عـــــود الـــنـــــد

المجلة الثقافية الشهرية

oudnad.net ISSN 1756-4212 oudnad.info

العـــدد 50: آب/8/أغسطس/اوت 2010

الناشر: عدلي الهواري

الغـــلاف

عن مبدع الغلاف

خضر عبد الكريم

كلمة العدد

مواعيد للعدد القادم

حـفـنـة أخـبـار

جابر سليمان

هدية لعود الند

محمد البشتاوي

دراسات نقدية

هيا قره كهيا

إصداران للصغار في عام

رحيل نصر حامد أبو زيد

عود الند: نماذج الرسائل

ظاهرة تعميم الجهل

بـحـــث

الغربة في أدب يوسف القعيد

د. سمية الشوابكة

نـصـوص

حشرجات أخيرة

بهاء بن نوار

موقف عادي جدا

خالد سامح

قصتان قصيرتان

بسام الطعان

استكانة

سالم ياسين

نظرية الإبداع الشعري عـنـد العـرب

فراس حج مـحـمـد

سطور من أجلها

صفاء صيد

في زقاق المخيم

رامي حسين

عين على الإعلام

برامج تجميل المرأة

هدى الدهان

ثقافة صحية

هل أصبحت البدانة وباء؟

سامية الأطرش

مختارات

نقد الخطاب الديني

نصر حامد أبو زيد

معالم في الطريق

ثقافة صحية: هل أصبحت البدانة وباء؟

سامية الأطرش - بريطانيا

ذات يوم كان امتلاء الجسم يعتبر أمرا إيجابيا، فقد يدل على حالحسـنة فيهـا مـا يكفي مـن الطعـاموالشـراب، وربما الـثراء. وكـان الإقبـال على تنـاول الموادالدسـمة أمرا عاديا يشـجع المرءعليها في الولائموالزيارات الاجتماعية. ثم أصبح الجسم الرشيق هوالـذي يـدل على حالـة جمـالية أفضـل. وتغيرت المقاييس، وصار السـعي إلى الحفاظ على الوزن متـدنيا غاية الكثير من الناس، رجالا ـونسـاء، وكثرت وسائل إقناعهم بمزايا خفض الوزن وسبل تحقيق ذلك، من خلال نظام غـذائي أورياضي، بـل وصل الأمر إلى إجراءات طبية، كعملية ربط المعدة. خلاصة الرأي السائد هذه الأيام أن السـمنة وباء، مثله مثل التدخين، فكلاهما مسؤول عن أمراض تكلف معالجتها الكثير، ولذا لا بد من الوقاية، فهي خير من العلاج.

يـذكر تقرير لمنظمة الصحة العالمية أن الدول الأوربية التي تعالج مرضى السـمنة المفرطة قد وفرت مبالغ نقدية ضخمة تتراوح بين سبعين إلى مئة وخمسة وثلاثين مليون جنيه، لأن المستشـفيات لم ترتعد تعالج الأمراض التي تنجم عن السـمنة، والتي تكلف مبالغ كبيرة، مثل مرضي السكري والقلب.

ويرى المختصون أن الـدهون المتراكمة في الجسم ليست صديقة، بل اكبر تهديد للصحة والحياة. ولـذا يرون أنه من الضروري أن تقدم للناس المعلومات الكافية عن مساوئ ومضار البدانة قبل أن تتحول إلى كارثة. وتـذكر الإحصائيات أن عدد الأفراد الذين يعانون من السمنة المفرطة في بريطانيا يقارب ثلاثة أرباع مليون شخص.

ونتيجة للاهتمام الشديد بمخاطر البدانة، أصبحت المستشفيات تسعى إلى إقامة أقسام متخصصة بمعالجتها، من أشـهرها مركز امبيريال (Imperial) في مستشفى شيرنغ كروس (Charing Cross) في لنـدن، حيث يوجـد فريق طـبي مختص بالعمليات الجراحية لغايات إنقاص الوزن.

والفريـق الطـبي متعـدد الاختصاصـات، ويضـم الجراح أحمـد أحمـد (رئيس الفريق/وسط الصورة) وجـون كزينز (اخصائي التخـدير/يمين الصـورة)، والجراح شريـف محمـد حقي (يسار الصورة)، وكارل لارو (أخصائي الجهاز الهضمي) وسـمانثا شـولـتز (أخصائيـة علـم النفس)، وكـارين اودونيـل (مسؤولة فريـق قسم التمريض) وجوان بويل (أخصائية النظم الغذائية).

وقـد توجهت بمجموعـة من الأسـئلة إلى أعضاء هـذا الفريق، وبـدأت بالجراح أحمد أحمـد، الـذي سألته إن كانت العمليات الجراحية تحقق حلم الحصول على قوام جميل والتمتع بصحة أفضل، حسب ما يذكر في أخبار المشاهير الذين أجروها.

يقول الجراح أحمد أحمد ردا على السؤال:

السـمنة مشـكلة العصر وهي من المشاكل الطبية العويصة التي تزداد حول العالم مع مـا يصحب ذلـك من مشاكـل صحية على الأفراد والمجتمع والتكاليف المادية والمعنوية الـتي تصرف في علاج الأمراض المصاحبة للسـمنة. إن عـدد المرضى الـذين يلجئـون للجراحـة لتخفيض وزنهـم يرتفـع بسـرعة كـبيرة لأنـهم يعـانون من مشاكل نفسية وعضوية كبيرة مرتبطة بحالات السمنة.

نتيجة لـذلك أنشـئ في مستشـفى شـيرنغ كروس مركز السـيطرة على الـوزن

Web2PDF
converted by Web2PDFConvert.com

ليقدم للمرضى والراغبين في العلاج خدمات متكاملة تشمل التثقيف وعلاج للسمنة على حساب وزارة الصحة البريطانية، وذلك لمساعدة الأفراد على عمل تغييرات جذرية في نمط حياتهم. نحن نعلم أن الناس دائما يبحثون عن الحلول السهلة والسريعة التي تتحقق بالجراحة، لكننا لا نتخذ هذا الطريق الا بعد فشل كل المحاولات لتخفيف الوزن. عندها فقط نقرر إجراء العملية الجراحية.

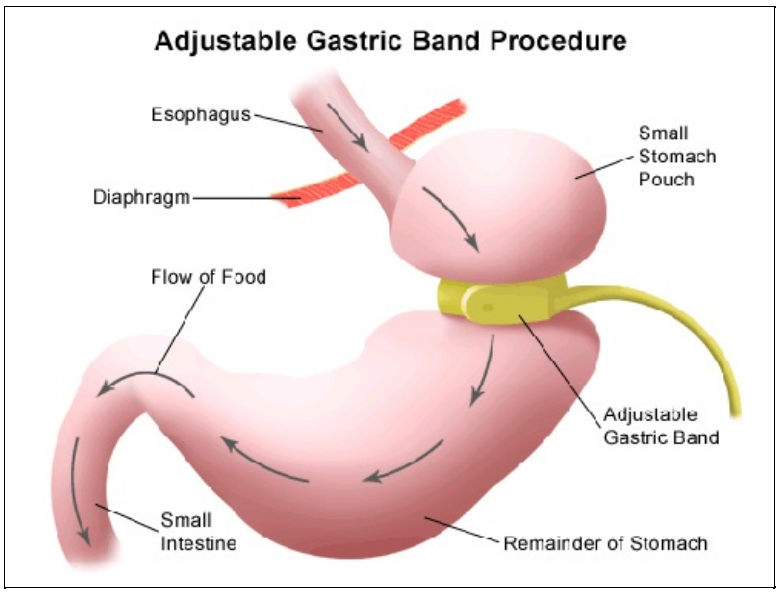
ويشرح الجراح المصري شريف محمد حقي أن دراسات حول مدى نسب نجاح النظم الغذائية في خفض الوزن جعلت تفكير الأطباء يتجه إلى البحث في كيفية السيطرة على المعدة والجهاز الهضمي لتحقيق أعلى نسبة لخفض الوزن، وما يتبع ذلك من تحسن كبير في الحالة الصحية للأفراد بصفة عامة، وزوال الشكوى من العديد من الأمراض المزمنة التي كان يعاني منها الأفراد، وبالتالي تحسن مستوى حياتهم، والاستغناء عن الكثير من الأدوية والزيارات الطبية وما يتبع ذلك من توفير مالي سواء للدولة أو الأفراد.

ويقول الدكتور شريف إن عمليات ربط المعدة تؤدي إلى خفض الوزن نسبا تتراوح في السنة الأولى بين 20 إلى 25 % من الوزن الكلى، ولوحظ أيضا أن من بين كل عشرة أفراد زالت بعد العملية شكوى ثمانية منهم من عدة أمراض مزمنة كانوا يعانون منها وهذه الأمراض هي: التهاب العمود الفقري والركبتين والشخير المرتفع وصعوبة التنفس أثناء النوم وما يسببه من خطورة على حياة المريض، أما مرض السكري من الدرجة الثانية فقد زال بنسبة 88% .

وقد تسنى لي حضور اللقاء الأسبوعي للفريق الطبي، فهو مفتوح لمن يرغب في معرفة التفاصيل الطبية عن هذا النوع النوعية من الجراحات، ووجهت أسئلة إلى أعضاء الفريق الطبي، ولكن قبل تلخيص الإجابات سأقدم شرحا موجزا لعملية ربط المعدة.

شرح لعملية ربط المعدة

تهدف عملية ربط المعدة إلى تقليل حجمها، وهي تدخل في نطاق جراحات المنظار. تربط المعدة بحلقة مطاطية من مادة السيليكون، يتم وضعها حول مدخل المعدة، ويمكن التحكم في قطرها بالتضييق أو التوسيع. تملأ الحلقة بسائل طبي بعد ستة أسابيع من إجراء العملية الجراحية وبمعدل مرة واحدة في كل شهر، وبذلك يمكن تضييق الحلقة أو توسيعها، وجعل حجم المكان المتاح لاستقبال الطعام اقل من المعتاد، وبالتالي فإن كمية أقل من الطعام تملأ فراغ المعدة، وبالتدريج يقل وزن المريض بمرور الأيام نتيجة انخفاض كمية الطعام التي اعتاد على تناولها.



لماذا يجري البعض العملية؟

القاسم المشترك بين جميع الساعين إلى إجراء عملية جراحية لخفض الوزن هو أنهم جربوا كل نظم تخفيف الوزن. ومعظم الذين اجروا العملية كانوا راضين عن النتائج، ومستوى استمتاعهم بالحياة نتيجة التخلص من الكثير من المشاكل الصحية. ولكن تظهر أحيانا جوانب سلبية بعد العملية مثل شعور المريض بالقيء والشعور بالضعف، والحرمان من أكلات لا يستطيعون تناولها بعد إجراء العملية وخاصة المأكولات ذات الدهون والكاربوهيدرات.

أدوار الفريق الطبي

طبيب التخدير جوناثان كزينز (Jonathan Cousins) يشرح دوره في العملية قائلا:

إن الجراحات التي يلزمها تخدير كلي تصاحبه خطورة عدم الإفاقة من العملية لذلك لابد من فحص لمريض فحصاً كاملا من جميع النواحي الطبية لمعرفة قدرته على

Web2PDF
converted by Web2PDFConvert.com

تحمل التخدير والإفاقة منة في وقت محدد بعد إجراء العملية الجراحية.

ويضيف الدكتور كارل لارو (Carel le Roux)، أخصائي الجهاز الهضمي:

بعد إجراء جميع الفحوص الطبية للمريض لتهيئته للجراحة نستمر في معالجته لننقله إلى بر الأمان ولا توصف سعادتنا عندما نحصل على نتائج ايجابية طيبة وقد أثبتت النتائج العلمية للأبحاث اختفاء معظم الأمراض المصاحبة للسمنة المفرطة وهي الشفاء من مرض السكر من الدرجة الثانية ولم يعودوا بحاجة إلى حقن أنفسهم بالأنسولين. أيضا 80% من المرضى الذين أجروا الجراحة وكانوا يعانون من صعوبة التنفس والشخير العالي أثناء النوم قد شفوا تماما. كذلك 80% من حالات ارتفاع ضغط الدم فقد رجعت إلى معدلاتها الطبيعية.

وتشير دراسات إلى أن جراحة إنقاص الوزن تعيد للنساء البدينات خصوبتهن وقدرتهن على الإنجاب. ولذا يقول البروفيسور ستيفن بلوم إنه "من المهم جداً مساعدة النساء البدينات على استعادة خصوبتهن التي قلت أو فقدت نتيجة الوزن الزائد.

الجوانب النفسية

ولإنقاص الوزن جوانب نفسية أيضا وتقول الدكتورة سمانثا شولتز (Samantha Scholtz) الأخصائية النفسانية عن تأثير جراحة إنقاص الوزن على مرض الاكتئاب:

الاكتئاب مرض خطير تعاني منه نسبة عالية في عالم البدينين والبدينات. إلا أن حالة المريض تتحسن بعد إجراء الجراحة وخصوصاً في العام الأول وقد أفادت بعض الدراسات بأن الاكتئاب يعود إلى بعض المرضى بعد مضي سنتين إلى ثلاث من إجراء العملية نتيجة ازدياد الوزن مرة أخرى. وتعزو ذلك إلى أن بعض الحقائق لم تؤخذ في الحسبان مثل توقعات المريض للمنظر الجمالي العام بعد فقد الوزن والترهل الذي يصاحب الجسم، وعدم التمكن من تناول الكثير من الأطعمة التي كانت محببة إلى نفسه، مما يسبب الشعور بالإحباط. ولكنها تقول إن دراسة عن حالة المرضى الذين اجروا عمليات جراحة إنقاص الوزن في آيرلندا الشمالية منذ سنة تبين أن حوالي نصف الذين كانوا يتعاطون أدوية مضادات الاكتئاب لم يعودوا بحاجة إليها بعد مرور سنة من إجراء العملية.

الرعاية قبل العملية وبعدها

يضم الفريق الطبي الممرضة كارين اودونيل (Karen O'Donnell)، التي تتولى مسؤولية الإشراف على رعاية جميع المرضى في مركز إنقاص الوزن قبل العملية وبعدها، فلكي تتم العملية بنجاح يطلب من المريض إتباع نظام غذائي صارم لمدة أسبوعين للتخلص من الدهون التي تغلف الكبد، والمشي يوميا نصف ساعة وإجراء تدريبات للتنفس العميق، والتوقف عن التدخين اذا كان المريض مدخناً.

الجانب الغذائي

وتؤكد أخصائية التغذية جوان بويل (Joanne Boyle) على نقطة مهمة وهي أن المريض الذي أجرى جراحة إنقاص الوزن يستلزم عليه أن يتناول حبوب الفيتامينات المركزة طوال حياته، لأنها تعوض الجسم عما يفقده من مواد ضرورية نتيجة إتباع نظام غذائي معين وتناول كميات قليلة من الطعام بعد العملية.

وفي الختام أعود إلى تقارير منظمة الصحة العالمية فتوقعاتها لعام 2005 إشارت إلى وجود حوالي مليار وستمئة مليون فرد فوق سن خمسة عشر عاما يعانون من زيادة في الوزن (في كل العالم). وأشارت أيضا إلى وجود اربعمئة مليون في عداد البدينين. وينطبق تصنيف البدين على نسبة محددة بين وزن الإنسان وطوله. وتشير منظمة الصحة العالمية إلى انتشار البدانة بين عشرين مليون طفل من سن خمس سنين فأكثر. كما أن السمنة أصبحت تتزايد في الدول غير الثرية، سواء التي تعتبر ذات دخل متوسط أو منخفض، وبناء على ذلك يمكن القول إن

Web2PDF
converted by Web2PDFConvert.com

البدانة في عصرنا لم تعد تميز بين الغني والفقير.

طباعة النص فقط ::::: إبلاغ صديق/ة ::::: إرسال مادة للنشر

التعليقات

كتابة تعليق قراءة التعليقات رسالة إلى الكاتبة

خيارات إضافية للراغبين في استخدام فيس بوك والمواقع المماثلة

|

إعادة نشر المواد المنشورة في عود الند يتطلب الحصول على موافقة مشتركة من المجلة والمؤلف/ة.

عود الند موقع ثقافي تعليمي لا يهدف إلى الربح، وقد تنشر فيه موضوعات محمية الحقوق، ويتم ذلك وفق القوانين التي تسمح بالاستخدام العادل لمواد من هذا القبيل، وستتم الإشارة إلى اسم المؤلف/ة والناشر.

الصفحة بنسق بي دي ف

Web2PDF
converted by Web2PDFConvert.com