لايجوز بأي حال لأي شخص ينتمي إلى هذا الوطن أن يسعى إلى التخريب والإضرار بمصالح الوطن والمواطنين

علي عبدالله صالح

الطب والحياة

طفل يمسك بيد الدكتور وهو في بطن أمه أثناء الولادة

14 أكتوبر / متابعات :

قرر الطبيب جوزيف برونر أن (ساموبل) بحاجة إلى عملية جراحية ولكن لو تم إخراجه من بطن أمه فإنه سوف يموت ، ولذا عليه أن يقوم بإجراء العملية وهو داخل رحم الأم.

لم تمانع الأم (جولي آرماس) إجراء العملية حيث أنها تعمل ممرضة توليد في نفس المستشفى وهي تعرف جيداً مدى مهارة الطبيب برونر في مثل تلك الحالات حيث أنه قد قام بعدة عمليات مشابهة وقد تكللت جميعها بالنجاح.

وأثناء العملية قام الطبيب بعمل فتحة في رحم الأم ليتمكن من إجراء العملية للجنين ، وبعد أن انتهى من العملية وبينما هو يحاول إرجاع الرحم إلى مكانه أخرج ساموبل يده الصغيرة جدا وأمسك بإصبع الطبيب .

يقول الدكتور برونر (لقد كانت هذه اللحظة من أكثر اللحظات التي مرت في حياتي تأثيراً علي لدرجة أنني في تلك اللحظة قد تجمدت مكاني ولم أستطع أن أفعل أي شيء أو أن أحرك إصبعي ، أحسست بأن أطرافي كلها قد تجمدت).

وبسرعة كبيرة وقبل أن ينتهي هذا الموقف الأكثر إثارة وعاطفية في العالم تم أخذ هذه الصورة ونشرت في الصحف تحت اسم (اليد صاحبة الرجاء) .

وقد كتبت الصحف عن هذه الصورة بأن الجنين ساموبل قد أخرج يده الصغيرة من رحم أمه ليمسك بإصبع الطبيب وكأنه بذلك أراد أن يقول له « شكراً لك لإنقاذك حياتي ».. تقول الأم أنها بعد أن رأت الصورة ظلت تبكي لعدة أيام ، لقد تعلمت من هذه الصورة بأن الحمل ليس عبارة عن عجز و مرض وتعب بل هو إعطاء حياة لشخص آخر صغير وضعيف بحاجة إليك وإلى حمايتك .. لقد نجحت العملية 100 ٪ وولد ساموبل بعد أن أتم فترة الحمل وهو الآن بصحة جيدة .

إسهال الأطفال.. عندما يغيب الاهتمام بغسل اليدين

حياة كريمة هانئة لأطفالنا غاية ما نتمناه ويتمناه كل أب وأم .. بعيداً عن المنغصات، بعيداً عن الأمراض والإسهالات ومآلاتها.

ونجدها فرصةً سانحة لنفرد حيزاً لإبراز ما يهدد صحة وسلامة الأطفال في البلاد ..إنه الإسهال الذي يشكل العدو الأبرز والأكثر شيوعاً في المجتمع اليمني والذي يحصد فيه أرواح عشرات الآلاف من الأطفال دون الخامسة من العمر، وأبرز أسبابه عدم الاهتمام بالنظافة الشخصية وتلوث الأغذية ومياه الشرب وعدم غسل اليدين جيداً بعناية بالماء والصابون قبل الأكل وقبل الخروج من الحمام على إثر قضاء الحاجة، وكذا قبل لمس الطعام أو إطعام الأطفال.

إعداد/ د . محمد أحمد الدبعي

تذكر المصادر الطبية وجود إمكانية في إصابة الأطفال بالإسهال الحاد(قصير الأمد) أو المزمن (طويل الأمد) بسبب أشكال متعددة الأنماط من المسببات لهذا العرض المرضي وتشمل عموماً:

1 -البكتيريا
2 -الفيروسات
3 -الطفيليات
4 -بعض أنواع الأدوية
5 -الاعتلالات الوظيفية
6 -حساسيات الطعام

أما أكثر الأسباب شيوعاً لإصابة الأطفال بالإسهال ما يعرف بالـ (روتا فيروس)والذي يختفي خلال(5 - 8 أيام).

ويمكن أن تشكل أدوية علاج الإسهال للكبار خطورة على الأطفال، لذا يجب ألا تعطى أي أدوية توصف أو تشترى بمعزل عن استشارة طبيب.

ويمكن أن يكون الإسهال خطيراً على المواليد الجدد والرضع، وإذا ما استمر أو زادت حدته بزيادة مرات التبرز بقوامه السائل ليوم أو يومين فيمكن أن يؤدي إلى الجفاف وذلك لضعف كمية السوائل في جسم الطفل وعدم قدرته على تعويض المفقود منها فيزيد يوماً بعد يوم، ما يهدد صحة الطفل ويعرضها للخطر بمعزل عن المعالجة وتقديم العناية اللازمة له منزلياً.

وليس العلاج الرئيسي لإسهال الأطفال بالشيء المعقد بل يعتمد على اتخاذ علاج بسيط يمكن تحضيره بالمنزل يسمى محلول الإرواء لمعالجة الجفاف والذي يتوفر-أيضاً- بالصيدليات بسعر زهيد، إلى جانب الاهتمام بما يسانده من تغذية تتركز في محتواها على السوائل، وذلك على النحو التالي:

1 -إعطاء الطفل محلول الإرواء، وعادة ما يكون بعد كل مرة يتبرزفيها الطفل برازاً سائلاً، ويتم إعطائه إياه بالكوب والملعقة.

2 -الاستمرار في الرضاعة الطبيعية وزيادة عدد الرضعات من الثديين خصوصاً للطفل الذي لا يزال دون الستة أشهر.

3 -إعطاء الطفل تغذية تكميلية وعصائر طازجة مخففة بكميات بسيطة وعلى مراحل متفاوتة مع الاستمرار بإعطائه محلول الإرواء والرضاعة الطبيعية.

فلمعظم الحالات يكون تعويض السوائل المفقودة لمنع الجفاف هو العلاج الوحيد الذي ينقذ حياة الطفل، وقد يكون استخدام بعض الأدوية الموصوفة من قبل الطبيب وسيلة ضرورية في بعض الأحيان.

4 -التوقف تماماً عن الرضاعة الصناعية.

ولعل من دواعي لفت الانتباه والمسارعة على الفور إلى نقل الطفل إلى الطبيب المختص أو المستشفى لتلقي العلاج ظهور أي من هذه العلامات:

- احتواء البراز على دم أو صديد(قيح)، أو إذا ما كان لون البراز أسود.
- إذا كانت درجة حرارة الطفل تزيد على (38.5 درجة مئوية).
- عدم التحسن بعد مضي (24 ساعة) ، يعني لم تقل عدد مرات التبرز.
- ظهور علامات الجفاف.

فيما تشتمل علامات الجفاف عند الأطفال على :

- جفاف الفم واللسان.
- عدم نزول دموع عند البكاء.
- خمول الطفل وتوقفه عن اللعب أو الحركة.
- عدم ابتلال الحفاظ بالبول خلال ثلاث ساعات أو أكثر.
- هبوط البطن و/ أو تحت العينين و/ أو الخدان.
- ارتفاع درجة حرارة الجسم.
- عدم انبساط الجلد عند قرصه وإطلاقه.

إن الأطفال المواليد والرضع دون الستة أشهر من العمر يتطلبون بالضرورة العرض على الطبيب عند إصابتهم بأي كمية من الإسهال، قلت أو كثرت، حيث يمكن أن يكون للإسهال خطورة على صحتهم بل وعلى سلامتهم إذا فقد الجسم الكثير من السوائل ولم يتم تعويضها بسرعة وبطريقة صحية.

أما الوقاية من الجفاف فيلزمها تدابير وإجراءات لابد من القيام بها ، فمع الجفاف يفقد الجسم الكثير من السوائل والأملاح مثل(البوتاسيوم والصوديوم)، وهذه المكونات التي تفقد بسبب الإسهال تحتاج إلى تعويض فوري. وبالتالي لا يستطيع الجسم من دونها القيام بوظائفه بالشكل الصحيح.

لذلك يعتبر الجفاف خطيراً جداً وبشكل خاص على الأطفال الذين يمكن أن يموتوا بسببه خلال بضعة أيام، وعلى الرغم من أن الماء مهم جداً لمنع الجفاف إلا أنه لا يحتوي الأملاح الضرورية لإحداث الاتزان للسوائل في جسم الإنسان.

الأمر الذي يتطلب في حالة الإصابة بالجفاف من أجل المحافظة على مستويات هذه الأملاح، تناول المرق أو الشوربة الخفيفة والتي تحتوي على نسبة بسيطة من ملح الطعام(الصوديوم) وأيضاً عصير الفواكه والفواكه الطازجة اللينة أو الخضراوات التي تحتوي على (البوتاسيوم).

وبالنسبة للأطفال يوصي الأطباء – غالباً- بمحلول الجفاف الخاص الذي يحتوي على السوائل والأملاح الضرورية. إذ يمكن الحصول عليه من المرفق الصحي دون وصفة طبية وإبقاؤه في المنزل لاستخدامه عند الضرورة، على أن يؤخذ بالحسبان ضرورة قراءة تاريخ انتهاء الصلاحية.

وهنا لابد - أيضاً- من التنبه إلى المحاذير لضمان الوصول بالمريض إلى مسلك آمن للشفاء من الإسهال مثل تجنب شرب منتجات الألبان، والأغذية الدهنية والأغذية عالية الألياف والحلوة جداً، وكذا التي من شأنها زيادة الإسهال.

ومع تحسن حالة المريض بالإسهال يمكن إضافة بعض الأطعمة الخفيفة إلى الغذاء، بما في ذلك الموز والأرز غير المخلوط بمواد أخرى والبطاطا المسلوقة والخبز المحمص والمكسرات والجزر المطبوخ والدجاج المشوي دون جلد أو دهن.

وفيما يتلق بغذاء الأطفال، يوصي أطباء الأطفال بما يسمى بنظام الـ (BRAT) والمكون من الموز والأرز وصلصة التفاح والخبز المحمص.

وختاماً.. يحضرني التذكير بحكمة قالها العرب قديماً : " درهم وقاية خير من قنطار علاج"، وحري بنا تأمل وتدبر معانيها والعمل بمقتضاها لنصون الصحة من الأمراض والعلل.

المركز الوطني للتثقيف والإعلام الصحي والسكاني

غسل اليدين سلوك إسلامي وثقافة عالمية

دنيا هاني

إن فكرة غسل اليدين قد تبدو عند الكثيرين من السلوكيات والأفعال المهمشة أو تلك التي لا تؤخذ بعين الاعتبار كعامل مهم في نظافة الجسم وبالتالي تجنب الأمراض البكتيرية ..ولذا يجب أن تكون فكرة غسل اليدين نابعة من داخل كل شخص يعرف أهمية أن يقوم بغسل يديه قبل وبعد الأكل او بعد إمساكه أشياء عليها أتربة أو أوساخ وبهذا يتجنب انتقال البكتيريا والعدوى عن طريق يديه التي تعتبر الوسيلة السريعة في انتقال العدوى والأمراض من مكان إلى آخر داخل وخارج المنزل.

فالإسلام هو الذي أوصانا بنظافة اليدين والجسد قبل أن يكتشف الغرب أهميتها لكن يعاب على العرب عدم استيعابهم لفكرة وأهمية غسل اليدين وخاصة أننا امة إسلامية ولو رجعنا إلى الكتاب والسنة فسوف نجد أنهما تحدثا كثيراً عن غسل اليدين والنظافة لقوله صلى الله عليه وسلم: «بركة الطعام الوضوء قبله والوضوء بعده»• والعلماء فسروا وضوء الطعام بغسل اليدين. وأيضاً لقوله: «من نام وفي يده غمر ولم يغسله فأصابه شيء فلا يلومن إلا نفسه» والغمر: ريح اللحم وزهومته. وكذا (النظافة من الإيمان).

ليأتي بعد ذلك الطب الحديث ويوضح أهمية الماء في عدم انتقال البكتيريا والميكروبات للجسم وعدم إصابته بالتلوث والمرض من خلال دراسات وأبحاث أجراها.

إن عدم الاكتراث لأهمية غسل اليدين قبل الطعام أو بعد لمس أشياء من الممكن أن تكون ملوثة يكون سبباً رئيسياً في انتشار الأمراض والتسبب بالإسهال الذي أعتبر لفترة من الفترات مرض قاتل حيث توفي بسببه عدد كبير من الناس خاصة في البلدان النامية والفقيرة. وهناك دراسة تقول إن غسل اليدين بالصابون يمكنه أن يخفض الوفيات التي يسببها الإسهال بمقدار 50 في المائة تقريباً والوفيات الناجمة عن الإصابة بالالتهاب الحاد في الجهاز التنفسي بمقدار 25 في المائة. ويقلل أيضاً من حدوث الأمراض في الجهاز الهضمي بنسبة 31 في المائة.

ومن هنا يمكن التفكير في تحويل غسل اليدين بالماء أو الصابون من مجرد أمر غير ذي أهمية إلى سلوك طبيعي يمارسه الناس في منازلهم ومدارسهم وبيئتهم ويتعودوا عليه ما سيسهم في حياة نظيفة وآمنة تقل فيها نسبة الوفيات والأمراض الناجمة عن الإسهال والبكتيريا.

وانطلاقا من أهمية هذا السلوك الذي قد يبدو عاديا عند الكثيرين سلط الضوء عليه في كل بلد من خلال اليوم العالمي لغسل اليدين، لزيادة ورفع مستوى الوعي بفوائده. وتثقيف أطفالنا وغرس فوائده في عقولهم وتوعيتهم بأهمية أن يقوموا بغسل أيديهم حتى يحافظوا على نظافة أجسامهم ويتجنبوا التعرض لأي أمراض معدية.

د. خالد الوجيه استشاري الجراحة لـ 14 أكتوبر :

اليدان أكبر مركز لتجمع الجراثيم

عدم تنظيف اليدين له علاقة مباشرة بنقل جميع الأمراض وعلاقة غير مباشرة بالأورام السرطانية

لقاء/ منى علي قائد

لقد حثنا ديننا الإسلامي على النظافة (النظافة من الإيمان) لأن فيها وقاية وحماية من الأمراض والبكتيريا التي قد تصيب الإنسان نتيجة إهماله وعدم اهتمامه بنظافة كل ما يحيط به.

وفي هذا الشأن التقت (14 أكتوبر) بالدكتور/ خالد سيف إسماعيل الوجيه اختصاصي واستشاري جراحة عامة وجراحة أورام وأمراض سرطان الثدي خرجنا منه بهذه الحصيلة.

اليد تعتبر أكبر وأكثر مركز تتواجد فيه الجراثيم وليس غريباً أن ديننا الإسلامي حثنا على النظافة ففي الحديث أن: (النظافة من الإيمان) وفي اليدين آلاف الجراثيم التي تستطيع أن تنتقل، إلى الإنسان بعدة طرق مسببة أمراض كثيرة، منها على سبيل المثال أمراض الجهاز التنفسي وأمراض التهاب اللثة وأمراض العيون وأمراض الأذن وغيرها.

الجراحة العامة

أما بالنسبة للجراحة العامة فإن الجروح تتلوث إذا لم تكن اليد نظيفة، خصوصاً إذا كان الجرح في مراحله الأولى ويحتاج إلى مضادات حيوية وغيرها من العلاجات، وإذا كان الشخص مناعته ضعيفة فإن الجراثيم تنتقل إليه بسهولة عن طريق هذا الجرح وتعمل، على تلويثه، فتزداد الحالة سوءاً يعني الاهتمام لا يكمن في نظافة الجرح فقط وإنما لابد من أن يتم الإهتمام بغسل، اليدين ونظافتها ونحن دائماً ننصح الذين يقومون بضرب الحقن العضلية وغيرها في منازلهم بأنه يجب اولاً غسل اليدين جيداً لأن الجراثيم تسبب في التهاب منطقة الحقن ثم يتطور الأمر إلى جرح.

علاقة غير مباشرة

وعند ربط عدم النظافة بالأمراض السرطانية فأنا كطبيب لا أرى وجود علاقة مباشرة وإنما ممكن تكون هناك علاقة غير مباشرة مثال على ذلك التهابات اللثة عند الأسنان يمكن أن تصبح التهابات مزمنة وتسبب بعد ذلك اوراماً سرطانية وبصفتي متخصصاً بدرجة أولى في أمراض وجراحة الثدي أرى بالنسبة للالتهابات عند المرضعات أن هناك علاقة تكاد تكون مباشرة لنقل هذه الالتهابات حيث تصاب المرأة المرضعة بنوع من الالتهابات في الثدي تسمى (التهابات المرضعات) ومن العوامل المتسببة فيها عدم الاهتمام بنظافة اليدين أو بالنظافة بشكل عام فالمرضعات غالباً ما يصبن بتشقق الحلمة وهو مدخل الجراثيم أو البكتيريا،فإذا لم تهتم بالنظافة سواء بنظافة ثديها بدرجة أساسية أولا ونظافة يديها ثانياً يمكن أن تنقل هذه الالتهابات عن طريق هذا التشقق الموجود وبالتالي يحصل تحقن في اللبن وهي المرحلة الأولى وإذا لم يتم علاجها بصورة صحيحة قد تتحول إلى التهابات مزمنة تسبب تقيحات وفي هذه الحالة نضطر إلى التدخل جراحياً لإخراج هذه التقيحات .

د.خالد سيف إسماعيل

بعد إخراجها يبدأ التئام الجرح بصورة طبيعية لكنه يترك اثراً (ندبة) والندوب في الثدي تختلف عنها في أي مكان آخر من الجسم حيث تسبب هذه الندوب ضغطاً على القنوات اللبنية فيتكون نوع من أنواع الأكياس وهذه الأكياس تعتبر أشياء ما قبل السرطانية وممكن أن تتحول إلى أورام سرطانية.

هذا ما تسببه الالتهابات التي من أسبابها عدم الاهتمام بنظافة الثدي بصورة أساسية أو النظافة بشكل عام بنظافة اليدين، حيث أن انعدام نظافة اليدين له علاقة مباشرة بنقل التهابات جميع الأمراض وعلاقة غير مباشرة بالنسبة للأورام السرطانية .

48.3 ٪ من الأطفال يعانون من نقص الوزن في اليمن. وبحسب برنامج الغذاء العالمي التابع للأمم المتحدة فإن:« معدل الأطفال ناقصي الوزن في اليمن هو ثالث أعلى معدل في العالم بعد الهند وبنغلادش».