

صحفة الفم

عدد خاص
كوفيد-19

في مواجهة
الجائحة

الأطفال والتأقلم
مع الجائحة

هل كورونا
وصمة؟

كوفيد - 19 ومخاوف
طواقم طب الأسنان

أبطال

الصفوف الأولى

رصيد صحة الفم

مع تناقل أخبار فيروس كورونا وتطبيق الإجراءات الاحترازية وتصريحات منظمة الصحة العالمية ومايتبعها من توصيات وتدابير وقائية للحد من تفشي المرض، وجدنا الكثير يترحم على أيام كنا نعيشها بالأمس القريب حين كنا نقول ”لاجديد“ عندما نُسأل عن أحوالنا، لم ندرك وقتها أن هذا ”اللا جديد“ في حد ذاته هو نعمة وعافية كنا نرفل فيها ولم نقدرها، كنا نتزاور ونصل الأرحام ونرتاد الأندية والأسواق ونسافر بلا حدود ولا قيود.

فجأة أصبحت كل هذه الأشياء وغيرها محظورة ومحفوظة بالمخاطر، وفرضت علينا تدابير جديدة لم نعتد عليها ولكنها ضرورية لسلامتنا وسلامة الآخرين، فأصبحنا نرتدي الكمام باستمرار ونكتفي بالتواصل مع الأهل عبر الهاتف وغير ذلك من مظاهر التباعد. أما على صعيد العمل في عيادات البرامج المدرسية لصحة الفم والأسنان فكم كان قاسيا علينا أن يقتصر استقبال المراجعين - في المراحل الأولى لخطة الإدارة - على الحالات الطارئة، بعد أن كنا في السابق ننادي ونشجع على الزيارات الدورية ونسعد ونرحب بمن يأتي للفحص الدوري بدون شكوى أو ألم وكنا نعد ذلك مؤشر وعي وسلوك صحي للمجتمع وأحد أدوات الوقاية والنهوض بصحة الفم، أصبح ذلك محظورا وغير متاح .. فلا فحص دوري ولا إجراءات وقائية مسموح بها، وأصبحنا لا نرى ولا نستقبل إلا من يتألم ويعاني.

في هذه الأيام وجدنا أن من لديه رصيد من صحة الفم هو الفائز!! فمن اعتنى بصحة فمه وواظب على تفريش أسنانه واستخدم الخيط الطبي وحرص على تناول الغذاء الصحي وراجع الطبيب للفحص بانتظام وإجراء ما يلزم من وقاية أو علاج، وجد عائد ذلك الرصيد الصحي ولم يعد بحاجة طارئة للعلاج وهو غير مضطر لأخذ موعد ومراجعة الطبيب وما يصاحب ذلك من خروج من المنزل ومخالطة الناس والتعرض لمسببات العدوى.

نرجو أن تنحسر الجائحة وأن تمر ولا تُضر لعلنا نستفيد من الدرس ونضيف للأرصدة الصحية لأبنائنا ما يسلمهم ويعينهم على مواجهة أي خطر محتمل ونشاقق ونتلهف لعودة زمن الفحص الدوري والوقاية في العيادة، لكن الوقاية في المنزل كانت ومازالت وستظل ضرورة ملحة لا يمكن الاستغناء عنها.

أسرة التحرير



صحة الفم والأسنان

المحتويات



27 - 26

كبار السن وجائحة كورونا

29 - 28

طلاسم الأطباء

31 - 30

كوفيد - 19 ومخاوف طواقم طب الأسنان

32

ما هي حالات الأسنان الطارئة؟

19 - 04

أبطال الصفوف الأولى

21 - 20

الأطفال والتأقلم مع الجائحة

23 - 22

في مواجهة الجائحة

25 - 24

هل كورونا وصمة؟



مراقبة صحة الفم والأسنان



وزارة الصحة
إدارة طب الأسنان

تصدر عن برنامج الفروانية وبرنامج
الجهراء المدرسي لصحة الفم والأسنان

العدد الثالث والثلاثون

الإشراف العام

د. صبيحة المطوع

مدير إدارة طب الأسنان

رئيس التحرير

د. داليا الحناوي

مراقب صحة الفم والأسنان

أسرة التحرير

د. إيمان المنيزع

د. زياد الوهر

بالاشتراك مع

د. حباة المزيدي

د. ريم المنبخ

الإخراج الفني

محمود محمد أبو الفضل



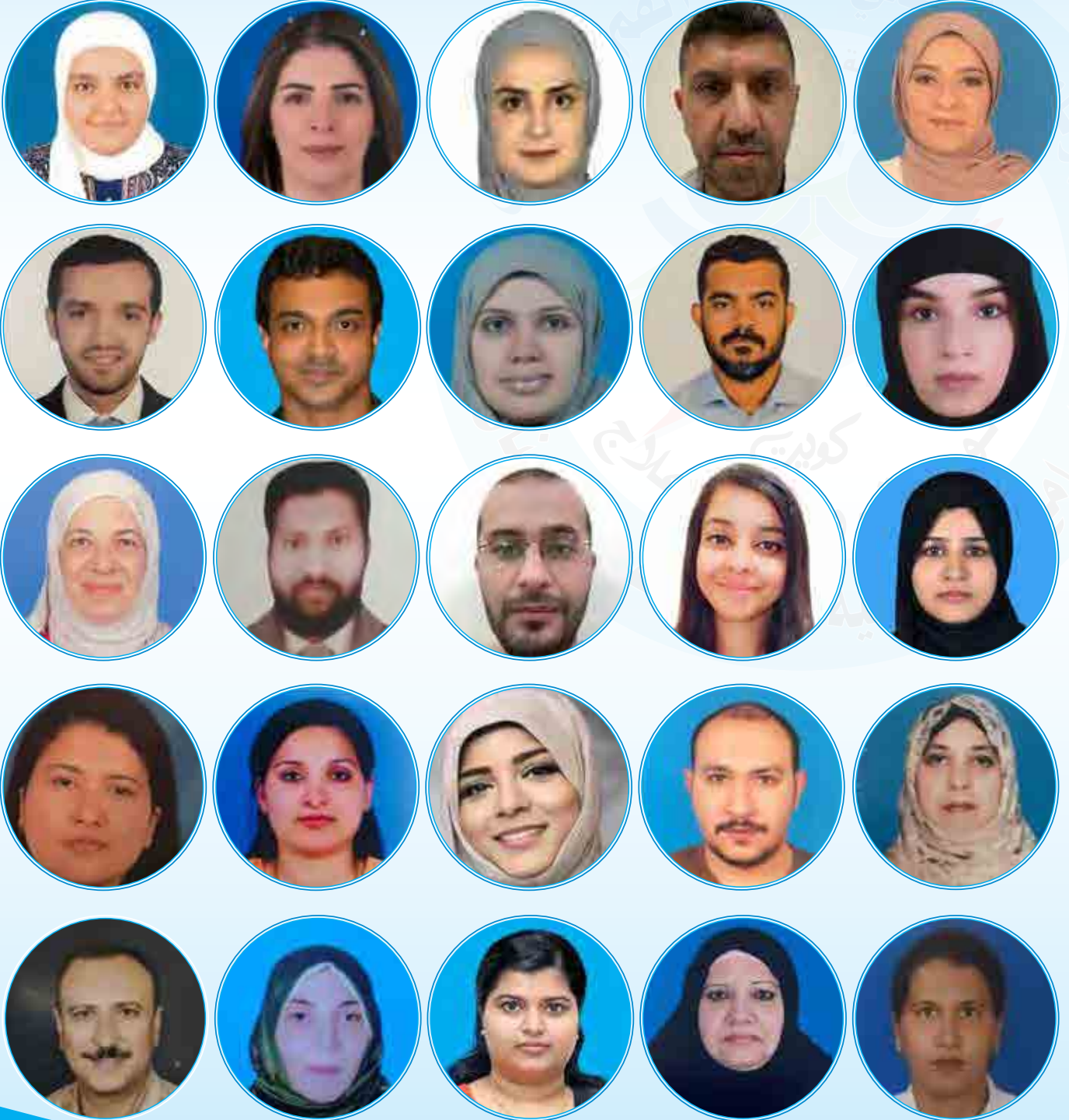
44

كلمة البرنامج

33 - 43

قصة العدد

أبطال الصفوف الأولى برنامج العاصمة لصحة الفم والأسنان





شكرًا لكم من القلب

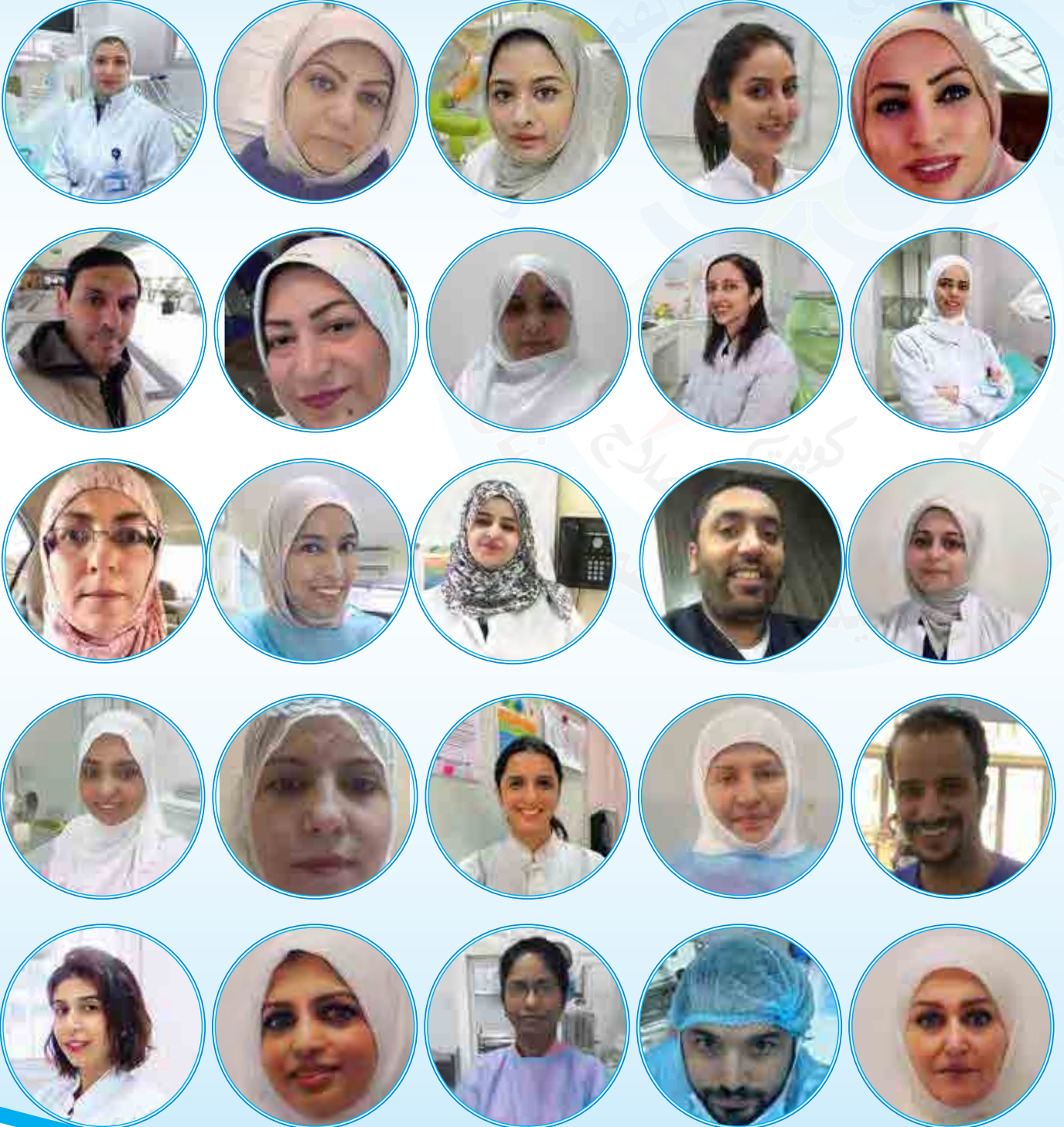
أبطال الصفوف الأولى برنامج الجهراء لصحة الفم والأسنان

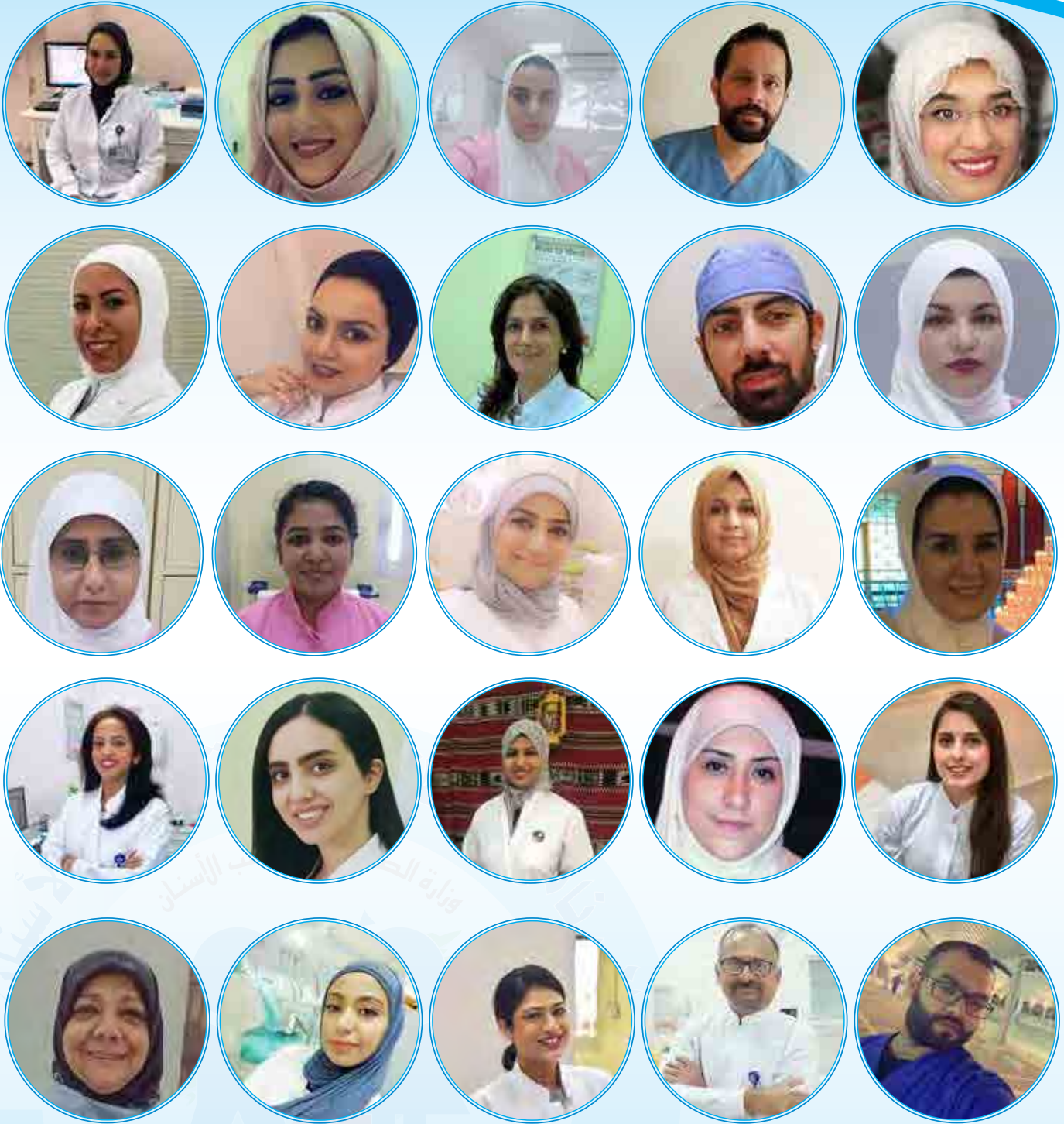




شكراً لكم من القلب

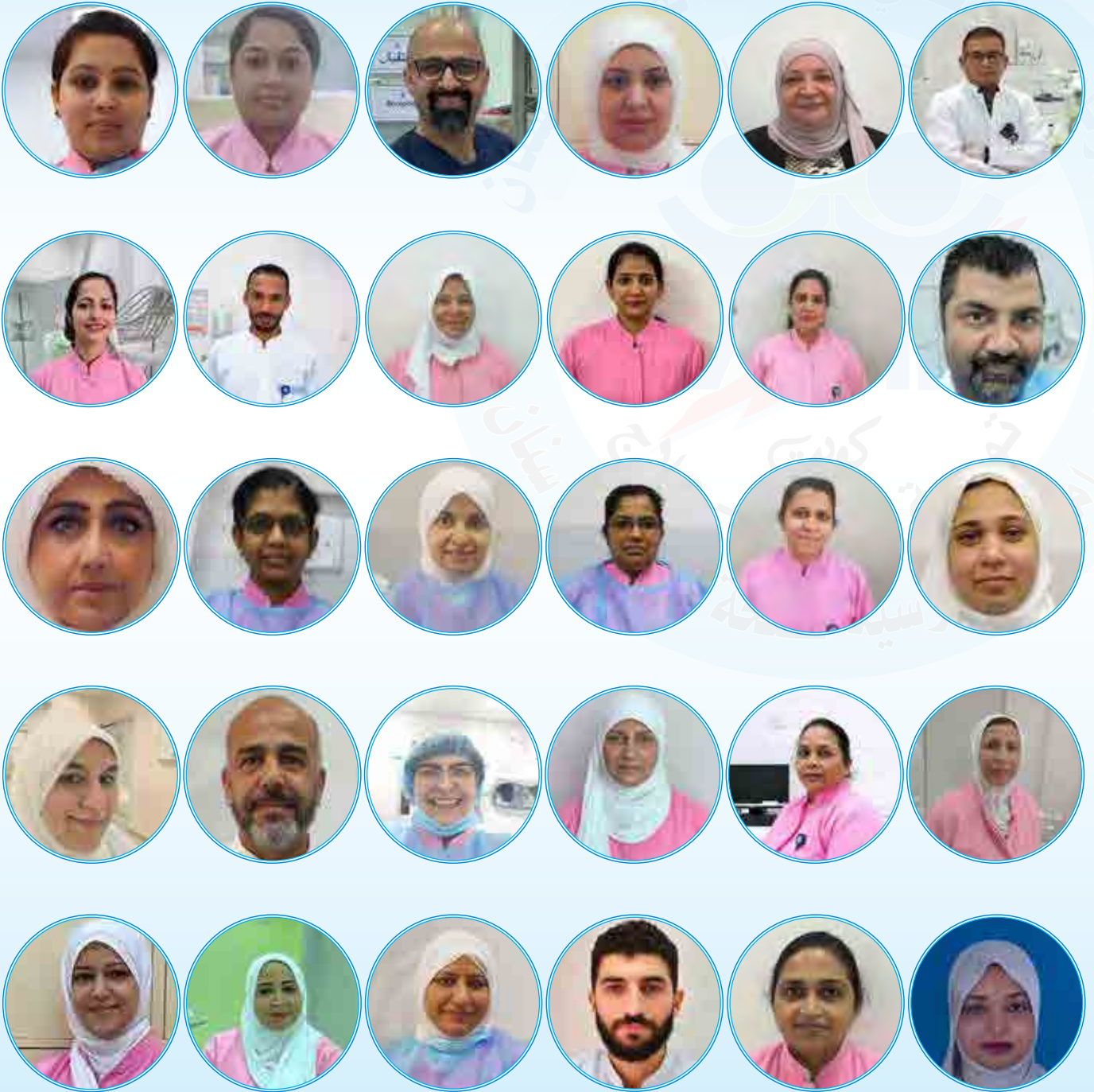
أبطال الصفوف الأولى برنامج حولي لصحة الفم والأسنان





شكرًا لكم من القلب

أبطال الصفوف الأولى برنامج حولي لصحة الفم والأسنان



أبطال الصفوف الأولى عيادات البرامج المدرسية في مركز جابر الأحمد التخصصي لطب الأسنان



شكرًا لكم من القلب

أبطال الصفوف الأولى برنامج مبارك الكبير لصحة الفم والأسنان





شكرًا لكم من القلب

أبطال الصفوف الأولى برنامج الأحمدي لصحة الفم والأسنان





شكرًا لكم من القلب

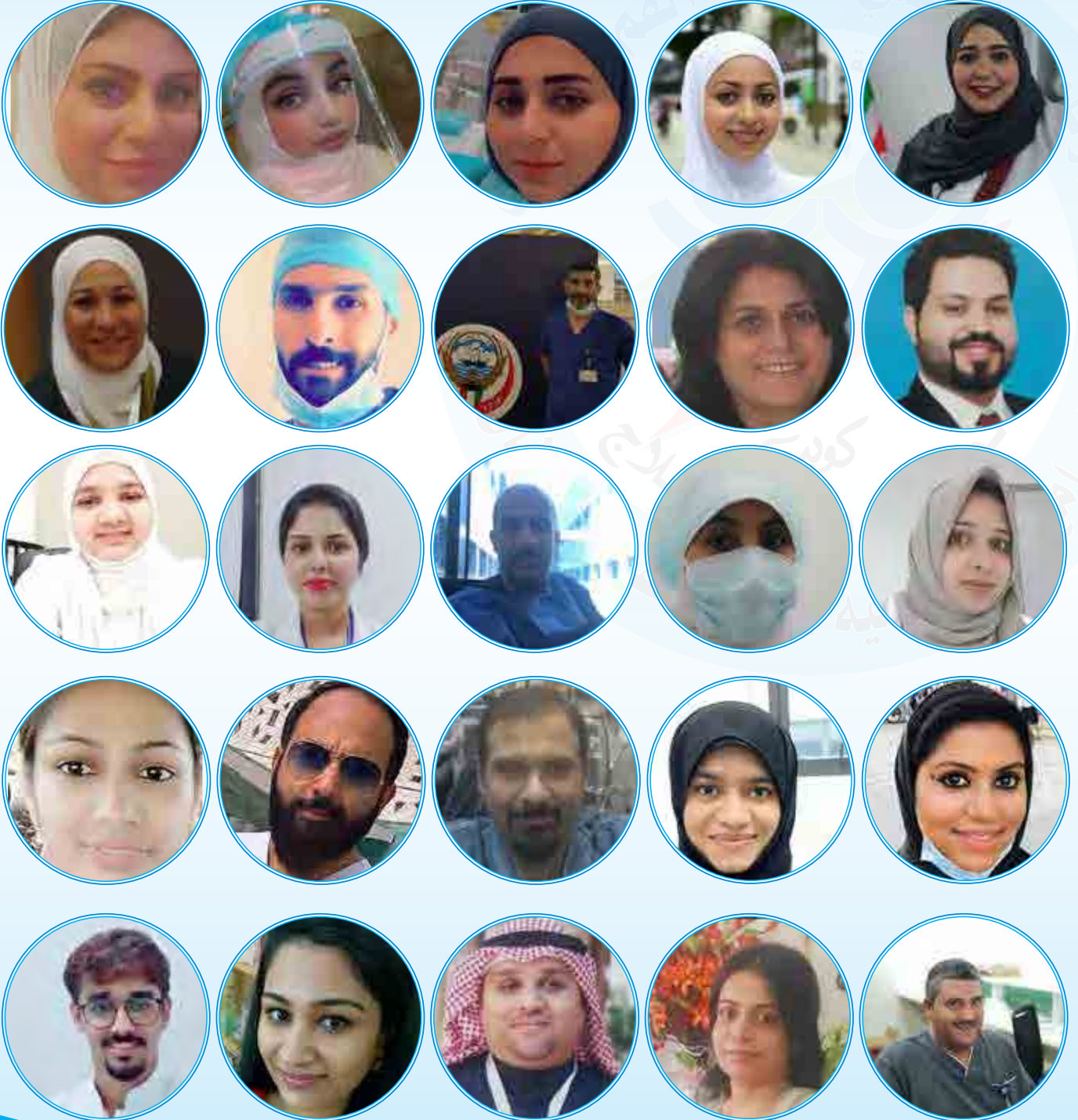
أبطال الصفوف الأولى برنامج الأحمدي لصحة الفم والأسنان

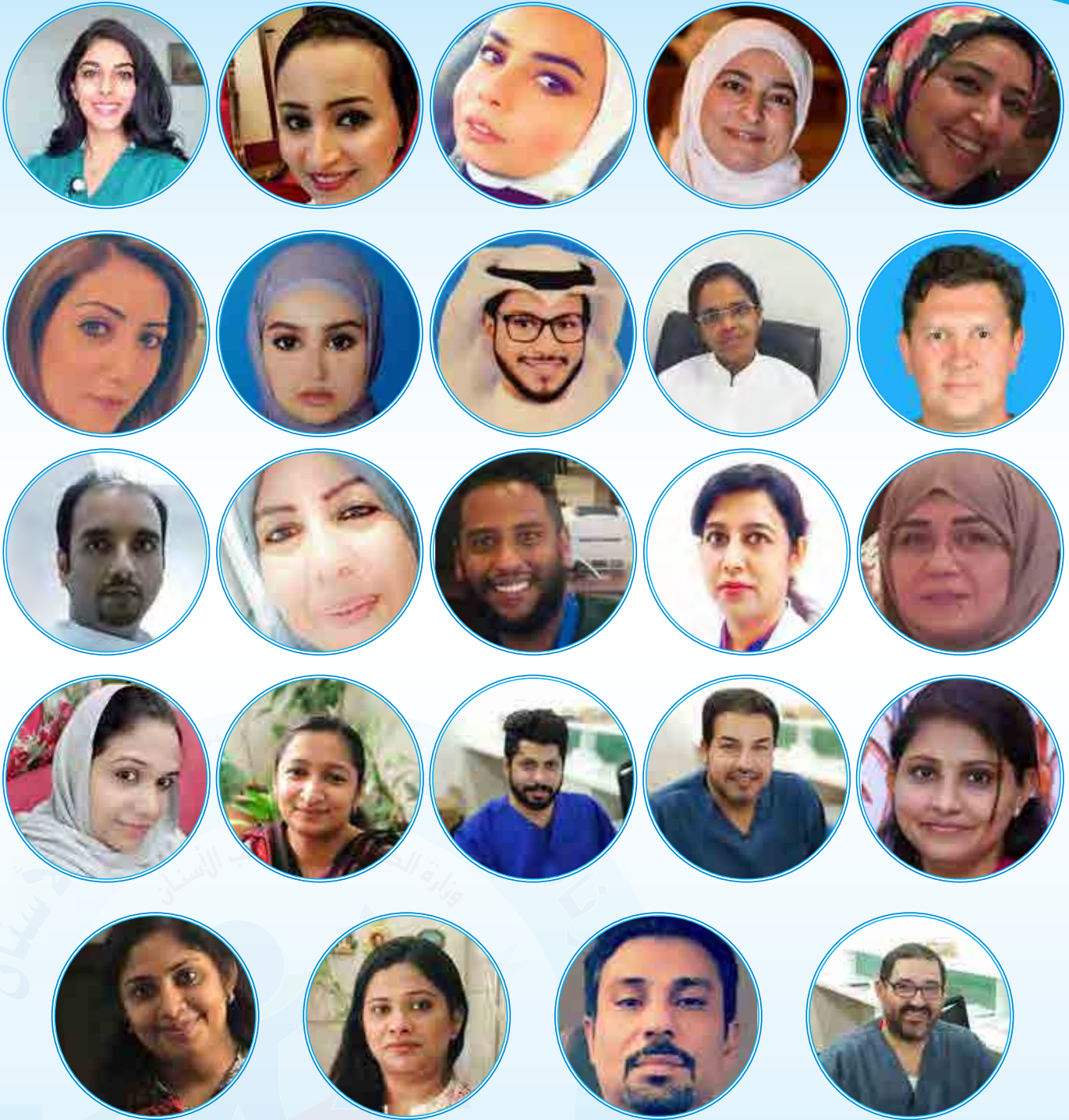




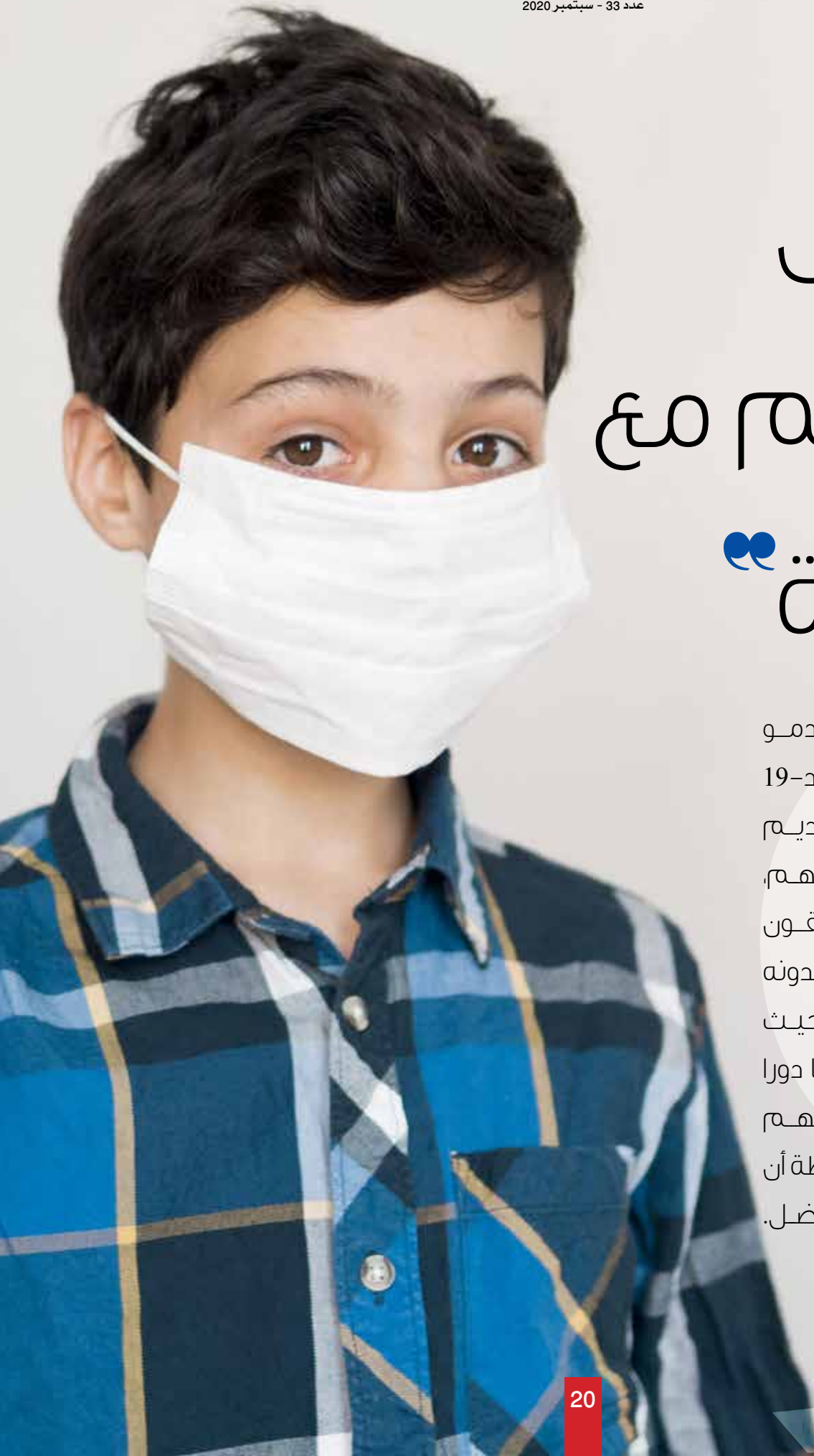
شكرًا لكم من القلب

أبطال الصفوف الأولى برنامج الفروانية لصحة الفم والأسنان





شكرًا لكم من القلب



الأطفال

والتأقلم مع

الجبأحة

عندما يتعامل الآباء ومقدمو الرعاية مع جبأحة كوفيد-19 بهدوء وثقة، يمكنهم تقديم دعم معنوي أفضل لأطفالهم، ذلك لأن الأطفال والمرأهقون يتفاعلون جزئياً مع ما يشاهدونه من البالغين من حولهم، حيث يستطيع الوالدين أن يلعبا دورا إيجابيا ومطمئنا لمن حولهم من الكبار والأطفال شريطة أن يكونا مستعدين بشكل أفضل.

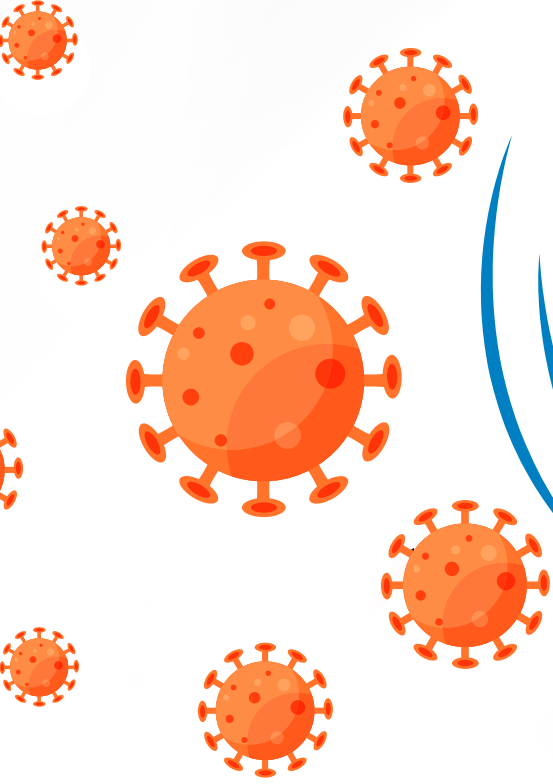
التغيرات السلوكية لدى الأطفال

من المؤكد أن استجابة جميع الأطفال والمراهقين للتوتر لا تكون بنفس الطريقة، فهي تختلف من شخص لآخر بما يعكس قدراته النفسية وتجاربه السابقة ومن ضمن ردود الأفعال تلك ما يلي:

- فرط البكاء أو الغضب عند الأطفال الصغار.
- العودة إلى السلوكيات التي تجاوزوها (على سبيل المثال التبول اللاإرادي)
- القلق أو الحزن المفرط.
- عادات الأكل أو النوم الغير الصحية.
- الغضب وسلوكيات التذمر عند المراهقين.
- ضعف الأداء المدرسي أو الهروب من المدرسة.
- صعوبة الانتباه والتركيز.
- تجنب الأنشطة التي كانت مفضلة في الماضي.
- الصداع غير المبرر أو آلام الجسم.
- اللجوء لاستخدام الكحول أو التبغ أو المخدرات الأخرى.

طرق لدعم طفلك خلال فترة الجائحة:

- تحدث مع طفلك عن تفشي مرض كوفيد - 19.
- أجب عن الأسئلة وشارك الحقائق حول كوفيد-19 بطريقة يمكن لطفلك فهمها.
- طمئن طفلك أنه آمن، ودعه يعلم أنه لا بأس إذا شعر بالضيق وشاركه كيفية التعامل مع الضغوط التي تواجهك حتى يتعلم منك كيفية التعامل مع التوتر.
- الحد من متابعة التغطية الإخبارية للحدث، بما في ذلك وسائل التواصل الاجتماعي فقد يسيء الأطفال تفسير ما يسمعونه ويمكن أن يخافوا من شيء لا يفهمونه.
- حاول الالتزام بروتين منتظم خاصة إذا كانت المدارس مغلقة، فضع جدولاً لأنشطة التعلم وأنشطة الاسترخاء أو المرح.
- كن نموذجاً يحتذى به، وخذ فترات راحة، واحصل على قسط كاف من النوم، ومارس الرياضة، وتناول طعاماً جيداً وتواصل مع أصدقائك وأفراد عائلتك.
- اقض بعض الوقت مع طفلك في أنشطة هادفة مثل القراءة والتمارين واللعب معاً.



فِي مَوَاجِهَةِ

الْجَائِحَةِ

د. زياد الوهر

منذ انطلاق الشّارة الأولى للوباء العالميّ كوفيد 19 وما صاحبه من مخاطر صحية خطيرة، اتخذت مراقبة صحة الفم والأسنان خطوات احترازية لضمان سلامة مراجعي عيادات البرامج المدرسية من طلبة المدارس ومرافقيهم بالإضافة إلى سلامة الطاقم الطبيّ من أطباء وممرضين وفنيين.

- وفي محاولة لإيجاز دور البرامج المدرسية في مكافحة هذا الوباء والحد من آثاره نورد هنا بعضاً من تلك الخطوات التي كانت جزءاً من الجهد الوطني الشامل في دولة الكويت وعلى جميع المستويات الصحية والإدارية:
- فور الإعلان عن تفشي الجائحة ووصولها لدولة الكويت تم التأكيد على كافة العاملين من الإداريين وعمال النظافة وموظفي الأمن بضرورة الالتزام التام والمطلق بالقواعد الوقائية الصحية المتبعة عالمياً ومن أهمها ارتداء القفازات والكمامات الطبية والالتزام بالتباعد الجسدي.
- لأن مراكز البرامج المدرسية قد حصلت على الاعتراف الكندي لجودة الخدمات في العام 2018 فلقد كان ذلك أحد الأسباب الرئيسة لقدرة إدارة البرامج على استيعاب الجائحة والتعامل معها بكل كفاءة واقتدار ودون أي خلل.
- تجهيز المراكز التابعة للبرامج المدرسية بما يلزم من احتياجات بما يضمن سلامة المراجعين ومنها على سبيل المثال توفير المطهرات ووضع الملصقات الخاصة بالتباعد الجسدي وفحص درجة الحرارة لكل من يدخل المركز وتوثيق ذلك في كشوفات خاصة أعدت لهذه الأوضاع.

مايو 2020 وذلك على فترتين مع اصدار تراخيص التنقل والحركة للطواقم الطبية المساندة لهم من خلال إدارة طب الأسنان.

• عقدت كافة اجتماعات رؤساء البرامج مع مراقبة صحة الفم والأسنان أونلاين من خلال تطبيق «زوم»، كما عقدت العديد من الدورات التدريبية للأطباء باستخدام نفس التطبيق لإطلاعهم على آخر المستجدات في مكافحة الجائحة داخل عيادات طب الأسنان.

• اهتمت إدارة البرامج بتقديم الدعم النفسي لاحتواء الشعور بالقلق لدى الطاقم الطبي وذلك بتنظيم ورشة عمل بالتعاون مع مكتب الإنماء الاجتماعي باستخدام تقنية «زوم».

• امتازت البرامج المدرسية لصحة الفم والأسنان عن غيرها من الدوائر الحكومية وذلك من خلال حجز المواعيد للمراجعين أونلاين وذلك قبل الجائحة بسنة على الأقل مما سهل العمل بنظام الحجز الإلكتروني خلال تلك الفترة العصيبة، وعليه فلقد تم الإعلان عن أن المراكز ستتوقف عن استقبال المراجعين دون موعد مسبق باستثناء حالات الطوارئ التي تتطلب إجراء سريعا وعاجلا.

• وضع ضوابط طبية صارمة لأنواع العلاجات المقدمة للمراجعين لضمان عدم انتقال العدوى وتم تجهيز كشوف خاصة بذلك وتقديمها لإدارة طب الأسنان دوريا.

• لم تغب وسائل التواصل الاجتماعي عن الساحة أيضا من خلال حساب البرامج المدرسية على الانستغرام الذي تم من خلاله عرض الرسائل التثقيفية والصحية للمواطنين وكذلك ساعات العمل وضوابط مراجعة المراكز.

• اصدار مطوية صحية وملصق توعوي خاصة بالجائحة العالمية.

• تجهيز عيادة في كل مركز لفرز الحالات الطارئة عن غيرها، كما تم تجهيز عيادة في مركز برنامج الأحمدى المدرسي لعلاج الحالات المصابة بالمرض.

• التطهير اليومي لكافة المراكز من خلال استخدام المطهرات الطبية في العيادات والممرات وأماكن الانتظار، وغلق استراحات الطواقم الطبية والمصليات.

• تجهيز كافة الطواقم الطبية بالمستلزمات الوقائية طوال الفترة دونما نقص من أجل توفير بيئة صحية آمنة للعمل.

• تطوع العديد من أفراد الطاقم الطبي في البرامج المدرسية في الحملة الوطنية لمكافحة الجائحة وذلك في أرض المعارض الدولية والمستشفيات الميدانية ورحلات الإجلاء التي تمت للمواطنين في مطار دولة الكويت، عبر المشاركة في تطبيق «شلونك» أو المشاركة في أخذ المسحات الطبية، كما شاركوا أيضا في المحاجر المختلفة التي تم تأهيلها لهذا الغرض في مختلف مناطق دولة الكويت.

• مع بدأ تفعيل الحظر الجزئي تم إعادة تنظيم عمل العيادات بما يتوافق مع سياسة الدولة أثناء الحظر الجزئي في كافة المراكز.

• خفض نسبة العاملين تدريجيا داخل المراكز من أجل تأمين الحماية لهم وللمراجعين وبما يضمن تقليل الاحتكاك والمخالطة، كما تم توجيه الطواقم الإدارية للبقاء في المنازل على أن يتم التواصل معهم بالوسائل التقنية عبر الهاتف والإيميل وذلك في حال الحاجة لهم.

• فرز العيادة المتقلة للعمل في محجر الخيران للتعامل مع الحالات المعزولة والمصابة وتأمين كافة احتياجات العيادة من مواد طبية.

• استمرت الطواقم الطبية بالعمل خلال فترة الحظر الكلي التي استمرت لعدة أسابيع في شهر



ووهل كورونا وصمة؟

د. إيمان المنيزع



لا يوجد شخص واحد أو مجموعة من الأشخاص أكثر عرضة من غيرهم لنشر كوفيد-19 لكن حالات الطوارئ الصحية مثل هذه الجائحة هي أوقات عصيبة للناس والمجتمعات، لذلك يمكن أن يؤدي الخوف والقلق بشأن مرض ما إلى وصمة اجتماعية ومعتقدات سلبية تجاه الأشخاص أو الأماكن أو الأشياء.

على سبيل المثال، يمكن أن يحدث الوصم والتمييز عندما يربط الناس مرضًا، مثل كوفيد-19 بفتة محددة ويمكن أن تحدث الوصمة أيضًا بعد تعافي الشخص من كوفيد-19 أو خروجه من العزل المنزلي أو الحجر الصحي.

الوصمة هي تمييز ضد مجموعة محددة من الناس لتعرضهم لحدث أو اتصافهم بصفة ما، ترتبط وصمة المصاب بكورونا بالمخاوف بشأن المرض ونقص المعرفة حول كيفية انتشاره، والحاجة إلى إلقاء اللوم على شخص ما بالإضافة إلى القيل والقال الذي ينشر الشائعات والخرافات.

للوصمة أن تجعل الناس أكثر ميلاً لإخفاء الأعراض أو المرض، وأن تمنعهم من طلب الرعاية الصحية على الفور، أو تبني سلوكيات غير صحية وهذا يعني أن وصمة العار يمكن أن تزيد من صعوبة السيطرة على انتشار تفشي المرض.

يمكن للوصمة أن تؤثر سلباً على الصحة العاطفية والعقلية والجسدية للمجموعات الموصومة وقد يعاني أولئك الأفراد من العزلة أو الاكتئاب أو القلق أو الإحراج.

يعد وقف وصمة العار أمراً مهماً لجعل أفراد المجتمع أكثر أماناً وصحة ويمكن للجميع المساعدة في وقف وصمة العار المرتبطة بـ كوفيد-19 من خلال معرفة الحقائق المرتبطة به ومشاركتها مع الآخرين في مجتمعاتهم.

يمكن لمسؤولي الصحة العامة المساعدة في منع وصمة العار من خلال:

- تصحيح اللغة السلبية التي يمكن أن تسبب وصمة العار من خلال مشاركة معلومات دقيقة حول كيفية انتشار الفيروس.
- استخدام القنوات الإعلامية، بما في ذلك وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي للتحديث ضد السلوكيات والتصريحات السلبية، بما في ذلك تلك على وسائل التواصل الاجتماعي عن الأشخاص الذين يعانون من وصمة العار بسبب كوفيد-19.
- شكر العاملين في مجال الرعاية الصحية والمتطوعين وغيرهم من العاملين في الصفوف الأمامية.
- توفير التأهيل النفسي أو خدمات الدعم الاجتماعي الأخرى للأشخاص الذين عانوا من وصمة العار أو التمييز.

ومن بعض هذه المجموعات من الأشخاص الذين قد يعانون من وصمة العار أثناء جائحة كوفيد-19:

- الأشخاص الذين ثبتت إصابتهم بـ كوفيد-19، أو تعافوا منه، أو تم إطلاق سراحهم من الحجر الصحي.
 - طواقم الطوارئ الطبية أو مقدمو الرعاية الصحية.
 - عمال آخرون في الخطوط الأمامية، مثل العاملين في الأسواق المركزية وسائقي التوصيل أو عمال المزارع ومصانع تجهيز الأغذية.
 - الأشخاص الذين يعانون من إعاقات أو اضطرابات في النمو أو السلوك والذين قد يجدون صعوبة في اتباع التوصيات الاحترازية.
 - الأشخاص الذين يعانون من ظروف صحية أساسية تسبب السعال.
 - الأشخاص الذين يعيشون في تجمعات (سكانية مكتظة) مثل عمال النظافة وبعض العمالة اليومية.
- يمكن أن يتخذ هذا التمييز أحد هذه الأشكال:**
- يتجنبهم الأشخاص الآخرون أو يرفضون التعامل معهم.
 - في بعض المجتمعات قد يصل الأمر إلى لفظهم من السكن أو العمل.
 - اعتداء لفظي.
 - العنف الجسدي.
- الوصمة تؤدي الجميع من خلال خلق المزيد من الخوف أو الغضب تجاه الأشخاص العاديين بدلاً من التركيز على المرض الذي يسبب المشكلة، يمكن

كبار السن وجائحة كورونا

◀ د. حبابة المزدي

رسائل لكبار السن والمصابين بحالات مرضية
مزمنة والقائمين على رعايتهم

رسائل لكبار السن

- إذا كنت تعاني من حالة مرضية كامنة؛ فتأكد من أن لديك جميع الأدوية التي تستخدمها حالياً واطلب المساعدة من الأهل والأصدقاء والمعارف والجيران والزملاء إذا لزم الأمر وكذلك من الجهات الصحية الرسمية في الدولة.
- كن مستعداً؛ واحرص على أن تعرف مسبقاً كيف وأين تحصل على مساعدة عملية إذا لزم الأمر، مثل استدعاء سيارة أجرة وطلب الطعام عبر الهاتف والتماس الرعاية الطبية.
- تعلم بعض التمارين البدنية البسيطة لتمارسها يوميا في المنزل أو أثناء الحجر الصحي أو الانعزال لكي تتمكن من الحفاظ على القدرة الحركية وتقليل الملل.
- واطب على ممارسة الأنشطة الروتينية المعتادة والتزم بالجدول الزمنية قدر الامكان أو ساعد على استحداث أنشطة روتينية جديدة في بيئة جديدة؛ بما في ذلك التمارين المنتظمة أو التنظيف أو الأعمال المنزلية اليومية أو الرسم أو غير ذلك من الأنشطة وتواصل بانتظام مع الأهل والأحباب (عبر الهاتف أو البريد الإلكتروني أو وسائل التواصل الاجتماعي أو التخاطب بالفيديو مثلا).
- وقد وفرت دولة الكويت في إطار ما ذكر كل ما يلزم لرعاية فئة المسنين وكبار السن داخل بيوتهم مثل توصيل الأدوية للمنازل وكافة الخدمات الرئيسية وحفظ الله الجميع وتمتعهم بالصحة والعافية.

مقدمة:

كبار السن هم الأشخاص الذي تجاوزت أعمارهم 60 سنة بغض النظر عن ظروفهم الصحية والنفسية فقد يكون الشخص المسن يتمتع بصحة جيدة ونفسية جيدة ولم يصل الى مرحلة الشيخوخة ويستطيع القيام بمراحل حياته اليومية من غير مساعدة مباشرة أو غير مباشرة بمن يحيطون به .

توصيات منظمة الصحة العالمية / المكتب الاقليمي للشرق الأوسط . . .

رسائل لمن يعتني بكبار السن

- كبار السن المنعزلون منهم والذين يعانون من تدهور القدرة الإدراكية / الخرف ؛ قد يصبحون أكثر قلقا وغضبا وتوترا واضطرابا وانطواء خلال الجائحة أو أثناء الحجر الصحي، لذلك فإنه من الضروري تقديم الدعم العملي والوجداني لهم من خلال الشبكات الاجتماعية غير الرسمية (العائلات) والمهنيين الصحيين.
- تقديم حقائق بسيطة عما يجري؛ ومعلومات واضحة عن كيفية الحد من خطر العدوى بعبارة يفهمها كبار السن الذين يعانون أو لا يعانون من الضعف الإدراكي مع تكرار المعلومات كلما اقتضى الأمر. ويجب تقديم التعليمات بطريقة واضحة وموجزة ومحترمة وحليمة، وقد يكون من المفيد أيضا عرض المعلومات ومساعدتهم على اتباع تدابير الوقاية (مثل غسل اليدين وما إلى ذلك).



د. ريم المنيح

طلابم الأطباء

الطبيعي أن الطالب يراجع أجوبته في كل امتحان وهذه الطريقة كان صعب عليّ تطبيقها نظرا لسوء الخط، فالمعلمات يرددن دائما ويقلن لي باللهجة المصرية (خطك ده نبش فراخ - خطك هيروغليفي) وهو دليل على رداءة الخط وسوء ترتيبه وصعوبة قراءته.

أما في المرحلة الثانوية فالحمد لله أصبحت ناضجة بما يكفي لمعرفة أن خطي سيئ للغاية حيث يصعب قراءته في كثير من الأحيان لدرجة أن معلمات الصف اعتدن مدحي بقولهن يا دكتورة (هذا خط دكاترة أو ده خط دكاترة غير مفهوم).

ولا زالت معاناتي قائمة حتى أصبحت بفضل من الله دكتورة "قد الدنيا" معروفة في مجال العمل بالخط الغير مفهوم.

حكايتي بدأت منذ سنوات عديدة حين كنت في بداياتي الدراسية وبالتحديد في المرحلة الابتدائية حيث يتم تعليمنا الأحرف الأبجدية وكيف نُكُون ونكتب جملة مفيدة ونتعلم مبادئ الخط بطريقتي النسخ والرقعة وما الفرق بينهما.

كنت أعاني كثيرا حيث أنني لا أجد أي فرق في طريقة كتابتي لهذين الخطين ولم أستطع معرفة الفرق بينهم وقد ازدادت مشكلتي في المرحلة المتوسطة حيث لم أكن الطالبة الوحيدة الذي تعاني من سوء الخط ولكن كنا عددا لا بأس به في كل صف، ولم تقف المشكلة عندي فقط لكن المعاناة كانت أكبر عند معلماتي في ذلك الوقت حيث كن يعانين أكثر من معاناتي في ترجمة وفك الرموز لمعرفة الإجابة عن الأسئلة.

الطبية المكتوبة بخط اليد إلى وصفات إلكترونية، وهي عبارة عن نظام يربط جميع الأطباء مع جميع الصيدليات عبر نظام إلكتروني، فكل وصفة يكتبها الطبيب يستطيع أي صيدلاني أن يراها أينما كانت صيدليته، هذا النظام ولاشك هو نظام حضاري ويلغي إمكانية وقوع أي خطأ طبي قد ينتج عن كتابة الوصفة بخط اليد.

أما في سوريا على سبيل المثال لم يتيسر تطبيق الوصفة الإلكترونية وذلك لوجود عقبات أهمها انقطاعات الكهرباء والإنترنت بشكل متكرر، فأى طبيب أو صيدلاني لا تتوفر لديه الكهرباء والإنترنت بشكل آني سيعتبر خارج هذا النظام الإلكتروني، وهذه أهم معوقات تطبيق نظام الربط الإلكتروني في بعض الدول العربية.

وعليه فتم عمل تطبيق «وصفتي» الذي يعمل على أجهزة الأندرويد الشخصية للأطباء ويحتوي على كل أسماء الأدوية السورية والمصرية والعراقية والسعودية الموجودة في السوق مع أنواعها وعبواتها وتركيباتها. والذي يمكن من خلاله للطبيب الوصول لإنهاء الوصفة خلال مدة زمنية قصيرة.. فما أن يبدأ بكتابة الاسم العلمي أو الاسم التجاري ليصل بسرعة للدواء المطلوب بإدخال أول حرفين من الاسم ويتم طباعة وصفة دوائية أو إحالة لمختبر التحليل «طلب تحاليل مخبرية» بضغط زر.

إن الوصفات الإلكترونية ساهمت بشكل كبير في تسهيل قراءة أنواع الأدوية المصروفة للمريض وأهم ما يميزها وضوح اسم الأدوية وكمياتها واسم المريض والجرعة المطلوبة بالإضافة إلى سرعة اكتشاف الأخطاء وذلك لوضوحها.

ختاماً

(اجعل من خطك شفاء للمريض لا شقاء عليه)

لكن في مجال عملي أدركت كيف أن سوء الخط قد يترتب عليه مشاكل كثيرة.

فقد توصلت دراسة أميركية أعدها المعهد الطبي في واشنطن إلى أن سوء خط الوصفة الطبية يؤدي لمقتل نحو 7000 شخص في العالم سنوياً، فضلاً عن معاناة المرضى للأعراض الجانبية بنسبة 20٪.

فعلى سبيل المثال، في عام 2004 تسببت رداءة خط طبيب وفهم خاطئ من الصيدلي في وفاة سيدة كانت تعاني من آلام العظام.

فقد تم كتابة الوصفة الطبية للمريضة لتخفيف الألم وعند ذهابها لشراء الدواء من الصيدلية أخذ الصيدلي وقت طويل لقراءة الوصفة وبعدها قام بصرف العلاج وبعد أخذ المريضة هذا العلاج انتكست حالتها وسبب لها مضاعفات شديدة.

وعند مراجعة الطبيب المعالج اكتشفوا أن الدواء الذي تم صرفه للمريضة غير صحيح وعند سؤال الصيدلي أجاب بأنه لم يتمكن من قراءة الوصفة بسبب رداءة خط الطبيب واكتفى بأول حرف من الكلمة وآخر حرف منها وأعطى الدواء للمريضة.

وفي الجزائر، تسببت وصفة طبيّة لم يفهمها الصيدلي في وفاة شيخ عمره 76 سنة، حيث بدأت القصة عندما قدّم المريض وصفة دوائه الطبيّة للصيدلي، ولم يتمكّن الأخير من فهم ما كتب عليها، فأعطاه دواءً غير الذي وصف له، والنتيجة إصابة الشيخ بمضاعفات خطيرة أدّت لوفاته.

تستمر المعاناة في فك شفرات وطلاسم الوصفة الطبية ما لم يتم تغيير الوصفات الطبية المكتوبة بخط اليد بوصفات مدوّنة إلكترونياً تسهيلاً للعلاقة بين المرضى والأطباء والصيدالّة.

ففي أغلب الدول المتقدمة تم استبدال الوصفات

كوفيد-19 ومخاوف طواقم طب الأسنان

د. إيمان المنيزع

استأنفت عيادات طب الأسنان تقديم الخدمات العلاجية للمراجعين، لكن العاملين من الفرق الطبية لديهم قلق كبير ناجم عن تغييرات واسعة النطاق في سير العمل والخوف من الإصابة بكوفيد-19- أثناء العمل، وإلى جانب الإجهاد المرتبط بالعمل، فهم يتعاملون حالياً مع عدد غير مسبوق من المخاوف، فبعضهم مثقل بضغوط شخصية تتعلق بالتوترات الأسرية والشؤون المالية ونقص الدخل، وفقدان الوظائف في المجالات الأخرى، ويجد العديد من أطباء الأسنان أنه أمر مرهق فهم مطالبون بالعمل في بيئة ذات تدابير دائمة التغيير لمنع العدوى والتعامل مع الإجهاد الشخصي أثناء الخوف من الإصابة بالفيروس.

لتنفيذ خطط العمل وقد ساعد استخدام التقنيات الحديثة في تحقيق التواصل مع الحفاظ على التباعد.

حماية الصحة النفسية للعاملين في طب الأسنان:

إن طواقم طب الأسنان في الوقت الحالي معرضون بشدة لضغوط نفسية، ولهذا السبب يجب النظر إلى الاهتمام باحتواء مشاعر التوتر والقلق لديهم، وتحقيق الحوار المفتوح بين أفراد الطاقم والمسؤولين سيسهل تحديد المسؤوليات ورسم توقعات واضحة ويساعد في رفع معنويات أفراد الطاقم، لذلك فمن المفيد تشجيعهم على التعبير عن مخاوفهم، وعند الاستماع إليها يجب تبني موقف يتسم بالتعاطف والتقبل، لأن هذا لن يظهر المشاركة والاهتمام فحسب، بل سيساعد أيضاً في حل المشكلة المطروحة بسرعة أكبر.

قد لا يرغب البعض أو يخشى أن يفصح أو يعبر عن مخاوفه فيمكن لهؤلاء أن يقوموا بكتابة كل ما يعانون منه وإرساله دون الكشف عن هويتهم ويتم الرد عليهم بما يناسبهم لإظهار الدعم وتخفيف التوتر.

ومن التدابير الأخرى لحماية الطواقم؛ اعتماد القرارات الخاصة بقصر الخدمات المقدمة على علاج الحالات الطارئة، وتقليل عدد الموظفين في المناوبة الواحدة والعمل عن بعد.

وقد نظمت إدارة البرامج المدرسية بالتعاون مع مكتب الإنماء الاجتماعي ندوة عبر تقنية «زوم» تناولت التوتر والمخاوف لدى العاملين حيث بينت المتحدثة أ. قيروان بوشيبية طرق التعرف على علامات التوتر، وقدمت المشورة حول كيفية الوقاية منها وتعلم كيفية التغلب عليها ودعم أولئك الذين يتعرضون لذلك.

ولمساعدة طاقم طب الأسنان على التعامل مع القلق الناجم عن بروتوكولات السلامة المحدثة باستمرار والتغييرات في سياسات مكان العمل، قدمت العديد من مؤسسات طب الأسنان والسلطات الصحية مؤخراً إرشاداتها بشأن تخفيف عبء كوفيد-19 وعوامل الإجهاد المرتبطة به في عيادات الاسنان.

ولطمأنة موظفي طب الأسنان، أوصت جمعية طب الأسنان في كاليفورنيا (CDA) بما يلي:

- بعد مراجعة أي سياسات وبروتوكولات متعلقة بممارسة طب الأسنان يجب إبلاغ الموظفين بالخطط الموضوعية لضمان السلامة في مكان العمل، بما في ذلك الإجراءات الخاصة بمكافحة العدوى والتغييرات المتعلقة بعمل العيادات وجدولة المواعيد.
- التأكد من إرسال التحديثات إلى الموظفين في وقتها.
- توعية الموظفين بأحدث المعلومات المتعلقة بكوفيد-19 والحصول على المعلومات من المواقع الإلكترونية للهيئات الموثوقة مثل مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها ومنظمة الصحة العالمية.
- إبقاء الموظفين في دائرة التواصل وإطلاعهم على التغييرات والتحديثات المستمرة لسياسات العمل للتوصيات وفقاً لذلك من أجل تقليل مخاطر التعرض للعدوى لكل من المرضى والموظفين.
- تميز أداء إدارة البرامج المدرسية أثناء الأزمة بالتواصل الفعال بين مراقبة صحة الفم ورؤساء البرامج لنقل تعليمات وتوصيات الإدارة بصفة فورية



ما هي حالات

الأسنان الطارئة؟



تورم والتهاب
مؤلم باللثة



ألم شديد
بالفم
والأسنان



ورم باللثة
وحول الضم



نزيف لا
يتوقف



ألم مع كسر
الحشو بأحد
الأسنان



كسر أو
سقوط سن



تعديل أسلاك
التقويم التي
تجرح الخد أو
اللثة



إزالة الغرز
بعد الجراحة

وتوصي مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) بتأجيل المراجعة في الحالات التالية:

- التنظيف الروتيني للأسنان
- فحوصات روتينية لتقويم الأسنان
- علاج التجاويف غير المؤلمة
- قلع الأسنان غير المؤلمة
- تبييض الأسنان

لكن حتى أثناء تفشي المرض، من المهم جدا الحفاظ على عادات نظافة الفم والأسنان الجيدة والمحافظة على ابتسامة صحية من خلال:

- التنظيف بالفرشاة مرتين يوميا
- استخدام الخيط مرة واحدة يوميا لتنظيف الأسطح الجانبية بين الأسنان
- شرب الكثير من الماء
- الحد من الأطعمة السكرية والحفاظ على نظام غذائي متوازن
- تجنب التبغ بكافة أنواعه
- استبدال فرشاة الأسنان عند تلف شعيراتها أو بعد التعافي من المرض.

للمساعدة في الحد من انتشار فيروس كورونا أو كوفيد-19، أعلنت عيادات الأسنان عن اقتصار الخدمات على استقبال الحالات الطارئة فقط وذلك وفقاً لتوجيهات وزارة الصحة المبنية على توصيات المنظمات الدولية، وستتعرف هنا على ما يعتبر حالة طارئة للأسنان وما هو غير طارئ ومتى تطلب الرعاية أو متى يكون الانتظار أفضل.

الحالات الطارئة التي توجب طلب العلاج فورا:

- نزيف لا يتوقف
- تورم مؤلم في الفم أو حوله
- ألم شديد في الأسنان أو الفم
- التهاب اللثة الذي يسبب الألم أو التورم
- حشو مكسور يسبب الألم
- كسر أو سقوط أحد الأسنان نتيجة حادث
- قص أو تعديل أسلاك تقويم الأسنان التي تسبب جرح وألم بالخد أو اللثة
- علاج ما بعد الجراحة (إزالة الغرز)



قصة العدد للكاتبة البريطانية هيلين باتوك

نشرت منظمة الصحة العالمية (WHO) كتاب "My hero is you" المترجم للعربية إلى "بطلتي أنت.. كيف يمكن للأطفال محاربة كوفيد19" رسالة ثقافية تتضمن الإجراءات الوقائية من خلال سرد قصصي يلائم الصغار. لا يتوقف عند حد تبسيط الإجراءات الوقائية للصغار على لسان الطفلة ورفاقها، بل يمتد للتعبير عن مواقف أكبر كنبذ ووصم المرضى.

تم اختصار القصة ونشرها هنا بموجب شروط الترخيص الذي يسمح بنسخ العمل وترجمته وتكييفه لأغراض غير تجارية شريطة الاستشهاد بالعمل بشكل مناسب. "لم يتم هذا التكييف من قبل اللجنة الدائمة المشتركة بين الوكالات، ولا تتحمل اللجنة الدائمة المشتركة بين الوكالات أي مسؤولية عن محتوى أو دقة هذا التكييف. وتكون النسخة الإنجليزية الأصلية "اللجنة الدائمة المشتركة بين الوكالات، بطلتي أنت كيف يمكن للأطفال مواجهة فيروس كورونا المستجد (كوفيد19-)" هي النسخة الملزمة والصحيحة". الترخيص: CC BY-NC-SA 3.0 IGO

بَطَلَتِي أَنْتِ

والدة سارة هي البطلة بالنسبة لها لأنها أعظم أم وأفضل عالمة في العالم ولكن حتى والدة سارة لا يمكنها التوصل إلى علاج لفيروس كورونا!!



تأليف : هيلين باتوك

رسوم : محمد مجدي



سألت سارة والدتها،
"كيف يبدو فيروس كوفيد-19؟"

قالت أمها: "إن فيروس كوفيد-19 أو

فيروس كورونا، صغير جدا لا يمكننا رؤيته،
لكنه ينتشر من سعال أو عطس الأشخاص
الذين يحملون المرض، أو عند ملامستهم
للأشخاص أو الأشياء التي تحيط بهم. والمرضى
يعانون من حمى وسعال وقد يعانون من بعض
الصعوبة في التنفس"

سألت سارة، "لذا لا يمكننا مواجهته لأننا لا
نراه؟"

فأجابت والدتها سارة: نحن لا نراه ولكن يمكن
لكل شخص المساعدة في مواجهته
والأطفال يمكنهم المساعدة أيضا
ولهذا السبب أريدك أن تبقي في
أمان يا سارة لصالحنا جميعا.
أريدك أن تكوني بطلي.

لم تستطع سارة النوم في تلك الليلة فهي لا ترى أنها بطلة، فشعرت بالضيق وأرادت الذهاب إلى
المدرسة لكن المدارس كانت مغلقة وأرادت أن يتوقف فيروس كورونا عن إثارة هذا الذعر في
عالمها وقالت لنفسها وهي تغمض
عينها لتنام: "إن الأبطال لديهم قوى
خارقة"، "ماذا لدي أنا؟"

وفجأة همس صوت خافت باسمها
في الظلام فردت عليه بصوت خافت:
"من هناك؟"

سألها ذلك الصوت، "ماذا تريد حتى
تكوني بطلة؟"

فقالت سارة "أريد طريقة أخبر بها كل
الأطفال كيف يحمون أنفسهم حتى
يتمكنوا من حماية الأشخاص الآخرين..."



وفي لمح البصر، ظهر شيء مدهش تحت ضوء القمر... إنه تنين ضخم بأجنحة كبيرة
فقالته سارة وهي تلهث "من تكون؟"
فقال: "اسمي أريو وأنا هنا لأساعدك لتخبري كل الأطفال في العالم كيف يحمون
أنفسهم ويحمون الآخرين"
قالته سارة: "إذا قدمت لي المساعدة... فيمكنني أن أخبر الجميع عن فيروس
كورونا" وأن أكون بطلة لكن انتظر يا أريو، هل من الآمن أن أسافر وفيروس كورونا
منتشر في الأرجاء؟"
قال أريو، "سيكون آمن ولا يمكن لأي شيء أن يؤذيك إذا كنت معي".





فقفزت سارة على ظهر أريو وارتفعا
سويا وخرجا من نافذة غرفتها إلى سماء
الليل وحلقا نحو النجوم.

وحين أشرقت الشمس، هبطا في صحراء جميلة بجوار الأهرامات، ووجدوا مجموعة من الأطفال يلعبون.
صاح الأطفال في فرح ولوحوا إلى سارة وأريو وصاح أحد الأطفال: "مرحبا..أنا سليم ماذا تفعلان هنا؟
معذرة لا يمكننا أن نقرب أكثر من هذا، فيجب أن نبقي على بعد مترين على الأقل من بعضنا البعض"
فردت عليه سارة: "وهذا هو سبب مجيئنا إلى هنا: أنا سارة وهذا أريو، هل تعلم أن الأطفال يمكنهم
الحفاظ على سلامة جيرانهم وأصدقائهم وآبائهم وأجدادهم ضد فيروس كورونا؟ علينا جميعا أن"
... فقاطعها سليم وعلى شفثيه ابتسامة: نغسل أيدينا بالماء والصابون"، "نعرف يا سارة. كما يجب علينا
أيضا أن نسل في ثنایا مرافقنا، ونلوح بالتحية إلى الناس بدلاً من
مصافحتهم بالأيدي، وقال أريو حسنا، هيا نخبر الناس! اقفزا على ظهري، لكن أرجو
أن تجلسا على جانبي جناحي فهما
بعيدان عن بعضهما مسافة مترين"



وحلق أريو في السماء بصحبة سليم وسارة الجالسين على جناحيه وحلق في أرجاء المدينة وبدأ في الصياح ونادى سليم على الأطفال المتجولين في الشوارع بصوت عالٍ: "اذهبوا، أخبروا عائلاتكم، إننا يمكننا أن نكون أكثر أماناً إذا مكثنا في المنزل" كان الناس مندهشين بما رأوا!! ولوحوا إليهم ووافقوا على الذهاب إلى منازلهم.



قالت سارة، "أشعر بالخوف مما يحدث

قال أريو أحياناً قد تشعرين بالخوف عند تغير الأمور يا سارة

لكني عندما أشعر بالخوف، أتنفس ببطء شديد وأزفر ناراً" وأخرج أريو كرة نارية كبيرة من فمه! وسألهم: "كيف تهدئون من روعكم عندما تصابون بالذعر والهلع؟"

قالت سارة: "أحب أن أفكر في شخص ما يشعرني بالأمان"

وقال سليم: "وأنا أيضاً، أفكر في كل الأشخاص الذين يساعدونني على الشعور بالأمان، مثل

أجدادي" إنني أفتقدهم كثيراً ولا يمكنني عناقهم لأنني قد أصيبتهم بفيروس كورونا، عادة ما كنا نراهم في عطلة نهاية الأسبوع، ولكن ليس الآن لأننا يجب أن نحافظ على سلامتهم."

سألت سارة: "هل يمكنك التحدث إليهم؟"

فقال سليم: "نعم، بالطبع!" "إنهم يتحدثون إلي كل يوم وأخبرهم بكل ما نقوم به في المنزل

وهذا يهون الأمر عليّ وعليهم أيضاً"



قال أريو: "من الطبيعي أن نشاق للأشخاص الذين نحبهم ولا يمكننا رؤيتهم الآن، فهذا الأمر يبين قدر اهتمامنا، هل ستشعران بتحسن إذا قابلتما أبطالاً آخرين؟"
فصاحت سارة وسليم: "أجل، من فضلك"، قال أريو: "تمتلك صديقتي ساشا قوة خارقة مميزة هيا نذهب إليها!"

وهبطوا في قرية صغيرة حيث كانت توجد فتاة تقطف الأزهار خارج منزلها وضحكت عندما رأت أريو والطفلين جالسين على جناحيه وصاحت "أريو! يجب أن نبقى على بعد مترين على الأقل لذا سأرسل لك تحية في الهواء! ماذا تفعلون هنا؟"

فقال أريو: "لقد شعرت بتحيتك عندما أخبرتيني بذلك يا ساشا.. أحب الطريقة التي نستخدم بها الكلمات والإشارات لإبداء اهتمامنا ونظهر ذلك بأفعالنا، أيضا أردت أن يعرف أصدقائي عن قوتك الخارقة" فقالت ساشا: "وما هي قوتي الخارقة؟"

فقال أريو: "عندما شعر أحد أفراد عائلتك بالمرض، بقيت في المنزل لتضمني عدم نقل فيروس كورونا إلى أي شخص آخر،"

فقالت ساشا: "نعم، إنه أبي، وهو يقيم في غرفته الآن حتى يتعافى تماما".



ولكن البقاء في المنزل ليس سيئاً للغاية! فنحن نلعب ونطهو الطعام ونقضي الوقت في حديثنا وتناول وجباتنا معا وأقوم أنا وإخوتي بممارسة الرياضة ونقرأ الكتب، وأستطيع مواصلة التعلم لأنني أفتقد المدرسة.. وأردفت: انتابني شعور بالغرابة في البداية من البقاء في المنزل، لكنني اعتدت عليه الآن"

قال أريو: "هذا ليس بالأمر السهل دائما يا ساشا" فأنت تجدين شبلاً لتحطي بالمرح والانسجام مع من تحبينهم في المنزل وهذا ما يجعلك بطلتي"

سألها سليم: "هل تشاجرت من قبل مع عائلتك؟"

قالت ساشا: إننا نتشاجر أحيانا لكن علينا أن نتحلى بالمزيد من الصبر، والمزيد من التفاهم، وحتى الإسراع في الاعتذار عن الخطأ، إنها قوة خارقة حقيقية، لأنها قد تشعرنا نحن والآخريين بالتحسن.

سألت سارة: "لكن يا أريو، ماذا عن الأشخاص البعيدين عن المنزل أو الذين ليس لديهم منزل؟"

قال أريو: "هذا سؤال عظيم يا سارة، دعينا نذهب ونكتشف ذلك".

وهكذا ودعوا ساشا وانطلقوا مرة أخرى وأصبح الهواء أكثر دفئا عندما هبطوا على جزيرة يحيطها البحر من كل جانب.

وهناك وجدوا معسكرا فيه جمع من الناس فرأتهم واحدة من الفتيات ولوحت إليهم من بعيد.

قالت الفتاة: "مرحبا يا أريو، يسعدني رؤيتك مرة أخرى". "إننا نحاول أن نبقي على بعد مترين على الأقل، لذا سأتكلم إليك من مكاني ولكنني أود أن ألتقي بأصدقائك.. اسمي "ليلي"

فردت سارة: "مرحبا يا ليلي أنا سارة وهذا سليم."



يبدو أنكم تحاولون وقاية أنفسكم من فيروس كورونا فماذا تفعلون؟

ردت ليلي: "إننا نغسل أيدينا بالماء والصابون"

سأل سليم: "هل تسعلون أيضا في ثنايا مرفقكم؟"

فردت ليلي: "هل يمكن أن ترينا ذلك؟" عندها بين لهم سليم طريقة القيام بذلك.

قالت ليلي: "نحاول جميعا أن نتحلى بالشجاعة،

لكن ينتابني القلق حيال شيء ما؛" هل يمكنني

التحدث عنه معكم؟" لقد سمعت أن أحد

الأشخاص أصابه المرض وتوفي على

إثره وقد أصابني هذا الأمر بذعر شديد،

هل من الممكن أن يموت الناس من فيروس كورونا؟

أخذ أريو نفساً عميقاً وجلس

قال أريو: "نعم أيها الأبطال الصغار، إنه أمر غريب،"

قد لا يشعر بعض الناس بالمرض على الإطلاق، ولكن بعض الناس

قد يطي بهم المرض الشديد وقد يموت آخرون وهذا هو السبب الذي

يظننا جميعا أن نحرص بشكل خاص على كبار السن والذين يعانون من أمراض أخرى حيث إنهم أكثر

عرضة للمرض. عندما نشعر أحيانا بالذعر الشديد أو عدم الأمان، قد يساعدنا تخيل مكان آمن في عقولنا،

هل تودون محاولة هذا الأمر معي؟" فقالوا جميعا نعم، عندئذ طلب أريو من الأطفال أن يغمضوا

أعينهم ويتخيلوا مكان يشعر فيه بالأمان وقال أريو: "ركزوا على ذكرى أو وقت ما كنتم تشعرون

فيه بالأمان". ثم سألهم ما الذي يستطيعون رؤيته، وما الذي يشعرون به، في مكانهم الآمن. وسألهم

عما إذا كان ثمة شخص مميز يودون دعوته إلى مكانهم الآمن وما الذي قد يتحدثون عنه سويا وقال

أريو: "يمكنكم أن تذهبوا إلى مكانكم الآمن متى شعرتم بالحزن أو الذعر". "وهذه هي قوتكم

الخارقة، ويمكنكم مشاركتها مع أصدقائكم وعائلاتكم".



قالت ليلي: "يمكننا أن نهتم جميعا ببعضنا البعض". قال أريو: "هذا صحيح يا ليلي". "يمكننا أن نهتم ببعضنا البعض، أينما كنا، هل تودين أن تأتي معنا في رحلتنا الأخيرة؟" انضمت ليلي لأصدقائها الجدد. وسعدت سارة كثيرا بانضمام ليلي إليهم وهبط أريو في مدينة صغيرة بها جبال ثلجية، حيث كان يلعب بعض الأطفال بجوار أحد الأنهار، صاح أحدهم ملوفا بالتحية

وقال أريو: "مرحبا يا كيم... أعزائي، أريد منكم أن تلتقوا ببعض أصدقائي الذين أطيخوا بفيروس كورونا وتعافوا منه".

سأل سليم: "بماذا كنت تشعر؟"



قال كيم: "كنت أسعل وأشعر بارتفاع درجة حرارتي وفي بعض الأحيان لم أود اللعب، كما كنت متعبا حقا لعدة أيام". "لكنني نمت كثيرا واعتنت بي عائلتي ولكن بعض آبائنا وأجدادنا الذين أطيخوا بالفيروس اضطروا للذهاب إلى المستشفى وكانت الممرضات والأطباء في غاية اللطف معهم، وساعدنا الناس من أبناء مجتمعنا في أمور المنزل وبعد أسابيع قليلة شعرنا بالتحسن مرة أخرى.



قال أحد الأطفال الآخرين: "أنا صديق كيم". "لم تتوقف صداقتنا بسبب إصابة كيم بفيروس كورونا، لم أتمكن من مقابلته لأسابيع قليلة ولكن لم أتوقف يوماً عن الاهتمام بشأته ونسعد جميعاً باللعب سوياً مرة أخرى".

قال أريو: "في بعض الأحيان، يصبح أهم الأمور بين الأصدقاء على الإطلاق هو وقاية بعضنا البعض حتى لو كان ذلك يعني البقاء بعيدين عن بعضنا البعض لفترة ما".

قال سليم: "يوماً ما، سنتمكن جميعاً من اللعب مرة أخرى والعودة إلى المدرسة مثلما كنا نفعل".

حان الوقت للذهاب إلى المنزل وأن تودع سارة أصدقائها الجدد ووعدوا بعضهم البعض لن ينسوا هذه المغامرة التي خاضوها سوياً، انتاب سارة الحزن لأنهم ربما لن يتمكنوا من مقابلة بعضهم البعض لفترة من الزمن، لكنها شعرت بتحسّن عندما تذكرت ما قاله أريو



أعادهم أريو مرة أخرى
إلى منازلهم، وقبل أن يرحل

سألته سارة: "هل يمكننا القيام بهذه
المغامرة غداً؟"

قال أريو: "لا يا سارة، لقد حان الوقت
لتبقي مع عائلتك الآن". تذكرني أنه
يمكنك الحفاظ على سلامة من
تحبينهم بغسل يديك والبقاء
في المنزل".



استغرقت سارة في النوم وعندما استيقظت في اليوم التالي، ذهبت إلى مكانها الآمن ثم رسمت كل شيء رآته وتعلمته من المغامرة التي خاضتها وهرولت إلى أمها برسوماتها لتخبرها عن أخبارها وقالت: "يمكننا أن نساعد الناس على البقاء آمنين يا أمي". لقد قابلت العديد من الأبطال في المغامرة التي خضتها، قالت أمها: "يوجد العديد من الأبطال الذين يحافظون على سلامة الناس ضد فيروس كورونا مثل الأطباء والممرضات والمتطوعين وأبطال الأمن الرائعين، وأنا جميعا نستطيع أن نكون أبطال، وبطلتي الحقيقية هي أنت!".





كلمة البرنامج

كورونا والتعليم المستمر في طب الأسنان

على الرغم من أن نتائج الدراسة اقتصرت على الصين، إلا أن فعاليات التعلم عبر الإنترنت قد أثبتت نجاحها خلال جائحة كوفيد-19 حيث شاركت بعض الشركات الرائدة المنتجة لأجهزة ومواد طب الأسنان في المشهد التعليمي الجديد، واتجهت إلى إطلاق منصات عبر الإنترنت وعقدت عدة أحداث وندوات لتحل محل تلك التي كان من المقرر إجراؤها دون اتصال بالإنترنت، بهدف منح أطباء الأسنان فرص الوصول إلى الموارد التعليمية التفاعلية والمفيدة.

وأثبتت هذه الأحداث أنها ناجحة للغاية حيث حققت نطاق وصول وعدد مشاركين متزايد، مما يسلط الضوء على ارتفاع الطلب على هذه الخيارات التعليمية.

ومع استمرار الوباء في تأجيل وإلغاء فعاليات طب الأسنان في جميع أنحاء العالم، أصبحت الندوات عبر الإنترنت ركيزة أساسية للتعليم المستمر ولم يقتصر الأمر على الشركات التي لجأت إلى المنصات الإلكترونية لتقديم التعليم المستمر والترويج لبضائعها؛ إنما امتد الأمر لتشمل إدارة البرامج المدرسية لركب التكنولوجيا وتكون قريبة مما يحدث في عالم طب الأسنان، لذلك فقد عقدت وحدة التدريب بمراقبة صحة الفم والأسنان مؤخراً عدة دورة تدريبية إلكترونية شارك فيها محاضرون محليون ودوليون وحضرها عدد كبير من أطباء الأسنان داخل وخارج الكويت.

في السنوات الأخيرة، اقتصر نهج التعليم المستمر في طب الأسنان (CE) في الغالب على فرص التعلم في المؤتمرات والندوات وورش العمل وما شابه ذلك؛ هذا الطريق التعليمي للأسف، هو واحد من العديد من مجالات مهنة طب الأسنان التي تأثرت بشكل كبير من جائحة كوفيد-19.

وتبعاً لروح الابتكار في كل ما يخص طب الأسنان، تحولت العديد من الشركات والمؤسسات بسرعة إلى طرق بديلة للتدريس استجاب لها أطباء الأسنان بحماس.

في دراسة حديثة، سعى باحثون في جامعة بكين في الصين إلى قياس مدى تأثير الوباء على التعليم المستمر لطب الأسنان في الصين.

أشارت النتائج التي توصلوا إليها إلى انتقال التعليم المستمر من بيئة مادية كلاسيكية، إلى بيئة إلكترونية عبر الإنترنت: ففي حين كانت 28.6% من المؤسسات المدرجة في الدراسة قد قدمت تعليم مستمر عبر الإنترنت قبل إغلاق كوفيد-19، ارتفع هذا الرقم إلى 100% بمجرد تطبيق قيود التباعد.

وفقاً لمؤلفي الدراسة، فقد أثبت تقييم دورات التعليم المستمر عبر الإنترنت في أبحاث سابقة أنها فعالة تماماً مثل التعليم التقليدي، وبالإضافة إلى ذلك، افترضوا أن حرص أطباء الأسنان على المشاركة في التعلم القائم على التكنولوجيا الرقمية يشير إلى إمكاناته الكبيرة كأداة تعليمية للمستقبل؛ لكن من المفيد معرفة كيف استجاب مجتمع الأسنان عالمياً.

كلمة البرنامج



مراقبة صحة الفم والأسنان



فيروس كورونا المستجد COVID-19

الأعراض



سعال



ارتفاع الحرارة



صداع



ضيق التنفس



الوقاية لحماية نفسك والآخرين



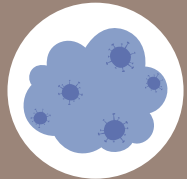
تجنب المصافحة



غسل اليدين باستمرار
أو استخدام مطهر كحولي



مخالطة المرضى



الرضا المتطاير من المريض
أثناء العطس أو الكحة



الحفاظ على التباعد الجسدي
و تجنب التجمعات والأماكن
المزدحمة



ارتداء الكمام
عند الخروج من المنزل



التعامل مع الحيوانات



لمس الأسطح الملوثة



العطس أو السعال في المناديل أو أعلى الذراع
والتخلص من المنديل في الحال