الصباح الصحية

08

إعداد : ياسر السيد

العدد 2339 - السنة الثامنة
الإثنين 3 ربيع الأول 1437 - الموافق 14 ديسمبر 2015
Monday 14 December 2015 - No.2339 - 8th Year

بدعم منها ولمدة 3 أيام

«الصحة» : افتتاح الحملة الثانية لسرطان القولون 24 الجاري في «الأفينوز»

د. جمال الحربي

د. وفاء الحشاش

■ **الحربي : الوزارة تعمل على تفعيل التوعية ضمن خطتها لمحاربة الأمراض الخطيرة**

أكد الوكيل المساعد للخدمات الطبية المساندة ونائب الرئيس في لجنة بحث ودراسة خطط الوزارة لوضع استراتيجية المسح لأمراض السرطان والوقاية د.جمال الحربي ان التوعية حجر الاساس للوقاية من الامراض الخطيرة والمزمنة و ان وزارة الصحة تعمل على تفعيل التوعية ضمن خطتها الاستراتيجية كل عام من اجل محاربة الامراض الخطيرة.

و أشاد الحربي بحملة التوعية (نعم للحياة .. لا لسرطان القولون) التي ينظمها مستشفى الصباح للمرة الثانية حول سرطان القولون في مجمع الافنيوز في ٢٤ ديسمبر الجاري ولمدة ٣ أيام نظرا لتزايد انتشار الاصابة بسرطان القولون والمستقيم بين الناس. و اكد ان الوزارة تتضامن وتدعم تلك الحملات للتوعية بخطورة تلك الامراض وسوف تدعم وزارة الصحة هذا اليوم بكل امكانياتها لنجاح هذا اليوم والوصول الى اكبر عدد من الناس لتوعيتهم بخطورة هذا المرض الذي انتشر في الآونة الاخيرة في المجتمع الكويتي.

ودعت استشاري ورئيس وحدة الجهاز الهضمي والكبد بمنطقة الصباح الصحية د وفاء الحشاش الجمهور الى الحضور والمشاركة بفعالية في هذا اليوم في الافنيوز. وذلك بهدف خدمة المجتمع والتوعية بخطورة الامراض السرطانية التي تمثل نسب انتشارها معدلاً كبيرا داخل البلاد وتؤدي الى الموت. واكدت الحشاش ان التوعية والوقاية من الامراض الخطيرة التي تهاجم المجتمع مهمتان جدا لذا سوف نقوم في اليوم التوعوي بعمل ندوات ومحاضرات توعية ومخاطبة الاعلام المرئي والمكتوب والمسموع وتوزيع بروشورات عن سرطان القولون وعن طريقة الوقاية منها والتعايش معها وعلاجها. وأضافت الحشاش ان وزارة الصحة تسخر كافة امكانياتها لخدمة المواطن والمقيمين والرقي بمستوى الوعي الصحي لدى المجتمع.

■ **الحشاش : «الصحة» تسخر كل امكاناتها لخدمة المواطنين والمقيمين**

السمنة أكبر خطر يهدد النساء

حذرت سالي ديفيس، مديرة الخدمات الطبية في انجلترا، من أن السمنة هي الخطر الأكبر الذي يهدد صحة المرأة والأجيال القادمة.

وفي تقريرها السنوي، الذي يركز على المرأة هذا العام، قالت إن مواجهة السمنة يجب أن تكون أولوية وطنية للحد من «الكوارث الصحية المتزايدة»، وانه يجب على قطاع صناعة الأغذية التعاون او مواجهة ضريبة على السكر.

كما طالبت ديفيس بإجراءات أفضل لمواجهة سرطان المبيض، ومناقشة مرض سلس البول بشكل أكثر انفتاحا. وعن السمنة، قالت إنها أمر شديد الخطورة، ويجب أن تكون أولوية لكل السكان، والنساء خاصة لأن السمنة تقصر أعمارهن.

وفي عام 2013، اظهرت إحصائية ان 56.4 في المئة من الانجليزيات بين 34-44 عاما يعانين من السمنة، وكذلك 62 في المئة ممن تقع أعمارهن بين 45-54 عاما. وتزيد السمنة من خطر الإصابة بالكثير من الأمراض، من بينها سرطان الثدي، مرض السكري، وامراض القلب.

وقالت ديفيس لـ بي بي سي: «صار لزاما على المصنعين أن يعيدوا تشكيل سياساتهم. يجب أن تتوقف المتاجر عن تقديم عروض على الطعام غير الصحي، ووضعه قرب أبواب الخروج، وكذلك الحد من الدعاية له. الأمر وصل ذروته، وإذا لم يستجب قطاع الصناعات الغذائية، يجب أن نناقش فرض ضريبة على السكر». وطالب التقرير بإعادة هيكلة قطاع صناعات الأغذية، والتعاون للحد من الدعاية للطعام غير الصحي.

تأثير على الحمل

كما اشارت ديفيس إلى تأثير السمنة على صحة الأم اثناء الحمل، إذ تشير الأبحاث إلى أن السمنة تزيد من احتمال الإجهاض والولادة المبكرة. كما أن صحة الأم اثناء الحمل لها تأثير على صحة الطفل في حياته لاحقا، إذ تؤثر على الظروف التي يعيشها الجنين داخل الرحم، ومن ثم تسبب مضاعفات خطيرة على صحته، من بينها الإصابة بمرض السكري. كما نقت ديفيس صحة ما يشاع من أن المرأة الحامل يجب أن تأكل ضعف الكمية المعتادة، وقالت إن الأهم هو اتباع نظام غذائي صحي من الخضروات والفاكهة، وتجنب تناول الكحول. وبحسب نيك فايلر، الأستاذ بمعهد علوم القلب ببونيفرسيتي كوليدج لندن، فإن السمنة «تتسبب في تكلفة اقتصادية كفيلة بان تفلس الخدمات الصحية الوطنية».

كما يقدم التقرير 17 من التوصيات في عدد من مجالات صحة المرأة، من بينها توصية بحضور نوع جديد من العلاج النفسي لمن يعانون من اضطرابات في عادات تناول الطعام. وطالب التقرير بتوفير علاج أفضل لسرطان المبيض، الذي يتسبب في وفاة عدد كبير من النساء أكثر من أي سرطان آخر. وأوصت بإطالة مدة العمليات الجراحية للتأكد من استئصال الورم بالكامل.

كذلك أكد التقرير على ضرورة زيادة الوعي بمشاكل النساء المتعلقة بموضوعات كسلس البول، وانقطاع الطمث. وأوصى بأن يسمح رؤساء العمل للنساء بمناقشة أعراض انقطاع الطمث بدون خجل، مما من شانه تقليل ايام الإجازات المرضية، وتحسين حالتهن في مكان العمل.

في المدن الصناعية تقل المواليد .. لأسباب تتعلق بخصوبة الرجال

قد يعاني عدد كبير من الرجال من ضعف السائل المنوي، لكن أن ينتشر هذا في بعض الدول فهو أمر يدعو للبحث حيث ثبت أن هناك انخفاضا ملحوظا بمعدلات المواليد في الدول الصناعية نتيجة لقلة الحيوانات المنوية.

ووفقا للموقع الإلكتروني The times of india الهندي، فإن انخفاض معدل المواليد في جميع البلدان الصناعية لا يرجع فقط للعوامل الاجتماعية والاقتصادية ولكن أيضا الصحة التناسلية للذكور هي المسئولة عن انخفاض المواليد، نتيجة لعوامل متصلة بالخصوبة وضعف السائل المنوي، حسب التقرير، قال باحثون من الدنمارك والولايات المتحدة وفنلندا، في جامعة كوبنهاجن إن من العوامل المتصلة بالخصوبة ومن أحد الاستنتاجات الرئيسية التي أظهرتها نتائج الدراسة، أن انخفاض جودة السائل المنوي في الدول الصناعية أدى إلى زيادة الإصابة بالعقم واستخدام التكنولوجيا المساعدة على الإنجاب. ووفقا للتقرير، كشفت الدراسة انخفاض جودة السائل المنوي لدى الرجال الذين تتراوح أعمارهم من 20 حتى 25 عاما، أما بالنسبة لـ90% من الرجال في السن المتوسط فإنهم يعانون من انخفاض جودة السائل المنوي والحيوانات المنوية المشوهة.

أشار التقرير إلى أن العديد من المشاكل التناسلية للذكور ترجع إلى تلف الخصيتين أثناء التطور الجنيني، في حين أن مشاكل الإنجاب يمكن أن تنشأ عن التغيرات الجينية، وتشير الأدلة إلى أن تلف الخصيتين يرجع إلى التعرض للعوامل البيئية والمواد الكيميائية الناتجة عن المصانع مما يؤثر على الغدد الصماء والتي ينتج عنها ضعف جودة الحيوانات المنوية.

ضحايا هجوم باريس .. إلى العلاج النفسي

أدى الهجوم الإرهابي الدموي الذي تعرضت له فرنسا في نوفمبر الماضي إلى إصابة ضحايا هذا الحادث بحالات نفسية مثل الشعور بالخوف من الأماكن المغلقة واضطراب النوم وهلع ورعب وصعوبة العودة مرة أخرى إلى الأماكن التي شهدت الأعمال الإرهابية، مما يتطلب اللجوء إلى العلاج السريع لهذه الحالات التي بدأ يشعر بها الضحايا. وأشارت عالمة النفس الفرنسية لورانس بلتيه، التي تستخدم أحدث العلاجات في هذه الحالات، إلى الاحتياج إلى جلسة واحدة للعلاج في حالة لجوء الحالة إليها في الأيام التالية لوقوع الحادث. وتتلخص طريقة العلاج التي تتبعها العالمة مع مرضاها في الربت على الركبتين تجاه اليمين والشمال مع تحريك العيون معها، وهذه الحركات تساعد المخ في علاج الأحداث المؤلمة لأن نصفي كرة الدماغ الخاصة بالانفعال العقلي لا يتصلان نهائيا، ولكن مع التنشيط الثنائي مثل الطبطبة أو حركة النظر تعيد الشخص لحالته الطبيعية.

وتستغرق الجلسة حوالي ساعة ونصف حتى يستعيد المريض حالته الطبيعية، وهذه الطريقة يعالج بها ضحايا الكوارث الطبيعية مثلما حدث في المكسيك بعد الزلزال الذي وقع في 2010، ومع إحياء ذكرى برجي التجارة في الولايات المتحدة الأمريكية، حيث إن العلاج مطبق في الولايات المتحدة الأمريكية منذ 1987، ووصل فرنسا في 1994، حيث كان يعالج به حالات الفوبيا والاضطرابات النفسية والآلام المزمنة مع جلسات للتنويم المغناطيسي، لأن هذا العلاج يؤثر على المخ ويساعد على محو الذكريات المؤلمة وقد تم معالجة 70 شابا فرنسيا من ضحايا حادث فرنسا. جدير بالذكر أن عالم النفس الفرنسي سيريل تاركينيو، سوف يفتح في يونيو 2016 مركزا جامعيا في مدينة ميتز الفرنسية وهو الوحيد في فرنسا المخصص للعلاج النفسي والأبحاث والدراسات التي تجرى في مجال التحليل النفسي ونشاط المعامل الإكلينيكية في هذا المجال.

مفاجأة .. أقراص الباناديول لا تعالج الإنفلونزا !

مفاجأة صادمة كشفت عنها الأبحاث الطبية الحديثة مؤخراً بخصوص أحد أشهر الأدوية التي تستخدم في علاج نزلات البرد والأنفلونزا، حيث زعمت دراسة طبية حديثة أشرف عليها علماء من معهد الأبحاث الطبية في نيوزيلندا أن عقار الباراسيتامول «الأسيتامينوفين» لا يساهم في علاج الأعراض المصاحبة لنزلات البرد والأنفلونزا، وتابعت الدراسة أن العقار الشهير، والمتوفر داخل مصر تحت اسم «بنادول وأبيمول وأدول وتوفالدول، ويوجد داخل الكثير من أدوية البرد»، لا يساهم في خفض الحرارة أو الحد من الآلام والأوجاع التي يعاني منها المرضى، وهو خلاف ما استقرت عليه الأبحاث العلمية الثابتة والمشاهدات العملية، خاصة "وأن هذه المادة الفعالة لا يكاد يخلو منها دواء مضاد لنزلات البرد، وتوصل الباحثون إلى هذه النتائج المثيرة للجدل بعد إجراء التجارب على 80 شخصا من المصابين بأعراض نزلات البرد، حصل نصفهم على عقار البارسيتامول بينما حصل الباقون على أقراص البلاسيبو، التي لا تحتوي على أي عقار علاجي، وكشفت النتائج أنه لم يحدث فارق ملحوظ بين أفراد المجموعتين، وإن كان يعيب الدراسة أنها أجرت التجارب على مجموعة أشخاص حصلوا على كبسولات النامبقلو المضادة للأنفلونزا، وهو ما قد يكون ساهم في تقليل تأثير الباراسيتامول، ومن جانبه، أشار نيم بالارد، نائب رئيس الجمعية الملكية للممارسين العامين في بريطانيا أن تلك لا تتعدى كونها مجرد دراسة واحدة، بينما أكدت العديد من الدراسات السابقة الفوائد الصحية لعقار الباراسيتامول، وفاعليته في خفض الحرارة وتسكين الآلام.

ونشرت هذه النتائج بالمجلة الطبية «Respirology»، وكما نشرت على الموقع الإلكتروني لصحيفة «ديلي ميل» البريطانية في الثالث عشر من شهر ديسمبر الجاري.