

«الأنباء» تنفرد بنشره.. ويهدف إلى تحقيق نتائج مهمة في التشخيص والعلاج «الصحة» تعتمد بروتوكولا لفحص فيتامين «د» بمختبراتها

عبدالكريم العبدالله

اعتمدت وزارة الصحة بروتوكولا خاصا لـ «فيتامين د» بهدف تطبيق الطريقة المثلى لفحصه لتحقيق نتائج مهمة في التشخيص والعلاج. وجاء اعتماد البروتوكول الذي تنفرد «الأنباء» بنشره من قبل وكيل وزارة الصحة د. خالد السهلاوي، ويعد تشكيل لجنة مشتركة من اختصاصي الغدد الصماء والكيمياء الكلينية لدراسة أهمية وفائدة الفحص في التشخيص والعلاج مع اقتراح الفحص الأمثل لإخاله في المختبرات، والذي جاء من اختصاصها ووضع بروتوكول لعمل الفحوصات يتم من خلالها تحديد أوقات عمل التحليل، والتوصية بالطريقة المثلى لعمل هذا الفحص بالمختبرات نظرا لما يفتله فيتامين «د» من أهمية بالغة لصحة الإنسان وسلامته، بالإضافة إلى الطلب المتزايد على طلب فحصه، وتباين الآراء حول أهمية وفائدة الفحص المستخدم حاليا في المختبرات لتشخيص حالات النقص وزيادة في نسبة الفيتامين المذكور في الدم. كما تطرقت اللجنة المشكلة



د. خالد السهلاوي

ما يقارب 90٪ من المواطنين يعانون من نقص حاد في فيتامين «د»



البروتوكول

يشمل فحص

مرضى متلازمات

سوء الامتصاص

والفشل الكلوي

وآلام العظام غير

المعلومة الأسباب

والكسور غير

العادية وغيرها من

أعراض أمراض

العظام الناجمة

عن سوء الأيض

وتضمن البروتوكول الذي تنفرد «الأنباء» بنشره التوصيات العملية الاستخدام الأمثل لفحص واختيار فيتامين «د» لكل من: فئة الأطفال (أقل من 18 سنة)، والفشل الكلوي، وآلام العظام غير معلومة الأسباب، بالإضافة إلى الكسور غير العادية، والإضرابات الصحية المزمنة (في الأطفال)، وغيرها من الأعراض المصاحبة لأمراض العظام الناجمة عن سوء الأيض.

إرشادات

وبالنسبة لإرشادات اختبار فيتامين «د» بالنسبة للأطفال (أقل من 18 سنة)، فشدد البروتوكول على عدم إجراء فحص فيتامين «د» في الدم أو فحص نقص فيتامين «د» دوريا، ولا يوصى بإجراء فحص فيتامين «د» دوريا، مؤكدا بأنه يوصى بإجراء فحص الكشف عن نقص فيتامين «د» للأشخاص المصابة ولكن لا داعي لإجراء فحص المتابعة باستثناء المرضى الذين يعانون من تشوهات العظام، وغير المرضى، وظهور أعراض متكررة عند المرضى، ولا يتطلب إجراء فحص نقص فيتامين «د» قياس معدل 1,25 دايهيدروكسي فيتامين «د».

إرشادات

بالنسبة لإرشادات اختبار فيتامين «د» بالنسبة للأطفال (أقل من 18 سنة)، فشدد البروتوكول على عدم إجراء فحص فيتامين «د» في الدم أو فحص نقص فيتامين «د» دوريا، ولا يوصى بإجراء فحص فيتامين «د» دوريا، مؤكدا بأنه يوصى بإجراء فحص الكشف عن نقص فيتامين «د» للأشخاص المصابة ولكن لا داعي لإجراء فحص المتابعة باستثناء المرضى الذين يعانون من تشوهات العظام، وغير المرضى، وظهور أعراض متكررة عند المرضى، ولا يتطلب إجراء فحص نقص فيتامين «د» قياس معدل 1,25 دايهيدروكسي فيتامين «د».

بالفون

أما بالنسبة للبالغين (أكبر من 18 سنة)، فأشار البروتوكول إلى أنه يوصى بإجراء فحص فيتامين «د» في الدم أو فحص نقص فيتامين «د» دوريا، كما يوصى بإجراء فحص فيتامين «د» مع كمالات فيتامين «د» للبالغين، ويجب أن يتبعه إجراء فحص المتابعة بمرور لا يقل عن 12 شهر من

بداية استخدام المكملات، وإجراء فحص فيتامين «د» للأشخاص المصابة وإجراء فحص المتابعة بعد 3 أشهر من بداية استخدام المكملات بناء على استشارة طبيب غدد صماء أو طبيب أمراض عصبية، ولا يتطلب إجراء فحص نقص فيتامين «د» قياس معدل 1,25 دايهيدروكسي فيتامين «د».

أعراض الإصابة

وبالنسبة لأعراض الإصابة للأطفال (أقل من 18 سنة)، فشدد البروتوكول أيضا بإجراء فحص نقص فيتامين «د» لمرضى هشاشة العظام الثانوية، متلازمات سوء الامتصاص، والفشل الكلوي، وآلام العظام غير معلومة الأسباب، والكسور غير العادية، والفشل الكلوي، المفرط للمنشطات، مضادات التشنجات، والسمنة المرضية وغيرها من أعراض المصاحبة لأمراض العظام الأيضية، ولكن لا داعي لإجراء فحص المتابعة باستثناء المرضى الذين يعانون من تشوهات العظام، وغير المرضى، وظهور أعراض متكررة عند المرضى، إما بالنسبة للبالغين (أكبر من 18 سنة)، فيوصى البروتوكول بإجراء فحص نقص فيتامين «د» لمرضى متلازمات سوء الامتصاص، والفشل الكلوي، وآلام العظام غير معلومة الأسباب، والكسور غير العادية، والأدوية (الاستخدام المزمّن من المنشطات، مضادات التشنجات)، والسمنة المرضية وغيرها من أعراض المصاحبة لأمراض العظام الأيضية، ثم يعقبه إجراء فحص المتابعة بعد 3 أشهر من بداية استخدام المكملات بناء على استشارة طبيب غدد صماء أو طبيب أمراض عصبية.

فسيولوجيا

واعتبر البروتوكول فيتامين «د» من الفيتامينات

المصادر الغذائية الغنية بفيتامين «د»

أفاد البروتوكول بأنه يوجد فيتامين «د» في العديد من المصادر الغذائية (كأسماك السلمون، المackerel، التونة، وصفار البيض)، كذلك بعض الأطعمة الداعمة (كالقرفص، فول الصويا، حليب الأرز)، والمكملات الغذائية. لا يوجد مصدر نباتي يقدم الكمية المناسبة من فيتامين «د» طبيعيا.

مصادر فيتامين د

| | |
|---------------------|----------------|
| السالمون 3,5 أوقيات | 360 وحدة دولية |
| تونا معلبة 3 أوقيات | 200 وحدة دولية |
| سردين 3,5 أوقيات | 250 وحدة دولية |
| حليب مقوي 8 أوقيات | 98 وحدة دولية |
| بيضة | 20 وحدة دولية |
| كبد 3,5 أوقيات | 15 وحدة دولية |
| جبين 1 أوقية | 12 وحدة دولية |

نصيحة

نصح البروتوكول باستخدام المكملات الغذائية لفيتامين «د» بدون إجراء فحص، وذلك لأنه آمن لجميع الأشخاص، ليس من الضروري من الناحية الطبية إجراء الفحص الدوري لمعدل فيتامين «د» (OH)25، سواء قبل أو بعد بدء استخدام المكملات الغذائية.

سمية فيتامين «د»

ذكر البروتوكول أعراض سمية لفيتامين «د» غير شائعة، مشيرا إلى أن ظهور أي ضرر من تناول المفرط لفيتامين «د» يكون نتيجة لزيادة نسبة الكالسيوم في الدم أو في البول، لذا في حالة وجود اشتباه كلينيكي قوي من تناول جرعة مفرطة من فيتامين «د»، يوصى بإجراء فحص نسبة الكالسيوم في الدم، وفي البول، كما يتم قياس فيتامين «د» فقط في حال أن تكون نسبة الكالسيوم في الدم أو البول أو نسبة الكالسيوم إلى الكرياتينين عالية.

معدلات فيتامين د

| الوحدة | ناقص | غير كاف | كاف | مناهي | سام |
|-------------|------|---------|----------|-----------|-------|
| نانومول/لتر | > 50 | 30 - 75 | 125 - 75 | 125 - 175 | < 375 |
| نانوجرام/مل | > 20 | 20 - 30 | 30 - 50 | 50 - 70 | < 150 |

إرشادات المختبرات لإجراء الفحص

| تحليل جرعة (نفس) | تحليل | عن طريق الفم |
|------------------|-------|----------------------|
| 1 يوم - 18 سنة | حقن | عن طريق الفم |
| | حقن | 400 - 800 وحدة دولية |

| | |
|----------------|---|
| المعدل الطبيعي | 2000 - 4000 وحدة دولية |
| الخطورة | اليوم لمدة 6-8 أسابيع مع الكالسيوم لمدة أسبوعين |

أكثر من 18 عاما

| | |
|--------------------------|------------------------|
| 50000 وحدة دولية أسبوعيا | 200000 - 300000 وحدة |
| لدة 12 - 18 أسبوعا | دولية شهريا لمدة شهرين |

الحمل

| | | |
|-----------------------------|----|----------------------------|
| 800 - 2000 وحدة دولية يوميا | أو | 300000 - 200000 |
| 10000 وحدة أسبوعيا | أو | 10000 وحدة دولية كل 6 أشهر |
| 30000 - 50000 شهريا | | |

قال رئيس مجلس ادارة جمعية الهلال الأحمر د. هلال السائر إن العمل التطوعي هو امتداد للمواطنة الفاعلة والإيجابية في التنمية الشاملة لمجتمعاتنا وهو تعميق للمشاركة المجتمعية من أجل مستقبل أفضل وحياة كريمة للجميع. وأضاف السائر في كلمة في حفل نظمه الجمعية بمناسبة اليوم العالمي للتطوع أن متطوعينا بذلوا جهدا متميزا لإغاثة المتضررين وهذا العمل نال استحسان الكل والثناء لجمعيتنا وإن ذلك يعكس التزامنا بمبادئ العمل الإنساني والوصول بسرعة للمتضررين.

وحيا السائر كافة المتطوعين في العالم وخصوصا متطوعي الإمارات ومتطوعا الهلال الأحمر الكويتي الذين يعملون بجدية كبيرة في الميدان. وأكد أن العمل التطوعي تحول في الكويت إلى ثقافة راسخة في المجتمع ويات أغلب أفراد المجتمع صفرا وشبابا وكبارا منخرطين في مجالات مختلفة تصب في مجالات العمل التطوعي، وكل في مجاله.

وذكر أن الجمعية حملت على عاتقها مسؤولية كبيرة من خلال خدمة المجتمع وترسيخ ثقافة التطوع وإيجاد الأليات والوسائل لدعم برامج التطوع مشيرا إلى أن العمل التطوعي في الكويت يحظى بأهمية كبيرة على المستوى المؤسسي أو الفردي نظرا لقيمته في تطوير المجتمع والتخفيف من معاناة الآخرين والمشاركة الجادة والفاعلة في مسيرة البناء والتطوير. وأشار إلى أن الجمعية ساهمت في دعم مجموعات الشباب من (المتطوعين والمتطوعات) في زيارتهم المستمرة للمستشفيات ودور الرعاية الاجتماعية ومشاركتهم الفاعلة في جميع المعارض والمناسبات الاجتماعية إضافة إلى

الجديدة ويتم قياس الأداء للمشاركة السابقة لمعرفة الجهود الذي ساهم به المتطوع في كافة المجالات التطوعية والإنسانية. من جانبها قالت المتطوعة في الهلال الأحمر ناديه عبدالعزيز إن اليوم العالمي للتطوع والذي تشارك فيه جميع دول العالم هو يوم نستطيع من خلاله أن نقدم الشكر والتقدير لكل المتطوعين على جهودهم التي يبذلونها.

وأضافت أن هذا اليوم مناسبة مهمة تتيج لجميع المتطوعين أن يفخروا بما يفعلونه كما أنه فرصة لتشجيع الآخرين على التطوع وزيادة الوعي به. وذكرت أن ادارة الشباب في الجمعية عملت على تعزيز العمل التطوعي واستثمار طاقات الشباب وتحسين التواصل مع الجمهور من خلال المحاضرات ودورات الاسعافات الاولية والتواصل مع المجتمع من خلال المشاركة الفعلية في المناسبات المجتمعية. وتخلل الاحتفالية عرض فيلم توثيقي عن التطوع إضافة إلى إقامة معرض للصور والكتيبات وتكريم المتطوعين والمتطوعات في الجمعية.



د. هلال السائر يلقي كلمته

المشاركات لدعم الجهود الإنسانية والإغاثية بالخارج للدول التي تتعرض للكوارث الطبيعية أو من صنع الإنسان. وأكد السائر أن الجمعية تتبنى المبادرات التي تدعم قدرات المتطوعين وتطور مهاراتهم الميدانية وتعزز جهودهم في التصدي للقضايا الإنسانية وفقا لأفضل الممارسات في هذا المجال الحيوي والمهم. وقال أنه في هذا اليوم (5 ديسمبر) يتم تدشين المشاريع التطوعية التثوية والاجتماعية والإنسانية



د. هلال السائر متوسطا جانبا من المتطوعين الكرمين

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
 يَا أَيُّهَا النَّاسُ الْمُسْلِمُونَ أَرْسَلْنَا إِلَيْكُمْ رَسُولًا مِّنْكُمْ يَتْلُو عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَيُصَلِّيْكُمْ وَيُنذِرُكُمْ لِيَعْلَمَ أَنَّكُمْ لِرَبِّكُمْ عَاثِرُونَ
 صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

عائلتنا الجيران والقطان

تنعيان

ببالغ الحزن والأسى فقيدتهما الغالية المغفور لها بإذن الله تعالى فوزية علي خليل القطان

فوزية علي خليل القطان

أرملة المرحوم/ حمد عبد الله حمد الجيران

والدة كل من / بدر - د. نادر - فيصل عبد الله - أحمد - سالم

وقد ووري جثمانها الثرى يوم أمس الجمعة الموافق ٢٠١٤/١٢/٥

تقبل التعازي

للرجال: كيطان - قطعة ٣ - شارع ٣٩ - منزل ٦ - تليفون: ٢٤٨١١٥٠٨
 للنساء: كيطان - قطعة ٣ - شارع ٣٩ - منزل ٦ - تليفون: ٢٤٨١١٥٠٨

اللهم إنا لله وإلى الله المرجع