

المصافحة باليد تدل على الحالة الصحية للشخص

من عدة إجراءات تهدف إلى تصنيف المرضى بحسب خطورة أمراضهم، وبمقدورنا من خلال هذا المقياس أن نحدد التدخلات التي يحتاج إليها المريض .
وأشار البروفيسور إلى أن المصافحة تمثل طريقة لقياس وضع المريض بشكل عملي ومتنقل، حيث يمكن إجراؤها في أي مكان. وتابع: "هذا النوع من الاختبار يمكن أن يفيد كل المرضى".
وتأتي هذه الدراسة في الوقت الذي كانت فيه دراسات سابقة تتحدث عن أن المصافحة باليد يمكن أن تقود إلى انتقال جراثيم وفيروسات من مريض إلى آخر.

(Dynamometer).
وأجرى الدراسة التي انتهت إلى هذه النتيجة مجموعة من الباحثين في جامعة كونكورديا في كندا حيث أخضعوا 203 من المرضى المصابين بحالات متقدمة من مرض السرطان إلى الملاحظة والدراسة قبل أن يصلوا إلى هذه النتائج.
وتبين للباحثين أنه كلما كانت الصحة العامة للشخص أفضل كانت قبضته خلال المصافحة أقوى وأعمق، بينما تكون المصافحة باردة والقبضة ضعيفة عندما يكون الشخص في حالة صحية متردية.
وقال البروفيسور روبرت كيلفور: "هذا المقياس هو واحد

أظهرت دراسة حديثة أن المصافحة باليد يمكن أن تكون دليلاً على الحالة الصحية التي يتمتع بها الشخص، بما يمكن أن يصل في النهاية إلى استنتاج الإصابة بمرض السرطان أو النجاة منه.
وبحسب الدراسة فإن قوة قبضة اليد خلال المصافحة يمكن أن تكون مؤشراً جيداً على المتانة العامة لصحة الشخص، كما يمكن أن تستخدم كأداة لتشخيص الحالات المرضية التي تحتاج إلى عناية طبية.
ووجدت الدراسة أن اختبار الحالة الصحية للشخص من خلال مصافحته وملاحظة قبضة يده يمكن أن تكون أداة فحص طبية رخيصة وبسيطة ويطلق عليها اسم



مكافحة الملاريا والبلهارسيا وخفض معدلات وفيات الأمهات أهم الأولويات في اليمن

د. شادول : اليمن يواجه نقصا حادا في الغذاء.. وانعدام الأمن يهدد أنشطتنا

احتفلت منظمة الصحة العالمية بيوم الصحة العالمي مؤخرا في الـ 7 من أبريل الماضي، وكان الموضوع المخصص لهذا العام الأمراض المنقولة بالنواقل مثل الملاريا، والتي تعتبر مشكلة صحية كبيرة تواجه اليمن.

يقول د. احمد فرح شادول ممثل منظمة الصحة العالمية في اليمن: تخطو اليمن خطوات جادة نحو القضاء على الأمراض المستوطنة، وقد وضعت منظمة الصحة العالمية ضمن أولوياتها القضاء على الملاريا بحلول عام 2020..

وقال: ما زالت هناك حاجة ماسة لتعزيز الوقاية من المرض من خلال، التثقيف الصحي، والتدريب ذات الصلة للعاملين الصحيين، وإطلاق حملات التطعيم، وخاصة حملات التطعيم الشاملة ضد شلل الأطفال والحصبة، من أجل احتواء تفشي المرض.. مؤكداً أن الاضطرابات السياسية في اليمن تشكل أخطر تهديد على أنشطة منظمة الصحة العالمية.. لكن على الرغم من انعدام الأمن والتهديدات التي تسببها الاضطرابات، نجحت منظمة الصحة العالمية في معظم الحالات في تأمين الوصول إلى العديد من المناطق في اليمن وتوفير الخدمات الصحية بالتعاون مع وزارة الصحة والجهات المجتمعية.

حاوره / علي أبو لحوم



وحسب تقارير طبية صادرة عن وزارة الصحة، فقد بلغ معدل وفيات الأمهات في اليمن 365 حالة من إجمالي كل 100.000 حالة ولادة، في حين توقف معدل وفيات الرضع عند 78 حالة وفاة لكل 1.000 حالة ولادة. وبخصوص هذه المسألة، قال شادول أن الهدف الخامس من أهداف الألفية هو خفض معدل وفيات الأمهات في اليمن بنسبة 75% بحلول عام 2015.

وفيما يتعلق بالقضاء على الأمراض المتوطنة، يؤكد: بالإضافة إلى استراتيجية القضاء على شلل الأطفال، يجري تنفيذ استئصال الحصبة كما هو مخطط له، حيث شكلت الحصبة 12% من وفيات الرضع في العام 2006.. وتقدم منظمة الصحة العالمية كل سنتين منحة دراسية طبية قصيرة وطويلة المدى لموظفي وزارة الصحة ومكاتب الصحة في جميع أنحاء البلاد.. عن ذلك يقول: تأمل منظمة الصحة العالمية من خلال برنامج المنح الدراسية إلى رفع عدد الكوادر المتخصصة في مجال الصحة العامة.



من اللقاءات الوقائية التي أنقذت حياة الأطفال. وبعد أن أفادت تقارير بأنه تم تشخيص حالات شلل الأطفال في سوريا والعراق والقرن الأفريقي، صعد مكتب منظمة الصحة العالمية في اليمن جهوده لمواجهة خطر الفيروس الذي يخشى مسؤولو الصحة أنه قد ينتقل عن طريق اللابكتين والمهاجرين القادمين إلى اليمن.. عن ذلك يقول ممثل المنظمة: أجرت منظمة الصحة العالمية خمس حملات لتحصين الأطفال دون سن الخامسة ضد فيروس شلل الأطفال ودره الفيروس خلال العام 2013، بالتعاون مع وزارة الصحة والشركاء الآخرين، وقد نجحت هذه الحملات في الوصول إلى المجتمعات المحلية المستهدفة في جميع المناطق اليمينية، بما في ذلك المناطق النائية التي تفتقر إلى المرافق الصحية.

كما تدعم منظمة الصحة العالمية أنشطة التوعية، بما في ذلك حملات التوعية الإيجابية، وخدمات التحصين، وحملات التوعية العامة لتثقيف المواطنين حول الوقاية من الأمراض والاستفادة من خدمات الرعاية الصحية المتاحة. ووفقاً لشادول فإن خمس وفيات الأطفال سببها أمراض الجهاز التنفسي التي يمكن الوقاية منها عن طريق التطعيم. وقد تم إدخال لقاح فيروس الروتا الجديد إلى اليمن في العام 2012، ونجح في الحد من حالات الإسهال بنسبة 40%. ومن المقرر تنفيذ برنامج التطعيم ضد الحصبة الألمانية في أواخر العام 2014.

ويسهب شادول في الحديث عن استراتيجية الاستجابة التي تقدمها منظمة الصحة العالمية للنازحين داخلياً موضحاً أن المنظمة تركز على إعادة تأهيل وتنشيط المرافق الصحية التي تضررت في مناطق النزاع مثل صعده وأبين، وتعطي المنظمة الأولوية أيضاً لتدريب الكوادر الطبية وتوفير الحوافز والرواتب لهم. كما دربت المنظمة أيضاً 7.300 من الكوادر الطبية العاملة في مجال مكافحة الالتهاب الرئوي والإسهال والملاريا والحصبة في 2985 مرافقاً صحياً في 284 منطقة في اليمن، كما تم أيضاً، إنشاء مراكز التغذية في مناطق مختلفة من البلاد - وفقاً لشادول - (مع أن وزارة الصحة ذكرت أن المرافق الصحية العاملة لا تغطي سوى 65 في المائة من المناطق في اليمن).

الأولويات الرئيسية

وعن أولويات المنظمة في اليمن قال شادول: إن مكافحة الملاريا من بين أهم أولويات منظمة الصحة العالمية في اليمن. كما ركزت أيضاً على البلهارسيا بعد طلب تقدمت به وزارة الصحة. ونتيجة لذلك، بدأت منظمة الصحة العالمية في العام 2010 مشروعاً لمدة ست سنوات لمكافحة البلهارسيا، ويتم تمويل المشروع بحوالي 25 مليون دولار من قبل البنك الدولي.

منوعات طبية

إعداد / سميرة الماس

ما لا تعرفه عن واقيات الشمس



واقي الشمس هو الكريم أو المحلول الذي يهدف لحماية الجلد من الآثار الضارة لأشعة الشمس فوق البنفسجية، وهو وسيلة للحماية من الضوء الخارجي السلبى.

وللحصول على أفضل حماية عليك الإنتباه للنقاط التالية:

- لا تستخدم واقيات الشمس التي تأتي على شكل بخاخات (spray)، على الرغم من أنها مريحة، لكن هذه البخاخات تجعل من السهل أن تفوتك بعض المناطق أو أن تضع كميات أقل من المطلوب. وعلاوة على ذلك، رذاذ البخاخات يمكن استنشاقه بسهولة، ويمكن أن يحتوي على مكونات سامة.
- لا تستخدم الكياج الخاص بك كواقي للشمس فهو لن يحميك من تأثيراتها، ضع واقي الشمس أسفل المكياج لحل أفضل.
- أن تكون أسمر البشرة لا يعني أنك لا تحتاج واقي للشمس ينبغي وضع واقي الشمس لجميع أنواع البشرة حتى السمراء.
- ضع واقي الشمس أكثر من مرة خلال اليوم، ويفضل وضعه على البشرة كل ساعتين عند التعرض المستمر لأشعة الشمس.
- ضع واقي الشمس حتى في الأيام الغائمة، الغيوم لا تحجب سوى 20% من الأشعة فوق بنفسجية.
- استخدم القبعات والأغطية على الشواطئ لحماية مضاعفة.

عندما تشاهد الحامل التلغز يزداد وزن طفلها

أظهرت دراسة أجريت في كلية الطب بجامعة نيويورك ونشرت بتاريخ 6 مايو 2014 أن الحوامل اللاتي اعتدن مشاهدة التلغز أثناء تناول الطعام على الأرجح سيمنن بإطعام أطفالهن أمام شاشة التلغز أيضاً وتشير الأبحاث السابقة إلى أن أن الذين يقضون الكثير من الوقت أمام التلغز، وخاصة أثناء تناول الطعام، يتعرضون لخطر زيادة الوزن أو السمنة.

تم دراسة 189 نساء بسؤالهن عن مشاهدة التلغز أثناء تناول الطعام خلال الثلث الأخير من الحمل، و بعد ذلك مرة أخرى حول مشاهدة التلغز أثناء تغذية أطفالهن ابتداءً من عمر 3 أشهر. وكانت النتائج كالآتي: 71% من النساء يشاهدن التلغز أثناء حملهن ويتعرضن لابتائهن للتلغز من عمر 3 أشهر. توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال أن الأطفال تحت سن السنتين يجب تجنب تعريضهم للتلغز ووسائل الإعلام الأخرى وما فوق السنتين ما لا يزيد عن ساعة واحدة يومياً.

اكتشاف علاج للإيدز مستخرج من صلصة الصويا

في الأبحاث والدراسات الجديدة تم التوصل إلى علاج جديد لمرض الإيدز: حيث أظهرت دراسة طبية حديثة أن أحد المركبات المستخدمة في تحسين نكهة صلصة الصويا يمتلك خواص علاجية لمرض الإيدز تفوق بحوالي 70 مرة فعالية عقار التينوفوفير المستخدم حالياً للحد من تأثير المرض.

وتحولت مادة "إي إف دي إي" المستخرجة من صلصة الصويا إلى محط اهتمام الباحثين في مرض نقص المناعة المكتسبة المعروف اختصاراً بالإيدز، بسبب فعاليته في مقاومة الفيروس المسبب للمرض على عكس عقار التينوفوفير الذي يفقد فعاليته مع مرور الوقت بحسب موقع ميديكال دايلي الطبي.

ويعتقد الباحثون في كلية الطب بجامعة ميزوري أن العلاج الجديد يمكن أن يتجاوز جميع السلبيات الموجودة في العقارات المستخدمة حتى الآن، ومن بينها مقاومة الفيروس للعلاج مع مرور الوقت حيث أن مادة "إي إف دي إي" يتم تفعيلها داخل الجسم بسهولة أكبر، وتطرح بسرعة أقل من الأدوية القديمة.

ويأمل الباحثون أن يتمكنوا من التغلب على الفيروس من خلال علاج مركب يدعى "إن آر تي أي" يحتوي على مادة "إي إف دي إي" الموجودة في صلصة الصويا بالإضافة إلى 8 مواد أخرى ركبت خصيصاً لمحاربة الفيروس.

وعندما يواجه فيروس الإيدز العقار الجديد يحصل لديه خلط، ويفسر المركب على أنه جزء من لبنات البناء الخاصة به، ويتحول الفيروس إلى وضعية التدمير الذاتي التي تتكرر بشكل مستمر.

وتشير الإحصائيات الصادرة عن مركز الأمراض السارية في الولايات المتحدة إلى أن ما يقارب 1.1 مليون شخص يعانون من مرض نقص المناعة المكتسبة ومن بين هؤلاء حوالي 208 آلاف حالة لم يتم تشخيصها أي بمعدل 18% من الحالات الكلية، ولا تزال الأبحاث لإيجاد لقاح فعال ضد المرض تراوح مكانها.