

43 في المئة من الأشخاص في دول مجلس التعاون يعانون من زيادة الوزن

«ايكونوميست»: الكويت الأعلى في معدل الإصابة بمرض السكري والسمنة خليجياً

أصبح ارتفاع معدلات زيادة الوزن والسمنة والمشاكل الصحية المرتبطة بهما مشكلة رئيسية في دول الخليج العربي، ومنها الكويت. من هنا تأتي الحاجة الملحة للتغيير من خلال وضع السياسات الوقائية وتعزيز الثقافة الصحية والغذائية. ويات اللجوء إلى الخيارات غير الجراحية، حيث تشمل مجموعة من التعديلات الغذائية والسلوكية من خلال المساهمة في إنشاء نظام غذائي أكثر توازناً والحرص على اتباعه بانتظام.

لدى دول الخليج العربي مشكلة في معدلات السمنة، حيث يعاني ما بين 31 في المئة و43 في المئة من الأشخاص في كل من الدول الخليجية الست من السمنة المفرطة، وهي نسبة تنمو إلى ما يقرب من الثلاثة أرباع فيما لو شملنا الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن. وكما هو الحال مع دول الخليج الأخرى، شهدت الكويت تطوراً سريعاً في العقود الأخيرة، فمُنذ نهاية حرب الخليج عام 1991، زاد الناتج المحلي الإجمالي بأكثر من عشرة أضعاف، بالتزامن مع النهضة الصناعية والتطور الحضري والنمو السكاني السريع.

ومن بين التغييرات في البيئة الاجتماعية والثقافية التي شهدتها دول الخليج، حدث تراجع النشاط البدني وتدهور في النظام الغذائي، مدفوعاً بارتفاع سلسلة مطاعم الوجبات السريعة وثقافة تناول الطعام خارج المنزل، وتوافر الأطعمة الدنيئة والسكريدية الرخيصة نسبياً. تعتبر السمنة وباءً، حيث ينتج عنها تكاليف رعاية صحية مباشرة وغير مباشرة تبلغ حوالي 2.8 مليار دولار أمريكي سنوياً.

ويشمل ارتفاع معدلات السمنة وزيادة الوزن خلال العقدين الماضيين جميع الفئات السكانية، ومع ذلك، فإن السمنة تعتبر أكثر انتشاراً بين النساء. حوالي 46 في المئة في عام 2016، مقابل حوالي 33 في المئة للرجال، حيث تعد فرصهن لممارسة الرياضة محدودة، كما أنهن يملن إلى قضاء معظم أوقاتهن داخل المنزل، وممارسة أنشطة بدنية

قليلة الحركة».

كما يعتبر الأطفال والشباب أيضاً أكثر عرضة للإصابة بالسمنة، وهو عامل مهم خاصة في منطقة أكثر من نصف سكانها لا تزيد أعمارهم عن 25 عاماً. هذا، وقد أفادت إحدى الدراسات بأن ما يصل إلى 30 في المئة من أطفال المدارس الثانوية في الكويت يعانون من السمنة، مما يعني أن التأخيرات على مستوى إجمالي السكان «الشباب نسبيًا» ستظهر بشكل متزايد مع تقدم الأجيال الحالية من الأطفال في السن.

ويعتبر مرض السكري أحد العواقب السائدة للسمنة في الكويت، «ذلك لا يعني أن جميع مرضى السكري يعانون من السمنة، لكن حوالي 90 في المئة منهم يعانون منها، كما أن الأشخاص الذين يعانون من السمنة هم أكثر عرضة للإصابة بمرض السكري من النوع الثاني بخمس مرات». ووفقاً للاتحاد الدولي للسكري، يبلغ معدل انتشار مرض السكري بين البالغين في الكويت حوالي 22 في المئة، أي أكثر من ضعف المعدل العالمي»9، كما أن المرض ينتشر أيضاً بين جميع الفئات العمرية أكثر من أي مكان آخر في العالم – بما في ذلك الفئات التي تزيد أعمارهم عن 60 عاماً بنسبة 64.8 في المئة «أي أكثر من ثلاثة أضعاف المتوسط العالمي لهذه الفئة العمرية». و4.4 في المئة لـن هم بين 29 و20 عاماً.

أما بالنسبة للعبء الاقتصادي، فهناك تكلفة مباشرة ناتجة عن انتشار السمنة، حيث تنفق الكويت حالياً أكثر من 1000 دولار أمريكي عن كل رجل مصاب بالسكري، ومن المتوقع أن تزداد تكلفة الخدمات الصحية مع تقدم السكان في السن.

على الرغم من أن دول الخليج العربي تتطلع إلى تبني مبادرات جديدة باستمرار، إلا أنها تأخرت في إقرار السياسات الخاصة بإدارة مرض السمنة بالمقارنة مع المناطق الأخرى. وعلى سبيل المثال: فرضت دول الخليج ضريبة على الأطعمة السكرية تدرجياً في السنوات الأخيرة، وكانت دولة الكويت آخر الدول الخليجية التي قامت بإقرار هذه الضريبة

وذلك في العام 2020، عندما لاحظت انخفاضاً عالمياً في معدلات نمو مبيعات المشروبات الغازية من 6.3 في المئة إلى 5.5 في المئة عاماً بعد عام. وفيما يتعلق بالتعزيز الصحي الوطني، فقد قامت جميع دول الخليج العربي بتطوير وثائق حول تعزيز صحة الأفراد، ولكنها غالباً ما تكون محدودة من حيث الأهداف الملموسة والمتابعة والإجراءات المطبقة، ونادراً ما يشارك الأطباء وأخصائيو الصحة في تطويرها. وبشكل عام، تعتبر المشاركة بين القطاعات المعنية منخفضة في الكويت، حيثما يكون التعاون بين كل من المدارس والوزارات الحكومية المختلفة ووسائل الإعلام وشركات الأدوية جزءاً رئيسياً من الاستراتيجية.

وقد ذكر الدكتور يوسف بو عباس، مؤسس جمعية السمنة الكويتية واستشاري الغدد الصماء بوزارة الصحة: «هناك تعاون مشترك بين وزارتي الصحة والتربية، ولكن في رأيي الشخصي أرى أنه ليس بالمستوى المطلوب، كما أن وسائل الإعلام في الغالب غير مستخدمة بشكل كافٍ في تثقيف وتوعية الجمهور». بالإضافة إلى ذلك، سلطت

منظمة الصحة العالمية الضوء على نقص التواصل الكافي بين المرافق الصحية والبرامج التي تديرها وزارة الصحة، «ينقسم النظام الصحي في الكويت إلى ست مناطق فرعية لا مركزية، لكل منها استقلالية كبيرة». كما قامت منظمة الصحة العالمية بتسليط الضوء على ما تصفه بأنه «برنامج متأخر لتطوير الصحة العامة»، في الكويت – بما في ذلك التدابير التي تركز على المدرسة ومكان العمل ووضوح العلامات الغذائية، والتي اعتبرتها غير ملائمة، كما أوضحت الضروريات الخاصة فيما يتعلق بالأمراض غير المعدية.

ويقول الدكتور بو عباس إن الجهود المبذولة لوضع سياسات موحدة لدول مجلس التعاون الخليجي بشأن الوقاية من السمنة قد توقفت وسط تداعيات جائحة كورونا «كوفيد-19»، مضيفاً أنه على الرغم من أن خطط كل بلد تبدو «رائعة على الورق»، إلا أن

تنفيذها «لا يرتقي إلى المستوى القياسي المطلوب». علاوة على ذلك، يقول إن المصالح المتضاربة تشكل تحدياً كبيراً: «نحن بحاجة إلى تدابير جذرية من شأنها أن تتداخل مع مصالح شركات الوجبات السريعة

وشركات السكر والزيتون وغيرها التي تتمتع بسلطة سياسية كبيرة». انعكست الطبيعة المزمنة لمشكلة السمنة في الخليج على سبيل المثال، أن تكون الأدوية الطبية ضمن عناصر العلاج، خاصة بالنسبة لمرضى السكري.

ويتم إدارة هذه التعديلات بشكل أفضل من قبل فريق متعدد التخصصات، يتألف من طبيب أساسي، وممرض «أو ممرض ممارس»، وأخصائي تغذية، وأخصائي فيزيولوجيا التمارين، وأخصائي السلوكيات، وفي بعض الحالات، صيدلي. بالإضافة إلى نطاق الخبرة الواسع الذي يقدمه هذا النموذج «والذي يشمل التدخلات القائمة على نمط الحياة والتدخلات الجراحية، ويسمح بالانتقال السلس نسبياً بين الأثنين»، ففي الكثير من الأحيان تشارك فرق مرضى السكري والسمنة أعضائها المختصين نظراً للطبيعة المتداخلة بينهم، بغية تقديم خدمة شاملة ومتكاملة. ومن المعروف أن تحفيز الشخص على تغيير نظاهم الغذائي ونشاطه البدني تعد عملية صعبة للغاية، ومن الواضح أنه يتضمن تغييراً

جذرياً في العادات، وهو أمر صعب بشكل خاص عندما يكون الأكل غير الصحي وقلة النشاط البدني سمات متأصلة في حياة شخص ما. إن عملية الانتقال إلى نمط حياة مختلف – يسوجب الحفاظ على كمية أقل من السعرات الحرارية – تعتمد على التوعية والتثقيف بالنظم الغذائية وإعداد الوجبات، وهذا يستغرق وقتاً طويلاً، مما قد يجعل من الصعب اعتماد التدخلات السلوكية، حتى عند استخدام خطط الوجبات، كما هو الحال في كثير من الأحيان.

وتتمثل إحدى طرق تخفيف الالتزام بالوجبات الغذائية منخفضة السعرات الحرارية في استبدال وجبات معينة بمكملات غذائية، غالباً تأتي على شكل مشروب مخفوق، وتتميز تلك المكملات بتوازنها من الناحية الغذائية وتقلل من تناول الدهون والكربوهيدرات، كما تتمتع بمستويات عالية من الألياف والبروتين، وبالتالي تعمل على تحفيز عملية التمثيل الغذائي وتقليل نسبة الدهون إلى ما ينسب بالكتلة العضلية الصافية بشكل أساسي.

هناك دلائل على نجاح مثل هذه الأساليب، فقد قامت مستشفى في مدينة بوسطن الأمريكية بإدارة برنامج Why WAIT، الذي يديره الفريق الطبي متعدد التخصصات لعلاج السمنة أو مرض السكري. وبشكل عام، لا بد من بذل المزيد من الجهد لتحسين مستوى صحة الأفراد وتعزيز التوعية الصحية للسكان في دولة الكويت ودول مجلس التعاون الخليجي الأخرى. ذلك يبدأ بالوقاية والعلاج، فكل الحقائق تشير إلى أن الكويت تعد دولة غنية تتمتع بمنظومة صحية حديثة وتجمع كمية هائلة من البيانات، كما أن لديها القدرة على تعزيز استيعاب السلوكيات الصحية بشكل فعال بين أفراد مجتمعها، إلى واسعة النطاق تتطلب تعاوناً حثيثاً بين مختلف الهيئات الحكومية – واسمياً وزارتي الصحة والتربية – إلى جانب الأوساط الأكاديمية ووسائل الإعلام.

وبين أن عدد من يتلقى الرعاية الطبية في أقسام العناية المركزة بلغ 241 حالة، ليصبح بذلك المجموع الكلي للحالات التي ثبتت إصابتها بالمرض، ولا زالت تتلقى الرعاية الطبية اللازمة 14210 حالات.

وأقارن عدد المسحات التي تم إجراؤها في الساعات الـ14 الماضية بلغ 9175 مسحة، ليلبلغ مجموع الفحوصات 2056468 فحصاً، مشيراً إلى أن نسبة الإصابات لعدد المسحات خلال الـ24 ساعة الماضية بلغ 13.9 في المئة.

وحدد دعوة المواطنين والمقيمين لمداومة الأخذ بسبل الوقاية كافة، وتجنب مخالطة الآخرين والحرص على تطبيق استراتيجيات التباعد البدني.

الكويت تعرب

تحقيق طموحاتهم في التنمية.

وشددت الوزارة في بيان صحفي أمس ، على أن أمن مصر والسودان المائي جزء لا يتجزأ من الأمن القومي العربي، مؤكدة دعم دولة الكويت للمساعي الرامية إلى إنهاء ملف سد النهضة بما يراعى مصالح كافة الأطراف.

محمد بن سلمان

إضافة لآخر التطورات في المنطقة.

وتام عقد اجتماعات على مستوى المجلس التنسيقي بين البلدين، حيث تم توقيع 5 اتفاقيات، في مجالات مالية وتجارية واقتصادية وثقافية وإعلامية.

كما ضم الوفد العراقي محافظين لمحافظة الحدودية مع السعودية لبحث زيادة المنافذ الحدودية بين البلدين. ووصل الكاظمي إلى الرياض، في وقت سابق، وكان في استقباله الأمير محمد بن سلمان.

وقال الكاظمي عبر «تويتر»، إن الزيارة هدفها توطيد العلاقات المتميزة بين البلدين، وإرساء آفاق التعاون بين دول المنطقة، بما يخدم الشعوب، ويحقق الاستقرار، ويكرس قيم البناء والتكامل.

وكان سفير المملكة العربية السعودية في العراق، عبدالعزيز الشمري، أكد أن زيارة رئيس الوزراء مصطفى الكاظمي إلى المملكة مهمة وتأتي في توقيت مهم وسيتم مناقشة عدد من القضايا السياسية والأمنية والاقتصادية، وسيتم توقيع عدد من الاتفاقيات في مجالات عدة.

وشدد السفير في تصريح لقياتي «العربية» و«الحدث» على أهمية العلاقة بين البلدين، مضيفاً أن «هناك نية لزيادة المنافذ الحدودية مع العراق وأن مفاد عر يعمل على سد الفجوة، وبخصوص هدية خاتم الحرمين الشريفين الممتلئة بالمعبد الدولي هناك اجتماعات مستمر لاستكمال إجراءات العمل وبخصوص المجلس التنسيقي بين المملكة والعراق هناك اجتماعات مستمرة وسيكون هناك اجتماع مهم بين رجال الأعمال قريباً بين البلدين».

تتمتات

وأكد أنه لا يحق لأي وزير أو رئيس مجلس الوزراء أن يطلب تأجيل استجوابات لم تقدم، وهذا نص اللائحة التي تقول لن وجهه إليه الاستجواب ولم تذكر من سيوجه إليه الاستجواب.

أضاف أن نص المادة يقول الأجل المنصوص عليه وبالتالي من حقه يطلب أسبوعين على الأكثر، وإذا طلب أكثر من ذلك يكون قرار التأجيل من المجلس ولكن يجب الرجوع إلى الأصل وهي مدة أسبوعين ولا يذهب إلى سنة ونصف السنة.

وأوضح أنه «إذا كان أحد من النواب سيقدم استجوابا الأسبوع المقبل على سبيل المثال، فلا يجوز لا لوزير ولا لرئيس الوزراء أن يطلب تأجيل الاستجواب، بل يجب أن يكون موجودا في القاعة ويطلب تأجيل الاستجواب وفقا لنص المادة».

وقال إنه وفقا لم سبق فإن «رئيس المجلس قد خالف اللائحة، حيث إن العدد يجبر أن يكون أغلبية خاصة وقد أعلن عن وجود 34 نائبا في البداية وصوت 29 منهم وعندما خرج قالوا له أنت غلطان».

أضاف: «عاد وعليها وصوت مرة أخرى ولم يكن في القاعة إلا 29 نائبا، حسبهم في توان وقبل أن يبلتق الأمين العام قال إن العدد 33 إذا موافقة، والعدد لم يصل إلى هذا الرقم، ولا أقول أتحدك بل اظهر للشعب الكويتي وجود 34 نائبا خلال التصويت على تأجيل استجواب رئيس مجلس الوزراء».

وقال: «بالإضافة إلى ذلك فإنه خالف المادة 110 والمفترض في الحالات الخاصة أن يتم أخذ الرأي بالمشادة بالاسم والاستجواب من الحالات الخاصة، وأيضا خالف المادة 135 من اللائحة وأعطى رئيس الوزراء سنة ونصف السنة بناء على طلب الخالد» واعتبر أن «هذا دليل عدم احترام صباح الخالد بالتعاون مع رئيس المجلس لللائحة والدستور»، مضيفاً «نحن عندما نتكلم عن مروق الخادم نتكلم عن صفة ومسؤولية التزام السلوك والتصرفات بما يليق بهذا المنصب».

«الصحة» : 1282 إصابة

1313 حالة.

وأوضح الدكتور السند لـ «أنه تم تسجيل 1330 حالة شفاء من الإصابة بالفيروس، ليرتفع بذلك إجمالي عدد المتعافين في البلاد إلى 216580 حالة.

أضاف أنه تأكد تماثل تلك الحالات للشفاء، بعد إجراء الفحوصات الطبية اللازمة والخطوات المتبعة في ذلك الشأن، لافتا إلى أن نسبة مجموع حالات الشفاء من مجموع الإصابات بلغت 93.3 في المئة.



■ أمراض السكر في الكويت تحتاج إلى وقفة جادة