

## نصف من توصف لهم الادوية يفشلون في تعاطيها بشكل صحيح

### بغداد/ قيس عيادان

اظهر تقرير صادر عن منظمة الصحة العالمية حول الاستخدام غير الرشيد للأدوية واسعة الانتشار، وحسب تقديرات المنظمة فإن أكثر من نصف الذين يحصلون على أدوية توصف لهم بشكل غير صحيح (نحو 50%) منهم في البلدان النامية) فيما كان هناك أكثر من نصف من توصف لهم الأدوية يفشلون في تعاطيها بشكل صحيح واظهر التقرير أن هناك ٢,٣-٤.٧ مليون حالة جديدة من الالتهاب الكبدي B وC، وتظهر ١٦٠,٠٠٠ حالة جديدة للعديوى فيروس الإيدز كل عام نتيجة تعاطي ١٥ بليون حقنة سنويا (نحو ٩٠% من هذه الحقن يعطى لغير دواعي ضرورية)، ونحو نصف هذه الحقن غير معقم حيث أصبحت

مشكلة تظهر مقاومة ضد المضادات الحيوية خارجة عن السيطرة ما يؤدي إلى فشل العلاج بهذه المضادات، وضرورة الإنفاق المالي الهائل على بحوث لاكتشاف أجيال جديدة من المضادات الحيوية إن تصاعد الإنفاق على الرعاية الصحية، وتنامي مجال العلاجات الصيدلانية، وتفاقم التهديد بتكون مقاومة المضادات المكروبات هي فقط ثلاثة عوامل من عوامل أخرى كثيرة تزيد من ضرورة الاستخدام العلاجي للأدوية بشكل صحيح ويمرود فعال مقابل التكلفة من قبل العاملين الصحيين والمستهلكين.

إن الاستخدام الرشيد للأدوية يعني أن يحصل المرضى على الأدوية المناسبة لاحتياجاتهم السريرية، بجرعات تراعي متطلباتهم الفردية، ولمدة كافية من الوقت، وبأقل تكلفة لهم وللمجتمع. يشكل الاستخدام غير الرشيد للأدوية من قبل من يصفون الأدوية ومن قبل المستهلكين مشكلة معقدة للغاية، وذلك اعتماداً على عدد من العوامل المتنوعة والمرتبطة ببعضها والتي تؤثر على استخدام الأدوية. وتنادي منظمة الصحة العالمية بأهمية تنفيذ تدخلات عديدة مختلفة في نفس الوقت وضرورة إدراج استخدام الأدوية الشعبية والعشبية.

وأشار التقرير أن من الخبرات الحديثة الاهتمام بأحد جوانب المشكلة من خلال أحد المشاريع المنهجية المرتكز لن يجدي شيئاً في حل المشكلة. وبعد الألف المشاريع المرتكزة على القصصى والتدخل نشأ أرقاق بين أعضاء مجتمع الصحة العمومية

صحيح بشأن الاستخدام الرشيد للأدوية في أي بلد من خلال استراتيجيات ورسد الاستخدام الرشيد للأدوية - الدعوة إلى الاستخدام الرشيد للأدوية، وتحديد وتعزيز الاستراتيجيات الناجحة، ضمان الترويج المسؤول للأدوية.

## كيف نزيل خوف الأطفال من العيادة؟

يخيف الجلوس على كرسي طبيب الأسنان الكثير من الأطفال، ولتشجيعهم على التخلص من هذه المشكلة ينصح الأطباء الآباء باصطحاب أطفالهم إلى عيادات طب الأسنان بدءاً من السنة الأولى من العمر. ونذكر موقع هلث داي نيوز أن الدراسة التي شملت ٦١٠٧ طفلاً وأيضاً تتراوح أعمارهم ما بين عامين و١٧ عاماً وآباءهم وجدت أن ٧٧% من الآباء زاروا عيادات طب الأسنان في السنة التي سبقت إعداد الدراسة.

وتبين أن الأطفال الذين يزورون أبائهم عيادات أطباء الأسنان ينتجعون ويثرون أيضاً وبأنه كلما زاد عدد الآباء أو الأمهات الذين يفعلون ذلك يزداد أيضاً عدد الأطفال الذين يحذون حذوهم. وأشارت الدراسة إلى أن تسوس الأسنان من بين أكثر الأمراض التي يعاني منها ذوو الدخل المتدني والأقليات في أميركا. وقالت الباحثة ماري هازين، وهي طبيبة أسنان وأطفال في شيكاغو والمتحدثة باسم الجمعية الأميركية لطب الأسنان إن الدراسة تعكس ما تراه في عيادات طب الأسنان عموماً. وأضافت إن الأطفال يقلدون آباءهم في تصرفاتهم وعاداتهم ومنها الصحية أيضاً. وتنصح الجمعية الأميركية لطب الأسنان الآباء باصطحاب أولادهم إلى عيادة طب الأسنان عند بلوغهم السنة من العمر وذلك بعدما تبين أن معظم هؤلاء يفضل الانتظار حتى سقوط أسنان الحليب.

## الاستخدام المفرط للإنترنت يسبب الاكتئاب

الممكن أن يكون إشارة تحذيرية لمول اكتئابية. تجدر الإشارة إلى أن سلسلة الانتصارات التي وقعت عام ٢٠٠٨ في منطقة بريدجنند جنوب غرب بريطانيا أشارت تساقلات حول المدى الذي يمكن أن تسهم فيها مواقع التواصل الاجتماعي على الإنترنت في دعم الأفكار الاكتئابية بين الشباب.

وقالت موريسون: "هذه الدراسة تدعم الفرضية التي يتم ترديدها كثير بأن الاهتمام الزائد عن الحد بمواقع الإنترنت التي تحصل محل الوظائف الاجتماعية العادية، مرتبطة بالتوترات النفسية مثل الاكتئاب والإدمان.. حان الآن الوقت للدراسة طبيعة التأثيرات الاجتماعية الكبيرة لهذه العلاقة، كما يتعين علينا تحديد تأثيرات الاستخدام المفرط للإنترنت على الصحة العقلية".

شارك في أول دراسة كبيرة من هذا النوع ١٣١٩ شخصاً تتراوح أعمارهم بين ١٦ و٥١ عاماً، وقد تم تصنيف ١,٢% منهم كمدمني إنترنت.

الحياة الحديثة، إلا أنه له جوانب مظلمة أيضاً". وأوضحت موريسون أنه في الوقت الذي يستخدم فيها الكثيرون الشبكة لتسديد الفواتير والتسوق والبحث برسائل الكترونية لا يستطلع آخرون التحكم في المد التي يقضونها أمام الإنترنت، وهو ما يؤدي إلى الإضرار بأنشطتهم اليومية. وأظهرت الدراسة أن هؤلاء الأشخاص يقضون وقتاً أمام المواقع الجنسية والألعاب، إضافة إلى مواقع التواصل الاجتماعي أكثر من الأشخاص غير المدمنين للإنترنت، كما يعانون كثيراً من الاكتئاب بدرجات تتراوح بين معتدل وشديد.

وقالت موريسون: "رأستنا تشير إلى أن هناك ارتباطاً بين الاستخدام المفرط للإنترنت والاكتئاب... إلا أننا لا نعلم من يأتي أولاً؛ أي ما إذا كان الأشخاص المكتئبون يجتذبون بشكل أكبر إلى الإنترنت أم أن الشبكة تسبب في الإصابة بالاكتئاب، وفي المقابل ذكرت موريسون أن الدراسة أثبتت أن الاستخدام المفرط للإنترنت من

كشف دراسة حديثة أن الأشخاص الذين يقضون وقتاً طويلاً أمام الإنترنت يعانون بشكل أكثر من أعراض الاكتئاب مقارنة بالأشخاص الذين يستخدمون الإنترنت فقط من حين لآخر. وتبين من خلال الدراسة التي أجراها علماء نفس من جامعة "ليدز" البريطانية أن قضاء وقت طويل أمام الإنترنت يجعل بعض الأشخاص يستبدلون التفاعل الاجتماعي في الحياة الحقيقية بغفر الرديشة أو مواقع التواصل الاجتماعي. وحذرت الدراسة التي نشرتها دورية "سيكوباتولوجي" من أن استخدام الإنترنت بهذه الطريقة يؤدي إلى الإدمان، كما من الممكن أن يكون له تأثيرات خطيرة على الصحة العقلية.

وقالت مديرة الدراسة كاترينا موريسون: بالرغم من أن الإنترنت يلعب دوراً كبيراً في

## الشمس تزيد الرغبة الجنسية لدى الرجال

"د" في الجسم يؤخذ عبر البشرة والباقى من المواد الغذائية. ويذكر أن انخفاض معدلات التستوستيرون تخفف من الرغبة الجنسية عند الرجل كما تحد من طاقته. ووجد الباحثون من جمعية غراز الطبية في النمسا أن التستوستيرون كان يتخلف بكمية أكبر عند الرجال الذين لديهم ما لا يقل عن ٣٠ نانوغراماً من الفيتامين "د" في كل مليلتر من الدم.

وأظهرت الدراسة أن معدل التستوستيرون ان معدل الهرمون الذكري عند الذين لديهم كميات أعلى من الفيتامين "د" كان أعلى منه عند الذين يعتبر معدل التستوستيرون عندهم أقل. وتبين أيضاً أن معدلات الدم عند الأثنين تتراجع في الشتاء وترتفع في فصل الصيف. يشار إلى أن القسم الأكبر من الفيتامين

وجند باحثون نمساويون ان التعرض للشمس قد يكون السبيل لزيادة الرغبة الجنسية عند الرجل. لأن هرمون التستوستيرون يرتفع بفعل الفيتامين "د". وكسرت هيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" ان دراسة شملت ٢٢٩٩ رجلاً بينت ان معدل الهرمون الذكري عند الذين لديهم كميات أعلى من الفيتامين "د" كان أعلى منه عند الذين يعتبر معدل التستوستيرون عندهم أقل. وتبين أيضاً ان معدلات الدم عند الأثنين تتراجع في الشتاء وترتفع في فصل الصيف. يشار إلى ان القسم الأكبر من الفيتامين

الشمس لا يزيد حجم الواحد فيها عن سنتيمتر فقط، ومن طبق سفلي آخر يحتوي على مادة سائلة وفي المنتصف طبقة مسامية. وقال الباحثون إن إطلاق تيار كهربائي صادر عن بطارية قوتها ٩ فولت يساعد على ضخ الماء ويجعل القطرات تتجمع في الطبقة العليا من الجهاز ما يجعله قادراً على الالتصاق بسطح آخر تماماً مثلما ينزلق كأسان ميللان بالماء ويلصقان ببعضهما. وقال سيت "في حياتنا اليومية تكون هذه القوى ضعيفة نسبياً ولكن إذا حصلت على الكثير منها وتمكنت من السيطرة عليها كما تفعل الخنفساء بإمكانك عندئذ



## مجالات علمية تجب أبحاث الخلايا الجذعية

قال خبراء متخصصون في الخلايا الجذعية إنهم يعتقدون أن مجموعة صغيرة من العلماء تمنع بشكل فعال نشر أبحاث علمية ذات قيمة عالية في المجالات الطبية. وأضاف الخبراء أن هؤلاء الأشخاص قد يلجأون لإفاعة نشر أبحاث الغير عن عمد حتى لا تنافس أبحاثهم الخاصة. وأرسل ١٤ شخصاً من رواد أبحاث الخلايا الجذعية رسائل إلى محرري المجلات العلمية لإعراق عن استيائهم الشديد مما يحدث.

ويقول مراسل بي بي سي للشؤون العلمية بالرب جوش إن مليارات الجنيهات يتم إنفاقها لتمويل أبحاث الخلايا العلمية. ويقول الخبراء في رسائلهم إلى المجلات العلمية الرائدة إن الأبحاث التي تحتوي على معلومات خاطئة أو معلومات تقنية متواضعة لا تضيف الجديد يتم تسليط الضوء عليها بشدة في حين يتم تأخير أو رفض الأبحاث العلمية الجادة ذات القيمة العلمية. وقد تحدث باحث شهير إلى بي بي سي حول المخاوف التي تزاود بهذا الشأن فيقول بروفيسور روبن لافليداج "الأمر تحول إلى عصبية داخل تلك الأماكن حيث يتم نشر بعض الأبحاث التي تلقى قبول بعض المراجعين الذين يعتبرون أنفسهم أشخاص مهتمين جداً."

يمكنك الحصول على الكثير من الضجيج عن بحث نشر عن الخلايا الجذعية وهو في الواقع لإحوي إلا الحد الأدنى من المعرفة في حين أن الشخش الفقير صاحب البحث القيم لا تلتقطه عيون محرر المجلة، ويؤكد البروفيسور أن الأمر مهم للغاية لأن مليارات الجنيهات من المال العام تنفق على تمويل أبحاث الخلايا الجذعية على الصعيد الدولي، ويوجه التمويل غالباً إلى الأشخاص أو الهيئات التي نشرت أبحاثها في المجلات العلمية الشهيرة بغض النظر عن صحة الأبحاث كما أنه إذا كانت الأبحاث خاطئة إن هناك اهدار للمال العام". ويقول دكتور فليب كامبل رئيس تحرير مجلة الطبيعة أحد أشهر المجلات العلمية لقد قمنا العام الماضي باستخدام ما يقرب من ٤٠٠ متخصصين راجعة أبحاث الخلايا الجذعية وعلوم الأحياء ونقوم بتعيين خبراء جدد بشكل مستمر إذا فكرة وجود عصبية أو لوبي داخل المجلات أمر عار من الصحة، ويتعين على صاحب

البحث أن ينشر موضوعه في مجلة علمية حتى يحصل على تمويل حكومي.

## الإنسان يمشي على الجدران مستقبلاً!

قد يستطيع البشر يوماً المشي على الجدران بواسطة جهاز لاصق كـ "الرجل العنكبوت" كما ورد في روايات وأفلام الخيال العلمي. وقال فريق البحث الأمريكي بقيادة البروفيسور بول ستين والعالم مايكل فوجل إن الجهاز تم تصميمه بعد مراقبة الطريقة التي تمشي وتتسلق بها خنفسا أوراق الأشجار وتحلق على الجدران في فلوريدا. وأوضح الفريق "باستعارة هذه الحشرة الالتصاق بورقة شجرة بقوة تزيد بمائة مرة عن قوتها الفعلية وبشكل فوري". ويتألف الجهاز من طبق مسطح فيه عدد من

القطب لا يزيد حجم الواحد فيها عن سنتيمتر فقط، ومن طبق سفلي آخر يحتوي على مادة سائلة وفي المنتصف طبقة مسامية. وقال الباحثون إن إطلاق تيار كهربائي صادر عن بطارية قوتها ٩ فولت يساعد على ضخ الماء ويجعل القطرات تتجمع في الطبقة العليا من الجهاز ما يجعله قادراً على الالتصاق بسطح آخر تماماً مثلما ينزلق كأسان ميللان بالماء ويلصقان ببعضهما. وقال سيت "في حياتنا اليومية تكون هذه القوى ضعيفة نسبياً ولكن إذا حصلت على الكثير منها وتمكنت من السيطرة عليها كما تفعل الخنفساء بإمكانك عندئذ



الحصول على قوى لاصقة قوية". وقامت بتحويل مشربوع البحث وكالة الدفاع ومشاريع الأبحاث المتقدمة وجمعية العلوم الوطنية ومن المقرر نشر دراسة عنه في دورية "بروسيدنغز أوف ذا ناشونال أكاديمي أوف ساينسيز".

الحصول على قوى لاصقة قوية". وقامت بتحويل مشربوع البحث وكالة الدفاع ومشاريع الأبحاث المتقدمة وجمعية العلوم الوطنية ومن المقرر نشر دراسة عنه في دورية "بروسيدنغز أوف ذا ناشونال أكاديمي أوف ساينسيز".

الحصول على قوى لاصقة قوية". وقامت بتحويل مشربوع البحث وكالة الدفاع ومشاريع الأبحاث المتقدمة وجمعية العلوم الوطنية ومن المقرر نشر دراسة عنه في دورية "بروسيدنغز أوف ذا ناشونال أكاديمي أوف ساينسيز".

## احذروا التصوير الصوتي "التجاري" للأجنة!

دعا خبراء الأهل إلى التفكير جيداً في مدى سلامة تصوير الأجنة في أرحام أمهاتهم بمجرد الاحتفاظ بالصور التذكارية. وتكررت هيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" ان التصوير الصوتي للتأكد من صحة الطفل مبرر وسليم، لكن وكالة حماية الصحة قللة من التصوير التجاري. ويحث المجلس الاستشاري المستقل في الوكالة في الأجنة الموجودة عن أية تأثيرات صحية، وأوضح أن بحاجة مزيد من الأبحاث لتحديد العواقب على المدى الطويل. يشار إلى ان بعض التقارير تحدثت عن تأثير التصوير على النظام العصبي للجنين. أشارت بي بي سي "إلى ان المخاوف من هذا التصوير غير الطبي

دعا خبراء الأهل إلى التفكير جيداً في مدى سلامة تصوير الأجنة في أرحام أمهاتهم بمجرد الاحتفاظ بالصور التذكارية. وتكررت هيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" ان التصوير الصوتي للتأكد من صحة الطفل مبرر وسليم، لكن وكالة حماية الصحة قللة من التصوير التجاري. ويحث المجلس الاستشاري المستقل في الوكالة في الأجنة الموجودة عن أية تأثيرات صحية، وأوضح أن بحاجة مزيد من الأبحاث لتحديد العواقب على المدى الطويل. يشار إلى ان بعض التقارير تحدثت عن تأثير التصوير على النظام العصبي للجنين. أشارت بي بي سي "إلى ان المخاوف من هذا التصوير غير الطبي

دعا خبراء الأهل إلى التفكير جيداً في مدى سلامة تصوير الأجنة في أرحام أمهاتهم بمجرد الاحتفاظ بالصور التذكارية. وتكررت هيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي" ان التصوير الصوتي للتأكد من صحة الطفل مبرر وسليم، لكن وكالة حماية الصحة قللة من التصوير التجاري. ويحث المجلس الاستشاري المستقل في الوكالة في الأجنة الموجودة عن أية تأثيرات صحية، وأوضح أن بحاجة مزيد من الأبحاث لتحديد العواقب على المدى الطويل. يشار إلى ان بعض التقارير تحدثت عن تأثير التصوير على النظام العصبي للجنين. أشارت بي بي سي "إلى ان المخاوف من هذا التصوير غير الطبي

## "الفيتورين" لا يسبب السرطان

لم توجه الأطباء أو أي من الأدوية المذكورة أجريت على الحيوانات لم زجرت وجود ارتباط بين استخدام الـ Zocor، Zetia، وزيادة نسبة السرطان في وقت الحالي. وقد أيدت دراسة SEAS هذه النظرية عند استخدام الفيتورين، خاصة وأن ما شوهد من زيادة في نسبة السرطان كان في أوضاع مختلفة لا يمكن لها أن تتعلق باستخدام دواء واحد على الإطلاق وأكدت الـ FDA أن الدراسات المذكورة سابقاً تستمر في البحث عن أية فرضيات أخرى تتعلق بهذا الأمر مشيرة إلى أن دراسة SHARP لن تنتهي قبل نهاية هذا العام بينما دراسة IMPROVE-IT ستحتاج حتى نهاية عام ٢٠١٢ كي تستوفي كل الأبحاث المقررة لها.

لم توجه الأطباء أو أي من الأدوية المذكورة أجريت على الحيوانات لم زجرت وجود ارتباط بين استخدام الـ Zocor، Zetia، وزيادة نسبة السرطان في وقت الحالي. وقد أيدت دراسة SEAS هذه النظرية عند استخدام الفيتورين، خاصة وأن ما شوهد من زيادة في نسبة السرطان كان في أوضاع مختلفة لا يمكن لها أن تتعلق باستخدام دواء واحد على الإطلاق وأكدت الـ FDA أن الدراسات المذكورة سابقاً تستمر في البحث عن أية فرضيات أخرى تتعلق بهذا الأمر مشيرة إلى أن دراسة SHARP لن تنتهي قبل نهاية هذا العام بينما دراسة IMPROVE-IT ستحتاج حتى نهاية عام ٢٠١٢ كي تستوفي كل الأبحاث المقررة لها.

## شهر ميلادك يحدد مستقبلك الرياضي

اكتشف علماء استراليون أن الشهر، الذي ولد فيه الطفل، قد يؤثر على مستقبله الصحي إضافة إلى قدرته الرياضية ولياقته البدنية. وقال الطبيب أرنيا بارنيت وأنيت موسون من جامعة كوينلاند إن شهر الولادة يؤثر على احتمال أن يصبح الفرد رياضياً محترفاً. واستند الباحثون في دراستهم إلى تحليل الاثني عشر التي ولد خلالها لاعبو الدوري الاسترالي بكرة القدم، وظهر أن معظمهم ولدوا في الأشهر الأولى من السنة، مقابل أقلية ولدوا في الأشهر الأخيرة، خاصة في شهر كانون الأول. وبما أن السنة المدرسية تبدأ في كانون الثاني في استراليا، قالت بارنيت "الأطفال الأطول قاموا بتمتعون بأفضلية واضحة حين يلعبون كرة القدم، وأضافت "في حال ولدت في كانون الثاني، لديك فترة نمو تبلغ ١٢ شهراً تقريباً أكثر من زملائك الذين ولدوا في وقت متأخر من السنة، إذا إن ولدت ٣١ كانون الأول أو الأول من كانون الثاني، قد يؤثر ذلك على حياتك بشكل كبير".

وتتطابق هذه الدراسة مع دراسات سابقة تظهر أن الأشخاص الذين ولدوا في ربة بداية السنة المدرسية يتمتعون بفرص أكبر ليصبحوا رياضيين محترفين، أكان ذلك في الهوكي أو كرة القدم أو كرة اليد أو كرة السلة. ولفتت بارنيت إلى أن دراسات بريطانية أشارت إلى أن الأطفال المولودين في بداية السنة المدرسية يبلون أفضل أكاديمياً ويتمتعون بثقة أكبر في النفس. وقد نشرت الدراسة الجديدة في كتاب "تحليل بيانات الصحة الموسمية".

اكتشف علماء استراليون أن الشهر، الذي ولد فيه الطفل، قد يؤثر على مستقبله الصحي إضافة إلى قدرته الرياضية ولياقته البدنية. وقال الطبيب أرنيا بارنيت وأنيت موسون من جامعة كوينلاند إن شهر الولادة يؤثر على احتمال أن يصبح الفرد رياضياً محترفاً. واستند الباحثون في دراستهم إلى تحليل الاثني عشر التي ولد خلالها لاعبو الدوري الاسترالي بكرة القدم، وظهر أن معظمهم ولدوا في الأشهر الأولى من السنة، مقابل أقلية ولدوا في الأشهر الأخيرة، خاصة في شهر كانون الأول. وبما أن السنة المدرسية تبدأ في كانون الثاني في استراليا، قالت بارنيت "الأطفال الأطول قاموا بتمتعون بأفضلية واضحة حين يلعبون كرة القدم، وأضافت "في حال ولدت في كانون الثاني، لديك فترة نمو تبلغ ١٢ شهراً تقريباً أكثر من زملائك الذين ولدوا في وقت متأخر من السنة، إذا إن ولدت ٣١ كانون الأول أو الأول من كانون الثاني، قد يؤثر ذلك على حياتك بشكل كبير".

