



أ. د. صرزوق يوسف الغنيم  
الزمين العام

يحتوي هذا العدد من هذه النشرة على مقالين مرتبطين ببعضهما هما:

- الولادة المبكرة.
- الأطفال الخدج.

ويقصد بالولادة المبكرة هي كل ولادة تحصل قبل الأسبوع السابع والثلاثين من الحمل، ويكون الوليد في هذه الحالة "خديجاً" أي : غير كامل النمو، وغالباً ما يواجه هؤلاء الأطفال مشكلات صحية خطيرة، وتتفاوت هذه المشكلات حسب المدة التي بقي فيها الطفل بطن أمه. فقد تظهر على الطفل أعراض صحية خفيفة أو مشكلات صحية أكثر خطورة، ومن تلك المشكلات : صعوبة التنفس، وانخفاض درجة حرارة الجسم، وفي هذه الحالة يحتاج الطفل إلى أن يُوضع في حضّانة خاصة بالمستشفى تحت رعاية طبية متخصصة تتابعه على مدار الساعة .

وقد تم إحصاء الأطفال الخدج الذين يُولدون قبل 37 أسبوعاً من الحمل، وتبين أن واحداً من كل عشرة مواليد يُولد خديجاً، ولأهمية هذا الموضوع تم تحديد يوم 17 من نوفمبر يوماً عالمياً للطفل الخديج .

أما ما تم نشره من كتب خلال الشهر الماضي فهو كتاب ( دور التغذية في علاج اضطرابات الأكل ) وهو من سلسلة الثقافة الصحية، ويبين الكتاب كيف أن اضطرابات الأكل تصيب الفئات العمرية المختلفة ذكوراً أو إناثاً، إلا أن الإناث هن الأكثر عُرضة لذلك، وتُعزى أسباب اضطرابات الأكل إلى عديد من العوامل التي تتسبب في معاناة بعض الأشخاص دون غيرهم، ومن تلك المشكلات: تناول الطعام غير الصحي وغير المتوازن .

أما الكتيب الثاني فهو بعنوان: " الحواس الخمس " وهو من سلسلة الثقافة الصحية للأطفال، حيث يتضمن الكتيب (الحواس الخمس) تعريفها، وذكرها في القرآن الكريم، ثم شرحاً مُبسّطاً لكل من الحواس الآتية : السمع، والبصر، والتذوق، والشم، واللمس، وكذلك تطور الحواس الخمس لدى الأطفال .

ونستمر في هذا العدد بنشر صفحة كاملة من المعجم الطبي المفسر الذي أعده المركز، وقد تم تحديد هذه الصفحة من حرف (M)، وأخيراً الصفحة التي نستعرض فيها بعض الأخطاء الشائعة في اللغة العربية و تصويبها .

## الولادة المبكرة

إعداد الدكتورة : سارة محمد الإمام

مساعد محرر طبي - المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية



الولادة المبكرة هي حدوث تشنجات تتسبب في فتح عنق الرحم فتؤدي إلى ولادة الطفل قبل الموعد المحدد أي : قبل انتهاء 37 أسبوعاً من الحمل، حيث إن الحمل الكامل يستمر ما يقارب 40 أسبوعاً ، كما أن ولادة الأطفال قبل الأسبوع الـ (34) يجعلهم أكثر عُرضة لخطر بعض المشكلات الصحية، مثل: عدم اكتمال الرئة ، ونقص الوزن ، كما يُصنف حديثو الولادة حسب المراحل الآتية :

- ولادة مبكرة للغاية: وهي ولادة الطفل قبل إتمام 28 أسبوعاً من الحمل .
- ولادة مبكرة جداً: ولادة بين الأسبوع ( 28- 32 ) من الحمل .
- ولادة مبكرة متوسطة أو متأخرة : ولادة بين الأسبوع (32- 37 ) من الحمل .

### الأسباب التي تؤدي إلى الولادة المبكرة

- الحمل بتوائم .
- عندما تكون الفترة بين الحمل والآخر أقل من ستة أشهر.
- العلاجات المساعدة على الحمل، بما في ذلك الإخصاب المخبري.
- الإجهاض عن عمد أكثر من مرة.
- ولادة مبكرة سابقة.

### أعراض الولادة المبكرة

- ظهور تشنجات في الجزء السفلي من البطن .
- آلام أسفل الظهر قد تكون مستمرة أو قد تأتي وتختفي .
- الشعور بزيادة الضغط في منطقة الحوض أو المهبل .
- إسهال .
- نزف مهبل .
- خروج سائل من المهبل .
- حدوث تقلصات عدة مرات في الساعة .

الاختبارات والإجراءات لتشفس الولادة المبكرة

- اختبار الحوض .
- الموجات فوق الصوتفة .
- مراقبة الرحم .

فحوص مخبرفة .

غالباً ما فكون السبب الدقق للولادة المبكرة غير معروف إلا أن هناك بعض التدابفر التي فمكن اتخاذها للمساعدة على تقفلل احتمال الولادة المبكرة، ومنها:

- تطوق عنق الرحم .
- تخفف النشاط .
- تناول البروجسترون .
- المتابعة المستمرة مع الطفبف خلال فترة الحمل .

## الأطفال الخدج

إعداد الصيدلانية : هبة إبراهيم قداد

مساعد محرر طبي - المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية



الطفل الخديج هو الطفل الذي يُولد قبل الأسبوع الـ37 (أي قبل ثلاثة أسابيع من تاريخ الولادة)، حيث قد يصاحب الطفل المولود ولادة مبكرة مشكلات طبية تتطلب رعاية خاصة والبقاء في العناية المركزة لحديثي الولادة، كما يتم تغذية الأطفال حديثي الولادة الذين تتراوح أعمارهم بين (25 - 29) أسبوعًا في الحمل عن طريق الوريد ، أو عبر أنبوب .

### فئات الخُدج

- الطفل الذي يُولد في الأسبوع ( 32 – 37 ) من فترة الحمل .
- الطفل الذي يُولد في الأسبوع من ( 28 - 32 ) من فترة الحمل .
- الطفل الذي يُولد في الأسبوع 25 أو أقل من الحمل .

### الأسباب

غالبًا يكون السبب غير واضح، ولكن هناك عدة عوامل خطيرة معروفة قد تسبب الولادة المبكرة.

### الأعراض

- يكون حجم الجسم صغيراً وغير متناسب مع الرأس .
- وجود رقة في الجلد والقدرة على رؤية الأوردة .
- وجود شعر ناعم يغطي مناطق كثيرة من الجسم .
- انخفاض درجة حرارة الجسم، خاصة في فترة ما بعد الولادة مباشرة؛ نتيجة نقص الدهون المخزنة بالجسم .
- ضيق أو صعوبة في التنفس .

## المشكلات الصحية على المدى القصير والطويل

- مشكلات في التنفس .
- مشكلات في القلب .
- مشكلات في الجهاز الهضمي .
- صفار المواليد (اليرقان) .
- فقر الدم .
- الالتهابات .
- مشكلات في النمو والحركة .
- مشكلات في الأسنان .
- مشكلات في الرؤية أو السمع .
- الشلل الدماغي .
- ضعف القدرة على التعلم .
- مشكلات سلوكية أو نفسية .
- مشكلات صحية مزمنة (مثل : الربو).

## الوقاية

لا يمكن منع ولادة طفل خديج؛ وذلك لأن السبب غير واضح، لكن يمكن اتباع الآتي :

- الالتزام بمواعيد زيارات المستشفى في أثناء الحمل للتحقق من صحة الأم ، والجنين .
- الحد من عوامل الخطورة للولادة المبكرة (مثل: التدخين، أو تعاطي المخدرات وغيرها).
- تجنّب العمل الثقيل أو الوقوف لفترات طويلة ؛ لأنها تؤدي الولادة المبكرة .

## 1) دور التغذية في علاج اضطرابات الأكل

تتمثل اضطرابات الأكل (Eating disorders) في فقدان السيطرة على كمية الطعام المتناولة سواءً أكان ذلك بإفراط أو بكميات وفترات تتجاوز المعدل الطبيعي، تشتمل اضطرابات الأكل على اضطرابات في عملية الأكل أو السلوك الغذائي لشخص، ولكي يُصنف أي سلوك غذائي غير اعتيادي على أنه اضطراب غذائي يجب أن يستمر فترة من الوقت حتى تظهر أعراض ذلك على صحة الشخص الجسمية وقدرته على أداء وظائفه اليومية، وكذلك على تعاملاته مع الآخرين وعلاقته معهم. وتترافق اضطرابات الأكل غالباً مع سيل من الأفكار والعواطف المؤلمة والسلبية التي تُفقد الشخص زمام سيطرته على كميات الطعام المفترض تناولها سواءً أكان بفرط ذلك أو بنقصانه الشديد بحق حاجة جسمه للطعام، ويمكن مساعدة المرضى بتخطي مشكلات اضطرابات الأكل عبر العلاج النفسي بتغيير السلوك واتباع الحميات الغذائية وغيره مما يجدي نفعاً.

تصيب اضطرابات الأكل الفئات العمرية المختلفة ذكوراً أو إناثاً، إلا أن الإناث هم الأكثر عُرضة لذلك، وتعزى أسباب اضطرابات الأكل إلى عديد من العوامل التي تتسبب في معاناة بعض الأشخاص دون غيرهم من مشكلات تناول الطعام المختلفة.

يتم تشخيص اضطرابات الأكل عن طريق الفحص البدني

والنفسى للمريض، ومراجعة أنماط أكله ومراقبة الأعراض، إضافة إلى التقييم النفسى الشامل حول سلوكيات الشخص ومعتقداته في تناول الطعام، ويتم التركيز بعدها على علاج سلوكيات اضطرابات الأكل التي تشمل: الشره المرضي، وتناول الوجبات السريعة بكميات كبيرة، إضافة إلى ذلك يساعد العلاج الفردي والجماعي والأسري في دعم عملية معالجة اضطرابات الأكل.

قسّم الكتاب إلى أربعة فصول، قدّم الفصل الأول نظرة عامة على اضطرابات الأكل، وناقش الفصل الثاني فقدان الشهية العصابي (القهم العصابي)، وتناول الفصل الثالث الحديث عن النهام العصابي، وأختتم الكتاب بفصله الرابع بمناقشة اضطراب التهام الأكل.

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية - دولة الكويت



سلسلة الثقافة الصحية (185)

### دور التغذية في علاج اضطرابات الأكل



تأليف

أ. د. عزة عبد الحافظ العريفي

د. خالد علي المدني

مراجعة: المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية  
2023م

## 2 الحواس الخمس



يسعى المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية إلى تحديث خطته الرامية إلى توسعة دائرة الثقافة الصحية لتشمل الكبار والصغار، فارتأى أن يبدأ بتأليف سلسلة ثقافية صحية للأطفال على أن تكون مناسبة للمرحلة العمرية، ويتوافر لها الأمور الآتية:

- وضوح الحقائق العلمية في لغة بسيطة ميسرة وموجزة.
- عرض الحقائق بصورة جاذبة ومشوقة وممتعة.
- الاستعانة بالصور التوضيحية المرافقة بلا تعقيد.
- إخراج الكتيب إخراجاً فنياً جميلاً ومبهرًا وجاذباً.

وها هو الإصدار الثامن من هذه السلسلة وعنوانه (الحواس الخمس)، ونحن بذلك نستهدف من هذه السلسلة استثمار طاقات الأطفال العقلية المتاحة لتنمية التفكير العلمي القائم على الحقائق والأدلة والبراهين المبسطة المناسبة لمرحلتهم العمرية، ونهيب بالآباء والأمهات إعانة أبنائهم على الإفادة القصوى من المحتوى العلمي لكتيب (الحواس الخمس) الذي تضمن تعريفها، وذكرها في القرآن الكريم، ثم شرحاً مُبسّطاً لكل حاسة منها: حاسة السمع، وحاسة البصر، وحاسة التذوق، وحاسة الشم، وحاسة اللمس، وكذلك تطور الحواس الخمس لدى الأطفال .

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 إلى إيجاد 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.

mammo-

<b>mammectomy</b> (= mastectomy)	<b>استئصال الثدي</b>	<b>mammillation</b>	<b>تَحْلُم</b>
مصطلح طبي يشير إلى الاستئصال الجراحي لثدي واحد أو كلا الثديين بشكل جزئي أو كلي، ويتم اللجوء لهذا الإجراء بشكل خاص لمعالجة سرطان الثدي.			1- حالة وجود حلمات . 2- ارتفاعات أو بروزات تشبه الحلمة .
<b>mammiferous</b>	<b>ثديي</b> (أخذ الثدييات)	<b>mamilliform</b> (=mamilliform)	<b>حَلْمِي الشَّكْلِ</b>
عضو ينتمي إلى صنف الثدييات .			على شكل يشبه حلمة الثدي .
<b>mammiform</b>	<b>ثديي الشَّكْلِ</b>	<b>mamilloplasty</b> (=mamilloplasty)	<b>رَأْبِ الحَلْمَةِ</b>
يأخذ شكل الثدي .			عملية رأبية (تصليحية) على الحلمة .
<b>mammilingus</b>	<b>مضاض الثدي</b>	<b>mamillitis</b> (=mamillitis)	<b>التهاب الحَلْمَةِ</b>
يتم إرضاعه عن طريق الثدي .			انظر تحت mamillitis .
<b>mammilla</b> (=mamilla)	<b>حَلْمَة</b>	<b>mamillotegmental</b> (=mamillotegmental)	<b>حَلْمِي سَقِيْمِي</b>
1 - الحلمة ، عبارة عن بروز مصطبغ على السطح الأمامي لغدة الثدي ، وتُحاط بهالة تُنتج فيها القناة الناقلة للبن . 2- أي بنية تشبه الحلمة .			يتصل بالجسم الحلمي وبالسقيفة (الجزء الداخلي من الدماغ المتوسط الذي يحتوي على النوى الأكية : النواة الحمراء ، والمادة السوداء ، ومنطقة السقيفة البطنية) .
<b>Mammillaria</b>	<b>الصُرَّعَاء</b> (جنس من النباتات الشوكية)	<b>mamilliothalamic</b> (=mamilliothalamic)	<b>حَلْمِي مَهَادِي</b>
جنس شائع من الصبار المستدير أو الأسطواني منخفض النمو الذي غالباً ما ينمو في تكديسات ، له درنات دائرية أو مخروطية الشكل مقلوبة تشبه الحلمات ، مع عدد قليل من الأتسوك ، وعادة ما تكون زهوراً صغيرة وردية أو حمراء ، أو صفراء ، أو بيضاء ، وهي جنس من النباتات يتبع الفصيلة الصبارية من رتبة القرنفليات .			يتصل بالجسم الحلمي (وهو أحد زوج من الأجسام الصغيرة المستديرة الموجودة على السطح السفلي للدماغ ، ويمثل جزءاً من الجهاز الحوفي) ، والمهاد (في الدماغ) أو يتعلق بهما ، وبالوظائف أو الألياف التي تربطهما .
<b>mamillary</b> (=mamillary)	<b>حَلْمِي</b>	<b>mammiplasia</b> (=mammioplasia)	<b>تَنْسُخِ الثدي</b>
متعلق بالحلمة أو مشابه لها .			زيادة نمو أنسجة الثدي .
<b>mamillated</b>	<b>مَحْلَم</b>	<b>mammitis</b> (=mastitis)	<b>التهاب الثدي</b>
ذو بروزات تشبه الحلمة .			التهاب الغدة الثديية ، أو الثدي .
		<b>mammo-</b>	<b>سابقة بمعنى الثدي</b>
			سابقة بمعنى الثدي أو غدة الثدي .



إعداد / محمد عبد الفتاح أحمد

مساعد مدقق لغوي - المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

في هذه الصفحة تلقي 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 - أصغى له .	- أصغى إليه .	- الفعل ( أصغى ) يتعدى بحرف الجر ( إلى ) وليس اللام .
2 - هذا البئر عميق .	- هذه البئر عميقة .	- لأن كلمة ( بئر ) مؤنثة .
3 - انحط إلى أسفل الدرجات .	- انحط إلى أسفل الدرجات .	- لأن الدرجات هي المنزلة السفلى ، أما الدرجة فهي المنزلة العليا .
4 - فلان يحْتَضِر .	- فلان يُحْتَضِر .	- لا يُسْتَعْمَل الفعل ( احتضر ) إلا مَبْنِيًّا للمجهول .
5 - بتّ في الأمر .	- بتّ الأمر .	- لأن الفعل ( بتّ ) يتعدى بنفسه .
6 - أداه حقه .	- أدى إليه حقه .	- لأن الفعل ( أدى ) يتعدى إلى مفعول واحد .
7 - نفايات .	- نفايات (بفتح النون)	- لأن مفرداً نفاية على وزن فعالة .
8 - نفذ الوقود .	- نفذ الوقود .	- لأن ( نفذ ) اخترق الشيء .

السبب	الصواب	الخطأ		
لأن (نفس) من أدوات التوكيد ؛ فتلحق بالاسم وليس قبله .	في الوقت نفسه .	في نفس الوقت .	9	
قد حرف يفيد التقليل، فلا يدخل على الفعل المنفي .	ربما لا يفي بالغرض .	قد لا يفي بالغرض .	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](http://www.Acmls.org) .
- يمكن عرض استفساراتكم ومقترحاتكم، وأي ملاحظات أو تعليقات تساهم في دعم تعريب التعليم الطبي .
- نقوم بنشر هذه المشاركة والرد عليها .
- وأخيراً نستقبل استفساراتكم ومقترحاتكم على :

الموقع الإلكتروني : [www.acmls.org](http://www.acmls.org)



/acmlskuwait



/acmlskuwait



/acmlskuwait



0096551721678