الذبحاني: المرأة أضعف مناعة من الرجل وتعرضها لأمراض العيون المعدية أكثر منه

٦٠٪ من الموظفات يواجهن الضغط النفسي في بيئة العمل

إن الأمراض الخاصة بالعاملين والعاملات والناتجة عن ظروف وحيثيات خاصة بالعمل ذاته ربما قد تؤثر على الجنسين بشكل عام؟ ولكن تبقى حواء أشد ضرراً وألماً في عصرنا الراهن، خاصة وأن خروج المرأة للعمل لم يعفها ذلك من مهماتها الأخرى كزوجة وربة بيت؟ ما نتج عن ذلك ضغوطات نفسية وأمراض جسدية ناجمة عن تراجع الإحساس بالاستقرار.

تحقيق/ أمل عبده الجندي

أمراض بالجملة

تقول نهى عبدالله ٣٥ عاماً موظفة في إحدى المختبرات أنها تعاني من حساسية بالصدر والجيوب الأنفية وحساسية الجلد بسبب المواد الكيمائية التي تتعرض لها، وقالت إن مخاطر المواد التي نتعامل معها بحكم عملنا في المختبرات لاتظهر آثرها الإعلى المدى البعيد؟ إضافة إلى الأبخرة التي تتصاعد من بعض المواد السامة مثل الزئبق، موضحة أن أكثر المعامل المستخدمة حالياً غير مجهزة بشكل جيد وتفتقر لوسائل السلامة اللازمة التي تتوفر عادة في المعامل وذلك يرجع كون المعامل الموجودة عبارة عن مبانٍ قديمة لم تصمم في الأساس لتكون معامل.

فيما تعاني نجاة – إحدى عاملات النظافة في إحدى المؤسسات من آلام الظهر الحادة التي تضطرها لطرح الفراش أياماً طويلة مايستدعي المدراء أحياناً إلى خصم أجزاء من المرتب أو لفت النظر في بعض الأحيان دون النظر بعين الرحمة، ولكن ظروفها تضطر إلى العمل حتى وهي أشد المعاناة.

«داخل البيت وخارجه»

سميه عبده العاملة في إحدى المصانع الدوائية تقول: عملي يتطلب الوقوف المستمر لساعات طويلة كوني أعمل في مجالس حساسة يصيبني أحياناً بالخوف والقلق والاضطراب وأحس بالإكتئاب والإنعزالية في بعض الأحيان وهذا ماسبب لي أمراضاً جسدية كآلام المعدة والروماتيزم بالإضافة إلى أمراض الجهاز التنفسي كالتحسس والالتهابات والأمراض الجلدية كالتشققات والتقرحات وكذلك آلام الظهر، وذلك بسبب فقدان الراحة والنوم والطمأنينة خارج البيت وداخله كوني متزوجة ولدي واجبات أخرى لابد من الإلتزام بها.

دراسات

– أشارت بعض الدراسات إلى أن الكثير من الأمراض والإصابات تكون شائعة بين النساء العاملات أكثر من الرجال العاملين، ومن ذلك الإصابات الإضطرابات النفسية والإكتئاب الذي يلحق بالعاملات جراء إلتحاقهن ببيئة عمل معينة، حيث تؤثر تلك العوامل بشكل مباشر وأساس في الحياة المهنية للمرأة، كما أن الكثير من العناصر المرتبطة بالعمل هي التي تحدث هذا النوع من التأثير النفسي دون أن تشعر العاملة بذلك، ودون أن يلحظ القائمون على شئون المرأة الأخطار الكثيرة المحدقة بعمل النساء جراء إهمال ذلك.

وأظهرت الدراسات أن أكثر الأمراض شيوعاً هو الضغط الذي يعتبر إحدى المشاكل الصحية المتزايدة بين الموظفين أن و٦٠٪ من الموظفات ذكرن أن الضغط النفسي أكثر ما يواجهنه في العمل، وينتج عن ذلك مخاطر صحية تتعرض لها الموظفات في القطاعات المختلفة كالأمراض التي تصيب العضلات مثل الإلتواءات المفاجئة والشد العضلي والتهابات الأوتار وغيرها من الإضطرابات التي تصيب العضلات حيث تشكل هذه الإضطرابات العضلية ٥٢٪ من عدد الاصابات والأمراض التي تصاب بها النساء العاملات مقارنة بنسبة ٤٥٪ بين الرجال العاملين.

مكي: إصابة النساء العاملات بمرض الاكتئاب يعادل ضعف نسبة الرجال العاملين

ضغوطات نفسية

– ويؤكد الدكتور محمد أحمد مكي استشاري أمراض نفسية أنه من المعروف علمياً أن أعلى نسبة يكون فيها الشخص معرضاً لخطر الإصابة الجسدية هي جراء عدم قدرته على التكيف من الناحية النفسية أو وجود إضطرابات نفسية لدى الموظف خصوصاً الحرفيين ومن يتعاملون مع الأجهزة الخطرة.

وبين مكي أن المرأة العاملة معرضة للضغوط النفسية أكثر من ربات البيوت وذلك لكون النساء العاملات يعانين من مشكلة عدم القدرة على الموازنة بين أعباء العمل ومتطلبات الأسرة والمنزل في وقت واحد، إضافة إلى أن نسبة إصابة النساء بالأمراض النفسية نفوق نسبة الرجال وأن عدد النساء اللاتي يصبن بمرض الإكتئاب ضعف عدد الرجال.

ويؤكد مكي أن هناك العديد من ظروف العمل تسهم في إصابة النساء العاملات بالضغوطات النفسية مثل الأعباء المتزايدة ومحدودية السلطة في العمل، وعدم وضوح دورهن بشكل كبير والصراعات داخل بيئة العمل وفقدان الأمان الوظيفي وضعف العلاقات مع الزملاء والمدراء والعمل في مجال محدود وروتيني ومل، كما أن هناك عوامل أخرى مثل المضايقات والمشاكل الأسرية التي تؤثر كذلك في عمل المرأة.

«أشد وطأة»

– وأشارت الدكتورة آمال نعمان الذبحاني استشاري أمراض العيون إلى أن أهم أسباب انتشار مرض العيون بين العاملين والعاملات هو التعرض للمتغيرات الخارجية مثل الشمس والغبار والأشعة الفوق بنفسجية وذلك عند خروجهم من المنزل إلى العمل، وكذا استخدام الكمبيوتر «الحاسوب» الذي هو من أهم أسباب جفاف العيون، إضافة إلى الذين يعملون في اللحام والمصانع والذين يتعرضون للمواد الكيميائية والمدرسين والمدرسات عند استخدامهم الطباشير فإن تعرضهم لحساسية العيون أشد وطأة.

وتضيف الذبحاني أن هناك بعض الأمراض المعدية التي تكون سببا في انتشار مرض العيون مثل الرمد البكتيري الذي ينتشر بين العاملين والعاملات نتيجة الملامسة والاحتكاك لذا ننصح العاملين عند تعرضهم للرمد بأخذ راحة حتى الشفاء

«المرأة أضعف مناعة»

– وقالت الدبحاني كون المرأة أضعف مناعة من الرجل فإنها تصاب بأمراض العيون المعدية أكثر منه، بالإضافة إلى تعرضها لأمراض إنسداد القناة الدمعية التي تكون أكثر عند المرأة العاملة بسبب تأثيرها بالهرمونات.

وبالنسبة لمن هو أكثر تحمل المرأة أم الرجل تقول الذبحاني لا أظن أن هناك فرق بل يعتمد على شخصية المريض وليس الجنس . والأهم من ذلك الإهتمام بالنظافة وعدم التعرض المباشر لأشعة الشمس والغبار ولبس النظارة الواقية واستخدام قطرات مرطبة عند استخدام الحاسوب والاهتمام أيضاً بالتغذية التي لها دور كبير في تقوية المناعة ضد الأمراض المعدية كالرمد البكتيري والفيروسات المنتشرة بشكل كبير بين العاملين والعاملات.

فرسان المواهب:

المهندس «الصغير» نبيه سلطان: أتمنى أن تكون اليمن بلداً صناعياً منتجاً على مستوى العالم أجمع..

طفل لا يتجاوز عمره أعواما، شغوف بعالم الهندسة والتصليح التي هي بحد ذاتها قدرة لم يكتسبها بل موهبة كرس جل وقته في تنميتها وابرازها، فأبهر كل من رآه وأدهش بحنكته وتميزه كل من حوله بما يملك من مواهب فاقت عمره ورفعت من شأنه وقدره بين الناس..

لقاء/ أسماء حيدر البزاز

نبيه سالم سلطان من مواليد محافظة الحديدة، أشهر ويدخل ربيعه العاشر يحب الاستطلاع والتعرف على مختلف الأجهزة الالكترونية وفتحها ومعرفة لغزها ومغزاها.. محبوب بين زملائه وأقرانه يحب الضحك والمرح ويهوى القراءة والسباحة ومتابعة البرامج العلمية، له شعاره في الحياة دائماً مايردده ولعله الشيء الوحيد الذي ورثه من والده:

العلم يبني بيوتاً لا أساس لها

والجهل يهدم بيوت العز والشرف

● نبيه.. أيها المهندس كيف تقدم نفسك للجمهور؟

– أنا طفل أهوى كل جديد يحمله العصر إلينا باختراعاته الجديدة وتقنياته الحديثة، توفقت في دراستي وأظهرت موهبتي لكل من حولي، لا أحب أن أكون مهمشاً في الحياة، أسعى دائماً إلى أن أكون طفلاً فعالاً في مجتمعه خدوماً لوطنه.. وهذا بالطبع يكمن في إعطاء الخير لكل الناس ومديد المعونة لكل من يحتاج إليها...

بدايات التألق

● **انت الآن في سن الطفولة.. فكيف تقضيها في إنماء موهبتك؟**

– صدقيني لو قلت لك بأنني أبحث عن وقت كاف لإبراز موهبتي وتنميتها، فالدراسة لها وقتها ومستلزماتها من الواجبات والامتحانات، وأنا لي وقتي من نشاطاتي الشخصية واللعب مع أصدقائي، وهذا أبداً لم يعقني في تطوير موهبتي الهندسية التي لا أبالغ إن قلت لكم هي لعبتي ووظيفتي بل هي حياتي كلها..

● **ومن قاسمك هذا الاهتمام وشاركك في الدخول إلى هذا العالم؟**

– عندما كنت صغيراً جداً كان والدي –رحمه الله– يأخذني معه في أكثر مشاويره وأعماله وكان بجانب المحل التجاري الذي يعمل فيه والدي محلاً صغيراً لإصلاح الإلكترونيات، فكنت أحب التأمل إلى ذلك المهندس في كيفية قدرته على إصلاح وهندسة مختلف الإلكترونيات والأجهزة وكيف باستطاعته يتمكن من فتح الآلات والقطع المعدنية ومعرفة العطب والخلل الموجود فيها بقدرة بالغة وسرعة كبيرة، دفعتني حيرتي إلى معرفة آلية عمل ذلك وأحببت في نفسي الفضول لاكتشافها..

● **وماذا بعد ذلك؟**

– بدأت بتطبيق مارأيته على الأجهزة الموجودة في المنزل، وبدأتها بالمسجلة نوع ياباني قديم كانت لأخي الكبير، فدخلت غرفته حال عدم تواجده في المنزل، وقمت بتفكيك مفاتحها والتركيز على الأسلاك والقطع المعدنية والسماعات الصوتية الموجودة بداخلها وتحديد أماكنها بالقرب من المغناطيس الذي يبدو على شكل حدوة الفرس، وإزاء قيامي بذلك قطعت إحدى الأسلاك تلك المسجلة التي رأيت المهندس يقوم بإصلاحها بغية هندستها من جديد لأختبر نفسي في التطبيق، إلا أنني في البداية فشلت في إعادة السلك إلى مكانه الأصلي، فذهبت إلى محل قريب لنا يبيع المواد والأدوات الكهربائية وطلبت منه إعطائي سلكاً بنفس الحجم والشكل وأحضرت على طريقي سمعاً شمعياً لتثبيته إلا أنني فشلت مرة أخرى وتلقيت بعد ذلك مختلف الإهانات والضرب من أخي الكبير..

الفرضة المواتية

● **وهل توقفت حينها عن الهندسة؟**

– هدأت قليلاً.. وأعتقد الآخرون بأنني توقفت عن هذه الفوضى كما كانوا سيسمونها إلا أنني توقفت لأفكر بتلك الطريقة التي استطاع المهندس من خلالها إصلاح تلك المسجلة فطلبت من والدي آنذاك أن يأخذني معه مرة أخرى لأراقب المهندس جيداً واحفظ كل طريقة يقوم بها عن ظهر غيب بعد إن أزعجته بكثرة أسألتي..

● **وإلى ماذا دفعك ذلك؟**

– إلى جمع جميع الساعات الحائطية في المنزل ففككتها وكتبت على ورقة مكان كل قطعة ورسمت شكلاً مصغراً لها حتى لا أنسى ثم أعدت تركيبها من جديد لأرى هل عملت؟ وللأسف لا.. فبدأت بالثانية واتبعت نفسي الآلية في الكتابة والرسم وركزت نتسيق وتصميم مكوناتها وفي الأخير عملت الساعة وعادت كما كانت عليه لقد نجحت أخيراً ولكن لا أحد في البيت صدقني لمن أذهب؟ من سيشاركني فرحتي؟ ليس غير أستاذي نجيب فتبني مدرس العلوم في المدرسة الذي كان خير مشجع لي بنصائحه ومواعظه لمواصلة هذا المشوار لأصبح في المستقبل من مهندس إلى مخترع مبتكر مشهور إن شاء الله تعالى.

● **و كيف أثبت ذلك للآخرين؟**

– حينها بدأت أثق بنفسي وبموهبتي بمعية أستاذي الفاضل نجيب الذي كان يوضح لي كيفية صهر المعادن وتلحيمها بما يتناسب مع أشكال وأحجام الأجهزة الالكترونية ومن ثم يبين لي بطريقة علمية ماهية الأجهزة ومكوناتها ومن أبرزها التلفون والتلفزيون ودور الدوائر المهتزة والأقراص الالكترونية والتيارات المعبرة عن الصوت والصورة في عملية الإرسال والاستقبال بطريقة علمية، فبدأ من حولي يحترم موهبتي بإصراري على مزاولتها..

● **وهل كانت لك تجارب هندسية ناجحة؟**

– بدأتها في إصلاح جوال عمي الذي أصابه عطل في سماعته الداخلية فاضطررنا إلى شراء سماعة بـ١٠٠٠ريال داخلية جديدة لكون الأولى فصل فيها، عملية الإرسال وتعطلت وظيفتها إثر تعرض الجوال للسقوط ونجحت في ذلك ونلت احترام من حولي الذين أطلقوا علي بعدها باش مهندس نبيه حتى كان جيراني إذا تعطل عليهم جهاز التلفزيون أو الراديو يقومون أولاً بإخباري فيما إذا كنت قادراً على إصلاحه وبعون الله تمكنت من إصلاح العديد والعديد من الأجهزة الكهربائية والدرجات الهوائية..

يمن صناعي

● **وإثر ذلك هل كانت لك مشاركات ابرزت موهبتك؟**

– أين أشارك؟ ومن سيدفعني إلى ذلك ويأخذ بيدي بعد وفاة والدي فأنا إنسان يتيم لم أجد من يقف إلى جانب موهبتي سوى أستاذي نجيب الذي شرح لي دائماً ما استصعب على فهمه بالإضافة إلى المهندس طلال باشر الذي كان خير مطبق عملي لما تعلمته وهذان لهما الفضل الفضل الكبير علىّ بعد الله سبحانه وتعالى..

● **لماذا تحب اليابان؟**

– لأنها بلاد العمل والعطاء بلاد المخترعين والمبدعين والمنتجين، لأن قدوتي في عالم موهبتي صاحب الفضل العظيم في جعل اليابان من بلد مستهلك إلى بلد صناعي منتج على مستوى العالم أجمع هو أوتاكيو أوساهيرا مبتكر النهضة الصناعية الكبرى في اليابان وسر رقيها وتقدمها بين الشعوب..

● **وهذا ماتتمناه لبلدك؟**

– باليت أن تصبح اليمن بلداً صناعية إنتاجية كبرى صاحب فضل على العالم أجمع، وهذا لا يكون إلا بتشجيع المبدعين والمخترعين والمهندسين ودعمهم دعماً مادياً ومعنوياً حتى يخرج من عندنا مخترع كـ أديسون وجرهام بل ورايلي اللورد.

● **أيها المهندس المبدع المتألق قبل النهاية.. لك الميدان والفرس انطلق بكلماتك اينما شئت.**

– إلى السماء لأدعو لأبي بالرحمة وأعده بأنني ساكون كما عاهدته من قبل وأقولها للجميع اليمن بحاجة إلى شبابها ورجالها وفتياتها في بناء مستقبل مليء بالإبداع والإنجاز العلمي يمن صناعي منتج على مستوى العالم أجمع..

مشهد لايغيب

في حكماء الأرض

أحمد علي المالكي

أيها العالم إشهد
هاهي الحكمة في اليمانين
تجلت.. غادرت
أرضهم فتنة شعواء
وولت..
فتنة الدجال فرية
كشفوها اليمنيون
فبانت!؟!
بعد أن أشعلت
ثم ثارت
في بلاد العرب صالت
وجالت !؟!
وأمام الحكماء المؤمنين
إستحالت
حكماء الأرض
اليمانون هم
خير شعب
ناصروا دعوة المصطفى
حين جاءت
بالهدى والنور
وفي الأرض
أضاءت
صادقين مصدقين
أتت وفود الحكماء
يومها إلى الرسول
وتوالت
ولقد قالها خير
خلق الله عنهم
في أحاديث
صحيحات
حكماء مؤمنون
يحملون قلوباً
لينة ورقيقة
إن تعادت رجعت
وتحابت
هاهي الحكمة
في اليمانين تجلت
ومخططات
العنف والتمزيق
في أرض السبأيون
خابت
بعد أن كانت
رياح الشر هبت
تضرم النار
سموم
اللقاحات

●●●

.. اليمانون أمة إقتدت
بهدي المصطفى
واستنارت
ولصوت العقل
والحكمة
عادت واستجابت
وحدت صفها
نعم رأي ونعم
الخيارات
ويقرب الكعبة
الغراء.. قلوب
اليمانين..
.. تصافت
والأيادي
تلاقت
وطوت في
الرياض صفحات
الخلافات
وقعوا الاتفاقات
برعاية هير قادات
فهنيئاً لليمانين
عظيم الانتصارات

●●●

وإلى الآت كفى
شعبنا عانى
أشد المعاناة
حان وقت البنا
يا إتلافات
يا حكومة
يارعايا وقادات
نتناسى كل
مافات..!؟!
ونسموا فوق
كل الجراحات
لنرى العالم أنا
نعم شعب حكماء
أوفياء
واليمن.. أم
الحضارات