

خلال الجلسة الاسبوعية لأمير منطقة القصيم.. كرسي دراسات التطرف يقدم ورقة عملية عن: القوة الناعمة السعودية

2030م وما تفرّع عنها من مبادرات وبرامج ومشاريع، حققت معها المملكة فاعلية وقفزة كبيرة بقوتها الناعمة مما عزز مكانتها الدولية. واختتم الدكتور الوقاع حديثه باقتراح تأسيس جهاز رسمي متخصص في تعزيز القوة الناعمة السعودية. وفي نهاية الجلسة كرم صاحب السمو الملكي الأمير الدكتور فيصل بن مشعل بن سعود بن عبدالعزيز أمير منطقة القصيم الدكتور نايف الوقاع على مشاركته في الجلسة الأسبوعية لسموه.

وقد عرّف الدكتور نايف الوقاع خلال حديثه في جلسة سمو أمير منطقة القصيم القوة الناعمة السعودية بأنها "قوة جاذبة وملهمة تستمد مشروعيتها من الشريعة والحكم الرشيد وترتكز على المنجزات الحضارية والقيم الأخلاقية السعودية". كما بيّن الباحث بكرسي الأمير نايف لدراسات التطرف الدكتور الوقاع أن سمو ولي العهد رئيس مجلس الوزراء -حفظه الله- أحدث تأثيراً غير مسبوق في البيئة الدولية، وبإطلاق رؤية السعودية



نايف لدراسات التطرف الأستاذ الدكتور نايف الوقاع ورقة علمية بعنوان: القوة الناعمة السعودية، في الجلسة الاسبوعية لسموه بقصر التوحيد.

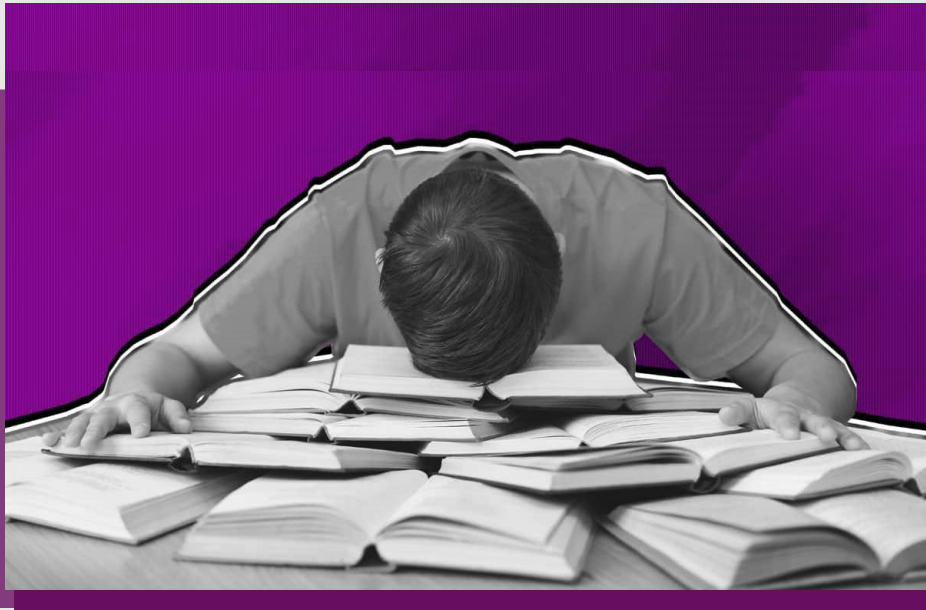


برعاية كريمة من صاحب السمو الملكي الأمير الدكتور فيصل بن مشعل بن سعود بن عبدالعزيز أمير منطقة القصيم ألقى الباحث بكرسي الأمير



4 التسمم الوشيق المنقول بالأغذية.. الأسباب و الأعراض والعلاج وكيفية الوقاية !!

4 طلاب الطب في السعودية لديهم مستويات عالية من التوتر خلال فترة الامتحانات



2 الذكاء الاصطناعي والقطاع غير الربحي



الاحتفاء باليوم العالمي لأمراض الصوت من خلال ماراثون علمي مكثف



شهدت تقديم ثلاث محاضرات متميزة أخرى قدمها خبراء في الصوت وأمراضه، لتعزيز الوعي والمعرفة بأحدث الأبحاث والتقنيات في هذا الحقل العلمي. وتأتي مشاركة كرسى أمراض الصوت والبلع والتخاطب في هذا الماراثون تأكيداً على أهمية الاهتمام بصحة الصوت وضرورة التوعية بأمراضه، وتعزيزاً للجهود المحلية والعالمية في تسليط الضوء على أهمية التشخيص المبكر والعلاج الفعال لهذه الأمراض.

بجامعة الملك سعود الأستاذ الدكتور خالد بن حسان المالكي، أحد الأسماء البارزة في مجال أمراض الصوت في هذا الماراثون، حيث قدم محاضرة متخصصة بعنوان «الذكاء الاصطناعي في عيادات أمراض الصوت»، وتناولت هذه المحاضرة استخدامات الذكاء الاصطناعي في تشخيص وعلاج اضطرابات الصوت، مما يعكس تقدماً ملموساً في هذا المجال الطبي الحيوي. كما أشرف الدكتور المالكي على إحدى ساعات الماراثون، والتي

في إطار الاحتفال باليوم العالمي لأمراض الصوت الذي يوافق السادس عشر من أبريل كل عام، شارك كرسى بحث أمراض الصوت والبلع والتخاطب في مبادرة ماراثون «يوم الصوت»، والذي أعده اتحاد أطباء التخاطب الأوروبيين، حيث قدم خلال هذا الماراثون 36 محاضرة قصيرة تناولت مختلف جوانب الصوت وأمراضه على مدار 12 ساعة متواصلة. وقد شارك المشرف على كرسى بحث أمراض الصوت والبلع والتخاطب

نظمها كرسى الأمير عبد الله بن خالد لأبحاث حساسية القمح (سلياك) دورة الشرق الأوسط لأمراض الجهاز الهضمي والكبد والتغذية لدى الأطفال



نظم كرسى الأمير عبد الله بن خالد لأبحاث حساسية القمح (سلياك) دورة الشرق الأوسط لأمراض الجهاز الهضمي والكبد والتغذية لدى الأطفال، وذلك عبر برنامج زووم بمشاركة متحدثين من عدة دول، حيث شارك في هذه الدورة كل من الأستاذ الدكتور نيخيل دبار من أستراليا، والأستاذ الدكتور أوزفالدو بوريولو من مستشفى قريت ارموند ستريت في بريطانيا، والدكتور جوناثان هند من كلية كنج بلندن، والأستاذ الدكتور مأمون العوض من مركز سدره للأبحاث في قطر، والأستاذ الدكتور جيرنج دولينيسك من سلوفينيا، بالإضافة إلى متحدثين آخرين من جميع القطاعات الصحية بالملكة العربية السعودية. وأكد المشرف على كرسى الأمير عبد الله بن خالد لأبحاث حساسية القمح (سلياك) الأستاذ الدكتور أسعد عسيري أن هذه الدورة تهدف إلى توسيع الفهم وزيادة الوعي بأمراض الجهاز الهضمي والكبد والتغذية لدى الأطفال، كما أكد الدكتور عسيري أن إقامة الكرسى لهذه الدورة يأتي استشعاراً منه لدوره في تعزيز البحث العلمي وتطوير حقول الطب والصحة بشكل عام. وقدم الدكتور عسيري خالص شكره وتقديره للمشاركين والمتحدثين على مساهمتهم في تحقيق الدورة لأهدافها.

برعاية عميد البحث العلمي.. ورشة عمل حول دور الذكاء الاصطناعي في القطاع غير الربحي



وكيفية تمكين الأبحاث التطبيقية في مجال الحوار الإلكتروني والتواصل الحضاري باستخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي، كما ناقش الدكتور سلطان الفهدو أبرز الممارسات العالمية المتعلقة بالذكاء الاصطناعي في القطاع غير الربحي والتوجهات المستقبلية. وتمثل هذه الورشة نقطة انطلاق مهمة لتعزيز التعاون بين الجامعات والمؤسسات غير الربحية، وتعزيز البحث والابتكار في مجال الذكاء الاصطناعي، والذي سيكون له تأثير إيجابي على المجتمع من خلال تطوير حلول مبتكرة للتحديات التي تواجهها هذه المؤسسات.

أهمية الشراكات الاستراتيجية مع المؤسسات المجتمعية لتعزيز الاستفادة من البحوث والتطبيقات الذكية التي تعمل عليها الجامعة في هذا القطاع. وأشار الدكتور سلمان بن وهف عميد كلية علوم الحاسب والمعلومات إلى أهمية العمل التطوعي والاستفادة من الممكّنات البحثية والاستشارية التي تقدمها الجامعة ممثلة بكلية علوم الحاسب والمعلومات لجميع قطاعات المجتمع. وفي السياق ذاته قدّم المشرف على الكرسى الدكتور مجدل سلطان بن سفران نظرة شاملة على استراتيجية الكرسى وأهدافه،

عقد كرسى أبحاث الحوار الإلكتروني والتواصل الحضاري بكلية علوم الحاسب والمعلومات، ورشة عمل بعنوان «تمكين الذكاء الاصطناعي في القطاع غير الربحي» والتحديات والفرص»، جاء ذلك تحت رعاية عميد البحث العلمي الدكتور صالح الواصل، وعميد كلية علوم الحاسب والمعلومات الدكتور سلمان بن علي بن وهف، ونخبة من رواد القطاع غير الربحي والمناخين. وتأتي هذه الورشة، تماشياً مع ما رسمته رؤية المملكة 2030م للقطاع غير الربحي، وترجمة لدور جامعة الملك سعود في هذا الجانب، حيث استعرضت الورشة جهود الجامعة في دعم البحث والابتكار في القطاع غير الربحي، كما سلّطت الضوء على استراتيجية وأهداف الكرسى البحثي ومشاريعه القائمة والمستقبلية ومناقشة كيفية الاستفادة من الذكاء الاصطناعي في القطاع غير الربحي وتحويل الأبحاث النظرية إلى تطبيقات عملية تعود على القطاع بالفائدة. وأكد عميد البحث العلمي الدكتور صالح الواصل إلى

في وقت سابق، بتوقيع اتفاقية تأسيس الكرسى البحثي مع جمعية ركن الحوار الأهلية، وذلك بتمويل من مؤسسة سليمان أبانمي الأهلية.

وعلى هامش هذه الورشة، تم تدشين مقر كرسى أبحاث الحوار الإلكتروني والتواصل الحضاري بكلية علوم الحاسب والمعلومات، كما قامت جامعة الملك سعود

كرسي بحث أمراض الصوت والبلع والتخاطب
في المؤتمر الخليجي لأمراض الأنف والأذن
والحنجرة والسمعيات والتخاطب

أشرف كرسي بحث أمراض الصوت والبلع والتخاطب على إعداد وتقديم البرنامج العلمي لطب التخاطب في المؤتمر الخليجي الثالث عشر لأمراض الأنف والأذن والحنجرة والسمعيات والتخاطب الذي عقد في مدينة دبي في الإمارات العربية المتحدة خلال الفترة 17 - 19 يناير 2024م، وذلك بالتعاون مع الأكاديمية الأمريكية للأنف والأذن والحنجرة.



واستمر برنامج طب التخاطب الذي أعده الكرسي لثلاثة أيام متتالية، شهدت حضور الكثير من المتخصصين في أمراض الصوت والبلع والكلام واللغة، كما شهد المؤتمر الخليجي الثالث عشر لأمراض الأنف والأذن والحنجرة والسمعيات والتخاطب لهذا العام نشاطا كبيرا، حيث حضر المؤتمر أكثر من 2200 مشارك، وقدمت فيه أكثر من 72 جلسة علمية وأكثر من 460 محاضرة، قدمها أكثر من 330 متحدثا من عدة دول مختلفة من العالم، كما تم تقديم ما يزيد عن 570 ورقة علمية حرة خلال المؤتمر.

نظمتها جمعية السكري بالتعاون مع كرسي المؤشرات الحيوية للأمراض المزمنة
محاضرات توعوية وتثقيفية عن داء السكري في مدارس الرياض

يبدلها القطاع الصحي في المملكة لمكافحة هذا المرض المزمن. ومن المتوقع أن تستمر الجمعية وكرسي المؤشرات الحيوية للأمراض المزمنة في تنظيم فعاليات مشابهة في المستقبل، بهدف تعزيز الوعي العام والوقاية من الأمراض المزمنة بين جميع فئات المجتمع.

الحياة بإيجاد حلول للأمراض المزمنة والتي منها داء السكري. الجدير بالذكر أن إقامة مثل هذه المحاضرات يعكس التزام السعودية بتعزيز الصحة والوقاية من الأمراض، وتعزيز الوعي الصحي بين الشباب، والذي يعتبر التثقيف والتوعية بداء السكري جزءاً أساسياً من الجهود الشاملة التي

الدراسة والنتائج التي توصلت لها هي خفض مستوى انتشار السكري في طلاب وطالبات المدارس بالرياض، والتي تهدف إلى تحقيق رؤية ولي العهد صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان الخاصة بالأولويات الوطنية في البحث والابتكار، وخاصة بما يتعلق بصحة الإنسان وتحسين جودة

نظمت جمعية السكري السعودية الخيرية بالتعاون مع كرسي المؤشرات الحيوية للأمراض المزمنة في جامعة الملك سعود محاضرات تثقيفية وتوعوية عن داء السكري في عدد من مدارس منطقة الرياض، وتأتي هذه المبادرة استكمالاً للمرحلة الثالثة للدراسة القائمة عن تقييم الوعي العام لدى المراهقين في المجتمع السعودي بمرض السكري وتطبيق برنامج وقائي للتحكم في انتشار المرض في المدارس. من جانبه أكد المشرف على كرسي المؤشرات الحيوية للأمراض المزمنة أ.د. ناصر بن محمد الداغري أن هدف هذه

كرسي الأدب السعودي يقيم لقاء بعنوان:
عالمية الأدب السعودي

لسعادة الدكتور عادل المطيري، وأشار بأن هذا التعاون مع مبادرة الشريك الأدبي يأتي في سياق توسيع أنشطة الكرسي، وتفعيل حضور النقاشات الجادة التي تتناول الأدب السعودي في المشهد الثقافي المحلي.

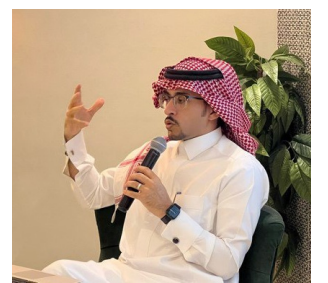
في توسيع دائرة القراء الأجنبي والتفاعل معه على المستوى المحلي والإقليمي والعالمي، بغية الوصول للعالمية الأدبية. وفي نهاية اللقاء قدّم الدكتور إبراهيم الفريح المشرف على كرسي الأدب السعودي شكره

الأدب السعودي بغية الوصول للعالمية الأدبية وتجاوز الحدود القومية.

وفيما يتعلق بجهود وزارة الثقافة ودورها في عالمية الأدب السعودي، تم استعراض الجهود المبذولة لدعم الكتاب والمؤلفين السعوديين، وتشجيع نشر أعمالهم وترجمتها إلى لغات مختلفة، كما سلط الدكتور المطيري الضوء أيضاً على الأنشطة الثقافية والأدبية التي تنظمها الوزارة لتعزيز التواصل والتبادل الثقافي بين الأدباء السعوديين والكتاب العالميين.

وفيما يتعلق بكيفية الاستفادة من بعض الوسائل، مثل الترجمة والنشر والجوائز الأدبية لتعزيز عالمية الأدب السعودي، نوقشت أهمية ترجمة الأعمال الأدبية السعودية إلى لغات أخرى لتصل إلى جمهور أوسع، وكذلك أهمية النشر وتوفير منصات ترويجية للأدب السعودي. كما أشار المحاضر أيضاً إلى دور الجوائز الأدبية في تشجيع الكتاب وتعزيز مكانة الأدب السعودي على المستوى المحلي والعالمي من خلال الاحتفاء بالأعمال المتميزة.

وانهى الدكتور المطيري حديثه بالتأكيد على أهمية تعزيز الوعي بالأدب السعودي ومكانته محلياً وعالمياً والإسهام



بالتعاون مع مبادرة الشريك الأدبي ومقهى أنتيك كافيه بمكة المكرمة، أقام كرسي الأدب السعودي لقاءً بعنوان: (عالمية الأدب السعودي)، قدّمه الدكتور عادل المطيري عضو هيئة التدريس بقسم اللغة العربية في جامعة الطائف، وذلك مساء الأربعاء 24 / 4 / 2024م.

وتركز اللقاء على عدة محاور: بدأها د. عادل المطيري باستعراض مفهوم عالمية الأدب ومقوماتها، كما تطرق إلى العوامل التي تجعل الأدب عالمياً وقابلاً للوصول إلى القراء من مختلف الثقافات واللغات. ثم تحدّث الدكتور المطيري عن مقومات عالمية الأدب السعودي، إذ قام بتسليط الضوء على العناصر الفريدة والمميزة التي تميز الأدب السعودي وتجعله محط اهتمام القراء العالميين، كما تطرّق أيضاً إلى الموقع الجغرافي والمكانة التاريخية والسياسية والدينية والإقتصادية والثقافية للمملكة العربية السعودية التي يجب أن يركز عليها

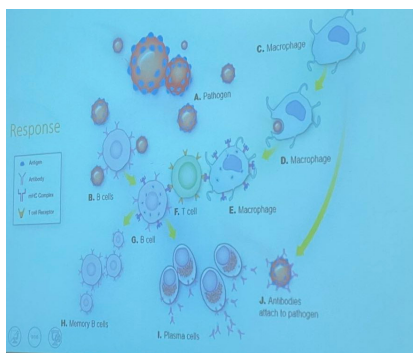
كرسي أبحاث لقاحات الأمراض المعدية يستهدف أعضاء هيئة التدريس والباحثين
بدورة تدريبية بعنوان:

(تقنية المقايسة الامتصاصية المناعية للأنزيم المرتبط)

حيث شهد اليوم الأول لتدريب الطالبات على الطرق الصحيحة لاستخدام الماصات الدقيقة، وعلى المواد المستخدمة واحتياطات واجراءات الاستخدام والتخزين الآمن لأطقم الاليزا، بالإضافة إلى تعريفهم بمحتويات منطقة العمل.

وشهد اليوم الثاني للدورة تدريب الطالبات على تجهيز العينات وترتيبها، وتحميل العينات في طبق الاختبار، وإكمال باقي خطوات البروتوكول المتبع حتى قراءة النتائج وطباعتها، بالإضافة إلى مناقشة النتائج التي تم التوصل إليها، وكيفية استخلاص التراكيز من استخدام منحني التراكيز والامتصاص.

وفي نهاية الدورة قدمت الدكتورة ابتسام العليان المشرفة على كرسي أبحاث لقاحات الأمراض المعدية شكرها لوكالة الكراسي البحثية على دعمهم لإقامة هذه الدورة، كما قدمت شكرها للمحاضرة وللفنيات على ما قدموه من جهود في هذه الدورة وللمتدربات على الحضور والتفاعل.



حيث بدأت الدكتورة مها اليوم الأول للدورة بمحاضرة نظرية عن تقنية المقايسة المناعية للأنزيم المرتبط، وشرح المفاهيم الأساسية للاليزا والتعريف بالاختبارات المناعية، وكيفية تركيب الاجسام المضادة وطريقة تجهيزها، وكذلك التعرف على الفئات الاربع للاختبارات المناعية المباشرة- الغير مباشرة- الساندوتش- التنافسي، بالإضافة إلى التعريف الاخطاء الشائعة عند تطبيق الاليزا.

بعد ذلك بدأ التطبيق العلمي للدورة والذي استمر خلال يومين بإشراف الفنيات أ. نشوى عثمان و أ. ماجدة المرشود،



نظم كرسي أبحاث لقاحات الأمراض المعدية دورة تدريبية بعنوان: (تقنية المقايسة الامتصاصية المناعية للأنزيم المرتبط) خلال الفترة 24-25/4/2024م، وذلك في معمل كلية العلوم بالمدينة الجامعية للطالبات.

وحاضرت في هذه الدورة الدكتورة مها داغستاني أستاذة الغدد الصماء الجزئية،

التسمم الوشيقي (البوتوليوني) المنقول بالأغذية الأسباب و الأعراض وطرق العلاج والوقاية !!



التسخين وكذلك النظافة. وواصلت الدكتورة شذى حديثها بأنه يمكن الوقاية من التسمم الوشيقي المنقول بالأغذية بتعطيل الجرثومة وأبواغها في المنتجات المعقمة بالحرارة بالتقطير (مثلاً) أو المعلبة، كما أوضحت الدكتورة أنه يمكن تدمير الأشكال الإنجابية من الجراثيم بالمعالجة بدرجات الحرارة البالغة الارتفاع مثل تلك التي تستخدم في التعليب التجاري للأغذية على الصعيد المحلي. وختمت الدكتورة شذى حديثها بالتأكيد على الالتزام بالوصايا الخمس الصادرة عن منظمة الصحة العالمية، وهي: الحفاظ على النظافة، وفصل الأغذية النيئة عن الأغذية المطهورة، وطهو الأغذية جيداً، والحفاظ على الأغذية في درجات حرارة مأمونة، بالإضافة إلى استخدام المياه والمواد الخام المأمونة، وتعد هذه الوصايا ضماناً لمأمونية الغذاء وأساساً للبرامج التعليمية، الخاصة بتدريب مناولي الأغذية، وتوعية المستهلكين للوقاية من التسمم الغذائي.

الوشيقي منخفض، غير أن معدل الوفيات الناجمة عنه مرتفع في حال عدم تشخيص المرض على وجه السرعة وعدم علاجه على النحو الملائم وعلى الفور بإعطاء مضاد للسموم في وقت مبكر وتوفير العناية التنفسية المركزة.

التشخيص والعلاج..

أوضحت الدكتورة شذى أن التشخيص لمثل هذا النوع من السموم يعود عادة إلى التاريخ السريري والفحص السريري اللذان يعقبهما التأكيد المخبري، بما في ذلك إثبات وجود سموم الوشيقية في المصل أو البراز أو الأغذية. وعن كيفية التعامل مع المصاب بهذا النوع من التسمم أكدت الدكتورة شذى أنه ينبغي إعطاء المصاب مضاد السموم في أقرب وقت ممكن بعد التشخيص السريري، حيث يُعد ذلك فعالاً في الحد من معدل الوفيات، كما أكدت الدكتورة شذى أن حالات التسمم الوشيقي الوخيمة تتطلب العلاج الداعم، ولاسيما التهوية الميكانيكية التي قد تلزم لمدة أسابيع بل لمدة شهور.

وصايا للوقاية..

وعن كيفية الوقاية؟؟.. أوضحت الدكتورة شذى أن الوقاية من هذا التسمم تستند في المقام الأول إلى الممارسات الجيدة في تجهيز الأغذية، ولاسيما أثناء

مقدمة:

بعد إصدار أمانة منطقة الرياض بيان اعلامي بتاريخ ٢٦ ابريل ٢٠٢٤م الموافق ١٧ شوال ١٤٤٥هـ، أعلنت فيه رصد حالات مصابة بالتسمم الغذائي "الوشيقي" في مدينة الرياض، وإغلاق المنشأة الغذائية مصدر التسمم الغذائي "الوشيقي" واتخاذ كافة الإجراءات والبروتوكولات الخاصة بمثل هذه الحالات. ضجت وسائل الاعلام ووسائل التواصل الاجتماعي بالعديد من الإشاعات والمعلومات الغير صحيحة حول أسباب التسمم الوشيقي وطرق انتشاره ومخاطره، مما أثار اللغط لدى الكثيرين حول حقيقة التسمم الوشيقي المنقول بالأغذية..

لذا حرصنا في نشرة "مجتمع المعرفة" على استقاء المعلومة من أهل الإختصاص.. فتوجهنا بأسئلتنا إلى الدكتورة شذى أحمد الدريويش استشارية الصحة العامة وأستاذ مشارك في قسم طب الأسرة والمجتمع بكلية الطب والمشفرة على كرسي الأمير سطاتم بن عبد العزيز لأبحاث البوابات والصحة العامة، للإجابة على الأسئلة ومعرفة المزيد حول حقيقة التسمم الغذائي "الوشيقي".

التعب الواضح والوهن والدوار ويليها عادة ضبابية الرؤية وجفاف الفم وعسر البلع والنطق، وقد تظهر أيضاً أعراض القيء والإسهال والإمساك والتقلصات البطنية، ويمكن أن يتطور المرض ليؤدي إلى الشعور بالوهن في العنق والذراعين ثم يصيب عضلات الجهاز التنفسي وعضلات الجزء الأسفل من الجسم.

ونوهت الدكتورة شذى أن هذه الأعراض تظهر عادة في غضون فترة تتراوح بين ١٢ و ٣٦ ساعة، كما أن معدل الإصابة بالتسمم

الواجب وتبقى فيها الجراثيم أو الأبواغ على قيد الحياة ثم تنمو وتولد السموم، وتنتشر على نطاق واسع في البيئة وتنشأ وتنمو ثم تفرز السموم في حال عدم وجود الأكسجين، وأكدت الدكتورة شذى أن التسمم الوشيقي البشري هو تسمم يُنقل بالأغذية أساساً ولا ينتقل من شخص إلى آخر.

أعراض التسمم الوشيقي المنقول بالأغذية!!

بينت الدكتورة شذى أن الأعراض الأولية للإصابة بهذا التسمم هي

يحدث بسبب التعرض لسموم عصبية قوية تسمى سموم البوتولينوم تفرز بواسطة بكتيريا كلوستريديوم بوتولينوم - Clostridium botulinum حيث تعمل هذه السموم على إعاقة وظائف الأعصاب، مما يؤدي إلى شلل في العضلات والجهاز التنفسي، ويعد التسمم الوشيقي (البوتوليوني) مرض نادر نسبياً ولكنه خطير ويمكن أن يكون قاتلاً.

كما أوضحت الدكتورة شذى أن السموم الوشيقية تبتلع عن طريق أغذية لا تجهز على النحو

د.شذى: التسمم الوشيقي نادر الحدوث، ولكنه خطير ويمكن أن يكون قاتلاً..

د.شذى: الأغذية الغير جاهزة أهم مصادر السموم الوشيقية..

د.شذى: الوهن والقيء وجفاف الفم وعسر البلع أبرز أعراض التسمم الوشيقي..

د.شذى: النظافة و عزل الأغذية النيئة عن المطهورة وطهو الأكل جيداً.. أهم وسائل الوقاية



كيفية ظهور التسمم الوشيقي (البوتوليوني)!!

أوضحت الدكتورة شذى الدريويش أن حالة التسمم الوشيقي المنقول بالأغذية تظهر عندما تنمو المطيئة الوشيقية وتولد السموم في الأغذية قبل استهلاكها، وتولد المطيئة الوشيقية الأبواغ التي تنتشر على نطاق واسع في البيئة بما في ذلك في التربة ومياه الأنهار والبحار، وقد وجدت سموم الوشيقية في مختلف الأغذية ولا سيما في الخضار المحفوظة القليلة الحموضة مثل الفاصوليا الخضراء والسبانخ والفطر والشمندر والسمك بما فيه سمك التونة المعلب والسمك المخمر والمملح والمدخن، ومنتجات اللحوم مثل السجق.

كيف تحدث الإصابة بالتسمم الوشيقي (البوتوليوني) وطرق انتشاره!!

أوضحت الدكتورة شذى الدريويش أن التسمم الوشيقي (البوتوليوني)

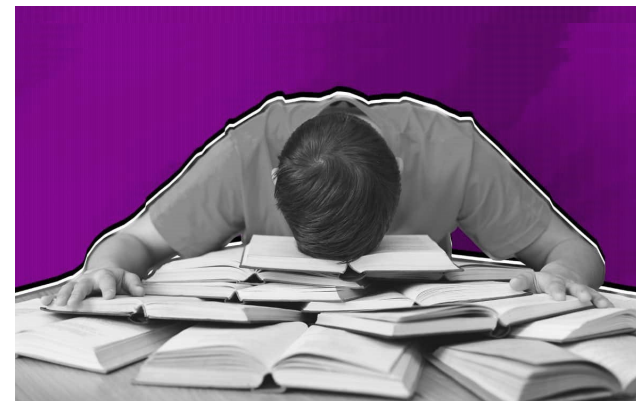
دراسة لكرسي الأمير سطاتم بن عبد العزيز لأبحاث البوابات والصحة العام توضح: معظم طلاب الطب في السعودية لديهم مستويات عالية من التوتر خلال فترة الامتحانات

نسبة استهلاك الفواكه لدى الطلاب بشكل عام. واستنتج الفريق البحثي من هذه الدراسة وجود نسبة مثيرة للقلق من التوتر الأكاديمي خلال فترة الامتحانات، وهناك حاجة ملحة لوضع استراتيجيات تشمل تعديل السلوك، والتثقيف الغذائي، والتعزيز على برامج تثقيفية للحد من التوتر لدى طلاب الطب خلال فترة الامتحانات.

أظهرت الدراسة أن حوالي 66% من طلاب الطب أهملوا وجبة الإفطار، وحوالي 69% تناولوا وجبات خفيفة غير صحية بشكل متكرر، كما أظهرت الدراسة أن حوالي 62% من الطلاب يشربون الماء أقل من ثلاث مرات في الإِسبوع، فيما بلغت نسبة الطلاب الذين يشربون أقل من 2 لتر ماء في اليوم حوالي 82%. كما لاحظت الدراسة انخفاض

معظم طلاب الطب لديهم مستويات عالية من التوتر، تمثل المستويات المنخفضة (2%)، وتمثل المستويات المتوسطة (72%)، وتمثل المستويات العالية (26%) خلال فترة الامتحانات. وبينت الدراسة أن مستويات التوتر لدى الرجال أعلى من النساء، بينما كانت مستويات التوتر متشابهة التوزيع على جميع سنوات الدراسة. وعلى صعيد عادات الأكل

الضغط الأكاديمي لدى طلاب الطب وبحث ارتباطه مع عادات الأكل. وأجريت الدراسة على مائتان وسبعة وتسعون طالب طب من جميع السنوات في كلية الطب، وذلك بأخذ عينات عشوائية، حيث ركزت الدراسة على ثلاثة أقسام: (مستويات التوتر، وعادات الأكل، والأمعاء). وأظهرت نتائج الدراسة أن



أجرى فريق بحثي من كرسي الأمير سطاتم بن عبد العزيز لأبحاث البوابات والصحة العامة دراسة لتقييم مستويات