

الفحوص المبكرة.. رعاية وقائية وعلاج أسهل





تحقيق: إيمان عبدالله آل علي

أكدت الدراسات أن الفحوص المبكرة تساعد على تخفيض كلفة العلاج بفضل الإجراءات الوقائية التي تعمل على تدارك عدم الإصابة بالمرض، عوضاً عن معالجته، إضافة إلى الكشف عن المرض في مرحلة مبكرة فيكون علاجه أسهل، وأقل كلفة، وأكثر فعالية.

وأوضح الأطباء أن الوقاية من المرض هي دائماً أفضل من الاضطرار إلى علاجه، ويساعد الفحص المبكر على تشخيص الاضطرابات في وقت مبكر، ولا سيما في حالة الأمراض الخطيرة أو المهددة للحياة، ما يقلل فرص التعرض للمضاعفات الشديدة.

وأشاروا إلى أن التوجه العام في قطاع الصحة يركز على استراتيجية الفحص المبكر للأمراض من خلال برامج المسح الصحي ليتسنى الكشف المبكر عن المرض في مراحله الأولى.

أكدت وزارة الصحة ووقاية المجتمع أهمية الفحوص المبكرة، وأن لديها مشروع وحدة الوقاية والكشف المبكر ضمن الفحص الدوري الشامل للوقاية من الأمراض غير السارية، ضمن إطار استراتيجية الوزارة «e- Etman» برنامج نحو تقديم الرعاية الصحية الشاملة والمتكاملة بطرق مبتكرة ومستدامة، تضمن وقاية المجتمع من الأمراض، والمشروع يمثل إضافة نوعية لخدمات الرعاية الصحية الوقائية، حيث تعمل وحدة الوقاية والكشف المبكر في برنامج اطمئنان، على تحويل مفهوم الرعاية الصحية من العلاج إلى الوقاية، استناداً إلى مفهومها التنبؤي والوقائي e- والشخصي والتشاركي. وتوفر للمريض إمكانية إجراء فحص سنوي شامل خلال فترة 20 دقيقة تقريباً. كما تتمتع وحدة الوقاية والكشف المبكر بنظام مرن للغاية قادر على التكامل السريع والعميق مع نظم المعلومات الصحية وجاهز للتكامل مع برنامج السجل الصحي الوطني الموحد في دولة الإمارات، والمشروع يساعد على تخفيض كلفة العلاج بفضل الإجراءات الوقائية التي تعمل على تدارك عدم الإصابة بالمرض، عوضاً عن معالجته، علماً أنه تم التأكد

من ذلك بعد خمس سنوات من تطبيق نظام الوقاية المبكر، حيث أظهرت الإحصاءات في بلجيكا أنه مقابل كل 14 يورو لتحفيز عملية الوقاية تم توفير نحو 5000 إلى 6000 يورو.

أسهل وأقلّ كلفة

وأشارت الوزارة إلى أن فوائد وحدة الوقاية والكشف المبكر، في الكشف عن المرض في مرحلة مبكرة يكون علاجه فيها أسهل، وأقلّ كلفة، وأكثر فعالية، فضلاً عن إتاحة تصنيف المرضى في مجموعات تتيح اختيار العلاج الأمثل.

وأكد د.عبد الرحمن أغا الكنج، استشاري طب الأورام في مستشفى فقيه الجامعي، أن الفحوص الطبية المبكرة، أو الفحوص العامة هي فحوص طبية منتظمة تهدف إلى الكشف عن الحالات الصحية، أو الأمراض في وقت مبكر، وقبل ظهور أي أعراض، وتتراوح من مراقبة الوزن وصولاً إلى الكشف المبكر عن السرطان.

وقال إن الهدف من إجراء هذه الفحوص المنتظمة هو التعرف بسرعة إلى العادات الحياتية التي قد تهيئ الفرد لأمراض معينة، حتى يبادر إلى إجراء تعديلات أو يقوم بالمراقبة اللازمة لمنع حدوث المرض. فالوقاية من المرض هي دائماً أفضل من الاضطرار إلى علاجه. ويساعد الفحص المبكر على تشخيص الاضطرابات في وقت مبكر، ولا سيما في حالة الأمراض الخطيرة، أو المهددة للحياة، ليتم علاجها بشكل سريع وفعال، وتجنب أي مضاعفات والتعافي بسرعة وفي بعض حالات الأورام الخبيثة، يمكن تحقيق فرص أعلى للشفاء بأقل قدر ممكن من العلاجات. ويساعدك الفحص المبكر على تتبع حالتك الصحية. فيجب ألا يهمل الإنسان صحته أبداً، والتمتع بصحة جيدة لا يعني عدم الإصابة بالأمراض فقط، فالعافية تشمل العناية بالصحة الجسدية والعقلية والنفسية، لتتمكن من الأداء بشكل جيد وفعال في حياتك اليومية.

مراقبة المشكلات

ويساعد الفحص المبكر أيضاً على مراقبة المشكلات الصحية الحالية، ما يقلل خطر تفاقم الأعراض أو التعرض للمضاعفات الشديدة. فالفحص يبقي الشخص على اطلاع دائم على أحدث التطورات وجداول التطعيمات واختبارات الفحص المطلوبة. ومن المحتمل أن يساعد على خفض تكاليف الرعاية الصحية من خلال الوقاية وتجنب المضاعفات، وإدارة المرض في وقت مبكر، حيث من الأفضل الاستثمار في الفحوص لتستبق أي مرض في وقت مبكر بدلاً من الندم والتعامل مع العواقب لاحقاً. لافتاً إلى أنهم شهدوا حالات كثيرة حيث ساهمت الرعاية الصحية الوقائية في إنقاذ العديد من الأرواح.

وأضاف: عادة ما تزداد وتيرة الزيارات الطبية مع تقدم الإنسان في السن، لكن ذلك لا يعني أن الأفراد الأصغر سناً ليسوا عرضة للخطر. كما أن المسألة تعتمد على عوامل الخطر لديك، وحالتك الصحية الحالية. ورغم اختلاف الآراء، فمن المستحسن عموماً، أنه إذا كان عمرك أقل من 50 عاماً وتتمتع بصحة جيدة، يجب أن تقوم بزيارة للطبيب مرة كل 3 سنوات. لكن بعد عمر 50 عاماً يجب عليك القيام بزيارة الطبيب سنوياً.

إضاعة فرصة

وعن المشاكل التي قد تنجم عن إهمال الفحص المبكر، قال: تتمثل أخطر نتيجة لإهمال الفحوص الطبية المبكرة في إضاعة فرصة تشخيص مرض قد يكون خطيراً، أو مهدداً للحياة قبل فوات الأوان. مثلاً، في فحص السرطان، قد تفوتك

فرصة العلاج إذا لم تشخص الورم في مراحله المبكرة. وقد يؤدي تأخير التشخيص إلى الخضوع لعلاجات أقوى وأطول للوصول إلى أفضل النتائج المرجوة والممكنة. إن إجراء التشخيص في وقت متأخر سيؤدي في معظم الحالات، بما في ذلك في حالات الأورام الخبيثة، إلى نتائج أسوأ، ومزيد من المضاعفات. ولسوء الحظ، يؤدي ذلك أيضاً إلى خفض جودة الحياة وارتفاع النفقات الطبية.

وإن علاج معظم الأمراض، مثل أمراض القلب والأوعية الدموية والسكري وارتفاع ضغط الدم موجود ومتاح بسهولة. ومن خلال بدء العلاج في وقت مبكر من مسار المرض يمكن التحكم فيه بشكل أفضل، إلى جانب إطالة عمر المريض وتحسين جودة حياته مع احتمال مضاعفات أقل للمرض. وفي رعاية مرضى السرطان، كلما كان التشخيص مبكراً، ارتفعت نسبة نجاح العلاج، سواء كان جراحياً أو دوائياً أو إشعاعياً، والوصول إلى فرصة كبيرة للشفاء تصل إلى 100%.

أهمية كبيرة

أكد د. نادر داوود أخصائي الطب الباطني عيادات هيلث هب دبي، أن للفحص المبكر أهمية كبيرة في اكتشاف بعض الأمراض المهمة، مثل الأمراض المزمنة وبعض السرطانات، ولا توجد دراسات دقيقة توضح فائدة الفحص المبكر عند الشباب والفتيات تحت سن ال 40 سنة.

وقال إن أهمية الفحص المبكر تتأتى من عاملين أساسيين، أن بعض الأمراض قد تصيب الإنسان من دون أن تسبب أعراضاً معينة، مثل مرض السكري وارتفاع ضغط الدم وارتفاع الكوليسترول، وبالتالي قد يكون أول علاجات هذه الأمراض هو عند حصول المضاعفات مثل النزف الدماغي والجلطة القلبية أو الفشل الكلوي إذا لم يتم اكتشافها مبكراً.

أما العامل الثاني فهو اكتشاف هذه الأمراض التي يمكن التحري عنها مبكراً، مثل ارتفاع ضغط الدم الذي يتطلب قياس ضغط الدم عند كل زيارة للطبيب. ومرض السكري الذي ينصح الأشخاص الذين لديهم زيادة في الوزن (كتلة الجسم أكثر من 25% بفحص السكر الصائم عند بلوغ سن ال 40، مرة سنوياً. وارتفاع الكوليسترول: ينصح بفحص الكوليسترول للذين لديهم عوامل خطورة مرض شرايين القلب (مثل السكري وارتفاع ضغط الدم والتدخين ووجود تاريخ عائلي لمرض شرايين القلب) من عمر 25 للذكور، و35 سنة للإناث، أما الأشخاص الذين ليس لديهم عوامل الخطورة، فينصح بفحص الكوليسترول بعمر ال 35 سنة للذكور، و45 للإناث.

برامج المسح الصحي

وقالت د. انعام مجيد حسون، استشارية الأمراض النسائية والولادة في مستشفى الشرق - الفجيرة، إن التوجه العام في قطاع الصحة يركز على استراتيجية الفحص المبكر للأمراض من خلال برامج المسح الصحي ليتسنى الكشف المبكر عن المرض في مراحله الأولى، ما يتيح نسبة شفاء عالية قد تتعدى ال 95% في بعض الحالات. وهناك الكثير من البرامج الخاصة للمرأة حسب الفئة العمرية، إضافة إلى التاريخ المرضي للأسرة التي تنحدر منها المرأة.

وأكدت د. كوثر برفيين أخصائية الأمراض الداخلية في مستشفى إن إم سي رويال الشارقة، أن الفحص المبكر هو المفتاح الرئيسي لصحة جيدة لأي مرض يتراوح من مرض السكري، ضغط الدم، ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم، إلى السرطان. والفحص المبكر والكشف عن المرض يساعد في علاج المرض، وفرص الحصول على نتائج جيدة أفضل.

هناك بعض الفحوص الطبية المبكرة الخاصة بفئات عمرية معينة، ويمكننا تقسيمها حسب الفئات العمرية

من 10 إلى 20 سنة: يجب فحص أفراد هذه الفئة من حيث الوزن والطول للتأكد من نموهم بشكل جيد. ويجب اختبار فقر الدم الناجم عن نقص الحديد، خاصة لدى الفتيات عند سن البلوغ، وبدء الدورة الشهرية. ويجب أيضاً فحص هذه الفئة مرة واحدة على الأقل لمرض عسر شحميات الدم (فحص مستويات الدهون)، خاصة إذا كان لديهم مخاطر للإصابة بأمراض قلبية وعائية، مثل مرض السكري من النوع الأول أو الثاني، أو ارتفاع ضغط الدم، أو السمنة، أو التاريخ العائلي للإصابة المبكرة بأمراض القلب والأوعية الدموية. وتتأثر هذه الفئة العمرية بسهولة بالتغيرات العاطفية والسلوكية. يجب علينا إجراء فحص الاكتئاب خاصة لأولئك المعرضين لخطر كبير، إذا كان لديهم تاريخ شخصي، أو عائلي من الاكتئاب، أو الاضطراب ثنائي القطب، أو الانتحار، أو تعاطي المخدرات، أو أي أمراض نفسية أخرى؛ وإذا كان لديهم ضغوط نفسية اجتماعية كبيرة (على سبيل المثال، الأزمات الأسرية، والإيذاء الجسدي والإهمال، أو أي صدمات أخرى)؛ وإذا كان لديهم شكاوى جسدية متكررة. ويجب أيضاً أن نراقب سلوكيات مثل التدخين والكحول وتعاطي المخدرات لأن اليافعين عرضة للتأثيرات الخارجية

سن 20 إلى 50

يجب أن يخضع الأفراد الذين تزيد أعمارهم على 20 عاماً لتقييم مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية كل فترة، تتراوح بين ثلاث إلى خمس سنوات، خاصة إذا كانوا يتبعون نظاماً غذائياً غير صحي، أو عادات مثل التدخين، أو في حالات ارتفاع ضغط الدم وعسر شحميات الدم والسمنة ونمط الحياة الخالي من الحركة والنشاط ومرض السكري. يجب أيضاً فحصهم بحثاً عن ارتفاع ضغط الدم، وفرط شحميات الدم، وداء السكري، خاصة إذا كانوا يعانون السمنة أو نمط حياة غير نشط. ويجب أن تبدأ الاستشارة العامة للوقاية من السرطان في سن العشرين من خلال عدد من التدابير المتخذة للوقاية من السرطان، بما في ذلك: تجنب التبغ وممارسة النشاط البدني والحفاظ على وزن صحي واتباع نظام غذائي غني بالفواكه والخضروات والحبوب الكاملة، وتخفيف الدهون المشبعة/المتحولة وتجنب استهلاك الكحول، والوقاية من الأمراض المنقولة جنسياً، وتجنب التعرض الزائد للشمس

الصورة

