

إقامة ماراثون «أصدقاء القلوب» السادس في فبراير المطيري: 34 ألف «قسطرة» و6742 عملية قلب وصدر أجراها «الصدري» خلال 5 سنوات

تأهيل جناح شيخان الفارسي بمستشفى بالتعاون مع وزارة الصحة وأسرّة الفارسي، علاوة على مشروع بتبرع كريم من أسرة العصيمي ممثل بمبنى من 6 أدوار، مشيراً إلى أنه مع هذا المبنى ستزيد السعة السريرية للمستشفى على 40 سريراً، فضلاً عن تحديد الجناح الثاني في مبنى المستشفى القديم بتبرع من أسرة جمال، مؤكداً أن جميع هذه المشاريع ستضيف زيادة على الأسرة في تخصصات القلب وجراحة القلب، بالإضافة إلى قلب وجراحة قلب الأطفال.



د.هاني المطيري

ويشرف د.المطيري بيان مستشفى الأمراض الصدرية أقسام العديد من الفعاليات والأنشطة المهمة، والتي كان منها إقامة الإخلاء الوهمي بالتعاون مع إدارات الطوارئ الطبية والدفاع المدني والإطفاء ووزارة الداخلية بمشاركة «الإسعاف الجوي»، هذا بالإضافة إلى إقامة فعالية أسبوع الطب النووي في المستشفى، وغيرها من الفعاليات الأخرى التي تحرص إدارة المستشفى على إقامتها. وأعلن عن إقامة ماراثون مستشفى الأمراض الصدرية السنوي السادس تحت شعار «أصدقاء القلوب» في شهر فبراير المقبل، مبيّناً في الوقت ذاته بأن هذا الماراثون «توعوي -صحي»، والهدف الأساسي منه هو توعية الجمهور بأهمية ممارسة الرياضة للتقليل من نسبة حدوث أمراض القلب، ونشر الرسالة التوعوية الصحية للجمهور. وأعاد عند وجود عدة مشاريع سيشهدها مستشفى الأمراض الصدرية خلال الفترة المقبلة، وهي مشروع مبنى الصقر للمعدات الخارجية، بالإضافة إلى مشروع إعادة

عبدالكريم العبدالله كشف نائب مدير مستشفى الأمراض الصدرية د.هاني المطيري عن إحصائيات المستشفى خلال السنوات الـ 5 الماضية، مؤكداً في الوقت ذاته بأنه تم إجراء 34555 عملية قسطرة، و6742 عملية قلب وصدر خلال، لافتاً إلى أنه تم إجراء 8258 فحص مجهود، و15926 تخطيط «24»، و117500 أشعة، بالإضافة إلى 14075 علاج طبيعى. وذكر د.المطيري في تصريح صحافي بأن مستشفى الأمراض الصدرية قام أيضاً بإجراء 83543 «تخطيط»، علاوة على أخذ 1805537 عينة دم في المختبر، وإجراء 14156 فحص في قسم الطب النووي خلال الـ 5 أعوام الماضية، مشيراً إلى أن المستشفى يبذل قصارى جهده بقيادة المدير د.نادر العوضي، وجميع أقسامه وطواقمه لتقديم أفضل خدمة للمرضى والمراجعين، مفيداً بأن المستشفى يضم العديد من الكوادر الوطنية الطبية والفنية التي يشهد لها في رفح مستوى الخدمات الصحية.

لتكن «الأعياد» حافلة بالمرح والرشاقة دراسات تبين كيفية التمتع بموسم الأعياد والحفاظ على الغذاء الصحي

يفوتون وجبة الإفطار ياكلون طعاما غير صحي

أفضل ما يتألف منه الإفطار الصحي هو البروتين والألياف، وكلاهما من المكونات المفيدة التي تساعد على استقرار نسبة السكر في الدم وتمنحك شعوراً بالشبع حتى منتصف الصباح تقريبا. موعد الوجبة الخفيفة الأولى، ولهذا يجب ألا تجوع نفسك بانتظار الوجبة الكبيرة متعددة الأطباق، فتقويت الوجبات الخفيفة والرئيسية من أجل تناول كمية أكبر على العشاء طريقة سبقة تنتهي دوما بالفشل. من الأفضل تناول إفطار وغداء صحيين بالإضافة إلى وجبتين خفيفتين غنيتين بالبروتين والألياف قبل وبعد الظهر. بهذا يمكنك تناول كميات قليلة من أطباقك المفضلة على العشاء لتجربة كل ما يقدم في الأعياد من دون الإفراط في الكميات. وبالطبع فإن وجبة العشاء في العيد لا تكتمل بدون الحلويات فالحلوى لها معنى خاص في المناسبات الهامة. اختر قطعة صغيرة وتلذذ بتناولها ببطء، ولا تنس قاعدة القبعات الثلاث: تناول ثلاث قضمات من الحلوى ثم ضعها جانبا لبضع دقائق، وستجد أنك اكتفيت بتلك الكمية من الحلوى. ومع انتهاء موسم الأعياد والعتلة، يمكنك العودة إلى عاداتك الغذائية الصحية ونظام اللياقة اليومي المعتاد.

يحمل موسم الأعياد معه دوما كمية كبيرة من الأطياب الغرية، وإن لم تكن حذرين يصعب من السهل الإفراط في تناول الأطباق الشهية والحلويات التي تكثر في تلك المناسبة، فحتى من يتمتعون بوزن مثالي في الأوقات الأخرى يتعرضون إلى زيادة الوزن الطفيفة في الفترة ما بين عيد الشكر وعيد الميلاد ورأس السنة. وعلى الرغم من أننا جميعا قد لا نتعرض إلى زيادة الوزن في الأعياد، إلا أننا نميل إلى تناول كميات أكبر من الطعام خلال تلك الفترة، كما أننا نمارس قدراً أقل من التمارين الرياضية بسبب الارتباطات والمناسبات التي تصحب فترة الأعياد، ومنها التسوق والحفلات وتقاليد العيد. و«مازولا» العلامة المميزة في الطهي عبر زيت الطعام الذي تقدمه قامت بعدة دراسات في إطار الخدمة المجتمعية والتي أظهرت أن الأشخاص الذين يعانون أصلاً من زيادة الوزن قد يزيدون بمعدل كيلوغرامين أو أكثر قليلاً خلال موسم الأعياد. ولكن كيف نتأكدنا الاستمتاع بتلك الفترة المحببة دون زيادة الوزن؟ الأمر سهل ولكنه يحتاج إلى شيء من التخطيط. ومن هذا المنطلق أكد المختصون أن أهم خطوة هو بدء يومك بالشكل الصحيح. فقد بينت الدراسات أن الأشخاص الذين

«العنف الطلابي والصحة العامة» على مسرح «سهلة بنت سعد المتوسطة»



لقطة تذكارية مع الطالبات

الطالب التي حرصت على إظهار الندوة بالشكل اللائق وبما يؤدي إلى إيصال الرسالة المطلوبة، وفي الختام كرمت إدارة المدرسة المحاضرة تقديراً لجهودها المبذولة.

جهة أو من خلال ما يتعرضون له من أحكام قضائية قد تؤثر في مسيرة حياتهم الاجتماعية والعلمية والعملية. وقد تفاعل الحضور من إداريات ومعلمات وأخصائيات اجتماعيات وطالبات مع فقرات الندوة بشكل كبير، كما لوحظ التنظيم الرائع والإعداد المتميز من إدارة المدرسة ومن لجنة

أقامت اللجنة الإعلامية لمجلس مديري المرحلة المتوسطة لمنطقة حولي التعليمية ندوة بعنوان «العنف الطلابي»، وذلك على مسرح مدرسة سهلة بنت سعد المتوسطة للبنات التابعة لحولي التعليمية، وقد تحدثت المحاضرات عن أضرار العنف الطلابي على الطالبات من الناحية الصحية والنفسية وما يصاحبه من تبعات سلبية على العملية التربوية والتحصيل العلمي للطالبات، وبما يعكس سلباً على مستواهن التحصيلي.

كما تطرقت الندوة إلى الآثار السلبية على العلاقات بين الطالبات والمجتمع المدرسي من جهة وعلى المجتمع بشكل كامل عموماً، إضافة إلى ما قد يسببه العنف من أضرار جسدية على من يتعرضون للعنف الجسدي أو اللفظي، وكذلك على من يمارسونه سواء من خلال نبذ المجتمع لهم من



إدارة المدرسة تكرم المحاضرة

خلال انعقاد مؤتمر «الجديد في علاج أطفال التوحد» عبدالموجود: ارتفاع معدل الإصابة بالتوحد في الكويت بين 1,5 و2%.. والذكور الأكثر إصابة



المحتدثون في مؤتمر «الجديد في علاج أطفال التوحد»

انته على الرغم من مشاركة الإسجين المضغوط في علاج 14 مرضاً مختلفاً، إلا أنه أثبت فاعلية كبيرة في تحسين قدرات الأطفال الذين يعانون من اضطراب في التواصل، حيث أثبت نجاحاً في زيادة التركيز والتحسين اللغوي لديهم. وقال: العلاج بالإسجين يتم من خلال كورس كامل، يقدم بواقع جلسات متقاربة لا يقل عددها عن 40 جلسة، وتم اكتشافه أثناء الحروب كعلاج لتحسين مزاج الجنود بهدف الحد من حلات الانتحار، مشيداً في الوقت ذاته بالعلاج ببروتوكول الدانا للتوحد، وهو بروتوكول معترف به عالمياً ويحقق نتائج جيدة جدا في العلاج.

بذوره، أوضح اختصاصي علاج التوحد بالطب الحيوي د.حسام بدر أن علاج التوحد يشمل عدة أنواع منها برنامج الحماية الغذائي، والعلاج بالإسجين المضغوط والعلاج بالدولفين، والخيول والمساج بطرق وزيت خاصة. وبين أن نقص المناعة ربما يكون أحد أسباب الإصابة بالتوحد، مشيراً إلى أن الطفل الذي يولد بمناعة ضعيفة أو يتعرض لشيء يضعف مناعته يكون أكثر عرضة للتوحد، مضيفاً أن بعض الأطفال قد يولدون طبيعيين دون أن يعانون من أي عرض يوحي بأنهم يعانون من

نقص الأكسجين بأسبابه المختلفة من أهم العوامل المتعلقة بمشاكل الولادة والتعرض للتوحد، فالأطفال التوأم ونقص الوزن على سبيل المثال هم الأكثر عرضة للتوحد من غيرهم من الأطفال، نتيجة نقص الأكسجين أثناء الولادة، فضلاً عن البيئة النفسية للطفل، وعوامل بيئية أخرى مثل التلوث. كما حذر الأهل والأطباء المعالجين ونصحهم بضرورة الانتباه للعلامات المبكرة للتوحد، والتي تتمثل في عدم التواصل بالبصر واللمس والنداء، وعدم الاستجابة للضحك وتبني الأشياء بصرياً، وعدم إصدار أصوات للفت الانتباه، فضلاً عن عدم تقليد الحركات وتغيرات الوجه، وبين أن كيفية التواصل بالمبصر للتوحد تتطلب تضافر جهود فريق متكامل من اختصاصي النساء والتوليد، اختصاصي الأطفال، الوالدين، اختصاصي المخ والأعصاب، الاختصاصي النفسي، الاختصاصي التربوي والاجتماعي واختصاصي التخاطب، لافتاً إلى أن كل شخص من هؤلاء يلعب دوراً في الخطة العلاجية للطفل.

من جانبه، أكد اختصاصي علاج التوحد د.محمد السوالة أهمية العلاج بالإسجين المضغوط، والذي يعد من أحدث العلاجات في الأونة الأخيرة، لافتاً إلى

كشفت اختصاصي المخ والأعصاب د.خالد عبدالموجود عن ارتفاع معدل الإصابة بالتوحد، مبيّناً أن نسبة الإصابة به تتراوح ما بين 1,5 و2%، مؤكداً في الوقت نفسه أهمية الاكتشاف المبكر للتوحد في ارتفاع نسب الشفاء منه، موضحاً أن الاكتشاف المبكر في عام 2014 ساهم في ارتفاع نسب الشفاء بمعدل 30% عن 2012، ولفت إلى أن الذكور أكثر إصابة بالتوحد عن الإناث بنسبة من 4 إلى 1.

جاء هذا التصريح له خلال انعقاد مؤتمر «الجديد في علاج أطفال التوحد» الذي أقيم أول من أمس في فندق كويت كونتيننتال بحضور نخبة من الأطباء والمتخصصين من داخل الكويت وخارجها، وبين عبدالموجود أن التوحد بالقصور في التطور الوظيفي لأنماط خلايا المخ، ما ينتج عنه قصور في الاتصال والتواصل والتفاعل الاجتماعي المصاحب بقصور في الأنماط، والذي غالباً ما يظهر من بداية الرضاعة وحتى العام الثالث بعد الولادة.

وأكد أنه على الرغم من عدم وجود سبب محدد لعراض التوحد، إلا أن هناك دراسات حديثة أشارت إلى عدة عوامل قد تؤدي إلى الإصابة بالتوحد. وقال: يمكن تقسيمها إلى ثلاثة عوامل الأول منها يرتبط بمرحلة ما قبل الزواج، ويمكن في العوامل الوراثية والجنينية التي تؤثر على نمو الدماغ، وكذلك الزواج في سن متقدمة، بينما بمرحلة الحمل يرتبط أن عوامل الخطورة قد تكمن في تناول عقاقير وأدوية ضارة بالحمل قد تؤدي إلى التوحد، وكذلك زيادة هرمون الذكورة حول الجنين الذي يؤثر على نمو الدماغ ومن ثم يؤدي إلى التوحد، كما حدد أن العامل الثالث والأخير يكون في مرحلة الولادة، مشيراً إلى أن

السوالة: البروتوكول الدانا والعلاج بالإسجين المضغوط ساعداً في تخفيف المعاناة

بدر: التغذية تلعب دوراً في الشفاء وتجنب الألوان الصناعية والمواد الحافظة مع اتباع نظام الحماية

عمر: تدشين مركز دولفين القصر لعلاج التوحد بما يلبي طلبات الطفل العلاجية

«الهلال الأحمر»: ترميم 172 بيتاً تعرضت للفيضانات في البوسنة



الحساري أثناء تفقد المنازل



أنور الحساوي أثناء التكريم

كبير من الجسور وإتلاف المحاصيل الزراعية. وعبر الحساوي عن سعادته بهذا المشروع الإنساني النبيل الذي يخدم الأهالي في البوسنة للعودة إلى منازلهم التي تهدمت نتيجة الفيضانات والتي تسببت في نزوحهم عن منازلهم. وأشار إلى أن رئيس وزراء إقليم بوسافينا ماريان أورشوليتش عبر عن بالغ شكره للكويت والهلال الأحمر الكويتي، مؤكداً أن الجمعية سباقته بتقديم العون للاهالي المتضررة بيوتهم.

وأشار إلى أن رئيس وزراء إقليم بوسافينا ماريان أورشوليتش عبر عن بالغ شكره للكويت والهلال الأحمر الكويتي، مؤكداً أن الجمعية سباقته بتقديم العون للاهالي المتضررة بيوتهم.

أكد نائب رئيس مجلس إدارة جمعية الهلال الأحمر الكويتي أنور الحساوي أهمية ما تقوم به الجمعية الإنسانية وبنسبته على المستوى الدولي لمساعدة الدول المتكوبة التي تتعرض للكوارث أو من صنع الإنسان. وقال رئيس وفد الجمعية إلى البوسنة أنور الحساوي في بيان صحافي: إن إطلاق مشروع ترميم البيوت في البوسنة يأتي ضمن المشاريع الإنسانية التي تتبناها الجمعية في مختلف مجالات التنمية، مشيراً إلى أن الجمعية عملت على تنفيذ العديد من المشاريع التنموية في كثير من الدول التي تعرضت للكوارث الطبيعية.

وأضاف أن الجمعية بالتعاون مع سفارة الكويت لدى البوسنة اشرفت على ترميم 172 بيتاً في البوسنة التي تعرضت للفيضانات مؤخراً. وذكر أن موجة الفيضانات التي اجتاحت البوسنة ومناطق في الجزء الغربي من البلقان مؤخرًا أدت إلى تدمير عدد من المنازل وانقطاع الكهرباء والماء والطرق وتدمير عدد



المنازل الجديدة



المنازل غارقة بالفيضانات