14 OCTOBER
14 أكتوبر
يومية - سياسية - عامة
www.14october.com
الثلاثاء 29 يناير 2013 العدد 15676

الطب والحياة 9

إشراف/ إدارة المنوعات

المرأة تبدو أقل شبابا يوم الأربعاء من كل أسبوع

■ 14 أكتوبر/ متابعات :

أظهرت دراسة طبية حديثة أن النساء يظهرن أقل شبابا وشحابات في الثالثة والنصف من يوم الأربعاء أسبوعيا، ففى ذلك التوقيت خصيصا تنخفض مستويات الطاقة، وتكون ضغوط العمل في أوج ذروتها وتظهر جميع آثار السهر لساعة متأخرة في العطلات الخاصة بنهاية الأسبوع عليها بكل وضوح.

وأشارت الدراسة إلى أن واحدة من كل ١٠ نساء (١٢ في المائة) تكون في غاية الإجهاد خاصة في يوم الأربعاء بصورة تفوق أيام الأسبوع العادية، مؤكدة أن يوم الخميس هو أكثر الأيام عرضة للعلاقات الحميمية بين الأزواج.

ولفتت الدراسة إلى أن النساء يظهرن بوجه مشرق وردى وسعيد في صباح يوم الجمعة، حيث أكدت ٦٠ ٪ منهن أن هذا اليوم هو أسعد أيامهن، بينما شعر ربع إجمالي النساء بالإجهاد عدة مرات أسبوعيا، في حين أن واحدة من كل خمس نساء (١٩ في المائة) اعترفن بأنهم سيعملن خلال ساعة الغداء ليوم الأربعاء .

وكشفت الدراسة، التي أجرتها العلامة التجارية الخاصة بتسمير الجلد «سانت تروبيه»، أن ثلثي التجارب المرتبطة بتراجع مستويات الطاقة تقع معظمها في منتصف فترة ما بعد الظهيرة كل يوم أربعاء، الأمر الذي يفرض على ربع النساء الرغبة في تناول وجبة خفيفة سكرية في محاولة لتحسين المزاج وتعزيز الطاقة، طبقاً لما ورد بوكالة «أنباء الشرق الأوسط».

وقال نيكولا جوس، خبير جلدي بسانت تروبيه، إن الجمع بين أعلى مستويات الإجهاد من الأسبوع في يوم الأربعاء مع الهبوط الطبيعي الذي يحدث بعد منتصف فترة الظهيرة، يجعل النساء يبدين أكبر سنا من سنوات عمرهن.

حماية مستمرة يحققها التحصين ضد شلل الأطفال

الحفاظ على الصحة وتجنيبها ضائقة الأمراض وتهديداتها، يستدعي الكثير لمحو آثار أمية واسعة حجبت المعرفة والوعي عن الكثيرين في المجتمع.
فلا جدوى من معالجة الأمراض التي يمكن تجنبها والوقاية منها - لاسيما إذا كان المرض معدياً كشلل الأطفال- بمعزلٍ عن الالتزام بأسس الوقاية وقواعدها المثلى.

إعداد/ زكي الذبحاني

تنفيذ- خلال هذه الأيام - حملة التحصين الوطنية ضد شلل الأطفال، في الفترة من(٢٧-٢٩ يناير ٢٠١٣م) وهي مكون مهم للوقاية، ومن خلال مواقع يتخذها عاملو التحصين- منها الثابت ومنها المتنقل- وعبر فرق أخرى تتنقل من منزل إلى منزل، تستهدف هذه الحملة مد الأطفال دون سن الخامسة بلقاح يقيهم ويحمي أجسادهم الصغيرة من الإصابة بفيروس شلل الأطفال الذي يتربص بهم الدوائر، إذ لا تكفي لوقايتهم من هذا الداء جرعة أو اثنتان ولا ثلاث، لاسيما في وضع حالة الانتشار أو الوبائية للمرض.

حذر مطلوب

ومع أن مرض شلل الأطفال لا وجود له على أرضنا الطيبة منذ فبراير٢٠٠٦م ونالت على ضوء ذلك استحقاقاً بخلوها من الفيروس المسبب له في فبراير٢٠٠٩م، بعدما استوفت الشروط والمعايير التي وضعتها وحددتها منظمة الصحة العالمية، إلا أن الحذر مطلوب مهما تضاءلت تهديداته من أن يعود مجدداً إلى البلاد قادماً من بلدان موبوءة في أفريقيا(كنيجيريا، الكونجو، أفريقيا الوسطى)أو آسيا مثل(أفغانستان، باكستان) أو حتى من القرن الأفريقي القريب من اليمن، وقد تبدو للناظر هذه البلدان بعيدة عن بلدنا الحبيب؛ تفصلنا عنها آلاف الكيلومترات من المساحات الواسعة وبحار أو محيطات شاسعة، لكن حركة التنقلات والسفر بين البلدان كفيلة بتمكين المرض من الاقتراب ودخول البلد أو حتى البلدان المجاورة له - لا قدر الله- ومن ثم عودة تهديده فلذات الأكباد مجددا .

إذن، فالحملة ذات طبيعة احترازية تحسبا لأسوأ احتمال يمكن لفيروس شلل الأطفال من التسلل إلى أرضنا الغالية اليمن، فالحيطة واجبة والحذر مطلوب ما دام الهدف يصب في صالح الأطفال وتعزيز وقايتهم من مرض طالما أنشب مخالبه في أجساد صغار كثيرين في الماضي وخلف الكثير من حالات الإعاقة، ولا يقل سوءاً ولا ضراوة عما نحاذر ونخشى من الأمراض الخطيرة البشعة والقاتلة.

الاستشعار بالمسؤولية

على المجتمع بكافة شرائحه وفئاته وأطيافه أن يستوعب الضرورة الملحة للتحصين ضد شلل الأطفال خلال أيام الحملة ليسهموا في وقاية الطفولة وصونه صحتهم من خطر فيروس الشلل؛ بتمكين الأطفال دون سن الخامسة من نيل جرعة الوقاية التي تؤمنها حملة التحصين الوطنية.

علاوة على حرصه في استكمال من هم دون العام والنصف من العمر جرعات التطعيم الروتيني كاملة بالمرافق الصحية في مواعيدها بحسب بطاقة التطعيم، لما يتيحه من وقاية ضد أمراض الطفولة العشرة القاتلة والتي من بينها فيروس شلل الأطفال: أحد أهم الأمراض البشعة المستهدفة بالتحصين في بلدان العالم، وليس في اليمن وحسب.

إن الحيطة والحذر يستدعيان مزيدا من جرعات التطعيم ضد هذا الداء الوخيم لكل طفل مستهدف لم يتجاوز سن الخامسة حتى تتزايد مناعة جسمه وتقوى أكثر فأكثر، وتجسيد هذا الحرص وترجمته عمليا كسلوك دؤوب ينم عن المسلك الحضاري للآباء والأمهات الساعين إلى تهيئة حياة أفضل لأولادهم وللطفولة بأسرها.

كما ينم عن استشعارهم للمسؤولية والواجب الأبوي والإنساني بل والديني في مد أسباب الحماية والوقاية للأطفال من مساوئ وعقبات الإصابة بفيروس الشلل الوخيم الذي لا تقف أعباؤه على إحداث الإعاقة وما تخلفه من مرارات أليمة، وإنما- في أسوأ الأحوال- يشكل أحد أسباب ارتفاع نسبة الوفيات بين الأطفال.

ولا داعي للخوف من تطعيم الطفل المريض بأي من الأمراض الشائعة، مثل الإسهال الطفيف أو نزلة البرد أو الحصبة أو الحمى العادية.

فالطفل الذي يعاني الإسهال- وإن كان متزايداً- لا يحرم من التطعيم ولكن يعاود تحصينه مرة أخرى بعد توقف الإسهال مباشرة؛ تعويضاً له عن الجرعة السابقة التي ربما لم يستفد منها ولضمان فاعلية الجرعة الجديدة وأدائها لدورها الوقائي.

فاللقاح هنا يوفر حماية لجميع الأطفال دون سن الخامسة بصرف النظر عن الإصابة بأي من الأمراض الطفيفة الشائعة.

وفي حال ظهور أعراض سلبية على الطفل المحصن، فإنها ليست بسبب اللقاح، بل على الأرجح نتيجة مرض غير متوقع لا علاقة له باللقاح .

تبدد الجهود

المهم أن يحصل الطفل على جرعات متكررة من اللقاح الفموي ضد شلل الأطفال من خلال التحصين الروتيني، وأيضا عند الحملات بمعية جميع الأطفال الذين لم يتجاوزوا بعد الخامسة من العمر، ليكتسبوا جميعا مناعة كاملة ضد الفيروس المسبب للشلل، لا أن تتبدد الجهود الرامية لوقايتهم من هذا المرض وتذهب أدراج الرياح.

لاشك أن زيادة الإقبال على تحصين الأطفال دون العام ليشملهم جميعاً دون استثناء هي غاية مثلى تتوج الأطفال بالعافية وديمومة الصحة، وهذا مطلوب في مرحلة التطعيم الروتيني للأطفال التي تؤمنها المرافق الصحية- على نحو ما ذكرت سلفاً- كذلك خلال حملات التحصين، كهذه الحملة الوطنية للتحصين ضد شلل الأطفال المزمعالمنفذة من قبل وزارة الصحة العامة والسكان والتي تستهدف - باللقاح الفموي المضاد لمرض شلل الأطفال- تطعيم كل طفل لم يتجاوز بعد سن الخامسة دون استثناء، ليضاف خط دفاعي داعم لمناعة أطفال اليمن- عموماً- فلا يجد فيروس المرض بيئة تحتضنه أو تؤويه، بل يُقطع أمامه السبيل والمجال ويُمنع تماماً من الانتشار، لتبقى البلاد بعيدةً عنه دون طائل.

تهاون الآباء والأمهات

ليس من المنصف في حق الطفولة تهاون الآباء والأمهات في التحصين مهما بدوا في أعينهم أصحاء منيعين، وإنما على الجميع أن يحسنوا التصرف ويبادروا إلى تطعيم أطفالهم دون سن الخامسة، ولا يحق لهم منع أطفالهم من هذه الحصانة الجسدية المقوية مناعتهم ضد فيروس الشلل، حتى لا يدفع الصغار الثمن على حساب صحتهم وسلامتهم.

عليهم أن يكونوا منصفين يلتمسون بالتحصين إعطاء حقهم في نيل وقاية كاملة من المرض، ولن يكونوا مؤدين لواجبهم الأبوي بصد أبنائهم وبناتهم عنه ومنعهم من الحصول عليه.

وما أعظمها من نعمة.. قد ساقها الله إلى كل منزل خلال حملات التطعيم كهذه الحملة الوطنية، فلنقابلها بالشكر والعرفان، فدون ذلك بطر وخذلان للأطفال، والله جل ثناؤه قد أمرنا بصون النعم لا هدرها، وبحسن رعايتها ننال رضاه وقبوله(جل ثناؤه).

د. محمد سعد عبد اللطيف

مخاطر استخدام المحمول

العديد من الدراسات تناولت مدى تأثير الهواتف المحمولة في إصابة مستخدميها بأورام المخ. وأوصى العلماء بمنع الأطفال الذين مازالوا في مرحلة النمو من استخدام الهواتف المحمولة لفترات طويلة.

وتضمن البحث الذي قام به علماء من «معهد كارولينسكا» في ستوكهولم ولمدة ثلاثة أعوام على 750 مشاركا استخدموا الهواتف المحمولة لمدة لا تقل عن عشر سنوات..

ووجد الباحثون أن فرص ظهور الورم الحميد في منطقة استخدام الهاتف من الرأس تضاعفت إلى أربعة أمثالها. وتتمسك صناعة الهواتف المحمولة بقناعتها بعدم وجود رابط بين الهواتف المحمولة والإصابة بالسرطان.

ومن جانب آخر، فقد أشارت دراسة أجريت على الرجال الذين يحملون ويستخدمون الهواتف المحمولة بصفة مستمرة إلى أن عدد الحيوانات المنوية لديهم يمكن أن ينقص بمقدار 30 في المائة ما يقلل فرصهم في الإنجاب.

والدراسة هي الأولى التي تشير إلى احتمال تأثر خصوبة الرجال بالإشعاعات التي تصدر عن الهواتف المحمولة. ويعتقد أن الرجال الذين يحملون الهواتف في جرابات معلقة بأحزمتهم أو في جيوبهم معرضون بدرجة أكبر لهذا الاحتمال ويمكن أن ينصحوا قريبا بحمل الهواتف في حقائب بعيدا عن مناطق الجسم الأكثر تأثرا بالإشعاع.

وينتظر الكشف عن تفاصيل الدراسة خلال المؤتمر السنوي للجمعية العلمية الأوروبية للتكاثر البشري الذي يشارك فيه خبراء في الخصوبة بالعاصمة الألمانية برلين.

واكتشف العلماء، أن من يستخدمون الهواتف المحمولة بكثرة ويحملونها معهم معظم الوقت قل عدد حيواناتهم المنوية بنحو 30 في المائة بينما ظهرت على المتبقي منها أعراض غريبة مما يقلل الخصوبة أيضا بدرجة أكبر.

وأكدت الدراسة بعكس دراسات سابقة، أن الهواتف المحمولة يمكن أن تسبب ضررا حتى وهي في «وضع الانتظار» حيث تصدر عنها ذبذبات مستمرة لتظل على اتصال بأقرب هوائي.

وينتظر أن يعلن تشاليس خططا لإجراء أكبر دراسة في العالم حتى الآن عن تأثير الهواتف المحمولة على الصحة من خلال مراقبة حياة 250 ألف شخص على مدى 15 عاما على الأقل مع تتبع استخدامهم للهواتف المحمولة عن طريق الشركات التي تقدم خدمة تلك الهواتف.

هذا فيما يتعلق بأضرار النقال على الرجال بشكل خاص أما بالعودة إلى أضرار النقال على الصحة العامة فقد أشارت آخر الدراسات أيضا إلى أن الهواتف النقالة وتكنولوجيا الهواتف اللاسلكية يمكن أن تؤدي بجيل كامل من مراهقي عصرنا الحاضر إلى الشيخوخة وهم في أوج حياتهم.

يقول الدكتور ليف سالفورد الذي قاد فريق البحث في جامعة لند بالسويد،» إن تعرض الدماغ الاختياري إلى الميكروويف بسبب الهواتف المحمولة باليد يشكل أكبر تجربة بيولوجية إنسانية على الإطلاق».

ويبدي البروفيسور قلقه بشأن انتشار الهواتف اللاسلكية الجديدة والتي من شأنها أن تغرق الناس في بحر من أمواج الميكروويف.

وتكشف الدراسة كيف أن مستويات منخفضة من الميكروويف تسبب تسرب البروتين عبر حاجز الدم في الدماغ.

في الماضي ركزت المخاوف حول أضرار الهواتف الخلوية على إمكانية رفع درجة حرارة الدماغ من جراء التعرض للأجهزة الخلوية أو الإصابة بالسرطان. ولكن ارتفاع درجة الحرارة كان له أثر ضئيل.

قال ميز سويكورد ، مستشار علمي لدى شركة موتورولا لمجلة نيوسينست ماغازين «إن الحكومات وصناعة الهواتف لا ينبغي أن تهدر الأموال في دراسات حول الأضرار الصحية لهذه الهواتف».

ولكن البروفيسور سالفورد وفريقه أمضوا 15 عاما في بحث خطر مختلف. فقد أثبتت أبحاثهم السابقة أن الإشعاع الصادر عن الهاتف النقال يمكن أن يفتح حاجزا لدم الدماغ ما يسمح بمرور بروتين يسمى «الزلال» إلى الدماغ.

اختتام مشروع التدخلات الشاملة لمكافحة عدوى الإيدز والأمراض المنقولة جنسيا

■ عدن/ بركة خميس :

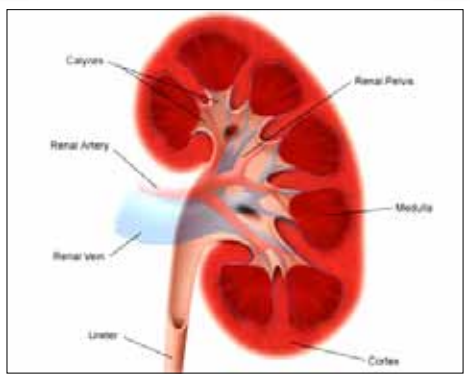
اختتم في محافظة عد ن مشروع التدخلات الشاملة لمكافحة عدوى فيروس نقص المناعة المكتسبة والأمراض المنقولة جنسيا بين أوساط الفئات الأكثر عرضه للإصابة والذي نفذته جمعية الخدمات الاجتماعية في عدن بالتنسيق مع برنامج الأمم المتحدة المشترك لمكافحة الايدز والبرنامج الوطني لمكافحة الايدز وبدعم من صندوق الأمم المتحدة للسكان .

وأفادت رئيسة جمعية الخدمات الاجتماعية رصينة ياسين إلى أن المشروع الذي استمر عام مر بعدد من المراحل وهو اقرب إلى تجربة مصر وهي أول تجربه في اليمن يهدف إلى تقديم خدمات الوقاية للفئة الأكثر عرضة لعدوى فيروس نقص المناعة البشرية الايدز والأمراض المقولة جنسيا مشيرة إلى أن البرنامج نفد في الظروف والمتغيرات التي مرت بها اليمن من خلال جمعية الخدمات الاجتماعية الذي عملت في هدا المجال مند عام 2005م مع مثقفي الأقران ومع منظمة اليونسيف في الاستراتيجية المجتمعية لمكافحة الايدز في أحياء الشيخ عثمان ودار سعد والمنصوره والبريقة وحقق نجاح كبير من خلال التوعية بالبرنامج وأهدافه حول مرض الايدز واضراره وطرق انتقاله وكيفية الوقاية منه والعمل مع عدة جهات منها المجلس الوطني للسكان و اليو اند بي الى عام 2007م عملنا مع الفئات الاكثر عرضة لانتقال العدوى وهم الرجال الذين يمارسون الجنس منومة إلى أن الجمعية اتجهت اكتر في العمل مع هؤلاء الشريحة لكي تصل الى كل المعلومات التي يفترض أن تصل حول انتقال العدوى والوقاية واستخدام الواقي الذكري وتم تنفيد برنامج التدخلات الشاملة في الجانب الحقوقي لتصل كل المعلومات والخدمات الضرورية للشباب حتى يصير لديهم قاعدة من المعلومات لحماية انفسهم مع شركائهم والحد من انتشاره والهدف الأساسي تغيير السلوك من ا لسلبية الى الايجابية لحماية المجتمع ككل من انتقال هده العدوى .

وأشارت رئيسة الجمعية إلى انه تم عقد ورشة عمل تعميمية لمشروع التدخلات الشامله بمشاركة 50 من الأطباء والحقوقيين ومحققي مراكز الشرط ومثقفي الأقران ومنظمات المجتمع المدني تم فيها استعراض عدد من الأوراق حول تجربة جمعية الخدمات الاجتماعية والتي نفذت هدا المشروع الأول في اليمن التي تضمن الأنشطة في مكافحة عدوى فيروس الايدز والأمراض المنقولة جنسيا و نتائج العمل الميداني لمشروع التدخلات الشاملة بين أوساط الفئات الأكثر عرضه للإصابة بعدوى فيروس الايدز واستعرضت نتائج الدراسة التقيمية للتدخلات في مجال مكافحة المرض في المدارس والأحياء بالإضافة إلى استعراض ورقتي عمل من مكتب الشؤون الاجتماعية والعمل ومكتب الصحة والسكان في محافظة عدن حول الالتزام الحكومي والدعم المجتمعي لمكافحة الايدز

وأوضحت رصينة ياسين إلى أن الجمعية فتحت مركز المشورة والفحص الطوعي وفريق عمل يقوم بالنزول الميداني للتوعية بين أوساط الشباب للتدخل أكثر في ظل الظروف الراهنة والفقر الذي يدفع بالعديد حتى الأطفال للعمل من اجل المال والدي يعرضهم للعنف والإساءة والاستغلال مما يعرض المجتمع ككل شباب وأطفال ونساء للخطر لافتة إلى أن منظمة اليونسيف شاركت ودعمت العمل في مجال مكافحة الايدز من خلال عقد الدورات التوعوية وتثقيف الأقران والعمل معهم في النزول إلى الأحياء الفقيرة والمهمشة ومع الأطفال العاملين والمتسو لين واللوكندات وأماكن تجمع الشباب والنساء.

وأكدت في نهاية حديثها أهمية استمرار التوعيه للحد من هذا المرض الذي أعطى صدى كبيرة ونجاح اكبر من خلال العمل في السنوات السابقة ولكن هناك تخوف كبير من ان يعود انتشار هذه الأمراض بين أوساط المجتمع خاصة في ظل الحاجة إلى المال وتحسين الوضع الاجتماعي والاقتصادي وهناك التزام وإعلان دولي للحد من انتشار فيروس الايدز داعية القيادة والحكومة ومنظمات المجتمع المدني إلى أن تكون هناك تدخلات كبيرة للحد من انتشار السلوكيات الخاطئة وانتشار المخدرات.



فريق بحث: أنسجة للكلى من الخلايا الجذعية

توصل فريق من الباحثين اليابانيين برئاسة شينيا ياماناكا الحاصل على جائزة نوبل في الطب عام ٢٠١٢ إلى تجديد أنسجة المضغة وهى الطبقة التي تتكون منها أنسجة الكليتين معمليا عن طريق الخلايا الجذعية المعدلة والمأخوذة من جسم شاب.

وتعد هذه العملية الأولى من نوعها التي أنجزها الطبيب الياباني وأثبتت نجاحها بنسبة ٩٠ ٪ بعد ١١ يوما من زراعتها.

وذكر الباحثون أن هذه الطريقة تساعد على زراعة خلايا الغدة الموجودة فوق الكلى وتعد هذه الخطوة مهمة في عملية زراعة الكلى وأملا جديدا للكثير من مرضى الفشل الكلوي.

أخي المواطن.. أختي المواطنة

بالتحصين صارت اليمن خالية من شلل الأطفال.. فساهم في الحفاظ على هذا الإنجاز بتحصين أطفالك