



أ. د. صرؤوق يوسف الغنيم
الزمين العام

القارئ الكريم،،

تُعرّف السمنة بأنها : "حالة تحدث عن زيادة الكمية المستهلكة من الغذاء عما هو مطلوب أو مستخدم فيها".

والبدانة هي : "زيادة الطبقة الدهنية المخترنة تحت الجلد وداخل الجسم" ويُعتبر الفرد بدينًا إذا كان وزنه يزيد 15% على وزن الفرد العادي الذي يبلغ نفس الطول وله نفس العمر .

ولا يقتصر ضرر البدانة على تشويه الجسم وجماله فحسب، بل إن لها أضرارًا كثيرة وتأثيرات سيئة متعددة على الجسم البشري منها: قصور القلب، والتهاب الكلى، وقصور في الجهاز التنفسي، وتضخم الكبد، والبول السكري، والنقرس، و الروماتيزم، و الخمول والتعب.

ويستطيع الطبيب المختص أن يقيس مدى البدانة، أو السمنة من طريق المعادلة الآتية :

وزن الشخص

مربع طوله بالمتر

فإذا تراوحت القيمة أكثر من 25 وحتى 30 فيعتبر الوزن هنا زائدًا. وعليه يجب على الشخص أن يعالج نفسه بالحمية الغذائية، وذلك عن طريق خبراء الرعاية الصحية والتغذية عن كيفية التحكم في السمنة، أما إذا زاد الرقم عن 30 فهذا يعني: أن الشخص يحتاج إلى علاج، وقد يكون العلاج عن طريق جراحات علاج السمنة التي تكون عن طريق ثلاث وسائل هي:

- تحويل مسار المعدة.
 - تكميم المعدة.
 - تحويل مسار البنكرياس والقنوات الصفراوية وتحويل مجرى الإثنا عشر.
- وسيتضمن هذا العدد من هذه النشرة موضوعين حول هذا الموضوع هما:

- السمنة وأعراضها وسبل الوقاية منها.
 - جراحات علاج السمنة.
- وسوف يتضمنان كثيراً من المعلومات الخاصة عن موضوع السمنة وعلاجها.

أما فيما صدر عن المركز في الفترة الماضية فيسعدنا أن نستعرض كتابين، الأول تحت عنوان: "أمراض الأطفال الخدج"، وهو من سلسلة المناهج الطبية المؤلفة، وهذه هي الطبعة الثانية للكتاب حيث نفذت الطبعة الأولى؛ نتيجة الإقبال عليه، ولقد جاء اختيار المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية لهذا الكتاب لأهميته، حيث يناقش عدداً من الموضوعات التي من أهمها المشكلات الصحية التي يعانيها الأطفال الخدج مثل: صعوبات التنفس، والمشكلات القلبية، والتطور العصبي، وأمراض الجهاز الهضمي.

أما الكتاب الثاني، فهو من سلسلة المناهج الطبية المترجمة، وهو تحت عنوان: الطباعة ثلاثية الأبعاد في الطب والجراحة: "تطبيقات في الرعاية الصحية"، ويبين الكتاب أن هذه التقنية قد أتاحت أملاً جديداً لحل كثير من المشكلات في المجال الطبي من خلال قدرتها على إنتاج أي نموذج، أو مجسم لعضو ما مهما بلغت درجة تعقيده، وهو كتاب يستحق أن يُقرأ من المختصين.

ونختتم كما هو معتاد بصفحة من المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية التي تم تحديدها من المجلد (M) من المعجم. أما آخر صفحة في هذا العدد فهي عن الأخطاء الشائعة في اللغة العربية وتصويبها..

والله الموفق،،

السمنة : أعراضها ، وطرق الوقاية منها

إعداد : المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية



السمنة هي واحدة من أكثر القضايا الصحية شيوعًا وانتشارًا في العالم اليوم، وتعدُّ من أهم عوامل الخطر المرتبطة بالعديد من الأمراض المزمنة، مثل: داء السكري، وأمراض القلب وغيرها من الأمراض، كما أن السمنة هي حالة صحية تتمثل في تراكم مفرط أو غير طبيعي للدهون في الجسم؛ مما قد يؤدي إلى آثار ضارة على الصحة. يُقاس الوزن عادة باستخدام مؤشر كتلة الجسم (BMI) ، ويُعدُّ الشخص سمينًا إذا كان مؤشر كتلة الجسم لديه 30 أو أكثر.

أعراض السمنة

قد تترافق السمنة مع عديد من الأعراض التي تؤثر في جودة الحياة والصحة العامة، ومن بين هذه الأعراض:

- زيادة الوزن بشكل ملحوظ: الزيادة الملحوظة في الوزن، وهي العلامة الرئيسية للسمنة.
- ضيق التنفس: قد يعاني الأشخاص المصابون بالسمنة صعوبة في التنفس، خاصة في أثناء ممارسة النشاط البدني.
- التعب والإرهاق: يمكن أن تؤدي زيادة الوزن إلى الشعور بالتعب والإرهاق بسهولة.
- آلام المفاصل: يضع الوزن الزائد ضغطًا إضافيًا على المفاصل؛ مما قد يؤدي إلى آلام وتورم.
- مشكلات في النوم: ترتبط السمنة غالبًا بانقطاع النفس النومي، وهي حالة تؤدي إلى توقف التنفس مؤقتًا في أثناء النوم.

طرق الوقاية من السمنة

- اتباع نظام غذائي صحي.
- ممارسة النشاط البدني بانتظام.
- الحفاظ على نمط حياة نشط.
- مراقبة الوزن بانتظام.
- الحصول على الدعم.
- التعامل مع الضغوط النفسية.

جراحات علاج السمنة : الحلول الجراحية للتحكم في الوزن

إعداد الدكتورة : جمانة ياسر الأصيل

مساعد محرر طبي - المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية



تُعدُّ جراحات علاج السمنة من الحلول الفعّالة للأشخاص الذين يعانون السمنة المفرطة، ولم ينجحوا في إنقاص وزنهم بوسائل أخرى، مثل: الحمية الغذائية، وممارسة الرياضة.

أنواع جراحات علاج السمنة

هناك عدة أنواع من الجراحات التي تُستخدم لعلاج السمنة، ولكل منها مزاياها وتحدياتها الخاصة، ومن بين هذه الجراحات:

1 - جراحة تحويل مسار المعدة: (Roux-en-Y Gastric Bypass)

الإجراء: يتم تقسيم المعدة إلى جزء صغير علوي (جيبية) يتصل مباشرة بالأمعاء الدقيقة؛ مما يقلل من حجم المعدة وكمية الطعام التي يمكن تناولها، ويقلل من امتصاص السعرات الحرارية.

الفوائد: فقدان وزن سريع وكبير، تحسين الحالات الصحية المرتبطة بالسمنة، مثل: داء السكري وارتفاع ضغط الدم.

المضاعفات المحتملة: نقص الفيتامينات والمعادن، وانسداد الأمعاء، وقرح المعدة.

2- تكميم المعدة: (Sleeve Gastrectomy)

الإجراء: تتم إزالة جزء كبير من المعدة؛ مما يؤدي إلى تقليل حجمها بنسبة تصل إلى 85%.

الفوائد: تقليل الشهية، وفقدان وزن كبير، لا يؤثر في امتصاص العناصر الغذائية.

المضاعفات المحتملة: تسرب من الجزء المقطوع من المعدة، ونقص الفيتامينات، وارتجاع المريء.

3- ربط المعدة: (Laparoscopic Adjustable Gastric Banding)

الإجراء: يتم وضع حزام قابل للتعديل حول الجزء العلوي من المعدة لإنشاء جيب صغير يقلل من كمية الطعام التي يمكن تناولها.

الفوائد: إجراء قابل للتعديل وغير دائم، وفقدان الوزن التدريجي.

المضاعفات المحتملة: انزلاق الحزام، وتآكل المعدة، وتهيج المعدة، أو الأمعاء.

4- تحويل مسار الاثنا عشر: (Duodenal Switch)

الإجراء: يجمع بين تكميم المعدة وتحويل مسار الأمعاء الدقيقة؛ مما يقلل من حجم المعدة.

الفوائد: فقدان وزن كبير جداً، تحسّن ملحوظ في الحالات الصحية المزمنة.

المضاعفات المحتملة: نقص التغذية الحاد، ومشكلات معوية، وتسرب من التوصيلات الجراحية.

فوائد جراحات علاج السمنة

تساعد هذه الجراحات في تحقيق فقدان وزن كبير ومستدام، وتقليل خطر الإصابة بالأمراض المرتبطة بالسمنة، مثل: داء السكري، وارتفاع ضغط الدم، وأمراض القلب، كما يساهم تقليل الوزن في تحسين القدرة على التحمل، وممارسة التمارين الرياضية.

1) أمراض الأطفال الخدج

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية - دولة الكويت



أمراض الأطفال الخدج



تأليف

أ. د. مازن محمد ناصر العيسى

مراجعة وتحرير

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

2021م

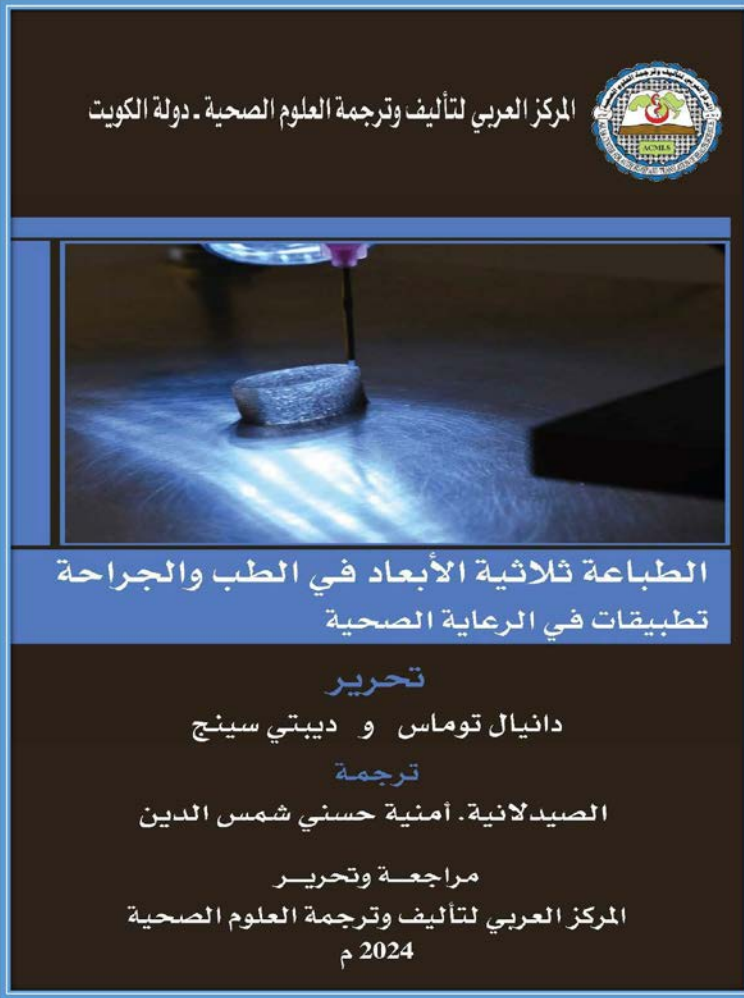
تمثل ولادة طفل جديد في حياة كل أسرة حدثاً فريداً، وتعيش الأسرة حالة من الترقب، وتنتاب الأم مشاعر مختلفة ممزوجة بالفرحة والسعادة وقليل من الخوف والقلق في انتظار هذا المولود الجديد، ولعل أكثر ما يُقلق الأم الحامل هو خوفها من ولادة الطفل قبل إتمام أشهر الحمل الطبيعية المعروفة (40 أسبوعاً) أي: ما يُسمى بالولادة المبكرة، وهي ولادة الطفل حياً قبل استكمالها الأسبوع (37) من فترة الحمل، ويُطلق على الطفل المولود في هذه الحالة "الطفل الخديج"، وكلما نقص العمر الجنيني زادت نسبة تعرض الخديج للمخاطر الصحية المختلفة التي قد تؤدي إلى الوفاة؛ لذا يتطلب الطفل الخديج انتباهاً، ورعاية استثنائية لتلبية احتياجاته الخاصة، وغالباً ما تُقدم هذه الرعاية الطبية المتخصصة في وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة.

يعاني الأطفال الخدج مشكلات صحية مختلفة، ويتأثر عديد من أجهزة الجسم؛ نتيجة لعدم اكتمال نضج أعضائها، فيعاني الخديج مشكلات وصعوبة في التنفس ناجمة عن ضعف الرئتين، وقلة الوزن، وصعوبات في الرضاعة والتغذية، وعدم القدرة في الحفاظ على درجة حرارة جسمه ثابتة؛ نظراً لانخفاض الدهون وغيرها من مشكلات في القلب، والجهاز الهضمي، وتعرضه

لكثير من العدوى والالتهابات، كما أن الأطفال الخدج قد يتعرضون لمضاعفات صحية خطيرة تهدد بقاؤهم من مثل: النزف الدماغي، أو الرئوي، وتسمم الدم (الإنتان الوليدي)، والالتهاب الرئوي، وأيضاً عيوب خلقية في القلب.

جاء اختيار المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية لتأليف هذا الكتاب "أمراض الأطفال الخدج" ليناقدش هذا الموضوع المهم من خلال عشرة فصول، حيث يبدأ الفصل الأول بالحديث عن تعريف الولادة المبكرة وأهم أسبابها بشكل موجز، ثم يستعرض الفصل الثاني واحدة من أهم المشكلات الصحية التي يعانيها الأطفال الخدج، وتتمثل في: صعوبات التنفس، ونقص الأكسجين، بينما يتناول الفصل الثالث أهم المشكلات القلبية التي يعانيها الأطفال الخدج وتأثيرها في الدورة الدموية لديهم، ويوضح الفصل الرابع اضطرابات النمو والتطور العصبي التي تحدث في وقت مبكر من مثل: النزف الدماغي، واعتلال الدماغ الإقفاري، وتستعرض الفصول من الخامس حتى التاسع مجموعة من الأمراض التي تؤثر في الجهاز الهضمي، والكلية، والمسالك البولية، وأمراض الدم والعدوى الميكروبية، وكذلك بعض الحالات المرضية المتعلقة بأجهزة الجسم الأخرى من مثل العظام، وشبكية العين، ويختتم الكتاب بفصله العاشر الذي يتحدث عن العناية بالطفل الخديج من حيث التغذية والرضاعة والمتابعة الدورية للخديج، والتأكيد على الفحوص الشاملة، والتطعيمات اللازمة لضمان وتوفير الحماية الملانمة له.

2) الطباعة ثلاثية الأبعاد



الطباعة ثلاثية الأبعاد هي إحدى تقنيات التصنيع الحيوي، حيث يتم تصنيع مجسمات، أو هياكل معينة عن طريق تقسيم التصميم ثلاثية الأبعاد لهذه المجسمات، أو الهياكل إلى طبقات صغيرة جداً باستخدام برامج الحاسوب، ومن ثم تصنيعها باستخدام الطابعات ثلاثية الأبعاد عن طريق طباعة طبقة فوق الأخرى حتى يتكون شكل الجسم النهائي، وتتيح تلك الطابعات ثلاثية الأبعاد للمستخدمين القدرة على طباعة أجزاء متداخلة معقدة التركيب، ومن مواد مختلفة وبمواصفات ميكانيكية وفيزيائية مختلفة ثم تركيبها مع بعضها، كما أن التقنيات التي تم تطويرها حديثاً للطباعة ثلاثية الأبعاد تنتج نماذج تتشابه بصورة طبق الأصل تقريباً في الشكل، والملمس، والوظيفة للنموذج الأولي للمنتج، وفي السنوات الأخيرة تم تطبيق الطباعة ثلاثية الأبعاد في مجالات متعددة، ومنها الطب.

يُعدُّ المجال الطبي من أكثر المجالات اهتماماً بتقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد، فقد أتاحت هذه التقنية أملاً جديداً لحل مشكلات كثيرة في المجال الطبي من خلال قدرتها على إنتاج أي نموذج، أو مجسم لعضو ما مهما بلغت درجة تعقده بدرجة كبيرة من الدقة حتى بأدق التفاصيل، إضافة إلى تكلفة الإنتاج المنخفضة وتقليل وقت التصنيع مع القدرة على تخصيص تلك المنتجات، فمن خلال هذه التقنية تمكن العلماء من طباعة خلايا حية، حيث تطبع هذه الخلايا لتخرج في وسط بيولوجي طبقة تلو الأخرى حتى يكتمل الشكل النهائي للنسيج أو العضو، كما أنه قد يحتوي هذا العضو المطبوع على الأوعية الدموية،

فقد قام العلماء بطباعة أعضاء من جسم الإنسان مثل: الأصابع، الأذنان، وحتى الكلى، كما دخلت هذه التقنيات في مجالات طب وزرع الأسنان. وقد وُجد أنه عندما تم إدخال الممارسين الطبيين في مجال الطباعة ثلاثية الأبعاد تم تطوير أفكار جديدة، وكان هناك تآزر بين الهندسة التقليدية وقطاع الرعاية الصحية.

إن كتاب الطباعة ثلاثية الأبعاد في الطب والجراحة - تطبيقات في الرعاية الصحية - هو عبارة عن نص متقدم عن التطبيقات الطبية الجراحية والمحسنة التي يمكن تحقيقها باستخدام الطباعة ثلاثية الأبعاد. يُعدُّ هذا الكتاب مرجعاً أساسياً للممارسين الطبيين، حيث يغطي مجموعة من الأساليب العملية الحديثة عبر مجموعة من مجالات التطبيق مع التركيز أيضاً على المعرفة التطبيقية، ويلبي احتياجات مختلف التخصصات الطبية. يتميز هذا المورد الشامل بعمليات وتجارب عملية لإعداد مواد قابلة للطباعة ثلاثية الأبعاد.

تغطي الفصول الأولى من هذا الكتاب مقدمة حول المفاهيم الأساسية، بينما تناقش الفصول اللاحقة التقنيات الحالية المُستخدمة لهندسة أنواع معينة من الأنسجة، والتجارب، والأساليب الطبية، والتحديات التي تنتظر البحث في المستقبل. وهو دليل مرجعي لا غنى عنه للجراحين والباحثين العاملين في مجالات الهندسة الطبية الحيوية، وتصميم المنتجات، والهندسة الميكانيكية، والطب التجديدي، وعلوم الخلايا الجذعية، والدراسات الصيدلانية الحيوية، والتصنيع الحيوي. كما أنه يوفر مقدمة مفصلة وسرداً حول كيفية استخدام الطباعة ثلاثية الأبعاد لتطوير علاجات قائمة على الطب في المستقبل، مع التركيز بشكل خاص على الخدمات الطبية والسريرية. ويستعرض الكتاب خلال الفصول من الخامس حتى التاسع مجموعة من الأمراض التي تؤثر في الجهاز الهضمي، والكلى، والمسالك

البولية، وأمراض الدم والعداوى الميكروبية، وكذلك بعض الحالات المرضية المتعلقة بأجهزة الجسم الأخرى من مثل العظام وشبكية العين، ويُختتم الكتاب بفصله العاشر الذي يتحدث عن العناية بالطفل الخديج من حيث التغذية والرضاعة والمتابعة الدورية للخديج، والتأكيد على الفحوص الشاملة والتطعيمات اللازمة لضمان توفير الحماية الملائمة له.

يقوم المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية حالياً باستكمال تنفيذ مشروع المعجم المفسر للطب والعلوم الصحية باللغة العربية، وهو أحد المشروعات 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 للمصطلحات كافة، والعمل جارٍ في عملية المراجعة لكل حرف ونشره أولاً بأول، ونحن هنا نختار للقارئ الكريم بعض المصطلحات وتفسيرها وذلك للاطلاع عليها.

mamilla

mamilla

(pl.mamillae)

حَلْمَة

(ث:حلمتان، ج:حلمات)

- 1- حلمة الثدي ، هي بروز متصبع على السطح الأمامي للغدة الثديية ، محاط بهالة تُفتح فيها القنوات الناقلة للَبَن .
- 2- أي بنية شبيهة بالحلمة .

mamillae

(sing.mamilla)

حَلَمَات

(ف:حلمة)

- 1- حلمة الثدي ، هي بروز متصبع على السطح الأمامي للغدة الثديية ، محاط بهالة تُفتح فيها القنوات الناقلة للَبَن .
- 2- أي بنية شبيهة بالحلمة .

mamillaria

(=miliaria profunda)

الدَّخْنِيَّة العميقة

- نوع من الدخنية (هو مرض جلدي يتصف بالحكة والطفح الجلدي ، ويسمى أيضاً : طفح الحر) تُشاهد في المناخ الحار الرطب ، وتتصف بحدوث انسداد للغدد العرقية على سطح الجلد ، ويحدث عادة عقب الدخنية الحمراء (حصف الحر) ، وقد تؤدي إلى عدم تحمّل الحرارة كما في وهن نقص التعرّق المداري .
- انظر تحت miliaria profunda .

mamillary

mamillated

mamillation

mamilliform

حَلَمِيّ

مَحَلَم

تَحَلَم

حَلَمِيّ الشَّكْل

- متعلق بالحلمة أو يشبهها .
- لديه بروز يشبه الحلمة .
- 1- تحلم شيء ما (ذو حلمات) .
 - 2- بروز يشبه الحلمة .

يأخذ شكل الحلمة .

mamilliplasty

(=theleplasty)

رَأْب الحَلْمَة

- جراحة رأبية (تجميلية) تُجرى لإصلاح الحلمة .
انظر تحت theleplasty .

mamillitis

(=thelitis)

الْتِهَاب الحَلْمَة

- مصطلح يشير إلى الْتِهَاب الحَلْمَة .

mamilloid

(=mamilliform)

حَلَمِيّ الشَّكْل

- له شكل يشبه الحلمة .
انظر تحت mamilliform .

mamilloinfundibular

mamillopeduncular

mamillotegmental

mamm-

mamma TA

(pl.mammae)

- الثدي ، تركيب نسيجي جلدي معدل ، غدي على السطح الأمامي للصدر ، ويحتوي عند إناث الثدييات على العناصر المَفْرَزَة للحليب لتغذية الصغار .

accessory mammae

- زيادة في عدد الغدد الثديية عن الوضع الطبيعي ، توجد على طول الحرف الثديي (خط اللبن) الجيني ، تُسمى أيضاً : الغدد الثديية الإضافية .

حَلَمِيّ قَبَمِيّ

حَلَمِيّ سَوِيْقِيّ

حَلَمِيّ سَقَمِيّ

سابقة بمعنى الثدي

ثُدِيّ

(ج:أثداء)

أثداءٌ إضافيّة

إعداد / عماد سيد ثابت

مدقق لغوي أول - 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 وصوابها في اللغة العربية، ومن الأخطاء الدارجة ما يأتي:

الخطأ	الصواب	السبب
1 - قصص ورويات فلان .	- قصص فلان وروايته .	- لأنه لا يجوز الفصل بين المضاف والمضاف إليه.
2 - أعاقني أن المذاكرة	- عاقني	- لأن الفعل (عاق) غير مستخدم في العربية.
3 - المطار الدولي بفتح الواو .	- المطار الدولي، بتسكين الواو .	- الأصوب تسكينها، لأن الأصح أن ننسب إلى المفرد، والمفرد " دولة"، وواوها ساكنة.
4 - كتبت الاستمارة .	- كتبت "الاستبانة" .	- لأن " الاستمارة"، لا أصل لها في عربيتنا.
5 - ساهم في العمل .	- أسهم في العمل	- لأن ساهم معناها "اقترع".
6 - تصفحت الفهرس	- "تصفحت المحتوى"	- لأن " فهرس "كلمة فارسية يمكن الاستغناء عنها لوجود بدائل مناسبة.
7 - تعوّدت على القراءة .	- "تعوّدت القراءة"	- لأن الفعل " تعوّد " يتعدى بنفسه.
8 - السؤال بسيط	- السؤال سهل ، أو يسير	- لأن بسيط معناها " ممتد "ومتسع، تقول: أرضاً بسيطة، ومكاناً بسيطاً .

السبب	الصواب	الخطأ	
- لأنه لا يوجد في العربية "تصنت" بهذا المعنى المراد.	- فلان يتصنت	- فلان يتصنت	9
- إذ لم تُسمع "وريث" في كلام العرب.	- الوارث	- فلان هو الوريث الوحيد	10

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 بيانات إصدارات المركز كافة من خلال الموقع الإلكتروني www.Acmls.org .
- يمكن عرض استفساراتكم ومقترحاتكم، وأي ملاحظات أو تعليقات تسهم في دعم تعريب التعليم الطبي .
- نقوم بنشر هذه المشاركة والرد عليها .
- وأخيراً نستقبل استفساراتكم ومقترحاتكم على :

الموقع الإلكتروني : www.acmls.org



/acmlskuwait



/acmlskuwait



/acmlskuwait



0096551721678