

المجلة

Almajalah Alttebiah



# الطبية

مستقلة - متخصصة - تصدر أول كل شهر | أبريل 2023 | العدد (64)

- فيروس "روتا" يهاجم الأطفال وأخصائي يؤكد إمكانية الوقاية منه
- قوانين صحية لإنقاذ جيل الازمة في اليمن

- أخطاء شائعة لاستخدام حبوب الصداع
- حبة أنسولين بدل الحقنة

اللقاحات..

عبور آمن إلى المستقبل



# Emifenac 50 DT

إميفناك ٥٠ (قابلة للذوبان)



خفيف على  
المعدة



بنكهة البرتقال



قابلة للذوبان

بنكهة  
البرتقال



أبتسم  
للألم



# Glovit

الصحة والحيوية

globalpharma



Be a part of  
the Healthy Movement

احتياجا لتلك في جميع جودتنا



شركة النهدي الطبية الدولية المحدودة

alnaehdi-medical.com

+967 1 539333/539666

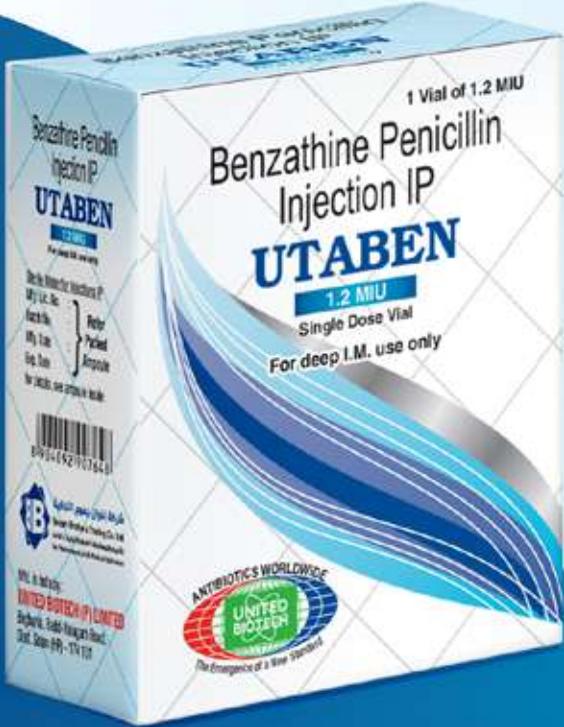
+967 5 309401

# UTABEN

Benzathine Penicillin Injection 1.2MIU

بنزاثين حقن البنسلين 1.2 وحدة دولية

معنا..  
صحتك  
افضل..



## Indications

- Early syphilis (primary, secondary, or early latent infection of less than 12 months duration)
- Late latent syphilis (infection of more than 12 months duration or of unknown duration)
- Congenital syphilis (absence of clinical signs in the neonate and adequate treatment in the mother)
- Endemic treponematoses (yaws, bejel, pinta)
- Streptococcal tonsillitis
- Prophylaxis of diphtheria in the event of direct contact
- Primary and secondary prophylaxis of rheumatic fever

For individuals diagnosed with Acute rheumatic fever, the recommended treatment to prevent recurrences and development of rheumatic heart disease is benzathine penicillin G administered as an intramuscular injection every four weeks. Aust Prescr. 2017 Apr; 40(2): 70-75.

The long-acting penicillin preparations such as Benzathine penicillin G (BPG) are the preferred therapies for most patients with syphilis. BPG is highly efficacious during pregnancy and remains the main recommended treatment for maternal syphilis and prevention of CS.



## UNITED BIOTECH

*The Emergence of New Standard*

الوكيل الوحيد في اليمن



اليمن - صنعاء - شميلة - خلف عمارة 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.

للأدوية والمستلزمات الطبية والتوكيلات العامة

For Pharmaceuticals & Medical Appliances





28

توعية

■ التوحد قصور عصبي ونقص نمو معقد

30

تغذية

■ 4 أطعمة تساعد على تخفيف الوزن

33

صحة إنجابية

■ احتباس البول عند الحامل .. الأسباب والمخاطر

35  
أطفال

■ عودة مقلقة للسعال الديكي

24

أمراض مزمنة

■ مداوة جروح مرضى السكري بالكهرباء  
■ حبة أنسولين بدل الحقنة

25

مخ واعصاب

■ إصلاح الأعصاب المقطوعة بالحبر

26

دواء

■ الفيتامينات مضرّة في هذه الحالة

■ أخطاء شائعة لاستخدام «حبوب الصداع»

7

فلك الطبية

■ 24 ألف إصابة بثلاثة أمراض في 3 أشهر  
■ الصحة تكشف عن عدد الإصابات بالملايا

8

تقرير

■ الدفتيريا والشائعات تخنقان أطفال اليمن  
■ قوانين صحية ملزمة لإنقاذ "جيل الحرب"  
■ أطفال يمنيون.. ضحايا شائعات اللقاحات

14

لقاء

■ د. الماخذي: الأطفال أكثر عرضة لعدوى فيروس الروتا والوقاية هي الحل

الهيئة الاستشارية:  
أ.د. علي الكاف  
د. محمد القعيطي  
د. محمد هطيف  
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 الجرهموزي

مدير الطببة نت  
محمد غبسي

هيئة التحرير  
دعاء المطري  
نجود المعمرى  
اشجان عبد الجبار

المدير الفني  
نشوان البروي

مدير العلاقات العامة  
د. خالد القايفي

التصوير الفوتوغرافي  
هؤاد الحراري

التدقيق اللغوي  
عبد الوهاب الجرهموزي

مدير التوزيع  
هاني علي صلاح

# صناعة اللقاحات.. مراحل معقدة لضمان المأمونية



## جرعة أولى

ويمكن إجراء التجارب على أشخاص تعرضوا للإصابة ويتم ذلك تحت رقابة شديدة لتقييم قدرة اللقاح على منح الحماية ضد التحدي التجريبي.

أما المرحلة الثالثة فتجري عبر تجارب مكلفة تتطلب بنية تحتية متطورة وقدرة بحثة ورفاقية ومعملية كبيرة، وقد تستغرق التجارب السريرية عدة سنوات وخصوصاً التجارب التي تستهدف الرضع والأطفال الصغار.

في هذه المرحلة يعطى اللقاح لآلاف الأشخاص على نطاق واسع من فئات سكانية مختلفة في عدة دول، وتتم المقارنة مع مجموعة مماثلة تم إعطاؤهم منتج (بلاسيبو) مستخدماً للمقارنة فقط لا يحمل أي خصائص طبية، ويتم إخفاء المعلومات عن المتطوعين والباحثين والعلماء (المعلومات المتعلقة بنوع المنتج الذي تلقاه المتطوعون) عبر ما يسمى بتدبير التعمية وهو تدبير ضروري لضمان عدم تأثر المتطوعين والباحثين والعلماء في تقييماتهم بمعرفة من تلقى اللقاح ومن تلقى المنتج (البلاسيبو) لمعرفة مدى قدرة اللقاح على الوقاية من المرض.

وتكشف هذه المعلومات بعد انتهاء التجربة، وبناء على النتائج يتم حصول اللقاح على الموافقة، وبعد الموافقة على اللقاح، يتم منح اللقاح ترخيص تصنيعه، ويتواصل الإشراف على إنتاجه عبر عمليات التفقيش الدورية والمفاجئة لمراقب الإنتاج، ويلتزم المصنعون خلال الفترة بتقديم نتائج اختبارات اللقاحات الخاصة بالفعالية والأمان والنقاء مرفقة بعينات لكل دفعة لقاح.

وبمجرد إعطاء اللقاح والبدء في استخدامه يتم تتبع الآثار الجانبية ومراقبة البيانات السلبية على مدى فترة زمنية طويلة عبر نظام الإبلاغ عن الآثار الجانبية للقاح لمراقبة سلامة اللقاحات، ولتحسين تأثيرها على وجه أمثل وتسهيل تتبع آثار اللقاح بأمان طوال فترة استخدامه.

وأثناء ذلك يقدم المصنعون طلب ترخيص المنشأة الذي يصف المرافق والمعدات والعاملين

في التصنيع ويتم تطبيق معايير ترخيص المؤسسة وممارسات التصنيع الجيد، وتجرى عمليات متابعة المشاركين في التجارب السريرية لمدة شهرين على الأقل، وبعد الموافقة والتدقيق يتم الانتقال إلى الإنتاج التجريبي ثم التصنيع على نطاق واسع ويتم تعبئة اللقاح المصنع بعناية في قوارير زجاجية قادرة على تحمل درجات الحرارة القصوى لتخزينها ونقلها بأمان.

لكن الكثير من التحديات اللوجستية تتركز في عمليات نقل اللقاحات من مراكز إنتاجها إلى المناطق والدول والفئات المستهدفة عن طريق شحن اللقاحات باستخدام معدات متخصصة لا تضر بسلامة المنتج ولها القدرة على استمرارية سلسلة التبريد والوصول للقاحات محتفظة بجودتها ومأمونيتها إلى المستهدفين.

ويجب نقلها في درجة حرارة تتراوح بين 2% و 8% مئوية في صناديق كرتونية من مادة البولي يوريثان، وتوضع في كل صندوق أداة لمراقبة الحرارة ثم يتم تخزينها في غرف تخزين مبردة في ثلاجات طبية متخصصة لهذه المنتجات لأن الثلاجات العادية لا تستطيع الحفاظ على درجة حرارة منتظمة وتنقل إلى المستودع المركزي التابع لبرنامج التحصين الموسع.

إن عمليات تصنيع اللقاحات تمر بالمرحلت المذكورة وبشكل دقيق حرصاً على سلامة اللقاحات ومأمونيتها حتى وصولها إلى المستفيدين وهذا ما يؤكد كذب الشائعات التي تشكل بمأمونية اللقاحات.

مع انتشار الجائحات وتفشي الكثير من الأمراض المهددة للطفولة خصوصاً في البلدان النامية التي لا زالت تعاني من ضعف البنية التحتية وتردي الخدمات الصحية ومحدودية الموارد المتاحة، تبرز الحاجة الإنسانية الملحة لبذل المزيد من الجهود لدعم حملات التحصين التي من شأنها أن تحد بشكل منهجي من مخاطر تفشي الأمراض المهددة للطفولة والحياة.

فمنذ بداية السبعينيات تتكاتف الكثير من مشاريع منظمة الصحة العالمية، واليونيسف مع العديد من المبادرات والبرامج الأممية للتيسير من أجل تفعيل الشراكة مع الجهات الخيرية المانحة لخفض تكاليف اللقاحات وتسهيل وصولها للأطفال العالم عبر دعم شرائها من الشركات المتعددة الجنسيات (الخمسة الكبار) المتحكمة ب 80% من سوق اللقاحات وهي شركات (GSK، NO-، MERCK، SANOFI-PASTEUR، PFIZER، VARTIS).

وفي مسار آخر تعمل المنظمات على تشجيع تصنيع اللقاحات في البلدان النامية وتقديمها بأسعار منخفضة وجودة عالية، غير أن تلك الجهود والمبادرات لم تحقق إلا نجاحاً محدوداً نتيجة سياسة الاحتكار التي تمارس من قبل بعض الشركات وعجز البلدان النامية في الاستثمار باستثمارات طويلة الأمد لتطوير تقنيات جديدة وإجراء التجارب السريرية المكلفة والمستهلكة للوقت لاستكمال عمليات تصنيع اللقاحات الباهظة والتي تستغرق عدة أشهر لاستكمال التجارب السريرية والدراسات المتعلقة بها بشكل متكامل، على عكس الأدوية العادية والتي يمكن إنتاج الكثير منها خلال أيام معدودة.

وتتطلب عمليات التصنيع توصيفاً وبائياً دقيقاً للسكان، وبنى تحتية سريرية ومختبرية حديثة، والتزاماً حكومياً جاداً، وخبرات عالية، ودراسات ميدانية مستمرة ومرحلية تخضع فيها عمليات تصنيع اللقاحات لعمليات معقدة ودقيقة ومحكمة بضوابط علمية ومخبرية صارمة واختبارات مكثفة لكل لقاح على حدة لضمان

مأمونيته قبل إمكانية بدء استخدامه في أي برنامج تطبيقي. وتأتي هذه العمليات ضمن المراحل التالية:

المرحلة الاستكشافية ما قبل السريرية في هذه المرحلة يتم إجراء عمليات بحثية وتطويرية تمر بتقييم دقيق ويتم فيه تحديد الأولويات والاحتياجات الحرجة وتحديد الأنظمة والقنوات المساعدة وتحديد وعزل المستضدات الوقائية لمرض معين والذي ينبغي استخدامها لتوليد الاستجابة المناعية لكل لقاح على حدة وتنفيذ هذه المرحلة قبل السريرية، ويتم فيها اختبار اللقاح التجريبي أولاً على الحيوانات العملية لتقييم مأمونيته وقدرته على الوقاية من المرض.

وإذا وُجد اللقاح الاستجابة المناعية المنشودة، فإنه يُختبر بعد ذلك في إطار تجارب سريرية بشرية على ثلاث مراحل.

التجارب السريرية أو التطوير السريري للقاح وهي عملية تتم على ثلاث مراحل أيضاً، تبدأ المرحلة الأولى عندما يُعطى اللقاح لعدد صغير من المتطوعين من الشباب البالغين والمتمتعين بصحة جيدة لتقييم سلامة اللقاح ومأمونيته وتأكيد توليده للاستجابة المناعية وتحديد الجرعة المناسبة، ويجب أن تتوفر في اللقاحات الجيدة المعايير الأساسية للسلامة والنقاء والفعالية.

في المرحلة الثانية يعطى اللقاح لمئات من المتطوعين في مختلف الفئات العمرية من الذين لديهم خصائص مماثلة لأولئك الذين يستهدفهم اللقاح الجديد لمواصلة تقييم مأمونيته واستجابته.



د. عادل سالم

تتطلب عمليات التصنيع توصيفاً وبائياً دقيقاً للسكان، وبنى تحتية سريرية ومختبرية حديثة، والتزاماً حكومياً جاداً، وخبرات عالية، ودراسات ميدانية مستمرة ومرحلية تخضع فيها عمليات تصنيع اللقاحات لعمليات معقدة ودقيقة ومحكمة بضوابط علمية ومخبرية صارمة واختبارات مكثفة لكل لقاح على حدة لضمان مأمونيته قبل إمكانية بدء استخدامه في أي برنامج تطبيقي.

# Tindaz

Tinidazole 500mg

4x 



# Treats

Amebia

Giardia

Anaerobic bacteria

فارماكير

الشركة الدولية لصناعة الادوية

إدارة التسويق : 01 239320/17

Pharmacare

فارماكير



فخر الصناعة الوطنية



## فك الطبية



تتذّر الأرقام الجديدة بخطر كبير يهدد أطفال اليمن خلال العام الحالي، حيث أن حالات الحصبة ستتجاوز ضعف ما تم تسجيله العام الماضي "22 ألف إصابة" تويّ منها 161 طفل.



## 24 ألف إصابة بثلاثة أمراض في 3 أشهر

والنظام الصحي الهش القريب من الانهيار، وتعطل شبكات المياه والصرف الصحي، وانخفاض مستوى تغطية التحصين، أدت إلى تفشي الأمراض، لا سيما الحصبة والدفتيريا وحمى الضنك والكوليرا وشلل الأطفال، الأمر الذي يسرع ويزيد من حدة تفاقم الأزمة الصحية في اليمن.

ولفتت المسؤولية الأممية إلى أن حملات التضليل ضد اللقاحات والتطعيم وفي وكالات الأمم المتحدة التي تقودها، أدت إلى تقويض ثقة المجتمع في جهود التطعيم، وهو أمر "تم ملاحظته من خلال انخفاض إقبال الناس على حملات التطعيم المستمرة، ما أسهم في استمرار تفشي العديد من الأمراض التي كان بالإمكان الوقاية منها باللقاحات.

وهناك سبع مناطق في العالم توليها منظمة الصحة العالمية تركيزاً مطلقاً ضمن خطتها الرامية للقضاء على شلل الأطفال في عام 2023، منها "شمال اليمن ووسط الصومال وشرق أفغانستان"، وهي مناطق تتأثر بمزيج من عدم إمكانية الوصول وانعدام الأمن وحالات الطوارئ الإنسانية المعقدة.

### خاص: الطبية

أعلنت منظمة الصحة العالمية، نهاية أبريل، تسجيل قرابة 24 ألف حالة إصابة بأمراض الحصبة وحمى الضنك والكوليرا في اليمن خلال الربع الأول من العام الجاري 2023.

وقالت رئيسة فريق الطوارئ الصحية بمكتب المنظمة في اليمن، الدكتورة آنيث هاينزلمان، إنه "تم الإبلاغ عن أكثر من 23,857 حالة إصابة بالحصبة وحمى الضنك والكوليرا في اليمن خلال الربع الأول من العام الجاري 2023".

وبحسب الأرقام التي أعلنتها المنظمة فإن أكثر الحالات المبلغ عنها كانت الإصابة بمرض الحصبة، حيث تم الإبلاغ عن أكثر من 13 ألف حالة حصبة جديدة، تليها حمى الضنك بعدد 8,777 حالة، بالإضافة إلى 2,080 حالة كوليرا مشتبه بها.

وتتذّر الأرقام الجديدة بخطر كبير يهدد أطفال اليمن خلال العام الحالي، حيث أن حالات الحصبة ستتجاوز ضعف ما تم تسجيله العام الماضي "22 ألف إصابة" تويّ منها 161 طفل. وأشارت هاينزلمان في المؤتمر الصحفي الذي عقده الأمم المتحدة كل أسبوعين في جنيف، إلى أن استمرار النزوح الجماعي

## الصحة تكشف عن عدد الإصابات بالملايا

### خاص: الطبية

نفت وزارة الصحة العامة والسكان في صنعاء، صحة عدد الإصابات بالملايا التي وردت في تقرير منظمة الصحة العالمية مؤخرًا.

وكانت منظمة الصحة العالمية قالت في بيان لها بمناسبة اليوم العالمي للملايا الذي يصادف الـ 25 من أبريل كل عام، أن الملايا تصيب أكثر من مليون شخص في اليمن سنوياً.

وأشارت المنظمة إلى أن أكثر من 21 مليون شخص في اليمن يعيشون في مناطق معرضة لخطر الإصابة بالملايا.

وقال مدير عام البرنامج الوطني لمكافحة الملايا بوزارة





تقرير



## الدفتيريا والشائعات تخنقان أطفال اليمن

تقرير: رشاد الصيادي

كغيره من الأطفال الذين حرموا من أخذ اللقاحات بسبب تعنت آبائهم وصل الطفل فضل قاسم (اسم مستعار)، إلى مستشفى مديرية المحابشة في محافظة حجة بحالة حرجة إثر إصابته بالدفتيريا، يروي الممرض عمار علي (اسم مستعار) مشهد وصول الطفل ذي الثمانية أعوام "كان والداه بجانبه مرتعبين من تدهور حالته الصحية".

للأمراض والأوبئة في مدينة عدن "أن عدد الإصابات بمرض الدفتيريا منذ 2020 وحتى مطلع 2023 في المناطق التابعة لحكومة عدن نحو 1326 حالة منها 128 حالة وفاة و591 حالة شفاء وتعتبر محافظة أبين هي الحاضنة الأكثر انتشاراً للدفتيريا حيث بلغ عدد المصابين 315 وقدر عدد الوفيات بنحو 27 حالة وفاة تليها محافظة لحج ب266 حالة إصابة منها 26 حالة وفاة ثم محافظة تعز بما يقارب 192 حالة إصابة منها 25 حالة وفاة، وقد بلغ عدد الإصابات في مدينة عدن نحو 151 حالة تويي منها 15 حالة .

وفي محافظة حضرموت (المكلا) تجاوز عدد المصابين بالدفتيريا نحو 78 منهم 7 حالات وفاة "و بحسب اليونسيف فإنه في حجة و صنعاء يعد الخناق من الأمراض الأكثر انتشاراً بعد الكوليرا وسوء التغذية، حيث سجلت إصابة ما يقارب اثنين وعشرين ألف طفل بالحصبة والدفتيريا خلال العام الماضي فقط .  
وصرح وزير الصحة في حكومة صنعاء الدكتور طه المتوكل في مطلع 2023 أن نحو 170 طفلاً يموتون يومياً بسبب الأمراض والأوبئة المنتشرة، وبحسب الدكتورة أفرح محمد (اسم

بضيف عمار "سألت الأبوين ما إذا كان فضل قد تلقى اللقاحات ضد أمراض الطفولة فأجابا بالنفي" ويعتبر فضل واحداً من مئات الأطفال الذين لم يتلقوا التطعيم وكانوا ضحايا الإشاعات، فبحسب الممرض عمار استقبل المستشفى منذ مطلع مارس 2023 ما يقارب 110 حالات منهم 9 حالات توفيت بسبب تأخر الإجراءات الإسعافية لهم .  
عام تاسع على الحرب واليمن تعاني تداعياتها على كل المستويات لاسيما الرعاية الصحية والطبية إذ انتشرت الأوبئة والأمراض المعدية بشكل أوسع من ذي قبل بسبب شحة الإمكانيات الطبية وإغلاق ما يقارب أكثر من 50% من المراكز الصحية والتي كانت تعمل بشكل كلي أو جزئي كما أن النزوح ساهم في انتشار العديد من الأوبئة خاصة في ظل انعدام الاحتياجات اللازمة للرعاية الصحية ناهيك عن عدم استكمال جرعات التطعيم كاملة ضد الأمراض المعدية كالدفتريريا والتيتانوس والحصبة والكبد البائي والكزاز .

### عودة الدفتيريا

تشير أحدث الإحصائيات وفقاً لمركز الإحصاء الطبي

“

يعتبر الخناق (الدفتيريا) مرضاً معدياً تسببه بكتيريا الخناق إذ يبدأ المرض بعد يومين إلى خمسة أيام من التعرض للبكتيريا المسببة له، وغالباً ما تظهر الأعراض تدريجياً وتبدأ بالتهاب في الحلق وحمى.



## تقرير



تنتج هذه  
البكتيريا سمًا  
يحدث غشاء  
سميكا رماديا أو  
أبيض اللون في  
مؤخرة الحلق.  
ويمكن لهذا  
الغشاء السميكا  
أن يسد مجرى  
الهواء فيصعب  
التنفس أو البلع،  
كما يمكن أن  
يسبب سعالًا  
نباحيا، وقد  
يتورم العنق  
نتيجة تضخم  
العقد اللمفاوية.

الأمراض المعدية يعتبر من أهم الدعامات الأساسية للصحة في الطب الحديث إلا أن الشائعات حول التطعيمات ساهمت بعدم الإقبال على التلقيح في السنوات الأخيرة بحجج كثيرة منها وجود مضاعفات آنية ومستقبلية وأن اللقاحات غير آمنة ولها أهداف استثمارية دون الاستشهاد بأي أدلة علمية.

### إرشادات الوقاية من الدفتيريا

يعد الأطفال الذين يعانون من سوء التغذية أو الذين ليس لديهم مناعة قوية و من لم يكملوا تطعيمهم أو يطعموا في طفولتهم أكثر عرضة لخطر الإصابة بالمرض من غيرهم ، لذا يجب عليهم تجنب الازدحام في الأماكن الموبوءة كما يجب عزل المريض وعدم ملامسته.

أما علاج عدوى الدفتيريا فتؤكد الطبيبة المختصة بالأطفال في مستشفى السبعين أفرح محمد (إسم مستعار ) أنه يتم إعطاء المريض مضاد سموم الدفتيريا عن طريق الوريد إضافة إلى مضادات حيوية للقضاء على البكتيريا نفسها ، كما تستخدم العديد من الأدوية بحسب المضاعفات التي يتعرض لها كل مريض على حدة.

وتقول الدكتورة أفرح محمد " الوقاية عبر التحصين يمنح حدوث المرض من الأساس وحتى إن انتقلت البكتيريا إلى طفل محصن بحكم تواجده أحيانا في بيئة موبوءة تكون مقاومته أعلى ولا يدخل غالبا في مضاعفات مميتة".  
وفي الحقيقة الوسيلة الوحيدة لتفادي المرض هي تطعيم الأطفال وعدم الانجرار وراء الشائعات حيث لا خطورة في اللقاح، وتبدأ اللقاحات من ستة أسابيع وحتى 15 سنة ، وتكون اللقاحات بشكل دوري للمواليد حسب بطاقات اللقاح الموزعة عند اخذ أول جرعة لقاح .

أنتجت هذه المادة بدعم من منظمة انترنيوز INTERNEWS ضمن مشروع ROOTED IN TRUST (غرفة أخبار الصحة) في اليمن ونشرت بالتتابع مع موقع "عدن الغد"

مستعار) أخصائية أطفال فإن أربع حالات من الأطفال مصابة بالدفتيريا تصل يوميا إلى مركز العزل في مستشفى السبعين.

### مراحل تطور المرض

يعتبر الخناق (الدفتيريا) مرضا معديا تسببه بكتيريا الخناق إذ يبدأ المرض بعد يومين إلى خمسة أيام من التعرض للبكتيريا المسببة له ، وغالبا ما تظهر الأعراض تدريجيا وتبدأ بالتهاب في الحلق وحمى.

وتنتج هذه البكتيريا سمًا يحدث غشاء سميكا رماديا أو أبيض اللون في مؤخرة الحلق. ويمكن لهذا الغشاء السميكا أن يسد مجرى الهواء فيصعب التنفس أو البلع، كما يمكن أن يسبب سعالًا نباحيا ، وقد يتورم العنق نتيجة تضخم العقد اللمفاوية. وقد تنتشر السموم التي تنتجها هذه البكتيريا في الجسم فتصيب العديد من الأعصاب بالاعتلال وحتى الشلل ومنها العصب المغذي للحجاب الحاجز الذي قد يتسبب بحدوث فشل تنفسي ، سموم هذه البكتيريا تصيب القلب بالتهابات بسيطة إلى شديدة وبالطبع يترتب على ذلك مضاعفات قد تؤدي للوفاة ، ولا تنتقل الدفتيريا إلا من إنسان لإنسان آخر فهو المصدر الأساسي لانتشاره.

وفي السياق ذاته قالت الطبيبة حنان شريم: إن مرض الدفتيريا كان منتشر في اليمن لكنه توقف عن الانتشار في تسعينات القرن الماضي وعاد للانتشار مؤخرا لأسباب عامة مثل الحصار والحروب التي يتعرض لها البلد منذ سنوات وما ترتب عليها من فقر و نزوح وتدن في مستوى الخدمات ومنها الخدمات الصحية ووصول التحصين لكل مناطق اليمن ، إضافة إلى إهمال الإعلام تماما لدوره في تقييد الناس وتوعيتهم بأهمية التحصين في الوقت الذي انطلقت فيه حملة شائعات تحارب التلقيح.

### إشاعات قاتلة

منذ اندلاع الأزمة اليمنية وحملات التطعيم ضد الأمراض المعدية في اليمن لا تزال تواجه العديد من الشائعات التي تدعي أن اللقاحات غير آمنة وعلى الرغم أن التطعيم ضد





تحليل



## قوانين صحية ملزمة لإنقاذ "جيل الحرب"

الطبية: عبد الملك الجرهمزي

في سبيل إنقاذ جيل كامل من ملايين الأطفال، فإن على حكومة أي بلد سن قوانين تميز إلزام العائلات والأسر تحصين أطفالها لأن الأمراض والأوبئة المعدية تهدد الصحة والسلامة العامة، ويبدو ذلك مفهوماً في ضوء المبدأ العام الحاكم للحقوق والحريات والذي يقول إن "حقوق الشخص وحياته تقف عند حد الإضرار بالآخرين".

للأمراض مجدداً لتهدد حياة "جيل الحرب" الذين جاؤوا للحياة وسط ظروف بالغة الصعوبة حرمتهم من الحصول على قدر كافٍ من حقهم في الصحة والغذاء والتعليم.

### إعادة تفعيل القوانين

التفشي المتسارع لهذه الأمراض، يوجب على سلطات البلد، إعادة تفعيل القوانين الملزمة لها ولوزارة الصحة في عدن وصنعاء، بتنفيذ حملات تحصين واسعة تصل إلى كل القرى والمدن في كل اليمن، لتدارك الوقوع في كارثة صحية إنسانية قد لا يمكن السيطرة عليها لاحقاً، خاصة أن هناك حملات إشاعات مؤذية تجتهد في تخويف اليمنيين من اللقاحات وتلقى رواجاً بين أوساط العامة مع غياب غريب للتوعية التي تقع على عاتق وزارة الصحة ومكاتب الصحة في عموم المحافظات.

وتؤكد المادة رقم (30) من الدستور اليمني مسؤولية الدولة حماية الأمومة والطفولة ورعاية النشء والشباب، وهي مسؤولية وطنية وإنسانية أخلاقية، من شأنها تأمين حاضر أطفال اليمن صحياً ويجعلها قادرة على الذهاب إلى المستقبل قوية ومتعافية.

ففي أزمنة الأوبئة، لا ينتشر الوباء فقط، ولكن تنتشر معه آفات وأوبئة تعادل خطورتها الوباء الأصلي، ومنها وباء الشائعات، التي تنتشر فتزيد الخوف والهلع من المرض، وتتكاثر فتحاول قتل كل فرصة للسيطرة على الوباء.

لقد أنقذت حملات التطعيم واللقاحات ما يقدر بنحو 293000 من الأطفال في اليمن خلال العقد الماضي، ومن المتوقع أن تنقذ اللقاحات حياة 74500 آخرين من خلال التطعيم بحلول عام 2025، وفقاً لمنظمة الصحة العالمية.

إن "التردد التحصيني" الشائع في اليمن خلال سنوات الحرب الثمانية، رغم توافر اللقاحات التي تعتبر أحد أكثر تدابير الصحة العامة نجاحاً، سيفاقم مشاكل البلد الغارق في الأزمات والفقر ولن يكون بوسعه تحمل كارثة صحية بالإمكان تدارك كلفتها الباهظة.

لكن يبدو أن الإشاعات التي تبث المخاوف والقلق من التطعيم ولقاحات الأطفال، قد نجحت إلى حد ما في إعادة الروح لأمراض كان اليمن قد اعتقد أنها إرث من الماضي، بالتزامن مع عودة وتفشي مقلق لأمراض الطفولة الستة القاتلة.

وما يزال اليمن يعيش واحدة من أكبر الأزمات الإنسانية في العصر الحديث؛ إذ تتكالب عليه الأمراض والأوبئة بالإضافة إلى الفقر والنزوح وسوء التغذية.

ويمكننا القول بأن القوانين التي شرعتها الدولة اليمنية في العقود الماضية، كان لها دور كبير في تمكن البلد الفقير من مواجهة أمراض خطيرة كشلل الأطفال والحصبة، والانتصار عليها، لكن ومع تغير الوضع بدءاً من العام 2015 وتدهور القطاع الصحي والمعيشي الإنساني عادت تلك

“

وتؤكد المادة رقم (30) من الدستور اليمني مسؤولية الدولة حماية الأمومة والطفولة ورعاية النشء والشباب، وهي مسؤولية وطنية وإنسانية أخلاقية، من شأنها تأمين حاضر أطفال اليمن صحياً ويجعلها قادرة على الذهاب إلى المستقبل قوية ومتعافية.



تشير المنظمة  
الأممية إلى أنه  
وفي الوقت الحالي،  
"يُقدَّر بأن اللقاحات  
هي من بين الوسائل  
الأكثر فاعلية  
للدفع بالرفاه  
العالمي، فهي تعمل  
كدرع واقٍ وتحافظ  
على سلامة الأسر  
والمجتمعات  
المحلية... رغم ذلك  
تتواصل المستويات  
المنخفضة من  
التحصين".

والسكان، ببرامج التحصين وتنفيذها،  
أكد في المادة (9) أنه "يجب على والدي  
الطفل أو من يقوم برعايته الالتزام ببرامج  
التطعيم".

### قانون حقوق الطفل

وحدد القانون رقم (45) لسنة 2022م بشأن حقوق  
الطفل، في مواده (72، 73، 74، 75، 76)، إرشادات  
وخطوات الحصول على اللقاحات مع التشديد على  
الالتزام بها، كتقديم البطاقة الصحية عند كل فحص  
طبي للطفل في الوحدات الصحية أو مراكز رعاية الأمومة  
والطفولة أو غيرها من الجهات الطبية المختصة، وبيث  
فيها الطبيب المختص الحالة الصحية للطفل والتطعيمات  
والتحصينات التي أجريت للطفل وتواريخها وموعد عودته  
لأخذ الجرعات الأخرى.

ومن ضمن الإجراءات المطلوبة "يجب تقديم صورة من  
البطاقة الصحية ضمن أوراق التحاق الطفل بالمدرسة في  
مراحل التعليم قبل الجامعي وتسجل فيها نتائج الفحص  
طوال مراحل التعليم وتحفظ في الملف المدرسي للطالب،  
كما يجب تطعيم الطفل وتحصينه مجاناً في مكاتب الصحة  
والوحدات الصحية وفقاً للنظم والمواعيد التي تحددها  
وزارة الصحة العامة وذلك لوقيته من الأمراض المعدية  
والشائعة".

وفي حين تقع مسؤولية توفير اللقاحات وتنفيذ برامج  
التطعيم على الحكومة ووزارة الصحة، من خلال كادر فني  
مؤهل مرخص له بمزاولة ذلك، يقع واجب تقديم الطفل  
للتطعيم والتحصين على عاتق والديه أو وصيه أو وليه أو  
الشخص الذي يكون الطفل في حضانه أو دور الرعاية  
الاجتماعية المعنية برعاية الأيتام.

أنتجت هذه المادة بدعم من منظمة انترنيوز INTERNEWS  
ضمن مشروع ROOTED IN TRUST (غرفة أخبار الصحة)  
في اليمن ونشرت بالتتابع مع موقع "عدن الغد"

### أعظم إنجاز صحي

تُعتبر اللقاحات من بين أعظم الإنجازات في الصحة  
والنمية العالميين، فعلى امتداد أكثر من قرنين، عملت  
اللقاحات وبأمان على الحد من بلاء أمراض من قبيل شلل  
الأطفال والحصبة والجذري، وساعدت الأطفال على النمو  
أصحاء وسعداء.

وتؤكد اليونيسف أنه "بفضل جهود التحصين في جميع  
أنحاء العالم، تمكن الأطفال من المشي واللعب والرقص  
والتعلم، ويظهر الأطفال المحصنون أداءً أفضل في المدارس،  
مما يحقق فوائد اقتصادية تصل تأثيراتها إلى مجتمعاتهم  
المحلية".

وتشير المنظمة الأممية إلى أنه وفي الوقت الحالي، يُقدَّر  
بأن اللقاحات هي من بين الوسائل الأكثر فاعلية للدفع  
بالرفاه العالمي، فهي تعمل كدرع واقٍ وتحافظ على سلامة  
الأسر والمجتمعات المحلية... رغم ذلك تتواصل المستويات  
المنخفضة من التحصين".

ولأن التحصين هو أحد التدخلات الأكثر فاعلية في  
الصحة العامة، يوفر لكل طفل فرصة للنماء بصحة  
وتحقيق إمكاناته الكاملة، تبدو الحاجة ملحة إلى إعادة  
ثقة المجتمع اليمني به وباللقاحات، وهذا يتطلب استعداد  
قانون الصحة العامة.

ينظم قانون الصحة العامة اليمني، في المادة رقم (8) مهام  
وزارة الصحة المتعلقة ببرامج وحملات التطعيم، ملزماً  
إياها بوضع برامج التطعيم وتنفيذها، والعمل على جودة  
ضمان جودة تلك التطعيمات والمحافظة عليها أثناء النقل  
والتخزين والاستخدام.

كما يلزم القانون وزارة الصحة بتطعيم المواليد والأطفال  
والنساء في سن الإنجاب مجاناً، واتخاذ الاجراءات اللازمة  
لمنع انتقال العدوى للأخرين من مستودع العدوى أو مصدر  
العدوى، وفرض التطعيم أو العلاج وغيره من الإجراءات  
اللازمة.

ومثلما لزم القانون الحكومة ووزارة الصحة العامة





تقرير



لم يتم التصريح للقاحات كورونا بالتوزيع والاستخدام إلا بعد إجراء العديد من التجارب العملية والسريية على هذه اللقاحات من قبل منظمة الصحة العالمية ومنظمة اليونيسف التي أكدت في أكثر من مناسبة على مأمونية اللقاحات وفعاليتها في الحماية من المرض الشديد والوفاة.

# لقاحات كوفيد - 19.. الشائعات ينفيها العلم

تقرير: منصور الأنسي

بعد أن تناول دواء السكر المعتاد وقف الطبيب نبيل هزاع ضبعان الى جوار عدد من زملائه أمام مركز لقاح كوفيد 19- في مستشفى الكويت بالعاصمة صنعاء بانتظار دوره في الحصول على الجرعة الأولى من اللقاح. ورغم الشائعات التي انتشرت حينها عن تأثير اللقاح على المصابين بالأمراض المزمنة مثل السكري والضغط وأمراض القلب إلا أن أخصائي الأنف والأذن والحنجرة الدكتور ضبعان الذي يعاني من مرض السكري ظل حريصا على حساب المدة الزمنية بين الجرعتين وحصل على الجرعة الثانية في موعدها.

أنه نفسه أخذ كامل اللقاحات في القاهرة قبل عودته لليمن. وأصدرت منظمتا الصحة العالمية واليونسف وعدد من المنظمات الدولية تطمينات حول سلامة ومأمونية اللقاح.

## تلقيح مليون مواطن

وحسب اليونسف ووزارة الصحة اليمنية، تلقى أكثر من مليون مواطن يماني للقاح كوفيد 19- ولم يتعرض أي منهم لأي أعراض تذكر من تلك التي روجت لها الشائعات، مؤكدة على مأمونية وفعالية اللقاح. ومع تشي جناحة كورونا في اليمن بادرت منظمة الصحة العالمية وعدد من المنظمات الدولية بالاستجابة العاجلة وإرسال الدفعات الأولى من اللقاحات والتي تم تخصيصها للأشخاص الأكثر عرضة للإصابة وخاصة الطواقم الطبية والعاملين في المنافذ البرية والجوية للجمهورية اليمنية، حيث تم الإعلان من قبل منظمة الأمم المتحدة للطفولة "يونسف" عن وصول أول دفعة من لقاح استرازينيكا والتي تحتوي على 360 ألف جرعة عبر آلية "كوفاكس".

ومع ارتفاع عدد الحالات المسجلة توالى شحنات اللقاحات حتى وصلت إلى 1.826.584 لقاحا بأنواعه الثلاثة (استرازينيكا - جونسون اندجنسون - سينوفاك)، وفي نوفمبر 2022م أفاد بيان صادر عن لجنة الطوارئ العليا بمدينة عدن - وهو أحدث بيان لها - عن حصول أكثر من مليون مواطن على اللقاح، أي ما نسبته 2.6 ٪ من إجمالي عدد السكان وهي أقل نسبة تلقيح بين الدول العربية بحسب منظمة الصحة العالمية.

لم يتم التصريح للقاحات كورونا بالتوزيع والاستخدام إلا بعد إجراء العديد من التجارب العملية والسريية على هذه اللقاحات من قبل منظمة الصحة العالمية ومنظمة اليونسف التي أكدت في أكثر من مناسبة على مأمونية اللقاحات وفعاليتها في الحماية من المرض الشديد والوفاة.

أنتجت هذه المادة بدعم من منظمة انترنيوز INTERNEWS ضمن مشروع ROOTED IN TRUST (غرفة أخبار الصحة) في اليمن ونشرت بالتتابع مع موقع "المواطن نت" ومنصة "عواجي".

يقول الدكتور ضبعان إنه وعددا من زملائه تلقوا لقاح كوفيد 19- ولم يحدث له أي تأثيرات جانبية أو اضطرابات أو مضاعفات يمكن ذكرها، مشيرا إلى أن زملاءه كانوا أيضا حريصين على التلقيح خاصة وطبيعة عملهم تفرض عليهم التعامل مع المرضى والذي قد يكون من بينهم مصابون بالفيروس.

وعندما شاهد العشريني إبراهيم محمد مراد الضبيبي الأطباء في مستشفى الكويت يبادرون بأخذ اللقاحات قال إنه زال الخوف الذي كان قد سكنه بعد انتشار الشائعات حول مخاطر لقاح كوفيد 19- خاصة على من يعانون من الأمراض المزمنة وقرر الحصول على اللقاح. ورغم أن الضبيبي مصاب بمرض القلب إلا أنه حصل على الجرعتين من اللقاح ويحمل شهادة تطعيم ضد كوفيد 19- وأكد الضبيبي أنه لم يصب بأي أعراض أو مضاعفات وأنه خلال سفره إلى خارج اليمن أخذ جرعة ثالثة من اللقاح دون أي قلق أو خوف.

## شائعات واهية يدحضها العلم

انتشار شائعات مختلفة في اليمن حول مخاطر لقاح كوفيد - 19 وضعت المواطن في حالة حيرة بين الخوف من الإصابة بالجائحة والقلق من تلقي اللقاح ومن ثم التعرض للمخاطر التي روجت لها الشائعات، والتي من بينها مخاطر تصيب الأشخاص الذين يعانون من الأمراض المزمنة كأمراض القلب والسكري والربو، بالإضافة إلى شائعات تحدثت عن تأثير اللقاحات على خصوبة الرجل واحتوائها على مكونات حيوانية.

لكن بالمقابل أفاد الكثير من الأطباء بعدم صحة الشائعات التي تناولت لقاحات كوفيد 19-، وفي ما يتعلق بالشائعات التي تناولت تأثير اللقاح على مرضى القلب، يؤكد أخصائي القلب الدكتور محمد على المتوكل أن لقاحات كوفيد 19 آمنة ولا صفة للشائعات التي تروج عن خطورة اللقاحات وعدم مأمونيتها. وأضاف المتوكل: أنه خلال فترة عمله في القاهرة لم ترد عليه أي حالات مرضية كانت ناتجة عن أخذ لقاحات كوفيد 19-، موضحا



# Amol® أمول®



قوي  
على الألم،  
لطيف  
على المعدة



Shaphaco  
Pharmaceutical Ind.

مسكن الألم الأول في اليمن



لقاء



هناك دراسات علمية تفيد بأن الأطفال الذين يعانون من انخفاض الوزن عند الولادة والخداج بالإضافة إلى من لا يحصلون على الرضاعة الطبيعية بشكل مناسب، يكونون عرضة للإصابة بفيروس الروتا وكذلك نسبة الشفاء تكون أقل من غيرهم.



## أخصائي الباطنية الدكتور أحمد الماخذي: الأطفال أكثر عرضة لعدوى فيروس الروتا والوقاية هي الحل

حوار/ نجود مرشد

تشهد بعض المناطق في اليمن مؤخراً انتشار عدوى فيروس الروتا خاصة بين الأطفال في ظل ضعف مستوى معرفة الأهالي بهذه العدوى التي تسبب للمصابين نوعاً من الالتهابات تصيب المعدة والأمعاء بشكل أساسي. ويقول أخصائي الباطنية والجهاز الهضمي في مستشفى الشرطة النموذجي الدكتور أحمد الماخذي أن الروتا من أكثر الفيروسات المعدية التي تؤثر على صحة الأطفال وتكون أكثر شيوعاً خلال أشهر الشتاء (من ديسمبر إلى مايو)، ولكنها تحدث على مدار السنة خاصة في البلدان النامية.

نشطا شديدا في صوت الأمعاء، عيون مرهقة بسبب الإسهال والجفاف، بالإضافة إلى أن ملمس الجلد يصبح خشنا وعدم انتظام دقات القلب وفقدان الوزن.

■ لكن هذه الأعراض مشابهة لأعراض أمراض أخرى، كيف يمكن التأكد من أنها أعراض الروتا؟

فعلا.. ونظراً لأن العلامات السريرية لالتهاب المعدة والأمعاء بفيروس الروتا لا تختلف اختلافاً واضحاً عن تلك الخاصة بالتهاب المعدة والأمعاء الناجم عن مسببات الأمراض الأخرى، فإن تأكيد الإصابة بالفيروس الروتا يتم عن طريق الفحوصات المخبرية لعينه البراز لمعرفة وجود الأجسام المستضدة للفيروس في البراز.

■ ما هي الأعمار الأكثر عرضة للإصابة بفيروس الروتا؟

تقريباً كل طفل يبلغ من العمر 5 سنوات أو أصغر في مرحلة ما سيصاب بالفيروس العجلي في كل من البلدان المتقدمة والبلدان النامية، ويمكن أن يصيب المرض البالغين لكن غالباً لا تظهر عليهم الأعراض أو يتأثرون بشكل أقل حدة.

ويعد تدني مستوى الوعي والنظافة أهم أسباب انتشار العدوى وفقاً للدكتور الماخذي لمنصة عواري، منها إلى ضرورة عدم السماح للأطفال بمخالطة المصابين تجنبا لإصابتهم بالعدوى التي تنتشر من خلال الملامسة ومن ثم تناول الطعام أو الشراب دون غسل اليدين بشكل جيد.

■ ما هي أهم أعراض الإصابة بفيروس روتا؟

أهم أعراض الإصابة بعدوى فيروس الروتا تتمثل في إصابة المريض بحمى منخفضة بالإضافة إلى إسهال مائي غير دموي، التقيؤ والمغص، ويتم تشخيص المرض من خلال الأعراض السريرية حيث تبدأ أعراض الإصابة بفيروس الروتا عادة في غضون يومين من التعرض للفيروس.

وغالباً ما تكون نتائج الفحص البدني للعدوى الفيروسية للروتا غير ملحوظة باستثناء علامات الجفاف، وقد تشمل النتائج الأخرى للفحص السريري أيضاً



د. أحمد الماخذي

## لقاء

### ■ ما هي التدخلات الطبية اللازمة لعلاج المصاب بفيروس الروتا؟

الحامل للفيروس .  
لا يوجد علاج محدد للفيروس وإنما يكون التدخل الطبي لمعالجة الأعراض فقط، ففي المراحل البسيطة والمتوسطة للإصابة يكون التدخل عن طريق تقديم السوائل والمحاليل للمريض عن طريق الفم. أما في المراحل المتقدمة والشديدة من الإصابة فيتم استبدالها بالمحاليل الوريدية وكذلك تعويض الشوارد في حال حصول اعتلال فيها، وإعطاء المريض أدوية مضادة للقيء والإسهال، وكذلك أدوية خافضة للحرارة وهذه كلها معالجة للأعراض

### ■ كيف يمكن الوقاية من فيروس الروتا؟

إن فرصة انتشار عدوى فيروس الروتا كبيرة، لذلك يجب تنبيه الأهالي الذين لديهم أكثر من طفل، أو الذين يساعدون في رعاية العديد من الأطفال الصغار الالتزام بأعلى قدر من النظافة والأسلوب السليم لغسل اليدين بشكل جيد .

كذلك عدم السماح للأطفال الذين لا تظهر عليهم أعراض الإصابة الاختلاط بالأطفال الذين تظهر عليهم الأعراض أثناء مرحلة الإسهال من المرض، سواء في المنازل أو في المدارس أو أماكن تجمع الأطفال حماية لهم من العدوى. أيضا يمكن أن يكون العاملين في مجال الرعاية الصحية ناقلين لهذا المرض، لذلك يجب اليقظة الزائدة في ما يتعلق بالتعقيم وغسل اليدين والالتزام بجميع التدابير خاصة أثناء تفشي فيروس الروتا.

مثلا قد يعاني البالغون عادةً من الغثيان وفقدان الشهية الغص في حالة الإصابة.  
لكن يظل الأطفال الصغار الذين تتراوح أعمارهم بين 4-24 شهراً، والأطفال الموجودون في أماكن الرعاية الجماعية مثل المدارس والحاضنات وغيرها، معرضين لخطر متزايد للإصابة بفيروس الروتا .  
وهناك دراسات علمية تفيد بأن الأطفال الذين يعانون من انخفاض الوزن عند الولادة والخداج بالإضافة إلى من لا يحصلون على الرضاعة الطبيعية بشكل مناسب، يكونون عرضة للإصابة بفيروس الروتا وكذلك نسبة الشفاء تكون أقل من غيرهم .

### ■ لكل عدوى وسائل وطرق تنتقل من خلالها ما هي طرق انتشار هذه العدوى؟

تنتقل عدوى فيروس الروتا عن طريق الفم ولذلك يمكن السيطرة عليها عن طريق الالتزام بالنظافة، لأن أهم سبب لانتشار العدوى الفيروسية للروتا بين الأطفال هو إهمال جانب النظافة والتعقيم وعدم غسل اليدين عند لمس إفرازات الطفل المصاب، واستخدام نفس الأدوات بين الأطفال .

ينتقل هذا الفيروس من خلال مخالطة الأطفال المصابين للأطفال غير المصابين إذ ينتقل عبر الاتصال الفموي البرازي، وأيضا يمكن أن تنتشر العدوى عن طريق الكبار ممن يعملون في رعاية الأطفال ويختلطون بهم بكثرة مثل الأمهات .

وفي ظل تدني مستوى النظافة قد تنتقل العدوى أيضا حتى عن طريق لمس الأسطح التي لمسها الطفل المصاب أو

# شركة النبلاء للصرافة والتحويلات



فرع حزيز  
مركز فاملي مول  
01696191

فرع عمران  
شارع حجة - أمام محلات  
صلاح عثمان التجارية  
07614800 - 07614900

فرع خيران  
ببر عايش  
01614387 - 01614386

المركز الرئيسي  
صنعاء - شارع القاهرة  
أمام محطة السباني  
01227722 - 01227368

بيع وشراء العملات



تحويلات داخلية



تحويلات خارجية



خدمات مصرفية متنوعة



## من أهم اولوياتنا:

خدماتكم | راحتكم | وقتكم



نسعد دوماً بخدماتكم



قضية



## أطفال يمنيون.. ضحايا شائعات اللقاحات

الطبيبة: عبد اللطيف سالمين

وقع الطفل أحمد فارح، 9 سنوات، ضحية تسليم أسرته بالشائعات التي تحذر من تلقيح الأطفال عندما أصيب وهو في الخامسة من عمره بشلل الأطفال ليقضي بقية حياته مصابا بهذا المرض الذي كان يمكن تفاديه عن طريق اللقاحات.

لمخاطر اللقاحات على الأطفال والتي ألفت بظلالها على سير عملية تحصين الأطفال من الأمراض القاتلة، في ظل تدهور الخدمات الصحية وتراجع مستواها مما يعرض سلامة الملايين للمخاطر الصحية من بينها انتشار الأوبئة وعودة أوبئة كانت قد تخلصت منها مثل شلل الأطفال.

### إشاعات مضللة

يوضح أخصائي الوبائيات ومستشار منظمة الصحة العالمية لبرنامج شلل الأطفال الدكتور عبد اللطيف الوائلي أن بعض من يروج للشائعات لا يعلم أنها مبنية على أوهام وأشياء غير حقيقية داعيا الأهالي للتأكد والتحري من دقة المعلومة التي تصل إليهم. وتناولت الشائعات لقاحات عدد من الأمراض التي يمكن أن تشكل خطرا على الأطفال وقد تؤدي إلى الوفاة في حين يمكن حمايتهم منها عن طريق اللقاحات، وفقا لحديث الوائلي... مفيدا بأن عدم أخذ اللقاحات يتسبب في انتشار الأمراض القابلة للتمنيع مثل الحصبة والشلل والدفتيريا والسعال الديكي وغيرها.

وأكد الوائلي على مأمونية اللقاحات وبأنه تم تطعيم مئات الملايين من الأطفال عبر عشرات السنين ولم يثبت أن اللقاحات تتسبب في أي مخاطر، مشيرا إلى أن الدولة مع شركائها قاموا بتوفير اللقاحات الآمنة المراقبة ويتم إنتاجها وفق معايير دقيقة يكون شرطها الأساسي الفعالية التامة، والالتزام بجميع كل شروط النقل السليم، وفي حال حدث أي خلل يتم رفض اللقاحات. وفي ختام حديثه نبه الوائلي العاملين في مجال الخدمات الصحية إلى أهمية المساهمة في رفع وعي المواطنين بأهمية اللقاحات والاستناد على المعلومات التي درسوها، باعتبارها أكبر قوة يمتلكونها إلى جانب أنهم في الجانب الصحيح ويؤدون ما فيه خير لصحة المجتمع.

تقول والدة الطفل فارح التي تعيش في مدينة عدن جنوبي اليمن "كان طفلي مثل بقية أقرانه في المجتمع بكامل عافيته ولم تكن أفكر أن قرارنا الذي اتخذناه أنا وزوجي في عدم أخذ اللقاحات سيتسبب بالضرر لطفلنا" موضحة أنهم لم يتخذوا هذا القرار إلا بعد أن سمعوا الكثير عن أضرار اللقاحات وأن عدم أخذها لن يتسبب للطفل بأي خطر.

وتضيف "كل ما كنا نفكر فيه هو حماية أحمد من أي ضرر قد تسببه اللقاحات" وما زاد من تشجيعهم على الامتناع عن تلقيح الطفل هو أن الكثير من عائلاتهم لا يلحون لأبنائهم ولم يحدث أن أصيب أحد أطفالهم بأي مخاطر، حد قولها.

وتابعت "أتمنى لو يعود بي الزمن للوراء لن أتوانى عن إعطاء طفلي كل الجرعات أفلها إن حدث وأصيب طفلي بأي مرض في ما بعد لن أشعر بالذنب لأنني سأكون قد عملت كل ما بوسعي بشكل صحيح".

لم تكن عائلة إسماعيل هي الضحية الوحيدة للشائعات التي تناولت لقاحات الأطفال.. آلاف الأسر اليمنية وقعت ضحية لهذه الشائعات ومنها عائلة حسين المسلماني في مدينة يريم وسط اليمن، وكانت النتيجة فقدان طفله الرابع بمرض الجدري قبل ثلاثة أعوام.

يقول المسلماني "حصل أبنائي الثلاثة الكبار على اللقاحات وهم بصحة جيدة، وفي لحظة غفلة صدقنا الشائعات ولم يحصل طفلي الرابع على اللقاح ليتوفى إثر إصابته بالجدري ومن حينها أشعر دائما بالذنب وأدعو على مروجي الإشاعات".

وتشهد اليمن منذ ثمانية أعوام انتشار شائعات مختلفة تروج



تشهد اليمن منذ ثمانية أعوام انتشار شائعات مختلفة تروج لمخاطر اللقاحات على الأطفال والتي ألفت بظلالها على سير عملية تحصين الأطفال من الأمراض القاتلة، في ظل تدهور الخدمات الصحية وتراجع مستواها مما يعرض سلامة الملايين للمخاطر الصحية من بينها انتشار الأوبئة وعودة أوبئة كانت قد تخلصت منها مثل شلل الأطفال.

## قضية



توضح المنظمة  
الأممية أن اللقاحات  
الحية عبارة عن  
نسخة من فيروس  
حي أو بكتيريا تم  
إضعافها. تقوم  
بتعليم جهاز  
المناعة كيفية  
محاربة الفيروسات  
والبكتيريا،  
ونظراً لضعفها، لا  
تسبب المرض لدى  
الأشخاص الذين  
يتمتعون بجهاز  
مناعي سليم.

كيسوله حمراء على شكل قطر فموية.  
و بعد ان يحصل الأطفال جميع الجرعات  
اللازمة، وفي حال حدث وتم اكتشاف أي وباء من  
الأمراض المذكورة تقوم وزارة الصحة بالعمل والتسيق مع  
منظمة اليونيسف لتوفير اللقاحات بكمية كبيرة بحيث تقوم  
بقدر المستطاع بكل الجهود للقضاء على الوباء بعد أن يقوم  
الترصد الوبائي بجميع الإجراءات، حد قولها.

### أرقام مقلقة

وكانت قد أعلنت وزارة الصحة العامة والسكان في عدن عن  
تسجيل مائتي حالة إصابة على الأقل بفيروس شلل الأطفال  
بموم المحافظات اليمنية؛ بواقع 228 حالة إصابة خلال العامين  
2020-2021م.

وأشارت إحصائية صادرة عن المركز اليمني لترصد الشلل الحاد  
التابع لوزارة الصحة بحكومة صنعاء إلى أن حالات شلل الأطفال  
ارتفعت بشكل كبير في عدد من المحافظات، الأمر الذي اعتبره  
المركز خطراً كبيراً، وينذر بحدوث جائحة.

وسجل مؤشر الترصد الوبائي خلال الأسابيع المنصرمة من العام  
2023 عدد 68 حالة إصابة، وحالة وفاة واحدة.  
وبحسب التقديرات التي أشارت لها منظمة اليونيسف، يموت  
طفل في اليمن كل 10 دقائق بسبب الأمراض التي يمكن الوقاية  
منها عن طريق أخذ اللقاحات

ووفق أحدث إحصائية لمؤشر الترصد الوبائي التابع لوزارة الصحة  
العامة و السكان نشرها في موقع الوزارة على الانترنت، فقد  
بلغ عدد حالات الإصابة بالحصبة (16353) في كل المحافظات  
اليمنية، بينها (143) حالة وفاة، وذلك خلال الفترة من 2020  
وحتى الأسابيع المنصرمة من 2023.

أنتجت هذه المادة بدعم من منظمة انترنيوز INTERNEWS  
ضمن مشروع ROOTED IN TRUST (غرفة أخبار الصحة) في  
اليمن و نشرت بالتتابع مع موقع "عدن الغد"

ومن جهته يؤكد رئيس المفوضية الأوروبية جان كلود يونكر في  
تقرير نشرته اليونيسف، أن التطعيم يحول دون وفاة ما بين 2  
إلى 3 ملايين شخص سنوياً، ويمكن أن يؤدي إلى تفادي وفاة 1.5  
مليون شخص آخر إذا ما تحسنت التغطية العالمية بالتطعيم.  
الأسئلة المتكررة حول مأمونية اللقاح، دفعت منظمة اليونيسف  
في أكثر من مرة، للتأكيد على أن اللقاحات مأمونة جداً وتخضع  
جميعها إلى اختبارات مشددة، إضافة للتجارب السريرية التي  
تقوم بها المنظمة قبل الموافقة على استخدامها.

وتوضح المنظمة الأممية أن اللقاحات الحية عبارة عن نسخة من  
فيروس حي أو بكتيريا تم إضعافها. تقوم بتعليم جهاز المناعة  
كيفية محاربة الفيروسات والبكتيريا، ونظراً لضعفها، لا تسبب  
المرض لدى الأشخاص الذين يتمتعون بجهاز مناعي سليم.

### آلية أخذ اللقاحات

مديرة اللقاحات في مديرية المنصورة بمدينة عدن، الدكتورة  
أشواق مقبول سليمان كشفت آلية أخذ الأطفال اللقاحات  
والأمراض المستهدفة منها.

وقالت سليمان يجب إعطاء الطفل من أول يوم ولادة جرعة سل  
عبر الجلد وقطرتين شلل فموي، ثم يتم إعطاؤه جرعة أولية  
حين يبلغ عمر الطفل 45 يوماً موضحة أن الجرعة الخماسية  
تؤخذ بالعضل بالجهة اليمنى للرجل، بينما مكورات رئوية بالجهة  
اليسرى للرجل، إضافة إلى قطرتين شلل فموي، ومن ثم تتم عودة  
الطفل بعد شهر وقد بلغ عمر الشهرين ونصف لأخذ الجرعة  
الثانية بنفس آلية الأولى، وبعدها بشهر يأخذ ذات الجرعة الأولى  
والثانية ثم تضاف له جرعة الشلل العضلي بجانب المكورات  
الرئوية وحينها يكون عمر الطفل ثلاثة أشهر ونصف.

وأضافت سليمان في حديثها لـ "عدن الغد" يأخذ الطفل عودة  
عند بلوغه بداية الشهر العاشر من عمره لتلقي الجرعة الرابعة  
الخاصة بمرض الحصبة ويتم أخذها تحت الجلد باليد اليسرى  
إضافة إلى قطرتين للشلل فموي وفيتامين "A" قوة مليون كبسولة  
واحدة يتم قصها واعطاؤها للطفل عبر الفم، وبعدها يأخذ  
الطفل جرعة خامسة من لقاح الحصبة الثانية باليد اليسرى  
وحينها يكون قد بلغ سنة ونصف إضافة إلى جرعة خماسي  
بالعضل، وقطرتين شلل فموي وفيتامين "A" قوة اثنين مليون



# RAMOL<sup>®</sup> Night



*The power of relieving pain...  
with uninterrupted sleep*

**Shiba Pharma**

  
**unicef**  
مزود معتمد لدى  
منظمة اليونيسف

  
الجودة العالمية أيزو 9001



## مقال



اليمن واحدة من البلدان التي تستخدم كمية هائلة من الأدوية إذ تستورد ما يقارب 637 صنفاً دوائياً خارجياً، وهذا يكلف ما يقارب 100 مليار دولار سنوياً، حسب ما أوردت الهيئة العليا للأدوية، في حين لو استثمرت هذه الأموال الطائلة في إنشاء وتشغيل مصانع محلية، أو الاتفاق مع مصانع دولية لإنشاء فروع داخل اليمن لأحدث تغييراً كبيراً في صناعة الأدوية في اليمن وتمكننا من تحقيق الأمن الدوائي، وساهم في دعم الاقتصاد الوطني.

# صنع في اليمن .. مستقبل الصناعات الدوائية الوطنية

أحلام محمد صغير الشريفة

يشكل سوق الدواء وصناعة الأدوية في اليمن إحدى الضروريات الاقتصادية، وتعد من الجوانب المهمة والحساسة المرتبطة بأمن البلد بشكل عام. وفي الوقت الراهن يفترض أن تغطي الصناعات الدوائية الوطنية احتياجات السوق المحلي من الأدوية الأساسية والمحاليل الوريديّة، على الأقل.

نعم إن مجال صناعة الأدوية في اليمن من المجالات الناشئة التي ما زالت بحاجة إلى المزيد من استثمار في ظل وجود حراك اقتصادي قوي ووعي مجتمعي شامل للقيام بثورة صناعية حقيقية، لأن ما نراه حتى اليوم من صناعات ومصانع وطنية تشكل بنسبة 98% هي جهود ورؤوس أموال فردية خاصة. لقد كانت هناك جهود كبيرة لدعم وإشراك الصناعات الدوائية الوطنية بالصناعات الدوائية لدول مجلس التعاون الخليجي، لكنها توقفت منذ عام 2011 بسبب ما شهدته اليمن من أحداث وما تلتها من أزمات. ورغم ذلك لم تكن تشكل الصناعات الوطنية سوى 10% فقط من إجمالي الاحتياج المحلي، و90% من الأدوية يتم استيرادها من الخارج.

ومثلما يقول المثل "رب ضارة نافعة" مثلت جائحة كورونا ومنع توريد الأدوية وإغلاق المنافذ دافعا قويا للمصانع الدوائية اليمنية التي صنعت مجموعة من الأدوية منها فيتامين سي وغيرها، لتغطية الاحتياجات الإنسانية في تلك الفترة، مما رفع الإنتاج المحلي ليلعب 30%، وأبدت المصانع استعدادها لتوفير ما يقارب 1200 صنف دوائي. مما أثر جلياً في مواقع الصناعات الدوائية اليمنية، وأكسبها ثقة المواطن العادي، الذي أصبح يقبل على شرائها بثقة، بعد أن مضت أعوام طويلة، لم تكن تلقى قبولاً ورضاً. ومؤخراً أصبحت الصناعات الدوائية الوطنية تصدر منتجاتها إلى دول عربية وأفريقية وهذا دليل على جودة المنتج الذي منح المصانع ثقة أكبر وحفزها للتوسع إلى دول أخرى.

وهنا أحب أن أورد قصة حدثت في عام 2010م عندما أجري طلبه الصيدلة في جامعة العلوم والتكنولوجيا بصنعاء، بحثاً علمياً حول التوافر الحيوي لصنف دوائي خارجي -وهو النيكسيوم- مع صنف محلي، وبتجربة طلبه متطوعين أقاموا هذه الدراسة، وتبين من خلالها مدى جودة الصناعة اليمنية وتميزها عن الصناعات الدوائية الخارجية. نعم قد يكون الأمر في بدايته مكلفاً بعض الشيء، ولكن بالتعاون مع الجهات المسؤولة، واتحاد منتجي الدواء اليمني، يمكن عمل الكثير من الأبحاث والدراسات، وسيظهر مردوده من خلال كسب ثقة المواطن المطلقة، وثقة الكادر الطبي عموماً.

كما أن هذه الأبحاث لن تكون مقتصرة على الأدوية المحلية، بل وعلى الأجنبية أيضاً، مما سيجعل دخول الأدوية المزورة وغير المرخصة شبه مستحيل، ولن تكون الأرض اليمنية حقل تجارب لشركات عالمية لمعرفة فعالية الدواء. وتمتلك اليمن مقومات كبيرة لنجاح الصناعات الدوائية منها مثلاً أعداد كبيرة من الصيدلانيين المهرة على جميع المستويات الأكاديمية، وتوفر هذه الأيدي العاملة واحداً من أهم عوامل نجاح فرصة صناعة أصناف دوائية جديدة، وتطوير أصناف يمنية حالية.

إن اليمن واحدة من البلدان التي تستخدم كمية هائلة من الأدوية إذ تستورد ما يقارب 637 صنفاً دوائياً خارجياً، وهذا يكلف ما يقارب 100 مليار دولار سنوياً، حسب ما أوردت الهيئة العليا للأدوية، في حين لو استثمرت هذه الأموال الطائلة في إنشاء وتشغيل مصانع محلية، أو الاتفاق مع مصانع دولية لإنشاء فروع داخل اليمن لأحدث تغييراً كبيراً في صناعة الأدوية في اليمن وتمكننا من تحقيق الأمن الدوائي، وساهم في دعم الاقتصاد الوطني.





## حقائق تثبت دور اللقاحات في حماية الأجيال

تقرير: محمد غبسي

نجا فارح الرياشي، 52 عاماً، من أبناء مديرية رداع محافظة البيضاء، هو وأخ له يصغره بـ 15 عاماً، من أمراض الطفولة التي أودت بحياة 8 من أشقائه في سبعينيات القرن الماضي، حسب ما رواه والديه اللذين خسرا 5 أطفال ذكور و ثلاث إناث.

تنفذها السلطات بالتعاون مع منظمات أممية بين فترة وأخرى، منها إلى أن الطفل الذي يحصل على جميع الجرعات حسب دفتر التطعيمات في اليمن يكتسب المناعة اللازمة لمواجهة الكثير من الأمراض التي يمكن الوقاية منها من خلال اللقاحات الفاعلة والأمنة.

### أعلى نسبة تغطية

حققت اليمن أعلى نسبة تغطية للقاحات الأطفال في عامي 2018 و 2019، وفقاً لمديرة البرنامج الوطني للتحصين بوزارة الصحة بصنعاء الدكتور غادة الهبوب، التي أكدت أن التغطية بلغت 88% من الأطفال المستهدفين، علماً بأن نسبة التغطية بدأت بشكل تدريجي منذ تأسيس البرنامج الوطني للتحصين في عام 1977، وأشارت إلى أنها انخفضت إلى 81% مع بداية سنوات الحرب في عام 2015، غير أنه تم تعزيز الجهود حتى تم إعادتها إلى نسبة 87%.

منظمة الأمم المتحدة للأمم المتحدة والطفولة "اليونيسف" أفادت بأن التطعيم بدأ في اليمن منذ عقود، و ساهم في اكتساب الأطفال الذين حصلوا على اللقاحات مناعة ضد عدد من الأمراض، معتبرة ذلك دليلاً على أن اللقاحات آمنة وفاعلة وبالتالي لا حاجة للقلق بشأن تطعيم الأطفال ضد الأمراض التي تهدد حياتهم.

وبحسب مؤشرات الصحة العالمية لعام 2005، فقد كان معدل وفيات الأطفال في اليمن لعمر أقل من سنة 75.0 لكل ( 1000 ) طفل، فيما كان معدل وفيات الأطفال دون الخامسة لكل ( 1000 ) مولود حي 99.8 .. وبحسب اليونيسف انخفضت النسبة إلى 26 حالة وفاة لكل 1000

تزوج فارح الرياشي في عام 1990 وأنجب ستة أطفال "أربعة أولاد وبنين" لقد اختلف الوضع بالنسبة له مع انتشار حملات التحصين التي وصلت إلى القرى والمناطق البعيدة عن مراكز المدن، والتي بفضلها لم يخسر أيًا من أبنائه الستة.

وقال الرياشي، "لم يكن آباؤنا يعرفون بأن تلك الأمراض التي كانت تقضي على الأطفال يمكن الوقاية منها، لأسباب كثيرة منها الأمية التي تمثل السبب الرئيس لعدم وعيهم بتلك الأمراض، إضافة لعيشهم في مناطق نائية محرومة من المراكز والخدمات الصحية".

تلعب اللقاحات دوراً هاماً في تعزيز النمو السكاني بحمايتها للأجيال من أمراض الطفولة التي تتسبب في حالة انتشارها بإعاقات دائمة، ووفقاً لأخصائي الأعصاب الدكتور محمد الجرادي، الذي أوضح أن النمو السكاني مرتبط بعدد الملقحين، وفي حالة وجود نسبة كبيرة ملقحين تكون هناك مناعة مجتمعية حتى لو كان هناك غير مطعمين، بعكس النسب المتدنية التي تكون فيها احتمالية انتشار الأمراض عالية، حد قوله.

وأرجع الدكتور الجرادي عودة انتشار بعض أمراض الطفولة مثل الحصبة وشلل الأطفال إلى توقف حملات التحصين الموسعة "من منزل إلى منزل"، مؤكداً أن "اللقاحات تحمي الأجيال من الأمراض الخطيرة، وبالتالي ترفع نسبة نمو السكان الذي يقاس في أي بلد بمعدل ولادة ووفيات الأطفال".

ونصح الجرادي الأسر بالحرص على تطعيم أطفالها باللقاحات الروتينية، وحملات التحصين الموسعة التي



منظمة الأمم المتحدة للأمم المتحدة والطفولة "اليونيسف" أفادت بأن التطعيم بدأ في اليمن منذ عقود، و ساهم في اكتساب الأطفال الذين حصلوا على اللقاحات مناعة ضد عدد من الأمراض، معتبرة ذلك دليلاً على أن اللقاحات آمنة وفاعلة وبالتالي لا حاجة للقلق بشأن تطعيم الأطفال ضد الأمراض التي تهدد حياتهم.

## تقرير



شهد العام 2022 أول توقف شامل لعمليات التحصين الموسعة في مناطق حكومة الوفاق بصنعاء، حيث كانت آخر حملة نفذت لتحصين الأطفال ضد الحصبة والحصبة الألمانية استهدفت أربعة ملايين طفل في مايو 2021.

مؤامرة دولية تستهدف اليمن، في محاولة لدفع المواطنين للعزوف عن تطعيم أطفالهم، وهنا ترد الدكتوراة غادة الهبوب بالقول "لو كان هناك أي خطر أو مضاعفات للقاح لظهرت عندما تم تطعيم عشرة ملايين طفل، وحينها سيكتشف أي بلد أو دولة أو مجتمع هذه المشكلة" وأضافت "لقد نفذنا برنامج التحصين بالعديد من الحملات وطعمنا ملايين الأطفال ولم تسجل أي أعراض أو مضاعفات". يذكر أن وزارة الصحة بصنعاء نفذت حملة موسعة طعمت خلالها 13 مليون طفل ضد الحصبة، من عمر 6 أشهر وحتى 15 سنة، وذلك خلال الفترة من 9 إلى 14 فبراير/ شباط 2019.

ورغم ذلك تفيد مديرة البرنامج في الوزارة بأن شائعات اللقاحات والتشكيك في مأمونيتها أثرت على أفراد المجتمع وضاعفت من حالة الشك لديهم، مؤكدة أن هناك الآن آباء وأمهات خسروا أطفالهم ممن لم يتم تطعيمهم، واصبح اهاليهم يعيشون حالات من الحيرة والندم خاصة وأن لدى أغلب الأسر أبناء أخذوا اللقاحات وتمكنوا من مقاومة الأمراض.

ولخصت الدكتوراة الهبوب رسالتها للمواطنين بالقول: "أطفالنا يمنيون ونحن في البرنامج كوادري يمنية ولا يمكن أن نقبل بأي لقاح يحمل أي خطر أو مضاعفات، كما ان اللقاحات لا يشتريها تاجر، بل تصل إلى الحكومة عبر منظمة اليونيسف وتخضع لمعايير ورقابة واختبارات صارمة من قبل وزارة الصحة".

وتعمل بعض المؤسسات الطبية على مواجهة الإشاعات من خلال عدة أنشطة، حيث نظم مستشفى الثورة العام في محافظة الحديدة ورشة خلال يومي 19 و20 مارس 2023، حول "جودة ومأمونية وفعالية اللقاحات"، وفيها ناقش نخبة من الأطباء والاستشاريين اليمنيين أبحاثاً علمية أثبتت مأمونية وسلامة اللقاحات.

وبحساب الأرقام ودور اللقاحات في الحفاظ على حياة الأطفال وحمائهم من الخطر وبالتالي ارتفاع عدد السكان حيث تظهر الأرقام المتوفرة عن عدد السكان في اليمن ارتفاعاً خلال العقدين الأخيرين، فبحسب التعداد السكاني لليمن عام 2004 كان عدد السكان 19 مليوناً و600 ألف، بينما قدر المجلس الوطني للسكان في 2011 عدد السكان بـ 23 مليون نسمة، فيما قدر البنك الدولي عدد سكان اليمن بـ 32 مليون نسمة.

أنتجت هذه المادة بدعم من منظمة إنترنيوز INTERNEWS ضمن مشروع ROOTED IN TRUST (غرفة أخبار الصحة) في اليمن ونشرت بالتتابع مع موقع "عدن الغد"

ولادة في عام 2021.

وبدأ التحصين في اليمن بلقاح ثلاثي ضد الكزاز والدفتيريا والسعال الديكي، وهو اللقاح المعروف حالياً باللقاح الخماسي بعد أن أضيف له لقاحين ضد الكبد البائي ولقاح المستقيمة النزلية، وفقاً للدكتوراة الهبوب التي لفتت إلى أن اللقاحات التي تقدمها وزارة الصحة عبر البرنامج الوطني للتحصين تحمي الأطفال من 11 مرضاً يمثل خطورة على حياتهم، إضافة للقاح خاص بالنساء يحمي من مرضي الكزاز والدفتيريا.

وأوضحت الدكتوراة الهبوب في حديثها لـ عدن الغد أن اللقاحات الروتينية في اليمن تغطي في أحسن الأحوال 60%، ما يعني بقاء نسبة كبيرة من الأطفال غير مطعمين ومعرضين لخطر الإصابة بالأمراض، لذلك يتم معالجة الأمر من خلال تنفيذ حملات تحصين موسعة بهدف رفع نسبة المطعمين إلى ما فوق الـ 90% وهي النسبة الكفيلة بحماية المطعمين من الـ 10% غير المطعمين.

وشهد العام 2022 أول توقف شامل لحملات التحصين الموسعة في مناطق حكومة الوفاق بصنعاء، حيث كانت آخر حملة نفذت لتحصين الأطفال ضد الحصبة والحصبة الألمانية استهدفت أربعة ملايين طفل في مايو 2021، إضافة لحملة تطعيم طارئة في العاصمة صنعاء في ديسمبر 2021، كما كانت آخر حملة تطعيم ضد شلل الأطفال بتاريخ 18 ديسمبر 2021.

ونفذت في عدن حملة تحصين ضد الحصبة نهاية مايو 2022م، فيما نفذت أحدث حملة تحصين موسعة ضد شلل الأطفال في الخامس من مارس 2023.

### شائعات غير منطقية

انتشرت الشائعات التي تزعم بأن اللقاحات غير مأمونة وتشكل خطراً على الأطفال وتأتي ضمن



# Liv.52<sup>®</sup>

(TABLET)

## Unparalleled in liver care

### Protects the liver in NAFLD & NASH

- Restores the metabolic efficiency of the liver
- Modulates lipotropic activity and thus prevents fatty infiltration
- Exhibits antiperoxidative activity and improves insulin sensitivity
- Exhibits anti-inflammatory action
- Arrests the progression of the disease



### Dosage

Tablet: 1 tablet t.i.d.



R<sub>x</sub>  
**Liv.52** – Unparalleled in liver care

# أدوينرڤ بلس

Methylcobalamin

فيتامين ب ١ + ب ٦ + ب ١٢ ميكوبالامين

الشكل الفعال من فيتامين ب ١٢

توافر حيوي أعلى

استخدام بشكل أفضل

احتفاظ أطول في أنسجة الجسم

Neuroprotector



سهولة البلع

خفيفة على المعدة

تضمن وصول المادة الفعالة بشكل أسرع (التوافر الحيوي)

حماية المادة الفعالة الحساسة من الضوء وأشعة الشمس



لمعالجة التهاب

الأعصاب الطرفية

(الإعتلال العصبي)

بأشكاله المتنوعة

B1

مقوي للأعصاب  
عبر تغذية  
الأعصاب

B6

يعزز الانتقال  
العصبي  
وله تأثير في  
تخفيف الألم

B12

تجديد الأعصاب  
ومنع تلف الخلايا  
العصبية

الجرعة: كبسولة واحدة يوميا

أدوية  
AL-MUFADDAL PHARMA

المفضل فارما  
AL-MUFADDAL PHARMA

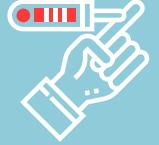




## مداوة جروح مرضى السكري بالكهرباء

اعتمد الباحثون على فرضية أن خلايا الجلد لها خواص كهربائية، بمعنى أنه يمكن توجيهها بواسطة المجالات الكهربائية، بحيث يكون من الممكن عن طريق المجال الكهربائي منع خلايا الجلد من التحرك بشكل عشوائي، ودفعها إلى التحرك في اتجاه واحد. وخلال التجارب، طور الباحثون رقاقة حيوية زرعوا عليها خلايا جلدية ثم صنعوا عدة جروح صغيرة في هذه الخلايا، وبعد ذلك قاموا بتحفيز هذه الجروح بواسطة تيار كهربائي، وتبين أن الجروح التي تم تعريضها للتيار الكهربائي تماثلت للشفاء بشكل أسرع بثلاث مرات مقارنة بالجروح التي تماثلت للشفاء بشكل طبيعي. ويقوم الباحثون حالياً بدراسة طريقة استجابة مختلف أنواع خلايا الجلد للتيار الكهربائي، بحيث يمكننا في نهاية المطاف الوصول إلى تقنية علاجية بحيث يتم تصوير الجروح ثم تطبيق نوعية التحفيز الكهربائي التي تلائم طبيعة كل جرح على حدة.

الجروح المزمنة مشكلة يعاني منها مرضى السكري وكبار السن بشكل أساسي، ويمكن أن تؤدي في حالة حدوث مضاعفات إلى بتر في الأعضاء. وتوصل فريق من الباحثين بجامعة تشالمرز للتكنولوجيا في السويد، وجامعة فرايبورغ في ألمانيا إلى تقنية جديدة تساعد في التئام الجروح بشكل أسرع، بواقع ثلاثة أضعاف عن طريق التحفيز الكهربائي، وفقاً لموقع "دي دبليو" الألماني. وتقول الباحثة ماريا أسبلوند أستاذ مساعد قسم الإلكترونيات الحيوية بجامعة تشالمرز إن "الجروح المزمنة مشكلة اجتماعية كبيرة لا نسمع عنها كثيراً، ومن الممكن أن يسهم هذا الاكتشاف في تغيير قواعد اللعبة بالنسبة لمرضى السكري وكبار السن وغيرهم ممن يعانون من مشكلات صحية تحول دون التئام جروحهم بشكل طبيعي". وفي إطار الدراسة التي نشرتها الدورية العلمية "Lab on a Chip"،



## أمراض مزمنة



اعتمد الباحثون على فرضية أن خلايا الجلد لها خواص كهربائية، بمعنى أنه يمكن توجيهها بواسطة المجالات الكهربائية، بحيث يكون من الممكن عن طريق المجال الكهربائي منع خلايا الجلد من التحرك بشكل عشوائي، ودفعها إلى التحرك في اتجاه واحد.

## حبة أنسولين بدل الحقنة

تطوير الكبسولة، جيمي ستراشان، "تحتوي الكبسولة على غلاف خاص مصمم بحيث لا يتم تدميرها من قبل الأس الهيدروجيني المنخفض (درجة الحموضة) في المعدة قبل أن تؤدي مستويات الأس الهيدروجيني المرتفعة في الأمعاء الدقيقة إلى تحلل الكبسولة". ويقوم الباحثون بعبئة الأنسولين نفسه في مادة نانوية دهنية تحمي الأنسولين حتى يتمكن من المرور عبر جدار الأمعاء.

وتشير البروفيسورة شارلوت كون، الأستاذة بجامعة RMIT إلى أنه تم تحقيق نتائج ممتازة في الاختبارات قبل السريرية. ولهذا السبب يتم الآن تكثيف الاختبارات قبل السريرية من أجل تجربتها على البشر في أسرع وقت ممكن، حسب ما نقل عنها موقع "بريسه تيكتست" الألماني.



نجح علماء من جامعة "RMIT" الأسترالية في تطوير كبسولات للأدوية ذات الجزيئات الكبيرة جداً، والتي تمكن مرضى السكري على وجه الخصوص من تناولها عن طريق الفم. واعتمد العلماء على العمل السابق الذي قام به معهد ماساتشوستس للتكنولوجيا (MIT) في هذا المجال، حسب ما نقل موقع "بريسه تيكتست" الألماني عن خبراء في الجامعة الأسترالية. وحتى الآن، كان يجب إعطاء الأنسولين عن طريق الحقن لأنه سيتم تدمير محتوى الدواء إذا تم تناوله عن طريق الفم قبل أن يطور تأثيره. وتحمي الكبسولة الدواء بداخلها من عصارات المعدة التي تؤثر على محتوى الدواء، بحيث تصل إلى الأمعاء الدقيقة سليمة، وتصبح نافذة المفعول. الكبسولة مصممة لتحرير الدواء مع تأخير، بحيث تستمر التأثيرات فعالة لفترة من الزمن، وتقول الباحثة المشاركة في



Sweet of life



## مخ واعصاب



وجدت الدراسة أن مشكلات النوم، بما في ذلك النوم كثيرا أو قليلا، وأخذ قيلولة طويلة، والشخير، وتوقف النفس التومي، ترتبط بها زيادة خطر الإصابة بالسكتة الدماغية، وكان أولئك الذين أخذوا قيلولة لمدة تزيد على ساعة أكثر عرضا للإصابة بالحالة المميته بنسبة 88% من أولئك الذين لم يفعلوا ذلك، في حين أن الشخير زاد الخطر 3 مرات.



## إصلاح الأعصاب المقطوعة بالحريير

التجارب أن الأعصاب المقطوعة تكيفت مع هذه القنوات المصنوعة لتوجيه العصب ونمت على طول خيوط الحريير الممتدة لتغطي المنطقة، التي تعاني من تضرر الأعصاب حتى تم إعادة توصيل النهايات العصبية المقطوعة بنجاح. وقال الباحث لورنز سلمر من قسم الجراحة التجميلية والترميمية في جامعة فيينا الطبية كجزء من دراستها، لم ننجح في ترميم الأعصاب فحسب، بل تمكنا أيضا من تحليل عملية الشفاء بالتفصيل. وأكدت الدراسات أن الأنابيب المصنوعة من حريير دودة القز مزودة بجدار مسامي (فيه مسامات، وهي فتحات صغيرة جدا) لضمان التبادل الضروري للمغذيات والفضلات، وهو أمر مهم لوظيفة الأعصاب. بالإضافة إلى ذلك، تم الحصول على معلومات حول التركيب الجزيئي للأنابيب المسؤول عن ثباتها وتجنب التوائها أو تمزقها. وقد تبين أيضا أن الخلايا المهمة لتجديد الأعصاب تلتصق بكلما النوعين من الحريير، وأن هذا شرط أساسي لاستمرار التجدد العصبي.

بدأ فريق بحثي من جامعتي فيينا الطبية وأكسفورد، باستخدام الحريير بوصفه مادة واعدة لإصلاح الأعصاب المقطوعة، وفق دراسة نشرت بمجلة أدفانس هيلث كير ماتيريالز وكتب عنها موقع يوريك ألبرت. وفي تجاربهم على الحريير من دودة القز والعناكب، اكتسب العلماء أيضا معلومات جديدة حول تأثير الحريير على عمليات الشفاء العصبي، ويمكن لهذه الدراسة أن تقدم خيارات علاجية جديدة لإعادة بناء الأعصاب الطرفية. وبعثا عن خيارات علاجية محسنة لإصابات الأعصاب، أنتج الفريق البحثي بقيادة كريستين رادتك، رئيس قسم الجراحة التجميلية والترميمية في جامعة فيينا الطبية - بالتعاون مع باحثين من جامعة أكسفورد - قنوات عصبية (أي قناة تنمو فيها العصب) من نوعين مختلفين من الحريير، حيث تم استخدام حريير من ديدان القز لصنع الأنابيب، بينما تم استخدام حريير من العناكب للتلصق. وتم فحص هذه القنوات على الحيوانات المخبرية، حيث أوضحت

## الشخير يضاعف خطر الجلطة الدماغية

بالسكتة الدماغية. وكان المشاركون الذين أبلغوا عن انقطاع النفس التومي والاختناق أكثر عرضة للإصابة بسكتة دماغية بـ 3 أضعاف تقريبا مقارنة بمن لا يعانون هذه الاضطرابات في النوم، بينما كان الذين يعانون الشخير أكثر عرضة للإصابة بسكتة دماغية مرتين تقريبا مقارنة بمن لا يواجهون هذه المشكلة في النوم. وأبلغ الفريق أن التدخلات لتحسين النوم قد تقلل من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية ويجب أن تكون موضوعا للبحث في المستقبل.

توصلت دراسة حديثة إلى أن الشخير يمكن أن يزيد احتمال الإصابة بجلطة دماغية بنحو الضعف، مقارنة بالذين ينامون بهدوء. وكانت الدراسة التي أجريت على نحو 4500 شخص من كبار السن، قد نظرت في إذا ما كانت هنالك علاقة بين مشاكل النوم والإصابة بسكتة دماغية، بحسب وكالة (فنا). ووجدت الدراسة أن مشكلات النوم، بما في ذلك النوم كثيرا أو قليلا، وأخذ قيلولة طويلة، والشخير، وتوقف النفس التومي، ترتبط بها زيادة خطر الإصابة بالسكتة الدماغية، وكان أولئك الذين أخذوا قيلولة لمدة تزيد على ساعة أكثر عرضا للإصابة بالحالة المميته بنسبة 88% من أولئك الذين لم يفعلوا ذلك، في حين أن الشخير زاد الخطر 3 مرات. وأظهرت النتائج أن الذين ينامون لساعات طويلة جدا أو لساعات قليلة جدا كانوا أكثر عرضة للإصابة بسكتة دماغية مقارنة بأولئك الذين ينامون عددا متوسطا من الساعات. ووجدت الدراسة أن مشاكل التنفس في أثناء النوم، بما في ذلك الشخير، والاختناق، وانقطاع النفس التومي مرتبطة بشكل كبير





دواء



## أخطاء شائعة لاستخدام «حبوب الصداع»

منصوص عليه في النشرة المرفقة مع الدواء، يرتفع احتمال ظهور أعراض جانبية، كالتهاجات الأغشية المخاطية، والقرحات، والنزيف في المعدة والأمعاء.

### الخطأ الرابع: أخذ الأدوية على الريق

احذروا أخذ مسكنات الألم على معدة فارغة إذا كانت لديكم حساسية في المعدة. فالأدوية التي تحتوي مواد أيوبروفين، نابروكسين، باراسيتامول وغيرها من المسكنات، يجب أن تؤخذ بعد الطعام، إذا كانت لدى المريض معدة حساسة. وإلا يمكن أن تظهر آلام في المعدة، كما ينقل موقع "تي أونلاين".

بالمقابل، فإنه يمكن أخذ التريبتانات بغض النظر عن وجبات الطعام. وهي مجموعة من الأدوية المشتقة من التريبتامين تستخدم لعلاج الصداع النصفي والصداع العنقودي. ولكن مع ذلك يستحسن استشارة الطبيب بخصوصها.

### الخطأ الخامس: مسكنات الألم مع قليل من الماء

يجب تناول مسكنات الألم مع الماء الخالي من الغازات. ومن الأفضل أن يكون الماء بدرجة حرارة الغرفة، وأن تؤخذ منه كمية كأس كبيرة، وهكذا لا تعلق الحبة في المري، وتتحل بسرعة في المعدة، ما يعجل عملية امتصاص المادة الفعالة.

تعتبر آلام الرأس والصداع أمراً شائعاً، وكثير من المصابين به يلجأون إلى حبوب لتسكين هذا الألم، ولكن يجب الانتباه إلى بعض الأمور، حتى لا تسبب هذه الحبوب أضراراً لا تحمد عقباه. إليك أبرز خمسة أخطاء شائعة يجب تجنبها وفقاً لموقع DW :

### الخطأ الأول: كثرة تناول الحبوب

أخذ الحبوب المضادة لآلام الرأس بكثرة يمكن أن يكون له مفعول عكسي وأن يؤدي إلى زيادة حدة هذا الألم وتكراره بكثرة. فينتج عن ذلك ما يسمى "ألم الرأس الناجم عن زيادة الجرعة". ولذلك ينصح المختصون بأن لا تؤخذ هذه الحبوب لأكثر من ثلاثة أيام متوالية، وليس أكثر من عشرة أيام في الشهر، بحسب موقع "تي أونلاين".

### الخطأ الثاني: أخذ الحبوب بدون وصفة طبية

من تكرر معاناته مع ألم الرأس، عليه أن يتوجه للطبيب، وذلك لسببين: الأول: تحديد سبب الألم. والثاني: كي يصف له العلاج المناسب وحجم الجرعة وعدد مرات أخذها. وأيضاً وصف أدوية بديلة عند ظهور مضاعفات أو أعراض جانبية. أو أدوية ملائمة للمعدة ولا تسبب الغثيان، لمن هم مصابون بالشقيقة.

### الخطأ الثالث: الجرعات العالية

عند تجاوز كمية الجرعة المحددة من قبل الطبيب أو وفق ما هو

“

احذروا أخذ مسكنات الألم على معدة فارغة إذا كانت لديكم حساسية في المعدة. فالأدوية التي تحتوي مواد أيوبروفين، نابروكسين، باراسيتامول وغيرها من المسكنات، يجب أن تؤخذ بعد الطعام، إذا كانت لدى المريض معدة حساسة.

## الفيتامينات مضرّة في هذه الحالة

الهضمي، حيث تؤدي إلى الإصابة ببعض الاضطرابات الهضمية، مثل الإسهال والغثيان والقيء.

### 3 - سوء امتصاص الفيتامينات

يواجه الجسم صعوبة كبيرة في امتصاص الفيتامينات التي تذوب في الدهون عند تناولها على الريق، مثل فيتامين أ وفيتامين د وفيتامين ك وفيتامين هـ. بالتالي، لا بد من تناول وجبة الإفطار قبل هذه الفيتامينات، مع ضرورة احتوائها على أطعمة غنية بالدهون الصحية، مثل الأفوكادو والمكسرات وزيت الزيتون وبذور الكتان، لضمان امتصاص الجسم لها.



تناول الفيتامينات على الريق ومعدة فارغة، لا يساعد الجسم على الاستفادة منها بالشكل المطلوب، بقدر ما قد يتسبب بأضرار. ونستعرض هنا، أضرار الفيتامينات على الريق، وأفضل وقت لتناولها، وفقاً لموقع "Livestrong".

### 1 - تهيج المعدة

يجب تناول وجبة الإفطار قبل الحصول على المكملات الغذائية، لا سيما الفيتامينات، لأن أخذها على الريق قد يزيد من خطر الإصابة بالتهاب المعدة.

### 2 - اضطراب الجهاز الهضمي

تناول الفيتامينات على معدة فارغة له تأثيرات سلبية على صحة الجهاز



هناك حالات صحية أخرى يمكن أن تسبب ألماً في الترقوة، وليست كلها خطيرة، ولكن من المهم أن ترى الطبيب إذا أصبت عظمة الترقوة أو إذا كان لديك ألم غير مبرر في المنطقة، إلى جانب أعراض أخرى.



7

## علامات مقلقة لألم الترقوة

**3 كسر عظم الترقوة:** ستعرف كسر عظم الترقوة إذا بدأ الألم حول المنطقة فجأة وازداد مع محاولتك التحرك، وقد تشعر أو تسمع صريراً أو نقرا، وتواجه ألماً أو تورماً أو كدمات أو تصلب الذراع. وقد تكون حالة تسمى انحلال العظم الترقوي القاصي أيضاً سبباً في التهاب عظم الترقوة، ويحدث هذا عندما تتطور الكسور الصغيرة في نهاية الترقوة الأقرب إلى الكتف.

**4 متلازمة مخرج الصدر:** متلازمة مخرج الصدر هي مجموعة من الاضطرابات تظهر نتيجة انضغاط الأوعية الدموية أو الأعصاب التي توجد بين عظمة الترقوة وأعلى الضلع الأول (مخرج الصدر).

ويمكن أن تسبب المتلازمة ألماً في الرقبة والكتف، والذي ينتشر في الذراع، وفقاً لهيئة الخدمات الصحية. وقد تتسبب أيضاً في وخز وضعف في الذراع.

**5 إصابة مشتركة:** المفصل الأخرمي الترقوي هو المكان الذي تلتقي فيه عظم الترقوة بالكتف. وقد يؤدي السقوط على الكتف أو الضربة المباشرة إليه إلى إصابته، ما يسبب الألم والتورم. وقد تكون عظمة الترقوة في غير مكانها وقد تلاحظ انتفاخاً فوق الكتف.

**6 هشاشة العظام:** هذا هو النوع الأكثر شيوعاً من التهاب المفاصل ويسبب ألماً وتيبساً في المفاصل. ويصيب في الغالب الركبتين والوركين والمفاصل الصغيرة في اليدين. ويمكن للفصل العظمي (الالتهاب المفصلي العظمي) أن يجعل المفاصل المصابة تنقبض وتتشقق عند تحريكها.

**7 التهاب العظم والنقي:** هذه عدوى نادرة ومؤلمة في العظام، وعادة ما تسبب ألماً في العظام الطويلة للساقين أو في الجزء الخلفي من الذراعين.

خلصت دراسة حديثة إلى أن ألم الترقوة في بعض الحالات يمكن تشيهر إلى أن لديك قرحة في المعدة، وقال باحثون من المركز الطبي بجامعة فيرجينيا إن ألم الكتف يمكن أن تكون المظهر الوحيد لقرحة معدية حميدة، موضحين إن أكثر أعراض قرحة المعدة شيوعاً هو ألم حارق في وسط البطن.

ويعرف عظم الترقوة بأنه العظم الطويل النحيف الموجود في الجزء العلوي من الجدار الصدري أسفل العنق وعلى جانبي عظمة الصدر.

وقد يواجه المريض أعراضاً أخرى، بحسب باحثين في جامعة فرجينيا، مثل "عسر الهضم، فقدان الشهية، الشعور بالمرض، فقدان الوزن، وقد تلاحظ أيضاً أنك تتجشأ أو تصاب بالانتفاخ بعد تناول الأطعمة الدهنية"، لافتين إلى أن "مضاعفات قرحة المعدة غير شائعة نسبياً، لكنها يمكن أن تكون خطيرة جداً وقد تهدد الحياة"، وفقاً لصحيفة ذا صن البريطانية.

### حالات صحية تسبب ألم الترقوة

هناك حالات صحية أخرى يمكن أن تسبب ألماً في الترقوة، وليست كلها خطيرة، ولكن من المهم أن ترى الطبيب إذا أصبت عظمة الترقوة أو إذا كان لديك ألم غير مبرر في المنطقة، إلى جانب أعراض أخرى.

**1 وضعية النوم:** قد يكون سبب ألم الترقوة أمراً بسيطاً مثل كيفية نومك. ويمكن للوضع الذي تختاره عند النوم أن يؤلم رقبتك وظهرك وعظم الترقوة، والنوم على نفس الجانب باستمرار قد يسبب لك مشاكل.

**2 التهاب التامور:** قد يكون الألم في عظم الترقوة أحد أعراض التهاب التامور، ويحدث هذا عندما يصبح التامور -وهو غشاء رقيق يثبت القلب في مكانه ويساعده على العمل بشكل صحيح- ملتهباً. وقد تشعر بألم حاد في الصدر ويكون محسوساً بشكل خاص خلف عظمة الصدر وأحياناً تحت عظم الترقوة والرقبة والكتف الأيسر.

وقد تشعر بنوبة قلبية وستزداد سوءاً إذا أخذت نفساً عميقاً، ولكن ستكون أفضل إذا جلست أو انحنيت إلى الأمام، وقد تعاني من الحمى والضعف والسعال وصعوبة التنفس والألم عند البلع والخفقان.





500 mg

Efficacy through years in:

- Respiratory tract infections: bronchitis, CAP,
- Neococcal pneumonia & sinusitis
- Helicobacter infection
- UTI, Pyelonephritis & prostatitis
- Skin/Skin Structure Infections & anthrax
- Osteomyelitis
- Plague



## التوحد.. قصور عصبي ونقص نمو معقد



توعية

خارقا، أثناء اللعب بعمر 48 شهرا. لا يتصرف بشيء معين لإثارة اهتمام الأهل -مثلا الغناء - بعمر 60 شهرا.

### ثانياً: أعراض التوحد المرتبطة بالسلوكيات أو الاهتمامات المقيدة أو المتكررة:

- الأطفال المصابون بالتوحد لديهم سلوكيات أو اهتمامات قد تبدو غير عادية، مثل:
- ترتيب الألعاب أو الأشياء الأخرى والانزعاج عند تغيير ترتيبها.
- يكرر الكلمات أو العبارات نفسها بكثرة.
- يلعب بالألعاب بالطريقة ذاتها في كل مرة.
- يركز على أجزاء من الأشياء (على سبيل المثال، العجلات في لعبة السيارة).
- ينزعج من التغييرات الطفيفة.
- يرفرف بالأيدي أو يدور في دوائر.
- يظهر ردود فعل غير عادية للطريقة التي تبدو بها الأشياء أو رائحتها أو طعمها أو مظهرها أو ملمسها.

### ثالثاً: أعراض التوحد المرتبطة بالبلغة والمزاج:

- تأخر تطوير المهارات اللغوية.
- تأخر تطوير مهارات الحركة.
- تأخر المهارات المعرفية أو التعليمية.
- السلوك الاندفاعي.
- اضطراب الصرع أو النوبات.
- عادات الأكل والنوم غير المعتادة.
- مشاكل الجهاز الهضمي (مثل الإمساك).
- مزاج غير عادي أو ردود فعل عاطفية.
- القلق أو التوتر.
- عدم وجود خوف أو وجود خوف أكثر مما هو متوقع في هكذا حالة.
- من المهم ملاحظة أن الأطفال المصابين بالتوحد قد لا يكون لديهم كل أو أي من السلوكيات المدرجة كأتملة هنا.

اضطرابات طيف التوحد، حالة عصبية مدى الحياة تظهر في مرحلة الطفولة المبكرة، بغض النظر عن الجنس أو العرق أو الوضع الاجتماعي والاقتصادي، كما تعرف بأنها قصور عصبي ونقص نمو معقد، يظهر خلال السنوات الثلاثة الأولى.

وهي أيضاً مجموعة من الاعتلالات المتنوعة التي تتصف ببعض الصعوبات في التفاعل الاجتماعي والتواصل، ولها سمات أخرى تتمثل في أنماط من الأنشطة والسلوكيات مثل صعوبة الانتقال من نشاط إلى آخر والاستغراق في التفاصيل، وردود الفعل غير الاعتيادية على الأحاسيس، وفقاً للصحة العالمية.

### أعراض التوحد

#### أولاً: أعراض التوحد المرتبطة بمهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي:

- تجنب الطفل الاتصال بالعين أو عدم المحافظة عليه.
- عدم استجابة الرضيع عند مناداته باسمه بعمر 9 أشهر.
- عدم ظهور تعابير وجه مثل السعادة والحزن والغضب والمفاجأة على الرضيع بعمر 9 أشهر.
- لا يلعب ألعاباً بسيطة بعمر 12 شهراً.
- يستخدم القليل من الإيماءات أو لا يستخدمها على الإطلاق بحلول عمر 12 شهراً.
- لا يشارك الاهتمامات مع الآخرين بعمر 15 شهراً.
- لا يشير ليخبر الأهل عن شيء يثير اهتمامه بعمر 18 شهراً.
- لا يلاحظ عندما يتأذى الآخرون أو ينزعجون بعمر 24 شهراً.
- لا يلاحظ الأطفال الآخرين ولا ينضم إليهم في اللعب بعمر 36 شهراً.
- لا يتظاهر بأنه شخصية أخرى، مثل التظاهر بأن يكون معلماً أو بطلاً.



لا يوجد سبب واحد لاضطراب طيف التوحد. هناك العديد من العوامل المختلفة التي تم تحديدها، والتي قد تجعل الطفل أكثر عرضة للإصابة بالتوحد، بما في ذلك العوامل البيئية والبيولوجية والوراثية.

# فريتال

120 مل

محلول رغوي مطهر  
مضاد للبكتيريا والفطريات



**Freesia** : الوكيل الوحيد  
Pharmaceutical Industries خميس للأدوية  
والمستلزمات الطبية

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

Wholesaler Tel : 01 282832  
Seiyun Tel : 05 409695  
Hajjah Tel : 07 220220



تغذية

# 4

## أطعمة تساعد على تخفيف الوزن



حرق الدهون وتقليل مستويات الجلوكوز في الدم.

### 3 - الزبادي

نظراً لكونه منخفض الدهون والسعرات الحرارية، يعتبر الزبادي غذاءً مثالياً لإضافته إلى نظامك الغذائي إذا كنت تحاول إنقاص الوزن. يمكن أن يساعد في تحسين صحة الجهاز الهضمي، ومكافحة أي انتفاخات محتملة بفضل البروبيوتيك التي تحتوي عليها، وهي مصدر رائع للفيتامينات والمعادن أيضاً، حيث ينشط كل من الزنك واليود واليوتاسيوم وفيتامين ب 5.

### 4 - التوت

يعتبر التوت سلاحاً سرياً إلى حد ما عندما يتعلق الأمر بتحقيق بنية جسم نحيفة، ووجدت الأبحاث أن تناول الفاكهة ذات اللون الأحمر أو الأزرق، يمكن أن يساعدك على فقدان دهون البطن غير المرغوب فيها. المواد الكيميائية التي تعطي الفاكهة مظهرها الزاهي يمكن أن تحرق دهون المعدة وتساعدك في الحصول على البطن المسطحة التي تبحث عنها.

يعتقد الكثير من الناس أن التخلص من الوزن يعني عدم تناول شيء أكثر من بعض السلطة، ومع ذلك هناك العديد من الأطعمة التي يمكنك تناول المزيد منها لتحقيق أقصى قدر من أهدافك لإنقاص الوزن. أبرز هذه الأطعمة، بحسب موقع قناة سكاى نيوز، الآتي:

### 1 - المعكرونة

أظهرت الدراسات أن الأشخاص يفقدون المزيد من الوزن عندما يشتمل نظامهم الغذائي على المعكرونة بانتظام. وكتبت أخصائية التغذية إيما بيكيت من جامعة "نيوكاسل" بدلاً من الإقلاع عن تناولها، فكر في تقليل حجم الوجبة فقط. تقترح إيما أيضاً التحول إلى المعكرونة المصنوعة من الحبوب الكاملة والتي تحتوي على نسبة عالية من الألياف ومفيدة لصحة الأمعاء.

### 2 - الشوكولا

بدء يومك بالشوكولا يمكن أن يساعدك على حرق الدهون وزيادة فقدان الوزن. حيث وجد العلماء أن تناول الشوكولا يمكن أن يساعد في

“

يساعد التين في خفض الإجهاد التأكسدي ومستوى السكر في الدم. يحتوي التين على أحماض الأبسيسيك والماليك والكلوروجينيك، وهي مركبات رئيسية تساعد في التحكم في مستوى السكر في الدم.

## التين إضافة صحية لنظامك الغذائي

أو مصدر غذاء للبكتيريا الصحية التي تسكن الأمعاء.

### 2. أحماض مهمة

يساعد التين في خفض الإجهاد التأكسدي ومستوى السكر في الدم. يحتوي التين على أحماض الأبسيسيك والماليك والكلوروجينيك، وهي مركبات رئيسية تساعد في التحكم في مستوى السكر في الدم.

### 3. معادن أساسية

يعد من الفواكه الغنية بالكالسيوم والفوسفور لذا فهو يعزز تكوين العظام ومحفزات إعادة نمو العظام.

### 4. اليوتاسيوم

يعتبر اليوتاسيوم معدناً حيوياً لأنه يساعد الجسم في السيطرة على ضغط الدم، كما أنه يسهل دحض الآثار السلبية للصوديوم. يساعد اليوتاسيوم الموجود في التين على تحفيز عمل العضلات والأعصاب ويوازن السوائل في الجسم ويحافظ على التوازن الكهربائي.

### 5. فيتامينات ومضادات أكسدة

يشتمل التين على ثروة من المغذيات مثل فيتامين C و E و A ومضادات الأكسدة القوية والمفيدة للغاية لتغذية الجلد وتجديد خلايا الجلد.

يتميز التين بشكلها الجميل وطعمها اللذيذ والفريد من نوعه، ويمكن حفظه مجففاً كي يدوم لفترة أطول بكثير من شكله الطازج والقابل للتلوث.

وأكد موقع شبكة NDTV التلفزيونية الهندية أنه إلى جانب المذاق الرائع، توفر فاكهة التين سواء طازجة أو مجففة العديد من الفوائد الصحية.

والتين نبات صغير كمثري أو مزهر على شكل جرس ينتمي إلى عائلة التوت، وله فوائده عديدة للجسم الكامل مما يجعله إضافة رائعة لنظام غذائي صحي، وهناك 5 فوائد أساسية للتين هي:

#### 1. الألياف

يحتوي التين على الألياف، والتي يمكن أن تساعد في تعزيز صحة الجهاز الهضمي عن طريق تليين البراز وإضافة كميات كبيرة منه، وتقليل الإمساك، ويكون بمثابة مادة حيوية -





طب بديل

“

وفقاً لمنظمة الصحة العالمية، فإن أمراض القلب تحصد حياة "ما يقدر بنحو 17.9 مليون شخص كل عام"، ومع ذلك، يقول الخبراء إنه من خلال الرعاية المناسبة ونمط الحياة الصحي، يمكن تغيير الوضع، والحد من المخاطر على القلب. هذا يعني أن الطعام يلعب دوراً رئيسياً.



## 4 حميات غذائية من أجل قلب سليم

هذا يعني أن الطعام يلعب دوراً رئيسياً. وهناك بعض الأطعمة التي تؤثر على ضغط الدم في الجسم، والدهون الثلاثية ومستويات الكوليسترول التي تؤدي إما إلى تفاقم أو تقليل مخاطر القلب. وبالتالي، فمن المهم معرفة مكونات الطعام جيداً قبل اتباع نظام غذائي معين. إليكم أربعة أنواع من الحميات الغذائية يوصي بها الأطباء للتمتع بقلب صحي وسليم.

### 1 حمية داش

تعني داش الأساليب الغذائية لوقف ارتفاع ضغط الدم، وهو نظام غذائي مصمم خصيصاً لمراقبة مستويات ضغط الدم لديك، ويتميز بأنه منخفض الملح وغني بالفواكه والخضروات والحبوب الكاملة ومنتجات الألبان قليلة الدسم والبروتينات.

### 2 حمية بسكاتاريان

تشترك حمية بسكاتاريان مع النظام الغذائي النباتي في الكثير من المكونات، وهي حمية غنية بالفواكه والخضروات والمكسرات والبقوليات والحبوب الكاملة ومنتجات الألبان ولا تحتوي على اللحوم والدواجن. بالإضافة الوحيدة والهامة إلى هذه الحمية هي المأكولات البحرية. وبعبارة أخرى، فإن من يتبع هذه الحمية شبه النباتية يتناول الأسماك أيضاً، ولا يتناول اللحوم أو الدجاج.

### 3 حمية البحر الأبيض المتوسط

تم اختيار حمية البحر الأبيض المتوسط كأفضل نظام غذائي شامل وأكثرها صحة في التصنيف السنوي لعام 2023. وتعد الأطعمة النباتية، مثل الحبوب الكاملة والخضروات والبقوليات والفواكه والمكسرات والبقوليات والأعشاب والتوابل، هي أساس هذا النظام الغذائي. يمكن للمرء أيضاً تضمين الزبادي والجبن والدواجن في النظام الغذائي ولكن باعتدال.

### 4 النظام الغذائي لاكتو-أوهو النباتي

بكل بساطة، يشمل هذا النظام الغذائي كل الأطعمة النباتية الممكنة، إلى جانب منتجات الألبان والبيض. ولا يشمل هذا النظام الغذائي النباتي - المحتوي على البيض واللبن - اللحوم سواء الحمراء أو البيضاء وكذلك الأسماك. وكالعادة، يفضل دائماً أن تتشاور مع طبيبك الخاص بشأن أي نوع من الوجبات الغذائية تريد اتباعها.

من المعروف أن بعض الأطعمة تؤثر على ضغط الدم وأداء القلب ومستويات الدهون الثلاثية والكوليسترول بما يؤدي إما إلى تفاقم أو تقليل تعرض القلب للمخاطر.

ويبحث الكثيرون عن نظام غذائي مفيد للقلب وسط الكثير من الحميات الغذائية والنصائح المنتشرة على الإنترنت. وتوصلت جمعية القلب بالولايات المتحدة مؤخراً إلى قائمة موحدة من الأنظمة الغذائية التي يمكن أن تقلل بشكل كبير من العديد من المخاطر المتعلقة بالقلب. ونُشرت النتائج في مجلة Circulation الرائدة.

وفقاً لبيان رسمي صادر عن الجمعية العلمية فقد "انتشر وتعاظم عدد الأنماط الغذائية المختلفة والشعبية في السنوات الأخيرة، ووصل حجم المعلومات الخاطئة عنها على وسائل التواصل الاجتماعي إلى مستويات حرجة"، مما زاد من إرباك الناس والعديد من المتخصصين في الرعاية الصحية.

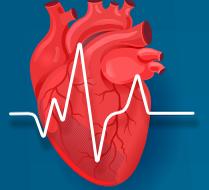
لذلك قام الباحثون بتحليل أنماط الأكل الشائعة ووجدوا أن "بعضها يعزز بالفعل صحة القلب بشكل أفضل من البعض الآخر"، بحسب موقع "دي دبليو" الألماني.

### نظام غذائي مهم لصحة القلب

لطالما كانت صحة القلب مصدر قلق في جميع أنحاء العالم. وفقاً لمنظمة الصحة العالمية، فإن الأمراض المرتبطة بالقلب هي السبب الرئيسي للوفاة

على مستوى العالم. ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية، فإن أمراض القلب تحصد حياة "ما يقدر بنحو 17.9 مليون شخص كل عام"، ومع ذلك، يقول الخبراء إنه من خلال الرعاية المناسبة ونمط الحياة الصحي، يمكن تغيير الوضع، والحد من المخاطر على القلب.





## نبض



تعد أمراض القلب والأوعية الدموية من الأسباب الرئيسية للوفاة على مستوى العالم، مستوحاة من منظمة الصحة العالمية "WHO"، تحصد الأمراض القلبية الوعائية ما يقدر بنحو 17.9 مليون شخص سنوياً،

تعد الخطوة في حد ذاتها جديدة، لكنها المرة الأولى، التي يمكن من خلالها دمج خلايا الأوعية الدموية بنجاح، وهي الخلايا التي تبطن الأوعية الدموية، مما جعل القلب النموذجي أقرب إلى القلب البشري الحقيقي.

وقال هيدسون "إن دمج الخلايا الوعائية لأول مرة في عضلات القلب الصغيرة أمر مهم للغاية لأنه تم اكتشاف أنها تلعب دوراً رئيسياً في بيولوجيا الأنسجة، حيث إن الخلايا الوعائية تجعل العضيات تعمل بشكل أفضل وتبض بقوة، فيما يعد سبباً جديداً سيساعد على فهم القلب بشكل أفضل ونمذجة المرض بدقة".

### اكتشاف مضاف

وتعني المكافأة الإضافية لخلايا الأوعية الدموية أن الباحثين يمكنهم التحقيق في كيفية تأثيرها على الالتهاب، والذي يمكن أن يتسبب في تصلب شرايين القلب والتهاب عضلة القلب، ففي دراسة أخرى، كشف الباحثون عن الدور الرئيسي الذي يلعبه نظام الأوعية الدموية في إصابة عضلة القلب الناتجة عن الالتهاب.

### دور رئيسي لخلايا الأوعية الدموية

وقال هيدسون "عندما تم تحفيز الالتهاب في عضلات القلب الصغيرة، تبين أن خلايا الأوعية الدموية تلعب دوراً رئيسياً، حيث ظهر تصلب الأنسجة، التي تحتوي على خلايا الأوعية الدموية فقط، بما يعني أن الخلايا استشعرت ما كان يحدث وغيرت سلوكها، وبالتالي تم تحديد أن الخلايا تطلق عاملاً يسمى الإندوثيلين الذي يتوسط في التصلب".

ويقول الباحثون إن الاكتشاف الإضافي، جنباً إلى جنب واستخدام عضويات القلب الجديدة، يمكن أن يؤدي إلى علاجات جديدة لأمراض القلب بسرعة أكبر.

### أمراض الكلى والدماغ

يقول الباحثون إن نشر الدراسة سيساعد الباحثين في جميع أنحاء العالم على إنشاء عضيات أوعية دموية خاصة بهم، مما يعزز الجهود العالمية لمعالجة أمراض القلب، كما ذكر الباحثون أن اكتشافهم يمكن أن يستخدم في إنتاج عضيات الكلى والدماغ، مما يسرع البحث في الأمراض التي تصيب تلك الأعضاء.

تمكن باحثون أستراليون من تحقيق أول هدفين سيساعدان في الجهود العالمية لمكافحة أمراض القلب هما على وجه التحديد صناعة قلب صغير ينبض بنظام الأوعية الدموية الخاص به، وثانيهما اكتشاف كيف يؤثر نظام الأوعية الدموية على تلف القلب الناجم عن الالتهاب.

### ملايين الوفيات سنوياً

وحسب ما نشره موقع "New Atlas" نقلاً عن دورية "Cell Re-ports"، تعد أمراض القلب والأوعية الدموية من الأسباب الرئيسية للوفاة على مستوى العالم، فوفقاً لمنظمة الصحة العالمية "WHO"، تحصد الأمراض القلبية الوعائية ما يقدر بنحو 17.9 مليون شخص سنوياً، ومن المتوقع أن ترتفع معدلات الوفيات بسبب الأمراض القلبية الوعائية، نظراً لشيخوخة السكان وتأثير عوامل الخطر المرتبطة بنمط الحياة.

### أمراض القلب والأوعية الدموية

وتشمل الأمراض القلبية الوعائية أي حالة تؤثر على القلب أو الدورة الدموية، مثل النوبة القلبية ومرض الشريان التاجي وارتفاع ضغط الدم والسكتة الدماغية والخرف الوعائي، ونظراً لانتشار الأمراض القلبية الوعائية، من المهم أن يستمر البحث في الكشف عن طرق جديدة للوقاية من هذه المجموعة من الأمراض وتشخيصها وعلاجها.

### هياكل صغيرة تحاكي القلب

وساهم باحثون أستراليون في تسريع البحث في مجال أمراض القلب من خلال صناعة عضيات، هي عبارة عن هياكل صغيرة تحاكي الأعضاء البشرية، تتم زراعتها في المختبر، باستخدام الخلايا الجذعية البشرية متعددة القدرات، والتي يمكن إنشاؤها باستخدام الجلد أو خلايا الدم "المعاد برمجتها".

وقال جيمس هيدسون، أحد الباحثين في الدراسة: "يبلغ حجم كل عضية للقلب تقريباً حجم بذرة الشيا، ويبلغ عرضها 1.5 ملم فقط، ولكن يوجد بداخلها 50000 خلية تمثل أنواع الخلايا المختلفة التي يتكون منها القلب". وابتكر الباحثون من مجموعة عضيات صغيرة قلباً نابضاً، ولا





IBAMAX 150 mg Table - 1 film-coated tablet (Ibandronic acid) 150 mg  
 1 film-coated tablet

Pharmathen  
 Innovation inspired by life



صحة إنجابية



تصبح الحوامل أكثر عرضة للإصابة بمشاكل وأعراض المسالك البولية خلال مرحلة الحمل بسبب تغير الهرمونات التي تصاحب المرحلة، كما قد تنشأ بعض المشاكل بسبب بعض أنواع العدوى في هذه المنطقة الحساسة مع أعراض الألم والإصابة.



## احتباس البول عند الحامل .. الأسباب والمخاطر

من هذا الحمل. كما قد يحدث احتباس البول بسبب إصابة الحامل بارتفاع هرمون البروجيسترون والذي يؤدي لتكون أورام ليفية في الشهور الثلاثة الأولى من الحمل. وبعد الشعور بألم في منطقة الحوض أو الضغط الدائم في منطقة الجهاز البولي وصعوبة التبول من أعراض احتباس البول أثناء مرحلة الحمل الأولى وبداية المرحلة الثانية، بحسب الجدعان، الذي أضاف هناك عدة أعراض أيضاً في حال زيادة احتباس البول، وهذه الأعراض عبارة عن مضاعفات تستدعي التدخل السريع، ومن هذه المضاعفات حدوث احتباس البول المزمّن والتعرض لخطر فقدان الجنين أي الإجهاض. ونصح الجدعان بضرورة استشارة طبيب مختص، كما ان على الحامل أن تكثر من شرب الماء الصحي والنظيف، وتناول الخضروات والفواكه بكثرة لأنها تحتوي على الماء، بالإضافة الى تقليل الملح في الطعام، وكذلك التوابل والبهارات.

تصبح الحامل أكثر عرضة للإصابة بمشاكل وأعراض المسالك البولية خلال مرحلة الحمل بسبب تغير الهرمونات التي تصاحب المرحلة، كما قد تنشأ بعض المشاكل بسبب بعض أنواع العدوى في هذه المنطقة الحساسة مع أعراض الألم والإصابة. وفي هذا السياق يوضح الدكتور عبدالله الجدعان، استشاري النساء والولادة أن من أسباب احتباس البول عند الحامل انتقال عدوى بكتيرية تعرف باسم "الإشريكية القولونية" إلى مجرى البول، مما يسبب حدوث احتباس البول كأحد أهم الأعراض الشائعة لهذه العدوى.

وفي حال تعرضت الحامل خلال الحمل أو قبله لحالة من الانزلاق الغضروفي بسبب ضربة في أسفل الظهر فقد تعاني من احتباس البول، وفقاً للجدعان الذي أضاف في حديث لمجلة سيدتي بأن من الأسباب أيضاً حدوث حالة حمل خارج الرحم، وفي هذه الحالة تنفّس البويضة المخضبة في عنق الرحم أو تجويف البطن، ولا يستمر الحمل بالطبع، ولكن من أعراضه حدوث احتباس البول عند المرأة لفترة معينة حتى يتم التخلص

## فوائد تناول الموز على الريق عند الحامل



الأولى من الحمل، كما يعد الموز من الفواكه الغنية جداً بفيتامين "بي 6" (البيريديوكسين)، وهذا الفيتامين من الفيتامينات المهمة جداً لسلامة الأعصاب وتقويتها، وقالت "موزة واحدة على الريق تخفف الإجهاد، وتساعد على الاسترخاء عند الحامل" ونهت على ضرورة عدم الإفراط في تناول الموز عند الحامل لأنه قد يسبب زيادة في الوزن، رغم أن تناول موزة واحدة على الريق يعطي إحساساً بالشبع لديها.

وفي حال إصابة الحامل بسكري الحمل، فيجب ألا تكثر من تناول الموز، حيث أن الموز يحتوي على نسبة 23 بالمائة من السكريات.

للموز فوائد عديدة لكن هناك خصائص تساعد النساء الحوامل بشكل عام، إذ يحتوي الموز على نسبة عالية من البوتاسيوم ونسبة قليلة من الملح، مما يعمل على تقليل أعراض الغثيان عند الحامل خاصة في الصباح. وفقاً لاختصاصية التغذية منى عبدالوهاب.

وتصح الحامل بتناول موزة على الريق في شهور الحمل الأولى، وقبل أن تتحرك من السرير؛ لكي تقل لديها أعراض الغثيان المزعجة، وتقلل من حمض المعدة، مشيرة إلى أن الموز يحتوي على الحديد وفيتامين ج الضروري لامتصاص الحديد في الجسم، وبالتالي يمكن للموز رفع مستوياته في الجسم، ومحاربة الإصابة بفقر الدم أثناء الحمل، إضافة إلى أن نقص الحديد السبب الأكثر شيوعاً لانخفاض مستويات الهيموغلوبين، وإصابة الحامل بفقر الدم.

وبحسب عبدالوهاب يحتوي على التريبتوفان، فتتحول المستويات العالية من التريبتوفان إلى السيروتونين، وهذه الأخيرة تعمل على تقليل مستوى الاكتئاب والتوتر عند الحامل، وتحافظ على توازنها النفسي، خصوصاً في الشهور

# Floximax<sup>®</sup>

Moxifloxacin 400mg

*Rise  
hope!*



**Shiba Pharma**

  
unicef  
مزود معتمد لدى  
منظمة اليونسيف

  
شيبا فارما  
مؤسسة الخيرية



يعتبر "السعال الديكي" أحد أمراض الجهاز التنفسي، وهو أشد حدة من السعال العادي والإنفلونزا رغم التشابه بينها، ويصيب المرض الرئة والجهاز التنفسي العلوي بالتهابات مفاجئة، ويمكن أن تصل خطورته لدى بعض الأشخاص، خصوصاً الصغار وكبار السن، إلى الوفاة.



## عودة مقلقة للسعال الديكي

تقرير: مازن فارس

لا تزال آثار المرض ماثلة في وجه الطفل رضوان عبدالرحمن (7 أعوام) بعد أسبوعين قضاها متنقلاً بين مستشفى حكومي وعيادة طبية خاصة بمدينة تعز (جنوب غرب اليمن) جراء إصابته بالسعال الديكي. يقول والد الطفل عبد الرحمن إن "الأعراض كانت في بداية الأمر تشبه السعال العادي لكن بعد خمسة أيام تضايف السعال لديه مع وجود صعوبة بالتنفس".

### تحذيرات أممية

مؤخراً حذرت منظمة الصحة العالمية من عودة تفشي أمراض الطفولة في اليمن مثل "السعال الديكي وشلل الأطفال والحصبة" في حال لم يتم المحافظة على المعدلات المثلى للتحصين.

وتقوم المنظمة العالمية سنوياً بتسليم 25 مليون جرعة من اللقاحات المؤهلة مسبقاً إلى اليمن، حسبما أفادت في بيان لها منتصف مارس/ آذار الفائت، مشيرة إلى أن برامج التطعيم ضرورية للغاية في من أجل حماية الأطفال من الأمراض التي يمكن الوقاية منها.

### الشاهوق والأطفال

يُصيب السعال الديكي - والمعروف أيضاً باسم الشاهوق - الأطفال والمراهقين عادةً، وينتج ذلك عن تراجع المناعة ضد المرض مع مرور الوقت عند الأشخاص الذين جرى تطعيمهم ورفض بعض الآباء السماح بتلقيح أطفالهم.

ويعد الأطفال ما دون سن العاشرة من أكثر الفئات عرضة للإصابة بالسعال الديكي نظراً لعدم تلقيهم لقاح البوردتيلا أو أنهم تلقوا لقاحات رديئة غير مخزنة بشكل صحيح أو ذاكرتها المناعية مدتها قصيرة، كما يقول الطبيب محمد الفقيه رئيس مكافحة العدوى بهيئة مستشفى الثورة العام بتعز.

ويشير إلى أن "هناك ثلاث جرعات لقاحية للوقاية من الإصابة بالسعال الديكي تؤخذ ما بين الشهر الأول إلى الشهر السادس وينصح بأخذ هذه الجرعات للأطفال حتى يتم تعزيز مناعتهم ضد الإصابة".

ولوحظ في السنوات الأخيرة أن هناك انتشاراً واسعاً لهذا المرض، بحسب الفقيه، الذي يرجع السبب إلى "عدم أخذ اللقاحات للأطفال" مؤكداً مأمونية اللقاحات وفعاليتها في توفير الحماية للأطفال من مخاطر الكثير من الأمراض من بينها السعال الديكي. وأوصى الأهالي بعدم التساهل في تطعيم أطفالهم والالتزام بجدول التطعيمات لحماية الأطفال من الإصابة بهذه الأمراض الخطيرة والتي قد تؤدي بحياتهم.

أنتجت هذه المادة بدعم من منظمة انترنيوز INTERNEWS ضمن مشروع ROOTED IN TRUST (غرفة أخبار الصحة) في اليمن و نشرت بالتتابع مع موقع "عدن الغد"

نقل الطفل رضوان إلى مستشفى حكومي وصُرف له كيس أدوية لكن دون جدوى "لم تتحسن حالته"، حيث تم نقل نجله إلى عيادة خاصة ليعتبر أنه مصاب بالسعال الديكي". ويعتبر "السعال الديكي" أحد أمراض الجهاز التنفسي، وهو أشد حدة من السعال العادي والإنفلونزا رغم التشابه بينها، ويصيب المرض الرئة والجهاز التنفسي العلوي بالتهابات مفاجئة، ويمكن أن تصل خطورته لدى بعض الأشخاص، خصوصاً الصغار وكبار السن، إلى الوفاة. وتمثل أعراضه بالعطاس، وسيلان الأنف، ونقص الشهية، والفتور، والسعال الشديد في الليل، والشعور العام بالتعب إلى جانب نوبات من السعال الشديد.

### أسباب عودة المرض إلى اليمن

حالة رضوان تعد واحدة من أصل 135 حالة إصابة بالسعال الديكي في مدينة تعز، حسبما أفاد نائب مدير الإعلام والتثقيف الصحي بمكتب الصحة بتعز، تيسير السامعي.

وأرجع السامعي سبب انتشار السعال الديكي إلى "الحرب وتأثيرها على القطاع الصحي خصوصاً ما يتعلق بتبريد اللقاحات" موضحاً أنه خلال عامي 2015 و 2016 لم يلق نسبة كبيرة من الأطفال جرعات اللقاحات ما أدى إلى عودة كثير من الأمراض من بينها السعال الديكي. وتواجه المرافق الصحية في اليمن صعوبات في التعامل مع الأمراض والأوبئة، خصوصاً بعد أن فقدت العديد من الخدمات الضرورية جراء الحرب.

ويضيف السامعي أن عودة انتشار هذا المرض مؤخراً يعود إلى "الضعف الاقتصادي لدى كثير من الأسر التي أصبحت غير قادرة على الوصول إلى مرافق صحية للحصول على اللقاحات".

وفي السنوات الأخيرة ظهر مرض السعال الديكي في عدة محافظات يمنية وسجلت أرقام قياسية في انتشاره. ففي مطلع العام المنصرم سجل مستشفى السبعين في العاصمة صنعاء 147 حالة إصابة بالسعال الديكي خلال شهري يناير وفبراير فقط.

ولا توجد إحصاءات حديثة شاملة بضحايا هذا المرض خلال السنوات الأخيرة في اليمن، فيما تشير آخر تقارير منظمة الصحة العالمية إلى أن اليمن تصدر في عام 2010 قائمة دول الشرق الأوسط من حيث عدد حالات الإصابة بالسعال الديكي وذلك بواقع 2534 حالة.



## ماذا يجب أن تعرف عن الاكتئاب المقاوم للعلاج؟

بالاكتئاب المقاوم للعلاج. ونقل موقع "الكونسلتو"، عن استشاري الصحة النفسية، الدكتورة ليلي رجب، إنه لا يوجد تعريف واضح للاكتئاب المقاوم للعلاج في الدليل التشخيصي والإحصائي للطب النفسي، ولكن ذلك المصطلح بشكل عام يشير إلى تجربة أكثر من طريقة لعلاج الاكتئاب دون تحقيق أي نتيجة.

يمر البعض بنوبات اكتئاب عابرة، نتيجة ضغوطات حياتية مختلفة، وتراكم مشكلات كثيرة لم يتم التعامل معها، وربما يحدث نتيجة الإصابة بأي اضطراب نفسي آخر، وقد ينصرف الاكتئاب بمجرد الخضوع لجلسات العلاج النفسي، بينما قد يحتاج البعض للأدوية، في حين يعاني آخرون من فشل في علاج الاكتئاب، وهو ما يعرف

### 5 فئات أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب

5 - من يعاني من الهشاشة النفسية، نتيجة عوامل بيئية وبيولوجية ووراثية.

وتشير إحدى الدراسات، إلى أنه لا تعطي أدوية علاج الاكتئاب نتائج لدى ما يصل إلى ثلثي المصابين، ولا يساعدهم أول مضاد للاكتئاب يجربونه، وما يصل إلى الثلث لا يستجيب لعدة محاولات للعلاج، وفقاً لـ "CDC".

لا يوجد سبب واضح للإصابة بالاكتئاب المقاوم للعلاج، ولكن هناك بعض الفئات أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب المقاوم للعلاج حددتها في ما يلي:

- 1 - من يصاب بالاكتئاب في الطفولة.
- 2 - من لديه تاريخ عائلي وراثي مع الاكتئاب.
- 3 - من يعاني من تجربة سيئة في رحلة علاج الاكتئاب.
- 4 - من يصاب بنوبات متكررة من الاكتئاب.



### 4 سمات لمريض الاكتئاب

لا تختلف أعراض الاكتئاب المقاوم للعلاج عن أعراض الاكتئاب بشكل عام، والذي تختلف حدته من شخص لآخر، ولكن هناك بعض السمات التي يجب توافرها قبل تشخيص المريض بالاكتئاب المقاوم للعلاج، والتي تتمثل في التالي:

- 1- الشخص يمر بفترة تحسن بسيطة جداً ثم سرعان ما تستمر أعراض الاكتئاب.
- 2- لا يستطيع الشخص التعامل مع الأعراض الجانبية للأدوية.
- 3- تجربة أكثر من نوع من أدوية الاكتئاب، تحت إشراف طبيب مختص دون الحصول على نتيجة ملحوظة.
- 4- تجربة أكثر من نمط من أنماط العلاج النفسي مثل العلاج المعرفي السلوكي والعلاج الكلامي وغيرهم من أنماط العلاج النفسي التي تستهدف التركيز على أفكار ومشاعر الشخص وكيفية التعامل معها وإدارتها بشكل صحي.



### اسناني حياتي



## تدخل مهم لعلاج جيوب اللثة

وأوضح أطباء موقع ويب طب أن الجيوب الأكثر عمقا والتي يتراوح عمقها بين الـ 6 الى الـ 8 ملم يتم التعامل معها بحسب الحالة إذ لا قاعدة ثابتة في العلاج، مشيرين إلى أنه يتم مراقبة كل حالة على حدة ليتسنى للأطباء اختيار طريقة العلاج المناسبة. وفي حال استمر المرض فإن الأطباء عادة ما يقترحون المعالجة عبر التدخل الجراحي، إلا أن بعض الأطباء يفضلون عدم الانتظار لوقت طويل وذلك تجنباً للمضاعفات وفقدان العظم.

يفضل معظم الأطباء تأجيل التدخل الجراحي لمعالجة جيوب اللثة واللجوء إليه كخيار أخير، خاصة عندما تكون جيوب اللثة صغيرة. ويبين أطباء اسنان بأن الجيوب الصغيرة هي التي لا يتجاوز عمقها 4 ملم ويتم التعامل معها عبر استخدام العلاج التقليدي للتنظيف بشرط ألا تكون هناك مشاكل صحية أخرى مرتبطة بها.

66

## علاجات منزلية لتخفيف ألم الأسنان الطارئ

### كمادات الثلج

من أسهل الطرق المتبعة لعلاج ألم الأسنان الطارئ استخدام كمادات الثلج، إذ يساعد وضع ثلج ملفوف بمنشفة على الجانب المصاب من الفك في تقليل الألم؛ لأنه يقوم بتضييق الأوعية الدموية في المنطقة وتخديرها.

واللثة.

### زيت القرنفل (Clove)

يحتوي القرنفل على مادة اليوجينول (Eugenol) التي تُعد مطهراً طبيعياً، ويتم استخدامه عبر وضع بضع قطرات من زيت القرنفل في ملعقة صغيرة من زيت الزيتون، ثم يتم نقع قطعة قطن فيها وتمريضها على منطقة الألم، حيث تقوم بتخدير المنطقة وتطهيرها.

### أكياس الشاي

يحتوي الشاي على مادة العفص (Tan-nins) الذي قد يسكن ألم الأسنان، عن طريق وضع كيس الشاي المبلل على السن لبضع دقائق، كما أن شاي النعناع يمكن أن يخفف الألم لاحتوائه على المنثول (Menthol) الذي له خصائص مخدرة للألم.

### الثوم

يُعد الأليسين (Allicin) المركب الرئيس في الثوم الذي له خصائص مضادة للجراثيم تساعد في قتل البكتيريا في الفم التي تؤدي إلى تسوس الأسنان وألمها، يمكنك مضغ الثوم وتركه قليلاً قرب السن الذي يؤلمك لتخفيف الألم.

يُمكن استخدام العلاجات المنزلية للمساعدة في تخفيف ألم الأسنان إلى حين زيارة الطبيب، وهناك عدة طرق يمكن استخدامها في المنزل لعلاج ألم الأسنان الطارئ .. أهمها:

### رفع الرأس بوسادة إضافية

يحاول المريض ان يكون رأسه مرفوعاً أثناء النوم مستخدماً عدة وسائد؛ لأنه سيقفل من تدفق الدم إلى الرأس والفم، وقد يقلل من التورم.

### كمادات الثلج

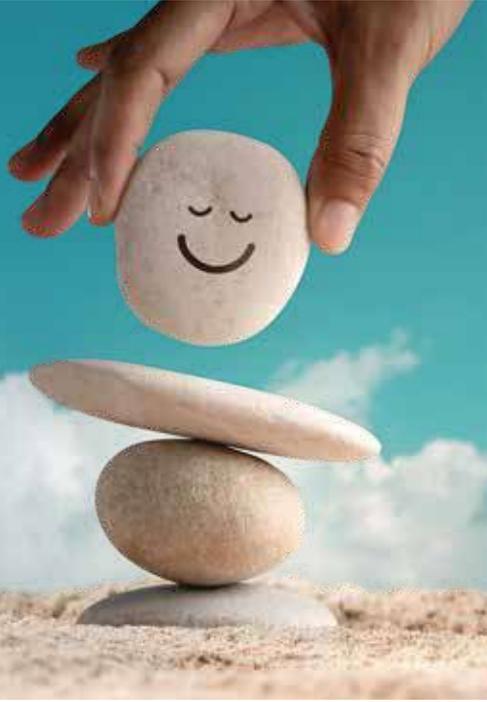
من أسهل الطرق المتبعة لعلاج ألم الأسنان الطارئ استخدام كمادات الثلج، إذ يساعد وضع ثلج ملفوف بمنشفة على الجانب المصاب من الفك في تقليل الألم؛ لأنه يقوم بتضييق الأوعية الدموية في المنطقة وتخديرها.

### الغرغرة بالماء والملح

تُعد الغرغرة بالماء والملح علاجاً منزلياً شائعاً لألم الأسنان، حيث يُعد الملح مطهراً طبيعياً ومضاداً للبكتيريا، ويمكن أن يقلل من الالتهاب والتورم، ويعزز صحة اللثة ويسهل التئام القروح، كما أنه يساعد على إزالة أي بقايا طعام عالقة في الأسنان.



## كيف تتقن مهارات التفاوض؟



## فن الحياة



يؤمن المتفاوضون بحقيقة أن أي موقف من حولنا يمكن أن يتغير، مما يمنحهم القدرة على المضي قدماً إلى الأمام. ليس هذا وحسب، إذ يوجد العديد من الروابط المهمة ما بين التفاوض والصحة الجيدة،

بدلاً من محاولة التحكم في المشاعر والعواطف الناجمة عنها. سوف تتطرق إلى العقبات التي تواجهك على أنها نتيجة لظروف وعوامل محددة وليست بسبب أن العالم كله يقف ضدك.

### ما هي أهمية التفاوض؟

يؤمن المتفاوضون بحقيقة أن أي موقف من حولنا يمكن أن يتغير، مما يمنحهم القدرة على المضي قدماً إلى الأمام. ليس هذا وحسب، إذ يوجد العديد من الروابط المهمة ما بين التفاوض والصحة الجيدة، فقد أظهرت دراسات متنوعة أجريت على مدار السنوات أن السلوك المتفائل قد يقود إلى:

- زيادة الالتزام بالسلوكيات الصحية الأخرى كالتمارين الرياضية، والغذاء المتوازن.
- تجنب العادات غير الصحية والسلوكيات الضارة كالتدخين مثلاً.
- رفع جودة النوم. تعزيز القدرة على التعامل مع التوتر والعوائق في الحياة.
- توسيع شبكة المعارف، نظراً لأن الأشخاص بشكل عام يفضلون قضاء الوقت مع المتفائلين بدلاً من المتشائمين.

### كيف تصبح شخص متفائل؟

- تكتب في كل يوم ما تشعر بالامتنان لامتلاكه.
- انظر إلى حياتك على أنها خيار.
- تقبل الأفكار السلبية.
- تخيل مستقبلاً مشرقاً.
- افض وقتك مع المتفائلين.
- انشر الايجابية من حولك.

غالباً ما يُنظر للتفاوض على أنه فطرة يولد بها الشخص وتنمو معه، لكنه في الحقيقة ليس سوى مهارة مكتسبة يمكن لأي كان أن يطورها ويتمتع بأثارها الإيجابية. فما هي هذه المهارة؟ ما هي أهميتها؟ وهل هناك وسائل تساعدك على اكتسابها؟

### ما هي مهارة التفاوض؟

تعبّر مهارة التفاوض عن مقدرة الشخص على التحلي بالأمل والثقة بنتائج الموقف مهما بدا صعباً، حيث يستطيع الشخص المتفائل أن يستخرج الجوانب الإيجابية من مختلف أنواع المواقف.

ويميل دوماً للإيمان بأن هذا الموقف الصعب سينجم عنه نتائج إيجابية أكثر من إيمانه بأن النتيجة ستكون سلبية. حينما تكون متفائلاً، ستختلف طريقة تعاملك مع الأمور من حولك:

- ستتقبل حقيقة أنك لا تستطيع السيطرة على كل موقف من حولك، وأنتك بدلاً من ذلك قادر على التحكم في طريقة تفكيرك وتعاملك مع هذه المواقف.
- حينما تواجه مشكلة معينة، ستركز على الأرجح على سبل حلها،



# أدوية البرد والزكام ... من سبأ فارما

**RAMOL®**  
Cold & Flu

20 F/C caplets

Effective relief of  
Cold & Flu Symptoms

Shiba Pharma

**RAMOL Sinus**

20 F/C caplets

Relief from sinus pain,  
nasal congestion  
and headache.

Antipyretic

Shiba Pharma

**Flu Off®**  
PLUS

قلو اوف بلس

للتخلص من أعراض البرد

مسكن ألم

Shiba Pharma

20 F/C caplets

Shiba Pharma

بواعي الاستعمال والجرعات:  
أنتظر النضرة الأولى  
بمعدل ١٥ م في مكان بارد  
يحفظ بعيداً عن متناول الأطفال

B. N. :  
Mfg. :  
Exp. :

**Shiba Pharma**

  
unicef  
مزود معتمد لدى  
منظمة اليونسيف

  
الجمعية السعودية  
للصيدلة  
SOCIETY OF  
SAUDI PHARMACEUTICALS

هذا الصرح الطبي الراقى ، يمثل إنجازاً غير مسبوق على مستوى القطاع الصحي الخاص في اليمن منذ عام ١٩٩٦م ، ويستقبل المواطنين والمؤسسات والشركات الحكومية والخاصة سواء مراجعي العيادات الخارجية أو المرضى المقيمين منهم ، وذلك لتقديم أفضل خدمات الرعاية الصحية لهم في ظل جو من الرعاية الكاملة. هذا بالإضافة إلى تبني المستشفى برنامجاً متكاملًا لمراقبة الجودة والمقاييس.

# عن أزال

## نبذة مختصرة



## أقسام المستشفى

- قسم أمراض وجراحة القلب
- قسم علاج الأورام بالإشعاع
- وحدة المناظير
- قسم جراحة المخ والأعصاب
- قسم جراحة العظام
- قسم الجراحة العامة
- قسم الأشعة بأنواعها
- وحدة الغسيل الكلوي
- قسم النساء والولادة
- قسم جراحة المسالك البولية
- قسم المختبرات
- قسم الأذن والأنف والحنجرة
- قسم الأمراض الجلدية التناسلية
- قسم الأسنان
- قسم العلاج الطبيعي
- قسم السكر والقدم السكرية



لأننا نستشعر مسؤوليتنا تجاه مرضانا أعتدنا أفضل الأطباء المتخصصين ووفرنا أحدث الأجهزة الطبية لطمأنينة مرضانا

مستشفى أزال - الرعاية الكاملة



# أرقام الطوارئ



للتواصل بإدارة التسويق : 01595344 - 73344511 - 772833808

المستشفى اليمني  
الفرنسي



رقم الطوارئ

01/400006-01/400003



المستشفى الاوربي  
الحديث



رقم الطوارئ

01/577777



مستشفى آزال



رقم الطوارئ

01/200000



مستشفى الملك الحديث  
التخصصي



رقم الطوارئ

777523577 01345008  
774364303 01820089



مستشفى المجد التخصصي



رقم الطوارئ

01/342394



مستشفى يوني ماكس الدولي



رقم الطوارئ

770111666



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

01/631004-779990145



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



# Amol® أمول®



قوي  
على الألم،  
لطيف  
على المعدة



Shaphaco  
Pharmaceutical Ind.

مسكن الألم الأول في اليمن

# ريادة ونجاح وزيادة في الأرباح

# 38%

أعلى نسبة أرباح في اليمن لعام 2022



معنا .. إتصالك أسهل

# 4G<sup>LTE</sup>



ستار بلاس للصناعات الدوائية  
Star Plus Pharmaceutical Co.



ستار بلاس للصناعات الدوائية  
Star Plus Pharmaceutical Co.