الطب والحياة

آليات صغيرة بالجسم تعالج السرطان

نجح باحثون أميركيون في استخدام جسيمات آلية متناهية الصغر بتكنولوجيا النانو, تتحرك خلال دم المريض لتصل إلى الأورام وتطلق علاجا يعمل على وقف جين يساعد على نمو السرطان.

ويعد توصيل العلاج للهدف بداخل الجسم تحديا, حيث استخدم باحثون بمعهد كاليفورنيا للتكنولوجيا في باسادينا تكنولوجيا النانو -وهو علم الأجسام المتناهية الصغر- لتصنيع جسيمات آلية صغيرة من مركب البوليمر الكيميائي مغطاة ببروتين يسمى ترانسفيرين تبحث عن مستقبل أو مدخل جزيئي في أنواع كثيرة مختلفة من الأورام.

وأفاد قائد الدراسة مارك ديفيز «هذه أول دراسة تتمكن من الوصول إلى هذا الحد وتظهر كيف تعمل آليتها» وأضاف «نشعر بحماس كبير تجاهها لأنه عادة يكون هناك الكثير من التشكك متى تتدخل تكنولوجيا جديدة».

ونشرت دورية نيتشر أدلة على علاج جديد قد ينجح مع البشر يسمى تدخل الحمض النووي, حيث تبين أن الحمض النووي الريبي لاعب أساسي في عملية المرض.

وتدرس مجموعة من الشركات المتخصصة في التكنولوجيا الحيوية والأدوية سبل إمكانية وقف عمل الجينات التي تنتج البروتينات المسببة للأمراض والتي تسهم في الإصابة بالسرطان أو العمى أو الإيدز بآستخدام الحمض النووي الريبي.

وتتخلل الجسيمات عندما تجد الخلية السرطانية وتدخل إليها لتخرج الحمض الريبي التدخلي الذي يوقف عمل جين ينتج بروتينا يساعد على نمو السرطان.

أفضل الممارسات الصحية المتعلقة بصحة الأم والوليد .. الواقع والطموحات

ناقش الاجتماع التشاوري الذي عقدته وزارة الصحة العامة والسكان لجميع مدراء عموم مكاتب الصحة والصحة الإنجابية خلال الفترة 7 – 8 أبريل بعدن أفضل الممارسات الصحية المتعلقة بصحة الأم والوليد ، وهي عبارة عن تصرفات وسلوكيات بسيطة يقوم بها العاملون الصحيون في المرافق الصحية تجاه الأم ووليدها والعكس من شأنها أن تجنب الأم ووليدها المخاطر التي قد تحدث لهما بعد الولادة .

وقد أثبتت هذه الممارسات فائدتها وأثرها سواء في الجوانب الإدارية أو التنظيمية أو السريرية وشكلت مدخلاً سليماً في تحسين الوضع الصحي وتعزيز التنمية الصحية على المستوى المحلي والوطن ، ويمكن تبني هذه الممارسات بحسب الاحتياجات في إطار الممكن و يمكن تطبيقها بتقنيات وموارد متاحة ، وتحدث فرقا واضحاً في زمن أقل .

و من هذه الممارسات التي يعمل حاليا على تطبيقها التدبير الفعال للمرحلة الثالثة للولادة ، لأهداف هي أولا تجنب نزيف ما بعد الولادة الذي يسبب ما يقارب 24 ٪ من نسبة وفيات الأمهات وبهذه الطريقة يمكن تخفيض 70 ٪ من هذه الوفيات ، ثانياً إنعاش حديثي الولادة عن طريق تقديم الإجراءات الأولية الأساسية للتخلص من حالات الاختناق التي تشكل سبب وفاة ثلث حديثي الولادة ، ثالثا الرضاعة الطبيعية والخالصة تتطلب التوعية والمشورة وتدريب الأمهات على إنجاح الرضاعة وأهميتها لسلامة الطفل ، رابعاً رعاية حضن الكنجر أو الحضن الجسدي المباشر للمواليد الذين يولدون بوزن صغير، خامسا تنظيم الأسرة بعد الولادة والإجهاض الذي يشكل مرحلة تحتاج بعدها الأم للراحة والاستعداد ويترافق تقارب الولادات مع ارتفاع الوفيات وحالات المرض وإعطاء فيتامين (أ) للأمهات بعد الولادة ،سابعاً وقاية حديثي الولادة من العدوى ولهذا يراعى تطعيم المواليد بعد الولادة مباشرة ضد الشل كخطوة مهمة .

وقد تم تنفيذ هذه الممارسات في سبع محافظات ، والآن سيتم توسيعها إلى بقية محافظات ومراكز الصحة على مستوى الجمهورية وبهذا الشأن التقينا عددا من المختصين في هذا الجانب وخرجنا منهم بالحصيلة التالية :

لقاءات وتصوير / إبتسام العسيري

توجه وزارة الصحة

الدكتورة جميلة الراعبي وكيل وزارة الصحة لقطاع السكان قالت: " حرصنا في وزارة الصحة على إدخال بعض الممارسات الصحية التي من شأنها أن تساهم بشكل كبير وفعال في العناية بصحة الأم والوليد ، وهذه الممارسات بالرغم من أنها تطبق في غالبية المستشفيات إلا أن الحرص على تطبيق هذه الممارسات من قبل الكادر الصحي هو النقطة المهمة في الممارسات الفضلى لافتة إلى أن تفعيل الأنشطة في مجال تدريب الكوادر عليها مهم حتى يكون عدد كبير من المؤهلين قادرين على التوزع على المرافق الصحية وإدخالها ضمن النظام الصحي القائم وهو أمرمن شأنه أن يخفض نسبة وفيات الأمهات والمواليد.

وأوضحت أن الاجتماع التشاوري لمدراء عموم مكاتب الصحة في المحافظات عقد ضمن خطة وزارة الصحة لخفض نسبة وفيات الأمهات والمواليد وتضمن هذا الاجتماع توجهات من الدكتور عبدالكريم يحيى راصع نحو التدخلات التي من شأنها أن تحقق أهداف الألفية خصوصا الهدف الرابع والخامس مشيرة إلى أن الاجتماع مع مدراء العموم ومدراء الصحة الإنجابية شركاءنا في التنمية هدف إلى التوسع في تفعيل الممارسات الفضلى المتعلقة بصحة الأم والوليد ، وأوضحت " بحسب خطة الفريق اليمني الذي ذهب إلى بانكوك تم التوجه منذ 2007 – 2008 م نحو إدخال هذه الممارسات في سبع مستشفيات رئيسية ضمن سبع محافظات وبحسب فكرة الفريق فقد تم في البدء اختيار مرفق صحي واحد رئيسي تطبق فيه أفضل الممارسات في كل محافظة لأن مرفقاً واحداً لن يحقق النتائج المرجوة فعندما نقوم بتحسين مرفقاً واحداً والآخر لانحسنه فهذا يشكل ضغطاً على هذا المرفق الصحي ، مضيفة " الآن نعمل على أن تكون متوفرة في جميع المحافظات وداخل المحافظات و في المراكز الصحية التي تقدم خدمات التوليد وما بعد الولادة، ومن ثم فإن المحافظات السبع التي تم من خلالها تطبيق هذه الممارسات تتوسع من مرفق واحد إلى خمسة مرافق صحية.

وقالت : بالنسبة للمحافظات الجديدة التي سنقوم بإدخال هذه الممارسات ضمن نظامها الصحي أرتأينا انه من الأفضل أن تكون عدد المرافق ثلاثة مرافق صحية تطبق فيها ، واستطردت ولذا ومن خلال الاجتماع التشاوري نأمل من الجميع أن يضعوا أمامهم هدفا بأن تكون عدد المرافق الصحية التي بدأنا فيها هذه التجربة من عام 2008 م خمسة مرافق صحية وفي المحافظات الجديدة ثلاثة مرافق صحية..

وأضافت د. جميلة الراعبي وكيل وزارة الصحة لقطاع السكان أن هناك فرصاً وتحديات حول وفيات الأمهات وبحسب اعتقادي فإن الفرص تتمثل في التزام الجميع بخفض وفيات الأمهات والمواليد في اليمن لكونها للأسف من البلدان التي ترتفع فيها نسبة وفيات الأمهات وقالت " هذه الفرص مثل تطبيق الممارسات الأفضل يمكن بكل سهولة تقديمها للأم داخل المرفق الصحي ، أما خارج المرفق حيث تحدث غالبية الولادات لا تتوفر ولذا نتمنى أن ننتقل إلى خارج المرفق الصحي.

وأوضحت د.جميلة الراعبي أن من التحديات نقص الكادر الصحي وخاصة الكادر النسائي ، فالنساء يلدن في أي وقت إلا أن هناك مراكز صحية في المحافظات لا تشتغل خلال 24 ساعة ، مشيرة إلى أن هذا من اختصاص مدراء العموم ومدراء الصحة الإنجابية ليقوموا بتفعيل المراكز الصحية على مدار الساعة ، وقالت " وهناك تحد آخر يعد تحدياً وفرصة أيضاً وهي الالتزام بتطبيق الممارسات الصحية للأم ووليدها من قبل القيادات الصحية العاملين الصحيين في عموم المراكز والمستشفيات لأن هذا من شأنه أن يخفض نسب وفيات الأمهات والمواليد..

■ د.جميلة الراعبي

فجوة بين المعرفة والتطبيق

د. حمودة حنفي مدير مشروع الخدمات الأساسية للصحة الممول من الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية قال " نتوقع التوسع في تطبيق تجربة أفضل الممارسات وهناك خطة لتوسيعها على أساس المحافظات التي طبقتها ونجحت وننقل هذه التجربة إلى محافظات أخرى بمساعدة هذه المحافظات.

وأضاف " ثانياً هناك تمويلات من الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية ستخصص لعملية التدريب وإنتاج كتب ، بالإضافة إلى الاستفادة من الفرق المدربة في المحافظات التي طبقت هذه الممارسات لتدريب بقية الفرق في المحافظات الأخرى ، موضحا أن كل العوامل المساعدة في مجال توسيع الممارسات متوفرة ، فهذه الممارسات لا تحتاج لتمويل كبير فالقضية هي قضية تدريب والتزام في التطبيق ، بالإضافة إلى كل هذا فإن الفريق الذي ذهب إلى بانكوك لم يكن تمويله من الوكالة فقط بل من الألمان ومن الهولنديين من السوق الأوروبية و من اليونسيف بمعنى أن هناك دعما من جميع المنظمات، وقال د. حمودة حنفي إن هناك تحمساً كبيرا لهذا الموضوع ليس لأنه حديث بل لأنه سهل التطبيق ، وأضاف باعتقادي هناك فجوة بين الأشياء التي نعرفها ولا نطبقها ، فنحن إذا طبقنا معارفنا بشكل جيد ينتهي التخلف وتنتهي المشاكل .

■ د . حمودة حنفي

■ د.أحمد الصلاحي

■ د.عارف عياش أحمد

■ د.باعزب

الإرادة أولا !

الدكتور أحمد الصلاحي المسؤول الفني في مشروع الخدمات الأساسية للصحة قال: الميزة في تطبيق الممارسات المتعلقة بصحة الأم ووليدها سهلة جداً وتحتاج إلى إرادة لتفعيلها خصوصاً ان مثل هذه الممارسات حققت نسب نجاح كبيرة سواء في بلادنا أو في بلدان أخرى ضارباً لنا مثلاً بأن هذه الممارسات تلعب دوراً في تخفيض 70 ٪ من نسبة النساء اللائي يتوفين بعد الولادة بسبب النزيف ، وتخفض نسبة وفيات ثلث المواليد بالوقاية من عدوى الأمراض ، مشيرا إلى أن تطبيق هذه الممارسات عملية سهلة تبدأ في المرفق الصحي الذي يقوم بتوعية الأم وتعريفها بكيفية وقاية وليدها من العدوى ومن ثم تستمر في المنزل كعملية إرضاع الوليد بالطريقة الصحيحة، موضحا أن هذه الأمور مشتركة تتوفر بقدر توفر التوعية وإشراك أفراد المجتمع والعاملين الصحيين الذين لهم أهمية كبيرة في تأدية دورهم ، وأوضح أن التجربة في طور التوسع وقد بدأت بمستشفى ومن ثم انتقلت إلى سبعة مستشفيات ومحافظات ومرافق وهكذا نتوقع خلال عامين إلى ثلاثة أعوام أن يكون جزء كبير من المستشفيات غطت أولا رعاية الأم بعد الولادة لأنها الفترة المنسية من الخدمات وثانيا إدخال عوامل جديدة تسهم في تحسين الخدمات للأم والوليد

تجربة مستشفى ابن خلدون لحج

الدكتور عارف عياش أحمد مدير مستشفى ابن خلدون بلحج قال: تطبيق هذه الممارسات في المستشفى بلحج حقق نتائج إيجابية في جانب خفض وفيات المرأة الحامل مشيرا إلى انه خلال 2009 م كانت نسبة الوفيات بين الأمهات بحدود 4 حالات ، وأضاف بما يعني أن الفريق الذي عمل على تطبيق هذه الممارسات قدم خدمة كبيرة في هذا المجال وتحسن الخدمة داخل المستشفى في مجال صحة الأم والوليد ، وقال " بدأنا في تطبيق هذه الممارسات في يناير 2009 بعد قيام المستشفى بتشكيل فريق ذهب إلى صنعاء تم تدريبهم من خلال الدورات على هذه الممارسات ومن ثم قام هذا الفريق بتدريب الطاقم العامل في مركز الطوارئ التوليدية في المستشفى ، وأشار إلى أن نجاح التجربة في مستشفى ابن خلدون حفز مكتب الصحة في المحافظة على تعميم التجربة في خمسة مراكز صحية في "الحبيلين – لبعوس يافع – مركز اللاجئين الصومال بخرز- حبيل ريدة – حبيل جبر " .

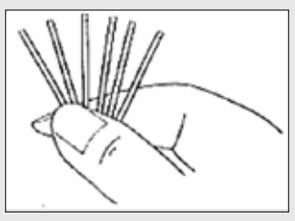
تجربة مستشفى الوحدة عدن

الدكتور محمد سالم باعزب مدير عام مستشفى الوحدة التعليمي بعدن قال: " منذ فبراير 2009 م بدأنا بتطبيق أفضل الممارسات المتعلقة بصحة الأم والطفل ، وأضاف اختيار المستشفى من بين عدد من المستشفيات لتطبيق هذه الممارسات على مستوى الجمهورية في المحافظات ، فهذه الممارسات هي لصالح الأم والطفل ، ولفت إلى أن هذه الممارسات كانت تمارس بشكل غير مدروس ولم تكن مقننة وأوضح أن الدورات التي نفذت وتوزيع البروشورات المعنية بالتثقيف في هذا الجانب لعبت دوراً كبيراً في التوعية والتثقيف الصحي سواء للأم أو للممارسين الصحيين.

وقال: " كانت البداية بتطبيق خمس ممارسات والآن نطبق ثماني ممارسات كلها تصب في صالح الأم والوليد ، مع انه من المفترض أن تكون هذه الممارسات وغيرها ضمن الأنشطة العامة المدمجة ضمن وظائف المستشفيات ولذا كانت حاضرة غائبة بمعنى أنها لم تكن تمارس بشكل فني وبشكل مهني وما حدث انه تم تدريب الكادر والتأكيد على تطبيق هذه الممارسات ، مضيفا نحن في مستشفى الوحدة نسعى إلى تطوير هذه الممارسات ، ونقلها إلى مراكز صحية أخرى في إطار المحافظة لافتا إلى ان هناك توجها بالتنسيق مع مكتب الصحة والصحة الإنجابية لوصولها إلى مركز الطوارئ التوليدية في منطقة شعب العيدروس بكريتر ومركز الطوارئ التوليدية في التواهي والبريقة بالإضافة على اختيار ثلاثة مستشفيات خاصة موضحا أنه من خلال هذه الطريقة لن يكون العمل قاصرا على مستشفى الوحدة بل يشترك فيه الجميع ، ما من شأنه أن ينعكس هذا على صحة الأم والطفل.

تنظيم النسل

الكبسولات الهرمونية " الغرسات "



بواسطة الغرسات تكون احتمالات حدوث الحمل خلال السنة الأولى من الاستخدام أقل من حالة حمل واحدة بين كل 100 امرأة (أقل من 1 ٪) .

وتتكون من كبسولات صغيرة في حجم عود الثقاب تقريبا ويتم غرس الكبسولة تحت الجلد ، كما أنها توفر حماية لفترة طويلة ضد حدوث الحمل تتروح ما بين 3 – 7 سنوات طول فترة الحماية وتعتمد على نوع الغرسة .

ويتم غرسها وإخراجها بواسطة مقدم خدمة صحية متدرب .. وتعتبر وسيلة آمنة للنساء المرضعات ، ويمكن البدء في استخدامها بعد 6 أسابيع من الولادة ، وغالبا ما تحدث تغيرات في الدورة الشهرية .

إن الغرسات لا توفر الحماية من الإصابة بعدوى الأمراض المنقولة عن طريق الجنس بما فيها فيروس نقص المناعة (الإيدز) .

سر إنقاص الوزن في الجينات الوراثية

قد يرجع سر إنقاص الوزن لجينات الشخص وليس لمدى صرامة تمسكه بالحمية التي يتبعها، هذا ما كشفته دراسة جديدة.

وأفادت الدراسة بأن بعض النسوة مبرمجات وراثيا للنجاح أكثر من غيرهن في إنقاص بعض الكيلوغرامات من خلال مخططات إنقاص وزن محددة.

وهذه النتائج يمكن أن تفسر سبب الثقة الكبيرة لدى بعض الناس في حمية أتكينز الغنية بالدهون لإنقاص الوزن، بينما آخرون يفعلون أفضل من ذلك بتخزين الكربوهيدرات.

فقد توصل باحثون من جامعة ستانفورد في الولايات المتحدة الأميركية إلى هذا الكشف بعد أخذهم مسحات فمية من أكثر من 100 امرأة زائدة الوزن كن قد جربن حميات مختلفة.

بعد ذلك تم تحليل الحمض النووي لهن بحثا عن خمس جينات مرتبطة بكيفية استخدام الجسم للدهن والكربوهيدرات.

ووجد الباحثون أن النساء اللائي يتبعن حميات طابقت أنماطهن الوراثية أنقصن نحو 6.5 كيلوغرامات خلال عام، أي أكثر من النساء الأخريات بنحو ثلاث مرات.

كذلك قلّ محيط أجسامهن عند الخصر بمقدار 2.6 بوصة في المتوسط، مقارنة بـ 1.2 بوصة عند غيرهن.

وقال رئيس فريق البحث الدكتور كريستوفر غاردنر، إن الاختلاف في إنقاص الوزن للأفراد الذين اتبعوا حمية تطابقت مع نمطهم الوراثي مقابل حمية لم تكن مطابقة لنمطهم الوراثي له أهمية كبيرة، ويمثل مدخلا لإنقاص الوزن لم يسجل من قبل.

وأضاف غاردنر أن استخدام المعلومات الوراثية يمكن أن تكون له أهمية للمساعدة في حل مشكلة الوزن الزائد المتغلغلة في مجتمعاتنا.

الرياضة تقي من اكتئاب الولادة

أبرزت دراسة متخصصة أجريت في أستراليا دور ممارسة التمارين الرياضية خلال الأشهر الثلاثة الأولى بعد ولادة الطفل، في وقاية الأمهات مما يعرف باكتئاب ما بعد الولادة.

واختبرت الدراسة الحالات النفسية للحوامل، إضافة إلى مستوى النشاط البدني في ثلاث مراحل من عملية الحمل.

وأعد مختصون من جامعة ملبورن الأسترالية دراسة استهدفت نحو 160 امرأة ممن وضعن حديثاً، حيث تم توزيعهن إلى مجموعتين بهدف تقييم أثر ممارسة التمارين الرياضية والتثقيف الصحي على الصحة النفسية لهؤلاء النسوة، وبالتحديد في التقليل من فرص إصابتهن باكتئاب ما بعد الولادة.

وانخرطت النسوة من المجموعة الأولى ببرنامج تضمن التدريب على ممارسة تمارين رياضية خاصة من قبل اختصاصيين في مجال العلاج الفيزيائي، كما تلقين خلال البرنامج دروس تعليم الوالدين. في حين اقتصر الأمر في المجموعة الثانية على تقديم مواد مطبوعة تتضمن دروساً تثقيفية مشابهة.

وقام الباحثون بإخضاع المشاركات لاختبارات بغرض تقييم حالتهن النفسية ورصد أعراض الاكتئاب لديهن، بالإضافة إلى تحديد مستوى النشاط البدني عند كل منهن، وذلك في ثلاث مراحل، الأولى قبل بدء البرنامج، والثانية عقب انتهاء مدة البرنامج التي استمرت ثمانية أسابيع، والثالثة بعد مضي أربعة أسابيع على نهاية البرنامج.

وأفادت نتائج الدراسة التي نشرتها دورية «العلاج الفيزيائي» -وهي من منشورات رابطة العلاج الفيزيائي الأميركية- بانخفاض عدد النساء اللواتي كن يواجهن خطورة للإصابة باكتئاب ما بعد الولادة -قبل بدء الدراسة- إلى النصف تقريبا، وذلك بين الأمهات في المجموعة التي تلقت دروساً تعليمية ومارست تمارين رياضية خاصة.

وخلصت الدراسة إلى أن النسوة اللواتي انضممن إلى البرنامج أظهرن تحسنا في الحالة النفسية وتراجعا في أعراض الاكتئاب بشكل واضح عقب انتهاء البرنامج، مقارنة بالأمهات في المجموعة الأخرى، الأمر الذي امتد تأثيره لأربعة أسابيع لاحقة.

الفتيات اللاتي يتمتعن بصحة جيدة ويحصلن على غذاء جيد أثناء فترة طفولتهن ومراهقتهن يعشن حياة صحية سليمة في كبرهن