

## الحكومة الأمريكية تدعم تدريب (120) قابلة مجتمعية من مختلف محافظات اليمن

الشعب الأمريكي من الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية تقديمها إلى أولئك الأشد حاجة لها. الجدير بالذكر أن الوكالة قد قامت بالشراكة مع وزارة الصحة ومؤسسة يمان بتدريب (351) من العاملات والعاملين في مجال خدمات الأمومة والطفولة و (236) في مجال الصحة الإنجابية في محافظات الضالع وأبين والجوف ومارب وشبوة وعمران وعدن واب والحديدة وصنعا وتعرز.



**صنعا / 14 أكتوبر:**  
دربت الوكالة الأمريكية للتنمية 120 قابلة مجتمعية من محافظات (صنعا- تعز- الحديدة- ذمار- لحج- إب) بدعم من الحكومة الأمريكية بالتنسيق مع وزارة الصحة العامة والسكان ومؤسسة يمان. وهدفت الدورة التي اختتمت أعمالها الأسبوع الماضي إلى تمكينهن من تقديم الخدمات الصحية والاستشارية للنساء حول كيفية العناية بصحتهن قبل وخلال وبعد الولادة. وأكدت المشاركات في الدورة التدريبية التي اختتمت أعمالها الأسبوع الماضي التزامهن بتحسين الخدمات الصحية للنساء الحوامل من أجل تفادي مضاعفات الحمل التي قد تتعرض لها الأمهات قبل وبعد الولادة ومن أجل تخفيض نسبة وفيات الأمهات بنسبة 40% في أوساط النساء اللواتي تتراوح أعمارهن بين 15 و45 عاما. من جانبها قالت القائمة بأعمال مدير الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية في اليمن السيدة تمارا هالمارست سانشيز: "إن العديد من النساء سيعشن تجربة إنجابهن والعودة إلى العمل والمساهمة في مستقبل اليمن، مضيئة" هذا تحديدا هو نوع المساعدة التي يتوقع



# الطب والحياة

إشراف / أيمن عصام

## عيادة 14 أكتوبر

ما هي بداية أعراض الجلطة وهل هناك تحاليل أو أشعة للمساعدة في التشخيص؟

أعراض الجلطة تختلف نوعها ان كانت قلبية أو دماغية أو في أي مكان آخر من الجسم، وكل واحدة لها أعراضها الخاصة مع بعض التباين من مريض لآخر فمثلا الجلطة القلبية قد تسبب الم أو ثقلا في الجهة اليسرى للصدر والرقبة وتمتد إلى اليد، وقد تظهر كآلم يشبه ألم المعدة، أو أن تسبب صعوبة في التنفس، أو تسارعا في النبض أو اضطراب ما فيه، وقد لا تسبب أي من هذه الأعراض وتكون صامتة، وهذا يعتمد على مكانها وحجمها وبنية الشخص الجسمية وحالته الفسيولوجية.

كيف استطع ان اقلل من عصبيتي؟ بالاسترخاء. وأخذ نفس عميق عند ضيق الحال وربما بالصلاة وذكر الله، لا بد من الله تلمنن القلوب إذا لم يكف ذكر الله فيمكنك أخذ بعض المهدئات وزيارة طبيب الأمراض النفسية. اشعر برمارة في اللسان في بعض الأحيان أرجو معرفة السبب؟

أسباب مرارة اللسان و الفم هي أمراض اللثة والأسنان و التهاب المعدة وارتجاع حمض المعدة وتأثيرات جانبية لبعض الأدوية و اليرقان و التسمم بالنحاس أو الزئبق أو الرصاص و التهاب الحويب الأنفية المزمن و التهاب اللوزتين و الحلق و القصبات الهوائية و كذلك مرض السكري إذا كان السكري مرتفعا.

العلاج: يجب معرفة السبب و علاجه و ضرورة الاهتمام بنظافة الفم و الأسنان.

ما الغذاء الذي يساعد نمو ذكاء الطفل؟ عزيزتي حقا أنا لا أعلم عن دواء بما معناه حبوب او شراب معين لتحسين ذاكرة الطفل لكن هناك بعض الدراسات حول هذا الموضوع ومن المفيد ان تاخذني فكرة عنها.

إذا أردت لطفلك نموا في قدراته وكانه فهناك أنشطة تؤدي بشكل رئيسي إلى تنمية ذكاء الطفل وتساعد على التفكير العلمي المنظم وسرعة الفطنة والقدرة على الابتكار، ومن أبرز هذه الأنشطة اللعب فالألغاز تنمي القدرات الإبداعية للأطفال .. فمثلا ألعاب تنمية الخيال، وتركيز الانتباه والاستنباط والاستدلال والحذر والمباغثة وإيجاد البدائل لحالات افتراضية متعددة مما يساعدهم على تنمية ذكائهم .

ما سبب نقص الماء عن الجنين في الشهر الثامن من الطبيعي ان تنقص كمية المياه المحيطة بالطفل في الشهر الثامن والتاسع ولكن لكل أمر حدود فإذا تبين وجود نقص ملحوظ فلا بد من عمل تصوير سونار وقياس جيوب الماء داخل الرحم وإذا كانت لا تزال ضمن المستوى الطبيعي فلا خوف أما إذا كانت اقل من الطبيعي فلا بد من البحث عن السبب وفي مثل هذه الحالة غالبا ما يكون السبب تسرب المياه نتيجة وجود ثقب صغير في الغشاء الأمنيوسي ولكن لا بد للطبيب ان يتأكد بأن الكليتين عند الطفل سليمتين وان نمو الطفل طبيعي

ماهي الأمراض التي تصيب الأوعية الدموية في القدم عند كبار السن وما أسبابها؟ المرض الرئيسي الذي يصيب كبار السن هو مرض تصلب الشرايين، وأعراضه في القدم تعتمد على مكان انسداد أو التضيق الوريدي ففي المراحل الأولى هناك برودة في القدم، غياب النبض عند ظهر القدم، ازرقاق وشحوب في لونها، أما في المراحل المتقدمة من المرض فهناك تقرحات في الأصابع، بعدها يبدأ نخر في النسيج وغنغرينه التي يمكن أن تمتد للقدم والساق. العلاج في المراحل الأولى يكون وقائيا ودوائيا باستعمال أدوية تساعد في إيصال الدم للقدم، أما المراحل المتقدمة فعادة يكون العلاج جراحيا.

## فيتامين (د) ناجع في محاربة التسوس



**دبي / متابعات:** كشفت دراسة طبية حديثة أن فيتامين "د" يلعب دورا مهما في محاربة تسوس الأسنان بنسبة تبلغ حوالي 50 في المائة. ويحمل فيتامين "د" فوائد صحية جمة تتمثل بتنظيم نسبة الكالسيوم والفسفات في الجسم لتقوية العظام والمحافظة على صحة الأسنان ومعالجة مخاطر التسوس لدى كبار السن. فيما يؤدي نقص هذا الفيتامين في الجسم إلى خلق حالة من الاكتئاب لدى بعض الناس. وفي سياق تعليقه على الدراسة قال أخصاصي التجميل الدكتور سانجا بارشار مؤسس ومدير مركز طبي بدبي إن الأسنان الصحية تسهم في خلق ابتسامة تعكس معاني الجمال والقوة والثقة حيث يعمل تناول كميات كبيرة ومنتظمة من الفيتامين "د" على المحافظة على الأسنان بصورة طبيعية ما يقلل الحاجة إلى استخدام أدوات التجميل الصناعية كالتقشرة الاصطناعية وغيرها من الوسائل الأخرى.

## في دورة تدريبية نفذتها المؤسسة الطبية الميدانية بعدن

# وزير الصحة: إنشاء تخصص دبلوم طوارئ مدفوعة الأجر للأطباء والمرضين يعنى بتأهيل وتدريب المدربين في مجال الإسعافات الأولية



## ضمن أنشطتها التوعوية والتدريبية المتميزة والمستمرة نظمت المؤسسة الطبية الميدانية بمحافظة

عدن خلال الأسبوع الماضي الدورة التدريبية الخاصة بالأطباء والمرضين على كيفية التعامل مع الإصابات الجماعية وتقديم الرعاية الصحية العاجلة للمصابين، برعاية منظمة الصحة العالمية ومكتبي الصحة والسكان بمحافظة (لحج وأبين) والتي استمرت ثلاثة أيام تستهدف خلالها (24) ممرضا، (24) طبيبا من الكوادر الصحية العاملة في مستشفيات ابن خلدون ومودية ولودر.

## تقرير /محمد فؤاد - تصوير / نبيل العروبة

أن المؤسسة الطبية الميدانية منذ تأسيسها تقدم الدعم من خلال تعزيز التوعية الصحية للمجتمع، لافتة إلى أن المؤسسة بالشراكة مع المنظمة سوف خيرتهم للآخرين.

### أهمية الشراكة وتعزيز التواصل

## الدكتورة نسرين عبد الرزاق: نعزز أهمية تقوية هذه الشراكة بين المنظمة والمؤسسة في مجال العون والإغاثة الصحية والتوعوية

تقيم دورات تأهيلية لمجموعة من الممرضات والطبيبات من محافظتي لحج وأبين باعتبارها مكملات وتواصل للخدمات السابقة التي تخصصت بالإسعافات الأولية والإصابات الجماعية. حضر الدورة كل من الدكتور عمر زين السقاف مدير مكتب الصحة والسكان بلحج والسيدة فكتوريا مسندي ممثلة الصليب الأحمر بعدن والسيد احمد فرح مندوب منظمة الصحة العالمية في السودان.

وفي كلمة للدكتورة نسرين عبد الرزاق مديرة المكتب الفرعي لمنظمة الصحة العالمية بعدن عبرت عن سعادتها بمشاركتها لدورات الإسعافات الأولية وكيفية التعامل مع الإصابات الجماعية التي تبرز أهميتها الكبرى، مؤكدة في الوقت نفسه أهمية تقوية وتواصل هذه الشراكة بين المنظمة والمؤسسة منذ بداياتها الأولى في مجال العون والإغاثة الصحية والتوعوية والإرشاد مشيرة إلى

دعما معالي الوزير الأطباء والمرضين المشاركين بالدورة إلى ضرورة أخذ الخبرة من خلال اكتساب المعرفة وتطوير مهاراتهم بزيارتهم إلى المحافظات الأخرى للتأكد أيضا من قدراتهم وتطوير مستوياتهم تجاه أنفسهم وتجاه المجتمع مطالبها بالوقت نفسه القائمين على المؤسسة الطبية الميدانية برفع كفاءتهم بأسماء المشاركين في هذه الدورات التدريبية حتى يتسنى للوزارة تقديم وتسهيل ما يحتاجونه من خلال اكتساب مهارات جديدة في الإسعافات الأولية للأطباء وللساعدي الأطباء.

### كلمة المؤسسة

ومن جانبه القى الدكتور مهيب عباد رئيس المؤسسة الطبية الميدانية كلمة تقدم من خلالها بالشكر لكل من ساهم في إنجاح هذه الورشة والخاصة بقيادة مستشفى ابن خلدون ولودر ومودية باعتبار أن كوادرها بحاجة ماسة وضرورية للتطوير من خلال تصحيح المعلومات الطبية الحديثة، مشيرا في الوقت نفسه إلى أن المؤسسة منذ تأسيسها منذ عام 2011م ساهمت وشاركت

الدربين في مجال الإسعافات الأولية. وأشاد أثناء حضوره بالدور المهم والفعال الذي يقع على عاتق قسم الطوارئ والممثل

### حضور وزاري منقطع النظير

وقال وزير الصحة والسكان

## الدكتور مهيب عباد: تبني الجانب الصحي وأهلنا كوادره الطبية بدعم ومشاركة منظمة الصحة ومكتب الصحة والسكان

بالنتائج السريعة للإسعافات الأولية الإنسانية التي يقدمها المسعفون للمصابين، واصفا هذه الخدمة التي يقدمها هؤلاء المسعفون بمثابة رسالة ربانية الهدف منها إنقاذ حياة المصابين، مؤكدا أن وزارة الصحة والسكان تمتلك أسطولا من المركبات وطواقم من المسعفين المؤهلين لحالات الطوارئ إلى جانب طائرات اسعافية طبية مجهزة بأحدث أجهزة الطوارئ وهناك خطة تسير بكل قوة وتمثل بالمستشفى الميداني في زنجبار محافظة أبين.

## الرضاعة الطبيعية.. تفيد أدمغة الصغار وتفيهم من الحساسية

تقول دراسة حديثة إن الرضاعة الطبيعية جيدة للدماغ الصغير، وبينت الدراسة أن الاختلاف في نمو المادة البيضاء يصل إلى 20 إلى 30 في المائة، عند المقارنة بين الصغار الذين تلقوا رضاعة طبيعية والصغار الذين لم يتلقوها. كما وجدت الدراسة زيادة في الأداء المتعلق باللغة والتحكم بالحركة، وزيادة في الإدراك البصري عند الصغار الذين تلقوا رضاعة طبيعية.

ووجد الباحثون أيضا أن الصغار الذين تلقوا رضاعة طبيعية لأكثر من عام كان لديهم زيادة واضحة في نمو الدماغ، خصوصا في مناطق الدماغ التي تتحكم بالمهارات الحركية؛ وهذا بالمقارنة مع



**لندن / متابعات:** من الأقوال المأثورة القديمة أن مكان ارتكاز الجنين، في أعلى أو أسفل البطن، يظهر إن كان ذكرا أم أنثى، لكن خبراء الصحة المعاصرين يقولون إن المكان الصحيح الذي ينبغي النظر إليه لتحديد جنس الجنين هو ثدي المرأة لأن حجمه يكشف هذا اللغز. ونقلت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية عن الباحثة الأمريكية في الشؤون العلمية، جينا بينكوت، قولها في كتابها "هل محبات الشوكولا ينجبن أطفالا أجمل؟"، إن الفاجأة هي أن حجم الثدي قد ينبئ بجنس الجنين، فالنساء الحوامل بإناث يكون لديهن ثديا أكبر خلال الحمل مقارنة بمن يحملن ذكورا. وأشارت بينكوت إلى أن الأجنة الذكور تنتج مزيدا من الهرمون الذكري التستوستيرون، وهي تتطلب مزيدا من الطاقة من الأمهات لأنها تنمو بشكل أكبر، وهذا من شأنه أن يكبح نمو الثدي. وتحدثت الباحثة أيضاً عن دراسة فنلندية وجدت أن تناول الشوكولا جيد لنمو الجنين، وأن النساء اللواتي يتناولنه يوميا خلال الحمل ينجبن مواليدا يوصفون بالودوديين واقل خوفاً واقل إحباطا ويهدؤون بشكل أسرع من غيرهم.

## حجم الثدي ينبئ بجنس الجنين