



لا تحسّوا الظن بي دائماً

جعفر عباس

jafasid09@hotmail.com

قبل عشر ونيف سنة تلقيت رسالة عتاب مهذبة من طبيب مختص فسي امراض الجهاز العصبي والمخ، مقيم في بلد غربي (سقط اسمه من ثقب في الذاكرة)، على ما جاء في مقال لي هنا في أخبار الخليج حول تجربة مررت بها في ذات مستشفى، وكنت قد قلت في المقال إنني لا أجد في نفسي الشجاعة للوثوق بالروبوت (الإنسان الآلي) أو أي أداة تكنولوجية أخرى لتقوم مقام الجراح، إذا ما استوجبت حالتي الصحية التدخل الجراحي، وكان عتابه في محله لأنه، وحسبما قال، هناك من يتأثرون ويتقنون بما يقرؤون، لأنهم ينعقدون ان الصحفيين والكتاب الصحفيين «فهمائين». شكرت الطبيب النطاسي على رسالة العتاب وحكيت له عن مقال لي عقب أول تجربة لي مع جهاز الرنين المغناطيسي، حيث قلت إنهم حشروني في قبر معدني وقيدوني حتى لا أتمكن من تحريك رقبتي ومعظم أجزاء جسمي. ورغم أنهم وضعوا سدادتين في أذني إلا أنني سمعت بوضوح أصوات مطارق تنهال على الجهاز الذي كنت محشوراً فيه وكأنني قطعة محشوي ورق عتب. تصببت عرقاً وأنا أتخيل نغماً من البتان العاتولة يحاولون تحطيم الجهاز بالمطارق والدريل (من أجل تسميته في الخليج «الورور»). حاولت قراءة ما تيسر من القرآن الكريم لبث الطمأنينة في نفسي، فجاءني قوله تعالى «ألهاكم التكاثر حتى زرمتم المقابر»، فكان أن قرأت بعدها «الفاحة».. على روعي.

بعدها بأيام اتصل بي استشاري المخ والأعصاب الذي أحالني الى التصوير بتلك الأداة العجيبة، وحكي لي كيف ان رئيس مجلس إدارة المستشفى، وهو طبيب بدرجة استشاري في مجال القلب عانى من آلام في العنق وأعلى الظهر، فأحالته الى التصوير بجهاز الرنين المغناطيسي.. وقف صاحب السعادة أمام الجهاز وقال: اللي قاله الزول جعفر عن هذا الشيء صحيح.. وبصراحة ما بداهش.. يعني لن تحشروني فيه.. وبعد أأخذ ورد طلب منهم عقاراً مهبطاً، فكان له ما أراد. وتم تصوير جسمه، ثم اتصل بي ووصفني بالإرهابي. وقال لي نفس ما قاله طبيب المخ والأعصاب، ولكنه أضاف: الناس يتأثرون بنجارب الآخرين، ولو كنت أنا الطبيب صاحب الخبرة التي تفوق 30 سنة قد عشت في حالة من الرعب بسبب ما كتبه عن الرنين المغناطيسي فتخيل حال شخص من عامة الناس.

وثمة واقعة أخرى تثير عتاب ذلك الطبيب لي: قلّ أن يمر شهر من دون أن أذكر وجبة الفول بالزيت في مقال أو أكثر، ورغم انني من مدمني الفول –إن شئت قل من ضحاياها– فإنني أفترى عليه كثيراً، وأزعم أنه يحوي مواد منومة وأنه يسبب الرمد والروماتيزم؛ وفي إحدى شطحاتي قلت إن الفول يسبب العقم لدى النساء لأن أكله بكميات تجارية يؤدي الى انسداد قناة فالوب، وبالتالي تعذر الحمل للنساء. وبعدها بيوم تلقيت اتصالاً من شابة مصرية قالت إنها داخت السبع دوخات كي تحصل على رقم هاتفي، وكلمتني عن أنها أنجبت بنتاً عمرها (الآن) أربع سنوات، ولم تنجب بعدها، وأركت بعد قراءة مقالٍ ان إكثارها من أكل الفول هو سبب «العقم» الذي أصابها.. حسبت في بادئ الأمر أنها مستهتلة فقلت لها: إن السودانيين والمصريين يحملون جينات الفول وبالتالي فإنه لا يؤثر عليهم سلباً، ولكنها قاطعتني بحزم وسألنتي ما إذا كنت أعرف دواء يزيد تأثير الفول الضار على قناة فالوب. أفقعتها بعد جهد جهيد بأن المسألة «دعابة» وأنتي لا أعرف ما إذا كانت قناة فالوب هذه في روسيا أو بنما.

ولأنني اعترم الخوض خلال الأيام المقبلة في مواضيع تتعلق بصحة الإنسان فإنني أذكر القراء بأنني خريج «آداب» وما أفهمه عن الطب لا يزيد على ما يفهمه شعبان عبدالحليم عن الطب أو الفيزياء النووية.

## بحثاً عن المجهول

## البحريني محمد الصادق يسير ساعات طويلة في رحلات السولو



كتبت: زينب إسماعيل

يبدأ البصري محمد الصادق على السفر بمفرده في كل رحلة رغبة في استكشاف الدول التي يزورها، حيث يقضي شهراً كاملاً في البلد ويجول في أراضيه على الأقدام بحثاً عن المجهول.

عبر هذا النوع من السفر الذي يطلق عليه اسم سفر السولو، استكشف محمد 7 دول منذ عام 2021، وهي الهند وسريلانكا وإيطاليا وسويسرا وتركيا وجورجيا والنمسا، وذلك من أصل 24 بلداً مختلفاً كان قد زاره.

ويقول محمد: «هذا الوقت الطويل خلال الرحلة الواحدة يمنحني فرصة الاستكشاف الحقيقي للبلد والاقتراب بشكل أكبر من سكانه والتعرف على ثقافتهم وأسلوب حياتهم اليومية من أجل اكتساب قيمة داخلية أكبر».

ويقضي محمد رحلته مشياً على الأقدام يتنقل ما بين المناطق من أجل كسر الروتين اليومي،

ولأجل الالتقاء المباشر بالسكان واكتساب صداقات جديدة. ويبين: «ننقد ميزة المشي اليومي خلال حياتنا اليومية». ويسافر محمد في كل مرة من دون خطة مسبقة، ويحاول التأقلم مع التغير المفاجئ. ويسكن في المناطق الريفية حتى يتمكن له أن يكون أكثر قرباً من السكان. في إحدى الرحلات، استطاع أن يبقى 3 أيام في منزل سيدة مسنة في طرابزون بتركيا، حيث استضافته من بعد أن ضاع هاتفه في الجبل. وقبل أيام، عاد محمد من رحلة استغرقت شهراً كاملاً إلى سريلانكا، ويشير «تخلبت على نفسي في هذه التجربة، اكتشفت أماكن الخوف والمجهول وواجهته من دون تدخل أو مساعدة».

واستكشف محمد ضمن

رحلته الأخيرة الغابات الاستوائية والجبلية في سريلانكا، حيث تنقل ما بين مناطق متنوعة من حيث التقسيم الجيولوجي، بدءاً من نورانيا الجبلية المسماة بانجلتيرا المضغوطة التي تتضمن معالم إنجليزية من وقت الاحتلال البريطاني، إلى سيرغيا ذات المعالم الإفريقية التي تتضمن محميات برية ومن ثم كادي التي تضم أقدم المعابد البوذية في العالم فالمناطق الساحلية التي تجتمع فيها 4 ديانات، وهي الإسلام والمسيحية والبوذية والهندوسية.

وفي تجربة أكثر غربة في نفس البلد، عاش محمد مدة 10 أيام من دون جهاز تواصل ذكي، وبالتحديد في كوخ صغير وبمعية السحالي والنعابين السامة. كما خاض تجربة العيش في منزل عائلة سريلانكية مدة يومين. ويتحدث عن هذه التجربة بالقول: «السكان في سريلانكا مضيافون، أبوابهم ونوافذهم مفتوحة تستقبل الناس والحشرات معاً».

## الجامعة الخليجية تقيم حفلها السنوي لمنتسبيها في «ويندهام»



أقامت الجامعة الخليجية حفلها السنوي لمنتسبيها من الهيئتين الأكاديمية والإدارية، وذلك مساء يوم الخميس (16 يوليو 2026) في فندق «ويندهام» بمرفأ البحرين المالي، فسي احتفالية مميزة اتسمت بأجواء عائلية مفعمة بالمرح والألفة والمشاعر الصادقة، تعزيراً لأواصر الترابط بين أفراد عائلة الجامعة.

وشهد الحفل برنامجاً متكاملًا تضمن مجموعة من الأنشطة التفاعلية وألعاب جماعية والتي أسهمت في تعزيز روح العمل الجماعي والانسجام بين الموظفين في قالب ترفيهي. كما تم عرض فيديو خاص لاسترجاع أجمل ذكريات ومحطات العام الأكاديمي المنصرم، مسلطاً الضوء على اللحظات المميزة والإنجازات التي سطرها منتسبو الجامعة بجهودهم المشتركة.

وفي لفظة وفاء وتقدير، تخلل الحفل تكريم خاص للموظفين المتميزين الذين قدموا عطاءات استثنائية خلال العام، إلى جانب وقفة تكريم ووداع دافئة للموظفين المغادرين، تقديرًا لجهودهم

وإسهاماتهم طوال فترة عملهم بالجامعة وتمنيًا لهم بالتوفيق في مساراتهم القادمة. وبهذه المناسبة، صرح رئيس الجامعة الخليجية د. مهدي الفراس قائلاً: «إن الكادر الأكاديمي والإداري بالجامعة الخليجية هو رأس مالنا الحقيقي وقوة الدفع الأساسية وراء كل نجاح وإنجاز نحققه. نتوجه اليوم بخالص الشكر والامتنان لجميع منتسبي الجامعة على تفانيهم وجهدهم الدؤوب طوال العام المنصرم، ونؤكد التزامنا الدائم بدعم ورعاية كادرنا التي نفخر بعطائنا».

من جانبها، أكدت محفظة العاني، مدير إدارة الاتصال والعلاقات المؤسسية بالجامعة على هذه المبادرة قائلة: «إن تكريم ووداع دافئة للموظفين المحلي والإقليمي فحسب،

العادة السنوية الأصيلة لترك أثر جميل وطيب في نفوس منتسبيها. نحن لا ننظر إلى هذا اللقاء كاحتفال عابر، بل كفرصة متجددة تؤكد من خلالها على تقديرنا العميق لعائلتنا الإدارية والأكاديمية، وحرصنا المستمر على توطيد الروابط الإنسانية التي تجمعنا خارج أطر العمل الرسمي، بما يعكس إيجاباً على بيئة العطاء والتميز داخل الحرم الجامعي».

وفي ختام الحفل، تم تسليط الضوء على الإرث الأكاديمي العريق للجامعة؛ حيث تمتلك الجامعة الخليجية تاريخاً مشرفاً امتد في مسيرة التعليم العالي بمملكة البحرين، لم يقتصر يوماً على بناء وإعداد أجيال متتالية من الخريجين المؤهلين لرقد سوق العمل المحلي والإقليمي فحسب، والتميز.



## للطبيب حقوق

من حق المريض.. بل من حقه الأصيل إذا شعر بوجود تقصير أو خطأ طبي.. أن يتقدم بشكوى إلى قسم الشكاوى والتحقيقات الطبية في الهيئة الوطنية لتنظيم المهن والخدمات الصحية (نهر).. وأن يطالب بالتعويض إذا ثبت وقوع الضرر.. لا أحد يعترض على ذلك فالمسألة جزء من العدالة.. وحماية المريض واجب لا نقاش فيه.

بمجرد ضغطة زر تتحول الشكوى إلى ملف تحقيق.. ويصبح الطبيب مطالبا بجمع التقارير والأدلة والردود.. بينما يواصل عمله في علاج عشرات المرضى يوميا.. وكأنه منهم حتى تثبت براءته.. فإذا انتهى التحقيق وأثبت أنه لم يرتكب أي خطأ.. وأنه قسام بواجبه وفق الأصول الطبية.. فمن يعوضه عن الضغط النفسي؟.. ومن ينصف سمعته التي أصبحت محل تشكيك؟ ومن يعرض المستشفى عن الوقت والجهد الذي استنزفته شكوى انتهت إلى عدم ثبوت وجود خطأ طبي؟

المشكلة ليست في حق الشكوى، فهذا حق لا يجوز المساس به.. وإنما في الاعتقاد السائد لدى البعض أن مجرد تقديم الشكوى يعني أن الطبيب مذنب.. بينما الحقيقة أن الشكوى هي بداية تحقيق وليست حكماً بالإدانة.

والأهم من ذلك، إذا ثبت أن الطبيب أخطأ.. فيجب أن يحاسب ويعرض المريض عن أي ضرر استحق التعويض وفقاً للقانون.. أما إذا أثبت التحقيق أن الطبيب لم يخطئ.. وأنه أدى واجبه بكل مهنية.. فهل تنتهي القضية عند هذا الحد؟ أين حق الطبيب في استعادة اعتباره؟ وأين حق المستشفى الذي استنزف وقته وإمكاناته في التحقيق؟ وإذا كثرت الشكوى كيدية أو تضمنت ادعاءات غير صحيحة.. فمن الطبيعي أن تكون هناك مسؤولية قانونية على من تعمد الإضرار بسمعة الآخرين.. وفقاً لما يقرره القانون.

العدالة لا تعني حماية المريض فقط.. ولا تعني حماية الطبيب فقط، بل تعني حماية الحقيقة.. فلا الطبيب معصوم من الخطأ.. ولا كل شكوى تعني وجود خطأ طبي.

فالعادلة لا تكتمل بمعاقبة المخطئ فقط.. بل تكتمل أيضاً بإنصاف البريء.. وكما نحمي حق المريض في الشكوى.. يجب أن نحمي حق الطبيب في سمعته.. لأن الثقة في المنظومة الصحية تقوم على حماية الطرفين معاً.. لا على انتصار طرف على حساب الآخر.

العلاقة بين الطبيب والمريض أكبر وأعمق من أن تختزل في البحث عن المال أو التعويضات.. فالطب، في جوهره رسالة إنسانية قبل أن يكون مهنة.. وعلى المريض أن يدرك أن الطبيب الذي يسهر على علاجه.. يبذل علمه ووقته وجهده.. إنما يفعل ذلك لتحقيق غاية واحدة.. هي شفاؤه وتخفيف معاناته.

حسين صالح

hussainsaleh888@gmail.com

## باحثون: لقاح لسرطان البنكرياس يظهر نتائج مبشرة في تجربة أولية



هوبكنز في بالتيمور في بيان: «هذه ليست إلا البداية، لكن النتائج تشير إلى أن جهاز المناعة يتم تحفيزه». وأضافت: «لا يزال أمامنا عمل كثير، لكن هذه بداية جيدة تهدف إلى الوقاية، وهو أمر لم يفكر أحد في القيام به من قبل».

وأجرى اختبار لقاح كيراس لأول مرة في عام 2020 على مرضى خضعوا لعمليات جراحية وكانوا معرضين لخطر مرتفع للإصابة بالسرطان مرة أخرى. وأظهرت تلك الدراسة أنه عندما يحفز اللقاح استجابة مناعية قوية، يظل المرضى بدون إصابة بالمرض خمس سنوات على الأقل. وحفز نجاح تجربة عام 2020 إجراء هذه الدراسة الوقائية الجديدة للقاح.

وأطلق الباحثون دراسة أخرى لاختبار اللقاح على مرضى يعانون من كيراس البنكرياس عالية الخطورة ويخضعون لجراحة لاستئصالها. وستتبع هذه الدراسة الجديدة للباحثين معرفة كيفية تأثير الخلايا المناعية التي يولدها اللقاح بشكل مباشر على أنسجة البنكرياس المحتمل تحولها إلى أنسجة سرطانية.

يقول باحثون: إن لقاحاً تجريبياً يستهدف أحد أكثر العوامل الجينية شيوعاً لسرطان البنكرياس نجح في منع تطور المرض لدى مرضى معرضين لخطر مرتفع في تجربة أولية.

وذكر الباحثون في دورية (كانسر ديسكفري) أنه يعتقد أن هذه الدراسة هي أول تجربة على الإنسان تثبت أن لقاحاً يستهدف طفرة «كيراس» الجينية يمكن أن يولد بأمان استجابات مناعية طويلة الأمد.

وتوجد طفرات كيراس في معظم حالات سرطان البنكرياس والآفات السرطانية المبكرة، ويعمل اللقاح المعروف باسم (إم، كيراس-فاكس)، الذي يطوره باحثون في جامعة جونز هوبكنز، على تحفيز جهاز المناعة للتعرف على الخلايا الحاملة لأي من ستة أنواع من هذه الطفرات وتدميرها قبل أن تتحول إلى سرطان.

وتلقى 20 مشاركاً معرضون لخطر جيني مرتفع للإصابة بسرطان البنكرياس ولديهم اضطراب في البنكرياس تم رصد من خلال الفحوصات التصويرية، أربع جرعات من اللقاح على مدى 13 أسبوعاً.

ونجح اللقاح في تحفيز خلايا مناعية قادرة على التعرف على طفرات كيراس وتدميرها لدى 18 مشاركاً، أي بنسبة 90 بالمائة. وبقيت هذه الخلايا المناعية قابلة للاكتشاف مدة تصل إلى عامين بعد التطعيم.

وبعد متوسط فترة متابعة بلغت 16.5 شهراً، لم يُصب أي من المشاركين بسرطان البنكرياس أو بأفة عالية الخطورة في البنكرياس تتطلب إزالة جراحية. وتبين أن اللقاح آمن إذ كانت الآثار الجانبية خفيفة إلى متوسطة، وأكثرها شيوعاً كانت تفاعلات في موضع الحقن والتعب والقشعريرة وأعراض شبيهة بالإنفلونزا.

ويشير الباحثون إلى أن الدراسة ضمنت أساساً لتقييم السلامة والاستجابات المناعية، ولا تثبت أن اللقاح يمنع الإصابة بسرطان البنكرياس.

وقالت قائدة الدراسة الطبيبة إليزابيث جافي من مركز كيميل لسرطان البنكرياس التابع لجامعة جونز

## دراسة: إدمان مواقع التواصل يزيد أعراض تشتت الانتباه وفرط الحركة



تشير دراسة جديدة أجراها باحثون في جامعة كاليفورنيا في ولاية سان فرانسيسكو الأمريكية إلى أن الاستخدام الإدماني لمواقع التواصل الاجتماعي قد يسهم في زيادة أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه (ADHD) لدى المراهقين الذكور، في أحدث الأدلة التي تربط الإفراط في استخدام المنصات الرقمية بتراجع التركيز والوظائف الإدراكية.

وذكر موقع «العربية نت» أن الدراسة نشرت في دورية (JAMA Network Open)، واعتمدت على متابعة أكثر من 11 ألف مراهق أمريكي مدة خمس سنوات، في محاولة لفهم العلاقة بين الصحة النفسية للشباب واستخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي.

استخدام إدماني أظهرت النتائج أن زيادة مؤشرات الاستخدام الإدماني للتطبيقات كانت تتبناها، بعد نحو عام، زيادة في أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، وخاصة لدى الذكور الذين ارتفعت لديهم مؤشرات الإدمان في عمر 14 و15 عاماً.

وقال الباحث الرئيسي للدراسة والأستاذ المشارك في طب الأطفال بجامعة كاليفورنيا في سان

فرانسيسكو، جيسون ناغاتا: إن الاستخدام الإدماني غالباً ما يسبق تقادم أعراض الاضطراب. وأشار ناغاتا إلى أن المراهق قد يشعر بعدم القدرة على تقليل استخدامه للتطبيقات، حتى عندما يحاول ذلك، كما قد يؤثر هذا الاستخدام سلباً على النوم، والتحصيل الدراسي، والعلاقات الاجتماعية.

وأوضح الباحثون أن الاستخدام الإدماني لوسائل التواصل يشبه «الإدمان على المواد المخدرة»، من حيث ظهور أعراض مثل فقدان السيطرة، وصعوبة التوقف، والانتكاس، والحاجة إلى

قضاء وقت أطول على المنصات. ويرى الباحثون أن على الآباء التركيز على طريقة استخدام أبنائهم مواقع التواصل، وليس فقط عدد الساعات التي يقضونها أمام الشاشات.

لماذا الذكور؟ لم تجد الدراسة علاقة واضحة بين الاستخدام الإدماني وأعراض اضطراب فرط الحركة لدى الفتيات. ويرى ناغاتا أن بعض الدراسات تشير إلى أن المراهقين الذكور أكثر حساسية للمكافآت الفورية والإثارة، وهو ما تستغله

منصات التواصل من خلال التنبهات المستمرة، والمحتوى المتجدد، والتشجيع على التثقل السريع بين المهام. وأضاف أن هذا التدفق المستمر من المحفزات قد يضعف القدرة على الحفاظ على التركيز، ويؤثر في الذاكرة العاملة والوظائف التنفيذية اللازمة للتعلم والحياة اليومية.

التعرض للشاشات من جانبها، قالت عالمة النفس، جودي تشو: إن الأطفال والمراهقين يكونون أكثر عرضة للتأثر خلال مراحل نموهم العقلي والاجتماعي، مؤكدة أن التعرض المكثف للشاشات يؤثر في الانتباه والتركيز، بحسب صحيفة «واشنطن بوست».

وأضافت أن كثيراً من طلابها الجامعيين يصفون معاناتهم مع الاستخدام القهري لمواقع التواصل، مشيرة إلى أن مقاومة هذه المنصات تمثل تحدياً حتى بالنسبة إلى البالغين. وأشار الباحثون إلى أن النتائج تعزز دراسات سابقة أظهرت ارتباط الاستخدام المكثف لمواقع التواصل بزيادة أعراض الاكتئاب وتراجع الأداء المعرفي لدى المراهقين.