

آلاف الاتصالات بخدمة الإسعاف بسبب الغبار

# زيادة أعداد مراجعي أقسام الطوارئ

كتب - طاهر أبويزيد

كشف مصدر طبي بمؤسسة حمد الطبية عن آلاف أقسام ووحدات الطوارئ للمبطين والنظار بالمستشفيات شهدت زيادة ملحوظة في أعداد المراجعين للأقسام نتيجة الغبار المثار على مدار اليومين الماضيين.

معظمهم حالات تعاني الأمراض التنفسية والمزمنة



الطوارئ



نقل الحالات بالإسعاف بحرفية عالية

وقال المصدر: إن طوارئ مستشفى حمد العام قد شهدت إقبالا كبيرا من المراجعين وخاصة الذين يعانون من الربو والأمراض التنفسية المزمنة، مشيرا إلى أن معظم الحالات التي وردت للمستشفيات تم تقديم الإسعافات لمنع دخول جميعها إلى الأقسام ما لفت انتباهنا بعض الحالات القليلة، موضحا أن غالبية الحالات كانت متوسطة، أما الحالات التي تعاني من حساسية الصدر أو الربو أو المخضين فتم عادة بتسويقهم وقتا أكثر خلال عملية تقديم الإسعافات اللازمة والتي قد تمتد ساعتين.

ووهو إلى أن مرفق الإسعاف استقبل على مدار اليومين الماضيين آلاف الاتصالات استجابة للرغبات نتيجة الغبار ونبول القلب والصدر الناتجة عن الاحتراق. وأوضح المصدر أنه حينما يتم استقبال المراجعين بقسام الطوارئ يتم إجراء القياسات الحيوية المعروفة من الضغط والحرارة وقياس النبض أيضا وفحص المريض بشكل عام لمعرفة أي مضاعفات تحدث له، وقد يحتاج البعض إلى أجهزة تنفس مساعدة، مشيرا إلى أنه يجب على الجميع توخي الحذر في التعامل مع هذه الموجة التي تهب حاليا على البلاد.

ودعا المصدر إلى ضرورة توخي الحذر وعدم تعريض الأطفال خاصة الذين يعانون من ضيق التنفس أو المصابين بالربو والأمراض الصدرية، والأثرية الحالية لأنها تؤثر سلبا على الجهاز التنفسي، موضحا أن الوقاية دائما خير من العلاج ومن ثم فلا بد من اتباع الإرشادات الصحية التي يوصي بها الأطباء في مثل هذه الأوقات وضرورة الإسراع باستشارة الأطباء في حال حدوث ضيق في التنفس نتيجة استنشاق الغبار والكبار.

ويصعب عدم التعرض للغبار والرياح قدر المستطاع، خاصة مرضى الربو أو المصابين بالأمراض الصدرية والتهام منازلهم والسعد عن أماكن الرياح سواء داخل السيارة أو

المباني، وعدم التعرض المباشر للغبار والعواصف الترابية خلال موجة إقبالا كبيرا من تشوهها البلاد حاليا. داعين إلى تنظيف المنازل والمباني بشكل جيد من آثار الغبار، وخاصة غرف النوم والأغذية والفرش، وضرورة إحكام إغلاق الأبواب والنوافذ لمنع دخول الغبار إلى المباني والشنازل وإعطاء المزيد من الاهتمام بالنظافة الشخصية، كما يجب على السائقين أثناء القيادة في اتجاهات الغبار أن يحرصوا على درجة حرارة مناسبة إن دعت الحاجة، وضرورة ارتداء أغطية الرأس من المنزل، حيث إن ذرات الغبار من الممكن أن تهيج الجهاز التنفسي.

وأوصوا بضرورة غسل الوجه بشكل متكرر وغسل الأنف والضمخ وغسل الغبار إلى العينين، واستنشاق الماء بوضوح لتساقط داخل الماء والقيام بالتنفس لتنظيف الأنف من الأتربة الداخلة فيه ووضع الكمامة أو وضع قوطة أو محارم مبللة على الأنف والفم، والإكثار من شرب الماء، وعند الشعور بالصداع عند استنشاق في الصباح نتيجة استنشاق أو ابتلاع الأتربة يفضل تناول ملعقة من العسل لتلطيف المريء وقتل البكتيريا.

وتتمثل مخاطر الغبار المثار في تلوث الهواء بشكل كبير ما يؤثر على الجهاز التنفسي خاصة لدى من يعانون من الربو والأمراض الصدرية، حيث تعمل ذرات الغبار على تهيج الجهاز التنفسي ما يتسبب في حساسية الأنف، كما تؤدي لانخفاض مدى الرؤية بشكل كبير وانعدامها في بعض الحالات، وقد تؤدي أيضا لآضرار في الممتلكات والمزروعات.

جدير بالذكر أن إدارة الأرصدة الجوية تحذر على مدار الأسبوع الجاري من رؤية أفقية متدنية على بعض المناطق في البداية على الساحل، وتوقعت أن يصاحب الطقس عبا خفيف، يصبح غبارا عالقاً إلى ضباب خفيف ثم يتحول إلى ضباب على بعض المناطق لاحقا على الساحل.

إجازة منتصف العام

# حمد الطبية تقدم نصائح للمسافرين للخارج



الدكتور محمد أبو الختیب

مع بدء إجازة منتصف العام يزداد إقبال المواطنين والقيمين على السفر للخارج لقضاء إجازاتهم، لذا ينبغي على المسافرين توخي الحظوة والحذر واتخاذ التدابير اللازمة لحماية أنفسهم من أجل الاستفادة بإجازة وتجنب الإصابة بالعديد من الأمراض المرتبطة بالسفر.

وينصح الدكتور محمد أبو ختیب - استشاري الأمراض المعدية وطب السفر ومؤسس حمد الطبية- المسافرين خلال الأسابيع والأشهر المقبلة بتباعد العديد من الإجراءات قبل السفر من أجل الاستفادة بسفر من أهمها مراجعة عيادة السفر بمركز الإسعاف الانتقالية التابع لمؤسسة حمد الطبية، أو بعض المراكز الصحية التي تقدم هذه الخدمة، وذلك قبل السفر بفترة تتراوح بين (6-8) أسابيع لتلقي التطعيمات المناسبة خاصة إذا كان المسافر يعاني من أمراض مزمنة، حيث تختلف اللقاحات والأدوية من دولة لأخرى وفقا لطبيعة الأمراض المنتشرة بها.

ويمكن التواصل مع عيادة السفر على هاتف رقم (40254003) للحصول على موعد إجراء تقييم للمسافر على حسب عمره، المرافق له، طبيعة الأمراض التي يعاني منها والبلد المسافر إليها والغرض من السفر والنشاطات المزمع القيام بها أثناء السفر؛ حيث يتم إعطاء التطعيمات اللازمة وتزويد المسافر ببعض الأدوية اللازمة بحسب وجهه السفر مثل أوية علاج الإسهال، مضاد حيوي، أوية مضادة للفطريات والرشح، وكذلك أوية وقائية للحماية من الملاريا إذا تطلب الأمر، وإعطاء المسافر برنامجا علاجيا يستلزم تناوله في حالة الشعور بأي من الأعراض الخاصة بالملاريا وذلك بعد شرح أعراض الملاريا خاصة المسافرين للمناطق النائية والبعيدة عن الخدمات الصحية.

كما نصح الدكتور أبو ختیب المسافرين أيضا بشبكات الوقاية من البعوض أثناء النوم، وكذلك الابتعاد عن المناطق المزدحمة قدر الإمكان لتجنب الإصابة بأمراض القلب المسحيا والتيفوئيد، وعدم اصحاب أشياء ضيقة وتجنب السير في الأماكن المزدحمة، بالإضافة إلى ضرورة تناول الكثير من المياه والسوائل خاصة في المناطق الحارة، وتوخي الحذر من الغارات بعيدا أفضل من المعاصر، لاحتوائها على غازات تقتل البكتيريا.

كما نصح الدكتور أبو ختیب على أهمية مراجعة الطبيب على الفور أو الذهاب لعيادة السفر بمركز الإسعاف الانتقالية عند الشعور بأي أعراض غير طبيعية خلال شهر عقب العودة من السفر، لأن بعض الأمراض التي تنسب أثناء السفر لا تظهر أعراضها إلا بعد العودة وفي بعض الأحيان تصل فترة حضانة بعض الأمراض إلى شهر.

التعب الكبد الهوائي وأحسن التيفوئيد، عن طريق تجنب مصادر المياه غير الآمنة وعدم تناول الأطعمة غير المطبوخة والخضرا، والتوكله إذا بعد غسلها جيدا وغسل يديها، وأن يمكن اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب الإصابة بأمراض المنقولة عن طريق البعوض مثل الملاريا، الحصى الصفراء، حمى الضنك، وزيكا، وذلك عن طريق تجنب الجروح المفتوحة، وارتداء الملابس ذات الألوان الفاتحة وأكمام طويلة واستخدام كريمات طاردة للحشرات (مثل المبيدات التي تحتوي على DEET) على أن تتراوح نسبة تركيزها من 30 إلى 50 بالمائة واستخدام شبكات الوقاية من البعوض أثناء النوم، وكذلك الابتعاد عن المناطق المزدحمة قدر الإمكان لتجنب الإصابة بأمراض القلب المسحيا والتيفوئيد، وعدم اصحاب أشياء ضيقة وتجنب السير في الأماكن المزدحمة، بالإضافة إلى ضرورة تناول الكثير من المياه والسوائل خاصة في المناطق الحارة، وتوخي الحذر من الغارات بعيدا أفضل من المعاصر، لاحتوائها على غازات تقتل البكتيريا.



مركز الأمراض الانتقالية

على إحدى عبوات شراب اللبن

# تحذير توضيحي بـ «المقلوب»!



عبوة تحذيرية بالمقلوب

الجمهور يتمتع بثقافة استهلاكية عالية

يؤكد أن الجمهور يتمتع بثقافة استهلاكية عالية، تتمثل في معرفته لحقوقه، حيث يتوجب على الفرد لدى التسوق، البحث عن الباطنة التجارية وقراءة المكتوبات، والتأكد من تاريخ الإنتاج والانتها، وقراءة إرشادات التعامل السليم مع الغذاء، من حيث درجة حرارة الحفظ وطرق تجهيزه، حسب المدة المستهلك، بل وطريقة الحفظ والتخزين، بالإضافة إلى العيارات التحذيرية. ولفتت عبارة «لا تستهلك العبوة لو كانت منقطة» المكتوبة بالمقلوب انتباه الكثيرين مما

رصدت **الوطن** تحذيرا توضيحا مكتوبا بالمقلوب، على إحدى عبوات شراب اللبن، لم ترأه في الشركة المنتجة، أهمية العناية بالبطانة الغذائية الممنصة على العبوة أو المنتج، التي تعتبر قاعدة بيانات شاملة لتاريخ التصنيع وانتهاء الصلاحيات والمكونات والمصدر، وغيرها من البيانات التي قد يحتاجها المستهلك، بل وطريقة الحفظ والتخزين، بالإضافة إلى العيارات التحذيرية. ولفتت عبارة «لا تستهلك العبوة لو كانت منقطة» المكتوبة بالمقلوب انتباه الكثيرين مما

تنفذها الجمعية القطرية للسرطان بمركز الوكرة الصحي

# تدشين حملة لسرطان عنق الرحم



جانب من المحاضرة التوعوية

التصدي لبدء المرض الذي يتفكك لأسباب عدة ليس على مستوى دولة قطر حسب العنصر، بل على مستوى المجتمع ككل، حيث أن تحقيق التفرقات المبرمعة في مجال تحقيق لغو الأثر والتفكك عليه وأنه لا يمكن لأي جهة تحقيق رؤيتها أو استراتيجيتها في حماية المرضى بمثل هذه الجهات الأخرى، مشددة على أن العمل في مجال مكافحة السرطان هو إنساني وحمدي وعلميا جميعا العمل من هذا النطاق بما تملبه عليه صلاحيات.

وأشارت التوعية لحرص الجمعية على إطلاق حملات توعوية دورية لمكافحة السرطان في قطر وذلك بالتعاون مع الجهات التوعوية الإلكترونية التي تنطلق، حيث يحتمل كل شهر بتسليط الضوء على نوع محدد من السرطان وبشكل خاص طرق الوقاية وكيفية العلاج وأهمية الكشف المبكر عن المرض، إلى جانب عوامل الخطورة السببية للمرض والعلامات والأعراض التحذيرية.

الشراكة المجتمعية والتزامها بمواصلة الجهود التوعوية وذلك بالتعاون مع مرور عامين على توليها تنفيذ برنامج «الكشف المبكر لحياة صحية» الذي تم إطلاقه بمبادرة من وزارة الصحة العامة ضمن إطار البرنامج الوطني لسرطان، في دولة قطر، وانسجاما مع مبادئ الاستراتيجية الوطنية للصحة في قطر.

مؤسسة الرعاية الصحية الأولية في مجال تعزيز ونشر الثقافة الصحية بمرض السرطان والإطلاع على أفضل الممارسات في مجال التعرف بالمرض وتميزه وثقافة الكشف المبكر بما يعود بالنفع على كل من يعيش على أرض قطر وبما يسهم في تحقيق رؤية الجمعية نحو خلق مجتمع واع لا يحمل مخاوف من مرض السرطان، مشيرة لأهمية تعزيز التعاون مع كافة مؤسسات الدولة الحكومية والخاصة من أجل

دُمشت في مركز الوكرة الصحي حملة التوعية المجتمعية التوعوية للسرطان بالتعاون مع مؤسسة الرعاية الصحية الأولية وذلك بهدف توعية مراجعات المركز الصحي وتشجيعهم على إجراء مسحة عنق الرحم، والحديث بالذكر أن الحملة والتي من المقرر أن تستمر على مدى شهر يناير من خلال استفاد 6 مراكز صحية موزعة على مناطق الدولة اشتملت على محاضرات توعوية للمراجعات حول أهمية إجراء فحص عنق الرحم خاصة أن هذا النوع من أكثر السرطانات انتشارا بين النساء في العالم. كما اشتملت محاضرات التوعية على طرق الوقاية وكيفية العلاج والوقاية من الإصابة بهذا النوع من السرطانات، بالإضافة إلى تقديم النصائح العامة حول طرق تعزيز الصحة العامة لدى النساء. هذا وتؤكد مؤسسة الرعاية الصحية الأولية أهمية