الصباح الصحية

08

إعداد : ياسر السيد

العدد 2286 - السنة الثامنة
الأحد 27 ذي الحجة 1436 - الموافق 11 اكتوبر 2015
Sunday 11 October 2015 - No.2286 - 8th Year

انطلاق فعاليات المؤتمر الدولي السادس للجهاز الهضمي برعاية وزير الصحة

عمر: يهدف إلى تعزيز الروابط العملية والعلمية وبناء رؤية تتلاءم مع متطلبات الواقع الطبي الراهن

جانب من المؤتمر

انطلق صباحا أمس المؤتمر الدولي السادس للجهاز الهضمي والمناظير والذي تقيمه مستشفى المواساة الجديد برئاسة الإستشاري الدكتور محمود عمر رئيس قسم المناظير والجهاز الهضمي وذلك في فندق راديسون بحضور نخبة متميزة من المتخصصين العالميين في الجهاز الهضمي.

وبرعاية وزير الصحة د. علي العبيدي والجمعية الطبية الكويتية.

وبهذه المناسبة أكد رئيس المؤتمر الدكتور محمود عمر استشاري ورئيس قسم أمراض الجهاز الهضمي بمستشفى المواساة أن المؤتمر يهدف إلى تعزيز الروابط العملية والعلمية وبناء رؤية واضحة تتلائم مع متطلبات الواقع الطبي الراهن، من خلال مناقشة العديد من القضايا والأبحاث والآراء والأفكار الطبية وذلك بمشاركة نخبة من الأطباء والخبراء إضافة إلى تبادل التجارب العملية فيما بينهم.

وأوضح عمر أن الدورات الخمس الماضية للمؤتمر حققت نجاحا واضحا جعلته يأخذ مكانا مرموقا وهي تجربة تدفع إلى الأمل نحو التطور وتنفيذ استراتيجية المواساة في تقديم كل ما هو جديد في القطاع الصحي وهي مسؤولية حملتها إدارة المستشفى ونجاح المؤتمر يؤكد كفاءتنا في تحمل هذه المسؤولية

وأشار إلى أن هذا المؤتمر الدولي الذي يعقد للمرة السادسة في الكويت وسيكون له اثر كبير في إيجاد نقلة نوعية وإستخدام الجيل الجديد من المناظير في الإكتشاف المبكر وعلاج الأورام بالمناظير كطريقة للإستغناء عن الجراحات الكبيرة.

وأكد أن المؤتمر يحضره 7 من أكبر الإستشاريين في الجهاز الهضمي على مستوى العالم حيث يحاضر البروفيسور جاك ديفير عن الجديد في جراحات السمنة وزيادة الوزن و د.اليساندرو ريتشي من ايطاليا عن الإكتشاف المبكر لأورام الجهاز الهضمي كما أن هناك جلسة خاصة عن الفحص بجهاز منظار الموجات فوق الصوتية والذي يتم من خلاله إجراء فحص الموجات فوق الصوتية (السونار) من داخل الجهاز الهضمي نفسه ويساهم في معرفة العديد من الأمراض وإجراء العمليات الصعبة التي لا تتمكن المناظير العادية من التوصل لها.

وأوضح الدكتور جابر العلي استشاري الجهاز الهضمي والكبد بوزارة الصحة والاستاذ بجامعة الكويت كلية الطب الرئيس المشارك للمؤتمر أن من ضمن الإستشاريين الذين تمت دعوتهم أيضا البروفيسور الهندي ناجي ردي وهو متخصص في أمراض البنكرياس المنتشرة في الكويت بسبب إنتشار السمنة والكولسترول، مبينا أن البروفيسور الهندي لديه خبرة عالمية واسعة في هذا المجال. وسيتكلم عن تركيب دعامات معدنية لمرضى البنكرياس وكذلك البروفيسور فرنسواه ميون من فرنسا الذي تحدث عن مشاكل الإرتجاع المرئي بعد عمليات تكميم المعدة وكيفية تشخيصها.

وبين العلي أن المؤتمر الذي يستمر لمدة يومين يشارك فيه شخصيات عالمية من الكويت وخارجها في مجال الجهاز الهضمي والمناظير واكد العلي ان تيم ادراجه المؤتمر في برنامج التعليم الطبي المستمر بالجمعية الأوروبية والمنظمة العالمية لمناظير الجهاز الهضمي، وسوف يحصلون المشاركون على 12 نقطة من التعليم المستمر

ثلث شباب الصين مهددون بالموت .. ما لم يقلعوا عن التدخين

أعلن باحثون أول امس أن واحدا من بين كل 3 شباب في الصين سيلقى حتفه في نهاية المطاف بسبب التدخين ما لم ينجح قطاع كبير منهم في الإقلاع عن هذه العادة.

وقال ليمينج لي الاستاذ باكاديمية العلوم الطبية في بكين الذي شارك في الإشراف على تحليل كبير لهذه القضية «دون تحرك سريع جاد واسع النطاق لخفض مستويات التدخين ستواجه الصين أعدادا كبيرة من الموت المبكر».

ووجدت الدراسة التي نشرت في دورية لانسيت الطبية، أن ثلثي شبان الصين يبدأون في التدخين قبل سن 20 عاما، وانه ما لم يقلعوا عن هذه العادة تماما سيموت نحو نصفهم من جراء ذلك.

وأجرى العلماء دراستين كبيرتين تمثلان كل قطاعات المجتمع يفصل بينهما 15 عاما لرصد الآثار الصحية للتدخين في الصين. وكانت الأولى في التسعينات وشملت نحو ربع مليون رجل، أما الدراسة الثانية فهي لا تزال جارية وتشمل نصف مليون رجل وامرأة.

وأظهرت النتائج أن عدد الوفيات السنوية جراء التدخين في الصين وغالبيتهم رجال بلغت مليون حالة وفاة عام 2010. وإذا استمر الحال على ما هو عليه سيصل عدد الوفيات إلى مليونين بحلول عام 2030.

وتضاعفت الآن نسبة حالات الوفاة بين الرجال بسبب التدخين إلى نحو 20 في المئة بدلا من 10 في المئة أوائل التسعينات، وترتفع هذه النسبة في الريف إلى 25 في المئة.

والتدخين يسبب سرطان الرئة، وهو عادة قاتل، ويعد من أبرز أسباب الوفاة المبكرة على مستوى العالم.

ماذا تفعل لكي تعيش 150 عاماً بصحة جيدة ؟

نشر خافورونكوف حديثًا كتابًا عنوانه «جيل الشباب الدائم»، أكد فيه على أن في مستطاع الإنسان أن يعيش حتى سن 150 إذا ما اتبع شروطا معينة.

وفي الوقت نفسه، قال روهيت تالوار الذي يقدم مشورات للمدارس والشركات عن كيفية التكيّف مع التغيير، في مؤتمر سنوي لمدراء ومديرات المدارس في سانت اندرو إن الطلاب الذين يبدأون دراستهم الثانوية الآن يجب أن يتوقعوا انهم سيعيشون حتى سن 120 وسيعملون حتى عمر المائة على الأقل.

وأيضا، توقع خبراء في منظمة الصحة العالمية الاسبوع الماضي عالما يكون فيه من الطبيعي أن يعيش المرء حتى سن 100 عام.

جرذ مختبرات

في اطار سعيه لتحقيق حياة شبه ابدية، يتعامل ليكس مع نفسه مثل جرذ مختبرات إذ يجرب الادوية والعلاجات على جسده. فهو يبتلع او يشم كل يوم اكثر من 100 دواء مجرب وغير مجرب ويتناول مكملات غذائية وفيتامينات وحبات اسبرين. ليكس يمارس ايضا اليوغا وشد العضلات وانواعا اخرى من الرياضة ويقف على تراعيه كل صباح لحماية عضلاته وهيكله العظمي كما يحسب بدقة كمية السعرات التي يتناولها وتتراوح بين 1600 و 1700 سعرة يوميا يحصل على اغلبها من الفواكه والخضروات. ويتناول الكس ايضا اللبن والبروتينات ويحتسي القهوة وعصير الليمون احيانا ويبتلع حبوبا ضد مرض السكر للحفاظ على مستوى الكلوكوز في جسمه.

يتناول ليكس لحم البقر باعتدال وهو يعتقد أن المستقبل القريب، ربما في غضون عشرين عاما، سيشهد انتشارا واسعا لتبع لحوم تصنع داخل المختبرات. ليكس يدخن ايضا ولكن فقط في المناسبات.

وقال ليكس إن أعلى رقم لطول العمر المسجل حتى الآن هو 122 عاما، وقد سجلته إمرأة لم تمارس الرياضة في حياتها بل ولم تكن تحاول.

واعتبر ليكس ان الحظ يلعب دورا رئيسيا في طول العمر ولكنه يعتقد ايضا ان في الإمكان خلق الحظ اذا ما اتبع الإنسان خطوات عشر، شرح عددا منها بالقول:

«عليك ان تشعر بأنك لا تزال شابا وان تختلط بمن هم اصغر منك سنا وان تحافظ على صحة جسمك وان تجري فحصا جينيا لتعرف احتمالات اصابتك بالامراض وان تجري فحصا لدمك باستمرار لمتابعة اي اشارة على وجود تغييرات وعليك استخدام ادوية وقائية والاحتفاظ بعينة من دمك ومن انسجة جسمك لاستخدامها في المستقبل».

واشارت صحيفة ديلي ميل اخيرا الى أن ليكس بدا شديد الثقة بأرائه وافكاره، حتى انه تراهن بمبلغ مليون دولار مع احد زملائه في العمل على من سيعيش فترة اطول. ويدخل هذا الاتفاق حيز التنفيذ عندما يبلغ كل منهما سن المائة. تذكر اخيرا ان ليكس يعمل عشرين ساعة في اليوم ويتحدث اربع لغات، ويعيش وحيدا، ولا يهتم بالعطل، ويرفض تعريض جسمه للشمس، ولا يمارس التزلج على الجليد ولا ركوب الخيل ولا حتى قيادة السيارة خوفا من حوادث مميتة.

دعك من الجنس والزوجة والاطفال

يعتقد ليكس ايضا، وهو من لاتفيا، أن على الشخص الذي يريد ان تمتد به الحياة الى سن 150 عاما، أن يتجنب العلاقات الجنسية والزواج والاطفال بل وأن يبتعد حتى عن امتلاك ثروات مادية ويقول إنها تمتص طاقة الجسد. أما اذا كان المرء يعتبرها ضرورية جدا فعليه تأجيلها حتى سن 75 والافضل 100.

الشيخوخة تبدأ في 74

كان مقترب العمر في بريطانيا قبل قرن 48 عاما للرجال و56 للنساء، واليوم اصبح المعدل 78.8 للرجال و 82.8 للنساء.

وأعلن باحثون نمساويون هذا العام أن التطورات التكنولوجية في مجال الطب والصحة اصبحت كبيرة بحيث أن السن المتقدمة اصبحت تبدأ رسميا في سن 74.

7 ملايين شخص يصابون بالعمى سنوياً حول العالم

يقدر أن 7 ملايين شخص يفقدون أبصارهم سنويًا، حيث إن في كل خمس ثوان يُصاب أحد الأشخاص في العالم بالعمى. وفي كل دقيقة يفقد طفل نظره.

لذلك خصص يوم عالمي توعوي في ثاني خميس من كل شهر أكتوبر، أطلق عليه اليوم العالمي للبصر.

يتم خلال هذا اليوم تسليط الضوء على العمى والإعاقة البصرية، بهدف زيادة وعي المجتمع بأمراض العيون المسببة للإعاقة وطرق علاجها والوقاية منها.

مبادرة عالمية أطلقتها الوكالة الدولية لمكافحة العمى بالشراكة مع منظمة الصحة العالمية، تسعى إلى وضع البرامج والخطط للحد من العمى الممكن تفاديه قبل حلول عام 2020، حيث يوجد حوالي مليون ونصف المليون طفل من المصابين بالعمى يمكن تجنب أو علاج نحو نصف حالاتهم، أي ما يقارب النصف مليون طفل يفقدون أبصارهم كل عام، معظمهم يتوفى قبل إكمالهم العام نتيجة أمراض مصاحبة للعمى، غالبيتها وراثية.

فيما ما يقارب ثلثي فاقدي البصر عالميًا هم من الإناث حيث تعيش الإناث عمرًا أطول، ما يجعلهن أكثر عرضة للإصابة وضعف البصر أكثر من الرجال كما يحصلن على فرص أقل للعلاج.

وضعف البصر يمكن أن يحد من قدرة الناس على أداء المهام اليومية، وقد يؤثر على نوعية حياتهم وقدرتهم على التفاعل مع العالم المحيط بهم .لذلك تحرص المستشفيات والجمعيات المتخصصة المشاركة في مثل هذه المناسبة الصحية العالمية على تعزيز صحة البصر ورفع مستوى الوعي الصحي لدى أفراد المجتمع، كما تحفزهم على الفحص الشامل لعيونهم.

انبعاثات البنزين تضاعف من مخاطر الإصابة بـ «اللوكيميا» ..خصوصاً عند الأطفال

قالت دراسة جرت في فرنسا إن التلوث الناجم عن حركة المرور قرب المنازل ولاسيما انبعاثات البنزين، يضاعف مخاطر إصابة الأطفال ببعض أنواع سرطان الدم (اللوكيميا).

وأعلن المعهد القومي الأميركي لعلاج الأورام أن اللوكيميا أكثر أنواع السرطان التي تصيب الأطفال تحت سن 15 عاما.

فيما صرّح دينيس هيمون من المعهد الوطني للصحة والبحوث الطبية في باريس والمشارك في البحث، أن هذه الدراسة وبحوث أخرى أشارت إلى وجود أدلة تربط بين الانبعاثات الناجمة عن حركة المرور بالشوارع وإصابة الأطفال باللوكيميا.

وشملت الدراسة 2760 حالة إصابة باللوكيميا بين الأطفال في فرنسا بالمقارنة بعدد 30 الف طفل من غير المصابين بالمرض وجرت بين عامي2002 و2007 .

وتضمنت الدراسة عناوين المنازل تفصيلا لتحديد موقعها من حركة المرور وقربها من الشوارع، علاوة على تركيز البنزين.

واختير الأطفال الذين يقيمون على مسافة تبعد 500 متر أو أكثر عن حركة المرور كعينة قياسية، لأنهم أقل تعرضا لهذا التلوث والأطفال الذين يقيمون على مسافة 150 مترا أو أقل بوصفهم الأكثر تعرضا لهذا الخطر.

وقالت الوكالة الأميركية للحماية البيئية إن التعرض للبنزين على المدى القصير يسبب الخمول والدوار والصداع وتهيج العين والبشرة والجهاز التنفسي فيما يتسبب التعرض لاستنشاقه على المدى الطويل في مواقع العمل لاضطرابات في الدم منها انخفاض عدد كرات الدم الحمراء والأنيميا.

وأضاف ماركو فنشنتي الأستاذ بالجامعة الحديثة بإيطاليا أن هناك رابطة بين البنزين والإصابة باللوكيميا في أوروبا بدرجة أكبر عن الولايات المتحدة لكنه لم يحدد السبب.