

## أسباب رفة العين



### ■ 14 أكتوبر / متابعات :

قد نشككي أحياناً من وخز أو رفة، في العين أو ربما قد نشعر بأنه أوضح مما هو عليه. الاختلاج نفسه يحدث بسبب التقلص والأرتجاف التكراري للعضلة تحت العين بينما يحفزها النبض الكهربائي التكراري للعضل.

لكن يبقى سبب تصرف العصب بهذه الطريقة لغزاً من الغاز الجسم. ويصاب الجفن أحياناً بنفضان عشوائي كثيراً ما يزعم صاحبه، وعادة لا يدوم الاهتزاز لأكثر من دقيقة واحدة.

إلا أن بعض الأطباء يظنون بأن هذا التشنج غير المؤلم ناجم عن التوتر العصبي والإرهاق كما يحدث عند مشاهدة الخدع البصرية، ونادراً ما تكون الحالة إشارة إلى مرض عضلي أو عصبي، بالتالي، فإن ارتعاش الجفن هو حالة غير مؤذية ولا تتطلب أي علاج ومن شأن تدليك الجفن بلطف أن يساعد على إيقاف الرفعة.

أما عن العلاج فيقسم إلى مرحلتين:

- 1 - العلاج الدوائي: يصفه لك طبيب الأعصاب لمدة سنة حتى الشفاء
- 2 - العلاج بالحقن: ويتم اللجوء إليه في حالة الفشل الدوائي، حيث تقوم الحقنة بشل العضلة المسببة للتشنج المؤقت ويتم ذلك كل 6 أشهر حتى الشفاء التام حيث ترجع بعدها العين إلى حالتها الطبيعية، وهي آمنة وغير خطيرة.



# الطب والحياة

إشراف / إدارة المنوعات

45  
14 OCTOBER  
www.14october.com  
أحد - 3 مارس 2013م - العدد 15704  
10

د. محمد سعد عبد



صديق  
طفلك  
الخيالي

إذا كان طفلك على الدوام يحدث شخشا وهما لا وجود له، بل والأدهى يطالبك بإطعامه أو اصطحابه للتنزه، أو حملة بين ذراعيك، لا تنزعج على الإطلاق، أو تتشككي في سلامته النفسية، بعض الأطفال يتخذون أصدقاء خياليين لا وجود لهم في الواقع، وهي ظاهرة صحية وإيجابية حسبما يؤكد د. سعد بجامعة القاهرة بقوله: وجود صديق خيالي في حياة الطفل دليلاً على مخيلته الواسعة وميله الإبداعية والابتكارية، كما أن هذا الصديق يشكل غالباً متنفساً آمناً لإحباطاته، فأحياناً يشكو إليه متاعبه، وأخرى يعامله بخشونة ويصرخ فيه لتفريغ ضغوطه،

أو يرسل بواسطته رسائل غير مباشرة للوالدين تعكس رفضه مثلاً أسلوبهما في التعامل، لذا يجب أن ينتبه الأباء لطريقة معاملة الابن لصديقه الخيالي، ومنها يستنتجون ما يبطنه الطفل ولا يستطيع التعبير عنه.

والصديق الخيالي يظهر في حياة الصغار بين سن الثالثة والرابعة، ويختفي بين الخامسة والسابعة، ونسب ظهوره لدى البنات أعلى من الأولاد، كما أن الأطفال الوحيدين ومن ليس لهم أشقاء عرضة أكثر لوجوده، وقد يتخذ الطفل أكثر من صديق خيالي في وقت واحد، وليس بالضرورة أن يكون إنساناً مثله، بل ربما يكون حيواناً أو طائراً، ومن الأخطاء الشائعة التي يرتكبها الأباء مطالبة الطفل بالتخلي عن صديقه الخيالي، و عقابه كلما حدثه أو لعب معه، والمفترض أن يوافق الأبوان طفلهم على صديقه بل ويشركاه اللعب معه أحياناً ويستجيباً لطلبات إطعام الصديق الخيالي أو حملة، مع السعي أيضاً لدمج الابن مع أصدقاء حقيقيين من نفس عمره حتى لا يقتصر عالمه على الأصدقاء الخياليين والطفل يعلم جيداً أن هذا الصديق وهمي وليس له وجود.

ورغم ذلك قد ينسب إليه بعض الأخطاء التي يرتكبها، وفي هذه الحالة لو كان الخطأ جسيماً كالسرقة مثلاً أو إيذاء طفل آخر، لابد من مناقشته حول كون صديقه خيالياً ولا يمكنه فعل ذلك وأنه إذا تكرر الأمر فإن الطفل شخصياً سيعاقب. السبب هو أن الطفل يعيش مناخاً بعيداً تماماً عن مناخ الطفولة ويسمع أفضاظاً ويشاهد مناقضات لا تناسب قدراته العقلية.

استهدف إجراء 300 عملية جراحية وقدم أكثر من 2000 استشارة طبية

## اختتام أعمال المخيم الطبي المجاني الثامن والستين بمستشفى سينون المركزي ومستشفى القطن العام



■ سينون / جمعان دويل بين سعيد

اختتمت يوم أمس الأول بمستشفى سينون المركزي ومستشفى القطن العام المخيم الطبي المجاني الـ (ثامن والستين) الذي تنظمه وزارة الصحة العامة والسكان ممثله ببرنامح المخيمات الطبية المجانية بالوزارة في تخصصات أمراض الأنف والأذن والحنجرة وأمراض العيون وكذلك الجراحة العامة وتقديم الاستشارات الطبية في الأمراض الجلدية والتناسلية وكذلك الأمراض النفسية وأمراض العظام والمفاصل بمستشفى القطن العام وفي تخصصات جراحة التجميل والمناظير والجهاز الهضمي بمستشفى سينون المركزي بمشاركة فريق طبي من اختصاصيين واستشاريين وفنيين من العاصمة صنعاء برئاسة الأستاذ الدكتور / محمد يحيى المحبشي استشاري أمراض الأنف والأذن والحنجرة أستاذ مشارك بكلية الطب جامعة صنعاء مدير برنامج المخيمات الطبية المجانية بالوزارة، الذي بدأت أعماله في تسجيل الحالات المرضية منذ صباح الخميس الموافق 21 فبراير لمدة ثلاثة أيام في تلك التخصصات .

وأمراض العيون وكذلك الجراحة العامة بالإضافة إلى تقديم الاستشارات الطبية في الأمراض الجلدية والتناسلية وكذلك الأمراض النفسية وأمراض العظام والمفاصل وامتداد للمخيم في مستشفى سينون المركزي في تخصص جراحة التجميل وكذلك في المناظير الجهاز الهضمي، والذي جاء بعد الاتفاق مع الدكتور هاني خالد العمودي مدير عام مكتب وزارة الصحة العامة والسكان بوادي وصحراء حضرموت الذي بذلوا جهداً يشكرون عليه مع الأخوين مدير عام مستشفى سينون المركزي الدكتور / سالم بن دويس ومدير عام مستشفى القطن العام الدكتور / سالم باسواد .

### خطة مستقبلية

وأوضح أن الفريق الطبي المشارك بالمخيم باشر عمله من يوم الأحد الماضي الموافق 24 فبراير وعمل على فترتين صباحية ومسائية التي تبدأ الساعة السابعة والنصف صباحاً إلى الواحدة ظهراً ومن ثم تواصل العمل من الساعة الرابعة عصراً حتى انتهاء العمل والذي كان يستمر أحياناً إلى ساعات متأخرة من الليل .

ولفت إلى أن عدد الذين استهدفهم المخيم وصل إلى 300 حالة جراحية وتقديم أكثر من 2000 استشارة طبية الذي ينفذه فريق من الأطباء قدم من العاصمة صنعاء وعددهم 18 طبيبياً استشارياً وأخصائياً بالإضافة لبعض الفنيين مع الأطباء العاملين بالمستشفيات والفريق العامل بالمستشفيات ولكن نتيجة لأعمال الشغب التي يشهدها وادي حضرموت أدت إلى إعاقة المواطنين عن الوصول إلى المستشفى .

وعبر الدكتور محمد يحيى المحبشي الأستاذ المشارك بكلية الطب جامعة صنعاء عن سعادته بما تم إنجازه في المخيم نحو المرضى مشيراً إلى أنه سيتم التشاور مع مكتب الصحة العامة والسكان بالوادي وصحراء من أجل رسم خطة مستقبلية لبعض التخصصات النادرة وغير الموجودة بالمستشفيات ، وأنه سوف يستمر فريق العمل بمتابعة المرضى بما يسمى بمرحلة المتابعة وتقديم النصائح وإجراء الجراحة اللازمة للمرضى الذين أجريت لهم عمليات حتى يحظوا بالشفاء الكامل إن شاء الله تعالى ..



### أهداف المخيم

ولفت إلى أن هذا المخيم يأتي تكملة لأهدافنا السامية لتقديم الخدمات الطبية المجانية في عموم محافظات الجمهورية مشيراً إلى أن المخيم هذا يهدف أولاً لتقديم خدمات طبية مجانية لمواطني وادي حضرموت والمرضى المترددين على المستشفيات سينون والقطن والهدف الثاني هو التعرف على المستشفيات وتقييم وضعها الصحي وكيفية النهوض بها بالإضافة إلى تفعيل الدور التعليمي وإعادة تأهيل بعض الكوادر وتبادل الخبرات مع إخواننا في مستشفيات وادي حضرموت ورصد بعض الحالات المرضية المستعصية وتحويلها في الوقت المناسب .

وأوضح الأستاذ الدكتور المحبشي أن المخيم الطبي المجاني الـ 68 يقام في مستشفى القطن العام في تخصصات أمراض الأنف والأذن والحنجرة

### زيارات تفقدية

وفي هذا السياق قام الدكتور هاني خالد العمودي المدير العام لمكتب وزارة الصحة العامة والسكان بوادي وصحراء حضرموت بزيارة تفقدية إلى مستشفى القطن العام تفقد خلالها إلى سير العمل بالمخيم والمرضى الذين أجريت لهم العمليات متمنياً لهم الشفاء العاجل وخلال زيارته التي رافقه فيها مدير عام المستشفى الدكتور سالم باسواد ورئيس البعثة الأستاذ الدكتور محمد المحبشي أشاد العمودي بالجهود التي يبذلها المشاركون في المخيم وما يقدمونه من خدمات إنسانية مجانية لمواطني وادي حضرموت معبرا عن خالص شكره وتقديره لعالي وزير الصحة العامة والسكان الدكتور أحمد قاسم العنسي على اهتمامه والوفاء بوعده في زيارته الأخيرة لوادي حضرموت في تنظيم وإقامة تلك المخيمات والتي ستشمل مستقبلاً جميع مستشفيات وادي حضرموت مؤكداً على تدليل كافة الصعوبات التي ستواجه الفريق الطبي المشارك في المخيم مشيداً بدور إدارة مستشفيات سينون والقطن على تهيئة الظروف الملائمة لإنجاح المخيم الطبي المجاني الـ 68 .

ومن ناحية أخرى تفقد رئيس البعثة الطبية للمخيم الطبي المجاني الأستاذ الدكتور محمد المحبشي سير العمل بالمخيم بمستشفى سينون المركزي والذي رافقه في الزيارة الدكتور سالم بن دويس مدير عام المستشفى وأطلع خلالها على سير العمل بالمخيم وأشاد بجهود الأطباء والفنيين والعاملين بالمخيم .

وقال الدكتور محمد يحيى المحبشي استشاري أمراض الأنف والأذن والحنجرة أستاذ مشارك بكلية الطب جامعة صنعاء مدير برنامج المخيمات الطبية المجانية بالوزارة في تصريح للصحيفة " نحن سعداء ونحن متواجدون بين أهلنا وإخواننا بوادي حضرموت عبر هذا المخيم الطبي المجاني الـ 68 وهو المخيم الثاني الذي يقام بوادي حضرموت والذي تنظمه وزارة الصحة العامة والسكان ممثله ببرنامح المخيمات الطبية المجانية حيث كان المخيم الأول في نهاية عام 2008 م أثناء كارثة السيول وكان في مستشفى سينون المركزي ومستشفى القطن .

## العلم يثبت ما حذر منه الرسول.. النفخ في الطعام مسرطن



يعد النظام الغذائي السليم والمتوازن أساس صحة الإنسان، فتناول الغذاء السليم والمتكامل، لا

يحتاج دوماً إلى الأدوية، ولكن هناك بعض العادات السيئة التي ينتهجها الأغلبية العظمى من الناس

كالأكل والشرب أثناء الوقوف أو النفخ في الطعام في اعتقادهم أنه ليس أي ضرر منها.

### < مرورة رزق

.....

الموجودة عند الطعام والشرب. وأكد الراوي أن الطعام والشرب قد يؤدي تناوله في حالة الوقوف إلى إحداث انكساعات عصبية شديدة تقوم بها نهايات العصب المبهم المنتشرة في بطانة المعدة، وأن هذه الانكساعات إذا حصلت بشكل شديد و مفاجئ فقد تؤدي إلى انطلاق شرارة النهي العصبي الخطيرة "Vagal Inhibition" لتوجيه ضربتها الفاضية للقلب، فيتوقف محذراً الإغماء أو الموت المفاجئ، كما أن حالة عملية التوازن أثناء الوقوف ترافقها تشنجات عضلية في المريء تعيق مرور الطعام بسهولة إلى المعدة ومحددة في بعض الأحيان الأما شديدة تضطرب معها وظيفة الجهاز الهضمي وتفقد صاحبها الهدوء عند تناوله الطعام وشرايه.

يذكر أن الاستمرار على عادة الأكل والشرب وفقاً تعتبر خطيرة على سلامة جدران المعدة وإمكانية حدوث تقرحات فيها، حيث يلاحظ الأطباء أن قرحات المعدة تكثر في المناطق التي تكون عرضة لصدمة اللقم الطعامية وجرعات الأشربة بنسبة تبلغ 95% من حالات الإصابة بالقرحة.

### تناول الماء على 3 مرات

أثبتت الدراسات والأبحاث العلمية أن الجهاز المسئول عن العطش هو الكبد وعندما يقوم الإنسان بشرب الماء مرة واحدة ينزل الماء فجأة على الكبد ليحدث به تليف حاد. وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم "إذا شرب أحدكم فلا يتنفس

يحتوي على بعض البكتيريا المفيدة والموجودة بالحلق والتي تساعد في القضاء على بعض الأمراض. ولكن المفاجأة التي أوضحتها الدراسة أنه بمجرد ملامسة هذه البكتيريا لسطح ساخن تتحول إلى بكتيريا ضارة تتسبب في الإصابة بالأمراض السرطانية المختلفة. وحذرت الدراسة الأمهات خصيصاً من القيام بهذه العادة الخاطئة كون الأطفال في بداية تكوين جهازهم المناعي يكونون أكثر عرضة للإصابة بالأمراض.

### احذر من تناول الماء أثناء الوقوف

وقد نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الوقوف أثناء تناول الطعام والشرب، وقال في حديث صحيح: "لا يشربن أحدكم قائماً فمن نسي فليستقي" رواه مسلم. وفي هذا الشأن، حذر الدكتور مجدي بدران عضو الجمعية المصرية للحساسية والمناعة وزميل معهد الطفولة بجامعة عين شمس، من تناول الأكل والشرب أثناء الوقوف لما له نتائج سلبية على صحة الإنسان.

وأوضح أن الإنسان يكون في حالة الوقوف متوتراً ويكون جهاز التوازن في مراكزه العصبية بحالة فعالة، موضحاً أن تزامن الطعام والشرب مع هذه الحالة يرافقه تشنجات عضلية في المريء تعوق مرور الطعام بسهولة إلى المعدة محدثة في بعض الأحيان الأما شديدة تضطرب معها وظيفة الجهاز الهضمي.

وقد أثبت العلم الحديث أن الشرب وتناول الطعام جالساً أصح وأسلم، حيث أن شرب الماء واقفاً يؤدي إلى تساقط السائل بعض إلى قاع المعدة ويصدمها صدماً، وتكرر هذه العملية يؤدي مع طول الزمن إلى استرخاء المعدة وهبوطها فيؤدي في النهاية إلى عسر الهضم. ومن جانبه، أوضح الدكتور إبراهيم الراوي أن الإنسان في حالة الوقوف يكون متوتراً ويكون جهاز التوازن في مراكزه العصبية في حالة فعالة شديدة حتى يتمكن من السيطرة على جميع عضلات الجسم لتقوم بعملية التوازن والوقوف منتصباً، وهي عملية دقيقة يشترك فيها الجهاز العصبي العضلي في آن واحد مما يجعل الإنسان غير قادر للحصول على التوازن العصبية التي تعتبر من أهم الشروط

وقد توصلت دراسة علمية حديثة نشرت في "مجلة فام أكتويل" الفرنسية الأسبوعية، إلى أن النفخ في الطعام والشرب أو إخراج النفس فيه عادة يومية يفعلها الإنسان دائماً عندما يأكل أو يشرب شيئاً ساخناً بغرض تبريده، ولكنها للأسف عادة خاطئة جداً تؤدي للإصابة بداء السكري أو التهاب الأغشية المبطن للمعدة القرحة. وقال النبي صلى الله عليه وسلم: (إذا شرب أحدكم فلا يتنفس في الإناء) رواه البخاري، وفي هذا الحديث نهي للشرب أن يتنفس في الإناء الذي يشرب منه.

ففي الإنسان تعيش بكتيريا يكون عددها أكثر من عدد خلاياه ولكنها نافعة للجسم وغير ضارة، حيث أنها تقوم بعمليات تنشيط التفاعلات الحيوية وأيضاً وتنشيط التفاعلات اللازمة للهضم. وتوجد بعض من هذه البكتيريا بالبلايين في الفم، ونوع من هذه البكتيريا يسمى "هليكوباكتر بايلوري" ولكن تلك البكتيريا عند خروجها مع الهواء من الفم تكون ضارة، حيث تقوم بالتحوصل على الطعام الساخن، ثم يتناول الإنسان ذلك الطعام، حيث توجد البكتيريا فيه بشكل كبير جداً وتكون في أتم الاستعداد للدخول إلى الجسم. وتبدأ الرحلة من الفم، ثم المريء إلى أن تصل إلى المعدة، فتقوم تلك البكتيريا بالتنشيط وإفراز إنزيم "البوريا" الذي يسبب التهاب الأغشية المبطن للمعدة، مسبباً بذلك قرحاً في الجدار، حيث تبدأ المعدة بهضم نفسها وحدوث تآكل بجدران المعدة، ما يؤدي إلى هضم المعدة لنفسها، أيضاً تسبب تلك البكتيريا ضعفاً في إفراز الأنسولين بالبنكرياس، ما يؤدي إلى ارتفاع نسبة السكر بالدم وحدوث مرض السكري.

كما أكدت دراسة ألمانية حديثة أن هواء الزفير الذي يطلقه الإنسان



في الإناء، فإذا أراد أن يعود، فلينبخ الإناء، ثم ليعد، إن كان يريد" الراوي: أبو هريرة المحدث، الألباني.

وتوصلت الدراسات إلى صحة شرب الماء على 3 مرات، المرة الأولى تنزل قطرات على الكبد لتنتهيه بدخول ماء إليه، ثم النقطة الثانية تقوم بنتهية الكبد وتلينه لاستقبال الماء، ثم تأتي ثالث مرحلة وهي شرب الماء فيدخل إلى الكبد وين أي تليف.