



رؤية شاملة حول بدائل النيكوتين الأقل ضررا

أجرى اللقاء: عبدالمجيد حاجي

قدّم الدكتور يوسف الأشقر، طبيب القلب السويدي، رؤية شاملة حول دور بدائل النيكوتين - وخصوصاً «السنوس» وأكياس النيكوتين- في مجال الصحة العامة. واستند إلى خبرته الطبية والبيانات العامة المتاحة في السويد ليؤكد أن انخفاض معدلات الأمراض المرتبطة بالتدخين في البلاد لا يعود إلى قلة استهلاك النيكوتين، بل إلى انخفاض عدد المدخنين.

وأوضح الدكتور الأشقر أن الفرق الأساسي يكمن في طريقة تناول النيكوتين؛ فالتدخين يعتمد على الاستنشاق والاحتراق، وهما السبب الرئيسي وراء الأمراض المزمنة مثل السرطان وأمراض الأوعية الدموية، وليس النيكوتين بحد ذاته. ويفضل الانتشار الواسع للبدايل الخالية من الدخان في السويد انخفضت حالات الإصابة بأمراض مثل الانسداد الرئوي المزمن وسرطان الرئة بشكل واضح.

وأشار إلى أن أكياس النيكوتين ليست خالية تماماً من المخاطر، وخصوصاً على فئات مثل الشباب، ومرضى السكري، والنساء الحوامل. ومع ذلك فهي أقل ضرراً بكثير من السجائر، ويمكن استخدامها كجزء من استراتيجية تقليل الضرر للمدخنين غير القادرين على الإقلاع التام. وشدد على أن هذه البدائل ليست توصية بحد ذاتها، بل خيار واقعي حين تكون محاولات الإقلاع غير ناجحة.

وأضاف أن البيانات العلمية حول تأثير النيكوتين على الدماغ لدى من هم دون سن الـ ٢١ لا تزال محدودة، لكن الفرضيات القائمة تشير إلى مخاطر محتملة على تطور الدماغ؛ ما يبرر القيود القانونية والتحفظات الطبية.

من جهته، أوضح الدكتور كارل فاجيرستروم - خبير عالمي في إدمان النيكوتين ومؤسس اختبار «فاجيرستروم» لقياس الاعتماد على النيكوتين - أن الإدمان له جانبان: دوائي وسلوكي. وأكد أن سرعة وصول النيكوتين إلى الدماغ هي العامل الأساسي في الإدمان، ما يجعل السجائر الأكثر تسبباً في الاعتمادية، بينما تعد البدائل مثل اللصقات والسنوس أقل خطورة لأنها تطلق النيكوتين ببطء ويتأثيرات حسية أقل.

كما تحدث عن تطور منتجات الإقلاع عن التدخين، من مقاومة العلكة النيكوتينية في البداية إلى تبني



د. كارل فاجيرستروم.



د. يوسف الأشقر.

أوسع للبدايل الخالية من الدخان. وعلى الرغم من المقاومة التشريعية والاجتماعية في بعض البلدان فإن النموذج السويدي - من خلال السياسات الضريبية والتنوعية - يبرز كنقطة نجاح يمكن تكرارها عالمياً.

وانتقد الطبيبان الفكرة الشائعة بأن النيكوتين هو المسبب الرئيسي للسرطان وأمراض القلب، موضحين أن المواد الناتجة عن احتراق التدخين هي السبب الحقيقي، وأكد أن هذا الخلط المفاهيمي المنتشر بين الأطباء والجمهور يعوق جهود تقليل الضرر.

وشدد الدكتور الأشقر على أن التوعية هي العامل الأكثر تأثيراً؛ فكتير من المدخنين لا يعرفون أن هناك بدائل أقل ضرراً، ويستمررون في التدخين بسبب سوء الفهم. وأوضح من واقع خبرته أنه لم يشهد أي حالة طبية طارئة ناتجة عن استخدام السنوس، في حين عالج مئات الحالات الناتجة عن التدخين. واعتبر أن الانسداد الرئوي المزمن من أسوأ الأمراض

التي تصيب الإنسان، ويؤثر على جودة الحياة بشكل تدريجي ومؤلم أكثر من السرطان في بعض الحالات. وفيما يخص الحمل اتفق الخبيران على ضرورة الامتناع الكامل عن النيكوتين؛ إذ إن النيكوتين يضيق الأوعية الدموية ويؤثر سلباً على تدفق الدم إلى الجنين، وقد يسبب تغيرات في كيمياء الدماغ تستمر مدى الحياة.

وبشأن استخدام النيكوتين كوسيلة لتحسين التركيز أو «الهاكينغ الحيوي» أشارا إلى أن الآثار الإيجابية طفيفة، ولا تبرر المخاطر المرتبطة بالإدمان، وخصوصاً مع ضعف الأدلة العلمية في هذا السياق. واختتم الطبيبان حديثهما بتأكيد أهمية التحول نحو البدائل الخالية من الدخان في استراتيجيات الصحة العامة، وأوضحا أن اتباع نموذج السويد في باقي دول الاتحاد الأوروبي قد يمنع أكثر من ٣٥٠٠٠ حالة وفاة سنوياً. وبينما يظل الإقلاع التام هو الهدف المثالي فإن تقليل الضرر يمثل أداة قوية لإنقاذ الأرواح وتحسين الصحة العامة تدريجياً.

علاج أسنان الأطفال تحت التخدير العام

الدكتورة مريم مراد لـ«الخليج الطبي»: التخدير العام يقلل

القلق والخوف ويوفر بيئة مريحة لزيارة طبيب الأسنان



د. مريم مراد.

التواصل مع الفريق الطبي: يجب على الأهل التواصل بشكل مباشر مع الفريق الطبي لتقديم أي معلومات إضافية حول صحة الطفل واحتياجاته الخاصة.

ما هي الأعراض الجانبية المحتملة للتخدير العام عند الأطفال؟

بعد علاج الأسنان تحت التخدير العام، يمكن أن تظهر بعض الأعراض الجانبية المحتملة لدى الأطفال، وتشمل على سبيل المثال الغثيان والقيء، التعب والخمول، الصداع، الألم في الحلق، الدوخة.

إذا حدثت هذه الأعراض، فإنها عادة ما تكون بسيطة وتستمر لفترة قصيرة جداً ولا تترك أية تعقيدات أو مضاعفات.

باختصار، يعد العلاج تحت التخدير العام خياراً مهماً وفعالاً لعلاج الأسنان لجميع الأطفال، بما في ذلك الأطفال ذوو الاحتياجات الخاصة والتعقيدات الطبية، حيث يساعد في توفير رعاية سنية شاملة ومتخصصة ويساعد الأطفال على الحفاظ على صحة الفم والأسنان بشكل صحيح ومستدام.



قد تشكل زيارة طبيب أسنان الأطفال عبئاً على بعض الأسر نتيجة لخوف أطفالهم ورهبتهم من الألم المتوقع من جلسة كشف الأسنان وخصوصاً عند البدء في العمل. إذ ما هو الحل المناسب والعناية بأسنان الطفل تتطلب زيارة الطبيب كل ستة أشهر للكشف الدوري هذا ما ستكشف عنه في الحوار التالي مع الدكتورة مريم مراد أخصائي طب أسنان الأطفال وذوي الاحتياجات الخاصة بالمركز الطبي الجامعي - مدينة الملك عبدالله.

ما هي الفوائد الرئيسية لعلاج الأسنان تحت التخدير العام للأطفال؟

تحت التخدير العام، يمكن تقديم العلاج السني بشكل فعال وآمن لكافة الأطفال، بما في ذلك الأطفال ذوو الاحتياجات الخاصة والتعقيدات الطبية. إحدى الفوائد الرئيسية لهذا النوع من العلاج هي توفير بيئة مريحة ومهنية بشكل جيد لجميع الأطفال، ما يساعدهم على التعامل بشكل أفضل مع العلاج السني ويجعل الجلسة أقل إجهاداً وتوتراً.

علاوة على ذلك، يسهم التخدير العام في تقليل القلق والخوف لدى الأطفال أثناء زيارة طبيب الأسنان، ما يساعدهم على تجاوز تلك التجربة بسهولة ويعزز تعاونهم مع فريق الرعاية الصحية. كما يوفر العلاج تحت التخدير العام فرصة لإجراء الإجراءات السنية الشاملة والمعقدة بدقة وفاعلية، ما يضمن نتائج جيدة وصحة فموية قوية للأطفال.

كيف يمكن تحضير الطفل قبل العلاج تحت التخدير العام؟ التواصل مع الطفل: توضيح العملية للطفل بشكل ملائم لعمره وفهمه. ويمكن استخدام كتب الأطفال أو اللعب لنشر الإجراءات بطريقة تجعله أقل رهبة.

التحضير النفسي: يمكن التحدث بإيجابية عن العملية وتوضيح أن التخدير العام سيجعل العلاج أقل ألماً وتوتراً. الصيام: يتطلب التخدير العام صياماً لفترة محددة قبل العملية. ويجب اتباع توجيهات الطبيب بشأن الصيام لتجنب المضاعفات. التأكد من الصحة العامة: يجب على الأهل التأكد من أن الطفل بصحة جيدة قبل العملية، وإبلاغ الطبيب بأي حالة صحية مزمنة أو دواء يتناوله الطفل.

التوجيهات السابقة: يجب اتباع توجيهات الطبيب بشكل كامل، بما في ذلك توقيت تناول الطعام والسوائل قبل العملية. التأكد من وجود مرافق: يجب أن يكون هناك شخص بجوار الطفل لدعمه وراحته قبل وبعد العملية.

الباركنسون.. حقائق سريعة عن

المرض وأسبابه وآخر مستجدات العلاج

الدكتور محمد الصفار: لا يوجد علاج شاف من المرض والأدوية لتخفف الأعراض



د. محمد الصفار.

بمناسبة اليوم العالمي لمرض الباركنسون في ١١ أبريل من كل عام، صرح الدكتور محمد الصفار استشاري أمراض المخ والأعصاب بمستشفى الاسرالية الأمريكية بأن تهدف أهمية الاحتفال بهذا اليوم إلى رفع مستوى الوعي حول المرض، ودعم المرضى وعائلاتهم، وتعزيز البحث العلمي لإيجاد علاجات أفضل، مؤكداً أن مرض الباركنسون يعتبر أحد الأمراض العصبية المزمنة التي تؤثر بشكل أساسي في الحركة، ويصيب الملايين من الأشخاص حول العالم، وخاصة كبار السن.

وأشار الدكتور الصفار إلى أن مرض الباركنسون ينتج عن انخفاض في مستوى مادة «الدوبامين» في الدماغ، وهي مادة كيميائية تساعد على نقل الإشارات بين الخلايا العصبية. عندما تتراجع نسبة الدوبامين، تظهر على المريض أعراض مختلفة، أهمها: الرعشة في اليدين، البطء في الحركة، صعوبة في التوازن، وتيبس العضلات. كما قد يصاحب المرض تغيرات نفسية وسلوكية مثل الاكتئاب واضطرابات النوم.

واستكمل قائلاً: لا يُعرف السبب الدقيق وراء الإصابة بمرض الباركنسون، إلا أن هناك عدة عوامل قد تلعب دوراً، مثل العوامل الوراثية والبيئية. ويُعد التقدم في العمر أحد أبرز عوامل الخطورة، إذ تزداد فرص الإصابة بعد سن الستين.

حتى الآن، لا يوجد علاج شاف تماماً للمرض، ولكن هناك العديد من الأدوية التي تساعد في التخفيف من الأعراض وتحسين نوعية حياة المريض. ومن أبرز هذه الأدوية تلك التي تعوض نقص الدوبامين أو تحفز عمله. كما أن التمارين الرياضية المنتظمة، والعلاج الطبيعي، والدعم النفسي تلعب دوراً مهماً في إدارة المرض.

يشكل اليوم العالمي لمرض الباركنسون

فرصة لتأكيد أهمية الكشف المبكر، والتوعية المجتمعية، وتشجيع البحوث العلمية. كما يُعد تنكيّراً بضرورة دعم المرضى ومنحهم الأمل في التعايش مع المرض بكرامة وجودة حياة. في الختام، فإن رفع مستوى الوعي حول مرض الباركنسون لا يسهم فقط في دعم المصابين، بل أيضاً في بناء مجتمع أكثر تفهماً وتعاطفاً تجاه من يعانون من هذه الحالة الصحية المعقدة.