

سقطرى / مجدي بازيد - تصوير / أيمن بايعشوت :

جمعية الشارقة ومؤسسة أمراض القلب في محافظة سقطرى

تجهيزات أو أطباء .
وأوضح رئيس مؤسسة أمراض القلب الخيرية أن الحملة أسفرت عن معاناة (485) مريضاً خضع البعض منهم للفحوصات المختبرية وأشعة الصدر وتخطيط القلب والأشعة التلفزيونية وجهاز ضغط الدم لمدة 24 ساعة حيث تبين من ذلك أن معظم المرضى يعانون من ارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين وروماتيزم القلب واعتلال عضلة القلب والتشوهات الخلقية عند الأطفال .
فيما تم تحويل عدد من هذه الحالات إلى القسطرة التشخيصية والعلاجية وعمليات استبدال الصمامات وتوصيل شرايين القلب كما تم خلال الحملة توزيع أدوية القلب المجانية لمعظم المرضى .
ولفت باشعيب إلى أن الحملة الثانية تقام بالتعاون مع جمعية الشارقة الخيرية برئاسة الدكتور أحمد الكمالى استشاري أمراض القلب بمستشفى دبي ، وبمشاركة طاقم يمين برئاسة البروفيسور عبد الناصر منبباري ومعالي الدكتور محمد النعمي وزير الصحة السابقين ونخبة من استشاريي القلب في صنعاء وحضرموت.

وأضاف أنه تم فرز الحالات التي تحتاج للعلاج فقط أو إجراء العمليات للترتيب لها في حملات طبية لاحقة في المكلا أو صنعاء ، متمنياً أن تسهم مثل هذه الحملات في تخفيف معاناة المرضى الفقراء في محافظة سقطرى في انتظار التحضير لحملات قادمة .
من جانبه أوضح الأستاذ محمد عوض باشعيب رئيس المؤسسة أن الحملة شهدت توافد المئات من المرضى على العيادات الخاصة بالحملة في مستشفى الشيخ خليفة بن زايد حيث استقدمت المؤسسة خلال الحملة أحدث تجهيزاتها الطبية في مجال تشخيص أمراض القلب والتي تضم أجهزة إيكو حديثة وجهاز المنظار ، مضيفاً أن الحملة تأتي ضمن أهداف المؤسسة بالنزول إلى المناطق النائية التي لا تتوفر فيها خدمات القلب سواء أكان

في هذا الجانب لدى المرضى بمحافظة سقطرى .
وأقيم في اليوم الأخير للحملة الحفل الختامي الذي تم فيه تكريم كافة الشخصيات والجهات المساهمة في إنجاح الحملة العلاجية الثانية لمرضى القلب بسقطرى ، وتحدث عدد من اختصاصيي أمراض القلب عن انطباعاتهم عن الحملة ..
أكد الدكتور أحمد الكمالى رئيس قسم طب الأطفال بمستشفى دبي رئيس الحملة قائلاً : إن الحملة تأتي لتخفيف معاناة السفر عن مرضى القلب بمحافظة سقطرى وتقديم الخدمات العلاجية والتشخيصية سواء أكان للأطفال أم الكبار ، مضيفاً أن الحملة تأتي في إطار التعاون المستمر مع مؤسسة أمراض القلب الخيرية التي تمثل نموذجاً من نماذج العمل الخيري في حضرموت واليمن كونها تقدم الكثير من الخدمات للمرضى الفقراء والمحتاجين

تلاحمت الجهود الخيرية بين جمعية الشارقة ومؤسسة أمراض القلب الخيريتين لتنفيذ الحملة العلاجية الثانية لمرضى القلب لتخفيف معاناتهم من السفر إلى خارج المحافظة ، فتم بعد جهود حثيثة إطلاق الحملة الثانية التي تشارك فيها نخبة مميزة من اختصاصيي أمراض القلب في الإمارات واليمن .
وبعد التحضيرات التي استمرت شهراً بين جمعية الشارقة ومؤسسة أمراض القلب حققت الحملة العلاجية الثانية لمرضى القلب التي احتضنها بشهر مارس الجاري مستشفى الشيخ خليفة بن زايد بمحافظة سقطرى الكثير من الأهداف التي في المقام الأول ساهمت في تخفيف معاناة المرضى من السفر إلى خارج المحافظة وقدمت الكثير من الخدمات العلاجية والتشخيصية بأحدث التجهيزات الطبية لهم إضافة إلى توفيرها العلاجات والأدوية مجاناً وتقديم خدمات العلاج والتشخيص لأمراض القلب للحصول على قرارات لحجم المشاكل الصحية

العلاجات المدهشة للشاي الأخضر

نسبة الفلور في أوراق الشاي كافية للوقاية من نخر الأسنان



الشاي منبه معروف جيداً للنظام العصبي المركزي. ويرجع هذا الأثر فيه إلى الكافيين، الذي يحرض العمل الفكري والجهد العضلي. والكافيين مسؤول أيضاً عن الخصائص المدرة للبول في الشاي وعن قدرته على تنشيط الوظائف القلبية. التنفسية. إن هذا القلوي الذي يكون على شكل حر في القهوة يرتبط جزئياً مع مركبات فينولية في الشاي. ولهذا السبب فإن الكافيين يحرر في المتعضية عند تناول كمية متساوية منه (في الشاي والقهوة) بشكل أبطأ وأكثر تدرجياً عندما نتناول الشاي ويكون تأثيره المنبه أقل حدة من تأثير القهوة.

عرض / أيمن عصام:

منوعات طبية

إعداد / سميرة الماس:

حبة البركة

تعتبر حبة البركة واحدة من أهم الأعشاب والنباتات الطبية التي تحتوي العديد من الأسرار التي لم يكتشفها الإنسان.. وصنفت العديد من براءات الاختراع في أمريكا وفرنسا مكونات تم عزلها من حبة البركة لمقاومة أمراض الأيدز والسرطان والالتهاب الكبدي الفيروسي.

الطب الحديث يكشف المزيد من أسرار السواك
كشف فريق بحث دولي المكونات السرية في عيدان السواك الذي يستخدم على نطاق واسع في أفريقيا وآسيا والبلاد العربية؛ لتنظيف الأسنان وحماية اللثة من الأمراض. وكشفت الدراسة - التي أجراها الباحثون في جامعة «إيلينويس» بشيكاغو، وجامعة «ستيلينبوش» في «تاجيربيرغ» بجنوب أفريقيا- عن أن السواك يحتوي على مواد طبيعية مضادة للميكروبات تمنع إصابة الفم بالأمراض، وتقلل ظهور التجاويف السنوية وأمراض اللثة. وأوضح الباحثون في الدراسة - التي تعتبر الأولى من نوعها التي تركز على كشف أسرار قدرة السواك في تنظيف الأسنان- أن أعواد السواك التي عادة ما تستخلص من جذور أو سيقان الأشجار والشجيرات المحلية في البلدان التي تستخدمها، وتُسعمل بعد مضغ أطرافها حتى تتهترأ، ثم تستخدم كفرشاة لتنظيف الأسنان، فعالة كفرشاة الأسنان تماماً في إزالة طبقة «البلاك» المتراكمة على الأسنان وتقلل من الإصابة بالتهاب اللثة، مشيرين إلى أن هذه الأعواد تمثل بديلاً أرخص ثمناً لسكان العالم الثالث، حيث لا تتوفر فرش الأسنان.

التين

أغذية كثيرة ذكرها القرآن وأكد على فوائدها ومنها التين، ويأتي العلم اليوم ليكتشف بعض خصائص هذه الأغذية الشفائية، فالنباتات والثمار التي خلقها الله وسخرها لنا ليست مجرد الطعام بل فيها شفاء أيضاً، وعلى الرغم من كل هذه النعم نرى من ينكر نعمة الله ويجادل ويناقش بغير علم ويدعي أن الطبيعية هي التي صنعت كل شيء، لذلك يقول تعالى: « أَلَمْ نَرَأْ أَنْ اللَّهُ سَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَأَسْبَغَ عَلَيْكُمْ نِعْمَهُ ظَاهِرَةً وَبَاطِنَةً وَمِنَ النَّاسِ مَن يُجَادِلُ فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَلَا هُدًى وَلَا كِتَابٍ مُّنِيرٍ (لقمان: 20). هناك فوائد عديدة في ثمرة التين التي ذكرها الله في كتابه بل واقسم بها، من أهمها أن التين غني بالمعادن ومفيد جداً في الوقاية من السرطان، وهو منشط للخلايا ويؤخر الشيخوخة ويجوي على مادة الميتالويثونيدز التي يفرزها الدماغ وهي مادة حيوية ضرورية لعمل القلب والدماغ وأجهزة الجسم. ومن الضروري تناول حبات من التين بعد عمر 35 لإمداد الجسم بهذه المادة الضرورية لحيويته. كما تؤكد بعض الأبحاث أن أوراق التين الشوكي تقيد مرضى السكري. ألا تستحق هذه الثمرة أن يقسم الله بها بل ويخص سورة كاملة باسمها، يقول تعالى: « وَالتِّينِ وَالزَّيْتُونِ (1) وَطُورِ سِينِينَ (2) وَهَذَا الْبَلَدِ الْأَمِينِ (3) لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ (4) ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ (5) إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَلَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ (6) قَمَا يُكَذِّبُكَ بَعْدَ بِالذِّينِ (7) أَلَيْسَ اللَّهُ بِأَحْكَمَ الْحَاكِمِينَ » (سورة التين).

كندا فإن أعمال زهي وانغ Zhi Wang Veterans A وحسن مختار، من - ministration Medical Center في كليفلاند، تبين بوضوح التأثير الكايج للشاي الأخضر عندما نحقق فئراناً بأفات جلدية مع أشعة فوق بنفسجية B. ولا تتلقى المجموعة المشاهدة سوى الماء، في حين أن المجموعات المختبرة تتلقى الشاي الأخضر قبل أسبوع من التعرض للأشعة فوق البنفسجية (B UVB) وخلال أسبوع التعرض لها. وتكون مساحة وكثافة وشدة الأفات أقل بشكل ملحوظ عند الحيوانات الشارية للشاي. وفي سبر اختبائي مشابه، تبع التعرض لل UVB بعد أسبوع بإعطاء مركب محرض لتطور الأورام. فكان عدد أورام الجلد أقل بكثير عند الفئران الشارية للشاي الأخضر وكانت فترة ظهورها أطول. وكشفت دراسة مهمة أخرى قام بها هوفمان D. Hoffmann، من American Health Foundation في نيويورك، عن التأثير الوقائي للشاي الأخضر وعن عنصره الفعال، GEGC، على نوع من ورم الرئة عند الفئران. وفي هاتين الحالتين الأخيرتين كان عدد الأورام يقلص بشكل ملحوظ إلى نحو 50 %.

أساطير الشاي

إن تاريخ الشاي طيب مذاقاً فهو يبدأ في الصين منذ بضعة آلاف من السنين وتاريخه الأول يرجع إلى منتصف الألف الثاني قبل الميلاد. يذكران الامبراطور الالهى شن نونغ Shen Nung أبو الزراعة والطب في الصين.

فألى جانب اهتمامه بالنباتات والزراعة أدخل بعض هذا التينج، لفضوله العلمي أو لعطشه، وتحسس شربه. وهو يمثل تقليدياً برأس جاموس على جسم إنسان. وقصة ذلك هي التالية: في يوم صيفي حار، كان شن نونغ يرعى طمأه تحت شجرة من قسعة من الماء الخلي. فسقطت ورقة أو ورقتان بالصدفة في الوعاء، فتذوق هذا التينج، لفضوله العلمي أو لعطشه، وتحسس للمذاق الجديد لهذا الشراب المنشط. وهكذا ولد الشاي، بحسب التاريخ الصيني، في عام 2757 قبل الميلاد.

وترجع الأسطورة الثانية إلى القرن السادس الميلادي. فقد جاء احد الرهبان الهندوسيين، بوهديدارما Bodhidarma ليبشر في الصين بويوية الرن، وكان قد نذر الأ أيام طيلة تسع سنوات. وبعد أن أمضى بضع سنوات في هذا النظام انتهى به الامر إلى التناقص خلال تعبه تحت شجرة. ولما كان قد استبد به الإرهاق والضعف فقد قص أجهانه ودفنها بعناية. وفي هذا الموضع بالضبط ولدت نبتة تسمى تشا T'ch'.

آثاره على الشحوم

أما فيما يتعلق بأثاره على الشحوم ، فإن الشاي الأسود والشاي الأخضر متساويا التأثير ، على الأقل في النماذج الحيوانية. وبالنسبة للوقاية من السرطانات، فإن الشاي الأخضر هو بلا شك في الوقت الراهن الخيار الأمثل.



عشرين ساعة. وبعد أن تطرى بهذا الشكل تلف ويبدأ عندها التخمر في الهواء الرطب الذي يدوم من ثلاث إلى خمس ساعات، وتؤدي هذه المعالجة إلى تغيير عميق في التركيب الكيميائي للأوراق التي تأخذ تلوينا أسوداً إثر هذه الأكسدة الإنزيمية. وأخيراً تجفف الأوراق في الهواء الحار.

إن العناصر الفعالة الأساسية في الشاي هي الكافئين والبوليفينول. وتتراوح درجة الكافئين (القلوي بمعظمه) في الأوراق بين 2 و 4 % . وقد سمي لفترة طويلة شاين، لكن هذه القلوية هي في الحقيقة الجزية نفسه الذي في القهوة. أما المركبات الفينولية فتمثل بمواد من مجموعة الفلافانول، المسماة كاتكول وإبيغاللاكاتكول piggallocatecol gallate d' epigallocatecol GEGC) .

إن عدد أورام الجلد أقل بكثير عند الفئران شارية الشاي الأخضر وهي تظهر متأخرة أكثر. وتمثل هذه المشتقات الغزيرة جداً نحو 25 % من وزن الأوراق الجافة. ومن الجدير ذكره أن التخمر في الشاي الأسود يؤدي إلى تحول في هذه العناصر الفعالة البوليفينولية إلى مركبات أكثر تعقيداً (- théar théaflavines) وهي المسؤولة عن تدمير الإنزيمات، وبخاصة البوليفينول أوكسيداز التي كما يشير اسمها تؤكد البوليفينول. وكانت تحقق تقليدياً بالتحميص في مواقد بشكل أجراء. ثم تلف الأوراق باليد أو بالالة وتخضع لتحميص جديد. وفي الطرق الأحدث، وبخاصة في اليابان، يتم التثبيت بالبخار.

الأخضر والشاي الأسود في الطبعة العاشرة دستور الصيدلة الفرنسي على شكل دراستين نشرتتا عام 1994 . وبالنسبة للطب التقليدي الصيني، فإن الشاي يصفى الرأس والعيين، ويسهل الهضم، وييسر التبول ويعادل السميات، وهو يتعلق بالخطوط النصفية في القلب والرئتين والعدة. وإضافة إلى ذلك فإن علك أوراق الشاي ناجع جداً ضد الرائحة السيئة. وأخيراً فإنه يوصى بعدم رمي أوراق النقع: فهي إذا استخدمت كوسادة تؤمن نوعاً لا مثيل له.

إن شجرة الشاي في حالتها أصناف للشاي: أنواع الشاي sinensis) هي جنبية بارتفاع خمسة أمتار، ولكنها تقلم في معظم الزراعات بارتفاع نحو 1.20 متر من أجل تسهيل قطف الأوراق. ويقطف البرعم النهائي أو البيكو pekoe (دوفيتو في الصينية) والأوراق الأولى (من واحدة إلى ثلاث أوراق بحسب نوعية الشاي). وهناك ثلاثة أصناف للشاي: أنواع الشاي غير المخمرة، أو الشاي الأخضر، وتمثل 80 إلى 90 % من الإنتاج الصيني؛ وأنواع الشاي نصف المخمرة والمسماة أوولونغ Oolong، وأنواع الشاي المخمرة أو الشاي الأسود (الشاي الأحمر في الصين) وتشكل 90 % من الإنتاج الهندي. ومن أجل الحصول على الشاي الأخضر تخضع الأوراق للتثبيت بواسطة الحرارة الجافة أو الرطبة. وتؤدي هذه العملية إلى تدمير الإنزيمات، وبخاصة البوليفينول أوكسيداز التي كما يشير اسمها تؤكد البوليفينول. وكانت تحقق تقليدياً بالتحميص في مواقد بشكل أجراء. ثم تلف الأوراق باليد أو بالالة وتخضع لتحميص جديد. وفي الطرق الأحدث، وبخاصة في اليابان، يتم التثبيت بالبخار.

الشاي الأسود

الشاي الأسود يُخمر في الهواء الرطب، مما يغير التركيب الكيميائي للأوراق ويعطيهما لونها ويطلب تحضير الشاي الأخضر مراحل كثيرة، فالتثبيت يشتمل على ترك الأوراق الرطبة على حصائر نحو

خلال السنوات الأخيرة الماضية نشرت مقالات كثيرة جداً في المجالات العلمية الدولية أكدت على تأثير وقائي أو علاجي للشاي في تصلب الشرايين، وبشكل عملي، فقد أنجز الباحثان اليابانيان إيمي K. Imai وناكاشي K. Nakachi، من مركز البحث حول السرطان في سيتاما - Sitama، دراسات في علم الجوانح شملت 1371 شخصاً بعمار أعلى من 40 سنة موزعين على ثلاث مجموعات بحسب استهلاكهم للشاي. وقد بينت أبحاثهم أن الشرب المنتظم للشاي الأخضر كان يقلص بشكل ملحوظ نسبة الشحوم في الدم وبخاصة الكوليسترول. وكلما كان هذا الاستهلاك أكبر كانت نسب الكوليسترول أدنى، وبخاصة عند مستهلكي العشر فناجين وأكثر. وهكذا كان رجحان الأمراض القلبية الشريانية 26 في الألف لهذه المجموعة مقارنة بنحو 40 في الألف عند الشاربين لثلاثة فناجين أو أقل. وبشكل نوعي، فإن نسبة الـ HDL (الكثافة العالية للشحوم البروتينية high density lipoprotein)، حيث تؤمن الشحوم البروتينية انتقال الكوليسترول "الجيد"، تزداد بشكل ملحوظ، ونسبة الـ LDL (الكثافة المنخفضة للشحوم البروتينية - LOW DENSITY LIP PROTEIN)، الموافقة للكوليسترول "السيئ" الداخلى في الأمراض القلبية الشريانية، تقلص بشكل مواز. وكانت هذه النتائج قد أكدت باختبارات تمت على الحيوان الخاضع لنظام غذائي محمل بنسبة عالية بالشحوم. وقام سيرفينكي Sir Keli National Institute of Public Health and Environmental Protection في بيتهوفن Biltoven، بدراسة هولندية سميت "the Zutphen study" وتتعلق هذه المرة بالشاي الأسود.

الشاي في عهد سلالة التانغ

وقد تأسس فن الشاي في عهد سلالة التانغ الجديدة (618 - 907)، واحتل مكانه في هذا العصر إلى جانب الرسم والشعر. وفي عهد هذه السلالة وضع الشاعر لو يو Lu-Yu في القرن الثامن دستور الشاي المعروف باسم تشاكينغ Tchaking؛ وهو أول عمل يتناول الشاي بجممله، من قطف الأوراق إلى إعداد الشراب، وشكل الشاي آنذ مادة تجارة مزدهرة ولم تتأخر الحكومة الامبراطورية في فرض ضريبة سميت مكس الشاي أو القظاف الامبراطوري. وقد استهلك الشاي على مدى قرون على شكل أوراق تضغط وتصفى فيما يشبه قطع الحلوى، وتغلى غالباً مع الأرز والتواب والحليب والبصل. كان الشاي يحضر بالقلبي والحقق في عهد سلالة السونغ (960 - 1279)، واستمرت هذه الممارسة أيضاً مع بعض التلطيف تحت اسم طقس الشاي في اليابان، وأخيراً حل ابريق الشاي في عهد سلالة المينغ على الأرجح (1368 - 1644) محل الغلاية وبدأ الشاي يستهلك بالنقع. واكتشفت أوروبا هذا الشراب في بداية القرن السابع عشر، وجعلته الكلترا التي افتتنت به شرابها الوطني. ويمثل الشاي اليوم المشروب الثاني الأكثر استهلاكاً في العالم بعد الماء. ومنذ بضعة آلاف سنة كانت أوراق الشاي تستخدم في الطب التقليدي في آسيا كلها، وتوجد الشاي