حياة
مسجلة بالوزارة رقم ترخيص ٣٦٢
جمعية حياة الخيرية بالمدينة المنورة

العـــدد الثاني والعشرون للنشـــرة الصحية

يونيو 2022

نعتز بثقتكم
المدينة المنورة

لحياة حياة



لحياتها

التبرع بالدم

اليوم العالمي لسرطان الكلى

ماهي العوامل التي تزيد من فرصة الإصابة به ؟

أعراض فقر الدم المنجلي

بسم الله الرحمن الرحيم

المحتويات

موضوع العدد : اليوم العالمي لسرطان الكلى

جوانب صحية : اليوم العالمي للأنيميا المنجلية

لحياتها : التبرع بالدم

برامج حياة

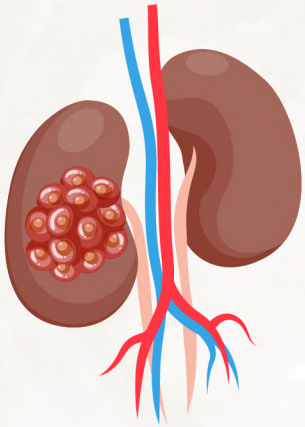


اليوم العالمي
لسرطان الكلى

الكليتان

هما عضوان على شكل حبة الفاصولياء، وتقعان خلف أعضاء البطن على جانبي العمود الفقري ويبلغ حجم كل منهما حجم قبضة اليد

سرطان الكلى



هو ورم ينشأ في الكلية ويعد سرطان الخلايا الكلوية أكثر أنواع سرطانات الكلى شيوعا لدى البالغين

سبب معظم حالات سرطان الكلى غير واضح

عوامل الخطورة التي تزيد فرص الإصابة بسرطان الكلى



- التقدم في السن
- علاج الفشل الكلوي
- التدخين
- السُّمنة
- التعرض لبعض الكيماويات مثل المستخدمة في صناعة الفولاذ والفحم
- وجود تاريخ عائلي للإصابة بسرطان الكلى
- متلازمات موروثة معينة

أعراض سرطان الكلى

- وجود دم في البول
- ألم مستمر في الخاصرة او أسفل الظهر
- كتلة ملموسة في الخاصرة أو البطن
- فقدان الوزن غير المبرر
- الحمّى
- الشعور بالتعب
- تعرق ليلي
- ارتفاع ضغط الدم
- فرط كالسيوم الدم
- فقر دم

لوقايتك

- التحكم في ارتفاع ضغط الدم
- المحافظة على وزن صحي
- الإقلاع عن التدخين

التشخيص

- فحص الدم (صورة كاملة للدم)
- فحص وظائف الكلى
- التصوير المقطعي للكليتين والبطن والحوض
- فحص مستوى الكالسيوم في الدم
- صور الأمواج فوق الصوتية للكليتين



علاج سرطان الكلى

إن نسبة الشفاء من سرطان الكلى في المراحل المبكرة **تكون كبيرة**، حيث يتم القضاء على الورم ومنعه من العودة. أما في المراحل المتقدمة من المرض، فيعتمد العلاج على مدى الانتشار الاستئصال الجذري



الجراحة

تعتبر الجراحة العلاج الرئيسي الذي يناسب معظم سرطانات الكلى وتعتبر الجراحة الطريقة الوحيدة والفعالة المتفق عليها، لذلك يوجد أكثر من شكل من أشكال

العلاج المستهدف

المعروف أيضا بالعلاج المناعي، ويعمل على تعزيز أو استعادة قدرة الجهاز المناعي على محاربة خلايا السرطان باستخدام الاجسام المضادة واللقاحات وعوامل النمو

العلاج الحيوي

وهو نوع من العلاج يستخدم الأدوية وعناصر أخرى مثل الأجسام المضادّة لتحديد ومهاجمة خلايا سرطان محددة

هل يعود سرطان الكلى بعد الاستئصال

قد يعاود سرطان الكلى الانتشار بعد الاستئصال بنسبة **20 - 40%** من الحالات من العوامل التي قد تزيد من احتمالية انتكاسة المريض وعودة سرطان الكلى

1) مرحلة السرطان التي تم تشخيصها

حجم الورم, انتشاره الى الغدد الليمفاوية, انتشاره الى المناطق البعيدة

2) طبيعة ونوع أنسجة الخلايا السرطانية

وتعتبر الفترة الأكثر خطورة لعودة سرطان الكلى بعد استئصاله هي أول سنتين إلى ثلاث سنوات؛ لذا تتركز جهود المراقبة الأولية للمريض في هذه الفترة

كتبه :

دكتورة / نوال احمد بصري

استشارية امراض الكلى | المدير الطبي مركز الغسيل الكلوي بالمدينة المنورة (الشؤون الصحية بوزارة الحرس الوطني)

اليوم العالمي للأنيميا المنجلية

ويُعرف فقر الدم المنجلي بأنه مجموعة من اضطرابات خلايا الدم الحمراء الموروثة. تكون خلايا الدم الحمراء الصحية مستديرة، وتتحرك عبر الأوعية الدموية الصغيرة؛ لنقل الأكسجين إلى جميع أنحاء الجسم، ولكن في الشخص المصاب بفقر الدم المنجلي، تصبح خلايا الدم الحمراء صلبة ولزجة، وتبدو على شكل حرف (C). يُشار إلى أن الخلايا المنجلية تموت مبكرًا؛ مما يؤدي إلى نقص مستمر في خلايا الدم الحمراء. أيضًا، عندما تتحرك عبر الأوعية الدموية الصغيرة، تعلق وتسد تدفق الدم؛ مما يؤدي إلى الشعور بالألم، ومشاكل خطيرة أخرى، مثل: العدوى، ومتلازمة الصدر الحادة، والسكتة الدماغية

حقائق

يصيب هذا المرض ملايين الناس حول العالم

فقر الدم المنجلي مصدر قلق كبير للصحة العامة، فمنذ عام 1989م حتى عام 1993م، حدثت نحو 75 ألف حالة دخول إلى المستشفيات؛ بسبب فقر الدم المنجلي

هذا المرض شائع بشكل خاص بين من هم من أفريقيا، وأمريكا الجنوبية، والكاريبي، وأمريكا الوسطى، والمملكة العربية السعودية، والهند، ودول البحر الأبيض المتوسط مثل: تركيا، واليونان، وإيطاليا



أعراض فقر الدم المنجلي



نوبات من الألم



انتفاخات في الأيدي، والقدمين



قابلية الإصابة بالعدوى مرارًا



تأخر النمو أو البلوغ



مشاكل في الرؤية

التبرع بالدم



هو عمل إنساني من الدرجة الأولى؛ لأنه يساهم في إنقاذ حياة آلاف من المرضي الذين يكونون في أمس الحاجة لنقل الدم؛ وخصوصا المرضي الذين يعانون الأمراض الخبيثة أو المستعصية، وكذلك الأشخاص الذين يتعرضون لحوادث خطيرة فقدوا على أثرها كمية كبيرة من الدم، وكذلك الكثير من المرضي أثناء العمليات الجراحية الكبرى، ويضاف إلى ذلك أن مكونات الدم تستخدم في علاج الكثير من الأمراض الخطيرة.

للتبرع بالدم فوائد للمتبرع نفسه وهي :





زيادة نشاط نخاع العظم لإنتاج خلايا دم جديدة (كريات حمراء وكريات بيضاء وصفائح دموية)



اثبتت الدراسات أن الذين يتبرعون بدمهم مرة واحدة على الأقل كل سنة هم أقل عرضة للإصابة بأمراض الدورة الدموية وسرطان الدم

التبرع بالدم يساعد على تقليل نسبة الحديد في الدم لأنه يعتبر أحد أسباب الإصابة بأمراض القلب وانسداد الشرايين



زيادة نشاط الدورة الدموية

1 من كل 10 مرضى يدخل المستشفى في حاجة إلى نقل الدم

اشتراطات بسيطة لمن يرغب بالتبرع

- [ ] أن يكون المتبرع بصحة جيدة ولا يعاني أي أمراض معدية
- [ ] أن يكون عمر المتبرع من **18-65** سنة
- [ ] يجب ألا يقل وزن المتبرع عن **50** كجم
- [ ] أن تكون نسبة الهيموجلوبين للرجال من **14- 17** جم، وللنساء من **12-14** جم
- [ ] أن يكون النبض بين **50-100** في الدقيقة
- [ ] ألا تزيد درجة الحرارة عن **37** درجة مئوية
- [ ] أن يكون معدل ضغط الدم أقل من **80/120** ملم زئبق

يمكن لأي مرأه لا تعاني من أمراض مزمنة أن تتبرع بالدم على **الا تكون في فترة حمل او رضاعه او خلال فترة الدوره الشهرية .**

بعض النساء يعتقدن ان ما تفقده المرأة شهرياً من دمها في دورتها يؤثر صحياً على قدرتها على التبرع بالدم، وهذا غير صحيح، ولا توجد مطلقاً اي مخاطر للتبرع بالدم، فكمية الدم التي تسحب عند التبرع كمية بسيطة تقدر بحوالي **450** مليلتر، وهذه تمثل فقط **8٪** من متوسط حجم الدم عند الشخص البالغ والذي يصل الى **5 – 6** لترات من الدم. ويتم تعويض حجم الدم للتبرع به خلال ساعات معدودة عن طريق السوائل التي يتناولها المتبرع بالدم، وهذا يبين ان ما تفقده المرأة من الدم اثناء الدورة الشهرية لا يؤثر صحياً على قدرتها على التبرع بالدم.



الجميع يستطيع التبرع
بدمه ومنح الآخرين حياة
جديدة ومنح جسده فرصة
للتجديد والتحسين

العيادات الطبية المتنقلة

شهر يونيو - 2022

محافظة بدر - بجوار حديقة الملك فهد

المدينة المنورة - طريق الملك عبدالعزيز

اجمالي المستفيدين من الخدمات المقدمة **5,414** مستفيد

عيادتين طب عام
1,148
مستفيد

عيادة عيون
852
مستفيد

عيادتين أسنان
625
مستفيد

المختبر المتنقل
434
مستفيد

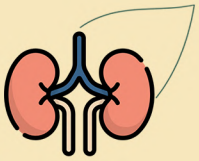
الصيدلية المتنقلة
2,200
مستفيد



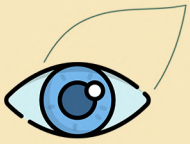
احصائية

العـــــلاج الخيري

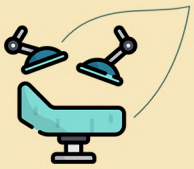
شهر يونيو - 2022



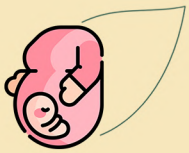
2071 جلسة
ومن أحياها (لغسيل الكلى)



35 مستفيد
إبصـــار (عمليات العيون)



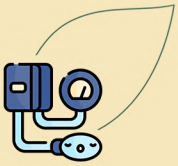
30 مستفيد
أجر وعافية (العمليات الطارئة)



35 مستفيد
الأمومة والطفولة (ولادات)



283 مستفيد
دوائـي (الأدوية)



25 مستفيد
صحتـي (المستلزمات الطبية)



مساهمة الجمعيـة

1,974,973

ريـــــال

التكلفة الاقتصاديـــة

2,450,619

ريـــــال

يسعدنا استقبال مشاركتكم وتجاربكم الشخصية مع
جمعية حياة لإضافتها للعدد القادم عبر :

info@hayat.org.sa

920014070 www.hayat.org.sa 362td


تبرعك من بيتك سهل
وسريع و آمن
عبر متجر الجمعية الإلكتروني
td.org.sa
طرق الدفع
مدى mada
mastercard
VISA
Pay


حياة
مسجلة بالوزارة رقم ترخيص ٣٦٢
جمعية حياة الخيرية بالمدينة المنورة