

العدد الثاني
نيسان ٢٠٢٥

صحتك أولاً

مجلة دورية ثقافية طبية تصدر عن كلية الطب جامعة الأنبار



كيف تواجه مؤسساتنا الصحية
انتشار الجائحات
مستقبلاً؟

المرض النفسي
ينتشر كالنار في الهشيم

مستقبل الذكاء الاصطناعي
في الطب

"من تواضع لله رفّعه"
قصيدة للدكتور خالد مسير

نافذة إيمانية ...
(أغمر عينيك لحظة)

الطب الجينومي



Healthfirstj@uoanbar.edu.iq

Healthfirstjournal.uoanbar.edu.iq



- الدكتور احمد عبد المجيد
عضوا
- م.م تحفة توفيق ابراهيم
عضوا
- الطالبة لارا محمود مصطفى
عضوا
- أ.م.د وعد محمد سعيد
التدقيق اللغوي
- م.م أنس محمد رجب
تصميم

المحتويات	
3	أهمية التوعية الصحية في المجتمع
4	الدكتور المرحوم صلاح العاني
6	كيف تواجه مؤسساتنا الصحية انتشار الجائحات مستقبلاً؟
7	المرض المجهول (X) يثير القلق ويدق ناقوس الخطر بين الاوساط الطبية العالمية
8	في الأخلق الطبية
10	قصيدة للدكتور خالد مسير ... من تواضع لله رقعة ”
11	نافذة إيمانية ... (أغمض عينيك لحظة)
13	المرض النفسي ينتشر كالنار في الهشيم !!!؟
14	التهاب الاذن الوسطى عند الاطفال
15	علم الأجنة وذكره في القرآن الكريم
17	ابن النفيس و وليم هارفي .. رحلتان علميتان في اكتشاف الدورة الدموية
19	مستقبل الذكاء الاصطناعي في الطب
20	’في لحظة واحدة قد يتغير كل شيء‘
23	داء حبة بغداد
25	التوحد في الاطفال
26	صحتك أولاً
27	”المنشطات الرياضية“ وهم النجاح وسراب الصحة“
29	فرط استخدام المسكنات: تحليل المخاطر وطرق التحسين“
30	متى تحتاج الى زيارة الطبيب النفسي؟
31	التمر في الاعجاز القرآني
32	الطب الجينومي : نظرة خاطفة لمستقبل التشخيص و العلاج
33	اضطراب استهلاك التبغ

أهمية التوعية الصحية في المجتمع

لا يقتصر عمل الكوادر الطبية بمختلف عناوينها على تقديم الرعاية الصحية اللازمة للمرضى فحسب، ولا تنحصر واجباتهم الاخلاقية والوظيفية في تقديم الخدمات الطبية في المستشفيات والمراكز الصحية فقط، بل تتوسع لتشمل تقديم نوع آخر من الالتزام الطبي وهو التوعية الصحية والذي لا يقل أهمية عن الخدمات الاساسية .

والتوعية الصحية تعني تعزيز المعرفة والفهم المتعلق بالقضايا الصحية من خلال تنظيم الحملات المبرمجة، مع التركيز على الأنشطة عبر وسائل التواصل الاجتماعي لضمان سرعة إيصال المعلومات الصحية بسرعة الى شرائح المجتمع المختلفة، وتلعب التوعية الصحية دورًا مهمًا في رفع مستويات الصحة العامة من خلال نشر الثقافة الطبية الصحيحة والتي قوامها الوقاية من الأمراض والحد من انتشارها خاصة المعدية منها من خلال دورها في توجيه سلوكيات الأفراد والمجتمعات وتعزيز العادات والتقاليد الصحية الجيدة.

ولأهمية موضوع التوعية الصحية المتزايدة فقد وضعت الدول المتقدمة الخطط الكفيلة برفع المستوى الصحي لمواطنيها من



الأستاذ الدكتور وليد نصار جفال

عميد كلية الطب جامعة الأنبار/ رئيس التحرير

خلال انشاء فرق متخصصة في التوعية تكون مهمتها الاولى التواصل مع الناس وتوجيههم من خلال عقد اللقاءات، والندوات، واصدار النشرات والدوريات، والمطبوعات الدعائية، واستخدام وسائل الاعلام المختلفة، وجميع هذه الاشكال كانت مؤثرة وذات مردود ايجابي، فقد أثبتت التجارب السابقة ان لحملات التوعية الصحية أبلغ الاثر في المساعدة في مكافحة المشكلات الصحية الخطيرة، كما انها أثبتت فاعليتها في تقليل نسب الاصابات بين الناس في ظروف انتشار بعض الامراض ذات الوبائية العالية، وتتنوع مواضيع التوعية الصحية لتشمل مواضيع مختلفة مثل الإدمان والمخدرات، والإسعافات الأولية، والأمراض المختلفة، والتحصينات، وكل ما هو جديد في عالم الطب، اضافة الى تناولها مواضيع الصحة العامة، والغذاء والتغذية، وصحة الطفل، كما أنها تضم توعية لممارسي الرياضات المختلفة، وطلبة المدارس وموظفي الدوائر المختلفة، في التوعية الصحية من المهم جدا المشاركة المجتمعية التي تلعب دورا مهما في تحسين مستوى الصحة العامة، وهي وسيلة فعالة لنشر المعلومات الصحية وتوصيلها إلى جميع شرائح المجتمع، فمن خلال العمل المشترك اذ يتوجب اشراك المدارس والجامعات والدوائر الحكومية المختلفة ومنظمات المجتمع المدني وحتى العناوين الشعبية في عملية نشر ثقافة الوعي الصحي، كما يتوجب علينا توفير الدعم وتقديم المشورة والنصيحة لجميع المرضى الذين يواجهون مشاكل صحية خاصة اولئك الذين يعانون من الاثار السلبية جراء اصابهم بالأمراض المزمنة ويحتاجون لرعاية خاصة.

ان التشخيص الصحي له دور فعال في خفض النفقات الصحية، من خلال خفض مستويات انتشار الأمراض، وتمكين الدولة من تحقيق اهدافها الاستراتيجية، فيما يتعلق بالحد من انتشار الأمراض المزمنة والمعدية، كما يساهم في تعزيز قدرة الدولة على مواجهة الأوبئة.

الدكتور المرحوم صلاح العاني

قد مات قومٌ وما ماتت مكارمهم
وعاش قومٌ وهم في الناس أمواتٌ



من أصعب انواع الكتابة أن تستذكر سيرة الراحلين، وحينما نكتب في مسيرة كلية طب الانبار لا يمكننا تجاهل قامته العلمية خالدة، واسم مهم ومؤثر ترك بصمات واضحة في سماء التعليم العالي العراقي من خلال قيادته الناجحة لعمادة كلية طب الانبار ولدورتين مختلفتين، قدم خلالهما كل ما من شأنه النهوض بالواقع التعليمي الاكاديمي ولم يبخل بعلمه وخبرته على طلبته، وكان مجتهدا وفيا مع مرضاه، ومتواصلا معهم حتى في أوقات راحته، وكان الراحل معروف بنزاهته وأمانته، ومثلما عرف عنه الحزم والثبات في المواقف الحاسمة، عرف عنه أيضا التواصل والتسامح، والروح المرحية، وحسن الخلق، وهو صاحب الأثر الجميل، والنموذج القثير، فسلوّكه وأفعاله كانت ومازالت قدوة، وروحه العظيمة منارة إشعاع بجميع منابر الحياة.

ان الأثر الطيب الذي تركه الدكتور صلاح العاني في نفوس اصحابه وطلبته ومرضاه هو عمّر آخر غير عمره الذي انقضى، فبه تذكر سيرته العطرة فيكون سبباً لرحمة الله تعالى عليه، ويدعى له بسببه فيقبل الله تعالى دعوة الداعين ويكرمه بحسن المآب، ويعمل الناس بعلمه أو ما تركه من خير لوجه الله فيجري له ثواب العاملين، رحم الله الدكتور صلاح العاني داعين الله عزّ وجلّ أن يسكنه فسيح جناته.

التولد عام 5591 الانبار _ عنة _

_ خريج كلية طب بغداد 8791 من الربع الاول

_ الاقامة الدورية في مستشفيات بغداد / دائرة صحة بغداد

8791_9791

_ الحصول على البورد العربي في الامراض الباطنية 9891

_ رئيس قسم الباطنية في مستشفى سامراء العام 9891_8991

_ مدرس في كلية الطب جامعة الانبار 9891.

_ رئيس فرع الطب الباطني في كلية طب الانبار 0002 /3002

_ عميد كلية طب الانبار من 3002/5 الى 5002/01

_ استاذ مساعد في كلية طب الانبار 2002

_ مسؤول الدراسات العليا في كلية الطب فرع الباطنية منذ 6002

_ لقب استشاري في الامراض الباطنية 0102

_ عميدا لطب الانبار مجددا من 1102/7 حتى 6102



كيف تواجه مؤسساتنا الصحية انتشار الجائحات مستقبلا؟



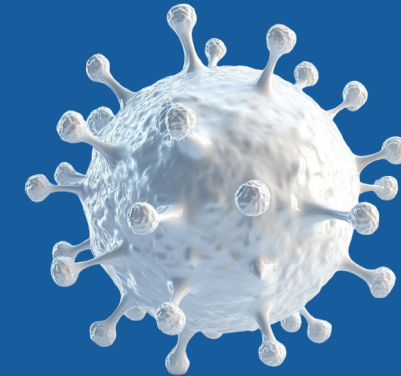
مر العالم بأوقات عصيبة جراء تفشي جائحة كورونا (كوفيد91) والتي كانت اختبارا جادا وصعبا وصادما لأنظمة الصحة العالمية كونها كشفت عدم استعدادا بعض الدول للتعامل الصحيح مع هذه الجائحة العابرة للقارات وحبس العالم انفاسه وهو يقف عاجزا أمام ملايين من الاصابات المتزامنة والتي لا تستوعبهم المستشفيات، ولذلك برزت الحاجة الشديدة لتطوير وتحديث منظومة السيطرة للحد من انتشار الجائحات فيما لو تفشت مستقبلا .

وفي بلدنا العزيز كان هناك تحدي من نوع آخر يتعلق بطبيعة المجتمع العراقي، اذ ومع ظهور جائحة كورونا كان من الصعب السيطرة على حركة الناس وتحديد تنقلاتهم وعزل مرضاهم بسبب الروابط الاجتماعية

القوية فيما بينهم وهو ما تسبب في النهاية بانتشار المرض برغم الاجراءات التي اتبعتها منظومة الصحة بالتعاون مع مختلف الادارات المحلية.

وبحسب منظمة الصحة العالمية التي حدثت قائمة بأخطر العوامل المرضية المتوقعة اندلاعها مستقبلا والتي تشمل حالياً كورونا، وفيرس إيبولا، وحمى لاسا، ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية، والالتهاب الرئوي الحاد، وفيروسي زيكا، ونيبا، غير أن المثير في القائمة أن خبراء منظمة الصحة العالمية ركزوا في توصياتهم من التحذير بشكل خاص من المرض "X" وهو عامل ممرض مجهول حتى الآن يتوقع أن يكون انتشاره سريعا في أنحاء المعمورة ويتسبب بمقتل عشرات الملايين من الناس، ويشل الحياة الاقتصادية في اغلب دول العالم وهو ما يدعو للقلق ويشير جملة من التساؤلات حول جدية الجهود والاستعدادات العالمية لمواجهة جائحة قادمة قد تكون في الطريق إلينا!!!

المرض المجهول (X) يثير القلق ويدق ناقوس الخطر بين الاوساط الطبية العالمية



ومن أجل كل ما تقدم علينا اتخاذ سلسلة من الخطوات والتي يأتي في مقدمتها اولاً وضع الخطط الاستراتيجية الكفيلة بوجود أنظمة صحية قوية تتصف بقدرتها على مواجهة التحديات المتأتمية من تفشي وباء جديد، كما أننا بحاجة الى عمل برامج توعية دورية فعالة يتم فيها تسليط الاضواء على أهمية دور المواطن الفعال في الحد من انتشار الوبئة ثم علينا أن نعزز قطاعات الرعاية الأساسية، وضمان اتباع سياسة توزيع اللقاحات المهمة والمطلوبة للوقاية من الامراض كما يتوجب علينا توفير المختبرات الحديثة واللازمة بعملية تشخيص المسببات المرضية التي تصيب الإنسان والحيوان على حد سواء، كما أننا بحاجة الى زيادة التمويل الخاص ببرامج الرقابة والوقاية خاصة فيما يتعلق بمراقبة الحدود والوافدين، ومن المهم ان يتم انشاء مجلس علمي خاص بالرصد الوبائي على غرار المجلس العالمي لرصد التأهب والذي أنشئ استجابةً للازمات الصحية العالمية



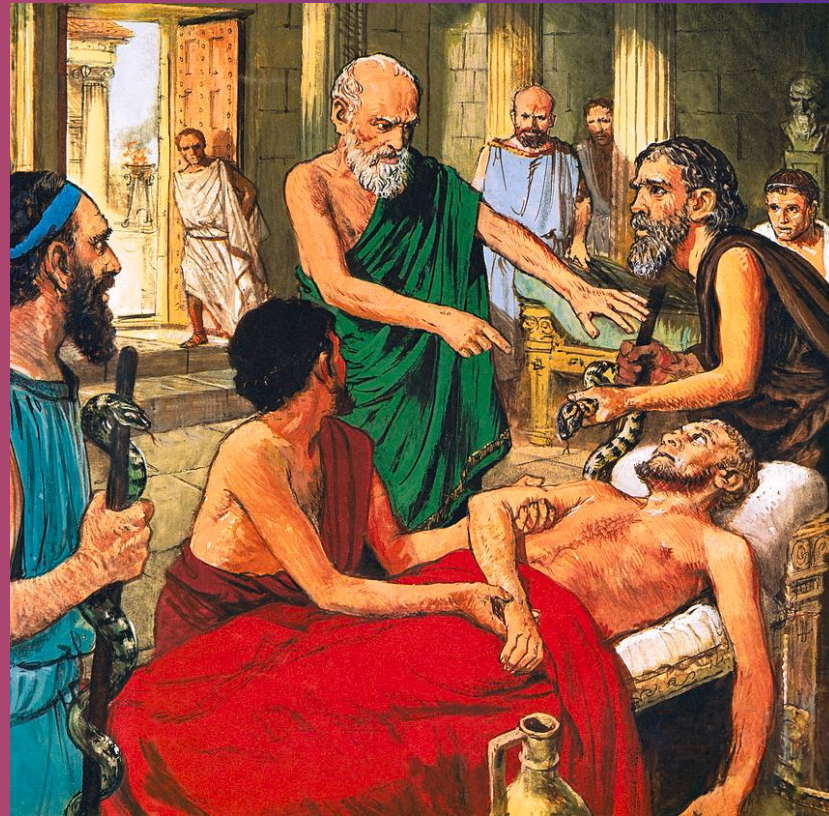
الدكتور خضير خلف شلال
مدير عام صحة الأنبار

والتابع للأمين العام للأمم المتحدة في عام 7102، اضافة الى كل ما تقدم علينا الاهتمام اكثر بتبادل المعلومات حول تفشي الأمراض مع مراكز البحث العالمية الرصينة، ومشاركة نشاطات الصحة العامة مثل المختبرات التي تتعامل مع الحالات عالية التعقيد، ومن المهم بمكان أن يتم الالتفات الى أهمية انشاء مختبرات صناعة اللقاحات اعتماداً على الوبئة الطارئة والتي قد تنتشر فجأة دون سابق انذار.

في الاخلاق الطبية

الاستاذ الدكتور زياد حماد عبد | كلية الطب/ جامعة الانبار

يجول الكثيرون من الاطباء الجدد، وربما يتجاهلون موضوعاً في غاية الاهمية وهو طريقة التعامل الأنسب مع اساتذتهم وزملائهم الاقدم منهم، ومن الأهمية بمكان أن أكتب عن هذا الموضوع خاصة بعدما ازدادت الاشكالات التي يقع فيها العديد من



الاطباء حديثي التخرج.

فمن المعروف أن هناك قواعد تتضمن اصول التعامل مع الآخرين خاصة اثناء العمل مهمتها تنظيم شكل ونوع العلاقات مع الزملاء بل أن التعامل مع الآخرين صار فناً وعلماً يتم تقييم الناس من خلاله، ومن المؤسف أن هناك فئة من الناس تتنكر للمعروف، بل وتجدد أهلهم، وبعض الزملاء يبلغ به الجحود مبلغاً برد المعروف بالإساءة، والبعض يبقى على تواصل من أجل المصالح فقط ولما تنتهي المصلحة لا تسمع له بعدها همساً ولا ترى له أثراً !!

الطبيب ابقراط مع طلبته

وان من اسوء الصفات في طباع البشر هو التنكر لمعلمك واستاذك صاحب الفضل فيما وصلت اليه من علم، فأن عجزت عن الشكر فعلى الأقل وبالحد الأدنى أن تظهر له الاحترام المطلوب، وقد نصت كل الشرائع والقوانين منذ أقدم الأزمان على ضرورة احترام زملاء المهنة لبعضهم البعض والتعامل المحترم وحسب الأسبقية، وبحسب الدكتور راجي التكريتي في كتابه «السلوك المهني للأطباء» فإن قسم (ابقراط) المشهور وهو الطبيب الملقب بأبو الطب وأعظم أطباء عصره، أوجب على كل طبيب شاب أن يحسن الى زميله ومعلمه

الأكبر سناً والاقدم خبرة، واعتباره قيمة عليا بمثابة الأب بل حتى أوصى أن يقاسمه المال، وهي كما وردت في القسم (أن أعز من علمي هذا الفن كمعزتي لوالدي، وأشركه معاشي، وإن احتاج فأقاسمه مالي واعتبر ذريته كإخوتي)، ومن هنا صار لازماً على كل طبيب حديث التخرج في كل دول بقاع العالم أن يضع نصب عينيه احترام أساتذته وزملائه الاقدم منه وان يقسم على ذلك قبل ممارسته المهنة مثلما يقسم على تقديم افضل الخدمات الطبية لمرضاه.

وعلى الطبيب بصورة عامة ان يتمتع بمجموعة من المواصفات والقيم الشخصية والمهنية اولها الصدق والامانة والنزاهة والشجاعة وروح العمل الجماعي وغيرها من القيم النبيلة. على شبابنا من الاطباء وضع الاخلاق الطبية نصب اعينهم لأنها تعبر اولاً عن احترامهم لأنفسهم قبل أن تكون احتراماً لمن علموهم اصول مهنة الطب، فما أجمل الوفاء بين الناس لاسيما لمن أسدى إلينا معروفاً. وهل جزاء الإحسان إلا الإحسان؟



الاستاذ الدكتور زياد حماد عبد مع طلبته في غرفة العمليات

احذر طعاماً قبل هضم طعام آخر وحافظ على نظافته ولا تسرف لأن ذلك من الإيمان.. ابن القيم الجوزية

قصيدة للدكتور خالد مسير ... من تواضع لله رفعة

الاستاذ المساعد الدكتور خاد مسير / كلية الطب جامعة الانبار

إذا كان الله قد ميزنا بشئ كأطباء فقد ميزنا بأشياء نفتقدها وصعبة المنال فلقد اودع في كل مخلوق سره " فرب اشعث أغبر لو أقسم على الله لأبره " فالكبرياء رداء الله فلا ننازع الله رداءه ، فهذه دعوة لي أولاً ولك ثانياً الى رفعة التواضع:

إخفُ جناحك إن أردت معاليها
إن قلت طي لي أخاف به الردى
كم ظن قبلك ما ظننت بطبهم
جهلوا بأيام فظنوا نوزها
في الليل كم أمسى الأحبة ماذروا
ذهبت جميعاً كالشراب فعائلهم
خطف المنون لوى أحمد صاجبي(1)
عجباً له ذاك الرضا أم رأى
لكنه أعمى وضل طريقه
كيفية تشكو أرى سقاعة
إني لأؤمن بالقضاء فرتنا
هذا نداءً فالحياة قاتر
هلاً رسمت على الشغاف فعالم
وتبسع المعروف في وجه الذي
فحسى قبولاً والمعارف تجرها
أنعم وأكرم في الجنان فخلداً

واعلم مآلك ما بقيت لفانيها
أرداك طبعك ما جتهدت تدويها
ما زاد طب في الزمان ثوانيها
أبدأ يدوم وما يلدن لياليها
غالي يفارق في الصباح غواليها
فالموت داهمهم وهذ قبانيها
كفاً يكف قارئهم متساميها
تلك الأناقة فأنحنى فتواريا
فأصاب قلباً للقلوب فداويا
والجبة البيضاء جئن بواكيا
قهر العباد كرامهم وقواليها
إن شئت فاسمع يا أخي ندائها
بيضاء تبقى إن أردت بواقيا
يأتيك واكسب في ثناء قداليا
ماكنت في الدنيا وعيشك هانيا
إن تلق ربك في القيامة راضيا



نافذة إيمانية ... (أغمض عينيك لحظة)



وأنت مغمض العينين حاول أن تتفكر... وتتصور وظيفة جهاز الإبصار أو الرؤية عندك وعند إخوانك من بني الإنسان... بل حتى عند الحيوان ! . فالعين، هذه الكرة الصغيرة هي النافذة الوحيدة التي نطل من خلالها على عالم الأشياء، ولولاها لما قَدَّر لنا أن نرى صور الأشياء المحيطة بنا . نعم إنها النافذة الوحيدة ؛ وإن كانت صغيرة ، لكن صغرها لم يحل بينها وبين رؤية الأشياء كلها؛ صغرها وكبيرها ، فمن خلالها نرى الخلية وتراكيبها وعضياتها المجهرية الدقيقة، ثم لا نلبث إلا قليلاً حتى ترسم لنا مشهداً رائعاً فسيحاً ونحن نجول بأنظارنا بين النجوم والكواكب السحيقة في عالم المجرات الشاسع البعيد .

فهذا العضو الصغير نسبياً -على الرغم من صغره- فإن له قدرة عجيبة في رسم صورة ذات مساحة ثابتة على (الشبكة) ومن دون أن تفقد هذه الصورة خصائصها وألوانها وشكلها وحجمها وكذلك يُعدها عن العين. نعم ... فالعين هي وسيلة الاتصال الوحيدة التي تربطنا بصور الأشياء في هذا العالم الذي حولنا ، ولولاها لما استطاع أي منا أن يرسم صورة صحيحة لأي شيء من الأشياء المحيطة بنا، ولفقدت الأشياء صفة الجمال ولمساته اللطيفة وآثاره الطيبة على النفوس والقلوب. والعين تلتقط كل يوم آلاف الصور الجديدة لأشياء مختلفة، صور للأشياء، وصور للأحداث زماناً ومكاناً على الدوام ودون توقف، بحيث يعجز الواحد منا أن يحصي عدد الصور التي تلتقطها عيناه خلال سنة بل حتى خلال شهر أو أسبوع، فكيف بصور العمر كله !! هذا، مع القدرة على تخزين هذه الصور في الذاكرة، وحفظ نسخ منها بحيث نستطيع تذكرها حين نراها مرة أخرى ولو بعد حين.

ولو أردنا أن نتصور جهازاً اصطناعياً يمكنه إنجاز كل هذه الأعمال ولو لفترة قصيرة محدودة، فإننا نحتاج إلى ملايين الأجهزة الإلكترونية، والتي قد لا يكفيها جزءاً كبيراً من مساحة كرتنا الأرضية لكي تؤدي بعضاً من الوظائف الأساسية للعين وتوابعها، هذا إذا تمكن الإنسان أن يصنع أجهزة تقوم بإنجاز وظيفة العين لأن مجرد تصور ذلك هو ضرب من الخيال حالياً !!!

فأي حكمة؟ وأي علم؟ وأي عظمة جعلت هاتين الكرتين الصغيرتين تعملان بهذه الصورة العجيبة المدهشة؟ أهى الطبيعة الصماء؟ ... وثن القرن العشرين، أم هي الصدفة العمياء؟ ... ملاذ المنكرين والمعاندين ، أم أنه صنع الله العليم الخبير؟ الذي أحسن كل شيء خلقه (الله خالق كل شيء وهو على كل شيء وكيل) [الزمر: 26] .

وقد أشار الله سبحانه وتعالى إلى هذا العضو العجيب في أكثر من آية وفي أكثر موضع في كتابه الكريم،

يقول سبحانه وتعالى: (أَلَمْ نَجْعَلْ لَهُ عَيْنَيْنِ) [البعد : 8] ، ويقول أيضاً: (وَجَعَلْ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ) [النحل : 87] .

فالله سبحانه يخاطب بني الإنسان؛ لافتاً الأنظار وداعياً العقول إلى تدبر الآيات وعجائب الصنع التي تحتويها أنسجة العين وتراكيبها، والتي هي آيات وأدلة وبراهين تثبت وجود الخالق سبحانه، وتشير إلى وحدانيته، وثريتنا بوضوح آثار قدرته وعلمه وخبرته وحكمته المطلقة، شأنها شأن جميع أعضاء جسم الإنسان الأخرى، بل وجميع المخلوقات التي تحمل دلائل وشواهد القدرة الإلهية المطلقة.

ولهذا طالما دعانا سبحانه وتعالى في عدد كبير من آيات القرآن الكريم الى التفكير في عجائب صنعه في خلق الإنسان أو الأنعام أو الأرض أو الكون أو السموات ثم يعقبها سبحانه بذكر: (إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ) [الروم : 12]، يكررها ويؤكددها -سبحانه- مرات ومرات (آيات .. آيات .. آيات..)، وهذه الآيات إنما هي لأصحاب العقول الواعية المتدبرة الذاكرة، والتي تبحث عن الحقيقة: (إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ)*الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَاماً وَقُعُوداً وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلاً شُبْهَاتِكَ فَفَئِنَّا غَدَابُ النَّارِ [آل عمران: 091- 191]



د. يونس إسماعيل الفهداوي

أخصائي طب وجراحة العيون / أخصائي طب وجراحة العيون

كل طعاماً حقيقياً قدر الإمكان، ولا تأكل أي شيء مصنوع في مصنع. مايكل بولان

المرض النفسي ينتشر كالنار في الهشيم !!!؟

يعاني العالم اليوم من انتشار غير مسبوق في نسبة الإصابة بالأمراض النفسية إذ يصاب ملايين الناس سنوياً وفي جميع الأعمار، وفي مجتمعاتنا العربية لا يزال الناس ينظرون إلى المريض النفسي نظرة ريبة مما يتسبب

في عزوف المريض النفسي في مراجعة الطبيب وبالتالي تفاقم الحالة وتعقيدها، وقد أكد حوالي نصف الشباب في الوطن العربي أن اللجوء إلى العلاج النفسي يُنظر إليه نظرة سلبية في بلادهم وهي حقيقة من أخطر المشاكل الصحية التي يعاني منها قطاع الصحة النفسية الذي يبقى أقل المجالات التي تلقى اهتماماً في المجال الطبي، وفي أغلب الدول العربية !!.

وكما نعلم فإن المرض النفسي يشمل مجموعة من الاضطرابات مثل القلق، و الاكتئاب، والهوس، والأوهام، واضطراب ثنائي القطبية، وانفصام الشخصية وكلها تنعكس سلباً في سلوك المريض النفسي وقدرته في أداء مهامه المختلفة.

وبحسب منظمة الصحة العالمية، يعاني واحد من كل ثمانية

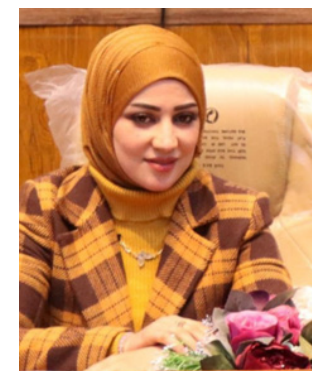
أشخاص من اضطراب نفسي، وقد نصاب بالصدمة إذا ما علمنا أن متوسط عدد المصابين بالأمراض النفسية يبلغ 92% في الدول العربية، والاسباب معروفة منها عوامل وراثية، وعائلية، واجتماعية، واقتصادية، وسياسية، ناهيك عن الكبت وسياسة تكميم الافواه وتعاطي المخدرات، اضافة الى مشاهد الإبادة الجماعية التي يشنها الصهاينة ضد الشعوب العربية وخاصة الشعب الفلسطيني في الاراضي العربية المحتلة، وما نتج عنها من تراكم مشاعر الغضب والظلم، كلها أدت الى خلق بيئة حاضنة لانتشار الاضطرابات النفسية.

وفي بلد مثل العراق يبلغ تعداد سكانه قرابة ال (44) مليون فإن عدد الاطباء النفسيين لا يتجاوز (002) طبيب وهو رقم متواضع جداً، اضافة الى ضعف التخصيصات المالية الخاصة بهذا القطاع، مع افتقار البلد الذي عاني سكانه من حروب طاحنة وظروف قاسية الى العدد الكافي من المستشفيات المتخصصة، وهو ما دفع وزارة الصحة الى التخطيط لإنشاء عشر مستشفيات تعنى بالأمراض النفسية، وبحسب الكثافة السكانية فإن العراق يحتاج فعلياً الى (0061) طبيباً نفسياً والى (0021) ممرض، مع (055) باحثاً نفسياً.

واذا ما أردنا تدارك المشكلة في العراق فإن الأمر يتطلب فعلاً وقفه حازمة وحلولة حقيقية من قبل كل من الدولة والمجتمع تتضمن توعية الناس من خلال مختلف وسائل الاعلام المرئية والمسموعة لإقناع المرضى بضرورة المراجعة الدورية للطبيب النفسي وأن ذلك ليس عاراً أو سبة أو عيباً، كما اننا بحاجة الى تطوير السياسات والاستراتيجيات الخاصة بتحسين واقع خدمات الصحة النفسية بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية.

الكاتبة ندى عبد القادر الهاشمي

جامعة الانبار



التهاب الاذن الوسطى عند الاطفال



هو حالة شائعة وغالباً ما يصيب الأطفال، ويعتبر من الأمراض التي تحتاج إلى اهتمام خاص حيث يمكن أن تؤثر على السمع وتسبب آلاماً شديدة.

مسبباتها

تحدث هذه الحالة غالباً نتيجةً لعدوى فيروسية أو بكتيرية ويمكن أن يحدث التهاب الأذن الوسطى بعد إصابة الأطفال بنزلات البرد أو التهاب الحلق إذ ينتقل الفيروس أو البكتيريا إلى الأذن الوسطى عبر قناة (استاكيوس).

الأعراض

يمكن ان يسبب التهاب الاذن الوسطى عدة اعرض تظهر على الطفل المصاب منها:

ألم في الأذن والذي يعتبر من أكثر الأعراض شيوعاً، وقد يعبر الطفل عن انزعاجه بالبكاء، أو محاولة الطفل المستمرة مسك أذنه، كما يعاني الطفل من الحمى اذ ترتفع درجة حرارة الجسم في الطفل المصاب، ويعاني صعوبة في النوم بسبب الألم، ومن الاعراض المهمة قد يصاب الطفل بفقدان السمع، فيلاحظ على الطفل المصاب أنه لا يستجيب كعادته للأصوات، مع خروج سائل قيحي من الأذن في بعض الحالات.

التشخيص

يتم تشخيص التهاب الأذن الوسطى عادةً من قبل طبيب الأطفال او طبيب الانف والاذن والحنجرة بفحص الأذن باستخدام أداة تسمى (الأوتوسكوب)، وقد يتطلب التشخيص اجراء اختبارات إضافية إذا لزم الأمر.

العلاج

يعتمد العلاج على شدة الحالة وأسباب العدوى ويمكن أن تشمل خيارات العلاج:

- * المسكنات: تخفيف الألم باستخدام مسكنات مثل (الإيبوبروفين).
- * المضادات الحيوية: في حالة العدوى البكتيرية، قد يصف الطبيب مضاداً حيوياً.
- الرعاية المنزلية: مثل تطبيق الكمادات الدافئة على الأذن لتخفيف الألم.

الوقاية

يمكن تقليل خطر التهاب الأذن الوسطى من خلال:

- * تطعيم الأطفال: ضد الأمراض التي يمكن أن تتسبب في التهابات الأذن.
- * تجنب التدخين السلبي: فقد يزيد من خطر التهابات الأذن.
- * الحفاظ على النظافة الشخصية: وتعليم الأطفال غسل اليدين بشكل منتظم.

أ.م د عمر مالك برجس

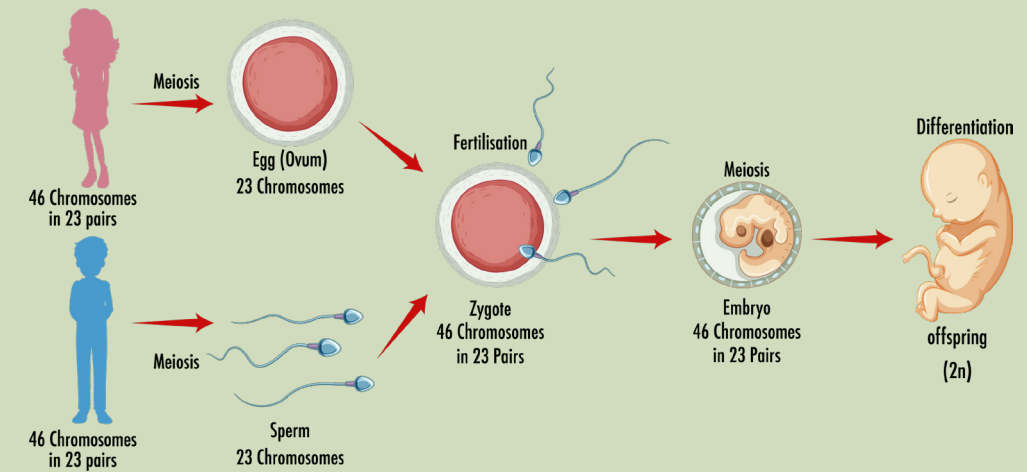
طبيب اختصاص انف واذن وحنجرة



علم الأجنة وذكره في القرآن الكريم

الدكتور مهند سهيل نجم / فرع التشريح

علم الأجنة هو العلم الذي يدرس تطور الجنين في مراحل حياته المختلفة من التخصيب حتى الولادة، ومن المثير للاهتمام أن القرآن الكريم قد تحدث عن مراحل تطور الجنين بشكل يتماشى مع ما اكتشفه العلم الحديث، مما يعكس معجزات علمية مذهلة في النصوص القرآنية، وتعد مراحل النطفة والعلقه والمضغة من المراحل المبكرة في تطور الجنين، والتي تحمل أهمية كبيرة في فهم كيفية تكوّن الكائن الحي.



فتعد مرحلة النطفة هي المرحلة الأولى في تطور الجنين، حيث يتم خلالها تخصيب البويضة بواسطة الحيوان المنوي، وفي هذه المرحلة، يتكون الجنين من خلية واحدة ، والتي تحتوي على كامل المادة الوراثية من الأب والأم، وبعد التخصيب، تبدأ هذه الخلية في الانقسام بشكل سريع مكونة كتلة من الخلايا التي تتحرك الى الرحم، حيث تلتصق بجدار الرحم وتبدأ في النمو بشكل أكبر التي ستتطور لاحقاً إلى جنين.

بينما تعد مرحلة العلقه هي المرحلة الثانية في تطور الجنين. وفي هذه المرحلة، تتشكل الخلايا لتكون كتلة مكونة من خلايا متلاصقة تسمى "العلقه" هذه الكتلة تشبه في شكلها قطعة من اللحم الرخو الملتصق بالجدار الداخلي للرحم، وفي هذه المرحلة تبدأ المشيمة بالتشكل وهي المسؤولة عن تغذية الجنين، ويتكون الجنين في الاسبوع الثاني من التطور من طبقتين من الخلايا الجنينية ثم تتطور في الاسبوع الثالث الى ثلاث طبقات من الخلايا الجنينية والتي بدورها تكون الطبقات الاولى لتكوين الأنسجة الأساسية للجسم .

وفي مرحلة المضغة يبدأ الجنين يتكون بشكل واضح يشبه الكائن الحي، ولكن لا يزال في حالة غير مكتملة، ويظهر في هذه المرحلة شكل الأجزاء الأساسية للأعضاء مثل القلب، والدماغ، والأطراف وتتشكل في هذه المرحلة الأنسجة التي ستتحول لاحقاً إلى العظام والعضلات ، وتبدأ الأوعية الدموية في التكوين، كما يبدأ النظام العصبي في التكون بشكل متسارع، وتعد هذه المرحلة مهمة جداً، حيث تبدأ ملامح الجنين تتشكل بشكل ملموس، وتبدأ الأعضاء في التكوين بشكل أكثر تنظيماً.

ولو تفكرنا في الحقائق التي اكتشفت من خلال علم الأجنة لوجدناها ترتبط ارتباطا وثيقا بآيات القرآن الحكيم والتي ورد فيها مراحل خلق الإنسان، وخير مثال ما جاء في سورة المؤمنون، (ثم جعلناه نطفة في قرار مكين ثم خلقنا النطفة علقه فخلقنا العلقه مضغة فخلقنا المضغة عظاما فكسونا العظام لحما ثم أنشأناه خلقا آخر فتبارك الله أحسن الخالقين)، وتتفق هذه الآيات بالضبط مع ما اكتشفه العلماء حديثا حول مراحل التطور الجنيني.

وفي الختام تعد مراحل النطفة والعلقه والمضغة من أهم المراحل في حياة الجنين، وتساعد الدراسات العلمية على فهم كيفية تطور الكائنات الحية، كما أنها تشكل رابطاً مهماً بين العلم والدين، حيث يمكننا القول إن علم الأجنة وذكره في القرآن الكريم يمثل أحد أوجه الإعجاز العلمي التي يتضمنها الكتاب الكريم.

وإذا كانت السعادة هي الغاية التي يريدها كل إنسان .. فإن أحداً لا يعرف - بالضبط - ما تعنيه كلمة السعادة .. إنها مثل الصحة نحسها ولا نعرف ما هي، إنها مثل الكهرباء نعرفها ولا نراها، فالسعادة ليست برتقاله نقطفها ونقشرها ونأكلها بعد ذلك .. إنها مجموعة أشياء معاً. - أنيس منصور

ابن النفيس و وليم هارفي .. رحلتان علميتان في اكتشاف الدورة الدموية

الإعلامي عامر ابراهيم



يعتبر اكتشاف الدورة الدموية واحدًا من أعظم الإنجازات العلمية في تاريخ الطب، وهو الذي غير فهمنا لعمل الجسم البشري. ومع ذلك، فإن هذا الاكتشاف لم يكن نتيجة عمل عالم واحد فقط، بل كان ثمرة جهود علماء عبر العصور. من بين هؤلاء العلماء، يبرز اسمان بارزان: *ابن النفيس، الطبيب المسلم الذي عاش في القرن الثالث عشر، وويليام هارفي*، العالم الإنجليزي الذي عاش في القرن السابع عشر. رغم الفرق الزمني الكبير بينهما، إلا أن كلا العالمين ساهما بشكل أساسي في تطور مفهوم الدورة الدموية.

ابن النفيس (3121-8821م) الذي يعد أول عالم وصف الدورة الرئوية، هو طبيب وعالم إسلامي عاش في مصر وسوريا خلال فترة حكم الدولة الأيوبية والمملوكية. كان أحد أبرز الأطباء المسلمين في العصر الوسيط، وله العديد من المؤلفات الطبية التي غطت مجالات مثل التشريح، الطب، والصيدلة. قدم ابن النفيس في كتابه (شرح قانون ابن سينا)، وصفًا دقيقًا للدورة الرئوية، وهي الجزء الذي يوضح كيف ينتقل الدم من البطين الأيمن للقلب إلى الرئتين عبر الشريان الرئوي، حيث يتم تنقيته وإضافة الأكسجين إليه، ثم يعود إلى البطين الأيسر عبر الوريد الرئوي.

كان هذا الاكتشاف تحديًا مباشرًا لنظريات *غالينوس*، العالم الرومي الذي اعتقد أن الدم يمكن أن يتدفق مباشرة عبر الحاجز بين البطينين دون المرور بالرئتين، لكن ابن النفيس نفى هذه النظرية وأثبت أن الدم لا يمكن أن يعبر الحاجز بين البطينين، مما يجعل مروره عبر الرئتين ضروريًا.

أما وليم هارفي (751-826)، المكتشف الشامل للدورة الدموية، فهو طبيب إنجليزي الطبيب الشخصي للملك تشارلز الأول، و يعتبر أحد رواد الطب الحديث، وفي كتابه الشهير (عن حركة القلب والدم) في عام 826، قدم هارفي وصفًا شاملًا للدورة الدموية بأكملها، بما في ذلك الدورتين الصغرى والكبرى:

- *الدورة الصغرى*: هي نفس الدورة الرئوية التي وصفها ابن النفيس، حيث ينتقل الدم من القلب إلى الرئتين والعكس.

- *الدورة الكبرى*: وصف هارفي كيف يضخ القلب الدم عبر الشرايين إلى جميع أنحاء الجسم، ثم يعود الدم عبر الأوردة إلى القلب، بالإضافة إلى ذلك، أثبت هارفي أن الدم لا يُنتج باستمرار في الكبد كما زعم غالينوس، بل يدور في دائرة مغلقة.

عاش ابن النفيس قبل هارفي بأكثر من 500 عام، لكن اكتشافاته لم تلقَ الانتشار العالمي بسبب انقطاع التواصل العلمي بين العالم الإسلامي وأوروبا.

يمكن القول إن ابن النفيس وويليام هارفي قدما مساهمات لا تقدر بثمن في فهم الدورة الدموية. لكل منهما دوره الخاص في التاريخ العلمي، ويبقى لهما مكانة مرموقة في تطوير الطب الحديث. هذه القصة توضح كيف أن العلم ليس مجرد اكتشاف فردي، بل هو عملية مستمرة تعتمد على الجهود المتراكمة عبر العصور.

قيل لأحد العرب: مالك لا تمرض؟ فقال: لأنني لا أجمع بين طعامين رديئين أبدًا، ولم أدخل طعاماً على طعام آخر، ولم أحبس في معدتي طعاماً تأذيت منه.

مستقبل الذكاء الاصطناعي في الطب

أخرج الطبيب من حقيته جهازًا يشبه الكمبيوتر المحمول، وأخرج منه ما يشبه المسبار وثبته على ذراع المريض، ومن خلال هذا الجهاز انتقلت (روبوتات) ذكية ومتناهية الصغر إلى أوردة المريض لتنتقل تفاصيل دقيقة إلى برنامج الذكاء الاصطناعي حول الأزمة القلبية التي يعاني منها المريض، بعدها طلبت هذه الروبوتات الإذن باستخدام "أسلحتها" لتحطيم الخثرة الرئوية وترميم الضرر الحاصل في الشرايين التاجية لقلب المريض، مقدّرة أن الأمر سيستغرق خمس دقائق، مع إبقاء بعض الروبوتات للوقاية مستقبلًا !!.

عزيزي القارئ : قد يبدو الحديث أعلاه ضربًا من الجنون؛ لكنك الآن تقرأ هذا عبر جوالك أو جهاز الكمبيوتر المحمول الخاص بك وكلاهما يتمتعان بقدرات هائلة وامكانيات حسابية مهولة، فقد تطورت مع الزمن، ولعلك لا تعلم ان أول كمبيوتر صنعه الانسان قبل ثمانين عامًا بالضبط، كان يحتوي أجزاءً ضئيلة من قدرات الاجهزة الرقمية الحالية، وكان يزن ثلاثين طنًا أي يحتاج الى غرفة أو بناية تحويه !!.

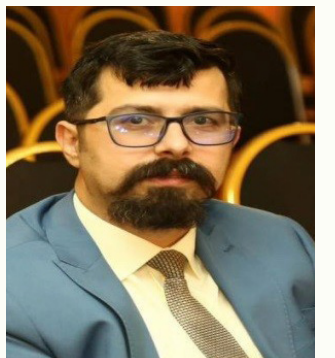
نحن الآن على أعتاب ثورة تكنولوجية ستغير في غضون عقود أو ربما سنوات قليلة، الممارسات التي اعتدنا عليها في كافة الأصعدة والمجالات، ومنها الطب، اذ يعكف الباحثون وشركات التكنولوجيا منذ بضعة أعوام على تدريب أنظمة الذكاء الاصطناعي لتكون قادرة على قراءة الفحوصات الطبية والعلامات السريرية وربطها بالمعلومات التي تملكها، وبالطبع فإن الهدف منها هو أن تصبح قادرة على اتخاذ قرارات دقيقة في التشخيص والعلاج.

ومن أبرز الأمثلة على ذلك شركة "غوغل" وبرامجها المتقدمة التي تُستخدم لقراءة صور الأشعة السينية وتشخيص الأمراض الجلدية وأمراض العيون، وهذه البرامج لا تزال قيد التطوير والتجارب السريرية، ولكنها تُظهر إمكانيات واعدة، هناك أيضًا العديد من البرامج والشركات الأخرى حول العالم التي تسعى لتحقيق تقدم مماثل.

وفي ظل هذا التقدم السريع، يبدو أن المستقبل يحمل الكثير من الإمكانيات التي قد تغير الطريقة التي نفهم بها الطب ونمارسه، ومع ذلك، يبقى السؤال: كيف سنوازن بين هذه التطورات التقنية والاعتبارات الأخلاقية والإنسانية؟

الدكتور الاختصاص احمد الفهد

طبيب باطنية وقلبية



'في لحظة واحدة قد يتغير كل شيء'

الطالبة نور عماد فياض / المرحلة الخامسة / كلية طب الفلوجة

هذه العبارة قالها لنا أخصائي امراض الأعصاب بعد أن دخل شاب في نهاية العشرينات أو بداية الثلاثينات على الكرسي المتحرك، وفي الوهلة الأولى، اعتقدت أن هذا الشاب مصاب بكسر في قدمه وأنه أخطأ بين استشارية أمراض الأعصاب والكسور، فقد كان يتمتع بحضور مميز، وجهه مشرق وكان مهتمًا بأناقته كثيرًا. ولم يخطر لي أن هذه الصورة ستتشوه، وأن الأقدار وضعته في مواجهة اختبارات قاسية جعلته عاجزًا عن الحركة إلى الأبد، فهو المريض الأكثر شهرة بطل الفيلم السينمائي "ويل تريتر" من فيلم UOY EROFEB EM.



ومن المفارقة المؤلمة أن السبب لم يكن حادثًا كبيرًا أو مرضًا معقدًا، بل مجرد بكتيريا تافهة انتقلت إليه من أدوات حلاقة ملوثة أحدثت جرحًا في وجهه فانتقلت إليه البكتيريا عبر مجرى الدم فحدث ما يُعرف بالتهاب الفقرات والأقراص 'SITICSIDOLYDNOPS' وهذا المرض يحدث عندما تصل البكتيريا إلى العمود الفقري إما عن طريق مجرى الدم أو بسبب إصابة مباشرة بعد جراحة أو إصابة جسدية.

تبدأ الأعراض بألم شديد في موقع الإصابة بالعمود الفقري، وغالبًا ما يكون الألم

مستمرًا ويزداد مع الحركة، ولا يخف بأخذ المسكنات، يصاحب ذلك ارتفاع في درجة حرارة الجسم وتشنجات وآلام في العضلات، وبعد مرور فترة زمنية تتكون خراجات (تجمعات صديدية) في المنطقة فوق الجافية 'IPE-LARUD'، مما يزيد من الضغط على الحبل الشوكي والأعصاب فتسبب تلقًا فيها مما يتسبب بشلل نصفي أو كلي وفقدان الإحساس بمجرد ظهور أعراض عصبية مثل ضعف الحركة أو فقدان الإحساس، ويصبح الوضع طارئًا إذا لم يتم التدخل الجراحي خلال 27 ساعة، فإن المريض يصاب بالشلل لما تبقى من حياته وهذا ما حدث مع مريضنا، حيث أُجريت له عملية جراحية تمكن الأطباء خلالها من إنقاذ حركة بسيطة في إصبع الإبهام . وتكمن خطورة هذه العدوى تكمن في أن الأعراض غالبًا ما تكون غير واضحة في المراحل المبكرة، مما يؤدي إلى تأخير التشخيص والعلاج.

ولا أعرف كم من المرضى سيؤثرون فيّ في المستقبل، لكن هذا المشهد سيظل الأكثر حضورًا في ذاكرتي من المرحلة الخامسة فلا يغيب عني ذلك المريض حينما قال : "دكتور، كافي اريد أمشي". فعلاً، كانت "لحظة واحدة غيرت كل شيء". والله الحمد، دوماً على جسد معافي.



داء حبة بغداد

م.م. تحفة توفيق إبراهيم / طب الانبار فرع الأحياء المجهرية



يتسبب داء حبة بغداد في الإصابة بقرح جلدية تُعرف بـ "حبة بغداد"، وهو ناتج عن الإصابة بطفيلي الليشمانيا AMHSIEL-AIN الذي ينتقل إلى الإنسان عبر لدغات ذبابة الرمل المصابة. هذا المرض يعد من الأمراض الطفيلية المعدية التي تنتشر بشكل واسع في العراق، بما في ذلك محافظة الأنبار.

كيفية انتشار داء حبة بغداد في الأنبار:

1. البيئة المناسبة:
 - ذباب الرمل هو الناقل الرئيسي لهذا الطفيلي. إذ يعيش ذباب الرمل في المناطق ذات المناخ الحار والجاف، مما يجعل مناطق مثل الأنبار عرضة للانتشار بسبب الظروف البيئية المناسبة.
 - المناطق الصحراوية مثل التي في الأنبار، حيث توجد تجمعات حيوانية وزراعية، تعد ملائمة لتكاثر ذباب الرمل.
2. الظروف الصحية:
 - مناطق مثل الأنبار التي تعرضت للزواجر والنزوح يمكن أن تكون أكثر عرضة لانتشار المرض بسبب الظروف البيئية السيئة، مثل عدم توفر مياه شرب نظيفة أو الافتقار إلى شبكات الصرف الصحي.
 - قلة الوعي الصحي قد تؤدي إلى تجاهل إجراءات الوقاية من لدغات ذباب الرمل، مما يزيد من مخاطر الإصابة.

أعراض داء حبة بغداد:

غالبًا ما تعتمد أعراض مرض حبة بغداد الجلدي على مكان ظهور الإصابة، لكن تبقى الأعراض الآتية هي الأبرز: صعوبة التنفس، التآم تقرحات الجلد ببطء شديد، انسداد الأنف وسيلان الأنف، نزيف الأنف، صعوبة البلع، تقرحات في الفم، واللسان، واللثة، والشفيتين، وداخل الأنف، حمى لمدة أسبوعين إلى شهرين، فقدان الشهية، التعب والضعف العام، التعرق الليلي، فقدان الوزن.

أما أعراض حبة بغداد عن الأطفال فغالبًا تتمثل في الآتي: سعال، إسهال، حمى، تقيؤ.

التشخيص

- التشخيص يتم من خلال أخذ عينات من الجلد المصاب وفحصها تحت المجهر أو من خلال زراعته في أوساط زرعية بإشراف مختصين.

• العلاج:

من أولويات التعامل مع مرض حبة بغداد هو علاج سوء التغذية، والأمراض المتزامنة معه مثل عدوى فيروس نقص المناعة البشرية (VIH)، والسل، أو عدوى البكتيرية الثانوية. كما تشمل العلاجات لبعض أشكال مرض حبة بغداد الجلدي ما يأتي:

العلاج بالتبريد (YPAREHTOYRC).

العلاج بحقن الصوديوم ستيوغلوكونات (ETANOCULGOBITS MUIDOS).

المعالجة الحرارية (YPAREHT TAEH LACOL) بدرجة حرارة مقدارها 04-24 درجة مئوية.

العلاج بمستحضرات الباروموميسين (NICYMOMORAP) الموضعية، والتي عادةً تحتوي على نسبة 01% - 51% من اليوريا.

العلاج بالمضادات الحيوية لعلاج التهابات الجروح البكتيرية المتفاقمة.

كما لا بد من استشارة أخصائي الأمراض المعدية أو طبيب الأمراض الجلدية للتشخيص والعلاج النهائي.

الوقاية:

- توفير أساليب حماية من لدغات ذباب الرمل باستخدام المبيدات الحشرية أو الأدوية الطاردة.
- ارتداء ملابس طويلة الأكمام واستخدام شبكات حماية ضد الحشرات.
- تحسين الظروف الصحية في المناطق الموبوءة.
- إن الوقاية من داء الليشمانيات ومكافحة انتشاره أمر معقد ويتطلب توافر العديد من الأدوات. وتشمل

الاستراتيجيات الرئيسية ما يلي:

- الكشف المبكر والتدبير العلاجي الفعال والفوري للحالات يحدان من انتشار المرض ويقيان من حالات العجز والوفاة. ويساعد ذلك على الحد من انتقال العدوى ورصد انتشار المرض. وتوجد أدوية فعالة جداً ومأمونة مضادة لداء الليشمانيات وخصوصاً داء الليشمانيات الجلدي، رغم أنها قد تكون صعبة الاستخدام.
- مكافحة النواقل تساعد على الحد من انتقال هذا المرض أو إيقافه عن طريق تقليل عدد ذباب الرمل. وتتضمن أساليب مكافحة رش مبيدات الحشرات، واستخدام الناموسيات المعالجة بمبيدات الحشرات، والإدارة البيئية والحماية الشخصية. وضع طارد للحشرات واتباع التعليمات الموجودة على ملصق طارد الحشرات، ومن أكثر المواد ذات الفعالية هي التي تحتوي على مادة ديت (TEED) الكيميائية أو ما تُسمى كيميائياً ثنائي أثيل تولواميد (EDIMAULOT ATEM LYHTEID-N,N).
- البقاء في مناطق مكيفة الهواء.
- رش مناطق المعيشة بمبيد حشري لقتل الحشرات.
- الرصد الفعال للمرض ضروري لاتخاذ الإجراءات خلال فترات الأوبئة والحالات التي تكون فيها معدلات وفيات وكذلك في الحالات التي تخضع للعلاج بأعداد مرتفعة.
- مكافحة المناطق التي تتواجد فيها الحيوانات لكونه أمر معقد وينبغي تكييفه حسب الوضع المحلي.

التوحد في الاطفال

لارا محمود مصطفى / كلية الطب / جامعة الأنبار/ المرحلة الخامسة

في عام 1943، نشر الطبيب النفسي (ليو كانر) تقريره الطبي " اضطرابات التوحد في التواصل العاطفي " الذي أجراه حول أحد عشر طفلاً يقبعون في عيادته -بجامعة هارفارد- بسبب أعراض سلوكية غير مألوفة لم يسمع

بها ولم يقابلها في أي من الأبحاث النفسية من قبل، وتوصل إلى تشخيص هذه الأعراض باسم مستحدث في عالم الطب النفسي. "التوحد" أو (MSITUA) وهو مصطلح مشتق من الكلمة اليونانية "SOTUA" التي تعني "الذات"، كان قد سكه الدكتور (كانر) تعبيراً عما يعانيه هؤلاء الصغار من أنماط سلوكية غريبة والذي يعرف الآن باسم "اضطراب طيف التوحد"

ومن هنا بدأ تصنيف الحالة والاصطلاح عليها عند الأخصائيين بهذا الاسم الذي تكرر سماعه بعدها كثيراً



، حيث شهدت حالات التوحد زيادة ملحوظة في السنوات الأخيرة.

تشمل أعراض التوحد مجموعة من السلوكيات والتحديات الاجتماعية، ويمكن أن تختلف من طفل لآخر لكن أبرزها :

عدم استجابة الطفل عند مناداته واللعب بمفرده دوماً والحركة المفرطة أو الخمول ، إلى جانب عدم إدراك الخطر وعدم التواصل البصري ونوبات من البكاء أو الضحك المفاجئ وصعوبة في التواصل الاجتماعي مثل عدم الابتسام وصعوبة في فهم الاشارات غير اللفظية مثل تعبيرات الوجه او لغة الجسد، وتكرار حركات معينة مثل التأرجح او الدوران، واهتمام مفرط بأشياء محددة، وصعوبة في تكوين صداقات او التفاعل مع الاطفال الآخرين.

و يعتبر التوحد من الحالات المعقدة التي لا تزال قيد البحث والدراسة، وتشير بعض الأبحاث إلى أن هناك مجموعة من العوامل الوراثية والبيئية التي قد تلعب دوراً في زيادة خطر الإصابة، ومن بين هذه العوامل، جنس المولود .

ومن جانب آخر يعزي عدد من الباحثين السبب إلى الاضطرابات العصبية الناتجة عن خلل في التفاعلات الحيوية في المخ، بينما يرجح باحثون آخرون الأسباب إلى عوامل بيئية ، فالأطفال المصابون بالتوحد غالباً ما تكون بيئاتهم اقل تفاعلية، وهو ما تدعّمه الامور التي تعزل الطفل عن واقعه كشاشات التلفاز والأجهزة اللوحية خاصة في السنوات الاولى من عمر الطفل التي تشتت انتباهه.

وفي هذا السياق يُنصح بعدم قضاء أي وقت أمام الشاشات للأطفال الذين تقل أعمارهم عن 81 شهراً، كما يجب مراقبة الأطفال فوق عمر الستين فيسمح لهم بمشاهدة التلفاز ساعتين على الأكثر يومياً بالإضافة الى تعزيز الأنشطة البدنية والتفاعل الاجتماعي وتوفير بيئة غنية بالتفاعلات الحقيقية والداعمة للأطفال في هذه المرحلة الحساسة من نموهم، وذلك لتعزيز قدراتهم على التواصل مع العالم بدلاً من الاعتماد على الشاشات كوسيلة للتسلية أو التعليم.

الطب الجينومي : نظرة خاطفة لمستقبل التشخيص و العلاج

نظرة خاطفة لمستقبل التشخيص و العلاج، ففي العلم دائماً ما يطرح تساؤل (وماذا بعد) اي ما هي الخطوة القادمة؟، هل اتممنا كل شيء ؟ ،



لتأتي اجابة صادمة بأننا ابعد ما يكون عن الكمال في مجال العلوم، و الطب ليس استثناء، فماذا يعني هذا الكلام؟ ، يعني ان الطب في تطور دائم و مواكبة لمجريات العصر، و احدي طفرات الطب البارزة هو (الطب الجينومي) فماذا يعني هذا الفرع؟ و ما اساسه و ما هي معرفتنا عنه؟.

البذرة الحقيقية لهذا الفرع تمثلت بمشروع الجينوم البشري و الذي هو اختصاراً عبارة عن مشروع استمر ل 31

سنة و بتكلفة تجاوزت الاثنين مليار دولار، تم من خلاله معرفة الخريطة الجينية للإنسان، في حين اننا نجد ان هذه العملية اليوم تأخذ بضع ساعات، وتكلف مئات الدولارات، فما فائدة معرفتنا الخريطة الجينية للإنسان ؟، والجواب ان فائدتها تشخيصية وعلاجية، وفي كلا المسارين تأثيرها كبير، فمن الناحية التشخيصية ثَمَكُنَا هذه الخريطة من توقع الامراض قبل حصولها عن طريق كشف الجين المسبب للمرض اي بعد عمالك لهذا الفحص واستشارة الاخصائي في المجال ستتمكن من معرفة اصابتك بمرض سرطان الرئة بعد ثلاثين سنة بسبب وجود جين محدد هو مسؤول عن هذا المرض مثلاً، كما ان هذا الفحص يساعد في الكشف عن امراض نادرة تسببها طفرات في جينات معينة ، اما من الناحية العلاجية فهناك مسارين، الاول يعتمد على التشخيص المسبق للمرض قبل حدوثه فتكون هنا الوقاية هي الحل الافضل، و المسار الثاني هو التعديل الجيني كتقنية SAC-RPSIRC 9 و التي تعتبر ثورة في عالم العلاج و التعديل الجيني، والهدف من كلامي هذا هو وجوب التوعية في هذا المجال الذي سيكون رائداً و اساسيا في المستقبل .

الطالب مصطفى مازن

كلية الطب - جامعة الانبار

المرحلة الثانية

“المنشطات الرياضية” وهم النجاح وسراب الصحة

اصبحت ظاهرة تعاطي المنشطات الرياضية في السنوات الأخيرة موضوعًا مثيرًا للجدل، اذ يسعى العديد من الشباب والرياضيين إلى تحسين أدائهم البدني لتحقيق نتائج غير مسبوقة في وقت قصير، ومع ذلك، فإن هذا الطريق الذي يبدو مغريًا يخفي وراءه العديد من المخاطر الصحية والنفسية التي يجب على الجميع الإلمام بها لتجنب الوقوع في عواقب لا تُحمد عقباه، ومن هنا تظهر الحاجة الملحة لرفع مستوى الوعي حول مخاطر المنشطات وآثارها الجانبية.

ان استخدام المنشطات قد يمنح الرياضي شعورًا مؤقتًا بالقوة والطاقة الزائدة، لكنه يحمل في طياته آثارًا جانبية خطيرة قد تدمر صحته في المدى البعيد والتي تشمل اضطرابات هرمونية قد تؤدي إلى العقم،



ومشاكل في وظائف الأعضاء الحيوية مثل الكبد والقلب، إلى جانب تأثيرها النفسي الذي قد يؤدي إلى القلق والاكتئاب والعدوانية المفرطة، وقد يعتقد البعض أن استخدام المنشطات يمكن السيطرة عليه من خلال جرعات محددة أو استشارات مختصة، إلا أن الحقيقة تُظهر أن تأثيراتها السلبية تتراكم مع مرور الوقت، مما يجعلها تهديدًا حقيقيًا على الصحة العامة.

لكن كيف تعمل المنشطات داخل الجسم؟ والجواب ببساطة، ان المنشطات مواد كيميائية تعمل على تعزيز نمو العضلات وزيادة قوة الجسم من خلال التأثير على مستويات الهرمونات، وخاصة هرمون (التستوستيرون)

من أجل تعزيز عملية بناء البروتين في العضلات، ما يؤدي إلى نمو أسرع وأداء أعلى، ومع ذلك، هذا النشاط المكثف يؤثر سلبيًا على توازن الجسم الطبيعي، حيث يؤدي إلى اختلال وظائف الأعضاء وتلفها مع مرور الوقت، فالجسم مصمم ليعمل ضمن آلية طبيعية متوازنة، وأي تدخل خارجي يعطل هذه الآلية يمكن أن يؤدي إلى عواقب وخيمة.

ونذكر هنا القصة المأساوية للاعب كمال الأجسام النمساوي (أندرياس مونزر) التي تمثل تحذيرًا حقيقيًا لكل من يفكر في اللجوء إلى المنشطات، فهذا الرياضي كان معروفًا بجسمه المثالي والالتزامه الشديد في عالم كمال الأجسام، لكنه اعتمد بشكل مفرط على المنشطات لتحسين أدائه ومظهره العضلي، وبالرغم من تحقيقه شهرة كبيرة، إلا أن الاستخدام المفرط لهذه المواد أدى إلى أضرار جسيمة في جسده تسببت بوفاته في عام عن عمر 13 عامًا بسبب فشل متعدد في أعضائه، حيث اكتشف الأطباء أن كبده كان مدمرًا تمامًا، وأنه يعاني من نزيف داخلي حاد، وما حدث له لم يكن مجرد خسارة شخصية، بل درس قاس يوضح الثمن الباهظ الذي قد يدفعه أي شخص بسبب الاستخدام غير المسؤول لهذه المواد.

إن بناء جيل واعٍ ومسؤول يبدأ من تسليط الضوء على الحقائق وتوفير البدائل الصحية التي تساعد الرياضيين على تحسين أدائهم دون المساس بصحتهم.

الطالب زياد طارق

كلية الطب - جامعة الانبار
المرحلة الخامسة



الوهم نصف الداء، والاطمئنان نصف الدواء، والصبر أول خطوات الشفاء.

فرط استخدام المسكنات: تحليل المخاطر وطرق التحسين

فرط استخدام المسكنات: تحليل المخاطر وطرق التحسين
الألم في الحياة اليومية غالباً ما يُعالج بالأدوية المسكنة التي تُصرف دون الحاجة لوصفة طبية، ويستخدم 70% من الناس في العالم الأدوية المُسكنة، وهذه الأدوية آمنة بشكل ملحوظ، ولكن قد تحدث أحياناً آثاراً جانبية خطيرة، وهي توصف بشكل أساسي لعلاج الصداع، وآلام الدورة الشهرية، وأوجاع أخرى وأمراض الحمى، ولا يُعرف ما إذا كانت تُستخدم بالصورة الصحيحة، ويُعتبر استخدام أكثر من 4 غرامات كجرعة يوميّاً من عقار (الأسيتامينوفين أو الباراسيتول) وفي فترات طويلة من الاستخدامات المفرطة.

ويواجه الأطباء أسبوعياً مرضى يعانون من نزيف بعد اخذ هذه الأدوية بشكل مفرط، وغالباً ما يكون دواء الإيبوبروفين (البروفين) هو المسبب للنزيف، وعادة فأن جميع المسكنات المضادة للالتهابات تسبب نزيفاً في الأمعاء، أو على الأقل تسبب تهيج المعدة أو الاثني عشر. وبالرغم من ذلك نرى هذه الأدوية تستخدم بكثرة لعلاج آلام المعدة !!

ومن المعروف أن (الباراسيتول) يرهق الكبد وقد يكون أحد الأسباب الرئيسية لمرض الكبد الدهني وحتى تليف الكبد، ومع ذلك يُستهلك الباراسيتامول بشكل شائع ويُستخدم دون وصفة طبية!!

إن الإكثار من تناول مسكنات الألم على اختلاف أنواعها قد يؤدي إلى العديد من الأضرار، منها: الغثيان والتقيؤ، والدوخة

والتعب العام، وعسر الهضم، وآلام والتهابات في المعدة، وقرحة ونزف في أحد أجزاء الجهاز الهضمي.

وتوضح هذه الأمثلة القليلة الحاجة الماسة لاختيار نوع المسكن وفقاً للحالة الفردية لكل مريض، كما يتوجب علينا أن نأخذ التوصيات بنظر الاعتبار من قبل المرضى ولا يتم استهلاك الأدوية إلا بعد استشارة طبيب مُختص.

الطالبة أمة الله خالد شاكر

كلية الطب - جامعة الانبار

المرحلة الخامسة



متى تحتاج الى زيارة الطبيب النفسي؟

يفتقر الناس هذه الاليام القدرة في تمييز مرض الاكتئاب الحقيقية عن نوبات المزاج و كره الذات التي تجتاحهم، ويعتبر مرض الاكتئاب مرض خطير اذ يعد ثاني اكثر مرض شيوعاً ويتسبب بعدد حالات انتحار تقدر ب 008 الف شخصاً، اما اسبابه فتعددت منها الجينية، ومنها ما تصاحب التغيرات الهرمونية للمرأة خلال فترة الحمل، او الدورة الشهرية، او ما بعد الولادة، ومنها ظروف اجتماعية، و اخرى لأشخاص لجأوا الى تعاطي المخدرات و الممنوعات.



وتلعب الامراض الجسدية دوراً في الإصابة بأهم انواعه REDROSID NOISSERPED ROJAM يتمثل بأعراض متواصلة لمدة أسبوعين تتفاقم سوءاً مع الوقت اذا لم يتم تداركه، ويعاني المصاب : نوبات حزن مستمرة، وفقدان الامل والحماس والحافز، واضطراب في الطعام يتمثل بفقدان الشهية، أو شراهة في الاكل ينتج عنه اضطراب في الوزن، واضطراب معدل ساعات النوم والارق ، وفقدان التركيز مما يعيق القيام بالمهام اليومية، وخيالات عن الموت، او افكار ايذاء الذات والانتحار، ويتوجب في مثل هذا المرض، التعامل مع المرضى بشكل حذر، و مساعدتهم على التعافي من خلال زيارة الطبيب النفسي لأخذ الجلسات العلاجية والأدوية اللازمة في تغير الحالة المزاجية، كما يُنصح بممارسة الرياضة والأكل الصحي والنوم المنتظم والخروج من البيت، كلها تساعد في تحسين صحتك النفسية والجسدية.

أتمنى الصحة والسلامة لجميع مرضانا.

الطالبة هدى راتب جميل

كلية الطب - جامعة الانبار

المرحلة الخامسة

اضطراب استهلاك التبغ



يتم تدخين التبغ عن طريق سحب الدخان الناتج عن حرق أوراقه من الفم إلى الرئتين، وتعد السجائر أكثر أشكال تدخين التبغ انتشاراً بالإضافة إلى (الأرجيلة) وهناك بعض منتجات التبغ بلا دخان مثل (السجائر الإلكترونية) التي لها نفس الآثار السيئة للتدخين المعتاد لكن بنسب أقل.

ونظراً للوعي بأضرار التدخين الوخيمة على الصحة تم منعه في معظم الأماكن العامة والمواصلات كما تم وضع إعلانات تحذيرية عن أضراره على العبوة مع زيادة ضريبة السجائر في بعض الدول، على عكس العقود السابقة التي كانت تروج له من بعد الحرب العالمية الأولى. ومن المعروف ان التدخين يؤثر سلباً على كل أجهزة الجسم المتباينة وأهمها الجهاز التنفسي والجهاز الدوراني، وهو أحد العوامل الفعالة في زيادة نسبة الوفيات.

إن من أسباب التدخين هو التقليد من قبل الشباب، وتوضح نتائج الإحصائيات أن ٩٠٪ من المدخنين قد مارسوا تلك العادة قبل بلوغهم سن العشرين عاماً، وإن أهم سبب للإدمان على تدخين التبغ هي محتوياته من

النيكوتين المخدر الإدماني الذي يؤثر على الجهاز العصبي ويدخل للجسم عبر الرئتين وينتقل خلال الدم إلى القلب والذي بدوره يضخه للأوعية الدموية وصولاً إلى الدماغ.

كما إنه يتضمن العديد من المركبات الكيميائية الضارة والتي تصنف بعضها على أنها مسببات للسرطان وخاصة سرطان الرئة وهي أكثر الأعضاء تضرراً بسبب التدخين، ويعتبر غاز أول أوكسيد الكربون الضار من أهم هذه المركبات المعروفة والذي ينطلق نتيجة حرق التبغ، حيث إن استنشاقه يؤثر بشكل مباشر على عمل القلب والأوعية الدموية فهو يختلط مع دم المدخن. ويحتوي علاوةً مواد كيميائية أخرى يتم إضافتها خلال تصنيع منتجات التبغ.

ولا تقتصر أضرار التدخين على مدخنيه فحسب بل تمتد لتشمل غير المدخنين ممن يستنشقون دخان التبغ (التدخين السلبي) وهو ما يرفع نسبة إصابتهم بالسرطان والعياذ بالله.

بسبب كل هذه الأضرار الوخيمة يأتي حكمه في الإسلام بالتحريم، قال تعالى: يَسْأَلُونَكَ مَاذَا أُحِلَّ لَهُمْ قُلْ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ {المائدة: ٤}. وقال جل وعلا: الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الرَّسُولَ النَّبِيَّ الْأُمِّيَّ الَّذِي يَأْمُرُهُم بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ {الأعراف-٧٥١}. وكل ذي بصيرة يعلم أن التدخين يندرج تحت الخبائث، وقد حذرنا رسول الله ﷺ من الضرر بالنفس أو بالآخرين بأعمالنا قائلًا: (لا ضرر ولا ضرار)، ومع أضراره الجسيمة فهو يعتبر إضاعة للمال الذي يُسأل عنه العبد يوم القيامة فيم أنفقه، كما جاء في حديث النبي ﷺ: لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يُسأل: عن عمره فيم أفناه، وعن علمه فيم فعل فيه، وعن ماله من أين اكتسبه وفيم أنفق، وعن جسمه فيم.

وهذه بعض الآثار الصحية الجيدة لترك التدخين:

■ تقل احتمالية الإصابة بأمراض القلب والدماغ.

■ تنخفض نسبة الإصابة بالسرطان وخاصة سرطان الرئة الذي تقل نسبته إلى النصف.

الطالبة ذرى محمد اسماعيل

كلية طب الانبار/ المرحلة الثانية

الطالبة ذرى محمد اسماعيل

كلية الطب - جامعة الانبار

المرحلة الثانية

التمر في الاعجاز القرآني



ان الإعجاز العملي في القران الكريم دلالة ع قدرة الخالق وأنه لا علم فوق علم الله سبحانه وتعالى وفي هذا الموضوع سنتناول احد الإعجازات العلمية التي وردت في القران الكريم إلا وهي التمر الذي يعد من اقدم الأغذية التي عرفها الإنسان،

في سورة مريم ورد هذا الإعجاز الرائع في قوله تعالى (فَأَجَاءَهَا الْمَخَاضُ إِلَى جِذْعِ النَّخْلَةِ) وهنا النص يُظهر ان سيدتنا مريم لجأت إلى جذع النخلة أثناء المخاض، وهو ما يشير إلى حاجة المرأة الحامل إلى وضعية دعم أثناء الولادة، وهذا يتوافق مع الوضعيات الحديثة التي توصي بها الدراسات لتخفيف الألم أثناء المخاض،

وقوله تعالى (وَهَؤُلَاءِ إِلَيْكَ يَجِدُ النَّخْلَةُ تُسَاقِطُ عَلَيْكَ رَطْبًا جَنِيًّا) فتشير الدراسات العلمية إلى أهمية التمر للمرأة الحامل فهو يحتوي على مركب (الأوكسيتوسين) الذي يحفز انقباضات الرحم، مما يساعد في تسريع عملية الولادة وتقليل مدة المخاض،

وهو مصدر طاقة مهم وهو غني بالسكريات الطبيعية (مثل الفركتوز والجلوكوز) التي تمد الجسم بالطاقة، خاصة في مرحلة المخاض التي تحتاج إلى جهد كبير.

أما بعد الولادة، فالمرأة تحتاج إلى استعادة طاقتها، والتمر يوفر مصدرًا سريعًا للطاقة لاحتوائه على سكريات سهلة الامتصاص، ويعزز إفراز هرمون البرولاكتين المسؤول عن إنتاج حليب الأم، مما يساعد في تحسين عملية الرضاعة الطبيعية.

وهو يساهم في انقباض الرحم بعد الولادة، مما يساعد على تقليل النزيف وتسريع عملية تعافي الرحم. ومن المعروف ان التمر يحتوي على فيتامينات مثل 6B التي تحسن المزاج وتخفف من التوتر والقلق المرتبطين بفترة ما بعد الولادة، كما أنه غني بالمغذيات الأساسية، فهو يحتوي على الفيتامينات مثل (A وK) ومعادن (مثل الكالسيوم والزنك) التي تدعم تعافي الأم وتغذية الطفل عبر الرضاعة.

الطالبة دعاء حميد علي

كلية الطب - جامعة الانبار

المرحلة الثانية

صحتك أولاً



الأستاذ الدكتور أحمد الراشد

سعت كلية الطب في جامعة الأنبار ومنذ تأسيسها عام 1989 الى التقدم العلمي عراقياً وعربياً وعالمياً وهذا ما لمسها الجميع محبين ومتابعين ومنافسين حيث حققت هذه الكلية تقدماً مضطرباً عاماً بعد آخر بفضل ملاكاتها العلمية والإدارية بعد ان تعاقب على قيادتها اساتذة وعلماء اجلاء قدموا عصارة خبرتهم وعلمهم اثر دون توقف جيلاً يسلم جيل ولم تنهها ما تعرضت له من هجمة شرسة دمرت بناها التحتية عام 5102 فواصلت علمها المتدفق خارج الديار في بغداد ثم عادت بكل صلابه وشمر الجميع سواعدهم لإعادة البناء والإعمار يديهم برئاسة الجامعة حتى اصحت اليوم مناراً عمرانياً خلاياً يصاحب ذلك تقدم علمي كبير طرزه بالحصول على الاعتمادية الدولية وهو اعتراف دولي بشهادة كلية الطب. ولم تتوقف عمادة الكلية عند هذا الحد أو تبقى اهتمامها بالجانب العلمي فقط بل اهتمت بالجانب الثقافي لتصل رسالتها من خلال مطبوع صحفي الى كل الناس حيث اصدرت الكلية مجلة (صحتك أولاً) تحمل ما يريد ايصاله اساتذة وطلبة الكلية إلى الناس من نصائح طبية في مختلف التخصصات وهذه خطوة مباركة تعكس اهتمام عمادة الكلية بالمجتمع المحلي لمدينة الرمادي التي تحتضن موقع الكلية الرسمي على ضفاف نهر الفرات الخالد فألف مبارك لنا وكلية الطب وجامعة الأنبار هذا الوليد الصحفي المتميز أملين أن يؤدي دوره المراد علمياً وصحفياً.

