التوسّع العمراني: أحد المشكلات المطروحة أمام الصحة العمومية

بغداد/ قيس عيدان

اظهر تقرير صادر عن منظمة الصحة العالمية أنّ كل النمو السكاني تقريباً سيتم في المناطق الحضرية في السنوات الثلاثين القادمة، ممّا يشير إلى أنّ التوسّع العمراني من الظواهر المستديمة، وهناك علاقة بين تلك الظاهرة والعديد من المشكلات الصحية المرتبطة بالماء والبيئة والعنف والإصابات والأمراض غير السارية وعوامل الاخْتطار المؤدية إليها، مثل تعاطي التبغ واتّباع نُظم غذائية غير صحية والخمول البدني وتعاطي الكحول على نحو ضار، فضلاً عن المخاطر المتصلة بتفشي الأمراض.

وتمثل ظاهرة التوسّع العمراني مشكلة لأسباب عدة منها معاناة فقراء المناطق الحضرية، بشكل مفرط، من طائفة واسعة من الأمراض والمشاكل الصحية الأخرى، وتعرّضهم بشكل كبير لمخاطر العنف والأمراض المزمنة وبعض الأمراض السارية من قبيل السل والأيدز والعدوى بفيروسه، وجود العوامل، أو المحدّدات الاجتماعية، الرئيسية التي تؤثّر في الصحة في المناطق الحضرية خارج القطاع الصحي، بما في ذلك البنية التحتية المادية وفرص الحصول على الخدمات الاجتماعية والصحية والحوكمة المحلية وأساليب توزيع الدخل والإفادة من فرص التعليم.

وأشار التقرير أيضاً الى إمكانية توفر الحلول التي تمكّن من مواجهة الأسباب الجذرية للمشكلات الصحية القائمة في المناطق الحضرية يمكن أن يسهم التخطيط الحضري في تعزيز السلوكيات الصحية والسلامة من خلال الاستثمار في وسائل النقل التي تحافظ على نشاط الجسم وتصميم أماكن لتعزيز النشاط البدني وفرض ضوابط على التبغ وفي مجال السلامة الغذائية، كما يمكن، من خلال تحسين ظروف العيش في المناطق الحضرية في مجالات السكن والمياه والإصحاح، الإسهام بقدر وافر في الحدّ من المخاطر الصحية ذات الصلة.

وسيعود بناء مدن شاملة تضمن سُبل الوصول إليها بسهولة وتفي باحتياجات الناس من جميع الأعمار بفوائد على جميع السكان، وتلك الإجراءات لا تقتضي بالضرورة توفير أموال إضافية، بل تتطلب الالتزام بإعادة توجيه الموارد نحو التدخلات ذات الأولوية والعمل، بالتالي، على تحقيق المزيد من الكفاءة.

المعاملات التجارية الالكترونية.. الثقة أولا!

ما أجمل أن يفوز المرء بمزاد عبر الانترنت، ولكن عليك معرفة أن الأغراض التي تشتريها من خلال الشبكة الدولية لا تكون ملكك إلا عندما تصل إليك بالفعل بالبريد، وهذا لا يمكن أن يحدث إلا عندما تدفع قيمتها أولا.

وعلى الرغم من انتشار أساليب الدفع عبر الانترنت، سواء في صورة بطاقات الائتمان أو أنظمة الدفع الإليكتروني مثل "بايبال" و"كليك أند باي" أو التحويلات البنكية التقليدية، فإنه لا يوجد حتى الآن نظام دفع مثالي بحق، وهو ما يعني أن المعاملات التجارية عبر الانترنت تعتمد في الأساس على الثقة بين الأطراف بغض النظر عن كفاءة أنظمة الدفع وفعاليتها.

ويقول فرانك ريجر من مجموعة "كايوس كمبيوتر كلوب" الألمانية إن البحث عن النظام المثالي للدفع عبر الانترنت يؤدي إلى الإصابة بخيبة الأمل، موضحا: "لا يوجد نظام مثالي يلبي مطالب الجميع"، وبرغم الإجراءات الأمنية التي تتوافر حاليا في جميع أنظمة الدفع، إلا أن إرسال بيانات شخصية عبر الانترنت يظل عملية تنطوي على بعض الخطورة، مضيفا: "هناك خطورة أن يتعرض الخادم الذي ترسل عليه البيانات إلى عملية قرصنة إليكترونية وبالتالي تتسرب بياناتك الشخصية إلى طرف ثالث غير مرغوب فيه".

وينصح ريجر بضرورة تحديد حد أقصى لعمليات السحب لحماية رصيدك المصرفي من السرقة في حالة تسرب بياناتك الشخصية، ومن الوسائل الأخرى التي يمكن انتهاجها إقامة حساب مصرفي مخصص للمعاملات التجارية عبر الانترنت ثم وضع مبلغ محدد من المال في هذا حساب، ويتعين دائما على من يقومون بعمليات التسوق عبر الانترنت التأكد من أن البيانات الشخصية التي يرسلونها تكون مشفرة عبر وصلة "إس.إس.إل" آمنة، وتتيح كثير من برامج تصفح الانترنت حاليا مفتاح صغير لتنشيط خاصية تشفير البيانات.

دراسات

تزايد العواصف الثلجية بالعالم نتاج الاحتباس الحراري

شكلت العواصف الثلجية التي ضربت النصف الشمالي من العالم خلال الأشهر الماضية مادة دسمة للجدل السياسي والعلمي بين العديد من الجهات، خاصة بالنسبة للذين اعتبروا أنها ترخي ظلالاً من الشك حول حقيقة الاحتباس الحراري، فقد مرر الحزب الجمهوري إعلانات متلفزة هاجم فيها نظريات الحزب الديمقراطي في الولايات المتحدة حول تبدل المناخ، وانتقد دعوة الإدارة الأمريكية للحد من انبعاثات الكربون، واعتبر الجمهوريون أن كثافة الثلوج في الولايات المتحدة تتناقض مع التحذيرات بشأن ارتفاع حرارة الأرض، بينما عاد علماء للحديث عن "فبركة" أرقام تتعلق بحرارة الكوكب، لكن الباحث في علوم المناخ، جيف ماسترز، اعتبر أن العواصف الأخيرة هي دليل إضافي على ضخامة تأثيرات الاحتباس الحراري ومدى قوته، مضيفاً أن تعرض مدن أمريكية في العام نفسه إلى أقسى عواصف ثلجية في تاريخها ليس بمحض الصدفة.

واعتمد ماسترز على أبحاث متعقلة بالمناخ قالت إن الهواء الساخن – بخلاف البارد – قادر على حمل كميات كبيرة من الرطوبة الناتجة عن تبخر مياه البحر، الأمر الذي ينعكس بتساقط المزيد من الثلوج، علماً أن تبدلات المناخ هي المسؤولة عن ارتفاع حرارة الهواء.

وذكر تقرير علمي نشرته مجلة "تايم" أن العالم سيصل في نهاية المطاف إلى نقطة يتوقف فيها تساقط الثلوج بسبب ارتفاع حرارة الأرض، ولكن بانتظار تلك اللحظة، فإن العواصف الثلجية ستكون أكثر حدة بسبب رطوبة الهواء المرتفعة.

واعتبر التقرير أنه بناء على ما سبق، فإن قلة الثلوج في مدينة فانكوفر الكندية التي استضافت الألعاب الأولمبية الشتوية الأخيرة لم ينجم عن الاحتباس الحراري العالمي، بل عن ظروف محلية، باعتبار أن التقلص الدائم للغطاء الثلجي بالنسبة الكبيرة المسجلة في فانكوفر بحاجة لعقود من الزمن.

اليونيسيف: نصف المدارس في ٦٠ دولة تفتقر لماء الشرب

أطلقت منظمة الأمم المتحدة للطفولة "اليونيسيف" إن نداء للعمل من أجل توفير المياه والصرف الصحي والنظافة في المدارس، قائلة إن نصف المدار في نحو ٦٠ دولة تفتقر لتلك الخدمات الأساسية.

وقال تقرير للمنظمة "تفتقد أكثر من نصف المدارس الابتدائية في ٦٠ دولة من العالم النامي إلى المياه الصالحة للشرب كما تفتقد نحو الثلثين إلى مرافق للصرف الصحي،" وفقا للموقع الإلكتروني للأمم المتحدة، ونسب بيان للمنظمة إلى سيغرد كاغ، المديرة الإقليمية لمكتب اليونيسيف بالشرق الأوسط وشمال إفريقيا، قولها إن "الملايين من الأطفال في العالم النامي يذهبون إلى مدارس ينعدم فيها الماء الصالح للشرب والمراحيض النظيفة، وهي مرافق يعتبرها العديد منا من المسلمات".

والتقرير الذي أصدرته المنظمة يحمل عنوان: "تنشئة أيدي نظيفة: النهوض بالتعليم والصحة والمشاركة من خلال برنامج الماء والصرف الصحي والنظافة الصحية في المدارس"، وهو نداء لأصحاب القرار لضمان حق كل طفل في الذهاب إلى مدرسة تتوفر فيها مياه الشرب والصرف الصحي ولوازم النظافة المناسبة.

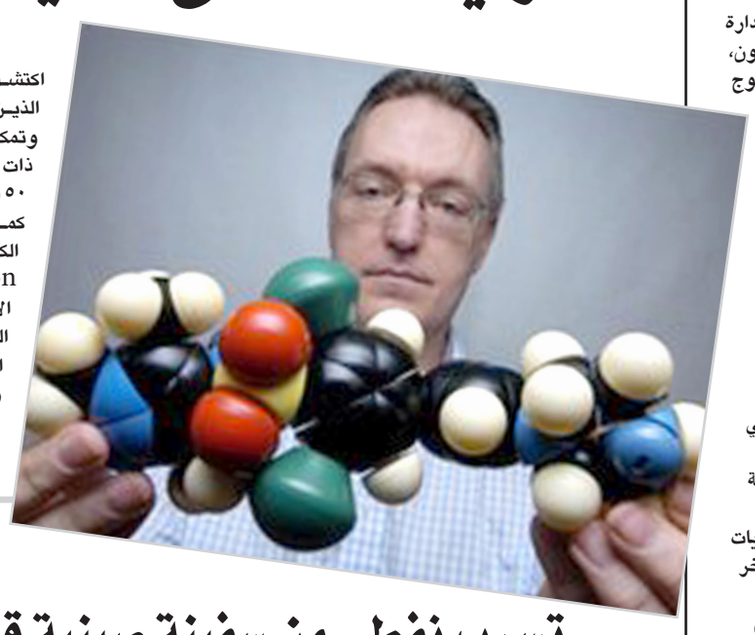
وأشار التقرير إلى أن "غياب المرافق الصحية لا يؤثر في صحة الأطفال وسلامتهم ونوعية حياتهم فحسب، بل يتسبب في وفاة نحو ١,٥ مليون طفل سنويا لا يتجاوز عمرهم الخمس سنوات بسبب الإسهال"، ويحد توفير خدمات أفضل للمياه والصرف الصحي والنظافة في المدارس من الأمراض المرتبطة بالنظافة العامة ويمكن أن يقلل من معدلات الغياب من المدارس، والذي يقدر بنحو ٢٧٢ مليون يوم مدرسي سنويا، وفقا للمنظمة، كما يحمي توفر الصرف الصحي حق الفتيات في التعليم إذ لا تواظب الفتاة على الذهاب إلى المدرسة إذا كانت المراحيض فيها مكشوفة، غير آمنة أو غير نظيفة أو مفقودة تماما.

وقالت كاغ: "إن توفير الماء والصرف الصحي والنظافة في المدارس سيساعد على الوفاء بالأهداف الإنمائية للألفية المرتبطة بتعميم التعليم الابتدائي والحد من وفيات الأطفال وخفض نسبة السكان الذين لا يحصلون على المياه السليمة والصرف الصحي إلى النصف".

عقار يساعد على تقليص أورام الرئة

اكتشف العلماء عقارا قد يمنح الأمل للمرضى الذين يعانون من سرطان الرئة القاتل، وتمكن العقار من إزالة الأورام السرطانية ذات الخلايا الصغيرة في الرئة بنسبة ٥٠ في المئة من الفئران التي جرب عليها، كما شل قدرة الخلايا على مقاومة العلاج الكيماوي، ويأمل فريق الباحثين من Imperial College London الآن بتجربة العقار على مرضى وصل الورم عندهم مراحل لا يمكن معها استئصاله بجراحة.

وسينشر الباحثون دراستهم في مجلة "أبحاث السرطان". يذكر أن سرطان الرئة هو أحد أنواع السرطان القاتلة، ويعتبر نمط الخلايا الصغيرة الأكثر فتكا، حيث يبقى ٣ في المئة من المرضى على قيد الحياة لفترة تبلغ السنوات الخمس، وينتشر هذا النوع من السرطان بسرعة، لذلك لا تشكل العمليات الجراحية خياراً معقولاً، ويستطيع العلاج الكيماوي مقروناً بالعلاج بالأشعة تقليص حجم الأورام، ولكنها تعود للنمو بسرعة، وتكتسب مناعة ضد العلاج.



ويمتاز العقار الجاري الحديث عنه بقدرته على الحيلولة من دون أن يلتصق هورمون النمو الذي يساعد الخلايا السرطانية على الانقسام، ويكسبها مناعة، واسمه "FGF-٢"، ويقول الباحثون إنه سيكون بالإمكان تناول هذا العلاج على شكل قرص، عوضاً عن حقنه بالجسد، وكان قد تم تطوير هذا العقار عام ١٩٩٨ بهدف منع الأوعية الدموية من التشكل حول الأورام.

تجارب إضافية

وقال الباحث، البروفيسور مايك سكي، إن هناك حاجة لتطوير وسائل علاجية جديدة لمرض السرطان، وأضاف: أن من المأمول أخذ هذا العلاج للتجارب الاكلينيكية العام المقبل للتأكد من نجاحه في علاج سرطان الرئة عند البشر، وقد جرب العقار على خلايا انتزعت من أورام سرطانية بشرية، وتمكن من وقف تكاثر الخلايا وشل دفاعاتها مما سهل قتلها بالعلاج الكيماوي. وتبين من التجارب التي أجريت على الفئران أن العقار كان فعالا عند استعماله لوحده أو الى جانب العلاج الكيماوي.

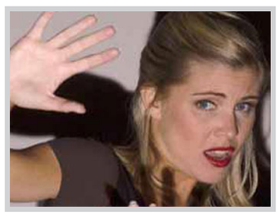
تسرب نفطي من سفينة صينية قرب الحاجز المرجاني على سواحل أستراليا

تعرضت سفينة شحن صينية للجنوح أثناء إبحارها قرب الساحل الشمالي الشرقي لأستراليا، مما أدى إلى تسرب كمية كبيرة من الوقود، في المنطقة التي تضم "الحاجز المرجاني العظيم"، الذي يعد أكبر مستعمرة للشعاب المرجانية في العالم، وتبلغ حمولة السفينة، التي يُطلق عليها اسم "شين نينغ ١"، نحو ٦٥ ألف طن من الفحم، وكانت في طريقها من ميناء "غلادستون" بولاية "كوينزلاند" الأسترالية إلى الصين، عندما جنحت قرب الساحل، وأعلنت الحكومة المحلية في كوينزلاند، في بيان رسمي، أن السفينة كانت تحمل على متنها نحو ٩٥٠ طناً من النفط، تسربت كميات كبيرة منه إلى المياه المحيطة في وقت مبكر من صباح الأحد، وأشارت إلى أن السلطات البحرية تقوم حالياً بمكافحة التسرب النفطي.

ومن المتوقع أن تقوم طائرة خفيفة برش مادة كيمائية لمعالجة بقع الزيت التي خلفتها السفينة، فيما تدرس السلطات أفضل الوسائل الممكنة لسحب السفينة الصينية من المياه القريبة من الحاجز المرجاني، ويتكون "الحاجز المرجاني العظيم" من نحو ثلاثة آلاف جزيرة مرجانية منفصلة، وأكثر من ٩٠٠ جزيرة منتشرة على مساحة ألفين و٦٠٠ كيلومتر، أي نحو ألف و٦٠٠ ميل، على امتداد ساحل كوينزلاند في بحر "الكورال"، إلى الجنوب الغربي من المحيط الهادئ.

تجارب

الذكريات "المخيفة" تعلق بالدماغ



باستطاعة الدماغ تخزين واسترجاع الذكريات التي لها علاقة بمخاوف معينة من دون غيرها، وذكر موقع لايف ساينس أن الباحثين أجروا دراسة على جرذان مختبر لاعتقادهم بأنها نماذج جيدة لدراسة الدماغ البشري، وبعد الاطلاع على أبحاث سابقة أشارت إلى أنه بإمكان الدماغ التمييز بين مخاوف متعددة كالخشية من الكلب أو المرتفعات مثلاً وهي عملية تخزين أكثر تعقيداً مما كان يتوقع سابقا، وقد تساهم هذه الدراسة، التي تحاول معرفة الطريقة التي يخزن فيها الدماغ المخاوف المختلفة، التي نشرت في دورية الطبيعة وعلوم الأعصاب في معالجة الذين يعانون من متلازمة ما بعد الصدمة.

وركزت الدراسة على منطقة "أميغدالا"، والتي يعتقد أنها المركز الذي تتجمع فيه المخاوف في الدماغ، مشيرة إلى أن الدماغ يستثير ويستعيد تلك الذكريات المؤلمة التي يمر بها البعض عندما يعضهم كلب مثلاً أو يوشكون على الموت اختناقاً عند تناول وجبة معينة، مضيفة إن الدماغ يخزن هذه المخاوف التي يشعر بها الناس وأرعبتهم.

وقام الباحثون بتوصيل أسلاك كهربائية تحدث صدمات كهربائية بجرذان مختبر عند سماع نغمات صوتية متميزة لها دلالات مخيفة أو عادية لمعرفة ردة فعلها فتبين أن منطقة "أميغدالا" في الدماغ استطاعت التفريق بين الذكريات المخيفة التي مرت فيها تلك الجرذان عند تعرضها للصدمات الكهربائية وتلك التي لم تكن كذلك.

وخلصت الدراسة إلى أن الخوف من شيء ما قد يستمر لمدى الحياة لأن الدماغ يحتفظ بالوقائع المؤلمة التي يمر بها الناس لفترة أكثر مما كان يعتقد سابقاً.

الرضاعة الطبيعية تنقذ الآلاف وتوفر المليارات

ذكرت دراسة جديدة، إن إقبال الأمهات على إرضاع أطفالهن للستة شهور الأولى من حياتهم، قد يسهم في إنقاذ حياة نحو ألف شخص، ويوفر مليارات الدولارات كل عام.

وقالت الدراسة إن الولايات المتحدة تخسر نحو ١٣ مليار دولار سنويا، على سبيل نفقات زائدة، وتفقد نحو ٩١١ شخصا كل عام، لأن معدلات الرضاعة الطبيعية منخفضة جدا عن تلك التي يوصي بها الأطباء.

وتوصي منظمة الصحة العالمية الأمهات بإرضاع أطفالهن حليب صدورهن فقط، للستة أشهر الأولى من عمر المولود، للوصول إلى النمو المطلوب، والحالة الصحية اللازمة، وهي توصيات تتفق معها معظم معاهد صحة الأم والطفل الأمريكية، إلا أن تقريرا أمريكيا حول الرضاعة الطبيعية عام ٢٠٠٩، أظهر أن نحو ٧٤ في المائة من الأمهات يرضعن أطفالهن عند الولادة، ونحو ٣٣ في المائة يرضعنهم حتى عمر ثلاثة شهور، بينما انخفضت النسبة إلى ١٤ في المائة لمن يرضعن حتى ٦ شهور، وقد أجمعت البحوث العلمية أن الرضاعة الطبيعية من أكثر السُبل فعالية لضمان صحة الطفل، ويسهم اختصار فترة الرضاعة الطبيعية قبل الأشهر الستة الأولى من حياة الرضيع في وقوع أكثر من مليون من وفيات الأطفال التي يمكن تفاديها سنوياً حول العالم، وهناك، في جميع أنحاء العالم، أقل من ٤٠ في المائة من الرضّع من دون سن ٦ أشهر ممّن يُغذون بحليب أمهاتهم فقط، وفق منظمة الصحة العالمية.

ووفقا لخبراء الصحة، فإنه ينبغي بدء الرضاعة الطبيعية في غضون الساعة الأولى من ميلاد الطفل؛ كما ينبغي إرضاعه "بناء على طلبه"، أي كلما رغب في ذلك، خلال النهار أو أثناء الليل.

التقدم في العمر مفتاح للسعادة

بيّنت دراسة جديدة أن التقدم في العمر قد يكون مفتاحاً للسعادة والأمل، وذكر موقع "لايف ساينس" الأميركي أن دراسة أميركية أجرتها جامعة "شيكاغو" أظهرت أن البالغين الكبار يميلون لأن يكونوا أكثر تفاؤلاً، ويكون لديهم نظرة جيدة إلى الحياة أكثر من الذين يصغرونهم سناً.

وأشارت الدراسة إلى أن المسنين يستذكرون الماضي بتفاؤل، وعرض الباحثون على مسنين وشباب وجوها واقعية تظهر الحزن والخوف والغضب والسعادة، واكتشفوا أن من تراوحت أعمارهم بين ١٨ و٢١ عاماً ركزوا على الوجوه المخيفة، فيما ركز الباقون ممن تراوحت أعمارهم بين ٥٧ و٨٤ عاماً على الوجوه السعيدة، متلافين تلك الحزينة والغاضبة.

ورأى الباحثون أنه مع انخفاض متوسط العمر المتوقع لدى الأشخاص، قد يزيد تركيزهم على ما يجعلهم جيدين، أكثر من تركيزهم على الأمور السلبية، وقالوا ان نظرة الشخص إلى الحياة والسعادة، ترسمها بشكل جزئي الحقبة الزمنية التي ولد فيها.