اسم المصدر: المدينة المنورة

التاريـــخ: 04-12-2008 رقم العـدد: 16661 رقم الصفحة: 31 مسلسـل: 238 رقم القصاصة: 1

احترس من ضربة الشمس

ضـربـة الـشـمـس حالة طبية إسعافية تتميز بارتفاع درجة حرارة الجسم إلى ما فوق ٤٠° م وانعدام التعرق، وحـدوث اضـطـرابـات في الجهاز العصبي تتراوح ما بين الاختلاط الذهني وفقدان الوعي (السبات) .

وفـي المملكة العربية السعودية ،وحيث الحرارة أثناء فصل الصيف قد تصل إلـى ٤٨ م، فـإن حالات ضربة الشمس عـادة قليلة عند السكان المحليين نظرا لاعتيادهم على تحمل مثل تلك الدرجات .ولكن حدوث ضربة الشمس يـزداد بشكل واضح أثناء موسم الحج ،

حينما يأتي فصل الصيف، عند الـوافـدين من الحجاج . وتـحـدث حـالات ضربة الشمس عادة في الأسبوعين الأولين من شهر ذي الحجة على الطريق المؤدية من مكة المكرمة إلـى عرفـات فمنى فمكة المكرمة ،بسبب الزحام والجو الحار وعوامل أخرى عديدة ..

وقد وضعت حكومة خادم الحرمين الشريفين ترتيبات خاصة للوقاية،

ولعلاج حـالات ضربات الشمس في مراكز متخصصة فـي مـكـة الـمـكـرمـة ومنى وعـرفـات.. وتـحـتـوي هذه المراكز على وحدات خاصة لتبريد الجسم أطلق عليها اسم (وحدات مكة المكرمة لتبريد الجسم) .

وقد نشرت المجلة الطبية السعودية عام ١٩٨٦ م دراسة قـورنـت فيها طريقتان من طرق التبريد .. الأولـى: وهي طريقة التبريد السريع بواسطة (وحدة مكة المكرمة لتبريد الجسم) وأما الثانية: فكانت الطريقة التقليدية البسيطة للتبريد، وذلك بتغطية جسم المريض بصفائح من الثلج المرطب مع رذاذ الماء العادي في درجة حرارة الغرفة على المريض، وتعريضه لتيار هوائي من جميع الاتجاهات بمراوح كهربائية.

ولـم يـكـن هـنـاك أي اختلاف يذكر في زمن التبريد، أو الـنـتـائـج الـنـهـائـيـة بين المجموعتين ،مما يوحي بأن الطريقة العادية والبسيطة ما زالت وسيلة فعالة في علاج هذه الحالات .

ويـرجـع الباحثون سبب كثرة حـدوث ضربة الشمس عند الحجيج إلى عدة عوامل منها : ١. ارتفاع حرارة الجو والرطوبة أثناء الليل عندما يكون موسم الحج في الصيف

٢. ازدحـام الحجيج وما ينجم عنـه مـن قـلـة حركة الهواء.

٣. عدم التعود على الجو الحار.

٤. الأعمال المجهدة التي يقوم بها الحجاج كالمشي ، وخاصة في منتصف النهار . وإصـــرار بعض الحجاج على صعود جبل الرحمة يوم عرفات ، والمسير لعدة كيلو مترات .

٥. ازدحـام السيارات والبـاصـات ، وعـدم وجود مكيفات هوائية في العديد منها .

٦. الإصابة السابقة للعديد من هؤلاء المرضى بأمراض مـخـتـلـة كـمـرض السكري والأمراض القلبية وغيرها .

٧. البدانة

٨. الجفاف

٩. الشيخوخة .

سونيا سامي رواشدة
ممرضة قسم العائلة بمستشفى الملك فيصل التخصصي ومركز الأبحاث – جدة

اسم المصدر: المدينة المنورة

التاريـــخ: 04-12-2008 رقم العـدد: 16661 رقم الصفحة: 31 مسلسـل: 238 رقم القصاصة: 2