الطب والحياة

بحث يكشف عن أسباب التثاؤب

باريس / متابعات

نشر الطبيب الفرنسي اوليفييه فالوسينسكي أول مرجع علمي حول أسباب التثاؤب بعنوان " لغز التثاؤب في وظائف الأعضاء والمرض" وهو مجموعة من أحدث الأبحاث في هذا السلوك المحير واللا إرادي .

وأكد فالوسينسكي "هناك عدد من النظريات لكن لا يوجد دليل رسمي حتى الآن على السبب الذي يجعلنا نتثاءب"، وذلك بحسب ما أوردته صحيفة الاقتصادية "السعودية" .

والمعروف أن الإنسان العادي يتثاءب حوالي 250 ألف مرة على مدار حياته، وأن الأجنة تتثاءب في الرحم بدءاً من عمر 12 إلى 14 أسبوعاً، ما يرجح أن التثاؤب يؤدي وظيفة عصبية مهمة.

وأوضح فالوسينسكي أنه إذا كان بإمكان الجنين الذي لا يتجاوز وزنه 60 جراماً أن ينفق مقدار الطاقة المطلوب للتثاؤب والتمطي فلابد أنهما ضروريان ضرورة مطلقة لنموه.

وتتثاءب الطيور والأسماك وكل الفقاريات ذات الدم البارد والحار باستثناء الزرافة والحوت اللذين لم يشاهدا وهما يتثاءبان حتى الآن.

وما زال من المعتقد على نطاق واسع أن التثاؤب عند البشر يزيد من مستويات الأكسجين في الدم ويخلص الجسم من ثاني أكسيد الكربون الزائد، رغم أن هذه النظرية استبعدت منذ الثمانينات.

قياس وزن الطفل

امهات ينتظرن في تحصين اطفالهن

طفل اثناء تلقيحه

تحصين الطفولة .. (الوقاية خير من العلاج)

« الخُنَّاق» مرض يصيب الأطفال بالتهاب في قناة البلعوم ويحيط الفم من الداخل بغشاء تجويفي رمادي

«177» طفلاً عدد الملقحين في المجمع الصحي حتى مارس الماضي

فيروز محمد : المرأة الريفية أصبحت تعي أن التحصين يحافظ على طفلها

رغم ما تحمله الطفولة من براءة وجمال وصدق إلا أنها أكثر المراحل خطورة في حياة الإنسان ، كون الطفل معرضاً للأمراض ولديه قابلية للإصابة بها . ولأن هذه المرحلة تحتاج لعناية خاصة من قبل الأسرة والمجتمع كان لزاما تجنيبها المخاطر المحيطة بها.. فكلما كانت النشأة سليمة منذ الطفولة كان الفرد معافى صحيح الجسد والعقل والمناعة .

ولهذا فإن أسبوع التحصين الموسع الذي نفذ الأسبوع الماضي كان بادرة جيدة لتوعية أفراد الأسرة والمجتمع بأهمية تحصين أبنائهم ضد الأمراض القاتلة التي قد يتعرضون لها، ولا ينتظرون حملات التحصين الروتينية ، ولتسليط الضوء على هذا الأمر قمنا باستطلاعه من خلال منظمة (ماري ستوبس) ومجمع الميدان في كريتربعدن لنخرج بالحصيلة التالية :

فيروز محمد

د. نعمة سالم المرتع

استطلاع / مروان الجنزير

منظمة ماري ستوبس هي إحدى المنظمات غير الحكومية وتعنى بصحة الأم الحامل وطفلها (المولود)، وذلك عبر المراقبة الدائمة والمستمرة للأم الحامل وطفلها والحفاظ عليهما من الأمراض .. التقينا بإحدى العاملات في مركز المنظمة وهي الأخت فيروز محمد عبدالله ثابت التي تعمل في قسم التحصين بالمركز، وحدثتنا عن حالات الأطفال والأمومة قائلة : "في البدء أشكركم على قدومكم إلى مركزنا الذي يقع وسط مجمع سكني والذي ترتاده العديد من الأمهات اللواتي يحرصن على متابعة حملهن ومتابعة أطفالهن من أجل تحصينهم من الأمراض القاتلة".

سألناها عن التحصين فأجابت :

التحصين يتم بحضور الأمهات الحوامل من أول شهر للحمل ، وتبدأ عملية التواصل معهن ، من خلال أخذ أرقام تلفوناتهن، ويتم متابعة حالاتهن عبر الهاتف، وذلك من أجل الحفاظ على صحة الجنين، وهو في أحشاء أمه، إذ يتم إعطاء الأم الحامل بعض التعليمات الصحية التي تساعدها على استقرار الجنين في أحشائها".

- وعن مدى تفاعل المركز مع الأمراض الستة التي تصيب الأطفال إذا لم يحصنوا منها تقول الأخت فيروز" هناك سلسلة من الأمراض التي تصيب الأطفال، وهي (الخماسي، الكزاز، الخناق، السعال الديكي، والتهاب الكبد والالتهاب السحائي، التي تصيب الطفل في مراحله الأولى، وتؤثر عليه بعد خمس إلى عشر سنوات، كما تؤدي إلى إضعاف جهازه المناعي، وأغلبيتهم يموتون قبل وصولهم إلى سن العاشرة".

وأضافت : أما بالنسبة لمرض الخناق فهو واحد من الأمراض الخمسة القاتلة، وعوارضه تبدأ في التهاب البلعوم عند الطفل، مرورا بتكوين غشاء تجويفي داخل الفم رمادي اللون".

ولهذا يمر تحصين مرض الخناق بثلاث مراحل : الأولى بعد ولادة الطفل بـ (45 يوما)، والثانية بعدها بشهر والثالثة كذلك".

وتحدثت عن تفاعل الناس مع تحصين أبنائهم قائلة " الإقبال في الأرياف أكثر من المدينة ، لأن المرأة الريفية أصبحت الآن تعي تماما أن التحصين يحافظ على طفلها، ويكسبه المناعة من الأمراض الستة القاتلة، فقد عملت في أحد أرياف محافظة تعز، فوجدت هناك أن الأم تأتي وتتابع حالة طفلها أكثر من الأم في المدينة ، رغم أن وسائل الإعلام المرئية والمسموعة والمقروءة، جعلت الرسالة التحصينية موجهة لكل فئات المجتمع سواء أكانت في الريف أو المدينة.. والحمد لله مركزنا في كريتر يستقبل العديد من الأمهات والأطفال في سن دون العام لتحصينهم ونستقبل ما يعادل (20) إلى (25) حالة تحصينية لأطفال في عمر ثلاثة أشهر وأكثر.

مجمع الأمومة (الميدان)

وفي قلب مدينة كريتر وفي شارع الميدان على وجه التحديد يوجد مجمع صحي ومركز أمومة معني بالأم الحامل وأطفالها.. هناك التقينا الأخت الدكتورة نعمة سالم مرتع اختصاصية طب المجتمع مشرفة الصحة الإنجابية بمجمع الميدان التي حدثتنا عن عملهن قائلة : نحن في قسم الصحة الإنجابية قمنا بإعداد جدول للتحصين ضد الأمراض القاتلة التي تصيب الأطفال فمنذ أول أيام الأسبوع (السبت) حتى الأربعاء هناك تلقيحات لثلاثة أمراض في اليوم، فمرضا السل والحصبة لدينا جلستان بشأنهما في كل أسبوع. وعند سؤالنا لها عن أكثر الأمراض فتكا بالأطفال، أجابت :

في الحقيقة كل الأمراض الستة قاتلة ، إذا لم تسرع الأم في تلقيح طفلها في الوقت المناسب.

والتخلف عن وقت الجرعات قد يؤدي بالطفل إلى مضاعفات ويؤثر عليه حين يكبر، فعلى سبيل المثال مرض الحصبة نراه يصيب من هم دون (20 أو 30 عاما)، فهذا يعني أن الحالة لم تلقح من سابق.

مرض الخناق من أشد الأمراض فتكاً

مرض الخناق بالتأكيد هو واحد من تلك الأمراض القاتلة، فأعراضه واضحة : التهاب بلعومي، وغشاء يحيط بالفم ، ويعتبر هذا المرض من الأمراض الخماسية التي تضعف الطفل وتصيبه بالحمى وعدم الاستقرار في جهازه التنفسي..

تطعيم النساء

المرأة لديها جرعات خمس، تبدأ من سن (15 عاما) وتنتهي بـ (45 عاما)، وذلك حتى تكون الأم قوية وشديدة قبل وبعد الزواج حيث تتعرض إلى مضاعفات الحمل ، فهذه الجرعات التطعيمية تفيد المرأة المتزوجة من خلال تقوية الحمل وأجهزته.

وأوضحت الأخت نعمة مرتع أنه منذ بداية يناير عام 2010م حتى شهر مارس الماضي بلغ عدد الأطفال الملقحين نحو (177) طفلا بينما بلغ عدد المحصنين ضد السل الرئوي (71 طفلا) والشلل (61 طفلا) بجرعاته الثلاث .

التحصين في اليمن .. البدايات .. الآليات .. والنتائج

التحصين الموسع مسؤوليتنا جميعاً

النشاط الإيصالي للتطعيم الروتيني للعام 2010م تم تأجيله نظراً لسوء الأحوال الجوية في أوروبا

برنامج التحصين أقر في إطار خطة خمسية أولى امتدت للفترة من (1977-1981م)

إعداد/ زكي نعمان الذبحاني:

بحسب تقارير المركز الوطني للتثقيف و الإعلام الصحي والسكاني بوزارة الصحة العامة والسكان نعود بالزمن إلى البدايات الأولى للتحصين في اليمن .. تحديدا إلى العام (1977م) وقت أن (أقر برنامج التحصين في إطار خطة خمسية أولى امتدت للفترة من 1977 - 1981م)، لم تكن جميع الأمراض المستهدفة بالتحصين اليوم مستهدفة آنذاك، ثم في وقت لاحق استهدفت ستة أمراض فتاكة بالتطعيم وهي (السل، شلل الأطفال، الخناق، الكزاز، السعال الديكي، الحصبة).

حيث أثبتت الأبحاث أن هذه الأمراض من أولى مسببات الوفيات بين الأطفال دون سن السنة من العمر، لقلة مقاومة أجسادهم وقابليتها العالية للإصابة بتلك الأمراض.

لكن عمل برنامج التحصين على وجه التحديد بدأ بعد إعلان خلو العالم من الجدري واستئصاله نهائياً منه، ومثل محور اهتمام منظمة الصحة العالمية ومنظمة اليونسيف منذ بدايته الأولى، لدوره الفاعل في وقاية وحماية الأطفال من أمراض الطفولة القاتلة، وبدورهما تبنتا البرنامج وحرصتا على تقديم الدعم للبلدان لاسيما في الجانب الفني.

وكان لليمن أن أضافت لقاح الكبد البائي لينضم إلى التطعيمات الروتينية التي يحصل عليها الأطفال المستهدفون .. جاء ذلك عام 1999م، ثم في عام 2005م أضيف اللقاح الخاص بالمستدمية النزلية (ب) المسببة لالتهاب السحايا والالتهابات حول القلب والأذن والمفاصل في لقاح مدمج خماسي مضاد لخمسة أمراض قاتلة وهي (الدفتيريا، الكزاز، السعال الديكي، التهاب الكبدي البائي، المستدمية النزلية نوع «ب») وحل بذلك محل اللقاح الثلاثي المضاد لثلاثة أمراض فقط من هذه الأمراض ، وكان لليمن السبق بين دول المنطقة في إدخال هذا اللقاح الخماسي المدمج.

والعمل جار لإدماج لقاح جديد سيعمل على خفض وفيات الأطفال دون سن الخامسة بشكل كبير بعون الله. إنه لقاح المكورات الرئوية المسببة لالتهابات رئوية، ومن المقرر دمجه عما قريب من خلال ثلاث جرعات ليقدم للأطفال دون العام من العمر تزامناً مع تلقيهم للجرعات الثلاث للقاحي الخماسي وشلل الأطفال.

ويعد دمج هذا للقاح الجديد بالإضافة إلى اللقاح الخماسي ثمرة جهود ارستها وزارة الصحة العامة والسكان بالتعاون بينها وبين منظمتي الصحة العالمية واليونسيف وبينها وبين حلف اللقاحات العالمي.

كما تتطلع الوزارة إلى إضافة لقاح آخر (فيروس الروتا) المسبب للإسهال لدى الأطفال ويعد من أولوياتها القادمة.

لا خلاف على أن النجاح مرهون بالنتائج حيث استطاعت وزارة الصحة ممثلة بالبرنامج الوطني للتحصين الموسع تحقيق تغطية للأطفال المستهدفين وصولاً إلى نسبة (85 ٪) في عام (2005) بالجرعة الثالثة (الخماسي وشلل الأطفال) ـ فهذا المعيار الأساسي للتقدم ـ تلا ذلك في الأعوام 2006 ، 2007، 2008 ، 2009 بلوغ نسبة تغطية للمستهدفين وصلت إلى (87 ٪) وهي نسبة وضعت البلاد في مصاف البلدان العالية التغطية بالتطعيمات الروتينية.

وتمخض عن تنشيط التحصين الروتيني بهذه الكيفية تحقيق خفض كبير في حالات الإصابة بداء الحصبة وانحسار الوفيات الناجمة عنه.

ويحضرنا الحديث عن حملات التحصين ضد الحصبة، فقد كان لها إسهام في تحقيق هذا النجاح، لاسيما الحملة الوطنية الشاملة ضد هذا المرض التي نفذت عام (2006م) مستهدفة الأطفال من عمر (9أشهر - 5أعوام ا) في عدد من المديريات ببعض المحافظات التي سجلت انخفاضاً ملحوظا من ناحية الإقبال على التطعيمات الروتينية، وقد نفذت بالتزامن مع حملة ضد مرض الكزاز للفتيات والنساء في سن الإنجاب من عمر (15 - 45 عاماً).

كذلك عملت الحملات التي نفذتها اليمن ضد شلل الأطفال بشكل مكثف على وقف انتشار المرض ومن ثم انحساره تماما، ولأنه لم تعد ترصد في اليمن حالات إصابة جديدة بهذا الداء منذ فبراير 2006م، فقد أعلنت عن جدارة خلوها من فيروس شلل الأطفال بناءً على توصيات لجنة الإشهاد وتوصيات المراقبين والخبراء الدوليين، بل ومنحت بذلك اشهاداً من منظمة الصحة العالمية بخلوها منه منتصف عام 2009م.

ولا يعني تنفيذ أسبوع التحصين الموسع خلال الفترة (24 - 30 أبريل 2010م) أن هناك حملة تحصين بالجرعات الروتينية، إنما التحصين الروتيني قائم على كل حال، على مدار العام في جميع المرافق الصحية المقدمة لخدمات التطعيم في سائر المحافظات لتحصين جميع الأطفال دون العام والنصف من العمر بحسب مواعيد الجرعات المدونة بكرت التطعيم الخاص بالطفل، وكذلك الأمر بالنسبة لتحصين الفتيات والنساء في سن الإنجاب، من عمر (15 - 45 عاما) بالجرعات الخمس ضد مرض الكزاز الوليدي، وذلك أن قدرة الجسم على مقاومة الميكروبات والجراثيم التي يؤمن التحصين وقاية منها مرهونة بالحالة المناعية التي يحصل عليها من خلال جرعات التطعيم، من أجل أن يتمكن من صدها ومنع الإصابة بها.

وأشير هنا إلى أن تنفيذ المرحلة الأولى من النشاط الإيصالي للتطعيم الروتيني للعام 2010م لم يتزامن مع أسبوع التحصين الموسع، نظراً لسوء الأحوال الجوية في أوروبا التي أدت إلى توقف الرحلات الجوية، ما سبب تأخر وصول اللقاحات عن موعدها المحدد.

تعتزم وزارة الصحة تنفيذ هذا الأسبوع للتحصين بناءً على دعوة المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية لشرق المتوسط للدول المنتمية إليه لإقامته وذلك بهدف تعزيز الوعي لدى الآباء والأمهات وفادة المجتمع وصانعي القرار بمشاركة القطاعات المختلفة لزيادة الدعم لبرنامج التحصين وتوفير الموارد المالية التي تضمن استمرارية هذا البرنامج الحيوي.

وعموماً تتبع اليمن لتنفيذ برنامج التحصين استراتيجيات أثبتت النتائج فعاليتها وهي:

التطعيم من خلال المواقع الصحية الثابتة: عبر المرافق الصحية المقدمة لخدمة التحصين بشكل مستمر طوال العام .

جرعات اللقاح

لقاح السل جرعة واحدة ولقاح شلل الأطفال (الجرعة التمهيدية)

الجرعة الأولى من لقاح الخماسي والسعال الديكي - الخناق ت الكزاز - المستدمية النزلية (التهاب الكبد البائي) ولقاحي شلل الاطفال والمكورات الرئوية (الجرعة الأولى)

الجرعة الثانية من لقاحات (الخماسي + شلل الاطفال + المكورات الرئوية) الجرعة الثالثة من لقاحات (الخماسي + شلل الأطفال + المكورات الرئوية) لقاح الحصبة (الجرعة الأولى) مع جرعة فيتامين (أ) الجرعة الثانية ضد الحصبة مع جرعة فيتامين (أ)

تنفيذ النشاط الإيصالي: من خلال إيصال خدمات التحصين للمناطق النائية التي تتوفر فيها مرافق صحية بواسطة فرق متحركة تعمل في القرى، وكذا عبر فرق تطعيم تخرج من المرافق الصحية للمنطقة إلى القرى أو العزل الواقعة في محيط المرافق.

3) تنفيذ الحملات ضد (شلل الأطفال - الحصبة - الكزاز).

وقد اعطت هذه الاستراتيجيات عندما اتخذت حيز التنفيذ تغطية كبيرة بالتطعيمات في أوساط الفئات المستهدفة.

الأمر الذي يفرض على أولياء الأمور بالمجتمع إرساء قواعد الصحة بتحصين أطفالهم دون العام والنصف من العمر بكامل جرعات التحصين الروتيني وكذا تحصين الفتيات والنساء في سن الإنجاب من عمر (15 - 45 عاماً) ضد الكزاز الوليد.

ولا ينبغي الانكفاء على التحصين والاهتمام به من الناس في المناسبات فقط كالحملات وأسبوع التحصين الموسع الذي نفذ في الفترة من (24 - 30 أبريل 2010م)، فالتحصين الروتيني قائم ومستمر طوال العام، والالتزام بجرعاته في مواعيدها جادة الصواب لنيل الفائدة والحماية الكاملة من الأمراض التي يؤمن التطعيم وقاية منها.