



المشاركون من الأطفال وأولياء الأمور وممثلي الشركات الراعية

ختم أنشظة "EatHealthyQ8" بحضور حاشد رعد: إنقاص 100 كيلو من أوزان 30 طفلاً خلال شهر وتغيير نمط حياتهم إيجاباً

نسبه مفقودة من معدل كتلة الجسم وكذلك على أساس مدى الالتزام بالحضور إلى التمارين، وقد فاز بالمرتبة الأولى نواف خاطر ومريم الكندري وفاز بالمرتبة الثانية حسين غالب ودلال الرويشد، وحصل عبدالعزيز العصيمي ورقية الجاسر على المرتبة الثالثة، وأتى خالد الكندري وثورة الحبشي في المرتبة الرابعة.

الجدير بالذكر أن المبادرة كانت تهدف إلى كبح الظاهرة المتزايدة لانتشار السمنة المفرطة بين الأطفال في الكويت من خلال تعليم الأطفال كيفية تحسين عاداتهم الغذائية بمساعدة أولياء أمورهم ومدارسهم، وهي نتاج تعاون بين فريق العمل في مبادرة EatHealthyQ8 والرعاة الداعمين للمبادرة وهم: الإدارة العامة للتعليم الخاص، وزارة التربية والتعليم، وزارة الصحة، المنظمة الدولية للهجرة، أربنا للفنادق والمنجعات، شركة الأرجان العالمية العقارية، أيسات، الخليج للتأمين، البنك الأهلي المتحد، مجموعة V-Max، علي عبدالوهاب المطوع، فور فيلمز والعديد من الجهات الإعلامية، وتم فيها جمع بين 11 و 14 عامساً من 10 مدارس للمشاركة في برنامج التغذية الصحية EatHealthyQ8.

• حنان عبد المعبود

التي قضيناها مع المربين وإخصائسي التغذية عاد إلينا الأمل في أنه يمكننا أن نغير طريقة حياتنا وأن نستمتع بالرياضة وبالآكل الصحي، وبالإجابة عن كل زملائنا المشاركين أود أن أقدم الشكر الجزيل لكل من ساهم في تغيير حياتنا للأفضل وإعطائنا الأمل في تغيير حالتنا الصحية والتغذية بدورها، قالت رئيسة

قسم التغذية في دايت سنتر واستشارة الصحة والتغذية في مبادرة EatHealthyQ8. فأتت غرزة الدين: أؤمن بأن كل طفل شارك في هذه المبادرة جدير بلقب فائز، فكان هدفنا مساعدة الأطفال على اتباع نمط حياة صحي وتعليمهم مبادئ عيش حياة مفعمة بالصحة والحيوية، وكان هذا التغيير الجذري أمراً في غاية الصعوبة على هؤلاء الأطفال لكنهم استطاعوا التغلب على هذه الصعاب وخرجوا من هذا البرنامج راحين، استطعنا القول أن مبادرة EatHealthyQ8 حققت نجاحاً باهراً وانني أؤمن بأن هؤلاء الأطفال جاهزون للبدء في عيش نمط حياة أكثر صحة بأنفسهم.

وأضافت: لم تحقق هذه المبادرة هذا النجاح لولا جهود وتفاني مدربي C-Club الذين استمروا في تشجيع الأطفال على الاستمرار وحرص حب ممارسة الرياضة والأنشطة البدنية فيهم.

وفي ختام الحفل تم تكريم الفائزين الثمانية في المرحلة النهائية الذين تم اختيارهم على أساس أكبر

اختتمت أول مبادرة وطنية مصممة لكبح الظاهرة المتزايدة لانتشار السمنة المفرطة بين الأطفال في الكويت EatHealthyQ8، والتي هدفت إلى تعليم الأطفال كيفية تحسين عاداتهم الغذائية بمساعدة أولياء أمورهم ومدارسهم، وإعلان عن الفائزين من الأطفال المشاركين بحضور أولياء أمور الأطفال وفريق عمل المبادرة والعاة الرسميين. وأقيم الحفل الختامي بفندق موفنيك وتضمن عرض فيلم قصير يسلط الضوء على رحلة الأطفال في فقدان الوزن، ويقدم ملخصاً للبرامج التي تم تنظيمها خلال المبادرة، والأنشطة البدنية والتمارين الرياضية بالإضافة إلى نبذة عن الدورات التعليمية المكثفة للأطفال وأولياء أمورهم المنظمة من قبل.

من جانبها، قالت المديرية التنفيذية لدايت سنتر ومنظمة المبادرة، رانيا رعد: نختتم اليوم المبادرة ونحتفل معا ببدء حياة لنمط حياة أكثر صحة لأطفالنا الصغار، في البداية لم تكن متأكدين بشأن النجاح الذي يمكن تحقيقه أو بالالتزام الأطفال بهذا البرنامج، وبالرغم من التحديات أثبت لنا هؤلاء الأبطال الـ 30 عكس ذلك، فقد تجاوزوا كل توقعاتنا وأثبتوا لنا أنهم قسارون على هذا التحدي للبدء في عيش نمط حياة أكثر صحة، لقد استطاع الأطفال من خلال هذه المبادرة إنقاص إجمالي 100 كيلوغرام في 30 يوماً، واستطعنا من خلال هذا النجاح الباهر أن نتقدم خطوة إلى الأمام في إحداث تغيير إيجابي في حياة أبنائنا الأعزاء.

وقال الطفل عبدالعزيز العصيمي ممثلاً عن الأطفال المشاركين في المبادرة: انضمنا في برنامج المبادرة لأننا مللنا من أسلوب الحياة غير الصحي الذي كنا نتبعه ولأننا كنا على وشك أن نفقد الأمل في تغيير نمط الحياة هذا، لكن بعد الفترة الوجيزة

أطباء الحساسية في مركز عبدالعزيز الراشد يصرون توصياتهم في ختام اليوم العالمي للربو العززي: علاج الربو من قبل اختصاصيين بأمراض الحساسية المناعية و85% من المرضى الكويتيين لديهم حساسية بالأنف أو الجلد

وأفاد بأن دراسات سابقة وحالية تشير إلى تحسن ملحوظ وتخفيف أعراض الربو وأمراض الحساسية الأخرى عند أخذ تطعيمات مناعية مضادة للمحسسات البيئية في الكويت، مشيراً إلى أن مركز عبدالعزيز الراشد لأمراض الحساسية يحرص على إضافة كل ما هو جديد وحديث في مجال علاج أمراض الحساسية، ولديه دور رائد في المنطقة في البحوث والدراسات الخاصة بعلاج أمراض الحساسية.

بروتوكولات تدخلية

وتابع: كما أن لقسم الحساسية في المركز العديد من البروتوكولات التدخلية للمخلص من أمراض الحساسية مثل العلاجات الداعمة للمناعة والعلاجات البيولوجية، حيث يستمر أطباء الحساسية في تقديم البحوث والدراسات والمشاركة الفاعلة في المؤتمرات العلمية العالمية للارتقاء بالخدمات المقدمة للمرضى على مستوى وزارة الصحة، وذلك بفضل الدعم غير المحدود من قبل قيادات وزارة الصحة ممثلة في وزيرها د.محمد الهيفي ووكيل الوزارة د.خالد السهلاوي.

• عبد الكريم العبدالله

مرض الربو. معتبراً هذه الأرقام مهمة جداً وهي الأولى المعلن عنها، حيث إنه بات معروفاً أن مرض الربو هو جزء لا يتجزأ من حالة عامة بالجسم تعرف بمرض التأتب.

وأوضح د.العززي أن الكثير طيباً أن الدراسات الأوروبية الكبرى تشير إلى أن أكثر نسبة للتحكم الجيد بالربو هي 29% في أوروبا، أما دراسات مركز الحساسية في الكويت فوجدت أن أكثر من 40% من المرضى المراجعين لقسم الحساسية يمكن التحكم في المرض لديهم، بزيادة أكثر من 10% عن الأرقام الأوروبية، حيث تشير الأرقام العالمية إلى أن هذا الفرق هو بسبب حرمان المرضى من مناقشة طبيب الحساسية المناعية من رسم خطة علاجية للمرض لديهم.

تطورات عالمية

بدوره، أكد استشاري أمراض الحساسية والمناعة في مركز عبدالعزيز الراشد للحساسية د.ناصر الأحمد على أن اليوم العالمي للربو الذي نظمه المركز ناقش آخر التطورات العلمية في مجال تشخيص وعلاج مرض الربو والذي يجرى مركز الحساسية في الكويت على الوقوف عليها وتقديمها للمرضى المراجعين.



د.ناصر الأحمد



د.علي العززي

الحساسية لجميع مرضى الربو لمعرفة مسببات التدهور لديهم وبالتالي تفاديها عن طريق الأوصال والتطعيمات، بالإضافة إلى تحديد حدة مرض الربو للمريض من قبل مركز الحساسية لتحديد حاجة المريض لعلاجات غير العامين في المستشفيات أو المستوصفات، علاوة على تحديد خطة علاجية لأمراض الحساسية الأخرى المصاحبة لمرض الربو للقضاء عليها قبل استفحالها وصعوبة علاجها.

حساسية مصاحبة

ولفت إلى أن هذه التوصيات جاءت بعد مناقشة بعض الدراسات التي أجراها مركز الراشد للحساسية والتي تشير إلى أن ما يقارب 85% من مرضى الربو الكويتيين لديهم حساسية أخرى بالأنف أو الجلد أو غيرهما مصاحبة

وأكد رئيس قسم الحساسية في مركز عبدالعزيز الراشد لأمراض الحساسية د.علي العززي أن التوصيات تمثلت في ضرورة علاج مرضى الربو من قبل طبيب مختص في أمراض الحساسية المناعية، والذي يحدد بدوره المحسسات المؤثرة على المريض ويرسم الخطة العلاجية الواجب اتباعها، أما في حال معالجة مرضى الربو عن طريق أطباء آخرين، فمن الضروري التواصل مع أطباء الحساسية وذلك للإبلاغ في حال اكتشاف محسسات جديدة في البيئة الكويتية لإضافة علاجات مناعية لإزالة الحساسية.

فحوصات شاملة

وذكر في تصريح صحافي على هامش ختام اليوم العالمي للربو والذي نظمه مركز الراشد للحساسية أن التوصيات شددت على ضرورة القيام بفحوصات شاملة ودقيقة لمسببات

كاديلك ATS الجديدة بالكامل

الفخامة بروعة التكنولوجيا وقوة الأداء

اقتني الفخامة مع أي من سيارات كاديلك واحصل على

10,995

لبدء من ذلك

تأمين شامل لمدة سنة

سيارة العام 2013 في أمريكا الشمالية

- ملوورة بمحرك 3.6 ليتر، V6، بقوة 321 حصاناً، ومحرك 2.5 ليتر، 4 سلندر بقوة 202 حصاناً
- أضع سيارة في فلتها بتسارع من 0 - 100 كم/ساعة خلال 5.4 ثانية
- نظام CUE، تجربة مستخدم كاديلك، الترفيهي والمعلوماتي بشاشة 8 إنش تعمل باللمس مع نظام الأوامر الصوتية، والربط مع أجهزة البلوتوث، كروت SD ومشغل MP3 ومناقل USB
- شاشة عرض منعكسة على الزجاج الأمامي
- فرامل برميون قياسية

برنامج الرعاية المتميز من كاديلك

- خدمة وصيانة 4 سنوات/ 100,000 كلم
- المساعدة على الطرق في أنحاء الشرق الأوسط 4 سنوات غير محددة المسافة*
- ضمان 4 سنوات/ 100,000 كلم
- خدمة التوصل عند أعمال الصيانة الدورية وسيارة بديلة عند أعمال التصليح تحت الكفالة*

صفحة الفانم (الري)، 24754400 أوقات الدوام، من 8:30 صباحاً حتى 10:00 مساءً

www.alghanimauto.com



د.فاتن غرزة الدين



رانيا رعد

مايو..شهر التوعية بالصحة النفسية

نوبات الهلع

من ٣٠ شخص يصاب باضطراب الهلع

هل تصاب بنوبات من:

- خفقان القلب
- غثيان
- تعرق بارد
- إحساس بالاختناق
- الخوف من الموت أو الجنون
- التمثل

لا تقلق! العلاج فعال

• خدمات وصيانة 4 سنوات/ 100,000 كلم

• المساعدة على الطرق في أنحاء الشرق الأوسط 4 سنوات غير محددة المسافة*

• ضمان 4 سنوات/ 100,000 كلم

• خدمة التوصل عند أعمال الصيانة الدورية وسيارة بديلة عند أعمال التصليح تحت الكفالة*

صفحة الفانم (الري)، 24754400 أوقات الدوام، من 8:30 صباحاً حتى 10:00 مساءً

www.alghanimauto.com