

الطب الوقائي .. خط الدفاع الأول لتجنب المرض



تحقيق: إيمان عبدالله آل علي

أكد خبراء أن خط الدفاع الأول ضد حدوث المرض هو الطب الوقائي، وذلك يتحقق بالكشف المبكر على الأفراد وتغيير نمط الحياة، وأن الدعم الحكومي من خلال سنّ التشريعات والقوانين وتقديم التسهيلات من شأنه أن يساعد في تعزيز التغيير المطلوب، وفرض قانون إلزام المريض بالفحوص المبكرة، وربطه بتجديد الهوية ليس مطلوباً في ظل وعي المجتمع، وكلما زادت مجهودات الطب الوقائي كلما قلت أعباء المنظومة الصحية، ما يسهم في توفير المليارات، ويقلل الإنفاق العلاجي بنسبة 50%.

وأوضحوا أن هناك ربطاً بين الكثير من الإجراءات الرسمية والطبية التداخلية وبعض الفحوص الاستباقية، مثل فحوص ما قبل تجديد الإقامة والهجرة، ودخول الجامعات والعمليات الجراحية، والطب الوقائي ليس ضرباً من ضروب الخيال، بل هو واقع ملموس ومطبق بشكل كبير، وسوف يؤدي إلى نتائج إيجابية عظيمة على المدى الطويل. يتجلى اهتمام الحكومة بشكل واضح من خلال إعادة تسمية وزارة الصحة إلى وزارة الصحة ووقاية المجتمع، بهدف التركيز بشكل أكبر على تعزيز وقاية المجتمع وحمايته من الأمراض.

والواقع أنه يمكن الوقاية من العديد من الأمراض عبر التركيز على الوقاية والفحص المبكر للذين قد يغيران من واقعنا، ويسهمان في تقليل الإصابة، فالكشف المبكر للمرض يوفر أفضل فرصة لعلاج ناجح. وثمة فئة كبيرة لا تُقبل على الفحوص المبكرة، في ظل عدم وجود الوعي المجتمعي بضرورة الكشف المبكر، فلماذا لا يُصدر قانون بالزامية تلك الفحوص، وربطها بتجديد البطاقة الصحية أو الهوية؟ فالتجاهل من أفراد المجتمع، يعد مسبباً رئيسياً في ارتفاع فاتورة العلاج والصرف على الأمراض، ولتغيير تلك الممارسات والاعتقادات لا بدّ من فرض قوانين تلزم الأفراد بالاهتمام بصحتهم وحياتهم.

في التحقيق الآتي، نجيب عن عدد من التساؤلات، هل ثمة اهتمام بالطب الوقائي في الدولة؟ وهل انتقل من خانة الدفاع عن المريض إلى خانة الهجوم على المرض وإجهاضه في مراحله الجينية؟ وهل سيسهم الطب الوقائي في تقليل أعداد المصابين بالأمراض المزمنة؟ وما هي الأمراض التي بالإمكان تجنبها مع الفحوص المبكرة؟ وكما النسبة المتوقعة بتقليل النفقات على الحكومة؟ وهل فكرة الطب الوقائي مجرد حلم يصعب تطبيقه وتحقيقه على أرض الواقع؟

منع انتقال الأمراض المعدية

أكدت الدكتورة مي أحمد سلطان الجابر، المدير الطبي في مستشفى «هيلث بوينت»، وأخصائي طب الصحة العامة، أن الطب الوقائي يمنع انتقال الأمراض المعدية وتطور الأمراض غير المعدية. ويركّز هذا النوع من الطب بشكل رئيسي على أهمية اتباع أنماط حياة صحية لتجنّب الأمراض والمشاكل الصحية إلى جانب حماية وتعزيز، والحفاظ على، الصحة العامة والتمتع بنمط حياة صحي، سواءً على نطاق واسع أو على أساس فردي.

وقالت: نشهد في وقتنا الحالي انتشاراً غير مسبوق للأمراض المزمنة مثل السكري والسمنة في معظم البلدان، بما في ذلك الإمارات، الأمر الذي يحتم علينا زيادة الوعي بأهمية تبني العادات الصحية الجيدة والحفاظ عليها أكثر من أي وقت مضى.

كما أن الكشف المبكر والحرص على إجراء الفحوص الدورية لهما أهمية حاسمة في تحسين فرص النجاة من الأمراض، ومنع تطور العديد من الأمراض، بما في ذلك أمراض السرطان، وأمراض القلب، وغيرها.

وأشارت إلى أن حكومة الإمارات أولت أهمية كبيرة للطب الوقائي وضخت الكثير من الاستثمارات في هذا المجال، سواءً على مستوى كل إمارة، أو على المستوى الاتحادي. وتماشياً مع ذلك، أطلقت حكومة الإمارات العربية المتحدة العديد من المبادرات المميزة لمكافحة وتعزيز الوقاية من الأمراض المرتبطة بأنماط حياة سكان الإمارات، إضافة إلى الأمراض المزمنة، وشملت هذه المبادرات إطلاق برامج متخصصة لإجراء الفحوص الطبية، مثل الفحوص الخاصة بالكشف عن مرض سرطان الثدي، فضلاً عن إصدار قوانين وأنظمة للتحكم في استهلاك منتجات التبغ وصناعة الأغذية والمشروبات، بغية تعزيز وقاية أفراد المجتمع من الأمراض المتعلقة بالسمنة، وعلى صعيد إمارة أبوظبي، أطلقت دائرة الصحة أيضاً برنامج «وقاية»، الذي يعمل على توفير الفحوص الطبية المحددة لعوامل الخطورة التي قد تؤدي إلى أمراض القلب والأوعية الدموية والسكري، إلى جانب تحديد عوامل الخطر المرتبطة بهذه الأمراض.

وأضافت: يأخذ الطب الوقائي عدة أشكال، في حين أن الآثار كثيرة ومتنوعة، وهناك مجموعة كبيرة من الأبحاث التي تحتل على ضرورة القيام بمجموعة من الإجراءات الوقائية، وقد حققت الحملات التي تستهدف الرأي العام نتائج كبيرة ومؤثرة عبر كل الأبعاد والمستويات.

وقالت: تمثل الأمراض المزمنة غير المعدية أحد أكبر الأخطار التي تهدد الحياة الصحية حول العالم، حيث بات معروفاً للجميع أن العديد من الأمراض مثل النوع الثاني من مرض السكري، إلى جانب أنواع عدة من أمراض السرطان، ومعظم حالات أمراض القلب والأوعية الدموية، ترتبط بشكل مباشر بالممارسات غير الصحية. ويعد إقناع وتحفيز

الناس على تغيير نظامهم الغذائي وممارسة الرياضة باستمرار وتجنب التدخين والكحول، أحد أكبر التحديات التي يواجهها عالمنا في القرن الحادي والعشرين.

وأكدت أنه يمكن للحكومات والمنظمات الصحية ومراكز الرعاية الصحية، وكذلك الأطباء، المساهمة في إطلاق حملات توعوية لتعزيز الوعي العام بأهمية العناية بالصحة وعيش نمط حياة صحي؛ كما أن هناك دوراً يمكن للمعلمين القيام به من خلال تعزيز وعي الطلبة وتنقيفهم بالعادات والممارسات والسلوكيات الصحية السليمة.

وذكرت أنه يمكن المساهمة في الحد والوقاية من تطور العديد من الأمراض إذا ما تم اكتشافها في مراحل مبكرة. ومن المهم التأكيد على أن الكشف المبكر ليس بحد ذاته وقاية. ومن الأمثلة على بعض الممارسات المستخدمة للكشف المبكر عن الأمراض «مسحة عنق الرحم» التي يمكن من خلالها الكشف عن الخلايا السرطانية في عنق الرحم، حيث يساعد الكشف المبكر في علاج هذه الخلايا في حال وجودها قبل أن تتاح لها فرصة النمو أو الانتشار في أنحاء الجسم. وقالت: تخصص معظم حكومات الدول حول العالم نسبة كبيرة من ميزانياتها السنوية الخاصة بالخدمات الصحية لعلاج الأمراض المزمنة التي كان من الممكن الوقاية منها لو انتهج المرضى خيارات مختلفة، واتبعوا ممارسات أفضل في حياتهم. ومن شأن النجاح في خفض معدلات السمنة وعلاجها أن يحقق وفورات مالية كبيرة نتيجة التكاليف الباهظة التي تحتاجها عملية علاج الأشخاص المصابين بأمراض القلب والأوعية الدموية، والسكري من النوع الثاني، إضافة إلى العديد من الأمراض الأخرى المرتبطة بزيادة الوزن.

وأضافت: بات مفهوم الطب الوقائي واقعاً ملموساً بالفعل، ويكتسب مع مرور الوقت أهمية كبيرة في العديد من البلدان حول العالم. ومن وجهة نظر شخصية، اعتقد أنه بمجرد إدراك الحكومات لحجم الوفورات المالية التي يمكن توفيرها عبر اعتماد مفاهيم الطب الوقائي، فإنها ستتجه نحو تبني المزيد من حملات التوعية بالصحة العامة. وفي حين أن إحداث التغيير المطلوب في السلوكيات الصحية العامة بين أفراد المجتمعات قد يستغرق بعض الوقت، إلا أن الدعم الحكومي من خلال سنّ التشريعات والقوانين وتقديم التسهيلات من شأنه أن يساعد في تعزيز التغيير.

فحوص قبل الزواج واللقاحات

أكد الدكتور أحمد عبدالحميد، مختص الطب الباطني في مستشفى ميدكير للنساء والأطفال أن هناك اهتماماً متزايداً بالطب الوقائي بالدولة، كالانتشار الكبير لمراكز تقديم فحوص اللياقة الطبية وفحوص ما قبل الزواج واللقاحات المطلوبة قبل السفر للخارج، ووجود برنامج للتطعيمات الدورية الإلزامية للفئات العمرية المختلفة وربط هذا البرنامج بشروط القبول في المدارس والجامعات، والحملات التوعوية عبر وسائل الإعلام للحد من خطر الإصابة بالأمراض المعدية والتشجيع على عمل الفحوص الاستباقية لبعض الأمراض السرطانية.

وقال إن إحدى الفوائد الكبيرة للتطور في مجال الفحوص الطبية، هو الفحوص الجينية التي من شأنها توقع حدوث المرض قبل حدوثه الفعلي، وهو مطبق في الوقت الحالي على فحوص ما قبل الزواج وبالأخص من لديهم تاريخ عائلي لبعض الأمراض الوراثية. كذلك يمكن عمل الفحوص الجينية على الأجنة لتوقع احتمالية الإصابة ببعض الأمراض والعيوب الخلقية ما يؤدي إلى تفادي زيادة معدلات الإعاقات الجسدية والذهنية في المجتمع.

وأضاف: لا أعتقد أن وجود قانون إلزام المريض بالفحوص المبكرة وربطه بتجديد الهوية من الأشياء المطلوبة في الوقت الحالي، حيث إن الوعي المجتمعي الراهن موجود بدرجة كبيرة عند جميع فئات المجتمع، كما أن هناك ربطاً بين الكثير من الإجراءات الرسمية والطبية التداخلية وبعض الفحوص الاستباقية، مثل فحوص ما قبل تجديد الإقامة والهجرة، ودخول الجامعات والعمليات الجراحية.

وأكد أن الكثير من المستشفيات أدخلت آلية للفحص الطبي المبكر والاستباقي مع وضع قائمة بالفحوص الطبية

المطلوبة حسب الفئة السنية، وجنس المريض، مع وضع تكلفة مخفضة لمثل هذه الفحوص ما يشجع كثيراً من الأشخاص على إجراء مثل هذه الفحوص، وهناك الكثير من الأمراض التي يمكن اكتشافها بشكل مبكر أو استباقي ما يؤدي إلى اتخاذ إجراءات احترازية لتقليل خطر الإصابة أو معدل حدوث المضاعفات، أو حماية المجتمع والأشخاص المحيطين من احتمالية انتقال المرض، والطب الوقائي ليس ضرباً من ضروب الخيال، بل هو واقع ملموس ومطبق بشكل كبير وسوف يؤدي إلى نتائج إيجابية عظيمة على المدى الطويل.

تعزيز الصحة والمحافظة عليها

وأكدت الدكتورة «لورا ميلادو»، مختص أول في قسم التلقيح الاصطناعي في عيادة «أي في أي» للخصوبة في أبوظبي، أن الطب الوقائي هدفه تعزيز الصحة والمحافظة عليها وإدارتها لتقليل إمكانية الإصابة بالأمراض والإعاقات. وفي ما يتعلق بالعمق ينتهج الطب الوقائي نهجاً مثيراً للاهتمام. فنحن كأخصائيين في قسم التلقيح الاصطناعي فإن شعارنا هو «العلم والسلامة والنجاح».

وقالت إن الأمر الشائع لدى الأغلبية أن علاجات الخصوبة أو تقنيات المساعدة على الإنجاب موجهة للأزواج غير القادرين على الإنجاب بشكل طبيعي فقط، وأن هؤلاء الفئة فقط يمكنهم الاستفادة من عملية التلقيح الاصطناعي، وما لا يدركه معظمنا أن التلقيح الاصطناعي نهج مخطط للأزواج الذين يحاولون منع انتقال الأمراض الوراثية إلى أطفالهم. نعتقد أنه لا يمكن الشفاء من الأمراض الوراثية ولكن يمكننا الوقاية منها. هذا ما يعنيه بالنسبة إلينا «الطب IVI وفي الوقائي» في مجال الاستنساخ التعويضي.

وأكدت أن فحص الأجنة يعد النموذج الجديد في الطب الوقائي المتصل بالطب التناسلي، ويمكن أن يؤدي النهج الوقائي إلى العديد من الفوائد قصيرة وطويلة الأجل. وتشمل النتائج قصيرة الأجل الحمل الناجح من دون مضاعفات، وولادة طفل سليم من الناحية الصحية، ومدخرات من حيث التكلفة والوقت، إضافة إلى الحصول على حمل صحي الذي يعد إنجازاً كبيراً. إضافة إلى تقليل حالات الإجهاض المتكرر وفشل الزرع. وعلى المدى الطويل يسمح بإنشاء مجتمع خالٍ من الأمراض سوف تستفيد منه الأجيال القادمة بأكملها بسبب اختيار الأجنة السليمة. وأشارت إلى أن الإقبال محدود على إجراء الفحوص الجينية، وفي اعتقادي أن المواطنين حتى الآن غير مدركين لأهمية إجراء الاختبار الجيني للزوجين قبل الزواج لمنع انتقال الأمراض الوراثية لأطفالهم، فالأغلبية العظمى ما زالت تتعامل مع المشكلة وقت ظهورها وهذا أمر يعد جرس إنذار يهدد مستقبل الأجيال القادمة.

منع انتشار الأمراض المعدية

أكد دكتور محمد زيدان طبيب عام في مستشفى الزهراء الشارقة، أن خط الدفاع الأول ضد حدوث المرض هو الطب الوقائي، وذلك يتحقق بالكشف المبكر على الأفراد، إضافة إلى ذلك منع انتشار الأمراض المعدية من خلال الكشف عنها وإعطاء التطعيمات، وتعنى الدولة بكل خدمات الطب الوقائي، وذلك ملموس في حملات التوعية المستمرة وحملات الكشف عن الأمراض التي تصل للعاملين في أماكن عملهم. وتتوفر خدمات الطب الوقائي أيضاً في مراكز الرعاية الصحية والأولى المنتشرة جغرافياً بالدولة وتحرص الدولة على تقديمها في كل مكان.

وقال إنه تم تطوير العديد من الفحوص التي تقوم بالكشف عن العديد من الأمراض في مراحل مبكرة جداً حتى قبل ظهورها بشكل واضح في الأشعة التصويرية وغيرها من الفحوص. وفحوص تطبق في العديد من المؤسسات الدولية الكبرى حيث يتم عمل تحليل جينات للعاملين للتنبؤ باحتمالية الإصابة ببعض الأمراض الخطيرة، مثل سرطان القولون وأورام الثدي، والكثير غيرها، وكلما زادت مجهودات الطب الوقائي كلما قلت أعباء المنظومة الصحية من حيث

الاحتياج للعلاجات والأدوية والإجراءات الطبية المتقدمة، ووفرت الدولة المليارات التي كانت ستنفق لولا الكشف عن الأمراض وعلاجها قبل وجود مضاعفات لها.

وأكد أن إلزام المواطنين بالفحوص المبكرة وربطها بتجديد الهوية، قد يؤدي لنتيجة عكسية، وبدلاً من ذلك، يمكن توعية المواطنين بأهمية التوجه للكشف عن احتمالية الإصابة ببعض الأمراض تبعاً لسن كل فرد.

وأشار إلى أن الإقبال على الفحوص المبكرة الاختيارية جيدة، وكلما كان الفحص غير مؤلم كلما استجاب له المواطنون أكثر، وثمة أمراض بالإمكان تجنبها مع الفحوص المبكرة، كالأورام بأنواعها والسكري وأمراض ضغط الدم والشرابين، وأيضاً معظم الأمراض الوراثية والأمراض المعدية والمنقولة جنسياً والكشف عنها، وبذلك نحمي المجتمع من تناقل هذه الأمراض. والأمراض النفسية أيضاً لها جانب من الطب الوقائي للكشف عن احتمالية وجود أفكار انتحارية، أو إيذاء للغير.

وأضاف: على الأقل 50% من الإنفاق العلاجي يمكن توفيره، فلنتخيل مريضاً مصاباً بارتفاع الكوليسترول بالدم، ومرض السكري، وتم علاجه مبكراً، وتعديل نمط حياته لمنع حدوث مرض قلبي مثل ضيق الشرايين التاجية، بذلك سنكون قد وفرنا تكلفة عملية استبدال الشرايين التاجية ذات التكلفة العالية، وتكلفة العناية المركزة في المستشفى للمريض عدة أيام، أو أسابيع، وتبعات ذلك، والكلفة فقط كانت هي كلفة علاجه سنوات مبكرة فقط لما كان سيحدث حتماً.

المحافظة على صحة ورفاه الأفراد

وأكد الدكتور شكور مالك، رئيس العمليات في شركة «بيورهيلث» لحلول وتكنولوجيا الرعاية الصحية، أن الطب الوقائي يلعب دوراً محورياً في المحافظة على صحة ورفاه الأفراد، والهدف منه الحد من الأمراض والإعاقات والوفيات. ويساهم في تخفيف العبء المالي على الدافعين وكذلك الحكومات على المدى الطويل. وقال: يعتبر الطب الوقائي من الركائز الأساسية في قطاع خدمات الرعاية الصحية في دولة الإمارات، وتقوم الحكومة الإماراتية بتطبيق برامج فحص طبية خارجية لجميع الراغبين في العمل بالإمارات للكشف عن أي أمراض معدية، ما يساعد على خفض مخاطر المشكلات الصحية غير المكتشفة، وتعزيز صحة المجتمع. إن الفحص الجيني للأفراد الذي يشتمل على سبيل المثال لا الحصر، برامج الفحص ما قبل الزواج والولادة، يمكنه أن يساعد في اكتشاف الطفرات الجينية للفرد في المراحل الأولى.

وأشار إلى أنه من خلال التحليل الجيني، يمكن إنشاء بنك جيني سكاني للبحوث الجينومية الذي يمكن بدوره المساعدة في التحكم بالأمراض المزمنة الرئيسية، وتطوير قاعدة معرفية ومعلوماتية تتضمن بيانات صحية للسكان وتصنيفاً للمخاطر وأبحاثاً حول آليات التدخل الفعالة والخاصة بهدف الوقاية والتشخيص والعلاج للأمراض المزمنة الرئيسية والخصائص الصحية. لافتاً إلى أن الطب الوقائي يساهم في تقليل أعداد المصابين بالأمراض المزمنة، وتقليل الإنفاق الحكومي على نحو كبير في العديد من الجوانب، بدءاً من خفض التكلفة العلاجية وصولاً إلى خفض عدد الإعاقات. والوقت الضائع للموظفين.

تعزيز مفاهيم الطب الوقائي

فيما أكد جورج شدياق، المدير العام ونائب الرئيس الأول لدى «سايكوهيلث»، أن الطب الوقائي من الممارسات المهمة التي لم تأخذ حقها على مرّ السنين، حيث يلعب دوراً محورياً في ضمان تكلفة مستدامة للعناية الصحية، ويساهم بشكل فاعل في تحسين نوعية الحياة.

أكد الدكتور حسين عبد الرحمن الرند وكيل الوزارة المساعد لقطاع المراكز والعيادات الصحية، أهمية خدمة الفحص الدوري للأمراض المزمنة والكشف المبكر عن السرطان، والتي تندرج تحت شعار «اطمئنان» ضمن مبادرتي مجلس الوزراء، واللتين تشملان «الفحص الدوري الشامل» و«الكشف المبكر عن السرطان»، للحد من انتشار السرطان والأمراض غير السارية، وترسيخ ثقافة الوقاية والفحص الدوري التي تشكل ركيزة أساسية، وللحفاظ على صحة أفضل من خلال تجنب العوامل المسببة للأمراض الأكثر شيوعاً، لاسيما السرطان، وأمراض القلب، والسكري، وغيرها. وأضاف: نحرص على رفع مستوى الوعي بأهمية الكشف المبكر في تحسين فرص الشفاء، وإعداد وتنفيذ برامج وأنشطة توعوية مشتركة، والتشجيع على اتباع نمط غذائي صحي وممارسة النشاط الرياضي بين جميع فئات المجتمع، وتفعيل البرامج الوطنية لمكافحة السرطان، كمسؤولية مشتركة بين القطاعات الحكومية والخاصة، الذي يأتي في إطار استراتيجية الوزارة لتقديم الرعاية الصحية الشاملة والمتكاملة بطرق مبتكرة ومستدامة تضمن وقاية المجتمع من الأمراض.

وإدراكاً من وزارة الصحة ووقاية المجتمع لحجم التحديات، عملت على تطوير إجراءات الوقاية من خلال استحداث مبادرات وحملات وطنية، ومن هنا تأتي أهمية حملة «اطمئنان» حيث تم تخصيص كادر طبي وتمريضي متخصص بأفضل وأحدث الطرق العلاجية، سبقها حملات توعية للمجتمع في الهيئات الحكومية والمراكز التجارية، للتعريف بالمبادرة وأهدافها وتشجيع المواطنين على الاستفادة منها، لاعتماد ثقافة المراجعة الدورية للصحة، وتقليل معدلات الإصابة بالأمراض والاكتشاف المبكر لسرطان الثدي والوقاية من الأمراض المعدية، وعلاج أمراض السكري وضغط الدم والأوعية الدموية واكتشاف الأورام.