



الطب والحياة

إشراف/ أيمن عصام

باحث مصري يكتشف أسرع وسيلة لعلاج السل

القاهرة / 14 أكتوبر :

كشفت دراسة أجراها د. أحمد سمير خير الله -المدرس بقسم الميكروبيولوجيا والمناعة بكلية الصيدلة بجامعة بنى سويف، أن تناول أحد الأدوية الخافضة لضغط الدم وتحتوي على مادة الـ verapamil مع المضادات الحيوية يزيد من سرعة علاج السل. وأثبتت الدراسة التي أجريت على فئران التجارب، وأشرف عليها باحثون من جامعة جونز هوبكنز الأمريكية أن مرض السل تسببه بكتيريا Mycobacterium، ويتسبب في وفاة حوالي مليون شخص سنويا، معظمهم من الدول النامية.

وأوضح خير الله أن مادة الـ verapamil تنتمي إلى مثبطات قناة الكالسيوم Calcium channel blockers، ويتم استخدامه لعلاج ضغط الدم منذ ما يقرب من 40 عاما، لذا فإن آثاره الجانبية مثل



الانخفاض الشديد في ضغط الدم معروفة جيدا لدى الأطباء.

وأضاف الباحث أنه في التجربة الحالية قام الباحثون باستخدام مادة الـ verapamil يوميا، جنباً إلى جنب مع المضادات الحيوية التي توصف في حالة السل مثل الـ rifampicin والـ isoniazid، وهو ما أدى إلى علاج الفئران في مدة 4 شهور بدلا من المدة التقليدية وهي 6 أشهر.

كما لاحظ الباحثون أنه بعد مرور شهرين من العلاج فإن مادة الـ verapamil قد ساهمت في زيادة سرعة قتل بكتيريا السل بمعدل 10 أضعاف، وبعد مرور أربعة شهور، فإن نصف العينات المأخوذة من نسيج الرئة في الفئران التي تناولت الـ verapamil كانت خالية تماما من وجود الميكروب المسبب للسل، بينما كانت عينات الأنسجة الخاصة بالحيوانات التي لم تتناول الدواء كلها إيجابية وتحتوي على الميكروب.



14 OCTOBER
أكتوبر 14
www.14october.com

www.14october.com

الثلاثاء - 22 أكتوبر 2013م العدد 15892

8

إعداد/ د. محمد أحمد الدبعي

النزيف بعد الولادة والحلقة المفقودة!

قلما تحصل النساء الولادات في مجتمعنا كغيره من المجتمعات التي تشجع فيها الأمية على رعاية صحية، وهو ما يمكن وصفه بالحلقة المفقودة، لما يترتب على غياب هذه العناية- أحيانا- من تداعيات ومشاكل مرضية يشار إليها في أسوأ الأحوال بأصابع الاتهام في التسبب في وفاة الكثير من الأمهات خلال فترة النفاس.

والضرورة هنا تقتضي لتلافي ما لا يُحمد عقباه أن تكون الأسرة والمجتمع على قدر من الوعي والمعرفة بمظاهر وعلامات المضاعفات المحتمل حدوثها بعد الوضع مباشرة، كونها لا تقل خطرا عن المضاعفات والمخاطر التي تهدد صحة وسلامة الأمهات وأحملهن خلال الحمل والولادة، وتلك المخاطر تبدأ في المراحل الأخيرة من الوضع (المخاض)، وتستمر أحيانا حتى إكمال مرحلة النفاس لمدة (42 يوما).

فقد تعاني المرأة النفاس من مخاطر ومضاعفات- بحسب المصادر الطبية- مثل:

- النزيف بغزارة (نزيف مستمر، أو خروج كتل متخثرة بحجم قبضة اليد).
- الضعف والدوار والدوخة وفقدان الوعي.
- الحمى وأحيانا برودة الجسم.
- تأخر خروج المشيمة بعد نصف ساعة من الولادة.
- إفرازات من مجرى الولادة (المهبل) برائحة كريهة: إذ من المحتمل هنا إصابة النفاس بحمى النفاس (الانتان النفاسي) وأعراضها حمى شديدة، ألم في الحوض، إفرازات مهبلية ذات رائحة كريهة، وتأخر في عودة الرحم إلى وضعه الطبيعي في الحوض خلال فترة النفاس.
- الصداع والاضطرابات في الرؤية (الغشاوة).
- التشنجات والتصلب.
- الشعور بالحم شديد في البطن.

عدم القدرة على التبول خلال الساعات الثمان الأولى بعد الولادة وهذه المضاعفات في معظمها - وخاصة النزيف- إذا لم يتم تداركها بإحالة النساء سريعا بالإحالة الفورية إلى المرقق الصحي الملائم أو المستشفى فإنها تؤدي بحياة الكثيرات- وفقا للمصادر الطبية- وخصوصا خلال الأيام الثلاثة الأولى على الولادة، ما يفرض على الزوج ومن يتولى شؤون رعاية الأم النفاس تأمين رعاية وعناية فائقة منذ الوهلة الأولى على ولادتها ووضعها، نفسيا وغذائيا وأن تحظى بالراحة حتى تستعيد عافيتها. وأيضا لا بد لها من الحصول على إشراف ومتابعة ومراقبة منتظمة من قبل الطبيبة أو على الأقل من قبل القابلة الماهرة المدربة التي قامت بالتوليد وذلك للأطمئنان على صحتها وللتمكن من ملاحظة أي مضاعفات - إذا ساء حال النفاس صحيا- ومن ثم فرض التدخل السريع ونقلها بصورة عاجلة إلى أقرب مرقق صحي أو مستشفى تتوفر فيه طوارئ توليدية، بغية اتخاذ التدابير اللازمة حفاظا على صحتها وسلامتها.

فالشعور بالحم شديد في البطن يمكن أن يكون ناجما عن تمزق الرحم بعد الولادة، وعادة هذا الألم يصاحب الولادة المتسرة أو لدى محاولة إخراج المشيمة أو بسبب حدوث تشوهات في الرحم، كحدوث ندبة الرحم ناتجة عن تدخل جراحي سابق أو انتقاب الرحم بعد عملية تنظيف سابقة.

كما أن حدوثه وارد لدى المرأة في سن الإنجاب المتأخر أو في حال الإنجاب المتكرر والمتتابع دون فاصل زمني أقله عامان. والنزيف الشديد بطبيعة الحال يؤدي إلى وفاة المرأة النفاس ما لم تنقل فوراً إلى أقرب مرقق صحي، وينجم - أساسا - عن تمزقات في مجرى الولادة لاسيما عند حدوث تمزقات في عنق الرحم جراء دفع المرأة الحامل أثناء الوضع (عند المخاض) قبل أن يتوسع عنق الرحم تماما.

بالإضافة إلى أن بالإمكان حدوث نزيف شديد في مرحلتنا انفكك المشيمة أو طرحها.

وأود التنبيه هنا إلى أن النزيف خلال فترة النفاس بكميات مقبولة وضع لا مشكلة فيه. أما إذا تغير الوضع وزادت كمية النزيف، فالواجب حيال ذلك نقل النساء بسرعة إلى أقرب مرقق صحي ملائم لما لذلك من دلالة ومؤشر على وجود مشكلة قد تشكل خطرا على حياة النساء.

لذا يتعين الاتفاق مع مقدم أو مقدمة الخدمة الصحية لتنظيم زيارات متابعة عقب الولادة بغية الأطمئنان على الوضع الصحي للأم والولادة: فخلال اليوم الأول للولادة لا بد من تنظيم زيارات متابعة بواقع ربع ساعة خلال الساعة الأولى على الولادة، وكل نصف ساعة خلال الساعتين التاليتين، يليها بعد ذلك زيارات متابعة بعد (6 ساعات لبقيّة اليوم، ومن الخطأ جدا أن تترك الأم وحيدة بعد الولادة ما لم يمر على ولادتها مدة (24 ساعة).

وخلال الأسبوع الأول بعد الولادة لتتطلب النساء زيارة واحدة على الأقل أو زيارتين للأطمئنان على صحتها وسلامتها ومدى النصح والإرشادات اللازمة.

كما تتيح زيارة المتابعة بعد أسبوع على الولادة معرفة مدى حدوث النزيف المهبلي والمخاطبة وما إذا وجد احمرار أو قتيح أو انتفاخ في منطقة التوسيع (قص العجان).

أضف إلى ذلك أهمية زيارة مقدمة الخدمة الصحية للمرأة النفاس عند انقضاء الأربعين يوما على الولادة، من أجل:

- مناقشة الرضاغة الطبيعية الخالصة، والحصول على النصح والإرشادات عنها.
- متابعة تحصين الطفل والأطمئنان على صحته ونموه الطبيعي.
- الحصول على المشورة، حيث يفضل تقديمها بحضور الزوج.
- تلقي المعلومات الكافية عن التغذية الجيدة والمتوازنة اللازمة للأم والرضيع.
- تصحيح المفاهيم والعادات والتقاليد الخاطئة ذات العلاقة بالأم والمولود.
- ويتعين على القائمة بالرعاية المنزلية للأم النفاس ضرورة:

-الأهتمام بالنساء وغذائتها من بعد الولادة مباشرة وإبقاء الوليد بجوارها بشكل دائم ودعمها نفسيا ومعنويا للبدء والاستمرار في الرضاغة الطبيعية.

-الأهتمام بالنظافة الشخصية للنساء والبإسهاب بالنظيفة وإعطائها الحفاظات (الفاطوش الصحية النظيفة) بدلا من قطع القماش الملوثة التي تؤدي فيما بعد إلى التهابات.

-الطلب إلى الأم النفاس أن تتأكد من إفرازات المهبل التي تكون حمراء حتى إكمال اليوم الرابع، ثم بينة اللون حتى اليوم العاشر، ثم بيضاء مصفرة حتى اليوم العشرين، والتوجه بها إلى المرقق الصحي إذا كانت الإفرازات غزيرة أو ذات رائحة كريهة.

ومن ناحية التغذية يتعين على الأم النفاس ومن يتولى شؤون رعايتها خلال مرحلة النفاس معرفة التغذية المفيدة والمناسبة خلال هذه المرحلة، وأهم ما يلزمها في التغذية:

- الزيادة من المواد البروتينية، كاللحوم بأنواعها والألبان والبقوليات والمكسرات والسكريات البنية والتمر والعسل، وكذلك المواد النشوية مثل الحبوب والأرز.
- تناول الخضروات والفواكه المغذية لغناها بالفيتامينات والعناصر المغذية، ويفضل للنساء كذلك تناول أقراص الحديد وحمض الفوليك بعد الولادة وخلال فترة الرضاغة، فهي مهمة وضرورية لها لاسيما إذا كانت تعاني من فقر الدم الناجم عن عوز التغذية.

-يفضل كثير للمرأة النفاس كي تحصل على تغذية صحية متبالية أن تتناول زيت السمك (زيت كبد الحوت) الذي يعد الأم ورضيعها بالطاقة ويفيد في نمو دماغ المولود بشكل أفضل.

- من باب أولى يفضل استخدام الدهون النباتية مثل الزيوت لدى إعداد وطهي الطعام بدلا عن الدهون الحيوانية مثل السمن البلدي والزبد.

-لا يتصح تناول البصل والثوم لإحداثهما تغييرا في طعم الحليب. -ووجب تحري سلامة الأغذية وعدم تلوثها بالبكتيريا الزراعية، لأثرها السيئ على الأم والطفل، وكذا عدم تعاطي العقاقير الطبية أو العلاجات المهدئة للأعصاب خلال القيام بالرضاغة الطبيعية إلا إذا اقتضت الضرورة وتحت إشراف طبي.

د.أحمد الصعفاني لـ 14 أكتوبر :

التسمم الغذائي.. وواقع مقل بالمسببات والممارسات غير الصحية



ما تشهده المستشفيات والمرافق الصحية من توافد أعداد

غضيرة من حالات التسمم الغذائي يضعنا أمام أسئلة كثيرة

وتساؤلات..تستحث فينا التعرف على الأسباب والمسببات

وسبل الوقاية ووسائلها.

ووقوفاً على هذه القضية بأبعادها ومختلف جوانبها، فقد

أحلناها للنقاش والبحث في لقاء جمعنا بالـ دكتور/ أحمد

يحيى الصعفاني- اختصاصي أمراض الباطنية - والذي

أجاب على أسئلتنا بالتالي:

لقاء/ زكي الذبحاني

أصل المشكلة

■ ثمة من يعتقد بأن سبب التسمم الغذائي هو وجود سم في الغذاء، فعماذا يقصد بالتسمم الغذائي؟ وما حجم هذه المشكلة؟

■ التسمم الغذائي عبارة عن اضطرابات حادة في الجهاز الهضمي ناتجة عن تناول أغذية ملوثة بالبكتيريا أو بأحد سمومها أو على إثر تناول غذاء ملوث بالفيروسات أو الطفيليات أو حتى بمواد كيميائية سامة. وكثير من الدراسات المخبرية تظهر أن تناول طعام أو شراب ملوث يعتبر السبب المباشر والرئيس لحالات التسمم الغذائي، وأن (80 ٪) ناتجة من البكتيريا.

كما دلت الدراسات الإحصائية على أن هذه المشكلة تعتبر عالمياً من ضمن الأسباب الرئيسة للوفاة، خاصة في بلدان العالم النامي، حيث يتوفي سنويا حوالي خمسة ملايين حالة.

أنواع التسمم

■ ذكرت بشكل عام أنواعاً للتسمم الغذائي، والسؤال الذي يطرح نفسه .. كيف تصنفون المعدي منها وغير المعدي؟ وما دور الجهاز المناعي في الحفاظ على الجسم منها؟

■ قسم الأطباء التسمم الغذائي إلى نوعين رئيسيين:-
- النوع السمي (TOXIC TYPE): ينتج عن تناول غذاء يحتوي على سموم بكتيرية تكاثر في الطعام قبل تناوله. وتظهر أعراضه عادة خلال (6 ساعات) من العدوى.

كما أنه ينتج عن تناول غذاء ملوث بأحد المواد الكيميائية السامة، كالمبيدات الزراعية المستخدمة استخداماً عشوائياً، والعلبات الغذائية الفاسدة نتيجة سوء التخزين وإن لم تكن انتهت فترة صلاحيتها. - النوع المعدي (INFECTIVE TYPE): وهو ناتج عن تناول غذاء يحتوي على بكتيريا تكاثر في الأمعاء بعد تناول المصاب للغذاء الملوث. وتتراوح ظهور فترة أعراض المرض في هذا النوع بين (6 - 24 ساعة). ونتيجة للتسمم الغذائي وما يترتب عليه من أضرار تحدث ردود فعل مناعية في الجهاز الهضمي، وهي حالة دفاعية لحماية الجسم البشري من هذا التسمم، إلا أنها تؤدي إلى ظهور أعراض مرضية تتراوح بين (آلام حادة في البطن - غثيان وقيء -إسهال حاد متكرر مصحوب في العادة بدم أو مخاط - حمى

المكشوفة، وكذا إخراج التجار للأغذية المكسدة في المخازن والتي شارفت على الفساد نتيجة التخزين السيئ غير اللائق، ومن ثم بيعها بسعر أقل في الشوارع تحت أشعة الشمس.

ولأسف تلقى هذه الأغذية وتلك راجحاً أو للعرض المغربي أو لرغبتهم في تجربتها من دون أن يدري المستهلك أن السم في الدم. وللأسف نقول إن من الأسباب المهمة الأخرى للتسمم الغذائي:

- قصور دور الرقابة الصحية عن القيام بمسؤولياتها الرقابية تجاه المطاعم وأماكن تحضير وتقديم وتناول الطعام من حيث تحري نظافتها وسلامة أوانيها وأدواتها

وكل ذلك يأتي من خلال التعريف بالأمراض وأسبابها

وطرق انتشارها وما يسهل ويكفل الوقاية منها. كذلك التركيز على دور الأسرة كونها اللبنة الأساسية في بناء المجتمع، وأن يكون فيها الأباء هم المثل والقوة الحسنة، بهم يتأثر

الأبناء ويتبدون. وما على الأباء والأمهات عمله لتثنية السلمية وتسومو فيهم روح المسؤولية والالتزام بالنظافة الشخصية والمنزلية، فيحافظوا

بذلك على صحتهم وصحة أبنائهم على الدوام.

كما يجب التنويه والإشارة إلى دور الأجهزة الرقابية: إذ لا بد من تكثيف جهودها على أماكن تحضير وطبخ وبيع الأطعمة

سواء الثابت منها أو المتجول والتأكيد على وجوب التقيد بشروط الاستخدام السليم للأطعمة، وإصدار المخالفات في حال عدم اتباع الشروط الصحية في كافة مراحل حفظ وتصنيع وتخزين الأغذية، وتطبيق العقوبات الصارمة على المخالفين، وإغلاق المنشآت المخالفة.

بالإضافة إلى التشديد على ضرورة التخلص من كافة الأغذية القديمة بشكل يومي وعدم ترك الأطعمة مكشوفة معرضة للحشرات والبوتريات، والزمان عمال المطاعم والمطابخ والوقوفات بقواعد النظافة، واستعمال القفازات المخصصة لليد، ومتابعتهم لإصدار شهادات صحية دورية تثبت سلامتهم وخلوهم من الأمراض المعدية.

تدني الوعي الصحي والثقافة الغذائية، أبرز الأسباب الكامنة في شيوع حالات التسمم الغذائي

الكثيرون يقعون في شرك الأغذية التي شارفت على الفساد والتي تباع على قارة الطريق

بشكل لا يستهان به لدى شريحة كبيرة من المجتمع اليمني، وتفتي الإهمال والأهمالية بين الناس، وصعوبة إقناع كل شخص بوجود جراثيم وبكتيريا لا ترى بالعين في الطعام غير المأمون الذي يأكلونه بالفعل، تعمل عملها - إقدام نخبة من الباعة المتجولين على بيع الأطعمة والقلبيات والحلويات والمشروبات على قارة الطريق.

- قيام بعض الباعة المتجولين بتحضير الأطعمة والمشروبات على الأرض وفي الهواء الطلق متناسين الذباب والغبار الأترية الملوثة وملامسة الأيدي المتسخة. وخطم بعد ذلك المتبقي من اليوم السابق بالطراز لتجنب الحسارة المادية.

- إقدام المطاعم والبوفيات بصورة واضحة وبأعداد متزايدة على بيع الوجبات السريعة



د.أحمد الصعفاني

■ برأيك..ما الحل في الوصول إلى قناعات الناس بالعدول عن مسائو أنماط