

## خلايا الذوق اللسانية تراقب معدلات الجلوكوز في الدم

وتساعد هذه المستشعرات في اللسان المعروفة بـ "كبه ايه تي بي" على ضبط التحسس من الأطعمة الحلوة وفقاً للحاجات الأيضية.

وقالت الطبيبة المسؤولة عن الدراسة كارين ي إن "خلايا ذوق السكر باتت معقدة.. إن وجود قناة كبه ايه تي بي يشير إلى أن خلايا الذوق قد تلعب دوراً في ضبط تحسسنا للأطعمة الحلوة وفقاً لطروف غذائية مختلفة".

وأضافت أن هذا الاكتشاف قد يساعد يوماً ما الباحثين على فهم كيفية الحد من فرط الاستهلاك للأطعمة الحلوة.

الأشغاف / متابعة:  
اكتشف باحثون أميركيون مستشعرات للأطعمة الحلوة في الخلايا اللسانية موجودة نفسها في الأمعاء والبكرياس، ما قد يعكس الآليات المعقدة التي تضبط الاستهلاك الجسدي للطاقة.

وذكر موقع "هلث داي نيوز" الأميركي أن الباحثين في مركز "مونيل كيميكال سنسز" في فيلادلفيا اكتشفوا أن بعض المستشعرات الموجودة في الأمعاء والبكرياس والتي تراقب معدلات الجلوكوز في الدم وتحت على فرز الأنسولين عند ارتفاع هذه المعدلات، موجودة نفسها في خلايا الذوق اللسانية.



## مجمع المعلا الصحي .. أقسام صحية متخصصة تقوم بمهام مستشفى

## د. خالد: تم استحداث قسم العلاج الطبيعي والمشورة وفحص الإيدز أكثر من (71) ألفاً في مديرية المعلا يستفيدون من الخدمات الصحية التي يقدمها المجمع



د. خالد عبد الباقي

منذ فترة طويلة ، مشيراً إلى عدم صرف أعاب نوبة الليل للمناوبين مند فترة طويلة ما يؤدي إلى إحباط المديرية بعد التنسيق مع قيادة المديرية وقيادة مكتب الصحة م / عدن بصرف علاوة نوبة الليل من دخل نوبة الليل ولكن هذا الحل لا يفي بالغرض رغم أهمية نوبة الليل لتوفيرها الجهد الذي يبذله المريض بالذهاب إلى المستشفيات العامة مستقلاً سيارة الأجرة (والله يعلم بحال الناس) ، كما أنه لا يوجد حراسة أمنية .

وفي الأخير وجه الدكتور خالد عبد الباقي فـارح شكره وتقديره لصحيفة 14 أكتوبر لقيامها بالنزول إلى المجمع واستطلاع الخدمات الصحية فيه .

تحت إشراف طبيب اختصاصي وفني حيث يصل عدد الحالات إلى 15 حالة، وقد تم تزويد هذا القسم بالكوادر المؤهلة من قبل مستشفى الجمهورية ومستشفى الوحدة .

قسم المشورة وفحص الإيدز: تم فتح هذا القسم من قبل وزارة الصحة العامة والسكان بالتعاون مع جميع الجهات العامة والشعبية لتنفيذ البرنامج الوقائي من المرض قبل وقوعه حيث يقدم الموظف المختص شرحاً عن مرض الإيدز وكيفية التعامل مع الآخرين المصابين وغير المصابين وذلك بعد إجراء فحص الأيدز وتقديم النصائح والإرشادات للمصابين وأسره مجاناً .

## أهم الصعوبات

وتطرق د . خالد عبد الباقي فـارح مدير المجمع الصحي بالمعلا إلى أهم الصعوبات التي تواجه المجمع الصحي وهي قلة الميزانية التشغيلية، الكادر الصحي غير المؤهل، عدم وجود الأجهزة الطبية الحديثة إلى جانب عدم وجود الكادر المؤهل لعمل صيانة دورية للأجهزة والمعدات الطبية ، لافتاً إلى أنه لم يتم حتى الآن توظيف المتعاقدين الذين يعملون

إلى 90 حالة يومياً.

قسم التغذية : في هذا القسم يتم صرف عدد كبير من مواد التغذية للأطفال الذين يعانون من سوء التغذية.

قسم الإحصاء : يعتبر هذا القسم من أهم الأقسام الموجودة في المجمع الصحي بالمعلا حيث يقوم برصد وإحصاء جميع الحالات المرضية ورفع التقارير الأسبوعية والشهرية والتي من خلالها يتم وضع الخطط المستقبلية .

استخراج الأجسام الغريبة من الأنف والأذن ومن البدن - رفع الأورام الشحمية والاكياس الدهنية - الختان وذلك تحت إشراف طبيب اختصاصي .

عيادة الباطني : يتم فيها فحص المرضى وعمل جهاز تخطيط القلب وتصل عدد الحالات إلى 25 حالة يومياً .

عيادة الجلـد : تصل عدد الحالات إلى 15 حالة .

عيادة العظام : تستقبل عدداً من الحالات يصل إلى 15 حالة في اليوم .

عيادة الأطفال: تقدم خدمات صحية من قبل الأطباء الاختصاصيين الذين يعملون بشكل يومي ويصل عدد المترددين إلى 60 مطلقاً يومياً .

عيادة الطبيب العام : يعمل هذا القسم على ثلاث نوبات ويستقبل عدداً كبيراً من الحالات خلال النوبات تصل

الديكسي - الخناق - المستديمة الطيب العام، ويصل عدد الحالات التي يستقبلها هذا القسم من 15 إلى 20 حالة ، وتسهل إدارة المجمع لفتح غرفة عمليات العيون في أقرب وقت.

عيادة الأسنان: تقوم بالعناية بصحة الفم والأسنان (حشو - علاج أمراض اللثة - تصفية الترسبات - خلع الأسنان المسوسة) وتصل عدد الحالات التي يستقبلها إلى 28 حالة .

الصيدلية: تصرف صيدلية المجمع الصحي العلاجات الأولية من قبل المستودعات الطبية مجاناً وتسهل إدارة المجمع الصحي بالتنسيق مع الجهات المختصة إلى استعادة التكلفة بما يضمن تقديم أدوية ذات الجودة العالية وبأسعار مناسبة وإعطائها للمرضى الفقراء مجاناً .

قسم التنقيف الصحي : ويهدف هذا القسم إلى تقديم معلومات توعوية بما يتعلق بالصحة الإنجابية وتنظيم الأسرة والأمراض المعدية وكيفية الوقاية منها إضافة إلى تنظيم المحاضرات حول أي مرض .

قسم الموجات فوق الصوتية: ويستقبل هذا القسم يومياً نحو 17 حالة .

التعليم : يقوم هذا القسم بإعطاء جميع الفحاشات ضد الأمراض الخطيرة مثل السل - الحصبة - شلل الأطفال - الكزاز - السعال

يعتمد أكثر من 71 ألف نسمة تقريباً وهم سكان مديرية المعلا بمحافظة عدن على الخدمات الصحية التي يقدمها مجمع المعلا الصحي ، حيث تتوفر مديرية المعلا إلى المرافق الصحية الكبيرة مثل المستشفيات والمستوصفات أكانت حكومية أو خاصة كبقية المديرية الأخرى .

ويقدم مجمع المعلا الصحي الرعاية الصحية الأولية و الوقائية والعلاجية بدرجة أساسية للمواطنين إضافة إلى الخدمات التشخيصية من قبل أطباء عموم واختصاصيين ويتم إحالة الحالات الخطيرة إلى المستشفيات العامة في محافظة عدن .

صحيفة (14 أكتوبر) نزلت إلى المجمع والتقت بالدكتور خالد عبد الباقي فـارح مدير المجمع الصحي بالمعلا للاطلاع على أوضاع المجمع والخدمات التي يقدمها والصعوبات التي يواجهها.

استطلاع / أمين المغني

## أقسام المجمع

وقال مدير مجمع المعلا الصحي " تقدم الخدمات الصحية للمواطنين في مديرية المعلا من قبل عدد كبير من الأطباء والاختصاصيين وأطباء العموم والفنيين.. ويمكن للمرضى الاستفادة من الخدمات التي يقدمها المجمع الصحي بالمعلا عن طريق أقسام متخصصة، على النحو التالي :

قسم الصحة الإنجابية: الذي يقدم أفضل لتشمك كافة مديرية المعلا وحسب العدد السكاني يستدعي القيام بإنشاء مراكز صحية أخرى أو مستشفى عام يتناسب مع العدد السكاني الكبير لمديرية المعلا .

وأضاف "نتيجة لعدم بناء مستشفى ويعد جهود قيادة المديرية وقيادة مكتب الصحة م / عدن تم إنشاء أقسام الصحة الإنجابية والطوارئ في المجمع الذي يقوم بمهام مستشفى والذي يخفف الكثير من الضغط على المجمع وعلى المستشفيات العامة ولم يبق سوى التجهيزات والثأثيرات إضافة إلى قيام قيادة المديرية بعد التنسيق مع قيادة المحافظة ببناء محلات تجارية بسور المجمع الصحي على أن تكون مردوداتها ميزانية تشغيلية للمجمع وهو ما من شأنه أن يؤدي إلى تشغيل المجمع بصورة أفضل.

مختبر السل: هذا المختبر خاص بفحص البصاق ويحدد ما أن كانت الحالة مصابة بمرض السل أم لا. عدد الحالات من خمس إلى عشر حالات .

عيادة العيون: تقوم بفحص الحالات

يعمل المجمع الصحي في المعلا بنظام النوبات الثلاث (الصباح - المساء - الليل) في كل أيام الأسبوع بما فيها أيام الجمع والعطل الرسمية والأعياد . وأوضح د. خالد عبد الباقي أن ذلك من أجل نشر وتحسين خدمات الطوارئ والإسعافات ومواجهة الحوادث والحروق وغيرها مما يحتاج إلى إسعافات أولية وعلاجية ، مؤكداً أن نشر وتقديم الخدمات الصحية والطبية بشكل أفضل لتشمك كافة مديرية المعلا وحسب العدد السكاني يستدعي القيام بإنشاء مراكز صحية أخرى أو مستشفى عام يتناسب مع العدد السكاني الكبير لمديرية المعلا .

ويعد جهود قيادة المديرية وقيادة مكتب الصحة م / عدن تم إنشاء أقسام الصحة الإنجابية والطوارئ في المجمع الذي يقوم بمهام مستشفى والذي يخفف الكثير من الضغط على المجمع وعلى المستشفيات العامة ولم يبق سوى التجهيزات والثأثيرات إضافة إلى قيام قيادة المديرية بعد التنسيق مع قيادة المحافظة ببناء محلات تجارية بسور المجمع الصحي على أن تكون مردوداتها ميزانية تشغيلية للمجمع وهو ما من شأنه أن يؤدي إلى تشغيل المجمع بصورة أفضل.

## نصيحة طبية : لا تسرفوا في شرب المياه

سبيني / متابعة:

ما رأيك عندما ترى العاملين في المكتب يهرولون وقت الغداء وكل منهم يمسك زجاجة مياه تتسع للترين ، بينما يحتاج العداؤون الممتازون كمية مياه أقل منها ليقتطعوا مساراً يمتد لنحو 42ر1 كيلومتراً؟

أصبح هذا الأمر ظاهرة أثارت حيرة وقلق إريك سيل الباحث بجامعة ميلبورن ، الذي حذر في ورقة بحثية نشرت مؤخراً في دورية "مديكال جورنال أوف أستراليا" أن شرب كميات كبيرة من المياه بنفس درجة سوء شرب كمية قليلة من المياه.

ويمكن أن تؤدي زيادة السوائل في الجسم إلى حالة تسمى "النشاط المرتبط بنقص الصوديوم في الدم" وهو اضطراب في سوائل وأملاح الجسم حيث تسفر زيادة السوائل في الجسم عن انخفاض تركيز الأملاح في مصل الدم بصورة قليلة على نحو غير طبيعي .

ويمكن أن يؤدي شرب كميات كبيرة من المياه إلى تخفيف الصوديوم المطلوب إلى مستوى خطير ، ما يسبب القيء والهبذيان وأحياناً الوفاة.

ويبحث سيل وزملاؤه المشكلات الصحية للأستراليين الذين يسبرون عبر ممر "كوكودا تريل" الذي يمتد بطول 96 كيلومتراً إلى منطقة "أوين ستانلي رينج" في دولة "بابوا غينيا الجديدة".

وأتى البحث على ذكر حالة امرأة (48 عاماً) أصيبت بصدا ، وخشية تعرضها للجفاف، تناولت سبعة لترات من المياه على مدار الساعات القليلة التالية ، فأصيبت بحالة قيء وأعياء قبل دخولها في غيبوبة ، وشخص الأطباء حالتها بـ "النشاط المرتبط بنقص الصوديوم في الدم" ، وحالها الحظ عندما كانت سفينة طبية تابعة للبحرية الأمريكية ترسو بالقرب من ميناء "موريسيبي" وأمكن استدعاء مروحية لإجراء عملية إجلاء طبي لها.

وقال سيل في البحث إن " حالات الوفاة التي لم يتم تفسيرها في عام 2009 لأربعة كان يشتهر عنهم أنهم يمارسون رياضة السير بصورة جيدة على مسار كوكودا تريل تخلق حالة ملحة لزيادة الوعي بالترابط بين زيادة السوائل في الجسم بصورة مفرطة وحالة النشاط المرتبط بنقص الصوديوم في الدم".

وأشار سيل إلى أن النساء أكثر عرضة للإصابة بهذه الحالة من الرجال ، كما أن مشروبات الطاقة يمكن أن تزيد من درجة سوء الحالة.

وتعد النصيحة الأمثل هي شرب المياه "عند الشعور بالعطش" وعدم الإفراط في تناول لترات من السوائل لمجرد توقع حالة العطش.

## الألم يخفف من الشعور بالذئب

كاترينا / متابعة:

أكدت دراسة استرالية جديدة أن إلحاق الألم بأنفسنا يخفف في الواقع شعورنا بالذئب، وذكر موقع "نيوز دوت كوم" الأسترالي أن الباحثين في جامعة "كوينزلاند" وجدوا من خلال دراستهم التي هدفت إلى معرفة التداخيات النفسية للألم الجسدي، أن الوجود يخفف من شعور الشخص بالذئب.

وقال الباحث بروك باستاين المسؤول عن الدراسة "ما كان بإمكاننا حقاً التنبؤ بأن الوجود يخفف الشعور بالذئب.. لكن كان بإمكاننا التنبؤ بأن الشعور بالذئب يؤدي إلى تعذيب النفس. والسؤال هو لماذا ينبغي أن يوجد بعض الأثر لذلك؟"

وقد قسم الباحثون المتطوعين البالغ عددهم 62 شخصاً إلى 3 مجموعات، ومن أجل أن يخلقوا شعوراً بالذئب طلبوا من مجموعتين كتابة شيء عن وقت نبذوا فيه شخصاً آخر، وبعدها طلب منهم غمس أيديهم في مياه مجمدة أو دافئة.

## غسل الأيدي جيداً بعد الخروج من دورات المياه وقبل لمس الأطعمة أو شرب الماء يجنبكم الإسهالات