تزايد كبير في الإصابة بأمراض القلب في اليمن.. والنساء يتصدرن القائمة

منسق برنامج مكافحة أمراض القلب لـ« الثورة »:

القات، السمنة، التدخين، الشمة وقلة الحركة.. الأسباب الرئيسية لارتفاع عدد مرضى القلب في اليمن

حذر الدكتور أحمد لطف المترب، الأستاذ المشارك في كلية الطب بجامعة صنعاء منسق برنامج مكافحة أمراض القلب في اليمن من الارتفاع المخيف لأمراض ومضاعفات القلب في اليمن والمتمثلة بنقص التروية القلبية، وفشل عضلة القلب بالإضافة إلى المرض السابق وهو مرض القلب الروماتيزمي، الذي أكثر ما يصيب الأطفال واليافعين، ونتمنى أن نرى في القريب العاجل معالجات.. مؤكداً أن وعي المجتمع ووعي المريض، والطبيب من الأشياء المهمة جداً التي تساعد على التخفيف من هذا المرض وتعمل على محاصرته ومعالجة مضاعفاتها..

الثورة/ عبدالخالق البحري

خطة شاملة

وأشار الدكتور المترب في تصريح لـ(الثورة) إلى أنه تم وضع خطة عمل شاملة للحمى الروماتيزمية ومرض القلب الروماتيزمي، ليتم مكافحتها على مستوى اليمن وستنفذ إن شاء الله على مراحل، من خلال برنامج مكافحة الأمراض غير المعدية في وزارة الصحة العامة والسكان، متمنيا أن يرى تناقصاً لمثل هذه الأمراض خاصة وأن المصابين من الأطفال واليافعين ويمكن معالجتها نهائياً بعملية بسيطة، وتعتبر معالجة ناجحة وناجعة لالتهابات الحلق، باستخدام إبر البنسلين بشكل سليم، ولفترة كافية لضمان عدم إصابة الطفل بأي مرض روماتيزمي للقلب.

١٧ مليون نسمة

وأفاد استشاري أمراض القلب في مركز القلب بهيئة مستشفى الثورة العام بصنعاء عضو جمعية القلب الخليجية فرع اليمن بأن أمراض نقص التروية القلبية، وأمراض القلب عموماً شغلت العالم خاصة وأن هناك ١٧ مليون نسمة في العالم يموتون سنوياً بسبب أمراض القلب، هذه الأرقام أدهشت العالم وتعاني منها العديد من الدول منها اليمن، حيث تعود بعض أسباب الانتشار لمثل هذه الأمراض إلى تغير نمط الحياة، وتكاثر استخدام بعض الظواهر السلبية مثل التدخين، القات، الشمة، البردقان، الشيشة، ارتفاع نسبة ضغط الدم، وانتشار مرض الداء السكري بين الناس، وعدم الحركة وممارسة الرياضة والتوتر العصبي، والإكثار من الملح والمشروبات الغازية، والسكريات، والأكلات السريعة المليئة بالدهون، كل تلك عوامل جديدة دخلت مع الحياة، لم يكن يعرفها المجتمع اليمني بشكل واسع فكان الغذاء اليمني بسيطاً في الماضي والحركة كثيرة، وهذه المستجدات دخلت مع تغير نمط الحياة في اليمن مما أدى إلى مضاعفات وانتشار أمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم والسكري وانتشار السمنة، وبالتالي انعكس ذلك كله على الصحة العامة وانتشار الجلطة القلبية واعتلال عضلة القلب.. فعندما تم تنفيذ دراسة مقارنة بين مجموعة تم التدخل لمعالجة ومحاصرة أمراض الخطورة، والمجموعة الأخرى التي لم يتم متابعتها، وجد أن حوالي أكثر من ٦٠٪ فرق في النتيجة، على مستوى الصحة، وكذلك ٨٠٪ قلة نسبة الوفيات بين الحالات التي تم محاصرة عوامل الخطورة لديهم، ومن خلال ذلك نسعى إلى أن تكون البرامج الصحية، للعامة سهلة المنال، وقريبة واستحداث برنامج وطني للمراقبة ومتابعة عوامل الخطورة لأمراض القلب في اليمن بشكل مستمر حتى نستطيع تحديد حجم انتشار المرض ومدى التحسن الحاصل لأمراض القلب ومضاعفاتها خلال السنوات القادمة إن شاء الله.

محاولات

وبخصوص الدراسات التي أجريت لمعرفة مدى وحجم انتشار أمراض القلب في اليمن يفيد الدكتور المترب بأنه لم يتم حتى الآن تنفيذ أي دراسات ميدانية على مستوى اليمن وبالطريقة العلمية الصحيحة لعدم توفر المادة، وتم التجهيز لعمل مسحا ولكنه لم ينفذ حتى الآن، ونسعى حالياً لتنفيذ ورشة عمل إن شاء الله في القريب العاجل برعاية وزارة الصحة العامة والسكان، حول الأمراض غير السارية في اليمن، ووضع الخطط والاستراتيجيات اللازمة لمواجهتها.. ونحن بانتظار التمويل والدعم وسيتم تنفيذها قريباً.. ومن الملاحظ انتشار السمنة بشكل ملفت بين اليمنيين، بسبب قلة الحركة وعدم ممارسة الرياضة، كما تؤكد الدراسات الصحية انتشار نسبة الجلطات القلبية بشكل مرتفع ونسبة الوفيات منهم كثيرة، وكذلك انتشار ضغط الدم والداء السكري بشكل يومي، ومن خلال الإحصاء والتسجيل الموحد لاحتشاء عضلة القلب الذي تم تنفيذ مرحلتين منه مع دول مجلس التعاون الخليجي لوحظ أن نسبة الوفيات في اليمن في الفئة التي تم تسجيلها كانت عالية جداً وأحد الأسباب عدم توفر الخدمات في أطراف المدن والمناطق البعيدة والنائية، بالإضافة إلى ميول الناس للحضور إلى العاصمة، وتأخرهم وعدم الوصول إلى المستشفى في الوقت المناسب، مما يؤدي إلى إن يكون قد فات أوان استخدام المادة العلاجية الخاصة (بإذابة) الجلطة أو التدخل السريع للحالات الإسعافية، وتكون المضاعفات وخيمة وشديدة، والوفيات نسبتها عالية..

الفحص الدوري

وعن أهمية الفحص المبكر لمرضى القلب والجلطات القلبية يفيد الدكتور المترب بأن الفحص الدوري قد يجنب كل هذه المصائب، بشكل جماعي، فهناك الفحص الدوري لاكتشاف نسبة دهون الدم في جسم الإنسان والتي لا يمكن اكتشافها إلا بالفحص الدوري، والسكر الكامل الذي لا يمكن اكتشافه إلا بالفحص الدوري عن طريق الدم من دون ظهور أعراض يمكن اكتشاف بدايات تلك الأمراض والتدخل للسيطرة عليها أو تأخيرها، أيضا ضغط الدم لا يمكن اكتشافه إلا عن طريق الفحص الدوري، أما السمنة والتدخين والقات والشمة فهي ظواهر ملفته ومرتفعة بشكل يدعو إلى القلق والخوف من مضاعفاتها وما تسببه من أمراض خطيرة في المجتمع اليمني، ولزاماً على الناس معرفة مخاطرها ووسائل تجنبها، نحن محتاجون لحملات توعوية مكثفة من جميع الجهات لتوعية الناس بمخاطر القات والتدخين والسمنة والأكلات السريعة وزيادة السكر والملح والظواهر السيئة والدخيلة على المجتمعات اليمنية.. خاصة وأنه ما زال هناك أناس مكابرون وليس لديهم الإلمام الكامل بحجم المخاطر والمشاكل الصحية المترتبة عليها، معتقدين انه ليس فيها من الضرر الكافي، وهنا يأتي دور المختصين في وسائل الإعلام في توجيه المجتمع بتجنب تلك العادات التي تعتبر خطيرة جداً على الصحة العامة وتؤدي في الأخير إلى الإصابة بالأمراض المستعصية والأمراض المزمنة ومن ثم إلى الوفاة!!.. لا يعرف المرء إلا وقد أصيب، إنما يندم في وقت ليس للندم جدوى أو فائدة.. فالفحص الدوري له أهميته في الحفاظ على صحة الناس وجعلهم أناساً أصحاء ومنتجين، وسعداء، يقومون بأعمالهم بين ذويهم وأهليهم، بدلاً من تغيير حياتهم أو توجيه الإرشادات لهم، والكثير منهم في المستشفيات أو فوق الأسرة، يبقى الفرق شاسعاً ونتمنى أن نأتي إلى الخطوات من بداياتها، حيث بدأ العالم يتجه نحوها ويأخذ بها وهي المحافظة على صحة الناس قبل أن يصابوا، أفضل بكثير وأرخص على الفرد والمجتمع والدولة من معالجتها عندما يصابون..

خطى حثيثة

ونوه منسق أمراض القلب في اليمن بأن جراحة القلب حتى اليوم تمشي بخطى حثيثة وجيدة إلى حد كبير، فهناك من الكوادر الطبية اليمنية والجراحين في مركز القلب جميعهم كوادر يمنية، إنما المؤسف أن هناك مركز قلب واحداً فقط في الجمهورية؟! ويجب أن يكون له فروع على الأقل في ٥-٦ محافظات لتخفيف العبء والازدحام الشديد على المركز الرئيسي.. مع توفير الكادر الطبي الكافي لذلك.. أما طب القلب أيضا مستشفى الثورة يقوم بإجراء كافة العمليات الجراحية بمعدل ١٢عملية في اليوم، ما بين تشخيصية وعلاجية، أيضا هناك مراكز في المكلا وتعز وعدن لا تشتغل بطاقتها، ونتمنى انتشار هذه الخدمات في جميع المحافظات، حتى تكون الخدمات الطبية قريبة من الناس، لأنه ما نشكو منه هو أن المريض لا يصل إلينا في وقت مبكر، وأحد العوامل أن الخدمة ليست متوفرة لديه ويضطر للمجيء إلى صنعاء للحصول على الخدمة، مفيداً بأن هناك ما يقارب من ١٠٠ أخصائي قلب في اليمن، ونتمنى أن يكون العدد أكثر بكثير من ذلك، خاصة وأنه تم استحداث برنامج الماجستير في كلية الطب بجامعة صنعاء، وسيتم تخريج سبعة أشخاص في الدفعة القريبة القادمة، كما سيتم تخريج تسعة آخرين في الدفعة التي تليها.. ونتمنى أن ينتشر هذا حتى نحصل على العدد الكافي من الأخصائيين لتلبية احتياجات المجتمع، لأنه لن يقاس أي فرع من فروع الطب إلا بعدد الأخصائيين فيه، وعدد المراكز التخصصية الدقيقة التي تقوم بالخدمات الطبية في هذا المجال..معتبراً أن أمراض القلب.. لابد من وسائل لتجنبها، من خلال محاربة وسائل الخطورة لأمراض القلب، والمتمثلة بمكافحة التدخين وتجنبه بشكل نهائي لجميع مرضى القلب والذين يعانون من مشاكل في القلب والأوعية الدموية، ومكافحة التدخين السلبي، والامتناع أو الإقلال من القات، وضبط الوزن المثالي للإنسان، وضبط ضغط الدم إذا وجد.. فقد ثبت علمياً أن أخطر أمراض النساء هي القلب.. فقد كان يعتقد أن سرطان الثدي والرحم هي أكثر الأمراض خطورة على المرأة، بينما أكدت الدراسات والبحوث الطبية والعلمية الجديدة أن نسبة الوفيات عند النساء بسبب أمراض القلب أكثر بكثير من الأمراض الأخرى، والدليل أن أكبر مصائب النساء قلة الحركة، وزيادة السمنة، وأكل الدهون، والشكولاته، والوزن الزائد وقلة الحركة، مما انعكس على حالة القلب عند النساء ورفع من نسبة المراضة، والوفيات.. أيضا المشروبات الغازية والمصنعة، والإكثار من السكر والملح الذي ينبه إلى تجنبها الأخصائيون باعتبارها الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى أمراض القلب.. بالإضافة إلى العادات اليمنية السيئة والمتمثلة بشرب المداعة والشيشة والقات المبودر والشمة (البردقان) كلها أسباب رئيسية لارتفاع أمراض القلب والأوعية الدموية في اليمن..

فإذا استطاع الفرد المحافظة على الوزن المثالي، والمحافظة على الحركة اليومية من ٤٥-٦٠ دقيقة في اليوم طبعاً حركة قوية ترفع من ضربات القلب وتدفع بالدورة الدموية إلى جميع أجزاء الجسم، وتجنب التدخين والقات، وتجنب الأكلات (الدسمة) والإكثار من الخضار والفواكه، وقلل من أكل اللحوم والدسم، ومارس الرياضة بشكل منتظم، وامتنع عن الملح والسكريات.. فإنه بالتأكيد سيعيش حياة صحية، قوية إن شاء الله، ويكون منتجاً وسعيداً بين أهله وأسرته ومجتمعه.

١٠٠ أخصائي قلب في اليمن وسيتزايد العدد مع استحداث برنامج الماجستير في جامعة صنعاء

الإفراط في أكل الدهون والحلويات له مضاعفات سيئة

وجه بتوفير كافة الاحتياجات الضرورية لمزارعي وادي رماع

محافظ ريمة يدشن العمل في طريق «سلم- اليمانية» بتكلفة ٢٥٠ مليون ريال

■ ،،ريمة/سبأ

دشن محافظ ريمة علي سالم الخضمي أمس بدء العمل في المرحلة الأولى من مشروع طريق سلم- برحت- سامد اليمانية بمديرية الجعفرية بطول ٢٥ كيلومترا وبكلفة ٢٥٠ مليون ريال.

ويربط المشروع عددا من المناطق بمديرية الجعفرية ويخدم نحو ٢٥ ألف نسمة ويعمل على تسهيل الحركة والأنشطة المجتمعية.

وخلال التدشين أكد المحافظ الخضمي أهمية إنجاز المشروع في الوقت المحدد ووفقا للمواصفات المتفق عليها .. لافتا إلى أهمية المشروع في الدفع بعجلة التنمية في المحافظة.

وتفقد محافظ ريمة أحوال المزارعين في وادي رماع البالغ طوله ٥٠ كيلومترا والذي يبدا من محافظة ذمار ويمر بمحافظة ريمة.. مشيرا إلى ضرورة استغلال الوادي في الجانب الزراعي والاهتمام بجودة المنتجات والمزروعات والاستفادة من مياهه المتدفقة طوال العام.

ووجه مكتب الزراعة والري بالمحافظة بتوفير كافة الاحتياجات والمتطلبات الأساسية والضرورية لمزارعي الوادي إلى جانب توفير الإرشاد الزراعي والمعدات والآلات الزراعية بهدف تحسين وتطوير إنتاج الوادي وأكثار المحاصيل الزراعية وخاصة محصول البن والمانجو.

مشاركة يمنية في الدورة التدريبية العربية للتصميم والديكور بسوريا

■ الثورة/أوسان الكمالي

تشارك بلادنا يوم غد الأحد في الدورة التدريبية العربية في التصميم الداخلي والديكور، وتنظم الدورة وزارة التربية السورية بالتعاون مع الاتحاد العربي للتعليم التقني وبمشاركة ١١ دولة عربية.

وتهدف الدورة إلى تعريف المشاركين بالمفاهيم والمصطلحات الخاصة بالتصميم الداخلي وعناصره وتقنيات تنفيذ وتجميع عناصر التصميم والخامات الحديثة وأنواع الأثاث ومواده وتحديد مهام فنيي التصميم الداخلي وعلاقتهم مع الاختصاص، إضافة إلى تعريفهم بمهام المهن الأخرى لتنفيذ عناصر التصميم.

كما تتضمن الدورة محاضرات نظرية وتطبيقات عملية في مجالات تطوير التصميم الداخلي وعناصره وطرق تجميعها والخدمات واستخداماتها والأثاث واختياره وطرزه ومواده وأنواعه ومكملات التصميم الداخلي وعلاقة المهن الأخرى به.

الجدير بالذكر أن الدورة ستقام في مركز الباسل للتدريب في محافظة حماة السورية وتستمر على مدى خمسة أيام ويشارك فيها أعضاء من الدول العربية التالية: «الاردن- تونس- الجزائر- السودان- العراق- فلسطين- ليبيا- المغرب- موريتانيا، بالإضافة إلى بلادنا والدولة المستضيفة سوريا.

طبق خيري لصالح مرضى السرطان من الأطفال

■ ،، عدن/سبأ

نظمت مجموعة اصدقاء مرضى السرطان في مديرية خور مكسر محافظة عدن بالتعاون مع المؤسسة الوطنية لمكافحة السرطان بالمحافظة أمس طبقا خيريا لصالح مرضى السرطان من الأطفال تحت شعار (وجبة أمل).

وأوضح المدير التنفيذي للمؤسسة وهيب هائل لـ/سبأ/ أن الطبق الخيري احتوى على بعض المأكولات الشعبية والحلويات والوجبات الخفيفة ويعود ريعه لصالح شراء أدوية واحتياجات مرضى السرطان من الأطفال في المحافظة للمساعدة في التخفيف من معاناتهم الدائمة مع المرض وإيصال رسالة للمجتمع بأهمية زرع الأمل في نفوس الأطفال والتعريف بخطورة هذا المرض وكيفية الوقاية منه.. مشيرا إلى أن هذه الفعالية تأتي كمبادرة إنسانية نبيلة من أصدقاء مرضى السرطان بالمحافظة.

وقد تخلل فعالية الطبق الخيري تقديم عروض مرئية تناولت معاناة والام أطفال مرضى السرطان وما تقدمه المؤسسة من خدمات علاجية وإنسانية للمرضى.

تنمية مهارات ٢٠٣٣ معلماً في ذمار

■ ،،ذمار/رشاد الجمالي

تبدأ اليوم بمحافظة ذمار الدورة التدريبية لمعلمي الصفوف الأولى ١ - ٣ في جميع المديريات والتي ينظمها مكتب التربية والتعليم بالمحافظة وتستهدف ٢٠٣٣ معلماً ومعلمة من جميع المديريات بمشاركة ١٩٨ متدرباً ومتدربة.

وذكر الأخ أحمد الوشلي مدير مكتب التربية والتعليم بالمحافظة في تصريح لـ"الثورة" أن الدورة التي تنفذ في ٩٩ مركزاً تدريبيا في جميع المديريات تهدف إلى إكساب المعلمين المهارات في طرق التدريس وكيفية استخدام الوسائل التعليمية، وتحسين وتطوير الأداء التعليمي والتربوي.

مؤكداً أن هذه الدورة تأتي استكمالاً للجزء الثالث لدورة معلمي الصفوف الأولى من ١ - ٣ للارتقاء بالعملية التعليمية والتربوية.

أنشطة تأهيلية وتوعوية للمعاقين بالحديدة

■ الحديدة/الثورة/ يحيى كرد

أوضحت الأخت صنعاء محمد شريف مسئولة التدريب والروضة بمركز تدريب وتأهيل المعاقين ذهنيا بمحافظة الحديدة لـ«الثورة» أنه تجرى حاليا الاستعدادات الأخيرة بمركز تدريب وتأهيل المعاقين ذهنيا بمحافظة الحديدة لافتتاح والانتقال إلى المرحلة الاولى من المبنى الجديد للمركز بعد قيام الصندوق الاجتماعي للتنمية بتأثيث فصوله وإدارته الواقع بشارع الخمسين بالمدينة الطبية شرق المدينة والمكون من طابق واحد و١٤ فصلاً منها ستة فصول للتأهيل والتعليم وثلاثة فصول للتوجيه وفصل واحد للإرشاد الأسري وثلاثة فصول للشلل الدماغي ومثلها للتدخل المبكر وفصل للأنشطة الأخرى، بالإضافة إلى أقسام الإدارة ويتسع المبنى لـ٢٠٠ طالب وطالبة والذي من المتوقع الانتقال إليه مطلع العام القادم بعد توفير الخدمات الأساسية فيه من كهرباء ومياه وهاتف وتوفير درجات وظيفية ووسيلة مواصلات فيما سيبدأ تنفيذ المرحلة الثانية من المبنى فور تسلمنا لبقية الارضية المخصصة للمركز وتضم عدة فصول منها فصل للعلاج الطبيعي .

وأشارت صنعاء إلى أن مبنى المركز القديم يضم حاليا (١٩٨) طالباً وطالبة منهم (٣١) طالباً وطالبة روضة و(٣٢) طالباً وطالبة مهني و(٤٨) طالباً وطالبة تعليمي و(٣٠) طالب علاج طبيعي و(٥٧) طالباً وطالبة إرشاد أسري بالإضافة الى وجود (١٢١) طالباً وطالبة لم يستوعبهم المبنى القديم لمحدودية إمكانياته الاستيعابية وسيتم استيعابهم إن شاء الله في المبنى الجديد مطلع العام القادم.

وأضافت مسئولة التدريب بمركز تدريب وتأهيل المعاقين ذهنيا: إن المركز نفذ خلال العام الحالي ٢٠١٠م العديد من الأنشطة والفعاليات التدريبية والتأهيلية، منها افتتاح قسم التوحد وتنظيم العديد من الدورات التأهيلية بالإعاقة الذهنية استهدفت (٥٢) من الامهات والمعلمات بالمركز في مديريتي الزيدية والمنصورية بالإضافة الى توزيع ملابس العيد بالتعاون مع مؤسسة الصالح والهلال الأحمر الإماراتي على (٣٥٠) معاقاً ذهنيا وخمسين أضحية وتوزيع مساعدات مالية إلى جانب تنظيم العديد من المعارض لمنتجات الطلاب من المشغولات اليدوية والحرفية ولوحات الرسم التي رسمها الطلاب والمعرض الرمضاني وغيرها من الأنشطة والفعاليات التي ساهمت في صقل مواهب المعاقين ذهنيا وأعطتهم الثقة في النفس.