

تقرير محاضرة هشاشة العظام أسبابها وعلاجها

اليوم/ التاريخ	مكان التنفيذ	مسؤول التنسيق	المحاضر	عدد الحضور
الجمعة ٨ نوفمبر ٢٠١٩م	قاعة جمعية العطاء النسائية الأهلية بالقطيف	عضو مجلس الإدارة؟ أ. سوسن المرزوق	د. كامل البوري	٥٠ سيدة

أهداف تنفيذ المحاضرة

١. نشر التوعية والتثقيف بين فئة السيدات بأهمية فحص هشاشة العظام في المراحل العمرية.

محاور المحاضرة:

١. تعريف هشاشة العظام.
٢. الأسباب.
٣. عوامل الخطر.
٤. العلاج.
٥. فقرات تثقيفية متنوعة.

البوري يجيب عن أسئلة أكثر من ٥٠ سيدة حول هشاشة العظام

استضافت جمعية العطاء النسائية بالقطيف استشاري جراحة العظام والمفاصل الدكتور كامل البوري في محاضرة (هشاشة العظام أسبابها وأعراضها) بحضور أكثر من ٥٠ سيدة في مقر جمعية العطاء النسائية مساء الجمعة الموافق ٨ نوفمبر ٢٠١٩م.

هدفت المحاضرة للتثقيف بمرض هشاشة العظام الذي أشارت رئيسة الجمعية الدكتورة أحلام القطري بأنه يسمى بالمرض الصامت حيث إنه يصعب اكتشافه إلا بعد أن يقع الضرر بتكسر العظام. أثنى البوري بداية اللقاء على جمعية العطاء النسائية وأشاد بما تقدمه للمجتمع من خدمات وبرامج، وشدد على الزوار أهمية الانتباه للمحاضرة طامعاً بتمكين كل شخص من أن يكون "طبيب نفسه". وشرح البوري مستويات كثافة العظام واختلال نسبة الخلايا الهادمة والخلايا البانية التي تسبب مرض هشاشة العظام.

وأشاد بدور الأنشطة الحركية كماراثون الجري الذي أقامته الجمعية عام ٢٠١٠م في نشر ثقافة المشي التي تعد علاج حركي حيث إنها تنشط الخلايا البانية مما يساهم في تقوية العظام. كما شدد على ضرورة قياس هشاشة العظام والمتابعة على العلاج والفحص الدوري لقياس فعالية العلاج، وحسم النقاش حول دور (فيتامين دال) لصالح أهميته حسب الحاجة إليه إن كانت وقائية أو علاجية.

ونبه البوري على اختلاف مرض هشاشة العظام عن الروماتيزم مشيراً إلى أن الكثير من الأشخاص لا يميز بينهما فالروماتيزم هو مرض يصيب المفاصل وليس العظام وإن كان كلاهما يسبب صعوبة بالحركة.

وشدد على أن أفضل علاج هو الوقاية منه وتجنب الإصابة به من الأساس خاصة إن هشاشة العظام لا يكتشف غالباً إلا في الحالات المتقدمة صعبة العلاج مفضلاً التزود بالكالسيوم والفيتامينات التي تغذي العظام من الغذاء الطبيعي وليس المكملات الغذائية إلا إذا اقتضت الضرورة. وكشف البوري بأن أثر إبرة العلاج التي يصل ثمنها لـ ٢٠٠٠ ريال تقريباً يبيته مقارنة بالوقاية، محذراً بأن ٢٠٪ من المصابين بهشاشة العظام يموتون نتيجة المرض. وعلل بأن المسبب الرئيسي لهشاشة العظام هو التقدم بالعمر إلا إن هناك بعض العوامل التي تلعب دوراً في نسبة الإصابة بالمرض منها: تاريخ العائلة المرضي، التغذية، النشاط الحركي.

واختتمت المحاضرة باصطفاف السيدات في الركن التثقيفي لهشاشة العظام بإشراف الممرضتين انتصار العكري وإيمان آل ماجد والصيدلانية إباء الماجد، وذلك لقياس نسبة كثافة العظام لديهن بواسطة جهاز Achilles الذي شاركت به شركة أمجد للأدوية.

