

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Al Gamaheer
DATE:	9-September-2015
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	20,000
TITLE :	Egypt Ranked 9 th Worldwide in Terms of Hypertension Incidence Rates...and Nutrition Professor Recommends Staying Away from Fats and Carbohydrates...and Gynecologist Warns against FGM Due to the Damage it Causes to Women's Health
PAGE:	09
ARTICLE TYPE:	NGO News
REPORTER:	Staff Report

PRESS CLIPPING SHEET

خلال الملتقى الطبى الأول لصحة المرأة.. أستاذ قلب؛ مصر ٩٠ عالمياً فى نسب الإصابة بضغط الدم.. وأستاذ تغذية ينصح بالابتعاد عن الدهون والنشويات.. وأستاذ أمراض نساء يحذر من الختان لأضراره بصحة المرأة

الدم المرتفع، و٥٠٪ من المرضى لا يدركون إصابتهم بالمرض، لعدم وجود أعراض لضغط الدم.

وقدم الدكتور عمرو حسن سفير التنمية العربية، مدرس واستشارى النساء والتوليد بكلية طب قصر العيني، والمدير الطبى لمؤسسة مصر للصحة والتنمية المستدامة بعض النصائح لتجنب الإصابة بالسرطان أهمها: المتابعة الدورية والكشف الدورى وأهمية التشخيص السليم لكى نتوصل لعلاج سليم تصل من خلاله بعض الحالات للشفاء التام من المرض والدعوة للتفاؤل وعدم إشعار مريض السرطان بأنه منبوذ أو وصمة عار، وأيضاً تكثيف دور الإعلام، وبخاصة دور الدراما فى التوعية وأهمية انتشار ثقافة الكشف المبكر.

وأشار إلى أنه من الضرورى أيضاً الحفاظ على الوزن المثالى، حيث إن البدانة من أخطر عوامل الإصابة بالسرطان بعد التدخين مع الاهتمام بالتغذية ودور الرياضة فى بناء الجسم وزيادة المناعة وتقليل الإصابة بالأمراض.

وقام الدكتور عمرو حسن بورشة عمل عن الختان، موضحاً فيها أن ختان الإناث عملية ليس لها فوائد صحية على الإطلاق، بل إنها تؤدى إلى العديد من العواقب الصحية الوخيمة التى تستمر مدى الحياة مثل، الالتهاب المزمن والآلام المبرحة أثناء التبول والدورة الشهرية وخلال الاتصال الجنسى، فضلاً عن الصدمة النفسية التى تصاب بها الفتاة.

نظمت الجمعية الأفريقية للجنة القومية للاتحاد الأفريقى الملتقى الطبى الأول لصحة المرأة الأفريقية، تحت رعاية السفير محمد نصر الدين رئيس الجمعية الأفريقية، وذلك بمقر نادى المرأة الأفريقية. ويأتى الملتقى ضمن سلسلة من الفعاليات المشتركة بين نادى المرأة الأفريقية، إحدى كيانات الجمعية الأفريقية، وحملة "انثى الأهم" لرعاية وتوعية وصحة وسلامة المرأة الأفريقية من الناحية الصحية والنفسية والاجتماعية.

وأكدت الدكتورة إيمان كامل، أستاذ التغذية العلاجية بالمركز القومى للبحوث، أهمية الغذاء، حيث إنه البنية الأساسية لتكوين الإنسان، مؤكدة أهمية التنوع الغذائى بشكل سليم، وأهمية أن نعرف كيف نطهر أجسامنا بتناول طعام صحى حتى يكون لدينا مقاومة ضد أى مرض مناعى، وشددت على أهمية الابتعاد عن الدهون والنشويات بقدر المستطاع والاهتمام أكثر بالأطعمة المليئة باللياف ومضادات الأكسدة. وأكدت أيضاً أهمية غسل الفاكهة والخضراوات بالماء والخل والليمون.

وأشار الدكتور جمال شعبان، مساعد عميد معهد القلب، إلى أن مصر تحتل المركز التاسع عالمياً فى نسبة الإصابة بمرض ضغط الدم "القاتل الصامت" بالمرض، موضحاً أن ضغط الدم هو السبب الرئيس لأمراض الشرايين التاجية والقلب والأوعية الدموية، مشيراً إلى أن قرابة ثلث الشعب المصرى مصاب بضغط