ورشة عمل لمناقشة مسودة وثيقة مشروع التعداد العام للسكان والمساكن والمنشآت لعام 2014

المجلس الوطني للسكان — إشراف/ الأمانة العامة

صنعاء/ متابعات :

نظم الجهاز المركزي للإحصاء مؤخرا ورشة عمل تحضيرية لمناقشة مسودة وثيقة مشروع التعداد العام للسكان والمساكن والمنشآت 2014م مع الجهات الحكومية والمانحة بالتعاون مع صندوق الأمم المتحدة للسكان.

وخلال الورشة أكد الدكتور حسن ثابت رئيس الجهاز المركزي للإحصاء رئيس اللجنة العليا للتعداد أهمية التعداد السكاني القادم كونه يوفر قاعدة بيانات شاملة للسكان والمساكن والمنشآت .

واستعرض رئيس الجهاز المراحل التي مر بها إعداد الوثيقة وما تمثله من نقلة نوعية كونها الوثيقة الأولى في اليمن في هذا المجال لافتاً الى أن الهدف من إعداد الوثيقة هو إيجاد دليل إرشادي لتنفيذ أنشطة التعداد بأقل كلفة ممكنة وبأسرع وقت. مشيراً إلى أن الكلفة الإجمالية المقدرة للتعداد عام 2014م تقدر بـ(15) مليار ريال منها 10 ٪ من المانحين الدوليين وبقية المبلغ من الحكومة اليمنية وبكلفة تقدر (2.5) دولار لكل فرد وهو رقم يتناسب مع الإمكانيات المحلية والمعايير الدولية وأن الوثيقة تضمنت تشكيل لجنة لدراسة المخاطر الممكنة ووضع الحلول المناسبة لها وضمان الجودة من خلال الأعمال التحضيرية للتعداد من خلال استمارة التعداد المعدة ومن خلال التجارب البعدية والقبلية والتجارب الدولية وتوصيات الأمم المتحدة بهذا الخصوص.

واوضح أن الجهاز المركزي للإحصاء سيقوم بتنفيذ عدد من المسوحات المتضمنة مسح الأسرة والقوى العاملة والمسح الصحي الديمغرافي ورصد الحماية الاجتماعية وهو ما يتطلب دعم الجهات المانحة بالتجهيزات اللازمة وتأهيل الكوادر اليمنية التي تمتلك خبرات كافية والتي لازالت بحاجة إلى خبرات دولية لصقل خبراتها. منوها بأن التعداد السكاني لعام 2014م سيكون التعداد الأول الذي تستخدم فيه التكنولوجيا الحديثة حيث يتوقع إعلان نتائجه خلال ثلاثة أيام من انتهاء عملية التعداد.

وخلال الورشة تم مناقشة عدد من أوراق العمل شملت عرض ملخص محتوى الوثيقة الفنية للتعداد لعام 2014م والإطار النظري والقانون للتعداد 2014م وملخص الدروس المستفادة من تقييم تعداد 2004م وملخص الخطة والبرنامج الزمني لعام 2014م وملخص الموازنة التقديرية وإستراتيجية الترويج والنشر المقترحة.

السرطان.. داء العصر المروع

عوامل ومسببات الإصابة بالسرطان كثيرة ومتنوعة وبالإمكان تجنب بعضها وتلافي أخرى

(80 ٪) من حالات السرطان تلعب فيها العوامل البيئية المسببة للتلوث دورا مهما

في كل دقيقة تموت في جسم الإنسان ثلاثة مليارات ونصف مليار خلية طبيعية من أصل مائة ترليون خلية تتجمع لتكون أعضاء وأجزاء وأجهزة الجسم..وموت الخلايا لا يعني نقصان عددها باستمرار ، فما يموت منها يعوضه الجسم ببناء خلايا جديدة متسقة على نحو محكم لا يحتمل الخطأ.

بيد أن الأمر يختلف عندما تنشأ في الجسم خلايا سرطانية تنمو بشكل عشوائي سريع وتستنسخ بسرعة رهيبة وتشكل ورماً يعجز الجهاز المناعي عن منعه أو وقفه. فالخلايا السرطانية تغلف نفسها بغلاف شبيه تماماً بالغلاف الذي يحيط بالجنين في بطن أمه ، ما يجعل الجهاز المناعي غير قادر على التعرف عليها كجسم غريب يجب القضاء عليه بحكم عمله ، فضلاً ومنةً من المولى سبحانه وتعالى للدفاع عن الجسم ضد أي هجمات تشن عليه .

إعداد/ د. محمد أحمد الدبعي

وبداية نأتي إلى تعريف الورم السرطاني ، حيث تؤكد المصادر أنه عبارة عن تكاثر عشوائي غير منضبط للخلايا تفقد معه الخلايا السليمة المكونة للأنسجة والتي تنمو وتنقسم وفق نظام معين ، تفقد القدرة على التحكم في نموها وتنقسم انقساماً عشوائياً في جميع الاتجاهات على غير النظام الدقيق والنسق المحكم المعتاد، وبذا تزداد كمية النسيج ويتكون الورم.

واختلال كهذا لا تحدد مسؤولية حدوثه على عامل واحد ، بل تتضافر فيه عدة عوامل مجتمعة.

ويصنف السرطان إلى نوعين رئيسين ،حميد وخبيث ، حيث سنلقي الضوء على كل منهما:

الورم الحميد

يتألف الورم الحميد من خلايا تظل معزولة عن مجموعات الخلايا المحيطة بها وتنمو ضمن كبسولة تحيط بها. وتدل كلمة حميد على كون هذا النوع من الورم غير مؤذ ، إلا أنه يحتل مساحة من الجسم وقد يسبب متاعب جانبية بالضغط على مجموعات الأنسجة المحيطة به، أو ربما يقوم بإفراز مواد فعالة ، مثل الهرمونات .

ويعد التورم الدهني الذي يظهر تحت الجلد مباشرة على شكل فقاعة صغيرة من هذا النوع.

الورم الخبيث

عبارة عن خلايا في الجسم تنمو بكثرة وباتساع تغزو مجموعات الأنسجة المحيطة بها أو تنتشر عن طريق الدم (لا تبقى محصورة)، وهذا النوع من الأورام يسمى السرطان الخبيث .

وبنمو هذا الورم السرطاني فإنه ينتشر باتجاهات متعددة مترامية، وعندما يغزو مجموعات الخلايا والأنسجة الأخرى، ففي الغالب يقضي عليها ويدمرها ، وهذا التدمير للأنسجة المجاورة قد يؤدي إلى النزيف والتقرح .

ولعل أسوأ مظاهر الأورام الخبيثة (السرطانية) تلك المجموعات الصغيرة من الخلايا السريعة التي تنفصل غالباً عن الورم الأصلي وتحمل ، إما بواسطة الدم أو بواسطة السائل الليمفاوي (سائل قلوي شفاف عديم اللون تقريباً يتألف من بلازما الدم وكريات الدم البيضاء) إلى أجزاء أخرى من الجسم ، وهذه المجموعات من الخلايا المدمرة تتجمع في النهاية وتتكاثر وتتحد لتكون ورماً ثانياً رئيسا كالورم الأصلي.

ويصف العلماء عملية الهجرة هذه بعملية انبثاقية، وقد يهدد الورم الانبثاقي، أي الذي ينشأ عن هذه العملية على إثر انفصال خلايا سرطانية وهجرتها إلى موضع آخر في الجسم، قد يهدد حياة المريض ربما أكثر من الورم الأساسي. وهذا الورم الخبيث الجديد ينمو لفترة قصيرة متخذاً شكل الورم الأصلي ، ومن ثم تتكرر العملية ببدء مجموعات من خلاياه بالانفصال والابتعاد عبر مجرى الدم لتكون ورماً آخراً منفصلا.

العلاج المبكر فرصة للحياة

بالتالي كلما عولج السرطان مبكراً، ازدادت إمكانات نجاح المعالجة. وبزوال الورم الخبيث تماما في مراحله الأولى قبل أن تبدأ عملية الانبثاق،تكون احتمالات إنقاذ حياة المريض جيدة نسبيا،أما إذا حدث الانبثاق وانفصلت بعض الخلايا عن الورم الأصلي ، فذاك يعمل على تكوين أورام أخرى في مواضع أكثر خطورة ..عندها لن تحقق إزالة الورم الأصلي فائدة ترجى.

أعراض وعلامات الإصابة

وإذا أردت أخي القارئ أن تتعرف على أعراض وعلامات الإصابة بالسرطان،عليك أن تعي أن العديد منها قد يظهر أحياناً لأسباب لا تتعلق بمرض السرطان ، ولكن استمرار وجود ما سنذكره من هذه الأعراض لفترة تزيد على أسبوعين ، فهذا يستدعي مراجعة الطبيب المختص لعمل الفحوصات اللازمة، من مثل:

-حدوث تغيرات واضحة في وظيفة الأمعاء أو المثانة بدون سبب ظاهر.
-وجود جروح أو رضوض أو كدمات لا تشفى بشكل طبيعي .
-نزيف أو إفرازات غير طبيعية.
-ظهور كثافة أو كتلة في الثدي أو الخصية أو في أي مكان آخر في الجسم.
-عسر هضم دائم أو صعوبة في البلع.
-حدوث تغير ملحوظ في حجم أو لون جزء ما في الجسم.
- سعال مستمر أو بحة في الصوت.

عوامل ومسببات الإصابة

إن عوامل ومسببات الإصابة بالسرطان كثيرة ومتنوعة وبالإمكان تجنب البعض منها تماماً وتلافي البعض الآخر إلى حد كبير بالوسائل والأساليب المناسبة متى عرفنا حقيقتها، إذ تفيد التقديرات أن (80 ٪)على الأقل من جميع حالات السرطان تلعب فيها العوامل البيئية المحيطة بنا المسببة للتلوث دوراً مهماً، كعوادم وسائل النقل والمواصلات وملوثات المصانع ووسائل التدفئة ، وأن التعرض للمعادن الثقيلة ، مثل الزئبق ، الرصاص ، مركبات اصطناعية معينة، من شأنه إيجاد قابلية للإصابة بأورام الدماغ . أضف إلى أن ثمة مسببات وعوامل أخرى متنوعة أوجزتها المصادر المتخصصة في الآتي:

•تلوث الهواء ،فالبنزين والديزل ، مثلاً يحويان مواد تلوث الهواء والماء ويمكن أن تؤدي إلى الإصابة بالسرطان.

•التعرض للإشعاعات الخطيرة ، مثل أشعة(الراديوم واليورانيوم المشع) وغيرها من الإشعاعات التي بات من المؤكد أن التعرض لها يسبب الإصابة بالسرطان.

•أشعة الشمس ، تعزى إليها مسؤولية الإصابة بسرطان الجلد بشكل رئيس ، فالتعرض الزائد لها يصيب الإنسان بنوع بالغ الخطورة من سرطان الجلد ينتشر سريعاً في أنحاء الجسم ؛ ويعتبر الأشخاص فاتحو البشرة أكثر عرضة للإصابة بهذا النوع من الأشخاص ذوي البشرة السمراء .

•التعرض الزائد لأشعة أكس لفترات طويلة أثناء التحاليل الطبية ، خصوصاً العاملين بالأجهزة المشعة بسبب تعرضهم المستمر للإشعاع من دون اتباع إجراءات وقواعد السلامة وارتداء سترة عازلة للإشعاع.

•بعض المواد المحفزة لنمو الخلايا السرطانية ، كالسخام والقطران، يمكن التعرض لها أثناء ممارسة بعض الأعمال ، وقد وجد العلماء نسبة عالية من الإصابة بالسرطان بين منظفي المداخن نتيجة لاستنشاق السخام والقطران.

•بعض القروح والحروق التي تصيب الطبقة المخاطية لبعض أعضاء الجسم الداخلية والخارجية.

•الهرمونات التعويضية التي تستخدمها السيدات بعد انقطاع الدورة الشهرية والمهدئات ، كون دراسة بريطانية أظهرت بأنها مسرطنة تزيد من خطورة الإصابة بسرطان الثدي.

•عملية تجميل الثدي باستخدام مادة(السيليكون) يمكن أن تسبب السرطان.

•السيدات اللواتي لم ينجبن أو أنجبن بعد عمر الخامسة والثلاثين من العمر ، أو من يعانين من اضطرابات مستمرة في الدورة الشهرية ، أو من أجريت لهن عمليات إجهاض لأكثر من مرة ، قد يتعرضن للإصابة بالسرطان. إذ تشير الدراسات إلى أن الخلايا الحية الناجمة عن الحمل يمكن أن تتحول إلى خلايا سرطانية إذا ما انتهى الحمل بشكل غير طبيعي.

فيما يوصي الطب الحديث هؤلاء النسوة بالإكثار من تناول الخضراوات والفاكهة الطازجة(شديدة الحمرة، شديدة الخضرة ، شديدة الصفرة) ؛ إذ أن النساء الحوامل اللواتي يتناولن حامض (الفوليك) و(الحديد) والاغذية الغنية بهذين العنصرين المهمين يقللن من خطورة تعرضهن لمخاطر السرطان المبكر، ومن تعرض الأطفال لسرطان الدم.

•بعض أصحاب المهن ، كعمال مناجم الفحم بسبب مادتي (الراديوم، واليورانيوم) ، وعمال الصباغة والطباعة لاستخدامهم (اللأنيلين)، وعمال الطلاء وعمال محطات البنزين لوجود كمية من الرصاص المتطاير عرضة للإصابة بالسرطان ، لأن من شأن المواد الكيماوية ومادة الرصاص التسبب بسرطانات ، أهمها سرطان الرئة ؛حيث تدخل الجسم عن طريق الاستنشاق ومفعولها قد يصل إلى(100 ضعف)الكمية التي تدخل عن طريق الجهاز الهضمي.

وللوقاية..ننصح بالتهوية الجيدة والحرص على إجراء تدابير السلامة والتغذية الجيدة تلافياً لترسب هذه المواد الضارة في الرئتين.

•التدخين والمسكرات والمخدرات بكافة أشكالها مسؤولة عن الإصابة بأنواع كثيرة من السرطان ؛ ففي تقديرات منظمة الصحة العالمية تتسبب منتجات التبغ بكافة أشكاله وصوره في وفاة نحو(6 ملايين) إنسان سنوياً، وتتوقع المنظمة زيادة عدد حالات الوفاة التي يسببها التدخين إلى حوالي (10ملايين) بحلول عام 2020م.

وهناك بحث علمي يفيد بأن كل سيجارة يتنفسها الإنسان تنقص من عمرة(5 دقائق)، وأن تدخين (20 سيجارة) يومياً تنقص من عمر الإنسان المدخن(8 سنوات). فالسيجارة الواحدة تحتوى على أربعة آلاف مادة ضارة منها (60 مادة) مسببة للسرطان وأمراض القلب والشرايين وموت عضلة القلب والسكتة الدماغية ، وكذا أمراض الرئة وتصلب شرايين الساقين .

ويرى الباحثون أن هناك قائمة عريضة من أنواع السرطان التي يعزى سببها ونشؤها إلى ممارسة التدخين، مثل سرطان(الفم ، الرئة ، الحلق ، البلعوم ، المريء ، المثانة ، الثدي) .

•تعدد الشركاء الجنسيين والشذوذ الجنسي ، فقد لوحظ بدرجة عالية جداً ازدياد الإصابة بسرطان عنق الرحم نتيجة انتشار الحرية الجنسية. كما لوحظ أيضاً ازدياد احتمال الإصابة بهذا النوع من السرطان إذا بدأت الفتاة حياتها الجنسية بشكل مبكر. عدا عن وجود علاقة بين سرطان الشرج والممارسات الجنسية الشاذة .

•الأمراض المستوطنة ، مثل البلهارسيا التي تسبب أورام المثانة ، وكذا بعض الإصابات الفيروسية الخطيرة يُنظر إلى أن لها علاقة في إصابة الأجزاء التي تصيبها بالسرطان ومن هذه الإصابات الفيروسية ، التهاب الكبد الفيروسي الخطير .

•الأغذية الملوثة جراء استخدام المبيدات الحشرية بشكل عشوائي في رش المحاصيل والخضروات والفواكه ، وأكثر من يتعرض لخطر الإصابة بالسرطان بأشكاله المختلفة على هذا النحو هم المزارعون وخلطاؤهم أثناء عملية رش المبيدات ، والمحيطون بهم أيضاً.

•استخدام صبغات الشعر والمثبتات تبين مع الوقت أنها تتسبب في الإصابة بالسرطان إذا كانت تحمل مواد ضارة شديدة الخطورة ، كمادة (سلفات لوريث الصوديوم التي اكتشف حديثاً تسببها بالسرطان. وقد لوحظ استخدامها في الشمبوهات والأصباغ وبعض معجونات الأسنان. كذلك الحناء السوداء المضاف إليها مادة صبغية كيميائية.

وتبين أيضاً وجود علاقة إلى حدٍ ما بين استخدام مستحضرات صبغ الشعر وبين الإصابة ببعض أنواع السرطان والتسمم ، ذلك لوصول هذه المواد إلى مجرى الدم وسريانها فيه بعد نفاذها من الجلد وبصيلات الشعر وانتقالها إلى جميع أعضاء الجسم مسببة الالتهابات، ومن ثم السرطان.

•الفطريات التي تصيب الغذاء يرجع الكثير من العلماء أنها السبب الأول والمباشر في الإصابة بالسرطان ، بل وأكدت هذا دراسة علمية هامة ؛ كما أكدت أيضاً أن السموم الفطرية عبارة عن نواتج ثانوية للفطريات وهي شديدة الشبة بالمضادات الحيوية ، لكنها بالطبع مختلفة لسميتها الشديدة. ويزيد الأمر خطورة أن الفطريات المنتجة للسموم تصيب جميع السلع الغذائية والأعلاف الحيوانية بلا استثناء ، لاسيما إذا تهيأت لها الظروف الملائمة للقيام بإفرازاتها الثانوية من مضادات وسموم فطرية؛ وتضيف الدراسة أن السموم الفطرية مجموعات كبيرة تضم نحو (120 نوعاً) مما تم التعرف عليه ، من بينها ما يسبب آثاراً مرضية للكبد ومنها ما يؤثر سلباً على الكليتين.

نصائح وإرشادات

وهنا ننصح بعدم تناول طعام أو شراب ظهرت عليه علامات العفن ، كبقع بنية أو رمادية اللون أو تغير الرائحة وتحول الطعم الى الحامض .

كما ننصح بحفظ الأغذية تحت درجة حرارة منخفضة حتى تحميها إلى حدٍ كبير وتحفظها من التلف والعفن بإذن الله ، وذاك أنه يقل إفراز الفطريات لسمومها تحت درجة حرارة أقل من (15درجة مئوية) وأعلى من(45 درجة مئوية) ، وبالتالي تعجز عن تكوين السموم.

أما درجة الحرارة التي تتراوح بين(20درجة مئوية - 35 درجة مئوية) فتعتبر أجواءً مثلى لنمو الفطريات ولإفرازها السموم ؛ علاوة على أن للرطوبة دوراً رئيساً في المساعدة على نمو الفطر وإفرازه السموم .

•الإفراط في تناول المضادات الحيوية بشكل عشوائي دون إشراف الطبيب ، فالمضاد الحيوي يقتل البكتيريا النافعة كما يقتل الأنواع الضارة، وهذا بدوره يمكن أن يحدث تغييراً في التوازن البيئي لسوائل الجسم.

والأرجح أن هذا سبب مباشر لإصابة العديد من المرضى بالسرطان ، خصوصاً مع تناولهم للغذاء الرديء عديم القيمة الغذائية.

وهنا ننبه جميع من يستخدم المضادات الحيوية بضرورة الابتعاد عن العشوائية في استخدامها والاهتمام بالغذاء الجيد أثناء فترة العلاج بها ، لأن الغذاء الجيد له قدرة على تقوية جهاز المناعة وعلى حماية الكبد كي لا يجد عبئاً كبيراً في استخلاص ما في هذه الأدوية من سموم ، بعون الله وحوله .

•الطيور والحيوانات التي تم تغذيتها بغذاء كيماوي أو غير طبيعي من الممكن جدا تسببها بالسرطان.

لذا يجب تفادي اللحوم التي تعتمد تغذيتها على هذه الطريقة أو التقليل منها إلى حدٍ كبير ، كتلك التي تأتينا من المزارع الصناعية والتي تعطى فيها الحيوانات نسبة كبيرة من الهرمونات والأطعمة غير الطبيعية ومواد التسمين.

فعند أكل أنواع كهذه من اللحوم ، فإن هرمون (الاستروجين) الموجود فيها يبقى مخزوناً في أنسجة الغدد التناسلية سواءً في المبايض أو الخصية أو البروستاتة وبدوره يحرض هرمونات الجسم ، ومن ثم تؤدي زيادتها إلى تكوين السرطان.

• الإفراط في تناول اللحوم الحمراء والوجبات السريعة الخفيفة والمملحة والحلوى والخبز الأبيض والمأكولات المقلية بالزيوت المستخدمة لأكثر من مرة ، وجد علاقة ارتباط بين تناولها والإصابة بالسرطان ، وكذا تناول الأغذية المدخنة والدهنية بكثرة والأغذية المطهوة تحت درجة حرارة عالية، كالبطاطس المقلية. بالإضافة إلى الأغذية المحفوظة ؛ عدا عن الذين يعتمدون في مأكلهم على الأغذية التي تحوي مواد حافظة.

•المفرطون في تناول اللحوم الحمراء ومنتجات الألبان أكثر عرضة للإصابة بسرطان المريء والمعدة والقولون من غيرهم ، هذا ما أكدته دراسة أجريت في هذا الجانب ، مؤكدةً على أن (33 ٪) من المصابين بسرطان المعدة ، و(35٪)من المصابين بسرطان المريء هم من المفرطين في تناول اللحوم والألبان. وأشارت الدراسة إلى أن الإصابة بسرطان المريء لدى من يتبعون نظاماً غذائياً يعتمد على اللحوم بصورة كبيرة يعادل ثلاثة أمثال احتمال إصابة من يتناول أطعمة أخرى صحية .

•الأبراج الخاصة بحمل الأسلاك الكهربائية ذات الضغط العالي وجد أن الأطفال الذين يعيشون مع أسرهم بمقربة منها يواجهون أكثر من غيرهم مخاطر الإصابة بسرطان الدم.

•العوامل النفسية، كالضغط النفسي والعصبي والتوتر والانفعالات والحزن الشديد،عوامل مساعدة ضمن عوامل أخرى للإصابة بالسرطان ، وهناك من العلماء من يؤيد أن الهدوء غير الطبيعي والناتج عن الاكتئاب يسبب الإصابة بالسرطان.

•الإفراط في استخدام الهاتف المحمول ؛ غير أنه يجب الاستفاضة في الأدلة الدالة على خطورة الهواتف المحمولة.

في الختام ..الكل يخشى الإصابة بالسرطان لشدة وفداحة خطورة هذا المرض الخبيث ، وهو ما يستدعي معرفة أسبابه وعوامله لبيان ما ثبت منها بالدليل القاطع بما لا يدع مجالاً للشك ، وما ينضوي تحت قائمة الاحتمالات لنحتاط لأنفسنا ونجنب صحتنا وصحة من حولنا من الوقوع في شركه المريع .

سلوك ينقذ الحياة

بشير الحزمي

ناقش الأحد الماضي بالعاصمة صنعاء نحو (20) إعلاميا يمثلون مختلف الوسائل الإعلامية سبل تعزيز وعي المجتمع حول أهمية غسل اليدين بالماء والصابون وذلك في لقاء تعريفي نظمه البرنامج العام لإعلام المرأة والطفل بوزارة الإعلام بالتعاون مع منظمة اليونيسيف.

وقد جاء عقد هذا اللقاء التعريفي للإعلاميين في إطار الأنشطة التي تنفذها اليمن بمناسبة اليوم العالمي لغسل اليدين الذي يصادف الـ 15 من شهر أكتوبر من كل عام والذي يهدف إلي نشر التوعية والفهم حول أهمية وفوائد غسل اليدين بالصابون كوسيلة وقائية فعالة وقليلة الكلفة لتفادي الأمراض. ويعتبر إحياء هذا اليوم كل عام تقليداً يشجع الناس على ممارسة عادة غسل اليدين بالصابون ويعزز ويدعم هذه الثقافة محليا وعالميا .

إن شعار (الأيادي النظيفة تنقذ الحياة) الذي أطلقته منظمة الشركاء بين القطاع العام والخاص التي تضم في عضويتها (الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية والبنك الدولي وبرنامج المياه للتنمية الدولية وبرنامج المياه والصرف الصحي واليونيسيف (صندوق الطفولة العالمي) والمجلس التعاوني لإمدادات المياه والصرف الصحي والمراكز الأمريكية لضبط الأمراض والوقاية منها وشركة بروكتر أند غامبل وشركة كولغيت – بالموليف وكلية الصحة العامة بجامعة جونز هوبكنز) من اجل تشجيع غسل اليدين بالصابون قد دق ناقوس الإنذار لملايين البشر في مختلف أنحاء العالم بأن هذا السلوك الصحي السليم أداة وقائية فعالة لإنقاذ حياة الملايين من الناس خاصة الأطفال دون سن الخامسة من العمر في بلدان العالم النائي بما فيها اليمن.

ويعد غسل اليدين بالماء والصابون سلوكاً صحياً سليماً يعزز الصحة ويقي من الإصابة بالكثير من الأمراض ، ويعتبر من الوسائل الأكثر فعالية والأقل كلفة لتفادي أمراض مثل الإسهالات والالتهاب الرئوي المسئولة عن معظم حالات الوفاة عند الأطفال كل عام حيث يفارق حوالي 4 ملايين طفل الحياة قبل بلوغهم سن الخامسة من العمر بسبب إصابتهم بأمراض الاسهالات والالتهابات الرئوية بحسب ما تؤكده العديد من الدراسات والأبحاث الطبية. كما أن غسل اليدين بالماء والصابون يساعد على تفادي الإصابة بالتهابات الجلد والعين والديدان الطفيلية . وهي عادة فعالة في تفادي انتشار العديد من الأمراض حتى في المجتمعات المكتظة والبيئات الأكثر تلوثا وقد تنقذ حياة العديد من الأشخاص أكثر من أي لقاح أو وسيلة طبية قادرة على الحد من حالات الوفاة جراء الأمراض.

إن غسل اليدين بالماء فقط ليس كافياً لتحقيق الصحة وهي أقل فعالية من غسل اليدين بالصابون لأن نظافة اليدين تتطلب غسلهما بطريقة صحيحة باستخدام الصابون والماء من أجل التخلص من الدهون والأوساخ التي تحمل الجراثيم وتعتبر جميع أنواع الصابون فعالة من ناحية التخلص من الجراثيم المسببة للأمراض ، فاليدان هما الناقل الرئيس للجراثيم المسببة للأمراض لذا من الضروري غسلهما في هذه الظروف.

إننا في اليمن نعاني كثيرا من عدم الاكتراث لأهمية ممارسة هذه العادة الصحية المنقذة للحياة وليس ذلك نتيجة لضيق الحال المعيشي أو لانعدام الصابون في المنازل أو غير ذلك من الأسباب التي قد نظنها سبباً في عزوف الكثيرين عن ممارسة هذه العادة أو عدم اهتمامهم بها ولكن ذلك يعود إلى غياب الوعي لدى هؤلاء بأهمية ممارستها وفوائدها الصحية . ومن هنا علينا أن نعزز وعي المجتمع بأهمية غسل اليدين بالماء والصابون وأن تعلم عادة غسل اليدين لأطفالنا فهم القادرون على إحداث تغيير سلوكي مستديم . وهم من يقدرون على نقل عادة غسل اليدين بالصابون بعد تعلمها إلى منازلهم ومجتمعهم.

إن التحدي اليوم هو تحويل غسل اليدين بالصابون من مجرد فكرة إلى عادة تلقائية تمارس في المنازل والمدارس والمطاعم والمجتمعات ، فعادة غسل اليدين هي أساس الصحة العامة وقد ساهم هذا السلوك الصحي والخدمات الصحية بشكل لافت أواخر القرن التاسع عشر في التقليل من حالات الوفيات جراء الإصابة بالأمراض المعدية في البلدان الغنية ونحن في المجتمعات الفقيرة أحوج ما نكون إلى ممارسة هذا السلوك خصوصا مع غياب أو ضعف الخدمات الصحية .

مشروع تحسين خدمة المجتمع يختبر الرسائل الصحية الخاصة بالزواج المبكر

منسق المشروع: هدفنا من اختبار الرسائل تنقيحها و إثراؤها بما يتلاءم مع ثقافة وبيئة المجتمع

صنعاء/ بشير الحزمي :

اختتم مشروع تحسين خدمة المجتمع الأسبوع الماضي فعاليات الاختبار القبلي الميداني لست عشرة رسالة صحية تم صياغتها للتوعية بمخاطر الزواج المبكر. و ذلك في إطار الجهود المتابعة لتنفيذ مشروع الزواج المبكر الذي يموله قطاع الصحة في مشروع تحسين خدمة المجتمع التابع للوكالة الأمريكية للتنمية الدولية بالتعاون مع وزارة الصحة العامة للسكان – قطاع السكان .

وأوضح الأخ مروان طاهر منسق مشروع الزواج المبكر في مشروع تحسين خدمة المجتمع أن الاختبار القبلي يهدف لتقييم مدى قبول الفئة المستهدفة للرسومات التوضيحية المصاحبة لكل رسالة صحية و مدى تأثيرها على المستهدفين و قياس قدرتهم على استيعابها و إدراكها. وقال ان الاختبار القبلي تم إجراؤه بمعايير منهجية بحثية دقيقة لتعكس مخرجاته آراء المجتمع اليمني قدر الإمكان لتكون خير معين للفريق التقني في تنقيح و إثراء الرسائل الصحية و تعديلها بما يتلاءم وثقافة و بيئة المجتمع المستهدف.

واشار إلي أن تنفيذ الاختبار القبلي للرسائل الصحية الست عشرة و رسوماتها تم في الريف و الحضر. حيث احتضن مجمع ابن الهيثم الطبي بمنطقة سعوان في أمانة العاصمة صنعاء مجموعتي نقاش بؤرية احداهما ذكورية والأخرى نسوية وقد تم اختيار المشاركين بعناية ليشمل الأميين و المتعلمين بمستويات مختلفة من الجنسين كما تم أيضا تنفيذ الاختبار القبلي للرسائل الصحية الخاصة بالزواج المبكر بمستشفى مناخة بريف محافظة صنعاء. وقد قام بإجراء الاختبار القبلي للرسائل الصحية الخاصة بالزواج المبكر فريق متخصص من الخبراء ضم د.امة اللطيف أبو طالب و هي طبيبة نساء و باحثة أكاديمية في قسم طب المجتمع بكلية الطب و العلوم الصحية بجامعة صنعاء و الأستاذ عزي محمد غالب أخصائي إعلام صحي في مركز التثقيف الصحي بوزارة الصحة و الرسام الكاريكاتيري مازن شجاع الدين.

واوضح أن أهم مخرجات الاختبار القبلي للرسائل الصحية الخاصة بمخاطر الزواج المبكر استيعاب المستهدفين للرسائل و فهمها بدرجة مقبولة جدا. وأن العديد من الرسائل الصحية الست عشرة و رسوماتها تم إدراكها منذ الوهلة الأولى إلا أن المستهدفين أيضا حاولوا الاستيضاح من مغزى رسائل أخرى حيث اثروا النقاش بمعلومات مفيدة جدا و مهمة ستساعد كثيرا في تطوير و تحسين دليل الرسائل الصحية الجاري إعداده بدعم من مشروع تحسين خدمة المجتمع.

وقال إن الاختبار القبلي لهذه الرسائل أتى بعد ورشة العمل المنعقدة في بداية سبتمبر الماضي بوزارة الصحة العامة و السكان التي استمرت سبعة أيام من اجل صياغة رسائل صحية مركزة للتوعية بمخاطر الزواج المبكر استنادا إلى دراسة أجرتها إدارة تنمية المرأة بالوزارة بالتعاون مع جامعة صنعاء ومولتها الوكالة الأمريكية للتنمية عام 2011م وشملت عددا من المحافظات المستهدفة لمعرفة أسباب ومخاطر الزواج المبكر في اليمن. وكانت الورشة قد هدفت إلى البدء بتدشين فعالية الزواج المبكر في مشروع خدمة تحسين المجتمع الذي ستكون أهم مخرجاته دليل الرسائل التوعوية بمخاطر الزواج المبكر ونشر نتائج الدراسة في خمسة مؤتمرات علمية في مراكز خمس محافظات يمنية هي عدن وتعز والحديدة وإب وأمانة العاصمة.