



سلامتك

مجلة فصلية تعنى بالثقافة الصحية



﴿﴿﴿ في البصرة:
إفتتاح أحدث مركز
للطب النووي
في العراق
ودول الخليج
العربي

العدد 16
حزيران 2023



من هنا تحميل
اعداد المجلة
PDF

مركز الكوثر للطب النووي

دعوة لكتابة المقالات الطبية والصحية باللغة العربية في مجلة [سلامتاك] المتخصصة في نشر الثقافة الصحية العامة للمواطنين

شروط المشاركة

1 ان تكون المقالة الى 300 - 500 كلمة باللغة العربية مطبوعة في برنامج [وورد]

2 ان يكون موضوع المقالة هو نشر الثقافة الصحية والوعي بالقضايا الطبية

3 ان يرسل مع المقالة صورته الشخصية ومعلوماته الشخصية والمهنية

4 تنشر المقالات المستوفية للشروط فقط

5 نستلم المقالة من خلال الرابط التالي:
[Http://www.imrs.edu.iq/salamatak](http://www.imrs.edu.iq/salamatak)



رابط ارسال المقالات

المجلة مستعدة لنشر الاعلانات من خلال مراسلتنا عبر الوسائل التالية:

✉ Salamatak@iamrs.edu.iq
☎ +964-772-166-9983
🌐 www.iamrs.edu.iq

ISSN 2707-5699 printed
ISSN 2707-5702 online

تصدر عن الجمعية العراقية للبحوث والدراسات الطبية



الدكتور
حيدر عبدالرزاق التميمي

الاشراف
العام

الدكتور
ضرغام عارف الاجودي

رئيس
التحرير

سعدى السند

مدير
التحرير

دار الامل للطباعة
والنشر والتوزيع



رقم الايداع بدار الكتب والوثائق
بيغداد ٢٣٨٤ لسنة ٢٠١٩ م

دار
الكتب

رقم الايداع في نقابة
الصحفيين العراقيين المقر العام
(١٨١٦)



محمد نيروزي

التصميم
والاخراج
الفني

شركة الهبة للطباعة والإعلان
الهرات - بصرة - تقاطع الطويسة - مقابل دائرة الكهرباء
07722228768 - 07822228768





رئيس التحرير

الحمى النزفية خطر داهم

الحمى النزفية مرض فيروسي معدي يصيب الحيوان والإنسان على حد سواء، ينتقل بين الحيوانات مثل الأبقار والأغنام والماعز والجمال بواسطة حشرة القراد، ويمكن أن يصيب الإنسان من خلال عضه القراد أو ملامسة لحوم أو دماء الحيوانات المصابة، ويمكن أيضاً أن يتناقل العدوى من إنسان إلى آخر بملامسة سوائل الشخص المصاب. ٦٠-٨٠ بالمئة من الحيوانات المصابة لا تعاني من أعراض، لكنها تسبب الحمى والصداع والخمول والنزف وفشل الأعضاء عند إصابة الإنسان وتكون قاتلة بنسبة ١٥-٤٠%.

ولا يوجد لحد الآن دواء أو لقاح ناجح للحمى النزفية. يعود تاريخ أول إصابة في العراق إلى عام ١٩٧٩ في مستشفى اليرموك في بغداد حيث توفيت بسببها امرأة حامل وتوفي بعدها بأيام طبيبها المعالج وبعض الطاقم الصحي الملامس لها.

منذ ذلك الحين سجلت حالات متفرقة سنوياً في أماكن متعددة من العراق، لكنها تفاقمت في عام ٢٠٢٢ حيث بلغت الإصابات المؤكدة ٢١٩ إصابة وبلغت نسبة الوفيات ١٦%.

أغلب الحالات المسجلة في محافظات ذي قار وميسان وواسط والبصرة، وعادت الإصابات مجدداً للظهور في ربيع ٢٠٢٣ في نفس المحافظات بشكل أشد.

يعود السبب في زيادة الإصابات الى توقف حملات مكافحة القراد خلال فترة الحظر في جائحة كوفيد ١٩ عامي ٢٠٢٠ و ٢٠٢١ وكذلك الى زيادة ظاهرة تهريب الأغنام بشكل غير قانوني من ايران التي تعتبر مع تركيا مناطق مستوطنة بالحمى النزفية.

إن ضعف إجراءات مكافحة القراد مع انتشار ظاهرة الرعي والذبح العشوائي داخل المدن والأحياء السكنية عوامل خطر قد تؤدي إلى انتشار الحمى النزفية بشكل خطير في جنوب العراق، مما يستدعي إجراءات سريعة وفاعلة في إزالة عوامل الخطر.



د. عبد السلام صالح سلطان
اختصاصي الطب الباطني



تسعى
(Psychokinesis)
(Telekinesis) و
والتي تعرف بقابلية

الأشخاص على التأثير على محيطهم بجهد ذهني وعن بعد من دون تفاعل فيزيائي، ويؤكد هذه الظاهرة شهود عيان ولكن تحتاج إلى إثبات علمي تجريبي تحت ظروف قياسية.

علاج النظرة الشريرة الحسود

يمكن ملاحظة الاجراءات الشعبية المنتشرة في المجتمع العراقي للوقاية وعلاج النظرة الشريرة الحسود. كثيراً من الناس يكتب آية أو سورة قرآنية قصيرة فوق باب البيت الرئيس أو يكتب الملك لله وآخرين يعلقون أم سبع عيون أو حذاء أقديما أعلى الباب.

وتتفنن النساء القرويات لوقاية اطفالهن الصغار من العين الشريرة فقد تضع خرزة زرقاء ورأس ثوم على قماط الطفل وتحجب الطفل عن الغرباء خوفاً من إصابته بالعين الحسود.

وحيثما يعجب أحد بطفل ما يقال له وراك حية أو ينفخ في وجهه أو يبصق به لرد عينه من إيذاء الطفل.

ولعلاج العين الشريرة غالباً ما يزور المريض معالج شعبي أو روحاني لعلاجها بالتعزيم والحجاب وطرق لا حصر لها، وإن الاعتقاد بأن العين الشريرة غير موجودة في المجتمع العراقي فإنه واهم وهي قد تكون محور تفكير الشخص وتعيق حياته بكيفية الخلاص منها أو قد يعتقد بأن أذاها بسيط لا يعدوا اعراضاً غريبة لا تؤثر على حياته الطبيعية.

ولازال الهنود يرسمون اشكالاً مختلفة يومياً امام بيوتهم لطرد العين الشريرة والارواح الضارة عن البيوت ويدعونها رنكولي.

وفي الختام لادليل علمي يثبت هذه المعتقدات.

هناك اعتقاد شعبي راسخ أن النظرة الحسود شائعة في المجتمع العراقي. ويشيع في المجتمع أن بعض الأشخاص لديهم القدرة على إيذاء الآخرين بمجرد النظر إليهم بإعجاب أو "خزر" وقد تكون النظرة مقصودة أو حتى غير مقصودة، والعين الحولاء أكثر ضرراً من العين السليمة، والعين الزرقاء أكثر ضرراً من العين السوداء.

ويراهن هؤلاء على إمكانية هذه القدرات إصابة الأشخاص بأعراض غريبة وأمراض مختلفة، ويعد الطفل أكثر عرضة للنظرة الحسود الشريرة لاسيما حينما يُعجب به أمام مجموعة من الناس لذلك سيصاب بأعراض مرضية كالقيء والاسهال وانقطاع الرضاعة وقد تصل إلى الوفاة.

كما تضر الحيوانات وتؤدي إلى انقطاع الحليب والمرض وتصل إلى الوفاة، وقد تصيب أيضاً الأشياء غير الحية مثل عطل السيارة من دون سبب واضح أو حسد البيت الجديد وسقوط أو فطر سقفه.

وتتبع الباحثون أصول النظرة الحسود وبيّنوا أن هذه المعتقدات مغللة بالقدم وارجعوها إلى الحضارة السومرية والبابلية والفرعونية والهندية، ويجدها الناس في الكتب المقدسة والتراث الشعبي الشفاهي، وانتشرت هذه المعتقدات لتصل إلى أوروبا اليونانية والرومانية وإلى الوقت الحاضر، ووصلت إلى العالم الجديد الأمريكيين عن طريق الهجرة.

والعين نافذة الروح وتنفذ ما يجول في ذهن الناظر من رغبات وأفكار حسنة وسيئة. ويمكن اكتشاف الكاذب من خلال زوغان عينيه عند الحديث ويستعمل الممثلون عيونهم كثيراً للتعبير عن الحب والكراهة والقرف والضجر والامتعاض والحنق والاعجاب.

وجاء الحسد للإجابة عن السؤال الازلي الذي يراود الانسان، لماذا الانسان الصالح لا يوفق ويلاقي محن في حياته؟

وضاقت الاسباب التي تؤول كحسد إلى عدم توفيق فردية كالمرض والوفاة للأشخاص بعد أن كان الحسد والنظرة الحسود تعتبر سبباً للأوبئة والكوارث التي تلم بالبشرية.

ولكن هناك ظاهرة حديثة في الباراسايكولوجي





د. هناء ناصر نعيم
اختصاصية طب مجتمع

أخلاقيات مهنة الطب

إن مفهوم العمل عموماً هو ذلك الجهد الذي يؤديه الإنسان سواء كان ذهنياً أو بدنياً لتحقيق منفعة مشروعة، ويتميز كل عمل بصفات معينة تميزه عن غيره، البعض منه يتعامل مع المكنات والآلات وآخر يتعامل مع الكائنات الحية، ونجد أن لكل عمل من هذه الأعمال لديه أخلاق مهنية يتصف بها، ومنها مهنة الطب الذي يتميز بتعامله المباشراً مع الإنسان نفسياً وبدنياً وأن أخلاق المهنة التي عرفها ديننا الحنيف بأنها الصفات السلوكية الحسنة والمطلوب تحلي النفس بها في مجال العمل وابتعادها عن الصفات السلوكية السيئة وتستمد أساسها من الحديث النبوي الشريف

(إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق)

لذا على من يمارس مهنة الطب

أن يتحلى الصفات التالية:

- 1- أن يحافظ على المعايير الخاصة بالمهنة والتمثلة بتقديمه الرعاية اللازمة التي تحقق مصلحة المريض وحده وحصوله على موافقة المريض عن علم ودراية، واحترامه السرية الطبية ودون الحاق ضرر بالمريض.
 - 2- أن يتجنب كل ما يؤدي إلى احتقار المهنة وذلك من خلال حسن تعامله مع المريض والتزامه بالمواعيد والصدق وعدم التزيف والتكبر.
 - 3- أن يتجنب السعي إلى الشهرة على حساب مهنته.
 - 4- الابتعاد عن التصرفات غير النزيهة في التعامل مع المريض وكسب ثقته من خلال صدقه وابتعاده عن أية علاقة غير طبيعية معه أو مع أفراد عائلته أو الكسب المادي بطريقة غير نظامية.
 - 5- تجنب استخدام مركزه المهني للحصول على امتيازات أو منافع مادية خارجة عن النظم والعرف.
 - 6- أن يتجنب التسرع في اتخاذ الاجراءات الطبية الخطرة إلا بعد التأكد من ضرورتها وجدواها تفوق مخاطرها.
 - 7- أن يحافظ على شرف المهنة وذلك بإخلاصه وتفانيه في مهنته واثقانها وعنايته بسلوكه ومظهره الشخصي والتحلي بالخلق الحسن.
 - 8- قيامه بالإجراءات المناسبة إزاء كادره الطبي لغرض حماية المريض والمهنة.
 - 9- أن يتبع المعايير السليمة بسلوكه الشخصي وأخلاقه العامة وذلك بابتعاده عن التصرفات غير النزيهة والابتعاد عن الشبهات مثل إدمان الكحول والعقاقير.
 - 10- قيامه بأي جهد ممكن في سبيل تطوير مهنته علمياً وعملياً من خلال كتابة البحوث والدراسات والتعلم المستمر وكل ما من شأنه تطوير مهنته.
- وأخيراً لابد من القول أن من يمتهن الطب ويتعامل مع البشر كان لزاماً عليه أن يتصف بالرحمة والرأفة ويتعد عن الصفات الدنيوية المتمثلة بالجشع والكبر ويستمد شعاره في عمله من الآية الكريمة: (وإذا جاءك الذين يؤمنون بآياتنا فقل سلام عليكم كتب ربكم على نفسه الرحمة).

الأورام الليفية هي أورام حميدة في الرحم وهي شائعة جدا حيث تصيب حوالي ٢٥٪ من النساء في مرحلة ما في حياة المرأة وتتلخص خطورة هذه الأورام في شدة أعراضها ومن أهم هذه الأعراض:

١ - النزف المستمر في فترة الحيض وعدم انتظام الدورة الشهرية.
٢ - حدوث فقر دم شديد بسبب النزف الدموي مما يؤدي الى الاحساس بالكسل والنحول وعدم التركيز وخفقان القلب.

٣ - التأثير والضغط على الأعضاء المجاورة وخاصة اذا كانت العقد كبيرة الحجم كالضغط على المثانة مما يؤدي الى زيادة عدد مرات التبول أو الضغط على الاحليل واحتباس البول أو المستقيم مما يؤدي إلى الامساك المزمن والآم البطن وانتفاخ الأمعاء حيث أن هذه الأورام تنشأ من عضلات جدار الرحم التي تحتوي على كمية كبيرة من الدم، ولغاية الوقت الحاضر لا تعرف بالضبط أسباب نشوء وتكوين العقد الليفية، حيث أن تكوينها غير مؤكد، ولكن من المسلمات أن هذه العقد الليفية تتأثر بالهرمونات الانثوية حيث تكبر وتنمو وتتعدد بشكل أسرع بهرمون الاستروجين، وفي أعلى مستوى له وهي مختلفة بالعدد كأن تكون واحدة أو تصل الى ١٠٠ عقدة مختلفة

بالحجم بين ١ سم الى ٥٠ سم وأكثر وبالمكان والحجم.

**علاقة الاورام الليفية
بالعقم ومشاكل
الحمل والولادة عند
النساء**

قبل الحمل: من المؤكد ان العقد الليفية الكبيرة والمتعددة قد تمنع حدوث الحمل وهذا يعود الى وجود كتلة غير طبيعية في الرحم قد تسد قناة فالوب وتمنع تلقيح البيضة،

أو انتقال البيضة من المبيض الى الرحم، وعدم امكانية تعشيش وانبات البيضة الملقحة في داخل الرحم، أو تتسبب بألم شديد في البطن أو تسبب الاسقاطات بسبب تأثير هذه الأورام على نمو الجنين أو التأثير على وصول الدم بشكل طبيعي الى الجنين مما يسبب موت الجنين في الرحم.

أثناء الحمل: بسبب كثرة الهرمونات التي تفرز من المشيمة يكبر حجم هذه الأورام مما يفقدها امداد الدم وتتسبب بألم شديد بالبطن مما يؤدي الى الاجهاض أو الولادة المبكرة.

أثناء الولادة: قد تسبب الاورام الكثيرة صعوبة ومنع واعاقة مرور الجنين خلال عنق الرحم والمهبل مما يؤدي الى احتمالية تعسر الولادة وزيادة احتمالية الولادة القيصرية.

بعد الولادة: هناك خطر من حدوث نزف رحمي شديد من الرحم مما يسبب خطرا على حياة الأم وقد يتطلب هذا الامر تدخلا جراحيا وعملية نقل الدم.



د. ساجدة الربيعي
اختصاصية الامراض النسائية
والتوليد والعقم

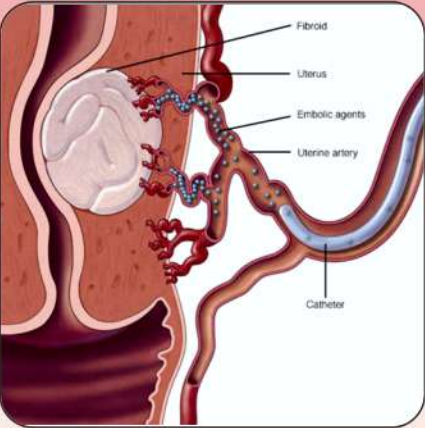
علاج الاورام الليفية (العقد الليفية) دون اللجوء الى الجراحة الكلاسيكية أو الناظورية



علاقة الاورام الليفية بالعقم ومشاكل الحمل والولادة عند النساء

قبل الحمل: من المؤكد ان العقد الليفية الكبيرة والمتعددة قد تمنع حدوث الحمل وهذا يعود الى وجود كتلة غير طبيعية في الرحم قد تسد قناة فالوب وتمنع تلقيح البيضة، أو انتقال البيضة من المبيض الى الرحم، وعدم امكانية تعشيش وانبات البيضة الملقحة في داخل الرحم، أو تتسبب بألم شديد في البطن أو تسبب الاسقاطات بسبب تأثير هذه الأورام على نمو الجنين أو التأثير على وصول الدم بشكل طبيعي الى الجنين مما يسبب موت الجنين في الرحم.

أثناء الحمل: بسبب كثرة الهرمونات التي تفرز من المشيمة يكبر حجم هذه الأورام مما يفقدها امداد الدم وتتسبب بألم شديد بالبطن مما يؤدي الى الاجهاض أو الولادة المبكرة.



أثناء الولادة: قد تسبب الاورام الكثيرة صعوبة ومنع واعاقه مرور الجنين خلال عنق الرحم والمهبل مما يؤدي الى احتمالية تعسر الولادة وزيادة احتمالية الولادة القيصرية.

بعد الولادة: هناك خطر من حدوث نزف رحمي شديد من الرحم مما يسبب خطرا على حياة الأم وقد يتطلب هذا الامر تدخلا جراحيا وعملية نقل الدم.

علاج الاورام الليفية بالتدخل القسطاري (الأشعة التداخلية)

الاشعة التداخلية تعد تدخلا محدودا لتجنب الحاجة الى الجراحة التقليدية والتخدير ويتم من خلالها منع وصول الدم الى الاورام الليفية مما يؤدي الى تقلص حجمها وموتها وذلك عن طريق عمل انسداد متعمد لتدفق الدم الى الورم اليفي وذلك يغلف الوعاء الدموي الذي يزود الورم اليفي وذلك عن طريق حقن حبيبات خاصة صغيرة في شرايين الرحم عبر انبوب بلاستيكي صغير، يتم ادخاله من خلال شق في الشريان الرئيسي من الفخذ من خلال هذه الخطوات:

١ - تخضع المريضة الى التخدير الموضعي بدلا من التخدير العام.

٢ - يتم ادخال القسطرة الشريانية بعرض ٢ ملم في الشريان الرئيسي في الفخذ من خلال ابرة دقيقة تحت استرشاد جهاز الأشعة المتطور ومنه الى شريان الحوض حتى الوصول الى شريان الرحم.

٣ - حقن حبيبات خاصة في تلك الشرايين دون سواها وغلق شريان الرحم الرئيسي مع منع تدفق الدم للورم اليفي ويستغرق الاجراء حوالي ثلاثين دقيقة فقط ويامكان المريضة العودة الى البيت بعد حوالي ٦ ساعات وتبدأ الأعراض بالاختفاء خلال أيام معدودات ثم تتم متابعة

المريضة بعد شهر وذلك عن طريق فحص الدم والتأكد من ارتفاع نسبة الهيموغلوبين وعمل السونار والرنين المغناطيسي كل ثلاثة اشهر والتأكد من انكماش حجم الورم الى ٥٠٪ بعد مضي ٣ اشهر ثم تتلاشى بغضون سنة وتعد نسبة نجاح العلاج بالقسطرة التداخلية أكثر من نسبة نجاح العمليات الجراحية وينخفض معدل المضاعفات كالنزف الدموي أثناء العلاج بالقسطرة.

وأهم شيء احتفاظ المرأة بالخصوبة وقدرتها على الحمل والانجاب والمحافظة على الرحم. فالإجراء يكون دون فتح البطن ودون اخطار العدوى كما يشمل على قصر فترة النقاهة والبقاء بالمستشفى.

وينصح للحالات الخطرة والتي لا تتحمل إجراء عملية كبرى والخضوع للتخدير الكلي مثل مرض القلب وارتفاع ضغط الدم المفرط.



أ.د. سوسن عيسى حبيب
اختصاص طب الأطفال

اساسيات التغذية السليمة للأطفال

ولكن يحتاج الأطفال بصفة خاصة إلى كميات مختلفة من أنواع معينة من العناصر الغذائية حسب فئاتهم العمرية. إذ ينبغي الحرص على تناول الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية مثل: البروتين: احرص على اختيار المأكولات البحرية واللحوم الخالية من الدهون والدجاج والبيض والبقوليات والبازلاء ومنتجات الصويا والمكسرات غير المملحة والحبوب.

الفاكهة: شجّع طفلك على تناول مجموعة متنوعة من الفاكهة الطازجة أو المعلبة أو المثلجة أو المجففة، بدلاً من عصير الفواكه.

أما إذا كان طفلك يفضل تناول العصائر، فعليك التأكد من أنه عصير فاكهة طبيعي صافٍ بنسبة 100 بالمائة، وكذلك من خلوه من السكريات المضافة، وحرص على تقليل الكميات التي يتناولها من العصائر.

وضع في حسابك أن رُبع كوب من الفاكهة المجففة يعادل كوباً من نفس النوع من الفاكهة الطازجة.

وانتبه إلى أن الإفراط في تناول الفواكه المجففة قد يؤدي إلى اكتساب المزيد من السعرات الحرارية.

الخضراوات: قدم لطفلك أنواعاً متباينة من الخضراوات الطازجة أو المعلبة أو المجمدة أو المجففة.

وليكن هدفك تقديم أنواع مختلفة من الخضراوات، بما في ذلك الخضراوات الخضراء الداكنة والحمراء والبرتقالية والبقوليات والبازلاء والخضراوات النشوية وغيرها، وذلك كل أسبوع. وعند انتقاء الخضراوات المعلبة أو المجمدة، ابحث عن خيارات منخفضة الصوديوم.

الحبوب: اختر الحبوب الكاملة، مثل الخبز المصنوع من القمح الكامل، أو حبوب الشوفان، أو الفشار، أو الكينوا، أو الأرز البني أو البري.

واحرص على الحد من تناول الحبوب المكررة مثل الخبز الأبيض والمعكرونة والأرز.

الحليب ومشتقاته: شجّع طفلك على تناول الحليب ومشتقاته الخالية من الدسم أو قليلة الدسم، مثل الحليب أو اللبن أو الجبن أو مشروبات الصويا الغنية بالعناصر الغذائية.

لا يتلقى إلا القليل من الأطفال الأغذية المأمونة والمناسبة من الناحية التغذوية، حيث تمكن التغذية المثالية من خفض معدلات المرض والوفاة، والحد من مخاطر الإصابة بالأمراض المزمنة، وتحسين نمو الطفل عموماً حيث يقف نقص التغذية وراء 1,3 مليون حالة وفاة بين الأطفال كل عام أو 45٪ من جميع وفيات الأطفال.

توصيات منظمة الصحة العالمية واليونيسيف هي البدء بتوفير الرضاعة الطبيعية في غضون الساعة الأولى بعد الولادة؛ والاقتران على الرضاعة الطبيعية طيلة الأشهر الستة الأولى من عمر الطفل؛ والشروع من الشهر السادس، في إعطاء الطفل أغذية تكملية مأمونة ومناسبة من الناحية التغذوية، مع الاستمرار في إرضاعه طبيعياً حتى بلوغه عامين من العمر أو أكثر من ذلك.

الرضاعة الطبيعية: يعود الاقتصار على الرضاعة الطبيعية بمناخ كثيرة على الرضيع وأمه.

وفي مقدمة تلك المنافع الحماية من العدوى المعوية ويسهم التبكير بتوفير الرضاعة الطبيعية، أي في غضون ساعة واحدة بعد الولادة في حماية الأطفال من اكتساب العدوى وخفض معدلات وفاتهم.

ويمثل لبن الأم أيضاً أحد المصادر المهمة للطاقة والعناصر التغذوية بالنسبة للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 6 أشهر و 23 شهراً.

فيماكانه توفير نصف الاحتياجات من الطاقة أو أكثر من ذلك للأطفال من الفئة العمرية 6-12 شهراً، وثالث الاحتياجات من الطاقة للأطفال من الفئة العمرية 12-24 شهراً.

ويمثل لبن الأم كذلك مصدراً مهماً للطاقة والعناصر التغذوية أثناء الإصابة بالمرض، كما أنه يحد من معدلات وفاة الأطفال الذين يعانون من سوء التغذية.

إذا ما هي مبادئ التغذية السليمة لتعزيز نمو طفلك وتطوره؟

يحتاج كل شخص إلى أنواع العناصر الغذائية ذاتها، مثل الفيتامينات والمعادن والكاربوهيدرات والبروتينات والدهون.

احرص على الحد من السعرات الحرارية التي يتناولها طفلك من خلال ما يلي: السكر المضاف.

قلل من استهلاك السكريات المضافة. واعتمد على السكريات الطبيعية، مثل تلك الموجودة في الفاكهة والحليب، إذ لا تعد سكريات مضافة.

من بين أمثلة السكريات المضافة: السكر البني، ومحلي الذرة، وشرباب الذرة، والعسل وغير ذلك.

اقرأ ملصقات الأغذية بعناية. وحرص على انتقاء حبوب الإفطار التي تحتوي على أقل نسبة من السكريات المضافة.

وتجنب المشروبات التي تحتوي على سكريات مضافة، مثل المياه الغازية والمشروبات الرياضية ومشروبات الطاقة الدهون المشبعة والمتحولة.

قلل الدهون المشبعة وهي الدهون التي توجد بشكل أساسي في الأطعمة حيوانية المصدر، مثل اللحوم الحمراء والدواجن ومنتجات الحليب كاملة الدسم.

وابحث عن طرق لاستبدال الدهون المشبعة بالزيوت النباتية وزيوت المكسرات التي تزود الجسم بالأحماض الدهنية الأساسية وفيتامين هـ، وتتوفر الدهون الأكثر إفادة للصحة بشكل طبيعي كذلك في الزيتون والمكسرات والأفوكادو والمأكولات البحرية. ويمكنك الحد من تناول الدهون المتحولة عن طريق تجنب الأطعمة التي تحتوي على الزيوت المهدرجة جزئياً.

الصوديوم: شجع أطفالك على تناول وجبات خفيفة من الفواكه والخضراوات بدلاً من شرائح البطاطس والكوكيز.

اقرأ ملصقات الأغذية بعناية وانتق المنتجات منخفضة الصوديوم.

الفرق بين

المضاد الحيوي

ومضاد الالتهاب

Antibiotic

د. مها المشري
دكتوره مناعة

وعند الإصابة بالفيروسات نعطي المضادات الحيوية الفيروسية "كالاسيكلوفير"، وعند الإصابة بالفطريات نعطي مضادات حيوية فطرية.

ويجب عدم استخدام الصادات عند أي مرض بشكل عشوائي، فإن ذلك يؤدي إلى تشكيل مقاومة لدى الجراثيم ولا تبقى تتأثر بها، لذلك يجب استشارة الطبيب بشكل دائم.

بينما يمكن أن يسبب الاستعمال الخاطئ لمضادات

الالتهاب **Anti-inflammatory** قرحة معدية أو مشاكل في الكلى فإن الاستعمال الخاطئ للمضادات الحيوية **antibiotics** يسبب تشكل أنواع جديدة من البكتيريا مقاومة لكافة أنواع العلاج وتصبح بذلك قاتلة غير قابلة للعلاج.

بإمكانك البدء من منزلك، اسأل عائلتك عن الفرق بين المضاد الحيوي ومضادات الالتهاب!

والبالغات للدفاع عن الجسد، ويصبح مكان الالتهاب ساحة معركة، لذلك يترافق الالتهاب غالباً بألم وتورم وارتفاع حرارة.

مضادات الالتهاب **Anti-inflammatory drugs** لا تؤثر في البكتيريا بل أنها تثبط العوامل المساعدة للالتهاب مخففة بذلك من أعراض المرض (ألم، حرارة، تورم)

ويتم علاج أعراض الالتهاب من خلال مضادات الالتهاب **SAIDS** والتي يوجد له أسماء مختلفة في الصيدليات.

أما المضاد الحيوي **Antibiotic** هو مضاد للكائنات الحية كالجراثيم والفطريات، وهنا يتم وصفه للأمراض المرتبطة بالكائنات الحية.

حيث تقوم المضادات الحيوية **Anti-biotics** بالقضاء على الجراثيم عبر تثبيط نموها ومنعها من التكاثر أو عبر قتلها مباشرة بالتأثير على تركيب جدار الخلية مثلاً.

وعند الإصابة بالجراثيم نعطي المضادات الحيوية البكتيرية "كالأموكسيسلين" (مضادات جرثومية)،

كشفت العديد من الدراسات التي أجري فيها استطلاع للرأي عن الفرق بين المضاد الحيوي **Antibiotic** ومضاد الالتهاب **Anti-inflammatory** أن العديد لا يعرفون الفرق بينهما.

الاستطلاعات حول هذا الموضوع الصحي شملت عدة فئات عمرية مختلفة، ومن كلا الجنسين ومن مختلف شرائح المجتمع، اتضح من خلالها أن نسبة قليلة هم ممن يدر كون ماهية المضاد الحيوي وماهية مضاد الالتهابات أما الغالبية فلا يفرقون بين هذين المركبين الطبيين بل هناك من يعتبرهما من نفس النوع. نتناول في مقالنا هذا الموضوع لأهميته ولتسليط الضوء على هذه المعلومات الطبية المهمة التي يجب على كل فرد فهمها والتثقيف والتعريف بها.

لِمَ يجب أن أفرق بين المضاد الحيوي ومضاد الالتهاب؟

لأن المصطلحين مختلفان تماماً، الالتهاب هو حالة دفاعية يقوم فيها الجسم بالدفاع عن نفسه ضد أي شيء غريب يدخله مهما كان، (شوكة أو دبوس اخترق الجلد مثلاً).

وعند دخول أي جسم غريب تقوم الخلايا الالتهابية بآليات معقدة مرتبطة باستدعاء الكريات الدم البيض

Antibiotic



د. فلاح حسن شري
عميد كلية الصيدلة
- جامعة البصرة

التفاوت بين المختبرات في قياس مستوى فيتامين دي بالجسم

تعتبر معدلات فيتامين دي من العوامل الحيوية المهمة لصحة الإنسان، وتتم قياسها عادة من خلال اختبارات الدم. ومع ذلك، يمكن أن يؤدي التفاوت في الطرق المستخدمة في قياس

كما ينبغي على الأفراد الذين يجرون اختبارات فيتامين دي التأكد من أن المختبرات التي يستخدمونها تتبع إجراءات قياس معيارية وفعالة.

بشكل عام، فإن التفاوت في قياس مستويات فيتامين دي بين المختبرات يمكن أن يؤدي إلى تشخيصات غير دقيقة لمستويات فيتامين دي، وهذا قد يؤثر على العلاج الذي يتلقاه المريض.

ويجب على الأفراد الذين يخضعون لاختبارات فيتامين دي التأكد من تحضير العينة بشكل صحيح، وتجنب تعرض العينة لدرجات حرارة عالية أو تجميد العينة، ويمكن تحسين دقة اختبارات فيتامين دي عن طريق استخدام تقنيات جديدة مثل الاختبارات الجزيئية المباشرة، والتي تعتمد على قياس الجزيئات الصغيرة للفيتامين دي في الدم بدلاً من القياس الكمي للفيتامين في الدم.

بالإضافة إلى ذلك، ينبغي على المختبرات العمل على تحديث بروتوكولاتها وإدخال التقنيات الجديدة والمحسنة لقياس فيتامين دي، والتحقق من دقة النتائج باستمرار وتقييم الأخطاء المحتملة واتخاذ الإجراءات اللازمة لتقليلها.

في النهاية، يجب على الأفراد الاستشارة بشأن مستويات فيتامين دي والعلاج المناسب في حالة وجود نقص في المستويات.

مستويات فيتامين دي في المختبرات إلى اختلافات في النتائج التي يتم الحصول عليها.

تتنوع أسباب التفاوت في قياس معدلات فيتامين دي بين المختبرات، ومن بينها الأساليب المستخدمة لقياس المستويات، فقد تختلف أساليب القياس بين المختبرات، مما يؤدي إلى تفاوت في النتائج.

كما يمكن أن يتأثر مستوى فيتامين دي بتعرض العينات لدرجات حرارة مختلفة، وهو ما يؤدي إلى تحلل الفيتامين وتغيير مستواه.

وتشير الدراسات إلى أن هناك أخطاء مختبرية أخرى يمكن أن تؤدي إلى تفاوت في نتائج اختبارات فيتامين دي، مثل تداخل الأجسام المضادة الموجودة في العينة مع عملية الاختبار، أو تأثير العوامل الخارجية مثل الإضاءة والضوء على عملية الاختبار.

ومن أجل تقليل هذه الأخطاء وضمان الدقة والموثوقية في قياس مستويات فيتامين دي، ينبغي على المختبرات اتباع إجراءات قياس موحدة ومعيارية، والاستخدام المستمر لأساليب القياس الأكثر دقة وفعالية.

يحيي العالم كل سنة منذ عام ٢٠٠٤ في العاشر من شهر أيار اليوم العالمي للذئبة الحمراء، وتخصّص المنظمات الصحية في العالم أنشطة للتعريف به، ولزيادة الوعي بأعراض المرض، وأثاره الصحية.

ما داء الذئبة الاحمراري؟

هو أحد أمراض اضطراب المناعة الذاتية، وقد يكون من بين الأخطر، والأكثر، فتكاً، إن لم يُشخص مبكراً، ويعالج علاجاً صحيحاً. إن أسباب هذا الاعتلال ليست

معروفة إلى الآن

لكن قد يكون للوراثة الدور الأبرز في بدء المرض؛ فقد وجد الباحثون عدداً من الجينات، التي تؤدي إلى زيادة احتمالية الإصابة بهذا الاعتلال، ومن ناحية أخرى تزيد بعض الظروف البيئية، كالتدخين، والتعرض للهرمونات، واستخدام بعض العلاجات وغيرها، عند هؤلاء المرضى المستعدين جينياً، تلك الاحتمالية، وتضاعف فرص الإصابة. وتختلف نسب انتشار المرض بين الأمم؛ إذ يوجد خمس ملايين مصاب بالذئبة الحمراء حول العالم، لكنه،

وبصورة عامة، يكون أكثر شيوعاً بين أصحاب البشرة السمراء، وبشكل خاص النساء في سن الخصوبة (٤٥-١٥ سنة).

ويصاب الجهاز الهيكلي، مثل أمراض المناعة الذاتية الأخرى، في أغلب الأحيان بهذا الاعتلال، ولكن إصابة هذا الجهاز، خلال فترات نشاط المرض، لا تكون النقطة المحددة لنوع حياة المريض مستقبلاً؛ لأن التهاب المفاصل، وتشوهاتنا، لا تكون تهتكية، أو تآكلية، ولكن إصابة أعضاء، وأجهزة، جسمانية أخرى، كإصابة الكلى، والجهاز العصبي، واعتلال الصفائح الدموية، وفقر الدم التحلي المتكرر، هي التي سيكون لها الأثر الأكبر، في أن يكون هذا المرض مهدداً للحياة، ومُسبباً، لأضرار صحية، غير قابلة للإصلاح مستقبلاً.

يمكن تصنيف داء الذئبة الاحمراري إلى أصناف مختلفة، تشترك في صفات

عامة:

الصفن الأول: والأكثر شيوعاً، هو داء الذئب الحمامية الجهازية (المجموعية). وتختلف شدتها بين الإصابة البسيطة، المُقتصرَة على الجلد، والمفاصل



د. مصطفى عماد البدران
تخصص دقيق أمراض المفاصل
الرئوية

داء الذئبة الحمراء

مع انقلاب تفاعلية المصل، وتوليد أجسام مضادة خاصة، كالأجسام المضادة للنواة، والأجسام المضادة للحامض النووي المضاعف، وغيرها إلى الإصابات الفتاكة، والمميتة. الصنف الثاني: فهي الذئبة الحمامية الجلدية، (القرصية)، التي يقتصر تأثيرها على الجلد فقط، وبالأخص أماكن التعرض للشمس. وتسبب تندباً شديداً. وقد تؤدي إلى فقدان موضعي دائم للشعر، إذا ما أصابت فروة الرأس.

لكنها قد تتحول، نادراً، إلى داء ذئبة حملي جهازي بصفات كاملة.

الصنف الثالث: داء الذئبة الحمامية، الناتجة عن استخدام عقاقير معينة.

وهي، على الأغلب، تزول أعراضها، بعد أن يتوقف العلاج المسبب بعدة أشهر. الصنف الرابع: داء الذئبة الحمامية الوليدية. وهو نادر الحدوث، ويصيب الرضع حديثي الولادة، بسبب اكتسابهم الأجسام المضادة من الأم، المصابة بالمرض.

ومثل أنواع أمراض المناعة الذاتية

الأخرى، يمكن أن يترافق داء الذئبة الاحمراري مع اضطرابات مناعية خطيرة جداً، أمثال متلازمة أضداد الدهون الفوسفاتية، التي قد تسبب خثراً، متكررة في الأوردة العميقة، وإسقاطات متكررة. وقد تؤدي بحياة المريضة، أو تؤدي إلى أضرار جسمانية، جسيمة، كالتورمات الدماغية الوعائية، أو تسمم الحمل.

وكانت، سابقاً، تسبب خسارة المرضى لحياتهم، أو تعرضهم لتعقيدات، ومضاعفات صحية خطيرة، كبيرة؛ لغياب المناهج الطبية المتفق عليها، والمدرسة حسب قوا عد الدلائل الطبية، والمنتقاة من البحوث الطبية المعقدة.

أما الآن فالأمر أفضل؛ باستخدام الأساليب الطبية المتفق عليها عالمياً، التي درست ملياً، وثبتت فوائدها عملياً، وباستخدام علاجات متطورة مُعدّلة للمناعة، ولإدخال

مفهوم الفرق العلاجي، التي تحوي أطباء من التخصصات الدقيقة المختلفة، التي تحسن التعامل مع المرض باحترافية عالية، وباستخدام المهارات السريرية الممكنة كلها.





د. أيسر جري السعد
اختصاصي طب الأطفال

بينما للأطفال الذين يعانون من الوزن القليل يجب التركيز على الأغذية عالية السعرات الحرارية مثل البروتينات والدهون كاللحوم والسّمك والدجاج.
٢- يجب ان توفر العناصر الغذائية الرئيسة: ونقصدها البروتينات، والدهون، والكر بوهيدرات.

يحتوي حليب الأم على نسبة جيدة من البروتينات، ولكن مع تقدم عمر الطفل وزيادة نموه يصبح الحليب لوحده غير كافٍ. لذلك يجب اختيار الأغذية التكميلية التي تحتوي بروتينات مثل اللحوم والدجاج والسّمك. تزداد الحاجة إلى البروتينات كلما كبر الطفل.

تمثل الدهون في الحليب مصدرا مهما للسعرات الحرارية الضرورية لنمو الرضع والأطفال الصغار. لذلك يجب أن تحتوي الأغذية التكميلية على مصدر للدهون الصحية (الدهون الأحادية والمتعددة بضمونها الدهون المتعددة طويلة السلسلة) مثل زيت الزيتون، زيت عباد الشمس وغيرها.

حيث يجب أن تكون نسبة الدهون ٤٠٪-٣٠٪ من مصادر الطاقة.

بعد إكماله ٦ أشهر للأسباب التالية:

- ١- تتطور قابلية الطفل على مضغ الطعام وتحريك فكيه بصورة متناسقة.
- ٢- يتمكن الطفل من مسك الأشياء بكلتا يديه.
- ٣- يصبح الطفل قادرا على الجلوس بمساعدة الأهل.
- ٤- يكون الجهاز الهضمي أكثر استعدادا لهضم الطعام وامتصاصه.

٥- تنضج الكليتين بصورة تساعد على طرح الفضلات الناتجة من الطعام.

حتى تحقق الأغذية التكميلية هدفها يجب ان تتوفر فيها الشروط التالية:

- ١- تسد حاجة الطفل من الطاقة: خلال السنة الأولى من العمر تزداد حاجة الطفل من السعرات الحرارية كلما زاد حجم جسمه

وزاد نشاطه، ومن الصعب تحديد كمية الطاقة التي يحتاجها الطفل بسبب الاختلاف في كمية النشاط وبنية الجسم لكل طفل.

لذلك من المناسب للأبوين أن يعتمدوا على علامات الجوع عند الطفل للبدء بإعطاء الوجبة وبمعنى آخر إعطاء الطفل الطعام استجابة لجوعه.

كما يجب الاعتماد على نمو الطفل لتحديد كمية الطاقة التي يحتاجها.

في الأطفال الذين يزيد وزنهم بسرعة يجب التركيز على إعطائهم الأغذية قليلة السعرات الحرارية مثل الخضروات والفواكه.

الأغذية التكميلية هي التي تعطى للطفل إضافة إلى الرضاعة الطبيعية، حيث يعتمد الطفل في السنة الأولى من عمره على الرضاعة الطبيعية وهي كافية لتغذيته وإمداده بالطاقة اللازمة. بعد أن يكمل الطفل شهره السادس تصبح الرضاعة لوحدها غير كافية ويحتاج إلى إدخال الأغذية التي تسد حاجته من الطاقة والعناصر الغذائية.



الأغذية التكميلية

هناك أنواع من الأغذية تكون مناسبة أكثر من غيرها للبدء بإعطائها للطفل الرضيع، أكثرها شيوعاً هي الحبوب.

كما يجب أن تكون الأغذية التكميلية متنوعة لضمان حصول الطفل على العناصر الغذائية بصورة كافية.

يجب الاستمرار بإعطاء الطفل الحليب مع الأغذية التكميلية.

لماذا عمر ٦ أشهر؟

قد يقوم البعض بإدخال الطعام إلى وجبات الطفل بعمر مبكر والبعض الآخر يؤجل إعطاء الغذاء للطفل إلى عمر متقدم.

ولكن وجدت البحوث والدراسات الطبية أن الفترة المثالية لإدخال الطعام للطفل هي



نصائح مهمة للبدء بالأغذية التكميلية:

- أبدأ بعمر ٦ أشهر.
- قدم للطفل نوع واحد من الطعام في كل مرة.
- يجب ان تكون السعرات الحرارية للأغذية التكميلية أكثر مما في الحليب.
- ركز على الأغذية الغنية بالحديد والزنك مثل اللحوم والدواجن والسّمك والحبوب المدعمة.
- يجب الأستمرار بالرضاعة مع الأغذية التكميلية.
- لا تعطي الطفل أكثر من نصف كوب من عصير الفواكه الطبيعي في اليوم.
- عدم اعطاء الطفل المشروبات المحلاة نهائياً.
- ابدأ باستخدام الكوب للطفل في العمر المناسب بدل قنينة الحليب لشرب السوائل.
- عدم اعطاء الطفل العسل وبياض البيض الا بعد اكماله ١٢ شهر من عمره.
- تجنب وضع السكر والملح في طعام الطفل.

وفي الختام من الضروري بناء العادات الغذائية الصحية منذ عمر مبكر للطفل.

حيث يحتاج الطفل الذي يأخذ رضاعة طبيعية خالصة الى مصدر حديد بعمر ٤-٦ أشهر لدعم انتاج كريات دم حمراء جديدة وللمساعدة في نمو الدماغ. وتنصح الاكاديمية الأمريكية لطب الأطفال البدء بإعطاء الطفل الحديد بعمر ٤-٦ أشهر لحين البدء بالأغذية التكميلية الغنية بالحديد. ويجب إجراء فحص دم استكشافي ما بين عمر ٩-١٢ شهر للكشف المبكر عن نقص الحديد. تحتوي العديد من الأغذية على الحديد والزنك منها حيوانية وأخرى نباتية، وتكون المصادر الحيوانية أفضل في تزويد الحديد والزنك مثل اللحوم الحمراء والدجاج والسّمك والبيض. أما المصادر النباتية للحديد والزنك فهي البقوليات والحبوب المدعمة بالحديد. من الفيتامينات المهمة والأساسية للطفل هو فيتامين دي ويحتاج الطفل أن نعطيه هذا الفيتامين منذ الاسابيع الأولى من العمر بسبب انخفاض مستواه في حليب الام وعدم تعرض الطفل الى الشمس يومياً.

تمثل الكربوهيدرات في الحليب بما مقداره ٤٠٪ من السعرات الحرارية على شكل لاكتوز.

من الأفضل اختيار السكريات والمعقدة غير المكررة وتجنب إعطاء الطفل المشروبات المحلاة بالسكر لما لها من دور في زيادة الوزن والسمنة.

٣- يجب ان تحتوي الأغذية التكميلية على العناصر الغذائية الدقيقة مثل الأملاح والمعادن والفيتامينات: يحتوي الحليب على أغلب العناصر الغذائية الدقيقة.

كما يكون الحليب الاصطناعي مدعم بجميع العناصر الغذائية التي يحتاجها الرضيع.

لذلك يجب أن تشتمل الأغذية التكميلية على أنواع غنية بهذه العناصر.

يعتبر الحديد والزنك من المعادن الغذائية المهمة للطفل.

حيث يحتوي حليب الأم على كمية مناسبة تكفي الطفل في أشهره الأولى. يعتمد احتياج الطفل الى الحديد على عدة عوامل منها مدة الحمل، وجود مشاكل صحية عند الأم اثناء الحمل، وزن الطفل عند الولادة ومدة الرضاعة الطبيعية الخالصة.

فرط الحركة وتشتت الانتباه



د. رفيف عبد الحافظ الرياحي

في هذه الحالات، قد تساعد الاستشارة كلاً من اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط ومشكلة مصاحبة ما.

العلاج السلوكي

يمكن للمعلمين وأولياء الأمور تعلّم استراتيجيات تغيير السلوك، مثل أنظمة المكافآت الرمزية والمهلة، للتعامل مع المواقف الصعبة، التدريب على المهارات الاجتماعية.

التأقلم والدعم

إن رعاية طفل مصاب باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط يُعدّ أمراً صعباً بالنسبة لأفراد العائلة بأكملهم.

قد يشعر الوالدان بالسوء إزاء سلوك طفلهم، وكذلك إزاء الطريقة التي يستجيب بها الآخرون لهذا السلوك.

كما أن الضغط الناجم عن التعامل مع الطفل المصاب باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط يمكن أن يؤدي إلى نشوب خلافات زوجية.

كذلك، يمكن أن يزداد تعقيد تلك المشكلات نتيجة للعبء المالي الذي يمكن أن يشكّله اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط على العائلات.

كما أن أبناء الطفل المصاب باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط يمكن أن يكونوا مصابين بصعوبات خاصة. ويمكن أن يتأثروا بأخ أو أخت كثير المطالبات أو يتسمم بالعدوانية، ومن الممكن أن يحصلوا على القدر الأقل من الاهتمام نظراً لأن الطفل المصاب باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط يحتاج إلى القدر الأكبر من وقت الوالدين.

٣-مختلط. هذا مزيج من أعراض الغفلة وأعراض فرط النشاط/الاندفاع. تشتت الانتباه

يمكن في كثير من الأحيان للطفل الذي يظهر نمطاً من عدم الاهتمام أن:

يفشل في إيلاء اهتمام وثيق للتفاصيل أو يقوم بأخطاء طائشة في العمل المدرسي، يواجه مشكلة في التركيز على المهام أو اللعب، يبدو وغير منصت، حتى عندما يتم التحدث إليه مباشرة، يواجه صعوبة في متابعة التعليمات ويفشل في إنهاء العمل المدرسي أو الأعمال المنزلية، يعاني من مشكلات في تنظيم المهام والأنشطة، يتجنب أو لا يُعجب بالمهام التي تتطلب مجهوداً عقلياً مَرَكَزاً، مثل الواجب المنزلي، يفقد العناصر اللازمة للمهام أو الأنشطة على سبيل المثال، الألعاب والتكليفات المدرسية وأقلام الرصاص وغيرها.

يكون غالبية الأطفال الأصحاء غير يقظين، ويعانون من نشاط زائد، أو عدم الانتباه بين الحين والآخر.

يعاني الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة من قصر مُدّة الانتباه، ويكونون غير قادرين على الالتزام بأداء نشاط واحد لمدة طويلة.

العلاج

تشمل العلاجات القياسية لاضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط عند الأطفال الأدوية والعلاج السلوكي والخدمات الاستشارية والتثقيفية.

يمكن لهذه العلاجات تخفيف الكثير من أعراض اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط، لكنها لا تعالجه.

قد يستغرق الأمر بعض الوقت لتحديد ما هو الأفضل للطفل.

يستفيد الأطفال المصابون باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط في كثير من الأحيان من العلاج السلوكي، والتدريب على المهارات الاجتماعية، والتدريب على مهارات الوالدين وإسداء المشورة لهم، والتي قد تُوفّر من قبل طبيب نفسي أو اختصاصي نفسي أو اختصاصي اجتماعي أو غيرهم من متخصصي الصحة العقلية.

قد يشكو بعض الأطفال المصابين باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط من أمراض أخرى مثل اضطراب القلق أو الاكتئاب.

اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD) حالة مزمنة تصيب ملايين الأطفال، وغالباً ما تستمر في مرحلة البلوغ، يتضمّن اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط مجموعة من المشكلات المستمرة، مثل صعوبة الحفاظ على الانتباه، وفرط النشاط، والسلوك الاندفاعي.

قد يعاني الأطفال المصابون باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط من تراجع الثقة بالنفس، والعلاقات المضطربة، وضعف الأداء في المدرسة أيضاً.

تقلّ الأعراض في بعض الأحيان مع تقدّم العمر.

ومع ذلك، لا يتخطّى بعض الأشخاص أعراض اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط تماماً.

في حين أن العلاج لن يعالج اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط، فإنه يُمكن أن يُساعد بشكل كبير في علاج الأعراض. يشمل العلاج عادةً الأدوية والتدخلات السلوكية.

قد يُحدِث التشخيص والعلاج المبكران فرقاً كبيراً في النتائج.

الأعراض

تتضمّن الميزات الأساسية لاضطراب اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط عدم الانتباه والسلوك المفرط النشاط.

تبدأ أعراض اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط قبل سن ١٢ عاماً، وتكون هذه الأعراض ملحوظة في وقت مبكر من عمر ٣ سنوات لدى بعض الأطفال.

قد تكون أعراض اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط خفيفة أو معتدلة أو حادة، وقد تستمر حتى سن البلوغ.

يحدث اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط في كثير من الأحيان في الذكور أكثر من الإناث، وقد تكون السلوكيات مختلفة بين الصبيان والفتيات.

على سبيل المثال، قد يكون الصبيان أكثر نشاطاً، وقد تميل الفتيات إلى عدم الانتباه.

يُوجد ثلاثة أنواع من اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط:

١- غافل أغلب الوقت.

تتدرج غالبية الأعراض تحت الإهمال.

٢- مصاب بفرط النشاط. الاندفاع أغلب الوقت.

تكون غالبية الأعراض فرط النشاط والاندفاع.



د. هدى كريم علي
اختصاص طب الأطفال
وحديثي الولادة



لقاح الانفلونزا للاطفال

للتعرض للمضاعفات، خصوصا ان كانوا مصابين بالربو او السكري والأطفال دون سن العامين.

الوقاية

الاكاديمية الأمريكية لطب الأطفال توصي بإعطاء تطعيم الأنفلونزا الموسمية لجميع الأطفال بعمر 6 شهور وأكثر. اذا اخذ الطفل تطعيم الأنفلونزا سابقا يحتاج فقط الى جرعة واحدة.

إذا كان عمر الطفل من ستة أشهر الى تسع سنوات ولم يأخذ التطعيم سابقا حينها يحتاج الطفل جرعة ثانية بعد الجرعة الأولى بأربعة أسابيع.

يفضل ان يعطى تطعيم الأنفلونزا قبل نهاية الشهر العاشر من السنة (تشرين الأول)

من الأعراض الجانبية الأكثر شيوعا لتطعيم الأنفلونزا.

ألم واحمرار وانتفاخ في مكان الحقن، ارتفاع الحرارة، آلام العضلات.

توضع على الرقبة والأفخاذ وتحت الابط ولا ينصح باستخدام الكحول بالكمادات بسبب احتمال التسمم والاضرار بصحة الكبد).

(تقوية جهاز المناعة عن طريق اعطاء فيتامين دال على شكل قطرات تحسب حسب العمر، فيتامين سي حيث يقلل من فترة نزلات البرد والأنفلونزا، كذلك الزنك يساهم بتقوية المناعة)

اعطاء الطفل الكثير من السوائل لمنع اصابته بالجفاف وحصوله على الكثير من النوم والراحة ومن الجدير بالذكر أن معظم الأعراض المذكورة عادة ما تختفي بعد خمسة أيام من ظهورها. لكن السعال والضعف قد يستمران لأكثر من ذلك.

فعادة ما تختفي جميع الأعراض خلال أسبوع واحد إلى أسبوعين، ومع ذلك، فمن المهم علاج الإنفلونزا بجدية كونها من الممكن أن تؤدي إلى الالتهاب الرئوي وغيرها من المضاعفات التي تهدد الحياة، وخاصة لدى الأطفال الذي يكونون اكثر عرضة من غيرهم

تعرف الأنفلونزا بأنها التهاب فيروسي شديد يصيب الجهاز التنفسي، وعلى الرغم من أنها تصيب جميع الفئات العمرية إلا أن الأطفال يصابون بها اكثر من البالغين.

وعادة ما يتم الخلط بين الأنفلونزا ونزلات البرد، غير أن أعراض الأنفلونزا عادة ما تكون أكثر شدة من مجرد عطس واحتقان.

علميا أغلب حالات البرد والأنفلونزا التي تصيب الاطفال يسببها فيروسات وليسست بكتيريا وبالتالي لا داعي لاستخدام مضادات الالتهابات حتى لو كانت حرارة الطفل عالية أو رضاعته قليلة لأنها عدوى فيروسية ولا تسبب بتقليل مدة المرض أو حدة المرض.

الأعراض والعلامات وطرق علاجها

مثل الرشح، السعال، ألم الحلق، ألم الاذن، ارتفاع درجة الحرارة، فقدان الشهية، الاسهال، الغثيان والتقيؤ (عند ارتفاع درجة حرارة الطفل ينصح باستخدام كمادات مبللة بماء دافئ



د. سندس عبدالودود الجزائري
اختصاص جراحة الفم
والوجه والفكين

زراعة الاسنان



شروطها وموانعها

- ١- الأمراض المناعية المثبطة للمناعة: مثل مرض السيدا و سرطان الدم والعلاج الكيميائي.
- ٢- الحمل: يجب تأجيل عملية زراعة الأسنان حتى يتم الانتهاء من فترة الحمل والرضاعة.
- ٣- مشاكل القلب والأوعية الدموية: مثل الأزمات القلبية الحادة والجلطات الدماغية والتهاب الأوعية الدموية.
- ٤- الأمراض المزمنة المتقدمة: مثل مرض السكري الشديد وأمراض الكبد والكلية وأمراض الجهاز التنفسي.

- ٥- التدخين وتعاطي المخدرات: يمكن أن يتسبب التدخين وتعاطي المخدرات في تأخر شفاء الجرح بعد الجراحة.
- ٦- نقص العظم: إذا كانت الفكوك لديك ضعيفة جداً ولا يمكن دعم الزرعة المعدنية بشكل جيد، قد يكون من الصعب إجراء الجراحة.
- ٧- مشاكل الأسنان الأخرى: يجب علاج جميع الأسنان المتضررة قبل البدء في عملية زراعة الأسنان.

هذه الموانع لا تعني بالضرورة أنه لا يمكن إجراء عملية زراعة الأسنان للأشخاص الذين يعانون من هذه المشاكل، ولكن يجب على الجراح والمريض إجراء دراسة حالة كاملة لتقييم الفرصة وتحديد أفضل الخيارات العلاجية.



زراعة الأسنان هي عملية جراحية تستخدم لاستبدال الأسنان المفقودة باستخدام جسم معدني يتم زرعه في الفك والذي يتكامل مع العظم بشكل طبيعي، ثم يتم إضافة تاج أو جسر على الجسم المزروع ليشكل الأسنان الجديدة. يمكن أن تتأثر شروط زراعة الأسنان بعوامل عديدة، بما في ذلك حالة الفم والأسنان لدى المريض وعمره والحالة الصحية العامة للفرد.

ومن بين شروط زراعة الأسنان:

- ١- العظم الصحيح: يتطلب زراعة الأسنان وجود كمية كافية من العظم في مكان الزرع للسماح بتكامل المسمار المعدني.
- ٢- صحة اللثة: يجب أن يكون لدى المريض لثة صحية وخالية من العدوى والأمراض.
- ٣- الصحة العامة: يجب أن يكون المريض قادراً على التحمل الجراحي وليس لديه حالة صحية تعيق شفاء الجرح بشكل جيد.

٤- الحفاظ على نظافة الفم والأسنان: يجب على المريض الالتزام بنظام صحي للفم والأسنان بعد العملية، حيث يجب الحفاظ على نظافة الأسنان المحيطة بالزرعة.

هناك بعض الموانع التي تمنع بعض الأشخاص من إجراء عملية زراعة الأسنان بأمان ونجاح، وتشمل بعض هذه الموانع:



م.م. آية عبد الأمير علي
كلية التربية

وجهات نظر تربوية ونفسية في كيفية التعامل مع تلاميذ الصف الاول الابتدائي

القدوة الحسنة للطفل

كوني أنت القدوة الحسنة لطفلك، وتذكري دائماً أن سلوك الأبناء هو انعكاس لسلوك الآباء والأمهات فإذا كنت ترغبين في تحلي أبنك بصفة معينة، عليك أولاً التحلي بها وتذكري دائماً أن تركيزه على كلماتك المتكررة أو تصرفاتك داخل المنزل أمر ضروري يبقى في ذهن الأطفال ولا يقتصر ذلك فقط على التعامل مع أطفالك، لكن يعد سلوكك الخاص وطريقتك في التواصل مع الآخرين أكثر مما يشاهده الطفل ويترك لديه انطباعاتاً قوياً.

اليوم الاول في المدرسة للمعلم

يعد اليوم الأول للقاء المعلم بالتلاميذ يوماً حاسماً في تكوين العلاقة بينهما، لذا يجب ان يتعامل المعلم مع هذا اليوم بمنتهى الجدية والاهتمام، ومن النصائح الهامة لإنجاح هذا اللقاء:

- دخول المعلم الصف بوجه بشوش وابتسامه نابعة من القلب.
- القاء التحية بصوت مسموع والسماح للطلبة بالجلوس.
- التعريف عن نفسه والتعرف على التلاميذ.
- الانتباه لتوزيع نظره واهتمامه للجميع.
- إلقاء المعلم كلمة ترحيبية على مسامح طلابه والتي هي أهم عنصر في هذا اللقاء ويجب أن تفيض بالمحبة والايجابية والتفاؤل والثقة.

تعليم الأطفال ودخول الطفل

للمدرسة من أهم المراحل العمرية وأصعبها، وتحتاج للكثير من الجهد والتركيز ويبدأ الطفل خلالها في اكتشاف مجتمع جديد مليء بالأحداث اليومية والمواقف بين الأشخاص خاص المختلفين. ويتشرك كل من المعلم والأهل في مسؤولية تعلم الأطفال وتلقيهم المعلومات والمحتوى الدراسي بشكل مناسب للمستوى العقلي للطفل، ليس



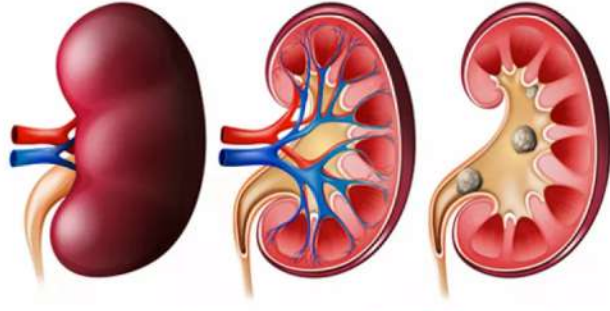
ذلك فقط بل يتشرك كل منهم في تقييم سلوك الأطفال وتعليمهم طرق التواصل بشكل صحيح مع الأشخاص المحيطين بهم في المدرسة. فللمعلم دور حيوي في تنشئة الطفل وتكوين شخصيته الناضجة التي تستوعب الكون من حوله، ويساعد الآباء والأمهات في هذا من خلال تربية الطفل بشكل سوي وتقديم الدعم المعنوي بالشكل المطلوب.

التعامل مع الأطفال في المدرسة

وأوضحت أن بداية انضمام الطفل للمجتمع الدراسي يصاحبها الكثير من التغييرات في سلوكه، قد تكون تلك التغييرات غير متوقعة أو سلبية بعض الشيء ونتيجة لاختلاف عاداته المكتسبة من الآخرين، وقد يكون هذا الأمر طبيعياً لكن يحتاج الأهل في تلك الحالة للمتابعة الدقيقة لتوجيه الطفل وتقييم سلوكه غير المعتاد.



د. همسة شاكر
اختصاص طب الأطفال



الفشل الكلوي المزمن عند الأطفال

مضاعفات الفشل الكلوي

- فقر الدم
- مشاكل القلب والاعوية الدموية
- أمراض العظام
- تلف الاعصاب
- الاصابة بالالتهابات

تغذية الطفل المصاب بالفشل الكلوي:

دائما ما تدور التساؤلات حول
الاغذية المسموحة وما كمية البروتين
والمعادن اللازمة؟

- تقليل البروتينات لأنها تنتج اليوريا
المضرة بالجسم ولذلك يزداد الثقل على
كاهل الكلية ونقصد بيها (الببيض، اللحوم
الحمراء، البقوليات، العدس والفاصوليا).
- تقليل أملاح البوتاسيوم (الموز،
البطاطا، المشمش، الزبيب والاجاص)
- تقليل الفسفور والامتناع عن الاغذية
الحاوية على الفسفور كاللحوم والحبوب
الكاملة، المشروبات الغازية، الكاكاو وزبدة
الفسق والمكسرات.
- السوائل: في المراحل الاخيرة ونتيجة
لقصور القلب وانحباس السوائل يجب
تقليل السوائل.
- الصوديوم: يسبب عادة ارتفاع ضغط
الدم ويزيد ارهاق الكلية لذا يجب أن تقلل
أملاح الصوديوم بحيث لا تتجاوز ١ غرام
يوميًا.

وفي النهاية فمعظم الاطفال لا يحتاجون
الى الغسيل الكلوي اذا ما اتبعوا حمية
غذائية ملائمة.

- ارتفاع ضغط الدم.
- استخدام الطفل لدورة المياه بشكل
مفرط أو التبول اللاإرادي.
- الطفل عادة لا يحقق النمو العقلي
والجسدي المتوقع إضافة الى ضعف
التركيز.
- فقدان الشهية، الصداع، الغثيان،
شحوب الوجه، وجع العضلات، وقلة
النشاط نتيجة فقر الدم.

تشخيص المرض

- اعتمادا على الفحص الطبي والتاريخ
المرضي واعراض المرض لدى الاطفال
والفحوصات الطبية وتشمل:
- فحص الادرار العام مع فحص نسبة
البروتين كرياتينين
- فحص عام للدم ونسبة الكريات
والمكونات الأخرى تدل على وجود مرض
يؤثر على الكلى مثل اليوريا والكرياتينين.
- فحص الموجات الصوتية والأشعة
السيينية لتحديد أي تغيير في شكل
وتركيب الكلية والمجري البولية.
- أخذ خزعة من أنسجة الكلية لتحديد
الضرر الحاصل ونوعه في خلايا الكلية.

علاج الفشل الكلوي:

- استخدام الادوية والهرمونات التي
تساعد على النمو وعلاج فقر الدم وتمنع
فقدان كثافة العظام.
- السيطرة على ارتفاع ضغط الدم.
- زرع الكلى.
- تعديل النظام الغذائي واعتماد حمية
غذائية.
- غسيل الكلية وهو نوعان:
دموي وبيريتوني

السعادة نصفها الصحة ومن يتمتع
بالصحة لديه أمل ومن لديه أمل لديه
كل شيء.

الفشل الكلوي هو أحد المشاكل الكبيرة
التي يعاني منها الاطفال وتؤثر بشكل سلبي
على حياته ولا شك أن سماع هذا
المصطلح يثير قلق الوالدين وتبدأ
التساؤلات ما هو الفشل الكلوي؟

وما هي أعراضه؟ وما طرق العلاج؟

يمكن أن تصاب الكلى بنوعين
من الفشل الكلوي:

الأول هو الفشل الكلوي الحاد وهو حالة
مفاجئة مؤقتة يمكن أن تتعافى فيها الكلى
غالبا بنسبة كبيرة.

والثاني هو الفشل الكلوي المزمن وفي هذه
الحالة يتدهور أداء الكليتين ويكون عادة
بطيئا لا يتم تمييز الأعراض في مراحلها
الأولى حيث أن الأعراض تظهر عند تفاقم
الحالة وتكون الكلى قد تعرضت للضرر
الدائم الذي لا يمكن علاجه إلا بواسطة
الغسيل الكلوي او زرع الكلية.

للکلى وظائف عدة إضافة إلى ترشيح الدم
وافراز الفضلات وفائض السوائل فهي لها
دور كبير في انتاج كريات الدم الحمر
والحفاظ على توازن أملاح الجسم.

أسباب الفشل الكلوي المزمن

أولا: أمراض وراثية مثل تكيس الكلى أو
مناعية أو مزمنة مثل السكري وارتفاع
ضغط الدم.

ثانيا: عيب خلقي في تكوين الكلى والجهاز
البولي.

أعراض الفشل الكلوي:

- انتفاخ وتورم حول العينين والكاحلين
وعادة ما تترك الملابس علامات على
جسم الطفل بسبب ضغطها على الجزء
المنحسب بالسوائل.

د. مصطفى يونس حوشي
اختصاصي الطب الباطني

Chlamydia Test

الكلاميديا

Chlamydia

مضاعفات الإصابة بالكلاميديا:

إنّ عدم علاج الكلاميديا يترتب عليه مضاعفات خطيرة عند المصاب بغض النظر عن جنسه.

المضاعفات عند النساء

فمن الممكن أن تؤدي الكلاميديا إلى إصابة النساء بمرض التهاب الحوض، ممّا يؤدي إلى تلف قنوات فالوب التي تربط المبايض بالرحم، وتزيد الإصابة بالكلاميديا من احتمالية الحمل خارج الرحم، وقد تؤدي إلى العقم، بالإضافة إلى تسببها بحدوث الولادة المبكرة، وإصابة الجنين بالتهاب رئوي، وعدوى في العينين قد تؤدي إلى العمى.

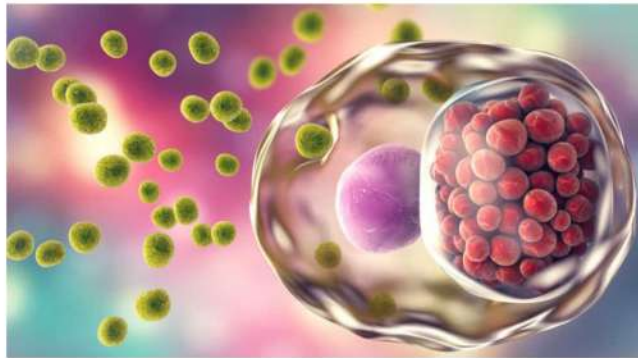
المضاعفات عند الرجال

المضاعفات عند الرجال غالباً ما تشمل حدوث التهاب الإحليل اللا سيلائي، والتهاب البربخ (أنبوب يعمل على نقل الحيوانات المنوية من الخصيتين) بالإضافة إلى قدرة الكلاميديا على

التسبب بالتهاب المستقيم. يذكر أنّ المصابين بالكلاميديا بغض النظر عن جنسهم ترتفع لديهم احتمالية اكتساب أو نقل فيروس العوز المناعي البشري المُسبب لمرض الإيدز.

وغالباً ما يكون لون الإفرازات أصفر أو أخضر، وقد يرافقها وجود الرائحة. - نزف بين الدورة الشهرية والأخرى. - ألم البطن. - الحمى. - ألم أثناء الجماع .. الشعور بالحرقنة أو الحكنة داخل المهبل أو حوله. - الشعور بالألم أثناء التبول أعراض مرض التهاب الحوض وذلك عند وصول الكلاميديا إلى قناة فالوب، ومن هذه الأعراض الغثيان وألم الحوض الشديد.

أعراض الإصابة عند الرجال



- إفرازات شفافة، أو صفراء، أو خضراء اللون من رأس القضيب الذكري بكميات قليلة. - الشعور بالألم أثناء التبول. - الشعور بالحرقنة والحكة حول فتحة القضيب. - ألم وانتفاخ حول الخصيتين

تعتبر الكلاميديا من الأمراض المنقولة جنسياً والتي تحدث نتيجة الإصابة بعدوى بكتيرية تُعرف بالمتدثرة الحثرية Chlamydia trachomatis، وقد تصيب النساء في عنق الرحم، أو المستقيم، أو الحلق، وقد تُصيب الرجال في الإحليل داخل القضيب الذكري، أو المستقيم، أو الحلق. ومن الجدير بالذكر أنّ الكلاميديا تُصيب اليافعين غالباً، وتنتشر في النساء بشكل أكبر من الرجال. ويُصاب الشخص بالكلاميديا عن طريق ممارسة الجنس مع شخص مصاب بالعدوى، وكذلك يمكن أن ينتقل المرض من الأم إلى جنينها أثناء الولادة.

أعراض الإصابة بالكلاميديا

في الحقيقة لا تظهر الأعراض على أغلب المصابين ولكن قد تظهر الأعراض في بعض الحالات، وغالباً ما تظهر خلال أسبوع إلى ثلاثة أسابيع من لحظة الإصابة

بالعدوى، وقد تختلف الأعراض بين الرجال والنساء.

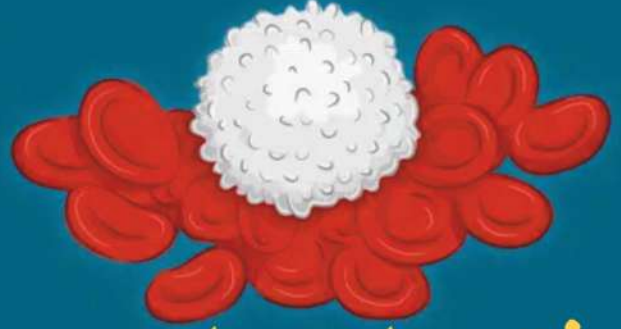
أعراض الإصابة عند النساء

قد تظهر على النساء بعض الأعراض عند إصابتهم بهذا النوع من العدوى، ومن هذه الأعراض: - الإفرازات غير الطبيعية للمهبل،



د. روشن زهير الشمري
تخصص دقيق أمراض الدم
والأورام السريري للأطفال

Thalassemia



فقر الدم البحري (الثلاسيميا)

يحتاج المريض إلى مراجعات بشكل دوري حسب ما يراه الطبيب المعالج والحالة الصحية للمريض لتتم متابعه الحالة كل ٢ إلى ٣ أشهر.

أيضا يتم خلالها قياس نسبة الدم وفحوصات الدم الخاصة بالكبد وعمل الكلية ويتم أيضا قياس نسبة هشاشة العظام واعطاء العلاجات المكتملة. يحتاج فحص نسبة الحديد بالدم بعد استلام المريض الدم أكثر من ١٠ مرات ويتم إجراء فحص القلب بعمر ٨ سنوات أما عمل هرمون النمو ووظيفة الغدة النخامية بعد ثلاث سنوات من نقل الدم المنتظم.

قد يحتاج المريض إلى عملية رفع الطحال في حال زيادة الحاجة إلى الدم عن المعتاد مع تضخم الطحال وهذا يتطلب أن يكون المريض قد لقح ضد المكورات السحائية والرئوية ولقاح الانفلونزا ويفضل أن يتم إجراؤها بعد عمر ٥ سنوات وفي الحالات الشديدة على أن لا تقل عن ٣ سنوات ويستلم خلالها المريض علاج البنسلين بعد العملية لمدة لا تقل عن ٢ سنة.

ومن العلاجات المسموحة للشفاء من المرض هو تبديل نخاع العظم في الحالات التي يكون فيها العمر أقل من ١٥ سنة مع عدم وجود ارتفاع في نسبة الحديد أو خلل في الكبد.

ويفضل تجنب المرض بالالتزام بالمشورة الوراثة وعدم حدوث الارتباط بين حاملين الصفة أو المصابين.

تمنياتنا لكم بدوام الصحة والعافية

يعد فقر الدم البحري من أمراض الدم الوراثية التي تنتقل بصورة متنحية وتتطلب أن يكون كلا الأبوين حاملين للصفة أو مصابين لكي تنتقل الإصابة بالمرض إلى الأبناء.

وهناك نوعان من فقر الدم البحري اعتمادا على الآصرة المتأثرة فهناك فقر الدم البحري نوع بيتا ونوع الفا.

أما اعتمادها على شدة المرض تقسم إلى الكبرى والوسطى والصغرى وسوف نتطرق بحديثنا عن فقر الدم البحري الكبرى نوع بيتا ويتم تشخيصه بفترة مباشرة من عمر الطفل بين عمر ٢ إلى ٦ أشهر حيث يعاني الطفل من الشحوب الحاد الذي يحتاج إلى نقل الدم بشكل متكرر بفترة تتراوح بين ٣ إلى ٤ اسابيع ويعاني الطفل خلالها من تضخم الكبد والطحال، وفي الحالات الشديدة التي لا يتم فيها تشخيص المرض مبكرا واستلام الدم قد يعاني من تشوهات في الوجه منها بروز الجبهة وعظم الوجات.

يرتبط مرض فقر الدم البحري الكبرى بالعديد من المضاعفات منها عجز القلب وفشل النمو وانخفاض عمل الغدة النخامية وتولد هذه المضاعفات نتيجة لارتفاع نسبة الحديد في الدم والذي ينتج أما من ارتفاع نسبة الامتصاص للحديد نتيجة طبيعة المرض أو من نقل الدم المتكرر.

وهذا الارتفاع بنسبة الحديد عادة يتم علاجه من قبل الأطباء الاختصاص بنوع من العلاجات الطاردة للحديد.





د.زكي عبدالسادة
اختصاص وبائيات

الحمى

النزفية



فهي نزف تحت الجلد ومن الفم والعينين والاذن والمهبل وكذلك نزف في الاعضاء الداخلية وخلل الجهاز العصبي والهديان والغيبوبة وفشل الاعضاء مثل الكلى والكبد والتنفس.

العلاج والوقاية

لا يوجد علاج شافٍ من المرض وكل العلاجات تحفظية كذلك لا يوجد لقاح مضاد لحمى القرم للإنسان والحيوان لذلك المهم هو الوقاية من المرض بالخطوات التالية:

- 1- التخلص من الحيوانات المصابة ومكافحة حشرة القراد.
- 2- ذبح الماشية في الأماكن المخصصة وارتداء الملابس الواقية مثل الكفوف وواقيات العين والاحذية الطويلة والتخلص من مخلفات الذبح بالطرق الصحية.
- 3- يجب عدم ملامسة او سحق القراد باليد.
- 4- لبس عدة الوقاية الشخصية عند التعامل مع المصابين وفي المختبرات.
- 5- النظافة والتعقيم وخصوصا بعد ملامسة الحيوانات.
- 6- تطهير حضائر الحيوانات بشكل جيد.
- 7- التوجه الى أقرب مؤسسة صحية عند الشعور بالأعراض المشتبه بها.

الحمى النزفية هي مرض فايروسي معدي تسبب أمراضاً شديدة تهدد الحياة بسبب اتلافها الاوعية الدموية الصغيرة ومنع تخثر الدم مما يؤدي الى نزف شديد خارجي وداخلي وأهم انواع الحمى النزفية:

- 1- حمى القرم - الكونغو
- 2- حمى الضنك
- 3- حمى الايبولا
- 4- الحمى الصفراء
- 5- حمى لاسا

هذه الانواع تنتشر في المناطق الاستوائية من العالم مثل أفريقيا وآسيا والشرق الأوسط ويهمنها حمى القرم - الكونغو كونها تسجل إصابات في العراق بين الحين والآخر وهي مرض يسببه فيروس تحمله حشرة القراد تم اكتشافه لأول مرة عام ١٩٤٤ في شبه جزيرة القرم ويسبب وقوع فاشيات الحمى النزفية الفيروسية الوحيدة ويبلغ معدل الوفيات فيه ٤٠% في العراق كانت تسجل حالات فردية متفرقة سنويا من هذه الحمى ولكن هذا العام تم تسجيل حالات متزايدة من الاصابات والوفيات وخصوصا في محافظة ذي قار.

طرق انتقال الحمى النزفية

- 1- تنتقل عن طريق مخالطة الحيوانات المصابة بالفيروس بواسطة ملامسة انسجتها او دمها او سوائها عند التعامل معها او عند الذبح.
 - 2- تنتقل للإنسان عن طريق لدغ القراد.
 - 3- تنتقل من شخص الى اخر عن طريق التعرض لدم أو سوائل وافرازات اعضاء الشخص المصاب.
- يستغرق ظهور الاعراض 1-3 أيام وفي الاقصى ٩ أيام.

الأعراض

حمى والشعور بالتعب والضعف العام والدوخة وألم العضلات والعظام والمفاصل والصداع الشديد والغثيان والتقيؤ والاسهال، أما الأعراض الشديدة والمهددة للحياة



سرطان الثدي والوقاية منه



د. رِيَا حبيب الشاوي
اختصاص طب مجتمع

الحيض، في حين آلام سرطان الثدي تبقى مستمرة طيلة الوقت. تورم في أحد الإبطين، وظهور انتفاخ واضح يمكن رؤيته لدى المريض.

عوامل تزيد من خطر الإصابة

العمر: يزداد خطر الإصابة بالسرطان كلما تقدم الشخص في العمر، ويُعد من هم بعد سن الخمسين أكثر عرضة للإصابة به. السوابق: تزداد احتمالية الإصابة بسرطان الثدي إذا كانت المريضة قد عانت منه وتم استئصاله، أو عانت من اضطرابات الثدي الحميدة مثل التهاب الثدي الكيسي، أو كانت مريضة بالداء السكري. الوراثة: تزداد احتمالية الإصابة إذا وجدت حالات عانت من هذا المرض في أفراد العائلة.

والتي قد تترافق أحياناً مع ورم في الثدي.

٢- تغيير واضح في حجم أو شكل الثدي؛ وربما تلاحظ المريضة الفرق ما بين حجم أو لون الثديين، وقد تلاحظ زيادة في حجم واحد من الثديين.

٣- تجعد سطح جلد الثدي، وظهور احمرار مشابه لقشرة البرتقال.

٤- تراجع في الحلمة وتسنُّنها.

٥- قد تلاحظ المريضة تغييراً في مكان الحلمة، إما إلى اليمين أو الشمال، مع ظهور تسنُّنات واضحة على سطح الثدي، وذلك بمجرد اللمس.

٦- تسطح الجلد الذي يغطي الثدي، وقد يؤدي جفاف الثدي إلى تسطحه. ويمكن للمريضة أن تلاحظ ذلك من خلال مقارنة ملمسه بلمس الثدي الآخر.

٧- الآم في الصدر أو الإبطن غير مرتبطة بفترة حيض المرأة.

حيث تختلف آلام سرطان الثدي عن آلام فترة الحيض بأن آلام الحيض تختفي بمجرد انتهاء

سرطان الثدي من أكثر أنواع السرطانات شيوعاً بين النساء في بلدان العالم المتقدمة والنامية على حد سواء، وهناك فرصة كبيرة في إمكانية الشفاء من سرطان الثدي في حال كشف عنه في وقت مبكر وأُتيحت الوسائل المطلوبة لتشخيصه وعلاجه.

ولكن إذا كشف عنه في وقت متأخر فإن فرصة علاجه تكون صعبة.

الشريط الوردي

في بداية تسعينيات القرن الماضي تم اعتماد شعار «الشريط الوردي» للتعبير عن سرطان الثدي.

أعراض المرض التحذيرية

١- إفراز الثدي لمادة يمكن أن تكون مشابهة للدم من الحلمة،



المستمر للهرمونات والادوية الحاوية لها.
٢- الوقاية من مضاعفات المرض عن طريق الكشف المبكر لسرطان الثدي وعلاجه قبل ان يستفحل وينتشر بالجسم وكما اكتشف المرض مبكرا والورم صغير وعولج كلما زادت نسبة الشفاء منه وتقليل نسبة الوفيات من هذا المرض.

يتم الكشف المبكر من خلال الفحص الدوري للثدي بواسطة المرأة نفسها بانتظام شهريا ومن عمر ٢٠ سنة وطول عمرها للكشف عن الاعراض التحذيرية التي ذكرناها واذا ماتم ملاحظة تغير أو شك تراجع مراكز امراض الثدي في مستشفياتنا الحكومية حيث عندنا في البصرة ٤ مراكز في مستشفى الصدر التعليمي ومستشفى البصرة العام ومستشفى البصرة للنسائية والطفل ومستشفى الموانئ حيث يوجد اطباء اختصاص ومدربين لفحص وتشخيص وعلاج الحالات وتوجد

الاجهزة الخاصة للتشخيص مثل السونار والمامو كرام والاشعة واخذ الخزعة من الورم.

هناك برنامج في مراكزنا الصحية للكشف السريري عن امراض الثدي لحوالي ١٠-٢٠% من مراجعات المركز الصحي لأي سبب كان من اجل الكشف المبكر. سلامتكم تهنمنا لا تتردد بالفحص.

العادات السيئة: كالسمنة والوزن الزائد، والتدخين، والمشروبات الكحولية،

وارتفاع محتوى الدهون في النظام الغذائي، وقد يلعب نقص تناول اليود في النظام الغذائي دورًا في ذلك أيضاً.

التعرض البيئي لبعض المواد الكيميائية: مثل المذيبات العضوية، وعدد من المبيدات الحشرية، ومركبات ثنائي الفينيل



متعدد الكلور، والهيدروكربونات العطرية متعددة الحلقات.

الوقاية

١- الوقاية من مسببات المرض السابقة الذكر مثل المحافظة على الوزن المثالي وتناول الغذاء الصحي خصوصا الفواكه والخضروات وممارسة النشاط البدني والامتناع عن التدخين الايجابي والسلبي والتقليل من الاستخدام

الحيض المبكر: يؤثر ارتفاع هرمون الاستروجين على أنسجة الثدي سلبيًا، وبالتالي تزداد احتمالية الإصابة بالسرطان للفتيات اللواتي بدأت دورتهن الشهرية قبل سن الثانية عشرة.

انقطاع الطمث في سن متأخرة نسبيًا:

اذ تزداد احتمالية الإصابة عند من تستمر دورتهن ما بعد الخامسة والخمسين.

الإنجاب المتأخر:

فكلما تأخرت المرأة في الإنجاب تعرض الجسم للمزيد من هرمون الاستروجين، فيرفع من نسبة الإصابة بالسرطان.

العلاج بالهرمونات البديلة: استعمال الأدوية الهرمونية مدة تزيد على عشر سنوات تؤثر سلبيًا على خلايا الجسم ونظامها، وخاصة عند النساء اللواتي يتناولن هرمون الاستروجين، وحبوب منع الحمل.

عدم الإنجاب: الولادة تحمي من الإصابة بالسرطان،

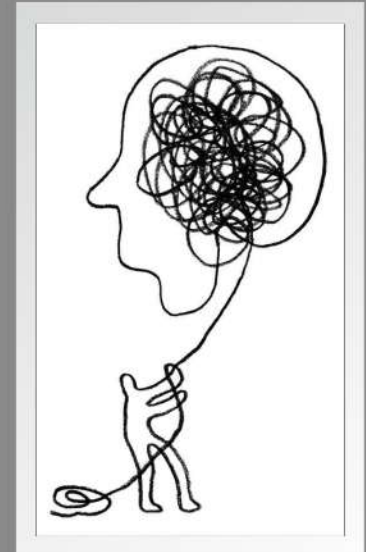
فكلما قلت حالات الولادة ارتفعت احتمالية الإصابة بسرطان الثدي.

العلاج بالأشعة: التعرض للأشعة، خاصة على منطقة الصدر، يؤثر سلبيًا على الخلايا ويساعدها على الخروج عن نمطها، وبالتالي تشكل الخلايا السرطانية.

نمط الحياة: قلة ممارسة الرياضة، والجلوس لفترات طويلة، والعمل بنظام المناوبة.



تحليل شخصية الارهابي



موضوع الإرهاب يعد من أخطر أشكال التهديد لأمن المجتمع واستقراره، والإرهاب ظاهرة تعاني منها شعوب العالم كافة بشكل عام والعراق بشكل خاص.

والإرهاب مرض بلا عقل ولا قلب ولا هوية ويمس حياة الإنسان بكل صوره، فهو خالٍ من أي شكل من أشكال الخلق والدين والمبادئ والقيم الكريمة. أول عمل إرهابي عرفته البشرية هو جريمة قتل قابيل لأخيه هابيل، وقد حاربت جميع الأديان السماوية هذا العنف الدموي.

الشخصية:

هي مجموع الصفات التي يتصف بها الفرد والنتيجة عن عملية التوافق مع البيئة الاجتماعية. فذكاء الإنسان وقدراته الخاصة وثقافته وعاداته ونوع تفكيره وآراءه ومعتقداته، ومزاجه ومستوى طموحه وما يحمله من مخاوف ورغبات وما يتسم به من صفات اجتماعية وخلفية كلها تعتبر من مقومات شخصية الإنسان.

الإرهاب:

في اللغة معناها (الإخافة) أو (الخوف) من رهب يرهب إرهاباً و(أرهبه) يعني (أخافه).

الشخصية الإرهابية: هي شخصية غير طبيعية لا يمكن حامل هذه الشخصية من التأقلم والتعامل مع التغيرات التي تطرأ على حياته وعلى حياة الآخرين، وهي تتسم بسلوك عدواني وتسلطي ودموي وتتصف بالغش مع الاستهتار الشديد لمشاعر وحقوق الآخرين.

تفسير نظرية فرويد: إن السلوك الإرهابي هو نتاج للصراع القائم بين (الهو وبين الأنا) - الذات الحيوانية والذات البشرية، فإذا نجحت الأنا في مساعيها اتزن سلوك الإنسان وعاش الفرد متكيفاً مع البيئة أما في حالة فشلها ينحرف السلوك فيصبح شاذاً أو إجرامياً، أي أن هناك دوافع مكبوتة في اللاشعور تعمل بتوجيه الفرد بشكل منحرف وهذه الدوافع ناتجة عن صراعات لاشعورية يتعرض لها الفرد خلال الطفولة وتبقى في اللاوعي. وهناك غريزة الموت هدفها التدمير والقتل والتخريب بينما غريزة الحياة فإنها مسئولة عن كل ربط إيجابي في الحياة.

التفسير المعرفي:

إن الطريقة التي يفكر بها الإرهاب غير منطقية وغير عقلانية وينعكس على سلوكه ويكون من خلال قتل الأبرياء أو تفجير نفسه بعيداً عن المنطق العقلاني.

التفسير السلوكي:

إن السلوك الإرهابي هو سلوك مكتسب يتعلمه الفرد من محيطه الذي يعيش فيه ويقول العالم "سنكر" إن للتقليد دور بارز في تعلم السلوك العدواني ويكون ما يلاحظ الفرد في محيط الأسرة أو ما يشاهده في وسائل الإعلام.

الضبط الذاتي:

إن الإرهاب والعنف والجريمة ترجع إلى ضعف القدرة على الضبط الذاتي حيث إن فقدان القدرة على الضبط الذاتي هو نتيجة غياب القوى الاجتماعية والتربوية التي تسهم في تدريب الفرد على الالتزام بالمعايير الاجتماعية والأخلاقية.

صفات الشخصية

الإرهابية

- الغضب الحاد المستمر: حيث ينظر للإرهاب على أساس أنه مريض بالغضب لأنه يشعر بالغضب الشديد ويشبه البركان الثائر مما يجعله يقوم بتخفيف ذلك عن طريق السلوك العدواني.
- الشعور بالنقص: وهذا الشعور يرتبط بكرههته للحياة واليأس منها والشعور بالغضب الذي يجعله ينتقم من الحياة.
- الخوف الزائد عن الحد: يخاف الإرهابي من أمور بسيطة مثل المرتفعات أو الأماكن المغلقة والخوف من الناس كأنما يشعر بالاحتقار.
- التفاخر بالجريمة: التباهي بقدراته الإجرامية والشعور بأن ما يقوم به هو سلوك رجولي لا يقدر عليه غير الأقوياء.
- المبالغة بالتفاؤل: يشعر بالراحة النفسية والعقلية من خلال كبت الأفكار التي توحى بالخوف والفشل.

الوقاية والعلاج

1. التربية والتعليم: إن نقص التعليم وغياب الثقافة يشجع على التطرف.
2. الأسرة وأثرها في بناء الشخصية: طرق التربية من قبل الآباء والسلطة الدكتاتورية متخلفة وقديمة مما يدفع الأبناء إلى الكذب والمراوغة وبمرور الوقت يتكون لديهم العنف والعدوان انتقاماً من صورة الأب التسلطي، وعدم متابعة الأولاد يؤدي إلى انحرافهم وبسهولة انقيادهم من قبل الآخرين.
3. الحالة الاقتصادية: ضعف القدرة الشرائية وارتفاع نسبة البطالة وزيادة عدد الفقراء والعوائل المهجرة أصبح هؤلاء سهلي الانقياد والانخراط في شبكات الإرهاب.



د. محمد توفيق مهدي
اختصاصي طب وجراحة
العيون



ملاحظات في امراض العيون

ما أضرار العدسات اللاصقة؟

هناك أضرار للعدسات اللاصقة مثل جفاف العين وحساسية العين والتهاب الملتحمة والتهاب العين والتهاب الجفون ومشاكل القرنية مثل الرؤية المشوشة، إصابات القرنية بدون قصد أثناء خلع وتركيب العدسة وتكون رواسب فوق العدسة تتداخل مع الرؤية وتسبب حساسية والتهاب العين.

ما النصائح عند ارتداء العدسات اللاصقة؟

يجب أن ترتدى العدسات اللاصقة لعدد محدود من الساعات يومياً، حيث أن ارتدائها المستمر أو لفترات طويلة يعرض العين لأخطار جسيمة ولا ينصح به إلا لدواعي طبية. تستدعي العدسات اللاصقة عناية جيدة حيث أن إهمال نظافتها وعدم الاهتمام بتوجيهات الاستعمال والتنظيف اليومي يمكن أن يؤدي إلى مشاكل متعددة وخطيرة مثل قرحة في القرنية والتهابات في أجزاء متعددة من العي.

لماذا ترطيب العين مهم جداً مع دخول الصيف وزيادة درجة حرارة الجو؟

بسبب أعراض جفاف العين تكون الرؤية غير واضحة مع ثقل في حركة العين ويمكن أيضاً دموع في العين.

لذا يجب الاهتمام بشرب المياه وذلك لأن خلايا الجسم كلها وبضمنها العين تتأثر بقلّة شرب المياه وتهتم بأخذ قطرة مرطبة للعين عند ظهور الأعراض مع الحفاظ على لبس النظارة الشمسية عند التعرض لأشعة الشمس المباشرة.

وانتفاخات الجفون والتي تسمى بالجيوب الدهنية وهي حركة جزء من هذه الدهون إلى داخل الجفون خاصة السفلية، ومن أشهر المعتقدات الخاطئة أن هذه الانتفاخات تدل على تعاطي المخدرات أو المسكرات وهذا غير صحيح على الإطلاق، وهناك معتقد خاطئ أيضاً أن هذه الانتفاخات سببها قلة النوم أو السهر ليلاً وهذا اعتقاد خاطئ أيضاً، أما آخر المعتقدات الخاطئة فهو أن هذه الانتفاخات دليل على وجود مرض الكبد أو الكلى أو أملاح زائدة، وكل هذا غير صحيح.

فلماذا تحدث هذه الانتفاخات إذن؟

العامل الوراثي ... فنجد الأم وابنتها تعانين من نفس الظاهرة وفي سن مبكرة، وكذلك التغيير السريع في الوزن، كما تزيد نسبة الانتفاخات عند المدخنين عنهم في غير المدخنين لقلّة حيوية الجفون في المدخنين، كما تحدث هذه الانتفاخات في سن مبكر في حالات اضطراب الهرمونات الأنثوية وفي بعض حالات مرضى الغدة الدرقية.

لماذا اذن تتركز هذه الدهون في الجفون خصوصاً السفلية؟

يرجع السبب في ذلك إلى أن جلد الجفون أقل سمكاً من بقية الجلد في الوجه ولأنه أقل التصاقاً بالعضلات الموجودة أسفله مما يسهل على الدهون الترسب تحت جلد الجفون فتحدث الانتفاخات أو الجيوب.

وهل هناك علاج دوائي للانتفاخات وهل يؤدي الالتزام بعدد ساعات النوم وعدم السهر إلى اختفائها؟

للأسف لا توجد أية وسيلة دوائية كالقطرة أو المراهم لعلاج الانتفاخات، بل أنها بصفة عامة تزيد تدريجياً مع مرور الوقت وتؤدي إلى تغييرات في جلد الجفن كما ذكرنا.

يسألني بعض المرضى: دكتور لا نستطيع أن نرى أرقام الموبايل عندما يتم الاتصال علينا أو عندما نرغب في أن نكلم أحداً ... وخلال القراءة نجد صعوبة ويجب أن نبعد الكتاب أو المجلة أو الورقة عن عيوننا أو نقرّبها حتى نستطيع القراءة، ما السبب؟

الجواب: أغلب الناس يحتاجون إلى نظارة قراءة بعد تقدمهم في السن، حتى لو كانوا يقرأون الكلام بشكل واضح سابقاً، وهذا لأن عضلات العين المسؤولة تضعف مع تقدم السن وتبدأ في فقدان قدرتها على التركيز مع الوقت، ويضطر البعض بأن يقوموا بإبعاد الأشياء عن عيونهم ليتمكنوا من رؤيتها بشكل واضح، و ٩٩% من الذين يحتاجون نظارة قراءة عمرهم من ٤٠ - ٥٥ سنة مع الأخذ بنظر الاعتبار أن كل سنتين إلى ٣ سنوات يتوجب زيادة قوة النظارة وذلك بسبب ازدياد الضعف وكذلك يجب أن نعرف أن هذه النظارات تستخدم فقط للأعمال القريبة كالقراءة وتصفح الموبايل ولا تستخدم للكيبوترو أو مشاهدة التلفزيون.

انتفاخ الجفون

يشكو الكثير من المرضى في جميع الأعمار من انتفاخ الجفون خصوصاً السفلية، وتعددت المعتقدات حول السبب، فما هي هذه الانتفاخات وما سببها الطبي؟

الجواب: كما هو معروف فإن العين محاطة بكمية من الدهون تفصل بينها وبين عظام المحجر وتعمل هذه الدهون كمصدات أو وسائد لامتصاص الصدمات كما تسهل حركة العين يميناً ويساراً وللأعلى وللأسفل وعادة ما تبقى هذه الدهون داخل تجويف الحجاج محيطة بمقلة العين.



د. نادية طارق بركات
اختصاصية الأمراض النسائية
والتوليد

الوقاية من سرطان عنق الرحم

الحليمي البشري Hpv بثلاث جرعات للفتيات اللواتي تتجاوز أعمارهن بين ١١-١٢ سنة ومن الممكن اعطاؤه من عمر ٩ سنوات إلى ٢٦ سنة.

٤- عدم ممارسة الجنس خارج إطار الزواج واستخدام الواقي الذكري.

٥- الامتناع عن التدخين حيث لوحظ ان منتجات التبغ الثانوية تميل إلى إتلاف الحمض النووي لخلايا عنق الرحم وبالتالي تؤدي إلى الإصابة بمرض سرطان عنق الرحم.

٦- الالتزام بنظام غذاء صحي والابتعاد عن الوجبات السريعة والدهون والتقليل من المشروبات الغازية.

سرطان عنق الرحم يحدث في خلايا عنق الرحم وهو الجزء السفلي من الرحم المتصل بالمهبل وسبب هذا السرطان هو فايروس الورم الحليمي البشري. وهناك أنواع متعددة من هذا الفايروس، لكن فقط نوعان من الإصابة (١٦، ١٨) تؤدي إلى سرطان عنق الرحم.

يمكن للجهاز المناعي للمرأة المصابة بهذا الفايروس محاربته ومنعه من إحداث ضرر ولكن بعض الأحيان يفشل الجهاز المناعي في منع الفايروس من إحداث تحول بعض خلايا عنق الرحم إلى خلايا سرطانية.

عوامل الخطر

العوامل التي تزيد خطر الإصابة بسرطان عنق الرحم هي التدخين / ضعف الجهاز المناعي / أخذ موانع حمل مدة تزيد عن ٥ سنوات / ولادة أكثر من ٥ أطفال.

الوقاية من مرض سرطان عنق الرحم

- ١- إجراء مسحة عنق الرحم وهي فحص روتيني ومن المفروض أن تخضع له كل امرأة متزوجة من عمر ١٥ سنة لغاية ٦٥ سنة بمعدل كل ٣ سنوات، وهو فحص سهل يجري في المستشفيات الحكومية وكذلك في عيادات الأطباء، وتستخدم فرشاة خاصة تؤخذ خلايا من عنق الرحم وترسل إلى المختبر لغرض الكشف عن التغيرات في خلايا عنق الرحم والتي يمكن علاجها قبل أن تتحول إلى خلايا سرطانية.
- ٢- ناظور عنق الرحم يمكن إجراؤه واخذ خزعة من أنسجة عنق الرحم العميقة وإرسالها إلى المختبر للفحص.
- ٣- الوقاية الأولية لمرض سرطان عنق الرحم تكون بأخذ اللقاح الآمن ضد فايروس الورم



سرطان عنق الرحم

الدكتورة ملوك جاسب قاسم اختصاصية جراحة الدماغ والعمود الفقري

في ضيافة مجلة (سلامتك)

هذه هي أمراض الأعصاب عند الأطفال وأعراضها وتشخيصها وطرق علاجها



أجرى اللقاء : سعدي السند

د. ملوك: حيث يقوم الطبيب بإجراء مجموعة من الفحوصات السريرية للأعصاب، ويقوم بتحديد قدرة الطفل العقلية ومدى التركيز، وتحديد القدرة على الحركة السليمة للعضلات، والتأكد من التوازن ونظم الحركة، ورصد ردات الفعل. **تشكل الصور الإشعاعية على الآتي:**

التصوير المقطعي المحوسب / الرنين المغناطيسي / التصوير المقطعي بالإصدار البوزيتروني / الأشعة السينية / الموجات فوق الصوتية وفحوصات أخرى حيث يلجأ الطبيب أيضاً إلى الفحوصات الآتية: فحوصات الدم، التخطيط الكهربائي للدماغ والتخطيط الكهربائي للعضلات.

سلامتك: بشكل عام ماهي أعراض أمراض الأعصاب عند الأطفال؟
د. ملوك: أعراض أمراض الأعصاب عند الأطفال كثيرة وتتراوح بين الأعراض الجسدية، والنفسية، والعصبية ويمكن أن يصاب حديثو الولادة بالاضطرابات العصبية والدماغية، اضطرابات الأوعية الدموية التي تعيق وصول الدم إلى الدماغ مثل نزيف تحت العنكبوتية، ونزيف تحت الجافية. الاضطرابات الهيكلية التي تؤثر على الدماغ والنخاع الشوكي أو تتسبب بالضغط على الأعصاب. والاضطرابات الوظيفية التي تؤثر في نقل السيالات العصبية بين الدماغ وباقي أعضاء الجسم. والتعرض للإصابات والرضوض وخاصة إصابات الرأس والحبل الشوكي، وغالباً ما تنجم هذه الإصابات لدى الأطفال عن حوادث السيارات وحوادث السقوط.

مشاكل الصحة العقلية مثل الاكتئاب والذهان

وتعرض الطفل للسموم مثل أول أكسيد الكربون، أو الرصاص، أو الزرنيخ. وتعرض الدماغ أو النسيج المحيط به (السحايا) للعدوى أو الالتهاب مما يسبب التهاب الدماغ، أو خراج الدماغ، أو التهاب السحايا، أو التهاب الأعصاب عند الأطفال. وفشل أنظمة الجسم مثل توقف التنفس، أو فشل الكبد، أو فشل الكلوي. ومشاكل الشوارد الكهربائية.

ونقص التغذية مثل نقص فيتامين ب ١ أو نقص فيتامين ب ١٢.

سلامتك: ما علاج امراض الاعصاب عند الاطفال؟

د. ملوك: العلاج بالأدوية للسيطرة على اعراض امراض الاعصاب عند الاطفال، أو لمكافحة العدوى المتسببة بالاضطراب العصبي للطفل:

- رأب العمود الفقري.
- العلاج كسور العمود الفقري.
- جراحة الدماغ لعلاج النزيف.
- التحفيز العميق للدماغ.
- تحفيز الحبل الشوكي.
- جراحة العمود الفقري.
- العلاج الطبيعي وإعادة التأهيل.

الدكتورة ملوك جاسب قاسم اختصاصية جراحة الدماغ والعمود الفقري بمستشفى الموانئ في البصرة كانت في ضيافة مجلة (سلامتك) وحدثتنا عن أمراض الأعصاب عند الأطفال وأعراضها وتشخيصها وطرق علاجها

سلامتك: كيف تحدث أمراض الأعصاب عند الأطفال؟

د. ملوك: تحدث أمراض الأعصاب عند الأطفال أو أمراض الجهاز العصبي نتيجة وجود خلل أو اضطراب في أي جزء من الدماغ، والأعصاب والنخاع الشوكي، ويغطي هذا المصطلح الكثير من الأمراض والاضطرابات والحالات التي تصيب الجهاز العصبي المركزي وينقسم الجهاز العصبي إلى قسمين أساسيين وهما:

الجهاز العصبي المركزي الذي يشتمل على الدماغ والحبل الشوكي والقسم الآخر وهو الجهاز العصبي الطرفي الممتد في جميع أجزاء الجسم.

سلامتك: وماهي أعراض أمراض الأعصاب عند الأطفال؟

د. ملوك: أمراض الأعصاب التي قد تصيب الجهاز العصبي المركزي

أعراض جسدية:

١. ضعف القدرة على التحكم في العضلات:
يعد ضعف العضلات الشديد وعدم فقد تلاحظ صعوبة في المشي والتوازن، وعدم القدرة على تسويق حركة العضلات عند الطفل.
٢. فقدان التركيز:
فرط نشاط الحركة أو عدم قدرتهم على التركيز والتعلم، كما تقل عندهم القدرة على الخيال، والقيام بالمهام اليومية أو المدرسية وبطء عملية التعليم مقارنة بأقرانهم.
٣. التشنجات العصبية:
إن التشنجات العصبية ونوبات الصرع أحد أعراض امراض الأعصاب الواضحة أيضاً، والتي قد تحدث نتيجة مرض الصرع أو الأورام أحياناً.

أعراض فسيولوجية أخرى وتشمل:

تضخماً أو ضموراً في حجم الرأس / اضطراب ردات الفعل / الإغماء / تلعثم الكلام / مع صداع شديد مستمر / اضطراب الرؤية / الرعشة / مع ضعف في أحد الأطراف / وارتفاع درجة الحرارة بدون سبب واضح.

سلامتك: وهل توجد مضاعفات في أمراض الأعصاب عند الأطفال؟

د. ملوك: نعم بحسب نوع وطبيعة المرض فإن المضاعفات تتفاوت ما بين البسيطة إلى الحادة جداً، بحيث قد تؤثر بعض الأمراض على حياة الطفل كاملة وقدرته على الحركة وممارسة حياته اليومية، وبعضها الآخر قد يؤدي إلى أعراض تتعلق ببطء التعلم أو النمو لكن يمكن للطبيب المساعدة في تحسينها.

سلامتك: وماذا عن تشخيص أمراض الأعصاب عند الأطفال؟



د. عادل عبد الحسن العيداني
اختصاص الطب الباطني

ثانياً/ خطأ الغير: منها اذا ترتب ضرر للمريض في حالة مراجعته لمجبر الكسور الشعبي .

ثالثاً/ خطأ المريض:

منها اهمال المريض إرشادات الطبيب في العلاج أو مغادرة المريض المستشفى على مسؤوليته.

مسؤولية الطبيب الجنائية
من الواضح أن القانون لا يعاقب على الجريمة غير العمدية إلا إذا تحققت النتيجة إذ لا عقاب على الشروع في هكذا جرائم وبالنسبة للأطباء ومدى مسؤوليتهم الجزائية يخضع تقرير ذلك إلى القواعد العامة إذ أن الطبيب لا يلتزم بشفاء المريض شفاء تام بل يتعهد ببذل ما في وسعه من أجل شفائه أو تخفيف ألمه ويعبر عن ذلك فقهاء

القانون بأنه التزام ببذل عناية وليس التزام بتحقيق غاية وتأكيداً لهذا الاتجاه قضت محكمة التمييز بما يأتي: (التزام الطبيب بمعالجة المريض والعناية به لا يعني التزام بضمان الشفاء والسلامة له ولا يسأل إذا زاد المريض مرضاً ما لم يكن بتقصيره ولا يكون مقصراً إذا استند في العلاج إلى أسس فنية وعلمية وكذلك جاء في تعليمات السلوك المهني.

[[ان المسؤولية الطبية تجاه المريض هي مسؤولية عناية وليست مسؤولية شفاء]]
قال تعالى { وَإِذَا مَرِضْتَ فَهُوَ يَشْفِينُ }
سورة الشعراء: الآية ٨٠

الطبيب ضمان الشفاء، وتقوم مسؤولية الطبيب المدنية تجاه مريضه في حالة وصف الطبيب لمريضه دواءً معيناً خلافاً للأصول الطبية [من اختيار الدواء والارشادات والمقادير والمواعيد]
ثالثاً/ أخطاء الجراحة/ التزام الطبيب الجراح تبدأ من مرحلة الفحص والاعداد والتحضير، ومرحلة تنفيذ العملية والعناية والأشرف والمتابعة بعد العملية وليس فقط أثناء إجراء العملية الجراحية، وأي إهمال يصدر منه قبل العملية أو أثنائها يرتب عليها مسؤوليته.

والعلوم السياسية العدد (٥)
حالات انتفاء المسؤولية المدنية عن الطبيب.

[الشكر والتقدير الى القاضي الأستاذ أحمد المياحي لتعاونه في إعداد هذه المقالة]

يعاني الطبيب والطواقم التمريضية من ضعف واضح في الثقافة القانونية فيما يخص المسؤولية القانونية لعملمهم، ومالهم وما عليهم أثناء تادية واجبهم المقدس، ويجب في مجال الخطأ الطبي تحقيق العدل وضمان عدم ضياع حق المريض أو عدم ضياع حق الطبيب الذي تحمل عبء التزامه وحرصه وتفانيه في مهنته الانسانية، التي ذهبت اغلب التشريعات إلى إعطائه فسحة من الحرية في عمله وزرع الطمأنينة وعدم تخوفه من قيام المسؤولية تجاهه، كي يقدم أفضل ما عنده لأجل حماية التطور في



هل الطبيب مسؤول عن شفاء المريض؟ (مسؤولية الطبيب القانونية)

المجال الطبي خدمةً لصالح المريض والبشرية.

أخطاء الطبيب الموجبة للمسؤولية

نصت المادة ٢٠٢ من القانون المدني العراقي رقم ٤٠ لسنة ١٩٥١ المعدل على {كل فعل ضار بالنفس من قتل أو جرح أو ضرب أو أي نوع آخر من أنواع الايذاء يلزم بالتعويضات من أحدث الضرر}.

أولاً/ أخطاء التشخيص / وهنا يعتمد على حجم الضرر من التشخيص الخاطي وعلى خبرة الطبيب [مقيم أم مقيم أقدم أم ممارس أم اختصاصي] وغيرها

ثانياً/ أخطاء العلاج / يتوجب على الطبيب بذل عناية ولا يتطلب من

نصت المادة ٢١١ من القانون المدني العراقي رقم ٤٠ لسنة ١٩٥١ المعدل على {إذا أثبت الشخص أن الضرر قد نشأ عن سبب اجنبي لا يد له فيه كافة سماوية أو حادث فجائي أو قوة قاهرة أو فعل الغير أو خطأ المتضرر كان غير ملزم بالضمان ما لم يوجد نص أو اتفاق على غير ذلك}.

أولاً/ القوة القاهرة {الحادث الفجائي} {سبب اجنبي}:

من أمثلتها عطل في الكهرباء وتوقف الاجهزة الطبية أو اضطراب الوضع الأمني أو حروب أو تعرض الطبيب لحادث سير لا يمكنه من الوصول إلى المستشفى.



أ.م. أسماء صالح
كلية التربية

- التعبيرات أثناء الفترات التي لا يستطيعون التحدث خلالها. وللصمت الاختياري أسباب منها:
- 1- تعرّض الطفل لإساءة جسدية في سنوات عمره الأولى.
 - 2- سيطرة الأم أو حمايتها الزائدة، أو انفصاله عن الأم.
 - 3- صعوبات النطق.
 - 4- الخلافات الأسرية.
 - 5- العامل الوراثي في العائلة.
 - 6- تشجيع الأهل للصمت كنوع من الأدب الاجتماعي.
 - 7- ضعف الثقة بالنفس.

ينقسم علاج هذا الاضطراب لقسمين:
علاج دوائي: حيث تعمل مثبطات ارتجاع السيروتونين التي توصف لعلاج الاكتئاب عادةً على تحسين حالة الصمت الاختياري.

علاج نفسي: مسمى حالة الطفل (الصمت الاختياري) وهذا يعني أنّ الطفل صامت بتعمد بل ومع سبق الإصرار والترصد، وثقي أنه لن يتحدّث إلا بإرادته هو، وأية محاولة منك لدفعه إلى الحديث رغماً عنه لن تجدي نفعاً، فلتتوقف المعلمات عن ذلك، وعن النقاش فيها صباح مساء، استلمي الحالة وتعاملي معها بمنتهى الهدوء والصبر.

فالبكم الاختياري هو اضطرابات قلق معقدة تحدث في مرحلة الطفولة تتسم بعدم قدرة الطفل على الكلام والتواصل بشكل فعال في وضعيات اجتماعية مختارة، كالمدرسة.

هؤلاء الأطفال قادرون على الكلام في وضعيات يكون الطفل فيها مرتاحاً وآمناً.

لماذا يصاب الطفل بالبكم الاختياري؟

غالبية الأطفال الذين لديهم صمت اختياري لديهم استعداد وراثي لاضطراب القلق بمعنى أنهم ورثوا ميلاً ليكونوا قلقين من شخص أو أكثر من أفراد الأسرة، حيث يظهر هؤلاء الأطفال علامات القلق الشديد ونوبات غضب متكررة وبكاء وتغيير في المزاج وعدم المرونة ومشاكل في النوم وخجل شديد ابتداءً من مرحلة الرضاعة.

كيف يتم تشخيص الطفل المصاب بالصمت الاختياري وما الأعراض الدالة عليه؟

يعتمد تشخيص الأطفال الذين يعانون من الصمت الاختياري على التاريخ المرضي للطفل لذلك يتم التركيز أثناء التشخيص على التطور العقلي للطفل إلى جانب التطور الجسدي، الحركي، اللغوي، المعرفي، والاجتماعي. ويتم إجراء تقييم للسمع، النطق، واللغة باستخدام خطاب صوتي مسجل للطفل يحدد الحالة المزاجية للطفل والتفاعلات الاجتماعية والسياقات الدقيقة التي يحدث فيها الكلام.

وحسب الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية، فإنه يجب أن يكون عجز الكلام لدى الطفل مستمراً لمدة شهر كامل على الأقل حتى يصنف بأنه اضطراب كما تبدأ أعراض الصمت الاختياري على الطفل قبل أن يبلغ الخمس سنوات من عمره إلا أنه لا يلقي الاهتمام إلا بعد دخوله المدرسة حيث يزداد تفاعل الطفل مع المحيطين به في نطاق المدرسة.

العلامات والأعراض

عادة ما يعاني الأطفال المصابين بهذا الاضطراب من مخاوف وقلق اجتماعي وصعوبات في النطق واللغة إضافة إلى علامات أخرى مثل عدم القدرة على التواصل البصري، العصبية، الخجل والإنسحابية الاجتماعية المفرطة خوفاً من التكلم أمام الآخرين، العند والعنف، مع الإصابة بنوبات من الغضب عند العودة من المدرسة، التجمد وعدم إظهار

البكم الاختياري عند الاطفال

تعد اللغة أساس الحضارة البشرية، وعامل أساس للتكيف مع الحياة، ووسيلة للتفاهم والاتصال والتخاطب، والنمو العقلي والمعرفي والانفعالي، وهي تشمل الإيماءات والإشارات والتعبيرات التي تصاحب سلوك الكلام.

إن تشجيع الأطفال على الحوار والاستكشاف يساعدهم على التعلم وتنمية قدراتهم الاجتماعية، والعاطفية، والبدنية، والثقافية.

حيث تساعد المناقشة على توسيع مداركهم، اذ يكتسب الأطفال السلوك الاجتماعي عن طريق محاكاة أقرب الناس إليهم.

يمر الطفل في مراحل حياته المختلفة بالكثير من المؤثرات التي تؤدي إلى التغيير في شخصيته، وقد تكون تغييرات ايجابية أو سلبية، أما السلبي منها فيؤدي إلى حدوث اضطرابات نفسية سلوكية لدى الطفل، وتحتاج إلى الانتباه والرعاية حتى يتمكن من التخلص منها، ومن بين هذه الاضطرابات ما يطلق عليه "البكم الاختياري"، وهو أبرز الاضطرابات الناتجة عن التفاعل السلبي بين الطفل والبيئات التي يتواجد فيها كالمدرسة أو الأسرة.

حيث يتضح اضطراب البكم الاختياري من خلال العديد من العلامات التي قد تبدو على الطفل المتبكم ومنها:

فشل الطفل في الحديث خلال مواقف اجتماعية معينة على الرغم من مقدرة الطفل على الحديث بل على العكس فقد تكون لديه القدرة على الحديث بطلاقة خلال الجلسات الأسرية ومع الوالدين، إلا أنه قد يحجم عن الحديث لعدم شعوره بارتياح تجاه بعض المواقف الاجتماعية.



مع الاختصاصات الدقيقة في طب الدماغ والحبل الشوكي والأعصاب المحيطة وعلاج اعتلال الحبل الشوكي والعضلات والاعصاب وعلاج الصداع والصرع والجلطات الدماغية والشلل الرعاشي ومشاكل الذاكرة وعيادة التغذية العلاجية

وتبديل مفصل الورك باستخدام مفاصل صناعية من مناشئ عالمية معروفة مع اصلاح فتق الفتحة الفؤادية ورفع ورم المعدة بالمنظار ثلاثي الابعاد وعمليات رفع الشحوم الزائدة من الجفن الاسفل بنتائج واضحة وسريعة وتأثير

كبير على الوجه مع اختصاصات الاشعة التشخيصية ووجود ردهات رقود للرجال والنساء للحالات التي تتطلب بقاء المريض تحت المراقبة وتتألف الردهات من مجموعة من الغرف بتجهيزات طبية متكاملة.

اضافة الى عمليات تصحيح البصر باستخدام الليزر والتي تعرف باسم (ليزك) مع وجود فحص طبي شامل لأهم الوظائف الحيوية ومتوفر على مدى ٢٤

ساعة ويشمل فحص الدم الشامل وتحديد فصيلة الدم وفحص السكر في الدم والسكر التراكمي ووظائف الكلى ووظائف الكبد ومستوى الدهون وتحليل الادرار والخروج وغيرها ووجود جهاز ليزر اكسيمر لمعالجة البهاق وتغليف الأسنان حيث تتوفر عدة خيارات

لتغليف الأسنان / تغليف سيراميك / تغليف زر كون / تغليف هولبود سمايل ومعالجة قصر وبعد النظر واللابؤرية وتوجد استعلامات خافرة طوال الليل وموظفون مختصون على استعداد للإجابة عن تساؤلاتكم وبالإمكان الاستعانة بموظفي الاستعلامات في أية ساعة من الليل لمساعدتكم بشأن أي إجراء داخل المستشفى.



والمعدات الطبية مع صيدلية متكاملة مفتوحة على مدار اليوم مع وجود جهاز تفتيت الحصى وعمليات استئصال المرارة بالمنظار والفحوصات المخبرية المستمرة على مدار ٢٤ ساعة، إضافة الى الجراحات التجميلية

وعلاج أمراض المفاصل والعظام والكسور وتقنية حديثة في عمليات استئصال الرحم وتخطيط الدماغ والجراحات التجميلية لمعالجة التشوهات الولادية وعمليات استئصال اللوزتين وعمليات فتح

الجمجمة واختصاصات الجراحة العصبية ووحدة عمليات القسطرة التشخيصية والعلاجية واجراء عمليات استئصال الزائدة الدودية بالمنظار والعمليات المنظارية المتقدمة ثلاثية الابعاد وأمراض الأورام والغدد والكشف المبكر عن الأورام مع وجود عيادة الأشعة والسونار والمفراس / سونار ثلاثي ورباعي الابعاد ودوبلر للحوامل وسونار للبطن والغدة الدرقية إضافة إلى

عمليات الجراحية المنظارية والجهاز الهضمي والسمنة وتغيير مسار المعدة حيث يتم تحديد نوع العملية المناسبة بعد اجراء الفحوصات الطبية ومعرفة سبب السمنة ومعالجة داء الثعلبية. ويكمل الحديث عن مستشفى المواساة



المدير الفني للمستشفى الدكتور الاختصاص زكي عبد الجبار الفداغ موضحا: هناك في المستشفى أيضا يتم إجراء عمليات جراحة المسالك البولية والثدي والأمراض النسائية والتوليد والعقم وأمراض السكري والغدد الصم وأمراض طب الاطفال وحديثي الولادة وأمراض جراحة الاطفال والجراحة العصبية.

الدكتور الاختصاص عبد الأمير عبدالباري العامري مدير مستشفى المواساة الاستثماني يتحدث عن نجاح أول عملية في المستشفى لزراعة نابض دائم ثنائي الأقطاب في وحدة جراحة القلب المفتوح على أيدي طواقم عراقية متخصصة وماهرة.

وأضاف العامري: تجري العمليات الجراحية في مستشفى المواساة

مجلة (سلامتك) في ضيافة مستشفى المواساة الاستثماني

أحدث التقنيات والأجهزة المتطورة التي يعمل عليها أمهر الأطباء الاختصاص مع خبراتهم المتقدمة في اجراء العمليات الجراحية واستقبال ومعالجة كافة الحالات المرضية

أجرى اللقاء: سعدي السند

على يد أمهر الأطباء الاختصاص وبأحدث الأجهزة الطبية لزراعة الشرايين التاجية ورفع الأورام من داخل القلب وبزل تجويف القلب.

وقال تتوفر في مستشفانا أجهزة متطورة تسرع الشفاء في عمليات تعديل الحاجز الأنفي وكوي الرفوف الانفية المتضخمة، وكذلك علاج البواسير بواسطة جهاز الأمواج فوق الصوتية وبأحدث التقنيات المتقدمة المستخدمة في علاج البواسير.

كما تبني المستشفى عمليات الولادة الطبيعية بدون ألم وطرق التاب بلوك لتسكين وإزالة الألم بعد العملية القيصرية.

كما يضم المستشفى ردهة للعناية المركزة مجهزة بأحدث الأجهزة

يمكن أن تؤدي هذه الأطعمة أيضًا إلى تعطيل عملية الشفاء الطبيعية للجسم، مما يزيد من صعوبة تعافي مرضى السرطان.

يجب على مرضى السرطان تجنب الوجبات الخفيفة السكرية والمخبوزات والأطعمة السريعة. ٤- ابق رطبًا.

شرب الكثير من السوائل، وخاصة الماء، يمكن أن يساعد مرضى السرطان على البقاء رطباً ويقلل من مخاطر الآثار الجانبية لعلاج السرطان مثل الإمساك وجفاف الفم والجفاف. ٥- العمل مع اختصاصي تغذية.

يمكن أن يساعد العمل مع اختصاصي تغذية مسجل مرضى السرطان في وضع خطة وجبات شخصية تلي احتياجاتهم وتفضيلاتهم الخاصة. يمكن لاختصاصي النظم الغذائية أيضًا تقديم التوجيه في اتخاذ الخيارات الصحية وطهي الوجبات الصحية.

في الختام

تعتبر التغذية جانباً مهماً من علاج السرطان والشفاء منه. يجب على مرضى السرطان اتباع نظام غذائي متوازن يحتوي على الكثير من الفواكه والخضروات ومصادر البروتين الخالية من الدهون والحبوب الكاملة والبقايا رطباً. باتباع هذه النصائح والعمل مع اختصاصي تغذية مسجل، يمكن لمرضى السرطان تحسين صحتهم العامة والمساعدة في مكافحة المرض.



د. لمى أحمد المنصوري
تخصص دقيق في طب
الأورام

التغذية والسرطان

تلعب التغذية دوراً مهماً في صحة ورفاهية جميع الأفراد، وخاصة أولئك الذين يعانون من السرطان.

يعد النظام الغذائي المتوازن والصحي ضرورياً لمرضى السرطان، حيث يمكن أن يساعد في تعزيز جهاز المناعة لديهم وتوفير الطاقة اللازمة لأجسامهم ليعمل بشكل صحيح.

بالإضافة إلى ذلك يمكن أن يساعد النظام الغذائي الصحي أيضاً في تقليل الآثار الجانبية لعلاج السرطان، مثل الغثيان والقيء والتعب.

فيما يلي بعض النصائح المهمة للتغذية لمرضى السرطان:

١- تناول نظام غذائي غني بالفواكه والخضروات. الفواكه والخضروات غنية بالفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة التي يمكن أن تساعد في تعزيز جهاز المناعة وتقليل الالتهابات التي يسببها علاج السرطان. يجب على مرضى السرطان محاولة تناول مجموعة متنوعة من الفواكه والخضروات لضمان حصولهم على جميع العناصر الغذائية الضرورية.

٢- اختر مصادر البروتين الخالية من الدهون. البروتين مهم لمرضى السرطان، حيث يمكن أن يساعد في إصلاح الأنسجة التالفة وزيادة الطاقة.

ومن المهم اختيار مصادر البروتين الخالية من الدهون، مثل الدجاج والأسماك والبقول، لتقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب وغيرها من المشكلات الصحية.

٣- تجنب الأطعمة المصنعة والسكرية. يمكن للأطعمة المصنعة والسكرية أن تزيد الالتهاب وتقلل من مستويات الطاقة وتضعف جهاز المناعة.





اميرة عبدالكريم مران
ماجستير صحة نفسية

العنف بين الاطفال

أو التمييز، كما أنهم معرضون لإعاقات في الوظائف التنفيذية للدماغ، مثل: الذاكرة العاملة، وضبط النفس،

والإقصاء المجتمعي التي تتعزز باستمرار العنف.

يشمل العنف ضد الأطفال الذين تقل أعمارهم عن ١٨ عام أشكال الإساءة كافة، سواء كانت هذه الإساءة والتعنيف موجهة من قبل الآباء أو من مقدمي الرعاية للأطفال أو غيرهم من الأقران والأصدقاء والغرباء.

يمكن أن يتسبب تعنيف الأطفال أو إساءة معاملتهم أو إهمالهم بمجموعة كبيرة من المشكلات والعواقب النفسية لهم؛ كالشعور بالتهميش، والخوف، وانعدام الثقة، والاكئاب، وهو ما يمكن أن يتحول لاحقاً إلى صعوبات تعليمية وصعوبة في تكوين العلاقات والحفاظ عليها.

أهم الآثار النفسية الناتجة عن إساءة معاملة الأطفال.

• ضعف المهارات الإدراكية والوظائف التنفيذية: فالأطفال الذين يعانون من العنف وسوء المعاملة معرضون لمواجهة مشكلات إدراكية، مثل: صعوبات التعلم وضعف الانتباه

تُشير منظمة الصحة العالمية (WHO) إلى أن الأطفال الذين تقل أعمارهم عن ١٨ عام حسب تعريف الأمم المتحدة قد يكونوا عرضةً لنوعين من العنف يتمثل النوع الأول سوء المعاملة من قبل الوالدين أو غيرهم من مقدمي الرعاية، وعادةً ما يتعرض لهذا النوع من العنف الأطفال الذين تقل أعمارهم عن ١٤ عام.

أما النوع الثاني من العنف فيُقصد به ذلك العنف الذي يحدث في البيئات المجتمعية بين المراهقين، وعادةً ما يتعرض لهذا النوع من العنف الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين ١٥ إلى ١٨ عام.

تعد حماية الأطفال من مختلف أشكال العنف حقاً أساسياً من حقوقهم كما هو منصوص عليه في اتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الطفل، فعادةً ما يعاني الأطفال الذين يتعرضون لأي شكل من أشكال العنف من عواقب عاطفية ونفسية وسلوكية، تترك مجموعة كبيرة من الآثار والتبعات السلبية طويلة الأمد على الأطفال وعلى المجتمع ككل، وذلك من خلال تسببها بالألم الجسدي للطفل بشكل مهين لكرامته وهو ما يُعيق نموه لاحقاً،

وزعزة ثقة الأطفال بأنفسهم وتقديرهم لذواتهم، مما يؤدي إلى دوران المجتمع في عجلة الفقر



والمرونة المعرفية.

• خلل في الصحة العقلية والعاطفية: فالأطفال المعنفون من الأشخاص المقربين لهم يكونون أكثر عرضةً للاضطرابات النفسية خاصةً في مرحلة البلوغ، مثل: الاكتئاب، والقلق، مما قد يدفعهم إلى التفكير ببعض السلوكيات السلبية، مثل: الانتحار وتعاطي المخدرات.

عنف قد يشهدونها أو يتعرّضون لها،
فيتأثّر الأطفال بطرائق مختلفة
باختلاف أعمارهم كالآتي:

• الأطفال في سن ما قبل المدرسة:
تتمثّل آثار العنف في ظهور عادات
كانت تظهر لديهم في سن مبكرة؛
كالتبول الإرادي ومص الإصبع،
كما تظهر عليهم علامات القلق؛
كالبكاء والأنين المستمر،
وعلامات الرعب؛ كالتأناة
ومحاولة الاختباء، كما يعانون من
صعوبات في النوم.

• الأطفال في سن المدرسة: يبدأ
الطفل الذي يشهد حالات عنف أسري في
سن المدرسة بالشعور بالذنب
ولوم نفسه، ويصبح أكثر انطوائية
فتقل مشاركته في الأنشطة
المدرسية، ويقل عدد أصدقائه، كما
يقل احترامه لذاته، ويلاحظ
أيضاً انخفاض في درجاته المدرسية،
كما تظهر عليه آثار صحية؛
كالصداع وآلام المعدة.

• المراهقون: تتمثّل آثار العنف
على المراهقين في ممارسة سلوكيات
غير أخلاقية؛ كتعاطي الكحول
والمخدرات، كما يظهر لديهم مشاكل في
تكوين الصداقات، ويقل
احترامهم لذاتهم، بالإضافة إلى
تمرهم على الآخرين، كما تظهر
عليهم علامات الاكتئاب والعزلة التي
عادةً ما تكون عند الفتيات أكثر من
الفتيان.

آثار العنف الأسري على الأطفال على
المدى الطويل يكون الفتى الذي شهد
عنفًا ضد والدته أكثر عرضةً لممارسة
العنف ضد شريكته في المستقبل بعشرة
أضعاف ممّن لم يشهد عنفاً أسرياً، كما
تكون الفتاة التي شهدت عنفاً على
والدتها من قبل والدها أكثر عرضةً
للتعرّض للعنف الجنسي ستّ مرات من
الفتاة التي عاشت في أسرة خالية من
العنف الأسري، أما المشاكل الصحية
التي يُمكن أن تصيب الأطفال المعرّضين
للعنف عند البلوغ تتمثّل في ظهور
مشاكل عقلية، واكتئاب، وقلق،
وأعراض القلب، والسكري، والسمنة،
بالإضافة إلى تدني احترام الذات.

بشكل كبير على قدرتهم على
التواصل والتفاعل مع الآخرين
وتكوين علاقات صحية معهم
خلال مراحل حياتهم المختلفة.

من أبرز المشاعر والاضطرابات التي
تظهر على الأطفال الذين تعرّضوا
لإساءة المعاملة أو العنف والتي تؤثر
على حياتهم الاجتماعية سلباً ما يأتي
هي:

• فقدان إحساس الأمان الذي توفره
الأسرة الطبيعية.
• افتقارهم للمهارات اللازمة
لحلّ المشكلات والسيطرة على
الغضب والسلوك العدواني.
• مشاعر الاستياء تجاه الطرف الجاني
(المعتّف).
• العزلة عن الأصدقاء والأقارب
والخجل والقلق المفرط من أيّ خطر
محتمل.

• مواجهة صعوبة في الثقة
بالبالغين.

• تجنب المشاركة
الاجتماعية أو الانخراط
في أية فعاليات وأنشطة
اجتماعية لتجنّب إمكانية
التعرّض للمواقف
المحرّجة.

• فقدان الشعور
بالتعاطف مع الآخرين أو
محاولة فهم شعورهم.

تدفع المشاعر
والاضطرابات السلبية الوا
ردة أعلاه المراهقين إلى
انتهاج سلوكيات
اجتماعية سلبية في بعض
الأحيان كالانضمام
للعصابات أو الانخراط في
جماعات منحرفة
أخلاقياً وسلوكياً.

من جانب آخر تُشير
منظمة اليونيسيف إلى أنّ
الأطفال الذين عانوا من آثار العنف
الاجتماعية خلال فترة من حياتهم
يميلون إلى استخدامهم العنف في
علاقاتهم الشخصية للسيطرة على
الآخرين.

آثار العنف على الأطفال على المدى القصير

يشهد الأطفال المعنفين حالةً من
الخوف والقلق الدائم تهاًباً لأية حالة

• مواجهة بعض الصعوبات
الاجتماعية: حيث يُعاني الأطفال الذين
يتعرّضون للعنف والإساءة من بعض
الصعوبات والاضطرابات الاجتماعية التي
قد تؤثر عليهم بشكل سلبي مستقبلاً،
خاصةً فيما يتعلّق بقدرتهم على
تكوين صداقات وعلاقات
اجتماعية إيجابية في وقت لاحق من
حياتهم، ومن أهم الاضطرابات
الاجتماعية التي يواجهها الأطفال
المعتّفون التعلّق الزائد بأشخاص
معيّنين خلال مرحلة الطفولة وفي
الغالب يكونوا من الأشخاص المقربين،
واكتساب سلوكيات عدوانية وعنيفة
خلال مرحلة البلوغ.

• اضطراب ما بعد الصدمة: يُقصد بهذا
الاضطراب ظهور أعراض معينة لدى
الأطفال الذين تعرّضوا لسوء
المعاملة، مثل: المعاناة المستمرة
من الأحداث الصادمة ذات الصلة



بالعنف، وتجنّب الأشخاص والأماكن
والأحداث المرتبطة بواقعة العنف وما
ينتابهم من مشاعر سلبية مثل: الخوف
والغضب، والخجل، والمزاجية،
وغيرها.

الآثار الاجتماعية للعنف ضد الطفل
وُجد أنّ تعرّض الأطفال لمواقف
وظواهر سلبية وغير آمنة يؤدي إلى
إحداث تغيير في عملية النمو
الطبيعية للأطفال، الأمر الذي قد يؤثر



لدى المركز، وأهمها جهاز التصوير بالانبعاث البوزيتروني المقطعي (PET-CT) الذي تم توريده من شركة (GE) الأميركية الرائدة في مجال التقنيات الطبية، ولا يقل أهمية عنه جهاز التصوير الوميضي المقطعي (SPECT-CT) الذي يؤمن تصويراً دقيقاً لوظائف الجسم، ويعد الوحيد المتوفر في المحافظات الجنوبية.



ويؤكد مدير المركز اختصاصي الطب النووي الدكتور رافد رياض الطعمة في حديث لـ "سلامتك" أن "التصوير الهجين الذي يجمع بين التصوير الوميضي والتشريحي للجسم يؤدي إلى تشخيص الأورام بدقة متناهية، ونحن نوفر للمرضى هذه الخدمة إلى جانب الخدمات الأخرى بناءً على حجوزات مسبقة، ووفقاً لنظام الإحالة"، مضيفاً أن "استراتيجيتنا في العمل تقوم على التحسين المستمر للخدمات الطبية التي نوفرها لزملائنا، وبهذه الاستراتيجية نتوخى التقدم بمسافات بعيدة عن المراكز الأخرى في البلاد".



مركز الكوثر للطب النووي أول مركز متكامل للطب النووي في جنوب العراق

تحقيق: ماجد البريكان

فحوصات أمراض القلب والدماغ والعظام والبروستات والغدة الدرقية، وذلك بفضل الأجهزة الطبية الحديثة المتوفرة

في ظل النهضة الاستثمارية التي تشهدها محافظة البصرة على صعيد القطاع الصحي، والتي ترسم ملامحها بوضوح مشاريع بناء العديد من المستشفيات والمراكز الطبية التخصصية، بزغ مركز الكوثر بوصفه أول مركز متكامل للطب النووي في جنوب العراق، يتميز بامتلاكه أحدث الأجهزة والمختبرات وتوظيفه أفضل الخبرات في الطب النووي الذي يعتمد على استخدام المواد المشعة في التصوير الطبي والتشخيص المرضي والعلاج الموجه.

مشروع ريادي

انطلاقاً من أهمية المركز بادر رئيس مجلس الوزراء السيد محمد شياع السوداني بقص شريط افتتاحه في (٢٦ كانون الأول ٢٠٢٢)، وأول دفعة من المرضى أجريت لهم فحوصات مجانية في ضوء العناية التي يوليها القائمون على المركز وإدارته بالجانب الإنساني، فهو أكثر من مجرد مشروع استثماري. وتتوخى إدارة مركز الكوثر المساهمة المباشرة في الارتقاء بمستوى الخدمات الطبية، لاسيما الخدمات المتعلقة بتشخيص الأورام بالارتكاز على التكنولوجيا الحديثة والتقنيات الطبية المتطورة، وانسجاماً مع هذا التوجه يطمح القائمون على المركز إلى جعله محور تطوير قطاع الطب النووي في البصرة، ومن ضمن الخطوات الريادية بهذا الاتجاه التخطيط لإنشاء معهد للتدريب والتطوير ضمن المركز.

فحوصات دقيقة

يوفر مركز الكوثر طيفاً واسعاً من الفحوصات فائقة الدقة التي تمكن الأطباء المعالجين من رسم الخطط العلاجية للمرضى على نحو أكثر دقة وسرعة، ومنها فحوصات الأورام التقليدية، فضلاً عن





الطبية في البصرة والمحافظات الأخرى بتلك المواد، ومن المؤمل أن يؤدي ذلك إلى زيادة عدد أجهزة التصوير بالانبعاث البوزيتروني المقطعي (PET-CT) في المستشفيات والمراكز الطبية في البصرة والمحافظات المجاورة، كما يطمح المركز إلى تصدير فائض الانتاج الى دول مجاورة في المستقبل القريب.

الإشعاع في وزارة البيئة، وشهادة أخرى من الهيئة العراقية للسيطرة على المصادر المشعة، كما تخضع المواد الطبية المشعة بعد تحضيرها الى سلسلة من اختبارات فحص الجودة للتأكد من صلاحيتها وفعاليتها قبل ترخيص استهلاكها.

ولا يقتصر استخدام المواد الصيدلانية المشعة على اجراء الفحوصات الطبية التي يجريها المركز، وانما يوفر المركز عروضاً تنافسية لتجهيز المستشفيات والمراكز

انتاج النظائر المشعة

ما يجعل المركز أكثر تفرداً وتميزاً أنه لا يستورد المواد الصيدلانية المشعة، بل ينتجها بمواصفات عالمية في ظل امتلاكه مُعجّل جسيمات ذرية (Cyclotron) من طراز حديث، وهو أول جهاز من نوعه في جنوب العراق، وتجري عمليات التصنيع وفقاً لشروط ومحددات السلامة والأمان بحذافيرها، لا سيما وان المركز حاصل على شهادة سلامة من مركز الوقاية من

مركز الكوثر للطب النووي

Al Kawthar Nuclear Medicine center

أول مركز متكامل للطب النووي في جنوب العراق
نوفر طيفاً واسعاً من الفحوصات الطبية فائقة
الدقة بأحدث الأجهزة ونتاج المواد الصيدلانية
المشعة بأفضل جودة مطابقة
للمعايير العالمية.



مركز الكوثر للطب النووي

00964 7844400175

00964 7844433392

info@kawther-nm.com

Kawther-nm.com

العشار-خلف فندق البصرة الدولي
(الشيراتون)

