



مركز تعريب العلوم الصحية

طب السفر

ترجمة

د. عبدالرحمن لطفي

د. عادل نوفل

د. سليمان آدم

د. موسى قاسه

مراجعة وتحرير

مركز تعريب العلوم الصحية

سلسلة المناهج الطبية العربية

المقدمة

يعتبر طب السفر رافداً جديداً وأحد فروع الطب الحديثة، والذي يعنى بصحة المسافرين ووقايتهم مما يمكن أن يتعرضوا له من مخاطر صحية في البلد التي يقصدونها، أو يمرون بها خلال رحلتهم، فضلاً عن تزويدهم ببعض الوسائل الوقائية (مثل: الناموسيات ومبيدات الآفات)، وكان المتبع في السابق هو إعطاء المسافر التطعيمات الإجبارية فقط الخاصة بالدولة التي يقصدها المسافر، ولم يكن ذلك كافياً لحمايته من المخاطر الصحية التي يتعرض لها خلال رحلته، أما الآن وبعد سهولة حركة الاتصال والتواصل بين دول العالم، والتي أدت إلى تنامي أعداد المسافرين إلى الدول المختلفة بقصد السياحة أو الدراسة أو العلاج، فقد أصبحت النظرة أكثر شمولية، واتخذ طب السفر مفهوماً أوسع وأشمل بكل الاحتياطات التي يجب أن يتخذها المسافر، ومن بينها التطعيمات ضد الأمراض التي يمكن أن يواجهها المسافر، سواء أكان ذلك أثناء الرحلة، أم في بلد الوصول، والتي تجنب المسافر من الإصابة بكثير من الأمراض.

ولأهمية طب السفر جاءت ترجمة هذا الكتاب، والذي يشتمل على عدد من التخصصات التي تزداد الحاجة لها في السفر مثل: الأمراض المعدية وطب المناطق الاستوائية وصحة البيئة ويوجد الآن ما يسمى بعيادات طب السفر في كل دول العالم المتقدمة، حتى أن الكثير من هذه الدول تلزم وكالات السفر والسياحة بعدم صرف تذاكر للمسافرين إلا بعد إبراز ما يثبت مراجعتهم لتلك العيادات، وتختلف المخاطر الصحية التي تقابل المسافر باختلاف البلد نفسه، ويجب أن تكون النصيحة الطبية الموجهة للمسافر شخصية تهتم به، وبالبلد المتوجه إليه، مع الأخذ في الاعتبار حالة المسافر الصحية قبل السفر، وأيضاً النشاطات التي يعتزم القيام بها خلال رحلته، وقد ينصح الطبيب بالتطعيم ضد بعض الأمراض المختلفة قبل السفر، وأيضاً بتناول بعض الأدوية للوقاية من بعض الأمراض وأشهرها الملاريا، ما يعرف «إسهال المسافرين»، كما ينصح به باصطحاب بعض الأدوية التي قد يحتاجها في سفره، ويجب على المسافر أيضاً أن يلم بالمشكلات المحتملة التي تقابله نتيجة اختلاف التوقيت وساعات النوم عند الانتقال بين القارات المختلفة. نأمل أن يكون هذا الكتاب مفيداً لكل من يطلع عليه، وأن يضيف لبنة في صرح التعليم الطبي العربي.

والله ولي التوفيق،،

الدكتور/ عبدالرحمن عبدالله العوضي

الأمين العام

مركز تعريب العلوم الصحية

التمهيد

يمثل كتاب «طب السفر» مرجعاً متكاملًا لجميع المهتمين بهذا الفرع الجديد من الطب، وكذلك للأطباء الإكلينكيين والمسافرين إلى مختلف بلدان العالم، فقد ازدادت في الآونة الأخيرة أعداد المسافرين سواء للسياحة أو العمل أو الدراسة وظهرت نتيجة لذلك الحاجة إلى الاهتمام بصحة المسافر، كما أصبحت الكتابة الطبية فيما يختص بالسياحة والسفر من الأمور المهمة التي لا يمكن الاستغناء عنها، فمسافر اليوم يجب أن يكون ملماً بالمعلومات الطبية والصحية عن البلدان التي يزورها أكثر من أي وقت مضى، كما أن المسافر إلى أماكن بعيدة نسبياً، قد يواجه مشكلات طبية غير مألوفة، بالإضافة إلى الحيرة التي تصيبه جرّاء اختلاف الآراء في بعض المواضيع المرتبطة بالرحلة، ومن هنا ظهرت أهمية طب السفر والنصائح التي يقدمها للمسافر، وخاصة إذا كان المسافر من فئات تحتاج إلى رعاية خاصة، مثل السفر برفقة الأطفال والذي له محاذيره التي يجب الانتباه إليها، أو سفر المرضى المصابين بأمراض مزمنة مثل مرض السكري، وفرط ضغط الدم، وأمراض القلب، إلخ، والذين يجب أن يتزودوا بالنصائح الطبية من أطبائهم المعالجين قبل السفر وأن يأخذوا معهم كميات مناسبة من أدويتهم التي قد يحتاجون إليها ولا يجدونها في أماكن سفرهم مما يعرضهم لمشكلات صحية يمكن تجنبها، وتحتاج السيدة الحامل في سفرها إلى التزود بالنصائح الطبية الملائمة حتى لا تتعرض لما يكدر صفو رحلتها. ويهدد حياتها وحياة جنينها. إن مراعاة السلوك المناسب والحصول على المعلومات المناسبة عند السفر إلى أماكن ذات طبيعة وظروف خاصة (مثل المناطق الحارة) يعتبر أمراً مهماً حتى يستمتع المسافر عموماً برحلته دون أن يكدر صفوها أي شيء.

وقد أعد هذا الكتاب بطريقة سلسلة تساعد على الفهم والتذكر السريع، مع سرد معلوماته بطريقة مبسطة تخلو من التعقيد مدعومة بالرسوم والجداول للتوضيح والمقارنة، فقد تم تقسيم الكتاب إلى أحد عشر باباً مقسمة إلى فصول، ويعد الباب الأول مدخلاً إلى ممارسة طب السفر، كما يوضح الباب الثاني والثالث الاستشارة السابقة للسفر، وما يقدم فيها من تطعيمات خاصة لكل من الأطفال والبالغين لفئات خاصة من العامة مثل كبار السن والحوامل. ويخص في الباب الرابع والخامس بعض الأمراض التي لها أهمية خاصة ويتعرض لها كثير من المسافرين مثل الملاريا وما يطلق عليه «إسهال المسافر»، وتتناول أبواب الكتاب الثامن والتاسع والعاشر النواحي النفسية والبيئية لطب السفر، وكذلك المشكلات الصحية خلال رحلة السفر، وأخيراً، العناية الطبية بعد رحلة العودة من السفر.

نأمل أن يمكّن هذا الكتاب طلاب الطب من فهم هذا الفرع الجديد والعام من فروع الطب، وأن يكون معيناً ومرشداً لهم لفهم المعلومات الأساسية لهذا العلم الجديد، وأن يقدم ما هو جديد يضاف إلى صرح تعريب العلوم الطبية في الجامعات العربية.

والله ولي التوفيق،،

الدكتور / يعقوب أحمد الشراح
الأمين العام المساعد
مركز تعريب العلوم الصحية



المحررون

جاي كايستون

- دكتورة في الطب - زميل الكلية الملكية.
- وحدة الأمراض المدارية (الحارة) - مستشفى تورنتو العام، صحة السفر بمدسييس.
- أستاذ الأمراض الباطنة - جامعة تورنتو.

فيليس فريدمان

- دكتورة في الطب.
- أستاذ الأمراض الباطنة والوبائيات - مركز وليم جورجيز للطب الجغرافي، قسم الأمراض المعدية، جامعة ألاباما ببرمنغهام - برمنغهام، الولايات المتحدة الأمريكية.

هانز توثديرفت

- دكتورة في الطب.
- أستاذ الأمراض الباطنة - قسم الأمراض المعدية والطب الاستوائي.
- رئيس جامعة عيادة طب السفر، جامعة ميونيخ - ميونيخ - ألمانيا.

برادلي كونور

- دكتورة في الطب.
- أستاذ إكلينيكي مساعد الطب الباطني، قسم أمراض الجهاز الهضمي وأمراض الكبد، كلية وايل الطبية - جامعة كورنيل.
- المدير الطبي، مركز نيويورك لطب السفر والطب الاستوائي، نيويورك، الولايات المتحدة الأمريكية.

المترجمون

د. عادل شحاذي نوفل

- مواليد سوريا - 1946 م.
- حاصل على إجازة في الصيدلة والكيمياء الصيدلانية - جامعة دمشق - 1970 م.
- حاصل على درجة الدكتوراه في العلوم الصيدلانية - فرنسا - 1977 م.
- أستاذ الكيمياء الصيدلانية والمراقبة الدوائية - كلية الصيدلة - جامعة دمشق - 1987 م.
- عميد كلية الصيدلة - جامعة دمشق - سابقاً.

د. عبد الرحمن لطفي عبد الرحمن

- من مواليد جمهورية مصر العربية - 1954 م.
- حاصل على بكالوريوس الطب والجراحة - جامعة الإسكندرية - 1978 م.
- حاصل على ماجستير الصحة العامة (تخصص صحة مناطق حارة) - جامعة الإسكندرية - 1986 م.
- طبيب واختصاصي الصحة العامة - وزارة الصحة - دولة الكويت.

د. موسى حيدر قاسه

- سوري الجنسية.
- حاصل على بكالوريوس الطب والجراحة - جامعة حلب - 1991 م.
- حاصل على درجة الماجستير في الأمراض الباطنية - 1994 م، وكذلك شهادة U.S.M.L.E الأمريكية.
- يعمل طبيب ممارس عام أول - وزارة الصحة - دولة الكويت.

د. سليمان آدم حسن علي

- مواليد جمهورية مصر العربية.
- أخصائي أمراض القلب.
- يعمل في مستشفى الجهراء، وزارة الصحة - دولة الكويت.

المحتويات

هـ	المقدمة :
ز	التمهيد :
ط	المحررون :
ك	المترجمون :

الباب الأول: ممارسة طب السفر

1	الفصل الأول : مقدمة في طب السفر
5	الفصل الثاني : الوبائيات: معدلات المراضة والوفيات بين المسافرين
19	الفصل الثالث : إنشاء وتنظيم وتسويق عيادة السفر
47	الفصل الرابع : مصادر معلومات طب السفر

الباب الثاني: الاستشارة قبل السفر

59	الفصل الخامس : تركيب وتنظيم الاستشارة قبل السفر والنصائح العامة للمسافرين
79	الفصل السادس : تطهير المياه للمسافرين الدوليين
103	الفصل السابع : الحماية من الحشرات
121	الفصل الثامن : صحة السفر والعتيدة الطبية

الباب الثالث: التمنيع

133	الفصل التاسع : أساسيات التمنيع
151	الفصل العاشر : تمنيع البالغين الأصحاء
217	الفصل الحادي عشر : لقاحات السفر للأطفال

الباب الرابع: الملاريا

235	الفصل الثاني عشر : الملاريا: الوبائيات والاختطار على المسافر
243	الفصل الثالث عشر : الوقاية الكيميائية من الملاريا
277	الفصل الرابع عشر : التشخيص الذاتي والمعالجة الذاتية للملاريا بواسطة المسافر
293	الفصل الخامس عشر : أسلوب التعامل مع مريض الملاريا

الباب الخامس: إسهال المسافرين

303	 وبائيات إسهال المسافرين	الفصل السادس عشر:
323	 الوقاية من إسهال المسافرين	الفصل السابع عشر:
333	 التظاهرات الإكلينيكية والتدابير العلاجية لإسهال المسافرين	الفصل الثامن عشر:
347	 علاج إسهال المسافرين	الفصل التاسع عشر:

الباب السادس: المسافرين ذو الاحتياجات الخاصة

355	 المسافرين الحامل والمرضع	الفصل العشرون:
379	 المسافرين الأطفال وحديثو الولادة والمراهقون	الفصل الحادي والعشرون:
399	 المسنون (كبار السن)	الفصل الثاني والعشرون:
413	 المسافرين المعوق	الفصل الثالث والعشرون:
425	 المسافرين العليل	الفصل الرابع والعشرون:
437	 تهيئة المسافرين منقوص المناعة	الفصل الخامس والعشرون:
451	 المسافرين المصاب بعدوى فيروس العوز المناعي البشري	الفصل السادس والعشرون:
473	 موظفو الشركات الذين يسافرون على المدى القصير: الصحة مفتاح النجاح	الفصل السابع والعشرون:
483	 التبني الدولي	الفصل الثامن والعشرون:
495	 زيارة الأصدقاء والأقارب	الفصل التاسع والعشرون:

الباب السابع: المسافرين الذين لديهم مسار رحلات خاصة

509	 المغتربين	الفصل الثلاثون:
543	 طب البعثات	الفصل الحادي والثلاثون:
573	 الوجهات البعيدة	الفصل الثاني والثلاثون:
593	 المسافرين الساعي إلى الصحة	الفصل الثالث والثلاثون:
603	 السفر بالسفن السياحية	الفصل الرابع والثلاثون:

الباب الثامن: المظاهر السيكلوجية لطب السفر

623	 الخوف من الطائرة - رهاب الطيران	الفصل الخامس والثلاثون:
633	 الاضطرابات النفسية والطوارئ النفسية وراء البحار	الفصل السادس والثلاثون:
655	 التكيف الثقافي	الفصل السابع والثلاثون:
667	 عودة الدخول بعد السفر لمدة طويلة أو العيش خارج البلاد	الفصل الثامن والثلاثون:

الباب التاسع: المظاهر البيئية لطب السفر

675	 طب المرتفعات	: الفصل التاسع والثلاثون
699	 الطب المتعلق بالبحر والغطس	: الفصل الأربعون
713	 الحدود القصوى لدرجات الحرارة والتَمَيُّه	: الفصل الحادي والأربعون
735	 المشكلات المترابطة مع الشمس	: الفصل الثاني والأربعون
747	 تلكؤ النفائة	: الفصل الثالث والأربعون
757	 داء الحركة (داء السفر)	: الفصل الرابع والأربعون
769	 قضايا بيئية في طب السفر	: الفصل الخامس والأربعون
777	 بيئة مقصورة الطائرة	: الفصل السادس والأربعون

الباب العاشر: المشكلات الصحية أثناء السفر

805	 العضات واللسعات والإصابات السامة	: الفصل السابع والأربعون
827	 الأمراض المنقولة بالطعام	: الفصل الثامن والأربعون
843	 الحوادث والوقاية من الحوادث	: الفصل التاسع والأربعون
855	 الرعاية الصحية في الخارج	: الفصل الخمسون
867	 السلامة الشخصية وتجنب الوقوع ضحية الجريمة	: الفصل الحادي والخمسون

الباب الحادي عشر: عناية ما بعد السفر

875	 الفحص بعد العودة من السفر	: الفصل الثاني والخمسون
893	 الحمى	: الفصل الثالث والخمسون
911	 الأمراض الجلدية	: الفصل الرابع والخمسون
937	 إسهال المسافرين المستديم	: الفصل الخامس والخمسون
961	 كثرة اليوزينيات	: الفصل السادس والخمسون
979	 الأمراض التنفسية	: الفصل السابع والخمسون

عناصر المعرفة التي يقوم عليها طب السفر

مسرد الأمراض المدارية للعاملين في مجال طب السفر

المراجع