



تقرير الرصد اليومي لأخبار القطاع الصحي في الصحافة المحلية Daily Media Monitoring Report for Helth Industry



اليوم : الأحد



التاريخ: 29 أكتوبر 2023



المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية تتسلم تبرعا ماليا من مجموعة اللولو العالمية بقيمة ٢٥ ألف دينار

رويا واللا.

وبهذه المناسبة شَمَن الدكتور مصطفى السيد الاهتمام الذي يوليهِ جلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة عاهل البلاد المعظم الرئيس الفخري للمؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية بالوقوف إلى جانب الشعب الفلسطيني في غزة وتقديم المساعدات الإنسانية العاجلة، وموازرة الحكومة الرشيدة بقيادة صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء، وقيادة سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة ممثل جلالة الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب لهذا العمل الإنساني.

كما أشاد بالتبرع الكريم لمجموعة اللولو العالمية، الأمر غير المستغرب منهم، فهم شركاء دائما في الخير وفي العمل الإنساني للمؤسسة، متمنا المساهمة المستمرة والمتميزة لمجموعة اللولو العالمية في المشاريع والمبادرات الإنسانية التي تطلقها المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية داخل البحرين وخارجها.

تجاوبا مع التوجيهات الملكية السامية لحضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة عاهل البلاد المعظم بتقديم الدعم للأشقاء الفلسطينيين في غزة ومساهمة في الحملة البحرينية الوطنية لإغاثة أهاليها في غزة والتي نظمتها اللجنة البحرينية الوطنية لإغاثة الشعب الفلسطيني في غزة تحت رعاية سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة ممثل جلالة الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب، تسلمت المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية تبرعا ماليا من مجموعة اللولو العالمية بقيمة ٢٥ ألف دينار بحريني، وذلك لصالح الحملة البحرينية الوطنية لمناصرة الشعب الفلسطيني في غزة، للمساهمة في دعم الأشقاء في غزة.

وتسلم التبرع الأمين العام للمؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية الرئيس التنفيذي للجنة البحرينية الوطنية لمناصرة الشعب الفلسطيني في غزة الدكتور مصطفى السيد من المدير الإقليمي لمجموعة اللولو العالمية في مملكة البحرين ومصر جوزير

P 4

Link

ختام الدورة المتقدمة لمكافحة المخدرات بالضباط



وصياغة المحاضر، وأمن المعلومات والمكاتب، والتنسيق المشترك في حماية الحدود والمنافذ، فضلا عن دور وسائل الإعلام القديمة والحديثة في مواجهتها.

من جانبهم، أعرب المشاركون عن شكرهم وتقديرهم للإدارة العامة للمباحث والأدلة الجنائية، مشيدين بما تضمنته الدورة من مواضيع ومعلومات تنعكس إيجابا على العمل الميداني والوقائي والتوعوي في سبيل مواجهة ومكافحة أفة المخدرات.

وأشار إلى أنه تم خلال الدورة تسليط الضوء على قضايا المخدرات والاطلاع على كل ما هو جديد في مجال التقنيات الحديثة لمواجهة أفة المخدرات وإبراز جهود المملكة لمكافحةها، والتعرف على الأساليب الحديثة في مجال تهريب المواد المخدرة وطرق مواجهتها، والإجراءات القانونية الخاصة بصياغة المحاضر وأذونات التفتيش والقبض وغسل الأموال المتحصلة من جرائم المخدرات، والإجراءات القانونية في العمل الميداني،

شهد العميد محمد عبدالله الحرم مساعد رئيس الأمن العام لشؤون العمليات والتدريب ويحضر عدد من مديري الإدارة العامة للمباحث والأدلة الجنائية حفل ختام الدورة المتقدمة لمكافحة المخدرات بالضباط، والتي نظمتها الإدارة العامة للمباحث والأدلة الجنائية وشارك فيها عدد من الضباط من مختلف إدارات وزارة الداخلية وقوة دفاع البحرين وعدد من الجهات الأمنية.

وبهذه المناسبة، أكد مساعد رئيس الأمن العام لشؤون العمليات والتدريب أن تنظيم الدورة يأتي في إطار استراتيجية التطوير والتحديث التي يتبناها معالي وزير الداخلية، والمتابعة المستمرة من قبل رئيس الأمن العام، لتطوير أداء الكوادر البشرية وتنمية مهاراتهم لمواكبة تطور الجريمة وتجديد الفكر الأمني لديهم للقيام بواجباتهم بدقة واحترافية.

P 8

Link



مصممة لأصعب الظروف.

توفر لك الوقت وتساهم في انقاذ الأرواح. عند الحاجة إلى المصدقية، قم باختيار مرسيدس-بنز سبرينتر المصممة لتلبية احتياجات سيارات الإسعاف .

متوفرة الآن.

بدءاً من

BD 38,900

اتصل بنا على ٠٩٩٩ ١٢٧٨ لمزيد من المعلومات.



Mercedes-Benz

على هامش اليوم العالمي للصدفية.. الاستشاري العريض :

3% من البحرينيين مصابون بـ«الصدفية والإكزيما والتعلبة»

خديجة العرادي:



د. خليل العريض

من المشكلات النفسية للمريض والمحيطين به، إلا أنه غير معد، وهو عبارة عن طفق جلدي يسبب تشوهاً في الجلد واليدين يخرج المريض. وكذلك البهاق، وهو اختلال في صبغات الجلد الملونة التي تظهر أحياناً بشكل بقع بيضاء مختلفة الأحجام، وهو غير معد لكنه يسبب إحراجاً للمريض. أملاً الدكتور العريض تعاون الناس مع المريض للتخفيف من صدمة الإصابة بالمرض.

وأوضح أن بعض أنواع علاجات الأمراض الجلدية تحتاج عدة جلسات، وهناك علاجات مختلفة بالليزر حسب نوع البشرة والجلد، لكن هناك استهلاك كبير في الأدوية والrahام، إذ يعتقد المريض أن وضع طبقة سمينة قد يساعد على العلاج، بينما العكس هو الصحيح، إذ إن المريض يضع كميات كبيرة لا داعي لها من مركبات الكورتيزون، بينما تكفي كمية قليلة لمسح الجسم بالكامل. إلى جانب التقليل من الآثار الجانبية.

والأمراض الوبائية، ومن أبرز أنواع الأمراض المزمنة المنتشرة في البحرين حساسية اليدين، وهي تصيب غالباً ربات البيوت نتيجة العمل المتواصل في المنزل من غير الوقاية، والإكزيما غير المعدية وهي عبارة عن حساسية تصيب الأطفال وقد تستمر إلى مرحلة البلوغ وقد تختفي، إلى جانب الصدفية الذي يسبب نوعاً

البيولوجي والذي يعد من أحدث العلاجات الناجحة عن طريق الحبوب أو الإبر لعلاج التعلبة والصدفية والإكزيما، وذلك بالنسبة للأمراض الجلدية سواء كانت مناعية أم غير مناعية. وأوضح الدكتور خليل أن تلك العلاجات مكلفة، وأن المريض بحاجة إلى دعم مادي لتغطية مصاريفها، مشيراً إلى أن التكلفة تعتمد على نوع ومدى العلاج، وأحياناً يستغرق العلاج فترة طويلة، وقد تصل التكلفة إلى أكثر من ألفي دينار لعلاج المريض الواحد في السنة.

وذكر أن الإصابة بالإكزيما تُعد وراثية، وتنتقل عبر جينات وراثية وتستغرق من شهر ونصف مدة أطول، مبيناً أن بعضها يتغلب عليها، والباقى تبقى وتصبح أقل من الحساسية، وبعض المرضى تستمر معهم وتكون لهم عناية خاصة وكريمات وأدوية.

وتحدث العريض خلال اللقاء عن الأمراض الجلدية في البحرين وأنواعها، موضحاً أنها تنقسم إلى الأمراض المزمنة

أكد استشاري الأمراض الجلدية الأول في البحرين الدكتور خليل العريض أن معدل الإصابة بالأمراض الجلدية المؤقتة إزداد مؤخراً في البحرين، وأن غالبية أمراض الفطريات والالتهابات البكتيرية التي تُعد من الأمراض الجلدية غير المزمنة انخفضت نسبتها؛ نظراً إلى وعي المواطنين بطرق النظافة الصحية وكيفية الوقاية منها، لافتاً إلى أن أكثر من 8% من مرضى الجلد مصابون بالصدفية والإكزيما والتعلبة. وقال إن علاج الأمراض الجلدية شهد تطوراً كبيراً في مملكة البحرين منذ العام 1972 حتى العام الجاري، وأفاد العريض في لقاء خاص مع «الأيام»، على هامش مشاركته في مؤتمر البحرين للجلدية والتجميل والليزر، أن أسباب الأمراض الجلدية المزمنة لا تزال كامنة وغير معروفة، وحالياً استحدثت تقنيات جديدة لعلاج الأمراض الجلدية عن طريق العلاج

داعياً لتطعيم الأطفال لتقوية المناعة للمضادة للفيروسات.. د. عرداتي لـ«الأيام» :

موجة الإنفلونزا الموسمية تنتشر بسرعة خصوصاً بين طلبة المدارس

محور الشؤون المحلية:



الدكتور عرداتي يتحدثان للأيام

من حماية لهم من الإصابة بالأمراض المعدية، سواء كان ذلك على مستوى الطفل نفسه أو لتأمين الحماية غير المباشرة للمخالطين للطفل، مؤكداً أن التطعيمات التي تم إجازتها آمنة وأعراضها الجانبية متوقعة وهي لا تتعدى الألم البسيط في موضع الحقن أو الانتفاخ أو الإعياء أو الصداع والحمى.

وشدد على أهمية تطعيم الأطفال لزيادة الاستجابة المناعية المضادة للفيروسات والجراثيم والتي من شأنها تقليل الخطر الناجم عن العدوى بين مخالطهم، خاصة مع عودة المدارس، لافتاً إلى أنهم وكبار السن الأكثر عرضة للإصابة بمضاعفات الإنفلونزا لضعف جهازهم المناعي، لافتاً إلى أن الأضرار والمضاعفات المترتبة على الإصابة بالفيروس أو البكتيريا أكثر خطورة من بعض الأعراض الجانبية التي قد تعقب أخذ التطعيم، وعليه لابد من التأكيد على أن التطعيمات هي التقنية الأفضل للسيطرة على مختلف الأمراض المعدية. وقال إن التطعيمات أثبتت أفعالها في الوقاية من العديد من الأمراض المعدية ومنها فيروس كورونا، وذلك عبر رفع الاستجابة المناعية للجسم لمواجهة الفيروس، كما أنه يساعد على تخفيف الأعراض عند الإصابة، وتقليل المضاعفات، بالإضافة لتقليل الحاجة لدخول المستشفى أو العناية المركزة.

في شهور حياته الأولى بعد الولادة. وأكد الدكتور عرداتي أن التطعيمات الطبية بشكل عام أثبتت فاعليتها في السيطرة على الأمراض المعدية من جهة والحد من انتشار الأوبئة من جهة ثانية، وهذا ينطبق على أمراض الأطفال التي يمكن تجنبها بالتطعيم، ومن ضمنها فيروس كورونا «كوفيد-19» الذي عاد مجدداً بالانتشار.

وذكر بأن التطعيم ضد الإنفلونزا الموسمية آمن جداً لجميع الفئات ويمكن الحصول عليه للأطفال من عمر 6 أشهر فما فوق، خصوصاً لنوعي المناعة المتعدية أو المصابين بمرض السكر وأمراض الرئة والقلب والكلى.

ولفت الدكتور عرداتي إلى أهمية تشجيع المجتمع على أخذ التطعيمات لجميع الفئات من كل الأعمار، لما يشكله

المملكة توفر سنوياً لقاحات ضد الإنفلونزا من أوائل شهر سبتمبر، مبيناً أن التطعيم يبدأ من منتصف شهر سبتمبر؛ لأن في هذا الموسم تزداد الإصابة بها، مؤكداً أن جميع أنواع التطعيمات متوافرة في مملكة البحرين، وأن اللقاحات المستخدمة في المملكة تعتبر من أفضل اللقاحات من حيث الإنتاج وطريقة الحفظ للحفظ على فعالية التطعيم، كما أنه يتغير سنوياً بحسب نوعية الفيروس الذي يتم رصد. وقال إن الوقت المناسب للحصول على لقاح الإنفلونزا الموسمية خلال شهري سبتمبر وأكتوبر، وذلك للأشخاص البالغين والأطفال. أما بالنسبة للحوامل، فيفضل حصولهن على لقاح الإنفلونزا مبكراً وتحديدًا في الثلث الأخير، حيث يتم تعزيز الأجسام المضادة من الأم للجنين وبذلك يستفيد منه الطفل

شهدت الأيام الماضية تزايداً في حالات الإنفلونزا الموسمية التي تنتشر عادة مع تغيرات الجو، خصوصاً بين طلبة المدارس، وذلك وفق ما أفاد أطباء وعيادات طبية للأيام.

وفي هذا السياق، أكد العضو المنتدب في مستشفى البحرين التخصصي الدكتور قاسم عرداتي استشاري الأمراض المعدية أن انتشار الإنفلونزا في هذا الوقت أمر متوقع، سيما لدى الأطفال، مؤكداً أن التطعيمات هي الحل الأنجع والأفضل للسيطرة على مختلف الأمراض المعدية.

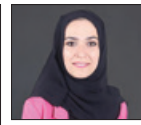
وأوضح في تصريح للأيام بأنه هناك تشابه في بعض الأعراض بين الفيروسات الموسمية ووباء «كوفيد-19»، متوها بأن التشخيص مهم في هذه الحالة عن طريق الفحوصات المخبرية وهي إجراء فحص «PCR»، بالفحص السريع لتحديد نوعية الفيروس بصورة أكيدة وإذا كان المريض يعاني من فيروس موسمي عادي، أو مصاباً بكورونا لتحديد العلاج المناسب؛ لأن الإنفلونزا لها علاج محدد للفيروس يختلف عن علاج الكوفيد. وأفاد بأن الإنفلونزا فيروس خطير وله مضاعفات خطيرة، وهو أحد الأمراض المعدية الأكثر شيوعاً في الفترة من سبتمبر وحتى أبريل، مشيراً إلى أن



تصوير: عبدعلي قريان

تزامناً مع الشهر العالمي للتوعية بسرطان الثدي

شركة البحرين لمواقف السيارات «أماكن» تنظم فعالية أكتوبر الوردي



عبدالله

تلتفت شركة البحرين لمواقف السيارات (أماكن) بالتعاون مع مستشفى رويال البحرين، وشركة ميسدلة، وأول جمعية التوعية بسرطان الثدي التي يصادف شهر أكتوبر من كل عام، وذلك بمحور الإدارة التوعوية بهدف من موفيقين الشركة، وتأتي هذه الفعالية ضمن جهود الشركة في خدمة المجتمع والتوعية بسرطان الثدي، من خلال مشاركتها في الحملات التوعوية والحرس على نوعية موفيقها بأشخاص مرض سرطان الثدي وعملية الوقاية منه، ونشر ثقافة الفحص الذاتي والتشخيص الفعالية - التي أقيمت في يوم ميني شركة «أماكن» في الفترة - مجموعة من الفعاليات التوعوية حول مرض سرطان الثدي، ملاحقة وأولية وعرض الفحص الذاتي، والتوعية والتوعية الصحية، تشمل الشركة مسؤوليتها الاجتماعية من أجل توفير بيئة العمل، ما لا يقل عن من مبادرات الإسهام في الوقاية من هذا المرض والحد منه، بالإضافة إلى الفعالية الحفاظ على الوزن الصحي وممارسة النشاط البدني والتغذية الصحية، يمارسها بآثارها الإيجابية.

ويهدف الفعالية، أقيمت فاعلية الشان، مدير إدارة الموارد البشرية والإدارة في شركة البحرين لمواقف السيارات (أماكن)، شركة «أماكن» لشبكة التوعية، لافتة إلى أن الشركة تلتزم في إطار الدور الذي تقوم به، تحمل الشركة مسؤوليتها الاجتماعية من أجل توفير بيئة العمل، ما لا يقل عن من مبادرات الإسهام في الوقاية من هذا المرض والحد منه، بالإضافة إلى الفعالية الحفاظ على الوزن الصحي وممارسة النشاط البدني والتغذية الصحية، يمارسها بآثارها الإيجابية.



P 6

Link

مرضى سرطان الثدي والرياضة

يعتقد أنه يمكنه إنجازها في البداية، وهذا يعطيه دافعاً أكبر للاستمرار في ممارسة الرياضة.

ومن الرياضات المناسبة للمصابين بسرطان الثدي المشي يومياً لمدة ساعة، الجري البسيط والذي يساهم بشكل كبير في رفع كفاءة الجسم ونشاط الخلايا الداخلية له، كما تُعد اليوجا من أفضل أنواع الرياضة على الإطلاق؛ لأنها تساهم بشكل كبير في القضاء والتخلص من التوتر والطاقة السلبية التي تؤثر بشكل كبير على حياة المصاب.

من هنا تأتي أهمية توعية المصابين بسرطان الثدي بممارسة الأنشطة الرياضية التي تلعب دور فعال في العودة إلى الحياة الطبيعية. ربما يندهش المريض - بعد فترة من الوقت - من أنه يستطيع القيام بأكثر مما كان



د. منار عبدالله محمد

ما يمنع ترقق العظام المحتمل. ومع ذلك، فإن تأثيرات الرياضة والتمارين الرياضية تتجاوز التأثيرات الجسدية إلى تأثير نفسي يعمل من خلال تحسين الحالة المزاجية للمصاب، فالتمارين الرياضية تساعد على العودة إلى الحياة الطبيعية. ربما يندهش المريض - بعد فترة من الوقت - من أنه يستطيع القيام بأكثر مما كان

د. منار عبدالله محمد

الذي تكون ممارسة الرياضة عاملاً محفزاً للشفاء من المرض، إذ إن ممارسة الرياضة - لا سيما من قبل مرضى سرطان الثدي - لها العديد من الآثار الإيجابية. فالجهود الرياضية يمكن أن تساعد في تقليل الآثار الجانبية لسرطان بشكل قابل للقياس، كما يؤدي إلى زيادة كفاءة الجسم، بشرط ألا يؤدي ذلك إلى إرهاق المريض وتقليل مقاومة الجسم للمرض. وفي هذا الجانب، تم رصد العديد من حالات تحسين الإصابة بالمرض بفضل الرياضة، وأرجع الأطباء ذلك لعدة أسباب، منها أن التمرين - خاصة في الهواء الطلق - يخفف من الإرهاق والتعب، إذ يتم تعزيز الدورة الدموية وتزويد الجسم بالأكسجين بشكل أفضل. بالإضافة إلى ذلك، فإن النشاط البدني يحسن المزاج بشكل دائم. كما أن التمارين لا تقوي العضلات فحسب، بل ويمكن أن تزيد أيضاً من كثافة العظام،

يُعد سرطان الثدي من أنواع السرطان الذي يظهر في أنسجة الثدي، ويحدث تغيراً في شكل الثدي، مع ظهور كتلة في الثدي، وتقشير الجلد، ووجود سائل قادم من الحلمة، أو بقع حمراء أو متقشرة. وفي حالة انتشار المرض في الجسم يشعر المصاب بالألم في العظم، وانتفاخ في الغدد الليمفاوية، إضافة إلى ضيق في التنفس أو اصفرار في الجلد. تزيد احتمالية الإصابة بسرطان الثدي لدى النساء أكثر من الرجال، ومن مسببات الإصابة بهذا المرض السمّة وعدم ممارسة الرياضة، شرب الكحول، العلاج بالهرمونات البديلة خلال فترة انقطاع الطمث، التعرض لإشعاع مؤين، البلوغ المبكر للفتاة، إنجاب الأطفال في عمر متأخر أو عدم إنجاب الأطفال، والتقدم في العمر. عادة ما يتلقى المصابون بسرطان نصحاً للراحة وعدم بذل مجهود، لكن الأطباء يرون أنه عند الإصابة بسرطان

P 13

Link

رسالة خاصة لمرضى السرطان

أحبائي الكرام المصابين بمرض السرطان، أرجوكم لا تفكروا في المرض ولا تصرفوا جل أوقاتكم في توقعات وتحليلات وأوهام بعيدة عن حقيقة ما أنت فيه، لا التفكير فيه يعالجه ولا الخوف منه يفيدكم، كل ما يفيدكم وينفعكم ويجعل حياتكم ونفسياتكم ومعنوياتكم طيبة أن تفكروا في العلاج وليس في المرض، فالتشخيص والعلاج كما تعلمون وتلمسونه بوضوح متوافر وشه الحمد والمنّة، وفي أرقى المستويات العلاجية، ووجود أطباء متخصصين متميزين كبار في علاج الأورام السرطانية هذا في حد ذاته يجعلكم مطمئنين من هذا الجانب المهم.

المتحدث معكم مصاب بالسرطان منذ أكثر من سنتين، وقد مرّ بكل الخطوات التشخيصية والعلاجية التي مررت بها أنتم، بإرادتي وإيماني الراسخ بقضاء الله قدره لم أكن أسمح لأي تفكير شيطاني أن يدخل في ذهني ويوسوس في نفسي، وإذا ما حاول الاقتراب من عقلي أطرده ولم أعطه المجال للتلاعب في مشاعري، وإبرادتي القوية وتوكلي على الله تعالى استطعت الوصول إلى بر الأمان، وتحققت نتائج مبهرة على مستوى العلاج، وأخذت قبل أكثر من شهرين أمارس حياتي بكل أريحية دون أن التفت إلى الأفكار السلبية، وعملت على رفع معنوياتي التي من خلالها استطعت مواجهة المرض والاستقواء عليه.. ها أنا الآن رجعت إلى ممارسة نشاطاتي الاجتماعية، بكل حيثياتها الضرورية وبشكل طبيعي جداً، مع أخذ الاحترازاات المعتادة في مثل هذه الحالات المرضية، فرسالتكم إليها الأحبة أطلب من خلالها أن تتعاملوا مع المرض بنفسيات ومعنويات وإرادة عالية؛ لأن ذلك يحسن من النتائج العلاجية بنسبة كبيرة، ويعطيكم الحافز في إضعاف قدرته والتمكن منه.. اجعلوا إدارته - ونقص مرض السرطان - بيديكم، لا تنعزلوا عن أفراد أسركم وعوائلكم، كونوا طاقة إيجابية دائماً، لا تتذمروا ولا تقنطوا من رحمت الله ونعمه، اجعلوا الشكر والحمد لله ثقافة في حياتكم، قوّوا علاقتكم بربكم الذي بيده الشفاء من أجل تطمئن قلوبكم، قال تعالى (ألا بذكر الله تطمئن القلوب) سورة الرعد / آية 28. عافاكم الله وشفاكم جميعاً من كل سوء.

سلمان عبدالله

ميديفيرسال الطبي ينظم يوم التوعية بسرطان الثدي



أقام مركز ميديفيرسال «متعدد الاختصاصات» بالتعاون مع مشروع الجينوم الوطني في وزارة الصحة وبنك الإبداع للتمويل وفرقة Draw to give وعدد من شركات الأدوية وبدعم من بيت الجابري للاستثمار، فعالية التوعية بسرطان الثدي للمستفيدين من خدمات المركز وبحضور عدد كبير من المدعوين.

وتضمنت الفعالية العديد من الأنشطة الصحية والطبية والتثقيفية والتوعوية بمشاركة الطاقم الطبي والإداري للمركز. كما قام الطاقم الطبي لمركز الجينوم بسحب عينات من الدم لمعرفة قابلية الشخص للتعرض للأمراض السرطانية، وأجرى المختصون في المركز العديد من الفحوصات المجانية للحضور والمشاركين كقياس كتلة الجسم وتحليلها باستخدام أحدث الأجهزة المتوفرة بالمركز. وقدمت الدكتورة إيمان الفرغ المدير الطبي، لمركز ميديفيرسال: محاضرة عن سرطان الثدي، حيث أشارت إلى أنه يعد من أكثر السرطانات انتشاراً عند السيدات في العالم وفي البحرين، موضحة أن إحصاءات منظمة الصحة العالمية تظهر نسبة إصابة تصل إلى 35% وأن معدل عمر الإصابة هو 47 عاماً مقارنة عند الغرب 54 سنة.

وأوضحت الدكتورة إيمان أن 80-90% من أورام الثدي التي يتم اكتشافها هي حميدة، و8% من إصابات سرطان الثدي تحدث بدون أي تاريخ طبي عائلي. ولكن مع التشخيص المبكر والعلاج المناسب فإن نسبة الشفاء في السنوات الخمس الأولى 85-95%.

وأكدت الدكتورة إيمان على ضرورة كسر حاجز الخوف عند اكتشاف ورم في الثدي والتوجه لاستشارة الطبيب المختص، والمواظبة على عمل فحص الثدي الذاتي شهرياً بالإضافة إلى صورة Mammogram وUltrasound الوقائية.

P 4

Link

تحت المجهر



د. فجر ناصر

الرضاعة الطبيعية حماية فعّالة من سرطان الثدي ودعم نفسي للنساء

يُعد سرطان الثدي أحد أكثر أنواع السرطان شيوعاً بين النساء في جميع أنحاء العالم والمسيبة لارتفاع نسبة الوفيات لدى النساء إن لم يتم اكتشافها وعلاجها مبكراً. وعلى الرغم من التقدم العلمي والطبي في علاجه والكشف المبكر عنه، إلا أن الوقاية لا تزال تلعب دوراً حاسماً في تقليل انتشار المرض وتحسين صحة النساء. وفي هذا السياق، تعتبر الرضاعة الطبيعية، بالإضافة إلى أنها الغذاء المتكامل للطفل خلال فترة الطفولة المبكرة للبعين الأوليين من عمره، وسيلة فعّالة لحماية النساء من سرطان الثدي. بالإضافة إلى توفير الدعم النفسي الهام لهن.

الرضاعة الطبيعية تعمل كحارس واقٍ لصحة المرأة وحمايتها من الكثير من الأمراض، سواء أثناء الرضاعة الطبيعية أو على المدى البعيد، ومن أهمها أنها تكون حماية ضد سرطان الثدي. تشير الدراسات العلمية إلى أن النساء اللواتي يرضعن أطفالهن لفترة أطول يعانون من خطر أقل للإصابة بسرطان الثدي عندما يصلن إلى سن اليأس. يُعزى ذلك إلى التأثيرات الهرمونية التي تحدث أثناء الرضاعة الطبيعية، حيث يتم تخفيض مستوى الإستروجين في الجسم، وهو الهرمون الذي يرتبط بزيادة خطر الإصابة بسرطان الثدي. هناك المزيد من الدراسات التي أجريت وتشير إلى وجود علاقة بين الرضاعة الطبيعية والحماية من سرطان الثدي. دراسة نشرت في مجلة «جاما أونكولوجي» في عام 2020 أظهرت أن النساء اللواتي قمن بالرضاعة الطبيعية لمدة 6 أشهر أو أكثر يعانين من خطر أقل للإصابة بأنواع معينة من سرطان الثدي، مثل سرطان الثدي الهرموني الإيجابي. ووجدت الدراسة أن كل شهر إضافي من الرضاعة الطبيعية يرتبط بانخفاض بنسبة 2% في خطر الإصابة بهذه الأنواع من سرطان الثدي.

وفي دراسة أحدث نُشرت في مجلة «الوبّيتركتريكس» في عام 2020 أوضحت أن النساء اللواتي قمن بالرضاعة الطبيعية لمدة 12 شهراً أو أكثر قد انخفض لديهن خطر الإصابة بسرطان الثدي بنسبة 26% مقارنة بالنساء اللواتي لم يرضعن. في عام 2021، تم نشر دراسة في

مجلة «سيرجيري أونكولوجي» تشير إلى أن النساء اللواتي قمن بالرضاعة الطبيعية لمدة عام أو أكثر كان لديهن خطر أقل بنسبة 20% للإصابة بسرطان الثدي مقارنة بالنساء اللواتي لم يرضعن. وفي أحدث الدراسات 2023 مجلة «cancer medicine»، بينت تقليل خطر الإصابة بسرطان الثدي بنسبة 4.3% لكل 12 شهراً من الرضاعة الطبيعية، هذا بالإضافة إلى انخفاض خطر الإصابة بسرطان الثدي بنسبة 7.0% لكل ولادة. فكلما زادت المرأة من مدة الرضاعة الطبيعية لكل طفل، وزادت عدد الأطفال الرضع في حياتها ازدادت حمايتها من سرطان الثدي، بالإضافة إلى مراعاة عوامل الخطورة الأخرى. كما أن الرضاعة الطبيعية قد تلعب دوراً في التقليل من خطر الإصابة بأنواع من سرطان الثدي «الثلاثي السلبي» (20%) وفي حملتي طفرات BRCA1 (22-55%)، ترتبط آليات تقليل المخاطر نتيجة للحمل بالتغيرات في معالجة الحمض النووي الريبي (RNA) والتمثيل الغذائي. ومازال البحث في هذا المجال جارياً ومتطوراً. ومن المهم أن يتم إجراء المزيد من الدراسات لتحديد العلاقة الدقيقة بين الرضاعة الطبيعية وسرطان الثدي. فما هي الآلية والعوامل التي تجعل الرضاعة الطبيعية عامل حماية من سرطان الثدي؟

إن الرضاعة الطبيعية تؤدي إلى تأخير عودة الدورة الشهرية بعد

الولادة، فإنها تقلل من مدة التعرض للهرمونات الأنثوية وخاصة هرمون الإستروجين التي تعتبر عاملاً مساهماً في تطور سرطان الثدي. وإن المرأة في فترة الرضاعة الطبيعية يزداد إفراز جسمها بهرمون البرولاكتين، وهو هرمون يعمل على تثبيط إفراز هرمونات الإستروجين والبروجستيرون المسؤولة عن نمو الخلايا السرطانية في الثدي. وبالتالي، فإن الرضاعة الطبيعية تقلل من تعرض الثدي للهرمونات الأنثوية وتحد من احتمالية تطور سرطان الثدي. كما يمتلك حليب الأم خصائص مضادة للالتهابات ومضادة للجراثيم، ومضادة لنمو الخلايا السرطانية مما يساعد على تطهير وحماية الثدي من العدوى والالتهابات المتكررة في الثدي يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بسرطان الثدي. وينبغي دعم النساء جميعاً بالرضاعة الطبيعية الحصرية ولمدة عامين كاملين وخاصة اللاتي لديهن تاريخ عائلي للإصابة بسرطان الثدي بشكل خاص كوسيلة للحد من مخاطر الإصابة به مع التآكل من عوامل الخطر الأخرى. حيث إن هناك عوامل أخرى مثل العوامل الوراثية والعوامل البيئية تلعب أيضاً دوراً في تطور المرض. لذا، ينبغي دائماً مراجعة الطبيب المختص واتباع توصياته بشأن الكشف المبكر والوقاية من سرطان الثدي.

عضو جمعية أصدقاء الصحة
واستشاري طب العائلة والمجتمع
واستشاري رضاعة طبيعية دولي

P 19

Link

موضوعات طبية

د. زهراء أحمد

الحجامة علاج تكميلي للطب الحديث.. ودواء عجيب لعلاج الأمراض



أكدت استشارية طب العائلة والمجتمع والعلاج بالحجامة د. زهراء أحمد خليفة أن الحجامة ليست طباً بديلاً، بل هي علاج تكميلي للطب الحديث، مشيرة إلى أن القيام بها مرة أو مرتين في العام الواحد يساعد على الوقاية من الكثير من الأمراض، إضافة إلى تقوية الجهاز المناعي.

البرلة فاطمة عبدالله

الجهاز المناعي، كما أن هناك نظريات أثبتت أن الحجامة تساعد على توسيع جريان الدورة الدموية بتفذية الأعضاء المصابة وتحسينها. وأكدت أن جميع الأحاديث النبوية تحت على الحجامة؛ أما لها من دور كبير في علاج العديد من الأمراض، لافتة إلى أنها تساعد على تنشيط الدورة الدموية في مناطق الألم، خصوصاً ألم أعلى الكتف والظهر والرقبة وأسفل الظهر، إضافة إلى قدرتها على ترخية الأسجة وتحسن الخلايا الحية في الأعضاء. وأشارت إلى أنها تعالج أيضاً اضطرابات ارتفاع نسبة الدم، فهي تعيد توازن الجسم، كما تساعد على انتظام السكر والضغط، إضافة إلى علاج الصداع النصفي وصداع التوتر، كما أنها تساعد على التخلص من القلق والاكتئاب. وأشارت إلى أن الحجامة تفيد أيضاً في علاج حالات العقم غير معروفة الأسباب طبياً، إضافة إلى علاج الأمراض الروماتيزمية، وعرق النساء، إلى جانب علاج مشكلات حب الشباب والأكزيما. وقالت: هناك العديد من الحالات التي نجح علاجها عبر الالتزام بالجلسات، البعض يشعر بالفارق والتحسّن في الجلسة الأولى، والبعض الآخر قد يحتاج 3 جلسات للشعور بالفارق. وعن الفئة العمرية التي يمكنها تلقي العلاج بالحجامة، ذكرت أنها للجميع، فهي مناسبة للأطفال من عمر 6 أو ٤

وأوضحت أن الحجامة هي الدواء العجيب لعلاج العديد من الأمراض، لافتة إلى أننا نشهد حالياً إقبالاً كبيراً عليها، خصوصاً بعد جائحة كورونا؛ بهدف تقوية الجهاز المناعي، فهي تساعد على تقويته، فضلاً عن تصريف المواد الزائدة من جسم الإنسان. وقالت: إن الحجامة نوع من أنواع الطب التقليدي، ويعود تاريخها للصور القديمة، ونشهد حالياً العودة إلى هذا الطب مع تزايد الطلب عليه، فهي تساعد على علاج بعض الأمراض أو الوقاية منها. وأضافت: يُقبل البعض على الحجامة؛ التزاماً بتعاليم الدين، بالاحتياج في يوم 1٤ و 21 من الشهر العربي، في حين أن هناك من يظن أنها لعلاج بعض الأمراض بإعطاء جلسات للمريض. وقد يحتاج المريض 3 جلسات، ويعتمد ذلك على نوع العرض الذي يعاني منه، ويقوم البعض بالحجامة كإجراء وقائي بمعدل مرة إلى مرتين في السنة. ولفتت إلى أن الحجامة عبارة عن خدوش سطحية على سطح الجلد، يقوم بها الطبيب المعالج في نقاط معينة؛ لاستخراج الأخطأ الريدية، وهي المواد الضارة من جسم الإنسان. مثل كريات الدم الحمراء الريدية والسوموم والروبويايات والأحماض إضافة إلى أنها تساعد على تحفيز

P 4

Link

موضوعات طبية

د. بيدرسون

ما الذي يجب على النساء معرفته عن عوامل الخطر؟



أشارت اختصاصية نظام الرعاية الصحية العالمي لدى مستشفى كليفلاند كلينك د. بيدرسون، ضمن شهر التوعية بسرطان الثدي، إلى أهمية تعرف النساء على عوامل الخطر المتعلقة بسرطان الثدي، حتى يتمكن من التواصل مع مزود خدمات الرعاية الصحية الخاص بهن والاستفسار عن أفضل الفحوصات المناسبة لهن، ومتى يتوجب عليهن تكرار هذه الفحوصات، ومعرفة ما إذا كان من الممكن أن يستغفن وأفراد عائلتهن من إجراء استشارات وراثية أو تناول الأدوية التي تسهم في تخفيف عوامل الخطر.

وأوضحت د. بيدرسون أنه حتى في حال اكتشاف كتل في الثدي عند إجراء الفحص السريري، إلا أن التصوير الشعاعي قد يظهر أن كثافة الثدي ليست كبيرة، مشيرة إلى أن التصوير الشعاعي للثدي هو الوحيد القادر على كشف الكثافة الغليظة للثدي. وتوضي بيدرسون بضرورة إجراء النساء من ذوي عوامل الخطر المتوسطة فحصاً شعاعياً أساسياً للثدي عند بلوغهن سن الأربعين، وبحث كثافة الثدي لديهم وعوامل الخطر

الأخرى مع مزود الخدمات الصحية؛ للوصول إلى برنامج الفحوصات المناسب لهن. وتابعت: يمكن لكثافة الغليظة للثدي أن تؤثر على نتائج التصوير الشعاعي، كما أنها تحد ذاتها بحدوث عامل خطر مستقل للإصابة بسرطان الثدي. وقد يوصي مزودو الرعاية الصحية في حال وجود كثافة زائدة في الثدي أو عوامل خطر أخرى، بإجراء تصوير سنوي بالرنين المغناطيسي للثدي أو تناول الأدوية التي تقلل من خطر الإصابة.

وقالت بيدرسون في هذا السياق: بعد الفحص السنوي مهما للجميع، إذ إن علم الطب لم يصل بعد إلى مرحلة تحديد الذين قد يكونون معرضين لخطر الإصابة بسرطان الثدي، الذين قد لا يتوجب عليهم اتخاذ الكثير من الإجراءات الوقائية. وإضافة إلى ذلك، فإن نحو ٤٥% من حالات الإصابة بسرطان الثدي يتم كشفها دون وجود أي عوامل خطر معروفة أو مشخصة. وأضافت: يمكن للفحص الجيني أن يوضح أفضل السبل

العلاجية للمرضى الذين تم تشخيصهم حديثاً بسرطان، كما يمكن أن يحدد الأفراد الذين قد يستفيدون من إجراء تصوير سنوي كامل بالرنين المغناطيسي، أو من تناول الأدوية القادرة على تقليل مخاطر الإصابة، أو من التدخلات الجراحية التي قد تساعد في تقليل مخاطر الإصابة في الأشخاص من ذوي عوامل الخطر المرتفعة. وبينت أن السمنة تعد عامل خطر للعديد من السرطانات، ومنها سرطان الثدي، لذلك

فإن الحرص على إبقاء الوزن في مستويات صحية هو أمر على قدر كبير من الأهمية، كما يرتبط استهلاك الكحول بمخاطر متزايدة للإصابة بسرطان الثدي. وعموماً، فإننا ننصح النساء باتباع الإرشادات العامة؛ حتى يتمتعن بصحة جيدة، ومن ضمنها ممارسة الرياضة بانتظام، واتباع برنامج غذائي صحي، مثل حمية الشرق الأوسط.

P 5

Link

