الصباح الصحية
08
إعداد : ياسر السيد
العدد 2450 - السنة التاسعة
الإثنين 18 رجب 1437 - الموافق 25 إبريل 2016
Monday 25 April 2016 - No.2450 - 9th Year

نظمته أكاديمية العلوم الحياتية

19 طبيباً شاركوا في برنامج إعداد مدربي الإصابات البليغة

اختتمت أكاديمية العلوم الحياتية البرنامج التدريبي ، لإعداد المدربين على دعم الحياة في الإصابات البليغة ، المعتمد من قبل جمعية الجراحين الامريكية ، بمشاركة ١٩ طبيبا.

وقال الرئيس التنفيذي في الأكاديمية محمد العنزي أن الدورة مصممة للأطباء، الذين تنطبق عليهم مميزات المدرب ، حيث يركز المرشد وأعضاء هيئة التدريس على تدريس الطرق المختلفة لتقديم المعلومات وتوجيه المتعلمين والنقد بشكل بناء وتقييم الأداء.

وأضاف أن الدورة لا تقتصر على تقييم المعرفة الأساسية الطبية فحسب، بل سيتم تقييم قدرة المدرب المحتمل على تعليم الأطباء بشكل تفاعلي .

وذكر أنه تم اختتام الدورة الثانية خلال هذا العام لبرنامج دعم الحياة في الإصابات البليغة (ATLS) حيث شارك في البرنامج ١٠ أطباء من مستشفيات القطاع العام والخاص.

ونوه الى أن الأكاديمية نظمت مؤخرا البرنامج الأول من نوعة في الكويت، لتخريج المدربين على الإنعاش المتقدم في مجال التوليد (ALSO) ،المعتمد من قبل أكاديمية طب العائلة الأمريكية،بمشاركة ٣١ طبيب بينهم ١١ من مملكة البحرين.

وأكد العنزي حرص الأكاديمية على توفير الكوادر المؤهلة من الأطباء والمدربين في الكويت ، لمواجهة شح المدربين على دعم الحياة في الإصابات البليغة والإنعاش المتقدم في مجال التوليد .

وتابع بأن جدول برامج الدورات التدريبية لهذا العام متوفر في الموقع الرسمي الإلكتروني للأكاديمية، كما يمكن التواصل والإستفسار عن هذه البرامج من خلال مركز خدمة العملاء. وبين أن البرنامج القادم لدعم الحياة في الإصابات البليغة سيكون في تاريخ 31 مايو 2016 وبرنامج الإنعاش المتقدم في مجال التوليد في 19 أبريل 2016

توجيهات جديدة لحماية العاملين من «زيكا» .. بأمريكا

«العربية نت» : أصدر مسؤولو الصحة والسلامة العامة في الولايات المتحدة توجيهات جديدة لحماية العاملين من الإصابة بفيروس زيكا الذي ينقله البعوض والاتصال الجنسي ويؤدي لإصابة المواليد بتشوه يسبب صغر حجم الرأس واضطرابات عصبية أخرى.

وحثت القواعد الجديدة التي اصدرتها مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها وإدارة السلامة والصحة المهنية، الشركات التي يعمل موظفوها في أماكن مفتوحة على إخطارهم بمخاطر الإصابة بالفيروس عن طريق لدغات البعوض وتدريبهم على كيفية حماية أنفسهم.

وطلب من الشركات على وجه الخصوص توفير مبيدات حشرية والحث على استخدامها وحث العاملين على تغطية أبديهم وأذرعهم وسيقانهم والمناطق المكشوفة الأخرى.

ودعت القواعد الجديدة الشركات أيضا إلى التخلص من المياه الراكدة في مواقع العمل للحد من بيئات تكاثر البعوض. كما طالبتهم أيضا بالنظر في تعيين الموظفات الحوامل أو الموظفين الذين لهم زوجات حوامل في وظائف بأماكن مغلقة للحد من فرص تعرضهم للدغات البعوض.

وحثت التوجيهات العاملين أنفسهم على استخدام المواد الطاردة للبعوض والأغطية الواقية والتخلص من المياه الراكدة في مواقع العمل.

ودعت التوجيهات العاملين في الرعاية الصحية لاستخدام تدابير وقائية معتمدة لتجنب الدم الملوث بالفيروس.

كما حثت التوجيهات عمال مكافحة البعوض على تطبيق نفس الإجراءات الوقائية المتبعة لبقية الوظائف في الأماكن المفتوحة واستخدام المزيد من الملابس الواقية عند دخول المناطق التي يكثر بها البعوض.

كما أصدرت الوكالتان أيضا توجيهات خاصة بالمسافرين في مهام عمل للمناطق التي تكثر بها حالات الإصابة بفيروس زيكا.

وقالت منظمة الصحة العالمية إن هناك توافقا علميا قويا على أن فيروس زيكا قد يسبب الإصابة بمتلازمة جيلان-باريه التي تؤدي للإصابة بالشلل المؤقت لدى البالغين.

يعد انتصاراً طبياً جديداً

العثور على الجين المسؤول عن «التأتأة» في الكلام

اكتشف فريق باحثين امريكيين الجين المسؤول عن التاتاه او الجلجلة فى الكلام لدى الأطفال والذى يصيب 3 ملايين طفل فى الولايات المتحدة الإمريكية و600 الف فى فرنسا، والذى يصيب الاطفال فى عامهم الثانى ويختفى عن بلوغهم السادسة من العمر فى 75% من الحالات. وقد قام فريق البحث بإجراء التعديل الجينى لدى الفئران مما فتح الطريق للباحثين لاستكمال ابحاثهم والتوصل للعلاج. وقد اعتمد الباحث دونيس دراينا طبيب الأعصاب على التعديل الجينى الذى أجرى على الفأر، حيث لاحظ تغيير الحمض الأمينى المسئول عن 10% من التاتاه لدى الإنسان واقترح إجراء التعديل الجينى، مما يشير إلى أن الجين FOXP2 هو المسئول عن هذه التاتاه وبالتالى تحديد الأجزاء فى المخ التى تظهر فيها التعديلات الجينية والبروتينات والطريق الذى يؤدى إلى الاضطراب فى الكلام.

تجنب «القلب التاجي» بقسط النوم الجيد

«العربية نت» : قد يستهين البعض بعدم أخذ قسط كاف من الراحة والنوم، الأمر الذي يترتب عليه مشاكل صحية كبيرة تصل إلى حد الإضرار بالقلب الناجم عن ارتفاع معدل الكوليسترول الضار في الدم، حسب ما خلصت إليه دراسة حديثة.

وأوضح باحثون فنلنديون من جامعة «هلسنكي» أن عدم النوم بشكل جيد لمدة أسبوع واحد فقط قد يدمر القلب بسبب ارتفاع معدل الكوليسترول الضار بالدم، مشيرين إلى أن الأشخاص الذين لا ينامون كما ينبغي نقل لديهم معدلات الكوليسترول الجيد والذي يجري في دمائهم مقارنة بمن يحصلون على عدد ساعات النوم الموصى بها كل ليلة.

ووفق صحيفة «ديلي ميل» البريطانية، وجد الباحثون أن الجينات التي تنظم عملية نقل الكوليسترول في أرجاء الجسم تصبح أقل نشاطا عند الأشخاص الذين لا ينامون جيدا على عكس من يحصل على قسط كاف من الراحة ليلا.

وقد تفسر هذه النتائج أسباب تعرض الذين لا ينامون من 7 إلى 8 ساعات كل ليلة إلى خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية مثل النوبات القلبية والسكتات الدماغية.

ومن جانبها، أشارت فيلما آهو، وهي طالبة دكتوراه في مجال بحوث النوم في جامعة هلسنكي وإحدى المشاركات في الدراسة، إلى ضرورة توعية الناس حول أهمية الحصول على قسط كاف من الراحة للوقاية من الأمراض الشائعة، فضلا عن تناول الطعام الصحي وممارسة الرياضة.

وأضافت آهو أن أضرار عدم النوم بشكل جيد لمدة أسبوع لا تقتصر على أمراض القلب، بل ثبت بالدراسة التجريبية أنها تتسبب أيضا في حدوث خلل بالجهاز المناعي للجسم واضطرابات نظام التمثيل الغذائي وعملية الأيض «Metabolism» والتي تلعب دورا فاعلا في معدلات حرق الدهون في الجسم.

ويذكر أن الكوليسترول هو نوع من الدهون يفرزها الكبد وتوجد في الدم، وهي هامة جدا لأعضاء الجسم وخلاياه، لكن هناك نوعان منه، فهناك الكوليسترول الجيد الذي يرتفع معدله بالجسم أثناء النوم ليلا، والكوليسترول السيئ الذي يمكن أن يتسبب في تلف جدران الشرايين مسببا تصلبها.

أحدث علاج للآلام المزمنة .. جهاز صغير يتم لصقه على الجلد

قالت «ديلي ميل» البريطانية إن أحدث علاج للآلام المزمنة التي تصيب ملايين المرضى حول العالم، قد ظهر وهو عبارة عن جهاز صغير يتم لصقه على الجلد في موضع الآلام، ويساهم في تخفيف الأوجاع عن طريق إصدار نبضات كهرومغناطيسية. وأكد التقرير أن اللاصقة الجديدة أثبتت فاعليتها في علاج الآلام المزمنة التي تصيب مرضى السكر، وكم أنها تخفف أوجاع المفاصل وخاصة التي تصيب الركبتين والكتفين وكذلك آلام أسفل الظهر، وتعمل عن طريق تشتيت إشارات الآلام في المنطقة المحيطة بالموضع المصاب بالوجع. وتزن اللاصقة المبتكرة 8 جرامات فقط، ويمكن وضعها على موضع الآلام طوال اليوم دون أي مشاكل، وكشفت التجربة التي استمرت 6 شهور وشملت 254 شخصا أن الآلام قلت حدتها بنسبة 60% لدى 90% من المرضى. وأوضح الباحثون أن هذه اللاصقة ستحمي المرضى من الآثار الجانبية الناجمة عن مسكنات الألم لأنهم لن يكونوا في حاجة إليها، وخاصة أن 68% من المرضى تعرضوا لمشاكل بسبب العقاقير الدوائية أبرزها اضطرابات الأمعاء. وأضاف التقرير أن هذه اللاصقة متوفرة بالصيدليات في بريطانيا وتبلغ سعرها 20 جنيها إسترلينيا.