

نغطية خاصة:

مؤتمر المفاصل الثامن
في دمشق

السعر ٢٥ ل.س في الجمهورية العربية السورية
www.med-syria.com

جريدة أخبار الطب

الحقائق الطبية كما لم تسمعها من قبل...



جريدة علمية (طبية - اجتماعية) تصدر أسبوعياً
العدد الثاني عشر - الأحد ٣١ تشرين أول - أكتوبر ٢٠١٠

هل أنت مستعد؟

الأنفلونزا
والكريب
والتهاب القصبات
مستعدون!!



وفي العدد تقرؤون مواضيع متنوعة:

...صفحة ٢

...صفحة ٣

...صفحة ١٦

...صفحة ١٣

...صفحة ٩

...صفحة ١٨

جسد الإنسان والمجتمع البشري

اللقوة (شلل الوجه)

الفوائد الطبية لزهرة الأقحوان

أبو كعب

هل يسبب الجلد الجاف التجاعيد

نقص ثقافة الجنس الآخر

آلاف المواد الكيميائية

بدون رقابة....

في أمريكا!!!

صفحة ٨

علمة حكيم

جسد الإنسان والمجتمع البشري

هل خطر ببال أحدكم يوماً أن يفكر بأوجه الشبه بين جسد الإنسان والمجتمع البشري؟ قد يبدو الأمر غريباً للوهلة الأولى لكنه في الحقيقة ليس كذلك، فما الجسد البشري سوى مجتمع، كياناته الاجتماعية هي الأعضاء وأفراده هي الخلايا؛ فالمجتمع البشري يتكون من جماعات بشرية متنوعة تقطه أماكن جغرافية محددة خاصة بها في كوكب الأرض، تسمى في السياسة دولاً، ومجد لدى كل جماعة بشرية مجموعة من الصفات المشتركة التي تسبغ عليها صفة الكيان الاجتماعي المحدد تبدأ بالتشابه في الشكل والمظهر والعادات ولا تنتهي باللغة أو التاريخ المشترك أو الأهداف المشتركة. والآن إذا طبقنا هذا الوصف للمجتمع على الجسد البشري فهل سنجد ما يكفي من أوجه الشبه بما يجعلنا نطلق على جسد الإنسان اسم المجتمع؟ وإذا تحققنا من التطابق بينهما فهل يجوز لنا أن نتخذ من مجتمع الجسد البشري مثلاً نقفدي به في تنظيم مجتمعنا الإنساني؟ لا شك أنه يمكننا ذلك، فوجود الإنسان سابق على وجود المجتمع ومجموع الناس هو الذي يكون المجتمع وليس العكس، لذلك يجب أن يتبع المجتمع البشري قواعد مجتمع الجسد لا أن يتبع مجتمع الجسد، أي الإنسان، قواعد المجتمع البشري الذي خلقه بنفسه وشرع يضع له ضوابط ونواظم لا يعرف لها أصل ولا فصل.

دعونا نبدأ بالعنصر الأساسي الذي يكون المجتمع البشري، وهو الفرد، ونبحث عن مقابله في الجسد؛ لعلنا له نبذل جهداً كبيراً لنذكر أن الفرد في الجسد هو الخلية، فالخلية هي العنصر الأساسي الذي يتكون منه الجسد والتي يوجد منها المليارات في الجسد الواحد؛ أما العنصر الثاني فهو العضو الذي يتكون من مجموعات من الخلايا مطابقة للكيانات الاجتماعية في المجتمع البشري (أو الدول)، فكل عضو في جسم الإنسان يتألف من مجموعة محددة من الخلايا التي تتشابه في الشكل وطريقة أدائها لعملها (العادات) واللغة (الإشارات الكهربائية والكيميائية المتبادلة بين الخلايا) والتاريخ (النشأ الجنيني والتطور العضوي) والجغرافيا (نفس الموقع التشريحي من الجسد) والهدف (وظيفة العضو).

إذن على المستوى التكويني هناك تطابق تام بين الجسد والمجتمع، لكننا إذا انتقلنا إلى المستوى التنظيمي فإننا سنجد تباينات هامة قد تفسر لنا الاختلاف الكبير القائم بين روعة تنظيم الجسد وقباحة تنظيم المجتمع رغم اشتراكهما في بنيتيهما الأساسية.

أول ما يلفت الانتباه هو التعاون التام بين أعضاء الجسد في خدمة الجسد ككل، فرغم استقلالية كل عضو في موقعه وحدوده ووظيفته إلا أن جميع الأعضاء تمارس دوراً ما في

خدمة الجسد وتؤممه بالعمل المشترك من أجل الصالح العام دون أن يصدر أحدها دور الآخر أو يلغيه ودون أن يعتدي أحدها على الآخر.

وجميع هذه الأعضاء تخضع في عملها لعضو مركزي متميز هو الدماغ الذي يقوم بدور المنظم والمشرّف على حسه أداء تلك الأعضاء لوظائفها، أيضاً دون أن يميز بين عضو وآخر أو يحابي عضواً على حساب آخر بسبب قوته وأهميته في الجسد، كالقلب والمعدة مثلاً.

وأعضاء الجسد البشري لا تتقاتل فيما بينها ولا يعتدي بعضها على بعض بل تسود فيما بينها علاقات المحبة والإخاء والتعاون، وهي جميعها تتعاقد في مواجهة الاعتداءات الخارجية كالجراثيم والرضوض وعوامل الطبيعة مستعينة في ذلك بجهاز مني على أعلى درجة من الكفاءة هو جهاز المناعة.

وأخيراً تتقاسم هذه الأعضاء الخيرات الواردة إلى الجسد وتحمل الأعباء التي تلقى على كاهله بالتساوي فيما بينها دون أن يقوم أي منها بالاستيلاء على نصيب الآخر من تلك الخيرات أو يحمله مزيداً من الأعباء بما ينقل كاهله ويقود إلى انهياره.

والآن إذا قارنا تنظيم الجسد وتوزيع الأدوار على أعضائه بتنظيم المجتمع البشري فإننا سنلاحظ بسهولة الذي وصل إليه هذا المجتمع في الخروج عن القواعد التي تضمن سلامته وبقائه؛ فعلاقة أعضاء المجتمع البشري (الدول) ببعضها البعض ليست علاقة تعاون بل علاقة تنافس وعداء والقوي فيها يعتدي على الضعيف ويسلبه حقوقه، وهي لا تحترم استقلال بعضها البعض ولا تتقاسم الثروات بعدالة، كما إن الدماغ المفترص في هذا المجتمع، أي الحكومات والمنظمات الدولية، لا يقوم بدور الراعي النزيه لأداء مكوناته من أفراد ودول على حد سواء، عدا عنه أنه لا يشبه دماغ الجسد في كونه مكوناً من خلايا متفوقة ومتميزة؛ لذلك لم تكون النتيجة المنتظرة لهذا التمرد سوى التضعف التدريجي للمجتمع ودخوله مرحلة الشيخوخة في وقت مبكر بمقياس التطور، ولم يوقف هذا التدهور سوى العودة لقواعد مجتمع الجسد والالتزام بها لأنها أثبتت نجاحها عبر الزمن.

د. أيهم أحمد

hakeem@med-syria.com

اللقوة أو شلل الوجه النصفى



اللقوة : فجأة نصاب بها دون سابق إنذار... فما سببها؟! وما علاجها؟
اللقوة أو شلل الوجه النصفى ويسمى أيضاً بشلل بيل (Bell's Palsy) (نسبةً لمكتشفه تشارلز بيل) هو شلل يصيب الوجه فقط، وتحديدًا العصب الوجهي السابع (عصب التعابير الوجهية) وهو العصب المسؤول عن بعض حركات عضلات الوجه وتعابيرها، وعن الإحساس بالطعم والألم، بالإضافة إلى اتصاله مع الغدد اللعابية والدمعية.

قد يتعرض العصب للانضغاط أو الالتهاب أو الوذمة، وهذا سيؤدي إلى حدوث ضعف في القدرة على التحكم بعضلات الوجه أود حدوث الشلل، وغالباً ماتكون الإصابة أحادية الجانب (من جهة واحدة).

ماهي الأسباب لحدوث هذا الشلل :

ما تزال الأسباب الكاملة غير محددة بالضبط، لكن يُشك بعدة أسباب منها :

١-الإصابات الفيروسية : مثل فيروس الرش (انفلونزا) و فيروس الهيريس (الحلأ البسيط) .

٢- التعرض لتيارات ساخنة ثم باردة (مثلاً خروج شخص من الحمام مباشرة للهواء الطلق، أو التعرض للمكيف)

٣- ضغوط نفسية.

٤- بعد عملية جراحية.

٥- أورام .

٦- مرضى السكري هم أكثر عرضة للإصابة مقارنةً مع غيرهم.

٧- الوراثة.

مظاهر الإصابة:

تختلف شدة الإصابة من فرد لآخر، حسب شدة الضرر العصبي، وحسب مكانه... ونذكر بعضها:

١- ألم خلف الأذنين قد يبدأ قبل ساعات أو يوم من ظهور الإصابة.

٢- قد يحدث عند البعض خلل في التذوق والإحساس بالطعوم .

٣- قد يحدث انزعاج اتجاه الأصوات.

٤- ارتخاء في عضلات الوجه والأجفان وخلل بالشفيتين.

٥-يفقد الشخص قدرته على إغلاق عينه مع المحافظة على قدرته على تحريكها (أي أن التأثير يشمل جفن العين)، وبالتالي يحدث جفاف بالعين، وتصبح أكثر حساسية للضوء.

٦-البعض يزداد عندهم الدمع بسبب خلل في التصريف وليس خلل في زيادة الإفراز (حيث أن تصريف الدمع عن طريق القناة الدمعية يتطلب إغلاق الجفنين).

٧- حدوث ميلان بالفم وعندها تكون الابتسامة ملتوية.

٨- لا يحدث صعوبة في البلع والمضغ .

العلاج :

لا بد من التنويه إلى أن الشفاء قد يكون عفوي لدى الكثيرين خلال أسابيع إلى أشهر تقريباً، وبشكل عام يعتمد العلاج بشكل أساسي على سرعة التشخيص وعلى سرعة البدء بالعلاج ويتم وفق مايلي وتحت إشراف الطبيب:

١- إعطاء فيتامينات مقوية للأعصاب (مجموعة ب كومبلكس بشكل إبر).

٢- أحياناً يمكن إعطاء الكورتيزون (القرار عائد للطبيب في ذلك)، حسب شدة الحالة.

٣- إعطاء مسكنات ألم إن لزم الأمر.

٤- إعطاء مضادات فيروسية فمويًا.

٥- استعمال قطرات مرطبة للعين لتقليل الجفاف.

٦- استعمال مراهم معقمة للعين لتفادي حدوث تقرحات بالقرنية .

٧- محاولة تغطية العين ليلاً ، ولبس نظارات شمسية مناسبة نهاراً.

٨- القيام ببعض التمارين لعضلات الوجه :

مثل نفخ البالونات وتدليك ومضغ علكة ومحاولة التصفير والابتسامة بعدة طرق ورفع الحاجبين.... ، ويمكن طلب المساعدة من معالج فيزيائي (هنالك أجهزة معالجة فيزيائية تعتمد على التنبيه الكهربائي تساعد على إعادة تأهيل العضلات، بالإضافة إلى المساجات) .

٩- أحياناً إن لزم الأمر قد يلجأ الطبيب للعلاج الجراحي .

وطبعاً يجب على المريض متابعة نصائح الطبيب ، حتى يتم الشفاء.

دتمتم بخير وأبعد الله عنكم كل شر.

د. زهور محسن السعد

كلمة التحرير:

يؤسفنا أن نخبركم بأن وعكة صحية قد أصابت د. ياسين محمد بلال. إن أسرة جريدة أخبار الطب تشعر بالأسى، وتتمنى للدكتور ياسين الشفاء العاجل.

يستمر هذا العدد بتغطية المؤتمرات الطبية، ومنها مؤتمر المفاصل الذي أقيم في فندق الديديمان برعاية وحضور السيد الدكتور وزير الصحة. ولنا صور له وللمعرض المرافق.

بدأنا بالحديث عن الأمراض التنفسية قبل بدء انتشارها، ونرجو أن يستفيد منها القراء للوقاية. ودرهم وقاية خير من قنطار علاج... كالعادة نتلقى استفساراتكم واقتراحاتكم على بريدينا. info@med-syria.com أو على هواتفنا الموجودة على الصفحة الأخيرة.

د. رسلان ابراهيم العلي

مدير التحرير

مؤتمر المفاصل الثامن برعاية السيد وزير الصحة



تقديم درع المؤتمر للسيد الوزير



تكريم نقيب أطباء سورية

عقد مؤخراً بفندق الديدمان بدمشق مؤتمر المفاصل الثامن بحضور السيد وزير الصحة الدكتور رضا سعيد ونقيب أطباء سورية الدكتور وائل الحلقي ونقيب أطباء دمشق والدكتورة ليلى كركز رئيسة الرابطة السورية للأمراض المفاصل رئيسة المؤتمر كما حضر ممثل عن الكلية البريطانية لمنظمة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا

هذا وقد أكد الدكتور رضا سعيد وزير الصحة في كلمته بأن الدولة تؤمن الأدوية النوعية بشكل مجاني للمرضى المحتاجين والوزارة بحاجة إلى تجاوب الأطباء في الترشيح لكي يتوفر العلاج المجاني لمن يحتاجه، وبين السيد الوزير في المؤتمر السوري الثامن الأمراض المفاصل الفرص العلاجية الحالية، ومدى الجهد المبذول من قبل اللجنة المنظمة لتقديم أحدث الأبحاث في مجال أمراض المفاصل من قبل نخبة مميزة من العلماء السوريين.

هذا وقد ألقى الدكتور وائل الحلقي نقيب أطباء سورية كلمته وقد نوه فيها بأن تأتي أهمية هذا المؤتمر من كونه يسلط الضوء على أحدث المستجدات العلمية والتقنية في مجال طب المفاصل، وبدورها وألقت الدكتورة ليلى كركز رئيسة الرابطة السورية رئيسة المؤتمر كلمة قالت فيها إن هذه الحقبة تميزت بظهور أدوية جديدة وخاصة البيولوجية منها لتدبير الأمراض الرثوية ومساعدة المرضى لينعموا بصحة أفضل على الرغم من التكلفة العالية لهذه الأدوية.

وقد ألقى الدكتور علي جواد ممثل الكلية البريطانية لمنظمة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا وشدّد على أهمية هكذا مؤتمرات.

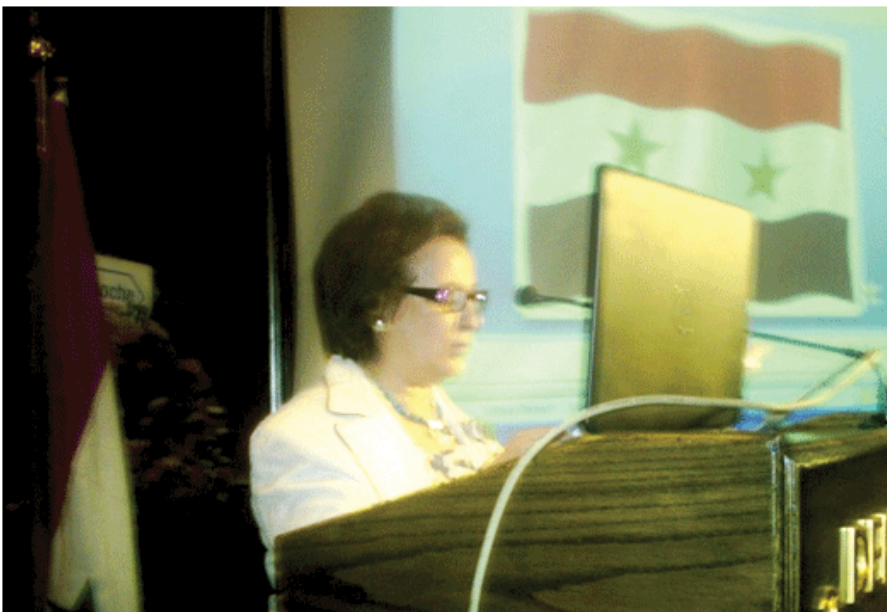
وبعد ذلك تم تكريم السيد وزير الصحة الدكتور رضا سعيد من قبل الرابطة السورية للأمراض المفاصل، وتقديم درع المؤتمر للسيد وزير الصحة.

وبعدها قام السيد الوزير بتكريم كل من السيد نقيب أطباء سورية و الدكتورة ليلى كركز رئيسة الرابطة السورية رئيسة المؤتمر والسيد نقيب أطباء دمشق والبروفيسور إبراهيم عبد الله والدكتور علي جواد رئيس قسم المفاصل.

هذا وبعد ذلك قام السيد الوزير وصحبه بافتتاح معرض الأدوية

دمشق: رائد هر كل

تصوير: جورج يوسف رزق



الدكتورة ليلى كركز تلقي كلمتها



السيد الوزير يلقي كلمته



السيد الوزير يفتتح المعرض



جولة في المعرض



نقيب الأطباء يلقي كلمته



جانب من الحضور



جانب من الحضور

من موقعنا الإلكتروني: مقالة تسبب جدلاً واسعاً

زاوية علمية بحتة، دون أن يعني أنه ليس هناك جوانب أخرى قد تكون أكثر أهمية. إن النقاش على صفحاتنا ينحصر في بابي العلوم الطبية وعلوم المجتمع فقط.

وبغض النظر عن رأينا في هذه المقالة أو غيرها. فإن جريدة «أخبار الطب» ستنشر مقالات «كلمة حكيم»، وأي مقال آخر كما هو مذكوراً باسم الكاتب. ولن تلجأ إلى حذف أو تحوير أي من المواضيع المنشورة. لأننا ببساطة لا نزن أن العلم يمكن أن يتعارض مع أي من المعتقدات الحقيقية الأخرى.

لكننا من ناحية ثانية، سننشر بعض الردود التي تصلنا على موقعنا على شبكة الإنترنت على المقالات، وبدون حذف أو تحوير، بشرط الحفاظ على مستوى الحديث من ناحية علمية وأدبية ما أمكن. وخلافاً لعادتنا في عدم نشر محتويات الأعداد الجديدة على الموقع، تم وضع مقالة حكيم للقراءة مجاناً وفتح باب التعليق عليها، كما وضع استبيان حول مدى اتفاقكم مع محتوى هذه المقالة.

ردود من الموقع الإلكتروني على مقال كلمة حكيم

له دور مجهول

اعتماداً على قانون الطبيعة نفسه فلا يوجد عضو لا دور له وإلا لأزالته الطبيعة مع مر الأيام
وان يكون دوره جعل الفتاة تتربث في اختيارها لاعتبارها الألم المحدث ...؟ فالفتاة لا تعلم مسبقاً ماهية هذا الألم حتى تخشاه وليس ألم العلاقة الجنسية هو ما يمنع الفتاة من ممارستها
لا بد وان للغشاء دور فيزيولوجي لكن لم يكتشفه العلم حتى يومنا هذا

لنكن مثل الحيوانات اذا في تصرفاتها

السلام عليكم

أخي الكريم لم أفهم من خلال مقالتك عن معنى كلمة الطبيعة ونسب كل أمر إلى الطبيعة وإذا كان هذا منهجك فأني أعارضك الرأي فمن هي الطبيعة التي لم تفتأ تنسب إليها كل أمر؟؟؟
وأخالفك الرأي بتشبيه الانسان العاقل ذو الرأي والمسؤولية بالحيوان من ناحية وجود غشاء البكارة فالحيوان ليس هو المقياس الذي يليق بنا كبني البشر وإن كان كذلك كما وصفت في مقالتك فلنكن مثل الحيوانات بكل تصرفاتها!!!!!!!!!!!!!!

بمزيد من الرضى والإيمان

أسرة جريدة أخبار الطب تنعي إليكم

الصيدلاني د. المنذر معروف

كان الفقيد من خيرة الناس عملاً وتواضعاً. وكان فقدانه خسارة كبيرة لزملائه وللمجتمع.

للفقيد الرحمة، ولأهله الصبر والسلوان

الاحتياال الطبي

ذهبت سيدة إلى العيادة الخارجية في إحدى ثدييها، وكان بالثدي ورم صغير فيه مميزات السرطان. ونصحها الطبيب بالدخول إلى المستشفى لإجراء العملية الجراحية لها. فقبلت النصيحة ووعدته بالحضور بعد يومين. لكنها لم تعد إلا بعد سنة تقريباً وقد عادت معتذرة، نحيفة، خالية الوفاض. وكانت حكايتها أنها قابلت وهي راجعة إلى بيتها عقب زيارتها الأولى للمستشفى، صديقة لها، فأخبرتها بما جرى، فنصحتها الصديقة ألا تدعن للمشروط، وألا تخضع للعملية. ووصفت لها دجلاً لا يؤمن بعلاج السرطان بهذه الطريقة. فلجأت إليه فأعطاها زجاجة من الدواء بمائة قرش تقريباً. وصارت تتردد إليه كل أسبوع لتأخذ هذا الدواء بهذا الثمن. ولم تفهم - لسوء الحظ - أنها خدعت إلا بعد أن استفحل المرض، وتقرح الثدي، وصارت القرحة برائحة خبيثة منتنة. وأصبح السرطان غير قابل للشفاء لانتقاله إلى أعضاء أخرى في الجسم.

فانظر يراعك الله، ألم يقض على هذه المريضة هذا الدجال؟ بلى إنه قضى عليها، لأنها لو دخلت في المستشفى يوم نصحها الطبيب بالدخول لبلغت نسبة الشفاء من المرض ٨٠ في المائة. ولكن الأمل في نجاتها عظيماً. وهل يستطيع الإنسان أن يوفي جناية هذا الدجال على هذه المريضة وغيرها حقها من الوصف؟ إنه سلبها نقودها واختلس أموالها وجرّعها كأس الموت تدريجياً، وطوى صحيفتها طياً مؤلماً ولولا خوف الملل لتماديت في سرد ما يصادف الطبيب منا من الحوادث المؤلمة من هذا النوع، والتي لا يدرى علتها تماماً، فلا يستطيع الطبيب أن ينسب هذه الحوادث للجهل لأنه يصادفها بين الذين هم على جانب عظيم من العلم والتربية، ولا إلى الفقر لأنه قد يصادفها بين الذين زاهمهم الله بسطة في الرزق، ولا إلى الاقتصاد في نفقات العلاج فكثيراً ما تزيد نفقات العلاج عند الدجالين والمتطببين على العلاج عند الأطباء.

فليتق الله المتطببون والدجالون ومن إليهم ولا يخاطروا، فليس عن الأنفس عوض. وليحرص المرضى الحرص كله فلا يسلموا أرواحهم لمن لا عمل لهم إلا أن يستحثوا الموت لمن يستشيرهم.

من كتاب «الأدب الطبي وأدب الطبيب» للدكتور محمد عبد الحميد عام ١٩٢٧، تدقيق ومراجعة د. جمال الدين خضور.

عالم صحي وخالي من المواد الكيميائية السرطان كان آخر الهموم لدى المومياوات المصرية



تقرير من القاهرة (CNN) تخيلوا عالماً خالياً من السرطان، إنها فكرة مريحة، وهذا ما وجده حديثاً باحثون من جامعة مانشستر في بريطانيا.

هذا العالم كان موجوداً في الزمن القديم بعد دراساتهم لمئات المومياوات في مصر وجنوب أميركا حيث وجد الباحثون مومياوات واحدة فقط لها أعراض الإصابة بالسرطان.

تقترح هذه الدراسة أن التصنيع والتلوث وأمراض الحياة المعاصرة هي المسؤولة عن وباء السرطان الذي نراه يجتاح العالم، لكن رئيس المجلس المصري للآثار يقول أن دراسة جامعة مانشستر تركز على المومياوات الملكية وأهملت الناس الذين عاشوا برحاء فهو يضيف قائلاً: «إذا كنت فرعوناً فإنك قد تصاب بالعديد من الأمراض لأنك تأكل جيداً، أنت تأكل اللحم في كل الأوقات وهو طعام دسم وأنت لا تعتني بصحتك»

وقد أضاف بأن الملكة المتوفية «حتشبسوت» (١٥٠٨ - ١٤٥٨ ق.م) والتي تنكرت كفرعون ذكر بسبب آراء المجتمع في ذلك الزمان، أظهرت الدراسات على مومياؤها أنها عانت من التهاب المفاصل والسكري وتسوس الأسنان، ويعتقد أنها ماتت بسرطان العظام.

لقد عرف أطباء مصر القديمة بمهاراتهم لكن هذه المهارات لم تصل إلى مستوى علاج هذه الأمراض. فعلى الرغم من أن الفراعنة وغيرهم من الطبقة الاجتماعية العليا في مصر كانوا يعيشون لفترة أطول إلا أن متوسط أعمار الرجال من العامة كان أقل من ٤٠ سنة. وكانت النساء يملن للموت في سن أقل من هذه بسبب مشاكل الولادة.

يضيف الدكتور زاهي إن المعتقدات الشعبية حول الصحة جيدة للمصريين القدماء تركز على كونهم يتناولون غذاءً جيداً فكانوا يأكلون الخبز والثوم ويشربون البيرة طوال الوقت.

لكن الأخصائية في العلوم المصرية في الجامعة الأمريكية في القاهرة (سليمة إكرام) تقول أن المصريين كانوا يصابون بكثير من الأمراض، وكانت حياتهم بعيدة عن المثالية وتضيف: لقد عانوا من

كل أشكال الأمراض الطفيلية مثل (البلهارسيا) وهي مرض ينتقل بالماء وما يزال شائعاً في مصر.

وتستطيع أن ترى انعكاس هذا في زينة قبورهم حيث ترى صور الرجال خاصة من كان يتعامل مع الماء كثيراً مثل الصيادين وجامعي ورق البردي. حيث يمكن مشاهدة صورهم بكروش منتفخة وأعضاء تناسلية منتفخة (ملتهبة) مع شعر متساقط.

لم يكن هناك مراعاة للسلامة في موقع العمل لذلك كنت تعمل ثم تموت فمثلاً إن كنت حافراً للقبور فإن الغبار سوف يتطاير حولك وتستنشقه وتتأذى منه. كما أنه يمكن أن تتأذى من دخان نيران الطبخ أو المصابيح الصغيرة التي تساعد في إنارة مكان العمل حيث تبني المعابد وتزين، لذا فإن هذه الأشياء كانت القاتل الحقيقي في مصر القديمة. وكان هناك العديد من الأخطار الأخرى كانت هناك الأفاعي السامة وحيوانات فرس النهر الهائجة.

صحيح أن السرطان لم يكن سبباً للموت في مصر لكن هناك خيارات متنوعة لطريقة الوفاة.

أقراص ماس 2000 بلس
للقضاء على الحشرات الطائرة

بالتعاون مع شركة سوميتومو اليابانية

دمشق ٣٣٢٣٠٩٧

MAT F
MAS 2000
Formule plus puissante
NOUVEAU
PLUS
MAS 2000

آلاف المواد الكيميائية بدون رقابة

الغربية التي منعت العديد من المواد الكيميائية في الأسواق وقد دهش الكثيرون عندما عرفوا أنه توجد فقط ٢٠٠ مادة كيميائية مدروسة حسب قوانين إدارة سلامة البيئة.

فالعديد كانوا يفترضون أنه يوجد لدى الحكومة الأمريكية أناس يراقبون سلامة المواد الكيميائية التي نتعامل معها في حياتنا فصحح أننا لا نعرف إن كانت هذه المواد خطيرة أم لا لكن المشكلة أننا لا نعرف منها شيئاً أبداً.

فلا يوجد هناك دراسات علمية تربط بين المواد الكيميائية في الأطفال المولودين حديثاً وبين مشاكلهم الصحية لكن توجد دراسات تربط بين ارتفاع كمية المواد الكيميائية في جسم الطفل وبين تطوره الجسمي والعقلي وقد نشرت حديثاً دراسة للدكتور (بيريرا) أظهرت أن ١٠٠٪ من النساء الحوامل قد تعرضوا إلى كميات من المبيدات الحشرية وملوثات الهواء المعروفة في حين أن دراسة أخرى أظهرت أن وجود مئات المواد الكيميائية في دماء الأطفال المولودين جديداً والتي تتراوح بين بقايا هباب الفحم ومنتجات الرعاية الشخصية والماكياج والشامبو وغيرها من المنتجات الكيميائية حيث وجد في دراسة ثالثة وجود (٣٢) مادة كيميائية في دم الحبل السري لعشرة أطفال ولدوا عام ٢٠٠٩ في أمريكا وهي قادمة من مواد التجميل والشامبوهات وفراش النوم والبلاستيكيات وستائر الحمام والالكترونيات مثل أجهزة الحاسوب والهواتف المحمولة.

لقد تم متابعة الأطفال بعد ولادتهم لعدة أشهر وقد وجد تأخر في نموهم وذكاهم حيث أن أكثر من ٥٠٪ منهم كان لديهم مشكلة واحدة على الأقل في النمو.

هذه النتائج تتوافق مع دراسات مشابهة أجريت في بولندا والصين، وشددت على خطورة هذه المشكلة.

أشارت دراسة حديثة بأن حوالي ٨٤٠٠٠ مادة كيميائية موجودة في الأسواق وهي تدخل في منتجات يستخدمها الناس بشكل يومي منها حوالي ١٪ فقط مدروس من ناحية السلامة.

وتعاني الولايات المتحدة الأمريكية من ضعف القوانين وسوء الرقابة على هذه المواد الكيميائية، حتى أن لجنة الكونغرس للشؤون البيئية قد صرحت أن الأطفال الأمريكيين يشبهون فئران التجارب في اختبار علمي غامض.

فلا تسمح القوانين للعلماء في وكالة حماية البيئة بدراسة المواد الكيميائية وتمييز السليم منها عن السام. لذا طرحت اللجنة قانوناً يجبر مصنعي المواد الكيميائية على إثبات سلامة منتجاتهم قبل طرحها في الأسواق، حيث أن القانون الحالي يعود إلى سنة ١٩٧٦ وهو قانون متراخي جداً ولم يستطع أن يمنع سوى خمسة مواد كيميائية خلال ٣٤ سنة مضت رغم إنتاج عشرات آلاف المواد الجديدة.

وقد أشارت لجنة الكونغرس إلى أن الأمريكيين يتعرضون للمواد الكيميائية بشكل يومي، وكيف يؤدي هذا الخطر إلى الضرر بصحة الأطفال بما فيه صحة وتطور الأجنة في الرحم، بعد أن وجدت أعداد متزايدة من الدراسات مئات المواد الكيميائية السامة في أجسام الأمهات بعد الولادة، وبالتالي فهي موجودة في أجسام الأطفال.

وتحذر مديرة منظمة حماية البيئة (ليزا جاكسون) من أن هذا الموضوع هو واحد من أهم أولوياتها وتضيف: كل شيء نستخدمه مصنوع من المواد الكيميائية ابتداءً من سيارتنا وانتهاءً بالهواتف المحمولة التي نضعها في جيوبنا، وكل طفل يولد في أمريكا اليوم سوف يتعرض إلى كمية مواد كيميائية تزيد عما تعرض إليه أي جيل آخر في التاريخ.

يميل المصنعون إلى الاختباء خلف قوانين السرية لمنع كشف بيانات السلامة والقانون الجديد يركز على السلامة بدل الربح حيث أن الولايات المتحدة متخلفة عن كثير من الدول الأخرى وخاصة في أوروبا

شركة غلاكسو تدفع غرامة ٧٥٠ مليون دولار

إضافة من هذه العقوبات.

وقد هبط سعر سهم الشركة البريطانية في بورصة نيويورك بنسبة ٠,٤٪ بسبب هذا الإعلان.

وصرح المسؤول القانوني قي الشركة أن هذه الغرامات قد حلت مشكلة قانونية هامة وقديمة، وأن الشركة تأسف لعدم تمكنها من التقيد بمقاييس السلامة الأمريكية.

ويضيف: عملت غلاكسو جاهدة لحل كل مشاكل التصنيع في منشأة سيدرا قبل إغلاقها عام ٢٠٠٩، ونحن ملتزمون بالتطوير المستمر في عمليات التصنيع عندنا.

في هذه الأثناء فإن الجهات القضائية في أميركا تقول بأنها أرسلت إلى الصناعة الصيدلانية بأنها لن تتساهل مع الهفوات في جودة تصنيع الدواء وأضاف النائب العام كامرون أورتن: إن على الصناعة واجب التأكد من الالتزام بكافة القوانين والتنظيمات والقواعد لكي لا يهز ثقة العموم ولا يعرض سلامة المرضى للخطر.

وقد تم مكافأة شيرل إيكارد بمبلغ ٩٦ مليون دولار من الغرامات التي دفعتها غلاكسو للسلطات الفيدرالية لأنها ساهمت في تحريك القضية المدنية.

ورد من CNN- تم الحكم على شركة SB pharmaco وهي جزء من الشركة الدوائية الكبرى غلاكسو (gsk) GlaxoSmithKline، حيث أعلنت الشركة مذنبه ببيع أدوية «زائفة» منتجة في مصنعها في بورتوريكو، وستدفع غلاكسو الآن ١٥٠ مليون دولار كغرامة جنائية و٦٠٠ مليون كتعويضات مدنية للسلطات الفدرالية والمحلية.

يقول المحققون أنه قامت SB فارماكو بتصنيع وتوزيع أدوية لا تتفق مع ممارسات التصنيع الجيد GMP، فحسب القانون الفدرالي الأميركي يجب أن يقوم مصنعو الأدوية بالالتزام ببعض المعايير الهادفة لضمان سلامة ونقاوة الدواء المباع في أميركا. وكانت الأدوية التي تم تصنيعها بمنشأة سيدرا في بورتوريكو بين عامي ٢٠٠١ - ٢٠٠٥ تستخدم لعلاج الانتانات والعدوى والاكئاب والسكري من النمط الثاني .

بالإضافة لهذا فإن السلطات القضائية تقول بأن شركة غلاكسو قدمت تصريحات كاذبة عن سابق معرفة إلى السلطات الصحية الفدرالية مثل (ميدريكا إيد) فيما يخص هذه الأدوية.

هذا وقد صرحت شركة غلاكسو عن غرامة مقدارها ٧٥٠ مليون دولار في نهاية الربع المالي الثاني في تموز بعد أن توصلت الشركة إلى اتفاقية وتسوية للقضية مع الهيئات القضائية، وتقول الشركة أنها لا تتوقع أي آثار مالية

هل يسبب الجلد الجاف التجاعيد؟



هذا سؤال شائع جداً، وجوابه لا...

إن الجلد الجاف لا يسبب التجاعيد لكنه يظهر التجاعيد بشكل أوضح، مما يجعله يبدو أكبر سناً من الواقع.

إن أفضل الحلول لهذه المشكلة هي شرب كميات كبيرة من الماء وتناول أطعمة غنية بالمياه، بالإضافة إلى استهلاك الزيوت المفيدة للصحة وللشدة مثل زيوت أوميغا-3. إن إبقاء البشرة رطبة يجعل التجاعيد أقل وضوحاً.

إن المنتجات التي تعتني بالبشرة وتملاً التجاعيد مفيدة، لكنها تعتبر حلاً مؤقتاً. لذا لا يجب استخدامها وحدها، بل ضمن برنامج متكامل للعناية بالبشرة وتحسين الصحة العامة.

ومع تقدم العمر فإن الجلد يجف بشكل طبيعي، بسبب تناقص مستويات الهرمونات النسائية وخاصة الإستروجين. هذا الهرمون الذي يحسن من شكل البشرة ويعطيها النضارة والرطوبة المناسبة، ويحافظ على ثخانة الجلد.

• العدس

• اليقطين

• الكوسا

• البطيخ

• الشاي الأخضر

ومع هبوط مستويات الإستروجين في الدم فإن البشرة تصبح أقل ثخانة، وتقل قدرتها على الاحتفاظ بالرطوبة. إن تناول الأغذية الصحية المناسبة الحاوية على زيوت أوميغا-3 وفيتامين C، يقلل من ظهور التجاعيد مع مرور السنوات.

هذه بعض النباتات التي تحارب الجلد الجاف والتجاعيد:

• الأفوكادو

• زيت بذور العنب

• زيت الزيتون

وبالإضافة لهذا يجب شرب 6-8 كؤوس من الماء يومياً للحصول على الإماهة المناسبة. إن التقدم في السن يشكل تحدياً للجسم، لكن التغذية السليمة توفر مظهراً أكثر شباباً ولفترة أطول.

HAND & BODY CREAM

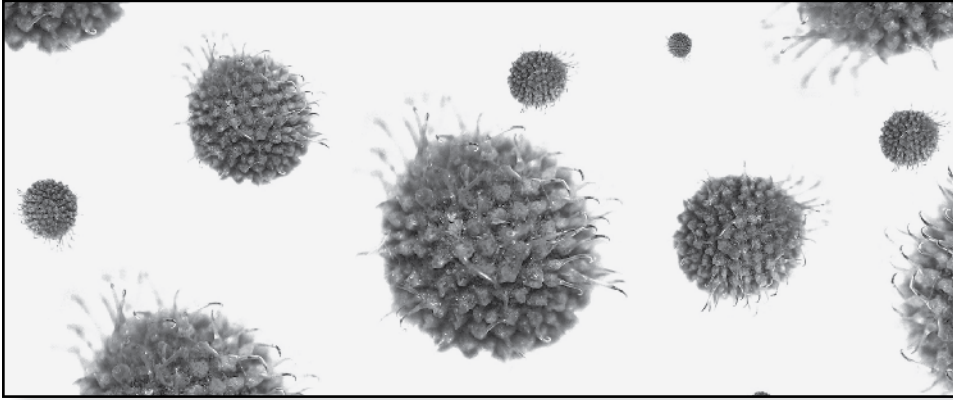
ايديال Ideal

الحل المثالي
The Ideal Solution
La Solution Ideale

ايديال كريم لليدين والجسم
مطّر ومغذّ، غني بالفيتامين E الذي يحمي ويغذي البشرة ليعطيها نضارة نعومة وشباب.

أمراض الشتاء على الأبواب

ماذا تفعل للوقاية؟ وما هو العلاج؟



مع ذهاب الطلاب إلى المدارس والجامعات، ومع انتهاء الخريف وبدء فصل الشتاء، ستبدأ الأمراض التي اعتدنا على الإصابة بها في هذه الفترة كالزكام والأنفلونزا والتهاب القصبات والتهاب اللوزتين وغيرها. وستنتقل هذه الأمراض بسرعة وتعدي الكثيرين، حيث يُقدَّر أن يصاب أكثر من ثلث الناس بهذه الأمراض في هذا الشتاء، كما يُقدَّر أن يصاب الشخص الواحد وسطياً بالزكام مرتين سنوياً.

ماذا يمكن أن نفعل كي نتلافى هذه الأمراض وكيف يمكن أن نتعامل معها إذا مرضنا بها. وكيف يمكننا التمييز بين الأنواع المختلفة لهذه الأمراض.

تقسم الأمراض التي تصيب جهاز التنفس إلى أمراض جرثومية (التهاب قصبات والتهاب لوزتين)، وإلى أمراض فيروسية (الزكام والأنفلونزا). ولكل منها علاجه الخاص، لكن الوقاية منها هي واحدة.

التهاب المجاري التنفسية الفيروسي:

إن الفيروسات كائنات أصغر من الجراثيم، تدخل الجسم وتتكاثر داخل خلايا الإنسان وتقتلها لتصنع فيروسات جديدة. تتسبب هذه الفيروسات بأمراض مثل الأنفلونزا والزكام العادي وآلام الحلق وأحياناً التهاب قصبات.

تشيع هذه الأمراض بين الأطفال أكثر من الكبار، وهي تستمر في العادة لمدة ٥-٧ أيام.

لا تفيد الصادات الحيوية في علاج هذه الحالة. وتستخدم خافضات الحرارة وأدوية الزكام عادة. كما قد ينصح الطبيب باستخدام أدوية مضادة للفيروسات إن كان هناك داع، لكن يجب أن تستخدم خلال أول ٤٨ ساعة من بدء المرض.

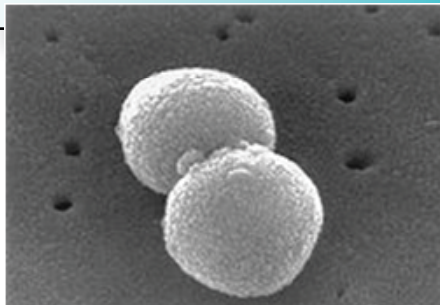
التهابات مجاري التنفس الجرثومية:

(ذات الرئة والتهاب القصبات)

تتسبب في هذه الأمراض كائنات صغيرة جداً لا ترى إلا بالمجهر، تدعى بالجراثيم. تعيش هذه الكائنات خارج جسم الإنسان وداخله، وبعضها مفيد لصحة الإنسان. لكن بعضها الآخر مُمرض ويتسبب بالانتانات والالتهابات. وهي تدخل الجسم عن طريق تنفس الرذاذ من المرضى، وتستقر في القصبات والرئتين. تتكاثر هذه الجراثيم هناك وتسبب موت الخلايا وتُحَرِّض الجسم على الدفاع وتشغيل جهاز المناعة. لذا نشاهد عند المرضى ارتفاعاً في الحرارة وقشعريرة وتعباً شديدين.

تشاهد في هذه الحالة كثيراً أعراض مثل السعال المترافق مع قشع (بلغم) أصفر مخضر اللون كثيف القوام. كما قد تنتقل العدوى إلى الأذن أو اللوزتين أو البلعوم. عادة ما تصيب هذه الأمراض الكبار.

تعالج هذه الحالة باستخدام الصادات الحيوية المناسبة (أدوية تقتل الجراثيم)، وخافضات الحرارة ومسكنات الألم ما لزم منها، وتحت إشراف الطبيب حصراً.



كيف نميز بين الزكام والأنفلونزا؟

الزكام يبدأ بألم في الحلق لمدة يومين ثم يظهر على المريض سيلان وانسداد أنفي وعطاس وتستمر لمدة أسبوع. في حين أن الإصابة بالأنفلونزا تشبه حادث سيارة، فهي تحصل بسرعة كبيرة ويصاب الشخص بآلام في الحلق وبحمى وبصداع وآلام عضلات واحتقان في آن واحد، وعادة ما يتحسن المريض خلال يومين إلى خمسة أيام.





متى نستشير الطبيب؟

عندما يصاب المريض بارتفاع حرارة، فهو يعاني إما من التهاب جرثومي يحتاج إلى أدوية قاتلة للجراثيم، أو يكون مصاباً بفيروس الأنفلونزا وعندها ينصح بتناول أدوية ضد الفيروسات يحددها الطبيب خاصة إن رأى أن المرض قد يشكل خطراً على الحياة.

إن الإصابة بالزكام لا تحتاج إلى علاج بالصادات الحيوية (حبوب الالتهاب)، وهي تتحسن تلقائياً بعد أسبوع. ويمكن استخدام أدوية تخفف عن المريض تعب. وهناك قانون يتعلمه كل الأطباء: «يستمر الزكام لمدة أسبوع إذا لم يعالج، وإن تم علاجه فهو يستمر سبعة أيام!». يمكن استخدام أدوية وفيتامينات تخفف من سيلان الأنف ومن العطاس وتقلل من تعب الجسم.

إن لم تتحسن حالة المريض من الزكام بعد أسبوع أو ارتفعت درجة حرارته أو أصبح يسعل بشدة يتوجب مراجعة الطبيب.

ما هي طرق الوقاية من هذه الأمراض؟

النظافة أولاً، فيجب الاهتمام بغسل اليدين بشكل جيد، وعدم تبادل القبلات الاجتماعية. كما يجب على المرضى أن يغطوا فمهم بالمنديل عند العطاس، والتخلص من المناديل الملوثة بطريقة سليمة.

من المهم تعزيز مناعة الجسم وقدرته على الدفاع عن نفسه، فيجب تناول طعام مغذي غني بالبروتينات، ومن أفضل الأطعمة هي حساء الدجاج. كما تفيد الفواكه والخضار الطازجة مثل الحمضيات (الليمون والبرتقال وغيرها...) والتفاح والجزر. وحتى عند الإصابة فهي تخفف من وطأة المرض وتسرع من الشفاء.

يختار البعض استخدام اللقاحات ضد الأمراض خاصة الأنفلونزا، وهذا الخيار يجب مناقشته مع الطبيب أولاً.



ألا يمكنني استخدام الصادات الحيوية احتياطاً؟

إن المشكلة في استخدام الصادات الحيوية هي أنها تقتل الجراثيم، لكن بعض الجراثيم ينجو ويتعود على الدواء فلا يعود يتأثر به. وبما أن الأنفلونزا والزكام هي أمراض تتعب الجسم، يصبح جسم الإنسان ضعيفاً وتستطيع الجراثيم مهاجمته بسهولة. وعند استخدام الصادات الحيوية بشكل عشوائي، فإنه لا تتوفر لنا أي وسائل أخرى للحماية ضد الجراثيم، وقد حدثت وفيات كثيرة بسبب هذا الموضوع.



الرجال الأطول معرضون لسرطان الخصية

أشارت دراسة أمريكية جديدة أن الرجال الأطول معرضون أكثر لسرطان الخصية، فقد دلت البيانات المجموعة من ١٠,٠٠٠ رجل أن كل زيادة في الطول مقدارها ٥ سم أكثر من متوسط الطول العادي ترافقت مع زيادة خطر الإصابة بسرطان الخصية بنسبة ١٣٪.

وقد شدد الباحثون أن انتشار هذا النوع من السرطان منخفض جداً، فهو يصيب شخصاً من كل ٢٥٠ رجل في بريطانيا، وحتى عندما يزيد الطول عن المترين، فإن خطر الإصابة ما يزال ضئيلاً نسبياً.

ولا يعرف العلماء بالضبط كيف تؤثر زيادة الطول على زيادة سرطان الخصية. لكن هذا الخطر يزداد عند وجود عوامل أخرى مثل التاريخ العائلي لسرطان الخصية.

يوجد حوالي ٢٠٠٠ حالة في بريطانيا من سرطان الخصية سنوياً، وهي ما تشكل أقل من ١٪ من حالات السرطان عند الرجال.

وقد تم تحليل نتائج ١٣ دراسة عالمية حول سرطان الخصية تم إجراؤها في العقد السابق. وكانت نتائج التحليل قد أشارت إلى أن وزن الأشخاص لا يزيد من احتمال سرطان الخصية، لكن طول الشخص قد يؤثر عليه.

لا يجب على الرجال أن يفزعوا من نتائج هذه الدراسة، لأن معظم الكتل في الخصية سليمة وحوالي ١٪ منها فقط هي سرطانية، لكن هذا لا يعني إلغاء الحاجة إلى زيارة الطبيب عن الشكل بوجود كتلة على الخصية. يصيب سرطان الخصية عادة الرجال تحت سن الخامسة والثلاثين.

الكلف الجلدي

مرض الكلف عبارة عن بقع بنية باهتة اللون وأحياناً قد تكون قاتمة صغيرة أو كبيرة الحجم، ذات حدود واضحة تتركز في شكل خاص على الخدين والذقن والجبهة والشفة العليا، ولكن من الممكن أن تتخطى تخوم الوجه لتصل إلى أماكن أخرى من الجسم، كالساعدين والصدر في حال تعرضها لأشعة الشمس، وتتميز بقع الكلف بظهورها بشكل متناظر من الجسم وهي تتطور ببطء ولا تتوافق مع عوارض أخرى كالتهاب والاحمرار، وقد تكون البقع سطحية تنال من البشرة، أو عميقة ضاربة الجذور في عمق طبقة الأدمة.

ونسبة إصابة النساء بداء الكلف أكثر من الرجال بنسبة ٩ إلى واحد، ومن النادر أن يحصل قبل سن البلوغ، ويشاهد داء الكلف عادةً عند النساء الآسيويات والإسبانيات خصوصاً الشباب ذوات البشرة الحنطية.

ويلعب العامل الوراثي دوراً رئيساً في نشوئه بنسبة ٣٠ إلى ٤٠٪ في المائة يسجل لديهم تاريخ عائلي للمشكلة بالتعاقد مع عوامل أخرى تساهم بشكل أو بآخر في بروز الصبغات البنية على سطح الجلد.

ولعلاج هذه البقع لا بد من إزالة العوامل التي تمهد للإصابة بالكلف مثل أمراض الغدة الدرقية أو أمراض الكبد أو حبوب منع الحمل وفي حالة النساء الحوامل فإن بقع الكلف غالباً ما تتلاشى بعد الولادة ويمكن القول غن الوقاية من أشعة الشمس تعتبر قاعدة ذهبية في درء شر ظهور الكلف لأن هذه الأشعة بكل أطيافها يمكنها أن تشعل فتيل الكلف.

المراهقون البدناء يبدون أعراض أمراض قلبية

يقول باحثون من كندا أن الأوعية الدموية لدى المراهقين البدنيين تشبه الأوعية الدموية لدى الكهول. فقد أشارت دراسة على ٦٣ طفل بدين متوسط أعمارهم ١٣ سنة أن لديهم تصلباً في الشريان الأبهر، وهو أكبر الشرايين الدموية في الجسم. ويقول الأطباء في مستشفى بريتش كولومبيا أن هذه دلالة على بداية مرض قلبي.

وقد أشارت منظمة صحة القلب البريطانية إلى أن البدانة هي بمثابة قنبلة صحية موقوتة. فأحد أهم الأدلة على المرض القلبي هو تصلب الشرايين التي تزود القلب بالدم.

لقد ازدادت حالات البدانة في العقدين الماضيين بشكل صاروخي، وهي تستمر بالازدياد مما يدفع المسؤولين عن الصحة إلى الخوف من أن جيلاً أصغر سيصاب بالأمراض القلبية والجلطات، بالإضافة لأمراض أخرى مثل السكري من النمط الثاني.

تم قياس مرونة الشريان الأبهر باستخدام الأمواج فوق الصوتية التي تقيس كمية جريان الدم في الأوعية الدموية. وعندما قورنت النتائج مع ٥٥ طفل ذو وزن طبيعي، كان الفرق واضحاً. وكان الموضوع الأخطر أن هذه الفروقات لم تتوافق بفرق في مستوى الكوليسترول أو حتى في مستوى ضغط الدم. وهذا ما قد يسبب تهديداً صامتاً للحياة، ويقتل الأطفال دون أي دليل.

وقد أثارت هذه الدراسة قلقاً بين مسؤولي الصحة في بريطانيا وأمريكا بشكل فوري، حيث تشير الأرقام إلى أن طفلاً من كل خمسة أطفال دخلوا المدرسة هذه السنة كانوا بدناء أو مفرطي الوزن. وهذا يعني الحاجة إلى توعية الأهل حول مخاطر مشكلة البدانة وأهمية تناول الغذاء الصحي.



النكاف - أو أبو كعب - أبو دغيم

Mumps



لذلك يجب على الأهل عدم إهمال إصابة ولدكم العزيز ، ومراقبته جيداً وأؤكد لك - سيدتي الكريمة الأم الحنون - على ضرورة مراجعة الطبيب خاصة في حال ظهر عند طفلك ألم أو تورم بالخصية.

النكاف هو مرض فيروسي مُعدٍ، يصيب الغدة اللعابية وتحديداً الغدة النكفية الموجودة بين الأذن والفك مما يؤدي إلى تورمها ويسمى بالعامية «أبو كعب». ينتشر هذا الفيروس عن طريق التماس المباشر وعن طريق الهواء ورذاذ التنفس وتستمر فترة الحضانة من أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع قبل أن تظهر الأعراض ويدرك الأهل أن طفلهم مصاب بهذا الفيروس، وعادةً تكون الأعراض هي الآتية:

يلاحظ الأهل ارتفاعاً بدرجة حرارة طفلهم ومعاناته من ألم عضلي وتعب عام وجفاف في الفم وصعوبة بفتح الفم والمضغ والبلع وحدوث تورم في الغدة النكفية يستمر من ٣ - ٧ أيام.

يتم التشخيص من قبل الطبيب، والعلاج يكون:

بإعطاء الطفل أو المريض خافض حرارة ومسكن ألم (وهو عادة الباراسيتامول)، ويتم وضع كمادات دافئة على الغدة المتورمة لتخفيف الألم، وينصح المريض بالراحة حتى الشفاء والإكثار من تناول السوائل.

أما الوقاية فتكون من خلال إعطاء اللقاح المناسب في نهاية السنة الأولى من العمر، علماً أن المناعة (الأضداد) المنتقلة من الأم إلى الرضيع تؤمن له حماية خلال الأشهر الستة الأولى من العمر.

أحب أن أنوه لبضعة أمور هامة يجب على الأهل إدراكها وهي:

- النكاف مرض مُعدٍ، يصيب الإنسان بأي عمر طالما أنه لم يُصَبَّ به من قبل أو لم يتم تلقيحه.

- يكتسب المصاب مناعة دائمة بعد الشفاء، فلا يصاب الإنسان به مرة ثانية.

- وجود اللقاحات حالياً ساهم في تخفيض عدد الإصابات بشكل كبير، لذلك يجب على الأهل إعطاء أطفالهم جميع اللقاحات.

- قد يهاجم الفيروس الجملة العصبية المركزية ويسبب التهاب سحايا ودماع.

- قد يهاجم الفيروس الخصية والمبيض عند الكهول والمراهقين، فلذلك يجب عرض المريض على الطبيب عند ملاحظة تورم بالخصية، ونادراً جداً ما تسبب هذه الإصابة عقم.

- قد يهاجم الفيروس المعنكة ويتسبب بحدوث التهاب خفيف مما يتسبب بحدوث غثيان وإقياء وألم بطني..

- قد يتسبب بحدوث صمم عصبي وحيد الجانب ونادراً ثنائي الجانب، وقد يكون فقد السمع عابر أو دائم.

أبعد الله عن أطفالكم كل شر .. ووقاكم من كل مرض ..

د. ياسين محمد بلال

اختصاصي بأمراض الأطفال والرضع
العيادة والمنزل: طرطوس - البرانية - غرب محطة فلسطين
هاتف: ٠٤٣ ٣١٧٣١٥

أخبار الطب: الاشتراكات مع خدمة التوصيل

نزولاً عند رغبة القراء الكرام، تقدم جريدة أخبار الطب خدمة الاشتراك مع التوصيل في المناطق التالية:

دمشق: هاتف: ٠٩٣٦٢٤٥٣٥٤

حلب: هاتف: ٠٩٤٤٦٤٨٧٧١

اللاذقية: هاتف: ٠٩٥٦٩٣٣٢٣٥

حمص: هاتف: ٠٩٥٥٦٤٤٦٩٩

قيمة الاشتراك السنوي ٢٠٠٠ ل.س... ويمكنكم الاتصال بالوكلاء لمعرفة الحسومات والعروض الخاصة المقدمة

مركز جراحة القلب الجامعي بدمشق - مشفى الأطفال



كما يقوم المركز بعمليات توسيع شريان وقثطرة تفوق ألفين ومائة عملية، وعمليات تركيب بطاريات للقلب.
علماً أن هذا المركز قد تم إنشاؤه وافتتاحه بفضل ورعاية كريمة من السيد الرئيس الدكتور بشار الأسد وعقيلته.

دمشق: رائد هرقل-أخبار الطب
يقدم مركز جراحة القلب خدمات مجانية وعمليات جراحية، بمتابعة المدير العام للمركز الأستاذ الدكتور مروان شامية وبمساعدة أمهر الأطباء السوريين المميزين.
يقوم المركز بإجراء سبعمائة عملية جراحية للفتحة الخلقية للأطفال من أصل تسعمائة عملية قلب مفتوح، وما يقارب ألف وستمائة عملية جراحية مختلفة للقلب سنوياً. ويوجد ثلاث غرف عمليات في المركز، ومائة وخمسة وعشرون سرير، وأربعة عشر سرير للعناية المشددة، وأربعة أجهزة إيكو، وجهاز واحد لاختبار الجهد يقوم بأجراء تخطيط القلب سيار على مدى أربعة وعشرون ساعة.



الأستاذ الدكتور مروان شامية



المركز الدولي للغات

International Language Center

دورات عادية و مكثفة في :

- ✦ المحادثة باللغات الإنكليزية والفرنسية لجميع الأعمار والمستويات
- ✦ المحادثة باللغات : الألمانية - الإسبانية - الروسية والتركية
- ✦ التحضير لامتحانات ILETS - TOEIC - GRE - SAT - TOFEL
- ✦ دورات تجارية (Market Leader) + مراسلات وتسويق
- ✦ دورات Autocad - Photoshop - ICDL
- ✦ دورات بورصة (تحليل أسواق + برامج تداول على الكمبيوتر)
- ✦ دورات تحضير للماجستير (إنكليزي - فرنسي)

دورات الأطفال و الناشئين
(إنكليزي ، فرنسي) مع النقل و الدوام فوراً

دورات الجامعيين

دورات إنكليزي ، فرنسي لطلاب الصف التاسع (منهاج)

دورات خاصة للأطباء و لطلاب الطب

* دورات مكثفة للتحضير لامتحانات :
التوفل - الأيلتز - التويك - الدورات التجارية

اللاذقية - مشروع الأوقاف - قرب دولتشى فيتا

041 418293 / 418297 / 470335 / 0944 221686

النباتات الطبية-الأقحوان (زهرة الغريب في دمشق)

Calendula officianaly

من الفصيلة المركبة Composeae

الأقحوان الصغير (الأصفر) الآذريون:

منشأ النبات (قصير) و هو يزرع بكثرة في الحدائق، و يتواجد في الحقول و البساتين.

عشبة يبلغ ارتفاعها (٥٠-١٢٠سم) حولية يوجد منها أصناف عديدة مزروعة و هو ذو أزهار صفراء أو برتقالية فاتحة بسيطة أو ممتلئة.

و الآذريون هو الشكل البري لها و هو نبات حولي يصل ارتفاعه إلى (٥٠سم) ذو هامات زهرية برتقالية فاتحة (الأزهار من أيار-تشرين الأول) الساق مضلعة عارية، قليلة الفروع، أوراقها مجنحة و مسننة تزهر خلال (حزيران-آب). الأوراق تفوح منها رائحة تشبه رائحة الكافور تزهر بعناقيد رأسية أزهار مستديرة في وسطها رأس نصف كروي أصفر اللون.

و الأقحوان جنس زهري من فصيلة المركبات يسمى (زهرة الذهب، زهرة الغريب) وفي العناقيد الرأسية أزهار مستديرة في وسطها رأس نصف كروي اصفر اللون.

الجزء المستعمل طبياً:

الجزء الأعلى و المزهرة من العشبة (تموز-أيلول)، الأزهار الصفراء (تموز)، و الأوراق قبل الأزهار (أيار-حزيران)

المواد الفعالة:

زيت طيار مع التوجون، و مواد مرة طاردة للديدان المعوية و مسكنة لآلام أعضاء الحوض الصغير (المثانة، و البروستات عند الرجال، المبيض و الرحم عند النساء) جليكوزيد، كالدولين، كاروتين، فينوسترول، صابونين، حمض الساليسيان.

الاستعمال الطبي:

الاستعمال الخارجي:

آ- تدلك الأطراف بزيت الأزهار و للمساعدة في معالجة الروماتيزم والنقرس.

ب- كما يدلك به الجلد للمساعدة في معالجة الجرب (و باحتراس)

ج- يعمل الزيت (يضاف إلى كمية من الأزهار الصفراء ما يمكن غمرها من زيت الزيتون) في زجاجة محكمة السد، و توضع في الشمس لمدة أسبوعين، مع خضها يومياً، و تصفر بعد ذلك مع عصر الأزهار بقطعة من القماش.

٢- الاستعمال الداخلي:

آ- يستعمل المستحلب أو زيت الأزهار للمساعدة في معالجة النزلات المعوية الخفيفة، و لطرد الديدان و تقوية الدم و زيادة نسبة الهيموغلوبين

ب- يعمل المستحلب بنسبة (١-٢غ في فنجان ماء ساخن بدرجة الغليان) و يشرب منه (١ فنجان/يوم) لعدة أيام.

ج- أما الزيت فيعطى منه (٢-٥ نقط/يوم) مع قطعة من السكر مع ملاحظة أن تجاوز الجرعة لا تخلو من أخطار.

الآذريون (الشكل البري):

العناصر الفعالة:

تحتوي الهامات الزهرية زيتاً عطرياً يتضمن مركبات كاروتينية (كاروتين، كالدولين، ليكوبين) و هي تحوي أيضاً راتينج، صابونين، مادة مركبة.

الاستعمال الخارجي للآذريون:

معالجة الحصف، مسمار القدم، التكلل (نتوء خشن للجلد)، الثآليل،



الخراج، الدامل، الحروق الحمر، لسع الحشرات، تشقق الجلد، القد الوردي ينفع بمعدل (١٠٠غ في لتر ماء) و يستعمل على شكل لوسيون و كمادات.

الاستعمال الداخلي للآذريون:

مطهر و ملائم للجروح، مدر للبول، معرق، يستعمل لغزارة الحيض، أو لطول مدته، و عسر الهضم، و ارتفاع الضغط، و قروح المعدة و الاثني عشرية، ينقع (٢٠غ في لتر ماء) و يؤخذ منه (٣ فنجان/يوم).

د. إلياس جبور

ساتكو
atco
Sadaqa For Agriculture and Trading Co

حلب- شارع فيصل - قرب بنك التجارة والتمويل
هـ ٢٠٢١ ٢٢١٩٢٧٧ - موبايل ٠٩٤٤٥٧٢٠٠٢

لمن تتوجه صحافة طب الأسنان في العالم



والإنكليزية، وتوقفت هذه المجلة لعدة سنوات بسبب الأحداث الأليمة التي عصفت بلبنان، ولكنها عاودت الصدور هذه المرة إلى جانب مجلتين خاصتين بطب الأسنان إحداهما تصدرها الجامعة اللبنانية والثانية تصدر عن الجامعة اليسوعية.

وفي سوريا صدرت أول مجلة لطب الأسنان عام ١٩٦٥ باسم (مجلة طب الأسنان السورية) وقد أصدرتها نقابة أطباء الأسنان في سوريا ثم تحول اسمها إلى (مجلة طب الفم السورية).

يمكن القول أن مجلة (المنتخب) المصرية هي ثاني مجلة طبية عربية تصدر، كما أنها الأولى التي ترعاها جهة حكومية وتولى تحريرها الدكتور أحمد حمدي مفتش الصحة، وقد ضمت الأعداد القليلة التي صدرت منها مقالات تبحث في تشخيص الأمراض ومعالجتها ووسائل حفظ الصحة العامة، وأخبار الاكتشافات الطبية الجديدة، وصدرت عام ١٨١٨ وبقيت لعام ١٨٢٨.

وكيف كان تتابع إصدار المجلات الطبية العربية؟

أصدر الدكتور شبلي شميل عام ١٨٨٦ في القاهرة مجلة طبية شهرية (الشفاء)، وفي عام ١٨٧٤ إلى عام ١٨٩٥ أصدر جورج يوسف من بيروت مجلة (الطبيب)، وقد أعاد الدكتور خليل سعادة الذي هاجر من لبنان إلى أمريكا اللاتينية إصدار هذه المجلة باللغة العربية عام ١٩١٥، ويعتبر إصدارها أول مجلة طبية عربية تصدر من المهجر.

على ما ذكرته فإن هذه المجلات الأولى كانت تعتني بالصحة العامة أين مجلات طب الأسنان العربية منها؟

يمكن اعتبار (المجلة الطبية العلمية) التي صدرت في بيروت عام ١٩٢٤ المجلة الأولى باللغة العربية كما جاء في صفحتها الأولى أنها تهتم الحكيم والصيدلي وطبيب الأسنان والطبيب البيطري والقابلة والمرضة وكما ترى فقد كانت شاملة لكل ما يهم الطب وذكر بها طبيب الأسنان.

كما نمت (مجلة الطب العربي) التي أشرف على تأسيسها وتحريرها الدكتور مرشد خاطر وصدرت عام ١٩٢٦ من دمشق إلى ضم طب الأسنان في مواضيعها، وكانت تطبع في الجامعة السورية، وقد استمرت بالصدور حتى تحول المعهد الطبي العربي إلى ما يسمى فيما بعد بكلية الطب في الجامعة السورية، حيث كانت كلية الطب تضم قسماً خاصاً بطب الأسنان حتى عام ١٩٥٩ حيث منحت كلية الطب استقلالها عن كلية الطب بجامعة دمشق.

متى صدرت أول مجلة لطب الأسنان؟

- تعتبر (مجلة طب الأسنان في لبنان) أقدم المجلات الطبية العربية الخاصة بطب الأسنان وكان ذلك عام ١٩٤٩، وقد صدرت بثلاث لغات هي العربية والفرنسية

مع انتشار الوعي العلمي في العالم ازداد الميل إلى الثقافة الطبية وغدت المجلات التي تتناول هذا الأمر كثيرة ومتنوعة.

ولكن طب الأسنان هل وجدت له مجالات أعطته القدر الكافي من الاهتمام، وكيف نشأت صحافته (هذا إن نشأت) وبالتالي إلى من تتوجه هذه الصحافة، إلى الطبيب أم إلى القارئ العادي؟

في هذا الحوار مع الدكتور نزار بني المرجة رئيس تحرير (طبيب الأسنان العربي) السابق وكذلك مجلة (طب الفم السورية)، والذي يطلع بعدة مسؤوليات ثقافية يحدثنا عن كتابه «الصحافة الطبية العربية: ١٨٦٠ وإلى الآن»، والذي يتناول فيه نشأة الصحافة الطبية العربية ومن ثم طب الأسنان ملقياً المزيد من الضوء على من عمل لإيجاد وعي من خلال الصحافة.

ما هي بدايات الصحافة الطبية؟

من المعروف أن الألواح والرقم الطبية والحجرية كتبت بالطريقة المسمارية في الحضارات القديمة في سوريا الطبيعية وبلاد الرافدين، وكذلك البرديات الفرعونية في مصر القديمة التي كتبت بالهيروغليفية تعد من أهم البدايات الإنسانية، إلى أن تطور الأمر فكان أول صحيفة في العصر الحديث هي التي صدرت في ألمانيا عام ١٦٠٩، ثم ظهرت أول صحيفة أسبوعية في انكلترا عام ١٦٢٢ باسم (ويكلي نيوز)، أما بدايات ظهور المجلات والنشرات الطبية فكان مع تكوين الجمعيات الطبية الغربية في كل من أوروبا وأمريكا في بداية القرن التاسع عشر.

ماذا عن أول المجلات الطبية العربية؟

لم يتأخر ظهور المجلات الطبية العربية كثيراً، حيث يمكن القول أن بداية الصحافة الطبية العربية كانت في عام ١٨٦٥ عندما ظهرت في القاهرة مجلة (اليعسوب) وساهم في تحريرها أشهر الأطباء والصيدالدة والكتاب العرب في ذلك الوقت، وبقيت تصدر لخمس سنوات وكان يشرف على تحريرها كل من الدكتور محمد علي البقلي والشيخ إبراهيم الدسوقي.

وهذه المجلة مع كونها أول مجلة طبية عربية فهي أول مجلة يصدرها أشخاص وليس هيئات حكومية.

ما هي بدايات المجلات الطبية العربية الحكومية؟

أخبار عربية وعالمية

يرى الدكتور جو هارفورد مدير المعهد القومي للسرطان حول مكانية توصيل العلماء للقاح ضد سرطان الثدي، أي أن هناك مراكز دولية ومنها معهد السرطان الأمريكي تجري دراسات في هذا الأمر، إلا أنه من الصعب التكهن بإمكانية توافر لقاح في القريب العاجل، إضافة لذلك لا يمكن بأية حال الاعتماد على اللقاحات في خفض نسبة الإصابة.

فمثلاً على الرغم من تمكن العلماء من إنتاج لقاح ضد سرطان عنق الرحم، إلا أن فاعلية اللقاح لا تتعدى ٧٠٪. ويجب أن يعطى للسيدات قبل إصابتهن بفيروس بابيلوما وإلا كان غير فعال في تجنب المرض.

ويوصي الدكتور جو بضرورة تبادل الدول النامية الخبرات حول نشر ثقافة التوعية بالمرض خاصة في المجتمعات التي تفقد الخدمات والمرافق الطبية المثلى.

ويمكن الاستشهاد مثلاً بتجربة ماليزيا التي نجحت في سنوات معدودة في خفض نسبة الحالات المتأخرة المصابة بسرطان الثدي مما أسهم في ارتفاع معدلات الشفاء من المرض.

جاء في دراسة لجامعة هارفرد بأن الرجال المنعزلين اجتماعياً لديهم خطر حدوث الوفاة أعلى بسبب أمراض القلب بنسبة ٨٢٪ مقارنة بالرجال الذين لديهم علاقات اجتماعية قوية.

كما أفاد معهد نيو إنغلاند للأبحاث بأن ٦٦٪ من الرجال يعتمدون على دعم زوجاتهم الاجتماعي الأولي، بينما يعتمد ٢١٪ منهم فقط على الأشخاص الآخرين، ولا يعتمد ١٠٪ منهم على أي شخص، ولهذا فإن عدم وجود الزوجة يؤدي إلى خطر انعزال الرجل.

• من رصد مما ينشر في الصحف الطبية الأمريكية تبين أن كثرة تناول اللحوم الحمراء وما ينتج عن تمثيلها الغذائي بداخل الجسم من كميات كبيرة من حمض اليوريك (البولييك) تكون سبباً في اعتلال الجسم، وكذلك مرض النقرس.

كما أثبتت العديد من الدراسات العلمية أن هناك علاقة كبيرة بين تناول الأشخاص اللحوم المشوية على الفحم واعتلال وظائف أكبادهم لاحتواء تلك اللحوم على تركيزات عالية من المركبات المسرطنة.

ومن ناحية أخرى تؤكد الدراسات أن الذين تخلوا في وجباتهم اليومية عن اللحوم واعتمدوا على الحبوب والبقول والخضروات والفاكهة يتمتعون بقدر عالي من الصحة وأقل عرضة لأمراض القلب.

ويتميز فطر عيش الغراب وهو من أهم البدائل النباتية للحوم، بقيمة غذائية عالية نظراً لاحتوائه على نسبة مرتفعة من البروتين تفوق مثيلتها في اللحوم والتي قد تصل إلى ٥٠٪ من وزنه الجاف، علاوة على احتوائه على الأحماض الأمينية الضرورية لجسم الإنسان، وكذلك ارتفاع محتواه من الفيتامينات والحديد، لذلك يستخدم في علاج فقر الدم خاصة لدى الأطفال، كما يتميز بانخفاض محتواه من الكربوهيدرات والدهون لذلك يعتبر غذاءً مثالياً للرشاقة.

ويعد عيش الغراب من الأغذية الوظيفية حيث يحتوي على أكثر من عشرين إنزيماً للهضم مثل التربسين والببسين مما يجعله سهل الهضم بل وقد أثبتت بعض الدراسات العلمية أن وجبة محتوية على ٥٪ من فطر عيش الغراب تؤدي لخفض نسبة الكوليسترول في الدم بحوالي ٢٤٪ عند التغذية عليها لعدة أسابيع.

إعداد: آمال ابراهيم

كيف تتابع إصدار مجلات طب الأسنان العربية؟

- أصبح إصدار المجلات التي تختص بهذا الجانب من الطب كبيراً، أذكر اسم بعضها (مجلة دنتل نيوز) تصدر من بيروت منذ عام ١٩٩٣، (مجلة نقابة مختبرات الأسنان في لبنان) عام ١٩٩٦، ومجلة (الوسيط في طب الأسنان) وهي باللغتين العربية والإنكليزية صدرت عام ١٩٩٢، وهناك (مجلة الحكمة) تصدر في مصر، كما تصدر الجمعية السعودية لطب الأسنان (المجلة السعودية لطب الأسنان) بمعدل أربع مرات في السنة وباللغة الانكليزية منذ العام ١٩٨٩، وهناك (المجلة التقنية الطبية) وتصدر في الإمارات العربية المتحدة، ومجلة (الأمل الطبي) تصدر باللغة الفرنسية في مدينة الدار البيضاء، ومن تونس تصدر (مجلة طب الأسنان التونسية)، أما الآن فإن (مجلة طبيب الأسنان العربي) التي تصدر عن منظمات أطباء الأسنان العرب بدمشق منذ عام ١٩٩٦ باللغات العربية والفرنسية والإنكليزية فهي تضم مواضيع وأبحاث علمية للعلماء والباحثين العرب، كما تغطي أخبار المؤتمرات ونشاطات منظمات أطباء الأسنان العربية.

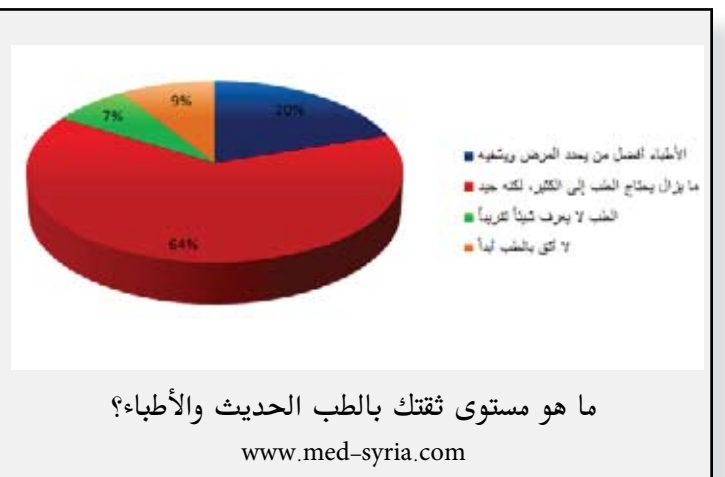
ألا ترى أن هذه المجلات الطبية قد خدمت الأطباء أكثر مما وصلت إلى القارئ العادي؟

لا شك في أن هذه المجلات قد خدمت شريحة الأطباء والعاملين في الوسط الطبي أكثر من غيرهم كونها دوريات تخصصية، ويجب أن لا ننسى في المقابل أن هناك نسبة من القراء والمثقفين تهتم بهذه الدوريات بشكل قد يفوق الأطباء أنفسهم في بعض الأوقات، دليل ورود طلبات للاشتراك في هذه المجلات من أشخاص لا علاقة لهم بالمهن الطبية.

ألا تعتقد أن العالم العربي بحاجة إلى مجلات تهتم بطب الأسنان على النطاق الشعبي كما هو الأمر في المجلات الطبية الشعبية؟ وإذا كان الأمر كذلك .. أمن الضروري أن يكون رئيس التحرير طبيباً؟

لا شك أن تنامي الوعي الصحي فيما يتعلق بضرورة العناية بصحة الفم والأسنان على نطاق، أصبح معه الأمر منطقياً أن تصدر مجلة تهتم بطب الأسنان على الصعيد الشعبي. وبالنسبة للشق الآخر للسؤال فأنا أرى أن رئيس تحرير المجلة الطبية يجب أن يكون طبيباً بالضرورة، لما تتطلبه الصحافة الطبية من تعامل مع مصطلحات علمية وطبية عربية وأجنبية يصعب أن يتعامل معها غير الطبيب.

قام بالحوار: سمير عبده



نقص ثقافة الجنس الآخر لدى الجنسين



حدثت القصة يوماً ما عندما قررت صديقتي الزواج، وتبين لاحقاً أنها لا تعلم ما الذي يعنيه الزواج، وبعد أن شرحت لها والدتها قبل العرس ما هي مقدمة عليه لم تكن تعلم ما الذي ينتظرها سوى وهماً ناجم عن كلمات أم في ليلة الزفاف.

تزوجت صديقتي...

كان هناك الكثير من الأخطاء في التعامل بينها وبين زوجها فمفهوم الفروقات النفسية بين المرأة والرجل لم يكن واضحاً في ذهنها بل اقتصر الأمر على الفروقات الجسدية وأهمية احترام الزوج.

بعد ٤ أشهر من الزواج كانت حياة صديقتي جحيماً لا يطاق، لكن الألوان بالنسبة لها للعودة للوراء كان قد فات فهي حامل بالشهر الثاني.

لم يكن الأمر أفضل بالنسبة لزوجها فهو قد تزوج منعاً للوقوع بالفتنة، ومنذ اليوم الأول من حياته كل ما تعلمه هو كيف يثبت رجولته، وكيف يقوم بالأمر بشكل جيد، دون أن يتعلم كيف يتعامل مع تلك الإنسانية التي ستكمل بقية حياتها إلى جانبه.....

بين المرأة والرجل هناك أكثر من الاختلاف في شكل الأعضاء التناسلية، هناك فرق في طريقة التعامل وطريقة تقبل الأمور، فبينما يميل الرجل لكي يحل مشاكله لوحده تميل المرأة لمشاركة مشاكلها مع كافة المحيطين بها. حتى لو لم تكن تتوقع المساعدة. ويشعر الرجل بالإحباط عندما تشركه المرأة في مشكلة دون أن يستطيع أن يعطيها حلاً. بينما هي تنتظر منه فقط أن يستمع لها. يجعل هذا الإحباط الرجل أكثر انطواءً على نفسه، مما يزيد من إحساس المرأة بأنه لا يحبها وهنا تبدأ الدوامة التي لا تنتهي من الإحباط ونقص الثقة وهنا يبدأ الحب بالضياع.

تحتاج المرأة إلى من يسمعها حتى عندما لا يكون قادر على مساعدتها، تحتاج إلى من يحتضنها ليعطيها إحساساً بالأمان قبل أن يجلس وحيداً ليتمكن من حل مشاكله، تحتاج المرأة إلى أن تخبرها دوماً أنك تحبها.

في نفس الوقت يحتاج الرجل إلى من يعطيه المساحة ليبقى وحيداً ليتأكد من أنه قادر على حل أزماته، يحتاج منك إلى أن تنسي دور الأم وتتوقفي عن الاطمئنان عنه كأنه غير قادر على تدبر الأمور.

المشكلة أن ما يحتاجه الرجل مختلف تماماً عما تحتاجه المرأة فهي تريد التحدث وهو يبقى صامتاً، وهي تريد المساندة المعنوية وهو يريد مجالاً لإثبات قدراته لذلك يختلفان. لكن المهم حقاً أن نستوعب اختلافنا ونسعى لإيجاد طريقة نعطي بها الطرف الآخر ما يريده، المهم أن نعلم أطفالنا اختلافاتهم النفسية وليس الجسدية فقط.

إن الثقافة الجنسية لدى شبابنا إناثاً وذكوراً إن وجدت فهي تقتصر غالباً على التعامل مع الطرف الآخر في السرير، لكن الحياة تبدأ في التفاصيل اليومية، ومفهوم الجنس الآخر هو مفهوم نفسي وكيميائي ومعنوي كما أنه مفهوم جسدي.

من الهام بالنسبة للرجل أن تثقي به عندما يقوم بالأعمال، وأن تتوقفي عن فرض طريقة عملك عليه، إنه لا يعلم كيف يجلي أو يرتب المنزل، لكن يمكنك أن تدعيه يساعدك، وسيعمل لوحده حتى ولو فعل ذلك بطريقة مختلفة. إن الانتقاد في مثل هذه الحالة سيقتراف بإحباط شديد لديه سيمنعه من مساعدتك لاحقاً، حينها ستظنين أنه توقف عن مساعدتك لأنه لم يعد يشعر بتعبك، ولم يعد يحس بك، دون أن تعي أنه توقف لأنك أصبته بالإحباط بدل التشجيع.

لا ترشدي زوجك للطريق بينما يقود سيارته ولا تطلبي منه أن يتوقف

لسؤال أحد، ولا ترتعبي لأنك تهت. فذلك سيشعره أنه غير قادر على إيصالك إلى أحد الأمكنة فكيف يستطيع بناء أسرة، دعيه يتصرف لوحده فهو يستطيع حل مثل هذه المشكلات دون طلب المساعدة.

أما أنت يا صديقتي فتذكر أن تحضنها بدل أن تؤذيها جداً، عندما تتوتر المرأة فهي بحاجة أن تحضنها وأن تخبرها أن كل شيء سيكون بخير، هي بحاجة أن تخبرها دائماً أنك ما زلت تحبها، فكل امرأة تعلم أنك تحبها عندما تكون أنيقة وجذابة ومرتاحة، لكنها ستشعر بالأمان عندما تحتضنها وهي متوترة وتخبرها أنك ما زلت تحبها. إن ذلك كافياً بالنسبة لها. وعندما تفكر في مشاكلك لا تتركها في وسط الصحراء بل حاول أن تؤكد لها دائماً أنها الأهم لديك.

بالنسبة لكل منكما سيبدو الطرف الآخر غريباً، وما يطلبه منك لا يمت للحب بصلة، فالرجل يفكر ما دخل الحب بالثرثرة، ما أجملها لو كانت صامتة. والمرأة تفكر «كيف يمكن له أن يحبني ويبقى صامتاً، كيف يجتمع الحب مع كل هذا البرود»

هنا أنصحك أن تفكر بالتالي:

عندما تذهب لتصطاد السمك أنت تستخدم الديدان كطعم لأن السمك يحب الديدان وليس لأنك أنت تحبها، ولا يمكنك اصطياد السمك من خلال وجبتك المفضلة لكن ما تريده حقاً هو السمك لذلك عليك أن تستخدم الديدان. لكي تحصل على شريك حياتك سعيداً أعطه ديدانه المفضلة ولا تحاول إجباره على التهام وجبتك الشهية.

ملاحظة: أحد أجمل الكتب في هذا الموضوع وأبسطها هو «النساء من الزهرة... الرجال من المريخ»

استشارات طبية مجانية

ملاحظات هامة

يقدم موقع جريدة أخبار الطب بشكله الجديد خدمة استشارات مجانية على الموقع. حيث يقوم مجموعة من المختصين بالرد على أسئلة الناس ومساعدتهم وتوجيههم.

لكن خدمة الاستشارات على الإنترنت تحتاج إلى بعض الوعي أثناء استخدامها. وهذه بعض التعليمات المفيدة لكي تحصل على استشارة سليمة:

١- اكتب عنوانك بشكل صحيح

٢- اذكر حالتك بالتفصيل: (العمر، الجنس، العمل، مكان السكن، متى أصبت بالحالة ومدى شدتها)

٣- لا تستخدم هذه الخدمة للحالات الطارئة والإسعافية: إن أصيب طفل بارتفاع حرارة شديد أو مسن بألم في الصدر أو ألم شديد لا يحتمل فعليك مراجعة الطبيب أو المستشفى، وليس انتظار رسالة على الإنترنت.

خدمة استشارات أخبار الطب مفيدة للتعرف على الأمراض وعلى العلاجات والخدمات الطبية وعلى فوائد النباتات ومضارها، وعلى توجه لأي طبيب عليك أن تذهب.

لقد واجهنا في هذا الموقع منذ انطلاقه وعلى مدى أربع سنوات العديد من الأسئلة المتنوعة، وسنبداً بنشر أرشيفنا على الموقع وعلى صفحات الجريدة في الفترة القادمة.

إن موقع أخبار الطب يقدم هذه الخدمة بشكل مجاني، وهون غير ملزم بالرد على كل الرسائل. كما أن الأجوبة قد تستغرق وقتاً خاصة لأن بعضها يحتاج إلى مختصين قد لا يمتلكوا وقتاً كثيراً في الإجابة.

أخيراً نرحب كل الأطباء الراغبين بالانضمام لشبكتنا وتقديم المساعدة مجاناً (مع ذكر الأسماء أو بدونها).

أصدقاء أخبار الطب في مدينة اللاذقية

شركة ديب التجارية- دوار هارون -هـ-٤٣٨٣٨٤

مكتب البتراء- م. مصطفى شحادة- ش. الجمهورية قرب مفرق التونة

م. محي الدين دليلا- مهندس مدني- مقابل اتحاد الفلاحين- هـ-٧٨٠٧٩٠٧٩٣٣

صيدلية د. باسل سلمان- مشروع الريجي- قرب الهجرة والجوازات- ٤٢٠٤٢٠

صيدلية د. داليا الماشي- شارع بغداد- جانب القدموس

صيدلية د. رم عزيز محفوض- الزراعة- شارع بنت الشاويش

د. بهجت نصري-مستودع الحكمة- العوينة- جانب صيدلية جنا حداد

د. نطله شبطلي- اختصاصي طب أطفال- العوينة- نزلة توفير البريد- ٢٣٠٠١٠

د. سلوم ابراهيم سلمو- أخصائي طب أسنان- نزلة ٨ آذار- ٤٧٩٤٢٧

د. كابي أديب عوض- أخصائي طب أسنان- المشروع السابع- ٤١١٦٧١

د. كندة يوسف جبور- طب مخبري- قرب بناء المحافظة الجديد- ٤٤٨٠١٠

د. محمد عمر شبار- أخصائي بالتشخيص الشعاعي- شارع ٨ آذار- ٤٧٥٨٧٠

د. علي محمد علوش-جراحة أورام وجراحة عامة-نزلة جامع العجان-٩٩١٤٠٩٤٩٩

د. ميساء عزيز شحادة- أذن أنف حنجرة- شيخخاهر فوق مركز سيريتل- ٤٥٢٢٩٢

د. راغب علي- عامة- مفرق بوقا- ٤٢٢٨٢٢

أصدقاء أخبار الطب في مدينة حمص

د. مفيد الناصر أخصائي طب أسنان - الكورنيش الشرقي مقابل الاسكان العسكري - هاتف ٢٦١٥٤٥٤

د. الصيدلانية فاطمة حميد - الزعفرانة - هاتف ٨٨١٩٣٥٠

د. الصيدلاني أحمد السعيد - تليسة - هاتف ٨٨١٤٠٠٧

د. الصيدلانية ليلى درويش - الشنية - هاتف ٧١٨٧٤٢٢

د. الصيدلانية يارا الحمصي - حديدة - هاتف ٤٧٥٨٢٠٩

د. الصيدلاني يوسف بطرس - ريلة - هاتف ٤٦١٠٨٥٨

د. الصيدلانية عفراء حمادة - فاحل - هاتف ٧٣٧٣٦٧٢

د. نوال علي ريشة - صيدلية نوال - الوعر- جانب جامع فاطمة - هاتف: ٢٥١٦٩٦٨

د. عمار محسن السعد - اختصاصي جراحة عصبية ومجهرية (فرنسا)- السوق- بناء الأتاسي هـ:

٢٤٥٣٧٧٤، الزهراء هـ ٢٦١٧٥١٤ .

د. أزدشير محسن السعد - اختصاصي تقويم أسنان وفكين - عضو الجمعية السورية لتقويم الأسنان

- الزهراء - هـ ٢٦١٧٥١٣ .

م. عبير محسن السعد - مركز السعد للبصريات - الزهراء - هـ ٢٦١٧٥٥٩ .

د. سها مجيب عودة - اختصاصية تقويم أسنان وفكين - منتصف شارع الحضارة - هـ ٢١٦٥٥٦٢

د. لميس إبراهيم - صيدلية لميس - الزهراء - مقابل جامع الزهراء - هـ ٢٦١٨٨٨٩

صحتين وعوافي

ناس تقول: الشهادة ضرورية...

وناس تضيف: بدون شهادة، لا يساوي الإنسان شيء...

لا أعرف ما هو العيب: في النظرية أم في التطبيق... لكن تستطيع أن تفعل ما ينصح به المثل المصري: «أن تبل شهادتك وتشرب مائها...»، ولن يزعل أحد عليها...

غريب...

لا أحد يحتاجها ليعمل...

لكن لا أحد يستطيع أن يعيش في مجتمعنا بدونها...



تحضير لوسيون منقي للبشرة الجافة

المحتويات:

– عصير خيار (عدد ٢)

– ماء ورد نقي (ملعقة طعام)

– زهر البابونج (ملعقة صغيرة)

– غليسيرين طبي (ملعقتي طعام)

العمل:

يغلى مقدار كأس من الماء (١٢٥ مل)، ثم يضاف زهر

البابونج، يغطى الوعاء ويترك ليبرد.

يصفى السائل بالشاش أو القطن، ثم يضاف له عصير الخيار وماء الورد وملعقتين كبيرتين من الغليسيرين. ويرج جيداً ثم يصفى ويعبأ في عبوة معتمدة ويحفظ في البراد.

الاستعمال:

بعد غسيل الوجه بصابون مناسب، يدهن اللوسيون ثم يترك ليحفظ. نحصل فوراً على بشرة رطبة ونضرة ومشدودة ويمكن استخدامه عدة مرات.

تحذير: لا يوضع اللوسيون على البشرة المريضة أو التهيجية (الساخنة)، كما يجب أن يجرب على جزء صغير من بشرة اليد ويترك لعدة ساعات للتأكد من عدم وجود حساسية. يمكنكم مراسلتنا على البريد الإلكتروني للتعليق أو لطلب وصفات تصنع في المنزل.

د. حنا جبور

hjabbour@med-syria.com

جريدة أخبار الطب

جريدة علمية (طبية - اجتماعية). تصدر أسبوعياً في الجمهورية العربية السورية بموجب قرار رئاسة مجلس الوزراء رقم ١٣ بتاريخ ٢٠١٠/٢/٢٨

د. رسلان العلي

صاحب امتياز الترخيص والمدير المسؤول

د. ربا العبد الله

رئيس التحرير

د. حنا جبور

مدير تنفيذي

للاستفسار والإعلان

الإدارة العامة اللاذقية:

أ. مازن سرحيل

٠٤١٥٥٢٤٤٧

٠٩٥٦-٩٣٣٢٣٥

مكتب حلب، إدلب:

أ. محمد أسعد فزا

٠٢١-٢٢٢٤٧٤٨

٠٩٤٤-٦٤٨٧٧١

أ. محمد أسعد فزا

مدير تسويق

أ. هبة سلطان

متابعة الزبائن

م. رشاد السيروان

مدير فني

المستشارون العلميون

د. عزام عمار

د. أيهم أحمد

د. زهور السعد

د. رواء الجمال

د. ريم عليان

مكتب حمص:

د. طارق حسن

٠٩٥٥٦٤٤٦٩٩

مكتب دمشق:

٠٩٣٦٢٤٥٣٥٤

٠٩٤١٩٣٤١٨٤

Email: info@med-syria.com

العنوان: اللاذقية - مشروع الريجي - خلف الهجرة والجوازات - ط أرضي.

كافة المراسلات تتم باسم المدير المسؤول

PHOBIA

الخوف

المريخ ٣-٤٧...

سحط مركبة فضائية على كوكب جديد في الطرف الآخر من مجرة درب التبانة، سينزل منها رائد فضاء ويرفع علم بلده عالياً، وسيسمي هذا الكوكب «المريخ ٣-٤٧»...

ولهذا الاسم حكاية...

كان أبو مفيد قد فتح محل فلافل وسماه «مطعم المريخ للفلافل والفول والحصى وخلافو...»، وما أن أبو مفيد كان شاطراً وحربوفاً، كان يضع ثلاثة أقراص فلافل بدل أربعة كما كان يفعل زملاؤه، أو بدل خمسة كما «تصنع» مديرية التوسيع... وكان يقص زهاباً من وراء هذا المحل.

وفي إحدى الأيام كان يمشي في شارع آخر، ورأى مطعماً فلافل عنده أربع زبائنه، فأعجب بهذا وقرر أن يفتح محلاً على الجبهة المقابلة من الشارع، وهذا كي يستولي على كل الزبائنه الذين يتناقلون ولا يرغبون بقطع كل الأمتار الثلاثة التي تفصلهم عن الجبهة المقابلة من الشارع.

وهذا تماماً ما فعله أبو مفيد، فقد افتتح محلاً لتزويد مساحته من أربعة أمتار، ويحتل كامل رصيف البلدية أمامه، وسماه «مطعم المريخ ٢ للفلافل والفول والحصى وخلافو...»

لا يمكننا إنكار روح الابتكار عند هذا الرجل، ولا نستطيع إلا أن نحسن بالإعجاب تجاه دراسة الجدوى الاقتصادية الباردة التي قام بها، والتي لا تشوبها شائبة. وطبعاً فإن العوائد المالية ستصعب هائلة لدرجة أنه سيصبح أغنى الأغنياء، وسيهز البورصات المحلية والعالمية. وسيستمر بالتوسع والتحكم والتقدم وسيسيطر على الأسواق العربية والعالمية... بل سيخلص أسواقاً ومحلات فلافل في كل الكون...

نعم، سيرسل بعثات إلى الكواكب لاحتلالها، ومنها البعثة الشهيرة إلى الطرف الآخر من المجرة... إلى كوكب المريخ ٣-٤٧.

لقد سُمي الكوكب كذلك لأنه أبو مفيد سيفتح هناك محل فلافل يسميه «مطعم المريخ ٢ للفلافل والفول والحصى والشاورما والشيش كباب... خلافو...»

أما الرقم ٤٧... فهو نمرة حذاء أبو مفيد...

ولهذه حكاية كوكب المريخ ٣-٤٧...