

عروض خاصة ومميزة على خدمات الليزر والتجميل لدى مستشفى طبية

واحدة قصيرة. وأضاف المعلي: يعتبر مستشفى طبية أحد أفضل مستشفيات الكويت من حيث جودة وتوعية الخدمات المقدمة وهو أحد المستشفيات القليلة الحاصلة على شهادة الاعتماد الدولي JCIا من اللجنة الأمريكية الدولية المشتركة في مجال الرعاية الصحية، فنحن نحرص على تقديم أفضل الخدمات الطبية تحت إشراف طاقم طبي متمرس وباستخدام أحدث الأجهزة الطبية.

الكاربوكسي بسعر 50 ديناراً لأربع جلسات، وماسك تفتيح البشرة وتوحيد اللون بسعر 45 ديناراً، وتوريد الشفافيل بالليزر بسعر 60 ديناراً للثلاث جلسات، وحقن الميزوثيرابي لإزالة الدهون بسعر 90 ديناراً لثلاث جلسات، وحقن الجسم ورفع الحواجب لتساقط الشعر بسعر 90 ديناراً لأربع جلسات، بالإضافة إلى خصم نسبة 30٪ لكل من جهاز Revlite للتصبغات وعلاج الكلف، وخصم على الخيوط الجراحية التي تستخدم لشد الوجه والجسم ورفع الحواجب وتحديد الشفاه وذلك دون الحاجة لتدخل جراحي فهي متمازج بنتائج المضمونة والتي تستمر لمدة تصل إلى سنتين عن طريق الخضوع لجلسة

أعلن قسم الأمراض الجلدية والليزر في مستشفى طبية عن عروضه المميزة بمناسبة نهاية العام، تشمل العديد من الخدمات مثل خدمات الليزر للجسم، حقن الفيلينز والبيوتكس والميزوثيرابي وغيرها العديد من الخدمات. وحول هذا الموضوع، صرح مسؤول التسويق في مستشفى طبية سعد المعلي قائلاً: يعتبر أحد أكثر الأقسام استقطاباً للمراجعين ومن هنا تولدت لدينا فكرة تقديم عدد من العروض الخاصة لمراجعيها الكرام لاستقبال العام الجديد وذلك كعربون شكر لثقة المراجعين بخدماتنا المقدمة ذات الجودة العالية والنتائج المميزة.

وبالحديث عن العروض المقدمة، ذكرت د.هيام رزق الله، اختصاصي الأمراض الجلدية لدى مستشفى طبية قائلة: ان العروض المقدمة في قسم الجلدية والليزر مستمرة لنهاية العام والتي تشمل عروضاً على ليزر إزالة شعر الجسم والتي تبدأ من 40 ديناراً، وحقن الفيلينز وإبرة التضارة بسعر 99 ديناراً وحقن البيوتكس وإبرة التضارة بسعر 99 ديناراً، وفتح الهالات السوداء بجهاز



سعد المعلي



د.هيام رزق الله

د. إيمان اختصاصي روماتيزم طب طبيعي في مستشفى السيف: الفيتامينات ضرورية لصحة الجهاز الحركي

لها المرض وخصوصاً كسر عنق الفخذ، وأرجعت هذه الأبحاث هذه النتائج لنقص فيتامين د، وذلك ما لنقص الحصول عليه سواء بعدم التعرض للشمس لمدة كافية، أو ارتداء ملابس تغطي الجسم كله كل الوقت (الحجاب) أو عدم تعاطيه بالمكميات الكافية من خلال الطعام والمكملات الغذائية، هذا بالرغم من توافر الشمس لمدة طويلة معظم فصول السنة في كثير من هذه المناطق.

الحجاب والهشاشة

وتدل بعض الأبحاث على نقص فيتامين د والهشاشة ووجدت أن هناك علاقة وثيقة بين الحجاب ونقص فيتامين د حيث نقص وقلة التعرض لأشعة الشمس وهي المصدر الرئيسي لتصنيع هذا الفيتامين من خلال الجلد وبالتالي هؤلاء المرضى يكونون أكثر عرضة لمرض هشاشة العظام والأم العضلات المزمنة ونوبات الصداع المتكرر والإكتئاب وخلافاً من تبعات أخرى. كما أن الحجاب يعتبر عامل حماية ووقاية ضد التعرض لأشعة الشمس الضارة وكذلك التعرض للمعاصف الرملية الحادة حيث البيئة الصحراوية حتى ولو كانت تهبت بعض الشيء بعد زيادة العمران وتأكيداً لذلك حتى الذين يتعرضون للشمس بدون حجاب قد لا يستفيدون من الشمس ولكن المسألة مسألة الكيف وليس الكم.

ولذلك فإن التعرض 15 دقيقة من ثلاث إلى أربع مرات في الأسبوع على منطقة الساقين أو الذراعين أو الظهر قد تكون كافية لإنتاج الكمية المطلوبة من فيتامين د فترة الصباح المبكر من الثامنة حتى فترة ما قبل الضحى وفترة ما بعد الظهيرة بعد انكسار الشمس وتصبح غير عمودية، وذلك في أي مكان بالمنزل تدخله أشعة الشمس المباشرة من خلال زجاج شفاف أو الحديقة الخلفية للمنزل أو أي مكان خارج المنزل آمن ومناسب من الناحية الاجتماعية لكل مجتمع.

التخلص منها بسهولة وهذا قد يسبب تسمم وأعراض جانبية كثيرة وخطيرة. فيتامين د: ما الحقيقة وراء هذا الفيتامين هل هو مجرد فيتامين أم هرمون أو شبيه بالهرمون من حيث طريقة تأثيره وسلوكه الحيوي داخل الجسم وهل هناك ضرورة للحفاظ على نسبة تركيز معتدلة بالدم وما أحدث الأبحاث المتعلقة بهذا الفيتامين، حيث أنه تقريباً يمثل الفيتامين الأكثر تداولاً وتأثيراً على العظام وكل ما يتعلق بها.

فيتامين د من أكثر فيتامينات المجموعة الدهنية الأكثر جدلاً حديثاً وذلك لأهميته في عدة عمليات حيوية كعملية بناء العظام وبالتالي العضلات والمفاصل وصحة أتران الجهاز المناعي وهذا يمثل عاملاً مهماً للأمراض المناعية مثل الروماتويد والنذبة الحمراء وضعف الذاكرة المتوارث والتهاب الجهاز العصبي التيبسي (أم أس)، بالإضافة إلى ليوثة العظام في صغار وكبار السن وهو المرض الأكثر شيوعاً نتيجة نقص فيتامين د.

هناك أكثر من نوع لفيتامين د، (د1، د2، د3، د4، د5) وأكثرها شيوعاً وأهمية إلى الآن د2و د3.

يمكن أن نتناول فيتامين د وما الجرعات المناسبة؟ يمكن تناول هذا الفيتامين على حسب استشارة الطبيب المختص لأنه سيحدد من إذا كانت الأعراض التي تشتكي منها كافية لتعاطي الفيتامين أم هناك حاجة لعمل التحاليل اللازمة لقياس نسبة الفيتامين بالدم أولاً ثم تحدد الجرعات المناسبة سواء عن طريق الحقن العضلي أو الحبوب اليومية، الأسبوعية أو الشهرية أو بخاخ تحت اللسان.

علاقة نقص فيتامين د بمرض هشاشة العظام

وجد أن نسبة انتشار مرض هشاشة العظام بالدول النامية في منطقة الشرق الأوسط وأفريقيا وآسيا عالية، وفي الجنس الأبيض القوقازي والأصفر الصغير البنية أكثر عرضة وانتشاراً من الأفارقة، والنساء أكثر منه في الرجال وذلك على حسب نسبة الكسور التي يتعرض

أكدت اختصاصي روماتيزم طب طبيعي في مستشفى السيف د.إيمان فكري جمال الدين أهمية الفيتامينات وصحة الجهاز الحركي، فما الفيتامينات وما تعريفها، وأنواعها، وأهميتها بالنسبة للصحة؟ ولماذا هذا الهوس بها؟ وهل هناك مخاطر أو آثار جانبية لاكتثار من تعاطيها؟ وما الفيتامينات الأكثر تأثيراً على الجهاز الحركي خصوصاً مع نقصها في الجسم؟

فلنبحر معاً على شط هذه المجموعة من المواد الطبيعية التي تحتاجها أجسامنا بكميات صغيرة جداً ومحددة ولكن أي خلل فيها بالزيادة أو النقصان يؤدي إلى أعراض وأمراض قد تكون شديدة.

الفيتامينات: مواد عضوية تلعب دوراً مهماً وأساسياً في عملية البناء والهدم والأيض والنتاج الطاقة واتمام العمليات الحيوية للأنسجة والاعتقشة المختلفة بالشكل المتكامل والأفضل، وهي تؤدي عملها كالكالسيوم وأشبهه بالإنزيمات.

والجسم يحتاج هذه الفيتامينات بكميات ضئيلة جداً تقدر بالميكروغرام أو الوحدات الدولية وعادةً واثماً نحصل عليها من الغذاء الذي نتناوله: بروتينات - حيوانية ونباتية، كربوهيدرات، دهون (حيوانية ونباتية)، خضراوات، فواكه) ما عدا أنواع قليلة التي نستطيع تصنيعها بأنفسنا داخل الجسم. وتنقسم الفيتامينات إلى مجموعتين: الأولى: الفيتامينات المائية مثل مجموعة ب (ب1، ب3، ب6، ب12، ب9 حمض الفوليك) وفيتامين سي. والثانية: الفيتامينات الدهنية ومنها د، ا، ك، اي.

ما المصادر الأساسية للحصول على هذه الفيتامينات؟

عادةً نحصل على الكميات الكافية والضرورية من الأغذية بجميع أنواعها وذلك في الظروف العادية، ولكن في بعض الظروف الصحية قد نحتاج لمصادر أخرى لتمدنا بما نحتاجه من الفيتامينات سواء عن طريق الأدوية والمكملات الغذائية المختلفة. هل هناك أي فروق بين المجموعتين؟ المجموعة الأولى مائية الامتصاص وهي التي تحتاج إلى وسط مائي للامتصاص والتفاعلات الحيوية وتتحرك بحرية في الجسم وهي لا تخزن بالجسم لفترات طويلة ويتم التخلص منها عن طريق الكليتين ما عدا فيتامين ب 12 الذي يخزن بالكبد ولهذا فزيادة تعاطيه لفترات طويلة وبمقدار كبير قد يؤدي للكبد ويؤدي إلى التسمم وايداء الاعصاب. اما الثانية فهي دهنية الخواص أي تحتاج إلى وسط دهني لعملية الامتصاص والتفاعلات الحيوية، من خصائصها أنها تخزن بالجسم لفترات طويلة ولا يتم

رئيسة قسم التغذية العلاجية لدى مستشفى طبية العسكر: الغذاء السليم يلعب دوراً في الوقاية من السرطان

السرطان ومنع المواد المسببة للسرطان من دخول الخلايا السليمة.

أضف القوم إلى: الروبيان المتبل مع زيت الزيتون والفلفل الحار (الثوم يساعد على إطلاق الإنزيمات المفيدة).

النشاي الأخرى

السر: مادة البوليفينول، تظهر هذه المواد المضادة للاكسدة لمنع الخلايا السرطانية من الانقسام والتكاثر. وقد أظهرت الدراسات أن أوراق النشاي الأخضر للجافة تحتوي على 40٪ البوليفينول من حيث الوزن، ما يحسب من خطر الإصابة بسرطان المعدة، الرئة، القولون، المستقيم، الكبد والبنكرياس. أضف النشاي الأخضر إلى: شاي الضحى يوميا.

الأفوكادو

السر: مادة الجلوتاثيون، أحد مضادات الأكسدة القوية، التي تهاجم الخلايا السرطانية وتمنع امتصاص الأمعاء للدهون، وهو مصدر قوي لدينا كاروتين، ويمد الجسم بالبيوتاسيوم أكثر من الموز، ويعتقد العلماء أنه مفيد أيضاً في علاج الفيروسات الكبدية المسببة لسرطان الكبد.

يمكنك إضافة ½ أفوكادو إلى: السلطة أو مع الخبز الأسمر كامل الحبوب + شريحة جن الجودا قليلة الدسم + طماطم + ورق الريحان.

أو مشوية مع ملعقة زيت جوز الهند.

الطماطم

السر: اليكوبين، مضاد للاكسدة يحارب الجذور الحرة. والجذور الحرة هي جزئيات أو كسجين غير مستقرة إذا تركت مفردة تسببت في تلف الخلايا، وبالتالي الإصابة بالسرطان. أضف الطماطم إلى: صلصة الباستا (الطماطم المطبوخة تحتوي على مصدر لليكوبين من الطماطم النيئة).

الفلفل الحار والهالينيو

السر: الكيساينين، الذي يعمل على تعطيل بعض المواد المسببة للسرطان، ما يساعد على الوقاية من أمراض السرطان التي تصيب المعدة والقولون.

يمكنك إضافتها إلى: الفاهيتا بالسبانخ أو القمح الكامل، البيض المخفوق، السالسا مع الهالينيو: يضاف مع الكزبرة والثوم والليمون + ملحقتان من زيت الزيتون.

الثوم

السر: المواد الكيميائية النباتية، يقي من نمو بكتريا الهليكوباكتر بيلوري والتي تعد أحد عوامل الإصابة بسرطان المعدة والقولون، كما يتكون من مركب السيلينيوم، يساعد على زيادة نشاط الخلايا المناعية التي تحارب

المواد المسرطنة المحتملة، وبالتالي منع الخلايا الطبيعية من التحول إلى خلايا سرطانية. أضف الثوت إلى: الزبادي، عصيدة الشيا وبنور الكتان، العصائر الطازجة.

البروكولي والملفوف والفربيط

السر: المواد الكيميائية النباتية. تملك هذه المواد قدرة كبيرة على مكافحة سرطان الثدي عن طريق تحويل هرمون الأستروجين المعزز للسرطان إلى مجموعة من الهرمونات الأكثر وقاية. إحدى هذه المواد الكيميائية النباتية هي السولفورافان التي تعرف بوظيفتها المساعدة على إنتاج إنزيمات محددة قادرة على تعطيل المواد المسرطنة.

يمكنك إضافة هذه الأطعمة إلى: العجة، عجينة البيتزا الرقيقة المحضرة مع طحين اللوز أو الطحين الأسمر، الخضرة السوتيه



نورة صالح العسكر

هل يمكن أن تساعد بعض الأطعمة على منع السرطان؟ نعم، فوفقاً لتقرير صادر عن المعهد الأميركي لأبحاث السرطان تعزى 30-40٪ تقريبا من حالات السرطان إلى النظام الغذائي.

فقد أكدت رئيسة قسم التغذية العلاجية لدى مستشفى طبية نور العسكر أن الدراسات أظهرت أن بعض الأطعمة تساهم فعلياً في تطوير السرطان؛ وغيرها من الأطعمة تقلل من المخاطر وأظهرت وجود العلاقة العكسية المباشرة ما بين استهلاك الخضراوات والفواكه والإصابة بأمراض السرطان في مواقع الجسم المختلفة. عدت هذه العلاقة حقيقة علمية مقرر، خاصة في أنواع السرطان التي تصيب المعدة والرئة والربو وبطانة الرحم والبنكرياس والقولون. الغذاء ليس مجرد خيار، انه ضرورة منغدة للحياة. بعض هذه الأغذية التي يجب أكلها في شكل يومي:

الثوت الأرجواني

السر: مضادات الأكسدة. يعد الثوت الأرجواني الداكن من أهم مصادر مضادات الأكسدة الفعالة كونها تحتوي على الأنثوسيانين، التي تعطي الثوت لونها الغني والحيوي. وهي تحمي من السرطان من خلال تحفيز الجسم على التخلص من

نورة صالح العسكر

رئيسة قسم التغذية العلاجية لدى مستشفى طبية حاصلة على ماجستير التغذية العلاجية من المملكة المتحدة. حاصلة على البورد الأمريكي في التغذية العلاجية - الأولى في الكويت. عضو جمعية التغذية الأمريكية. عضو كلية الطب البديل الأمريكي.

«جاليري لها».. منتجات راقية برعاية «كوستا ديل سول»



(إسامة أبويعقوب)

السفير اللبناني د. خضر حلوي والأب افرام الطمعي يتوسطان عددا من المشاركين بعرض لها

بالإضافة إلى فنون تزيين البوفيهات الراقية. وتذوق الحضور ما أبدعه الطهاة من أطباق شهية وأعربوا عن إعجابهم الشديد بكل ما تم عرضه على مدى يومين متتاليين، واثنوا على ما يقدمه المعرض، برعاية فندق كوستا ديل سول، من دعم وتشجيع للمواهب الشابة المختلفة التي قدمتها المشاركات في المعرض والتي تجسد في الأعمال اليدوية المبدعة.



(هاني عبدالله)

مشاركات بعرض لها



مشاركة امام معروضاتها



السفير د. خضر حلوي يتجولا في معرض لها

«ذي بودي شوب» تطلق عطر المسك الأحمر الجديد

للوصول إلى اللبنة الأنثوية بالعطر المتكبر. ماهو الدافع وراء اختيارك الفلفل والتوباكو والقرقة كعناصر أساسية في تركيبة العطر المتكبر؟ اخترت الفلفل لحدته وتناغمه مع القرقة التي تمنح الدفء، واخترت لمسة التوباكو لإعطاء العطر إحساساً بالنعومة وحالة دائمة من الشعور بالدفء. هل ابتكرت العطر تأثراً بشخص ما؟

نعم بالتأكيد فقد الهمني فيلم «هاي هيلن» لمخرج المودوار المعروف بأفلامه التي تركز على النساء وغالباً ما يستخدم لمسات حمراء في أفلامه ليخلق الضوء على الجانب العاطفي عند المرأة.

الأمر لتعزز هذا التحدي في تغيير مفهوم العطر الأنثوي. سيكون عطر المسك الأحمر متوقفاً في محلات ذي بودي شوب في عبوتين مختلفتين بحجم عطر المسك الأحمر بسعة 100 مل وعبوة بسعة 60 مل، بالإضافة إلى العطر بالقوام الزيتي 30 مل ليكون ممكلاً لمجموعة العطور الراقية.

أسالي الخبيزة كورين كاشن من DROM Fragrances - مبتكرة عطر المسك الأحمر: ماهو الهامك لابتكار عطر لا يدخل بتركيبته إلا التوابل؟ أردت ابتكار عطر ليس نسائياً 100٪ بل أردت تغيير قواعد العطر النسائي المميز دائماً بل العطر النسائي الذي عوضا عنه روائح ذكية دافئة من التوابل مزوجة بالمسك



مع مبادئ شركة ذي بودي شوب المناهضة للتجارب على الحيوانات في مجال مستحضرات التجميل، ففسر بذلك القاعدة واستعاض عن المسك الصناعي من الأوزل بالمسك الصناعي، لذلك جاء ابتكار مجموعة عطور المسك

عطر خال من الورد مزيج من رائحة المسك والتوابل

اشعري بالحمامس وتهبتي لإحساس فريد من مزيج من الفلفل والقرقة والتوباكو في زجاجة واحدة لنقدم لك سيدتي عطراً فاخراً يلهب المشاعر من خلال نفاحات أنثوية نابضة. إنها تشكيلة عطور «المسك الأحمر» الجديدة من ذي بودي شوب. كوني على استعداد واكتشفي هذا العطر الرائع بالخليط المتجانس من المسك المزوج مع التوابل بدون أي نفاحات من الزهور.

يشكل هذا العطر علامة فارقة في تاريخ مجموعة عطور ذي بودي شوب، فمُنذ عام 1981 تم ابتكار أيقونة العطور «وايت مسك» وكان أول عطر يحتوي على المسك الصناعي والأوزل بتركيبته التي لا تحتوي على مكونات حيوانية تماشياً



د.إيمان فكري