



## منظمة الصحة العالمية تضع خطة لمكافحة سمنة الأطفال

الصحية لنحو 100 مليون طفل دون الخامسة كانوا يعانون من نقص الوزن في 2010. وكشف الأمين العام للأمم المتحدة بان كي مون عن مشروع الخطة حيث رأس النقاش حول الإجراءات المقترحة، وخاصة في الدول صاحبة الدخل المنخفض. ودعت الأهداف الإنمائية للألفية التي تبنتها الأمم المتحدة إلى خفض معدلات الوفيات بين الأمهات والأطفال بشكل كبير، ضمن العديد من الأهداف الأخرى، بحلول عام 2015.

واشنطن / متابعة: أعلنت الأمم المتحدة أن الحكومات ستكون مطالبة بوضع أولويات للتغذية والتركيز على صحة الأمهات والأطفال في إطار مشروع خطة تقدمت بها منظمة الصحة العالمية تتناول سبل خفض الوزن ومكافحة السمنة. وستتم دعوة الدول الأعضاء بالأمم المتحدة وشركاء التنمية إلى تطبيق الخطة بمجرد تبني منظمة الصحة العالمية لها في ختام اجتماعها السنوي بجنيف. ويهدف البرنامج إلى تحسين التغذية والرعاية



## الطب والحياة

على هامش الاحتفال باليوم العالمي للتصلب العصبي المتعدد .. جمعية التصلب العصبي المتعدد بعدن :

## على المؤسسات المعنية و صناع القرار وأرباب العمل تمكين المرضى من البقاء في العمل

د. قاسم الأصبحي : أكثر أشكال المرض شيوعاً هي التصلب العصبي المتعدد الحاد والمتكرر و الانتكاسي والمزمن



## جياب الغلابي : جمعيتنا هي الأولى في اليمن وتعنى بالتعريف بالمرض والتوعية المجتمعية وحصر المرضى ودعمهم

## دور الثقافة الصحية للمرأة في الكشف المبكر للسرطان



د. خالد سيف إسماعيل

إن ثقافة المرأة تلعب دوراً محورياً وأساسياً في عملية اكتشاف المرض ومن ثم عرضها على الطبيب المختص.

فكلما كان اكتشاف المرض في مراحله الأولى، كان علاجه أسهل وأسرع، وبالتالي تقل نسبة الوفاة، بينما غياب الوعي الصحي وعدم التوجه للطبيب حياة أو كسلاً قد تكون له عواقب وخيمة.

إن للثقافة الصحية أهمية كبيرة في الوقاية من السرطان، لذلك ينبغي تنفيذ حملات توعية في المدارس الثانوية والمصانع وأماكن العمل أو التسليحة (كالأندية) على أن تعطى الأهمية الخاصة لطلاب المرحلة الثانوية والجامعية لأنهم يشكلون المراحل النهائية للدراسة لكثير من الناس ويمكن لهؤلاء الشباب نقل المعلومات إلى آبائهم وأمهاتهم وأصدقائهم.

ولا ننسى دور وسائل الإعلام ومنظمات المجتمع المدني ودور وزارة الصحة في التثقيف والإرشاد وزيادة الوعي عند النساء والتعريف بالمرض ومخاطرة وبذلك تتمكن من المساهمة في بناء مجتمع ينظر إلى السرطان نظرة موضوعية بعيدة عن اليأس لأن السرطان لا يقود دائماً إلى الموت وهو قابل للشفاء في حالات الكشف المبكر.

□ استشاري أمراض وجراحة الثدي

## طرق أيسر للوقاية من مرض السل



نيويورك / متابعة: يقول مسؤولون أمريكيون بقطاع الصحة إنهم توصلوا إلى علاج أبسط كثيراً للأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بمرض السل ليواجهوا بذلك حاجزاً رئيسياً للوقاية من انتشار المرض.

وتشير دراسة حكومية أمريكية مهمة صدرت حديثاً إلى أن المرضى الذين تناولوا مزيجاً من عقارين 12 مرة فقط خلال ثلاثة أشهر تماثلوا للشفاء مثل أولئك الذين تلقوا العلاج المعتاد الذي يتطلب 270 جرعة يومية.

وقال توماس فريدن مدير المراكز الأمريكية لمكافحة الأمراض والوقاية منها في بيان هناك حاجة ملحة لطرق جديدة وأبسط للوقاية من مرض السل وهذا الإنجاز يمثل أحد أكبر التطورات في علاج مرض السل في عقود.

ويشمل النظام الأقل إرهاقاً تناول مضاد حيوي تباعه شركة سانوفي الفرنسية تحت الاسم التجاري بريفينتي مع عقار أيزونازيد وهو علاج فعال للسل يستخدم منذ الخمسينيات.

وتقول المراكز الأمريكية لمكافحة الأمراض والوقاية منها التي رعت الدراسة إن نتائج الدراسة التي عرضت في اجتماع طبي يمكن أن تكون إيداناً بتحقيق تقدم كبير في الوقاية من مرض السل في البلدان التي تعاني من معدلات إصابة منخفضة إلى متوسطة من المرض شديد العدوى.

ومع أن كثيراً من الناس يعتقدون أن السل مرض جرى التغلب عليه إلى حد كبير في الماضي تشير المراكز الأمريكية لمكافحة الأمراض والوقاية منها إلى أن هناك أكثر من 11 ألف حالة سجلت في الولايات المتحدة العام الماضي وأن السل لا يزال أحد أكثر الأمراض المعدية الفتاكة في العالم.

## طرق الوقاية من المرض

وعن طرق الوقاية يقول د. يونس: « إن الاستحمام قد يساعد كثيراً حيث يتعرض المريض لماء يتدرج في البرودة شيئاً فشيئاً حسب قدرة تحمله.

وإذا حدث أن تقوم بعمل معين خلال يومك فراع أن تعطي نفسك جزءاً من الراحة بين الحين والآخر. حاول أن توفر أسباب الراحة في بيتك مما يقلل من العمل الإضافي المجهد فمثلاً غسل الملابس الأوتوماتيكية قد توفر عليك جزءاً كبيراً من العمل المرهق في البيت. قد تكون التلاجة أو الفريزر الكبير في المطبخ فكرة مناسبة لتقليل من عدد مرات الذهاب للسوق.

حاول أن تنظم حياتك بالطريقة المناسبة لك فمثلاً حدد وقتاً للراحة بعد يوم طويل مرهق. حاول أن تتقبل أي مساعدة في مهامك اليومية من شخص قريب لك أو صديق حميم على نفسك حتى تقلل من احتمال التعب الشديد.

حاول أن تمارس الرياضة اليومية بشكل منتظم ويومي مثل السباحة أو الذهاب إلى النادي أو حتى العلاج الطبيعي لأن ذلك قد يساعد كثيراً في كثير من الحالات.

## الرين المغناطيسي

ورقته د. سالم صالح العمري اختصاصي أشعة مقطعية ورنين مغناطيسي، على دور الرنين المغناطيسي في تشخيص الاعتلالات المزيلة للنخاعين - التصلب المتعدد، حيث قال: «نحن نشاركون لأن العملية نجحت وإيلاً»

المرضى الذين يعانون من التهاب العصب البصري، شلل العين والاضطرابات العينية - شلل نصفي أو فقدان نصفي للإحساس - الرتة أو تقطع الكلام، خرق (لا أدانيه) - عماء قشري (مخي) - علل دماغية، غيبوبة .



د. قاسم الأصبحي



د. سالم صالح العمري



جياب الغلابي

تسعى الجمعية بالتعاون مع الهيئة الاستشارية الطبية فيها إلى توفير هذه الأدوية عبر صندوق التأمين الاجتماعي . وفي الحفل تم عرض عدد من أوراق العمل الخاصة بهذا المرض من قبل الأطباء المتخصصين للتعريف بالمرض وتوعية الحاضرين به.

## مرض التصلب المتناثر

و تطرقت ورقة الدكتور يونس انيس بن طالب أم. الأمراض العصبية كلية الطب - جامعة عدن إلى موضوع (مرض التصلب المتناثر) - فهو مرض يصيب الجهاز العصبي المركزي ويتطور بأشكال مختلفة. - تتراوح أعمار معظم المرضى بين عشرين وخمسة وأربعين سنة وفي الفترة الأخيرة أصبح تشخيص المرض لدى من هم دون خمس سنوات أو أكثر من خمسة وأربعين سنة ممكناً ولكنه نادر الحصول. كما تطرقت الورقة إلى أن أكثر أعراض المرض شيوعاً هو التعب الذي يحدث عند حوالي 80 ٪ من مرضى الأعصاب.

وقالت « كيف يعرف المريض أنه يعاني من مشكلة التعب؟ إذا حدث بشكل يومي، إذا زادت حالة التعب يوماً عن يوم، قد تتفاقم المشكلة بتعرض المريض لحرارة أو رطوبة. عادة ما يكون التعب والإرهاق الجسمي أشد من التعب الطبيعي الذي قد يعاني منه أي شخص، وعادة ما يؤثر على نشاطات المريض

العامة والسكان ممثلاً بالدكتور الخضر لصور إعفاء المرضى من دفع رسوم الفحوصات الطبية من أشعة مقطعية وتلفزيونية وفحوصات مختبرية في محافظتي عدن وصنعاء، مشيراً إلى أن الجمعية هي الأولى في اليمن التي تعنى بهذا المرض .

من جانبه قال الدكتور قاسم الأصبحي رئيس قسم جراحة الأعصاب بمستشفى الجمهورية بعدن نائب رئيس الجمعية اليمنية لمرضى التصلب المتعدد أن هذا المرض يأتي بأوجه مختلفة منها أربعة أوجه الأكثر شيوعاً ولكن لا تظهر في الشخص الواحد شكل من أشكال المرض وأحياناً قد يظهر على المصاب شكلان من المرض وهي (التصلب العصبي المتعدد الحاد، والمتكرر، والانتكاسي، والمزمن) وكل هذه الأشكال تختلف من شخص لآخر وأعراضها تختلف ولهذا فإن التعامل معها يختلف، ولكن في الأخير يبقى التشخيص هو الأساس في علاج المريض، مضيفاً أن التشخيص الأساسي لهذا المرض يتم عن طريق سحب سائل من السائل الدماغي للنخاع الشوكي ومعرفة ما إذا كان هناك التهابات ونقص في مناعة الجسم، والتشخيص الثاني الذي يعد أكثر شيوعاً هو عمل جهاز الرنين المغناطيسي الذي يوفر الآن في بلادنا .

وأوضح « بالنسبة لنا كأطباء متخصصين نقوم بتقديم الاستشارة من خلال التنسيق مع الجمعية، كما يتم حصر هؤلاء المرضى وتقديم الدعم لهم، مستطرداً أن العلاج باهظ الثمن ولذا

ويعد التصلب العصبي المتعدد من الأمراض العصبية المزمنة التي تصيب أعضاء مهمة من جسم الإنسان وتقدمها الحركة، ومن منطلق العناية التي يتعرض لها المصاب جاءت فكرة تأسيس جمعية التصلب العصبي المتعدد في 13 نوفمبر 2009 من أكثر من مائة عضو من المرضى وذويهم وكذلك الأطباء المتخصصين وطلبة الجامعة من كافة التخصصات لتسهيل نشاط الجمعية .

وجاء احتفال هذا العام سلطا الضوء على الدور الذي يمكن أن تقوم به المؤسسات والجهات المعنية من صناع القرار وأرباب العمل في تمكين الأشخاص المصابين بالمرض من البقاء في العمل مع تقدير اختلاف الحالات المرضية من حيث كفاءة وقدرة الشخص المصاب لإعطائه العمل الذي يناسب حالته الصحية ووضع المادي والمعنوي ومراعاة حقوق هذه الشريحة من المرضى التي كفلها لهم القانون والاتفاقيات الدولية وعودتهم ليعيشوا حياة طبيعية في المجتمع .

## عدد الحالات (24) حالة على مستوى اليمن

وفي الحفل الذي حضره مدير مكتب الصحة وعدد من الأطباء المتخصصين والمعنيين، والأعضاء وذويهم القى الأخ جياب علي عبد الله الغلابي رئيس الجمعية كلمة قال فيها إن احتفال هذا العام جاء نحو تحقيق النواحي التوعوية للمرضى تحت مظلة ورعاية الاتحاد الدولي للتصلب العصبي، لافتاً إلى أن الجمعية استطاعت من خلال الصحف والمنشورات تثقيف التوعية المجتمعية حول هذا المرض، كما تم إحصاء الحالات في مختلف المحافظات اليمنية التي وصل عددها إلى 24 حالة . وأضاف « استطلعنا بالتنسيق مع مكتب الصحة

## شبكة الساعدين يسكن الأم اليد

اليمين تنشط عادة معاً ما يؤدي إلى معالجة فعالة عالية للمحفزات الحسية.

وأضاف أنه عبر شبكة الساعدين لا تنشط الخريطتان معاً ما يؤدي إلى معالجة دماغية أقل فعالية للمحفزات الحسية بينما الألم وبالتالي

يحف الإحساس أن هذا أوضح أن هذا الاكتشاف في شأنه أن يؤدي إلى طرق جديدة لمعالجة الألم وقد استخدم العلماء الليزر لخلق ألم في أيدي من شملتهم الدراسة وقد حدد مستوى الألم الذي شعروا به وردود فعل أدمغتهم وتبين أن الألم كان أخف لدى شبك

الساعدين فيما قال الباحثون إن إيجاد طرق لإرباك الدماغ هو محط تركيز كثير من الدراسات.

أظهرت دراسة بريطانية جديدة أن شبك الساعدين بعد تعرض اليد لأي جرح قد يسكن الألم. ونقلت وكالة «يو بي أي» عن هيئة الإذاعة البريطانية «بي بي سي» قولها إن الباحثين في جامعة كولنج لندن وجدوا أن وضع اليد في جهة المعاكسة (اليد اليمنى على الساعد الأيسر والعكس

شبك الساعدين من شأنه أن يعطل الإدراك الحسي وبالتالي يسكن من ألم اليدين. وأشار الباحث جياندمونيكو إيانيني المسؤول عن الدراسة، إلى أن أجزاء الدماغ التي تحتوي على خريطة جهة اليمين من الجسم وخريطة الفضاء الخارجي من جهة

اليمين تنشط عادة معاً ما يؤدي إلى معالجة فعالة عالية للمحفزات الحسية.

وأضاف أنه عبر شبكة الساعدين لا تنشط الخريطتان معاً ما يؤدي إلى معالجة دماغية أقل فعالية للمحفزات الحسية بينما الألم وبالتالي

يحف الإحساس أن هذا أوضح أن هذا الاكتشاف في شأنه أن يؤدي إلى طرق جديدة لمعالجة الألم وقد استخدم العلماء الليزر لخلق ألم في أيدي من شملتهم الدراسة وقد حدد مستوى الألم الذي شعروا به وردود فعل أدمغتهم وتبين أن الألم كان أخف لدى شبك

الساعدين فيما قال الباحثون إن إيجاد طرق لإرباك الدماغ هو محط تركيز كثير من الدراسات.

أظهرت دراسة بريطانية جديدة أن شبك الساعدين بعد تعرض اليد لأي جرح قد يسكن الألم. ونقلت وكالة «يو بي أي» عن هيئة الإذاعة البريطانية «بي بي سي» قولها إن الباحثين في جامعة كولنج لندن وجدوا أن وضع اليد في جهة المعاكسة (اليد اليمنى على الساعد الأيسر والعكس

شبك الساعدين من شأنه أن يعطل الإدراك الحسي وبالتالي يسكن من ألم اليدين. وأشار الباحث جياندمونيكو إيانيني المسؤول عن الدراسة، إلى أن أجزاء الدماغ التي تحتوي على خريطة جهة اليمين من الجسم وخريطة الفضاء الخارجي من جهة

## جراحون أمريكيون يستخدمون الفراء لإصلاح شرايين في دماغ طفلة

إصلاح الشرايين في عملية دامت 8 ساعات، قاموا خلالها بإدخال مسير من الشرايين الفخذ وصولاً إلى الدماغ، حيث الصقوا بواسطة الفراء بعض الأوعية الدموية تعاني منه طفلة بريطانية تبلغ من العمر 17 شهراً.

وذكرت «لورا هانيمان» والدة الطفلة «إيلا جريس» أن طفلتها خضعت لجراحة صعبة بالدماغ، حيث ولدت وهي تعاني خلا نادرًا، يتمثل بتشابك الشرايين المتصلة بالدماغ ما يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم في بعضها. ويؤدي هذا الخلل إلى تضخم الأوعية وارتفاع نسبة السوائل في الدماغ ما قد يعيق تطوره أو يؤدي إلى خلطات.

ونقلت هيئة الإذاعة البريطانية (بي بي سي) عن الأم قولها إن أطباء فرنسيين بلوغوها بعدم إمكانية إجراء جراحة للطفلة، إلا أن جراحي نيويورك نجحوا في

استخدم جراحون أمريكيون في أحد المراكز الطبية بمدينة نيويورك مادة الفراء لإصلاح خلل في الشرايين والأوعية الدموية تعاني منه طفلة بريطانية تبلغ من العمر 17 شهراً.

وذكرت «لورا هانيمان» والدة الطفلة «إيلا جريس» أن طفلتها خضعت لجراحة صعبة بالدماغ، حيث ولدت وهي تعاني خلا نادرًا، يتمثل بتشابك الشرايين المتصلة بالدماغ ما يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم في بعضها. ويؤدي هذا الخلل إلى تضخم الأوعية وارتفاع نسبة السوائل في الدماغ ما قد يعيق تطوره أو يؤدي إلى خلطات.

ونقلت هيئة الإذاعة البريطانية (بي بي سي) عن الأم قولها إن أطباء فرنسيين بلوغوها بعدم إمكانية إجراء جراحة للطفلة، إلا أن جراحي نيويورك نجحوا في

