

محافضة الأحمدى و«كان» تختتمان حملة التوعية بسرطان البروستاتا

أقل على دورة المياه لذا ينصح بالفحص السريري للتشخيص السليم، وممارسة الرياضة واتباع طرق التغذية الصحية. وأشار القطن إلى أن نسبة بسيطة من حالات تضخم البروستاتا تتحول إلى السرطان، لافتاً إلى إمكانية إجراء الفحص عن طريق السونار، والكشف أيضاً عن ارتفاع نسبة البروتين في التحليل، التي ترتفع النسبة كلما تقدم الشخص بالعمر. مؤكداً أن إجراء الفحص بعد عمر الخمسين سنواي إلى عمر السبعين هام جداً لاكتشاف تضخم البروستاتا مبكراً، حيث يجب دراسة التضخم جيداً وشيئت التدوة فاعلاً جيداً من الحضور، الذين استفسروا كثيراً عن الأعراض المختلفة لسرطان البروستاتا وسبل التعامل والوقاية منه، إضافة إلى العامل النفسي وتأثيره على المريض وعلى الإهل، متوجهين بالشكر إلى محافظة الأحدي وحمله كان على تنظيم التدوة والتوعية الإعلامية عبر الدواوين.



أرادى والإسبوك ، والتغذية وتعدد الأدوية ، مفصل العظام الحركة والرعاش ، والأمراض المزمنة والسرطان ، شيرا إلى أن سرطان البروستاتا هو أكثر أنواع السرطان التي تصيب الرجال حول العالم، مشددا على ضرورة الفحص المبكر لاكتشاف المرض ، الأمر الذي يزيد من فرص الشفاء منه.

وقال لقطان إن هناك درجات مختلفة لإصابة الرجل بسرطان البروستاتا فكل حالة تختلف عن الأخرى ، ناصحا الرجال الذين تعدي عمرهم الخمسين عاما بضرورة إجراء "تحليل PSA" لاكتشاف المرض مبكرا مما يسهل العلاج منه ، لافتا إلى أن أعراض الإصابة بالمرض تتشابه مع تضخم البروستاتا وتمثل في ضعف دفع البول أو القطع في إخراجها ، أو وجود دم بالبول ، أو تدركا ساعة أو

حيث ، تأثر الوظائف الذهنية
والسقوط المتكرر والتبول اللا

إجراء تقييم شامل للحالة الصحية لكبار السن من



بدوره أوصى استشاري

التغطية في البلاد بما يحقق
الصالح العام ويدعم جهود
الحفاظ على الشؤون الحياتية
المتواجدة كافة، متوجهة
بشكل إلى القارئ على حملة
'كان' وأصحاب الديوانيات
مسؤولي الجمعيات التعاونية
المشاركة في الحملة، على
لجهود المبذولة لتحقيق هذا
الهدف.

وأشار المهندس إلى أنّ الحملة
تندرج تحت مظلة المشروع
التمويضي بعيد المدى 'محافظتي
جميل' الذي أطلقته المحافظة في
يوليو 2015 بخمس عداوات
نيسية، تمثل الصحة أحد أهم
تلك المسارات، منوها إلى العمل
تحديداً خلال السنوات الماضية
على تنظيم العديد من البرامج
والأنشطة والفعاليات التوعوية
التي تصب في هذا الاتجاه
منما دعم البنك التجاري
العمومي لهذه الحملة وللعديد

للبطاطا الحلوة فوائد صحية عدة.. تعرف على أهمها



استقبل المدير العام لمعهد دسمان للسري، الدكتور قيس صالح النويري في مقر المعهد المدير الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية لشرق المتوسط، الدكتور أحمد المنظري، حيث تابحا تعزيزي تبادل التعاون المشترك بين المعهد والمنظمة، حيث أن المعهد يصدق أن يكون أحد المراكز المتعاونة مع منظمة الصحة العالمية. وخلال زيارته للمعهد تمت مناقشة الموضوعات والقضايا العلمية والبحثية ذات الاهتمام المشترك بين الطرفين. واستعرض الدكتور النويري للدكتور المنظري خلال الزيارة مسيرة المعهد العلمية وخدماته التي تقدمها وأهميته كصرح شاخ في خدمة البحث العلمي، مرجحاً بتعزيز التعاون مع منظمة الصحة العالمية في مجال الأبحاث الطبية ولاسيما ما يعني بعرض السري. كما تم التوافق لتوسيع عقد دسمان للسري من قبل وزير الصحة في الكويت للحصول على جائزة مؤسسة الإمارات للتعليمية الصحية بمنظمة الصحة العالمية.

« Kincentric » من قبل « في الكويت »



حصلت شركة نوفارتس إحدى شركات الأدوية الرائدة في العالم، يوم جائزة «أفضل صاحب عمل في الكويت عن العام 2019» المرموقة، تلك، كجزء من جوائز «أفضل صاحب عمل عالمي» التي تمنحها Kincentr. وهو عبارة عن برنامج يقسّم قدرة أصحاب العمل البارزين على الاستثمار بمواردهم البشرية لتحقيق النتائج وبما يخلق أثرًا نشافسة مستدامة.

و تأتي هذه الجائزة للتعظيم التزام نوفارتس بتنفيذ استراتيجيات تطوير الموظفين عبر عالم عملها. وقد تم الإعلان عن الفائزين خلال توزيع الجوائز الذي أقيم مؤخرا في الدوحة استؤديا برع كل من ذوي العمل العالمي. هذا وتم تقييم نوفارتس وفق أربعة معايير أساسية بما في ذلك مشاركة الموظفين، المرونة التشغيلية، ارتباط القيادة، وكذلك تركيز على جذب المواهب والحفاظ بها.

جاءت نوفارتس، قالت رباب منير، رئيسة شركة نوفارتس في الكويت: «عززت هذه الجائزة تميز شركتنا ودورها الكبير في تطوير مهارات أبنائها، بما يخلق بيئة عمل مثالية تشجع أفرادها على الابتكار وتقديم الحلول الملهمة».

تُعد البطاطا الحلوة مصدرا جيدا للحديد، مما يجعلها على رأس قائمة طعام النباتيين ومحبّي الخضار. كما تحتوي البطاطا الحلوة على فيتامين C، مما يساعد الجسم على امتصاص هذا النوع من الحديد غير الهيم.

انقاص الوزن

تعد البطاطا الحلوة من الوجبات الغذائية المفيدة لمن يرغبون في حماية غذائية لانقاص الوزن، لأنها مليئة بالألياف. ويمكن تناولها في أشكال مختلفة سواء مخبوزة أو مهروسة أو محمصة أو مقطعة في الحساء. وتحتوي البطاطا الحلوة على عدد قليل من السعرات الحرارية والكاربوهيدرات وهي خالية من الدهون.

تحتوي البطاطا الحلوة على مستويات عالية جداً من المواد المضادة للاكسدة والمضادة للالتهابات، ووفق ما نشره موقع "WebMD". وهذه أبرز المكونات المفيدة التي تحتويها البطاطا الحلوة.

فيتامين A

يمكن لشمرة واحدة متوسطة الحجم من البطاطا الحلوة أن تعطي الجسم أكثر من مقدار الفيتامين A الذي يحتاجه للحفاظ على صحة العينين والجلد وللمساعدة في تعزيز المناعة الطبيعية.

البينتاكاروتين

تحتوي البطاطا الحلوة ذات اللون البرتقالي الداكن على مادة البينتاكاروتين، وهو أحد مضادات الأكسدة التي تمنح حماية للخصية