 674 - 777 735 055

www.bauam.com info@bauam.com

الوكيل الوحيد في اليمن

شركة إخوان بعوم التجارية

BAUAM BROTHERS TRADING CO.

للأدوية والمستلزمات الطبية والتوكيلات العامة

For Pharmaceuticals & Medical Appliances



للتواصل:



المجلة الطبية - اليمن
Almajalah Alttebiah

Email: info@alttebiah.net 01253544



774888222



صنعاء: جولة سبأ أمام
بنك التسليف الزراعي

48
تغذية

- البرتقال يعزز صحة القلب
- 4 أطعمة تقاوم نزلات البرد

50
نبض

- كيف يؤثر الأرق على صحة القلب؟

52
بيئة و مناخ

- تغير المناخ.. أكبر تهديد للبشرية

54
فن الحياة

- مزرعة مبتكرة تحول المياه المالحة إلى مغذيات للزراعة

33
ملف العدد

- لا تهاون.. البكتيريا تقاوم
- أسبوع عالمي للتوعية بالمضادات الحيوية.. لماذا؟
- نقابة ملاك صيدليات المجتمع تدعو إلى احتجاز مجموعة كبيرة من المضادات
- البرد.. يدفع اليمنيين لاستخدام المضادات و صرفها بشكل عشوائي
- د. غلام ضبعان: هناك أخطاء جسيمة بحق المرضى
- توصف المضادات الحيوية للأطفال في هذه الحالات فقط
- وقفة مع المضادات الحيوية في اليمن
- اوجمين دي .. ابتكار الدوائية يضع حدا لسنوات من معاناة الأسرة اليمنية

44
جديد الطب

- خوذة تعالج الخرف
- علاج سرطان الثدي خلال أيام

7
فلك الطب

- ندوة علمية بمناسبة اليوم العالمي لمرض السكر
- تداول أدوية مفسوشة بأكثر من 5 مليارات دولار

11
ملف العدد

- السكر .. بالإمكان إدارته
- من هنا .. بدأت حملة السكر
- الدكتور عاطف: 11% من سكان اليمن مصابون بالسكر
- الدكتورة الشرفي: يجب أن يتبع مريض السكر نمط حياة متوازن
- أطفال اليمن و السكر .. معاناة وحرمان وأنسولين مدى الحياة
- الدكتور الدرويش : المدن تحتوي على كل عوامل الإصابة بمرض السكر
- المتعايشون مع السكر يواجهون ثلاث جبهات ..
- تأثير الأدوية على مرضى السكر
- الدكتور الخولاني يوضح صعوبة التعامل مع الطفل المصاب بالسكر
- الدكتور أبو حاتم : يجب الدمج بين التقييم والعلاج النفسي والرعاية الاعتيادية

الهيئة الاستشارية:
أ.د. علي الكاف
د. محمد القعيطي
د. محمد هضيف
د. محمد التزيلي
د. عبد الملك أبو دنيا

صاحب الامتياز - المدير العام

وائل شرحة

wailsharha@gmail.com

رئيس التحرير
معين النجري

مدير التحرير
عبد الملك الجرموزي

مدير الطبعة
محمد غبسي

هيئة التحرير
غيداء العديني
نجود العمري
اشجان عبد الجبار

المدير الفني
نشان البروي

المدير التجاري
فارس الجمعاني

المدير المالي
حميد شراح

مدير العلاقات العامة
د. خالد القايفي

التصوير الفوتوغرافي
هؤاد الحرارزي

التدقيق اللغوي
عبد الوهاب الجرموزي

مدير التوزيع
هاني علي صلاح



جرعة أولى

الاستمرار .. طريق النجاح

الأمر لا يتعلق بالأزمات فقط، ومن الطبيعي جداً في المجتمعات التي تسعى لتحقيق الأمن الدوائي أن تعمل بجد في كل المجالات وفق خطة متكاملة يشترك فيها القطاع الخاص والجهات الرسمية والمجتمع لتحقيق هذا الهدف. ونحن في اليمن، حيث الأزمات المتلاحقة وما تخلفه من وضع صحي متدهور. كنتيجة مباشرة للعدوان والحصار اللذين تتعرض له اليمن منذ سنوات- عملت وزارة الصحة ممثلة بالهيئة العليا للأدوية وما زالت تعمل مع قطاع الصناعة الدوائية الوطنية لتلبية احتياجات مجتمعنا وفق الإمكانيات، ونستطيع القول أننا مؤخرًا، قطعنا شوطاً كبيراً في هذا المجال.



د. محمد الغيلي

وهنا سأحاول التركيز على زاوية محددة تشير إلى أهمية أن تحت الصناعات الدوائية خطاها في إنتاج أصناف القائمة الوطنية الأساسية التي تتراوح ما بين 400 إلى 500 صنف دوائي، نعم هذه الأصناف ليست مربحة بشكل كبير ولكنها ضرورية للمرضى والبلد، وهنا يكمن أهم دور للصناعات الدوائية الوطنية للوصول إلى تحقيق الأمن الدوائي. الأصناف الدوائية للقائمة الوطنية الأساسية بما في ذلك أدوية الأمراض المزمنة، والتي تمثل هاجساً وقلقاً للجميع؛ المجتمع، السلطات والقطاع الطبي.

في بلادنا عملت وزارة الصحة وهيئة الأدوية وقطاع الصناعات الدوائية لعقود من أجل تخفيف معاناة المواطنين وبالذات أصحاب الأمراض المزمنة كالسكري والضغط وأمراض القلب وغيرها، وقد حققت نجاحات يمكن أن نصفها بأنها رائعة مقارنة بالظروف والعوامل التي لم تكن مشجعة بالشكل المطلوب.

وخلال السنوات الأخيرة، وبالنظر إلى ما عاشه اليمن، وما زال، من ظروف غير طبيعية بسبب الحرب والحصار ضاعفت اتساع دائرة المصابين بمثل هذه الأمراض المزمنة، وبالتالي زاد الطلب على الدواء في ظل تراجع مؤشر استيراد الأدوية-نتيجة للحصار. وجد قطاع الصناعات الدوائية نفسه أمام تحدٍ صعب، وأصبحت مهمة توفير هذه الأدوية أمراً مقدساً.

لقد عمل هذا القطاع على تحويل الوضع من عامل ميثبط إلى حافز قوي ساهم في العمل بجد من أجل تغطية العجز، وأصبح الإنتاج المحلي يغطي ما نسبته من 20 - 30 % تقريبا من احتياجات السوق رغم أن عدد المصانع لا يتجاوز العشرة وبإمكانيات متفاوتة.

ورغم هذا ما تزال المصانع تعمل على تطوير قدراتها باستمرار حرصاً على توفير الدواء للمواطنين، خاصة أدوية الأمراض المزمنة بجودة عالمية، وتقديمها بأسعار في متناول أغلبية الشعب. وهنا نؤكد دعمنا المستمر لهم للوصول إلى أعلى نسبة اكتفاء ذاتي من الدواء.

لقد وضعت هيئة الأدوية وقطاع الإنتاج الدوائي المسؤولية الاجتماعية في صدارة اهتمامه، فبقاء المجتمع قادراً على شراء الدواء هو جزء من عوامل بقاء وتطور هذا القطاع الإنتاجي المهم.

وفي الأخير نكرر القول بأن نجاح الصناعة الدوائية الوطنية هو نجاح للسلطات والمجتمع وصمام أمان، وأحد أهم أركان بناء مستقبل اليمن بشكل قوي، وقادر على مواجهة الصعاب مهما كانت.

رئيس الهيئة العليا للأدوية والمستلزمات الطبية



عملت وزارة
الصحة وهيئة
الأدوية وقطاع
الصناعات
الدوائية لعقود
من أجل تخفيف
معاناة المواطنين
وبالذات أصحاب
الأمراض المزمنة
السكري والضغط
 وأمراض القلب
 وغيرها، وقد
حققت نجاحات
يمكن أن نصفها
بأنها رائعة مقارنة
بالظروف والعوامل
التي لم تكن
مشجعة بالشكل
المطلوب.

Pharmacare

فارماكير



مُخر الصناعة الوطنية

خافض للحموضة مثبط لمضخة حمض المعدة



٢٤ ساعة راحة من
حرقة المعدة والارتجاع الحمضي



من انتاج الشركة الدولية لصناعة الأدوية _فارماكير_ إدارة التسويق: 01239317



يمكن علاج
الالتهاب الرئوي
الذي تسببه
الجراثيم
بالمضادات
الحيوية، غير أنه
لا يتلقى المضادات
الحيوية اللازمة
إلا ثلث الأطفال
المصابين بالمرض
ممن هم في حاجة
إليها.



الالتهابات الرئوية.. فيروس معد أغلب ضحاياه من الأطفال

خاص: الطبية

يستأثر الالتهاب الرئوي بنسبة 15% من مجموع وفيات الأطفال دون سن الخامسة، وتشير التقديرات إلى أنه أودى بحياة نحو 920136 طفلاً في عام 2015، بحسب منظمة الصحة العالمية.

وقالت المنظمة الأممية، إن الالتهاب الرئوي يمكن أن يحدث بسبب فيروسات أو جراثيم أو فطريات، ويمكن توقي الالتهاب الرئوي بالتمنيع والتغذية المناسبة والتصدي للعوامل البيئية.

وأوضحت -في تقرير بمناسبة اليوم العالمي للالتهاب الرئوي الذي يصادف يوم الـ12 من نوفمبر كل عام- أنه يمكن علاج الالتهاب الرئوي الذي تسببه الجراثيم بالمضادات الحيوية، غير أنه لا يتلقى المضادات الحيوية اللازمة إلا ثلث الأطفال المصابين بالمرض ممن هم في حاجة إليها.

والالتهاب الرئوي، شكل من أشكال العدوى التنفسية الحادة التي تصيب الرئتين، تصفه الأمم المتحدة بأكبر قاتل معد على هذا الكوكب، مشيرة إلى أنه أودى في عام 2019 وحده بأكثر من 2.5 مليون شخص، منهم 672 ألف طفل، لافتة إلى أن 90% في المائة من الوفيات المرتبطة بتلوث الهواء تتركز في 40 دولة منخفضة أو متوسطة الدخل.

وفي اليمن، تعتبر الالتهابات التنفسية أكثر أمراض الطفولة الشائعة، حيث يصاب الأطفال بالسعال والكحة والالتهاب الرئوي، وفق أخصائي طوارئ الأطفال الدكتور نصر الفقيه.

وأوضح الدكتور الفقيه -في تصريحات سابقة لـ«المجلة الطبية»- أن الرئتين خلال أول عامين من عمر الطفل تعتبران مضخة الطاقة واستمرارية الحياة، لذا فالحفاظ على سلامتهما من نزلات البرد والرضاعة بشكل صحيح مهم لصحة الطفل وحياته. وشدد على ضرورة ملاحظة نمو الطفل ومتابعة حالته الصحية ومراقبته أثناء إصابته بالأمراض مثل الالتهابات التنفسية والاضطرابات المعوية والحمى لتجنب مضاعفاتها.

وذكرت الصحة العالمية، بأن الالتهاب الرئوي يأتي في مقدمة أسباب وفاة الأطفال في جميع أنحاء العالم، وقد أودى بحياة 920136 طفلاً دون سن الخامسة في عام 2015، مما يمثل 15% من الوفيات التي تسجل في صفوف تلك الفئة في كل ربوع العالم. ومن الممكن أن ينتشر الالتهاب الرئوي بطرق عدة. فيمكن للفيروسات والجراثيم الموجودة عادة في أنف الطفل أو حلقه أن تصيب رئتيه إذا ما استنشقتها. وعن طريق الرذاذ المتطاير

الناجم عن السعال أو العطاس. وعبر الدم، ولاسيما أثناء الولادة أو بعدها بقليل.

ولا يوجد اختلاف بين أعراض الالتهاب الرئوي الفيروسي والالتهاب الرئوي الجرثومي. غير أن أعراض الشكل الفيروسي قد تكون أكثر من أعراض الشكل الجرثومي.

وفي الأطفال دون سن الخامسة من العمر، الذين لديهم سعال و/أو صعوبة في التنفس، مع أو بدون حمى، يتم تشخيص الالتهاب الرئوي من خلال سرعة التنفس أو انسحاب أسفل جدار الصدر إلى الداخل، حيث يتحرك صدرهم للداخل أو ينكمش خلال الاستنشاق (على عكس الشخص السليم الذي يتسع صدره أثناء الاستنشاق). والأزيز أكثر شيوعاً في حالات العدوى الفيروسية.

وقد لا يستطيع الرضع المصابون بمرض وخيم الرضاعة أو الشرب، وقد يصابون كذلك بفقدان الوعي وانخفاض الحرارة

والاختلاجات، في حين يستطيع معظم الأطفال الأضعاء التصدي للعدوى بفضل دفاعاتهم الطبيعية، فإن الأطفال الذين يعانون

من ضعف جهازهم المناعي يواجهون، أكثر من غيرهم،

مخاطر الإصابة بالالتهاب الرئوي، ويمكن أن يضعف

جهاز الطفل المناعي بسبب سوء التغذية

أو نقصها، لاسيما لدي الرضع الذين

لا يغذون بلبن الأم فقط.

كما تزيد العوامل البيئية التالية من

احتمال تعرض الطفل للالتهاب الرئوي، كـ

تلوث الهواء داخل المباني، والعيش في بيوت مكتظة،

والدخان المنبعث من سجائر الآباء.»





ندوة علمية بمناسبة اليوم العالمي للسكر

الطبية محمد العيزي |

نظمت الجمعية اليمنية لعلاج السكري ندوة علمية حول مرض السكري وكيفية التعامل معه تحت عنوان (توفير الرعاية الكاملة لمرضى السكر.. إذا لم تكن اليوم فمتى؟) وذلك بمناسبة اليوم العالمي لمرض السكري الذي يصادف يوم 14 نوفمبر من كل عام. وخلال الندوة -التي أقيمت منتصف نوفمبر برعاية وزير الصحة العامة والسكان الدكتور طه المتوكل- قدم عدد من الاستشاريين بحثاً علمياً حول مشاكل مرضى السكري في اليمن وكيفية معالجتها والأدوية المناسبة لكل حالة مرضية وفقاً لتاريخها وأعراضها .

وأثرت البحوث العلمية التي قدمها استشاريون متخصصون -أبرزهم الدكتور زايد عاطف والدكتور محمد بامشموس والدكتورة بثينة الشريفي والدكتور عبد الكريم الخولاني والدكتور مطهر الدرويش والدكتور عادل الحضرمي- بالنقاشات والتساؤلات والملاحظات من قبل المشاركين من الاستشاريين وطلاب البورد والجامعة.

واستعرض الأطباء المحاضرون أبحاثهم العلمية وفق المنهجية العلمية التي تمحورت حول إبطاء معاناة مرضى السكري والسلوكيات والعلاجات لكل الحالات المرضية وفق تاريخها المرضي.

ولفت استشاري السكري والغدد الصماء ورئيس الجمعية اليمنية

أثرت البحوث العلمية التي قدمها استشاريون متخصصون -أبرزهم الدكتور زايد عاطف والدكتور محمد بامشموس والدكتورة بثينة الشريفي والدكتور عبد الكريم الخولاني والدكتور مطهر الدرويش والدكتور عادل الحضرمي- بالنقاشات والتساؤلات والملاحظات من قبل المشاركين من الاستشاريين وطلاب البورد والجامعة.

لعلاج السكري الدكتور زايد عاطف، إلى أهمية إقامة هذه الندوة العلمية بشكل منتظم سنوياً لطرح الرؤى والأبحاث العلمية وتبادل الأفكار والمشاكل التي يعاني منها مرضى السكري في اليمن. وأوضح -في كلمة أثناء افتتاح الندوة التي اعتادت الجمعية على إقامتها سنوياً منذ ما يزيد عن 14 عاماً تقريباً- أن المريض اليمني يختلف عن كافة المرضى المصابين بداء السكري في العالم، مشيراً إلى أن المريض اليمني لا يصل إلى الطبيب المعالج إلا بعد سنوات من إصابته بداء السكري ويكون المرض قد عبث ودمر بعض الأجهزة الجسدية كالجهاز العصبي والكليوي والقلب وغيرها.

وطالب رئيس الجمعية اليمنية لعلاج السكري بضرورة تعزيز وعي المجتمع بأهمية الفحص الدوري وإسراع مرضى السكري عرض أنفسهم على الطبيب فور اكتشاف المرض حتى يستطيع المريض والطبيب ضبط السكر وانتظامه وتحديد طرق مواجهته وتحديد التعليمات وخطة العلاج المناسبة.

وأكد في الندوة -التي حضرها نخبة من الأكاديميين والاستشاريين وأطباء السكري والغدد الصماء وعدد من طلاب البورد العربي وطلاب كلية الطب بجامعة صنعاء- أن المريض يستطيع التحكم بالسكري عن طريق الحمية والرياضة والعلاج، لأن السكري من الأمراض التي يمكن للمريض التعايش معه إذا ما التزم بالضوابط والتعليمات، حد قوله.

تداول أدوية مغشوشة بأكثر من 5 مليارات دولار

خاص: الطبية |

قدرت منظمة الصحة العالمية قيمة تداول الأدوية المغشوشة في الدول محدودة الدخل بحوالي 5.30 مليار دولار.

وقال مدير التنظيم والتأهيل في منظمة الصحة العالمية، روجيريو جاسبر-نهاية نوفمبر- إن "المنظمة لديها قاعدة بيانات عالية للأدوية المتدنية والمغشوشة حسب التقارير التي تصلها من الجهات التنظيمية في الدول الأعضاء، تهدف إلى تقديم الدعم التقني والعملية لحماية المجتمع، وتحليل هذه البيانات".

وأوضح أن برنامج المنظمة لتتبع المنتجات الطبية يهدف إلى منع وصول الأدوية المغشوشة إلى سلاسل التوريد المنظمة، لتحسين مأمونية الأدوية وحماية المرضى. وكانت الصحة العالمية أطلقت في عام 2013 برنامج الرقابة والتدقيق الدوائي، لتحسين كمية ونوعية وجودة البيانات المتعلقة بالأدوية المغشوشة ومدنية النوعية، وتحليل هذه البيانات بهدف الوقاية والرصد واتخاذ الإجراءات اللازمة لحماية الصحة العامة.



Spasm-Dro[®]

Drotaverine hydrochloride 80mg.

FORTE



Shiba Pharma

Diabevance[®]

Metformin/Glibenclamide

Achieve The Balance



Shaphaco
Pharmaceutical Ind.



لا تخف .. ليست نقطة النهاية ، فالقرار ما يزال بيدك لتستمر حياتك بشكل طبيعي، حتى وان أخبرك الطبيب وملاحظه مكسوة بالأسى، بأنك مصاب بمرض السكري.
الأمير بحاجة إلى تعديل بسيط في خطة حياتك وفق إرشادات الطبيب، فالسكري لم يعد ذلك المرض الذي يثير الفزع أو يستدعي إخاؤه عن الناس، مئات الملايين في العالم يتعايشون معه ويمارسون حياتهم اليومي بشكل طبيعي.
نعم .. ندرك أن الأمر في اليمن ما يزال مختلفاً، وربما نسبة ضحايا السكري هنا أعلى منها في الكثير من دول العالم .. وهذا ليس لاختلاف الإصابة ولكن لتدني نسبة الوعي والمعرفة في كيفية تعديل سير حياة المصاب بما يتناسب مع وضعه الصحي الجديد.
ومن هذا المنطلق، وامتداداً لفعاليات اليوم العالمي للسكر الذي يصادف الـ 14 من نوفمبر كل عام، نفذت المجلة الطبية حملة شاملة لتعزيز التوعية بطريقة التعامل مع السكري، تحت عنوان "السكر يمكن إدارته" مستضيفاً كبار الاستشاريين اليمنيين في الغدد الصماء ومرض السكر، قدموا باقة من النصائح والإرشادات هي عصارة عقود من التعامل مع المرضى، لذا فإن الالتزام بها سيجعلك تتعايش مع السكري وتمارس حياتك بشكل طبيعي.
تنوعت مضامين الحملة لتشمل 10 فنون صحفية نفذت بطريقة حديثة وجذابة " ليكون هذا الملف في النسخة الورقية من المجلة جزء من الحملة " والذي تطرق إلى جميع التفاصيل المتعلقة بالمرض بما فيها طرق الوقاية من السكري .. لقد جمعنا لكم بالفعل ما نجزم بأنه سيساعد على أن يكون كل شيء على ما يرام.

أعد الملف /
محمد غبسي - محمد العيزي

إشراف علمي / الدكتور عبد الملك أبو دنيا
عميد كلية الصيدلة السريرية في جامعة 21 سبتمبر
عضو الهيئة الاستشارية للمجلة الطبية

من هنا .. بدأت حملة السكر



ملف



د. أيمن القباطي

اختصرنا الخطوة الأولى لمراقبة السكري

د. عبد الكريم العبيدي

نقترح توسيع الحملة لتشمل أكبر قدر من المستهدفين

م. نبيل المبتحي

المسؤولية الاجتماعية في مقدمة مهام الصناعة الدوائية

د. أحمد بعوم

يجب تصحيح المفاهيم الخاطئة حول السكري

أ. محمد الفران

نؤكد أهمية الرسائل التوعوية للمتعايشين مع السكري

“

القناعة إلى الجميع عبر حملة المجلة التوعوية رغباً بالمشاركة. نائب مدير عام شركة إخوان بعوم الدكتور أحمد بعوم، وأحد أكبر شركائنا في التوعية، أبدى حماسه للمشاركة، مقترحاً ضرورة تنفيذ الحملة على نطاق واسع وإشراك العديد من الاستشاريين والمختصين في التوعية من المؤسسات والمراكز ذات العلاقة، مؤكداً أن التوعية وتصحيح المفاهيم الخاطئة حول الأمراض وعلى رأسها السكر، من أهم أهداف مؤسسته.

ما يزال القطاع الدوائي في اليمن بخير، فبينما الفريق منهمك في تفاصيل التنفيذ يأتي رد مدير عام مصنع بيو فارم لصناعة الأدوية المهندس نبيل المبتحي محفزاً ومتفقا مع من سبقه حول أهمية رفع وعي المجتمع، ومؤكداً أن مشاركة بيو فارما في الحملة تأتي بالدرجة الأولى ضمن مسؤوليتها الاجتماعية في التوعية، إضافة إلى حرصها على إبراز دور الصناعة الدوائية الوطنية في تغطية احتياجات السوق الدوائية بالأصناف المتخصصة وأبرزها أصناف السكر التي وضعتها بيو فارما على رأس قائمة نشاط المصانع.

هل توقف الأمر هنا؟ ليس بالضبط ..

مساء الـ 26 من نوفمبر، إدارة المجلة تستعد لإطلاق خبر الحملة، فيما رائدا الإخراج الفني للمجلة يؤكدان انتهاءهما من الشكل النهائي لتصاميم الحملة، يرن التلغون لتجد صوت الدكتور عبد الكريم العبيدي المدير التنفيذي للمدارم فارما حاملاً الكثير من الاهتمام المزوج بالعبث «كيف تطلق الحملة دوننا ودون شركة أوزون الروسية الرائدة في أصناف السكر والأنشطة المجتمعية»، ما يؤكد أن قطاع الأدوية ما يزال بخير. حديث الدكتور العبيدي كان أكثر تركيزاً على أهمية كسر الخوف والقلق من السكر في أوساط المجتمع، مبدئياً حماسة للمشاركة ومطالباً بتوسيع نطاق تنفيذ الحملة، ومقترحاً أن تتضمن قصص نجاح أشخاص تمكنوا من التعايش مع السكري.

عقرب الساعة يقترب من الثانية عشر ليلاً، رن هاتف المجلة، لقد اعتدنا على تلقي مكالمات في مثل هذا التوقيت، فالمجتهدون يعملون لساعات متأخرة.. هذه المرة كان صوت الدكتور أيمن القباطي - المدير التنفيذي لشركة أيمن فارما للاستيراد.

لقد كان الفريق بحاجة إلى جرعة لرفع المعنويات، وهذا ما جاء به الدكتور القباطي عندما أثنى على الحملة ابتداءً بالشعار مروراً بالأهداف والاستشاريين المشاركين وصولاً إلى الشكل الفني وحجم التفاعل مع الحملة.

وأبدى رغبته بأن تكون لشركة أيمن بصمة في الحملة، ما زالت هناك مساحة من الوقت كافية، رحب المدير التنفيذي بمبادرة الدكتور وتنتهي المكالمات باتفاق على إهداء عدد من المصابين أجهزة فحص السكر.

إن امتلاك المتعايش مع السكري لجهاز الفحص أمر مهم، وخطوة تمكنه من اختصار الوقت والجهد ومراقبة نسبة السكر في الدم بشكل منظم ما يجنبه التعرض للمضاعفات بشكل مفاجئ، بحسب تأكيد الدكتور القباطي.

هذا التفاعل الإيجابي الكبير بدد الخوف لدى فريق المجلة الطبية وسيفعل ذلك مع المجتمع حتماً.

طلب الماء أكثر من مرة ولم يطفئ عطشه، وهذا لا يحدث دائماً، خاصة في ليالي صنعاء الشتوية، كما أن عضو هيئة تحرير المجلة الطبية لا يعاني من أي مرض، ما أثار استغراب زملائه ليطالب منه مدير التحرير ضرورة إجراء فحص السكر.

ولمجرد ذكر السكر، خيم القلق على جميع الزملاء في المجلة !!، ظل الصمت سيد الموقف حتى عاد بنتيجة الفحوصات بعد ساعة تقريباً، «كل شيء على ما يرام».

هل لعبت الصدفة دوراً ما، أم أن هناك رسالة أراد القدر إيصالها في الوقت المناسب! ..

لم يتبق سوى يومين على موعد الاجتماع الشهري لهيئة التحرير، حيث يتم مناقشة وإقرار خطة العمل، كانت قصة زميلنا ما تزال حاضرة في الأذهان، إنه شهر نوفمبر، تبادل الجميع النظرات، ليأتي صوت رئيس التحرير «السكر» الـ 14 من نوفمبر هو اليوم العالمي للسكر.

أقر الاجتماع تنفيذ حملة توعية حول مرض السكر، تستهدف بالدرجة الأولى حالة الخوف والقلق من هذا المرض، خاصة بعد أن كان أستاذ الباطنة بكلية الطب بجامعة صنعاء الدكتور زايد عاطف - استشاري - قد أكد أن 11% من اليمنيين مصابون بالسكري، وفقاً لمسح أجرته الجمعية اليمنية للسكري، يترأسها الدكتور عاطف، استشاري غدد صماء وسكر والأمراض الباطنية.

تم توزيع المهام وبدء العمل، غير أن التنسيق وانشغال الاستشاريين لم يخدم الخطة الزمنية حتى تمكن الفريق من تصوير المقابلات مع عدد منهم في الـ 17 من هذا الشهر على هامش الندوة التي أقامها المركز الوطني للسكر بهيئة مستشفى الثورة بصنعاء.

كان جميع أعضاء الفريق وعلى رأسهم الزميلان محمد غبسي ومحمد العزيمي يعملان من أجل استكمال إنجاز مواد الحملة المتضمنة مختلف الفنون الصحفية الحديثة، تحت إشراف علمي من قبل عميد كلية الصيدلة السرييرية في جامعة 21 سبتمبر أستاذ مساعد الدكتور عبد الملك أبو دنيا. عضو الهيئة الاستشارية للمجلة الطبية - بينما يتتبع رئيس التحرير تفاصيل الإنجاز خطوة بخطوة، فصفحات المجلة الورقية وحساباتها على مختلف وسائل التواصل على موعد مع مواد تم تحديدها بدقة.

في الجانب الآخر كان المدير التنفيذي للمجلة وائل شرحه يتحدث إلى الشركاء عن أهداف وأهمية الحملة التوعوية والتي ستستمر من 27 نوفمبر إلى 10 ديسمبر 2021م، مدركاً أن الشعور بالأم الناس يحتاج إلى قدر عال من الإنسانية.

وهوما كان تفاعل بعض الشركاء عند مستوى المسؤولية

.. لقد بدا ذلك جلياً من خلال طرح الأفكار والمناقشة في التفاصيل، وهذا ما حدث مع المدير التنفيذي لشركة النهدي الطبية الأستاذ محمد الفران الذي بادر بالتواصل مقترحاً ضرورة أن تحتوي الحملة رسائل مطمئة للمرضى، إنه مؤمن بأن الإصابة بالسكر لا تعني توقف الحياة، ويريد أن تصل هذه

حملة توعوية حول مرض السكر، تستهدف بالدرجة الأولى حالة الخوف والقلق من هذا المرض، خاصة بعد أن كان أستاذ الباطنة بكلية الطب بجامعة صنعاء الدكتور زايد عاطف قد أكد أن 10% من اليمنيين مصابون بالسكري، وفقاً لمسح أجرته الجمعية اليمنية للسكري.



5.5

SEJOY

أجهزة الشركة العالمية سيدوي بكل أشكالها في اليمن



 **IMAN**
PHARMA

الوكيل الوحيد في الجمهورية اليمنية
أيمن فارما للإستيراد

01 601600 ●

ما هو مرض السكر

تعرف منظمة الصحة العالمية داء السكري بأنه مرض مزمن يحدث عندما يعجز البنكرياس عن إنتاج الأنسولين بكمية كافية، أو عندما يعجز الجسم عن الاستخدام الفعال للأنسولين الذي ينتجه. والأنسولين هو هرمون يضبط مستوى السكر في الدم. ويعد فرط الجلوكوز في الدم، الذي يعرف أيضاً بارتفاع مستوى السكر في الدم، من النتائج الشائعة الدالة على خلل في ضبط مستوى السكر في الدم، ويؤدي مع الوقت إلى الأضرار الخطيرة بالعدد من أجهزة الجسم، لا سيما الأعصاب والأوعية الدموية.



ملف

السكري من النمط 1

يتسم داء السكري من النمط 1 (الذي كان يُعرف سابقاً باسم السكري المعتمد على الأنسولين أو السكري الذي يظهر في مرحلة المراهقة أو الطفولة) بنقص في إنتاج الأنسولين، ويقتضي أخذ الأنسولين يومياً. وتُجهل العوامل المسببة للسكري من النمط 1 ووسائل الوقاية منه. وتشمل أعراض هذا الداء فرط التبول والعطش والجوع المستمر وفقدان الوزن وتشوش الرؤية والتعب. وقد تظهر هذه الأعراض فجأة.



السكري من النمط 2

ينجم السكري من النمط 2 عن عدم استخدام الجسم للأنسولين بفعالية. ومعظم مرضى السكري يعانون من هذا النمط الذي ينتج غالباً بسبب فرط وزن الجسم والخمول. وقد تكون أعراضه مماثلة لأعراض النمط 1، ولكنها قد تكون أقل ظهوراً في كثير من الأحيان. ولذا فقد يُشخص الداء بعد مرور عدة أعوام على بدء الأعراض، أي بعد ظهور مضاعفات المرض.



سكري الحمل

سكري الحمل هو فرط الجلوكوز في الدم بحيث تزيد قيم جلوكوز الدم عن المستوى الطبيعي ولكنها لا تصل إلى المستوى اللازم لتشخيص داء السكري. ويحدث هذا النمط أثناء الحمل. ويزداد احتمال ظهور مضاعفاته أثناء الحمل وعند الولادة لدى النساء المصابات بسكري الحمل. ويزداد احتمال الإصابة بالسكري من النوع 2 في المستقبل لدى هؤلاء النساء وربما حتى لدى أطفالهن. ويشخص سكري الحمل بواسطة عمليات الفحص قبل الولادة، وليس عن طريق الأعراض المبلغ عنها.



آثار السكري على الصحة



يُعد اعتلال الشبكية السكري من الأسباب الرئيسية للعمى، ويحدث نتيجة لتراكم الضرر الذي يلحق بالأوعية الدموية الصغيرة في الشبكية على المدى الطويل. وتُعزى نسبة 2.6% من حالات العمى في العالم إلى داء السكري.

4



يمكن أن يتسبب داء السكري مع مرور الوقت في إلحاق الضرر بالقلب والأوعية الدموية والعينين والكلى والأعصاب.

1



يزداد احتمال تعرض البالغين المصابين بالسكري للنوبات القلبية والسكتات الدماغية بضعفين أو ثلاثة أضعاف.

2



كما يُعد السكري من الأسباب الرئيسية المؤدية للفشل الكلوي.

5



يؤدي ضعف تدفق الدم واعتلال الجهاز العصبي (تلف الأعصاب) على مستوى القدمين إلى زيادة احتمالات الإصابة بقروح القدم والتعفن مما قد يستدعي بتر الأطراف في نهاية المطاف.

3

العلاج الأفضل لارتفاع السكر في الدم



شركة البيوفارم

رقم (777777) - فاكس (777777)

Website: biopharm-eg.com

بيوفارم
للمنتجات الدوائية الحيوية



بيوفارم



Vancomycin Hydrochloride For Injection USP

VANCOTECH - 500

Chromatographically Purified

500 g

1 Vial



ملف

“

أوضاع معيشية ونفسية صعبة يعيشها الأطفال المصابون بمرض السكري وعائلاتهم في تخزين علاج الأنسولين وانقطاع الكهرباء وعدم توفر أماكن لحفظ العلاج مع استمرار الحرب وارتفاع سعر العلاج .

أطفال اليمن و السكر .. معاناة وحرمان وأنسولين مدى الحياة

تداوم الطفلة ليان محمد على الحضور بشكل منتظم إلى عيادة طبييها الخاص لإجراء الفحوصات والاستماع لإرشاداته وتحديد جرع الأنسولين لمواجهة وانتظام مستوى السكري لديها.

من السكري وإجراء الفحوصات لمعرفة مستوى السكري ومدى الانضباط الغذائي، وتساءلت بألم « لا أعلم كيف أصبت بهذا المرض ولكن والدتي تقول أنني أصبت به خلال قصف فح عطان وكنت حينها بعمر ثلاث سنوات ونصف . » يتناول الأطفال كل ما يرغبون من الحلويات وأنا محرومة من هذه المتعة كبقية أقراني من الأطفال، السكر حرمني من الحياة هكذا اختتمت ليان وصفها لحالها وحياتها .

الطفلة ليان واحدة من آلاف الأطفال اليمنيون الذين يعانون من إصابتهم بمرض السكري الذي باغت حياتهم من الوهلة الأولى، وضاعف من معاناتهم لتصبح حياتهم أكثر مأساوية كما وصفتها منظمات دولية عندما قالت « أنه من أسوأ الأشياء أن تكون طفلا في اليمن بسبب تردى الأوضاع المعيشية التي سببتها الحرب» .

أوضاع معيشية ونفسية صعبة يعيشها الأطفال المصابون بمرض السكري وعائلاتهم في اليمن بسبب تخزين علاج الأنسولين وانقطاع الكهرباء وعدم توفر أماكن لحفظ العلاج مع استمرار الحرب وارتفاع سعر العلاج .

ويقتضي التعايش مع السكر الامتناع عن تناول عدد من المأكولات والمشروبات، لكن الأطفال في الغالب لا يعون أضرارها ما يتسبب بمعاناة أهاليهم في التعامل معهم ، فالثلاثينية هدى محمد سيف ، أم أصيل، لم تتوقف عن البكاء عندما سألتها عن كيفية متابعة حالة طفلها الذي

حرمان مبكر

«ممنوع .. أنت مريضة » هذه الكلمات التي ترددها أمها وكل الأسرة، على مسامح ليان باستمرار، حتى أصبحت أكره كلمة «ممنوع»، وكلما سمعتها تصاب بالحسرة خاصة عندما ترى الأطفال يحصلون على الحلويات أو ما يتعارف عليه شعبية بـ «الجعالة» .

يجعلون «لفظا شعبيا لعملية شراء الحلويات التي تسمى أيضاً «جعالة».. بهذه الكلمات بدأت الطفلة ليان حديثها لـ المجلة الطبية وهي تنتظر دورها في زيارة الطبيب المعالج لها .

كانت الطفلة تقف بوجهه شاحب بانتظار دورها للدخول إلى عيادة الطبيب عندما قالت -لـ المجلة الطبية بتذمر يحمل الكثير من البراءة- « منذ أن عرفت نفسي ووعيت على هذه الحياة وأنا أتردد على عيادة الطبيب والمختبرات لغرض العلاج

اكتشاف الأنسولين

تؤكد جميع المراجع الطبية أن «الأنسولين، تم اكتشافه في جامعة تورنتو (كندا) في العام 1921 حيث قام عدد من الأطباء بقيادة العالم فرديريك غرانت بانتغ عند حقن كلب، مصاب بالسكري بعد إزالة بنكرياسه من خلال عملية جراحية، بدواء جديد مستخلص من بنكرياس سليم فتحسنت حالته وكان هذا بداية مشروع إنتاج الأنسولين الذي أنقذ حياة الكثيرين من المصابين بالسكري. وكانت أول مريضة عولجت فتاة في الرابعة عشرة من عمرها في عام 1922 وفي ما بعد بدأ إنتاج الأنسولين تجاريا، حيث بدأ التركيز على إنتاج الأنسولين النقي منذ عام 1923 وحتى الآن.





ملف



يختلف مرض السكري لدى الأطفال تماما عن السكري الذي يصيب الكبار كما أوضح استشاري الباطنية والغدد الصماء الدكتور عبد الكريم الخولاني، حيث أكد أن النوع الثاني يصيب الكبار والنوع الأول يصيب الأطفال.

أسباب الإصابة بالسكري

يعود السبب الرئيسي لانتشار داء السكري على مستوى العالم إلى زيادة معدل السمنة وقلة النشاط البدني. وقد ارتفع معدل زيادة الوزن والسمنة بين الأطفال والمراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين 5-19 عاما ارتفاعا كبيرا من 4% في عام 1975 إلى أكثر من 18% في المائة في عام 2016، بينما زادت حالات الوفاة بسبب داء السكري بنسبة 70% في المائة بين عامي 2000 و2019.



بشكل كبير.

وبالرغم من عدم وجود إحصائيات حديثة بعدد مرضى السكر في اليمن، إلا أن الدكتور عاطف أشار إلى وجود ما يقارب مليون ومائتي ألف مواطن يماني مصاب بداء السكري، وأن نسبة 11,5% يمثلون عدد المصابين بالسكري في اليمن بين البالغين من إجمالي عدد السكان بحسب مسح استهدف 15 ألف شخص أجرته الجمعية اليمنية لمرضى السكر، لافتاً إلى أن الأطفال يشكلون نسبة 7% من عدد المصابين بداء السكري.

ويقول الدكتور عاطف الذي يرأس الجمعية اليمنية لمرضى السكر أن المركز الوطني لعلاج السكري بمستشفى الثورة بصنعاء يعالج نحو 2000 طفل مصاب بداء السكري أغلبهم من النوع الأول، مشيراً إلى أنه ومقارنة بعدد الأطفال المسجلين في مركز واحد فإن هناك آلاف الأطفال المصابين بداء السكري باليمن.

يؤكد الدكتور عاطف أن من 5-6% من النوع الأول يصيب الأطفال بالدرجة الرئيسية وهو مرض لا علاج له سوى الأنسولين.

وقد يصاب الأطفال بأي من نوعي السكري الأول أو الثاني، غير أن النوع الأول هو الأكثر شيوعاً بين الأطفال وفق ما أكد الدكتور عاطف للمجلة الطبية، موضحاً «هناك نوعين من مرض السكري، النوع الأول يتم تشخيصه في مرحلة الطفولة المبكرة، والنوع الثاني الذي يتطور ويتم اكتشافه في وقت لاحق من الحياة».

العبء الاقتصادي الذي يعاني منه اليمنيين بشكل عام يظهر بشكل خاص لدى الأطفال المصابين بالسكري ولشحة توفر الأنسولين تقوم بعض الأسر بإعطاء طفلها المصاب نصف الجرعة المقررة له وذلك لتوفير جزء من الجرعة حتى نهاية الشهر، وفقاً للدكتور عاطف.

من جهتها تؤكد أخصائية الباطنية والسكري الدكتورة أحلام المرطضى أن المرضى الذين يعانون من النوع الأول بحاجة لجرعات الأنسولين للبقاء على قيد الحياة في حين أن النوع الثاني لا يعتبر مزمناً علمياً وأنه يمثل حوالي 90 بالمائة من جميع حالات السكري في اليمن.

يعاني من مرض السكري النوع الأول. ويعيون بأكية قالت «الأطفال متعبون في تربيتهم فكيف سيكون الوضع في حالة أن يكون مصاباً بمرض، بالتأكد مرهق ومتعب ويزيد الأمر تعقيداً أننا نعيش ظروف صعبة للغاية... وتواصل -حديثها لـ المجلة الطبية- «أشعر بحزن شديد عندما أرى طفلي محروم وهو يشاهد أقرانه وإخوانه يستمتعون بكل شيء وهو محروم من أبسط الأمور التي قد يطلبها أي طفل». تحت ضغط والحاح الطفل وبكائه المستمر وحرصاً على عدم حرمان طفلها تقول أم أصيل «لا أستطيع أحياناً حرمانه فاضطر للتخايل وأتعمد إبعاده عن الأطفال وأحرص على توفير بعض الحلويات المخصصة لمرضى السكري في الغالب، ومع ذلك التعامل والحرص مع الأطفال صعب للغاية».

كذلك يؤكد محمد الحصين «انقلبت حياتنا رأساً على عقب منذ اكتشافنا أن ابني «سليم» ذات الست سنوات أصيب بالسكري قبل سنتين ونصف عندما كان يصاب بحالة إغماء مفاجئة وتأكدنا أنه مصاب بالسكري النوع الأول ويعتقد الأطباء أنه قد يكون وراثياً»

لقد اضطر الحصين لمنع إدخال مادة السكر إلى المنزل حرصاً على عدم وصول أي أكل يحتوي عليه إلى يد طفله، يقول -الطبية، بحسرة- «اتخذت قراراً بحرمان أبنائي الثلاثة من الحلويات وأصبح أكلهم خالياً من السكر حفاظاً على مشاعر سليم، لكن أطفال الجيران يثيرون المشاكل عندما يتناولون الحلويات أمام أطفالي». وبينما يضطر الحصين لاصطحاب طفله سليم في زيارات متكررة ليحصل أخته على بعض الحلوى، يرى يشير حزام الرهمني 45- عاماً- بأن أكثر الأشياء صعوبة على الأسرة التي يعاني طفلها من مرض السكري هو عدم تقبل الأطفال ضرب إبر الأنسولين بشكل يومي، وهي معاناة كبيرة ومستمرة نتيجة تخوف الأطفال من وخز الإبرة.

ويختلف مرض السكري لدى الأطفال تماماً عن السكري الذي يصيب الكبار كما أوضح استشاري الباطنية والغدد الصماء الدكتور عبد الكريم الخولاني، حيث أكد أن النوع الثاني يصيب الكبار والنوع الأول يصيب الأطفال.

ولأن خطة علاج النوع الأول الذي يصيب الأطفال تقتصر على الأنسولين فقط، فهي تمثل صعوبة كبيرة لأهل الطفل المصاب من حيث الرقابة على الطفل وتقبل العلاج بالإبر، وفقاً للدكتور الخولاني.

وفي سياق متصل أوضح استشاري الباطنية والسكري والغدد الصماء الدكتور زايد عاطف أن الكثير من مرضى السكري ومنهم الأطفال يلجأون إلى تقليل جرعات الدواء خلال الفترة الماضية، بسبب عدم توفر الأدوية وارتفاع أسعار المتوفر منها، ما انعكس سلباً على صحتهم وأدى إلى حدوث مضاعفات، لافتاً إلى أن الإصابات بمرض السكري بين الأطفال في اليمن تتزايد



الدكتور الدرويش : المدن تحتوي على كل عوامل الإصابة بمرض السكر



ملف



هرموني مسببا اضطراب السكر لديهم، ناهيك عن بعض الأدوية المسببة والمهيئة لظهور السكري التي تستعمل لدى هذه الشريحة من الأشخاص.

وأضاف «يجب أن نعرف أن مريض السكري هو الغاية وهو أيضا الوسيلة الأهم في العلاج، ولذلك لا بد أن يخضع للتوعية الصحية والغذائية المناسبة كي يتكيف ايجابيا مع مرضه ويحقق السيطرة الكاملة عليه، بدءا بالالتزام بنظام العلاج والنظام الغذائي الخاص لمثل هذه الحالات من حيث تنظيم نوعية الغذاء وثبات نظام الوجبات من حيث التوقيت والكمية، وكذلك الحرص على النشاط الفيزيائي الحركي المنتظم والثابت».

وتجنب المضاعفات الوخيمة لمرض السكر، يجب على المصاب زيارة الطبيب المختص بشكل منتظم دوري، كل 3 اشهر في حالة الاستقرار، وعند الحاجة خلال هذه الفترة، ونبه الدرويش إلى الحذر عند استخدام الأدوية الأخرى لأي مرض آخر، وألا يتم إلا بعد التأكد من سلامتها على أعضاء مريض السكري وأهمها الكلى.

وعلى مستوى توفر الأدوية محلية الصنع أشار -في حديث خاص لـ المجلة الطبية- إلى أن الأدوية المحلية ارتقت ونافست طيفا واسعا جدا من الأدوية المستوردة بفضل جودتها العالية، مضيفاً «لدينا قائمة طويلة من الأصناف الدوائية المحلية يمكن الاعتماد عليها بكل ثقة».

وفقا للدرويش فقد بات الدواء المحلي ينافس في الجودة دول الإقليم المحيط، في ظل تميزه بأسعار مقبولة، منوهاً بأن توجهات الدولة في هذا المضمار المشجع والمسهل ساهم في تطويرها وتركت الأثر الأكبر في نجاح صناعة الدواء المحلية، وهو القطاع الذي بدأ ينتعش ويحقق نجاحات باهرة.

و أدوية السكر كثيرة ومتعددة بحسب الدرويش، ومن المعلوم أن أي عصار قد تكون له أعراض جانبية أو مضاعفات على المدى البعيد بالشكل الذي لا يحمل خطورة جادة على المريض.

وختم حديثه -لـ المجلة الطبية- بالتنبؤ إلى أن الطبيب عندما يصف العلاج لمريضه فإنه حينها يوازن بين الفائدة والضرر من العلاج فلا يقرره إلا وقد رجح الفائدة بأقل ضرر إن وجد، إضافة إلى أن لكل مريض خصوصيته عن الآخر في طبيعة مرضه وبالتالي في وصفة علاجه.

قال استشاري الباطنة والغدد الصماء والسكري الدكتور مطهر أحمد الدرويش أن الداء السكري يعتبر مرض العصر كونه انتشر في الآونة الأخيرة بسرعة كبيرة بسبب الأوضاع المعيشية وحيات التوتر وعدم الاستقرار التي يعيشها المجتمع اليمني. وتعد حياة الكسل والخمول والعادات الغذائية المتبعة في العقود الأخيرة عبر الاعتماد على المعبطات والإفراط في تناول الكربوهيدرات والشحوم الحيوانية المهدرجة والوجبات السريعة الـ (فاستفود) كلها أثرت وتؤثر سلبا في صحة الأفراد خصوصا في ما يخص اضطراب نظام الاستقلاب في أجسامنا مؤديا إلى ظهور السمنة والسكري وارتفاع الضغط الشرياني، وفقا للدرويش.

ويتصدر السكري قائمة هذه الظواهر المرضية وفقا لحديث الدكتور الدرويش الذي أوضح بقوله « تعج المدن بحالات السكري بأنماطه المختلفة، مقارنة بالأرياف حيث نجد نسبة داء السكر بها قليلة، وتقدر نسبة الداء في المدن إلى القرى بـ واحد في الريف مقابل ستة في المدينة، كون المدن مليئة بكل عوامل الخطورة، بعكس القرى التي تتوفر فيها معظم عوامل الوقاية من هذا الداء».

وأشار إلى أن هناك نسبة قليلة من الاضطرابات النفسية تؤدي إلى تطور - السكري - لدى



د. مطهر أحمد الدرويش

الأشخاص الذين يعانون من هذه الحالات بسبب التوتر والاكتئاب الذي بدوره يؤدي إلى خلل



عدد مصابي السكر في العالم

كشفت الأرقام الجديدة من الإصدار العاشر لأطلس مرض السكري الصادر عن الاتحاد الدولي للسكري أن 537 مليون بالغ حول العالم يعانون من مرض السكري، بزيادة قدرها 16% (74 مليوناً) عن تقديرات الاتحاد الدولي للسكري السابقة في عام 2019. أما منظمة الصحة العالمية فتؤكد أن أكثر من 420 مليون شخص يعانون من داء السكري على الصعيد العالمي، وقد زادت حالات الوفاة بسبب داء السكري بنسبة 70% بين عامي 2000 و2019. وتقدر الكلفة العالمية لداء السكري بأكثر من تريليون دولار سنويا وفقا للمنظمة.



معنا صحتك
أفضل..



UNITED BIOTECH
The Company of New Standards

بدأت الشركة بالعمل في ادوية السكر منذ عام 2017، عندما رأت الحاجة الملحة لتوفر ادوية مرضى السكر وذلك لسببين هم شحة وقلة ادوية امراض السكر امام الطلب الكبير وارتفاع اسعار ادوية امراض السكر حيث قامت بتوفير صنفين اساسيين

- 1- GLUCOLAB 505mg Tablets
(Glibenclamide 5mg & metformin 500mg)
- 2- Benclam 5mg Tablets
(Glibenclamide 5mg)

ونظراً للعزيمة الانسانية والضمير الحي والدافع الوطني والقومي، رأيت انه مازالت الحاجة لبعض الادوية الاساسية للمرضى الذي يعانون من امراض السكري وقامت بتوفير صنفين اساسيين اخرى

- 1- Glimlab 2mg Tablets (Glimepiride 2mg)
- 2- Foramin 850mg Tablets (Metformin 850mg)



Pipercillin and Tazobactam For Injection USP

TAZIN 4.5 g



Vancomycin Hydrochloride For Injection USP

VANCOTECH - 500

Chromatographically Purified 500 g



Meropenem For Injection USP

CARPENEM

1g \ 500 g



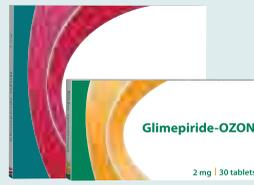
الوكيل الوحيد في اليمن



اليمن - صنعاء - شميلة - خلف صغارة الزنداني
Sana'a - yemen - Shumaila Area St.
☎ +967 1 60 74 02 - 62 66 75
☎ +967 777 775 674 - 777 735 055
🌐 www.bauam.com 📧 info@bauam.com

شركة إخوان بعوم التجارية
BAUAM BROTHERS TRADING CO.
للادوية والمستلزمات الطبية والتوكيلات العامة
For Pharmaceuticals & Medical Appliances





المتعايشون مع السكر.. ثلاثة تحديات تضاعف معاناتهم

إنها السنوات الأصعب في رحلة السبعيني قائد عبدالله الأمير مع السكري خلال عشرين عاما من التعايش، لم يمثل خلالها المرض بحد ذاته مشكلة كبيرة، فقد أتقن التعامل معه، لكن أمرا آخر عقد سير حياته مؤخرا.

طرق بدائية في الحفاظ على الأنسولين باردا، عندما تلف الأدوية بقماشة مبللة بالماء البارد، ومكعبات الثلج وبحسب حديثها -المجلة الطبية- فإن شراء الثلج بشكل يومي أمر مرهق لميزانية الأسرة، كما أن هذه الطريقة تحتاج إلى التركيز والانتباه المستمر، خاصة وهي تشتري كمية من الدواء تغطي احتياجاتها لشهرين وأحيانا لثلاثة أشهر. تضطر شمسان لشراء هذه الكمية بسبب تقلب أسعار الأنسولين واختلافه فترات من السوق.

معركة يومية يخوضها مرضى السكر في اليمن، على ثلاثة محاور، ابتداء بعملية ضبط نسبة السكر، ثم الكفاح من أجل توفير قيمته في ظل عدم توفر الدواء بشكل وسعر ثابت، وانتهاء بالبحث عن مكان للاحتفاظ بالأنسولين باردا عند درجة حرارة معينة بسبب انقطاع



يقول الأمير -المجلة الطبية- «المشكلة بدأت في السنوات الأخيرة بسبب عدم توفر الأنسولين بشكل دائم كما كان في السابق» وعند توفره في السوق يباع بأسعار مرتفعة بالكاد يستطيع توفيرها، وحينما يكون محظوظا في تديبر قيمة الدواء لا يجد مكانا للاحتفاظ به في درجة حرارة معينة بسبب انقطاع الكهرباء وتوقف أجهزة التبريد المنزلية. سلسلة مشاكل تتوالد في حياة المتعايشين مع السكري دفعت البعض لابتكار حلول مؤقتة كما يفعل عبدالرحمن الأديمي من أجل الحفاظ على الأنسولين باردا. إنه يحتفظ بالدواء الخاص بزوجه المتعايشة مع السكري منذ عشر سنوات في حافظة يدوية «ترمس» إلى جوار قطع من الثلج، لكن الأمر يتعذر عليه أحيانا ما يضطره إلى وضع الدواء في ثلاجة أحد الجيران ممن يمتلكون تيارا كهربائيا مستمرا.

ويقول -المجلة الطبية- «أحيانا نشعر بالحرع من الجيران فنحتفظ بالدواء في ثلاجات السوبر ماركت أو البقالات المجاورة»، الشعور بالحرع دفع الخمسينية سميرة شمسان لابتكار



ملف

“

معركة يومية يخوضها مرضى السكر في اليمن، على ثلاثة محاور، ابتداء بعملية ضبط نسبة السكر، ثم الكفاح من أجل توفير قيمته في ظل عدم توفر الدواء بشكل وسعر ثابت، وانتهاء بالبحث عن مكان للاحتفاظ بالأنسولين باردا عند درجة حرارة معينة بسبب انقطاع الكهرباء منذ بداية الحرب عام 2015.



(GLIBENCLAMIDE+METFORMIN)
2.5 MG + 500 MG, 5 MG + 500 MG



ملف

الأعداد الكبيرة للمرضى لهذا العام. وأكد -ل المجلة الطبية- أن الوزارة تصرف الأنسولين مجاناً نتيجة صعوبات إدخاله إلى اليمن وإحجام وكلاء الدواء عن توفيره منذ إغلاق منافذ اليمن. عدم توفر أدوية السكر في الصيدليات المركزية وارتفاع أسعارها في الصيدليات التجارية تدفع بالكثير من المواطنين لاستخدام أدوية رخيصة، ويشتكى مرضى من أنها غير فعالة في خفض مستوى السكر في الدم بالشكل المناسب، معتقدين أنها قد تكون تعرضت لظروف غير ملائمة أفقدتها فعاليتها.

ووفقاً لنائب رئيس مركز علاج مرضى السكري الدكتور عبد الكافي الحداد، فإن أحد أبرز أسباب تدهور أوضاع مرضى السكري في اليمن يعود إلى كون الأدوية تصل إليهم وقد تأثرت فعاليتها بسبب ظروف نقلها براً وليس جواً، لافتاً إلى المعاناة الإضافية التي يحملها المرضى جراء إغلاق مطار صنعاء الدولي الذي أدى إلى نقل الأنسولين براً وجعل منه عرضة لظروف نقل بطيئة وتخزين غير مستقر ما يفقده جزءاً من فعاليتها وجودته.

وهنا يقول الدكتور الصيدلي بسام عبدالله نحن نحفظ بالأنسولين

في ثلاجة داخل الصيدلية لكننا لا نعرف طريقة تخزينه قيل أن يصل إلينا، كما أن الأنسولين له صناعات

مختلفة، ويضيف «علاج السكر القموي كثير وله شركات كثيرة

وهناك أصناف محلية الصنع وهي فعالة للمصابين بداء

السكري من النوع الثاني».

يوافقه الرأي الدكتور سليمان سرحان -مندوب علمي لإحدى الشركات الدوائية- عندما أوضح أن علاج الأنسولين يصل إلى الصيدلية عبر وكيل، وبدوره يحفظه الصيدلي في ثلاجة مخصصة لهذا الغرض، بينما لا تحتاج الكبسولات إلى تبريد ويتم حفظها في مستوى جو الغرفة.

في سياق مختلف تبين استشارية علاج السكر والغدد الصماء الدكتورة بثينة الشريفي أن علاج السكري «الأنسولين» بعد فتحه واستخدامه لا يحتاج للحفظ في ثلاجات، مؤكدة -ل المجلة الطبية- أنه يظل في جو الغرفة العادية أي بدرجة الغرفة ولا قلق بالنسبة لبقائه خلال الاستعمال في الجو العادي.

الكهرباء منذ بداية الحرب عام 2015. ورغم أن عدداً من الأخصائيين أكدوا ارتفاع عدد المصابين بالسكري في السنوات الأخيرة نتيجة الحرب والضغط النفسي والتدهور الاقتصادي بالإضافة إلى عوامل أخرى، لا توجد إحصائية دقيقة بعدد المتعاشين مع السكر ويظل العدد خاضعاً للتقديرات.

ويقدر أطباء الغدد والسكري نسبة المصابين في اليمن بين 10 و 12% من إجمالي عدد السكان، ما يعني وجود أكثر من مليون ومائتي ألف مصاب من بين 25 مليون مواطن يمني هم إجمالي عدد السكان وفقاً لآخر إحصاء رسمي للحكومة.

وفي محاولة لتخفيف معاناة المتعاشين مع السكري اعتمدت وزارة الصحة في صنعاء برامج تتيح للمرضى الحصول على الدواء مجاناً من الصيدليات المركزية التابعة للوزارة، غير أن مواطنين أكدوا أن أصنافاً عديدة من أدوية السكر غير موجودة في تلك الصيدليات.

وفي هذا السياق يصف رئيس الجمعية اليمنية لمرضى السكري الدكتور زايد عاطف معاناة مريض السكري من أجل الحصول على أدوية بالشديدة، مؤكداً -في تصريح ل المجلة الطبية- أن عدد الذين يحصلون على الأنسولين مجاناً قليل جداً مقارنة بعدد المصابين.

وأفاد بان غالبية المرضى يشترون الدواء من السوق بأسعار باهظة، مشيراً إلى أن أدوية السكري انعدمت تماماً مع بداية الحرب أما اليوم فهي متوفرة بعد دعم المنظمات الدولية، حد قوله.

ما قاله الدكتور عاطف عن معاناة المرضى عاشته الستينية نعيم شمسان صالح التي تعود للمرة الثالثة من الصيدلية المركزية دون دواء بعد أن أخبرها الموظفون في البرنامج أنه ليس لديهم أنسولين.

إنها تتردد على الصيدلية كل أسبوع في محاولة للحصول على جرعة لكنها تعود إلى منزلها خالية اليدين منذ شهر، ما يدفعها لبيع بعض المقتنيات الخاصة لشراء الأنسولين من صيدليات تجارية.

وتؤكد نعيم صالح -ل المجلة الطبية- أنها لم تكن حينها تعرف معنى المرض أو مضاعفاته الخطيرة، كما أنها لا تعرف شيئاً عن النظام الغذائي الذي يجب أن يلتزم به المريض، مضيفة: «نحتاج إلى دواء خاص وطعام خاص وتعامل مختلف وهذه أمور مرهقة خاصة مع هذه الظروف الاقتصادية الصعبة».

نعيم واحدة ضمن الكثير من المرضى اصطفوا الشهر الماضي في طابور انتظار طويل لساعات أمام الصيدلية المركزية أملاً في الحصول على جرعات أنسولين.. وقد انتهى الأمر ببعض كبار السن منهم بفقدان الوعي تحت أشعة الشمس، وهذا ما دفع الأربعيني سعيد غالب لعدم اصطحاب والدته المتعاشية مع السكر إلى الصيدلية.

غالب نزح إلى صنعاء في ظروف اقتصادية متدهورة لذلك يأتي إلى الصيدلية المركزية للحصول على دواء السكر لوالدته، ويقول أكثر من مرة يخبرونا بأن الأنسولين متوفر ويصبح علينا شراؤه من صيدليات خاصة وبأسعار باهظة.

يقول المسؤول في الإمداد الدوائي بوزارة الصحة محمد الكميم أن الرصيد المتوفر لدى الوزارة حالياً من دواء الأنسولين 150 ألف فيالة فقط، وهي كمية لا تكفي لإمداد

اليوم العالمي للسكر

اليوم العالمي للسكر هو الحملة العالمية الأولى للتوعية بمرض السكري، ويقام في 14 نوفمبر/تشرين الثاني من كل عام، ويوافق عيد ميلاد فريدريك بانتينغ الذي وضع مع تشارلز بيست الفكرة الأولى التي أدت إلى اكتشاف الأنسولين عام 1922. وتم اعتماد اليوم العالمي للسكر رسمياً عام 1991 من قبل الاتحاد الدولي للسكري ومنظمة الصحة العالمية، استجابة للقلق المتزايد من مرض السكري في جميع أنحاء العالم. وفي يوم 20 ديسمبر/كانون الأول 2007، اعتمدت الجمعية العامة للأمم المتحدة القرار 61/225 الذي أعلنت فيه يوم 14 تشرين الثاني/نوفمبر من كل عام باعتباره اليوم العالمي لمرضى السكري، وذلك للاعتراف بالحاجة العاجلة لتابعة الجهود متعددة الأطراف لتشجيع وتحسين الصحة البشرية، وإتاحة إمكانية الحصول على العلاج والتثقيف في مجال الرعاية الصحية.





كيف تسيطر على السكر عبر الحمية



ملف



شددت أخصائية الغدد الصماء والسكر الدكتورة بثينة الشريفي على أهمية الالتزام بالحمية الغذائية والابتعاد عن السكريات والنشويات والخبز الأبيض وتناول الفواكه ذات السكر الخفيف والابتعاد عن المانجو والعنب والموز لاحتوائها على نسبة مرتفعة من السكر.

من جانبها أكدت أخصائية التغذية الدكتورة منال الزبيري على أهمية تناول الخضروات والفواكه لمرضى السكر لما لها من فوائد صحية باستثناء (الموز والأناناس والبطيخ)، حيث أنها تساهم بشكل كبير في رفع مستوى السكر، مشيرة إلى أن العدس والقرفة لا تخلو أيضاً من فوائد صحية لمرضى السكر. أما عن الأطعمة التي يجب على المصاب بالسكر الابتعاد عنها فهي السكر الأبيض، والنشويات مثل (البطاطا والخبز)، والحلويات المصنعة، والدهون مثل السمن والزبدة والزيت النباتي، والمقليات.

كما أشارت -في حديثها ل- المجلة الطبية- إلى عدد من الوجبات الشعبية اليمينية التي تعتبر ضارة بصحة الشخص المصاب بالسكر سواء كان طفلاً أو بالغاً مثل «الرز، البطاطا، العصيد، الخبز الأبيض»، لافتة إلى وجود أغذية بديلة يمكن لمرضى السكر تناولها مثل «العسل، زيت الزيتون، زيت السمسم، صدور الدجاج، السمك، اللحم قليل الدسم، بياض البيض، الشعير، والدخن».

إلى ذلك شددت أخصائية الغدد الصماء والسكر الدكتورة بثينة الشريفي على أهمية الالتزام بالحمية الغذائية والابتعاد عن السكريات والنشويات والخبز الأبيض وتناول الفواكه ذات السكر الخفيف والابتعاد عن المانجو والعنب والموز لاحتوائها على نسبة مرتفعة من السكر.

وأول طرق التعايش مع السكر -بحسب الدكتورة الشريفي- هي تغيير أسلوب الحياة حيث يتعين على المرضى أن يبدأوا بإنزال أوزانهم وممارسة الرياضة بمعدل نصف ساعة يوماً أو 150 دقيقة أسبوعياً.

وأوضحت أن التزام الشخص المصاب بالحمية والعلاج الموصوف من قبل الطبيب وممارسة الرياضة بشكل منتظم هي سلوكيات وممارسات لا بد منها لتجنب مضاعفات مرض السكر.

ولفتت إلى أن دور الطبيب يقتصر على التوجيه وتحديد نوعية العلاج، فيما تعود بقية الإجراءات على المريض نفسه، حيث ينبغي عليه الالتزام بالحمية والنصائح الطبية كالرياضة وغيرها.

يعتقد كثير من اليمانيين أن المتعايشين مع السكري لا يستطيعون الالتزام بالحمية والرياضة في مواجهة المرض والتخفيف أو الحد من مضاعفاته على جسد الشخص المصاب.

أخصائية الباطنية والسكري الدكتورة أحلام المرتضى تؤكد العكس، حيث قالت: يمكن الالتزام، ولدينا نماذج كثيرة من المرضى ذوي الوعي الكافي لضبط النفس الناتج عن معرفة فوائد الالتزام بالحمية والرياضة وعواقب إهمالهما، مشيرة إلى أن الحمية منخفضة السعرات الحرارية والرياضة تلعب دوراً هاماً، وتعتبر حجر الأساس في مواجهة مرض السكر ويمكن إلى حد كبير التحكم بالمرض من خلالهما في النوع الثاني من السكر.

وتفيد الدكتورة المرتضى بأن الإصابة بمرض السكر تكثر بين المهن التي تجعل صاحبها قليل الحركة ويعمل تحت ضغط عال وغذاء سريع غير صحي من أمثال سائقي الشاحنات والنقلات في الخطوط الطويلة.

ووفقاً لاستشاري الباطنية والسكري الدكتور مظهر الدرويش تعج المدن بحالات السكري بأنماطه المختلفة، مقارنة بالأرياف حيث نجد نسبة داء السكر بها قليلة، لافتاً إلى أن نسبة الداء في المدن إلى القرى تقدر بـ (1/6)، وأن المدن مليئة بكل عوامل الخطورة، بعكس القرى التي تتوفر فيها معظم عوامل الوقاية من هذا الداء.

وللوقاية من السكر والحد من مضاعفاته نصح الدكتور الدرويش بـ "إنزال الوزن الزائد، وعمل برنامج رياضي يومي كالمشي لمدة 30-60 دقيقة، وتجنب الإفراط في تناول الخبز والمعجنات المصنوعة من الدقيق الأبيض، والإقلاع عن تناول الحلويات والزيت المهدرجة، والإقلاع عن التدخين بأنواعه، وعمل فحص دوري كل 6 أشهر للسكر ونسبة الكوليسترول والدهون الثلاثية لكل من تجاوز سن الأربعين.



2 mg, 3 mg tablets

Glimepiride-OZON

Strike a balance in sugar levels

Major dual mode of action	Fast and sustained glycemic control
More active pancreatic effect	Restores insulin sensitivity
Reduces risk of hypoglycemia in type 2 diabetes	Efficient in reducing CV markers
Clinically proven safety profile	
How to use Glimepiride	

Glimepiride is indicated for the treatment of type 2 diabetes mellitus

Initial dose: 1 to 2 mg orally once a day
 Maintenance dose: Increase in 1 or 2 mg increments no more frequently than every 2 weeks based on glycemic response
 Maximum dose: 6 mg per day



Producer:
 LLC "Ozon"
 445351, Russia, Samara region
 G. Zhigulevsk, st. Sarat, 11
www.ozonpharm.ru

(GLIBENCLAMIDE+METFORMIN)
 2.5 MG + 500 MG, 5 MG + 500 MG

GLIBENFORMIN-OZON

Proven to reach
 A1C goal



Producer:
 LLC "Ozon"
 445351, Russia, Samara region
 G. Zhigulevsk, st. Sarat, 11
www.ozonpharm.ru

<ul style="list-style-type: none"> Acts by two different mechanisms to control hyperglycemia Appropriate for initial therapy of type 2 DM or after monotherapy failure Effectively corrects the dual pathophysiological defects in type 2 diabetic patients More power to lower HbA1c, FPG & PPV with lower doses More rapid and powerful control of hyperglycemia with low doses More effective and simplified than monotherapy or co-administration <p>Delays need for insulin</p>
--

(Glibenclamide+Metformin) 500+2.5 mg film coated tablets

(Glibenclamide+Metformin) 500+5 mg film coated tablets

For patients not adequately controlled on either glibenclamide (or another sulphonylurea), or metformin alone, the recommended starting dose of Glibenformin is 2.5/500 mg or 5/500 mg twice daily with meals. It is recommended to increase the dose by no more than 5 mg glibenclamide + 500 mg metformin per day every 2 or more weeks to achieve adequate glycemic control.

For patients previously treated with combination therapy of glibenclamide (or another sulphonylurea) plus metformin, switched to Glibenformin, the starting dose should not exceed the daily dose of glibenclamide (or equivalent dose of another sulphonylurea), and metformin already being taken. The maximum daily dose is 4 tablets of the drug Glibenformin + Metformin, at a dosage of 5 mg + 500 mg or 4 tablets at a dosage of 2.5 mg + 500 mg.

Warnings: (1) Patients should be advised to avoid alcohol consumption while taking this medicine. (2) Patients should be advised to avoid grapefruit juice while taking this medicine. (3) Patients should be advised to avoid taking other medicines while taking this medicine. (4) Patients should be advised to avoid driving or operating machinery while taking this medicine. (5) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they are pregnant or breastfeeding. (6) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have liver or kidney disease. (7) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have heart disease. (8) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low blood pressure. (9) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low blood sugar. (10) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low potassium levels. (11) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low magnesium levels. (12) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low calcium levels. (13) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low sodium levels. (14) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low iron levels. (15) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low zinc levels. (16) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low copper levels. (17) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low manganese levels. (18) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low selenium levels. (19) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low iodine levels. (20) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low fluoride levels. (21) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low boron levels. (22) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low silicon levels. (23) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low phosphorus levels. (24) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low sulfur levels. (25) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low chlorine levels. (26) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low nitrogen levels. (27) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low oxygen levels. (28) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low carbon levels. (29) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low hydrogen levels. (30) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low helium levels. (31) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low neon levels. (32) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low argon levels. (33) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low krypton levels. (34) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low xenon levels. (35) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low radon levels. (36) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low uranium levels. (37) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low thorium levels. (38) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low protactinium levels. (39) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low actinium levels. (40) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low francium levels. (41) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low radium levels. (42) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low polonium levels. (43) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low astatine levels. (44) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low tellurium levels. (45) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low selenium levels. (46) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low tellurium levels. (47) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low selenium levels. (48) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low tellurium levels. (49) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low selenium levels. (50) Patients should be advised to avoid taking this medicine if they have low tellurium levels.



تأثير الأدوية على مرضى السكر



ملف

“

«أدوية السكر كثيرة ومتعددة، ومن المعلوم أن أي عقار قد تكون له أعراض جانبية أو مضاعفات على المدى البعيد بالشكل الذي لا يحمل خطورة جادة على المريض»

السكر الكامن». إلى ذلك قال استشاري الباطنية والسكر الدكتور مطهر الدرويش «أدوية السكر كثيرة ومتعددة، ومن المعلوم أن أي عقار قد تكون له أعراض جانبية أو مضاعفات على المدى البعيد بالشكل الذي لا يحمل خطورة جادة على المريض».

وفي سياق متصل أشار أخصائي أول باطنية الدكتور محمد أبو حاتم إلى أن الأدوية تستخدم من قبل الأشخاص المصابين بالسكري من النوع الثاني لضبط مستوى السكر في الدم والحفاظ عليها ضمن المستوى الطبيعي وذلك للتقليل من حدوث المضاعفات أو منع حدوثها بشكل كلي، ووقف الأعراض، وليس بهدف الشفاء.

وأوضح بقوله «لا يوجد شفاء تام من السكري، ولا يمكن للمصاب الاستغناء عن الأدوية حيث يتسبب إيقافها بعودة السكر إلى مستويات مرتفعة ليسبب مضاعفات خطيرة قد تكون قاتلة في بعض الأحيان».



أوضحت استشارية الباطنية الدكتورة أميرة الصمات أن هناك أعراضاً للأدوية المستخدمة في علاج السكر، أولها وأهمها مشاكل الجهاز الهضمي واضطرابات المعدة، مما يجعل المريض أحياناً يترك الدواء، غير أن هناك أساليب للتخفيف من تلك الأعراض والتي لا بد من شرحها للمريض قبل استخدام العلاج لكي يتسنى له التعامل مع هذا الدواء.

وقد تحدثت أعراض أخرى مثل هبوط سكر الدم، وهذا يأتي غالباً إذا كانت الجرعة كبيرة أو أن المريض أخذ الدواء ولم ينتبه لأكله بعدها، عادة ما يحدث ذلك مع الأمراض الذين يأخذون الأنسولين، إضافة لبعض الأمراض النادرة مثل التحسس وظهور الطفح الجلدي وغالباً مع أدوية sulfonyleureas، وفقاً للدكتورة الصمات.

كما أكدت -في تصريح خاص لـ المجلة الطبية- عدم وجود أدوية تتعارض بشكل مباشر مع أدوية السكر، مستدركة «لا يفضل استخدام بعض الأدوية لدى أمراض السكر لأنها تتسبب بارتفاع السكر لمستويات عالية مثل مجموعة الكورتيزون، وأدوية منع الحمل وأدوية الاكتئاب التي تعمل على ظهور

السكر والأدوية المحلية

“

«لدينا اليوم قائمة طويلة من الأصناف الدوائية المحلية التي يمكن الاعتماد عليها بكل ثقة ومنها أدوية وعقاقير خاصة بعلاج أمراض السكر».

وضعت الحرب في اليمن على مدى سبع سنوات الصناعات الوطنية أمام اختبار حقيقي سيما تلك العاملة في مجال تصنيع الدواء، لتغطية احتياجات السوق الدوائية.

ونجحت شركات صناعة الدواء الوطنية في تغطية نسبة كبيرة في سوق الدواء خاصة بعد انسحاب الشركات والوكالات العالمية مع بداية الحرب، وتمكنت من رفع مستوى ثقة الأطباء والمرضى على حد سواء، وساهمت في تلبية احتياجات مئات الآلاف من المرضى وعلى رأسهم مرضى السكر الذين يتجاوز عددهم النصف مليون مصاب وفقاً لمسوحات محلية.

وفي السياق يؤكد استشاري الباطنة والغدد الصماء والسكري الدكتور مطهر الدرويش بأن المنتجات الدوائية المحلية ارتقت ونافست طيفاً واسعاً جداً من الأدوية المستوردة، مؤكداً بأنها تقدم للمرضى بجودة عالية.

وقال -في تصريح لـ المجلة الطبية- «لدينا اليوم قائمة طويلة من الأصناف الدوائية المحلية التي يمكن الاعتماد عليها بكل ثقة ومنها أدوية وعقاقير خاصة بعلاج أمراض السكر»، مشيراً إلى أن الأدوية المحلية باتت تنافس في الجودة دول الإقليم المحيط، في ظل تميزه بأسعار

مقبولة.

ونوه الدرويش بأن توجه الدولة في هذا المضمار ترك الأثر الأكبر في نجاح صناعة الدواء المحلية، وهو القطاع الذي بدأ ينتعش ويحقق نجاحات باهرة، حد وصفه.

من جانبه أفاد رئيس الجمعية اليمنية لمرضى السكري الدكتور زايد عاطف بأن شركات صناعة الدواء المحلية كان لها دور كبير ونفذت مهام وطنية وإنسانية جلية خلال الفترة الماضية وذلك بتغطيتها لاحتياجات سوق الدواء.

ولفت الدكتور عاطف الذي يرأس مركز علاج مرضى السكر إلى أن الشركات المحلية تقوم بدعم المركز بالكثير من الأدوية التي يتم توزيعها على المرضى المسجلين في المركز مجاناً.

من جهتها قالت استشارية الباطنية الدكتورة أميرة الصمات «انتشرت في الفترة الأخيرة أنواع كثيرة من أدوية السكر المختلفة بشكل كبير، وتنافست في إنتاجها شركات كثيرة جداً» مؤكدة أن الأدوية المحلية هي الملاذ الرئيسي والأمن للمواطن اليمني، خاصة وقد أصبحت تتمتع بكفاءة عالية.

وأشارت -في حديثها لـ المجلة الطبية- إلى أن سعر الدواء المحلي يعتبر الأرخص مقارنة بالعديد من الأصناف المستوردة ذات الأسعار المرتفعة بالرغم من أنها لا تؤدي الغرض المطلوب للمريض، حد وصفها.





ملف

“

مرض السكري يختلف عند الأطفال عنه لدى الكبار، حيث يمكن أن يحدث في أي سن، وقد تأتي الإصابة نتيجة عوامل وراثية، أو نمط الحياة والأكل غير المتوازن وقلة الحركة إضافة للضغط، مضيفاً أن هناك أسباباً قد تؤدي للإصابة بالسكر مثل الانتهايات الفيروسية أو المواد الكيميائية وثلوث الجو.



الدكتور الخولاني يوضح : هناك صعوبة في التعامل مع الطفل المصاب بالسكر

الأسباب الرئيسية للإصابة بالعمى، وكذلك على القلب حيث أن 50% من وفيات السكري تحدث بسبب جلطات قلبية، وغالبية أمراض السكر تترافق مع ارتفاع ضغط الدم والكوليسترول وقلة الحركة ويكون المريض مدخناً، وهي ثلاثية تزيد من نسبة خطر الوفاة.. بحسب تأكيده.

وباعتبار السكر مرضاً مزمنًا، فإنه بحاجة مستمرة للعلاج، غير أن هناك عوامل مهمة تساعد على العلاج كاتباع حمية متوازنة، خاصة لمن يعانون من وزن زائد، فالموازنة بين العناصر الغذائية المتعددة وصولاً إلى وزن مثالي بالتوازن مع تغيير نمط الحياة كرياضة المشي والسباحة، تساهم في خفض نسبة السكر في الدم، وفقاً للدكتور الخولاني الذي نصح المصاب بالسكر بالحرص على أن تكون نسبة المواد النشوية 70%.

من نسبة الأكل، وتناول الفواكه التي تشمل الفيتامين والبروتينات

والأملاح المعدنية.

وحذر -في ختام حديثه ل- المجلة الطبية- من عدم الالتزام بالعلاج في مواعيده بشكل منتظم منبها إلى أن عدم التزام المريض بخطة العلاج والحمية ونمط الحياة المتوازن قد يؤدي لمضاعفات خطيرة.

يشكل الأطفال ما يقارب الـ 10% من المصابين بمرض السكر من النوع الثاني، وفقاً لأخصائي الباطنية والسكر والغدد الصماء الدكتور عبدالكريم الخولاني، موضحاً أن صعوبة المرض عند الأطفال تكمن في أن المريض قد لا يعي ماهية المرض.

وطالب العائلات والمدارس بضرورة مراقبة الأطفال المصابين بالسكري بشكل جيد حرصاً على سلامتهم، منوها بأن بعض الأسر قد لا تتمكن من مراقبة الطفل بشكل كاف، مشدداً على أهمية حصول الطفل على الأنسولين، الذي يعتبر علاجه الوحيد، حتى لا يدخل الطفل في حالة "الغيبوبة الأيونية".

وفي حديثه ل- المجلة الطبية- أوضح الدكتور الخولاني أن مرض السكري يختلف عند الأطفال عنه لدى الكبار، حيث يمكن أن يحدث في أي سن، وقد تأتي الإصابة نتيجة عوامل وراثية، أو نمط الحياة والأكل غير المتوازن وقلة الحركة إضافة للضغط، مضيفاً أن هناك أسباباً قد تؤدي للإصابة بالسكر مثل الانتهايات الفيروسية أو المواد الكيميائية وثلوث الجو.

وفي ما يتعلق بمضاعفات السكر أفاد الدكتور الخولاني بأنها كثيرة ومنها ما يحصل سريعاً مثل "مثل هبوط وارتفاع السكر ودخول المصاب بغيبوبة"، وأخرى بعيدة المدى "قد تحدث بعد 10 سنوات وأكثر مثل "الإصابة بالتهابات شديدة مع وخز ونمل في الأطراف"، ويمكن أن يحدث الالتهاب في العصب الرتتي وارتفاع وانخفاض الضغط وسرعة وتباطؤ ضربات القلب، إضافة للإصابة بالضعف الجنسي واضطرابات الجهاز الهضمي والثانة.

وأضاف الخولاني "يمكن أن يؤثر السكر على العين وهو من



د. عبدالكريم الخولاني





ملف



الدكتور أبو حاتم :

يجب الدمج بين التقييم والعلاج النفسي والرعاية الاعتيادية



وفقا للدكتور أبو حاتم، ارتفاع مستويات السكر في الدم يمكن أن يؤدي إلى إضعاف دفاعات جهاز المناعة لدى الشخص، وقد يعاني المصابون بالسكري لفترة طويلة من تلف الأعصاب المحيطية وانخفاض تدفق الدم إلى أطرافهم، ما يزيد من فرصة الإصابة بالالتهابات، بحسب الدكتور أبو حاتم الذي أفاد بأنه قد يضعف قدرة خلايا الدم البيضاء على الوصول إلى موقع الإصابة، والبقاء في المنطقة المصابة، وقتل الكائنات الحية الدقيقة.

وأشار إلى أنه وبسبب تراكم الترسبات في الأوعية الدموية المصاحبة لمرض السكري، قد تتلقى مناطق العدوى إمدادا دمويا ضعيفا، بسبب تراكم الترسبات في الأوعية الدموية المصاحبة لمرض السكري ما يقلل من قدرة الجسم على محاربة الالتهابات وشفاء الجروح. وعندما يكون لدى الشخص الكثير من السكر في دمه، فإن خلايا الدم البيضاء تواجه صعوبة في التنقل عبر مجرى الدم، حد قوله.

ولفت أبو حاتم إلى أن التوتر والضغط الناجم عن السكري، إضافة إلى الاكتئاب تعتبر من الحالات النفسية الأكثر شيوعاً، التي يعاني منها مريض السكري. وتشير الدراسات إلى أن 20 إلى 25% من المصابين بمرض السكري تظهر عليهم أعراض الاكتئاب في مرحلة ما من مراحل العلاج.

وفي ختام حديثه -ل المجلة الطبية- نصح الدكتور أبو حاتم بأهمية الدمج بين التقييم والعلاج النفسي والرعاية الاعتيادية، التي يتلقاها المريض خلال هذه المرحلة، بدلاً من انتظار ظهور مشكلة معينة، أو حدوث تدهور في الحالة الصحية أو النفسية للمريض، منوها بأن الضغوط النفسية الناجمة عن السكري تحدث عندما يشعر المريض بالإرهاق من أعباء الحالة المرضية التي يعاني منها، والحاجة المستمرة إلى التعايش معها.



د. محمد أبو حاتم

قال أخصائي أول باطنية الدكتور محمد أبو حاتم أن محدودية الأبحاث اليمينية حول مرضى السكر تؤكد أن نسبة الإصابة بالمرض بين اليمنيين البالغين تتراوح بين 8 و 10% من نسبة السكان البالغين، وهي نسبة تستدعي من الجميع الاهتمام بوسائل مكافحة انتشار المرض وعلى رأسها مكافحة السمنة والحياة الخاملة وقلة الرياضة وتجنب الأغذية ذات المحتوى العالي من السكريات والدهون. ومن أسباب ارتفاع الإصابة بالسكري في اليمن حرص الكثير على إخفاء الإصابة عن الأسرة ورفض زيارة الطبيب، وفقا للدكتور أبو حاتم الذي يعيد هذا السلوك إلى ضعف الوعي وعدم توفر التأمين الصحي للأفراد، موضعا أن السكري من النوع الثاني مرض مزمن ولا يوجد له دواء يعالجه نهائياً، ويحتم على المريض أخذ الأدوية طوال حياته.

ونبه أبو حاتم إلى أهمية الانتظام بأخذ الأدوية، لأن عدم الانتظام يؤدي إلى حدوث مضاعفات السكري بشكل أسرع مثل تلف أعصاب العين أو غيرها من المضاعفات، مشيراً إلى أنه ومع التقدم بالعمر تكون الإصابة بالأمراض المصاحبة والمعانة من السمنة المفرطة وقلة الحركة من الأسباب التي تؤدي إلى الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني ويقتصر العلاج باستخدام الأدوية على شكل أقراص لتنظيم السكر أو تحفيز إفراز الأنسولين من البنكرياس وقد يستعمل المرضى الأنسولين في الحالات المتقدمة.

وتستخدم الأدوية من قبل الأشخاص المصابين بالسكري من النوع الثاني لضبط مستوى السكر في الدم والحفاظ عليها ضمن المستوى الطبيعي وذلك للتقليل من حدوث المضاعفات أو منع حدوثها بشكل كلي، ووقف الأعراض، وليس بهدف الشفاء، ولا يمكن للمصاب الاستغناء عن الأدوية حيث يتسبب وقفها بعودة السكر إلى مستويات مرتفعة مسبباً مضاعفات خطيرة قد تكون قاتلة في بعض الأحيان..

ارتفاع مستويات السكر في الدم يمكن أن يؤدي إلى إضعاف دفاعات جهاز المناعة لدى الشخص، وقد يعاني المصابون بالسكري لفترة طويلة من تلف الأعصاب المحيطية وانخفاض تدفق الدم إلى أطرافهم، ما يزيد من فرصة الإصابة بالالتهابات.

Gloclav™

Film-Coated Tablets

Amoxicillin
& Clavulanate Potassium



ALNAHDI MEDICAL GROUP
globalpharma



احتياجنا لك في صحتنا جودتنا

معلومات أخرى استشر الطبيب أو الصيدلي



شركة النهدي الطبية الدولية المحدودة

alnahti-medical.com

+967 1 539333/539666

R_x

Rumalaya® GEL

رومالايا جل

أسرع مهدئ للألم

البديل الآمن والفعال لعلاج الآلام والالتهابات

رومالايا جل يحتوي على:

مستخلص من مصادر نباتية طبيعية من طب الأورفيدا

رومالايا جل:

- مسكن موضعي ومضاد للالتهابات.
- هو تركيبة طبيعية من الأورفيدا تستخدم للتخفيف السريع من الآلام وللتدبير العلاجي للالتهابات المرتبطة بإضطرابات التهاب المفاصل والإضطرابات الالتهابية للجهاز العضلي الهيكلي.
- يمتص بسرعة ويتغلغل بعمق في الجلد
- يوفر راحة سريعة من الآلام والالتهاب
- يساعد في إستعادة حركة المفاصل

الإستخدامات: يستخدم لعلاج

- آلام المفاصل
- التهابات المفاصل
- ألم أسفل الظهر
- النقرس
- الكتف المتجمدة
- الرضوض
- الكدمات
- الإصابات الرياضية
- ألم الفقرات القطنية
- عرق النسا

تعليمات الإستخدام:

يستخدم كمية قليلة من الجل على المنطقة المصابة
يفرك ويدلك بلطف ثلاث إلى أربع مرات يوميا

إحتياطات الإستخدام:

للإستخدام الخارجي فقط
تجنب إلتماس العينين والأغشية المخاطية
ويجب ألا يوضع على الجروح المفتوحة



HimalayaTM
WELLNESS SINCE 1930

For more information e-mail to: customer.service@himalayawellness.com

The Himalaya Drug Company FZCO.

P.O. Box. 54637, Dubai, U.A.E. Tel +9714 2045455 Facsimile + 0714 2045474

www.himalayahealthcare.com

Koflet® (Syrup)

The Cough Reliever

كوفلت

(شرباب)

لعلاج السعال الجاف والسعال الرطب
والسعال التحسسي



كوفلت شرباب يحتوي على:

مكونات طبيعية من طب الاورفيدا

في السعال الرطب

- ❏ يقلل لزوجة الإفرازات ويساعد في طردها.
- ❏ مذيّب للبلغم.

في السعال الجاف والتحسسي

- ❏ يقلل من تهيج الأنسجة المخاطية في الجهاز التنفسي.
- ❏ مضاد للتحسس وملطف للمجري التنفسية.

لا يسبب النعاس
لا يسبب جفاف الإفرازات
التنفسية العادية

الجرعة

- ❏ الأطفال: ٥ مل ثلاث مرات يوميا
- ❏ البالغين: ١٠ مل ثلاث مرات يوميا

Tamsiflow®

Tamsulosin 0.4mg

Release Pressure!

- An Alpha-blocker that relaxes the muscles in the prostate and bladder neck, making it easier to urinate.
- Tamsiflow is an effective & convenient treatment of the Lower Urinary Tract Symptoms due to Benign Prostatic Hyperplasia.
- Silodosin has more adverse events in the form of abnormal ejaculation and dizziness when compared to tamsulosin.¹
- Tamsulosin has rapid onset of action from the first dose on peak flow rate and from the first days on LUTS.²

1. Manohar CS, Nagobhushana M, Karthikeyan VS, et al. Safety and efficacy of tamsulosin, alfuzosin or silodosin as monotherapy for LUTS in BPH - a double blind randomized trial. *Cent European J Urol.* 2017; 20: 148-153
2. *Lepor Urology* 1998; 51: 892-900.



Shiba Pharma

High Quality Pharmaceuticals You Can Trust



شيبا فارما

أدوية ذات جودة عالية يمكنك الوثوق بها



لا تهاون.. البكتيريا تقاوم

إشراف علمي / الدكتور محمد الشزلي
مدرس الاقتصاد الدولي - عضو الاتحاد الدولي
للمسألة - رئيس مجلس إدارة نقابة ملاك سيدات
المتجّع - عضو الهيئة الاستشارية للمجلة الطبية

أعد الملف /
معين النجوي - عبد الملك الجرموزي

العداء الحيوي الذي اكتشفه العالم الاسكتلندي الكسندر فلمينج بالصدفة في العام 1928م، وساهر في انتاج مئات الملايين من البشر حول العالم خلال أكثر من 90 عاماً، تحول في السنوات العشر الأخيرة إلى دواء مثبور للطفل ومشكلة عالمية.

وتسود مخاوف جديدة بين الأوساط والمهافل الصحية والعلمية من أن تصبح مقاومة البكتيريا لتلك المضادات من أكبر التحديات الصحية في هذا القرن، خاصة وأن نسبة الوعي بهذا المشكلة الجهيلية والثقافة متدنية للغاية.

وتوقعت تقديرات وتكديرات صحية أوروبية أنه بحلول عام 2050 قد يموت نحو 10 ملايين إنسان بسبب إصابات مقاومة للمضادات الحيوية. رقم مهول يقدر تصاعد الضغوط للتوعية بهذا الخطر الصحي الداهم، ويحث سبيل تداركة عالمياً، وهذا يحتم علينا في اليمن دق ناقوس الخطر خاصة في ظل نقص الوعي كبير بدهام المضادات الحيوية الدوائية والأعراض في تناولها وسوء استخدامها.

لذا واستشعاراً لمسؤوليتها تجاه المجتمع، أطلقت "المجلة الطبية" حملة (لا تهاون البكتيريا تقاوم) في العشرين من نوفمبر، واستمرت حتى 14 من الشهر ذاته، في مواقعها الإلكترونية، وسفحاتها في مواقع التواصل الاجتماعي، ويطلقها النون الصحفية. كتنوعية يحافظ الاستخدام المناسب للمضادات الحيوية، بالشراكة مع الشركة الدوائية الحديثة لمصنعة الأدوية، وبرعاية سلك "أوجمين"، وبالتزامن مع الأسبوع العالمي للتوعية بالمضادات الحيوية.

وتم تنفيذ الحملة، بإشراف علمي من قبل الدكتور محمد الشزلي، مدرس الاقتصاد الدولي، - عضو الاتحاد الدولي للمسألة، - رئيس مجلس إدارة نقابة ملاك سيدات المتجّع، وعضو الهيئة الاستشارية للمجلة الطبية.



ملف



من القضايا التي تهمنا في هذا الملف، هي مشاركة أطراف الصناعة التعليقية، لا سيما في فرنسا، في عملية تقييم جودة المضادات الحيوية الجديدة. ولما كانت هذه العملية من شأنها أن تؤثر على قرارات الموافقة على المضادات الحيوية الجديدة، فإننا نرى في هذا الملف، من خلال الحوار مع د. محمد التزيلي، رئيس مجلس إدارة نقابة صلاكا، سبلًا جديدة لتفعيل دور الصناعة التعليقية في عملية تقييم جودة المضادات الحيوية الجديدة.



"صيدليات المجتمع" تدعو إلى احتجاز مجموعة كبيرة من المضادات

واستخدامها أكثر إخمافاً لا تظل اعتماد تطبيقات فعالية واضحة ومعددة بمشاركة أطراف الصناعة التعليقية، لا سيما في فرنسا، استخداماً في الهمن أكثر من جعل استخدامها في فرنسا والمثلها والملكة المتحدة مجتمعة، حيث تسجل عشرات ملايين الوحدات ومن مساندر رديئة الجودة وأحياناً غير مطابقة للمواصفات. ويعتبر أن "جنون المقاولات لوصف المضادات الحيوية وبداهع التسبب المالية والمغريات غير الأخلاقية بين الشركات والأطباء للمضادات هو السبب".

وأضاف "ستتفد يوماً ككادر صحي لدى المريض بصوت ولا تصدر على إنشاده من جرثومة صغيرة تفكك به".

وقال رئيس مجلس إدارة نقابة صلاكا "صيدليات المجتمع" بدأنا بنشاطات متعددة بهذا الخصوص ولكن تحضير ودور الإدارة الصحية ونشاطات التطعيم -مهدداً عن ذلك- أعاق تلك الأنشطة بشكل ملحوظ".

وأعرب عن أمله "في وضع سياسات دولية واضحة وبنية وتهم زبائننا الأطباء لأهمية ترشيد المضادات والاعتماد على المزارع المعجوية في قرارهم مع المعرفة التامة والتواصل مع

الصيدلة لتكامل العمل بشكل منظم وفعال". وأكد التزيلي على أهمية دور التعليم العالي والمهني بإدراج برامج وأنشطة مراقبة لزيادة الوعي والمعرفة لدى الكادر الطبي، مشيراً إلى أن "كل مقاومة تكلف البلاد 13 ألف دولار للفرد، وموت المواطن من مقاومة المضادات يكلف 24 ألف دولار للفرد مع عزوف وشحة في إنتاج مضادات عالية لعدم جدواها الاقتصادية للشركات".

وأوصى "بتسجيل كل المضادات التي هي معتمدة علمياً وسريرياً وتمتلك شهادة ميلاد تسمى ATC code كإجراء مهم للأمن القومي مع وضع سياسات الترشيح والوصف والبروتوكولات العلمية اللازمة".

دعماً لرئيس مجلس إدارة نقابة صلاكا صيدليات المجتمع، الدكتور محمد التزيلي، إلى احتجاز مجموعة من المضادات الحيوية وذلك كتحذير استراتيجي للطوائف ويوصف مراقبة كوصفات الأدوية الخدرة للحفاظ على مضادات فعالة للمريض يعني للحالات المستعصية والخطيرة والطارئة، تعالماً كـ"الخطوات FDC" المتعددة والمطابقة للإرشادات والمعايير المقررة من منظمة الصحة وتمتلك ATC code وعدم إنزالها للسوق مباشرة والاحتفاظ بها للطوائف والعناية المركزة وتصرف بوصفات قانونية من استشاري وفق حساسيتها للأمراض محددة فقط.



د. محمد التزيلي

وتشدد الدكتور التزيلي -في تصريح خاص لـ"الجملة الطبية"- على ضرورة تكوين فريق AMS في كل محافظة وبمشاركة الجمعيات الطبية والنقابات الصيدلانية والمهنية وأن يتم استيراد الأدوية البيطرية تحت إشراف هيئة الدواء وعدم منح تصاريح خارج إدارة الهيئة وفقاً لسياسات حماية المضادات من المقاومة AMS. مضيفاً بأن أي مضاد بكتيري أو فطري للإنسان والحيوان لا بد أن يمر عبر الهيئة العليا للأدوية".

ويؤيد رئيس مجلس إدارة نقابة صلاكا صيدليات المجتمع إلى وضع بروتوكولات علاجية لكل تخصص طبي بالاشتراك مع الصيدلة والمختبرين، مؤكداً أن ذلك أمر في غاية الأهمية. وأشار الدكتور التزيلي إلى أن "برنامج حماية فعالية المضادات AMS يحتاج إلى تعاون وتنسيق بين الطب والصيدلة والمختبرات والطب البيطري وصحة البيئة، وإشراف لجان وزارية مسفرة".

وطالب بوضع الترويج الدوائي للمضادات الحيوية بتأني كما هو الحال مع الأدوية الخدرة لخطورة عشوائية وصف وترويج المضادات في غياب لجان AMS، لأن ذلك سيقلل ويرشد استخدام المضادات الحيوية بشكل أكثر عملية وجدية. وتابع "استيراد هبالات المضادات الحيوية في اليمن مخيف



ملف



الأقراص

- استخدام بعض
- المضادات الحيوية
- يسببها ضعف
- لقائمة الميكروبات
- لعدد ضخم
- من خلال مضاد
- مضاد علم وسور
- التيبت الحسية
- شدة الأثر الضار
- على الحساسية
- الحيوية
- الضوابط إلى
- المضاد وبالتالي
- تلك هذه المضاد
- الجيش



أطفالنا، ممتعة بأن التواعد تجعل عليها من الطبيب الفعّال الذي يشخص المرض ويعرف حجم الجرعة ومواعيدها .
 وأجمع الاختصاصيين ، الحيادي ، المحمدي ، الواسي ومشرح ، بأن أهم أسباب أجود الكثير من اليميين لاستخدام المضاد الحيوية بشكل كبير ، هي ضعف الوعي بالأضرار الناتجة عن استخدامها ، خاصة على الأمد البعيد ، بالإضافة إلى أن معظم المضادات في اليمن تباع المضاد الحيوية للثلاث بدون وصفة من طبيب .
 وطالبوا السلطات الصحية بضرورة إتخاذ إجراءات حازمة تحد من بيع المضاد الحيوية للمرضى الأخرى وصفة طبية صادرة من طبيب أو مستنقى أو مركز صحي .
 ودعوا إلى استغلال مناسبة الأسبوع العالمي للمضاد الحيوية لشكر الوعي بين الأهالي بالطرق والقواعد السليمة لاستخدام هذا النوع من الأدوية حتى لا يتحول من علاج إلى مصدر للخطر على صحتهم .

في حال التعامل العشوائي لهذه المضاد ، حد الولد .
 وأهدأ بنار تساؤل المضاد الحيوية بطريقة مفرطة وعشوائية يجعل الجسم عرضة للإصابة بأمراض الأعداء الإنتهازية كالتهاب القولون التلخري على سبيل المثال مدياً قد تؤدي أيضاً إلى الإصابة بالمسنة ، وبالتالي التعرض لمخاطر الأمراض المرتبطة بزيادة الوزن .
 مخاطر الاستخدام السيئ للمضاد الحيوية تتسبب أيضاً على الأطفال بشكل كبير ، خاصة هذه الأيام بسبب انخفاض درجة الحرارة وانتشار العدوى بين الصغار .
 وفي هذا السياق حضرت اختصاصية الأطفال الدكتور هورية الحمدي من استخدام المضاد الحيوية للوضع دون استشارة الطبيب لما قد تحتويه من مخاطر على صحتهم حيثها أو في الفترة القادمة .
 وقالت في حديثها لمدة عدول في عدالت قواعد طبية مهنية يجب على الأمهات بالذات الالتزام بها عند استخدام المضاد الحيوية لعلاج

الدكتور الخطابى : آثار صحية واجتماعية واقتصادية لاستخدام المضاد الحيوية بعشوائية



وأوضح بأن ارتفاع سعر المضاد الحيوية قد تلعب دوراً مهماً على حالة المريض النفسية وهذا يساهم في تقادم وضعه الصحي .
 وشدد على ضرورة استخدام المضاد الحيوي تحت إشراف طبيب مختص ، بأختارها أهم طريقة لتجنب المخاطر ومنها المقاومة ضد المضاد الحيوية التي تؤدي نتيجة عدداً عوامل منها الاستخدام العشوائي المفرط للمضاد الحيوي ، ونوع المضاد المستخدم وحجم ومدد الجرعة الحيوية .
 وتتم حديثه بالتأكيد على أن جودة المضاد من حيث المنشأ وطريقة التخزين وتوزيع الانتهاء ، يساهم في تطور المقاومة للمضاد ، بالإضافة إلى استخدام المضاد الحيوي في علاج الأمراض الفيروسية التي تصيب الجهاز التنفسي .

على الرغم من أن المضاد الحيوية تعتبر عموماً آمنة ، إلا أنها ارتبطت بسلسلة واسعة من الأثار الضارة على صحة المريض عندما يسى استخدامها ،
 وحسب للمعالي جراحة القلب الدكتور عبدالله الخطابى فإن هناك العديد من الأثار الجانبية التي يمكن أن تكون خطيرة جداً حسب استخدام المضاد الحيوية والكميات الميكروبية المستهدفة .
 وأكد في تصريح لـ "صحة" أن الاستخدام العشوائي للمضاد الحيوية يؤدي إلى عدة مشاكل صحية واجتماعية واقتصادية ، تعود سلباً على المريض إذا لم تستخدم بطريقة صحيحة .
 وتحت إشراف الطبيب المختص ، ومدد زمنية محددة وجرعة محسوبة .
 وأهدأ بنار هناك عدداً من الاعتبارات التي يتم مراعاتها من قبل الطبيب مثل ، وزن المريض واختيار المضاد الحيوي المناسب على حسب مكان الالتهاب بالإضافة إلى نوع الكليهما التي يتم التعرف عليها عن طريق إجراء فحص مزروعة .
 وقال الدكتور الخطابى أن المخاطر الصحية ليست كل شيء فهناك مشاكل اقتصادية تحل بالمريض تمثل في تكلفة المضاد الحيوي المرتفعة ، خاصة في ظل الوضع الاقتصادي المتردي ،



ملف



يحتاج الأطباء
والدراة الأولى
قبل الصيادلة
ومن ثم المجتمع
إلى تثقيف و
تغيير وتخليق
استخدام
المضاد
الحيوية

د. غلام ضبعان:

هناك أخطاء جسيمة بحق المرضى

أكد أخصائي علم الأحياء الدقيقة والمناعة السريرية، الدكتور غلام ضبعان، حاجة الأطباء أولاً قبل الصيادلة والمجتمع إلى تثقيف ووعي بفوائد ومخاطر استخدام المضادات الحيوية. وحذر الدكتور ضبعان -الذي يتواجد في دولة كندا منذ عدة سنوات- في حوار مقتضب مع المجلة الطبية - من الإسراف في استخدام المضادات الحيوية لأن ذلك يؤدي إلى طريق مأساوي واحد وهو خلق بكتيريا مقاومة للمضادات وبشكل قد يكون هتاكاً.. المزيد من التفاصيل والنصائح تضمنتها السطور التالي:

فإن ذلك يؤدي إلى طريق واحد مأساوي وهو خلق بكتيريا مقاومة المضادات الحيوية وبشكل قد يكون هتاكاً جداً بحيث لا يمكن علاج تلك البكتيريا المقاومة حتى باستخدام المضادات ذات الفعاليات الأقوية.

ولكن أن تتعلم معي انتشار بكتيريا شديدة المقاومة للمضادات في المستشفيات وكيفية تكون شديدة الضرر على المرضى الذين ربما دخلوا المستشفيات بسبب أمراض أخرى ليجلسوا إلى رصيدهم بكتيريا مقاومة للمضادات الحيوية قد تؤدي بحياتهم.

* متى تكون المضادات الحيوية ضرورية بالنسبة للمريض، ومتى تكون خطيرة على صحته؟

- وصف المضادات الحيوية يتم عندما يتأكد الطبيب للعلاج أن سبب الإصابة أو المرض هي بكتيريا وليست فيروساً، أو غيرهم من الميكروبات الأخرى. حيث أن المضادات الحيوية هي مكونات طبية خاصة تقتل البكتيريا وبذلك تكون مفيدة عند استخدامها في الوقت الصحيح والتشخيص الصحيح.

وغالبا يتم التأكد بأن سبب الإصابة هو مسبب بكتيري وذلك عن طريق الفحص المختبري. وهنا يتم معرفة المضاد الدقيق الخاص بالبكتيريا المسببة للمرض دون غيرها، هنا يكون استخدام المضاد في مكانه الصحيح بل إنه ينقذ حياة الكثيرين. لكنه سيكون دون جدوى عند استخدامه بدون معرفة المسبب وغالباً ما يتم ذلك للأسف وخاصة في الدول التي لا توجد فيها رقابة وتشديدات على استخدام المضادات الحيوية.



د. غلام ضبعان

* نصائح ومحاذير تحب أن توجهها بشأن استخدام المضادات الحيوية؟

- في الواقع يحتاج الأطباء بالدرجة الأولى قبل الصيادلة ومن ثم المجتمع، إلى تثقيف ووعي بفوائد ومخاطر استخدام المضادات الحيوية. ومن المهم جداً معرفته من قبل المرضى أنه يجب إكمال أخذ الجرعة كاملة للمضاد الحيوي الموصوف، أهم من قبل الطبيب حتى لو شعر المريض بالتحسن فربما يجب إكمال أخذ الجرعة كاملة.

* وإذا نسي المريض تناول المضاد الحيوي في وقته، ماذا يفعل؟

- عند نسيان المريض تناول المضاد الحيوي في وقته المناسب والمحدد من قبل الطبيب المفضل، يجب عليه الاستمرار بأخذ المضاد في وقته التالي.

* برأيك هل يسرف الأطباء الديميين في وصف المضادات؟

- للأسف يقوم الكثير من الأطباء وحتى الصيادلة بوصف المضادات الحيوية بشكل عام سواء كان المرض بسبب إصابة بكتيرية أو حتى فيروسية وخاصة إصابات الجهاز التنفسي العلوي بالذات أيام الشتاء وهذا خطأ جسيم وعند استخدام المضادات بشكل خاطئ وبشكل مسرف



ملف

توصف المضادات الحيوية للأطفال في هذه الحالات فقط

دعة الانتقادات حادة يتم توجيهها لبعض الأطباء بسبب وصفهم المضادات الحيوية للأطفال والرضع منهم على وجه الخصوص، لكن أخصائي أمراض الأطفال الدكتور هزاد مهيوب، أكد في حوار مع "المجلة الطبية" - أن وصف المضادات الحيوية لا يتم إلا عند الضرورة وحين تستدعي حالة الطفل المريض ذلك تفاصيل أكثر في السطور التالية،

مقاومة المرض،

كحليب متسّس تصنف مضادات حيوية للأطفال المرضى، وما أبرز تلك المضادات ومدى مأمونيتها؟

نحن حريصون على عدم استخدام المضادات الحيوية إلا عند الحاجة لها لعلاج الأمراض الناتجة عن مهاجمة البكتيريا والكائنات الدقيقة للطفل، والإصابات بالأمراض البكتيرية متعددة ومتنوعة حسب نوع البكتيريا ومكان الإصابة، مثلاً البكتيريا التي تهاجم الحلق عند الرضيع وتسمى له ارتفاع درجة الحرارة وعدم القدرة على الرضاعة والتواء المعانة وتبين وجود التهابات مع تضخم بالحلق أو التورخين ووجود تقبضات في المرحلة المتأخرة لمرحلة الطفولة، هنا من الضروري أن نعلمه معشراً حورياً مثل البنسلين أو الأوجمندين وكل عصر له علاج وجرعته الخاصة للمريض وكذلك التهابات الأذن الوسطى تحتاج مضاداً مثل الأموكسيسيفلين، والتهابات الرئتين المنتشرة البكتيرية التي تسبب تقبضات في الرئتين فمن الضروري إعطاء المريض المضاد الحيوي المناسب مثل الأرترومايسين أو الأزابرومايسين وكذلك عند التهابات الشفيدة تعطى حقن مضاد حيوي.

إعطاء المضاد بالتسوية للمرضى ليس خطأ... من الذي ينتقد الأطباء بدون علم عن مخاطر هذه الأمراض... إذا لم تعط المضاد الحيوي المناسب لتجنب حياة الرضيع من الموت، لا قدر الله أو الحمى الشوكية فقد يتسبب له المرض بإعاقته للأبداً طيلة حياته.

وهناك علاجات لا تعمل لمرء أقل من شهر أو شهرين وكذلك علاجات ممنوعة لمرء أقل من 8 سنوات مثل تتراسيكلين وعلاجات ممنوعة لأقل من 18 سنة... إن لكل عمر وعرض المضاد المناسب له.



د. هزاد مهيوب

هل تتسبب المضادات الحيوية بتدمير مناعة الأطفال؟

أحتر هنا من أن استخدام المضاد الحيوي دون تشخيص أو دون الرجوع للطبيب، يترتب عليه حصول أضرار بالغة للمرضى على صحة الطفل، فهي تعجز مناعته إذا لم يكن التشخيص مناسباً ويحتاج مضاداً وكذلك نوعية المضاد المناسب لكل عرض.

ولأسف في اليمن يتم شراء أدوية المضادات من الصيدليات بصورة عشوائية وبدون وصفة طبية، وهذا مرفوض ومضوح في كل دول العالم سداً بعداً بلاننا رغم أن القانون يمنع ذلك ولكن ينقص الالتزام والتطبيق.

وأخيراً التهابات سحايا الدماغ وعواقبها الوخيمة، هنا نقرر وفور الطفل بالمستشفى واستخدام مضاد قوي مثل السيفالوسبورين من الجيل الثالث، ونستعمل بالفحوصات المخبرية والزراعية في الحالات الضرورية كي تبين لنا نوع البكتيريا والمضاد الحيوي الفعال لها، وكذلك التهابات المسالك البولية وما تصاحبه من علامات تكرار البول ولون ورائحة البول المتغيرة.

هناك انتقادات للأطباء الذين يصفون المضادات الحيوية للأطفال الرضع في عمر الشهر والشهرين، ما السبب؟

الأطفال في عمر الشهر أو الشهرين المسابين بأسراض مختلفة مثل التهابات الجهاز التنفسي أو التهابات السحايا عند الرضع هنا ضروري من ترقيد المسارين وإعطائهم المضاد بصورة عاجلة وعمل الفحوصات اللازمة لتأكيد تشخيص المرض، وهم أشد حاجة للمضاد من الكبار لأن مناعتهم ليست قوية ولا تستطيع

فلاك علاجات
بعض نمر الف
من أشد أو شهرين
وبذلك علاجات
منشقة لمر
أقل من 8 سنوات
مثل تتراسيكلين
وعلاجات
ممنوعة لأقل من
السنه للركن
عذر ومرض الكبد
التي يسببها





ملف

وقفة مع المضادات الحيوية في اليمن

المضادات الحيوية، بتعريف مبسط، هي أدوية تستخدم لقتل أو تثبيط البكتيريا المسببة للمرض وتنتشر إلى مسع مجموعات وفق آلية عملها، لكن أبرز تلك المجموعات استخدامها في اليمن هي التي تثبط تصنيع جدار الخلية (Cell wall synthesis inhibitor) وبالأخص مثبطات Beta lactamase البنسلينات والسلفيسوريئات.

تستخدم المضادات الحيوية عند الإصابة البكتيرية فقط بينما الإصابات الفيروسية مثل الزكام والإنفلونزا يفضل استخدام الأدوية التي تخفف من تلك الأعراض، ويشغل كل مضاد حيوي على نوع معين من البكتيريا لذلك، من الأفضل التنبؤ التي يفترض أن يركز عليها أي معالج، هو أن عليه معرفة البكتيريا النسبة قبل المعالجة.

فمثلاً أهم البكتيريا النسبة لإصابة الجهاز التنفسي العلوي Streptococcus pneumoniae, Haemophilus influenzae, Staphylococcus aureus ومن خلال معرفة نوع الإصابة سيقرر الطبيب، باختيار الدواء المناسب للمريض، غير أن هناك أنواعاً من العدوى خصوصاً عدوى الجهاز البولي لا يستطيع الطبيب معرفة نوع العلاج المناسب للمريض إلا بعد عمل فحص مزرعة بول (Urine culture) وتحدد نتيجة الفحص الأدوية الفعالة والتي لا يمكن للبكتيريا مقاومتها، وعليه يقرر نوعية العلاج.

لكن ما هو ملاحظ في واقع المجتمع اليمني، أن هناك مشكلة كالتالي أنه إلى حدوث مقاومة للمضادات الحيوية (Resistant) عند غالبية المرضى في اليمن وأصبح لا جدوى من استخدامها معهما البنسلينات والثلاثة الأجيال الأولى من السلفيسوريئات والسبب عدم تناول الجرعة كاملة، بمعنى آخر هو أن المريض وعند استخدامه المضاد الحيوي تضعف لديه البكتيريا ويشعر المريض بالتحسن فيتوقف عن استخدام الدواء، وهنا تكون المشكلة.

فبعد الإصابة مرة أخرى تتكاثر البكتيريا التي نجحت من العلاج بسبب عدم إكمال المريض للجرعة وتبقى خلاياها متواجدة عند استخدام العلاج مرة أخرى فتصبح البكتيريا مقاومة للعلاج وأكثر فتكا بالمريض. بهذه الحالة يلجأ الطبيب إلى تغيير العلاج بمضاد حيوي أقوى كون العلاج السابق أصبح لا جدوى من استخدامه. ومع الإصابات المتكررة تمتد كل الخيارات الممكنة ويصبح المريض لا يستجيب لأي مضاد



د. حسن / مطيع البوكري



هناك مشكلة
قاربه التي إلى
حيوية مقاومة
المضادات
الحيوية في اليمن
والسبب عدم
تناول الجرعة
كاملة



حيوي

بالإضافة إلى ما سبق، بعض المرضى لا يلتزمون بتناول الجرعة في موعدها، عموماً على ذلك هناك مرضى لديهم هوس في استخدام المضادات الحيوية ويثابرونها بشكل مفرط، ومن غير المثل أن تلقى بالهزيمة كلها على المريض فقط، بصرف النظر عن مستوى وعيه. فالطبيب قد يكون في حالات كثيرة أحد أسباب المشكلة، يحدث ذلك حين يقوم بوصف مضاد حيوي غير ضروري أي حين تكون الحالة المرضية لا تستدعي استخدام المضاد الحيوي أو بدون معرفة البكتيريا النسبة. الفيدلسي اليمني أيضاً، منهم بشكل أساسي عندما يقوم بصرف نصف الجرعة للمريض بحجة أن المريض لا يمتلك المبلغ الكافي للشراء، بل أصبح بعض الصيدالبيين يعيون مضافاً حيوياً بالحبية، وهذا يعد، جزءاً كبيراً بحق الطب، والصيدلة، ومهولة بتوجب خسارها. هناك نقطة أخرى مهمة أيضاً، نفس القلب، الطبيب أو الصيدلي لا يوضح للمريض حول بعض الأمراض التي تثار فاعليتها بوجود الطعام في المعدة ويحصل استخدامها على معدة فارغة ويتم الاكتفاء بعدد مرات الاستخدام خلال اليوم الواحد.

الأطفال أكثر الضحايا

الأطفال اليمنيون أكثر ضحايا الاستخدام العشوائي للمضادات الحيوية والطبيب غالباً ما يكون السبب في المشكلة، يسعى الطبيب لصرف وصفة سحرية تجعل الطفل يتحسن بشكل سريع، أغلب الظن، لكن يشك الأسرة العليل بأنه طبيب خارق للعافية وعبقري زمانه، على أن المشكلة لا تكمن في أن الطبيب قام بوصف مضاد حيوي فحسب، بل لأنه أخطأ مضافاً حيوياً قوياً، وملح الطفل عن استخدام الخيارات الأولى من المضادات الحيوية ودعم الجهاز المناعي للطفل، وكثير الطفل وكثير معه العائلة ويستسلم في كل مرة للعدوى، فلا خيارات أخرى ستمتلكه من التغلب على المرض.





PROTECT WHAT YOU LOVE



ملف

الإسهال المصاحب للمضادات

خطورة، وفضلاً عن أن عدوى المثلثة العسيرة يمكن أن تؤدي إلى لين
البراز وزيادة التبرز، يصاحبا أن تسبب ما يلي
إسهال وجفاف شديدان.
آلم أو تقلصات مؤلمة في الجزء السفلي من البطن.
حمى خفيفة.
غثبان.
فقدان الشهية.

عنى تكرر الطفيلية

في حال اشترت مؤشرات وأعراض الإسهال
المرتبطة بالمضادات الحيوية، يشرح خبراء الصحة
بمستشارة الطبيب فوراً، كي يوصي الطبيب بإجراء
اختبارات مثل فحصات البراز أو الدم، لتحديد
السبب.

موقع Mayo Clinic

بالنسبة للعالية العظمى، يصاحب الإسهال
المصاحب لتناول المضادات
الحوية بعض العلامات
والأعراض الخفيفة مثل
البراز الرخو،
التبرز المتكرر
من المحتمل أن يبدأ الإسهال المصاحب
لتناول المضادات الحيوية بعد حوالي أسبوع
من بدء تناول المضادات الحيوية. على
الرغم من ذلك، أحياناً لا يحدث الإسهال
ولا تظهر الأعراض الأخرى إلا بعد أيام أو حتى
أسبوع من الانتهاء من العلاج بالمضادات الحيوية.
عدوى المثلثة العسيرة
المعدية العسيرة، يمكنها إنتاج السموم يمكن أن
تسبب إسهالاً مرتبطاً بالمضادات الحيوية الأكثر



حساسية البنسلين

الحساسية من البنسلين عبارة عن تفاعل غير طبيعي لحاجز المناعة لديك تجاه البنسلين في دواء المضاد الحيوي، ويوصف البنسلين لعلاج عدة
أنواع من العدوى البكتيرية.
تشمل العلامات والأعراض الشائعة لحساسية البنسلين الشرى والطفح الجلدي والحكة. تشمل التفاعلات الحادة الناق وهي حالة طبية مهددة
الحياة تؤثر على عدة أجهزة بالجسم.
أخذ أظهرت الأبحاث أن حساسيات البنسلين قد تطوّر على مبالغه — وهي مشكلة يمكن أن تنتج عن استخدام علاجات مضادات حيوية
أقل ملامة وأكثر تكلفة، ولهذا فإن التشخيص الدقيق مطلوب عند الشك في وجود حساسية من البنسلين للتأكد من خيارات العلاج المثلى
في البنسلين.
يمكن أن تؤدي مضادات حيوية أخرى أيضاً، وخاصة ذات الخصائص الكيميائية الشاهبة للبنسلين، إلى تفاعلات حساسية.

موقع Mayo Clinic



قواعد استخدام المضادات الحيوية لعلاج الرضع

مخلص مهما بدت أعراض المرض معتادة في مثل هذا السن.
وفي السياق ذاته نهبت اختصاصية الأطفال إلى عدم من الأخطاء التي
يرتكبها الأهالي أثناء علاج أطفالهم بالمضادات الحيوية، كالتوقف عن
استكمال الجرعة في حال شعروا بتحسن الطفل، موضحة أن هذا
التصرف قد يساهم في إكساب العدوى مقاومة وعودتها بشكل
أقوى مما يضطر الطبيب لإعطاء الطفل مغداداً حيوياً أقوى من
السابق، لذلك من المهم أخذ الجرعة كاملة.
كما يجب الحرص على مواعيد أخذ المضادات بحسب وصف
الطبيب المعالج، فالقواعد تختلف باختلاف نوع المضاد
الحيوي ونوع العدوى عند قولها.
وفي ما يتعلق بالمشة التي يصاحبها المضاد الحيوي يظهر
ألم في البطن، قالت الحمدي أن اللثة تختلف من
طفل إلى آخر ومن مرض إلى آخر، لأن ذلك يخضع لمدي
حساسية الكبريتا تجاه المضاد بالإضافة إلى قدرة الجهاز
التأهلي على استعادة هدوئه بعد التخلص من الكبريتا
الطوارف.
وتمت حديثها بإعادة التأكيد على ضرورة استكمال الجرعة
مهما بدأ الطفل قد استعاد صحته وتلايت أعراض العدوى
تماماً.



حدثت اختصاصية الأطفال الدكتور فوزية العمري من استخدام المضادات
الحيوية للرضع دون استشارة الطبيب، لما قد تحتويه من مخاطر على
صحته حينها أو في الفترة القادمة.
وأشارت بأن بعض الأمهات يسارعن في إعطاء أطفالهن مضادات
حيوية بمجرد ظهور بعض الأعراض عليه، وهذا يؤثر سلباً
على أداء الجهاز التاهلي عند الطفل الذي يتجاوز دوره حول
مقاومة الأمراض.
ووفقاً له الحمدي، يسارع الأهالي إلى إعطاء الأطفال مضادات
حيوية رغم أن الكثير من الأمراض التي تسبب الرضع
ناجمة عن عدوى فيروسية، والتي لا يمكن أيضاً علاجها
بالمضادات الحيوية المعالة في علاج التهابات الكبريتية.
مدية إلى أن استخدام هذه الأدوية في مثل هذه الحالات قد
يساهم في القضاء على الكبريتا النافعة في جسم الطفل
ويؤدي إلى مقاومة المضادات الحيوية لاحقاً ما يعرض الطفل
لتأخر صحته.
ورغم أن هناك أمراض تصيب الرضع يمكن معالجتها بالمضادات
الحيوية مثل التهاب الأذن الوسطى الحاد والتهاب الحلق العقدي
والتهاب الجيوب الأنفية البكتيري إلا أن الدكتور شددت على
عدم استخدام المضادات الحيوية للرضع إلا باستشارة طبيب

سواء الأختلى إلى
استاد الأطفال
مضاد حيوية
رغم أن الكثير
من الأمهات التي
تسارع في إعطاء
أطفالهن مضاد
حيوية والتي
لا يمكن أيضاً
علاجها بالمضاد
الحيوية المعالة
في علاج التهابات
الكبريتية



ادوية مهمة في ميزان الصحة



ملف



عندما تتكاثر الجراثيم الضارة بعد التوقف عن تناول المضاد الحيوي وتعتبر الجسم لاحتلال الإصابة ببعض المضطربات النفسية كالكتئاب والقلق بنسبة أكبر مقارنة بمن يلتزمون بالإرشادات الطبية بشأن استخدام المضاد الحيوي.

وأما عن الجهاز التنفسي ومرضى السكري، بالإضافة إلى أمراض المفاصل التي قد تكون مزمنة وعادةً ما تتكاثر الجراثيم القادرة بعد التوقف عن تناول المضاد الحيوي وتُسبب ترميم الأمعاء المتضررة، ولكنها قد لا تتسبب من ذلك إلا حالة التعاطي العشوائي لهذه المضادات.

كما يشير إلى أن تناول المضاد الحيوي بطريقة مفرطة وعشوائية يجعل الجسم عرضة للإصابة بأمراض الأمعاء الانتهازية كالتهاب القولون التقرحي على سبيل المثال أيضاً يتأثر عمل الجهاز الهضمي باستخدام المضاد الحيوي، إن من حيث الاستهلاك من دون وصفة طبية أو من حيث الاستخدام المفرط لها - إلا

أن تناولها بشكل عشوائي وغير مسؤول قد يعرض الجسم لاحتلال الإصابة ببعض المضطربات النفسية كالكتئاب والقلق بنسبة أكبر مقارنة بمن يلتزمون بالإرشادات الطبية

بشأن استخدام المضاد الحيوي. ويشير إلى أن المضاد الحيوي قد يمتد في علاج الأمراض التي تسببها البكتيريا مثل التهاب اللوزين والالتهاب الرئوي والتهاب المثانة والتهاب السحايا على سبيل المثال - إلا حين ليس لها أي تأثير على العدوى التي تسببها الفيروسات وبالتالي فهي لا تساعد في علاج الإنفلونزا كما يعتقد البعض.

أخصائي جراحة الفم والوجه والفكين بمستشفى الثورة العام

د - معين عواض
غالباً ما يتم اللجوء إلى امتهلاك المضاد الحيوي اسطفاً من الحاجة إلى التأثير بشكل قوي على حياة البكتيريا أو بمعنى آخر بهدف قتل مسببات الأمراض ومنع نموها.

من هنا، فإن المضاد الحيوي تُعتبر من الأدوية الهامة، إلا أن الإهمال، في استهلاكها وإساءة استخدامها يضر أكثر مما ينفع ويمكن أن يعرض الجسم للعديد من المخاطر أبرزها الإضرار بالجهاز المناعي، إذ يعدد الطبيب الموصف المضاد الحيوي في محاولة لمساعدة الجهاز المناعي على التغلب على الجراثيم التي تصفه قوة، ولكن الاستخدام العشوائي للمضاد الحيوي يمكن أن يضر بمناعة الجسم بدل تحفيزه على محاربة البكتيريا، وذلك عن طريق

فقد الجراثيم القادرة على الحد سواء ما يُصح المجال للجراثيم الضارة بالتكاثر والنمو كما أنه من المحتمل أن يؤثر استخدام المضاد الحيوي بشكل عشوائي على وزن الجسم، إذ أنه قد يؤدي إلى الإصابة بالسمنة خصوصاً في حال تناوله من دون وصفة طبية. ولا شك في أن السمنة تُعرض الجسم بدوره إلى العديد من المخاطر والأمراض المزمنة، مثل أمراض القلب والسكريين



وحده الطبيب من يقرر الدواء الآمن للأم الحامل

تعتمد سلامة المضاد الحيوي بالنسبة للمرأة الحامل على عوامل مختلفة، منها نوع المضاد الحيوي ومواعيد وكمية تناوله، وآثاره المحتملة.

وتوصف المضاد الحيوي بالعادة أثناء الحمل، ولكن يجب أن يكون ذلك وفق شروط أبرزها، اختيار نوع الدواء بعناية من قبل الطبيب المعالج، لأن بعض المضاد الحيوي قد يكون تناولها مناسباً أثناء الحمل، إلا حين أن بعضها الآخر ليس كذلك.

ووفقاً لأخصائية أمراض النساء والولادة، الدكتورة بشرى وليد، يقول إن طبيب النساء ينظر إلى وصف مضاد حيوي بسبب وجود التهابات شديدة، والتي من شأنها التسبب بمضاعفات للأم أو الجنين وبعضها قد تصل إلى درجة الاجهاضات.

وقالت الدكتورة يفوز في تصريح خاص للمجلة الطبية إن المضاد الحيوي الآمن على صحة المرأة الحامل وجنينها أنواع مختلفة، وكل مرحلة حملها لها مضاد مناسب، وشددت على عدم استخدام الحامل لأي أدوية أو مضاد حيوي بشكل خاص إلا بإشراف الطبيب، تجنباً لوقوع أي مضاعفات قد تؤثر على صحة الأم الحامل والجنين.





PROTECT WHAT YOU LOVE



ملف



اوجمين دي .. ابتكار الدوائية يضع حدا لسنوات من معاناة الأسرة اليمينية

لتناول الهواء بجراحات منتظمة لمدة لا تزيد على أسبوع ويؤدي بقاء حمض كلافوليك في الماء إلى تكسره ما لم يحفظ في وسط بارد نسبياً دون درجة التجميد.

حسنت الدوائية على حالتها توفير الدواء بشكل آمن لكل مناطق اليمن لا سيما الريفية والساحلية وباعتبارها حد قول الحياصي «عاني من مشكلات توفير الطاقة الكهربائية إلزامية لتشغيل المبردات وبالتالي فإن المضادات الحيوية المستوية على حمض الكلافوليك تكون عرضة للتكسر وفقدان فعاليتها مما يؤدي إلى فشل المضادات الحيوية في القضاء على البكتيريا واستمرار معاناة المريض وزيادة العبء عليه مالياً واقتصادياً».

جاء الحل من (اوجمين-312) الذي تركز فكرته على التحول من إحلال الدواء في الماء داخل العبوات الزجاجية إلى تطوير المنتج بشكل أقراص دائرية بحيث يتم إحلال كل قرص أو جرعة في نصف كوب، من الماء وتتواله مباشرة بدون الحاجة إلى حفظ بقية المحلول أو الجرارح في التلاجة.

ولكي يكون (اوجمين-312) مستخدماً ومعبوراً عند الانتقال تم تزويده بتغليف التواكه المشكفة ، لكن الأهم أنه أصبح يتناول جرعة في كوب بدلاً عن التلعة. الشركة الدوائية الحديثة خبرة كبيرة في مجال تصنيع المضادات الحيوية كونها أول مصنع محلي متخصص بإنتاجها منذ أكثر من عشرين عاماً ولهذا طورت هذا المنتج بناءً على دراسات ومضوحات ميدانية لوضع الصيغيات التي يعاني منها المرضى في المناطق الريفية والحدودية خصوصاً حيث وفدت الشركة ابتكاراً للدواء (GSK) بتطوير هذه الصيغة الدوائية الجديدة (أقراص دائرية) في بلدان تعاني من ظروف تخزين



د. إبراهيم الحياصي

الوقوف عند مستوى نجاح معين يعني بداية التراجع، وهذا ما لا يوجد في أصداء الشركة الدوائية الحديثة لتساعة الأدوية، ولا يتوافق مع رسالتها التي تركز على صحة الإنسان وسعادته.

ومن هذا المنطلق دشنت الشركة مؤخرًا صنف (اوجمين-312) أقراص دائرية لتكون إضافة مميزة وبنوعية لسوق الدواء اليمني كون هذا المنتج يحسن الاستخدام الرشيد للمضادات الحيوية من خلال ضمان فعاليتها لعلاج العدوى البكتيرية التي تصيب الأطفال بحسب مدير دعم التسويق وتطوير الأعمال بالشركة الدكتور إبراهيم الحياصي.

يقول الدكتور الحياصي: «وقد فريق الدوائية فترة طويلة منشغلاً وراحاً عن حل عملي يقدم من خلاله معالجة لأهم مشاكل الأسرة اليمينية المتمثلة في عدم قدرتها في حفظ دواء (Co-Amoxiclav) المضاد الحيوي الذي يتوفر في العالم بشكل سيديالتي وأحد خاص والأطفال وهو العبوة الزجاجية التي يضاف إليها الماء ويحفظ في التلاجة ويعدجة برودة معينة إلا أن اليميني يعانون من انقطاع التيار الكهربائي سيما في المناطق الحارة».

وحسب الدكتور إبراهيم الحياصي فإن التحايل لا يأتي من البرة الأولى فهذا الأمر فريق البحث والتطوير في التجارب حتى حققوا ما سعوا إليه ليسجل (اوجمين

د أقراص دائرية) ابتكاراً جديداً للشركة الدوائية بعد أن نجحت من خلال إنتاجها لهذا المنتج الذي تركزت فكرته على التحول من إحلال الدواء في الماء داخل العبوات الزجاجية إلى تطوير المنتج بشكل أقراص دائرية بحيث يتم إحلال كل قرص أو جرعة في نصف كوب من الماء وتواله مباشرة بدون الحاجة إلى حفظ بقية المحلول أو الجرارح في التلاجة.

ويعد (اوجمين-312) الاسم التجاري لـ (Co-Amoxiclav) المضاد الحيوي الرائد في مكافحة العدوى الناتجة من البكتيريا المقاومة للمضادات الحيوية والذي يتكون من مادتين الأولى أموكسيسيلين (Amoxicillin) مضاد حيوي واسع النطاق يتميز بفاعلية ضد البكتيريا الموجبة والسالبة الغرام والمادة الثانية حمض كلافوليك (Clavulanic Acid) الذي تقوم بتثبيط إنزيمات البيتا لكتاميز (Beta - Lactamase Enzyme) التي تنتجها البكتيريا كوسيلة دفاعية ضد المضادات الحيوية وتعمل على تكسير حلقة البيتا لكتام (Beta - Lactam Ring) للمضاد الحيوي مما يؤدي إلى فشله في القضاء على البكتيريا.

أما عند وجود حمض كلافوليك فإنه يرتبط مع إنزيمات البيتا لكتاميز التي تنتجها البكتيريا ويعملها من تكسير حلقة البيتا لكتام وبالتالي يحافظ على أموكسيسيلين ويحسن فاعليته ضد البكتيريا المقاومة للمضادات الحيوية. يقول الدكتور إبراهيم الحياصي «إنها تركيبة مهمة لذلك قامت العديد من شركات الأدوية في العالم بتصنيعها بشكل وراكيز وصيغ سيديالنية مختلفة منها الأقراص اللياليدن والأشربة الجافة والقطرات النعمية للأطفال وكذلك اللياليدن» مديها «الأشربة الجافة لم تحظى نجاحاً في المناطق الحارة والقالية بسببها ان حمض كلافوليك حساس للحرارة والرطوبة ويحتاج إلى ظروف نقل وتخزين ملائمة (أقل من 25 درجة مئوية) قبل الاستخدام. أما عند الاستخدام فيجب أن يحفظ في مبردات (تلاجات) مابين 2 إلى 8 درجات مئوية بدون تجميد وذلك لأن الأشربة الجافة يتم تصنيعها بإحلالها مع الماء في قارورة زجاجية ومن ثم يتم

اوجمين-312) الذي تركز فكرته على التحول من إحلال الدواء في الماء داخل العبوات الزجاجية إلى تطوير المنتج بشكل أقراص دائرية بحيث يتم إحلال كل قرص أو جرعة في نصف كوب، من الماء وتتواله مباشرة بدون الحاجة إلى حفظ بقية المحلول أو الجرارح في التلاجة.





خوذة تعالج الخرف

من أشخاص في منتصف العمر يعانون من ضعف إدراكي. وتعمل الأشعة تحت الحمراء في هذا الجهاز في البحث عن استجابة حسية للخلايا والأنسجة داخل الدماغ، وتكون بطول موجي معين ومناسب بحيث يقدر الشخص على ارتدائها في المنزل.

وخلال التجربة تم عمل الاختبار لمدة 3 أيام لكي يتم معرفة مدة تأثير استخدام الخوذة في تغيير الوظيفة الإدراكية حيث كان لكل مشترك خوذة يتم ارتدائها مرتين يومياً لمدة 6 دقائق في كل مرة.

ونظراً للنتائج المبشرة جداً، فستكون الخطوة التالية للأطباء هو التوسع في التجارب السريرية ليتم عمل تجارب أكثر على فئات مرضية كثيرة بحالات مختلفة، لإثبات النتائج التي توصلوا لها بصورة أكبر والتعرف على الفوائد طويلة المدى لاستخدام الخوذة.

هناك نهج جديد متبع الآن لعلاج مشاكل الخرف، وهو عن طريق الأشعة تحت الحمراء حيث تم اختراع خوذة جديدة تعالج الخرف والزهايمر والضعف الإدراكي.

وكان العلماء قد درسوا مدى تأثير الأشعة تحت الحمراء على الدماغ، وذلك لاستخدام هذه الأشعة في علاج أمراض الدماغ المنتشرة والشائعة مثل الخرف والزهايمر والضعف الإدراكي وغيرها.

لذا تم تصميم خوذة جديدة تعتمد على العلاج بالضوء، وهذه الخوذة تعرف باسم (PBM) وهو جهاز تعديل ضوئي، حيث أن الخوذة مصممة لتبعث الأشعة تحت الحمراء للدماغ. كما أنها سهلت الاستخدام حيث يتم استخدامها في المنزل وارتدائها، وهذه الخوذة ساعدت بالفعل على تحسين الذاكرة والوظائف الحركية لدى الأشخاص الذين تمت عليهم التجارب.

ولهذا يتم تكثيف الجهود لاستخدامها بشكل أساسي في

علاج الخرف والزهايمر. AD-

هذه VERTISEMENT

التجربة والدراسات

تم ببريطانيا من

فريق طبي كامل.

وتمت التجارب

على الكثير

“

تعمل الأشعة تحت الحمراء في هذا الجهاز في البحث عن استجابة حسية للخلايا والأنسجة داخل الدماغ، وتكون بطول موجي معين ومناسب بحيث يقدر الشخص على ارتدائها في المنزل.



العنوان : اليمن - صنعاء - حدة شارع 24 المتفرع من 14 أكتوبر

جوار مسجد التوحيد ومحطة 14 أكتوبر 734507507



مستشفى لبنان
Lebanon Hospital



مهدت دراستان بريطانيتان حديثتان الطريق لتحسين علاج سرطان الثدي لدى بعض النساء، من خلال خفض مدة العلاج الإشعاعي إلى خمسة أيام بدلاً من عدة أسابيع.



علاج سرطان الثدي خلال أيام

وقد عزّزت دراسة نشرت في مجلّة "جورنال أوف كLINICAL أونكولوجي" على مدى عشر سنوات نتائج علاج بالطبّ الإشعاعي بأسلوبين مختلفين مع نساء مصابات بسرطان محصور الانتشار، عندما خضعت الفئة الأولى لخمس وعشرين جلسة موزّعة على خمسة أسابيع، في حين أجرت فئة ثانية من النساء جلسة واحدة في الأسبوع على خمسة أسابيع، وخلصت الدراسة إلى أن لا فارق في نتيجة العلاج من حيث الفاعلية والآثار الجانبية. بينما ركّزت دراسة ثانية نشرت تفاصيلها في مجلّة "ذي لانسييت أونكولوجي" على المقارنة بين منهج أصبح واسع الانتشار يقوم على 15 جلسة خلال ثلاثة أسابيع وآخر جديد يقتصر على خمس جلسات في خمسة أيام، وأثبتت النتائج عدم وجود أي فارق بين النهجين.

مهدت دراستان بريطانيتان حديثتان الطريق لتحسين علاج سرطان الثدي لدى بعض النساء، من خلال خفض مدة العلاج الإشعاعي إلى خمسة أيام بدلاً من عدة أسابيع. واعتمدت الدراستان على مقارنة بين طريقة العلاج المتعارف عليها واستخدام الذكاء الاصطناعي الذي أصبح قادراً على التنبؤ بسرطان الثدي قبل أكثر من 4 سنوات من ظهوره، غير أن الطريقة الثانية لا تنطبق على كلّ النساء في الوقت الراهن، إذ يستخدم معهد غوستاف روسي هذه الطريقة مع النساء اللاتي تخطّين الستين من العمر ويعانين سرطاناً محصوراً لم يبلغ بعد الخلايا العقدية. المقاربة الجديدة بين الطريقتين اعتمدت في المستشفى الفرنسي في شباط / فبراير بعد صدور الدراستين البريطانيّتين في 2020 أظهرتا نجاعة هذا العلاج.

"إذا كان الفيروس قاتلاً كضيقس إيبولا، فإن انتشاره يكون سيئاً" بينما هناك فيروسات مثل SARS-CoV-2 الذي يعد من الفيروسات سريعة العدوى ولكنه يقتل 2-4 بالمائة من المصابين فقط،

الكشف عن الفيروسات الأكثر خطراً على البشر

طولية. وفي سياق آخر يشير البروفيسور، في حديث إلى القناة التلفزيونية الخامسة، إلى أن إنتاج فيروسات واستخدامها كسلاح بيولوجي ليس فعالاً، بسبب العجز عن التحكم بها فهي تؤثر على الجميع بصورة عشوائية، وإنما يمكن استخدامها بمثابة "قزاعة" في الحرب المعلوماتية، حد وصفه. ونفى أن يكون العلماء يعرفون شيئاً عن الفيروسات المصنعة، لعدم توفر أي دليل ملموس على وجودها، لذلك لا يمكنها أن تشكل خطورة على البشرية، مؤكداً أن لفيروسات الطبيعية هي التي فعلاً تشكل خطورة كبيرة على البشرية.



كشفت البروفيسور أليكسي أغرانوفسكي، أستاذ قسم علم الفيروسات في كلية الأحياء بجامعة موسكو، نوع الفيروسات الأكثر خطورة على البشرية، مشيراً إلى وجود نوعين من الفيروسات، النوع الأول قاتل ولكنه ضعيف الانتشار، والنوع الثاني ليس مميتاً ولكنه شديد العدوى وينتشر بسرعة، وهذا النوع خطورته أكبر. وقال "إذا كان الفيروس قاتلاً كضيقس إيبولا، فإن انتشاره يكون سيئاً" بينما هناك فيروسات مثل SARS-CoV-2 الذي يعد من الفيروسات سريعة العدوى ولكنه يقتل 2-4 بالمائة من المصابين فقط، أي أن مهمة هذا النوع من الفيروسات هي إصابة أكبر عدد ممكن وقتل 2-4 بالمائة من المصابين فقط، والبقاء فترة



زيادة محيط الخصر خطر على الكبد

ربطت دراسة نشرت في مجلة Diabetologia بين زيادة محيط الخصر وخطر تليف الكبد الخطير، خاصة في حالات مرض السكري. وأظهرت الأبحاث التي أجراها فريق الدكتور تيفين فيدال تريكان من مستشفى لاريويسير في باريس؛ أن تراكم الدهون حول الخصر يمكن أن يزيد أيضاً من خطر الإصابة بتليف الكبد لدى الأشخاص المصابين بداء السكري من النوع الثاني. ويتميز مرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD) بتراكم الدهون في الكبد، والذي يمكن أن يتطور إلى تلف خطير في الكبد، وأحياناً يكون مميتاً، وفقاً للأبحاث التي أثبتت أن حوالي 20-15% من المصابين بداء

السكري من النوع الثاني يعانون منه. وفقاً لموقع "فام أكتويال" توصل الباحثون إلى أن السننيمتر الإضافي من محيط الخصر يمثل زيادة في خطر الإصابة بالتليف المتقدم لدى الأشخاص المصابين بداء السكري من النوع الثاني نسبة 5%، لذا، فإن مراقبة محيط الخصر الآن يجعل من الممكن الكشف عن التقدم نحو التليف المتقدم من قبل الطبيب. ولقد كان معروفاً بأن الوزن الزائد حول الخصر يمكن أن يزيد من خطر الإصابة بارتفاع ضغط الدم، وأمراض القلب والسكري من النوع الثاني.

احذروا الاكتئاب الشتوي

رغم أن الكثيرين يعانون من الاكتئاب الشتوي أو ما يسمى "الاضطراب العاطفي الموسمي" خلال فصلي الخريف والشتاء، والذي يعد أحد أكثر أنواع الاكتئاب شيوعاً ويختلف عن مرض الاكتئاب إلا أن الأعراض لكليهما من المحتمل أن تكون متشابهة حد التطابق. وأفادت الطبيبة النفسية في مركز روجرز للصحة السلوكية الدكتورة ناتالي سكانلون في حديثها للموقع الرسمي لمركز روجرز، بأن الإرشادات التشخيصية الحالية للصحة العقلية، لم يعد الاضطراب العاطفي الموسمي أو "اكتئاب الشتاء" مدرجاً كاضطراب مزاجي قائم بذاته، إذ يتم تعريفه على أنه مجموعة فرعية من الاضطرابات الاكتئابية ذات النمط الموسمي. ومن أعراض الاكتئاب الموسمي من زيادة الوزن والنوم المفرط أو العكس، وفقدان الاهتمام بالأشياء، بالإضافة إلى الشعور باليأس والميل للانحسار في أشهر الخريف والشتاء على عكس بقية العام، وفقاً لـ سكانلون. وتتصح من يعيشون هذه الحالة باتباع نفس النهج المتبع في علاج الاكتئاب الحقيقي، إذ عادةً ما يتم وصف العلاج واستخدام الأدوية المضادة للاكتئاب لشخص مصاب بالاكتئاب، سواء كان موسمياً أم لا، مضافةً "نوصي باستخدام العلاج السلوكي المعرفي، والتشخيص السلوكي، واليقظة" محذرة من محاولة الانتظار حتى انتهاء نوبة الاكتئاب إذا كانت موسمية.



وتجنب العدوى وتقليل الألم في حرق اللسان من الدرجة الأولى ينصح الأطباء بضرورة تشطيف المنطقة جيداً بالماء البارد لبضع دقائق، ووضع قطع من الثلج في فمك حتى تذوب لتسكين الألم. ثم شطف الفم بالماء البارد أو الماء المالح البارد (1/8 ملعقة صغيرة من الملح مذاب في 8 أونصات من الماء)، مع الحرص على تجنب السوائل الدافئة أو الساخنة التي قد تهيج الحرق. وفي حال لم يحدث أي تحسن، ينصح باستشارة الطبيب، فهناك أدوية مثل جابانتين ومثبطات استرداد السيروتونين الانتقائية وأميترينيلين.

حرق اللسان .. أسبابه وطرق العلاج

حرق اللسان من المشاكل المرضية الشائعة التي تحدث عادةً بعد تناول أو شرب مشروب ساخن جداً، لكنها قد تأتي نتيجة للإصابة بمتلازمة الفم الحارق وهي حالة يمكن أن تجعلك تشعر بالحرق على لسانك دون سبب واضح، وأعراضها مستمرة ويمكن أن تستمر لسنوات.. بحسب ما ذكر موقع Health Line الطبي، متلازمة الفم الحارق (BMS). فالإلى جانب الألم، يعاني الأفراد المصابون بمتلازمة الفم الحارق من تمثيل ووخز في اللسان والفم وتغيرات في الذوق، وتزداد الإصابة بهذا المرض مع تقدم العمر وهو أكثر شيوعاً عند النساء والرجال الذين تتراوح أعمارهم بين 60 و 69 عاماً. ولا يوجد سبب معروف لمتلازمة الفم الحارق، ولكن تم ربطه بوظيفة غير طبيعية في أعصاب الفم، كما يُعتقد أن الوراثة والبيئة يلعبان دوراً أيضاً. ولعلاج حرق اللسان يجب أن يخضع المريض لعدة فحوصات، لكن قبلها من المهم أن يحصل على الإسعافات الأولية المناسبة، حيث يجب أن يقيم طبيبك الحروق التي تظهر عليها علامات وأعراض الحروق من الدرجة الثانية أو الثالثة.

66

لعلاج حرق اللسان يجب أن يخضع المريض لعدة فحوصات، لكن قبلها من المهم أن يحصل على الإسعافات الأولية المناسبة، حيث يجب أن يقيم طبيبك الحروق التي تظهر عليها علامات وأعراض الحروق من الدرجة الثانية أو الثالثة.

DROPS



Ear Drops

For ear wax & ear pain analgesic



Nasal Drops

Treatment of colds, congestion & dryness


Freesia
Pharmaceutical Industries

الوكيل الوحيد :
خميس للأدوية
والمستلزمات الطبية

Sanaa	Tel : 01 279222	Taiz	Tel : 04 435953	Mareb	Tel : 06 305337
Aden	Tel : 02 324461	Mukala	Tel : 05 320288	Amran	Tel : 07 614677
Hodaidah	Tel : 03 503343	Dhammar	Tel : 06 507495	Ibb	Tel : 04 458569



البرتقال يعزز صحة القلب

مساعدة الجسم في التحكم بضغط الدم.

الأوعية الدموية

ولا تكتفي فوائد البرتقال بالفوائد السابقة ففي إحدى الدراسات، يعزز كوبان من البرتقال يومياً صحة الأوعية الدموية.

يخفض ضغط الدم

كما أن البرتقال يقوم بدور لا يقل أهمية عن أدواره السابقة، حيث يخفض ضغط الدم لدى الرجال.

الألياف

وتحتوي البرتقالة متوسطة الحجم على 62 سعرة حرارية و 3 جرامات من الألياف.



من المعروف أن البرتقال غني بفيتامين سي وقدرته معروفة في الحماية من البرد، لكن للبرتقال دور أكبر من ذلك فهو يحمي القلب ويحافظ على صحته.

ألياف البكتين

كشفت موقع "ميديكال نيوز توداي"، أنها تعتبر من أبرز الأشياء التي تجعل البرتقال هاماً من أجل صحة القلب هو أن البرتقال يحتوي على ألياف البكتين المقاومة للكوليسترول.

البوتاسيوم

يحتوي البرتقال أيضاً على مادة البوتاسيوم والتي تقوم بعملية

“

تحتوي

البرتقالة

متوسطة

الحجم على 62

سعرة حرارية

و 3 جرامات من

الألياف.

الأخبار الصحية.

الحمضيات

يعتبر البرتقال والليمون من الأطعمة الغنية بالفيتامينات، وتحتوي ثمرة البرتقال على 60 ملغرام من فيتامين C، وعصير الليمون حوالي 53 غراماً، ومن الأفضل شرب البرتقال معصوراً طازجاً كعصير الليمون مع الماء الساخن ومحلّى بالعسل.



مع دخول موسم الشتاء وانخفاض درجة حرارة الجو، يعاني الكثيرون من مشكلات صحية عديدة، من بينها الرشح أو الإنفلونزا. وهناك العديد من الأطعمة الغنية بالفيتامينات وخاصة فيتامين C، وهو ما يجعلها سلاحاً ناجحاً في محاربة نزلات البرد، كما لخصتها مجلة "فرويندين" الألمانية المتخصصة في

4

أطعمة تقاوم
نزلات البرد

5

أطعمة لخفض تدهور الذاكرة



البروكلي

البروكلي، مثله مثل العنب البري مليء بمضادات الأكسدة، وبالتالي يتمتع بالعديد من الفوائد المماثلة للدماغ. علاوة على ذلك، فإن البروكلي غني أيضاً بفيتامين ك، ونتيجة لذلك، يمكن أن يساعد في تحسين وظائف الذاكرة، وفقاً لدراسة أجريت عام 2016.

الشوكولاتة الداكنة

غالباً ما يُنظر إلى الشوكولاتة الداكنة على أنها بديل "صحي" لشوكولاتة الحليب الدسمة، على الرغم من أن تناول الكثير من الشوكولاتة لا ينصح به لاتباع نظام غذائي متوازن، إلا أن تناول كميات معتدلة يمكن أن يكون مفيداً لعقلك.

المكسرات

تشتهر المكسرات بكونها غنية بالدهون الصحية، ويمكن ربط هذه الدهون الصحية بانخفاض خطر التدهور المعرفي لدى كبار السن. علاوة على ذلك، وفقاً لدراسة أجريت عام 2016، يعتقد أن محتوى فيتامين إي في المكسرات يبطل التدهور العقلي عن طريق درء أضرار الجذور الحرة.



الحفاظ على صحة الدماغ أمراً حاسماً في درء بعض الأمراض. ووفقاً للخبراء، يمكن لبعض الأطعمة أن تفيد صحة دماغك بشكل عام وتساعد أيضاً على تجنب فقدان الذاكرة.

فيما يلي مجموعة من الأطعمة التي تساعد على خفض مخاطر تدهور الذاكرة وتعزيز صحة الدماغ، بحسب صحيفة إكسبريس البريطانية:

الأسماك الدهنية

تشتهر الأسماك والأسماك الدهنية على وجه الخصوص بفوائدها الصحية المتعددة، بما في ذلك تعزيز صحة القلب والدورة الدموية، ويرجع ذلك إلى ارتفاع مستويات أوميغا 3 في المأكولات البحرية.

العنب البري

العنب البري مليء بالأنثوسيانين، وهي مجموعة من المركبات النباتية التي تقدم تأثيرات مضادة للأكسدة، وهي مفيدة في تخفيف الالتهاب التأكسدي.

الطماطم

تعتبر من الأطعمة الغنية بفيتامين C، سواء كان ذلك في شكل عصير أو في صلصة الأطعمة.

الأناناس

يحتوي على ما يقرب من 80 ملغرام من فيتامين C، ومن الأفضل تناول شرائح الأناناس طازجة كوجبة خفيفة أو إضافتها إلى الموسلي.



“

العنب البري مليء بالأنثوسيانين، وهي مجموعة من المركبات النباتية التي تقدم تأثيرات مضادة للأكسدة، وهي مفيدة في تخفيف الالتهاب التأكسدي.

“

الطماطم تعتبر من الأطعمة الغنية بفيتامين C، سواء كان ذلك في شكل عصير أو في صلصة الأطعمة.



كيف يؤثر الأرق على صحة القلب؟

- إصلاح الخلايا والأنسجة ووفقاً لما أورد موقع "البوابة"، يزيد الأرق من التوتر والقلق، مما يؤدي إلى إجهاد نظام القلب والأوعية الدموية بمرور الوقت، وأكد الدكتور باتيل أن هذا مصدر قلق بشكل خاص لدى الأشخاص الذين يعانون بالفعل من حالة مثل ارتفاع ضغط الدم.

وأضاف باتيل أن عدم النوم جيداً في الليل والأرق يمكن أن يسبب تراكم هرمونات التوتر والتي تسبب الالتهاب، وهذا يمكن أن يؤدي إلى تراكم اللويحات التي يمكن أن تصبح غير مستقرة وتسبب نوبات قلبية أو سكتات دماغية.

أثناء النوم يؤدي الجسم وظائف الصيانة التي تساعد في الحفاظ على عمل الأعضاء الحيوية وبقية أجهزة الجسم، وبحسب الدكتور سانجيف باتيل طبيب القلب المعتمد من مجلس الإدارة في معهد ميموريال كير في كاليفورنيا، فإن العديد من الأشياء التي تحدث أثناء النوم تقيد القلب، بما في ذلك:

- معدل ضربات القلب أبطأ
- خفض ضغط الدم
- إدارة هرمونات التوتر
- تنظيم الأنسولين والسكر في الدم

موعد النوم المثالي لصحة القلب

أظهرت نتائج دراسة قام بها فريق في جامعة إكستر البريطانية أن الأشخاص الذين ينامون في الساعة 10 مساءً أو بعد فترة وجيزة أقل عرضة للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية بما فيها السكتات القلبية.

وتستند الدراسة إلى بيانات 88 ألف مشارك ومشاركة استقتها من البنك الحيوي. وتم تتبع المشاركين على مدار 6 سنوات عبر ساعة على معصم كل مشارك، كانت ترصد الدورة الدموية وضربات القلب. يوضح الدكتور ديفيد بلانز، رئيس وحدة الأبحاث في جامعة إكستر أن النوم المبكر أو المتأخر قد يؤدي إلى خسارة إشارات مهمة مثل ضوء النهار، مما يساعد على إعادة ضبط الساعة الداخلية للجسم كل يوم.

ويضيف بلانز "إذا لم يتم إعادة ضبط ساعة الجسم بشكل صحيح ولمدة طويلة من الزمن، يسبب ذلك اختلالاً في الساعة البيولوجية مما يزيد من فرص الالتهاب ويمكن أن يضعف من قدرة الجسم على تنظيم الغلوكوز (السكر) وكلاهما يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية".

ويؤثر الإيقاع الطبيعي لجسم الإنسان على مدار الأربع وعشرين ساعة بقدر كبير على الصحة النفسية، التركيز واليقظة، كما أنه يؤثر على ضغط الدم، بحسب ما نشر موقع "يوروبيوز".



نبض



يزيد الأرق من
التوتر والقلق،
مما يؤدي إلى
إجهاد نظام
القلب والأوعية
الدموية بمرور
الوقت.



الكزبرة .. مضادة للأكسدة وتحارب السكري

وأفاد خبراء بأن بذور الكزبرة تحتوي على مركبات قادرة على تحفيز إفراز الأنسولين، وزيادة دخول الجلوكوز إلى الخلايا.

تحتوي الكزبرة على الفيتامين K ، ومضادات الأكسدة المفيدة لصحة الجسم في شكل أحماض فينولية، وكذلك الكومارين، والتربينويدات، والفلافونويد .

و وفقاً للدراسة، قد تمثل الكزبرة مساعداً غذائياً جديداً للتحكم في نسبة السكر في الدم لدى مرضى السكري، ومع ذلك، ما يزال هناك حاجة إلى دراسات سريرية مضبوطة للتحقق من ذلك.



وبحسب ما نشره موقع «باسبور سانتيه» عن دراسة طبية، تقلل مضادات الأكسدة الضرر الذي تسببه الجذور الحرة في الجسم، وهذه الجذور عبارة جزيئات شديدة التفاعل يعتقد أنها تشارك في تطور أمراض القلب والأوعية الدموية وأنواع معينة من السرطان وأمراض أخرى مرتبطة بالشيخوخة.

“

"الليمون يحسن الهضم، يزيد الشهية، يقلل من نسبة الكوليسترول في الدم، يخفف من التقلصات، ويمنع تكوين الأورام السرطانية".

الليمون وعلاقته بالكوليسترول والأورام

أكدت خبيرة التغذية الروسية، ألكسندرا لابينا، أن تناول الليمون يعود بالكثير من الفوائد على صحة الجسم. ونقلت وكالة "سبوتنيك" عن لابينا، قولها إن "الليمون يحسن الهضم، يزيد الشهية، يقلل من نسبة الكوليسترول في الدم، يخفف من التقلصات، ويمنع تكوين الأورام السرطانية". وأضافت: "يستخدم الليمون في معظم الحالات لمحاربة نزلات البرد والسعال، وهو أيضاً منتج مضاد للفيروسات ومضاد للبكتيريا". وأوضحت أنه لا يمكن للجميع تناول الليمون، حيث أنه مادة مسببة للحساسية". وتابعت "لذلك يجب مراعاة الأمر لمن لديهم حساسية من الحمضيات، ويجدر أيضاً التحلي عن الليمون في حالة الإصابة بأمراض الكلى ومشاكل الجهاز الهضمي.





بيئة و مناخ



تشير تقديرات منظمة الصحة العالمية أنه بين عامي 2030 و 2050، من المتوقع أن يتسبب تغير المناخ في حدوث حوالي 250 ألف حالة وفاة إضافية كل عام ناجمة عن سوء التغذية والملاريا والإسهال والإجهاد الحراري.



تغير المناخ.. أكبر تهديد للبشرية

هذا الأسبوع هو أول مريض في العالم يعاني من "تغير المناخ"، حيث كانت أعراض إصابته تتعلق بعدم جودة نوعية الهواء وموجات الحر. وتشير تقديرات منظمة الصحة العالمية أنه بين عامي 2030 و 2050، من المتوقع أن يتسبب تغير المناخ في حدوث حوالي 250 ألف حالة وفاة إضافية كل عام ناجمة عن سوء التغذية والملاريا والإسهال والإجهاد الحراري. الكثير من هذه الوفيات يرتبط بوجود أحداث مناخية قاسية مثل موجات الحر والفيضانات والعواصف، التي تعطل النظم الغذائية وتسبب أيضا في أمراض مختلفة. وأشارت الصحيفة إلى أن نطاق الأمراض التي تنقلها الحشرات مثل الملاريا وحمى الضنك تتغير مع تغير أنماط الطقس وتزايد الوفيات الناجمة عن الحرارة بسرعة، إذ يعزى أكثر من ثلث تلك الوفيات المسجلة في الفترة من 1990 إلى 2018 إلى تغير المناخ.

رصدت صحيفة الإندبندنت البريطانية تأثيرات أزمة المناخ على صحة الإنسان في تقرير نشرته مؤخرا، أكدت فيه أن إحدى النتائج الأقل شهرة لأزمة المناخ هي النتائج التي يتركها ارتفاع درجة الحرارة على صحة الإنسان. وقالت الصحيفة عبر موقعها الإلكتروني أن العلماء والمهنيين الطبيين حذروا من أنه ما لم يتم اتخاذ إجراءات عاجلة لمنع تغير المناخ، فقد يكون له عواقب واسعة النطاق على الصحة. كما أصدرت منظمة الصحة العالمية، تقريرا يفيد بأن حرق الوقود الأحفوري "يقتلنا" وأن تغير المناخ "هو أكبر تهديد منفرد للبشرية". وفقا للإندبندنت. وأضاف التقرير أن تغير المناخ يؤدي إلى الموت والمرض من جراء الطقس المتطرف بشكل متزايد متمثلا بموجات الحر والفيضانات واضطرابات النظم الغذائية وزيادة انتشار الأمراض، فضلا عن مشاكل الصحة العقلية. واستشهد التقرير بحالة في كندا، لطبيب، يعاني من مشاكل في التنفس

وزير ببدلة رسمية وربطة عنق وسط البحر!

في سابقة هي الأولى من نوعها، اختار وزير خارجية جزيرة توفالو النائية في المحيط الهادئ طريقة مبتكرة للتحذير من مخاطر تغير المناخ، ووجه خطايا لمؤتمر الأمم المتحدة للتغير المناخي 2021 في غلاسكو COP26. ووقف الوزير ببدلة رسمية وربطة عنق على منبر وسط البحر حيث وصل الماء لفضحه قبالة فونافوتي، عاصمة الدولة "الجزيرة" في إشارة لوضع بلده المهده بالاختفاء بسبب ارتفاع منسوب المياه والاحتباس الحراري. وتعمدت دول كبرى بتكثيف خفض الكربون خلال العقود القادمة مع استهداف البعض لانبعاثات الكربون الصفرة الصافية بحلول عام 2050. لكن قادة جزر المحيط الهادئ طالبوا باتخاذ إجراءات فورية، مشيرين إلى أن بقاء بلدانهم المنخفضة عن مستوى البحر على المحك.



الذي يعتمد على بدائل صديقة للبيئة، يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بالسرطان وأمراض القلب والسكتة الدماغية. ويوصي خبراء التغذية باستبدال اللحوم الحمراء والمعالجة، ببروتين نباتي عالي الجودة مثل المكسرات والبذور والحمص والعدس والتوفو، وفق ما نقلت صحيفة إنديان إكسبرس.

حليب صديق للبيئة

ابتكارات علمية وصحية تتحول إلى واقع، حيث يؤكد خبراء التغذية بأن الحليب المشتق من البطاطس سيصبح أكثر اتجاهات الغذاء شيوعاً في عام 2022. يقول توماس اولاندر، الرئيس التنفيذي لشركة "فيج أوف لوند السويدية" إن حليب البطاطس، وهو بديل نباتي، قد حظي بالاهتمام بعد أن أطلقتها الشركة تحت الاسم التجاري "دوج". وبحسب أولاند فإن إنتاج حليب البطاطس يتطلب نصف مساحة الأرض التي يتطلبها إنتاج حليب الشوفان وحليب اللوز. وقال تقرير جديد نقلته صحيفة إندبندنت: "حان الآن دور حليب البطاطس الذي يحتوي على نسبة منخفضة من السكر والدهون المشبعة، ومن المقرر أن يهيمن على قوائم المقاهي في الأشهر المقبلة". وبحسب موقع "كلايمتاريان" المختص بالبيئة والمناخ، فإن النظام الغذائي



إنتاج حليب البطاطس يتطلب نصف مساحة الأرض التي يتطلبها إنتاج حليب الشوفان وحليب اللوز.

دراسة

“

حذرت الدراسة من أن النوم منتصف الليل يزيد مخاطر تلف القلب، نتيجة قلة التعرض لضوء النهار ووجود خلل في الساعة البيولوجية بالجسم.



اكتشاف الساعة الذهبية للنوم

بعض الأسئلة التي تتعلق بنمط حياتهم ومواعيد النوم والاستيقاظ. وبينت الدراسة انخفاض فرص التعرض لأمراض القلب لدى أولئك الذين يواظبون على النوم في الساعة 10-11 مساءً كل ليلة، في حين ارتفعت تلك المخاطر بنسبة 25% لدى الأشخاص الذين يذهبون للفراش منتصف الليل. ولاحظ الباحثون أن هذا الأمر يتعلق بالنساء بشكل أكبر، نتيجة التغيرات الهرمونية وانقطاع الطمث وغيرها، في حين لم يتأثر الرجال بقوة النوم في وقت مبكر. ووفقاً للدراسة فإن النوم مبكراً وقت كافي لمدة 7-9 ساعات كل ليلة يحمي صحة القلب والأوعية الدموية.

كشفت دراسة حديثة، أن «الساعات الذهبية للنوم»، عادة ما ترتبط بتقليل فرص التعرض لأمراض القلب والسكتات الدماغية. وبحسب الدراسة التي نشرتها صحيفة «ديلي ميل» البريطانية، فإن الساعة الـ10 أو الـ11 مساءً هي أفضل وقت للنوم على الإطلاق. وحذرت الدراسة التي أجراها باحثون بجامعة أكسبت، من أن النوم منتصف الليل يزيد مخاطر تلف القلب، نتيجة قلة التعرض لضوء النهار ووجود خلل في الساعة البيولوجية بالجسم. يذكر أن الدراسة شملت 88 ألف بريطاني تتراوح أعمارهم بين 43-74 عاماً، تم تتبع تقاريرهم الطبية على مدار 5 سنوات، وطرح

البقع الظاهرة على اللسان وسرطان الفم

أكدت دراسة بريطانية، أن ظهور البقع الحمراء أو البيضاء على اللسان أو الغشاء المخاطي هو دليل على بداية تطور مرض السرطان في الفم. وأبرز الأعراض التي تفيدها مرض السرطان لدى الإنسان هو ظهور تقرحات لا تلتئم لأسابيع أو من خلال ظهور تورم غير طبيعي في الرقبة، بالإضافة إلى التهاب الحلق أو الأذن المستمر وصولاً إلى تغيرات في الأوتار الصوتية، وفقاً للدراسة. وقالت إن هناك أهمية قصوى لتذكر هذه الأعراض أو العلامات التي تستشير إلى بدء المرض وعلى الشخص التوجه إلى الطبيب الاختصاصي للمعاينة الطبية. وسرطان الفم هو ورم خبيث يصيب الشفتين والأسطح الداخلية لتجويف الفم وكذلك الجزء الخلفي من اللوزتين والغدد اللعابية، كما يعد هذا المرض أكثر شيوعاً عند الرجال، وخاصة الأشخاص الذين تزيد أعمارهم على 40 عاماً.



مكملات الزنك تقاوم أمراض البرد

سيلان الأنف، والصداع، والحمى، بالإضافة إلى تخفيف حدة أعراض العدوى في المسالك التنفسية بعد مرور ثلاثة أيام على بدء استعمال الزنك، وتقليل فترة المرض ليشفي المصاب قبل فترة التعافي المعهودة بيومين. ونهت الدراسة إلى أنه وقبل البدء باستعمال الزنك لمقاومة عدوى المسالك التنفسية، يجب ادراك أنه لم يتم تحديد جرعة الزنك أو طول الفترة الزمنية التي قد يتعين على الفرد استخدام الزنك خلالها للحصول على التأثير المطلوب، وقد يؤدي استعمال الزنك لمضاعفات جانبية طفيفة، مثل: الغثيان، وتهييج الأنف أو الفم.



خلصت دراسة علمية جديدة قام بها باحثون أستراليون ونشرت نتائجها في المجلة الطبية البريطانية إلى أن تناول مكملات الزنك قد يساعد على مقاومة الزكام والسعال كذلك. وقام الباحثون في جامعة ويسترن سيدني الأسترالية، بتفحص نتائج 28 تجربة سابقة تم خلالها تحري تأثير الزنك على حالات عدوى المسالك التنفسية. ولاحظ الباحثون أن تناول مكملات الزنك أو استخدام بخاخ أنف يحتوي على الزنك قد يساعد على خفض فرص الإصابة بالعدوى في المسالك التنفسية بنسبة 5%، وخفض فرص ظهور بعض الأعراض المزعجة المرافقة لمشكلات الجهاز التنفسي، مثل

“

خلصت دراسة علمية جديدة قام بها باحثون أستراليون ونشرت نتائجها في المجلة الطبية البريطانية إلى أن تناول مكملات الزنك قد يساعد على مقاومة الزكام والسعال كذلك.



مزرعة مبتكرة تحول المياه المالحة إلى مغذيات للزراعة

والزراعة بمياه البحر هي طريقة زراعة خاصة تمتص الماء والمغذيات من الأرض والهواء عن طريق تحييد مياه البحر القلوية ومياه الأمطار الحمضية. ونتيجة لذلك، يمكن زراعة مجموعة كبيرة ومتنوعة من الخضروات من خلال الاستفادة من المعادن والعناصر الغذائية الموجودة في مياه البحر. وتقول الشركة إن Green Ocean عبارة عن دفيئة عائمة تعمل بالطاقة الشمسية ومقاومة للملح تم بناؤها من الخشب الرقيق البحرية منطقتين خضراوين جديدتين - واحدة ستكون مساحة لإنتاج الغذاء تطفو على السطح وتستخدم تكنولوجيا الزراعة المالحة، والثانية ستكون طبقة من الطحالب التي ستعمل على تحسين البيئة تحت الماء. وتستخدم ثقافة الرطوبة عُشر الماء المطلوب في طرق الزراعة المروية التقليدية، ويمكن تطبيقها حتى في المناطق التي لا تتوفر فيها المياه، مما يجعلها طريقة مستدامة للزراعة على نطاق واسع، بحسب موقع يانكو ديزاين.

صممت شركة يابانية ناشئة مزرعة بحرية عائمة تسمى Green Ocean باستخدام التكنولوجيا الزراعية التي تحصد مياه البحر كمصدر مباشر لتغذية النباتات. ويجمع الهيكل المبتكر بين التكنولوجيا المقاومة للملح والهندسة المعمارية الصديقة للبحر، ليقدّم حلاً محتملاً لمشكلة ارتفاع مستوى سطح البحر الناجم عن تغير المناخ والتي تأتي مع أضرار الملوحة الشديدة. ويحصد الهيكل مياه الأمطار، ويحسن جودة المياه من حوله، ويساعد في إنتاج الغذاء مع توفير المياه كونه هيكلًا معماريًا مستدامًا. ويزداد ارتفاع مستوى سطح البحر سوءًا بشكل تدريجي بسبب تغير المناخ الذي يؤثر على الزراعة بشكل كبير، أو نتيجة الأضرار التي تلحق بالأراضي الساحلية بسبب الملح المفرط. وقامت شركة N-ark بتطوير Green Ocean بالشراكة مع Culti- vera وهي شركة بحث وتطوير في مجال التكنولوجيا الزراعية تهدف إلى بناء نموذج أولي للمزرعة البحرية العائمة بحلول عام 2022.

فن الحياة



تستخدم ثقافة الرطوبة عُشر الماء المطلوب في طرق الزراعة المروية التقليدية، ويمكن تطبيقها حتى في المناطق التي لا تتوفر فيها المياه.

نصائح لتحسين أمزجة الأطفال وسلوكهم

بالألياف وبالبروتينات، ليقبوا في نشاط وحيوية طوال اليوم، بزيادة العناصر الغذائية في نظامهم الغذائي والحد من استهلاكهم للأطعمة المصنعة وغير الصحية.

رطوبة الأجسام

شرب الطفل الماء طوال اليوم، لتفادي الشعور بالتعب والجفاف، ولاستعادة الطاقة، وتحسين مزاجه.

اللعب في الخارج

على الطفل الخروج إلى الطبيعة بين الحين والآخر، واللعب في أماكن مفتوحة للشعور بالحيوية والتوازن النفسي.

أوردت صحيفة تايمز أوف إنديا، مجموعة من الطرق لتحسين مزاج الطفل وسلوكه وهي كالتالي:

راحة الطفل

الأطفال نشطون لتعودهم على روتين منظم، ولذلك يجب أن يرتاح الطفل ويسترخي، ليتمكن من العودة إلى أنشطته اليومية بحماس وحيوية ومزاج جيد.

نظام غذائي صحي

يجب إعطاء الأطفال أطعمة غنية





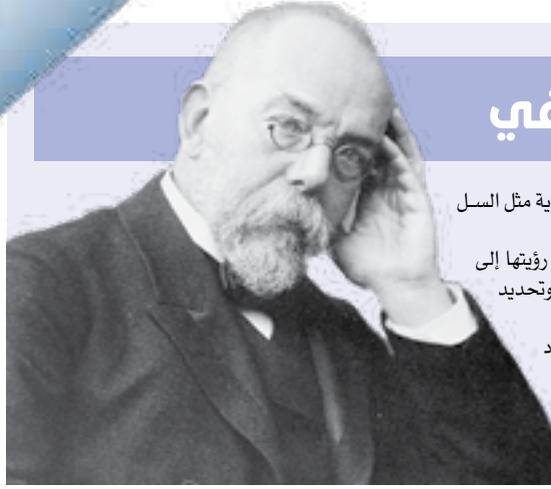
ثقافة



في عام 1899 طرحت شركة باير الدواء الجديد في الأسواق وأطلقت عليه اسم أسبيرين، الذي ظهر في بداية الأمر في صورة مسحوق وبعد ذلك أقراص.



حصل رونتجن عام 1901 على أول جائزة نوبل على الإطلاق في الفيزياء. وقد تخلى عن براءة اختراعه لأنه رأى أن اكتشافه لا بد أن يخدم البشرية بأكملها.



مكتشف القاتل الخفي

13 مليون ضحية سنوياً - مازالت حتى يومنا هذا الأمراض المعدية مثل السل والإيدز والملاريا و الإنفلونزا تهدد حياة الإنسان. ومن مسببات هذه الأمراض الكائنات بالغة الصغر التي لا يمكن رؤيتها إلى بالمجهر وخاصة البكتيريا والفيروسات أيضاً. وغالباً ما يصعب تتبع وتحديد هذه المسببات وصنع الدواء الفعال أو اللقاحات لمحاربتها. يعتبر الطبيب وعالم الجراثيم الألماني روبرت كوخ واحداً من رواد هذا المجال، حيث استطاع دون شك إثبات أن البكتيريا هي سبب المرض. واكتشف كوخ عام 1882 مسبب مرض السل، وحصل لاكتشافه عام 1905 على جائزة نوبل في الطب.

القرص المعجزة

يستخدم الناس منذ قديم الأزل قشرة الصفصاف لتخفيف الآلام وخفض الحرارة. وبالصدفة اكتشف الكيميائي فيليبس هوفمان من شركة باير عام 1897 المادة المسؤولة عن هذا المفعول، حيث يمكن الحصول على أسيتوكسي حمض البنزويك (أسبيرين) عن طريق خلط حمض الساليسيليك والخل معاً. وفي عام 1899 طرحت شركة باير الدواء الجديد في الأسواق وأطلقت عليه اسم أسبيرين، الذي ظهر في بداية الأمر في صورة مسحوق وبعد ذلك أقراص. لا يقتصر الأسبيرين على كونه مسكناً للآلام وخافضاً للحرارة ومضاداً للالتهاب فحسب وإنما يعمل على سيولة الدم وبذلك يمنع تجلطه وبالتالي يحمي من الإصابة بالآزمة القلبية (انسداد أوعية الدم) والجلطة الدماغية.



خلايا داخل الشبكة

لماذا يمرض بعض الناس والبعض الآخر لا يمرض؟
يلعب الجهاز المناعي هنا دوراً كبيراً. تُشكل خلايا الدم البيضاء خط الدفاع الأول للجسم، فوظيفتها الأساسية هي الدفاع عن الجسم وإدراك البكتيريا وجعلها غير ضارة. كما تستطيع أيضاً اتهام المسببات بالمعنى الحري عن طريق محاصرتها وهضمها. وظائف خلايا الدم البيضاء معروفة منذ زمن طويل. ولكن الجهاز المناعي يأتي حتى الآن بالمفاجآت، حيث اكتشف باحثو ماكس بلانك عام 2003 حيلة خاصة لبعض الخلايا المناعية: تستطيع هذه الخلايا أن تقلب قلبها وتخرجه مثل الشبكة تمسك بالبكتيريا وتقاومها حتى تقتلها.

أشعة مجهولة

لا يستطيع أحد أن يشع إنساناً لرؤية هيكله العظمي دون أن يؤذي، لم يكن ذلك ممكناً حتى تاريخ 8 نوفمبر (تشرين الثاني) من عام 1895، ففي هذا اليوم اكتشف الفيزيائي فيلهيلم كونراد رونتجن عن طريق الصدفة إشعاعاً جديداً أطلق عليه اسم الأشعة السينية (X-Strahlen). يشكل هذا الاكتشاف أهمية عظيمة في مجال الطب لأن هذه الأشعة، التي سميت بعد ذلك في الألمانية بأشعة رونتجن، لأنها نتجت فرصاً جديدة تماماً في مجال التشخيص. حصل رونتجن عام 1901 على أول جائزة نوبل على الإطلاق في الفيزياء. وقد تخلى عن براءة اختراعه لأنه رأى أن اكتشافه لا بد أن يخدم البشرية بأكملها.



Levoxine[®]

Levofloxacin 500mg

**A power to
Protect!**



Shiba Pharma



أرقام الطوارئ



للتواصل بإدارة التسويق : 01595344 - 733445511 - 772833808

مستشفى يوني ماكس الدولي



رقم الطوارئ

770111666



المستشفى اليمني
الفرنسي



رقم الطوارئ

01/400006-01/400003



مستشفى آزال



رقم الطوارئ

01/200000



مستشفى الملك الحديث
التخصصي



رقم الطوارئ

777523577 01345008
774364303 01820089



مستشفى المجد التخصصي



رقم الطوارئ

01/342394



المستشفى الأوروبي
الحديث



رقم الطوارئ

01/577777



مستشفى الخمسين



رقم الطوارئ

01/680551



مستشفى النخبة



رقم الطوارئ

01/636890



المستشفى الاستشاري اليمني



رقم الطوارئ

01/200008- 770288288



مستشفى الدكتور هاشم
العراقي النموذجي



رقم الطوارئ

01/631004-77775248



مستشفى المودة



رقم الطوارئ

01409022 01406030
01409055



مستشفى لبنان



رقم الطوارئ

01/411700-734507507



مستشفى نبض الحياة



رقم الطوارئ

01/614045-771816651



مستشفى السعودي
الالاماني



رقم الطوارئ

01312222



المستشفى الملكي



رقم الطوارئ

01/687000



Azicure®

Azithromycin 500mg



Shaphaco
Pharmaceutical Ind.

Target The Right Tract



الجمهورية اليمنية - صنعاء - شارع الستين - عطان - صندوق البريد : 3073

تلفون : 200620 - 1 - 00967 - فاكس : 200623 - 1 - 00967

www.shaphaco.com - info@shaphaco.net - facebook.com/shaphaco/

خلي التواصل دائم

ر 2000

ريال فقط

مزايا ماكس

لمشتركي الدفع المسبق



200

رسالة
لجميع الشبكات
المحلية



600

ميغا
رصيد انترنت



500

دقيقة
داخل الشبكة

للتفعيل اتصل على 333

- صلاحية 30 يوم - رصيد تراكمي
- السعر شامل الضريبة
- يمكنك تفعيل الباقة عبر تطبيق ريال موبايل
- لمزيد من المعلومات ارسل مزايا ماكس ل 123 مجاناً



AUGMEN[®] D

Amoxicillin + Clavulanic acid



PROTECT WHAT YOU LOVE



الشركة العالمية الحديثة
MODERN PHARMA