



# البرنامج العربي لصحة الأسرة



العددان : 70 - 71 سبتمبر/ أكتوبر 2015

النشرة الدورية الإلكترونية

صحة أسرنا ثروة أمتنا

## تطور سير العمل بالمسوحات القطرية:

- تم الانتهاء من إعداد التقرير الأولي حول نتائج المسح الوطني الليبي لصحة الأسرة وجاري طباعته تمهيدا لنشره وتوزيعه.
- تم مراجعة وتدقيق بيانات وفيات الأمهات التي تم جمعها ضمن بيانات المسح السوداني ومراجعتها وتجهيزها للتحليل وحساب مؤشر وفيات الأمهات خلال عامي 2013-2014.
- تم إعداد تصميم عينة المسح المغربي لصحة الأسرة وإعداد مسودة الإستبيانات وجاري اتخاذ الإجراءات اللازمة لتوقيع اتفاقية المسح وبدء الأعمال التحضيرية للمسح.

## تعزيز القدرات الوطنية :

في إطار تنفيذ البرنامج العربي لصحة الأسرة في مجال تعزيز وتدعيم القدرات الوطنية قامت الوحدة بعقد ورشة عمل حول " استخدام حزم البرامج الجاهزة الإحصائية والسكانية في تحليل البيانات" بجامعة القاهرة خلال الفترة من 20-22 / 10 / 2015 .

تم تنظيم الورشة بالتعاون مع معهد الدراسات والبحوث الإحصائية، وحضرها 20 مشاركا من مختلف الدول العربية وهي: لبنان، تونس، الأردن، المغرب، اليمن، السودان، الصومال، وجيبوتي.

وتضمنت هذه الورشة الموضوعات التالية:

- دور البرنامج العربي لصحة الأسرة في توفير البيانات.
- تصدير الملفات من CSPro إلى برنامج SPSS.
- مراجعة عامة لأوامر برنامج SPSS
- مقدمة لمنهجية تجميع البيانات وكيفية خلق المؤشرات المجمعة.
- الصياغة النهائية للمتغيرات التجميعية وكيفية تحليلها.
- التطبيق العملي لحساب مؤشرات البيانات التجميعية.
- مفاهيم وتطبيقات التحليل المتعدد والإنحدار اللوجستي والتحليل الأساسية.
- تصميم وضع إطار تحليل البيانات.
- كتابة تقارير التحليل ونشر النتائج.

كلمة العدد:

يتضمن هذا العدد إلى جانب النشاطات الدورية للوحدة، معلومات وإحصاءات خاصة بأمراض القلب وبعض الأمراض المزمنة الأخرى وخاصة بين كبار السن نظرا لتزايد نسبة هذه الفئة العمرية في بعض الدول العربية نتيجة التغير في التركيبة العمرية للسكان وما يتطلبه ذلك من وضع برامج وخطط وسياسات لتوفير الرعاية والخدمات الصحية الخاصة بهم.

كما تضمن العدد موضوع حول التوعية بمرض سرطان الثدي.

دعوة للمشاركة :

للمشاركة بأرائكم ومقترحاتكم يرجى الاتصال عن طريق:

الفاكس: +202- 27383634

البريد الإلكتروني:

[papfam@gmail.com](mailto:papfam@gmail.com)

العنوان:

22، شارع طه حسين - الزمالك -

القاهرة / جمهورية مصر العربية.

## اليوم العالمي للقلب

### الخيارات الصحية للقلب لكل الناس في كل مكان

من بين تلك الخيارات خلق البيئات الصحية للقلب لأن معظم الأمراض القلبية والأوعية الدموية يمكن منعها من خلال معالجة عوامل الخطر بالاعتماد على نمط حياة صحي، وذلك باتباع نظام غذائي صحي والابتعاد عن الخمول البدني؛ التدخين وادمان الكحول والمخدرات.



المصدر: <http://aitmag.ahram.org.eg/News/29379.aspx>

وجاء التركيز هذه السنة على الممارسات الصحية التي يجب اتباعها في الحياة اليومية للفرد كي يتجنب كل عوامل الخطورة المؤدية للإصابة بأمراض القلب.

بإدارة الإتحاد العالمي للقلب بتخصيص تاريخ 29 سبتمبر يوماً عالمياً للقلب، بهدف رفع الوعي لأهمية الحفاظ على صحة القلب، وذلك من خلال استهداف مرضى القلب والأوعية الدموية وباقي المرضى المصابين بالسكري وارتفاع ضغط الدم والكولسترول، من خلال توفير المعلومات والمنشورات التوعوية التي تتضمن إرشادات صحية للحفاظ عليه وخفض نسبة الإصابة بأمراض القلب.

وفي ظل التوقعات بارتفاع عدد الوفيات بسبب أمراض القلب، دعت المنظمة العالمية للصحة إلى اتخاذ الإجراءات اللازمة بشأن الإفراط في استخدام الملح وذلك عن طريق تنفيذ توصيات المنظمة للحد من استهلاك الصوديوم للتقليل من عدد المصابين.

## اليوم العالمي للمسنين ( أول أكتوبر )

من المتوقع أن يصل عدد السكان فوق سن 60 إلى 1.4 مليار بحلول عام 2030، مما سيشكل تحدياً كبيراً يكون له الأثر المباشر على تحقيق التنمية المستدامة.

وهذا ما أشار إليه الأمين العام للأمم المتحدة في رسالته السنوية الخاصة بالاحتفال باليوم العالمي للمسنين والذي اختير له موضوع "الاستدامة وشمول جميع الأعمار في البيئة الحضرية".

وهو يعبر عن الإلتزام بعدم التخلي عن أحد وتهينة فرص المشاركة الاقتصادية والاجتماعية في بيئات مأمونة وميسرة لكل الفئات العمرية داخل المجتمع.

وإذ يؤكد خطاب بان كي مون على الدور



المصدر: <http://news.gov.kw/ndetail.aspx?nid=1336&cid=4>

المتزايد لتسارع معدلات شيخوخة السكان والتوسع الحضري في تشكيل مجتمعاتنا، فهو يدعو في الوقت ذاته إلى توفير حياة كريمة للمسنين تشمل تسهيل الحصول على الخدمات الصحية والاجتماعية اللازمة لدعم.

المصدر: <http://www.un.org/ar/events/olderpersonsday/>

### المسح الوطني الليبي لصحة الأسرة 2007:

تختلف نسبة السكان المصابين بمرض مزمن أو أكثر من فئة عمرية إلى أخرى وبين نوع وآخر، فترتفع نسب الإصابة بضغط الدم المرتفع ومرض السكري بين الإناث عنها بين الذكور باستثناء الإصابة بمرض السكري عند الفئة 40-49 حيث ترتفع النسبة بين الذكور. وترتفع نسبة الإصابة بالمرضى أكثر عند فئة 60-69 لتزداد أكثر عند 70 وأكثر.

نسبة الإصابة والنوع				
70+	69-60	59-50	49-40	نوع المرض
ذكور				
22.2	20.0	12.2	3.5	ارتفاع ضغط الدم
18.6	22.0	14.4	5.5	مرض السكري
إناث				
29.8	29.4	18.8	5.8	ارتفاع ضغط الدم
21.9	24.9	15.8	4.8	مرض السكري

### المسح الصحي الأسري في سوريا 2009:

إن نسب الإصابة بالأمراض المزمنة تزيد مع تقدم الأعمار حيث تبلغ أدها بين الأفراد دون الخامسة عشر وتصل أقصاها بين الأفراد 65 سنة فأكثر وهي نفس الفئة يزيد عندها تلقي علاج مستمر.

العمر	يعاني من أمراض مزمنة	نسبة من تلقي علاج مستمر
> 15	2.3	68.4
34-15	4.1	69.7
64-35	23.9	89.6
+65	62.0	93.4

## أكتوبر، شهر التوعية بسرطان الثدي

إن معدلات الإصابة بالسرطان في السنوات الأخيرة أخذت في الارتفاع بشكل مطرد في البلدان المنخفضة الدخل وتلك المتوسطة الدخل بسبب زيادة متوسط العمر المتوقع وارتفاع معدلات التمدن واعتماد أساليب الحياة الغربية.

لا يُشخص في البلدان منخفضة الدخل ومتوسطة الدخل جُلّ حالات إصابة المرأة بسرطان الثدي إلا في مراحل متأخرة، ويُرد ذلك أساساً إلى الافتقار إلى الوعي بالكشف عن المرض مبكراً وإلى العقبات التي تعترض سبيل الحصول على الخدمات الصحية لعلاجها.

وتسعى منظمة الصحة العالمية لتنفيذ برامج شاملة لمكافحة سرطان الثدي في إطار تطبيق خطط وطنية لمكافحةه. وتوصي هذه البلدان باتباع استراتيجيات بشأن الكشف المبكر عن المرض للوقوف على أعراضه وبوادر الإصابة به في وقت مبكر وإجراء فحص سريري للمواضع الظاهرة من الثدي. وينطوي إجراء فحص للثدي بالتصوير الشعاعي على تكاليف باهظة، وهو غير مجد إلا في البلدان التي تمتلك بنية تحتية صحية رصينة تمكّنها من تحمل نفقات تنفيذ برنامج طويل الأجل في هذا المضمار.

المصدر:

[http://www.who.int/cancer/events/breast\\_cancer\\_month/ar/](http://www.who.int/cancer/events/breast_cancer_month/ar/)



<http://www.al-mowaten.com/ar/news/45057>

إن شهر التوعية بسرطان الثدي الموافق لأول أكتوبر من كل عام في بلدان العالم كافة، هو محاولة لرفع الوعي والتعريف بأعراضه والطرق المبكرة للكشف عنه وكذلك علاجه. كما يتم فتح المجال لجمع التبرعات المالية من مختلف الجهات لتدعيم المؤسسات المعنية بالسرطان.

ويتم توفير خدمات بتكلفة مجانية أو مخفضة طيلة هذا الشهر العالمي، إذ تركز الحملات الإعلامية على ضرورة الكشف المبكر عن سرطان الثدي لأنه يشكل فرصة كبيرة للنجاة من هذا المرض الخبيث، حيث يرتبط بمعدلات أعلى للبقاء على قيد الحياة على المدى الطويل.

ويستخدم القائمون على التوعية بسرطان الثدي " الشريط الوردي " الذي يرافق كل الفعاليات في شهر أكتوبر ويعتبر رمزا للأمل في الإكتشاف المبكر عن المرض وتوفير العلاج الناجح لكل امرأة مصابة به.

لكن من جهة أخرى هو رمز للخوف من سرطان الثدي الذي يحصد الآلاف من نساء العالم سنويا خاصة في الدول منخفضة الدخل.