

كلمة العدد



أ. د. صرّوق يوسف الغنيم
الرئيس العام المساعد

يأتي هذا العدد من النشرة التي يصدرها المركز وجائحة كوفيد-19 تجتاح العالم منذ بدء ظهورها رسمياً في شهر ديسمبر 2019م.

وللأسف الشديد فإن كثيراً من الناس كان يستهين بهذا الحدث الجلل ولم يأخذ الاحتياطات الصحية الضرورية التي أعلنتها وزارات الصحة في العالم، لذلك انتشر الفيروس الذي يسبب هذا المرض بشكل واسع وسريع. فقد ارتفع عدد الوفيات في العالم إلى 531.789 شخص في العالم، وذلك حسب الإحصائية التي أصدرتها فرانس برس مساء يوم الأحد 2020/7/6م، بينما وصل عدد الإصابات إلى نحو 11.343.890 شخص، تعافى منهم 5895.500 شخص بنسبة تصل إلى 52%.

وتعد الولايات المتحدة أكثر الدول تضرراً بفيروس كورونا 19 الذي يسبب مرض (COVID-19)، حيث بلغت الوفيات 129718 حالة وفاة. وكذلك البرازيل حيث سجلت 64867 حالة وفاة من أصل 1.6 مليون إصابة، وبريطانيا، حيث تم تسجيل 44220 حالة وفاة من أصل 285416 بنسبة تصل إلى حوالي 15.5%. وهناك كثير من الدول التي تأثرت بهذا المرض.

ولذلك كان من المهم أن يكون هذا العدد من نشرة المركز مخصصاً لهذا المرض، وقد تم إعداد أربع مقالات هي:

1. ماذا يعرف العلماء حتى الآن عن فيروس كورونا ومرض (COVID-19) .
2. بلازما النقاهاة... بارقة أمل في علاج (COVID-19) .
3. الأمراض والحالات الصحية المترتبة على جائحة كورونا (COVID-19) .
4. الصحة النفسية في زمن الكورونا.

حتى تعم ثقافة العلوم الصحية بين متابعي هذه النشرة ، وحتى يكتسب القراء ثقافة عامة عن هذا المرض.
وقانا الله وإياكم جميعاً شر هذه الأمراض إنه سميع مجيب.

ماذا يعرف العلماء حتى الآن عن فيروس كورونا ومرض (COVID-19)

إعداد د. نرمين مصطفى عبد الله

محرر طبي – المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

فيروسات كورونا هي سلالة واسعة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان. ومن المعروف أن عدداً من فيروسات كورونا تسبب أمراضاً تنفسية لدى البشر تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد وخامة مثل : متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس)، والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس)، ومرض كوفيد-19 الذي يسببه فيروس كورونا المكتشف مؤخراً.

وقد تم اكتشاف مرض كوفيد-19 بظهور فيروس كورونا المستجد لأول مرة في ديسمبر 2019 م بمدينة ووهان الواقعة في وسط الصين ، وتحول كوفيد-19 الآن إلى جائحة أثرت على العالم بأكمله ، وقد أعلنت منظمة الصحة العالمية أن فيروس كورونا أصبح يمثل حالة طوارئ صحية عالمية منذ نهاية يناير الماضي 2020 م .

أعراض الإصابة بمرض كوفيد-19

بمجرد أن يتسلل فيروس كورونا إلى جسم الإنسان يمر الجسم بثلاث مراحل، يبدأ بالتركيز أولاً على الجهاز التنفسي وخاصة الرئتين، حيث إن أعراضه شبيهة بنزلات البرد؛ كالسعال والحمى، ثم يتفاعل الفيروس في الأيام الأولى مع الحويصلات الهوائية للرئة، وتبدأ في الانتشار بالجسم. وفي المرحلة الثانية يصدر الجهاز المناعي رد فعل، كارتفاع درجة حرارة الجسم، وتنتج الرئة إفرازاً مخاطياً للوقاية من تلف الأنسجة، ويؤدي ذلك إلى تجمع السوائل داخل الرئة، وتشمل أعراض هذه المرحلة : عدم انتظام ضربات القلب، وفشل الكلوي. أما في المرحلة الثالثة وهي من أكثر المراحل خطورة : يستمر تلف الرئة، مما يؤدي إلى فشل الجهاز التنفسي ، وذلك بسبب امتلاء الرئتين بالسوائل، ومن ثم يؤدي إلى تدميرها وفشل الجهاز التنفسي ولا تحدث هذه المرحلة إلا في الحالات الحرجة.

قد تصل نسبة التعافي من مرض كوفيد-19 دون الحاجة إلى علاج خاص إلى حوالي (52%) من المصابين، ولكن يمكن أن تشتد الأعراض لدى شخص واحد تقريباً من بين كل خمسة أشخاص مصابين، وتزداد مخاطر الإصابة بمضاعفات وخيمة بين المسنين والأشخاص المصابين بمشكلات صحية أخرى مثل: ارتفاع ضغط الدم، أو أمراض القلب، والرئة، أو داء السكري، أو السرطان.

كيفية التقاط عدوى كوفيد-19

يمكن أن يلتقط الأشخاص عدوى كوفيد-19 من أشخاص آخرين مصابين بالفيروس عن طريق القطرات الصغيرة التي يفرزها الشخص المصاب من أنفه، أو فمه أثناء السعال، أو العطس، أو حتى الكلام. لذا يجب الحرص على ممارسة نظافة اليدين بفركهما بمطهر كحولي، أو بغسلهما بالماء والصابون في جميع الأوقات، وهي أفضل طريقة لحماية نفسك والآخرين. كما يجب الحرص على ترك مسافة متر واحد (3 أقدام) على الأقل بين الأشخاص وبعضهم البعض.

لماذا يسبب الفيروس الموت في بعض الأحيان؟

عادة لا يدرك الغالبية العظمى من المصابين بفيروس كورونا تعرضهم لهذا المرض القاتل، لتشابه أعراضه مع الأنفلونزا، ومن ثم تنتقل العدوى إلى الجزء السفلي من الجهاز التنفسي، ومن هنا يمكن أن تؤدي الإصابة بالالتهاب الرئوي الحاد وغيرها من مشكلات الجهاز التنفسي الخطيرة، حيث يحدث هذا عندما يتغلغل داخل الجهاز التنفسي ويصيب الرئتين فيتم تدمير كثير من هذه الخلايا، وتكتظ الرئتان ببقايا الخلايا المحطمة، وفي هذه الحالات يزداد إفراز جهاز المناعة لدى الشخص، ويجذب الخلايا إلى الرئتين لمهاجمة الفيروس؛ مما يؤدي إلى الالتهاب، ويمكن لهذه العملية أن تخرج عن نطاق السيطرة، ويتدفق المزيد من الخلايا المناعية، ويزداد الالتهاب، ويُعرف هذا باسم "عاصفة السيتوكين"، وفي بعض الحالات يمكن أن يتسبب هذا بوفاة المريض.

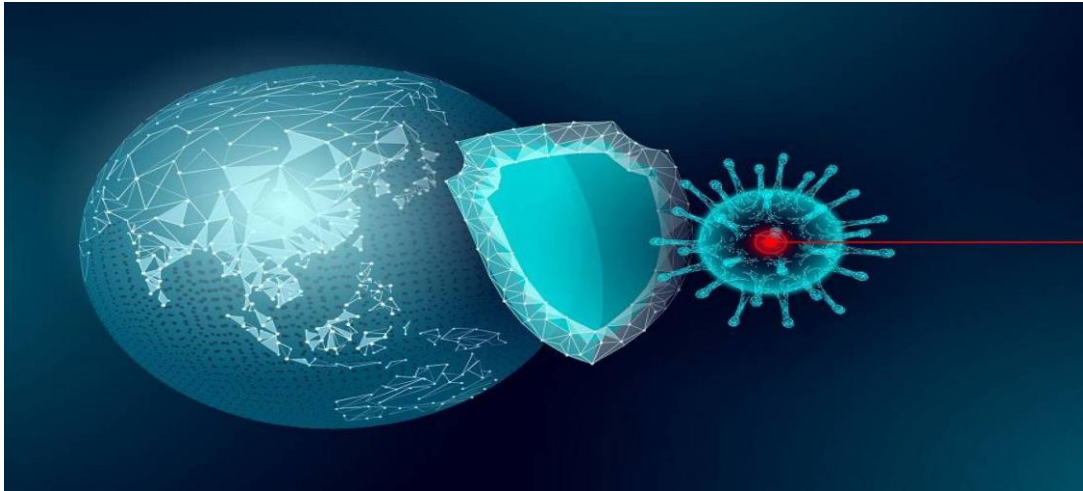
طرق العلاج

لا يوجد حالياً أي دواء توصي به المنظمات المختصة لعلاج كوفيد-19، ولا تتوفر أية مادة تؤدي إلى الشفاء منه. كما أن المضادات الحيوية غير فعالة ضد الالتهابات الفيروسية مثل كوفيد-19. ويعكف الباحثون حالياً على اختبار مجموعة متنوعة من العلاجات المحتملة. ويركز نهج العلاج الحالي على تخفيف الأعراض، وترطيب الجسم بالسوائل، ويعتمد ذلك على حالة المريض السريرية، وغالباً ما تزول الإصابة تلقائياً.

إرشادات للتأقلم والدعم أثناء جائحة كورونا كوفيد-19

الشعور بالخوف والقلق أثناء جائحة كورونا كوفيد-19 أمر شائع، حيث يقلق كثير من الناس من احتمال الإصابة، لذلك تحرص معظم دول العالم على تقديم الدعم النفسي لمواطنيها، وعرض الإرشادات الخاصة بحماية أنفسهم عن طريق وسائل الإعلام، ويجب على المرء الاعتناء بنفسه ومحاولة التحكم في التوتر واتباع الآتي:

- تناول الأطعمة الصحية .
- الحصول على قسط كاف من النوم .
- ممارسة النشاط البدني و تمارين الاسترخاء، كالتنفس العميق، والتأمل، و تمارين الإطالة قدر الاستطاعة.
- تجنب الإفراط في مشاهدة الأخبار، أو قراءتها، أو الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.
- يفضل التواصل مع الأصدقاء والعائلة بالهاتف أو مكالمات الفيديو مثلاً بدلاً من الالتقاء بهم ومخالطتهم .



بلازما النقاهاة بارقة أمل في علاج (COVID-19)

إعداد د. هبة حافظ

محرر طبي – المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

اجتاح العالم قلق وذعر عالمي منذ بداية ظهور سلالة مستجدة لعائلة فيروسات كورونا (الفيروسات التاجية) الكبيرة وما أطلق عليه (SARS-COV2) بمدينة ووهان الصينية في أواخر ديسمبر 2019م، وهذه الفيروسات التاجية ضربت العالم كله من قبل، وسببت أمراضاً وبائية مثل: فيروس سارس (SARS)، ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS)، ويرتبط ظهور هذا الفيروس وانتقاله للبشر بالاختلاط المباشر مع الحيوانات (في الأغلب الخفايش، وقد يكون حيوان أكل النمل الحشفي).

يصيب هذا الفيروس بصفة رئيسية الجهاز التنفسي، ويسبب ظهور عدة أعراض تختلف حدتها من شخص لآخر، ومن أشهر تلك الأعراض: ارتفاع درجة حرارة الجسم، والسعال الجاف، والتهاب الحلق، وضيق النفس، وقد يؤدي إلى الفشل التنفسي والوفاة خاصة لدى كبار السن ومنقوصي المناعة.

تصل فترة حضانة العدوى إلى 14 يوماً، وبعد الإصابة يبدأ الجهاز المناعي بأجزائه المختلفة في الدفاع عن الجسم منتجاً ما يُسمى "الأجسام المضادة" (Antibodies) والتي تلعب دوراً محورياً في صد هجوم هذا الفيروس المميت؛ مما يقتل من تأثيره الفتاك على خلايا الجسم وقد تصل إلى القضاء على الفيروس بشكل كامل والتعافي الدائم بإذن الله.

ما الأجسام المضادة:

تعتبر الأجسام المضادة بصورة مبسطة نوعاً من البروتينات الوقائية التي يقوم الجهاز المناعي بإنتاجها استجابة لوجود مادة غريبة بالجسم (مثل: الجراثيم والفيروسات)، هذه المادة الغريبة يُطلق عليها اسم (المستضد)، تسمى هذه البروتينات الوقائية المتخصصة "الجلوبولين المناعي" أو الأجسام المضادة، حيث يقوم نوع من خلايا الدم البيضاء المتخصصة التي تسمى "الخلايا اللمفاوية" بإنتاج هذه الأجسام المضادة والتي تقوم بدورها في تحديد تلك المواد الغريبة عن الجسم (المستضدات)، والالتصاق بها وتدميرها والقضاء عليها حتى يستعيد الجسم عافيته.

أنواع الأجسام المضادة:

يعتمد تصنيف هذه البروتينات الوقائية المتخصصة على خمسة أنواع أو فئات وفقاً لمكان تواجدها بالجسم ووظيفتها، ويرمز لهذه الأنواع بحرف مختصر للدلالة على نوع هذا البروتين (الجلوبولين المناعي) "Immunoglobulin; Ig" ويكتب بهذه الصيغة IgG, IgM, IgA, IgE، وسوف نتناول هنا الحديث عن أهم نوعين، وهما: IgG, IgM والمستخدمان في المعالجة.

• الأجسام المضادة أو "الجلوبولين المناعي" M (IgM)

تمثل هذه الأجسام المضادة خط الدفاع الأول لدى الجسم ضد الإصابة بالفيروسات والجراثيم والالتهابات المختلفة، وتعتبر تلك الفئة هي الفئة الأكبر حجماً بين جميع الفئات الأخرى من تلك الأجسام المضادة الموجودة في الدم.

• الأجسام المضادة أو "الجلوبولين المناعي" G (IgG)

تتميز هذا الفئة بصغر حجمها وقدرتها العالية على الانتشار والتحرك بسهولة بين الخلايا، ويمثل IgG الجسم المضاد الوحيد القادر على عبور المشيمة من الأم إلى الجنين، وهو المسؤول على توفير المناعة ضد الأمراض المختلفة

للجنين خلال الأشهر الأولى بعد الولادة إلى أن يتطور جهاز المناعة لدى الجنين، ويعتمد دوره أيضاً على تذكر الفيروسات والعوامل الممرضة التي تعرّض لها الجسم من قبل، ومن ثم المهاجمة العاجلة والسريعة لها.

التحاليل المطلوبة للكشف عن الجلوبيولين المناعي ضد فيروس كوفيد – 19

تعتمد تلك التحاليل على الكشف عن الجلوبيولين المناعي لفيروس كورونا على تحليل الأجسام من نوع IgG ونوع IgM والتي يقوم الجسم بتوليدها استجابة لعدوى الفيروس SARS-CoV2، وهذه التحاليل لا يمكنها الكشف عن وجود الفيروس، ولكنها تساعد فقط في الكشف عما إذا كان الشخص تعرّض للإصابة بهذا الفيروس من قبل أو لم يتعرض، ومن ثم، فإن تلك التحاليل تستخدم فقط كاختبار فحص، ويجب استخدامها إلى جانب الاختبارات المسؤولة عن اكتشاف الشفرة الجينية المحددة للفيروس (PCR) والذي يعتبر الوسيلة المؤكدة لتشخيص الإصابة بفيروس (كوفيد – 19)، ويتم بأخذ مسحة من التجويف الداخلي للأنف (البطونم الأنفي) وفحص وجود المادة الوراثية للفيروس في خلايا جسم الشخص المريض وتستغرق مدة الاختبار من (24-72) ساعة تقريباً من أجل ظهور النتائج، ومن ثم اتخاذ الإجراءات العلاجية مع المصاب وتتواجد مثل هذه الجلوبيولينات المناعية بنسب كبيرة لدى بلازما الدم للأشخاص المصابين الذين تعافوا من مرض (كوفيد – 19).

وقد وجد الأطباء نتائج جيدة من خلال تجارب تم إجراؤها على مرضى تم تأكد إصابتهم بفيروس كورونا يعانون أعراضاً مرضية شديدة إمكانية معالجتهم من خلال ضخ بلازما الدم التي تم جمعها من أشخاص تعافوا من هذا المرض- بعد استئذانهم - وقد قام الأطباء بحقن هذه البلازما الغنية بالأجسام المضادة ضد فيروس (كوفيد – 19) والتي تُعرف باسم (بلازما النقاهاة) لهؤلاء المرضى الذين يعانون أعراضاً شديدة وظهر التحسن الملحوظ لدى كثير منهم، كما لوحظ أن مستويات الفيروس داخل أجسامهم قد انخفضت بسرعة، وتحسنت الأعراض حتى أن بعضاً منهم قد تخلص من أجهزة التنفس الصناعي، لذا فقد بدأت خدمة التبرع " ببلازما النقاهاة " وتجميعها من المرضى المتعافين من مرض (كوفيد – 19) لما تحتويه من أجسام مضادة لاستخدامها في علاج الحالات الشديدة التي تحتاج إلى أجهزة التنفس الصناعي في وحدات العناية المركزة، حيث تمنع هذه المعالجة تدهور الحالة الصحية وتعمل على تحسين حالتهم الصحية، كما يمكن استخدامها في حماية العاملين من الطاقم الطبي في الخطوط الأمامية لمكافحة العدوى، كما أن إعطاء (بلازما النقاهاة) للمرضى المصابين بأمراض خطيرة أخرى أثبت أنه آمن في مجموعات كبيرة من المرضى. كما أن النتائج مشجعة مما يجعل هذا العلاج "خيار إنقاذ واعد" خاصة وأنه إلى الآن لم يتم اكتشاف لقاح أو علاج ناجح لهذا الفيروس القاتل.



الأمراض والحالات الصحية المترتبة على جائحة كورونا (COVID-19)

إعداد د. إسلام حسني عبد المجيد

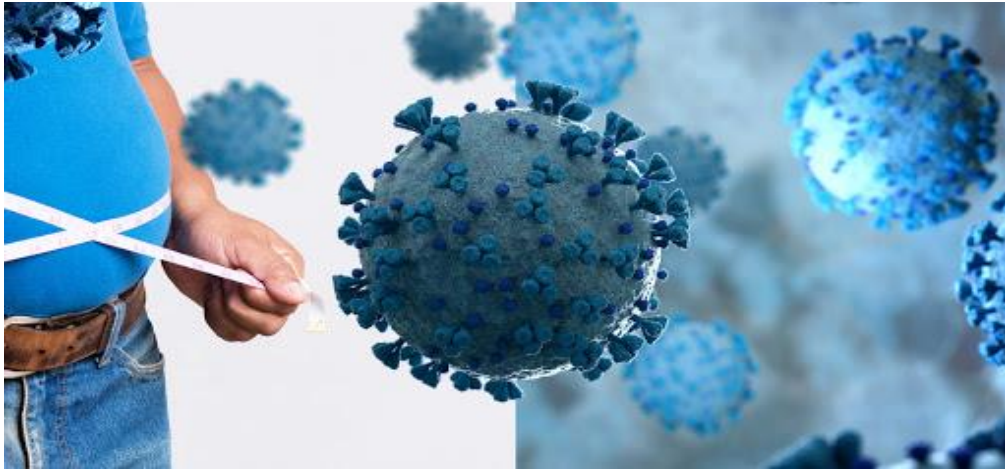
محرر طبي – المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

أصبح كوفيد-19 جائحة عالمية بسبب قدرته العالية على الانتشار والعدوى وفي ظل عدم وجود لقاح أو علاج فعال فقد سعت كل الدول والحكومات لاحتواء الأزمة وتخفيف وطأتها، وبالفعل نجحت بعض الدول في خفض معدل الوفيات وتسطيح منحنى الإصابة عن طريق عدة استراتيجيات تشمل الترصد المبكر والاختبارات المبكرة والعزل والحجر الصحي الصارم، ولكن نتج عدة أمراض وحالات صحية وسنذكر بعضها فيما يلي:

• كورونا والسمنة:

إن هذا الفيروس المتناهي في الصغر أخضع أكثر من نصف سكان الكرة الأرضية للحجر المنزلي خلال الشهور القليلة الماضية، وأوقف عجلة الحياة في مختلف دول العالم في ظل سياسات العزل المنزلي إضافة إلى غلق الصالات الرياضية وتوقف الأنشطة الرياضية، وأيضاً نتيجة للحالة النفسية المتردية بدأ كثير من الأشخاص في الاتجاه إلى الإفراط في تناول الطعام على مدار اليوم. أملين في الحصول على بعض التسلية والتخلص من الملل الأمر الذي أدى إلى زيادة وزن كثير من الناس. وأصبح البحث عن البدائل المنزلية لممارسة الرياضة اليومية من الضروريات الحتمية.

أكدت الدراسات الحديثة العلاقة الخطيرة بين السمنة وكورونا فتعد العلاقة بينهما علاقة تبادلية، فكما تسبب هذا الفيروس في زيادة معدلات وإحصائيات الإصابة بالسمنة فقد وُجد أن الشباب الذين يعانون زيادة الوزن ومصابون بهذا الفيروس يُنقلون إلى وحدة العناية المركزة إثر تدهور حالتهم نتيجة لعدة عوامل مثل: انخفاض المناعة لدى الذين يعانون السمنة، وقلة احتياطي الأكسجين، وصعوبة التنفس، وتراكم الدهون؛ مما يسبب التهابات مزمنة.



• كورونا والمرض النفسي :

حسب الاستطلاعات الأخيرة كشف الأطباء عن ارتفاع حالات الطوارئ التي تحتاج إلى دعم نفسي على الرغم مما أسموه بتبخر المرضى، فالناس يخشون طلب المساعدة مما أدى إلى انخفاض المواعيد الروتينية للعلاج النفسي مع وجود مرضى يحتاجون للدعم النفسي حالياً أكبر.

وأكدت المؤسسات التي تقدم رعاية للصحة العقلية أن الأمر قد يستغرق سنوات حتى يتعافى بعض الناس من الانتكاسات الناتجة عن آثار تلك الجائحة.

■ الفئات الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالمرض النفسي :

- الأطفال وصغار السن: نتيجة لإغلاق المدارس، والعنف الأسري وفقدان الأصدقاء والرفاهية وانقطاع الوجبات المدرسية المجانية.
- المسنون وكبار السن: نتيجة لمشكلات العزل، الوحدة والفقد.
- الذين يعانون مشكلات في الصحة النفسية: نتيجة التوقف عن العلاج وحدثت انتكاسات ومضاعفات.
- الذين يعانون صعوبات في التعلم: نتيجة التغير في الروتين والدعم.
- أصحاب الدخول المتدنية وعمال اليومية: نتيجة لقلق فقدان الوظيفة والقلق وعدم الأمان الاقتصادي.
- السجناء والمشردون واللاجئون: نتيجة النبذ الاجتماعي.

■ الحالات النفسية المتعلقة بهذا الوباء :

- العزلة الاجتماعية.
- الإدمان الإلكتروني.
- اضطرابات النوم والقلق وزيادة التوتر.
- الانتحار.
- الوسواس القهري.
- الاكتئاب والتوحد.
- الهلع والخوف من المرض.

■ نصائح لمواجهة الأوقات العصيبة وتحسين الصحة النفسية :

- الحفاظ على الهدوء النفسي عبر القيام بأنشطة مساعدة كالصلاة والتأمل.
- شغل النفس بالهوايات والقراءة ومشاهدة الأفلام.
- ممارسة أنشطة بدنية كالمشي، والجري، والتمارين الرياضية، وممارسة البدائل المنزلية لممارسة الرياضة اليومية.
- الإبقاء على الاتصال بالأصدقاء والعائلات عبر الإنترنت ووسائل الاتصال المرني عن بُعد.
- الحصول على حصة من المعلومات والأخبار ولكن دون الوصول إلى حالة الاكتئاب.

● الأطفال وكورونا :

لقد رسم فيروس كورونا معالم شديدة الأسى على حياة الأطفال في جيل كورونا، حيث تجاوز الوضع حالة الملل وتعدى القلق. فقد يكون الأطفال الفئة الأكثر تضرراً من هذا الوباء خاصة في ظل الحرمان من المدرسة، وفي ظل العزلة الاجتماعية قد يعاني الأطفال آثاراً ربما تستمر لفترات طويلة مثل: نقص القدرات الإدراكية والمعرفية، وضعف القراءة والكتابة خاصة الفئة العمرية من (4-7) أعوام. ومن أبرز الآثار السلبية على الأطفال:

- العزلة لدى المراهقين، و التأخر الأكاديمي ونقص التنشئة الاجتماعية.
- إجبار الآباء والأمهات على القيام بدور المعلمين.
- بروز الفجوة الطبقة فليس كل بيت لديه حاسوب خاص لكل طفل وإنترنت.
- الأطفال أكثر عرضة لأمراض مثل لين العظام (الكساح).

الصحة النفسية في زمن الكورونا

إعداد د. أمنية حسني شمس الدين

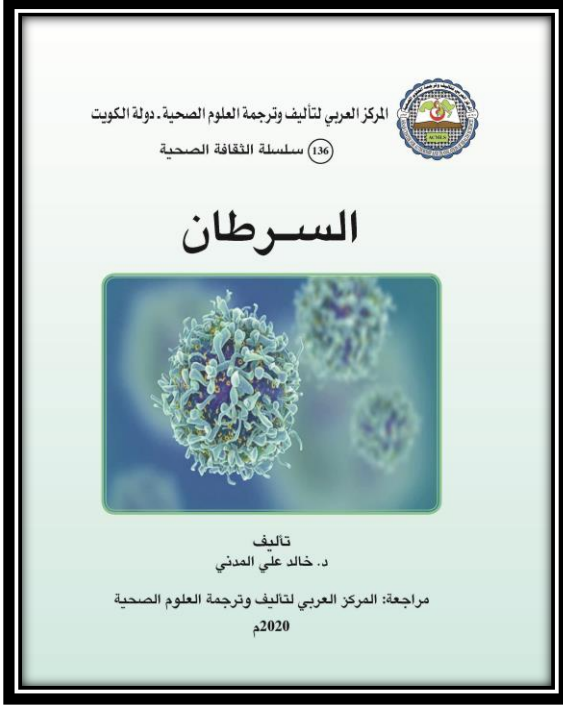
محرر طبي - المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

يُعد الاهتمام بالصحة النفسية خلال فترة جائحة فيروس كورونا (مرض كوفيد-19) العصبية أمراً فائق الأهمية، إذ إن الصحة النفسية تعتبر جزءاً أساسياً لا يتجزأ من الصحة العامة لأي فرد في المجتمع، كما أن النفسية عامل مهم في الحفاظ على وظيفة الجهاز المناعي بالجسم، فكلما كانت الحالة النفسية جيدة زادت قدرة الجسم على مهاجمة الأمراض والتغلب عليها. والآن نتعرف على أهم النصائح التي يجب اتباعها للتغلب على سوء الحالة النفسية في تلك الفترة:

- الالتزام بممارسة الرياضة المنزلية، وتشجيع أفراد الأسرة على ذلك، لأن الرياضة تعمل على تخفيف حدة التوتر العصبي والقلق، مع الحرص على التعرض للشمس بالقدر الكافي في فناء المنزل لأنه يقتل من احتمالية الإصابة بالاكئاب.
- الحرص على ممارسة الهوايات المفضلة، أو تعلّم هواية جديدة، وكذلك تخصيص وقت لقراءة الكتب وإنجاز الأعمال المؤجلة.
- تقديم الدعم المعنوي ونشر الطاقة الإيجابية والمساهمة في تخفيف أعراض القلق والتوتر عن باقي أفراد العائلة، وخاصة الأطفال وكبار السن.
- اللجوء إلى استشارة المختصين في المجال النفسي، إذا استمر الشعور بالمشاعر النفسية السيئة.
- تعزيز الجانب الروحاني بكثرة العبادة والاستغفار.
- البعد عن الأشخاص السلبيين والبعد عن مصادر التوتر.
- التقليل من التعرض للأخبار السلبية والابتعاد عن استيقاق المعلومات من مصادر غير موثوقة، حتى لا يزيد الإحساس بالهلع.
- وضع حد أقصى لوقت متابعة تطور الفيروس على صفحات الإنترنت، وليكن مثلاً ساعة في اليوم.
- الصبر والتفاؤل والتحلي بالأمل، مهما كانت الأوضاع.
- التعبير عن مشاعر الغضب أو الآلام النفسية والتحدث عنها؛ لأن كبت تلك المشاعر قد يؤدي إلى الاكتئاب أو زيادة الأمراض النفسية.
- منح الأطفال مزيداً من الوقت والاهتمام، والتحدث معهم بلطف، وتخصيص مساحة من الوقت للعب والراحة وممارسة الأنشطة المحببة، وتجنب عزلهم بقدر الإمكان.



1) السرطان



ساهم التطور والتقدم التكنولوجي الحالي في رفع مستوى رفاهية الإنسان وراحته وتقدمه، ولكن على الجانب الآخر فقد أدى هذا التقدم أيضاً إلى اكتشاف كثير من الأمراض التي لها تأثير بالغ وملحوس في المجتمع وعلى رأسها مرض السرطان بأنواعه المختلفة. والسرطان هو نوع من الأمراض يحدث فيه انقسام غير منضبط للخلايا، ويستخدم مصطلح السرطان؛ ليشمل مجموعة كبيرة من الأمراض التي يمكنها أن تصيب كل أجزاء الجسم. ويشار إلى تلك الأمراض أيضاً بالأورام الخبيثة، ومن السمات التي تُطَبِّع السرطان التولد السريع لخلايا غير طبيعية يمكنها النمو خارج حدودها المعروفة، ومن ثم اقتحام أجزاء الجسم المجاورة والانتشار إلى أعضاء أخرى عن طريق الدم، أو الجهاز اللمفي، ويُطلق على تلك الظاهرة اسم النقلة، وتمثل النقائل أهم أسباب الوفاة المرتبطة بالإصابة بالسرطان.

في الواقع يوجد أكثر من مائة نوع من السرطانات يُسمّى كلٌّ منها طبقاً لمنشئه، ومن الجدير بالذكر أنّ السرطان يُعدّ المُسبّب الثاني للوفاة في العالم، فمن بين كل أربع حالات وفاة يموت شخص نتيجة الإصابة بالسرطان، ومن أشهر أنواع السرطانات التي تُصيب الرجال سرطان الرئة، والبروستاتة، والقولون، والمستقيم،

والمعدة، والكبد، في حين أنّ أكثر السرطانات التي تُصيب النساء هي: سرطانات الثدي، والقولون، والمستقيم، والرئة، وعنق الرحم، والمعدة. وفي الحقيقة لم يصل العلماء حتى الآن إلى المسبب الحقيقي للسرطان؛ لذلك لا يمكن تفسير سبب إصابة بعض الناس وعدم إصابة بعضهم الآخر بشكل دقيق، ولكن هناك مجموعة من العوامل التي يُعتقد أنّ وجودها يتسبب في زيادة خطر الإصابة بالسرطان منها: الطفرات الجينية، وكبر السن، واضطرابات الهرمونات، والأمراض المزمنة، والعوامل البيئية مثل: (التلوث)، والسلوكيات الحياتية والغذائية الخاطئة مثل: (التدخين، والسمنة...).

يحتوي هذا الكتاب (السرطان) الذي بين أيدينا على ستة فصول، يعرض الفصل الأول أنواع الأورام ويشرح طبيعتها وطريقة الكشف عنها، ويعدّ الفصل الثاني أسباب الإصابة بالسرطان، ويشرح الفصل الثالث مراحل تطور السرطان والخلايا السرطانية، ويقدم الفصل الرابع شرحاً عن طرق معالجة السرطان، ويوضح الفصل الخامس تأثير طرق العلاج على الحالة الغذائية للمريض، وأخيراً يقدم الفصل السادس مجموعة من النصائح للوقاية من السرطان.

(1) مجلة تعريب الطب – العدد 58



هذا هو العدد الثامن والخمسون من مجلة تعريب الطب بين يدي القارئ الكريم، فمنذ صدور العدد الأول في عام 1997م، وهذه المجلة تحمل راية تعريب الطب والعلوم الطبية، وفي هذا المركز نحرص كل الحرص على أن تكون اللغة العربية هي لغة العلوم المختلفة. لقد كتب في هذه المجلة عديد من الأطباء والكتاب في مواضيع الطب باللغة العربية السليمة، وجاءت تلك المواضيع من كتاب عرب يحرصون على أن تكون اللغة العربية هي اللغة الرائدة.

تستهل مجلتنا في هذا العدد أبوابها بباب الجراحة العامة، حيث نتحدث عن موضوع حصى المرارة، ثم تستعرض المجلة في موضوع العدد الحديث عن فيروس كورونا المستجد حيث نتناول بالشرح ماهية فيروس الصين الغامض الذي أثار حالة من الذعر والقلق بين سكان العالم وخاصة بعد الفشل في معرفة حقيقة الفيروس ومدى خطورته وطريقة انتشاره، وفي باب الميكروبيولوجيا الطبية تناقش موضوع الفطريات، ومقال عن فيروس الهربس البسيط، وفي باب الصحة البيئية تتطرق المجلة لموضوع المخلفات السائلة لما للموضوع من آثار صحية سلبية قد تؤثر على الأفراد على المدى القصير والبعيد، وفي باب الطب الباطني نتحدث المجلة عن موضوع الغنغرينة، ثم نتقلنا المجلة إلى باب طب العيون، وتعرض موضوع انفصال شبكية

العين ومسبباتها وأعراضها والفئات الأكثر عرضة للإصابة بها، ثم تستعرض المجلة في باب الجديد في الطب دراسة جديدة تكشف عن وجود علاقة بين الالتهاب وكسل الدماغ وأحدث الاكتشافات في المجال الطبي، وتتناول المجلة في باب علم الأدوية عن موضوعين مهمين: سوء استعمال المضادات الحيوية، وموضوع الأدوية الخافضة لسكر الدم، ثم تستعرض المجلة في باب طب المخ والأعصاب موضوع التصلب المتعدد، وفي باب الصحة العامة تناقش المجلة موضوع العدوى المرتبطة بفقدان الشهية، وفي طب الأطفال تقدم المجلة شرحاً موجزاً لموضوع داء السكري لدى الأطفال وأنواعه وطرق معالجته، وفي باب اللغة العربية تناقش المجلة موضوع الشعر والأسقام، وموضوع اللغة مقياس الشعوب.

كل ذلك بالإضافة إلى أبواب المجلة الثابتة وهي: استراحة العدد، والعلماء العرب حيث نطلعنا المجلة عن شخصية عربية وهي الدكتور حجر أحمد حجر البنعلي، والإعجاز العلمي في القرآن الكريم، والصحة ... سؤال وجواب، والأخطاء الشائعة في اللغة العربية، وأخبار تعريب الطب، وعلم المصطلح، وباب المكتبة الطبية الذي نطلعنا على أحدث إصدارات المركز، والمصطلحات الطبية الواردة في هذا العدد.

يقوم المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية حالياً باستكمال تنفيذ مشروع المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية باللغة العربية، وهو أحد المشاريع الضخمة التي تمثل أهم ركائز حركة الترجمة إلى اللغة العربية في مجال الطب، حيث يحتوي على 150,000 مصطلح طبي باللغة الإنجليزية ومقابلها المصطلح باللغة العربية مع التفسير والشرح لكل مصطلح، ويهدف هذا المشروع لإيجاد أداة موحدة للمصطلحات الطبية العربية لتكون المرجعية الوحيدة المعتمدة على مستوى الوطن العربي، وقد أنجز المركز وضع الشروح لكافة المصطلحات، وجاري العمل في عملية المراجعة لكل حرف ونشره أولاً بأول، ونحن هنا نختار للقارئ الكريم بعض المصطلحات وتفسيرها وذلك للإطلاع عليها.

ideovascular

ideovascular وعائِي فِكْرِي التَّيْبِيَه

العلامات والأعراض المتعلقة بتغيير وعائِي ناجم عن فكرة سائدة، أو بسبب عقلي .

idio- سابقة بمعنى الذات

سابقة أو صيغة تركيبية تعني ذات الشخص أو منفصل أو منتج ذاتياً .

idio-imbecile مَعْتَوَة أَيْلَه

معدل الذكاء للشخص بين 20-40 . وهو شخص لديه قابلية للتحسن والتطور في المساعدة الذاتية ، كما أن لديه قابلية للتدريب إلى درجة محدودة جداً لمساعدة الآخرين ولكن تحت إشراف دقيق .

idioagglutinin رَاصَة ذاتِيَّة

راصة توجد بشكل طبيعي داخل دم الحيوان أو الإنسان دون حقن مستضد منبه أو الانتقال اللافاعل ل ضد .

idiochromatin كروماتين جِئْسِي

(=Barr body) (= جِئْسَم بَار)

كتلة كروماتينية (جسم بار) في نواة خلايا

الكائن الحي أثناء الطور البيني للإناث فقط لمعظم أنواع الثدييات ، بما في ذلك البشر ، حيث كروموسوم X كثيفاً ، مفرداً ، غير نشط ويستخدم للتفريق بين الخلايا المذكرة والمؤنثة ، وكذلك تحديد جنس المولود قبل ميلاده .

idiocromidia كروميدية ذاتية

جزء من الكروماتين النووي ، ويعتقد أنه يعمل كناقل مادي للجينات .

idiocromosome كروموسوم جِئْسِي

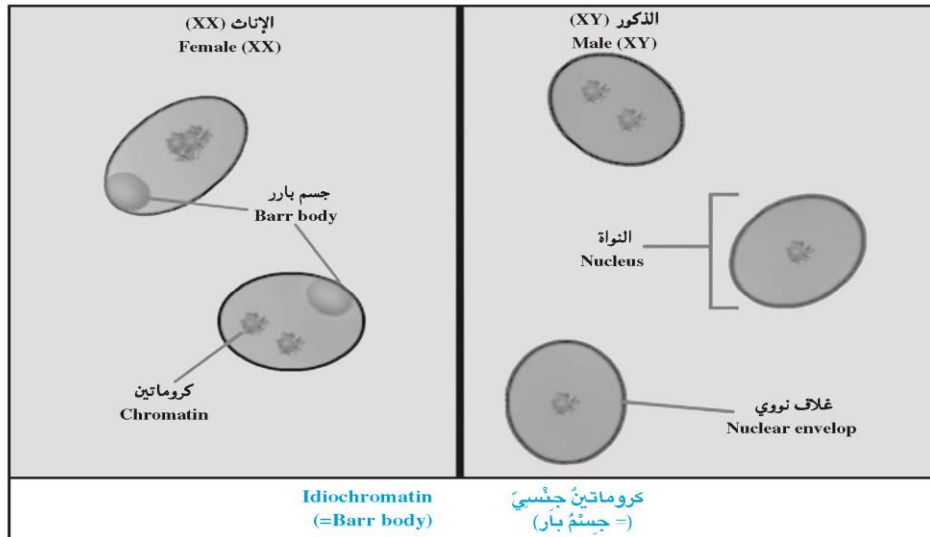
(=sex chromosome)

الكروموسوم المسؤول عن تحديد الجنس في الثدييات ويوجد منه نوعان هما (y ، x) . انظر تحت sex chromosome .

idiocrasy تحسّاس ذاتي

(=idiosyncrasy)

1 - عادة أو نوعية الجسم أو العقل المميزة للفرد ، وهي صفة مرتبطة بالدماغ أو التكوين الجسدي والنفسي .
2 - قابلية غير طبيعية لبعض الأدوية ، والبروتين ، أو أي عامل آخر لدى الفرد .



بقلم / أ. عماد سيد ثابت

مدقق لغوي - المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

في هذه الصفحة نلقي الضوء على بعض الأخطاء اللغوية الشائعة والدارجة أحياناً على اللسان، وهي كثيرة ومفهومة المضمون بين الناس الذين ألفوا سماع هذه الكلمات، ونعرض هنا بعضاً من هذه الأخطاء اللغوية وصوابها في اللغة العربية، ومن الأخطاء الدارجة ما يلي:

الخطأ	الصواب	السبب
1- تم إخلاء السكان من المنزل	- تم إخلاء المنزل من السكان	- لأن المنزل هو الذي يُخلى وليس السكان.
2- احتار فلان في أمره	- حار فلان في أمره	- لأنه لم يُسمع الفعل "احتار" عن العرب.
3- يا أبتى	- يا أبت	- لأن التاء هي عوض عن الياء المحذوفة فلا يجوز الجمع بين العوض والمعوّض عنه.
4- هذا الأمر أثر عليه.	- هذا الأمر أثر فيه أو به	- لأن الفعل "أثر" لا يتعدى بحرف الجر "على".
5- لا يخفاكم	- لا يخفى عليكم	- لأن الفعل "خفي" لا يتعدى بنفسه..
6- هذا الأرنب	- هذه الأرنب	- لأن "الأرنب" مؤنث.
7- دهسته السيارة	- داسته أو دعسته أو هرسته.	- لأنه لم يأت الفعل "دهس" بمعنى "دعس" في اللغة العربية.
8- جوازات السفر	- أجوزة السفر	- يُجمع الجواز على "أجوزة" كما في المجامع.

الخطأ	الصواب	السبب
9- أسياد القوم.	- سادة القوم	- لا تجمع "سيد" على أسياد.
10- اعتذر منه	- اعتذر إليه	- لأن الاعتذار يكون من الذنب إلى المذنب إليه.
11- أصيب فلان بدوخة	- أصيب فلان بدوار	- لأن من معاني "داخ": ذل، وخضع، وداخ البلاد: قهرها.

نود التذكير بأن :-

- جميع مطبوعات المركز من الكتب الطبية متاحة من خلال نسخ ورقية ونسخ إلكترونية "E-Book" وعلى أقراص مدمجة "CD's" .
- يمكن شراء جميع مطبوعات المركز ، وذلك عن طريق مراسلة المركز عبر بريده الإلكتروني .
- يمكن الاطلاع على مجلة تعريب الطب بنصها الكامل .
- يمكن الحصول على كافة بيانات إصدارات المركز من خلال الموقع الإلكتروني www.Acmls.org .
- يمكن عرض استفساراتكم ومقترحاتكم ، وأية ملاحظات أو تعليقات تساهم في دعم تعريب التعليم الطبي .
- نقوم بنشر هذه المشاركة والرد عليها .
- وأخيراً نستقبل استفساراتكم ومقترحاتكم على البريد الإلكتروني للمركز Acmls@Acmls.org ص.ب : 5225 الصفاة 13053 – دولة الكويت .